

نامه ۱۰ هزار استاد درباره فرصت‌سازی از تهدیدات و حمایت از مقاومت

حدود ۱۰ هزار استاد از دانشگاه‌های کشور طی نامه‌ای، با تأکید بر «راهبرد مقاومت»، خواستار تقویت قدرت بازدارندگی، مقاومت‌سازی اقتصاد و بازسازی فکری نسل جوان برای صیانت از پیروزی‌های ملی و استحکام درونی قدرت کشور شدند.

در پی انتشار نامه ۱۸۰ اقتصاددان و استاد دانشگاه، حدود ۱۰ هزار استاد از دانشگاه‌های کشور در نامه‌ای، با تأکید بر «راهبرد مقاومت»، خواستار تقویت قدرت بازدارندگی، مقاومت‌سازی اقتصاد و بازسازی فکری نسل جوان برای صیانت از پیروزی‌های ملی و استحکام درونی قدرت کشور شدند.

استادان دانشگاه در این نامه ضمن قدردانی از همبستگی ملی، نقش هدایت رهبری و توانمندی نیروهای مسلح، نکاتنی را به عنوان راهبردهای آینده کشور پیشنهاد داده‌اند. تقویت روحیه مقاومت و دیپلماسی مقاومتی به جای رویکرد سازشکارانه و خوش‌بینی ساده‌لوحانه به غرب، تجدیدنظر در سیاست خارجی، با توجه به تجربه توطئه‌های دشمنان حتی در حین مذاکره، افزایش قدرت دفاعی و موشکی کشور و مقابله با جریان‌های تضعیف‌کننده توان نظامی، بومی‌سازی زیرساخت‌های فضای مجازی و برخورد با مقصران در ره‌اشدگی این فضا، تحول در نظام آموزشی و ارتقای آگاهی سیاسی جوانان برای شناخت واقعی از دشمن، مقاومت‌سازی اقتصاد ملی با تمرکز بر تولید داخلی، اقتصاد دانش‌بنیان و قطع وابستگی به دلار، تداوم و شتاب‌بخشی به برنامه‌های هسته‌ای و پیگیری حقوقی متجاوزان و تقویت ساختارهای امنیتی و اطلاعاتی برای مقابله با نفوذ و برخورد با خائنن داخلی برخی از خواسته‌های مهم اساتید امضاکننده نامه است. اساتید همچنین در این نامه از مسئولان خواست‌اند در برابر فشارهای داخلی و خارجی برای بازگشت به مذاکره از موضع ضعف مقاومت کرده و وحدت ملی را حفظ کنند.

متن نامه به شرح زیر است:

«به لطف الهی، هویشاری ملت شریف ایران و توانمندی نیروهای مسلح به فرماندهی معظم کل قوا(حفظ‌الله تعالی) تهدید بزرگ و پیچیده استکبار جهانی با محوریت رژیم-کودک‌کش صهیونی و همکاری تعدادی از کشورهای اتمی جهان و دولت‌های خائن منطقه‌ای دفع گردید و شکست را بر دشمنان ملت ایران بسیار زودتر از آنچه فکشر را می‌کردند، تحمیل کرد. صهیونیزم بین‌الملل که گمان می‌کرد با ترور مقامات ارشد، اشغال مراکز حساس توسط گروه‌های مسلح و انهدام تأسیسات هسته‌ای و نظامی، گروهی از مردم نیز در داخل به کمک آنها شتافته و ظرف چند ساعت فروپاشی دولت مرکزی ایران اعلام و نقشه شوم تجزیه ایران را عملی خواهد ساخت، پس از ساعاتی ضربه متقابل را دریافت کرد و چند روزی بیشتر طول نکشید تا دستان خود را به نشانه تسلیم بالا برد.

بی‌شک در این‌جنگ تحمیلی ۱۲ روزه آسیب‌هایی به کشورمان وارد گردید که در رأس آنها شهادت بیش از یک هزار نفر از بهترین عزیزان، فرماندهان عالی‌قدر، دانشمندان محبوب، زنان و کودکان معصوم قرار داشته و البته تمامیت ارضی



در پی انتشار بیانیه جمعی از اساتید دانشگاهی، تحت عنوان «تغییر پارادایم حکمرانی برای تضمین امنیت، ثبات و توسعه ایران» که در فضای رسانه‌ای تحت عنوان بیانیه ۱۸۰ اقتصاددان مطرح شده است، ۱۸۰۰ نفر از اساتید حوزه‌های تخصصی گوناگون، ضمن تأکید بر اهمیت نقش رشادتها و فداکاری‌های مردم شریف و نیروهای مسلح و سایر نهادهای پشتیبان همان‌طور که در بیانیه مذکور به آنها اشاره شده بود و نیز نقش بی‌بدیل و بی‌نظیر، حکیمانه، شجاعانه، هوشمندانه و مدبرانه فرماندهی معظم کل قوا که به

