



روزنامه سیاسی، اجتماعی و فرهنگی صبح ایران
پنجشنبه ۱۰ اسفند ۱۴۰۲ - ۱۹ شعبان ۱۴۴۵
سال بیست و هشتم - شماره ۶۹۸۱ - ۱۶ صفحه
قیمت: ۳۰۰۰ تومان

سر مقاله

حسن رشوند

حجت تمام شد

کمتر از ۲۴ ساعت دیگر انتخابات دوازدهمین دوره مجلس شورای اسلامی و ششمین دوره مجلس خبرگان رهبری برگزار می شود و آنهایی که مصمم به رفتن پای صندوق رأی بودند با از زبانی آخرین وضعیت انتخابات و اصرار دشمنان به عدم حضور مردم در این دوره از انتخابات، مصمم تر به این حضور شده و یقیناً با ذکر و توسل، گام های محکم خود را برای یک حضور معنادار در اولین ساعات روز جمعه ثبت خواهند کرد. آنها همی که تا دیروز دچار این تردید بودند و رأی خود را بلا اثر می دانستند با سخنان دیروز رهبر حکیم انقلاب که فرمودند: «کسانی ممکن است به هر دلیلی نتوانند در انتخابات شرکت کنند یا آنها حرفی نداریم اما کسانی که اظهار بی میلی به انتخابات می کنند و دیگران را به عدم حضور تشویق می کنند اینها قدری بیشتر فکر کنند رأی ندادن هیچ دستاورد و فایده ای ندارد و مشکلی از کشور راحل نمی کند... هر کسی که ایران، ملت و امنیت خود را دوست دارد بپنداند اگر انتخابات ضعیف برگزار شود هیچ کس سود نمی برد و همه ضربه می خورد...» حجت بر آنها تمام می شود | صفحه ۲

ویژه جوان

تحریم های بی فایده اصلاح طلبان علیه انتخابات

سخنگوی حزب اعتماد ملی معتقد است که تحریم انتخابات در گذشته هم سابقه داشته و البته هیچ دستاورد خاصی هم نه برای اصلاح طلبان و نه برای مردم به همراه نیاورده است | صفحه ۲

یادداشت سیاسی

حمزه عالمی چراغعلی

مشارکت سیاسی به مثابه یک امر اخلاقی

سیاست امروزه به حوزه کسب قدرت تقلیل یافته است. در اینجا مجال این نیست که نقد برخی فلاسفه معاصر غرب بر این تقلیل گرایی و تلاش آنها برای احیای سیاست در معنای قدیم را که همسو با اخلاق دانسته می شد، مرور کنیم، اما به صورت خلاصه باید گفت سیاست در معنای اصلی خود عرصه دفاع خردمندانه، مقتدرانه و شجاعانه از خیر عمومی است. خیر عمومی نیز آنچه شایسته یک زندگی انسانی است | صفحه ۶

یادداشت حوادث

حسین فصیحی | دبیر گروه حوادث

خانه تکانی سارقان

یکی از شکایات های مطرح شده در پلیس، علیه افرادی است که برای نظافت منازل به خانه ها راه پیدا می کنند، اما دست به عمل مجرمانه می زنند. هرچه به راه پایان سال نزدیک تر می شویم، تلاش شهروندان برای خانه تکانی شدت بیشتری پیدا می کند. یافتن فردی مطمئن که نتواند نظافت منازل را به خوبی انجام دهد، یکی از دغدغه های است که عمده شهروندان با آن مواجهند. رفتن به سراغ آگهی هایی که در سایت های مجازی یا روی دیوار کوچه و خیابان وجود دارد، یکی از راه های موجود است | صفحه ۱۴

یادداشت ورزشی

شیوا نوروزی | خبرنگار گروه ورزشی

نشست خبری

دستاویز مدعیان حرفه ای!

ایرادات لیگ برتر فوتبال یکی، دو تا نیست و هر هفته تعدادشان بیشتر هم می شود، اما نسبت به برخی موارد اصلاً نمی توان سکوت کرد، چرا که فدراسیون و سازمان لیگ تأکید زیادی قبل و بعد بازی ها قانونی است که قرار بود همه به آن احترام بگذارند و در غیر این صورت با جریمه ۵۰ میلیون تومانی بابت هر غیبت مواجه شوند. با این حال غیبت های مکرر جواد نکونام در نشست های بی خیالی سازمان لیگ ثابت کرد قانون گذاری و اجرای آن در فوتبال ما ارزشی ندارد نه برای قانونگذار و نه برای مکلفین | صفحه ۱۳



دبیدار هزاران نفر از رأی اولی ها و جمعی از خانواده های مکررم شهیدان با رهبر معظم انقلاب

ایران دوستان پای صندوق رأی بیایند

خودسوزی افسر نیروی هوایی امریکا در اعتراض به جنایت های رژیم صهیونیستی نشانه اوج رسوایی و فضاخت سیاست های خلاف بشری امریکا و فرهنگ فاسد و ظالم غربی است. حتی این فرد که در فرهنگ غربی پرورش یافته بود، عمق فضاخت این فرهنگ را درک کرد | صفحه ۲

متأسفانه برخی افراد نسبت به انتخابات اظهار بی میلی می کنند و دیگران را نیز به شرکت نکردن در انتخابات تشویق می کنند، به نظر من این افراد بهتر است قدری فکر کنند. رأی ندادن هیچ فایده و نتیجه ای ندارد اما حداقل در رأی دادن احتمال فایده وجود دارد

اصح کسی است که در تقید به دین و عمل و تشریح دینی بهتر و جلوتر باشد، به استقلال کشور و وابسته نشدن به قدرت ها اصرار بیشتری داشته باشد، به مبارزه با فساد عقیده جدی داشته باشد، و نسبت به منافع ملی جدی تر باشد یعنی منافع ملی را بر منافع شخصی و تعصبات جناحی ترجیح دهد

حضور پر شور و قوی ملت در انتخابات، تجلی قدرت ملی، تضمین کننده امنیت ملی و مایوس کننده دشمنان چشم دوخته به ایران است. هر کسی ایران، جمهوری اسلامی، انقلاب، قدرت ملی و پیشرفت را دوست دارد روز جمعه به پای صندوق رأی بیاید

یک روز چه خبر

- رئیس جمهور: مقدمات برگزاری باشکوه انتخابات فراهم است
- رئیس شورای ائتلاف نیروهای انقلاب: فهرست های خلق الساعه را به رسمیت نمی شناسیم
- دعوت بسیج از ملت شریف ایران برای حضور حداکثری در انتخابات
- شیرودی آماده حضور پر شور و شایه در انتخابات
- صفحات ۱۲ و ۱۳

۳ گام راهبردی اقتصادی مجلس یازدهم

اقدامات راهبردی در زمینه خلق ناترازی و تمرکز بر توسعه میدانی مشترک و تجارت انرژی ایران در کنار توسعه زنجیره ارزش انرژی کشور زمینه را برای رشد اقتصادی کشور فراهم کرده است. در بخش انرژی نیز محوریت اصلی تمرکز بر حل مسئله ناترازی انرژی و اصلاح پارانه های انرژی است. در همین رابطه مجلس آینده باید تمرکز خود را بر هدایت منابع، افزایش بهره وری در تولید و همچنین کاهش قدرت مصرف انرژی بگذارد. در این مسیر علاوه بر نظارت بر اجرای قوانین موجود، باید بر رفع نواقص قوانین موجود نیز تمرکز داشته باشد و از همین رو انتخاب نمایندگان با دید صحیحی از حکمرانی انرژی و حتی اقتصادی کشور بسیار مهم و راهبردی است

«پاورقی ها» روایت داستان های شاهنامه با ساختار ادبی تازه است

محمد گودرزی دهری زری، نویسنده مجموعه پنج جلدی «پاورقی ها» در گفت و گو با «جوان» یکی از ژانر هایی که در حوزه کودک و نوجوان هم جذاب است و هم ضروری، کارهای اقتباسی است که معمولاً از ادبیات عامه یا ادبیات کلاسیک گرفته می شود و هدف عمده و نواقص قوانین موجود نیز تمرکز داشته باشد و از همین رو انتخاب نمایندگان با دید صحیحی از حکمرانی انرژی و حتی اقتصادی کشور بسیار مهم و راهبردی است



برخی نامزدها خواسته های غیر واقعی را کادو پیچ به مردم قالب می کنند

محمد آفری | خبرنگار گروه اجتماع

محسن ردادی، عضو هیئت علمی پژوهشگاه فرهنگ و اندیشه در گفت و گو با «جوان»: مردم انتظارات خیلی خاص و بلند پروازانه ای از منتخبان خود دارند، به این معنا که تصور می کنند مجلس، دولت یا هر مقام دیگری که انتخاب می شود، قرار است کلید سحر آمیزی داشته باشد که تمام یا حداقل نیمی از مشکلات مردم را یک شبه حل کند. همان ویژگی و میلی که مردم راست لاتاری، قرعه کشی ها یا ششگانه های هرمی می برد که راه صد ساله را در یک شب طی کنیم، ویژگی ای که اصلاً در فرهنگ



توافق بر سر کلیات آتش بس رمضان در غزه

درباره فرمول کلی برای توافق آتش بس و تبادل اسرا میان مقاومت فلسطین و رژیم صهیونیستی توافق شده و آن گونه که منابع اسرائیلی از جمله سازمان رادیو و تلویزیون رژیم صهیونیستی گفته، توافق احتمالی تا پیش از ماه رمضان به دست خواهد



حسین گل محمدی | دبیر گروه سبک زندگی

من «تکانی» های در آستانه عید نوروز را دوست دارم، به شرط آنکه تکانش آن قدر شدید نباشد که به تنش تبدیل شود. خانه تکانی و نظافت آن قدر خوب است که رسول خدا (ص) فرموده است: «الانظافه من الایمان والایمان فی الجنة» و فکرش را بکنید نظافت مسیر ما را برای بهشت هموار می کند و البته نظافت بیرون و درون، یعنی پاکی مقممه ورود به بهشت است. اما اگر قرار باشد با یک زلزله هفت ریشتری خانه را بکنیم، نه تنها به بهشت نمی رسیم، بلکه همین جا و در خانه و خانواده خودمان چه نریم تا تجربه می کنیم، پس حد تعادل و میانه روی را که همان سادگی و دوری از اسراف است، رعایت کنیم، چرا که رسول خدا (ص) تأکید می کند: «وصیکم بالقصد فی البقی» و البقی، یعنی به شما سفارش می کنم چه در حال رفاه و چه در حال تنگدستی همیشه در زندگی



داغت تلنگری است که با دود و اشک و خون در آزمون به مردم صاحب نظر زدی کبریت پیش چشم سلبریتیان عصر بر جان غرب باور اهل هنر زدی زود است ساکنان تل آویو بنگرند همچون عذاب گشتی و بر خشک و تر زدی می گیرد این لهیب، گریبان غرب را زان ضجه ها که با جگر شعله ور زدی

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



قدر نعمت مناجات را نمی‌دانیم

آیت‌الله میرزاواد آقاملکی تبریزی(ره):

قسم به جان خود می‌خورم که بیشتر مردم قدر و ارزش نعمت مناجات را نمی‌دانند. مناجات شعبانیه از علوم و معارف والایی سرچشمه گرفته که فقط اهل آن، یعنی اولیای خدا که از راه کشف و شهود به آن رسیده‌اند، می‌توانند بی‌به مقام و ارزش آن ببرند و یکی از بهترین نعمت‌های اخروی، که هیچ یک از نعمت‌های دنیایی را نمی‌توان با آن مقایسه کرد، رسیدن به این معارف از راه مکاشفه می‌باشد.
امام صادق(ع) در این فرمایش خویش، اشاره به این موضوع کرده و فرموده‌اند: «اگر مردم به فضیلت معرفت و شناخت خدا بی‌می‌برند، دیگر به زرق و برق زندگی دنیا، که در اختیار دشمنان ماست، خیره نمی‌شدند و دنیا در پیش چشم آنها، از خاکی که روی آن قدم می‌گذارند، بی‌ارزش‌تر می‌شد و با داشتن معرفت خدا، همانند کسی که در بوستان‌های بهشت با اولیای خدا، هم‌صحبت است، از زندگی لذت می‌بردند.
منبع: کانال تلگرامی «تذکر لالولیا» به استناد کتاب المراقبات ص ۱۹۴ و ۱۹۵



کانال «نکات نساب و حکمت‌های آیت‌الله حائری شیرازی» در پیام‌سان اینا جمله‌ای از مرحوم حائری شیرازی را به اشتراک گذاشت. ایشان فرموده‌اند: تواضع، کفش جفت کردن نیست. این کارها تکلف در تواضع است! این کارها، تواضع‌نمایی است. تواضع حقیقی «قانع به حق بودن» است. مثلاً من اگر حرفی زدم و بعد بفهمید باطل است، راحت بتوانم بگویم «من اشتباه کردم.» این تواضع است.



داوود مدرسین در کانال شخصی خود نوشت: اگر انتخابات با مشارکت پایین برگزار شود، زمینه افزایش فشارهای خارجی و تحریم‌ها و تهدیدها فراهم می‌شود. مردم عزیز ما که ناراضی‌اند و حق دارند ناراضی باشند از این سیاست‌ها و این وضعیت، اما باید بدانند اگر انتخابات کم‌رنگ برگزار شد، امکان افزایش فشارهای خارجی و تحریم‌های اقتصادی وجود دارد. فراموش نکنید که این تحریم‌ها، در دست یک سال بعد از فتنه ۸۸ علیه ایران مصوب، وضع و سپس اجرا شد؛ چون دشمنان به شکاف داخلی در ایران و تقابل مردم با نظام سیاسی، بسیار امیدوار شدند. لذا عدم مشارکت، کمکی به حل مسائل نمی‌کند و هیچ‌کسی را تنبیه نمی‌کند بلکه نتیجه‌اش افزایش فشارها بر کرده‌های خود ما مردم خواهد بود.



فرزادطباطبایی در «حامین‌مدیا» نوشت: هر فردی که قصد ازدواج دارد، باید داری ویژگی‌های خاصی باشد. این ویژگی‌ها امر شناخت را تسهیل می‌کند؛ اولین ویژگی صداقت است؛ در صورت نداشتن صداقت، هیچ کدام از مراحل بعدی به خوبی پیش نخواهدرفت. همچنین مهم‌ترین ویژگی پیش‌نیاز آمادگی برای ازدواج، خودآگاهی است. پس از معیارهای انتخاب همسر خود آگاه باشید. فردی که خود را به خوبی نشناسد، ملاک‌های روشن و دقیقی برای ازدواج نداشته‌باشد یا انگیزه‌های ازدواج خود را تعیین نکرده باشد، نمی‌تواند فرآیند ازدواج را به خوبی طی کند... مسئولیت‌پذیری و تعهد از ویژگی‌های دیگری است که فرد جوایب ازدواج به آن نیاز دارد. در نهایت توانایی ارتباط اجتماعی، مهارت حل مسئله و مدیریت هیجانات فرآیند شناخت را تسهیل می‌کنند.

بنج‌شنبه ۱۰ اسفند ۱۴۰۲ | ۱۹ شعبان ۱۴۴۵ | روزنامه جوان | شماره ۶۹۸۱

کاربران



کاربران شبکه‌های اجتماعی مردم را به مشارکت در انتخابات دعوت کردند

رأی ندادی دیگه نگو این چه وضع مملکته!

شددند و از مرعشی که گفت ۹۰در صد

کری‌های استان کرمان رقابتی است و ما حداقل ۷۰نماینده به مجلس می‌فرستیم تشکرمی‌کنم که برای اولین بار از کمند سکولارهای پدرسالار عبور و مستولانه عمل کردند.

