

### مقصر حادثه مشخص است



۲

### نقشه راه نظام تعلیم و تربیت



۳

### سید حسن مبارزی مقتدر ورهبوری مخلص بود



۵

# ایران چکارش می‌کنه...

روزنامه القدس العربی با اشاره به اقتدار موشکی جمهوری اسلامی در جریان حمله سه شبه شب به رژیم صهیونیستی، به درهم شکستن سامانه های پیشرفته دفاع هوایی غربی و اسرائیلی در مقابل موشک های هایبر سونیک ایران اشاره کرد. القدس العربی در مطلبی با عنوان «وجه تمایز حمله آوریل و اکتبر؛ چگونه موشک های ایران از سامانه دفاعی اسرائیلی غربی عبور کرد»، نوشت: ایران سه شبه شب اول اکتبر جاری با صدها موشک بالستیک و هایبر سونیک با برد مختلف و قدرت انفجاری، اسرائیل را موشکیاران کرد. نکته بارز این حمله موشکی که بی سابقه بود، شکست همه سامانه های دفاع هوایی غربی و در راس آن آمریکایی در رهگیری بخش اعظم این موشک ها بود. این منبع افزود: شمار موشک های شلیک شده نامعلوم است، شبکه العالم ایران به نقل از برخی منابع، شمار آنها را ۴۰۰ و برخی منابع اسرائیلی و آمریکایی ۲۵۰ و ۱۸۱ دانستند. در عین حال تعداد موشک های بالستیک، بالدار و مافوق صوت مشخص نیست...

۲

## هشدار ناترازی گازی!

۵

## پرونده معدن مختومه می‌شود؟

۶

### سر مقاله

## موشک های ایرانی کلبوس نتایهو



مدیر مسؤول

### یادداشت

## اخلاق محوری و مردم داری



۲

فرمانده انتظامی خراسان رضوی



# داستان تلخ موتورهای فلان آورد

۷



نتانیاهو پیش‌بینی نمی‌کرد که سه روز بعد از عملیاتی که آن را «نظم نوین» نامیده بود، موشک‌های بالستیک ایرانی تصویر اصلی نظم جدید منطقه را در آسمان سرزمین‌های اشغالی ترسیم کنند.

رژیم صهیونیستی در آستانه یک سالگی «طوفان الاقصی» و در پی زخم‌های عمیق و غیرقابل ترمیمی که از عملیات هفتم اکتبر بر پیکره خود دارد، تلاش کرد تا صحنه جنگ را تغییر دهد و به عنوان پیروز از آن خارج شود. این رویا ممکن است موجب شده باشد که تئوری «ضرر به بزرگ به مقاومت» با هدف ترور سید حسن نصرالله به اجرا درآید.

تحولات جدید از صبح دهم مردادماه آغاز شد؛ روزی که مردم باخبر ترور اسماعیل هنیه در تهران بیدار شدند. این خبر، شوک بزرگی به دنبال داشت؛ چرا که هنیه به منظور شرکت در مراسم تحلیف رییس جمهور ایران به تهران سفر کرده بود. با وجود وعده جمهوری اسلامی ایران برای پاسخ به این جنایت، تلاش شد تا با خوشبینی داری، فرصت بیشتری به مذاکرات آتش‌بس غزه داده شود و زمان تسویه حساب با رژیم صهیونیستی به زمانی مناسب موکول گردد. اما رژیم صهیونیستی با برهم زدن قواعد درگیری، بر حجم تنش‌ها افزود.

این تنش‌سازی بی‌قاعده با حمله تروریستی از طریق پیجرها در لبنان آغاز شد که منجر به مجروحیت هزاران نفر، از جمله سفیر جمهوری اسلامی ایران در بیروت، گردید. روز هفتم مهرماه، خبر شهادت دبیر کل حزب الله و سردار نیل فروشان، فرمانده مستشاری ایران در لبنان، زنگ پایان مداخلات را به صدا درآورد. رسانه‌های غربی و صهیونیستی پس از ترور بزرگ در بیروت، به انتشار اخباری جعلی پرداختند و مدعی وجود وضعیت آشفته در قلب مقاومت منطقه، یعنی تهران شدند. از اختلاف مسوولان در مورد پاسخ به رژیم صهیونیستی خبر داد و رویترز نیز مدعی انتقال مسوولان ایرانی به مناطق امن شد.

صهیونیست‌ها که از پیروزی تاکتیکی خود سرمست بودند، تحکات خود برای ورود زمینی به لبنان را آغاز کردند. در شرایطی که جهان به نظاره باغی‌گری‌های اسرائیل با پشتوانه آمریکا نشسته بود، نیروی هوافضای سپاه پاسداران انقلاب اسلامی تنها سه روز بعد از شهادت سید حسن نصرالله با پرتاب ده‌ها موشک بالستیک، اهداف مهم نظامی و امنیتی را در قلب سرزمین‌های اشغالی هدف قرارداد و نتانیاهو و کابینه جنگی‌اش را به مخفیگاه‌های زیرزمینی خود فرستاد.

### جناب آقایان دکتر امیر و امین شهلا

درگذشت پدر گرامیتان را به شما و خانواده محترم تسلیت عرض می‌کنیم. ما را در غم خود شریک بدانید.

مدیر مسوول و کارکنان  
موسسه مطبوعاتی رسانه گستر نخست

### جناب آقای محمد زائر نیا

رییس اداره مرکز اسناد شهر داری مشهد

درگذشت پدر گرامیتان را به شما و خانواده محترم تسلیت عرض می‌کنیم. ما را در غم خود شریک بدانید.

مدیر مسوول و کارکنان  
موسسه مطبوعاتی رسانه گستر نخست

صاحب امتیاز و مدیر مسوول: دکتر علی خسرو شاهی

سردبیر: سعید کوشافر

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)۳۴۴۷۷۱۱

نمبر: ۰۲۰-۳۴۴۴۰۲۰ (۰۵۱) - پیامک: ۳۰۰۷۹۸۱

کد پستی: ۹۱۸۳۸۳۳۱۹

ایمیل: [nakhost@yahoo.com](mailto:nakhost@yahoo.com) - [Info@nakhostnews.ir](mailto:Info@nakhostnews.ir)

چاپخانه: شاخه سبز (قم)

وب سایت: [www.nakhostnews.ir](http://www.nakhostnews.ir)

کانال اطلاع رسانی: [@NakhostNews](https://www.instagram.com/NakhostNews)

## مردی با صداقت در قول و عمل

# قدرت رهبری نصرالله



هواداران جریان ۱۴ مارس و احزاب تابع آن قرار دارند که پس از ترور «رفیق حریری» در سال ۲۰۰۵ با یکدیگر متحد شدند و تحولاتی را در لبنان رقم زدند. رقبای سیاسی حزب الله در احزابی از جمله «المستقبل»، «قوات لبنانی» و... فعالیت می‌کنند.

### تقابل دائمی با اسرائیل و یادآوری وظایف حاکمیت در لبنان

سید حسن نصرالله دبیر کل حزب الله لبنان در سخنرانی هایش از مقام رسمی خود در این حزب استفاده کرده و اهداف و برنامه‌های حزب الله و مقاومت لبنان را برای مخالفان داخلی و خارجی اعلام و تکرار کرده است. او همواره تاکید کرده که حزب الله از روز نخست شکل‌گیری در تقابل دائمی با اسرائیل است و این مهم را هرگز از صدر اولویت هایش خارج نکرده است؛ وی ایستادگی بر این موضع را در تمامی سخنرانی‌های عید مقاومت طی سال‌های ۲۰۰۰ تا ۲۰۱۸ تکرار کرده است.

سید حسن نصرالله در سخنرانی‌های عید مقاومت و آزادسازی جنوب لبنان از سال ۲۰۰۰ تا ۲۰۱۸ به دفعات از مقام سازمانی خود برای بیان وظایف حکومت و دولت لبنان در برابر مردم استفاده کرده است؛ وظایفی شامل برقراری امنیت عمومی کشور، بازسازی و توسعه مناطق جنگ‌زده و دور از جنگ و نیز بنای ساختارهای حکومتی برکنار از دخالت‌های غیرقانونی و نیز درخواست از دولت برای مسوولیت‌پذیری و حل مشکلات اقتصادی و اجتماعی مردم.

شیوه مواجهه با مخالفان داخلی و خارجی، نشانگر تصویری از رهبری سید حسن نصرالله بر حزب الله لبنان است.

قدرت رهبری و عملکرد «سید حسن نصرالله» رهبر شهید حزب الله در دستیابی به اهداف این تشکل مقاومت و تطبیق آن اهداف در راستای منافع ملی لبنان باعث شد تا مجامع بین‌المللی او را فردی مؤثر در تصمیم‌های سیاسی لبنان، منطقه و نیز در عرصه سیاست بین‌الملل بشناسند؛ صاحب‌نظران و تحلیلگران متعددی این موضوع را تصدیق کرده و وی را حایز ویژگی‌های شخصیتی ممتاز در اعمال رهبری و اثرگذاری بر مخاطبان می‌دانستند. اغلب صاحب‌نظران، دلیل اثرگذاری کلام او را صداقت در قول و عمل دانسته‌اند که از فرهنگ شیعی و ارزش‌های دینی متأثر است.

