

نخستین ورزشتی

• هفته نامه ورزشی و هنری • سال هشتم • شماره ۲۷۸ • ۸ صفحه • ۵۰۰۰ تومان
 • ۱۹ October 2023 • پنجشنبه ۲۷ مهر ۱۴۰۲ • ۲ رنج لسانی ۱۴۴۵
 • Telegram.me/Nakhostnewsir



کاش دنیا دست بچه ها بود



شیباز برترین کشتی گیر پهلوان



حسین زاده، سکندار هیات تکواندو



هشتمین توپ طلا زیر پای مسی



خاطره «دارتوش مهرجویی»
از یک فیلم تاثیر گذار

دزد دو چرخه!

دور اندیشی، ضمانت موفقیّت
 صدور انواع ضمانت نامه بانکی
 در موسسه اعتباری ملل

ملل
 موسسه اعتباری ملل
 Melal Bank

www.melalbank.ir

چرم مد
 Mashad Leather
 www.mashadleather.com
 @mashadfeatherco

زیبای ایرانی، ایرلنازیا

مشهد مقدس میزبان رکابزنان پیشکسوت کشور



مجید خروشی

مسابقات دوچرخه سواری قهرمانان پیش کسوت کشور به میزبانی مشهد برگزار شد رییس هیات دوچرخه سواری خراسان رضوی در نشست خبری با اصحاب رسانه از برگزاری مسابقات دوچرخه سواری پیشکسوتان کشور ۲۸ تا ۳۰ مهرماه سال جاری به میزبانی خراسان رضوی (مشهد مقدس) خبر داد و گفت: رقابت های قهرمانی پیشکسوتان «جام فرانگران» یادواره زنده یاد احمد احمدی ناصری «بابا ناصری» به میزبانی مشهد مقدس برگزار و در پایان ضمن معرفی تیم برتر هدایای به رسم یادبود از سوی حامی برگزاری مسابقات انجمن فرانگران نوین به شرکت کنندگان اهدا خواهد شد. این رقابت ها در مسیرها بلوار مهدیه و کوه پارک مشهد در ۷ رده سنی ۳۵ تا ۷۰ سال به بالا برگزار خواهد شد.

وی افزود: این مسابقات هر سال یک بار برگزار می شود خراسان رضوی با برگزاری این رقابت ها پرورنده فصل قهرمانی رقابت های ورزشی دوچرخه سواری کشور را خواهد بست. وی خاطرنشان کرد: مسابقات به صورت تک مرحله ای برگزار خواهد شد و خراسان رضوی بعد از برگزار المپاد استعداد های برتر دوچرخه سواری و لیگ کوهستان سومین میزبانی را در رده پیشکسوتان کشور برعهده گرفته است. طهوریان عسگری با اشاره به این که سرمایه های دوچرخه سواری قهرمانی کشور در این رقابت حضور خواهند داشت خاطرنشان کرد: بر اساس پیش بینی ها ۲۰۰ ورزشکار کشور و در هر رده سنی ۷ ورزشکار در این رقابت ها برای نخستین بار از نظر حجم ورزشکار حضور خواهند داشت و جمعه ۲۸ مهرماه کاروان های ورزشی وارد مشهد خواهند شد و ۲۹-۳۰ مهرماه مسابقات و مرحله پایانی رقابت ها را برگزار خواهیم کرد. عضو شورای شهر مشهد همچنین از تهیه، تدوین و نشر نخستین کتاب خاطرات قهرمانان دوچرخه سواری

باشد قبل از حضور در این رقابت ها مسابقات انتخابی بین ۴۰ ورزشکار را برگزار کردیم. ونفرت برتر را راهی این رقابت ها کرده ایم. ترکیب تیم دوچرخه سواری خراسان رضوی در این رقابت ها شامل مرتضی خالصی، مسعود پوستی، محمد بهشتی، رضا امیر پور، حسن کریمی، یحیی عرب ثنائی و جواد مهمان نواز خواهند بود. وی در خصوص معرفی تیم های برتر نیز گفت: بنا داریم مجموع امتیازات کسب شده در رده سنی را به عنوان تیم های قهرمان معرفی کنیم و اولویت مسابقات کسب مدال خواهد بود. عبدالمجید سقا رضوی رییس هیات رییسه فرانگران نوین در این نشست با اشاره به اهداف مجموعه فرانگران نوین گفت: انجمن فرانگران نوین با رویکرد آموزشی، فرهنگی و حوزه مسوولیت های اجتماعی با حفظ هویت ملی و اسلامی تلاش می کند در این راستا در حوزه های مختلف اجتماعی و ورزشی ورود کند. وی درباره هدف از حمایت مالی و حضور در ورزش گفت: حمایت از ورزش و ایجاد فرصت برای سلامتی جامعه از نظر مایک مسوولیت اجتماعی است که امیدواریم همه صنایع، تجار و بازرگانان با این امر مهم توجه کنند چون معتقد صنعت ارتباط نزدیکی با سلامت روح و جسم جامعه دارد و زمانی مدیران تولید در بازار فروش به موفقیت دست پیدا می کند که جامعه در صحت و سلامت جسمی و روحی باشد بنابراین ما نیز در راستای وظیفه اجتماعی در عرصه ورزش ورود کردیم. انجمن فرانگران نوین با بیش از ۴۰۰

بزند مجموعه ترکیبی از هم افزایی و شبکه سازی را مدیریت می کند که امیدواریم در جهت اهداف به نتایج مطلوب دست پیدا کنیم. در حاشیه برگزاری این نشست مجید طهوریان عسگری رییس هیات دوچرخه سواری استان با ارایه گزارشی از عملکرد و فعالیت های هیات گفت: راه اندازی پیست کراس کانتری دوچرخه سواری در پارک خورشید و تبدیل این بوستان به پایگاه قهرمانی دوچرخه سواری کشور و تاسیس مجموعه پیست ترکیبی - هیجانی دوچرخه سواری در مجموعه پارک خورشید و همچنین مذاکره برای مسقف کردن ورزشگاه ثامن برای مسابقات دوچرخه سواری بانوان و راه اداری مجموعه ورزشی بانوان به صورت اختصاصی و ساخت یک مجموعه جذاب و مفرح گردشگری - ورزشی در بوستان خورشید از جمله برنامه هایی است که در صدد انجام آن هستیم و البته برخی از اقدامات به سرانجام رسیده است. وی در خصوص مسابقات بانوان نیز گفت: برگزاری لیگ کوهستان بانوان و همچنین مسابقات استعدادیابی در رده های مختلف سنی از جمله برنامه های هیات در بخش بانوان است و همچنین از راه اندازی و تاسیس موزه دوچرخه سواری کشور در مشهد خبر داد و اضافه کرد: بهار سال آینده موزه مدال آوران قهرمانان دوچرخه سواری کشور در مجموعه ورزشی پیست ثامن را افتتاح و راه اندازی خواهیم کرد. تاسیس باشگاه ورزشی دوچرخه سواری ویژه آقایان و بانوان از دیگر برنامه های در دست اقدام هیات نیز می باشد.



توپ و تور

شش بازیکن خراسانی به تیم ملی والیبال دعوت شدند

محمد مهدیزاده



آرش صادقیانی سرمربی جوان و موقع تیم ملی والیبال زیر ۱۷ سال کشورمان با دعوت از ۲۷ بازیکن تمرینات آماده سازی را از روز ۱۶ مهرماه آغاز خواهد کرد از خراسان ۱ بازیکن به این اردو دعوت شدند تا در آمون سختی مورد محک قرار گیرند

گفتنی است در جمع شش بازیکن دعوت شده به اردوی تیم ملی زیر ۱۷ سال امیرحسین شجاع فصل گذشته به عنوان پدیده مسابقات و بهترین پاسور کشور انتخاب شده بود وی که از دل یک خانواده تمام والیبالی و دست پرورده پدر خود جواد شجاع بازیکن اسبق والیبال خراسان است در حالی به اردو دعوت شده که شایستگی حضور در تیم ملی را دارا می باشد تا تقسیم چی باشد

سوی شجاع بازیکنان دیگر مشهدی طاهاسعداتی و صدرا امینی و صدرا سالم و مهدی برادران و امیر رضا عباسی به اردوی تیم ملی دعوت شدند

کارت زرد

تفاتیان سرریعترین دوندۀ خراسان در آسیاباز هم از همه گله مند بود

نخست ورزشی؛ این دوندۀ خراسانی از ابتدا تا به امروز تنها بود و تنها خواهد ماند.

