

ماهنامه فرهنگی اجتماع جوانان ایران ۱۴۳۳
شماره ۱۴۳ پیاپی ۴۵۱ / تیر ماه ۱۳۹۶ / قیمت ۲۵۰۰ تومان

شاهد

جوانان



قهرمان زندگی...



ایمان می تواند همان کار معجزه را انجام دهد..



جوان

ماهنامه فرهنگی و اجتماعی
شماره ۱۴۳ تیر ماه ۱۳۹۶

قیمت: ۲۵۰۰ تومان

صاحب امتیاز: بنیاد شهید و امور ایثارگران
مدیر مسئول و سردبیر: محبوب شهبازی
جانشین سردبیر: یوسف قدیانی
مدیر اجرایی: محمد مهدی مازنی

دبیر تحریریه: ناصر ملایی

امور فنی: آتلیه شاهد

ناظر فنی چاپ: علیرضا قاسمی

تلفن تحریریه: ۸۸۳۰۸۰۸۶

تلفن امور مشترکین: ۸۸۸۲۳۵۸۴

دورنگار امور مشترکین: ۸۸۳۰۸۳۴۸

ناشر: انتشارات شاهد

تهران - خیابان طالقانی - خیابان ملک الشعرا

بهار شمالی - شماره ۵

تلفن: ۸۸۸۴۲۲۴۷

آدرس الکترونیکی:

Email:javan@shahedmag.com

صندوق پستی: تهران ۱۵۷۱۵/۱۹۴

چاپ: چاپخانه سازمان فرهنگی سیاحتی کوثر

* شاهد جوان برای جوانان ۱۷ تا ۲۵ سال
منتشر می شود.

* مجله در تلخیص و ویرایش مطالب رسیده
آزاد است.

* مطالب رسیده بازگردانده نمی شود

* نقل مطالب مجله با ذکر مأخذ مجاز است

- حرف اول: ۴ جوان؛ ارزش آفرینی و ضروریات
یادداشت: ۵ یادآوری برای تاریخ
برداشت آزاد: ۶ سواد رسانه‌ای را بهتر بشناسیم
دخترانه، پسرانه: ۸ جوانان، ناظران امروز مدیران فردا
مادرانه، پدرانه: ۱۰ رازهای زندگی یک خانواده ایثارگر مخترع
اجتماع: ۱۲ داستان تلخی که سرانجامی جز شیرینی نداشت
حماسه آفرین: ۱۴ نخستین شهید نظامی ارمنی در یک نگاه
راه و چاه: ۱۶ اشتغال و جلوگیری از قاچاق، ضرورتی حیاتی
مهارت: ۱۸ اگر می‌خواهید ریسک کنید بخوانید!
مطبخ: ۱۹ طرز تهیه قلیه میگو
لبخند: ۲۰
جدول: ۲۱ جدول
زندگی به سبک دیگر: ۲۲ زندگی ماهرانه در گفت‌وگو با دکتر علی فرجام و دکتر مجید ابهری
سرچشمه: ۲۴ جوانان از دیدگاه شهید مظلوم دکتر بهشتی
عافیت: ۲۶ دمنوش‌ها و شربت‌های آرامش دهنده قلب و اعصاب
سلامت: ۲۸ اسهال و استفراغ بیماری تابستانه کودکان
خانه دوست: ۳۰ حمام چهار فصل اراک به روایت تصویر
نور و نقره: ۳۲ همراه با قصه‌های شهرزاد
موج سازان: ۳۴ فاجعه ۱۲ تیرماه سال ۶۷ به روایت یک غواص
نقد و نظر: ۳۶ سریال «نفس» و برخی ناگفته‌های جلیل سامان
علمی: ۳۸ دستاوردهای ایران زمین
رو به رو: ۴۰ یادگاری از حلب
یک، دو، سه: ۴۲ آشنایی با رشته ورزشی پادل
حرکت: ۴۴ نحسی شماره ۱۰ در رئال مادرید
بین الملل: ۴۶ سایه دشمنی مخرب‌تر از داعش بر سر عراق
دریچه: ۴۸ جنگل زیر آب
روایت: ۵۰
شعر: ۵۲
بازار کتاب: ۵۳
باشگاه مهربانی: ۵۴
تفأل: ۵۶
انگلیسی: ۵۸

جوانان؛ ارزش آفرینی و ضروریات

محور برنامه ششم توسعه است از این روز باید با برچیدن برخی قوانین و مقررات دست و پاگیر عرصه کارآفرینی، آینده‌ای روشن را پیش روی جوانان قرار بدهیم. شاید اغراق نباشد اگر بگوییم وجود همین قوانین دست و پاگیر یکی از علل مهم مهاجرت جوانان از شهرستان‌ها به پایتخت کشور یا در خوش‌بینانه‌ترین حالت به مراکز استان‌ها می‌شود.

یک همراهی ویژه با جوانان

در این شکی نیست که منابع انسانی توانمند و متخصص از الزامات توسعه محسوب می‌شوند و نیروی کار فاقد تخصص نتیجه‌ای جز کار بدون کیفیت در پی نخواهد داشت بنابراین در کنار توجه به استعدادهای آماده ورود به عرصه کارآفرینی، باید فرهنگ مهارت‌آموزی و گسترش آن حتی از مدارس ابتدایی تا سطوح عالی به عنوان یک ضرورت جدی باید دنبال شود. مهارت‌آموزی دروازه ورود به اشتغال پایدار است و احیای شیوه استاد شاگردی می‌تواند به عنوان راهبرد استراتژیک این حوزه دنبال شود. مهارت‌آموزی موجب تقویت خودباوری در بین جوانان می‌شود. نیاز سنجی تقاضای بازار کار نیز برای توسعه مهارت‌ها ضروری است و شعار «ما می‌توانیم» زمانی محقق می‌شود که ما به خودباوری رسیده باشیم.

سردبیر

چون با این سوال مواجه هستیم که بدون میدان دادن کافی به جوانان، این تجربه از کجا بدست می‌آید؟ در حال حاضر جوانان زیادی هستند که خلاقیت‌های بالقوه‌شان در صورتی به ریل پیشرفت کشور سرعت خواهد بخشید که کلیدواژه اعتماد شامل حال آنها شود.

اقتصاد مقاومتی و جوانان

با توجه جایگاه و وظایف جوانان در تحقق اقتصاد مقاومتی، تا حد زیادی می‌توان گفت که تکلیف مشخص است. ایجاد اشتغال برای جوانان از محورهای اقتصاد مقاومتی است و با توجه به سطور قبلی این نوشته، در میان اقشار مختلف جامعه، جوان به دلیل آرمانگرایی، شجاعت، توان و انگیزه بالا اهمیت ویژه‌ای دارد و در صورت تامین زیرساخت‌های لازم و کافی، با ایفای نقش به جا و به موقع خود می‌تواند ضمن رفع نیازهای داخلی کشور، انقلاب را در عرصه جنگ اقتصادی نیز همراهی کرده و به موفقیت برسانند.

جوهره این نوشته هم، یادآوری عواملی است که باعث شده است در بحث کارآفرینی جوانان با مشکلاتی مواجه شویم یعنی اعتماد و تشویق جوانان برای حضور در عرصه تولید و حمایت از آن‌ها که اتفاقاً از جمله وظایف مسئولین به شمار می‌رود که تا حد زیادی از آن غفلت شده است.

حمایت از جوانان کارآفرین، مهمترین

جوان؛ واژه‌ای سراسر ارزش‌آفرین که این «ارزش» را می‌توان به عنوان سرمایه‌ای حیاتی و تضمین‌کننده به ابعاد مختلف زندگی تعمیم داد. این ارزش هم می‌تواند دستمایه‌ای برای سازندگی و توسعه کشور مورد استفاده قرار بگیرد و هم می‌تواند با خروج از مسیر واقعی خود اثرات زیان‌باری را در پی داشته باشد. یکی از مسائل اساسی امروز جامعه ایران با توجه بر برخورداری از نیروی تمام نشدنی نسل جوان، کارآفرینی و در ابعاد وسیع‌تر، ارزش‌آفرینی است. اگر به آنچه در شعارهایمان مطرح می‌کنیم اعتقاد قلبی و دیدی کاربردی داشته باشیم باید چشم‌انداز درازمدتی برای بهره‌مندی از این ظرفیت بالقوه در نظر بگیریم. چشم‌اندازی که می‌تواند برای سال‌های سال آینده کشور و همچنین نیازهای جامعه هدف (جوانان) را پوشش بدهد.

با وجود ظرفیت بالقوه جوانی در کشور، متأسفانه هنوز آن طور که باید نتوانسته‌ایم کلیدواژه مهم «اعتماد» را در مورد جوانان به ویژه آن تعدادی که به معنی واقعی آماده نمایش عملی استعدادهای‌شان هستند رعایت و پیاده کنیم. کلیدواژه‌ای که بازکننده خیلی از گره‌هایی است که دانسته با نادانسته به وجود آورده‌ایم. مسئله خیلی ساده است؛ باید در این تفکر که جوان باید ابتدا به ساکن برای ورود به چرخه کارآفرینی تجربه داشته باشد تجدیدنظر کنیم



یادآوری برای تاریخ

کشور مانع از تولید سلاح‌های شیمیایی به وسیله آلمان شود. مروری بر آغاز جنایت:

در آذرماه ۱۳۶۱ صدام، دیکتاتور عراقی برای، در هم شکستن مقاومت رزمندگان ایرانی در تک‌های شبانه از مقداری سولفور مستارد (عامل تاول زا) استفاده کرد. پس از آن در سال ۱۳۶۲ در پیرانشهر و پنجوین، سلاح‌های شیمیایی را کامل و مستقیم به کار گرفت. تا اینکه در اواخر سال ۱۳۶۳ به علت اعتراض کشورهای اروپایی و علنی شدن ابعاد گسترده کاربرد این جنگ افزارها در جنگ با ایران، موقتا از به کارگیری این سلاح‌ها در جنگ منصرف شد.

اما نخستین اعزام مجروحین شیمیایی ایران به اروپا پس از عملیات فاو در خاک عراق بود. استفاده از سلاح‌های شیمیایی در بعد وسیع توسط عراق بار دیگر در جریان این عملیات آغاز شد. اوایل زمستان ۱۳۶۴ که رزمندگان ایران با عملیات گسترده خود توانستند شهر فاو عراق را تصرف کنند رژیم عراق آتش سلاح‌های شیمیایی را به روی ایران گشود و به این ترتیب نخستین حمله وسیع شیمیایی که مجروحین بسیاری به جا گذاشت در خاک عراق رقم خورد. سکوت کشورهای هم پیمان پروتکل ژنو، چراغ سبزی بود که به صدام نشان داده شد تا دیگر از هیچ جنایتی دریغ نکند.

اوایل سال ۱۳۶۶ عراق از جنگ‌افزارهای شیمیایی به طور انبوه در جبهه مرکزی سومار استفاده کرد. پس از عملیات والفجر ۸، نیروهای عراقی به قدری از مواد سمی شیمیایی استفاده کردند که در بیمارستان‌های عقبه ایران جای سوزن انداختن نبود. حدود هفت هزار گلوله توپ و خمپاره حاوی مواد سمی علیه مواضع نیروهای ایران شلیک شد و ظرف دو روز هواپیماهای عراقی به طور مداوم بیش از هزار بمب شیمیایی در صحنه عملیات فرو ریختند. اما با همه این جنایت‌ها، این مردم ایران بودند که با اراده‌ای مثال‌زدنی به راه روشن خود ادامه دادند و جنایتکارانی که به یکی از بدترین انواع بمباران‌ها دست زده بودند یکی پس از دیگری بر صفحه سیاه تاریخ ثبت شدند.

نیروی هوایی عراق در هفتم تیرماه ۱۳۶۶ با استفاده از بمب‌های شیمیایی چهار نقطه پرازدحام شهر سردشت (از توابع استان آذربایجان غربی) را مورد حمله وحشیانه قرار داد. به همین بهانه مروری داریم به برخی جنایت‌های شیمیایی رژیم بعث عراق در جنگ تحمیلی هشت ساله علیه ایران.

بمباران شیمیایی شهر مرزی سردشت فجع‌ترین تهاجم شیمیایی بود که آثار و مشکلات منفی بسیاری به وجود آورد. ایران، این تهاجم را غیرانسانی اعلام داشت و شهر سردشت را اولین شهر قربانی جنگ افزارهای شیمیایی در جهان پس از بمباران هسته‌ای هیروشیما نامید. مجامع جهانی به دلیل نفوذ پشتیبانان صدام حسین، قادر به انجام اقدام قابل توجهی نبودند. در فروردین سال ۱۳۶۵ (۱۹۸۶) سرانجام اعضای شورای امنیت سازمان ملل متحد در واکنش به جنایات جنگی و آشکار صدام حسین، مصوبه‌ای را در محکومیت به کارگیری سلاح شیمیایی توسط او گذراندند که با وتوی آمریکا بی‌اثر شد. حمله شیمیایی هواپیماهای متجاوز رژیم بعث عراق به شهر سردشت، به شهادت ۱۱۰ نفر و مجروح شدن ۵۰۰۰ تن انجامید و هنوز هم تعدادی از مردم مقاوم و شریف شهرستان سردشت با آثار و پیامدهای این بمباران دست به گریبان هستند.

با وجود ارتکاب این جنایت هولناک، مجامع جهانی هیچ اقدامی در جلوگیری از ادامه تجاوز به عمل نیاوردند، حتی آن رژیم خونخوار را هم ملامت نکردند و چون گذشته بی‌اعتنا از کنار این حادثه گذشتند.

سردشت اولین شهر قربانی فاجعه شیمیایی، فقط نماد مظلومیت ملت ایران نیست، نماد برخورد دوگانه مجامع بین‌المللی در جهت تامین منافع ابرقدرت‌ها و مستکبرین نیز هست.

بیش از ۴۰۰ شرکت تولیدکننده مواد شیمیایی از عراق برای تجهیز شیمیایی حمایت کردند که بیشترین آنها از آلمان و انگلیس بودند. این در شرایطی است که آلمان به عنوان تنها کشوری شناخته می‌شود که هم کنوانسیون ژنو را امضاء کرده و هم اتحادیه اروپا اجازه دارد با بازرسی از صنایع شیمیایی آن



○ سیده نسیمه مصطفوی

سواد رسانه‌ای را بهتر بشناسیم

سواد رسانه‌ای یعنی چه؟!

روشن شدن هر مفهوم، قبل از هر چیزی برای درک صحیح آن مفهوم می‌تواند کمک کند. سواد رسانه‌ای مشتکل از دو عبارت است: «سواد» و «رسانه».

برگردیم به دوران کودکی و روزهای اول مدرسه، زمانی که به مدرسه می‌رفتیم تا «خواندن و نوشتن» را یاد بگیریم و دیگر «بی‌سواد» نباشیم. در مدرسه ابتدا حروف الفبا را یاد می‌گرفتیم؛ یعنی نسبت به شکل حروف، صدای آنها و نحوه نوشتن آنها «دانش» پیدا می‌کردیم. سپس «مهارت» کنار هم گذاشتن حروف و خواندن و هجی کردن کلمات را یاد می‌گرفتیم و بعد از مدتی «کاربرد» کلمات در ساختن جمله‌ها و خواندن و نوشتن متون مختلف را آموختیم و بدین ترتیب «باسواد شدیم»! مجموعه‌ای از دانش‌ها در کنار مهارت‌ها به‌اضافه کاربردها در کنار هم، ما را با سواد کرد. رسانه وسیله‌ای است که فرستنده به کمک آن پیام خود را به گیرنده منتقل می‌کند. رفته‌رفته ابزارهای ارتباطی گسترش پیدا کرد و در عصر حاضر با ظهور رسانه‌های چاپی و الکترونیکی، رسانه‌های جمعی شکل گرفتند. مهم‌ترین تفاوت رسانه‌های امروزی آن است که می‌توانند پیام‌های خود را با سرعت زیاد به طیف وسیعی از مخاطبان برسانند.

همانطور که سواد خواندن و نوشتن به ما کمک می‌کند تا بتوانیم انواع جملات

سواد رسانه‌ای در سطح جهان

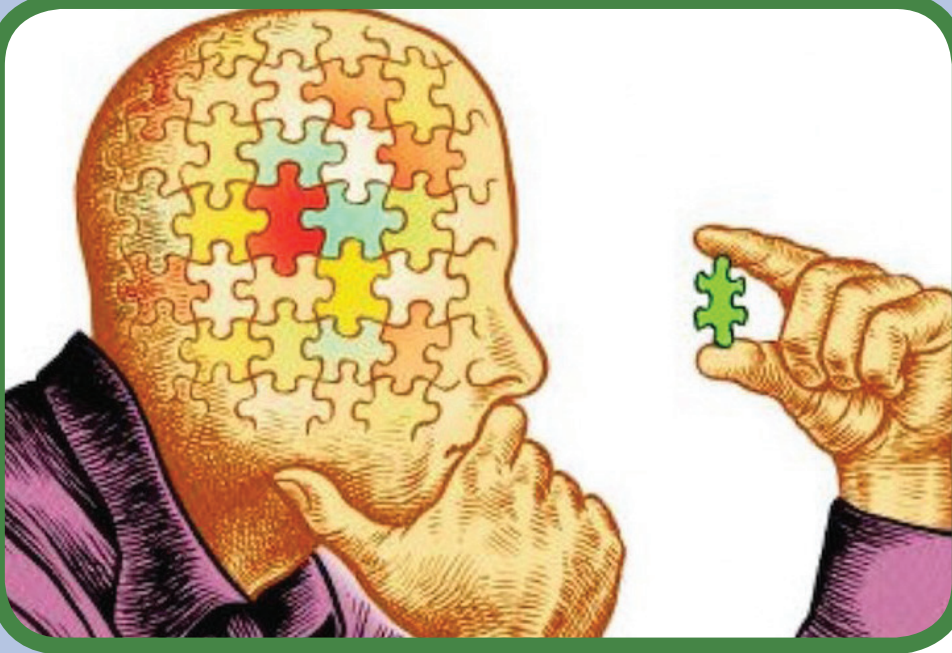
هرکسی که در انتظار میهمان مهم و عزیزی سواد رسانه‌ای در سطح جهان بحث تازه‌ای نیست. این بحث برای اولین بار در دهه ۱۹۶۰ در اروپا مورد توجه قرار گرفت. به همان اندازه که این مفهوم در بین جوامع غربی آشنا و مأنوس است، در ایران مفهومی جدید و دست‌نخورده به حساب می‌آید و به جز چند مقاله محدود و چند کتاب معدود در این زمینه که تاریخ آنها به دهه هشتاد شمسی می‌رسد، اثر تألیفی دیگری را نمی‌توان یافت. در عصر اطلاعات مفهوم سواد، بسیار فراتر از خواندن و نوشتن شده و اگر کسی نحوه دسترسی سریع و استفاده صحیح از تمامی انواع رسانه‌ها را نداشته باشد بی‌سواد تلقی می‌شود.

اگر تا قبل از عصر حاضر، سواد محدود به توانایی خواندن و نوشتن می‌شد، امروز سواد مفهومی فراتر، گسترده‌تر و پیچیده‌تر پیدا کرده است. سواد خواندن و نوشتن در کنار سواد ارتباطی، سواد عاطفی، سواد رایانه‌ای، سواد مالی و البته سواد رسانه‌ای شش معیار امروزی یونسکو برای باسواد تلقی شدن در عصر حاضر به شمار می‌رود.

سواد رسانه‌ای چیست؟ سخن درباره ظهور و گسترش رسانه‌ها و تغییرات چشمگیری که این رسانه‌ها در زندگی‌های فردی و اجتماعی به وجود آورده است، آنقدر بدیهی و تکراری است که ذهن خواننده را خسته و او را وادار به بستن صفحه پیش روی خود می‌کند. اهمیت و نقش رسانه‌ها در عصر حاضر بر کسی پوشیده نیست تا جایکه هر کسی می‌تواند صفحه‌ها مطلب درباره آن بنویسد.

در این بین آنچه در جوامع امروزی و به‌طور خاص در جامعه ایران حائز اهمیت است، بحث درباره نحوه استفاده صحیح از این رسانه‌هاست. بنابر تشبیه رایج، رسانه نظیر چاقوست که هم فوایدی را به همراه دارد و هم ممکن است آسیب‌هایی را برای مصرف‌کنندگان بر جای بگذارد. مخاطبان رسانه باید تا حد توان از آسیب‌ها روی گردانند و از مزایای آن بهره کافی را ببرند. چنین بحث‌هایی ضرورت‌های تازه‌ای را برای جوامع علمی و فضای اجتماعی به وجود آورده است و آن ضرورت پرداختن به «سواد رسانه‌ای» است.





ساده و پیچیده را بفهمیم و معناهای متفاوتی از آن‌ها برداشت کنیم، سواد رسانه‌ای هم مهارتی است که با یادگیری آن می‌توانیم انواع رسانه‌ها و تولیدات رسانه‌ای را درک، تفسیر و تحلیل کنیم. هر رسانه مجموعه‌ای از نشانه‌های خاص خود را دارد که شناخت این نشانه‌ها در با سوادشدن ما نقش مهمی را ایفا می‌کند.

رویکردها به رسانه

برای مواجهه فعال و خلاق در عصر ارتباطات، تنها سه راه‌کار پیش رو داریم: بدبین باشیم، یا خوش‌بین، و یا واقع‌بین باشیم. در نگاه اول، که ما آن را رویکرد خوش‌بینانه می‌نامیم، فرد برداشتی جز فرصت و مزیت از رسانه ندارد و استفاده‌ای بی‌محدودیت از آن می‌کند. فرد در چنین شرایطی فرد کاملاً وضعیتی منفعل دارد و رسانه او را شکل می‌دهد. نقطه مقابل این نگاه را رویکرد بدبین می‌دانیم که در آن تصور فرد از رسانه تهدید محور است و با سیاست هراس‌سازی دیگران را نیز از استفاده از رسانه منع می‌کنند. راه کار سوم و منظور اصلی سواد رسانه‌ای را در رویکرد واقع‌بین می‌دانیم که فرد با آگاهی نسبت به مزایا و تهدیدات رسانه، با سیاست برنامه‌ریزانه به استفاده محدود و مشرو از رسانه روی می‌آورد. تنها راه درست و عاقلانه و عالمانه این است که واقع‌بین باشیم تا توانمند شویم و فرزند زمان خویش باشیم و با قوت (نه ضعف) و خوش‌بینی (نه خوش‌خیالی) و استحکام (نه تردید) به فکر برنامه‌ریزی و رشد باشیم تا بتوانیم از مزایای رسانه‌ها بهترین بهره را برده تا از شر رسانه‌ها به خیرشان پناه برده و در یک کلام سواد رسانه‌ای خود را بالا ببریم.

مادری را تصور کنید که جذابیت فضای مجازی برای او به قدری است که به کودک خود کمترین توجهی نمی‌کند. سوال اساسی اینجاست که این رفتار در روند تربیتی کودک چه نقش مخربی دارد؟ آیا باید رفتار ما با فضای مجازی رفتاری باشد که در فضایی مانند شهرسازی انجام می‌دهیم؟ محدودیت‌های ما در استفاده از این فضا چیست؟ نداشتن پاسخ صحیح به این پرسش‌ها آفت‌هایی را به همراه دارد که شاید سربرآوردن آنها ما را به تعجب وادارد. آسیب‌های فضای مجازی بلند مدت است و شاید روزی خود را عیان کند که دیگر کار از کار گذشته باشد. برای نرسیدن به چنین وضعیتی آیا راهی جز برنامه‌ریزی عاقلانه و صحیح در استفاده از این فضا وجود دارد! این‌ها ما را به ضرورت نخستین بحث می‌رساند و آن اینکه با برنامه‌ریزی صحیح خود را به سمت باسوادشدن در زمینه رسانه‌ها هدایت کنیم

امروزه قابل حمل است و همه آن را دارند؛ تلفن همراه. فضای مجازی همه قالب‌های دیداری و شنیداری را جدا جدا و ترکیبی با هم داراست. به نحوی می‌توانیم بگوییم ترکیب‌شده همه رسانه‌ها را می‌توان در فضای مجازی و اینترنت مشاهده کرد این شرایط آسیب‌های بیشتری را با خود به همراه دارد. در این فضا برخلاف ارتباط رودررو ممکن است برخی شیادان گنجشک‌های رنگ‌شده در برابر دید مخاطب قرار دهند. به وجود آمدن نهادی تحت عنوان نهاد رسیدگی به تخلفات رایانه‌ای، نشان از آفت‌هایی دارد که این فضا برای مردم به وجود آورده است. عدم تصور صحیح از این فضا، ممکن است افراد را با خطراتی نظیر سرقت اطلاعات مواجه کند. به‌علاوه باید توجه داشت، جذابیت‌ها و همه‌جایی بودن این رسانه، ممکن است ابعاد دیگر زندگی را مختل سازد.

یک مثال:

سواد رسانه‌ای در فضای مجازی

اگر بخواهیم به دنبال مقصری برای وضعیت کنونی جهان بگردیم، آن مقصر چیزی نیست چون اینترنت و فضای مجازی! قابلیت‌های جدیدی که اینترنت و فضای مجازی برای ما به وجود آورده است، به نحوی رسانه‌های دیگر را مغلوب و در نگاهی ملایم‌تر تحت‌الشعاع قرار داده است. فضای مجازی قابلیت Broadcasting دارد. یعنی همه جا حضور دارد و تنها ابزاری لازم است تا ما را به این فضا وصل کند. این دستگاه



حوزه‌های مرتبط با جوانان یک ظرفیت فرابخشی دارد و در آن نیازمند کمک و یاری‌رسانی سایر نهادها هستیم چون به تنهایی نمی‌توان در این راستا به نتایج بهتری دست پیدا کرد

○ معصومه نوروزی

جوانان، ناظران امروز مدیران فردا

بخش قابل توجهی از جمعیت کشورمان را جوانان تشکیل می‌دهد که بهره‌گیری از این ظرفیت عظیم می‌تواند ضمن هدایت درست جوانان در عرصه‌های مختلف، آنها را برای اداره بهتر جامعه در آینده آماده کند. تحقق این مهم به تامین زیرساخت‌هایی نیاز دارد که مهران سرپرست، معاون فرهنگی و امور جوانان اداره کل ورزش و جوانان استان تهران در گفت‌وگو با ماهنامه شاهد جوان به بخش‌هایی از آن اشاره کرده است.

به عنوان اولین سوال بفرمایید این معاونت چه برنامه‌هایی را برای جوانان تدارک دیده است؟

امسال با توجه به هدف‌گذاری‌هایی که در دستور کارمان قرار دارد برنامه‌های ویژه‌ای در حوزه جوانان خواهیم اجرا خواهیم کرد. اما قبل از آن باید بگویم که حوزه‌های مرتبط با جوانان یک ظرفیت فرابخشی دارد و در آن نیازمند کمک و یاری‌رسانی سایر نهادها هستیم چون به تنهایی نمی‌توان در این راستا به نتایج بهتری دست پیدا کرد. از سوی دیگر، وزارت ورزش و جوانان تنها نقش هماهنگ‌کننده و دبیری مباحث مرتبط با جوانان را بر عهده دارد و تلاش می‌کنیم تا بین ارائه طرح‌ها و آنچه که قرار

است انجام شود هماهنگی و پایش انجام بدهیم و سپس آن را به ادارات کل امور جوانان در بخش‌های استان تهران بسپاریم.

معاونت فرهنگی و امور جوانان بر اساس چه ساختاری فعالیت می‌کند؟

این فعالیت‌ها در چند کمیته تخصصی پیش‌بینی شده است. در یک کمیته فعالیت‌های ما در حوزه اوقات فراغت و غنی‌سازی اوقات جوانان انجام می‌شود و فقط به فصل تابستان محدود نیست بلکه این برنامه در طول سال تداوم دارد. کمیته دیگر ما مرتبط با آسیب‌های اجتماعی است و این موضوع با توجه به اهمیت بسزایی که دارد در سطح ملی برنامه‌های ابلاغ و مدیریت می‌شود و در راستای تحقق اهداف این موضوع مهم کارگاه‌ها و کارگروه‌های متفاوتی هم در نظر گرفته شده است.

سومین کمیته کاری ما که از جهات مختلف نقش اساسی دارد مرتبط با فضای مجازی و سواد رسانه‌ای است. در این کمیته نیز کارگاه‌های آموزشی برای آگاهی‌رسانی و آموزش جوانان اقدامات مختلف و متعددی را شاهد هستیم. کمیته دیگر ما کمیته توسعه مشارکت‌های اجتماعی نام دارد که عمده فعالیت‌های آنها حمایت از سازمان‌های مردم‌نهاد مرتبط با جوانان

است. کمیته اشتغال نیز پنجمین کمیته ما محسوب می‌شود که مبتنی بر نوعی کارآفرینی و یافتن توانمندی‌های جوانان است. در حقیقت این کمیته توان و پتانسیل جوانان را ارزیابی می‌کند و با حمایت آن به جوان توصیه‌هایی را ارائه می‌کند.

کمیته ششم ما ازدواج و پرداخت وام ازدواج به جوانان است که در این کمیته جشن‌های ازدواج حمایت و مدیریت می‌شود. با توجه به اصل هویت ایرانی و اسلامی، کمیته‌ای نیز با همین عنوان فعالیت می‌کند. در این کمیته تلاش می‌کنیم تا خودشناسی ملی و دینی جوانان را بیش‌از پیش تقویت کنیم. علاوه بر این کمیته برگزاری جشنواره‌های مناسبی نیز از دیگر حوزه‌های ما به شمار می‌روند.

با توجه به کمیته‌هایی که نام بردید بفرمایید چه برنامه‌هایی را در سال جاری شاهد خواهیم بود؟

در سال ۹۶ عمده فعالیت‌های ما بر همین چند محوری که نام بردم برنامه‌ریزی شده است. ساختار این کمیته‌ها در سراسر استان یکسان است و اهداف را به صورت مشترک دنبال می‌کنیم. قرار است امسال تعداد جلسات ستاد ساماندهی ما سه برابر شود



با توجه به اصل هویت ایرانی و اسلامی، کمیته‌ای نیز با همین عنوان فعالیت می‌کند. در این کمیته تلاش می‌کنیم تا خودشناسی ملی و دینی جوانان را بیشاز پیش تقویت کنیم

با سمن‌ها(سازمان‌های مردم نهاد) در جهت ارتقای سطح کیفی برنامه‌های روابط عمومی کمک گرفت. سمن‌ها کانون مناسبی برای برگزاری کلاس‌های آموزشی از جمله کلاس‌های خبرنگاری، گزارش نویسی و عکاسی هستند که می‌توان از تجربه آنان استفاده خوبی کرد. و جوانان با فراگیری چنین آموزش‌هایی می‌توانند نگاه دقیق‌تری به محیط پیرامون خود داشته باشند و در راستای افزایش سطح کیفی محیط اجتماعی خود ناظر و راهگشا باشند.

در پایان از صحبت خاصی دارید بفرمایید

من از این فرصت استفاده می‌کنم و خلاصه‌ای از برنامه‌های سال ۹۵ را خدمت مخاطبان مجله شاهد جوان عرض می‌کنم. در سال ۹۵ پیرامون موضوعات مرتبط با جوانان ۷۲ جلسه ستاد ساماندهی در سطح استانی و شهرستانی برگزار شد که در سطح استان، استانداران و در سطح شهرستان‌ها فرمانداران در آن جلسات حضور داشتند و در رأس کارها قرار گرفته بودند. ما فعالیت در هشت محور تخصصی را در رابطه با امور جوانان در دست اقدام داریم که هر یک از این هشت محور برای خودش جداگانه دارای زیر مجموعه‌هایی هستند.

بله. در این راستا تعداد خانه‌های جوانان ما نیز افزایش خواهد یافت. برای تحقق این افزایش هم بودجه خوبی اختصاص یافته است. با ارتقاء کمی آورده‌هایی که داریم بی‌شک در حوزه جوانان در سال‌های آتی شاهد شکوفایی خواهیم بود.

در نظر داریم به منظور توسعه فعالیت‌های حوزه جوان، خانه جوانان استان تهران با تأمین زیرساخت‌ها و تدارکات لازم به منظور فعالیت سمن‌ها و جوانان به بهره‌برداری برسند. چندین نشست و هم‌اندیشی هم با حضور مدیرکل ورزش و جوانان استان تهران و مدیران دستگاه‌های اجرایی با نخبگان جوان و سازمان‌های مردم نهاد جوانان نیز پیرامون این موضوع برگزار کرده‌ایم.

با توجه به مطالبی که بیان کردید برای پیشبرد اهداف فرهنگی در وزارت ورزش و جوانان چه پیشنهادی دارید؟

همکاری حوزه‌های جوانان و روابط عمومی می‌تواند مکمل خوبی برای پیشبرد اهداف فرهنگی اداره کل ورزش و جوانان استان تهران باشد چون همپوشانی میان فعالیت جوانان و روابط عمومی می‌تواند بستر مناسب را برای ارتقای کیفیت برگزاری برنامه‌های فرهنگی مهیا کند.

با توجه به توانمندی‌های جوانان می‌توان در بحث‌های آموزشی از ارتباط

و موضوعات مختلفی با حضور کارشناسان خبره در آن مبحث حضور یابند. این جلسات تعدادش به ۲۰۰ جلسه خواهد رسید. اما همانطور که گفتم بر اساس مأموریت‌هایی که به ما محول می‌شود مصوباتی پیرامون آن اجرایی خواهد شد. اجرای این مصوبات تنها بر عهده سازمان ما نیست چرا که مطالبات جوانان دارای چالش‌های بسیاری است که باید در سطح ملی آن را پیگیری کرد.

در حوزه ورزش نگاه شما متمرکز به کدام رشته است؟

آنچه که در استان تهران انجام می‌شود این است که با توجه به بودجه‌ای که در دست داریم در حوزه ورزش و آنچه که به عنوان محور اوقات فراقت و سبک زندگی ایرانی اسلامی نام بردیم چند گود ورزش باستانی در سطح استان ایجاد خواهد شد. ما به ورزش پهلوانی نگاه ویژه در سال ۹۶ داریم و با توجه به این که فدراسیون این ورزش ایجاد شده است از جوانان حمایت خواهیم کرد که تا در سطح بین‌المللی رشد و پیشرفت داشته باشند. البته سایر رشته‌های ورزشی نیز اینگونه خواهند بود.