این ویژگی‌های شخصیتی باعث شد تا در پژوهش‌های مختلف به نقش رهبری او توجه شود. یکی از این پژوهش‌ها را «راضیه بابایی» و «زاهد غفاری هاشجین» با عنوان «نقش رهبری سید حسن نصرالله در به کارگیری قدرت هوشمند حزب الله در مواجهه با مخالفان» [۱] به انجام رسانده‌اند. در ادامه بخش‌هایی از این پژوهش را می‌خوانیم: خلق کاریزما در نظر مخالفان سید حسن نصرالله، به واسطه عمل به وعده‌هایی بوده که به‌طور علنی در سخنرانی‌هایش مطرح شده است

**نگاهی گذرا به جبهه رقبای مخالفان حزب الله**  
مخالفان نصرالله را می‌توان در دودسته مخالفان داخلی و خارجی تقسیم کرد که دسته اول از گروه‌ها، احزاب و افراد مخالف شخص دبیر کل یا مخالف مثنی حزب الله و مقاومت در داخل لبنان تشکیل شده‌اند و گروه دوم شامل کشورها و افراد دشمن منافع ملی لبنان به‌ویژه اسرائیل، آمریکا، گروهی از دولت‌های غربی (مانند انگلستان، فرانسه و...) و برخی سردمداران و جریانات منطقه می‌شوند. در رأس رقبای داخلی حزب الله

## ایران چکارش می‌کنه...

... ادامه از صفحه اول

فرانسوی و ایتالیایی و آمریکایی به ویژه پاتریوت و دفاع هوایی سپر موشکی یا جنگ ستارگان عبور کرد. آخری روی ناوشکن‌های «اس اس بولکی» (DDG-۸۴) و «یواس اس آری بزرگ» (DDG-۵۱) و «یواس اس کول» (DDG-۷۷) مستقر است. این به مثابه چالش بزرگی برای امنیت ملی آمریکا است که مشاهده کند سامانه هایش ۱۰۰ درصد نتوانستند موشک‌های ایرانی را رهگیری کنند، به ویژه اینکه سامانه‌های ضد موشکی مختص رهگیری موشک‌های روسی و چینی هستند. آنچه خطر موشک‌های ایرانی علیه رژیم اسرائیل را افزایش می‌دهد، این است که جنگنده‌های بسیار پیشرفته «اف ۳۵» و «اف ۲۲» نتوانستند موشک‌های بالستیک و هایپرسونیک ایران را رهگیری کنند.

نکته چهارم، رژیم صهیونیستی میزان خسارات و تلفات وارده این حمله را که در دو مرحله انجام شد، فاش نکرد. این رژیم معمولاً تلفات و خسارات خود را پس از سال‌های طولانی اعلام می‌کند به این دلیل که طرف مقابل از آن برای حملات بعدی استفاده نکند. به طور مثال رژیم اسرائیل پس از گذشت سال‌های طولانی از خساراتی خبر داد که موشک‌های «اسکاد» عراقی در سال ۱۹۹۱ به آن وارد کردند. همین موضوع درباره جنگ ۳۳ روزه علیه لبنان و حمله آوریل گذشته ایران (وعده صادق ۱) نیز صادق است.

### یادداشت

## اخلاق محوری و مردم‌داری دو شاخصه پلیس خدمتگزار

سر تیپ محمد کاظم تقوی

فرمانده ارشد انتظامی استان خراسان رضوی در یادداشتی با تبریک و تسلیت شهادت سید مقاومت و گرمای داشت هفته انتظامی تاکید کرد: روزآمدی مبتنی بر نیازسنجی‌های علمی و کاربردی مهم‌ترین رکنی است که پلیس را در ارائه خدمت به مردم می‌تواند یاری رساند.

شناخت دقیق خاستگاه‌های افکار عمومی و رفع مطالبات دغدغه‌های مردمی تکلیف خطیری است که پلیس در ارائه خدمت و انجام عملیات فرهنگی، اجتماعی و انتظامی در مسیر تحکیم نظم و امنیت بر عهده دارد.

اخلاق محوری و مردم‌داری دو شاخصه اصلی پلیس خدمتگزار است و در این عرصه باید با استانداردهای و تعالی رفتار کارکنان همراه با توسعه بهره‌گیری از فن‌آوری‌های نوین در مسیر کیفی‌سازی هرچه بیشتر خدمات و اقدامات ارزنده پلیس گام برداریم. با تشکر از همراهی و همگامی شهروندان فهیم و قانون‌مدار سبزواری به کارکنان خدم و ایثارگر پلیس این شهرستان خدقوت می‌گوییم و از تلاش صورت گرفته و تعامل و مشارکت فعال برای برقراری نظم و امنیت مطلوب در این شهرستان تشکر می‌کنیم.

وی همچنین، راهبردهای علمی و تخصصی را پیشرو در عملیات موفق انتظامی برشمرد. بررسی و داده‌کاوی روند اجرایی مأموریت‌ها، مطالعه مطالبات مردمی و توسعه تعاملات اجتماعی برای اطلاع‌یابی دقیق وضعیت و فرصت‌سازی به پشتوانه هم‌افزایی‌های هدفمند از تکالیف خطیر فرماندهان انتظامی است.

### دیدگاه

### مقصر مشخص است

محمدحسین روشنگر - حادثه تلخ معدن ذغال سنگ معدنچو مجدد ناکارآمدی تشکیلات بزرگ همه‌کاره و هیچ‌کاره، صنعت، معدن، تجارت و ... را تایید کرد.

قبل از تصویب قانون ادغام وزارت بازرگانی در وزارت صنعت و معدن در مجلس، این قلم و بسیاری قلم‌های دیگر نوشتند این اقدام برای اقتصاد کشور بسیار خطرناک است، متأسفانه قدرتمندان و لابی‌داران بزرگ نگذاشتند به آن اعلام خطر توجه شود.

بعد از ادغام وزارتخانه‌ها که حرکتی واقعا سیاسی و خسارت‌بار برای کشور بود در سال‌های آخر عمر دولت‌های نابودکننده احمدی‌نژاد تاکنون قلم‌ها صدها بار نوشته‌اند اگر وزارتخانه‌های ادغام‌شده احیاناً نشوند بخش‌های مهم از اقتصاد کشور چون صنعت، معدن، تجارت، بازار، کشاورزی، راه و ترابری، مسکن و شهرسازی نابود خواهد شد.

بله هزاران قلم و زبان نوشتند و گفتند و مجدد خواستار جدایی این بخش‌ها شدند، مقام معظم رهبری نیز به اشتباه بودن ادغام اشاره داشتند، ضمن اینکه مجلس چند بار برای تفکیک تلاش کرد، اما متأسفانه قدرت مالی بزرگ و لابی‌های صنعتی به‌ویژه در حوزه خودرو که سایه سنگینی بر نهادها و تشکل‌های دولتی و بخش خصوصی داشته و دارند، مشخص نیست چه حاصلی از ادغام دیده‌اند که با تفکیک مخالفت می‌کنند.

این قلم بار دیگر می‌نویسد خون معدن کاران مظلوم طبعی به گردن کسانی است که ادغام‌ها را رقم زدند.



## وزیر آموزش و پرورش ابلاغ کرد

## نقشه راه نظام تعلیم و تربیت

وزیر آموزش و پرورش از ابلاغ نقشه راه نظام تعلیم و تربیت خبر داد و گفت: در کنار آموزش، انتقال ارزش ها، آداب و سنن، مهارت های زندگی و ارزش های دینی برای دانش آموزان در اولویت قرار دارد. علیرضا کاظمی در جلسه هماهنگی ستاد یوم الله ۱۳ آبان با اشاره به اینکه پس از بازگشایی مهر، نقشه راهی برای نظام تعلیم و تربیت با نگاه آرمانی سند تحول طراحی و ابلاغ شد، افزود: اجرای ساحت های ششگانه سند تحول با جدیت و اولویت در آموزش و پرورش انجام خواهد شد. وی ادامه داد: بر اساس سند تحول بنیادین



آموزش و پرورش، برنامه های آموزشی و تربیتی و متناسب با اهداف هر دوره تحصیلی برنامه ریزی و اجرا می شود

که ساحت تعلیم و تربیت اعتقادی، عبادی و اخلاقی اولین و برجسته ترین آن هاست زیرا با همه ساحت ها ارتباطی تنگاتنگ دارد.

کاظمی با تأکید بر نقش محوری آموزش و پرورش در حوزه های فرهنگی گفت: در این مجموعه بالاترین نقش را تشکلهای دانش آموزی دارند. وی بر تشکیل مستمر جلسات تشکلهای دانش آموزی اشاره کرد و افزود: باید برای انجام موفق این مهم، نقشه راهی طراحی شود تا بتوان همسو و همراه برنامه های آموزشی، برنامه های فرهنگی را نیز دنبال کرد.

## یادداشت

## وحدت برای عبور از کمین خطر

غلامرضا بنی اسدی

عقل حکم می کند در همیشه کنار هم باشیم چه رسد به هنگامه ای که جدا بودن از هم، دست دشمن را در میانمان باز می کند. شرع هم این حکم عقل را برای تقویت بنیه های نظام، تأیید و تنفیذ می کند. ملی گرایی صرف هم امضاکننده ضرورت وفای و وحدت است چنان که انقلابیگری هم به ضرورت پایداری انقلاب از هر چه اختلاف است، روی برمی تابد. وحدت و هم افزایی ظرفیت ها و یکی کردن توان ها، ضرورتی است که امروز برای ما واجب تر از دیروز است حتی از زمانی که جنگ تحمیلی را با هدایت الهی امام روح الله به دفاع مقدس تبدیل و مکتب سازی کردیم. سرفراز بیرون آمدن از امتحانی ۸ ساله و ابتلایی سخت، به مدد وحدت حول محور انقلاب و ایران و ولایت، حاصل شد. امروز هم برای بیرون رفتن از مشکلات و غلبه بر مصائب صهیونیست ساخته اقتضایی به نام وحدت حداکثری دارد. باید همه نگاه ها به لبان هدایتگر رهبر انقلاب باشد. جز سخن او نگوئیم و راهی دیگر نبوییم که ما را و مهمتر از ما وطنمان را به بلا گرفتار می کند. همه ارکان حاکمیت هم به این مهم باید توجه داشته باشند. کاری نکنند که توان ها تقسیم شود. تریبون داران و قلم داران و زبان داران در فضاهای گوناگون هم باید بدانند زمان بسیار دیگر گون شده است. اگر می خواهند به تله این دگرگونی نیفتند باید از تغییر مدام احوال بپرهیزند و به حال واحد برسند. جوری که کسی نتواند با تحریک ما، حرکت انقلاب را تحت تأثیر قرار دهد. نتواند با کلمات، آتشی روشن کند که خرمن ما را بسوزاند. من نگرانم و دلخور از رفت و آمد کلمات در فضای مجازی که به جای دشمن، دوست و دولت را می زند. فرمان را نماندنیها داده است. حمایت را بایستن تمام کرده است در ثور سیدالشهدای مقاومت اما برخی به جای سردادن هر چه فریاد است علیه آمریکا، دولت خودمان را می کوبند. می پندارند تهدیدها شوخی است و باید خط رقابت های انتخابات را تا قیامت ادامه داد. این رفتار اگر بخشی از جنگ ترکیبی دشمن هم نباشد جبهه او را تقویت می کند. هوشیار باشیم. یا علی!

