

حیدر رضا شاه‌نظری

شکست تمدنی غرب در فلسطین

منابع فلسطین را صرفاً نمی توان نزاع بر سر سرزمین و اشغالگری دانست. آنچه در حال رخ دادن است در تحلیل کلان یک نزاع تمدنی است که در یک طرف آن، تمدن اسلامی و مستضعفین جهان هستند که حالا بعد از سال‌ها انزوا، استعمار و استعمار پرخاسته و در سوی دیگر جبهه استیکبار و نظام سلطه است که خود را تحت عنوان تمدن غرب آراسته و هدف نهایی‌اش به انقیاد درآوردن ملل جهان و جهانی کردن سلطه یک اقلیت سرمایه‌دار ضددین است.

عرب طی سه قرن اخیر تلاش زیادی کرد که با تفرقه‌افکنی بر اساس ایجاد گسسل‌های مختلف مذهبی، قومی و ملی، قدرت‌های مسلمان را دچار فروپاشی کند که نتیجه آن، فروپاشی دولت بزرگ عثمانی و تضعیف و تجزیه به ایران بزرگ بود. اشغال فلسطین و تشکیل رژیم غاصب و جنایتکار صهیونیستی نیز بر اساس همین نگاه ضدتمدنی غرب برای ایجاد تنش دائمی در منطقه اسلامی غرب آسیا و تشکیل یک پادگان نظامی قدرتمند وابسته به غرب برای ایجاد شکاف در میان دولت‌های منطقه و جلوگیری از خیزش تمدنی مجدد اسلام بود.

پیروزی انقلاب اسلامی که سراسر آغاز بیداری اسلامی بود توانست محور قدرتمند مقاومت را شکل دهد و روند توسعه رژیم صهیونیستی در منطقه را متوقف کند. همین موضوع باعث طراحی انواع توطئه‌ها برای نابودی این محور و دور کردن ملت‌های منطقه از پیوستن به آن از جمله تحویل جنگ هشت ساله علیه ایران و بعدها آغاز جنگ نیابتی غرب از طریق گروه‌های تکفیری علیه محور مقاومت شد.

غربی‌ها با تکیه بر برتری علمی و فنی و نیز غارت ثروت‌های ملل مستضعف جهان توانستند طی چند قرن اخیر به قدرت برتر جهانی تبدیل شوند. آنها کاملاً حساب‌شده به روایت خود پرداختند و با نادیده گرفتن و پنهان کردن چند قرن غارت منابع، استعمار انسان‌ها و جنایت‌های دهشتناک در حق ملت‌های محروم جهان، این برتری را ناشی از برتری تمدنی خود و پیشرفت در امر اخلاقی دانستند و تلاش کردند با توسعه ارزش‌های اخلاقی مدنظر خود در جهان، در برطن خود استعمار انسان‌ها و پیشبرد اهداف سلطه‌جویانه را دارد، به اهداف استیکباری خود برسند.

امروز در صحنه فلسطین و غزه، شاهد آغاز شکست قدرت سخت غرب در عرصه نظامی و شکست غرب در عرصه قدرت نرم و فروپاشی انگاره‌های اخلاقی دروغین آن هستیم. شکست هیمنه نظامی و امنیتی رژیم‌سی تا بن دندان مسلح که مسورد حمایت بزرگ‌ترین قدرت‌های نظامی غربی است به دست گروهی کوچک با کمترین امکانات، سبب شکسته شدن اسطوره‌های دروغین این رژیم شده و از طرفی حملات متعدد و دائمی گروه‌های مقاومت به منطقه به امریکا به عنوان پشتیبان این رژیم، به روشنی نشان می‌دهد که قدرت سخت غرب، ترک برداشته و دیگر آن هیمنه سابق را ندارد. عملیات طوفان الاقصی و مقاومت شهیدان طلبان مردم قهرمان غزه در برابر جنایات رژیم صهیونیستی، نقطه عطفی در تاریخ مبارزات انسانی و سراسر آغاز مغلوبه شدن قدرت غرب و آغاز شکست‌های آنی آنان است.

از طرفی مهم‌ترین مستمسک و مبدع‌ای اخلاقی غرب طی ده‌ها سال، تأکید بر ارزش‌های جهانشمول و البته باقرارت غربی همچون آزادی و برابری است که در بنیاده حقوق بشر منعکس شده است. جنایاتی که امروز در غزه در حال رخ دادن است به روشنی به همه جهانیان نشان داد که حقوق بشر صرفاً یک دستاویز برای سلطه بیشتر بر بشریت و ابزاری برای استعمار و سلطه بر ملت‌هاست. سال‌ها غرب را کارکانه دم از توجه به کرامت انسانی، حق زندگی، آزادی انسانی، برابری، حق انتخاب سرنوشت و دروغ‌هایی از این دست زد ولی امروز به روشنی در صحنه غزه، واقعیت اینها را نشان داد. غرب تاریخی مملو از خونریزی و استعمار و سیاهه‌بزرگی از جنایت علیه بشریت در نقاط مختلف جهان دارد و بنای آن بر دریایی از خون انسان‌های بی‌گناه تشکیل شده است و همین واقعیت‌ها نشان می‌دهد که حمایت آنها از رژیم جنایتکار صهیونیست پدیده غریبی نیست. با این حال، حمایت تمام قدر غرب از رژیمی اشغالگر و جنایتکار و ایجاد فضای حقوقی بین‌المللی مناسب برای کشتار هزاران زن و کودک، باطن حقوق مظلوم مردم آذاعی غرب را در برابر چشمان ناآگاهان با خوش‌بینان به غرب نمایان کرد و همین باعث شد که بسیاری از آزادبخوانان جهان برای اولین بار به خیابان‌ها بیایند و با تسخیر خیابان‌ها، بر سر این حمایت فریاد بکشند.

جوانان فلسطینی وقتی به دل دشمن صهیونیست زدند، در واقع علاوه بر دفاع از مقدسات اسلامی و تلاش برای مقابله با دشمن اشغالگر، در حال روشن کردن آتشی بودند که تمدن سلطه‌جوی غرب به عنوان مادر صهیونیسم را در خود خواهد سوزاند. خون‌های پاک کودکان مظلوم غزه نیز از یک سوسو، باطنس و حقیقت تمدنی غرب را در برابر چشمان جهانیان قرار داده و باعث بیداری ملل مستضعف جهان شده تا خود را از یوغ تمدن ضدانسانی و جنایتکار غرب نجات دهند و از سوی دیگر سبب تقویت دست انتقام‌الهی و فراهم شدن اسباب معنوی مجازات رژیم جنایتکار صهیونیستی و حامیان غربی آن و فروپاشی نظام سلطه خواهد گردید. صحنه امروز فلسطین، صحنه فروپاشی اخلاقی و مقدمه صف‌بندی‌های جهانی جدید برای مقابله با این تمدن سلطه‌جو، وحشی، ویرانگر و ضدبشری خواهد شد.

خبر آخر

معاون پارلمانی رئیس‌جمهور:

«لایحه مقابله با تحریم‌ها» به مجلس می‌رود

معاون پارلمانی رئیس‌جمهور از ارسال لایحه مقابله با تحریم‌ها به منظور مقابله مؤثر و اصولی با تحریم‌ها و حمایت‌های کافی از شهروندان متأثر از تحریم و مانع شدن از اثر گذاری این تحریم‌ها در قلمرو کشور خبر داد.

به گزارش ایرنا، سید محمد حسینی درباره ضرورت تقدیم این لایحه اظهار داشت: مقابله مؤثر و اصولی با تحریم‌ها و حمایت‌های کافی از شهروندان متأثر از تحریم و همچنین مانع شدن از اثر گذاری این تحریم‌ها در قلمرو کشور و ایجاد ضمانت اجراهای مناسب برای مقابله با تحریم‌کنندگان و تبعیت‌کنندگان از تحریم و مضافاً عدم وجود قانون جامع در خصوص مقابله با تحریم‌ها از مهم‌ترین دلایلی بود که دولت لایحه مقابله با تحریم‌ها را نهایی و تقدیم مجلس شورای اسلامی کرد.

معاون امور مجلس رئیس‌جمهور در تشریح جزئیات این لایحه گفت: به موجب این لایحه دولت باید در صورتی که اشخاص حقیقی ایرانی به دلیل فعالیت‌های مرتبط با منافع ملی جمهوری اسلامی ایران تحت تعقیب قضایی و تهدیدهای امنیتی نظیر قرار گرفتن در فهرست ترور و محدودیت سیاسی کشورهای تحریم‌کننده یا سایر دولت‌ها قرار گرفته باشند، حمایت نماید.

حسینی افزود: دولت صندوقی جهت جبران خسارت اشخاص خسارت دیده از تحریم تشکیل خواهد داد تا از محل منابع آن صندوق احکام قطعی صادر شده در محاکم داخلی در دعاوی اشخاص حقیقی و حقوقی ایرانی خسارت دیده از تحریم دولت‌های خارجی را جبران کند.

۲

۴ خبر اول

روزنامه جوان | شماره ۶۸۹۲ |

پنج‌شنبه ۱۸ آبان ۱۴۰۲ | ۲۴ ربیع‌الثانی ۱۴۴۵ |

پایگاه

سرویس سیاسی ۰۶۰۸۵۲۳۰

رئیس‌جمهور در تاجیکستان:

موظفیم ظلم تاریخی به مردم غزه را پایان دهیم



رئیس‌جمهور نگاه ایران و تاجیکستان به مسائل جهان را دارای اشتراکات فراوان دانست و تصریح کرد: یکی از مسائل مهم امروز ظلم و جنایات بی‌سابقه علیه مردم مظلوم و ناتندر فلسطین در غزه است که در آن زمینه ما به عنوان دو کشور مسلمان موظف به تلاش برای اتمام دانه به این ظلم تاریخی هستیم.

رئیس‌جمهور کشورمان که به دعوت رسمی «امامعلی رحمان» همتای تاجیکستانی خود و در راستای گسترش و تعمیق تعاملات اقتصادی و سیاسی با کشورهای همسایه، علم تاجیکستان شده است، روز گذشته پس از ورود به فرودگاه دوشنبه، در محل قصر ملت این کشور مورد استقبال رئیس‌جمهور تاجیکستان قرار گرفت. پس از استقبال رسمی از رئیس‌ی، سران دو کشور ایران و تاجیکستان در نشست مشترک هیئت‌های عالی‌رتبه دو کشور، شرکت کردند. رئیس‌جمهور کشورمان در این نشست، اشتراکات متعدد و سوابق دیرینه تاریخی، دینی، فرهنگی و تمدنی میان ایران و تاجیکستان را زمینه مناسبی برای گسترش روابط در همه ابعاد دانست و گفت: در دو سال گذشته قدم‌های خوبی برای ارتقای سطح همکاری‌های سیاسی، اقتصادی و فرهنگی دو کشور برداشته شده، اما هنوز تا رسیدن به نقطه مطلوب فاصله زیادی وجود دارد.

رئیس‌ی هدف‌گذاری برای افزایش همکاری‌های اقتصادی دو کشور در قدم اول تا سطح ۵۰ میلیون دلار را کاملاً امکان‌پذیر دانست و افزود: به توجه به زمینه‌های مختلف همکاری در بخش نفت، گاز، آب، صدور خدمات فنی و مهندسی و داروسازی دستیابی به این هدف در مدت‌نرس است. رئیس‌جمهور نگاه دو کشور به مسائل جهان را دارای اشتراکات فراوان برشمرد و تصریح کرد: یکی از مسائل مهم امروز ظلم و جنایات بی‌سابقه علیه مردم مظلوم ومقتدر فلسطین در غزه است که در این زمینه ما به عنوان دو کشور مسلمان موظف به تلاش برای خاتمه دادن به این ظلم تاریخی هستیم. رئیس‌ی کمک به برقراری امنیت کامل در افغانستان و مبارزه با پدیده‌های مخربی همچون

تروریسم، مواد مخدر و جرایم سازمان یافته را از دیگر زمینه‌های همکاری میان دو کشور دانست. در این نشست امامعلی رحمان رئیس‌جمهور و گاز و همکاری‌های فرهنگی و علم و فناوری را کشور به خصوص در بخش معدن، سلامت، کشاورزی، تأسیس شرکت‌های فناوری و صنعتی، نیروگاه‌های برق آبی، اکتشاف و استخراج نفت و گاز و همکاری‌های فرهنگی و علم و فناوری را مهم‌ترین زمینه‌های همکاری مظلوم و بی‌گناه غزه را به‌شدت محکوم و ضرورت تلاش برای برقراری آتش‌بس فراگیر در غزه تأکید کرد. امامعلی رحمان با اشاره به دیدگاه‌های نزدیک و مشترک دو کشور در مسائل مختلف بین‌المللی خاطر نشان کرد: باید برای بهره‌گیری از این ظرفیت‌ها و همچنین فرصت عضویت مشترک دو کشور در سازمان‌های مهم منطقه‌ای و بین‌المللی بیشتر تلاش کنیم.

ایران و تاجیکستان ۱۸ سند همکاری امضا کردند

پس از نشست مشترک، رؤسای‌جمهور و مقامات عالی‌رتبه ایران و تاجیکستان یک بیانیه مشترک و ۱۸ سند و تفاهنامه همکاری امضا کردند. در مراسم امضای اسناد همکاری میان جمهوری اسلامی ایران و تاجیکستان، دکتر سید ابراهیم رئیسی و امامعلی رحمان بیانیه مشترک تعمیق روابط راهبردی و بلندمدت دوجانبه را به امضا رساندند. در حضور مقامات عالی‌رتبه ایران و تاجیکستان هم‌چون رؤسای‌جمهور ۱۸ سند و تفاهنامه همکاری امضا کردند. یادداشت تفاهم نقشه راه همکاری‌های تجاری و اقتصادی بلندمدت برای سال‌های ۲۰۲۳ تا ۲۰۳۰ لغو روایتد، مبارزه با قاچاق مواد مخدر، حمل و نقل و ترانزیت، مدیریت بحران، ایجاد منطقه آزاد مشترک، در فرهنگ و هنر، آموزش عالی، تحقیقات فناوری و نوآوری، خدمات پستی، امور ورزشی و خواهر خواندگی میان شهرهای بزرگ در حوزه تاجیکستان از جمله اسناد و تفاهم‌نامه‌های همکاری میان جمهوری

اسلامی ایران و تاجیکستان بود که به‌دست مقامات دو کشور به امضا رسید. این اسناد همکاری میان وزرای امور خارجه، نیرو و فرهنگ و ارشاد جمهوری اسلامی ایران با وزرای فرهنگ، رشد اقتصاد، معارف، تقنیات و صناعت تاجیکستان امضا شد.

آماده‌ایم پیشرفت‌های خود را با تاجیکستان به‌اشتراک بگذاریم

دکتر سید ابراهیم رئیسی همچنین در نشست مطبوعاتی مشترک با رئیس‌جمهور تاجیکستان ضمن ابراز خرسندی از حضور در جمع مسئولان کشور دوست، برادر و هم‌زبان تصریح کرد: بدون تردید رفت و آمدها بین دو کشور دوست، می‌تواند در جهت توسعه روابط مؤثر باشد.

رئیس‌جمهور با اشاره به تصمیمات اتخاذ شده در سفر قبلی وی به دوشنبه، افزود: امروز پس از گذشت ماه‌ها، شاهدیم که روابط دو طرف در حوزه‌های سیاسی، اقتصادی و تجاری و فرهنگی، توسعه خوبی پیدا کرده است. رئیس‌ی با بیان اینکه در مذاکراتی که با آقای رئیس‌جمهور داشتیم به این نتیجه رسیدیم که مانهی برای توسعه روابط بین دو کشور وجود ندارد، اظهار داشت: ایران و تاجیکستان دارای سابقه تاریخی، تمدنی و زبان مشترک هستند و از همه مهم‌تر باورهای مشترکی دارند. هر دو کشور متدین به دین و آموخته‌های اسلام عزیز هستند و اعتقادات و باورهای دو کشور ما را به این میزان به هم نزدیک کرده و پیوند داده که این پیوند هرگز گسسته نخواهد شد. رئیس‌جمهور سطح

روابط اقتصادی دو کشور را متناسب با میزان پیوندهای قبلی، اعتقادی، تاریخی و تمدنی قلمباین دانست و گفت: پیوندهای تجاری و همکاری‌های اقتصادی بین دو کشور حتماً می‌تواند پیش از این میزان تبدیل شود. **تحریم‌ها را به فریب صرف تبدیل کردیم**

رئیس‌ی با بیان اینکه امروز جمهوری اسلامی ایران باوجود تهدیدها و تحریم‌ها پیشرفت‌های بسیار خوبی داشته است، خاطر نشان کرد: ایران در حوزه علم و فناوری پیشرفت‌های بسیار خوبی داشته است و ظرفیت‌های قابل توجهی

در حوزه‌های انرژی، کشاورزی، صنعت، معادن و تجربیات فنی داریم که می‌توانیم آنها را با مردم عزیز تاجیکستان به اشتراک بگذاریم. ملت ایران و جوانان عزیز ما با وجود تهدیدها و تحریم‌ها تصمیم گرفتند تحریم‌ها و تهدیدها را به فرصت‌ها تبدیل کنند.

رئیس‌جمهور با اشاره به اینکه در حوزه فرهنگی نیز با تاجیکستان اشتراکات زیاد و زمینه‌های همکاری فراوانی داریم، گفت: مقرر شد با فعال شدن بخش‌های مربوطه در دو کشور بتوانیم گام‌هایی در جهت توسعه زبان فارسی در راستای توسعه فرهنگی و مقابله با تهاجم فرهنگی برداریم تا بتوانیم از داشته‌های فرهنگی خود که سرمایه مهم و ماندگار ایران و تاجیکستان هستند صیانت کنیم.

دکتر رئیسی افزود: در حوزه تجاری و اقتصادی نیز ظرفیت‌های خوبی بین دو کشور وجود دارد که با جدیت و بگیری و اراده‌ای که امروز بین دو کشور وجود دارد، می‌تواند احیا شود.

ویرانی ار مغان دو دهه حضور امریکا در افغانستان بود

رئیس‌جمهور همچنین تأکید کرد که دو کشور در مسائل منطقه‌ای نگاه‌های مشترکی دارند و اظهار داشت: هر دو کشور نسبت به مردم عزیز افغانستان دغدغه دارند و معتقدیم امریکایی‌ها بعد از دو دهه

اشغال این کشور چیزی جز ویرانی، قتل، کشتار و عقب‌نگه داشتن برای افغانستان باقی نگذاشتند. این حق مردم افغانستان است که رشد و پیشرفت داشته باشند.مردم بسیار خوبی که معتقدیم آینده بسیار درخشانی در انتظار آنهاست. رئیس‌ی تصریح کرد: به عنوان دو همسایه بیش از دیگران نسبت به مردم عزیز افغانستان احساس مسئولیت می‌کنیم. معتقدیم دولتی باید در افغانستان تشکیل شود که همه اقوام، مذاهب و مردم افغانستان را نمایندگی کند و بتواند در راستای پیشرفت این کشور گام‌های ماندگار بردارد.

نمی‌توانیم از موضوع فلسطین بگذریم

رئیس‌جمهور همچنین نگاه ایران و تاجیکستان را درباره ضرورت حمایت از مردم مظلوم و مقتدر فلسطین مشترک توصیف و تصریح کرد: حضور امروز ما در جمع مردم عزیز تاجیکستان مایه خرسندی و شغف است، اما امروز همچنین دایه سل بر دل همه مردم مسلمان جهان و تمام انسان‌ها و مردمان باوجدان عالم مانده است. ما نمی‌توانیم از موضوع فلسطین بگذریم، فلسطین مسئله ما و جهان اسلام و بشریت است. رئیس‌ی با تأکید بر ضرورت قطع فوری حملات به مردم عزیز غزه و پایان نسل‌کشی و کودکی‌کشی در این سرزمین خاطر نشان کرد: ۴ هزار کودک بی‌گناه و مظلوم در این منطقه به دست رژیم صهیونیستی و با حمایت امریکایی‌ها و غربی‌ها به شهادت رسیده‌اند. رئیس‌جمهور تأکید کرد: امروز مردم جهان می‌خواهند سریعاً به این حملات پایان داده شود، محاصره مردم غزه سریعاً شکسته و امداد رسانی به مردم فلسطین انجام پذیرد. ما به حقوق مردم فلسطین توجه خود امیدواریم سازمان‌های جهانی و بین‌المللی این فریاد را بشنوند و خواست آنها توجه کنند و هر چه زودتر به این ظلم روشن به مردم فلسطین خاتمه دهند و بگذارند این مردم که از وطن و خانه و کاشانه خود دفاع می‌کنند، این چنین مورد ظلم و تعدی قرار بگیرند و از این ظلم‌ها رها شوند.

نگاره‌ها



هشدار فرمانده نیروی دریایی سپاه

ناو امریکایی در خلیج فارس غرق شود

تا ۱۱ سال آب منطقه آلوده می‌شود

فرمانده نیروی دریایی سپاه با بیان اینکه بیگانگان در منطقه خلیج فارس مخل امنیت هستند هم می‌توانند در زیست محیط منطقه مصیبت‌هایی بار آورند، اظهار کرد: اگر برای یک ناو یا زیر دریایی با سوخت هسته‌ای در خلیج فارسی که ۲۵۰ کیلومتر مربع وسعت دارد، اتفاقی بیفتد ۱۱ سال از این آب و امکانات منطقه نمی‌شود استفاده کرد.

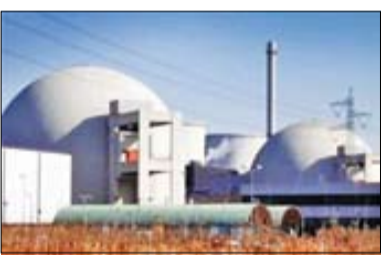
فرمانده نیروی دریایی سپاه پاسداران انقلاب اسلامی که صبح دیروز در همایش ملی فرصت‌ها و تهدیدات نوپدید دریایی در سالن همایش‌های صدوسیما مرکز گیلان سخن می‌گفت، با بیان اینکه بیگانگان در منطقه خلیج فارس هم مخل امنیت هستند هم می‌توانند در زیست محیط منطقه مصیبت‌هایی بار آورند، اظهار کرد: اگر برای یک ناو یا زیر دریایی با سوخت هسته‌ای در خلیج فارسی که ۲۵۰ کیلومتر مربع وسعت دارد، اتفاقی بیفتد ۱۱ سال از این آب و امکانات منطقه نمی‌شود استفاده کرد. همین بیگانگان کشتی‌های خود را در یک خلیج و محیط بسته آبی نمی‌آورند اما متأسفانه به منطقه ما بی‌احترامی می‌کنند و ما بارها به کشورهای منطقه گفته‌ایم که اگر بیگانگان چنین خرابکاری به وجود آورد دود آن به چشم خود کشورهای منطقه می‌رود.

تنگسیری در ادامه با اشاره به اینکه هدف از این همایش اجرای فرمایش فرمانده معظم کل قوا است، اظهار کرد: مقام معظم رهبری همواره به حضور مستمر در دریاها و قیانوس‌ها تأکید داشته و هدف نیروی دریایی سپاه و ارتش علاوه بر توجه به حفاظت از مرزهای آبی کشور، حضور در دریاهای در دست است. وی با اشاره به برنامه‌ریزی‌های نوبن دشمن برای نفوذ به کشور از طریق دریا، گفت: تهدیدها در حال تحول است، لذا دانشگاه‌های نظامی برای مقابله با این تهدیدها باید به خوبی عمل کنند و برنامه‌ریزی‌های دقیق را انجام دهند و یکی از اهداف این همایش توجه به همین مسئله است.

فرمانده نیروی دریایی سپاه پاسداران انقلاب اسلامی با تأکید بر لزوم توجه به استفاده از ظرفیت دریا در حوزه‌های مختلف برای پیشبرد اهداف نظام مقدس جمهوری اسلامی، بیان کرد: ایران در دریا دارای منافع و امکانات بسیار زیادی است، از این رو دریا فرصتی بزرگ و راهبردی برای کشور است و باید از آن به درستی استفاده شود و نیروی دریایی سپاه نیز برنامه ویژه‌ای برای تحقق این مهم دارد.

سردار تنگسیری، نیروی دریایی سپاه پاسداران را مظهر اقتدار جمهوری اسلامی دانست و افزود: اقتدار جمهوری اسلامی در عرصه دریا، زمین و هوا باعث تحمیل اراده بر قدرت‌های سیاسی دشمن و عقب‌نشینی آنان شده و نیروی دریایی سپاه پاسداران نیز اجازه قدرت‌نمایی به هیچ کشوری را در خلیج فارس نمی‌دهد. وی با اشاره به اهمیت برگزاری همایش ملی فرصت‌ها و تهدیدات نوپدید دریایی در شناسایی نقاط قوت کشور در عرصه دریا، تصریح کرد: امروزه در حوزه دریا برای اینکه فرصت را از دست ندهیم و غافلگیر نشویم، باید در مراکز دانشگاهی آگاه و آینده‌نگر باشیم. بنابراین، باید در زمینه فرصت‌ها و تهدیدهای پیش‌رو برنامه‌ریزی داشته باشیم.

فرمانده نیروی دریایی سپاه پاسداران انقلاب اسلامی با بیان اینکه در همایش ملی «فرصت‌ها و تهدیدهای نوپدید دریایی» باید در سه عرصه جغرافیه، تجهیزات، سلاح و امکانات پیشرفت‌های خود را به‌منصه ظهور بگذاریم، گفت: در پیشرفت علمی و نظامی و همچنین مقابله با تهدیدهای کشور در حوزه دریا و موفقیت در عرصه دریا باید از ظرفیت دانشگاه‌ها، استادان و دانشگاه‌های نظامی سپاه و ارتش استفاده شود. ریادار تنگسیری با بیان اینکه عرصه دریا در جهان همواره به ویژه قدرت‌های جمهوری اسلامی بسیار مهم است، افزود: کشورها برای اعمال قدرت باید بهترین بهره‌بردار را از دریا داشته باشند و یکی از اهداف نیروهای نظامی در جمهوری اسلامی نیز همین امر است. فرمانده نیروی دریایی سپاه با اشاره به وابستگی اقتصاد کشور در دریا، تأکید کرد: ما به دریا نیازمندیم و ۹۰ درصد اقتصاد کشور وابسته به دریاست و از مسیر دریا عبور می‌کند. لازم است حتماً امنیت این مسیر اقتصادی را تأمین کنیم.



مراکز هسته‌ای اسرائیل

در کنترل امریکا قرار گرفته است

امریکایی‌ها چند روز پس از ضربه طوفان الاقصی به صهیونیست‌ها، مدیریت مراکز هسته‌ای این رژیم را هم به‌عهده گرفته‌اند.

پیش‌تر خبر گزاری تسنیم در خبری اعلام کرده بود که به‌دلیل فروپاشی انسجام مدیریتی در بخش نظامی صهیونیست‌ها در پی ضربه شدید عملیات طوفان الاقصی، هدایت بخش مهمی از عملیات‌های نظامی اسرائیلی‌ها علیه مردم غزه را فرماندهان امریکایی به‌عهده گرفته‌اند، اما این فروپاشی انسجام مدیریتی به بخش نظامی منحصر نبوده است و از ده‌هفته پیش تاکنون امریکایی‌ها مدیریت مراکز اتمی صهیونیست‌ها را هم به‌عهده گرفته‌اند.

یکی از پیامدهای عملیات طوفان الاقصی، «شدیدشکاف و بی‌اعتمادی» در لایه‌های مختلف نهادهای امنیتی و نظامی رژیم صهیونیستی است. پیش از این عملیات، ارتش رژیم و به‌خصوص نیروی هوایی آن شاهد «عصبانیت» بود که کار به تصفیه نژاد‌های ردمبالا هم رسید. از سوی دیگر اختلاف میان سازمان امنیت داخلی (شاسابک) و وزیر امنیت داخلی (بن‌گوبر) نیز علنی شده بود. بعد از این عملیات، میزان شکاف و بی‌اعتمادی به جایب رسیده که عملاً کارکرد این نهادها را مختل کرده است و باعث شده است مردم غزه را فرماندهان امریکایی به‌عهده گرفته‌اند. امنیتی دست به دامان امریکایی‌ها شوند.

هفته گذشته نتایج‌هو نخست‌وزیر رژیم صهیونیستی در توییتی رسماً رونش بشود که صلاحیت دارد یا خیر؟! در خود دارد از خود نظر از موضوع انجهداد صلاحیت علمی، این مدل رفتار که افراد خودشان را بالاتر از سایرین دیده و انتظار داشته باشند قانون درباره آنها رعایت نشده است. کاندیداها هم نمی‌شود، دوم اینکه او که می‌خواهد کاندیدا شود، اما حالا کاندیداتوری‌اش را موافقت نظام با همچون خبرگان رهبری نیست.

این صفحه پیام‌ها، متن‌ها، عکس‌نوشت‌ها و خبرهای کوتاه منتشر شده در فضای مجازی را بازنشر می‌دهد. تلاش بر این است که دیدگاه‌ها و نظرات کاربران اندیشمندان شبکه‌های اجتماعی در عرصه مکتوب هم دیده شود.



از ارزش خودمان غافل نشویم!