عبدالمجید خرقانی:

تا الان آمارهای میزان تمایل به مشارکت مردم خوب بوده.فقط بایدبیشتر تلاش کنیم تا به گوش همه مردم برسه که رأی دادن، ثمره ونتیجه داره‌واسه خودشون و کشور.

الهام عابدینی:

«مشارکت در انتخابات» و «حضور پای صندوق رأی» در همه جای دنیا مهمه و دغدغه است؛ اینکه «همه» با هم تصمیم بگیریم چه کسی چهارسال برای «ایران» قانون‌گذاری کنه حتماً خیلی فرق می‌کنه تا اینکه فقط فقط نیستی از ما تصمیم بگیره.

فاطمه قاسمی:

طبق آمارها این انگیزه و این اندازه مشارکت نشون می‌ده مردم پهای ارزشناشون هستنند و می‌دونن که هر یک رأی چه نقشی تو سرنوشت‌شون داره. قطعاً این مشارکت با تلاش ما خیلی

۵ جوان

نکات راهبردی رهبر انقلاب درباره یک انتخاب شایسته

کانال تلگرامی «توحید تنبیع» ۱۰نکته از رهبر انقلاب را برای انتخاب شایسته به اشتراک گذاشت. این نکات عبارت‌اند از:

۱_ شاخص اول برای نماینده انقلابی ساده‌زیستی است؛ اسیر تجملات و اعیان منشی نشدن.



۲_ هیچ تطمع و تهدیدی نباید نماینده را تحت تأثیر بگیرد و او را از شأن و وظیفه نمایندگی باز دارد.

۳_ بعضی ممکن است وارد میدان نمایندگی شوند برای اینکه بتوانند به مال و امکاناتی دست پیدا کنند؛ این آدم شایسته نمایندگی این ملت نیست.

۴_ موضع‌گیری بهنگام و صریح مجلس شورای اسلامی، باید دشمنان را مأیوس سازد.

۵_ این جور نباشد که وقتی در شهر خودتان در حوزه انتخابیه نشستهاید و مردم آمدند شکایت کردند، شما همین‌طور وعده بدهید.

۶_ آقایانی که در تلویزیون به عنوان نامزد ظاهر می‌شوند و حرف می‌زنند، وظایف سنگینی دارند... حرفی که از دهان انسان خارج می‌شود، باید واقعی، صمیمی، متکی به اطلاعات درست و برآمده از زبان صادق و راستگو باشد.

۷_ زنده بودن مجلس به این است که نشاط و تحرک و خویبت از خود نشان بدهد. مجلس اگر راکد بود، خمود بود، خروجی درست و مناسبی در بخش‌های مختلف نداشت، ناقص است.

۸_ نگذارید وجهات‌طلبی روی حرف‌ها و شعارها اثر بگذارد؛ یعنی اینکه حالا ما اگر چنانچه این حرف را زدیم، این شعار را دادیم، مردم به ما علاقه پیدا می‌کنند، احتمال رأی آوری بالا می‌رود، این را به کل از ذهنتان خارج کنید.

۹_ سابقه دل‌بستگی و انفعال در مقابل دشمن بایستی یک نقطه منفی در نماینده مجلس به شمار بیاید.

۱۰_ با فساد اقتصادی مبارزه کنید. به زبان گفتن که مطلب تمام نمی‌شود، عملاً با فساد مبارزه کنید.

رایج‌ترین تله‌های عزت‌نفس

کانال تلگرامی «مهارت‌های زندگی» نوشت: عزت‌نفس برآیند باورهای ریشه‌ای اساسی مادرپاره ارزش‌مان به‌عنوان یک‌انسان است. عزت‌نفس بیانگر دیدگاه‌مانسبت به خودمان و تصویری است که از خودمان داریم. باورهای افراد در خصوص اینکه باید چه کسی باشند یا چه کاری انجام دهند تا با ارزش تلقی شوند، باهم تفاوت دارند. وقتی عزت‌نفس‌مان راه عوامل بیرونی گره‌بزیم، با هر موفقیتی، پادشاحساسی دریافت می‌کنیم و این اتفاقا به‌دور باطل بی‌پهنای در بی‌رضایت‌فوری تبدیل می‌شود که اجتناب‌ناپذیر است. برای رفع این مسئله باید درک کنیم که عزت‌نفس‌مان در کدام قسمت از درون‌مان ریشه دارد. برای درک بهتر مفهوم احساس ارزشمندی اشتباه و رفع آن، سعی کنید بفهمید احساس ارزشمندی‌تان را به چه چیزهای بیرونی منوط می‌کنید؟ در یک حوزه‌هایی باید به یک استاندارد ی دست یابید تا احساس ارزشمندی کنید؟ قرار نیست فقط یک حوزه وجود داشته‌باشد که عزت‌نفس‌تان به آن گره خورده‌باشد. ممکن است در چند حوزه پراکنده شده‌باشد. بعضی از رایج‌ترین تله‌های عزت‌نفس به شرح زیر است:

تأیید اجتماعی: عزت‌نفس من به پذیرفته شدن، مورد قدرانی قرار گرفتن و تأییدشدن بستگی دارد.

محیط کار: عزت‌نفس من به استاندارد عملکردم در محیط کار وابسته است.

پول: احساس ارزشمندی من به ثروت مالی‌ام برمی‌گردد.

تحصیلات: عزت‌نفس من به موفقیت‌های تحصیلی‌ام بستگی دارد.

ظاهر: عزت‌نفس من به برخورداری از استانداردهای عرف جنابیت گره خورده.

مقایسه اجتماعی: احساس ارزشمندی من به «بهتر» بودن از دیگران در یک حوزه خاص وابسته است.

کمال: احساس ارزشمندی من به این برمی‌گردد که آدم بدون اشتباهی در عملکردهایم باشم.

والدگری: احساس ارزشمندی من به دستاوردها و حال خوب فرزندم بستگی دارد.

قدرت: احساس ارزشمندی من از میزان قدرت‌منش می‌گیرد.

تأیید خانواده: احساس ارزشمندی من وابسته به اطاعت از خواسته‌های خانواده‌ام است.

دانستن اینکه عزت‌نفس‌تان را منروط به چه چیزهایی کرده‌اید به شما کمک می‌کند تا انگیزه، رفتارها و واکنش‌های خود را بهتر درک کنید و به آگاهی عمیق‌تری از نقاط آسیب‌پذیر روانی‌تان دست یابید.

منبع: HBR

۳ دلیل برای رأی دادن

کمیل خجسته در کانال تلگرامی خود نوشت: شرکت در انتخابات به معنی تأیید وضع موجود نیست. اتفاقا کسی که می‌خواهد شرایط امروز تغییر کند به این سه دلیل لازم است در انتخابات شرکت کند:

۱_ اسرائیل و مخصوصاً نتانیاهو امروز لازم دارد تا دامنه آتش را به سمت ایران بکشاند. آنها تا قبل از طوفان الاقصی ایده سر اختاپوس را می‌خواستند پیاده کنند و آن کشاندن آتش به ایران به‌جای کشورهای متحد ایران بود. حالا با رخداد طوفان و عدم دستاورد نظامی برای اسرائیلی‌ها چه در جبهه غزه، چه در جبهه شمال فلسطین مترصد توسعه آتش به سمت ایران هستند تا برای خود دستاورد سازی کنند. نتانیاهو می‌داند اگر آتش سرد شود عاقبت سختی در انتظارش است. از سوی دیگر مشارکت در انتخابات نماد پشتوانه مردمی برای هر کشوری است. کشور بی‌پشتوانه طمع خوبی برای جنگ‌طلبان اسرائیلی است. آنها می‌توانند با شاخص

مشارکت در ایران مخالفان داخلی‌شان را برای پذیرفتن ایده حمله به ایران ترغیب کنند. ۲_ چه همه مشکلات اقتصادی کشور از تحریم باشد چه بخشی و ۲۰در صد آن، عدم مشارکت پالس مهمی به تحریم‌کنندگان امریکایی برای تقویت و تحکیم نظام تحریمی‌شان است. نفیو معمار تحریم‌های امریکا برای ایران است. او در کتاب هنر تحریم‌هایش می‌نویسد که با شرایط

ایران در بهار ۸۸ (مشارکت سیاسی بالا در آستانه انتخابات ...) اوپاما به‌ما در وزارت خزانه‌داری ابلاغ کرد تا تحریم‌های امریکا علیه ایران را برادرم و به رهبر ایران نامی‌با به این مضمون نوشت. بعد از اتفاقات تابستان ۸۸ اوپاما نامه جدیدی به وزارت خزانه‌داری نوشت تا تحریم‌های جدید علیه ایران وضع شود. همین آقادر کتابش می‌نویسد که نظام تحریمی به رفتار مردم برمی‌گردد. مثلاً ما در وزارت خزانه‌داری امریکا بعد از انتخابات ۹۲ برداشتمان چنین شد و چنان شد.

به گفته همین آقای نفیو، انتخابات و رفتارهای مردم بر کم‌کردن و از بین رفتن یا تسدید نظام تحریمی علیه کشور تأثیر مستقیم دارد. آنها از تحریم فاصله مردم با نظام را می‌خواهند.

شاخص مشارکت برای آنها یک نشانه برای موفقیت نظام تحریمی است.

۳_ اگر در میان این‌گند‌بداها کسی بخواهد علیه وضع موجود اقدامی بکند به پشتوانه مردمی نیاز دارد و گرنه بانی و ذینفع وضع موجود با کم‌بودن مشارکت استقبال می‌کند. چون بدون پشتوانه مردمی تحول خیلی سخت صورت می‌گیرد.

پس هرکسی که می‌خواهد ایران از آتش جنگ و طمع دشمن درامان باشد و نظام تحریمی تضعیف‌شود، می‌بیند که آنها می‌گویند صندوق این نقش را برای کشور ایفا می‌کند. پس کسی که خواهان وضع موجود نیست حضورش به تغییر آن کمک می‌کند و ۲۰در صد.

تصویر منتخب



معانی انتخابات

و توطئه‌های خارجی بوده است. هیچ جنگ

منطقه‌ای و جهانی رخ نداده مگر این که در

بی‌آن با مردم عزیز ایران آسیب ندیده باشند، یا بخشی از خاک ایران تجزیه نشده باشد یا

آن که امکانات و منابع کشور نابود نشده باشند.

تردیدی نیست که مهم‌ترین عامل مصون ماندن ایران از جنگ‌های ویرانگری که قدرت‌های بزرگ در غرب آسیا در سال‌های اخیر به راه انداخته‌اند، حفظ یکپارچگی ملی بوده است. در این زمینه یکی از مصادیق بارز تحقق انسجام ملی، انتخابات است.

بخاطر در نظر گرفتن همین جنبه از کارکرد انتخابات بود که چند سال پیش از این رهبر معظم انقلاب اسلامی فرمودند «همه

در انتخابات شرکت کنند؛ حتی کسانی که نظام را قبول ندارند برای حفظ اعتبار کشور شرکت کنند؛ ممکن است کسی بنده را قبول نداشته باشد، اما شرکت کند؛ انتخابات مال رهبری نیست، برای ایران اسلامی است؛ برای این است که ماندگاری کشور تأمین شود و کشور در حصار امنیت کامل باقی بماند.»



بتوانند دست به انتخاب و گزینش صحیح بزنند؛ اما این همه ماجرا نیست.

اما از آن سو باید اعتراف کرد که تاکنون به درستی درباره اهمیت مشارکت مردم در انتخابات از حیث راهبردی روایت‌هایی واقعی و اطمینان‌بخش بیان نشده است. برخی مفاهیم سیاسی هستند که همه یا دست‌کم اکثریت مردم، علی‌رغم داشتن



از شگفتی‌های جهان جانوران

کاربری با نام «سراهنگ» در توثیتی نوشت: از شگفتی‌های جهان جانوران میشه به کوسه گرین‌لند(Green Shark) اشاره کرد. این جانور در اقیانوس اطلس شمالی زندگی می‌کنه و یک نمونه‌اش حدوداً ۴۰۰ سالشه. پیرترین مهم‌دارزمینه و در سال حداقل یک‌سانتی‌متر و حداکثر پنج متر رشد میکنه. این هیولای زیبا تا زه ۱۵۰ سالگی به بلوغ میرسه!



یک لحظه صبر کن

احمد کارآمد در توثیتی نوشت: هرکاری داری می‌کنی، یک لحظه صبر کن. همین الان که این مطلب رو خوندی، می‌تونی بری یک یا دو درجه دمای یکجک یا بخاری خونه یا محل کار تو کم کنی! ساده است؟ باشه، ولی همین مهم‌دارزمینه و باعث میشه، مشکل کلی از مردم که با افت فشار گاز مواجه‌اند، رفع بشه!

خرید شب عید مدیریت نشود اعضای خانواده لطمه می بینند

حسین روزبهانی، دکتری روانشناسی بالینی و استاد دانشگاه می گوید: بیشتر مخاطبان خرید، زنان هستند و حال شان با خرید خوب می شود، اما ایام شب عید خیابان ها شلوغ می شود و مشغله های کاری در دو ماه پایان سال زیادتر است. در چنین زمان هایی، زوجین باید نسبت به گفتار و رفتارشان دقت کنند و تکنیک گفتگو کردن را بلد باشند. اگر قرار است نکته و خواسته ای داشته باشند، زمانی بگویند که طرف مقابل در شرایط آرامی باشد. در غیر اینصورت نتیجه نخواهند گرفت و کار به بحث می کشد. در مطرح کردن خواسته ها از ضمیر «تو» استفاده نکنند و صحبت شان امری نباشد. در غیر این صورت جوابی نمی گیرند و اگر جواب بگیرند از سر رضایت نیست و روابط به سردی می رود. باید ابتدای صحبت شان، نیازها و خواسته های طرف مقابل مطرح شود و بعد درخواست خودشان را بگویند تا بعد پاسخ مثبت بگیرند.

خانه تکانی، جیب تکانی و تکانش های دیگر در آستانه سال نو

خانه تکانی لازم است، دل تکانی لازم تر

آقایان عزیز! بشور و بساب شب عید یک و سواس زنانه نیست



دکتر سoroush دخت عبدیان، متخصص فیزیولوژی:

مراقب ستون فقرات خود در خانه جایی لوازم خانه باشید



دکتر بهروز فرزنگان، فوق تخصص مراقبت های ویژه:

پوست و ریه خود را فدای خانه تکانی نکنید

تلخی های پایان سال را به طراوت عیدانه بخشاییم

خودمانی



تک تک ما آن روزها را به یاد داریم و در خاطرات ما ثبت شده است و اگر گاهی مروری بر آنچه گذشت داشته باشیم، انگیزه بالاتری برای تحمل شرایط سخت خواهیم داشت. اگر برای همه چیز آمادگی داشته باشیم لذت بیشتری از آن خواهیم برد. به این ترتیب ترافیک شب های منتهی به عید تحمل پذیرتر خواهد بود. بی شک مدیریت خانه برای خانه تکانی یا توانایی بیشتری صورت خواهد گرفت. همچنین شوق و ذوق خرید کردن که شگون شب عید است سخت نخواهد بود و با دست و دل بازی بیشتری انجام می شود.

