



بازنشستگان، ذخایر ارزشمند نیروهای مسلح هستند و باید برای مسائل مادی و معیشتی و به ویژه تکریم و احترام به آنان، فکر و تدبیر شود



حالا هم که بازنشسته هستید از کار بازنشستگان، مشغول بشوید، مملکت ما محتاج به نیروست



ماهنامه کانون بازنشستگان نیروی نظامی

سال ششم - شماره سی و هشتم - فروردین و اردیبهشت ۹۷

- ۲ سخن مدیر مسئول
- ۳ کلام نور
- ۴ یادداشت سردبیر
- ۵ گزارش
- ۶ ادبی
- ۱۰ کتاب
- ۱۴ گفت و گو
- ۱۶ اجتماعی
- ۲۰ حقوقی
- ۲۱ اخبار استانی
- ۳۱ فضای مجازی
- ۳۲ مناسبت
- ۳۹ ورزش
- ۴۱ سلامت
- ۴۲ اطلاع رسانی
- ۴۳ نامه‌های رسیده
- ۴۴ آشپزی
- ۴۵ سرگرمی

صاحب امتیاز / کانون بازنشستگان ناجا

مدیر مسئول / مصطفی مکاوی پور

سردبیر / محمد اسماعیل علیا

مدیر اجرایی / محمد علی رایگانی

دبیر تحریریه / محمد دشتی

مدیر هنری / محمدرضا محسنی شاد

ویراستار / مرضیه قهرمانی نژاد

همکاران این شماره / معصومه خاکدامن و پیشکسوتان / فیروز

علیزاده منصوری، علی اصغر مهابادی، حسن رضارفعی

خبیر - گزارش - عکس / محمد حسن زلفی گل و

محمد پولادی

حروفچینی / شکوفه ملایی

ناشر / روابط عمومی کانون بازنشستگان ناجا

نشانی / تهران، بلوار کشاورز

بین خیابان ۱۶ آذر و خیابان قدس، پلاک ۲۳۰

تلفن: ۴۲۸۴۴ - ۰۲۱

نمبر: ۸۸۹۸۲۶۳۲ - ۰۲۱

پیامک: ۳۰۰۰۲۶۶۰

رایانامه: kb-naja@kb-naja.ir

کانال سروش: @kbnaja

آئینه در انتخاب مطالب و ویرایش آزاد است. نشر مطالب با ذکر منبع فقط برای نشریات وابسته به نیروهای مسلح جمهوری اسلامی ایران آزاد است.

سخن مدیر مسئول

با آغاز سال نو، برای همه عزیزان پیشکسوت و مستمیری بگیر، سلامتی و نشاط آرزو کرده و اعیاد شعبانیه به ویژه ولادت با سعادت منجی عالم بشریت حضرت بقیه الله الاعظم عجل الله تعالی فرجه الشریف را به محضر شما تبریک و تهنیت عرض می‌کنم.

در سال گذشته تلاش‌های فراوان به عمل آمد تا بخشی از حقوق حقه و معوق شده اعضای محترم استیفا و مقداری از عقب افتادگی‌ها در حوزه‌های معیشتی و حقوق جبران شود لذا در این رابطه از طریق شورای عالی هماهنگی روسای کانون‌های بازنشستگان نیروهای مسلح، پیگیری‌های مستمر از مراجع ذیربط صورت گرفت و فرض بر این بود که از طرف دولت، بودجه همسان سازی حقوق بازنشستگان در دومین سال اجرای آن، افزایش منطقی و متناسب با بازه زمانی ۵ ساله را داشته باشد که متأسفانه با پیشنهاد ۱۰۰۰ میلیارد تومان در لایحه بودجه سال ۹۷ کل کشور، شاهد این بودیم که این رقم به کمتر از یک سوم اعتبار تخصیصی دوره قبل تقلیل پیدا کرد.

به همین دلیل پیگیری و تلاش‌های مجدد صورت گرفت تا اینکه رقم ۱۰۰۰ میلیارد تومان به ۲۱۰۰ میلیارد تومان تبدیل و در بودجه سال ۹۷ به تصویب رسید با این وصف این مبلغ مصوب نیز نسبت به اعتبار تخصیصی در سال ۹۶ (یعنی ۳۴۰۰ میلیارد تومان) با ۱۳۰۰ میلیارد تومان کسری مواجه است. امیدواریم که بر اساس قول رئیس محترم سازمان برنامه و بودجه؛ این میزان کسری نیز تامین شود تا افزایش‌های مربوط به همسان سازی حقوق، همانند سال اول؛ اجرایی شود. همچنین انتظار داریم افزایش سنواتی حقوق‌ها نیز در اردیبهشت ماه اعمال گردد.

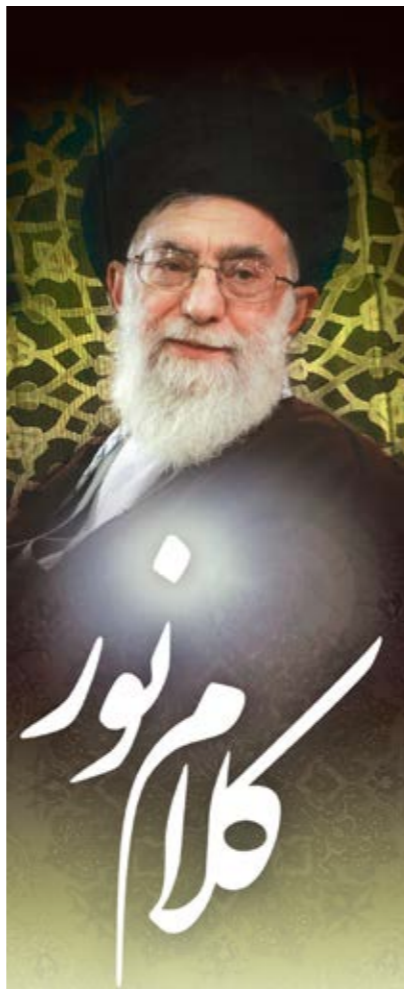
به منظور یکپارچه سازی اطلاعات و اقدام بهینه و به موقع در زمینه تامین وام مورد نیاز جامعه هدف، در سال ۹۶ با یک سلسله اقدامات قانونی از طریق بانک مرکزی و نیروی انتظامی توانستیم صندوق قرض الحسنه حبیب بن مظاهر را به مجموعه وابسته به کانون تبدیل کنیم تا از این پس با تقلیل هزینه‌ها و بهره‌گیری از توان و امکانات کانون‌های سراسر کشور، خدمات دهی به اعضای گرانقدر و نیازمند به روشی یکسان و یکنواخت ادامه یابد.

در رابطه با عملکرد این صندوق در حمایت از اعضا قابل ذکر است که در سال ۹۶، هجده هزار و چهارصد و شش نفر از اعضا از وام‌های قرض الحسنه ۲ یا ۳ میلیون تومانی این صندوق، بهره‌مند شدند و برای این منظور مبلغ ۵۰ میلیارد تومان هزینه شد و در سال جاری، این وام با سقف ۳ میلیون تومان به اعضای که دارای مشکلات معیشتی باشند پرداخت خواهد شد و با ظرفیت موجود؛ امکان پوشش دهی به ۲۵ هزار نفر از اعضا با تخصیص ۷۵ میلیارد تومان فراهم شده است.

صندوق حبیب بن مظاهر در حال حاضر دارای ۱۷۱ هزار عضو پیشکسوت و مستمیری بگیر است که به صورت داوطلبانه با کسر مبلغی معادل ۱۰ هزار تومان در هر ماه از حقوقشان، در این کار نیک و خدایسندانه مشارکت کرده‌اند.

در پایان از خداوند متعال برای همه پیشکسوتان نیکاندیشی که با دلسوزی و عضویت در این صندوق در راستای همیاری و مساعدت برای حل مشکلات دوستان و همکاران قدیم خود مشارکت کرده‌اند، آرزوی خیر، برکت و موفقیت کرده و امیدوارم عندالله مأجور باشند.

مصطفی مکاوی پور



پیام نوروزی مقام معظم رهبری
حضرت آیت الله العظمی امام خامنه‌ای
مدظله العالی به مناسبت آغاز سال ۱۳۹۷

بسم الله الرحمن الرحيم
يا مقلب القلوب والابصار، يا مدبر
الليل والنهار، يا محوّل الحول و
الاحوال، حوّل حالنا الى احسن
الحال. اللهم اهدنا هدى المهتدين
وارزقنا اجتهاد المجتهدين.^(۱)

تبریک عرض میکنم به همه‌ی هم‌میهمان عزیز در هر نقطه‌ی کشور و هر نقطه‌ی جهان، و همین‌طور به همه‌ی ملت‌هایی که نوروز را گرمی میدارند. بخصوص تبریک عرض میکنم به خانواده‌ی معزز شهیدان و جانبازان عزیز و خانواده‌هایشان، و بخصوص تبریک می‌گویم به جوانان

و نوجوانان کشور که امیدآفرینند

و پیشران حرکت ملی کشورند. داشته باشند و سالی پُرخیر و برکت. امسال فصل بهار طبیعت با فصل بهار معنویت هم‌زمان است؛ یعنی فروردین و اردیبهشت و خرداد، با رجب و شعبان و ماه مبارک رمضان. امیدواریم که ان‌شاءالله رشد طبیعی و رشد معنوی، هر دو را امسال برای کشورمان و ملتمان داشته باشیم. این امید در دل جوانه میزند که ان‌شاءالله رویش‌های معنوی در کنار رویش‌های مادی، ذخیره‌ای برای این ملت و این کشور و آینده باشد. سلام عرض میکنیم به محضر حضرت بقیةالله (ارواحنا فداه) و یاد میکنیم و درود میفرستیم به روح مطهر امام بزرگوارمان.

یک جمله در باب سال ۹۶ و یک جمله هم در باب سال ۹۷ عرض میکنیم: سال ۹۶ مثل همه‌ی سالها مجموعه‌ای بود از فرازونشیب‌ها و شیرینی‌ها و تلخی‌ها، مثل همه‌ی دورانهای زندگی؛ شیرینی سال ۹۶ بُروز عظمت و اقتدار ملت و حضور ملی بود از اوّل سال تا آخر سال.

اوایل سال، حضور بسیار عظیم و خیره‌کننده‌ی مردم در انتخابات ریاست جمهوری و شوراها بود؛ بیش از چهل میلیون از جمعیت کشور در انتخابات شرکت کردند و این حضور بسیار پُرمعنا و خوبی بود. بعد هم در راه‌پیمایی روز قدس در ماه مبارک رمضان و در پایان سال هم، راه‌پیمایی نهم دی و برتراز همه راه‌پیمایی تماشایی بیست و دوم بهمن امسال. البته در نهم دی بر اثر اغتشاش‌هایی که به وجود آمد - و من اشاره میکنم - مردم چند روز پی‌درپی در شهرهای مختلف کشور راه‌پیمایی‌های خودجوش داشتند که همه‌ی اینها نشان‌دهنده‌ی حضور ملت بزرگ ایران و ملت بصیر و چالاک و آماده‌به‌کار ایران در همه‌ی میدان‌هایی که حضور او لازم

است بود.

یک نقطه‌ی مهم و شیرین دیگر در سال گذشته این بود که جمهوری اسلامی توانست تهدیدهای منطقه‌ای - که هدف آن تهدیدها لاقلاً یکی از اهداف آن تهدیدها ضربه‌ی به جمهوری اسلامی بود - را تبدیل کند به فرصت. نه فقط تهدیدها آسیبی به کشور نرساند بلکه تبدیل شد به فرصت؛ و کسانی که آگاه از مسائل بین‌المللی هستند، این معنا را بدرستی درک میکنند. یک نقطه‌ی مثبت دیگر تلاش‌هایی بود که در جهت زنده کردن و به کار بستن شعار سال - یعنی تولید ملی و اشتغال در ذیل عنوان اقتصاد مقاومتی - انجام گرفت.

کارهای خوبی برای مسئله‌ی اشتغال و تولید ملی شد، البته کارهای زیاد دیگری باقی مانده است که باید بشود. و این شعار تا حدودی عملی شد در کشور، لکن به‌طور کامل بایستی کار ادامه پیدا کند تا ان‌شاءالله این شعار عملی بشود.

تلخی‌هایی هم در سال ۹۶ داشتیم؛ حوادث زلزله، سیل، هواپیما، کشتی، که برخی از عزیزان ما جان باختند در این حوادث و حوادث تلخی بود برای ما. علاوه بر اینها خشکسالی در برخی از مناطق کشور بود که همچنان ادامه دارد و امیدواریم فضل الهی در بهار آن را جبران کند. و برخی از مشکلات معیشتی قشرها از گذشته همچنان ادامه پیدا کرد که بایستی تلاش بشود و همه تلاش کنند و من یک اشاره‌ای خواهم کرد که ان‌شاءالله این مشکلات برطرف بشود.

البته در ماه‌های آخر سال، [که] طبق برنامه‌ریزی دشمنان ملت ایران اغتشاش‌هایی هم در کشور صورت گرفت؛ ملت ایران خودش وارد میدان شد و حتی آن کسانی که میخواستند اغتشاشها را به نام آنها تمام کنند، خودشان وارد میدان

سردار اشتری:

پیشکسوتان ناجا صاحب مفیدترین ره توشه‌ها هستند

ارزشمندی ببریم. فرمانده ناجا در بخش دیگری از اظهارات خود به موفقیت‌های چشمگیر نیروی انتظامی در سال ۱۳۹۶ از جمله تأمین امنیت انتخابات و زائران اربعین حسینی(ع) و مقابله هوشمندانه با وقایع فتنه دی ماه اشاره کرد و گفت: به فرموده مقام معظم رهبری، اتفاقات اخیر هوشمندانه مدیریت شد و نقشه دشمنان را نقش بر آب کرد و این، برگ زرین دیگری بر افتخارات غرورآفرین ناجا افزود.

فرمانده نیروی انتظامی جمهوری اسلامی ایران اظهار داشت: فرمانده معظم کل قوا، کارکنان نیروی انتظامی را مجاهدان فی سبیل الله خواندند و خداوند تبارک و تعالی این توفیق را به نیروی انتظامی داده که هر روز کارآمدتر از قبل خدمت کند و پیشرفت‌های بی‌شماری را در کارنامه موفق خود به ثبت برساند.

وی در پایان از فرماندهی انتظامی خراسان رضوی و تلاش‌های مرزبانی استان تقدیر کرد.

گفتنی است، در ابتدای این جلسه، سردار قادر کریمی فرمانده انتظامی خراسان رضوی ضمن خیرمقدم به فرمانده نیروی انتظامی جمهوری اسلامی ایران و پیشکسوتان ناجا گفت: توجه به پیشکسوتان، خانواده معزز شهدا، جانبازان و ایثارگران عزیز از اولویت‌های اساسی فرماندهی انتظامی خراسان رضوی است زیرا این رویه، همواره از تدابیر ویژه و تأکیدات فرمانده ناجا می‌باشد. در پایان این مراسم از کلیه پیشکسوتان حاضر در این جلسه با تقدیم هدایایی تجلیل به عمل آمد.



فرمانده ناجا در دیدار با پیشکسوتان نیروی انتظامی در مشهد، سال ۱۳۹۶ را برای پلیس، افتخارآمیز عنوان کرد.

سردار حسین اشتری در جلسه تقدیر از فرماندهان و مدیران پیشکسوت ناجا که در جوار بارگاه ملکوتی ثامن الحجج علی بن موسی الرضا(ع) برگزار شد، گفت: پیشکسوتان سرمایه‌هایی گرانبها برای ناجا هستند چرا که هم تجربه خدمت در این سازمان و هم ارتباط خوبی با مردم دارند.

فرمانده ناجا گفت: از فرماندهان پیشکسوت انتظار داریم تجربیات ارزشمند خود را ارائه دهند چراکه آنها صاحب مفیدترین ره توشه‌ها هستند و ما باید از آنها استفاده و بهره

شدند و در مقابل اغتشاشگران ایستادند؛ والبتّه حادثه‌ای بود، پیش آمد و عظمت ملت ایران روشن شد. درباره‌ی سال ۹۷ - سالی که از این لحظه آغاز میشود - آنچه مهم است، این است که همه باید سخت کار کنند. بنده در شعارهای سالها معمولاً مخاطب را مسئولین قرار میدادم؛ امسال مخاطب، همه‌ی آحاد ملت و از جمله مسئولین خواهند بود.

مقدمتاً عرض کنم، مسئله‌ی اقتصاد و فرهنگ و مسائل گوناگون همه مطرح است لکن مسئله‌ی اصلی ما امسال هم مسئله‌ی اقتصاد



و معیشت مردمی است. همه باید تلاش کنند، همه باید کار کنند و محور هم عبارت است از تولید ملی؛ یعنی اگر چنانچه تولید ملی را - با شرحی که ان شاء الله در سخنرانی عرض خواهم کرد - همه تعقیب کنند و دنبال‌گیری کنند، بسیاری از مشکلات اقتصادی، مشکلات معیشتی مردم - هم مسئله‌ی اشتغال، هم مسئله‌ی سرمایه‌گذاری و بقیه‌ی چیزها - حل خواهد شد.

آسیب‌های اجتماعی به میزان زیادی کاهش پیدا خواهد کرد؛ یعنی محور، تولید ملی است. بنابراین اگر تولید ملی شتاب بگیرد، بسیاری از

یادداشت سردبیر

سال نو، اعیاد شعبانیه و میلاد مسعود یگانه منجی عالم بشریت حضرت صاحب الزمان را به خوانندگان گرامی تبریک عرض می‌کنم و از خداوند مسألت می‌کنم تا همه ما را در زمره یاران و انصار آن حضرت قرار دهد. کانون بازنشستگان در کنار وظایف خدمات‌رسانی خود همواره در صدد بوده تا با استفاده از همه ابزارهای ارتباطی نسبت به اطلاع‌رسانی به موقع به اعضای محترم در موضوعات مختلف اقدام کند.

بر همین مبنا در سال گذشته با راه‌اندازی کانال تلگرامی روابط عمومی کانون، در کلیه زمینه‌ها اطلاع‌رسانی صورت گرفت و مورد استقبال اعضای محترم نیز واقع شد تا حدی که در مدت زمان کوتاهی تعداد اعضای کانال روابط عمومی از مرز ۱۶۰۰۰ نفر گذشت.

در سال جدید با توجه به راهبردهای کانون، کانال اطلاع‌رسانی روابط عمومی بر بستر پیام‌رسان سروش که یک پیام‌رسان داخلی است راه‌اندازی شد تا به عنوان جایگزین کانال تلگرامی مورد بهره‌برداری قرار گیرد و مدتی است که اخبار کانون در کانال سروش بارگذاری می‌شود و این موضوع در همان کانال تگرام نیز اطلاع‌رسانی شده است و در نتیجه تعداد کثیری از اعضای محترم به کانال جدید پیوسته‌اند و تعدادی نیز همچنان در کانال تلگرام باقی مانده‌اند، لذا از آنجا که در آینده نزدیک کانال تلگرامی روابط عمومی کانون حذف خواهد شد، از کلیه پیشکسوتان و مستمیری بگیریانی که عضو کانال تلگرام بوده و همچنان باقی مانده‌اند تقاضا می‌شود با نصب پیام‌رسان سروش و مراجعه به نشانی [@kbnaja](https://www.kbnaja.com) به عضویت کانال روابط عمومی درآیند تا از اخبار کانون مطلع شوند.

محمد اسماعیل علیا



جانشین معاون هماهنگ‌کننده ناجا:

جانبازان؛ نماد شجاعت و فداکاری اند

این مقام ارشد انتظامی با بیان اینکه باب شهادت و جانبازی در نیروی انتظامی همچنان باز است، گفت: بسیاری از شهدا و جانبازان در ناجا پس از دوران دفاع مقدس و در عرصه مأموریتی به این جایگاه رفیع رسیده‌اند.

سردار فتحی‌زاده با تأکید بر اینکه باید قدردان جانبازان و خانواده‌هایشان باشیم، گفت: جانبازان نشان دادند برای دفاع از ارزش‌های نظام و انقلاب کوتاهی نکردند و این عزیزان نماد شجاعت و فداکاری هستند.

این مقام ارشد انتظامی با بیان اینکه جانبازان شهدای زنده هستند، مطرح کرد: ارج نهادن به جانبازان و حفظ شأن این عزیزان کمترین وظیفه ما در مقابل بزرگواری و فداکاریشان است.



باب شهادت و جانبازی در نیروی انتظامی همچنان باز است. سردار فتحی‌زاده در گرمیداشت روز جانباز، گفت: امروز مراسمی در گرمی داشت روز جانباز و تقدیر از ۱۴ جانباز عرصه نظم و امنیت به نمایندگی از سایر جانبازان در مسجد "کمیل" ستاد نیروی انتظامی برگزار می‌شود.

وی افزود: نیروی انتظامی در مسیر نظم و امنیت، شهدا و جانبازان بسیاری تقدیم نظام و انقلاب کرده و تقدیم ۱۳ هزار شهید و بیش از ۲۲ هزار جانباز مویید این ادعا است. گفت: به واسطه مأموریت‌های متنوع،



جانشین معاون هماهنگ‌کننده ناجا در پایان بر لزوم ترویج فرهنگ ایثار و شهادت تأکید کرد و گفت: قدردان خانواده، همسر، پدران و مادران جانبازان عزیز هستیم. گفتنی در این مراسم حجت‌الاسلام پناهیان نیز در سخنانی با اشاره به مقام و جایگاه خدمت در نیروی انتظامی گفت: امنیت مطلوب کشور را مرهون جانفشانی نیروهای انتظامی و امنیتی هستیم و باید نگاهمان به نیروی انتظامی قدرشناسانه‌تر باشد.

گفتنی است در پایان این مراسم فرمانده ناجا از تعدادی از پیشکسوتان و جانبازان عرصه نظم و امنیت قدردانی کرد.

بخش هفتم

آشنایی با سازمان بازنشستگی نیروهای مسلح

در شماره قبل به چند سؤال متداول در بخش مسایل حقوق و مزایا پاسخ داده شد، در این شماره و در ادامه طرح سئوالات متداول به چند پرسش دیگر پرداخت می‌شود.

منظور از عوامل مبنای کسور بازنشستگی چیست؟

به حقوق ثابت و کلیه فوق‌العاده‌هایی که در زمان اشتغال فرد از آنها مبلغی معادل ۹٪ به عنوان کسور بازنشستگی کسر می‌گردد، عوامل مبنای کسور بازنشستگی اطلاق می‌گردد و فوق‌العاده‌هایی مانند حق مسکن، بدی آب و هوا، مناطق کمتر توسعه یافته که از آنها کسور بازنشستگی کسر نمی‌شود جزء عوامل مبنای بازنشستگی محسوب نمی‌گردند و در دوران بازنشستگی نیز قابل احتساب در حقوق بازنشستگی نخواهد بود.

نحوه محاسبه حقوق و مزایای بازنشستگان، وظیفه بگیران و مستمری بگیران نیروهای مسلح چگونه می‌باشد؟

حقوق و مزایای کارکنان بازنشسته، وظیفه بگیر و مستمری بگیر، با در نظر گرفتن صورت‌های مختلف پایان خدمت سرپرست و عوامل مشمول کسور بازنشستگی در دو سال آخر خدمت، با سه روش به شرح زیر، محاسبه می‌گردد.

الف) محاسبه حقوق بر مبنای عوامل مشمول کسور بازنشستگی در ۲۴ ماه آخر خدمت (برای وضعیت‌های بازنشستگی و اخراجی بالای ۱۵ سال خدمت)

ب) محاسبه حقوق بر مبنای عوامل مشمول کسور بازنشستگی در آخرین ماه خدمت (برای وضعیت‌های شاغل فوتی، جانباز حالت اشتغال و عادی، معلول خدمتی و عادی) ج) محاسبه حقوق بر مبنای فصل سیزدهم قانون مدیریت خدمات کشوری (برای کلیه وضعیت‌ها)

نکته مهم: در صورتی که حقوق نهایی به دست آمده در محاسبات فوق، کمتر از حداقل حقوق مصوب سالیانه باشد، حقوق فرد بر

مبنای حداقل حقوق، پرداخت می‌گردد.

وجوه قابل پرداخت به عائله تحت تکفل کارکنان اخراجی چگونه محاسبه می‌شود؟

عائله تحت تکفل اخراجی از حقوق و مزایا برخوردار نمی‌شوند بلکه وجوهی معادل سه پنجم حقوق بازنشستگی فرد اخراجی به آنان قابل پرداخت می‌باشد و نحوه محاسبه آن مانند بازنشستگان به شرح ذکر شده در بند بالا می‌باشد و پس از به دست آمدن حقوق نهایی، مبلغی معادل سه پنجم آن قابل پرداخت به عائله تحت تکفل می‌باشد و در صورتی که مبلغ سه پنجم کمتر از حداقل حقوق مصوب سالیانه باشد معادل حداقل حقوق به عائله وی پرداخت می‌گردد.

نحوه محاسبه و پرداخت حق تأهل چگونه است؟

حق تأهل مبلغی معادل ۸۱۰ برابر ضریب ریالی سالیانه می‌باشد که به بازنشستگان و وظیفه بگیران دارای همسر و همسر متوفیان پرداخت می‌گردد.

تبصره: در صورتی که سرپرست دارای بیش از یک همسر باشد فقط یک حق تأهل قابل پرداخت می‌باشد.

تبصره: حق تأهل اعضای هیات علمی مبلغی معادل ۵۷ برابر ضریب ریالی مصوب سالیانه اعضای هیات علمی با رعایت شرایط فوق خواهد بود.

نحوه محاسبه و پرداخت حق اولاد چگونه است؟

حق اولاد مبلغی معادل ۲۱۰ برابر ضریب ریالی سالیانه به ازای هر فرزند تحت تکفل می‌باشد که به بازنشستگان، وظیفه بگیران دارای فرزند و مستمری بگیران پرداخت می‌گردد.

تبصره: حق اولاد به تعداد کلیه فرزندان تحت تکفل قابل پرداخت می‌باشد و هیچ محدودیتی برای تعداد فرزندان تحت تکفل وجود ندارد.

تبصره: حق اولاد اعضای هیات علمی مبلغی معادل ۱۵ برابر ضریب ریالی مصوب سالیانه اعضای هیات علمی با رعایت شرایط فوق خواهد بود.

کمک هزینه عائله‌مندی (حق همسر) چیست؟


کمک هزینه عائله‌مندی یا حق همسر مبلغی معادل ۸۱۰ برابر ضریب ریالی سالیانه می‌باشد که حسب مورد به افراد واجد شرایط قانونی قابل پرداخت می‌باشد.