آیت‌الله مصلح زیدی(ره):

به مقامی که در عالم وجود بعد از خدای متعال هیچ موجودی به آن مقام نمی‌رسد. عبدالله، فی جوار الله، رَبِّ اَیْنِ لِي عِزْدُکَ نَبِیْنَا فِی الْخَلْقِ. (تحریم/ ۱۷) همین موجود پلیدِ ضعیف حقیری که در مقابل یک سوپسک گاهی می‌ترسد، می‌تواند برسد به آن جای. آن وقت حیف نیست که یک چنین استعدادی را آدم در پای یک چیز پلیدی بریزد؟! اگر بریزد چه می‌شود، برای این است که غفلت کرده که چیست؟ چه استعدادی دارد؟ آنکه فرمودند: ریشه همه سقوط‌ها غفلت است این یک نمونه‌اش است. اگر آدم بداند به چه مقامی می‌تواند برسد آن وقت به این چیزهای پست حیوانی بچگانه دلخوش می‌شود؟ یادش می‌رود که برای چه آفریده شده؟ کجا باید برسد؟ از آن طرف وقتی مبتلا می‌شود به عادت‌های زشت به گناه به خودپرستی به ریاست‌طلبی آن چنان می‌تازد که دیگر هیچ چیزی جلوش را نمی‌گیرد هر گناهی را هر جنایتی را حاضر است، مرتکب بشود. البته بعضی هایش بعد از توجیه دینی و کلاه شرعی و این حرف‌ها چرا؟ برای اینکه باز بادش رفته چه بوده؟ خیالش هست که خلق شده برای اینکه رئیس بشود، او حرف بزند مردم بگویند: به‌ها چه‌چه‌هر چه شما می‌فرمایید اخیال می‌کند برای این آفریده شده... این سقوط‌ها برای این است که آدم یادش می‌رود چیست؟ برای چه آفریده شده؟ کجا باید برود؟ راهش چیست؟

منبع: کانال تلگرامی آیت الله مصلح زیدی(ره) به استناد بیانات در ۱۳۹۴/۰۱/۲۶ (با تلخیص)



کاسب خون شهدای غزه

مجید شاکری در تویییتی نوشت: امریکایی‌ها از سطح فعلی تنش راضی هستند. آنها هم با موفقیت مانع از سررات آثار جنگ به نفع (نورم امریکا) شده‌اند. هم امید دارند مانع از به هم خوردن کامل تطبیع شوند. جنایت تمام نمی‌شود مگر آنکه هزینه‌های آن به اقتصاد امریکا کشیده شود.



دروغ ۴۴ طبقه!

کانال تلگرامی «بنیاد شهید مطهری(ره)» در تلگرامی بخشی از فرمایشات استاد شهید را به نقل از کتاب «گریز از ایمان و گریز از عمل، ص ۷۲- ۷۳» به اشتراک گذاشت. شهید مطهری(ره) می‌فرمایند: دیدیم که اعلامیه حقوق بشر هیچ نتیجه‌ای در دنیا نداد؛ دیدیم همان امضاکنندگان اعلامیه جهانی حقوق بشر متجاوزترین مردم به حقوق بشر بوده و هستند. الان کاخ سازمان ملل که می‌گویند ۴۴ طبقه دارد، در واقع یعنی یک دروغ ۴۴ طبقه چیزی که در آن واقعاً وجود ندارد. رسیدگی به حقوق ضعفاست؛ یعنی ابرازی است در دست قدرت‌های بزرگ دنیا به بهانه آن یا یکدیگر معامله کنند. آیا امریکا واقعاً پایبند حقوق بشر است؟ این کارهایی که در وینتام می‌کند براساس حقوق بشر است؟ آیا شوروی پایبند حقوق بشر است؟ چین واقعاً پایبند حقوق بشر است؟ اصلاً خود حق و توبیاری پنج کشور قاتل شدن، ضد اعلامیه حقوق بشر است. اگر حقوق بشر املاک است و همه بشرها با هم مساوی هستند، چرا چند دولت برای خودشان امتیاز قائل شدند که هر موضعی را که بخواهند، خشتی می‌کنند. همین خودش بر ضد آن اعلامیه است.



قدیمی‌ترین عکس تاریخ

کانال «ایستار» در اپتا نوشت: تصویر بالا مربوط به قدیمی‌ترین عکس تاریخ است که هنوز سالم مانده، در این عکس نور خورشید به ساختمان‌های دو طرف تابیده و این یعنی عکسی تقریباً هشت ساعت طول کشیده است عکاس این عکس که تقریباً ۱۹۲ سال پیش گرفته شده، ژوزف نیپس است که بسیاری او را مخترع عکاسی می‌دانند.

بنج‌شنبه ۱۸ آبان ۱۴۰۲ | ۲۴ ربیع‌الثانی ۱۴۴۵ | روزنامه جوان | شماره ۶۸۹۳

کاربران



واکنش کاربران شبکه‌های اجتماعی به تصویر اهدای خون فرمانده نیروی هوایی آلمان به رژیم صهیونیستی

خون غرب در رگ‌های صهیون جاری است

انتشار تصویری از اهدای خون فرمانده نیروی هوایی آلمان به رژیم غاصب کودک‌کش صهیونیستی با واکنش‌های بسیاری در شبکه‌های اجتماعی همسراه بود. کاربران این تصویر را نمادی از حمایت‌های سرران کشورهای

■ **ح. حسینی:**

این همه کمک نظامی برای ادامه جنایت رژیم اسفاطیل کافی نیست، فرمانده نیروی هوایی آلمان رفته خون خودش هم فدا این لعنتی‌ها کنه... از این به بعد کسی ایدئولوژی جمهوری اسلامی را در کمک به همیمانانش زیر سؤال برد با این عکس بزیند تو دهشت، رد شهید.

■ **کلثوم عزیزی:**

تاریخ ثابت کرده آلمان همیشه حامی جنایتکاران جنگی بوده حالا میخاد به رژیم بعث صدام بمب‌های شیمیایی هدیه بده بده یا به این رژیم سفاک خون تازه ولی در هر صورت نابودی این‌ها وعده خداوند است!

■ **آسنا حمیدی:**

خون دادن فرمانده نیروی هوایی آلمان به سربازان کودک‌کش صهیونیست؟! -اتفاق عجیبی نیست؛ چون خون گروه‌های مشابه به هم می‌خورند! مثبت به مثبت، ب. ب. ا منفی با منفی و...، خوک منفی هم به خوک منفی...

■ **داود مدرسیان:**

مسئله جنگ اسرائیل-غزه، برای بلوک غرب حیثیتی شده؛ با تمام دنیای خود علیه غزه کوچک بسجج شده‌اند که جلوی شکست اسرائیل را بگیرند. فرمانده نیروی هوایی آلمان در حال دادن خون برای وحوش صهیونیستی، دولت‌های غربی، اسلحه‌میدن، حمایت مالی می‌کنن، فرماندهی می‌کنن، نیروی فرستن، خون هم می‌دهندا!

■ **حسن عابدینی:**

قتل عام ۱۰ هزار فلسطینی مقابل دیدگان سیاستمداران غربی جای شگفتی ندارد، زیرا خون روزولت امریکایی، چرچیل انگلیسی،

شارل دوگول فرانسوی، موسولینی ایتالیایی و هیتلر آلمانی در رگ آسان جریان دارد. اینها در جنگی که هشت دهه پیش بر دنیا تحمیل کردند ۷۰ میلیون نفر را به خاک و خون کشیدند. #غزه

■ **احسان شریف:**

فرمانده نیروی هوایی آلمان بعد از وارد شدن به تل آویو در جهت حمایت از حملات اسرائیلی‌ها به این قاتلان خون هم اهدا کرده اسامی خلبان‌های جانی و قاتل اسرائیلی باید به عنوان جنایتکار جنگی اعلام بشه.

■ **محسن قائد:**

غربی‌ها برای قاتلین کودکان خون می‌دهندا پس از حضور فرمانده نیروی هوایی آلمان در



صهیونیست‌ها را با این بهانه انداختند به جان مسلمانان. حالا هم آمده و در تل آویو برای کمک به مجروحان صهیونیست‌ها خون اهدا می‌کند! #پرروی_نجومی

■ **علی اکا:**

فرمانده نیروی هوایی آلمان وارد تل آویو شد و به نظامیان صهیونیست که خون هزاران غیرنظامی و کودک غزه را ریخته‌اند، خون اهدا کرد. کلا خون غرب در رگ‌های صهیون جاری است.

■ **حسین دلیریان:**

اگر یهودیانی هم کشته شده‌اند، از سوی آلمان‌ها و ریشه و تبار همین فرمانده نیروی هوایی آلمان کشته شده‌اند و سپس

افسانه صلح و آموزش صلح!

مجتبی همتی‌فر در کانال شخصی خود در پیام‌رسان بله نوشت: اسناد بین‌المللی همچون سند استعماری «توسعه پایدار ۲۰۳۰» مملو از واژگان به ظاهر آکادمیک مبهم و دوپهلوست؛ همچون «صلح» و «عدالت».



حتی اگر خوش بین باشیم، سکوت و رکود نهادهای مرجع و حامیان این سند در قبال ظلم اسرائیل در فلسطین معنای این واژگان را روشن می‌کند.

کاش که خوش‌بین نباشیم. در بند ۴-۲۰۳۰، چنین هدف گذاری شده که آموزش در خدمت «ارتقای صلح و پرهیز از خشونت» قرار گیرد؛ آموزش صلح را به چه کسی باید آموزش داد؟! ملت مستعبدی‌های که سال‌ها در خانه‌اش به او ظلم می‌شود یا رژیم ستفگرمی که غاصب است و وحشی؟! «کودک، زن، زخمی، غیرنظامی، خانه، بیمارستان و...» برای وحشی‌های اسرائیلی معنا ندارد.

سازمان ملل هم جز ابراز نگرانی کاری از دستش بر نمی‌آید. ساختار استعماری حق و توبه شورای امنیت اجازه مصوبه نمی‌دهد! کجا یمند حامیان داخلی سند توسعه پایدار ۲۰۳۰ که صلح را جزو نقاط برجسته این سند و مدونان آن می‌شمرند؟! افسانه‌ای به نام «صلح» در اسناد توسعه پایدار قابل باور نیست! برندگان سابق جنگ جهانی دوم و بزرگ‌ترین تولیدکنندگان و تجار اسلحه امروز در واقع مؤسسان و تأمین‌کنندگان بودجه سازمان ملل هستند! همین‌ها به عنوان «جوامع توسعه‌یافته»، سند توسعه پایدار می‌نویسند. واقعاً ادعای عجیبی است.

دستاورد پژوهشگران چین

بهبود خنک‌سازی CPU با آب نمک

کانال تلگرامی «زومیت» نوشت: پژوهشگران چینی هیت‌سینکی ساختندند که از آب و نمک برای جذب حرارت استفاده می‌کند و از خنک‌کننده‌های مشابه عملکرد بسیار بهتری دارد.

مقاله‌ای تحقیقاتی که اخیراً منتشر شده، جزئیات سیستم

خنک‌کننده‌ای پسیو(غیرفعال) را شرح داده است که از آب شور استفاده می‌کند. طبق ادعای پژوهشگران، استفاده از آب شور باعث افزایش ۳۲/۴۵ درصدی عملکرد CPU می‌شود.

همچنین این سیستم با جذب رطوبت هوا، ظرفیت خودش را مجدداً شارژ می‌کند. محققان چینی نام اختراعشان را «حرارت‌گیر غشایی با نمک هیگروسکوپی» (HSMHS) گذاشته‌اند که از نمک لیتیم برومید درون غشایی متخلخل استفاده می‌کند که اجازه‌ی تبخیر آب را می‌دهد.

طبق گفته پژوهشگران، آزمایش انجام‌شده روی پردازنده کامپیوتر نشان داد که استفاده از این فناوری توانست بیش از ۳۲ درصد عملکرد بهتری ایجاد کند. خنک‌کردن پردازنده‌ها و به‌خصوص دیتاسترها، هزینه زیادی برای کسب و کارها و محیط‌زیست در پی دارد. در این میان، خنک‌کننده‌های غیرفعال جذاب‌تر هستند، زیرا از قطع‌مانی مانند پمپ یا فن استفاده نمی‌کنند. با این حال، خنک‌کننده‌های غیرفعال معمولاً به سرعت گرم می‌شوند که باعث کاهش عملکرد سیستم می‌شود.

جذابیت اصلی سیستم HSMHS مبتنی بر نمک لیتیم برومید، این است که می‌تواند تا ۱۰ برابر طولانی‌تر از ساختارهای فلزی الی (MOFs) و هیدرزوال (PCM) پردازنده را خنک نگه دارد. در طول این دوره زمانی، کاربران می‌توانند انتظار عملکردی تا ۲۲ درصد بهتر را از پردازنده داشته باشند.

دنبال جواب آسان نباشید!

مهدی محمدی در کانال تلگرامی خود نوشت: پرسش‌های دشوار نبرد طوفان‌الاقصی پاسخ‌های ساده ندارد. قهرمانی‌های بی‌سابقه مقاومت، حلاوت ضربه به اسرائیل راه به مر تبه‌ای رسانده که در ۷۰سال گذشته بی‌سابقه است و از آن سو دبدین صحنه‌های وحشتناک جنایت



علیه کودکان و مردم بی‌دفاع. اجازه لذت بردن از این حلاوت را نمی‌دهد. آنچه صهیونیست‌ها پس برده بیش از هر چیز نگران آنند، این است که این جنگ بی‌پایان خواهد بود. حتی اگر همین فردا اسرائیل غزه را کلا ترک کند، مقاومت پاسخ به جنایتی که اسرائیل مرتکب شده را تا سال‌ها ادامه خواهد داد. جنگ تا جایی که به مقاومت مربوط است سنازیوی پایان ندارد. کابوس بدتر این است که اسرائیل روی زمین غزه گرفتار بن بست خفه‌کننده‌ای شده است. از حیث تاکتیکی جرئت ورود به مناطق متراکم شهری را ندارد و از حیث راهبردی می‌بندد که هدف اعلامی نابودی حماس توهم سیاسیون است و عملاً معنایی ندارد. اسرائیل باید قبل از ورود، به راه خروج فکر می‌کرد.

امریکا هم دربارۀ عدم گسترده شدن جنگ شعار می‌دهد، اما به خوبی می‌داند چه شگفتی‌هایی در حال شکل‌گیری است. اینکه از عراق و یمن مستقیماً اسرائیل را بزبند، حزب‌الله کل زیرساخت‌های رژیم در شمال را نابود کند و در سوریه دارایی امریکا هر شب زیر ضرب باشد، اگر گسترش جنگ نیست، پس چیست؟!

هر یک از این رویدادهای شگفت، اگر در وضعیت عادی رخ می‌داد، خود می‌توانست منشأ یک جنگ منطقه‌ای تمام‌عیار باشد، اما حالا امریکا و اسرائیل آنها را با همه توان نادیده می‌گیرند، چرا که می‌دانند قادر به هیچ واکنش مؤثری نیستند. خاورمیانه برای امریکا دیگر امن نخواهد شد.

پیدااست که مقاومت اجازه نخواهد داد دشمن برای آن تصمیم بگیرد یا در جنگی چنین پیچیده گرفتار محاسبات ساده شود. کسی نباید منتظر یک عملیات سرنوشت‌ساز از یک جغرافیای خاص باشد. مجموعه‌ای از عملیات‌ها از جغرافیاهای مختلف است که این جنگ را تعیین تکلیف می‌کند.

کمر قصاب غاصب منطقه خپشده و مجموعه بزرگی از مردان هم‌داستانند تا دیگر صاف نشود. انتظار نداشته باشید چنین امر عظیمی به سرعت و سادگی یابدون درد و رنج رخ بدهد. شاید کار به بلغت القلوب الحناجر هم برسد، آنگاه نصرت الهی بیدار می‌شود.

تصویر منتخب

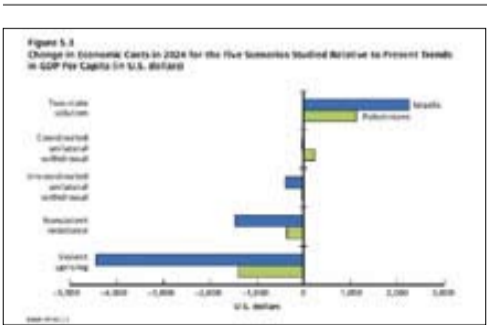


رژیم کودک‌کش | هنرمند: ناشناس

خوانندگان زبان‌های غیردیجیتال به اطلاعات و ارتباطات دسترسی ندارند، به این معنی که از محتوای دیجیتال محروم هستند.

حذف این زبان‌ها از حوزه دیجیتال پیامدهای اجتماعی_اقتصادی گسترده‌ای دارد، زیرا گویشوران چنین زبان‌هایی به خدماتی همچون دولت الکترونیک، آموزش آنلاین، خدمات بهداشتی و تعامل اجتماعی دسترسی کمی دارند (با استناد دسترسی ندارند. علاوه بر این، شرکت‌های دسترسی محدودتری به بازار آنها دارند و در نتیجه فرصت‌های تجاری را از دست می‌دهند. اگر توسعه‌دهندگان محلی نتوانند «اقتصاد مقیاس» را به خوبی درک کنند، تنوع زبان‌ها ممکن است به عنوان یک مانع برای توسعه برنامه‌های کاربردی موبایلی محلی عمل کند. علاوه بر این، با توجه به اینکه در حال حاضر ۴۰ درصد از زبان‌های جهان در خطر انقراض هستند، عدم استفاده از آنها در اینترنت، تهدید نابودی آنها را افزایش می‌دهد.

با استفاده روزافزون از فناوری هوش مصنوعی و توسعه مدل‌های زبانی بزرگ مانند چت‌جی‌بی‌تی که بر اساس متن قابل دسترس عموم در فضای اینترنت (عموماً به زبان انگلیسی) آموزش می‌بینند، این خطر وجود دارد که شکاف زبان دیجیتال افزایش یابد. خوشبختانه، فناوری‌های جدید مبتنی بر هوش مصنوعی این پتانسیل را نیز دارند که با آنلاین کردن اغلب زبان‌های اقلیت و بومی، از طریق استفاده از پسرانش زبان طبیعی و ترجمه ماشینی، شکاف زبان دیجیتال را کاهش دهند. اگرچه این فناوری‌ها در مراحل اولیه ظهور خود هستند، می‌توانند ابزارهای دیجیتالی تثبیت شده و زبان‌های رها شده، باشند.



ضرر اقتصادی طوفان‌الاقصی به رژیم کودک‌کش

محمد رستمپور در تویییتی نوشت: براساس گزارش اندیشکده رند در سال ۲۰۱۵، براساس پنج سناریو در ۱۰ سال، پر ضررترین حالت تنش‌ها در فلسطین و اسرائیل، وضعیت کنونی یعنی جنگ خشونت‌بار است که ضرر چهار برابر اسرائیل را در پی دارد. کاهش تورسم، کاهش نیروی کار و اقت بهره‌وری را مهم‌ترین متغیرهای ضرر اقتصادی به اسرائیل است.



بمباران خانه دانشجوی دانشگاه تهران در غزه

احمد مه‌ری در تویییتی نوشت: دکتر ایاد شفور از فارغ‌التحصیلان دانشکده بهداشت دانشگاه علوم پزشکی تهران بودند و زمانی که دانشجوی این دانشگاه بودم با هم هم‌دوره‌ای بودیم. دپروژ خوشنون که غزه بمباران شد و فرزند، دو برادر، مادر، خواهر و دختر خوشنون شهید شدند. این عکس لحظه مواجه‌ایشون با فرزندشون رو نشون میده.

استرس آنقدرها هم چیز بدی نیست!

اگر کسانی هستند که به شما وعده زندگی بدون استرس می‌دهند، بدانید که فریبکاری بیش نیستند. تمام کتاب‌هایی را هم که به شما توصیه می‌کنند می‌توانید زندگی بدون استرسی داشته باشید، دور بریزید. زندگی بدون استرس سواي اینکه ممکن نیست، آش‌دهن‌سوزی هم نیست. انسان برای حرکت، به فشار و تحریک نیاز دارد...

حرکت به سوی شادمانی با حرکت در مانی

افسردگی یک بیماری روانی فراگیر است که میلیون‌ها نفر را در سراسر جهان تحت تأثیر قرار می‌دهد و می‌تواند منجر به احساس غم و اندوه مداوم، از دست دادن علاقه و بی‌انگیزگی در فعالیت‌های روزانه شود. در حالی که گفتار درمانی‌های سنتی در درمان افسردگی ضروری و ارزشمند هستند و کارایی بسیار بالایی دارند، درمان حرکتی نیز یک رویکرد منحصر به فرد و مؤثر ارائه می‌دهد که بدن، ذهن و احساسات را یکپارچه می‌کند...

کیفیتان کوک است؟!!

باز خوانی مفهوم کیفیت زندگی به بهانه ۱۸ آبان «روز کیفیت»



دکتر مصطفی هاشمی نسب، جامعه‌شناس:

دکتر شقایق اقبالی نژاد، روانشناس:

دکتر سید حمیدرضا محتشمی، مدرس مهارت‌های زندگی:

روابط کیفی در تعاملات اجتماعی منوط به کسب مهارت‌هاست

بدون اهداف معنادار حتی در شرایط رفاه هم نمی‌توان انتظار خوشبختی داشت

زندگی را پس انداز نکنیم مصرف کنیم

کنجکاوی زندگی دیگران نباش

تاکفیت زندگی‌ات پایین نیاید

برای دیگران رنج و زحمت نباشیم، به خودمان اجازه ندهیم هر فکری کنیم و هر مرزی را رد کنیم. ما با کنجکاوی غیر ضروری در امور دیگران نه تنها به کیفیت زندگی خودمان لطمه می‌زنیم، بلکه به زندگی دیگران هم اثر منفی می‌گذاریم و افزون بر این خود را درگیر غیبت، تهمت و قضاوت هم خواهیم کرد. شک و تردید نداشته باشید پایین بودن کیفیت زندگی هر آدمی بسته به این است که تا چه اندازه پیگیر زندگی دیگران است! به کیفیت زندگی خودتان عمیقاً بیخوشید. چگونه؟! کمتر پیگیر جزئیات زندگی اطرافیانمان باشید، مگر اینکه شما را طرف مشورت قرار دهند. مدتی تمرین کنیم. در لحظه اگر می‌خواهیم له یا علیه دیگران کاری انجام دهیم، از خودمان بپرسیم انجام عمل ما، آیا در کیفیت زندگی امروز یا فردای او و خودمان مؤثر خواهد بود یا خیر؟! سعیدی می‌گوید: «به حقیقت آدمی باش و گرنه مرغ باشد/ که همین سخن بگوید به زبان آدمیت». در واقع آدمی به آدم بودن است نه به هیبت آدمی داشتن. فردی که تحت تربیت درست واقع شده و در تلاش برای ارتقای افکار و شخصیت خود باشد، هیچ گزند و آسیبی از ناخوبی او در طول زندگی به دیگران نخواهد رسید. عدم پایداری به چنین موضوعی، مصداق بارز پایین آوردن کیفیت زندگی خودتان است.

یک رابطه با کیفیت بیشتر از روابط متعدد و وقت گذراندن با دیگران ارزش دارد و حتی یک تجربه مفید و مؤثر بیشتر از صدها دورهمی و خوشگذرانی به ما زندگی کردن را یاد می‌دهد. اینگونه است که گفته می‌شود کیفیت زندگی ما به کیفیت افرادی برمی‌گردد که با آنها معاشرت می‌کنیم. یک دقیقه وقت بگذارید و به این فکر کنید معاشرت روزانه شما با افراد مختلف چه آورده و حاصلی دارد و چه میزان به کیفیت افکار شما کمک می‌کند! ما نه تنها تلاشی برای ارتقای کیفیت زندگی خودمان نمی‌کنیم، بلکه در میان ما کسانی هستند که بی‌کیفیتی افکار و سبک زندگی‌شان باعث می‌شود کیفیت زندگی اطرافیان هم تحت‌الشعاع قرار گیرد. خانم و آقای که در محل کار خود دائماً به دنبال سرک کشیدن در زندگی دیگران هستند، فرض کن که متوجه شدی ارتباط فلاتی با فلاتی در چه حد است یا بالاخره فقهیدی چرا فلاتی بچه‌دار نمی‌شود! فرض کن دلیل ازدواج نکردن فلان خانم یا آقای فقهیدی یا بالاخره علت طلاق همکار ت برایت بر ملا شد. خبر؟! اصلاً یک لحظه تصور کن از درون زندگی همه سر درآوردی! دانستن این اطلاعات چه تأثیری در کیفیت زندگی خودت خواهد داشت؟!!

به کیفیت همه چیز فکر می‌کنیم! کیفیت افکار و اندیشه‌ها، رفاقت‌ها و روابطمان! کیفیت زندگی، از اما مدل ماشین، میزان پس‌انداز، برند لباس و متر از خانه‌مان نیست! تردیدی نیست که موارد فوق می‌تواند آسایش بیشتری برای ما فراهم کند، اما هیچ کدام از اینها در رشد کیفی زندگی ما تأثیر چندانی ندارد. «خوشبختی ما به کیفیت افکارمان بستگی دارد. کیفیت زندگی شما را دو چیز تعیین می‌کند: یکی کتاب‌هایی که می‌خوانید و دومی انسان‌هایی که ملاقات می‌کنید. زندگی کمیت نیست، کیفیت است.» شاید فکر کنید اینها جملات شعاری و کلیشه‌ای است که ما هم برای پر کردن صفحات نمونه‌هایی را می‌آوریم، اما وارد مصادیق می‌شویم تا متوجه شوید که سبک زندگی ما و هدایت فکری خودمان چه میزان در کیفیت زندگی‌مان مؤثر است. یک دوست با کیفیت بیشتر از ۱۰۰ دوست معمولی در زندگی ما مؤثر است. با کیفیت به معنی جیب پر پول و ماشین مدل بالاتر و گوشی برند روز دنیا نیست؛ دوست با کیفیت یعنی رفاقتی عاری از حسادت، بغل، توقع و منفعت‌طلبی که نمی‌نشست با او نگاه ما را به مسائل و روزمرگی‌ها به سمت مثبت و سازنده تغییر دهد. در واقع



دکتر امیرحسین میرزایی، مدیر کل مراکز تخصصی جراحی اورژانس و جراحی‌های تخصصی بیمارستان امام خمینی (ره) تهران

ایرانی، «مدال افتخار مجید سمیعی» نامگذاری کرد. پروفسور متلاش‌های فراوانی می‌کنند. وی می‌گوید: «بعضی‌ها می‌گویند اگر سمیعی می‌خواست به این مملکت خدمت کند باید در کشور خودش مرضی‌های هموطنش را مداوا می‌کرد. این تفکر اشتباه است. وقت ما باید صرف پژوهش، تحقیق و تربیت شاگردان با استعدادی شود که هر کدامشان می‌توانند صدها بیمار را با همان روش‌هایی که ما بلدیم جراحی و مداوا کنند. اگر همه وقت‌ها را به معالجه در ایران اختصاص بدهم فردی از کسی آدمی کند. خوشحالم با برگزاری کنگره‌های علمی و دعوت از برترین جراحان جهان به ایران، وظیفه اخلاقی‌ام را برای کشورم انجام داده‌ام و راه بهتر از این هم برای خدمت به هموطنانم نمی‌شناسم. تداوم این راه باعث تربیت نسل جدیدی از جراحان جوان خواهد شد که می‌توانند تأثیر بیشتری در جهت بهبود وضعیت بیمارمان داشته باشند.»

پروفسور مجید سمیعی سال ۱۳۱۶ در شهر تهران به دنیا آمد. پس از زیمت خانواده از تهران به رشت و اقامت در محله تلفن‌خانه (بحرالعلوم) تحصیلات ابتدایی و دوره متوسطه را در دبیرستان شهید بهشتی (شاهپور) رشت به پایان رسانید. او پس از پایان دوره متوسطه راهی آلمان شد و در رشته پزشکی ادامه تحصیل داد. سمیعی در ۳۲ سالگی موفق به دریافت عنوان دانشیاری در رشته جراحی مغز و اعصاب از دانشگاه ماینز شد و یکسال بعد عنوان پروفیسوری را در همین رشته به دست آورد. پس از گذراندن همه عمرش در راه اعتلای رشته جراحی مغز و اعصاب در سال ۲۰۰۳ اعلام بازنشستگی کرد تا خود را وقت توسعه مؤسسه بین‌المللی علوم اعصاب کند. او تاکنون بیش از ۸ هزار جراحی مربوط به مغز و اعصاب انجام داده و بیش از هزار جراح متخصص را در سراسر جهان تربیت کرده است.

در سال ۲۰۱۱ افتخار سیون جهانی انجمن‌های جراحی مغز و اعصاب، مدال افتخار فدراسیون را به افتخار درخشانه عمل و عمل پروفیسور سمیعی، همسر خوب شد.

کیفیت تعاملات خود را پایین نیاوریم

مهربان باش و نتیجه‌اش را ببین!

آموزش رانندگی شهری (عملی) همراه ندارم، اگر دوست دارید کتاب را به شما می‌دهم و شما به عنوان همراه با من بیایید تا از نکات مهمی که مربی‌ها به من می‌گویند، استفاده کنید و هر سوآلی که داشتید از مربی من بپرسید. دختر جوان از این حرف من بسیار خوشحال شد و با کلی معذرت خواهی و دادن شماره تلفن برای هماهنگی با من از آموزشگاه خارج شد. به همین سادگی! خدا را شکر کردم این دعوا با این کار من ختم به خیر شد. با خودم فکر می‌کردم وقتی می‌توانیم گره را با دستت باز کنیم، چرا سراسر دندان می‌رویم؟! ماجرا زمانی جالب‌تر شد که فردای آن روز وقتی به آموزشگاه رفتم، مربی جدیدم به دلیل کاری که دیروز کرده بودم و دختر جوان را آرامش محل را ترک کرده بود، گفت: تا روز آزمون شهری روزانه نیم ساعت اضافه با شما تمرین و تمام سعی و تلاش خودم را می‌کنم تا خوب یاد بگیرید و هر چه زودتر در آزمون شهری قبول شوید. من که اصلاً انتظار شنیدن این حرف را از زبان مربی خود نداشتم، بسیار واقعاً عمل کردم و زمانی بیشتر خوشحال شدم که مربی من به قولش واقعاً عمل کرد. بعد از این ماجرا دیدم که چقدر خوب است ما مهربان باشیم و به دیگران مهربانی هدیه دهیم و متقابلاً از دیگران مهربانی هدیه بگیریم. مثال عینی که شرح آن را گفتیم بدون تردید در تمام مناسبات ما مصداق دارد و زنجیروار روی زندگی و تعاملات ما اثر می‌گذارد. بد اخلاقی و عصبانیت یا ملامت و مهربانی؟ انتخاب با خود ماست.

