

۶ فصل اول: دانشگاه و ویژگی‌هایش

- ۶ • ۱. پیدایش دانشگاه در جهان
- ۸ • ۲. پیدایش دانشگاه در ایران
- ۹ • ۳. جایگاه و اهمیت دانشگاه در نگاه حضرت امام‌خمينی(رح) و رهبر معظم انقلاب
- ۱۱ • ۴. ویژگی‌های محیط دانشگاه [۹]
- ۱۲ • الف. آشنایی با فرهنگ‌های مختلف
- ۱۳ • ب. زندگی گروهی و پذیرش دیگران
- ۱۴ • ج. تمرین برای زندگی مستقل
- ۱۵ • د. یافتن دوستان و روابط جدید
- ۱۶ • ه. تکمیل فرایند هویت‌یابی
- ۱۷ • و. افزایش مهارت‌های اجتماعی
- ۱۸ • ۵. دانشگاه و بایدها
- ۲۰ • ۶. تفاوت‌های دانشگاه و مدرسه [۱۷]
- ۲۲ • ۷. هیئت‌رئیس دانشگاه
- ۲۳ • برخی فعالیت‌های معاونت آموزشی
- ۲۴ • برخی فعالیت‌های معاونت پژوهشی
- ۲۵ • برخی فعالیت‌های معاونت دانشجویی
- ۲۶ • برخی فعالیت‌های معاونت فرهنگی
- ۲۷ • ۸. نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاه

فصل دوم: دانشجو و ویژگی های دانشجویی

- ۲۹
- ۲۹ • ۱. دانشجو کیست؟
- ۳۱ • ۲. ویژگی‌ها و صفات دانشجو [۱۹]
- ۳۱ • ۱.۲. دانشجو و پرسشگری
- ۳۲ • ۲.۲. دانشجو و کتابخوانی
- ۳۳ • ۲.۳. دانشجو و ارزشمندی زمان
- ۳۴ • ۲.۴. دانشجو و هدف‌داری
- ۳۵ • ۲.۵. دانشجو و مسئولیت‌پذیری
- ۳۶ • ۲.۶. دانشجو و حضور در بطن جامعه
- ۳۷ • ۲.۷. دانشجو و پژوهش
- ۳۸ • ۳. انتظارات از دانشجویان
- ۳۹ • ۳.۱. علم و تدبیر
- ۴۰ • ۳.۲. خودسازی فکری و اخلاقی و انقلابی
- ۴۱ • ۳.۳. تقویت روحیه عدالت‌خواهی
- ۴۲ • ۳.۴. مطالبه عدالت و رفع فساد از مسئولان نظام
- ۴۳ • ۳.۵. مستقل کردن کشور از همه جهت
- ۴۴ • ۳.۶. حقیقتاً درس خواندن
- ۴۵ • ۳.۷. داشتن درک سیاسی
- ۴۶ • ۳.۸. به‌صراحت حرف زدن
- ۴۷ • ۳.۹. دانشجو؛ افسر جوان جبهه جنگ نرم
- ۴۸ • ۴. اهمیت فعالیت‌های دانشجویی برای آینده یک دانشجو
- ۴۹ • ۵. مشکلات مسئله‌ساز دانشجویان
- ۵۰ • ۵.۱. دچار شدن به ابتذال و بی‌اعتنایی و نفوذپذیری در مقابل فرهنگ‌های بیگانه و مضر

- ۵۱ ۵. ۲. آسیب‌پذیری در مقابل لغزش‌ها و انحراف‌های فکری
- ۵۲ ۵. ۳. مدرک‌گرایی و توجه وافر به زندگی مادی
- ۵۳ ۵. ۴. آلت دست جریان‌ات سیاسی شدن
- ۵۴ ۵. ۵. ابهام در جریان‌ها و عملکردها
- ۵۵ ۵. ۶. بی‌هویتی و فقدان درک رسالت واقعی در قبال جامعه، خودش، تاریخ و آینده

- فصل سوم: جوان و جوانی**
- ۵۶
 - ۵۷ ویژگی‌های جوانی
 - ۵۸ ۱. استقلال‌طلبی
 - ۵۹ ۲. هویت‌طلبی
 - ۶۰ ۳. عاشق‌پیشگی
 - ۶۱ ۴. خودشیفتگی
 - ۶۳ ۵. سایر ویژگی‌ها

فصل چهارم: جوان در آینه رهنمودهای رهبر معظم انقلاب

۶۴

• ۱. اهمیت جوانی

۶۴

• ۱.۱. جوانی؛ نعمتی بزرگ

۶۴

• ۱.۲. بهترین دوران برای فراگیری

۶۵

• ۱.۳. جوان؛ سرشار از امید و نشاط

۶۶

• ۱.۴. بهترین دوران برای خودسازی

۶۷

• ۲. وظایف جوان انقلابی

۶۸

• ۲.۱. خودسازی

۶۸

• ۲.۲. عدالت‌خواهی

۶۹

• ۲.۳. رفتار اندیشمندانه و عاقلانه و اخلاقی

۷۰

• ۲.۴. انس با قرآن

۷۱

• ۲.۵. شناخت نظام سلطه

۷۲

• ۲.۶. کتاب‌خوانی و افزایش مطالعه

۷۳

• ۲.۷. احساس مسئولیت آگاهانه

۷۴

• ۲.۸. تحصیل، تهذیب، ورزش

۷۵

• ۲.۹. برخورد جدی درباره مسائل اساسی کشور

۷۶

• ۲.۱۰. احساس مسئولیت درباره مسائل انقلاب

۷۷

• ۲.۱۱. داشتن فهم سیاسی

۷۸

• ۲.۱۲. حراست از نظام

۷۹

فصل پنجم: اهمیت علم و علم آموزی

- ۸۰
- ۸۱ • ۱. علم در قرآن
- ۸۲ • ۱.۱. اولین کلام جبرئیل
- ۸۳ • ۱.۲. بلندی مرتبه عالمان
- ۸۴ • ۱.۳. شرط درک اسرار هستی
- ۸۵ • ۱.۴. بصیرت و کوری
- ۸۶ • ۲. عظمت علم و عالم در روایات اهل بیت (عهم)
- ۸۸ • ۳. تشویق به دانش اندوزی بدون قید و شرط
- ۹۰ • ۴. علم و اهمیت فراگیری آن در بیانات رهبر معظم انقلاب
- ۹۱ • ۵. اسلام به کدام علم توصیه و تشویق کرده است؟

فصل ششم: معاشرت با استادان

- ۹۴
- ۹۵ • ۱. این را بدانید: ارج نهادن به استاد، تجلیل از مقام علم و دانش است
- ۹۶ • ۲. رأی و نظر استاد را بر نظر خود ترجیح دهید
- ۹۷ • ۳. از استاد با احترام یاد کنید
- ۹۸ • ۴. تندرستی‌های اخلاقی استاد را به درست‌ترین وجه توجیه کنید
- ۹۹ • ۵. آمادگی قبلی برای درس داشته باشید
- ۱۰۰ • ۶. از اشتباه و لغزش استاد چشم‌پوشی کنید
- ۱۰۱ • ۷. لغزش زبانی استاد را نادیده بگیرید
- ۱۰۲ • ۸. در محضر استاد پیش‌دستی نکنید
- ۱۰۳ • ۹. کلام استاد را قطع نکنید
- ۱۰۴ • ۱۰. به توضیحات استاد احترام بگذارید
- ۱۰۵ • ۱۱. از طرح سؤال‌های فرساینده و تلف‌کننده فرصت بپرهیزید

- ۱۰. به توضیحات استاد احترام بگذارید ۱۰۴
- ۱۱. از طرح سؤال‌های فرساینده و تلف‌کننده فرصت بپرهیزید ۱۰۵
- ۱۲. از استاد خود همیشه به‌نیکی یاد کنید ۱۰۶
- ۱۳. واژه‌های کوچهبازاری را در کلاس به‌کار نبرید ۱۰۷
- ۱۴. در موقع پاسخ به پرسش استاد برخیزید ۱۰۸
- ۱۵. اطلاعات شخصی استاد را درخواست نکنید ۱۰۹

۱۱۰ فصل هفتم: دوستی و دوست‌یابی

- اهمیت دوست در زندگی ۱۱۰
- سه نوع رفیق ۱۱۱
- مهم‌ترین راه‌های شناخت دوست ۱۱۲
- ۱. هنگام گرفتاری و نیاز ۱۱۲
- ۲. هنگام خشم و ناراحتی ۱۱۳
- ۴. هنگام ازدست‌رفتن قدرت ۱۱۴
- ۴. هنگام سفر ۱۱۵
- اهمیت و برخی فواید دوستی در جوانی [۹۵] ۱۱۶
- ویژگی‌های دوست خوب [۹۶] ۱۱۸
- دوستی‌های مذموم [۹۷] ۱۱۹
- شیوه‌های دوست‌یابی [۹۸] ۱۲۰
- ۱. روش احساسی ۱۲۱
- ۲. روش عقلانی ۱۲۲
- ۳. روش ترکیبی (عقلانی‌احساسی) ۱۲۳
- چند نکته کلیدی ۱۲۴

فصل هشتم: روابط دختر و پسر

- ۱۲۶ • تعریف رابطه دختر و پسر
 - ۱۲۷ • دیدگاه‌ها درباره روابط دختر و پسر
 - ۱۲۸ • اصول روان‌شناختی حاکم بر ارتباطها
 - ۱۳۰ • دانشگاه محیط آموزشی است؛ نه بنگاه اقتصادی و روابط خانوادگی!
 - ۱۳۲ • بررسی رابطه دختر و پسر از دید روان‌شناسی [۱۰۳]
 - ۱۳۵ • انگیزه‌های ارتباط دختر و پسر
 - ۱۳۷ • آثار روحی و روانی ارتباط دختر و پسر [۱۰۴]
-

فصل نهم: اهمیت کتاب و کتاب‌خوانی

- ۱۳۹ • بیانات رهبر معظم انقلاب درباره کتاب و کتاب‌خوانی
- ۱۴۰ • ۱. کتاب؛ غذای روح
- ۱۴۱ • ۲. کتاب دروازه‌ای به سوی گستره دانش و معرفت
- ۱۴۲ • ۳. کتاب‌خوانی فریضه است
- ۱۴۳ • ۴. اعترافی تلخ
- ۱۴۴ • ۵. ملت ما مطالعه‌کردن را جزو کارهای بشری نمی‌دانند
- ۱۴۵ • ۶. وظیفه ملی
- ۱۴۶ • ۷. سبد خرید خانواده
- ۱۴۷ • ۸. جای کتاب را هیچ‌چیز پر نمی‌کند
- ۱۴۸ • سخنان بزرگان درباره اهمیت کتاب و کتاب‌خوانی [۱۱۳]
- ۱۴۹ • سرانه کتاب‌خوانی؛ با نگاهی به آمار
- ۱۵۰ • فواید کتاب‌خوانی

فصل دهم: مهارت های مطالعه صحیح

۱۵۳

۱۵۵

• روش های مطالعه

۱۵۸

• بهداشت مطالعه

۱۵۹

• ۱. فضای محیط مطالعه: مکان مطالعه باید حتی المقدور این گونه باشد:

۱۶۰

• ۲. وضعیت مطالعه کننده:

۱۶۱

• مطالعه و تغذیه [۱۱۹]

۱۶۳

فصل یازدهم: جزوه نویسی؛ راهکارها و پیشنهادها

۱۶۳

• اهمیت جزوه نویسی

۱۶۴

• چگونه بنویسیم؟

۱۶۸

فصل دوازدهم: گزیده ای از مقررات و حقوق

دانشجویی

۱۶۹

• غیبت

۱۷۰

• حذف درس

۱۷۱

• حداقل نمره قبولی

۱۷۲

• نام نویسی مشروط

۱۷۳

• محرومیت از تحصیل

۱۷۴

• مرخصی تحصیلی

۱۷۵

• دانشجوی مهمان

۱۷۶

• تغییر رشته

۱۷۷

• فراغت از تحصیل

فصل سیزدهم: آشنایی اجمالی با تشکل های

۱۷۸

دانشجویی و صنفی

۱۷۸

• ۱. تشکل های اسلامی دانشجویی

۱۸۰

• نوع فعالیت تشکل های اسلامی دانشجویی

۱۸۱

• بسیج دانشجویی

۱۸۲

• جامعه اسلامی دانشجویان

۱۸۳

• انجمن اسلامی دانشجویان مستقل

۱۸۴

• جنبش عدالت خواه دانشجویی

۱۸۵

• دفتر تحکیم وحدت

۱۸۶

• ۲. انجمن های علمی دانشجویی

۱۸۷

• ۳. کانون های فرهنگی هنری دانشجویی

۱۸۸

• ۴. انجمن های ورزشی دانشجویی

۱۸۹

فصل چهاردهم: کار فرهنگی و اهمیت آن

۱۹۰

• ۱. کار فرهنگی درست، آن چیزی است که جوان ما را انقلابی بار بیاورد

۱۹۱

• ۲. این ها کار فرهنگی نیست

۱۹۲

• ۳. کار فرهنگی، کار حاشیه ای نیست؛ اصل است

۱۹۳

• ۴. اثر کار فرهنگی قطعی است

۱۹۴

• ۵. حقیقتاً کار فرهنگی در کشور متناسب با پیشرفت انقلاب نیست

۱۹۵

• ۶. کار فرهنگی، یعنی روح فرهنگی در آن باشد

۱۹۶

• ۷. التماس می کنیم که کار فرهنگی بکنید!

۱۹۷

• ۸. در کار فرهنگی هیچ وقفه و تعللی جایز نیست

۱۹۸

• ۹. کارهای فرهنگی را هرچه می توانید، به جد دنبال کنید

۱۹۹

• ۱۰. با روحیه انقلابی وارد میدان کار فرهنگی شوید



- ۲۰۰ فصل پانزدهم: خوابگاه؛ فرصت ها و تهدیدها
- ۲۰۱ • فرصت‌ها و تهدیدها
 - ۲۰۳ • ارتباط با هم‌اتاقی‌ها
 - ۲۰۴ • راه‌حلهایی برای بهبود روابط با هم‌اتاقی‌ها
 - ۲۰۵ • ۱. موضوعات کلی و عام
 - ۲۰۶ • ۲. تنظیم ساعت و زمان
 - ۲۰۷ • ۳. اصول ایمنی
 - ۲۰۸ • ۴. موضوعات خصوصی یا عمومی
 - ۲۰۹ • نکاتی برای زندگی بهتر در خوابگاه
 - ۲۱۰ • ۱. غم غربت
 - ۲۱۱ • ۲. موقعیت جغرافیایی خوابگاه
 - ۲۱۲ • ۳. اطلاع از قوانین خوابگاه
 - ۲۱۳ • ۴. انتخاب هم‌اتاقی
 - ۲۱۴ • ۵. یادگیری مطالعه در اتاق شلوغ
 - ۲۱۵ • ۶. نایاب‌بودن سکوت و آرامش در خوابگاه
 - ۲۱۶ • ۷. مراقبت برای سُر‌نخوردن در حمام
 - ۲۱۷ • ۸. بزرگ‌ترین دعوای خوابگاهی
 - ۲۱۸ • ۹. شناختن ارشد خوابگاه
 - ۲۱۹ • ۱۰. تشکیل گروه دوستی خوب و سالم
 - ۲۲۰ • ۱۱. تماس با خانواده در روزهای اول
 - ۲۲۱ • ۱۲. مشورت‌گرفتن از دانشجویان سال‌بالایی
 - ۲۲۲ • ۱۳. نوشتن برنامه مدون و نصب‌کردن آن
 - ۲۲۳ • ۱۴. احترام‌گذاشتن به تفاوت‌هایی که افراد در انجام‌دادن کارها دارند
 - ۲۲۴ • ۱۵. تقسیم صحیح وظایف و مسئولیت‌ها
 - ۲۲۵ • ۱۶. به‌دوش‌نکشیدن وظایف دیگران

فصل شانزدهم: چهل نکته کوتاه اخلاقی، عرفانی و

قرآنی

۲۳۰

• ۱. ارتباط با قرآن؛ هرچند فقط با قرائت آن باشد

۲۳۰

• ۲. دوستان وارسته و متعهد انتخاب کن

۲۳۱

• ۳. نماز مقبول

۲۳۲

• ۴. نماز و ترک دروغ

۲۳۳

• ۵. آمادگی جوان برای خودسازی

۲۳۴

• ۶. بلاها؛ عامل یاد خدا

۲۳۵

• ۷. عصبانی نشوید

۲۳۶

• ۸. علم، روزی معنوی است

۲۳۷

• ۹. نماز و منکرات

۲۳۸

• ۱۰. برکات سجده طولانی

۲۳۹

• ۱۱. قرائت قرآن با دهان پاک!

۲۴۰

• ۱۲. دهان روح و دهان تن

۲۴۱

• ۱۳. توسل به جوادالائمه(ع)

۲۴۲

• ۱۴. برای رفع عصبانیت

۲۴۳

• ۱۵. ایمان دارم یا نه؟

۲۴۴

• ۱۶. می‌خواهی بدانی ایمان داری یا نه؟

۲۴۵

• ۱۷. این چه نمازی است!

۲۴۶

• ۱۸. بدتر از هزار گرگ

۲۴۷

• ۱۹. بهار توبه، ایام جوانی است

۲۴۸

• ۲۰. بهترین عمل مناسب هر شخص

۲۴۹

• ۲۱. پرخوری مانع صعود است

۲۵۰

• ۲۲. ترک گناه، اول و آخر دین است

۲۵۱

• ۲۳. چهار سفارش از لقمان

۲۵۲

- ۲۴. صلوات ۲۵۳
- ۲۵. گریه بر سیدالشهدا(ع) ۲۵۴
- ۲۶. لذات روحانی ۲۵۵
- ۲۷. اهمیت نماز در بین عبادات ۲۵۶
- ۲۸. نماز و گناه ۲۵۷
- ۲۹. نماز اول وقت؛ اقتدا به امامزمان(عج) ۲۵۸
- ۳۰. اگر حتی یک دقیقه وقت آزاد دارید، قرآن بخوانید ۲۵۹
- ۳۱. دیدن تشریف امامزمان(عج) مهم است ۲۶۰
- ۳۲. تشرّف خدمت ولی عصر(عج) ۲۶۱
- ۳۳. با نامحرم خلوت مکن! ۲۶۲
- ۳۴. تهذیب نفس در جوانی ۲۶۳
- ۳۵. حضور قلب در نماز ۲۶۴
- ۳۶. دعایی مهم در عصر غیبت ۲۶۵
- ۳۷. ترک گناهان اصل و بقیه امور فرع است ۲۶۶
- ۳۸. چرا دعاهایمان مستجاب نمی‌شود؟! ۲۶۷
- ۳۹. برکات بلاها و سختی‌ها ۲۶۸
- ۴۰. یک‌قدری هم ورزش معنوی کنید ۲۶۹

۲۷۰ **فصل هفدهم: تلنگر!**

۲۷۶ **کتابنامه (به ترتیب فصل‌ها)**

سرشناسه	: فدوسی‌زاده، حسن، ۱۳۴۶ -
عنوان و نام پدیدآور	: کوله‌پشتی سال اولی‌ها/ حسن فدوسی‌زاده؛ ویراستار موسسه ویراستاران «سمیرا علمدار علی‌اکبری، سیدعلی آقاجیری».
وضعیت ویراست	: [ویراست ۲].
مشخصات نشر	: قم: نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاهها، دفتر نشر معارف، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری	: ۱۴۴ ص:؛ مصور: ۵/۲۱×۵/۱۴ س.م.
شابک	: 978-600-441-245-2
وضعیت فهرست نویسی	: فایا (جاب سیزدهم)
یادداشت	: جاب سیزدهم.
یادداشت	: کتابنامه: ص. ۱۴۱ - ۱۴۴: همچنین به صورت زیرنویس.
موضوع	: دانشجویان -- ایران -- راه و رسم زندگی College students -- Iran -- Conduct of life دانشجویان -- ایران College students -- Iran
شناسه افروده	: نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاهها، دفتر نشر معارف
رده بندی کنگره	: LB۳۶۰۹
رده بندی دیوبی	: ۳۷۸/۱۹۸۹۰۹۵۵
شماره کتابشناسی ملی	: ۵۸۰۲۰۷۸
اطلاعات رکورد کتابشناسی	: فایا

مقدمه

دانشجوی سال اولی چه چیزهایی را باید در همان سال اول بداند تا در مسیر خود در جایگاه یک دانشجوی تازه‌کار، پرانگیزه، فعال و موفق، بتواند برنامه‌ریزی دقیق و مؤثر و خوبی انجام دهد؟ چه اطلاعاتی هست که اگر دانشجوی سال اولی آن را به دست بیاورد، می‌تواند در طول تحصیل از آن استفاده کند و زندگی‌اش را تحت تأثیر قرار دهد؟

هر دانشجو باید اطلاعات خوبی در این زمینه‌ها پیدا کند: در چه دانشگاهی درس می‌خواند؟ توانمندی‌های دانشگاه در چه قسمت‌هایی بیشتر است؟ استادان چه توانمندی‌هایی دارند؟ ضعف‌های دانشگاه چیست؟ چه آسیب‌هایی در دانشگاه هست که باید از آن‌ها پرهیز کند؟ چه فرصت‌هایی در دانشگاه هست که می‌تواند از آن‌ها بهره‌مند شود؟ روش‌های انتخاب دوست خوب در دانشگاه چیست؟ چگونه می‌توان گروه دوستی خوبی تشکیل داد؟ چه نهادها و سازمان‌هایی در دانشگاه هست که دانشجو در وقت فراغت و کار خود می‌تواند با آن‌ها همفکری و مشارکت و همکاری کند؟ چه زمینه‌ها و فرصت‌های فرهنگی، تفریحی، اجتماعی، تربیتی و سیاسی در دانشگاه هست که می‌تواند از آن‌ها بهره‌مند شود و برای توانمندسازی خود از آن‌ها استفاده کند؟

بهترین روش‌ها برای درس خواندن چه روش‌هایی است که دانشجو با استفاده از آن‌ها می‌تواند با کمترین زمان، بیشترین اطلاعات را به دست آورد؟ اگر دانشجوی سال اول اطلاعات مناسبی در این

زمینه‌ها داشته باشد، با انتخاب الگو و سبب فرهنگی و اجتماعی و اعتقادی مناسبی، می‌تواند برنامه‌ریزی منسجم و مفیدی برای خود داشته باشد و موجب پرورش احساسات و انگیزه‌های متعالی خود شود و در یک کلمه بخش مهمی از وجود خود را وسعت و تعالی بخشد.

آنچه در این کتاب تقدیم دانشجویان ورودی جدید شده، پاسخی است به پرسش‌های مطرح‌شده که می‌تواند راهگشای این عزیزان در زندگی دانشجویی باشد.

حسن قدوسی‌زاده

فصل اول: دانشگاه و ویژگی‌هایش

۱. پیدایش دانشگاه در جهان



تاریخ پیدایش اولین دانشگاه‌های دنیا به قرن‌ها پیش بازمی‌گردد. آنچه مسلم است کهن‌ترین دانشگاه‌های دنیا در شرق شکل گرفته، نه در غرب؛ در دورانی که پیشرفت علم در جهان اسلام در حال اوج‌گرفتن بود. تاریخ تأسیس اولین دانشگاه در اروپا، به بیش از دو قرن پس از آن بازمی‌گردد. دانشگاه جندی‌شاپور در ایران پیش از اسلام مشهور است. بر اساس کتاب رکوردهای جهانی گینس، دانشگاه قرویین در سال ۸۵۹م (۲۳۸ش) در شهر فاس مراکش تأسیس شد. این دانشگاه یکی از مراکز پیشرو در علوم طبیعی در آن دوران بوده است. دانشگاه الزهرای (الازهر کنونی) مصر، دومین دانشگاه قدیمی در جهان است که مدرک دانشگاهی اعطا می‌کرد. این دانشگاه که در بین سال‌های ۹۷۰ تا ۹۷۲م (۳۴۹ تا ۳۵۱ش) تأسیس شده، مرکز اصلی ادبیات عرب و علوم اصلی اهل سنت شناخته می‌شود.

تأسیس اولین دانشگاه و مؤسسه آموزش عالی در غرب، به سال ۱۰۸۸م در شهر بولونیای ایتالیا بازمی‌گردد. دانشگاه بولونیا در حال حاضر

رہبر سیستم دانشگاهی اروپایی شناخته می‌شود.
دانشگاه‌های سوربن فرانسه و آکسفورد انگلیس نیز
در سال ۱۰۹۶م بنیان‌گذاشته شدند.

۲. پیدایش دانشگاه در ایران

منابع تاریخی به وجود مراکز و نظام‌های آموزش عالی در سرزمین‌های ایران باستان اشاره می‌کند؛ مانند فرهنگستان نصیبین زیر نظر دولت ساسانی، مدارس نظامیه در شهرهای بغداد، بلخ، نیشابور، هرات و اصفهان در دوران خلافت عباسی، پژوهشکده و رصدخانه بزرگ مراغه. گفتنی است پژوهشکده و رصدخانه بزرگ مراغه را خواجه نصیرالدین طوسی پایه‌گذاری کرد و هولاکوخان مخارج آن را تأمین می‌کرد.

در دوره معاصر، وزارت علوم در ایران به‌طور رسمی در سال ۱۳۳۴ش، در زمان ناصرالدین‌شاه قاجار تأسیس شد. آموزش عالی در این دوران با تأسیس دارالفنون آغاز شد. پس از آن به تدریج مؤسسات آموزش عالی دیگر، مانند مدرسه نظام (۱۲۶۴ش) و مدرسه علوم سیاسی (۱۲۷۸ش) وارد عرصه فعالیت شدند. فکر تأسیس دانشگاه تهران در سال ۱۳۰۵ پدیدار شد و سرانجام در هشتم خردادماه ۱۳۱۳، به تصویب مجلس شورای ملی رسید. با ادغام دارالفنون، مدرسه علوم سیاسی، مدرسه طب، مدرسه صنایع و هنر، مدرسه عالی معماری، مدرسه عالی حقوق و چند مرکز آموزش عالی دیگر، مقدمات پیدایش اولیه دانشگاه تهران ایجاد شد و سرانجام در پانزدهم بهمن ۱۳۱۳، در جنوب پارک لاله فعلی تهران، کلنگ احداث دانشگاه تهران به زمین خورد.

۳. جایگاه و اهمیت دانشگاه در نگاه حضرت

امام خمینی(رح) و رهبر معظم انقلاب

در نظر حضرت امام(رح) و رهبر معظم انقلاب، دانشگاه از جایگاه و اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. در این باره حضرت امام(رح) می‌فرماید: «نقش دانشگاه در هر کشوری ساختن انسان است. ممکن است از دانشگاه انسانی خارج بشود که یک کشور را نجات بدهد و ممکن است که یک انسانی درست بشود که کشور را به هلاکت بکشاند. مقدرات هر کشوری به دست دانشگاه و آن‌هایی که از دانشگاه بیرون می‌آیند، است.» [۱]

ایشان در جای دیگر می‌فرماید: «هرچه از خوبی‌ها و بدی‌ها برای یک ملتی تحقق پیدا می‌کند، وابستگی یا استقلال، در قید و بند بودن و اختناق یا آزادی، تابع تربیت‌های دانشگاهی است.» [۲]

ایشان دانشگاه را مبدأ همه تحولات می‌داند و می‌فرماید: «از دانشگاه، سعادت و شقاوت یک ملت سرچشمه می‌گیرد.» [۳]

ایشان همچنین درباره خدمت انحصاری دانشگاه‌ها می‌فرماید: «اگر به دانشگاه‌ها جهت داده شود، کاری می‌کنند که مسلسل‌ها نمی‌تواند بکند. خدمتی می‌توانند به بشر بکنند که هیچ‌کس دیگر نمی‌تواند این قدر خدمت بکند.» [۴]

رهبر معظم انقلاب نیز تعبیرات بسیار راهگشایی در این باره دارد که به برخی از آن‌ها اشاره می‌کنیم: - دانشگاه مهم‌ترین زیرساخت پیشرفت و توسعه کشور است؛ چون دانشگاه نیروی انسانی را

تربیت می‌کند که مهم‌ترین سرمایه کشور، نیروی انسانی است. [۵]

- دانشگاه که قوام اصلی آن به استاد و دانشجوست،

حقیقتاً پایه‌ای برای آینده کشور محسوب می‌شود. [۶]

- دانشگاه نقطه اساسی هر جامعه و کشوری است.