## خبر

## ناشنوایان دنیای سکوت لحظه ها را جشن گرفتند

**مجید خروشی** - التماس لحظه ها را می توان نادیده دید می توان حس کرد در لیخنه یاس، شکوه شادی و شفق قشری از جامعه که برای دیدن و حضور در جامعه تلاش می کنند. در آستانه روز جهانی ناشنوایان جشنی ویژه افراد ناشنوا با همکاری بهزیستی و کانون ناشنوایان خراسان رضوی با حضور مشاور شهردار در امور افراد دارای معلولیت، رییس هیات ناشنوایان خراسان رضوی، معاون اجتماعی شهرداری مشهد، معاون هماهنگی امور عمرانی استانداری، رییس شورای اسلامی شهر مشهد، معاون گردشگری اداره کل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی خراسان رضوی، رییس اداره نظارت و ارزیابی خدمات گردشگری اداره کل میراث فرهنگی، مدیرکل و معاون توانبخشی بهزیستی خراسان رضوی و رئیس اداره بهزیستی شهرستان مشهد در تالار شورای شهر برگزار شد. در این مراسم با اجرای برنامه های شاد و مفرح از قبیل نمایش، اجرای گروه سرود هیاها در سکوت، شعبده بازی و... اوقات شاد و مفرحی برای ناشنوایان رقم خورد. گفتنی است در انتهای مراسم نیز از نخبان و چهره های برجسته علمی، ادبی، هنری و... ناشنوا و همینطور کارشناس توانبخشی حوزه ناشنوایان بهزیستی و رئیس سابق کانون ناشنوایان توسط مسئولین تقدیر به عمل آمد. در این مراسم ناشنوایان با زبان اشاره بی صدا فریاد سکوت سر دادند و خواهان تامین پیش نیازها و مزایای تعریف شده زندگی اجتماعی شدند.

## باید و نبایدهای وزارت بهداشت

## سلامت روان، فرزند ناتی نظام سلامت



نازنین آهنگری «دکترای روان شناسی بالینی» در پاسخ به پژوهشگر ایرنا درباره وضعیت سلامت روان در کشور می گوید: کار ارزشمندی در سال ۱۳۷۸ توسط دکتر نوربالا در زمینه بررسی سلامت روان ایرانیان انجام شد و از آن زمان تاکنون تغییر چندانی از نظر آمار مشاهده نمی شود؛ بر این اساس، شیوع اختلال های روانی در زنان حدود ۲۵ درصد و ۱۴ درصد در آقایان است و این نشان می دهد که زنان با توجه به نقش های مهمی که در جامعه دارند، نیازمند رسیدگی و توجه بیشتری هستند. آهنگری با اشاره به تأثیر تحصیلات در بروز اختلال های روانی می گوید: از نظر سواد و تحصیلات نیز بر اساس آمارها، ۱۲.۸ درصد اختلال های روانی در افراد بی سواد وجود دارد. همچنین در مشاغل مانند روان پزشکی، روان شناسی، مددکاری و پزشکی نیز بهتر است قبل از ورود افراد به این شغل ها، آمادگی های شخصیتی و روان شناسی بررسی شود؛ زیرا پس از ورود به این شغل ها، به دلیل اضطراب های فراوان شغلی، توان افراد برای ادامه کار گرفته می شود. دکترای روانشناسی بالینی در پاسخ به این سوال که چه نوع اختلال هایی بیشتر در افراد مشاهده می شود نیز می گوید: بیشترین اختلال هایی که در مراجعه کنندگان مشاهده می شود، اختلال های اضطرابی، افسردگی و اعتیاد است. نکته مهم دیگر، تعارض در روابط زوجین است.

سلامت روان جامعه تحت تأثیر مسایل مختلف می تواند دچار مشکل شود، اما نمی توان گفت که وضعیت بیماری های روانی در کشور ما با سایر کشورها متفاوت است و در این زمینه دو نکته مهم باید مدنظر نظام سلامت قرار بگیرد که شامل ارتقای سواد سلامت جامعه و برنامه ریزی بر اساس نیازهای روز است. انگ های اجتماعی درباره اختلال روانی در ایران و جهان وجود دارد؛ اما با قاطعیت می توان گفت که سواد سلامت مردم درباره اختلال های روانی پایین است و به طور مثال نمی دانند در صورت بروز چه علایمی و چه شرایطی باید به روانشناس مراجعه کنیم. هرچند پس از دوران کرونا به دلیل بروز اضطراب ها و تشدید اختلال های روانی در افراد، تا حدودی انگ مراجعه به روان شناس از بین رفت، اما همچنان بخش بزرگی از جامعه چنین نیازی در خود حس نمی کنند. از طرفی موضوع ارتقای سواد سلامت نیز باید در دستور کار نظام سلامت قرار بگیرد و رسانه ها، صداوسیما و بیلبوردهای شهری و غیره باید به آموزش در حوزه سلامت روان کمک کنند؛ اما آیا چنین چیزی را مشاهده می کنید؟ آیا روی بیلبوردهای شهری یا درودیوار مترو، خبری از عبارت های کوتاه و کمک کننده در حوزه سلامت روان است؟ کدام اختلال های روانی بیشتر مشاهده می شوند؟

## ارز ترجیحی برای کنترل قیمت دارو نباید حذف شود

وی یکی از اولویت های دولت چهاردهم را رسیدگی به بیمارستان ها و تجهیزات بیمارستانی دانست و افزود: رشد مصرف بالای تجهیزات بیمارستانی می طلبد دولت نسبت به تجهیز و بازسازی هر چه سریع تر اقدامات موثری داشته باشد. محمدپور ادامه داد: با توجه به تبعات حذف ارز ترجیحی اگر امروز بیمارستان ها در مناطق دور از مرکز تجهیز نشود، بیماران مجبورند برای تکمیل درمان به مراکز استان ها بروند که با توجه به شرایط موجود در حوزه پایگاه های اورژانس نیز دچار کمبود تجهیزات به روز به خصوص آمبولانس هستیم.

در کمیسیون اقتصادی نیز نمایندگان مجلس مخالف این موضوع هستند و باید تبعات سنگین حذف ارز ترجیحی بر درمان و تجهیزات پزشکی را در نظر گرفت. عضو کمیسیون اقتصادی مجلس دوازدهم با اشاره به نظر وزیر بهداشت پیرامون کمبودها و کاستی های بودجه سلامت و نگرانی های موجود نسبت به حذف ارز ترجیحی و فرسودگی تجهیزات پزشکی، گفت: در سال های اخیر اعتبارات قطره چکانی جهت به روزرسانی تجهیزات پزشکی باعث فرسودگی و عدم به روزرسانی تجهیزات پزشکی در مراکز درمانی و بیمارستان ها به ویژه در مناطق محروم شده است.

عضو کمیسیون اقتصادی مجلس شورای اسلامی، گفت: سیاست مجلس در خصوص کنترل قیمت ها در حوزه تجهیزات پزشکی و البته دارو مخالف حذف ارز ترجیحی است. هادی محمدپور، اظهار داشت: کنترل ارز و جلوگیری بسیاری از رانت ها را رویکرد دولت و مجلس است و سیاست کلی دولت چهاردهم کنترل ارز به ویژه کنترل ارز کف بازار و رساندن ارز نیمایی به ارز بازار است. وی با تأکید بر اینکه ارز ترجیحی باید برای دارو تخصیص داده شود، افزود: کمیسیون بهداشت مجلس شورای اسلامی با حذف ارز ترجیحی مخالفت کرده و



ساعت ۲۵

عروسی محرومان!

محمدباقر عطاریانی

تهیه جهیزیه آن هم برای قشر محروم، نه تنها در حالت بیداری غیرممکن است بلکه در رویاها هم امکان پذیر نیست. این روزها نورووسان زیادی را سراغ داریم که مدت هاست در انتظار جهیزیه هستند و دست تنگی پدر و مادر و محرومیت و فقر همواره گریبانگیرشان بوده و هست. کم نیستند دختران روستایی و شهری ما که به دلیل نداشتن جهیزیه، زندگی شان از هم پاشیده و نابود شده است. دخترانی که برای خرید و تهیه یک قلم کالا درمانده اند و توان مالی لازم ندارند. دخترانی که با فقر بزرگ شده اند و برای حفظ آبرو، فقط سکوت اختیار می کنند. انصافاً تهیه و خرید یک جهیزیه ساده و معمولی و تامین لوازم اولیه زندگی برای یک زندگی ساده و بی آلتی کار ساده ای نیست. خیلی از خانواده ها با اوضاع کنونی و قیمت های سرسام آور لوازم زندگی، قدرت و توان خرید ندارند. برای تامین مایحتاج اولیه زندگی درمانده اند چه برسد به جهیزیه! البته از همت والای خیرین و نیکوکاران نباید غفلت کرد. عزیزانی که خودجوش و بدون حمایت سازمان ها و نهادها و ادارات دولتی و به صورت کاملاً مردمی وارد این معرکه شده و کمک می کنند. چندی پیش در یک منزل و به همت جمعی از بانوان خیر شهروان و با یک مجلس ساده و صمیمی اقدام به جمع آوری کمک جهت خرید جهیزیه یک نورووس شد. نورووسی از یک منطقه محروم که چندین سال در انتظار جهیزیه بود و برای رفتن به خانه بخت، آرزوهایش در حال فنا بود. با کمک بانوان خیر، مبلغی برای این نورووس جمع آوری شد و تا حدی مشکلاتش رفع شد اما سوال اصلی این است که برای دیگر نورووسان محروم و جهیزیه آن ها چه می توان کرد؟ چه تعداد دختر وجود دارد که لنگ جهیزیه هستند؟ آیا همه این ها را خیران می توانند کمک کنند؟ پس وظیفه دولت و نهادهای ذی ربط چیست؟ مگر تهیه جهیزیه ساده این قشر که دنبال برند و مارک خارجی نیستند چقدر می شود؟ این ها دنبال یخچال ساید، اجاق گاز، فر، ظرفشویی، قهوه ساز، توستر، ساندریج پیچ و ده ها قلم کالای لاکچری و چشم و هم چشمی نیستند. این ها در آرزوی یک زندگی ساده هستند، همین بس. این زندگی ساده و اقلام جهیزیه ساده را به آن ها هدیه کنیم که بهترین باقیات صالحات است.