مانسان‌ها دنیای عجیبی داریم و بعضی از کارهایی را که به آسانی می‌شود، انجام داد برای خودمان و دیگران سخت می‌کنیم و با این شیوه کیفیت زندگی و مناسبات خود با دیگران را تنزل می‌دهیم. به قولی گریه را که می‌شود با دست باز کرد یا دندان باز می‌کنیم و بعد از اینکه کارهای سخت و مشقت‌آوری انجام می‌دهیم، تازه به این موضوع بی‌مهری که چه راجع آسان و راحتی داشته است و البته «همچو حل گشت، آسان شود». اگر دقت کرده باشید خیلی‌ها گره به ابرو دارند و حتی با خودشان قهر هستند و نمی‌شود کلامی با آنها حرف زد، مثل چوب خشکی می‌مانند که منتظر یک جرقه هستند تا آتش بگیرند. بلافاصله با یک نگاه یا یک جمله شروع به درگیری لفظی و فیزیکی می‌کنند، در صورتی که اگر دنیا را برای خودمان و اطرافیان سخت نگیریم، این داستان برعکس می‌شود.

شاید ذکر یک ماجرای واقعی در این زمینه، کمک‌کننده موضوع باشد. مدتی بود به فکر گرفتن گواهینامه رانندگی بودم، بنابراین در آموزشگاهی نزدیک محل زندگی‌مان ثبت‌نام کردم. بعد از طی دوره‌های تعیین شده از سوی آموزشگاه که شامل چند جلسه کلاس حضوری کرده‌ام، اما با این کم‌کاری باید پول جلسه اضافی را هم بدهم. به او گفتم: من از آزمون آیین‌نامه را قبول شده‌ام و دیگر نیازی به کتاب ندارم. برای

مینا هاشمی مزرعه

یک روز معمولی

درکوی نیک‌نامان

در احوالات ابر جراح جهان «پروفیسور مجید سمیعی»

مغز جهانیان مروهون دست‌های معجزه‌آفرین اوست!



دکتر سید حمیدرضا محتشمی، مدرس مهارت‌های زندگی، رشد و توسعه فردی:

زندگی را پس انداز نکنیم مصرف کنیم

سید حمیدرضا محتشمی، دارای دکترای روان‌شناسی، مدرس مهارت‌های زندگی، موفقیت و رشد و توسعه فردی است. «روز کیفیت» یهانه‌ای شد با او گفت‌وگویی درباره شاخص‌های کیفی زندگی داشته باشیم. صحبت‌های او شاید چند دقیقه‌ای بیشتر وقت شما را نگیرد اما هر کدام از محورهای حرف‌هایش تلنگری است. خلاصه کلام دکتر محتشمی پور این است که بعد کیفی زندگی ما پس انداز کردنی نیست و زندگی را به معنای واقعی باید مصرف کنیم، حتی اگر با مشکلات مختلف دست و پنجه نرم می‌کنیم. جمله کلیدی مدرس رشد و توسعه فردی در گفت‌وگوی پیش رو این است: «پول پس انداز کردنی است اما ابزار زندگی است و ابعاد آن نیست. ابعاد آن معنویت است که پس انداز کردنی نیست. فرصت زندگی پس انداز نمی‌شود. زندگی را پس انداز نکنید و هر جا توانستید لذتی ببرید، حتی کوچک و در حد نگاه کردن به برگ درخت و مهتاب، بی درنگ انجام دهید.»



پیدایمی کنند، مای توایم کنار آن بنویسیم زندگی با کیفیت داریم. نمی توایم بگوییم عشق داریم اما پول نداریم، چرا که همان پول قدرت خرید یک هدیه و رفتن به رستوران است. در آموزه‌های اتمه و معصومین (ع) ببینید که به صورت مداوم گفته‌اند «جوهره نسل کار است» اما نمی گویند انقدر جوهر داشته باش که کسی رانداشته باشی تا با آن جوهر برای او نامه بنویسی. در واقع به ما فرموده‌اند جوهره مرد کار اوست اما اینک در زمانی زندگی می‌کنیم که انسان‌های با جوهر، کسی راندارند تا برای او نامه بنویسند و دلایش این است، به قدری در زندگی آغشته به یک بعد و دو بعد می‌شود که سایر ابعاد فراموش می‌شود، به همین دلیل است که هر چه داشته باشیم زندگی ما از کیفیت بالایی برخوردار نیست. کیفیت در زندگی زمانی معنادار د که انسان در شش حوزه‌ای که هفتم به درستی رشد کرده باشد، مثلاً وقتی در مورد معنویت حرف می‌زنیم به درستی یکتاپرست باشیم. اگر در مورد سلامتی حرف می‌زنیم به معنای واقعی به دنبال سلامتی باشیم. گاهی بدون اینکه بدانیم خود را راه می‌کنیم. انسان‌ها به قدری خود را درگیر می‌کنند که یک چک‌آپ ساده انجام نمی‌دهند و وقتی فرد بعد از مدت‌ها آزمایش نداده باشد با یک موضوع حیران‌کننده منفی مواجه می‌شود. به نظر من کیفیت زندگی نقت کردن و ساختن و پرداختن هر کدام از این حوزه‌ها در گام اول و هم‌تراز کردن موارد فوق باقیه حوزه‌هاست، یعنی به گونه‌ای نباشد که یک بعد را ارتقا دهیم و سایر ابعاد را رها کنیم.

معادله شراط کیفیت مطلوب زندگی است

چه زمانی کیفیت زندگی بالا می‌رود و به بالاترین درجه خود می‌رسد؟

زمانی که بین این شش حوزه تعادل قابل قبول و نسبی برقرار باشد، کیفیت زندگی بالا می‌رود، یعنی زندگی ما نه مربع، نه دوزنقه، نه مثلث و نه دایره بوده بلکه شش ضلعی است. هنر انسان برای رسیدن به سعادت و حال خوب و رسیدن به بالاترین سطح کیفیت زندگی باید ایجاد تعادل میان این شش حوزه باشد. به زبان ساده یعنی همان قدر که به پول‌سازی، درآمدزایی و رشد مالی خود فکر می‌کنید، حواس‌تان تا حد امکان به سلامتی جسم و روان‌تان باشد. همانطور که به سلامتی فکر می‌کنید، معنویت و زیستن در آغوش خداوند را از دست ندهید و در کنار آن فراموش نکنید در زندگی عشق، عاطفه و روابط با همسر و فرزند هم وجود دارد و در نهایت حتی اگر تمام دنیا برای یک نفر باشد، باز تنهایی برای انسان کشنده است. اگر ما عمارت داشته باشیم، در مجلد ترین کاخ‌ها زندگی کنیم، حتی اگر تنها باشیم و خانواده‌ای نداشته باشیم و عزیزان‌مان کنارمان نباشند، آن عمارت عین جهنم است. به زبان ساده وقتی این شش ضلع کنار یکدیگر تناسب

فرقی خود بیش از فرزند اولویت بدهد و همین درک باعث می‌شود کیفیت ضلع روابط عاطفی ما افزایش پیدا کند. **کیفیت‌های کمیّت بی‌بهره است.**

شاید برخی خوانندگان این مطلب بگویند به حدی مخارج زندگی سخت شده که جز بعد مادی نمی‌توان به سایر ابعاد پرداخت. آیا سستی‌های معیشتی بر اولویت‌ها اثر گذار است؟

نمی‌خواهیم شعرا بدهیم. مردم هم حق دارند. امروز اقتصاد و پول در جهان مهم است و بر همین اساس است که پیامبر (ص) ۱۴۰۰ سال پیش فرمودند: «زندیک است که فقر به فقر انجامد»، یعنی اگر کسی تمام ثابتهای عمر خود را به کار و زحمت و پول در آوردن بگذراند ممکن است نسبت به رزاق بودن خدا دچار تردید شود و همچنین مجالی

افراد در زندگی خود جنبه‌های متفاوتی را اعم از داری و ازدواج و تفریح و معنویت دنبال می‌کنند که بسیاری از آنها هم در حد اعلائی خود توانسته‌اند به موارد درست بایند اما در صورتی می‌توانیم بگوییم این فرد زندگی با کیفیت و مطلوبی داشته است که آرامش را در زندگی حس کرده باشد.

معنی کیفیت زندگی به معنی داشتن آرامش است؟

حافظ می‌گوید «کی شعر ترا نگیرد خاطر که حزین باشد، یکت گفته از این معنی گفتیم و همین باشد.» در حال حاضر شرایط اجتماعی به گونه‌ای است که مردم را به سمت حزن سوق داده است و وقتی ذهن در حال آشفتگی و پریشانی باشد، توان شادمانی و افزایش بالا بردن کیفیت روحی خود را ندارد.

ما چگونه می‌توانیم در شرایط مختلف کیفیت زندگی خود را به گونه‌ای رقم بزنیم که آرامش داشته باشیم؟

مثال عینی این است که شما اکنون با خط تلفن ثابت صحبت می‌کنید و من با تلفن همراه. در واقع چند دهه پیشتر از اختراع گوشی همراه نمی‌گذرد و بعد این تلفن همراه کارکرد تلویزیون و رادیو را نیز گرفت و در نهایت حتی راهنمای ما شده است. بنابراین همه این قابلیت‌ها را در خود دارد و تکنولوژی‌های قبلی را هم ترک کرده است. همه اینها موهون استفاده از امواج رادیویی است. حال فرض کنید اگر آنتن این گوشی را حذف کنیم، تمامی مواردی که گفتیم حذف می‌شود. آنتن ما نیز هوش احساسی است. بچه وقتی متولد می‌شود، برخی قابلیت‌ها را دارد مثل حس گر سنگی و تشنگی، اما کم‌وقتی بزرگ می‌شود، سعی داریم او را بی‌قابلیت کنیم. می‌گویند گر سینه هستیم و می‌گوییم صبر کن تا بقیه بیایند و همین باعث می‌شود احساس سرکوب شود و به مرور با یان می‌پذیرد. انسان نیز قابلیت‌هایی دارد که به مرور ارتقا می‌یابد و تغییر می‌کند، اما تربیت‌ها اشتباه است و همین باعث می‌شود هوش احساسی افراد دستخوش تغییر شود. امروز برخی افراد مدارج بالای

پیدا می‌کنند، مای توایم کنار آن بنویسیم زندگی با کیفیت داریم. نمی توایم بگوییم عشق داریم اما پول نداریم، چرا که همان پول قدرت خرید یک هدیه و رفتن به رستوران است. در آموزه‌های اتمه و معصومین (ع) ببینید که به صورت مداوم گفته‌اند «جوهره نسل کار است» اما نمی گویند انقدر جوهر داشته باش که کسی رانداشته باشی تا با آن جوهر برای او نامه بنویسی. در واقع به ما فرموده‌اند جوهره مرد کار اوست اما اینک در زمانی زندگی می‌کنیم که انسان‌های با جوهر، کسی راندارند تا برای او نامه بنویسند و دلایش این است، به قدری در زندگی آغشته به یک بعد و دو بعد می‌شود که سایر ابعاد فراموش می‌شود، به همین دلیل است که هر چه داشته باشیم زندگی ما از کیفیت بالایی برخوردار نیست. کیفیت در زندگی زمانی معنادار د که انسان در شش حوزه‌ای که هفتم به درستی رشد کرده باشد، مثلاً وقتی در مورد معنویت حرف می‌زنیم به درستی یکتاپرست باشیم. اگر در مورد سلامتی حرف می‌زنیم به معنای واقعی به دنبال سلامتی باشیم. گاهی بدون اینکه بدانیم خود را راه می‌کنیم. انسان‌ها به قدری خود را درگیر می‌کنند که یک چک‌آپ ساده انجام نمی‌دهند و وقتی فرد بعد از مدت‌ها آزمایش نداده باشد با یک موضوع حیران‌کننده منفی مواجه می‌شود. به نظر من کیفیت زندگی نقت کردن و ساختن و پرداختن هر کدام از این حوزه‌ها در گام اول و هم‌تراز کردن موارد فوق باقیه حوزه‌هاست، یعنی به گونه‌ای نباشد که یک بعد را ارتقا دهیم و سایر ابعاد را رها کنیم.

معادله شراط کیفیت مطلوب زندگی است

چه زمانی کیفیت زندگی بالا می‌رود و به بالاترین درجه خود می‌رسد؟

زمانی که بین این شش حوزه تعادل قابل قبول و نسبی برقرار باشد، کیفیت زندگی بالا می‌رود، یعنی زندگی ما نه مربع، نه دوزنقه، نه مثلث و نه دایره بوده بلکه شش ضلعی است. هنر انسان برای رسیدن به سعادت و حال خوب و رسیدن به بالاترین سطح کیفیت زندگی باید ایجاد تعادل میان این شش حوزه باشد. به زبان ساده یعنی همان قدر که به پول‌سازی، درآمدزایی و رشد مالی خود فکر می‌کنید، حواس‌تان تا حد امکان به سلامتی جسم و روان‌تان باشد. همانطور که به سلامتی فکر می‌کنید، معنویت و زیستن در آغوش خداوند را از دست ندهید و در کنار آن فراموش نکنید در زندگی عشق، عاطفه و روابط با همسر و فرزند هم وجود دارد و در نهایت حتی اگر تمام دنیا برای یک نفر باشد، باز تنهایی برای انسان کشنده است. اگر ما عمارت داشته باشیم، در مجلد ترین کاخ‌ها زندگی کنیم، حتی اگر تنها باشیم و خانواده‌ای نداشته باشیم و عزیزان‌مان کنارمان نباشند، آن عمارت عین جهنم است. به زبان ساده وقتی این شش ضلع کنار یکدیگر تناسب

فرقی خود بیش از فرزند اولویت بدهد و همین درک باعث می‌شود کیفیت ضلع روابط عاطفی ما افزایش پیدا کند. **کیفیت‌های کمیّت بی‌بهره است.**

شاید برخی خوانندگان این مطلب بگویند به حدی مخارج زندگی سخت شده که جز بعد مادی نمی‌توان به سایر ابعاد پرداخت. آیا سستی‌های معیشتی بر اولویت‌ها اثر گذار است؟

نمی‌خواهیم شعرا بدهیم. مردم هم حق دارند. امروز اقتصاد و پول در جهان مهم است و بر همین اساس است که پیامبر (ص) ۱۴۰۰ سال پیش فرمودند: «زندیک است که فقر به فقر انجامد»، یعنی اگر کسی تمام ثابتهای عمر خود را به کار و زحمت و پول در آوردن بگذراند ممکن است نسبت به رزاق بودن خدا دچار تردید شود و همچنین مجالی

افراد در زندگی خود جنبه‌های متفاوتی را اعم از داری و ازدواج و تفریح و معنویت دنبال می‌کنند که بسیاری از آنها هم در حد اعلائی خود توانسته‌اند به موارد درست بایند اما در صورتی می‌توانیم بگوییم این فرد زندگی با کیفیت و مطلوبی داشته است که آرامش را در زندگی حس کرده باشد.

معنی کیفیت زندگی به معنی داشتن آرامش است؟

حافظ می‌گوید «کی شعر ترا نگیرد خاطر که حزین باشد، یکت گفته از این معنی گفتیم و همین باشد.» در حال حاضر شرایط اجتماعی به گونه‌ای است که مردم را به سمت حزن سوق داده است و وقتی ذهن در حال آشفتگی و پریشانی باشد، توان شادمانی و افزایش بالا بردن کیفیت روحی خود را ندارد.

ما چگونه می‌توانیم در شرایط مختلف کیفیت زندگی خود را به گونه‌ای رقم بزنیم که آرامش داشته باشیم؟

مثال عینی این است که شما اکنون با خط تلفن ثابت صحبت می‌کنید و من با تلفن همراه. در واقع چند دهه پیشتر از اختراع گوشی همراه نمی‌گذرد و بعد این تلفن همراه کارکرد تلویزیون و رادیو را نیز گرفت و در نهایت حتی راهنمای ما شده است. بنابراین همه این قابلیت‌ها را در خود دارد و تکنولوژی‌های قبلی را هم ترک کرده است. همه اینها موهون استفاده از امواج رادیویی است. حال فرض کنید اگر آنتن این گوشی را حذف کنیم، تمامی مواردی که گفتیم حذف می‌شود. آنتن ما نیز هوش احساسی است. بچه وقتی متولد می‌شود، برخی قابلیت‌ها را دارد مثل حس گر سنگی و تشنگی، اما کم‌وقتی بزرگ می‌شود، سعی داریم او را بی‌قابلیت کنیم. می‌گویند گر سینه هستیم و می‌گوییم صبر کن تا بقیه بیایند و همین باعث می‌شود احساس سرکوب شود و به مرور با یان می‌پذیرد. انسان نیز قابلیت‌هایی دارد که به مرور ارتقا می‌یابد و تغییر می‌کند، اما تربیت‌ها اشتباه است و همین باعث می‌شود هوش احساسی افراد دستخوش تغییر شود. امروز برخی افراد مدارج بالای

برای معاشقه با خدا نماند. این پیش‌بینی و ترس وجود دارد که اگر بحران اقتصادی بیشتر از این شود عده‌ای مجالی برای پرداختن به موضوعات معنوی و اصلاح دیگر نداشته باشند، اما در نهایت باید گفت انسان برای زندگی کردن باید قناعت داشته باشد اولویت بندی کند و در نهایت اگر کمیت یکسری موضوعات اجازه بالا بردن کیفیت را نمی‌دهد لااقل زمان اختصاص یافته به موضوعات اولویت‌دار را مفیدتر کنیم. مثلاً یک پدر اگر تنها یک ساعت کنار خانواده است، همان یک ساعت، بچه‌ها را در آغوش بگیرد و با همسرش به مهریانی صحبت کند، یعنی همان زمانی را که کنار خانواده هستیم با کیفیت پیش ببریم. اگر فرصت عبادت محدود شد، نماز بومیه را با کیفیت و با خلوص نیت بخوانیم. چون وقت ما کم است می‌گوییم رها کنیم. آشفتگی و به‌هم‌ریختگی‌ای را که در جهان امروز بوده نمی‌توان نادیده گرفت و ما دست‌خورده آسیب‌های مادی و تهاجم فرهنگی هستیم.

مقایسه با دیگران کیفیت زندگی را به شدت پایین می‌آورد

یکی از موارد مبتلا به دنیای امروز، فضای مجازی است. آیا درگیر بودن‌های افراطی از این دست، روی کیفیت زندگی اثر گذار است؟

یکی از چیزهایی که این روزها کیفیت زندگی ما را پایین آورده فضای مجازی است که به افراد حس عقب‌ماندگی می‌دهد. با باز کردن تلفن همراه به دنیایی متصل می‌شویم که صحت و سقم آن شفاف نیست و حس سرخوردگی به خودمان می‌دهیم، یعنی چیزی را می‌بینیم و گمان و تصور زندگی شگفت زده و خوب را به ما می‌دهد در حالی که در صدی از افراد که خود را سعادت‌مند نشان می‌دهند ممکن است لحظه‌ای احساس خوبیختی نکنند اما در لحظه با نمایش زندگی خود، مغل آسایش دیگران شوند. خرد، عقلائیت، نظم، مدیریت و رهبری به کیفیت زندگی ما کمک می‌کند. ما باید در برابر سیل نگرش‌های امروزی مقاومت کنیم. شونده باید عاقل باشد اما گوینده لزوماً عاقل نیست. در واقع شونده نباید خود را با هر کسی قیاس کند تا کیفیت زندگی او پایین نیاید.

مادیات امکانات می‌آورد اما الزاما کیفیت زندگی را بالا نمی‌برد

چه مواردی کیفیت زندگی ما را پایین می‌آورد؟

مقایسه با دیگران کیفیت زندگی را به شدت پایین می‌آورد. پرداختن متناوب به موضوعات مادی باعث می‌شود جایی حس کنیم زندگی ما مادی است. مادیات امکانات می‌آورد اما الزاما کیفیت نمی‌آورد. ما دو کلمه آسایش و آرامش را داریم که این دو با یکدیگر متفاوت است. آرامش مربوط به کیفیت، لذت‌برنده است اما امکانات آسایش می‌دهد. البته که آسایش پایهای اولیه آرامش را فراهم می‌کند اما تضمین‌کننده نیست. در برخی اصلاح‌یاد به آسایش و امکانات زندگی بپردازیم و در برخی اصلاح به کیفیت بپردازیم. زندگی‌ای که در آن معنویت و گفت‌وگو با خدا و عشق و تیش قلب نباشد زندگی‌ای که روزی یک نکته و پند جدید برای او موخن نباشد، زندگی نیست.

شاخصه‌های زندگی موفق مادی نیست

یکی از موضوعاتی که برای همه وجود دارد این است که هر ساله سازمان‌ها و مراکز آماری شاخصه‌های کیفی را مورد بررسی قرار می‌دهند و عموماً هم شاخصه‌های کیفی در ایران پایین است. این پایین بودن یعنی چه و آیا باید به آنهاکتفا کرد؟

این شاخصه‌ها لزوماً مادی نیستند. ما کشورهایی داریم که به مراتب از ایران کم‌توان‌تر هستند. کشور ما مردم فقیری ندارد و ما اصلاح مردم فقیر نیستیم. فقر زیادی وجود دارد که متمول هستند اما وقتی شاخصه‌های کیفیت زندگی لحاظ می‌شود ما فکر می‌کنیم با انسان‌های بحران‌زده روبه‌رو

هستیم. امروز نگاه کنید به اقشار پر درآمد، میزان افسردگی، حال بد و به‌هم‌ریختگی در آنها بیشتر دیده می‌شود و من این را قبول ندارم که شاخص کیفیت زندگی مادی است، چه بسا ما افرادی مواجه هستیم که شاید تا سال‌ها نیاز مادی نداشته باشند اما کیفیت زندگی آنها از کارگر معدن هم پایین‌تر است. حال خوب و احساس سعادت‌مندی و تقرب جستن به درگاه الهی موجب بالا رفتن کیفیت می‌شود. ممکن است طرف پالتوی پوست گران قیمت بخرد اما جای برای پوشیدن آن نداشته باشد، ارتباط درستی وجود نداشته باشد و حال بدتری به افراد داده شود. من به عنوان یک مشاور که ۲۱ سال است کار مشاوره می‌کنیم عمدتاً با اقشار پر درآمد بیشتر در تعامل هستم چرا که اقشار کم درآمد توان شرکت در جلسات راندارند، پس جالب است بدانید که خط مشی فکری من در مورد انسان‌های فقیر نیست بلکه روی انسان‌های متمول است. به قول معروف «در خانه ما رونق اگر نیست مفا هست» حداقل‌های مادی زندگی با کیفیت بالایی دارند. کیفیت زندگی یعنی شما در کنار خانواده لحظاتی لذت‌بخش داشته باشید در حالی که شاید فردی با هوایمما هم سفر پر بود ولی کنار عزیزانش نباشد. نابلدی و عدم مهارت زندگی منجر به این می‌شود که حتی با وجود دارایی‌های بالا، زندگی ما کیفیت مطلوب نداشته باشد.

زندگی خود را قربانی فضولی کردن در زندگی دیگران نکنیم

نظر تان درباره پیگیری‌ها و تخصیص زمان افراد به کارهای غیرمهم چیست، از قبیل جست‌وجو در مورد جزئیات زندگی افراد. آیا پیگیری جزئیات زندگی دیگران به ما کمکی می‌کند؟

اگر در سؤال و پرسشی که می‌کنیم به دنبال درس آموزی باشیم که مطلبی یاد بگیریم ارزشمند است. دانستن علت طلاق شاید درس آموز باشد اما اگر رنگ کتکاوکی یا به بیان عامه فضولی داشته باشد ما را به قیظر ما می‌برد. دکتر جان دی مار تینی از روان‌شناسان معنوی می‌گوید: «ما متخصص انجام کارهای غیر ضروری هستیم»، یعنی ما تخصص پیدا کرده‌ایم کارهای بیخودی انجام دهیم و انجام این کارهای بیخود و کتکاوکی در مورد زندگی دیگران باعث می‌شود در لحظاتی که باید تمرکزمان روی بالا بردن و ارتقای شاخصه‌های زندگی خودمان باشد، معطوف به زندگی دیگران شویم و این باعث می‌شود به اصطلاح عام فضولی‌ها منجر به غافل شدن از ابعاد زندگی خودمان شود و زندگی ما را به قیظر ابربد، یعنی ما یک‌صدم درگیری‌ای که برای زندگی دیگران را داریم به خود اختصاص نمی‌دهیم که اگر می‌دادیم، با مشاور، معلم و راهنما و پزشک گره از کار خودمان باز می‌کردیم.

زندگی کیفی یعنی زندگی را پس انداز نکنیم

و سخن آخر؟

زندگی کیفیت‌ساز، زندگی مصرفی است، نه به معنای مصرف‌گرایی بلکه به معنای زندگی کردن است. یادتان باشد زندگی و ابعاد واقعی آن مثل عشق مصرفی است نه پس‌انداز کردنی. زندگی را مصرف کنید و پس‌انداز نکنید یعنی امروز اگر تواندید لذت ببرید، نمی‌توانید بگویید فردا لذت می‌برم. عشق را باید مصرف کنید و اگر گفتید امروز عشق ندهم و روز دیگر بدهم شاید فرصتی برای آن باقی نماند. یادمان باشد هر وقت خواستیم بفرهیم کیفیت زندگی چیست، یعنی زندگی و ابعاد اصلی آن غیر پس‌انداز کردنی است. پول پس‌انداز کردنی است اما ابزار زندگی است و ابعاد آن نیست. ابعاد آن معنویت است که پس‌انداز کردنی نیست. فرصت زندگی پس‌انداز نمی‌شود. زندگی را پس‌انداز نکنید و هر جا توانستید لذتی ببرید حتی کوچک و در حد نگاه کردن به برگ درخت و مهتاب، بی درنگ انجام دهید.



کیف‌تان کم

حسین گل محمدی

۱۸ آبان که در تقویم ملی روز کیفیت نام گذاری شده بر وزنی، عددی و متری که سر اسر زندگی‌مان را فرا گرفت که مدنظر نام‌گذاران این روز بوده است، چرا که آنان چون قصدشان از این نام‌گذاری جلب توجه تولیدکننده‌ها که بر فرض یک تولیدکننده، کالای استاندارد به دست و قابل قبول به مخاطبانش ارائه کند. پس ملاحظه می‌واقع همان وزنی، عددی و متری در این کیفیت دخیل ملی کیفیت هم تمهید شده و به تولیدکنندگان، مؤس را کسب کرده باشند، تعلق می‌گیرد، پس ۱۸ آبان به معصول و کالا و خدمات و از این دست چیزها نیست. «کیفیت زندگی» بپردازیم، یعنی آن مطلوبیتی که محیط و در یک کلام از زیست فردی و اجتماعی مان ه کیفیت را در شاخص‌های خود حل و مسخ کرده است، از نظر بعضی‌ها کمی غریب به نظر برسد و البته به هم‌پرشن اینک، آیا شما اصلاً به کیفیت زندگی تان فکر روابط و تعامل تان با دیگران، به کیفیت راه رفتن و شغل و درآمد و خانه و سفرهای داخلی و خارجی - خودتان دارید؟

مخلص و ختم این مقال، شاید بهتر باشد مثل خیل پیشینیان مان نیزیم و بهر سبب: «صلا کیف تان کوک همه آن چیزی است که در اینجا به دنبالش هستیم. ا

و بالا بردن آن اثر گذار باشد.

شاخصه‌های احساسی در بعد کیفی زندگی کدام موارد است؟

چهار شاخصه مبتنی بر شناخت احساس، ابراز احساس، تلاش برای درک احساس دیگران (خوب‌دین و خوب‌کوش دادن) و در نهایت مدیریت احساس در بعد کیفی زندگی ما مؤثر است. در واقع ما باید اول برگ درخت را ببینیم و بعد بتوانیم درباره آن احساس خود را بیان کنیم. ما وقتی شهامت بیان احساسات را پیدا می‌کنیم، گام بلندی را برداشته‌ایم. بیش از ۸۵ درصد موفقیت شغلی افراد موهون همین بیان احساس است. بیش از ۸۰ درصد بیماری‌های جسمی به دلیل غفلت از هوش احساسی است. شما رفتار ناخوشایندی از کسی می‌بینید و از رفتار او منزجر هستید، اما می‌گویید به روی خودم نمی‌آورم تا رابطه خراب نشود. اما کم‌کم احساس منفی تلنبار و بشکه‌باروت منفجر می‌شود. شما به دنبال این بودید رابطه به مشکل نخورد اما کل رابطه تخریب می‌شود. نتیجه چنین چیزی جز پایین آمدن کیفیت زندگی است؟! بعد از عبور از سه مرحله اول باید تلاش کنیم در برخورد با مشکلات، خود را از آن رهایی ببخشیم و آن را مدیریت کنیم. متأسفانه برخی افراد در طول عمر خود گویی نه مدیریت احساس دارند نه فکر نمی‌کنند. اگر افراد نتوانند احساسات خود را خوب مدیریت کنند، به نقطه خوب فکر کردن هم نخواهند رسید.

و توصیه نهایی....