رعده پدافند هوایی مشهد جایگزین آویژه صنعت مشهد در لیگ برتر بسکتبال شد.

نخست ورزشی؛ چه گلی به سر آویژه زدیم که حال است به دامان رعده پدافند شدیم.

معاون اداره کل ورزش و جوانان خراسان خبر از نمایشگاه هفته ورزش داد

نخست ورزشی؛ جوجه را آخر پاییز می شمارند باید دید چه تعداد هیات ورزشی از این نمایشگاه استقبال می کنند.

نمایندۀ فوتبال خراسان در دسته سه کشور حریفان خود را شناخت

نخست ورزشی؛ فوتبال خراسان به چه روزی افتاد که برای دسته سه و شناخت حریفان ذوق زده شدیم.

خراسان رضوی قهرمان مسابقات «ووشو» کشور شد

مسابقات کشوری ووشو، سبک «بی شائولین» با قهرمانی خراسان رضوی پایان یافت. نماینده سبک بی شائولین ووشو کشور افزود: در این مسابقات که در خانه ووشو مجموعه ورزشی «کوثر» مشهد برگزار شد، تیم گلستان مقام دوم را کسب کرد و تیم خراسان شمالی بر سکوی سوم ایستاد. غلامعلی محمودی ادامه داد: مسابقات بی شائولین ووشو کشور با حضور ۳۸۰ ورزشکار از ۲۰ استان در ۲ بخش «ساندا و تالو» برگزار شد. وی اظهار کرد: مسابقات ووشو کاران در چهار رده سنی نونهالان، نوجوانان، جوانان و بزرگسالان از ۱۹ مهر در مشهد آغاز شد و دیشب به پایان رسید. «ساندا یا ساتشو» به معنی مبارزه آزاد، یک ورزش رزمی تن به تن چینی و یکی از پر قابلیت ترین رشته های رزمی می باشد که در دسته سبک های ترکیبی رزمی به شمار می رود.

حسین زاده، سکندار چهار ساله هیات تکواندو خراسان رضوی

گروه ورزش «مجمع انتخاباتی هیات تکواندو خراسان رضوی با حضور هادی ساعی رییس فدراسیون تکواندو، علیرضا تاج فیروز مدیر کل ورزش و جوانان خراسان رضوی و ۳۰ نفر اعضای مجمع و حضور ۳ نامزد حیدر بانوی؛ حسین زاده و خانم آیینه چی آغاز شد. در همان ابتدا آیینه چی انصراف خود را اعلام کرد. رقابت بین دو نامزد دیگر برگزار شد و در نهایت حسین زاده با کسب حداکثر آرا و با کسب ۲۸ رای از ۲۸ رای مآخوذه به مدت ۴ سال سکندار هیات تکواندو خراسان رضوی شد. همچنین در این مراسم هادی ساعی از یکی از قهرمانان تکواندو خراسان رضوی تقدیر کرد.

- صاحب امتیاز و مدیر مسوول: دکتر علی پاکباز خسروشاهی
- زیر نظر شورای سردبیری
- دفتر تهران: پاسداران، بوستان ۸، پلاک ۱۲۰، طبقه ۲ واحد ۷
- تلفن: ۰۲۱-۲۲۷۶۰۸۹۵-۶
- دفتر مشهد: احمدآباد، خیابان قائم، قائم ۱۴، پلاک ۴۶
- تلفن: ۰۵۱-۳۸۴۳۷۷۱۱
- نمابر: ۰۵۱-۳۸۴۴۴۰۲۰ - پیامک: ۳۰۰۰۷۹۸۱
- کد پستی: ۹۱۸۲۸۹۳۳۱۹
- ایمیل: nakhost@yahoo.com - Info@nakhostnews.ir
- وب سایت: www.nakhostnews.ir
- کانال اطلاع رسانی: @Nakhostnewsir



یادداشت

کدام تخصص! کدام سیاست گذاری!

محمد رضا نصرالله زاده

نشست تخصصی حکمرانی سیاسی در ورزش، توسعه دیپلماسی ورزش برگزار می شود! این خبری بود که از صبح امروز به دست خیلی ها رسید و علامت سوالات بسیاری را در مقابل دیدگان علاقه مندان به ورزش قرارداد! نکته جالب توجه اینکه با استقبالی هم در فضای رسانه ای مواجه نشد! ضمن احترام به برخی از دوستان در همان نگاه اول باید پرسید، این ترکیب سخنرانان را چه کسی و بر اساس چه متر و معیاری انتخاب کرده است؟ ترکیبی که به خوبی می شود رد پای وزیر پیشین ورزش و جوانان و ارتباط او با برخی از سخنرانان را در آن به خوبی متوجه شد! دوم اینکه، چرا، فقط همان همیشگی ها! آیا افراد دیگری در این کشور نیستند که بتوانند، در این زمینه در زمره سخنرانان قرار بگیرند، که پاسخ قطعاً مثبت است. با چینش این ترکیب به خوبی می توان پی برد که محمود گودرزی وزیر پیشین ورزش و جوانان می خواسته به نوعی، نقش کم رنگ شده اش در ورزش را پررنگ کند! غافل از اینکه از همین امروز صبح، تاکنون انتقادات زیادی بر این نشست از سوی اهالی ورزش وارد و اهداف آن را به زیر سوال برده است! باز هم می گویم، این ترکیب، مانند ترکیب تیم های بازنده در فوتبال است، ترکیبی که نه تنها با همدیگر هم خوانی ندارد، بلکه شان برخی از سخنرانان را نیز به زیر سوال می برد!

وزیر ورزش و جوانان اسبق قطعاً می داند که برخی از سخنرانان این نشست در این ورزش مسوولیت داشته و دارند، اما به گفته دوست و دشمن هیچ توفیقی در مسوولیت شان نداشته و ندارند! و دلسوزان واقعی ورزش این واقعتاً را به خوبی می دانند و این حشاشان است که در برابر آن موضع منفی بگیرند! سخنرانانی که باز در پایان باید از انتخاب کنندگان آن ها خرده گرفت و به آن ها یادآور شد که عاقبت انتخاب احساسی رفقاً، موفقیتی را با خود به همراه نخواهد داشت!

خبر

جدایی کریم ودایی به دست شاگرد مورینیو!

چهل و هفتمین گل ملی سردار آزمون با یک ضربه زیبا و تماشایی به ثمر رسید. این چهل و هفتمین گل مهاجمی بود که نخستین گل ملی خود را در نوامبر ۲۰۱۴ برابر کره جنوبی به ثمر رساند، زمانی که بعد از غیبت در جام جهانی برزیل آرام آرام خود را در ترکیب تیم ملی جا می انداخت و با این گل که روی یک دوئل هوایی و ضربه سر در دهانه دروازه کره به ثمر رسید، ایران را به برد در بازی دوستانه رساند. سردار در دو سال متوالی ۲۰۱۵ و ۲۰۱۶ بهترین گلزن تیم ملی ایران بود و ۱۵ گل به ثمر رساند که شامل چند گل حیاتی و مهم در جام ملت ها و مقدماتی جام جهانی می شد. از کرنا به بعد او تنها ۱۵ گل به ثمر رسانده اما از تورنمنت کافا اوج گیری خود را دوباره آغاز کرده و در ۵ بازی متوالی خود گلزنی کرده و روندی رو به رشد و درخشان را از خود نشان داده است. حالا با آغاز مراحل اولیه مقدماتی جام جهانی، این انتظار می رود که آزمون در خط حمله تیم ملی بدرخشد و با تعداد گل های بیشتر در خط آتش ایران، جایگاه خود به عنوان یک مهاجم گلزن ملی را دوباره تثبیت کند. جالب است بدانید آزمون تاکنون ۲۱ گل در مقدماتی جام جهانی به ثمر رسانده و بیشترین تعداد گل خود را در این تورنمنت زده است. با گلی که آزمون مقابل قطر به ثمر رساند، او تنها ۴ گل دیگر تا عبور از کریم باقری و ایستادن در جایگاه دوم برترین گلزنان ملی فوتبال ایران فاصله دارد که در عین حال او را از رکورد گلزنانی چون رابین فن پرسی، تیم کیهیل و... هم عبور می دهد.

