

گراسیاسی سینیور سانچز

چگونه نخست‌وزیر سانچز و مردم اسپانیا، با اقداماتی جسورانه، چون دفاع از غزه، انتقاد از تجاوز به ایران و... روایت غالب اروپا درباره اسرائیل را به چالش کشیدند؟

سید مصطفی صابری | روزنامه‌نگار



پدر و سانچز، نخست‌وزیر اسپانیا، طی چند سال گذشته به یکی از خاص‌ترین رهبران جهان تبدیل شده است؛ چهره‌ای فتوژنیک و بیانی صریح‌اللبه که بر خلاف احتیاط رایج اروپایی‌ها، بی‌پروا از تعلیق توافق تجاری با اسرائیل سخن می‌گوید و در بدر سمیت‌شناسی فلسطین پیش‌قدم شد؛ سانچز اخیراً هم هشدار داد «نیاید لبنان را به غزه‌ای دیگر بدل کنیم». این صراحت فقط محصول دیدگاه شخصی نیست؛ پشت آن جامعه‌ای شورا انگیز، حساس به انسانیت و عدالت و تجربه‌ای تاریخی از گذار دموکراتیک ایستاده است که سانچز به خروجی در دست و نماد آن تبدیل می‌شود. آن‌هم بر خلاف بسیاری از رهبران اروپایی که از جوامع خود در مباحث حقوق بشری، انسانی و محیط‌زیستی عقب‌تر هستند؛ به‌خصوص وقتی یک سمت‌ماجر آمریکای و اسرائیل باشد. سانچز که این‌روزها نامادسیاستمداری شجاع است از ۳۲ سالگی وارد سیاست شد و در کنترای اقتصاد دارد، با ترکیب کاریزما و چهره و جسارت بیان، ارتباطات چندزبانه و دکترین سوسیال دموکرات جدید، تصویر متفاوتی از رهبری ساخت؛ همزمان منتقد استانداردهای دوگانه در جنگ غزه و طرفدار اروپایی قدرتمندتر. در خیابان‌های اسپانیا، از راهپیمایی‌های ضدجنگ تا توقف مرحله‌نهایی تور دوچرخه‌سواری به‌خاطر حضور ورزشکار اسرائیلی، بازتاب این رویه بین مردم هم دیده می‌شود. چرا و تحسین می‌شود؟ چون به‌جای سکوت‌های محتاطانه، روایت غالب را به چالش کشید و به صدای بخشی از وجدان عمومی اروپا بدل شد.

پدر و، سیاستمداری جذاب از مادرید

سانچز متولد دهه ۱۹۷۰، ۳۲ سالگی وارد قدرت محلی در مادرید شد و به تدریج مسیرش را به رهبری حزب کارگران سوسیالیست اسپانیا (PSOE) و سپس نخست‌وزیری گشود. تحصیلاتش در اقتصاد تا مقطع دکتری امتداد یافت. او مسلط به زبان انگلیسی و فرانسوی است، در رسانه‌ها فتوژنیک شناخته می‌شود و به ورزش‌های آدرنالینی و پرهیجان علاقه دارد که برای یک اسپانیایی چیز عجیبی نیست. همه این‌ها با «الحن‌بی‌پروایش» در میدان سیاست جمع می‌شوند تا از او چهره‌ای کم‌مانند در اروپا بسازند. در ایده‌ها، سانچز مسیر زیگزاگی طی کرده است: از «تعریف‌تازهای از سوسیال دموکراسی» و پایان «سرمایه‌داری نئولیبرال» تا دفاع از فدرالیسم اروپایی، معامله سبز و مهاجرت به‌مثابه پاسخ جمعیتی. او مخالف روسپی‌گری است، با انرژی هسته‌ای زاویه دارد و در محیط زیست حساسیت بالایی نشان می‌دهد؛ نطاتی که در تقابل با رویکردهایی چون ترامپسیسم یا بخشی از