آگهی فقدان سند مالکیت

آقای محمد اسماعیل قاسم زاده ولی آقای محمد شاهان قاسم زاده با ارائه استشهاد محلی گواهی امضا شده تقاضای صدور سند مالکیت المثنی به میزان ۱۰۰۰ سهم مشاع از ۱۱۰۵۸۱ سهم شش دانگ یک قطعه زمین محصور پلاک ۴۶۷۶ فرعی از ۱۶۸ اصلی بخش ۱۰ مشهد را نموده که پلاک فوق الذکر به نام آقای محمد شاهان قاسم زاده ثبت و سند به شماره ۴۴۱۷۸۲ با شناسه الکترونیکی ۱۶۸۹۰۱۶۸۹۰۱۶۸۹۰ صادر گردید و فاقد بازداشت و رهن می باشد حسب اعلام متقاضی صدور سند المثنی در اثر سهل انگاری مفقود شده در اجرای ماده ۱۲۰ اصلاحی آیین نامه قانون ثبت مراتب در یک نوبت آگهی تا چنانچه اشخاصی مدعی انجام معامله یا وجود اصل سند مالکیت نزد خود می باشند ظرف ده روز از تاریخ انتشار آگهی اعتراض خود را همراه اصل سند مالکیت یا سند معامله به اداره ثبت محل ارائه یا مراتب صورت جلسه گردد. چنانچه پس از اتمام مدت مقرر اعتراض ارائه نگردد و یا در صورت اعتراض اصل سند مالکیت یا سند معامله ارائه نشود این اداره مطابق مقررات اقدام به صدور سند مالکیت المثنی به نام مالک خواهد نمود.

م الف ۳۴۴۲  
حسن ابوترابی  
مدیر واحد ثبتی حوزه ثبت ملک طریقه شاندریز  
از طرف محمد ایرانی

چالش های سکونت گاه غیر رسمی در ایران

از افزایش جمعیت تا آسیب های اجتماعی



نوع از سکونتگاه ها است. رزاقیان در رابطه با کیفیت خدمات عمومی در این مناطق خاطرنشان کرد: این محله ها با کمبود خدمات روبنایی و زیربنایی مواجه اند، تراکم جمعیتی بالایی دارند و فاقد فضاهای عمومی مناسب برای تعاملات اجتماعی هستند.

وی در ادامه با اشاره به تاثیر زیرساخت ها در به وجود آمدن این مشکلات گفت: این ویژگی ها نشان دهنده مشکلات جدی در زمینه زیرساخت ها، خدمات عمومی و بهداشت در سکونتگاه های غیر رسمی است. برای مثال، بسیاری از این محله ها فاقد خدمات دفع فاضلاب هستند که خود منجر به بروز بیماری ها و مشکلات بهداشتی می شود. این عضو هیات علمی گروه برنامه ریزی پایدار شهری در ادامه بیان کرد: با توجه به ویژگی های ذکر شده، می توان تعریفی جامع از سکونتگاه های غیر رسمی ارائه داد. رزاقیان در خصوص بررسی سکونتگاه های غیر رسمی در مشهد، عنوان کرد: سکونتگاه های غیر رسمی در شهر مشهد، به ویژه در مناطقی مانند طبرسی شمالی، التیمور و گلشن، ویژگی های خاصی دارند که آن ها را از سایر مناطق متمایز می کند. این مناطق، هر چند در پهنه خدمات شهرداری مشهد قرار دارند، اما به لحاظ نوع سکونت و شرایط زندگی، شباهت زیادی به سکونتگاه های غیر رسمی دارند.

وی در ارتباط با آسیب پذیری سکونتگاه های غیر رسمی در مشهد خاطرنشان کرد: این مناطق اغلب در حریم های ممنوعه از جمله حریم رودخانه ها، گسل ها و شبکه های فشارقوی قرار دارند که آن ها را در برابر خطرات طبیعی آسیب پذیرتر می کند. همچنین کیفیت ساخت پایین، خطرات جانی و مالی را در زمان بروز حوادث طبیعی افزایش می دهد. این عضو هیات علمی جهاد دانشگاهی ادامه داد: تراکم جمعیتی در این مناطق به مراتب بالاتر از بافت های اصلی شهر است. همچنین معابر باریک و طولانی که هیچ راه خروجی ندارند، در زمان بروز حوادث می تواند خطرات بیشتری را به همراه داشته باشد. به عنوان مثال، در صورت بروز آتش سوزی، خودروهای آتش نشانی نمی توانند به راحتی به محل حادثه دسترسی پیدا کنند و مشکلاتی را برای ساکنین به وجود می آورد.

سکونتگاه های غیر رسمی تصویب شده، "سند ملی توانمندسازی و ساماندهی سکونتگاه های غیر رسمی" است که در سال ۱۴۰۲ به تصویب رسیده است. طبق این سند، محله ها و محدوده هایی که به طور عمده مهاجران و محرومان را در خود جای داده اند و بدون مجوز و خارج از برنامه ریزی رسمی و قانونی در درون و یا خارج از محدوده های شهرها شکل گرفته اند، در غالب سکونتگاه غیر رسمی شناخته می شوند.

رزاقیان با اشاره به جزئیات این سند، اظهار کرد: در ماده ۲ این سند، ویژگی هایی برای سکونتگاه های غیر رسمی تعریف شده است که پنج دسته اصلی از جمله فقر و محرومیت، آسیب پذیری، وضعیت کالبدی، کیفیت ساخت و خدمات عمومی را شامل می شوند. وی در ارتباط با موضوع فقر و محرومیت و آسیب پذیری، عنوان کرد: ساکنان این مناطق با درجات بالای فقر و محرومیت مواجه هستند و سطح مهارت و تحصیلات آن ها اغلب پایین است. همچنین ساکنان این مناطق نسبت به تکانه های اقتصادی و اجتماعی آسیب پذیرند و اولین قشری هستند که از تصمیمات کشوری آسیب می بینند و زندگی آن ها دچار تغییرات می شود. این عضو هیات علمی جهاد دانشگاهی مشهد با اشاره به وضعیت کالبدی، از نکات مهم و قابل توجه در این زمینه افزود: این مناطق دارای گسست کالبدی با بخش های اصلی شهر هستند و نفوذپذیری کم و پیوند ضعیفی با شبکه معابر دارند. سازه های کم دوام و سطح اشغال مغایر با ضوابط رسمی شهرسازی، ابنیه فاقد پروانه ساختمانی یا سند رسمی مالکیت از دیگر ویژگی های کالبدی این

برای توصیف این نوع سکونتگاه ها به کار می رود که شامل مجموعه ای از انواع سکونتگاه ها است. رزاقیان در ادامه گفت: طبق آمار سال ۱۳۹۵، تقریباً شش میلیون و ۲۰۰ هزار نفر، معادل ۹.۷ درصد جمعیت شهری کشور، در این نوع سکونتگاه های زندگی می کردند. این رقم در سال های اخیر رو به افزایش بوده و پیش بینی می شود که اکنون از ۱۰ درصد نیز فراتر رفته باشد.

افزایش جمعیت سکونتگاه های غیر رسمی در ۲۰ سال گذشته

وی در خصوص حاشیه نشینی در شهر مشهد طبق آمارها بیان کرد: سکونتگاه های غیر رسمی در ایران، به ویژه در حاشیه شهرها، پدیده ای است که هیچوقت کاهش نیافته و حتی متوقف هم نشده است؛ در واقع، در بازه ای از زمان همچنان در حال افزایش بوده و این روند ادامه دارد. به عنوان مثال، ۲۰ سال گذشته وضعیت به گونه ای متفاوت بود و آمار سکونتگاه های غیر رسمی کمتر بود، اما به تدریج این جمعیت افزایش یافته است. رزاقیان گفت: این روند از دهه ۱۳۳۰ آغاز شده و ناشی از مهاجرت های جمعیت روستایی به حاشیه شهرهای بزرگ تر است. همچنین، مهاجرت هایی مانند مهاجرت افغان ها به مشهد و نیز جابه جایی افراد از شهرهای کم برخوردارتر به مشهد، مانند سیستان و بلوچستان، همگی به این افزایش جمعیت دامن زده اند.

تصویب سند ملی توانمندسازی و ساماندهی سکونتگاه های غیر رسمی

عضو هیات علمی گروه توسعه پایدار شهری و منطقه ای ادامه داد: آخرین سندی که در زمینه مقابله و رویکرد بهبود وضعیت

عضو هیات علمی پژوهشکده گردشگری جهاد دانشگاهی مشهد گفت: پدیده رشد جمعیت شهری و حاشیه نشینی در شهرها، به مشکلات اجتماعی، فرهنگی و زیست محیطی دامن می زند و نیازمند توجه ویژه مدیریت شهری است.