ستاره طلسم شکن تنیس روی میز مطرح کرد

فوتبال؛ عامل سقوط ورزش ایران



پدرام خسروشاهی



نوشاد عالمیان که مطرح ترین چهره تنیس روی میز ایران محسوب می شود و در تمام رده های تیم ملی در این رشته حضور داشته است، در بازی های آسیایی جا کارتا مدال برنز را در بخش انفرادی کسب کرده بود و در بازی های آسیایی هانگژو هم در بخش تیمی و دو نفره موفق شد مدال برنز را به دست بیاورد. نوشاد که در حال حاضر در لیگ فرانسه حضور دارد در خصوص بازی های آسیایی و شرایط پینگ پنگ در ایران صحبت کرد و توضیحاتی را در خصوص مشکلی که چند سال قبل برای دست او رخ داد و باعث تغییر سبک او شد، ارایه داد.

در بازی های آسیایی هانگژو موفق به کسب دو مدال برنز شدید. درباره سطح مسابقات صحبت کن.

با توجه به اینکه در رشته ما، تمام کشورهای قدرتمند دنیا، آسیایی هستند، سطح بازی ها خیلی بالا بود اما ما هم تمرینات خوبی داشتیم. در چندین سال اخیر همیشه ذهنیت ما این بوده که در مسابقات جهانی، آسیایی و حتی المپیک مقام بیاوریم و در اردوها هم مدام درباره این موضوع صحبت می کنیم. در مسابقات آسیایی جا کارتا من نتوانستم در انفرادی مقام کسب کنم و از آن به بعد به کسب مقام در تیمی و دوپل فکر می کردیم و خدا را شکر توانستیم در هانگژو دو مدال کسب کنیم.

شرایط خیلی سخت بود اما توانستیم این کار را بکنیم. کمتر کسی فکر می کرد که ما بتوانیم ژاپن را ببریم اما خودمان تیم مان را می شناختیم و فقط به پیروزی برابر ژاپن و کسب مدال فکر می کردیم. با توجه به سطح کشورهای آسیایی در تنیس روی میز، مدال طلا یا نقره برای ورزشکاران ایران در این رشته در دسترس است و آیا قبل از مسابقات به آن فکر می کردید؟

صد درصد در دسترس است. در حال حاضر ما در تمام رده ها مدال برنز را به دست آوردیم و آنجا هم که با بچه ها صحبت می کردیم، هم نظر بودیم که مدال برنز به دست آمده والان باید به مدال های بهتر فکر کنیم. در این دوره هم بعد از بازی با ژاپن که برابر کره قرار گرفتیم، من و نیما در دوبازی اول که باید می بردیم، باختیم اما اگر یکی از این دو بازی به نفع ما می شد، شرایط کاملاً تغییر می کرد.

البته نکته مهم این بود که با توجه به اینکه همیشه به مدال برنز فکر می کردیم و همه هم مدال برنز را تبریک می گفتند، یک جورهایی راضی شده بودیم اما در مسابقات آینده این شانس را داریم که مدال های بهتر را هم کسب کنیم. البته این اتفاق مستلزم این است که زیرساخت و امکانات کافی و دید بزرگ تری داشته باشیم تا بتوانیم مقام های بهتری کسب کنیم. به جز چین کدام کشورها در تنیس روی میز صاحب سبک هستند؟

ژاپن، کره، هنگ کنگ و چین تایپه صاحب سبک هستند و در اروپا هم آلمان، فرانسه و سوئد عالی هستند که ما باید بیشتر تلاش کنیم تا به آن ها برسیم.

از نظر خود بهترین بازیکن در این رشته چه کسی است؟

از نظر من وانگ چوکین که رنکینگ یک دنیا است و من و نیما در دوپل به آن ها باختیم.

اصولاً ورزشکاران در ایران نسبت به توجهی که به فوتبال می شوند، گلابه مند هستند. تو از این موضوع ناراحت نیستی؟

من هم مدام می گویم رشته ما دیده نمی شود. من نمی گویم به فوتبال چیزی ندهند؛ به هر حال فوتبال هم رشته پرطرفدار در تمام دنیا است و شرایط متفاوتی دارد. طبیعتاً باید به فوتبال هم رسیدگی کرد اما این اتفاق باید در سایر رشته ها هم رخ بدهد. نتیجه عدم رسیدگی به سایر رشته ها این می شود که ما در این دوره بازی های آسیایی بدترین نتیجه ۲۰ سال اخیر را گرفتیم. ما استعداد های زیادی در ایران داریم اما متأسفانه هزینه نمی شود و امکانات نمی دهند. اگر به رشته ما امکانات بدهند، خیلی می تواند مدال آور باشد و از طرفی با جذابیتهای

هشتمین توپ طلا زیر پای مسی



بونااماتی، ستاره بارسلونا و تیم ملی اسپانیا را به عنوان برترین بازیکن زن سال برگزیده اند.

عموم رای دهندگان در سایت فرانس فوتبال می خواهند توپ طلای ۲۰۲۳ به اسطوره آرژانتینی برسد. مراسم توپ طلای فرانس فوتبال در سال ۲۰۲۳ در تاریخ دوشنبه ۸ آبان ۱۴۰۲ (۳۰ اکتبر) در سال تاتر دو شتله پاریس برگزار می شود و فاتح ارزشمندترین دستاورد فردی سال بر اساس آراء نمایندگان ۱۰۰ کشور اول رده بندی فیفا انتخاب می گردد. پیش از مراسم توپ طلا، فرانس فوتبال یک نظرسنجی عمومی را نیز در وب سایت رسمی خود برگزار کرده و از مردم خواسته تا برنده توپ طلای ۲۰۲۳ را انتخاب کنند. حال نتایج به دست آمده نشان می دهد که لیونل مسی با کسب ۸/۴۶ درصد

خبر

پنج طلا و دو نقره حاصل کار
بوکسورهای خردسال خراسان رضوی

خروشی- مسابقات بوکس خردسالان کشور به میزبانی استان مرکزی پایان یافت و خردسالان خراسان رضوی با کسب ۵ طلا و ۲ نقره برای استان افتخار آمیز ظاهر شدند. بر اساس این گزارش بعد از دعوت مربی خراسان رضوی به اردو تیم ملی و حضور موفق بوکسورهای خراسان رضوی در رده های سنی بزرگسالان و جوانان و نوجوانان این بار نوبت به بوکسورهای خردسال رسید تا با خلق شگفتی دیگر پرچم بوکس خراسان رضوی را بالا ببرند. در این رقابت ها که به مدت ۲ روز در خانه بوکس مجموعه ورزشی شهدای پنجم مراد اراک برگزار شد، ۲۳۸ بوکسور از تمام استان های کشور و منطقه آزاد کیش حضور داشتند. در این مسابقات علاوه بر ۲۳۸ بوکسور شرکت کننده، ۶۳ مربی نیز حضور داشتند و رقابت ها توسط ۲۵ داور قضاوت شد. در پایان رقابت ها نماینده استان مرکزی با کسب ۸ مدال طلا به مقام قهرمانی دست یافت. اصفهان با پنج مدال طلا و کرمانشاه با چهار مدال طلا به ترتیب عنوان های دوم و سوم را به خود اختصاص دادند.