برای افزایش کیفیت زندگی به احساس خود توجه کنید. باید مراً تب هوش احساسی را در خود تقویت کنیم. صرفاً آگاهی منجر به تغییر نخواهد شد و باید به درک این موضوع رسید که مدیریت احساسات چگونه به ارتقای کیفی زندگی ما کمک خواهد کرد.

۸۵ درصد موفقیت شغلی افراد موهون همین بیان احساس است. بیش از ۸۰ درصد بیماری‌های جسمی به دلیل غفلت از هوش احساسی است. شما رفتار ناخوشایندی از کسی می‌بینید و از رفتار او منزجر هستید، اما می‌گویید به روی خودم نمی‌آورم تا رابطه خراب نشود. اما کم‌کم احساس منفی تلنبار و بشکه



۸۵ درصد موفقیت شغلی افراد موهون همین بیان احساس است. بیش از ۸۰ درصد بیماری‌های جسمی به دلیل غفلت از هوش احساسی است. شما رفتار ناخوشایندی از کسی می‌بینید و از رفتار او منزجر هستید، اما می‌گویید به روی خودم نمی‌آورم تا رابطه خراب نشود. اما کم‌کم احساس منفی تلنبار و بشکه‌باروت منفجر می‌شود. شما به دنبال این بودید رابطه به مشکل نخورد اما کل رابطه تخریب می‌شود

خودخواهی را جایگزین می‌کنند، از ارتباطات استفاده نمی‌کنند و جامعه را به سمت انزوا می‌کشند. ما برای مدیریت مناسب شرایط زندگی خود باید احساسات خود را بشناسیم. باز دست دادن قابلیت‌های خود از جمله احساسات و پنهان کردن آن. قدرت فکر کردن را از دست می‌دهیم و به مرور دچار حواس‌پرتی می‌شویم. اکثر ما ذهن پریشانی داریم و در شرایط سخت‌راهکار مناسب برای حل مسئله پیدا نمی‌کنیم. عمدتاً گزینه‌ها مبتدئانه‌ترین‌هاست و همین‌ها کیفیت زندگی ما را تحت‌الشعاع قرار می‌دهد.

چه چیزهایی می‌تواند به کیفیت مطلوب زندگی ما کمک کند؟

اگر بتوانیم احساس خود را مدیریت کنیم کیفیت زندگی در همه ابعاد میسر می‌شود. مدیریت احساسات چه در محل کار و چه در ارتباطات دوستان باعث آرامش، خوشحالی و در نهایت افزایش





دکتر مصطفی هاشمی نسب
جامعه‌شناس:

روابط کیفی در تعاملات اجتماعی منوط به کسب مهارت‌هاست



و ک است؟!

زیاد و مختلفی را در آن برقرار می‌کنند. چه توصیه‌ای به مخاطبان دارد تا در این فضا سبک زندگی سالمی داشته باشند؟

قبل از هر چیز افراد باید این برداشت اشتباه را از ذهن‌شان پاک کنند که در فضایی مجازی هستند. این تفکر باید تغییر یابد چرا که ما دقیقاً در یک فضای واقعی به سر می‌بریم و نه مجازی. گاهی کلمه فضای مجازی می‌تواند فرمایند ما باید خوانده‌ها و معیارها و شاخص‌های کمی و در است و نکته اینکه بر اساس همین معیارها نیز جایزه‌ها و عنوان‌ها و سازمان‌های برتر که بیشتر بر رضایت مشتریان است و عنوان روز کیفیت، پنهان و انگیزه ما برای پرداختن به حقیقت‌هاست ما تصمیم گرفته‌ایم به این مناسبت به موضوع مومجب رضایت ما از خودمان، از دیگران، از جامعه، از می‌شود. بی‌تردید در این وانفاسی کمی‌گرایی که حتی نگاه کردن به این موضوع از زاویه سبک زندگی، شاید بن دلیل هم ضروری و قابل طرح است.

کرده‌اید؟ به کیفیت نگرش، افکار و رفتار تان، به کیفیت س‌کنیدن تان در این کره خاکی (!)، به اینکه - با وجود اصلا حال دل تان خوب است و حس مثبتی نسبت به

می‌موضوعات دیگر، گریزی به نگاه، رفتار و ادبیات و دماغ تان جاق است؟» و شاید بتوان گفت این خلاصه مید که همیشه کیف تان کوک و دماغ تان جاق باشد.

اینکه محیط‌های اجتماعی خالی از آسیب نیست درست است و نمی‌توان افراد را در معرض این آسیب‌ها قرار نداد، بنابراین باید راهکاری ارائه دهیم تا کمتر آسیب ببینیم. از جمله این راهکارها، افزایش اعتماد به نفس است. همان طور که اعتماد به نفس کاذب برای برقراری ارتباط مضر است و آن را سخت می‌کند، داشتن اعتماد به نفس درست و خودباوری ما را از بسیاری از آسیب‌های اجتماعی در امان نگاه می‌دارد. به عنوان مثال یکی از آسیب‌های اجتماعی جوامع مدرن امروز اعتیاد است. وقتی در این باره مطالعه می‌کنیم متوجه می‌شویم افرادی گرفتار آن می‌شوند که اعتماد به نفس پایینی داشته‌اند. مهارت نه گفتن نیز از جمله مهارت‌هایی است که در فرار از آسیب‌ها بسیار مؤثر است. این کلمه تنها در تعامل با دیگران نیست بلکه در مقابل امیال فردی هم به کار می‌رود و در ارتکاب به بسیاری از گناهان و خطاها مؤثر است. مهارت دیگر خودکنترلی است که در واقع توانایی کنترل در مواجهه با آسیب‌هاست.

امروزه فضای مجازی از جمله فضاهایی است که افراد تعاملات

بنابر این مدارا و رفق، بسیار راهگشاست. بسیاری از مشکلات زندگی‌های مدرن امروز که تبدیل به آیر تمان نشینی و برج نشینی شده است، با این دو واژه حل می‌شود. مورد بعدی صلح‌گرم است. بعضی از افراد فکر می‌کنند این واژه تنها در دایره اقوام و خویشاوندان است، در حالی که افرادی که با آنها همکار هستیم یا هر روز با آنها در رفت و آمد هستیم نیز جزو ارحام ما هستند. تنها لازم است که این افراد برای برقراری ارتباط عمیق، جو یا شدن حال و احوال، کمک کردن در گرفتاری‌ها و مشکلات اولویت‌بندی شوند. اگر این موارد سرلوحه تعاملات اجتماعی قرار بگیرند، طبیعتاً تعاملاتی مفید خواهیم داشت که بر کیفیت زندگی ما اثر گذار خواهد بود. تقویت مهارت‌های ارتباطی نیز یکی از شاخصه‌های افزایش کیفیت ارتباطات اجتماعی است. این مهارت‌ها یک سلام گفتن ساده تا پیچیده‌ترین مهارت‌ها را دربر می‌گیرد که نیاز به آموزش دارد. در نوع سساده آن می‌توان به ایجاد صمیمیت هم اشاره کرد چرا که کیفیت ارتباط را افزایش می‌دهد. کمک به دیگران و اعتماد به نفس کاذب نداشتن هم از جمله مهارت‌هایی است که به رابطه کیفی کمک می‌کند.

با این تعاریف اما شنیده‌ایم، کسی که با همه دوست است گویا با هیچ کس دوست نیست. این مرز بندی را چگونه باید تعریف می‌کنید تا افراد آن را مورد توجه قرار دهند؟

برقراری ارتباط و دوستی با دیگران، بحث خواستن و نخواستن نیست، بحث توانستن و نتوانستن است. انسان به طور طبیعی براساس باورها و نظام‌های ارزشی خود، امکان اینکه با همه کسانی که در دایره ارتباطاتش از جمله خانواده، شغل، مدرسه و... قرار دارند، نمی‌تواند ارتباط عمیق برقرار کند. لذا سراغ کسانی می‌رود که متناسب با نظام ارزشی و تربیتی او هستند. به همین خاطر گروه‌های دوستانه حول یک علاقه و باور مشترک شکل می‌گیرد و رابطه عمیق در گروه‌هایی با باورهای متفاوت شکل نمی‌گیرد. در این محدوده همچنین دوستیانی قرار می‌گیرند که ما را از آسیب‌ها محافظت کنند و اگر به هر دلیلی دچار آسیب شدیم به فریادمان برسند و ما را در همه مشکلات کمک کنند. کسانی هستند که به دلمان می‌رسند چرا که ما را دوست دارند و دوستدار ما هستند. با این افراد است که می‌توان ارتباط کیفی برقرار کرد. لذا پیش فرض کسی که با همه دوست است با هیچ کس دوست نیست درست است چرا که امکان نیست، ولی باید با همکار رفتار محترمانه داشته باشیم، هر چند به دلایل مختلف امکان از ارتباط عمیق کیفی وجود نداشته باشد.

طبیعت زندگی اجتماعی، در معرض آسیب قرار گرفتن است. افراد چطور سبک زندگی سالم خود را تحت تأثیر این آسیب‌ها حفظ کنند؟

چه ملاحظات و مهارت‌هایی برای حفظ تعامل و ارتباطات اجتماعی لازم است تا به روابط سالم و تأثیر گذار منجر شود؟ در این باره به چند کلید واژه اشاره می‌کنم. در سبک زندگی اسلامی مفهومی به نام «مدارا» داریم که در تعاملات اجتماعی بسیار مؤثر هستند. کلید واژه دیگر رفق به معنای دوستی با دیگران است که بسیاری از تعارضات اجتماعی را از بین می‌برد. گاهی در تعاملات خانوادگی، محل کار، محل زندگی و... با افرادی مواجه می‌شویم که علاقه‌ای به نوع رفتارشان نداریم ولی نمی‌توانیم با همه آنها ستیز کنیم.

چرا احساس خوشبختی نمی‌کنیم؟ دکتر شقایق اقبالی نژاد، روانشناس بالینی درباره اینکه بعضی افراد به رغم کافی بودن کمیت‌های زندگی اما احساس خوشبختی ندارند می‌گوید: «احساس ناگامی و رنج از تنهایی یا وجود امکانات به عوامل متعددی بستگی دارد. گاهی ممکن است تعادلی بین زندگی شخصی و شغلی وجود نداشته باشد. در این صورت مسائل مرتبط با کار که ممکن است به دلیل مسئولیت‌ها و فشارهای شغلی بالا باشد، از احساس خوشبختی کاسته و تأثیر منفی بر زندگی شخص خواهد داشت. داشتن هدف از جمله مواردی است که به زندگی معنا و جهت می‌دهد. بنابراین نداشتن هدف و ارزش در زندگی، خود عاملی بر عدم رضایت است. دست و پنجه نرم کردن با مشکلات روحی و روانی حتی در شرایط رفاهی مناسب، خود علتی است برای اینکه انسان‌ها احساس خوشبختی نکنند و شادی و آرامش رنگ بربازد کمبود زمان و انرژی برای بهره‌گیری از امکانات به دست آمده نیز عاملی است که می‌تواند احساس رضایت را با وجود دارا بودن امکانات بگیرد و حتی به افسردگی منجر شود.»



تلاشی برای رسیدن به آنها نداشته باشد. چرا که در بعضی موارد این دو هم پوشانی دارند و گاهی با کسب کمیت می‌توان به کیفیت بالا نیز دست پیدا کرد. به طور مثال نگاه به شغل هر چند نگاهی مادی و برای کسب درآمد است، اما مدیریت درآمد و نحوه استفاده از آن می‌تواند زمینه‌دستیایی به بسیاری از کیفیت‌ها در زندگی باشد. تنها نکته اینجاست که به قولی «اندازه نگه‌دار که اندازه نکوست» و این به همان معنای نه افراط و نه تفریط است و باید تا اندازه‌های تلاش کرد که کیفیت‌های زندگی تحت تأثیر آن نابود نشوند، بلکه به تبع آن به آرامش دست یافت. شاید به همین دلیل است که شخصی با دارا بودن در آمد خوب و خانه‌ای زیبا، احساس تنهایی می‌کند و ارتباطات مثبتی ندارد و برعکس فردی در ارتباطات قوی و حالت روحی خوبی دارد و به لحاظ قانع بودن، با همان درآمد متوسط و

بعضی افراد فکر می‌کنند صلح‌گرم تنها در دایره اقوام و خویشاوندان است، افرادی که با آنها همکار هستیم یا هر روز با آنها در رفت و آمد هستیم نیز جزو ارحام ما هستند. تنها لازم است این افراد برای برقراری ارتباط عمیق، جو یا شدن حال و احوال، کمک کردن در گرفتاری‌ها و مشکلات اولویت‌بندی شوند. اگر این موارد سرلوحه تعاملات اجتماعی قرار بگیرند، طبیعتاً تعاملاتی مفید خواهیم داشت که بر کیفیت زندگی ما اثر گذار خواهد بود



دکتر شقایق اقبالی نژاد، روانشناس:

بدون اهداف معنادار حتی در شرایط رفاه هم نمی‌توان انتظار خوشبختی داشت

احساس معنا و ارزش می‌دهد، همچنین توانایی مقابله با چالش‌ها و مواجهه با مواقع دشوار هم از راه‌های کسب موفقیت و رضایت است.»

کاهش کیفیت زندگی به رغم کمیت مناسب
این روانشناس در پاسخ به این سؤال که چرا چرخه سلامت روحی و روانی خانواده‌ها با وجود کمیت‌ها و تلاش در بالا بردن کیفیت‌ها لنگ می‌زند اظهار می‌دارد: «گاهی فشارها و استرس‌های روزمره در زندگی از جمله مالی، خانوادگی، مشکلات کاری و درون خانوادگی، سلامت روحی و روانی افراد را تحت تأثیر قرار می‌دهد. ارتباطات

می‌توانند با آسیب‌ها کنار بیایند و هیجانات منفی را مدیریت کنند. نگاه کیفی و مثبت به زندگی انگیزه و انرژی بیشتری به فرد می‌دهد تا به تلاش و کوشش در زندگی ادامه دهد. باید توجه داشت افراد با داشتن نگرش مثبت نیز با چالش‌ها و سختی‌هایی در زندگی مواجه می‌شوند چرا که این نگرش مثبت توانایی ما را در مقابل سختی‌ها تقویت می‌کند ولی نمی‌تواند از وقوع چالش‌ها جلوگیری کند. بنابراین لازم است افراد با حفظ توازن راه‌های مؤثری را برای مدیریت و پشتیبانی از خود در مواقع دشوار اتخاذ کنند.»

در جست‌وجوی انگیزه و معنا
وی درباره زندگی پر معنا و تأثیر آن بر رضایت می‌گوید: «هر فرد ممکن است اهداف و ارزش‌های مختلفی داشته باشد اما برخی اصول عمومی می‌تواند به رضایت و خوشبختی او کمک کند. ابتدا باید اهداف و ارزش‌هایی معناداری را برای آینده‌شان مشخص کنند تا احساس پیشرفت و معنا در زندگی شکل بگیرد. اهمیت به حفظ سلامت جسمی و روانی و انجام فعالیت‌های مناسب و مراقبت از خود، زندگی را رضایت‌بخش می‌کند. او باید از روابط مثبتی که با خانواده، دوستان و همکاران شکل گرفته است و می‌داند او را به تعالی می‌رساند، حفظ و مراقبت کند. یادگیری مستمر و توسعه مهارت‌ها و توانایی‌ها به منظور بهبود و پیشرفت در زندگی از جمله مواردی است که به شخص احساس رضایت می‌دهد. شاید لحظات و اتفاقات خوب اما کوچک و در زمان کم بی‌اهمیت باشند اما توجه به آن باعث می‌شود اوقات خوبی در زندگی رقم بخورد و از آنها لذت ببریم.»



اقبالی می‌افزاید: «هیجان از جمله مواردی است که افراد در لحظاتی از زندگی با آن روبه‌رو می‌شوند. نیاز است نحوه

داشتن هدف از جمله مواردی است که به زندگی معنا و جهت می‌دهد، بنابراین داشتن هدف و ارزش در زندگی، خود عاملی بر عدم رضایت است. دست‌وپنجه نرم کردن با مشکلات روحی و روانی حتی در شرایط رفاهی مناسب، خود علتی است برای اینکه انسان‌ها احساس خوشبختی نکنند و شادی و آرامش رنگ بربازد کمبود زمان و انرژی برای بهره‌گیری از امکانات به دست آمده نیز عاملی است که می‌تواند احساس رضایت را با وجود دارا بودن امکانات بگیرد و حتی به افسردگی منجر شود.»

اقبالی نژاد معتقد است، با توجه به عوامل ذکر شده اما نگاه و نگرش مثبت هم می‌تواند تأثیر بسزایی بر کیفیت و کمیت در سبک زندگی داشته باشد و به صورت مستقیم و غیرمستقیم تأثیراتی بر روابط اجتماعی، سلامت روحی و جسمی، موفقیت شخصی و حتی سطح فیزیکی فرد بگذارد. او در توضیح بیشتر اظهار می‌دارد: «نگرش مثبت، فرد را به سوی برقراری و حفظ روابط مثبت و مؤثر با دیگران سوق می‌دهد. این باعث افزایش ارتباطات مثبت و حمایت

پشتیبانی و حمایت از اعضای خانواده، احساس تنهایی و تضاد در خانواده را تشدید می‌کند. همچنین روش‌های

سبک مراقبت

شیوه‌هایی برای تنظیم استرس نه حذف آن

استرس آنقدرها هم چیز بدی نیست!



پروین قائمی
اگر کسانی هستند که به شما وعده زندگی بدون استرس می‌دهند، بدانید که

فریبکارانی بیش نیستند. تصام کتاب‌هایی را هم که به شما توصیه می‌کنند می‌توانید زندگی بدون استرسی داشته باشید، دور بریزید. زندگی بدون استرس سواي اینکه ممکن نیست، آش دهن سوزی هم نیست. انسان برای حرکت، به فشار و تحریک نیاز دارد. دقیقاً مثل یک کش که تا کشیده نشود، نمی‌تواند کاری را که به خاطر آن ساخته شده است انجام بدهد. البته اگر کش بیش از حد کشیده شود، خاصیت ارتجاعی خود را از دست می‌دهد، اما وضعیت مطلوب برای یک کش، مثل بودن نیست. ما هم برای این طراحي شده‌ایم که گاهی در زندگی «کش بیاییم»، البته که زندگی بدون فشار و کشش فوق‌طایقت انسان چیز مطلوبی است، ولی هرگز نباید از «استرس و فشار سالم» گریخت، زیرا برای سلامت روانی انسان ضرورت دارد. ■■■

■ **کلی نگر باشید و به مغزتان استراحت بدهید.**

واقعیت این است که افراد جزئی‌نگر، بیشتر دچار اضطراب و استرس می‌شوند. نگاه به تصویر کلی رویدادها یا خود زندگی، اهمیت موضوعات جزئی را کاهش می‌دهد و به آرامش

انسان کمک می‌کند. مهم‌ترین راهکارها برای رهایی از فشار و استرس بیش از حد اینها هستند: شاید آن قدر مشغله‌ای برای خودتان درست کرده باشید که حتی یک ساعت هم نتوانید به خودتان استراحت بدهید، ولی چند دقیقه وقت دادن به خود قطعاً شمارا نفعی کشد. کارهای معمول را کنار بگذارید و برای چند دقیقه آن مشغله‌ها را فراموش کنید. هر کاری از دست‌تان برمی‌آید انجام بدهید تا مغزتان به مرخصی

برود و موتورتان فرصت خنک شدن پیدا کند. تردید نداشته باشید که این استراحت کوتاه، کارایی شما را در ساعات باقیمانده روز بالا می‌برد. این استراحت کوتاه حتی ممکن است بارقهای از الهام را در ذهن شما ایجاد کند و به شما این امکان را بدهد که با همکار، همسر، فرزند و ارباب رجوع در درس‌ساز، آرام‌تر و سیوارانه‌تر برخورد کنید. ■ **عرق خودتان را دیواربویید.**

شیوه دیگر مبارزه با استرس و فشار زیاد این

مسائل جزئی وقت نمی‌گذاریم و می‌توانیم وقت‌مان را صرف کارهای ارزشمندتری کنیم و کلافه و ناامید نشویم، بنابراین در مواردی که دچار فشار و استرس شدید می‌شویم، بهتر است به جای بد و بیراه گفتن به دیگران، عرق خودمان را دریابوریم. ■ **از ته دل بخندید**

راه سوم مقابله با استرس این است که از ته دل بخندید. قدیمی‌ها می‌گفتند خنده بر هر درد بی‌درمان دواست. معلوم می‌شود عقل آنها خیلی بیشتر از ما می‌رسیده است. پژوهش‌های علمی نشان می‌دهند سیستم ایمنی بدن انسان در اثر شوخ‌طبعی تقویت می‌شود و هنگام شادی و خنده بسیار بهتر عمل می‌کند. به نظرم برای اینکه بتوانیم از ته دل بخندیم، بد نباشد که چند قدم عقب برویم و به رفتار و کردار و حرف‌های خودمان نگاه کنیم. واقعیت این است که ما غالباً خودمان و مشکلات‌مان را زبانی جدی می‌گیریم. اگر یاد بگیریم که به خودمان و مشکلاتمان بخندیم، هم سالم‌تر خواهیم ماند و هم راه حل‌های بهتر سریع‌تری را پیدا خواهیم کرد.

است که دست به فعالیت‌های پرانرژی که عرق شما را دریابورد. در اینجااست که اهمیت ورزش مشخص می‌شود. ورزش کمک می‌کند فشار خون پایین بیاید، کیفیت خواب انسان بالا برود، هورمون آندروفین که به انسان احساس رضایت و حال خوب می‌دهد، از سوی مغز ترشح و عزت نفس انسان تقویت شود. دیگران سعی می‌کنند شما را عصبانی کنند، باید خود را از شر حرارت آنها خلاص کنید و به جایی بروید که بتوانید خنک شوید.

است که دست به فعالیت‌های پرانرژی که عرق شما را دریابورد. در اینجااست که اهمیت ورزش مشخص می‌شود. ورزش کمک می‌کند فشار خون پایین بیاید، کیفیت خواب انسان بالا برود، هورمون آندروفین که به انسان احساس رضایت و حال خوب می‌دهد، از سوی مغز ترشح و عزت نفس انسان تقویت شود. دیگران سعی می‌کنند شما را عصبانی کنند، باید خود را از شر حرارت آنها خلاص کنید و به جایی بروید که بتوانید خنک شوید.

جستار

ما اغلب می‌شنویم ولی گوش نمی‌دهیم

گوش دادن همه چیز است



تلخیص: حسین گل محمدی
اکثر ما فکر می‌کنیم وقتی با دیگران حرف می‌زنیم، همیشه به حرف‌های‌شان گوش می‌دهیم، اما باید بدانیم که ما غالباً حرف‌های دیگران را فقط «می‌شنویم» و منتظریم نوبت‌مان برسد تا پاسخی هوشمندانه بدهیم. این کار، گوش دادن واقعی نیست، بلکه جعل کردن آن است و در واقع ذهن‌مان جای دیگری مشغول است. این مشکل تا چه حد فراگیر است؟ برای آن چه بهایی می‌بردیم؟ و بسا کمتر و کمتر گوش کردن به آدم‌ها چه چیزی را از دست می‌دهیم؟ آنچه می‌خوانید گزیده‌هایی از گفت‌وگو با کیت مرفی، نویسنده کتاب «خوب گوش نمی‌دهی: چه چیزی مهمی را از دست می‌دهی و چرا؟» است که در وب‌سایت ووکس منتشر شده و از سوی سیدمحمد ابوالشامی ترجمه و در وب‌سایت ترجمان‌باز نشر شده است. مرفی می‌گوید در روابط انسانی گوش دادن همه چیز است.

می‌کنید، بنابراین حرف‌ها که تمام شد، یک لحظه زمان نیاز دارید تا به جواشش فکر کنید، پس اگر از قبل سخنرانی خود را آماده کرده باشید و سرسرب بیانش کنید، همین نشانه این است که فقط منتظر بودید نوبت خودتان برسد. ظاهراً این بخشی از فرهنگ آمریکایی‌ها شده است.

درست است. مطالعاتی در این رابطه در فرهنگ‌های متعددی انجام شده است. فرهنگ‌های غربی بدترین وضع را داشته‌اند.

چرا اینطور است؟

فکر می‌کنم باید جواب این سؤال را در مفهوم میهمان‌نوازی بجوییم. در فرهنگ‌های آسیایی، این طرز فکر وجود دارد که اول باید از طرف مقابل پذیرایی کنید و میهمان‌نواز باشید. در این فرهنگ‌ها بی‌ادبی است که بی‌مقدمه بپردازید و حرف‌های دیگران را بر سر خود بیاورید. مانند فنلاند، بی‌مقدمه وسط حرف پریدن واقعاً سخاوتمندی حساب می‌آید، انگار که می‌خواهید بگویند از مغز فیل افتاده‌اید و به همین خاطر آدم‌ها می‌ترسند یا این کارشان و شخصیت‌شان زیر سؤال برود. سریع‌ترین راهی که می‌توانید شخصیت خودتان را زیر سؤال ببرید همین است که بدون گوش دادن به چیزهایی که در جریان بوده، ذهن خود را باز و شروع به حرف زدن کنید، به همین خاطر است که قبل از حرف زدن نیاز به تأمل دارید، البته ممکن است در این تأمل زیاده‌روی شود اما از نظر حرف زدنش ناامنه می‌دهد تا بالاخره بتواند بفهمد چه می‌خواهد بگوید. مهم‌ترین بخش حرف، آخر از همه گفته می‌شود، بعد از اینکه به او اجازه دادید افکارش را جمع‌وجور و شاید با اضطرابش غلبه کند و البته به این نتیجه برسد که بله، شما واقعاً دارید گوش می‌دهید. چیزهای زیادی هست که نمی‌شنوید به خاطر رفتاری که از خودتان در گفت‌وگو به نمایش می‌گذارید. سؤالاتی که نمی‌پرسید اطلاعاتی هستند که از آنها محروم می‌شوید یا به این خاطر خودشان بر سر سینه، البته نه از آن دست سؤالات تعیین سطح که در موردشان صحبت کردیم... من همیشه به مسائل مربوط به دیگران توجه می‌کنم. تمرکز را از خودت و اضطرابت بردار و به بیرون توجه کن...

وقتی فکر می‌کنید از قبل همه چیز را می‌دانید، گوش دادن به دیگران کار سختی است. از جهاتی، تا وقتی با پیش‌دوری به حرف‌های دیگران گوش می‌دهید، نمی‌توانید واقعاً حرف‌شان را بشنوید... شنیدم در این مورد در مصاحبه دیگری صحبت کردید. در مورد فقدان مکتب در گفت‌وگوها می‌گفتید، به خصوص در فرهنگ ما و خدا، این واقعاً نشانه‌ای از گوش ندادن است، چون اگر واقعاً در حال گوش دادن باشید، هم‌زمان به این فکر نمی‌کنید که خودتان بعد از او چه می‌خواهید بگویید. فقط گوش

این بی‌ادبی است که بی‌مقدمه بپردازید و وسط حرف دیگران و خودنمایی کنید. سریع‌ترین راهی که می‌توانید شخصیت خودتان را زیر سؤال ببرید همین است که بدون گوش دادن به چیزهایی که در جریان بوده، ذهن خود را باز و شروع به حرف زدن کنید

دانسته‌ها و فنونی برای درمان افسردگی

حرکت به سوی شادمانی با حرکت درمانی

سبک سلامت

دکتر امیر خلیلی*

افسردگی یک بیماری روانی فراگیر است که میلیون‌ها نفر را در سراسر جهان تحت تأثیر قرار می‌دهد و می‌تواند منجر به احساس غم و اندوه مداوم، از دست دادن علاقه و بی‌انگیزگی در فعالیت‌های روزانه شود. در حالی که گفتار درمانی‌های سنتی در درمان افسردگی ضروری و ارزشمند هستند و کارایی بسیار بالایی دارند، درمان حرکتی نیز یک رویکرد منحصر به فرد و مؤثر ارائه می‌دهد که بدن، ذهن و احساسات را یکپارچه می‌کند. از طریق قدرت حرکت، ریتم و بیان خود، حرکت درمانی یک راه منحصر به فرد برای کشف احساسات، پرورش خودآگاهی و پرورش اعصاب پذیرایی ارائه می‌دهد. در این مقاله تأثیر حرکت درمانی را در درمان افسردگی بررسی و اصول، تکنیک‌ها و تأثیر عمیقی را که بر بهبودی عاطفی، ابراز وجود و رشد شخصی دارد، روشن می‌کنیم.

■ **نقش و کاربرد حرکت درمانی**
حرکت درمانی با ادغام حرکت، موسیقی و بیان خلاق، رویکردی جامع و مجسم برای مواجهه با افسردگی و عوارض ناشی از آن ارائه می‌دهد. تخصصی می‌دهد که بدن دارای خودآرزشمندی است و حرکت می‌تواند وسیله‌ای قدرتمند برای کاهش در خود، رهایی عاطفی و دگرگونی باشد. حرکت درمانگر که در هر دوره‌های حرکت و تکنیک‌های درمانی آموزش دیده‌اند، افراد را در کاهش احساسات، برقراری ارتباط مجدد با بدن خود و کشف راه‌های جدید برای ابراز خود و درمان راه‌نمایی می‌کنند. ■ **فواید کلیدی درمان با حرکت برای افسردگی**

۱ **تنظیم هیجان و توان ابراز خود:** حرکت درمانی فضایی امن بدون قضاوت برای افراد مبتلا به افسردگی فراهم می‌کند تا احساسات خود را ابراز و تنش‌های عاطفی خود را شناسایی کنند و آنها را از بین ببرند. از طریق حرکت، افراد احساسات نهفته و دشوار را بیرون و پردازش و خودآگاهی و تقویت می‌کنند. حرکت درمانی یک راه منحصر به فرد برای بیان خودآلوده و به افراد این امکان را می‌دهد تا بدون تکیه بر زبان کلایی با یکدیگر ارتباط برقرار و تجربیات درونی خود را کشف کنند.

