



از دل برآمده‌های برای دختران دو صفری

# فرصت شمار یارا!

# پریچانه

نشریه «پریچانه» هیات الزهرا (س) دانشگاه  
صنعتی شریف، شماره ۱۰۵، آذر ماه ۱۴۰۰

# شکافتنی به وسعت وجود او

شکافتن آسان نیست؛ آن هم شکافتن پیله‌ای سخت که به دور تو پیچیده شده و پروانه شدن را از تو گرفته است.

وقتی همه به یک سمت و سو می‌روند شکافتن راه آن‌ها و از پس آن، راه خود را پیدا کردن آسان نیست! همانطور که گاهی «نه» گفتن بسیار سخت می‌شود. گاهی خنده آن شادی و قهقهه‌های ما نیست؛ اتفاقاً گاه خنده‌ها از پس رنج و سوز و گریه برمی‌آید، و آن خنده‌ی قلبِ توست که بر تمام وجودت، در رگ به رگ جان تو راه می‌یابد؛ «خنده‌ای حقیقی!» حتماً شنیده‌ای که حقیقت تلخ است! من می‌گویم راهی که به حقیقت می‌رود سخت است، اما تو خنده‌ی قلبت را در پس آن فراموش نکن. گاهی تو داری می‌خندی، واقعاً هم می‌خندی، اما قلب تو، آن مرکز وجود تو، آن طراوت‌بخش جان تو نمی‌خندد. بلکه آنچه لب‌های تو را به خنده گشوده قلب تو را غم‌بار و تاریک کرده است؛ و حتی گاهی بلعکس! تو می‌باری و قلب تو سبک می‌شود، شادی جوانه می‌زند و درختی تو منند می‌شود و پیله‌ی تاریک دور تو را می‌شکافد. رنج که دوست‌داشتنی نیست، اما من می‌گویم باید بشکافی! آنچه رنج‌ها در

ظاهر دارند تلخی و سختی است اما سطح را که بشکافی، باز بشکافی و دوباره بشکافی چیزهای دیگری می‌بینی! شنیده‌ام که از نگاه درجه ۲ می‌گویند. یعنی تو در درجه‌ی اول داری زندگی می‌کنی، درست را می‌خوانی، تصمیماتی می‌گیری، خیالاتی می‌کنی، مسیری را می‌روی، دوستانی داری و... ولی در درجه‌ی دوم من نگاهم را در افکار و خیالاتم، در درسم، در تصمیمات و دوستان و... نگاه می‌کنم! من دارم چطور به درسم نگاه می‌کنم؟ من به آینده چطور نگاه می‌کنم؟ من مسیری که می‌روم را دارم چطور می‌روم؟ من سمت و سوی راهم را می‌کاوم! این مسیر دارد با من چه می‌کند؟ مرا به کجا می‌رساند؟

اینجا من نشسته‌ام آن بالا و دارم فکر و قلب و اطرافیان و دلیل کارهایم را نگاه می‌کنم! چه تصمیماتی می‌گیرم؟ چه دوستی‌هایی ساخته‌ام؟ چه رنج‌هایی دارم؟ اینجا تو خودت را می‌شکافی! مثلاً دوستی‌هایت را می‌شکافی! با خود می‌گویی که کدام دوست در قلب خود جوانه‌ای دارد که جان مرا هم سبز کند؟ کدامیک تو را تاریک‌تر و به دور از نور رها می‌کند؟

تو جای جای وجودت را بشکاف و به خودت بگو که کدام رنج زیباتر است؟ رنج باید انسان را پروانه کند، باید از جنس شکافتن پیله‌ی سیاهی دور تو باشد؛ و آن مسیری که در پس نگاه به خودت درمی‌یابی را بگیر و برو و قلب خود را روشن کن! تو خورشید خودت را پیدا کن، آن چه قلب «تو» را خندان و روشن و گرم و زیبا نگه می‌دارد، مال خود خودت را...

اگر من بودم روزی چند دقیقه موبایلم را ساکت می‌کردم و با جهان روبه‌رو می‌شدم، با «او»-یی که من را و جهان را ساخته است روبه‌رو می‌شدم؛ و به جهان خودم، به جهانی که «من» قرار است بسازم

فکر می‌کردم و  
فکر می‌کردم و  
فکر می‌کردم....

به تو قول می‌دهم که با جهانِ فکرت می‌یابی «او» را...



فاطمه حورا عظیمه  
ورودی ۹۸ کارشناس  
مهندسی برق  
[@borhaniaan](http://borhaniaan)

## فهرست

- ۲ سرمقاله: شکافتنی به وسعت وجود او--
- ۳ متن ویژه: گیم پلی شریف-----
- ۴ مارا جاذبه‌ی دیگری جذب کرده است --
- ۵ وقتی لحظه‌ها تندتر از ما می‌دوند ----
- ۶ می‌خواستیم وارد این جو نشوم -----
- ۷ می‌خواهم حافظش باشم -----
- ۸ هشتگ فرصت خادمی -----
- ۹ ماجرای شب ته‌دیگی -----
- ۱۰ پندوانه‌ای از یک یک‌سال‌بالایی -----
- ۱۱ دیگه بچه نبودم -----
- ۱۱ الماس تو کجاست؟ -----



عکس از Karina Vorozheeva

# گیم پلی شریف

## اشاره‌ای به آنچه در شریف باید تجربه کرد

همیشه سوال این جاست که چه چیزی همیشه جذابیت دارد؟ چه چیزی آدم‌ها را میخکوب می‌کند؟ چه چیزی مسحور و محصورمان می‌کند؟ چه چیزی توجه آدم‌ها را متمرکز می‌کند؟ و... شما چه مواردی به ذهن‌تان می‌رسد؟ به نظر من یکی از چیزهایی که همیشه جذابیت ایجاد می‌کند، «تعامل» است! تعامل، ارتباط چندسویه‌ی آدم‌ها و اتفاقات و پیشامدها و حتی اشیاء باهم است. تعامل یعنی ارتباط! یعنی یک ماهیتی که طی آن اطلاعات، کنش‌ها و واکنش‌ها و کلی چیزهای رشددهنده‌ی دیگر ردوبدل می‌شود. تعامل، آدم‌ها را به کنش وادار می‌دارد. به حرکت وادار می‌دارد. به پویایی می‌کشانند و همین، اساس انسان است. انسان مخلوط با «حرکت» است. همین که تعامل، در راستای ماده‌ی اولیه‌ی انسان است، برای انسان خوش‌آیند است. جذابیت‌زاست. شیرین و باب میل است. اگر کسی از شما بپرسد مشکل کتاب‌خوانی یک عده دانشجو را درمان کن؛ چه ایده‌ای دارید؟ مسابقه‌ی کتاب‌خوانی برگزار می‌کنید؟ کتاب‌های کوچک و باریک می‌دهید دست‌شان؟ به زور حلقه‌ی کتاب‌خوانی می‌گذارید؟ کدام از این‌هایی که گفتیم؛ حل مشکل می‌کند؟ احتمالا هیچ کدام! حالا یک سوال دیگر! چرا همیشه چالش ما، کتاب‌خوانی است؟ چرا هیچ وقت برای تشویق دانشجویان به فیلم دیدن و گیم‌زدن اقدامی نمی‌کنیم و اتفاقا گرایش بچه‌ها به این موارد بیشتر از کتاب است؟! جواب ساده احتمالا این است که «چون نسل جدید بی‌فرهنگ شده است!». اما جواب ساده لزوما در این دنیای پیچیده، درست‌ترین جواب نیست...! جواب، «تعامل» است. سطح درگیری مخاطب با کتاب و «کنشگر» بودن مخاطب در برابر کتاب خیلی ضعیف است. نه



و خوشایند است. دانشجو به تعامل زنده است. به کنش، به حرکت، به اثر است که زنده است. و اگر به بی‌حسی و بی‌تفاوتی و اصطلاحا پوکرفیسی بود، خب این همه پول نفت مملکت پای ما نمی‌ریختند... با یکی از فارغ‌التحصیل‌ها که صحبت می‌کردم با یک جدیتی می‌گفت: «فقط مریم! بگذار بچه‌ها این را بفهمند که زندگی دانشجویی نباید زندگی خطی دانشگاه، کتابخانه، خوابگاه یا خانه شود! زندگی دانشجویی چندبعدی است. از سه بعد خیلی بیشتر است...!» تعامل، راز پیشرفت و رشد در دنیای امروز است. این رازیست که بازی‌سازان دنیا فهمیده‌اند؛ فیلم‌سازان به سمتش گسیل شده‌اند و هرکس بر این اساس بنیان کاری را بنا کند، ضرر نمی‌کند! اتفاقا این را هم بدانید که شریف، به شبکه‌های تعاملی قوی بین آدم‌هایش معروف است. از شریفی بودن‌تان لذت ببرید! خودتان را بیندازید در یک شبکه‌ی پویا و امین. و تعامل کنید و پیش بروید و افتخار بیافرینید. زیبایی به کوه‌ی خاکی هدیه کنید و نور بیافرینید که «تو چراغ خود برافروز...». شما برای شریف، رزومه خواهید بود. نه شریف برای شما!