بد نیست در آستانه سال جدید چند خانه تکانی را جان بیندازیم. خانه تکانی ذهن و طلب بخشش از خدا برای همه قضاوت ها و گمان های بد، خانه تکانی چشم برای نگاه های ناپاک و یا نگاه های تند به پدر مادر و تمسخر و تحقیر دیگران. خانه تکانی گوش برای غیبت هایی که شنیدیم و عیب هایی که از دیگران گوش هایمان شنیدیم و در نگاهمان رسوا شدند. خانه تکانی زبان برای تمام دروغ ها و تهمت ها، غیبت ها و تحقیرها، توهین ها و ناسزاها. خانه تکانی دل برای حسدها، کینه ها، بغل و تکبری که قلبمان را به آن آلوده کردیم و در دل هایمان باقی ماند. خانه تکانی دست و گام برای تمام سستی ها و کوتاهی هایی که با دست و پاهایمان انجام دادیم و جاهایی رفتیم که بیشتر و بیشتر از خدا دور شدیم. چنین خانه تکانی باعث می شود همان اوقاتی که از آن حرف می زنیم را شیرین تر کنیم و با آمادگی بیشتری به سراغ نوروز برویم. فراموش نکنیم فرزندان ما از ما می آموزند و برای فردای خود درست از خودمان کپی برداری می کنند. انرژی مثبت یا منفی ما به آنها منتقل می شود. مشارکت و کار دسته جمعی، همکاری، تعامل و صبوری را محل کار، در خیابان های شهر یا دلی آسوده و آرام به استقبال نوروز برویم.

ترافیک دم عید را به طراوت عیدانه بخشاییم و در روزهای منتهی به سال جدید خود را به قدم زدن در لابه لای سبزه ها و سنبل ها و گلبرگ ها، شکوفه های سیب و آلبالو مهیمان کنید.

نیره ساری

«بسه دیگه بیخود گیر نده، تمیز شد.» «نه بابا اونجارو که نمی خواد چند ماه پیش تمیز کردیم.» «بخاشتی به روز تعطیل استراحت کنیم و بخوابیم.» «آخ سائیتیم گرفت.» «باز بوی چی راه انداختی؟» «بنا که باهوش داری شیشه تمیزی می کنی تیشترهای من نیست؟» «ای بابا تازه کفش خرید بودی که.» «هر چی بنجله ریختن تو بازار.» «من به هفته آخر اسفند بامو از در خون بیرون نمی دارم!» ...

اینها جملات تقریباً آشنایی است که جسته و گریخته می شنویم. به خصوص از سمت آقایان که از مشغله های یک سال به ستوه آمده اند و منتظر هستند هر چه زودتر تعطیلات از راه برسد و چند روزی را استراحت کنند. جملاتی که می تواند ارزش تمام تابه ها و لحظه ها را به چشم بر هم زدن از بین ببرد و به قول معروف روزهای منتهی به سال جدید را با اوقات تلخی همراه کند. اوقات تلخی های دم عیدی شاید تکراری ترین موارد در ساله برای همه ما باشد اما قدری نگاه متفاوت می طلبد تا همان ها به لحظات شیرینی تبدیل شود.

عید شورو و حال خاصی دارد و بخشی از زیبایی های شهرها و به خصوص کلان شهرها در شب و روزهای منتهی به عید مدیون همین ساسطی های آخر اسفند است که رهگذران سراسر کیف می آیند و حتی با دیدن آنها ذوق می کنند.

همه ما نوروز ۹۹ و ۱۴۰۰ را به یاد داریم که به دلیل کرونا چه تلخی و سسکوئی بر شهر حکمفرما بود. نه انگیزه های برای خرید و نه شوری برای آمدن بهار و عید. هر چه بود غم داشت. بسیاری از خانواده های ایرانی در غم از دست دادن ناگهانی و یکباره عزیزانشان عزادار بودند. هر کس در اطرافیان خود سیاه پوشی داشت و به حدی جوان روزها دلگیر بود که انگیزه و شوری برای آمدن بهار وجود نداشت. بهار منوط شده بود به دیدن تصاویر گذشته و تیرگی هایی که از پشت قالب گوشه رقم می خورد. کسی نه چرت خرید کردن داشت و نه تمایلی به آن و انگیزه های در پشت آن وجود نداشت.

۷ روش برای ایجاد همدلی مفید و متعادل بیش از حد همدلی نکنید!

جستار



ناامید کردن عزیزانمان زندگی کنند. در نتیجه، افکار، احساسات و باورهایشان در پس زمینه قرار می گیرد. این نوع افراد معمولاً هرگز خود را در اولویت قرار نمی دهند. بنابراین این احساسات فرکوتنه زیادی دارند که می تواند در آینده برایشان مشکلاتی را ایجاد کند. همدلی بیش از حد همچنین می تواند این طور باشد که مثلاً وقتی یکی از عزیزانتان رفتاری ناشایست دارد، شما به سادگی لبخند می زنید و با آن همراه می شوید و خشم یا تردیدی را که در وجود شما شکل می گیرد، فرو می خورید. نمی توانید قبول کنید که هرگز به عزیزان خود «نه» بگویید یا درباره احساس واقعی خود صحبت کنید. این کار ممکن است حس خودخواهی را در شما تقویت کند.

روش هایی برای تعادل در همدلی

حالا که با مفهوم همدلی بیش از حد و آسیب های آن آشنا شدید می خواهیم شما را با هفت روشی که به کمک آنها می توان به تغییر این وضعیت، ایجاد تعادل و متحول کردن زندگی ناآرام، آشنا کنیم.

۱ به احساسات خود توجه کنید: اگر فردی هستنید که بیش از حد همدلی دارید ممکن است کاملاً با احساسات خود هماهنگ نباشید. بنابراین باید به احساسات خود توجه کنید. باید در مورد عواطف و احساسات خود درک بهتری داشته باشید. در این صورت متوجه خواهید شد که واقعاً تا چه حد می توانید به کسی کمک کنید قبل از اینکه نیاز به مراقبت از خود داشته باشید. تلاش کنید وقتی چیزی را احساس کردید، آن را نام ببرید. اگر نمی دانید چه احساسی دارید، سعی کنید برای آنچه احساس می کنید نامی بسازید.

۲ مرزهای خود را بشناسید: برای اینکه بدانید مرزهای شما چیست، ابتدا باید مرحله بالا را تمرین کنید؛ توجه به احساسات خود، سپس، می توانید درک کنید که با کدام رفتارهای کمکی احساس راحتی می کنید و با کدام یک احساس

نیره محمودی

همدلی توانایی قرار دادن خود به جای دیگران، درک آنچه آنها احساس می کنند و فهم زندگی از دیدگاه آنها است. بنابراین همدلی یک ویژگی انسانی و در عین حال بسیار پر طرفدار در روابط اجتماعی است. اما اگر مراقب نباشید، همدلی بیش از حد می تواند نتیجه عکس بدهد. وقتی بیش از حد همدلی دارید، بخش بزرگی از انرژی شما به سمت بیرون هدایت می شود. این وضعیت می تواند یک حالت نامتعادل ایجاد کند که باعث می شود در دراز مدت احساس خستگی و ناراضی پتی از زندگی خود داشته باشید و چنین حالتی برای سلامت روحی و جسمی شما مناسب نیست. از این رو اگر فکر می کنید همدلی زیادی دارید و شروع به تأثیر منفی روی زندگی شما دارد، این مطلب به شما کمک می کند تا یاد بگیرید چگونه به تعادل برگردید و در رفتار خود همه چیز را در نظر بگیرید.

نشانه های همدلی بیش از حد

اجازه دهید ابتدا به برخی از نشانه های قطعی که نشان می دهد همدلی بیش از حد دارید، شروع کنیم.

- کسانی که بیش از حد همدلی دارند معمولاً روابطی دارند که مبنای آنها خوشحال کردن دیگران است. این یعنی اینکه بیشتر وقتشان را برای خشنود کردن یا رفع مشکل دیگران صرف می کنید.

- افرادی که بیش از حد همدلی دارند اگر برای خودشان وقت بگذارند احساس گناه می کنند، زیرا این زمان ممکن است صرف کمک به کسی شود. چنین افرادی همچنین ممکن است با ترس از

ناراحتی دارید. به تدریج شروع به تعیین حد و مرز در اطراف آن دستته از رفتارهای کمکی کنید که با آنها احساس ناراحتی دارید. برای مثال، ممکن است سعی کنید چیزی مانند این بگویید: «متأسفم، اما فردا نمی توانم بچه های شما را از مدرسه ببرم. من کارهای دیگری دارم و نمی خواهم خودم را بیش از حد درگیر کنم.»

۳ مراقبت از خود را تمرین کنید: این موضوع ممکن است مهم ترین مورد در این لیست باشد؛ قبل از شروع احساس خستگی یا رنجش، مراقبت از خود را تمرین کنید. هر روز مراقبت از خود را تمرین کنید، حتی اگر فقط برای پنج دقیقه باشد. برای نام بردن ایده، می توانید در سکوت بنشینید، مطالعه سبکی داشته باشید یا از جای لذت ببرید.

۴ قبل از اینکه تصور کنید کسی به چه چیزی نیاز دارد، گوش دهید: آیا اغلب سعی می کنید تمام زندگی دوستانتان را در زمانی که درد دارند، «تعیین» کنید؟ اگر چنین است، ممکن است آنچه را که دوستان واقعاً می خواهند نادیده بگیرید. در بسیاری از موارد، این شخص فقط از شما می خواهد که با مهربانی و بدون قضاوت به او گوش دهید. به یاد داشته باشید که فقط با گوش دادن بی سر و صدا به آنها خدمات باورنکردنی می کنید و اگر در هر نقطه ای احساس کردید که مکالمه شما را خسته کرده است، می توانید استراحت کنید!

۵ همدلی مفید داشته باشید: تأکید می کنیم که همدلی متعادل خوب است! همدلی سالم به ما کمک می کند تا روابط عمیقی ایجاد کنیم. با این حال، مرز باریکی بین همدلی مفید و همدلی مضر وجود دارد. وقتی به کسی کمک می کنید، توجه کنید آیا پس از آن احساس خستگی، رنجش یا تلخی می کنید؟ اگر چنین است، ممکن است به سمت همدلی مضر کشیده شده باشید. برای مقابله با این موضوع، دفعه بعد که به این فرد کمک کردید، گوش دادن به احساسات خود و تعیین حد و مرز را تمرین کنید.

۶ چیزی را کنترل نکنید: وقتی بیش از حد همدلی می کنیم، اغلب سعی داریم دیگران را با اطرافشان را کنترل کنیم. به عنوان مثال ممکن است سعی کنید رابطه دو نفر را با یکدیگر بهبود دهید و در تلاش باشید که یکی از آنها دیدگاه دیگری را درک کند. اما به یاد داشته باشید که شما در واقع نمی توانید هیچ یک از این افراد را کنترل کنید! بهترین اقدام شما برای همدلی در موردی مانند این، باز هم گوش دادن بدون قضاوت به هر دو طرف است، بدون توصیه، مگر اینکه از شما خواسته شود، و اجازه دهید که رابطه را اصلاح کنید.

۷ مأموریت شما نجات دیگران نیست: به عنوان یک فرد همدل، ممکن است افرادی را ببینید که نیاز به «نجات» دارند و در ابتدا ممکن است احساس خوبی داشته باشید که به آنها کمک کنید. بسیار خوب است که گوش شنوا برای یک دوست نیازمند باشید، اما توجه داشته باشید که چه زمانی سعی می کنید کل زندگی دوست خود را اصلاح کنید، به جای اینکه به او گوش دهید و سپس به او قدرت دهید تا تغییرات خود را ایجاد کند.

اسفند است؛ ماه عجله‌های بیهوده، ماه خریدهای دقیقه‌نودی، ماه توبت‌گرفتن‌های التماسی و از همه مهم‌تر ماه خانه‌تکانی، شماغل و خانه‌دار، پسر و جوان، روزهای منتهی به عید نوروز و تحویل سال با خانه‌تکانی عجین شده است، حتی محل کار هم گواهی ببریم، مرخصی استعلاجی می‌دهند اما خانم‌ها، در ماه اسفند با هیچ گواهی و استعلاجی موافقت نخواهند کرد، مگر کسی که در خانه‌تکانی کمک‌حال آنها باشد. ■■■

به هر جای خانه که نگاه کنید، برقی می‌زند، جایی باقی نمی‌ماند که با انواع شوینده به جانش نیفتند، انگار نزدیک نوروز که می‌شود، تازه انرژی می‌گیرند و از جان مایه می‌گذارند تا سال‌شان با کثیفی و آلودگی تحویل نشود. همه چیز باید لحظه تحویل

سال برقی بزند و بوی تمیزی بدهد.

خدایا شکر که سرمایه‌گذاران و تولیدکنندگان هم بیکار نمی‌نشینند و برای درزهایی که فکرش را هم نمی‌کنیم، شوینده راهی بازار و برای مردم پاک‌کنج‌ها برقی‌کننده تولید

چرایی و ضرورت خانه‌تکانی از نگاه بانوان

آقایان عزیز! بشور و بساب شب عید یک وسواس زانانه نیست

می‌زدیم و در نهایت هم خواب‌بعداز‌ناهار با صدای آرام دوخت و دوز مادران‌مان گره می‌خورد. بیدار که می‌شدیم یک تشک و ملحفه دیگر هم تمام شده بود و دل‌مان می‌خواست لابه‌لای این تمیزی‌ها غلت بخوریم، اما مادرهای ما هم می‌گفتند حالا چند روز دیگه از این پتو و بالشت استفاده کن و ما هم ذوق داشتیم که زودتر عید شود و پتوهایی را که بوی تمیزی می‌داد، استفاده کنیم. خانه‌شبه‌خانه خالی بود. پرده‌ها یک طرف، فرش‌ها داخل حیاط و روی پشت‌بام و تشک و بالشت‌ها هم بدون ملحفه دیده می‌شد.

قدیم‌ترها رسم بسر این بود که با خانه‌تکانی، ظرف‌های شکسته و لsb پر را کنار می‌گذاشتند و ظرف جدید جایگزین و اینچنین زندگی خود را نو می‌کردند، در حالی که امروز حتی اگر ظرفی شکسته هم نباشد، مفهوم نبودن با مد عجین شده است و باید حتماً سرویس جدید را در هر صورتی جایگزین سرویس‌های قبلی کنند. تشک‌ها را پنبه جدید می‌زدند تا باز شود و گویی تشک جدید استفاده می‌کنند. قالیشویی وجود نداشت، یک حیاط بود و قدری تاید و یک کاسه که از سمت راه‌فرش روی آن



سرمی‌خورد. اصلاً آب‌بازی همه مزه‌فرش‌شستن بود که حین‌شستن بچه‌ها داخل حیاط انجام می‌دادند، حتی حرف‌زدن از آن روزها هم ناخواسته لیخندی روی لب می‌آورد. قدیم‌تر خانه‌مثل‌الآن مزین به کاغذبویاری و سرامیک و سنگ و نقاشی نبود. سقف‌خانه‌ها چوبی و دیوارها از آهک و گچ بود. خانواده‌ها یک یاغلی می‌گفتند و سقف و دیوار نم‌برداشته از برف و بوران زمستانی را بسا‌گچ، آهک و دوغ‌آب‌نونوار می‌کردند. در خانه‌تکانی، اما یک چیز بین همه خانواده‌ها مشترک وجود داشت و آن هم همدلی بود. همدلی باعث می‌شد با دلی آرام سراغ‌بهاربروند. اسباب‌حضور‌بهار با آب و جارو‌کردن خانه فراهم می‌شد و میزبانی از میهمانان به نحو‌احسن‌شکل می‌گرفت. آنچنان که صابن‌فرمود: «اول بروب‌خانه، دگر میهمان طلب.» به همین بهانه سراغ خانم‌های خانه‌دار رفتیم تا ببینیم استانداردهای ذهنی آنها برای خانه‌تکانی چیست!

باهم نظرات را می‌خوانیم.

چرا خانه‌تکانی؟!

هما ۶۴ساله: سال به سال تمیزکنیم که از زیر کابینت‌ها و کمد‌ها مار و موش بیرون می‌آید.