حساس کنونی، به مهم‌ترین سرفصل‌های دروس و

عبرت‌های بزرگ این دوره حساس اشاره و در قالب قوانین بین‌المللی، حقوق بشر و منشور ملل متحد مورد تعرض قرار گرفت. با این وجود در این مدت کوتاه ارزش‌ها و توانمندی‌های بالایی از نظام اسلامی هویدا گردید که از جمله زیباترین آنها، امدادهای غیبی الهی، لطف و عنایت حضرت حجت(عج)، همبستگی و همدلی ایرانیان، بسیج همگانی و عملکرد مدیران و دولتمردان در مدیریت صحنه و قابلیت‌های بی‌نظیر نیروهای مسلح به‌ویژه سرعت و دقت عمل، هدایت راهبردی و تدابیر حکمیهانه رهبری معظم انقلاب اسلامی(مدظله العالی) قابل اشاره می‌باشد.

اینک که هزینه‌های سنگین سازش و خوش‌بینی‌های ساده‌اندیشانه به دشمن، توسط آحاد ملت پرداخته شده، هنگامه تحول اساسی در رویکردهای مقاومتی در عرصه مختلف سیاسی، اقتصادی، فرهنگی و اجتماعی به‌ویژه نظامی و دفاعی، دیپلماتیک و سیاست خارجی فرارسیده که لازمه آن درس گرفتن و عبرت آموزی از جنگ تحمیلی ۱۲ روزه و دفاع مقتدرانه ملت ایران دارد.

لذا ما جمعی از اساتید متخصص دانشگاه‌های کشور که علاوه‌بر ویژگی‌های عمومی عشق به وطن، دشمن‌ستیزی و ولایت‌پذیری از دانش‌های تخصصی و مهارت‌های علمی در زمینه‌های مختلفی برخوردار می‌باشیم، با عنایت به خیانت، دنائت و توحش دشمن آن هم در شرایط آتش‌بس و لزوم مراقبت و دقت لازم در عبور کشور از مقطع

کشور، به‌ویژه در حوزه علوم انسانی و تعمیق آگاهی عمومی نسبت به دشمنان انقلاب اسلامی بر اساس اندیشه‌های امام راحل (علیه‌الشان(ره) که می‌فرمود: «باز من تکرار می‌کنم که بدانید شما با یک قدرتی مواجه هستید که اگر غفلت بشود، مملکت‌تان از بین می‌رود؛ غفلت نباید بکنید، غفلت نکردن به این است که همه قوا را و هر چه فریاد دارید سررا آمریکا بکشید. هر چه تظاهرات دارید بر ضد آمریکا بکنید. قوای خودتان را مجهز بکنید و تعلیمات نظامی پیدا کنید.»

۶- مقاومت‌سازی اقتصاد جهت حل مشکلات اقتصادی کشور و معیشتی مردم با میدان دادن به تفکر انقلابی در دستگاه‌ها و ادارات دولتی، تمرکز بر اقتصاد دانش‌بنیان، مردمی کردن تولید، کاهش وابستگی به دلار و همچنین نفی اندیشه‌های لیبرالیست‌های غربگرا که متأسفانه با پیوند زدن معیشت مردم به بیگانه و مذاکره، به امید میوه‌های برجام نشسته و ضربه‌های مهلکی به اقتصاد کشور وارد ساختند. همان کسانی که تا دیروز بصراحت به ترویج شعار ما نمی‌توانیم پرداخته و حتی دم از رابطه با رژیم منحوس صهیونیستی برآوردند، امروز به جای شرمندگی و عذرخواهی به مطالبه‌گری روی آورده و همچنان بر نظرات غلط خویش در باب تعامل و مذاکره اصرار می‌ورزند.

۷- ادامه سریع و جدی غنی‌سازی هسته‌ای بدون هیچ قید و شرطی و تأمین منافع ملی با راهاندازی مجدد سانتریفیوژها و باز کردن مسیر دانشمندان و متخصصان هسته‌ای کشورمان و پیگیری حقوقی ناقضان قوانین بین‌المللی و تنبیه عملی آنها با افزایش درصد و میزان غنی‌سازی اورانیوم و اجرای مصوبه جدید مجلس شورای اسلامی درخصوص نحوه تعامل با عوامل جاسوس رژیم صهیونی در شورای حکام و آژانس بین‌المللی اتمی.