نویسنده را می‌بینی؛ نه می‌توانی نظر خود را به کتاب عرضه کنی؛ نه داستان از پیش تعیین شده را به میل خودت تغییر دهی و خلاصه، مخاطب هستی نه کاربر! یوزر نیستی. کنشگر نیستی. مخاطب هستی. در بازی و گیم دنیا کاملا برعکس است. نسبتا هیچ سرنوشت و عاقبت از پیش تعیین شده‌ای وجود ندارد. کاربر - تا حد زیادی - تصمیم می‌گیرد بازی چطور پیش برود. سطح تعامل بالاتر است. مخاطب، بی‌کار ننشسته

تعامل برای آدم‌ها جذاب‌تر است پس بازی، جذاب‌تر است. پس فیلم‌ها هم رنگ تعاملی به خود می‌گیرند و صنعت فیلم‌سازی به این سمت پیش می‌رود. تعامل برای آدم‌ها جذاب است... خب که چی؟! چه ربطی به من دوصفری دارد؟ احتمالا از خودت می‌پرسی... جواب خیلی ژک و پوست‌کنده این است: تعامل با محیط اطراف، با آدم‌ها، با فضاهای مختلف، با گروه‌های مختلف دانشجویی، با هیأت دانشگاه - که انصافا از معجزات و موهبت‌های دانشگاه است! - با طبیعت و ورزش و با هزار و یک چیز دیگری که در دنیای یک دانشجو وجود دارد، خیلی جذاب است. خوشایند است. فرصت تجربه و شیرینی آموختن درونش هست. فرصت «زیست» هست! فرصت «آدم شدن» در لابه لای این رفت‌وآمدها و برنامه‌ها و اشخاص و مسابقات و...، جاری است. تعامل، جذاب



مریم محمدی

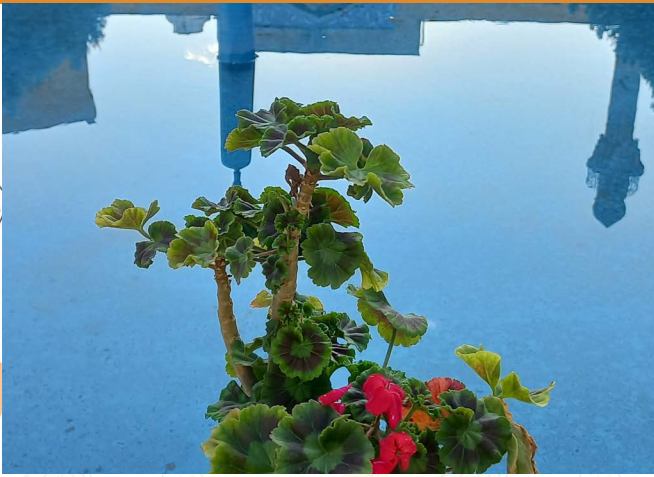
ورودی ۹۸ کارشناس

مهندسی مواد

@mm229\_ir

# ما را جاذبه‌ی دیگری جذب کرده است...

## قرار جان بی‌قرار من



گاهی خودم هم نمی‌دانستم چه می‌خواستم! همه جا سرک کشیده بودم، به هر کاری ناخنکی زده بودم، اما انگار جان بی‌قرارم آرام نمی‌گرفت. هرجایی را از دانشگاه که گروهی دانشجو، زیر سقفی و به واسطه‌ی دغدغه‌ای دور هم جمع شده بودند، امتحان کرده بودم؛ اما آن چیزی که دنبالش بودم، نبود!

### خوب

آنجا که رفتم همه چیز و همه کس طور دیگری بودند. اصلاً انگار آنجا آدم‌ها، فارغ از ویژگی‌های شخصی‌شان و تحت تاثیر جاذبه‌ای، طور دیگری «خوب» بودند! همانجا بود که متوجه شدم، همان چیزی را که می‌خواستم، یافته‌ام. نه! حتی بیشتر! همانجا بود که خواسته‌های نطلبیده‌ام را هم پاسخ گرفتم. پیش از این، در میان جمع دوستانی نبوده‌ام که این چنین «خوب» باشند. شاید هم بودند، ولی «جمع» نبودند یا حتی خوب «نماندند»! نمی‌دانم «خوب» را چطور می‌توان معنا کرد، اما اگر کسانی که پیوسته کنار هستند، زبان دلت را می‌فهمند، تجربه‌هایت را زیسته‌اند و بی‌آنکه برایشان بگویی درکت می‌کنند و در مسیر رشد روحت همراهت هستند، «خوب» نیستند، پس «خوبی» چیست؟

### آسمان

آنجا وقتی دور هم جمع می‌شویم خیالمان راحت است، زبان‌هایمان هم‌سخن است و دل‌هایمان همدل. آنجا دوستان دوستی را به‌زیبایی تصویر می‌کنند، معرفت را به‌درستی معنا می‌کنند، خیرخواهی را عیناً نشان می‌دهند و حقیقتاً مخلص‌اند. شاید آنها دوستی، معرفت، خیرخواهی و اخلاص را از آن‌ها که باید و شاید، آموخته‌اند! شاید کسی آنجا به دل‌ها طوری نظر می‌کند که آسمان می‌شوند؛ آبی، آرام و بی‌کران.

### محبت

جاذبه! هرچه بود، مال همان جاذبه بود. گویی اثر طبیعی حضور در میدان اطراف آن جاذبه، همین بود که دوست و با معرفت و خیرخواه و مخلص باشی. خاصیت میدان این جاذبه چه بود؟ محبت! اگر نیروی جاذبه‌ی دو آهنربا، نتیجه‌ی خاصیت مغناطیسی‌شان باشد، نیروی جاذبه‌ی آدم‌ها، نتیجه‌ی خاصیت محبتشان است. جاذبه‌ی آهنرباها کم و زیاد می‌شود. فقط اگر همه‌ی دوقطبی‌هایشان هم‌سو به یک جهت باشند، دائمی می‌شوند. محبت‌های میان آدم‌ها هم همین‌طور است. تنها اگر این محبت، جاذب همه‌ی وجود انسان باشد، نگاه‌اش می‌دارد. حال آنکه چه سخت می‌شود جایی را پیدا کرد که همه‌ی جانت را بگذاری و آرام بگیری. اصلاً آیا می‌شود محبتی «همه‌ی» ابعاد وجودت را در خودش حل کند؟

### دوقطبی

آدم‌ها آنجا که می‌آیند، دوقطبی‌هایشان، همه‌اش، متمایل به یک سو می‌شود. پایداری دوستی‌ها هم نشأت‌گرفته از همین پدیده است. نه حتی پایداری، بلکه حتی قدمت! در اولین دم که می‌بینی‌شان، گویی سال‌ها با تو آشنا بوده‌اند و رفاقت‌ها با هم داشتید. شاید هم روزی از روزهای این روزگار، قرار بر این شد که هر جانی خوگرفته با این محبت، با جان‌های دیگر از همین تبار، گره بخورد. شاید واقعاً ما سال‌ها با هم آشنا بوده‌ایم و رفاقت‌ها داشتیم!

### کساء

بله! روزی از روزهای همین روزگار، پیامبر مهربانی‌ها صلوات الله علیه نورهای معصوم زمانه را زیر «کساء» گرد هم آوردند و پرده از راز این «جاذبه» برداشتند و به خدا قسم خوردند «این خبر و سرگذشت ما در

انجمن و محفلی از محافل مردم زمین که در آن گروهی از شیعیان و دوستان ما باشند، ذکر نشود جز آنکه بر ایشان رحمت حق نازل شود و ایشان را فرشتگان فراگیرند و برای آن‌ها آمرزش خواهند تا آنگاه که از دور هم پراکنده شوند.» همان‌جا بود که اول امام و امیر عالم، حضرت علی علیه السلام، به خدا سوگند خوردند که «ما رستگار شدیم و سوگند به پروردگار کعبه که شیعیان ما نیز رستگار شدند.» رسول هدایت مهر ضمانت بر این چنین محافل زدند، آنجا که فرمودند «... در میان آن‌ها نه اندوهناکی باشد جز آنکه خدا اندوهش را برطرف کند و نه غمناکی جز آنکه خدا غمش را بگشاید و نه حاجت‌خواهی باشد جز آنکه خدا حاجتش را برآورد.»