کاشانه
سبک‌زندگی و خانواده ۰۶۰۲۲۴۸۵

فاطمه ۵۶ساله: نظافت و تمیزی از نشانه‌های ایمان است و در دین ما هم بسیار تأکید شده است. جوابی واضح‌تر از این؟!

نسترن ۳۶ساله: ما چیزی به نام خانه‌تکانی نداریم. در طول سال سعی می‌کنم همواره نقاط مختلف خانه را به مرور تمیز کنم تا در روزهای منتهی به سال تحت فشار خانه‌تکانی، فضای خانه متشنج نشود.

فرشته ۳۹ساله: همه لذت عید به ترو تمیزی قبل از تحویل سال است.

نیلوفر ۳۹ساله: بهانه‌ای است برای کار کشیدن از آقایان که کمی در خانه مشارکت کنند و فکر نکنند که این بشور و بساب‌ها یک حساسیت زانانه است.

سیمین ۵۲ساله: چرا که نه، مگه میشه ترو تمیز نکنیم و کثیف و آلوده به استقبال بهار بریم؟!

مریم ۴۵ساله: بهانه‌ایه برای تمیز کردن خانه در یک سال!

اکرم ۳۶ساله: ای بابا، ما خانه به دوشان که خانه‌تکانی نداریم. سال به سال که جابه‌جا می‌شویم، خودش می‌شود خانه‌تکانی و تمام!

زهر ۳۷ساله: بهانه‌ای که به ما یاد می‌دهد دل‌ها را ترو تمیز کنیم و با خیالی آسوده به استقبال بهار برویم. خانه‌تکانی زمینه‌دل‌تکانی برای ماست.

مرضیه ۳۰ساله: خانه را برای پذیرانی از میهمانان عید آماده می‌کنیم.

الهه ۵۲ساله: اگر خانه‌تکانی نبوده، به نظرم ما می‌ماندیم و کوهی از وسایل شکسته و به درد نخور که خانه را درست شبیه انباری می‌کرد.

مرضیه ۳۶ساله: با تغییر سال حال و هوا هم تغییر می‌کند و خانه‌تکانی باعث می‌شود حس خوب به ما دست بدهد. نفس مرتب‌بودن و تمیزی‌حس خوبی منتقل می‌کند، ضمناً خانه‌تکانی فقط مختص بهار نیست. من خودم به شخصه سه ماه یک بار انجام می‌دهم ولی خب برای بهار مفصل‌تر انجام می‌دهم، البته این را بگویم که اصلاً برای دیگران این کار را نمی‌کنم اما قطعاً خودم و خانواده و حال خوبی که تا مدتی همراهم هست، برابم مهم‌تر خواهد بود.

سوده ۲۸ساله: من اصراری بهش ندارم، تصمیم هم دارم بعد از عید انجام بدهم، چون قبل از عید انگار زندگی بدجوری روی دور تند می‌افتد، از یک طرف کار و از یک طرف خرید، در نتیجه خانه‌تکانی اصلاً برابم اولویت نیست.

ریحانه ۳۰ساله: در طول سال فرصت نظافت ندارم خانه‌تکانی و رسم دیرینه اجباری برای از بین بردن کثیفی‌ها و آلودگی‌هاست.

حمیده ۴۵ساله: تمام مزه عید به خانه‌تکانی و بوی شوینده و تمیزی است.

دنیا ۴۱ساله: چون جان از بدن برود، به قیمت تمیزی!

زهر ۵۴ساله: چرا که نه؟! آخدارو شکر که هر رسمی هست، خوب است!

الهام ۴۰ساله: به مجبوری گرفتارم، میرس از وضع مختارم!

لیلا ۶۶ساله: الان که خانه‌تکانی انجام نمی‌دهند، خانه‌تکانی‌های امروز شبیه گردگیری‌های قدیمی که به ما یاد می‌دهد، نیست. خانه‌تکانی را قدیمی‌ها انجام می‌دادند. سفر تا صد کار با خودشان بود و در نهایت با نونواری و تنی آسوده به استقبال بهار می‌رفتند.

نسرین ۵۷ساله: برای اینکه وسایل قدیمی و کهنه که بلااستفاده مانده وارد کنیم برود و یاد بگیریم که تعلق خاطر به اشیا چندان هم خوب نیست!

مریم ۴۵ساله: ما می‌گوییم خانه‌تکانی و خارجی‌ها می‌گویند فنگ‌شویی. نظم بخشیدن و جابه‌جایی وسایل خودش آرامش‌بخش است و باعث می‌شود ذهن آدم با امنیت‌سال جدید را کلید بزند.

کمک‌به‌کارهای خانه‌دروایات

درباره فضیلت رسیدگی به منزل، جابه‌جایی و اهمیت خانه‌تکانی روایات متعددی وجود دارد. امام صادق (ع) می‌فرماید: «آم سلمه از رسول خدا(ص) درباره فضیلت خدمت‌کردن زنان به شوهران‌شان پرسید. آن حضرت فرمود: هر زنی که در خانه شوهر به قصد مرتب‌کردن آن چیزی را جابه‌جا کند، خداوند به او نظر افکند و هر که خداوند به او نظر افکند، عذابش ندهد.»

پیامبر اکرم (ص) خطاب به حضرت علی(ع) فرمودند: «ای علی! کسی که در کارهای خانه به همسر خود یون سرکشی، دلشنگی و تکبر خدمت کند، پروردگار اسمش را در دفتر شهدا ثبت می‌کند و برایش به هر روز و شبی ثواب هزار شهید و به هر قدمی که برمی‌دارد، به آن مرد ثواب عمره و معره می‌دهد و به هر قطره‌ای که از بدنش عرق بیاید، یک خانه در بهشت برایش منظور می‌کند.»

توصیه‌های یک کارشناس بهداشت و سلامت درباره نظافت منزل:

نظافت کامل خانه نه فقط برای میهمان بلکه همیشه باید باشد

انتخاب می‌کنند که آراسته و تمیز باشد و هیچ‌کس از مکان با مغازه آلوده حتی یک مواد شوینده نمی‌خرد، در حالی که حالا ما داریم درباره خانه و محیطی صحبت کنیم که باید از هر جایی تمیزتر باشد.

وی معتقد است: بهداشت‌خانه باید به صورت ادواری صورت گیرد، یعنی در طول سال به صورت مداوم اینن نظافت انجام شود، به این معنی که صرف تمیزی برای میهمان نباید باشد و اعضای خانواده باید ابتدا برای خود اهمیت قائل شوند و درگیر افراط و تفریط نشوند.



خانه‌تکانی، و تکانش‌های دیگر

حسین گل‌محمدی
من «تکانی»‌های در آستانه عید نوروز را دوست دارم، به شرط آنکه تکانش آنقدر شدید نباشد که به تنش تبدیل شود. خانه‌تکانی و نظافت آنقدر خوب است که رسول خدا(ص) فرموده است: «النظافه من الایمان و الایمان فی الجنّه» و فکرش را بکنید نظافت مسیبر ما را برای بهشت

هموار می‌کند و البته نظافت بیرون و درون، یعنی پاک‌ی مقدمه ورود به بهشت است، اما اگر قرار باشد با یک زلزله هفت‌ریشتری خانه را بتکانیم، نه تنها به بهشت نمی‌رسیم، بلکه همین‌جا و در خانه و خانواده خودمان جهنم را تجربه می‌کنیم. پس حد تعادل و میانه‌روی را که همان سادگی و دوری از اسراف است، رعایت کنیم، چرا که رسول خدا(ص) تأکید می‌کند: «أوصیکم بالقصد فی الغنی و الفقر»، یعنی به شما سفارش می‌کنم چه در حال رفاه و چه در حال تنگدستی همیشه در زندگی معتدل و میانه‌رو باشید، پس به بهانه نونوار شدن، خانه را از



بهداشت‌خانه باید به صورت ادواری صورت گیرد، یعنی در طول سال به صورت مداوم این نظافت انجام شود، به این معنی که صرف تمیزی برای میهمان نباید باشد و اعضای خانواده باید ابتدا برای خود اهمیت قائل شوند و درگیر افراط و تفریط نشوند

باقری می‌گوید: بسیاری از افراد خود را خدمه میهمان می‌دانند و برای آمدن یک میهمان نظافت می‌کنند، در حالی که این تمیزی و نظافت باید برای محیط خانواده و رسیدن به آرامش صورت گیرد.

این کارشناس بهداشتی بیان می‌کند: متأسفانه برخی خانم‌ها دچار افراط و تفریط می‌شوند و در نظافت به حدی پیش می‌روند که خود را از می‌اندازند، به خصوص در زمان عید که با کارهای وسواس‌گونه فلسفه خانه‌تکانی را به حاشیه می‌برند.

باقری بیان می‌کند: خانه‌تکانی باید به صورت ادواری صورت گیرد تا در روزهای منتهی به عید کار دشوار و سنگین نشود. اگر نظافت‌جا بیفتد، هر کس در محیط خانه می‌داند باید گوشه‌ای از کار را بگیرد و نقش مؤثری ایفا کند. اگر این نظافت ماهانه یا فصلی انجام شود، سنگین نخواهد شد و یک‌ماه منتهی به عید دشواری نخواهد داشت، بنابراین برای آقایان هم کار محال و تحمل‌ناپذیری نیست.

وی در توضیح نکات ریز بهداشتی می‌افزاید: قسمت‌هایی مثل آشپزخانه و سرویس بهداشتی و اتاق خواب باید به صورت برنامه‌ریزی‌شده تمیز شود و همه را یک‌جا به‌هم نریزیم. برخی محاس‌ها مثل آشپزخانه نیاز به نظافت بیشتر و منظم‌تری دارد و هر فصل باید تمیز شود.

حمام و سرویس بهداشتی باید در هفته چندین بار تمیز شوند و اتاق خواب‌ها نیز باید به صورت ماهانه مفصل غبارروبی شوند. در واقع اشتباه این است که سالانه خانه‌تکانی کنیم، در حالی که اگر این تمیزی و نظافت‌ماهانه صورت گیرد، هم کار سبک‌تر است و هم بهداشت خانواده رعایت شده است.

این کارشناس بهداشتی بیان می‌کند: روی بالشت‌ها و ملحفه‌ها و روتختی‌ها باید ماهانه چندین بار مورد شست‌وشو قرار گیرد، در حالی که متأسفانه ما درگیر طواهر هستیم و دائماً نابلو، مجسمه و میز را تمیز کنیم، اتفاقاً نظافت و تمیزی در جزئیات مهم است و همین جزئیات به دلیل بهداشت جسمی و روحی باید در طول سال مکرر صورت گیرد تا در روزهای منتهی به سال سنگین و دشوار نشود.

وی در توصیه به بانوان ایرانی در آستانه سال جدید در بحث خانه‌تکانی می‌گوید: یکی از بدترین فجایع منتهی به عید مخلوط کردن مواد ضدعفونی با یکدیگر است، در حالی که خانم‌ها حساسیت بیشتری نسبت به آقایان دارند و باید در این زمینه دقت بیشتری کنند. بیشترین توصیه ما به خانم‌ها این است که روی نکات ایمنی دقت کنند و حتی در خرید شوینده دقت به خرج دهند و به قیمت نظافت و تمیزی ریه‌ها و پوست خود را قربانی نکنند.

در آیین نظافت پایان سال، ایمنی و صرفه جویی فراموش نشود

خانه تکانی لازم است، دل تکانی لازم تر



خانه تکانی، رفت و روپ و گردگیری از آیین های دیرینه در آستانه نوروز است که ماه اسفند به خانواده ها سلام و آنها را آنچنان درگیر خودش می کند که انگار این ماه در چشم برهم زدن آمده و رفته است، البته نشاط و سرحالی خانواده هایی که با برنامه ریزی دقیق و رعایت نکات ایمنی این آیین را به پایان می رسانند، خالی از لطف نیست، ولی فراموش نکنیم خانه تنها یک نمود بیرونی از زندگی ماست، سعی کنیم دل ها را هم پاک و عاری از هرگونه کینه یا به عبارتی دل تکانی کنیم تا به دور از هر غبار و آلودگی به استقبال نوروز برویم.

زن ۴۰ ساله ای درباره خانه تکانی اش می گوید: «سه هفته مانده به عید خانه تکانی را شروع می کنم، چون کمردرد دارم و بزکش مرا از انجام کارهای سنگین معاف کرده است، ابتدا کارهای سبک را شروع می کنم و بعد شوهرم برای انجام کارهای سنگین مرا کمک می کند.»

اکرم نیز که ۲۷ بهار زندگی را گذرانده است، خاطرات زیادی از خانه تکانی های خانه مادری و زندگی مشترکش دارد. یکی از این خاطرات شستن پرده های پنجره طویل خانه های قدیمی در پشت بام پدری اش است. او می گوید: «سال ها قبل تر، اسفند اگر چه ماه آذر سال بود، اما سردی هوا تمامی نداشت. بادم می آید اسفند دهه ۵۰ در پشت بام خانه پدری همراه دو خواهرم در شستن پرده های ۳۰ متری کمک مادر بودیم که یک دفعه برف گرفت، مادرمان را راضی کردیم به اتاق برگردیم و سه نفری پرده ها را شستیم. همان شب از تب و لرز تا صبح نخوابیدم و این بیماری چند روزی طول کشید تا لحظه تحویل سال، ساعت تحویل سال بود که مادرم مرا از خواب سنگینی که بر اثر خوردن دارو بود، بیدار کرد و گفت: بلند شو تا سال تحویل شده آن سال ها خانه تکانی به خاطر نبود گاز کشی منازل و نبود آب گرم سخت بود، بیشتر خانواده ها لباسشویی نداشتند و اگر هم بود دستی بود و خودت باید لباس ها را آب می کشیدی، ولی صفا و صمیمیت زیاد بود، شاید دلیلش همین کارهای سخت و نبود امکانات بود، چون خانوادگی یا چند تا همسایه دور هم جمع می شدیم و نوبتی خانه های مان را خانه تکانی می کردیم. بادش بخیر. بادم می آید در همان خانه تکانی اگر کینه و کدورتی هم بود، به خاطر کمک به یکدیگر صاف می شد و همه با دل پاک به استقبال سال جدید می رفتند، ولی این روزها حتی خواهر از سختی کار خانه خواهرش هم خبر ندارد، چه برسد به همسایه.»

زهرا هم زن سالخورده ای است که همه فرزندان از دواج کرده اند و او با شوهرش زندگی می کند. او پیرزن است اما دل جوانی دارد و خانه تکانی را لازم و ضروری می داند. زهرا معتقد است: با خانه تکانی روح انسان تازه می شود. این زن سالخورده می گوید: «شوهرم کمردرد و بوکی استخوان دارد و حتی یک قاشق نم نمی تواند این روز و آن روز کند. خودم به سختی کمک لباس ها و کابینت ها را نظافت می کنم تا یک روز همه دختران و پسرانم دور هم جمع می شوند و کارهای سنگین خانام را انجام می دهند. با اینکه حیاط بزرگی داریم، شوهرم به خاطر کم آبی اجازه نمی دهد فرش ها را بشوییم، آنها را به قالیشویی می دهیم.»

پیرزن آهی می کشد و می گوید: «بادش بخیر! در جوانی هم خانه خودم را نظافت می کردم، هم خانه مادرم را، حتی به خانه خواهرانم می رفتم و به آنها کمک می کردم. به جوان ها توصیه می کنم خانه تکانی را فراموش نکنند، چون کلی روحیه و شادابی به همراه دارد، اما قدر سلامتی شان را هم بدانند و با رعایت نکات بهداشتی و ایمنی کارها را انجام دهند.»