جشنواره تفریحی ورزشی
به مناسبت هفته تربیت بدنی

گروه ورزش- بوستان ملت مشهد مقدس میزبان برگزاری جشنواره تفریحی ورزشی "خانواده ورزش" به مناسبت هفته تربیت بدنی شد.

به گزارش روابط عمومی اداره کل ورزش و جوانان خراسان رضوی جشنواره تفریحی ورزشی خانواده ورزش «به مناسبت هفته تربیت بدنی و ورزش از ۲۶ مهر آغاز و تا ۲ آبان ماه، همه روزه از ساعت ۱۶ الی ۲۱ در چمن طبیعی بوستان ملت برپا شد. سرپرست معاونت توسعه امور ورزشی اداره کل ورزش و جوانان خراسان رضوی درباره جزئیات برنامه های هفته تربیت بدنی اظهار کرد: با برگزاری هفته تربیت بدنی قصد معرفی همه رشته های ورزشی به عموم مردم جامعه را داریم. جبار قوچان نژاد افزود: برای برنامه های هفته تربیت بدنی جلسات متعددی با حضور ارگان های مختلف استان در محل اداره کل ورزش و جوانان برگزار شد که امیدواریم خروجی خوبی برای مردم داشته باشد. وی یادآور شد: همدلی و هم افزایی دستگاه های مختلف از جمله آستان قدس رضوی، شهرداری مشهد، آموزش و پرورش، آموزش عالی، بسیج ورزشکاران و نیروی انتظامی برنامه های امسال را به شکل متفاوت تری رقم خواهد زد. قوچان نژاد تصریح کرد: باتوجه به روز شمار ابلاغی وزارت ورزش و جوانان برنامه های مختلفی همچون تکریم پیشکسوتان، غبارروبی مزار شهدا، تجلیل از ورزشکاران مقام آور، پاکسازی طبیعت و کوهپیمایی در دستور کار قرار دارد.

یک خراسانی مربی ملی اسکیت شد

گروه ورزش- تیم ملی اسکیت سرعت ایران به مربی گری محمد آرزومند در مسابقات قهرمانی آسیا شرکت خواهد کرد. به گزارش روابط عمومی اداره کل ورزش و جوانان خراسان رضوی، محمد عجم خراسانی، رئیس هیات اسکیت خراسان رضوی با اعلام این خبر اظهار کرد: تیم ملی اسکیت اعزامی به نوزدهمین دوره مسابقات قهرمانی آسیا با مربی خراسانی پا به عرصه رقابت ها خواهد گذاشت. وی افزود: تیم ملی در رشته سرعت با ترکیب محمد سروش مهر، آروین نجفی، محسن کاظمی، محیا دست پاک، آلاله حشمتی، سما شیخ بیگلر و مربیگری محمد آرزومند از خراسان رضوی شرکت خواهد کرد. گفتنی است نوزدهمین دوره مسابقات قهرمانی آسیا ۲۶ مهر لغایت ۶ آبان به میزبانی بیداهه چین برگزار می شود.

جوانان فرش مشهد
صدر نشین دور رفت لیگ بسکتبال کشور



دور رفت از مرحله اول مسابقات لیگ بسکتبال جوانان کشور در گروه D از ۱۲ تا ۱۴ مهر ۱۴۰۲ با حضور تیم های جوانان فرش مشهد- طیف افشان پایا بجنورد- هامرز نیشابور و رادوین نیشابور به میزبانی بجنورد برگزار و تیم فرش مشهد با پیروزی در هر سه دیدار در صدر جدول قرار گرفت
در این مسابقات تیم جوانان فرش مشهد ابتدا به مصاف تیم هامرز نیشابور رفت و این تیم را با نتیجه ۹۲ بر ۳۸ شکست داد سپس رو در روی تیم رادوین، دیگر نماینده نیشابور که از چند بازیکن کمکی استان نیز بهره می برد قرار گرفت و این تیم را هم با نتیجه ۹۳ بر ۴۷ از پیش رو برداشت و در آخرین دیدار به مصاف تیم طیف افشان پایا بجنورد، میزبان مسابقات رفت و این تیم را هم با نتیجه ۷۸ بر ۴۸ شکست داد تا با سه پیروزی، مقتدرانه صدر نشین دور رفت لقب گیرد.
سرمربی تیم جوانان فرش مشهد در خصوص این مسابقات گفت: با توجه به اینکه مسابقات به طور متمرکز، طی سه روز، بدون استراحت برگزار شد ما سعی کردیم در

قدردانی از پیر غلامان و خادمان حسینی
و جمعی از پیشکسوتان ورزش کشور

این مراسم معنوی و باشکوه با حضور دکتر سعید حق وردی رئیس سازمان قهرمانان ملی ورزش ایران، دکتر علی جوادی مدیرکل ورزش و جوانان استان تهران و بیش از ۵۰ پیشکسوت نامدار و مدال آور رقابت های المپیک، جهان، آسیا، ملی و خادمان ورزش سراسر کشور در محل تالار اداره کل ورزش و جوانان استان تهران برگزار و با اهداء حایمل ولوح یادبود مورد تقدیر قرار گرفتند.
در پایان این همایش معنوی استاد مونس از مشهدالرضا(ع)

برگزاری مسابقات انتخابی کشتی پهلوانی به میزبانی چناران
«شهباز» برترین کشتی گیر پهلوان



گروه ورزش- ابوالفضل شهباز خرو به عنوان برترین کشتی گیر پهلوانی که به میزبانی شهرستان چناران برگزار شد معرفی گردید.
بر اساس این گزارش رئیس اداره ورزش و جوانان شهرستان چناران به همراه همکاران و به خصوص حسن پور رئیس

تغذیه ورزشی



روش افزایش وزن
در بدنسازی

سید بهنام حسینی زهرانی
کارشناس ارشد تربیت بدنی

بیش از نیمی از جوانانی که به باشگاه های بدنسازی مراجعه می کنند به دنبال افزایش وزن با بدنسازی هستند چرا که بهبود استایل و فرم جسمی در بین جوانان امروزی بیش از پیش ظهور پیدا کرده است.

شناسایی تیپ بدنی مناسب خود بسیاری از ورزشکاران و افراد عادی بدون هیچگونه مطالعه در مورد جسم خود، شروع به ورزش های سنگین همانند بدنسازی یا وزن برداری می کنند و انتظار دارند که در کوتاه ترین زمان به فرم و استایل دلخواه خود برسند! در اصل اگر شما تیپ بدنی خود را شناسایی نکنید نمی توانید افزایش وزن یا عضله سازی را با رشته ای همچون بدنسازی تجربه کنید. انواع تیپ های بدنی: اندومورف ساختارهای استخوانی تر با قسمت میانی و باسن بزرگتر. چربی بیشتری را در سراسر بدن حمل می کند به سرعت چربی می گیرد و به آرامی آن را از دست می دهد.

مزومورف ساختار استخوانی متوسط با شانه های پهن تر از باسن. ماهیچه های ورزشی توسعه یافته است. اکتومورف شانه ها و باسن باریک تر نسبت به قد.

عضلات نسبتاً کوچکتر از نظر طول استخوان متابولیسم سریع به طور طبیعی افزایش وزن را برای بسیاری دشوار می کند.

افزایش وعده های غذایی با برنامه بهترین و موثر ترین روش برای افزایش وزن در بدنسازی بدون مکمل، کمک از وعده های غذایی سرشار از پروتئین در روز با رعایت فاصله زمانی مثلاً هر ۵ ساعت می باشد. نکته: بهتر است روزانه ۴ وعده غذایی مناسب با کالری مورد نیاز بدنانتان داشته باشید نه کمتر تا افزایش وزن را به سرعت در بدن خود بدون هیچ عوارضی مشاهده کنید.

