

گاهنامه شماره ۳ ر پناه ۹۸



شرکت توزیع نیروی برق استان ایلام

در این شماره می خوانید

× سه پرسش مهم

× حدیث منتخب

× استرس

× پارادایم

تهیه کنندگان این شماره:

الهام عزیز نیا

مرتضی نصریان

## به نام خدا

### سه پرسش مهم

در یونان باستان ، سقراط به دلیل خرد و درایت فراوانش مورد ستایش همگان بود. روزی شخص بزرگی که از آشنایان او بود ، با هیجان نزد او آمد و گفت : سقراط می دانی درباره یکی از شاگردانت چه شنیده ام ؟ سقراط پاسخ داد : لحظه ای صبر کن. قبل از اینکه به من چیزی بگویی ، از تو می خواهم به آزمون کوچکی که نامش (( سه پرسش )) است پاسخ دهی.

مرد پرسید : سه پرسش ؟ سقراط گفت بله ، درست است

قبل از اینکه درباره شاگردم با من صحبت کنی ، ابتدا آنچه قصد گفتنش را داری ، امتحان می کنیم. اولین پرسش (( **حقیقت** )) است. کاملاً مطمئنی که آنچه می خواهی به من بگویی حقیقت دارد ؟ مرد جواب داد : نه ، فقط درباره او شنیده ام.

سقراط گفت بسیار خوب ؛ پس واقعاً نمی دانی که خبر درست است یا نادرست.

اما پرسش دوم (( **خوبی** )) است. آیا آنچه می خواهی در مورد شاگردم به من بگویی ، خبر خوبی است ؟ مرد پاسخ داد نه ، بر عکس....

سقراط ادامه داد : پس می خواهی خبر بدی درباره شاگردم بگویی که از آن مطمئن نیستی؟ مرد کمی دستپاچه شد و شانه بالا انداخت. سقراط ادامه داد : و اما پرسش سوم (( **سودمند بودن** )) است. آنچه را می خواهی درباره شاگردم به من بگویی ، برایم سودمند است؟ مرد پاسخ داد : نه واقعاً....

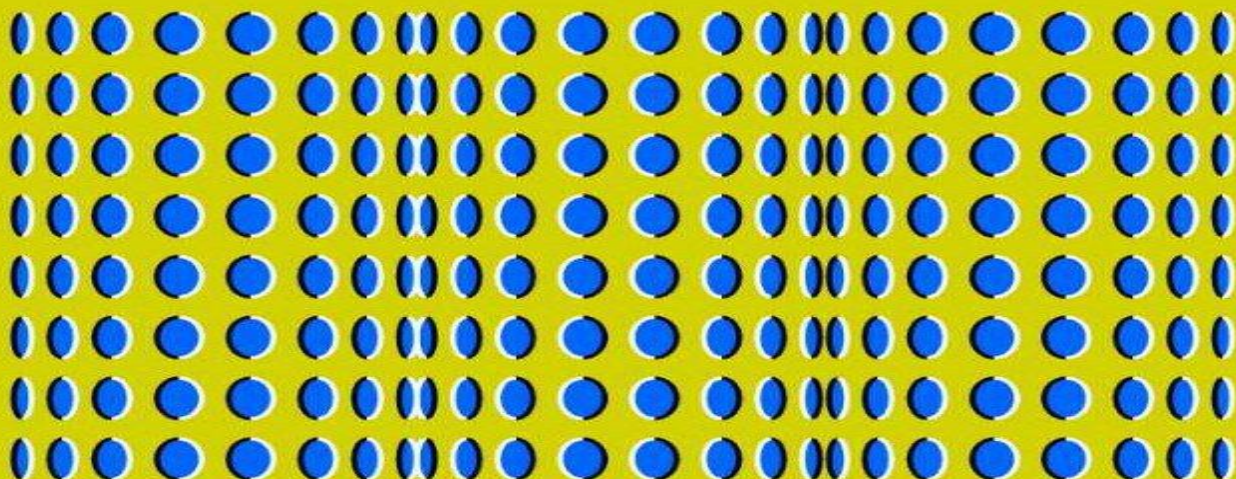
پس سقراط نتیجه گیری کرد و گفت : اگر می خواهی به من چیزی را بگویی که نه حقیقت دارد ، نه خوب است و نه حتی سودمند است ، پس چرا اصلاً آن را به من بگویی؟