مریم شافلر است. این زن ۳۵ ساله هم درباره خانه تکانی می گوید: «یک ماه مانده به شروع سال جدید، کمد و کابینت و کارهای سبک را در ساعاتی که خانه هستم و در ایام تعطیل انجام می دهم. دو هفته مانده به عید من و شوهرم مرخصی می گیریم و طی چند روز کارهای سنگین را انجام می دهیم. سعی می کنم برای انجام کارهای خانه تکانی بچه ها را هم درگیر کنم که مسئولیت پذیر شوند و بدانند این رسمی است که باید هر سال در انجام آن شریک باشند.»

بهاره ۳۷ ساله خانه دار است. او هم درباره خانه تکانی اش اظهار می دارد: «به خاطر گردن درد نمی توانم به تنهایی کارهای خانه را انجام دهم، به همین خاطر شوهرم همیشه مرا کمک می کرد. حالا چند سالی است مشغله اش زیاد شده و نمی تواند

کمربسته در خدمت همسر هستم. آرش هم تازه داماد است. او هم در خانه تکانی کمک نعر ووشن است و می گوید: «در مجردی همیشه مادرم از من برای انجام خانه تکانی کمک می گرفت، به همین خاطر وقتی ماه اسفند می رسد، خودبه خود آماده کسار می شوم. بالاخره این هم خوش شانس عروس خانم است که شوهرش اهل کار است.»

یک دختر دانشجو هم بیان می کند: «اسمال به خاطر کنکور حوصله خانه تکانی نداشتم، اما وقتی دیدم مادرم مجبور است به تنهایی خانه را تمیز کند، دلم نیامد و تصمیم گرفتم چند روزی درس را کنار بگذارم و کمک او باشم. در عوض مادرم هم قول داد خانه تکانی اسمال را مختصر کند تا من به درس هایم برسم. از همکاری او خوشحال شدم.»

شهرنود دیگر هم زن جوانی است که می گوید: «من سالی دوبار خانه تکانی می کنم. شش ماه اول سال و شش ماه دوم سال. به خاطر وسواسی که دارم هر بار باید کاشی و سرامیک خانه و آشپزخانه را با آب بشویم. همین باعث اختلاف من و شوهرم شده است. شوهرم می گوید کم آبی است و کشیدنی یک تی کافی است ولی من قبول نمی کنم، به همین خاطر همیشه سر خانه تکانی با شوهرم بحث داریم.»

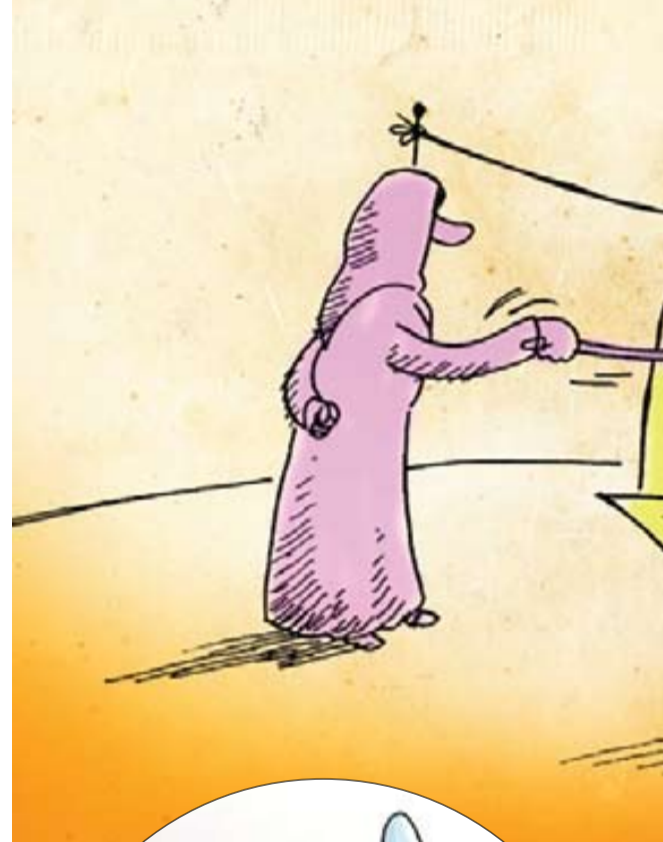
یک بانوی سالمند: به جوان ها توصیه می کنم خانه تکانی را فراموش نکنند، چون کلی روحیه و شادابی به همراه دارد، اما قدر سلامتی شان را هم بدانند و با رعایت نکات بهداشتی و ایمنی کارها را انجام دهند. مریم ۳۵ ساله: سعی می کنم برای انجام کارهای خانه تکانی بچه ها را هم درگیر کنم که مسئولیت پذیر شوند و بدانند این رسمی است که باید هر سال در انجام آن شریک باشند.

مرخصی بگیرد، به همین دلیل از یک شرکت معتبر کارگر می گیرم و کارهایی مثل شستن دیوارها را به کمک کارگر انجام می دهم.»

علی ۲۵ ساله شغلش آزاد است. وی می گوید: «دو سالی است من هم درگیر خانه تکانی شده ام.» او خندناز می گوید: «خه قبل از ازدواج دست به سیاه و سفید نمی زدم. مادرم کارگر می گرفت و کارهای خانه را به کمک او انجام می داد. حالا همسرم وسواس دارم و کارگر را قبول ندارد. خلاصه اینکه اسفند ماه

جیب تکانی در آستانه سال نو

بیخ و بن تکان ندهیم و گرفتار تجمل و زیور و گردن منزل با تغییر دکوراسیون نشویم. اگر درگیر این چالش شویم، راهی جز جیب تکانی نداریم که آخر و عاقبتش قرض و بدهی بالا آوردن است و نتیجه اش جز تلخ شدن طعم نوروز و بهار نیست. به قول قدیمی ها پای مان را به اندازه گلیم مان دراز کنیم تا خدای ناکرده نچاپیم! اما تکانی های اسفندماه و آستانه عید فقط خانه تکانی و جیب تکانی نیست، بلکه عجله و هیاهوی بیهوده، چشم و هم چشمی و وسواس های بیمارگونه، شلغوی و ترافیک سرسام آور، کیسه دوختن برای نیاز ناگزیر خریداران شب عید، همه مصادیق تکانش هایی است که جز تنش و خراج کردن زندگی از روال عادی نتیجه ای ندارد. ای کاش در کنار این «تکانی» های در آستانه سال جدید یک چیز را بیاموزیم؛ اینکه تمام اینها برای آن است که دل مان را بتکانیم و غبار از آن بزدایم و با وجودی زلال به استقبال نوروز برویم تا روزمان نو شود و روزگارمان نو تر.



۷ راهکار برای مدیریت مصرف آب در خانه تکانی:

«پولشو میدیم» دلیل درستی برای مصرف بی رویه آب نیست

- ۱- قبل از اقدام شست و شوی هر لوازمی مطمئن شویم شست و شوی آن لازم است یا خیر.
- ۲- آبی را که حاوی مواد شوینده شیمیایی نیست، به مصرف گل و گیاهان خانگی برسانیم تا از هدر رفتن آب جلوگیری شود.
- ۳- خانه های حیاط دار و ویلایی محلی است که افراد انگیزه پیدا می کنند خودشان دست به کار شوند و فرش، پتو یا پرده ها را در حیاط یا ایوان بشویند. نباید این مسئله بهانه ای برای اسراف آب شود. حتماً شستن این وسایل را به اتوشویی و قالیشویی ها بسپاریم تا در این بحران کم آبی آب تصفیه شده برای شستن آنها مصرف نشود.
- ۴- برای تمیز کردن بالکن یا حیاط از شیلنگ پر فشار آب استفاده نکنیم و حتماً قبل از آن جارو



دکتر رسول دخت عبدیان، متخصص فیزیولوژی:

مراقب ستون فقرات خود در جابه جایی لوازم خانه باشید



بعضی افراد از مشکلات بدنی خود مطلع نیستند. در نهایت می توان گفت که تشخیص بلند کردن اجسام را اجرا کنند. به آنها توصیه می شود به وضعیت آناتومی شان توجه کنند و در بلند کردن یا جابه جایی اجسام از فرد دیگری کمک بگیرند.

دکتر رسول دخت عبدیان، متخصص فیزیولوژی ورزش علم تمرین، درباره انجام خانه تکانی به دور از آسیب های فیزیکی می گوید: «یکی از کارهای خانه تکانی جابه جایی لوازم است، بنابراین لازم است خانواده ها نکاتی را رعایت کنند تا از آسیب های جسمی محافظت کنند. یکی از این موارد فکر اشتباهی است که بعضی افراد دارند و آن اینکه فکر می کنند تنها باید در بلند کردن اجسام سنگین مراقب جسم شان باشند، در حالی که برای برداشتن اجسام سبک هم باید مراقبت کنند، به خصوص افرادی که طی یک سال ورزش نکرده اند و آمادگی جسمی کمی دارند. بلند کردن وسایل، باید با نشستن و بلند کردن آنها با قدرت عضلات پایین تنه همراه باشد. کمر باید صاف باشد و صورت به سمت جلو و در حالی که نگاه به سمت رویه رو است، وسایل از طریق پا و عضلات لگن برداشته و بلند شود، البته گاهی پیش می آید افراد دچار فقر حرکتی و سبک زندگی فعالی نباشند و عموماً دچار کوتاهی عضلات و مثلاً به برخی ناهنجاری ها مانند عرضه سر به جلو، کوتاهی عضلات ساق پا، کوتاهی همسترینگ و کوتاهی عضلات جلوی ران و گودی کمر باشند، به همین خاطر فرد حتی با این آموزش ها نمی تواند حرکت صحیح برداشتن اجسام را انجام دهد.

دکتر بهروز فرز انگان، فوق تخصص مراقبت های ویژه:

پوست و ریه خود را فدای خانه تکانی نکنید



از شوینده ها استفاده می شود، ضروری دانست و افزود: «از شست و شوی مکان بدون تهویه (هواکش یا پنجره) با شوینده های شیمیایی جدا خودداری کنید چرا که این کار باعث می شود ریه ها در معرض آسیب گازهای ناشی از مواد شیمیایی قرار گیرند و این آسیبها ممکن است در درازمدت نمایان شود. حتماً این محیط ها مجهز به تهویه مناسب باشد و حتی با بودن تهویه از ماسک نیز استفاده شود. بعد از اتمام کار و ترک محیط، تهویه تا ساعتی روشن بماند.»

او ترکیب کردن شوینده های شیمیایی را نیز خطرناک دانست و به افرادی که این ترکیبات را انجام می دهند، هشدار داد و گفت: «ترکیب کردن آمونیاک و سفیدکننده یکی از خطرناک ترین کارهایی است که افراد در نظافت منزل به خصوص در ایام خانه تکانی انجام می دهند چرا که این ترکیب موجب ایجاد گازهای سمی می شود که به شدت برای سلامتی مضر هستند. بهتر است هر شوینده را به صورت جداگانه استفاده و از ترکیب کردن انواع تمیز کننده ها اجتناب کنید.»

دکتر بهروز فرز انگان، فوق تخصص مراقبت های ویژه (آی سی یو) در بخش ریه بیمارستان مسیح دانشوری در خصوص استفاده از مواد شوینده و انواع پاک کننده ها می گوید: «سواد شوینده و پاک کننده ها به خصوص سفیدکننده هایی که امروزه در بازار به طور گسترده و متنوع به چشم می خورد، حاوی مواد شیمیایی هستند که در صورت استفاده نادرست باعث آسب به سیستم تنفسی بدن می شود، بنابراین باید در استفاده از آنها مراقبت شود. وی در ادامه می افزاید: «قبل از استفاده از مواد شوینده لازم است ابتدا آنها را بشناسید و از استاندارد بودن آن مطمئن شوید، سپس برای مصرف حتماً دستورالعمل نحوه استفاده آن را مطالعه کنید. دستکش و ماسک حین استفاده فراموش نشود چرا که پوست و ریه بدون آنها و در چند ساعت خانه تکانی دچار آسیب جدی می شود. نکته مهم تر اینکه تا حد امکان مواد شوینده را تا جایی که عملکرد خودش را از دست نداده، رقیق کنید تا گازهای حاصل از این مواد که در محیط پخش می شوند به حداقل برسند.»

دکتر فرز انگان مجهز بودن تهویه مناسب در محلی را که



دکتر حسین روزبهانی، روانشناس:

خرید شب عید مدیریت نشود اعضای خانواده لطمه می بینند



رماندستی بچگان



برای ساعاتی فراموش می‌کنند. خرید به افراد افسرده که سعی می‌کنند وارد جامعه نشوند کمک می‌کند تا برای ورود به اجتماع ترغیب شوند، چرا که هرچه داخل خانه بمانند شرایطشان بدتر می‌شود. بیه افرادی که استرس دارند توصیه می‌شود برای خودشان خرید کوچکی داشته باشند تا خلق و خوی‌شان افزایش پیدا کند چون با این کار آنها حس خوبی می‌گیرند و احساساتشان قوی و بهتر می‌شود.

محاسن خرید برای مردان

طبق تحقیقات انجام شده، مردها ۲۶ دقیقه حوصله خرید دارند، ولی این ساعت در زنان حداقل دو ساعت است. ۸۰ درصد مردان اقلقایی به خرید ندارند و ۴۵ درصدشان هم از هزینه خرید اجتناب می‌کنند. همچنین طبق آمار سال ۲۰۱۶، نیمی از زوج‌هایی که به خرید می‌رفتند در مرحله آخر با هم بحث‌شان می‌شد. چون یک طرف مردی است که اقلقایی به خرید ندارد و گشتن در بازار به او حس خوبی نمی‌دهد از آن طرف زنی هست که حتی در زمان اولین خرید، دنبال خرید بعدی و جدید است.

روزبهانی با اشاره به این آمار به مردان توصیه می‌کند در صورت وقت و فرصت کافی همسران‌شان را در خرید همراهی کنند، چرا که در آرامش و حال خوب آنها موثر است. وی در توضیح می‌گوید: «رابطه خوب زوجین در ابتدای زندگی آنها را سر حال و شاد می‌کند، چرا که به هم قدم می‌زنند، خرید می‌روند و در خرید سلیق‌شان به اشتراک گذاشته می‌شود و در پی این تقاضم حال‌شان خوب می‌شود و حس خوبی می‌گیرند. یکی از دلایل این حس خوب، ترشح هورمون دوپامین است، بنابراین مردان وقتی با همسران‌شان خرید می‌روند مانند روابط ابتدای زندگی هستند، به واسطه ترشح این هورمون آرامش دارند و حال‌شان خوب است. پس خرید خوب و مناسب هم برای زن و هم برای مرد دارای منافع است که نمی‌توان آنها را نادیده گرفت.»

خرید اگر مدیریت نشود آسیب‌زا است

این استاد دانشگاه محاسن خرید را به شرط مدیریت درست و صحیح می‌داند و به زوجین توصیه می‌کند که در خرید شب عید خویشتن را فراموش نکنند و به خانواده‌ها لطمه نزنند. وی می‌گوید: «وقتی شوهر هم به خانه آمد خرید نمی‌داندی که از قبل سبک آماده کرده بودم سریع گرم کردم و دور هم خریدیم.»

ایام شب عید خیابان‌ها شلوغ می‌شود و مشغله‌های کاری در دو ماه پایان سال زیادتر است. در چنین زمان‌هایی، زوجین باید نسبت به گذشتار و رفتارشان دقت کنند و تکنیک گفت‌وگو کردن را بلد باشند. اگر قرار است نکته و خواسته‌ای داشته باشند، زمانی بگویند که طرف مقابل در شرایط آرامی باشد. در غیر اینصورت نتیجه نخواهد گرفت و کار به بحث می‌کشد. در مطرح کردن خواسته‌ها از ضمیر «تو» استفاده نکنند و صحبت‌شان امری نباشد. در غیر این صورت جوابی نمی‌گیرند و اگر جواب بگیرند از سر رضایت نیست و روابط به سردی می‌رود. باید ابتدای صحبت‌شان، نیازها و خواسته‌های طرف مقابل مطرح شود و بعد درخواست خودشان را بگویند تا بعد پاسخ مثبت بگیرند.»

