میلاد لارستان

رهبر معظم انقلاب اسلامی : جبهه‌ی عدل و حق با این توان و آرایش الهی به پیروزیهای بزرگ دست خواهد یافت ان‌شاءالله.
۳ مهر ۱۳۹۹

روزنامه میلاد لارستان – سال بیست و هشتم– دو شنبه ۰۷/ ۰۷/ ۹۹ – دهم صفر المظفر ۱۴۴۲ – ۲۸ سپتامبر ۲۰۲۰ – شماره ۱۵۶۷ – ۸صفحه –تک شماره ۲۰۰۰ تومان

۸

تجلیل از رابطین فعال امور بانوان و خانواده شهرستان در فرمانداری ویژه لارستان

۳

سردار حاجی زاده:جزو پنج کشور اول در حوزه موشکی و پهپادی هستیم

۲

بازدید سرزده فرماندار ویژه لارستان از شهرداری دهکویه

۲

کسب مقام اول تا سوم مسابقات کشوری (طرح قدس) قرآن کریم

خبر | سیاسی | سبک زندگی | روزنه | اعتقادی | سلامت

ثروتی که خام فروشی می‌شود

در صورت ایجاد صنایع تبدیلی، می توان کام نخل داران لارستانی را شیرین کرد

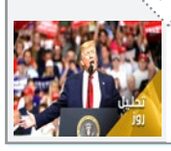
همین صفحه

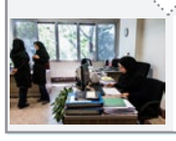
۲

جمهوری اسلامی، در مقابل هر تهدیدی قادر به پاسخگویی است

۳

سازمان انرژی اتمی: تحریم های دانشمندان، خللی در برنامه هسته ای ایران ایجاد نمی کند

۳

تهدیدات احمقانه و تکراری ترامپ: ایران باید قبل از انتخابات با من مذاکره کند!

۴

فاکتور های لازم برای داشتن روابط کاری خوب

۸

نام نویسی بیش از ۱۶ هزار متقاضی مسکن اقدام ملی در حوزه بنیاد مسکن فارس

ثروتی که خام فروشی می‌شود

در صورت ایجاد صنایع تبدیلی، می توان کام نخل داران لارستانی را شیرین کرد

تنها بخش بسیار کمی از خرمای تولیدی در لارستان صادر می‌شود که این امر نیاز به توسعه صنایع تبدیلی در این شهرستان دارد چراکه با خام فروشی، سودی نصیب نخل داران و کشاورزانی که در طول سال برای به ثمر نشستن نخل تلاش می‌کنند، نمی‌شود.

به گزارش میلاد لارستان،خرما یکی از محصولات استراتژیک کشاورزی ایران به شمار می‌رود که به دلیل اشتغال‌زایی و البته ارزآوری بالا در سبد صادرات غیرنفتی کشور جایگاه ویژه‌ای دارد، با این حال به دلیل ضعف در مراحل فرآوری و بسته‌بندی، ارزش‌افزوده این محصول نصیب کشورهایی می‌شود که به تکنیک های جدید کاشت، برداشت، نگهداری، فراوری و بسته‌بندی مجهز شده‌اند.

بسیاری از کشورها با اطلاع از ذائقه مصرف‌کنندگان و عرضه محصولات در بسته‌بندی‌های مرغوب و مشتری‌پسند، سیاری از بازارهای هدف را در اختیار خود گرفته‌اند که در ایران نیز می‌توان با شناسایی حلقه‌های مفقوده در زنجیره تولید و فراوری خرما، از فروش محصولات باقیمت پایین و خام فروشی ممانعت کرد.

سهم بالای جنوب ایران در تولید خرما

اغلب نخلستان های خرما در جنوب ایران وجود دارد که از این میان جنوب فارس و به ویژه شهرستان لارستان نیز سهم بالایی در تولید محصول ارزشمند خرما دارند که نیاز است با معرفی صنایع مرتبط با خرما و جذب سرمایه‌گذاران از خام فروشی آن جلوگیری کرد.

رهبر معظم انقلاب در دیدار تصویری با اعضای دولت که در شهریورماه امسال به مناسبت هفته دولت داشتند خواستار توجه ویژه به جلوگیری از خام فروشی محصولات شدند.

توجه ویژه به جلوگیری از خام فروشی محصولات

در این دیدار، امام خامنه‌ای بیان کردند: خام فروشی در سنگ‌های معدنی قیمتی و فرآوری آن‌ها در خارج و بازگرداندن به کشور با چندین برابر قیمت، فروش خاک جزیره هرمز، فرآوری نشدن زعفران جنوب خراسان و خرمای مناطق گرمسیری ازجمله مواردی است که نشان می‌دهد باید در این زمینه کار جدی صورت گیرد.

تأکید مقام معظم رهبری در جلوگیری از خام فروشی تولیدات داخلی نشان از اهمیت موضوع دارد چراکه با ایجاد صنایع مرتبط می‌توان به اهداف بزرگی نظیر رشد اقتصادی، ایجاد اشتغال، ارزآوری، توسعه کشاورزی و غیره دست‌یافت.

ارتقاء اوضاع اقتصادی هر کشوری نیازمند پشتیبانی همگانی از سوی دولت، مسوولان و مردم دارد و اگر حمایت مردم و مسوولان از محصولات ایرانی مناسب نباشد اقتصاد کشور دچار رکود خواهد شد.

استقبال از محصولات ایرانی یکی از راه‌های مهم تشویق تولیدکنندگان و بهبود و ارتقای کیفی محصولات یکی از اصلی‌ترین روش‌های جلب مشتری است و تولیدکننده و مصرف‌کننده هر دو در رونق وضعیت اقتصادی نقش دو سویه دارند.

اشتغال‌زایی و صادرات خرمای لارستان

تشویق و حمایت از کارخانه های بسته‌بندی و فرآوری خرما درزمینه اشتغال‌زایی و صادرات خرمای لارستان نقش بسیار مؤثری دارد و بدون شک توسعه و سرمایه‌گذاری در این خصوص علاوه بر افزایش صادرات افزایش اشتغال را به دنبال دارد.

هم‌اکنون تنها بهره‌گیری که از محصول خرما آن‌هم فقط در فصل پائیز در لارستان صورت می‌گیرد، تبدیل خرما به شیره یا به زبان لاری«دوشاب» است که به شکل سنتی انجام می‌شود. در لارستان چند کارگاه معدود سنتی تولید شیره خرما وجود دارد که به گفته افراد فعال در این عرصه، قدمت فعالیت در این حرفه به ۲۰۰ سال پیش برمی‌گردد.

پیشنهاد تولید محصولات بومی از خرما

اگرچه اکنون محصولات ناچیز این کارگاه های تولیدی شیره خرما به شهرها و حتی کشورهای حوزه خلیج‌فارس ارسال می‌شود اما می‌توان با ایجاد صنایع مدرن و بزرگ علاوه بر تولید انبوه شیره خرما، سایر محصولات و شیرینی‌های بومی منطقه لارستان نظیر حلوای تَرَک، رنگینک، چَنگالو، معجون کُنگو و غیره را که دارای ارزش غذایی بالا و مقوی هستند، تولید و به بازارهای داخلی و خارجی عرضه کرد.

توجه به بهره‌وری محصولات خرما و گیاهان داروئی در منطقه لارستان

در این زمینه و پس از بیانات مقام معظم رهبری نسبت به انتقاد از خام فروشی محصولات، امام جمعه لارستان در خطبه‌های نماز جمعه شهر لار خطاب به مسوولین ملی و استانی برای توجه به بهره‌وری محصولات خرما و گیاهان داروئی در منطقه لارستان، گفت: می‌توان با ایجاد صنایع تبدیلی و بسته‌بندی مناسب این محصولات باارزش، باعث تحول در کشاورزی و همچنین ایجاد اشتغال برای جوانان در خطه لارستان شد.

حجت‌الاسلام و المسلمین سیدمختار موسوی خرم، بابیان اینکه توصیه‌های رهبر معظم انقلاب تنها معطوف به اعضای هیأت دولت نمی‌شود بلکه مسئولان شهرستانی و بخش‌ها نیز می‌بایست ظرفیت‌های منطقه را بشناسند و سرمایه‌گذاران را برای ورود به عرصه‌های مختلف راهنمایی و ترغیب کنند، تأکید کرد: یک‌بار شخصی از استان آذربایجان به لار سفرکرده بود و به بنده گفت برای خرید خرما به لارستان آمده تا با تبدیل آن به ۱۴ محصول آن را به کشورهای اروپایی صادر کند.

مسئولان اجرایی پیگیر ایجاد صنایع تبدیلی در لارستان باشند

وی با طرح این سؤال که چرا نباید از ظرفیت‌های موجود در لارستان استفاده نشود و چرا مسئولین پیگیر این موضوعات نیستند؟!، گفت: اگر می‌خواهیم برای جوانان اشتغال ایجاد کنیم می‌بایست از پتانسیل‌هایی که داریم بهره بگیریم و همیشه نباید به دنبال چیزهایی باشیم که مناطق دیگر متناسب با ظرفیت خود به دست آورده‌اند.

امام‌جمعه لارستان، با اشاره به اینکه نخبگان، اعضای شورای شهر و مسئولان اجرایی پیگیر ایجاد صنایع تبدیلی در لارستان باشند تا از خام فروشی محصولات جلوگیری شود، ادامه داد: در محصولات باغی و مرکبات نیز خام فروشی می‌شود و کشورهای خارجی به شکل آبمیوه‌های گران‌قیمت آن را به ما برمی‌گردانند.

مسئولان ملی و استانی، بستری برای استقرار یک صنعت مادر در لارستان آماده کنند

وی با تأکید بر اینکه سرمایه‌گذاری یکی از سرفصل‌های مهم در رشد اقتصادی است که متأسفانه در سال‌های اخیر در این زمینه کشور ایران و به‌تبع آن در خطه لارستان عقب مانده‌ایم، تصریح کرد: اگر مسئولان ملی و استانی بستری برای استقرار یک صنعت مادر در لارستان آماده کنند به‌طورقطع سرمایه‌های انباشته‌ای که سرمایه‌داران این خطه که مبالغ هنگفتی نیز است و در بانک‌ها گذاشته‌اند، در صنایع پایین‌دستی آن سرمایه‌گذاری خواهند کرد.

موسوی، بابیان اینکه اگر صنایع مادر در لارستان ایجاد شود و آن کارخانه مواد اصلی و اولیه را تولید کند به‌طورقطع مورد استقبال سرمایه‌گذاران قرار می‌گیرد، افزود: سرمایه‌داران اگر بدانند با ورود به یک صنعت سودی که به دست می‌آورند بیش از سودهای بانکی است، بسیاری از سرمایه‌گذاران حاضر به سرمایه‌گذاری خواهند شد.

ادامه در صفحه ۸

با میلاد لارستان،
خود را به اهالی فارس و هرمزگان بشناسانید

تبلیغ بیشتر= تخفیف بیشتر

روزنامه میلادلارستان، قدیمی ترین رسانه منطقه با بیش از ۲۸ سال سابقه و پایگاه اطلاع رسانی، کانال های فضای مجازی با بیش از ۴۰۰۰ عضو و پیج اینستاگرام، آماده انعکاس تبلیغات شما عزیزان با قیمت مناسب و تخفیف قابل توجه خصوصا در پایگاه اطلاع رسانی و کانال های فضای مجازی می باشد.

تنها با پرداخت یک هزینه، همزمان از انتشار آگهی در کانال های سروش ،ایتا، واتس آپ بهره مند شوید.

شماره های ارتباط با میلاد لارستان در واتس آپ و پیامک:
۰۹۱۷۵۰۱۱۱۹۷
۰۹۱۶۴۸۷۷۰۴۴
۰۹۳۵۸۹۴۹۳۹۷

شماره ارتباط با میلاد لارستان جهت درج آگهی در روزنامه: ۰۷۱-۵۲۲۴۴۷۷۵

لینک و آدرس های فضای مجازی ما

سایت میلاد لارستان: mldl.ir
کانال ایتا: https://b2n.ir/213512
کانال واتس آپ: https://b2n.ir/665314
کانال سروش: https://b2n.ir/490331
پیج اینستاگرام: https://www.instagram.com/milad_larestan

شماره تلفن های ضروری مراکز پاسخگویی در رابطه با بیماری کرونا

سازمان امداد و نجات ۱۱۲	پاسخگویی به سوالات عمومی درباره کرونا ۱۶۶۶	دریافت خدمات مشاوره روانشناختی ۱۴۳۸
اورژانس کشور اعلام موارد اورژانسی ۱۱۵	پاسخگویی به سوالات پزشکی و مشاوره تخصصی ۴۰۳۰	پاسخگویی به سوالات درباره کرونا ۱۹۰

تلفن مشاوره دانشکده علوم پزشکی لارستان در خصوص بیماری کرونا ۰۷۱-۵۲۲۴۰۴۲۱

جمهوری اسلامی، در مقابل هر تهدیدی قادر به پاسخگویی است

فرمانده سپاه فجر استان فارس، گفت: امروز در مقابل هرگونه تهدیدی قادر به پاسخگویی هستیم و اگر چیزی می گوییم قدرت عملی کردن آن را هم داریم و این یکی از برکات خون شهدای دفاع مقدس است.

سردار یدالله بوعلی در آئین یادواره شهدای دفاع مقدس و بازسازی عملیات فتح المبین در شهرستان مرودشت با پاسداشت یاد و خاطره شهدا و گرامیداشت فرارسیدن دفاع مقدس، گفت: بازسازی عملیات فتح المبین در شهرستان مرودشت با توجه به فرصت کمی که در اختیار دست اندرکاران آن قرار داشت یک کار کم نظیر بود.

وی با بیان اینکه انقلاب اسلامی در مقابل تمام دنیای کفر و استکبار ایستاده است، گفت: در این کشور انقلابی رخ می‌دهد و مردمان مسلمان به نام دین در مقابل تمام دنیای کفر می‌ایستند و پرچم اسلام را بلند می‌کنند طبیعی است دنیای کفر نمی‌خواهد و نمی‌تواند بپذیرد در هیچ جای دنیا چنین کشوری باشد و کشوری در جهان اسلام در موضوعی مقتدر باشد.

فرمانده سپاه فجر، با بیان اینکه در این کشور، انقلابی رخ داده که شعار دین می‌دهد و مخالف اهداف دنیای کفر است، گفت: دنیای کفر و استکبار نمی‌توانند چنین کشوری را بپذیرند لذا از همان بدو پیروزی انقلاب اسلامی، توطئه‌ها و آشوب‌ها شروع می‌شود و بعد هم رژیم بعث را مأمور حمله به کشور ایران می‌کنند.وی در تشریح این موضوع که چرا از مفهموم دفاع مقدس استفاده می‌کنیم، گفت: اول اینکه در آن دوران همه جبهه کفر در مقابل کشوری قرار گرفتند که داعیه دین اسلام داشت، دوم اینکه در این کشور می‌خواستیم از حریم اسلام و مسلمانان دفاع کنیم و ارزش‌های دینی را حفظ کنیم و سوم هم اینکه کسانی که در این دفاع شرکت کردند به قصد قربت شرکت کردند همانطور که در وصیت نامه شهدا همواره به اسلام، قرآن و عشق به سید الشهدا (علیه السلام) اشاره شده است و ما از این جهات با افتخار به آن دوران دفاع مقدس می‌گوئیم.سردار بوعلی، با بیان اینکه این دفاع، مقدس است بخاطر اینکه همه ملت ایران برای دفاع از اسلام در آن شرکت کردند، گفت: در آن دوران افتخار آمیز سپاه، ارتش، نیروهای جهادگر و مردم در کنار هم جنگیدند و همه ملت ایران اسلامی در دفاع مقدس مشارکت داشتند.

وی افزود: امروز یکی از دستاوردهای مهم دفاع مقدس برای ما به حداقل رسیدن تهدیدات و مشغول شدن دشمنان در سرزمین‌های دوردست بوده است.

فرمانده سپاه فجر، با بیان اینکه ایران اسلامی استکبار ستیز مانده و همان شعاری که با آن انقلاب کرد را حفظ کرده است، گفت: دشمنی‌ها و ادعاهای دشمنان نشان از آن دارد که امروز آرمان‌ها و تفکر انقلاب اسلامی در سراسر جهان مطرح شده و مورد توجه ملت‌ها قرار گرفته است.

سردار بوعلی با بیان اینکه فرزندان ملت در نیروهای مسلح به پشتوانه ملت و با تکیه بر باورهای دینی در عرصه دفاع از انقلاب اسلامی حضور دارند، گفت: امروز در مقابل هرگونه تهدیدی قادر به پاسخگویی هستیم و اگر چیزی می‌گوئیم قدرت عملی کردن آن را هم داریم و این یکی از برکات خون شهدای دفاع مقدس است.

تلفن مشاوره دانشکده علوم پزشکی لارستان در خصوص بیماری کرونا
۰۷۱-۵۲۲۴۰۴۲۱

بازدید سرزده فرماندار ویژه لارستان از شهرداری دهکویه

معاون استاندار و فرماندار ویژه لارستان، به اتفاق احمد دلاور معاون هاهنگی امور عمرانی فرمانداری، به صورت سرزده از شهرداری دهکویه بازدید کرد و در جریان نحوه خدمات رسانی به مردم قرار گرفت.

به گزارش میلادلارستان به نقل از روابط عمومی معاونت استانداری و فرمانداری ویژه لارستان؛ جلیل حسنی در این بازدید سرزده، ضمن آگاهی از نحوه خدمات رسانی شهرداری دهکویه به شهروندان، از بخش‌های مختلف آن بازدید به عمل آورد.فرماندار ویژه لارستان، تسریع در انجام امور مردم در دستگاه‌ها، افزایش رضایتمندی شهروندان و تکریم ارباب رجوع را، از جمله اهداف این بازدیدها بیان کرد.

وی بر خدمت صادقانه مسئولان به مردم به ویژه دستگاه خدمت رسانی همچون شهرداری تاکید کرد و گفت: خدمت به مردم جز وظایف مسئولان است، بنابراین خدمت صادقانه و بی منت باید سرلوحه و اولویت کاری قرار گیرد.

حسنی در ادامه با بیان اینکه هدف از بازدیدهای سرزده آشنایی با مشکلات مدیران دستگاه های اجرایی و خدمت رسان و کسب رضایتمندی حداکثری ارباب رجوع است، ارتباط نزدیک شهروندان، تقویت فضاهای مشارکتی، تعامل شهروندان و دستگاه های اجرایی با شهرداری را امری لازم و ضروری دانست، چرا که شهرداری نهادی است که ارتباط مستقیم با شهروندان دارد و باید در جهت پاسخگویی و کسب رضایت شهروندان تلاش کند.در ادامه، اسکندری شهردار دهکویه، نیز به تشریح فعالیت ها و عملکرد این نهاد پرداخت.وی یاد آور شد: شهرداری دهکویه با تمام توان و تلاش در راستای خدمت رسانی به مردم و پیشرفت شهر گام بر می دارد و دهکویه در آینده ای نزدیک شاهد تحولات بسیاری خواهد بود.

برگزاری یادواره بزرگ شهدای گمنام دانشگاه آزاد اسلامی لارستان

یادواره بزرگ شهدای گمنام دانشگاه آزاد اسلامی لارستان به همت حوزه بسیج دانشجویی، حوزه فرهنگی دانشگاه آزاد اسلامی لارستان و هیات خادم الشهدا، با حضور پرشور مسئولین و مردم ولایی شهرستان و بر اساس پروتکل های بهداشتی در جوار قبور مطهر آن عزیزان در مجتمع دانشگاهی کوثر دانشگاه آزاد اسلامی برگزار شد.

به گزارش میلادلارستان به نقل از خبرنگار خبرگزاری آنا، در این یادواره که با استقبال خوب جوانان مواجه شد ؛ امیر جاهدی فرمانده ناحیه مقاومت بسیج و سپاه لارستان ضمن تشکر ار رئیس دانشگاه آزاد اسلامی لارستان و دیگر دست اندرکاران برگزاری این مراسم وزین معنوی ، اظهار کرد: وظیفه ما زنده نگاه داشتن یاد و خاطره فرهنگ جهاد و شهادت می باشد؛ چرا که وجود این شهدای گرانقدر، باعث تضمین امنیت و اقتدار ایران اسلامی خواهد شد.

جاهدی تاکید کرد: هر جا موفقیت و بهروزی برای مردم ایران رقم خورده است، ناشی از روحیه انقلابی و جهادی مسئولین بوده و هر کجا که ناکامی یا شکستی احساس می شود، نشات گرفته از خوی دنیا طلبی و منفعت گرایی است.سپس سیدعلی مومن، یکی از ایثارگران جانباز هشت سال دفاع مقدس با بیان خاطراتی از هم رزمان شهید خود، حال و هوایی خاص به این محفل نورانی بخشید و در ادامه گروه، سرود مصباح الهدی وابسته دانشگاه آزاد اسلامی لارستان یکی از سرود های انقلابی خود با عنوان (بغض مادر) اجرا کرد و در پایان این مراسم هنرمندان لارستانی با ارائه هنر دمام زنی، فرهنگ فاخر و غنی جهاد و ایثار را در قالب نوای مرثیه حسینی ارائه دادند و در پایان، شرکت کنندگان و مسئولین با نثار گل و قرائت سوره مبارکه فاتحه بر قبور شهدای گمنام آرمیده در این واحد دانشگاهی با آرمان های امام راحل و شهدای دفاع مقدس تجدید پیمان کردند.

گفتنی است اجرای برنامه زنده، شعر خوانی شاعران برجسته بسیجی لارستان با عنوان محفل ادبی شوق شهادت که به همت کانون بسیج هنرمندان و انجمن ادبی این واحد دانشگاهی در وصف شهدای والا مقام و رزمندگان هشت سال هشت سال دفاع مقدس از جمله برنامه های اجرا شده بود.

کسب مقام اول تا سوم مسابقات کشوری (طرح قدس) قرآن کریم

کارکنان و دانشجوی سما دانشگاه آزاد اسلامی لارستان در مسابقات کشوری طرح قدس(قران در سما) سه مقام کشوری را از آن خود کردند.

به گزارش خبرنگار خبرگزاری آنا از لارستان، زارع، با ابراز خرسندی از موفقیت کارکنان و دانشجوی سما و ضمن تاکید بر اهمیت تلاش و جهاد در مسیر شناساندن معارف قرانی اظهار کرد: در عظمت کلام وحی همین بس که پیامبر اکرم(ص) فرمودند: فضیلت قرآن، از همه چیز به جز خدا برتر است و برتری قرآن بر سایر سخنان، مانند برتری خداوند بر بندگانش می باشد.

رئیس دانشگاه آزاد اسلامی لارستان، ادامه داد: در شرایطی که دشمن با همه توان خود به دنبال تغییر ذائقه نسل جوان ایران اسلامی ابوده و همه ابزارهای خود را جهت ترویج اباحه گری و فشل کردن بنیان های اجتماعی به میدان جنگ نرم آورده است؛ توکل به خدا و توسل به اهل بیت و کلام ناب وحی می تواند مهم ترین عامل برون رفت از مشکلات امروزی باشد.

زارع بیان کرد: خبر موفقیت کارکنان و دانشجوی سما دانشگاه آزاد اسلامی لارستان در کنار سایر دستاوردهای موفقیت آمیز این مجموعه علمی، دانشگاه آزاد اسلامی لارستان را در شهرستان و استان مامن و مکان مناسبی جهت فعالیت های آموزشی و فرهنگی کرده است، به نحوی که بسیاری از خانواده ها ، این واحد آموزشی و مراکز تابعه آن را برای ادامه تحصیل فرزندان خود انتخاب می کنند.زارع تاکید کرد: بدون تردید یکی از دلایل حرکت فزاینده و رو به رشد دانشگاهیان لارستان در کسب عناوین مهم فرهنگی و علمی، مانوس بودن این عزیزان با معارف کلام وحی است.

در این دوره از مسابقات کشوری قرآن کریم، به ترتیب مهدی مردانه در رشته مداحی، مرضیه مراغه در رشته حفظ کل قران کریم و یاسمن زینلی در رشته مداحی، موفق به کسب نفرات اول تا سوم این مسابقات شدند.