در راستای شکوفایی فعالیت‌های جوانان هم برنامه‌هایی پیش‌بینی شده است؟



جنگ که پایان یافت درسم را تا سوم دبیرستان ادامه دادم و از آنجایی که برادرانم شیشه‌گر شده بودند من نیز شیشه‌گر شدم

رازهای زندگی یک خانواده ایثارگر مخترع

محمد رضا بختیاری

شما در جبهه هم حضور داشتید ابتدا دوست داریم از آن دوران بر ایمنان بگویید

یادم می‌آید روزی که جنگ آغاز شد من و تعدادی از دوستانم توسط آقای صفر شرفاموس و با تکاوران دوران رژیم شاه که به جمع انقلابیون پیوسته بودند از جنگل‌های بهشهر به سمت تهران می‌آمدیم. آخرین دوره آموزش نظامی ما در جنگل‌های بهشهر به پایان رسیده بود. در حال بازگشت بودیم که متوجه شدیم عراق به فرودگاه مهرآباد تهران حمله کرده است. پس از گذشت دو یا سه ماه داوطلبانه با اسلحه‌هایی که در منزل داشتیم به سمت جنوب رفتیم. این سلاح‌ها را در دوران مبارزات انقلابی به دست آورده بودم. با حضورم در جبهه چندین بار مجروح شدم. به عنوان مثال در عملیات فتح‌المبین یک بار مجروح شدم و در عملیات والفجر ۴ نیز موج انفجار من را گرفت. در مقطعی دیگر از جنگ نیز ترکشی به ساعد دست راستم اصابت کرد که در بیمارستان شهید معیری جراحی شدم و از استخوان لگنم مقداری استخوان به دستم پلاتین کردند. خوشبختانه عمل جراحی دستم بسیار عالی انجام شد و توانستم چند ماه بعد یعنی در سال ۶۲ در افتتاحیه و اختتامیه مسابقات کنگفوتوا که در تهران برگزار شد با نانچاکو به اجرای حرکات نمایشی بپردازم. جنگ که پایان یافت درسم را تا سوم دبیرستان ادامه دادم و از آنجایی که برادرانم شیشه‌گر شده بودند من نیز شیشه‌گر شدم. در همان دوران ازدواج کردم. فرزند اولمان دختر بود و چند سال بعد نیز پسرمان به دنیا آمد.

نقطه شروع موفقیت‌های شما را باید در چه زمانی جست‌وجو کرد؟

ما در بلورسازی کارگری می‌کردیم اما متوجه شدم که اگر شرایط این گونه باشد به دلیل اینکه باید کارهای سنگین با دستم که در جنگ مجروح شده بود انجام بدهم ممکن است در آینده پیشرفتی در شغل و زندگی‌ام نداشته باشم. به همین خاطر تصمیم گرفتم پس از پایان ساعت کاری در شیشه‌گری به بازاریابی ارائه محصولات بلور بپردازم. حدود ۵ یا ۶ سال این کار را انجام دادم. پس از آنکه فوت کار را یاد گرفتم و می‌دانستم که چه توانایی‌هایی دارم تصمیم گرفتم شروع به نقاشی روی بلور و شیشه کنم. این کار را آغاز کردم. از طرفی، قالب‌هایی را طراحی و به قالب‌ساز سفارش ساخت دادم اما چون کارگاهی نداشتم این قالب‌ها را به صاحبان کارخانه‌ها یا افزودن مبلغی به هزینه تولید قالب به فروش می‌رساندم.

در آن زمان کسرا فرزندم سه ساله بود. او را به همراه خودم به استخر می‌بردم. غریق نجات‌ها متوجه شدند که کسرا استعداد فراگیری هرچه بهتر فنون شنا را دارد و پیش‌نهاد آموزش به او را دادند و من پذیرفتم. آنها سه ماه با فرزندم شنا کار کردند و پس از مشاهده پیشرفت پسرم پیشنهاد دادند که در تیم شناگران ورزشگاه شیروودی ثبت‌نام کند. من هم به توصیه آن‌ها گوش کردم و با سختی کسرا توانست در شیروودی شنا کند چرا که سن و سالش و همچنین قد و قواره‌اش بسیار



حسن فلک در نخستین روز از بهار سال ۱۳۴۵ در خانواده‌ای نسبتاً فقیر که پدر، مادر، خواهر و برادرانش در کوره‌های آجرپزی فیروزآباد ورامین کارگری می‌کردند، متولد شد. پس از به دنیا آمدنش خانواده از ورامین به تهران؛ بیست متری منصور منتقل شد و در آنجا بزرگ شد. در حال درس خواندن بود که جنگ آغاز شد. برای حضور در جبهه موقتاً ترک تحصیل کرد. چون در دوران انقلاب آموزش‌های نظامی را فرا گرفته بود به جبهه رفت و در کمیته صحرا در میدان طالقانی اهواز مستقر شد.

حاصل‌گفت‌وگویی یک ساعته شاهد جوان با حسن فلک که در مرکز دانش پژوهان شاهد انجام شد پیش روی شماست که باهم می‌خوانیم

نقاشی‌ام بسیار خوب بود برای همین روی بوم، مینیاتور انجام می‌دادم و آن‌ها را به مغازه‌های خیابان نجات‌اللہی می‌بردم و به فروش می‌رساندم. از طریق تردد در آنجا و عرضه آثار هنری‌ام مقداری پول پس‌انداز کردم

از طرفی پسرم درگیر اختراعاتی بود که به ثبت رسانده بود. در فرصتی حدوداً هفت یا هشت ماهه برای کنکور خودش را آماده کرد و رتبه‌اش حدوداً ۶۰۰ شد و در رشته پزشکی در کرج پذیرفته شد.

در همان ایام بود که نوعی حباب را با استفاده از منجوق و قطعات پلاستیکی تولید کردم. من آن را به دلیل زیبایی‌اش به سازمان ثبت اختراع دادم که به ثبت برسانند. از آنجایی که در جلسه دفاعیه باید حضور می‌افتم متوجه شدم که این حباب به دلیل اختلال نوری که در چشمان حشرات ایجاد می‌کند موجب جلوگیری از حضور این جانوران در منزل یا دوش می‌شوند. بنابراین این اختراع با ویژگی نیز به ثبت رسید. چیزی نگذشت که همراه دختر و همسرم توانستیم چسبی را تهیه کنیم و آن را نیز به ثبت برساندیم. این چسب در حقیقت همان چسبی بود که با آن منجوق و قطعات پلاستیکی را به حباب می‌چسباندیم.

حریق در کارگاه شیشه‌گری

در همین مرحله متوقف نشدم بلکه دستگاهی را در اواخر ساخته‌ام که در شیشه‌گری مورد استفاده قرار می‌گیرد. این دستگاه می‌تواند تولیدات شیشه را که زاویه منفی دارند بدون آسیب رسیدن به قطعه از قالب بیرون آورد. متأسفانه سال گذشته اتفاق بدی برایم رخ داد و آن آتش‌سوزی در کارگاه بود که ۶۵۰ میلیون تومان به من خسارت وارد کرد. در این ماجرای بد، نهادهای حمایتی و دولت هیچ کمک یا حمایتی نکردند و هم اکنون تمام تلاش‌م را می‌کنم که این خسارت را جبران کنم. بدون شک اگر در حوزه صنعت و هنر شیشه‌گری از تولیدکنندگان و کارآفرینانی همچون من حمایت شود؛ ما می‌توانیم این صنعت را دگرگون کنیم و آن را در سطح بین‌المللی ارتقاء دهیم.

توصیه‌ای به والدین دارید؟

در پایان گفته‌هایم معتقدم عوامل متعددی همچون سرمایه، نقش مدیریتی پدر، حضور فهیمانه پدر و مادر در کنار یکدیگر، محیط سالم و مدرسه در رشد یک جوان بسیار اثرگذار است. خدا را شکر که توانسته‌ایم فرزندان خوبی را تربیت کنیم. دختر من اکنون دانشجوی دکتری در رشته آب و هواشناسی است. توصیه‌ای که به والدین دارم این است که آنجایی که باید به فرزندانشان «نه» بگویند به دلیل محبت بله نگویند چرا که آن‌ها را از راه اصلی‌شان ممکن است منحرف کند.

و به جوانان؟

به جوانان توصیه می‌کنم که بدانند راز موفقیت من و فرزندانم این است که آنجایی که خسته شدم‌ام کار را کنار گذاشته‌ایم بلکه کمی استراحت کرده‌ایم اما با جدیت کار را پی گرفته‌ایم. چرا که سود تلاش‌های ما در انجام کار در زمان خستگی نهفته است. جوانان باید درس بخوانند و به مقاطع بالاتر علمی دست یابند. از طرفی در کارهای عملی نیز فعالیت داشته باشند تا انسان‌های تک بعدی نشوند.

توانستم مغازه‌ای تهیه کنم و خانه بخرم. بعد از مدتی تکنیک ساخت گل تَرک و گل ونیزی که دو نوع حباب لوستر را شامل می‌شود روی تولیدات شیشه‌ای انجام دادیم. این تولیدات فقط در انحصار خودم بود و ۱۲ دستگاه در ایران آن را تولید می‌کردند. در همان دوران چون ذهن کاوشگر و جسمی تلاشگر داشتم تحقیق کردم و توانستم هنر «ویتری» را هم روی شیشه انجام بدهم. در این مدت پسرم نیز دیگر بزرگ شده بود. او راهنمایی را در مدرسه تیزهوشان خواند. از آنجایی که در منزل ما درس و بعد ورزش حرف نخست را می‌زد به خوبی راهش را پیدا کرده بود.

موفقیت‌های شما بر روی فرزندان هم تاثیرگذار بوده است، در این باره هم به مخاطبان ما توضیح بدهید؟

برای فرزندم یک دستگاه نوار قلب خریدم چون مدرسه‌شان تیزهوشان بود برایشان نمایشگاهی را برپا کرده بودند. در این نمایشگاه کسرا چون تحقیقات خودش را در رابطه با قلب انجام داده بود با دستگاهی که در اختیار داشت تست نوار قلب را رایگان انجام می‌داد. در جریان یکی از روزهای برگزاری نمایشگاه، پزشکی از کشور آذربایجان برای ارزیابی کار فرزندم در صف ایستاده بود تا نوار قلب از او بگیرد. کار فرزندم آنچنان دقیق بود که پس از بیان نتایج نوار قلب، آن پزشک ما را برای چند ماه بعد به باکو دعوت کرد تا در یک کنفرانس شرکت کنیم. چون فرصت کم بود و پسرم آذری نمی‌دانست او را به کلاس زبان انگلیسی پیشرفته فرستادم. از طرفی دکتر قانونی پسرم را هم دیده بود. از او خواستم تا همراهش در سر کلاس‌های قلب بیاید. این پزشک قبول کرد که کسرا در کلاس‌های بیمارستان امیراعلم حضور یابد. جالب است بدانید کسرا آنقدر کم سن بود که دانشجویان و پزشکان در آن زمان با تعجب به او سر کلاس نگاه می‌کردند. اما کسرا توانسته بود در همان روز اول درسی را که تعدادی از دانشجویان دست و پا گریخته به آن پاسخ داده بودند را کامل شرح دهد.

فرزندم شما در زمینه اختراع موفقیت‌های زیادی داشته است چه راهی برای این موفقیت طی کرده است؟

او با حضور در کنفرانس در باکو توانست ۶ تقدیرنامه دریافت کند. اول دبیرستان روی اثر تأثیر داروی بیهوشی بر رفتار جانوران تحقیق کرد و آن را به نتیجه رساند و پس از آن در سال دوم دبیرستان توانست پانسمان انعقاد خون را با استفاده از تکنولوژی نانو روی حیوانات و با کمی تحقیق دیگر همین اختراع را با کاربرد انسانی به نام خودش ثبت اختراع کند. سال بعدش نیز همراه فرزندم به سوئیس رفتیم و در آنجا نیز با هزینه شخصی توانست نفر اول مسابقات مخترع جهان در سال ۲۰۱۴ شود. کسرا تندیس برترین مخترع جهان را دریافت کرد و مدال طلای پزشکی را هم از آن خود کرد. او دوران پیش دانشگاهی را سپری می‌کرد و به ما گفته بودند که در صورتی مدال بیابرد بدون کنکور می‌تواند به دانشگاه وارد شود اما این گونه نشد و

کم و کوچک بود اما توانست چهار شنا را یاد بگیرد. او تا پیش از ورودش به مدرسه دو مدال طلای کشوری در رشته شیرجه و شنای آزاد را کسب کرده بود. پسرم در این رقابت‌ها توانسته بود رکورد جدیدی را در سطح خودش به ثبت برساند.

تا حالا ریسک کردن در زندگی هم را تجربه کرده‌اید؟ در چه زمینه‌ای؟

نقاشی‌ام بسیار خوب بود برای همین روی بوم، مینیاتور انجام می‌دادم و آن‌ها را به مغازه‌های خیابان نجات‌اللہی می‌بردم و به فروش می‌رساندم. از طریق تردد در آنجا و عرضه آثار هنری‌ام مقداری پول پس‌انداز کردم. در همان دوران بود که با یک خانم ایتالیایی آشنا شدم. او به تمبرهایی که در ایران به چاپ رسیده بود بسیار علاقه‌مند بود. بنابراین از من تقاضا کرد که کلکسیونی از تمبرهای ایران را برایش تهیه کنم. حدود ۷۰ هزار تومان تمام پس‌اندازم بود و آن زمان این مبلغ بسیار زیاد محسوب می‌شد اما ریسک کردم و با قرض گرفتن ۵۰۰۰ تومان و افزودن این مبلغ به پس‌اندازم کلکسیون را تهیه و برای او ارسال کردم. پس از چند وقت برای جبران این کارم از من این سوال را کرد که چه کاری می‌خواهی تا من برایت انجام بدهم؟

من به او گفتم که از ایتالیا تمام کتاب‌ها یا مجلاتی را که در رابطه با شیشه‌گری به چاپ رسیده است همراه با عکس‌ها و حتی فرمول‌های مخصوص شیشه‌گری جمع‌آوری و برایم ارسال کند و همین خواسته، نقطه عطفی را در زندگی‌ام رقم زد چرا که از درون این کتاب‌ها و مجلات توانستم فرمولاسیون مواد بلوری و تولیدات رنگ شیری را به دست بیاورم. در آن زمان دو یا سه نفر در ایران چنین چیزی را در اختیار داشتند. چون آن موقع کارگاه نداشتم از صاحب کارم اجازه گرفته بودم که برخی از شب‌ها در کارخانه بخوابم. از طرفی هنگامی هم که به خانه می‌رفتم همراه همسرم توانستیم آزمایش‌هایی انجام بدهیم. حدود ۶۰ مرتبه آزمایش این رنگ را در کارگاه انجام دادم تا نهایت همسرم چند تنگه طلایی را که داشت فروخت.

شما در یکی از تلاش‌هایتان موفق به ساخت دلفین بلوری شدید در این زمینه صحبت کنید

خوشبختانه کارمان گرفت و توانستم پس از چند وقت یک کوره نیم در نیم متری بسازم و با آن دلفین‌های دکوری تولید کنم. آن موقع این دلفین‌ها از زاین به ایران می‌آمد. من برای ساخت هر دلفین ۱۰۰۰ تومان دستمزد تولید می‌گرفتم و روزی ۶۰ عدد تولید داشتیم. این مسئله باعث شد که پول خوبی عایدمان شود. با برادرم شریک بودیم و درآمدمان را نصف می‌کردیم. حق کارگرها را هم می‌پرداختیم. پس از آن فرمولاسیون رنگ شیری را هم برای رونق بخشیدن به صنعت شیشه‌گری به هر کس که می‌خواست می‌فروختم. از یک تا دو میلیون و ۵۰۰ هزار تومان برای این فرمولاسیون پول می‌دادند. به واسطه آن کارم مجدد رونق گرفت و

داستان تلخی که سرانجامی جز شیرینی نداشت

که نباید منتظر حادثه شد بلکه باید با اراده و انرژی بر سختی‌ها فائق آمد و مزد تلاش خود را گرفت. بسیاری از مخاطبان که پای تلویزیون میخکوب شده بودند، از این همت و زحمات پیاپی لب به تحسین می‌گشودند و بعضاً ضمن آنکه اشک شوق بر گونه‌های‌شان حلقه زده بود، از فرجام این برنامه ذوق زده شده بودند.

به‌ویژه زمانی که دختران افتخارآفرین ایران زمین، پدر خود را در آغوش کشیده و نه تنها کم مهری‌های او را به فراموشی سپردند بلکه از این پیرمرد رنجور طلب بخشش کردند.

آنچه که بیش از هر چیز در این برنامه پربیننده، نمود داشت شجاعت بی‌مانند و پشتکار این خواهران بود که توانستند با اتکا به خدا و ضمن غلبه بر مشکلات بی‌شمار زندگی، در عرصه مسابقات معتبر جهانی هم با صلابت ظاهر شوند و مدال طلا برگردن بیاورند.

باید به این ورزشکاران تلاشگر و مصمم دست مریزاد گفت و برای توفیق روز افزون خواهران منصوریان در ادامه راه و رقابت‌های معظم آتی، دست به دعا برداشت. این سه خواهر تلایبی ووشوی ایران باید بدانند که مردم ایران بر صبر، استقامت و اراده آنها تعظیم می‌کنند و به احترام آنها کلاه از سر بر می‌دارند.

خواهران قهرمان منصوریان توانستند در

خانواده امیدشان را از دست ندادند و در پایان یک دوره تلاش نه تنها به زندگی آشفته‌شان سرو سامان دادند بلکه پدرشان را هم در نهایت به آغوش گرفتند تا ثابت کنند تا امید هست زندگی باید کرد.

دخترانی که در سخت‌ترین شرایط زندگی، آستین همت بالا زدند و با پشتکار مثال‌زدنی بر تمام مشکلات فائق آمده و توانستند در جامعه به عنوان ورزشکاران افتخارآفرین درآیند.

وقتی که منصوریان‌ها در برنامه ماه عسل از ایستگاه نخست قطار زندگی خود سخن گفتند، تصور اینکه آنها بتوانند از این همه موانع سخت عبور کنند و به ووشوکاران تلایبی تبدیل شوند، کمی مشکل به نظر می‌رسید اما هر چه به پایان برنامه نزدیک می‌شدیم بر استقامت و چهره مصمم یکایک این ملی‌پوشان شجاع اطمینان پیدا کردیم.

بی‌گمان، داستان زندگی این خواهران خیلی‌ها را به وجد آورد و از اینکه آنها چگونه با تلاش بی‌حد و حصر و قابل ستایش خود، به این مرحله از موفقیت رسیدند، اسباب تحسین میلیون‌ها هم‌وطن را فراهم کرد.

ووشوکاران تلایبی بر این ایده صحه گذاشتند

امید در زندگی همان قدر اهمیت دارد که بال برای پرنده امید و آرزو آخرین چیزی است که دست از گریبان انسان برمی‌دارد. دوست داشتنی‌ترین شخص کسی است که روی خود برترش تمرکز کند. آرزو سرابی است که اگر ناپود شود همه از تشنگی خواهند مرد و امید دارویی است که شفا نمی‌دهد ولی درد را قابل تحمل می‌کند. افکار خوب معمار و آفریننده هستند و آرزو قلابی است که هر چیز را به جانب ما می‌تواند بکشد.

این جملات می‌تواند مواجهه هر روزه انسان‌ها باشد اما ممکن است بعضی افراد به جای حتی فکر کردن به آنها، خودشان را به سان پر کاهی به اراده باد واگذار کنند تا شاید با اما و اگر به مقصدی برسند یا نرسند. البته بی‌توجهی به امید نتیجه‌اش کاملاً مشخص است. در مقابل کسانی هم هستند که از لحظه لحظه زندگی و رخدادهای هر چند تلخ و آزاد دهنده انگیزه‌ای بی‌پایان می‌سازند برای آینده‌ای روشن. آینده‌ای که رقم خوب یا بد در توان هر انسانی وجود دارد. شاید داستان خواهران منصوریان مصداق بارزی باشد بر این گفته. کسانی که در کمال ناباوری و همچنین به دلیل محروم شدن یک باره از پدر و سایه





خانواده برای معاش سبک‌تر شود. زمانی که شهربانو رفت کار می‌کرد و برای ما پول می‌فرستاد. اما وقتی برگشت خیلی خوشحال بودیم. بودنش برایمان مهم‌تر بود.

شهربانو: وقتی برگشتم ۱۸ ساله بودم.

الهه: وقتی آمد ورزشکار شده بود. باشگاه رفته بود. چیزهایی به من یاد داد. از پولی که درآورده بود اسبی خرید. تا از کرایه دادن آن اسب به توربست‌ها در آبخار سمیران درآمدی برای خانه به دست بیاورد. مادرم از درآمدی که داشتیم بخشی را کنار می‌گذاشت تا ما را به اصفهان بفرستد تا در آنجا به باشگاه برویم. از ترمینال صفا تا ورزشگاه تختی دو ساعت پیاده روی بود. ما فقط کرایه اتوبوس برای رسیدن به اصفهان را داشتیم و مجبور بودیم مسیر ترمینال تا ورزشگاه تختی را پیاده برویم. شب هم خسته و کوفته باز می‌گشتیم. شهربانو: روزهایی که در شیراز و در آن خانواده کار می‌کردم، باشگاه هم می‌رفتم. همه‌ی کارهایی را در آن خانه انجام می‌دادم و بعد می‌رفتم باشگاه. وقتی به خانه برگشتم هفته‌ای سه جلسه با الهه به اصفهان می‌رفتم تا در آنجا به باشگاه برویم. وقتی شرایطش را نداشتیم و پول کرایه‌مان کم بود، یک نفرمان می‌رفت.

الهه: هر کسی به اصفهان می‌رفت و یاد می‌گرفت باید می‌آمد و به دیگری یاد می‌داد. شهربانو: اسبی که خریده بودم را دوری ۱۰۰ یا ۲۰۰ تومن کرایه می‌دادم تا مردمی که برای تفریح به آبخار سمیران آمده بودند، با اسب دور بزنند. گاهی مشکلات هم برایم پیش می‌آمد. تقریباً همیشه دعوا داشتم و بحث داشتم و درگیر می‌شدم. بعضی مواقع خودم هم خجالت می‌کشیدم که بروم. چون دیگر سنم بالا رفته بود. گاهی الهه را می‌بردم و اسب را به او می‌سپردم و خودم از دور حواسم به او بود.

الهه: ما از کسی کمک نمی‌خواستیم. وقتی شهربانو ازدواج کرد، در آبخار عاشق پسری شد و با او ازدواج کرد.

شهربانو: با یکی بحثم شد. آنها دو سه نفر بودند. همه آمدند که من را بزنند. به دفعه پسری آمد و پشت من درآمد. وقتی ایشان ورود کرد آن سه نفر رفتند. بعد از آن با هم آشنا شدیم و سال ۱۳۸۵ ازدواج کردیم.

زمینه ورزش به جایگاه قابل توجهی برسند و علاوه بر فعالیت در تیم ملی در رده جهانی نیز هر یک دارای سه مدال طلا هستند و روند موفقیت آمیز فعالیت‌های ورزشی آنان همچنان ادامه دارد که برای ایران و ایرانیان یک افتخار به شمار می‌روند.

خلاصه‌ای تیتروار از گفته‌های خواهران منصوریان در مورد تلخ و شیرینی‌های زندگی

الهه: حدود شش ماه بود که پدرم به دلیل نبود کار در سمیران به شیراز رفته بود. اما نیامدنش ادامه‌دار شد و کار به جایی رسید که ما تا دو سال از پدر بی‌خبر بودیم.

سهیلا: شهربانو مدرک دیپلمش را قاب کرد و به دیوار زد و گفت می‌خواهم کار کنم.

شهربانو: عمویی داشتیم که شیراز بود و آنجا کار می‌کرد. من را با خودش به شیراز برد. در خانه‌ی یک خانواده مشغول کار شدم.

الهه: یادم هست که مادرم با خدا حرف می‌زد و از نگرانش درباره وضعیت شهربانو می‌گفت. ای خدا اگر بچه‌ام تب کند چه کسی بالاسرش هست.

سهیلا: وابستگی شدیدی به پدرم داشتم. رفتنش خیلی برایم سخت بود. همچنین رفتن شهربانو. دو سال از رفتن شهربانو گذشت و ماندن در خانه برایم خیلی سخت بود. من هم به شهر رفته و در کنار خانواده‌ای زندگی کردم. اتفاقی در اختیار من گذاشتند پر از عروسک. تا می‌خواستم خوش باشم یاد خانواده‌ام می‌افتادم که الان من خوشم اما خانواده‌ام چه می‌کنند.

سهیلا: به جاهایی به پدرم حق می‌دهم که رفت. البته من هم دوست داشتم با بابام برم مدرسه. روز اول مدرسه همه با پدرشان می‌آمدند.

الهه: همه در رسیدنمان به اینجا نقش داشتیم. همه با هم تلاش کردیم. حتی پدرم.

شهربانو: شاید عده‌ای هستند که در حال حاضر در جایی از ایران یا هر کجای دنیا شرایطی مانند زندگی ما دارند. شاید با دیدن ما و شنیدن داستان زندگی‌مان یک یا علی بگویند و بلند شوند و به هدفشان برسند.

الهه: اگر خانواده‌ای با شرایط ما در هر کجایی هستند، باید پدر و همه اعضای خانواده کنار هم بمانند. اینقدر در این راه سختی بود که خیلی‌ها در میانه راه می‌مانند. اما ما کم نیاوردیم و جنگیدیم و ایستادیم و همه با هم زندگی‌مان را ساختیم.

الهه: شهربانو و سهیلا از خانه رفتند تا بار

حدود ۲۱ ساله بودم. در همان سمیران ازدواج کردیم. همسر هم شرایطش بد نبود. وقتی من سوار اسب می‌شدم و به آبخار می‌رفتم کمی خانواده همسر ناراحت بودند. از یه طرف نگران خانواده خودم بودم و از یه طرف هم مجبور بودم به زندگی‌ام فکر کنم. بعد از ازدواج کل دغدغهام خانواده‌ام بود. تا زمانی که الهه اولین اردویش را رفت و جایزه‌اش ۹۰۰ هزار تومان بود. فکر می‌کردم جایزه‌اش را برای خودش بردارد. به هر حال او زحمت کشیده بود و می‌بایست برای آینده‌اش برنامه داشته باشد. اما جایزه‌اش را وسط گذاشت و گفت آن را برای کل خانواده خرج کنیم. بعد از آن بود که خیالم راحت شد و مسئولیت را به الهه سپردم. می‌دانستم که او می‌تواند از خانواده حمایت کند.

الهه: مسابقات جهانی مالزی بود که برای اولین بار می‌خواستیم جایزه جهانی بگیریم. من به فینال رسیده بودم. برنده شدن در آن بازی زندگی‌مان را تغییر می‌داد. راند اول بازی دماغم و گونه‌ام شکست و چشمم کبود شد. یک چشمم کامل نمی‌دید. مربی‌ام گفت بازی نکن. اصرار کردم که باید ادامه دهم و خواهش کردم که هیچ وقت حوله به وسط بازی نیندازد. از داور خواهش کردم که بازی را تمام نکند. خون را در دهنم قورت می‌دادم تا داور نبیند که از دهانم خون می‌آید. گونه‌ام هم شکسته بود. اما من فقط به پیروزی فکر می‌کردم چون می‌خواستیم مادرم خوشحال باشد.

یک چشمم کامل نمی‌دید. از درد زیاد و بعد از پایان مبارزه در آغوش مربی‌ام بی‌هوش شدم و من را به بیمارستان بردند. در بیمارستان مدالم را برایم آوردند. در بیمارستان پسری مصری بستری بود که او هم در مسابقات بخش آقایان شرکت کرده بود و دماغش شکسته بود و انصراف داده بود، اما من گفتم طلا گرفتم. وقتی وضعیت من را دید، مسخره‌ام کرد که مگر می‌شود تو با این وضعیت طلا بگیری. اما ما عادت به جنگیدن داشتیم. از بچگی در حال جنگیدن بودیم.

زوریک مرادی مسیحی (مرادیان) از جمله شهیدان دوران دفاع مقدس است که ۱۹ مهر ماه ۵۹ در پیرانشهر به شهادت رسید. این شهید در لشکر ۶۴ پیاده ارومیه خدمت می‌کرد.

○ سید حمیدحسن زاده

نخستین شهید نظامی ارمنی در یک نگاه

نمی‌دانستیم که جنگ شروع خواهد شد. نزدیک بهار بود که او «زوریک» به دخترم زنگ زد و گفت که می‌خواهند ما را ببرند اطراف ارومیه.

ایام «عید پاک» بود و گفت که با قطار ما را می‌برند. ما هم جمع شدیم. آجیل و تخم‌مرغ رنگ شده و چیزهای دیگر با خود بردیم. رفتیم پیش زوریک. گفتند: آماده‌باش است. ما آن موقع نمی‌فهمیدیم که آماده‌باش یعنی چه؟ بالاخره آن‌ها را از آنجا بردند. در نامه نوشته بود که مادر جان تمام دوستانم از چیزهایی که داده بودی، خورند، تخم‌مرغ‌های رنگ‌شده را نیز همین‌طور. همیشه نامه می‌داد که خوب هستند تا اینکه خبر دادند که ما را به «پیرانشهر» می‌برند.

هر وقت که به مرخصی می‌آمد می‌گفت: مادر جان، نگران من نباش. مرا خیلی دوست دارند، (اعضای اصلی) خانواده، همه اینجا هستند. ولی مثل اینکه به من الهام می‌شده، می‌گفتم: زوریک جان خیلی مواظب خودت باش. او ۹ ماه خدمت کرده بود.

پدرش راننده تریلی کار می‌کرد. یک روز صبح بیدار شدم به پدرش گفتم: خیلی نگران و دلواپس هستم. شب خواب دیدم، مثل اینکه زانوی «زوریک» تیر خورده و خونریزی شده بود. جیغ کشیدم، ولی «زوریک» دست گذاشت روی پایش و گفت چیزی نشده است. روز بعد توی کوچه دو سرباز را دیدم که همین‌طور به درب ما نگاه می‌کردند، مثل اینکه دنبال آدرسی باشند. نگاه کردم و گفتم: مادر به فدایتان، خدایا اینها کی هستند؟ چند قدم نرفته، باز ایستادم. همسایه‌های ما همه مسلمان بودند. ما در حشمتیه زندگی می‌کردیم و در آن موقع همسایه روبه‌روی ما از آن طرف آمد. از زبان سربازها فقط نام «مرادی» را شنیدم: سرباز زوریک مرادی خانه‌شان کجاست؟ برگشتم، گفتم: بله پسر من است، من مادرش هستم. چیه، شما دوستان «زوریک» هستید؟ یک کاغذ در دستش بود و هی آن کاغذ را توی دستش جمع می‌کرد، گفتم: مادر، تو خون‌تون مرد هست؟ این را که گفت، من جیغ کشیده و از هوش رفتم و دیگر چیزی نفهمیدم. چشم باز کردم و دیدم تمام همسایه‌ها و فامیل جمع شده‌اند. فهمیدم که پسر من شهید شده است.

از آن روز به بعد شوهرم زمین‌گیر شد.



استفاده از باقی‌مانده پلو و چوب کبریت، برایش کیک آماده کرده و جشن تولد او را در سنگر برگزار کردند بر اثر اصابت ترکش خمپاره و جراحت شدید، تقریباً ۱۹ روز بعد از شروع جنگ تحمیلی به خیل عظیم شهیدان دوران هشت سال دفاع مقدس پیوست.

وی اولین شهید نظامی ارمنی تاریخ جنگ تحمیلی عراق علیه ایران محسوب می‌شود. با شهادت «زوریک» کوچه‌ای که وی در محله «حشمتیه» (سردارآباد) در آن ساکن بود، در سوگ فرو رفت. همسایگان مسلمان اطراف منزل خانواده مرادیان دسته دسته با گریه هم‌دردی خود را اعلام می‌کردند.

آن‌ها، دو حمله نیز برای شهید مرادیان در سر کوچه قرار دادند. پیکر اولین شهید نظامی ارمنی زوریک مرادیان، پس از انجام مراسم مذهبی در روز بیست و چهارم مهر ۱۳۵۹ در گورستان آرامنه (در جاده خراسان) به خاک سپرده شد.

خصوصیات فردی و زندگی شهید زوریک مرادیان به روایت مادرش

بعد از سه ماه (از شروع خدمت زوریک) ما

زوریک مرادی مسیحی (مرادیان) از جمله شهیدان دوران دفاع مقدس است که ۱۹ مهر ماه ۵۹ در پیرانشهر به شهادت رسید. این شهید در لشکر ۶۴ پیاده ارومیه خدمت می‌کرد.

زوریک مرادیان تنها فرزند پسر زوج «واهان» و «کاتاری» در هفتم تیرماه ۱۳۳۹ در تهران متولد شد. در سال‌های تحصیل دوران ابتدایی در دبستان «سهاکیان»، با این که به اتفاق والدین و چهار خواهر خویش یعنی «دیانا»، «افیک»، «ژانت» و «روبینا» در یک اتاق زندگی می‌کرد، اما همیشه شاگرد اول بود.

تحصیلات دوره راهنمایی و متوسطه را در دبیرستان آرامنه «کوشش داوتیان» ادامه داد، اما در عین ناباوری خویشاوندان و دوستان و با وجود قبولی در امتحانات اعزام به خارج، این جوان با استعداد، سال آخر دبیرستان را ناتمام گذارده و داوطلبانه چند ماه پیش از شروع جنگ تحمیلی عراق علیه ایران به خدمت سربازی رفت.

پس از طی سه ماه دوره آموزشی در شاهرود به لشکر ۶۴ ارومیه منتقل شد و سرانجام بعد از هشت ماه خدمت و در حدود سه ماه پس از اینکه هم‌زمانش با

دوستان مسلمان زوریک برایش حجله گذاشتند، بالا و پایین کوچه و خیلی زیاد با ما همدردی و نسبت به ما ابراز محبت کردند. برای زوریک در مسجد ختم گرفتند.



چند بار نوبت در بیمارستان بستری شد. او نتوانست سر کار برود. دوستان مسلمان زوریک برایش حجله گذاشتند، بالا و پایین کوچه و خیلی زیاد با ما همدردی و نسبت به ما ابراز محبت کردند. برای زوریک در مسجد ختم گرفتند.

بعد از چهلیم زوریک یکی از دوستان مسلمان او نیز در کوچه ما به شهادت رسید. به ما گفتند چون زوریک اول شهید شده، اسم کوچه را به نام زوریک مرادی می‌گذاریم، ولی شوهرم نپذیرفت: حسین نیز از دوستان زوریک بوده و آن دو همبازی بودند. اسم کوچه را به نام حسین

بگذارید و اسم کوچه را به نام حسین گرامی، نام‌گذاری کردند.

مهندس وارطانیان، نماینده وقت آرامنه تهران و شمال مجلس شورای اسلامی برای هفتم و چهلیم فوت پدر زوریک به منزل ما آمده بودند. برای خرید این خانه هم، آقای وارطانیان به ما کمک کردند. به بنیاد شهید رفتیم. آن‌ها به ما کمک کرده‌اند و با پولی که خودمان داشتیم خانه‌ای خریدیم. زوریک علاقه خاصی به بچه‌های خواهرش داشت و هر وقت که به مرخصی می‌آمد به

دیدن آنها می‌رفت. زوریک خوب خدمت می‌کرد. او از دوران سربازی به خوبی یاد کرده و می‌گفت: خیلی خوب است. اگر ما تنها بودیم، اصلاً نمی‌دانستیم که چکار باید می‌کردیم. اگر این همدردی و کمک مردم نبود، ما نمی‌توانستیم داغ از دست دادن فرزند خود را تحمل کنیم. پدرش دوبار «زوریک» را در خواب دیده است: یک بار زوریک به پدرش نزدیک شده و گفته بود: پدر چرا اینجا ایستاده‌ای؟ پدرش گفته بود پس چکار کنم؟ گفته بود: که با هم رفاقت داریم.