محاسن روانشناختی خرید کردن

روزبهانی با اشاره به اینکه خرید در زمانی یکی از گزینه‌های درمان بیماران افسرده است، می‌گوید: «گرچه مخاطبان اصلی خرید زنان هستند، اما از محاسن آن نمی‌توان

دکتر علیرضا شریفی بزدی، جامعه‌شناس:

تغییر ذائقه عیدانه به سمت تجمل‌گرایی، صله رحم را گم‌رنگ می‌کند



دکتر علیرضا شریفی بزدی، جامعه‌شناس و استاد دانشگاه معتقد است انسجام و پویایی اجتماعی، تحرک بین مردم از نقاط مثبت بازار شب عید است. وی می‌گوید: «نوروز و نو شدن به صورت سنتی در میان ما ایرانیان عزیز بوده است و اجاده‌ها به آن اعتقاد داشته‌اند که با آمدن بهار همه چیز نو می‌شود و باید هم نو شود. این تفکر و اینکه همه چیز باید تغییر پیدا کند در وجدان عمومی جامعه ایرانی و در آداب و رسوم و سنن هزاران ساله ما وجود داشته است.»

او می‌افزاید: «خانه تکلی، تغییر دکوراسیون و بیرون ریختن لوازم کهنه و بدون کاربرد هم از جمله سنت‌های قدیمی است ولی در این ۷۰ سال گذشته با اتفاق جدیدی آمیخته شده و مسئله تغییر و نوگرایی بیشتر به سمت مصرف‌گرایی رفته است. به طور مثال اجداد ما این نظر را نداشتند که یک قالی را دور بیندازند و قالی دیگری را جایگزین آن کنند. تفکر تغییر و نوگرایی که از آن صحبت شد، روی پوشش و لباس و سپس روی لوازم خانه بود که آرام آرام مقله مصرف‌گرایی که اساساً در فرهنگ ایرانی هانید بود این تفکر رخنه کرد. فرهنگ ایرانی، فرهنگی به لحاظ جغرافیایی اقتصادی و منابع، فرهنگ صرفه جویی و استفاده بهینه از منابع بوده است ولی طی سالیان به ویژه دولتی سه دهه اخیر با مسئله مصرف‌گرایی آمیخته شد و خرید شب عید که برای خورد، خوراکی و پوشاک بود به لوازم خانه و تغییر دکوراسیون حتی تغییر منزل و موارد شبیه تسری پیدا کرد.»

دکتر شریفی بزدی با اشاره به اینکه ریشه نوروز و نو شدن از نظر جامعه‌شناسی به نو کردن هر چیزی که باید نو شود بر می‌گردد اما طی سه دهه اخیر به تجملات کشیده شده است، اضافه می‌کند: «نوروز و خرید شب عید از جنبه آداب و رسوم خود خارج شده و جنبه مصرف‌گرایی و چشم و هم‌چشمی پیدا کرده است. این تفکر که باید در دوره‌هایی از تاریخ تقویمی اتفاق بیفتد، با



حال و هوای مردم در بازار عیدانه تماشایی است

طعم خرید شب عید با چشم و هم چشمی تلخ می‌شود



خیابان‌ها مملو از جمعیت است. گره‌های ترافیکی در مرکز شهر و دیگر مراکز خرید سرسام آور است و اگر غیر از ماه آخر سال و خرید نوروزی بود خیلی به بگو و بخند ختم نمی‌شد. وسایل عمومی مثل اتوبوس‌های خطی و مترو که تا قبل از این فقط در ساعات خاصی بر از مسافر بود حالا شلوغی‌اش تمامی ندارد و در همان ساعات اولیه صبح با ازدحام مسافر روبه‌روست تا پاسی از شب.

بساط دستفروشی‌ها در پیاده‌روهای مراکز خرید و خیابان‌های اصلی همراه با سر و صدا برای جلب مشتری، بساط فست‌فودها، خوراکی‌های رنگ و وارنگ مثل آجیل، شکلات و... از جمله مواردی است که در ماه اسفند مانند اسپند روی آتش یک‌یک قرار می‌گیرد، اما با حس خوب به چهره شهر بخشیده است.

مردی برای جلب توجه مشتریان، لباس بچگانه‌ای را روی سرش کشیده و با آن قیافه بامزه‌ای که برای خودش ساخته است، فریاد می‌زند. آه‌های پدرا، آهای مادرالیا و بچه رو نو نوار کن با آرزوهای گوناگون و قیمت‌های گوناگون برای خرید لباس فرزندانش کم‌کم خیابان‌ها را پر از آوازهای گوناگون و قیمت‌های گوناگون می‌کند. بعضی هم انگار به خیابان آمده‌اند تا چرخ‌های بزنند و سرکی در بازار بکشند که مبادا سال را تحویل کنند و بازار را ندیده باشند همه و همه چیزی را یادآوری می‌کنند و اینکه به قول قدیمی‌ها عید است و همه چیز باید نو باشد.

مردی برای جلب توجه مشتریان، لباس بچگانه‌ای را روی سرش کشیده و با آن قیافه بامزه‌ای که برای خودش ساخته است، فریاد می‌زند. آه‌های پدرا، آهای مادرالیا و بچه رو نو نوار کن با آرزوهای گوناگون و قیمت‌های گوناگون برای خرید لباس فرزندانش کم‌کم خیابان‌ها را پر از آوازهای گوناگون و قیمت‌های گوناگون می‌کند. بعضی هم انگار به خیابان آمده‌اند تا چرخ‌های بزنند و سرکی در بازار بکشند که مبادا سال را تحویل کنند و بازار را ندیده باشند همه و همه چیزی را یادآوری می‌کنند و اینکه به قول قدیمی‌ها عید است و همه چیز باید نو باشد.

مردی برای جلب توجه مشتریان، لباس بچگانه‌ای را روی سرش کشیده و با آن قیافه بامزه‌ای که برای خودش ساخته است، فریاد می‌زند. آه‌های پدرا، آهای مادرالیا و بچه رو نو نوار کن با آرزوهای گوناگون و قیمت‌های گوناگون برای خرید لباس فرزندانش کم‌کم خیابان‌ها را پر از آوازهای گوناگون و قیمت‌های گوناگون می‌کند. بعضی هم انگار به خیابان آمده‌اند تا چرخ‌های بزنند و سرکی در بازار بکشند که مبادا سال را تحویل کنند و بازار را ندیده باشند همه و همه چیزی را یادآوری می‌کنند و اینکه به قول قدیمی‌ها عید است و همه چیز باید نو باشد.

در فواید زیبایی‌های این روزها تنها کافی است آن را با بازار خشک و بی‌روحی که با تعطیلی مغازه‌ها در عید مصادف با کرونا بود مقایسه کرد. کرونا همه این زیبایی‌ها را گرفته بود، ولی حالا این روزها طعم زندگی، سرسبزی و بوی عید به مشام می‌رسد

دخترک و پسرکی بین جمعیت می‌چرخند و با زدن ساز فضا را شادتر می‌کنند. به ظاهر خواهر و برادر هستند و گویا ساز زدن تنها کاری است که برای کاسبی شب عید از دست‌شان برمی‌آید. مردم هم بی‌انصافی نمی‌کنند و جنب این دو خواهر و برادر را بر می‌کنند تا شب عید آنها هم مثل فرزندان‌شان شاد و پربرکت باشد.

سینی‌های آجیل، شکلات، باسلوق و دیگر خوراکی‌هایی که بیرون مغازه‌های آجیل فروشی چیده شده است، رنگ و لعاب خودش را در بازار شب عید دارد. خیل مشتری‌ها بین این سینی‌های می‌چرخند و با اجازه از مغازه‌دارها بعد از تست تخمه و انواع مغزها، خریدشان را انجام می‌دهند. از طرفی تق تق کودکان که با تعارف شکلات از سوی مغازه‌دارها ساکت می‌شوند هم زیبایی خودش را دارد.

این بازار نوروز است که همه و همه به خصوص اعضای خانواده‌ها را به خیابان می‌کشاند. این کشش در هیچ فصلی از سال دیده نمی‌شود جز اسفند. ماهی که همه را اسپند روی آتش می‌کند توأم با نشاط و شادی.

در فواید زیبایی‌های این روزها تنها کافی است آن را با بازار خشک و بی‌روحی که با تعطیلی مغازه‌ها در عید مصادف با کرونا بود مقایسه کرد. کرونا همه این زیبایی‌ها را گرفته بود، ولی حالا این روزها طعم زندگی، سرسبزی و بوی عید به مشام می‌رسد. کشش نوروز کاری می‌کند تا عده‌ای که به هر دلیلی خرید فرزند ندارند به کف بازار بیایند تا در شادی با هموطنان‌شان شریک شوند.

این سنت را باید قدر بدانیم، چرا که همدلی و همراهی مردم به ویژه خانواده‌ها کمترین دستاورد آن است؛ انسجامی که شاید با ساعت‌ها کلاس و جلسات به دست نیاید. دختران و پسران نوجوان و حتی جوان‌ترها همراه والدین‌شان تا پاسی از شب را به خرید شب عید می‌گذرانند و بعد از خرید با اینکه خسته هستند اما توجیح می‌دهند دور هم غذایی بخورند و با خنده و شادی به خانه‌شان برگردند. بر خلاف هر شب که هر کس به اتافی می‌رفت و می‌خواست، انگار از کنار هم بودن سیر نمی‌شوند و دل‌شان نمی‌خواهد این دورهمی را تمام کنند. همه اینها را گفتیم که تأکید کنیم سنت‌ها را پاس بداریم، اما مراقب باشیم به چشم و هم‌چشمی تبدیل نگردد و طعم خرید عیدانه با تجمل‌گرایی تلخ نشود.

ترویج غلط رسانه‌ها تغییر پیدا کرده و بر اثر این تغییر بسیاری از کسبه بازار، ماه بهمن و اسفند را بهار معامله خود می‌دانند. به همین دلیل در این بوق می‌دمند و تبلیغات خیلی سنگینی می‌کنند تا مردم را به خرید بیشتر بکشاند و خرید آنها بهره کافی ببرند.»

وی با اشاره به دو موضوع رسانه و تبلیغات در بازار، برای سودجویی و سودآوری گروه‌هایی که از این معبر کسب درآمد می‌کنند، می‌گوید: «این در حالی است که می‌توان مردم را با توجه به اوضاع اقتصادی این روزها به این سمت و سو تشویق کرد که خرید شب عید خود را مدیریت کنند تا خریدی ارزان‌تر، کالایی بهتر و مناسب‌تر مطابق نیاز واقعی خود به دور از تأثیر تبلیغات و چشم و هم‌چشمی پیدا کنند.»

وی در پاسخ به سؤال جوان که این تغییر ذائقه چه اثرات منفی می‌تواند داشته باشد، اظهار می‌دارد: «این تغییر ذائقه به سمت تجمل‌گرایی باعث می‌شود سنت‌های خوب به بیراهه برود. صله رحم که در توصیه‌های دینی با دید و بازدید و رفت و آمدهای عید نوروز حاصل می‌شود به دلیل تجملات و افتراق در شیوه پذیرایی انقدر کم‌رنگ می‌شود که بعضی با شنیدن اسم میهمان احساس عذاب می‌کنند و در نهایت کمتر علاقه‌ای به رفت و آمد بین خانواده‌ها مشاهده می‌شود، چرا که علاوه بر مسائل مالی، زحمات زیادی برای اعضای خانواده خواهد داشت.»

او در آخر می‌گوید: «البته از نکات مثبت خرید شب‌های عید نباید غافل شد، چرا که این سنت مردم را از انزوا بیرون می‌آورد و ارتباطات بین آنها بیشتر می‌شود. مردم که مدت‌ها به خاطر مسائل اجتماعی و اقتصادی در حالت افسردگی به سر می‌برند بازار شب عید کمک زیادی به شادمانی و ایجاد انگیزه و امید به آنها می‌کند. از طرفی این ازدحام که بیشتر خانوادگی است و فردی نیست، کمک زیادی به انسجام خانواده‌هایی می‌کند که طی سال کمتر همراه هم به خرید و بیرون می‌روند.»

«جوان» اثرگذاری مجلس در تحول ۳ حوزه کلان صنعت نفت و گاز را بررسی می‌کند

۳ گام راهبردی اقتصادی مجلس یازدهم



سرمایه‌گذاری و تخصص لازم را می‌دهد و در نتیجه توسعه این بخش حیاتی را تسریع می‌کند. وی در پایان خاطر نشان می‌کند: «اقدامات مصوب مجلس یازدهم در حوزه انرژی قرار است تحولات چشمگیری در کشور ایجاد کند. دولت با تمرکز بر ساخت پالایشگاه‌های نفت، توسعه زنجیره ارزش صنعتی، باز کردن قفل توسعه با منابع غیردولتی و بهینه‌سازی مصرف انرژی، درصدد ارتقای بخش انرژی و کاهش اتسکا به منابع خارجی است. این اقدامات نشان دهنده گامی در جهت توسعه پایدار و رشد اقتصادی در بخش انرژی کشور است.»

۱۳ اقدام کلیدی مجلس یازدهم در زمینه حل ناترازی انرژی و توسعه تجارت گازی ایران

محمدرضا کارگذار، کارشناس انرژی نیز در رابطه با اقدامات مجلس یازدهم در زمینه توسعه صنعت نفت و گاز به «جوان» می‌گوید: «یکی از اقدامات اولیه مجلس یازدهم شکستن انحصار توسعه میدان نفت و گاز کشور بود. دولت ایران در گذشته انحصار توسعه میدان نفت و گاز کشور را در اختیار داشت. این امر دخالت بخش خصوصی در بخش انرژی و پتانسیل رشد و نوآوری را محدود کرد. مجلس یازدهم به اهمیت مشارکت بخش غیردولتی در بهره‌برداری از میدان مشترک نفت و گاز کشور پی برد. هدف مجلس با اجازه دادن به بخش خصوصی برای مشارکت در توسعه میدان نفت و گاز کشور، بازگشایی پتانسیل رشد و توسعه در بخش انرژی بود. این اقدام همچنین به کاهش بار مالی دولت کمک کرد، زیرا بخش خصوصی توانست بدون نیاز به بودجه دولتی در توسعه این رشته‌ها سرمایه‌گذاری کند. این امر نه تنها توسعه منابع نفت و گاز کشور را تسریع کرد، بلکه با افزایش تولید و عرضه نفت و گاز به کاهش عدم تعادل انرژی کمک کرد.»

وی می‌افزاید: «یکی دیگر از اقدامات کلیدی مجلس یازدهم، تمرکز بر توسعه زنجیره ارزش نفت و گاز بود. زنجیره ارزش در بخش نفت و گاز به مراحل مختلف درگیر در تولید، ذخیره سازی، حمل و نقل و توزیع نفت و گاز اشاره دارد. هدف مجلس با تمرکز بر توسعه این زنجیره افزودن ارزش به منابع نفت و گاز کشور و جلوگیری از دست یافت، اعطای مشوق‌های مالیاتی و پاران به شرکت‌های فعال در حوزه نفت و گاز بود. این امر شرکت‌های تولیدی را ترغیب کرد تا در زیرساخت‌ها و فناوری سرمایه‌گذاری کنند که به منابع نفت و گاز کشور ارزش افزوده می‌بخشد. مجلس با جلوگیری از خام‌فروشی و تمرکز بر ارزش افزوده منابع نفت و گاز توانست سودآوری این بخش را افزایش دهد و اقتصاد کشور را رونق بخشد.»