فرزانه رزاقیان، در گفت و گو با ایسنا در ارتباط با سکونتگاه های غیر رسمی، اظهار کرد: سکونتگاه های غیر رسمی موضوعی پر دامنه و دارای ابعاد مختلف است که در حاشیه شهرها شکل می گیرد و می تواند مشکلات متعددی را برای مدیریت شهری ایجاد کند. رزاقیان با اشاره به اینکه سکونتگاه های غیر رسمی موضوعی پیچیده هستند، بیان کرد: بر اساس پیش بینی سازمان ملل متحد، تا سال ۲۰۵۰، ۶۸ درصد جمعیت جهان در شهرها ساکن خواهند شد؛ این افزایش جمعیت شهری باعث می شود که بسیاری از افراد از مناطق روستایی به شهرها مهاجرت کنند که خود می تواند منجر به بروز مشکلاتی از جمله حاشیه نشینی شود.

کاهش جمعیت روستائین ها در پی افزایش جمعیت شهرنشینی

وی در خصوص افزایش درصدی جمعیت شهرهای ایران در مقایسه با میانگین جهانی افزود: در ایران، جمعیت شهری از ۳۱ درصد در سال ۱۳۳۵ به ۷۴ درصد در سال ۱۳۹۵ افزایش یافته است. این تغییر نشان دهنده رشد قابل توجه جمعیت شهرنشین است و در نتیجه آن، جمعیت روستاها کاهش یافته است. در سطح جهانی نیز، جمعیت شهرنشین از ۳۴ درصد به ۵۴ درصد رسیده است که نشان می دهد ایران از متوسط جهانی در این زمینه پیشی گرفته است.

عضو هیات علمی جهاد دانشگاهی مشهد در ادامه با بیان چالش های حاشیه نشینی با خاطرنشان کرد: پدیده حاشیه نشینی یا سکونتگاه های غیر رسمی، نوع خاصی از شهرنشینی است که با مشکلات پیچیده ای شامل آسیب های اجتماعی، فرهنگی، زیست محیطی و کالبدی همراه است. وی افزود: سکونتگاه های غیر رسمی معمولاً خارج از قوانین و ضوابط شهرسازی شکل می گیرند و در حومه شهرها قرار دارند. عناوین مختلفی برای این نوع سکونتگاه ها وجود دارد؛ از جمله "زاغه نشینی" و "حومه نشینی". در ادبیات داخلی نیز اصطلاح "بافت های ناکارآمد"

فروشگاه پرچم  
فروش انواع پرچم  
ایران اختصاصی کشورها  
تشریفات و مسیری همراز  
مهندسین مشاوران  
۰۲۱-۳۸۴۱۳۶۵۵

جدول سودو کو شماره ۱۵۹

۲	۶	۷	۲	۲
۲	۳	۳	۲	۲
۱	۶	۹	۵	۵
۱	۵	۶	۶	۵
۳	۱	۷	۲	۲

به سه نفر از کسانی که پاسخ صحیح جدول را تا تاریخ ۲۶ مهر ۱۴۰۲ به شماره زیر ارسال نمایند  
۰۹۰۳۳۸۳۱۸۶۱  
به قید قرعه از سوی کلبه عمل مزده هدایایی اهدای می شود.  
پاسخ جدول شماره ۱۵۸



## هشدار ناترازی گازی

دکتر هاشم اورعی  
استاد دانشگاه صنعتی شریف

استاد دانشگاه صنعتی شریف ایران گفت اگر در هوای منهای ۲۰ درجه روسیه شیر گاز را ببندد، دولت ایران مجبور به تن دادن به هر شرایطی خواهد شد.

سیدهاشم اورعی، استاد دانشگاه صنعتی شریف ایران تصریح کرد: اکنون خریداران نفت و گاز به دلایل سیاسی و وضعیتی که در جهان برای خودمان ایجاد کرده‌ایم روی ما حساب نمی‌کنند، هر چند ما امکان فیزیکی انتقال گاز را داریم اما گازی در اختیار نداریم.

اورعی در گفت‌وگو با خبرگزاری «ایلنا»، افزود: واقعیت اینکه کشوری که ۱۷ درصد ذخایر گاز جهان را دارد مجبور شده برای تامین نیاز گاز زمستانی با روسیه قرارداد منعقد کند و این در حالی است که در ۳۰ سال آینده گاز محلی از اعراب ندارد زیرا انرژی‌های



جایگزین وارد عرصه شده‌اند و عملاً باید فاتحه گاز خودمان را بخوانیم و بدتر از همه وابستگی به روسیه است. وی ادامه داد: ما اکنون به روسیه به مراتب بیشتر از حد انتظار وابسته شده‌ایم. مثلاً اگر در هوای منهای ۲۰ درجه روسیه شیر گاز را ببندد و شرط و شروط در نظر بگیرد؛ ما مجبور به تن دادن به هر شرایطی هستیم. این کارشناس ارشد حوزه انرژی در ایران اظهار داشت: وقتی نیروگاه‌ها با کمبود گاز مواجه می‌شوند بلافاصله برق

نداریم و باید به سمت سوخت جایگزین یعنی گازوییل و مازوت برویم. گازوییل هم که به اندازه کافی نداریم و تقریباً همه میزان تولید ۱۱۰ میلیون لیتر گازوییل برابر مصرف آن است یعنی عملاً گازوییل نداریم و اگر قرار است گازوییل را به نیروگاه‌ها ارسال کنیم یا باید تردد کامیون‌ها متوقف شود که سیستم توزیع بهم می‌ریزد و یا باید از ذخایر استراتژیک برداشت کنیم. در مورد مازوت هم مشکل حمل‌ونقل و هم مشکل آلایندگی را داریم بنابراین

جایگزینی گاز با سوخت مایع روشی است که نباید روی آن حساب باز کنیم. اورعی گفت: در تابستان برق را تامین نمی‌کنیم و صنعت را متوقف می‌کنیم و زمستان هم گاز نداریم، به طوری که طی نامه‌ای که ۲ ماه گذشته به برخی صنایع ارسال شده از ابتدای آبان امکان تامین گاز را ندارند یعنی کارخانجات تابستان برق و زمستان گاز ندارند و تولید را متوقف می‌کنیم و در این شرایط صحبت از رشد اقتصادی می‌کنیم و این فراتر از شوخی است. گفتنی است به تازگی سعید توکلی، مدیرعامل شرکت ملی گاز ایران اعلام کرد: اکنون دیگر ناترازی انرژی مطرح نیست، کمبود داریم و این موضوع بسیار جدی است و باید مورد توجه باشد.

چندی پیش نیز محمد بهرامی، نایب رییس کمیسیون انرژی مجلس ایران گفت: یکی از چالش‌های اساسی فرا روی دولت و به ویژه بخش تولید امسال مربوط به ناترازی در صنعت برق و گاز است.

## بازار خودرو خانه‌دار می‌شود



کلیدری گفت: در حال حاضر مطالعات فاز صفر احداث بازار خودرو مشهد با هدف امکان‌سنجی بازار از لحاظ کالبدی، مجاورت، جامعه‌شناختی،

زیست محیطی، همجواری، و ترافیک انجام شده است. وی ادامه داد: فرایند برگزاری استعلام جهت طراحی فاز یک انجام و برای زمین موردنظر برای طراحی و ساخت آماده‌سازی شد. مدیرعامل سازمان ساماندهی مشاغل شهری و فرآورده‌های کشاورزی شهرداری مشهد گفت: پیش‌بینی می‌شود طی سه ماه آینده مطالعات اولیه به اتمام رسیده و فرایند ساخت آغاز شود. کلیدری افزود: در نظر است برای بهره‌مندی بیشتر از ظرفیت این زمین و باهدف رونق بخشی اقتصادی، در دیگر ایام هفته، کاربری‌های دیگری نیز همچون برپایی روز بازار صورت پذیرد.

مجید خروشی - مدیرعامل سازمان ساماندهی مشاغل شهری و فرآورده‌های کشاورزی شهرداری مشهد از جانمایی بازار خودرو مشهد خبر داد. حسن کلیدری مدیرعامل سازمان با اعلام این خبر گفت: سال گذشته قطعه زمینی در اراضی قند شیرین در کمیسیون املاک و مستقالات جهت احداث بازار خودرو به سازمان ساماندهی مشاغل شهری و فرآورده‌های کشاورزی شهرداری مشهد تحویل داده شد. وی ادامه داد: این زمین ۱۹ هکتاری در تقاطع بولوار عمار یاسر و شهید ساعی انتخاب و پس از کسب مجوزهای ایمنی، برای زمین بازار خودرو مشهد در نظر گرفته شد.

