



برگزاری جلسه بزرگداشت چهل و یکمین سالگرد اقامه نماز جمعه بصورت ویدئو کنفرانس



۱۶ ساعته تشخیص کرونا در فارس



سردار سلامی: هوانیروز سپاه، در قطعه‌سازی و مدرن‌سازی، به خود کفایت رسیده است.



دستگیری سارقان طلای ۱۰۰ میلیاردی
در پیرم

ضرورت تأسیس نقاهتگاه بیماران کرونایی در لارستان

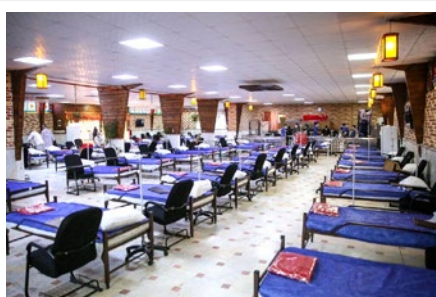


آتش سوزی‌ها اتفاقی یا عمدی

همیشه در ایام تابستان و جمع آوری محصولات بویژه گندم و جو، برخی به آتش زدن باقیمانده‌های می‌پردازند که گاهی این آتش اندک منجر به آتش سوزی‌های سنگین و سه‌گیم می‌شود و مشکلاتی برای جامعه به بار می‌آورد تا اینجا سیاست است و قابل قبول، هرچند اگر طبق روال گذشته برای خوردن باقیمانده ساقه‌ها از دام‌های مختلف استفاده شود شاید نتیجه مطلوب‌تری داشته باشد ولی به نظر این مسئله‌ای است که باید کارشناسان بر آن فکر دهند و نظر دادن ما شاید نادرست باشد اما آنچه اسامال مشاهده می‌کنیم، قضیه از این بالاتر و جریان از این گسترده‌تر است از بین بردن مراتع در بعضی شهرستان‌ها و استان‌ها و نابود کردن علفه دامی چندین مدت کاری است نادرست، شیطن‌آمیز و خطرناک که پیگیری مسئولین مربوطه و دستگیری شیطان صفیان را ضروری می‌سازد.

لازم به ذکر است آتش‌سوزی که بر اثر صاعقه و رعد و برق وجود می‌آورد این جریان مستثنی است و آنها به هیچ وجه مورد نظر نیست، بعلاوه آنهایی که بدون هیچ حب و بغضی بلکه نادانسته دنباله آتش را هم می‌کنند هرچند کار ناشیستی انجام داده‌اند ولی آنها هم مورد نظر نیستند، بلکه مقصود، آتش‌سوزی‌هایی است که ایجاد کنندگان در پازل دشمنان انقلاب و مردم جا می‌گیرند. مشابه آن در اسفهان ۲۰۰ قیضه اسلحه جنگی خطرناک کشف می‌شود که آن هم قطعه‌ای از این پازل وحشتناک آینده است و باید بیدار بود و اجازه ایتمونه اعمال ناجوآمران‌ه را نداد و این شیطن‌ها را در نطفه فقه کرد.

بدیهی است شناسایی اینگونه افراد و تشخیص هریک از دیگری کار آسانی نیست ولی خیلی مواقع «زنگ خساره نشان می‌دهد از سرِ ضمیر»



میلادالاستیلا روزنامہ

ئیس قوه قضائیه: بین اعتراض
 و اغتشاش فرق قائلیم
 خط قرمز ما اغتشاش و ناامنی
 و به هم ریختن کشور است

موج سواری رسانه‌های
ضد انقلاب با مسیر
غیر اخلاقی برخی
رسانه‌های داخلی

جاده جهرم لار
باز هم قربانی گرفت

ووافق ۲۵ ساله ایران و چین،
اهداف توسعه صنعتی کشور
را محقق می کند

پلمپ چهار مغازه در لارستان
به دلیل عدم رعایت پروتکل
بهداشتی
اگر از ماسک استفاده نکنید،
پلمپ می شوید



دکتر ارجمند



با اظهار تأثر و تألم شدید، ضایعه درگذشت جانکاه و ناگهانی همکار ارجمند **جناب آقای دکتر زینلی**، دندانی‌شک حادق شهرستان را به خانواده محترم ایشان و جامعه بهداشت و درمان لارستان، تسلیت می‌گوییم و برای کلیه بازماندگان صبر جمیل و برای آن عزیز سفر کرده رحمت واسعه الهی آرزو نمودیم.

روابط عمومی دانشکده علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی لارستان

Design: Ely Rashedi Kaveh

رئیس قوه قضائیه: بین اعتراض و اغتشاش فرق قائلیم
خط قرمز ما اغتشاش و ناامنی و به هم ریختن کشور است



اما در فرایند دادرسی مشخص شد که این اراضی باید به بیت‌المال برگردد.

اجازه تعدی به سرمایه‌های ملی را نمی‌دهیم

رئیس قوه قضاییه به تعاونی‌ها، سازمان‌ها و دستگاه‌های اداری هشدار داد که تحت هیچ شرایطی مجاز به تغییر کاربری اراضی کشاورزی و جنگل‌ها و مراتع نیستند و همه باید بدانند دستگاه قضایی در دوره مسئولیت وی اجازه نخواهد داد کوچک‌ترین تعدی نسبت به سرمایه‌های ملی و آب و خاک و محیط زیست صورت گیرد.

این که سرمایه‌های ملی متعلق به همه عصرها و نسل‌ها و صیانت از آن بر همگان واجب است، تأکید کرد: دستگاه قضایی مصمم به حفظ بیت‌المال و جلوگیری از تضییع حقوق عامه است و دستگاه‌های اداری هم باید با جدیت به وظایف خود در این زمینه عمل کنند.

ادامه در صفحه آخر

دست‌شان تا مرفق آلوده به خون انسان‌های بی گناه است و جریانات سلطنت‌طلب و ضد انقلاب صورت می‌گیرد که ماهیت آن‌ها برای ملت روشن است و این‌ها نمی‌توانند کوچک‌ترین رخنه‌ای در اراده دست‌گاه قضا برای اجرای حق و عدالت ایجاد کنند.

در صیانت از حقوق عامه خط قرمز نداریم

رئیس قوه قضاییه، در ادامه با اشاره به حکم اخیر دیوان عالی کشور برای بازگرداندن اراضی خیبرالمال که در ادوار گذشته در قالب یک مجموعه تعاونی دادگستری گلستان مورد تصرف قرار گرفته بود، این اقدام را نمادی از عدالتخواهی دستگاه قضایی دانست و گفت: تضییع حقوق عامه از هیچ کس و هیچ نهاد و سازمانی پذیرفته نیست و قوه قضاییه در صیانت از حقوق عامه هیچ خط قرمزی ندارد.

حجت الاسلام و المسلمین رئیسی افزود: در دهه‌های اخیر برخی که در حوزه اداری دستگاه قضایی همکاری داشتند، یک‌سری اراضی را در ارتباط با کاری که در استان انجام شده و ظاهراً هم مقررات رعایت شده بود، در اختیار داشتند،

رئیس، با بیان اینکه بین اعتراض و اغتشاش فرق قائلیم، گفت: اعتراض را باید شنید، اما خط قرمز ما اغتشاش و ناامنی و به هم ریختن کشور است.

به گزارش میلادارستان به نقل از باشگاه خبرنگاران جوان، حجت الاسلام و المسلمین خیرنگار در جلسه شورای عالی قوه قضاییه با تأکید بر این که نظام دادرسی و فرآیند دادرسی در دستگاه قضایی مبتنی بر کارگزارشناسی دقیق و حرفه‌ای و قانون و عدالت است، خاطر نشان کرد: قوه قضاییه در انجام وظایف خود تحت تأثیر فضاسازی‌ها قرار نمی‌گیرد.

رئیس قوه قضاییه گفت: تمام مراحل و فرایند دادرسی مبتنی بر موازین شرعی و ادله موجود در پرونده‌های قضایی و اقتضای حق و عدل است و جوسازی‌ها هرگز در تصمیم‌گیری و صدور احکام قضایی اثرگذار نخواهد بود.

حجت الاسلام والمسلمین رئیسی، متذکر شد که روند حاکم بر دستگاه قضا ضامن حقوق عامه، حقوق اصحاب دعوا و حتی حقوق متهم است، و فرایند دادرسی در نظام قضایی حقوق همگان را تضمین می‌کند.

مشاء فضا سازی ها به روایت رئیس دستگاه قضا

رئیس قوه قضاییه، با تقسیم بندی و تفکیک مبنای فضا سازی ها علیه احکام و تصمیمات قضایی اظهار داشت: فضا سازی ها گاهی ناشی از بی اطلاعی و کم اطلاعی نسبت به پرونده هاست که باید احاد جامعه را از آن آگاه و مطلع کرد، اما گاهی این تحرکات از روی غرض ورزی صورت می گیرد.

حجت الاسلام و المسلمین رئیسی، افزود: گاهی جوسازی ها از سوی آمریکا که مظهر تضییع حقوق انسان است، اسرائیل کودک کش، منافقین که

جدید ترین خبرها و تحلیل های لارستان و جنوب کشور
و کاملترین بانک اطلاعاتی فرهنگ عامیانه لارستان بزرگ

در پایگاه اطلاع رسانی

WWW.MLDL.IR

میلاد لارستان
را در فضای مجازی
دنبال کنید

اینستاگرام: milad_larestan
سروش: milad.larestan
ایتا: miladeelarestan

کانال واتس آپ میلاد لارستان
<https://chat.whatsapp.com/I2KHridtd1bHgdf11vEvqs>

خدمتی دیگر از میلاد لارستان در راستای حل مشکلات مردمی

واتس آپ ۰۹۳۵ ۸۹۴ ۹۳۹۷	سامانه پیامکی ۲۰۰۰ ۳۰۰۰۰ ۵۰۰۰۰
-------------------------------------	--

پذیرش آگهی — در روزنامه میلاد لارستان

تلفن های تماس: ۵۲۲۴ ۳۸۴۴ — ۵۲۲۴۴۷۷۵

حوادث و کشفیات:.....

دستگیری سارقان طلای ۱۰۰ میلیاردی در بیرم



سارقان طلای ۱۰۰ میلیاردی در بیرم دستگیر شدند.

فرمانده انتظامی فارس، گفت: سارقان مسلحی که اقدام به سرقت ۱۰۰ میلیارد ریال طلا در بخش بیرم لارستان کرده بودند، دستگیر شدند.

به گزارش میلاد لارستان به نقل از فارس، سردار حبیبی اظهار داشت: شهریور ماه سال گذشته، ۴ سارق مسلح با حمله به یک طلافروشی در بیرم با تهدید اسلحه و تخریب شیشه مغازه اقدام به سرقت حدود ۱۰ کیلوگرم طلا و جواهر کرده و از محل متواری شدند و هیچ سر نخ‌ی از خود بجا نگذاشته بودند.

وی گفت: کارآگاهان پلیس آگاهی با پایش اطلاعاتی، کنترل نامحسوس و اقدامات فنی و تخصصی موفق شدند، طی ۳ عملیات منسجم، اعضای باند ۴ نفره سارقان را در استان بوشهر و شهرستان های لامرد و فیروزآباد دستگیر کنند.