کمک هزینه عائله‌مندی (حق همسر) به چه کسانی قابل پرداخت می‌باشد؟

الف) کلیه بازنشستگان و وظیفه بگیران ذکور که دارای همسر دائم باشند. ب) همسر دائم بازنشستگان و وظیفه بگیران متوفی که مستمری بگیر شده باشند.

پ) بازنشستگان و وظیفه بگیران اناث که دارای همسر دائم از کارافتاده کلی با تأیید شورای عالی پزشکی سازمان مربوطه بوده و همسرشان تحت تکفل آنان قرار گرفته باشد. ت) بازنشستگان و وظیفه بگیران اناث که مطلقه یا همسر آنان فوت شده باشد و کفالت فرزندان برابر اسناد و مدارک قانونی بر عهده مادر باشد.

تبصره: بازنشستگان و وظیفه بگیرانی که برابر قانون از یک حقوق وظیفه و یک حقوق بازنشستگی برخوردار می‌باشند چه در زمان حیات و چه بعد از فوت فقط یک کمک هزینه عائله‌مندی به آنان قابل پرداخت می‌باشد.



استفتائات

اگر فردی به خاطر عذری قوی، پنجاه درصد احتمال دهد که روزه بر او واجب نیست و به همین دلیل روزه نگیرد، ولی بعداً معلوم شود که روزه بر او واجب بوده، از جهت قضا و کفاره چه حکمی دارد؟

اگر افطار عمدی روزه ماه مبارک رمضان به مجرد احتمال عدم وجوب روزه بروی باشد، در فرض سؤال علاوه بر قضا، کفاره هم بر او واجب است. اما اگر افطار به علت ترس از ضرر باشد و ترس هم منشأ عقلایی داشته باشد، کفاره واجب نیست، ولی قضا بر او واجب است.

اگر شخصی بخواهد قبل از زوال به محل اقامتش برسد، ولی در راه به خاطر پیشامد حادثه‌ای نتواند در زمان معین به مقصد برسد، آیا روزه او اشکال دارد و آیا کفاره بر او واجب است یا فقط قضای روزه آن روز را باید به جا آورد؟

روزه‌اش در سفر صحیح نیست و بر او فقط قضای روزه آن روزی که پیش از ظهر به محل اقامتش نرسیده، واجب است و کفاره‌ای هم ندارد.

آیا مسافرت عمدی در ماه رمضان به قصد افطار و فرار از روزه گرفتن، جایز است؟

مسافرت در ماه رمضان اشکال ندارد و در صورت مسافرت، ولو اینکه برای فرار از روزه باشد، افطار بر او واجب است.

پیشگیری از جرم

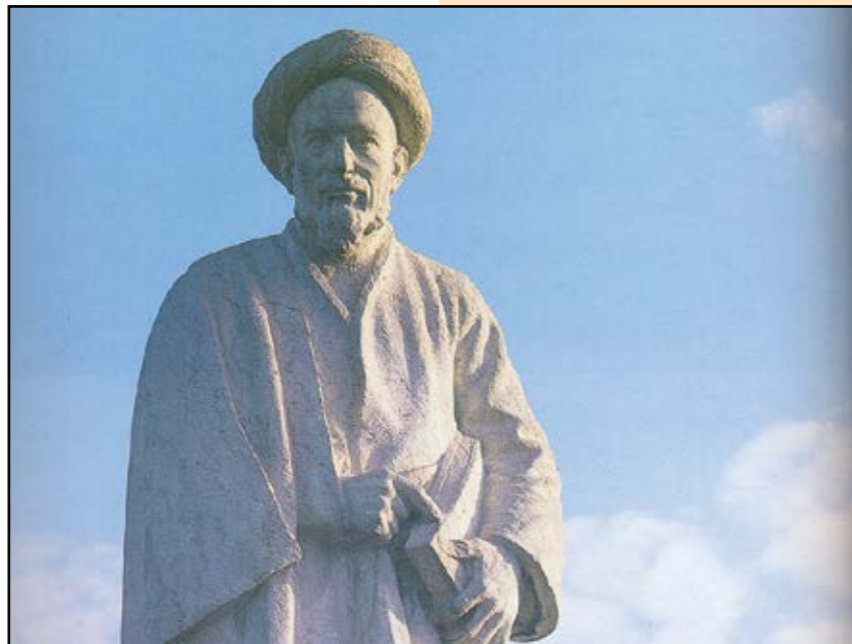
«طایفه دزدان عرب بر سر کوهی نشسته بودند و منفذ کاروان بسته و رعیت بلدان از مکاید ایشان مرعوب و لشگر سلطان مغلوب به حکم آن که ملاذی منیع از قله کوهی گرفته بودند و ملجا و ماوای خود ساخته مدبران ممالک آن طرف، در دفع مضرت ایشان مشورت همی کردند که اگر این طایفه هم بر این نسق، روزگاری مداومت نمایند، مقاومت ممتنع گردد. درختی که اکنون گرفتست پای به نیروی شخصی برآید زجای و گر همچنان روزگاری هلی به گردونش از بیخ بر ننگسلی سر چشمه شاید گرفتن به پیل چو پر شد نشاید گذشتن به پیل سعدی در این داستان به ما یاد آور می‌شود که چنانچه از ابتدا با جرم ولو هر چند کوچک مبارزه نشود، مجرمین را در ارتکاب آن متجری خواهد ساخت و اگر اعمال تبهکارانه آنان تداوم یابد مقابله با آنان روز به روز دشوارتر خواهد شد. در حوادثی که به منازعات دسته جمعی که معمولاً موجب اختلال در نظم

ترسیم کرد. در بوستان هرچه مشاهده می‌شود کرامت است و جوانمردی، عزت است و شرف، نیکی است و نیکوکاری، ایثار است و گذشت، بخشش است و عطا و... یا به تعبیر دیگر، در این کتاب پستی و بلندی نمی‌بینیم. او کندن خاری از پای یتیمی را با چمیدن در گلزارها بدین شکل جبران می‌کند:

یکی خار پای یتیمی بکند
به خواب اندرش دید صدر خچند
که می‌گفت و در روضه‌ها می‌چمید
کز آن خار بر من چه گلها دمید!

سعدی که به گفته او، همه قبیله او عالمان دین بودند یک مسلمان واقعی به شمار می‌رود. سراسر بوستان و گلستان و غزلیات تحت تاثیر تعلیم شرع انور اسلام است.

او حتی ابواب کتب خود را به اساس آموزه‌های اسلامی تدوین کرده است. ...آشنایی نویسنده با طرز تلقی سعدی از زندگی او، بیان و نحوه سلوک آنان، مرا همواره در نوشتن مطلبی تشویق می‌کرد، اما وقتی در



عمومی است منجر می‌شود، از مشاجره دو نفر و در بسیاری از مواقع بر سر مسائل جزئی حادث می‌گردد و چه بسا مداخله یکی دو نفر انسان خیرخواه و خردمند، از بحران بزرگی که در آن جان و مال مردم در معرض تضییع واقع می‌شود جلوگیری کند.

دانشکده‌های حقوق به تدریس کشف علمی جرایم مشغول شدم به نظرم رسید که موضوع جرم را در آثار سعدی جست و جو کرده و در این زمینه به تحقیق و تفحص بپردازم. حاصل این تحقیق، کتابی است که...



جرم‌شناسی در آثار سعدی

امیربازنشسته دکتر علی اصغر مهابادی

باتوجه به درخواست ماهنامه از پیشکسوتان عزیز برای ارسال مقالات در زمینه‌های مختلف، امیر سرتیپ دوم بازنشسته دکتر علی اصغر مهابادی مجموعه مطالبی از نوشته‌های خود را برای ماهنامه ارسال کردند که به آثار شیخ اجل سعدی شیرازی علیه الرحمه، نگاهی متفاوت داشت. از آنجا که مطالب مذکور مناسب با چاپ کتاب با عنوان «جرم‌شناسی در آثار سعدی» تهیه و تدوین شده بود بر آن شدیم قسمت‌هایی را که مناسب ماهنامه آئینه باشد انتخاب کرده و به نظر خوانندگان محترم برسانیم. لذا بخشی از مقدمه مولف و یک حکایت در این شماره درج کرده و در شماره‌های بعدی یک یا چند حکایت را تقدیم خواهیم کرد.

به کار آید و مترسلان را بلاغت افزایش دهد... نیک مستحضرید که سعدی را سر کتابت گلستان نبود زیرا او رسالت خود را پس از سی و چند سال مسافرت و گشت و گذار در کشورهای گوناگون و مخالطت با مردم آنها و بر گرفتن نکات حکمی، در بوستان یا سعدی نامه خود متجلی کرد. او در بوستان، مدینه فاضله حضرت رسول (ص)، اتوپیای افلاطون، آرمان شهر روشن فکران و یا ناکجا آباد خردمندان را

که چون کاغذ زر می‌برند... رقیبی برایش متصور نیست. اما نکته‌ای که بسیاری از آن بی‌خبرند، حکمت اوست. سعدی حکیمی روشن رای است. او حکمت خویش را در قالب آثار خویش به نمایش گذاشته است. اگر سعدی می‌خواست حکمت خود را در قالب کتابهای فلسفی بنویسد شاید الان از او نامی برده نمی‌شد اما او عقاید علمی خود را در قالبی ریخته که «متکلمان را

بخشی از مقدمه مولف

...سعدی در هر زمینه ادبی که وارد شد آن را به حد کمال رسانید. در غزل‌های عاشقانه، کسی را یارای برابری با او نیست. در قصاید خویش نیز که مجموعه‌ای از مکارم اخلاقی است، همتایی ندارد و در نثر شیوایش که به قول او «...صیت سخنش که در بسیط زمین رفته و قصب الجیب حدیثش که همچون شکر می‌خورند و رقعہ منشآتش



تحلیلی از زندگانی و دوران امام محمد تقی حضرت جواد الائمه علیه السلام

پیشکشوت دکتر حسن رضایعی

عبارت بالا عنوان کتابی از پژوهشگر دینی فضل الله سلواتی متولد ۱۳۱۷ و از مبارزان پیش از وقوع و پیروزی انقلاب اسلامی است که آن را در مدت تبعید در شهر یزد نوشته و در دوران اوج گیری انقلاب منتشر کرده است. ایشان در مقدمه اولیه خود بر این کتاب می نویسد: «زندگانی مردان خدا راهگشا و عبرت آموز است، در بررسی زندگی آنان متوجه می شویم که در راه حق چقدر مشکل وجود دارد و در راه باطل همه چیز هموار است.» یکی از انگیزه های اصلی برای تدوین زندگانی و دوران امام جواد(ع) جوانی ایشان و مشکلات عدیده ای است که حکومت های ستمگران زمان برایشان روا داشته اند، به گونه ای که وی را در اوج جوانی به شهادت می رسانند. کتاب حاضر فقط یک زندگینامه و گزارش روزنامه ای از زندگی جوانترین امام شیعه نیست، بلکه بخشی از تاریخ تحلیلی مبارزات امامان معصوم با حکومت های غاصب و ستمگری است که حق و حقیقت را از محور و جایگاه خود خارج کردند و خود به نا حق بر آن جایگاه تکیه زدند.

ابن جعفر محمد ابن علی معروف به امام محمد تقی جواد الائمه(ع) فرزند امام رضا(ع) از مادری به اسم سبیکه و

معروف به خیزران از اهالی نوبه یاسودان امروزی در روز جمعه دهم یا دوازدهم رجب سال ۱۹۵ هجری قمری در مدینه منوره دیده به جهان گشود. محدثان و فقهای معروفی مانند: شیخ کلینی، شیخ طوسی، شیخ مفید، شیخ طبرسی، ابن شهر آشوب و علامه مجلسی تولد ایشان را در ماه رمضان آن سال نوشته اند.

امام جواد(ع) پنج ساله بودند که پدرشان امام رضا(ع) با فرمان مامون خلیفه عباسی از مدینه به مرو فرا خوانده شد و بعد از شهادت امام هشتم در آخر صفر سال ۲۰۳ قمری و در حدود هفت سالگی عهده دار امامت و هدایت پیروان اهل بیت شدند. در سال ۲۱۱ که مامون در بغداد مستقر شده بود، به فرمان وی امام نهم را از مدینه به بغداد بردند برای ظاهر نمایی دخترش ام الفضل را به عقد و ازدواج ایشان درآوردند. دو سال بعد یعنی سال ۲۱۳ امام از بغداد به مدینه بازگشت. مامون در ماه رجب ۲۱۸ قمری از دنیا رفت و برادرش ابواسحاق ابراهیم معروف به معتصم سومین پسر هارون الرشید به خلافت رسید.

خلیفه جدید در محرم سال ۱۲۰ امام محمد تقی(ع) را برای نظارت دقیق تر بر رفت و آمدهایش به بغداد احضار کرد و سرانجام در توطئه ای خائنانه با همکاری جعفر پسر مامون، او را در آخر ماه ذی قعدة همان سال با زهری که در اختیار

ام الفضل همسر امام گذاشته بودند مسموم کردند و در سن ۲۵ سالگی به شهادت رساندند. چنین بود که پرونده زندگی دنیوی جوانترین امام معصوم به دست یکی از پست ترین حاکمان جور بسته شد و او را در کنار جد بزرگوارش امام موسی کاظم(ع) و در قبرستان قریش در بغداد به خاک سپردند.

هم اکنون مزار متبرک این دو امام معصوم در بخشی از پایتخت امروز عراق به نام کاظمین زیارتگاه دوستداران و عاشقان اهل بیت است. مدت امامت آن حضرت ۱۸ سال بوده است.

کتاب معرفی شده یک پیش فصل دارد که در بر دارنده شناخت کوتاهی از زندگی امام و حکومت های دوران زندگی ایشان و موقعیت مسلمانان در آن روزگار است، بعد از آن مطالب کتاب در ۱۲ فصل تدوین شده که عناوین فصل ها به شرح ذیل است:

۱) نگاهی به تاریخ جهان در روزگار امام محمد تقی(ع)، ۲) حکومت عباسیان، ۳) نگاهی به ترقیات و پیشرفت های علمی و هنری در دوران امام نهم، ۴) برخی عوامل انحراف و اختناق در زمان عباسیان، ۵) شناخت جامعه و حرکت ها و انقلاب ها در دوران حضرت جواد(ع)، ۶) طاغوت ها و عوامل ضد اسلامی و ضد مردمی در زمان امام نهم، ۷) امامت و رهبری جامعه و تشکیل حکومت اسلامی، ۸) نقش امام

محمد تقی(ع) در حرکت های زمان، ۹) نگاهی به زندگانی و شهادت حضرت جواد الائمه، ۱۰) فرزندان و اصحاب امام نهم، ۱۱) نامه ها، نصایح و گفته های امام نهم، ۱۲) مزار پاک امام محمد تقی و زیارت آن بزرگوار.

کتاب موجود ویرایش دوم نویسنده بر چاپ اول است که با حذف و اضافه هایی به صورت کنونی درآمد و توسط انتشارات اطلاعات منتشر شده است.

نویسنده در پیش مقدمه اشاره دارد که دوران خلافت هارون الرشید و پسران سه گانه اش محمد امین و عبدالله مامون و ابراهیم معتصم همزمان با اوج جهانگشایی مسلمانان در اطراف و اکناف جهان بوده است. با وجودی که جهادگران این دوران اخلاص مجاهدان صدر اسلام را نداشتند ولی کتاب محکم قرآن و سخنان دل انگیز پیامبر همگان را شیفته مسلمانان می ساخت و آن اندیشه ها برای ملت های دیگر تازگی داشت و موجب گرایش آنها به مبانی اسلام می شد.

نوشته اند هارون پنجمین خلیفه عباسی به ابرهای آسمان نگاه می کرد و می گفت: «در کجای دنیا می بارید که ملک من نباشد!؟» در آن زمان مسلمان ها حکومت های خسروان ایرانی و قیصرهای رومی و فرعون های مصری را بر انداخته بودند و سرتا سرشمال و مرکز آفریقا، غرب و جنوب اروپا و غرب و مرکز آسیا را به تصرف خود درآورده بودند.

با وجود این برخی از رهبران و سرداران فاتحی که از آزادی و مساوات، اصلاحات و ایمان سخن می گفتند، خودشان به آن گفته ها عامل نبودند و آنها نیز که در راس حکومت و خلافت بودند دست کمی از این ها نداشتند.

همین وضعیت موجب بروز اعتراض های فراوان و نهضت های گوناگونی توسط فرزندان اهل بیت، ایرانیان و حتی خوارج بر علیه حکومت عباسیان شده بود. به راستی که اگر در آن زمان که گستره نفوذ اسلام شرق و غرب عالم را در نور دیده بود، زمامداری و رهبری در دست افراد لایق و عادل قرار می گرفت و طعم عدالت و مساوات

اسلامی را به کام مردمان سرزمین های گشوده شده می چشانند، مدینه فاضله اسلامی شکل گرفته و تداوم می یافت. اما افسوس که زمام حکومت در دست کسانی بود که با وجود مدیون بودن به ایرانیانی همچون ابومسلم خراسانی، خاندان برمکی، طاهر ذوالیمینین و افشین؛ دارای تعصب عربی بودند و ضمن ناراضی کردن ایرانیان، با خط عدالت گستر و مساوات جوی اهل بیت پیامبر در افتادند و خون های فراوانی را به ناحق بر زمین ریختند. همین بی عدالتی ها موجب شد تا مردمان آفریقا به علویان گرایش پیدا کنند و شیعه شوند و با تشکیل حکومت فاطمی در مصر و ادریسیان در مراکش از زیر مجموعه دولت عباسی خارج شوند.

نویسنده در فصل اول به تاریخ پیدایش هفت مکتب فکری در جهان اسلام اشاره می کند که ریشه های تشکیل آنها به نوعی به تشتت های فکری پیدا شده در دوران امام نهم باز می گردد. این هفت مکتب عبارتند از: معتزله، اشاعره، خوارج، مرجئه، اصحاب رده، اسماعیلیه و واقفیه. معتزله پیروان واصل بن عطا شاگرد ابی هاشم پسر محمد حنفیه فرزند امام علی ابن ابیطالب(ع) قدری و برای مسائل عقلانی اعتبار ویژه ای قایل بودند.

اشعری ها پیرو ابوالحسن اشعری و جبری مذهب بودند. خوارج مخالف خلافت و بنی امیه و بنی عباس بودند و به واسطه دشمنی با علی(ع) با بازماندگان اهل بیت نیز همراه نبودند. مرجئه از جمله مخالفان خوارج از غیر شیعیان بودند، آنان به ثواب و گناه کسی حکم نمی کردند و ایمان را برای مسلمانی کافی می دانستند و به رحمت پروردگار رجاء یا امید داشتند.

به عبارتی آنها اهل تساهل و تسامح دینی نبودند. اصحاب رده از بازماندگان جنگ های ارتداد در زمان خلافت خلیفه اول بودند که گفته می شود جمعی از آنها پیرو علی(ع) و مخالف حکومت خلفا بودند. اسماعیلیه خود را پیرو اسماعیل پسر امام صادق(ع) می دانستند و با وجودی که وی در زمان زندگی پدر از دنیا رفته بود، عقیده داشتند که او نمرده و

مهدی موعود خواهد بود. اسماعیلیه از جمله غلات یا غلوکنندگان به حساب می آیند که با وجود مبارزه آنها با خلفای بنی عباس، زیارت کعبه را بت پرستی می دانستند که ۲۳ فرقه در میان آنها پیدا شد. واقفیه کسانی هستند که بر امامت امام موسی کاظم(ع) توقف کردند. نویسنده در فصل دوم به اشرافیگری رایج در دوران عباسیان و قصرهای افسانه ای هزار و یک شب ساخته شده در بغداد و اسراف و تبهذریهای دستگاه خلافت می پردازد، چنین حکومت فاسدی جنایت هایی را مرتکب شده است که در تاریخ کم سابقه است. غارت و چپاول خلیفه و دست اندرکاران حکومتی اش نیز در تاریخ بی نظیر است و موجب شکل گیری اشرافیتی مافوق تصور شده بود. مالیات های سنگین اعتراض و ناراضیتی مردم را در پی داشت. با وجود این با توجه به تسلط اعراب بر جهان متمدن آن روز مانند ایران، مصر و روم تمام ذخایر فرهنگی این ملت ها در بغداد گرد آمده بود و موجب شکل گیری نهضتی علمی و هنری در جهان اسلام شد.

دانشمندان سرزمین های گوناگون در بغداد جمع شده بودند و همین گرد آمدن ها موجب تشکیل جلسات علمی و مناظره دانشمندان مکاتب مختلف فکری می شد. نویسنده در فصل سوم به این ترقیات و پیشرفت های علمی و هنری در دوره امام جواد(ع) می پردازد. دوران زندگی این امام مصادف با پیدایش مذاهب چهارگانه اهل سنت و حضور متکلمان بزرگ و بحث های علمی صاحبان اندیشه در خانه های حکمت، نهضت سیره نویسی و تاریخ، رواج علوم ریاضی و طبیعی، فلسفه و ادبیات در میان مسلمانان است.

در این زمان هنر موسیقی نیز به اوج پیشرفت خود رسید و در خدمت لهو و لعب خلفا و دولت مردان آنها بود در چنین فضا و جوی مبحثی چالشی و اعتقادی مطرح شد که موجب خونریزی های فرقه ای در جهان اسلام و درگیری میان صاحبان عقاید شد. عده ای می گفتند قرآن قدیم است و عده ای دیگر در مقابل می گفتند که قرآن مخلوق(حادث) است.

در چنین اوضاعی است که شخصیتی همچون امام صادق (ع) می‌فرماید: قرآن نه خالق است و نه مخلوق بلکه سخن خداوند آفریننده است.

فصل چهارم به بررسی چگونگی این فتنه و برخورد امامان بزرگوار هم چون امام جواد (ع) با آن می‌پردازد. فصل پنجم که طولانی‌ترین فصل کتاب است به شناخت جامعه دوران امام جواد (ع) و حرکت‌ها و انقلاب‌های مخالف دولت عباسی می‌پردازد. در این میان قیام‌های علویان نقش و سهم بیشتری دارند. بیشتر این قیام‌ها در سرزمین ایران بروز می‌کند و ایرانیان در مخالفت با خلیفه‌های بغداد نشین از سادات علوی حمایت و پشتیبانی می‌کردند. ضمناً از ۲۸ قیامی که توسط غیر علویان بر ضد خلافت عباسی صورت می‌گیرد، باز هم بیشترین سهم حمایت از آنها مربوط به ایرانی‌ها است. اینها ضمناً به جز قیام ایرانی‌ها همچون بابک خرم‌دین، مازیار پسر قارن و چندین نفر دیگر از جمله شورش مردم قم بر علیه دستگاه خلافت عباسی بود.

دوران زندگی امام جواد (ع) مصادف با خلافت دو خلیفه عباسی بود: عبدالله مامون و برادرش ابراهیم معتصم. مامون با سواد و خوش بیان و باهوش و مدعی حفظ هزاران حدیث از پیامبر (ص) بود. او مخالف معاویه بود و عقیده داشت که امام علی (ع) بعد از پیامبر بهترین مردم است و خود را پیرو اهل بیت نشان می‌دهد.

به گونه‌ای که در اقدامی صوری امام رضا (ع) را ولیعهد خود کرد و پس از شهادت آن حضرت، با نیرنگی خاص، فرزندشان امام جواد (ع) را به ظاهر مورد مهر و محبت خود قرار داد و او را به بغداد فراخواند و دخترش را به عقد امام درآورد. خلیفه دیگر عباسی، معتصم برادر مامون از مادری ترک نژاد بود.

او را مردی ستم پیشه و برخلاف برادرش مامون، بی‌سواد و فوق‌العاده قوی پنجه و اهل تشریفات و ظاهر سازی معرفی کرده‌اند. گویند او امام جواد را به خاطر آن شهید کرد که می‌دادا از امام الفضل دختر مامون صاحب فرزندی شود که مدعی خلافت عباسیان گردد.

ظلم و فساد در زمان معتصم علنی شد، به گونه‌ای که یکی از وزیران او به نام محمد بن عبدالملک زیات یا روغن کش با قرار دادن مخالفان خلیفه در تنور آهنی داغ از آنها اعتراف می‌گرفت و سرانجام خود با همان تنور آتشین کشته شد. یحیی بن اکثم، قاضی القضاة معتصم نیز شب و روز خود را به فسق و فجور می‌گذراند و شرم و حیا را کنار گذاشته بود و برای دیگران حد زنا جاری می‌کرد. احمد بن ابی داود، قاضی دیگری بود که دانش و دینش در خدمت زر و زور و تزویر معتصم بود و او را به شهادت امام جواد (ع) تحریک کرد.

آن هم به خاطر این بود که وی عقیده داشت که باید دست دزد بریده شود ولی امام با استناد به قرآن فرمودند که چهار انگشت وی به جز شصت باید قطع شود و خلیفه نظر امام را پذیرفت. سه روز بعد این قاضی، معتصم را تحریک کرد که چون تو رای محمد بن علی الجواد (ع) را پذیرفتی مردم به او متمایل می‌شوند. نویسنده کتاب در فصل هفتم به طور مبسوط به مبحث پایه‌ای امامت و رهبری جامعه برای تشکیل حکومت اسلامی با استناد به قرآن و گفتار و سیره پیامبر و امامان می‌پردازد.

در این فصل نویسنده به علم امامان، احاطه آنان بر مسائل حیاتی جامعه، هدایت پیروان و حفظ آنها از خطر جباران اشاره می‌کند. آنگاه در فصل بعد به چگونگی هدایت پنهانی و زیرکانه آگاهان امت توسط امام (ع) می‌پردازد.

در زمان مامون مجالس علمی تشکیل می‌شد و خلیفه، امام جواد (ع) هفت هشت ساله را در صدر مجلس و نزد خود می‌نشاند و اصحاب دانش و پیروان مذاهب از او سوال می‌کردند و امام جواب می‌داد. در جلسه‌ای یحیی بن اکثم قاضی القضاة کهنه‌کار مامون از جواد الائمه پرسید: «چه می‌فرمایید در خصوص کسی که احرام بسته و صیدی را کشته است» امام در پاسخ برای شفاف شدن این سوال، ده سوال از سوال کننده پرسید که این صید کردن در کعبه بوده یا خارج از آن؟ صیاد دانا بوده است یا نادان؟ عمداً این کار را کرده است یا

سهواً؟ آزاد بوده است یا بنده؟ کودک بوده است یا بالغ؟ اولین بار بوده است یا چندمین بار؟ صید پرند بوده است یا غیر پرند؟ حیوان کم سن و سال بوده است یا بزرگسال؟ شخص از خود پوشیمان شده یا برای ادامه کار اصرار داشته است؟

عمل در شب اتفاق افتاده است یا در روز؟ احرام فرد برای حج بوده است یا عمره؟ یحیی از پاسخ به این همه سوال که همگی درست و بجا بود در می‌ماند و امام به تک تک آنها پاسخ می‌گوید. آنگاه مامون از امام می‌خواهد تا او از یحیی سوال بپرسد.