## هشدار وزارت صمت نسبت به بروز بحران زمزمه‌های گرانی برنج در بازار

معاون وزیر صمت در نامه‌ای به دبیر ستاد تنظیم بازار ضمن اشاره به رسوب برنج در گمرکات اعلام کرد که در صورت تداوم این وضعیت احتمال بروز بحران در بازار برنج وجود دارد. علیرضا شاه میرزایی معاون تجارت و خدمات وزیر صمت در نامه‌ای به فرجی قائم‌مقام وزیر در امور بازرگانی و دبیر ستاد تنظیم بازار کشور با اشاره به موضوع رسوب برنج در گمرکات بر ضرورت اتخاذ تدابیر برای بازار ملتهب برنج تاکید کرد. در این نامه آمده است: پیرو نامه‌های قبلی و با عنایت به عدم اجرایی شدن تصمیمات جلسه مورخ ۱۸/۰۴/۱۴۰۳ کارگروه تنظیم بازار کشور مبنی

بر مجوز خروج برنج‌های وارداتی که تا پایان تیرماه وارد گمرکات کشور شده‌اند و مسکوت ماندن نامه شماره ۳۲۹۶۵۷۵ تاریخ ۲۰/۰۵/۱۴۰۳ وزیر وقت وزارتخانه متبوع در خصوص اخذ مصوبه این موضوع از هیات وزیران به استحضار می‌رساند با توجه به انباشت برنج‌های پشت گمرک و ناترازی برنامه واردات وزارت جهاد کشاورزی با نیاز واقعی کشور پیش‌بینی خالی شدن بازار از برنج وارداتی پس از ماه‌های محرم و صفر که بالاترین پیک مقطعی تقاضای این کالا در کشور است متأسفانه محقق شده و اکنون علاوه بر برنج وارداتی بازار اقلام برنج ایرانی نیز دچار التهاب شده و با افزایش قیمت و

بعضاً کمیابی مواجه شده و در صورت تداوم این وضعیت احتمال بروز بحران در بازار برنج و سرایت به سایر بازارها قابل پیش‌بینی است علیرغم ثابت ماندن نرخ ارز ترجیحی و همچنین قیمت جهانی برنج وارداتی نسبت به سال گذشته و علیرغم تمام تمهیدات نظارتی تاکنون شاهد افزایش حدود ۵۰ درصدی قیمت برنج وارداتی در سطح بازار بوده‌ایم. با توجه به اینکه برنج خارجی مورد مصرف مستقیم ۶ دهک کم برخوردار درآمدی کشور است و این کالا همواره به‌عنوان محور امنیت غذایی و دومین کالای استراتژیک کشور مطرح بوده لذا اتخاذ تدابیر فوری در این راستا عاجل و ضروری به نظر می‌رسد.



خبر

### پیام مدیر عامل موسسه اعتباری ملل برای شهادت سید حسن نصرالله

تکتم صابری مقدم تهرانی



شهادت شهید والامقام، سید مجاهدین، دبیر کل شجاع حزب الله لبنان، عالم وارسته، سید حسن نصرالله که به حق مجاهدی نستوه، مبارزی مقتدر و رهبری مخلص و بی‌ادعا بود، را از طرف خود و به نیابت از خانواده بزرگ موسسه اعتباری ملل، محضر شریف حضرت ولی عصر (عج) و رهبر فرزانه انقلاب و جمیع آزادگان جهان و ملت شریف ایران تسلیت عرض می‌نمایم.

بدون شک و تردید، جز شهادت و دیدار وجه الله، هیچ بهاء و ما به ازای نمی‌توانست، پاداش سال‌ها ایثار و مجاهدت، این اسوه مقاومت و مبارز و همراهان و اصحاب راستین وی باشد.

قطعا علم حق خواهی حزب الله بر زمین نخواهد ماند و این قبیل اقدامات دمدنشانه رژیم منحوس صهیونیستی از سوی مجاهدان و مبارزان راه حق و حقیقت بدون پاسخ نخواهد ماند و به زودی جهانیان شاهد تحقق وعده الهی (فان حزب الله هم الغالبون) خواهند بود. ان شاء الله

والسلام

سید امین جوادی

مدیرعامل موسسه اعتباری ملل

خبر نوشتند

### بیماری مسری افزایش نرخ کالاها و خدمات



ابراهیم ناظمی

سرعت تغییر و افزایش نرخ کالاها و خدمات در کشور لحظه‌ای است و این پدیده در افکار اجتماعی به یک بیماری مسری تبدیل شده است سخنگوی انجمن صنایع فرآورده‌های لبنی ایران گفته: به دلیل کاهش قدرت خرید مردم، لبنیات را به عراق و افغانستان و پاکستان صادر می‌کنیم او گفته صنایع لبنی بر اساس روال، سالی یک بار افزایش قیمت دارند. اگر قیمت جدید شیر خام ابلاغ شود علاوه بر ۱۶ درصد ابتدایی، نرخ محصولات دوباره (دوباره) افزایش می‌یابد!! به تازگی در سطح بازار هم همه اقلام خوراکی، مواد شوینده و حبوبات گران شده است!! وقتی از صاحب فروشگاه می‌پرسم چرا؟، می‌گوید: به خاطر گرانی نان!! امیگم خوب گرانی نان که چیز مهمی نیست و هرسال باید گران شود اما چون دم عید نان را گران نمی‌کنند و وسط سال نان را گران کرده‌اند حالا، این بهانه موجب گرانی مجدد کالاها شده است!! البته در کشور ما هر از چند گاهی یا به بهانه دستمزد کارگران، کالاها گران می‌شود. یا به بهانه شایعات افزایش نرخ بنزین، کالاها گران می‌شود. و یا به بهانه رشد نرخ مالیات و سایر خدمات و غیره، که همه در حال سبقت گرفتن از هم، در این مقوله هستند و بهانه گرانی را بر عملکرد دیگری سوار می‌کنند، حالا هم از گرانی طلا و خودرو خبر می‌رسد معلوم نیست در این کشور بالاخره چند فاکتور از تغییر قیمت‌ها، روی دیگر کالاها تاثیر می‌گذارد! اما حقیقت آن است که سرعت تغییر قیمت کالاها و خدمات از کارهای لحظه‌ای سیستم اجرایی، اقتصادی و اجتماعی و حتی خدمات فرهنگی کشور است.

## پرونده معدن مختومه می شود؟



کار بهره برداری معدن سال هاست که پیمانکاری شده؛ پیمانکاری یعنی بخوربخور! با پول دهان این و آن را می پندند؛ معدن ذغال سنگ کشور مثلا همین طوزه، هر کدام هفته ای یکی دو تا حادثه کار دارند اما صدایش را در نمی آورند....

پرونده حادثه طیس با پرداخت دیه و امداد طلبیدن از بیمه ها مختومه اعلام می شود! و دوباره همه چیز برای «برخی» ختم به خیر می شود.... هیچ کس در این پرونده بازداشت نمی شود! تا باز حادثه بعدی و سقوط و انفجار بعدی که سیل تسلیت و پیام های اندوه باره فضای مجازی سرازیر شود و مدیران میانی و رده پایین وزارت کار و ادارات استانی، عکس پرو فایبل خود را به «ایران من تسلیت» تغییر دهند؛ تا باز کمیته های بررسی کلید بخورد که نتیجه ای جز «حادثه بوده» یا «خطای انسانی در کار بوده» نداشته باشد. ببینیم چطور فراق کنی می کنند و چگونه مقصر را قضا و قدر و دیگران وامی نمایند:

وزیر کار در ابتدا بدون بررسی و تعمق و فقط با استناد به کاغذهایی که کارفرمای خصوصی معدن مقابلش گذاشت، ادعا کرد انفجار معدننجوی طیس صرفا یک حادثه بوده و همه ضوابط رعایت شده، در مرحله بعد در بازگشت به تهران از تشکیل یک کمیته بررسی خبر داد.

اول مهر، احمد میدری، وزیر تعاون، کار و رفاه اجتماعی؛ علت حادثه در واقع انفجار گاز بوده و جزو مواردی است که قابل پیش بینی نیست.... در نوبت قبلی کاری میزان گاز در تونل ها بررسی شده بوده و این عدد متعادل بوده است. هر چند ایشان چند روز بعد در پیامی با عنوان «مقصر کیست؟» نوشت: همه

مقصریم و همه باید برای تغییر تلاش کنیم. داغ از دست دادن ۵۱ انسان زحمتکش که برای نان حلال جان خود را از دست دادند. داغ همسری که خبر تولد فرزندش را با مرگ شوهرش در یک روز شنید آرامش را بر همه ما حرام کرده است. باید سیاست ها و فرایندها را تغییر دهیم.

سوم مهر، مسعود پزشکبان رییس جمهور در جریان سفر به آمریکا: مقصر تحریم هاست که نمی گذارد تجهیزات وارد شود.... ششم مهر، دوباره احمد میدری وزیر کار: یک میلیارد تومان به خانواده جان باختگان معدن طیس پرداخت خواهد شد.... آماده ایم هر ۳ ماه یکبار در خصوص بهبود ایمنی معدن زغال سنگ به مردم گزارش بدهیم.

و این یعنی این بار هم پرونده را مختومه اعلام کردند؛ ۵۰ انسان عزیز، ۵۰ کارگر زحمتکش جان خود را از دست داده اند و حالا قصد دارند با پرداخت دیه سه رفته قضیه را به هم بیاورند و از این پس، هر سه ماه یکبار در مورد بهبود ایمنی معدن ذغال سنگ به مردم کشور گزارش بدهند!

و البته یادمان نرود که ۵۰ نفر جان باختند اما هیچ کس بازداشت نشد! حتی کارفرمای یک شب را در بازداشتگاه نخواهید، رییس اداره کار شهرستان

تهدیدی نیست که دولت مقصر است؛ به ویژه دولت قیل و وزارت کار آقای مرتضوی که فقط به آمار سازی و عدد سازی بدون محتوا اکتفا کردند و مدام مدعی شدند نرخ حوادث کار کاهش یافته است و ایمنی در مسیر بهبود است! بازرسی کار به قهقرا رفت. وزیر کار جدید نیز که دیدیم چه عملکردی داشت؛ در بازدید از معدن طیس به صراحت گفت هیچ مشکلی وجود ندارد یعنی حتی کارفرما را هم

ایشان تبریته کرد؛ ایشان بر چه اساسی این حرف را زد؟ بر اساس یکسری کاغذ سازی های کارفرما و ادعاهایی که از طریق روابط و زیر میز روی کاغذ آمده و به دروغ ثبت شده!

بهرام حسنی نژاد، دبیر اسبق انجمن صنفی کارگران معدن چادرمولو: مقصر اصلی، دولت و سیاست های حاکم است چرا که دولت با خصوصی سازی، کارگران را در دهن گرگ انداخته و به حال خود رها کرده؛ از سوی دیگر، ادارات کار، دولت و نهادهای امنیتی اجازه ایجاد تشکل های مستقل کارگری را نمی دهند و لاجرم کارگران نمی توانند از خودشان دفاع کنند.