جاده جهرم لار باز هم قربانی گرفت



واژگونی خودرو وانت بار در جاده جهرم لار، یک کشته و یک زخمی بر جای گذاشت. به گزارش میلادلارستان به نقل از جهره جهرم، مسئول روابط عمومی اورژانس ۱۱۵ جهرم گفت: در پی واژگونی یک دستگاه خودرو وانت بار در محور جهرم به لار(روبروی تالار میلاد عشق) که یک نفر از سرنشینان مصدوم و یک نفر دیگر نیز متاسفانه جان خود را از دست داد. رحنمانین افزود:علت حادثه از سوی کارشناسان در دست بررسی است. محور لار-جهرم یکی از محورهای پرخطر و پرترصادف کشور است که پروژه محور دوم آن در حال انجام است ولی تخصیص اعتبار آن باید تسریع گردد.

آگهی درخواست گواهی حصر وراثت
خانم گلشاه یزدانی فرزند عزیز به شرح درخواستی که به کلاسہ ۹۹/۷۵ این شورا ثبت گردیده درخواست صدور گواهی حصر وراثت نموده و چنین توضیح داده که شادروان مرحومه فاطمه بان بناری فرزند عبدالله به شناسنامه ۳۱۶۲ صادره از ح - لارستان - اوز در تاریخ ۱۳۸۱/۱۱/۱۱ در اقامتگاه دائمی خود شهر اوز بدردر زندگی گفته ورثه آن مرحوم منحصر است به

۱-احمد یزدانی فرزند عزیز ش ش ۳۱۶۳ ت ۱۳۱۱ صادره از ح لارستان - اوز
۲-شاهجان یزدانی فرزند عزیز ش ش ۳۸ ت ۱۳۱۳ صادره از ح ۲ لارستان - اوز
۳-محمد یزدانی فرزند عزیز ش ش ۳۴۸۳ ت ۱۳۱۵ صادره از ح ۲ لارستان - اوز
۴-ابراهیم یزدانی فرزند عزیز ش ش ۶۸ ت ۱۳۱۸ صادره از ح شهری لارستان - اوز
۵-زینب یزدانی فرزند عزیز ش ش ۳۲ ت ۱۳۲۰ صادره از ح لارستان - اوز
۶-عبدالرحمن یزدانی فرزند عزیز ش ش ۲۵ ت ۱۳۲۹ صادره از ح شهری لارستان - اوز
۷-محمود یزدانی فرزند عزیز ش ش ۶۹ ت ۱۳۲۲ صادره از ح لارستان - اوز
۸-رابعه یزدانی فرزند عزیز ش ش ۴۵ ت ۱۳۲۰ صادره از ح شهری لارستان - اوز
۹-گلشاه یزدانی فرزند عزیز ش ش ۲۸ ت ۱۳۲۴ صادره از ح ۲ لارستان - اوز
فرزندان متوفی ولاغیر..
اینک شورا پس از انجام تشریفات مقدماتی درخواست مزبور را در یک نوبت آگهی می نماید تا هر کسی اعتراضی دارد و یا وصیتنامه از متوفی نزد او باشد از تاریخ انتشار آگهی ظرف یک ماه به این شورا تقدیم دارد و الا گواهی صادر خواهد شد.
قاضی شورای حل اختلاف شعبه شهری اوز - محمود محبی
م/الف/۳۰۶

موج‌سواری رسانه‌های ضدانقلاب با مسیر غیراخلاقی برخی رسانه‌های داخلی چرا سخنان امام جمعه شیراز تحریف شد؟



این باره که آیا آیت‌الله دژکام در خطبه‌های نماز جمعه شیراز، قرارداد تجاری میان ایران و چین را بر اساس آیات قرآن دانسته‌اند یا خبر اظهار داشت: اگر به صوت و یا فیلم نماز جمعه شیراز مراجعه کنید، متوجه خواهید شد که امام جمعه شیراز در هیچ کجای سخنان خود به موضوع قرارداد تجاری میان ایران و چین و قرآنی دانستن آن اشاره نکرده‌اند بلکه یک قاعده کلی و قرآنی در خصوص ارتباط کشورهای اسلامی با کشورهای غیر اسلامی را بیان کرده‌اند.

وی خاطرنشان کرد: بر اساس آنچه که امام جمعه شیراز در خطبه‌های نمازجمعه این شهر گفته است،

شیطنت رسانه‌ای و تحریف واضح بیانات امام جمعه شیراز در برخی رسانه‌های داخلی مواجه هستیم که به تبع آن، شاهد جریان‌سازی رسانه‌ای در فضای مجازی و برخی شبکه‌های معاند نیز بوده‌ایم.معاون فرهنگی نهاد نماینده ولی فقیه در فارس با اشاره به لزوم رعایت اخلاق رسانه‌ای گفت: گاهی اوقات جذب مخاطب و یا رسیدن به یک هدف سیاسی و یا رسانه‌ای موجب می‌شود برخی همکاران ما اخلاق و تقوای رسانه‌ای را فراموش کنند و سخنانی بر خلاف واقع بر زبان و قلم خود جاری کنند.وی تصریح کرد: به نظر می‌رسد هدف اصلی از این جریان‌سازی رسانه‌ای، تحت الشعاع قرار دادن قرارداد تجاری میان ایران و چین بوده اما متأسفانه برخی رسانه‌ها، برای نقد دژکام بوده است، کافران در دو دسته جای می‌گیرند، عده‌ای که با مسلمانان سر جنگ دارند، نباید این قرارداد مسیری غیراخلاقی در پیش گرفتند و به امام جمعه شیراز، نسبتی نادرست روا داشتند. مسافیان گفت: از فعالان سیاسی و فضای مجازی درخواست می‌کنیم هنگامی که با خبرسازی‌هایی از این دست مواجه می‌شوند، پیش از آنکه به اظهار نظر و نقد موضوع بپردازند، نسبت به صحت و سقم آن اطمینان حاصل کنند.

لغو سیاست‌های «کنترل جمعیت» در تمامی کشورها افزایش «قدرت، ثروت و امنیت» کشور از طریق افزایش جمعیت



کرد که با جدا شدن از فرهنگ تحمیلی جهانی‌سازی، جهانی را که مطلوب منتظران ظهور خواهد بود، ایجاد می‌کنیم.

رئیس شورای اجتماعی فرهنگی زنان گفت: ما در شورای انقلاب فرهنگی مدیریتی داریم که در حوزه سبک زندگی فعالیت می‌کند و اسباب‌بازی، لوازم‌التحریر و فیلم‌های فضای مجازی در حیطه فعالیت‌های آن قرار می‌گیرند البته فضای مجازی به دلیل اهمیتش، سیاست‌های مصوبی دارد و شورای عالی فضای مجازی به آن می‌پردازد اما در مدیریت اجرایی فضای مجازی، مشکلات اساسی داریم؛ در این میان هنر و فیلم نیز در ترویج سبک زندگی نادرست تأثیرات زیادی دارند؛ کسانی که در جشنواره فجر مورد تقدیر قرار گرفتند که در فرهنگ و انقلاب اسلامی ضدیت دارند البته تعدادی از هنرمندان مسئول هم از این میانی مراقبت می‌کنند.

وی خاطرنشان کرد: مشکل ما در اجراست! سبک زندگی، مهندسی فرهنگی و سیاست‌های مربوط به زنان تدوین شدند اما وقتی به مرحله اجرا می‌رسد، حرفی برای گفتن نداریم و ارگان‌های مربوطه هیچ گزارش عملکردی ندارند! اخیراً در این رابطه آیت‌الله رئیسی اعلام کردند که «تک عمل هم جرم است» تا کسی نتواند از زیر بار مسئولیت شانه خالی کند؛ در این خصوص، کم‌کاری و گزارش غیرواقعی نیز جرم محسوب می‌شود.

خرعلی یادآور شد: شورای عالی انقلاب فرهنگی وظیفه دارد بعد از تصویب‌ها، پیگیری و هماهنگی‌های لازم را برای گزارش‌های اجرایی انجام دهد اما وقتی که از سوی ارگان‌های مربوطه درخواست گزارش‌ها کم جواب یا بی‌جواب باقی می‌ماند یا صادقانه نیست، با اتکا به مصوبه مذکور می‌توانیم نتیجه گزارشات را تقدیم قوه قضائیه کنیم.



صرفه جویی و مصرف بهینه برق، یک اولویت اساسی است

، پیش بینی ها بیانگر آن است که یک تا دو درجه گرما و دمای هوا نسبت به روزهای قبل افزایش یابد و افزایش گرما منجر به افزایش مصرف برق می شود.

روغنیان : مصرف برق در استان های فارس و بوشهر حدود ۱۱ درصد نسبت به سال قبل رشد داشته است

روغنیان با بیان اینکه هر یک درجه افزایش درجه حرارات حدود یک هزار و ۵۰۰ مگاوات مصرف برق کشور افزایش می یابد گفت: به نظر می رسد وارد زمانی شده ایم که در روزهای پیش رو با توجه به شدت گرما موضوع اوج مصرف برق در سال جاری اتفاق افتد .

خواهش ما این است که برای اینکه در این روزها محدودیتی در مصرف برق اعمال نشود ، از سوی شهروندان و مشترکان مدیریت مصرف و مصرف بهینه برق اعمال شود، شهروندان دستگاه‌های سرمایشی را روی دمای ۲۴ درجه تنظیم کنند ، وسایل پر مصرف را در زمان اوج مصرف برق استفاده نکنند تا از روزهای پیش رو در تابستان امسال نیز عبور کنیم .

سختگوی صنعت برق فارس و بوشهر، اضافه کرد: امسال با بروز شدت گرما به ویژه از ۴ تیر تا ۲۰ مرداد باید مراقبت بیشتری در مدیریت مصرف برق ایجاد شود ، اعمال مدیریت بار با همکاری شرکت‌های توزیع در استان های فارس و بوشهر نیز وجود دارد و شرکت برق منطقه ای هم از همه ظرفیت ها برای عبور از این روزها استفاده می کند اما مشارکت و همراهی مردم به ویژه در ساعت های اوج مصرف یک رخداد کلیدی و اقدام مهم و اساسی برای عبور از این روزهای پر مصرف است.

روغنیان افزود: قطعاً برنامه ریزی از قبل و جلب مشارکت عموم مشترکین در بحث مدیریت مصرف و بکارگیری تمامی امکانات، استفاده صحیح و بموقع از توانمندی نهاده‌ا، ارگانها، کسبه، منازل و صاحبان صنایع و کشاورزان و توسعه فرهنگ صرفه جویی، بکار بستن آموزه‌های دینی و اصلاح الگو و رفتار مصرف، تشویق به استفاده درست و منطقی از انرژی برق و دوری از اسراف رویکردهایی است که باید بیشتر مورد توجه باشد.

آگهی تحدید حدود اختصاصی
نظر به اینکه آگهی و عملیات تحدید حدود شدناگ یک قطعه زمین زراعتی تحت پلاک ۷۸۸ واقع در قطعه ۸ بخش ۱۸ فارس لار بریز ملکی آقای حمزه جعفری که به علت مشخص نبودن حدود ملک باید تجدید آگهی شود و حسب درخواست تقاضای مالک که درخواست انتشار آگهی تحدید حدود اختصاصی نموده وقت تحدید حدود مورخه ۹۹/۵/۲۲ تعیین و عملیات تحدید از ساعت ۸ صبح در محل شروع و به عمل خواهد آمد لذا از متقاضی و کلیه مجاورین طبق ماده ۱۴ قانون ثبت دعوت می‌گردد که در وقت مقرر در محل وقوع ملک حضور بهم رسانند واخواهی مجاورین نسبت به حدود ارتفاقی بااستناد ماده ۲۰ قانون ثبت از تاریخ تنظیم صورت جلسه تحدید به مدت ۳۰ روز پذیرفته خواهد شد که بایستی کتباً به اداره ثبت محل تسلیم و رسید عرض حال دریافت نماید. ضمناً معترض از تاریخ تسلیم اعتراض بداره ثبت یک ماه فرصت خواهد داشت که دادخواست خود را به دادگاه صالحه تقدیم و گواهی تقدیم دادخواست را اخذ و به اداره ثبت ارائه نماید در غیر این صورت سند مالکیت برابر مقررات صادر خواهد شد.
تاریخ انتشار : ۹۹/۰۴/۳۱
شمععلی اسکندری - رئیس اداره ثبت اسناد و املاک لارستان
م/الف/۳۰۵

هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی آگهی تحدید حدود اختصاصی موضوع ماده ۱۳ آئین‌نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی
برابر رأی شماره ۱۴۰۵/۱۱۰۰۳۱۱۰۶/۱۳۹۸۶ مورخه ۹۸/۱۱/۱۶ هیأت اول - موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک لارستان تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای امراله رهسپاری فرزند اکبر بشماره شناسنامه ۳۱۸ صادره از لار در ششدانگ یک باب خانه به مساحت ۵۰۲/۸۰ متر مربع پلاک ۱۷ فرعی از ۸۶۵۸ اصلی مفروز و مجزا شده از پلاک ۸۶۵۸ اصلی قطعه ۳ واقع در بخش ۱۸ فارس لار محرز گردیده با عنایت به این که تحدید حدود پلاک ۸۶۵۸ تاکنون به عمل نیامده حسب تقاضای نامبرده که درخواست انتشار آگهی تحدید حدود اختصاصی نموده وقت تحدید حدود روز سه‌شنبه مورخه ۹۹/۶/۱۱ تعیین و عملیات تحدید از ساعت ۸ صبح در محل به عمل خواهد آمد لذا از متقاضی و کلیه مجاورین طبق ماده ۱۴ قانون ثبت دعوت می‌گردد که در وقت مقرر در محل وقوع ملک حضور بهم رسانند واخواهی مجاورین نسبت به حدود و حقوق ارتفاقی بااستناد ماده ۲۰ قانون ثبت از تاریخ تنظیم صورت جلسه تحدید به مدت ۳۰ روز پذیرفته خواهد شد که بایستی کتباً به اداره ثبت محل تسلیم و دریافت نماید و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.
تاریخ انتشار : ۹۹/۴/۳۱
شمععلی اسکندری - رئیس ثبت اسناد و املاک لارستان
م/الف/۳۰۴

شماره تلفن های ضروری مراکز پاسخگویی در رابطه با بیماری کرونا		
سازمان اهداد و نجات	دریافت خدمات مشاوره روانشناختی	پاسخگویی به سوالات عوومی درباره کرونا
۱۱۲	۱۴۳۸	۱۶۶۶
اورژانس کشور اعلام موارد اورژانسی	پاسخگویی به سوالات درباره کرونا	پاسخگویی به سوالات پزشکی و مشاوره تخصصی
۱۱۵	۱۹۰	۴۰۳۰
تلفن مشاوره دانشکده علوم پزشکی لارستان در خصوص بیماری کرونا		
۰۷۱-۵۲۲۴۰۴۲۱		

«محمود موسوی مجد» اعدام شد



به گزارش میلادلارستان به نقل از باشگاه خبرنگاران جوان، «محمود موسوی مجد» که به جرم همکاری با سازمان‌های جاسوسی آمریکا و رژیم صهیونیستی (سیا و موساد) به اعدام محکوم شده بود، به دار مجازات آویخته شد. «محمود موسوی مجد» به سرویس‌های اطلاعاتی بیگانه (موساد و سیا) وصل بوده و در زمان حضورش در سوریه، محل تردد و اسکان سردار شهید سلیمانی و برخی فرماندهان و مستشاران نظامی ایران را در قبال دریافت پول، به سرویس‌های اطلاعاتی می‌داد.

توکل کرمان:

عربستان، مسئول تمام

جنایات در یمن است



فعال یمنی ضمن حمله به نقش امارات و سعودی در نابودی یمن، تأکید کرد که ریاض به صورت رسمی مسئول تمام جنایات ائتلاف علیه مردم یمن است.

«توکل کرمان» فعال یمنی و عضو حزب «التجمع الیمنی للإصلاح» معروف به «الاصلاح» بار دیگر –شاخه گروه اخوان المسلمین– بر دیگر از نقش عربستان سعودی و امارات عربی متحده در نابودی یمن انتقاد کرد.

کرمان که برنده جایزه صلح نوبل در سال ۲۰۱۱ است، در صفحه فیسبوک خود نوشت: «عربستان رسماً و عملاً فرماندهی ائتلاف علیه ملت یمن را بر عهده دارد… جهان این را می‌داند و علنی است».

خبرگزاری آنتاولی به نقل از این فعال یمنی گزارش داد: «به تبع همین مسئله، سعودی مسئولیت قانونی تمام جنایات ائتلاف را بر عهده دارد و فرقی ندارد که این کشور آن را مرتکب شده یا یکی از کشورهای عضو آن.» وی ضمن حمله شدید به ابوظبلی نیز گفت: «امارات هم در ائتلاف، گناهکار است؛ زیرا از یک طرف جنایات سعودی را پاک می‌کند و از طرف دیگر، مشوق آن است تا به جنایات خود ادامه دهد».

کرمان با بیان اینکه این اقدامات امارات، هیچ سودی ندارد، خاطر نشان کرد: «عربستان را مسئول اوپرانی یمن ا بداندید و آماده شوید که هزینه آن را بپردازد… این تنها چیزی است که آن را متوقف کرده و کشور و میهن ما را از طر‌حهای خبیثانه آن، حمایت خواهد کرد».

رسانه‌های فرانسوی جمعه گذشته خبر دادند که دادگاه این کشور، تحقیقاتی را درباره نقش «محمد بن زاید» ولی‌عهد ابوظبلی در شکنجبه زندانیان یمنی آغاز کرده است؛ زندانیانی که در زندانهای تحت تسلط امارات یمن، بازداشت هستند.

امارات از عناصر تروریستی حاضر در «شورای انتقالی جنوب» یمن که عناصر تجزیه‌طلب هستند، حمایت می‌کند.

سعودی به همراه امارات و چندین کشور دیگر از فروردین ۱۳۹۴ با تشکیل یک ائتلاف، عملیاتی را برای بازگرداندن رئیس‌جمهور مستعفی و فراری یمن آغاز کردند و تا کنون ادامه دارد، و به جز نابودی یمن و ملت این کشور، به هیچ نتیجه‌ای نرسیده است.

پذیرش آگهی میلاداران ۵۲۲۴۶۷۷۵ ۵۲۲۴۳۸۴۴

توافق ۲۵ساله ایران و چین، اهداف توسعه صنعتی کشور را محقق می کند



سرپرست وزارت صمت، با تأکید بر اینکه امروز کشور به مدیر نیاز ندارد، بلکه فرمانده می‌خواهد گفت: سند راهبردی ۲۵ساله ایران و چین دارای مزیت‌های بسیار مهمی است و می‌تواند اهداف توسعه صنعتی کشور را محقق کند.

حسین مدرس خیابانی در بازدید از سازمان گسترش و نوسازی صنایع ایران (ایدرو) با اشاره به اولویت‌های کنونی کشور و نقش این سازمان در این وضع افزود: امروز کشور در شرایط جدیدی قرار دارد که اقتصاد ایران از نفت و درآمدهای نفتی جدا شده و به سمت تامین مالی ارزی از محل

توافق ۲۵ساله ایران و چین، اهداف توسعه صنعتی کشور را محقق می کند

گرفته است و تلاش می‌کنیم تا با پیشبرد اهداف مرتبط با ساخت داخلی، زمینه را برای رونق تولید با اتکای به منابع و مواد اولیه و تجهیزات داخلی فراهم کنیم.

به گفته مدرس خیابانی، یکی از برنامه‌های وزارت صمت آن است که با تغییر در یکی از معاونت‌های خود، ساختاری برای توسعه ساخت داخلی فراهم کند و به موازات آن، یکی از سازمان‌های توسعه‌ای این وزارتخانه نیز بر روی ساخت داخلی متمرکز خواهد شد.

وی گفت: امسال بعد از دو سال رشد منفی در عرصه تولید خودرو، ۲۴۶ هزار دستگاه خودرو در سه ماه ابتدای سال تولید شد که نسبت به مدت مشابه سال قبل ۱۸ درصد رشد داشته است.

مدرس خیابانی، با تأکید بر اینکه امروز کشور به مدیر نیاز ندارد، بلکه فرمانده می‌خواهد، افزود: سند راهبردی ۲۵ ساله ایران و چین که دارای مزیت‌های بسیار مهمی است در بخش‌های مختلفی از جمله نوسازی ناوگان تجاری، کشنده‌ها، موتور برقی، گیربکس اتوماتیک، تایر سنگین و کشتی سازی می‌تواند اهداف توسعه صنعتی کشور را محقق کند.

سر دار سلامی : هوانیروز سپاه، در قطعه‌سازی و مدرن‌سازی به خودکفایی رسیده است

سرلشکر سلامی، عنوان کرد: در زمینه بالگردهای تهاجمی، ترابری، پشتیبانی و امدادی نیز هوانیروز سپاه جهش قابل قبولی داشته است.

فرمانده کل سپاه، با تأکید بر توانمندی هوانیروز سپاه در زمینه آموزش ادامه داد: هوانیروز در زمینه آموزش و تعمیر قطعات و تعمیرات بالگردها به خودکفایی رسیده است. وی در پایان خاطرنشان کرد: پایگاه های هوانیروز سپاه در آمادگی کامل هستند و آرایش دفاعی و امنیتی هوانیروز همپای سایر یگان های نرسا در وضعیت بسیار خوبی قرار دارد.



بالگردی از یگان های سطحی این نیرو حائز اهمیت خواهد بود. فرمانده کل سپاه، با تأکید بر آرایش دفاعی و امنیتی اطمینان بخش

توافق ایران و چین ضربه محکمی به جایگاه آمریکاست

این نشریه آمریکایی با شاره به همه‌گیری ویروس کرونا در ایالات متحده و جهان تأکید کرد که این بحران هم در کنار اقدامات اقدامات اخیر آمریکا به شدت در اقتصاد این کشور تاثیر منفی داشته است. آمریکا مانند بسیاری از کشورها محدودیت‌هایی در سفرهای بین‌المللی وضع کرده است. این امر باعث مشکلات شرکت‌های آمریکایی در تامین کالا و مواد اولیه از فرآورزاها شده و همچنین مشکلاتی در زمینه پیدا کردن مشتری برای کالاهای آمریکایی پدید آورده است. نشریه فوربس، نوشت: اما برخلاف سایر کشورها، آمریکا با سازمان‌های چندجانبه جهانی برای مقابله با ویروس کرونا همکاری نمی‌کند. در عوض از سازمان جهانی بهداشت خارج شد و در نشست بین‌المللی درباره واکسن کرونا نیز شرکت نکرد. کشورهای اروپایی قصد دارند برای جبران ضررهای ناشی از ویروس کرونا یک تریلیون یورو کمک مالی برای اقتصاد در نظر بگیرند و کشوری مثل چین نیز تا کنون دو میلیارد دلار به کشورهای دیگر برای مبارزه با ویروس کرونا کمک کرده است. استفان والت، تحلیلگر برجسته آمریکایی و استاد روابط بین‌الملل دانشگاه هاروارد کندی معتقد است رئیس‌جمهور و وزیر خارجه آمریکا با اقدامات ضایرانی خود بستر همکاری راهبردی ۲۵ ساله تهران و پکن را مهیا کردند.