کارگذار با اشاره به تمرکز بر بهینه‌سازی مصرف با ابزارهای قیمتی و غیرقیمتی تأکید می‌کند: «مجلس یازدهم بر بهینه‌سازی مصرف با ابزارهای قیمتی و سیاست‌های غیر قیمت‌ت تمرکز کرد. ایران به دلیل پرداخت پاران به قیمت انرژی در مدیریت مصرف انرژی خود با چالش‌هایی مواجه بوده است. این پاران‌ها منجر به مصرف بیش از حد منابع انرژی و ایجاد عدم تعادل در بخش انرژی شده است. مجلس ضرورت بهینه‌سازی مصرف انرژی را با معرفی ابزارهای قیمتی نظیر تعرفه‌گذاری پلکانی و سیاست‌های غیر قیمتی مانند استانداردها و مقررات بهره‌وری انرژی برای بهینه‌سازی بیشتر مصرف انرژی در کشور ارائه شد.»

وی در پایان خاطر نشان می‌کند: «اقدامات مجلس یازدهم در زمینه حل عدم تعادل انرژی و توسعه تجارت گاز ایران در رشد و توسعه بخش انرژی مؤثر بوده است. مجلس با شکستن انحصار توسعه میدان نفت و گاز، تمرکز بر زنجیره ارزش نفت و گاز و بهینه‌سازی مصرف انرژی، زیربنای آینده‌ای امن تر و پایدارتر انرژی را برای ایران بی‌ریزی کرده است.»

متعادل تر کمک کنند. به علاوه تأمین گاز از سوی صنایع می‌تواند فشار وارده بر شبکه‌های گاز ملی را کاهش دهد و تأمین پایدارتری را برای سایر مصوبات مجلس، گشایش قفل توسعه با منابع غیردولتی است. با توجه به اینکه دولت در سال‌های اخیر با کسری بودجه مواجه است، استفاده از منابع بخش خصوصی و غیردولتی برای آوردن نقدینگی به صنعت نفت و گاز اهمیت فزاینده‌ای پیدا کرده است. دولت با تمرکز بر برنامه‌هایی که نیاز به بودجه ندارد و منابع بخش خصوصی داخلی یا خارجی را به سمت تأمین مالی پروژه‌های انرژی نشان می‌دهد.»

کارشناس انرژی در رابطه با ظرفیت منابع و هدایت سرمایه‌گذاری صنایع به سمت توسعه بیشتر میدان مشترک نفت و گاز کشور و خودتأمینی گاز صنایع می‌گوید: «صدور مجوز سریع تر امکان ورود به بخش نفت و گاز کشور، تسریع به بازار و شروع پروژه را فراهم می‌کند که در بخش انرژی به سرعت در حال توسعه ضروری است. صدور مجوز سریع می‌تواند سرمایه‌گذارانی را جذب سرمایه‌گذاری در بخش انرژی می‌پردازد. این تغییر به سمت استفاده از منابع غیردولتی برای توسعه، تغییر قابل توجهی را در رویکرد کشور برای بخش هدایت می‌کند: «در همین رابطه نیز یکی از مهم‌ترین تسهیلات انجام گرفته در حوزه مجوزهای بهره‌برداری از منابع نفت و گاز کشور تصریح می‌کنند: «در همین رابطه هدف کلیدی مهم‌ترین تسهیلات انجام گرفته در حوزه مجوزهای بهره‌برداری از منابع نفت و گاز کشور، خودتأمینی گاز صنایع با این مجوز جدید است. بر نامه هفتم توسعه که اخیراً تصویب شد، نقطه عطف مهمی در رویکرد راهبردی به بخش انرژی، به ویژه در حوزه گاز طبیعی است. این طرح بر نیاز به استفاده از ظرفیت‌های کامل این صنعت برای تأمین خود توسعه میدان مشترک گاز تأکید دارد. این طرح به سمت یک مدل مشارکتی حرکت می‌کند که در آن بخش خصوصی به ویژه صنایع بزرگ با نیازهای انرژی قابل توجهی نقش برجسته‌تری ایفا می‌کنند. هدف این رویکرد دستیابی به چندین هدف کلیدی است و صنایع تشویق خواهند شد تا منابع گاز خود را توسعه دهند و وابستگی به شبکه‌های ملی را کاهش و امنیت انرژی را افزایش دهند. تلاش متمرکز برای توسعه ذخایر گاز مشترک می‌تواند استفاده از منابع را بهینه و از هدر رفتن درآمد باقی‌مانده از چنین میدان‌هایی جلوگیری کند.»

وی ادامه می‌دهد: «همچنین اجازه دادن به چندین بازیگر برای توسعه میدان‌های نفت و گاز کشور، امری است که در جهت تسریع می‌کند. با گشایش بخش، این طرح افزایش جریان سرمایه‌گذاری را پیش‌بینی می‌کند که برای گسترش صنایع بسیار مهم است. با فعال کردن خود عرضه، صنایع می‌توانند نیازهای گاز خود را بهتر مدیریت و به معادله عرضه و تقاضای گاز به کاهش عدم تعادل انرژی کمک کرد

انرژی، دولت قصد دارد ردهای گرین خود را کاهش و پایداری در بخش انرژی را افزایش دهد.» وی ادامه می‌دهد: «یکی دیگر از محورهای کلیدی مصوبات مجلس، گشایش قفل توسعه با منابع غیردولتی است. با توجه به اینکه دولت در سال‌های اخیر با کسری بودجه مواجه است، استفاده از منابع بخش خصوصی و غیردولتی برای آوردن نقدینگی به صنعت نفت و گاز اهمیت فزاینده‌ای پیدا کرده است. دولت با تمرکز بر برنامه‌هایی که نیاز به بودجه ندارد و منابع بخش خصوصی داخلی یا خارجی را به سمت تأمین مالی پروژه‌های انرژی نشان می‌دهد.»

این کارشناس انرژی در رابطه با اهمیت شکستن انحصار توسعه و تسهیل صورت گرفته در حوزه مجوزهای بهره‌برداری از منابع نفت و گاز کشور تصریح می‌کنند: «در همین رابطه نیز یکی از مهم‌ترین تسهیلات انجام گرفته در حوزه مجوزهای بهره‌برداری از منابع نفت و گاز کشور، خودتأمینی گاز صنایع با این مجوز جدید است. بر نامه هفتم توسعه که اخیراً تصویب شد، نقطه عطف مهمی در رویکرد راهبردی به بخش انرژی، به ویژه در حوزه گاز طبیعی است. این طرح بر نیاز به استفاده از ظرفیت‌های کامل این صنعت برای تأمین خود توسعه میدان مشترک گاز تأکید دارد. این طرح به سمت یک مدل مشارکتی حرکت می‌کند که در آن بخش خصوصی به ویژه صنایع بزرگ با نیازهای انرژی قابل توجهی نقش برجسته‌تری ایفا می‌کنند. هدف این رویکرد دستیابی به چندین هدف کلیدی است و صنایع تشویق خواهند شد تا منابع گاز خود را توسعه دهند و وابستگی به شبکه‌های ملی را کاهش و امنیت انرژی را افزایش دهند. تلاش متمرکز برای توسعه ذخایر گاز مشترک می‌تواند استفاده از منابع را بهینه و از هدر رفتن درآمد باقی‌مانده از چنین میدان‌هایی جلوگیری کند.»

وی ادامه می‌دهد: «همچنین اجازه دادن به چندین بازیگر برای توسعه میدان‌های نفت و گاز کشور، امری است که در جهت تسریع می‌کند. با گشایش بخش، این طرح افزایش جریان سرمایه‌گذاری را پیش‌بینی می‌کند که برای گسترش صنایع بسیار مهم است. با فعال کردن خود عرضه، صنایع می‌توانند نیازهای گاز خود را بهتر مدیریت و به معادله عرضه و تقاضای گاز به کاهش عدم تعادل انرژی کمک کرد

قوانین مهمی را در زمینه اعطای پاران و مالیات مشروط به واحدهای صنعتی به تصویب رسانده است. دولت با اعطای اعتبارات مالیاتی تحقیق و توسعه به صنایع بزرگی که با شرکت‌های دانش بنیان همکاری می‌کنند و تخفیف گاز و نفت خام به عنوان خوراک صنایع بزرگ، زنجیره ارزش صنعتی کشور را تکمیل می‌کند. این قوانین استراتژیک نه تنها توسعه صنعتی را تقویت می‌کند، بلکه آسیب‌پذیری کشور را در برابر شوک‌های خارجی در بخش انرژی کاهش می‌دهد.»

این کارشناس انرژی در رابطه با اهمیت و به کارگیری راهکارهای متنوع قیمتی و غیرقیمتی برای بهینه‌سازی مصرف می‌گوید: «مجلس اقداماتی را برای بهینه‌سازی مصرف انرژی در کشور تصویب کرده است. دولت با استفاده از راهکارهای متفاوت قیمتی و غیرقیمتی در قانون بودجه سنوایی، اجرای قیمت واقعی برای مشتریان پر مصرف و ایجاد بازاری برای تسویه گواهی‌های بخش جوی انرژی را هدف قرار داده است. این اقدامات برای کاهش هدر رفت برق و گاز در بخش‌های مختلف تولید، توزیع و مصرف انرژی طراحی شده است. با ارتقای بهره‌وری و حفظ

نفت، توسعه زنجیره ارزش صنعتی، باز کردن قفل توسعه با منابع غیردولتی و بهینه‌سازی مصرف انرژی است. با اجرای این اقدامات، کشور گام‌های مهمی در جهت ارتقای بخش انرژی و کاهش اتکای خود به منابع خارجی برمی‌دارد.»

وی با اشاره به مدل تنفس خوراک پتروپالایشگاه و تسهیل در ساخت پتروپالایشگاه از سوی بخش غیردولتی با تکیه بر تأمین تجهیزات و فناوری از طریق تهاثر نفت خام، می‌افزاید: «یکی از اقدامات مهم مصوب مجلس، تسهیل در ساخت پالایشگاه‌های نفت است. دولت با ایجاد جریان مالی مثبت از طریق اعطای خوراک رایگان نفت برای سال اول بهره‌برداری و اعطای مجوز تهاثر نفت خام برای خرید تجهیزات پالایشگاهی، قصد دارد زنجیره ارزش نفت و پالایشگاه را در کشور تکمیل کند. این اقدام در خنثی‌سازی تحریم‌های تجارت نفت خام کشور و کاهش وابستگی آن به پالایشگاه‌های خارجی بسیار مهم است.»

جامع ادامه می‌دهد: «همچنین مجلس در راستای توسعه زنجیره ارزش و جلوگیری از خام‌فروشی

اقدامات راهبردی در زمینه حل ناترازی و تمرکز بر توسعه میدان مشترک و تجارت انرژی ایران در کنار توسعه زنجیره ارزش انرژی کشور زمینه را برای رشد اقتصادی کشور فراهم کرده است. در بخش انرژی نیز محوریت اصلی تمرکز بر حل مسئله ناترازی انرژی و اصلاح پاران‌های انرژی است. در همین رابطه مجلس آینده باید تمرکز خود را بر هدایت منابع، افزایش بهره‌وری در تولید و همچنین کاهش هدررفت مصرف انرژی بگذارد. در این مسیر علاوه بر نظارت بر اجرای قوانین موجود، باید بر رفع نواقص قوانین موجود نیز تمرکز داشته باشد و از همین رو انتخاب نمایندگان باید دید صحیحی از حکمرانی انرژی و حتی اقتصادی کشور بسیار مهم و راهبردی است.

در زمینه اعطای مشروط پاران و مالیات به واحدهای صنعتی در زمینه توسعه زنجیره ارزش و جلوگیری از خام‌فروشی نیز قوانین مهمی در مجلس به تصویب رسیده است. اعطای اعتبار مالیاتی تحقیق و توسعه به صنایع بزرگ همکار با شرکت‌های دانش‌بنیان و همچنین اعطای مشروط تخفیف گاز و نفت خام به عنوان خوراک صنایع بزرگ از دیگر اقدامات مهم در جهت تکمیل زنجیره ارزش صنعتی کشور با تصویب قوانین راهبردی در مجلس بوده است.

محور بعدی مصوبات مجلس، باز کردن قفل توسعه با منابع غیردولتی است. تا سال‌ها پیش دولت کسری بودجه نداشت و متولی اصلی توسعه بودلی با شکل‌گیری کسری بودجه در سال‌های اخیر، دولت منابع توسعه‌ای ندارد و در این بین بهترین فرصت برای توسعه میدان مشترک نفت و گاز، تمرکز بر برنامه‌های بدون نیاز به بودجه و هدایت منابع بخش خصوصی و غیردولتی داخلی یا خارجی برای ورود نقدینگی به سمت صنعت نفت و گاز است. این موضوع مهم و کلیدی با جذابیت مالی برای حضور سرمایه‌های خرد مردمی به سمت توسعه اقتصادی کشور در برنامه هفتم توسعه به وقوع پیوسته است. در زمینه بهینه‌سازی مصرف انرژی، استفاده از

راهکارهای مختلف قیمتی و غیرقیمتی برای اولین بار در قانون بودجه سنوایی به تصویب رسیده که زمینه را برای اجرای مناسب اخذ قیمت واقعی از مشترکان پر مصرف و همچنین ایجاد بازار برای تسویه گواهی صرفه‌جویی انرژی جهت حضور بخش خصوصی برای کاهش هدر رفت برق و گاز در بخش‌های مختلف تولید، توزیع و مصرف انرژی فراهم کرده است.

■ محوریت توسعه صنعت نفت و گاز با کمک بخش خصوصی، دیدگاه کلان مجلس یازدهم

فرشاد جامع، کارشناس انرژی در رابطه با اقدامات مجلس یازدهم در حوزه انرژی به «جوان» می‌گوید: «مجلس یازدهم چند اقدام مهم در حوزه انرژی را تصویب کرد که قرار است تحولات اساسی در کشور ایجاد کند. هدف این اقدامات رسیدگی به موضوعات کلیدی مانند ساخت پالایشگاه‌های

نفت، توسعه زنجیره ارزش صنعتی، باز کردن قفل توسعه با منابع غیردولتی و بهینه‌سازی مصرف انرژی است. با اجرای این اقدامات، کشور گام‌های مهمی در جهت ارتقای بخش انرژی و کاهش اتکای خود به منابع خارجی برمی‌دارد.»

وی با اشاره به مدل تنفس خوراک پتروپالایشگاه و تسهیل در ساخت پتروپالایشگاه از سوی بخش غیردولتی با تکیه بر تأمین تجهیزات و فناوری از طریق تهاثر نفت خام، می‌افزاید: «یکی از اقدامات مهم مصوب مجلس، تسهیل در ساخت پالایشگاه‌های نفت است. دولت با ایجاد جریان مالی مثبت از طریق اعطای خوراک رایگان نفت برای سال اول بهره‌برداری و اعطای مجوز تهاثر نفت خام برای خرید تجهیزات پالایشگاهی، قصد دارد زنجیره ارزش نفت و پالایشگاه را در کشور تکمیل کند. این اقدام در خنثی‌سازی تحریم‌های تجارت نفت خام کشور و کاهش وابستگی آن به پالایشگاه‌های خارجی بسیار مهم است.»

