

شہر طغرہای ہا برای سینمای ایران

۷



سنگ تمام کوراش کاران خراسان رضوی در کشور

۳



دوچرخہسواری در مسیر موفقیت

۲



دنیال شہریدار

۳



دخول و تصرفی در جوایز فوٹبیرین مردان تمارین

رقابت با زبان روزہ

۵

دوچرخه سواری در مسیر موفقیت



مجید خروشی



در اولین روزهای آغاز سال جدید هیات دوچرخه سواری خراسان رضوی چشم انداز و افق روشنی را برای آینده توسعه ورزش دوچرخه سواری و کسب موفقیت ها در سطح کشور متصور شد. حضور ورزشکار دوچرخه سوار مشهدی در مسابقات انتخابی تیم ملی امیدها و کسب عنوان قهرمانی آغازی دوباره برای روشن شدن چراغ موفقیت ها در این هیات است.

رییس هیات دوچرخه سواری استان در این باره گفت: در ابتدای امسال بنیامین فنایی دوچرخه سوار مشهدی موفق شد قهرمانی کاپ آزاد کشور و انتخابی قهرمانی آسیا ۲۰۲۴ (مالزی) در رده سنی امیدها را کسب کند. مجید طهوریان عسکری افزود: بالاترین سطح مسابقه در ایران در رشته کوهستان در حالی در تهران برگزار شد که به خاطر فاصله ۲۰ روزه تا قهرمانی آسیا تمام ورزشکاران در بالاترین حد آمادگی خود در این رقابت حضور داشتن و شاهد یک نبرد تمام عیار برای کسب سهمیه مالزی در بین رکاب زنان بودیم. بنیامین فنایی دوچرخه سوار آینده دار مشهدی توانست در رده سنی امید، مقام قهرمانی این کاپ آزاد را کسب نماید. وی همچنین از برگزاری نخستین دوره استعدادیابی دوچرخه سواران دختر در استان خبر داد و گفت: اولین دوره استعدادیابی دختران جهت پشتوانه سازی و حضور در تیم های دوچرخه سواری با همکاری آموزش و پرورش و همت هیات دوچرخه سواری مشهدی و همچنین فرامرز صفایی کمیته دانش آموزی هیات رشیدی زارع کمیته ورزشکاران پایه هیات، بخشنده فر کمیته استعدادیابی هیات در پیست ثامن الائمه علیه السلام و در ایتام های قدرت، سرعت و تعادل برگزار شد. طهوریان عسکری تصریح کرد: در این رقابتها ۳۵ دانش آموز در رده های سنی ۱۳۸۷ تا ۱۳۹۰ شرکت داشتند که ۱۰ نفر از دوچرخه سواران برتر

دادن ارائه طریق و تشویق جوانان حاضر در محل تمرین موجبات دلگرمی این نوجوانان و جوانان علاقه مند را به وجود آورد.

رییس هیات دوچرخه سواری خراسان رضوی یادآور شد: این تمرینات همه روزه با حضور مربیان توانمند استان از جمله آقای محمد خدیوزاده و آقای جواد محرابی و استاد محمود ناصری در حال انجام است. وی همچنین اضافه کرد: در راستای پیشبرد اهداف حمل و نقل پاک شهرداری منطقه ۱۲ عملیات احداث مسیر ویژه دوچرخه سواری حدفاصل خیابان رحمانیه ۱۶ و ۱۸ مشهد مقدس راه به اتمام رساند. مساحت این مسیر ۶۰۰ مترمربع است. عضو شورای شهر مشهد تصریح کرد: معتقدم دوچرخه سواری در مسیرهای کوتاه و متوسط تنش ها در زندگی ماشینی را کاهش و تعاملات اجتماعی را گسترش خواهد داد و به همان نسبت کیفیت زندگی را افزایش می دهد و در این راستا ضمن قدردانی از مدیران شهرداری منطقه ۱۲ ایمان داریم راهبرد جامع مدیریت شهری منطقه دوازده و تمرکز بر حوزه های حمل و نقل پاک تاب آوری و امید به زندگی را تا حدودی افزایش خواهد داد. و حس تعلق خاطر و فرهنگ شهروندی را در متون جامعه نهادینه می سازد.



توپ و تور

قهرمانی «مدرسه والیبال پازش» در ایستگاه پایانی والیبال جام رمضان مشهد

محمد مهدیزاده

سومین دوره مسابقات والیبال بانوان جام رمضان مشهد با قهرمانی تیم مدرسه والیبال پازش با مربیگری ماهر پازش مربی جوان و بین المللی والیبال خراسان به پایان رسید. امسال ۴۷ تیم در جدول دور گروهی رقابت ها حضور داشتند که پس از برگزاری ۸۵ بازی، تکلیف تیم قهرمان مشخص شد. در نهایت دو تیم با تجربه و البته رقیب همیشگی، یعنی پازش و پریسا به فینال این رقابت ها رسیدند اما این تیم مدرسه والیبال پازش بود که قهرمانی سومین دوره را از آن خود کرد. سال گذشته این تیم در جایگاه سوم ایستاده بود و امسال به رده نخست صعود کرد. تیم پریسا همچون دوره قبل نایب قهرمانی جام رمضان را کسب کرد. تیم تلنت نیز به عنوان سومی این رقابت ها دست یافت. سالن صیاد شیرازی از هفتم فروردین ماه سال جاری، به مدت ۲۰ روز میزبان حدود ۵۰۰ ورزشکار در مسابقات والیبال بانوان شهر بود و در پایان یک مارا تن جذاب تکلیف قهرمانان این دوره مشخص شد.

اسامی بازیکنان مدرسه والیبال پازش قهرمان جام رمضان

- ۱- زیبا صفاری
- ۲- راضیه دوشنگی
- ۳- زهرا علیزاده
- ۴- فاطمه دین پناه
- ۵- شوکت پیرانی
- ۶- فرشته عزیز
- ۷- فاطمه رستگار
- ۸- نگار تفقد
- ۹- مهسا آقاجانی
- ۱۰- مهسا میرپور
- ۱۱- فرشته ندافی
- ۱۲- زهرا عزیز
- ۱۳- زهرا عزیز
- ۱۴- صبا مرحمتی

مربی: سرکار خانم ماهر پازش
سرپرست: سرکار خانم زهرا پازش

کارت زرد

کشتی با جوخه خراسان را پدروپسر تصاحب کردند
نخست ورزشی: نوش جانسان شاید جعل امضا شد و خبرنداشتند!
هشت والیبالیست خراسانی در اردوی تیم ملی والیبال
نخست ورزشی: والیبال خراسان همیشه یک پای ثابت
اردوهای تیم ملی تیم های پایه است اما خیلی زود خط ویا
فراموش می شوند.
اولین جلسه شورای اداری ورزش و جوانان خراسان برگزار شد
نخست ورزشی: در این جلسه فرصتی پیش آمد تا از بازنشستگان
این اداره تجلیل و تقدیر شود.

- صاحب امتیاز و مدیرمسئول: دکتر علی پاکباز خسروشاهی
- سردبیر: سعید کوشاقر
- دفتر تهران: پاسداران، بوستان ۸، پلاک ۱۲۰، طبقه ۲ واحد ۷
- تلفن: ۰۲۱-۲۲۷۶۰۸۹۵
- دفتر مشهد: احمدآباد، خیابان قائم، قائم ۱۴، پلاک ۴۶
- تلفن: ۰۵۱-۳۸۴۳۷۱۱
- نمایر: ۰۵۱-۳۸۴۴۴۰۲۰ - پیامک: ۳۰۰۷۹۸۱
- کد پستی: ۹۱۸۳۸۲۳۱۹
- ایمیل: Info@nakhostnews.ir - nakhost@yahoo.com
- چاپخانه: شاخه سبز (قم)
- وب سایت: www.nakhostnews.ir
- کانال اطلاع رسانی: @Nakhostnewsir

تیم های برتر جشنواره بازی های بومی و محلی «جام منتظران» معرفی شدند



ریحانه برومند - نایب رییس هیات بازی های بومی و محلی خراسان رضوی از جشنواره خانوادگی «جام منتظران» خبر داد و گفت: این رقابت ها با حضور ۸۰۰ ورزشکار و با مشارکت تشکل های مردمی و دستگاه های اجرایی برگزار و در پایان تیم های برتر معرفی شدند. رضایی افزود: این رقابت ها در ۵ رشته طناب کشی، دال

پلان، هفت سنگ، پلخمون و چوبکشی در محلات دهرود، همت آباد و گرجی سفلی در ۲ بخش آقایان و بانوان برگزار شد. وی خاطرنشان کرد: در پایان این رقابت ها تیم محله گرجی با کسب ۵۶ امتیاز به مقام قهرمانی رسید. محله همت آباد با کسب ۲۸ و محله دهرود با ۲۱ امتیاز به ترتیب دوم و سوم شدند.