«شاهین»، فاتح لیگ تنیس روی میز باشگاه های گراش

به گزارش میلادلارستان به نقل از روابط عمومی هیات تنیس روی میز شهرستان گراش؛ مسابقات لیگ تنیس روی میز باشگاه های گراش که با اسپانسری بیمه سامان و با حضور هشت تیم مسجد صاحب الزمان(عج)، شهدای گمنام، شهید درویشی، تبرک، طلافروشی درخشان، هلال احمر، شهید قاسم سلیمانی و شاهین از بهمن ماه ۹۸ در دو گروه چهار تیمی آغاز و پس از پایان مرحله گروهی به خاطر بیماری کرونا تعطیل شده بود، سرانجام پس از هفت ماه و با برگزاری مرحله یک چهارم نهایی، نیمه نهایی و فینال با قهرمانی تیم شاهین به پایان رسید.

در دیدار فینال این رقابت ها تیم شاهین با ترکیب محمدمهدی اخوندی، عباس خواستار و محمدسبحان یحیایی توانست در یک بازی نزدیک تیم شهید قاسم سلیمانی را شکست دهد و فاتح لیگ باشگاه های تنیس روی میز گراش شود و تیم شهید قاسم سلیمانی در جایگاه دوم ایستاد.

در دیدار رده بندی این رقابت ها ، تیم شهدای گمنام با شکست دادن تیم شهید درویشی مقام سوم را کسب کرد. در مراسم اختتامیه این رقابت ها با حضور خداپرست، رییس اداره ورزش و جوانان، علی یحیایی نایب رییس هیات تنیس روی میز شهرستان و حاج علی موغلی از پیشکسوتان داوری ملی فوتبال کشور و پیشکسوتان تنیس روی میز به تیم های قهرمان ، نایب قهرمان و سوم مسابقات از سوی هیات تنیس روی میز گراش، مدال و جوایز نقدی به ارزش ۱۵ میلیون ریال اهدا گردید.

همچنین در پایان مسابقات، عبدالهادی موغلی از تیم شهید قاسم سلیمانی به عنوان بهترین بازیکن مسابقات، عباس خواستار از تیم شاهین به عنوان تاثیرگذارترین بازیکن و محمدسبحان یحیایی از تیم شاهین به عنوان پدیده مسابقات انتخاب شدند و جوایز نقدی دریافت کردند.

داوری رقابت های فینال را حمیدرضا جعفری، مهدی رام یارپور و سیدمحمد محقق عهده دار بودند.

سرپرست وزارت صنعت، معدن و تجارت:
به دنبال استفاده از ظرفیت شرکت‌های فولادی منطقه هستیم

سرپرست وزارت صنعت، معدن و تجارت، گفت: به دنبال استفاده از ظرفیت شرکت‌های فولادی منطقه هستیم.

به گزارش میلادلارستان به نقل از خبرنگار مهر، جعفر سرقینی در جلسه ستاد اقتصاد مقاومتی که با حضور معاون اول رییس جمهور برگزار شد، تصریح کرد: به دنبال جذب سرمایه گذار جدید برای تحقق این ظرفیت نیستیم و می خواهیم از پتانسیل شرکت‌های فولادی منطقه برای رسیدن به این هدف استفاده نماییم.

وی همچنین اضافه کرد: تحقق این ظرفیت در راستای توسعه هرچه بیشتر استان هرمزگان در دستور کار برنامه‌های وزارت صمت است.

سرپرست وزارت صنعت، معدن و تجارت در بخش دیگری از سخنان خود با یادآوری اینکه وضع عوارض صادراتی گچ برای جلوگیری از خام فروشی بوده است، بیان کرد: به دنبال این موضوع هستیم تا معافیت به صادرات گچ استان هرمزگان داده شود تا گچ این استان به صورت دانه بندی بدون عوارض به کشورهای دیگر صادرات شود.سرقینی بیان داشت: با توجه به اینکه افزایش تعرفه های مواد معدنی با توجه به نوع تیپ قراردادهای سازمان بنادر و دریانوری استان صورت می گیرد موافقت خود را با پیشنهاد اتاق بازرگانی بندرعباس با تمدید تعرفه های مواد معدنی بر اساس تیپ قراردادی سابق تا پایان سال اعلام می کنم.

وی بیان داشت: تیپ قراردادی جدید را توسط سازمان های مربوطه کارشناسی می کنیم.

سرقینی، همچنین در خصوص برنج های دپو شده در گمرک نیز تصریح کرد: این برنج ها با ارز ۴۲۰۰ وارد گمرک شده‌اند و آن بخشی از این محموله ها که تاکنون در گمرک معطل مانده است، با ارز نیمایی باید ترخیص و آزاد شوند. در این جلسه که معاون اول رئیس جمهور، وزیر راه و شهرسازی، رئیس کل بانک مرکزی، استاندار و جمعی از مدیران استان هرمزگان نیز حضور داشتند، تعدادی از فعالان عرصه اقتصادی به بیان مهمترین مسائل و نقطه نظرات خود پرداختند.

حوادث و کشفیات

چهار کشته و زخمی در سانحه تصادف در جاده فسا - داراب

مدیر روابط عمومی اورژانس شهرستان فسا، گفت: در یک حادثه رانندگی در محور فسا - داراب ۲ نفر کشته و ۲ نفر مصدوم شدند.

مسیری که چند سالی است به عنوان یکی از نقاط حادثه خیز استان فارس تبدیل شده و هر ساله تعداد زیادی بر اثر تصادف جان خودشان را از دست می‌دهند.

قطعه دوم بزرگراه فسا-داراب به طول حدود هشت کیلومتر از روستای هارم تا شهر نوبندگان به دلایل مختلفی از جمله کمبود قیر تعطیل شده و باعث شده در این‌مسیر ما هر روز شاهد تصادفات جاده‌ای باشیم.

وزیر راه و شهر سازی در بازدیدی که از این محور در بهمن ماه سال گذشته داشت قول داد تا پایان سال ۹۸ این محور به اتمام برسد، ولی متاسفانه بعد از گذشت ۷ ماه هنوز هیچ اتفاقی رخ نداده است.

مدیر روابط عمومی اورژانس فسا، گفت: سانحه تصادف مرگبار در جاده فسا - داراب حد فاصل پمپ بنزین شهر نوبندگان دو کشته و دو زخمی بر جای گذاشت.

افضلی فر، افزود: در این تصادف که بین خودرو پژوه پارس و کامیون خاور رخ داده بود دو سرنشین پژوه سواری در دم جان باختند و دو نفر از سرنشینان کامیون خاور مصدوم شده بودند، که با دو دستگاه آمبولانس به بیمارستان فوق تخصصی، ولی عصر فسا انتقال داده شدند.

***

کشف ۱۱۷ کیلو تریاک در بازرسی از وانت نیسان

جانشین فرمانده انتظامی استان فارس، گفت: در بازرسی از یک وانت نیسان در کمربندی سوریان شهرستان بوانات، ۱۱۷ کیلو تریاک کشف و یک سوداگر مرگ نیز دستگیر شد.

سردار یوسف ملک‌زاده، بیان کرد: مأموران پلیس مبارزه با مواد مخدر شهرستان بوانات با اقدامات فنی و تخصصی، از تردد یک خودرو وانت نیسان حامل تریاک در کمربندی «سوریان» مطلع شدند.

وی افزود: ماموران سریعا به محل مورد نظر اعزام و ضمن استقرار ایست و بازرسی محسوس و نامحسوس، خودرو وانت نیسان را توقیف و موفق شدند در بازرسی از آن، ۱۱۷ کیلو تریاک کشف کنند.

جانشین فرمانده انتظامی استان، با اشاره به اینکه در این خصوص یک نفر دستگیر و تحویل مراجع قضائی شد، گفت: اقدامات قاچاقچیان در این استان به هیچ وجه از چشمان تیز بین پلیس دور نخواهد ماند.

***

دپو کالای قاچاق ۲۰ میلیاردی در «کوه چنار» لو رفت

جانشین فرمانده انتظامی استان فارس از کشف ۲۰ میلیارد ریال انواع کالای قاچاق در شهرستان کوه چنار خبر داد.

سردار یوسف ملک‌زاده بیان کرد: مأموران انتظامی شهرستان کوه چنار با اقدامات فنی و پلیسی از دپو کالای قاچاق در یک منزل مسکونی در یکی از محله‌های این شهرستان مطلع شدند و بررسی موضوع را به صورت ویژه در دستور کار خود قرار دادند.

وی افزود: پس از هماهنگی با مقام قضائی، مأموران به محل مورد نظر اعزام و در بازرسی از آن مکان، ۴۰۰ دستگاه دریل، ۵۰ دستگاه سنگ فرز، ۲۰۰ عدد کلیه متعلقات اره برقی، ۱۶۰ دستگاه اتو لوله با متعلقات آن و ۵۴۰ عدد اره چوب بر خارجی قاچاق را کشف کردند.

سردار ملک‌زاده، با اشاره به اینکه ارزش اموال مکشوفه توسط کارشناسان، ۲۰ میلیارد ریال اعلام شده است، گفت: در این رابطه یک نفر دستگیر و پس از تشکیل پرونده برای اقدامات قانونی تحویل مراجع قضائی شد.

جانشین فرمانده انتظامی استان، بیان کرد: شهروندان در صورت اطلاع از فعالیت‌های اقتصادی غیر قانونی، مراتب را در اسرع وقت از طریق تلفن ۱۱۰ به پلیس اطلاع دهند تا نسبت به دستگیری متهمان در کمترین زمان ممکن اقدام شود.

***

دستگیری سارق دوچرخه و لوله‌های مسی اسپیلیت در شیراز

فرمانده انتظامی شیراز، از دستگیری سارق و کشف ۲۰ فقره سرقت دوچرخه و لوله‌های مسی اسپیلیت خبر داد.

سرهنگ فرج شجاعی، گفت: در پی وقوع چند فقره سرقت دوچرخه در شیراز، دستگیری سارق یا سارقان در دستور کار مأموران پلیس قرار گرفت.

وی افزود: ماموران کلانتری ۳۱ جنت این شهرستان با انجام اقدامات اطلاعاتی و فنی، موفق شدند یک نفر سارق را شناسایی و وی را در مخفیگاهش دستگیر کنند.

فرمانده انتظامی شیراز، با بیان اینکه پس از تحقیقات به عمل آمده، متهم به ۲۰ فقره سرقت دوچرخه و لوله‌های مسی اسپیلیت در پشت بام‌های منازل اعتراف کرد، گفت: متهم پس از سیر مراحل قانونی روانه زندان شد.

***

کشف فلزیاب قاچاق دومیلیاردی توسط پلیس قیروکارزین

فرمانده انتظامی قیروکارزین از کشف یک دستگاه فلزیاب قاچاق به ارزش ۲ میلیارد ریال در این شهرستان خبر داد.

سرهنگ حمیدرضا صالحی فرد گفت: ماموران پلیس آگاهی شهرستان قیروکارزین، حین کنترل محورهای مواصلاتی، به یک دستگاه پژو ۴۰۵ مشکوک و آن را برای بررسی بیشتر متوقف کردند.

فرمانده انتظامی شهرستان قیروکارزین با بیان اینکه در بازرسی از این خودرو، یک دستگاه فلزیاب قاچاق کشف شد، عنوان کرد: در این خصوص یک نفر دستگیر و با تشکیل پرونده تحویل مراجع قضائی شد.

سرهنگ صالحی‌فرد، با بیان اینکه برابر نظر کارشناسان ارزش اموال مکشوفه، ۲ میلیارد ریال برآورد شده است، تصریح کرد: برخورد قاطع با قاچاقچیان در دستور کار انتظامی این فرماندهی است و از شهروندان تقاضا می‌شود در صورت اطلاع از فعالیت‌های این دسته از افراد سودجو، مراتب را در اسرع وقت از طریق تماس با شماره تلفن ۱۱۰ به پلیس اطلاع دهند.

***

کشف کود شیمیایی قاچاق در کوه چنار

فرمانده انتظامی کوه چنار از کشف ۱۰ هزار کیلوگرم کود شیمیایی قاچاق به ارزش ۳۵۰ میلیون ریال در این شهرستان خبر داد.

سرهنگ لطف‌الله محمدی گفت: در راستای مبارزه همه جانبه با پدیده شوم کالای قاچاق، مأمورین انتظامی این شهرستان حین ایست و بازرسی مقطعی در محورهای مواصلاتی، به یک دستگاه کامیون مظنون و آن را برای بررسی بیشتر متوقف کردند.

این مقام انتظامی با بیان اینکه ماموران در بازرسی از این خودرو، ۱۰ هزار کیلوگرم کود شیمیایی قاچاق کشف کردند، افزود: کارشناسان ارزش اموال کشف شده را ۳۵۰ میلیون ریال اعلام کردند.

فرمانده انتظامی شهرستان «کوه چنار» با بیان اینکه در این خصوص یک نفر دستگیر و تحویل مراجع قضائی شد، از شهروندان خواست در صورت اطلاع از وجود هرگونه موارد مشکوک، موضوع را از طریق تلفن ۱۱۰ به پلیس اطلاع دهند.

***

کشف کالای قاچاق در فیروزآباد

فرمانده انتظامی شهرستان فیروزآباد از کشف انواع کالای قاچاق به ارزش یک میلیارد و ۸۵۰ میلیون ریال خبر داد.

سرهنگ مهدی جوکار اظهار کرد: در راستای اجرای طرح تشدید مبارزه با قاچاق کالا و به منظور جلوگیری از هدر رفت سرمایه‌های ملی، ماموران انتظامی شهرستان فیروزآباد هنگام کنترل محورهای مواصلاتی، روز گذشته ۳ دستگاه خودرو سبک را متوقف کردند.

وی افزود: ماموران در بازرسی از این خودروها، ۵ هزار و ۷۰۰ عدد انواع لوازم بهداشتی و آرایشی، ۳۰۰ عدد لوازم جانبی خودرو، یک هزار و ۳۲۰ عدد نوشیدنی و ۳ دستگاه لباسشویی قاچاق که فاقد مدارک قانونی و گمرکی بود را کشف و در این خصوص ۴ نفر را دستگیر کردند.

فرمانده انتظامی شهرستان فیروزآباد با بیان اینکه ارزش محموله‌های قاچاق برابر نظر کارشناسان، یک میلیارد و ۸۵۰ میلیون ریال برآورد شده است، افزود: متهمان پس از تشکیل پرونده مقدماتی برای سیر مراحل قانونی به مراجع قضائی معرفی شدند.

سازمان انرژی اتمی: تحریم های دانشمندان، خللی در برنامه هسته ای ایران ایجاد نمی کند

سازمان انرژی اتمی جمهوری اسلامی ایران،به مناسبت ۲۶ سپتامبر روز جهانی نابودی کامل تسلیحات هسته‌ای، در رشته توئیتی اعلام کرد: روز جهانی نابودی تسلیحات هسته‌ای، فرصتی برای اصلاح تفکر مستبد جهانی نسبت به موضوع استفاده صلح آمیز از انرژی هسته‌ای است.

در این پیام توئیتری آمده است: امروز کشورهای زیادی روی به استفاده از انرژی هسته ای آورده‌اند، اما جمهوری اسلامی ایران با رویکردی شفاف بیشترین همکاری‌ها را با آژانس بین المللی انرژی اتمی داشته است که این موضوع حقانیت استفاده به حق از این انرژی را برای مردم ایران ثابت می‌کند.

این سازمان می افزاید: سازمان انرژی اتمی ایران با نگرش استفاده صلح آمیز از فناوری هسته‌ای، برنامه های علمی خود را در حوزه های سلامت، کشاورزی، غذا، رادیودارو، ایزوتوپ‌های پایدار و... به طور دقیق و با عزمی مضاعف پیش می‌برد و تحریم‌های علمی دانشمندان هسته‌ای ایران در اصل راهبردی برنامه هسته‌ای(ایران) خللی ایجاد نخواهد کرد.

همانگونه که مقام معظم رهبری فرموده اند:جمهوری اسلامی هرگز در پی تسلیحات هسته‌ای نیست، و نیز هرگز از حق ملت خود در استفاده صلح‌آمیز از انرژی هسته‌ای چشم‌پوشی نخواهد کرد.

به گزارش فارس، وزارت خزانه داری آمریکا علاوه بر اینکه علی اکبر صالحی رئیس سازمان انرژی اتمی را در فهرست تحریم های خود قرار داده است، اخیرا نیز چهار معاون این سازمان را تحریم کرد.

سردار حاجی زاده: جزو پنج کشور اول در حوزه موشکی و پهپادی هستیم

فرمانده نیروی هوافضای سپاه گفت: اگر درباره پیشرفت‌های موشکی، پهپادی و راداری صحبت می‌کنیم اینها در لبه دانش و فناوری حرکت می‌کنند و ما جز پنج کشور اول در این حوزه‌ها هستیم.سردار امیر علی حاجی زاده فرمانده نیروی هوا فضای سپاه در آئین افتتاحیه نمایشگاه دائمی توانمندی‌های راهبردی نیروی هوافضای سپاه طی سخنانی اظهار داشت: پارک ملی هوافضا و نمایشگاه اقتدار بعد از سال‌ها تلاش و مجاهدت افتتاح شد.

وی درباره دلایل تأسیس این نمایشگاه گفت: مجموعه هوافضا و پیشرفت‌های آن در شرایط بسیار ممتازی در سطح جهان قرار دارد و اگر درباره پیشرفت‌های موشکی، پهپادی و راداری صحبت می‌کنیم اینها در لبه دانش و فناوری حرکت می‌کنند و ما جز پنج کشور اول در این حوزه‌ها هستیم.

فرمانده نیروی هوافضا سپاه، دستاوردهای به دست آمده در حوزه دفاعی را نتیجه تجارب دفاع مقدس دانست و گفت: ما از امام آموختیم که باید روی پای خود بایستیم، البته در این مسیر دشواری‌های بسیاری داشتیم و در زمان فروپاشی شوروی موشک‌های میلیون دلاری و سکوهای پرتاب به راحتی به ما داده می‌شد اما مقام معظم رهبری مخالفت کردند، اگر آن روز آن خریدها انجام می‌شد امروز به این پیشرفت‌ها نمی‌رسیدیم و این پیشرفت‌ها نتیجه بینش مقام معظم رهبری است.

وی ادامه داد: جوانان ما مطالبات بسیاری برای آشنایی با این دستاوردها داشتند و تنها رژه ۳۱ شهریور پاسخگو نبود، به همین در این نمایشگاه می‌خواهیم در کنار ارائه تاریخ پیشرفت کشور در این حوزه، می‌خواهیم خود باوری را به جوانان انتقال دهیم، از سوی دیگر می‌خواهیم روش رسیدن به این فناوری و شاه کلید این توانمندی را به دیگران منتقل کنیم. البته در کشور مشکلاتی داریم که با خودباوری می‌توانیم آنها را حل کنیم.

تهدیدات احمقانه و تکراری ترامپ: ایران باید قبل از انتخابات با من مذاکره کند!

رییس جمهور آمریکا در سخنرانی های انتخاباتی خود در ایالت فلوریدا گفت که ایران می خواهد مذاکره کند و به توافقی با ایالت متحده دست یابد. او تا انتخابات ۳ نوامبر صبر خواهد کرد اما پس از انتخابات دیگر شرایط توافق را «سخت تر» خواهد بود.

دروغ پردازی به ویژگی بارز ترامپ تبدیل شده است، رسانه های آمریکایی در یک بررسی نشان دادند «ترامپ از بدو ورود به کاخ سفید تاکنون بیش از ۲۰ هزار مرتبه دروغ گفته است». زمانی که ترامپ اینگونه جرات می یابد که حتی در مسائل روشن و شفاف مانند خسارت‌های مادی و انسانی بر اثر بحران کرونا دروغ بگوید، بی تردید در مسائل بین المللی پیچیده ای مانند مساله ایران نیز به آسانی دروغ می گوید.

تمام جهان شاهد بودند که ایران بارها مخالفت خود با مذاکره با آمریکا را اعلام کرده است، و مسئولان ایرانی بدون استثنا هرگونه مذاکره با ترامپ پس از عقب نشینی احمقانه اش از توافق هسته ای را رد کرده اند، این مرد ثابت کرد که نمی توان به سخنانش اعتماد کرد. او احمق، متقلب و دروغگوست و بازیچه ای در دست بنیامین نتانیاهو نخست وزیر رژیم صهیونیستی است که از طریق جرد کوشنر دامادش، او را تحت کنترل و سیطره خود قرار داده است.

حماقت ترامپ حتی متحدان قدیمی اش را نیز حیرت زده کرده است؛ یک بار می گوید که ایران باید قبل از هر مذاکره‌ای شرط های ۱۲ گانه آمریکا را انجام دهد و بار دیگر می گوید که او آماده است بدون هیچ پیش شرطی با ایران مذاکره کند و زمانی دیگر نیز می گوید که شماره تلفنش را به سفارت سوئیس در تهران داده است و منتظر است تا ایرانی ها با او تماس بگیرند و زمانی تاکید می کند که پس از دو هفته از پیروزی اش در انتخابات، به صورت مستقیم با ایران مذاکره خواهد کرد. دیروز نیز اعلام کرد که ایرانی ها منتظرند تا با او مذاکره کنند اما او مذاکره را به بعد از انتخابات موکول کرده است و پس ازانتخابات شرط‌های مذاکرات را «سخت تر» خواهد کرد.

روشن است که سخنرانی اخیر ترامپ درباره دشوارتر کردن شرط های مذاکرات پس از انتخابات یک تهدید احمقانه است؛ ظاهرا این مرد به خاطر شرایط دشوارش در انتخابات، نمی تواند مسائل را از هم تمییز دهد او گمان می کند که همانگونه که حاکمان عرب حاشیه خلیج فارس را واداشت تا به عادی سازی روابط با رژیم اشغالگر بپردازند و شانس های او برای پیروزی در انتخابات را افزایش دهند، اینک نیز می تواند با این تهدیدها ایران را به مذاکره با او قبل از انتخابات وادارد تا شاید در کارنامه او که آکنده از شکست ها و ناکامی هاست، حداقل یک امتیاز ثبت شود.

ترامپ اما این مساله را از یاد برد که ایران هیچ اهمیتی نمی دهد که چه کسی وارد کاخ سفید خواهد شد بلکه آنچه که برایش مهم است سیاست آمریکاست که متاسفانه این سیاست همواره به گفته محمد جواد ظریف وزیر خارجه ایران مبتنی بر نفرت پراکنی و خروج از توافقنامه ها و نقض قوانین و پیمان های بین المللی است.

بنابراین تا زمانی که سیاست آمریکا به همین منوال باقی بماند نه ترامپ و نه رقیبش جو بایدن، نمی تواند زیر تهدید و زورگویی و محاصره و تحریم های ظالمانه، هیچ امتیازی از ایران دریافت کند. ۴۰ سال مقاومت ایران به ترامپ و بایدن و روسای سابق آمریکا ثابت کرد که ملت ایران هیچ گاه در مقابل فشارها سرخم نمی کند و روزی فراخواهد رسید که آمریکا با کمال خواری، حقوق ایران را به رسمیت خواهد شناخت.

آیا زمان جنگ سرد چین و آمریکا فرا رسیده است؟

انتشار جهانی ویروس کرونا در حالی که همه ابعاد زندگی بشر را تحت تاثیر قرار داده است، با آشکار ساختن شکاف های حول رقابت چین و آمریکا بر سر رهبری دنیای آینده، تغییر نظم جهانی و بروز جنگ سرد جدید، آغاز دورانی تنش آلود با تحولات سریعتر را خبر می دهد.

به گزارش میلادلارستان به نقل از ایرنا، در حالی که روابط ساختاری و تعامل میان چین و آمریکا به عنوان دو ابر قدرت هم به عنوان «دوست» (شرکای مالی و اقتصادی) و هم به مثابه «دشمن» (رقبای اقتصادی و ژئوپلیتیک) سابقه دیرینه دارد، اما رویکرد کاخ سفید در دوره حضور «دونالد ترامپ» رئیس‌جمهوری آمریکا موجب افزایش نقاط اصطکاک و تقابل میان دو دولت در سال‌های اخیر شده است؛ اکنون با شیوع گسترده ویروس کرونا به نظر می‌رسد تقابل چین و آمریکا، از رقابت‌های تجاری فراتر رفته و به یک موضوع جدی در حوزه امنیت ملی به خصوص برای واشنگتن تبدیل شده است.