متحده بین خود و ناتو فاصله انداخت و پیمان تجاری با مکزیک و کانادا (نفتا) را ملغی کرد. به دنبال اقدامات آمریکا و تنش‌های تجاری با دیگر کشورها، شرکت‌های آمریکایی جستجو برای دستیابی به تامین‌کنندگان و مشتری‌های جدید را آغاز کردند. همزمان کشورهای دیگر جهان به دنبال توافق‌های تجاری جدید مانند توافق تجاری ژاپن با اروپا بودند. نشریه آمریکایی فوربس، تأکید کرد این در حالی است که در مقابل چین به دستور کار جهانی خود سرعت داد. با عقب‌نشینی آمریکا از سطح جهانی، موضع چین در نظام بین‌المللی مسلط‌تر شد. توافق ۲۵ ساله چین با ایران باعث تقویت جایگاه این کشور در غرب آسیا خواهد شد. نوشت: شرکت های چینی بزرگترین سرمایه‌گذاران در قاره آفریقا هستند و بیش از ۱۴۰ میلیارد دلار نیز در آمریکای لاتین سرمایه‌گذاری کرده‌اند. چین همچنین در کل آسیا و اروپا سرمایه‌گذاری کرده است و به دنبال احیای جاده ابریشم با نام جدید «یک کمربند، یک جاده» است. این کشور همچنین در زمینه زیرساخت‌های مهم مثل برق، جاده‌ها، پل‌ها، منابع طبیعی و بنادر سرمایه‌گذاری های هنگفتی کرده است. به نظر می‌رسد آمریکا به حاشیه رانده شده و به این دلیل از منافع اقتصادی نیز بی‌بهره خواهد ماند.

تاسیس شرکت سهامی خاص راه سازان شمیم عصر جویم

تاسیس شرکت سهامی خاص راه سازان شمیم عصر جویم
درتاریخ ۱۳۹۹/۰۴/۲۱ به شماره ثبت ۱۳۶ به شناسه ملی ۱۴۰۰۹۲۷۷۲۱۰ ثبت و امضا ذیل دفاترتکمیل گردیده که خلاصه آن به شرح زیر جهت اطلاع عموم آگهی میگردد.
موضوع فعالیت: عملیات راه داری و راه سازی شامل ابنیه فنی ایمنی و نصب علم مطابق با رعایت مقررات و قوانین جاری کشور
درصورت لزوم پس از اخذ مجوزهای لازم از مراجع ذیربط مدت فعالیت : از تاریخ ثبت به مدت نامحدود
مرکز اصلی : استان فارس ، شهرستان لارستان ، بخش جویم ، دهستان جویم ، روستا فرشته جان، (اصلی)، کوچه (ریاسمن))، خیابان (شقایق))، پلاک ۰ ، طبقه همکف
کدپستی ۷۴۲۵۱۷۹۱۳۶
سرمایه شخصیت حقوقی عبارت است از مبلغ ۱۰۰۰۰۰۰۰ ریال نقدی متقسم به ۴ سهم ۲۵۰۰۰۰۰ ریالی تعداد ۴ سهم آن با نام عادی مبلغ ۱۰۰۰۰۰۰۰ ریال توسط موسسین طی گواهی بانکی شماره ۵۲۰۶۹۲ مورخ ۱۳۹۹/۰۲/۲۷ نزد بانک کشاورزی شعبه جویم با کد ۱۸۹۷ پرداخت گردیده است
اعضا هیئت مدیره آقای علی اصغر بیگ محمد به شماره ملی ۲۴۷۱۲۶۹۷۱۰ و به سمت نایب رئیس هیئت مدیره به مدت ۲ سال آقای علی حسین بیگ محمد به شماره ملی ۲۴۷۱۷۸۴۵۱۸ به مدت ۲ سال و به سمت مدیرعامل به مدت ۲ سال و به سمت رئیس هیئت مدیره به مدت ۲ سال خانم افسانه بیگ محمد به شماره ملی ۲۵۱۱۸۶۰۲۴۴ و به سمت عضو هیئت مدیره به مدت ۲ سال دارندگان حق امضا : کلیه اوراق و اسناد بهادار و تعهد آور شرکت از قبیل چک ، سفته ، بروت ، قراردادهای حقوقی و همچنین کلیه نامه های عادی و اداری باامضاء مدیرعامل یا رئیس هیئت مدیره و در غیاب آنها نائب رئیس هیئت مدیره همراه با مهر شرکت معتبر می باشد.
اختیارات مدیر عامل : طبق اساسنامه بازرسان آقای ابوالفضل قلج خانی به شماره ملی ۲۵۰۰۲۰۹۷۸۷ به سمت بازرس علی البیذل به مدت یک سال مالی آقای ابوالفضل محمودی بختیاری به شماره ملی ۶۷۱۰۰۰۱۳۳ به سمت بازرس اصلی به مدت یک سال مالی روزنامه کثیر الانتشار میلاد لارستان جهت درج آگهی های شرکت تعیین گردید.
ثبت موضوع فعالیت مذکور به منزله اخذ و صدور پروانه فعالیت نمی باشد.

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان فارس مرجع ثبت شرکت ها و موسسات غیرتجاری جویم شناسه آگهی: ۹۲۱۳۷۸

سخنگوی وزارت خارجه:

ایران آماده گفت‌وگو با کشورهای منطقه است



سخنگوی وزارت امور خارجه جمهوری اسلامی، تأکید کرد که ایران همواره آماده گفت‌وگو با همه کشورهای منطقه است و هیچ راه‌حلی جز گفت‌وگو برای حل‌وفصل سوءتفاهم‌ها و اختلافات وجود ندارد. به گزارش میلادلارستان به نقل از خبرگزاری تسنیم، سید عباس موسوی که همراه با وزیر امور خارجه کشورمان به عراق سفر کرده است در بغداد اظهار داشت: در خصوص عربستان هم ما بارها تلاش و سیاست اصولی و ثابت خود را اعلام کردیم و این بستگی به دولت و مقام‌های این کشور دارد که چگونه و با چه دیدگاهی به پیشنهاد ما برای همکاری و گفت‌وگوهای منطقه‌ای پاسخ دهند.

وی گفت که جمهوری اسلامی ایران همواره با این شرایط آماده گفت‌وگو و همکاری با همه کشورهای منطقه است.

سخنگوی وزارت امور خارجه کشورمان، در پاسخ به این پرسش که آیا جمهوری اسلامی ایران برای توسعه همکاری‌ها و حل‌وفصل مسائل منطقه‌ای آماده گفت‌وگو با همسایگان است، به ایرنا گفت که ایران همواره خواهان ثبات، امنیت و آرامش در منطقه است.

موسوی، در مصاحبه با ایرنا تأکید کرد: هیچ راه‌حل جایگزینی به‌جز گفت‌وگو برای حل‌وفصل مسالمت‌آمیز سوءتفاهم‌ها و اختلاف‌ها وجود ندارد و معتقدیم که راهکاری دیگر در این باره مؤثر واقع نخواهد بود.

وقتی متهم، نخست‌وزیر است!



تحلیل روز

گذشته اتخاذ کرده، به منظور مبارزه با کرونا نبوده است بلکه هدف، جلوگیری از تظاهرات اعتراضی است که علیه او برگزار خواهد شد. ولی بحران کرونا و ناکامی مفتضخانه دولت نتانیا‌هو در مدیریت آن، که به دردرسی مضاعف علیه او تبدیل شده است، به کناره‌گیری‌اش از نخست‌وزیری خواهد انجامید. بحران دیگری که بنیامین نتانیا‌هو با آن دست و پنجه نرم می‌کند نزاع داخلی در دولتش میان او و «بنی گانتز» وزیر جنگ است که با تمام توان تلاش می‌کند در کشمکش با نتانیا‌هو امتیازات جدیدی به دست بیاورد.

در هر حال، در سایه شیوع کرونا و برگزاری جلسات محاکمه نتانیا‌هو به نظر نمی‌رسد که اوضاع بر وفق مراد نتانیا‌هو پیش برود؛ چرا که معترضان در تظاهراتی که در تل‌آویو و برخی مناطق دیگر برگزار می‌کنند شعارهای «نتانیا‌هو فاسد است»، «برو، بی‌بی» سر می‌دهند. برخی‌ها می‌گویند، نتانیا‌هو همچنان قوی است ولی واقعیت آن است که در رژیم شالگر زمانی که امور به مرحله وخیم شدن اقتصاد برسد ارزیابی‌ها انجام می‌شود. نتانیا‌هو طی ۱۰ سال گذشته توانسته ثبات اقتصادی را حفظ کند و همین امر باعث تابید نتانیا‌هو از سوی اسرائیلی‌ها می‌شد. در واقع، آنچه که دغدغه اسرائیلی‌ها در تل‌آویو، برتریلی و حیفا است مساله الحاق کرانه باختری به اراضی اشغالی نیست بلکه آنها به اقتصاد و امنیت تأکید دارند و این‌که آیا نتانیا‌هو می‌تواند این دو عنصر را تأمین کند یا خیر. ولی اینک تشدید بحران اقتصادی و شکست نتانیا‌هو در تعامل با این بحران، مقدمه‌ای برای گشوده شدن پرونده‌های فساد شده و فشارها علیه او ز یاد شده است.

فارس صرفندی

تاسیس شرکت با مسئولیت محدود نکین فرداد روشا

تاسیس شرکت با مسئولیت محدود نکین فرداد روشا
درتاریخ ۱۳۹۹/۰۴/۲۸ به شماره ثبت ۱۵۱۶ به شناسه ملی ۱۴۰۰۹۲۹۵۳۲۰ ثبت و امضا ذیل دفاترتکمیل گردیده که خلاصه آن به شرح زیر جهت اطلاع عموم آگهی میگردد.
موضوع فعالیت: تصدی به فعالیت خدماتی و نظافتی، زیبا سازی شهری ، عمرانی و تامین نیرو با رعایت قوانین و مقررات جاری کشور
درصورت لزوم پس از اخذ مجوزهای لازم از مراجع ذیربط مدت فعالیت : از تاریخ ثبت به مدت نامحدود
مرکز اصلی : استان فارس ، شهرستان لارستان ، بخش مرکزی ، شهر دهکویه، محله دهکویه ، کوچه زرنیبه ، خیابان امام خمینی ، پلاک ۰ ، طبقه همکف
کدپستی ۷۴۱۹۱۴۷۶۷۷
سرمایه شخصیت حقوقی عبارت است از مبلغ ۱۰۰۰۰۰۰۰۰ ریال نقدی میزان سهم الشرکه هر یک از شرکا آقای سلمان رنجبر به شماره ملی ۲۵۰۰۰۵۵۹۹۱ دارنده ۵۰۰۰۰۰۰۰ ریال سهم الشرکه خانم نجمه یونسی به شماره ملی ۲۵۱۱۹۴۷۹۲۷ دارنده ۵۰۰۰۰۰۰۰۰ ریال سهم الشرکه مدیره آقای سلمان رنجبر به شماره ملی ۲۵۰۰۰۵۵۹۹۱ و به سمت نایب رئیس هیئت مدیره به مدت نامحدود خانم نجمه یونسی به شماره ملی ۲۵۱۱۹۴۷۹۲۷ و به سمت مدیرعامل به مدت نامحدود و به سمت رئیس هیئت مدیره به مدت نامحدود دارندگان حق امضا : کلیه اوراق و اسناد بهادار و تعهد آور شرکت از قبیل چک ، سفته ، بروت ، قراردادهای حقوقی و همچنین کلیه نامه های عادی و اداری باامضاء مدیر عامل همراه با مهر شرکت معتبر می باشد.
اختیارات مدیر عامل : طبق اساسنامه روزنامه کثیر الانتشار میلاد لارستان جهت درج آگهی های شرکت تعیین گردید.
ثبت موضوع فعالیت مذکور به منزله اخذ و صدور پروانه فعالیت نمی باشد.