امام پاسخ این سوال را از یحیی می‌خواهد که یک زن و مرد چگونه ظرف یک شبانه‌روز شش مرتبه نگاهشان به همدیگر حلال و حرام می‌شود؟ و باز قاضی از پاسخ در می‌ماند امام خود به آن پاسخ می‌دهد. آنگاه مامون می‌گوید «اینها اهل بیته هستند که خداوند آنها را فضل و کمال اختصاص داده و کوچک و بزرگ در آنها یکسان است.

مگر نمی‌دانید وقتی رسول خدا علی (ع) را به اسلام دعوت کرد، علی ده ساله بود و اسلام او پذیرفته شد و هیچ کس دیگر را در این سن و سال به اسلام دعوت نکرد و از حسن (ع) و حسین (ع) در شش و هفت سالگی بیعت گرفت در صورتی که از هیچ کس دیگر بیعت نگرفت. آیا این صفات کمال و جلال و جمال از اختصاصات این خاندان نیست؟ آنها ذریه‌ای هستند که در قرآن آمده است، خداوند بعضی از انسان‌ها را بر برخی دیگر ترجیح می‌دهد و اول و آخر آنها از جهت علم و دانش یکسانند، بزرگ و کوچک آنها همه عالم به ماکان و مایکون و ما هو کائن تا روز قیامت هستند.»

این اعتراف کسی بر فضل اهل بیت نسبت به دیگران است که خود مرتکب جنایت شهادت امام رضا (ع) پدر این پسر خردسال و عالم شده است. امام نهم علاوه بر مسائل دینی در مسائل علمی نیز شگفتی همگان را بر می‌انگیخت. موضوع دحو الارض و گسترده شدن زمین از ناحیه کعبه در ۲۵ ذیقعد را که مورد تایید دانشمندان زمین‌شناسی است، امام جواد (ع) مطرح کرده است.

روزی امام (ع) از حال یک مرد آفریقایی خبر دادند و ماجراهای بسیاری را بیان فرمودند که موجب شگفتی همگان شد. آنگاه امام به یکی از یارانش فرمود: «اگر گمان می‌کنی که ما شما را نمی‌بینیم و سخنان پنهانی شما را نمی‌شنویم، این گمان بدی است و باید بدانید که ما به اذن پروردگار متعال شاهد و ناظر و بینا و شنوا در کار همه شما هستیم.» این امام بی‌استاد و مکتب نرفته بعد از امام محمد باقر (ع) دومین محمدی بود که از نسل پیامبر با سعه صدر و وسعت نظر و کلام شیرین و جاذب، پرده از اسرار نادانسته‌های بسیاری بر می‌داشت و توجه خاص و عام را جلب و عالم‌نماها را رسوا می‌کرد.

یکی دیگر از مجالس پرسش و پاسخ از امام به همان یحیی بن اکثم قاضی القضاة مامون و معتصم اختصاص دارد که با پرسش‌های موزیانه درصدد بود تا با طرح احادیث جعلی در فضیلت خلفای اول و دوم، ایشان را در مقابل توده‌های اهل سنت قرار دهد. امام با کمال آرامش به یک یک سوالات پاسخ داد بدون آنکه جسارت و توهینی متوجه این دو خلیفه باشد. ایشان احادیث مطرح شده را از جعلیات دوران بنی امیه برای مقابله با فضیلت اهل بیت (ع) خواند که با واقعیت مطابقت ندارد.

امام رضا (ع) در احادیث فراوانی به جانشینی فرزندش محمد تقی (ع) اشاره نموده‌اند که در کتاب‌های حدیث موجود است. بعد از شهادت امام رضا (ع)، مامون به این بهانه که به اصطلاح عناصر خرابکار دور فرزند نوجوان امام یعنی حضرت جواد الائمه (ع) را نگیرند، ایشان را در ۱۶ سالگی به بغداد فراخواند و با تکریم فراوان از وی استقبال کرد و دخترش را نیز به عقد وی درآورد.

شاید به این تصور که امام بعدی از دختر او متولد شود و این افتخاری برای وی و طایفه‌اش باشد که چنین نشد. امام جواد (ع) بعد از مدتی با ام‌الفضل عازم مدینه شد. زندگی ساده و زاهدانه امام برای همسرش که در رفاه رویایی

خانه پدر بزرگ شده بود قابل تحمل نبود و امام را مرتب آزار می‌داد. امام در مدینه با کنیزی به نام سمانه ازدواج کرد که از او امام هادی (ع) متولد شد. ام‌الفضل از این ازدواج به پدر شکایت کرد و مامون پاسخ داد من نمی‌توانم حلال خداوند را بر او حرام گردانم.

چنین بود که دختر مامون کینه به دل گرفت و تمام رفت‌وآمدهای خانه امام را به دربار بغداد گزارش می‌کرد تا اینکه عمویش معتصم امام را به بغداد احضار کرد. بعد از مدتی با سخن چینی ابن ابی داود قاضی بغداد، خلیفه با همکاری جعفر پسر مامون و برادر ام‌الفضل و خود همسر امام، ایشان را مسموم و به شهادت رساند.

از امام جواد هشت فرزند، چهار پسر و چهار دختر به جا ماند که معروفترین آنها امام علی النقی معروف به امام هادی (ع) و موسی مبرقع است که پیش از شهادت برادرش امام دهم به قم آمد. از میان دختران آن حضرت حکیمه خاتون از همه معروفتر است که چهار امام را درک کرد. او افتخار تربیت مادر امام زمان حضرت نرگس خاتون را نیز در کارنامه خود دارد و به هنگام تولد امام زمان (عج) در خانه امام حسن عسکری (ع) حضور داشت.

حکیمه خاتون سفیر امام زمان نیز بوده است و نواب خاص از طریق این بانوی علویه با امام در ارتباط بودند. این بانوی بزرگوار مفسر قرآن و محدث نیز بود و در سال ۲۷۴ قمری از دنیا رفت و در کنار برادرش امام هادی (ع) و برادرزاده اش امام حسن عسکری (ع) در حرم سامرا دفن شده است. حضرت عبدالعظیم حسنی، دعبیل خزاعی، فضل بن شاذان نیشابوری و علی بن مهزیار اهوازی، از جمله یاران صاحب‌نام حضرت جواد الائمه هستند.

از امام نهم نامه‌ها، نکته‌های تفسیری و احادیث و جمله‌های حکمت‌آمیزی فراوانی نقل شده که تعدادی از آنها در کتاب گردآوری شده توسط فضل‌الله صلواتی موجود است. خواندن این کتاب تحلیلی را به همه علاقه‌مندان توصیه می‌کنیم.

شهادت

شهید جواد عابدی



شهید جواد عابدی در سال ۱۳۳۸ در شهر حسن‌آباد روستای زیوان چشم‌به‌جهان گشود. دوران کودکی و نوجوانی وی با فعالیت‌های مذهبی و حضور در هیات‌های مذهبی مساجد سپری شد. قبل از پیروزی انقلاب اسلامی با حضور در راهپیمایی و تظاهرات علیه رژیم طاغوت فعالیت گسترده‌ای داشت. شجاعت‌های بی‌نظیر این شهید بزرگوار در روزهای سرنوشتی رژیم کم‌نظیر بود. این شهید بزرگوار پس از پیروزی انقلاب اسلامی به‌عنوان مسئول عملیات کمیته منطقه ۱۳ نازی‌آباد منصوب شد و در درگیری و انهدام خانه‌های منافقین و دستگیری تعداد بی‌شماری آنان نقش بسزایی داشت. با آغاز دوران دفاع مقدس به مدت ۲۴ ماه در جبهه‌های دفاع مقدس حضور فعال داشت و در اولین حضورش در جبهه نفت شهر مجروح و به مدت ۹ روز بدون آب و غذا و با پای پیاده از کوه‌ها عبور کرد و خود و هم‌زمانش را از اسارت نجات داد. شهید عابدی در اواخر دوران خدمت خود به‌عنوان مسئول اطلاعات عملیات منطقه میرجاوه حضور چشمگیری داشت و به‌طور شبانه‌روزی نسبت به تعقیب و دستگیری قاچاقچیان مواد مخدر اقدام می‌کرد. این شهید بزرگوار در آخرین مأموریت الهی‌اش در ۲۵ مهرماه سال ۶۸ در شهر زاهدان با کاروان اشراز مسلح درگیر شد و با وجود آنکه از طرف کاروان قاچاقچیان به او پیشنهاد می‌شود که خود را تسلیم کند تا جانش را نجات دهد، اما این ذلت‌رانی پذیرد و آگاهانه شهادت در راه خدا را انتخاب کرده و به درجه رفیع شهادت نائل می‌آید.

روحش شاد و راهش پر رهرو باد.

مورد مصرف آسپرین این است که برخی از افراد با اطلاعات غلط مصرف بی‌رویه آن را دارند.

فواید آسپرین فقط در بیماری قلبی شناخته شده و در بیماران دیابتی بالای ۴۵ تا ۵۰ سال ثابت شده است و در برخی مواد دیگر در صورت وجود علت خاص مثل سکنه مغزی با نظر پزشک معالج تجویز می‌شود و مصرف بدون دلیل آن توصیه نمی‌شود.

برای پیشگیری از بیماری‌های قلبی چه پیشنهاداتی دارید؟

برای پیشگیری از بیماری‌های قلبی ورزش‌هایی همچون پیاده‌روی سریع، شنا و دوچرخه‌سواری، کنترل وزن، کنترل چربی، کنترل فشارخون، عدم مصرف سیگار و قلیان، داشتن رژیم غذایی مناسب، حتی الامکان سطح استرس کاهش یابد و خواب کافی بسیار موثر هستند.

میزان حداقل ورزش، هر روز ۳۰ دقیقه و ۵ روز در هفته است اما بهتر است هر روز هفته و روزی ۴۵ دقیقه تا یک ساعت ورزش انجام شود. ورزش‌های قدرتی توصیه نمی‌شوند. بیماران قلبی نباید در هوای شدیداً سرد ورزش کنند.

در خصوص تغذیه نیز همه مردم به ویژه بیماران قلبی باید از رژیم غذایی با فیبر بالا مثل میوه‌ها و سبزیجات بیشتر استفاده کنند. مصرف گوشت قرمز کمتر شود. چربی و سرخ‌کردنی محدود شود. از غذای کم‌نمک استفاده شود. مصرف یک یا دو حبه سیر در روز یا یک روز در میان، گوشت ماهی و نیز دانه‌های خوراکی بی‌نمک مثل فندق، پسته، بادام و گردو بسیار مفید است.

موضوع دیگری که باید مدنظر قرار دهیم این است که در محیط آلودگی هوا و صنایع در شهرها عرض شود که بعد از ریه بیشترین ارگانی که تحت تأثیر آلودگی هوا قرار می‌گیرد قلب است. آلودگی هوا باعث کاهش اکسیژن خون و افزایش ضربان قلب و فشارخون و تشدید علائم قلبی می‌شود. در روزهایی که آلودگی هوا شدید است میزان بروز حملات قلبی افزایش می‌یابد. توصیه می‌شود بیماران قلبی در ایام آلوده حتی الامکان از محیط آلوده دوری کنند و از ماسک‌های مناسب استفاده کنند.

پلاکت‌های خون روی آن رسوب می‌کنند و لخته تشکیل می‌شود و رگ را تنگ‌تر می‌کند. وقتی که تنگی رگ شدید شد یا رگ کاملاً بسته شد حمله قلبی ایجاد می‌شود. این فرایند در افرادی که ریسک فاکتورها بیماری‌های قلبی را دارند بیشتر و سریعتر ایجاد می‌شود. این ریسک فاکتورها شامل سابقه خانوادگی بیماری قلبی، دیابت، فشارخون بالا، چربی خون بالا، مصرف سیگار و قلیان، چاقی و استرس‌های مزمن و روزمره است.

اگر امکان دارد در خصوص آریتمی قلبی نیز توضیح دهید. این عارضه چگونه بوجود می‌آید؟

قلب سالم به طور کاملاً منظم فعالیت می‌کند بطوری که فرد اصلاً فعالیت قلب خود را حس نمی‌کند که به این حالت ریتم طبیعی قلب گفته می‌شود.

حال اگر ضربان قلب خیلی تندتر یا کندتر از حالت عادی شود به آن آریتمی گفته می‌شود که معمولاً فرد آن را به صورت تپش قلب یا ضعف و بی‌حالی شدید حس می‌کند.

البته اینجا باید به دو نکته اشاره کنم، یکی اینکه هر تپش قلبی به معنی آریتمی نیست و گاهی مسائل غیر قلبی مثل استرس باعث تپش قلب می‌شوند. دوم اینکه نباید فرد بیش از حد به ضربان قلب خود حساس باشد. برخی افراد وسواس دارند و مکرراً ضربان قلب و فشارخون خود را چک می‌کنند که کار اشتباهی است.

فشارخون و ضربان قلب در طول روز مقداری نوسان دارد مثلاً برای افراد میانسال یا مسن ضربان قلب ۶۵ تا ۷۵ بار در دقیقه ایده‌آل است اما گاهی این میزان تا ۱۰۰ ضربان کمتر یا بیشتر هم می‌شود که طبیعی است.

آیا طرح این موضوع که آسپرین در درمان بیماری‌های قلبی موثر است، را می‌پذیرید؟

درمان دارویی بیماری‌های قلبی مبحث مفصلی است و هر بیماری درمان مربوط به خود را دارد و درمان دارویی یک بیمار برحسب شرایط ممکن است با بیمار دیگر متفاوت باشد. یکی از مهمترین داروهای قلبی آسپرین است که به نام ASA یا آسپرین بچه معروف است. نکته مهم در

فوایدی که دارد باعث می‌شود تا در صورت بروز بیماری قلبی، فرد متوجه شود که در زمان ورزش نسبت به روزها و ماه‌های قبل توان کمتری دارد یا دچار علامت می‌شود که این زمان بهترین زمان مراجعه و بررسی قلبی است.

حمله قلبی در جامعه ما خیلی شایع است، به نظر شما این عارضه چگونه به وجود می‌آید و برای مقابله با آن چه باید کرد؟

به طور کلی به هر نوع شروع حاد و ناگهانی علائم قلبی حمله قلبی گفته می‌شود که می‌تواند شامل درد شدید سینه و بروز سکنه قلبی، نارسایی شدید قلبی، حملات آریتمی و یا ایست قلبی باشد. بروز علائم خفیف‌تر، درد سینه، بروز سکنه قلبی، نارسایی تنگی نفس، تپش قلب شدید و علائم فعالیت می‌توانند علائم هشدار دهنده باشند. گاهی هم حمله قلبی کاملاً ناگهانی است که البته این



موارد هم بیشتر در بیماران با سابقه ژنتیکی بیماری قلبی و یا دیابت رخ می‌دهد. ذکر این نکته ضروری است که بیماری قلبی یک بیماری تدریجی و مزمن است و حتی در اغلب کسانی که به صورت ناگهانی دچار سکنه قلبی می‌شوند معمولاً از چندین ماه یا حتی از چندین سال قبل از آن، بیماری تدریجی شروع شده، اما بی‌علامت بوده است تا اینکه در یک لحظه گرفتگی رگ کامل می‌شود و خود را به صورت سکنه قلبی ناگهانی نشان می‌دهد.

گرفتگی رگ‌های قلب به چه دلایلی به وجود می‌آید؟

علت گرفتگی رگ قلب هم تجمع و رسوب مواد زائد خون مثل چربی در جدار رگ است که باعث نامنظم شدن جدار رگ می‌شوند و نهایتاً گلبول‌های قرمز و

همه افراد بعد از ۴۰ سالگی حداقل یک بار جهت بررسی به پزشک مراجعه نمایند

دکتر امیر امیری فوق تخصص قلب و عروق:



بیماری‌های قلبی را باید از جمله امراضی دانست که احتمال بروز آن در میان میانسالان و سالمندان بسیار شایع است. به همین جهت توجه به بدن و تلاش در جهت پیشگیری از بروز آن همواره مورد تأکید پزشکان بوده و هست. در این شماره از نشریه آئینه به سراغ دکتر امیر امیری از پزشکان فوق متخصص قلب و عروق (بالون آنژیوپلاستی) بیمارستان ولیعصر ناجا (ع) رفتیم و گفتگویی در خصوص بیماری‌های قلبی، علل شیوع، راه‌های پیشگیری و... انجام دادیم که نظر شما را بدان جلب می‌کنیم:

گفت و گو از سرهنگ بازنشسته محمدحسن زلفی‌گل

از اینکه وقتتان را در اختیار بازنشستگان و مستمری‌بگیران نیروی انتظامی که عموماً میانسال هستند، قرار دادید تشکر می‌کنم. بفرمائید بیماری قلبی چگونه بروز می‌کند؟

با سلام خدمت شما، همکارانتان و خوانندگان عزیز ماهنامه آئینه، برای همه شما عزیزان و مخصوصاً بیماران قلبی آرزوی سلامتی دارم و از جنابعالی برای این مصاحبه تشکر می‌کنم. قبل از پاسخگویی به سوال شما، ابتدا لازم است مختصری در مورد عملکرد طبیعی قلب توضیح بدهم. قلب در واقع موتور و پمپ بدن است که خون اکسیژن دار را از طریق بطن چپ به اعضای بدن پمپ می‌کند تا در ریه اکسیژنه شود و خون غیراکسیژنه را هم بعد از جمع‌آوری از طریق بطن راست به ریه پمپ می‌کند تا در ریه اکسیژنه شود. برای انجام این عملکرد قلب نیاز به یک نیروی الکتریکی برای فعال شدن دارد که این نیرو از طریق برخی سلول‌های قلبی تولید می‌شود. همچنین باید عضله قلب، دریچه‌های قلبی و عروق تغذیه‌کننده عضلات قلبی که به عروق کرونر معروف هستند هم سالم باشند تا قلب بتواند کار خود را درست انجام دهد حالاً به هر دلیل قلب نتواند عملکرد خود را درست انجام بدهد بیماری قلبی ایجاد می‌شود.

تقسیم‌بندی بیماری قلبی هم براساس درگیری هر کدام از قسمت‌های فوق است.

مثلاً اختلال در سیستم الکتریکی و عصبی قلب باعث بیماری آریتمی می‌شود. اختلال در عملکرد دریچه قلب باعث تنگی یا نارسایی دریچه می‌شود و تنگی عروق کرونر هم باعث کاهش خون‌رسانی و ایسکمی و نهایتاً سکنه قلبی می‌شود. هر کدام از بیماری‌های فوق در مراحل پیشرفته باعث ضعیف شدن عضله قلب و نارسایی قلبی می‌شوند. در واقع انواع اصلی بیماری قلبی شامل آریتمی‌ها، بیماری دریچه قلب، گرفتگی رگ و نارسایی قلبی می‌شود. شایع‌ترین بیماری قلبی در افراد میانسال و مسن، تنگی رگ قلب (عروق کرونر) است. هم در ایران و هم در سایر کشورها مطالعاتی در مورد مقایسه بیماری قلبی در افراد نظامی با افراد غیرنظامی شده است که در برخی از آنها شیوع بیماری قلبی در افراد نظامی بالاتر بوده، که علت آن هم به احتمال زیاد مربوط به استرس‌های طولانی مدت این افراد است. مخصوصاً در جامعه ما که بازنشستگان فعلی چندین سال به طور مستقیم یا غیرمستقیم با مسائل جنگ تحمیلی درگیر بوده‌اند، قطعاً به عنوان یک عامل استرس‌زای مزمن بی‌تأثیر نخواهد بود. **علائم بیماری قلبی چیست و بیشتر با چه بیماری‌هایی مشابهت داشته و دارد؟** مهمترین علائم بیماری قلبی، درد سینه

یا احساس سنگینی در قفسه سینه، تنگی نفس مخصوصاً در فعالیت و راه رفتن، تپش قلب و تورم پاها است. این علائم ممکن است در برخی بیماری‌های دیگر هم دیده شود که با شرح حال، معاینه و در صورت لزوم تست‌های تشخیص تا حدود زیادی از علائم قلبی قابل افتراق هستند. به عنوان مثال درد سینه در تحریکات عصبی شدید، مشکلات قفسه سینه و معده هم دیده می‌شود. تنگی نفس در بیماری ریوی هم وجود دارد و ورم پاها ممکن است به کلیه‌ها، کبد، کم کاری تیروئید و مصرف برخی داروها مربوط باشد.

لذا بهتر است همه افراد بعد از ۴۰ سالگی حداقل یکبار جهت بررسی به پزشک مراجعه نمایند. البته می‌توان به پزشک عمومی هم مراجعه کرد که در صورت شک به بیماری قلبی، مخصوصاً دیابت و یا سابقه ژنتیکی بیماری قلبی لازم است از ۴۰ سالگی یا در صورت بروز علائم قلبی حتی قبل از ۴۰ سالگی به متخصص قلب مراجعه نمایند تا در صورت لزوم بررسی انجام شود. **بهترین و مقرون به صرفه‌ترین چک آپ قلبی به نظر شما چیست؟**

به طور کلی بهترین و مقرون به صرفه‌ترین چک آپ قلبی ورزش است. یک بیماری قلبی خفیف ممکن است در یک فرد کم‌تحرك هیچ علامتی نداشته باشد و با پیشرفته‌ترین تست‌ها هم مشخص نشود. اما در یک فرد ورزشکار، ورزش علاوه بر

۹ دستورالعمل

برای گذراندن دوران بازنشستگی شاد



داشتن یک تخم مرغ از طلا هرگز نمی تواند آینده شما در دوران بازنشستگی را تضمین کند، البته در آمد داشتن هنگام بازنشستگی می تواند راه را برای گذراندن زندگی هموار کند اما هرگز شرط اصلی برای تحقق تمامی آرزوها در دوران بازنشستگی نیست. همگی آرزوهایی برای دوران بازنشستگی داریم برخی سفر را برنامه ریزی کرده اند و برخی باغبانی کردن در باغچه ای کوچک که با پس اندازشان خریده اند، اما تحقق هر یک از این آرزوها بستگی به نوع برنامه ریزی و آینده نگری ما در دوران نوجوانی و میانسالی خواهد داشت.

دوران بازنشستگی در ایران از اهمیت زیادی برخوردار است به شکلی که حتی درباره داشتن دوران بازنشستگی مناسب و خوب ضرب المثلی هم در فرهنگ ما جای گرفته است که می گوید: «مدتی بخور نون و تره، یک عمر بخور نون و کره» این ضرب المثل بیشتر به پس انداز کردن و کوشیدن برای داشتن آینده ای طلایی مناسب است. در این متن نکاتی کلیدی برای داشتن اوقاتی بسیار خوش در دوران بازنشستگی را بیان خواهیم کرد.

1- **تاریخ بازنشستگی خودتان را مشخص کنید:** بهترین دوران بازنشستگی برای افراد زمانی است که هم از نظر

که مجبور به پذیرفتن بازنشستگی شده اند برخوردارند و بسیار شادتر از آنها در این دوران زندگی می کنند.

این نویسنده می گوید: اگر شما جزو آن دسته از افراد هستید که به اجبار بازنشستگی را پذیرفته اید و پیش از موعد بازنشسته شده اید بهترین راه برای شما بازگشت به عقب خواهد بود این گروه می توانند دوباره مشغول به کار شوند تا بتوانند همه چیز را تحت کنترل خودشان در آورند و سپس طبق برنامه خودشان بازنشسته شوند. این گروه می توانند با اشتغال به کار نیمه وقت، دوباره شرایط قبل از بازنشستگی را بازسازی کنند یا اینکه برای خود کسب و کاری راه بیندازند و بعد از آن طبق برنامه ریزی تاریخ بازنشستگی را دوباره مشخص کرده و با برنامه قبلی دست از کار بکشند.

2- **برنامه ریزی برای هزینه ها:** بسیاری از ما این نکته را با پس انداز کردن اشتباه می گیریم و تصور می کنیم هنگامی که کار می کنیم باید هر ماه مقداری پول کنار بگذاریم و در حسابی پس انداز کنیم تا زمان بازنشستگی از آن استفاده کنیم که متأسفانه این اشتباه رایج بین اکثر انسانهاست.

پول و ثروت معمولاً فضای زیادی از ذهن انسان را اشغال می کند حالا تصور کنید چندین سال متوالی پس انداز کرده اید و مبلغی در حساب بانکی خودتان دارید و پس از بازنشستگی شروع می کنید از آن هزینه می کنید و هر روز شاهد کمتر شدن مبلغ حساب بانکی خودتان خواهید بود این روند برای روحیه شما بسیار نامناسب و استرس زا خواهد بود و باعث کاهش کیفیت زندگی و رشد نگرانی برای آینده خود و زندگی شما در دوران

بازنشستگی که دوران بسیار مهمی در طول زندگی است خواهد بود.

حال آنکه بهترین راه برای تضمین آینده و بهبود کیفیت زندگی در دوران بازنشستگی به جریان انداختن این پس انداز در این دوران مهم زندگی است به گونه ای که این پس انداز در دوران بازنشستگی شما سرمایه مولد باشد یعنی اصل پول کاسته نشود بلکه برای شما درآمد حاصل کند و شما از آن درآمد هزینه کنید به این ترتیب آرامش و روحیه ای بسیار مناسب را برای دوران بازنشستگی خودتان تامین کرده اید و کیفیت زندگی را به بالاترین سطح روانی رسانده اید.

لورا کارستن سن Laura Carstensen مدیر برنامه طول عمر در دانشگاه استنفورد با عنوان «آینده ای طولانی و روشن» در این باره تاکید می کند: این برنامه ریزی برای شما حد و مرزی در خرج کردن مشخص می کند به گونه ای که هرگز برای پس انداز کردن زندگی خود را سخت نخواهید گرفت بنابراین می توانید از هزینه های اضافه بکاهید و در عین حال صرفه جویی بی مورد هم نداشته باشید و آنچه را که دوست دارید انجام دهید و در اختیار بگیرید. این موضوع زمانی که سرمایه شما مولد است قابل دسترس است نه اینکه شما سرمایه ای (پس اندازی) ثابت در دوران بازنشستگی خود داشته باشید.

3- **سلامتی کامل:** زندگی روزانه و مسئولیت های زندگی ما باعث شده که تا قبل از بازنشستگی زیاد به سلامتی خود اهمیت ندهیم یا اینکه همیشه به دلیل مشغله کاری اختصاص زمان برای سلامتی خودمان را در درجه های دوم و سوم اهمیت زندگی قرار دهیم که این غفلت در آینده برایمان بسیار گران تمام خواهد شد.