دریافت کالری بیشتر با روش هفتگی طبق گفته های متخصص حوزه ورزش، برای افزایش حجم وزنی بدن خود می توانید با دریافت کالری بیشتر فقط از مواد غذایی به روش هفتگی در کمتر از یکماه تغییرات مناسبی در وزن خود احساس کنید. ضمن این روش کاملاً تست شده و به خوبی روی اکثر افراد جواب داده است. روش به این صورت می باشد حجم گیری با کربوهیدرات ها مکمل های همچون کراتین ها و البته بعضی از غذاها دارای منابع سرشار از کربوهیدرات هستند که شما با افزایش مصرف کربوهیدرات می توانید ترشح انسولین در بدن خود را افزایش داده و به طور چشم گیری شاهد حجم گیری سریع بدن خود همزمان با تمرینات بدنسازی باشید.

مواد غذایی دارای کربوهیدرات برنج نان پاستا میوه خشک و میوه تر و انواع محصولات غلات و آجیل ها افزایش مصرف آب و نوشیدنی ها بدون هیچ شکمی می توان گفت با بیشتر کردن مقدار مصرف روزانه آب و سایر مایعات می توانید مقداری از تعریق های دست رفته هنگام تمرین و فعالیت های روزانه را به حداقل برسانید، که این امر سبب می شود بدن شما انباشت چربی را بیشتر حفظ کرده و برای جبران مایعات به سراغ مواد مغذی موجود در بدن شما نرود.

خاطره «داریوش مهرجویی» از یک فیلم تاثیرگذار

دزد دوچرخه!

داریوش مهرجویی، کارگردان جریان ساز و پیشکسوت که شنبه شب به قتل رسید، سال‌ها پیش در یک مصاحبه تلویزیونی «دزد دوچرخه» را اولین فیلم تاثیرگذار زندگی‌اش دانسته و خاطره‌ای در این رابطه بیان کرده است. زنده‌یاد داریوش مهرجویی در سال ۱۳۷۶ در مصاحبه تلویزیونی با احمد نجفی، مجری و بازیگر گفته است: اولین فیلم که روی من اثر گذاشت، دزد دوچرخه بود که در سینما مایاک درباره آن مطلبی خوانده بودم. هیچ شناختی هم از آن نداشتم. ولی نقدی از آن خواندم و برایم جالب بود. به هر حال فامیل، پدر و مادر و همه را تجهیز کردیم که برویم آن فیلم را ببینیم.

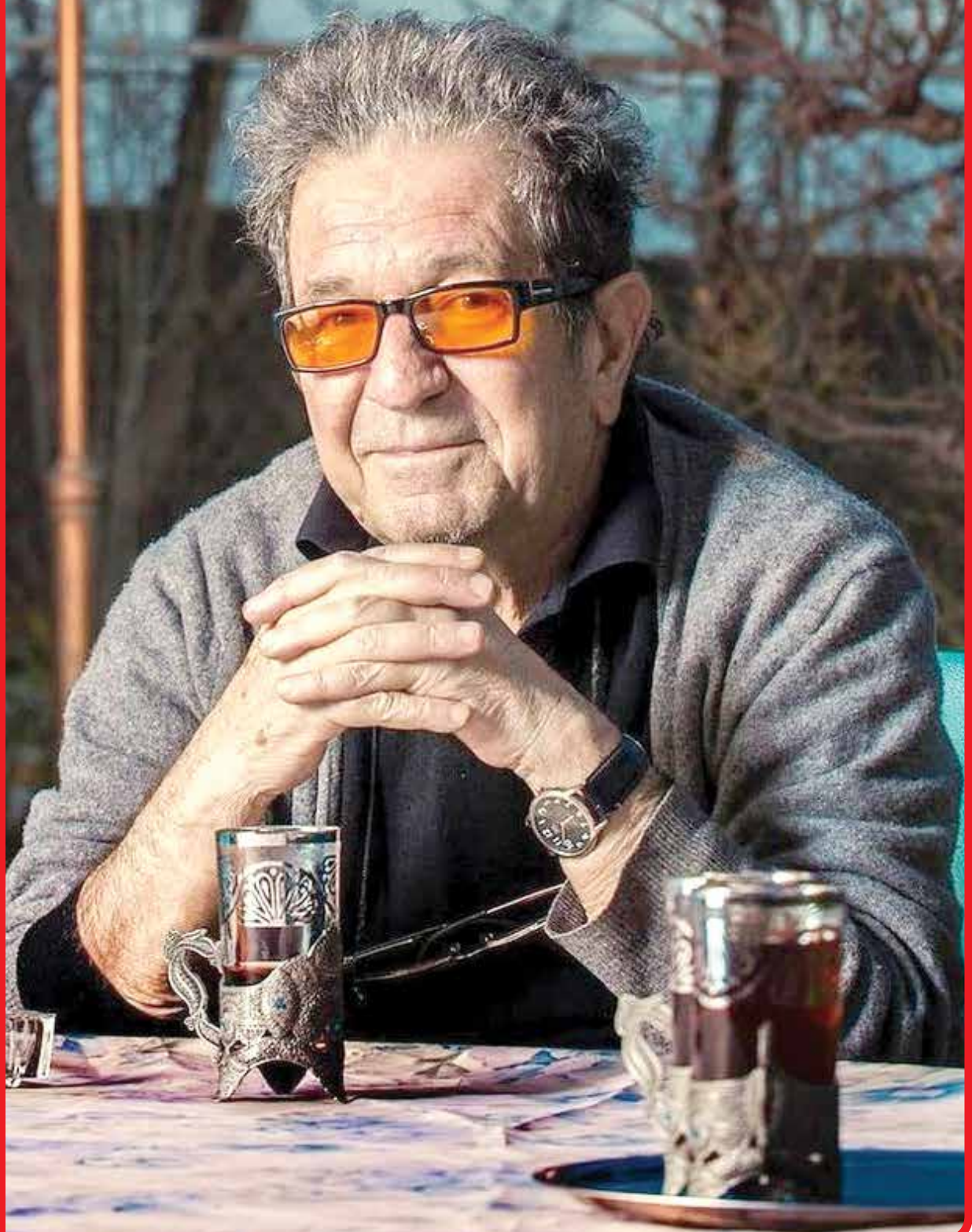
یادم است یک روز جمعه هم رفتیم که سینما خیلی شلوغ بود. خوب آن فیلم هم برای مردم آن موقع یک فیلم خیلی تازه‌ای بود. چون آن موقع مردم همه‌اش فیلم‌های بز بزن و آرتیست بازی و این‌ها را می‌دیدند. یک فیلم سنگین بود. بعضی مواقع یک عده‌ای بلند می‌شدند و بیرون می‌رفتند. حوصله‌شان سر رفته بود. خلاصه ما نشستیم و تا آخرش دیدیم. پدرم از این فیلم زیاد خوشش نیامده بود و می‌گفت خسته کننده است و زیاد آرتیست ندارد. افراد دیگر هم همین‌طور. ولی خوب فیلم روی من تاثیر گذاشته بود.

این کارگردان در ادامه اظهار داشته است: چندین روز همواره به این فیلم فکر می‌کردم. منتقدان جوان مثل هژیر داریوش، پرویز نوری، پرویز دولبی و جمشید ارجمند سینما را جدی گرفته بودند و درباره این فیلم می‌نوشتند.

از کارهای چاپلین خوشم می‌آمد

داریوش مهرجویی همچنین درباره دیگر فیلم‌های مورد علاقه‌اش در سینمای جهان گفته است: اگر برگردیم به تاریخ سینما، از ابتدا من خیلی از کارهای چاپلین خوشم می‌آمد و از کارهای مثلاً پایز، آیزنشتین، و فیلم‌های فیلم‌سازان موج نو مثل گدار و تروفو و آلن رنه. این‌ها برای من شگفتی آور بودند. برگمان و فلینی و آنتونیونی و اورسن ولز و وودی آلن هم جذاب بودند. این‌ها کسانی هستند که کم‌وبیش در همان طیف‌های حسی و فکری که من طالب آن هستم، حرکت می‌کنند. در نتیجه می‌تواند بگویم که کارهای من شاید به یک اعتبار در همین طیف قرار می‌گیرد. این گفتگوی تلویزیونی در سال ۱۳۷۶ در برنامه حرفه‌ای‌ها انجام و از شبکه تهران پخش شده است. متن این مصاحبه در کتاب داریوش مهرجویی، نقد آثار از بانو تا مهمان مامان منتشر شده است.