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان فارس مرجع ثبت شرکت ها و موسسات غیرتجاری لارستان شناسه آگهی: ۹۲۱۳۷۷

تلفن مشاوره دانشکده علوم پزشکی لارستان
در خصوص بیماری کرونا
۰۷۱-۵۲۲۴۰۴۲۱
پاسخگویی به سوالات پزشکی و مشاوره تخصصی
۴۰۳۰

عواقب وحشتناک ماسک نزدن

مهمترین روش انتقال کرونا نفس کشیدن، حرف زدن یا سرفه ناقلان کووید ۱۹ است و مهمترین دستاورد بشر در برابر کرونا تا این لحظه، ماسک است. استفاده از ماسک، خطر انتقال بیماری را تا حد بسیار بسیار زیادی کاهش می‌دهد. ما چاره‌ای جز ماسک نزدن نداریم؛ هیچ چاره ای. اگر ماسک نزنیم به زودی شاهد اتفاقات زیر خواهیم بود؛ بی هیچ مبالغه ای:

تعداد بیشتری از ما کرونا می‌گیریم؛ دیری نخواهد پایید که تقریباً در هر خانواده‌ای یک کرونایی داشته باشیم. با گذر از تاستان و رسیدن فصل سرما، میزان شیوع شدت وحشتناک تری خواهد داشت.

توسعه بیمارستانی و تولید تجهیزات درمانی مانند ونتیلاتور از رشد بیماران عقب می‌ماند و اوضاع وخیم‌تر می‌شود.

با افزایش تصاعدی بیماران و فروپاشی ولو نسبی سیستم درمانی، درصد فوتی‌ها به نسبت بیماران بالا می‌رود و افرادی که در شرایط مشابه قبلی نجات می‌یافتند، فوت می‌کنند.

ظرفیت بیمارستان‌ها پر می‌شود. پذیرش بیماران اعم از کرونایی و غیر کرونایی به کندی انجام می‌شود و صف بیمار شکل می‌گیرد. بخش‌های مراقبت‌های ویژه نیز پر از بیماران بد حال می‌شوند و تعداد بیشتری از بیمارانی که نیاز به این بخش‌ها دارند، پشت درهای آن، جان می‌سپارند. تلفات بیماران غیرکرونایی هم بیش از پیش می‌شود.

افزایش وحشتناک بیماران و فوتیها، به تعطیلی بسیاری از کسب و کارها، کند شدن روند امور عمومی جامعه و شیوع وحشت و اضطراب در جامعه خواهد انجامید. استرس همه جا را پر خواهد کرد. جلوگیری از فاجعه دست خودمان است: ماسک بزنیم و به کسانی هم که ماسک نزنه اند، تذکر بدهیم؛ کرونا وحشیانه، بی رحمانه و بی وقفه می‌کشد.

سازمان‌های حمل و دفن اموات (آرامستان ها) با انبوه اجسادی مواجه می‌شوند که هر چه سریع‌تر باید دفن شوند. در همان حال، افرادی که حاضرند اجساد کرونایی را غسل کنند و دفن کنند، کمتر از میزان نیاز خواهد شد و دفن اموات، به مشکلی جدی تبدیل می‌شود.

- ✔ مطالعه یک فرآیند فعال ذهنی است.
- ✔ مطالعه تمرکز را افزایش می‌دهد.
- ✔ مطالعه باعث ایجاد اعتماد به نفس می‌شود.
- ✔ مطالعه انضباط فردی را افزایش می‌دهد.
- ✔ مطالعه خلاقیت را افزایش می‌دهد.
- ✔ مطالعه این امکان را به شما می‌دهد تا در رابطه با موضوعی صحبت کنید.
- ✔ مطالعه کتاب سرگرمی ارزانی است.
- ✔ مطالعه این امکان را به شما می‌دهد تا به اختیار خود مطالب بیاموزید.
- ✔ مطالعه قوای استدلال شما را افزایش می‌دهد.
- ✔ مطالعه باعث می‌شود تا اشتباهاتمان کاهش پیدا کند.
- ✔ مطالعه کسالت را کاهش می‌دهد.
- ✔ مطالعه می‌تواند زندگی شما را تغییر دهد.
- ✔ مطالعه استرس را کاهش می‌دهد.
- ✔ مطالعه شما را از مضرات دنیای دیجیتال دور می‌سازد.
- ✔ مطالعه کتاب همیشه از تماشای فیلم بهتر است.

فواید کتابخوانی

چرا باید

کتاب رمان بخوانیم؟



بسیاری از افراد خواندن کتاب رمان را کاری بی‌پهوده می دانند و برای آن ارزشی قائل نیستند. این افراد در اشتباهند. در این مطلب قصد داریم، به فواید کتاب های داستانی و تاثیری که در زندگی بشری داشته اند اشاره کنیم.

اولین چیزی که در رمان تجلی می یابد «قوه خیال» است.

انجشتین می گوید تخیل بسیار مهم تر از دانش است. چرا که بسیاری از پیشرفت های تکنولوژیک بشر، محصول تخیل کسانی است که رویاهای خود را باور داشتند.

به عنوان نمونه، ۱۰۰ سال قبل تر، مردم برای انجام ترانکش های مالی راهی جز فضاوردان در داستان ژول ورن از کپسولی آلومینیومی در مکانی واقع در فلوریدا به فضا پرتاب شدند. ژول ورن حتی نیروی لازم برای به پیش راندن یک راکت خارج از جو نام «نگاهی رو به عقب» منتشر کرد که

شهروندان آلمانشهر این کتاب، کارت هایی به همراه دارند که با آنها می توانند از اعتبار مالی، بدون حمل کاغذ و پول نقدی برای خرید کالا یا دریافت خدمات استفاده کنند. نمونه دیگر «ژول ورن» است. ژول ورن را به عنوان یکی از مبتکرترین و پرکارترین نویسندگان قرن نوزدهم می شناسند. او با استفاده از علوم مختلف، آینده ای به تصویر کشید که جالب توجه و گاهی حتی در دوره خود، مضحک بود. از جمله آثار مشهور او می توان به رمان «از زمین به ماه» اشاره کرد. ژول ورن در این کتاب بسیاری از جنبه های سفر «آپولو ۱۱» به ماه در سال ۱۹۶۹ را پیشگویی کرد.

فضانوردان در داستان ژول ورن از کپسولی آلومینیومی در مکانی واقع در فلوریدا به فضا پرتاب شدند. ژول ورن حتی نیروی لازم برای به پیش راندن یک راکت خارج از جو

معرفی کتاب

«دل پاره‌های دریا» شرح زندگی یک نویسنده

رازهای من‌ای ماهتاب غصه می‌خوری چرا؟ بر این ققنوس که خاکستر می‌شود. زاده خواهد شد از خاکستر مرگ خویش. تا بی‌نهایت ستاره مرگش را جشن خواهند گرفت؛ و زاد روزش را.

این دیباچه، عمری است که در دهان باد خوانده می‌شود...

مثل دیوانه‌ها می‌دویدم در میان آدم‌های سیاه‌پوش که نشان آشنایی مادرم را داشتند؛ و بی‌آنکه بدانم، آن کور را تکرار کردم.

دنیای من؛

غنوده در بستر حریر رمز و رازهای من‌ای ماهتاب، غصه می‌خوری، چرا؟ بر این ققنوس که خاکستر می‌شود. شاید سال‌ها در تکرار آن کور خلاصه می‌شدم و کسی... فریاد زد:

آهای غربیهی همدرد.

دنیای من؛ غنوده در بستر حریر رمز و رازهای من‌ای ماهتاب، غصه می‌خوری، چرا؟ بر این ققنوس... چون خوابی ازلی در خود فرو رفته بودم. پنداری مرگی مثل بختک عمر، در تنم دویده بود. تلنگری می‌خواست که مرگ بگیرزد و به دنیا بازگردم.»

گفتنی است کتاب «دل پاره‌های دریا» نوشته محمدابراهیم شیخ ویسی توسط نشر روزگار راهی بازار کتاب شده است.

کتاب «دل پاره‌های دریا» شرح زندگی جان‌گداز محمدابراهیم شیخ ویسی و حاصل دیده‌های گذشته‌اش در سیستان است.

او دوران کودکی‌اش را در کنار دریای هامون گذراند و به علت خشکسالی دریا و سیستان که باعث از بین رفتن خانه، کاشانه و زندگی‌شان شد، ناگزیر با خانواده سیستان را به قصد سرزمین گرگان (گلستان امروزی) ترک کرد.

وی پس از نیم قرن تصمیم گرفت به سیستان بازگردد و محل زندگی و جای پای کودکی، پدر، مادر و نیاکانش را از نزدیک مشاهده کند و آنچه از روزگار کودکی و آداب و رسوم و فرهنگ قدیم در ذهنش باقی مانده است، با زندگی امروزی ساکنان آن‌جا مقایسه کند و به نمایش بگذارد.

با وجود تأکید او بر اینکه این کتاب یک رمان است، در ذهن و جان شما چنین نقش می‌بندد که این کلمات، رمان یا داستانی بلند نیست، بلکه در نگاهی عمیق‌تر یک شعر بلند به هم پیوسته است.

در بخشی از کتاب «دل پاره‌های دریا» می‌خوانیم:

«به دریا بازگشته بودم، مردان و زنان سیاه‌پوش در دریا مثل یک فوج پرنده‌ی گرسنه و تشنه، سینه‌ی دردناکشان را به طوفان داده بودند و با هم در خیال‌م واگویه را همنوایی می‌کردند.

دنیای من، غنوده در بستر حریر رمز و

گوشه ای از زندگی شهید عباس دوران

وی به محض ورود به آمریکا در پایگاه کلند دوره تکمیلی زبان انگلیسی خود را گذراند. بعد از آن برای آموختن خلبانی به پایگاه کلمبوس در ایالت می سی سی رفت و در آنجا توانست این دوره را با موفقیت سپری کند و پرواز با هواپیماهای بوئازا، تی. سی ۴۱ و تی. سی ۳۷ انجام دهد. البته در همین زمان هنگام تمرین های ورزشی از ناحیه پای چپ مصدوم شد و به مدت ۲ ماه از برنامه پروازی باز ماند اما این مصدومیت آنچنان وقفه ای در کار او ایجاد نکرد و به محض بهبودی آموزش خلبانی خود را ادامه داد و توانست مدرک خلبانی به دست آورد.

بازگشت به ایران و خدمت در پایگاه هوایی
عباس دوران پس از اینکه مراحل خلبانی را پشت سر گذاشت و نشان خلبانی به دست آورد در ۱۳۵۲ خورشیدی به ایران بازگشت و نخست به عنوان خلبان هواپیمای اف ۴ و با درجه ستوان دومی در پایگاه شکاری تهران انجام وظیفه کرد تا اینکه پس از مدتی به پایگاه سوم شکاری(شهید نوژه همدان) اعزام و در آنجا خدمت کرد.