بنابراین با برنامه ریزی دقیق برای این دوران بسیار مهم در طول زندگی خودمان می توانیم سلامتی روانی جامعه آینده و نسل بعدی را تضمین کنیم.

باربارا واکسمن Barbara Waxman مشاور خانواده و نویسنده کتاب «چگونه بازنشستگی را دوست بداریم؟» در این

باره می گوید: اغلب اوقات مردم اینقدر درگیر زندگی خانوادگی و مسایل مربوط به خانواده می شوند که خودشان و سلامتی بدنشان را فراموش می کنند و در واقع فراموش می کنند که از خودشان باید چه انتظاری داشته باشند و موفقیت آنها در گرو سلامتی آنهاست. این فراموش کاری به نوعی برنامه ریزی آنها را برای آینده تحت تاثیر قرار می دهد و از بین می برد. این کارشناس اضافه می کند که یقین داشته باشید که در دوران بازنشستگی برای آشپزی و سرزدن به بستگان بسیار وقت خواهید داشت به شرط اینکه بدنی سالم داشته باشید او اضافه می کند: با نرمش های روزانه بدن و ذهن خودتان را پرورش دهید تا در دوران بازنشستگی بتوانید بیشترین بهره را از هر دوی آنها (جسم و ذهن) بگیرید.

4- **حمایت از همسر:** با توجه به زندگی های صنعتی امروزی معمولاً زوجین هر دو شاغل هستند، بنابراین در طول شبانه روز شاید ساعات کوتاهی با یکدیگر باشند و در کنار هم به زندگی ادامه دهند و اغلب اوقات در محیط اداره یا دفترشان هستند. بنابراین بهترین کار برنامه ریزی دقیق برای زمان بازنشستگی خواهد بود، شاید علاقمند باشید هر دو با هم در یک زمان دست از کار بکشید و بازنشسته شوید و شاید هم از آن دسته افراد باشید که عقیده دارند مرد باید مدت طولانی تر از زن کار کند به هر حال برای این کار برنامه ریزی کنید تا به ناگاه روند زندگی شما دست خوش تغییرات نشود.

اما به عقیده کارشناسان و مشاوران خانواده پس از دوران بازنشستگی وابستگی زوجین به یکدیگر بیش از قبل خواهد شد بنابراین حمایت آنها از یکدیگر امری ضروری و لازم خواهد بود ولی هرگز لازم نیست ۲۴ ساعت و هر روز هفته این امر اتفاق بیافتد بلکه باید حد تعادل رعایت شود چون این وابستگی بیش از حد هم، خود دردسرساز خواهد شد.

وقتی زوجین هر دو با هم بازنشسته می شوند ناگهان با تغییری بسیار مهم در زندگی خود مواجه خواهند شد آنها بیشتر وقت خود را خارج از منزل گذرانده اند و

ساعاتی را که کنار هم بوده اند به بهترین شکل گذشته اما حالا با توجه مدت طولانی کنار هم بودن ممکن است برخی مشکلات بیشتر نمایان شود بنابراین باید در این ارتباط تعادل برقرار کنیم تا دچار مشکل نشویم. با توجه به این موضوع از لذت کنار هم بودن غافل نشوید اما برای این زمان هم برنامه ریزی کنید و روزانه چند ساعت را با دوستان و فرزندانان باشید و به طرف مقابل خود اجازه دهید با اشتیاق بیشتری در کنار شما باشد.

5- **دوستان و همکاران:** بسیاری از ما هنگام کار و فعالیت اجتماعی خودمان قبل از دوران بازنشستگی دوستان و همکاران بسیار زیادی داشته ایم و ارتباط خوبی با آنها برقرار کرده ایم اما به یاد داشته باشید که پس از بازنشستگی حفظ این ارتباط با آن دسته از همکاران که هنوز مشغول به کار هستند زیاد هم ساده نخواهد بود. بنابراین سعی کنید بیرون از محیط کار هم دوستانی داشته باشید تا در دوران بازنشستگی یک باره رفقای صمیمی را از دست ندهید و احساس تنهایی نکنید. به عقیده کارشناسان سلامت خانواده، حس تنهایی که پس از دوری از دوستان به شما دست می دهد از نظر روحی ضربه جبران ناپذیری را به سلامتی روانی افراد بازنشسته خواهد زد بنابراین اگر این دسته از مردم دوستانی خارج از اداره نیز داشته باشند می توانند این حس را با دوستانی غیر از همکاران سابقشان از بین ببرند.

البته هر چند وقت یک بار به دیدن همکاران سابق و دوستان خود بروید و دوباره خودتان را در محیط گذشته اداره قرار دهید این کار انگیزه خوبی به شما جهت شاد زیستن می دهد.

6- **کاری انجام دهید:** فرض کنید که چندین سال متمادی هر روز صبح راس ساعت ۷ از خانه خارج شده و به اداره رفته اید حالا پس از گذشت چندین سال ناگهان این عادت را باید تغییر دهید و کلیه فعالیت های خودتان را قطع می کنید. آیا تصور کرده اید چه ضربه روحی را به خودتان وارد می کنید؟ یا اینکه چقدر ناامید خواهید شد؟

واکسمن مشاور خانواده عنوان می کند:



هوشمندی و بصیرت

سر هنگ بازنشسته دکتر فیروز عزیززاده منصوری

گسستن پیوندهای عاطفی، مودت و صمیمیت، زندگی مسالمت‌آمیز را تحت‌الشعاع خود قرار داده است. باید هشیار بود، از هر اقدام و تصمیم عجولانه پرهیز کرد. هر اقدام و عمل ما باید در سایه تدبیر، اندیشه و دوراندیشی باشد تا بتوانیم روی پای خود بایستیم و از گزند حوادث ناگوار مصون بمانیم.

در تمام امور مربوط به خود در زندگی فردی و اجتماعی باید با اندیشه و تعقل و درایت کامل گام برداریم، تشکیل خانواده، انتخاب همسر و تحصیل علم، تربیت فرزندان، انتخاب شغل و امرار معاش و بالاخره برخوردهای اجتماعی و غیره.

بصیرت و هشیاری برای ما راه صحیح ایمان و پای‌بندی به فرامین الهی و اصول اخلاقی و مسیر رستگاری دنیوی و اخروی را یاد می‌دهد. راه و رسم چگونه زیستن و طریقه شناخت نظامات و اسرار پنهان این گردونه پراز معما در سایه کاربرد هوش، ذکاوت و تدبیر عاقلانه امکان‌پذیر است، رشد و کاربرد این امتیاز بزرگ و اعطایی پروردگار به انسان، قدرت پیش‌بینی تأمل و دقت را می‌آموزد، لذا از تکروری، لجاجت و غرور بی‌جا پرهیز می‌کنیم. با عطف توجه و موشکافی خود در محیط اجتماعی بهتر می‌توانیم به داد مظلومان و ستمدیدگان برسیم و در حد وسع و طاقت خود از محرومین و مظلومین و ستمدیدگان حمایت نماییم.

اینکه گفته می‌شود: «اول اندیشه وانگهی گفتار»

یا اینکه: «تا مرد سخن نگفته باشد عیب و هنرش نهفته باشد» این نکته را می‌رساند که سکوت و تأمل ما، قبل از هر گفتار و عملی نشانه پایداری شخصیت، اعتلاء ارزش و احترام خاص بین مردم و بالاخره مصون ماندن از مخاطرات رفتار و گفتار و عمل نسنجیده است.

از خدا می‌خواهیم جوانان و فرزندان عزیز ما را به خصوص هنگامی که به سن و سال شناخت و خودسازی می‌رسند در مسیری قرار دهد که راه صحیح و درست سعادت خود و جامعه خود را تشخیص دهند و تسلیم‌گرایز و تمایلات خود و تلقین و اغوای بدخواهان، نااهلان و کوردلان قرار نگیرند.

نخستین و مهمترین عامل توفیق در تحقق اهداف و وصول به مقصد عالی حیات، بصیرت و هوشمندی است. این امر نتیجه فعالیت عقل در انسان است و در حقیقت یک موهبت الهی است که به ابناء بشر عطا شده و می‌تواند مشعل فروزانی در مسیر راه دشوار زندگی باشد. این مزیت گرانقدر، انسان را از سایر موجودات عالم متمایز می‌کند؛ اما همه انسانها از مواهب و رهنمودهای این امتیاز برخوردار نیستند و از این رو کلمه عاقل را به همه انسانها نمی‌توان اطلاق نمود. عاقل بودن، هشیار بودن و بصیرت داشتن و کاربرد اندیشه و فکر در تمام مسائل حیات است. این فعالیت عقل در نخستین مراحل بلوغ سنی بسیار ضروری است زیرا برای تصمیم‌گیری‌ها و ترسیم صحیح و منطقی مسائل و مشکلات خود در مسیر ناهموار حیات به آن نیاز مبرم دارد.

غلبه احساسات، تمایلات و غرایز که به مقتضای سن وجود دارد مانع و سدّ بزرگی است که فرد را اسیر و تسلیم خود می‌کند از این رو منطق و استدلال و صلاح و مصلحت کاربردی ندارد. یک نوجوان از همان مراحل اولیه رشد در محدوده زندگی خانوادگی ایجاب می‌کند که در پرتو هدایت و راهنمایی عقل خود حرکت کند. تا راه پیشرفت و تعالی و خوشبختی آینده خود را بشناسد. والا ناخودآگاه راه خطا و اشتباه و گمراهی را برمی‌گزیند و از مسیر رهنمود عقل (هوشمندی و بصیرت) فاصله می‌گیرد.

کودک و نوجوان از همین مرحله سنی نیاز به آموزش، هدایت و مراقبت دارد و به مشاورت و ارشاد مجربین، مطلعین و اندیشمندان محتاج است. سرآغاز تشخیص نیک و بد و حساس‌ترین سال‌های عمر رشد یک جوان همین دوران گذرا از کودکی و گام نهادن به مرحله خودسازی است.

کاربرد تدبیر و اندیشه حکیمانه و شناخت روحیات و استعدادهای او در این سال‌ها یک ضرورت حتمی است.

در جهان امروز که انسانیت و معنویت و اخلاق در بین ملتها و حکومت‌ها رنگ باخته است و ظلم و بیدادگری و رقابتهای خصمانه اقتصادی در میان ملل دنیا حکمروائی می‌کند و به طور کلی با

و با بهترین کیفیت این دوران را سپری خواهند کرد.

۹- انتقال تجربیات به نسل بعدی:

بسیاری از افراد پس از بازنشسته شدن دوباره مشغول به کار می‌شوند یا اینکه از طرف واحد اداری خودشان دعوت به کار می‌شوند. اهمیت این موضوع برای انتقال تجربیات آنها به نسل جدید یا افراد جایگزین آنهاست البته مهمترین فایده این امر در بهبود و ارتقای کیفیت زندگی خود این افراد خواهد بود.

احساس پوچی مهمترین عامل برای از بین بردن روحیه افراد بازنشسته است که همین امر باعث می‌شود زندگی سختی را برای خود دست و پا کنند بنابراین با اشتغال دوباره و فهمیدن اینکه می‌توانند نسل آینده را متوجه تجربیات خود کنند باعث دلگرمی و بهبود کیفیت زندگی آنهاست.

کارستن سن می‌گوید: بسیاری از بازنشستگان وقتی به ناگاه شغل خود را رها می‌کنند دچار افسردگی می‌شوند اما اگر همین افراد توسط کارفرمایان پس از بازنشستگی برای مدتی کوتاه تحت عنوان مشاور به کارشان ادامه دهند با آمادگی روحی کامل اداره را ترک می‌کنند و شاد به زندگی آینده خودشان وارد می‌شوند.

اما این کارشناس می‌گوید: اگر این امکانات برای شما مهیا نبود می‌توانید خودتان شرایط را فراهم کنید و با انجام دادن کارهای داوطلبانه و خیریه، دانش و تجربه خود را به نسل آینده منتقل کنید با این کار احساس مفید بودن دوباره درون شما زنده خواهد شد.

همه کارشناسان خانواده معتقدند که هرگز به بازنشستگی بی تفاوت نباشیم چون در واقع تولد دیگری است که در زندگی ما اتفاق خواهد افتاد بنابراین اگر برای آینده این کودک متولد شده، برنامه‌ای نداشته باشیم نباید انتظار داشته باشیم به سلامت رشد کند.

آنها می‌گویند: بازنشستگی به معنی بی‌مصرف نیست بلکه چشمه‌ای خروشان از تجربه برای سیراب کردن نسل بعدی و آماده‌سازی برای رویارویی با مشکلات زندگی آینده‌شان خواهد بود.

که اگر افراد با توجه به توانایی‌ها و امکانات خودشان برای دوران زندگی و بازنشستگی خودشان برنامه‌ریزی کنند با هر موفقیت و بالا رفتن از پله‌های ترقی امیدوارتر و شاداب‌تر به زندگی خود ادامه می‌دهند بنابراین اول از امکانات و توانایی‌های خودمان مطمئن شویم سپس برای آینده برنامه‌ریزی کنیم یا اینکه اهدافمان را طبق همین توانایی‌ها تعیین کنیم.

۸- قبل از بازنشستگی این دوران را امتحان کنید: بهترین راه حل برای داشتن دوران بازنشستگی مناسب امتحان کردن این دوره قبل از وقوع برای شماست.

نانسی شلسبرگ Nancy Schlossberg استاد بازنشسته دانشگاه مرلند و نویسنده کتاب «تجدید قوا برای بازنشستگی، بازسازی هویت، روابط و اهداف» می‌گوید: من توصیه می‌کنم که مردم یک بازنشستگی ساختگی را قبل از رسیدن به بازنشستگی واقعی به خودشان هدیه بدهند چون این هدیه ارزشمندترین هدیه دوران زندگی آنها خواهد بود.

این کارشناس می‌گوید: به عنوان مثال به مدت ۳ ماه هر یکشنبه درست مثل یک فرد بازنشسته زندگی کنید یا اینکه در طول سال یک هفته مرخصی بگیرید و شرایط را به گونه‌ای مهیا کنید که انگار دوران بازنشستگی شما شروع شده. این موضوع باعث می‌شود که شما برای دوران اصلی بازنشستگی آمادگی کامل داشته باشید و بتوانید با تمامی چالش‌های آن دوره مبارزه کنید و این دوران حساس را موفق پشت سر بگذارید.

در این دوران ساختگی، بسیاری درمی‌یابند که هنوز آمادگی پذیرش این واقعیت یعنی بازنشستگی را از نظر روحی ندارند بلکه فقط نیاز به یک دوره مرخصی کوتاه دارند اما برخی دیگر خود را هم از نظر روحی و هم جسمی کاملاً آماده پذیرش این موضوع می‌یابند و شرایط را طوری برنامه‌ریزی می‌کنند که این امر اتفاق بیفتد. بنابراین با علم کامل به این دوره قدم در این دوران می‌گذارند

بهترین راه برای بهبود کیفیت زندگی پس از بازنشستگی ایجاد تعادل بین دوران شاغل بودن و دوران بازنشستگی است به این صورت که برای بازنشستگی خودتان برنامه‌ریزی کنید و کاری را که به آن علاقمند هستید شروع کنید و هرگز از فعالیت‌های روزانه خودتان را دور نگه ندارید، با برنامه‌ریزی و پایه‌ریزی این گونه کارها در دوران میان سالی می‌توانید بلافاصله پس از بازنشستگی این کار را ادامه دهید بدون اینکه وقفه‌ای در روند زندگی شما ایجاد شود. با این کار روحیه خودتان را دوچندان کرده‌اید و هرگز فکر نمی‌کنید که جامعه به شما نیازی ندارد بلکه شما هنوز فعال و تاثیرگذار خواهید بود.

نلسون کارشناس دیگر نیز می‌گوید: حتی می‌توانید در این دوران مهارت‌های تازه‌ای کسب کنید به گونه‌ای که حتی ادامه تحصیل بدهید به عنوان مثال با گذراندن دوره حسابداری می‌توانید به عنوان حسابدار در برخی شرکت‌ها پاره وقت کار کنید، یا هر رشته‌ای را که دوست دارید بخوانید بهر حال هرگز یک‌باره دست از کار نکشید و از فعالیت روزانه خود نگاهید.

۷- چالش‌های جدید: بسیاری از مردم برای دوران زندگی خود برنامه‌ریزی می‌کنند و اهدافی را برای خودشان مشخص می‌کنند که قبل از بازنشستگی باید به آنها برسند یا اینکه تصمیم دارند این اهداف در دوران بازنشستگی آنها محقق شود اما متاسفانه بدون در نظر گرفتن شرایط و توانایی‌هایشان این تصمیم‌ها را اتخاذ می‌کنند که نمی‌توانند به اهداف مورد نظر برسند بنابراین به روحیه و اعتماد به نفس خودشان ضربه‌ای جبران‌ناپذیر وارد می‌سازند و کیفیت زندگی خودشان را در دوران بازنشستگی دست خوش نامالیتماتی می‌کنند. این دسته از افراد شاید در دوران بازنشستگی خود دچار سرخوردگی‌های جبران‌ناپذیری خواهد شد به گونه‌ای که زندگی را برای خود و اطرافیان مشکل خواهند کرد و در برخی از موارد هم دست به خودکشی خواهند زد. کارشناسان معتقدند



پرسش‌های شما

..... معاونت حقوقی و معاضدت قضایی کانون

و پاسخ‌های معاونت حقوقی و معاضدت قضایی کانون بازنشستگان ناجا

زن تا چه میزان از اموال شوهر ارث می‌برد؟

باستناد ماده ۹۴۶ قانون مدنی زوج از تمام اموال شوهر ارث می‌برد و زوجه در صورتی که زوج دارای فرزند باشد از عین اموال منقول و از قیمت اموال غیر منقول اعم از عرصه و اعیان ارث می‌برد و در صورتی که زوج هیچ فرزندی نداشته باشد سهم زوجه از کلیه اموال به ترتیب فوق خواهد بود. خاطر نشان می‌نمایم به موجب ماده ۹۴۲ قانون مزبور در صورت تعدد زوجات (چند همسر) ربع یا ثمن ترکه که تعلق به زوجه دارد بین همه آنان بالسویه تقسیم می‌شود.

آیا ازدواج مجدد همسر قبلی فرد اخراجی با نامبرده موجب برقراری مستمری قطع شده مشارالیه خواهد شد؟

شرط برقراری حقوق مستمری افراد مورد اشاره در بند الف ماده ۱۹۱ قانون استخدام ناجا آن است که این قبیل افراد هنگام فوت یا اخراج از خدمت جزو عائله تحت تکفل مستخدم بوده و طلاق موجب قطع حقوق مستمری همسر گردیده باشد، بنابراین با ازدواج مجدد فرد اخراجی با همسر قبلی خود وضعیت قبل از طلاق احیاء گردیده و نهایتاً وفق ماده ۱۹۰ قانون مزبور حقوق

پی نوشت: (۱) ماده ۱۱۳۰ قانون مدنی و تبصره آن: در صورتی که دوام زوجیت موجب عسر و حرج باشد وی می‌تواند به حاکم شرع مراجعه و تقاضای طلاق کند چنانچه عسر و حرج مذکور در محکمه ثابت شود، دادگاه می‌تواند زوج را اجبار به طلاق نماید و در صورتی که اجبار میسر نباشد زوجه به اذن حاکم شرع طلاق داده می‌شود.

تبصره: عسر و حرج موضوع این ماده عبارت است از به وجود آمدن وضعیتی که ادامه زندگی را برای زوجه با مشقت همراه ساخته و تحمل آن مشکل باشد و موارد ذیل در صورت احراز توسط دادگاه صالح از مضایق عسر و حرج محسوب می‌گردد. ۱. ترک زندگی خانوادگی توسط زوج حداقل به مدت شش ماه متوالی و یا نه ماه متناوب در مدت یک سال بدون عذر موجه ۲. اعتیاد زوج به یکی از انواع مواد مخدر و یا ابتلاء وی به مشروبات

مستمری زوجه برقرار خواهد شد. **زوجه در چه صورتی می‌تواند علیه زوج خود درخواست طلاق دهد؟**

۱. زوج غایب مفقودالثر باشد: چنانچه زوج چهار سال تمام غایب مفقودالثر شده باشد زن وی می‌تواند باستناد ماده ۱۰۲۹ قانون مدنی و با رعایت ماده ۱۰۲۳ همین قانون به حاکم شرع مراجعه و تقاضای طلاق کند. ۲. عدم پرداخت نفقه از ناحیه شوهر: به موجب ماده ۱۱۲۹ قانون مزبور در صورت استنکاف و یا عجز و ناتوانی شوهر از پرداخت نفقه زن می‌تواند تقاضای طلاق کند تا حاکم شوهر را اجبار به طلاق نماید. ۳. عسر و حرج زوجه: مطابق ماده ۱۱۳۰ قانون مدنی (۱) در صورتی که دوام زوجیت موجب عسر و حرج زوجه باشد وی می‌تواند تقاضای طلاق نماید بدیهی است در صورتی که عسر و حرج مورد ادعای زوجه در محکمه ثابت گردید دادگاه می‌تواند زوج را اجبار به طلاق کند. توضیحا اینکه عسر و حرج اشاره شده در این ماده دارای تبصره ای در ۵ بند می‌باشد که خلاصه ای از آن بدین شرح ذکر می‌گردد:

۴. شروط ضمن العقد: زوجین می‌توانند در اجرای ماده ۱۱۱۹ قانون مارالذکر هر شرطی که مخالف با مقتضای عقد نباشد ضمن عقد ازدواج یا عقد لازم دیگری به عمل آورند مثل اینکه شرط شود هرگاه شوهر زن دیگری بگیرد یا در مدت معینی غایب شود یا ترک انفاق نماید یا بر علیه حیات زن سوء قصد کند یا سوء رفتاری کند که زندگی مشترک آنان با یکدیگر غیرقابل تحمل شود، زن وکیل و وکیل در توكیل باشد تا پس از اثبات تحقق شرط در دادگاه و صدور حکم و قطعیت آن خود را مطلقه نماید.

آیا ملکی را که در رهن بانک است می‌توان فروخت؟

الکلی که به اساس زندگی خانوادگی خلل وارد آورد و امتناع یا عدم امکان الزام وی به ترک آن در مدتی که به تشخیص پزشک برای ترک اعتیاد لازم بوده است. در صورتی که زوج به تعهد خود عمل ننماید و یا پس از ترک، مجدداً به مصرف موارد مذکور روی آورد، بنابه درخواست زوجه، طلاق انجام خواهد شد. ۳. محکومیت قطعی زوج به حبس پنج سال یا بیشتر. ۴. ضرب و شتم یا هرگونه سوء رفتار مستمر زوج که عرفاً با توجه به وضعیت زوج قابل تحمل نباشد. ۵. ابتلا زوج به بیماری‌های صعب‌العلاج روانی یا ساری یا هر عارضه صعب‌العلاج دیگری که زندگی مشترک را مختل نماید. موارد مندرج در این ماده مانع از آن نیست که دادگاه در سایر موارد که عسر و حرج زن در دادگاه احراز شود، حکم طلاق صادر نماید.

آذربایجان شرقی

برگزاری ضیافت خانوادگی پیشکسوتان استان



مراسم انس و الفت و ضیافت نهار و شام خانوادگی پیشکسوتان استان آذربایجان شرقی برای ۱۲۰۰۰ نفر از پیشکسوتان استان به همراه همسر در سطح شهرستان‌های استان در مدت ۱۰ روز برگزار شد. در این مراسم که در بهترین تالارهای شهرستان‌های استان برگزار گردید، پیشکسوتان محترم به همراه همسر خود در فضایی صمیمی و معنوی با یکدیگر دیدار کردند و ساعتی را در کنار یاران قدیمی به خوشی و شادمانی گذراندند.

در این مراسم هیات رئیسه فرماندهی انتظامی استان و فرماندهان انتظامی شهرستان‌ها و تعدادی از مسئولین شهرستان‌ها و ائمه جمعه نیز در کنار پیشکسوتان حضور داشتند.

آذربایجان غربی

یادواره درگذشتگان پیشکسوت انتظامی استان آذربایجان غربی



مراسم یادواره یاران به مناسبت گرامیداشت نام و خاطره یاران سفرکرده نیروی انتظامی استان با همکاری سردار فرماندهی انتظامی استان و مدیر کل تامین اجتماعی نیروهای مسلح در شهرستان ارومیه برگزار شد.

در این مراسم از ۴۹ نفر درگذشتگان این نیرو قدرشناسی و با خانواده‌ها و وابستگان این عزیزان اعلام همدردی شد. در مراسم یادواره یاران استان آذربایجان غربی، خانواده متوفیان، مسئولان انتظامی استان، معاونین استاندار و مدیر کل نیروهای مسلح حضور داشتند و سردار فرماندهی انتظامی استان، سردار فرماندهی مرزبانی، رئیس عقیدتی سیاسی و حفاظت اطلاعات و

رئیس کانون نیز میزبانی مراسم را بر عهده داشتند. گفتنی است در دیگر شهرستان‌های استان و از جمله شهرستان خوی نیز مراسم مشابهی برگزار شده است.



اردبیل

اجرای برنامه یادواره یاران سفرکرده استان اردبیل



برنامه یادواره یاران سفرکرده پیشکسوت استان اردبیل با شرکت ۲۰ خانواده پیشکسوتان متوفی در محل تالار پذیرایی قزل تاج مجلل اردبیل برگزار شد.

در این مراسم که علاوه بر خانواده و بازماندگان پیشکسوتان، معاون هماهنگ کننده فرماندهی انتظامی استان، مدیر کل تامین اجتماعی نیروهای مسلح، رئیس کانون بازنشستگان استان و هیات همراه حضور داشتند، ابتدا رئیس کانون گزارشی از عملکرد کانون ارائه و به نقش مهم و ارزشمند پیشکسوتان در عرصه‌های مختلف اشاره کرد.

در ادامه جناب سرهنگ دادرس همت جو معاون هماهنگ کننده فرماندهی انتظامی استان براهمیت و ماندگاری خدمات پیشکسوتان در نیروی انتظامی تاکید و استمرار این برنامه‌ها را خواستار شد. در پایان مراسم به رسم یادبود هدایایی به شرکت کنندگان تقدیم شد.

اصفهان

برگزاری یادواره یاران سفرکرده عرصه نظم و امنیت

یادواره یاران سفرکرده پیشکسوت ناجا استان اصفهان در شهرستان‌های اصفهان، خمینی شهر، کاشان، شاهین شهر و شهرضا برگزار شد.