### جلا

حالا دیگر می‌دانم چه می‌خواهم و جان بی‌قرارم آرام گرفته است. وقتی توی مسجد کنار دوستانم می‌نشینم، همان‌هایی که به واسطه یک محبت اصیل، محب و محبوبشان شده‌ام، خواسته‌های نطلبیده‌ام را هم پاسخ می‌گیرم. با هم برای پذیرایی از مهمان‌های حضرت مادر سلام الله علیها به تکاپو می‌افتیم و برنامه‌ریزی می‌کنیم، با هم خادمی می‌کنیم. با هم قرار می‌گذاریم و مسئله‌های علمی و درسی‌مان را حل می‌کنیم. با هم به گفتگوهای گاه غنی و عمیق و گاه شیطنت‌آلود کودکانه می‌نشینیم. هر لحظه در تقلا می‌رشدیم؛ رشد همدیگر! و همه‌ی این‌ها در سایه‌ی لطف و مهربانی و نگاه نورهای معصوم خداست که پایدار می‌ماند که جلا می‌دهد که صیقلی می‌کند!

«آذین»



# وقتی لحظه‌ها تندتر از ما می‌دوند

## چرا و چگونه افسار زمان را در دست بگیریم؟

را حتما بارها شنیده‌اید و حتی بارها به حقیقت آن ایمان آورده‌اید. ولی سوال اینجاست که آن کلید، کدام برنامه‌ریزی است؟ شیوه هدف‌گذاری، اولویت‌بندی، ثبت برنامه‌ریزی، و مدیریت برای انجام آن مهم‌ترین گام‌هایی است که باید در این موضوع لحاظ شود. گاهی اوقات وقتی در انجام برنامه‌ریزی موفق نمی‌شویم ممکن است خود را سرزنش کنیم که تنها مشکل از اراده ما حین اجرای برنامه بوده است. ولی چه بسا که درصد اندکی نیز وابسته به موارد دیگری پیش از اجرای برنامه باشد. شاید بهتر باشد در ابتدای برنامه‌ریزی واقع‌بینانه‌تر عمل کنیم و شاید باید کمی کمال‌گرایی را کنار بگذاریم تا به نتیجه مطلوب خود برسیم. در این مسیر استفاده از تجربه دوستان موفق را هرگز دست کم نگیرید. شما می‌توانید با به‌کارگیری تجربه‌های گوناگونی از چند نفر به صورت ترکیبی، روش شخصی خود را توسعه دهید و طعم شیرین موفقیت و رضایت از نحوه گذران زمان خود را بچشید. این روش‌ها و تجربیات قدری گسترده و منعطف هستند که پیچیدن یک نسخه مختصر و مشابه در فرصت اندک کاری است خطا. بهترین روش آن است که نیاز خود را در این زمینه شناسید و به تحقیق بپردازید. آیا کمال‌گرایی بی‌مورد سد راه شما شده؟ آیا هدف‌گذاری کوتاه و بلندمدت بهینه ندارید؟ آیا عوامل حواس‌پرت‌کن شما را از رسیدن به مقصد باز داشته است؟ یا کارهایی را در اولویت قرار می‌دهید که اولویت حقیقی شما نیستند؟ پاسخ هرکدام از این سوالات را درباره خودتان مرور کنید و به دنبال منابع مناسب برای یافتن پاسخ و اصلاح هر زمینه باشید. در نظر داشته باشید که زمان اندکی که در ابتدا به این منظور هزینه می‌کنید، از هزینه بی‌مورد زمان‌های به مراتب بزرگ‌تر جلوگیری می‌کند. البته مواظب باشید که زمانی که پیوسته برای برنامه‌ریزی صرف می‌کنید، مانع از رسیدن شما به فعالیت‌های اصلی نشود.

برای مثال بولت ژورنال یک نوع دفتر برنامه

زمان است. نعمت مشترک و سراسری خداوند به همه بندگان. به این بیندیشید که تنها چیزی که انسان‌ها را از یکدیگر متمایز می‌کند نحوه استفاده از ریزمقدارترین لحظاتی است که چونان ابر در گذرند<sup>۱</sup> حال آنکه ما به سادگی و به اتهام کوچکی آن‌ها را دور می‌ریزیم.

شما می‌توانید همگام با شروع این بخش تازه از زندگی و جوانی، علایق خود را بشناسید،



بسازید و دنبال کنید. دانشگاه را به جزئی از علاقه خود تبدیل کنید و از ابتدا با دیدن زندگی خود با عینک روشنی، روزهای روشن آینده را تصور کنید که شاداب از به انجام رساندن مفیدترین و موثرترین کارها، به موفق‌تر بودن در آینده بعدی می‌اندیشید.

در مسیر تصمیم برای استفاده بهتر از این گوهر غیر قابل بازگشت، شاید خوب باشد چند راهکار مدیریت زمان را مرور کنیم تا هم انگیزه و شورمان مستحکم‌تر شود و هم با نکاتی شاید جدید آشنا شویم. توصیه می‌شود حتماً هر از چندی جهت تجدید قوا و انگیزش هم که شده به جای ممارست فرسایشی روی یک روش ناموفق، شیوه‌های جدید را بیاموزید و امتحان کنید. چرا که هر فردی متناسب با روحیات و سبک زندگی‌اش باید روش مدیریت زمان و زندگی مختص خودش را انتخاب کند و توسعه دهد.

«کلید موفقیت برنامه‌ریزی است!» این جمله

حس تلخ حسرت از دست دادن زمان را همه ما چشیده‌ایم. آن موقع که با خود می‌گوییم کاش در این زمان از دست رفته فلان کار مفید را انجام داده بودم یا کاری از فهرست بی‌شمار کارهای انجام‌نشده‌ام خط می‌زد. گاهی ممکن است این حس را نیز برای خود توجیه کنیم به بهانه این که تفریح هم لازم است! ولی هم اگر کمی دقت کنیم درمی‌یابیم که این توجیه برای کمرنگ کردن عذاب وجدان است، و هم اگر کمی بیشتر به اهمیت موضوع پی ببریم کمتر اجازه خواهیم داد چنین عذابی گریبان وجدان فطرتا لطیف‌مان را بگیرد.

می‌فرماید: «والعصر!» و بگذریم از تفاسیر گسترده این آیه کوتاه، نکته مشترکی که از آن‌ها برداشت می‌شود اهمیت فوق‌العاده زمان است. که خداوند به چیز بی‌مقداری سوگند نمی‌خورد. در قرآن کریم و تعالیم اهل بیت بارها با مفاهیمی چون ساعت و دقیقه مواجه می‌شویم و به وضوح می‌بینیم که گذر این مفهوم غیر قابل لمس علاوه بر این که معین بسیاری از احکام و دستورات دینی است، اهمیتی فراتر نیز دارد و مسئولیتی خطیر و سنگین را به دوش ما واگذار می‌کند.

شاید بارها برای تصمیمات مختلف در زندگی منتظر یک شروع پر قدرت بوده‌اید. شروع ورزش از شنبه، شروع درس خواندن از ترم جدید، شروع تهذیب نفس از ماه جدید... و حتماً تا به حال دریافته‌اید که ورود به دانشگاه، یک شنبه بزرگ و حسابی برای تمام ابعاد زندگی شماست. چون با تغییرات بزرگ در زندگی فرصت‌های بزرگ هم ایجاد می‌شوند. و استفاده نکردن از این فرصت‌ها غصه است! درس خواندن باصلاحت تنها بخش کوچکی از تصمیمات بزرگی است که در ابتدای این شنبه بزرگ می‌توانید بگیرید. همین حالا قلم بردارید و هر آن‌چه دوست دارید در شما تغییر کند ثبت کنید. سپس باید فکر کنید و راهبردهای این اهداف را شناسایی کنید و بی‌شک عمل کردن در راستای تک‌تک این راهبردها مستلزم مدیریت لحظه به لحظه

۱ «إِضَاعَةُ الْفُرْصَةِ غَضَّةٌ» (نهج البلاغه، حکمت ۱۱۴)

۲ «الْفُرْصَةُ تَمُرُّ مَرَّ السَّحَابِ فَانْتَهِزُوا فُرْصَ الْخَيْرِ» (نهج البلاغه، حکمت ۲۰)

# می‌خواستم وارد این جو نشوم! اما...

از صبح به شدت کار کرده بودم که حسای خسته باشم بتوانم راحت بخوابم که وارد جو بچه‌ها نشوم؛ هنوز نمی‌توانم درک کنم چگونه با وجود آن همه خستگی، تا صبح با بچه‌ها حرف زدیم و چگونه مجذوب ذوق چشمان‌شان شدم. طوری از هیئت و برنامه‌های هیئت و پابوس‌های سال‌های قبل تعریف می‌کردن که اردو شروع نشده، ذهنیتم کامل تغییر کرد.