۸- تقویت زیرساخت‌های امنیتی و اطلاعاتی جهت مقابله با نفوذ دشمن از طریق شناسایی دقیق و برخورد قاطع با عوامل همدست و همسو با رژیم صهیونیستی که طرف ۱۲ روزه جنگ تحمیلی به صورت عامدانه، شبکه‌ای و یا به هر شکل ممکن به ملت خویش خیانت کردند. همچنین از دستگاه‌های زیربط به‌ویژه قوه قضائیه کشور انتظار می‌رود تمامی مساعی خود را در برخورد با کسانی که سرمایه‌های کشور را به نفع دشمنان تضعیف می‌کنند، به کار گیرند.

در خاتمه ضمن درود بی‌پایان به ارواح طیبه تمامی شهیدان از کربلای حسینی تا حسینیه‌ای به وسعت ایران خاصه شهدای افتدار، از امت شهیدپرور و بصیر ایران درخواست داریم اتحاد و انسجام خویش را حفظ کرده و فریب خدعه‌های بسیار خطرناک دشمن و عوامل فکری و رسانه‌ای آنها را نخورند. این جماعت قصد دارند تحت عنوان دلسوزی برای مردم و کشور به بزرگ‌نمایی در قدرت آمریکا و ادامه جنگ پرداخته و از این طریق ضمن جاج دادن به دولت متوهم آمریکا، زمینه بازگشت ذلیلانه کشور به میز مذاکره تحمیلی را ترویج و تبلیغ نموده و در صفوف متحد ملت ایران دودستگی و دوقطبی ایجاد نمایند.

از مسئولان کشور، رؤسای قوای سه‌گانه و سایر تصمیم‌سازان و تصمیم‌گیران انتظار داریم با هرگونه نسنای تفرقه‌افکن از هر حزب و گروهی برخورد نموده و اجازه سوءاستفاده از این شرایط را برای اهداف و اغراض جناحی و گروهی که تحت عناوین آزادی زندانیان و مجرمان، رفع حصر و یا تخریب مسئولان و مدیران نظام، تضعیف نیروهای مسلح، دستگاه‌های امنیتی و اطلاعاتی را به احدی نداده و با یک‌اندیشا، مغرضان و عوامل دشمن برخورد قاطع و لازم را داشته باشند.»

عزتمندی و مقاومت باور داشته و در عمل نیز یکپارچگی و یکصدایی در مقابل تجاوز رژیم منحوس و کشورهای بزرگ آمریکا را چنان به نمایش گذاشتند که دشمن را نیز متعجب ساخت و از آن به عنوان مهم‌ترین عامل شکست نقشه دشمن یاد می‌شود، آلمان و فرانسه نیست.

۲. **انتقاد از وضع موجود یا فرار رو به جلو**
در میان امضاکنندگان این بیانیه چهره‌هایی وجود دارند که سالیان متمادی سکندار بخش‌های مختلف

ایلاغی مقام معظم رهبری (مدظله‌العالی) در اقتصاد مقاومتی است که هیچ منافاتی با تعامل عادلانه با کشورهای جهان ندارد. باید باور داشته باشیم تعامل با جهان تنها تعامل با غرب آن هم آمریکا، انگلیس، آلمان و فرانسه نیست.

۳. **کلی‌گویی در توصیه‌ها، فقدان نسخه**
در تمام موارد مطرح‌شده در بیانیه، به جز کلی‌گویی و حشیه‌انه آمریکای جانیبتکار و اسرائیل کودک‌کش قرار گرفتیم؟! نسخه‌های تکراری مانند «جناح از طریق مذاکره با غرب» نه‌تنها تازگی ندارند، بلکه در تجربه گذشته ناکارآمدی آنها آشکار شده است.

۴. **عدم توجه به واقعیت‌های اجتماعی و مقاومت ملی**

در شرایطی که مردم ایران، با وجود فشارهای سنگین اقتصادی، همچنان به اصول استقلال،

صفحه ۷

پنجشنبه ۲۶ تیر ۱۴۰۴

۲۱ محرم ۱۴۴۷ - شماره ۲۳۹۰۷

چگونه پر تلاطمی کشور را نجات دهیم؟

نمایدی یکی از احساسات شایعی است که داوطلبان کنکور در طول مسیر پرچالش خود با آن روبه‌رو می‌شوند. فشارهای روانی، رقابت‌های شدید و انتظاراتی که از خود دارند، می‌تواند منجر به بروز این احساس شود. اما این ناامیدی نه‌تنها طبیعی است، بلکه جزئی از روند رشد و پیشرفت در مسیر رسیدن به هدف‌های بزرگ‌تر به‌شمار می‌رود. آنچه اهمیت دارد این است که چگونه با این احساس برخورد کنیم و از آن برای ادامه مسیر بهره‌برداری کنیم. در این مطلب، به بررسی دلایل ناامیدی داوطلبان کنکور و راهکارهای عملی برای غلبه بر آن پرداخته خواهد شد تا بتوانیم با حفظ انگیزه و اعتماد به نفس، قدم‌های خود را با اعتماد بیشتری برداریم.

پذیرش و ابراز احساسات یکی از مهم‌ترین مراحل در مدیریت احساسات منفی است. احساساتی مانند اضطراب، ناامیدی، غم و استرس در هر مسیری، به‌ویژه در مسیر کنکور، کاملاً طبیعی و اجتناب‌ناپذیر هستند. بسیاری از دانش‌آموزان وقتی با این احساسات روبه‌رو می‌شوند، سعی می‌کنند آن‌ها را سرکوب کنند یا از خود پیرسند چرا باید چنین احساساتی داشته باشند. این رفتار نه‌تنها کمکی نمی‌کند، بلکه می‌تواند منجر به تشدید این احساسات و افزایش فشار روانی شود.

پذیرش احساسات به این معناست که ما درک کنیم که احساس ناامیدی، اضطراب یا ترس در این دوران بخشی از روند طبیعی زندگی است. این احساسات نشانه‌ای از انسان بودن ما هستند و نه نشانه‌ای از ضعف یا عدم توانمندی. بنابراین، به جای سرزنش خود یا فرار از این احساسات، باید آن‌ها را بپذیریم و به خود اجازه دهیم که این احساسات را تجربه کنیم. به عنوان مثال، اگر در روزهای حس می‌کنید که از وضعیت تحصیلی خود ناامید شده‌اید، به جای پنهان کردن این احساس، باید به خود بگویید: «بله، این احساس طبیعی است و همه ممکن است در چنین موقعیتی آن را تجربه کنند.»

ابراز این احساسات نیز به همان اندازه اهمیت دارد. وقتی احساسات خود را پنهان می‌کنیم یا در درون خود نگه می‌داریم، می‌توانیم به مرور زمان دچار اضطراب‌های مزمن یا افسردگی شویم. صحبت کردن با دوستان، مشاوران یا حتی نوشتن احساسات در یک دفترچه می‌تواند به تخلیه هیجانی کمک کند و از اثبات احساسات منفی جلوگیری کند. این کار باعث می‌شود که ذهن ما از فشارهای روانی رهایی یابد و بتوانیم به طور منطقی‌تر و آرام‌تر به مشکلات نگاه کنیم.

در نهایت، پذیرش و ابراز احساسات نه‌تنها به عنوان یک ابزار برای کاهش فشار روانی عمل می‌کند، بلکه به ما کمک می‌کند تا خودمان را بهتر بشناسیم و با ذهن بازتری به حل مشکلات و رسیدن به اهدافمان بپردازیم. این فرآیند به ما یادآوری می‌کند که در هر شرایطی، احساسات ما جزئی از هویت‌مان هستند و مواجهه درست با آن‌ها، نه‌تنها به بهبود وضعیت روانی‌مان کمک می‌کند، بلکه در نهایت به موفقیت‌های بیشتر در زندگی نیز منتهی می‌شود. یکی از اشتباهات رایج در بین داوطلبان کنکور، تمرکز بیش از حد بر هدف نهایی است. بسیاری از دانش‌آموزان تنها به این فکر می‌کنند که آیا در دانشگاه‌شان نظراند پذیرفته خواهند شد یا نه. این تمرکز صرف بر هدف نهایی می‌تواند احساس استرس و اضطراب را افزایش دهد، زیرا به نظر می‌رسد رسیدن به آن هدف دور از دسترس است. به جای این نگرانی‌ها، بهتر است که گام‌های کوچک و قابل‌دستایی تعیین کنیم. به عنوان مثال، می‌توانیم برای هر هفته یا ماه هدف‌هایی مشخص و عملی تعیین کنیم، مانند مطالعه یک مبحث خاص یا بهبود در آزمون‌های آزمایشی است.

هر دستاورد کوچک، حتی اگر به نظر برسد که اهمیت چندانی ندارد، باید جشن گرفته شود. این جشن گرفتن‌های کوچک به ما انگیزه می‌دهند که همچنان در مسیر پیشرفت حرکت کنیم. با این کار، به جای احساس فشار برای رسیدن به هدف نهایی، می‌توانیم از هر گام کوچک لذت ببریم و احساس امید و انگیزه خود را تقویت کنیم. هنگامی که درگیر افکار منفی یا ناامیدی می‌شویم، بسیار مهم است که ذهن خود را از این افکار آزاد کنیم. در این شرایط، ذهن‌آگاهی یا «هراقیه ذهنی» می‌تواند ابزار بسیار مؤثری باشد. ذهن‌آگاهی به ما کمک می‌کند تا در لحظه حاضر زندگی کنیم و از افکار منفی که در ذهن‌مان می‌چرخند، فاصله بگیریم. وقتی که دچار اضطراب یا ناامیدی می‌شویم، باید به خود یادآوری کنیم که این احساسات و افکار به طور موقت و زودگذر هستند. در واقع، آنها لزوماً باواقعیت معمولی ندارند. به جای غرق شدن در افکار منفی، باید آگاهانه از آنها فاصله بگیریم و با خود بگوییم که «این فقط یک هیجان است و من قادر به کنترل آن هستم.» ذهن‌آگاهی به ما این توانایی را می‌دهد که هیجانات خود را شناسایی کنیم، اما اجازه ندهیم که این هیجانات ما را تحت تأثیر قرار دهند. این کار می‌تواند به کاهش شدت استرس و فشار روانی کمک کند و به طور کلی در مسیر کنکور، ذهنی آرام‌تر و متمرکزتر به ما بدهد.



با تمرین ذهن‌آگاهی، می‌توانیم افکار منفی را به عنوان یک تجربه موقتی در نظر بگیریم و بر روی آنچه که در حال حاضر می‌توانیم کنترل کنیم، متمرکز شویم. این راهکار باعث می‌شود که با ذهنی شفاف‌تر و آرام‌تر بتوانیم به پیشرفت‌های خود ادامه دهیم و در برابر چالش‌های مسیر کنکور مقاومت بیشتری داشته باشیم.

حداقل ۲۵ دقیقه پیاده‌روی تند یا ورزش روزانه، تأثیر قابل‌توجهی در تنظیم هورمون‌های شادی‌آور مانند دوپامین و سروتونین دارد و به کاهش اضطراب و افزایش نشاط می‌انجامد. مطالعات دانش‌آزمودگان موفق نشان می‌دهد که «استراحت با نشاط» شامل فعالیتی لذت‌بخش مانند رفتن به طبیعت، کافه‌گردی، دیدار دوستان یا خوردن یک وعده مورد علاقه، به‌مراتب مؤثرتر از بی‌تحریکی صرف است. تحرک و بی‌خیالی‌های مکرر می‌تواند موجب بی‌تمرکزگی و زودرنجی شود. وی توصیه کرد از مصرف کافئین در عصر خودداری شود و قبل از خواب از شبکه‌های اجتماعی فاصله بگیریم.

کنکور تنها یک مرحله در مسیر زندگی است و هرچند این آزمون برای بسیاری از دانش‌آموزان چالشی بزرگ به‌شمار می‌آید، اما نباید آن را به عنوان تنها مسیر یا هدف نهایی در نظر گرفت. بسیاری از افرادی که در کنکور نتایج دلخواه خود را نمی‌گیرند، پس از آن در عرصه‌های دیگری از زندگی به موفقیت‌های چشمگیری دست می‌یابند. موفقیت در زندگی به عوامل زیادی بستگی دارد و کنکور تنها یکی از آن‌هاست.

حتی اگر نتایج کنکور آن‌طور که انتظار می‌رود نباشد، همیشه راه‌های جایگزین و فرصت‌های جدید وجود دارد که می‌توان از آن‌ها بهره برد. ممکن است فردی پس از کنکور در دانشگاه‌های معتبر دیگری پذیرفته شود یا مسیرهایی چون کارآفرینی، ادامه تحصیل در خارج از کشور یا کسب مهارت‌های جدید را دنبال کند. فرصت‌هایی که ممکن است بسیار ارزشمندتر از نتیجه کنکور باشند.

به نقل از خبرگزاری دانشجو، در نهایت، باید به این نکته توجه داشت که کنکور پایان راه نیست. زندگی پر از فرصت‌های جدید است و هر فرد می‌تواند در مسیر خود با تلاش و پشتکار به موفقیت‌های جدید دست یابد. بنابراین، حتی اگر در کنکور به هدف خود نرسیدید، بدانید که فرصت‌های تکرار‌نشدنی دیگری برای پیشرفت و رشد در پیش دارید.



امداد رسانی دانشجویان به منازل آسیب‌دیده از حمله رژیم صهیونیستی