چینی مقصود فاتح فوتسال جام رمضان شد



هم زمان با آغاز رمضان ماه بهار قرآن اولین دوره مسابقات فوتسال بین شرکت های شهرک صنعتی مشهد با شرکت ۲۰ تیم و شب ها بعد افطار در سالن ورزشی شهرک برگزار شد که با استقبال خوب تیم های شرکت کننده و مسوولین و علاقمندان مواجه شد. در این مسابقات تیم ها در چهار گروه ۵ تیمی به مصاف هم رفتند و

در نهایت دو تیم چینی مقصود و شرکت آجیل و خشکبار برادران حسینی به فینال رسیدند در فینال چینی مقصود با قدرت قهرمان شد و تیم شرکت آجیل خشکبار برادران حسینی با هدایت و سرمربگری سید جواد حسینی برسکوی دوم نایب قهرمانی ایستاد. در پایان به تیم های برتر جوایزی اهدا شد.

گزارش خبری

ورزش رمز سلامتی برای همه گروه های سنی است

رییس هیات ورزش های همگانی خراسان رضوی به مناسبت گرامی داشت هفته سلامت با حضور در هیات دومیدانی و سالن باغباناشی تمرینات هوازی و فیزیکی را زیر نظر حسن روحی پیشکسوت و قهرمانی دو و میدانی کشور و مسوول کمیته ورزش صبحگاهی هیات ورزش های همگانی استان پشت سر گذاشت.

این تمرینات کششی و استقامتی به همراه حرکت های اصلاحی در دستور کار قرار گرفت. رضا آذریان در حاشیه برگزاری این تمرینات در خصوص توجه به تمرین های کششی و استقامتی در میان گروه های سنی مختلف گفت: ضروری است که تمرین های ساختاری و فیزیکی زیر نظر مربیان با سابقه و مجرب پی گیری شود تا آسیب های جدی که در اثر تمرینهای غلط ورزشی ایجاد میشود منجر به ناراحتی های فیزیکی در بدن نشود بنا داریم مقدمات تشکیل دوره های تخصصی و نوین علمی را در نزد مربیان با برگزاری دوره های تخصصی و دعوت از مربیان با تجربه و آگاه به علم روز ورزش در هیات ورزش های همگانی تقویت کنیم. آذریان در ادامه در باره هدف از ورزش کردن در تمامی ساعت روز گفت: ورزش زمان و مکان ندارد و در هر موقعیت برای سلامتی جسم و روح و در هر سنی باید ورزش کرد. رییس هیات ورزش های همگانی خراسان رضوی مهمترین رمز سلامتی انسان در جامعه را در ورزش دانست و یاد آور شد: با ورزش می توان از ابتلا به بیماری های شایع حرکتی، عروقی و... پیش گیری کرد.

خبر

استعدادیابی دوومیدانی در مشهد

گروه ورزش - طرح پایش استعداد های برتر دوومیدانی با همکاری آموزش و پرورش استثنایی مشهد برگزار شد. توفیق جوادی مسوول کمیته دوومیدانی هیات استان با اعلام این خبر گفت: این طرح با حضور بیش از ۴۵ ورزشکار بمنظور جذب استعداد های ورزشی در رشته دوومیدانی در دو بخش پسران و دختران علاقمند به ورزش در مجموعه ورزشی ۱۵ خرداد برگزار و راهنمایی های لازم به آنان ارایه شد. وی تصریح کرد: امید است با این اقدام بستر لازم جهت عزیزان منتخب فراهم تا هر چه سریعتر بتوانند در تمرینات حضور پیدا کنند.



منصور رشیدی:

فوتبال جای تبلیغ خیلی از شرکت ها نیست



پدرام خسروشاهی



چرا بغل کردن مادر رییس جمهور ونزوئلا محرومیت نداشت، سید حسین داشت؟ پیشکسوت استقلال معتقد است که جریمه کاپیتان این تیم غیرمنطقی و ناعادلانه است. شمارش معکوس لیگ بیست و سوم آغاز شده است و سرخابی های پایتخت با اختلاف بسیار کم در کورس قهرمانی حضور دارند. به اعتقاد پیشکسوت استقلال از حالا هر بازی برای این دو تیم حکم یک فینال را دارد و هیچ یک از تیم ها را در این مسیر نمی توان دست کم گرفت. به بهانه شرایط فعلی استقلال و واگذاری این تیم و همچنین اسپانسر جنجالی آبی ها با منصور رشیدی هم کلام شده ایم که در ادامه متن کامل گفت و گو را می خوانیم:

رقابت نفس گیری در بالای جدول بین استقلال و پرسپولیس وجود دارد، نظر شما در مورد این کورس قهرمانی چیست؟

خب همان طور که می بینیم دو تیم فقط با اختلاف یک امتیاز در رده بندی قرار دارند. از حالا تمام بازی ها برای دو تیم مانند یک فینال تمام عیار خواهد بود. مخصوصا میانگین سنی بالای این دو تیم باعث می شود که در مقابل تیم های جوان شمس آذر از دقیقه ۷۰، ۸۰ کم بیاورد و ۲ گل بخورد. امتیاز گرفتن از حالا سخت می شود. تیم ها باید هم از لحاظ بدنی و هم روحی روانی برای کسب نتیجه در بالاترین حد ممکن باشند. بازی بعدی استقلال و پرسپولیس در لیگ به ترتیب با تراکتور و سپاهان است، نتیجه این دو بازی تا چه حد می تواند در تعیین قهرمانی نقش داشته باشد؟

قطعا هر دو بازی برای هر دو تیم ۶ امتیازی به حساب

می آید. هم سپاهان هم تراکتور تیم هایی هستند که بازیکنان بسیار خوبی دارند و از هواداران زیادی برخوردار هستند. سپاهان با برد در بازی قبلی با روحیه مقابل پرسپولیس قرار خواهد گرفت و تراکتور نیز در تبریز از هواداران بسیار بهره می برد، برای همین هر دو بازی قطعاً سخت خواهد بود و به نظرم هم پرسپولیس و هم استقلال به مساوی در این بازی ها قانع خواهند بود تا ببینند در ادامه راه چه اتفاقی رخ خواهد داد.

نظرتان در مورد محرومیت سیدحسین حسینی چیست؟

اخبار را خواندم آخر با چه قانونی به خاطر یک دختر ۱۴، ۱۳ ساله هوادار فوتبال باید محروم شوید؟ چرا وقتی آن آقا مادر رییس جمهور ونزوئلا را بغل کرد کسی چیزی نگفت و جریمه نشد؟ حتی در فیلم ها چیزهای بدتری می بینیم چرا باید یک فوتبالیست را از بازی کردن به خاطر چنین اتفاقی محروم کرد. نمی دانم اسمش را چه چیزی بگذارم، فاجعه است. ۳۰۰ میلیون برای یک اتفاق. بیش از این هم نمی شود حرف زد. پس از کش و قوس های فراوان استقلال و پرسپولیس هم واگذار شدند. بله من خودم هم بازنشسته شرکت نفت هستم

ماضی کرد که پس از جنجال های شرکت مشابه شاهد پاک شدنش از روی پیراهن استقلال هستیم. وقتی شرکتی مشابه آن از مردم کلاه برداری کرده طبیعی بود که این اتفاق رخ دهد، چرا باید از شرکت هایی که باعث بدبختی مردم شده اند در فوتبال حمایت شود؟ پولی که به عنوان اسپانسر هم به تیم داده آس دهان سوزی نبوده و در فوتبال این پول ها به چشم نمی آیند. در نهایت در فوتبال جایی برای تبلیغ این شرکت ها نیست.