دومین اتفاق جذابی که مرا به خود جلب کرد وقتی بود که به حسینه رسیدیم و متوجه وجود یک تیم پیش‌قراول شدیم که برای آرامش داشتن اردو همه‌ی کارها را از قبل انجام داده بودند. واقعا همه چیز برنامه‌ریزی شده بود! واقعا ممنون‌شون هستم...

حزنی وجودم را گرفته بود وقتی می‌دیدم چند نفر از هم‌روودی‌هایم دارند با کادر همکاری می‌کنند، آنقدر جو قشنگی داشتند که نگاه کردن به کارهایشان هم به من انرژی می‌داد و دوست داشتم من هم کنارشان باشم؛ اما حس می‌کردم پذیرفته نمی‌شوم...

گنده‌ها، جشن‌ها و حتی مهمانانی که هیئت با خودش آورده بود، به حدی جذاب بودند که یکبار از سر ذوق به دبیر گفتم: «چقدر "هیئت‌هاتون" قشنگ هستن!» بهم گفتند: «"هیئت‌مون"» و بعد، سینی کیک را به من دادند تا پخش کنم و من شدم هیئتی...

الزهرای من؛ قربان صاحبیت و پابوسی که من را عاشقت کرد...

حال وهوای ترم اول برای من خیلی سنگین بود! اصلا نمی‌دانم این حجم از غریبی با جو دانشگاه از کجا می‌آمد؛ به‌اندازه‌ای حس غریبی می‌کردم که حتی سرم را برای دیدن پوستر برنامه‌ها بالا نمی‌آوردم. این بار فرق می‌کرد...عکس ایوان طلا توجه مرا به خودش جلب کرد، یک تیتراژ جذاب هم بالای آن بود، پابوس عشق...



ریزی زندگی است که سادگی استفاده و انعطاف‌پذیری آن موجب افزایش محبوبیت و کاربرد این روش شده است. کافی است با یک دفتر سفید و یک قلم آغاز کنید و زندگی خود را به نحو احسن مدیریت کنید. سالانه، ماهانه، هفتگی، روزانه و یا هر طور که شما می‌خواهید، اهداف و کارهایی که باید انجام شود را یادداشت کنید. از قسمت‌های مختلف زندگی خود فهرست‌هایی مجتمع تهیه کنید و کارها را به انجام برسانید. به همین سادگی. به زودی با بولت‌ژورنال خود دوست خواهید شد و مدیریت زندگی خود را به او می‌سپارید. با کمی جست و جو در اینترنت درباره بولت‌ژورنال و مشاهده انواع و اقسام گوناگون خلاقیت‌های ممکن در این روش که متناسب با هر فرد می‌تواند به بهره‌وری آن بیفزاید، حتما جذب زیبایی و سودمندی این دفتر ساده خواهید شد.

همواره و در هر لحظه‌ای که ناامید می‌شوید، و یا عطر خواستنی رضایت و موفقیت به مشامتان می‌رسد، به یاد داشته باشید که زندگی متشکل از چیزی جز همین ریزترین لحظه‌های به هم پیوسته نیست. و هر انتخابی که برای هرکدام از این لحظات داشته باشید، قسمتی از جاده زندگی و سرنوشت شما را رقم می‌زند. حال انتخاب با شماست.

در انتها برای شما مجموعه‌ای از پیوندها جمع‌آوری شده که اگر در آغاز این راه علاقه‌مند به کنکاش بیشتر در زمینه مدیریت زمان باشید، بدون شک برای‌تان مفید خواهد بود.

- [دست‌یابی به حیات برتر و حال خوب را با اشتن افق و برنامه‌ی قابل اجرا، تجربه کنیم.](#)
- [بولت‌ژورنال چیست؟](#)
- [۶ سیستم بهره‌وری که باید بشناسید.](#)
- [کارگاه آموزشی مدیریت زمان](#)
- [کارگاه اهداف موازی](#)
- [موثرترین نکات مدیریت زمان برای افزایش بهره‌وری](#)
- [چگونه برنامه‌ریزی کنیم که آن را دوست داشته باشیم؟](#)
- [۱۶ گام عالی برای برنامه‌ریزی.](#)

در دل می‌گفتم: نمی‌شود که نرفت! نگرانی را کنار می‌گذارم؛ مهم نیست کسی را نمی‌شناسم... فقط به حرم می‌روم!

با همین دید اردوی پابوس را ثبت‌نام کردم و شوقی که داشتم فقط برای زیارت بود.

سه شنبه ۲۹ بهمن ۹۸ آخر شب از ایستگاه راه‌آهن تهران راه افتادیم، اگر این خاطره را هم کوبه‌ای‌هایم نمی‌خوانند باید بگویم که



مطهره یوسفی  
ورودی ۹۸ کارشناس فیزیک  
[@m\\_yousefi26](https://www.instagram.com/m_yousefi26)



مریم سادات رضوی  
ورودی ۹۸ کارشناس مهندسی کامپیوتر  
[@razavitaheeri](https://www.instagram.com/razavitaheeri)

# می‌خواهم حافظش باشم، اما چطور؟!

## روایت هن از گفت‌وگویی با قلب و فکر

همه‌ی دوستی‌های او هم از خانه‌ی قلبش می‌گذرد؟ من هم نمی‌دانم! آیا تو تضمین می‌کنی که در این دوستی، من همانطور که بی‌دریغ محبت می‌کنم، بی‌دریغ محبت دریافت خواهم کرد؟»

- «نه راستش! شاید این اطمینانی را که تو از من می‌خواهی نداشته باشم. خوب حالا می‌گویی چکار کنم؟ من دوست دارم حافظ تو، یعنی قلبم، باشم ولی آیا می‌توانم حصاری دورم بکشم و با کسی ارتباط برقرار نکنم؟ تو بگو، من چکار کنم؟»

+ «این را دیگر بی‌زحمت از فکر پرس. من چیزی که می‌دانم همین است که توی این جمع و در مسیر این دوستی، حال خوشی ندارم. خودت تصمیم بگیر که چکار کنی. راستی! یادت نرود قوام و رشد من در دوست داشتن و دوست داشته شدن است. البته دوست داشتنی یکتا و امن!»

### کادر دوم؛ فکرم با من سخن می‌گوید

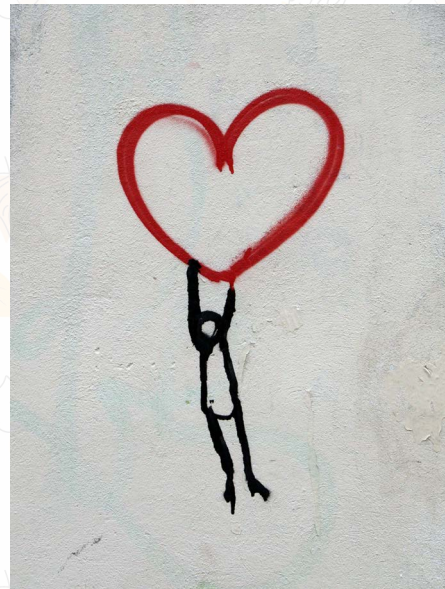
- به سراغ فکر می‌روم، شاید او بتواند کمکم کند: «تو بگو. من چه کنم؟ اینطوری نمی‌شود که ارتباطاتم را قطع کنم و منتظر بنشینم تا روزی دوست داشتنی یکتا و امن بیابم و به قلبم راهش بدهم.»

+ «قلب بی‌راه هم نمی‌گوید. منطقی است دیگر! نیست؟ تا وقتی شناخت کافی بدست نیابیم، وارد ارتباطات و جمع‌های دوستانه‌ی پسرها و دخترها نشو. از طرفی، مگر آدم نمی‌تواند بی‌آنکه با کسی دوست شود، از او کلی چیز یاد بگیرد و ارتباطاتش را گسترش دهد و رشد کند؟ چرا می‌شود!»