در این مراسم پس از تلاوت آیاتی از قرآن کریم، مداحان اهل بیت

مدیحه سرایی کردند و سپس رئیس کانون بازنشستگان استان ضمن خیرمقدم و عرض تسلیت و دلجویی، یاد و نام پیشکسوتان خدمتگزار و متعهد نیروی انتظامی را که به دیار باقی شتافته‌اند، گرامی داشتند.

در پایان این مراسم بسته فرهنگی و لوح تقدیر به رسم یادبود به خانواده این عزیزان تقدیم شد.



البرز

برگزاری یادواره یاد یاران سفر کرده نیروی انتظامی استان البرز

به منظور گرامیداشت یاد و خاطره پیشکسوتان فقید ناجا، یادواره یاران سفر کرده با حضور قریب ۳۰۰ نفر از اعضاء خانواده متوفیان در سالن فجر نیروی انتظامی استان، در شهرستان کرج برگزار گردید.



این مراسم از ساعت ۱۹ با تلاوت آیاتی از کلام الله مجید و اجرای سرود جمهوری اسلامی ایران توسط گروه موزیک فرماندهی انتظامی استان آغاز و پس از خوش‌آمدگویی رئیس کانون بازنشستگان استان و دلجویی از خانواده متوفیان، حضرت حجت الاسلام رضانی از پیشکسوتان نیروی انتظامی استان، با ایراد سخنرانی از مقام والای درگذشتگان عرصه نظم و امنیت تجلیل نمود. این برنامه با نوحه سرایی یکی از مداحان اهل بیت ادامه یافت و پس از صرف شام در ساعت ۲۲ پایان پذیرفت.

شایان ذکر است در این مراسم، رئیس اداره بازنشستگی استان نیز حضور داشت که ضمن تکریم از خانواده پیشکسوتان فقید ناجا، به هر خانواده به رسم یادبود هدیه‌ای تقدیم شد.

ایلام

تجلیل از مجاهدت‌های پیشکسوت مدافع حرم



پیشکسوت بازنشسته ناجا ستواندوم طیب ناصری پلنگرد که به عنوان یکی از مدافعین حرم ام المصائب حضرت زینب(س) به کشور سوریه عزیمت کرده و دوره خدمت داوطلبانه خود را با سرافرازی به پایان رسانده بود از سوی کانون بازنشستگان ناجا استان ایلام مورد تجلیل و تقدیر قرار گرفت.

رئیس کانون بازنشستگان استان به نمایندگی از فرماندهی انتظامی استان، ضمن ملاقات با ایشان از مجاهدت‌ها و ایثارگری‌های آقای ناصری تقدیر و به رسم یادبود هدیه‌ای از سوی فرماندهی انتظامی استان به وی تقدیم کرد.

بوشهر

برگزاری اردوی انس و الفت و تور دریایی پیشکسوتان



اردوی خانوادگی انس و الفت و تور دریایی پیشکسوتان با استفاده از کشتی مسافربری آروس مهیار برگزار شد.

در این تور دریایی یک روزه که ۶۵ نفر از پیشکسوتان به همراه خانواده و جمعاً به تعداد ۱۵۰ نفر حضور داشتند، آبهای ساحلی استان بوشهر طی شد و رئیس کانون استان ضمن خیرمقدم به پیشکسوتان و خانواده‌ها، هدف این برنامه را ایجاد نشاط و انس و الفت بین خانواده‌های پیشکسوتان اعلام کرد.

در طول مسیر، شرکت‌کنندگان در این تور یک روزه از تأسیسات اقتصادی و اسکله‌های تجاری و صیادی بازدید کردند و ضمن استفاده از برنامه‌های مفرح فرهنگی و تفریحی به همه مدعوین به رسم یادبود هدیه‌ای تقدیم شد.

چهارمحال و بختیاری

برگزاری مراسم انس و الفت خانوادگی پیشکسوتان



مراسم انس و الفت پیشکسوتان استان چهارمحال و بختیاری با حضور حدود ۳۰۰ نفر از بازنشستگان نیروهای مسلح و با همت سازمان تأمین اجتماعی نیروهای مسلح استان در محل هتل لاله سپاه پاسداران برگزار شد. در این مراسم که تعدادی از مسئولین نیروهای مسلح نیز حضور داشتند، حجت الاسلام عباسی دهقان رئیس عقیدتی سیاسی استان مطالبی پیرامون سبک زندگی اسلامی و نشاط و سلامت در خانواده در دوران بازنشستگی و دستاوردهای انقلاب اسلامی بیان کرد.

در این مراسم از تعدادی از فرزندان نخبه پیشکسوتان تقدیر و به رسم یادبود هدیه‌ای به سرپرستان خانواده‌ها تقدیم شد.

خراسان جنوبی

دیدار و ملاقات با پیشکسوتان



رئیس کانون بازنشستگان استان خراسان جنوبی و نماینده مجمع کانون بازنشستگان استان، به اتفاق نماینده سازمان تأمین اجتماعی نیروهای مسلح استان و همچنین نماینده فرماندهی انتظامی استان با تعدادی از پیشکسوتان ناجا در منزل آنان دیدار و گفت و گو کردند.

در این دیدارها که با پیشکسوتان بستری در منزل صورت گرفت، ضمن ملاقات و دلجویی از این عزیزان، مسائل و مشکلات آنان مورد توجه قرار گرفته و در پایان نیز به رسم یادبود هدیه‌ای به این عزیزان تقدیم شد.

تهران بزرگ

ضیافت خانوادگی پیشکسوتان تهران بزرگ برگزار شد

ضیافت خانوادگی بازنشستگان تهران بزرگ در سالن کوثر ستاد ناجا برگزار شد. در این ضیافت که امیران و سرداران پیشکسوت نیز حضور داشتند، تعداد ۸۰۰ نفر از پیشکسوتان و خانواده‌های آنان توسط کانون بازنشستگان تهران بزرگ دعوت شده بودند. برنامه با تلاوت آیاتی از قرآن مجید آغاز گردید و سپس سرود جمهوری اسلامی و سرود شهید در راستای تجلیل از شهدا توسط گروه موزیک ستاد ناجا نواخته شد.



در ادامه مراسم جناب آقای دکتر عزیزی کارشناس خانواده در خصوص نحوه تعامل اعضای خانواده با یکدیگر و روش‌های جلب محبت در خانواده و شیوه‌های صحیح و علمی رفتار والدین با فرزندان و راه‌های برخورد صحیح و اصولی همسران با یکدیگر سخنرانی کرد. سردار فرمانده محترم تهران بزرگ سخنران بعدی بودند که ضمن ارائه گزارشی از عملیات اخیر ناجا در دستگیری اغتشاشگران خیابان پاسداران در راستای بهره‌گیری از تجربیات پیشکسوتان و به کار بستن آنها در ماموریت‌های محوله ناجا صحبت کردند. اجرای موسیقی سنتی زنده و نیز حرکات نمایشی اکروباتیک و اجرای برنامه طنز از جمله برنامه‌های سرگرم‌کننده‌ای بود که در مراسم اجرا شد و لحظات شاد و مفرحی را برای خانواده‌های بازنشستگان رقم زد.

در پایان مراسم مسن‌ترین فرد بازنشسته حاضر در سالن، به نام جناب سرهنگ بازنشسته سلطان محمد آثار، با ۹۶ سال سن معرفی و با تقدیم جایزه‌ای به ایشان از سوی سردار رحیمی فرماندهی انتظامی تهران بزرگ از وی تجلیل شد. سپس سردار مرادپور رییس کانون بازنشستگان تهران بزرگ، ضمن تقدیر و تشکر از حضور عزیزان پیشکسوت و خانواده‌های آنان، نکاتی را در راستای آشنایی با اقدامات کانون و نحوه تعامل بهتر و بیشتر بازنشستگان با کانون بیان داشتند.

خراسان رضوی

برگزاری مجالس انس و الفت خانوادگی پیشکسوتان



در راستای اجرای برنامه‌های سال ۹۶ سازمان بازنشستگی نیروهای مسلح و با استفاده از اعتبارات تخصیصی از سوی کانون بازنشستگان نیروی انتظامی مجالس انس و الفت خانوادگی پیشکسوتان ناجا در استان خراسان رضوی برگزار شد. در این مجالس ۸۴۱ نفر از پیشکسوتان به اتفاق ۲ نفر از اعضای خانواده و جمعاً به تعداد ۲۵۴۰ نفر در محل مجتمع رفاهی بعثت در طبقه مشهد شرکت داشتند.

هم‌زمان نیز مراسم مشابهی توسط کانون در شهرستان‌های نیشابور، تربت جام، خواف، گناباد، درگز، تایباد و تربت حیدریه با حضور ۱۶۲۰ نفر از پیشکسوتان و خانواده آنان برگزار و در پایان مراسم نیز به رسم یادبود هدیه‌ای به شرکت‌کنندگان تقدیم شد.

خراسان شمالی

اجرای برنامه پیاده‌روی خانوادگی پیشکسوتان



برنامه پیاده‌روی خانوادگی پیشکسوتان در شهرستان بجنورد برگزار گردید. این مراسم با حضور مدیر کل تامین اجتماعی نیروهای مسلح استان، سرهنگ رضایی، ریاست اداره بازنشستگی استان آقای خالق زاده، جانشین تیپ ۱۳۰ شهید دلجویان ارتش، روسای کانون‌ها و جمعی از پیشکسوتان و خانواده آنان از محل دانشگاه پیام نور آغاز و تا پارک تفریحی و توریستی بش قارداش ادامه یافت.

در پایان ضمن تجلیل و پذیرایی، به قید قرعه جوایزی تقدیم شد.

خوزستان

برگزاری مراسم محفل انس و الفت پیشکسوتان استان خوزستان

مراسم محفل انس و الفت پیشکسوتان عرصه نظم و امنیت پیشکسوتان ناجا استان خوزستان با حضور ۴۵۰ نفر از پیشکسوتان و خانواده آنان، جمعاً به تعداد ۹۰۰ نفر در ۱۰ شهرستان برگزار شد.



این مراسم در اهواز در محل تالار پذیرایی مهر ارتش انجام و مراسم با تلاوت آیاتی از کلام الله مجید و سرود جمهوری اسلامی آغاز شد و سپس رئیس کانون استان خیرمقدم گفت و در ادامه رئیس عقیدتی سیاسی فرماندهی انتظامی استان سخنانی برای حاضران ایراد کردند. در طول این مراسم برنامه‌های هنری اجرا و با برگزاری مسابقات جوایزی به برندگان اهداء شد. ضمناً در پایان مراسم به رسم یادبود هدیه‌ای به سرپرستان خانواده تقدیم شد.

زنجان

برگزاری مراسم یادواره درگذشتگان نیروهای مسلح استان زنجان

مراسم یادواره درگذشتگان نیروهای مسلح با حضور خانواده محترم درگذشتگان سال ۹۶ نیروهای مسلح استان زنجان برگزار گردید. در این مراسم که سردار آزادی فرمانده محترم انتظامی استان، جناب سرهنگ غلامی ریاست محترم حفاظت اطلاعات و جناب سرهنگ اسماعیلی معاون هماهنگ‌کننده فرماندهی انتظامی استان حضور داشتند، برنامه‌ها با قرائت آیاتی چند از کلام الله مجید آغاز شد.



سپس فرمانده محترم انتظامی استان زنجان ضمن عرض خیرمقدم به مدعوین از برگزارکنندگان محفل یاد شده تقدیر و تشکر نمودند. مراسم فوق پس از صرف ناهار و اهداء هدایای فرهنگی خاتمه یافت.

سمنان

بازدید از مراکز آموزش فنی و حرفه‌ای استان سمنان برای ارتقاء توانمندی پیشکسوتان و خانواده‌ها



در پایان این مراسم که با حضور ۲۰۰ نفر از مدعوین (خانواده یاران سفرکرده و بستگان آنان) برگزار شد به رسم یادبود به آنان هدایایی تقدیم شد.

شرق استان تهران

برگزاری همایش پیاده‌روی خانوادگی پیشکسوتان



همایش پیاده‌روی خانوادگی پیشکسوتان نیروهای مسلح در شرق استان تهران با حضور خانواده‌های گرانقدر آنان برگزار شد. در این مراسم که مسئولان محلی و مدیر کل اداره بازنشستگی نیروهای مسلح استان تهران نیز حضور داشتند، شرکت‌کنندگان در همایش، مسیر خیابان مدرس تا موقیعت پارک معلم را طی کرده و ضمن شرکت در مراسم فرهنگی، قرعه‌کشی انجام و به قید قرعه به شرکت‌کنندگان جوایزی اهداء شد.

سیستان و بلوچستان

یادواره یاران سفرکرده استان سیستان و بلوچستان

یادواره یاران سفرکرده پیشکسوت استان سیستان و بلوچستان در شهرهای زاهدان و زابل در تاریخ دوم اسفندماه در مسجد حضرت فاطمه زهرا(س) ستاد فرماندهی انتظامی مرکز استان و در زابل در حسینیه امام سجاد(ع) در منازل سازمانی هنگ مرزی برگزار شد. در این مراسم یاد و نام پیشکسوتان درگذشته در یک سال اخیر گرامی داشته شد. در این برنامه یکی از روحانیون سازمان تبلیغات اسلامی و رئیس عقیدتی سیاسی فرماندهی مرزبانی استان پیرامون فضائل دخت نبی اکرم سخنرانی کردند.

غرب استان تهران

برگزاری مراسم سومین یادواره درگذشتگان ویژه غرب استان تهران



در اجرای برنامه‌های ابلاغی سازمان بازنشستگی نیروهای مسلح، مراسم سومین یادواره درگذشتگان این استان با دعوت از ۲۰۰ نفر از خانواده محترم درگذشتگان در تالار باغ گیلان شهریار برگزار شد. در این مراسم که سردار محسن خانچرلی فرمانده انتظامی ویژه غرب استان تهران، حجت الاسلام علی مروج امام جمعه محترم شهر اندیشه، آقای علی خالوئی مدیر کل اداره بازنشستگی استان تهران، روسای عقیدتی سیاسی، حفاظت اطلاعات و جمعی از معاونین حضور داشتند، برنامه‌های فرهنگی اجرا و کلیپ تهیه شده درگذشتگان برای حاضرین پخش شد. در پایان مراسم نیز ضمن پذیرایی، لوح یادبود به سرپرستان خانواده‌ها تقدیم شد.

استان فارس

برگزاری اردوی یک روزه خانوادگی یا محفل انس و الفت با حضور پیشکسوتان

برنامه اردوی یک روزه خانوادگی یا محفل انس و الفت با حضور پیشکسوتان و مجاهدان عرصه‌های هشت سال دفاع مقدس و تأمین نظم و امنیت کشور و خانواده گرانقدر آنان در شهرستان شیراز به مدت چهار روز برگزار گردید.

در این مراسم جناب سرهنگ ناصر کشاورز معاون هماهنگ‌کننده فرماندهی انتظامی استان فارس، مهندس حامدی مدیر کل تأمین اجتماعی نیروهای مسلح استان فارس، آقای میرزائی مدیر اداره بیمه خدمات درمانی نیروهای مسلح استان و آقای علی خواه مدیر



درمان اداره بیمه خدمات درمانی نیروهای مسلح استان به ایراد سخنرانی پرداختند.

همچنین در این مراسم برنامه‌های متنوعی از قبیل پخش کلیپ و موسیقی زنده نیز اجرا گردید.



استان قزوین

یادواره یاران سفر کرده استان قزوین



مراسم یادواره یاران سفر کرده (درگذشتگان پیشکسوت نیروهای مسلح استان قزوین) با مشارکت کانون‌های بازنشستگی سپاه پاسداران (لشکر ۱۶ زرهی قزوین) و وزارت دفاع و نیروی انتظامی در محل مسجد امام خمینی (ره) غیات آباد قزوین برگزار شد.

در این مراسم که با برنامه‌ریزی و هماهنگی‌های انجام شده در فضایی معنوی برگزار شد، خانواده‌های یاران درگذشته نیروی انتظامی حضور داشتند که همراه فرماندهان یگان‌های نظامی و انتظامی استان قزوین از یاد و نام درگذشتگان از این نیروها تجلیل و از تلاش‌های ارزشمند این عزیزان قدرشناسی کردند.

در این مراسم نماینده محترم ولی فقیه و امام جمعه قزوین، حضرت حجت الاسلام والمسلمین عابدینی برای حاضران سخنرانی کرد و یاد و نام عزیزان سفر کرده را گرامی داشت.

استان قم

نگاهی به عملکرد کانون بازنشستگان استان قم در سال ۱۳۹۶

رئیس کانون بازنشستگان استان قم عملکرد کانون را در سال ۱۳۹۶ به شرح زیر اعلام نمود:

- اعطای وام قرض‌الحسنه به بازنشستگان و مستمری‌بگیران به

حبیب اله خداپرست دیدار کردند.

در این دیدارها که در منازل شخصی این عزیزان انجام شد، ضمن دلجویی و گفت‌وگو در خصوص مسائل و مشکلات آنان صحبت شد و در پایان به رسم یادبود هدیه‌ای به این عزیزان تقدیم شد.

کردستان

جشنواره اسوه‌های صبر و مقاومت کردستان



حسب اعلام ساتا استان تعداد ۱۳ نفر از مستمری‌بگیران در پنجمین جشنواره اسوه‌های صبر و مقاومت (تکریم از مادران و همسران شهدا) در سالن آمفی تئاتر اداره کل حفظ آثار و ارزش‌های دفاع مقدس در شهرستان سنندج شرکت نمودند.

در این برنامه بعد از پذیرایی، سردار حسنی ریاست حفظ آثار سخنرانی کرد و سپس مراسم مولودی خوانی برگزار شد و در خاتمه نیز حاج آقا باباشاهی نماینده ولی فقیه در سپاه به ایراد سخنرانی پرداخت.

کرمان

برگزاری ضیافت با حضور پیشکسوتان



برنامه ضیافت با حضور ۲۸۵۰ نفر از پیشکسوتان استان کرمان در شهرستان‌های کرمان، سیرجان، بافت، رفسنجان و شهر بابک برگزار شد.

در این مراسم پس از اجرای سرود جمهوری اسلامی ایران و ذکر صلوات خاصه امام رضا (ع) خاطراتی از دوران پیروزی انقلاب اسلامی و دوران دفاع مقدس توسط پیشکسوتان بازگو شد و سخنرانان نکاتی را در خصوص ایام فاطمیه و مسائل جاری کشور بیان کردند.

تعداد ۲۰۹ نفر و مبلغ ۱۰,۴۲۰,۰۰۰ ریال

- معرفی معسرین به اداره بازنشستگی و دریافت کمک بلاعوض

برای ۴۴ نفر به مبلغ ۹۹۴,۷۰۰,۰۰۰ ریال

- کمک بلاعوض به معسرین از طریق موسسه خیریه کریم اهل بیت

به تعداد ۴۰ نفر و مبلغ ۳۲۵,۰۹۰,۰۰۰ ریال



- بازدید از بازنشستگان و مستمری‌بگیران با حضور و مساعدت

فرماندهی انتظامی استان به تعداد ۳۱ نفر و مبلغ ۱۳۲,۰۰۰,۰۰۰ ریال

- دیدار از بازنشستگان و مستمری‌بگیران با حضور مسئولین اداره

بازنشستگی تعداد ۱۲۵ نفر به مبلغ ۲۶۸,۰۰۰,۰۰۰ ریال

- دیدار از بازنشستگان و مستمری‌بگیران از طریق کانون تعداد ۱۲۵

نفر به مبلغ ۲۷۸,۵۰۰,۰۰۰ ریال

- شرکت در مراسم ختم بازنشستگان و مستمری‌بگیران ۲۹ مورد

- معرفی بازنشستگان جهت استفاده از اماکن رفاهی ۲۱۵ نفر

- دعوت از بازنشستگان و مستمری‌بگیران برای شرکت در اردوهای

فرهنگی، تفریحی، ورزشی و یادواره ۱۸۲۸ نفر

کهگیلویه و بویراحمد

دیدار و ملاقات رئیس کانون بازنشستگان استان با پیشکسوتان



رئیس کانون بازنشستگان نیروی انتظامی استان کهگیلویه و بویراحمد به اتفاق سرهنگ دوم بازنشسته یعقوبی، ستوانیکم بازنشسته شجاعیان و همکاران زیرمجموعه با پیشکسوت گرمای، سرهنگ پاسدار بازنشسته محمد پور علی و ستوانسوم بازنشسته

قرار ملاقات نمایندگان پیشکسوتان لشکری و کشوری برای طرح مشکلات و خواسته‌های این عزیزان شد. در پایان این دیدار استاندار محترم استان، قول مساعد در جهت مرتفع نمودن مشکلات و پاسخ به خواسته‌های منطقی پیشکسوتان را از طریق مرکزی دادند.

ماژندران

دیدار سردار فرمانده انتظامی استان از کانون بازنشستگان ماژندران

سردار میرفیضی فرماندهی انتظامی استان به اتفاق معاون هماهنگ‌کننده و مسئول بنیاد تعاون استان از کانون بازنشستگان بازدید کردند.



در این بازدید و دیدار، رییس کانون استان پیرامون برخی از موضوعات اعم از محل احداث ساختمان کانون که مرکز استان و شهرستان‌ها و ایجاد تسهیلات بیشتر برای مراکز درمانی، رفاهی و حفظ روحیه سلامت و نشاط در بین بازنشستگان مواردی را بیان کردند. در ادامه فرماندهی محترم استان ضمن عرض خسته نباشید و قدردانی از مجموعه کانون، توصیه‌هایی را ارائه فرمودند.

مرکزی

دیدار مسئولان کانون و اداره کل تامین اجتماعی نیروهای مسلح استان با نماینده محترم مجلس شورای اسلامی



سرهنک بازنشسته احمد صنعتگر رییس کانون بازنشستگان استان به همراه مدیر کل تامین اجتماعی نیروهای مسلح استان و رییس اداره بازنشستگی نیروهای مسلح و روسای کانون‌های

شهرستان‌ها و جمعی از پیشکسوتان دست اندرکار در انتخابات در روز ۱۳ اسفندماه در محل سالن مجتمع رفاهی و آموزشی غدیر فرماندهی انتظامی استان برگزار شد.



در ابتدای این مراسم سرهنک بازنشسته قاسم یوسف‌زاده، رییس کانون استان ضمن خیرمقدم از همه دست اندرکاران این انتخابات تقدیر کردند و در ادامه نیز مسئولان شرکت‌کننده در این مراسم نکاتی را در خصوص برگزاری سالم انتخابات بیان نمودند. در پایان مراسم نیز به رسم یادبود هدایایی به شرکت‌کنندگان تقدیم شد.

لرستان

دیدار روسای کانون‌های نیروهای مسلح استان با استاندار



روسای کانون‌های بازنشستگان نیروهای مسلح و سازمان تامین اجتماعی استان با جناب آقای خادمی استاندار لرستان ملاقات و دیدار کردند.

در این دیدار آقای امیری نماینده کانون بازنشستگان تامین اجتماعی به نمایندگی از دیگر کانون‌های نیروهای مسلح استان ضمن عرض خیرمقدم، گزارش مبسوطی از مسائل و مشکلات پیشکسوتان در ابعاد گوناگون را بیان و خواستار تعیین مشاور و

گلستان

برگزاری مراسم یادواره ۲۹۷ تن شهدای ناجای استان گلستان

یادواره ۲۹۷ شهید گلگون کفن نیروی انتظامی استان گلستان در محل سالن دانشگاه آزاد اسلامی شهرستان گرگان برگزار شد.



در این مراسم که خانواده معزز شهدا و جانبازان و ایثارگران، تعدادی از پیشکسوتان، مدیران کل و فرماندهان نیروهای مسلح استان، نماینده محترم ولی فقیه در استان و نمایندگان مجلس شورای اسلامی و همچنین سردار سرتیپ فتحی‌زاده جانشین معاون هماهنگ‌کننده ناجا حضور داشتند، ابتدا آیاتی از کلام الله مجید قرائت و بعد از پخش سرود جمهوری اسلامی ایران و قرائت صلوات خاصه امام (رضاع)، روحانیون حاضر در مراسم و مسئولان انتظامی استان سخنرانی کردند.

در پایان مراسم نیز ضمن تجلیل از خانواده مدافع حرم، از خانواده‌های معظم شهدا تجلیل و به رسم یادبود هدایایی به آنان تقدیم شد.

گیلان

برگزاری مراسم تقدیر از برگزارکنندگان سومین دوره انتخابات مجمع کانون ناجا

به منظور تقدیر و تشکر از برگزارکنندگان سومین دوره انتخابات مجمع کانون ناجا، مراسمی با حضور معاون هماهنگ‌کننده انتظامی استان گیلان، رییس اداره بازنشستگی، جانشین حفاظت اطلاعات، نماینده مجمع کانون ناجا در استان، روسای دفاتر ۱۰ گانه کانون

در این مراسم و در مرکز استان، مهندس حجت‌اله ستوبر مدیر کل تامین اجتماعی نیروهای مسلح استان، سرهنک ناصر فرشید؛ جانشین فرماندهی انتظامی استان، سرهنک فیروز شرفی معاون نیروی انسانی، سرگرد عبدالرضا روشنائی رییس بازنشستگی کارگزینی و در شهرستان‌های تابعه، فرمانده یا جانشین انتظامی شهرستان‌های بافت، سیرجان، رفسنجان و شهر بابک حضور داشتند.



کرمانشاه

برگزاری جلسه شورای هماهنگی روسای کانون‌های استان کرمانشاه

آخرین جلسه شورای هماهنگی روسای کانون نیروهای مسلح استان کرمانشاه در سال ۱۳۹۶ با حضور رییس اداره بازنشستگی استان؛ سرهنک ملکی، سرهنک بازنشسته پاسدار عزیزی، رییس کانون سپاه؛ سرهنک ملکشاهی رییس کانون وزارت دفاع و سرهنک نجفی رییس کانون بازنشستگان نیروی انتظامی استان در محل کانون برگزار شد.



در این جلسه با عنایت به عدم ساماندهی لازم بعد از وقوع زلزله سرپل ذهاب موارد زیر مورد بحث و تبادل نظر قرار گرفت و اعلام شد: - علیرغم تلاش‌های بیمه کوثر هنوز تعدادی از آسیب‌دیدگان غرامت خسارت را دریافت نکرده‌اند که باید بدان رسیدگی شود. - علیرغم گذشت بیش از ۱۰۰ روز هنوز به تعدادی از مردم کانکس واگذار نشده است.

- روند بازسازی منازل تخریب شده کند است. - تعداد زیادی از بازنشستگان از بیکاری یک یا چند فرزند خود رنج می‌برند و خواستار اقدام عاجل هستند. لذا پیشنهاد شد نیروهای مسلح یک نفر از فرزندان پیشکسوتان را در اولویت استخدام قرار دهند و مراتب را به هسته‌های گزینش ابلاغ کنند.