به گزارش ایرنا، داریوش مهرجویی کارگردان سینمای ایران، شب گذشته در ویلایی در فردیس کرج به همراه همسرش به قتل رسید. مرکز اطلاع‌رسانی پلیس البرز ساعت یک بامداد امروز اعلام کرد که علت فوت این کارگردان با سابقه کشورمان از سوی پلیس در دست بررسی است که به‌زودی اطلاع‌رسانی خواهد شد.



خبر

خدمت دانشجومعلمان در نظام آموزشی مدارس



ریحانه برومند - با توجه به مذاکره صورت پذیرفته وزارت آموزش و پرورش و دانشگاه فرهنگیان در خصوص تدریس ورودی های سال ۱۳۹۹ دانشجومعلمان همه

رشته ها (دبیری و ابتدایی) مجازند در صورت تمایل و عدم تداخل برنامه درسی آنها؛ نسبت به تدریس در نوبت دوم مدارس (اعم از ابتدایی یا متوسطه) به صورت حق التدریس اقدام کنند. بر اساس این گزارش هر دانشجو معلم می تواند با همکاری و توافق با یک دانشجو معلم دیگر، در پایه های چهارم، پنجم و ششم ابتدایی به صورت مشترک دروس یک کلاس را تدریس نمایند. حق التدریس این دانشجومعلمان به تناسب ساعات تدریس پرداخت می شود.

معاون برنامه ریزی و توسعه منابع دانشگاه فرهنگیان در همین رابطه گفت: دانشجو معلمان دانشگاه فرهنگیان که سال تحصیلی جاری در تدریس مدارس مشارکت کنند در سنوات آینده از گزینه های تشویقی از جمله اعطای امتیازات در انتخاب مدرسه مورد نظر در شهر و منطقه خود و همچنین امتیازات مربوط به ارتقای مرتبه و عوامل امتیاز آور در رتبه بندی از جمله تقدیر مدیران و... برخوردار خواهند شد.

تقی پور به مدیریت امور پردیس های دانشگاه فرهنگیان خراسان رضوی منصوب شد



گروه هنر - با حضور رمضان خانی مشاور رییس دانشگاه فرهنگیان در امور مجلس، حبیب الله تقی پور به عنوان تمشیت مدیریت امور پردیس های دانشگاه فرهنگیان خراسان رضوی منصوب و از خدمات و تلاش های محمدرضا دیمه کار تقدیر شد.

به گزارش روابط عمومی مدیریت امور پردیس های دانشگاه فرهنگیان با حضور مشاور امور مجلس و استان های رییس دانشگاه فرهنگیان، حبیب الله تقی پور سهیل آبادی به عنوان مسوول تمشیت مدیریت امور پردیس های دانشگاه فرهنگیان خراسان رضوی معرفی و از تلاش های محمدرضا دیمه کار سرپرست پیشین این مدیریت قدردانی شد.

صفی الله رمضان خانی، مشاور رییس دانشگاه فرهنگیان به اهمیت این دانشگاه اشاره کرد و گفت: بر اساس بیانات مقام معظم رهبری، دانشگاه فرهنگیان مرکز نقل نظام تعلیم و تربیت کشور است، بنابراین توجه به این دانشگاه امری ضروری، خطیر، ظریف و حساس است که حمایت همه قوای نظام به ویژه دولت و مجلس را در برنامه هفتم توسعه می طلبد. رمضان خانی، استادان دانشگاه فرهنگیان را استنادی متعهد و نمونه دانست و خاطر نشان ساخت: جهاد تبیین های و معرفی نقاط قوت و دستاوردها و ارزش جمهوری اسلامی ایران از وظایف مهم استادان است.

مشاور رییس دانشگاه فرهنگیان دریافت ۱۵۰۰ ردف هیأت علمی، حضور شخص رییس جمهور در جلسه هیأت امنای دانشگاه برای اولین بار، تصویب چارت دانشگاه، تشکیل هیأت ممیزه و تشکیل هسته گزینش را از مهمترین اقدامات و ثمرات دولت سیزدهم در رابطه با دانشگاه فرهنگیان عنوان کرد.

حسرتی که بر دل علی نصیریان ماند
آخرین کار با مهرجویی



علی نصیریان آرزو داشت آخرین کار هنری اش با داریوش مهرجویی باشد اما سرنوشت این گونه بود که آخرین کار مهرجویی با نصیریان رقم بخورد. آن چنان در شوک قتل فجیع داریوش مهرجویی و همسرش، وحیده محمدی فر هستیم که دست و دلمان نمی رود مانند شیوه مرسوم مطبوعات به هنگام درگذشت یک هنرمند، به تهیه گزارش و گفتگو بپردازیم اما آنچه در ادامه می آید، بازخوانی بخشی از گفته های علی نصیریان است درباره همکاری با داریوش مهرجویی.

به گزارش ایسنا، «لامینور» آخرین ساخته داریوش مهرجویی است. فیلمی که بعد از ۴۰ سال همکاری دوباره او را با نصیریان رقم زد.

ساخت و اکران این فیلم سبب شد تا نصیریان در نشست هایی که برای این فیلم برپا می شد، بخشی از خاطرات گذشته و اولین همکاری های خود را با مهرجویی روایت کند.

دهه ۴۰ نصیریان جزو بازیگران شاخص تاتر بود و گزینه خوبی برای کارگردان نوجویی که دنبال ساخت فیلم هایی از نوعی دیگر بود.

نمایشی روی صحنه بود که جوانی آراسته و به قول نصیریان خوش تیپ به دیدن آن آمد و بعد از اجرا گفتند او داریوش مهرجویی است که برای فیلمش دنبال بازیگر می گردد.

این جوان که در آمریکا فلسفه خوانده بود، تسلطی کامل به ادبیات ایران و جهان هم داشت و این گونه بود که بخشی از بهترین فیلم های سینمای ایران را با اقتباس یا برداشت از آثار شاخص ادبی ساخت. او دوستی نزدیکی هم با غلامحسین ساعدی داشت یکی از نمایشنامه نویسان به نام کشورمان. پس چه فرصتی بهتر که مهرجویی برای ساخت دومین فیلمش «گاو» سراغ نمایشنامه ای از او برود و چه موقعیتی بهتر که با بازیگرانی همکاری کند که در تئاتر ریشه داشتند و در نمایشنامه های ساعدی بازی کرده بودند.

یکی از این بازیگران علی نصیریان بود و این گونه شد که اولین همکاری مهرجویی و نصیریان در فیلم «گاو» رقم خورد. نصیریان حدود ۴۰ سال بعد زمانی که در فیلم «لامینور» برای چندمین بار با مهرجویی همکاری کرد، به مرور خاطراتی از اولین

همکاری های خود با این کارگردان پرداخت که بخش هایی از آن را با هم می خوانیم: «قصه «گاو» از کتاب عزاداران بئیل نوشته جناب غلامحسین ساعدی بود. در سال ۳۶ مرکزی با عنوان اداره هنرهای دراماتیک تاسیس شد و از آن زمان ما با جناب ساعدی همکاری کردیم. ابتدا با یک سری نمایش نامه با مضمون مشروطه با هم کار کردیم تا اینکه یک شب آقای ساعدی با جوانی خوش رو به نام داریوش مهرجویی پیش ما آمدند و گفتند که ایشان می خواهند فیلم «گاو» را بسازند. ما از شوق حس عجیبی پیدا کردیم و نمی دانستیم باید از خوشحالی چه کنیم.