اگر دانشگاه اصلاح بشود، آینده آن جامعه اصلاح

خواهد شد. اگر دانشگاه فاسد بشود، سرنوشت آن

جامعه فساد است. [۷]

- دانشگاه موتور پیشرفت کشور است. در این هیچ

تردیدی نیست. اگر یک ملتی عزت می‌خواهد، اگر

استقلال می‌خواهد، اگر اقتدار می‌خواهد، اگر ثروت

می‌خواهد، باید دانشگاه خود را تقویت کند. [۸]

۴. ویژگی‌های محیط دانشگاه [۹]

محیط دانشگاه در عین داشتن برخی فشارهای روانی و دلتنگی‌ها، بسیار لذت‌بخش و هیجان‌انگیز است. این محیط به ما تجربیات جدیدی می‌آموزد که ممکن است در مراحل بعدی زندگی ما مؤثر باشد. در اینجا به اختصار برخی از این تجربه‌ها را مرور می‌کنیم.

الف. آشنایی با فرهنگ‌های مختلف

یکی از ویژگی‌های بسیار ارزنده دانشگاه این است که افرادی با زبان‌ها، لهجه‌ها، آداب‌ورسوم و مذاهب‌ها و فرهنگ‌های متفاوت در کنار یکدیگر برای مدتی نسبتاً طولانی درس می‌خوانند و معاشرت می‌کنند. چنین تجربه‌هایی باعث رشد و پختگی بیشتر دانشجویان می‌شود.

ب. زندگی گروهی و پذیرش دیگران

زندگی اجتماعی با همسالان، فرصتی برای اندوختن تجربه‌های اجتماعی است. چه بسا تجربه‌ای که از تعامل با هم‌اتاقی به دست می‌آید، از تمامی آنچه در کلاس‌های درس ارائه می‌شود، کاربردی‌تر باشد.

ج. تمرین برای زندگی مستقل

تا زمانی که در خانواده زندگی می‌کنید، بسیاری از کارهای شخصی‌تان را پدر، مادر یا اعضای دیگر خانواده انجام می‌دهند و حتی گاهی سختی این کارها را نیز متوجه نمی‌شوید؛ اما با ورود به دانشگاه و به‌ویژه برای دانشجویان خوابگاهی، همین فعالیت‌های ساده، مانند خرید و آشپزی و شستن لباس در کانون توجه قرار می‌گیرد و به شما کمک می‌کند تا تجربه‌های خوبی برای آماده‌شدن در زندگی مستقل به‌دست آورید.

د. یافتن دوستان و روابط جدید

دانشگاه این فرصت را به دانشجو می‌دهد تا با آدم‌های جدیدی آشنا شود و ضمن استفاده از تجربیات آن‌ها، دوستی‌های خوب و ماندگاری را با آنان داشته باشد که حتی پس از پایان یافتن دوران دانشجویی ممکن است تا سالیان دراز ادامه یابد.

ه. تکمیل فرایند هویت‌یابی

هویت‌یابی، یعنی داشتن احساس پایدار و منسجم از اینکه «من که هستم؟ و که باید باشم؟» فرایند هویت‌یابی در نوجوانی شروع می‌شود و با ورود به دانشگاه شدت بیشتری می‌یابد و به‌دلیل محیط غنی دانشگاه و گستردگی تجربه‌های این محیط، فرایند هویت‌یابی به‌طور فزاینده‌ای تکمیل می‌شود.

و. افزایش مهارت‌های اجتماعی

محیط دانشگاه با گزینه‌های گوناگونی، مانند کلاس‌های آموزشی، فوق‌برنامه‌ها، امکان آشنایی با شخصیت‌های مختلف، برخورد با ایده‌ها و نظرهای گوناگون و همچنین مشکلات متنوع زندگی دانشجویی این فرصت را به ما می‌دهد تا ضمن فراگیری این مهارت‌ها، آن‌ها را در دوران دانشجویی تکرار و تمرین کنیم و هم‌زمان در آن‌ها توانا تر شویم.

۵. دانشگاه و بایدها

جامعه ما از دانشگاه انتظاراتی دارد که به خوبی در بیانات رهبر معظم انقلاب منعکس شده است. در ادامه به صورت فهرست وار به آن اشاره می‌کنیم.

الف. دانشگاه باید طوری باشد که وقتی جوان فارغ التحصیل دبیرستان به دانشگاه آمد و از آن بیرون آمد، از لحاظ عمق دینی و رعایت دینی و اخلاق دینی، پیشرفت کرده باشد. این را اصل قرار دهید. این باید بشود. [۱۰]

ب. بایستی در دانشگاه، دین و روحیه انقلابی و بیزاری از وابستگی ملی را مورد توجه قرار دهیم. [۱۱]

ج. باید در محیط دانشگاهی خودتان، اسلام را به حد اعلا پاس بدارید. کاری کنید آنهایی که از انقلاب و اسلام غریبه‌اند، احساس نکنند که کار زیر نگین آن‌هاست. [۱۲]

د. دانشگاه‌ها باید به علم اهمیت بدهند. اهمیت‌دادن، فقط یک امر قلبی نیست؛ عمل لازم دارد. این عمل مقدمات و برنامه‌ریزی و اهتمام شدید لازم دارد. [۱۳]

ه. یکی از وظایف مهم دانشگاه‌ها عبارت است از نواندیشی علمی... . معنای واقعی تولید علم این است. تولید علم، فقط انتقال علم نیست. نوآوری علمی در درجه اول اهمیت است. [۱۴]

و. دانشگاه باید انقلابیون مثبت پرورش دهد. این ملت و این تاریخ به شما نیاز دارد. باید خودتان را آماده کنید. اگر شما در میدان باشید، آینده بسیار درخشانی در انتظار این

کشور است. [۱۵]

ز. خیلی بایستی به مسئله فرهنگ در داخل محیط دانشگاه اهمیت داد. البته رسالت اصلی دانشگاه علم است... اگر چنانچه ما به مسئله فرهنگی در دانشگاه توجه کنیم، آنوقت هم دانشجوی ما عاشق و راغب به علم می‌شود و دنبال علم و تحقیق می‌رود، صرفاً دنبال مدرک نیست، هم استاد ما از حالت ادای تکلیف در کلاس درس خارج می‌شود. [۱۶]

۶. تفاوت‌های دانشگاه و مدرسه [۱۷]

زندگی دانشجویی تغییرات زیادی در زندگی جوانان ایجاد می‌کند. این تغییر برای دانشجویانی که در شهری غیر از محل زندگی خود پذیرفته شده‌اند، تا حدی شدیدتر است.

برخی از این تغییرات عبارت است از:

- محیط دانشگاه در مقایسه با دبیرستان، فضای وسیع‌تری دارد و آشنایی با همه مکان‌ها و افراد در کوتاه‌مدت امکان‌پذیر نیست.
- محیط اجتماعی دانشگاه بسیار متفاوت از دبیرستان است. در دبیرستان تا حد زیادی افراد از نظر آداب‌ورسوم، فرهنگ و سطح اجتماعی و اقتصادی و... به هم شباهت دارند؛ در حالی که در دانشگاه، دانشجویان از شهرها و روستاها و مناطق مختلف جغرافیایی و از قوم‌های مختلف و از نژادهای دیگر با هم زندگی و تحصیل می‌کنند.
- فعالیت‌ها و تکلیف‌های دانشگاهی در مقایسه با دبیرستان، متنوع‌تر و متعددتر است. انجام‌دادن پروژه‌های علمی و تحقیقاتی، ارتباط با مراکز مختلف تحقیقاتی و کاربردی، ارتباط با افرادی در رشته‌ها و حرفه‌های مختلف و... قسمتی از این وظایف است؛ علاوه بر این، مصاحبه، مشاهده، کارورزی، ایراد سخنرانی و... نمونه دیگری از فعالیت‌های آموزشی دانشجویان است.
- حجم مطالب درسی دانشگاه در مقایسه با دبیرستان بیشتر و سنگین‌تر است.
- معمولاً در دبیرستان دانش‌آموز فقط به درس

و تحصیل می‌پردازد؛ ولی عده‌ای از دانشجویان هم‌زمان با تحصیل کار می‌کنند یا در برنامه‌های مختلف اجتماعی و تفریحی فرهنگی فعالیت می‌کنند.

۷. هیئت‌رئیسۀ دانشگاه

هیئت‌رئیسۀ دانشگاه مرکب از رئیس و معاونان دانشگاه است که عبارت‌اند از:

۱. معاون آموزشی؛
۲. معاون پژوهشی؛
۳. معاون تحصیلات تکمیلی؛
۴. معاون دانشجویی؛
۵. معاون فرهنگی؛
۶. معاون اداری‌مالی؛
۷. معاون عمرانی.

برخی فعالیت‌های معاونت آموزشی

۱. ادارهٔ کلیهٔ امور آموزشی دانشگاه؛
۲. نظارت بر اجرای مقررات و آیین‌نامه‌های آموزشی؛
۳. ارزیابی عملکرد آموزشی دانشجویان و اعضای هیئت‌علمی.

برخی فعالیت‌های معاونت پژوهشی

۱. همکاری در ارائه خدمات علمی و فرهنگی و اجتماعی و برگزاری سمینارها و کنفرانس‌های علمی،
۲. نظارت بر کلیه امور پژوهشی دانشگاه و کتابخانه و بانک‌های اطلاعاتی.

برخی فعالیت‌های معاونت دانشجویی

۱. ادارهٔ کلیهٔ امور دانشجویی دانشگاه (امور تغذیه، خوابگاه، وام و...)
۲. تدوین و پیشنهاد اصول کلی مشاورهٔ دانشجویی؛
۳. برنامه‌ریزی امور فوق‌برنامهٔ دانشجویی.

برخی فعالیت‌های معاونت فرهنگی

۱. نظارت بر فعالیت‌های فرهنگی و سیاسی و اجتماعی دانشگاه؛
۲. برنامه‌ریزی برای گسترش و تعمیق ارزش‌های اسلامی و انقلابی در همه سطوح دانشگاهی؛
۳. برنامه‌ریزی و اجرای فعالیت‌های فوق‌برنامه با همکاری معاونت دانشجویی.

۸. نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در

دانشگاه

نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری، نهادی است که زیر نظر رهبر معظم انقلاب در کلیه دانشگاه‌ها و مراکز آموزش عالی، وظایف تصریح شده در اساسنامه را اجرا می‌کند.

برخی از وظایف این نهاد عبارت است از:

۱. تبیین مسائل سیاسی و اجتماعی و فرهنگی از طریق برگزاری جلسات، سخنرانی، بحث و مناظره، نشر مقالات و جزوات و...؛

۲. انجام دادن مسئولیت‌های روحانیان در محیط دانشگاه، مانند اقامه نمازجماعت و برپایی مجالس و محافل مذهبی و اهتمام به تعظیم شعائر اسلامی و مراسم مذهبی؛

۳. اجرای برنامه‌های آموزشی و پژوهشی و تربیتی در زمینه علوم و معارف اسلامی، از قبیل برگزاری گردهمایی‌ها و نشست‌های تخصصی و جلسات پاسخ به سؤالات؛

۴. هدایت تشکل‌ها و نهادها و حرکت‌های اسلامی دانشجویی و دانشگاهی و تقویت فعالیت‌های اسلامی در دانشگاه؛

۵. همکاری با نهادها و مراکز حوزوی و دانشگاهی و پشتیبانی از آنها برای تقویت پیوند حوزه و دانشگاه؛

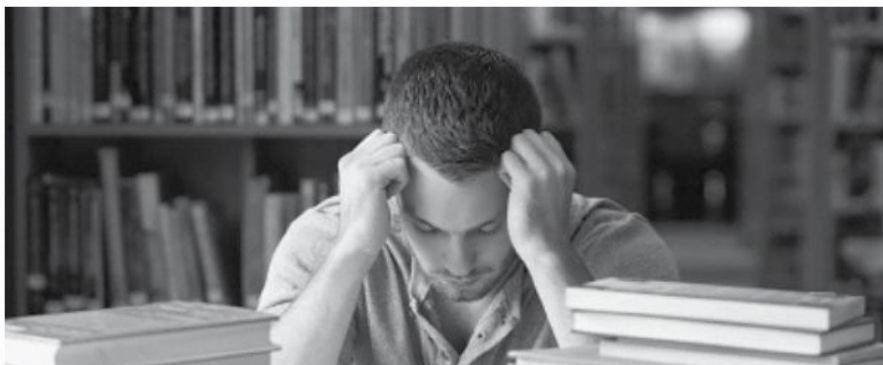
۶. نظارت بر رعایت موازین اسلامی و ارزش‌های انقلابی در اداره امور دانشگاه‌ها و تشکل‌ها و فعالیت‌های فرهنگی و سیاسی اجتماعی مراکز هنری و ورزشی و خوابگاه‌های دانشگاهی و نیز نشریات داخلی دانشگاه.

۷. نظارت بر ارائه دروس معارف اسلامی.

فصل دوم: دانشجو و ویژگی های

دانشجویی

۱. دانشجو کیست؟



رهبر معظم انقلاب در تعریف کلمه دانشجو می‌فرماید:

کلمه دانشجو از لحاظ بار معنایی، حامل معنایی خیلی جالب‌توجه و مهم است. دانشجو، یعنی جوان طالب علمی که آینده در دست اوست... دانشجو یعنی جوان؛ چون دانشجویی قهراً مربوط به دوران جوانی است. طالب علم‌بودن و جست‌وجوی از دانش هم در کلمه دانشجو هست... دانشجو یعنی کسی که ناظر به آینده و متعلق به آینده است؛ آینده هم متعلق به اوست. ببینید این عناوین و مفاهیمی که در کلمه دانشجو گنجانده شده، خیلی مهم است؛ به همین دلیل اگر دانشجو از لحاظ جهت‌گیری فکری و سیاسی دچار انحراف باشد، مصیبت بزرگی خواهد بود.

اگر هدف دانشجو این باشد که درس بخوانم، برای اینکه زندگی شخصی خودم را آباد کنم، بقیه هرچه شد بشود، خطر خیلی بزرگی است. اگر جهت زندگی دانشجو این باشد که به مسائل

جامعه و آنچه می‌گذرد، بی‌اهمیت، بی‌اهتمام،
بی‌علاقه و بی‌مبالا باشد، مصیبت خیلی بزرگ
است.

فرض بفرمایید به دانشجو گفته شود که بخشی از
نیروهای کشور دچار آفات عقیدتی و فکری‌اند، شانه
بالا بیندازد و بگوید «به من چه!»... این حالت
بی‌تفاوتی، مصیبت خیلی بزرگی است.
کسی که بناست فردا امور مملکت در دست او باشد،
این‌قدر نسبت به مسائل جامعه و سرنوشت مردم
بی‌اعتنا باشد، خیلی نگران‌کننده است. [۱۸]

۲. ویژگی‌ها و صفات دانشجو [۱۹]

۲.۱. دانشجو و پرسشگری

هرکجا پیشرفتی هست، هرکجا اختراعی هست، هرکجا مفاهیم نوینی مطرح شده است، هرکجا عمران و آبادانی هست، هرکجا موفقیت و پیروزی نصیب عده‌ای شده است، هرکجا ثروتی حاصل شده است، هرکجا فرهنگ و هنر تجلی یافته و هرکجا تمدنی شکل گرفته است، سؤالاتی مطرح بوده و عده‌ای عمر خود را صرف پاسخ به این سؤال‌ها کرده‌اند. دانشجو در هر وضعیتی پرسشگر و نقاد است و از سؤال کردن نمی‌هراسد و تا زمانی که به پاسخ پرسش خود نرسیده، آرام نمی‌گیرد. از هرکسی که توانایی پاسخ دارد، می‌پرسد و هر کتابی که لازم باشد، می‌خواند تا با رسیدن به پاسخ، قلب و روانش آرام گیرد.

۲.۲. دانشجوی و کتاب‌خوانی

هر کتاب یک دانشگاه است و با به‌پایان‌رساندن آن، شما فارغ‌التحصیل آن دانشگاه می‌شوید. هیچ لذتی با لذت مطالعه برابری نمی‌کند و دوران دانشجویی بهترین فرصت برای مطالعه است. در اولین روزهای ورود به دانشگاه، سراغ مسئول کتابخانه بروید و با او طرح دوستی بریزید؛ به‌گونه‌ای که نام شما در خاطرش حک شود. برنامه‌ی روزانه برای مطالعه داشته باشید و زمان و مکان مناسب برای مطالعه را در طول ترم برای خود مشخص کنید.

۲.۳. دانشجو و ارزشمندی زمان

زمان از طلا هم باارزش‌تر است، زمان معادل عمر و زندگی انسان است. عمر آدمی و به‌ویژه بهار زندگانی (جوانی) و از آن خاص‌تر، دوران دانشجویی بسیار گذرا و محدود است. راهکارهای بسیاری برای در دست‌گرفتن زمان وجود دارد که مهم‌ترین آن‌ها، اصل اولویت‌بندی امور است. می‌توانید در ابتدای هر ترم، کارهایی را که باید در طول ترم انجام دهید، یادداشت کنید و روزانه یا هفتگی، چگونگی انجام‌دادن آن‌ها را بررسی کنید.

۲.۴. دانشجو و هدف‌داری

هدف برای دانشجو، همچون فانوس دریایی برای کشتی است که مانع غرق‌شدنش در دریای زندگی می‌شود. انتخاب هدف موجب تمرکز قوای فکری دانشجو می‌شود، به او جدیت می‌بخشد، تردیدها و دوراهی‌ها را برای او حل می‌کند و به او سرعت عمل و انتخاب مؤثر و صراحت خاصی می‌بخشد. دانشجو می‌داند هر انتخابی باید دلایل کافی داشته باشد؛ پس انتخاب هدف باید مستدل و قابل‌دفاع باشد. دانشجوی هدف‌دار، اسیر ابتذال و روزمرگی نمی‌شود.

۲.۵. دانشجو و مسئولیت‌پذیری

مسئولیت‌پذیری عبارت است از الزام و تعهدی درونی از سوی فرد برای انجام‌دادن مطلوب همه فعالیت‌هایی که به‌عهده او گذاشته شده است. قبول آگاهانه مسئولیت‌ها و موفقیت در آنها، نه تنها به اعتمادبه‌نفس شما می‌افزاید، بلکه شما را برای پذیرش مسئولیت‌های بزرگ‌تر آماده می‌سازد. به‌خاطر داشته باشید مسئولیت‌پذیری زمانی در شما ماندگار می‌شود که عملاً وارد کارها شوید و مسئولیت قبول کنید، نه اینکه کنار بایستید و کاری انجام ندهید.

۲.۶. دانشجویان و حضور در بطن جامعه

دانشجویانی که در مرکز کشور تحصیل می‌کنند، به اقتضای موقعیتی که در آن قرار دارند، سیاسی‌ترند؛ ولی دانشجویان حاشیه کشور در حوزه مسائل اجتماعی فعال‌ترند. هر دوی این حالات با توجه به موقعیت محیطی توجیه‌پذیر است. دانشجویان باید آداب و رسوم مردم شهر تحصیل خود را بدانند، مشکلات و معضلاتی را بشناسند که گریبان‌گیر مردم شهر است، با تشکلهای و انجمن‌های اجتماعی همکاری کنند، از همایش‌ها و سمینارهایی که از سوی دانشگاه یا تشکلهای اجتماعی برگزار می‌شود، آگاه باشند و در صورت توان با آنها همکاری کنند و در نهایت برای حل و بهبود معضلات اجتماعی گام بردارند.

۲.۷. دانشجوی و پژوهش

دوران دانشجویی بهترین فرصت برای پژوهشگری است. در اهمیت پژوهش همین بس که پژوهش مایهٔ حیات دانش و اندیشه است و بدون آن علم رکود پیدا می‌کند و زایل می‌شود. پژوهش سبب می‌شود فرد توانایی‌های بیشتری از نظر علمی و عملی بیابد و از طریق افزایش بهره‌وری، کارایی بیشتری در حل مشکلات جامعه داشته باشد.

۳. انتظارات از دانشجویان

بر اساس بیانات رهبر معظم انقلاب، انتظارات و مطالبات از دانشجویان عبارت است از:

۳.۱. علم و تدین

دو عنصر اصلی در تربیت دانشجو هست: یکی عنصر علم و تحقیق و کارایی علمی و جوشیدن استعدادهای علمی است، یکی هم عبارت است از: روحیهٔ تدین و حرکت صحیح و سالم‌سازی معنوی و روحی دانشجو. این دو عنصر بایستی بدون تفکیک از یکدیگر، با قدرت و ظرفیت کامل کشور تعقیب بشود.

[۲۰]

۳.۲. خودسازی فکری و اخلاقی و انقلابی

به شما دانشجویان می‌گوییم، سنگربان این سنگر
شمایید. مواظب باشید خاکریزهایتان سست نشود.
دائم خاکریزها را ترمیم کنید. خاکریزها،
خاکریزهای فرهنگی و فکری است؛ این‌ها را ترمیم
کنید. خودسازی فکری و اخلاقی و انقلابی درونی
دانشجویان یک فریضه است. [۲۱]

۳.۳. تقویت روحیه عدالت‌خواهی

جوان دانشجوی، احساساتش در درجه اول متوجه عدالت‌خواهی است. آنچه بیش از همه دانشجوی را به خود متوجه می‌کند، عدالت‌خواهی است. این جهت را باید در او تقویت و تحکیم کنیم. [۲۲]

۳.۴. مطالبه عدالت و رفع فساد از

مسئولان نظام

چیزی که شما باید به آن اهتمام داشته باشید، خواست است. خواست عدالت و رفع فساد بسیار مهم است. این خواست‌ها باید وجود داشته باشد. در کنار این خواست‌ها، این‌طور هم نباشد که همه کارهایی را که مسئولان کرده‌اند، انسان زیر سؤال ببرد و مورد تردید قرار دهد. [۲۳]

۳. ۵. مستقل کردن کشور از همه جهت

امروز وظیفه شماست که تلاش کنید و هدف این تلاش هم عبارت است از: عزت بخشیدن به اسلام و استقلال بخشیدن به ایران اسلامی. کشورتان را از همه جهت مستقل کنید. البته مستقل بودن به معنای این نیست که در استفاده از خارج از مرزها را ببندیم. اینکه معقول نیست... این مسئولیت عظیم نسل جوان روشن فکر تحصیل کرده این کشور است. [۲۴]

۳. ۶. حقیقتاً درس خواندن

حقیقتاً باید در محیط‌های دانشجویی، در جست‌وجوی دانش باشید. آدم می‌بیند در بعضی از محیط‌های دانشجویی، دانشجو به معنای واقعی «دانش» جو نیست؛ یعنی در جست‌وجوی دانش نیست؛ یک چیز حفظی و سرهم‌بندی است. نگذارید این‌جوری شود. حقیقتاً جوینده دانش باشید و دانش را فقط خواندن متن ندانید. دانشجو بایستی پرسشگر، مُتعمِّق، اشکال‌کننده به استاد، جست‌وجوکننده از زوایا و گوشه‌کنارهای بحث علمی بار بیاید. [۲۵]

۳.۷. داشتن درک سیاسی

دانشجویی که اصلاً نفهمد در دنیا چه می‌گذرد، این دانشجو، دانشجوی زمان خودش نیست؛ مرد زمان خودش نیست. دانشجو باید احساس سیاسی داشته باشد، درک و تحلیل سیاسی داشته باشد. [۲۶]

دانشجو اگر قدرت تحلیل سیاسی نداشته باشد، فریب می‌خورد و فریب‌خوردن دانشجو، درد بزرگی است. [۲۷]

۳.۸. به‌صراحت حرف‌زدن

بدترین اشکال وارد بر محیط دانشجویی این است که دانشجو دچار محافظه‌کاری شود و حرفش را با ملاحظه‌موقع و مصلحت‌خیالی بیان کند. نه! دانشجو باید حرفش را صریح بزند. البته در کنار این صراحت در بیان، صداقت در نیت هم باید وجود داشته باشد و در کنار او، سرعت در پذیرش خطا، اگر ثابت شد که خطاست... این به‌نظر من یکی از بهترین شاخصه‌های دانشجویی است. [۲۸]

۳. ۹. دانشجو؛ افسر جوان جبهه جنگ نرم

در این جنگ نرم، شما جوان‌های دانشجو، افسران جوان این جبهه‌اید. نگفتیم سربازان؛ چون سرباز فقط منتظر است که به او بگویند پیش، برود جلو؛ عقب بیا، بیاید عقب؛ یعنی سرباز هیچ‌گونه از خودش تصمیم‌گیری و اراده ندارد... . افسر جوان، تو صحنه است: هم به دستور عمل می‌کند، هم صحنه را درست می‌بیند. با جسم خود و جان خود صحنه را می‌آزماید. دانشجو نقشش این است. [۲۹]

۴. اهمیت فعالیت‌های دانشجویی برای

آینده یک دانشجو

نباید دانشجویان را صرفاً در درس خواندن محدود کنیم؛ چراکه بخش مهمی از فرایند دانشجویی در فعالیت‌های فرهنگی و هنری و اجتماعی آن است. چنین فعالیت‌هایی موجب رشد عمیق در علایق و اهداف دانشجو می‌شود، سبب افزایش دغدغه‌مندی و تعهد و مسئولیت‌پذیری می‌شود، پذیرش افکار مخالف را آسان می‌کند، موجب پرورش و تعالی احساسات و انگیزه‌های متعالی می‌شود، توانایی انجام‌دادن کارهای گروهی را می‌افزاید و قدرت تعامل و شناخت ارکان موجود در جامعه را به فرد می‌دهد. جمع این‌ها باعث می‌شود بخش مهمی از وجود و هویت فرد تعالی یابد؛ لذا دانشجوی موفق دانشجویی است که هم خوب درس بخواند و هم دغدغه‌های معنوی و اخلاقی داشته باشد و هم به فعالیت‌های دانشجویی بپردازد.

تحصیل در دانشگاه، فقط تحصیل سرفصل‌های دانشگاهی نیست؛ بلکه تحصیل در فضای دانشگاه نیز هست. دانشجو باید موضوعاتی را از دانشگاه فرابگیرد که به صورت غیررسمی تحصیل می‌شود. [۳۰]

۵. مشکلات مسئله‌ساز دانشجویان

از دیدگاه رهبر معظم انقلاب مشکلاتی وجود دارد که ممکن است برای دانشجویان مسئله‌ساز شود. در این قسمت، فهرست‌وار به این مشکلات اشاره می‌کنیم.

۵. ۱. دچارشدن به ابتذال و بی‌اعتنایی و نفوذپذیری در مقابل فرهنگ‌های بیگانه و

مضر

واقعیت قضیه این است که دانشگاه محیطی است که به‌خاطر کثرت جوان در سنین خاص و وجود زن و مرد، در معرض انواع و اقسام انگیزه‌ها و گرایش‌های اخلاقی و فرهنگی ناسالم قرار گرفته است. دانشجو غیر از آن جوان در بازار است که نه از مجله خارجی، نه از کتاب خارجی و نه از معارف بیرون این مرز اصلاً مطلع نیست. دانشجو قاعدتاً اطلاع پیدا می‌کند و آگاه و هوشیار است و معارف دنیا برایش مطرح می‌شود. پس این فرد در معرض نفوذ آسیب‌های فرهنگی و بی‌مبالاتی در مقابل دین و بی‌تفاوتی در مقابل ارزش‌های دینی و انقلابی است. [۳۱]

۵. ۲. آسیب‌پذیری در مقابل لغزش‌ها و

انحراف‌های فکری

الان در دنیا تفکراتی هست که جاده‌صاف‌کن تسلط استعماری نوع جدید آمریکا و اروپا بر همهٔ دنیا است؛ یعنی ایجاد جوامع دموکراتیک به سبک غربی... طرح جامعهٔ باز از همین نمونه‌هاست... جوان دانشجو در معرض هجوم این تفکرات از انواع و اقسامش است.

[۳۲]

۵. ۳. مدرک‌گرایی و توجه وافر به زندگی

مادی

جوان دانشجو که کارش تحصیل علم است، به این سمت کشانده و رانده شده که به فکر آینده و دکان آینده و کار آینده و پول و اینکه کدام رشته پردرآمدتر است و کدام رشته توانایی‌های بیشتری به آدم می‌دهد، باشد. [۳۳]

۵. ۴. آلت دست جریان‌ات سیاسی شدن

گاهی اوقات دانشجو خودش هیچ ایده و انگیزه سیاسی خاصی ندارد؛ اما آلت دست یک جریان و گروه سیاسی کار قرار می‌گیرد که آن‌ها او را چماق می‌کنند و به سر هرکسی که می‌خواهند، می‌زنند.