در حالی که بسیاری از تحلیلگران و استراتژیست‌های مراکز تحقیقاتی غرب پیشتر از چرخش محور تحولات دنیا به سمت اقیانوس آرام و منطقه شرق آسیا در آینده ای دورتر را پیش بینی کردند اما همه‌گیری ویروس کرونا، به یکباره موجب سرعت بخشیدن به فرآیند تدریجی تشدید تنش‌ها میان این دو قدرت جهان شده است.

جنگ سرد جدید چین – آمریکا؛ از هشدار تا واقعیت

تقابل روزافزون پکن- واشنگتن در دوران چهار ساله حضور ترامپ به اندازه ای تشدید شده است که برخی کارشناسان از وقوع جنگ سرد هشدار می دهند در حالی که به زعم گروهی دیگر، نبرد این دو دولت از مدت ها قبل آغاز شده است.

جنگ سرد دوم که با نام جنگ سرد جدید نیز شناخته می‌شود، اشاره به تجدید تنش وضعیت سیاسی و نظامی بین قدرت‌های جغرافیای سیاسی است که در یک جبهه آن روسیه یا چین قرار دارد در حالی که رهبری جبهه دیگر با ایالات متحده آمریکا یا ناتو می‌باشد. این تنش‌ها شبیه به تنش‌های دوره جنگ سرد است که در آن بلوک غرب به رهبری ایالات متحده آمریکا در برابر بلوک شرق به رهبری اتحاد جماهیر شوروی که اکنون به روسیه تبدیل شده، قرار داشتند.

«آنتونیو گوترش» دبیرکل سازمان ملل در سخنرانی افتتاحیه هفتاد و پنجمین نشست مجمع عمومی سازمان ملل از حرکت جهان به سمت وضعیتی «بسیار خطرناک» ابراز نگرانی کرد. گوترش با بیان اینکه ما به سمت وضعیت بسیار خطرناکی در حال حرکت هستیم و بدون نام بردن از آمریکا و چین گفت؛ دنیا نمی‌تواند یک جنگ سرد و یک رویکرد دوقطبی توسط دو قدرت بزرگ اقتصادی را تحمل کند. وی این دو قدرت را دارای «قوانین تجاری و مالی مخصوص به خود، اینترنت جداگانه و توانایی هوش مصنوعی» توصیف کرد.

«فردریک کمپ» رئیس و مدیر اجرایی اندیشکده شورای آتلانتیک در مقاله‌ای که در وبسایت این اندیشکده و وبسایت ان‌بی‌سی منتشر شد، تصریح کرد پکن هم اکنون جنگ سرد دوم جهانی را با آمریکا آغاز کرده اما این امر در شرایطی صورت می‌گیرد که واشنگتن آماده این تقابل نیست.

در ادامه این مقاله آمده است: این تصور به این خاطر است که آمریکا در جنگ سرد دوم از توانایی و تجهیز کمتری به نسبت جنگ سرد اول برای مقابله با رقیب برخوردار است؛ در شرایطی که متحدان آمریکا ضعیف تر شده، سیاست داخلی و وضعیت اقتصادی آن نابسامان شده و همچنین به موجب شیوع گسترده بیماری کووید-۱۹ با بحران بهداشتی نیز دست و پنجه نرم می کند.

در حالی که دولت آمریکا در شرایط زیان دهی ناشی از شیوع گسترده بیماری همه‌گیر در حتی معمولی ترین نوع تجارت ها و کسب و کارها تصمیم گرفته است از هر اقدامی برای زنده نگه داشتن اقتصاد کوتاهی نکند، این تداوم در رشد کسری بودجه می‌تواند قربانی‌هایی داشته باشد که وزارت دفاع آمریکا یکی از محتمل‌ترین گزینه‌ها برای قربانی شدن است.

به این ترتیب نباید فراموش کرد که با کاهش بودجه دفاعی آمریکا و متعاقب آن افول توان نظامی این کشور، ممکن است مقابله با چین برای ایالات‌متحده به فاجعه ختم شود.

خبرگزاری بلومبرگ نوشت: ممکن است ایالات‌متحده وارد دوره‌ای نظیر آغاز جنگ سرد با اتحاد جماهیر شوروی شود؛ زمانی که تصمیم گرفت به‌رغم کسری بودجه جنگ سرد با روس‌ها را آغاز کند. البته ایالات‌متحده درنهایت برنده این جنگ شد، اما این قیاس نباید موجب آسودگی خیال واشنگتن شود چراکه یادآور می‌شود رویکرد تقابلی براساس کمبود بودجه دفاعی می‌تواند رقابتی پرریسک باشد.

موسسه «چونگ یانگ» وابسته به دانشگاه خلق پکن نیز پیش تر (۲۸ تیرماه) دیدگاه های مربوط به ۱۰۰ نفر از پژوهشگران را منتشر و بر اساس آن اعلام کرد جنگ سرد بین آمریکا و چین آغاز شده است. دقت نظرسنجی های سیاسی در چین همیشه مورد سوال بوده است اما موسسه یاد شده خاطر نشان می کند که ۹۰ درصد این محققان بر این باورند که چین قادر به مقابله با آمریکا در این جنگ است.

«مایک پمپئو» وزیر امور خارجه آمریکا پیشتر در گفت و گویی با فاکس نیوز در پاسخ به این سوال که آیا روابط ایالت متحده با چین به یک جنگ سرد شباهت دارد، اینگونه پاسخ داد: تشبیه به جنگ سرد تا حدودی درست است. واقعیت این است که حزب کمونیست چین در دوران ریاست «شی جین پینگ» دست به تصمیم های زده است که هدف آن سلطه بر جهان است.

روزنامه ساوت چاینا مورنینگ پست در گزارشی نوشت: سایه جنگ سرد بر روابط چین و آمریکا بیش از هر زمانی سنگینی می کند و سرعت گرفتن تنش های بی سابقه میان دو کشور، می تواند باعث بروز یک رویارویی ناخواسته شود و آنها را به جنگ بکشاند.

زنگ خطرها از وقوع جنگ سرد میان واشنگتن – پکن

جنگ تجاری، جنگ تعرفه ها، بحران کرونا، مداخله آمریکا در مسائل داخلی و سرزمینی چین از جمله نا آرامی‌های هنگ‌کنگ و تایوان، تبت و سین‌کیانگ، کشیده شدن جنگ پشت در کنسولگری های دو کشور، حضور روز افزون نظامی از جمله اعزام دو ناو جنگی هواپیمابر «یواس‌اس رونالد ریگان» و «یواس‌اس نیمیتز» به آب‌های دریای جنوبی چین، رقابت‌های فضایی مصداق‌هایی از تقابل و تنش‌هایی است که در نتیجه اقدامات جاه طلبانه آمریکا با هدف قدرت نمایی در برابر چین، این دو اقتصاد برتر جهان را در سال‌های اخیر در معرض مقابله ای لجوجانه و خطرناک قرار داده است.

بحران کرونا در حالی آتش تنش ها میان این دو قدرت برتر جهان را برافروخته تر کرد که آمریکا، با بهره گیری از تعابیری همچون «ویروس چینی»، پکن را به شیوع کرونا در جهان متهم کرد. در پاسخ به این اتهام زنی‌ها، وانگ یی وزیر خارجه چین (سوم خرداد) در کنفرانسی مطبوعاتی اعلام کرد دولت آمریکا با دروغ پراکنی درباره ویروس کرونا، در حال وارد کردن مناسبات دو کشور به دور تازه‌ای از جنگ سرد است. وزیر خارجه چین هشدار داد که خطر متوجه صلح جهانی است.

روند رو به رشد اتهامات کاخ سفید علیه پکن در حالی ادامه‌دارد که کرونا ضعف‌های بنیادی آمریکا را در مقابل چین آشکار کرد. حالا با شیوع گسترده ویروس کرونا به نظر می‌رسد تقابل چین و آمریکا فراتر از تقابلی تجاری تبدیل به یک موضوع جدی در حوزه امنیت ملی به خصوص برای واشنگتن شده است.

در شرایطی که روابط پکن- واشنگتن در فضای توام با سوء ظن هر روز بیشتر به سمت تیرگی پیش می رود، هر موضوعی می تواند دستمایه تنش، تهدید و تخاصم بین دو طرف باشد؛ ازجمله این موارد می‌توان به امضای پیش نویس سند همکاری ۲۵ ساله ایران و چین، ارائه کمک های چین بدون دخالت در امور داخلی کشورها همزمان با حفظ حاکمیت ملی آنان، ایفای نقش جدی تر «یوان» واحد پول چین در نظام مالی جهانی، نفوذ چین در مناطقی همچون آمریکای لاتین که زمانی حیاط خلوت آمریکا محسوب می‌شد، اشاره کرد.

برپایه مصادیق نام برده، جنگ سرد به عنوان رقابتی دیرینه، چند جانبه و جهانی بین دو ابر قدرت را می توان به شرایط موجود میان این دو کشور تعمیم داد.

روزنامه چاینا دیلی از مهمترین نشریات انگلیسی زبان چین نوشته است که شاید بهتر باشد که طرفین از این جنگ سرد اجتناب کنند اما متاسفانه آمریکا دقیقا در همین مسیر گام بر می دارد و نظم بین المللی را خدشه دار کرده است.

روابط پکن– واشنگتن در دوران ترامپ

چین بعد از روی کار آمدن دونالد ترامپ، به عنوان رئیس جمهوری آمریکا وارد چالش تازه ای با این کشور شد که تا پیش از آن تجربه نکرده بود. موضوع رقابت بین آمریکا و چین سالهاست که مورد توجه کارشناسان قرار گرفته و رشد سریع اقتصادی پکن سالهاست که زنگ خطر را برای مقامات آمریکایی به صدا درآورده است.

با این حال نوع این تنش در دوره ریاست جمهوری «باراک اوباما» شکل دیگری داشت. اوباما سعی داشت با حفظ ظاهر و تظاهر به دوستی میان دو کشور در یک رقابت زیرپوستی با چین برنده شود. در دوره اوباما آمریکا سعی داشت با استفاده از ابزارهای رقابتی اما صلح آمیز و با بکارگیری اهرم متحدانش به چین فشار لازم را وارد کند و مانع از قدرت گرفتن هرچه بیشتر این کشور شود. اما در دوره ترامپ شکل این رقابت کاملا تغییر کرده و شاید به دلیل ویژگی‌های شخصیتی ترامپ، رقابت میان دو کشور شکل یک جنگ به خود گرفته است که البته تاکنون بیشتر به شکل ابتدایی از جنگ سرد بوده است.

آیا رویکرد آمریکا در صورت انتخاب بایدن تفاوت خواهد کرد؟

با درک صحیح از شرایطی حاکم بر روابط میان چین و آمریکا و شناسایی رفتارهای مداخله جویانه واشنگتن در شرق آسیا به عنوان عامل تشدید تنش در منطقه، باید گفت نمی توان بهبود رویکرد امریکا در قبال چین را پس از انتخابات ریاست جمهوری آن کشور انتظار داشت، زیرا حتی با پیروزی «جو بایدن» نامزد دموکرات، اهداف و تمایلات بنیادین امریکا در قبال چین چندان دچار تغییر نخواهد شد.

از طرفی «اندرو بیتز» سخنگوی ستاد انتخاباتی بایدن پیش تر گفت چین در دوره ترامپ درگیر یک جنجال شده و ترامپ را ضعیف ترین رئیس جمهوری تاریخ آمریکا در خصوص رابطه با چین خواند، بر اساس پیش بینی‌ها موضع بایدن به سمت کاهش درگیری آشکار با چین پیش خواهد رفت.

یک مقام دولتی چین نیز در ارتباط با نتیجه انتخابات آمریکا گفت: هیچ توهمی درباره احیای روابط همانند دوران قدیم وجود ندارد، اما یک رئیس جمهوری جدید حداقل می تواند فرصت ازسرگیری روابط را فراهم سازد. در هر حال روابط بدتر از حال حاضر نخواهد شد.

انگیزه آمریکا از دمیدن آتش به تنور تنش با چین با فروپاشی اتحاد جماهیر شوروی و پایان نظام دوقطبی، ایالات متحده آمریکا مدعی کسب جایگاه قدرت بلامنازع و قدرتمندترین دولت در نظام بین الملل گردید، بازیگری که توانایی جهت دهی به قواعد و رویه های بین المللی را به تنهایی داراست. با این همه سایر قدرت های بزرگ با به چالش کشیدن آمریکا، تلاش های خود برای تغییر این شرایط را با برنامه ریزی های بلندمدت و استراتژیک ادامه دادند. این بازیگران همیشه به عنوان یک رقیب بالقوه جایگاه برتر آمریکا را تهدید می کردند. چین یکی از این قدرت های بزرگ است که توانایی های بالقوه این کشور برای تبدیل شدن به ابرقدرت و اشغال جایگاه فعلی آمریکا، باعث نگرانی مقامات آمریکایی شده است.

از طرفی تشدید تنش های اخیر آمریکا و چین، کمتر از ۴۰ روز مانده تا انتخابات ۲۰۲۰ آمریکا، به اهداف تبلیغاتی ترامپ بر می گردد؛ به طوری که کاخ سفید قصد دارد تا با انحراف افکارعمومی آمریکا از سوء مدیریت ترامپ و آسیب ها و صدماتی که به کشور و ملت آمریکا زده است، با سوار شدن بر موج اتهام زنی ها، تهدیدها را به فرصت تبدیل کند.

وانگ یی، وزیر خارجه چین تصریح کرد: شعار «آمریکا اول» که توسط برخی سیاستمداران این کشور مطرح شده است نمایانگر قصد این کشور از یک جانبه گرایی است در همین راستا تعداد معاهدات و سازمان های بین المللی که ایالات متحده از انها خارج شده است در دولت ترامپ به مراتب بیشتر از هر زمان دیگری است.

بی‌اعتمادی و دشمنی فزاینده بین پکن و واشنگتن نه تنها رقابت این دو اقتصاد برتر را قطعی‌تر کرده است، بلکه هشدارها از جنگ سرد امریکا علیه چین، نشان دهنده اعتراف و اذعان کاخ سفید به افزایش قدرت چین در سطح جهان و ناتوانی دولت آمریکا از رقابت با آن است. اقدامات نسنجیده ترامپ در مناسبات خود با پکن در حالی اقدام متقابل چین را به همراه داشته است که در صورت تداوم سیاست های غلط کاخ سفید می توان پایان همیشگی یکجانبه گرایی های آمریکا در جهان را متصور بود.

مقصر اصلی شکست نخست وزیر جدید لبنان؟

خبر:

«مصطفی ادیب» که به تازگی مامور تشکیل دولت در لبنان شده بود از این سمت استعفا کرد.

تحلیل:

- در حالی که برخی از مخالفین جریان حزب الله می‌کوشند تا مقصر تشکیل نشدن دولت جدید در لبنان را به حزب الله و امل نسبت دهند و این شکست را نتیجه پافشاری این دو جریان بر انتخاب وزیر داراریی و از وابستگان به ایشان معرفی کنند اما واقعیت آن است که نخست وزیر مکلف پیش از این و در جریان رای گیری از حمایت این دو جریان و سایر متحدین ایشان در جریان ۸ مارس برخوردار بود و در سایه حمایت آنها بقدرت رسید.

- این نکته نیز کاملا مسلم است که در طول یکماه گذشته و در حالی که هیچ گونه تماسی میان ادیب و این دو گروه و البته متحدان آنها گزارش نشده است جلسات پشت پرده مفصلی میان میقاتی و حریری با ادیب در جریان بوده است این یعنی آنکه ادعای نخست وزیر برای تشکیل کابینه ای تکنوکرات و غیر وابسته به احزاب اساساً نسبتی با واقعیت برقرار نمی‌کند.

- در حالی که پس از معرفی و انتخاب ادیب به سمت نخست وزیری برخی از جریان‌های سیاسی با شعار مداخله خارجی، شخص ادیب را صاحب صلاحیت تصدی این پست معرفی نکردند و خیابان‌ها را به‌همین منظور شلوغ کردند حزب الله و متحدین آن به‌منظور کمک به برون رفت لبنان از بحران، حمایت خود را از ایشان دریغ نکردند.

-در حالی که پس از استعفای ادیب، فرانسه این مساله را حاصل خیانت جمعی احزاب سیاسی لبنانی معرفی کرده است اما واقعیت آن است که تا زمان تجدید نظر در قرارداد طائف انتظار این است که امور لبنان بر قواعد تعریف شده و مورد توافق پیشین مدیریت شود. بنابر همین اصل و حسب اخبار جریان‌های شیعی لبنانی به ادیب پیشنهاد کرده بودند تعداد ۱۰ اسم را در اختیار وی قرار دهند تا وزارت دارایی را از میان آن انتخاب کند، امری که به دلایلی خاص و البته هدفمند به نتیجه نرسید.

آگهی مناقصه عمومی

شهرداری لار در نظر دارد عملیات اجرای جدول و رفیوژ وسط و کانیوا و اصلاح هندسی معابر سطح شهر را با اعتبار ۴/۸۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال، از طریق مناقصه عمومی به پیمانکار واجد شرایط واگذار نماید. لذا از کلیه پیمانکاران دعوت بعمل می آید با توجه به موارد ذیل جهت اخذ اسناد مناقصه به آدرس: شهرداری لار واحد امور قراردادها مراجعه نمایند.

ضمناً در صورت نیاز به اطلاعات بیشتر شماره تلفن: واحد امور قراردادها ۵۲۳۴۹۴۹۰ آماده پاسخ گویی می‌باشد.

- مبلغ تضمین شرکت در مناقصه ۲۴۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال بصورت ضمانت نامه بانکی یا فیش واریزی نقدی بحساب سپرده ۱۰۰۷۹۰۳۲۹۷۶۶ بانک شهر - برندگان اول تا سوم مناقصه هرگاه حاضر به انعقاد قرارداد نشوند سپرده آنان به ترتیب ضبط خواهد شد. - در زمان انعقاد قرارداد ۱۰٪ مبلغ پیشنهادی بعنوان ضمانت حسن اجرای تعهدات بصورت ضمانت نامه بانکی اخذ میگردد. - آخرین مهلت تسلیم پیشنهادات مورخ ۹۹/۰۷/۲۲ است. - تاریخ بازگشایی پاکت ها مورخ ۹۹/۰۷/۲۳ است. - مدت اعتبار پیشنهادها سه ماه می باشد. - بدیهی است هزینه آگهی بعهده برنده مناقصه خواهد بود و شهرداری در رد یک یا تمام پیشنهادها مختار میباشد. - سایر اطلاعات و جزئیات مربوط به مناقصه در اسناد مناقصه مندرج است.

انتشار نوبت اول: ۹۹/۰۷/۰۷ انتشار نوبت دوم: ۹۹/۰۷/۱۳

محمدرضا قنبرنژاد– شهردار لار شناسه آگهی : ۱۰۰۱۲۴۶ م الف : ۶۸۲۸

تربیت فرزند از نگاه ائمه

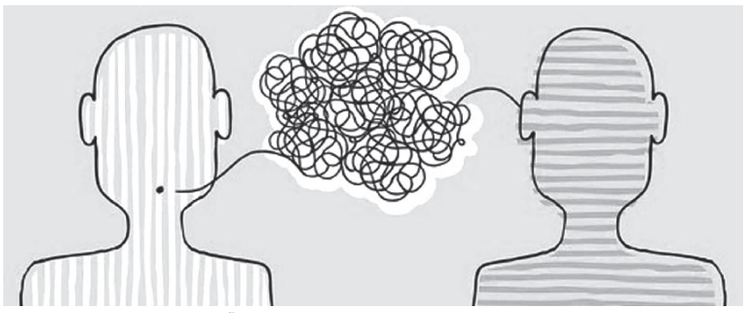
پیامبر اکرم (ص) فرمود:« فرزند خوب گلی است که خداوند میان بندگان خود تقسیم نموده است و دو گل من از دنیا حسن و حسین علیهماالسلام هستند من آندو را همنام دو سبط بنی اسرائیل که شبر و شبیر بودند(و به عربی حسن و حسین می شود) نامیدم. »
امام صادق علیه السلام فرمود:« ان الله لیرحم الرجل لشدۀ حبه لولده ؛ خداوند مرا را بخاطر محبت شدید وی به فرزندش مورد رحمت قرار می دهد. پس با فرزندان خود مهربان باشید.
پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله وسلم فرمود: رحمت خدا بر پدری که فرزندش را در نیکی به پدر یاری دهد، به اینکه از خطایش در گذرد و برای او میان خودش و خدا دعا کند. و فرمود: فرزندان خود را زیاد ببوسید.
مردی به امام صادق علیه السلام عرض کرد: به که خدمت کنم ؟ حضرت فرمود: به پدر و مادرت ، عرض کرد: آنها از دنیا رفته اند، فرمود: به فرزندت نیکی کن ؟
شخصی به حضرت موسی ابن جعفر علیه السلام از پسرش شکایت کرد: حضرت فرمود: او را نزن ولی با او قهر کن اما طول نده
امام صادق علیه السلام فرمود: هر که بر فرزندش نفرین کند فقیر می شود.
پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله فرمود: اولاد خود را احترام و آنها را نیکو ادب کنید، تا موجب آمرزش شما شود.
حضرت امیر علیه السلام می فرمود: من از خدا اولاد خوش رو و یا خوش قامت نخواستم : بلکه اولادی خواستم که فرمانبردار خداوند و خدا ترس باشد، به گونه ای که وقتی به او که مطیع خداست نگاه کنم ، چشمم روشن شود.
کلیب صیداوی گوید: امام هفتم به من فرمود: وقتی به بچه ها وعده ای دادید وفا کنید زیرا ایشان فکر می کنند شما به ایشان روزی می دهید، همانا خداوند عزوجل خشمگین نمی شود بر چیزی همانند خشمگین شدن او بخاطر (ستم به) زنان و فرزندان .

محمدرضا فاریابی

چند قانون آداب معاشرت

۱- همیشه مودب باشید
اگر از کسی به دلیل رفتار نا خوشایندش خوشتان نمی آید نیازی نیست که شأن و منزلت خودتان را تا سطح اجتماعی آن فرد تنزل دهید. مودب و با نزاکت باشید تا برتری خود را نسبت به آن شخص ثابت آنید.
۲- هیچگاه دشنام ندهید
دشنام و ناسزاگویی مطلقا ممنوع می باشد. چون نشان دهنده آن است که شما قادر نیستید برای بیان عقاید خودتان از واژه ها ولغات مناسبتری بهره بگیرید.
۳- با صدای بلند صحبت تکنید
هنگامی که با صدای بلند صحبت میکنید، باعث بالا بردن سطح استرس میان اطرافیان خود میگردید. بلندصحبت آردن بیانگر آن است که شما قادر به بحث منطقی با دیگران نیستید و عجز شما را در استدلال معقولانه نشان می دهد و آنکه می خواهید حرف خودتان را با توسل به زور وخشونت به کرسی بنشانید .
همچنین بلند صحبت کردن سبب جلب توجه اطرافیان میگردد البته توجه منفی.
٤-کنترل خود را از دست ندهید
زمانی که شما کنترل اعصاب خود را از دست میدهید و ازکوره در میروید به همه نشان می دهید قادر به کنترل احساسات و هیجانات خود نمی باشید. وقتی هم که شما از کنترل رفتار خودتان عاجز می باشید،چگونه قادر به کترل مسائل دیگر خواهید بود؟ همواره خونسردی خود را حفظ کنید (کار آسانی نیست ولی ارزش دارد).
۵- به دیگران خیره نشوید
زل زدن به دیگران نوعی چشم چرانی و تعرض به حریم آنان محسوب می گردد.سعی کنید این عادت ناپسند را آنار بگذارید و به امور خصوصی و رفتاری دیگران دقت نکنید.
٦-صحبت کسی را قطع نکنید
اجازه دهید صحبت دیگران به پایان برسد. میان صحبت کسی پریدن نشانه بی نزاکتی و عدم برخورداری از مهارت های اجتماعی می باشد. حتما با گفتن جمله «معذرت می خواهم»، اقدام به انجام آن کار کنید. مودب بودن به مفهوم آن است که برای موقعیت، عقاید و احساسات دیگران احترام قائل شویم.
۷- همیشه وقت شناس باشید
مهم است که به وقت دیگران احترام بگذارید.سر موقع در جلسات، قرار ملاقات ها، موقعیت های شغلی و اجتماعی حضور یابید. همچنین یک فرد متشخص می داند چه زمانی باید میهمانی را ترک کند.
۸- اسرار زندگی خصوصی خود را فاش نسازید
آبرو، شرافت، صداقت و بصیرت بزرگترین و مهمترین عامل برای حفظ اعتبار یک فرد متشخص می باشد. جزئیات زندگی عشقی شما باید محرمانه باقی بمانند. بنابراین هرگاه شخصی شروع به افشاء اسرارخود کرد، شمادر رابطه با زندگیتان سخنی به میان نیاورید.
۹ -حرمت دیگران را نگاه دارید
همانطور که دوست دارید مورد احترام دیگران باشید خود نیز به دیگران احترام بگذارید. هنگام عبور و مرور ، در صف ها ، هنگام سوار و پیاده شدن از وسایل نقلیه و... به دیگران احترم بگذارید .

چه نکاتی باعث می شود نتوانیم ارتباط اجتماعی با دیگران برقرار کنیم



خلق و خوی مضطرب
خلق و خوی مضطرب معمولاً به شکل گیری خجالت و احساس نا امنی منجر می شود که باعث می شود فرد از موقعیت های اجتماعی، پرهیز کند. همچنن خلق و خوی مضطرب باعث می شود که مردم خیلی محتاط، ریسک گریز و نازک نارنجی شوند.
همچنین حساسیت بالا به محرک ها که در این خلق و خو هست، باعث آن می شود که این عده در فعالیت هایی که دیگران از آن لذت می برند، کنار می کشند. افرادی که بیشتر احتیاط میکنند و اهل ریسک کردن نمی باشند نمی توانند به افرادی که نمی شناسند به یکباره در فعالیت هایی مانند آشنا شدن، مهمانی رفتن و یا یادگیری رانندگی شرکت نمایند.
انگیزه کم برای در جمع بودن
برخی از افراد به نظر می رسد که نیاز درونی کمی برای در جمع بودن و زمان گذاشتن با دیگران دارند. آنها بیشتر ترجیح می دهند که در خانه بمانند و مطالعه نمایند یا روی یک پروژه کار کنند تا اینکه با دیگران بیرون بروند. وقتی که آنها با دیگران نیستند احساس ناراحتی یا تنهایی نمی کنند. البته این مشکلی نیست. اگرچه یک تأثیر جانبی که گاهی رخ می دهد این است که اگر فردی زمان زیادی را با خودش باشد، فرصت کسب مهارت های اجتماعی را از دست خواهد داد و در این زمینه از دیگران عقب می افتد.
علایق
افرادی که دارای برخی علایق خاص هستند ممکن است که در روابط اجتماعی، مشکل داشته باشند. برخی علایق باعث می شود که افراد نتوانند از آن دست بکشند و این موضوع باعث می شود دیگران آنها را درک نکنند و یا با آن افراد غریبگی کنند. برخی از علایق هم باعث می شود که فرصت تمرین مهارتهای اجتماعی را از افراد بگیرند.

توصیه‌هایی به والدین جوان در تربیت کودک (۱)

۱- به خود اطمینان کنید
در تربیت کودک اعتماد به نفس والدین نقش مهمی را ایفا می کند. شما باید به احساسات خود اعتماد کنید و به خاطر داشته باشید تنها چیزی که کودک از شما می خواهد، شیر و محبت غنی شماست و تنها چیزی که شما احتیاج دارید، صبر، حمایت و کمی اطلاعات است.
۲- انتظارات خود را پایین بیاورید
پس از بارداری و به دنیا آمدن کودک، دیگر زندگی شما شباهتی به قبل از آن دوران نخواهد داشت با تولد کودک تمام ابعاد زندگی شما، با حضور او تحت تأثیر و تغییر قرار می گیرد. بعد از به دنیا آمدن کودک است که والدین نیازهای واقعی خود و کودکشان را به دقت مشاهده می کنند.
از تغییراتی که پس از تولد کودک، در بدن مادر به وجود می آید، ترشح هورمون های مختلف است. یکی از این هورمون ها، پرولاکتین نام دارد و سبب فراموشی مقطعی و بی خوابی در مادر می گردد.
باید مراقب باشید، چون فراموشکاری شما با خستگی ناشی از بی خوابی چندین برابر می شود. پس باید صبور باشید. در عرض چند ماه بعد از تولد کودک، شما دوباره به حالت عادی بازمی گردید.
۳- از دیگران کمک بگیرید
از دیگران کمک بگیرید و از اینکه برای مراقبت کودکان از دیگران کمک بگیرید، احساس گناه نکنید. همیشه وقتی را برای استراحت در نظر بگیرید و از دیگران بخواهید تا برای دقایقی، مراقب کودکتان باشند. شما به زمانی برای استراحت و کسانی که از شما مراقبت کنند، نیاز دارید. مانند همسر و اقوام نزدیک.

۴- کارهای خود را اولویت بندی کنید
پس از به دنیا آمدن کودک، یکی از اولویتهای شما این است: سعی نکنید زیاد کار کنید. شما نیاز به محافظت از خود و کودکتان دارید و طبیعتاً نشان دادن وسواس در دوری کردن از دیگران، نمی تواند دلیل غیرمنطقی داشته باشد. وقتتان را صرف تماس با دیگران و کارهای غیرضروری دیگر نکنید، چون ممکن است همین کارها، شما را از رسیدگی به خود و کودکتان بازدارد. شما می توانید چنین زمان هایی را برای استراحت و یا حمام گرفتن، صرف کنید.
۵- انعطاف پذیر باشید
در زندگی اوقاتی هست که عدم تمایل به سازش، قابل تحسین به نظر می رسد. اما بعد از بچه دار شدن، دیگر این طور نیست. والدین جوان باید انعطاف پذیر باشند.

چانه‌زنی با کودک، ممنوع!!

یکی از شایع‌ترین اشتباهات تربیتی والدین، چانه زدن با کودک است؛ آنها هر زمان کودک خواسته‌ای دارد، با او چانه می‌زنند و جملاتی مثل: «اگر بچه خوبی باشی، برایت بستنی می‌خرم» یا «اگر خانه بمانی، جایزه داری» را به کار می‌برند. واقعیت این است که در بیشتر موارد این چانه زدن‌ها و وعده وعید دادن‌ها نتیجه‌ای ندارند و کودک همچنان کار خودش را می‌کند.
بنابراین والدین دست به دامن جملاتی مثل این می‌شوند: «یک شانس دیگه بهت می‌دم اما این آخرین باره» و البته این آخرین بار، بارها و بارها تکرار می‌شود به امید این که کودک کاری را که وظیفه دارد، انجام دهد.
این نوع چانه زدن‌ها، موضع والدین را ضعیف کرده و کمترین اثری در کودک ندارند. بهترین کار این است که خطوط قرمز و باید و نبایدهای رفتاری کودک را برای او مشخص کنید و از قبل تعیین کنید که هر کاری چه پاداش یا چه تنبیهی دارد.
باید همیشه مراقب این خطوط قرمز باشید تا اگر کودک از خط قرمز عبور کرد، به جای چانه‌زنی، شاهد نتیجه رفتار و عملکردش باشد.

فاکتور های لازم برای داشتن روابط کاری خوب

اعتماد: این ویژگی پایه و اساس هر رابطه خوب است. وقتی به گروه و همکاران خود اعتماد می‌کنید، شما یک اتحاد کاری قدرتمند شکل می‌دهید که بهتر کار کنید و برای گروه مؤثرتر باشید. اگر شما به همکاران خود اعتماد داشته باشید، می‌توانید وظایف خود را مؤثرتر و صادقانه‌تر انجام دهید و نیازی نیست انرژی خود را صرف نگاه کردن و مراقبت از دیگر کارمندان کنید که از زیر وظایف خود شانه خالی نکنند.
احترام متقابل: وقتی شما به افرادی که در محیط کار شما هستند احترام می‌گذارید، در واقع برای حضور آن‌ها، کارهای حاصل از حضورشان و همچنین ایده‌هایشان ارزش قائل می‌شوید و آن‌ها نیز متقابلا برای شما و ایده‌هایتان ارزش قائل می‌شوند. در این حالت وقتی که با هم همکاری می‌کنید، به‌خوبی می‌توانید از راهکارهای مبتنی بر خرد جمعی، تفکر و خلاقیت گروهی برای توسعه کار خود بهره ببرید.
تمرکز حواس: توجه و حضور ذهن بیشتر در محیط کار به معنای این است که شما مسئولیت گفتار و کردار خود را می‌پذیرید. افرادی که تمرکز حواس بیشتری دارند، بیشتر حواسشان جمع است که حرف ناپسندی نزنند یا کار ناخوشایندی انجام ندهند که سبب ایجاد روابط منفی و کدورت در محیط کار شود. بنابراین تمرکز حواس بیشتر در محیط کار، سبب ایجاد روابط شغلی بهتری خواهد شد.
استقبال از تنوع دیدگاه‌ها: افرادی که روابط کاری خوبی با دیگران دارند، نه‌تنها افراد با دیدگاه‌های متفاوت با خود را می‌پذیرند بلکه از آن‌ها استقبال هم می‌کنند.
مهارت‌های اجتماعی خودتان را ارتقاء دهید: روابط خوب توسط مهارت‌های برقراری روابط اجتماعی آغاز می‌شوند. برای اینکه بتوانید روابط خوشایندی با دیگران داشته باشید، نیاز است مهارت‌های اجتماعی خود را نظیر همکاری‌های گروهی، ارتباطات حرفه‌ای و تمرکز بر مشکلات و چالش‌ها و ارائه راهکارهای منطقی و منصفانه جهت برطرف کردن تنش‌ها تقویت کنید. اگر این‌گونه مهارت‌های اجتماعی خود را تقویت کنید، به‌راحتی می‌توانید با همه افرادی که تمایل دارید روابط بسیار خوبی داشته باشید.
بدهید و دریافت کنید: ارتباطات کاری نمی‌توانند و نباید مسیری یک‌طرفه باشند. اگر می‌خواهید سایر مردم با شما همکاری کنند، شما هم باید به آن‌ها خدمت کنید. یکی از مفیدترین کارهایی که در دستور کار شما قرار دارد، این است که با افرادی که در زمینه‌ی کاری شما متخصص هستند، وارد رابطه شوید.سعی کنید همیشه با افرادی که در شبکه‌ی شما قرار دارند، ارتباط داشته باشید. از زندگی و کارشان باخبر باشید و هر کمکی که می‌توانید، از آن‌ها دریغ نکنید. این رویه، روابط شما را تقویت می‌کند و منافع دوجانبه‌ای خواهد داشت.
برای روابط با همکارانتان وقت بگذارید: بخشی از زمان کاری روزانه خودتان را به روابطتان با دیگران اختصاص دهید. حتی اگر شما فقط ۲۰ دقیقه وقت آزاد در روز داشته باشید، شاید بتوانید آن را به چهار بخش ۵ دقیقه‌ای تقسیم کنید
از دیگران قدردانی کنید: به‌صورت واضح قدردانی خودتان را از افرادی که به شما کمک می‌کنند، نشان دهید. وقتی افرادی در محل کار به شما کمک می‌کنند یا کاری را به‌خوبی انجام می‌دهند، واقعا از آن‌ها قدردانی کنید. این کار سطح ارتباطات شغلی شما را به‌طور مؤثری ارتقاء می‌دهد.
مثبت اندیش باشید: روی مثبت اندیش بودن و خوش فکر بودن خود کار کنید. خوب است بدانید خوش‌بینی و خوش‌فکری، جذاب و مسری است و روابط شما با دیگر همکاران را تقویت می‌کند. هیچ‌کس دوست ندارد دور و بر فردی باشد که همیشه منفی‌باف و دارای انرژی منفی و مأیوس‌کننده است.
شنونده خوبی باشید: وقتی زمانی را با فردی سپری می‌کنید، با تمام وجود آنجا حضور داشته باشید، حتی اگر صرفا تعاملی ۹۰ ثانیه‌ای با او دارید. درصورت امکان، وقتی با دیگران صحبت می‌کنید، تلفن یا رایانه‌ی خود را کنار بگذارید. به حرف‌های او گوش دهید و ازنظر احساسی هوشمند باشید و احساس او را درک کنید. با طرف مقابل خود ارتباط چشمی داشته باشید و به‌صورت کلامی یا غیرکلامی به او نشان بدهید که از صحبت با او خوشحال هستید.

توصیه عاشقانه

حفظ احترام در هر شرایطی

زندگی پستی دارد، بلندی هم دارد. روز خوش دارد، روز تلخ هم دارد، عاشقی دارد، دعوا و بگو مگو هم دارد.
این‌ها همه مثل ابر می‌گذرند و آنچه می‌ماند، کیفیت رابطه شماست که باید در هر طوفانی، حفظ شود.
یکی از مهم‌ترین کارهایی که برای حفظ رابطه عاشقانه تان می‌توانید انجام دهید، احترام گذاشتن به یکدیگر در هر شرایطی از جمله بحث و مجادله است.
مطمئن باشید که با ناسزا گفتن و توهین کردن هیچ مشکلی حل نمی‌شود و این کار تنها باعث سردی روابط شما است.
از بحث و مجادله در زندگی گریزی نیست، اما می‌توان خوب، مودبانه و منطقی بحث کرد. رابطه شما تا جایی گرم و عاشقانه می‌ماند که در آن خبری از توهین، افترا، تحقیر، سرزنش و بی حرمتی نباشد. سعی کنید قبل از اینکه بخواهید در مورد موضوعی بحث کنید، خوب حرف‌هایتان را بسنجید و آنها را در قالبی محترمانه و بدون توهین بیان کنید و برای شنیدن حرف‌های طرف مقابلتان صبور باشید.

ویژگی‌های دوست خوب و بد از منظر آیات و روایات

انسان موجودی اجتماعی است که در صورت قرار گرفتن در اجتماع رشد و پرورش می یابد. مناسبات اجتماعی نقشی موثر در شکل گیری شخصیت انسان دارند. از این رو انسان تنها و بدون دوست و همنشین نمی تواند ادامه ی حیات بدهد! امّا در انتخاب دوست و همنشین معیارهایی بایستی مدنظر قرار گیرند که شخصیت آدمی را شخصیتی الهی پرورش دهند. به راستی با چه کسانی باید دوستی کرد؟
دوست و همنشین خوب کیست؟
توجه به انتخاب همنشین و دوست از اهمیت بالایی برخوردار است تا جایی که شخصیت و شاکله ی وجودی انسان در مناسبات و روابط اجتماعی و دوستانه او شکل می گیرد و می تواند مورد تغییر و تحول قرار گیرد. مهم ترین و ماندگارترین دوست و همنشین هر کس نیز همسر اوست که در زیر یک سقف و ساعت ها و روزهای بسیاری را با او سپری می کند. برای انتخاب یک دوست و رفیق راه و یا یک همسر همراه و صمیمی بایستی معیارهای الهی را مورد توجه قرار داد تا مبادا انسان دچار خسران و حسرت گردد.
دوست بد مرا گمراه کرد!
در روز قیامت که دارای صحنه های متعدد و عجیبی است، ظالمان از گذشته ی خویش در حسرت می افتند و گناهکاران می گویند: ای وای بر ما! کاش فلان شخص گمراه را دوست خود انتخاب نکرده بودیم. بیداری و آگاهی به سراغ مان آمده بود ولی این دوست بی ایمانِ ما را گمراه کرد:«یا و یلنیِ لیتنی لم اتّخذ فلاناً حلنلاً لقدأ ضلّنی عن الذّکرِ بعد إذجاء نی و کان الشیطان الانسان خذولا؛ ای وای بر من، کاهش فلان شخص (گمراه) را دوست خود انتخاب نکرده بودم. او مرا از یاد حق گمراه ساخت، پس از آن که آگاهی به سراغ آمده بود و شیطان همیشه خوار کننده و تنها گذارنده ی انسان بوده است.»(۱) (فرقان/ ۲۹- ۲۸)
دوست و همسر!
در همین راستا برای انتخاب شریک زندگی و دوست همراه مسیر زندگی بایستی بسیار توجه نمود که کسی را انتخاب نکنیم که ما را دچار حسرت و خسران در روز قیامت نماید! او باید کسی باشد که ذکر و یاد الهی را در جان خویش قرار داده باشد و از شیطان دوری گزینند. به همین دلیل در روایات ما مهم ترین نکته برای انتخاب دوست و یا همسر توصیه توجه به «ایمان» در اوست! ایمان فرد را از دوستی با شیطان و دشمنی با خدا برحذر می دارد و قلب او را جایگاه الهی قرار می دهد. همنشینی و دوستی با چنین کسی سبب اصلاح انسان و خوشبختی او در دو سرا خواهد بود.
دوستی با دوستان خدا!
برای سعادت و خوشبختی در دنیا و آخرت انتخاب دوست و همراه در زندگی برای شکل دادن به شخصیت اجتماعی و اخلاقی انسان بایستی براساس معیارهای الهی انجام پذیرد. دوستی با دوستان خدا که ایمان را سر لوحه ی زندگانی خویش قرار می دهند و از یاد الهی غفلت نمی ورزند و دشمنی با دشمنان الهی که راه رسیدن به خدا را بر انسان می بندند و او را در دنیا و آخرت از چشیدن طعم واقعی سعادت و خوشبختی محروم می سازند!
بنابراین برای شکل گیری شاکله و شخصیت اجتماعی و اخلاقی خویش انتخاب دوست و یا همسر را جدّی بگیریم تا در دنیا و آخرت دچار خسران و حسرت نشویم.

کتاب هایی در بیان اندیشه های مولانا

شاهکار مینیاتور فارسی - اثر استاد محمود فرشچیان - «مولانا (مولوی) و شمس تبریزی» - ۲۰۰۷

مولانا به سبب افکار و اندیشه‌های بلند و نیز آثار گرانقدری که از خود به جای گذاشته، از دیرباز مورد توجه اندیشمندان و پژوهشگران داخلی و خارجی قرار گرفته است.

طبق آماری که چندی پیش ارائه شد، تنها در ایران، تعداد ۱۵۸ عنوان کتاب از مولانا (یا درباره مولانا) با تیراژ ٤٦٨ هزار و ۸۷۰ نسخه، منتشر شده است. نتیجه‌ی تحقیق و بررسی این پژوهشگران کتب متنوع و گوناگونی است که شناخت مولوی را ممکن ساخته و ما را با اندیشه های این عارف بزرگ آشنا می سازد.

عناوین زیر تنها بخشی از کتاب های منتشر شده در باره مولاناست:

نام کتاب: زندگی نامه مولانا جلال الدین مولوی-**نویسنده:** فریدون بن احمد سپهسالار

***

نام کتاب: گزیده مثنوی مولوی
مولف: دکتر توفیق ه.سبحانی

***

نام کتاب: ترانه های شورانگیز مولوی
مولف: منوچهر علی پور

***

نام کتاب: چون کشتی بی لنگر
نویسنده: نگار- نگارین (منیژه پلنگ پوش)

***

نام کتاب: معنی عشق نزد مولانا
نویسنده: دکتر روان فر هادی

***

نام کتاب: مکاشفات رضوی شرح مثنوی مولانا جلال الدین محمد بلخی-**نویسنده:** مولوی محمد رضا لاهوری

***

نام کتاب:زندگی و آثار مولانا جلال الدین رومی-**نویسنده:** افضل اقبال-**مترجم:** حسن افشار

***

نام کتاب: چشمه خورشید
نویسنده: رضا قلی خان هدایت

***

نام کتاب: قصه های شیرین مثنوی معنوی(ویژه‌ی کودکان)
نویسنده: جعفر ابراهیمی

***

نام کتاب: عارف جان سوخته(شرح حال مولانا)
نویسنده: نهال تجدد-**مترجم:** مهستی بحرینی

***

نام کتاب:اصطلاحات و مفاهیم عرفانی دیوان شمس-**نویسنده:**مریم ابوالقاسمی

***

نام کتاب: مثنوی، زبان معرفت
نویسنده: پیمان آزاد

***

نام کتاب:کشف الابیات مثنوی معنوی مولوی-**نویسنده:**مهدی ایزدجو

***

نام کتاب: نگاهی به انسان‌شناسی در مکتب مولانا-**نویسنده:**محمد برادرثانی

***

نام کتاب:سودای حقیقت (هستی شناسی مولانا در مثنوی معنوی)
نویسنده: مجتبی بشردوست

***

نام کتاب:در دایره معنا (شرح آیات معنوی در ابیات مثنوی)
نویسنده:حسن بلخاری قهی

***

نام کتاب: در سایه آفتاب: شعر فارسی و ساخت‌شکنی در شعر مولانا
نویسنده: تقی پورنامداریان

***

نام کتاب: تأویل طبیعت (فرهنگ نمادها و نشانه‌ها در اندیشه مولانا)
نویسنده:علی تاج‌الدینی

***

نام کتاب:تجلی زن در آثار مولوی
نویسنده: زلیخا ثقفی

***

نام کتاب: حادثه کربلا در مثنوی
نویسنده:محمد تقی جعفری تبریزی
گردآوری، تنظیم و تلخیص: محمدرضا جوادی

***

نام کتاب:خدایان اساطیر در محضر مولانا و دفتر یونگ
نویسنده:اکرم جهانگیر تویسرکانی

***

نام کتاب:علم کلام در مثنوی
نویسنده: اکرم حبیب‌نژاد

***

نام کتاب: مولانا از بلخ تا قونیه
نویسنده:عبدالرفیع حقیقت

***

نام کتاب: برسی موانع معرفتی در مثنوی (با نگاهی به اندیشه‌ها و جهان‌بینی مولوی)- **نویسنده:** محمدعلی خالدیان

***

نام کتاب: از بود تا نبود (چند و چون نمادها در مثنوی مولوی)-**نویسنده:**زهره خسروانی

***

نام کتاب: نی‌نامه (در باره مولوی در قونیه)-**نویسنده:** خلیل‌الله خلیلی

***

نام کتاب:ظرف آب زندگی (بررسی ساختار قصه های مثنوی)
نویسنده: عباس خیرآبادی

***

نام کتاب:نقش حیوانات در داستان‌های مثنوی معنوی-**نویسنده:** بهروز خیریه

***

نام کتاب:سخن قطره از دریا: مجموعه مقالات عرفانی در باره مثنوی
نویسنده: بتول درزی

***

نام کتاب:تحفه‌های آن جهانی (سیری در آثار و زندگی مولانا جلال الدین رومی)
نویسنده:علی دهباشی

***

نام کتاب:با یک تپش درنگ صور خیال و تعابیر متناقض نما در شعر مولوی و عطار
نویسنده:محمود دیانتی

***

نام کتاب:باغ عرفان: حرکت به سوی «او»، سیر و سلوکی بر شناخت عرفان مولانا جلال‌الدین
نویسنده:پوراندخت دیوانیان

***

نام کتاب: شمس در آینه اشارات و تلمیحات- **نویسنده:** آسیه رحیمی

رمانی که حرف‌های تازه و جدی برای روایت دارد

خلق اثر داستانی آیینی در روزها و سال‌های اخیر به تناسب تغییر نظام فکری و ماهیت زیستی؛ نیاز به یک پوست اندازی تازه را به خوبی درک کرده است. بر همین اساس چه نویسندگان قدیمی و صاحب قلم و چه نویسندگان جوانی که برای ارتباط گرفتن با مخاطبان خود این شیوه از نوشتن را مد نظر دارند، به روشنی درک کرده‌اند که دیگر نمی‌توان با صرف بازخوانی و بازنویسی داستانی زندگی‌نامه چهره‌ها و بزرگان دین، دست به جلب مخاطب زد.

این مساله حتی در قامت ادبیات کودک و نوجوان نیز خود را نشان داده است تا جایی که آثار کلاسیک و فاقد جذابیت‌های نوشتاری برای این گروه سنی، حتی با بهترین تصویرگری‌ها نیز در کسب مخاطب ناتوان بوده اند.

در چنین فضایی نویسندگان جوان با تقویت خلاقیت ادبی و نیز موفقیت در کشف و پرورش زاویه نگاه‌های تازه برای خلق اثر ادبی، کمابیش موفق شده‌اند تا چهره‌ای تازه از یک شخصیت یا واقعه ادبی در قالب داستان بسازند که منش و شخصیت آن فرد را به شیوه‌ای بدیع و دلچسب چنان روایت کنند که حتی در صورت آشنایی مخاطب با آن موقعیت، از منظر شیوایی متن بار دیگر او را به سوی خود جلب کند.

رمان «یوما» نوشته مریم راهی را باید چنین اثری دانست، اثری که برای هر مخاطب ادبیات دینی و با هر نوع سلیقه ای، حرف‌هایی جدی و تازه برای روایت دارد. بستر اصلی این رمان بیان فرازهایی از زندگی حضرت خدیجه کبری (س) است. نویسنده موقعیت زمانی روایت خود را از ساعت های منتهی به ولادت حضرت فاطمه زهرا (س) شروع کرده و با توصیف تؤامان موقعیت منزل، ذهنیت حضرت خدیجه و مردمان شهر که نمایندگانی از آن‌ها به بهانه‌هایی به منزل پیامبر (ص) رفت آمد دارند، داستانی را تعریف می‌کند که بیشتر از جذابیت‌های قصه پردازانه، از منظر روایت لذت بخش است.

نویسنده به دلیل نیت خود برای جلب بخش وسیعی از مخاطبان، با وجود انتخاب یک زاویه دید غالب، به صورت متناوب نقطه نگاه پرداخت روایت را تغییر می دهد. در واقع چندین روایت موازی را با چند زاویه دید به ظاهر متفاوت با یکدیگر در دل داستان نشانده است. از یک سو او راوی سکنات و وجنات خدیجه کبری در آستانه میلاد حضرت زهراست. نویسنده در این نقش به زیبایی هر چه تمامتر تصویری مینیاتوری و بسیار تأثیرگذار از شیفتگی بانوی بزرگ اسلام به پیامبر اکرم را تصویر کرده است. خلق صحنه‌هایی، چون عطرآمیز شدن بدن کودکانی که پیامبر آنان را نوازش کرده و یا دیالوگ‌هایی که نمایانگر گفتگوی رسول اکرم (ص) با خدیجه است از درخشان‌ترین و ماندگارترین بخش‌های این رمان از این منظر است.

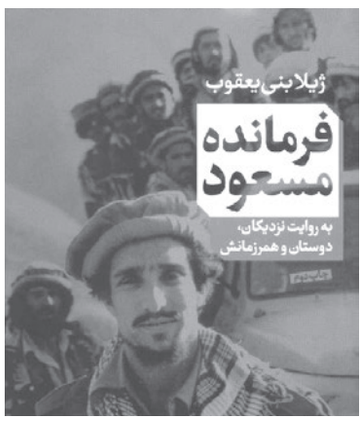
از سوی دیگر این داستان تصویری رئالیستی از مکه و مدینه در دوران حیات پیامبر اکرم (ص) به تصویر می‌کشد و به طور غیر مستقیم به ارزش گذاری‌های اجتماعی اعراب جاهلیت اشاره می‌کند؛ به روشنی و البته به دور از هرگونه بیرون زدگی از اسلوب داستان.

جدای از این، موفقیت مهم نویسنده در ترسیم سیمای کفار در زمان پیامبر اکرم است. نویسنده برای این منظور با بهره‌گیری هوشمندانه و بسیار هنرمندانه از ادبیات و واژه‌ها، جان باورها و اعتقادات اعراب در دوران بعثت را در قالب دیالوگ‌هایی که نشان از توان اعراب آن دوران در بهره‌مندی از کلمات و واژگان نیز هست به تصویر می‌کشد. این هنرمندی در لفاظی‌های شخصیت‌هایی مانند ام جمیل به بهترین شکل ممکن خود را به تصویر کشیده و جذابیت متن را دوچندان می‌کند. از این نقطه نگاه شاید بتوان استراتژی نویسنده برای ترسیم چهره قهرمان داستانش از زبان چهره‌های منفی را یکی از موفقیت‌های مهم این رمان دانست.

نام این رمان برگرفته از عبارتی است عربی که کنیز حضرت خدیجه به وی اطلاق می‌کند. این نام توسط نویسنده چنان هوشمندانه در بخش‌هایی از متن قرار گرفته است که مخاطب پس از به پایان رساندن کتاب، به ناخودآگاه به معنای آن پی برده و علت اطلاق آن به چنین بانویی را درک می‌کند.

از این زوایا رمان «یوما» را باید یکی از موفق‌ترین و خواندنی‌ترین آثار داستانی دینی در روزگار خود بدانیم که با شیوه نگاه و نگارشی بدیع و جذاب، چهره رحمانی تازه‌ای از پیامبر رحمت و همسر وی به تصویر می‌کشد.

«فرمانده مسعود» روایتی از زندگی شخصیت ملی افغانستان



کتاب «فرمانده مسعود» به زندگی فرمانده احمدشاه مسعود می‌پردازد و ژیلا بنی‌یعقوب با نزدیکان، خانواده و دوستان وی گفتگو کرده است؛ در حقیقت با آن‌ها که رابطه‌ای جدی و نزدیک با او داشته‌اند و نه با منتقدان و مخالفانش؛ زیرا این کتاب، درباره‌ی عملکرد فرمانده مسعود تحلیلی ارائه نمی‌دهد یا قصد نقد و بررسی جامع و کامل روش و منش او را ندارد، اما نویسنده در اکثر مصاحبه‌ها تلاش کرده است که سؤالات منتقدان او را به شکل جدی عنوان کند و از گفتگو کنندگان بخواهد که به این پرسش‌ها پاسخ دهند.

فرمانده مسعود در افغانستان طرفداران و مخالفان بسیاری دارد. به دلیل توجه به تمام زوایای زندگی فرمانده مسعود، تمام نقدها و سؤال‌های تند مخالفانش که ممکن بود باعث ناراحتی دوستانش شود نیز با مصاحبه‌شوندگان مطرح شده است. جواب‌های مختلف و متفاوت آن‌ها در مقابل پرسش‌های انتقادی، شناخت خوبی را از زوایای مختلف زندگی فرمانده مسعود ارائه می‌دهد. بعضی از دوستان او از این سؤالات بسیار ناراحت شدند و بعضی کمتر؛ با این حال تقریباً تمامشان تلاش کردند با صبر و حوصله جواب تمام نقدها را بدهند.

برخی از دوستان دیروز احمدشاه مسعود در گفت‌وگوهایشان به راحتی او را مورد نقد قرار دادند، اما برخی دیگر کمترین نقدی را بر او وارد ندانستند و وی را فردی بی‌نقص معرفی کردند.

تمام مصاحبه‌شوندگان از اقوام مختلف افغانستانی بودند غیر از دو نفر که یکی ژاپنی و دیگری ایرانی است؛ یعنی هیرومی ناگاکورا عکاس ژاپنی و محمدحسین جعفریان روزنامه‌نگار، مستندساز و شاعر ایرانی که هر دو خاطرات خوب و نابی را با مسعود داشتند.

مصاحبه‌شوندگان به فارسی دری سخن گفته‌اند و نه فارسی رایج در ایران. بنی‌یعقوب برای اینکه فضای گویش و لحن آنان حفظ شود، در موارد کمی جملات را با گویش دقیق آنان آورده و به این دلیل که مخاطب ایرانی متوجه بشود، معنای آن کلمات دری را در پرانتز بیان کرده است.

احمدشاه مسعود که بود؟

احمدشاه مسعود در سال ۱۳۳۲ در پنجشیر افغانستان متولد شد. او یکی از شخصیت‌های برجسته نظامی و جهادی و همچنین از مهم‌ترین فرماندهان نظامی مجاهدین و وزیر دفاع سابق افغانستان به شمار می‌رفت. وی نقش تأثیرگذاری در جنگ‌های داخلی کشورش و جنگ‌های شوروی به عهده داشت. فرمانده مسعود در ۱۸ شهریور سال ۱۳۸۰ با انفجار انتحاری دو خبرنگار دروغین در ولایت تخار افغانستان به مقام شهادت نائل آمد. دولت افغانستان او را قهرمان ملی نامید. احمدشاه مسعود با نام‌های فرمانده مسعود، آمر صاحب و سیر دره‌ی پنجشیر نیز شهرت داشت.

در بخشی از کتاب «فرمانده مسعود» می‌خوانیم:

بعد از اینکه موافقت اولیه را آقای دکتر مهدی گرفت، به من گفت فلان روز برو فرودگاه و هلی‌کوپتر می‌آید و تو را به خواجه بهاءالدین می‌برد. هماهنگ کردم و رفتم و یادم است که خیلی اذیت شدم، کسانی که وسایل را از ایکس ری رد می‌کردند، سربازهای روس بودند. وسایل من را خیلی بالا و پایین کردند، ازجمله یکی‌شان سه‌پایهٔ دوربینم را و گفت که این چیست؟ گفتم: اشتاتیو. لغتش را به روسی یاد گرفته بودم. بعد گفت: کجا می‌روی؟ گفتم: افغانستان. پرسید: افغانستان برای چه می‌روی؟ گفتم ژورنالیست توریست. گفت ایرانسکی؟ (ایرانی) ایرانسکی نیت ژورنالیست، نیت توریست، تروریست (ایرانی ژورنالیست و توریست نیست، تروریست است) ... مزاحمت ایجاد می‌کرد و یک‌جوری داشت مانع می‌شد که بروم. خیلی بیشتر از حد معمول وسایل را گشت درحالی‌که من داشتم می‌رفتم در منطقه‌ای که اصلاً معنی نداشت شما چیزی را حتی از نوع سلاح و... با خودت ببری.

آن جا نمایندهٔ سفارت افغانستان هم بود، یک مقدار روسی بلد بود و با آن‌ها صحبت کرد و خلاصه ول کردند. سوار هلی‌کوپتر شدیم و رفتیم. در مسیر اتفاق خیلی بامزه‌ای افتاد که این را چند جا تعریف کرده‌ام از جمله برای بهروز افخمی که گفت از این داستان باید فیلم سینمایی بسازی تا جهان بفهمد چرا در افغانستان جنگ این‌قدر طول کشید. در آسمان که می‌آمدیم یک جایی گیر افتادیم. در بین کابین خلبان با آن بخشی که معمولاً برای بار است که البته حالا مسافر نشسته بود درِ این هلی‌کوپتر جنگی کنده شده بود و سروصدای کابین گاهی به‌وضوح شنیده می‌شد. یک‌باره دیدم که یکی از خلبان‌ها صدای بی‌سیم را زیاد کرده و کسی از آن‌سو می‌گفت: «پرندهٔ ناشناس خودِ معرفی کن.» گویا گیرجت طالب افتاده بودیم که هلی‌کوپتر ما را شناسایی کرده بود.

خلبان‌ها هی با هم پچ‌پچ می‌کردند. به نظر می‌رسید مشورت می‌کردند که چه‌کار کنند. همه میان زمین و آسمان نگران شده بودند. به‌ویژه توجه و محبتی هم به ما که مهمان آمرصاحب بودیم، داشتند. خواجه بهاءالدین روستایی بود که الآن مرکز ولسوالی هست، لب ساحل جنوبی آمودریا در مرز تاجیکستان و افغانستان که آن موقع عملاً پایتخت دولتی بود که سازمان ملل از افغانستان به رسمیت می‌شناخت، چون علی‌رغم اینکه طالبان ۹۰ درصد خاک را گرفته بود، اما سازمان ملل هنوز دولت ربانی را به رسمیت می‌شناخت. به هر حال چند بار اخطار داد و من در پرانتز بگویم، در افغانستان نیروهایی که در آن دوره حملات هوایی را با انواع پرنده‌ها برای احزاب انجام می‌دادند، کسانی نبودند که در احزاب تربیت شده باشند، چون احزاب که فرصت تربیت خلبان هلی‌کوپتر و جنگنده نداشتند، این‌ها عمدتاً نیروهای همان ارتش دولت کمونیستی افغانستان بودند. بعد از اینکه کابل تسخیر شد و حکومت دکتر نجیب در سال ۷۱، ۷۰ فروپاشید، تعدادی از نیروهای متخصص ارتش افغانستان به کشورهای دیگر گریختند، تعدادی که باقی ماندند، ازیک‌هایش سراغ آقای دوستم و تاجیک‌هایش سمت حزب جمعیت آقای ربانی و مسعود رفتند.

وقتی گرگ حمله می کند، با صدای بلند حمله میکند و فرصتی برای واکنش دارید.

اما وقتی موریانه هجوم می‌آورد، از همان ابتدا بی سر و صدا و تنها به جان دارایی تان می افتد. زمان می برد تا به هدف برسد.

ایستادن در برابر گرگ، شجاعت میخواهد!! دفع خطر موریانه بصیرت!!

-بصیرت، سواد نیست ، «بینش » است.

-بصیرت، یعنی اینکه نگاهت به «شخصیت» ها نباشد، بلکه همواره به «شاخص»ها چشم بدوزی!

-بصیرت، یعنی اینکه بدانی حتی مسجد ،می تواند «مسجد ضِرار» باشد و پیامبر (ص) آن را خراب کند و به زباله دانی شهر تبدیل نماید!

- بصیرت ، یعنی اینکه قرآنِ روی نیزه تو را از قرآنِ ناطق منحرف نکند!

-بصیرت ، یعنی اینکه بدانی جانباز صفین(شمر) می تواند قاتل حسین (ع) در کربلا باشد!

-بصیرت، یعنی اینکه بدانی در جنگ با فتنه نمی توانی آغازگر باشی اما تا ضربه نهایی , نباید از پا بنشینی!

-بصیرت، یعنی اینکه نگذاری فتنه گران، شیرت را بدوشند یا بر پشتت سوار شوند!

-بصیرت ، یعنی اینکه«مالک اشتر»ها را به تندروی و «ابوموسی اشعری» ها را به اعتدال، نشناسی!

بصیرت، یعنی اینکه بدانی معاویه ها ، به سست عنصرهای سپاهِ علی (ع) دل بسته اند!

-بصیرت یعنی اینکه بدانی تاریخ،تکرار می شود، نه با جزئیاتش، بلکه با خطوط کلی اش

- بصیرت در خشت خام دیدن است، نه در آینه دیدن!.

عناصر گوناگون داستان نویسی در کتاب «تأملی دیگر در باب داستان»

کتاب «تاملی دیگر در باب داستان» به قلم لارنس پرین، در ۹ فصل عناصر گوناگون داستان‌نویسی مانند طرح داستان، زاویه دید، شخصیت‌پردازی، خیال‌پردازی و ... را مورد مطالعه و بررسی قرار می‌دهد.

با وجود اینکه داستان‌نویسی به استعداد بخصوصی نیاز دارد و حتی معیارهای عام موجود داستان‌نویسی از داستان‌هایی که نویسندگان موفق نوشته‌اند، برآمده است؛ اما لارنس پرین (Laurence Perrine) در کتاب تاملی دیگر در باب داستان (Story and structure) به قصه‌نویسان کمک می‌کند تا سطح آگاهی‌های فنی‌شان را افزایش داده و برای یادگیری بیشتر و بهتر مهارت‌های داستان‌نویسی تلاش کنند.

لارنس پرین در کتاب تأملی دیگر در باب داستان که بارها تجدید چاپ شده و تاکنون فروش بسیاری داشته است، نگاهی تازه به قصه‌نویسی دارد. نگاهی که زاویه دید نویسندگان مهم و معروف ادبیات داستانی را همراه با تحلیل‌های قابل فهم در اختیار شما قرار می‌دهد و از سوی دیگر با ارزش‌های جامعه ایرانی نیز هماهنگ است. آنچه سبب تمایز این کتاب با دیگر کتاب‌های این حوزه شده، آن است که نویسنده از داستان‌های نویسندگان معروف دنیا جهت نشان دادن عناصر داستانی و تکنیک‌های داستان‌نویسی استفاده نموده است. اغلب مطالب ذکر شده در این کتاب مربوط به داستان کوتاه هستند.

در بخشی از کتاب «تاملی دیگر در باب داستان» می‌خوانیم:

شک و انتظار در داستان، خواننده را وامی‌دارد تا از خود سؤال کند که «بعد چه اتفاقی خواهد افتاد؟» یا «آخرش چه خواهد شد؟»؛ آن‌گاه او را مجبور می‌کند که جهت یافتن پاسخی برای پرسش‌های خود، داستان را ادامه دهد.

شک و انتظار هنگامی به اوج خود می‌رسد که کنجکاوی خواننده به تشویش وی دربارهٔ سرنوشت شخصیت اصلی داستان، گره بخورد. درست مثل شک و انتظار قوی‌ای که در سریال‌های قدیمی، که اتفاقاً اسم بامسمای آویزان از پرتگاه را یدک می‌کشید، شاهدش بودیم.بدین ترتیب که قهرمان مرد را در لبهٔ پرتگاهی آویزان نگاه می‌داشتند یا در پایان هر سریال، ضمن حادثه‌ای فرعی، قهرمان زن فیلم را، در حالیکه به ریل راه‌آهن بسته شده بود و قطار سریع‌السیری هم هر لحظه نزدیک‌تر می‌شد، به حال خود رها می‌کردند.

در داستان‌های جنایی به صورت معما، که به داستان‌های معماوار پلیسی معروف‌اند، شک و انتظار، با سؤال «چه کسی جنایت را مرتکب شده است؟» و در داستان‌های عشقی، شک و انتظار، با سؤال: «آیا این پسر به دختر محبوبش خواهد رسید؟» و یا «آیا دو دلداده دوباره به هم دست خواهند یافت، چگونه ایجاد می‌شود؟».

ولی در داستان‌هایی که اشکال پیچیده‌تری دارند، این‌گونه نیست و به جای سؤال «بعد چه اتفاقی خواهد افتاد؟» سؤال «چرا چنین اتفاقی می‌افتد؟» مطرح است.

یعنی سؤال چنین داستان‌هایی این نیست که «بعد چه خواهد شد؟» بلکه سؤال این است که «با توجه به مسائل انسانی، چرا شخصیت اصلی داستان دست به چنین اعمالی می‌زند؟» سعی چنین داستان‌هایی همانا تحلیل رفتار «شخصیت اصلی داستان» است.

چگونه بد بینی خود را درمان کنیم ؟

برای مداوای این اخلاق بد که گاه در جان آدمی ریشه می دواند لازم است به نکات زیر دقت شود :

۱- ذهن و ضمیر ما همچون ظرفی بزرگ و بهتر بگوییم مثل کامپیوتری پیچیده، اطلاعات، تجربیات و اخبار را در خود جای داده، آن ها را پردازش نموده و دستورات لازم را صادر می کند. آدم بدبین به دلیل دیدن و شنیدن مکرر و مداوم بدی ها و شکست و ناکامی های فراوان، اطلاعاتی منفی و سیاه از محیط در مخزن ذهن خود بایگانی نموده و تحت تأثیر آن ها به مرور به تجربه و تحلیل ورودی ها می پردازد. اگر چه انسان می‌تواند بر خلاف اطلاعات عمل کند و با اراده و اعتقاد خویش در برابر تمامی تحمیلات و تلقینات و تعلیمات بایستد، امّا این گروه جزو اقلیت بسیار ناچیز قرار می گیرند. اکثریت مطلق افراد بشر بر اساس فرایند تعلیم و تربیت عمل نموده و تحت تأثیر وراثت و داده های محیطی، رویکرد و عملکردشان هماهنگ با این دو عنصر هم تربیتی می شود.

بنابراین برای معالجه و درمان ریشه ای سوءظن و بدبینی می بایست ورودی های ذهن و ضمیر خود را کنترل کنید چشم و گوش و دهان سه شاهراه مهم ورودی های ذهن ما می باشند، لذا مراقب دیدنی ها و شنیدنی ها و خوردنی ها باشید و سلامت آن ها را تضمین کنید، تا داشته ها و وردی های سالم ذهن، موجب نظر و خروجی های سالم آن شود. نگاه و عمل مثبت محصول نظر و اندیشه مثبت می باشد.

۲-عوارض و آسیب های تلخ و گزنده نگاه منفی و بدبینی را برای خود تداعی کنید و گاهی بنویسید این اقدام، هر چند ساده و به ظاهر کوچک، اثر بسیار مهمی را در کنترل بدبینی خواهد داشت همان طور که میزان شناخت ما در زمینه عدم رعایت بهداشت جسمی موجب حساسیت و دقت بیشتر ما در رعایت ضوابط بهداشتی خواهد شد، آگاهی از آثار آزار دهنده بدبینی (از جمله از دست دادن آرامش و نشاط روحی، انزوا و گوشه گیری و کناره گیری اطرافیان از معاشرت با فرد بدبین، افسردگی و کسالت، دیگری با اعضای خانواده، بیکاری، فقر و اعتیاد) نیز ما را از فرو غلتیدن در گرداب بدبینی و سوء ظن باز خواهد داشت.

۳-فاصله گرفتن از افراد بدبین و سیاه اندیش و نقزن از پیش شرط های مهم مهار و درمان بدبینی است. چرا که آدمی بر کیش و روش معاشران خود زندگی می کند بهتر است هم نشینان ما از نظر عقلی و ایمانی و علمی برتر از ما باشند تا بر دانش و نشاط فکری ما بیفزایند.

۴-مطالعه کتب دینی، عرفانی، اخلاقی و روانشناسی کاربردی، تأثیر فوق العاده ای در ذهن و زندگی زیبای علمی و اخلاقی داشته و همچون چراغی راه را بر ما روشن و بدی ها و بدبینی ها (که اغلب ریشه در جهل و نادانی دارد) را از میان بر خواهد داشت.

۵-بعد از مطالعه و مشورت معاشرت با خوبان، مصمم و قاطع بر اساس آن چه از این طریق به دست می آورید عمل کنید. این امر موجب خروج از بلاتکلیفی، تأثیرپذیری های کاذب ذهن بینی و بدبینی خواهد شد.

۶-انسان مومن و معتقد طهارت و پاکی و خوبی را اصل و عدم پاکی را فرع می داند. ما بر اساس آموزنده های دینی حق نداریم در برخورد با افراد آنان را ناسالم و ناصالح بدانیم. در رساله عملیه هم مراجعه تقلید آمده است: حق ندارید آب جوی شهر و یا فرش و لباس آدم حتی بی نماز را نجس بدانید. اصل در برخورد با اشیاء و کالاها بر طهارت و پاکی است مگر عکس آن ثابت شود.

بنابر این آموزه مهم، در تعاملات اجتماعی به خصوص در ارتباط با دوستان و آشنایان و اعضای خانواده باید تابع اصالت پاکی و طهارت و سلامت باشیم.

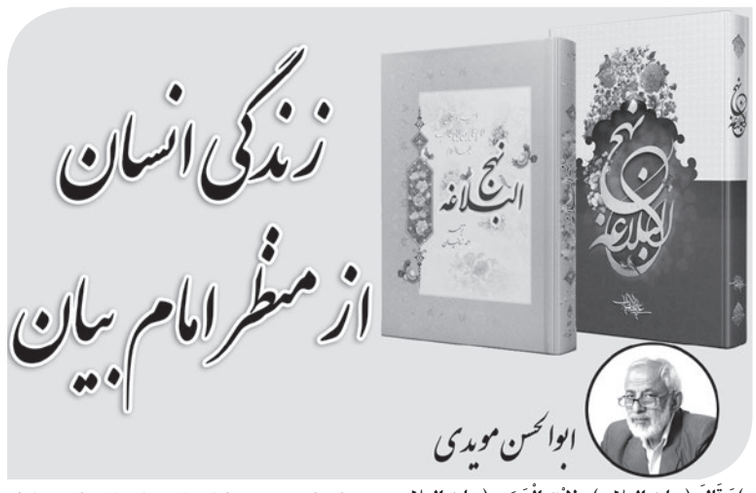
۷-مسائل، حوادث و برداشت های گذشته خود را مرور کنید تا به این واقعیت برسید که چه میزان از برداشت ها و تحلیل‌های ذهنی منفی شما با واقعیت منطبق بوده است. آنچه مسلم است بر اساس اصل عبرت گرفتن از گذشته خود، میزان بدبینی و سوء ظن شما به شدت کاهش خواهد یافت.

۸-بر اساس، این روایت از امام علی (علیه السلام) عمل کنید که فرمود: «برای تربیت خود همین کافی است که از آن چه در دیگران می بینید و نمی پسندید دوری کنید».

بدبینی عامل گناهان زیادی از جمله خیانت، غیبت، تهمت، تحقیر دیگران، قطع رحم، اختلافات و منش های خانوادگی و فامیلی، قتل و ... خواهد شد. لذا اگر نمی خواهید مرتکب گناهان مذکور شده و یا دیگران علیه شما وارد سخن و عمل شوند [به خاطر منافع دینوی هم شده] بدبینی و سوء ظن را ترک کنید.

۹- احترام به شخصی که نسبت به او بدبین هستید و نیز دعا برای توفیقات روزافزون او و عدم خوشنودی از عمل زشت دیگران از پیش نیازهای اصلی ریشه کن نمودن بدبینی و سوء ظن می باشد.

۱۰- تمرین برای تحقق محورهای فوق الذکر، و عهد بستن با خود که موازین ذیربط را عمل کنید، اصلی ترین عنصر در علاج بیماری بدبینی است.



***)وَ قَالَ (علیه السلام) : لِابْنِهِ الْحَسَنِ (علیه السلام): یَا بُنَیَّ احْفَظْ عَنِّی أَرْبَعاً وَ أَرْبَعاً لَا یَضُرُّکَ مَا عَمِلْتَ مَعَهُنَّ إِنَّ أَغْنَی الْغِنَی الْعَقْلُ وَ أَکْبَرَ الْفَقْرِ الْحُمْقُ وَ أَوْحَشَ الْوَحْشَةِ الْعُجْبُ وَ أَکْرَمَ الْحَسَبِ حُسْنُ الْخُلُقِ یَا بُنَیَّ إِیَّاکَ وَ مُصَادَقَةَ الْأَحْمَقِ فَإِنَّهُ یُرِیدُ أَنْ یَنْفَعَکَ فَیَضُرُّکَ وَ إِیَّاکَ وَ مُصَادَقَةَ الْبَخِیلِ فَإِنَّهُ یَقْعُدُ عَنْکَ أَحْوَجَ مَا تَکُونُ إِلَیْهِ وَ إِیَّاکَ وَ مُصَادَقَةَ الْفَاجِرِ فَإِنَّهُ یَبِیعُکَ بِالتَّافِهِ وَ إِیَّاکَ وَ مُصَادَقَةَ الْکَذَّابِ فَإِنَّهُ کَالسَّرَابِ یُقَرِّبُ عَلَیْکَ الْبَعِیدَ وَ یُبَعِّدُ عَلَیْکَ الْقَرِیبَ .**

[به فرزند خود امام حسن(ع) فرمود:] ای فرزند، از من چهار چیز را به یاد دار همان چهار چیزی که هرگاه آنها را به کار بندی هرگز زیانی به تو نمی‌رسد، برترین بی‌نیازیها عقل است و بزرگترین بینوایی بی‌خردی است و بالاترین ترس‌ها خودپسندی است و گرامی‌ترین حسب و نسب خُلق نیکوست.

ای فرزند، بپرهیز از دوستی با احمق، زیرا احمق خواهد که به تو سود رساند ولی زیان می‌رساند و بپرهیز از دوستی با بخیل که او چیزی را که بسیار به آن نیازمندی از تو دریغ می‌دارد و بپرهیز از دوستی با تبهکار که تو را به اندک چیزی می‌فروشد، و بپرهیز از دوستی دروغگو که او چون سراب است، دور را نزدیک و نزدیک را دور نشان می‌دهد.

***

چرا امام(ع) «اربعاً و اربعاً» ذکر فرمودند و یکبارگی نفرمودند «ثمانیاً» بعضی گفته‌اند به خاطر این است که چهار مورد اول در کسب فضائل اخلاق نفسانی و چهار مورد دوم از سنخ رفتار با مردم است به عبارت بهتر چهار مورد اول مربوط به خود شخص است و چهار مورد دوم در مورد رفتار با دیگران که برخی اولی را امور اخلاقی و دومی را امور رفتاری می‌دانند.

علامه سیدجعفر شهیدی در ترجمه نهج‌البلاغه آورده که جملات فوق با اندک تغییر در لفظ به امام سجاد(ع) منسوب است که به فرزند خود امام باقر(ع) فرموده است.

امام(ع) در جمله اول بالاترین بی‌نیازی را عقل و بزرگترین فقر و نیازمندی را حماقت و نادانی قلمداد می‌فرماید این نکته که بالاترین بی‌نیازی و توانگری عقل است در موارد متعددی فرموده است به عنوان نمونه:

العَقلُ أغنَی الغِنی ، وغایَةُ الشَّرَفِ فِی الآخِرَةِ وَالدُّنیا.

عقل بالاترین توانگری و نهایت شرف و برتری در دنیا و آخرت است.

در فرازی دیگر می‌فرماید: أَغْنَی الْغِنَی الْعَقْل بالاترین بی‌نیازی عقل است و در موردی دیگر می‌فرماید: لاَ مَالَ أَعْوَدُ مِنَ الْعَقْل هیچ مالی سودمندتر از عقل نیست.و ادامه می‌دهد که لَا فَقْرَ أَشَدُّ مِنَ الْجَهْلِ هیچ فقر و نیازمندی سخت‌تر از جهل نیست. این دو درست عکس هم هستند زیرا حماقت درد غیر قابل علاج است.

امام (ع) در فرازی جهل را شتر چموشی تشبیه می‌فرماید که سوار شونده بر آن بلغزد و همراه دویده با آن گمراه شود:

الْجَهْلُ مَطِیَّةٌ شَمُوسٌ مَنْ رَکِبَهَا زَلَّ وَ مَنْ صَحِبَهَا ضَلَّ وَ أَوْحَشُ الْوَحْشَةِ الْعُجْبُ و ترسناک‌ترین تنهایی خودبینی است.

عجب و خودپسندی مقابل تواضع به کار می‌رود وَ أَکْرَمَ الْحَسَبِ حُسْنُ الْخُلُقِ. گرامی‌ترین بزرگی خوش خلقی است.

امام (ع) می‌فرماید: « رَأْسُ الْإِیمَانِ حُسْنُ الْخُلُقِ وَ التَّحَلِّی بِالصِّدْقِ منشأ و افضل ایمان خوش خلقی و زیور یافتن به راستی است.

و در فرازی دیگر می‌فرماید: حُسْنُ الْخُلْقِ خَیْرُ قَرِینٍ. و العُجبُ داءٌ دَفینٌ خوش خلقی بهترین همنشین و خودبینی (خودپسندی) دردی است پنهان.

در فراز آخر عجب را به عنوان بیماری مخفی وجود آدمی که وحشتناک‌ترین ترس‌ها به همراه دارد به ضمیمه حسن خلق ذکر فرمود که از خطر عجب و اهمیت حسن خلق توأمان سخن به میان آورده باشد و روشن نماید که این دو یعنی عجب و حسن خلق با هم در تقابلند.

پس عقل بالاترین ثروت، نادانی و بی‌خردی بزرگترین فقر و ناداری، عجب ترسناک‌ترین تنهایی و حسن خلق گرامی‌ترین بزرگی است.

سپس امام (ع) چهار مسأله دیگر که امور رفتاری هستند مورد بررسی قرار می‌دهند.

از دوستی با نادان، بخیل، بدکار و کذّاب برحذر باش زیرا نادان می‌خواهد سود برساند ولی چون نمی‌داند زیان می‌رساند بخیل می‌خواهد رفع نیاز دوستش بنماید اما بخلش مانع می‌شود بخل اقسامی دارد گاهی انسان در رفع نیاز دیگران بخل می‌ورزد گاهی از خودش هم دریغ می‌نماید یعنی گاهی حاضر نیست نعمات الهی را به نیازمندان بدهد گاهی نسبت به خودش هم بخل می‌ورزد گاهی بخیل در استفاده افراد از مواهب همدیگر ناراحت می‌شود که این بدترین نوع بخل است.

در فراز سوم می‌فرماید از دوستی با فاجر بپرهیز زیرا ترا به اندک چیزی بفروشد.

فاجر که ریشه اصلی آن از فجر به معنی شکافتن گرفته شده صفت ناپسندی است که مغایر عفت و پاکدامنی است.

راغب معتقد است گناه را به خاطر این که پرده دیانت آدمی را پاره می‌کند فجور و عامل آن را فاجر گویند و فاجر کسی است که پاکدامنی و عفاف خود را از دست داده است.

امام (ع) می‌فرماید: إِیَّاکَم وَ مُصَادَقَةَ الْفَاجِرِ فَإِنَّهُ یَبِیعُ مُصادِقَهُ بِالتَّافِهِ المُحتَقَرِ دوستی با فاجر و فاسق بپرهیزید پس همانا او دوست‌دار خود را به (تافه حقیری) می‌فروشد.

تافه چیز اندک، زبون و پست یا بی‌مزه می‌گویند.

پس در واقع انسان فاجر که با دریدن پرده دیانت خویش خود را بی‌مقدار و حقیر نموده، در فروختن دوست خود و حقیر نمودن او پروایی ندارد.

در فقره پایانی امام (ع) خطر دوستی با دروغگو را مورد بررسی قرار داده و می‌فرماید کذّاب حکم سراب دارد دور را نزدیک و نزدیک را دور می‌سازد یعنی براساس دروغی که طرح می‌کند مشکلات را آسان و آسان‌ها را مشکل وانمود می‌کند و چون هر دو خلاف واقع است حکم سراب دارد.

و از چهار مورد فوق نیز باید اجتناب نمود.

امام(ع) در موارد متعدد فرد کذّاب را به سراب تشبیه کرده است و در برخی موارد واژه سراب را نمی‌آورد اما محتوای آن که دور را نزدیک و نزدیک را دور جلوه می‌دهد ذکر می‌فرماید.

پیامبر خدا صل اللّه و علیه و آله:
جبرئیل و اسرافیل و عزرائیل و میکائیل نزدم آمدند.
جبرئیل فرمود: ای پیامبرخدا هر کس از امتت ده صلوات بر تو بفرستد، من بر پل صراط دستش را خواهم گرفت و او را عبور می‌دهم.
میکائیل فرمود: من هم از آب حوض کوثر به او می‌نوشانم.
اسرافیل هم فرمود: منم سر به سجده می‌گذارم و سر را بلند نخواهم کرد تا خداوند همه‌ی گناهان او را نبخشاید.
عزرائیل هم گفت: منم روح او را همانند روح پیامبران قبض می‌کنم.

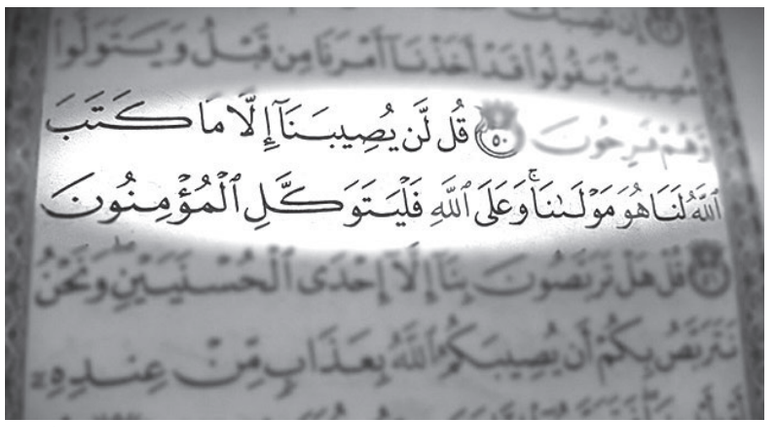
اللّهُمّ صَلِّ عَلَی مُحَمّدٍ وَ آلِ مُحَمّدٍ

توصیه ای از امام صادق (ع) به شیعیان

تَواصَلوا و تَبارُّوا و تَراحَموا و کُونُوا إخوَةً بَرَرَةً کَما أمَرَ کُمُ اللّه.

با یکدیگر پیوند داشته باشید و به هم نیکی کنید و با یکدیگر مهربان باشید و همچنان که خداوند به شما دستور داده است، برادرانی نیکوکار باشید.

رضایت به قضا و قدر الهی



راضی بودن به قضای الهی وتسلیم بودن در برابر مقدرات الهی ،مقامی بس رفیع است که ناشی از اعتقاد کامل به خدا وحکمت اوست.از آنجا که خداوند انسان را خلق کرده ومی داند خیر وصلاح او در چیست و ظرفیت او چقدر است، متناسب با آن اموری را برای او مقدر نموده که بر اساس حکمت است ،گرچه ما فلسفه بعضی از آنها را نفهمیم. علاوه بر آنکه رضا به قضای الهی سبب آرامش روانی انسان میگردد.

مسأله قضا و قدر همان مشیت الهی است که در نظام هستی، هر چیز را بامحاسبه دقیق و معین به طور قانون مند و سازوار در چارچوب نظام علت و معلول قرارداده است.

***)خشنود بودن به قضا و قدر الهی، دارای برکات بسیاری است، از جمله:**

آرامش و نشاط دایمی

امام صادق)ع(فرمود: الرَّوحُ وَ الرَّاحَةُ فِی الرِّضَا وَ الْیقین

نشاط و راحتی، در خشنودی به تقدیر الهی و یقین است.

بالا رفتن توان مقاومت در تنگناها

امام علی)ع(فرمود: مَنْ رَضِی بِرِزْقِ اللَّهِ لَمْ یحْزَنْ عَلَی مَا فَاتَه

کسی که راضی به روزی الهی باشد، غمگین نمی شود بر آنچه از دست داده است.

به دست آوردن روح غنا

امام صادق)ع(فرمود: ارْضَ بِمَا قَسَمَ اللَّهُ لَک تَکنْ غَنیاً

خشنود باش به آنچه خداوند برای تو روزی کرده تا غنی باشی.

آسایش بدن

امام علی) ع(فرمود: مَنْ رَضِی مِنَ اللَّهِ بِمَا قَسَمَ لَهُ اسْتَرَاحَ بَدَنُه

کسی که راضی باشد به روزی الهی، بدنش در آسایش است.

اجر و پاداش

امام صادق)ع(فرمود: کسی که به قضا و قدر الهی راضی باشد، قضا و قدر بر او می آید در حالی که اجر و پاداش دارد و اگر کسی از قضای الهی ناخشنود باشد، باز قضای الهی بر او می آید و خداوند اجر و پاداش او را نابود می گرداند.

دعا منافاتی با قضا ندارد

دعا منافاتی با قضا و رضا به قضا ندارد؛ یعنی ضمن اینکه رضایت به قضا باید در گوشه دل ما وجود داشته باشد باید دعا هم کنیم و دعا منافاتی با آن ندارد و خود دعا سببی برای روی آوری به حق و توبه می‌شود.

» اللهم اجعلنی فی درعک الحصینه «از دعاهایی است که برخی بزرگان بر خواندن آن در مشکلات توصیه کرده اند، در این دعا می خوانیم که خدایا مرا در درع، حصن و قلعه حفاظتی خودت قرار ده. قلع های که هر که را بخواهی در آن قرار داده و حفظ می‌کنی. همین تضرعات و ادعیه سبب همین درع و حصن است.

***)مراحل رسیدن به مقام رضا**

حوادث جهات مختلفی دارند و انسان به گونه‌ای خلق شده است که می تواند از یک حادثه خاص، از یک جهت راضی و از جهتی دیگر ناراضی باشد.

حوادث ناگواری که اتفاق می افتند از این جهت که موجب می شوند انسا نهایی بی گناه دچار سختی ها و گرفتار یهایی شوند رنج آورند. اما جهت دیگر این حوادث آن است که این تلخی ها همراه با شیرینی های فراوانی هستند. مصیبت ها و مشکلات دنیا هر چند سخت باشند موقت و محدود به چند روز یا چند سال هستند و خداوند به کسانی که به چنین مصائبی دچار می شوند پاداش‌های بسیاری خواهد داد که تا ابد ادامه دارد.

قُلْ لَنْ یُصیبَنا إلّا ما کَتَبَ اللّهُ لَنا هُوَ مَوْلانا وَ عَلَی اللّهِ فَلْیَتَوَکّلِ الْمُؤْمِنُونَ

بگو: هرگز جز آنچه خداوند برای ما مقرّر کرده است، به ما نخواهد رسید.

دست خداست بالای دست آنها.

خواستند حضرت یوسف (ع) را بکشند، اما زنده ماند. خواستند آثارش را از بین ببرند، ارزشش بالاتر رفت.خواستند او رابفروشند که برده شود، عزیز مصر شد.خواستند محبتش از دل پدرخارج شود، محبتش بیشتر شد.

از نقشه های مردمان نباید دلهره داشت چرا که اراده ی خداوند بالاتر از هر اراده ای است.

او خدایی است که درهای بسته را برای بهترین بندگانش باز میکند...

وصیت امام علی (ع) به پسرش امام حسن مجتبی (ع)

پسرم هرگز از تاخیر دعا ناامید مباش زیرا بخشش الهی به اندازه نیت است چه بسا در اجابت دعا تاخیر می شود تا پاداش درخواست کننده بیشتر و جزای آرزومند کامل تر شود.

گاهی چیزی خواسته ای ولی آن را به تو نداده اند و در عوض بهتر از آن را در جهان یا آن جهان به تو داده اند و گاهی دعایت به اجابت نرسیده است زیرا چیزی طلب کرده ای که اگر داده شود مایه تباهی دین تو خواهد بود.

پس چیزی بخواه که نیکی و زیبایی اش برایت ماندگار باشد و رنج سختی اش از تو برکنار.

تکبر هم مثل بیشتر اخلاق‌های خوب و بد، تقسیم بندی دارد:

۱ـ تکبر مقابل خدا:

اگر تکبر در مقابل خداوند باشد، منجر به نافرمانی پروردگار می شود که مساوی با عدم تسلیم خواهد بود و این همان بی ایمانی است. کسی در مقابل خداوند تسلیم است که تکبر نداشته باشد. این موضوع در آیه ۶۰ سوره غافر مورد اشاره قرار گرفته است؛ «پروردگارتان فرمود مرا بخوانید تا شما را اجابت کنم. در حقیقت کسانی که از پرستش من کبر می ورزند، به زودی خوار در دوزخ در می آیند.» اصلا همه این آتش ها از کنده بی نیازی بلند می شود. گاهی بنده نسبت به خدا دچار غرور می شود، یعنی وقتی انسان تصور کند که بی نیاز است به خودش مغرور می شود و فکر می کند از عالم و آدم برتر است.

قرآن کریم درباره این افراد می گوید: «کسانی که سرای دیگر را باور نمی کنند، دل هایشان انکار کننده است؛ ایشان تکبر کنندگان اند .»

در آیات ۶و۷ سوره علق آمده : «آدمی همین که خود را بی نیاز ببیند، سرکشی می کند». همین حس خود برتربینی است که انسان را به سقوط می کشاند. همین قضیه باعث تکبر ابلیس رجیم شد .

در آیه ۱۲سوره اعراف آمده است: «خداوند به ابلیس فرمود: چه چیز تو را باز داشت از اینکه به آدم سجده کنی ؟گفت من از او بهترم ؛ مرا از آتش آفریدی و او را از گِل ».یکی دیگر از متکبرانی که در قرآن مورد اشاره قرار گرفته، فرعون است که مقابل خدا تکبر کرد.

در آیه ۲۴سوره نازعات آمده است : «فرعون گفت که من پروردگار برتر شما هستم».

۲ـ تکبر مقابل پیغمبر:

دومین نوع تکبر، مقابل پیامبر خدا شکل می گیرد . اتفاقاً همین تکبر نوع دوم بود که باعث شد رسالت بسیاری از پیامبران الهی نتیجه مطلوب را نداشته باشد . بیشتر پیامبران خداوند از افراد فقیر و متوسط جامعه بودند و به همین دلیل ثروتمندان خود را برتر از آنها می دانستند آیه ۴۷سوره مومنون به همین موضوع اشاره می کند. آنهایی که به موسی و هارون ایمان نمی آوردند، می گفتند: «انُؤمِنُ لِبَشَرَینِ مِثلِنا /آیا ما به دو انسان که همانند خودمان هستند، ایمان بیاوریم ؟» قوم نوح (علیه‌السلام)هم با همین توجیه از ایمان سرباز می زدند. در قرآن کریم چنین آمده است: «قوم نوح به یکدیگر می گفتند اگر از بشری که همانند خودتان است، اطاعت کنید، به یقین زیانکارید». تکبر نسبت به پیامبران مانع از ایمان آوردن است. همان طور که کفار قریش در برابر پیامبر اسلام تکبر کردند. گروهی از آنها پیامبری ایشان را قبول داشتند. ولی به خاطر تکبرشان نمی توانستند به آن اقرار کنند . افراد دیگر هم به دلیل تکبر بیش از اندازه، پیامبری ایشان را از پایه و اساس انکار کردند!

۳ـ تکبر به خلق خدا

یک موفقیت ساده، مقداری ثروت یا کمی شهرت کافی است که خلق الله را پایین تر از خودمان ببینیم. استاد حسین انصاریان درباره این نوع تکبر می گوید: «تکبر به خلق خدا نیز مانند تکبر به پروردگار، هلاک کننده است. به هر حال کسی که خود را از مردم برتر می داند، به مرور زمان به خداوند نیز غره می شود».

مرحوم ملامحسن فیض کاشانی، عوامل ایجاد تکبر را در چند چیز بیان کرده است: «اولین عامل ایجاد تکبر، علم است. امام باقر (علیه‌السلام)درباره افت علم فرموده اند: «آفَه العِلمِ الخِیَلاءُ /افت بزرگ علم تکبر است».

دومین عامل تکبر و خود برتر بینی، اعمال نیک است. تاریخ ثابت کرده که برخی از عابدان، به وسیله تکبر سقوط کرده اند. ثروت نیز می تواند عامل خود بزرگ بینی و حقیر دانستن مردم باشد. گروهی نیز به نسب و شجره خود فخر می فروشند، در حالی که اسلام همه این موارد را رد می کند.

تواضع؛ راه درمان

تواضع دقیقاً نقطه مقابل تکبر است. در معراج السعاده آمده :«تواضع آن است که انسان خود را از کسانی که در جاه و مقام از او پایین ترند، برتر نداند و نیز به معنای شکسته نفسی و افتادگی آمده است که آدمی خود را از دیگران بالاتر نبیند و در واقع یکی از راه های درمان تکبر هم محسوب می شود».

از حضرت علی (علیه‌السلام)در غرر الحکم نقل شده است :« ضادوا الکبر بالتواضع/به وسیله تواضع با تکبر مقابله کنید».

خدا در آیه ۶۳سوره فرقان هم خصلت بندگان خاصش را این چنین بیان می کند: «بندگان خاص خداوند رحمان کسانی اند که با آرامش و بی تکبر بر زمین راه می روند».

آیت الله مکارم شیرازی در تفسیر این آیه در کتاب اخلاق در قرآن می گوید: «ناگفته پیداست که منظور از «الذین یمشون علی الارض هونا»این نیست که فقط راه رفتن آنها متواضعانه است بلکه منظور نفی هر گونه کبر و خودخواهی است که در تمام اعمال انسان و حتی در کیفیت راه رفتن که ساده ترین کار است، آشکار می شود زیرا ملکات اخلاقی همیشه خود را لا به لای گفتار و حرکات انسان نشان می دهند تا آنجا که در بسیاری مواقع از چگونگی راه رفتن انسان می توان به بسیاری از صفات اخلاقی او راه برد.

خواص و فواید خوردن کره

یکی از بهترین مواد غذایی برای صبحانه ، کره است. البته کره چاق کننده هست، اما برای بدن شما مفید است.

کره گیاهی یا لبنی؟

کره ای که از روغن گیاهی تهیه می شود، مارگارین می گویند. مارگارین خواص ظاهری و فیزیکی مشابه با کره لبنی دارد ولی پایه اصلی آن شیر نیست. این محصول اغلب از انواع روغن های نباتی چون ذرت، آفتابگردان، سویا و کتان به همراه برخی افزودنی ها تهیه می شود. این کره فاقد ویتامین های موجود در پنیر بوده و از لحاظ املاحی چون آهن، روی و مس فقیر است. البته این کره خواص تغذیه ای روغن های گیاهی را داراست ولی به دلیل فرآیندهای حرارتی تا حدود زیادی از ریزمغذی هایش کاسته می شود. به همین دلیل برای آن که این محصول را از نظر تغذیه ای مشابه کره لبنی کنند با افزودن ویتامین هایی چون A و D آن را غنی و با افزودن طعم دهنده و مواد رنگی، طعم و مزه مخصوص کره را در آن ایجاد می کنند.

می تواند مضر باشد اگر...

کره به دلیل طعم لذیذی که دارد، در بسیاری از غذاها مورد استفاده قرار می گیرد و کمتر کسی پیدا می شود که رابطه خوبی با کره نداشته باشد. با این وجود، نباید فراموش کرد که مصرف بیش از حد این ماده برای سلامتی انسان مضر است.

اسیدهای چرب اشباع موجود در کره، کلسترول بد خون را بالا می برد و کلسترول اضافی با رسوب در عروق بدن باعث تنگی شریان ها شده و خونرسانی به اعضای بدن را مختل می کند. مارگارین معمولی مانند کره لبنی حاوی ۸۰ درصد چربی بوده و از نظر تولید میزان انرژی هیچ تفاوتی با کره ندارد. تنها تفاوت این دو محصول در نوع چربی گیاهی و حیوانی آنهاست.

خیالتان راحت؛ مارگارین اصلا کره نیست!

کره حاوی کلسترول است که نمایانگر اجزای تشکیل دهنده با منشأ حیوانی است در حالی که مارگارین به طور عمده حاوی چربی های گیاهی است. از طرف دیگر در مارگارین، مقدار اسیدهای چرب ضروری یعنی اسیدهای چرب غیر اشباع با چند پیوند دوگانه به مراتب بیشتر است.

مارگارین ها انواع مختلفی دارند و در صورتی که نوع خوب مارگارین – که همان نوع مایع آن است – استفاده شود، به مراتب از کره بهتر است؛ در غیر این صورت شما کاملا ضرر کرده اید زیرا علاوه بر آن که سلامت تان را به خطر انداخته اید، خودتان را نیز از مزه خوش کره محروم کرده اید.

۲ نوع کره پرطرفدار

کره بادام زمینی

خوردن مقدار کمی کره بادام زمینی می تواند برای مدت طولانی، احساس سیری ایجاد کند، در نتیجه برای کسانی که می خواهند مقدار کمی غذا میل کنند مناسب است. کره بادام زمینی از کالری و اسیدهای چرب اشباع کمتری برخوردار است اما در صورت افزایش مصرف کره بادام زمینی، کالری بیشتری به بدن رسیده و اضافه وزن و چاقی عارض خواهد شد. مصرف کره بادام زمینی در وعده صبحانه توصیه می شود چرا که می تواند وعده غذایی مقوی و کاملی برای افراد به خصوص کودکان باشد.

کره پسته

کره پسته محصول غذایی خمیری شکل است که از مغز پسته برشته و آسیاب شده همراه با شکر یا شیرین کننده های طبیعی مانند عسل و شهد به دست می آید. این محصول به راحتی می تواند در دمای اتاق نگهداری شود و نیازی به فریز کردن ندارد. کره پسته می تواند در صبحانه و عصرانه مورد استفاده کودکان و سالمندان قرار گیرد. این محصول منبع خوب چربی از نوع غیر اشباع و پروتئین است.

فواید خوردن سیر به صورت ناشتا

آنتی بیوتیک طبیعی:

خوردن سیر با شکم خالی به عنوان آنتی بیوتیک قوی عمل می کند. این کار زمانی موثر است که قبل از صبحانه آن را بخورید چون باکتری ها در معرض قرار گرفتن با آن هستند و نمی تواند از خود در برابرقدرت آن دفاع کند.

کنترل فشار خون:

بسیاری از افرادی که مبتلا به فشار خون بالا هستند متوجه شده اند که سیر به تسکین برخی از علائم کمک می کند.

مفید برای دل و روده:

به عملکرد مناسب کبد و مثانه کمک می کند و برای مشکلات شکم مانند اسهال موثر است. اشتها و هضم را تحریک و هم چنین به کنترل استرس کمک می کند که از اسید معده جلوگیری می کند و معمولا زمانی ترشح می شود که عصبی می شوید.

برای پاکسازی بدن:

سیر آنقدر قوی است که می تواند انگل ها و کرم را از بین ببرد و از بیماری هایی مثل تیفوس، دیابت، افسردگی و برخی انواع سرطان جلوگیری کند.

برای تنفس:

سیر در پیش گیری و درمان سل، ذات الریه، زکام، برونشیت مزمن، گرفتگی ریوی، آسم و سیاه سرفه بسیار شگفتی دارد.

برای هضم و کاهش وزن:

سیر باعث می شود تا مدت زیادی احساس سیری به شخص داده شود . همچنین موجب تقویت انرژی و سوزاندن کالری های اضافه می شود .خوردن سیر با کمی لیمو در یک لیوان آب گرم به صورت ناشتا موجب تحریک کاهش وزن می شود . علاوه بر آن خوردن سیر به طور ناشتا موجب تقویت کلی سوخت و ساز و سیستم ایمنی بدن و همچنین موثر برای مشکلات شکم مانند اسهال است.

برای تقویت سیستم ایمنی بدن:

سیر آنتی بیوتیک طبیعی قوی برای هر سنی در نظر گرفته شده است. اول از همه، نسخه ای برای تقویت سیستم ایمنی قوی است . در زمستان، این محصول به کودکان داده می شود تا از آن ها در برابر سرماخوردگی و آنفولانزا محافظت کنند. اگر صبح سیر را با شکم خالی بخورید، خواص دارویی و فواید آن به حداکثر می رسد.

برای درمان بیماریهای عصبی:

سیر برای درمان بیماری های مختلف مفید هستند. وقتی نوبت به مشکلات عصبی می رسد، آن ها یک استثنا نیستند. مطالعات نشان می دهند خوردن سیر با معده خالی درمانی موثر برای افرادی است که از مشکلات عصبی رنج می برند.

برای پاک سازی خون:

اگر عادت به خوردن یک بوته سیر روزانه دارید میزان کلسترول بد در خون کاهش می یابد.

برای کنترل دیابت:

استفاده روزانه از سیر تازه در کاهش گلوکز سرم بیماران دیابتی نوع ۲ موثر می باشد. علاوه بر این نتایج تحقیقات دیگر نیز ثابت کرده است که قند خون ناشتا در بیماران دیابتی پس از ۳ ماه مصرف سیر ، به میزان ۵ /۴۹ میلی گرم در دسی لیتر کاهش می یابد.

برای سلامت مغز:

سیر از مغز در برابر آسیب اکسیداتیو که منجر به بیماری های شناختی مانند آلزایمر می شود، محافظت می کند. با این حال ممکن است خود را از چنین بیماری هایی با خوردن سیر دور نگه دارید با این حال سیر می تواند به شما کمک کند با کم حافظگی مبارزه کنید - راهی مطمئن برای افزایش بهره وری در کار.

فواید مصرف سیر و عسل ۷ روز به صورت ناشتا

۱.گردش خون را بهبود می بخشد:

ترکیبات گوگرد و سیر، زمانی که با مزایای عسل مخلوط میشود.برای سیستم گردش خون بسیار مفید است هر دو برای جلوگیری از لخته شدن خون و اختلالاتی مانند:ترومبوز و رگ های واریسی اقدام میکنند.

۲.کاهش فشار خون :

فشار خون بالا ،یک بیماری است که میتواند سلامت قلبی و عروقی را تهدید کند برای کنترل کردن آن به طور طبیعی ،سعی کنید هرروز عسل و سیر را با معده خالی مصرف کنید.

۳.کنترل کلسترول نامساعد:

زمانی که شما سیر را خام مصرف میکنید،آلیسین ترشح شده از آن، میتواند به جریان خون شما کمک کند و کلسترول اضافی را از بین ببرد این یک راه حل عالی برای حفظ سطح تری گلیسیرید شما است.

٤.کاهش التهاب:

سیر و عسل هردو با التهاب مبارزه میکنند و به عنوان داروهای ضددرد طبیعی و برای کمک به وضعیت هایی مانند آرتروز،احتباس(جمع شدن) مایعات و اختلالات عضلانی کمک میکند.

۵.سیستم ایمنی را تقویت کنید :

خواص ضد قارچ عسل و سیر برای تقویت سیستم ایمنی بدن شما بسیار عالی است هردوی آنها برای افزایش بهبود دفاع بدن در برابر ویروس ها،باکتری ها و هرنوع عامل بیماری زا دیگر مناسب است.

٦ .با سرفه کردن مبارزه می کند:

چه سرفه شما از یک عفونت باکتریایی باشد و یا یک ویروس ،هیچ چیز بهتر از شربتی نیست که با عسل و سیر خرد شده درست شده است سوزشی را که احساس میکنید ،آرام میکند و همچنین به عنوان یک تحریک کننده خلط آور برای ازبین بردن خلط عمل میکند.

۷. افزایش بهبودی سرماخوردگی و آنفولانزای شما:

با مصرف مداوم این درمان، میتوانید،تمام علائم سرماخوردگی و آنفولانزا را به طور موقت کاهش دهید بک مبارزه با ویروس ها کمک میکند و تولید آنتی بادی هایی که مسئول حفاظت از راه های هوایی شما هستند، را تحریک میکند.

خواص آلو بخارا

جلوگیری از دیابت:

فیتونوترینت‌های موجود در آلو بخارا باعث کاهش سطح گلوکز خون می‌شود و خطر ابتلا به دیابت نوع ۲ را کاهش می‌دهد.

جلوگیری از بیماری‌های قلبی:

آلو بخارا به دلیل داشتن فیتوکمیکال و فیبر زیاد به عنوان آنتی اکسیدان عمل می‌کند و خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی را کاهش می‌دهد.

درمان یبوست:

آلو بخارا از قدیم به عنوان یک میوه ملین استفاده می‌شده، این میوه را برای افرادی که یبوست یا دچار سوء هاضمه هستند توصیه می‌کنند.

این میوه همچنین به دلیل داشتن سوربیتول و ایساتین باعث تنظیم سیستم ایمنی بدن می‌شود.

کنترل کلسترل بدن:فیبر موجود در آلو بخارا باعث تنظیم کلسترل خون می‌شود.

کاهش وزن:

آلو بخارا به دلیل اینکه به هضم کردن کمک می‌کند، همچنین سموم را از بدن دفع می‌کند و باعث کاهش وزن طبیعی بدن می‌شود.

بهبود سیستم عصبی:

بدن برای انقباض عضلات و بهبود سیستم عصبی بدن نیاز به منیزم دارد و آلو بخارا به دلیل داشتن منیزم می‌تواند کمک بسیار به بدن کند.

چرا افراد چاق بیشتر در خطر بیماری کرونا قرار دارند؟

دلایل مختلفی وجود دارد مبنی‌بر اینکه افراد چاق بیشتر از دیگر افراد در معرض خطر فوت ناشی از کرونا قرار دارند.

***) فشار چربی‌های بدن به ریه‌ها**

میزان زیاد چربی در سینه و شکم به ریه‌ها فشار می‌آورد و به این افراد اجازه نمی‌دهد به راحتی ریه‌هایشان را پر کنند. این کاهش گنجایش ریه‌ها به فشارها و مشکلات تنفسی دیگر در بیماران می‌افزاید.

***) نیاز بیشتر به اکسیژن**

تحمل وزن زیاد، نیاز بدن به اکسیژن را افزایش می‌دهد. بعضی از افرادی که اضافه وزن دارند، ممکن است به‌آهستگی نفس بکشند یا تنفس‌شان به‌قدری آهسته باشد که نتوانند اکسیژن لازم را به بدن برسانند. این عوامل حتی در زمان سلامتی هم فشار زیادی بر قلب و ریه‌ها وارد می‌کنند.

پژوهش‌ها نشان داده‌اند که این دو عامل به‌تنهایی نمی‌توانند عامل مرگ‌ومیر بیماران چاق بر اثر کرونا باشند. عوامل دیگری هم دخیل‌اند که فقط مختص بیماری کرونا هستند.

روش های خانگی برای کاهش وزن سریع(۲)

یوگا و ورزش

با ورزش در بخش های مختلف بدن، سوخت و ساز بدن شما بهبود می یابد. سعی کنید یوگا را انجام دهید. این ورزش به کاهش وزن سریع کمک می کند.

مصرف سبوس جو دوسر

سبوس یکی از بزرگترین مواد غذایی حاوی فیبر است که نه تنها احساس سیری را ایجاد می کند، بلکه سرعت سیستم گوارش شما را نیز افزایش می دهد و به طور موثر ضایعات را از بین می برد. بنابراین با این روش وزن شما کاهش می یابد و از پر خوری غیر ضروری جلوگیری می کنید. سبوس همچنین چربی را جذب می کند، در نتیجه باعث کاهش کلسترول کلی و افزایش متابولیسم بدن می شود.

از غذاهای نمک دار اجتناب کنید

نمک باعث می شود بدن شما آب را نگه دارد و فشار خون شما را افزایش می دهد، احساس خستگی می کنید و احتمالا بیشتری وجود دارد که روی صندلی بنشینید و میان وعده ی بیشتری بخورید.

روغن زیتون مصرف کنید

چربی های امگا ۳ مفید در روغن زیتون به افزایش انرژی و از بین بردن کلسترول خطرناک کمک می کند که می تواند افزایش وزن را تشدید می کند.

غذاهای مغذی

افرادی که مایل به کاهش وزن سریع هستند می توانند مواد غذایی با چگالی و انرژی کم، از جمله میوه ها، سبزیجات، ماهی، دانه ها، لوبیا و گوشت بدون چربی را انتخاب کنند. گنجاندن مواد غذایی غنی از ویتامین مانند لیمو (انگور فرنگی هندی) نیز به کاهش وزن کمک می کنند. برای مقدارکافی پروتئین، سویا و جوانه ها می تواند در رژیم غذایی شما وجود داشته باشند.

شکر را با عسل جایگزین کنید

اضافه کردن قند به آب میوه، قهوه، چای مصرف کالری را افزایش می دهد. به جای شکر، بهتر است که عسل جایگزین شود. عسل حاوی فروکتوز و گلوکز تقریبا مساوی است و مقدار زیادی کالری به بدن اضافه نمی کند.

مصرف عسل و لیمو

مصرف عسل با لیمو نیز برای کاهش وزن توصیه می شود. عسل با لیمو و آب گرم راه خوبی برای شروع روز است. عسل نقش مهمی در کاهش وزن سریع و مداوای طبیعی دارد.

چای سبز

چای سبز یکی دیگر از روش های کاهش وزن سریع است. چای سبز حاوی یک آنتی اکسیدان قوی به نام اپی گالوکتشین گالات Epigallocatechin gallate می باشد. این آنتی اکسیدان به دلیل اینکه باعث تحریک روند چربی سوزی در بدن می شود شناخته شده است و برای کاهش وزن سریع توصیه می شود. خوردن یک یا دو فنجان چای سبز هر روز صبح باعث کاهش وزن اضافه وزن تا چند کیلو در طول یک هفته یا بیشتر می شود.

مصرف کلم

کلم به عنوان یکی از سبزیجات کالری منفی محسوب می شود، زیرا اعتقاد بر این است که کالری بیشتری برای هضم غذا مصرف می کند. کلم می تواند به آب سبزیجات و سالاد ها اضافه شود تا کاهش وزن موثر را به دنبال داشته باشد.

آلو بخارا

مصرف آلو به عنوان بخشی از رژیم کنترل وزن می تواند روند کاهش وزن را بهبود بخشد.

مصرف قهوه سبز

کافئین موجود در قهوه سبز منجر به افزایش متابولیسم در حدود ۳ الی ۱۱ درصد شده که این فرآیند در کاهش وزن موثر می باشد. علاوه بر این کلروژنیک اسید موجود در قهوه سبز با تداخل در جذب کربوهیدرات ها (نشاسته و قند) منجر به کاهش مقدار جذب و کاهش سرعت جذب آنها و همچنین کاهش ترشح انسولین می‌شود و مقاومت به انسولین کاهش پیدا می کند.

بهترین زمان مصرف قهوه برای کاهش وزن، حدود پانزده دقیقه قبل از صبحانه و ناهار و شام است و باید دقت کنید که در مصرف قهوه سبز زیاده روی نکنید.

باید و نبایدهای خوراکی هنگام ابتلا به کرونا

۱ـ استفاده از نان‌های بسته بندی سبوس دار به جای نان‌های تصفیه شده.

۲ـ حذف دورچین‌های خام و جایگزینی دورچین‌های پخته کنار غذاها شامل سبزیجات رنگی مانند: لبو، کدو حلوایی، هویج، بروکلی، گل کلم، فلفل دلمه ای، گوجه فرنگی، اسفناج، شلغم (حداقل به میزان ۶۰ گرم)

۳ـ استفاده از نارنج، زیتون و گوجه فرنگی خام کنار غذا.

۴ـ حذف کوبیده گوشت و شنیسل و غذاهایی که ممکن است مرکز آنها خوب پخته نشود.

۵ـ صبحانه متنوع با تخم مرغ آبپز خوب پخته شده، گردو و عدسی و شیر پاستوریزه.

۶ـ گنجاندن ماهی در برنامه غذایی حداقل یک بار در هفته.

۷ـ جایگزین کردن لبنیات پروبیوتیک و کم چرب بجای لبنیات فاقد پروبیوتیک و پرچرب.

۸ـ تهیه سوپ‌های مقوی مانند سوپ کدو حلوایی، سوپ شیر و جو، خوراک لوبیا با قارچ، سوپ شیر و خامه و قارچ و... کنار وعده‌های غذایی.

۹ـ گنجاندن آش‌های تهیه شده بر پایه حبوبات و سبزیحات در برنامه غذایی.

۱۰ـ اضافه کردن سبوس‌های بسته بندی و پاستوریزه شده به سوپ، آش، کوکو و کتلت.

خواص کاسنی

از جمله فواید عرق کاسنی از بین بردن حرارت و التهاب بدن، احساس رخوت و سستی، رنگ پریدگی و زردی چهره و خصوصاً تنبلی کبد است.

کاسنی مسئول درمان کبد است و باعث دفع صفرا در بدن می‌شود و زردی را می‌زداید و بار کبد را سبک می‌کند، به همین دلیل مسکنی تأثیرگذار برای تب محسوب می‌شود.

همچنین بسیاری از جوش‌های صورت، به خاطر گرمی بدن ایجاد می‌شود که منشأ همه این پدیده‌ها، کبد است. بنابراین کبد باید پاک شود تا پوستی صاف و شفاف داشته باشید.

عرق کاسنی به رفع نفخ کمک می‌کند و برخی از متخصصان طب سنتی می‌گویند که موجب رفع چربی‌ها بخصوص چربی دور شکم می‌شود.

عرق کاسنی خواص ضد التهابی دارد و موجب کاهش دردهای مفصلی و استخوانی می‌شود. افرادی که به بیماری آرتروز دچار هستند می‌توانند با مصرف عرق کاسنی از شدت دردهای مفصلی و استخوانی خود بکاهند.

خواص خوراکی‌های پاییزه (۲)

گردو: گردو علاوه بر مزایای شناخته شده‌ی آن برای سلامت قلب و عروق برای دیگر بیماری‌ها و شرایط سلامتی مانند دیابت، عملکرد شناختی، سلامت روان، سرطان، کنترل وزن، سلامت روده و سلامت جنسی و تولیدمثل نیز مورد بررسی قرار گرفته است. این مغزهای خوراکی مغذی را می‌توانید هم به تنهایی به عنوان میان وعده و هم به صورت ترکیب با دیگر مواد غذایی مانند پنیر یا درون غذاها مثل فسنجان و کیک‌ها و.... مصرف کنید. این ابرغذای پاییزی سرشار از اسیدهای چرب امگا ۳، پروتئین و فیبر هستند.

سیب: مصرف یک سیب در روز بیماری‌های مزمن را دور می‌کند. انتخاب سیب یک انتخاب عالی برای وقت‌هایی است که ورزش می‌کنید. برای تهیه یک میان وعده آسان و کم‌کالری روی برش‌های سیب کمی دارچین بپاشید و میل کنید.

جوانه بروکسل: این جوانه‌ها حاوی ویتامین K هستند که باعث تقویت و سلامت استخوان‌ها می‌شوند. آن‌ها را با کمی روغن زیتون، نمک و سرکه بالزامیک در فر برشته کنید.

انواع عدس: عدس‌ها حبوبات کوچکی هستند که فواید بزرگی را در خود جای داده‌اند. آن‌ها سرشار از فیبر، پروتئین و فولات هستند و به سلامت قلب کمک می‌کنند. عدس‌ها را می‌توانید جایگزین غذاهای گوشتی کنید. این دانه‌های مغذی به دلیل داشتن پروتئین و فیبر به پر کردن معده و احساس سیری کمک می‌کنند.

انار: انار یکی از بهترین میوه‌های پاییزی است که سرشار از آنتی‌اکسیدان‌ها و ویتامین C است که برای داشتن یک سیستم ایمنی سالم، به آن نیازمندید. مصرف این میوه‌ی پاییزی خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی عروقی، پوکی استخوان، فشارخون بالا و دیگر بیماری‌های مزمن را کاهش می‌دهد.

لوبیاها: اگر می‌خواهید رژیم غذایی‌تان را با یک ماده‌ی غنی از پروتئین و فیبر تقویت کنید می‌توانید روی لوبیاها حساب باز کنید. آن‌ها باعث می‌شوند تا احساس سیری بیشتری کنید و بدین ترتیب به حفظ وزن سالم و کنترل قند خون در شما کمک می‌کنند. مخلوط کردن انواع آن‌ها با پلو و یا استفاده از آن‌ها در سوپ‌ها و آش‌ها بهترین روش استفاده از لوبیاهاست.

کدو حلوایی: کدو حلوایی مملو از کاروتنوئیدها؛ آنتی‌اکسیدان‌هایی که از سلامت چشم و پوست محافظت می‌کنند و می‌توانند به پیشگیری از برخی سرطان‌ها کمک کنند.

غذاهایی که سرماخوردگی‌تان را بدتر می‌کنند (۲)

شیر

شیر هم یکی از غذاهایی است که وقتی سرما خورده‌اید باید از آن پرهیز کنید. محصولات لبنی می‌توانند ترشحات را غلیظ کنند، در نتیجه آلرژن‌های مضر به مدت طولانی‌تری در سیستم تنفسی‌تان باقی خواهند ماند.

آبنبات بدون قند

آبنبات بدون قند، قند ندارد اما آبنبات‌ها و آدامس‌هایی که سوربیتول دارند می‌توانند مشکلات معده ایجاد کنند. سوربیتول، قابل هضم نیست و می‌تواند معده‌تان را ناراحت کند و حتی در برخی از افراد سبب اسهال بشود. اسهال به معنی کم آب شدن بدن است. شیرین‌کننده‌های مصنوعی می‌توانند سردرد نیز ایجاد کنند. اگر خارش گلو دارید و می‌خواهید آن را تسکین بدهید، شربت عسل بنوشید.

نوشیدنی‌های کافئین دار

نوشیدنی‌های کافئین دار مانند قهوه، نوشیدنی‌های انرژی‌زا و چای پررنگ می‌توانند بدن را کم آب کنند. کافئین ادرارآور است و میزان آب بدن را کاهش می‌دهد، در نتیجه پروسه‌ی درمانتان کُند خواهد شد. ضمناً بیشتر نوشیدنی‌های کافئین‌دار حاوی قند هستند و التهاب برانگیزند که باعث می‌شود بدنتان به خوبی نتواند با عفونت مبارزه کند.

بستنی

بیشتر بستنی‌ها با شیرهای پُرچرب درست می‌شوند که به معنی التهاب در بدن است. ضمناً بستنی دارای قند زیاد است که همان‌طور که گفتیم التهاب را در بدن افزایش داده و سیستم ایمنی را تضعیف می‌کند.

موز

موز فواید بی‌نظیری برای سلامتی دارد؛ اما بهتر است وقتی سرما خورده‌اید موز نخورید. موز نیز مانند توت فرنگی سبب ترشح هیستامین در بدن می‌شود که مطمئناً به نفعتان نیست. همچنین موز حاوی قند زیادی است که التهاب برانگیز بوده و عملکرد سیستم ایمنی‌تان را کاهش می‌دهد.

غذاهای سفت یا تُرد

هر غذایی که بافت سفتی دارد می‌تواند گلو و حلق‌تان را تحریک کرده و شما را به سرفه بیندازد یا دچار گلودرد کند. انواع بیسکوئیت‌ها، چیپس‌ها، آجیل و حتی سبزیجات خام، تحریک‌کننده‌ی گلو هستند. در عوض غذاهایی بخورید که بلع راحت‌تری دارند و بافتشان نرم است. غرغره آب‌نمک می‌تواند گلوی تحریک شده را آرام کند و التیام بدهد.

غذاهای شور و ترشیجات

غذاهایی که گلودرد را بدتر می‌کنند معمولاً همان غذاهایی هستند که معده را ناراحت می‌کنند. غذاهایی که حاوی نمک زیاد و سرکه هستند می‌توانند در گلو و حلق التهاب ایجاد کنند. غذاهای تخمیر شده دارای مقدار زیادی هیستامین هستند که موجب احتقان بینی و گلویتان می‌شوند.

بادام زمینی

بادام زمینی یکی از معروف‌ترین آلرژن‌های خوراکی است که می‌تواند مقدار زیادی هیستامین در بدن تولید کند. حتی اگر به بادام زمینی حساسیت ندارید و معمولاً آن را مصرف می‌کنید، در روزهای سرماخوردگی‌تان این کار را نکنید زیرا التهاب را در بدنتان افزایش داده و گرفتگی بینی ایجاد می‌کند.

نوشابه‌های گازدار

شاید فکر کنید نوشیدن نوشابه بهترین راه برای رفع ناراحتی معده است؛ اما این نوشیدنی‌ها مانع انجام فعالیت صحیح سیستم ایمنی بدن می‌شوند. در واقع متخصصان از نوشابه، عمدتاً به دلیل داشتن قند زیاد، به عنوان یکی از بدترین غذاهایی که در هنگام بیماری می‌توان مصرف کرد، نام می‌برند؛ زیرا با تضعیف سلول‌های سفید خون، مانع مبارزه‌ی بدن شما با عفونت‌ها می‌شوند.

روزنامه سیاسی _ فرهنگی _ اجتماعی _ خبری

صاحب امتیاز و مدیر مسئول :ابوالحسن مویدی

حروفچینی و صفحه آرائی : روزنامه میلاد لارستان

آدرس دفتر مرکزی : لار - شهرجدید - بلوار امام رضا (ع)- جنب ساختمان نظام مهندسی

تلفن : ۵۲۲۴۳۸۴۴-۵۲۲۴۴۷۷۵ نمابر : ۵۲۲۴۸۱۰۱

کد پستی : ۳۴۳۵۵-۷۴۳۱۸

شماره شاپا : ۹۹۶۱-۲۰۰۸ (زیر نظر هیأت تحریریه)

لیتوگرافی و چاپ : چاپخانه کوثر لار

www.mldl.ir miladelarestan@gmail.com

اوقات شرعی به افق لار (طول جغرافیایی ۵۴/۲۰ عرض جغرافیایی ۲۷/۴۱)

روز	اذان صبح	طلوع آفتاب	اذان ظهر	غروب‌آفتاب	اذان مغرب
هشتم	۴:۲۸	۵:۴۵	۱۱:۴۳	۱۷:۴۱	۱۷:۵۷

حدیث روز

امام صادق(ع) فرمودند:

ثَلاثٌ تَـورِثُ المَحَبَّه: الـدّیـنُ وَ التَّـواضُعُ وَ البَذلُ؛

سه چیز است که محبت آورد: قـرض دادن وفـروتنـی و بخشـش.

لمعات الحسین

امام حسین(ع) فرموده است:

مَنْ قَبِلَ عَطَاءَک فَقَدْ أَعَانَک عَلَی الْکَرَم.

هر کس احسان و بخشش تو را بپذیرد در سخاوت به تو کمک کرده است.

روزنامه میلاد لارستان – سال بیست و هشتم– دو شنبه ۰۷/ ۰۷/ ۹۹ – دهم صفر المظفر ۱۴۴۲ – ۲۸ سپتامبر ۲۰۲۰ – شماره ۱۵۶۷ – ۸صفحه –تک شماره ۲۰۰۰ تومان

آیا در بورس بمانیم؟

در حال حاضر بسیاری از افرادی که به تازگی وارد بورس شده‌اند، با این پرسش مواجه‌اند که آیا از بازار سرمایه خارج شوند یا نه؟ در پاسخ به این افراد باید واقعیت‌هایی را با آنها در میان گذاشت. واقعیت این است که بخش عمده رشد بورس به دلیل هدایت نقدینگی به سمت این بازار است و ارزش ذاتی شرکت‌های بورسی افزایش نداشته است.

حقیقت سودهای کلان بازار سرمایه این است که دولت به دنبال راهی بود تا نقدینگی به سمت بازارهای سوداگری ارز ، طلا و مسکن نرود و دکترین اقتصادی دولت به این نتیجه رسیدند بهترین مکانی که می‌توان سیل نقدینگی را هدایت کرد، بورس است.به همین دلیل با تشویق مکرر عموم مردم برای سرمایه‌گذاری در بورس، توانست موفقیت‌هایی را کسب کند و بخشی از کسری بودجه خود را تامین نماید. ضمن آن که توانست بازار سرمایه را بین عموم جا بیندازد تا حدی که اکثریت مردم به دنبال اخبار صعود و نزول شاخص بورس هستند.

نگاهی به آمارها نشان می‌دهد که درسال ۹۷ فقط یکصد هزار کد بورسی و در سال ۹۸ بالغ بر ۹۰۰ هزار کد بورسی جدید صادر شده ، این در حالی است که در چهار ماهه ابتدایی سال ۹۹ عدد اعجاب انگیز ۴ میلیون کد بورسی صادر شده که این مسئله حاکی از سرازیر شدن سرمایه‌های خرد و درشت اشخاص حقیقی و حتی حقوقی به سمت بازار سرمایه است.

بررسی‌ها نشان می‌دهد سهام برخی از شرکت‌ها از ابتدای سال ۹۸ ده‌ها برابر رش داشته است اما چه دلیلی باعث این رشد فزاینده شده است؟ آیا این شرکت‌ها طرح توسعه شگفت‌انگیزی رو کرده‌اند و باعث سو خیره‌کننده بنگاه‌شان شده‌اند؟ آیا فروش آن شرکت‌ها ده‌ها برابر شده است؟ درست است که تجدید ارزیابی دارایی‌های شرکت‌ها در سال ۹۸ به دلیل افزایش قیمت‌ها خصوصا قیمت ارز با افزایش حداقل ۱۰۰٪ مواجه بوده است , اما به چه دلیل رشد سهام برخی از شرکت‌ها بیش از افزایش قیمت به دلیل تجدید ارزیابی دارایی شرکت‌ها بوده است؟ در این‌باره باید گفت در حقیقت رشد سریع شاخص بورس به آن علت رخ داده که ناگهان تقاضای بالایی برای سهام شرکت‌ها ایجاد شد اما عرضه متناسب با آن بالا نرفت. این قاعده برهم خوردن عرضه و تقاضا باعث شد ارزش سهام شرکت‌ها به صورت خیره‌کننده رشد کند. در واقع به نظر می‌رسد که رشد فزاینده شاخص بازار سرمایه به دلیل هجوم نقدینگی گسترده به بازار سرمایه بوده است و افزایش ارزش ذاتی شرکت‌ها به دلیل تجدید ارزیابی دارایی‌ها آنقدر تاثیر نگذاشته است. به همین دلیل به تازه‌واردهای بورس توصیه می‌شود بدون کسب تجربه و دانش کافی با ارقام بالای سرمایه‌شان ریسک نکنند و پیش از خرید و فروش سهام با بررسی صورت‌های مالی از سایت کدال شرکت‌ها به‌صورت تکنیکال اقدام به معامله کنند. بنابراین برای ادامه حضور در این بازار بدون شک سهامدارانی موفق می‌شوند که بازار سرمایه را حرفه‌ای‌تر رصد می‌کنند و دانش بورسی خود را ارتقا می‌دهند.

محمدرضا حسینا
عضو اتاق بازرگانی مشهد

تجلیل از رابطین فعال امور بانوان و خانواده شهرستان در فرمانداری ویژه لارستان

معاون استاندار فارس و فرماندار ویژه لارستان، گفت: مدیران دستگاه ها، اهتمام ویژه ای در جهت توجه به واحد امور بانوان و خانواده داشته باشند.

به گزارش میلادلارستان به نقل از روابط عمومی معاونت استانداری و فرمانداری ویژه لارستان؛ جلیل حسنی در گردهمایی رابطین امور بانوان و خانواده دستگاه‌های اجرایی شهرستان که در محل سالن شهید امامی فرمانداری ویژه لارستان برگزار شد، در سخنانی اظهار کرد: درحقیقت توجه به بانوان و خانواده، یکی از اولویت‌های اساسی نظام است، چون از هر جنبه ای که به این موضوع نگاه کنیم، می‌بینیم دارای پشتوانه توجیهی قوی است و از نظر علمی، تجربی، دینی، همه و همه گویای این امر مهم است و مهمتر از همه سیره ائمه معصومین سلام الله علیها و آیات و روایات، بیشترین تاکید در این رابطه دارند.

وی ادامه داد: اگر خانواده از غنای فرهنگی برخوردار و اگر زنان از نظر فرهنگی، علمی، اعتقادی و از نظر اجتماعی صاحب‌نظر باشند و از توانمندی لازم برخوردار باشند، یقیناً فرزندانی را تحویل جامعه خواهند داد که این افراد، کسانی می شوند که در توجه به ارزش های انسانی و اسلامی، ملاک ها و معیارهای جامعه انسانی را رعایت خواهند کرد و قطعا دچار ناهنجاری ها و انحرافات در جامعه نخواهند شد.

فرماندار ویژه لارستان، با بیان اینکه در هر یک از ادارات رابطین امور زنان و خانواده وجود دارد که این خود نشان دهنده اهمیت نقش و جایگاه بانوان در جامعه می باشد؛ تاکید کرد: حقیقتا نظام مقدس جمهوری اسلامی جایگاهی را برای بانوان تعریف کرده است که ارزش و جایگاه زنان در جامعه نهادینه شده است و در این خصوص هم مصونیت دارند از گرفتاری‌ها و هم بسترهای فعالیت آنان فراهم شده است.

حسنی، اظهار کرد: زنان به عنوان عنصری تأثیرگذار، می توانند در عرصه های مختلف اجتماعی، مدیریتی، فرهنگی اجتماعی و اقتصادی خود را نشان دهند و در این خصوص، هم در حوزه انتصابی و هم در حوزه انتخابی، زمینه و بستری برای آنها فراهم شده است که کار و فعالیت کنند و نمونه آن در زمینه های انتخابی حضور زنان در شوراهای اسلامی روستایی و شهری و مجلس شورای اسلامی است.

معاون استاندار فارس، تصریح کرد: در حوزه مدیریتی هم اینگونه است، به طوری که سیاست‌هایی که دولت‌های مختلف ایجاد کرده‌اند، نشات گرفته از میدان دادن به زنانی بوده است که حداقل در پست های مدیریتی بدرخشند، بطوری که امروزه در بخش‌های مختلف صنعتی، تولیدی، اجرایی، فرهنگی، هنری، ورزشی و اعتقادی، زنان به عنوان مدیر، کارشناس، کار آفرین و غیره نقش برجسته ای دارند که قابل تکریم و تحسین است.

نماینده عالی دولت در لارستان، با بیان اینکه نیمی از پیکره جامعه را بانوان تشکیل می دهند؛ افزود: هر یک از بانوان آنچه که از در ذهن خود دارند در جلسات و همایش های مختلف عنوان کنند و اعتماد به نفس داشته باشند و توانمندی‌های علمی، اعتقادی، معنوی و خود را از دست ندهند و پیش‌قدم باشند تا توانمندی های بالقوه آنها به بالفعل تبدیل شوند تا بسیاری از مشکلات جامعه حل شود.

حسنی، اضافه کرد: انتظار است که جلسات این چنینی به طور مستمر برگزار شود، همچنین جلسات و کلاس‌های آموزشی، کارگاهی، فرهنگی، مهارت آموزی و غیره نیز در حوزه های مختلف جهت بانوان برگزار گردد و رابطین بانوان در ادارات در طول سال برنامه و فعالیت هایی در ادارات خود با حضور زنان و بانوان خود برگزار کنند.

وی در پایان از روسای ادارات هم خواست که به موضوع بانوان و خانواده به عنوان یکی از ارکان سیستم اداری توجه کنند و از توان و توانمندی بانوان در فعال کردن جامعه و نهادینه کردن فرهنگ کار، تلاش و مشارکت تولید و همه عرصه‌ها، استفاده کنند، چرا که اگرنهاد خانواده تقویت شود، قطعا آسیب ها کمتر خواهد شد و فرزندان خوبی تربیت می‌شوند و این سرمایه گذاری میان مدت و بلند مدت است که می‌تواند آینده کشور را تضمین کند.

در پایان نیز از رابطین فعال ادارات شهرستان در حوزه زنان و خانواده تجلیل شد.

وَ لَا الرِّشی دَفَعَتها عَنکَ لَو بَذَلُوا
وَ لَا الرِّقی نَفَعَت فیها وَ لَا الحِیَلُ
ما ساعَدُوکَ وَ لا واساکَ اَقرِبُهُم
بَل سَلَّمُوکَ لَها یا قُبحَ ما فَعَلُوا
ما بالُ قَبرِکَ لا یَاتی بِهِ اَحَدٌ
وَ لا یَطُوفُ بِهِ مِن بَینِهِم رَجُلٌ

رشوه نیز — گیرم که داده‌اند – مرگ از تو باز نداشته، فسون و نیرنگ سود نبخشیده است.
یاری‌ات نکرده‌اند، نزدیک‌ترین شان به دردات نیندیشیده، تو را به مرگ سپرده‌اند. چه بد کرده‌اند!
گور تو را چیست؟ که کس به دیدار نیاید و از ایشان کس به گرداش نگردد.

نه رشوه مرگ براند نه سود بخشد، هان
فسون و حیله و نیرنگ نیست راه روان
ترا به مرگ سپردند، بی مساعد یار
نه اقربا کلی کرده زین بلاد و دیار
کجاست قبر، به دیدار تو نیاید کس
به گرد قبر نگردد کسی به نای جرس

ثروتی که خام فروشی می‌شود
در صورت ایجاد صنایع تبدیلی، می توان کام نخل داران لارستانی را شیرین کرد

ادامه از صفحه اول

سرمایه های لارستان با مدیریت، راهنمایی شوند

امام‌جمعه لارستان، با تأکید بر اینکه می‌بایست سرمایه‌های کلانی که رها شده‌اند، مدیریت و با برنامه ریزی راهنمایی شوند، ادامه داد: در خطه لارستان ظرفیت بهره‌گیری از بخش خصوصی وجود دارد و اگر سختگیری‌هایی که در زمینه صدور مجوزها صورت می‌گیرد، پرهیز شود، می‌توان راه سرمایه‌گذاری را تسهیل کرد.

مسئول واحد باغبانی مدیریت جهاد کشاورزی لارستان، نیز در این زمینه بابیان اینکه لارستان جایگاه پنجم تولید محصول خرمای استان فارس را در اختیار دارد، گفت: برداشت این محصول از نیمه مردادماه به‌صورت رطب آغاز و تا اواخر آبان ماه ادامه دارد.

تولید ۱۵ هزار تن محصول خرما از نخلستان‌های لارستان

مجتبی ضیافت، بابیان اینکه پیش‌بینی می‌شود بیش از ۱۵ هزار تن محصول خرما از نخلستان‌های لارستان برداشت شود، افزود: سطح نخلستان‌های موجود در لارستان ۲ هزار و ۷۰۰ هکتاراست.

وی با اشاره به اینکه عمده باغ‌های نخل لارستان در بخش‌های مرکزی و صحرای باغ واقع شده‌اند، یادآور شد: حدود ۳۰ رقم خرما در لارستان وجود دارد و ارقام شاهانی، قصب و خاصویی به ترتیب بیشترین سطح زیر کشت را دارند که در سال‌های اخیر سطح کشت ارقام تجاری از جمله پیارم و مجول در حال افزایش است.

در استان فارس شهرهای داراب، خنج، جهرم، قیروکارزین، فراشبند، کازرون، مهر و لارستان از کانون‌های اصلی نخیلات محسوب می‌شوند و در مجموع استان فارس پس از استان‌های کرمان، هرمزگان و خوزستان چهارمین استان در کشور از نظر سطح تولید خرما است.

تولید محصولات متنوع از خرما

به گزارش میلاد لارستان، بازار مصرف خرما روز به روز در حال افزایش است و در

مصارف صنعتی متعددی نظیر شیره خرما، شهد خرما، عسل خرما، قند مایع، سرکه خرما، عصاره نوشابه، حلوای خرما، شکلات صبحانه خرما و لواشک خرما مورد استقبال بیشتری قرار دارد که امید می رود با ورود سرمایه‌گذاران بتوان صنعت بسته‌بندی، نگهداری، فراوری و تولید محصولات کشاورزی را در لارستان ایجاد تا علاوه بر ارتقای کیفیت این محصولات و توسعه و رونق صادرات آن در اشتغال‌زایی و تراز ارزی کشور نقش بسزایی ایفا کرد به‌گونه‌ای که در سال‌های اخیر ایجاد کارگاه‌های بسته‌بندی و فراوری محصولات کشاورزی و مواد غذایی با استقبال بسیاری از جانب کارآفرینان مواجه شده و به دلیل نیاز به سرمایه اندک، سرعت گرفته است.

«جلوگیری از خام‌فروشی» یکی از مهم‌ترین کلیدواژه‌ها در سیاست‌ها برای جهش تولید است که می‌بایست مسئولین حوزه صادرات خرما، توسعه صنایع تبدیلی و واحدهای بسته‌بندی خرما با استانداردهای روز را در دستور کار خود قرار دهند تا علاوه بر تحولی عظیم در اقتصاد نخل داران لارستان موجب جهش تولید نیز شود.

نام نویسی بیش از ۱۶ هزار متقاضی مسکن اقدام ملی در حوزه بنیاد مسکن فارس

معاون مسکن شهری بنیاد مسکن استان فارس، با بیان اینکه این بنیاد عملیات ارزیابی تقاضاهای نام نویسی برای ساخت مسکن طرح اقدام ملی در شهرهای زیر ۱۰۰ هزار نفر جمعیت را آغاز کرده است، گفت: تاکنون ۱۶ هزار و ۶۶۶ متقاضی برای مسکن اقدام ملی در حوزه مسوولیت بنیاد مسکن نام نویسی کرده‌اند.

محمد رسول پروری ، گفت: از این تعداد، تقاضای ۱۱ هزار و ۵۳۹ نفر در فرم موسوم به استعلام سبز در کل مناطق استان فارس بررسی و پاسخ داده شده است.

وی اظهار داشت: یک هزار و ۸۴۸ نفر در استان فارس با احتساب شهرهای جنوبی وجوه آورده متقاضیان را واریز کرده و در نوبت قرعه کشی قرار دارند ، آورده متقاضیان طرح اقدام ملی در استان فارس تا کنون با احتساب منطقه لارستان و شهرهای جنوب ۸۹۶ میلیارد و ۳۳۱ میلیون و ۸۴۰ هزار ریال بوده است.

معاون مسکن شهری بنیاد مسکن استان فارس از بررسی دقیق تقاضاهای مسکن اقدام ملی در استان فارس خبر داد و افزود: این تقاضاها زیر نظر کارشناسان با دقت بررسی می شود تا کنون تقاضای ۱۱ هزار و ۱۵۸ نفر تایید شده و ۲ هزار و ۵۱۰ تقاضا نیز در نوبت تایید قرار دارند.

پروری با بیان اینکه برای ۲ هزار و ۹۳ متقاضی تا کنون افتتاح حساب انجام شده است ادامه داد : طرح اقدام ملی مسکن پاسخی به تامین مسکن شهری در همه مناطق مشمول استان فارس برای اقشار مختلف و با سطوح درآمدی متفاوت است و می تواند شرایط عادلانه را برای برخورداری از مسکن مناسب برای اقشار جامعه فراهم کند.

این مقام مسوول افزود: تا کنون در شهرهای لارستان ، اقلید صفا شهر ، نورآباد ، نی ریز ، آباده ، ارسنجان ، بوانات ، داراب ، کازرون ، اردکان ، اوز ، خنج ، گله دار ، لامرد و گراش مقدمات احداث مسکن اقدام ملی فراهم شده است.

معاون مسکن شهری بنیاد مسکن استان فارس جمع تقاضاهای ثبت شده در حوزه لارستان شامل شهرهای لار ، اوز ، خنج ، گله دار ، لامرد و گراش را نیز ۵ هزار و ۱۵۹ تقاضا اعلام کرد و افزود: دراین حوزه نیز تا کنون ۷۷۰ میلیارد و ۴۷۴ میلیون ریال آورده متقاضیان بوده است.

پروری با اشاره به اینکه از ۴۰۰ هزار واحد طرح اقدام ملی مسکن حدود ۱۰۰ هزار واحد آن در شهرهای کمتر از ۱۰۰ هزار نفر ساخته می شود که مسئولیت اجرای آن با بنیاد مسکن انقلاب اسلامی است گفت: تلاش می شود در سایر شهرهای استان فارس نیز که شرایط ساخت مسکن ملی فراهم شود در گام های بعدی اقدامات ثبت نام و ساخت واحد ها آغاز شود.

معاون مسکن شهری بنیاد مسکن استان فارس ادامه داد : میانگین متراژ هر کدام از واحدهای در تعهد بنیاد مسکن برای ساخت در قالب طرح اقدام ملی ۸۰ متر مربع است که با محاسبه مشاعات هر کدام از واحدها حدود ۱۰۰ متر مربع خواهد بود. در بسیاری از موارد از ۳۵۰ تا۴۰۰ میلیون تومان برای هر واحد مسکونی با احتساب وام باید منابع تامین شود.

پروری خاطر نشان کرد : دراین طرح، آورده متقاضیان متفاوت است، برنامه ریزی های به گونه ای انجام شده که رقم آورده اولیه سپرده گذاران طرح اقدام ملی مسکن که در شهرهای کمتر از ۱۰۰ هزار نفر جمعیت حدود ۴۰ میلیون تومان شود که باید به نام خود فرد متقاضی در حساب بانکی سپرده گذاری گردد.

وی همچنین افزود: از سوی دیگر در خصوص نحوه تخصیص زمین به پروژه‌های اقدام ملی مسکن در شهرهای با جمعیت کمتر از ۱۰۰ هزار نفر دو گروه واگذاری در نظر گرفته شده است. در واگذاری های ۹۹ ساله که به صورت اجاره در اختیار متقاضیان گذاشته می شود هزینه ای بابت قیمت زمین تحمیل نخواهد شد.

تصاویری از ویژه برنامه های (چهاردهمین یادواره لاله های زهرایی – در کوچه یاران حسین(ع)– دفاع همچنان باقی است) در لارستان

عکاسان :امیر قیومی / علی یگانه لاری / حامد درویش زاده