راست اروپایی قرار می‌گیرد. در حوزه سیاست‌های اجتماعی دیدگاه‌های جالبی دارد که یکی از آن‌ها ضرورت ممنوعیت شبکه‌های اجتماعی برای زیر ۱۶ سال است. در سیاست خارجی، پرونده فلسطین و جنگ غزه، جایی بود که سانچز صریح‌تر از هم‌تایان عمل کرد: همراه ایرلند و نروژ، فلسطین را با مرزهای ۱۹۶۷ به رسمیت شناخت، پیوستن اسپانیا به شکایت نسل‌کشی در دیوان بین‌المللی علیه اسرائیل را پیش برد و «استانداردهای دوگانه» را نقد کرد. در قبال مداخله‌های نظامی بیرون از چارچوب حقوق بین‌الملل هم از ونزوئلا تا تجاوزهای نظامی زبان انتقادی داشت. او در عین حال که دولت مادرور را خلاف مصالح



مردم ونزوئلا می‌دانست امانسبت به رفتار خارج از اصول آمریکا نقد بدون لکنتی داشت. سانچز در داخل، از سیاست‌های رفاهی و مهاجرتی دفاع کرده و دولت‌های ائتلافی پیچیده را مدیریت کرده است. مثل بسیاری از چهره‌های خاص دنیای سیاست، او موافقان و مخالفان زیادی دارد؛ حواشی و اتهامات زیادی به دولتش نسبت داده شده و با این همه در کشور‌های اروپایی توسط بسیاری از مردم تحسین می‌شود؛ چون محافظه‌کاری و محاسبات رایج بقیه رهبران سیاسی را در موضع‌گیری ندارد و با این حساب باید گفت گراسیاس سینیور سانچز (متشکریم آقای سانچز)



قابی بزرگ از اسپانیای سانچز

برای فهم سانچز باید اسپانیا را فهمید: جامعه‌ای با حافظه زنده گذار دموکراتیک، حساس به عدالت اجتماعی و محیط‌زیست و فرهنگی که در آن سیاست فقط حسابگری سرد بر اساس منافع ملی نیست. همین زمینه، از دهه‌ها پیش در خیابان‌ها نفس کشیده است؛ از جنبش‌های دانشجویی و ضدجنگ تا موج‌های محیط‌زیستی و فمینیستی، اما بر خلاف دولت‌های کشورهایی مثل فرانسه و آلمان که حاکمان خود را امجز از جنبش‌های دانشجویی، فعالان اجتماعی و روشنفکری نمی‌دانند و میدان سیاست را سرشار از محاسبه و محافظه‌کاری برابر همپیمانان استراتژیک می‌دانند؛ در دولت فعلی اسپانیا نگاه جامعه به حاکمیت بسیار نزدیک است. در جنگ غزه، این هویت جمعی دوباره فعال شد: تظاهرات گسترده ضدجنگ در شهرهای بزرگ، بیانیه‌های اتحادیه‌ها و انجمن‌های مدنی و حتی لحظه‌ای نمادین که مرحله پایانی مسابقات دوچرخه‌سواری به‌واسطه ورود معترضان حامی فلسطین متوقف شد و جالب‌تر این که دولت این اتفاق را نفی نکرد. از سوی دیگر، حساسیت سبز اسپانیایی‌ها، از مقابله با خشکسالی و آتش‌سوزی‌های اقلیمی تا مخالفت با انرژی هسته‌ای، با روایت صلح‌طلبانه بخش بزرگی از جامعه هم‌افزا شده است. نتیجه؟ وقتی سانچز از تعلیق توافق تجاری با اسرائیل سخن گفت یا هشدار داد «لبنان را به غزه دیگر تبدیل نکنیم»، تنها یک رهبر تنها نبود؛ پژواک شبکه‌ای از کنشگران، روزنامه‌نگاران، هنرمندان و شهروندان پر شور بود. همین همبستگی مدنی، همزمان واکنش‌های تند اسرائیل و بخشی از جریان‌های حامی آن در آمریکا را ابرانگیخت و سانچز را به «صدای غیرمتعارف اروپا» بدل کرد. اسپانیا در این قاب، فقط دولت نیست؛ «جامعه» است که از میدان‌ها تا سکوه‌های ورزشی، کنش سیاسی‌اش را نشان می‌دهد و به سیاستمدار شجارت می‌بخشد.