- «پس تو می‌گویی اگر تا شناخت پیدا نکردم دوستی نکنم، می‌توانم حافظ قلبم باشم؟»

+ «بله! شناخت مهم است. ولی پیش از آنکه شناخت پیدا کنی نمی‌توانی ارتباطات را محدود کنی. پس باید غربالگر کارهایت همین باشد که بینی حرفی که با کسی می‌زنی و ارتباطی که با او می‌گیری، «تنها» همان نتیجه و پیامدی را دارد که هدف بود

+ «هر چیزی حریمی دارد. این هم حریم من است. دوست ندارم هر کسی وارد حریمم شود. تو وقتی با کسی ارتباط دوستانه می‌گیری، با قلبت (من) همراهش می‌شوی. پس چطور می‌شود با کسی ارتباط دوستانه بگیری و با قلبت همراهش شوی، بی‌آنکه بشناسی اش و با زوایای مختلف ذهن و قلبش آشنا باشی و بدانی آیا او هم مثل تو با قلبش همراهت شده یا نه؟!»



عکس از Nick Fewings

- «بیشتر برابم بگو...»

+ «من دریای محبت و عاطفه و دوست داشتن هستم و مسیر دوستی‌های تو از خانه‌ی من (قلب) می‌گذرد. از من هم فقط مهرورزی و دل بستگی برمی‌آید و همه‌ی چیزی که می‌خواهم نیز دوست داشته شدن و محبت دیدن است. پس تو نمی‌توانی با هر کسی دوست بشوی و او را به خانه‌ی من راه بدهی و از من انتظار نداشته باشی به او مهر بورزم و دل بسته‌اش شوم. چرا که خاصیت دوستی، گذر از خانه‌ی من است و خاصیت من، مهرورزی! تو نمی‌توانی تضمین کنی این دوستی‌ها حریم من را نمی‌شکند. چون فرد مقابلت را نمی‌شناسی. نمی‌دانی توی ذهن و قلب پسری که با او دوست شدی، چه می‌گذرد. نمی‌دانی آیا مسیر

چقدر خوب است که ما آدم‌ها زبان مشترک داریم! زبان مشترک، نه همین کلماتی که شما با آن به «فکر» من راه می‌یابید؛ در واقع آن زبان مشترکی که به واسطه‌ی درونیات و تجربه‌های مشابه‌مان با آن به «قلب» من راه می‌یابید. وقتی داشتم به نگارش این یادداشت فکر می‌کردم، با خود گفتم چقدر سخت است گفتن بعضی چیزها با کلمات. حالا که دارم می‌نویسم، به همین زبان مشترک زاینده‌ی درونیات هم‌شکلان اتکا کرده‌ام، به اینکه شاید تو هم یک روزی این چیزهایی را که من با خودم می‌گفتم، با خودت گفته باشی و حرف‌هایم را درک کنی.

### کادر اول؛ قلبم با من سخن می‌گوید

از کودکی انگار قلبم با من حرف می‌زد. بعضی وقت‌ها که انتخاب‌های پیش رویم بزرگتر از فکرم بودند و او از توجیه تصمیمش ناتوان می‌شد، من به ندای قلبم گوش می‌دادم. هرچه پیش آمدم و بزرگتر شدم و تلاش کردم بیشتر یاد بگیرم و فکرم را رشد بدهم، باز هم گاهی این ندای قلبم بود که راه‌گشایی می‌کرد. مثلاً هرچقدر دوست دارم بروم توی دل بعضی از جمع‌های دوستانه‌ی دخترها و پسرها و قلبم را راضی کنم که قرار است کلی چیز یاد بگیرم، راضی نمی‌شود.

+ می‌گوید: «من که نمی‌گویم چیز یاد بگیر و موفق نشو! ولی آیا فقط توی همین جمع و با همین شکل ارتباط، چنین چیزی ممکن است؟ جای دیگری که من حال بهتری داشته باشم، نیست؟»

- می‌گویم: «من که اصلاً درکت نمی‌کنم. انگار حرف‌های غیرمنطقی می‌زنی. چرا نباید توی این جمع حالت خوب باشد، وقتی من می‌توانم با آدم‌های جدید آشنا بشوم و کلی به داشته‌هایم افزوده شود؟»

+ «باز هم من که نمی‌گویم جمع دوستانه نه، آدم‌های جدید نه، داشته‌های زیاد نه! من می‌گویم این طوری نه...»

پای حرف‌هایش می‌نشینم شاید بتوانم درکش کنم.

یعنی کسب اطلاعات و تجربه؟»

- «چطور می‌توان متوجه شد همین پیامد را دارد یا نه؟ می‌دانی که هنوز شناخت ندارم! راستی اصلاً چطور می‌توانم شناخت پیدا کنم؟»

+ «پس منطقی است آن مقدار که ضروری است ارتباط بگیری تا زمانی که شناخت پیدا کنی. آدم‌ها معمولاً برای اینطور شناخت پیدا کردن‌ها به سراغ مشاور می‌روند، یا خودش یا کتابش. به نظر می‌رسد باید به دنبال یک مشاور یا حتی یک هم‌سخن آگاه و امین و خیرخواه بگردیم. کسی را سراغ داریم؟»

- «نمی‌دانم!»

+ «یعنی چه کسی بهتر می‌تواند پاسخ این سوال را بدهد که آیا واقعا همه دوستی‌های طرف مقابل مثل تو از مسیر قلبش می‌گذرد؟ به صرف مطالعه و تحقیق و حتی تحصیل در زمینه‌ی شناخت آدم‌ها، شاید نتوان به بعضی از سوال‌ها طوری پاسخ داد که مورد اعتماد باشد. گویا همیشه شکی وجود دارد که آیا این پاسخ درست است؟ آیا واقعا طرف مقابل من، همینطوری که مشاورم توصیف می‌کند، هست؟ انگار بهترین راه شناخت کسی این است که از او بخواهیم خودش را توصیف کند!»

- «همین چند دقیقه پیش قرار گذاشتیم پیش از شناخت طرف مقابل، با او دوستی نکنیم. این راهکار که ما را به خانه اولمان برمی‌گرداند!»

+ «نه! چه کسی خیرخواه‌ترین و نزدیک‌ترین شخص به تو و در عین حال آگاه‌ترین است؟ چه کسی تو را آنقدر دوست دارد که شاید هیچ‌کسی، دیگری را اینگونه دوست نداشته باشد؟ چه کسی تو را به‌سان میوه‌ی دلش می‌پندارد و هر چه برایت اراده کند، جز خیر و نیکی نیست؟ این شخص چه کسی است که در عین همه‌ی این خصوصیت‌هایش، با توصیف خودش و هم‌جنسش می‌تواند به تو در مسیر این شناخت کمک کند؟»

- «راست می‌گویی! او می‌تواند... ولی من هیچ‌وقت این کار را نکرده‌ام... یار در خانه و ما گرد جهان می‌گشتیم! چقدر دلم لک زده برای یک گپ‌وگفت پدردختری...»

زهرا کریم

ورودی ۹۸ کارشناس  
مهندسی مکتبک

@Karamy\_kz



یادداشت

## مشتری فرصت خادمی

ایام فاطمیه سال ۹۸ بود. دقیقاً یادم نیست دی یا بهمن ماه. در کانال تلگرامی کانون آیین روشن عضو بودم که پیامی رو دیدم با این عنوان: «#فرصت\_خادمی»

از اون روز هر بار این هشنگ رو میبینم با شور و اشتیاق زیاد پیام رو باز میکنم تا خیلی سریع فرم خادمی هر مراسمی رو پر کنم.

من تا اون روز اصلاً نمیدونستم هیئتی وجود داره! خوشحال شدم از همچنین برنامه‌های و اطلاعاتم رو وارد کردم. چند روز بعد در یک گروه تلگرامی اضافه شدم و طبق خواسته خودم، اسمم در قسمت مهدکودک بود. تعجب نکنید!

مهدکودک که بهش مهد میگن، بهترین قسمت هیئته؛ فک کنید چند ساعت در کنار تعداد خیلی زیادی بچه هستید و تا آخر مراسم باید با اونها بازی کنید و ازشون مراقبت کنید. (لازم به ذکره در دوران کرونا تجمع کودکان رو نداشتیم و برنامه متفاوتی برای آنها اجرا شد).