بیا اینجا پیش من، ببین چه باغ بزرگی خریده‌ام، ببین چه باغی است، وسط آن، درخت سیب قرمز است. پدرش بعد از شهادت زوریک مریض شد و فوت کرد و دخترم نیز به M.S دچار شد. ما تمام وسایل زوریک را حفظ می‌کنیم، حتی لباسی را که آخرین بار به تن داشته است. با مادر شهید حسین گرامی، دوست دوران کودکی زوریک که او هم شهید شده و مسلمان است، دوست بوده و سالها است که با هم رفاقت داریم.



اشتغال و جلوگیری از قاچاق، ضرورتی حیاتی

بود؛ از این روی سرمایه‌ای که برای تولید در داخل کشور در نظر گرفته می‌شود، برای بهره‌وری نیاز به منابع انسانی خواهد داشت. در نتیجه سرمایه‌ای که برای کارگر خارجی ایجاد شغل می‌کرد در داخل باقی مانده و کارگر ایرانی را مشغول به کار می‌کند.

اما تنها تولید داخلی برای رفع معضل بیکاری کافی نیست؛ بلکه تقاضای کالای تولید داخل در بازار به مراتب اهمیت بیشتری از افزایش تولید دارد. زیرا هر مقدار که تولید افزایش یابد اما تقاضای آن در بازار وجود نداشته باشد نه تنها بنگاه‌های تولیدی را با تعدیل نیرو و افزایش بیکاری مواجه می‌کند بلکه باعث هدر رفت منابع مالی و زیان‌های جبران ناپذیر دیگری نیز خواهد بود.

شبکه توزیع چه مشخصه‌هایی دارد؟

بنابراین اهمیت شبکه توزیع و بازاریابی نیز روشن می‌شود که این حوزه به تنهایی دریایی از شغل و زمینه درآمد است. اما شبکه توزیع و بازاریابی باید مورد حمایت دولت قرار گیرد زیرا اگر دولت برای رفع نیازهای داخلی از منابع کشور حمایت نکند باز مشکل اشتغال بیش از پیش گسترش پیدا خواهد کرد. برای مثال، اگر نوع خاصی از میوه در داخل کشور تولید می‌شود و پاسخگوی نیاز همه مناطق است و دولت این نوع از میوه را از کشور خارجی وارد کند خسارات هنگفتی به منابع مالی و انسانی وارد خواهد شد و تعداد زیادی باغدار و واسطه و فروشنده از کار بیکار خواهند شد.

سیستم حاکم بر شبکه توزیع کالاها و خدمات که از گذشته به ارث رسیده به طور خلاصه دارای مشخصه‌های خارجی و داخلی متعددی از جمله موارد زیر است:

- تامین منابع قدرت‌های جهانی به منظور چپاول منابع حیاتی کشور و ایجاد بازار فروش کالاهای ساخته شده آنها.
- وابسته کردن هر چه بیشتر اقتصاد کشور به خارج به منظور وابستگی اقتصادی و در نهایت ایجاد صنایع مونتاژ.
- گسترش فرهنگ مصرفی و تجملی در جامعه و ایجاد بازار کاذب جهت کاهش تولید داخلی و افزایش واردات.
- ایجاد سیستم توزیع متمرکز و چندمرحله‌ای، یعنی متمرکز کردن کالاها و خدمات در تهران و در مرحله بعد در مراکز استان‌ها و از آنجا به شهرستان‌ها و روستاها.

بیکاری معمولاً زمانی بروز می‌کند که جوان علاقهای به شغل پدری نشان نمی‌داد و در سایر صنوف نیز پذیرفته نمی‌شد. اما امروزه با تغییر فضای اقتصادی در جهان و گسترش ارتباطات، عوامل بسیاری در اشتغال، تورم، تولید، نرخ ارز و سایر موله‌ها تأثیر می‌گذارند که کنترل این عوامل و در نتیجه ایجاد شرایط تعادل اقتصادی، به عهده دولت‌ها قرار داده شده است.

کاهش واردات و افزایش تولید

قبل از هر چیز باید به این موضوع پرداخت که دولت چگونه می‌تواند به ایجاد اشتغال و کاهش بیکاری کمک کند؟ بدیهی است که یکی از وظایف دولت سیاستگذاری اقتصادی است. اما دولت چگونه می‌تواند در راستای ایجاد اشتغال سیاستگذاری کند؟ اولین راه حلی که به نظر می‌رسد کاهش واردات و افزایش تولید داخلی است. در این راستا معمولاً دولت‌ها از سیاست افزایش تعرفه‌های گمرکی، رفع نیاز از طریق تولید داخلی و مبارزه مستمر با قاچاق کالا و ارز استفاده می‌کنند.

زمانی که تعرفه‌های گمرکی افزایش می‌یابد، سرمایه‌گذاری در داخل نسبت به سرمایه‌گذاری در واردات به صرفه‌تر خواهد

انسان زندگی را با تولد آغاز می‌کند و از همان ابتدا برای رفع نیازهای خود راه تلاش را پی می‌گیرد. غلطیدن برای رسیدن به هدف، تلاش برای تکلم جهت برقراری ارتباط و سایر موارد، آدمی را برای رفع نیازهای آینده خود به آموزش روی می‌آورد و هر کسی بنا بر آینده‌ای که برای خود برنامه‌ریزی می‌کند میزان سطح سواد و آموزش خود را اتقاء می‌دهد. در گذشته تنها خود اشخاص بودند که برای رفع نیازهای خود مسئول بودند و دولت تنها مسئول حفظ امنیت، امور قضایی و موضوعات محدودی از این دست بود. اما امروزه دولت‌ها از ماقبل باروری تا بعد از مرگ افراد، نسبت به نیازهای شهروندان مسئول هستند.

یکی از مهم‌ترین نیازهای بشر نیاز به شغل است؛ اشتغال تنها برای رفع حوائج شخصی مفید نیست بلکه در اجتماع نیز تأثیرات فراوانی دارد که از جمله این آثار می‌توان به توسعه اقتصادی، افزایش تولید داخلی و بهره‌وری، کاهش جرائم و اعتیاد اشاره کرد.

در ادوار گذشته مشکل بیکاری مانند امروز وجود نداشت زیرا عمده مردم دارای مشاغل خانوادگی و پیشه‌های فامیلی بوده‌اند و



مبارزه با بیکاری

موضوع بعدی جلوگیری از قاچاق کالا و ارز است که از اهم وظایف دولت در مبارزه با بیکاری به شمار می‌رود زیرا کالای قاچاق معمولاً به دلیل کیفیت نازل و کنترل نشدن استاندارد و بهداشت از قیمت کمتری نسبت به تولیدات داخلی برخوردار است و قیمت کمتر بزرگترین مزیت رقابتی در مقابل کالای مشابه به شمار می‌رود. از این رو قاچاق به عنوان مهمترین عامل تعطیلی کارخانجات و بیکاری شناخته می‌شود.

اما نکته دیگری که در زمینه قاچاق باید مد نظر دولت قرار گیرد این است که قاچاق هم باعث افزایش بیکاری می‌شود و دیگر اینکه کالایی که از مبادی رسمی گمرکی وارد نشود درآمدی نیز عاید دولت نخواهد کرد و این یعنی زیان دو سره برای دولت، که هم فرصت‌های شغلی از بین رفته و هم درآمد دولت کاهش می‌یابد؛ بنابراین دولت باید پیشگام در مبارزه با قاچاق باشد.

تأثیر امنیت شغلی بر بازار کار

نبود امنیت شغلی دیگر عامل بیکاری است. چرا که اشخاص حاضر نیستند مدتی مشغول به فعالیتی گردند و پس از مدتی با اخراج، عدم تمدید قرارداد، عدم پرداخت حق بیمه و مسائلی از این دست مواجه شوند. زیرا با افزایش سن، شرایط استخدام نیز برای افراد سخت‌تر می‌شود. در اینجا یکی از وظایف مهم دولت حمایت از کارگر در مقابل کارفرما است تا حقوق کارگر تضییع نشود. همچنین فراهم آوردن تسهیلات، معافیت‌های مالیاتی و کمک‌هایی از این دست می‌تواند معامله‌ای دوطرفه با کارفرما باشد تا هم موقعیت شغلی کارگران تضمین شود و هم

ایجاد سیستم توزیع ناشناخته به منظور ایجاد کمبود مصنوعی، افزایش قیمت‌ها، واسطه‌گری، دست‌گردانی کالاها، عدم کنترل و نظارت صحیح، معافیت از پرداخت مالیات و فرار از مجازات قانونی. (۶) تقویت و ایجاد زمینه‌های انحصار تحت عناوینی همچون انحصار، انحصار توزیع، نمایندگی انحصاری، عاملیت، نماینده پخش و غیره.

(۷) تقویت و ایجاد زمینه فعالیت برای سلف‌خران، دلالان، فرصت‌طلبان تجاری و غیره.

(۸) تقویت و ایجاد زمینه فعالیت‌های غیرتولیدی و در نهایت سوق دادن نیروهای مولد جامعه از بخش تولید به فعالیت‌های غیرمولد.

این در حالی است که مشخصه‌های سیستم حاکم بر توزیع کالاها و خدمات باید مبتنی بر موارد زیر باشد:

(۱) عدل و قسط اسلامی.

(۲) اجرای مواد اقتصادی قانون اساسی.

(۳) توزیع عادلانه امکانات موجود.

(۴) رسیدن به خودکفایی و استقلال اقتصادی با رعایت مزیت‌های نسبی در مبادلات اقتصادی و بازرگانی با سایر کشورها.

(۵) تغییر الگوی مصرف مناسب و تشویق کارهای تولیدی.

(۶) جلوگیری از فعالیت‌های بازرگانی غیر ضروری.

(۷) تثبیت نسبی قیمت‌ها.

(۸) برقراری شبکه شناخته شده توزیع که قابل کنترل و نظارت باشد. این ویژگی‌ها درست برعکس سیاست‌های گذشته در امر توزیع کالا زمانی می‌تواند موثر و مثمر باشد که سیستم توزیع مبتنی بر ضوابط دقیق و واقعیات آماری و شبکه‌های شناخته شده باشد.

بنابراین تأکید بر رفع نیاز داخلی از تولید داخلی باید در اولویت دولت قرار گیرد تا مکمل زحمات تولیدکنندگان در راستای اشتغالزایی باشد.

کارفرما بدون ترس از افزایش هزینه افراد را استخدام کند.

دولت در زمینه امنیت شغلی مراجعی با عنوان هیات‌های حل اختلاف کارگر و کارفرما در نظر گرفته است که به دعاوی ناشی از روابط کارگر و کارفرما رسیدگی خواهد کرد.

باید با انحصارگرایی مقابله شود

موضوع دیگر در راستای اشتغال‌زایی، مبارزه با انحصارگرایی و تنظیم بازار است. اگرچه از ملزومات اقتصاد آزاد، بازار آزاد است بدین معنا که دخالت دولت در بازار، حداقلی است، اما در اقتصاد امروز، دولت نقش تنظیم‌گر را در بازار به عهده می‌گیرد تا حقوق مصرف‌کننده و همه رقبای تجاری تامین شود. حال اگر دولت به وظیفه خود در قبال رقابتی کردن فضای تجاری کوتاهی ورزد، با انحصاری شدن فضا به نفع کارتل‌های بزرگ تجاری، رقبا و مشاغل کوچک در بازار هضم خواهند شد و شغل‌های بسیاری از بین خواهد رفت. در نتیجه یک بنگاه اقتصادی بسیار قدرتمند خواهد شد و سایر بنگاه‌ها در اثر ضعف ناشی از عملکرد دولت از بین خواهند رفت.

در این خصوص قانون اجرای سیاست‌های کلی اصل ۴۴ قانون اساسی در مجلس شورای اسلامی به تصویب رسیده است، که به مسایل رقابت‌مندی بازار می‌پردازد و مرجعی به عنوان شورای رقابت را مسئول نظارت بر عملکرد بنگاه‌های اقتصادی قرار داده است.



وقتی به دنیای ریسک وارد می‌شوید، ممکن است برنده شوید یا خیلی چیزها را از دست بدهید، به هر حال با ریسک کردن از منطقه امنی که برای خود ساخته‌اید، بیرون می‌آید

محمد رضا بختیاری

اگر می‌خواهید ریسک کنید بخوانید!



ترس از پیروز نشدن، نفوذ نکردن، ناتوانی در رقابت مثلاً در محیط شغلی یا ترس از این‌که آن‌طور که باید و شاید نتوانیم موفق شویم. وقتی ترس و ناراحتی‌های گذشته را جمع‌بندی می‌کنیم و ناآگاهانه احساسات منفی گذشته را وارد زندگی فعلی‌مان می‌کنیم برایمان دشوار می‌شود از خطرهایی استقبال کنیم که برای زندگی شخصی و حرفه‌ای‌مان لازم و ضروری است، بنابراین به کلی خود را از شادی، خوشی و پاداش‌هایی که در صورت غالب شدن بر ترس گذشته ممکن بود نصیب ما شود محروم می‌سازیم.

از طرف دیگر چسبیدن به افکار و عقایدی که تشویش و اضطراب ما را افزایش می‌دهد آن هم در موقعیتی که ما نیاز داریم خلاقانه فکر کنیم، راه‌های خطر کردن را می‌بندد. اگر ترس چیزی است که مانع پیشرفت شما در زندگی می‌شود از خودتان بپرسید بدترین اتفاقی که ممکن است بیفتد، چیست؟ احتمال اتفاق افتادن آن چقدر است؟ و این‌که شما چگونه می‌توانید بخوبی با آن کنار بیایید؟ گاهی نیز این ترس را اطرافیان‌تان به شما القا می‌کنند. اگرچه ممکن است بر این باور باشید که خانواده، نزدیکان و دوستان‌تان همیشه از خواسته‌های شما پشتیبانی می‌کنند، ولی همیشه هم این‌طور نیست. افرادی که صمیمانه شما را دوست دارند، ممکن است گاهی ناآگاهانه یا به علت ترس و هراس بی‌دلیلی که دارند شما را از پیشروی باز دارند. اینها افراد محدودکننده هستند که انرژی را از شما می‌گیرند و به شما احساس نایمنی می‌دهند.

افراد محدودکننده ممکن است در هراس باشند که اگر شما شکست بخورید، رنجیده خاطر می‌شوید یا اگر به توفیق برسید آنان از شما عقب می‌مانند، این به عهده شماست در زمانی که قصد انجام ریسکی را در زندگی‌تان دارید، مراقب این‌گونه رابطه‌ها باشید. بویژه اگر این فرد محدودکننده همسر، رئیس یا والدین شما باشند. اگر محدودکننده کسی است که می‌توانید او را از زندگی‌تان حذف کنید، هرچه زودتر این کار را انجام دهید، ولی اگر شخص محدودکننده فردی است که رها شدن از او غیرممکن است مانند همسر، خواهر و برادر دست‌کم با خلقیاتشان آشنا شوید و به محض این‌که شروع به منفی‌گویی کردند خود را کنار بکشید. به این نکته توجه داشته باشید که برای ریسک کردن ترس را کنار بگذارید، از کسانی که با اعمال و رفتار خود شما را محدود می‌کنند دوری کنید و از کسانی که به شما آزادی عمل می‌دهند، استقبال کنید.

وقتی به دنیای ریسک وارد می‌شوید، ممکن است برنده شوید یا خیلی چیزها را از دست بدهید، به هر حال با ریسک کردن از منطقه امنی که برای خود ساخته‌اید، بیرون می‌آید. اگر توانایی ریسک کردن نداشته باشید یک چیز قطعی است؛ چیز زیادی به دست نمی‌آورید، در این حالت زندگی معمولی خواهید داشت و نمی‌توانید از تمام ظرفیت‌های زندگی استفاده کنید.

البته توجه کنید که ریسکتان باید همراه درک، هوشمندی و اطلاعات کافی باشد، زیرا ریسک همیشه احتمال رسیدن به پاداش‌های بزرگ یا شکست‌های بزرگ را به همراه دارد.

ترس را کنار بگذارید

ترس چیزی است که باعث می‌شود شما تسلیم فرض و گمان‌های محدود خود شوید و این در صورتی است که شما یاد نگیرید بین ترس خوب که به شما آگاهی می‌دهد و ترس بد که شما را در لاکتان زندانی می‌کند، تفاوت بگذارید. از نظر منطق ترس چیز خوبی است و ما را آگاه می‌سازد و کمک می‌کند واکنشی مثبت نشان دهیم، ولی وقتی ترس و اضطراب مانع از خطر کردن می‌شود، اینجاست که باید ترس‌های بیمارگونه را بشناسیم و کنترل کنیم. در بیشتر موارد ترس ناشی از شکست است.

جوانان پویا و پرتلاش هستند و همین موضوع سبب شده است که برای خودشان برنامه‌هایی داشته باشند؛ برنامه‌هایی که شاید از نگاه بزرگترها چندان قابلیت اجرا نداشته باشد. اما عموماً پسران و دختران جوان برای اینکه نقشه و طرح‌های خود را اجرا کنند دست به ریسک می‌زنند.

اما ریسک کردن راه و روش‌های خاصی دارد که با یک سری ملاحظات می‌توان با ریسک کردن به بسیاری از مراتب و امتیازات عالی دست یافت و در زندگی به موفقیت رسید! حتماً این جمله را بارها شنیده‌اید: «اگر خواهان زندگی بهتری هستید باید ریسک کنید». ریسک کردن یعنی خطر کردن، تلاش و تقلا بی‌حساب، خود را به آب و آتش زدن، یعنی از دست دادن، یعنی به دست آوردن؛ البته حساب شده و سنجیده، نه بدون حساب و کتاب.

درواقع ریسک تمام این معانی را دربر می‌گیرد، بستگی به این دارد که چه ریسکی را چه کسی و چگونه انجام دهد. مسأله اینجاست که در زندگی گاه به جایی می‌رسید که متوجه می‌شوید برای رشد کردن بجز ریسک کردن راه دیگری ندارید. یکی از امتیازات برتر ریسک این است که ریسک شما را فراتر از افق‌های دیدتان می‌برد و امکانات جدیدی را به شما نشان می‌دهد.

طرز تهیه قلیه میگو



مواد لازم:

- سبزی قلیه: ۲۰۰ گرم، ساطوری
- میگو: ۲۰۰ گرم
- زردچوبه: ۲ قاشق چای خوری
- سیر: ۴ حبه
- فلفل سبز تند: یک عدد
- شیره تمبر هندی: نصف پیمانه
- آرد: یک قاشق غذاخوری
- روغن مایع: ۶ قاشق غذاخوری
- نمک: به میزان لازم



طرز تهیه :

میگوها را پاک کرده و نصف کنید. دانه‌های فلفل سبز را خارج کرده و با سیر بکوبید تا خمیر شود. روغن را در یک قابلمه روی شعله متوسط داغ کنید. سبزی را ۸ دقیقه در آن تفت دهید تا سرخ شود. سبزی را گوشه قابلمه جمع کرده و آن قسمت را از شعله دور کنید. میگوها را همراه زردچوبه، سیر و فلفل، ۴ دقیقه تفت دهید. سپس میگوها را از قابلمه خارج کرده و کنار بگذارید. آرد را در کمی آب سرد حل کرده و همراه شیره تمبر هندی به سبزی اضافه کنید. یک پیمانه آب جوش در قلیه ریخته و روی شعله ملایم و با در بسته، ۳۰ دقیقه آن را بپزید. ۱۰ دقیقه قبل از سرو قلیه، میگوها را به خورش اضافه کنید. هنگامی که خورش غلیظ شد و جافتاد، نمک آن را اندازه کرده و با چلو یا نان سرو کنید.

نکات:
بهترین روش تهیه خمیر سیر و فلفل آن است که آنها را همراه یک قاشق چای خوری نمک در هاون بکوبید. همان طور که گوشت بره، جوجه و گوساله از گوسفند، مرغ و گاو نرم‌تر و لذیذتر است، میگوی ریز نیز از میگوی درشت بهتر و قیمت آن ارزان‌تر است.
سبزی قلیه، گشنیز و شنبلیله به نسبت ۴ به یک یا ۵ به یک است.
دلیل دیر اضافه کردن میگو آن است که در صورت پخت زیاد، سفت و لاستیکی می‌شود.
برای تهیه شیره تمبر هندی، نصف بسته آن را در نصف پیمانه آب جوش حل کرده و صاف کنید. این خوراک در ظروف سیلیوا سرو و ارائه شده است

کار آمد باشید

اگر می‌خواهید ریسک موثری را انجام دهید، لازم است قبل و حین ریسک کردن نکاتی را حتما مد نظر داشته باشید که برخی از مهم‌ترین این نکات شامل این موارد است:

برای ریسک کردن هدف داشته باشید. ریسکی که بدون هدف مشخص انجام شود از همان شروع دردسرافرین است. اگر بدون هدف دست به کار شوید، هیچ کس نمی‌تواند به شما بگوید که ضرر کجاست و شما کی باید جلوی آن را بگیرید.

رویا را کنار بگذارید

قبل از ریسک کردن اول توانایی‌هایتان را در نظر بگیرید و با توجه به میزان توانایی‌های خود ببینید آیا از عهده ریسک برمی‌آیید. هرگز بیش از توانایی‌هایی که دارید روی ریسکتان حساب نکنید.

همیشه امکان ضرر را در نظر داشته باشید. در ریسک کردن چنانچه شما انتظار از دست دادن چیزی را نداشته باشید در واقع اصلا معنی ریسک را درک نکرده‌اید. اگر امکان ضرر و زیان را مد نظر نداشته باشید، به هر حال پیش خواهد آمد و شما حتما غافلگیر می‌شوید.

قاطعانه عمل کنید

وقتی به این نتیجه رسیدید که ضرورت ریسک حتمی است و وقتش رسیده که دست به کار شوید، روی عوامل موثر تمرکز و سعی کنید که همه آن عوامل را به نفع خود به کار گیرید.

به هیچ وجه نسبت به مشکلات بی‌توجه نباشید. چنانچه در هنگام ریسک به مشکلات توجه نداشته باشید، مشکلات به شما توجه خواهند کرد و پشت سر هم به سمت‌تان سرازیر خواهند شد.

ترس راهنمای شماست

در زمان ریسک کردن اگر می‌ترسید، تظاهر نکنید و نگویید از همه چیز مطمئن هستید. در حقیقت ترس راهنمای شماست و توجه نکردن به آن مانند بی‌توجه بودن به آژیر خطر آتش‌سوزی است. اگر ترستان از بین نمی‌رود، دو دلیل برای آن وجود دارد یا هنوز خطر وجود دارد یا در حال انجام ریسکی بیش از حد توانایی‌تان هستید. در زمان ریسک باید تمام‌مدت بر زمان تمرکز داشته باشید. در تمام طول مدتی که ریسک در حال انجام شدن است باید روی آن تمرکز کامل داشته باشید و با جدیت کامل، دقت فراوان و دلگرمی آن را دنبال کنید.



دعوی جنگی

رفاقت به سپک تانک

آپاراتی دشمن

کتاب فرهنگ جبهه (شوخ طبعی ها)

راننده آمبولانس بودم در خط حلبچه. یک روز با ماشین بدون زاپاس رفته بودم جلو شهید و مجروح بیاورم. دست بر قضا یکی از لاستیکها پنجر شد. رفتم واحد بهداری و به یکی از برادران واحد گفتم: آپاراتی این نزدیکی ها نیست؟ مکتی کرد و گفت: چرا چرا. پرسیدم: کجا؟ جواب داد: لاستیک را باز کن ببر آن طرف خاکریز (منظورش محل استقرار نیروهای عراقی بود) به یک دو راهی می‌رسی، بعد دست چپ صد متر جلوتر سنگر فرماندهی است. برو آنجا بگو مرا فلانی فرستاده، پسر خاله‌ات! اگر احیانا قبول نکرد با همان لاستیک بکوب به مغز سرش ملاحظه من را نکن.

نمی دانم چه شد که کشکی کشکی آر پی جی زن و تیربارچی دسته مان حرف شان شد و کم کم شروع کردند به تند حرف زدن و «من آنم که رستم بود پهلوان» کردن. اول کار جدی نگرفتمشان. اما کمی که گذشت و دیدیم که نه بابا قضیه جدی است و الان است که دل و جگر همدیگر را به سیخ بکشند، با یک اشاره از مسئول دسته، افتادیم به کار.

اول من نشستم پیش آر پی جی زن که ترش کرده بود و موقع حرف زدن قطرات بزاقش بیرون می‌پرید. یک کلاهخود دادم دست تیربارچی و گفتم: «بگذار سرت خیس نشوی. هوا سرده می‌چایی!» تیربارچی کلاهخود را سرش گذاشتو حرفش را ادامه داد. رو کردم به آر پی جی زن و خیلی جدی گفتم: «خوبه. خوب داری پیش می‌روی. اما مواظب باش نخندی. بارک الله.» کم کم بچه‌های دیگر مثل دو تیم دور و بر آن دو نشستند و شروع کردن به تیکه بار کردن!

- آره خوبه فحش بده. زود باش. بگو مرگ بر آمریکا!
- نه اینطوری دستت را تکان نده. نکنه می‌خواهی انگشتر عقیقات را به رخ ما بکشی؟!

- آره. بگو تو موری ما سلیمان خاطر. بزن تو بر جکش.
آن دو هی دستپاچه می‌شدند و گاهی وقتها با ما تشر می‌زدند. کمک آر پی جی زن جلو پرید و موشک‌انداز را داد دست آر پی جی زن و گفت: «سرش را گرم کن، گراش را بگیر تا موشک را آماده کنم!» و مشغول بستن لوله خرج به ته موشک شد. کمک تیربارچی هم بهش بر خورد و پرید تیربار را آورد و داد دست تیربارچی و گفت: الان برات نوار آماده می‌کنم. قلق‌گیری اسلحه را بکن که آمدم!» و شروع کرد به فشنگ فرو کردن تو نوار فلزی. آن قدر کولی بازی درآوردیم که یک هو آن دو دعوایشان یادشان رفت و زدند زیر خنده. ما اول کمی قیافه گرفتیم و بعد گفتیم: «به. ما را باش که فکر می‌کردیم الانه شاهد یک دعوی مشت می‌شویم. بروید بابا! از شماها دعوا کن در نمی‌آد.»

در و درمان

کتاب فرهنگ جبهه (شوخ طبعی ها)

کسی جرأت داشت بگوید من مریضم، هه ماشاءالله دکتر بودند. آن هم از آن فوق تخصص هایش.

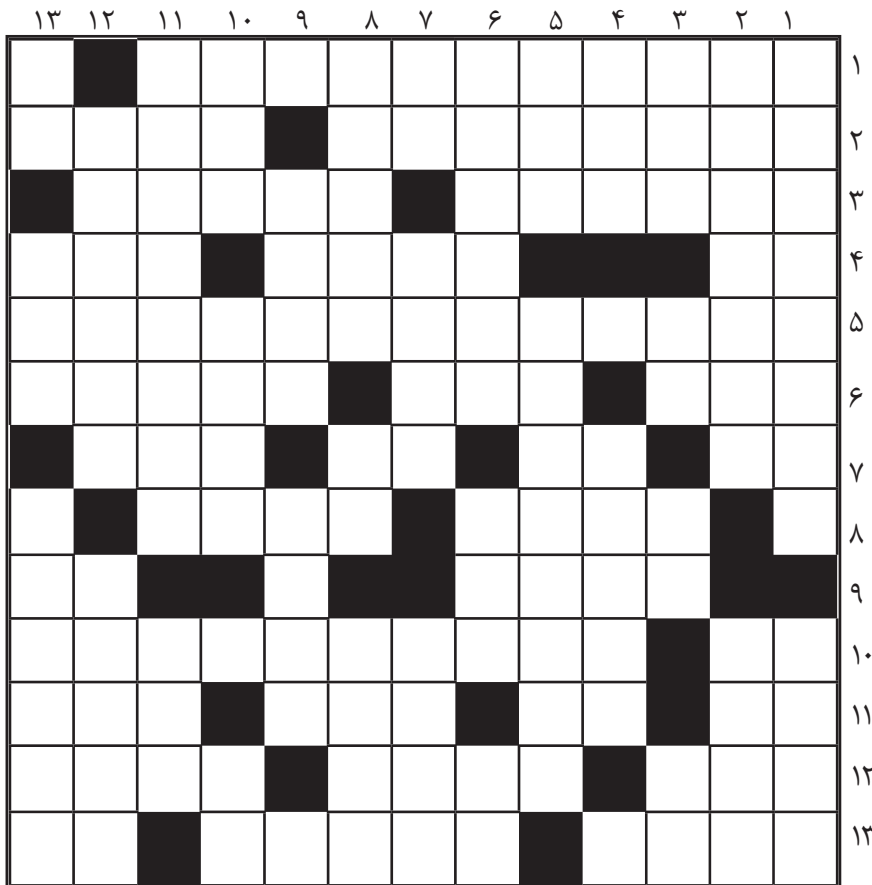
می‌ریختند سرش. یکی فشار خونش را می‌گرفت، البته با دندان، دیگری نبضش را بررسی می‌کرد، البته با نیشگون، همه بدنش می‌کنند، قیমে قرمه‌اش می‌کردند. بعد اظهار نظر می‌شد که مثلاً فشار خونش بالاست یا چربی خون دارد، آنوقت بود که نسخه می‌پیچیدند.

پتو را بیاورید. بیاندازید سرش، با مشمت و لگد هر چه محکمتر خوب مشب و مالش بدهید، بعد آب سرد بیاورید، یقه پیراهنش را باز کنید، بلایی به سرش می‌آوردند که اگر رو به قبله هم بود صدایش را در نیاورد!

ارفاق صفر

کتاب فرهنگ جبهه (شوخ طبعی ها)

مجمع‌های آموزشی هم در جبهه حکایتی بود. ما از پونه بدش می‌آمد نزدیک سوراخش سبز می‌شد. بچه‌ها از کتاب و دفتر و مدرسه و معلم می‌گریختند و به جبهه پناه می‌آوردند، آنوقت بعضی آنها را می‌آوردند منطقه! شاید برای تحقق شعار یک دست سلاح دست دیگر کتاب! امام (ره)، آن کتاب و کتابت بی‌شک قرآن بود نه صرف و نحو «ضرب زید عمرا». البته دانش آموزان کتابها را مطالعه نمی‌کردند و اگر با اصرار دوستان و متولیان امر در جلسه امتحان شرکت می‌جستند آنوقت برگه امتحان آنها خواندن داشت. از اسم و مشخصات رفته تا پاسخ به سوالات: عبدالله عابد زاده، متولد عام‌الفیل، سال سوم مدرسه عشق، و اگر از آنها در راه بازگشت از جلسه امتحان پرسیده می‌شد: تصور می‌کنی چه نمره‌ای بگیری؟ می‌گفت: با ارفاق صفر!



- ۱- فرمانده سپاه قدس
- ۲- گرفتگی زبان، مایع خطاطی
- ۳- از شهرهای خوزستان، چاله
- ۴- تعجب زنانه، هاون یا بزرک و تخم کتان، گام برداشتن
- ۵- فیلمی به کارگردانی و نویسندگی ابوالقاسم طالبی
- ۶- نام دیگر دستان، کوچکترین واحد تشکیل دهنده یک عنصر شیمیایی، برندی از یک دوچرخه
- ۷- اشاره به دور، پایه و اساس، عدد اول، حرف تأیید عربی
- ۸- حاجتمند، هر چیز گرد
- ۹- سرباز نیروی دریایی، روستا
- ۱۰- موهای پیچیده، از دشمنان امام علی(ع) در جنگ خندق
- ۱۱- فراورده گوجه، مادامی که، بانگ و آوا، چین و چروک پوست
- ۱۲- قرض و دین، جنگیدن، آهسته
- ۱۳- آموزگار، سبب هلاکت، نام دخترانه یک شخصیت کارتون

* عمودی

- ۱- ارتفاعات عملیاتی کربلای ۱، نشستن هواپیما
- ۲- منطقه‌ای تاریخی در همدان، نام دیگر تنبور
- ۳- اسم دخترانه، شجاع و دلیر، واحد قدیمی وزن، از پیشوندهای فعلی
- ۴- روش، توان
- ۵- پاداش، منطقه‌ای جنگی در سوریه
- ۶- فراورده‌های شیری، آب دهان بچه، شهری تاریخی در کرمان
- ۷- حرف ربط، کم خونی، شهری در عراق
- ۸- وسیله دوخت کاغذ، جانور خون خوار، رشته‌آماده
- ۹- تابان، یک بخش از نماز
- ۱۰- نوعی زیرانداز سنتی پشمی، اسب بارکش، حرف ندای دلتنگی
- ۱۱- ابزاری در پنجره پوی‌سی، تأخیر داشتن

- ۱۲- از فرق مسیحی، نام فامیلی یک خلبان شهید،
- ۱۳- مایع حیات، کاری را به رخ کشیدن، زمان آرزو

مهمترین اهداف مهارت‌های زندگی عبارتند از تقویت اعتماد به نفس، رشد و تقویت عواطف انسانی، کمک به شناسایی و بیان احساسات، تامین تندرستی جسمی و سلامت روانی، تقویت مهارت‌های ارتباطی، تربیت یک شهروند متعادل و مورد پذیرش اجتماع، تقویت روحیه همزیستی‌های مسالمت‌آمیز و بالا بردن سازگاری فرد با خودش، دیگران و محیط زندگی.

○ بیتا مهدوی

زندگی ماهرانه

در گفت‌وگو با دکتر علی فرجام و دکتر مجید ابهری

پذیرش اجتماع، تقویت روحیه همزیستی‌های مسالمت‌آمیز و بالا بردن سازگاری فرد با خودش، دیگران و محیط زندگی.

مهارت‌های زندگی، علاوه به اینکه به صورت یک راهکار ارتقای سلامت روان مطرح است، به صورت ابزاری برای پیشگیری از آسیب‌های روانی و اجتماعی مبتلا به جامعه مانند اعتیاد، خشونت‌های خانگی و اجتماعی، آزار کودکان، خودکشی و ایدز هم قابل استفاده است. مهارت‌های زندگی ابزاری قوی در دست متولیان بهداشت روانی جامعه با هدف توانمندسازی جوانان در ابعاد روانی و اجتماعی است و به افراد کمک می‌کند تا مثبت عمل کنند و هم خودشان و هم جامعه را از آسیب‌های روانی و اجتماعی محفوظ دارند و سطح بهداشت روانی‌شان را ارتقاء دهند.

نقش والدین در آموزش مهارت‌های زندگی

والدین نقش بسیار مهمی در آموزش مهارت‌های زندگی به فرزندان دارند زیرا فراگیری مهارت‌های زندگی بهداشت روانی خانواده را تامین می‌کند و با توجه به اینکه پایه‌های رشد روانی و اجتماعی کودکان در سال‌های اولیه پی ریزی می‌شود، وجود تفاهم، سازگاری و محبت موجود در محیط خانواده، در تقویت احساس اعتماد به نفس و پرورش نیروی سازنده در کودکان و نوجوانان اهمیت زیادی دارد.