رامین، اسدی، مغاللو و قایدی

لیست غیر ممکن اوسمار برای پنجره تابستانی!



سرمربی برزیلی پرسپولیس نام های جذابی را برای حضور در پرسپولیس به زبان آورده است. تیم پرسپولیس در حالی پای به چند هفته آخر لیگ برتر می گذارد که گمانه زنی در مورد نیمکت این تیم برای فصل آینده هم به وجود آمده و بنا بر گفته رضا درویش، حسین بادامکی و البته خود اوسمار، او گزینه نخست سرخ پوشان برای هدایت این تیم در فصل آینده است و طرفین به تمدید قرارداد

شایعه دنبال شهریار



سرمربی سابق پرسپولیس در مورد شایعه بازگشت به این تیم و اکنش نشان داد. روزهایی که شایعات زیادی در خصوص تمدید قرارداد اوسمار لاس ویرا باشگاه پرسپولیس به گوش می رسد شایعه شد که رضا درویش مدیرعامل باشگاه پرسپولیس مذاکراتی با علی دایی برای نشستن روی نیمکت پرسپولیس انجام داده است. علی دایی در واکنش به شایعه بازگشتش به پرسپولیس و مذاکره درویش با او، گفت: چنین شایعه و خبری صحت ندارد. اصلاً و ابداً مذاکره ای با درویش برای بازگشت به پرسپولیس نداشته ام. از قول من بنویسید که چنین شایعه ای صحت ندارد. همچنین یک منبع معتبر در باشگاه پرسپولیس در پاسخ به شایعه مذاکره باشگاه پرسپولیس با علی دایی، تأکید کرد: انتشار این اخبار فقط برای به حاشیه کشاندن پرسپولیس است. می خواهند قبل از بازی های مهم ماتمركز پرسپولیس و اوسمار را به هم بزنند، اما ما وارد این بازی هانمی شویم.

یادبود

معلم جودوی ایران آسمانی شد

حسین فیضی

استاد علی اصغر دهقان با بیش از ۴ دهه کسوت استادی مربیان و مربیان جودوی کشور پس از تحمل بیماری صعب‌العلاج در سن ۸۱ سالگی جان به جان آفرین تسلیم و آسمانی شد شادروان دهقان دارای کمر بند دان ۸ از فدراسیون جهانی جودو مربی تأثیرگذار در تعلیم فنون این رشته به جودوکاران علاقه‌مند کشور است که لباس مقدس تیمهای ملی اعزامی به مسابقات بین‌المللی، آسیایی، جهانی و المپیک را برتن نموده و مدال آوری کرده‌اند سرهنگ پاسدار شادروان استاد اصغر دهقان از نوابج جودوی ایران است که در دوران حیات خویش و در عنوان جوانی شادروان غلامرضا اسدی پدر و بنیانگذار جودو خراسان بزرگ را در آموزش و ترویج آن همراهی نموده است شادروان دهقان



از اساتید تأثیرگذار در ساماندهی کشتی باجوخه در ورزش‌های سازمان تربیت بدنی و ورزش کشور است وی با شناخت کامل از کشتی محلی و سنتی باجوخه و استفاده از ظرفیت‌های فنی بکراین رشته پرتعداد و همگانی خراسان بزرگ و همچنین تلفیق آموزش آن‌ها نخبه‌های جودو ایران را در سال‌های متعددی بر سکویای بین‌المللی، جهانی و المپیک قرار داده است پیکر مدرس و مدرس اخلاق جودوی ایران با حضور خیل جمعیت مسوولان و جامعه ورزش استان و کشور در قطعه نام‌آوران بهشت رضاع (مشهد مقدس به خاک سپرده شد. روحش شاد

خبر

ریس انجمن کوراش خراسان رضوی:

کوراش کاران خراسان رضوی در مسابقات کشوری سنگ تمام گذاشتند

سرپرست انجمن کوراش خراسان رضوی از قهرمانی تیم کوراش استان در مسابقات کشوری خبر داد.

محمد زند روحانی در خصوص برگزاری مسابقات کوراش کشوری اظهار کرد: تیم کوراش خراسان رضوی ضمن حضور در رقابت‌های کشوری موفق شد به‌عنوان قهرمانی رقابت‌های ۱۴۰۳ دست یابد. این مسابقات به میزبانی زاهدان در سیستان و بلوچستان برگزار شد.

وی افزود: ۳ مدال طلا در اوزان ۹۰، ۱۰۰ و مثبت ۱۰۰ کیلوگرم کسب کردیم و خوشبختانه بر بام کوراش ایران ایستادیم. امید تیزنگ، مسعود قوی بازو و علیرضا نیک‌سرشت مردان طلائی خراسان رضوی بودند. همچنین در منهای ۸۱ کیلوگرم، علی زحمتکش به مدال نقره رسید.

زند روحانی با تقدیر از باشگاه نو بافت شادیلون که از تیم کوراش خراسان رضوی برای حضور در این مسابقات حمایت کرد، گفت: در وزن منهای ۶۶ کیلوگرم، حسن گروهی و فرزین شاهباز هم در مثبت ۱۰۰ کیلوگرم به مدال برنز رسیدند. مجموع این مدال‌ها قهرمانی خراسان رضوی را رقم زد. همچنین در بخش بانوان ۲ مدال نقره کسب کردیم و در این بخش، خراسان رضوی چهارم شد. همه امکانات برای ما فراهم بود و با هوای پیمای رفت و برگشت تیم صورت پذیرفت.

مدیر کل ورزش و جوانان خراسان رضوی:

اعتبارات عمرانی ورزش خراسان رضوی چهاربرابر شد



مدیر کل ورزش و جوانان خراسان رضوی از کسری اعتبارات در بخش عمرانی ورزش خبر داد و گفت: اعتبارات تخصیص یافته به بخش عمرانی فقط ۲۰ درصد مبلغ مورد نیاز است. علیرضا تاج‌فیروز عنوان کرد: در بحث بودجه‌های دولتی، اعم از ملی و استانی، در حوزه عمرانی کسری اعتباری زیادی داریم. سال گذشته اعتبارات عمرانی خراسان رضوی در بخش ورزش ۵۰ میلیارد تومان بود که با پیگیری‌هایی که داشتیم این مبلغ در سال جاری ۴ برابر شده و به ۲۰۰ میلیارد تومان رسید که البته هنوز هم بسیار کم است.

تاج‌فیروز تصریح کرد: حدود ۲۸۲ پروژه نیمه‌تمام داریم که بالغ بر ۲۰۰۰ میلیارد تومان بودجه لازم دارد، اما اعتباری که گرفته‌ایم حدود ۲۰۰ میلیارد تومان یعنی ۱۰ درصد مبلغ مورد نیاز است.

وی ادامه داد: برای مدیریت این بودجه، اولویت‌بندی کردیم به طوری که در سال‌های گذشته به‌طور قطره‌چکانی به هر پروژه‌ای با هر میزان پیشرفت فیزیکی، مبلغی تعلق می‌گرفت که ناچیز بود و برای مدت کوتاهی پروژه پیش می‌رفت. قرار بر این شد که در سال ۱۴۰۲ و ۱۴۰۳ این اعتبار به پروژه‌هایی که به ترتیب اولویت، درصد پیشرفت فیزیکی بیشتری داشتند اختصاص یابد تا پروژه به پایان برسد.

مدیر کل ورزش و جوانان خراسان رضوی افزود: سال گذشته با همین رویکرد، از تیرماه تا اسفندماه حدود ۵۰ پروژه کوچک و بزرگ را افتتاح کردیم و بنا داریم در سال ۱۴۰۳ هم به همین روال کار را پیش ببریم.

تاج‌فیروز یادآور شد: در سال ۱۴۰۱ علی‌رغم تمام مشکلات مالی در بخش عمران، بالغ بر ۲۰ میلیارد تومان پول به حساب خزانه برگشت به طوری که اداره ورزش و جوانان خراسان رضوی تنها دستگاهی در استان بود که به حساب خزانه پول برگرداند؛ در سال ۱۴۰۲ ظرف سه ماه، همه اعتبارات را جذب کردیم و اجازه ندادیم

حتی یک ریال برگردد. وی خاطرنشان کرد: یکی از اقدامات دیگر که در سال‌های گذشته کمتر اتفاق افتاده، این است که بنا داریم در زمینه کمک به هیات‌های ورزشی، چه به لحاظ آرایه زیرساخت‌ها و چه کمک‌های مالی عدالت‌محور عمل کنیم که ممکن است این کار به مذاق برخی هیات‌ها خوش نیاید. تاج‌فیروز افزود: در سال‌های اخیر، رفتار بعضی از هیات‌های ورزشی شاید به دلیل عدم توجه به هیات‌های ورزشی در دوره‌های گذشته، رفتاری جزیره‌ای بوده است.

وی ادامه داد: در پایان سال ۱۴۰۲ با پیگیری‌هایی که انجام شد، توانستیم اعتبارات خوبی برای کمک به هیات‌های ورزشی کسب کنیم و پیشنهاد ما این بود که برای تقسیم این اعتبار بین هیات‌های ورزشی، این هیات‌ها را بر اساس تعداد ملی‌پوش، تعداد ورزشکار سازمان یافته، تعداد اعزام، همکاری با اداره ورزش و جوانان و حضورشان در عرصه‌های ورزشی فرهنگی و سیاسی شاخص‌گذاری کنیم و بر اساس امتیازات کسب‌شده اعتبارات را به‌طور عادلانه تقسیم کردیم.

تاج‌فیروز با تأکید بر اینکه بنا داریم در سال ۱۴۰۳ برنامه‌محور حرکت کنیم، افزود: قرار است در ۹ اردیبهشت جلسه هم‌اندیشی با روسای هیات‌های ورزشی، نواب رئیس، دبیران و مسوولان فرهنگی ورزشی استان در مشهد برگزار کنیم و سیاست‌های کلی سال ۱۴۰۳ را بررسی کنیم بر همین مبنا، هیات‌های ورزشی باید برنامه خود را برای سال ۱۴۰۳ آرایه و تقویم اجرایی آماده کنند. مدیر کل ورزش و جوانان خراسان رضوی گفت: تلاش ما این است که خراسان رضوی و مشهد به جایگاه حقیقی خود در بحث ورزش و جوانان دست پیدا کند و آرزویی که ورزش در همه عرصه‌ها می‌تواند اثرگذار باشد، خواهش ما از نمایندگان دور جدید مجلس شورای اسلامی و همچنین مسوولان اجرایی دستگاه‌های مختلف که به نوعی در عرصه ورزش فعالیت می‌کنند این است که همکاری و مساعدت لازم با اداره ورزش و جوانان را داشته باشند.

لیگ بسکتبال نوجوانان کشور

فرش مشهد میزبان دور برگشت



دور برگشت از مرحله سوم مسابقات لیگ بسکتبال نوجوانان کشور در گروه S با حضور تیم‌های فرش مشهد، هیرکان رشت، کنگو تهران و کاله تهران از پنجشنبه تا هفتم اردیبهشت‌ماه به میزبانی باشگاه فرش مشهد در سالن شادروان علی حمیدی برگزار می‌شود.

نماینده خراسان رضوی در اولین دیدارش روز چهارشنبه از ساعت ۱۸ به مصاف کاله تهران می‌رود سپس روز پنجشنبه ساعت ۱۷ رو در روی کنگو تهران قرار می‌گیرد و در آخرین دیدارش جمعه ساعت ۱۲ در مقابل هیرکان رشت صف‌آرایی می‌کند. فرزندان این شهر منتظر حضور دلگرم‌کننده جامعه محترم بسکتبال استان در سالن شادروان حمیدی هستند.

تغذیه ورزشی



نکته‌هایی برای ورزش سالمندان

سید بهنام حسینی زهرای
کارشناس ارشد تربیت بدنی

انجام فعالیت بدنی و ورزش منظم شامل فعالیت‌های ورزشی هوازی و قدرتی پیامدهای مطلوب زیادی ایجاد می‌کند که در سالمندی سالم دخالت دارند. فعالیت ورزشی و بدنی برای همه افراد و در همه سنین برای تضمین سلامت فرد ضروری است اما در دوران سالمندی باید به دنبال راهکارهایی بود که هم سلامتی فرد تأمین شود و هم مراقب بود تا برخی بیماری‌های آنها بر اثر ورزش نادرست آسیب نبینند. به‌طور کلی مزایای ورزش به‌طور منظم بسیار فراتر از خطرات آن است و بیماری‌هایی چون آلزایمر، بیماری‌های قلبی، دیابت، یبوست، فشار خون بالا و چاقی را بهبود می‌بخشد.

البته باید توجه داشت که نوع ورزش انتخابی افراد به‌ویژه در دوره سالمندی نیز بسیار مهم است؛ اما به‌طور کلی پزشکان انجام حرکات استقامتی را به سالمندان توصیه می‌کنند و بر این باورند که پیاده‌روی، آهسته دویدن، شنا کردن و دوچرخه سواری برای دوران سالمندی مفید است.

سالمندی را فرایندی پیچیده همراه با متغیرهای زیادی مانند عوامل ژنتیکی، سبک زندگی و بیماری‌های مزمن است که با یکدیگر در تعامل هستند و کیفیت زندگی در دوران سالمندی را تحت تأثیر قرار می‌دهند.

شواهد پژوهشی بر ارتباط بین افزایش سطح فعالیت بدنی و شرکت در فعالیت‌های ورزشی و بهبود سلامت در افراد سالمند تأکید می‌کند؛ مرور مطالعات انجام شده نشان می‌دهد در بیشتر کشورهای جهان و از جمله ایران، تعداد بسیار کمی از سالمندان حداقل مقادیر توصیه شده فعالیت بدنی را انجام می‌دهند.

عدم انجام فعالیت بدنی در بسیاری از بیماری‌های مزمنی که در سالمندی رخ می‌دهد از جمله بیماری‌های قلبی و عروقی، سکت، دیابت قندی، بیماری‌های تنفسی، آلزایمر، پرفشاری خون و سرطان دخالت دارد.

فعالیت ورزشی منظم و افزایش آمادگی هوازی، بیماری‌ها و ناتوانی‌ها را کاهش و کیفیت زندگی افراد سالمند را بهبود می‌دهد. توصیه‌های ورزشی

پزشکان و متخصصان درباره ورزش و انجام فعالیت بدنی در بزرگسال توصیه‌هایی دارند که از این قرارند: - انجام فعالیت ورزشی در سطح متوسط تا شدید، حداقل ۵ روز در هفته که شامل هر دو فعالیت ورزشی هوازی و قدرتی است عامل کلیدی بهبود سلامتی است. - حداقل ۱۵۰ دقیقه فعالیت ورزشی هوازی با شدت متوسط، یا دست کم ۷۵ دقیقه فعالیت هوازی با شدت بالا یا ترکیب موارد فوق تأثیر زیادی دارد. فعالیت هوازی باید در دوره‌های دست کم ۱۰ دقیقه‌ای انجام شود.

دخل و تصرفی در جوایز قویترین مردان نداریم

رقابت با زبان روزه



میلیون تومان بوده است. این تهیه کننده درباره جایگزین شدن علیرام نورایی به جای رضا جاودانی توضیح داد: این که کدام مجری بهتر اجرا می کند بستگی به سلیقه دارد. با توجه به زمان کمی که داشتیم شرایط برای حضور آقای جاودانی مهیا نشد. آقای علیرام نورایی خودش ورزشکار است و در زمان کم خروجی قابل قبولی داشت. ما حتی آقای فرامرز خودنگاه که بدنساز هستند را هم دعوت کردیم. ولی او کمرش را عمل کرده بود و گفت من حتی نمی توانم بنشینم. وی با اشاره به قهرمانان پیشین برنامه بیان کرد: نسل آن آدم‌ها که سال‌ها قبل در تلویزیون با هم رقابت می کردند عوض شده است. ما انگار برنامه را از قسمت یک شروع کردیم. خیلی‌ها با نسل قدیم خاطره دارند و این نکته کار ما را سخت کرده است. تداوم برنامه در سال‌های باعث می شود دوباره این اتفاق رخ بدهد و مردم از قوی‌ترین مردان نسل جدید هم خاطره داشته باشند.

محور هستند و اخلاق و منش پهلوانی را در رفتار خودشان دارند. وی افزود: ضبط برنامه ما در ماه مبارک رمضان انجام شد. این ورزشکاران روزه بودند و شب‌ها جلوی دوربین می رفتند. قبلاً فقط بعد ورزشی این افراد پررنگ می شد. در سری جدید سعی کردیم سابقه‌ای از این ورزشکاران را نشان دهیم. این افراد از سراسر ایران در برنامه جمع شده بودند. این تهیه کننده درباره دلیل انتخاب جزیره کیش بیان کرد: ما زمان کوتاهی داشتیم و امکان ساخت دکورهای آن چنانی نبود. خواستیم از زیبایی جزیره کیش استفاده کنیم. ضمن این که در ماه اسفند کل کشور بارندگی داشت؛ ولی کیش بارانی نبود. نصیری شهرزایی در پاسخ به سوالی درباره رقم جایزه برندگان گفت: جایزه‌ها را فدراسیون می دهد و ربطی به صداوسیما و برنامه ساز ندارد. ما دخل و تصرفی در جایزه‌ها نداریم. من رقم دقیق جایزه‌ها را نمی دانم. ولی شنیده‌ام جایزه نفر اول حدود ۲۰۰

۱۷ اسفندماه تصویربرداری را شروع کردیم. همیشه حاشیه‌هایی دور برنامه قوی‌ترین مردان ایران وجود داشت. اما این سری اصلاً این حاشیه‌ها را ندیدیم. وی با اعلام این که ساخت مستندها را از روز چهاردهم اسفند شروع کرده بودیم گفت: ضبط برنامه تا شب عید ادامه داشت. همزمان برنامه تدوین شد و به آنتن رسید. فکر می کنم با توجه به زمان کم، خروجی خوبی داشتیم. نصیری شهرزایی با یادآوری این که ۳۲ قهرمان در این برنامه حضور داشتند بیان کرد: این افراد از طرف کمیته قوی‌ترین مردان ایران به ما معرفی شدند، بسیار آدم‌های بااخلاق و افتاده‌ای بودند. همیشه حاشیه‌هایی دور برنامه قوی‌ترین مردان ایران وجود داشت. اما این سری اصلاً این حاشیه‌ها را ندیدیم. برای آنها در مستندها فضایی ایجاد کردیم که خودشان را معرفی کنند. این ورزشکاران خانواده

تهیه کننده «مردان آهنین» گفت: جوایز برندگان را فدراسیون بدنسازی می دهد و ربطی به صداوسیما و برنامه ساز ندارد. ما دخل و تصرفی در جایزه‌ها نداریم. من رقم دقیق جایزه‌ها را نمی دانم. ولی شنیده‌ام جایزه نفر اول حدود ۲۰۰ میلیون تومان بوده است. برنامه مردان آهنین، پس از ۶ سال وقفه در ایام نوروز با اجرای علی‌رام نورایی هر شب، ساعت ۲۰، از شبکه ورزش پخش شد. در این دوره، ۳۲ مرد، در قالب ۸ گروه ۴ نفره، با هم مبارزه کردند. رضا نصیری شهرزایی در گفت‌وگو با خبرنگار تلویزیون ایرنا درباره جزئیات ساخت این برنامه توضیح داد: مدیر شبکه ورزش دهم اسفند سال گذشته با من تماس گرفت و گفت ما می خواهیم مردان آهنین را با یک رویکرد جدید بسازیم. وقت بسیار کم بود. با فدراسیون بدنسازی و پرورش اندام و کمیته قوی‌ترین مردان مذاکره و لوکیشن برنامه را در جزیره کیش انتخاب کردیم و به صورت شبانه‌روزی مشغول ساخت دکور شدیم. تجهیزات را به کیش منتقل و

خبر

روز بزرگداشت سعدی با اجرای موسیقی مقامی دوتار نوازی تربت جام

سید جلیل حسینی زهرابی

به مناسبت روز بزرگداشت سعدی و سالگرد زنده یاد استاد غلامعلی پور عطایی (نوازنده دوتار و خینانگر موسیقی نواحی تربت جام) اجرای دوتار نوازی با حضور هنرمندان هادی الحق پور عطایی و پیمان عمخوار احمدی و هم چنین سخنرانی دکتر غلامرضا بهرام پور در خصوص موسیقی مقامی تربت جام برگزار شد. این مراسم صمیمی با حضور خانواده شادروان غلامعلی پور عطایی و جمعی از علاقه مندان در محل موزه و کتابخانه کوهنوردی پارت مشهد برگزار شد.



محمد هاشم اکبریانی اظهار داشت:
بحران نویسنده!



محمد هاشم اکبریانی معتقد است: در ادبیات معاصر، بحران در خود نویسنده هاست تا مخاطب؛ اگر بحران مخاطب داشتیم آثار اکثریت پسند و ترجمه هم خوانده نمی شد. این داستان نویسی و منتقد ادبی در باره «مساله مخاطب در ادبیات داستانی» و اینکه آیا در این زمینه با بحران مواجه هستیم یا خیر، اظهار کرد: در حوزه ادبیات و هنر، و نه صرفاً بخش ادبی، به دلیل مسایل اقتصادی، سیاسی و اجتماعی، با ریزش مخاطب مواجه بوده ایم و در واقع تعداد مخاطبان کم شده اما این به معنای بحران نیست.

اوپس گفت: زمانی که از «مخاطب» می گوئیم باید توجه کنیم مخاطب کدام ادبیات مدنظر ماست: مخاطب ادبیات خاص که می توان آن ها ادبیات اقلیت پسند نامید، یا ادبیات اکثریت پسند (کلمه عامه پسند را مناسب این نوع ادبی نمی دانم). فکر نمی کنم ادبیات اکثریت پسند ما دچار بحران باشد زیرا کتاب های ۸۰۰ صفحه ای با قیمت ۶۰۰ هزار تومان داریم که به چاپ بیستم یاسی ام رسیده است؛ این نشان می دهد اگر مخاطب کتاب خود را پیدا کند، مسئله مالی برایش اهمیت چندانی پیدا نمی کند. مخاطب ادبیات و داستان خاص یا همان اقلیت پسند، نیز اگر احساس کند یک اثر داستانی، چیزی به داشته هایش می افزاید و از خواندن آن لذت می برد، حتماً را خریداری کرده و از آن بهره می برد.

او با تاکید بر اینکه بحران ادبیات معاصر ما، خود نویسنده ها هستند، توضیح داد: بحران ادبیات ما مخاطب نیست بلکه نویسنده گی، و به عبارتی خود نویسنده ها هستند. گرچه در ادبیات معاصر نویسنده هایی را داشتیم که به دلیل گوناگون، که جای بحث آن، این جانیست، نوشته هایشان در ایران خوانده شده اما در بیرون از ایران، غالباً ناشناخته

دست کتاب ها، در مقایسه با مخاطب آثار نویسندگان بزرگ خارجی، حرفی برای گفتن ندارند. او با اشاره به این که در ادبیات کلاسیک و قصه های مردمی کشورمان رگه های قدرتمندی از ادبیات سوررئال داریم، ادامه داد: «بوف کور» صادق هدایت بی شک اولین گام ادبیات سوررئال و مدرن در ایران بود اما در ادبیات مدرن جهان پیش از آن، کتاب های زیادی در این سبک داشتیم که «بوف کور» با آن ها قابل مقایسه نیست. مثلاً رمان سوررئال «نادیا» آندره برتون، که سال ها قبل از «بوف کور» نوشته شده، در سبک خود آن قدر قوی و مستحکم است که به عنوان مانیفست ادبیات سوررئال شناخته می شود. بنابراین طبیعی است که خواننده جهانی وقتی داستان های بزرگی چون «نادیا» را در اختیار داشته باشد، سراغ «بوف کور» نرود.

هستند، زیرا چیزی برای عرضه به ادبیات جهانی نداشته و ندارند. به عبارت دیگر در جوامعی که با بحران مخاطب هم رویه رو نیستند، این آثار خوانده نمی شوند. در اکثر موارد این آثار حتی در داخل کشورمان هم ممکن برای یک دوره ای مخاطب داشته باشند اما با سپری شدن آن دوره، دیگر مخاطب آن چنانی ندارند.

نویسنده «اندوه من» که در یازدهمین دوره جایزه هفت اقلیم، به عنوان رمان شایسته تقدیر شناخته شد، با اشاره به رمان های مطرح جهان چون «جنایات و مکافات» و «صدسال تنهایی» بیان کرد: این کتاب ها بعد از گذشت زمانی طولانی، هنوز خوانده می شوند اما در ۶۰-۷۰ سال اخیر کدام نویسنده ایرانی را داریم که چنین باشد؟ شاید برخی به کتاب هایی چون «بوف کور» اشاره کنند اما فکر می کنم مخاطب این

به مناسبت سیصدمین سالگرد مکتومقلی فراغی

میراثی که ملت ها را به هم پیوند می دهد



سیاست فرهنگی ترکمنستان تحت رهبری مدیران قرانقلی بردی محمداف، رهبر ملی مردم ترکمن، رییس شورای «مصلحت خلق» ترکمنستان، و سردار بردی محمداف، رییس جمهور محترم ترکمنستان، با موفقیت در حال اجراست. در نتیجه، خلاقیت شاعران و فیلسوفان بزرگ ترکمن به طور گسترده و عمیق در ترکمنستان و در خارج از کشور به صورت علمی مورد بررسی و تحقیق قرار می گیرد. بر همین اساس، به ابتکار رییس جمهور محترم ترکمنستان سال ۲۰۲۴ تحت عنوان سال «مکتومقلی فراغی، دنیای بیکران فهم و فراست» اعلان گردید. این سنه خجسته و پرشکوه، با برنامه رویدادهای پیش بینی شده در رابطه با بزرگداشت سیصدمین سالگرد تولد مکتومقلی فراغی، شاعر، نکته دان و متفکر بزرگ مشرق زمین و بنیان گذار ادبیات کلاسیک ترکمن مصادف گردید. بدین مناسبت، در حال حاضر در ترکمنستان و سایر کشورهای جهان نشست ها، همایشات، مراسم های معرفی این شخصیت بزرگ و رویدادهای خلاقانه مربوط به بزرگداشت مقام شامخ مکتومقلی فراغی برگزار می شود.

فلسفه زندگی، سنت های معقول، ارزش های والای معنوی و انسانی مردم ترکمن و همچنین آرزوی داشتن دولتی قوی و سعادت مند در اشعار غنی و همه جانبه شاعر شهیر ترکمن از جایگاه ویژه ای برخوردار است. آرزوهای نیک شاعر در دوره کنونی تحقق می یابد. اندیشه ها و ایده های بشردوستانه مکتومقلی پایه های سیاست دولتی ترکمنستان مستقل و همیشه بی طرف را تشکیل می دهند. آرزوهای قهرمان، رهبر ملی مردم ترکمن، رییس شورای «مصلحت خلق» ترکمنستان، رییس انجمن بشردوستانه ترکمن های جهان در شعر خود تحت عنوان «مکتومقلی فراغی، دنیای بیکران فهم و فراست» چنین بیان می کنند: خادم وفادار دنیای شعر و شاعری، مکتومقلی فراغی، دنیای بیکران فهم و فراست. اعتبار عهد و پیمان های مستحکم و پایدار، مکتومقلی فراغی، دنیای بیکران فهم و فراست. در سه قرن گذشته راه سترگی را پیموده است، او خدمتگزار صادق و درستکار بشریت است،

دنیای معنوی آن ها حائز اهمیت است. ترکمنستان و ایران در راستای فعال سازی هرچه بیشتر همکاری های مثمر ثمر، و همچنین گسترش روابط در زمینه های علم، آموزش، فرهنگ، بهداشت و محیط زیست، آمادگی خود را اعلام می دارند.

شایان ذکر است که در قلمرو جمهوری اسلامی ایران به مقام شامخ ادبی مکتومقلی فراغی ارزش و احترام والایی می گذارند. رونمایی از مجسمه جدید مکتومقلی فراغی، شاعر و نکته دان شهیر ترکمن، در ماه مه سال ۲۰۲۱ در یکی از مبادین ورودی شهر گنبد کاووس در استان گلستان، دال بر گفته های فوق می باشد. این مجسمه شاعر روبه سوی روستای حاجی غوشان، محل تولد خودی قرار داده شده است، جلوه خاصی به این بنای یادبود می بخشد. این خود نشانگر عزت و اعتبار والای مکتومقلی در خاک ایران بوده، و باعث تحکیم هرچه بیشتر روابط فرهنگی دو کشور خواهد شد. سردار بردی محمداف، رییس جمهور محترم ترکمنستان، در سخنرانی خود در هفتاد و هشتمین نشست مجمع عمومی سازمان ملل متحد در سپتامبر ۲۰۲۳، در ارتباط با سیصدمین سالگرد مکتومقلی فراغی با اشاره به بیت زیر از مکتومقلی فراغی:

«آدمی در خواب و بیداری از یاد نخواهد برد، هر آنچه از ته دل میل به انجام کاری داشته باشد». چنین اظهار داشتند: این شاعر برجسته کلاسیک، مردم جهان را به صلح، آرامش و همکاری فرا می خواند. همچنین رییس جمهور ترکمنستان با تاکید بر اینکه که می توان هرگونه سوء تفاهمی را با گفتگو حل کرد، مفهوم «گفتگو ضامن صلح» را مطرح نمودند. همچنین سردار بردی محمداف، رییس جمهور ترکمنستان خاطر نشان کردند که این مفهوم پایه اصلی راهبرد سیاست خارجی ترکمنستان مستقل و همیشه بی طرف می باشد. فرصت را مغتنم شمرده، از روسای جمهور ترکمنستان و جمهوری اسلامی ایران و همچنین مقامات عالی رتبه دو کشور، به خاطر تلاش های بی دریغ آنان در زمینه تحکیم هرچه بیشتر روابط برادرانه میان دو کشور تشکر و قدردانی نموده، و برای ایشان آرزوی موفقیت داریم. سرکنسولگری ترکمنستان در جمهوری اسلامی ایران - مشهد مقدس

ابراهیم ریسی رییس جمهوری اسلامی ایران و دیگر مسوولین سیاسی و دولتی این کشور دیدار کردند. سفرهای متقابل سران دو کشور، همچنین دیدارها و گفتگوهای انجام شده در چارچوب این سفرها، تحرک خاصی به گسترش هرچه بیشتر همکاری ها بخشیده و سهم بسزایی در ارتقای کیفی سطح روابط دوستانه - برادرانه ترکمنستان و ایران داشته است. همچنین، قرانقلی بردی محمداف، رهبر ملی مردم ترکمن، رییس شورای «مصلحت خلق» ترکمنستان با حضرت آیت الله خامنه ای، رهبر جمهوری اسلامی ایران دیدار کردند. در این دیدار، حضرت آیت الله خامنه ای، رهبر جمهوری اسلامی ایران خاطر نشان نمودند که با در نظر داشت تعداد کثیری از دانشمندان و شاعرانی که در سرزمین ما بین دو رود اترک و جیحون به سر می برند و شهره عالم بودند، و همچنین وجود آرامگاه های مکتومقلی فراغی و دولت محمد آزادی در خاک ایران، توجه ویژه ای به ماکن و امکانات فرهنگی داده شود. اقدامات مشترک در این زمینه در انسجام دولت و غنی سازی

در همه حال و همه جا همان مکتومقلی است، عالی جناب فراغی، دنیای بیکران فهم و فراست. همان طور که از محتوای شعر برمی آید، مکتومقلی فراغی، شاعر برجسته کلاسیک و متفکر مشرق زمین در دنیای ادبیات جهان از عزت و اعتبار بس والایی برخوردار است. درست به همین دلیل و به منظور ترویج گسترده میراث ادبی این شاعر بزرگ، کنفرانس ها، مراسم های معرفی و نشست های خلاقانه در بسیاری از کشورها برگزار می شود.