بازنشستگان ارتش، وزارت دفاع و سپاه استان مرکزی با آقای دکتر علی اکبر کریمی نماینده مردم شریف اراک، خنداب و کمیجان در مجلس شورای اسلامی و رئیس مجمع نمایندگان استان مرکزی دیدار و گفت و گو کردند.

در این دیدار موضوعاتی مانند همسان سازی حقوق، وضعیت درمان و دارو و دیگر مشکلات پیشکسوتان نیروهای مسلح مطرح و آقای دکتر کریمی ضمن تشریح اقدامات صورت گرفته در این زمینه، اظهار داشتند با تمام توان برای احقاق حقوق پیشکسوتان تلاش خواهند کرد.

هرمزگان

برگزاری محفل انس و الفت خانوادگی پیشکسوتان



محفل انس و الفت خانوادگی ۲۱۰ نفر از پیشکسوتان استان، به اتفاق خانواده آنان (جمعا ۵۰۰ نفر) در محل تالار مجلل یاس برگزار شد.

در این مراسم که معاون هماهنگ کننده فرماندهی انتظامی استان، جناب سرهنگ دستور، رئیس حفاظت و اطلاعات ارشد فرماندهی؛ جناب سرهنگ بهدانی، معاون نیروی انسانی؛ جناب سرهنگ شجاعی، مدیر کل تامین اجتماعی؛ جناب سرهنگ پاسدار جودری و روسای کانون های نیروهای مسلح حضور داشتند، گروه های هنری برنامه اجرا کردند.

در این مراسم ۴ نفر از پیشکسوتان مسن، یک نفر پیشکسوت جانباز و یک نفر پیشکسوت ایثارگر، به نمایندگی از سایر پیشکسوتان با دریافت لوح سپاس و هدیه مورد تجلیل قرار گرفتند و به بقیه پیشکسوتان نیز به رسم یادبود، هدیه ای تقدیم شد.

همدان

برنامه ضیافت و تجلیل در حضور سردار گودرزی ریاست سازمان بازنشستگی نیروهای مسلح



با شرکت جمعی از بازنشستگان و پیشکسوتان و خانواده آنان و حضور فرماندهان نظامی و انتظامی و مقامات استان و از جمله نماینده محترم ولی فقیه و امام جمعه همدان و همچنین آیت الله سعیدی فرزند شهید عالیقدر سعیدی و نیز سردار گودرزی رئیس سازمان بازنشستگی، مراسمی در تالار معلم شهرستان همدان برگزار شد. در این مراسم پس از اجرای برنامه های متنوع فرهنگی و معنوی و استفاده از صحبت های سخنرانان، به تعدادی از حاضران هدایا و جوایزی اهداء گردید و در این راستا به یکی از فرزندان بازنشسته ناجا که دارای مقام قهرمانی کشوری در رشته کاراته و همچنین بازنشسته جانباز ۷۰ درصد ناجا، لوح و هدایایی تقدیم گردید. در پایان ضمن پذیرایی و صرف شام به سرپرستان شرکت کننده نیز به رسم یادبود هدایایی تقدیم شد.

یزد

اجرای برنامه همدلی با بازماندگان پیشکسوتان متوفی



به منظور گرامی داشت یاد و نام ۲۶ نفر از پیشکسوتان که در سال های ۹۵ و ۹۶ در استان یزد دارفانی را وداع گفته اند، برنامه همدلی با بازماندگان این عزیزان برگزار شد.

در این مراسم که در محل حسینیه اعظم یزد واقع در بلوار ۲۲ بهمن و با حضور خانواده و بازماندگان این پیشکسوتان برگزار شد، سردار فرمانده انتظامی استان، ریاست حفاظت اطلاعات، جانشین معاون نیروی انسانی فرماندهی انتظامی استان، کارکنان یگان ویژه، مدیر کل تامین اجتماعی، رئیس سازمان بازنشستگی نیروهای مسلح، روسای کانون های نیروهای مسلح، جانشین سپاه استان و مدیران زیر مجموعه آن نهاد حضور داشتند.

مراسم مذکور با قرائت کلام... مجید آغاز و با سخنرانی و مداحی ادامه یافت و لوح مزین به عکس های پیشکسوتان به خانواده آنان تقدیم شد.



در چه سنی تلفن همراه هوشمند یا تبلت را در اختیار فرزندمان قرار دهیم؟

اختیار آنها قرار دهید. می توانید با استفاده از یک الگو و به صورت تدریجی این امکان را برای فرزند خود فراهم کنید تا مدت زمان بیشتری از وسیله خود استفاده کند. البته این به شرطی است که توانایی انجام آن را نشان داده باشد. همچنین، باید خطر بیماری ها و مشکلات چشمی به واسطه استفاده بیش از حد از نمایشگرها را در نظر بگیرید.

هنگامی که یک تلفن همراه هوشمند یا تبلت را برای فرزند خود خریداری می کنید، محتوای کودک پسند قابل توجهی نیز در اختیار شما خواهد بود. از این رو، انتخاب محتوا و پیام مناسب با سن کودک از اهمیت بسیار زیادی برخوردار است. آن چه که کودکان تماشا می کنند و یا بازی هایی که انجام می دهند بسیار مهم هستند. بر همین اساس، توصیه می شود تا والدین تمایز بین محتوای آموزشی و سرگرمی را فراموش نکنند. ایده خوب دیگر در این زمینه مشاهده دامنه سنی مناسب برای استفاده از نرم افزارها و برنامه ها است.

برای کاربران سیستم های عامل OS اندروید برنامه های بسیار زیادی در اپ استور و پلی استور در زمینه های مختلف مانند آموزش ریاضی، مبدل ها، جغرافیا، آموزش موسیقی و یا هنر وجود دارند. همچنین، بازی ها و فعالیت های تعاملی بسیاری برای تلفن های همراه وجود دارند که به موضوعات درسی نپرداخته، اما استفاده از آنها چیزی فراتر از سرگرمی را برای کودکان به ارمغان می آورد. بازی ها و فعالیت هایی که کودکان را به تفکر و یادگیری مانند بازی حافظه، معماها و یا مهارت های پرورشی مانند نگهداری از حیوانات خانگی دیجیتال و مهارت های خلاقانه مانند نقاشی و ساخت موسیقی انتخاب های فوق العاده ای هستند.

برای کودکانی که در سن مدرسه قرار دارند، یک تلفن همراه هوشمند یا تبلت می تواند لایه های یادگیری بیشتری را در اختیار آنها قرار دهد. این لایه ها در بسیاری موارد فراتر از کلاس های سنتی یا کتاب هستند. این قبیل ابزارهای دیجیتال محبوب، فرصت های بسیاری را برای دانش آموزان به منظور دسترسی به محتوا و تعامل با برنامه های درسی فراهم می کنند. در حقیقت، تلفن همراه هوشمند و یا تبلت، دانش آموزان را به دنیایی مابرای دیوارهای آجری کلاس متصل کرده و امکان دسترسی به حجم عظیمی از اطلاعات را فراهم می کنند.

تلفن همراه هوشمند دستگاهی پیشرفته و قدرتمند مجهز به سیستم عامل محسوب شده که امکاناتی مانند مکالمه، ارسال پیامک و ایمیل، جستجو در اینترنت و تماشای ویدئو و عکس را برای کاربر خود فراهم می کند. تبلت ها نیز تقریبا توانایی انجام هر آنچه که با لپ تاپ صورت می گیرد را در قالبی کوچک تر و قابل حمل تر با استفاده از نمایشگرهای لمسی خود فراهم می کنند. در نتیجه اگر قصد دارید تا مسئولیت یکی از این فناوری های محبوب را به فرزند خود بسپارید، می توانید نکاتی را که در ادامه این مطلب به آنها اشاره می شود، مد نظر قرار دهید.

این مساله که کودکان نوبا به فشار دکمه و تماشای فیلم علاقمند هستند، بهانه خوبی برای آمادگی آنها در استفاده از ابزارهای دیجیتال مانند رایانه یا تلفن همراه هوشمند محسوب نمی شود. بنابر توصیه کارشناسان، حداقل تا پیش از سن پیش دبستانی نباید وسایل این چینی را در اختیار فرزند خود قرار دهید. کارشناسان از والدین می خواهند تا در تجربه کودکان خود هنگام استفاده از وسایل الکترونیکی به ویژه در سنین پایین مشارکت داشته باشند. هدف از این اقدام مواجهه متعادل است. والدین باید نمایشگرهای رسانه ای را در نقاطی از خانه قرار دهند که استفاده کودکان از آنها به خوبی زیر نظارت قرار داشته باشد. بر همین اساس، تلویزیون و رایانه باید خارج از اتاق خواب کودک قرار بگیرند. با افزایش سن کودکان می توانید آزادی بیشتری در



به مناسبت میلاد امیرالمومنین (ع) و روز پدر

فرزند کعبه

قضاوت‌های امیرالمومنین حضرت علی علیه السلام

در روزگار خلافت امیرالمؤمنین علی علیه السلام، دو رفیق برای صرف طعام سفره‌ای گسترند. یکی از آن دو نفر ۳ گرده نان و دیگری ۵ گرده بر سفره نهاد، در آن هنگام شخصی بر ایشان وارد شد و سلام کرد. صاحبان سفره و نان پس از جواب سلام، تازه وارد را به غذا دعوت کردند و او دعوت ایشان را پذیرفت و چون از صرف غذا فارغ شد، هشت درهم در کنار سفره نهاد و گفت این مبلغ مختصر، بهای سهم من است.

پس از خداحافظی میهمان؛ میان آن دو نفر بر سر تقسیم هشت درهم اختلاف شد، آنکه سه گرده نان داشت گفت ۴ درهم از آن من است و ۴ درهم از آن تو. لیکن آن دیگری که ۵ قرص نان داشت گفت: عدالت این چنین اقتضا می‌کند که هر یک درهم را بهای یک قرص نان حساب کنیم و در نتیجه ۵ درهم برای من و ۳ درهم برای تو باشد.

اختلاف بالا گرفت و هیچ یک به نظر دیگری تسلیم نشد و سرانجام برای حل خصومت به دادگاه مراجعه و به محضر قضای امیرالمؤمنین (ع) وارد شدند. امیرالمؤمنین (ع) پس از شنیدن داستان فرمود: اختلاف شما موضوعی پیش پا افتاده است و ارزش این را ندارد که وقت خود و دادگاه را برای چنین موضوع بی‌ارزشی تباه سازید و ایشان را به صلح و سازش توصیه کرد و به آنکه سه گرده نان داشت فرمود: رفیق تو شرط انصاف را برای تو رعایت کرده و به نظر من بهتر آنست که پیشنهاد او را بپذیری و به گرفتن ۳ درهم قانع شوی. مرد طماع از در لجاج و عناد درآمد و گفت: به خدا قسم که من جز به مَرِّ حق تسلیم نخواهم شد و جز حکم عدالت را نخواهم پذیرفت.

امیرالمؤمنین (ع) چون سرسختی و عناد او را دید فرمود: اکنون که پیشنهاد صلح را نمی‌پذیری و جز در برابر حق تسلیم نمی‌شوی پس آگاه باش که بنا به مَرِّ حق نصیب تو بیش از یک درهم از ۸ درهم نیست و آن هفت درهم حق آن دیگریست.

صاحب سه گرده نان چون این حکم را شنید برآشفته و فریاد برآورد که سبحان الله یا امیرالمؤمنین! او سه درهم به من می‌داد و من از گرفتن آن ابا داشتم، اکنون چگونه به یک درهم راضی شوم؟!

امیرالمؤمنین (ع) فرمود: آن پیشنهاد به عنوان صلح بود، لیکن تو قسم یاد کردی جز به مَرِّ حق تسلیم نشوی و مقتضای مَرِّ حق این است که تو افزون از یک درهم نبوی.

مرد گفت اکنون که مقتضای مَرِّ حق این است پس مرا از راز آن آگاه ساز و گره این مشکل را بگشای. امیرالمؤمنین (ع) فرمود: آیا چنین نیست که ۳ قرص نان تو به ۹ ثلث تقسیم می‌شود؟ مرد گفت: آری. حضرت فرمود: آیا چنین نیست که ۵ قرص او به پانزده ثلث تقسیم می‌شود؟ مرد گفت: آری. حضرت فرمود: پس مجموع آن ۲۴ ثلث است که ۸ ثلث آن را تو خورده‌ای و میهمان و رفیق تو نیز هر یک ۸ ثلث دیگر از آن را خورده‌اند و نتیجه چنین است که از ۹ ثلث تو یک ثلث و از ۱۵ ثلث او هفت ثلث بهره مهمان شده و از این روی ۷ درهم در برابر هفت ثلث نصیب رفیق تو و ۱۰ درهم در برابر یک ثلث نصیب توست.

رأس آنها امیرمؤمنان داشته باشند و هرگز از یاد نبرند که علی در درون خانه توحید جا دارد.

من اربه قبله روکنم به عشق روی اوکنم
اقامه صلات را به گفتگوی اوکنم
گراز وطن سفرکنم سفر به سوی اوکنم
زحج و بیت بگذرم طواف کوی اوکنم
کز احترام مولدش حرم شده است محترم
در این ولا بگو نعم که هست اعظم نعم
این روز فرخنده در ایران اسلامی، روز پدر هم نامگذاری شده است و به همین مناسبت مردم ایران به طرق مختلف از زحمات پدران عزیز قدردانی به عمل می‌آورند.

و قضی ربک الا تعبدوا الا اياه و
بالوالدین احسانا اما یبلغن عندک الکبر
احدهما، او کلاهما فلا تقل لهما اف و لا
تنهرهما و قل لهما قولا کریما...^(۸)

و خدای تو حکم فرموده که، هیچ کس را جز او نپرستید و به پدر و مادر نیکی کنید اگر هر دو یا یکی از آنها به پیری برسند (که موجب رنج و زحمت باشند) زنهار کلمه‌ای که رنجیده خاطر شوند مگو و کمترین آزار به آنان مرسان و با ایشان با احترام و بزرگووارانه سخن بگو. پیامبر اکرم (ص) فرموده‌اند: آنکه پدر و مادرش را خشنود کند، خدا را خشنود کرده و کسی که پدر و مادر خود را به خشم آورد، خدا را به خشم آورده است.^(۹)

دیوار شکافته می‌شود و در برخی منابع آمده که به فاطمه بنت اسد الهام شد که وارد خانه کعبه گردد.^(۵)

میلاد امام علی (ع) با تولدی دیگر همراه بود؛ تولد عدل، علی توجیه‌کننده عدل و نشان‌دهنده عالیترین مظاهر آن بود. دنیا از روزنه وجود علی به شناخت عدل توفیق یافت و از آن بالاتر معنای انسانیت را شناخت. انسانیتی که عدل یکی از شاخه‌های آن است.

اگر به روایات امامت و ولایت ائمه اطهار علیهم السلام مخصوصا امیرمؤمنان علیه‌السلام دقت شود، در می‌یابیم که اساسی‌ترین شرط توحید، ولایت امامان معصوم است؛ چنان که در حدیث سلسله الذهب و ده‌ها حدیث دیگر به آن تصریح شده است که کلمه توحید دژ نفوذناپذیر الهی است، به شرطی که ولایت و امامت امامان در کنار آن باشد.^(۶) این از نظر فکری و اعتقادی، و اما از نظر رفتاری و عمل نیز اساسی‌ترین شرط قبولی اعمال، پذیرفتن امامت علی علیه‌السلام و فرزندان اوست.

امام باقر علیه‌السلام فرمود: «هرکس به خداوند عزتمند تقرّب جوید با عبادتی که تلاش خود را در انجام آن به کار برد، ولی امامی نصب شده از جانب خداوند برای او نباشد، تلاشش پذیرفته نمی‌شود و گمراه و سرگردان خواهد بود و خداوند نیز اعمال او را دشمن می‌دارد.»^(۷)

راز ولادت امیرمؤمنان علیه‌السلام در درون خانه کعبه این است که مردم در حال نماز رو به کعبه باشند و صورت دل را به سوی امامت امامان معصوم و در

جملاتی از عالم غیب به گوش فاطمه مادر نوزاد رساند که او را چه نام نهد. فاطمه بنت اسد می‌گوید: «فَلَمَّا أَرَدْتُ أَنْ أَخْرُجَ هَتَفَ بِي هَاتِفٌ: يَا فَاطِمَةُ سَمِّيه عَلِيًّا فَهَمَّ عَلِيٌّ وَاللَّهِ الْعَلِيُّ الْأَعْلَى يَقُولُ: إِنِّي شَفَقْتُ إِسْمَهُ مِنْ إِسْمِي وَأَدْبَيْتُهُ بِأَدْبِي وَوَقَفْتُهُ عَلِي غَامِضِ عِلْمِي وَهُوَ الَّذِي... يُؤَدِّنُ فَوْقَ ظَهْرِ بَيْتِي وَيَقْدَسُنِي وَيُمَجِّدُنِي فَطُوبَى لِمَنْ أَحَبَّهُ وَأَطَاعَهُ وَوَيْلٌ لِمَنْ أَبْغَضَهُ وَعَصَاهُ!»^(۸) پس هنگامی که خواستم [از کعبه] خارج شوم، هاتفی [از غیب] مرا ندا داد: ای فاطمه [او را] به نام علی نام گذاری کن! پس او علی است و خدای علی اعلی است که می‌گوید: به راستی، اسم او را از اسم خودم جدا ساختم و او را به ادب خود پرورش دادم و او را بر پیچیدگی‌های علم خود آگاه ساختم و او کسی است که... بر بام خانه من اذان خواهد گفت و مرا تقدیس و تمجید خواهد نمود. پس خوش به حال کسی که او را دوست بدارد و اطاعتش کند و وای بر کسی که او را دشمن بدارد و نافرمانی کند.»

آنچه مهم و ضروری است که جامعه اسلامی، اعم از شیعه و سنی به آن توجه نمایند، راز و فلسفه این ولادت در درون خانه خداوند و کعبه است. حضرت مریم با آن عظمت که به تصریح قرآن معصومه است و فرزند او از پیامبران اولوالعزم بود، وقتی درد زایمان او فرا می‌رسد، به او دستور داده می‌شود که محراب و عبادتگاه را ترک گوید و به نقطه دوردستی پناه برد؛^(۹) ولی فاطمه بنت اسد را به درون مقدس‌ترین عبادتگاه، یعنی کعبه فرا می‌خوانند و با معجزه

در سیزدهم رجب سال ۳۰ عام الفیل، حادثه بس عجیبی رخ داد که هرگز در تاریخ بشریت سابقه نداشته و بعد از آن نیز تکرار نشده است، و آن حادثه، به دنیا آمدن نوزادی است در درون خانه کعبه که به نام علی علیه‌السلام اسم‌گذاری شد.

به دنیا آمدن امیرمؤمنان، علی علیه‌السلام در درون خانه خدا فضیلتی است که محدثان شیعه و دانشمندان آن را در کتابهای خود نقل کرده‌اند و در میان دانشمندان اهل تسنن گروه زیادی به این حقیقت، تصریح و آن را یک فضیلت بی نظیر خوانده‌اند که به نمونه‌هایی اشاره می‌شود:

۱- محمد مالکی می‌گوید: علی در داخل خانه خدا در مکه، روز جمعه سیزدهم ماه خدا، رجب سال سی از عام الفیل به دنیا آمد... قبل از او کسی در داخل خانه خدا به دنیا نیامده بود و این ولادت فضیلتی است که خدای بلند مرتبه علی علیه‌السلام را به آن اختصاص داده است، برای تجلیل او و بالا بردن مرتبه او و آشکار نمودن کرامت و بزرگواری او.^(۱)

۲- حاکم نیشابوری می‌گوید: ولادت علی در داخل کعبه به طور تواتر به ما رسیده است.^(۲)

مولود نورانی که در درون خانه خدا به دنیا آمده و چهار شبانه روز از او و مادرش با غذای بهشتی پذیرایی شده، برای نام گذاری نیز خدای خانه باید تصمیم بگیرد، نه پدر و مادر و یا پدر بزرگ و مادر بزرگ. و چنین هم شد، خداوند منت خویش را بر او کامل نمود و با

منابع:
۱- الفصول المهمة، ص ۱۲، ۱۳؛ بحار الانوار، ج ۳۵، ص ۸.
۲- مستدرک حاکم، ج ۳، ص ۴۸۳.
۳- بحار الانوار، ج ۳۵، ص ۹، ذیل حدیث ۱۱.
۴- مریم، ۲۲، ۲۳.
۵- سنّة الهدایة، ص ۱۲۹.
۶- رک: توحید صدوق.
۷- اصول کافی، ج ۱، ص ۱۸۳.
۸- سوره اسراء: ۲۳.
۹- کنز العمال، ج ۱۶

آری

به جمهوری اسلامی خواسته مردم

۱۲ فروردین روز تحقق آرمان‌های بلند مردم بود؛ مردمی که در راه انقلاب، زندان‌ها، تبعیدها، شکنجه‌ها، سختی‌ها و محرومیت‌های زیادی کشیدند و شهادت بهترین فرزندان خود را دیدند، بعد از پیروزی انقلاب، در یک همه‌پرسی تاریخی، برای تحقق آرمان‌های والای شهیدان، به استقرار جمهوری اسلامی، رأی دادند.

۱۲ فروردین، روزی است که ملت ایران به جمهوری اسلامی «آری» گفت، آری سبز، به نشانه روییدن و طراوت و شادابی و خرمی و به نشانه به ثمر رسیدن آن بذرها و شکفتن آن شکوفه‌ها، مگر نه آن که شکوفه آزادی این ملت در دشت خونین ژاله، کاشته شد و در لاله زار بهشت زهرا ریشه در خاک سرخ دوآبید و از وزیدن نسیم عطر آگین انقلاب، گلشنی دمیده از ژاله و روییده در بهشت پدید آمد.

انقلاب ما، انفجار نور بود، و نور آن به گوشه گوشه عالم پرتو افکن شد. دل‌های دوست دارانش، روشن و چشم‌های دشمنانش کور گردید. دیگر، چه جایی برای همه‌پرسی به جا مانده بود، مگر کسی می‌توانست منکر آفتاب شود اگر چه تاریخ به ما نشان داده است که خفاشان شب، از گذر ایام و چیره‌گی فراموشی بر آذهان سود می‌برند و حقیقت‌ها را وارونه جلوه می‌دهند و این چنین بود که امام راحل (ره) بر انجام همه‌پرسی تأکید کردند. و این گونه شد که نوری دیگر تابیدن گرفت و سندی محکم برای آیندگان، در تاریخ، بر جای ماند؛ سند ۱۲ فروردین.

روز ۱۲ فروردین، نظام جمهوری اسلامی

می‌خواستند کلمه «اسلامی» را از «جمهوری اسلامی» حذف کنند. آنان در روزنامه‌ها و اعلامیه‌های خیابانی، برای دستیابی به این هدف، تلاش فراوانی نمودند، اما امام امت (ره) در پیامی کوتاه، نقشه آنان را بر ملا نمودند و فرمودند: وقتی رفتارندوم شد، رأی من حکومت جمهوری اسلامی است. هرکس تبعیت از اسلام دارد، باید جمهوری اسلامی را برگزیند.

رأی ۹۸/۲ درصدی مردم در ۱۲ فروردین همچون خاری در چشم دو ابر قدرت آن روز بود. از این رو، برآن شدند که با برپایی بلوا، در گوشه و کنار کشور، مسأله اصلی را فرعی نشان دهند تا پیش درآمدی بر تجزیه و از هم پاشیدگی نظام اسلامی شود. با وجود این، زنجیره توطئه آمریکا که از کردستان و گنبد و خوزستان... آغاز می‌شد و تا جنگ تحمیلی ادامه می‌یافت، بار رهبری قاطع امام امت و مجاهدت‌های ملت خداجوی، از هم گسست و مردم پس از آن نیز با دیگر «آری» گفتن‌ها به نظام جمهوری اسلامی و بیعت‌های نوبه نو با خون شهیدان، هم چنان استوار به سوی هدف مقدس خود و استقرار کامل نظام عدل اسلامی می‌شتابند.

امام خمینی (ره) در پیام خود به مناسبت ۱۲ فروردین از حضور مردم در این همه‌پرسی تشکر کرده و چنین



فرمودند: «من به دنیا اعلام می‌کنم که در تاریخ ایران چنین فراندومی سابقه ندارد که سرتاسر مملکت با شوق و شغف و عشق و علاقه به صندوق‌ها هجوم آورده و رأی مثبت خود را در آن ریخته و رژیم طاغوتی را برای همیشه در زباله دان تاریخ دفن کند. من از این هم بستگی بی‌مانند که جز مشت‌های ماچراچو و بی‌خبر از خدا، همه و همه به ندای آسمانی «واعتصموا بحبل»

الله جمیعا» لبیک گفتند و با تقریباً اتفاق آرا، به جمهوری اسلامی رأی مثبت دادند و رشد سیاسی خود را به شرق و غرب ثابت کردند، تقدیر می‌کنم.

مقام معظم رهبری (دام ظلّه العالی) در تبیین واژه جمهوری اسلامی چنین می‌فرمایند: «جمهوری اسلامی، از لحاظ معنای تحت اللفظی بر دو پایه استوار است: یکی جمهور مردم؛ یعنی آحاد مردم و جمعیت کشور، این‌ها هستند که امر اداره کشور و تشکیلات دولتی و مدیریت کشور را تعیین می‌کنند، و دیگری اسلامی؛ یعنی این حرکت مردم، بر پایه تفکر اسلام و شریعت اسلامی است. این یک امر طبیعی است. در کشوری که اکثریت قریب به تمام آن مسلمان هستند، آن هم مسلمان مؤمن و معتقد و عامل، که در طول زمان، ایمان عمیق خودشان را به اسلام ثابت کرده‌اند و نشان داده‌اند، در چنین کشوری، اگر حکومتی مردمی است، پس اسلامی هم هست.

مقام معظم رهبری حضور گسترده مردم در یوم الله ۱۲ فروردین و رأی قاطع آنان را رأی اسلام و اندیشه‌های اسلامی برشمرده و می‌فرمایند: «مردم اسلام را می‌خواهند. این از روز اول گفته شد و در طول سال‌های متمادی نیز تجربه گردید. امروز هم واضح‌ترین حقیقت در نظام ما این است که آحاد و توده مردم از نظام حاکم بر کشور می‌خواهند که مسلمان باشد... و اسلام را در جامعه تحقق ببخشند. این حکومت و این نظام، با این نام در دنیا اعلام شد و تشکیل گردید. مردم هم رأی دادند، و نام جمهوری اسلامی را حاکی از اسلام دانستند لذا آرایشان را به نام جمهوری اسلامی در صندوق ریختند.