برای من بسیار لذتبخش بود. نمیتونم با کلمه بیان کنم چقدر حس خوبی داشتم وقتی از هیئت برگشتم خونه. هنوز هر شبی که از مراسم برمیگردم، آرامش فوق‌العاده‌ای دارم.

خیلی خسته شده بودم اما با یه حس عالی خوابیدم. شب دوم در قسمت پذیرایی مشغول بودم. تنها کارم ریختن چای برای مهمان‌های تاج سر بود. همون شب یه دوست خوب پیدا کردم!

بعد از فاطمیه، دبیر قبلی گل هیئت دعوتم کرد منزل یکی از دوستان عزیزمون و گفت دورهمی داریم. منم هیچکس رو نمیشناختم اول جواب نه دادم اما گفت بیا اذیت نمیشی. مهمونی رفتم، حتی یه ذره هم احساس غریبگی نکردم و خیلی



راحت بودم.

کرونا اومد، گذشت و گذشت تا محرّم سال ۹۹.

نگم براتون از محرم‌های هیئت! عشقه عشق! عشق زیاد، کار زیاد، خستگی زیاد.

فکر نکنید کار زیاده و کسی نیست و بالاخره یکی مجبور میشه انجام بده، نخیر این خبرا نیست! حتی واسه جارو زدن و نظافت هم تلاش میکنیم کارو از همدیگه بگیریم!

عشق به کار برای اهل بیت که جای خود دارد، اما عامل مهم دیگه‌ای که باعث شد منی که اتفاقی با هیئت آشنا شدم ولی الان بیخیال ماجرا نمیشم، همین دوستان گل هستن.

یعنی شما در این جمع اصلاً بی‌ادبی، تمسخر و غیبت نمیبینی. حتی اگه کسی به دلت نشینه و خوشت نیاده، اما حداقل این خصوصیات رو نداشته. همچنین جمعی کم پیدا میشه!

حالا من از عزاداریها گفتم شما فک نکنید همش همینه!

جونم براتون بگه چند وقت یک بار دورهمی داریم، اردوی مشهد داریم، جشن روز دختر داریم، یه گروه تلگرامی هیجان انگیز داریم و هزاران جوایز نقدی و غیر نقدی دیگه.

می‌تونید بعد از اینکه قلق کار دستتون اومد و با فضا آشنا شدید، مسئولیتی رو به عهده بگیرید. قطعاً تجربه شیرینی خواهد بود.

کار برای اهل بیت، زندگی‌تون رو عوض می‌کنه. از دستش ندید!

عرفانه شاه‌میرزایی

ورودی ۹۷ کارشناس  
مهندسی شیمی

@Erfaneh\_m33





# ماجرای شب ته‌دیگی

## آنطور که شروع شد، آنطور که هست



بودیم. ولی موقع دیکته، آن قدر استرس داشتم که دو تا از کلمه‌ها را غلط نوشتیم؛ یکی «طلا» و یکی «اذیت»!

خلاصه به هر طریقی بود من آن شب خادم شدم. واقعا حس عجیبی بود. آن موقع ها هوا خیلی سرد بود ولی یادم است که برای اینکه وقتی با کاپشن راه می‌روم اذیت نشوم و بهتر بتوانم کارها را انجام دهم، به این هم فکر کرده بودم که چه لباسی بپوشم. وارد مسجد شدیم. خانمی را که الان فهمیدم آن زمان یکی از دانشجویان بود، پیدا کردیم. مادرم پالتویی را که تنم بود درآورد و سوییشرت را داد که بپوشم. همان موقعی که خانم دانشجو نشان خادمی را انداخت گردنم، حس کردم روی زمین نیستم. دختری خجالتی بودم و اصولا خیلی حرف نمی‌زد، ولی آن شب مثل بلبل به همه خوش آمد گفتم! وقتی که بعضی‌ها در جوابم چیزی نمی‌گفتند، فکر می‌کردم که وای چقدر بد گفتم! الان است که امام حسین ناراحت شود... ولی وقتی بعضی‌ها جوابم را می‌دادند، از خوشحالی بال درمی‌آورد. حتی بعضی‌ها آن قدر مهربان بودند که به من خوراکی می‌دادند. یکی از خانوم‌ها حرف خیلی قشنگی زد؛ به من گفت: «آخی چه دختر کوچولویی! مطمئنم الان امام حسین (ع) دستتو گرفته که تو اینجوری وایسادی و با انرژی داری خوش آمد میگی به عزادارا» نمی‌توانم توضیح دهم که بعد از آن حرف، چقدر پرانرژی‌تر به کارم ادامه دادم.

از آن شب، محرم برایم معنی دیگری داشت. محرم شاید برای بقیه شرکت در روضه و مراسم و عزاداری و سینه‌زنی بود؛ ولی برای من، محرم به معنی کنار گذاشتن همه خجالت‌ها و تنبلی‌ها بود. محرم برای من من ایستادن‌های پیاپی بود. حتی برایم محرم بازی با بچه‌های کوچک داخل مهد مسجد بود. وارد مراسم‌ها که می‌شدم انگار اصلا نمی‌توانستم بنشینم، باید راه می‌رفتم. باید می‌دیدم که چه کاری

را خوردیم! ته‌دیگ‌هایی که هیچ شبی به ما نمی‌رسید، آن شب چهار نفری تمام کردیم.

از آن جا بود که علاقه‌ی من به کارهای هیأت شکوفا شد. نه برای اینکه اگر بیشتر کار می‌کردیم بیشتر بهمان خوراکی‌های خوشمزه می‌رسید، نه! به خاطر این که برایم جذاب بود کارهای کسانی که آن‌همه غذا را چیده بودند آن‌جا؛ یا اینکه چند نفر از چند وقت پیش درگیر پاک کردن برنج‌ها، لوبیاها، خرد کردن گوشت‌ها و یا حتی پختن این غذاها بودند. برایم عجیب بود که چرا و چگونه این حجم از نیرو وجود داشته و برای چه اصلا این همه آدم از چند وقت قبل محرم جمع شده‌اند و این کارها را کرده‌اند... چند وقت درگیر این موضوع بودم و از داستان‌هایی که شنیده بودم، فهمیدم که این‌ها همه‌ش بخاطر عظمت ماه محرم و صاحب این ماه، یعنی امام حسین (ع) هست. حس عجیبی درونم بود، خیلی دوست داشتم که برم آنجا و کمکی کنم؛ گرچه از دست من کوچک هیچ کاری بر نمی‌آمد؛ از طرفی خانه‌مان از مسجد خیلی دور بود و من با هزار خواهش و تمنا پدر و مادرم را راضی می‌کردم که برویم آن‌جا.

یادم می‌آید یک شب، اواسط کلاس دوم بود و داشتم کم‌کم مشق‌هایم را تمام می‌کردم و یکی از مشق‌هایم دیکته بود. مادرم گفت: برای اینکه برایت دوره شود از کتاب کلاس اولت هم می‌گویم، اگر خوب نوشتی، می‌رویم آن‌جا و اگر هیچ غلطی نداشتی می‌برمت پیش آن خانمی که به خادم‌ها می‌گوید چه کار کنند و اگر قبول کرد، میتوانی خادم شوی. کلمه «خادم» برایم نامفهوم بود؛ نمی‌دانستم یعنی چه. می‌دانستم کاری که آن خانم می‌کند این است که به هرکس می‌گوید چه کاری باید انجام دهد. از آن موقع که مادرم این را گفت، تا ساعت ۶ که می‌خواست دیکته بگوید، نشستیم به خواندن درس‌ها. تک تکشان را خواندم! حتی درس‌هایی که هنوز در مدرسه نخوانده