هنگامی که در ۱۳۵۸ خورشیدی تحرکاتی در مرزهای ایران از ناحیه دشمن به خصوص رژیم بعثی به وجود آمد، عباس دوران به عنوان یک خلبان کار آزموده و تیز پرواز از شغل خود دور بود اما خودش را به پایگاه شکاری رساند و در این ارتباط اظهار داشته بود: من با پول این ملت به خارج رفته ام... من آمده ام تا در صورت نیاز از این کشور در مقابل بیگانه دفاع کنم. به همین دلیل هم با تقاضای بازگشت او به خدمت و دفاع از کشور موافقت می شود.

آغاز جنگ و پرواز دوران
هنگامی که در ۳۱ شهریور ۱۳۵۹ خورشیدی، هواپیماهای نظامی نیروهای بعثی به تعدادی از پایگاه های هوایی و تأسیسات حمله کردند، عباس دوران به عنوان افسر خلبان شکاری و معاونت عملیات ستاد

فرماندهی پایگاه سوم شکاری شهید نوژه همدان مشغول به خدمت بود. به همین دلیل هم او در نخستین عملیات نیروی هوایی که ۲ ساعت پس از حمله سراسری عراق به ایران صورت گرفت، شرکت کرد و در آسمان غرب کشور از هواپیماهای خودی پشتیبانی و مراقبت به عمل آورد. او پس از مدتی برای ادامه پروازهای جنگی به پایگاه ششم شکاری بوشهر منتقل شد.

عملیات مروراید

عباس دوران در جریان جنگ تحمیلی رشادت های زیادی از خود نشان داد که یکی از مهمترین آنها در هفتم آذر ۱۳۵۹ خورشیدی در عملیات مروراید اتفاق افتاد؛ عملیاتی که از طرف نیروی هوایی و نیروی دریایی طراحی شده بود، آنها از پایگاه هوایی بوشهر بلند شدند و در همان دقائق اولیه پنج فروند ناوچه عراقی را که از اسکله های نفتی العمیه و البکر در شمال خلیج فارس محافظت می کردند، با موشک هدف قرار دادند. خود او در یادداشت هایش در خصوص این عملیات می نویسد: بعد از نشستن در مینی بوس حامل بچه های خلبان و در مسیر گردان پرواز، بحث سر زدن ناوچه ها و انهدام آن ها بود. من گفتم همین الان تا آن ها دور نشده اند، حاضرم پرواز کنم و خلعتبری هم حاضر شد. بدون این که به فرمانده عملیات یا پست فرماندهی اطلاع دهم، هواپیمای زرزو پرواز قبلی را برداشته و بلند شدیم. زیرا انجام هماهنگی ها وقت گیر بود و امکان داشت، ناوچه ها تغییر موقعیت دهند. سه فروند ناوچه عراقی از هم جدا شده بودند. یکی زیر اسکله البکر پناه گرفته بود و یکی دیگر در حال فرار بود. مسیر رفتن را از ارتفاع پست رفتیم. بلافاصله یکی از آنها را که در حال فرار بود با دو موشک منهدم کردم و بعد منطقه را گشتم. از سومی هیچ خبری نبود. بنابراین رفتم سراغ آن یکی که زیر اسکله بود و یک موشک رها کردم که درست به عقب آن اصابت کرد. بعد دوباره رفتم دیدم که کاملاً منهدم نشده

«چگونگی رشد و فروپاشی اقتصاد»، اساسی ترین اصول اقتصاد را در غالب داستانی جذاب روایت می کنند. به علاوه اروین یالوم، روانپزشک آمریکایی، در آثاری مانند «وقتی نیچه گریست» و «مسئله ی اسپینوزا» برای بیان مفاهیم روان درمانی وجودی (اگزیستانسیال) از قالب رمان استفاده کرده است.

در ادامه لیستی از بهترین رمان های خارجی و ایرانی را برای مطالعه پیشنهاد می کنیم.

رمان های خارجی:

–**کتاب ۱۹۸۴ اثر جورج اورول**

–**کتاب ملت عشق اثر الیف شافاک**

–**کتاب موش ها و آدم ها اثر جان اشتاین پک**

–**کتاب شازده کوچولو اثر آنتوان دوستن اگزوپری**

–**کتاب سرگذشت ندیمه اثر مارگارت اتوود**

–**کتاب عقاید یک دلکذ اثر هاینریش بل**

–**کتاب جنگ و صلح اثر لنو تولستوی**

–**کتاب برادران کارمازوف اثر داستایوفسکی**

–**کتاب نان و شراب اثر اینیاتسیو سیلونه**

–**کتاب دنیای سوفی اثر یوستین گردر**

رمان های ایرانی:

–**کتاب چشمهایش اثر بزرگ علوی**

–**کتاب راهنمای مردن با گیاهان دارویی اثر عطیه عطارزاده**

–**کتاب جای خالی سلوچ اثر محمود دولت آبادی**

–**کتاب سقمونی مردگان اثر عباس معروفی**

–**کتاب پاییز فصل آخر سال است اثر نسیم مرعشی**



و موشک باقی مانده را به آن زدم و ایستادم و نتیجه کار را دیدم. از ۶ ناوچه عراقی پنج ناوچه منهدم شد.

شهادت قهرمانانه

هنگامی که در تیر ۱۳۶۱ خورشیدی صدام حسین رئیس رژیم بعث عراق برای میزبانی از اجلاس سران عدم تعهد آماده می شد و گفته بود که هیچ خلبان ایرانی جرات نزدیک شدن به آسمان بغداد برای برهم زدن اجلاس را ندارد، عباس دوران ماموریت یافت تا عملیاتی را برای جلوگیری از تشکیل کنفرانس سران غیرمتعهدا در عراق انجام دهد.

این عملیات با هدف بمباران پالایشگاه «الدوره» بغداد، نیروگاه اتمی بغداد و پایگاه الرشید یا ساختمان هتل اجلاس عدم تعهد بود که این عملیات با موفقیت انجام شد. در این عملیات موفق هواپیمای ایرانی مورد اصابت چند گلوله ضدهوایی قرار گرفت. خلبان کابین عقب دستگیره خروج اضطراری را کشید و از جنگنده منتقل و در ۱۰ مرداد در خاک زادگاهش آرام گرفت.



ولایت و عشق همیشه در «سعی» باش؛ که بی «سعی» نمی توان به «صفای» جمال معصوم علیهم السلام رسید. تنها «بیست و پنج» سال بود که نسیم «هل اتی» می وزید و نهرهایی که از سرچشمه نواز، دامن برچید اما، نه... چشم دلت را باز و ببین! هنوز آن نسیم در حال وزیدن است و این شمیم روح بخش به مشام می رسد.

سلام بر تو ای جوادالائمه علیه السلام و بر آن بارگاه خدایی ات که تا دامنه قیامت، چشم نواز همه از ره رسیدگانِ خسته خواهد بود!

صابر کرمانی

به بهانه سالروز ازدواج

حضرت علی(ع) و فاطمه زهرا(س)

شب بود، اولین شب فراموش نشدنی. همه آن ها که برای بدرقهٔ عروس تا درگاه خانهٔ داماد آمده بودند، حالا دیگر دور شده بودند. آن همه هیاهو و همهٔ عروسی ناگهان فرو نشست؛ همه رفته بودند، فقط سکوت مانده بود. آن جا درست بین آن دو نشسته بود و نمی خواست تنهایشان بگذارد.

به چه فکر می کنی فاطمه جان! صدای علی بود که واداشت سکوت بگیرد. فاطمه به دورها خیره شده بود به نوری که از مهتاب

پشت پنجره به درون می ریخت. همانطور که امشب از خانهٔ پدرم به خانهٔ شما آمدم یک روز یا یک شب از خانهٔ دنیا به آخرت خواهم رفت

سکوت چون هاله ای دوتائیشان را بغل می کند. لای مهتاب اتاق هر دو به سفر می اندیشند. به او که در پایان راه منتظر هر دوشان ایستاده است. عشق کوچک در لابه لای عشق بزرگ گم می شود. عشق بزرگ دوباره عشق کوچک را برمی گرداند، دوباره آن را می گذارد در قلب های مسافر. فاطمه ناگهان به چشم های مردش خیره می شود. هر دو نگاه از شعله های عشق پرند علی! انگار نمی خواهد جواب دهد تا او دوباره صدایش کند: علی! تو را به خدا می آیی امشب را نماز بخوانیم؛ می آیی یا هم تا صبح خدا را بخوانیم.

و این زیباترین تابلو از زیباترین پدیده جهان آفرینش است.

در بارگاه ملکوت جشنی بر پا شده است؛ عطر گل یاس فضا را پر کرده است. جهان آفرینش چنین پیوند مقدسی را تا به حال ندیده است. دو انسان برتر، دو فرشتهٔ پاک آسمانی، دو عرش نشین بهشت جاودان و دو زوج بی نظیر و بی همانند، پیوند خود را جشن می گیرند. فاطمه زهرا نور چشم عزیز پیامبر، و علی پرورش یافته در آغوش پیامبر، برادر، وصی و جانشین پیامبر، این پیوند در آسمان ها نوشته شده است.

حضرت علی از چگونگی ازدواج خود با حضرت زهرا می گوید:

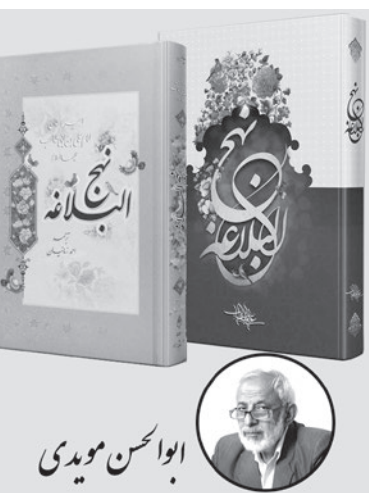
هرچه من بیشتر محبت رسول خدا را نسبت به خویش دریافتم بیش تر حیا کردم، در بیان آنچه از او می خواستم، سلام کردم و به امر پیامبر، زانو به زانوی او نشستم. سرم را به زیر انداختم و نگاهم را از شرم بر زمین زیر پای پیامبر دوختم. من امروز به خواستگاری دختر گرانتقدت فاطمه آمده ام میان این خواهش و اجابت چقدر فاصله است؟

چهره پیامبر باز و بازتر شد و تبسمی شیرین بر لبان او نشست و این کلمات دوست داشتنی از میان لب های او تراوش کرد: بشارت باد بر تو ای ابوالحسن، که پیش پای تو جبرئیل بر من فرود آمد و پیام آورد که پیوند تو و فاطمه را خداوند - جل و علا - در آسمان ها منعقد کرده است.

و اما خاطراتی از آن شب فراموش نشدنی، که روشنائی اش با هزاران روز برابری می کرد.

زندگی انسان

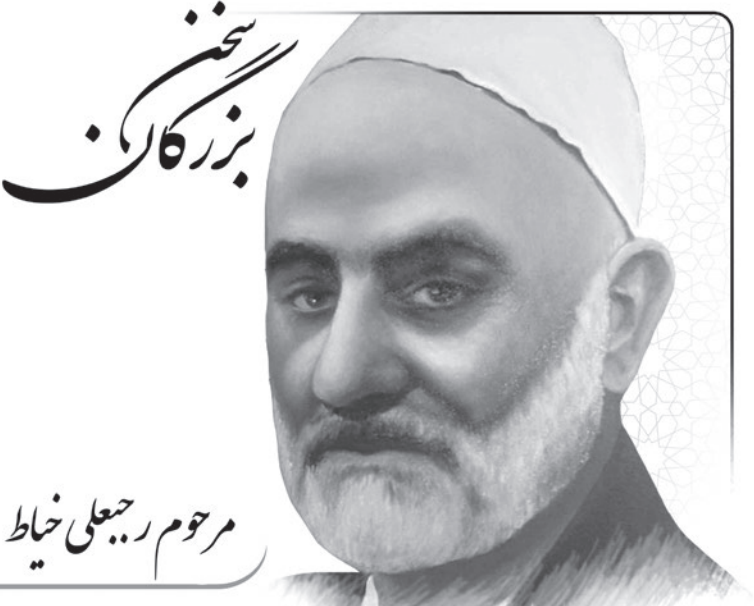
از منظر امام بیان



ابوالحسن مویدی

۲۴-وَقَالَ (عليه السلام) مِنْ كَفَّارَاتِ الذُّنُوبِ انْتِظَامُ إِغَاثَةِ الْمَلْهُوفِ وَ التَّنْفِيسُ عَنِ الْمَكْرُوبِ از كفاره گناهان بزرگ به فریاد مردم رسیدن و آرام کردن مصیبت دیدگان است. كفاره چیزی است که امر دیگری را می‌پوشاند. مثلا كفاره روزه و... گناه عدم فرمان بری و عذاب را می‌پوشاند. «ملهُوف» غمگین، «لُف» به معنی اندوه و حسرت است این اندوه و حسرت در اثر بیماری یا گرفتار طلب‌کار یا فقیر و ناداری یا زندان رفتن بدون گناه و... باشد.

کسی که به یاری چنین افرادی بشتاید عفو الهی در برابر گناهانش، متوجه خویش ساخته است. «مکروب» به شخص، غمگین گفته می‌شود خواه غم او در مصیبت عزیزش باشد یا به خاطر بیماری یا فقر یا شکست در تجارت و مانند اینها. «تنفیس»، غم‌زدایی مثل زدودن فقر از طریق و صلوات بر محمد و آل محمد»



سخن بزرگان

مرحوم رجبعلی خياط

اگر به قدر ترسیدن از يك عقرب، از عِقَاب خدا بترسيم، عالم اصلاح می شود. -تو برای خدا باش، خدا و همه ملائکه اش برای تو خواهند بود. «مَنْ كَانُ لِلّٰهِ، كَانُ لِلّٰهِ لَهُ».

-سعی کنید صفات خدایی در شما زنده شود؛ خداوند کریم است، شما هم کریم باشید. رحیم است، رحیم باشید. ستار است، ستار باشید. دل جای خداست، صاحب این خانه خداست. آن را اجاره ندهید. -کار را فقط برای رضای خدا انجام دهید، نه برای ثواب یا ترس از جهنم. -اگر انسان علاقه ای به غیر خدا نداشته باشد، نفس و شیطان زورشان به او نمی رسد. -اگر کسی برای خدا کار کند، چشم دلش باز می شود. -اگر مواظب دلتان باشید و غیر خدا را در آن راه ندهید، آنچه را دیگران نمی بینند شما می بینید. و آنچه دیگران نمی شنوند، شما می شنوید. -هرکاری می کنید نگویید: «من کردم»، بگویید: «لطف خداست». همه را از خدا بدانید.

از امام علی (ع) پرسیدند

واجب و اجتر چیست؟

نزدیک و نزدیک مگر کدامند؟

عیب و عیتر چیست؟

سخت و سخت تر چیست؟

فرمود: واجب اطاعت از الله و

واجتر از آن ترک نگاه است.

نزدیک قیامت و نزدیک تر از آن

مرگ است.

عیب دنیا و عیتر از آن محبت

دنیاست.

سخت قبر است و سخت تر از آن

دست خالی رفتن به قبر است.

امام جواد علیه السلام فرمود:

تواضع و فروتنی

زینت بخش حسب و شرف

فصاحت

زینت بخش کلام

عدالت

زینت بخش ایمان و اعتقادات

وقار و ادب

زینت بخش اعمال و عبادات

ودقت در ضبط و حفظ آن

زینت بخش نقل روایت و سخن است.

(بحار الانوار، ج ۷۵، ص ۹۱)

چرا عده ای روزانه تغییر جهت می‌دهند؟



مشکل دیگران را حل می‌کنیم... تمام مشکل ما این است که ما نمی‌دانیم به چه کسی باید مراجعه کنیم. ما غالباً می‌گوییم خدا هست ولی ...، خدا هست اما ...! این «اما» و «ولی» می‌شود «وَمَا يُؤْمِنُ أَكْثَرُهُمْ بِاللّٰهِ إِلَّا وَهُمْ مُّشْرِكُونَ» این است که آن بزرگواران می‌گویند ما اگر به جای اشک، خون جاری نکنیم جا دارد برای اینکه عمری را بیراهه رفتیم خیال کردیم از زید کاری ساخته است، از او تعریف کردیم، خیال کردیم چیزی که عمرو به ما نداد کار دست او بود، از او گلایه داریم. این قبول و نکول، این مدح و قدح، این مدح و هجو، اینها برای همان است که ما نمی‌دانیم به چه کسی تکیه کنیم. گزیده درس تفسیر قرآن حضرت آیت الله العظمی جواد آملی اسوده فاطر، آیات ۱۰ الی ۱۲

ما معقایی داریم گره خورده است، نمی‌دانیم این گره‌اش از کجا باز می‌شود، قرآن آمده بگوید این چیزی که برای شما روشن است و به دنبال گره آن می‌گردید من برای شما گره‌شایی می‌کنم. شما که فقیر هستید، فقرتان که مشخص است اما نمی‌دانید به چه کسی باید تکیه کنید. اگر سخن از بت و بت‌کده باشد از آنها کاری ساخته نیست؛ اگر سخن از زید و عمرو باشد از آنها کاری ساخته نیست.

اینکه فرمود «وَمَا يُؤْمِنُ أَكْثَرُهُمْ بِاللّٰهِ إِلَّا وَهُمْ مُّشْرِكُونَ» همین است؛ بسیاری از مردم فقرشان را می‌دانند، مشهود است اما خیال می‌کنند با فلان مسأله حل می‌شود. اینکه می‌بینید روزانه تغییر مسیر می‌دهند، تغییر خط می‌دهند، تغییر جهت می‌دهند برای آن است که خیال می‌کنند اگر قدرت به دست زید رسید زید مشکل را حل می‌کند، اگر قدرت به دست عمرو باشد عمرو مشکل را حل می‌کند. اکثر اهل ایمان گرفتار این شرک رقیق‌اند (وَمَا يُؤْمِنُ أَكْثَرُهُمْ بِاللّٰهِ إِلَّا وَهُمْ مُّشْرِكُونَ). ادر حالی که همه را او دارد تدبیر می‌کند، وقتی همه را او دارد تدبیر می‌کند بنابراین ما به همه احترام می‌کنیم چون بندگان خدا هستند و از هیچ کس کاری خواهیم چون همه اینها نیازمند الهی‌اند. و به خدای خود مرتبطیم و خدای سبحان «مقلب‌القلوب» است، دل‌های آنها را گرایش می‌دهد مشکل ما هم حل می‌شود ما هم

خلاصه ای از زندگانی حضرت امام جواد (ع)



از عمر امام جواد (ع) نگذشته بود. مأمون نمی دانست که مقام ولایت و امامت که موهبتی است الهی، بستگی به کمی و زیادی سالیهای عمر ندارد.

حضرت جواد (ع) با عمر کوتاه خود که همچون نوگل بهاران زودگذر بود، و در دوره ای که فرقه های مختلف اسلامی و غیر اسلامی در میدان، رشد و نمو یافته بودند و دانشمندان بزرگی در این دوران، زندگی می کردند و علوم و فنون سایر ملتها پیسرفت نموده و کتابهای زیادی به زبان عربی ترجمه و در دسترس قرار گرفته بود، با کمی سن وارد بحثهای علمی گردید و با سرمایه خدایی امامت که از سرچشمه ولایت مطلقه و الهام ربانی مایه گرفته بود، احکام اسلامی را مانند پدران و اجداد بزرگوارش گسترش داد و به تعلیم و ارشاد پرداخت و به مسائل بسیاری پاسخ گفت.

بهشت آدم (ع) چه ویژگی‌هایی داشت؟



می‌شوی و نه آفتاب‌زده.) عدم گرسنگی، تشنگی، آفتاب‌زدگی و عدم برهنه شدن از جمله ویژگی‌های بهشت آدم علیه‌السلام است. این مسئله به خودی خود گویای آن است: آفتاب در بهشت آدم (ع) وجود داشت، اما با توجه به قوانین خاصی که در این بهشت حکمفرما بود، داغ و سوزش آن اثری بر ایشان نداشت؛ از این جهت تعریق و تشنگی هم در آن محیط معنا نداشت. این مسئله به خودی خود نشان می‌دهد جنس این بهشت از بهشت‌های قیامتی نیست چه اینکه در قیامت آفتابی وجود ندارد و تا آن زمان بساط اجرام آسمانی برچیده شده است.

منبع: تسنیم

خواص سبزیجات مختلف

از خواص سبزیجات مختلف می توان به تقویت سیستم ایمنی بدن و پیشگیری از سرطان اشاره کرد. سبزی ها دارای انواع ویتامین و مواد معدنی هستند که برای سلامتی ما بسیار مفید هستند.

سبزیجات نارنجی مانند هویج و کدو تنبل بتاکاروتن دارند که از بدن در مقابل سرطان جلوگیری می کنند. سبزیجات برگ سبز مانند کرفس، اسفناج، بروکلی و جعفری دارای کاروتنوئیدها، ساپونینها، لوتئین و فلاوونوئیدها هستند که فیبر، فولات و بتاکاروتن مورد نیاز بدن فراهم کرده و به درمان بیماریها کمک می کنند.

سبزیجات قرمز رنگ مانند گوجه فرنگی، هندوانه و کلم بنفش دارای فیتوکمیکالها هستند که می تواند از پوست بدن در برابر اشعه خورشید محافظت کرده و همچنین باعث کارکرد بهتر غده پروتستات می شوند.

اکثر سبزیجات دارای ویتامین C هستند که به پیشگیری از سرطانها کمک می کنند.

پیازچه

از خواص پیازچه هم می توان به ویتامین C موجود در آن – کاهش قند خون– کاهش کلسترول خون بالا– کاهش فشار خون بالا– کاهش خطر پیشرفت سرطان کولون و دیگر سرطان ها– کاهش التهاب و ... اشاره کرد. پیازچه دارای ویتامین C بوده که به ارتقاء سیستم ایمنی بدن کمک می کند.همچنین پیازچه دارای فیبر،منیزیم،ویتامین B۶،پتاسیم ومس میباشدو برای سلامتی ما فواید زیادی دارد.

ترخون

سبزی ترخون عطر تندى داشته و كمى تلخ است. این سبزی می تواند جایگزین نمک شود. وجود چند برگ ترخون در سبزی سرفه اشتها را تحریک و نفس را خوشبو می کند. برای مهار رشد میکروب های پوست و کاهش بوی بد بدن از خواص سبزی ترخون استفاده کنید.

از دیگر خواص ترخون میتوانبد به تقویت اعصاب ، هضم غذاهای پرچرب ، آرامبخش ملایم ، سم زدای قوی و تسکین درد و رفع مشکلات قاعدگی از جمله تهوع و ضعف اشاره کرد.

تره

از خواص سبزی تره می توان به کاهش فشار و کلسترول خون اشاره کرد. تره دارای پتاسیم بوده که ادرارآور است و می تواند سموم بدن را دفع کند. همچنین تره دارای منیزیم است که به جلوگیری از سرطان روده و پروستات و همچنین درمان سوءهاضمه کمک می کند. از خواص سبزی تره میتوان به کاهش سوزش معده و یبوست و بواسیر اشاره کرد. رفع ناراحتی های طحال ، درمان نفرس و درد مفاصل مفید ، افزایش تمایلات جنسی و ... از دیگر خواص تره است.

تریچه

از خواص سبزی تریچه می توان به درمان سرطان و پیشگیری از سلول های سرطانی اشاره کرد. تریچه خاصیت ضدعفونی کنندگی داشته و اشتها آور خوبی است. تریچه آنقدر مفید است که می تواند بدن را به یک دستگاه سالم تبدیل کند. تریچه دارای ویتامین C بوده که بیماری های دهان و پوسیدگی دندان ها را کاهش می دهد. برگهای تریچه از خود تریچه ویتامین C بیشتری دارند. تریچه دارای سد بوده و برای بیماران مبتلا به گواتر مفید و کسانی که سنگ کلیه و کیسه صفرا دارند مفید است.

جعفری

از خواص سبزی جعفری هم می توان به مواردی مانند خون ساز و قاعده آور بودن ، ویتامین و املاح معدنی آهن، کلسیم و فسفر ، تنظیم عادت ماهانه ، تصفیه خون و ضد عفونی کردن روده ها اشاره کرد.

تخم جعفری، ریشه، ساقه و برگ آن هم پر از خاصیت است. برای تمیز کردن رگ ها تا دفع سنگ کلیه و روشن کردن پوست از خواص سبزی جعفری استفاده کنید.

گشنیز

گشنیز قند خون را کاهش می دهد. همچنین برای رفع عطش و تهوع و تقویت قلب، مغز و معده از گشنیز استفاده کنید.

از خواص گشنیز میتوان به خاصیت ضد اسهال، معرق و محرک اشتها و بهترین داروی کبد و طحال اشاره کرد.

این سبزی جوش های پوستی و دهانی ناشی از گرمی غذاها را هم برطرف میکند.

نعنا

از خواص نعناع میوان به درمان سرماخوردگی، بیماری های معده و تنظیم فشار خون ، کاهش دردهای دستگاه گوارش شامل درد معده، روده، نفخ، دل پیچه، تهوع و اسهال و ... اشاره کرد. همچنین برای درمان سرماخوردگی، آنفلوآنزا، سرفه، ناراحتی های روحی و عصبی، بواسیر، تپش قلب و سکسکه میتوانید از خواص سبزی نعناع استفاده کنید.

برنامه غذایی تان را حفظ کنید

سعی کنید همان برنامه و روتینی را که وقتی سر کار می رفتید برای صبحانه و ناهار و شامتان داشتید حفظ کنید. در این برنامه، برای شرایط جدید هم جایی باز کنید. اگر عادت داشتید رأس ساعت مشخصی صبحانه بخورید، همان را ادامه دهید و همان اصول غذایی را رعایت کنید. خیلی مهم است که وعده ای را حذف نکنید زیرا احتمال اینکه بعداً پُرخوری کنید، الآن که در خانه هستید خیلی بیشتر است.

به اندازه کافی آب بنوشید

تحقیقات نشان می دهد افراد وقتی که بدنشان دهیدراته است، بیشتر غذا می خورند زیرا احساس تشنگی را با احساس گرسنگی اشتباه می گیرند. اگر تمایلی به نوشیدن آب ندارید، از مایعات سالم نیز می توانید استفاده کنید. آبمیوه های بدون قند افزوده، چای و دمنوش گزینه های بسیار خوبی هستند.

میوه و سبزیجات متنوع در خانه داشته باشید

میوه ها و سبزی ها دارای آب فراوان هستند، بنابراین خوردن آن ها می تواند راهی برای آب رسانی به بدنتان باشد. میوه های متجمد هم می توانند میان وعده ی سالمی باشند. حالا که در خانه هستید، بهتر می توانید غذای خود را از قبل آماده کنید تا وقتی گرسنه شدید سراغ ریزه خواری و هله هوله نروید.

هله هوله ها را مخفی کنید و جایی بگذارید که دسترسی به آن ها سخت باشد

اگر چیپس و شکلات و ... را مقابل دیدتان



در صورت تولید نان مطلوب، بخش مهمی از عناصر معدنی و ویتامین های مورد نیاز روزانه مانند کلسیم، آهن، ویتامین های گروه B و بخشی از ویتامین E، منیزیم، آهن، روی، سلنیوم، مس و منگنز تامین می شود، از این رو اثر آن بر ارتقا و یا کاهش سلامت جامعه بسیار گسترده است.

چه کنیم تا در روزهای خانه نشینی وزن اضافه نکنیم؟



بگذارید طبیعی است و سوسه شوید سراغشان بروید. پس هله هوله ها را دور و برتان یا مقابل دید نگذارید و در عوض ظرف میوه و سبزی را مقابل دید و در دسترس قرار دهید.

اهمیت خواب را دست کم نگیرید

خواب کافی و باکیفیت هم برای تسکین استرس و هم جلوگیری از پُرخوری اهمیت دارد. شب ها به موقع خوابید و الگوی خوابتان را به هم نریزید.

زیاد تلویزیون تماشا نکنید

طبیعتاً روزهایی که در خانه هستید ممکن است زیاد تلویزیون تماشا کنید. مقابل تلویزیون نشستن اغلب با خوردن هله هوله همراه است و خیلی از افراد حین تماشای تلویزیون کالری زیادی مصرف می کنند که به آن نیازی ندارند.

در خانه پیاده روی کنید

پیاده روی در خانه زمانی که امکان پیاده روی در فضای باز وجود ندارد، راه مناسبی برای کالری سوزی و ترک نکردن عادت پیاده روی است. بعد از غذا، بیست دقیقه تا نیم ساعت در خانه راه بروید.

در خانه هم می توانید ورزش کنید

حتی حالا که در خانه ورزش می کنید هم باید به بهداشت اهمیت دهید و دست ها را مرتباً بشوید و مرتباً آب بنوشید. استراحت های بین

اهمیت نان سبوس دار در سفره خانوار

جذب اسیدهای صفراوی و پیشگیری از ابتلا به دیابت نوع دو است. فردی که نان های سبوس دار مصرف می کند، به دلیل اینکه این نوع نان قندخون را آهسته تر از نان های سفید بالا می برد، دیرتر احساس گرسنگی می کند و این عامل می تواند در پیشگیری از بروز چاقی، دیابت و بیماری های قلبی عروقی مؤثر باشد. نان حاصل از خمیرهایی که تخمیر نمی شوند و یا با جوش شیرین تخمیر می شوند، به صورت فطیر و خمیر به دست مصرف کننده می رسد، هضم دشوارتری دارند و به دلیل سبوسی که تخمیر نشده جذب املاح معدنی مانند آهن، کلسیم و منیزیم را کاهش می دهد.

نان تهیه شده از آرد سفید به دلیل درصد سبوس گیری بالای آن و حذف سهم زیادی از فیبر و املاح حیاتی گندم مانند آهن، کلسیم، روی، منیزیم و فسفر در جریان آسیاب کردن ارزش چندانی ندارد، نان هایی که از آرد کامل تهیه می شوند مانند نان سنگک و نان جو از کامل ترین نان ها هستند، اما مردم، غلات کامل را کمتر و غلات سفید و تصفیه شده را بیشتر مصرف می کنند.

از دیگر فواید مصرف نان های سبوس دار کاهش قند و چربی خون، پیشگیری از سوء تغذیه، پیشگیری از افزایش وزن و چاقی، کاهش خطر ابتلا به بیماری های قلبی عروقی، پیشگیری از سرطان دستگاه گوارش به ویژه روده بزرگ به علت فیبر بالا، جلوگیری از

خواب راحت، نیازمند داشتن روش تغذیه مناسب است



در هنگام خواب باید تا حد امکان از خوردن غذا خودداری کرد اما برخی از غذاها قبل از خواب ممنوع هستند. فست فودها از جمله غذاهای ممنوعه قبل از خواب هستند. فست فودها به دلیل داشتن چربی بالا سبب سوزش معده شده و خواب راحت را از چشم افراد می گیرند. خوردن شکلات سبب تشدید ضربان قلب و بی خوابی می شود. خوردن ادویه های تند نیز باعث سوزش معده و اختلال در خواب می شود.

بهترین ادویه ها برای مبارزه با التهاب



زنجبیل: زنجبیل به عنوان درمانی برای مشکلات خفیف هضم و حالت تهوع شناخته شده است. این ادویه حاوی یک ترکیب فعال به نام Gingerol است که اثر ضد درد دارد و التهاب را کاهش می دهد. زنجبیل به عنوان بهترین ادویه برای مبتلایان به آرتروز هم توصیه می شود.مطالعات همچنین حاکی از آن است که اثرات ضد التهابی زنجبیل نیز ممکن است اثرات مثبتی بر دیابت و آلزایمر داشته باشد.



دارچین: دارچین می تواند در کاهش قند خون، کاهش کلسترول، مدیریت بیماری های عصبی و کاهش فشار خون به دلیل غنی بودن از ویتامین A و B و ۶ پتاسیم و کلسیم متوقف کردن تکثیر برخی از سرطان ها نقش درمانی داشته باشد.



میخک: آنتی اکسیدان بخش مهمی از یک رژیم ضد التهابی است و در بین ادویه ها، میخک بالاترین فعالیت های آنتی اکسیدانی را دارد. ترکیب فعال موجود پیشرفت آسم و رشد سلول های سرطانی را مهار می کند. در حال حاضر تحقیقات در حال بررسی پتانسیل اوزنول برای درمان دیابت و افسردگی است.



لفل قرمز: تحقیقات نشان می دهد که کیپاسین موجود در فلفل قرمز توانایی مهار ترکیبات التهابی مرتبط با سرطان را برای جلوگیری از سرطان و یا توقف رشد سلول های سرطانی دارد. این ترکیب همچنین در هنگام تسکین درد و کاهش کلسترول مزایای بالقوه ای دارد.



روزماری: روزماری حاوی ترکیبات بیولوژیکی فعال است که اثرات ضد التهابی را القا می کند، به ویژه بر مغز و روده تأثیر می گذارد. برخی تحقیقات نشان می دهند که روزماری می تواند با کاهش التهاب مغزی در درمان افسردگی نقش موثری ایفا کند.



زردچوبه: فواید زردچوبه از کورکومین ناشی می شود، ترکیبی که به نظر می رسد سیئوکنین های التهابی را مهار کرده و رادیکال های آزاد را از ایجاد التهاب جدید مسدود می کند. زردچوبه را به عنوان درمانی برای آلزایمر معرفی می کنند.

توصیه هایی برای حفظ سلامت قلب

از موادی استفاده شود که دارای تأثیر غذایی باشند و تولید خون لطیف کنند، مانند عصاره گوشت پرندگان سبک و زرده تخم مرغ نیم برشته



برای پیشگیری از بروز آسیب به قلب از این موارد پرهیز کنید: -افراط در سرد کردن یا گرم کردن زیاد -مواد غذایی تولیدکننده گاز -استنشاق بوهای بد -وسواس فکری و عملی -بیداری طولانی مدت -هیجانات ناگهانی و شادی های مفرط -غم و اندوه مزمن -هوای آلوده

سامانه مشکلات مردمی

« میلاد لارستان »

در خواست از شما ، پیگیری از ما

۲۰۰۰۳۰۰۰۰۵۰۰۰۰

دو هزار سی هزار پنجاه هزار