در طول تاریخ، ایرانیان، همواره عدالت، اخلاق و حق را خواسته‌اند. اسلام نیز از احکام استوار بر حق و عدل و تأکید بر صلاحیت زمام‌داران سرشار است.

بنابراین، معقول است که مردم حکومت اسلامی و حاکم عادل بخواهند، تا آرمان‌های مادی و معنوی ایشان برآورده شود، این خواسته‌ای بود که ملت مسلمان ایران با رأی مثبت به حکومت دینی در ۱۲ فروردین بدان دست یافت.



حضرت موسی بن جعفر علیه السلام امام هفتم شیعیان در سال ۱۲۸ هجری در قریه «ابواء» (میان مکه و مدینه)

دید به جهان گشود. نام مادرشان حمیده بربریه یا حمیده پاک بوده است.

امام کاظم علیه السلام پس از شهادت پدر بزرگوارش امام جعفر صادق علیه السلام به امامت رسید و از سال ۱۴۸ تا ۱۸۳ یعنی مدت ۳۵ سال رهبری شیعیان را بر عهده گرفت. ایشان معاصر با چهار تن از خلفای عباسی یعنی منصور عباسی (۱۴۸ تا ۱۵۸)، مهدی عباسی (۱۵۸ تا ۱۶۹)، هادی عباسی (۱۶۹ تا ۱۷۰) و هارون الرشید (۱۷۰ تا ۱۸۳) بودند و در بیست و پنجم رجب سال ۱۸۳ ه. ق در بغداد در زندان سندی بن شاهک مسموم و به شهادت رسید.

برگزیده‌ای از سخنان امام کاظم (ع):

● مصیبت برای شکیبا یکی است و برای بی تاب‌ی کننده دو تاست. (تحف العقول، ص ۴۳۷)

● کم‌گویی، حکمت بزرگی است، بر شما باد به خموشی که آسایش نیکو و سبکباری و سبب تخفیف گناه است. (تحف العقول، ص ۴۳۷)

● از شوخی خودداری کن زیرا شوخی جلوه معنوی ترامی‌زداید. (بحالانوار، ج ۷۸، ص ۳۲۱)

● مشورت با خردمند خیرخواه، یمن و برکت و رشد و توفیق از جانب خداست، چون خردمند خیرخواه به

تو نظری داد، مبدا مخالفت کنی که مخالفتش هلاکت بار است. (بحالانوار، ج ۷۸، ص ۳۲۱)

● چیزی نیست که چشمانت آن را بنگرد، مگر آن که در آن پند و اندرزی است. (بحالانوار، ج ۷۸، ص ۳۱۹)

● همانا برای خداوند بر مردم دو حجت است، حجت آشکار و حجت پنهان، اما حجت آشکار عبارت است از: رسولان و پیامبران و امامان، و حجت پنهانی عبارت است از عقول مردمان. (تحف العقول، ص ۴۰۶)

● برای هر چیزی دلیلی باید، و دلیل خردمند تفکر است، و دلیل تفکر خاموشی. (تحف العقول، ص ۴۰۶)

● به راستی که بازرش‌ترین مردم کسی است که دنیا را برای خود مقامی نداند، بدانید بهای تن شما مردم، جز بهشت نیست، آن را جز بدان مفروشید. (تحف العقول، ص ۴۰۶)

● هر کسی در دلش به اندازه دانه‌ای کبر باشد، داخل بهشت نمی‌شود. (تحف العقول، ص ۴۲۵)

● همنشین با اهل دین، شرف دنیا و آخرت است. (تحف العقول، ص ۴۲۰)

● مؤمن همانند دو کفه ترازوست، هرگاه به ایمانش افزوده گردد، به بلایش افزوده گردد. (تحف العقول، ص ۴۲۰)

● کمک کردن به ناتوان از بهترین صدقه است. (تحف العقول، ص ۴۳۷)

بعثت

درخشان‌ترین برهه از تاریخ

به مناسبت ۲۷ رجب، مبعث رسول اکرم (ص)

محمد رسول الله ﷺ

امروز قلب عالم و آدم حرای توست
یعنی هر آنچه می‌شود از صدای توست
مکه دگر برای بزرگیت کوچک است
فریاد کن رسول که دنیا برای توست

روز مَبْعَث، روزی است که پیامبر اسلام (ص)، به پیامبری مبعوث شد و مأمور شد که چند خداپرستی و بت‌پرستی را از زمین بردارد و خداپرستی را رواج دهد و پیام وحی را به مردم برساند. حضرت محمد (ص) در این زمان چهل سال داشت و در مکه زندگی می‌کرد. اینک ندای «اقراً باسم ربك الذی خلق» در جان روشن پیامبر صلی الله علیه وآله طنین انداخته است.

قرآن، بر قلب مبارک پیامبری نازل می‌شود که امین وحی است و دلسوز مؤمنان... مردی از نسل ابراهیم، به پیامبری مبعوث می‌شود تا دیگر بار کعبه را از آرایش بت‌ها پاک سازد.

پیامبری می‌آید تا تجلی رحمت خداوند باشد... بعثت پیغمبر اسلام یا برانگیخته شدن آن حضرت به مقام عالی نبوت و خاتمیت، حساس‌ترین فراز تاریخ درخشان اسلام است. بعثت پیغمبر درست در سن چهل سالگی حضرت انجام گرفت. پیغمبر تا آن زمان تحت مراقبت روح القدس قرار داشت، ولی هنوز پیک وحی بر وی نازل نشده بود. البته قبلاً علائمی از عالم غیب دریافت می‌داشت، ولی مأمور نبود که آن را به آگاهی خلق هم برساند.

در آن زمان میان مردم قریش و ساکنان مکه رسم بود که سالی یک ماه را به حالت گوشه گیری و انزوا در نقطه خلوتی می‌گذرانیدند. درست روشن نیست که انگیزه آنها از این گوشه‌گیری چه بوده است، اما مسلم است که این رسم در بین آنها جریان داشت و معمول بود. نخستین فرد قریش که این رسم را برگزید و آن را معمول داشت عبدالمطلب جد پیغمبر اکرم بود که چون ماه رمضان فرا می‌رسید، به پای کوه حرا می‌رفت، و مستمندان را که از

آنجا می‌گذشتند یا به آنجا می‌رفتند، طعام می‌داد. به طوری که تاریخ اسلام گواهی می‌دهد، پیغمبر نیز پیش از بعثت به عادت مردان قریش، بارها این رسم را انجام می‌داد. از شهر و غوغای اجتماع فاصله می‌گرفت و به نقطه خلوتی می‌رفت و به تفکر و تأمل می‌پرداخت. پیغمبر چند سال قبل از بعثت، سالی یک ماه در حرا به سر می‌برد و چون روز آخر باز می‌گشت، نخست خانه خدا را هفت دور طواف می‌کرد، سپس به خانه می‌رفت. به عقیده اکثر علمای شیعه، بعثت پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) در روز ۲۷ ماه رجب، پنج سال پس از تجدید بنای کعبه، اتفاق افتاد و پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم) در این هنگام، چهل سال داشتند. پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم)، طبق رسم خویش چند روزی بود که برای عبادت و تفکر به غار حرا آمده بودند. در روز بیست و هفتم ماه رجب بود که جبرئیل (یکی از چهار فرشته مقرب الهی و مأمور ابلاغ وحی از جانب پروردگار به پیامبران) به سوی ایشان نازل شد و گفت: ای محمد بخوان. پیامبر فرمود: چه بخوانم؟ جبرئیل آیات آغازین سوره علق را از جانب خداوند نازل نمود:

"بسم الله الرحمن الرحيم. اقرأ باسم ربك الذی خلق. خلق الانسان من علق. اقرأ و ربك الاكرم. الذی علم بالقلم. علم الانسان ما لم يعلم. به نام خداوند بخشنده مهربان. بخوان به نام پروردگارت که بیافرید. آدمی را از علق بیافرید. بخوان و پروردگار تو ارجمندترین است. خدایی که به وسیله قلم آموزش داد و به آدمی آنچه را که نمی‌دانست، آموخت."

پس از این پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) از کوه پایین آمدند و به سمت مکه و خانه خویش عازم شدند. هنگامی که به خانه

رسیدند ماجرای بعثت خویش را برای همسر گرامیشان حضرت خدیجه (سلام الله علیها) بازگو نمودند. خدیجه (سلام الله علیها) نیز که در سالهای همسری با پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) آثار بزرگی و پیامبری در ایشان را دیده بود، گفت: "به خدا دیر زمانی است که من در انتظار چنین روزی، بسر برده‌ام، و امیدوار بودم که روزی تو رهبر خلق و پیغمبر این مردم شوی."

در همین روزهای آغازین بعثت رسول خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) بود که در هنگام استراحت ایشان، جبرئیل برای بار دیگر بر پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) نازل شد و آیات نخستین سوره مدثر را بر ایشان خواند که: "بسم الله الرحمن الرحيم، یا ایها المدثر، قم فأنذر، و ربك فکبر و ثیابک فطهر و الرجز فاهجر و لاتمنن تستکثر و لربک فاصبر

به نام خداوند بخشنده مهربان، ای کسی که جامه به خود پیچیده‌ای، برخیز و قوم خود را از عذاب خدا بیم ده و خدا را به بزرگی یاد کن و لباس را پاکیزه دار و از ناپاکی دوری گزین و بر هر کس احسان کنی ابداً منت نگذار و برای خدا صبر پیش گیر"

می‌توان گفت مفاد این سوره این است که از این پس، پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) باید پیوسته به فکریم دادن مردم از نافرمانی خداوند بوده و لحظه‌ای از آن غافل نباشد و بدین گونه بود که اولین آیه‌های کتاب آسمانی دین اسلام به پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) نازل شد و ایشان از جانب خداوند به مقام رسالت برگزیده شدند.

روز مبعث، روز مرگ قساوت‌ها و شرارت‌ها بود؛ روز مرگ قربانی شدن کرامت‌ها به پای بت‌ها؛ روز مرگ جهل، شرک و پرستش‌های ناروا بود.

با شروع نهضت و انقلاب اسلامی مردم ایران به رهبری امام امت و روشننگری‌های پیر فرزانه انقلاب اسلامی، ارتش رژیم شاهنشاهی که پیکره اصلی آن را جوانان برومند خانواده‌های مسلمان و اغلب مستضعف ایرانی تشکیل می‌داد با مردم انقلابی و انقلاب اسلامی همسو شد و به ندای آسمانی رهبر انقلاب لبیک گفت در

نتیجه هم صدا و همراه با امت در براندازی نهایی رژیم ستم شاهی جانب ملت را گرفت و پس از پیوستن به مردم به ستیز بی‌امان با دشمنان داخلی و خارجی انقلاب برخاست و به عنوان نخستین بازوی توانمند نظامی انقلاب در جهت تحقق اهداف جمهوری اسلامی ایران تلاش‌های خستگی‌ناپذیر و مستمری را با فداکاری و ایثار در ابعاد مختلف آغاز کرد. لذا گروهک‌های ضدانقلاب به ویژه منافقین همواره بر طبل انحلال ارتش می‌کوبیدند اما از سوی امام امت روز ۲۹ فروردین به نام ارتش نامگذاری شد. امام»

قدس سره» روز پیوستن ارتش به مردم را با عبارت حکیمانه: «لحظه شادی بندگان خدا و یأس ستمگران» نقطه عطف درخشان و افتخارآمیز قلمداد فرمودند. با نگاهی گذرا به تاریخ خونبار انقلاب اسلامی در می‌یابیم که از لحظه نخست پیروزی انقلاب، ارتش و ارتشیان، عشق و علاقه و میل باطنی خود را به حرکت ستم سوز و توفنده انقلاب اسلامی ایران به رهبری امام راحل ابراز داشته و در اثبات این معنا فداکاری‌ها، تلاش‌ها و ایثارگری‌های بسیار کرده‌اند. گسستن از رژیم فاسد و منفور پهلوی و پیوستن به آقیانوس

ملت، بیعت با امام امت، درهم شکستن توطئه‌های گوناگون دشمن به ویژه مقابله با ضد انقلاب، حضور گسترده، مستمر و چشمگیر چندین ساله، در عرصه‌های حماسه و شرف، حراست و دفاع از مرزهای زمینی، هوایی، دریایی و کیان نظام مقدس جمهوری اسلامی ایران خود شاهدهی صادق بر این مدعاست.

فرمان تاریخی حضرت امام خمینی قدس سره در رابطه با ارتش^(۱)

بسم الله الرحمن الرحيم
ملت شریف و مبارز ایران وفقهم الله تعالی. با اهداء سلام و سپاس از مجاهدت خستگی‌ناپذیر شما ملت شجاع که اهداف مقدس اسلام را تا آستانه پیروزی رساندید و دست خیانتگران داخلی و خارجی را به خواست خدای بزرگ قطع کردید؛ لازم است به تذکرات زیر توجه نمایید:

۱- روز چهارشنبه ۲۹ فروردین روز ارتش اعلام می‌شود. ارتش محترم در این روز در شهرستان‌های بزرگ با ساز و برگ به رژه بپردازند و پشتیبانی خود را از جمهوری اسلامی و ملت بزرگ ایران و حضور خود را برای فداکاری در راه استقلال و حفظ مرزهای کشور اعلام نمایند.

۲- ملت ایران موظفند از ارتش اسلامی استقبال کنند و احترام برادرانه از آنان بنمایند. اکنون ارتش در خدمت اسلام

است و ارتش اسلامی است و ملت شریف لازم است آن را به این سمت رسماً بشناسند و پشتیبانی خود را از آنان اعلام نمایند. اکنون مخالفت با ارتش اسلامی که حافظ استقلال و نگهبان آن است جایز نیست. ما و شما و ارتش برادرانه باید برای حفظ امنیت کشورمان کوشش کنیم و به شرارت اشرار و اخلال مفسدین خاتمه دهیم.

۳- افراد ارتش موظفند در داخل ارتش حفظ نظم و سلسله مراتب و ضوابط را بکنند. توجه نمودن به این مسایل موجب ضعف ارتش اسلامی می‌شود و نظام را از هم می‌پاشد. سربازان و درجه‌داران و افسران موظفند با ارتش به طور محبت و برادری رفتار نمایند و از دیکتاتوری که در رژیم طاغوت بود اجتناب نمایند. ارتش اسلامی باید با حفظ سلسله مراتب و نظام صحیح اسلامی و اطاعت کامل زبردست از مافوق و رعایت کامل مافوق از زیر دست، اداره شود تخلف از این امر ضد انقلاب است و مورد مؤاخذه خواهد بود...

والسلام علیکم ورحمة الله وبرکاته
روح الله الموسوی الخمينی، ۲۸ فروردین ۱۳۵۸

۱- (صحیفه نور جلد ۳ چاپ دوم ص ۵۶۹)

به مناسبت ۲۹ فروردین، روز ارتش

ارتش مردمی

روز ارتش مبارک باد



شکوه آزادگی

به مناسبت میلاد حضرت امام حسین (ع) و روز پاسدار

حضرت امام حسین (ع) نواده پاک رسول خدا (ص)، در سوم شعبان سال چهارم هجری قمری چشم به جهان گشود. بهترین دوران زندگی امام حسین (ع)، ملازمت و حضور وی در کنار پیامبر گرامی اسلام بود که شش سال طول کشید. امام حسین (ع) در خانواده‌ای تربیت شد که معدن کمالات و فضائل عرفانی و اخلاقی بود. داشتن پدری چون امام علی (ع) و مادری همچون فاطمه زهرا (س) که هر دو پرورش یافته رسول خدا (ص) بودند یکی از فضیلت‌های انحصاری حسنین و زینبین علیهم السلام است و آن حضرت از عالی‌ترین فضایل الهی بهره‌مند بود. امام حسین (ع) در صحنه‌های مختلفی که اسلام با خطر مواجه بود، حضور فعال داشت. آن حضرت با برگزاری جلسات درس و بحث در مورد مسایل مختلف از جمله موضوعات اعتقادی و فکری و سیاسی، همواره پاسدار میراث گرانبهای رسول خدا (ص) بود. آن حضرت پس از شهادت برادر بزرگوارش امام حسن (ع) در سال ۵۰ هجری قمری، مستقیماً هدایت و امامت مسلمانان را برعهده گرفت و سرانجام در دفاع از آئین جدش حضرت محمد (ص) در سال ۶۱ هجری قمری در کربلا به شهادت رسید.

بدین ترتیب با شهادت خویش، حماسه‌ای جاوید آفرید که نهال اسلام را بارورتر ساخت و درس آزادگی و عدم تسلیم در برابر ستمگران را به همه نسل‌های بشر آموخت. سالروز ولادت امام حسین (ع) در جمهوری اسلامی ایران، به عنوان روز پاسدار نامگذاری شده است، زیرا پاسداران انقلاب اسلامی در ایران با تاسی به شجاعت، مردانگی و استواری امام حسین (ع) در راه هدف، برای حفاظت از آرمان‌های اسلام و انقلاب اسلامی و همچنین حفظ کیان و تمامیت ارضی ایران، صحنه‌های زیبا و باشکوهی آفریدند و خود سرمشق جوانان با ایمان و آزادیخواه جهان شدند.

با عرض تبریک به مناسبت سالروز ولادت حضرت امام حسین (ع) و گرامی‌داشت روز پاسدار، چند جمله از سخنان گهربار ایشان را یادآور می‌شویم:

- رستگار نمی‌شوند مردمی که خشنودی مخلوق را در مقابل غضب خالق خریدند. (بحار الانوار، ج ۴۴، ص ۳۸۳)
- به درستی که شیعیان ما قلبشان از هرناخلالی و حیل و تزویر پاک است.
- (التفسیر المنسوب الی الامام الحسن العسکری علیه السلام ص)

- کسی در قیامت در امان نیست مگر کسی که در دنیا ترس از خدا در دل داشت.

(مناقب ابن شهر آشوب ج ۴ / ص ۶۹) (بحار الانوار، ج ۴۴، ص ۱۹۲)

● عاجزترین مردم کسی است که نتواند دعا کند.

(بحار الانوار ج ۸۱ ص ۲۵۷) (بحار الانوار ج ۹۰ ص ۲۹۱)

● گریه از ترس خدا سبب نجات از آتش جهنم است.

(جامع الاخبار ص ۹۷)

● آن که در کاری که نافرمانی خداست بکوشد امیدش را از دست می‌دهد و نگرانی‌ها به او رو می‌آورد.

(الکافی، ج ۲، ص ۳۷۳) (الکافی، ج ۴، ص ۱۱۷)

● بخشنده‌ترین مردم کسی است که در هنگام قدرت می‌بخشد.

(الدره الباهره، ج ۷۱، ص ۴۰۰)

● کسی که تو را دوست دارد، از تو انتقاد می‌کند و کسی که با تو دشمنی دارد، از تو تعریف و تمجید می‌کند.

(نزه الناظر، ص ۸۸)

● از نشانه‌های عالم، نقد سخن و اندیشه خود و آگاهی از نظرات مختلف است.

(بحار الانوار، ج ۷۵، ص ۱۱)

● چیزی را بر زبان نیاورید که از ارزش شما بکاهد.

(جلاء العیون، ج ۲، ص ۲۰۵)

● حذر کن از مواردی که باید عذرخواهی کنی، زیرا مؤمن نه کار زشتی انجام می‌دهد و نه به عذرخواهی می‌پردازد، اما منافق همه روزه بدی می‌کند، و به عذرخواهی می‌پردازد.

(بحار الانوار، ج ۷۵، ص ۱۲۰)

● همنشینی با سفلیگان و افراد پست ناپسند است و همدمی با گناهکاران موجب بدبینی مردم و از دست دادن اعتماد و اعتبار است.

(بحار الانوار، ج ۷۵، ص ۱۲۲)

● به درستی که من مرگ را جز سعادت نمی‌بینم و زندگی با ستمکاران را جز محنت نمی‌دانم.

(تحف العقول، ص ۲۴۵)

● بخشنده‌ترین مردم کسی است که به آنکه چشم امید به او نبسته، بخشش کند. (کشف الغمّة، ج ۲، ص ۳۰)

● هر کسی که سه روز از ماه شعبان را روزه بگیرد؛ بهشت بر او واجب می‌شود و در قیامت نیز پیامبر (ص) شفیع او خواهد بود.

(الامالی، ص ۲۳)

گفتگو با قهرمان نوجوان کاراته کشور:

۲ بار قهرمانی کشور طی ۳ سال حضور در ورزش کاراته



چشم انداز شما در حوزه ورزشی چیست؟

قبل از هر چیز باید ورزش را به خاطر سلامتی روح و جسم انجام داد و در ادامه با جدیت در رشته خود می‌توان به مدارج بالا و قهرمانی اندیشید. ورزش کاراته خیلی چیزها به من آموخت اول اینکه تا ثانیه آخر برای پیروزی در هر کاری باید کوشید و موفقیت بدست آورد ثانیاً اینکه هر شکست را پلی برای پیروزی‌های بعدی قرار بدهم و دل سرد نشوم.

نقش خانواده و پدرتان در پیشبرد ورزش حرفه‌ای چه بود؟

خوشبختانه در خانواده‌ای بزرگ شده‌ام که همه اعضای آن دوستدار ورزش و یا خود ورزشکار هستند. پدر و مادرم و حتی خواهر کوچکم که با من در یک باشگاه تمرین می‌کند و او نیز یکی از قهرمانان کشور در رشته کاراته می‌باشد خیلی برای موفقیت من تلاش کرده‌اند چه از نظر مادی و چه از نظر روحی من را برای تمرینات باشگاه و مسابقات آماده می‌کنند. حتی زمانی که در مسابقات هستم آنها به طور مداوم پیگیری می‌کنند و برای کسب پیروزی و موفقیت مرا دلدار می‌دهند و دعا می‌کنند لذا من از زحمات آنها قدردانی می‌کنم و امیدوارم با موفقیت در مسابقات بین‌المللی و راهیابی به مسابقات جهانی و المپیک بتوانم از زحمات آنها به نوعی تشکر کنم.

در پایان اگر مطلب خاصی دارید بفرمایید؟

در آخر از خانواده ام و مسئولان مدرسه نمونه دولتی الزهرا (س) خصوصاً مدیر مدرسه خانم ایران نژاد و معلمان عزیزم که مرا در این موفقیت یاری کردند تشکر و قدردانی می‌کنم.

الان حدود ۳ سال است که بطور مستمر و جدی در این رشته زیر نظر استاد سرکار خانم موسوی وند و در باشگاه ایشان در اردبیل فعالیت می‌کنم. خوشبختانه محیط خوبی برای تمرین در این باشگاه فراهم است و بهای زیادی به ورزشکاران می‌دهند.

تاکنون چه مقام‌هایی کسب کرده‌اید؟

من از همان سال اول برای حضور در مسابقات استانی انتخاب شدم و قهرمانی اردبیل را کسب کردم و پس از ورود به مسابقات کشوری، در آنجا نیز مقام دوم را به دست آوردم. در قالب تیم اردبیل نیز دوبار قهرمان مقام قهرمانی و طلای کشوری را کسب کردم. اخیراً نیز در مسابقات قهرمانی آسیا در کشور سنگاپور به مقام سوم آسیا و مدال برنز نائل شده‌ام.



۳ سال است که در ورزش کاراته فعالیت می‌کنم و در همین دوره کوتاه به اندازه‌ای خوب ظاهر شد که مربیان تیم ملی را قانع کرد تا در عرصه‌های بین‌المللی نام او را از قلم نیاندازند و او نیز مزد این اعتماد را در اولین حضور در مسابقات آسیایی داد و مقام سوم را برای میهن عزیزمان هدیه آورد.

در این شماره گفتگویی با این قهرمان نوجوان کاراته کشور انجام دادیم که نظر شما را بدان جلب می‌کنیم:

لطفاً خودتان را معرفی کنید؟

هانیه وحیدی ۱۴ ساله فرزند آقای اصغر وحیدی بازنشسته نیروی انتظامی استان اردبیل و دانش آموز کلاس هشتم مدرسه نمونه دولتی الزهرا (س) هستم.

از چه سالی و چگونه به ورزش کاراته روی آوردید؟

از سال ۹۳ با معرفی یکی از دوستانم به نام آناهیتا تکولی نژاد که دوست صمیمی بنده می‌باشد به ورزش کاراته روی آوردم. در ابتدا بیشتر به دنبال سپری نمودن اوقات فراغت بودم و زیاد به قهرمانی فکر نمی‌کردم اما به مرور اساتید با دیدن تلاش‌هایم مرا نیز برای مسابقات انتخاب کردند و همین امر باعث شد تا با جدیت بیشتری تمرین کنم و به مرور جایگاهم را در میان کاراته‌کاهای هم وزن ارتقا دهم.

چند سال است که در این حوزه فعال هستید و در چه تیم‌هایی حضور داشته‌اید؟

اهمیت ورزش در دوران بازنشستگی و نکات قابل توجه

همه به خوبی به این مطلب واقف هستیم که برای دوره‌های مختلف زندگی بر حسب سن، جنس و وضع سلامتی بدن، ورزش‌های متفاوتی وجود دارد. مثلاً در جوانی باید عضلات را قوی و محکم کرد تا در سنین بالاتر به آسانی دچار رخوت و سستی نگردند و از سن بازنشستگی به بعد دیگر نباید در بند تحکیم عضلات و حفظ زیبایی اندام بود بلکه ورزش را باید به منظور حفظ سلامت و طول عمر انجام داد و باید سعی کرد هر قدر ممکن است پیروی را به عقب انداخت و از عوارض آن جلوگیری نمود. در زمان بازنشستگی، اشتها کم می‌شود و سوخت و ساز بدن کاهش می‌یابد پس لازم است تحرک بدن را بیشتر کنید. فعال بودن و تحرک کافی، مؤثرترین شیوه برای مقابله با پیری و ناتوانی است. وقتی عضلاتتان را بکار می‌گیرید در واقع از نرمی مفاصل و مقاومت استخوان‌هایتان مراقبت می‌کنید. تحرک، اشتها را باز می‌کند، هضم غذا را بهتر می‌کند و استرس را کاهش می‌دهد. تحرک احساس خوبی به شما می‌دهد. ورزش برای حفظ سلامت قلب، مغز و سایر اندام‌های بدن لازم است و از ابتلا به بیماری‌های قلبی عروقی جلوگیری و از ابتلا به بیماری آلزایمر و ابتلا به سرطان‌ها نیز پیشگیری می‌کند.

انجام فعالیت جسمی منظم بعد از ۵۰ سالگی برای مردان به اندازه ترک سیگار مفید است. به گزارش خبرگزاری فرانسه، بررسی پژوهشگران سوئدی که نتایج آن در وب‌سایت نشریه پزشکی بریتانیا منتشر شده است، نشان داده است که مردانی که پس از ۵۰ سالگی ورزش را شروع کرده‌اند، پس از ۱۰ سال به همان اندازه مردانی که همیشه ورزش می‌کرده‌اند، امید به زندگی (میانگین طول عمر) پیدا کرده‌اند.