چند وقت پیش، هیأت مسابقه‌ای با عنوان «چی شد که هیأتی شد» برگزار کرد و بچه‌ها باید ماجرای ورودشان به هیأت را می‌نوشتند. همان موقع‌ها، داشتم فکر می‌کردم ماجرای هیأتی شدن خودم چه بود. داستان من مثل داستان دانشجوها نیست؛ چون من از وقتی چشم باز کردم شب‌های محرم بعد از مراسم، موقعی که مسجد تقریبا خالی می‌شد، ما مسجد بودیم و همان‌جا از خودمان پذیرایی می‌کردیم و غذا می‌خوردیم. یادم آمد اولین باری که من خیلی به این هیأت علاقه‌مند شدم، یکی از روزهای دهه اول محرم بود که شام قورمه‌سبزی می‌دادند. آن موقع‌ها همیشه یک ظرف ته‌دیگ برنج موجود بود که هیچ وقت به ما کوچک‌ترها نمی‌رسید و بزرگ‌ترها به خدمتش می‌رسیدند. یادم نمی‌آید دقیقا چندم محرم بود، حتی یادم نمی‌آید دقیقا چند ساله بودم؛ تنها چیزی که به خاطر دارم حرف‌های دوستان بزرگ‌تر و بازبگوش‌تر از خودم بود که تصمیم داشتند برونند و ظرف ته‌دیگ‌ها را پیدا کنند و تلافی این همه مدت ته‌دیگ نخوردن را در بیاورند. من هم از آن جایی که دلم پیش ته‌دیگ‌ها گیر کرده بود، با آن‌ها همراه شدم، اما ترس و دلهره‌ای تکرار نشدنی داشتم! از قضا دو شب قبل‌تر، وقتی به طور تصادفی داشتم از راهروهای زیر مسجد رد می‌شدم، جایی که غذاها را می‌گذاشتند پیدا کرده بودم. با خوشحالی فراوان به آن سمت حرکت کردیم، وقتی رسیدیم هول شده بودیم، یک دفعه پای یکی از بچه‌ها به غذا خورد و سه تا غذا ریخت روی زمین! خیلی عادی رفتار کردیم، طوری که انگار هیچ اتفاقی نیفتاده است. به کارمان ادامه دادیم و ظرف‌های غذا را یکی یکی باز می‌کردیم. اما از آن جایی که در ظرف‌ها آنقدر محکم نبود و ما هم هیچ استعدادی در زمینه باز کردن در ظرف‌های یکبارمصرف نداشتیم، در هر ظرفی که باز می‌کردیم، می‌شکست. بالاخره ظرف ته‌دیگ‌ها را پیدا کردیم و همه

## پند و اندیشه‌ای از یک «یک سال بالایی»



می‌خواهم بی‌تعارف، در مورد دانشجویی مجازی بگویم. چندتا مشکل و چندتا راه حل.

حتما تا الان خودتان متوجه شده‌اید که در کلاس مجازی، نمی‌شود به راحتی کلاس حضوری تمرکز داشت و با استاد پیش رفت و از بحث عقب نیفتاد. چرا؟ اگر انواع و اقسام اعلام‌ها را کنار بگذاریم، نیروی محرکه‌ی درونی که می‌گوید «همین الان فلان گروه یا صفحه را بررسی کن، چند ثانیه بیشتر وقت نمی‌گیرد» را چه کنیم؟!

چاره این است که حتما با سیستم کامپیوتر در کلاس‌ها حضور پیدا کنیم تا شاید کمی الزام بیشتری برای توجه داشته باشیم و به راحتی نتوانیم در حالت درازکش سر کلاس باشیم. اگر هم خودمان این سر اتاق نشسته‌ایم، تلفن همراه را ببریم بگذاریم آن سر اتاق تا به راحتی نتوانیم سراغش برویم.

مسئله‌ی بعدی، حضور فعال در کلاس است. اگر ملزم به این موضوع باشیم، نصف مشکلات ما حل شده‌است. چون سوال و جواب با استاد، اجازه نمی‌دهد به چیز دیگری فکر کنید و حواستان پرت شود و از کلاس عقب بمانید. اگر کلاس‌هایتان ضبط می‌شود یا خودتان ضبط می‌کنید، هرگز به این دلخوش نباشید که حالا اگر بخشی از درس را هم متوجه نشدم، می‌روم فیلم‌اش را می‌بینم. خیر. تجربه نشان داده که چه فیلم‌هایی که آخر ترم تل‌انبار شده‌اند و چه ساعتی که برای دیدنشان وقت باید گذاشت؛ اما کو وقت؟! بدانید که هرچقدر در طول ترم جلو رفتید، برنده‌اید.

اگر فیلم کلاسی را نیاز دارید ببینید، به هیچ وجه به آینده موکول نکنید و در اسرع وقت بنشینید پیش.

اما مورد آخر؛ بارها به ما گفته بودند کنکور را بدهید، راحت می‌شوید. از این سد که عبور کنید، دیگر همه چیز تمام است. در صورتی که اصلا اینطور نیست! اینجا دانشگاه است و شما همچنان باید درس بخوانید! اگر درس نخوانید و عقب بمانید، جبران بسی سخت و دشوار است. از من ترم سومی مجازی به شما ترم اولی‌ها نصیحت، از همان اول، جدی بگیرید.

می‌توانم انجام دهم. این‌گونه بود که من از کلاس دوم خادم امام حسین (ع) شدم. شاید اوایل فقط خوش‌آمدگویی بود و جفت‌کردن کفش‌های عزاداران و پخش دستمال کاغذی؛ ولی بعدش رسید به مسجد مانند از ظهر تا سوعا تا شب عاشورا و بعد هم آماده کردن فضا برای شام غربیان. این سال‌های آخر، علاوه بر همه کارهای قبلی، انتظامات و پذیرایی آخر مراسم هم اضافه شد.

خیلی آن روزها را دوست داشتم و در حال عجیبی سیر می‌کردم، طوری که اصلا قابل وصف نیست. همیشه بعد از محرم بی‌صبرانه به این ۱۳ روز خیلی خیلی بیشتر می‌شد. حس عجیبی بود که حتی می‌توانستم با آن تک بیت «ز کودکی خادم این تبار محترم...» ارتباط برقرار کنم. من شاید خیلی تا الان دقیق به روضه‌ها گوش نداده باشم؛ ولی فهمیدم که چه می‌گویند، فهمیدم هدفشان چیست. کاملا با تک تک سلول‌هایم درک کردم که چرا در این مدت، ۵ ساعت پشت سر هم ایستادن هیچ خستگی‌ای ندارد، چرا آدم حتی خوردن ناهار و شام یادش می‌رود.

بعد از همه این فکر و خیال‌ها رفتم و ماجرای شب ته‌دیگی را با شوق و ذوق خیلی زیاد برای مادرم تعریف کردم. مادرم برایش سوال شده بود که چه شد که حس کردم من هم عضوی از هیأت هستم. راستش خیلی جوابی برای این سوال ندارم؛ از آن جواب‌های دهن‌پرکن و جذاب مثلاً؛ من فقط حس کردم در این سفره‌ای که پهن شده، انگار هرکس نقشی دارد، و از همان دم در که وارد می‌شوی، انگار کسی آن بالا و حتی گاهی از بین جمعیت، نگاهت می‌کند. من از درک آن نگاه خودم را هیئت می‌دانم... اصلا دلم می‌خواهد که خودم را هیئت‌ی بدانم، که سهمی از آن نگاه داشته باشم. که بگویم دست من را هم گرفتند. که بگویم من هم اینجام؛ چه وقتی ته‌دیگ‌های شام را با دوستانم خوردیم، چه وقتی بزرگتر شدم و کفش‌ها را جفت کردم، چه حالا که دارم از خودم می‌پرسم که چرا به خودم می‌گویم هیأتی. تمام این مدت، فقط این را فهمیدم که دلم می‌خواهد سهمی از این نگاه، از این دست‌گیری، از سفره‌ی این آقای مهربان، داشته باشم.



**مریم بابالو**  
 وردی ۹۹ کارشناس  
 مهندسی مواد  
[@MBabaloo](https://www.instagram.com/MBabaloo)



**زینب جعفریان**  
 خادمه نوجوان هیأت

## دیگه بچه نبودم

اوایل خیلی خام بودم، خوب یادمه! حتی نمی‌دونستم چجوری نباید از دست مردم

حرص خورد و این حجم آرامش خادما برام عجیب بود. همیشه به مهدیه موحد و فاطمه حسین‌زاده می‌گم من کنارتون اونقدر یاد گرفتم که شاید هیچ جای دانشگاه یاد نگرفته بودم.