امیرالمؤمنین علیه السلام:  
هر که عقل خود را  
کامل بداند، بلفزد  
جزای الحکمه ج ۱ ص ۵۵۴



امام علی علیه السلام  
همنشینی با ابلهان ، اخلاق را فاسد کند و  
کنز القوائد ج ۱ ص ۳۳  
همنشینی با خردمندان ، به نیکو شدن اخلاق انجامد



تصویری که مربوط به خطای دید می شوند. اما شاید کاربرد آنها را ندانی

تصویر بالا برای امتحان مقدار استرسی که یم فرد دارد و یا فشاری که می تواند تحمل کند استفاده می شود، هر چه تصویر از نگاه شما آرامتر بچرخد. شما تحمل بیشتری دارید و آرامتر هستید!

بعضی از جنایتکارانی که با این تصویر امتحان شدند، این تصویر را به صورت دیوانه وار در حال چرخش می دیدند، اما کودکان و افراد آرام آنها را کاملاً ثابت می دیدند.

شاید اگر خود شما م این تصویر را در مواقع مختلف ببینید سرعت های مختلفی را تجربه کنید.

### پارادایم :

الگو واره یا پارادایم، سرمشق و الگوی مسلط و چهارچوب فکری و فرهنگی است که مجموعه ای از الگوها و نظریه ها را برای یک گروه یا یک جامعه شکل داده اند. هر گروه یا جامعه، «واقعیات» پیرامون خود را در چارچوب الگو واره ای که به آن عادت کرده تحلیل و توصیف می کند.

گروهی از دانشمندان 5 میمون را در قفسی قرار دادند ، در وسط قفس یک نردبان و بالای نردبان موز گذاشتند.

هر زمان که میمونی بالای نردبان می رفت دانشمندان بر روی سایر میمون ها آب سرد می پاشیدند.

پس از مدتی هر وقت که میمونی بالای نردبان می رفت سایرین او را کتک می زدند ، چون عمل او را باعث ریخته شدن آب سرد بر سرشان می پنداشتند. به همین خاطر دیگر هیچ میمونی علی رغم وسوسه ای که برای برداشتن موز داشت جرأت بالا رفتن از نردبان را به خود نمی دادند.

دانشمندان تصمیم گرفتند که یکی از میمون ها را جایگزین کنند. اولین کاری که این میمون جدید انجام داد این بود که بالای نردبان برود تا موز را بردارد اما سایر میمون ها که می دانستند با برداشتن موز آب سرد روی سرشان خواهد ریخت بلافاصله میمون جدید را مورد ضرب و شتم قرار می دادند تا او را از برداشتن موز منصرف کنند. پس از چندین بار کتک خوردن میمون جدید با اینکه نمی دانست چرا اما یاد گرفت که بالای نردبان نرود. میمون جدید دومی جایگزین گردید و دوباره همان اتفاق تکرار شد.

سومین میمون هم جایگزین شد و دوباره همان اتفاق (کتک خوردن) تکرار گردید. به همین ترتیب چهارمین و پنجمین میمون نیز عوض شدند.

آن چیزی که باقی مانده بود گروهی متشکل از 5 میمون بود که با اینکه دیگر هیچگاه آب سردی بر روی آنها پاشیده نمی شد، میمونی که بالای نردبان می رفت کتک میزدند. اگر امکان داشت که از میمون ها بپرسند چرا میمونی را که بالای نردبان می رود می زنند احتمالاً جواب آنها اینگونه بود:

**" نمی دانم ، این کاری است که میمون های قبلی نیز می کردند ! "**

این جواب به نظر شما آشنا نیست



روزی بر دو گونه است

یکی آن که تو در جستجوی هستی، و دیگر آن که در جستجوی تو است، پس اگر به سویش نروی به سویت آید

پس در یک روز به اندازه یک سال تلاش مکن و خود را به رنج و زحمت میفکن

کفایت کند تو را هر روز تلاش آن روز، پس اگر آن سال از عمرت باشد قطعاً خدای تعالی در هر روز سهمیه ات را  
بخشد،

و اگر نباشد پس برای چه تلاش کنی و اندوه خوری بدان که هیچ کس روزی تو را نخورد و آن را از دست تو بیرون  
نبرد و آنچه دست تقدیر برای تو رقم زده است هرگز درنگ نکند

نهج البلاغه، حکمت 371