البته قبلا در تلویزیون ایران، تئاتر هایی را اجرا کرده بودیم که یکی از آن ها همین نمایشنامه «گاو» بود. آقای آل احمد از این اثر تمجید فراوانی کردند. بعد از آن که سناریوی فیلم نوشته شد، تازه متوجه شدیم مقوله سینما با تئاتر متفاوت است. داریوش مهرجویی تست های فیلمی و سینمایی از ما گرفت و تمرین هایی برای ما گذاشت و سکانس های پردیالوگ فیلم را در اداره تئاتر تمرین کردیم.

این فیلم برای ما بسیار تاثیرگذار بود. من همیشه گفتم که در «گاو»، مهرجویی ما را با قرار گرفتن مقابل دوربین و بازی فیلم سینمایی آشنا کرد. من از ایشان سینما را یاد گرفتم. موضوع عمق میدان و حرکات دوربین و تکنیک های سینما آنجا برای ما روشن شد. اولین کارگردان و معلمی که به من یاد

داد مقابل دوربین چه کنم، داریوش مهرجویی بود. نصیریان در باره شخصیت داریوش مهرجویی هم گفته بود: «مهرجویی خیلی با وسواس کار می کرد. من اخیرا با او کار کردم و دیدم با وجود بالا رفتن سن هنوز دقت قدیمش را دارد. حتی زمانی که با اهالی روستا بازی می کردیم، بارها کار و تمرین می کردیم.»

اردیبهشت سال گذشته در اولین اکران لامینور هم نصیریان آرزو کرد عمر خودش و مهرجویی برای یک همکاری دیگر کفاف بدهد و گفت: برای من خیلی جذاب خواهد بود که آخر عمری با مهرجویی زندگی ام را تمام کنم.

او در این اکران در ستایش از داریوش مهرجویی گفت: کار کردن با آقای مهرجویی برای من همیشه فوق العاده جالب بوده است. بعد از چهل سال دوری و جدایی از ایشان، این همکاری شکل گرفت. فرهنگ غنی و درک و دانش، پشتوانه کار یک سینماگر است. سینما فقط تکنیک نیست. سینما اندیشه و فکر است و ایشان صاحب فکر بودند. از همان موقع هم کار کردن با ایشان برای من بسیار جذاب بود و برای من این ارتباط بسیار جذاب بوده و ان شاء الله هم ایشان و هم من عمرمان کفاف بدهد یک بار دیگر هم این اتفاق بیفتد. حالا عمر مهرجویی به پایان رسانده شده و «لامینور» به عنوان آخرین همکاری او و نصیریان رقم خورده است.

دانش سازمانی چیست؟

تعیین به روش های کارها شود. در نهایت می توان اینطور گفت که بهترین شیوه ها و مهارت هایی که از شغلی به شغل دیگر قابل انتقال هستند نمونه هایی از دانش آشکار شدنی هستند.

دانش صریح

دانش صریح، که دانش چیست هم نامیده می شود دانشی است که نظام مند است و اغلب مستندسازی شده است. شناسایی، ذخیره و بازیابی آن آسان است ولی در عین حال مدیریت/کنترل این دانش به دقت و توجه نیاز دارد. بزرگترین چالش این دانش اطمینان حاصل کردن از اطلاعاتی است که باید به درستی در دسترس کارکنان قرار بگیرد. برای این کار هم باید فضای ذخیره و محافظت کافی از اطلاعات را داشته باشیم. برای استفاده هر چه کارتر از این دانش باید فرآیندی وجود داشته باشد تا دانش صریح به طور رسمی بازنگری، به روزرسانی یا از چرخه خارج شود. نمونه های دانش صریح شامل دیتابیس ها، یادداشت ها یا آوری ها، اسناد و... است.

این دانش معمولاً به عنوان دانش چگونگی در یک سازمان شناخته می شود. دانش ضمنی دانشی است که در ذهن ذی نفعان (افراد در نقش های مختلف) شکل می گیرد و عمدتاً بر مبنای تجربه ایجاد می شود. این دانش به عنوان ارزشمندترین منبع دانش شناخته می شود. دانش ضمنی ماهیتی شهودی دارد، بیان آن دشوار است و عمیقاً ریشه در اقدامات عملی فرد دارد. به عبارتی افراد یا گروه ها برای کسب دانش ضمنی باید خودشان عملاً در فعالیت مرتبط با آن دانش مشارکت پیدا کنند.

دانش آشکار شدنی

دانشی است که می تواند بیان شود اما هنوز بیان نشده است. شما احتمالاً با موارد زیادی از دانش آشکار شدنی در سازمان خود رو به رو شده اید. به عنوان مثال، اگر از یک عضو تیم بپرسید که چگونه یک کار را انجام می دهد این سوال می تواند جرقه گفتگو در مورد طیف وسیعی از ابهامات و مراحل انجام کار او باشد، همچنین می تواند باعث شکل گیری نتایج بالقوه ای شود که منجر به فرآیندی متفکرانه برای



سید معین امامی میبدی

به دانش خاص یک سازمان که از تجربه جمعی یا تجربه فردی هر یک از کارکنان آن سازمان به دست می آید دانش سازمانی می گویند. این دانش به شکل صریح یا ضمنی، مورد استفاده قرار می گیرد تا اهداف سازمان را محقق گرداند.

دو مطلب مهم در مورد مفهوم دانش سازمانی

قبل از هر چیزی باید بدانیم، «دانش» منبع و دارایی مهمی است. یک سازمان نیاز دارد از فرآیندهای سیستم مدیریت کیفیت پشتیبانی کند، سپس منطبق بودن خروجی های آن را تضمین کند.

دوم اینکه، «دانش سازمانی» دارایی است که نمی توان آن را کمی سازی کرد، یعنی مجموعه ای از دانش فردی یا جمعی است که نسبت به دیگران با زمینه فعالیت مشابه، مزیت و برتری ایجاد می کند.

چند نوع دانش سازمانی وجود دارد؟
دانش ضمنی



یادداشت

عشق، کیفیت و حیانی

جواد ظفر امیلی

هر جاسخن از عشق است زندگی می درخشد این عشق است که مرده را زنده می سازد زندگی بدون عشق یعنی حیاتی بدون معنا و فاقد هیجان همچو کالبدی بدون روح را می ماند اگر واژه دلنشین عشق از ادبیات و روابط انسانی حذف شود بدون شک ادبیات به روز مرگی و زوال خیال منجر و انسان ها دستشان برای همیشه بسته می ماند هیچ کس توان تضعیف عشق را ندارد و هیچ گاه عشق کسی را ذلیل نساخته بلکه عاشقان همیشه انگشت نمای اشخاص متعالی و بزرگ بوده اند اینکه می گویند عشق جایی در کلام الهی ندارد بدون تردید حرفی از سر عشق ناشناسی ست چرا که عشق ذاتاً ماهیتی ست و آنچه این واژه را پرطمطراق و سرگور کرده است نامش نبوده بلکه کیفیت خاص آن می باشد که وقتی در کسی حلول کند وی را قدرتی مهارنشده در زمینه های فداکاری و جان بازی و از خودگذشتگی و بخشش عطا می کند که در احوال عادی بروزش محال هست چون عاشق از هستی و تمامی خودش تنها چیزی را که می بیند معشوق و محبوب است حتی سرمایه و دارایی خویش را به پای محبوب می ریزد تا حدی که اندوخته هایش را برای معبود فدا می کند و تنها به معشوق می اندیشد حتی اگر محبوب فارغ از او باشد بخشش، رحمت و لطف باریتعالی هم از جنس عشق است که در عاشقان زمینی هرگز به این اندازه ظهور نکرده و نمی کند که در عنایت حضرت حق تعالی متجلی می شود خداوند خالق و آفریننده عشق بوده و عشقش را به همه بندگانش اثبات نموده است و در آیه مبارکه والذین آمنوا اشد حبا... به زیبایی و بلاغت هرچه تمام تر، شدت دوست داشتن بندگانش را به پروردگارا به رخ کافران کشیده است مگر می توان تصور کرد بنده ای محبوبش را در حد عاشقی دوست بدارد و خداوند وی را کمتر از این حد دوست داشته باشد محال است که چنین باشد و غیرممکن است که این چنین حال و احوالی عشق نباشد برای همین است که نام عاشقان در ذهن عام و خاص ثبت شده است و با لطافت و ملاحظت جریان دارد عاشقان در تاریخ جایگاهی ندارند بلکه در قصه ها جاری هستند آزان رو که در تاریخ جنگ و ستیزه، مبارزه و رویارویی به تصویر کشیده می شود اما قصه ها صلح بدون جنگ را روایت می کند آنجایی که عشاق با اشتیاق خود را قربانی معشوق می سازند.