۲ **ارتباط یسند، ذهن و سلامتی جسمی:** افسردگی اغلب به صورت علائم فیزیکی و قطع ارتباط ذهن با بدن ظاهر می‌شود. حرکت درمانی بر ایجاد ارتباط قوی بین بدن و ذهن تمرکز دارد و به افراد این امکان را می‌دهد تا با عکس‌العمل‌های فیزیکی، احساسات و سطوح انرژی خود هماهنگ شوند. از طریق توالی‌های حرکتی هدایت‌شده و حرکات خلاقانه، افراد می‌توانند دوباره با بدن خود ارتباط برقرار و احساس سرزندگی را تجربه کنند و رابطه‌ای بهتر و شفاف‌تر با خود داشته باشند.

۳ **شادی، لذت و افزایش سرزندگی:** افسردگی می‌تواند ظرفیت تجربه و پذیرش شادی، لذت و سرزندگی را از افراد

سلب کند. حرکت درمانی با درگیر کردن افراد در فعالیت‌هایی که احساسات مثبت و حس سرزندگی را ایجاد می‌کند، دوباره این ویژگی‌ها را احیا می‌کند. تجربه حرکت هم‌زمان با موسیقی، ارتباط با دیگران در محیط‌های گروهی و درگیر شدن در بیان‌های حرکتی آزاد و خلاق می‌تواند احساس شادی، لذت و اشتیاق دوباره برای زندگی را برانگیزد.

۴ **کاهش استرس و افزایش آرامش:** حرکت درمانی شامل حرکات مبتنی بر موسیقی و ریتم، تمرینات تنفس عمیق و تکنیک‌های تمدد اعصاب برای کمک به افراد برای مدیریت استرس و کاهش علائم اضطراب و افسردگی است. با درگیر شدن در این شیوه‌های آرام‌بخش، افراد می‌توانند احساس آرامش درونی بیشتری را تجربه کنند، به آرامش ذهنی بیشتری دست یابند و بهترین کلی را بهبود بخشند.

۵ **ارتباط و حمایت اجتماعی:** افسردگی اغلب می‌تواند منجر به انزوا اجتماعی و احساس تنهایی شود. حرکت درمانی محیطی حمایتی و فراگیر را فراهم می‌کند که در آن افراد می‌توانند با یکدیگر ارتباط برقرار و تجربیات مشابهی دارند ارتباط برقرار کنند. جلسات گروهی حس تعلق، همدلی و حمایت متقابل را تقویت می‌کند، احساس انزوا را کاهش می‌دهد و ارتباطات اجتماعی را تقویت می‌کند که برای بهبودی و حفظ سلامتی حیاتی است.

۶ **توانمندسازی و تساب آوری:** تساب آوری را در افراد مبتلا به افسردگی پرورش می‌دهد. از طریق تسلط بر حرکات، افراد احساس موفقیت و خودکارآمدی به دست می‌آورند. آنها یاد می‌گیرند چالش‌ها را پشت سر بگذارند، نقاط قوت خود را در آغوش بگیرند و مهارت‌های مقابله‌ای را توسعه دهند که فراتر از محیط حرکت درمانی است و به رفاه عاطفی طولانی مدت کمک می‌کند.



خود و لحظه حال است. تمرینات تنفس عمیق و حرکت ذهنی باعث ایجاد آرامش، کاهش استرس و افزایش خودآگاهی می‌شود. این تکنیک‌ها افراد را تشویق می‌کنند به طور کامل در بدن خود حضور داشته باشند و پردازش عاطفی را آسان می‌کند.

۴ **تجسم هدایت شده:** حرکت درمانی ممکن است تمرینات تجسم هدایت شده را برای کشف احساسات، خاطرات و مناظر درونی ادغام کند. از طریق تصویرسازی و تجسم، افراد می‌توانند به حالات عاطفی عمیق‌تر دسترسی پیدا کنند، پیشینه‌ها را در دست آوردن و بارهای عاطفی را رها کنند. این تکنیک امکان جست‌وجوی عمیق‌تری از تجربیات عاطفی را فراهم و از درمان و سلامتی پشتیبانی می‌کند.

۱ **اجرای حرکت درمانی برای افسردگی**
تنظیمات بالینی: حرکت درمانی را می‌توان در محیط‌های بالینی مانند کلینیک‌های سلامت روان، بیمارستان‌ها و برنامه‌های درمانی سرپایی ادغام کرد. حرکت درمانی یکپارچه که نیازهای منحصر به فرد بیمار را برطرف می‌کند، با متخصصان سلامت روان همکاری می‌کند. جلسات منظم حرکت درمانی فضای امن و حمایتی را برای افراد فراهم می‌کند تا احساسات خود را کشف و برای بهبودی تلاش کنند.

۲ **مراکز اجتماعی و گروه‌های حمایتی:** برنامه‌های مبتنی بر جامعه و گروه‌های حمایتی می‌توانند حرکت درمانی را به عنوان بخشی از پیشنهادات خود برای افراد

مبتلا به افسردگی در نظر داشته باشند. این برنامه‌ها محیط پرورشی را فراهم می‌کنند که در آن شرکت‌کنندگان می‌توانند در حرکت درمانی شرکت کنند، با دیگرانی که تجربیات مشابهی را به اشتراک می‌گذارند ارتباط برقرار و همسالان خود حمایت دریافت کنند.

۳ **مراکز توانبخشی و برنامه‌های بهبودی:** جلسات حرکت درمانی را می‌توان در مراکز توانبخشی و برنامه‌های بهبودی ادغام کرد تا افراد به سمت بهبودی از افسردگی حمایت شود. جلسات حرکت درمانی را می‌توان برای تکمیل سایر روش‌های درمانی، ارتقای رفاه عاطفی، ابراز وجود و ترویج طراحی کرد.

۴ **طرح‌های درمانی فردی:** حرکت‌درمانگران، برنامه‌های درمانی شخصی‌سازی شده را متناسب با نیازها و ترجیحات منحصر به فرد هر شخص طراحی و ارائه می‌کنند. این طرح‌ها شدت افسردگی، توانایی‌های جسمانی و اهداف درمانی را در نظر می‌گیرند. جلسات فردی ممکن است شامل تمرینات حرکتی هدایت شده، حرکات آزاد، برنامه‌های حرکت طراحی شده و فعالیت‌های خلاقانه با هدف تسهیل بیان عاطفی و رشد شخصی باشد.

۵ **ایجاد یک محیط امن و حمایتی:** حرکت‌درمانگران محیطی امن و بدون قضاوت، دلسوزانه و بی‌پای ایجاد می‌کنند که در آن افراد با احساس راحتی خود را ابراز می‌کنند. تمرین‌های اعتمادسازی، گوش دادن فعال و ارتباط شفاف به ایجاد فضایی کمک می‌کند که سلامتی عاطفی، خودیابی و تحول شخصی را تقویت می‌کند.

۶ **ادغام حرکت و موسیقی:** جلسات حرکت درمانی شامل انواع تمرینات حرکتی، سبک‌های مختلف حرکت و موسیقی با توجه به پیشینه فرهنگی است که با ترجیحات و نیازهای عاطفی افراد هماهنگ می‌شود. استفاده از موسیقی به عنوان یک ابزار درمانی، تجربه عاطفی وحسی و امکان بروز آنها را افزایش می‌دهد و محیطی غنی و سیال برای درمان و ابراز وجود فراهم می‌کند.

۷ **ادغام در زندگی روزمره:** حرکت درمانی فراتر از اتاق درمان گسترش می‌یابد. افراد تشویق می‌شوند به استفاده از حرکت و بیان خلاق در زندگی روزمره و به عنوان وسیله‌ای برای مراقبت از خود و رفاه عاطفی ادامه دهند. درگیر شدن در فعالیت‌های بدنی منظم و جست‌وجو در رسانه‌های هنری می‌تواند به عنوان ابزاری همیشگی برای مدیریت علائم افسردگی و تقویت رشد شخصی تبدیل شود. ■ **پژوهشگر و متخصص حرکت درمانی**



وحیدعظیم‌نیا

دبیر گروه اقتصاد

ابزار جدید ایران مبتنی بر سیاست جدید در حوزه انرژی و دیپلماسی فعال انرژی خود در زمینه باز معماری تجارت انرژی ایران است. این رویکرد کلیدی باعث شده است که ایران طی دو سال اخیر

با یک تحول بزرگ در صنعت انرژی و تجارت بین‌المللی انرژی تبدیل شود که با وجود افزایش تحریم‌های غرب علیه تجارت انرژی ایران، کشور ما توانسته است هر روز بازسازی جدیدی انجام دهد و در نهایت شاهد کوردشکنی صادرات نفت خام و گاز طبیعی ایران در سال جاری باشیم. در صفحه پیش‌رو به بررسی این مهم پرداخته‌ایم.



عضو کمیسیون بر نامه، بودجه و

محاسبات مجلس در گفت‌وگو با «جوان»:

اقدامات مؤثری در بازارسازی تضمینی با شانگهای و بریکس انجام شده است

عضو کمیسیون بر نامه، بودجه و محاسبات مجلس معتقد است محوریت اصلی توسعه همکاری‌ها مبتنی بر گسترش تجارت انرژی ایران بوده و توانسته است به خوبی در این زمینه حرکت کند و همچنین اقدامات مؤثری در بازارسازی تضمینی ایران در کشورهای عضو شانگهای و بریکس و همچنین همسایگان انجام شده است و ایران به یک همکار بزرگ نفتی برای این کشورهای تبدیل شده است و از این طریق نیز رشد اقتصادی محقق شده است و ایران توانسته است علاوه بر تقویت ارتباطات و تسهیل فروش نفت و گاز کشور، ارز آوری و رشد هشتاد درصدی اقتصاد ایران نیز محقق شود. ■ ■ ■



مهرداد گودرزوند چگینی

عضو کمیسیون برنامه و محاسبات مجلس

یابد بیشترین رشد را داشته باشند. هرچه بتوانیم از فرآورده‌های نفتی بیشتر استفاده کنیم و آنها را تبدیل به احسنت و فروش کنیم قطعاً ارزش افزوده ما بیشتر می‌شود و می‌توانیم به عنوان پیشران اقتصادی از آنها استفاده کنیم.

عضو کمیسیون برنامه، بودجه و محاسبات مجلس شورای اسلامی با اشاره به اهمیت و محوریت اصلی بخش نفت و گاز و توسعه تجارت انرژی و نقش آن در تحقق رشد مناسب و توسعه اقتصادی ایران اظهار کر: محوریت اصلی توسعه اقتصادی ایران در بخش انرژی است البته نباید از اصلاح نظام مالیاتی نیز چشم‌پوشی کنیم علاوه بر نفت و گاز بحث مالیات نیز دارای اهمیت است چراکه به توزیع عدالت کمک می‌کند ولی محوریت اصلی توسعه اقتصادی کشور ما همواره بر عهده نفت و گاز بوده است و در حال حاضر ایران با پیگیری سیاست‌های موفقیت‌آمیز در حوزه دیپلماسی فعال انرژی ایران توانسته است که منابع درآمدی خوبی داشته باشد که موجب رشد کلی اقتصاد شده است و ورود این منابع به کشور و افزایش ارز آوری، موجب بخش‌های مختلف کشور سبب رونق اقتصادی می‌شود.

وی تأکید کرد: دولت سیزدهم با رایزنی‌ها و چانه زنی‌های خوبی که دارد سیاست‌های که در گذشته نتوانستیم در حوزه نفت و گاز انجام دهیم را جبران کرد. محوریت اصلی توسعه همکاری‌ها مبتنی بر گسترش تجارت انرژی ایران بوده است و توانسته است به خوبی در این زمینه حرکت کند و همچنین اقدامات مؤثری در بازارسازی تضمینی ایران در کشورهای عضو شانگهای و بریکس و همچنین همسایگان انجام شده است و ایران به یک همکار بزرگ نفتی برای این کشورهای تبدیل شده است و از این طریق نیز رشد اقتصادی محقق شده است و ایران توانسته است علاوه بر تقویت ارتباطات و تسهیل فروش نفت و گاز کشور، ارز آوری و رشد هشتاد درصدی اقتصاد ایران نیز محقق شود.

وی در پایان با اشاره به خاطر نشان کرد: دولت سیزدهم با اعمال سیاست‌های موفق در حوزه بازطراحی انرژی توانسته است علاوه بر رشد اقتصادی، کسری بودجه را نیز جبران کند و همچنین ارز آوری را در کشور سرعت بخشید و خود همین مسئله در اقتصاد کشور بسیار مهم و تأثیر گذار است و موجب کاهش فشار اقتصادی بر کشور نیز شده است.

اقتصادسنجی

سرویس اقتصادی ۰۶۰۴۲۳۰۸۸۵

«جوان» الزامات رشد اقتصادی با استفاده از ظرفیت مناسبات جهانی را بررسی می‌کند

بازارسازی انرژی محور با ظرفیت بریکس و شانگهای

رهیافت نوین ایران در زمینه باز معماری تجارت انرژی، بازارسازی انرژی محور در کشورهای عضو بریکس و شانگهای است



طبق آمار و ارقام بانک مرکزی، رشد اقتصادی ایران در بهار ۱۴۰۲ با نقش بخش نفت و گاز به هشتاد درصد رسیده است و این اولین بار است که بعد از تحریم‌های سال ۲۰۱۸، ایران به چنین رقمی از رشد رسیده است و داده‌ها و آمار و ارقام خروجی مربوط به تجارت نفت و گاز ایران، نشان از تداوم این رشد در فصول تابستان و پاییز ۱۴۰۲ نیز دارد. اما مهم‌ترین نکته این است که ایران چگونه و با پیگیری چه سیاستی به این رشد اقتصادی رسیده است و همچنین اینکه این رویکرد آیا امکان توسعه بیشتر را دارد؟ از طرفی عمده کشورهای عضو پیمان شانگهای و بریکس دارای کمبود و خلأ انرژی هستند و محوریت همکاری با ایران در این زمینه بسیار مهم است؛ همچنین ایران طی یک سال اخیر قرار دادهایی در جهت بازسازی پالایشگاه‌های مستهلک شده در کشورهای عضو پیمان شانگهای نظیر ونزویلا، کوبا، ازبکستان و همچنین آفریقای جنوبی را آغاز کرده است. همچنین ایران با محوریت قرار دادن سیاست‌های جدید نفتی خود و تسویه مبتنی بر اخذ فرآورده‌های نفتی خروجی پالایشگاه‌های بازسازی شده و مینی‌نیفایتری‌ها، به شریک بزرگ‌سی برای کشورها و اقتصادهای نوظهور دنیا تبدیل خواهد شد. ■ ■ ■

یکی از مهم‌ترین محورهای برنامه هفتم توسعه، مسئله رشد اقتصاد هشت درصدی سال‌های اجرای برنامه است؛ موضوعی که نشان از محوریت قرار گرفتن توسعه اقتصادی کشور بعد از یک دهه سکون و عقبگرد اقتصاد ایران در دهه ۹۰ دارد.مشکل بزرگی که ایران در دهه قبلی با آن روبه‌رو بود و موجب شد که نه تنها رشد اقتصادی کسب نکنیم، بلکه حجم اقتصاد ایران کوچک‌تر نیز شود، به دلیل تفکر حاکم برای رفع تحریم‌ها با مذاکره کردن بوده است. زمین‌بازی در این یادا باید فکری، تمرکز بر تحریم‌ها و نتوانستن در رفع اثرات آن بر تجارت کشور است. این تفکر غلط موجب شد به جای سیاستگذاری مبتنی بر مقابله هدفمند با تحریم‌ها، به سمت رفع تحریم‌ها با مذاکره و تمرکز و سیاستگذاری مبتنی بر مذاکره جلو برویم و نتیجه آن در دهه سوخته ایران با تفکری سوخته‌تر، کلاماً مشخص است.

باالعکس تفکر حاکم بر دهه سوخته ۹۰ ایران که با عقبگرد در اقتصاد کشور و کوچک شدن اقتصاد ایران و سفره مردم همراه بود، دولت سیزدهم با تکیه بر تغییرات مهم بین‌المللی و بازی موفقیت‌آمیز در زمین جدید، به سمت عقد قراردادهای مهمی در توسعه تجارت با کشورهای مختلف دنیا قدم برداشته است که موجب استارت‌های پیمان شانگهای و همچنین عضویت در بریکس نشان از بازی جدید در جهت خنثی‌سازی تحریم‌های غرب علیه

ایران است. در این زمین بازی جدید باید با ابزارهای جدید نیز وارد شد؛ دیگر ابزارهای سنتی مربوط به دهه ۸۰ و ۹۰ اقتصاد ایران به درد این زمین بازی جدید نمی‌خورد و محوریت اصلی توسعه کشور باید به فکر استفاده از ابزارهای جدید باشد؛ ابزارهایی که بتوانند جنس حضور ایران را در کشورهای عضو پیمان شانگهای و بریکس تضمین کند و از طرفی نیاز این کشورهای نیز در حوزه‌های مختلف پوشش دهد و رفع کند. بازارهای سنتی نفت خام برای ایران کارکرد لازم ضدتحریمی را نداشتند و همین مسئله موجب شده بود که در سال‌های اخیر، تجارت نفت خام ایران به شدت آسیب ببیند و با مشکل روبه‌رو شود. اما رویکرد نوین ایران در زمینه باز معماری تجارت انرژی خود موجب شده است که ایران در آستانه یکر کوردشکنی در تجارت نفت خام هم‌زمان با تحریم‌های غرب علیه ایران باشد.

سیاست انرژی مبتنی بر یافتن مشتریان متعدد درای اما بازار تضمینی ثابت و همچنین استراتژی تخفیف برای خرید نفت ایران توسط مینی‌نیفایتری‌ها سبب شده است که عمده پالایشگاه‌های کوچک مقیاس خصوصی شرق

آسیا به سمت نفت ایران بیایند؛ این رویکرد کلیدی علاوه بر متنوع‌سازی مبادی تجارت نفت ایران، یک رویکرد ضدتحریمی در زمینه تسویه مالی نیز فراهم کرده است. همچنین علاوه بر این رویکرد، ایران به سمت بازارسازی تضمینی مبتنی بر نوسازی و بازسازی ظرفیت غیرفعال زیرساخت‌های پالایشی مستهلک شده اقدام امریکای جنوبی و آفریقا نیز رفته است؛ بازی مهم و کلیدی که در این رویکرد نیز مسئله تسویه مالی صادرات نفت از طریق تبادل نفت خام با فرآورده‌های نفتی فرآوری شده در خروجی همین پالایشگاه‌های بازسازی شده انجام می‌پذیرد که موجب شده است که این رویکرد مهم علاوه بر صفر رسیدن نفت خام نشااور ایران و گسترش سه برابری تجارت انرژی کشور و نسبت به ابتدای روی کار آمدن دولت سیزدهم، رشد اقتصادی قابل توجهی نیز کسب کند.

■ انرژی مزیت ایران برای نقش آفرینی در آینده
براساس پیش‌بینی IMF، در سال ۲۰۲۸ پیش از ۱۴۵ کشور دنیا از جمله همسایگان ایران یا کسری حساب جاری مواجه خواهند شد که علت اصلی آن کمبود انرژی است. به استناد این اطلاعات، ایران در سال ۲۰۲۸ تراز حساب جاری مثبت دارد و منابع انرژی می‌توانند یک مزیت قابل ملاحظه برای بازیگری در جهان به حساب مایه‌النفات صادرات و واردات، به‌علاوه مایه‌النفات بهره سرمایه یا سود سهام دریافت‌شده از خارجی‌ها یا پراخت شده به آنان است.

تجارت انرژی ایران در سال‌های اخیر به دلیل تحریم‌های غرب با چالش‌های قابل توجهی مواجه بوده است. بازارهای سنتی نفت خام در ارائه عملکرد ضد تحریم ناکافی بودند که منجر به آسیب و مشکلات در تجارت نفت خام ایران شد. با این حال، ایران رویکرد جدیدی را برای بازسازی تجارت انرژی خود اتخاذ کرده است که با وجود تشدید تحریم‌ها، پتانسیل شکستن رکوردها در تجارت نفت خام را دارد. رویکرد جدید ایران در بازسازی تجارت انرژی خود، راهبردهای نوآورانه را برای غلبه بر چالش‌های ناشی از تحریم‌های غرب نشان می‌دهد.

اهمیت نقش‌پذیری ایران در بازار انرژی قدرتهای نوظهور و استراتژی به کار گرفته شده در این زمینه به همراه محوریت بخش انرژی در توسعه و رشد اقتصادی ایران مورد توجه کشرگان قرار گرفته‌است.
■ بازطراحی تجارت انرژی ایران با همکاری و عضویت ایران در شانگهای و بریکس
محیتی یوسفی عضو هیئت رئیسه مجلس در گفت‌وگو با «جوان» در مورد رشد اقتصادی بخش نفت و گاز ایران به عنوان پیشران توسعه اقتصادی کشور گفت: «هر کشوری یکسری مزیت‌ها و فرصت‌ها دارد قطعاً در کشور ما منابع زیر زمینی و ذخایر نفت و گاز و معادن از مهم‌ترین ظرفیت‌هاست که در سنوات گذشته در مورد ذخایر نفت و گاز بیشتر خام فروشی کردیم که این خام فروشی



مشکلاتی را نیز ایجاد کرد.»

عضو هیئت رئیسه مجلس شورای اسلامی اظهار کرد: «علاوه بر مسئله خام فروشی، عدم توجه به دیپلماسی چندوجهی در سیاست خارجی برای فروش نفت و گازمان در زمان تحریم‌ها مشکلاتی را در حوزه اقتصادی نیز ایجاد کرد ویدتر از آن عدم توجه به ظرفیت کشورهای منطقه‌ای نیز باعث گلاجه‌مندی این کشورها شد. ما با ۱۵ کشور همسایه هستیم که جمعیت بیش از ۶۰۰ میلیون نفری را دارند که می‌توانستیم از ظرفیت‌اینها بیشتر استفاده کنیم ولی این اتفاق نیفتاد.»

وی تأکید کرد: «خوشبختانه در این دولت چند اتفاق خوب افتاد. توجه به دیپلماسی چند وجهی و اینکه اهل برجام و مذاکره هستیم ولی همه موضوعات اقتصاد داخلی را به برجام گره نمی‌زنیم به خوبی انجام شد. در کنار این



روح‌الله منتفکر آزاد

عضو هیئت رئیسه مجلس شورای اسلامی

در حال حاضر نفت و گاز سهل‌الوصل ترین و محبوب‌ترین حوزه رشد با ظرفیت‌های قابل توجهی در جهان است. بازارهای سنتی نفت خام در ارائه نفت خود تضمین می‌کنند. بازسازی پالایشگاه‌ها از طریق فرآورده‌های نفتی فرآوری شده، رویکرد ضد تحریمی ایران را تقویت کرده و رشد اقتصادی را به همراه آن بر خود وارد است. زیرا می‌تواند نیازهای انرژی کشورها منبع انرژی فراوانی خود می‌تواند نقش مهمی در تعامل جهانی داشته باشد و به توسعه اقتصادی کشورهای همکار

این بخش پیشبران اقتصاد کشور باشد

توسعه همکاری‌های نفتی با رویکرد جدید ایران در بازسازی تجارت انرژی

ایران شاهد رشد سه برابری تجارت نفت خام نسبت به ابتدای دولت سیزدهم بوده که به رشد اقتصادی قابل توجهی کمک کرده است.

■ مشارکت‌های ایران با اقتصادهای نوظهور و همکاری‌های منطقه‌ای

- بسیاری از کشورها، به ویژه کشورهای عضو سازمان همکاری شانگهای و بریکس، با کمبود انرژی مواجه می‌دهند که همکاری با ایران را در بخش انرژی حیاتی می‌کند.
-سیاست‌های جدید نفتی و استراتژی‌های حل و فصل ایران، ایران را به عنوان یک شریک ارزشمند برای این کشورها معرفی می‌کند و به همکاری‌های منطقه‌ای و توسعه اقتصادی کمک می‌کند.

-ایران قراردادهایی را برای بازسازی پالایشگاه‌های مستهلک شده در کشورهای عضو سازمان همکاری شانگهای آغاز کرده است.
-کشورهای مانند ونزویلا، کوبا، ازبکستان و آفریقای جنوبی با ایران مشارکت کرده‌اند و همکاری‌های دوجانبه انرژی را تقویت کرده‌اند.

-سیاست‌های جدید نفتی و استراتژی‌های حل و فصل ایران، ایران را به شریکی جذاب برای کشورهای نوظهور و اقتصادهای جهان تبدیل کرده است.

-ایران با تمرکز بر تأمین فرآورده‌های نفتی خروجی از پالایشگاه‌ها و مینی پالایشگاه‌های نوسازی شده،



نگاهی به وضعیت نمایندگان ایران در لیگ قهرمانان آسیا

پرسپولیس و سپاهان آماده صعود

با پایان یافتن اولین بازی‌های برگشت مرحله گروهی لیگ قهرمانان آسیا حالا چهره مدعیان صعود به مرحله حذفی تقریباً مشخص شده است. تیم‌های صدرنشین گروه‌ها پنجگانه منطقه غرب آسیا تقریباً خیال راحتی دارند، اما در این میان سرنوشت پنج تیم دوم این گروه‌ها به شدت گره خورده است، چرا که تنها سه تیم برتر از جمع آنها به مرحله بعد صعود خواهند کرد.

در این میان وضعیت سه نماینده فوتبال ایران جالب توجه است. کار صعود پرسپولیس و سپاهان به مرحله بعدی این رقابت‌ها کاملاً در اختیار خودشان است، اما شرایط نساجی متفاوت از دو نماینده دیگر فوتبال ایران است. شاگردان مهدی رحمتی را باید حذف شده از گردونه رقابت‌ها دانست تا اولین حضور آسیایی تیم شمالی ایران چندان چنگی به دل نزند. نساجی در گروهی از مسابقات قرار داشت که می‌توانست با کمی تلاش بیشتر حداقل به عنوان تیم دوم صعود کند، اما بی‌تربگی باعث شد آنها خیلی زود کنار بروند.

صعود پرسپولیس به دست پرسپولیس

پرسپولیس در شرایطی که می‌توانست با پیروزی مقابل استقلال تاجیکستان حتی شانس سرگروهی هم داشته باشد، اما فرصت‌سوزی کرد و با یک مسأله بدموقع با هفت امتیاز حالا پایین‌تر از النصر ۱۲ امتیازی در رده دوم جدول جا خوش کرده است. سرخ‌پوشان برای صعود از این گروه باید الدحیل را در تهران شکست دهند تا حتی اگر در آخرین بازی خود مقابل النصر صدرنشین در عربستان نتوانستند امتیاز کسب کنند شانس صعود داشته باشند. بنابراین کار صعود شاگردان گل محمدی دست خودشان است و آنها می‌توانند با سه چهار و حتی شش امتیاز به مرحله بعد صعود کنند. البته به شرط آنکه الدحیل را ببرند و برای باخت به مصاف النصر نروند.

کار سخت سپاهان برای صعود

سپاهان هر چند مانند پرسپولیس تکلیف صعودش دست خودش است، اما برخلاف سپاهان آنها کار دشواری پیش‌رو دارند. در این گروه الاتحاد با ۹ امتیاز صدرنشین است و سپاهان و نیروی هوایی عراق هم با هفت امتیاز به دنبال این تیم هستند. سپاهان در هفته پنجم رقابت‌های مرحله گروهی لیگ قهرمانان آسیا، ششم آذرماه میزبان نیروی هوایی عراق است و الاتحاد عربستان هم در ازبکستان باید به مصاف الملیق لوزم. بازم به گفتن نیست که سپاهان برای قطعی کردن صعود باید در بازی خانگی خود نیروی هوایی عراق را به عنوان اصلی‌ترین رقیبش در راه صعود شکست دهد و چشم‌نظر نتایج هفته پایانی بماند. البته ۹ گلی که شاگردان مورایس به الملیق زدند حالا برگ برنده آنها در جمع تیم‌های دوم گروه‌هاست.

نساجی و وداع زودهنگام

نساجی اما با شکست مقابل نوپهار در جدول گروه چهارم، سه امتیازی باقی ماند و با توجه به برد دو گل الهلال عربستان در بازی هم‌زمان مقابل صومالی سیتی هند و ۱۰ امتیازی شدن این تیم در کنار نوپهار ازبکستان، شانس صعود تیم نساجی به مرحله حذفی به صفر رسید و شاگردان مهدی رحمتی وداع زودهنگامی را با رقابت‌های لیگ قهرمانان آسیا داشتند و دو بازی پایانی آنها در مرحله گروهی تیم‌های خود خواهد بود. نوپهار هم با کسب دوامین برد پیاپی برنده نماینده ایران، ۱۰ امتیازی شد و حالا آنها باید با الهلال در دو هفته پایانی رقابت‌ها در مسیر صدرنشینی یا رسیدن به عنوان برترین تیم دوم در میان پنج گروه منطقه غرب آسیا رقابت کنند.

فوتبال اروپا

حامد قهرمانی



شاختر برای پورتو، بارسا را برد

شب بارز کشت میلان

در اولین شب از آغاز دور برگشت رقابت‌های لیگ قهرمانان اروپا نتایج جالب توجهی رقم خورد. شسی که شاختر برای پورتو بازی کرد و آن میلان به کلم دور توموند پیروز شد.