[۳۴]

۵. ۵. ابهام در جریان‌ها و عملکردها

دانشجو به‌طور طبیعی روشن‌فکر است و نسبت به اوضاع جاری کشور، صاحب‌نظر و صاحب‌فکر و صاحب‌عقیده است و می‌خواهد اظهارنظر کند. دانشجو به این قانع نیست که بگویند ما این‌طور تشخیص داده‌ایم و می‌خواهیم عمل بکنیم...؛ دلش می‌خواهد وجه این کار را بداند. اگر ندانست، تدریجاً دچار شبهه و ابهام می‌شود. [۳۵]

۵. ۶. بی‌هویتی و فقدان درک رسالت واقعی

در قبال جامعه، خودش، تاریخ و آینده

دانشجو حقیقتاً نمی‌داند الان چه‌کاره است و در آینده چه نقشی خواهد داشت...؛ به عبارت دیگر رسالت حقیقی دانشجو، برای خود او درست روشن نیست. [۳۶]

فصل سوم: جوان و جوانی



جوانی بهار زندگانی و ارزشمندترین هدیه‌ای است که دست روزگار، تنها یک بار فرصت بهره‌گیری از آن را به انسان می‌بخشد. نشاط و شادابی، تحرک و قدرت و انگیزه‌های بلند رویش و پوییش، ره‌آورد بوستان جوانی است و در یک جمله، جوانی چراغ روشن شب پیری است.

دربارهٔ محدودهٔ سنی جوانی آرای دانشمندان بسیار متفاوت است. برخی سن جوانی را ۲۰ تا ۴۰ سالگی می‌دانند. بعضی دیگر ۱۵ تا ۲۹ سالگی [۳۷] را محدودهٔ جوانی دانسته‌اند. در هر حال بازهٔ زمانی جوانی هرچه باشد، این دوران زمینه‌ساز تحولات سرنوشت‌ساز جسمی و روحی و عاطفی است.

ویژگی‌های جوانی

شناخت ویژگی‌های جوانی باعث می‌شود جوان، فرصت مناسب و مغتنمی به‌دست آورد و با حقیقت خود آشنا شود و در سایهٔ این شناخت، کاستی‌ها را بشناسد و از سرمایه‌های ارزشمند خویش بهرهٔ کامل بگیرد. کسی که گنج وجودی خویش را در دورهٔ جوانی بشناسد و نیروهای بالقوهٔ خود را استخراج کند و به آن‌ها شکل مناسب دهد، می‌تواند استعدادهای خود را در مسیر صحیح جهت‌دهی کند. جوانی آن‌چنان قدر و قیمتی دارد که پیامبر خدا(ص) در روایتی می‌فرمایند:

«محبوب‌ترین خلایق نزد خدای عزوجل، جوان نورسته‌ای است که جوانی و زیبایی خود را برای خدا و در راه طاعت او بگذارد. خداوند رحمان به وجود چنین جوانی بر فرشتگانش می‌نازد و می‌فرماید: 'این است بندهٔ راستین من.'» [۳۸]

جوانی ویژگی‌هایی دارد که لازم است هر جوانی آن‌ها را بشناسد و با درک ظرافت‌های آن‌ها، خود را کنترل کند و نیازهایش را با موازین متعالی دین و اخلاق هماهنگ سازد و رفتاری نسبتاً متعادل و پسندیده را سامان دهد. مهم‌ترین خصلت‌هایی که هر جوان، آگاهانه یا ناخودآگاه با آن‌ها انس دارد و بیشتر حرکت‌های او مثل منش و طرز رفتار، لباس پوشیدن، آرایش، الگوها و هدف‌هایش را تشکیل می‌دهد، مسائل زیر است:

۱. استقلال طلبی

جوانی که از بحران بلوغ عبور می‌کند، در حقیقت مقدار زیادی از وابستگی‌های خانوادگی را پشت سر می‌گذارد و در پی این است تا هویتی جدید و مستقل را تجربه کند. البته خود جوان نباید فکر کند که بی‌نیاز شده است و تحت تأثیر شورونشاط و قدرت‌های جوانی، از تجربیات پدر و مادر و مربیان و عقلای قوم روی‌گردان شود؛ بنابراین حس استقلال طلبی به معنای پذیرش شخصیت جوان و اعتماد به نفس، خوب است و جوان باید خود را دارای این قابلیت‌ها بداند؛ اما نه به مفهوم جدایی طلبی و غرور بیجا. [۳۹]

۲. هویت‌طلبی

جوان در جست‌وجوی هویت خویش است و به همین دلیل به تلاش‌ها و برون‌فکنی‌ها و خودنمایی‌ها و گاه سکوت و گوشه‌نشینی و انزوا پناه می‌برد. این مجموعه نشان از بالندگی و تحرک اوست. او حق دارد بداند کیست و چه توانایی‌ها و احساسات و عواطفی دارد تا برای آن‌ها برنامه بریزد و اهداف راستین خود را تحقق بخشد. این آگاهی باعث می‌شود که جوان کرامت انسانی خود را حفظ کند و ارزش واقعی خود را بداند و خود را به بهای کم نفروشد. راز تسلیم‌شدن برخی جوان‌ها در برابر هوس‌های زودگذر و الگوهای ناسالم وارداتی همین شناخت‌نداشتن است.

بزرگ‌ترین بدبختی، جهل درباره‌ی خویش و پناه‌بردن به هیجانات مصنوعی زودگذر و سطحی است. آری، درک‌داشتن از هویت خویش باعث می‌شود جوان فریب زرق‌وبرق‌ها را نخورد و گرفتار بن‌بست‌هایی نشود که در بین جوانان بی‌هویت غربی رایج است؛ مانند اعتیاد، خشونت، تجاوز، سرقت، قمار، و موسیقی ناسالم.

نقش اساسی دین این است که با نشان‌دادن سرمایه‌های بسیار به انسان عزتش را به او یادآور می‌شود تا به کارهای حقیر و آرمان‌های پست و کوچک قانع نشود. [۴۰]

۳. عاشق‌پیشگی

حالت عاشق‌پیشگی به شدت بر سال‌های جوانی سایه می‌افکند؛ البته نمی‌توان خصوصیات مثبت دیگر، مانند عرفان‌طلبی و اخلاق‌گرایی و معنویت‌خواهی را انکار کرد؛ اما مشکل اصلی این است که موقعیت گوناگون افراد و حساسیت این دوره و دسترسی‌نداشتن به رهنمودهای لازم، موجب اشتباه در انتخاب محبوب حقیقی می‌شود و جوان محبوب‌هایی را برمی‌گزیند که دردی از او دوا نمی‌کند. در همین موضوع مشاهده می‌کنیم قهرمانان بی‌معیار و گاه فریب‌کار (هنرپیشه‌ها و خوانندگان)، یا افرادی از جنس مخالف، سوژه این عشق می‌شوند و متأسفانه چون این عشق ریشه محکمی ندارد، پایدار نمی‌ماند.

البته قهرمانان را می‌توان دوست داشت؛ اما نمی‌توان آن‌ها را همچون محبوب حقیقی قبول کرد. قلب، خانه محبوب دیگری است تا انسان را رشد و کمال بدهد. عشق به جنس مخالف، چه برای پسر و چه برای دختر، باید در بستری سالم ارضا شود و آن تشکیل خانواده است. محبوب واقعی کسی است که کامل، بی‌نیاز، دارا، توانا، زیبا و مهربان باشد و آن کسی جز خدای بی‌نیاز نیست و این انتخابی درست و جاودانه است که پاسخ‌گوی همه ابعاد وجود آدمی است. [۴۱]

۴. خودشیفتگی

خداوند غریزه خوددوستی و خودخواهی را در وجود ما نهاده است و این حس موجب حفظ و مصونیت انسان از خطرهای می‌شود؛ اما هیچ‌چیز در شکل افراطی آن سرانجام خوبی ندارد. خودشیفتگی موجب تضعیف حس احترام به دیگران و شناختن حق آن‌هاست. گاهی مشاهده می‌شود که ساعات زیادی از عمر یک جوان در برابر آینه و آرایشگاه ضایع می‌شود و با اندک تغییری در مد، لباس‌های خوبی کنار گذاشته می‌شود... و این خودشیفتگی گاه به از خودبیگانگی منتهی می‌شود. این احساس اگر هدایت نشود، موجب از بین رفتن اطمینان و اعتماد به نفس در بین جوانان می‌شود و جامعه را که به ایثار و فداکاری نیازمند است، راکد نگه می‌دارد و خود فرد را ساکن و دچار عقب‌گرد می‌کند.

اما اگر جوان در مسیر صحیح قرار بگیرد، از خودشیفتگی به خدایشیفتگی می‌رسد، روح فداکاری را در جامعه زنده می‌کند و از محور بسته خویش بیرون می‌آورد. جوان با این حرکت نیروهای باطنی خود را آزاد می‌کند و استعدادهایش بالاتر از شکوفایی جهت می‌یابد و به‌رویش می‌رسد. نمونه بارز این حرکت صحیح، خیزش بزرگ انقلاب اسلامی است که جوانان را متحول ساخت و در کوره گداخته جنگ، ناب ناب کرد و اکنون کشور ما از حماسه‌ها، جوانمردی‌ها، ایثارها و عشق‌ها نمونه‌هایی سراغ دارد که سینه تاریخ گنجایش آن را

ندارد. شهید مهدی باکری، فرمانده لشکر عاشورا،
خودش را همیشه بسیجی قلمداد می‌کرد. حتی
نزدیک‌ترین افراد لشکر نیز نمی‌دانستند او مهندس
است. [۴۲]

۵. سایر ویژگی‌ها

از جمله خصلت‌های دیگر جوان، می‌توان به زیبایی‌دوستی، زینت‌گرایی و آراستگی، نوآوری و نوگرایی، پرسشگری، تفاخرگرایی، تغییرگرایی، تغییرپذیری و جدل و مجادله اشاره کرد. البته باید متذکر شد که خصلت‌های یادشده در افراد مختلف با شدت‌های گوناگون و در زمان‌های متفاوت بروز می‌کند و این‌گونه نیست که شخص یک مرتبه به این‌ها دست یابد. نکته‌ی دیگر اینکه بروز خصلت‌های مذکور در جوانی، در صورتی که در مسیر صحیح قرار گیرد، ممکن است به فرصت تبدیل شود و اگر با برنامه‌ریزی و سیاست‌گذاری دقیق همراه نباشد، چه‌بسا به تهدیدی جدی تبدیل شود. جوان اگر بتواند خودش را مهار و مدیریت کند، بهترین ظرفیت و موقعیت را برای رشد و کمال و تعالی خواهد یافت. [۴۳]

فصل چهارم: جوان در آینه رهنمودهای

رهبر معظم انقلاب

۱. اهمیت جوانی

۱.۱. جوانی؛ نعمتی بزرگ



جوانی یک نعمت بزرگی است که یک بار به هر انسانی داده می‌شود. یک دوره معینی هم دارد. از آن دوره که گذشتید، از برکات آن دوره می‌توانید استفاده کنید... اشتباه است اگر خیال کنیم می‌شود جوانی را کلاً به غفلت گذرانند؛ اما در پیری یک انسان ذاکر و شاکر خدا بود. نخیر، نمی‌شود. این ذخیره‌ای که شما در جوانی فراهم می‌کنید، این ذخیره همه عمر شماست تا آخر؛ چه ذخیره جسمی، چه ذخیره فکری، چه ذخیره قلبی و روحی. این ذخیره شماست تا آخر عمر و ذخیره ابدی شماست برای زندگی ابدی که حیات واقعی آنجاست. [۴۴]

۱. ۲. بهترین دوران برای فراگیری

جوانی بهترین دوران برای فراگیری است. به تعبیر بهتر، جوانی بهترین زمان و موقعیت برای صیروت واقعیت انسانی است. این فراگیری فقط فراگیری مغز شما نیست؛ فراگیری دل و جان شما نیز هست. بسیاری از خصوصیات والای انسان فقط در جوانی قابل کسب است. [۴۵]

۱. ۳. جوان؛ سرشار از امید و نشاط

جوان سرشار از امید و نشاط است و مایل است کاری را به او محول کنند و آن را با شجاعت و خطرپذیری انجام دهد. [۴۶]

۱. ۴. بهترین دوران برای خودسازی

از خودتان مراقبت کنید. مراد من مراقبت فیزیکی نیست؛ مراقبت کنید در معنویت، در تهذیب نفس. این به شما کمک خواهد کرد. شما جوانید، دل‌هایتان پاک است، روح‌هایتان شفاف است. دست‌یافتن به رتبه‌ها و مقامات معنوی و روحی در سنینی که شما هستید، شاید بتوان گفت ده برابر آسان‌تر است برای کسی در سنین من. شما جسم یک ژیمناست جوان را در حرکات گوناگون نگاه کنید. ببینید چقدر عضلات و بندهای بدن او قابل‌انعطاف‌اند که یک آدم مسنی، مثل بنده به‌هیچ‌وجه یک‌صدم آن را هم نمی‌تواند برای خودش به‌وجود بیاورد. این قدرت انعطاف، یک توانایی است و عین همین در روح وجود دارد، در جان انسان، در دل انسان وجود دارد.

[۴۷]

۲. وظایف جوان انقلابی

۲.۱. خودسازی

جوانان خودسازی کنند؛ هم خودسازی علمی، هم خودسازی اخلاقی و معنوی و دینی، هم خودسازی جسمی. [۴۸]

در کنار تحصیل علم و دانش، از فرصت جوانی برای تهذیب نفس و انس با خدا و آشنایی عمیق با معارف اهل بیت (عهم) بهره ببرید. [۴۹]

۲.۲. عدالت‌خواهی

یک لحظه از درخواست و مطالبه عدالت کوتاهی نکنید؛ این شأن شماست. جوان و دانشجو و مؤمن، شأنش همین است که عدالت را بخواهد. پشتوانه این فکر هم با همه وجود خودم هستم و امروز بحمدلله نظام هست... . گفتمان عدالت‌خواهی را فریاد کنید؛ اما انتقاد شخصی و مصداق‌سازی نکنید.

[۵۰]

۲.۳. رفتار اندیشمندان و عاقلانه و اخلاقی

از جمله چیزهایی که به‌خصوص در رابطه با جوانان لازم است به آن‌ها گفته شود و آن‌ها به آن هدایت شوند، سوق‌دادن آنان به اندیشیدن، تعقل، اخلاق اسلامی، حلم، اجتناب از شتاب‌زدگی و عجله در امور، اجتناب از تندخویی و اعمال خشونت است. در محیط اسلامی آن وقتی می‌شود حقایق را به اعماق دل‌ها نفوذ داد که زبان لَیِّن، رفتار اندیشمندان و عاقلانه در میان باشد. [۵]

۲. ۴. انس با قرآن

اگر جوان مسلمان با قرآن انس پیدا کند و فرصت تدبیر در قرآن را به خود بدهد، بسیاری از شبهات دشمنان بی‌اثر خواهد شد. [۵۲]

انس با قرآن خیلی خوب است. هر روزی یک مقدار قرآن بخوانید؛ ولو نیم‌صفحه. مواظب باشید ترک نشود. قرآن را باز کنید؛ نیم‌صفحه، دو آیه، با توجه بخوانید. [۵۳]

۲.۵. شناخت نظام سلطه

نظام سلطه را با تمام ابعاد و لایه‌هایش بشناسید و اهداف و راهبردهای واقعی آن را تحلیل کنید و برای رویارویی با آن، تمام ظرفیت‌های خودتان را به کار گیرید. [۵۴]

۲.۶. کتاب‌خوانی و افزایش مطالعه

من گمانم این است هرکسی، هر جوانی و هر دانشجویی که بداند این انقلاب و این نظام، کشور را از دست چه گرگ‌های خون‌آشامی گرفته و چه زحماتی را در این ۲۲ سال تحمل کرده تا به اینجا رسیده و چه دشمنی‌هایی با آن شده و الان هم در کمین آن است، کاملاً می‌فهمد که در این نظام چه باید بکند؛ یعنی وظیفه خودش را حس می‌کند و تشخیص می‌دهد. جوان ایرانی، هم روشن‌بین و باهوش است، هم سیاسی است؛ لذا جای ابهام باقی نمی‌ماند؛ بنابراین علاجی که من پیشنهاد می‌کنم، کتاب‌خوانی، افزایش مطالعه و کشاندن اجتماعات دانشجویی به بحث‌های صحیح و حقیقی، نه بحث‌های انحرافی است. [۵۵]

۲.۷. احساس مسئولیت آگاهانه

آنچه برای شما جوانان مثل دیگران مهم است، عبارت است از احساس مسئولیت آگاهانه... احساس مسئولیت، یعنی انسان همان طور که به فکر زندگی، معیشت، اشتغال، ازدواج و هرچیز مربوط به خود است، نسبت به اهدافی که از خود او فراتر است هم احساس مسئولیت کند؛ اهدافی که به خود او محدود نمی‌شود؛ بلکه مربوط به مجموعه، ملت، تاریخ و بشریت است. انسان باید در قبال این هدف‌ها هم احساس وظیفه، تعهد و مسئولیت داشته باشد. هیچ انسان و هیچ جامعه‌ای بدون این احساس تعهد، به قله‌های رفیع سعادت نخواهد رسید. این احساس مسئولیت و تعهد باید آگاهانه باشد. فرد باید بداند که به دنبال چه چیزی است و موانع راه را بشناسد. این امر همان احساس مسئولیت آگاهانه است. [۵۶]

۲.۸. تحصیل، تهذیب، ورزش

دورهٔ جوانی، دورهٔ توانایی است. این توانایی در چه چیزهایی باید به‌کار رود؟ به‌اعتقاد من عمدتاً در تحصیل علم، در ایجاد صفای نفس و روحیهٔ تقوا در خود و ایجاد نیروی جسمانی در خود که ورزش باشد، به‌کار رود. این سه مورد عمده است؛ یعنی اگر در یک جملهٔ کوتاه از من بپرسند که شما از جوان چه می‌خواهید؟ خواهم گفت: تحصیل، تهذیب و ورزش.

[۵۷]

۲.۹. برخورد جدی دربارهٔ مسائل اساسی

کشور

ما از جوانان عزیزمان، چه دختران و چه پسران، توقع داریم که درمورد مسائل اساسی کشور جدی باشند و جدی برخورد کنند. پیشنهاد می‌کنم روی این مسئله «جدی بودن» فکر کنید. بعد خواهید دید خیلی از کارهایی که در گوشه‌وکنار انجام می‌گیرد، ناشی از جدی‌نبودن است. [۵۸]

۲. ۱۰. احساس مسئولیت دربارهٔ مسائل

انقلاب

قشر جوان بایستی همیشه نسبت به مسائل انقلاب احساس مسئولیت کند و خودش را از مسائل انقلاب برکنار نداند. انقلاب، امروز چه تکلیفی را به او املا می‌کند؟ از او چه می‌خواهد؟ او چه نقشی می‌تواند در پیشبرد انقلاب داشته باشد؟ وظیفهٔ او چیست؟

[۵۹]

۲. ۱۱. داشتن فهم سیاسی

عالم‌ترین عالم‌ها و دانشمندترین دانشمندان را هم اگر مغز و فهم سیاسی نداشته باشند، دشمن با یک آب‌نبات‌تُرش می‌تواند به آن طرف ببرد، مجذوب خودش کند و در جهت اهداف خودش قرار دهد! این نکات ریز را باید جوانان ما درک کنند. [۶۰]

بنده دلم می‌خواهد جوانان ما، شما دانشجویان، چه دختر و چه پسر و حتی دانش‌آموزان مدارس، روی ریزترین پدیده‌های سیاسی دنیا فکر کنید و تحلیل بدهید. گیرم که تحلیلی هم بدهید که خلاف واقع باشد! [۶۱]

۲. ۱۲. حراست از نظام

جوان با هوشیاری و حوصله و همت جوانی‌اش باید در محیط کار، تحصیل و مسئولیت‌های آینده، همه همتش این باشد که از نظام حراست کند. [۶۲]

فصل پنجم: اهمیت علم و علم آموزی



پیدایش علم با خلقت بشر برابری می‌کند و همواره انسان درصدد آن بوده که بفهمد و درک کند. علم و معرفت در زندگی انسان جایگاه ویژه‌ای دارد. علم، راه سعادت و تکامل و راه ساختن را به انسان می‌آموزد. علم، انسان را توانا می‌کند تا آینده را همان‌گونه که می‌خواهد بسازد. علم مانند ابزاری در اختیار خواست انسان قرار می‌گیرد تا طبیعت را آن‌چنان که می‌خواهد و فرمان می‌دهد، بسازد.

همه مکاتب بشری و ادیان الهی بر کسب دانش تأکید می‌کنند و پیشرفت و ترقی در مسیر علم را افتخارآمیز می‌شمرند؛ اما بی‌تردید دین اسلام بیش از هر دین و آیین دیگری به علم بها داده و انسان‌ها را به تعلیم و تعلم فراخوانده است. دهها آیه در قرآن و صدها روایت در سخنان اهل بیت (عهم) در بیان اهمیت علم، جایگاه، اقسام، شروط و مسائل علم و آموزش و نیز مذمت جهل و آثار آن آمده است. در این فصل به نکاتی از قرآن کریم و احادیث ائمه (عهم) و بیانات رهبر معظم انقلاب اشاره خواهیم کرد.

۱. علم در قرآن

قرآن کریم در آیات متعدد، انسان را به فراگیری دانش و شناخت رازهای هستی و اسرار عالم آفرینش دعوت می‌کند و در برابر دیدگان مردم، افق تازه‌ای می‌گشاید و معرفت را وظیفه‌ای قطعی قلمداد می‌کند.

۱. ۱. اولین کلام جبرئیل

در ابتدای بعثت پیامبر اکرم(ص) و آغاز وحی، اولین کلماتی که جبرئیل بر پیامبر(ص) نازل کرد و به آن حضرت گفت، این جملات بود: >اقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ... الَّذِي عَلَّمَ بِالْقَلَمِ< [۶۳] (بخوان، به نام پروردگارت که خلق کرد... آن که آموخت با قلم.) در این ابتدایی‌ترین آیات وحی، دو کلمه «بخوان» و «قلم» خودنمایی می‌کند که بر اهمیت علم و خواندن و قلم دلالت می‌کند.

۱. ۲. بلندی مرتبه عالمان

خداوند در آیه یازده سوره مجادله می‌فرماید: >يَرْفَعِ
اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا مِنْكُمْ وَ الَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ
دَرَجَاتٍ< [۶۴] (خداوند کسانی را که ایمان آورده‌اند و
کسانی را که دانش داده شده‌اند، درجه‌ها بالا می‌برد.)

۱. ۳. شرط درک اسرار هستی

قرآن کریم درک اسرار هستی را ویژه دانشمندان می‌داند و می‌فرماید: > **وَمِنْ آيَاتِهِ خَلْقَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَ اخْتِلَافُ أَلْسِنَتِكُمْ وَ أَلْوَانِكُمْ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِّلْعَالَمِينَ**< [۶۵] (از نشانه‌های او آفرینش آسمان‌ها و زمین و تفاوت زبان‌ها و رنگ‌های شماست و این‌ها نشانه‌هایی برای دانشمندان است.) به عبارت دیگر تنها عالمان و دانشمندان هستند که با پذیرش رنج تعلیم و فراگیری علوم، اسرار و رازهای پدیده‌های هستی را درمی‌یابند و از کشف آن‌ها مسرور می‌شوند. این شادی و لذتی است که برای محرومان این عرصه اصلاً فهمیدنی نیست.

۱. ۴. بصیرت و کوری

قرآن کریم علم را مایه بصیرت و روشنایی دل و جان معرفی کرده و در مقابل از نادانی به کوری و تاریکی یاد کرده است: >هَلْ يَسْتَوِي الْأَعْمَىٰ وَ الْبَصِيرَ< [۶۶]
(آیا نابینا و بینا یکسان است؟) بدیهی است که این دو یکسان نیست.

۲. عظمت علم و عالم در روایات

اهل بیت (عهم)

پیامبر اکرم (ص): «اگر روزی بر من بیاید که در آن روز بر دانش خود چیزی نیفزایم که به خداوند متعال نزدیکم گرداند، طلوع خورشید آن روز بر من مبارک مباد.» [۶۷]

امام علی (ع): «دانش، گمشده مؤمن است.» [۶۸]
امام علی (ع): «دانایی، ریشه هر خوبی است. نادانی، ریشه هر بدی است.» [۶۹]

پیامبر اکرم (ص): «بارزش‌ترین مردم کسانی هستند که از دانش بیشتری برخوردارند و کم‌ارزش‌ترین مردم کسانی هستند که دانش کمتری دارند.» [۷۰]

پیامبر اکرم (ص): «دانشمند در میان مردمان نادان، مانند زنده‌ای است در میان مردگان.» [۷۱]

پیامبر اکرم (ص): «برتری عالم بر عابد، مانند برتری ماه شب چهارده است بر دیگر ستارگان.» [۷۲]
پیامبر اکرم (ص): «هرکه در جست‌وجوی بابی از دانش برآید تا به وسیله آن خود یا آیندگان را اصلاح کند، خداوند به‌شمار ریگ‌های ریگستان برایش پاداش نویسد.» [۷۳]

امام صادق (ع): «همه اشیا، حتی ماهیان دریاها و مرغان هوا برای جوینده دانش، طلب‌آمزش می‌کنند.» [۷۴]

پیامبر اکرم (ص): «آدمی کامل نشود مگر آنگاه که ده خصلت در او فراهم آید... و تا زنده است از دانشجویی خسته نشود.» [۷۵]

پیامبر اکرم(ص): «برتری عالم بر دیگران، همچون
برتری پیامبر بر امت خود است.» [۷۶]

۳. تشویق به دانش‌اندوزی بدون قید و شرط

تحصیل علم از نظر اسلام ضرورتی است مطلق و هیچ قید و شرطی ندارد. نه محدودیت زمانی دارد، نه محدودیت مکانی، نه محدودیت جنسیتی و نه هیچ قید دیگری؛ از این رو در روایات هیچ مانعی برای کسب علم بیان نشده است.

به روایات زیر به‌عنوان شاهد اشاره می‌کنیم:

۳. ۱. نبود مانع جنسیتی: پیامبر اکرم (ص) فرمودند:

«طَلَبُ الْعِلْمِ فَرِيضَةٌ عَلَى كُلِّ مُسْلِمٍ وَ مُسْلِمَةٍ» [۷۷]

(کسب دانش بر هر زن و مرد مسلمان واجب است.)

طبق این حدیث، فریضه علم، اختصاصی به صنف یا

جنس خاص ندارد و زن و مرد و پیر و جوان

نمی‌شناسد.

۳. ۲. نبود مانع زمانی: پیامبر اکرم (ص) فرمودند:

«أَطْلُبُوا الْعِلْمَ مِنَ الْمَهْدِ إِلَى اللَّحْدِ» [۷۸] (از گهواره تا

گور دانش بجویید.)

ممکن است فریضه و تکلیفی از لحاظ زمان،

محدودیت داشته باشد و نتوان در هر زمانی به آن

پرداخت؛ مثلاً زمان روزه واجب در ماه رمضان است،

نماز در هر نوبت ساعت مشخصی دارد که خارج از آن

قضا می‌شود؛ ولی وقت تحصیل علم هر آن و هر

لحظه است.

۳. ۳. نبود محدودیت مکانی: پیامبر اکرم (ص)

فرمودند: «أَطْلُبُوا الْعِلْمَ وَ لَوْ بِالصَّيْنِ» [۷۹] (دانش را فرا

بگیرید، گرچه در چین باشد.)

به دنبال علم باشید؛ ولو اینکه مجبور شوید به

دورترین نقاط جهان، مانند چین سفر کنید.

ظاهراً علت اینکه در این روایت از چین نام برده شده، این است که در آن زمان، مردم، چین را دورترین نقطه جهان می‌دانستند یا اینکه در آن روزگار، چین به‌عنوان مهدی علمی، مطرح بوده است. طبق فرمایش این حدیث، تحصیل علم جا و مکانی نمی‌شناسد. هر جا علم هست، همان جا جای تحصیل علم است.

۳. ۴. نبود محدودیت در رفتن به محضر استاد: امیرالمؤمنین علی(ع) فرمودند: «خُذُوا الْحِكْمَةَ وَلَوْ مِنْ الْمُشْرِكِينَ» [۸۰] (علم و حکمت را فراگیرید، گرچه از مشرکان باشد) و در روایت دیگری فرمودند: «الْحِكْمَةُ ضَالَّةُ الْمُؤْمِنِ فَخُذِ الْحِكْمَةَ وَ لَوْ مِنْ أَهْلِ النَّفَاقِ» [۸۱] (حکمت و علم، گمشده هر مؤمنی است، آن را فراگیر؛ گرچه از دهان منافقان باشد).

۳. ۵. نبود هیچ عذر و بهانه‌ای: امام صادق(ع) فرمودند: «طَلَبُ الْعِلْمِ فَرِيضَةٌ فِي كُلِّ حَالٍ» [۸۲] (فراگرفتن دانش در هر حالی واجب است).

۴. علم و اهمیت فراگیری آن در بیانات

رهبر معظم انقلاب

امروز در کشور یکی از فرایض حتمی برای این نسل که در درجه اول هم این فریضه بر دوش شما دانشگاهی‌هاست، عبارت از تقویت بنیه‌های علمی کشور است. ما اگر علم نداشته باشیم، اقتصادمان، صنعتمان، حتی مدیریت و مسائل اجتماعی‌مان عقب خواهد ماند. [۸۳]

ما به دنیا که نگاه می‌کنیم، می‌بینیم آن چیزی که کشورهای پیشرفته را توانسته به این اوج قله برساند، ریاضی، فیزیک، شیمی و علوم زیستی است. ما باید به این علوم بپردازیم... و اما علوم انسانی... علوم انسانی روح دانش است. حقیقتاً همه دانش‌ها، همه تحرکات برتر در یک جامعه مثل کالبد است که روح آن، علوم انسانی است. علوم انسانی جهت می‌دهد که ما کدام طرف می‌رویم، دانش ما دنبال چیست. وقتی علوم انسانی منحرف شد و بر پایه‌های غلط و جهان‌بینی‌های غلط استوار شد، نتیجه این می‌شود که همه تحرکات جامعه به سمت یک گرایش انحرافی پیش می‌رود. [۸۴]

ما می‌خواهیم کشور را علمی کنیم؛ اما هدف از علمی‌شدن کشور این نیست که کشور را غربی کنیم. اشتباه نشود... ما نمی‌خواهیم غربی بشویم؛ ما می‌خواهیم عالم بشویم. [۸۵]

۵. اسلام به کدام علم توصیه و تشویق

کرده است؟

از جمله پرسش‌هایی که برای هر دانشجو مطرح است، این است: آیا علمی که در دانشگاه‌ها تدریس می‌شود، دین اسلام آن‌ها را به رسمیت می‌شناسد و به آموختن آن‌ها توصیه و تشویق می‌کند؟

استاد شهید مرتضی مطهری (رح) در پاسخ به این شبهه می‌فرماید:

هر علمی که متضمن فایده و اثری باشد و آن فایده و اثر را اسلام به رسمیت بشناسد، یعنی آن اثر را خوب و مفید بداند، آن علم از نظر اسلام، خوب و مورد توصیه و تشویق است. پس باید دید اسلام چه چیز را فایده و چه چیز را ضرر می‌داند. هر علمی که به منظوری از منظوره‌ای فردی یا اجتماعی اسلام کمک می‌دهد و ندانستن آن سبب زمین‌خوردن آن منظور می‌گردد، آن علم را اسلام توصیه می‌کند و هر علمی که در منظوره‌ای اسلامی تأثیر ندارد، اسلام درباره آن نظر خاصی ندارد و هر علم که تأثیر سوء دارد، اسلام با آن مخالف است. [۸۶]

نکته دیگری که باید به آن اشاره شود، این است: همان‌طور که یادگرفتن دستوره‌ای دینی، مانند مسائل شرعی، تفسیر قرآن و اخلاق لازم است، بسیاری از کارهایی که به حکم دین واجب است، کارهایی است که خود آن کارها علم و درس و مهارت لازم دارد. باید دید چه اموری است که از نظر جامعه اسلامی لازم و واجب است و آن کار را بدون یادگرفتن و تعلیم و تعلم

نمی‌توان انجام داد؛ پس آموختن علم آن کار هم واجب است. فریضه علم از هر جهت تابع احتیاج جامعه است. استاد مطهری در این زمینه سه اصل زیر را مطرح می‌کند:

۱. واضح است که اسلام جامعه‌ای عزیز و مستقل و متکی به خود می‌خواهد. اسلام نمی‌پسندد یک ملت مسلمان، زیردست و توسری‌خور یک ملت غیرمسلمان باشد.

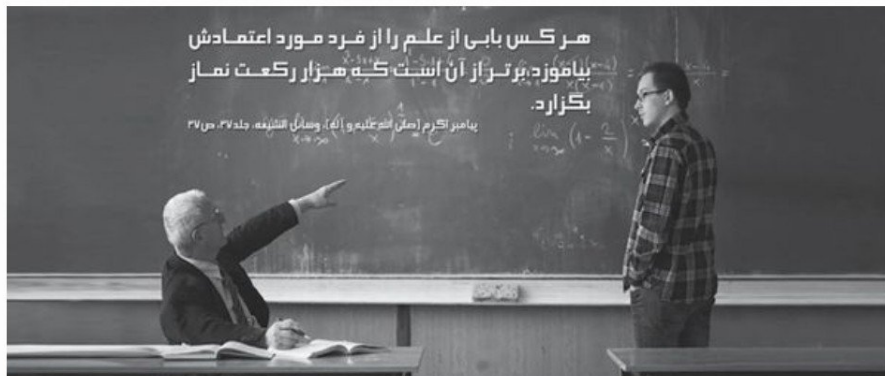
۲. اصل دیگر این است: در دنیا تحول به وجود آمده است؛ یعنی همه کارها بر پاشنه علم می‌چرخد و چرخ زندگی بر محور علم قرار گرفته است. همه شئون حیات بشر با علم وابستگی پیدا کرده است؛ به طوری که هیچ کاری و هیچ شأنی از شئون حیات بشر را جز با علم نمی‌توان انجام داد.

۳. سایر فرایض و تکالیف فردی و اجتماعی اسلام، به فریضه علم بستگی دارد. فریضه علم به عنوان یک کلید و مفتاح برای انجام دادن سایر فرایض شناخته شده است؛ در نتیجه اگر شئون حیاتی مسلمانان شکلی به خود بگیرد که وابستگی بیشتری به علم پیدا کند، فریضه علم هم اهمیت و لزوم و توسعه و عموم بیشتری پیدا می‌کند.

گفتنی است استاد مطهری از این سه اصل چنین نتیجه می‌گیرد: وظیفه شرعی و عمومی همه مسلمانان این است که به سوی علم رو بیاورند. [۸۷] حاصل کلام اینکه اسلام دینی جامع و همه‌جانبه است. دینی است که تنها به یک سلسله پندها و اندرزهای اخلاقی و فردی و

شخصی اکتفا نکرده است. دینی است جامعه‌ساز. آنچه یک جامعه بدان نیازمند است، اسلام آن را به‌عنوان یک واجب کفایی فرض کرده است؛ مثلاً جامعه نیازمند به پزشک است؛ ازاین‌رو عمل پزشکی واجب کفایی است... و چون پزشکی موقوف است به تحصیل علم پزشکی، قهراً فراگیری علم پزشکی از واجبات کفایی است... . این است که همهٔ علوم که برای جامعهٔ اسلامی لازم و ضروری است، مانند فیزیک، شیمی، ریاضی، علوم روان‌شناسی، علوم انسانی و... جزء «علوم مفروضهٔ اسلامی» قرار می‌گیرد و جامعهٔ اسلامی همواره این علوم را «فرائض» تلقی کرده است. [۸۸]

فصل ششم: معاشرت با استادان



نقش استاد در محیط دانشگاه بسیار برجسته و مهم است؛ زیرا استاد تنها آموزنده دانش نیست؛ بلکه منش و روش استاد نیز تربیت‌کننده دانشجو است. استاد می‌تواند مربی دانشجو باشد در جهت رشد و تعالی علمی و معنوی و مادی.

از آنجا که دانشجوی سال اول، تازه از محیط دبیرستان وارد دانشگاه شده، لازم است با اصول و مهارت‌های ارتباط و معاشرت با استادان بیشتر آشنا شود تا بتواند پله‌های پیشرفت علمی و معنوی را بهتر و سریع‌تر طی کند. در این قسمت به صورت مختصر نکاتی را متذکر می‌شویم.

۱. این را بدانید: ارچنهادن به استاد، تجلیل

از مقام علم و دانش است

دانشجو باید با تکریم و احترام به استاد خویش بنگرد و از عیوب او چشم‌پوشی کند. در این صورت است که می‌تواند از استاد و نفوذ بیان و گفتار او در ذهنش بهره‌مند شود.

دانشمندی می‌گفت: «به‌خاطر احترام به استاد، برگه‌های کتاب را آهسته و با ظرافت خاص تورق می‌کردم تا خش‌خش آن‌ها، استاد را نیازارد.»
آیت‌الله حسن‌زاده آملی دربارهٔ استادش مرحوم آیت‌الله الهی قمشه‌ای می‌نویسد:

«زمانی در جلسهٔ درس کنار استادم دوزانو نشسته بودم و ایشان چهارزانو؛ لذا کف پایشان را بوسیدم. بعد از بوسیدنم ناراحت شد و به من فرمود: 'چرا این‌طور می‌کنی؟' عرض کردم: 'آقا، حق شما بر من بسیار عظیم است. نمی‌دانم چه کنم مگر به این بوسیدن دلم تشقّی یابد و آرام گیرد و خودم را لایق نمی‌بینم که دست مبارک شما را ببوسم.'» [۸۹]

۲. رأی و نظر استاد را بر نظر خود ترجیح

دهید

با استاد خود، چهره و رفتار و گفتار آمرانه نداشته باشید و نظریه استاد را مردود نشمارید. باید چنین بیندیشید که استاد، حق و صواب را بهتر از شما می‌شناسد. با رأی و نظر استاد مسابقه نگذارید و پیش از نظر او، نظر ندهید.

۳. از استاد با احترام یاد کنید

در حضور و غیاب استاد، او را با احترام و تجلیل یاد کنید. با خطاب جمع او را صدا بزنید؛ مثلاً بگویید: «نظر شما در این باره چیست؟ چه می‌فرمایید؟» لقب استاد، مثلاً دکتر، مهندس یا پرفسور را بیابید و با همان لقب ایشان را صدا بزنید.

۴. تندروی‌های اخلاقی استاد را به

درست‌ترین وجه توجیه کنید

در برابر تندروی‌های اخلاقی استاد، اولاً خویش‌ن‌داری کنید، ثانیاً رفتار به‌ظاهر ناپسند استاد را با بهترین و دل‌پسندترین و درست‌ترین وضع توجیه کنید؛ زیرا شما علت حقیقی تندروی استاد را نمی‌دانید. شاید واقعاً از نظر اخلاقی، حق با ایشان باشد.

۵. آمادگی قبلی برای درس داشته باشید

پیش‌خوانی درس، قبل از حضور سر کلاس باعث می‌شود اولاً برای درس حضور ذهنی داشته باشید و آن را بهتر بفهمید؛ ثانیاً اگر اشکالاتی داشته باشید، در صورت برطرف‌نشدن موقع تدریس، آن را از استاد خواهید پرسید و این امر، باعث توجه بیشتر استاد به شما می‌شود و روابط بین شما و استاد در سطح مطلوبی قرار خواهد گرفت.

۶. از اشتباه و لغزش استاد چشم‌پوشی

کنید

اگر استاد به علت غفلت یا فراموشی یا خستگی در حال درس، رأی نادرستی بیان کرد، هرگز اشتباه او را دستاویز خود قرار ندهید و بین دیگر دانشجویان منتشر نکنید. اشتباه استاد را به فراموشی بسپارید؛ زیرا به جز انبیا و ائمه (عهم)، تمام افراد جامعه بشری گاه‌گاهی دچار لغزش و اشتباه می‌شوند؛ حتی کسانی که واجد مراتب بالای علمی هستند، از اشتباه مصون نیستند.

۷. لغزش زبانی استاد را نادیده بگیرید

اگر استاد موقع بیان مطالب، زبانش باعث تحریف کلمه‌ای شد و به‌علت جابه‌جایی حروف کلمه، واژه و تعبیری از زبانش خارج شد که مفهوم مناسبی نداشت یا حتی زننده بود، نباید با خنده و استهزا، واکنش نشان دهید. همچنین نباید واژهٔ مضحکی را که استاد گفته است، دستاویز خود قرار دهید و به‌عنوان تمسخر تکرار کنید؛ حتی در غیاب او و نزد دیگران.

۸. در محضر استاد پیش‌دستی نکنید

در پاسخ به سؤالات مطرح‌شده در کلاس با استاد مسابقه ندهید و با او هم‌وردی نکنید. چنان اظهار نکنید که پاسخ‌ها را می‌دانید یا قبل از استاد آن‌ها را یافته بودید. به هر طریقی سعی کنید حرمت استاد را حفظ کنید.

۹. کلام استاد را قطع نکنید

پیوستگی کلام استاد را با حرفزدن و سؤال کردن از هم نگسلید و اجازه دهید استاد سخن خود را دربارهٔ مطلب مطرح شده به پایان برساند؛ آنگاه مطلب خود را مطرح کنید.

۱۰. به توضیحات استاد احترام بگذارید

اگر استاد مطلب سودمند و جالب یا حکایتی را بازگو می‌کند و شعری می‌خواند، این‌گونه بروز ندهید که شما با این مطلب یا حکایت یا شعر، آشنایی قبلی داشته‌اید؛ بلکه خود را به‌عنوان فردی خالی‌الذهن نشان دهید که گویا بار اول است این مطالب را می‌شنوید.

۱۱. از طرح سؤال‌های فرساینده و تلف‌کننده

فرصت بهره‌یزید

از طرح پرسش‌هایی که باعث اتلاف وقت کلاس می‌شود یا احیاناً موجب دلسردی و افسردگی خاطر استاد می‌شود، خودداری کنید؛ مثلاً مطلبی را که در کتاب دیگری غیر از کتاب درسی خوانده‌اید، برای محک‌زدن سواد استاد مطرح نکنید. بلی، اگر مطلب مفیدی است، آن را مطرح کنید؛ اما طرح آن در صورتی اشکال ندارد که صرفاً برای فهم بیشتر یا برخورداری سایر دانشجویان و افزایش اطلاعات آن‌ها خوب است مطرح شود.

۱۲. از استاد خود همیشه به نیکی یاد کنید

استاد حکم پدر معنوی شما را دارد و همان گونه که پدر خود را به نیکی و با احترام یاد می‌کنید، به مراتب بیشتر و بهتر باید از استاد خود به نیکی یاد کنید؛ حتی اگر به علتی، مثلاً نمره، از او آزرده خاطر هستید، نباید از جاده انصاف خارج شوید و از او به بدی یاد کنید. حضرت امام خمینی (رح) در کتاب‌های خود هر جا از استادشان، آیت‌الله محمدعلی شاه‌آبادی (رح)، یاد می‌کند، با جمله «روحی فداه»، یعنی جانم فدایش باد، یاد می‌کند.

۱۳. واژه‌های کوچهبازاری را در کلاس به‌کار

نبرید

برای عرض ارادت به استادان، از واژه‌های سبک، مانند «نوکر» و «چاکر» استفاده نکنید. از واژه‌هایی مانند «ارادتمند»، «خوشبخت» و «بزرگواری» استفاده کنید.

۱۴. در موقع پاسخ به پرسش استاد برخیزید

زمانی که از شما سؤالی می‌شود، برخیزید و محترمانه پاسخ دهید؛ حتی اگر بلد نبودید، برخیزید و عذرخواهی کنید. سکوت و نشستن، کار درستی نیست.

۱۵. اطلاعات شخصی استاد را درخواست

نکنید

هیچ‌گاه از استادان خود درخواست شماره‌تلفن و آدرس و اطلاعات شخصی نکنید؛ مگر اینکه خودشان مشتاق باشند یا ضرورتی پیش آید. در صورتی که تلفن استاد را دارید، بدون اجازه او به دانشجوی دیگری ندهید یا هرگز برای نمره و مسائل پیش‌پاافتاده به استاد خود زنگ نزنید.

فصل هفتم: دوستی و دوستیابی

اهمیت دوست در زندگی



با توجه به اینکه انسان موجودی است اجتماعی، برای رسیدن به زندگی موفق، نیازمند آموختن مهارت‌های زندگی است. انسان با بهره‌گیری از این مهارت‌ها، نیازهای خود را به‌طور منطقی و صحیح برآورده می‌سازد و نقایص خود را برطرف می‌کند. انسان در کنار دوستان خوب، از انزوای اجتماعی بیرون می‌آید، روابط اجتماعی را تجربه می‌کند و درمی‌یابد دیگران نیز مثل او مشکلات خاص خود را دارند که برای رفع آن باید بکوشند و راه‌حل معقولی پیدا کنند. تحمل عقاید دیگران و کنترل رفتارها و واکنش‌های خود، از دیگر آثار ارتباطات دوستانه است و همه این‌ها رشد اجتماعی و عاطفی و شکل‌گیری شخصیت فرد را به‌دنبال دارد.

سه نوع رفیق

- امام صادق(ع) در روایتی رفقا را سه نوع می‌دانند:
۱. کسی که مانند غذا همیشه به آن نیاز است و آن «رفیق عاقل» است؛
 ۲. کسی که وجود او برای انسان به منزله بیماری مزاحم و رنج‌آور است و آن «رفیق احمق» است؛
 ۳. کسی که وجودش به منزله داروی شفابخش است و آن «رفیق روشن‌بین و اهل خرد» است. [۹۰]

مهم‌ترین راه‌های شناخت دوست

۱. هنگام گرفتاری و نیاز

بهترین زمان ارزیابی دوست خوب، هنگام گرفتاری‌هاست. در چنین مواقعی، دوستان حقیقی و وفادار و دلسوز از افراد دوست‌نما مشخص می‌شوند. امام‌علی(ع) فرمودند: «در سختی‌هاست که دوست آزموده می‌شود.» [۹۱]

۲. هنگام خشم و ناراحتی

امام صادق(ع) فرمودند: «اگر کسی سه مرتبه بر تو خشم گرفت، یعنی تو موجبات ناراحتی او را فراهم کردی و او خشمگین نشد، اما سخن زشتی بر زبان نیاورد و از تو بدی نگفت، او شایستهٔ رفاقت است.» [۹۲]

۴. هنگام ازدسترفتن قدرت

برخی از افراد به نام دوستی و به طمع پست یا مقام و مال شخص، گرد او را می‌گیرند. امام علی(ع) فرمودند: «در هنگام ازدسترفتن قدرت است که دوست از دشمن بازشناخته می‌شود.» [۹۳]

۴. هنگام سفر

یکی از بهترین راه‌های شناخت افراد، سفرکردن با آنهاست.

در سفر، بسیاری از رفتارهای ناپیدای انسان آشکار می‌شود: فرازونشیب‌های سفر، واکنش‌های درست یا نادرست انسان در برابر مشکلات و از طرفی آن ارتباط شبانه‌روزی که در سفر ایجاد می‌شود، بهترین زمان برای شناخت اخلاق و روحیات دوست است. امام‌صادق(ع) فرمودند: «هیچ‌کس را به دوستی نشناس؛ مگر آنکه در سه چیز او را بیازمایی: او را به‌خشم آوری و ببینی که آیا این خشم او را از حق به باطل می‌کشاند و درهم و دینار (نیازهای اقتصادی) و در سفرکردن با او.» [۹۴]

اهمیت و برخی فواید دوستی در

جوانی [۹۵]

انتخاب دوست در هر مرحله از زندگی مهم است؛ ولی در دوران جوانی که ابتدای ورود فرد به زندگی اجتماعی است، بسیار مهم‌تر است. جوانان برای رسیدن به استقلال بیشتر که از ویژگی‌های این دوران است، از خانواده دور می‌شوند و به دوستان روی می‌آورند. تأثیری که دوستان بر شخصیت یک جوان می‌گذارند، بسیار بیشتر از خانواده است. دوست، همدم تنهایی‌ها، شریک غم‌ها و شادی‌ها، بازوی یاری‌رسان در نیازمندی‌ها، تکیه‌گاه انسان در مشکلات و گرفتاری‌ها و مشاور خیرخواه در لحظات تردید و ابهام است. دوست در دین و اعتقادات و رفتار و کردار و زندگی انسان تأثیر می‌گذارد و اساساً معیار و میزان قضاوت دیگران دربارهٔ انسان است. دوست شایسته از سرمایه‌های بزرگ زندگی و از عوامل خوشبختی و سعادت انسان است و فرد می‌تواند با کمک او شخصیت خود را رشد دهد و استعدادهای خویش را به شکوفایی برساند. به‌عکس، جوانی که از نعمت دوست شایسته و دلسوز محروم است، به شکست و نافرجامی در مشکلات زندگی نزدیک‌تر است؛ زیرا کسی را ندارد تا از فکر و مشاورهٔ او استفاده کند و عقل خودش هم قادر نیست تمام راهکارها و مصالح زندگی را تشخیص دهد. دوست خوب فرد را از احساس تنهایی و انزوای اجتماعی که منشأ بسیاری از بیماری‌های جسمی و روحی‌روانی است، رهایی می‌دهد. احساس شادی و شادابی و طراوت، افزایش حس

اعتماد به نفس، رهایی از ناامیدی و احساس پوچی در
زندگی، از دیگر فواید دوستی در دوران جوانی است.

ویژگی‌های دوست خوب [۹۶]

دوست خوب باید این ویژگی‌ها را داشته باشد:

۱. عقل و درایت؛
۲. صداقت و راستی؛
۳. بزرگواری و اصالت خانوادگی؛
۴. شایستگی و نیکی؛
۵. وادارنده به اطاعت خدا؛
۶. حلم و بردباری؛
۷. عیب‌پوشی؛
۸. به‌یاد خدا افتادن به‌هنگام دیدارش؛
۹. انصاف‌داشتن و خودخواه‌نبودن: آنچه بر خود می‌پسندد، بر تو نیز بی‌پسندد؛
۱۰. یاری‌کنندهٔ انسان بر ترک گناه.

دوستی‌های مذموم [۹۷]

روایات اهل بیت (عهم) از دوستی با افراد زیر بر حذر داشته است:

۱. افراد احمق؛
۲. دروغ‌گو؛
۳. پست و فاسد؛
۴. چاپلوس؛
۵. خائن و ستمگر؛
۶. حيله‌گر؛
۷. حسود؛
۸. فاسق و تظاهرکننده به گناه؛
۹. عیب‌جو؛
۱۰. غیبت‌کننده دیگران؛
۱۱. کسی که آبروی دیگران را به راحتی می‌برد؛
۱۲. قطع‌کننده رحم.

شیوه‌های دوست‌یابی [۹۸]

دوست‌یابی به سه روش صورت می‌گیرد:

۱. روش احساسی

در این روش انتخاب دوست، تنها بر اساس هیجان و احساسات لحظه‌ای انجام می‌پذیرد. این روش از اندیشه و تعقل تهی بوده، به عاقبت و ثمرات آن نمی‌توان اطمینان کرد. این نوع دوستی، نیاز فرد را به‌طور موقت برآورده می‌سازد؛ اما اینکه در میانه یا پایان راه چه نتایجی به‌بار خواهد آمد، برای فرد اهمیتی ندارد. این روش انتخاب دوست، بسیار آسان و بدون زحمت است؛ ولی عاقبت این رفاقت‌ها معمولاً شکست و ناکامی و تباه‌شدن عمر و جوانی است. منشأ بسیاری از مفاسد اخلاقی که نوجوانان و جوانان در آن گرفتار می‌شوند، به‌دلیل همین نوع رفاقت‌های هیجانی و احساسی است. اعتیاد و انحرافات اخلاقی و بزهکاری از نتایج شوم این نوع دوستی‌هاست.

۲. روش عقلانی

در این روش از بهترین یار زندگی، یعنی عقل کمک گرفته می‌شود. عقل، حجت و هدایتگر درونی است که اگر کارهای انسان بر اساس هدایت و راهنمایی او صورت گیرد، باعث سعادت و پیروزی او می‌شود و شخصی را که عقل برای انسان رفیق راه می‌سازد، هم در دنیا و هم در آخرت، برای حال او مفید می‌شود. از جمله ویژگی‌های روش عقلانی، توجه به سرانجام دوستی، پرهیز از شتابزدگی در انتخاب دوست و سنجش دوستان با معیارهای عقلی و دینی است.

چند نکته کلیدی

۱. در دانشگاه فرصت‌های زیادی برای دوست‌یابی وجود دارد. مطمئن باشید که حتماً دوستی خواهید یافت؛ بنابراین نگران تنهاماندن خودتان نباشید. نترسید و دلهره نداشته باشید.
۲. رابطه دوستانه، خودبه‌خود شکل نمی‌گیرد. پا پیش بگذارید و حرکت کنید. سری به مسجد، هیئت، تشکله‌ها و انجمن‌ها و کانون‌های دانشجویی بزنید و در هر کدام علاقه‌مند هستید، عضو شوید و با نشان‌دادن شایستگی‌های خود، دوستانی خوب و شایسته پیدا کنید.
۳. صمیمی‌شدن با دیگران، به‌ویژه در دانشگاه که افراد از قوم‌ها و شهرها و فرهنگ‌های مختلف حضور دارند، زمان‌بر است و با صمیمیت‌های شهرهای کوچک و دوران دبیرستان متفاوت است. بنابراین جذب دوست خوب، صبر و حوصله کافی می‌طلبد.
۴. طرز پرسش شما بر روی دیگران بسیار تأثیرگذار است. ظاهر مرتب و تمیز با پوشش مناسب، به‌ویژه در شروع رابطه دوستی مؤثر است.
۵. اضطراب و افسردگی و سایر بیماری‌های خلقی اگر درمان نشود، باعث می‌شود افراد تمایلی برای ارتباط با شما از خود نشان ندهند. کسالت به هر شکلی که باشد، به‌ویژه اگر تکرارشونده باشد، جمع را کسل می‌کند و مانعی است برای شروع یا دوام دوستی؛ بنابراین رعایت بهداشت جسم و روان در شکار دوست مؤثر

است.

۶. سعی کنید یک آشنا، مثلاً هم‌شهری یا هم‌استانی پیدا کنید و با او دوست شوید تا در موقعیت‌های مختلف بتواند بهتر به شما کمک کند یا هر وقت دلتنگ شهرتان شدید، شما را از دلتنگی درآورد.

۷. نکته پایانی: در انتخاب دوست دقت کنید! دقت کنید! دقت کنید!

«نخست موعظت پیر می‌فروش این است
که از مصاحب ناجنس احتراز کنید.»

فصل هشتم: روابط دختر و پسر

تعریف رابطه دختر و پسر



۱. مراد از رابطه دختر و پسر رابطه‌ای است که خود رابطه، هدف است و مقدمه چیز دیگری نیست. معاشرت دختر و پسر که عامل آن علمی، شغلی، اقتصادی و خویشاوندی است از این تعریف مستثناست.
۲. در این رابطه، جنسیت طرفین موضوعیت دارد؛ یعنی نگاه آن دو به هم جنسیتی است.
۳. در این رابطه، احساسات و عواطف طرفین حرف اصلی را می‌زند.
۴. در این رابطه، نوعی درهم‌تنیدگی بین غریزه جنسی و قوای عاطفی طرفین وجود دارد و تفکیک آن دو در بسیاری از مواقع امکان‌پذیر نیست. پس منظور از روابط دختر و پسر «رابطه‌ای است صمیمانه و گرم و اغلب پنهانی که احساسات و عواطف دو طرف در این ارتباط دخالت جدی دارد و نگاه آن دو به هم نگاه جنسیتی است، نه نگاه پاک انسانی.» [۹۹]

دیدگاه‌ها دربارهٔ روابط دختر و پسر

سه دیدگاه در این زمینه وجود دارد:

۱. دیدگاه افراطی: در این نگرش، هرگونه ارتباطی با جنس مخالف آزاد است (رویکرد لیبرالیستی).
 ۲. دیدگاه تفریطی: بر پایهٔ این رویکرد، هرگونه ارتباط با جنس مخالف مردود و نکوهش شده است.
 ۳. دیدگاه اعتدالی: بر اساس این دیدگاه، نه آزادی مطلق و رها بودن پذیرفته شده است و نه محدودیت و منع هرگونه رابطه؛ بلکه ارتباط بین دو جنس مخالف در یک چهارچوب مشخص تعریف شده است. ارتباط مجاز، ارتباطی است حداقلی و به دور از هرگونه انگیزهٔ شهوی و عاطفی و رابطه‌ای است که در آن نگاه دو جنس به هم نگاه انسانی باشد و نه جنسیتی.
- دیدگاه اسلام ناظر به همین نگرش اعتدالی است.

[۱۰۰]

اصول روان‌شناختی حاکم بر ارتباطها

انسان هرگز بی‌ارتباط با دیگران زندگی نکرده است و اگرچه سطح و نوع ارتباطها تنوع می‌پذیرد، ارتباطات انسان هیچ‌گاه قطع نمی‌شود؛ زیرا برای آدمی ارتباط با هم‌نوع، یک ضرورت است.

ولی نکته مهم این است که نوع و کیفیت ارتباط را اهداف ما تعیین می‌کند. به این سبب، گاهی ارتباط آموزشی است، گاه اقتصادی، گاهی فرهنگی و برخی اوقات اجتماعی یا خانوادگی. هدف اصلی ارتباط، در قالب پیام مبادله‌شده فراهم می‌شود و به‌دست می‌آید. افزون بر آنکه هر نوع ارتباطی، شروط خاص خود را دارد که باید رعایت شود تا به هدف خود برسد.

مجموعه اصول و قواعدی کلی وجود دارد که باید در تمام ارتباطها رعایت شود. یکی از این اصول، این است که هرگز ارتباطها نباید با همدیگر هم‌پوشی و تداخل داشته باشد؛ یعنی در ضمن یک ارتباط، نباید هدف اصلی گم شود.

اصل دیگر این است که پیام مبادله‌شده که معین‌کننده نوع ارتباط است، باید به همان نوع ارتباط محدود باشد؛ مثلاً در ضمن یک ارتباط اقتصادی نباید مقاله ادبی و شعر ردوبدل شود. اگر چنین شود، به ارتباط ضرر می‌زند و آن را از هدفش دور می‌کند. همچنین اگر در ضمن ارتباط آموزشی، حواس شما متوجه مطالب دیگر مثلاً گرانی و تورم شود، موجب افت کیفیت آموزشی می‌شود؛ بنابراین هنگام روابط با دیگران، تداخل پیامها موجب کاهش

سطح ارتباط می‌شود. پس باید به اصول روابط
انسانی پایبند باشید تا بتوانید به اهداف ارتباطها
دست یابید. [۱۰۱]

دانشگاه محیط آموزشی است؛ نه بنگاه

اقتصادی و روابط خانوادگی!

حتماً توجه داشته باشید که دانشگاه محیط آموزشی است و علت اصلی حضورتان در دانشگاه، تحصیل علم و دانش است و نه چیز دیگر؛ از این رو ارتباط اساسی و اصلی شما با تمام افراد در این محیط، یک ارتباط آموزشی است و اگر ارتباط اقتصادی، دوستی و... برقرار شود، باید در مسیر تکمیل ارتباط آموزشی یا مقدمه‌ای برای رسیدن به اهداف آموزشی باشد. اگر در دانشگاه، لوازم التحریر، فیش غذا، وسایل کمک آموزشی تهیه می‌کنید، همه برای تأمین اهداف آموزشی است.

بنابراین هر رفتار یا ارتباطی که شما را از این هدف دور کند، آفت زندگی دانشجویی و انحراف از مسیر ارتباط آموزشی تلقی می‌شود؛ مثلاً فرض کنید در جریان آموزش در آزمایشگاه، یک پیام غیرآموزشی از جنس مخالف، نظر شما را به خود جلب کند؛ این امر تا ساعت‌ها فکر و ذهن شما را به خود مشغول می‌سازد و به عنوان یک عامل مزاحم سطح تمرکز شما را در اولین گام کاهش می‌دهد و در گام‌های بعدی مشکلات دیگری ایجاد خواهد کرد.

نتیجه سخن این است: هر عمل و ارتباطی که ارتباط آموزشی و فعالیت تحصیلی شما را تحت الشعاع خود قرار دهد و کمیت و کیفیت دانش‌اندوزی شما را کاهش دهد، باید از زندگی دانشجویی شما حذف شود.

نکته مهم دیگر این است که تأثیر

مزاحمت‌آمیز ارتباط با جنس مخالف را نمی‌توان با
مزاحمت‌های دیگر مقایسه کرد؛ مثلاً سروصدا یا
بی‌خوابی و گرسنگی هم ممکن است در روند آموزش
و تحصیل اختلال ایجاد کند؛ ولی اصلاً مزاحمت آن‌ها
در حد مزاحمت ارتباط با جنس مخالف نیست.
مزاحمت اخیر فلج‌کننده دانشجوست. [۱۰۲]

بررسی رابطه دختر و پسر از دید

روانشناسی [۱۰۳]

انسان هرگز بدون ارتباط و تعامل با دیگران زندگی نکرده است و ارتباط با هم‌نوع برای آدمی ضرورت دارد. نکته مهم آن است که نوع و کیفیت رابطه، بر اساس اهداف و اغراض و نیازهای اشخاص تعیین می‌شود. بدین جهت این ارتباط گاهی آموزشی، گاهی اقتصادی، گاه فرهنگی و گاه اجتماعی یا عاطفی است. هر نوع ارتباطی شروط خاص خود را دارد که فرد با مراعات آن‌ها به نتیجه مطلوب خود می‌رسد. از آنجا که هر نوع ارتباطی برای برآورده کردن یک نیاز خاص است، نباید در آن ارتباط، هدف گم شود و پیام مبادله شده باید به همان ارتباط منحصر باشد؛ برای مثال، اگر در ارتباط بین استاد و دانشجو علاوه بر محتوای آموزشی، پیام اقتصادی مبادله شود، هدف آموزشی ضربه خواهد دید. باید توجه کرد در هر ارتباطی سه مؤلفه حائز اهمیت است: ۱. پیام‌دهنده؛ ۲. پیام‌گیرنده؛ ۳. محتوای پیام. گفتنی است از بین این امور نقش تعیین‌کننده از آن مؤلفه سوم است. چیزی که باعث تمایز بین انواع ارتباطات است، محتوای پیامی است که ردوبدل می‌شود. محتوای ارتباط اقتصادی، معاملات و ردوبدل کردن چک و پول و مانند آن است و محتوای ارتباط آموزشی، کتاب و جزوه و امور علمی و محتوای پیام عاطفی مبادله دوستی و محبت است. با توجه به مقدمه فوق، این سؤال پیش می‌آید

که هدف از ارتباط دختر و پسر برآورده شدن کدام نیاز است و در این ارتباط (نوع ناسالم آن) چه نوع پیامی ردوبدل می‌شود؟ باید متوجه بود آن نیازهایی که در رابطه ناسالم و غیرطبیعی دختر و پسر ممکن است تأمین شود، از دو نوع خارج نیست و سایر انگیزه‌ها در چنین ارتباطی درخور اعتنا نیست: ۱. نیاز عاطفی و محبتی؛ ۲. نیاز جنسی. تحقیقات نشان می‌دهد اکثر دخترانی که دوست‌پسر دارند، برای تأمین نیاز عاطفی و معمولاً قصد ازدواج رابطه برقرار می‌کنند و اغلب پسروانی که دوست‌دختر دارند، برای خوش‌گذرانی و تفریح و ارضای غریزه جنسی اقدام به رابطه می‌کنند؛ به همین جهت پسران معمولاً در یک زمان با چند دختر رابطه دارند تا بیشتر ارضا شوند؛ اما دختران غالباً یک نفر را برمی‌گزینند و به شدت به این رابطه اعتقاد دارند تا ازدواج کنند.

نکته مهم دیگر این است: تمامی افرادی که با جنس مخالف ارتباط برقرار می‌کنند، حتی کسانی که هدفشان ارضای شهوت است، انگیزه خویش را عشق و محبت‌ورزی به طرف مقابل بیان می‌کنند و در بسیاری از اوقات فرد مقابل را گزینه مدنظر خود برای ازدواج می‌دانند و وعده‌های کاذب به او می‌دهند؛ بنابراین آنچه در ارتباط غیرصحیح با جنس مخالف مبادله می‌شود، عشق و محبت برخاسته از احساسات و عواطف زودگذر ناشی از شهوات دوران جوانی است که شخص هم‌جنس از این نوع محبت و ارائه آن ناتوان است. آنچه پسر از دختر می‌خواهد، محبت و عواطف و امور خاص است که پسر توان

برآوردن آن را ندارد. همچنین هیچ دختری نمی‌تواند نیاز عاطفی دختر دیگر را آن‌گونه که پسر برآورده می‌کند، تأمین کند و تمام مشکل روابط دختر و پسر از همین امر ناشی می‌شود.

آنچه از دیدگاه روان‌شناختی اهمیت دارد، این است که چون در این ارتباط، موقعیت و تعهدات طرفین تعریف نشده و هیچ قانونی جز عواطف و احساسات بر آن حاکم نیست، دوستان در برابر یکدیگر احساس تعهد نمی‌کنند و معمولاً این روابط با خیانت و بی‌وفایی، غالباً از ناحیه پسران، همراه است؛ بنابراین چون چنین ارتباطی فاقد شروط ارتباط سالم است، ارتباطی شکست‌خورده و توأم با آسیب است و تا زمانی که به تعهد طرفینی شرعی و قانونی منتهی نشود، باید به شدت از آن پرهیز کرد.

به عبارت دیگر در این ارتباط دوستانه، اگر یکی از طرفین برای رسیدن به خواسته‌های نفسانی خویش، دیگری را قربانی شهوت خویش کند و سپس او را رها کند، فرد قربانی هیچ‌گونه تضمینی برای احقاق حق خود و پایمال‌نشدن شرافت و احساسات خویش ندارد؛ برخلاف امر مقدس ازدواج که شرع مقدس و قانون اسلامی کاملاً حدود و شروط و حقوق مادی و معنوی و حتی عاطفی زوجین را مشخص کرده است.

انگیزه‌های ارتباط دختر و پسر

انگیزه‌های گوناگون را پسران و دختران برای دوستی و رابطه با یکدیگر ارائه می‌کنند. این انگیزه‌ها صرفاً پوشش به‌ظاهر مقبولی است که فرد به این وسیله می‌خواهد دلیل موجه و ظاهراً معقولانه‌ای برای ارتباط‌های عاطفی و جنسی غیرمجاز خود ارائه کند. در این قسمت به چهار نمونه از این انگیزه‌های ناسالم اشاره می‌کنیم:

۱. شناخت بهتر یکدیگر برای ازدواج: یکی از بهانه‌های ارتباط پسران و دختران، وعده ازدواج از ناحیه پسر است. معمولاً با این وعده‌ها، پسران دختران را به دام می‌اندازند. در این حالت، دختر و پسر به این بهانه که حتماً با هم ازدواج خواهیم کرد، با یکدیگر رفاقت می‌کنند و سعی می‌کنند نیازهای عاطفی یکدیگر را برآورده کنند؛ اما این وعده‌ها اغلب در حد خیال باقی می‌ماند و بدان‌ها جامه عمل پوشانده نمی‌شود؛ زیرا خانواده، چنین افرادی را در حد لازم پخته و شایسته برای ازدواج نمی‌یابند، یا اگر پسر به خواستگاری دختر هم برود، خانواده دختر چنین ازدواجی را نمی‌پسندند.

۲. توهم قدرت و جاذبه: یکی دیگر از انگیزه‌های دوستی دختر و پسر این است که پسران، داشتن دوست‌دختر را یک قدرت اجتماعی برای خود تصور می‌کنند و دختران نیز داشتن دوست‌پسر را جاذبه‌ای فردی و اجتماعی برای خود به حساب می‌آورند.

۳. پناهجویی به یکدیگر: این انگیزه بین دختران و پسرانی دیده می‌شود که خانواده به آن‌ها بی‌محبت هستند و از وضعیت روانی و اجتماعی خویش ناراضی هستند و در این زمینه خود را سرگردان و آشفته می‌یابند. این افراد از طریق برقراری روابط پنهان با جنس مخالف، درصدد کسب رضایت و یافتن موقعیتی هستند که برای آن‌ها اطمینان خاطر و رضایتمندی بیشتری فراهم شود و در پی این هستند که پناهگاهی برای جبران کمبود محبت خود فراهم سازند.

آثار روحی و روانی ارتباط دختر و

پسر [۱۰۴]

۱. اضطراب: از آنجا که چنین رابطه‌ای در فرهنگ اسلامی کشور ما جایی ندارد و نوعاً مطرود والدین و خانواده‌هاست، نوعی اضطراب دائم درباره‌ امکان فاش شدن رابطه در طرفین وجود دارد. نوع دیگر اضطراب و نگرانی که بیشتر گریبان‌گیر دختران است، ترس از بی‌وفایی و خیانت طرف مقابل است.
۲. افسردگی: از آنجا که این‌گونه روابط اغلب به ازدواج منتهی نمی‌شود و همراه با بی‌وفایی و خیانت است، باعث سرخوردگی در فرد می‌شود و افسردگی شدید او را به دنبال دارد.
۳. احساس گناه: یکی از ویژگی‌های دوران جوانی، «بیداری وجدان اخلاقی» است. در اوقاتی که جوان به سمت امور ضدّارزشی می‌رود، وجدانش او را زیر تازیانه‌های نکوهش قرار می‌دهد و چون رابطه دختر و پسر را جامعه دینی و ارزشی نمی‌پسندد و شرع مقدس از آن نهی فرموده است، وجدان بیدار در مقابل آن موضع‌گیری می‌کند و در فضای فکری خود دچار احساس گناه شدید می‌شود.
۴. از بین رفتن تمرکز حواس: این روابط معمولاً از یک گفت‌وگوی ساده شروع می‌شود و رفته‌رفته تا آنجا پیش می‌رود که تمام انرژی عاطفی فرد را صرف خود می‌کند و یک یا هر دو طرف احساس وابستگی شدید به یکدیگر پیدا می‌کنند و تمام قوای روحی و روانی‌شان در خدمت این رابطه درمی‌آید؛ در نتیجه تمرکز حواس برای دیگر امور زندگی نظیر تحصیل و

عبادت و تفکر، ناممکن خواهد شد.

فصل نهم: اهمیت کتاب و کتاب خوانی



کتاب، یار مهربان، خاموش، بی‌آزار، پرسود، صادق و... است که شاید به جرئت بتوان گفت بهترین هدیهٔ عالم خلقت به بشریت است. کتاب خوب، اقیانوس بی‌کرانی است که ناشناخته‌ها و عجایب بسیار دارد و هرکس به فراخور حالش، دل به ژرفای آن می‌سپارد و با انبانی پر از گوهر بازمی‌گردد. چه بسا کتاب‌هایی که خواندن یک صفحه‌شان، پایهٔ افکار خواننده را در مسیری خاص قرار داده و حتی مسیر سرنوشت میلیون‌ها انسان را نیز تغییر داده است. دربارهٔ کتاب و اهمیت آن هرچه بگوییم، نمی‌است از یم و اندکی است از بسیار. امیدواریم آنچه در این فصل ارائه می‌شود، مشوق شما در مطالعهٔ هرچه بیشتر کتاب‌های خوب باشد.

بیانات رهبر معظم انقلاب درباره کتاب و کتابخوانی

۱. کتاب؛ غذای روح

کتاب یک غذاست؛ یک غذای روح است؛ یک نوشیدنی روح است و چنانچه مقوی باشد، روح را تقویت می‌کند. ما که سفارش می‌کنیم از این نوشیدنی بخورید، نوع نوشیدنی را معین نکرده‌ایم. باید مواظب باشیم که مبادا نوشیدنی مسموم خطرناک، فاسد، گندیده و مضر با رنگ‌آمیزی‌های خوب، دست مردم داده شود. [۱۰۵]

۲. کتاب دروازه‌ای به سوی گستره دانش و

معرفت

کتاب دروازه‌ای به سوی گستره دانش و معرفت است و کتاب خوب، یکی از بهترین ابزارهای کمال بشری است... کسی که با این دنیای زیبا و زندگی‌بخش، دنیای کتاب، ارتباط ندارد، بیشک از مهم‌ترین دستاورد انسان و نیز از بیشترین معارف الهی و بشری محروم است. برای یک ملت خسارتی بزرگ است که افراد آن، با کتاب سروکار نداشته باشند.

[۱۰۶]

۳. کتاب‌خوانی فریضه است

مردم ما با کتاب، بیش از آنچه امروز انس دارند، باید انس بگیرند. کتاب‌خوانی چیزی است که برای یک ملت فریضه است؛ واجب و لازم است. مردمی که اهل کتاب‌خواندن باشند، از لحاظ معلومات و ذکاوت و هوشیاری تفاوت می‌کنند با مردمی که با کتاب و مطبوعات انس نداشته باشند. [۱۰۷]

۴. اعترافی تلخ

با تلخی باید اعتراف کنیم که رواج کتاب و روحیه کتابخوانی در میان ملت عزیز ما که خود یکی از مشعلداران فرهنگ و کتاب و معرفت در طول تاریخ پس از ظهور اسلام بوده است، بسی کمتر از آن چیزی است که از چنین ملتی انتظار می‌رود. [۱۰۸]

۵. ملت ما مطالعه کردن را جزو کارهای

بشری نمی دانند

مثل خوراک و ورزش و دیگر چیزهایی که جزو کارهای معمول انسان است. مطالعه اصلاً جزو این چیزها نیست... . واقعاً خدا می داند من وقتی یادم می آید، و این چیزی است که تقریباً هیچ وقت از یادم نمی رود که مردم ما مطالعه کردن را بلد نیستند، به قلب من فشار می آید. از این بابت، ما چقدر داریم هر ساعت خسارت می بینیم. [۱۰۹]

۶. وظیفه ملی

امروز کتاب‌خوانی و علم‌آموزی نه تنها یک وظیفه ملی که یک واجب دینی است. از همه بیشتر، جوانان و نوجوانان باید احساس وظیفه کنند. [۱۱۰]

۷. سبد خرید خانواده

باید خرید کتاب یکی از مخارج اصلی خانواده محسوب شود و مردم باید بیش از خریدن بعضی از وسایل تزییناتی و تجملاتی، مثل لوسترها، میزهای گوناگون، مبله‌های مختلف و پرده و...، به کتاب اهمیت بدهند. اول کتاب را مثل نان و خوراکی و وسایل معیشتی لازم بخرند، بعد که این تأمین شد، به زواید پردازند. [۱۱۱]

۸. جای کتاب را هیچ‌چیز پر نمی‌کند

کتاب مقوله بسیار مهمی است. من البته به کارهای هنری و تصویری، تلویزیون یا سینما یا از این قبیل مقولات خیلی اعتقاد دارم؛ اما کتاب نقش و جایگاه مخصوص دارد. جای کتاب را هیچ‌چیز پر نمی‌کند.

[۱۱۲]

سخنان بزرگان درباره اهمیت کتاب و

کتابخوانی [۱۱۳]

مُنْتَسِکِیُو: من هیچ غمی نداشتم که خواندن یک صفحه کتاب، آن غم را از بین نبرده باشد. کتاب، عمر دوباره است. در دنیا لذتی نیست که با لذت مطالعه برابری کند.

کارلایل: دانشگاه واقعی جایی است که مجموعه‌ای از کتاب‌ها در آن جمع‌آوری شده باشد.

موریس مترلینگ: اگر آدم در بهشت هم تنها باشد، به او خوش نمی‌گذرد؛ ولی کسی که به کتاب یا تحقیق علاقه‌مند است، هنگامی که به مطالعه یا فکر مشغول است، جهنم به‌تنهایی برای او بهترین بهشت است.

وُلْتِر: برگ‌های کتاب به‌منزله بال‌هایی هستند که روح ما را به عالم نور و روشنایی پرواز می‌دهند.

ویکتور هوگو: خوشبخت کسی است که به یکی از این دو چیز دسترسی دارد: یا کتاب‌های خوب یا دوستانی که اهل کتاب باشند.

سقراط: جامعه وقتی فرزاندگی و سعادت می‌یابد که مطالعه کار روزانه‌اش باشد.

جرج جرداق، نویسنده مسیحی: دویست بار نهج‌البلاغه را مطالعه کردم تا بتوانم درباره شخصیت امام‌علی(ع) بنویسم.

سرانه کتاب‌خوانی؛ با نگاهی به آمار

بر اساس آمارهای ارائه‌شده، سرانه مطالعه در کشور ما بین ۲ تا ۷۶ دقیقه در شبانه‌روز متغیر است؛ یعنی هر ایرانی در شبانه‌روز که ۱۴۴۰ دقیقه است، فقط ۲ تا ۷۶ دقیقه آن را صرف مطالعه می‌کند؛ اما عدد ۱۲ دقیقه بیشترین فراوانی را در میان آمارهای مطرح‌شده دارد. سرانه مطالعه ژاپنی‌ها ۹۰ دقیقه و انگلیسی‌ها ۵۵ دقیقه است. کشورهایی که بیش از ۷ ساعت در هفته مطالعه می‌کنند، شامل هند، تایلند، چین و فیلیپین است. [۱۱۴] ژاپن از نظر عادت به کتاب‌خوانی جایگاه نخست را در جهان دارد و ۹۱ درصد مردم این کشور به‌طور معمول کتاب و روزنامه و مجله می‌خوانند؛ برای مثال یک ژاپنی در سال حدود ۴۷ کتاب می‌خواند. [۱۱۵]

فواید کتاب‌خوانی

برخی تصور می‌کنند کتاب‌خوانی نوعی سرگرمی ساده یا تکلیف درسی اجباری است؛ در حالی که دلایل و تحقیقات علمی فراوان نشان می‌دهد فواید کتاب بیشتر از آن است که فکر می‌کنید. در این قسمت به صورت خلاصه به برخی از فواید کتاب‌خوانی اشاره می‌کنیم.

- ۱. افزایش آرامش و کاهش استرس:** یکی از روش‌های مؤثر مقابله با استرس کتاب‌خوانی و مطالعه است. کتاب‌خوانی حتی از فعالیت‌هایی نظیر گوش‌دادن به موسیقی، نوشیدن یک فنجان قهوه یا چای و قدم‌زدن، در ایجاد آرامش هنگام مواجهه با مشکلات و استرس‌ها مؤثرتر است. تحقیقات نشان می‌دهد شش دقیقه پس از شروع به خواندن کتاب، انسان احساس آرامش می‌کند. درباره علت آرام‌بخشی کتاب، گفته‌اند خواندن کتاب شما را درگیر مطالب می‌کند و حواس شما را از مشکلات فعلی پرت می‌کند و شما را از آن فضا دور می‌کند.
- ۲. تقویت ذهن:** به‌کارگرفتن مغز از طریق فعالیت‌های ذهنی، مانند کتاب‌خوانی در تمام طول زندگی، برای سلامت مغز در دوران پیری ضروری است. سرعت کاهش توانایی مغز و حافظه در کسانی که فعالیت ذهنی ندارند، ۴۸ درصد بیشتر است.
- ۳. تقویت حافظه کوتاه‌مدت:** زمانی که کتابی را می‌خوانید، باید مجموعه‌ای از کاراکترها، پیش‌زمینه‌های آن‌ها، اختلافات جزئی مطالب و دیگر فاکتورهای فرعی را که در روند مطالعه

کتاب تأثیرگذار است، در ذهن داشته باشید. این مسئله باعث می‌شود مغز، سیناپس‌ها یا مسیرهای عصبی جدیدی بسازد و مسیرهای قبلی را تقویت کند. گفتنی است این روند به تقویت حافظه کوتاه‌مدت کمک می‌کند.

۴. افزایش تمرکز حواس: زمانی که کتاب می‌خوانید، تمام توجه شما به کتاب معطوف است و دنیای اطراف و اتفاقاتی را که در حال رخ دادن است، فراموش می‌کنید و به عبارتی در کتاب غرق می‌شوید. این امر باعث می‌شود تمرکز شما افزایش یابد.

۵. بهبود مهارت نوشتن: افزایش دامنه لغات یکی از نتایج خواندن آثار خوب و ارزشمند است که تأثیر چشمگیری بر توانایی نوشتن دارد. سبک نوشتاری نویسندگان مختلف بر سبک نوشتن شما تأثیر می‌گذارد.

۶. آرامش خاطر: علاوه بر اینکه خواندن کتاب، خود موجب آرامش می‌شود، موضوعی که درباره آن مطالعه می‌کنید هم ممکن است آرامش خاطر را برای شما به‌ارمغان بیاورد؛ مثلاً خواندن متن‌های معنوی باعث کاهش فشارخون و احساس آرامش می‌شود.

[۱۱۶]

۷. افزایش دهنده قدرت تحلیل و استدلال: وقتی زیاد کتاب مطالعه کنید، خودبه‌خود با دلایل انجام‌دادن یا انجام‌ندادن کارها آشنا می‌شوید و در نتیجه قدرت تحلیل و استدلال شما در مسائل افزایش می‌یابد.

۸. فاصله‌گیری از دنیای موبایل و فضای مجازی: امروزه مشغول‌شدن افراد به دنیای مجازی و ضررهای پیدا و پنهان آن بر کسی

پوشیده نیست. کتاب، بهترین وسیله برای جدایی از
دنیای مجازی و آسیب‌های آن است.

فصل دهم: مهارت های مطالعه صحیح



آیا تاکنون به این موضوع فکر کرده‌اید که هنگام مطالعه باید از چه روشی استفاده کنید؟ بررسی‌ها گویای آن است افرادی که در زمینه تحصیلی خود موفق بوده‌اند، روش صحیحی برای مطالعه داشته‌اند. یادگیری، مسئله‌ای است که در تمام طول زندگی انسان به‌ویژه در دوران دانش‌آموزی و دانشجویی اهمیت زیادی دارد.

از سوی دیگر، شاید به افرادی برخورد کرده باشید که می‌گویند: «من استعداد درس خواندن ندارم؛ چون با اینکه همه مطالب را می‌خوانم، همیشه نمره‌هایم پایین است. همه کتاب‌ها و جزوه‌ها را می‌خوانم؛ اما موقع امتحان آن‌ها را فراموش می‌کنم یا...» بسیاری از این‌گونه مشکلات به نداشتن یک روش صحیح برای مطالعه برمی‌گردد. بنابراین قبل از اینکه خود را مقصر کنیم به نداشتن استعداد درس خواندن، کمبود هوش، کمبود علاقه و سایر موضوعات، بهتر است نواقص خود را در روش مطالعه بیابیم و آن‌ها را تصحیح کنیم. شیوه صحیح مطالعه چهار مزیت عمده زیر را دارد:

۱. زمان مطالعه را کاهش می‌دهد؛
۲. میزان یادگیری را افزایش می‌دهد؛

۳. مدت نگهداری مطالب را در حافظه طولانی‌تر می‌کند؛
۴. به خاطر سپاری اطلاعات را آسان‌تر می‌سازد. [۱۱۷]

روش‌های مطالعه

روش‌های گوناگونی برای مطالعه وجود دارد که برخی از آن‌ها اصلاً کارایی ندارد، بعضی تا حدودی مؤثر است و تعدادی دیگر از بهترین روش‌های مطالعه است. در اینجا یک روش مناسب توضیح داده می‌شود و سایر روش‌ها را به صورت گذرا و محدود معرفی خواهیم کرد.

۱. روش سه مرحله‌ای خواندن: این روش یکی از روش‌های مطالعه است که برای عموم دانشجویان مفید است و معایب آن نسبتاً کم است. همچنین انجام دادن آن ساده و راحت است و خیلی دست‌وپاگیر نیست و دنگ‌وفنگ ندارد. در این روش فرایند خواندن به سه گام مجزا تقسیم می‌شود:

الف. پیش‌خوانی: در این مرحله، مطالب به سرعت خوانده می‌شود و بیشتر به عنوان‌ها و تیترها و تقسیم‌بندی‌ها توجه می‌شود. به این ترتیب، فرد از کل فصلی که می‌خواهد مطالعه کند، نما و اطلاعی کلی کسب می‌کند و مطالبی که فهمیده و آنچه نفهمیده است و مطالبی که به مطالعه دقیق بیشتر نیاز دارد، مشخص می‌شود. در واقع، پیش‌خوانی مثل مطالعه روزنامه‌ای است. به این ترتیب، اطلاعات دقیقی هنوز ندارید؛ ولی یک برداشت کلی از آن بخش دارید.

ب. خواندن: در این مرحله کل فصل به صورت دقیق خوانده می‌شود و فرد سعی می‌کند بدون آنکه مطلبی را نفهمیده باشد، از آن رد نشود. در این مرحله، باید زیر مطالب مهم خط کشیده شود یا با ماژیک فسفری رنگی شود. گاهی فرد از موضوعات مهم یادداشت‌برداری می‌کند. این

کار کمک می‌کند تا موضوعات اساسی و مهم مشخص شود و از سایر موضوعاتی که به این حد از اهمیت نیست، متمایز شود. مزیت دیگر یادداشت‌برداری و خط‌کشیدن آن است که در موقع امتحان، فرد می‌داند که روی چه موضوعاتی تمرکز بیشتری داشته باشد و اگر زمان بسیار محدودی دارد، فقط مطالب خط‌کشیده شده یا یادداشت‌برداری شده را مطالعه کند؛ علاوه بر این، دو روش مذکور باعث افزایش سطح دقت و تمرکز فرد بر موضوع مطالعه شده می‌شود.

ج. پس‌خوانی: در این مرحله، فرد سؤالاتی از خود می‌پرسد و سعی می‌کند که به آن جواب دهد. اگر نتوانسته باشد به این سؤال‌ها جواب دهد، مشخص می‌شود که یادگیری صورت نگرفته و اگر بتواند به آن‌ها جواب دهد، متوجه می‌شود که مطلب را فراگرفته است. همچنین در این مرحله مطالب مهم مرور می‌شود. [۱۱۸]

۲. روش پس‌ختمام: از روش‌های معروف بهسازی حافظه، روش پس‌ختمام است که از شش مرحله پیش‌خوانی، سؤال کردن، خواندن، تفکر، ازحفظ‌گفتن و مرور کردن یا آزمودن تشکیل شده است.

۳. روش خلاقیت و طرح شبکه مغز

۴. روش کلیدبرداری

۵. روش خلاصه‌نویسی: در این روش، شخص مطالب را می‌خواند و آنچه را درک کرده است، به صورت خلاصه یادداشت می‌کند.

۶. روش حاشیه‌نویسی: در این روش نیز فرد پس از قرائت متن، خلاصه آن یا نکات مهم آن را در حاشیه کتاب می‌نویسد.

۷. روش برجسته‌سازی: فرد همان طور که متن را می‌خواند، زیر نکات مهم خط می‌کشد یا با ماژیک فسفری آن را رنگ می‌کند.

۸. روش خواندن روزنامه‌وار: شخص از لحظه‌ای که کتاب را باز می‌کند، مثل روزنامه، سریع و تند می‌خواند و تا زمانی که وقت اجازه می‌دهد یا خسته می‌شود، می‌خواند. از بین روش‌های مذکور، روش پس‌ختم (pq4R) بهترین و مؤثرترین روش مطالعه است و ظرایف و ریزه‌کاری‌هایی دارد که از حوصله این نوشتار خارج است و البته کمی هم برای دانشجوی‌جماعت سخت است. علاقه‌مندان می‌توانند به کتب و مقالات تخصصی‌تر مراجعه کنند.

بهداشت مطالعه

بهداشت مطالعه کلیدی‌ترین شاخص یادگیری است و فرد مطالعه‌کننده و محیط مطالعه باید موقعیت و فضایی را داشته باشند که به برخی از آن‌ها اشاره می‌شود.

۱. فضای محیط مطالعه: مکان مطالعه باید

حتی المقدور این‌گونه باشد:

- آرام و دور از آلودگی صوتی باشد؛
- از نور کافی برخوردار باشد؛
- دمای هوا معتدل باشد: نه گرم، نه سرد؛
- از گوش کردن به موسیقی و رادیو در حد امکان،
حین مطالعه خودداری شود؛
- به هیچ‌وجه تصاویر افراد خانواده، شخصیت‌ها،
هنرپیشه‌ها، ورزش‌کاران محبوب و... جلو چشم
مطالعه‌کننده نباشد که باعث کاهش تمرکز می‌شود؛
- هوا و اکسیژن کافی وجود داشته باشد. تنفس در
اتاق دربسته و کوچک درست نیست؛
- یکنواختی نور محیط مهم است. یکی از معایب
استفاده از چراغ مطالعه، تمرکز نور به سطح کتاب
است و تاریکی نسبی محیط اطراف باعث خستگی
زودرس چشم‌ها می‌شود.

۲. وضعیت مطالعه‌کننده:

- قبل از شروع مطالعه وضو بگیرید و مطالعه را با نام و یاد خدا آغاز کنید؛
- در صورتی که خسته هستید، سراغ مطالعه نروید. برای مطالعه باید سرحال باشید؛
- بهتر است قبل از مطالعه، چند حرکت کششی اندام‌ها را انجام دهید و چند نفس عمیق بکشید؛
- بلافاصله پس از صرف غذا مطالعه نکنید؛ زیرا به‌علت ورود خون به دستگاه گوارش، جریان خون مغز کاهش می‌یابد؛
- در برنامه غذایی خود از هر سه گروه کربوهیدرات‌ها و پروتئین‌ها و چربی‌ها و نیز میوه و سبزیجات تازه استفاده کنید؛
- هنگام درس‌خواندن از تنقلات استفاده نکنید. ۴۵ دقیقه پس از مطالعه، خوردن میوه و چای و... مطلوب است و به رفع خستگی و آمادگی مجدد برای مطالعه کمک می‌کند؛
- ستون فقرات موقع مطالعه باید صاف باشد. از درازکشیدن موقع مطالعه بپرهیزید؛ چون هم نور مناسبی وجود ندارد و هم باعث خواب‌آلودگی می‌شود؛
- از نگاه کردن به کتاب و مطالعه حین حرکت و راه‌رفتن بپرهیزید؛ زیرا باعث خستگی و ضعف چشم‌ها می‌شود.

مطالعه و تغذیه [۱۱۹]

برخی از غذاها را که در تقویت حافظه مؤثر است و به‌ویژه برای روزهای امتحان کمکتان می‌کند، در اینجا معرفی می‌کنیم:

بادام‌زمینی: دارای پروتئین زیادی نسبت به سایر مغزهاست. همچنین حاوی سلنیوم است که با افزایش فعالیت آنتی‌اکسیدان‌ها مغز را در برابر بیماری‌هایی که با کاهش قدرت تمرکز و حافظه در ارتباط است، محافظت می‌کند.

تخم‌مرغ و لبنیات: سرشار از پروتئین است و برای روزهای امتحان بهترین است.

انگور: حاوی رسوراتول است که توانایی مغز را افزایش می‌دهد. همچنین قند آن گلوکز است که سریع جذب روده‌ها می‌شود و تنها منبع انرژی مغز است. همچنین انگور حاوی آنتی‌اکسیدان و پلی‌فنول است که در افزایش حافظه و قدرت تمرکز مؤثر است.

کشمش و عسل: مغز برای فکرکردن و درست به‌یادآوردن به انرژی نیاز دارد. اگر در روز امتحان، میل چندانی به صبحانه ندارید، حدود پانزده عدد کشمش و دو عدد گردوی کامل بخورید. یا یک لیوان شیر با دو قاشق غذاخوری عسل، یا یک سیب را با دو قاشق غذاخوری عسل میل کنید.

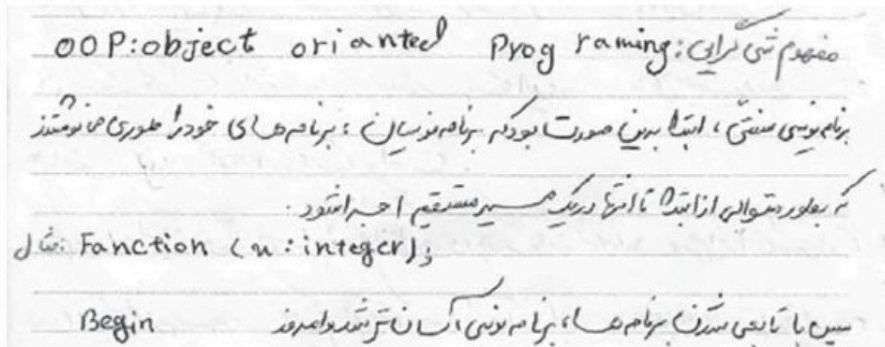
انجیر خشک یا تازه: اگر سه عدد انجیر را با پنج مویز، یک قاشق غذاخوری عسل، یک گردو، دو بادام، دو پسته و پنج توت خشک مخلوط کنید و بخورید، یک دوپینگ مغزی اساسی برای روز امتحان انجام داده‌اید.

هشدار: در ساعات مطالعه و روزهای امتحان از خوردن ماست و دوغ ترش بپرهیزید؛ زیرا خواب‌آور است و فعالیت‌های فکری را کند می‌کند. مصرف قهوه برای بیدارماندن توصیه نمی‌شود. در ایام امتحانات هرگز وعده غذایی صبحانه را تعطیل نکنید؛ ولی سبک‌خوردن نهار و شام مانعی ندارد.

فصل یازدهم: جزوه نویسی؛ راهکارها و

پیشنهادها

اهمیت جزوه نویسی



اولاً تمام کسانی که جزوه نویسی را کاری عبث می دانند، لازم است بدانند که طبق تحقیقات روان شناسان، انسان بعد از ۲۰ دقیقه از خواندن یا شنیدن هر مطلب ۴۰ درصد و بعد از گذشت ۲۴ ساعت، ۷۰ درصد مطالب را فراموش می کند؛ پس نگوئید من حافظه خوبی دارم و لازم نیست چیزی بنویسم. ثانیاً جزوه نویسی باعث می شود تمرکز و دقت خود را روی موضوعی که استاد مطرح می کند، بیشتر کنید. ثالثاً برخی از استادان به جای کتاب های منبع اصلی از جزوه هایی که سر کلاس برداشته می شود، به عنوان منبع امتحان استفاده می کنند؛ بنابراین جزوه بنویسید و پاکیزه و خوانا هم بنویسید.

چگونه بنویسیم؟

۱. آماده سر کلاس حاضر شوید: بحثی را که قرار است استاد در کلاس مطرح کند، پیش‌خوانی کنید. با این کار پیش‌زمینه پیدا می‌کنید و می‌توانید برای یادداشت‌برداری بیشتر روی مفاهیم کلیدی تمرکز کنید. همچنین نگاهی به مطالب درس قبل بیندازید؛ بدین ترتیب می‌توانید پیش از شروع درس جدید سوالات احتمالی‌تان را هم پرسید.
۲. واضح و صحیح بنویسید: سعی کنید موقع نوشتن جزوه، بدخط و درهم‌برهم ننویسید؛ زیرا ممکن است همان لحظه چیزی را که نوشته‌اید، بفهمید؛ اما بعداً که دوباره می‌خواهید مطلب را بخوانید، حتماً دچار مشکل می‌شوید.
۳. نوشتن بهتر از تایپ است: خیلی از افراد به‌جای نوشتن، تایپ می‌کنند. تحقیقات نشان داده آن‌هایی که مطالب را به‌صورت دستی می‌نویسند، نسبت به کسانی که تایپ می‌کنند، توانایی بیشتری برای فهمیدن و به‌خاطر سپردن مطالب دارند.
۴. مقایسه کنید: بعد از کلاس حتماً جزوه خود را با جزوه شاگرد اول‌های کلاس مقایسه کنید. ممکن است نکته‌ای از دستتان دررفته باشد یا به‌نظرتان مهم نرسیده باشد؛ بدین ترتیب مطمئن می‌شوید که جزوه‌تان کامل و بی‌نقص است.
۵. در ردیف‌های جلوی کلاس بنشینید: نشستن در ردیف‌های آخر کلاس احتمال حواس‌پرتی یا هم‌صحبت‌شدن با دیگران یا بازی با موبایل را افزایش می‌دهد و در این صورت چیزی از درس

نمی‌فهمید؛ چه رسد به جزوه‌نویسی. در ردیف جلو، هم استاد را به‌خوبی می‌بینید، هم صدای او را به‌خوبی می‌شنوید.

۶. مخفف بنویسید: در برخی اوقات، برای اینکه سرعت نوشتن زیاد شود و در وقتان صرفه‌جویی شود، برای کلمات بلندی که مدام هم تکرار می‌شود، مخفف بسازید؛ مثلاً به‌جای کلمهٔ company بنویسید CO. یا از نشانه‌های گرافیکی مثل \$ و & استفاده کنید. اعداد را حروفی بنویسید. البته آن‌قدر مخفف ننویسید که چند جلسه بعد وقتی جزوه را می‌خوانید، چیزی نفهمید.

۷. تاریخ و موضوع درس را بالای برگه‌هایتان مشخص کنید: این کار باعث می‌شود یادداشت‌ها مرتب و به‌راحتی بازیابی شود.

۸. شنوندهٔ فعال باشید، نه منفعل: هرچیزی را که استاد می‌گوید، بنویسید؛ بلکه خودتان را درگیر موضوع کنید و بفهمید که قسمت‌های مهم مطلب کجاست، همان‌ها را بنویسید، آن هم به انشای خودتان. بدین ترتیب موقع مراجعه به جزوه‌ای که نوشته‌اید، مفاهیم سریع‌تر منتقل می‌شود.

۹. مطالب روی تخته را عیناً بنویسید: آنچه روی تخته نوشته می‌شود، یا خود مطالب مهمی است یا حامل اطلاعاتی است که به شما ایدهٔ خوبی می‌دهد تا یادداشت‌هایتان را سازمان‌دهی کنید.

۱۰. برای چه درسی جزوه بنویسیم؟ برای درسی که استاد آن به معرفی کتاب علاقه‌ای ندارد یا کتاب را خیلی جدی نمی‌گیرد، جزوه‌نویسی

لازم است؛ در غیر این صورت به جزوه‌نویسی نیازی نیست.

۱۱. اصل جزوه‌نویسی ویژه دروس اختصاصی است:

دروس عمومی، یا کتاب دارد یا خود استاد جزوه می‌دهد و خیلی نیازمند یادداشت‌برداری نیست. در دروس اختصاصی، سخنان استاد نقش تعیین‌کننده دارد؛ حتی اگر کتابی، منبعی برای تدریس معرفی شده باشد. یادداشت‌های ناشی از توضیحات استاد موقع خواندن کتاب، هضم مطالب را راحت‌تر می‌کند؛ یا مثلاً گاهی مواقع استادان روی بعضی قسمت‌های کتاب بیشتر تأکید می‌کنند و از بعضی به راحتی رد می‌شوند. این ظرایف را حتماً در جزوه بنویسید.

۱۲. بین نوشته‌ها فضای خالی بگذارید: هرچه بین نوشته‌ها جای خالی بیشتری بگذارید، بعداً راحت‌تر می‌توانید اصلاح و حاشیه‌نویسی کنید.

۱۳. پایان کلاس را سرسری نگیرید: گاهی استاد خلاصه و نکات مهم درس را در انتهای کلاس بازگو می‌کند. مواظب باشید حواستان پرت نشود و اگر نکته مهمی در آن هست، از دستتان نرود.

۱۴. پرسش‌های دانشجویان و پاسخ‌های استاد را بنویسید: اگر در بین درس یا پایان کلاس، پرسشی برایتان پیش آمد، بپرسید. پرسش‌های مهم و جالبی را که هم‌کلاسی‌ها از استاد می‌پرسند، همراه با پاسخ استاد، یادداشت کنید.

۱۵. جزوه را با منبع اصلی تطبیق دهید و تکمیل کنید: اگر استاد منبعی برای درس معرفی کرده است و در عین حال جزوه هم می‌گوید و شما یادداشت‌برداری می‌کنید، خوب است پس از هر جلسه درس، مطالب جزوه‌تان را با مطالب

مهم کتاب و منبع تکمیل کنید؛ مثلاً تعریفها را
دقیقاً از کتاب مرجع بیاورید، یا مثالها و
مسئله‌هایی از کتاب به یادداشت‌های خود اضافه
کنید تا جزوه‌تان کامل‌تر شود.

فصل دوازدهم: گزیده ای از مقررات و

حقوق دانشجویی



حقوق دانشجویی بسیار است؛ ولی در اینجا فقط به آن‌های اشاره می‌کنیم که دانستنش برای دانشجو بیشتر ضروری است:

۱. اگر دانشجویی در یک نیمسال تحصیلی، میانگین کل نمره‌هایش حداقل ۱۷ باشد، می‌تواند با نظر دانشگاه در نیمسال بعد، حداکثر تا ۲۴ واحد درسی انتخاب کند.

غیبت

۲. حضور دانشجو در تمام جلسات مربوط به هر درس الزامی است و ساعات غیبت دانشجو در هر درس نباید از سه هفدهم مجموع ساعات آن درس تجاوز کند؛ در غیر این صورت نمره دانشجو در آن درس صفر محسوب می‌شود؛ ولی اگر غیبت مذکور موجه تشخیص داده شود، آن درس حذف می‌شود.
۳. غیبت غیرموجه در امتحان هر درس، به منزله گرفتن نمره صفر در آن درس است و غیبت موجه در امتحان هر درس، موجب حذف آن درس می‌شود.

حذف درس

۴. در صورت اضطرار، دانشجو می‌تواند تا پنج هفته به پایان نیمسال تحصیلی مانده، فقط یکی از درس‌های نظری خود را با تأیید گروه آموزشی حذف کند. مشروط بر اینکه اولاً غیبت دانشجو در آن درس بیش از سه‌هفدهم مجموع ساعات آن درس نباشد و ثانیاً، تعداد واحدهای باقی‌مانده وی از ۱۲ واحد کمتر نشود.

۵. حذف کلیه درس‌های اخذشده در یک نیمسال، تنها در صورتی مجاز است که بنا به تشخیص شورای آموزشی دانشگاه، دانشجو نتواند در آن نیمسال ادامه تحصیل دهد. در این صورت نیمسال مزبور، جزو حداکثر مجاز تحصیل دانشجو محسوب خواهد شد.

حداقل نمره قبولی

۶. حداقل نمره قبولی در هر درس ۱۰ است.
دانشجویی که در هر یک از دروس الزامی مردود شود، در اولین فرصت، ملزم است آن را تکرار کند. با این حال نمره‌های کلیه دروس، اعم از قبولی و ردی، در کارنامه دانشجو و در محاسبه میانگین منظور می‌شود.

۷. در پایان هر نیمسال تحصیلی، میانگین نمره‌های دانشجو در آن نیمسال و میانگین کل نمره‌های او تا پایان آن نیمسال و در پایان دوره تحصیلی، میانگین کل نمره‌های دانشجو، محاسبه و در کارنامه وی ثبت می‌شود.

نام‌نویسی مشروط

۸. میانگین نمره‌های دانشجو در هیچ‌کدام از نیمسال‌های تحصیلی، نباید کمتر از ۱۲ باشد؛ در غیر این صورت، نام‌نویسی دانشجو در نیمسال بعد، به‌صورت مشروط خواهد بود.
۹. دانشجویی که به‌صورت مشروط نام‌نویسی می‌کند، جز در آخرین نیمسال تحصیلی، حق انتخاب بیش از ۱۴ واحد درسی در آن نیمسال را ندارد.

محرومیت از تحصیل

۱۰. در صورتی که میانگین نمره‌های دانشجو در دوره‌های کارشناسی و کارشناسی‌ارشد پیوسته، در سه نیمسال متوالی یا چهار نیمسال غیرمتوالی و در دوره‌های کاردانی و کارشناسی ناپیوسته، در دو نیمسال تحصیلی، اعم از متوالی یا متناوب، کمتر از ۱۲ باشد، در هر مرحله‌ای که باشد، از ادامه تحصیل محروم می‌شود.

مرخصی تحصیلی

۱۱. دانشجو می‌تواند در هر یک از دوره‌های کاردانی و کارشناسی ناپیوسته برای دو نیمسال متوالی یا متناوب از مرخصی تحصیلی استفاده کند.
۱۲. دانشجو تقاضای مرخصی تحصیلی را باید به صورت کتبی، حداقل دو هفته قبل از شروع نام‌نویسی هر نیمسال، به اداره آموزش دانشکده یا دانشگاه تقدیم کند.

دانشجوی مهمان

۱۳. در مواقعی که دانشجو به‌طور موقت، ناگزیر باشد که محل تحصیل خود را تغییر دهد، می‌تواند با موافقت دانشگاه‌های مبدأ و مقصد، به‌عنوان دانشجوی مهمان، به‌طور موقت، برای مدت معین محل تحصیل خود را تغییر دهد.
۱۳. مهمان‌شدن دانشجو در یک دانشگاه، مشروط بر این است که دانشجو حداقل یک نیمسال تحصیلی خود را در دانشگاه مبدأ گذرانده باشد.
۱۴. هر دانشجو در هر رشته می‌تواند حداکثر یک نیمسال در دورهٔ کاردانی، یا دو نیمسال در دورهٔ کارشناسی، در یک دانشگاه به‌طور تمام‌وقت به‌صورت مهمان تحصیل کند.

تغییر رشته

۱۵. دانشجوی در طول دوران تحصیل در مقطع کاردانی و کارشناسی می‌تواند با داشتن شروط زیر و موافقت گروه آموزشی ذی‌ربط از یک رشته به رشته دیگر در یک گروه آموزشی و همان دانشگاه تغییر رشته دهد:
- الف. ادامه تحصیل متقاضی در رشته قبلی، از نظر مقررات آموزشی بلامانع باشد.
- ب. حداقل یک ششم و حداکثر دوسوم واحدهای دوره را گذرانده باشد.
- ج. نمره آزمون ورودی متقاضی از نمره آزمون پایین‌ترین فرد پذیرفته‌شده در سهمیه و رشته تقاضاشده در همان سال، کمتر نباشد.
- د. با توجه به حداکثر مدت مجاز تحصیل، امکان گذراندن واحدهای درسی لازم در رشته جدید را داشته باشد.

فراغت از تحصیل

۱۶. میانگین کل نمره‌های دانشجو در پایان دوره تحصیل، باید حداقل ۱۲ باشد تا در رشته تحصیل خود حسب مورد، مدرک کاردانی یا کارشناسی دریافت کند. در صورتی که میانگین نمره‌های دانشجو از ۱۲ کمتر باشد و چنانچه از نظر طول تحصیل مانعی نداشته باشد، می‌تواند حداکثر تا ۲۰ واحد درسی از درس‌هایی را که با نمره کمتر از ۱۲ قبول شده است، در یک نیمسال تحصیلی (کاردانی) و دو نیمسال تحصیلی (کارشناسی) مجدداً انتخاب و آن درس را تکرار کند، تا میانگین کل خود را جبران کند؛ در این صورت نمره‌های دروس تکراری به‌علاوه نمره‌های قبلی، در کارنامه دانشجو ثبت و در محاسبه میانگین کل نمره‌های او محسوب می‌شود.

اسلامی مُصرّح در چهارچوب قانون اساسی و
آیین‌نامه‌ی مربوط فعالیت کند. هر نوع فعالیت
سیاسی و فرهنگی و اجتماعی تشکلهای دانشجویی
در چهارچوب ضوابط خاص در داخل دانشگاه مجاز
است و فعالیت آنها در خارج از دانشگاه تابع قانون
احزاب است.

نوع فعالیت تشکلهای اسلامی دانشجویی

الف. برگزاری سخنرانی، تجمع، راهپیمایی، میزگرد، تریبون آزاد و نصب تابلوهای تشکلهای دانشجویی با ارائه مجوز از هیئت نظارت دانشگاه امکان پذیر است.

ب. انتشار هر نوع نشریه‌ای به استثنای نشریات علمی دانشگاهی با مجوز شورای فرهنگی دانشگاه صورت می‌گیرد.

ج. راه‌اندازی هر نوع پایگاه اطلاع‌رسانی رایانه‌ای با مجوز شورای فرهنگی دانشگاه صورت می‌گیرد. شورای فرهنگی دانشگاه در صورت مغایرت هر نوع فعالیت فرهنگی و سیاسی و اجتماعی با مصالح دانشگاه و ضوابط شرعی و ارزش‌های انقلاب اسلامی، مراتب را به ریاست دانشگاه اعلام می‌کند و رئیس دانشگاه موظف است در صورت اعلام شورای فرهنگی یا مشاهده مصادیق خلاف از آنها جلوگیری کند. در ادامه به صورت گذرا با تشکلهای مهم دانشجویی آشنا می‌شویم. [۱۲۰]

بسیج دانشجویی

بسیج دانشجویی با فرمان امام خمینی(رح) در دوم آذر ۱۳۶۷، با هدف پاسداری از اصول انقلاب و اسلام، دعوت به اتحاد حوزه و دانشگاه، ایجاد حکومت بزرگ اسلامی و فتح جهان توسط اسلام تشکیل شد. بسیج دانشجویی، فراگیرترین جبههٔ تشکلی نیروهای ارزشی در دانشگاه، در مقاطع مختلف دو دههٔ اخیر است که توانسته متناسب با تحولات کشور و دانشگاه، نقش ویژه‌ای ایفا کند.

جامعه اسلامی دانشجویان

این تشکل در سال ۱۳۶۸، برای نیل به اهدافی همچون تعمیق فرهنگ و معارف اسلامی، رشد بینش سیاسی و انقلابی، تقویت روحیه مسئولیت‌پذیری و گسترش مشارکت مدنی دانشجویان تشکیل شد. جامعه اسلامی دانشجویان بنا بر رسالت خود سعی کرده نیروهای نخبه را برای نظام و انقلاب کادرسازی کند و پرورش دهد و به این منظور فعالیت آموزشی خود را بر تقویت قوه تحلیلی و فکری نیروها متمرکز کرده است.

انجمن اسلامی دانشجویان مستقل

تشکل سیاسی فوق در ۱۳ آبان ۱۳۷۸، با انشعاب و جداسدن انجمن اسلامی برخی دانشگاه‌ها از دفتر تحکیم وحدت اعلام موجودیت کرد. این اتحادیه تا پایان فعالیت دولت اصلاحات، تعداد دفاتر دانشگاهی خود را به حدود سی انجمن رساند تا بتواند زمینه‌های تشکیل بزرگ‌ترین اتحادیه انجمن‌های اسلامی را، پس از دوران ازهم‌پاشیدگی دفتر تحکیم وحدت، ایجاد کند.

جنبش عدالت‌خواه دانشجویی

شروع تشکیل این تشکل، بعد از پیام رهبر معظم انقلاب در سال ۱۳۸۱ به جنبش دانشجویی برای پیگیری عدالت برمی‌گردد. این جریان با رویکرد کلی عدالت‌خواهی و انتقاد و مطالبه‌گری از مسئولان و نهادها و توجه به مشکلات و معضلات سیاسی‌اجتماعی فعالیت خود را رسماً از اواخر سال ۱۳۸۲ آغاز کرد. این اتحادیه از جوان‌ترین جریان‌های دانشجویی است.

دفتر تحکیم وحدت

فعالیت این تشکل به سال‌های آغازین انقلاب اسلامی بازمی‌گردد. در آن سال‌ها، جریان عمده دانشجویی که پیرو خط امام بودند، در انجمن‌های اسلامی دانشجویان متمرکز شده بودند و این انجمن‌ها مرکزی بود که به اصطلاح بچه‌مسلمان‌ها فعالیت‌های خود را از طریق آن‌ها در دانشگاه پیگیری می‌کردند. این تشکل از ابتدای تشکیل تاکنون، فراز و فرودهای متعددی داشته است و سه نوبت، در سال‌های ۱۳۶۵ و ۱۳۷۸ و ۱۳۸۰ انشعاب و جدایی‌هایی در آن صورت گرفته است. شاید مهم‌ترین آن، جدا شدن انجمن‌های اسلامی پانزده دانشگاه کشور از دفتر تحکیم وحدت در سال ۱۳۷۸، تحت عنوان «اتحادیه انجمن‌های اسلامی دانشجویان مستقل سراسر کشور» باشد. این بود مختصری از تاریخچه و اهداف و فعالیت تشکل‌های دانشجویی.

۲. انجمن‌های علمی دانشجویی

انجمن‌های علمی دانشجویی متشکل از دانشجویان علاقه‌مند به مشارکت در فعالیت‌های علمی در یک دانشکده یا گروه آموزشی است. در هر دانشگاه، متناظر با هر رشته دانشگاهی، یک انجمن علمی می‌تواند تشکیل شود. فعالیت‌های انجمن‌های علمی عبارت است از مناظره و نقد علمی، هم‌اندیشی و نشست‌های تخصصی، مطالعات و پژوهش‌های علمی، نشر و ترویج یافته‌های علمی و فعالیت‌های کمک‌آموزشی. برخی از مصادیق و عرصه‌های فعالیت انجمن‌های علمی چنین است:

- برگزاری دوره‌های آموزشی تکمیلی و تقویتی و تشکیل کارگاه‌های تخصصی؛
- برگزاری جشنواره‌ها و کنفرانس‌ها و مسابقات علمی و همکاری در اجرای آن (داخلی و خارجی)؛
- تولید و انتشار نشریه علمی، کتاب و نشریات الکترونیکی، نرم‌افزارهای رایانه‌ای و فیلم‌های علمی آموزشی؛
- حمایت مادی و معنوی از ابتکارات، اختراعات، خلاقیت‌های علمی و فعالیت‌های پژوهشی دانشجویان و تشویق آنان.

۳. کانون‌های فرهنگی هنری دانشجویی

کانون‌های فرهنگی هنری دانشجویان به منظور پاسخ‌گویی به نیازهای متنوع و رشد خلاقیت‌های فرهنگی دانشجویان، سامان‌بخشیدن به خواسته‌ها و تلاش‌های خودانگیخته فرهنگی و هنری و اجتماعی دانشجویی، حمایت و هدایت این گروه از فعالیت‌ها در جهت نیل به ارزش‌های اسلامی و بر اساس ضوابط ویژه در دانشگاه‌ها فعالیت می‌کنند. کانون‌ها منحصراً در سه زمینه دینی و مذهبی، ادبی و هنری، فرهنگی و اجتماعی مطابق اساسنامه کانون فعالیت می‌کنند.

اسامی برخی از کانون‌ها: قرآن و عترت، ادبی، فیلم و عکس، موسیقی، هنرهای نمایشی، هنرهای تجسمی، صنایع دستی، مطالعات فرهنگی، ایران‌گردی و جهان‌گردی، محیط‌زیست، آسیب‌های اجتماعی.

۴. انجمن‌های ورزشی دانشجویی

انجمن ورزشی دانشجویی، نهادی است دانشجویی که به منظور هماهنگ کردن فعالیت‌های خودجوش ورزشی دانشجویان و با عضویت دانشجویان علاقه‌مند به فعالیت‌های ورزشی در سطح خوابگاه یا دانشکده و در مسیر سیاست‌های وزارت علوم یا وزارت بهداشت و درمان با اهداف زیر تشکیل می‌شود:

- غنی‌سازی اوقات فراغت و تأمین سلامت جسمی و شادابی و نشاط روحی دانشجویان، از طریق تعمیم و گسترش ورزش در خوابگاه‌ها و دانشکده‌ها؛
- تقویت مدیریت نیروی انسانی ورزشی دانشگاه‌های کشور، از طریق توسعه مشارکت سنجیده و قانونمند دانشجویان؛
- توسعه مشارکت دانشجویان در تصمیم‌سازی و تنظیم برنامه‌های قابل اجرا و جلب همکاری آن‌ها در اجرا؛
- ایجاد محیطی مملو از همکاری و تعاون و تقویت روحیه معاضدت و مشارکت بین اقشار دانشجویی و دانشگاهی در زمینه ورزش دانشجویان.