بخش خصوصی و پیمانکاری منابع و ثروت ها را غارت کرده و سهم کارگران هیچ است؛ دیدیم که به کارگران معدننجو حتی کفش و لباس کار و ماسک تنفسی نمی دادند! یعنی آنچه ساده ترین حقوق قانونی کارگر است، به او پرداخت نمی شود.

اگر بخواهیم در این قضیه ی دردناک دنبال مقصر باشیم، متهم ردیف اول، دولت و سیاست های حاکم در جهت خصوصی سازی و به غارت رفتن اموال اجتماعی ما به دست مشتکی سودجو و از سوی دیگر، بی دفاع کردن کارگران در مقابل گرگ هاست....

تولیت آستان قدس رضوی، مرحوم آیت الله واعظ طبسی در اواخر دهه ۸۰ بازسازی شد و اوایل دهه ۹۰ به بهره برداری رسید و در اختیار دانشگاه علوم پزشکی مشهد قرار گرفت تا در خدمت بیماران پیوند اعضا باشد.

واحد پیوند اعضا از بیماران مرگ مغزی دانشگاه علوم پزشکی مشهد که شمال شرق کشور را زیر پوشش دارد از سال ۱۳۸۰ فعالیت خود را آغاز کرده است.

### عبرت

#### کلاه آهنی!

غلامرضا تدینی راد

یادگاری هایی هستند انگار نفس می کشند و از نسلی به نسل دیگر سر به سر باید آن را حفظ کنیم تا سربلند بمانیم.

وقتی خاک مان یعنی همه هستی و کنه وجود مان، ایران روز سی و یکم شهریور سال هزار و سیصد و پنجاه و نه با حمله روبرو شد جوانان و مردان و زنان و حتی افراد سالخورده صف کشیدند تا دشمن نتواند قدم از قدم بردارد. در این میان نوجوانان هم دیده می شدند که لباس خاکی پوشیده و عزم جهاد کرده بودند. ندای با نوا ای کاروان به گوش می رسید و اهل این خاک سربند یا حسین و یا زهرا بر پیشانی، عکس آقای شان را بر سینه نهاده و استوار و محکم، پشت خاکریزهای دفاع زانو زدند.

این اراده راستین خاک از دشمن متجاوز باز ستانند. میزهای درس با مشق عشق، جنس خاک گرفتند و رزمندگان اسلام به این اراده راستین خاک از دشمن متجاوز باز ستانند. تازه به گل نشستند و در دشت، لاله های سرخ رویدند. در این صف، چهره ها هم خاکی بودند و کسی نمی خواست در قاب تصاویر دیده شود که نگاه خدا، دوربین ثبت وقایع بود.

از میزهای طرح و نقش دار چوبی خبری نبود. نقشه های کاغذی روی خاک پهن می شدند و همه گرد آن می نشستند تا برای برخاستن و پاسداری از وجب به وجب این خاک با قلمی که از ذره ذره قطرات خون شهدا جان می گرفت مسیر راه تعیین کنند.

۸ سال دفاع مقدس با جان نثاری سینه هایی که جگر آتش بودند به پیروزی رسید و روح رشادت ایرانیان که در مقابل یک دنیا دشمن قد علم کردند و مردانه ایستادند را برای هر گای تاریخ، ورق سازی کردند. و امروز، هفته دفاع مقدس است. یادآور تمام آن میزها و زانوهای خاکی و تعظیم عارفانه در قوت های عاشقانه.

و امروز، دفاع مقدس همچنان ادامه دارد و در عرصه نظامی و در جبهه جنگ نرم ترکیبی همچنان مدافعان حریم و حرم عاشقانه جان می یابند. چه زیباست هنوز هم که شعر واژه های این عشقباری با آرزوی شهادت قافیه می گیرد.

### مشاور

#### انواع انحصار وراثت چیست و چه تفاوت هایی باهم دارند؟ (۳)

مهديه بر مكي

۳. آیا حصر وراثت تنها برای اموال است؟  
بله، حصر وراثت تنها به اموال منقول و غیر منقول متوفی مرتبط است. برای تصفیه بدهی ها و انتقال اموال به وراثت، صدور گواهی حصر وراثت ضروری است.

۴. آیا همه وراثت باید در خواست حصر وراثت حضور داشته باشند؟  
خیر، حضور همه وراث الزامی نیست. یکی از وراث می تواند به نمایندگی از سایرین درخواست دهد. با این حال، اعلام رسمی و امضای سایر وراث برای تکمیل روند ممکن است نیاز باشد.

۵. آیا بدهی های متوفی باید قبل از تقسیم ارث پرداخت شود؟  
بله، بدهی های متوفی باید از اموال متوفی پرداخت شود قبل از اینکه اموال میان وراث تقسیم گردد.

۶. آیا امکان اعتراض به گواهی حصر وراثت وجود دارد؟  
بله، هر فرد ذی نفع می تواند به گواهی حصر وراثت اعتراض کند، و پرونده به دادگاه ارجاع می شود تا بررسی شود.

۷. چه مدارکی برای صدور گواهی حصر وراثت لازم است؟  
مدارک لازم شامل گواهی فوت متوفی، شناسنامه و کارت ملی متوفی و وراثت، و وصیت نامه (در صورت وجود)

در پایان خاطر نشان می گردد؛ پاسخ های فوق فقط جنبه عمومی و اطلاع رسانی داشته و برای دریافت مشاوره حقوقی دقیق و متناسب با شرایط خاص خود، بهتر است با وکیل مشورت شود. مخاطبین محترم می توانند سوالات حقوقی خود را از طریق پیام رسان ایستا به شماره ۰۹۱۰۵۵۳۸۳۲۶ ارسال نمایند.

## پیوند مغز استخوان زندگی بخش کودک سه ساله مشهودی شد



رییس بخش پیوند مغز استخوان بیمارستان منتصریه از مراکز زیر پوشش دانشگاه علوم پزشکی مشهد گفت: عمل پیوند مغز استخوان بر روی یک کودک سه ساله ساکن مشهد که از بیماری سرطان رنج می برد با موفقیت انجام شد.

دکتر علی قاسمی افزود: سیصد و پنجاه و سومین پیوند مغز استخوان به روش پیوند از سلول های بنیادی خود بیمار بر روی یک کودک سه ساله مشهودی که از بیماری سرطان رنج می برد روز شنبه هفتم مهرماه در بیمارستان منتصریه این شهر انجام شد و هم اینک حال عمومی این کودک خوب است.

وی ادامه داد: بیمار در این نوع پیوند، بافت پیوندی (مغز استخوان) خود را دریافت می کند و در این روش سلول های بنیادی خون ساز از بیمار گرفته شده و در شرایط مناسب نگهداری می شود.

سلولی آماده می شود و پس از این درمان ها سلول های بنیادی یخ زده آب می شود و مانند خون از طریق تزریق وریدی از سیاهرگ به بیمار تزریق می شود و پس از چند روز سلول های بنیادی درون مغز استخوان بیمار لانه گزینی می کند و شروع به رشد و ساخت سلول های بنیادی مغز استخوان جدید می کند.

قاسمی افزود: بخش پیوند مغز استخوان در سال ۱۳۹۱ در بیمارستان منتصریه مشهد راه اندازی شد و جزو پنج مرکز نخست پیوند سلول های بنیادی خون ساز در کشور محسوب می شود.

وی ادامه داد: این مرکز در حوزه پیوند مغز استخوان کودکان از نظر تنوع پیوند نیز سومین مرکز پیوند در کل کشور محسوب می شود.

به گزارش ایرنا، بیمارستان پیوند اعضای منتصریه مشهد مهمترین یادگار خیر حوزه سلامت مرحومه "رابعه قهرمان" معروف به "احترام السلطنه قهرمان" است.

این بیمارستان با اعتبارات موقوفات و حمایت



# داستان تلخ موتورهای نان آور

حدود پنج میلیون موتورسیکلت روزانه در تهران تردد می کنند، نیمی از آن ها گواهینامه ندارند، اغلب این افراد بدون کلاه ایمنی در خیابان ها تردد می کنند اما موضوع با اهمیت تر نوع تخلقات آنان مانند پلاک مخدوش، عبور از پیاده رو و خط ویژه، پارک در مکان های ممنوع و حتی عبور از چراغ قرمز است که انگار بسیاری از موتورسواران در پایتخت به این نوع تخلقات عادت کرده اند.

زمانی موتورسواری برای سرعت بخشیدن به فعالیت های روزانه مردم بود اما اکنون که به عنوان یک شغل و یک منبع درآمدی برای بسیاری از شهروندان موتورسوار تبدیل شده نوع رفتار موتورسواران نیز تا حدود زیادی تغییر کرده، اینکه غذای مردم را زود به دست آن ها برسانند، اینکه با عبور از چراغ قرمز و یا خط های ویژه زودتر مسافر را به مقصد برسانند و یا پیک موتوری هایی که زود رسیدن را همیشه مقدم بر همه فعالیت های ما می دانند، همه این مسایل باعث شده که میزان تخلقات آنان نیز سر به فلک بکشد.

روزانه مردم تهران هزاران نوع تخلف را موتورسواران همانند عبور از خیابان های ممنوع، گذر از تونل های سطح شهر، حرکات ماریجی، پوشاندن یا مخدوش کردن پلاک موتور، حمل غیرمتعارف بار، عبور از پیاده روها، سرعت های غیرقانونی در پیاده رو، حرکت از جهت های مختلف در خیابان های اصلی و فرعی و توقف در کنار خیابان حتی هنگام خرید مشاهده می کنند.