یکی از مهم‌ترین اصول مهارت‌های زندگی، همبستگی و احترام متقابل والدین نسبت به یکدیگر در برخورد با فرزندان است یعنی فرزندان، والدین خود را منبع شادی، امنیت عاطفی و تامین نیازهای جسمی و روانی خود می‌دانند و از این روی توجیهی آنان به سالم‌سازی محیط خانواده، کودکان و نوجوانان را با کمبودهای عاطفی مواجه می‌کند.

دکتر فرجام می‌گوید: به‌طور کلی ریشه رفتارهای نابهنجار کودکان و نوجوانان و انحرافات و بزهکاری‌های آنان را باید در سنین اولیه کودکی و در میان خانواده‌ها جستجو کرد و به همین دلیل والدین باید از وقوع مسائلی که موجب ایجاد هیجان‌های ناخوشایند در کودک و نوجوان خود می‌شود، پیشگیری کنند.

کودک در این دوران آمادگی بسیاری برای دریافت و اثرپذیری دارد و به راحتی از شرایط پیرامونی‌اش متاثر می‌شود. دریافت‌های دوران کودکی به‌طور عمیق و جدی در ذهن و روان انسان باقی می‌ماند. از طرفی کودک بخش اعظمی از اوقات مفید زندگی خویش را در مدرسه سپری می‌کند و مدرسه هم محل تجلی



ارتقاء بهداشت روانی می‌شود.

با توجه به اینکه اکثریت جمعیت کشور ما را کودکان و نوجوانان تشکیل می‌دهند، ضروری است به زمینه‌های مناسب برای ارتقای بهداشت روانی و سطح سلامت دانش‌آموزان پرداخته شود و شرایطی فراهم‌اید تا مسئولان مدارس، برنامه‌ریزان، مشاوران، روان‌شناسان و سایر دست‌اندرکاران آموزش و پرورش از طریق آشنایی با موضوع‌های بهداشت روانی، کودکان و نوجوانان را برای دست‌یابی به روان سالم یاری دهند.

مهارت‌های زندگی و اهداف آن

دکتر علی فرجام - روان‌شناس اجتماعی در مورد مهارت‌های زندگی می‌گوید: این مهارت‌ها شامل توانایی‌هایی است که به ما کمک می‌کند در موقعیت‌های گوناگون، درست رفتار کنیم، به طوری که بتوانیم با دیگران برای حل مسائل پیش آمده در زندگی ارتباط مناسب و به‌دور از خشونت داشته باشیم. مهم‌ترین اهداف مهارت‌های زندگی عبارتند از تقویت اعتماد به نفس، رشد و تقویت عواطف انسانی، کمک به شناسایی و بیان احساسات، تامین تندرستی جسمی و سلامت روانی، تقویت مهارت‌های ارتباطی، تربیت یک شهروند متعادل و مورد

امروزه با ظهور فناوری‌های جدید صنعتی شدن جامعه، زندگی انسان‌ها دستخوش تغییر و تحول شده است و با انبوهی از مسائل و مشکلات روبرو شده‌اند که حل آن‌ها مستلزم کسب مهارت‌های فردی و اجتماعی است که در این میان نقش مهارت‌های زندگی به عنوان یک روش پیشگیری از آسیب‌های فردی و اجتماعی اهمیت زیادی دارد.

به تعریف سازمان جهانی بهداشت WHO، مهارت‌های زندگی عبارت است از «توانایی انجام رفتارهای سازگارانه و مثبت، به‌گونه‌ای که فرد بتواند با چالش‌ها و ضروریات زندگی روزمره خود کنار بیاید.»

کارشناسان بر تأثیر مثبت مهارت‌های زندگی در استفاده از ظرفیت‌ها و توانمندی‌های هوشی و شناختی، پیشگیری از رفتارهای خشونت‌آمیز، افزایش خودتکالیسی و اعتماد به نفس و بخصوص کاهش سوءمصرف مواد تأکید کرده‌اند و معتقدند، یادگیری موفقیت‌آمیز مهارت‌های زندگی، احساس یادگیری را در مورد خود و دیگران تحت تأثیر قرار می‌دهد و علاوه بر آن کسب این مهارت‌ها، نگرش دیگران را در مورد فرد، عوض می‌کند و به همین دلیل مهارت‌های یاد شده هم شخص را تغییر می‌دهد و هم محیط را، و در نهایت باعث

فرزندان، والدین خود را منبع شادی، امنیت عاطفی و تامین نیازهای جسمی و روانی خود می‌دانند و از این رویی توجهی آنان به سالم‌سازی محیط خانواده، کودکان و نوجوانان را با کمبودهای عاطفی مواجه می‌کند.

حالی که در سبک زندگی غربی این قبیل موارد محدود است.

عدم آموزش مهارت‌های زندگی

اما چرا مسئولان ذی‌ربط مهارت‌های زندگی را به دانش آموزان یاد نمی‌دهند؟ دکتر ابهری در پاسخ می‌گوید: متأسفانه آموزش و پرورش ما کلمه «پرورش» را بدون توجه به محتوای آن، پدک می‌کشد. آموزش‌های صرف برای فرزندان ما چندان کارساز نیست و معمولاً در مدارس ما درس‌هایی تدریس می‌شود که فقط به درد گرفتن مدرک می‌خورد و بعد از پایان تحصیل، هیچ استفاده و بهره‌کافی برای دانش‌آموزان در بر ندارد. آموزش مهارت‌های زندگی به دانش‌آموزان اهمیت زیادی دارد، چرا که به آنان روش دوستیابی،

مهارت «نه گفتن» به دعوت‌های غیر منطقی و روش‌های همسریابی را می‌آموزد و همین مساله باعث می‌شود نه فقط دانش‌آموزان از مسیر درست و منطقی خارج نشوند، بلکه از آسیب‌های اجتماعی هم به دور بمانند. با توجه به افزایش آمار طلاق و کاهش آمار ازدواج، آموزش مهارت‌های زندگی باید از حد تعارف و برگزاری نشست‌ها و گردهمایی‌ها خارج شود و جنبه کاربردی پیدا کند؛ چرا که انتخاب نادرست همسر، ناتوانی در برقراری تفاهم و حل مشکلات زناشویی، همچنان اصلی‌ترین مشکلات رفتاری در زمینه طلاق در ایران محسوب می‌شود.

برای ما ایرانیان مسلمان مهارت‌های زندگی علم جدیدی نیست، چرا که در دین ما رفتارهای زندگی بهتر، متعالی‌تر و دقیق‌تر از مهارت‌های زندگی غربی است و در سیره اخلاقی و رفتاری ائمه اطهار و بزرگان دینی، به خوبی می‌توانیم الگوها و شیوه‌های بهتر زیستن را یاد بگیریم. با این حال متأسفانه بسیاری از همکاران ما در علوم اجتماعی به دلایلی مانند عدم علاقه از بیان حقیقت خودداری می‌کنند. در حالی که اسلام منبع اصلی مهارت‌های زندگی است زیرا در تعالیم آن از آیین غذا خوردن، گرفته تا روابط زناشویی، حمام رفتن، داشتن روابط قبل از ازدواج، آیین تربیت فرزند، نحوه رابطه با والدین و چگونگی روابط اجتماعی، سخن رفته است تا مردم در همه ابعاد، زندگی‌های بهتر و راحت‌تری داشته باشند.

نخبگان اجتماعی در زمینه مهارت‌های زندگی ابتدا باید آیین و مهارت‌های زندگی ایرانی اسلامی را مطالعه کنند و سپس آن را به اطلاع دانش پژوهان و مردم و به‌خصوص جوانان برسانند. در مورد مهارت‌های زندگی غربی فقط ۸ یا ۹ محور و آن هم به‌طور محدود مورد، مباحثه قرار گرفته است، اما در مورد مهارت‌های زندگی اسلامی تمامی مسائل از نطفه و جنین انسان گرفته تا تربیت و ازدواج و حتی نحوه غذا خوردن را هم در بر می‌گیرد. تمامی مسائل زندگی از کوچک تا بزرگ و نحوه روابط در اجتماع در سبک ایرانی اسلامی مطرح شده است. مهارت‌های زندگی اسلامی بر پایه تفاهم، همدلی و هدایت افراد است در

رفتارهای فردی و اجتماعی کودکان است و زمینه بسیاری از رفتارهای آینده آنان را پی ریزی می‌کند. و از اینرو ضرورت دارد معلمان و مربیان اطلاعات مفیدی را در ارتباط با مسائل روانی و شخصیتی کودکان داشته باشند و به صورتی هدفمند و درست کودکان را راهنمایی و هدایت کنند و با برنامه‌ریزی صحیح زمینه ایجاد توانمندی‌های لازم را در دانش‌آموزان، به وجود آورند.

از این روی آموزش بهداشت روان به دانش‌آموزان در سطح مدارس و برنامه‌ریزی برای آموزش نیازها، انتظارات، مسئولیت‌ها و حقوق کودکان از اهمیت خاصی برخوردار است که شرط لازم برای آن هم آشنایی، پذیرش و رعایت نیازها و حقوق کودکان و نوجوانان از طرف اولیا و مربیان است.

توانایی تفکر خلاق، فن برقراری رابطه‌های کلامی و غیرکلامی با دیگران، مهارت در گوش دادن و همدلی با دیگران، توانایی شناخت و برخورد‌های مناسب با عواطف و هیجان‌ها، مهارت لازم در شکل‌گیری اعتماد به نفس و روش صحیح مطالعه از مهارت‌های اجتماعی است که کودکان باید در محیط خانواده فرا بگیرند، تا بتوانند به انتخاب و ارائه رفتارهای مناسب در زمان و وضعیت معین، دست بزنند.

مهارت‌های زندگی در اسلام

دکتر مجید ابهری، رفتارشناس اجتماعی نیز در مورد مهارت‌های زندگی می‌گوید: مهارت‌های زندگی یکی از زیر شاخه‌های علوم انسانی است که از اوایل قرن بیستم میلادی به‌طور گسترده در کشورهای اروپا و آمریکا و همچنین بسیاری از دیگر کشورهای دنیا مطرح شد و در دستور کار قرار گرفت.

مهارت‌های زندگی یا لایف «استایل» still Life در غرب علمی نسبتاً جدید است و به معنای رفتارهای صحیح زندگی با خود و دیگران است این در حالی است که مهارت‌های زندگی در میان مسلمانان جهان و از جمله ایرانیان قرن‌ها سابقه دارد. در مهارت‌های زندگی از نوع غربی، مسائل فراوانی در مورد بهتر زیستن، راحت زیستن و رعایت مسائل روحی و روانی در روابط فردی و اجتماعی در نظر گرفته شده است که اهم محورهای آن در حل مشکلات،

برقراری تفاهم، انتقادپذیری و همچنین مهارت‌های زندگی زناشویی، روابط با فرزندان و تربیت آنان، روابط اجتماعی با دیگران، روابط کارگر و کارفرما و همچنین مدیر و کارمند مطرح شده و بر اساس شرایط فردی و اجتماعی افراد است و به آنان روش‌های بهتر زندگی کردن را یاد می‌دهد.



○ رقیه بیکزاده

جوانان از دیدگاه شهید مظلوم دکتر بهشتی



با ایمان را به میدان آورد و از خلاقیت‌های آنها بهره گرفت و آینده را به دست آنان سپرد و جز این هیچ راه حل دیگری برای اصلاح سازمان اداری ما وجود ندارد. وی قشر جوان را قشری آگاه، پیشگام و پیشتر می‌داند که در صف مقدم مبارزه و انقلاب، کار و تلاش کرده، به طوری که قشرهای دیگر با این آزادی و آگاهی و وسعت در میدان مبارزه حضور نداشتند؛ لذا حکومت باید با جوانان، همدل باشد، علاوه بر اینکه نیازهای فعلی آنها را در نظر بگیرد. در صد بر طرف کردن آنها باشد و تسهیلاتی را در زمینه‌های آموزشی، ورزشی، تفریحی و نیز امکاناتی را در امر ازدواج، برای آنان فراهم آورد.

شهید بهشتی در تفسیر بند سوم اصل سوم قانون اساسی می‌گوید: «می‌دانید که پرورش همیشه همراه با آموزش است و الان هم بخش عمده‌ای از تربیت بدنی در مدارس و دانشگاه‌ها همراه با آموزش است و باید تا سطح عالی هم رایگان باشد.»

یکی از نیازهای انسان، به‌ویژه جوانان، نیاز به ورزش و تقویت جسم و کسب شادابی از این طریق است. ورزش از چند جهت ضرورت زندگی است: یکی از نظر بهداشت. بسیاری از بیماری‌ها ناشی از بی‌تحرکی هستند و ورزش عامل مؤثری در تندرستی است. عامل دیگر، قدرت نفس است. بسیاری از ورزش‌ها همراه با کارهای سخت هستند. با تمرین، انجام این کارها آسان می‌شود و به انسان اعتماد به نفس می‌دهد. دیگر فایده ورزش، استفاده از ساعات فراغت است. اگر ساعات فراغت جوان‌ها با برنامه‌های ورزشی پر شود، دیگر فرصتی برای انجام کارهای زشت و تباه‌کننده برای جوان باقی نمی‌ماند، به شرط اینکه امکانات ورزشی، به صورت عادلانه در اختیار عموم قرار بگیرد.

یکی از وظایف خطیر و مهم حکومت، فراهم آوردن تسهیلات برای ازدواج جوانان است. ازدواج، از جمله نیازهای مبرم جوانان است. ازدواج صرفاً به خاطر ارضای غریزه جنسی نیست، بلکه انسان به یک کانون عاطفی احتیاج دارد. در قانون اساسی، تشکیل خانواده بر پایه معارف اسلامی پیش‌بینی شده است.

جذب جوانان توسط خانواده

در جوامع با واقعیت‌های عینی رو به رو هستیم که باید آنها را بشناسیم، حتی اگر این واقعیت‌ها تلخ و بر خلاف مصلحت و

بهشتی استنباط می‌شود، جوان نقش بسیار مؤثری در خانواده و جامعه دارد و می‌تواند نقش سازنده‌ای را در جامعه ایفا کند، زیرا دوره جوانی پربرترین دوران زندگی انسان محسوب می‌شود. جوان از دیدگاه شهید مظلوم دکتر بهشتی، شخصیتی انسانی است که با عمل خود، به اثبات حقایق و ارزش‌های عالی انسانی می‌پردازد.

شهید بهشتی برای همراهی با جوانان و ارشاد و هدایت آنان، در سال ۱۳۴۴ بنا بر دعوتی که از طرف آقایان مراجع: آیت‌الله سید محمد هادی میلانی و آیت‌الله سید احمد خوانساری و جمعی از دوستان از وی به عمل آمد، به هامبورگ سفر کرد. در آغاز ورود به هامبورگ به اتمام ساختمان نیمه‌ساخته مسجد هامبورگ پرداخت؛ سپس مسجد ایرانیان را به «مرکز اسلامی هامبورگ» تبدیل کرد و باعث شد مسلمانان غیرایرانی نیز به این مسجد رفت و آمد کنند و آنجا رونق خاصی بگیرد و به کار دانشجویان مسلمانی بپردازد که برای تحصیل به خارج می‌آمدند و این احتمال وجود داشت که به دامان کفر و الحاد بیفتند.

لازمه همدلی حکومت و جوانان

جوان در جوانی و در پی کسب هویت، در سطوح وسیعی، پذیرنده نقش‌ها و وظایف اجتماعی می‌شود، لذا باید نسل جوان

شهید دکتر بهشتی به علت ارتباط نزدیک و تنگاتنگ با جوانان، از این قشر شناخت عمیقی داشت و تجربیات بسیار موفق از وی، در سطوح دبیرستان و دانشگاه و سطوح دیگر باقی مانده است؛ بنابراین بررسی دیدگاه‌های وی به عنوان یکی از نظریه‌پردازان معاصر از اهمیت خاصی برخوردار است. وی با توجه به ارزشی که برای جوانان قائل بود، همواره در صد بر طرف کردن نیازهای مادی و معنوی آنان بود و موفقیت خود را در گرو همراهی و همدلی و همگامی با قشر جوان می‌دانست.

دوره جوانی پربرترین و مؤثرترین دوره زندگی انسان

به عنوان یک واقعیت، آلودگی‌ها آرام آرام به سراغ نسل جوان می‌آیند و فطرت سالم و دست نخورده جوانان را نشانه می‌روند. صفا و جاذبه‌های معنوی و انسانی و شور و ذوق در این نسل فراوان تر است. بسیاری از نام‌های پرافتخار و پرمحتوا متعلق به جوان‌هاست که نباید بیهوده آنها را از دست بدهند. جوانان در طول مدت انقلاب و در مراحل مختلف، نسبت به سایر اقشار، تجلی عملی بیشتری داشته‌اند. آنان با عمل خود ثابت کرده‌اند که پیشگام و پیشتر و پیشرو هستند.

همان طور که از گفته‌های شهید دکتر

عقیده ما باشند. باید دید چگونه می توان این واقعیت‌ها را به صورت واقعی تغییر داد.

والدین و فرزندان بدون تحمیل عقاید و نظرات خود بر یکدیگر می‌توانند با هم تبادل نظر و از نظرات یکدیگر استفاده کنند، زیرا نه پدر و مادر و نه فرزند، ولایت فکری بر یکدیگر ندارند. یکی از نیازهای جوان مسئله ازدواج و تشکیل خانواده است و اگر شرایط ازدواج دشوار باشد، به طوری که جوانان نتوانند ازدواج کنند، جامعه به فساد کشیده می‌شود.

شهید بهشتی، معیارهای انتخاب همسر را این گونه بر می‌شمارد: ایمان، دوستی، پاکدامنی، توانایی کافی برای تأمین هزینه زندگی، تناسب فکری دو همسر و هماهنگی میان خواسته‌های آنان.

با توجه به دیدگاه شهید بهشتی، اهمیت خانواده به عنوان یک نهاد اجتماعی، مسئله‌ای غیرقابل تردید است و تأثیر خانواده در جوان و نقش مهم جوانان در زندگی و عرصه‌های فرهنگی، اجتماعی، اخلاقی و عاطفی، بسیار مهم و عظیم است.

هدفمند بودن جوانان

هدف‌ها آدمی را به کار و کوشش و تکاپو وامی‌دارند و روش زندگی او را معین می‌کنند. جوانان باید موضع خود را در مقابل دشمنان خدا و اسلام مشخص و خود را برای تهاجم از سوی دشمنان آماده کنند. بنابراین جوان باید برای تعالی زندگی خود، هدف‌های قابل قبولی را در نظر بگیرد و به آنها ایمان داشته باشد.

برخی چالش‌های گریبانگیر جوانان

آزادی توأم با افراط یا تفریط: به عقیده‌ی شهید مظلوم دکتر بهشتی، نوجوانان و جوانان باید آزاد باشند؛ ولی نه تا حد بی‌بند و باری، آزاد باشند، به طوری که در دام خطر بیفتند. نوجوان و جوان در این دوره، آدمی مختار و آزاد است؛ ولی نه به گونه‌ای مطلق و بی‌بندوبار، بلکه او هنوز باید تحت کنترل و نفوذ باشد و از طرف نباید احساس خفقان و محدودیت بی‌حساب کند. اعتیاد و بی‌کاری: از جمله بلاهایی که

گریبانگیر جوانان می‌شود؛ مسئله اعتیاد به مواد مخدر است. شیادان و سودجویان، این ماده خانمانسوز را به طرزی ماهرانه و مکارانه توزیع نموده و ساده‌لوح را به دام می‌اندازند. مسئله دیگر بیکاری است که خود یک نوع ضعف بیماری‌زاست. انسان نیازمند به کار است. شهید مظلوم دکتر بهشتی، اشتغال و ازدواج را دو عامل مؤثر در مبارزه با اعتیاد می‌دانند. برنامه‌ریزی صحیح اقتصادی را به جهت اینکه همه افراد دارای شغل و کار شوند، عامل مؤثر از بین بردن بیکاری می‌دانند.

دینداری تقلیدی: شهید مظلوم دکتر بهشتی برای دخترها و پسرهای جوان، قبول دین از طریق شناخت و اجتهاد را یک تکلیف می‌دانند. با توجه به دیدگاه شهید مظلوم دکتر بهشتی، اگر جوانان بدون تحقیق و تفحص دین اسلام را بپذیرند، در دینداری خود ثبات چندانی نخواهند داشت و با تبلیغات سوء از طرف دشمنان دین، معرض هر گونه لغزش قرار خواهند گرفت.



دمنوش‌ها و شربت‌های آرامش‌دهنده قلب و اعصاب

طرز تهیه: برای تهیه یک فنجان چای «لاواند»، مقدار یک قاشق غذاخوری از گل آن را در یک لیوان آب جوش ریخته و بگذارید مدت ۱۰ دقیقه دم بکشد. سپس آن را صاف کرده با کمی عسل یا شکر سرخ، در فواصل غذایی (مابین ناهار و شام) میل کنید.

چای شمعاندی وحشی (عطری)، آرامبخش افراد افسرده و مضطرب!!

استفاده از برگ‌های ژرانیوم (شمعاندی عطری و یا وحشی) که در نواحی آذربایجان به نام عطر چایی یا عطر شاهی معروف است، از دیرباز در میان خانواده‌های ایرانی متداول بوده است. اغلب خانواده‌ها برای این منظور یک گلدان از این گیاه زیبا را که دارای برگ‌های سبز پرچین و شکن و بسیار معطر است، در خانه نگهداری می‌کنند و با افزودن چند برگ شمعاندی معطر، در داخل قوری چای، از عطر دلپذیر و طعم مطبوع چای و خواص درمانی ژرانیوم برخوردار می‌شوند.

ژرانیوم، از تیره گیاهان معطری است که دارای اثرات ضد درد، ضد اضطراب، ضد افسردگی، مقوی مسکن و آرامبخش است و در درمان اختلالاتی مانند اسهال، سنگ کلیه، گلودرد، نارسایی عادت ماهانه، خونریزی‌ها و مشکلات گردش خون و دیابت مورد استفاده قرار می‌گیرد.

طرز تهیه و میزان مصرف چای شمعاندی

بهترین و ساده‌ترین روش استفاده از این گیاه، قرار دادن چند برگ آن در چای معمولی است.



چای اسطوخودوس

از ناراحتی‌ها مورد استفاده قرار می‌گرفته است. «لاواند» یکی از بهترین گیاهان معطر است که قرن‌ها بشر، با عطر دل‌انگیز آن «عطر لاواند» آشنا بوده و مادر بزرگ‌ها از کیسه‌های کوچک محتوی این گیاه برای معطر کردن لباس‌ها، ملافه‌ها، گنجه‌های لباس و فضای اتاق‌ها استفاده می‌کرده‌اند.

«لاواند» مسکن و آرامبخش بوده و برای رفع نگرانی، اضطراب، فشارهای عصبی و رفع ناراحتی‌های مغز و اعصاب، قلب و ریه، دستگاه گوارش و همچنین به عنوان ضد درد، بادشکن معده، نیرودهنده، ضدانگل و باکتری و ضد تشنج مورد استفاده قرار می‌گیرد، اما آنچه که بیش از همه باید بر آن تأکید کرد خاصیت تقویت کننده و ارزشمند آن در درمان اختلالات عصبی مانند فشردگی‌های عصبی، سردرد و ناراحتی مغزی، حالات عصبی تشنج، فلج، غش، صرع و ناراحتی‌های عصبی با ریشه روانی مانند سرگیجه و سردردهای میگرنی و همچنین در تقویت اعصاب قلب، است.

میزان مصرف چای اسطوخودوس

چای اسطوخودوس را می‌توان جانشین چای عصر و یا شب (قبل از خواب) کرد که برای رفع خستگی بسیار مفید و مؤثر است. برای کسانی که از اختلالات نام برده شده، در رنج هستند، مصرف روزانه ۳-۴ فنجان از این چای به مدت ۲ هفته توصیه می‌شود.

اسطوخودوس (استخوان دوست) یا «لاواند» گیاهی است بسیار معطر که در عطرسازی و در درمان بسیاری از ناراحتی‌های اعصاب و روان کاربرد دارد. این گیاه انواع مختلفی دارد که همگی از لحاظ خواص مشابه هم هستند. اما «لاواند» واقعی ریشه گیاهی هندی است که بوی خیلی تند معطری دارد. «جالینوس» آن را گیاه کامل نامیده است، زیرا در درمان بسیاری



طرز تهیه چای سیب

برای تهیه چای سیب از پوست میوه سیب استفاده می‌شود. (پوست سیب آرامبخش اعصاب و مغز قلب است). در فصل فراوانی این میوه بهتر است بعد از خوردن سیب، پوست آن را نگه دارید.

پوست همه انواع سیبها از لحاظ طبی دارای خواص مشابهی هستند، اما پوست سیب سفید یا زرد (لبانی) نوشیدنی معطر و خوشمزه‌تری می‌دهد. برای ۲ لیوان آب جوش، یک مشت پوست سیب کافی است. در صورت امکان اگر چند پر سیب تازه به آن اضافه شود و مدت ۱۰ دقیقه دم بکشد، نوشیدنی گوارایی را به وجود می‌آورد.

حال، آن را صاف کنید و با کمی آب لیمو و یک قاشق چای خوری عسل نوش جان کنید. (اگر قبل از دم کردن، پوست سیب را پودر کرده و در قوری بریزید، اثر درمانی آن به علت خروج آنزیم‌ها و مواد مفید معدنی آن بیشتر می‌شود).

چای برگ سیب نوشیدنی آرامبخش برای سرماخوردگی

این چای در فصل سرما یک نوشیدنی آرامبخش برای افراد سرماخورده محسوب می‌شود. مصرف چای برگ سیب قبل از خواب به عنوان یک آرامبخش خواب آور و طی روز در چند نوبت برای افراد مبتلا به زکام و کسالی که به علت سرماخوردگی زیاد سرفه می‌کنند، به منزله یک شربت آرامبخش می‌تواند مورد استفاده قرار گیرد.

برای تهیه چای برگ سیب، مقدار ۲ قاشق غذاخوری از برگ درخت سیب را که به صورت پودر درآورده‌اید با چند تکه سیب تازه، در داخل قوری بریزید ۲ لیوان آب جوش به آن اضافه کرده، بگذارید ۱۰ دقیقه دم بکشد. سپس آن را صاف کرده و با کمی آب لیمو و عسل میل کنید!



استفاده می‌شود که روش استفاده آن، بدین قرار است:

بر روی پوست نارنج، ماده‌ای سمی (شیمیایی و ضدحشره) وجود دارد که برای از میان بردن آن، باید ابتدا پنبه‌ای را به الکل ۹۰ درجه آغشته کنید و روی پوست نارنج را با آن پاک سازید، سپس با آب گرم بشویید. بعد پوست را به صورت خلال درآورده و برای مصرف شربت، مربا، غذا و یا جوشانده از آن استفاده کنید. جوشانده پوست نارنج: مقدار یک قاشق غذاخوری از خلال پوست نارنج را در یک لیوان آب جوش بریزید و به مدت ۱۰ دقیقه دم کنید، سپس آن را صاف کرده و با کمی عسل شیرین کنید و بنوشید.

طرز تهیه چای بهار نارنج

برای رفع خستگی، آرامش قلب و اعصاب و یک خواب خوش و آرام، کافی است مقدار ۱۰-۵ گرم از گل‌های بهار نارنج را در ۲ لیوان آب جوش به مدت ۲۰ دقیقه دم کنید و سپس آن را صاف کرده و با شکر سرخ یا عسل میل کنید. از گل‌های بهار نارنج برای معطر ساختن و تقویت چای معمولی نیز می‌توان استفاده کرد و طریقه استفاده از آن مانند چای شمعدانی عطری است.

چای مقوی و آرامبخش از پوست و برگ میوه ای بهشتی!!

چای سیب

شاید تعریف و توضیح درباره سیب که دارای اثرات درمانی و غذایی غیرقابل انکاری است، زاید باشد. اما لازم دانستیم با توجه به اثرات و فواید بیشمار پوست و برگ این میوه بهشتی که مصارف درمانی آن به علت مصارف عادی و روزمره‌اش نادیده گرفته شده است نکاتی را در ارتباط با مصارف مختلف این میوه گرانبها در فصل وفور آن به اطلاع خوانندگان عزیز برسانیم.

خواص درمانی چای سیب

سیب دارای ویتامین‌ها، آنزیم‌ها و املاح مفیدی است که به عنوان تقویت کننده قلبی و عصبی و گوارش شهرت دارد. گفته شده است: «مصرف یک سیب در صبح و یک سیب در شب طبیب را دور نگه می‌دارد» و لازم است که اضافه کنیم، نوشیدن چای سیب قبل از خواب که باعث خوابی خوش و آرام می‌شود نیز به این امر کمک می‌کند.

اما برای موارد یاد شده، مصرف روزانه ۲ فنجان از دم کرده این گیاه به میزان یک قاشق چای خوری از پودر برگ آن در یک فنجان آب جوش برای مدت ۲-۱ هفته تا برطرف شدن کامل ناراحتی، توصیه می‌شود.

هشدار!! ژرانیوم را نباید برای مدت طولانی مورد استفاده قرار داد.

گل بهار نارنج؛ خواب‌آور، آرامبخش و تقویت کننده قلب و اعصاب

نارنج، گل درختان نارنج است که در میان خانواده‌های مختلف مرکبات از نظر مصارف طبی شهرت دارد. علاوه بر آن، پوست میوه نارنج، هم مصرف غذایی داشته و هم کاربرد دارویی دارد. از پوست نارنج برای تهیه مربا و در تهیه غذاهای سنتی استفاده می‌کنند. همچنین پوست نارنج، داروی مؤثری برای تقویت دستگاه گوارش و دفع انگل است.

خواص بهار نارنج

بهار نارنج، داروی مؤثری بر ضد ناراحتی‌های عصبی است و به عنوان آرام کننده و ضدهیجان‌ات دستگاه عصبی عمل می‌کند. سردردها و دل دردها را آرام می‌سازد و در بدخوابی‌ها و بی‌خوابی‌هایی که ریشه عصبی دارند و دیگر ناراحتی‌های عصبی، به ویژه سردردهای میگرنی کاربرد دارد. علاوه بر اینها، از این گیاه برای درمان دردهای عادت ماهانه زنان، تقویت معده، تقویت قلب و مغز، تشویش، تشنج و تپش نامنظم قلب و تحریکات عصبی، و علیه حمله و غش استفاده می‌شود.

طریقه مصرف

برای موارد غش، حمله، تب، دفع انگل، هضم غذا و دردهای معده، از خلال پوست نارنج



○ دکتر شیرین سیاح‌فر
فوق تخصص عفونی اطفال

اسهال و استفراغ بیماری تابستانه کودکان

هنگام بروز اسهال تغذیه با شیر مادر نباید قطع شود، یا اگر از شیر خشک استفاده می‌شود، غلظت آن را نباید تغییر داد.

بسیاری از والدین می‌دانند در روزهای گرم و طولانی تابستان بیماری‌های مختلف و بخصوص اسهال و استفراغ در کمین کودکان است و به همین دلیل سعی می‌کنند با شیوه‌های گوناگون از بروز این مشکل پیشگیری کنند.

در تمام نقاط جهان، اسهال و استفراغ یکی از بیماری‌های شایع کودکان و بخصوص کودکان کمتر از پنج سال است، اما پیش از هر چیز باید بدانیم هریک از ارگان‌های موله این بیماری، در فصل و زمان خاصی از سال، فعالیت بیشتری دارد و به درجه حرارت و شرایط محیطی ویژه‌ای نیازمند است. فصل تابستان هم زمان مناسبی برای رشد و تکثیر بسیاری از این میکروارگانیسم‌هاست، ولی همان‌طور که گفته شد، این بیماری فقط مخصوص فصل تابستان نیست و در فصل‌های سرد سال نیز ممکن است کودکان با این بیماری روبه‌رو شوند. خوشبختانه در بسیاری از موارد اسهال و استفراغ خود محدودشونده است و فقط به اقدامات حمایتی صحیح نیاز دارد.

نباید فراموش کنیم هر کسی می‌تواند به این بیماری مبتلا شود؛ به همین دلیل کودکان در هر سنی که باشند و همچنین بزرگسالان در معرض ابتلا به این بیماری قرار دارند. البته بعضی از ویروس‌های موله اسهال و استفراغ در سنین شیرخوارگی و اوایل دوران کودکی شایع‌ترند و بخصوص میان کودکانی که در مراکز نگهداری دسته‌جمعی مانند مهدکودک حضور دارند، ممکن است بیشتر مشاهده شود

نشانه‌های بیماری را بشناسید

این بیماری می‌تواند با حالت تهوع، تب، دل‌درد، دل‌پیچه، درد عضلانی و سردرد نمایان شود و علاوه بر این، بعضی از عوامل موله این بیماری، ممکن است باعث ایجاد علائم تنفسی مانند سرفه نیز شود. باید دقت داشته باشید اسهال‌های شدید سرعت وزن کودک را کاهش خواهد داد.

مهم‌ترین عارضه این بیماری، کم‌آبی در بدن است. معمولاً وقتی میزان دفع آب از بدن به واسطه اسهال، بیشتر از مایعات دریافتی باشد، یا اگر بیماری با استفراغ‌های مکرر هم همراه شود، علائم کم‌آبی ظاهر خواهد شد که البته به میزان

و شدت کم‌آبی بستگی دارد؛ بی‌قراری و عطش برای نوشیدن مایعات، چشم‌های گودافتاده، نداشتن اشک هنگام گریه، کاهش میزان ادرار و فرورفتن ملاحظه در شیرخوارانی که هنوز ملاحظه‌شان بسته نشده است، از علائم کم‌آبی به شمار می‌رود. اگر شدت کم‌آبی بیشتر شود، بی‌حالی و کاهش سطح هوشیاری ممکن است به حدی برسد که بیمار دیگر قادر به نوشیدن نباشد.

نکته مهم این است که کم‌آبی در شیرخواران مبتلا به اسهال می‌تواند بسیار سریع بروز کند، به طوری که اگر والدین بموقع به مراکز درمانی مراجعه نکنند، بیمار دچار شوک شود.

این بیماری از چه راهی می‌آید؟

ویروس‌ها شایع‌ترین علت بروز اسهال و استفراغ به شمار می‌روند، ولی تعدادی از باکتری‌ها و انگل‌ها نیز می‌توانند باعث ایجاد این بیماری شوند.

این عوامل از طریق اشیاء، دست‌های آلوده، آب آلوده، غذای غیربهداشتی یا کاملاً پخته نشده مثل همبرگر، تماس مستقیم با مدفوع مثل تعویض پوشک شیرخوار یا تماس با حیوانات به انسان انتقال می‌یابد.

علاوه بر این موارد، سطوح آشپزخانه و دستشویی و اسباب‌بازی‌های کودک نیز از جمله عوامل انتقال میکروارگانیسم‌های مولد اسهال و استفراغ به حساب می‌آید. بنابراین فراموش نکنید رعایت نکردن بهداشت فردی و استفاده نکردن از آب ضدعفونی شده یا غذای بهداشتی مهم‌ترین علل شیوع این بیماری است که باید مورد توجه قرار گیرد. نگهداری و بازی با حیواناتی مانند جوجه و لاک‌پشت نیز می‌تواند عامل انتقال بعضی از میکروارگانیسم‌های مولد اسهال باشد.