اینجا کار واقعا هیئت‌ی بود، هیئت‌ی نه به معنای معمول که موقع فشل شدن کار به کار می‌برند؛ هیئت‌ی بود چون کاری زمین نمی‌موند، گندکاری‌های ناپخته‌هایی مثل من به سرعت جمع می‌شد و به اعتمادبه‌نفسم اضافه می‌کرد. نابلدی‌ات بلد می‌شد ولی خجالت نمی‌کشیدی. گذشت و گذشت و کم‌کم دیدم عه! دیگه هیئت‌الزهرایه قسمت از زندگی‌م شده، از خودم می‌بینمش، جدی جدی ماها داریم می‌شیم اون نیروهای پیر هیئت روستا و خودمون رو در تصمیماتش دخیل می‌بینیم. (بامزه نیست به جا نیروهای پیرش زیر ۳۰ سال سن داشته باشن؟) بینابین این پیر شدن و سال‌های آخر دانشگاه‌بودنم، کرونا اومد و گند زد به همه چی! حتی این دم آخری به هیئت رفتنم! بابا بیماری

هیئت روستامون هیچوقت خانم‌ها رو راه نمی‌داد، می‌گفت جا ندارم! یه شب حق داشتم برم و هر سال باید منتظر شب ۴م محرم می‌موندم تا نوبت شام دادن خانواده ما بشه. اون شب اجازه داشتم برم. همون شب‌ها هم داخل آشپزخونه به کمک می‌گذشت. شب‌های تاسوعا هم با خانواده به امامزاده منطقه می‌رفتم. صدای همهمه حرف زدن آدم‌ها اونقدر زیاد بود که نه از مداحی چیزی می‌فهمیدی و نه از سخنرانی! اما به عشق ظرف شستن آخر مراسم می‌رفتم. تهران که اومدم به همون سبک گذشته فکر می‌کردم فقط شب‌های آخر باید هیئت رفت. آخرهای محرم بود و ترمکی بیش نبودم که با هیئت‌الزهرای آشنا شدم. مراسم خیلی متفاوت و جذاب بود! دیگه کسی بهت نمی‌گفت تو بچه‌ای و تو دست‌وپا نباش! اینجا دقیقا همه‌کاره همین ما بچه‌مچه‌ها بودیم. شام رو آخر مراسم و توی ظرف‌های یکبار مصرف می‌دادند تا با خودت ببری، جالب اینکه اینجا دیگه سفره پهن نمی‌شد! صدای مداح و سخنران رو می‌تونستی بشنوی، دسته‌روی نداشتن! خیلی خیلی متفاوت! از اون متفاوت‌هایی که حسرتش به سال به دل‌م موند تا محرم سال بعد که از روز اول محرم بخوام حضور داشته باشم.



خاص داشت و از ترس مدت‌ها بود که قرنطینه بودیم در حدی که حتی برای خرید موادغذایی هم بیرون نمی‌رفتیم و حالا این مسخره‌ترین حرکت بود که من در تهران بخوام هیئت برم و برگردم شهرستان مریضش کنم. نشستم و هی با خودم حسرت خوردم، حتی یه شب هم‌خونه‌ام به خودش اومد و دید نشستم به خاطر اینکه مراسم نمی‌تونم برم، گریه می‌کنم. قبل از شام غریبان رفتم به خانواده یه سری زدم که حداقل یکی دو شب بتونم مراسم هیئت رو برم. با این وجود، داخل حیاط دانشگاه ایستادم که می‌ادا مریض شم. خلاصه همون یکی دو شبی که بدو بدو غذاها رو بین مردم پخش کردیم، انگار برای ذخیره آرامش یک سالم کافی بود.



زینب‌گفظم‌نب

ورودی ۹۴ کارشناسی  
مهندسی عمران و ۹۸  
ارشد مدیریت منابع آب

## العاس تو کجاست؟

آنچه داری بی‌ارزش است و خسی بیش نیست و او را تحقیر کنند، آیا او ذره‌ای ناراحت می‌شود؟ قدر گوهر ایمان‌تان را بدانید، اگر آن را در قلب دارید و شیرینی‌اش را احساس می‌کنید، دست بقیه را نیز با رفتار نیکویتان بگیرید تا آن‌ها نیز بچشند طعم این شیرینی را."

اکنون شما هویت اجتماعی جدیدی دارید، هویتی که تعدادی از مولفه‌های آن پرتلاش، اهل علم و علم‌دوست بودن است. دیگر مادر، پدر، خاله، عمه، دایی، همسایه، هموطن و... طور دیگری به شما نگاه می‌کنند. به شما افتخار می‌کنند و به فرزندشان امید دارند. تمام مردم این سرزمین، حساب دیگری روی شما باز کرده‌اند؛ برای ساختن فرداهایی بهتر! موفق و پیروز باشید، خوش آمدید!



پریانق‌زاده

فارغ‌التحصیل (ورودی ۹۶)  
کارشناسی مهندسی برق  
@Ya\_srrlmstda

هویت بسازید. هم هویت خودتان را و هم هویت شریف را.

حال خودتان تصمیم بگیرید که دوست دارید چگونه باشید؟ شما تعیین کنید که کدام رفتار جزو هویت دانشگاه شما باشد یا آنکه بدون تفکر، هر آنچه را که با آن مواجه می‌شوید، بپذیرید. هر آنچه که می‌خواهید باشید، آگاهانه تصمیم بگیرید و بدانید اکنون بیشتر از قبل در قبال رفتار خود مسئولید. شما بر دانشکده، دانشگاه، و جامعه‌ی خود اثر خواهید گذاشت. می‌توانید رشد پیدا کنید و رشد دهید و یا آنکه تنزل پیدا کنید و تنزل دهید. پس آگاهانه و آزادانه تصمیم بگیرید و از متفاوت بودن تصمیم خود با بقیه ترسید. اگر شما ایمان قلبی به یافته‌ی خود داشته باشید، دیگران نیز به آن ایمان خواهند آورد، آنان از شما جدا نیستند و هر آنچه که شما درک می‌کنید برای آنان نیز قابل درک است.

به قول امام صادق علیه السلام:

"آیا اگر کسی الماسی در دست داشته باشد، و همه‌ی مردم مجتمع شوند و به او بگویند که

هر فردی که وارد دانشگاه می‌شود، هویت مخصوص به خودش را دارد. با ورود به دانشگاه، از هویت جمعی دانشگاه اثر می‌پذیرد و هویت شخصی‌اش نیز بر آن اثر می‌گذارد.

هر دانشگاه و به‌ویژه دانشگاه شریف به خودی خود هویتی به دانشجویانش القا می‌کند. سابقه‌ی دانشگاه و رفتار دانشجویان قدیمی بخشی از این هویت و دیدگاه ورودی را می‌سازد. متقابلاً شما نیز بر هویت جمعی شریف موثر خواهید بود. هر رفتار شما در جمع مردم اطراف شما، رفتار و هویت شریفی‌ها تلقی خواهد شد و رفتار تک‌تک ماست که در درون شریف، به اجتماع ما شکل و معنا می‌دهد و برآیند آن، هویت ما را مشخص می‌کند. علاوه بر این، هر فرد با رفتارش، افکارش و نوع نگاهش به دانشگاه، بر اطرافیان خود در دانشگاه اثر می‌گذارد. از طرفی، خود دانشگاه نیز شامل گروه‌های علمی و فرهنگی مختلفی است که برای خود هویتی در زیر سایه‌ی شریف دارند و نیز به آن هویت می‌بخشد. پس، این شما هستید که می‌توانید



سلام دوست دوصفری! شاید از خودت پرسی که آیدی‌هایی که زیر اسم هر نویسنده هست چیه؟! ما آیدی‌های تلگراممون رو گذاشیم که هر حرفی نقدی سوالی از ما داشتی و یا خواستی کمکی از هرکودوم از ما بگیری بهمون پیام بدی! اگر هم دوست داری توی هیأت قشنگ الزهرا (س) کمک مجازی توی واحدهای مختلفمون (فرهنگی، کارهای نشریات، واحد زن و خانواده، رسانه، خیریه و...) یا خادمی حضوری داشته باشی به این آیدی پیام بده که روی هوا هی بریمت (!):

@Khademe\_azzahraa



ریحانه، نشریه هیأت الزهرا (س) دانشگاه صنعتی شریف  
صاحب امتیاز: هیأت الزهرا (س) دانشگاه صنعتی شریف  
مدیر مسئول: پریانقے زاده | سردبیر: فاطمه حورا عظیمی | همکاران این شماره: مریم محمدی، مریم سادات رضوی، مطهره یوسفی، زهرا کریمی، عرفانه شاه میرزایی، زینب جعفریان، مریم بابالو، زینب کاظم‌نوب، پریانقے زاده، فاطمه شجاعی، مریم عراقی

محتویات نشریه بیانگر موضع رسمی هیأت نیست.

آیدی ارتباط با ما: [@reyhaneh\\_heyat](https://www.instagram.com/reyhaneh_heyat)

[@azzahraasharif](https://www.instagram.com/azzahraasharif) [@AzzahraaMaktubat](https://www.instagram.com/AzzahraaMaktubat) [www.azzahraa.ir](http://www.azzahraa.ir)