در گروه F مسابقات چایی که رقابت سختی بین چهار مدعی در جریان است، آن میلان موفق شد حساس‌ترین بازی گروه را با حساب ۲ بر یک از پاری سن‌ژرمن ببرد. دور توموند هم با دو گل نیوکاسل را شکست داد. در جدول اول این گروه دور توموند با هفت امتیاز صدرنشین است، پاری سن‌ژرمن با شش امتیاز در رده دوم قرار دارد، میلان با پنج امتیاز سوم و نیوکاسل هم با چهار امتیاز چهارم هستند. به این ترتیب کار گروه مرگ باز هم پیچیده‌تر از هر زمان دیگری شده است.

اما شاختر کار بزرگی در گروه H انجام داد. این تیم بارسای صدرنشین را با یک گل شکست داد تا هم خودش شش امتیازی شود و هم پورتو را به بارسا برساند. پورتو با دو گل آنورپ را برد و با ۹ امتیاز به بارسا رسید تا کار صعود هر سه تیم به بازی‌های حساس بعد برسد. آنورپ هم بدون امتیاز عملاً شانس برای صعود ندارد.

در گروه G، منچسترسیتی در ادامه روند پیروزی‌های خود یانگ‌بویز را با سه گل شکست داد تا ۱۲ امتیازی شود و عملاً صعود خود را قطعی کند. لایپزیش تنها تعقیب‌کننده سیتی هم ۲ بر یک ستاره سرخ را شکست داد تا ۹ امتیازی شود. با کسب این نتایج عملاً سیتی و لایپزیش تیم‌های صعودکننده این گروه هستند و ستاره سرخ و یانگ بویز هم با یک امتیاز شانس ندارند.

در گروه E، اتلتیکومادرید در شب درخشش گریزمان با شش گل سلطیک را در هم کوبید و لاتزیو هم با یک گل از سد فاینورد گذشت. در جدول این گروه اتلتیکو هشت امتیازی است و لاتزیو با هفت و فاینورد با شش امتیاز در تعقیب این تیم هستند. سلطیک هم با یک امتیاز در فقر جدول جا خوش کرده است.



کیفیت داوری‌های لیگ برتر با خرید ست داوری حل نمی‌شود

تهدید و تبعید چاره‌ساز نیست

داوری طی سال‌های اخیر به یکی از معضلات فوتبال ایران تبدیل شده که اوضاع آن سال به سال بدتر هم می‌شود، به طوری که این بار نه در پایان فصل که قبل از آغاز هفته دوم آقایان برای حل و فصل مشکلات به شور نشستند. در واقع جلسه شبانه اعضای کمیته داوران نشان از رسیدن کاردار به استخوان داشت، اما خروچی آن بی‌تردید چیزی نبود که انتظار می‌رفت! این بار با مقامات ارشد فدراسیون فوتبال هم به میان آمده بود، به طوری که تاج نیز صراحتاً خود را یکی از منتقدان داوری می‌خواند. شاید به همین دلیل هم بود که در جلسه سه‌شنبه شب که صورت‌وینار با حضور حدود ۸۰ داور و کمک‌داور لیگ برتری برگزار شد، مسئولان رده بالای فدراسیون فوتبال نیز حضور داشتند. جلساتی که دلیل برگزاری آن بررسی اتفاقات عجیب و عملکرد ضعیف داوران در ۹ هفته گذشته عنوان شده بود و زمزمه‌هایی نیز در خصوص برکناری خداداد افشاریان در پایان آن شنیده می‌شد، خصوصاً که بسیاری او را مقصر پایین آمدن کیفیت قضاوت‌های لیگ برتر می‌دانستند، اما نتیجه جلسه فوری، آن چیزی نبود که انتظار می‌رفت، چرا که قضاوت متوالی داورانی که عملکرد خوبی داشته باشند، تسویه دستمزد و هزینه ایستاد و ذهاب داوران به صورت دو ماه یکبار، چیدمان داوری‌ها با مسئولیت و نظر مستقیم رئیس کمیته داوران (بر این اساس که فهرست داوران پیشنهادی و جدول مورب هم را

توسط رئیس دپارتمان ارائه می‌شود و دو عضو کمیته داوران هم نظر مشورتی خود را ارائه می‌دهند)، نزول داوران لیگ برتری که سه هفته متوالی نمره‌ای زیر ۴/۷ داشته باشند به لیگ یک، خریداری ۱۰ دستگاه سیستم رادیویی هدست توسط سازمان لیگ، ممنوعیت فعالیت داوران، نظارتان و مدرسان در فضای مجازی و برپایی دوره‌های رخ نمودار آنکه تجربه اتخاذ چنین تصمیماتی نشان می‌دهد که تبعید داوران دردی را دوا نمی‌کند و چارمساز نبود. تغییراتی که کارساز نبود قرار بسود اشتباهات داوری در این فصل از رقابت‌های لیگ برتر کاهش یابد. این مهم‌ترین دلیل تصمیماتی بود که اوایل مردادماه در کمیته داوران گرفته شد. خداداد افشاریان با اعتراف به عملکرد ضعیف داوران در لیگ بیست و دوم از تغییراتی برای حل این مشکل خبر داده بود: «اما فصل گذشته ما خوب نبود. انتظار داشتیم بجای‌ها با تمرکز بیشتری در قضاوت کنند، اما گزارش‌هایی که از سوی نهادهای داوری به ما رسیده بود، نشان از آن داشت که ۱۲/۵ درصد نتایج بازی‌ها با اشتباهات داوران جابه‌جا شده است و این جدا از اشتباهاتی بود که تغییری در تیم برنده و بازنده ایجاد نکرده بود.»

لیگ برتری بر عزم رئیس کمیته داوران تأثیر بسیاری می‌تواند داشته باشد. این تغییرات داوران را می‌توان به کاهش تعداد داوران را تصویب کرد تا تعداد داوران از ۱۴۵ به ۹۱ نفر کاهش یابد که از این



انگیزه ملوان برای شکست استقلال

هفته دوم لیگ برتر فوتبال فردا با چهار دیدار در شهرهای مختلف آغاز می‌شود. اگر چه حساس‌ترین بازی‌های این هفته (شنبه استقلال - تراکتور) و یک‌شنبه (سپاهان - پرسپولیس) بر گزار می‌شوند، اما ملوان برای ارتقا در جدول به مصاف استقلال خوزستان می‌رود. ملوانان با ۱۵ امتیاز منظر لغزش استقلال و پرسپولیس هستند تا از رتبه سوم بالاتر بیایند. از آنجا که آبی‌های خوزستان با سه امتیاز فقرنشین هستند به نظر می‌رسد شاگردان مهدی تار تار کار سختی پیش‌رو نداشته باشند. گل گهر در سیرجان با مس فرسنانج بازی می‌کند. مسی‌ها در جدول ششم هستند و گل گهر هم با ۱۰ امتیاز رتبه نهم را در اختیار دارد. فولاد در اهواز در انتظار آلومینیوم اراک است. فولاد در این فصل نتایج ضعیفی گرفته و در جدول پانزدهم است. در دیگر بازی پیکان و شمس آذر قزوین روبروی هم قرار می‌گیرند.

آغاز اردوی تیم ملی هفته دوم با پایان هفته دوم



کمتر از یک هفته دیگر تیم ملی فوتبال ایران در نخستین جام جهانی ۲۰۲۶ میزبان هنگ‌کنگ است، به همین دلیل هم براساس تصمیمات کادر فنی، اردوی تیم ملی از یک‌شنبه هفته

تعداد ۱۴ نفر در تست‌ها رد شدند تا مجموع داوران لیگ برتر در لیگ بیست‌وسوم به ۷۴ داور برسد. هر چند که باز هم تعداد داوران انتخابی زیاد بود، اما کمیته داوران با این توجه که امکان است در طول لیگ برخی داوران محروم می‌شوند، ناچار از آنکه قرار است در این لیگ‌ها معجزه‌های رخ دهد! حال آنکه تجربه اتخاذ چنین تصمیماتی نشان می‌دهد که تبعید داوران دردی را دوا نمی‌کند و چارمساز نیست.

تغییراتی که کارساز نبود

قرار بسود اشتباهات داوری در این فصل از رقابت‌های لیگ برتر کاهش یابد. این مهم‌ترین دلیل تصمیماتی بود که اوایل مردادماه در کمیته داوران گرفته شد. خداداد افشاریان با اعتراف به عملکرد ضعیف داوران در لیگ بیست و دوم از تغییراتی برای حل این مشکل خبر داده بود: «اما فصل گذشته ما خوب نبود. انتظار داشتیم بجای‌ها با تمرکز بیشتری در قضاوت کنند، اما گزارش‌هایی که از سوی نهادهای داوری به ما رسیده بود، نشان از آن داشت که ۱۲/۵ درصد نتایج بازی‌ها با اشتباهات داوران جابه‌جا شده است و این جدا از اشتباهاتی بود که تغییری در تیم برنده و بازنده ایجاد نکرده بود.»

لیگ برتری بر عزم رئیس کمیته داوران تأثیر بسیاری می‌تواند داشته باشد. این تغییرات داوران را می‌توان به کاهش تعداد داوران را تصویب کرد تا تعداد داوران از ۱۴۵ به ۹۱ نفر کاهش یابد که از این

یزدانی به روزهای خوب برمی‌گردد

محسن کاوه‌اطمینان داد حسن یزدانی مشکلی برای حضور در بازی‌های المپیک ندارد. بهترین آزادکار ایرانی در وزن ۸۶ کیلوگرم

به تازگی کتفش را به تیغ جراحان سپرده و در حال حاضر دوران نقاهت را سپری می‌کند. با توجه به

اظهارنظر مدیر رئیس فدراسیون در خصوص اینکه یزدانی نباید جراحی می‌کرد، اخبار ضدونقیضی مبنی بر نرسیدن قهرمان آسیا به بازی‌های پاریس منتشر شده، اما نماینده رئیس فدراسیون در گفت‌وگو با فارس این ادعاها را رد کرده است: «خیلی امیدوارم که یزدانی برگردد. تلاش فدراسیون و کادر پزشکی این است که او به روزهای خوب خود برگردد. اگر او زود عمل کرد به این خاطر بود که زود برگردد. بحث فدراسیون، کمیته ملی المپیک و وزارت ورزش هم این است تمهیدات لازم دیده شود. دبیر این شرایط را قبلاً تجربه کرده و بعد از جراحی کتف نتوانست به ورزش ادامه دهد، چرا که چنین کلیتیک‌هایی در ایران در آن زمان نبوده، اما الان تلاش این است یزدانی به المپیک برگردد. کیفیت فنی یزدانی بالاست و او فاصله زیادی با رقیب‌ها دارد. تلاش اول این است یزدانی باشد، اما وظیفه فدراسیون این است که بقیه ورزشکاران هم شانس خود را امتحان کنند. سواد کوهی به ۸۶ کیلوگرم آمده، علیرضا کریمی و هادی وفاهی هم هستند که تلاش می‌کنند صاحب دوپنده شوند.»

بازتاب شمیم رضوان

آبان برگزار می‌شود و بازی حساس سپاهان - پرسپولیس و همچنین مصاف نساجی - ذوب‌آهن، هم‌زمان است با نخستین روز اردوی تیم ملی. هم‌زمانی که زمه‌ها لغو رقابت‌های هفته دوم را بر سر زبان‌ها انداخته بود. با وجود این در پی جلسه سازمان لیگ با سرمربی تیم ملی، قلمه‌نویی مخالفتی با برگزاری هفته دوم نداشته است، اما با توجه به اینکه اسارت اردوی جدید تیم ملی در آخرین روز از رقابت‌های هفته جاری زده می‌شود، به نظر می‌رسد لیست نفرات دعوت شده به اردوی هفته اتی طی دو مرحله اعلام شود.

هر چند که به گفته سهیل مهدی، مسئول کمیته مسابقات سازمان لیگ، قلمه‌نویی قصد برگزاری تیمی کسب در پایان هفته جاری را داشته است. به‌خاطر هم‌زمانی با هفته دهم برنامه خود را دستخوش تغییر کرده تا باشگاه‌ها لطمه نبینند

قاب

قدردانی باهت‌تریک

اندرسون تالیسکا پاسخ حمایت‌های تیمش را با زدن سه گل در مصاف بالدحیل داد. غیبت کورس رونالدو در ترکیب النصر باعث شده بازیکن برزیلی در ترکیب ثابت قرار بگیرد و مسئولیت گلزنی با او باشد. پیش از این بازی در لیگ قهرمانان، مسئولان باشگاه عربستانی پیراهن شماره ۹۴ اندرسون را روی تور دروازه گذاشتند تا از این طریق به او روحیه دهند. بازیکن برزیلی نیز از غیبت رونالدو بهترین استفاده را کرد و در جدال با تیم قطری سه گل زد تا تیم خود را ۲ بر ۱ برتری دهد و هم یک تنه با شش گل زده در صدر جدول گلزنان لیگ قهرمانان آسیا قرار بگیرد.



در دسر بالاتکلیفی فدراسیون‌ها قبل از المپیک

تعیین تکلیف مدیریتی فدراسیون‌هایکی از چالش‌های همیشگی ورزش ایران بوده و هست. اتمام دوره ریاست، اداره فدراسیون با سرپرست نامعلوم بودن زمان برگزاری مجامع انتخاباتی، مشکلاتی دائمی هستند و فرقی هم نمی‌کند مسئولیت وزارت ورزش بر عهده چه کسی است. با اینکه همه از اصول مدیریتی می‌زنند، اما در عمل مسیر دیگری را می‌روند. طی سال‌های گذشته و در ادوار مختلف، فدراسیون‌ها بارها با معضل بالاتکلیفی در پست ریاست مواجه شده‌اند. ریاست برخی به پایان رسیده و تکلیف انتخاباتشان مشخص نیست، برخی رؤسا تساهل‌یالاتر را قبول کرده و دوشغله هستند و تعدادی از فدراسیون‌ها نیز به مدت طولانی با سرپرست تکلیف انتخاباتشان مشخص نیست، برخی رؤسا تساهل‌یالاتر را قبول کرده به جایش‌های موجود اضافه کنیم. در حال حاضر تا چند روز دیگر دوران ریاست داورانی در والیبال تمام می‌شود، دوره شش ماهه سرپرستی داوری در دوومپلی با پایان رسیده، اسبقیان رئیس فدراسیون جانشان و توان‌یابان یک پست جدید در وزارتخانه گرفته و سه فدراسیون کشتی، ژیمناستیک و نانشوان نیز با بحران ابطال نتایج انتخابات مواجه هستند. این اهل مدیریت در حالی است که بیست‌سال سال آینده رویداد مهمی به نام بازی‌های المپیک و پارالمپیک را در پیش داریم. متأسفانه ورزش ما معمولاً پیش از حضور در میدانی مهم با چنین چالش‌هایی مواجه بوده است. البته این چالش‌ها قابل حل هستند و می‌توان از آنها پیشگیری کرد، ولی هر بار موضوع و بهانه‌های باطل می‌شود وضعیت به حالت بحرانی برسد.

در بازی‌های پاریس چند امید همه به کشتی است. والیبال هم یکی از رشته‌های محبوب مردم محسوب می‌شود و با نتایج ضعیفی که گرفته مهم منتظرند تا ببینند سرنوشت تیمی چه خواهد شد. از سوی دیگر مدیریت فدراسیون جانشان، و توان‌یابان موضوعی نیست که رئیس در حالی است که بیست‌سال سال آینده رویداد مهمی به نام بازی‌های المپیک و پارالمپیک را در پیش داریم. متأسفانه ورزش ما معمولاً پیش از حضور در میدانی مهم با چنین چالش‌هایی مواجه بوده است. البته این چالش‌ها قابل حل هستند و می‌توان از آنها پیشگیری کرد، ولی هر بار موضوع و بهانه‌های باطل می‌شود وضعیت به حالت بحرانی برسد.

در بازی‌های پاریس چند امید همه به کشتی است. والیبال هم یکی از رشته‌های محبوب مردم محسوب می‌شود و با نتایج ضعیفی که گرفته مهم منتظرند تا ببینند سرنوشت تیمی چه خواهد شد. از سوی دیگر مدیریت فدراسیون جانشان، و توان‌یابان موضوعی نیست که رئیس در حالی است که بیست‌سال سال آینده رویداد مهمی به نام بازی‌های المپیک و پارالمپیک را در پیش داریم. متأسفانه ورزش ما معمولاً پیش از حضور در میدانی مهم با چنین چالش‌هایی مواجه بوده است. البته این چالش‌ها قابل حل هستند و می‌توان از آنها پیشگیری کرد، ولی هر بار موضوع و بهانه‌های باطل می‌شود وضعیت به حالت بحرانی برسد.

پایان دوره سرپرستی داوری

دوره شش ماهه سرپرستی افشین داوری در فدراسیون دوومپلیانی به پایان رسید. این انتصاب به دنبال اتفاقات رخ داده در حاشیه مسابقات دو نیمه‌ماتن شیراز و متعاقب آن، استعفای هاشم صیامی، رئیس فدراسیون صورت گرفت. حالا باید منتظر بنامین ببینیم که کیمرت هاشمی، وزیر ورزش چه تصمیمی در این باره اتخاذ خواهد کرد. حکم سرپرستی داوری را تمدید می‌کند یا فرد دیگری را به عنوان سرپرست جدید معرفی خواهد کرد.

مقام سومی آسیا با مدال‌های دختران

رقابت‌های کاراته قهرمانی رده‌های سنی آسیا (نوجوانان، جوانان و امید) در حالی به اتمام رسید که کاروان ایران با کسب مقام سومی به کار خود پایان داد. در پایشان این رقابت‌ها، تیم ایران در مجموع دختران و پسران (هر سه رده سنی) با کسب پنج مدال طلا، شش نقره و ۱۶ برنز به مقام سومی بسنده کرد. نکته جالب در کاروان کاراته کشورمان این است که هر پنج مدال طلا توسط دختران به دست آمد و تیم پسران در هر سه رده سنی نوجوانان، جوانان و امید عملکرد ضعیفی داشتند. زاین با عملکردی درخشان بار دیگر قدرت خود را به رخ قره‌گن کشید و با ۱۴ مدال طلا، پنج نقره و چهار برنز بر سکوی قهرمانی نیکو زد و قراقستان هم نایب‌قهرمان شد.



پلمب ۲۷ منزل پلاک قرمز در شوش و هرندی

رئیس پلیس پایتخت از پلمب ۲۷ خانه پلاک قرمز در محلات شوش، مولوی، هرندی و دروازه غار که یاتوق معتادان شده بود و دستگیری هزار و ۴۰۰ اتباع خارجی غیر مجاز خبر داد.

به گزارش «جوان»، سردار عباسعلی محمدیان، ظهر دیروز در حاشیه اجرای طرح ساماندهی و پاکسازی مناطق شوش، مولوی و هرندی که در محل کلاتری مولوی بر گزار شد، گفت: طرح پاکسازی مناطق شوش، مولوی و هرندی با هدف جمع‌آوری معتادان متجاهر، دستگیری موادفروشان، دستگیری سارقان و دستگیری اراذل و اوباش طی ۲۴ ساعت گذشته در این مناطق به اجرا در آمد.

وی با بیان اینکه اقدامات مستمری برای پاکسازی محدوده شوش، هرندی، مولوی و دروازه‌غار از وجود جرائم و معتادان متجاهر انجام شده است، گفت: طبق قولی که به مردم داده بودیم از ۲۶ بهمن سال گذشته در این مناطق حضور پررنگی داریم و اجازه حضور معتادان متجاهر را نخواهیم داد. حضور پلیس همچنان ادامه خواهد داشت و همواره با مجرمان، مزاحمان نوامیس، موادفروشان و سارقان بر خورد و معتادان متجاهر را نیز جمع‌آوری کرده‌ایم.

رئیس پلیس پایتخت یکی از معضلات این محلات را خانه‌های موسوم به پلاک قرمز اعلام کرد و گفت: با اقدامات انجام شده از سوی پلیس اگر چه مردم دیگر حضور معتادان متجاهر را در این محله‌ها نمی‌بینند، اما شب‌هنگام یا گاهی اوقات این معتادان همچنان در این محلات تردد دارند که البته تردد آنها بسیار کم و انگشت‌شمار شده است. این افراد به خانه‌های موسوم به پلاک قرمز می‌روند که آنها را یاتوقی برای مصرف مواد مخدر کرده‌اند.

در همین راستا نیز برای نخستین بار طرحی را برای شناسایی و بر خورد با خانه‌های پنهان و پلاک قرمز آغاز کردیم و همکاران من موفق شدند ۲۷ خانه و ۴۰ مرکز نگهداری ضایعات را که معشادان در آن حضور داشتند و به نوعی محل حضور پنهانی آنان بود، شناسایی و با حکم قضایی پلمب کنند.

وی در ادامه با بیان اینکه هزار و ۴۰۰ نفر از اتباع خارجی که در این مراکز رفت و آمد داشتند، مورد شناسایی قرار گرفتند و جمع‌آوری شدند، گفت: همچنین چند مرکز فسق و فجور هم شناسایی و پلمب شد. ما امیدواریم بتوانیم قسمت پنهان این مجاز، یعنی خانه‌های پلاک قرمزها را پاکسازی کنیم که در همین راستا نیز به مالکان این خانه‌ها هشدار می‌دهم برای تعیین تکلیف املاک خود مراجعه کنند و آنها را ترک‌نکنند.

همچنین ما با همکاری شهرداری دور این خانه‌ها را دیوار کشی و راه‌های ورود به آن را مسدود کرده‌ایم. اشعاعات آنها اقطع کردیم تا به یاتوق خلافکاران تبدیل نشود. درخواست ما از قوه قضائیه و شهرداری تعیین تکلیف این مکان‌ها، یعنی خانه‌های پلاک قرمز است.

سردار محمدیان همچنین درباره شباهت برخی از افراد کار تن خواب به معتادان متجاهر نیز گفت: برخی از افراد معتاد نبودند و کار تن خواب هستند که به دلایلی مانند کپولت سن به معتادان شباهت‌هایی پیدا کرده و مردم با مشاهده آنان تصور می‌کنند که با فرد معتادی مواجه شده‌اند.



سارق مسلح برای فرار همسر و ۲ فرزندش را گروگان گرفت

با تلاش مأموران نوبوی یگان ویژه استان خوزستان، سارق مسلح که زن و دو پسرش را گروگان گرفته بود، دستگیر شد. به گزارش فارس، صبح روز چهارشنبه ۱۷ آبان‌ماه، مأموران نوبواستان خوزستان توانستند یک زن و دو پسرش را که توسط پدر خانواده گروگان گرفته شده بودند در نهایت سلامت آزاد کنند.

در این عملیات، مأموران انتظامی هویزه بعد از ساعت‌ها کار اطلاعاتی محل اختفای سارق مسلح متواری را شناسایی کردند و برای دستگیری او وارد عمل شدند، اما متهم، همسر و دو فرزندش را گروگان گرفته بود. در ادامه و در پی اطلاع مأموران نوبوی یگان ویژه هویزه از وقوع گروگانگیری و تهدید متهم بلافاصله وارد عمل شدند و بعد از دو ساعت عملیات روانی توانستند به سلامت گروگان‌ها را آزاد کنند.

در ادامه سارق مسلح که سابقه قتل نیز در کارنامه خود دارد توسط مأموران نوبو دستگیر و از او یک قبضه کلت کشف شد.

■ **غلامرضا مسکنی**

سحرگاه دیروز چهار مرد که در جریان درگیری‌های جداگانه در سال‌های قبل مر تکبب قتل شده بودند در زندان قز لخصار کرج قصاص شدند و پرونده جنایی آنها برای همیشه بسته شد.

صبح دیروز، چهار متهم پشای چوبه دار حاضر شدند و تیم صلح و سازش هر چند قیلا تلاش زیادی برای جلب رضایت اولیای دم انجام داده بودند، اما برای آخرین بار هم پشای چوبه دار تلاش کردند تا متهمان را به زندگی دوباره بازگردانند، ولی اولیای دم اصرار به قصاص داشتند و سرانجام طناب دار را به گردن قاتل فرزندانشان انداختند و حکم را اجرا کردند.

■ **حبیب ابدی که قاتل شد**

نخستین متهمی که قصاص شد شهروز نام داشت که شهروبر سال ۹۹ مردی را در جنوب تهران با ضربات چاقو زخمی کرده بود و مرد زخمی ششم شهروبر در بیمارستان به کام مرگ رفت.

آن روز وقتی تیم جنایی به بیمارستان ضیائیان رفت، در یافت مقتول ۳۰ ساله یک هفته قبل در درگیری زخمی و برای درمان به بیمارستان منتقل شده، اما بر اثر شدت جراحات فوت کرده است.

بررسی‌ها نشان داد قاتل متهم سابقه‌داری است که قبلاً به اتهام حمل موادمخدر به حبس ابد محکوم شده بود، اما پس از عفو آزادی می شود و این بار دست به قتل مردی به نام فرهاد می زند. همچنین مشخص شد متهم از سوی مأموران بازداشت و روانه زندان می شود و پرونده درگیری‌شان هم در دادسرای در حال رسیدگی است.

قاتل پس از انتقال از زندان به اداره پلیس در بازجویی‌ها به قتل اعتراف کرد و در ادعایی گفت: «من بچه دروازه‌غار هستم و مقتول هم بچه خیابان پیروزی بود و ما اصلا همدیگر را نمی‌شناختیم، اینکه او را در یاتوق قماربازان در یکی از خیابان‌های جنوبی تهران دیدم. فرهاد فکر می‌کرد گنده‌لات محلشان است و همیشه هم تعدادی نوحه همراه خودش داشت. شب حادثه من مست کرده بودم و یاتوق قماربازان رفتم تا قمار کنم. وقتی وارد آنجا بودم، آنها به من چپ چپ نگاه کردند و بعد با هم درگیر شدید. درگیری ما به بیرون کشیده شد و آن چهار نفر به طرف من حمله کردند و من هم با چاقوو چند ضربه به فرهاد زدم و بعد به طناب بسته‌بود و او را به سوی مرا بازداشت کردند.»

وی درباره سابقه قبلی‌اش هم گفت: «من سال‌ها قبل قاچاق‌فروشی می‌کردم و به عنوان رابط از طریق مسافران موادمخدر شیشه به

حوادث

سروس حوادث ۶۰۰۴۳۲۰۸۵۳

پرونده ۴ قاتل با اجرای حکم قصاص بسته شد



■ **قاتل همسر**

سومین قاتل هم مرد جوانی بود که شش سال قبل همسرش را به‌طرز فجیعی به قتل رساند و همسرش را به قتل محاکمه و قصاص شد. شامگاه چهارشنبه ۱۷ آبان‌ماه ۹۶ با مأموران پلیس خیر رسیدن زین جوانی در خانه‌اش با ضربات متعدد چاقو به قتل رسیده است.

با اعلام این خبر، تیمی از مأموران پلیس راهی محل حادثه شدند و داخل حمام آپارتمان مسکونی در خیابان هلال احمر در جنوب تهران با جسد زن جوانی روبه‌رو شدند که با ضربات متعدد چاقو از پای درآمده بود.

پسر ۱۲ ساله مقتول که حادثه را به مأموران خبر داده بود، گفت: «پسران از خانه بومد و وقتی وارد خانه شدم هر چقدر مادرم را صدا آن داشت ابتدا با مایع اسیدی مسموم و سپس حمام روبه‌رو شدم.»

بررسی‌های مأموران پلیس نشان داد مقتول از مدتی قبل با شوهرش که به نام موادمخدر بود، اختلاف داشته و تمام هزینه‌های زندگی هم بر دوش او بوده است. همچنین مشخص شد روز حادثه همسر مقتول در آن خانه بوده و پس از حادثه قتل به مکان نامعلومی رفته است. بدین ترتیب متهم به مقتول به عنوان مظنون تحت تعقیب قرار گرفت و چند ساعت بعد بازداشت شد.

متهم پس از دستگیری به قتل همسرش اعتراف کرد و گفت: «من معتاد و بیکار بودم، اما همسرم در شرکتي مشغول به کار بود. چند اجرای حکم به یکی از شعبه‌های اجرای احکام دادسرای امور جنایی تهران فرستاده شد. در نهایت متهم پس از گرفتن استیذان حکمش از رئیس قوه قضائیه، سحرگاه دیروز با حضور اولیای دم در زندان قزلخصار کرج قصاص شد.

بازداشت مرد شیطان صفت حین ربودن چند کودک خردسال



من هم برای کمک به سوی آنها رفتم، اما مرد جوان با چاقو مرا تهدید کرد و من هم از ترس از آنجا دور شدم و بلافاصله تصمیم گرفتم با اداره پلیس تماس بگیرم و برای نجات جان کودک کان درخواست کمک کنم.»