این روزها و بعد از جنگ رمضان، بسیاری از فعالان فضای مجازی و... پیشنهادهایی برای قدردانی از مواضع انسان‌دوستانه مردم و دولت اسپانیا داده‌اند. یک ایده مطرح، تغییر نام خیابان شادی در محله شهرزاد است که به سفارت اسپانیا منتهی می‌شود که به نام «اسپانیا» تغییر کند تا نمادی از قدردانی ما و همبستگی دولت باشد. این چنین ایده‌هایی پل‌های فرهنگی می‌سازند و پیام شهروندان را در بافت شهری ماندگار می‌کنند. هم‌زمان در ادبیات روابط بین‌الملل، برخی معتقدند نزدیکی تهران مادرید در حوزه‌های کم‌تنش مانند همکاری‌های فرهنگی، میراث و محیط‌زیست، یا تبادل دانشگاهی و گردشگری پایدار، می‌تواند تصویر مثبتی از احترام متقابل بسازد. در حوزه‌های اقتصادی هم تحلیل‌گران گاهی به ظرفیت‌های هم‌افزا مانند انرژی‌های تجدیدپذیر، مدیریت آب و ایمنی دریا نوردی اشاره می‌کنند.

عادات‌های ضد حساسیت بهاری

با طولانی شدن فصل گرده‌افشانی، چطور از خود در برابر حساسیت‌های فصلی مردافکن محافظت کنیم؟

اکرم انتصاری | روزنامه‌نگار

بهار که می‌آید در کنار سرسبزی و هوای مطبوعش، حساسیت‌های فصلی هم برای عده‌ای شروع می‌شود. محققان می‌گویند فصل گرده‌افشانی نسبت به گذشته زودتر شروع می‌شود و طولانی‌تر شده و به همین دلیل حساسیت‌های فصلی هم ماندگارتر از قبل شده‌اند. شاید بگویید وای! کارمان در آمد! اما همین محققان می‌گویند چند عادت کوچک می‌تواند اوضاع را بهتر کند تا باین مهمان ناخوانده ز یاد درگیر نشوید، عطسه‌ها امان‌تان را نبرند و اشک چشم‌تان راه نیفتد. اما این عادت‌ها را می‌شناسید؟

داده تصویری

انواع مسمومیت‌های رایج



در صورت مسمومیت فوراً با اورژانس تماس بگیرید

واقعا آب میوه قند خون را بالا می‌برد؟

به‌تازگی در شبکه‌های اجتماعی خیلی به این مسئله پرداخته شده که آب میوه باعث افزایش قند خون می‌شود. اما آیا واقعاً این طور است؟ محققان می‌گویند آب میوه شاخص گلیسمی نسبتاً بالایی دارد، به این معنی که به سرعت جذب می‌شود و می‌تواند باعث افزایش موقت قند خون بعد از غذا شود. این فقط از نظر فیزیولوژی است، شما در حال نوشیدن قند میوه غلیظ هستید. سوال این نیست که آیا قند خون شما بالا می‌رود یا خیر. سوال این است که آیا این قند بالا می‌ماند و باعث ایجاد مشکل می‌شود یا خیر. بر اساس نتایج این تحقیق، این طور نیست. **مشکل واقعی میوه در برابر آب میوه** نگرانی اصلی در باره آب میوه واقعا مربوط به خود آب میوه نیست، بلکه مربوط به فیبر آن است. وقتی یک پرتقال می‌خورید، میوه، قند و فیبر



سلامت

را مختل کند، کیفیت زندگی را کاهش دهد و به افت بهره‌وری یا پایین آمدن عملکرد تحصیلی کودک منجر شود. اما در برابر آن چه عادت‌هایی نجات‌بخش است؟ **۱** یکی از ساده‌ترین کارها این است که در طول روز پنجره‌های خانه بسته بماند. برای تهویه، بهتر است پنجره‌ها صبح زود یا عصر که غلظت گرده در هوا کمتر است، باز شود. **۲** دوش گرفتن و عوض کردن لباس بلافاصله پس از بازگشت به خانه نیز می‌تواند میزان گرده‌ای را که وارد محیط داخلی می‌شود، کاهش دهد و در صورت امکان بهتر است لباس‌ها در داخل خانه خشک شوند. **۳** هنگام خروج از خانه، استفاده از عینک آفتابی می‌تواند از ورود ذرات به چشم‌ها جلوگیری کند. از آن جا که آلرژی‌ها به سطح لنزهای تماسی چندبار مصرف می‌چسبند، استفاده از لنزهای یک‌بار مصرف یا عینک گزینه‌های مناسب‌تری هستند. **۴** یادتان باشد مناطق ساحلی می‌تواند برای افراد مبتلا به آلرژی مفید باشد، زیرا آنسیم دریا و پوشش گیاهی میزان گرده موجود در هوا را کاهش می‌دهد.