شاید موتورسیکلت داران این نوع تخلقات را به عادت همیشگی خود تبدیل کرده اند لذا تنها این تخلقات را کاهش نمی دهند بلکه برخی روزها حرکات عجیب تری از آن ها سر می زند.

## ثابت حدود ۹۴۰ هزار امعال قانون از سوی موتورسیکلت سواران

چنان در خیابان ها و پیراز می روند که هیچ فردی از دست موتورسیکلت سواران آسایش ندارد، پیاده رو و خیابان ندارد همه جا همانند قارچ از روی زمین می رویند،



## رشد ۶۴ درصدی میزان برخوردها با موتورسیکلت داران در پایتخت

رییس پلیس راهور پایتخت به آمارهای برخورد با تخلقات موتورسیکلت سواران در شهر تهران در پنج ماهه سال ۱۴۰۳ اشاره کرد و گفت: تعداد ۹۳۳ هزار و ۴۶۵ مورد اعمال قانون در این مدت انجام شده که از این میزان تعداد ۹۸ هزار و ۵۲۰ مورد مربوط به پلاک مخدوش، ۱۴ هزار و ۱۴۳ مود عبور از پیاده رو، ۶۶ هزار و ۷۱۹ مورد عبور از خط ویژه، ۴۳ مورد حمل غیرمتعارف بار، ۱۱۰ هزار و ۶۸۸ مورد عبور ممنوع، ۴۰۴ هزار و ۱۸ مورد عدم استفاده از کلاه ایمنی، پنج هزار و ۷۸ مورد توقیف با کفی، ۵۰ هزار و ۱۹۷ مورد توقیف ساعتی، ۷۸ هزار و ۲۲۸ مورد رفع اثر پوشش پلاک، ۲۹ هزار و ۶۴۸ مورد آشکارسازی موتورسیکلت، ۳۸۱ هزار و ۲۳۱ مورد طرح موتورپار و ۲۲۲ مورد نیز سایر موارد بوده است.

سرهنک ابوالفضل موسوی پور اظهار کرد: این میزان از آمار برخوردها و اعمال قانون مربوط به موتورسیکلت داران نسبت به مدت مشابه سال گذشته در مجموع ۳۶۵ هزار و ۸۰۱ مورد رشد داشته است که بیشترین افزایش در بخش پلاک

مخدوش موتورسیکلت، عبور از پیاده رو و خط ویژه، عبور ممنوع موتورسیکلت و عدم استفاده از کلاه ایمنی است. وی ادامه داد: طبق این داده های آماری میزان برخوردها با موتورسیکلت داران در پایتخت در مجموع ۶۴ درصد افزایش داشته که پلاک مخدوش موتورسیکلت ۴۴ درصد رشد، عبور از پیاده رو ۱۱۵ درصد، عبور از خطوط ویژه ۲۶۲ درصد، عبور ممنوع موتورسیکلت ۸۷ درصد و طرح موتورپار چهار درصد رشد را به خود اختصاص داده اند.

## حرکت در تونل و خطوط ویژه و تصادفات موتور سواران

حرکات مخاطره آمیز و بسیار خطرناک، تک چرخ و حرکت خلاف جهت برخی از کارهای ممنوعه برای موتورسواران است که باعث بروز حوادث تلخ و جبران ناپذیری برای آنان می شود، مرگ یکی از این مواردی است که در انتظار موتورسواران متخلف است.

در صورت ارتکاب این تخلقات از سوی موتورسیکلت سواران برابر ماده ۲۰ قانون رسیدگی به تخلقات راهنمایی و رانندگی ضمن اعمال قانون، موتورسیکلت نیز به مدت یک هفته در پارکینگ متوقف می شود اما موضوع مهم این است زمانی که مرگ به سراغ این افراد بیاید دیگر امکان جبران آن وجود ندارد.

معاون فرهنگی و اجتماعی پلیس راهور تهران بزرگ نیز درباره ممنوعیت ورود موتورسواران به تونل های شهری هشدار داد و گفت: سال گذشته ۱۱ و امسال ۲ موتورسوار در تونل های شهر جان خود را از دست داده اند. پارسال شاهد جان باختن ۱۱ نفر از راکبان موتورسیکلت به دلیل ورود به تونل ها و واژگونی و برخورد با سطح راه و یا برخورد با دیواره تونل ها بر اثر مسمومیت گازهای آلاینده بوده ایم.



## دیدگاه

### شیرینی گذشت

دکتر مهدی یاراحمدی خراسانی

### آرام بودن را بیاموزیم

« هر رخداد، رفتار، پدیده یا هر چیزی که واکنش ما نیاز ندارد. » امروز با گسترش شهرها، توسعه زندگی شهرنشینی و صنعتی و ورود رسانه ها به تمامی عرصه های اجتماعی زندگی شهروندان روی دور تند قرار گرفته است. همه چیز با سرعت انجام می شود و در کنار این سرعت رفتار انسان ها نیز باعجله و شتاب همراه گردیده است. خیلی وقت ها گویی دیگر این عقل نیست که فرمان می راند بلکه انسان درگیر هیجان، رقابت، حسادت و احساسات خود هست و ناخودآگاه رفتاری از خود بروز می دهد که هم باعث آزار دیگران می شود و هم بعدش برای خودش پشیمانی به همراه می آورد. همه ی آنچه گفته شد می تواند سبب بروز تعارضات فراوان بین گروه های انسانی شود. به مواردی که ذکر شد مسایل و چالش هایی همچون مشکلات و دغدغه های شخصی افراد در زمینه های مختلف معیشتی، اجتماعی و خانوادگی را اضافه کنید و اثرات آن را بر روحیه پرخاشگری، تعارض منافع میان افراد و پایین آمدن آستانه صبر اجتماعی را ملاحظه نمایید. خودرویی که با سرعت از کنار ما می گذرد، فردی که ناخودآگاه در پیاده رو تنه اش به ما می خورد، فردی که بی اختیار صدایش بلند می شود، همکاری که پشت سر ما حرفی زده است و خلاصه هرگونه اتفاق از این جنس چه خودآگاه باشد چه ناخودآگاه، چه عمداً باشد چه سهواً لزوماً شایسته پاسخگویی نیست و نیاز به واکنش فوری و با شدت چند برابری ندارد.

### مراقبت، آموزش و تمرین لازمه رسیدن به آرامش

باور داشته باشیم که لزوماً «جواب کلوخ انداز سنگ نیست» خیلی وقت ها نادیده گرفتن، گذر کردن و به روی طرف نیاوردن بهترین راه حل است. البته رسیدن به این نقطه درجه ای از رشد عقلی و رفتاری لازم دارد و نیازمند خودکنترلی و تمرین فراوان است که انسان بر خویشتن مسلط گردد و افسار نفس سرکش و هیجانات کاذب خود را در اختیار بگیرد تا در برابر هر اتفاقی بلافاصله وارد عمل نشود و از خود رفتار شدید و نامناسب بروز ندهد. به بیان دیگر کنترل خویشتن، مراقبه، حفظ آرامش و تمدد اعصاب مهارتی است که بر تمام جنبه های زندگی فردی و اجتماعی اثرگذار است و فلاح و صلاح انسان را به همراه دارد. گرچه این خصوصیت تا اندازه ای ژنتیکی است ولی بنا بر نظر بسیاری از متخصصان با مراقبت، آموزش و تمرین نیز می توان در این زمینه به سطح بالایی از مهارت و توانایی کنترل رسید. این تمرین سرفصل هایی با عناوینی همچون: تقوا، تمرکز، ذهن آگاهی، افزایش توجه، توجه آگاهی، هوشیاری دارد که رعایت آن می تواند انسان را خودآگاه و کنترل گر پرورش دهد. زندگی آرام، در زمان حال، بدون ترس از آینده و بدون چالش و تعارض جدی با افراد خانه و جامعه از مهم ترین دستاوردهای این مهارت است.

### شیرینی گذشت را تجربه کنید

شاید این امور کوچک به ظاهر ساده و کم اهمیت باشند، ولی مجموع آن حالات روحی شما را متحول می کنند و سبب ایجاد آرامش و دستیابی به سطح جدیدی از مراودات اجتماعی می گردد. شیرینی گذشت کردن و نادیده گرفتن را به جای تلخی انتقام جویی و کینه توزی تجربه کنید و انرژی خود را به جای آن که صرف پاسخگویی به دیگران کنید برای رشد و پیشرفت خود ذخیره نمایید. این روزها بسیاری افراد را می بینیم که فراموش کرده اند چگونه آرامش داشته باشند. آنان همواره عصبی اند و به نظر می رسد احساس می کنند همیشه چیزی وجود دارد که آن ها باید انجام دهند. همه ما در طول روز و در زندگی جاری خود چرخه ای از «فعالیت - آرامش» را داریم و اگر به صورت مستمر و دایمی قسمت آرامش را نادیده بگیریم، دیر یا زود بیمار، عصبی، پرخاشگر، بهانه جو و نامعتدل خواهیم شد که سبب می شود زندگی بسیار سخت یا با صرف انرژی فراوان داشته باشیم.

**اقتصاد کافه**

یکشنبه و چهارشنبه ها  
ساعت ۱۸:۰۰

مدرس: هادی شاهی

سلسله جلسات دوستانه  
فعالان حوزه کسب و کار

۰۹۱۵۶۴۴۵۶۱۶  
۰۹۰۲۶۴۴۵۶۱۶

www.atilgroup.com

یک فنان تجربه  
همان ما باشید



# اصیل و ماندگار



🌐 [www.mashadcarpet.com](http://www.mashadcarpet.com)

📱 @mashadcarpet

شماره تماس روابط عمومی: ۰۵۱-۳۵۴۲۲۱۷۰

شماره تماس واحد فروش: ۰۲۱-۲۲۰۱۲۷۵۰



چهارم

Mashad Leather

[www.mashadleather.com](http://www.mashadleather.com)

[mashadleather@co](mailto:mashadleather@co)

زیبایی ایرانی، ایرانی زیبا