فصل چهاردهم: کار فرهنگی و اهمیت

آن



یکی از دغدغه‌های دانشجو پس از ورود به دانشگاه، شرکت در کارهای فرهنگی است که نقش تعیین‌کننده‌ای در رشد و پرورش شخصیت فکری، فرهنگی، سیاسی و اجتماعی او دارد. اینکه کار فرهنگی چیست و چه اهمیتی دارد و چقدر باید به آن بها داد، مطلبی است که بیانات رهبر معظم انقلاب پاسخ‌گو و روشن‌کننده آن است. ایشان شخصیتی است که خود، سکان‌دار و هدایت‌کننده فعالیت‌های فرهنگی کشور است. در این فصل با گوشه‌ای از نظرهای ایشان آشنا می‌شویم.

۱. کار فرهنگی درست، آن چیزی است که

جوان ما را انقلابی بار بیاورد

کار فرهنگی درست آن چیزی است که جوان ما را انقلابی بار بیاورد. این کشور انقلاب کرده؛ به این انقلاب باید پایبند بود. مبانی این انقلاب را بایستی جزو اصول زندگی خود قرار داد تا بتوانیم پیش برویم. معتقد به آرمان‌ها، دوستدار کشور، دوستدار نظام، دارای بصیرت و عمق دینی و سیاسی، این‌جور بایستی در نگاه دینی و نگاه سیاسی عمق داشته باشد، تا به هر شبهه کوچکی پایش نلغزد یا اشتباه نکند در زمینه مسائل سیاسی. [۱۲۱]

۲. این‌ها کار فرهنگی نیست

بعضی‌ها کار فرهنگی را در داخل دانشگاه، با کنسرت و اردوهای مختلط اشتباه گرفته‌اند. می‌گویند باید دانشجو شاد باشد! شادبودن برای هر محیطی چیز خوبی است؛ اما چه‌جوری؟ به چه قیمتی؟ غربی‌ها چقدر بهره برده‌اند از این اختلاط دختر و پسر که ما بهره ببریم...؟ اردوی مختلط یعنی چه؟ کوه‌نوردی مختلط! گاهی حتی خارج از کشور! نه، کار فرهنگی ماهیت دیگری دارد، مفهوم دیگری دارد. مسئولین فرهنگی دانشگاه‌ها بفهمند چه کار می‌کنند. باید کار فرهنگی دانشگاه این‌جوری باشد که افرادی تربیت کند مؤمن، متخلق، با اخلاق خوب، انقلابی. [۱۳۲]

۳. کار فرهنگی، کار حاشیه‌ای نیست؛ اصل

است

کار فرهنگی در دانشگاه، اصل است؛ یک کار فوق‌برنامه، یک کار حاشیه‌ای نیست. به کار فرهنگی اهمیت داده شود. البته معنای کار فرهنگی، کنسرت آوردن در دانشگاه یا مثلاً حرکات موزون در دانشگاه نیست. این‌ها کار ضدفرهنگی است. کار فرهنگی، یعنی کاری که ذهن‌ها را با فرهنگ انقلاب و فرهنگ اسلام آشنا کند. [۱۲۳]

۴. اثر کار فرهنگی قطعی است

اثر کار فرهنگی، صددرصد است و هیچ کار فرهنگی درست، بدون اثر نیست. راز کار فرهنگی را تبلیغاتچی‌های جهانی می‌دانند. اگر این‌همه پول خرج می‌کنند و رادیو و خبرگزاری راه می‌اندازند، به این دلیل است که آثار و نتایج کار فرهنگی را می‌دانند. تأثیر هیچ سرمایه‌گذاری مثل کار فرهنگی، قطعی و نتیجه‌اش صددرصد نیست. اگر کار فرهنگی کم‌تأثیر باشد، بدانیم که ارکانش ناقص است و به میزان لازم انجام نگرفته است. باید عیب آن را یافت و اصلاح کرد. [۱۲۴]

۵. حقیقتاً کار فرهنگی در کشور متناسب با

پیشرفت انقلاب نیست

حقیقتاً کار فرهنگی در کشور، متناسب با پیشرفت و ریشه‌دواندن انقلاب در جامعه نیست. ما امروز خیلی کارهای فرهنگی باید می‌کردیم که نکردیم؛ خیلی برنامه‌ها باید می‌ریختیم که نریختیم و حقیقتاً دستمان از خیلی کارها، چه در داخل و چه در خارج، خالی است؛ لذا است که مسائل فرهنگی حقیقتاً درخور این است که به آن، با سعه صدر و اهتمام و دلسوزی عمیق و همراه با خبرگی و کارشناسی رسیدگی شود.

همه کارها را خبره‌ها انجام می‌دهند. چرا کار فرهنگی را خبره‌ها نباید انجام دهند و هرکسی وارد میدان کار فرهنگی بشود و چیزی بگوید و نظری بدهد و اقدامی کند؟

۶. کار فرهنگی، یعنی روح فرهنگی در آن

باشد

کار فرهنگی را درست بفهمیم یعنی چه. کار فرهنگی آن چیزی نیست که لباس فرهنگی دارد. لباس فرهنگی، یعنی نوشته و کاغذ و قلم و امثال این‌ها. این فرهنگ می‌شود؛ اما کار فرهنگی نیست. کار فرهنگی، یعنی روح فرهنگی در آن باشد، یک حرکت فرهنگی باشد، رشد بدهد و فعل و انفعال را در ذهن و مغز و جان و عواطف انسان به‌وجود آورد. [۱۲۵]

۷. التماس می‌کنیم که کار فرهنگی بکنید!
ما به کسانی که اهل کار فرهنگی‌اند، دائم می‌گوییم،
به بعضی تکرار می‌کنیم، به بعضی التماس می‌کنیم،
بعضی را در اینجا جمع می‌کنیم و به بعضی پیغام
می‌دهیم که «آقا، کار فرهنگی بکنید.» جواب کار
فرهنگی باطل، کار فرهنگی حق است. در مقابل کسی
که از ابزار فرهنگی استفاده می‌کند، ابزار فرهنگی لازم
است. [۱۲۶]

۸. در کار فرهنگی هیچ وقفه و تعللی جایز

نیست

اهمیت کار فرهنگی نباید مورد غفلت قرار گیرد. در کار فرهنگی هیچ وقفه و تعللی جایز نیست؛ چون بیشترین تلاش دشمنان بر روی جامعه و ملت و کشور ما تلاش فرهنگی است. این مبالغه نیست! بیشتر و پرحجم‌تر و مؤثرتر از تلاش‌های سیاسی و امنیتی، تلاش فرهنگی است. علت هم این است که آن‌ها می‌دانند اگر در تلاش‌های فرهنگی علیه انقلاب موفق و پیروز شوند، بقیه کارها برای آن‌ها آسان خواهد شد؛ لذا روی این متمرکزند. ما مطلقاً نبایستی توقف داشته باشیم، باید پیش برویم. هیچ سطحی‌نگری جایز نیست. ظاهرگرایی و عوام‌زدگی در کار فرهنگی جایز نیست. کار فرهنگی باید مدبرانه، عمیق، باحوصله و از سوی آدم‌های باصلاحیت و کارشناس‌های حقیقتاً وارد در همه شعبه‌ها و شاخه‌های گوناگون فرهنگی مورد توجه قرار گیرد. [۱۲۷]

۹. کارهای فرهنگی را هرچه می‌توانید، به‌جد

دنبال کنید

عرض بنده خطاب به جوان‌هایی است که در سرتاسر کشور، فعالیت‌های فرهنگی را به‌صورت خودجوش شروع کردند که بحمدلله خیلی هم وسیع شده است. من می‌خواهم بگویم آن جوان‌هایی که در تهران، در شهرهای گوناگون، در استان‌های مختلف، در خود مشهد، در بسیاری از شهرهای دیگر، کار فرهنگی می‌کنند، با اراده خودشان، با انگیزه خودشان کار را هرچه می‌توانند، به‌طور جدی دنبال کنند و ادامه بدهند. بدانند که همین گسترش کار فرهنگی در بین جوان‌های مؤمن و انقلابی، نقش بسیار زیادی را در پیشرفت این کشور و در ایستادگی ما در مقابل دشمنان این ملت ایفا کرده است. [۱۲۸]

۱۰. با روحیه انقلابی وارد میدان کار فرهنگی

شوید

بهترین کارها را کسانی کرده‌اند که با روحیه انقلابی کرده‌اند: هم در جنگ، هم در سازندگی و هم در علم و مسائل فرهنگی؛ بنابراین انقلابی بمانید. روحیه انقلابی یعنی اسیر حدود تحمیلی نشدن، قانع به گیرندگی قطره‌چکانی نشدن، با امید دنبال هدف حرکت کردن و بانگیزه، بانشاط، با اصرار و پیگیری آن را به دست آوردن. [۱۲۹]

فصل پانزدهم: خوابگاه؛ فرصت ها و

تهدیدها



زندگی در خوابگاه، خصوصیات ویژه‌ای دارد که پاره‌ای از آن‌ها ممکن است بسیار جذاب، سرگرم‌کننده، تفریحی و لذت‌بخش باشد؛ مانند زمان‌هایی که دانشجویان مدت‌های طولانی دور هم نشسته‌اند و به بگو و بخند و صحبت مشغول‌اند، یا درباره‌ی موضوعی با هم گفت‌وگو می‌کنند، یا با رشته‌ها و فعالیت‌های یکدیگر آشنا می‌شوند، یا... .

از سوی دیگر زندگی در خوابگاه ممکن است مشکلاتی هم ایجاد کند؛ مانند زندگی با یک هم‌اتاقی که اهل همکاری نیست، قواعد و قوانین را زیر پا می‌گذارد یا زمانی که غذای آماده‌شده‌ی شما را دانشجوی گرسنه‌ی دیگری خورده است و... . در هر حال خوابگاه محیطی است که هم تهدیدهایی برای دانشجو به همراه دارد و هم فرصتهایی ناب و منحصر به فرد. دانشجوی موفق کسی است که از هر دوی تهدیدها و فرصت‌ها، بهترین تجربه‌ها را برای زندگی علمی و اجتماعی خود ببندد.

فرصت‌ها و تهدیدها

زندگی در خوابگاه فرصتی برای بیرون آمدن از لاک تنهایی و تجربه زندگی مستقل به شکل ملایم و گلخانه‌ای است. فرصتی که با پرورش روحیه مسئولیت‌پذیری، انعطاف‌پذیری، سازگاری، همکاری، واقع‌بینی و... شما را برای ورود به دنیای گاهی زمخت خارج از خانواده آماده می‌کند. زندگی در خوابگاه، ناخودآگاه تمام ابعاد وجود شما را درگیر و ظرفیت‌های وجودتان را بالفعل می‌کند. در خوابگاه فقط یک جوان دانشجوی ساده نیستید. اگر دخترید، گاهی با آشپزی و نظافت و مراقبت از بقیه، مادری می‌کنید. گاهی با شنیدن درد دل هم‌اتاقی‌ها و آرام‌کردنشان، خواهری می‌کنید و گاهی هم با انجام دادن خریدهای روزانه اتاق، حتی برادری می‌کنید! خلاصه اگر عاقل باشید، زندگی در خوابگاه دوره فشرده‌ای است برای مدیریت تمام ابعاد زندگی و پختگی و کسب تجربه‌های رنگارنگ.

از سوی دیگر همین خوابگاه با این همه فرصت برای رشد و ترقی، آسیب‌هایی را برای آن‌هایی به همراه دارد که با فضای خاص زندگی در آن محیط آشنا نیستند؛ مثلاً شب‌نشینی‌های طولانی که علاوه بر اتلاف وقت و عمر، گاهی به خطرهای دیگری، همچون اعتیاد به موادمخدر مانند سیگار و قلیان و شیشه منجر می‌شود.

تهدید دیگر، وقت‌گذرانی بیهوده، شامل پرسه‌زدن در خیابان‌ها، مشغول‌شدن به وسایل دیجیتال مثل لپ‌تاپ، موبایل، تبلت یا ورود

به شبکه‌های مجازی خارج از قاعدهٔ طبیعی است. دانشجویان خوابگاهی معمولاً وقتی وارد محیط جدیدی می‌شوند و از خانواده جدا می‌شوند، به‌خاطر اینکه استرس‌های خود را کاهش دهند، گرفتار وقت‌گذرانی‌های بیهوده می‌شوند که به نمونه‌هایی از آن‌ها اشاره شد.

از جمله تهدیدهای دیگر، خطر بی‌برنامگی و یکنواختی در دوران تحصیلی است. طبیعتاً زمان ازدست‌رفتهٔ یک دانشجو، هیچ‌گاه برنمی‌گردد و بدین صورت وقتی دانشجویی موقعیت خود را در ترم اول از دست دهد و معدلش پایین بیاید، دیگر آن زمان برای او نمی‌تواند برگردد. ممکن است دانشجو آن‌قدر دیر متوجه این موضوع شود که باعث ناامیدی او از تحصیل و آینده‌اش شود؛ لذا برای اینکه چنین اتفاقی نیفتد، باید از همان ابتدای ترم اول تحصیل خود در دانشگاه، ضمن اینکه دوستان خود را از افراد علمی و ممتاز انتخاب می‌کند، با «سال‌بالایی‌های موفق» در ارتباط باشد و باید با برنامه‌ریزی دقیق پیش برود.

ارتباط با هم‌اتاقی‌ها

گاهی خوش‌شانسی شامل حال دانشجویی می‌شود و هم‌اتاقی‌هایش افرادی سازگار و همراه و دارای روحیه همکاری از آب درمی‌آیند و گاهی هم بدشانسی به دانشجو روی می‌آورد و با هم‌اتاقی‌هایش درباره مسائل مختلف مشکل پیدا می‌کند. اختلاف در خوابگاه امری بدیهی است؛ زیرا دانشجویان ساکن دارای فرهنگ‌ها، خانواده، جوامع گوناگون و حتی اقوام مختلف‌اند؛ بنابراین مهم نیست با هم‌اتاقی‌هایتان تفاوت داشته باشید؛ مهم این است یاد بگیرید چگونه اختلاف‌هایی را که بر اثر این اتفاقات به وجود می‌آید، مدیریت کنید. به همین دلیل مهارت حل اختلاف در این زمینه بسیار مفید است. آنچه به شما کمک می‌کند تا بتوانید حداقل تنش را با دوستانتان داشته باشید، این است که درباره آنچه شما را ناراحت می‌کند، با زبان خوش و مؤدب صحبت کنید. داد و فریاد و خشم و عصبانیت و بی‌ادبی، جز افزایش تنش و رنجش شما و طرف مقابل فایده دیگری نخواهد داشت.

راه‌حلهایی برای بهبود روابط با هم‌اتاقی‌ها

بهتر است از همان ابتدا با عده‌ای که قرار است هم‌اتاق شوید، بنشینید و درباره آنچه باید همگی رعایت کنید، گفت‌وگو کنید؛ بنابراین زمانی را برای این نشست تعیین کنید که همه افراد بتوانند در آن شرکت کنند. هنگام گفت‌وگو درباره موضوعات گوناگون، نه رودربایستی داشته باشید و نه حرف خود را از روی خجالت مطرح کنید و نه چیزی را به دیگران تحمیل کنید. هر دو حالت به شما لطمه خواهد زد. پس با صراحت و متانت درباره مسائل زیر مشورت کنید و به توافق برسید.

۱. موضوعات کلی و عام

- نظافت اتاق: تعیین نوع کارها و برنامه نظافت محل زندگی و تعیین وظیفه هر یک از هم‌اتاقی‌ها؛
- آماده‌کردن غذا: مشخص کردن برنامه غذایی و تعیین وظیفه هر یک از افراد؛
- شست‌وشوی ظرف‌ها: تعیین نوبت‌های ظرف‌شویی؛
- خرید مایحتاج و وسایل: تعیین خریدهای اساسی، تعیین مادرخرج (کسی که مسئول خرید است) و تعیین مقدار هزینه‌ای که ماهانه یا هفتگی باید پرداخت شود.

۲. تنظیم ساعت و زمان

- استراحت: تعیین اوقات استراحت و خواب و میزان روشنایی و فعالیت‌هایی که در ساعات خواب و استراحت می‌توان انجام داد؛
- مهمانی: تعیین ساعات و مواقعی که می‌توان مهمانی را به اتاق آورد و مدت اقامت وی و دفعات آن و...؛
- مطالعه: تعیین ساعات مطالعه و عادات مطالعه و عواملی که در مطالعه هم‌اتاقی‌ها مزاحمت ایجاد می‌کند و راه علاج آن‌ها؛
- تفریح و گفت‌وگو: تعیین ساعاتی که برای تفریح و بحث و گفت‌وگو لازم است.

۳. اصول ایمنی

مانند لزوم قفل کردن در اتاق، کشوها، چمدان‌ها یا اینکه شب‌ها در اتاق قفل باشد یا نه. نگهداری کامپیوتر، لبتاب، موبایل، و تبلت شخصی در جای مناسب و امن.

۴. موضوعات خصوصی یا عمومی

- یکی از موضوعات بسیار مهم در بین هم‌اتاقی‌ها، مشخص کردن محدوده‌های شخصی یا عمومی است؛ مثل فضای خصوصی لازم هر شخصی در اتاق یا امکان استفاده از کتاب‌های دیگران در غیاب آن‌ها.
- استفاده از وسایل یکدیگر: مشخص کنید دیگران تا چه اندازه از وسایل یکدیگر در حضور و غیاب هم، می‌توانند استفاده کنند؛
 - تعیین حریم خصوصی: بعضی افراد به نشستن هم‌اتاقی روی تختشان حساس‌اند یا نمی‌خواهند کسی از بشقاب و قاشق آن‌ها استفاده کند؛
 - اطلاعات و موضوعات شخصی: افرادی هستند که دلشان نمی‌خواهد کسی سر از کار آن‌ها درآورد؛ برعکس افرادی هم هستند که به راحتی اطلاعات درس و کار و زندگی خود را در اختیار دیگران قرار می‌دهند؛
 - اطلاع‌دادن دربارهٔ بیرون‌رفتن: بعضی افراد ممکن است مایل نباشند دیگران بدانند آن‌ها کجا هستند و به کجا می‌روند و چه می‌کنند. بهتر است این موضوعات از ابتدا مشخص شود؛
 - نیاز به خلوت و تنهایی: بعضی نیاز دارند ساعتی با خود خلوت کنند یا کاری را به تنهایی انجام دهند. به همین دلیل بهتر است به هم‌اتاقی‌ها اطلاع دهند تا هم‌اتاقی‌ها برداشت‌های اشتباهی از آن‌ها نداشته باشند.

نکاتی برای زندگی بهتر در خوابگاه

غیر از اصول کلی که در بالا به آنها اشاره شد، توجه به نکات زیر نیز کمک‌کننده شما در زندگی خوابگاهی است.

۱. غم غربت

این مشکل را اغلب آن‌هایی تجربه می‌کنند که برای اولین بار و به شکل جدی مجبور می‌شوند شهر و دیار و خانواده خود را ترک کنند؛ یک‌جور سرگردانی مبهم، مثل غم غروب‌های جمعه، یک‌جور بغض مدام ناشی از تهی‌شدن آدم‌ها از انرژی عاطفی که معمولاً یک تا دو ماه طول می‌کشد و رفتار، حالات، درس و ارتباطات فرد را تحت تأثیر قرار می‌دهد. در مواجهه با این حالت نترسید. کمی که زمان بگذرد، خودتان را پیدا می‌کنید.

۲. موقعیت جغرافیایی خوابگاه

در قدم اول، مسیر خوابگاه تا دانشگاه را شناسایی کنید و خطوط تاکسی و اتوبوس و احیاناً مترو که عبور و مرور را برایتان راحت می‌کند، یاد بگیرید. در قدم دوم، سعی کنید به‌مرور سوپرمارکت، نانوايي، سبزی‌فروشی، مسجد، داروخانه، رستوران، مراکز درمانی، کتاب‌فروشی، باشگاه ورزشی و سینمای آن حوالی را یاد بگیرید تا در مواقع لزوم، راحت دسترسی داشته باشید.

۳. اطلاع از قوانین خوابگاه

اطلاع از ساعت ورود و خروج، ساعات توزیع غذای سلف، ساعات عبور و مرور سرویس‌های دانشگاه به خوابگاه و برعکس و... به شما برای استفاده بهتر از امکانات فراهم‌شده کمک شایانی می‌کند.

۴. انتخاب هم‌اتاقی

اگر فرصت انتخاب به شما داده شد، سعی کنید هم‌اتاقی‌تان آشنا یا دست‌کم هم‌شهری باشد و با هنجارهای زندگی شما آشنا باشد. بدین گونه امکان تنش و دلخوری به مقدار زیادی کاهش می‌یابد.

۵. یادگیری مطالعه در اتاق شلوغ

یادتان باشد دوران درس خواندن در اتاق ساکت و آرام خانه‌تان و پذیرایی شدن با شیرموز و پیش‌دستی پر از میوه پوست‌کننده، تمام شده است و حالا باید در اتاقی که یکی مو سشوار می‌کشد و دیگری تلفنی حرف می‌زند و سومی موزیک گوش می‌کند، درس بخوانید و تازه باید حواستان به جوش آمدن آب کتری و نسوختن شام شب هم باشد.

۶. نایاب‌بودن سکوت و آرامش در خوابگاه

یکی از موضوعاتی که کاملاً ابتدایی و بدیهی است، وجود سروصدا در خوابگاه است. ممکن است برخی افراد هنگام بالا و پایین‌رفتن از پله‌ها سروصدا کنند یا هم‌اتاقی‌تان خُرُوف کند یا یکی در حمام نزدیکتان مشغول آوازخواندن باشد. خلاصه سروصدا به هر سببی که باشد، مسئله‌ای کاملاً بدیهی است و باید تلاش کنید به آن عادت کنید و آن را بپذیرید. پیشنهاد می‌کنیم اگر خیلی از سروصدا اذیت می‌شوید، یک گوش‌گیر بخرید تا در هنگام سروصدا راحت مطالعه کنید یا بخوابید.

۷. مراقبت برای سرنخوردن در حمام

برای اینکه در حمام سُر نخورید، بهتر است از دمپایی کف‌زبر استفاده کنید؛ چون مانع سرخوردن می‌شود. همچنین بهتر است برای لوازم حمام خود، مثل شامپو و لیف و صابون، از یک ساک‌دستی مناسب استفاده کنید. این کار خیلی بهتر از این است که همه لوازم را زیر بغل بگیرید و به حمام بروید یا در یک پلاستیک بریزید.

۸. بزرگ‌ترین دعوای خوابگاهی

بزرگ‌ترین دعوای خوابگاهی، معمولاً زمانی رخ می‌دهد که کسی غذای شخص دیگری را خورده است؛ به‌خصوص اگر معلوم نباشد چه کسی این کار را کرده است. حالا بیایید و داد و فریاد و عصبانیت فرد زیان‌دیده را مشاهده کنید. این یک نکته است که همیشه به‌یاد داشته باشید تهیه و پخت غذا در خوابگاه یک چالش است. اگر برایتان چنین حادثه‌ای رخ داد، خونسردی خود را حفظ کنید. این حادثه هم به‌خاطرات خوبتان از خوابگاه تبدیل خواهد شد.

۹. شناختن ارشد خوابگاه

بعد از جدایی از والدین و شروع زندگی خوابگاهی، ارشد خوابگاه نزدیک‌ترین شخص به شماست. به توصیه‌های ارشد خوابگاه توجه کنید. در عین حال از مراجعه مکرر به او خودداری کنید؛ چون او نیز دانشجویست و مشکلات خاص خود را دارد.

۱۰. تشکیل گروه دوستی خوب و سالم

پس از آشنایی مقدماتی با افراد مختلف در خوابگاه، اگر بتوانید یک گروه دوستی خوب تشکیل دهید، بسیار ارزشمند است؛ زیرا همین گروه دوستی بهترین مشوق شما در زندگی فردی، خانوادگی، علمی، اجتماعی، فرهنگی و معنوی خواهد بود. با این گروه دوستی می‌توانید مسجد بروید، در جلسات فرهنگی خوابگاه و حتی داخل شهر شرکت کنید و... از مزایای دیگر گروه دوستی، دست‌گیری از یکدیگر در مواقع ضروری، مثل بیماری و تهیه بلیت اتوبوس یا قطار است.

۱۱. تماس با خانواده در روزهای اول

تماس‌های خود را با خانواده، به‌ویژه در روزهای اول سکونت در خوابگاه به‌صورت تلفنی، نامه، شبکه‌های مجازی یا هر طریق دیگری حفظ کنید؛ چراکه حتی شنیدن صدای افراد خانواده موجب احساس آرامش و تسکین غم غربت می‌شود.

۱۲. مشورت‌گرفتن از دانشجویان سال‌بالایی

از دانشجویان ترم‌بالا تر و از تجربیات آن‌ها به‌منظور سازگاری بهتر و برداشتن موانع سود بجویند؛ زیرا که آن‌ها قبلاً با مسائل کنونی شما مواجه شده‌اند و دانستن شیوه‌های مقابله و روش‌های کنارآمدن با مسائل خوابگاه چه‌بسا مفید باشد.

۱۳. نوشتن برنامه مدون و نصب کردن آن

برنامه روشنی از وظایف افراد ساکن در اتاق خود تهیه کنید و در قالب یک جدول خوانا آن را رسم و نوبت هر فرد را نیز در آن مشخص سازید. برنامه را در جایی نصب کنید که در برابر دید همه هم اتاقی‌هاست.

۱۴. احترام گذاشتن به تفاوت‌هایی که افراد

در انجام دادن کارها دارند

افراد با یکدیگر تفاوت دارند. این تفاوت‌ها در انجام دادن فعالیت‌های ساده، همانند ظرف‌شستن نیز خود را نشان می‌دهد؛ مثلاً یک نفر بلافاصله کارهایش را انجام می‌دهد تا راحت شود و دیگری همان کار را در آخرین لحظه انجام می‌دهد. به این تفاوت‌ها تا زمانی که قصور و بی‌توجهی در کار نباشد، احترام بگذارید و در غیر این صورت تذکر دهید؛ مثلاً اگر یکی از هم‌اتاقی‌ها به‌جای آنکه صبحانه را تا ساعت ۷ آماده کند، تا همه به کلاس برسند، ساعت ۱۰ حاضر می‌کند، این بی‌توجهی به دیگران است و باید به او تذکر داد.

۱۵. تقسیم صحیح وظایف و مسئولیت‌ها

بعضی افراد به دلیل خصوصیات شخصیتی خود، همکاری زیادی دارند و بیش از دیگران به انجام دادن کارها مشغول می‌شوند. این حالت گاه باعث کناره‌گیری دیگران از مسئولیت‌ها می‌شود؛ یعنی دیگران به تدریج به این تقسیم ناعادلانه وظایف عادت می‌کنند، اوضاع از این حد پیشرفت می‌کند و به تدریج به صورت انتظار درمی‌آید؛ به صورتی که هم‌اتاقی‌ها انتظار دارند طرف مقابل کارها را انجام دهد و اگر انجام ندهد، می‌گویند کوتاهی کرده است. این تقسیم ناعادلانه مسئولیت‌ها، سرانجام باعث جروب‌بحث و کدورت و قطع روابط افراد می‌شود؛ بنابراین به شدت توصیه می‌شود وظایف و مسئولیت‌ها، عادلانه و صحیح تقسیم شود.

۱۶. به‌دوش‌نکشیدن وظایف دیگران

اگر دیگران در نوبت خود کارشان را انجام ندادند، سعی کنید وظیفه آنها را به‌دوش نکشید و به‌جای آنها کارها را انجام ندهید؛ بلکه فقط با زبان خوش و مؤدبانه به آنان گوشزد کنید که فعالیت مدنظر را انجام دهند.

۱۷. فاش‌نکردن اسرار هم‌اتاقی

اگر هم‌اتاقی شما رازی را با شما در میان گذاشته یا شما به‌طور اتفاقی و به‌علت هم‌جواری زیاد، با برخی از اسرار محرمانه وی آشنا شده‌اید، هرگز آن را فاش نکنید؛ زیرا این عمل بسیار غیراخلاقی است.

۱۸. اجتناب‌کردن از تحقیر و دست‌انداختن

هم‌اتاقی

شوخی با رعایت ادب و به‌صورت مختصر مقبول است؛ اما شوخی‌کردن با فرهنگ، لهجه، چهره و عقاید دیگران دور از اخلاق است و ممکن است باعث کدورت و ناراحتی شود.