البته باید توجه داشته باشید عوامل غیرعفونی هم می‌تواند موجب بروز اسهال و استفراغ شود که از جمله علل اسهال‌های غیرعفونی می‌توان به آلرژی‌های غذایی مانند حساسیت به پروتئین‌های شیر گاو در شیرخواران یا اسهال‌های ناشی از مصرف آنتی‌بیوتیک اشاره کرد.

والدین مراقب باشند

اساس و پایه درمان کودکان مبتلا به اسهال،

جبران آب از دست رفته است و به همین دلیل این باور غلط که در زمان اسهال باید تغذیه بیمار را قطع کرد، می‌تواند به قیمت جان او تمام شود. البته ممکن است بیمار به دلیل بی‌اشتهایی از خوردن غذاهای جامد امتناع کند و به همین دلیل مایع‌درمانی در زمان اسهال اهمیت ویژه‌ای دارد. معمولاً بهترین مایع در این شرایط، سرم خوراکی یا همان ORS است که باید به روش صحیح تهیه شود؛ به این معنا که هر بسته پودر ORS باید در یک لیتر آب حل شود که البته یک لیتر آب لزوماً با چهار لیوان آب یکی نیست، چون حجم انواع لیوان با یکدیگر متفاوت است.

ولی نکته مهم این است که اگر روش تهیه سرم خوراکی صحیح نباشد و غلیظ‌تر یا رقیق‌تر از معمول تهیه شود، می‌تواند بسیار خطرناک بوده و سبب اختلال در تعادل آب و املاح بدن، تشنج و آسیب‌های جبران‌ناپذیر مغزی شود. به یاد داشته باشید هنگام بروز اسهال تغذیه با شیر مادر نباید قطع شود یا اگر شیرخوار از شیر خشک استفاده می‌کند، نباید غلظت آن را تغییر دهید و مثلاً آن را رقیق‌تر از قبل تهیه کنید. همچنین از مصرف مایعاتی که به اشتباه هنگام اسهال توصیه می‌شود مانند نوشابه، آبمیوه، آب کمپوت یا هر مایع شیرین غلیظ دیگر پرهیز کنید، چون این نوشیدنی‌ها می‌تواند اسهال را تشدید کند. بهتر است هنگام بروز اسهال به کودک آب خالص و بدون املاح هم ندهید و به جای آن از سرم خوراکی که املاح آن استاندارد است، استفاده کنید.

خودسرانه به کودک دارو ندهید

علائم اصلی آلرژی فصلی عطسه‌های مکرر همراه بسیاری از اسهال‌های کودکان علت ویروسی دارد و به همین دلیل باید از مصرف خودسرانه آنتی‌بیوتیک‌ها جدا خودداری کنید، چون این کار نه تنها تأثیری در درمان اسهال‌های ویروسی ندارد، بلکه ممکن است سیر بیماری را تشدید کرده و به بروز عوارض خطرناک منجر شود. در ضمن فراموش نکنید مصرف داروهای ضداسهال هم می‌تواند بسیار خطرناک باشد، چون این داروها اغلب حرکت روده‌ها را کند می‌کند و اگر چه در

ظاهر دفعات اسهال کاهش می‌یابد، ولی دفع آب از بدن همچنان ادامه خواهد داشت.

با وجود این توصیه‌ها گاهی ممکن است کودک نیاز داشته باشد در بیمارستان بستری شده و تحت درمان‌های تزریقی با سرم قرار گیرد. بنابراین در صورت بروز اسهال در شیرخواران کوچک‌تر از شش ماه یا مشاهده خون در مدفوع یا دفع مدفوع بلغمی حتماً باید به پزشک مراجعه کنید. افزون بر این، وجود دل‌درد شدید همراه با اسهال، استفراغ‌های مکرر، ناتوانی در نوشیدن مایعات، کاهش سطح هوشیاری یا بی‌قراری شدید، کم شدن یا قطع ادرار، نداشتن اشک هنگام گریه، خشک بودن مخاط دهان، چشم‌های گودافتاده و تب شدید نیز از جمله علائمی است که به مراجعه به پزشک نیاز دارد. اگر طی مدت پنج تا هفت روز روند بهبودی مشاهده نشد، حتی اگر هیچ‌یک از علائم فوق نیز اتفاق نیفتاده باشد، باید کودک را به پزشک برسانید.

برای پیشگیری از اسهال بهداشت را رعایت کنید

چون بیشتر علل عفونی ایجادکننده اسهال از طریق مصرف مواد غذایی آلوده وارد بدن می‌شود، برای پیشگیری از بروز اسهال باید از تمیز بودن آب و مواد غذایی مورد مصرف کودکان اطمینان حاصل کنید. شست‌وشوی مکرر دست‌ها، بخصوص پس از استفاده از سرویس بهداشتی و قبل از تهیه و مصرف غذا نیز بسیار مهم است.

در آشپزخانه نیز سطوحی را که در تماس با مواد غذایی بخصوص گوشت خام و سبزی قرار می‌گیرد، باید هر روز با ماده ضدعفونی‌کننده بشویید. برای پخت غذا باید توجه داشته باشید که عمق گوشت کاملاً مغزپخت شده و رنگ آن صورتی نماند. هنگام سفر هم باید از مصرف آبی که به سلامت آن اطمینان ندارید، مانند آب چاه یا چشمه خودداری کنید.

البته با توجه به این‌که پس از قطع علائم بیماری، ممکن است عامل بیماری را تا مدتی از مدفوع بیمار قابل دفع و گسترش در محیط باشد، بهتر است بیمار تا دو هفته پس از قطع اسهال از استخر استفاده نکند





حمام چهار فصل اراک به روایت تصویر

حمام چهار فصل از آثار باستانی شهر اراک و مربوط به اواخر دوره قاجاریه است. این بنا توسط حاج محمدابراهیم خوانساری (زاده ۱۲۳۲- درگذشت ۱۲۹۷) در زمان احمد شاه قاجار بنا شده است. وجود نقاشی‌ها و نگاره‌هایی از چهار فصل سال که در چهار گوشه این حمام وجود دارد علت نامگذاری این حمام بوده است. این حمام تنها حمام کشور است که در آن قسمتی مجزا برای اقلیت‌های مذهبی وجود دارد. علت ساخت این قسمت توسط بانی بنا، دیدن شستشوی طفلی کوچک توسط مادری یهودی در فصل زمستان بوده است. وی وقتی علت را جویا شد دریافت که یهودیان حق استفاده از حمام عمومی را ندارند بنابراین تصمیم به ساخت حمامی برای اقلیت‌ها در مجاورت حمام عمومی شهر گرفت. ساختمانی منحصر به فرد از نظر معماری دارد و بیش از ۱۶۰۰ متر مساحت دارد و بزرگترین حمام ایران است. سرپینه زنانه از زیباترین بخش‌های این حمامه و گنبدی یک پارچه و بدون ستون دارد.

● خانه دوست...





همراه با قصه‌های شهرزاد

حسین شایسته

پس اگر شهرزاد عشق نافرجام با نامزدش را تجربه کرده و بی وفایی و بدعهدی از شوهرش دیده، در فصل دوم با همسر سابق مستبدش مواجه می‌شود که می‌خواهد او را با زور به زندگی برگرداند. یعنی اینجای قصه که خیلی برای شهرزاد خواستنی نیست، اما او که از همسرش جدا شده و بیوه است، از سمت نامزدش هم ظاهراً خیری نمی‌بیند. فرهاد دیگر آن فرهاد عاشق پیشه و شاعر نیست. فرهاد یاغی که دست به تفنگ می‌برد حتماً آن مردی نیست که شهرزاد خواهد به زندگی راهش دهد. یک قدم عقب بگذارید و دوباره قصه را نگاه کنید؛ شهرزاد در قسمت اول با تمام مثبت اندیشی‌اش از همه بدی دید. حالا در فصل دوم هم به شکل دیگری قرار است همین قدر آزار ببیند.

قباد؛ از عرش تا فرش

فصل دوم که شروع بشود زمان اسب تازاندهای قباد است. پسری که همه کاره دم و دستگاه بزرگ آقا شده و همه چیز را به دست آورده. او می‌تواند شیرین را کنار بزند و با زور، دوباره شهرزاد را هم به دست بیاورد. این که او مدت‌ها زیر یوق شیرین و بزرگ آقا بود و البته این بار هم نمی‌تواند خیلی خوش باشد از قسمت‌های تراژیک در مورد قباد است. رعیت زاده‌ای که انگار دنیا هیچ جور با او نمی‌سازد. حدس و گمان‌هایی که در مورد قباد وجود دارد این است که شرایط قصه سبب می‌شود که با وجود دیکتاتوری‌هایش از یک جایی به بعد مخاطبان سریال با او همذات‌پنداری ویژه‌ای می‌کنند.

بلقیس؛ دیوان سالار مستبد

عمه بلقیس که روزگاری نقش ملازم استراحتگاه

در انتهای فصل اول سریال شهرزاد معلوم شد که قباد پسر نصرت است؛ یعنی اگر کاراکتر حشمت حذف نمی‌شد، قرار بر همین بود که در آخر مشخص شود که قباد پسر کارگزار و دست راست بزرگ آقا است که با توجه به اتفاقاتی که افتاد، حشمت جایش را به نصرت داد و بقیه ماجرا. همه این‌ها را گفتیم که به اینجا برسیم که فتنی بعد از لو رفتن این ماجراهای کلیدی فصل اول خیلی محتاط شد و از همان ابتدای تولید، همه چیز را خیلی سفت و سخت گرفت تا فصل دوم از گزند این آسیب در امان بماند. به خاطر همین هم در قرارداد همه عوامل سریال بند سفت و سختی گنجانده شد که حق ندارند هیچ حرفی درباره سریال بزنند، ضمن این که در گروه هم فقط بازیگران نقش‌های اصلی در جریان کلیت داستان و کاراکترهای شان هستند و سر صحنه هم همه چیز تا حد زیادی سکرته است، اما ما اطلاعات مختصری به دست آورده‌ایم.

راز مگو فاش می‌شود

آخرین قسمت که خاطراتان هست، نصرت، تیر خلاص را به بزرگ آقا می‌زند و ماجرای خودش و قباد را می‌گوید، این که قباد پسرش است و ... همه این‌ها را اکرم مستخدمه شیرین که پشت در فال گوش ایستاده، می‌شنود و همین کار دست قباد و نصرت می‌دهد. آن‌ها فکر می‌کنند از اینجا به بعد همه کاره دم و دستگاه بزرگ آقا هستند و هر طور که بخواهند اسپشان را می‌تازانند، اما اکرم تبدیل به سنگ بزرگی سر راهشان می‌شود. او برای این که راز پنهان قباد و نصرت را برملا نکند، شروع به باجگیری از آن‌ها می‌کند.

تاثیر آقای جادوگر

قطعا یادتان هست که اکرم در فصل اول شیرین را چیزخور کرده بود و به خاطر داروهایی که می‌خورد، توهم می‌زد؛ یعنی بستر برای این که شیرین اوضاع و احوال روحی نامناسبی داشته باشد، مهیا بود. در فصل دوم و بعد از مرگ بزرگ آقا کلا قاطی می‌کند و یک جورهایی مجنون و دیوانه می‌شود و همین شرایط را برای به قدرت رسیدن کامل قباد مهیا می‌کند. در واقع قباد از فرصت پیش آمده سود برده و اداره امور را در دست می‌گیرد و شروع می‌کند به یکه تازی.

سقوط و ادامه داستان

چند وقت پیش، اولین کلیپ فصل دوم شهرزاد با نام «فندق تب دار» منتشر شد. در نماهایی که برای این کلیپ استفاده شده بود، دیدید که قباد با شهرزاد دیالوگی دارد با این مضمون که فرهاد را ول کند و برگردد. او همین جا تاکید می‌کند که الان همه چیز از قدرت و ثروت بزرگ آقا را

در اختیار دارد و می‌تواند زندگی بی دردسری داشته باشد.

او حتی وعده می‌دهد با توجه به این که دیگر از بزرگ آقا خبری نیست، می‌تواند شیرین را هم بیچاند. قباد در حالی این وعده‌ها را به شهرزاد می‌دهد و خودش را همه کاره دم و دستگاه دیوانسالار می‌پندارد که عمه بلقیس در کرمان از یکه تازی او باخبر شده. برای همین شال و کلاه می‌کند و بار و بندیل را می‌بندد و روانه تهران می‌شود تا قباد را سر جایش بنشاند.

شهرزاد؛ غم و غصه ناتمام

شهرزاد نقطه مقابل دیوان سالارهاست؛ همانی که قرار بود دم و دستگاه دیوان سالار را به هم بریزد. شاید انتظاراتان این است که اوضاع شهرزاد خوب شود و غم و غصه این دختر با مرگ بزرگ آقا به پایان برسد، اما این اتفاق رخ نمی‌دهد، چون یک دیوان سالار دیگر در قصه داریم. موضوع خوشی‌های یک قسمت و دو قسمت نیست که شهرزاد در همین فصل قبل هم چند قسمتی با نامزدش خوش بود و بعد سعی کرد همسر خوبی برای قباد باشد، اما به هر دلیلی از هیچ کدام شان خیر ندید.





شیرین در کرمان را داشت، حالا در قامت یک دیوان سالار محکم به قصه می‌آید. هر چند به نظر می‌رسد که قباد به خاطر وصیت بزرگ آقا همه کاره دیوان سالار می‌شود، اما عمه بلقیس زیر بار این وصیت نمی‌رود. البته دلایل این که زیر بار نمی‌رود کاملا مشخص است، اما نکته مهم در فصل دوم این است که بلقیس به مهم‌ترین قطب سریال تبدیل می‌شود. یک دیوان سالار پر اصل و نصب که می‌آید دم و دستگاه برادرش را از فروپاشی نجات می‌دهد. آنچه از فصل دوم مشخص شده این است که او با استفاده از اطلاعاتی که به دست می‌آورد، به تهران می‌آید، صاحب صندلی می‌شود و به مسیر برادر در زورگویی و استبداد ادامه می‌دهد.

شیرین؛ بیچاره شیرین؛ امان از شیرین

شیرین بزرگ‌ترین پشتوانه‌اش یعنی بزرگ آقا را از دست داده است و رسماً دیگر کسی نیست که هوایش را داشته باشد. در این وضعیت و پیش از این که کاراکتری مانند عمه بلقیس وارد داستان شود، کارش به جنون می‌کشد. البته تغییری مانند عمه خانوم می‌تواند در قسمت‌های بعدی شیرین را احیا کند که یک دیوان سالار دیگر باشد، اما این قسمت ماجرا هنوز لو نرفته و کسی نمی‌داند که شیرین بیچاره دوباره در قصه نقش پررنگ پیدا می‌کند یا خیر. آنچه در مورد شیرین می‌دانیم وخامت حال و روزش و البته جنون زیاد است، بقیه اش، اما در ادامه مشخص می‌شود.

اکرم؛ سیاه سیاه؟

اگر اکرم را نزد یک عمه بلقیس دیدید اصلاً تعجب نکنید. او همیشه خودش را به مرکز قدرت نزدیک می‌کند که باج بگیرد. کاراکتر

اکرم در شهرزاد ۲ همانی است که از اول بود. دختر یک مرد معتاد که وضعیت مالی خوبی ندارد و می‌خواهد با نردبان کردن همه به جاهای بزرگ برسد. پیش‌بینی اصلی این است که در قسمت‌های اول فصل دوم، عمه بلقیس همه کاره می‌شود. پس منتظر باشید که اکرم نقش همیشگی اش را ایفا کند. دختر سوءاستفاده‌گری که می‌خواهد همچنان کنار مرکز قدرت بماند؛ احتمالاً در پروسه تغییر قدرت از دست قباد که برادرزاده واقعی بزرگ آقا نیست به عمه بلقیس نقش بزرگی خواهد داشت. او وقتی که نصرت به قباد، ماجرای پدر و فرزند را می‌گفت: همه چیز را شنیده است و می‌تواند با این اطلاعات قباد را از هرم قدرت حذف کند.

مرد سیاسی و مرموز

این قدر که عمه بلقیس نقش خواهد داشت، قاعدتاً نباید نقش بزرگ تری به یک کاراکتر دیگر داده شود، اما رضا کیانیان هم یکی از بازیگران دیگر این فصل است. در مورد نقش رضا

کیانیان این قدر فیلترینگ قوی بوده که هیچ چیز به بیرون درز نکرده. البته همین قدر از او اطلاع داریم که از قسمت‌های اول وارد ماجرا می‌شود، اما از قسمت ششم نقشش پررنگ شده و روند قصه را تغییر می‌دهد. حضور رضا کیانیان پای میز بلیارد در کافه بزرگ آقا هم خاستگاه او را نشان می‌دهد و هم احتمالاً قسمتی از ویژگی‌هایش را لو می‌دهد. حدس‌هایی هم زده می‌شود که او از مردان قدرتمند سریال است، اما هنوز معلوم نیست که او جزء مردان قدرتمند شهر است یا از آدم‌های دم و دستگاه قدرت یا حتی شوهر، گماشته یا راننده عمه بلقیس.

آقا پرویز؛ کارآگاه لمین و زبل

یکی از خطوط مهم داستان از این به بعد پلیسی می‌شود؛ یعنی در کنار کاراکترهایی که در قسمت اصلی قصه وارد می‌شوند و جزء اعضای خانواده و کارآفرین هستند، یک شخصیت کارآگاه وارد می‌شود که همچنان نقش پلیس و کارآگاهان را در قصه زنده نگه دارد.

اشرافی‌زاده؟

کم اطلاع‌ترین کاراکتر شهرزاد ۲ حتماً فقیه نصیری است. از او کمتر از رضا کیانیان اطلاع در دست است و حتی معلوم نیست که چند دقیقه جلوی دوربین قرار گرفته و چه کار کرده. از عکس‌ها و مدل پوششش او بر می‌آید که از طبقه اشرافی باشد، اما همین را هم در نظر نگیرید، به این دلیل که اطلاعات بسیار جزیی در مورد او وجود دارد. فقیه نصیری ممکن است نقش مهمی بازی کند و ممکن است نکند.

فصل دوم سریال «شهرزاد» قرار است که در ۲۶ قسمت تهیه و تولید شود و به بازار بیاید.

منبع: برگرفته از تحلیل‌های رسانه‌ای



فاجعه ۱۲ تیر ماه سال ۶۷ به روایت یک غواص



قلمداد کنند. اما با توجه به مجهز بودن کشتی جنگی وینسنس به پیشرفته‌ترین سیستم‌های راداری و رایانه‌ای و همچنین مشخص بودن نوع هواپیمای در حال پرواز، مشخص شد که احتمال اشتباه وجود نداشته و این اقدام، کاملاً خصمانه بوده است. با این حال مقام‌های آمریکایی پس از چندی، در توهینی آشکار به ملت ایران، بر گردن ویلیام راجرز فرمانده ناو وینسنس مدال شجاعت انداختند و بدینگونه حمایت رسمی خود را از این جنایت اعلام کردند.

در حقیقت یکی از اهداف آمریکا از این جنایت تقویت متجاوزان رژیم بعث عراق در جبهه‌های جنگ و تحت فشار قرار دادن مسوولان نظام جمهوری اسلامی ایران بود.

متعاقب این تجاوز آشکار، جمهوری اسلامی ایران در روز ۱۴ تیر ۱۳۶۷ طی نامه‌ای به رئیس شورای امنیت خواستار تشکیل جلسه فوری شورا برای رسیدگی به موضوع شد.

۲۵ تیرماه ۱۳۶۷ مطابق با ۱۶ ژوئیه ۱۹۸۸ میلادی، شورا تشکیل جلسه داد. از سوی جمهوری اسلامی ایران دکتر ولایتی وزیر امور خارجه وقت و از جانب آمریکا جرج بوش معاون وقت رئیس جمهوری در جلسه حضور داشتند. وزیر خارجه جمهوری اسلامی ایران در بخشی از سخنانش در این جلسه گفت: حضور نظامی آمریکا در خلیج فارس تنها منادی مرگ و بی‌قانونی و شرارت بوده و جز ناامنی چیزی به ارمان نیاورده است. عمل جنایتکارانه آمریکا در حمله به هواپیمای کشتوری به هیچ وجه در قالب دفاع مشروع قابل توجه نیست.

شورای امنیت پس از استماع سخنان دکتر ولایتی و جرج بوش در جلسه شماره ۳۸۳۱ خود در تاریخ ۳۰ ژوئیه ۱۹۸۸ طرح قطعنامه‌ای پیشنهادی را تصویب کرد. متن قطعنامه به شرح زیر است:

شورای امنیت، با بررسی نامه مورخه ۵ ژوئیه ۱۹۸۸ جانشین نماینده دائم جمهوری اسلامی ایران خطاب به رئیس شورای امنیت و با استماع بیانات نماینده جمهوری اسلامی ایران، (وزیر امور خارجه وقت علی اکبر ولایتی) و سخنان نماینده ایالات متحده آمریکا (معاون رئیس جمهوری جرج بوش)، با ابراز تأسف عمیق از این که یک هواپیمای غیرنظامی ایران ایر در پرواز برنامه‌ریزی شده بین‌المللی ۶۵۵، در پرواز بر فراز تنگه هرمز به وسیله موشک شلیک شده از ناو جنگی ایالات متحده آمریکا (وینسنس) منهدم شده است بر ضرورت تعیین حقایق سانحه توسط بازرسی بی‌طرفانه در منطقه خلیج فارس تأکید داشته و اظهارات خود را به شرح زیر اعلام کرد:

حدود ۳۵ دقیقه بعد از حادثه به محل رسیدیم و به دلیل همراه نداشتن سیستم ردیابی (GPS)، محل دقیق سقوط هواپیما را پیدا نمی‌کردیم و چون هواپیما به علت انفجار در آسمان متلاشی و در منطقه‌ای وسیع پراکنده شده بود در آن لحظه خودمان هم فکر نمی‌کردیم دقیق آمده باشیم چون چیزی از قطعات هواپیما دیده نمی‌شد.

بعد از حدود ۳۰،۴۰ دقیقه سردرگمی، بعضی قطعات سبک هواپیما و سوغاتی‌های مسافران روی آب شناور شدند و من یک چادر مشکی دیدم و به سمت آن رفتم ولی صاحبش را پیدا نکردم و چون عملیات غواصی در آن لحظه امکان‌پذیر نبود در آن نقطه ماندیم تا سایر یگان‌ها و قایق‌ها آمدند.

چون اجساد همان لحظه به بالای آب نمی‌آیند به دنبال قطعات هواپیما گشتیم و بعد از ظهر عملیات غواصی را در عمق ۳۵ متری شروع کردیم و از روز بعد که تعدادی از اجساد روی سطح آب آمدند حدود ۲۰۰ جسد را پیدا کردیم اما متأسفانه تعدادی از اجساد سایر شهدا به علت شدت انفجار در آسمان و سقوط در محدوده وسیع پیدا نشد.

مقام‌های آمریکایی پس از سرنگونی هواپیمای مسافربری ایران، برای توجیه این جنایت نابخشودنی، دلایل ضد و نقیضی عنوان کردند و کوشیدند این اقدام خصمانه را یک اشتباه

۱۲ تیرماه سال ۱۳۶۷ یک ناو جنگی آمریکا به نام «وینسنس» به فرماندهی «ویلیام راجرز»، با شلیک دو فروند موشک، هواپیمای مسافربری «ایرباس» ایران را بر فراز خلیج فارس مورد هدف قرار داد و ۲۹۰ مسافر این هواپیما به شهادت رسیدند. در میان سرنشینان هواپیما، ۶۶ کودک زیر ۱۳ سال، ۵۳ زن و ۴۶ تن تبعه کشورهای خارجی نیز حضور داشتند.

پرواز شماره ۶۵۵ «ایران ایر» برای رسیدن به دبی تنها ۲۸ دقیقه زمان نیاز داشت.

نخستین گروهی که به محل سقوط هواپیما در خلیج فارس رسید یک تیم غواصی از سپاه پاسداران انقلاب اسلامی بود که سرهنگ «منصور قاسمی» یکی از اعضای این گروه بود.

سرهنگ "منصور قاسمی" در این مورد می‌گوید: ۱۲ تیرماه هر سال با زنده شدن خاطرات سال ۱۳۶۷ اذیت می‌شوم.

ماجرای ۱۲ تیرماه سال ۶۷ صبح روز یکشنبه ۱۲ تیرماه سال ۱۳۶۷ در حال انجام عملیات غواصی در جنوب شرقی جزیره «لازک» بودیم که نیروی دریایی منطقه یک سپاه اعلام کرد که یک فروند هواپیمای مسافربری در جنوب شرقی جزیره هنگام مورد اصابت موشک یک ناو آمریکایی قرار گرفته است.

آمریکا با ساقط کردن هواپیمای مسافربری ایران آن هم بر فراز آب‌های سرزمینی کشورمان یک بار دیگر نشان داد که حقوق بشر را تا جایی به رسمیت می‌شناسد که تضادی با اهداف توسعه‌طلبانه و زیاده‌خواهی‌های آن و همپیمانانش نداشته باشد



تأسف عمیق خود را از ساقط ساختن هواپیمای غیرنظامی ایران به وسیله موشکی که از یک ناو جنگی آمریکا شلیک شده و تسلیت عمیق خود را به خاطر از دست رفتن غم‌انگیز جان انسان‌های بی‌گناه ابراز می‌دارد. همدردی صمیمانه خود را به خانواده‌های قربانیان سانحه غم‌انگیز و دولت‌ها و کشورهای آنان اعلام می‌دارد.

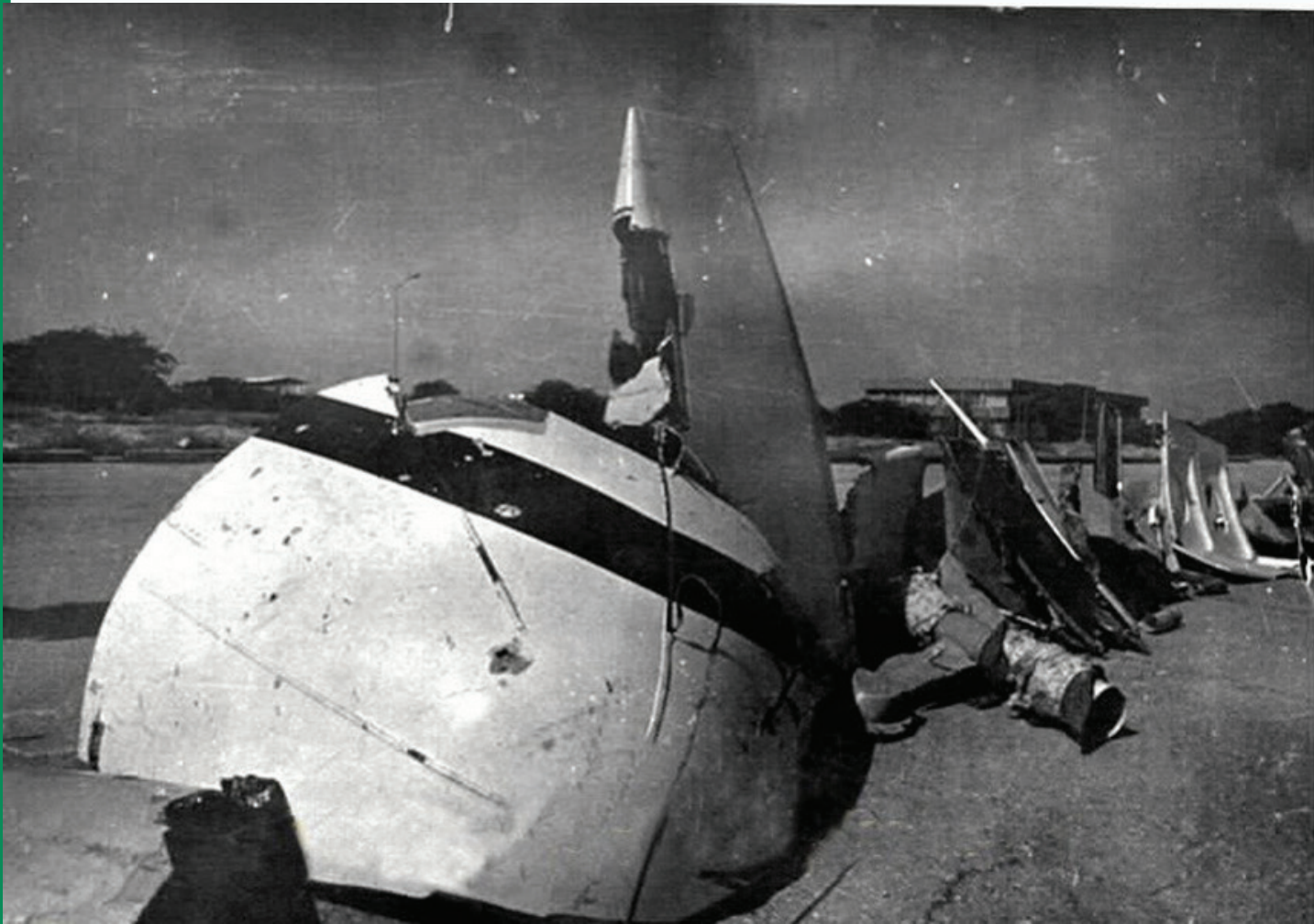
از تصمیم سازمان بین‌المللی هواپیمایی کشوری در پاسخ

به درخواست جمهوری اسلامی ایران مبنی بر ایجاد گروه تحقیق برای بررسی تمام حقایق موجود، همچنین از اعلام ایالات متحده آمریکا و جمهوری اسلامی ایران مبنی بر تصمیم‌شان برای همکاری با بررسی سازمان هواپیمایی کشوری استقبال می‌کند.

از تمامی اعضای کنوانسیون ۱۹۴۴ شیکاگو، درخواست می‌کند که در همه شرایط، مقررات و رویه‌های سلامت هوانوردی کشوری به ویژه ضوابط آن کنوانسیون به منظور جلوگیری از چنین پیش‌آمدهایی را دقیقاً مراعات کنند. لزوم اجرای فوری و کامل قطعنامه

و با توجه به توجیهات بی‌اساس اعلام شده توسط آمریکا پس از سرنگونی هواپیمای مسافربری ایران، این کشور در حالی سعی می‌کند با توسل به بهانه‌های واهی، کشتار ۲۹۰ مسافر بی‌گناه را عادی جلوه دهد که وقتی در شهریورماه سال ۱۳۶۲ پدافند هوایی شوروی سابق یک هواپیمای مسافربری کره جنوبی را به دلیل ورود به حریم هوایی این کشور ساقط کرد، این عمل را «بربریت» نامید و خواستار تحریم خطوط هوایی شوروی شد و این، نمونه‌ای از برخورد دوگانه آمریکا با حقوق بشر است.

۵۹۸ (۱۹۸۷)، شورا را به عنوان تنها مبنای حل جامع، عادلانه، شرافتمندانه و پایدار، منازعه میان ایران و عراق ابراز و پشتیبانی خود را از دبیرکل برای اجرای این قطعنامه اعلام و خود را ملتزم به همکاری با دبیرکل برای تسریع در اجرای طرح اجرایی او می‌کند. آمریکا با ساقط کردن هواپیمای مسافربری ایران آن هم بر فراز آب‌های سرزمینی کشورمان یک بار دیگر نشان داد که حقوق بشر را تا جایی به رسمیت می‌شناسد که تضادی با اهداف توسعه‌طلبانه و زیاده‌خواهی‌های آن و همپیمانانش نداشته باشد. به عنوان مثال



○ مرتضی اسماعیل دوست

سریال «نفس» و برخی ناگفته‌های جلیل سامان

از کجا به این روز رسیده‌اند! اولش که نماز می‌خواندند و ادعای دین داشتند اما بر اثر همین خودخواهی به سراغ انواع جنایت‌ها رفتند.

از روزهای پیش از پخش سریال تا چند روز بعد بیشترین حجم اخبار مربوط به سریال «نفس» را نوع حجاب بازیگران سریال به خود اختصاص داده بود. یا توجه به ساختار شکنی شما که می‌تواند مورد نظر آبنندگان قرار بگیرد، فکر می‌کردید با این حجم از واکنش‌های مختلف در این باره مواجه شوید؟

بله، برخی مسائل باید مورد نظر همگان و من فیلمساز قرار بگیرد. باید کمی بیشتر در این باره فکر کنیم و ببینیم اصلا چرا انقلاب اسلامی ما شکل گرفت؟ آیا این انقلاب دلیل اقتصادی داشت؟ یا صرفا یک جایجایی قدرت بود؟! مگر نه این است که انقلاب ما انقلاب ارزش‌ها بود؟ پس چرا هر چیزی که درباره آن دوران می‌سازیم اسلامی‌تر از زمان حال است؟! غیر از این است؟ در «نفس» ما تابع قانون و شرع بودیم. مثلا نخواستیم شخصیت اصلی سریال را که پرستار است به شکل بی‌حجاب نشان دهیم اما درباره شخصیت‌های فرعی این کار را کردیم. ما محدودیت‌هایی برای نمایش حجاب داریم که بر ایمان پذیرفتنی است. اما خلاقیت‌هایی می‌توان به خرج داد. برای سریال «نفس» آقای نصیری‌نیا به عنوان تهیه‌کننده پای کار آمد و خیلی حمایت کرد. سازمان صدا و سیما برای پذیرش این کار قانع شد و ما دوستان بسیار متخصصی را پیدا کردیم که موفق شدند ایده ما را چنان خوب اجرا کنند که خیلی‌ها فکر می‌کنند ما تصاویر خانم‌های بی‌حجاب را در تهران گرفته‌ایم! در حالی که همه چیز در ارمنستان و با بازیگران غیر ایرانی ضبط شد.

چرا به سراغ گزینه‌های دیگر مانند «کلاه گیس» نرفتید که پیشتر هم امتحان شده بود!

این به نظرم بهترین روش بود و آن شکلی که در برخی کارها کلاه می‌گذارند مسخره است و اصلا باورپذیر نیست که کلاهی به سر بازیگر بگذاریم و بعد هم دور گردنش پارچه‌ای بگذاریم و گوشش‌اش را هم طور دیگری بپوشانیم و بعد بگوییم این شخصیت ساختگی را به عنوان آدمی متعلق به قبل از انقلاب باور کنید! مهم این است که هم قوانین جمهوری اسلامی را رعایت کنیم و

بروم. این خصلت‌ها در زمان‌ها و موقعیت‌های مختلف وجود دارند و تنها در یک چارچوب مشخص نمی‌شود طبقه‌بندی‌اش کرد. مثلا مساله نفاق تنها مربوط به سازمان منافقین و دهه ۶۰ نمی‌شود! الان هم آدم‌ها و سیاستمدارانی وجود دارند که می‌توانند نفاق داشته باشند. برخی حرف‌هایی می‌زنند که به آن باور ندارند. یا اگر بخواهیم درباره نگرش‌ها و تفکرات صحبت کنیم می‌توانیم اشاره به تفکر ماکیاوولی داشته باشیم که می‌خواهد از هر راهی به هدفش برسد و این تفکر نزد خیلی از افراد امروزی هم وجود دارد.

پس فراتر از نمایش موقعیت‌های داستانی و فرآیند تاریخی، در سه گانه سریالی‌تان و بالاخص در «نفس» به دنبال آسیب شناسی جریان‌های فکری بوده‌اید؟

انسان ابعاد مختلفی دارد و یک بخشی از آن می‌تواند عشق و دوست داشتن باشد که من در سریال‌ها آن را نشان دادم. سطح دیگری برمی‌گردد به مسائل سیاسی و نکات تاریخی که آن را هم مورد توجه قرار می‌دهم. اما آن چه برایم ارزش بیشتری دارد، خصلت‌های بشری است. البته امیدوارم مخاطب به سراغ درک و دریافت این نشانه‌ها باشد. حضرت امام(ره) ریشه همه تباهی‌ها را در خودخواهی می‌دانست. اصلا امثال رجوی‌ها

سریال «نفس» که ماه رمضان از تلویزیون پخش شد، داستان ملتهب گروهکی مخوف و حواشی مربوط به حجاب بازیگران؛ تازه‌ترین مواجهه «جلیل سامان» با منافقین را مورد توجه بسیار رسانه‌ها قرار داد. جلیل سامان کارگردان این سریال گفته‌های زیادی دارد.

«نفس» به لحاظ پرداخت موقعیت‌ها و توجه به شخصیت‌ها چه تمایزی نسبت به ۲ سریال پیشین‌تان دارد؟

فیلمنامه «نفس» پیچیده‌تر است و روایت و فضای متفاوت و تازه‌ای نسبت به «پروانه» و «ارمغان تاریکی» دارد. در «نفس» به موضوعاتی پرداختیم که یک مقدار ممکن است مخاطبان عام را دچار چالش کند. در واقع پیچیدگی‌های محتوایی سریال «نفس» نیاز به دقت و تأمل بیننده دارد.

در هنگام نگارش فیلمنامه «نفس» به این فکر کردید که شخصیت‌ها و موقعیت‌هایی بنویسید که مابه ازای امروزی داشته و حتی کنایه به برخی جریانات سیاسی داشته باشد؟

صد در صد. یعنی این توجه آنقدر زیاد بوده که حتی دیالوگی که یک بازیگر به زبان می‌آورد قطعا ارتباطی با اتفاقات امروز خواهد داشت. قرار نیست اثری را بسازیم که تنها روایت تاریخی داشته باشد. من علاقه دارم به سراغ خصلت‌های بشری در آثارم





هم از آن حالت بدترکیب دور شویم. قانون به ما می‌گوید که نمی‌توان کسی را بی‌حجاب تصویربرداری کرد اما در خارج از کشور بارها این کار انجام شده و مانعی ندارد.

پس به سراغ این گزینه هم رفتید که مورد پذیرش سازمان قرار نگرفت؟

قطعا این اجازه داده نشد. همین شرایط هم با تردید به دست آمد! من می‌خواستم برای شخصیت‌های فرعی و هنروران در ایران از کلاه گیس استفاده کنم تا آنها با کلاه گیس از پس زمینه سکانس‌ها رد شوند اما مجوزش داده نشد. پس گفتم ایرادی ندارد و من می‌روم و در خارج از کشور و با بازیگران غیرمسلمان به شکل دیگری کار را پیش می‌برم. آن زمان کسی تجسمی از کاری که می‌خواستم انجام دهم، نداشت و این کاری که انجام شد یک دستاورد فنی برای سینما و تلویزیون ما است که می‌تواند به خدمت محتوا در آثار آینده درآید.

البته این نوع تمهید به کار رفته تنها برای آثار تاریخی جواب می‌دهد و برای داستان‌هایی که در فضای امروز روایت می‌شوند و یا در سکانس‌های داخلی و با حضور محارم نمایش می‌یابند، شیوه‌ای کاربردی نخواهد بود!

قطعا نمی‌توان شخصیت‌های اصلی را به این شکل نشان داد و کاری که ما کردیم تنها برای فضا سازی آن دوران بوده است. مثل همان اتومبیلی که مربوط به دوران قبل از انقلاب است و ما در کنارش آدم‌هایی را نشان می‌دهیم که با پوشش آن دوران رفت و آمد می‌کردند. البته من در سریال «نفس» کسی را با مینی ژوپ نشان ندادم که برخی‌ها به آن شکل واکنش نشان می‌دهند! من حداقل آن شرایط نامناسب قبل از انقلاب را نشان دادم که قابل پخش از تلویزیون جمهوری اسلامی باشد.

رسانه ملی هم پای شما و فضای منتقدانه ایستاد.

بله، البته تصور نمی‌کنم مردم ما نسبت به این گونه فضاها مسأله‌ای داشته باشند و تنها برخی از افرادی که مقاصد سیاسی داشته و یا حسادت می‌کنند، انتقاداتی دارند. مردم خوب می‌فهمند و بازخوردها خوب بوده است. به هر صورت سریال «نفس» ضدمنافقین است و وقتی کاری درباره انقلاب ساخته می‌شود باید مورد حمایت قرار بگیرد و اگر کسی حمایت نمی‌کند یا دچار سوء

به طور حتم آن‌هایی که نگران نمایش آن فضا و احوال هستند!

بله، از طرفی همه سریال «نفس» که در دوران قبل از انقلاب روایت نمی‌شود و بعد از چند قسمت وارد فضای انقلابی می‌شویم که دیگر شخصیت‌ها از کوران حوادث عبور کرده و دچار تغییر می‌شوند. باید بدانیم موقعیت‌ها و آدم‌ها تغییر می‌کنند و پوشش و نوع رفتارشان در شرایط مختلف دچار تحول می‌شود. انقلاب همین است که با باوری واقعی بتوان ظاهر و باطن را به شکلی دیگر درآورد.

در پایان امیدواریم آستانه تحمل و میزان توجه برخی بیشتر شود!

انصاف نبود که در همان قسمت‌های اول سریال به بنده تهمت همسویی با مقاصد حرکت خرنده بی‌حجابی بزنند. می‌توانستند صبر کنند و چند قسمت از سریال بگذرد و ببینند چه مسائل کلانی در این سریال مطرح می‌شود. به هر حال ما همه توان خود را برای باورپذیر کردن داستان به کار بردیم و انتقادات یک عده خاص روندی منفی در میزان توجه مردم نخواهد گذاشت.

تفاهم شده یا ریگی در کفش دارد.

بسا توجه به این که جزو پُرکارترین سازندگان هستید که علیه گروهک منافقین کار کردید، تاکنون مواجهه ناگواری با شما صورت نیافته است؟

چرا، تنها یک موردش را که اخیرا برای سریال «نفس» پیش آمده و جایی رسانه‌ای نکرده ام را خدمت‌تان عرض می‌کنم که همین ۱۵ روز پیش سینه موبیل صحنه ما را دزدیدند!

یعنی تصور می‌کنید این دزدی ارتباطی با عوامل منافقین دارد؟

شک نکنید که کار منافقین بوده است. چون سینه موبیل را دزدیدند و لوازم داخلش که مربوط به لوازم صحنه بود را نابود کردند اما حتی باتری ماشین را برنداشتند. من این را خبری نکرده بودم و نمی‌خواستم مسأله دیگری هم پیش بیاید. با این شرایط باز هم ما را مروج بی‌حجابی می‌خوانند! مگر می‌شود صدا و سیمای ما این کار را انجام دهد؟ تصور این است که دستاوردهای فنی ما حسادت برخی‌ها را برانگیخته است.

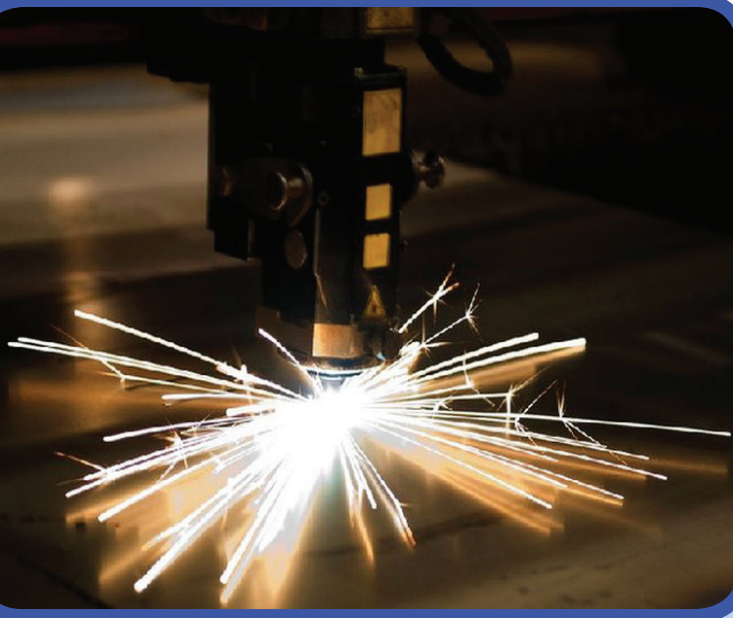


صرفه جویی ۲۰۰ هزار دلاری ارزی با «توان سنجی لیزری» محققان کشور

پژوهشگران کشور موفق به طراحی و ساخت دستگاه توان سنج نیمه هادی برای اندازه گیری توان خروجی منابع نوری و لیزری در آزمایشگاه های اپتیک و مراکز پزشکی شدند. امیرحسین شهبازی، مجری طرح توان سنجی لیزری را یکی از نیازهای آزمایشگاه های اپتیک، دانشگاهها، آزمایشگاهها و مراکز صنعتی و پزشکی دانست و گفت: اندازه گیری توان خروجی منابع نوری و لیزری از اهمیت بالایی برخوردار است و به همین منظور با طراحی و ساخت دستگاه توان سنج نیمه هادی در بخش لیزر توان سنجی توان اپتیکی منابع لیزری را اندازه بگیریم که با این اقدام سالانه بیش از ۲۰۰ هزار دلار صرفه جویی ارزی در کشور رقم خواهد خورد.

شهبازی با بیان اینکه دستگاه های توان سنج در سطح گسترده ای از سنجش توان تابشی و طیف نشری کاربرد دارند، خاطر نشان کرد: این ابزارها تابش پرتوها را بر روی قطعه نیمه هادی از جنس سیلیکون اندازه گیری می کنند. وی با اشاره به لزوم کالیبراسیون تجهیزات لیزری صنعتی و تجهیزات لیزری نظامی، افزود: به عنوان نمونه توان اپتیکی لیزرهای استفاده شده در مصارف پزشکی بسیار حساس بوده و اگر عملکرد دستگاه از بازه مربوط خارج شود، می تواند آسیب های جبران ناپذیری بر جای بگذارد. همچنین در کاربردهای آزمایشگاهی و پژوهشی لیزر همواره لازم است توان خروجی منابع لیزری مورد بررسی قرار گیرد.

شهبازی با تاکید بر اینکه جامعه علمی با خلاء جدی در این زمینه مواجه هستند، یادآور شد: این امر باعث تحمیل هزینه های سنگین جهت واردات



شده است؛ در حالی که پتانسیل و امکان بومی سازی این تجهیزات در داخل کشور وجود دارد.

به گفته وی تنظیم دستگاه برای کار در طول موج های ۱۹۰ تا ۱۱۰۰ نانومتر، آشکارسازی جریان تریک فتو دیود، امکان تنظیم برای یک منبع نوری خاص و اندازه گیری توان منابع نوری و توان منابع نوری پیوسته از جمله قابلیت های این دستگاه است.

مجری طرح با اشاره به حوزه های کاربرد این دستگاه، بررسی توان پرتو فرودی و کیفیت سنجی منابع نوری، تأثیر تغییرات محیطی بر عملکرد منابع لیزری، بررسی تغییرات توانی پرتو هنگام عبور از محیط های (شفاف) مختلف، کیفیت سنجی تیغه ها و عدسی های اپتیکی و نیز محاسبه شدت پرتو بازتابی/ عبوری از سطوح مختلف از کاربردهای شاخص دستگاه توان سنج نیمه هادی است.

منبع: ایسنا

افزایش تولید واکسن انتروتوکسمی در موسسه رازی شیراز طی امسال

دکتر علی شیرازی نژاد معاون تولید موسسه تحقیقات واکسن و سرم سازی رازی شعبه جنوب کشور (شیراز) گفت: با توجه به ظرفیت ها، تجهیزات و نیروهای مجرب این موسسه، در سال جاری رشد قابل توجهی در تولید واکسن های انتروتوکسمی پیش بینی می کنیم.

دکتر شیرازی نژاد با اشاره به اینکه موسسه رازی شعبه شیراز یکی از مراکز عمده واکسن های باکتریایی و ویروسی در جنوب کشور محسوب می شود، اظهار کرد: این شعبه از موسسه رازی قادر است واکسن های مورد نیاز دام پزشکی در زمینه دام و طیور را تولید کرده و استان های همجوار را نیز از جهت پوشش این واکسن ها، تحت پوشش قرار دهد.

وی افزود: با توجه به ظرفیت بالقوه ای که این موسسه دارد، در سال گذشته تولید واکسن های ویروسی نیوکاسل و آنفلوآنزای طیور را شاهد بودیم که علاوه بر سقف تولیدات مشخص شده، سایر استان های همجوار را نیز تحت پوشش خود قرار داد.

معاون تولید موسسه رازی شعبه شیراز با اشاره به تولید واکسن های





معرفی نانوسیال جدید برای جداسازی گاز با قابلیت استفاده مجدد

خوردگی شدید تجهیزات فرآیندی می‌شود و از سوی دیگر در صورت نشت به محیط، باعث مسمومیت پرسنل بهره‌بردار و در موارد شدید منجر به مرگ افراد خواهد شد. در این راستا محققان دانشگاه صنعتی اصفهان طرحی را در این زمینه اجرایی کردند. دکتر محسن نصر اصفهانی، عضو هیأت علمی دانشگاه صنعتی اصفهان مهمترین هدف این طرح را بررسی روشی نوین برای تصفیه بیوگاز به عنوان یک منبع سوخت تجدیدپذیر معرفی کرد و افزود: در این طرح جاذب نانوسیالی معرفی شده است که بتواند فرایند جداسازی گاز سولفید هیدروژن را با راندمان بالا و هزینه عملیاتی کم فراهم آورد.

نصر اصفهانی ادامه داد: جاذب‌های متعددی از جمله ترکیبات آمینی یا محلول سود (جاذب‌های مایع) و نیز کربن فعال (جاذب جامد) برای جداسازی و جذب این گازهای سمی استفاده می‌شود. اما از آنجا که این جاذب‌ها قابل بازیابی نبوده و یا برای بازیابی نیازمند صرف هزینه بالایی هستند، لذا استفاده از آنها معضلی برای صنایع شده است. وی اضافه کرد: این در حالی است که با استفاده از جاذب نانوسیال معرفی شده در این طرح جذب و جداسازی گاز به صورت فیزیکی صورت خواهد گرفت، لذا با صرف کمترین هزینه، به واسطه افزایش اندک دمای جاذب یا کاهش فشار آن و یا با استفاده از روش‌های بیولوژیکی مانند فرآیند لجن فعال، گاز جذب شده از جاذب خارج شده و جاذب بازیابی خواهد شد.

این محقق نانوسیال‌های مورد استفاده در این طرح را نانوسیال اکسید سیلیس-آب و اکسید گرافن-آب ذکر کرد که غیر سمی بوده و برای پرسنل بهره‌بردار این واحدها مخاطرات سلامت به بار نخواهد آورد و خاطر نشان کرد: استفاده از این نانو سیال به دلیل قابلیت بازیابی جاذب، منجر به کاهش هزینه عملیاتی نسبت به سایر جاذب‌های شیمیایی می‌شود، به علاوه نسبت به آب خالص نیز منجر به کاهش اندازه تجهیزات و در نتیجه کاهش سرمایه لازم برای واحد جذب می‌شود. به گفته این عضو هیأت علمی دانشگاه صنعتی اصفهان این جاذب در مقیاس نیمه صنعتی در تصفیه خانه فاضلاب شمال اصفهان در منطقه دولت آباد مورد ارزیابی قرار گرفت که نتایج بسیار خوبی به همراه داشته است.

نصر اصفهانی همچنین یادآور شد: با توجه به نتایج امیدوارکننده کسب شده، این طرح قابل استفاده در تمام صنایعی است که نیازمند جداسازی گازهای اسیدی سولفید هیدروژن و دی اکسید کربن هستند؛ از جمله این صنایع می‌توان به صنعت نفت، پالایشگاه‌های گاز طبیعی، واحدهای پتروشیمی به ویژه واحدهای تولید اولفین، تصفیه‌خانه‌های فاضلاب شهری و نیز دامداری‌ها اشاره کرد.

این پژوهش از سوی دکتر محسن نصر اصفهانی عضو هیأت علمی دانشگاه صنعتی اصفهان و دکتر سید حمید اسماعیلی فرج دانش آموخته این دانشگاه اجرایی و نتایج آن در مجله *Chemistry Industrial & Engineering Research* با ضریب تأثیر ۲,۵۶۷ منتشر شد.

منبع: ایسنا

محققان دانشگاه صنعتی اصفهان در تحقیقات اخیر خود نانوجاذب‌هایی را برای تصفیه و جداسازی گاز سولفید هیدروژن معرفی کردند که غیر سمی بوده و قابلیت بازیابی و استفاده مجدد آن در فرایند تصفیه وجود دارد.

گاز سولفید هیدروژن یکی از سمی‌ترین و خورنده‌ترین ترکیباتی است که در صنایع نفت، گاز و پتروشیمی و نیز در صنایع مرتبط با بیوگاز مانند تصفیه‌خانه‌های فاضلاب شهری، مشکلات فراوانی را به وجود می‌آورد.

این گاز که گاهی با دی‌اکسید کربن نیز همراه است، در صورت وجود رطوبت باعث

باکتریایی انتروتوکسمی و آگلاکسی، خاطر نشان کرد: موسسه رازی شعبه شیراز تنها تولیدکننده واکسن آگلاکسی در کشور محسوب می‌شود که نیاز کشور را با تولید این فرآورده برطرف می‌کند. وی با بیان اینکه موسسه رازی شعبه شیراز، در سال گذشته با تولید ۲۳ میلیون دز واکسن‌های باکتریایی، سهم عمده‌ای در تولید این واکسن‌ها در کشور داشت، گفت: با توجه به ظرفیت‌ها، تجهیزات و نیروهای مجرب این موسسه، در سال جاری با رشد چشمگیری در تولید واکسن‌های انتروتوکسمی روبرو خواهیم بود.

بر اساس اعلام روابط عمومی موسسه رازی، دکتر شیرازی‌نژاد خاطر نشان کرد: در سال جاری علاوه بر تولید واکسن‌های تک گانه نیوکاسل و آنفلوانزای طیور، واکسن دوگانه نیوکاسل و آنفلوانزا را نیز تولید خواهیم کرد که علاوه بر پوشش منطقه‌ای، واکسن‌های موسسه رازی در رقابت با واکسن‌های خارجی می‌توانند ظرفیت بسیار خوبی از خود نشان دهند.

منبع: ایسنا

جلوی حرم بوی خون می آمد. بچه ها می گفتند زمانی که داعش آمده، مردم صف کشیدند جلوی حرم و هر چه می زدند، باز هم صف تشکیل می شد.

هرگز فکرش را هم نمی کردم دیدار با یک جانباز مدافع حرم با داستان شیعه شدن یکی از برادران اهل سنت گره بخورد که این مسئله به نوبه خود سوژه گزارش بسیار جذابی است که در همین مجال کوتاه به گوشه های از آن می پردازم.

جملات فوق بخشی از گفته های حجت الاسلام "عباس نارویی" طلبه جانباز مدافع حرم است که گفت و گویی با وی انجام داده ایم.

کمی از زندگی خانوادگی خودتان بگویید

«اول اردیبهشت سال ۶۸ در شهرستان ایرانشهر استان سیستان و بلوچستان در خانواده ای از اهل تسنن به دنیا آمدم به طوری که پدرم سنی و مادرم شیعه است.» روستایی که ما در آن زندگی می کردیم، روستای مادری ام بود و خانواده مادرم همه شیعه هستند و ما به این روستا «گزهک» که اکثریت روستا شیعه هستند مهاجرت کردیم. پدرم آدم خشک و متعصبی نبود و ما را آزاد گذاشت، هیچ وقت مانع ما نشد که شیعه بشویم یا نه. می گفت "ببینید چه چیزی با ارزش است و از روی عقل و علم و تجربه جلو بروید. سال آخر دبیرستان که بودم، در ماه محرم، شبها در مسجد روستا سینه زنی و روضه بود و اهل تسنن نیز در مراسم عزاداری شرکت می کردند و ما نیز همراه مادرمان می رفتیم اما روحانی آنجا حضور داشت نمی دانست ما سنی هستیم. از روحانی ای که دهه محرم در روستا بود، درباره غدیر و

حضرت زهرا سلام الله علیها سؤال می کردم و او که مرد خوش اخلاقی بود، به زیبایی پاسخ ما را می داد.»

«ما دو خواهر و پنج برادر هستیم و من و برادرانم در مدرسه شبانه روزی در ایرانشهر درس می خواندیم و ۱۰ سال در خوابگاه بودیم و من سال آخر دبیرستان نماز شیعه را در خوابگاه آغاز کردم و در همان سال شیعه شدم و در سال ۸۵ دفترچه حوزه علمیه را گرفتم.»

«در سال ۹۰ که از حوزه فارغ التحصیل شدم به عنوان کارشناس امور مستبصرین دفتر تبلیغات اسلامی جنوب شرق کشور در ایرانشهر مشغول به کار شدم.»

از شیعه شدن تان هم صحبت می کنید؟

یک دفعه شیعه شدن پیش نمی آید. این اتفاق به مرور رخ می دهد. من دو سال قبل از شیعه شدنم دنبال مسائل بودم که بدانم و تحقیق می کردم. شیعه شدن من مدتی پنهان بود و بعد از ورود به حوزه علنی شد. پدرم ناراحت بود که حوزه رفته ام. اما مانع سرسختی نشد. همه خانواده ما به جز پدرم شیعه شده اند و من و دو نفر از دیگر برادرانم طلبه هستیم.

و در ادامه؟

«بعد از کار در تبلیغات اسلامی، معاون حوزه علمیه دلگان از توابع ایرانشهر شدم و در همان منطقه تبلیغ می رفتم. در نیمه سال ۹۳ دوبار به جان من سوء قصد شد و دوستان به من گفتند که احتمال ترور وجود دارد و من دی ماه سال

۹۳ به یاسوج رفتم و در آنجا نیز کار تبلیغی می کردم.»

«ششم محرم سال ۹۴ به همراه تعدادی از برادران شیعه و سنی سیستان و بلوچستان به عنوان داوطلب به سوریه رفتیم.»

«بعد از گذراندن دوره آموزشی در تهران، در نهایت ۱۳۸ نفر به سوریه اعزام شدیم که دو نفر از برادران سنی به شهادت رسیدند و دو نفر از آنها شیعه شدند.»

چه زمانی اعزام شدید و اینکه بعد از ورود به سوریه چه اتفاقاتی افتاد؟

«اعزام ما روز دوشنبه ای بود که خبرگزاری بی.بی.سی اعلام کرده بود ۲۰۰۰ نفر از جوانان سیستان و بلوچستان به سوریه می روند!! و تاریخ اعزام ما لو رفته بود و آن سفر کنسل شد و دو روز بعد رفتیم.»

«مردم سوریه آواره و کشورشان ویران شده بود. در هر خانه خون جاری بود و معلوم بود افراد خانه را با دست کشته اند.»

«ما چهار روز در دمشق بودیم، روز دوم به زیارت حضرت زینب سلام الله علیها رفتیم. در آن منطقه فقط بچه یتیم بود که از مناطق مختلف در آنجا جمع شده بودند.»

«علی رغم اینکه داعش تا نزدیکی حرم آمده و بازارچه های اطراف حرم کاملا نابود شده بود، حرم حضرت (س) اصلا آسیب ندیده بود.»

«جلوی حرم بوی خون می آمد. بچه ها می گفتند زمانی که داعش آمده، مردم صف کشیدند جلوی حرم و هر چه می زدند، باز هم صف تشکیل می شد.»

فاطمه افضلی

یادگاری از حلب





«روز آخری که در دمشق بودیم، بعد از زیارت حرم حضرت رقیه سلام الله علیها به حلب رفتیم، در حلب همه اهل تسنن هستند. ما وارد روستای مریمین در جنوب غرب حلب شدیم. هفت روز در این روستا ماندیم و قرار بود عملیات انجام شود، شب عملیات (دوم آذرماه ۹۴) بعد از نماز مغرب و عشاء فرمانده همه را آماده کرد و ما دو گروهان بدر و خیبر بودیم که من جزو گروهان بدر و تک تیرانداز بودم.»

از رویارویی با تکفیری‌ها هم به مخاطبان شاهد جوان بگویید

«ما با گروه النصره می‌جنگیدیم و هفت کیلومتر تا نزدیکی اتوبان ترکیه □ حلب فاصله داشتیم، اگر این اتوبان گرفته می‌شد، تقریباً راهی که داعش از آن مهمات و اغذیه وارد می‌کرد، قطع می‌شد. دشمن از دو روستا قبل از این اتوبان را گرفته و ارتباط را قطع کرده بود که این استقرار بین ما در روستای حمیدیه و بچه‌های فاطمیون بود و النصره بین ما قرار داشت.»

«ما در شب عملیات به سرعت آماده شدیم. هشت ماشین بودیم. من دسته آخر بودم و به دلیل اینکه ماشین‌ها جا نداشتند، جا ماندیم و عملیاتی نداشتیم. ۲۰ نفری بودیم، با بچه‌ها دعای توسل خواندیم و هنوز دو ساعت نگذشته بود که نور و صدای درگیری را از دور متوجه شدیم و برای اینکه دستگیر نشویم، دو نفر دو نفر روی پشت بام‌ها نگهبانی می‌دادیم.»

«من با شهید "نظر محمد بامری" بودم و تا دم صبح نگهبانی دادیم و اذان صبح برای نماز جمع شدیم. بعد از نماز صدای ماشین‌ها آمد و چهار ماشین خالی برگشت و راننده‌ها فقط گریه می‌کردند، فکر می‌کردند که همه بچه‌ها شهید شده‌اند.»

«در درگیری شب، سه تا از بچه‌ها شهید شده بودند. عمر ملازمی اهل لاشار و تک تیرانداز بود، سید محسن سجادی اهل بزمان و عبدالحمید سالاری اهل بندرعباس از شهدا بودند.»

«از شهادت ناراحت نمی‌شدیم، از اسارت ناراحت می‌شدیم زیرا با وضع عجیبی بچه‌ها را می‌کشتند. به راننده‌ها گفتیم ما برای جنگ آمده‌ایم و در جنگ حلوا تقسیم نمی‌کنند.»

«بچه‌های شیعه و سنی خیلی با هم دوست شده بودند. اهل تسنن فهمیده بودند که هدف ایران فقط دفاع از تشیع و حرم نیست. هدف ایران، اسلام و جلوگیری از ظلم است و به همین دلیل خیلی دیدگاه‌شان نسبت به تشیع عوض شده بود.»

«در آن شرایط، ما فرماندهی نداشتیم و از منطقه و جزئیات کار چیزی را نمی‌دانستیم اما هر چه مهمات و آذوقه بود برداشتیم و به سمت روستای عزیزیه که فاصله بین ما و فاطمیون بود، حرکت کردیم. به پنج کیلومتری عزیزیه رسیدیم، جایی که کاملاً دشت و در دید تروریست‌ها بود. نگران بچه‌ها بودیم. رفتیم و

سوله خیلی بزرگ بود، رساندند که مجروح‌های زیادی آنجا بودند. پزشک آنجا راننده آمبولانس را صدا کرد و گفت "این پرستو را تا ده دقیقه دیگه رساندید. رساندید و گرنه می‌پرد" و من می‌دانستم تا بیمارستان شهر ۷۰ کیلومتر فاصله است. جلوی بیمارستان حلب، بیهوش شدم و دوباره وارد آن فضای نورانی شدم و احساس کردم که مُردم و بین مرگ و زندگی بود.»

«به گفته دوستانم بعد از هفت ساعت عمل و تنفس مصنوعی و شوک زنده شدم. دکتر گفت زنده ماندن من معجزه بود.»

«بعد از سه روزی که در حالت طبیعی نبودم و حالم بهتر شده بود، پزشکان با مقدمه چینی مفصل به من گفتند پایت قطع شده. گفتم هر دو تا؟ گفتند نه پای راست و پایم در حلب ماند.»

خانواده از وضعیت شما خبر داشتند؟

«در منطقه خودمان گفته بودند من شهید شده‌ام و خانواده منتظر جسد من بودند که من با رسیدن به دمشق با آنها تماس گرفتم.»

«مسئله جالبی که در روزهای بستری در بیمارستان حلب اتفاق افتاد، این بود که در آن حالت نیمه هوشیاری با زبان دست و پاشکسته عربی به پرستارم گفته بودم که حجاب داشته باشد و آن خانم روسری به سر کرده بود.»

ما در سوریه چیزهایی دیده‌ایم که خیلی سخت است اما نمی‌توانم بگویم. ای کاش خوب می‌شدم و می‌توانستم دوباره بروم. کار داعش اسلام ستیزی، اسلام هراسی و ایجاد بغض نسبت به مسلمانان و همچنین ایجاد حاشیه و زمینه امن برای اسرائیل است. حرکت داعش ادامه حرکت یزدی‌یان است.

به عزیزیه رسیدیم و به سرعت وارد حیاط یک خانه شدیم و دو تا از فرماندهان را دیدیم که به شدت زخمی شده بودند و فرستادیمشان عقب.»

«بچه‌ها همه جلو بودند. از داخل خانه‌ها جلو رفتیم و به آخرین حیات خانه رسیدیم یک عرب را دیدیم و در شرایطی که باید از کوچه عبور می‌کردیم، با فاصله از دیگر بچه‌ها حرکت کردیم. من و یک نفر دیگر تک تیرانداز بودیم و در حالی که تنها یک خانه دو طبقه در آن طرف کوچه قرار داشت، آن مرد عرب اصرار داشت به طبقه دوم آن خانه برویم و این کار خطرناکی بود.»

چگونه مجروح شدید؟

«در حالی که با هم بحث می‌کردیم، خمپاره زیر پای من خورد و در چند لحظه خودم را در یک فضای نورانی دیدم، فضای مه آلودی بود که در آن قدم زدم. با اصابت خمپاره کنار من، بچه‌ها سمت من آمده و در این حین خمپاره دوم بین بچه‌ها خورد و ۵ نفر شهید و ۱۱ نفر زخمی شدند.»

«زمانی که می‌خواستم خودم را بلند کنم، دیدم پوتین‌های من به سمت خودم است و متوجه شدم پاهایم مال من نیست. پای چپم از ۱۱ جا شکسته بود.»

«از بین ما، تنها چهار نفر سالم بودند و آمدند به زخمی‌ها کمک کنند، یکی‌شان بازوهای من را گرفت و نتوانست بلندم کند و تا کنار ماشین‌ها در حالت فرار من را روی زمین می‌کشید.»

«شرایط خیلی بد بود و به او گفتم من را خلاص کند و شهادتیم را خواندم. لحظه مرگ بود و هر چه به ذهنم می‌رسید خواندم. خدا شاهد است که آن موقع به یاد شهدا و اسرای کربلا بودم.»

«بالاخره مرا به بیمارستان صحرایی که یک

آشنایی با رشته ورزشی پادل

می‌کنند چرا که میلیون‌ها نفر در این کشورها مشغول بازی پادل هستند و حدود ۱۰ هزار زمین نیز برای این زمین احداث شده است. پادل دارای اتحادیه بین‌المللی است.

ویژگی‌های ورزش پادل

پادل را زمینی مستطیل شکل به ابعاد ۲۰×۱۰ بازی می‌کنند. زمین این رشته ورزشی تلفیقی از اسکواش و تنیس است که با ۴ نفر به صورت ۲ به ۲ این رشته ورزشی اجرا می‌شود. راکت پادل از شکل خاصی برخوردار است. راکت‌هایی که زه ندارند و به جای آن کربن در آن‌ها به کار رفته است. طول این راکت‌ها ۴/۵۹ سانتیمتر در ۲۶ سانتیمتر و ۳۸ میلیمتر هم ضخامت دارد.

البته سطح مرکزی راکت دارای سوراخ‌هایی است که هر کدام بین ۹ تا ۱۳ میلیمتر است. راکت پادل دارای یک بند بوده که برای حفظ ایمنی به مچ دست ورزشکار گره می‌خورد. تور ده متری که ۸۸ سانتی متر ارتفاع دارد، در وسط عرض زمین نصب می‌شود. توپ پادل گویبی لاستیکی شبیه به توپ تنیس و زرد رنگ است. به طور معمول این توپ بین ۵۶ تا ۵۹/۴ گرم وزن دارد.

نحوه ی انجام این بازی بی شباهت به تنیس نیست. زمانی که حداکثر ست‌ها به عدد فرد برسد، ۹۰ ثانیه استراحت برای ورزشکاران در نظر گرفته می‌شود. نکته جالب این است که در پادل هم مثل اسکواش از دیوار برای ضربه استفاده می‌شود و خط اوت وجود ندارد.

در واقع توپ پس از یک بار برخورد به دیواره توسط بازیکن زده می‌شود. جنس زمین بازی از چمن مصنوعی یا سیمانی به رنگ‌های زرد، آبی و سبز است. مسابقه در پنج یا شش دور با تای برک (شکست وضع تساوی) انجام می‌گیرد.



کرد. این رشته عصاره بی از چند ورزش راکتی مثل اسکواش، تنیس و بدمینتون است و جذابیت‌های خاص خود را دارد. ابداع پادل به سال ۱۹۶۸ میلادی (۱۳۴۷ شمسی) باز می‌گردد. اما شکل کنونی آن در سال‌های اخیر پی‌ریزی شده است.

زمانی که «آلفونسو دئو نلوئه»ی اسپانیایی برای دیدن دوستش «انریکو کور کوئه را» به مکزیک سفر کرده بود برای پایه‌ریزی این رشته با وی به مشورت پرداخت و در بازگشت به اسپانیا برای نخستین بار زمین بازی پادل را در «مارابلا» بنا کرد.

قوانین این رشته و نوع بازی آن به تدریج مدون و به سرعت علاقمندان بسیاری جذب آن شدند. از آرژانتین و اسپانیا به کشورهایی که بیشترین توجه را به ورزش قرن بیست و یکم نشان داده‌اند، یاد

در بین همه رشته‌های جدید که تلاش دارند به ابراز وجود بپردازند و تقریباً در این راه ناکام مانده‌اند، شاید «پادل» از شرایطی متفاوت برخوردار و گام‌های محکم‌تری برداشته است.