وجود مقبره مکتومقلی فراغی و پدر بزرگوارش دولت محمد آزادی در جمهوری اسلامی ایران، و اعزام هر ساله هیات های بلند پایه از میهن عزیزمان برای زیارت و ادای احترام به مقبره این اشخاص بزرگ، مایه افتخار و غرور تمامی ترکمن های جهان است. آرزوهای گرامی، رهبر ملی مردم ترکمن، رییس شورای «مصلحت خلق» ترکمنستان در چارچوب سفر کاری خود به جمهوری اسلامی ایران در تاریخ ۳۰ الی ۳۱ می ۲۰۲۳، با جناب سید



یادداشت

زندگی پس از زندگی

جواد ظفر امیلی

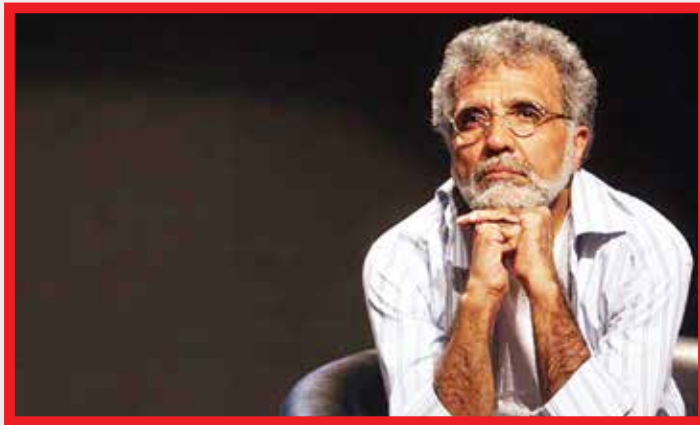
اینکه تصور می شود ما با مرگ می میریم یک اشتباه معرفتی است ما با مرگ زندگی جاودانه خویش را آغاز می کنیم در اصل مرگ رسانیدن انسان به منتهای زمان و به ابتدای ابدیت است مرگ مرادف با نابودی و زوال نیست بلکه تغییر موصوف به صفت است در مرگ مکانیسم های وجود تغییر ماهیت می دهند و از تکرر به وحدت جوهری میروند اما اینکه پس از آن به چه شکل و مسیری ادامه می یابد هیچ مدلول موثقی در دست نیست و قطعاً چیز جدیدی به ما اضافه یا کم نمی شود بلکه خود ما در قالبی دیگر حلول پیدا می کنیم به عبارتی برآیند هر آنچه که بودیم و شدیم به استقبالیمان می آید به تعبیری خود را از خویش تحویل گرفته و هر آنچه که اندوخته ایم تحویلیمان می شود و نیت ها زینت مان و اعمالمان همراهمان می شود. هر آنچه که برای رضای خدا انجام داده ایم مثل سوغاتی است که پیشاپیش برای خود آورده ایم تا دستمایه روحمان باشد. هر بدی و زشتی که مرتکب شده ایم جزء خاطرات آزار دهنده و مشمئز کننده در معیت مان می باشد.

ما در دنیای دیگر با دستاوردهای خویش همسفر می شویم و با خویشتن خویش روبرو خواهیم شد در محاصره نیت، افکار و اعمال مان قرار گرفته و کیفیت ها و نگرش های دنیوی ما را احاطه خواهند کرد هر چه بخشیده ایم هر خوبی که روا داشته و هر نیکی که بر دیگران کرده ایم ما را در بر خواهند گرفت و هر رفتار زشت و عمل ناپسند و گفتار سخیف آزار دهنده ای که مرتکب شده ایم ما را در قفس شرمساری و پشیمانی قرار خواهد داد بدین خاطر نباید خود را با وعده های ساختگی و خیالات سنتی درگیر کنیم و به عبارتی خود را گول زده و با فرضیات اثبات نشده فریب دهیم بلکه باید در احوال خود غور کرده و وضعیت خویش را هم اکنون در باسیم اگر مهربان، بانشاط، با گذشت، با صفا، با تقوی، رؤف و خدمتگزار خلق هستیم معنی اش این است که بهشت را در خود ساخته و آماده کرده و تدارک دیده ایم لذا اگر همین حالا که قالب تهی سازیم جوهر و ماهیت مان چه باتن و چه بی تن در سرای ابدی حاضر خواهد شد.

طبق نص صریح قرآن خداوند به هیچ بنده ای ظلم نکرده و نخواهد کرد بلکه با رافت، رحمت، لطف و عنایاتش بندگانش را در دنیا بدرقه و در آخرت استقبال خواهد نمود و با پاداش های فراوان بندگانش را مورد لطف و عنایت قرار داده به سمرنزل حیات اخروی خواهد نشاند اما اگر حرص، حسد، تکبر، بدخواهی، کینه، بدخلقی، کژ اندیشی، افکار منفی و نگرش خصمانه در احوال و حالات مان حاکم است باید به خدا پناه ببریم که شر و کشنده است باید تا وقت است چاره اندیشی کرد دیگر تامل و وقفه جایز نیست باید به سوی نیکی ها خوبی، خیر و امید و ایمان شتافت دیگر جز تغییر، تحول و توبه راهی به سوی نجات نیست استعانت و استمداد از پروردگار تنها بارقه امید است که می تواند ما را از شر خود و بدیهایمان برهاند و با فصل جدیدی از ضمیر نهفته و فطرت الهی پیوند زند و به دریای رحمتش ملحق فرماید ما همچون قطره ای هستیم که با آلودگی ها حجیم و فریه شده و در توهامات تخدیر کننده و تهییج کننده بسر می بریم و اگر به داد خودمان نرسیم در قهقرای ذلت و در مسیر گمراهی به نابودی و زوال منجر خواهیم شد اما اگر خود را یافته و خدا را فراموش نکردیم چنان قطره ای خواهیم بود که به دریای الهی ملحق و از همه پیرایه ها و آلودگی و زنگارها پاک گشته و بیکران خواهیم شد آنگاه با بهشتی که آرزو داریم در پرتو رحمت خداوند سامان خواهیم گرفت.

مانور روی انحرافات و مسایل جنسی است

شرط غربی ها برای سینمای ایران



بهرروز افخمی گفت: امروز برنامه ای که باید پیگیری شود و مدیران ما هم متوجه آن هستند ساختن فیلم هایی است که در بازار واقعی جهانی نفوذ کند که مطمئناً یکی از این بازارهای مهم کشور چین است که در طول سال حدود ۱۲ میلیارد دلار درآمد دارد و نفوذ به بازار این کشور و کشور روسیه کاملاً امکان پذیر است و علاوه بر آن ما می توانیم به بازار دنیای عرب نیز نفوذ کنیم. فیلم سازان ایرانی باید این کار را انجام دهند و دولت هم می تواند کمک کننده باشد.

بهرروز افخمی (فیلم نامه نویس، کارگردان و تهیه کننده سینما) در پاسخ به این پرسش که اگر جشنواره های خارجی در این سال ها فیلم هایی با مضامین و موضوعاتی مثل بی بندوباری را مورد تحسین قرار می دادند، چرا فیلم های ایرانی که فاقد این محتواها بودند در این جشنواره ها دیده می شدند؟ می گوید: نمی توان به طور مطلق مدعی شد که فیلم های ایرانی فاقد چنین مضامینی بودند، این اواخر فیلم هایی در جشنواره ها دیده شدند که ردپایی از این مضامین را می توان در آن ها دید اما موضوع فقط همجنسگرایی نیست؛ انواع و اقسام بی بندوباری ها خودشان مساله نیستند چرا که بی بندوباری ها در جوامع شرقی نیز وجود دارند و برخورد تمدن های شرقی با این بی بندوباری ها همیشه همراه با مسامحه بوده است در حالی که در جوامع غرب این گونه نبود و برای نمونه می توان انگلیسی ها را مثال زد که وحشیانه رفتار می کردند و حتی تا دهه ۱۳۶۰ برای آشکار شدن اتفاقی همجنس بازی یک نفر ممکن بود آن فرد محکوم به زندان یا معالجه هورمونی شود که این رفتارها درباره برخی افراد، از جمله برخی نوابغ فیزیک منجر به خودکشی شد که در این مورد می توان آلن تورینگ را مثال زد که با تزریق سیانور به سبب و گاز زدن آن خودکشی کرد و گفته می شود که لوگوی شرکت اپل هم به این دلیل انتخاب شده است. او کسی بود که تمایلات جنسی اش را پنهان می کرد اما سازمان امنیت انگلیس به خاطر یک موضوع دیگر او را تعقیب کرده بود و اتفاقی به موضوع همجنسگرایی او پی برده بود، به همین دلیل او را دادگاهی کردند و او محکوم به انتخاب بین معالجات هورمونی یا زندان شد که در نهایت مرگ را انتخاب کرد.

درواقع تمدن آنگلو ساکسون حالا تغییر شکل داده و از آن سوی دیوار افتاده و به این دلیل نگرشش تغییر کرده که انسان به معنای موجودی فعال که هر ویژگی را نمی توان به او اطلاق کرد، دیگر وجود نداشته باشد. برخورد اصلی آنچه که به عنوان

حکومت فراماسونری می شناسیم یا می توان گفت جریان غالب فرهنگی در غرب که خیلی هم در تلاش است که خود را مهیب جلوه دهد و کارهایش کاملاً تروریستی است مساله اصلی شان همجنس بازی یا انحراف به شکل های مختلف نیست بلکه تصورشان بر این است که با گسترش انحرافات یا آشکار کردن و عادی جلوه دادن انحرافات مفهوم پهلوانی را می تواند مورد حمله قرار دهد. پهلوانی مفهومی است که مورد حمله این جریان قرار گرفته و پهلوان به معنای انسانی است که آماده روبرو شدن با مرگ است و به هر قیمتی حاضر به زندگی کردن نیست اما جریان غالب غربی انسانی را می خواهد که به هر قیمتی حاضر به زندگی کردن باشد. انسان مرفه بی درد یا به قول صمد بهرنگی چوخ بختیار انسان مطلوب این جریان غالب است که من معتقدم در رسیدن به هدفشان موفق نخواهند شد و الآن درگیر آبروریزی شده اند و در غزه و اوکراین آبرویشان رفته است و هر چقدر هم بیشتر آبرویشان می رود بیشتر وحشی می شوند. اگر بخواهیم موفقیت یا عدم موفقیت این جریان را در سینما دنبال کنیم نمی توان آن ها را شکست خورده دانست چرا که به هر حال در حال حاضر قوی ترین جریان های سینمایی در اختیار آن هاست و هر سال پربیننده ترین فیلم ها و تحسین شده ترین آثار را می سازند. آنچه که بیشتر به چشم می آید یک هیاهو است که هیاهو هم ارزشی ندارد. برای بررسی موفقیت یا عدم موفقیت این جریان ضد پهلوانی باید به میزان تماشاگران آن توجه کنیم و کاملاً مشخص است تعداد تماشاچیان که فیلم هایی درباره همجنسگرایی می بینند چندان زیاد نیست اما تلاش بسیاری وجود دارد که میزان تماشاگران این فیلم ها را به

آثار پربیننده برسانند و می بینیم که فیلم «باربی» تماشاچیان بسیاری دارد اما این اتفاق به دلیل هجوم تبلیغاتی است چون تماشاچیان «باربی» نمی دانند که قرار است یک فیلم درباره همجنسگرایی ببینند یا اصلاً برای دیدن چنین اثری به سینما نمی روند و آنچه که آنها را به سینما می کشاند عقبه کارا کتر باربی است نه موضوع آن و بسیاری از تماشاچیان وقتی به سینما می روند و با چنین اثری مواجه می شوند. با این حال غالب آثار سینمای ایران که از سوی جشنواره ها و منتقدان دنیا مورد استقبال قرار می گیرند بی بند و باری را دنبال نمی کنند و موضوعات دیگری دارند اما در یک سال اخیر مشخصاً سینمای رسمی ایران نادیده گرفته می شود و فیلم های زیر زمینی هستند که مورد استقبال قرار می گیرند. آیا می توان گفت که رویکرد جشنواره ها نسبت به سینمای ایران تغییر کرده است؟ یا تغییر رویکرد این جریان نسبت به کلیت سینما موافق نیستم چرا که آن ها اصلاً نمی توانند رویکرد خود را تغییر دهند. برای این انحراف تمدنی که خودش را خیلی هم متمدن می داند راهی جز تأکید روی انحرافات جنسی باقی نمانده است و مهم ترین و بارزترین چیزی که باید روی آن تأکید کنند همین موضوعات است و چاره ای جز پیش روی در این زمینه ندارند اما خودشان می دانند و فهمیده اند که در بن بست هستند ولی باید وانمود کنند که مسیرشان ادامه دارد. اما درباره فیلم های ایرانی که اخیراً تصمیم گرفته اند که دیگر آثار رسمی کشور ما را نپذیرند رویکردشان را تغییر داده اند و سعی دارند فیلم هایی سفارش دهند که حتی اگر ممکن است در ایران مجوز هم بگیرند و ساخته شوند و در جشنواره های مطرح هم راه پیدا کنند و جایزه هم بگیرند اما شرطشان این است که تأکید آن آثار روی انحراف یا مسایل جنسی باشد.

کلیدهایی برای زندگی معنوی و سالم



پدرام خسروشاهی

ترکیبات متنوع از مواد غذایی می تواند به بهبود خلق و خوی ما کمک کند. مصرف مواد غذایی سالم باعث افزایش انرژی و افزایش وضوح ذهن می شود. ۲. ورزش منظم: فعالیت بدنی منظم باعث ترشح هورمون های خوش خیم در بدن می شود که بهبود روحیه و افزایش شادابی و انرژی را تسهیل می کند. تاثیر روانی سبک زندگی:

۱. مدیریت استرس: یادگیری تکنیک های مدیریت استرس مانند مدیتیشن، یوگا و تمرینات تفریحی می تواند به کنترل روحیه و کاهش ناراحتی کمک کند.

۲. روابط اجتماعی: داشتن روابط اجتماعی سالم و پایدار نقش بسیار مهمی در افزایش خلق و خوی مثبت انسان دارد. ارتباط موثر با دیگران و احساس تعلق به یک جامعه می تواند افزایش خلق و خوی ما را تضمین کند. نتیجه گیری: به انتخاب هایی که در زندگی روزمره می کنیم، اهمیت بدهیم. اشتباهات کوچکی که در سبک زندگی داریم می تواند به تدریج تاثیرات بزرگی روی روحیه و خلق و خوی ما داشته باشد. با رعایت اصول سلامتی فیزیکی و روانی، می توانیم یک زندگی معنوی، سالم و خوش بین را تجربه کنیم.

سبک زندگی که در پیش می بریم، نه تنها بر وضعیت فیزیکی ما بلکه بر روحیه، خلق و خوی ما نیز تاثیر می گذارد. در این مطلب، به بررسی تاثیر عناصر مختلف سبک زندگی بر خلق و خوی انسان خواهیم پرداخت. تاثیر فیزیکی سبک زندگی: ۱. تغذیه سالم و منظم: تامین تغذیه صحیح با

چرم مشهد

Mashad Leather

www.mashadleather.com

@mashadleatherco

زیبای ایرانی، ایرانی زیبا



درخششی در مسیر اشتغال
تا سقف ۲۰ میلیارد ریال



طرح تسهیلات یا قوت ملل ویژه کسب و کارها
فرصت تا پایان اردیبهشت ۱۴۰۳

۲۲ درصد

بر اساس میانگین موجودی حساب