ورزش و حرکت موجب عقب انداختن دوران پیری می‌باشد و بازنشستگانی که ورزش می‌کنند از سلامتی و نشاط بیشتری برخوردار هستند. بنابراین یکی از مؤثرترین روش‌های پیشگیری از اختلالات دوران بازنشستگی، ورزش و تربیت بدنی است. البته منظور از ورزش، تمرینات ورزشی خسته کننده نیست بلکه حرکات ملایمی است که برای بازنشستگان مناسب باشد. شنای ملایم و پیاده روی، ورزش‌های مناسبی برای این دوران است.

کسانی که سابقاً ورزشکار بودند، اغلب دچار یک اشتباه می‌شوند و آن این است که می‌خواهند ورزش را با همان ریتم و آهنگ سابق پی بگیرند. در حالی که ظرفیت‌های بدن کاهش یافته و در این شرایط خطر سوانح قلبی یا محرک‌ها را نباید نادیده بگیرند. برای شروع مجدد فعالیت‌های ورزشی، گذراندن یک دوره یادگیری جدید، انجام تمرین‌های آموزشی و تعیین اهداف تدریجی، ضروری است. گاهی اوقات، بهتر است به سراغ ورزش‌هایی برویم که تا به حال آنها را انجام نداده‌ایم، تجربه‌های جدید می‌توانند لذت بخش باشند.

در واقع، در دوران بازنشستگی، بدن شروع به تغییر می‌کند، چاقی ظاهر می‌شود و خطرات جدی سلامت فرد را تهدید می‌کند. و هیچ عجب نیست که یک فرد بازنشسته برای شروع ورزش دچار آشفتگی و سردرگمی شود. چندین مورد ضروری وجود دارند که افراد بازنشسته که می‌خواهند ورزش را شروع کنند یا از سر بگیرند، باید آنها را رعایت نمایند، زیرا که در این دوران، بدن دیگر مقاومت سابق را در مقابل آسیب‌های

شدید ندارد. بنابراین، قبل از شروع فعالیت ورزشی، بهتر است که چند مورد احتیاطی را رعایت کنید:

توجه داشته باشید که کاملاً بدنتان را گرم کنید. نباید از خودتان توقع بیجا داشته باشید. در طول ورزش به درستی نفس بکشید و حرکات مناسب و درستی انجام دهید.

ورزش‌های استقامتی به طور خاص با این سن و سال انطباق دارند. در واقع، در حدود سن بازنشستگی می‌توان فعالیت‌هایی انجام داد که نیاز به حفظ همان حالت به مدت طولانی اما با فشار کمتر دارند. بنابراین باید ورزش‌های استقامتی را به جای فعالیت‌های قدرتی در اولویت قرار داد. برای مثال، دوی استقامت یا نیمه استقامت بهتر و مناسب تر از دوی سرعت است. به همین ترتیب، می‌توانید برای مثال بازی‌های چهار نفره تنیس یا بدینتون برای خودتان ترتیب دهید.

در این دوران، ورزش‌های تیمی در اولویت قرار دارند، همچنین ورزش‌های انفرادی مانند شنا یا کوهنوردی نیز توصیه می‌شوند زیرا با انجام این ورزش‌ها شما از یک چهارچوب فنی، توصیه و پشتیبانی، بهره مند خواهید شد. یک دوره مقدماتی برای روی فرم آمدن ضروری است. ضمناً چند ماه رفت و آمد به یک سالن بدن سازی هم راه حل خوبی است. تمرینات فعال کننده قلب (دوچرخه ثابت، پاروژن و دو ثابت) و عضله سازی را به تناوب انجام دهید. هدف از این کار، بیدار کردن و روی فرم آوردن تدریجی بدن است.

قابلیت و زمان لازم برای برگشتن به وضع طبیعی بعد از ورزش راهنمای خوبی برای تعیین مقدار و شدت ورزش در هر سنی است. برگشتن به وضع طبیعی بایستی سریع باشد.

در صورتی که ورزشکار ده دقیقه بعد از متوقف نمودن ورزش هنوز تنفس و ضربان قلبش به وضع عادی برنگشته باشد و یا تا روز بعد هنوز خستگی ادامه داشته باشد، ورزش انجام شده بسیار شدید و یا طولانی بوده است و در مدت یا نوع آن باید تجدید نظر شود.

خانم‌ها بایستی ورزش‌هایی را انتخاب کنند که تلاش بدنی ملایمی را داشته باشد و از انجام ورزش‌های سنگین مانند وزنه برداری، بوکس و کشتی خودداری نمایند.

زمان ورزش کردن نیز باید طوری انتخاب گردد که در فعالیت قسمت‌های مختلف بدن عوارض نامطلوب برجای نگذارد، مثلاً ورزش بلافاصله بعد از صرف غذا موجب اختلال در کار معده و سوءهاضمه می‌گردد.

ورزش باید در تمام عمر، با توجه به سن، جنس و وضع جسمانی بدن به طور مداوم انجام گیرد مگر در مواردی که علائم واضح یک عیب عضوی در فرد وجود داشته باشد و طبق نظریه کمیسیون طبی کمیته ملی ورزش، هرگونه فعالیت بدنی و ورزش به طور دائم و یا موقت غیرمجاز گردد. همان قدر که تمرین بهداشتی و صحیح مفید است افراط در تمرین نیز به طور یقین مضر می‌باشد که از عوارض نامطلوب آن خستگی و احساس درد در بدن، تغییرات در خلق و خوی و ناراحتی‌های قلب و عروق، قابل ذکرند.

در نهایت درخواست می‌شود که در دوران بازنشستگی ورزش (بهترین داروی افسردگی) را جلدی بگیرید.

روی خط سلامتی

● از غذاهای بسته‌بندی شده و غذاهای فرآوری شده اجتناب کنید زیرا اغلب پر از قند، نمک، چربی‌های ناسالم و کالری است

● زیتون مصرف کنید زیرا زیتون مانع رسوب کلسترول درون رگ‌ها و تنگ شدن آنها می‌شود.



● آجیل بخورید با وجود چربی بالا، آجیل فوق‌العاده مغذی و سالم است. آنها با منیزیم، ویتامین E، فیبر و مواد مغذی مختلف دیگر همراه می‌شود.



● ماهی چرب بخورید، تقریباً همه موافق هستند که ماهی سالم است. این امر به ویژه در مورد ماهی‌های چرب درست است مانند ماهی آزاد، که دارای اسیدهای چرب امگا ۳ و مواد مغذی مختلف دیگری است.

۳- در روز دو عدد هویج بخورید. همین به تنهایی کلسترول شما را ۱۰ تا ۲۰ درصد پایین خواهد آورد.

۴- حداقل سه بار در هفته پیاده‌روی ۳۰ دقیقه‌ای داشته باشید.

● سیگار کشیدن یکی از بدترین چیزها برای سلامتی شما است. دود سیگار نیز به همان اندازه خطرناک است هرگز سیگار نکشید و اگر می‌کشید، نیمه آخر آن را به هیچ وجه نکشید.



● در حمام هیچگاه مستقیماً زیر دوش آب گرم نفس نکشید. کلر یک قاتل تدریجی است.

● غذای خود را بیشتر از یکبار در مایکروفر گرم نکنید و بعد از آن در صورت عدم استفاده دور بریزید.

● چای سبز، مقدار زیادی آب، کلم، بادام و فندق را در رژیم غذایی روزانه‌تان بگنجانید.



مردان بالای ۵۰ سال باید آزمایش‌های سالانه‌ای از قبیل آزمایش فشار خون بالا و کلسترول را انجام دهند. آزمایش قند ناشتا یا قند خون نیز باید هر ۳ سال یک بار صورت گیرد.

به طور کلی با بالا رفتن سن مردان، اختلال در دفع ادرار به امری شایع تبدیل می‌شود. مصرف کافئین یکی از عواملی است که حجم ادرار را افزایش می‌دهد. بنابراین پزشکان توصیه می‌کنند که از مصرف بیش از حد مواد خوراکی حاوی کافئین خودداری کنند.

● ساده ترین راه برای پایین آوردن کلسترول:

۱- انگور بخورید. پوست انگور حاوی ترکیبی است که به پایین آوردن کلسترول کمک می‌کند.



۲- سیر بخورید. سیر ماده‌ای است که به طرز نیرومندی کلسترول را پایین می‌آورد. همچنین به پایین آوردن فشارخون نیز کمک می‌کند.



افزایش تعداد اقساط تا ۲۴ ماه در طرح فروش استثنایی عیدانه انواع کابینت و کاغذ دیواری ویژه بازنشستگان ناجا

شرکت تعاونی کارآفرینان همکار امین تابان از افزایش تعداد اقساط در طرح فروش استثنایی کابینت و کاغذ دیواری، با تضمین کیفیت و کمترین قیمت ممکن ویژه بازنشستگان ناجا در شهر تهران خبر داد.



گزارش رسیده حاکی است در این طرح که از آغاز اسفند ماه و به صورت محدود به اجرا درآمده است، بازنشستگان محترم ناجا می‌توانند از طریق کسر از حقوق با اقساط ۷ ماهه، بدون کارمزد و بدون پیش پرداخت، ۱۲ ماهه با ۲۰ درصد پیش پرداخت و بدون کارمزد و ۲۴ ماهه با ۲۰ درصد پیش پرداخت از محصولات این شرکت بهره‌مند شوند. برای اطلاعات بیشتر با شماره تلفن ۰۲۱۸۸۹۸۹۸۰۷ الی ۱۰ تماس حاصل نمایید.

کتاب آشنایی با خدمات و ضوابط دندانپزشکی سازمان خدمات درمانی نیروهای مسلح رونمایی شد



در سی و نهمین فجر انقلاب اسلامی و همزمان با نهمین کنگره دندانپزشکی نیروهای مسلح، از «کتاب آشنایی با خدمات و ضوابط دندانپزشکی سازمان» در کنگره مذکور رونمایی شد.

بر اساس اعلام دکتر علی رأفتی معاون درمان سازمان خدمات درمانی نیروهای مسلح؛ هدف از تدوین این کتاب ارائه راهنمای جامع و مصور خدمات دندانپزشکی و ضوابط سازمان‌های بیمه‌گر بالاخص سازمان خدمات درمانی نیروهای مسلح می‌باشد. وی افزود: این کتاب مشتمل بر ۹ فصل بوده و مورد استفاده کارشناسان سازمان و مراکز دندانپزشکی طرف قرارداد می‌باشد.

آشنایی با دندان و خدمات دندانپزشکی، مواد و تجهیزات، ضوابط بیمه‌ای، نحوه رسیدگی به اسناد و نحوه نظارت سازمان‌های بیمه بر مراکز دندانپزشکی، از جمله مباحث این کتاب می‌باشد. در این کتاب همچنین، واژه‌ها و اصطلاحات شایع دندانپزشکی که می‌تواند مورد توجه باشد، تبیین شده است.

دکتر رأفتی ضمن تشکر از مدیریت دندانپزشکی معاونت درمان، از نقش آفرینی یکایک کارکنان جمعی معاونت‌های خدمات الکترونیک سلامت، طرح و برنامه، ارزیابی و نظارت تخصصی و اداره کل اسناد پزشکی استان تهران که در گردآوری، تدوین و تألیف کتاب مذکور نقش سازنده داشته‌اند، قدردانی نمود.

افزایش تعداد اقساط در طرح عیدانه تعمیرات ساختمان تا ۲۴ قسط ویژه بازنشستگان ناجا

شرکت تعاونی کارآفرینان همکار امین تابان از افزایش تعداد اقساط تا ۲۴ قسط در طرح فروش استثنایی انواع خدمات ساختمان (نقاشی، در و پنجره و کاشی و سرامیک) با تضمین کیفیت و کمترین قیمت ممکن ویژه بازنشستگان ناجا در شهر تهران خبر داد.



این طرح که از آغاز اسفند ماه و به صورت محدود به اجرا درآمده است و بازنشستگان محترم ناجا می‌توانند از طریق کسر از حقوق با اقساط ۷ ماهه، بدون کارمزد و بدون پیش پرداخت، ۱۲ ماهه با ۲۰ درصد پیش پرداخت و بدون کارمزد و ۲۴ ماهه قسطی و ۲۰ درصد پیش پرداخت، از خدمات این شرکت شامل نقاشی، بنایی و تعمیرات ساختمان، طراحی و دکوراسیون داخلی، در و پنجره upvc و... بهره‌مند شوند.

راه اندازی کانال روابط عمومی کانون بازنشستگان ناجا در پیام‌رسان سروش



@kbnaja

با توجه به ضرورت حمایت از پیام‌رسان‌های داخلی، روابط عمومی کانون بازنشستگان نیروی انتظامی از این پس هرگونه اخبار کانون از قبیل خدماتی، اداری، رفاهی و حمایتی و غیره را از طریق کانال روابط عمومی در پیام‌رسان سروش به اطلاع پیشکسوتان ارجمند و مستمری‌بگیران محترم خواهد رساند. شایان ذکر است که این موضوع در کانال تلگرامی روابط عمومی اطلاع‌رسانی شده و با توجه به آغاز به کار کانال روابط عمومی در پیام‌رسان سروش، هیچ یک از اخبار کانون در کانال تلگرام بازرگاری نخواهد شد. لذا لازم است کلیه عزیزانی که با عضویت در کانال تلگرامی کانون، اخبار مورد نیاز را پیگیری می‌کردند به منظور اطلاع به موقع از اخبار کانون حداکثر تا بیستم اردیبهشت بانصب نرم‌افزار سروش از طریق نشانی @kbnaja به عضویت این کانال درآیند.

نامه‌های رسیده...

پیشکسوت گرامی جناب آقای کیومرث کشوری از کرج با ارسال شعر خود به مناسبت رسیدن بهار و نوروز، ماهنامه آئینه را مورد لطف خود قرار داده‌اند. ضمن تشکر و آرزوی سلامتی برای ایشان، چند بیت از اشعار ایشان را درج می‌کنیم.



نامش زازل بود سرآغاز
یک خرمن گل به پایش انداز
افسانه بخوان به گل بگوراز

با نام خدا سخن کنم ساز
عیدانه بیارید که عید آمده است باز
شور و طرب و نشاط و آواز

پیشکسوت گرامی جناب آقای محمد باقر توکلی از شهر شیراز با ارسال متن شعر سرود خود به ماهنامه آئینه، ما را مورد لطف و محبت خود قرار داده‌اند. ضمن تشکر و آرزوی سلامتی و موفقیت هرچه بیشتر جنابعالی به اطلاع این پیشکسوت عزیز عرض می‌کنیم که چند مرتبه با تلفن همراه جنابعالی تماس گرفته شد ولی موفق به صحبت با شما نشدیم.

پیشکسوت گرامی جناب آقای عین‌اله عبدلی از همدان، با ارسال نامه، ضمن آرزوی موفقیت و تشکر از عوامل ماهنامه آئینه، فرارسیدن نوروز و بهار را به همه پیشکسوتان تبریک گفته‌اند. ضمن تشکر و قدردانی از این عزیز پیشکسوت سلامتی و موفقیت ایشان را آرزومندیم.

آشپزی

معصومه خاکدامن

شامی نخودچی

مواد لازم برای ۴ نفر:

- گوشت چرخ کرده ۳۰۰ گرم
- پیاز درشت ۱ عدد
- آرد نخودچی ۲۰۰ گرم
- نمک و فلفل و زردچوبه به میزان لازم
- آب به میزان لازم
- روغن جهت سرخ کردن به میزان لازم
- تخم مرغ ۱ عدد

طرز تهیه:

برای تهیه شامی نخودچی ابتدا گوشت چرخ کرده را به اندازه پیش گفته با پیاز، تخم مرغ، آرد نخودچی، نمک و فلفل و زردچوبه مخلوط کرده سپس آب را اضافه می‌کنیم تا مایه نسبتاً شلی به دست آید. در مرحله بعدی روغن را داغ کرده و با ملاقه یا قاشق کمی از مایه را در روغن انداخته، می‌گذاریم یک طرف آن طلایی شود و بر می‌گردانیم سپس طرف دیگر را سرخ می‌کنیم.



پاهم بخندیم



قاضی رو به دزد کرد و گفت: «جرم شما چیست؟»
دزد: من فقط خرید عید را کمی زودتر انجام دادم.
قاضی: خب این که جرم نیست! چه قدر زودتر؟
دزد: قبل از این که مغازه‌ها را باز کنند!

طرف میره خواستگاری، از دختره خوشش نمیداد، به بابای عروس میگه: ما میریم یه دور میزینیم، برمی‌گردیم، راستی تا ساعت چند بازید؟

طرف میره تو صف نونوایی، شاطر نونوایی میگه: نون تا اینجا بیشتر نمی‌رسه، بقیه برن. طرف میگه: ببخشید اگه میشه جمع‌تر وایسین نون به ما هم برسه!

فالگیر: فردا شوهرتون میمیره، زن: اینو که خودم میدونم. بهم بگو گیر پلیس می‌افتم یا نه؟

دوست طرف بهش میگه: اگه توجه کنی میبینی که نگاهم باهات حرف میزنه. طرف میگه: پس اینقدر پلک نزن، صدات قطع و وصل میشه.

از طرف میپرسن: تو از زنت میترسی؟
میگه: چرا باید بترسم؟
لباسارو شستم
اتومو کردم
غذامو پختم
ظرفامو شستم
شیشه‌ها رو تمیز کردم
زیر بچه رو هم عوض کردم
اونی که کاراش مونده باید بترسه!

مشتری: این کت چنده؟
فروشنده: ۱۰۰ هزار تومان
مشتری: وای! اون یکی چنده؟
فروشنده: وای وای!!

جدول متقاطع ۳۳

Grid for crossword puzzle 33 with numbers 1-15 and black squares.

افقی: ۱- یکی از آئین‌های نوروزی که مردم بیشتر مناطقی که نوروز را جشن می‌گیرند به آن پایبندند، در این آئین تمام خانه و وسایل آن در آستانه نوروز گردگیری، شستشو و تمیزی می‌شود - کهن ترین جشن به جامانده از ایران باستان
۲- زایش - اجداد - شامگاه عرب - هرگز نه
۳- فلز سرب، از توپال‌ها - غزال - سرزنش
۴- از سین‌های بودار سفره هفت سین - فیلمی از ایرج قادری با هنرمندی جمشید هاشم پور - ریسمان دلوب
۵- عزیز عرب - خمیازه - لباس - آگاهی
۶- نگین - سازنده ابزارها و ظرف‌های مسی - مردمک

عمودی: ۱- کتابی از ناصر خسرو قبادیانی ادیب قرن پنجم - از اقوام آریایی
۲- نوعی آچار - شفاف نیست - شیرینی کوچک مکعب شکلی که معمولا از شکر جوشانده و کره درست می‌شود - ضمیر غایب
۳- فرومایه - برادر مرگ - انبوهی، آمیختگی
۴- سر فوتبالی! - اسب چابار - اسطوره فوتبال انگلیس - وسیله صاف کردن پارچه
۵- منطقه آزاد تجاری در شمال ایران - بیشتر - رام نیست و فرمان نمی‌برد
۶- نباید با کوه مقایسه شود - دستور - با حقوق پایان سال می‌پردازند
۷- پدری - آش فرنگی - چوپان
۸- رمق آخر - از اماکن تاریخی و دیدنی شهر تبریز - دوستی
۹- کسی که ملک و مال مورد اختلاف یا چک و سفته برگشتی را از صاحبانشان به بهای ارزان می‌خرد تا از راه تعقیب قانونی پول دریافت کند و سود ببرد - مرجان - شیرین
۱۰- زمان مرگ - شمردن - پیمان‌های برای غلات بافنده
۱۱- بافنده - فصل قشنگ گل‌ها و رنگ‌ها - مخفف
۱۲- واحد اندازه‌گیری مقدار جریان نیروی الکتریسیته - قوت حافظه - میوه چهار فصل - حیوان با وفا
۱۳- عامل اصلی سروصدا در چهارشنبه سوری - یک نفر - واحد پول استرالیا
۱۴- پله - خوش لباسی، مرتبی - تعداد بازیکنان بسکتبال - سوره آغازین
۱۵- استانی بین تهران و تبریز - نخستین زن در تاریخ ورزش ایران است که موفق به کسب مدال طلا در سطح بازی‌های جهانی المپیک و پارالمپیک شده است.

جدول سودوکو ۳۲

Sudoku puzzle 32 grid with some numbers filled in.

قانون‌های حل جدول سودوکو:

۱- در هر سطر و ستون باید اعداد ۱ تا ۹ نوشته شود. بدیهی است که هیچ عددی نباید تکرار شود.
۲- در هر مربع (۳ در ۳) اعداد ۱ تا ۹ باید نوشته و در نتیجه هیچ عددی نباید تکرار شود.

حل جدول سودوکو ۳۱

Solved Sudoku puzzle 31 grid.

نام و نام خانوادگی: تلفن: کد پستی:

نشانی: استان: شهر: خیابان:

نام و نام خانوادگی: تلفن: خیابان: کد پستی:

چیستان و معما ۳۳

توی یه شیشه چند تا آبنبات پرتقالی و چندتا آبنبات توت فرنگی هست. شما به طور تصادفی دوتا آبنبات رو بیرون میارید. اگر دو تا آبنبات مثل هم بود، اون‌ها رو کنار میذارید و به جاش یه آبنبات توت فرنگی توی شیشه میندازید. اگر هم طعم هاشون متفاوت بود، اون‌ها رو کنار میذارید و یه آبنبات پرتقالی توی شیشه میندازید. به این ترتیب آبنبات‌ها کم می‌شن تا اینکه نهایتاً یه آبنبات توی شیشه باقی بمونه. اگر بهتون تعداد آبنبات‌های توت فرنگی و پرتقالی که بیرون شیشه هستن گفته بشه، آیا می‌تونید طعم آبنبات باقی مونده رو حدس بزنید؟

پاسخ چیستان و معما ۳۱

روش حل این معما به این نحو است که حاصل جمع دو عدد با عدد دیگری جمع زده می‌شود به این روش که برایتان خواهیم گفت. ابتدا ۴+۱=۵ کاملاً صحیح و منطقی است. در خط بعد ۵+۲=۷ شده است چطور؟ به این روش که ابتدا ۵+۲ شده سپس عدد ۵ که جواب محاسبه خط قبلی است به جواب محاسبه اضافه شده است. خط بعدی ۳+۶ را داریم که جواب آن ۹ است اما جواب نوشته شده ۲۱ است یعنی باز هم قانون خط دوم اجرا شده است پس سوال خط چهارم یعنی معمای اصلی هم باید با همین روش حل شود که به این ترتیب جواب معما اینطور خواهد بود: ۱۱+۸=۱۹ اما طبق قانون باید عدد ۲۱ را که حاصل محاسبه خط قبلی است را به آن اضافه کنیم، یعنی ۱۹+۴=۲۳. پس جواب این معمای ریاضی ۴۰ است.

برندگان شماره قبل

- ۱- آقای رضا پارسیایی از اصفهان
۲- خانم بتول فتحی از تهران
۳- خانم سودابه نقوی از البرز

پاسخ جدول متقاطع ۳۲

Solved crossword puzzle 32 grid.

به ۳ نفر از کسانی که پاسخ صحیح به جدول‌ها و چیستان‌ها بدهند به قید قرعه جوایزی اهدا خواهد شد.

از نامبرندگان درخواست می‌شود با تلفن: ۰۲۱-۴۲۸۴۴ (داخلی ۴۱۲) تماس گرفته و شماره عابر بانک خود را اعلام تا نسبت به واریز مبلغ جایزه اقدام شود.

ترنده ۵۰۰۰۰۰۰ ریال جوایزه نقدی

تهیه و سردرآوری بخش سرگرمی: مصطفی خاکدامن

امام حسن مجتبی علیه السلام فرمودند:

بخشش آن است که اما و اگری پیش از آن نباشد و منت گذاری در پی آن نیاید.

با الهام از تعالیم عالیہ اسلام و ارزش‌های والای انقلاب اسلامی و به استناد سند راهبردی کانون (بیانیه مأموریت و انتظارات ذی‌نفعان) مبنی بر ارتقاء سطح کمی و کیفی معیشت، آسایش، آرامش و منزلت اجتماعی اعضاء و به انگیزه کمک و مساعدت مالی بلاعوض و... به اعضای نیازمند کانون، «مؤسسه خیریه کریم اهل بیت حضرت امام حسن مجتبی (ع)» با همت و مشارکت خالصانه تعدادی از پیشکسوتان خیر، در کانون تمام استان‌ها تشکیل گردیده و به صورت هیأت امنائی مرکب از پنج نفر اداره می‌شود.

حضور فرماندهان محترم انتظامی استان‌ها یا یکی از اعضای هیأت رئیسه فرماندهی، به عنوان رئیس هیأت امناء، به منظور برخورداری از امکانات و حمایت‌های استان و هم چنین ایجاد زمینه اعمال نظارت و کنترل بر صحت عملکرد مؤسسه، در ترکیب هیأت امناء پیش بینی شده است. رئیس کانون استان، نماینده یا نمایندگان استان در مجمع کانون و یک یا دو نفر از بین پیشکسوتان عضو کانون، از دیگر اعضای هیأت امناء مؤسسه می‌باشند.

رویکرد خالصانه و صمیمانه افرادی که در این امر خیر به هر نوعی مشارکت می‌نمایند اعم از همیاری و مساعدت مالی برای خدمت‌رسانی به هم نوعان نیازمند خود در جهت رفع معضلات و مشکلات آنان، بی‌تردید به حساب باقیات الصالحات آنان محسوب خواهد شد.

با این توصیف، به منظور تقویت منابع مالی مؤسسه برای کمک و مساعدت به بخشی از نیازهای مالی اعضاء، از پیشکسوتان خیر درخواست می‌شود با مراجعه به کانون استان مربوط، نمونه وکالت نامه ارائه شده زیر را تکمیل نمایند تا امکان پرداخت کمک‌های مالی به اعضای نیازمند، میسر گردد.

وکالت نامه

نام: نام خانوادگی:

نام پدر: شماره ملی:

شماره شناسایی:

به کانون بازنشستگان ناجا وکالت می‌دهم تا نسبت به کسر ماهیانه مبلغ:

..... (.....) ریال به مدت: ماه سال یا

مادام‌العمر از حقوق و مزایای اینجانب و واریز به حساب مؤسسه خیریه کریم اهل بیت، حضرت امام حسن مجتبی (ع)، اقدام نماید.

تاریخ / امضاء: