

پژوهش محوری، سلامتی، و شادابی در برنامه های فرهنگی باشگاه پژوهشگران جوان (۳)

در دو بخش پیشین، دیدگاه های نوین در برنامه های فرهنگی باشگاه را که مبتنی بر نیازهای اعضای باشگاه، بوده و در راستای موضوعات اصلی برنامه های فرهنگی دانشگاه در سال ۹۰-۹۱ (اخلاق مداری، هویت دینی و توسعه فرهنگی) ترسیم گردیده است معرفی نمودیم، و سلسله بحثهایی را در این ستون آغاز کردیم. در شماره قبلی خبرنامه به تعریف "سلامتی" پرداختیم و اینکه در غالب دیدگاههای دیرین و نوین در جهان، اساس سلامتی حفظ نظم و تعادل است. آنچه که به زیباترین شکل در طبیعت و کل هستی قابل درک و دریافت است. در اینجا کوتاه نوشته ای از یکی از علمای تاریخ طب در ایران "حکیم محمد کاظم گیلانی" می آوریم که در جای خود بسیار آموزنده و قابل تامل است:

وی در کتاب حفظ الصحة ناصری رسیدن به عمر یکصد و بیست ساله را در صورت مواظبت بر تدبیرات حفظ صحت و سته ضروریه و صرف قوا و افعال به حد اعتدال، اقتضای طبیعت می دانسته و آنرا امری قطعی و یقین می شمرده است. همانگونه که امروزه نیز در طب پیشگیری و شیوه سالم زیستن به بیانی دیگر بر آن تاکید می شود. و اما از چه راههایی میتوان به حفظ تعادل رسید؟

پاسخ: آرامش، پذیرش، عشق، رضایت، بخشش، آگاهی، شادی، شمع درونی، امید و ایمان که پایه استواری هست برای دستیابی به همه این موهبت ها.

در شماره های بعدی با همکاری شما به هر یک از این مباحث بیشتر خواهیم پرداخت. از شما عزیزان درخواست می گردد نظرات ارزشمند خود را جهت هرچه پربارتر شدن این ستون در خبرنامه به اداره امور فرهنگی و فوق برنامه ارسال فرمائید.