■ **ربودن دختر ۵ ساله**

با اعلام این خبر به سرعت تیمی از مأموران پلیس به آدرسی که زن جوان داده‌بود، اعزام شدند. مأموران در محل حادثه متوجه شدند چهار کودک از دست مرد آدم‌ریا فرار کرده و

از ترس زیر خودروهای اطراف پناه گرفته‌اند، اما یکی از کودکان خردسال همراه آنها نبود. بررسی‌ها نشان داد متهم وقتی متوجه رهگذران و اهالی محل می‌شود که برای کمک به کودکان به او نزدیک می‌شوند، چهار کودک را رها می‌کند و بسا دزدیدن دختر پنج‌ساله‌ای فرار می‌کند. کودکان نجات‌یافته هم که از شدت ترس دست و پایشان می‌لرزید و رنگ صورتشان به سفیدی گج شده‌بود، به مأموران گفتند که مرد آدم‌ریا با دختر پنج‌ساله از محل فرار کرده‌است. بدین ترتیب مأموران به تعقیب متهم پرداختند و دقایقی بعد وی را در حالی که دست و پای دختر پنج‌ساله را با طناب

ادراک

فریادهایی که از کمپ‌های ترک اعتیاد شنیده می‌شود



غلامرضامسکنی

خبرنگار گروه حوادث

بامداد جمعه دوازدهم آبان کمپ ترک اعتیاد کومله شهرستان لنگرود در استان گیلان دچار حریق شد و در آن حادثه ۳۳ مرد جوان و میانسال که برای ترک اعتیاد و به امید بازگشت به زندگی در آنجا تحت درمان بودند، در آتش سهل‌انگاری و عدم رعایت اصول ایمنی زنده زنده سوختند و تعدادی هم زخمی و راهی بیمارستان شدند. به خاطر عمق فاجعه، این حادثه با واکنش‌های زیادی

از سوی مسئولان روبه‌رو شد، اما این گوشه‌ای از فریادهایی بود که از کمپ‌های ترک اعتیاد به آسمان بلند شد و به گوش مسئولان رسید. کمپ‌های ترک اعتیاد معمولاً پناهگاهی برای معتادانی است که تصمیم گرفته‌اند پس از درمان دوباره با جانی تازه به جامعه بازگردند و زندگی جدیدی را بدون دغدغه‌ها و گرفتاری‌های قبلی آغاز کنند. اکثر این کمپ‌ها به‌خصوص کمپ‌های غیرقانونی که همچون قارچ در اطراف شهرها بدون هیچ نظارتی سر از خاک بیرون می‌آورند، نتنها درمانگر نیستند که بعضی از آنها مکانی بسرای مصرف موادمخدر و

فرزندزایی برای صاحب کمپ تبدیل شده‌است. قتل، آدم‌ربایی، شکنجه و گروگانگیری برای تصاحب اموال پرونده‌هایی است که برای صاحبان یا کارکنان این کمپ‌ها هر چند روز یکبار در محاکم قضایی تشکیل می‌شود. هر چند که در اکثر

این پرونده‌ها و به‌خصوص قتل‌هایی که صورت می‌گیرد با توجه به بیماری فرزند شده و شرایط دیگری که وجود دارد، قتل شبه‌عمد تشخیص داده‌می‌شود و در نهایت پس از چند سال زندان متهم با پرداخت دیه از آزاد و پرونده منتهی‌می‌شود، اما این پرونده‌ها حکایت از عمق فاجعه‌ای دارد که در کمپ‌های غیرمجاز هر روز رخ می‌دهد. به

سهل‌انثال چند روز قبل، خبر مرگ مشکوک مرد جوانی به بازپرس ویژه قتل دادسرای امور جنایی تهران اعلام شد. مرد معتادی پس از اینکه در کمپ حالش بد شده‌بود، برای درمان به بیمارستان منتقل می‌شود، اما ساعتی بعد به طرز مشکوکی فوت می‌کند. در حالی که کارکنان کمپ ترک اعتیاد مدعی بودند مرد معتاد به خاطر اعتیادش

فوت کرده، تیم جنایی متوجه آثار ضرب و جرحی روی بدن مرد جوان شدند که حکایت از آن داشت قبل از فوتش مورد ضرب و جرح و شکنجه قرار گرفته‌است. در چنین شرایطی بازپرس دستور بازداشت تعدادی از کارکنان کمپ را صادر کرد و در نهایت با اعتراف متهمان مشخص شد مرد فوت شده به خاطر بیماری‌اش نتوانسته ادرار خود را کنترل کند و به همین دلیل آن روز در سه نوبت از سوی یکی از کارکنان کمپ مورد شکنجه قرار گرفته و به شدت کتک خورده و در نهایت هم فوت کرده‌است. از سوی دیگر قارغ از حادثه‌های جنایی که در بعضی از کمپ‌ها اتفاق می‌افتد، به نظر می‌رسد آنچه در این کمپ‌ها برای ترک اعتیاد معتادان رخ می‌دهد، چرخه باطلی است که نتیجه‌ای جز به‌وجود آمدن مشکلات روحی و روانی بیشتر برای افراد تحت درمان ندارد.

این افراد باید در طول مدت درمان از سوی مددکاری متخصص در رشته روانکاو یا روانشناسی تحت درمان قرار بگیرند تا ترغیب به ترک اعتیاد شوند. هر چند فرآیند این دوره درمان، حداقل یک یا دو مدارک و روانشناس نیست و کارکنان با توسل به زور و انواع شکنجه‌ها برای بیماران نسخه می‌پیچند. غالب‌تر از آن کارکنان و یا مستخدمان همین کمپ‌ها از بین معتادان قلچماقی انتخاب می‌شوند که مثلاً کودک‌دوره قبل در همان کمپ برای ترک اعتیاد بستری بودند. این افراد نه تخصصی و نه تجربه‌ای در درمان معتادان دارند و فقط به خاطر هیکل درستی که دارند برای اعمال زور و کنترل کمپ آنها را به کار می‌گیرند. به همین دلیل افراد به اصطلاح درمان‌شده وقتی از کمپ ترک اعتیاد بیرون می‌آیند، دوباره به چرخه اعتیاد می‌افتند. حال باید دید کمپ‌هایی که با نام‌های زیبا همچون آرامش، آسیاب، امید به زندگی، خانواده‌های گرفتار را با معضل اعتیاد فریب می‌دهند و برای آنها جز دود شهنزهنه‌های مالی‌شان، نتیجه دیگری ندارد تا چه زمانی باید از دید نظارت مسئولان مخفی بمانند و به فعالیت‌های غیرقانونی خود ادامه دهند. البته بهزیستی به عنوان نهادی که مجوز فعالیت کمپ‌ها را صادر می‌کند و بر اساس قانون وظیفه نظارت بر عملکرد و رعایت اصول ایمنی کمپ‌ها را بر عهده دارد، مدعی است در قبال کمپ‌های غیرمجاز که تعدادشان هم کم نیست، هیچ مسئولیتی ندارد، بنابراین علاوه بر نظارت دقیق برای حل ریشه‌ای کمپ‌های ترک اعتیاد، می‌طلبد از سوی مسئولان قانون مربوط به ایجاد کمپ‌ها و نظارت بر آنها بازنگری شود و چنانچه لازم است، تغییراتی در قانون برای حفظ جان افراد تحت درمان در آن مکان‌ها و جلوگیری از اتفاقات تلخ احتمالی صورت بگیرد.

درگیری خونین ۲ پسر جوان

درگیری دو پسر جوان در شهرستان ساوه استان مرکزی با قتل یکی از آنها پایان یافت. فرماندهی انتظامی شهرستان ساوه با اعلام خبر قتل پسر ۱۸ ساله‌ای در نزاع خونین گفت: در پی تماس با مرکز فوریت‌های پلیسی ۱۱۰ مبنی بر درگیری دو جوان و قتل یک نفر از آنان بلافاصله مأموران گشت کلاتری ۱۱ انقلاب و پلیس آگاهی به محل اعزام شدند.

سرسنگ جنجیبی جمالی افزود: با حضور مأموران در محل و بررسی‌های میدانی صحنه جرم مشخص شد دو پسر جوان در یکی از مناطق شهر با سلاح سرد با یکدیگر درگیر، هر دو مصدوم و به مرکز درمانی منتقل می‌شوند که یکی از آنها در بیمارستان به علت شدت جراحات وارده فوت می‌کند.

وی انگیزه متهم از، ارتکاب به قتل را اختلاف شخصی عنوان کرد و افزود: ناتوانی در مهار خشم، عصبانیت و بی‌توجهی به قانون، عواقب بسیار ناگواری به همراه دارد که گاه جبران‌ناپذیر است.

مشفودی

برگ سبزو برگ کمیانی خودرو سواری پراید ۱۳۲ مدل ۱۳۸۹ رنگ سفید شماره پلاک (ایران ۳۰- ۱۳۳ م ۸۵) به شماره موتور ۲۳۵۸۵۰۲ و شماره شاسی S۱۴۱۲۲۸۹۱۴۱۸۳۲ متعلق به منصور نظمی زنگیر مفقود شده و از درجه اعتبار ساقط می باشد.

البرز

مشفودی

برگ سبزو خودرو سواری هاچ بک پژو ۲۰۶TU۳ مدل ۱۴۰۰ رنگ نقره ای شماره پلاک (ایران ۳۸ ۶۹۹) به شماره موتور ۱۳۱۰۱۵۰۱۸۲A و شماره شاسی NAAP۰۳EE۳MJ۴۶۴۸۷۹ متعلق به روزان یونسی مفقود شده و از درجه اعتبار ساقط می باشد.

البرز

مشفودی

اسنادمالکیت(برگ سبزو برگ کمیانی، کارت انتظامی) خودرو سواری سایبا سینا مدل ۱۴۰۱به شماره موتورM1۵/۹۷۶۶۹۵۱ و شماره شاسی NAS۸۵۱۱۰۰N۵۷۵۶۷۹۳ با شماره انتظامی ۱۲۸۵۶۳۲۸ ایران ۷۸ بنام علی حمدی آبگرم مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد.

اسلامشهر

امریکا برای اولین بار از زمان شروع جنگ علیه فلسطینیان در غزه، اسرائیلی‌ها را تحت فشار گذاشته تا به یک آتش‌بس تن بدهند؛ آن‌هم نه به دلایل انسان‌دوستانه یا کم شدن حمایت از رژیم صهیونیستی.
حس مقام‌های ایالات متحده این است که بنیامین نتانیاوو وزیر جنگ او، هیچ استراتژی معینی، به جز «کشتن» برای غزه ندارد. نتانیاوو دیروز با یوآو گالاتت وزیر جنگ و بنی گانتس عضو کابینه جنگ یک کنفرانس مطبوعاتی مشترک گذاشتند، جایی که نتانیاوو گفت که «ما موفقیت‌های بزرگی کسب کرده‌ایم. قصد توقف نداریم و تا آخر ادامه خواهیم داد.»
امریکایی‌ها اما از یک آتش‌بس سه‌روزه حمایت می‌کنند، آتش‌بسی که از قرار حماس در آن ده، پانزده اسیر را آزاد می‌کند که از نظر یابدن، باعث «ترویج آزادی گروگان‌ها» خواهد شد. ■■■

کاخ سفید و تل آویو ظاهراً بر سر دو نوع شکست در جنگ غزه اختلاف نظر دارند. شکست مدنظر امریکا، وضعیتی است که می‌تواند در کوتاه مدت به آزادی حدود ۱۲۴۰اسیر منجر شود، ولی تبعات در ناک ضره‌ای که اسرائیلی‌ها در ۱۷اکتبر از حماس دریافت کردند، باقی خواهد ماند. زودن عواقب این تبعات، یک فرایند میان مدت است یا حتی بلندمدت؛ چیزی که آنتونی بلینکن وزیر خارجه امریکا در واکنش به انتشار بیابنه نشست وزیران خارجه کشورهای گروه

۷ در توکیو، بیان کرده است: «تنها راه برای اطمینان از اینکه این بحران هرگز دوباره انفاق خواهد افتاد، اقدام برای ایجاد شرایطی برای استقرار صلح و امنیت پایدار است.» چیزی که امریکایی‌ها ن را مستلزم زنده شدن مجدد راه‌حل دو دولتی می‌داند. به همین دلیل، انگونه که منابع غربی گفته‌اند، یابدن از نتانیاوو خواسته با یک آتش‌بس سه‌روزه برای «ترویج آزادی» اسیران موافقت کنند. طبق این پیشنهاد، حماس ۱۰ تا ۱۵ اسیر را آزاد می‌کند و از روزهای آتش‌بس برای تأیید هویت همه اسیران و ارائه لیستی از اسامی اسیرانی می‌کند. خبرگزاری فرانسه به نقل از منبع آگاه از مذاکرات گفت: «توقف آزادی اسیران در ازای آتش‌بس در غزه میانجیگری می‌کند. انگونه که منابع غربی می‌گویند نتانیاوو یابدن گفته که به حماس اعتماد ندارد تا به قول خود عمل کند و اسرائیل پس از آتش‌بس سه‌روزه حمایتی برای ازسرگیری درگیری‌ها دریافت نخواهد کرد.

■ **استراتژی «تا آخر می‌رویم»**

در مقابل، بنیامین نتانیاوو و حلقه محدود اطرافشان

نتش

پنagoon: طی ۳ هفته دست‌کم ۴۰ بار در سوریه و عراق هدف قرار گرفته‌ایم

معاون سخنگوی وزارت دفاع امریکا گفت که نیروهای این کشور طی سه هفته اخیر، حداقل ۴۰بار مورد حمله قرار گرفته‌اند که ۲۲ بار در عراق و ۱۸ بار در سوریه بوده است. به دنبال تشدید جنگ در اراضی اشغالی فلسطین، پایگاه‌های امریکایی در مناطق مختلفی از عراق و سوریه طی روزهای گذشته هدف حمله قرار گرفته که به زخمی شدن دهها نظامی امریکایی منجر شده است. حملات مقامات، اشغالگران امریکایی را مجبور کرد تا دو سوم پرسنل نظامی و غیرنظامی «خود را در عراق علاوه بر خروج سفیر و کارکنان اصلی، تنها ظرف یک هفته از این کشور خارج کنند. فقط در یک مورد، مقاومت اسلامی عراق روز سه‌شنبه یک پایگاه اشغالگران امریکایی را در روستای الحضر در خاک سوریه به هدف قرار داد و اعلام کرد که این حمله با استفاده از پهپاد صورت گرفته و این سوسمین حمله به پایگاه‌های امریکایی در یک روز است. سارین سینگ شامگاه سه‌شنبه گفت: «ما شاهد افزایش حملات هستیم اما تاکنون، تلفات قابل توجهی ندیده‌ایم، آسیب قابل توجهی به زیرساخت‌های خود نداشته‌یم.» سینگ اعلام کرد در باره زمانی بین ۱۷ اکتبر تا ۱۷ نوامبر، نیروهای امریکایی حداقل ۴۰ بار مورد حمله قرار گرفته‌اند که ۲۲ بار در عراق و ۱۸ بار در سوریه بوده است. او درباره بازدارندگی امریکا علیه گروه‌های مقاومت که متهم به حمله به پایگاه‌های امریکا در سوریه و عراق از اواسط اکتبر هستند، هم گفت: «بازدارندگی در حال حاضر به‌طور باورنکردنی از سوی ما قوی است. ما در حال ارسال پیامی باورنکردنی در هر بازگير دولتی یا غیردولتی هستیم که بخواد در جنگ با غزه وارد شود.» وی با بیان اینکه تعداد کل نیروهای زخمی شده امریکایی در این حملات ۴۶ نفر است، افزود: «این حملات شامل ترکیبی از پهپادهای تهاجمی و موشک‌ها هستند.»

در مورد لبنان هم، اگرچه ارتش صهیونیست‌ها جنوب لبنان را هدف قرار دادند اما مدن حالوتی، رئیس سابق ستاد ارتش رژیم صهیونیستی به‌روشنی اعلام کرد که مهم‌ترین هدف این رژیم در حال حاضر، عدم ورود به جنگ با لبنان است. همچنین، رسانه‌های عبری زبان دیروز اعلام کردند که یک موشک هدایت‌شونده ضربه از خاک لبنان به الجلیل غربی در شمال فلسطین اشغالی برتاب شد. برخی گزارش‌ها حاکی از این است که حزب‌الله در گفت‌وگو با رهبران حماس اعلام کرده در چند روز آینده به شهر کبک‌های شمالی رژیم صهیونیستی حمله کرده و آنها را تصرف خواهد کرد.

پيرو المللك

سرورسین‌الملل۲۰۶۰۸۵۳۲۰

دعوا بر سر «استراتژی شکست» بین امریکا و اسرائیل

کاخ سفید و تیم نتانیاوو درباره دو نوع بر خورد با جنگ در غزه به نقطه اختلاف جدی رسیده‌اند



ابمادام دیروز مدعی شد: «من نمی‌دانم پس از حذف حماس چه اتفاقی خواهد افتاد، اما اُچنگ آبا چیزی کمتر از حذف آنها پایان نمی‌یابد.» او گفت: «تا پایان مأموریت نابودی حماس به‌صیر نیاز داریم و نیمی از پیروزی را نمی‌خواهیم.» این روایتی است که امریکایی‌ها ن را قبول ندارند. منتقدان استراتژی «تا آخر ادامه خواهیم داده زوج نتانیاوو- گالاتت، تردیدهایی جدی درباره معنی «نابودی حماس» دارند، چیزی که این‌دو ن را به شکل مبهم مطرح و از توضیح دربراه معنی آن خودداری کرده‌اند. ایهود اولمرت دیروز نتانیاوو را دچار بحران عصبی» خواند که باعث شده «صبر متحدان غربی» از او لبریز شود. مقام‌های دولت یابدن حالا، اما، به جای نابودی حماس که آن را گزینه تحقق‌ناپذیر می‌دانند، روی حذف آن از تزیینات امنیتی غزه تأکید می‌کنند. جان کریسی، مانهنگ‌کننده از تباطات راهبردی شورای امنیت ملی امریکا سه‌شنبه شب در نشست خبری گفت: «حماس نمی‌تواند بخشی از آینده غزه باشد و رابرتی‌ها دربار، شکر کمروانی در غزه

۱۵ جوان

روزنامه جوان | شماره ۶۸۹۳

دارد رسیدگی کرده» ولی این‌ها رم روشن کرده که اسرائیل نباید غزه را بعد از پایان جنگ با حماس بار دیگر اشغال کند. بلینکن گفت ایالات متحده معتقد است عناصر کلیدی باید شامل «عدم تغییر مکان اجباری فلسطینیان از غزه، نه اکنون و نه بعد از جنگ؛ عدم استفاده از غزه به عنوان بستری برای تروریسم؛ سایر حملات خشونت‌آمیز؛ و عدم اشغال دوباره غزه بعد از پایان درگیری» باشد. به گفته وی، سایر شرایط شامل عدم تلاش برای انسداد و محاصره غزه یا هر گونه کاهش (کوچک‌سازی) در قلمرو غزه می‌شود. ودانت پاتل، سخنگوی وزارت خارجه امریکا هم در موضی روشن‌تر ضمن این‌که گفته کاخ سفید «از جابه‌جایی اجباری فلسطینیان به خارج نواز غزه هم حمایت نمی‌کند» این‌ها رم روشن کرده که «موضع ما این است که فلسطینیان باید خودشان در رأس تصمیم‌های مرتبط با آموزش باشند و اینکه غزه جزئی از سرزمین فلسطینیان است و باید هم بخشی از سرزمین آنها باقی بماند.»

تحت چنین شرایطی، هر چند نتانیاوو همچنان مقابل طرح‌های آتش‌بس مقاومت کرده، ولسی تحلیلگران رژیم صهیونیستی روز چهارشنبه گفتند جنگ غزه به شکل کنونی احتمالاً در روزهای آینده به دلیل فشارهای امریکا دربراه آتش‌بس و تحقق معامله تبادل اسرا به پایان خواهد رسید، هر چند احتمالاً به شکل متفاوتی از طریق بورش‌های رژیم صهیونیستی به نواز غزه و عملیات ترور رهبران حماس و گروه‌های دیگر فلسطینی از سر گرفته شود. رادیو ابوش رژیم صهیونیستی به نقل از مسئولان امنیتی گزارش کرد: هدف ما اشغال تمام شهر غزه نیست. ما نیازی به آن نداریم. هدف فروپاشی مراکز حماس در شهر غزه و مقرهای فرماندهی در زیر بیمارستان‌ها و مساجد مرکزی و مراکز دیگر است و در این صورت می‌توان برای تحقق اهداف جنگ به پیشروی ادامه داد. ناحوم غیرقابل پیش‌بینی است.

■ **واشنگتن: غزه اشغال نشود**

دولت یابدن علاوه بر این، دربراه طرح‌های رژیم صهیونیستی برای اشغال مجدد غزه تردیدهایی جدی دارد، چیزی که آنتونی بلینکن وزیر خارجه امریکا سه‌شنبه شب آن را به زبان آورد. بلینکن هرچند مقررهای فرماندهی در زیر بیمارستان‌ها و مساجد مرکزی و مراکز دیگر است و در این صورت می‌توان برای تحقق اهداف جنگ به پیشروی ادامه داد. ناحوم غیرقابل پیش‌بینی است.

یاد کرده است.

ماشین جنگ اسرائیل در غزه کم آورد

۳۶ کشته، انهدام ۱۲۱ تانک و خودروی زرهی، صهیونیست‌ها را به گرفتن سلاح از امریکا واداشت

وی تأکید کرد: «این قرارداد شامل مقدار نسبتاً کمی بول است در حالی که هنوز هیچ شرایطی برای پرداخت آن مشخص نشده است.»

دراز کردن دست‌گدایی به سمت امریکا در حالی است که نتانیاوو و دوستانش مدعی هستند که آنقدر سلاح دارند که برای مدت طولانی می‌توانند در غزه بچنگند اما تجربه ثابت کرده صهیونیست‌ها برای جنگ‌های طولانی آمادگی ندارند و همین مسئله مقامات امریکایی را هم نگران کرده است. همانگونه که آنتونی بلینکن، وزیر خارجه امریکادر سخنانی اشغال غزه را اشتباه خواند، زیرا به با‌اعان امریکایی‌ها این اقدام هزینه‌های زیادی را بر تل آویو و حتی واشینگتن تحمیل خواهد کرد. سناتور یوهای مورد انتظار برای پایان درگیری زمینی در غزه از روز اول بحران میهم به نظر می‌رسید و این موضوع بارها از سوی مقامات امریکایی و صهیونیستی بیان شده است، زیرا اسرائیل نه توان لازم برای ادامه جنگ دارد و نه برنامه‌ای برای دوره پس از جنگ دارد. نابودی حماس، تقسیم غزه به دو قسمت شمالی و جنوبی و حتی اشغال آن رویاها برزای‌هایی است که امریکا در تئوری‌های تل آویو برای موضوع مطرح می‌کنند اما در عمل رسیدن به این هدف بسیار دشوار است، چرا که در صورت تشدید تنش‌ها احتمال گشوده شدن جبهه دیگر علیه اسرائیل به ویژه از سمت لبنان وجود دارد که می‌تواند ایجاد منطفه‌ای به خود بگیرد و در این صورت صهیونیست‌ها هزینه‌های سنگینی را باید بپردازند.

از سوی دیگر، مقامات تل آویو که با واقعیت‌میدانی در غزه بی‌بره‌اند و می‌دانند کار سختی در پیش دارند، برای اینکه شهروندان داخل سرزمین‌های اشغالی را به پیروزی امیدوار کنند به سیاست دروغ‌پردازی رسانه‌ای روی آورده‌اند.

شبهه ۱۴ اسرائیل نزدیک به نتانیاوو، سه‌شنبه شب با انتشار یک ویدئو مدعی شد که ارتش اسرائیل چند تونل را در غزه کشف کرده و نیروهای ارتش داخل تونل‌ها تله و تیروهای حماس را کشته‌اند. اما شبهه ۱۱۳ رژیم مچ رسانه رقب‌ا گرفته و گفته که این ویدئو مربوط به یک سال قبل بوده و از داخل غزه نیست. عملیات طولفان الاقصی مرحله ترانزیت هستند و سازماندهی‌های رهگیر وارد شده‌اند. بوش تأکید کرد: «این‌اجاره سریع‌تر راه برای ارسال موشک‌های کیند آه‌نین و موشک‌های رهگیر تامر به اسرائیل در پی حملات حماس بود.»

چشم‌انداز

کرملین: دکترین مسکو برای مقابله با ماهیت تهاجمی غرب تعیین شده است

دیمیتری پسکوف، سخنگوی کاخ کرملین روز چهارشنبه گفت که با توجه به خطرات استفاده از تسلیحات گسترش‌جمعی، ماهیت تهاجمی اقدام‌ها مجموعه غرب علیه روسیه مخفی نیست و مسکو یک دکترین دارد که همه چیز در آن با دقت تشریح شده است. به گزارش «اسپوتنیک»، پسکوف در سخنانی تأکید کرد که تعلیق عملی مشارکت در پیمان نیروهای مسلح متعارف در اروپا از سوی امریکا و کشورهای ناتو، وضعیت را تغییر نخواهد داد. وی بر این عقیده است که گفت‌وگو در مورد ثبات راهبردی بین روسیه و غرب ضروری است اما نه اینکه فقط یک طرف در آن صحبت کند. سخنگوی کاخ کرملین تأیید داری‌های روسیه در خارج کشور را شامل هزینه برای کسانی دانست که این کار را انجام می‌دهند. وی تأکید کرد که اقدام تلافی‌جویانه‌ای وجود خواهد داشت. از سوی دیگر، «تیکلای پاتروف» دبیر شورای امنیت روسیه درباره اثرات مواضع و سیاست‌های مغرب امریکا و متحدانش بر وخامت اوضاع امنیت جهان صحبت کرد. به گزارش «ویترز»، دبیر شورای امنیت روسیه درباره تبعات مواضع و سیاست‌های مغرب امریکا و متحدانش روی وخامت اوضاع امنیت در جهان و احتمال استفاده از سلاح‌های ممنوعه هشدار داد. به گفته این مقام ارشد امنیتی روسیه، نتیجه طبیعی سیاست‌های مغرب ایالات متحده، وخیم شدن امنیت جهانی است. خطر استفاده از سلاح‌های اتمی، شیمیایی و بیولوژیک در حال افزایش یافتن است. نیکلای اوشورف و ایشاره به خلف‌وخط‌های بیابنی امریکایی‌ها در قبال توافقات دوجانبه و بین‌المللی این کشور افزود: «رژیم بین‌المللی کنترل تسلیحات تضعیف شده است.» هشدار این مقام ارشد روس در شرایطی مطرح شد که روسیه به دنبال تشدید تنش‌ها با امریکا و کشورهای عضو ناتو، روز سه‌شنبه، س‌م‌آز معاهده نیروهای مسلح متعارف که بعد از جنگ سرد میان مسکو و غرب امضا شده بود، خارج شد و تأکید کرد که این معاهده برای این کشور به تاریخ پیوست.

اخبار کوتاه

■ **نامه ایران درباره تهدید هسته‌ای غزه**

نماینده ایران در سازمان ملل در نامه‌ای به شورای امنیت درباره تهدید هسته‌ای رژیم صهیونیستی، از جامعه جهانی خواست که ضمن محکوم کردن اظهارات بی‌ب‌و و خطرات‌ناک مقامات این رژیم، به آن فشار وارد کند تا برنامه تسلیحات هسته‌ای خود را متوقف کند. «عمیخ‌ای‌الیاوو» وزیر میراث رژیم صهیونیستی اخیراً در برنامه‌ای تلویزیونی خواستار مبارزان اتمی غزه شد؛ اظهاراتی که واکنش‌هایی را به همراه داشت و او سپس گفتش را پس گرفت و از موضعی که اتخاذ کرده بود، عقب‌نشینی کرد. «امیرسعید ابروانی» سفیر و نماینده دائم ایران در سازمان ملل در نامه‌ای به رئیس فغلی شورای امنیت سازمان ملل متحد درباره تهدید هسته‌ای این رژیم نوشت: «ما بلم توجه شورای امنیت را به موضوع بسیار نگران‌کننده‌ای جلب کردیم. تهدید به اشغال غزه از سال‌های گذشته به رژیم اسرائیل علیه غیرنظامیان آسیب‌پذیر و بی‌گناه در نواز محاصره شده غزه، مردم بی‌دفاع غزه که در معرض تجاوزات نظامی مداوم اسرائیل، کشتارهای وحشیانه، جنایات و مجازات‌های دسته‌جمعی قرار گرفته‌اند، که همگی نقض آشکار قوانین بین‌المللی بشردوستانه به حساب می‌آید، اکنون با تهدید هسته‌ای رژیم یاغی اسرائیل روبه‌رو هستند. آنچه نگرانی ما را تشدید کرده، ادعایی است که وزیر میراث اسرائیل در مصاحبه اخیر خود بیان داشته است.» این اظهارات همچنین با واکنش حسین امیرکندلیان، نماینده دائم ایران در سازمان ملل و ناصر کنعانی، سخنگوی این وزارتخانه نیز روبه‌رو شد. امیرعبداللهیجان در این باره در شبکه اجتماعی ایکس نوشت: اظهارات وزیر رژیم اسرائیل به استفاده از بمب اتمی نشانگر شکست واقعی رژیم در برابر مقاومت است. شورای امنیت سازمان ملل و آژانس بین‌المللی انرژی اتمی باید برای خلع سلاح اتمی این رژیم وحشی و آپارتاید فوری و بدون وقفه اقدام کنند. فردا دیر است. مسئولیت کامل این نسل‌کشی با کاخ سفید است.

■ **چین، روسیه، کره شمالی و ایران امریکا را به چالش می‌کشند**
یکی از مشاوران امنیت ملی پیشین امریکا هشدار داد، کشورهایی نظیر چین، روسیه، ایران و کره شمالی قادرند منافع ملی امریکا را در عصر جهانی به چالش بکشند. به گزارش ایسنا، «اِبرت جی‌چوزف» که در دوران ریاست‌خود به تنظیم سیاست راهبردی این کشور کمک کرده بود، بیان کرد: نقش رهبری ایالات متحده امریکا که طی هفت دهه اخیر ایفا کرده، امروز تحت فشار زیادی نسبت به گذشته است. او یک رویداد مجازی تحت عنوان «واشنگتن بریف» که از سوی روزنامه واشنگتن تایمز بر گزار شده بود، افزود: تلاش‌های ایالات متحده برای مهار تنش‌های فرایند در آسیا و جنگ‌هایی در خاورمیانه و اروپا از سوی کشورهای مقتدر تضعیف می‌شوند.