این رشته نو در بین ورزش دوستان ناآشناست، اما سال‌هاست در آن سوی مرزها به خصوص اروپا، آمریکا، استرالیا، کانادا، چین و بعضی دیگر از کشورهای آسیایی علاقمندان زیادی پیدا کرده و آرام آرام از لحاظ تبلیغی و جذب طرفدار به سطح قابل قبولی رسیده است. پادل را ورزش قرن بیست و یکم نامیده‌اند اما به نظر می‌رسد همچنان نیازمند زمان است تا این رشته همه گیر شود.

پادل ورزشی جذاب، شادی آور بسیار پر تحرک است که با تمرکز لازم می‌توان آن را در همه سنین بازی

نکاتی برای ورزش در هوای گرم



توصیه‌های ورزشی برای مادران پر مشغله



بیشتر مادرانی که به تازگی بچه دار شده‌اند یا کسودکان کوچک در خانه دارند زمان کافی برای ورزش کردن پیدا نمی‌کنند و یا توجهی به سلامتی خود ندارند. این افراد می‌توانند به روش‌های خاصی ورزش را به برنامه روزانه خود اضافه کنند. افرادی که به تازگی بچه دار شده‌اند باید به نکات زیر توجه کنند:

۱. به بدن خود توجه کنید

افرادی که بچه دار شده‌اند معمولاً احساس خستگی زیادی می‌کنند و منتظر فرصت هستند تا بخوابند. بعد از سه ماه معمولاً این مادران علاقه دارند تا ورزش را شروع کنند و به حالت ایده آل خود باز گردند. این افراد باید به بدن خود توجه کنند و هر چند کم در طول روز فعالیت‌هایی مانند پیاده روی داشته باشند. می‌توانید این کار را در خانه نیز انجام دهید. برای مثال ۳۰ دقیقه برای انجام چند حرکت یوگا وقت بگذارید.

۲. سعی کنید به همراه خانواده ورزش کنید و آمادگی جسمانی را افزایش دهید

مادران زمانی برای انجام ورزش حرفه‌ای ندارند. می‌توانید به همراه کودک و خانواده خود ورزش کنید. انجام حرکات ورزشی در خانه و همراه خانواده گزینه مناسبی برای مادران است. کودک خود را برای پیاده روی بیرون ببرید.

۳. صبور باشید

صبر به شما کمک می‌کند تا به اهداف کوتاه مدت خود برسید. اهداف یک شبه به دست نمی‌آیند. واقع بین باشید و برای افزایش میزان ورزش و افزایش آمادگی جسمانی صبر داشته باشیم.

۴. اجتماعی باشیم

نباید فکر کنید که بچه دار بودن باعث می‌شود که شما نتوانید با دیگران ارتباط برقرار کنید یا در کلاس‌های ورزشی و گروه‌های ورزشی شرکت کنید. نیازی نیست که حتماً ساعات زیادی از روز را صرف این کار کنید می‌توانید در روز نیم ساعت برای ارتباط برقرار کردن با دیگران و ورزش کردن با آنها زمان بگذارید.

ورزشکاران برای داشتن کارایی بالا در هوای گرم باید نکات خاصی را رعایت کنند. هوای گرم ممکن است باعث گرم‌زدگی شود و انرژی ورزشکاران را کاهش دهد. نکات زیر می‌تواند به ورزشکاران کمک کند که در هوای گرم کارایی خود را افزایش دهند:

۱- مایعات مصرف کنید:

ورزش در هوای گرم باعث افزایش دمای بدن می‌شود. بدن با عرق کردن به این فرآیند واکنش نشان می‌دهد تا دمای بدن کاهش یابد. با ورزش به صورت متوسط ۲ تا ۳ درصد از آب بدن کاهش می‌یابد. بنابراین بهتر است در هنگام ورزش هر ۲۰ دقیقه آب بنوشید. می‌توانید در استراحت بین ورزش میوه بخورید. خوردن میوه هم به تامین آب بدن کمک می‌کند. مراقب باشید که بیش از حد نیز آب ننوشید. این کار ممکن است باعث کاهش سدیم خون شود. زمانی که احساس تشنگی داشتید آب مصرف کنید.

۲- به آرامی سرعت را افزایش دهید:

بهتر است به تدریج سرعت و شدت حرکت را افزایش دهید. بهتر است صبر کنید تا بدن به دمای هوا عادت کند.

۳- در گرم‌ترین زمان روز از خانه خارج نشوید:

بهتر است در ساعات اول صبح که هوا خنک‌تر است ورزش کنید. در میانه روز که هوا گرم است ورزش نکنید. می‌توانید در روزهای گرم ورزش‌هایی همچون ایروبیک در آب انجام دهید.

۴- لباس‌های روشن بپوشید:

لباس‌های تیره گرما را به خود جذب می‌کنند. لباس‌های سبک و روشن استفاده کنید که گرما را کمتر احساس کنید.

۵- میان وعده بخورید:

میان وعده‌های آبدار همچون میوه بخورید.

۶- از شرایط خطرناک آگاهی داشته باشید:

در صورتی که شرایط زیر برای شما پیش آمد به داخل ساختمان بروید:

- احساس ضعف

- گرفتگی عضلات

- سرگیجه

- حالت تهوع

- سردرد

- ضربان قلب بیش از حد زیاد

- رنگ پریدگی

بدانید که حتی ۲۰ دقیقه ورزش کردن نیز اثرات مثبت دارد. آنچه مهم است میزان پشتکار شما در ورزش کردن است. باید به صورت مرتب و در روزهای مختلف هفته روزی یک بار هر چند که مدت زمان ورزش کم باشد.

نحسی شماره ۱۰ در رئال مادرید

با گروسن نیز درگیر شد. با این حال توانست نظر برند شوستر را جلب کند اما مطابق انتظار ظاهر نشد. مهاجم برزیلی در حد یک ستاره جهانی نبود. روبینیو در تابستان سال ۲۰۰۸ قراردادی را با مادرید تمدید کرد و همه چیز بدتر شد. او زندگی پر حاشیه‌ای داشت و مواد ممنوعه مصرف می‌کرد. علاوه بر این در این شرایط اعلام کرد که قصد خداحافظی از مادرید را دارد. مارسلو پس از هفته‌ها مذاکره با چلسی در نهایت در لحظات پایانی نقل و انتقالات با قراردادی به ارزش ۴۲ میلیون یورو به منچستر سیتی پیوست.

وسلی اشنایدر

او شماره ۱۰ را از روبینیو گرفت و پیش از عملکرد ناامید کننده‌اش شروع خوبی داشت. هواداران مادرید از هافبک هلندی انتقاد می‌کردند. باشگاه نیز او را نمی‌خواست. اشنایدر در سال ۲۰۱۰ به این موضوع اعتراف کرد و گفت: در مادرید زیاد از خانه خارج می‌شدم تا از فکر کردن به مسائل زشت بپرهیزم. این کار را انجام دادم و نیاز داشتم تا از این شرایط فرار کنم. او که پیش از این در سال ۲۰۰۹ زمانی که هنوز در مادرید حضور داشت به روزنامه آس گفت: مدت‌هاست با وجود شایستگی جایی در ترکیب اصلی ندارم.

با شروع دومین دوره ریاست فلورنتینو پرس در مادرید و امضای قرارداد با بازیکنان جدید کهکشانی (کریستیانو رونالدو، کاکا، کریم بنزما و



نحسی گریبان‌گیرش شد. در ادامه به دیگر بازیکنان مادرید که این شرایط را تجربه کردند، اشاره می‌شود.

روبینیو

مهاجم برزیلی شروع درخشانی در دیدار برابر کادیس داشت و به نظر می‌رسید در برزیل مقایسه‌اش با پله اشتباه نبوده است. او در ترکیب اصلی تیم فابیو کاپلو جایی نداشت. در این شرایط

پس از جدایی لویس فیگو از رئال مادرید شماره "۱۰" در این باشگاه نحس شد.

لویس فیگو در سال ۲۰۰۰ به مادرید پیوست تا یکی از جنجالی‌ترین انتقادهای تاریخ فوتبال را رقم بخورد. مراسم معارفه هافبک پرتغالی در ۲۴ ژوئن در سانتیاگو برنابئو به همراه آلفردو دی استفانو برگزار شد. او شماره ۱۰ را بر تن کرد و پس از این که مادرید را به قصد اینتر ترک کرد این شماره در باشگاه مادرید نحس شد.

خامس رودریگس آخرین بازیکنی بود که این





این محبوبیت را نداشت. ژوزه مورینیو مشکلات زیادی با بازیکن آلمانی داشت و حتی یک بار سرخیو راموس وارد این جریان شد و به حمایت از دوستش پرداخت. سرمربی پرتغالی دائما از اوزیل انتقاد می‌کرد و گفت: تو بچه هستی، ما به تو نیاز نداریم.

همچنین پدر و مدیر برنامه اوزیل خواهان افزایش دستمزد این بازیکن بودند. او در نهایت در تابستان ۲۰۱۳ با قراردادی به ارزش ۴۵ میلیون یورو به آرسنال پیوست.

را سپری کرد. جام جهانی آفریقای جنوبی را از دست داد. همچنین نتوانست در یورو ۲۰۱۶ شرکت کند. به خاطر فرار مالیاتی از او تحقیق شد و خانواده‌اش در حمله تروریستی پاریس لحظات تلخی را تجربه کردند.

مسوت اوزیل

مادرید عاشق سبک بازی هافبک آلمانی شد. اوزیل بازیکن محبوبی بود اما نزد سرمربی‌اش

(... اشنايدر مجبور شد باشگاه را ترک کند. رییس باشگاه می‌خواست هر چیزی که مربوط به بازیکن هلندی است را پاک کند و اشنايدر مجبور شد از این تیم جدا شود. بازیکن هلندی با قراردادی به ارزش ۱۵ میلیون یورو با اینتر قرار داد امضا کرد، ۱۲ میلیون کمتر از رقمی که مادرید برای خریدش به آژاکس پرداخت کرده بود. او توانست به همراه اینتر در سال ۲۰۱۰ فاتح لیگ قهرمانان اروپا شود.

لاسانا دیارا

مادرید در حالی با لاسانا دیارا قرارداد امضا کرد که دوباره یک بازیکن همچون ماکه‌له‌له داشته باشد. او از ابتدا ناامیدکننده ظاهر شد. مادرید برای استفاده از هافبک فرانسوی در ترکیب در رابطه با قوانین یوفا دچار مشکل شد. این قضیه در رابطه با هونتلا نیز اتفاق افتاد اما در نهایت از بازیکن هلندی توانست استفاده کند. دیارا با یک بازیکن شماره ۱۰ (این شماره معمولا به بازیکن‌های برتر یک تیم داده می‌شود) فاصله زیادی داشت. هافبک فرانسوی با وجود عملکرد ناامیدکننده‌اش با مادرید قهرمانی در لالیگا، کوپا دل ری و سوپر جام اسپانیا را تجربه کرد.

دیارا پس از جدایی‌اش از رئال مادرید دوران بدی

تقابل سه‌گانه مسی و رونالدو در تابستان

رئال مادرید و بارسلونا در تابستان سال جاری سه بار برابر هم قرار خواهند گرفت. برای تماشای دیدار بارسلونا و رئال مادرید در فصل آینده نباید انتظار زیادی کشید. پس از پیروزی بارسلونا برابر آژاکس سوپر جام اسپانیا بین دو تیم بارسا (قهرمان کوپا دل ری) و رئال مادرید (قهرمان لالیگا) برگزار خواهد شد. آبی اناری‌ها و سفیدپوشان از سال ۲۰۱۲ در سوپر جام اسپانیا به مصاف هم نرفته بودند. در این سال مادرید به لطف دو گل زده در خانه حریف (نوکمپ) قهرمان شد. دیدار رفت با پیروزی سه بر دو بارسلونا به پایان رسید و در بازی برگشت مادرید دو بر یک حریف خود را شکست داد. یک سال پیش از آن نیز دو تیم برابر هم قرار گرفته بودند که تیم کاتالانی فاتح این جام شده بود. دیدار رفت در سانتیاگو برنابئو با تساوی دو بر دو به پایان رسید و در بازی برگشت آبی اناری‌ها سه بر دو پیروز شدند.



بازی رفت این دو تیم در ورزشگاه تیم قهرمان کوپا دل ری (نوکمپ) برگزار خواهد شد و دیدار رفت در زمین تیم قهرمان لالیگا (برنابئو) انجام خواهد شد. هر دو بازی در آگوست برگزار می‌شود که هنوز تاریخ دقیق آن مشخص نشده است. مادرید همچنین در صورت قهرمانی در لیگ قهرمانان اروپا سوپر جام اروپا را در هشتم آگوست انجام خواهد داد. سوپر جام اسپانیا بعد از این تاریخ است. پیش از این ال کلاسیکو دیگری در جولای برگزار می‌شود. این دو تیم در دیداری دوستانه در بیست و نهم این ماه به مصاف هم می‌روند. این بازی در رقابت‌های International Champions Cup در میامی انجام می‌شود.

شکل‌گیری داعش در عراق دو عامل اصلی داشت؛ عامل داخلی که همان ناراضیاتی منطلق سنی نشین بود و عامل خارجی که به توطئه‌ها و دخالت‌های سازمان‌های اطلاعات برخی کشورها بازمی‌گردد.

سایه دشمنی مخرب‌تر از داعش

بر سر عراق

○ آرش محمدیان



برخی دولتمردان شیعه عراقی را نیز نباید فراموش شود که بهانه لازم را برای رشد جریان‌های افراط‌گرا در میان اهل سنت فراهم کرد.

تمام این عوامل داخلی در کنار برخی دسیسه‌های منطقه‌ای دست به دست هم دادند و ما شاهد بودیم که در سال ۲۰۱۴ دو لشکر عراق با هزاران نیروی تا بن دندان مسلح در مقابل تعداد اندک اعضای داعش که به سختی شمار آنها به هزار تن می‌رسید فرار کردند و شهر دو میلیون نفری موصل را تقدیم داعش کردند، روندی که دومین وار ادامه پیدا کرد و شهرهای سنی نشین عراق را یکی پس از دیگری در بر گرفت و عملاً غول داعش به وجود آمد.

این اشتباه مهلک و اختلافات ریشه دار عملاً عراق را برای مدت بیش از سه سال درگیر پدیده‌ای کرد که به جرات می‌توان گفت نه تنها در تاریخ عراق بلکه در تاریخ جهان بی‌سابقه بوده است. صدها هزار کشته، زیرساخت‌های ویران، اقتصادی شکست خورده و نسلی به جای مانده از خشونت و نفرت همه و همه بخش‌هایی از این بلای خانمان سوز است که عراق را در نوردید و باید برای سال‌های آینده نیز منتظر پیامدهای شوم آن باشیم.

حال داعش رو به زول نهاده است و بسیاری از سران و سرکرده‌های به وجود آورنده این گروه تروریستی از میسان رفته‌اند. داعش در شهرهای بزرگ و مناطق استراتژیک نابود شده و به بخش‌های بیابانی کشور که عملاً از اهمیت چندانی برخوردار نیستند خزیده است و کانون‌های تأثیرگذاری خود را به این مناطق منتقل کرده و در همان مناطق نیز ارتش و نیروهای امنیتی عراق در تعقیب‌شان هستند و راحت‌شان نمی‌گذارند.

با تمام مطالبی که گفته شد گرچه هیمنه داعش با زور سلاح از میان رفته اما تقریباً تمام عوامل پدیدآورنده و اختلافات داخلی در عراق همچنان با برجاست و در برخی موارد حتی می‌توان گفت که تقویت نیز شده است. اکنون بسیاری از عشاير سنی مسلح هستند و می‌توانند ارتش عراق را به چالش بکشند، کشت و کشتارهای قومی و قبیله‌ای بر نفرت داخلی میان قشرهای مختلف ملت عراق افزوده است و نسل به جای مانده از خشونت و افراط‌گری کینه‌های بسیاری به دل برده‌اند؛ به همین خاطر است که می‌گوییم بر اختلافات قدیم افزوده شده است.

در کنار تمام اینها مساله کردها نیز هست؛ کردهای عراق که در شمال کشور چهار استان را به طور کامل در اختیار گرفته‌اند و بخش‌های وسیعی از سه استان دیگر را نیز در کنترل دارند، از سال ۱۹۹۱ تاکنون حکومت خودمختار دارند و حساب خود را از دولت مرکزی جدا کرده‌اند.

کردها که در سال ۲۰۱۴ با حمله ناگهانی داعش به مناطق تحت کنترل‌شان مواجه شدند، در چهار سال گذشته با گوشت و پوست و استخوان خود وارد جنگ با داعش شده‌اند و توانسته‌اند علاوه بر مناطق کردنشین شمال عراق بخش‌های وسیعی از سرزمین‌های عرب

منتظر بحران‌هایی به مراتب بدتر از داعش در عراق باشیم.

شکل‌گیری داعش در عراق دو عامل اصلی داشت؛ عامل داخلی که همان ناراضیاتی منطلق سنی نشین بود و عامل خارجی که به توطئه‌ها و دخالت‌های سازمان‌های اطلاعات برخی کشورها بازمی‌گردد.

پس از سرنگونی نظامی بعث عراق و قدرت گرفتن شیعیان هسته‌های ناراضیاتی در میان جریان‌های سنی این کشور به ویژه آن دسته از سنی‌هایی که در نهادهای حکومتی صدام حسین از جایگاه و اعتباری برخوردار بودند، آرام آرام شکل گرفت و همین ناراضیاتی‌ها خیلی زود و به اعتراضات در استان‌های سنی نشین عراق به ویژه الانبار و نینوا تبدیل شد. در کنار این جو ناراضیاتی هسته‌های پنهان القاعده و افراط‌گرایان تکفیری نیز که از همان سال ۲۰۰۳ و با سرنگونی رژیم بعث عراق به دست آمریکا فعال شده بودند، تبلیغات خود را گسترش دادند و عملاً با موج سواری بر توده ناراضی سنی، کار را به رویارویی‌های خیابانی و حتی درگیری‌های ملحانه با دولت مرکزی کشانند.

تحرکات مسلحانه علیه دولت مرکزی و ارتش عراق در مرحله بعد خود به باعث نوعی بی‌ثباتی گسترده و ایجاد ناراضیاتی‌های بیشتر از دولت بغداد شد که در این میان نقش برخی رهبران جریان اهل سنت که اداره این استان‌ها را در اختیار داشتند و در شوراندن مردم به هر کاری دست می‌زدند هم بسیار پررنگ بود.

در کنار تمامی اینها دسیسه‌های سازمان‌های اطلاعاتی کشورهای منطقه به ویژه عربستان در داخل محافل اهل سنت نیز تأثیرگذار افتاد و آنها نیز تا توانستند به این تفرقه و دودستگی دامن‌بزنند. البته سیاست‌های اشتباه

شاید پس از سال‌ها جنگ و جنایت در عراق توسط گروه تروریستی داعش، هیچ خبری شاد کننده‌تر از این نباشد که بدانیم داعش در این کشور جنگ زده که سرمایه‌های انسانی و مادی بسیاری را در جنگ از دست داده و به اضمحلال است و در واقع نفس هایش به شماره افتاده است.

این گروه تروریستی که ثروتمندترین، خونریزترین و در عین حال سازمان یافته‌ترین گروه تروریستی تاریخ بشر است در حال حاضر هر روز در حال ذوب شدن است و با شکست اخیر در موصل در واقع باید کار آن را در عراق تمام شده دانست؛ اما هرچه داعش کوچکتر و کوچکتر می‌شود عوامل پیدایش این جرثومه شوم نیز بیشتر نمایان می‌شود؛ عواملی که می‌توانند به مراتب برای عراق خطرناک‌تر از داعش باشند.

با شکست‌هایی که داعش در ماه‌های اخیر به ویژه در موصل متحمل شد عملاً پرونده این گروه را در شهرهای بزرگ و مناطق شهری مهم عراق باید بسته بدانیم. اگرچه ریشه‌کن کردن این جریان تروریستی در سراسر عراق خصوصاً مناطق بیابانی غرب این کشور به سال‌ها زمان نیاز دارد. ناگفته نماند داعش همچنان توانایی ترتیب دادن حملات انتحاری و عملیات‌های کوتاه در شهرها را نیز دارد و نشان داده که می‌تواند نیروهای عراقی را به دردسر بیندازد.

با تمام انتظاراتی که از داعش و حملات و ششپانه آن می‌رود اما باید گفت خطر بزرگتر همان عوامل پیدایش داعش است که به شکل جدی عراق و وحدت اجتماعی و حتی یکپارچگی ارضی این کشور را تهدید می‌کند؛ فاکتورهایی که اگر دولتمردان این هرچه سریع‌تر و پیش از پایان جنگ فکری برای حل آنها نکنند باید

خطر بزرگتر همان عوامل پیدایش داعش است که به شکل جدی عراق و وحدت اجتماعی و حتی یکپارچگی ارضی این کشور را تهدید می‌کند؛ فاکتورهایی که اگر دولتمردان این هرچه سریع‌تر و پیش از پایان جنگ فکری برای حل آنها نکنند باید منتظر بحران‌هایی به مراتب بدتر از داعش در عراق باشیم

ساکن هستند بعد از فجایی که داعش بر سر آنها آورد و علاوه بر کشتن هزاران تن از آنها بیش از ۵ هزار زن و دخترشان را به کنیزی برد، اکنون با حمایت‌های کردها و برخی کشورهای خارجی اکنون یگانهای مسلح خاص خود را دارند و مناطق محل سکونت خود را با همکاری کردها اداره می‌کنند. در صورت جدایی اقلیم کردستان از عراق ایزدی‌ها نیز به احتمال زیاد با گرفتن امتیازاتی از کردها به این اقلیم خواهند پیوست و از دولت مرکزی جدا می‌شوند.

قومیت دیگر در همین مناطق ترکمان‌ها هستند که به ویژه در شهر تلمغر و بخش‌هایی از موصل ساکنند. ترکمان‌ها به دلیل زبان، فرهنگ و پیشینه خود که تا حدود زیادی به ترک‌ها نزدیک است با تبلیغات چند سال گذشته ترکیه و حمایت‌های مالی و نظامی این کشور از آنها به نوعی خود را به آنکارا نزدیک کرده و خود را برای مرحله بعد از داعش آماده می‌کنند. ورود ارتش ترکیه به شمال عراق و استقرار در منطقه بعشیه در شمال موصل که باعث تنش بی سابقه میان دولت‌های عراق و ترکیه شد با همین انگیزه از سوی آنکارا انجام شد. ارتش ترکیه با داعیه حمایت از ترکمان‌ها به عراق لشکرکشی کرد و تلاش دارد جاپای آنها و در واقع جاپای خود را در شمال عراق محکم کند که این نیز ضربه‌ای شدید به وحدت کشور است.

پیش از روی کار آمدن داعش همین اختلافات عراق را فلج کرده بود و کار عملاً به یک بست سیاسی رسیده بود؛ فساد در کشور بیداد می‌کرد و درگیری‌های حزبی و جناحی جان هزاران تن را گرفته بود، در واقع باید گفت روی کار آمدن داعش به نوعی روی همه این اختلافات را پوشاند و این همه جدایی و تفرقه را به آتش زیر خاکستر تبدیل کرد؛ آتشی که با کنار رفتن پرده داعش هر آن احتمال شعله ور شدن آن بیشتر و بیشتر می‌شود.

تمام این جریان‌های که گفته شد اکنون صدها هزار تن سلاح و چهارسال تجربه جنگ اندوخته‌اند و همه اینها به اختلافاتی که از حل نشده و تنها مسکوت مانده بود، اضافه شده است. گرچه وجود داعش خسارت‌ها و آسیب‌های جبران‌ناپذیری به ملت عراق و زیرساخت‌های اقتصادی آن کشور وارد کرد اما همین دشمن مشترک توانست بیش از شش سال همه گروه‌های عراقی را گرد هم آورد تا برای نجات کشورشان دست در دست هم و دوشا دوش یکبگر بجنگند؛ امروز اما این عامل از بین رفته است و زخم‌های اختلاف و تفرقه باز سر باز کرده است. به همین خاطر است که بسیاری معتقدند وجود داعش با تمام بدی‌هایش باز نمی‌توانست وحدت عراق را به خطر بیندازد اما تفرقه داخلی عملاً کشور را تجزیه خواهد کرد.

کشور دفاع می‌کنند اما هستند کسانی که می‌گویند کردها و اعراب سنی اگر می‌خواهند در غالب عراق واحد نمانند ما نیز اصراری به نگه داشتن آنها به زور نداریم؛ در واقع آنها تقسیم عراق به سه قسمت اقلیم کردستان، عراق سنی نشین و عراق شیعه‌نشین را به متحد ماندن با تنش و دردسر ترجیح می‌دهند.

از سوی دیگر در میان خود جریان‌های شیعی نیز اختلاف سلیقه و دیدگاه در اداره کشور کم نیست. بیشترین اختلاف را در این راستا میان جریان صدر به رهبری مقتدی صدر و حزب الدعوة به ریاست نوری مالکی شاهد هستیم که اختلافات میان آنها گاه به خشونت‌های خیابانی نیز کشیده شده است؛ اشغال پارلمان توسط هواداران صدر و تظاهرات در منطقه الخضراء بغداد (منطقه امنیتی پایتخت که نهادهای دولتی و حکومتی مهم در آنجا واقع است) که به کشته شدن چند تن از اعضای صدر انجامید از همین دست اختلافات است.

شیعیان عراق متأسفانه برخلاف گذشته پس از سرنگونی صدام نتوانستند وحدت و روحیه انقلابی خود را حفظ کنند و از سال ۲۰۰۳ که دولت بعث عراق توسط آمریکا سرنگون شد هر روز اختلافات تازه‌ای میان آنها به وجود آمد و این اختلافات با افتادن قدرت و پول به دست برخی از آنها بیشتر و بیشتر هم شد و امروز کار به جایی رسیده است که گاه طرف‌های مختلف شیعی علیه هم دست به سلاح می‌برند و برادران خود را به قتل می‌رسانند.

در کنار این سه گروه اصلی یعنی سنی‌ها، کردها و شیعیان که بر شمرده‌ایم، در عراق به ویژه مناطق شمالی آن اقوام و ادیان دیگری نیز ساکن هستند که از جمله آن می‌توان به ایزدی‌ها، ترکمان‌ها، آشوری‌ها و مسیحیان اشاره کرد که همه اینها خود به نوعی نیروی مسلح دارند و بهیچ دنبال بهبود اوضاع شان هستند. به ویژه ایزدی‌ها و ترکمان‌ها که در سال‌های اخیر به شدت قدرت گرفته‌اند.

ایزدی‌ها که در شمال غرب عراق و در مرز با سوریه

نشین و حتی شهرهای مهم و استراتژیکی مانند کرکوک که منابع غنی نفت دارد را نیز به کنترل خود در بیاورند. کردهای عراق از دیرباز رویای استقلال و ایجاد کشور مستقل کردستان را در سر می‌پروراند؛ آنها در این چهار سال تجهیزات نظامی گسترده‌ای نیز از جانب کشورهای غربی دریافت کرده‌اند و تجربه جنگی و سازمان‌دهی نیروهای نظامیشان نیز به مراتب بهتر شده است که به این موضوع باید سرزمین‌های گسترده تحت نفوذشان را نیز اضافه کنیم؛ همه و همه اینها کردها را هرچه بیشتر به سوی استقلال از عراق سوق می‌دهد.

همین موضوع به خوبی در سخنان مسئولان کرد به ویژه مسعود بارزانی، رئیس اقلیم کردستان عراق به خوبی پیداست. او وعده داده تا سال جاری میلادی referendum استقلال کردستان را برگزار کند که با این کار در واقع اقلیم کردستان را به مرزهای جدایی از عراق خواهد رساند.

کردها عزم خود را برای جدایی از عراق جزم کرده اند و روند آن را به احتمال قریب به یقین از همین امسال آغاز خواهند کرد. جدایی کردها علاوه بر اینکه به تضعیف دولت مرکزی عراق خواهد انجامید راه را برای دیگر استان‌ها و گروه‌های قومی و مذهبی عراق هموار خواهد کرد تا آنها نیز دست به اقدامی مشابه بزنند و یا حتی در سطحی پایین‌تر حرکت کنند و خواهان ایجاد حکومت فدرالی و دولت‌های محلی بشوند.

درواقع با قطعیت می‌توان گفت که جدایی کردها از عراق که با حمایت برخی قدرت‌های بزرگ جهانی و حتی منطقه‌ای همراه است شالوده وحدت و یک پارچگی کشور را از هم خواهد پاشید و باب تفرقه و درگیری‌های قومی طایفه‌ای را که عراق در طول دهه‌ها از آن بی‌نسیب نبوده، بیش از پیش خواهد گشود.

از اوضاع در استان‌های سنی نشین عراق و کردها که بگذریم اردوگاه شیعیان عراق که اکنون حاکمیت را در دست دارند و بیشتر خاک این کشور زیر سلطه آنهاست نیز چندان مساعد نیست و دچار تنش و سرگردانی شده است، گرچه غالب سیاسیون شیعه عراقی از وحدت



جنگل زیر آب

جوان‌ترین دریاچه دنیا است که تنها یک قرن از عمرش می‌گذرد و زندگی‌اش را مدیون سیلی است که باعث شست و شوی سنگ‌های آهکی و لغزش آنها شد تا آبی را که پشتشان پناه گرفته بود به این سمت روانه کنند.

دریاچه کیندی متولد شد اما تولدش با مرگ درختانی همراه بود که تنها توانستند نوک خود را از آب بیرون نگه دارند، شاخه‌هایی خشک که تنها پناهگاهی برای شناگران خسته باشند تا زمانی کوتاه دستان خود را دور شاخه‌ها حلقه کنند.

این دریاچه در فصل‌های سرد و گرم سال تصاویری متفاوت از خود به نمایش

می‌گذارد. در روزهای گرم تابستان، این دریاچه تصویری از آبی گرم و درختانی سبزی را در ذهن بازدیدکنندگان بر جای می‌گذارد، در حالی که در زمستان، با سطحی کاملاً یخ‌زده داستانی متفاوت را روایت می‌کند.

منبع: namnak.com

جنگل زیر آب عجیب‌ترین دریاچه دنیاست. دریاچه «کیندی» قزاقستان یک ویژگی منحصر بفرد به نسبت دیگر دریاچه‌ها دارد و آن، وجود یک جنگل در زیر آن است. این دریاچه به دنبال یک زلزله در سال ۱۹۱۱ میلادی به وجود آمده و در آن زمان درختان این منطقه بصورت برعکس در درون آب قرار گرفتند و از آن زمان تاکنون بدون خشک شدن در درون این دریاچه قرار دارند.

این ویژگی در این دریاچه در جهان به صورت منحصر بفرد بوده و سالانه گردشگران بسیار زیادی را به این منطقه جذب می‌کند. دریاچه کیندی به طول ۴۰۰ متر است که عمق آن در بعضی نقاط به ۳۰ متر هم می‌رسد.

دریاچه کیندی در جنوب شرقی آلماتی (Almaty) قرار دارد و ۲۰۰۰ متر بالاتر از سطح دریا است.

شاید مشخصه‌های ظاهری این دریاچه مانند همه دریاچه‌های دیگر دنیا باشد اما آنچه در لحظه اول کیندی را متفاوت‌تر و عجیب‌تر از بقیه در چشم هر بیننده‌ای نشان می‌دهد درختانی است که ریشه‌هایشان را

در کف دریاچه دوانده‌اند اما به گونه‌ای سر از آب بیرون آورده‌اند که گویی دکلی کشتی‌هایی غرق شده هستند. دریاچه کیندی



(ارواحنا فداه) و با سلام به حضرت امام، رهبر و بنیان‌گذار جمهوری اسلامی (اروحنا فداه) و با درود و سلام به شهیدان راه حق و حقیقت و با سلام به همه‌ی خانواده‌های شهدا، مفقودین، اسرا و جانبازان و با سلام به امت حزب‌الله و همیشه در صحنه‌ی ایران، وصیتم را آغاز می‌کنم.

اولاً شهادت می‌دهم به وحدانیت خدا و نبوت یک‌صد و بیست‌و‌چهار هزار پیغمبر و اوصیاء‌شان و به نبوت و خاتمیت حضرت محمد بن عبدالله (صلی‌الله‌علیه‌وآله) و شهادت می‌دهم به امامت و ولایت حضرت امیرالمؤمنین (ع) و یازده فرزندش و حضرت مهدی (عجل‌الله‌تعالی‌فرجه‌الشریف) و اعتراف می‌کنم به حقانیت مرگ و سؤال نکیر و عالم برزخ و حشر در قیامت و حساب و میزان و بهشت و جهنم و اعتراف وافی دارم به وجود ملائکه و نزول تمام قرآن و تمام چیزهایی که بر پیغمبر گرامی اسلام نازل شده است و باید ما بدانیم کسی که باید بمیرد، چه خوب است با شهادت بمیرد؛ همان طوری که حضرت امیرالمؤمنین می‌فرماید: «ان اکرم الموت القتل والذی نفس ابن ابی‌طالب بیده لالف ضربه بالسیف أهون علی من میته علی الفراش فی غیر طاعه الله» (خطبه ۱۲۳/ نهج‌البلاغه) به‌درستی که گرامی‌ترین مرگ‌ها کشته شدن در راه خداست. سوگند به آن کس که جان پسر ابی‌طالب در دست اوست، هزار ضربه شمشیر بر من آسان‌تر از مرگ در بستر استراحت در مخالفت با خداست. قسم به خدای کعبه، ما نباید میدان را خالی بگذاریم که دشمن به اسلام عزیز و قرآن و حریم مسلمانان و کشور اسلامی ما تجاوز کند.

ما می‌بینیم که امام حسین (ع) در کربلا و در میدان عشق، رو به کفار می‌کند و می‌فرماید: «ان کان دین محمد لم یستقم الا بقتلی فیا سیوف خذینی» یعنی، اگر بناست دین جدم محمد (ص)، با کشته شدن من حسین (ع) باقی بماند، پس ای شمشیر به دست‌های عالم، حسین را در بر گیرید. از این فرمایش امام حسین (ع) معلوم می‌شود که انسان باید آمادگی فداکاری در راه اسلام باشد.

یعنی، جان در برابر دین ارزش چندانی ندارد، حتی اگر امام حسین (ع) هم باشد؛ پس باید فدای دین اسلام و پاسداری از آن شد. علی (ع) می‌فرماید: «ان الجهاد باب من الابواب الجنة» یعنی، جهاد دری از درهای بهشت است، که به روی بندگان خاص خدا باز می‌شود. پس سعی کنید این لیاقت را در خود به وجود بیاورید تا بتوانید در جهاد مقدس اسلام علیه کفر پیروز شوید.

در پایان از شما امت حزب‌الله «شال» خواستارم مرا حلال نمایید و برای امام و پیروزی لشکریان اسلام دعا کنید.

والسلام.