هر گه که دل به عشق دهی خوش دمی بود
در کار خیر حاجت هیچ استخاره نیست

خبر

ماجرای مهراں مدیری و شبکه نمایش خانگی

ماجرای حضور مهراں مدیری در شبکه نمایش خانگی و حق الناسی که فراموش می شود.
خبر ممانعت از صدور مجوز برای برنامه جدید مهراں مدیری و تکذیبیه متعاقب آن از سوی صادرکننده مجوز یکی از صداها شایعاتی است که به واسطه فضای مجازی و نبود امکان نظارت صحیح بر آن به وجود آمد اما لازم است در این راستا به نکاتی توجه داشت.
خبر ممانعت از صدور مجوز برای برنامه جدید مهراں مدیری و تکذیبیه متعاقب آن از سوی صادرکننده مجوز یکی از صداها شایعاتی است که به واسطه فضای مجازی و نبود امکان نظارت صحیح بر آن به وجود آمد اما نکته پنهان و مهمتر این اتفاق، فقدان ضمانت تولید و انتشار برنامه هایی نظیر آن است که نیمه ماندن آنها بارها اتفاق افتاده است. با توجه به اینکه سابقه نیمه کاره ها کردن برنامه ها و سریال ها در چنین شرایطی تکرار شده اند باید بر موضوع دیگری متمرکز شد و به آن پرداخت.

محمد مسلمی:

کاش دنیا دست بچه ها بود



گلی، سه عمومی مهربان و پر شور این برنامه بودند که تهیه کنندگی اش را مجید قناد بر عهده داشت که بعداً به عنوان مجری همین برنامه، بیشتر در تلویزیون دیده شد. محمد مسلمی بازیگر و مجری برنامه کودک، یکی از عمومی های فیتله ای با حضور در تحریریه رگنا، با خبرنگار اجتماعی این رسانه به

محمد مسلمی گفت: مسوولان به طوری جلو آمده اند که فکر می کنند دارند خدمت می کنند ولی در اصل دارند خیانت می کنند. «فیتله، جمعه تعطیله» جمعه های خیلی از بچه های ایران زمین و البته بزرگترها را سرشار از انرژی مثبت و شادی می کرد. سه عمومی مهربان از یک صندوقچه بیرون می آمدند و می رفتند به خانه های مردم در کل کشور. این برنامه آنچنان محبوب بود که کودکان دوست داشتند فقط آیت های مختلف آن را ببینند و گاهی زنگ می زدند به روابط عمومی شبکه تا کمتر کارتون و انیمیشن پخش کنند و بیشتر عمومی های محبوبشان را در قاب تلویزیون نگاه کنند. علی فروتن و حمید

شادی، یک حالت روحی و عاطفی



پدرام پاکیز خسروشاهی

روحیه شما تأثیر مثبت می گذارند. ۵ ارتباطات اجتماعی: برقراری ارتباطات اجتماعی و سرگرم شدن با خانواده و دوستان، احساس ارتباط و پذیرش را تقویت می کند و به افزایش شادی و رضایت شخصی کمک می کند. ۶ پرورش بهره‌وری و هدفمندی: تعیین اهداف معنادار و استفاده از روش های مناسب برای بهبود بهره‌وری شخصی، احساس رشد و پیشرفت را ارتقا می دهد که به شادی شما کمک می کند. ۷ فعالیت های خودراضی: انجام فعالیت هایی که به شما لذت و رضایت می بخشد، مانند خواندن، نواختن موسیقی، نقاشی، گردشگری و مشارکت در هرگونه هنر و سرگرمی های مورد علاقه شما، لحظات شادی را برای شما به ارمغان خواهد آورد. با استفاده از این راهکارها، امیدوارم بتوانید شادی و خوشحالی خود را افزایش دهید. اما لطفاً توجه داشته باشید که برای مواجهه با افسردگی شدید و مزمن، توجه و مشاوره حرفه‌ای روانشناس متخصص مهم است. در صورت نیاز، حتماً به روانشناس رجوع کنید.

مواجهه با مشکلات و چالش های زندگی، اراده و انگیزه قوی تری را به فرد بدهد. افزایش شادی می تواند بهبود کیفیت زندگی و روحیه شما را بهبود بخشد. در ادامه، به چند راهکار برای افزایش شادی اشاره میکنیم: ۱ تمرین ورزشی: فعالیت های ورزشی مانند دویدن، پیاده روی، بازی های تیمی، یوگا و هوازی بدنی، باعث ترشح هورمون های خوشحالی (از جمله اندورفین، سروتونین و دوپامین) در بدن می شود و به افزایش شادی کمک می کند. ۲ تغذیه سالم: مواد غذایی سالم، مانند میوه ها، سبزی جات، مواد غذایی حاوی آهن، و ترکیبات غذایی با اثر ضد افسردگی (مانند اسید فولیک) می توانند به بهبود مزاج و شادابی کمک کنند. همچنین، مصرف مقدار کافی آب نیز از اهمیت بالایی برخوردار است. ۳ خواب کافی: خواب کافی و عمیق در شب، به عملکرد بهتر مغز، کاهش خستگی و بهبود تمرکز کمک می کند. سعی کنید روزانه حداقل ۷-۸ ساعت خواب ببینید. ۴ مدیتیشن و آرامش: مدیتیشن، تمرینات تنفس عمیق و روش های آرامش بخش مانند یوگا و تمرین تأمل، به خلق وضعیت آرامشی در ذهن کمک می کنند و بر

احساس شادی یا خوشحالی، سرزندگی و رضایت ذهنی همراه است. در واقع، شادی به موقعیتی اشاره می کند که فرد احساس رضایت، خرسندی و جذابیت دارد. شادی به طور معمول به دلیل تجربه لذت، رضایت از خود و زندگی، احساس ارتباط و مفید بودن، و تحقق هدف ها و آرزوهای شخصی به دست می آید. هرچند شادی یک حالت عاطفی است، اما به تجربه های فیزیولوژیکی نیز مرتبط است که در نتیجه ترشح هورمون های خوشحالی مانند سروتونین، اندورفین و دوپامین رخ می دهد. شادی اثرات مثبتی بر زندگی فرد دارد. به عنوان مثال، افزایش شادی می تواند بهبود کیفیت زندگی، سلامت چند جانبه، روابط اجتماعی بهتر، کارایی بالاتر در کار و تحصیل، افزایش ایمنی سیستم ایمنی بدن و حتی زمان طولانی عمر را به همراه داشته باشد. شادی همچنین به عنوان یک عامل محافظتی در مقابل استرس و افسردگی عمل می کند. احساس شادی می تواند امیدواری و انرژی را تقویت کند و در

پیک موتوری احمد آباد

اولین در منطقه

بزرگ ترین در مشهد با ۲۳ سال سابقه



کد اشتراک:

عضو رسمی

اتحادیه: ۱۱۰

مدیریت: حمید راد

۰۹۱۵۵۵۹۰۶۳۳

۳۸۴۱۸۵۸۵

۸۴۴۴۷۴۱-۸۴۴۱۶۴۱-۸۴۴۱۵۴۱