■ **ضرب‌الاجل ۱۰روزه جلوگیری از تعطیلی دولت امریکا**
هم‌زمان با تشدید احتمالات مبتنی بر تعطیلی دولت امریکا، جمهوریخواهان مجلس نمایندگان این کشور بر سر تصویب برنامه بودجه با یکدیگر به اختلاف نظر خورده‌اند. جمهوریخواهان مجلس نمایندگان امریکا هنوز نتوانسته‌اند برنامه واحدی را جهت رسیدگی به برنامه بودجه در استانه مهلت قریب‌الوقوع تعطیلی دولت در تاریخ ۱۷ نوامبر ارائه کنند. جلسه روز سه‌شنبه پشت‌درهای کمیته‌مأموریت موضوع بررسی بودجه کشور بی‌نتیجه بوده و نمایندگان به توافقی بر سر این موضوع نرسیدند. به گزارش «نیوزویک»، در حالی که تنها ۱۰ روز فرصت برای جلوگیری از تعطیلی دولت امریکا فرصت باقی‌مانده است، رئیس مجلس نمایندگان امریکا در جریان یک کنفرانس مطبوعاتی در پاسخ به سوآلی که از وی پرسیده شد، عنوان کرد که اعضای حزبی‌ش هنوز در مورد انجام یک برنامه‌ریزی رو به جلو در این زمینه به نتیجه نرسیده‌اند.

■ **موشک بالستیک هند برای استقرار در مرز چین و پاکستان**
وزارت دفاع هند سه‌شنبه شب از آزمایش موشک بالستیک بومی برد کوتاه برای استقرار در مرز این کشور با چین و پاکستان خبر داد. به گزارش وبگاه شبکه خبری «دی‌تی‌وی» یک مقام دفاعی هند گفت که یگان موشکی این کشور روز سه‌شنبه یک موشک بالستیک برد کوتاه سطح به سطح به نام «پرالی» را از جزیره «عبدالکلام» در سواحل «وَدیشا» با موفقیت آزمایش کرد. این موشک توسط سازمان تحقیق و توسعه دفاعی هند ساخته شده است. روابط‌هندو چین از زمان درگیری بین‌نظامیان آنها در هیمالیا در ژوئن ۲۰۲۰ که منجر به کشته شدن حداقل ۲۰۰ نظامی هندی و چهار نظامی چینی شد، تیره شد. تنش‌ها اخیراً بر سر ساخت پلی توسط چین روی دریاچه «پانگونگ تسو» که در امتداد مرز قرار دارد، افزایش یافته است.

■ **استقرار خودروهای زرهی چین نزدیک سواحل تنگه تایوان**

وبگاه «گلوبالنیس» «جینز دیفنس» گزارش کرد که ارتش چین در راستای تقویت خطوط مرزی با تایوان شمار نامشخصی خودروهای زرهی را در سواحل خود نزدیک یک جزیره تایوان مستقر کرده است. وبگاه «جینز دیفنس» نوشت که شمار نامشخصی از خودروهای زرهی جدید ارتش چین در شرق «گونگ‌گومل» نزدیک ۱۰۰ کیلومتری جزایر «کینمن» در تنگه تایوان مستقر است و در صورت درگیری به سرعت وارد عمل می‌شوند. یک مقام بیرونی هوایی امریکا گفت که تایوانی‌ها در صورت آموزش و برخورداری از تجهیزات مناسب، مایل به جنگ با چین هستند.

سهم ۱۰ قسمتی چاپهار از فصل پنجم سریال «نون خ»

فصل پنجم سریال کمدی «نون خ» ساخته سعید آقاخانی ۲۵قسمت دارد که ۱۰ قسمت آن در چاپهار می گذرد. مهدی فرجی تهیه کننده «نون خ» با اعلام این خبر که بخشی از این سریال در استان کرمان و سیستان و بلوچستان تصویربرداری می شود و قصه سریال همرا با کردها به چند قومیت می پردازد، اظهار داشت: فصل جدید مجموعه «نون خ» قرار است با محوریت محیطزیست در ۲۵قسمت ساخته‌شود. افرادی که در این بخش‌ها حضور دارند، از هنرمندان بومی این دو استان انتخاب شده‌اند. علیرضا کیخا،مدیر کل صداوسیما می مرکز سیستان و بلوچستان نیز گفت: همه ظرفیت‌های صداوسیما را به کار گرفتیم تا به لحاظ نیروی انسانی و تجهیزات این کار را در استان اجرایی کنیم. فصل پنجم سریال «نون خ» شامل ۲۵ قسمت است و پخش آن هم‌زمان با شروع ماه رمضان شروع می‌شود و ادامه آن در نوروز سال ۱۴۰۲ روی آنتن شبکه یک می‌رود. نون خ سریالی به کارگردانی سعید آقاخانی و نویسندگی امیروفایی است که از نوروز ۱۳۹۸ از شبکه یک به نمایش درآمده و تاکنون چهار فصل از این مجموعه ساخته شده‌است. این سریال در نوروز سال‌های ۱۳۹۸، ۱۳۹۹، ۱۴۰۰ و ۱۴۰۲ از شبکه یک و شبکه تماشا پخش شدند.

شکسته شدن رکورد حضور روزانه مخاطب در سینما

رکورد حضور روزانه مخاطب در سینما با حضور بیش از ۲۸۰ هزار نفر در روز سه‌شنبه ۱۶ آبان ماه شکسته شد. محمدرضا صابری، دبیر و سخنگوی انجمن سینماداران درباره شکستن رکورد حضور مخاطب در سینماهای کشور در یک روز بیان کرد: با حفظ تنوع ضمنی در فیلم‌های روی پرده و چپش صحیح اکران بیش از ۲۸۰ هزار نفر در یک روز (سه‌شنبه ۱۶ آبان ۱۴۰۲) از فیلم‌های روی پرده دینن کردند. وی تأکید کرد: این میزان استقبال از فیلم‌ها در یک روز بی سابقه بوده که نویدبخش روزهای پر رونق تری برای سینمای کشور است. این مدیر سینمایی درباره دلیل این اتفاق مثبت در اکران توضیح داد: با تعامل درست بین سازمان سینمایی، شورای صنفی نمایش و انجمن سینماداران و نظارت اصولی بر اکران سینماها توانست‌ایم در انتخاب فیلم‌ها و ژانر آنها به تنوع دست یابیم که این امر باعث می‌شود سلیقه‌های مختلف بتوانند آثار مدنظر خود را در سینما تماشا کنند.

صابری اضافه کرد: اگر این روند ادامه دار باشد تا پایان سال هدف‌گذاری هزار میلیارد فروش برای سینمای ایران محقق خواهد شد. فیلم‌های کودک و نوجوان هم روزهای پررونقی در اکران تجربه می‌کنند، در کنار مدیریت اصولی، تنوع ژانر فیلم‌های روی پرده و پر بودن سبد اکران برای هر سلیقه از ژانر کودک و نوجوان تا کمدی، آثار اجتماعی و دفاع مقدس در دست‌یابی به این موفقیت بزرگ تأثیر بسزایی داشته‌است. در صورت توجه درست به ژانر‌های مختلف، مخاطب نیز از آنها استقبال خواهد کرد و این امر به رونق تولید متنوع منجر خواهد شد.

۵۰ سالگی برنامه رادیویی «راه‌شب»

برنامه قدیمی «راه‌شب» که قدمت آن به ۵۰ سال می‌رسد، همچنان هر شب از رادیو ایران شنیده می‌شود. «راه‌شب» هر شب از یک گروه برنامه‌ساز روی آنتن رادیو ایران می‌رود. بحیرایی، مدیر گروه ورزش و تفریحات رادیو ایران در توضیحاتی درباره جزئیات ساخت این برنامه پس از گذشت ۵۰ سال عنوان کرد: «راه‌شب» شب‌های مختلف به گروه‌های مختلف تحویل داده‌می‌شود و گروه‌ها آن چارچوب را رعایت می‌کنند، اما رنگ و بوی گروه خودشان را به آن برنامه اضافه می‌کنند و چارچوب کلی برنامه ثابت است و بخش‌های مختلفی دارد که در تمام شب‌ها مشترک و مجربان هر شب هم متفاوت است.

وی ادامه داد: شب‌های مختلف از مجریان مختلف استفاده می‌کنیم که از جمله این مجریان می‌توان به نیتکام، همتی، سعید پاکباز، اود حیدری و عمادعلی احمدی کرد. بحیرایی درباره دشواری‌های اجرای برنامه شبانه نیز گفت: این برنامه به جنس مخاطب برمی‌گردد، ما معمولاً در برنامه‌های صبحگاهی، مخاطبان گزری زیاد داریم، اما واقعیت این است که مخاطب برنامه‌های شبگاهی به ویژه در ساعت ۳۰ دقیقه به‌لمداد تا ۲ و ۳ دقیقه، به نوعی مخاطب پاتوقی برنامه محسوب می‌شوند. به همین دلیل انتظاراتی که این مخاطبان دارند، با مخاطبان برنامه‌های دیگر متفاوت است، مخاطبانی یک هم‌راه و رقیب می‌خواهند، اینکه یک نفر به عنوان دوست و هم‌راه کنارشان باشد، حس خوشایندی برای مخاطب ایجاد کند و ماسعی کردیم در برنامه «راه‌شب» این حس را به شونده‌ها القا کنیم. وی درباره ماندگاری برنامه «راه‌شب» هم در پایان با اشاره به اینکه قدمت سی ۵۰ ساله دارد، گفت: این برنامه به جنس مخاطبانش برمی‌گردد. در تمام این ۵۰ سال رشد کرده و پاینده و خیلی از برنامه‌های دیگر هم بر این مینا ساخته شده‌اند.

کتاب

<div><div></div><div><div>جوهر</div></div></div>
<div>روزنامه جوان شماره ۶۹۹۳ پنج‌شنبه ۱۸ آبان ۱۴۰۲ ۲۴ ربیع‌الثانی ۱۴۴۵ اذان ظهر: ۱۱:۴۸ غروب آفتاب: ۱۷:۰۲ اذان مغرب: ۱۷:۲۱ نیمه‌شب: ۲۳:۰۵ اذان صبح فردا: ۰۵:۰۰ طلوع آفتاب: ۰۶:۳۵</div>
<p>روز نامه‌سیاسی، اجتماعی و فرهنگی صبح ایران</p> <p>صاحب امتیاز: پیام‌وران نشر روز</p> <p>مدیرعامل و مدیرمسئول: محمدجواد اخوان</p> <p>سر‌دبیر: غلامرضا صدقیان</p> <p>آدرس: تهران، خیابان بیهقی</p> <p>کوجه شهید اکبر زجاجی (چهاردهم غربی)، پلاک ۱۲</p> <p>سازمان آگهی‌ها: ۸۸۵۴۵۴۸۸</p> <p>روابط عمومی: ۸۸۵۲۳۰۶۰</p> <p>توزیع: مؤسسه نشرگستر امروز نوین ۹۴۲-۸۸۷۲۰</p> <p>چاپ: همشپری</p> <p>Public@JavanOnline.ir</p>

هشدار درباره مرمت‌های سلیقه‌ای بناهای تاریخی این‌بار در شیراز

مرمت و حفاظت از آثار تاریخی نیاز به حساسیت و ظرافت‌هایی دارد که مانند راه رفتن بر لبه تیغ است و اگر این مرمت سلیقه‌ای پیش برود تمام هستی و تاریخچه یک اثر از بین خواهد رفت



جواد محرمی

انجمن صنفی مرمتگران آثار تاریخی استان فارس درباره شیوه‌مرمت برخی بناهای تاریخی شیراز هشدار داد و آن را به عنوان «تخریب پنهان» و «تغییر هویت» این شهر نام برد. مرمت غیراصولی آثار باستانی موعوم تاریازی نیست مهم‌ترین مورد گنبد مسجد شیخ لطفاله اهضهان بود که در نهایت حیرت به غیر تخصصی ترین شکل ممکن مورد مرمت(تخریب تخریب) قرار گرفت و خاطر علاقه‌مندان به میراث فرهنگی در کشور را مکرر کرد.
اینکه چه سازو کارهایی باعث می‌شود مرمت بناهای بزرگ و کوچک در سطح شهر به نام مرمت گاه و بیگاه چنین با غفلت و تسامح در معرض آسیب قرار بگیرند، مسئله‌ای است که به نظر می‌رسد برای اصلاح و توقف آن هنوز سازو کارهای دقیق و مشخصی از سوی مسئولان در نظر گرفته نشده است.

آنچه‌سبب‌شدمرمت‌غیراصولی‌گنبدمسجدشیخ لطفاله باشد زیادری درحجم‌نگرانی‌هایزیاد، این بود که اگر قرار باشد بنای تاریخی چنین مهم و بزرگی در کشور به اسم مرمت مورد آسیب قرار بگیرد در صورت اتخاذ نکردن تدابیر لازم بناهای دیگر ممکن است دچار چه آسیب‌هایی شوند.

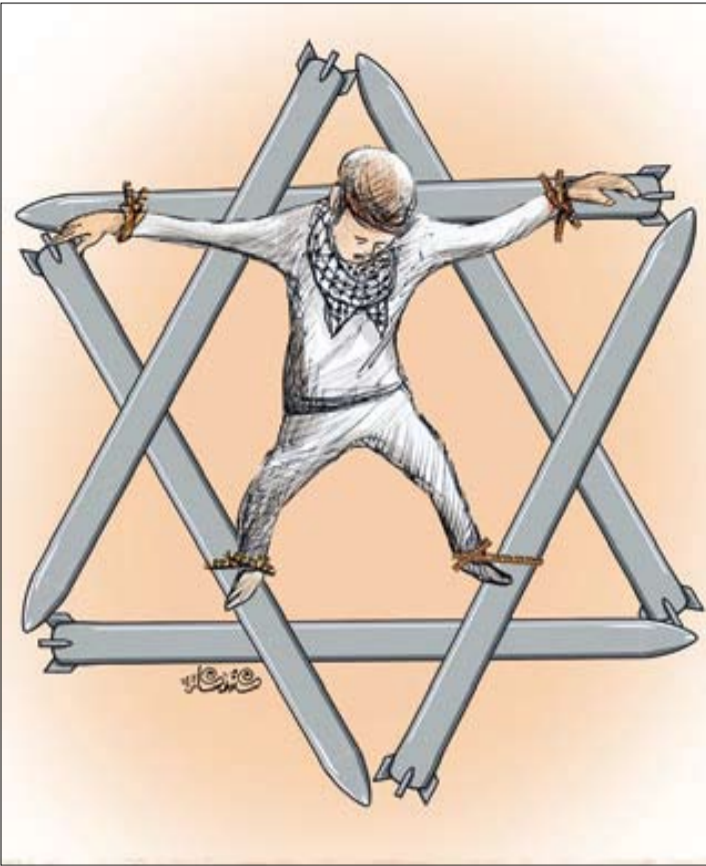
اخیرا انجمن صنفی مرمتگران آثار تاریخی استان فارس نسبت به موضوع مرمت‌های غیر تخصصی در این استان هشدار داده است. این انجمن در حالی درباره حجم مرمت‌های سلیقه‌ای در شیراز هشدار داده که محدوده ۳۶۰ هکتار از بافت تاریخی شهر شیراز با ۱۰۰ اثر ثبتی و ۲ هزار و ۵۰۰ بنای ارزش تاریخی تابستان ۱۴۰۲ قهرست میراث ملی ایران ثبت شده و مطابق قانون، حفاظت از این بافت و آثار آن الزامی است.

چگونه این میراث گرمتقدر رازج می‌نهم؟
انجمن صنفی مرمتگران آثار تاریخی استان فارس در این بیانیه، بافت تاریخی این شهر را همیراث گرانبها و عصاره تمام گذشتگان « دانسته و تأکید کرده‌است: اینک ما به عنوان یک امانتدار، چگونه این میراث گرمتقدر را جج می‌نهم و چه چه‌نحو این هدیه هزار ساله پدرانمان را برای فرزندانمان به ارث می‌گذاریم که هویت و اصالتمان را خدش‌دار نکند، مهم‌ترین وظیفه و وعده‌ماست.

حکمت

امیرالمؤمنین علی علیه‌السلام: هر که سه به کارهای بی‌فایده مشغول شود، آرزوی مهمش را از دست می‌دهد.

غرزالحکم، حدیث ۸۶۳۲



شیراز نباشد و در هر کجای دیگر باشد.
■ خطر غلبه نگاه سرما به‌سالار به میراث‌فرهنگی

مسئله مهمی که در مرمت‌های سلیقه‌ای باید مسورد توجه قرار گیرد، تبدیل شدن این ناهنجاری به ارزش در بازار کار و نگاه سرمایه‌گذاران است، به‌نحوی که این سبک و سیاق مرمت در حال رواج است و به‌زودی زود دیگر اثری از هویت تاریخی شیرازی در هیچ کدام از بناهای مرمت شده بافت نخواهیم دید و شاهد دگرگونی و تغییر هویت خواهیم بود.

موضوع غلبه سرمایه بر موضوع فرهنگ در بحث میراث فرهنگی که در متن هشدارگونه انجمن صنفی مرمتگران آثار تاریخی شیراز به آن اشاره شده، نگرانی تازه‌ای نیست. وقتی میان دخالت دادن بخش خصوصی به مباحث تخصصی افراط صورت بگیرد و حد و مرز این مسئله به‌طور دقیق مشخص نشودقطعاً آسیب‌خواهددیدموضوع فرهنگ است. بی‌تردید نگاه مسئولان به معماری و بناهای تاریخی باید نگاهی کاملاً فرهنگی باشد و اگر قرار باشد بخش خصوصی به ماجراجویی که حساسیت‌های ملی درباره آن وجود دارد، وارد شود دولت‌ها موظفند سازو کارهای نظارتی دقیق را در نظر بگیرند. در واقع دولت در سپردن مباحث فرهنگی و هنری به بخش خصوصی باید ابتدا سازو کارهای نظارتی را محکم کند و پس از آن از ورود سرمایه‌به‌نیروی بخش خصوصی استقبال و اگر قرار باشد بخش خصوصی به ماجراجویی که حساسیت‌های ملی درباره آن وجود دارد، وارد شود دولت‌ها موظفند سازو کارهای نظارتی دقیق را در نظر بگیرند. در واقع دولت در سپردن مباحث فرهنگی و هنری به بخش خصوصی باید ابتدا سازو کارهای نظارتی را محکم کند و پس از آن از ورود سرمایه‌به‌نیروی بخش خصوصی استقبال کند.این موضوع ظرافت‌های خاص خود را می‌طلبد. بخش خصوصی به‌طور عادی نگاه کلان و ملی به مسائل نخواهد داشت و این امکان وجود دارد که به موضوع مرمت بیشتر به‌منابه یک منبع در آمد نگاه کند.وقتی اثر تاریخی به عنوان یک طعمه برای نتیجه‌ای حاصل خواهد شد.

در بخش دیگر این بیانیه آمده است: گهگاهی در این دوره و زمانه، شاهد تخریب به عمد و غیر عمد بناهای تاریخی در بافت به‌هم پیوسته شیراز (برخی به بهانه توسعه، برخی به بهانه نوسازی و برخی به بهانه تعریض گذر) هستیم. خوشبختانه سازمان‌های مردنه‌اند، انجمن‌های صنفی و افکار عمومی با آگاهی توانسته‌اند در این زمینه راه و از سرعت این تخریب‌ها بکاهدند، اما اشاره ما به تخریب‌های پنهانی است که در ظاهر امر حمایت نام گرفته‌ا، اما در عمق و درون کمتر از تخریب‌های عمدی به بافت و هویت تاریخی شیراز ضربه زوده است.

انجمن صنفی مرمتگران آثار تاریخی استان فارس یادآور شده است: تخریب اگرچه به هویت و اصالت تاریخیمان به صورت بی‌اعتناست، اما تغییر نادرست باعث تغییر نامحسوس و آرام هویت و اصالت تاریخیمان می‌شود و کم نیستند این تغییرهای سلیقه‌ای و ناکارسانانه که در بافت تاریخی شیراز صورت گرفته‌اند. اگر این مرمت سلیقه‌ای پیش برود، تمام هستی و تاریخچه یک اثر از بین می‌رود، بدین شخصیت خود را از دست می‌دهد و هویتش را می‌بازد. وجود دلالت بافت باعث ورود افراد غیرتخصصی به این حیطه شده است که به صورت سلیقه‌ای مرمت‌هایی را انجام داده‌اند، به‌نحوی که به مذاق سرمایه‌گذاران رول مرمت بیاید، اما هویت و اصالت را از بین‌دیده‌اند.

یک بنای مرمت شده دیگر یک بنای تاریخی ارزشمند شیرازی نیست، بلکه بنای شیر ، گاو، پلنگی شده که می‌توانست در بافت تاریخی کلان‌تری این موضوع را مدیریت کنند.

نما | احسن کشتکار

تجلیل

ناجوانمردی مدعیان آزادی بیان با برومند

جواد محرمی

در باره استعفای مرضیه برومند از مدیر عاملی خانه سینما می‌توان تحلیل‌های مختلفی ارائه داد، اما ذهنیت‌ها به‌طور عادی به سمت یک مورد می‌رود. اگر چه در جریان اظهارنظر وی در مراسم تشییع آتیلا پسیانی صرفاً یک گروه چند نفره اقدام به هو کردن و بی‌حرمتی به وی کردند و همان گروه هم کار تصویربرداری، انتشار و بزرگمایی را بر عهده داشتند تا اینگونه وانمود شود که شاکله اصلی سینماگران در موضوع نبرد با اسرائیل با حاکمیت زاویه دارند، اما باید گفت که همان گروه چند نفره توانستند تا حدودی این تلقی غلط را دست‌کم در میان طیفی از مخاطبان جا بیندازند. این دقیقاً همان کارکردی است که برخی رسانه‌ها امروز با سوار شدن بر شگردهای مختلف به آن دست می‌یابند تا از کاه کوه بسازند و دست به برجسته‌سازی بزنند.

در متنی که خانه سینما درباره استعفای مرضیه برومند منتشر کرده هیچ اشاره‌ای به این ماجراها نشده‌است، اما همه می‌دانند که او به فاصله‌ای کوتاه از آن حاشیه‌سازی در نظر می‌رسد یک اتاق فکر در ماه‌های اخیر به این نتیجه رسیده‌بود که مرضیه برومند قرار نیست آنطور که انتظار می‌رفت تن به حاشیه‌سازی‌های غیرصنفی و غیرضرور بدهد و ترجیح می‌دهد مباحث صنفی را نیز در اولویت قرار دهد، هر چند خروجی کار خانه سینما این را نشان نمی‌داد، ولی برای آن اتاق فکر سیاست اهمیت بیشتری از سینما دارد.

واقعیت این است که حضور فردی چون محمدهدی سعگرپور که ید طولایی در ایجاد دوقطبی‌های سیاسی دارد، می‌تواند فضای هنری و فرهنگی را با یک کشور‌های غربی یا مصاحبه به سمت مباحث سیاسی سوق دهد، در رأس هیئت‌مدیر و این صنف کار را به‌طور کامل از دست‌مدیر عامل خارج کرده‌بود.

سعگر پور آمده‌بود تا خانه سینما باز هم تبدیل به یک حزب سیاسی شود و مرضیه برومند هوشمندانه و تقریباً خیلی زود فهمید که او را بازی داده‌اند و قرار از اول این بوده که او خرج بازی‌های پشت‌پرده یک جریان سیاسی در کشور شود، جریانی که به سینما نه به عنوان یک هنر متعالی بلکه به عنوان امرمی سیاسی نگاه می‌کند.

مرضیه برومند آهوشمندانه تصمیم گرفت خود را قربانی و خرج این‌جریان نکند و دی‌روز بالاخره راهش را جدا کرد. واقعیتی که وجود دارد، این است که هیئت‌مدیره جراتی که در این جریانه‌ها دارد تا آن‌ها را قانع کنیم، تا آن‌ها در کار کنند و اجازه بدهند هیئت‌مدیره و محول شدن آن به آینده‌ای نامعلوم شد.»

درجه

سعید فرجی، عکاس و مستندساز:

مستندسازها خبر نگار هیچ رسانه‌ای نیستند

سید مرتضی ذاکر

ما مستندسازها زودست نداریم خبر نگار باشیم، همیشه از ما در مونتاز جنگی می‌پرستند شما خبر نگار کدام رسانه هستید و ما خبر نگار هیچ رسانه‌ای نیستیم. سعید فرجی، عکاس و مستندساز در پاسخ به این سؤال که ما در ایران مستند را فقط به فیلم می‌شناسیم، در حالی که مستند گونه‌های دیگری از قبیل روایت مستند و عکاسی مستند دارد. ویژگی اصلی صحنه‌های جنگ و پس از آن چیست، گفت: برای آدم‌ها مهم است که ببینند چه اتفاقی در جنگ افتاده‌است، مخاطب‌مان خیلی دوست دارد بداند جنگی که شده، چه نتیجه‌ای داشته‌است. مستندسازان باید در فضای مستند خیلی صبور باشند. کار ما خبری نیست. کار خبری همین است که اتفاق می‌افتد و خودش لازم‌است. اینجاست که باید مستندسازی می‌صورت گیرد. کاری که عمیق است و روی ماجرا نیست، بلکه بطن ماجراست. مستندساز‌ها باید صبور باشند، انگار آنها در گوشه و کنار هستند و بعد از مدت‌ها سر کله‌شان پیدا می‌شود. مستندهای مستندسازان ثابت می‌کند جنگ برای چه شروع و از آن چه چیزی حاصل شد.

این مستندساز با بیان اینکه مستندساز نیاز دارد در صحنه واقعه رفت و برگشت داشته‌باشد، افزود: ما باید مطالعه کنیم، درگیر ماجرا بشویم و حتی به سراسر آدم‌هایی برویم که لزوماً جلوی چشم آدم‌ها نیستند؛ حتی از نظر رسانه‌ها همی مهم نیستند، اما مستندساز‌ها این افراد را برجسته می‌کنند. ما مستندساز‌ها دوست نداریم خبر نگار باشیم. ما برای اینکه وارد مناطق جنگی شویم، کارمان خیلی سخت‌است، همیشه می‌پرستند شما خبرنگار



سعگر پور صرفاً در حاشیه گفت و گو با یک نشریه تندرو اصلاح‌طلب حاضر شد درباره بی‌حرمتی به مدیر عامل خانه سینما اظهار نظر و از او دفاع کند، در صورتی که می‌توانست به محض مشاهده ابعاد رسانه‌ای این بی‌حرمتی و تلاشی که رسانه‌های معاند برای بزرگمایی آن از خود نشان دادند، وارد میدان شود و به‌طور قاطع و سریع از مدیر عامل خانه سینما در مقابل آن عده معدود دفاع کند و برومند نیز متوجه این موضوع شد که هیئت‌مدیره نه قرار است در وقت لازم از او در برابر همه‌جای رسانه‌ای دفاع کند و نه قرار است به او برای محقق کردن وعده‌های معیشتی کمک کند، پس به موقع کنار کشید.

استفاده از زنان به عنوان ورتبرین برای عملی کردن برنامه‌های سیاسی روبرکردی است که در کشور‌های غربی سابقه‌ای حدوداً ۱۰۰ ساله دارد و سراغ‌از آن را می‌توان ظهور تاجریسم در انگلستان دانست. مارگارت تاچر به عنوان یک زن، شلاق بی‌رحم سرمایه‌سالاری را در غرب در دست گرفت و به عنوان یک الگو خود را مطرح کرد تا پس از او شاهد ظهور زنانی در رأس کشور‌های غربی باشیم که در پشت چهره زنانه آنها مردان سیاست اهداف خود را پیش می‌برند. برومند اما عاقل‌تر از آن بود که قربانی این بازی شود.

اود مرتزی که پس از خبر استعفاایش منتشر کرده هوشمندانه به اختلاف‌های داخلی و تلویحاً دست‌هایی که اجازه کار صنفی به خانه سینما را نمی‌دهد، اشاره کرده‌است: «آدم تا با پرهیز از گرفتار شدن در چرخه روزمرگی و برآوردن خواسته‌های ابتدایی و کوتاه‌مدت برخی از اعضا، مطالبات اصلی و بنیادین صنف سینمایی را پیش ببرم و برنامه‌های کلان هیئت‌مدیره را که در اولویت خواسته‌های صنف هم بود، دنبال و اجرا کنم، اما حاشیه‌ها و حوادث و رویدادهای غناگیزی بی‌دری و جزئیات و اختلاف نظر‌های درونی خانه سینما منجر به توقف اجرای برخی از برنامه‌های کلان هیئت‌مدیره و محول شدن آن به آینده‌ای نامعلوم شد.»



کدام رسانه هستید ما خبرنگار هیچ رسانه‌ای نیستیم. فلان روزنامه منتشر شود، مثلاً لبنانی‌ها به ما می‌گفتند شما دو سال است که می‌روید و می‌آید. چکار می‌کنید؟ ما مجبور بودیم توضیح بدهیم و آنها را قانع کنیم، تا آن‌ها در کار کنند و اجازه بدهند ما هم در کنار خبرنگاران باشیم. وی به ماجرای جنگ ضاحیه بیروت اشاره کرد و گفت: در اولین سفر جنگی که به لبنان داشتم، یک روز برای عکاسی رفته‌بودم و از حمله جنگنده‌ها ترس داشتم که ناگهان صدای جنگنده‌ها و تیراندازی به گوش رسید. آن زمان اولین تجربه میدانی بود که جنگ را می‌دیدم. همان موقع پدر و دختری را بیرون از خانه دیدم و آن دختر وحشت کرده‌بود و گریه می‌کرد. آن موقع نمی‌توانستم به عکاسی کردن فکر کنم و به دنبال این بودم که آن پدر و دختر را از آنجا خارج کنم. اگر چه آن زمان ترسیده‌بودم، ولی وحشت یک آدم دیگر به خصوص خلم را می‌دیدم. آن صحنه خیلی در دناک بود.