شهید جانباز قزوینی «علی(امیر) محمدرضایی» در یک نگاه

آموخت و پیکرش در منطقه ام الرصاص عراق در چهارم دی ۱۳۶۵، مفقود ماند تا امروز که پای مصنوعی‌اش نشانه‌ای شد برای بازگشت و پایان ۳۱ سال فراق یک مادر؛ مادری که سال‌هاست لحظه‌هایش را با یاد فرزندان مفقودش طی می‌کند و اینک نمی‌داند از آمدن این فرزند خوشحال باشد یا دل‌نگران حمیدش باشد، آن مجاهد مدافع حرم که از دو سال پیش در درگیری با تکفیری‌های صهیونیستی در سوریه مفقودالثر شده و تاکنون اثری از وی به دست نیامده است.

دست‌نوشته شهید «علی محمدرضایی»
بسمه‌تعالی

«و لا تقولوا لمن یقتل فی سبیل الله اموات بل احياء و لكن لا تشعرون». (بقره/۱۵۴). کسانی که در راه خدا کشته شده‌اند، مرده نخوانید؛ بلکه زنده‌اند و شما حیات و زندگی آن‌ها را نمی‌توانید درک کنید.

با درود و سلام به حضرت بقیه‌الله امام زمان

۳۱ سال از فراغ یک شهید جانباز ۲۰ ساله می‌گذشت که خبر شناسایی پیکر شهید «علی محمدرضایی» داده می‌شود، شهیدی که پای جا مانده‌اش نشانه‌ای می‌شود برای پایان بیش از سه دهه انتظار یک خانواده و یک مادر.

شهید «علی محمدرضایی» که در اول شهریور ۱۳۴۵، در روستای شال از توابع شهر بوئین‌زهرا به دنیا آمد بعد از حضور در جبهه حق علیه باطل در کنار مدال پاسداری، مدال جانبازی را بر سینه نهاد و در زمستان ۱۳۶۳ در یک عملیات شناسایی در منطقه مریوان پیش‌را زودتر از خویش به بهشت برین فرستاد.

با این حال دست از مبارزه بر نداشت و این بار با پای مصنوعی به همراه برادر ۱۴ ساله‌اش حاج «حمید محمدرضایی» در جبهه حاضر شد و در نهایت مَهر شیرین شهادت با اصابت گلوله‌ای در عملیات کربلای ۴ برخورد نهاد و به مولای شهیدش پیوست.

این شهید والامقام اما درس گمنامی از مادر

مسیر را با هم چک کردیم و حاج موسی هم طناب معبر را به سیم خاردار توپی چسباند و من هم گازانبر را از حاج موسی گرفتم و شروع کردم به قطع کردن سیم خاردارها.

سیم خاردارهای توپی را کنار کشیدم. اما هنوز مسیر کاملاً باز نشده بود. دشمن بعد از سیم خاردار توپی تا رسیدن به سنگ‌هایش زمین را هم با سیم خاردار فرش کرده بود. عمق سیم خاردار فرشی حدود ۶ متر می‌شد. ماقبل از عملیات برای رد شدن از سیم خاردار فرشی تدبیر کرده بودیم که به محض رسیدن به آن با انداختن برانکار روی سیم خاردارها نیروها را عبور بدهیم.

تا بچه‌ها برانکارها را بیارند و روی سیم خاردارها بیاندازند من از زیر سیم خاردار فرشی، سینه خیز عبور کردم تا ببینم موانعی دیگری جلوی راهمان هست یا خیر. جلوتر که رفتم دیدم دشمن منطقه وسیعی را با سیم خاردار توپی به صورت

عمودی پوشش داده است. ترس ورم داشت و گفتم: خدایا از این سیم خاردارها چه جوری رد بشویم. شروع کردم ذکر گفتن و دور اطراف خودم راه دقت نگاه کردن. چند قدمی جلوتر رفتم. دیدم سیم خاردارها تمام شد و چشمم خورد به بسته‌های سیم خاردار که روی زمین رها شده بود. مثل اینکه نیروهای مهندسی دشمن مشغول کشیدن سیم خاردار بودند و با شنیدن سر و صدای ما کارشان را رها کرده بودند.

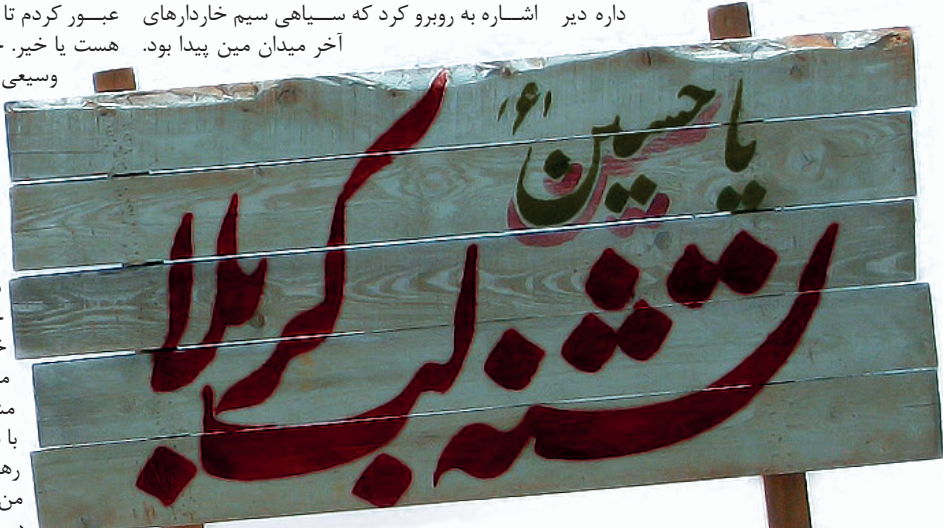
من سریع برگشتم سمت بچه‌ها و دیدم برانکارها رو روی

میشه.» علیپور جواب داد: «یک ربع دیگر مانده تا پشت سیم خاردار آخر میدان مین برسیم.»

من برگشتم سر معبر و به صمد گفتم یک ربع دیگه کار تمام خواهد شد و بچه‌ها می‌توانند برای حمله به دشمن از معبر بگذرند. هنوز با صمد حرفمان تمام نشده بود که از سمت چپ ما که محور قلاویزان بود و فاصله زیادی با ما داشت درگیری آغاز شد و گلوله‌های منور و تیرهای رسام همه آسمان تاریک را پر کرد.

صمد گفت: درگیری شروع شد. دیگر وقت صبر کردن نیست. من که دیدم اصرار می‌کند گفتم: دنبال من با فاصله و با احتیاط نیروها را بیاور. خودم جلو جلو پیش علیپور آمدم. و مجدد پرسیدم: چقدر دیگر باقی مانده است؟ با دستش اشاره به روبرو کرد که سیاهی سیم خاردارهای آخر میدان مین پیدا بود.

شب عملیات کربلای ۱ شهید امیرمسعود صادقی‌یکتا (صمد) فرمانده گردان المهدی عجله بسیاری داشت و اصرار می‌کرد که نیرو وارد معبر بشود. من هم می‌گفتم هنوز کار تمام نشده است. پس از چند دقیقه به شهید صمد گفتم من تا آخر میدان مین می‌روم اگر کار پاکسازی به اتمام رسیده بود شما نیروها را حرکت بدهید. دولا دولا روی طناب سفید معبر رفتم تا به حاج موسی انصاری رسیدم. او مشغول چک کردن زمین و کشیدن طناب معبر بود و به فاصله چند متر جلوتر هم علیپور مشغول خنثی کردن مین‌ها بود. از موسی سوال کردم: چقدر مانده معبر تمام بشود؟ گفت: «حدود ۲۰ متر دیگر» از موسی رد شدم و خودم را به علیپور رساندم و گفتم: «بجنب داره دیر



سیم خاردار انداخته‌اند و تازه صمد و بی‌سیم چی‌هایش دارند رد می‌شوند. قرقره طناب معبر را از حاج موسی گرفتم و مسیر را بررسی کردم که مین نباشد و طناب معبر را تا انتهای سیم خاردار کشیدم و به یک نیشی که سیم خاردار را مهار کرده بود محکم بستم و دو مرتبه به سمت بچه‌ها برگشتم.

صمد با یک تعداد از بچه‌های گردان المهدی (ع) آماده بودند. به آن‌ها گفتم مسیر کاملا باز شده و شما مسیر طناب سفید معبر را بگیرید و کارت‌تان را انجام بدهید. نیروها آرام آرام پا روی برانکاردها می‌گذاشتند و از روی سیم خاردارهای فرشی رد می‌شدند. حاج موسی و علیپور هم دو بچه‌ها را هدایت می‌کردند. من به حاج موسی گفتم شما دوتا جلوی معبر باشید و من هم می‌روم وسط معبر تا نیروها را هدایت کنم. سریع خوابیدم زیر سیم خاردار فرشی و به صورت سینه خیز خودم را عقب کشیدم.

هنوز بدنم کامل از زیر سیم خاردار فرشی بیرون نیامده بود که یک خمپاره ۶۰ کنار معبر زمین خورد. حاج موسی دوید به سمت من و پرسید: «چیزی شد؟» با وجود این که ترکش‌های خمپاره چند جای بدنم را سوراخ کرده بود گفتم: «نه کارت را بکن.» به هر زحمتی بود از زمین بلند شدم. دیدم می‌توانم راه بروم. مشغول هدایت رزمندگان به داخل معبر بودیم که دو تا گلوله خمپاره آمد رو برانکاردها و داخل سیم خاردارهای فرشی به زمین خورد.

همه بچه‌ها درون معبر دراز کشیدند. من برگشتم و نگاهم به محل انفجار افتاد که با من چند متری

بیشتر فاصله نداشت دیدم یکی دو نفر روی برانکاردها دارن می‌سوزند. یکی از آن‌ها «آرپی‌چی» زن بود که خرج گلوله‌های آرپی‌چی‌اش آتش گرفته بود. بلند شدم و سمت بچه‌ها دویدم و نگرانی‌ام این بود که نیروها در این شرایط داخل میدان مین پخش شوند.

دشمن هوشیار شده بود معبر ما مقابل کمین‌های دشمن بود. دشمن آتش تیربارها و خمپاره‌ها را رو روی معبر گرفت و جهنمی بپا کرد. نیروها با دیدن آتش توی معبر کپ کردند و هر لحظه داشت تلفات بالا می‌رفت. برانکاردها با آدم‌هایی که روش بودند همچنان می‌سوخت. گلوله‌های خمپاره‌ای که روی برانکاردها خورد تقریباً سیم خاردارهای فرشی را متلاشی کرده بود.

تعداد زیادی از بچه‌ها روی زمین افتاده بودند. علیپور شهید شده بود و موج انفجار حاج موسی را روی سیم خاردار انداخته بود. او هنوز زنده بود اما تمام بدنش از آتش کاملا سوخته بود. بوی سوختن گوشت و استخوان فضا را پر کرده بود. بدن بی جان حاج موسی را که هنوز داشت می‌سوخت و دود از آن بلند می‌شد از روی سیم خاردار کنار کشیدم و با سختی یکی از نیشی‌های مهار کننده سیم خاردار را بیرون آوردم و به اندازه‌ای که یک نفر رد بشود مسیر سیم خاردارهای فرشی را باز کردم و برگشتم سمت نیروهایی که داخل معبر خوابیده بودند و با داد و فریاد آن‌ها رو بلند کردم و گفتم مسیر باز است و فرماندهای تان انتهای معبر منتظر شما هستند.

زیر آتش تیربارهای سنگین و انواع و اقسام خمپاره

دشمن حرکت کردن شجاعت بسیاری می‌خواست. اما باقی مانده بچه‌های گردان المهدی (ع) دلیرانه جلو رفتند و با دشمن درگیر شدند. با بی سیم اتفاقات داخل معبر و شهادت بچه‌ها را به قرارگاه لشکر خبر دادم و تقاضای نیروی کمکی کردم. شهید داوود حیدری مسئول محور بود و چند دقیقه بعد هم بچه‌های گردان حضرت علی اکبر (ع) به فرماندهی شهید علی آملی به کمک ما آمدند و کمین دشمن خاموش شد.

این معبر مسیر اصلی حمله لشکر ۱۰ سیدالشهدا (ع) در مرحله اول عملیات کربلای ۱ بود. خط اول دشمن که شکست تیم دیگری از بچه‌های تخریب مأموریت عریض کردن (گشاد کردن) معبر را داشتند تا دستگاه‌های مهندسی برای خاکریز زدن عبور کنند. هوا که روشن شد معبر کاملا باز شده بود و دستگاه‌های مهندسی و خودروهای پشتیبانی در آن ترد می‌کردند اما کنار سیم خاردار فرشی تعدادی بدن سوخته و مجاله شده رو به کناری کشیده بودند تا بچه‌های تعاون برسند و به عقب منتقل کنند که شهید حاج موسی انصاری و حمید رضا علیپور هم جزو این شهدا بودند.

معبر گردان المهدی (ع) با شهادت این دو شهید کاملا باز شد و با هجوم رزمندگان گردان‌های المهدی (ع)، حمزه سیدالشهدا (ع)، حضرت علی اصغر و علی اکبر (ع) به دشمن یعنی مسیر کربلا گشوده شد و شهر مهران آزاد شد.



گشایش یک معبر محمد رضا جعفری



یلاقنوس

باتومی شد تا ستاره پر کشید
 طرحی از شوق کبوترها کشید
 باتومی شد عشق را آغاز کرد
 در هوای عاشقی پرواز کرد
 باتو حتی آسمان آبی تراست
 چشمهای قاصدک بی تو، تراست
 باتومی شد آب را احساس کرد
 یاق را البریز عطر یاس کرد
 باتو حتی عشق، عاشق می شود
 یادی از داغ شقایق می شود
 باتو شبها، نور باران می شود
 شهر مالبریز عرفان می شود
 باتومی شد لاله را باور کنیم
 آسمان دیده را ساغر کنیم
 بی تو من حس کردم قنوس را
 بر دل خود بسته ام ناقوس را
 بی تو مرگ خویش را بو کرده ام
 باغم تنهاییم، خو کرده ام
 باتومی شد بوی باران را شنید!
 قطره ای از آب دریا را چشید
 ای بهار جاودانی! ای شهید!
 ای وجودت آسمانی! ای شهید!
 یاد تو، یاد تمام لاله هاست
 معنی احساس خوب زاله هاست

سکوت پنجره

در سینه ام دوباره غمی جان گرفته است
 امشب (باز این) دلم به یاد شهیدان گرفته است
 تا لحظه ای پیش دلم سرد سرد بود
 اینک به یمن یاد شما جان گرفته است
 در آسمان سینه من ابر بغض خفت
 صحرای دل بهانه باران گرفته است
 از هر چه بوی عشق تهی بود خانه ام
 اینک صفای لاله و ریحان گرفته است
 دیشب دو چشم پنجره در خواب می خزید
 امشب سکوت پنجره پایان گرفته است
 امشب فضای خانه دل سبز و دیدنی است
 در فصل زرد، رنگ بهاران گرفته است

سلمان هراتی

فریاد یا علی

فریاد «یا علی» تو با گوشم آشناست
 حرفی بزن که دل به سکوت تو مبتلاست
 از جنس پاک آیینی بودی امید سبز
 اینجا گواه پاکی تو عطر آن خداست
 وقتی که آسمان خبر از هجرت تو داد
 گفتم به او که کوی شقایق بگو کجاست
 رفتم به سرزمین شقایق شی و من
 دیدم که سنگر تو دگر کوی لاله هاست
 آنشب که با کبوتر خود همسفر شدی
 گفتمی در آن زمین دل پاکم زغم رهاست
 امروز من دوباره سراغ تو آمدم
 اینجا دلم به یاد تو از غصه ها جداست
 راهی قشنگ آمده ام ای حضور سبز
 تنها پلاک مانده تو یادگار ماست

مجید وفايي شاهي

بسیجها

آه ای برادران که مهبیای جاده اید
 عزمی گران به کوله خود جای دادماید
 داغ کدام گمشده را جار می زنید
 ای نامه ها چه پر گله و سر گشاده اید
 مبهوتم از دوام سپرهای عشقتان
 کاینگونه در کشاکش سنگ ایستاده اید
 آهسته تر که ما به شما اقتدا کنیم
 ای تک سوار ها که به ظاهر پیاده اید
 ای بطن آفتاب حقیقت، سرایتان
 ثابت شدست روشن و خورشید زاده اید
 در آسمان جلوه سبکیار می روید
 دل را به خانه های زمین جان نهاده اید
 نان و پنیر خشک شما آرزوی ماست
 حسرت قلندران! که چه با حال و ساده اید

محمد حسین حسینی شهرودی

یادمان نرفته است

روزهای آتش و انتظار و انفجار، یادمان نرفته است
 سینه ها داغدار، نخلهای سربدار، یادمان نرفته است
 چکمه های پرزخون، عشق و ترکش جنون، پاتک و تک و نبرد
 ورد لب دعا بمان یا علی و ذوالفقار، یادمان نرفته است
 کفتران عاشق و زخمی و شکسته بال، لاله های بی سرو
 دستهای مانده بر سیم های خار دار، یادمان نرفته است
 صبر و استقامت در خدا خلاصه ها، مردهای بی نشان
 در اسارت و غریب همچو نخل استوار، یادمان نرفته است
 حجله حجله عاشقی - در جزایر عطش - فتح سنگر جنون
 خبیر و محرم و کربلای پنج و چار، یادمان نرفته است
 حک شده است بر دل و یادمان نمی رود، جای جای شهرمان
 مانده خون هر شهید همچو نقش یادگار! یادمان نرفته است

فرهنگ اعلام شهدا، استان آذربایجان غربی

ناشر کتاب: نشر شاهد

نخستین جلد از مجموعه «فرهنگ اعلام شهدا، استان آذربایجان غربی» با چهار هزار و ۶۸۷ مدخل و زندگینامه کوتاه شهیدان استان اصفهان در فاصله سال‌های ۱۳۴۲ تا ۱۳۹۲ منتشر شد.

در این فرهنگ زندگینامه شهیدان با توجه به تنوع مداخل از نظر گروه‌های مختلف جمعیتی پس از کارشناسی، حداکثر و حداقلی از اطلاعات فردی هر شهید نوشته شد.

بر این اساس، نام و نام خانوادگی، نام مستعار، جنسیت، ملیت، دین، مذهب، ایل، نام پدر، سال فوت پدر (در صورت فوت قبل از شهادت)، نام مادر، سال فوت مادر (در صورت فوت قبل از شهادت)، تاریخ تولد، محل تولد، وضعیت تاهل، سال ازدواج، تعداد فرزندان، میزان تحصیلات، شغل، یگان اعزامی، مسئولیت در جبهه، کیفیت شهادت، نحوه شهادت، تاریخ شهادت، محل دفن و شهید دیگر خانواده، در این زندگینامه درج شده است.

همچنین در فرهنگ اعلام شهدای استان آذربایجان غربی سوابق و مبارزات سیاسی و اجتماعی، آثار و تألیفات علمی و ادبی، هم‌زمان و باران دوران مبارزه، مدت حضور در جنگ، عملیات منجر به شهادت، عضویت در احزاب و گروه‌های سیاسی، اجتماعی و برخی دیگر از این گونه موارد، فراخور فعالیت‌های اجتماعی، سیاسی و فرهنگی شهیدان از سال ۱۳۴۲ تا پایان جنگ تحمیلی نوشته شده است.



سردار وحدت

ناشر: نشر شاهد

کتاب «سردار وحدت» نوشته علیرضا غلامی است. غلامی از شهید شوشتری به عنوان مسیح بلوچستان یاد کرده و می‌گوید: کوشیدم از قهرمان‌سازی در این کتاب بپرهیزم زیرا هر یک از شهیدان قهرمانند. در کتاب «سردار وحدت» به شهید نورعلی شوشتری، فرمانده قرارگاه قدس زاهدان پرداخته شده است. وی از فرماندهانی بود که می‌کوشید اختلافات میان شیعه و سنی در منطقه زاهدان را کاهش دهد و بر وحدت میان آن‌ها بیافزاید.

در این کتاب به سابقه مبارزاتی شهید شوشتری در قبل، حین و پس از انقلاب اسلامی پرداخته شده است. او از قشر کارگر بود و به همین دلیل می‌توانست این گروه از جامعه و محرومیت آن‌ها را به خوبی درک کند. نقش کدخدامنشانه او در سیستان و بلوچستان بسیار پررنگ بود.

کتاب «سردار وحدت» در قالب زندگینامه مستند نوشته شده است. برای نوشتن این کتاب از منابعی چون نشریه «شاهد یاران»، اسناد بنیاد شهید و امور ایثارگران، مرکز اسناد و تحقیقات جنگ و دیگر مرکز معتبر برای نوشتن استفاده شده است.



باشگاه مهربانی پل ارتباطی ما و شماست. با ما در تماس باشید و شماره‌ی خود را هم برآیمان بفرستید، شاید روزی صدای گرم شما هم، دلگرممان کند

محمد مهدی باستانی

- شما مجله شاهد جوان را مرتب دریافت می‌کنید؟
مجله شاهد جوان قبلاً بدستم نمی‌رسید ولی چند شماره اخیر بدستم رسیده است.
- پیشنهاد یا انتقادی هم دارید؟
چون مادر و پدرم هم مطالب مجله را می‌خوانند پیشنهاد می‌کنم اگر ممکن است در رابطه مواد غذایی، طب سنتی و اسلامی و خواص میوه‌ها و سبزیجات مطالب بیشتری منتشر شود

مهدی برهانی - سمنان

- از مجله شاهد جوان تماس می‌گیرم شما از نحوه دریافت مجله راضی هستید؟
دو شماره اسفند ماه ۹۴ و فروردین ۹۵ هر دو همزمان و با تاخیر بدستم رسید. اگر این تاخیر برطرف شود مجله دیگر مشکل خاصی ندارد. توزیع ماهنامه بر سر زمانبندی خودش بسیار حائز اهمیت است.

جعفر برزگر - تبریز

- شما مشترک مجله شاهد جوان هستید چه نظری در مورد مطالب مجله دارید؟
خیلی خوب است. مجله را با رنگ و شمایل بهاری دریافت کردم. کیفیت مطالب سازنده و مثبت است.

بهروز بلوری - تبریز

- شما مشترک مجله شاهد جوان هستید چه نظری در مورد این مجله دارید؟
قبلاً هم به فعالان فرهنگی بنیاد شهید در تبریز توصیه کرده بودم که ای کاش اندازه مجله شاهد یاران کوچکتر و هم اندازه ماهنامه‌های

حمید پاکباز - تبریز

- از مجله شاهد یاران تماس می‌گیرم، شما مجله شاهد جوان را دریافت می‌کنید؟
بله اما مجله شاهد جوان با تاخیر بدستم می‌رسد. من از آبان ماه سال گذشته اشتراک ماهنامه را گرفتم اما سه شماره آن یک جا با بدستم رسید.
- پیشنهادی هم دارید؟
اگر مطالب ورزشی با رویکرد علمی‌تر بیان شوند بهتر است. مجله از نظر محتوای ارزشی و معارفی هم بسیار خوب است.

محمد بحری - سقز کردستان

- از مجله شاهد جوان تماس می‌گیرم شما مجله را دریافت می‌کنید؟
چند سالی است که اشتراک مجله شاهد جوان را دارم اما حدود یک سال است که آن را نامرتب دریافت می‌کنم. به گمانم تنها نکته‌ای که می‌توانم یادآور بشوم همین موضوع رعایت زمان دریافت و ارسال مجله است.

سجاد و مهدی

بهزاد دنیا - اردستان اصفهان

- شما از مطالب شاهد جوان راضی هستید؟
مطالب بسیار آموزه و سازنده هستند و مطالعه آنها مفید است. مشکلی از نظر ما ندارد غیر از اینکه نامرتب بدستم می‌رسد.

زهرا بهرامی - نجف آباد اصفهان

- از مجله شاهد جوان تماس می‌گیرم محتوای مجله را چگونه ارزیابی می‌کنید؟
مطالب مجله درون آن را خوب و مثبت ارزیابی می‌کنم
- انتقاد یا پیشنهادی هم دارید؟
پیشنهادم این است که اگر چه برای جوانان منتشر می‌شود اما ما بزرگترها نیز آن را مطالعه می‌کنیم ولی اندازه خط مطالب ریز است و در مطالعه با مشکل مواجه می‌شویم. این پیشنهاد رادر تماس قبلی هم گفتم.



جوان و نوجوان می‌شد اما متاسفانه امکانش گویا فراهم نیست. من گمان می‌کنم اگر شاهد باران مانند شاهد جوان و در قالب آن به چاپ برسد مخاطبان بیشتری را جذب خواهد کرد.

پدر کوثر و مریم بشیری - اصفهان

- از مجله شاهد جوان تماس می‌گیرم، فرزندان شما از این مجله راضی هستند؟ چون فرزندانم نوجوان هستند محتوای مجله را مطالعه می‌کنند به نظرم مفید هستند

زینب بیات - زنجان

- از مجله شاهد جوان تماس می‌گیرم شما این مجله را دریافت می‌کنید؟ بله.

- نظر تان در مورد مطالب چیست؟ من به عنوان یک کشاورز از خوانندگان مخاطب اصلی این مجله خواهر کوچکتر من است تا جایی من می‌دانم مطالب جذابی دارد.

ابراهیمی - اصفهان

- شما از مشترکین شاهد جوان هستید؟ ممنون از تماس دوباره مجله. من همسر خانم ابراهیمی هستم. همسرم مخاطب اصلی مجله است.

- خود شما چطور؟ آن را مطالعه می‌کنید؟

بله و مطالب پزشکی و بخش تغذیه‌های مناسب فصل برایم بسیار جالب است

- نقد یا پیشنهادی دارید.

نقد خیر. ولی پیشنهاد می‌کنم قسمت مربوط

به پزشکی مجله را افزایش دهید و

به موضوعات کار و اشتغال

جوانان نیز توجه

داشته باشید

رضا ابراهیمی - تبریز

- از مجله شاهد جوان تماس می‌گیرم چه نظری درباره محتوای این مجله دارید؟ اگرچه اشتراک آن را دارم اما تاکنون یک شماره بدستم رسیده است.

- از چه زمانی مشترک شده‌اید؟ به گمانم از ۲۵ فروردین ماه و تاکنون دیگر شماره‌ها را دریافت نکرده‌ام.

علی اکبر امانی - چهارمحال و بختیاری

- پیشنهادی برای مجله شاهد جوان دارید؟ بله. ای کاش می‌شد زندگی نامه سرداران استان ما نیز در این مجله به چاپ می‌رسید. من خودم

به شهیدی همچون محمد علی شاه‌مرادی ارادت خاصی دارم خوب است اگر مجله مجلات شاهد جوان به این درخواستم توجه کند.

- نظر شما در مورد سبک نوشتاری آن چیست؟ عالی، عاشق مجله هستم. برای ما افراد که توفیق حضور در جبهه را نداشته‌ایم خواندن زندگی و سرگذشت شهدا کلاس درس است.

محمود امیرخانی - یزد
- شما مشترک کدام مجله از شاهد هستید؟

شاهد جوان به مدت ۵ سال.

- محتوای آن چگونه بوده است؟ من خودم نمی‌خوانم. برای فرزندانم گرفته‌ام.

نامه‌های رسیده

مینا حاجی حسینی، اصفهان - اسلام
مجیدی، چهارمحال و بختیاری - مریم آقا
بالا، زنجان - زینب توکلی، خراسان رضوی
- احمد آرین نژاد، یزد - محمد زینالی،
کردستان - سید علی حسینی، خراسان - ایمان
رضایی خراسان رضوی - ملوک معمار، اصفهان
- علی لک، کردستان



راستش در این
شماره هم به نیت
شما متولدین هر
ماه تفرقی زدیم به
وصیت شهدا که امید
در آینده وصیت شهدا
برسیم به آنچه که از ما
می‌خواهند و خدا می‌خواهد و
ما می‌خواهیم.

تقال

فروردین

ای مردم هوشیار باشید که هرچه شما پیشرفت می‌کنید، دشمنان شما و نوظئه‌های آنها علیه شما زیادتر می‌شود. پس به هوش باشید و از تفرقه افکنی و نفاق جلوگیری کنید و اعتصموا بحبل الله جمیعاً ولا تفرقوا

شهید مصطفی جمشیدیان

اردیبهشت

مومنان مردانی هستند که به پیمان‌هایی که با خدا بستند وفا کردند پس از ایشان است کسیکه عهد خود را گذرانده و به آرزوی خود که شهادت است رسیده و عده دیگر از این مومنان در انتظار شهادت لحظه شماری می‌کنند.

شهید اسداله مرادیان زازرانی

خرداد

ای امت عزیز ایثارها و فداکاریهای شما آنقدر زیاد است که قادر بر زبان آوردن آن نیستم و اجر آن آنقدر عظیم است که خدا بایستی بدهد، ای امت عزیز، انقلاب اسلامی ما با حضور شما در صحنه و فداکاری و ایثارهای شما و فرزندان‌تان به پیروزی رسید و بی شک با حضور مداوم شما در صحنه و پیروی خالصانه و عاشقانه از ولایت فقیه روی پای خود خواهد ایستاد.

شهید مهدی قیصری

تیر

امام صادق فرمود: صبر چون سر ایمان است و نسبت سر به بدن انسان: چون اگر صبر نباشد ایمان نباشد و اگر انسان صبر نداشته باشد ایمان او بی‌فایده خواهد شد.

شهید فراهم علایی

مرداد

یارب اگر نگذری از جرم و گناهم چه کنم ندهی گر به دربخشش پناهم چکنم گر برانی و نخوانی و کنی نا امیدم چه کنم به که رو آرم و حاجت ز که خواهم چه کنم

شهید علی رسولی

شهریور

فریب زرق و برق دنیا را نخورید دنیا شمارا فریب ندهد که دنیا زود گذر و اگر انسان توجه نداشته باشد باعث این می‌شود که انسان را از یاد خداوند غافل و جای خداوند را دل بگیرد.

شهید حسین استقبالی

مهر

قران کریم میفرماید: هرگز مومنانی که بی هیچ علتی از کار جهاد باز نشستند با آنانکه با مال و جان در راه خدا جهاد کنند یکسان نخواهند بود خدا مجاهدان را به مالها و جانهایشان بر نشستگان برتری بخشیده است. و همه اهل ایمان را وعده نکویی داده و خدا مجاهدان را بر نشستگان اجر عظیم قرار داده است.

شهید سید حسین محمودآبادی

آبانی

پس عاجزانه می‌خواهم که از خط اصیل اسلام و امام امت و مراجع معظم تقلید پیروی کنید و بدانید نجات دهنده ما همین اجتهاد و فقاہت پویای اسلام است. و تا می‌توانید در استقرار یافتن احکام الهی در روی زمین کوشش کنید و سستی به خود راه مدهید و کارشکنی نکنید که اگر خدای نکرده اهمال کاری یا کارشکنی یا نقشه کشیدن علیه نظام جمهوری اسلامی بشود مدیون خون شهدای انقلاب اسلامی هستید.

شهید محمد علی حججی

آذر

خداوند! ما را در ردیف یاران باوفای خودت قرارده یارانی که خود را از شر هوای نفسانی ولذات دنیا رها کرده و از این اطاق تنگ و تاریک و نم زای دنیا بسوی تومی آیند. «الهی لا تکلفنی الی نفسی» خدا یا ما را به حال خود ما گذار و ما را در راهی قرار بده که سرور شهیدان حسین بن علی قرار گرفت: زیر امام حسین (ع) الگوی آزادگان است و خون حسین عاملی فراموش نشدنی برای مستضعفان و بیخاک مالیدن پوزه مستکبران است.

شهید ایرج کاوه باغارانی

دی

حمد سپاس خدایی را که صاحب روز جزاست و در این دنیا به مومن و کافر هر دو، و در روز قیامت فقط بر مومن رحم می‌کند و کافران را بنا بر اعمال زشتشان در خشم خود معذوب می‌سازد ستایش خدایی را که طرف خود بر روی زمین خلیفه‌های قرار داد از آن جمله مهدی صاحب الزمان (عج) امید محرومان و برپا کننده قسط و عدل در جهان اسلام.

شهید فضایل کابلی

بهمن

از برادران پاسدار می‌خواهم تا آنجایی که می‌توانند به جیبه‌ها رفته و مسئولیتها را قبول کنند سعی کنید و مواظب باشید که سپاه مانند ادارات سابق وارد مسائل کاغذ بازی نشود کارهای محوله به خودتان را درست انجام دهید چرا که مردم برای تشکیل سپاه خونها داده اند و از شما انتظار دارند. دعا را فراموش نکنید که همه ما محتاج دعا هستیم چه زنده ایمان و چه مرده ایمان.

شهید علی رضا فرج‌الهی

اسفند

به خانواده شهداء زیاد سرکشی کنید و در دعاهای کمیل منزل شهداء شرکت کنید خیلی بیشتر به دعا و قرآن خواندن بپردازید سعی کنید که نماز شب را بجا آورید چون که در روحیه و زندگی انسان خیلی مؤثر است.

شهید محمد رحمت غلام‌حسین





Contact with Mustard Gas plays an important role in the development of serious mental and physical problems; some of them include chronic respiratory disease, impaired vision due to damage to the cornea, skin lesions, neurological and chronic pain and some other effects....

Nowadays, more than 50.000 of Iranian survivors of chemical attacks are still suffering from side effects of mustard gas and need medical care.

Iraqi Baath regime used chemical weapons frequently during imposed war against the warriors of Islam and the people of the cities to show more and more aggression. Chemical bombing of Sardasht city of Iran in 28, June 1987 was the most terrible invasion of this kind, which killed and wounded numerous civilian people. Islamic Republic of Iran named Sardasht as the first victim of chemical weapons in the world after Hiroshima nuclear bombing.

خوانندگان عزیز شما با ترجمه و ارسال متن فوق به آدرس رایانامه مجله می توانید

به قید قرعه **اشتراک ۶ ماهه** برنده شوید



کاریکاتور نیست: سجاد جعفری
خوانندگان عزیز مجله‌ی شا هد جوان می‌توانند برداشت خود را از کاریکاتور نوشته
و به دفتر مجله ارسال کنند.
حتماً روی پاکت قید شود: مربوط به شاهد جوان.

فرم اشتراک مجلات شاهد

شماره حساب سیبیا: ۰۱۰۴۴۷۳۰۸۵۰۰۴ نزد بانک ملی
به نام معاونت فرهنگی و امور اجتماعی بنیاد شهید و امور ایثارگران

نام و نام خانوادگی تاریخ تولد



تلفن ثابت تلفن همراه



نشانی الکترونیکی

کدپستی آدرس کامل پستی.....



مبلغ واریزی ریال - شماره فیش بانکی

تاریخ واریز



امضاء/تاریخ

امور مشترکین: ۰۲۱-۸۸۸۲۳۵۸۴ دورنگار: ۰۲۱-۸۸۸۲۸۴۳۵

نشانی: تهران-خیابان آیت ا... طالقانی-خیابان ملک الشعراء بهار شمالی-شماره ۵-معاونت فرهنگی و امور اجتماعی بنیاد شهید و امور ایثارگران-طبقه ۳-اداره مجلات شاهد



نشر شاهد منتشر کرد



من خواب دیدم بودم

برگرفته از زندگی شهید غلامحسین حقانی
و همسر بزرگوارشان بانو معصومه نعیمی
معصومه امیرزاده گشوئی