۱۹. خوردن صبحانه در فضای باز

اگر فضای باز مناسبی در دانشگاه یا خوابگاهتان موجود است، از آن برای خوردن صبحانه در روزهای تعطیل استفاده کنید.

۲۰. ارتباط مداوم با خانواده

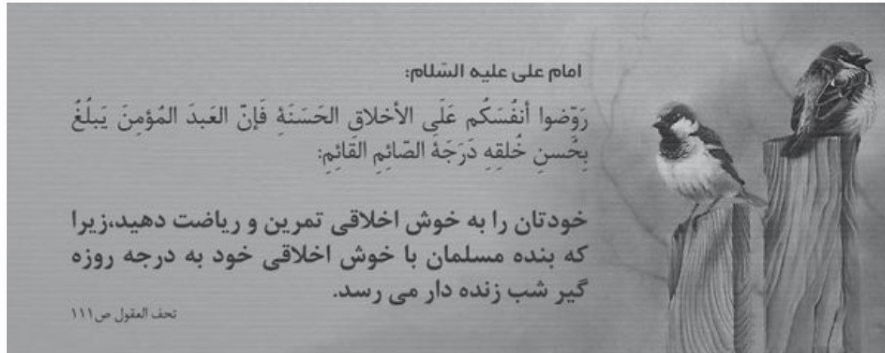
سال اول زیاد به منزلتان بروید؛ حتی اگر مجبور شوید هزینه زیاد بپردازید؛ چون شارژ عاطفی‌تان کم می‌شود و زودزود نیازمند شارژید. اگر به‌هیچ‌وجه زیاد نمی‌توانید بروید، مرتب تلفن بزنید و با خانواده در ارتباط باشید. بدین ترتیب غم غربت دیرتر سراغتان می‌آید یا اصلاً نمی‌آید.

فصل شانزدهم: چهل نکته کوتاه اخلاقی،

عرفانی و قرآنی

۱. ارتباط با قرآن؛ هرچند فقط با قرائت آن

باشد



امام خمینی(رح): «فرزندم! با قرآن، این بزرگ کتاب
معرفت، آشنا شو؛ اگرچه با قرائت آن و راهی از آن
به سوی محبوب باز کن و تصور نکن که قرائت بدون
معرفت اثری ندارد که این وسوسه شیطان
است.» [۱۳۰]

۲. دوستان وارسته و متعهد انتخاب کن

امام خمینی(رح): «از وصیت‌های من به تو که از نعمت جوانی برخورداری، آن است که معاشران خود و دوستان خویش را از اشخاص وارسته و متعهد و متوجه به معنویات و آنان که مجالس و محافلشان آلوده به گناه نیست و از اخلاق کریمه برخوردارند، انتخاب کن.» [۱۳۱]

۳. نماز مقبول

آیت‌الله بهاء‌الدینی(رح): «اگر می‌خواهید بدانید نماز شما مورد قبول است یا نه، از اینجا تجربه کنید: اگر دیدی نماز شما جلو دروغ و فساد و منکرات را می‌گیرد، بدانید نماز شما مقبول است.» [۱۳۲]

۴. نماز و ترک دروغ

حضرت آیت‌الله بهاء‌الدینی(رح): «اگر این دو کار را انجام دهید، خیلی پیشرفت کرده‌اید: یکی اینکه نماز را اول وقت بخوانید. دیگر اینکه دروغ نگوئید و آن وقت اگر این کارها را کردید، فهم شما هم عوض می‌شود؛ یعنی درک دیگری پیدا می‌کنید.» [۱۳۳]

۵. آمادگی جوان برای خودسازی

آیت‌الله بهاء‌الدینی(رح): «تا انسان حیات دارد، فرصت خودسازی را از دست نداده و هیچ‌گاه نباید خود را فراموش کند. در لحظه‌لحظه عمر، انسان باید به فکر خود باشد؛ البته جوانی غنیمتی است که نباید از آن غافل شد و به‌سادگی آن را از دست داد؛ چون در این ایام، نفس برای ساخته شدن مستعدتر است.» [۱۳۴]

۶. بلاها؛ عامل یاد خدا

علامه طباطبایی(رح): «ممکن است انسان گاهی از خدا غافل شود و خدا یک تب سخت و خطرناک چهل‌روزه به او بدهد برای اینکه یک بار از ته دل بگوید 'یا الله' و به یاد خدا بیفتد.» [۱۳۵]

۷. عصبانی نشوید

علامه طباطبایی(رح): «گاهی یک عصبانیت، بیست سال انسان را [از نظر معنوی] به عقب می‌اندازد.» [۱۳۶]

۸. علم، روزی معنوی است

آیت‌الله جوادی آملی: «امام‌صادق(ع) ذیل آیه کریمه
<فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسَانُ إِلَى طَعَامِهِ> فرمودند: 'منظور از این
طعام، علم است؛ یعنی انسان باید نگاه کند که علم
خود را از چه کسی می‌گیرد. پس طعام، «علم» است
و علم همان روزی معنوی است.» [۱۳۷]

۹. نماز و منکرات

آیت‌الله جوادی آملی: «همان طور که نمازگزار از فحشا منزّه (به‌دور) است، انسان فحّاش یا فاحش یا بدعمل هم توفیق انجام‌دادن نماز را ندارد» [۱۳۸]

(رابطهٔ عمل و عکس‌العمل).

۱۰. برکات سجده طولانی

آیت‌الله جوادی آملی: «هنگام سجده، زود سر از خاک بردارید. نمازهای عمومی را به‌طور معمولی بخوانید؛ اما در حالات خصوصی خود، زود سر از سجده بردارید؛ چون این دشمن درونی (نفس) انسان را آرام نمی‌گذارد. تا آخرین لحظه می‌کوشد انسان را فریب دهد.» [۱۳۹]

۱۱. قرائت قرآن با دهان پاک!

آیت‌الله جوادی آملی: «امام‌رضا(ع) از رسول اکرم(ص) نقل می‌کند که فرمود: 'دهانتان طریق قرآن است؛ پس آن را پاکیزه نگاه دارید.' نه فقط دندان را مسواک کنید، بلکه زبان و فضای دهان را هم پاک کنید. هم از غذای شبه‌هناک بپرهیزید و هم از گفتن حرف مشکوک دوری کنید (دروغ، غیبت و...) تا دهان شما شایستگی پیدا کند مجرای الفاظ قرآن گردد.» [۱۴۰]

۱۲. دهان روح و دهان تن

آیت‌الله حسن‌زاده آملی: «انسان دو دهان دارد: یکی گوش که دهان روح است و دیگر دهان که دهان تن است. این دو دهان خیلی محترم‌اند. انسان باید خیلی مواظب آن‌ها باشد؛ یعنی باید صادرات و واردات این دهن‌ها را خیلی مراقب باشد. آن‌هایی که هرزه‌خوراک می‌شوند، هرزه‌کار می‌گردند. کسانی که هرزه‌شنو می‌شوند، هرزه‌گو می‌گردند.» [۱۴۱]

۱۳. توسل به جوادالائمه(ع)

بسیار دیده و شنیده شد که افرادی برای امور مادی، مانند خرید خانه و ماشین و رزق و ازدواج از ایشان (آیت الله کشمیری) راهنمایی می‌خواستند؛ آن بزرگوار می‌فرمود: «سوره یاسین بخوانید و ثواب آن را به امام جواد(ع) تقدیم کنید. حاجت شما را خواهند داد.» [۱۴۲]

۱۴. برای رفع عصبانیت

«آیت‌الله کشمیری دربارهٔ آنان که غیض شدید دارند، دستور می‌دادند سورهٔ انشراح چند بار خوانده شود، مؤثر است و شرح صدر می‌آورد.» [۱۴۳]

۱۵. ایمان دارم یا نه؟

آیت‌الله شهید دستغیب(رح): «گاهی انسان در فکر می‌رود که آیا ایمان دارم یا نه؟ سخن امام‌صادق(ع) محک خوبی است. حضرت فرمود: 'هرکس گناهش او را ناراحت کرد و کار نیکش او را شادمان ساخت، مؤمن است.'» [۱۴۴]

۱۶. می‌خواهی بدانی ایمان داری یا نه؟

آیت‌الله تألّهی همدانی(رح): «اگر مثلاً نماز صبح از ما فوت شود، قضا شود، هیچ باک نداریم، غصه نمی‌خوریم؛ ولی اگر ده تومان ضرر به ما وارد شود، غصه می‌خوریم و متأثریم. می‌خواهی بدانی ایمان داری یا نه؟ ببین نماز صبحت قضا شود، بیشتر غصه می‌خوری یا ده تومان گم شود.» [۱۴۵]

۱۷. این چه نمازی است!

آیت‌الله تألهی همدانی(رح): «ما هر گم‌شده‌ای داشته باشیم، در نماز پیدا می‌کنیم! هر مشکلی داشته باشیم، در نماز آن را حل می‌کنیم! این چه نمازی است؟!» [۱۴۶]

۱۸. بدتر از هزار گرگ

آیت‌الله بهاء‌الدینی(رح): «اگر انسان در مسیر شیطان واقع شود، همین فسادهایی است که تاکنون دیده‌اید؛ در این صورت بشر حاضر است برای هواوهوس خود تمام کره زمین را به آتش بکشد... . گمان نکنید این‌ها مبالغه است. این‌ها واقعیت دارد. انسان اگر از راه خدا منقطع شد، بدتر از هزار گرگ است.» [۱۴۷]

۱۹. بهار توبه، ایام جوانی است

امام خمینی (رح): «بهار توبه ایام جوانی است که بار گناهان کمتر و کدورت قلبی و ظلمت باطنی ناقص‌تر و شرایط توبه سهل‌تر و آسان‌تر است. انسان در پیری حرص و طمع و حبّ جاه و مال و طول املش بیشتر است و این مجرّب است.» [۱۴۸] (به تجربه ثابت شده است.)

۲۰. بهترین عمل مناسب هر شخص

آیت‌الله بهجت(رح): «ممکن است شخصی از راه دعا حال خوشی پیدا کند و دیگری در نماز یا به‌واسطه تلاوت قرآن لذت حضور یابد...؛ بنابراین به هر عملی که به‌واسطه آن و از راه آن، حال ما مساعدتر است و توجه ما به خدا بیشتر است، باید به همان بیشتر پردازیم.» [۱۴۹]

۲۱. پرخوری مانع صعود است

آیت‌الله جوادی آملی: «از ارسطو سؤال کردند: 'چرا شما کم می‌خورید؟' گفت: 'من می‌خورم برای اینکه بمانم و دیگران می‌مانند برای اینکه بخورند.' کسانی که پرخوری می‌کنند، هم عمرشان کوتاه است و هم به معارف الهی دسترسی ندارند.» [۱۵۰]

۲۲. ترک گناه، اول و آخر دین است

آیت‌الله بهاری همدانی(رح): «ترک کردن گناهان، اول و آخر و ظاهر و باطن دین است و همان چیزی است که بنای تقوا بر آن است. پایه دنیا و آخرت بر آن پیریزی گشته و مُقَرَّبان به وسیله هیچ چیز بالاتر و بهتر از ترک معصیت به خداوند نزدیک نگشته‌اند.» [۱۵۱]

۲۳. چهار سفارش از لقمان

از جمله سفارش‌های لقمان به پسرش این بود:
«پسرم، بدان که به چهارصد پیغمبر خدمت کردم و از
میان سخنان آنان، چهار سخن را دریافته‌ام که
چنین‌اند: هرگاه در نماز بودی، دلت را حفظ کن و
هرگاه سر سفره بودی، گلویت را نگه دار و هرگاه در
خانه دیگری بودی، چشمت را نگه دار و هرگاه در
میان مردم بودی، زبانت را نگه دار.» [۱۵۲]

۲۴. صلوات

آیت‌الله احمدی میانجی(رح): «صلوات از آن چیزهایی است که برای همه حوائج خوب است؛ خصوصاً برای تطهیر و تزکیه خیلی خوب است.» [۱۵۳]

۲۵. گریه بر سیدالشهدا(ع)

آیت‌الله بهجت(رح): «بنده خیال می‌کنم فضیلت بُکا (گریه) بر سیدالشهداء(ع) بالاتر از نماز شب است؛ زیرا نماز شب عمل قلبی صرف نیست؛ ولی حُزن و اندوه و بکا عمل قلبی است.» [۱۵۴]

۲۶. لذات روحانی

آیت‌الله بهاء‌الدینی(رح): «انسان همیشه از لذات روحانی می‌تواند بهره‌مند باشد. باید خود را به آن لذات برساند. لذات روحانی نصیب زبان هرزه و چشم هرزه نمی‌شود.» [۱۵۵]

۲۷. اهمیت نماز در بین عبادات

امام خمینی (رح): «در بین طاعات و عبادات، هیچ‌یک به مرتبه نماز که معجونی است جامع الهی که متکفل سعادت بشر است و قبولی آن موجب قبولی جمیع اعمال است، نمی‌شود.» [۱۵۶]

۲۸. نماز و گناه

رهبر معظم انقلاب: «تنهی در آیه >تَنْهَى عَنِ
الْفَحْشَاءِ وَ الْمُنْكَرِ<، یعنی نماز شما را نهی می‌کند از
گناه؛ معنایش این نیست که مانعی جلوی شما
می‌گذارد که شما دیگر نتوانید گناه کنید، نه، یعنی
دائم به شما می‌گوید: 'گناه نکن.' خوب روزی چند
نوبت از درون دل انسان به او بگویند گناه نکن گناه
نکن، انسان گناه نمی‌کند. این نماز است.» [۱۵۷]

۲۹. نماز اول وقت؛ اقتدا به امامزمان(عج)

آیت‌الله جوادی آملی: «نماز اول وقت، اقتدا به امامزمان(عج) است. توضیح آنکه امامزمان(عج) هرکجا که باشند، نمازشان را اول وقت اقامه می‌کنند و چون نماز ایشان مقبول درگاه حضرت حق است، این امید هست که هرکس نماز اول وقت می‌خواند، به برکت نماز آن حضرت، نماز او نیز عروج کند و مقبول درگاه الهی قرار گیرد.» [۱۵۸]

۳۰. اگر حتی یک دقیقه وقت آزاد دارید،

قرآن بخوانید

رهبر معظم انقلاب: «هرکدام از شماها یک نسخه قرآن در جیب بغلتان داشته باشید. اگر در جایی منتظر کاری می‌ایستید و فراغتی پیدا می‌کنید، یک دقیقه، دو دقیقه، پنج دقیقه، نیم ساعت قرآن را باز کنید و به تلاوت آن مشغول شوید، تا با این کتاب اُنس پیدا کنید.» [۱۵۹]

۳۱. دیدن تشریفی امامزمان (عج) مهم است

آیت‌الله جوادی آملی: «اگر ما طوری رفتار کنیم که وجود مبارک امامزمان (عج) ما را ببیند، هنر است. اگر ما واقعاً در مسیر صحیح حرکت کنیم، حضرت ما را می‌بیند و دیدن و نظر تشریفی ایشان برای ما شرف است؛ وگرنه دیدن فیزیکی امامزمان (عج) خیلی کارساز نیست. همچنان که خیلی‌ها پیامبر (ص) و امیرالمؤمنین (ع) و حضرت زهرا؟ عها؟ را دیدند؛ ولی بصیرت نداشتند.» [۱۶۰]

۳۲. تشرّف خدمت ولی عصر(عج)

آیت‌الله بهجت(رح): «لازم نیست که انسان در پی این باشد که به خدمت حضرت ولی عصر(عج) تشرّف حاصل کند؛ بلکه شاید خواندن دو رکعت نماز، سپس توسل به ائمه(عهم) بهتر از تشرّف باشد.» [۱۶۱]

۳۳. با نامحرم خلوت مکن!

«ابلیس به موسی(ع) گفت: 'ای موسی، با زنی که حلال و محرم نیست، خلوت مکن؛ زیرا هیچ مردی با زن نامحرم تنها نشد، جز اینکه من شخصاً، و نه یارانم، با او باشم.'» [۱۶۲]

۳۴. تهذیب نفس در جوانی

امام خمینی(رح): «شما جوان‌ها بهتر می‌توانید تهذیب نفس کنید. شما به ملکوت نزدیک‌تر هستید از پیرمردها. در شما آن ریشه‌های فساد کمتر است. آن‌طور رشد نکرده. هر روز بماند، رشدش زیادتر می‌شود. هر روز تأخیر بیندازید، مشکل‌تر می‌شود... . هزاران جوان اصلاح می‌شوند و یک پیر نمی‌شود.» [۱۶۳]

۳۵. حضور قلب در نماز

آیت‌الله بهجت(رح): «یکی از عوامل حضور قلب این است که در تمام ۲۴ ساعت، باید حواس خود را کنترل کنیم؛ زیرا برای تحصیل حضور قلب باید مقدماتی را فراهم کرد. باید در طول روز چشم و گوش و سایر اعضا و جوارح خود را کنترل کنیم.» [۱۶۴]

۳۶. دعایی مهم در عصر غیبت

آیت‌الله بهجت(رح): «این دعا خیلی عالی است که دستور داده شده در زمان غیبت خوانده شود: یا اللَّهُ یا رَحْمَنُ یا رَحِيمُ، یا مَقْلَبَ الْقُلُوبِ، ثَبَّتْ قَلْبِي عَلَى دِينِكَ.» [۱۶۵]

۳۷. ترک گناهان اصل و بقیه امور فرع

است

رهبر معظم انقلاب: «برای نزدیکی به خدا، اصل قضیه ترک گناهان است. انجام مستحبات و نوافل و توسلات و دعا و بقیه امور، فرع است. اصل قضیه این است که انسان از صدور گناه و خلاف از خود مانع بشود. این همان تقوا را می‌طلبد.» [۱۶۶]

۳۸. چرا دعاها ایمان مستجاب نمی‌شود؟!

آیت‌الله مظاهری: «اگر شیشه‌ی دربسته را در اقیانوش هم بیندازید و سال‌ها نیز بماند، یک قطره آب داخل آن نمی‌شود. منیت‌ها، خودخواهی‌ها، لجاجت‌ها و سایر گناه‌ها قلب ما را به شیشه‌ای دربسته تبدیل کرده که مانع تأثیر رحمت بی‌کران الهی در وجود ماست. چرا دعا‌های ما مستجاب نمی‌شود؟ چون وجود ما بسان شیشه‌ی دربسته شده است؛ وگرنه از جانب خدای سبحان، هیچ مانعی در کار نیست.» [۱۶۷]

۳۹. برکات بلاها و سختی‌ها

آیت‌الله شهید مطهری (رح): «شداید و سختی‌ها و ابتلائات، اثر تکمیل‌کردن و تبدیل‌کردن و عوض‌کردن دارد؛ کیمیاست: فلزی را به فلز دیگر تبدیل می‌کند. سازنده است؛ از موجودی موجود دیگر می‌سازد: از ضعیف، قوی و از پست، عالی و از خام، پخته به‌وجود می‌آورد. خاصیت تصفیه و تخلیص دارد. کدورت‌ها و زنگار را می‌زداید.» [۱۶۸]

۴۰. یک قدری هم ورزش معنوی کنید

آیت‌الله حق‌شناس(رح): «همت کن و سحرها بیدار شو و اگر حال هم نداری، نماز شب هم نخوان! چایی بخور، به بیداری سحر عادت کن... تا از راه شب‌زنده‌داری وارد نشوی، غیرممکن است بتوانی سفر الی‌الله کنی! صبح‌ها بلند می‌شوید و ورزش می‌کنید، یک قدری هم سحرها بیدار شوید و ورزش معنوی کنید.» [۱۶۹]

فصل هفدهم: تلنگر!



- نام این فصل را تلنگر گذاشتم؛ چون می‌خواهم نکاتی را یادآور شوم که هم کوتاه است، هم کاربردی، هم برای جوانی‌تان به‌درد می‌خورد، هم برای بعد از جوانی و هم چون تلنگری است که به فکر و مغز وارد می‌شود و انسان را به حرکت وامی‌دارد؛ حرکتی است انسان‌ساز و هدف‌دار. اگر نکته‌ها ترتیب خاصی ندارد، ناراحت نشوید.
- درهم‌برهم‌نویسی هم خودش یک سبک است. سبک کشکول‌نویسی قدیم. ان شاء الله تکتک این نکات راهگشای شما خوبان باشد.
۱. «آرامش» وقتی به‌سراغت می‌آید که «تلاش» کرده باشی!
 ۲. «فرصت‌ها» در «سختی‌ها» به‌وجود می‌آید. منتظر فرصت‌ها باش!
 ۳. بادهای می‌وزند: عده‌ای در مقابل آن «دیوار» می‌سازند و تعدادی «آسیاب» به‌پا می‌کنند.
 ۴. «خشم» با «دیوانگی» آغاز می‌شود و با «پشیمانی» پایان می‌پذیرد.
 ۵. گاهی ساعت خود را روی لحظات «سحرگاه» تنظیم کن؛ ولو یک شب در هفته.
 ۶. دل دو نفر را هیچ‌وقت نشکن: پدر و مادر.
 ۷. بدان در برابر هر شکست، هزار راه وجود

- دارد که تو را از شکست نجات دهد!
۸. عمل کردن به یک «ایده خوب» را به تعویق نینداز.
 ۹. کتاب دوست داشتنی‌ات را از نو بخوان.
 ۱۰. ظرف ۲۴ ساعت آینده از هیچ‌کس و هیچ‌چیز «انتقاد نکن»؛ ببین چه مزه‌ای دارد.
 ۱۱. مشکلات، «شکلات زندگی» هست. باید قورتش داد.
 ۱۲. این قدر نگو «ای کاش»، «کاشکی». گذشته‌ها، گذشته است.
 ۱۳. گاه‌گاهی آماده «باختن» باش. زندگی فقط بُرد نیست.
 ۱۴. برای «بهتر» شدن «زندگی» ات، بهتر «فکر» کن!
 ۱۵. «قدرت» در دیدن «معايب» ديگران نيست؛ در گفتن «محاسن» آنهاست.
 ۱۶. گاهی یک بیت شعر یا یک جمله، مسیر یک زندگی را تغییر می‌دهد.
 ۱۷. داشتن‌ها همیشه به انسان کمک نمی‌کند؛ گاه این نداشتن‌هاست که موجب خلق آثار می‌شود.
 ۱۸. حاصل هر زحمتی، رحمت است. یقین داشته باش: *<إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا>*
 ۱۹. خود مشکلات و ناکامی‌ها مهم نیستند؛ «چگونگی» برخورد با آنها مهم است.
 ۲۰. کتاب‌هایی را که از خواندنشان ضرر نکرده‌ای، امانت بده.
 ۲۱. عظمت مردمان بزرگ از طرز رفتارشان با مردمان کوچک آشکار می‌شود.
 ۲۲. از درخت سکوت، میوه آرامش آویزان است.
 ۲۳. تنها بنایی که اگر بشکند ارزش پیدا

- می‌کند، دل است.
۲۴. الهی، اگر دلم را بشکنی، از من چه بشکن
بشکنی! [۱۷۰]
۲۵. صبحانه را شاهانه، ناهار را وزیرانه و شام را
فقیرانه بخور.
۲۶. در سالروز تولد هم‌اتاقی‌ات به او هدیه‌ای،
هرچند ناچیز بده.
۲۷. کتاب‌های خوب را بخر؛ حتی اگر نخوانی.
۲۸. گاهی سکوت، بهترین پاسخ است.
۲۹. وقت اضافی، مهم‌ترین دلیل کمبود وقت است.
۳۰. صفحه سفید دلت را با خطاها، خط‌خطی نکن.
۳۱. کاش می‌شد در کنار نوار قلب، از روحمان هم نوار
بگیریم!
۳۲. کاش می‌شد از افکار خوب و بدمان هم عکس
رنگی بگیریم!
۳۳. پروردگارا مرا ببخش که وقتی گفتند: «تخم
مارچوبه و ارزن... فلان خاصیت را دارد»، چشم‌بسته
باور کردم؛ ولی تو گفتی: «نماز اول وقت چنین‌وچنان
است»، باور نکردم!
۳۴. دیر ازدواج‌کردن، ناشی از شک‌داشتن به رزاقیت
الهی است. یقین داشته باش رزق همسرت زودتر از
رزق خودت می‌رسد! باور نداری، امتحان کن.
۳۵. یک انسان به‌طور معمول ۲۰۰ هزار ساعت وقت
مفید در اختیار دارد. چقدر از وقتت صرف کارهای
ارزشی می‌شود؟
۳۶. گاهی، علت گرگرفتگی انسان، هُرم گناه است.
۳۷. گاهی، یک «نگاه»، انسان را از «چشم» خدا
می‌اندازد. مراقب نگاه‌هایت باش.

۳۸. پروردگارا ببخش مرا که وقتی هزار تومانم گم شد، غصه خوردم؛ ولی وقتی نمازم قضا شد، آن قدر غصه نخوردم!
۳۹. کم ز خروسی مباش، مشتی پری بیش نیست / از سر شب تا سحر، ذکر خدا می‌کند.
۴۰. تو مپندار همه اسراف آن باشد که چند درمی به گزاف خرج کنی. اسراف بزرگ آن است که عمر عزیز به بطالت و بیهودگی از دست دهی.
۴۱. فصل اول زندگی خود را با فصل بیستم زندگی دیگران مقایسه نکن.
۴۲. مهربانی و محبت، زبانی است که کورها می‌بینند و کرها می‌شنوند.
۴۳. از مهربانی خداست که بدون هیچ وقت قبلی، می‌توان با او قرار ملاقات گذاشت.
۴۴. کارهای بزرگ، شروع کارهای کوچک است. معتبرترین برندهای دنیا از یک گاراژ کوچک شروع شده‌اند.
۴۵. از ۱۴۴۰ دقیقه شبانه‌روز، ۲۰ دقیقه‌اش را به نماز هدیه کن!
۴۶. گاهی یک دروغ، با جان انسان همان کاری را می‌کند که یک کبریت با انبار باروت.
۴۷. آن روز تو را نخل برومند توان گفت / کز هرکه خوری سنگ عوض میوه فشانی
۴۸. گاهی طوفان یک نگاه، هستی یک حیات را بر باد می‌دهد. مراقب نگاه خودت باش.
۴۹. عشق مانند آتش است. هم می‌تواند شما را گرم کند و هم می‌تواند همه‌چیز را بسوزاند.
۵۰. هیچ قفلی نیست نگشایند به آه نیمه‌شب.
۵۱. آسیاب باش؛ درشت بستان و نرم باز ده.
۵۲. خوشا آنان که در جوانی شکسته شدند که

- پیری، خود، شکستگی است.
۵۳. شتاب در پذیرش عذر دیگران، از ویژگی‌های انسان‌های ارجمند است.
۵۴. انسان اگر به اندازه‌ای که غم نداشته‌هایش را می‌خورد، به دارایی‌هایش می‌اندیشید، خوشبخت می‌شد.
۵۵. اگر می‌خواهی یک دقیقه خوشحال باشی، انتقام بگیر و اگر می‌خواهی برای همیشه راضی و شاد باشی، ببخش و بگذر.
۵۶. زمین خوردن مهم نیست، دوباره برخاستن مهم است.
۵۷. در جوانی که مستی، در پیری که سستی، پس کی خداپرستی؟
۵۸. در هنگام خشم ساکت باشید. گاهی آثار یک کلمه که هنگام خشم بر زبان جاری شده، سال‌ها دلی را می‌آزارد!
۵۹. خداوند به هر پرنده‌ای، دانه‌ای می‌دهد؛ ولی آن را داخل لانه‌اش نمی‌گذارد. حرکت لازم است.
۶۰. امید، در زندگی بشر همان کاری را می‌کند که بال برای پرندگان.
۶۱. ای کاش وقت وضو، می‌شد دل‌هایمان را هم مسح بکشیم.
۶۲. چشم‌ها شکارگاه شیطان است. مراقب چشم‌هایت باش.
۶۳. خوشبخت کسی است که به یکی از این دو چیز دسترسی داشته باشد: کتاب‌های خوب یا دوستانی که اهل کتاب خوب باشند.
۶۴. خانه بدون کتاب، مانند جسم بدون روح است.

۶۵. دروغ، غیبت، تهمت، مسخره‌کردن، آبروریزی، فاش‌کردن سرّ دیگران، دست‌انداختن و... تنها بخشی از دویست گناهی است که امکان دارد از زبان صادر شود.
۶۶. زبان چرمش اندک و چرمش بسیار است. مراقب زیانت باش.
۶۷. گاه‌گاهی مهمانی ترتیب بده و از دوستانت پذیرایی کن. خاطراتش ماندنی است.
۶۸. از دعای دو کس غافل مشو: مادر و پدرت.
۶۹. و این هم سفارشی از لقمان به فرزندش: از خدا چنان بترس که اگر نیکی جن و انس را نزدش آوردی، [باز گمان کنی که] تو را عذاب کند و به او چنان امیدوار باش که اگر گناهان جن و انس را نزدش ببری، تو را خواهد بخشید! [۱۷۱]