جامع ادامه می‌دهد: «همچنین مجلس در راستای توسعه زنجیره ارزش و جلوگیری از خام‌فروشی

مجلس یازدهم مصوبات مهمی در حوزه انرژی به تصویب رسانده است که به باور کنشگران سرمنشا تحولات راهبردی در کشور خواهد شد. تسهیل ساخت پتروپالایشگاه‌ها بنا



وحدت‌عظیم‌نیا

دبیر گروه اقتصاد

ایجاد جریان مالی مثبت از طریق اعطای خوراک نفت رایگان برای سال اول بهره‌برداری و همچنین اعطای مجوز تهاثر نفت خام برای خرید تجهیزات پالایشگاهی جزو قوانین مهم در جهت تکمیل زنجیره ارزش نفت و ساخت پتروپالایشگاه در جهت خنثی‌سازی تحریم‌های تجارت نفت خام کشور جزو این موارد به شمار می‌رود. در صفحه پیش‌رو سه حوزه کلان تأثیرگذار در تحول صنعت نفت و گاز را که مجلس یازدهم به آن ورود داشت، بررسی می‌کنیم.

گفت‌وگو

کارشناس انرژی در گفت‌وگو با «جوان» تشریح کرد

اقدامات کلیدی مجلس یازدهم در زمینه حل ناترازی و تکمیل زنجیره ارزش

کارشناس انرژی معتقد است ورود شرکت‌های خارجی برای توسعه میدان مشترک گازی و نفتی با بازار صادراتی مشخص، امکان خودتأمینی گاز صنایع و حل ناترازی انرژی در این بخش در کنار تمرکز بر جلوگیری از خام‌فروشی صنعتی با هدایت مشوق‌های مالیاتی و پاران‌های انرژی به سمت سرمایه‌گذاری در تکمیل زنجیره ارزش و بهینه‌سازی مصرف با سازوکارهای قیمتی و غیرقیمتی از عوامل اصلی اقدامات کلیدی مجلس یازدهم در زمینه حل ناترازی و تکمیل زنجیره ارزش است.



سیدعلی مرتضوی

کارشناس انرژی

سیدعلی مرتضوی، کارشناس انرژی در گفت‌وگو با «جوان» در رابطه با حل معضل ناترازی به دست بخش خصوصی گفت: شکستن انحصار توسعه میدان نفت و گاز کشور و تمرکز بر هدایت منابع بخش غیردولتی بدون نیاز به بودجه دولتی برای بهره‌برداری از نفت و گاز میدان مشترک کشور، یکی از مهم‌ترین اقدامات مجلس یازدهم است که به این ترتیب این امکان را خواهیم داشت که علاوه بر ورود شرکت‌های خارجی جهت توسعه میدان مشترک گازی و نفتی با بازار صادراتی مشخص، امکان خودتأمینی گاز صنایع و حل ناترازی انرژی در این بخش به پشتوانه تسهیل صدور مجوز بهره‌برداری برای بخش خصوصی فراهم خواهد شد.

وی ادامه داد: اقدام دوم مجلس در زمینه تمرکز بر توسعه زنجیره ارزش نفت و گاز با اعطای مشوق مالیاتی و پاران‌های در جهت جلوگیری از خام‌فروشی است. در همین رابطه نیز مجلس یازدهم دو مصوبه مهم را در برنامه هفتم توسعه داشته است.

مرتضوی افزود: باید بحث مربوط به هدایت منابع به سمت سرمایه‌گذاری در توسعه زنجیره ارزش در صنایع کشور در پیش گرفته شود که بهترین بستر برای تحقق این موضوع، اعطای مشوق هدفمند مالیاتی از طرف دولت و هدایت هدفمند معافیت‌های مالیاتی کشور از طریق اعتبار مالیاتی تحقیق و توسعه است. در شهریور ۱۴۰۲ برای اولین بار اعتبار مالیاتی تحقیق و توسعه به شرکت‌های دانش‌بنیان و شرکت‌های صنعتی تخصیص یافته است و بدین ترتیب مسیر رسیدن به توسعه صنعتی و تکمیل زنجیره ارزش صنایع و جلوگیری از تعمیق خام‌فروشی محصولات صادراتی صنایع کشور با اعطای اعتبار مالیاتی تحقیق و توسعه و حضور شرکت‌های دانش‌بنیان در صنعت محقق خواهد شد.

وی تصریح کرد: از طرف دیگر اعطای گاز ارزان قیمت و پاران‌های به صنایع نیز مشروط به توسعه زنجیره ارزش شده است و بدین ترتیب این منابع به عنوان تنفس خوراک گازی ارزان قیمت در نظر گرفته می‌شود که در صورت عدم سرمایه‌گذاری صنایع نظیر متانول سازان خام‌فروش، شاهد حذف پاران انرژی این بخش و اخذ قیمت واقعی و وارداتی گاز از این صنایع خواهیم بود.

این کارشناس انرژی با اشاره به بهینه‌سازی مصرف با سازوکارهای قیمتی و غیرقیمتی اظهار کرد: تمرکز بر غیرقیمتی در پیش گرفته شده است. در طرف مصرف علاوه بر بحث نوسازی موتورخانه‌ها، تعویض و نوسازی بخاری‌های کهنه و فرسوده در مناطق سردسیر کشور با نظام تعرفه‌گذاری پلکانی پر مصرف‌ها به سراغ حل معضل مصرف بالای مشترکان پر مصرف رفته است و مصارف خارج از عرف و لاکچری در این زمینه مدیریت خواهد شد و گرته قیمت واقعی، آزاد و حتی با اخذ عوارض و جریمه از این پر مصرف‌ها اخذ خواهد شد.

وی در پایان گفت: ورود شرکت‌های خارجی برای توسعه میدان مشترک گازی و نفتی با بازار صادراتی مشخص، امکان خودتأمینی گاز صنایع و حل ناترازی انرژی در این بخش در کنار تمرکز بر جلوگیری از خام‌فروشی صنعتی با هدایت مشوق‌های مالیاتی و پاران‌های انرژی به سمت سرمایه‌گذاری در تکمیل زنجیره ارزش و بهینه‌سازی مصرف با سازوکارهای قیمتی و غیرقیمتی از عوامل اصلی اقدامات کلیدی مجلس یازدهم در زمینه حل ناترازی و تکمیل زنجیره ارزش است.

محوریت نظارت بر حسن اجرای قانون از سوی نمایندگان مجلس در زمینه قوانین حوزه انرژی بسیار حساس باشد. از همین رو نیز انتخابات مجلس آینده در مقابله با ناترازی انرژی از نظر شناخت دقیق مصوبات و همچنین نیازمندی به تصویب قوانین جدید برای قوانین بسیار مهم و کلیدی است. انتخابات پیش‌روی مجلس شورای اسلامی و ورود نمایندگان به مجلس، از این نظر اهمیت دارد که محوریت نظارتی و حسن اجرای قوانین فعلی و همچنین نیازمندی به تصویب قوانین جدید برای مقابله با ناترازی انرژی به عنوان مسئله اصلی و کلیدی اقتصاد ایران در سال‌های آینده به طور ویژه از اهمیتی بالا برخوردار است و در صورت نبود برنامه دقیق در این حوزه یا نداشتن اشراف مناسب از سوی نمایندگان انتخاب شده در مجلس، کشور با بحران انرژی مواجه خواهد شد.

چرا مجلس اهمیت بزرگی در اصلاح ساختاری انرژی دارد؟

رسیده است. در زمینه کاهش هدررفت انرژی نیز مصوبات مهمی در جهت سیگنال دهی قیمتی و غیرقیمتی به سرتاجم رسیده است. از جمله قوانین مهمی که در این زمینه به تصویب رسیده است می‌توان به بحث مربوط به فعال شدن بازار تسویه گواهی سپرده صرفه‌جویی انرژی و طرح‌های نظیر جمع‌آوری و تعویض بخاری‌های فرسوده و تکمیل ذخیره‌سازی صنعتی گاز نیز جزو موارد دیگر حاضر در این بخش بوده است. با این وجود باز هم نظارت بر اجرای قوانین این حوزه بسیار مهم و کلیدی است، صرف تصویب یک قانون نمی‌توان به اجرای درست و دقیق آن رسید و از این رو بسیار اهمیت دارد که مجلس آینده در زمینه شناخت این قوانین کلیدی در حوزه انرژی و همچنین



تولید و توزیع تنها بخشی از مصوبات مهم مجلس در زمینه افزایش عرضه انرژی است که این مصوبات نمایندگان کمیسیون تلفیق برنامه هفتم توسعه و همچنین کمیسیون تلفیق بودجه به تصویب

انتخابات پیش‌روی مجلس شورای اسلامی و ورود نمایندگان به مجلس، از این نظر اهمیت دارد که محوریت نظارتی و حسن اجرای قوانین فعلی و همچنین نیازمندی به تصویب قوانین جدید برای مقابله با ناترازی انرژی به عنوان مسئله اصلی و کلیدی اقتصاد ایران در سال‌های آینده به طور ویژه از اهمیتی بالا برخوردار است و در صورت نبود برنامه دقیق در این حوزه یا نداشتن اشراف مناسب از سوی نمایندگان انتخاب شده در مجلس، کشور با بحران انرژی مواجه خواهد شد.

مصوبات مهم اخیر در زمینه حل معضل ناترازی انرژی و ارائه راهکارهای متنوع در جهت حل این موضوع از اقدامات افزایش بهره‌وری در تولید، هدایت منابع بخش غیردولتی به سمت توسعه میدان مشترک کشور و همچنین کاهش اتلاف انرژی در زمان

فراسو

منابع غیر رسمی می‌گویند که توافق آتش‌بس بین رژیم صهیونیستی و حماس تا ۱۰مارس (۳۰اسفند)، یعنی دو روز قبل از ماه رمضان امضا خواهد شد. گفته شده که رژیم صهیونیستی از پاسخ مفصل به پیشنهادات و خطوط کلی ارائه در طرح جدید آتش‌بس خودداری کرده‌است.

درباره فرمول کلی برای توافق آتش‌بس و تبادل اسرا میان مقاومت فلسطین و رژیم صهیونیستی توافق شده و آن گونه که منابع اسرائیلی از جمله سازمان رادیو و تلویزیون رژیم صهیونیستی گفته، توافق احتمالی تا پیش از ماه رمضان به دست خواهد آمد. یک منبع مطرح مصر به العربی‌الجدید گفته که پیش‌نویس توافق پیشنهادی شامل توقف ۴۰روزه عملیات نظامی و تبادل اسرای فلسطینی با اسرای صهیونیستی به نسبت ۱۰ به یک(۴۰ اسرائیلی مقابل ۴۰۰فلسطینی)است.

یک منبع ارشد نزدیک به مذاکرات گفته که حماس پیش‌نویس پیشنهادی برگرفته از مذاکرات پاریس درباره آتش‌بس در غزه دریافت کرده در حال بررسی آن است. طبق اطلاعات درز یافته در رسانه‌ها، فرمول پیشنهادی شامل آزادی تمام اسرای صهیونیست زن، کودک (زیر ۱۹سال)، سالمند(بالای ۵۰سال) و بیماران؛ مجموعاً ۴۰ نفر در ازای آزادی ۴۰۴اسیر فلسطینی است. هرچند حماس به طرح پیشنهادی پاسخ رسمی نداده ولی موضع جدید اسماعیل هنیه، رئیس دفتر سیاسی حماس که گفته «اتعاف در مذاکرات به معنای تسلیم شدن نیست»از نزدیک بودن به توافق حکایت دارد. هنیه طی کنفرانس مؤسسه بین‌المللی قدس گفته که «حتی اگر در مذاکرات به خاطر جان مردمان انتطاف به خرج بدهیم باز هم برای دفاع از آنها آماده هستیم.» هنیه گفته هرگونه ترمنی که ما در مذاکرات برای حفظ خون ملت خود و پایان دادن به رنج آنها در جنگ نسل‌کشی نشانی می‌دهیم،

همراه با آمادگی ما برای دفاع از ملت‌مان است. او گفته رژیم اشغالگر مرتکب شنيع‌ترین جنایت‌های قتل، نسل‌کشی و آواره کردن مردم در غزه در تاریخ بشریت شده و تأکید کرده که صهیونیست‌ها و امریکا نخواهند توانست با دسیسه‌های سیاسی به مقاصد خود برسند. رئیس دفتر سیاسی جنبش حماس گفت: «از مسلمانان و مردم خود می‌خواهیم که از روز اول ماه مبارک رمضان، محاصره مسجدالاقصی را بشکنند.

بیشتر در مرهای غزه متمرکز بوده و انجام عملیات از جبهه شمالی علیه اشغالگران کهبسابقه‌یافته است و هتداری به اسرائیل است که این جنبش توان لازم را برای ضربه زدن به دشمن در جبهه‌های مختلف دارد. نیروهای حزب‌الله در هفته‌های اخیر تلفات سنگینی را به دشمن در غزه وارد کرده و دههائینظامی صهیونیستی را کشته و زخمی کرده‌اند. حملات راکتی حماس از جنوب لبنان نشان می‌دهد که برخلاف ادعای مقامات

تندرو تل‌آویو، این جنبش تضعیف نشده و تلاش برای نابودی آن بی‌نتیجه است. **استمرار حملات حزب‌الله** حزب‌الله طبق روال ماه‌های گذشته دیروز هم با حملات موشکی مناطقی از اراضی اشغالی را هدف قرار داد. به گزارش‌المیادین،مقاومت لبنان اعلام شرقی ۷۶۹ پایگاه جیوبر و پایگاه المطار در بیت هلال واقع در شمال فلسطین اشغالی را از سمت جنوب لبنان با ۴۰موشک گراد هدف قرار داده‌است.» به گزارش‌المیادین،القسام اعلام کرد که این دو عملیات پاسخی به جنایات دشمن صهیونیستی در حق غیرنظامیان فلسطینی در غزه و ترور رهبران شهید حماس و برادران‌شان در ضاحیه جنوبی لبنان بود. طی هفته‌های اخیر عملیات القسام علیه صهیونیست‌ها

پیرالملا

سرورسین‌الملل۰۶۰۸۵۳۳۰

توافق بر سر کلیات آتش‌بس رمضان در غزه

اختلاف درباره جزئیات ادامه دارد



رژیم متوهم اسرائیل خیان می‌کند که با اقدامات علیه مسجدالاقصی می‌تواند محتوای طوفان الاقصی را از خود تپه کند.»

اختلاف در جزئیات

با وجود گزارش‌های غیر رسمی درباره نزدیک بودن به توافق آتش‌بس و اجماع بر سر خطوط کلی، یک منبع مصری به العربی‌الجدید گفته که «جزئیات همچنان مانع هستند»، چراکه طرف اسرائیلی

۱۵ جوان

روزنامه جوان | شماره ۶۹۸۱

و جزئیات مربوط به آن همچنان مورد اختلاف دوطرف است و طرف اسرائیلی از امضای هرگونه متنی که ورود مقادیر مشخصی از کمک را روزانه در طول مدت آتش‌بس الزامی می‌کند،مطرفه می‌رود. وی با اشاره به اینکه یکی از موارد اختلافی دیگر بازگشت شهروندان فلسطینی به شمال نوار غزه و شهر غزه است، گفت: طرف اسرائیلی در نشست اخیر پاریس موافقت خود را با بازگشت نسبی به این مناطق اعلام کرد، اما در جزئیات مذاکراتی که در دوحه انجام می‌شود، تل‌آویو اجازه چنین اقدامی را نمی‌دهد.

تداوم ضربات مقاومت

ارتش رژیم صهیونیستی دیروز به هلاکت دوآفسر و زخمی شدن هفت نظامی دیگر خود در نبرد با مقاومت فلسطین و کشته شدن دو نظامی دیگر خود بر اثر ابتلا به بیماری عفونی در نوارغزه اذعان کرد. مبارزان قسام حمله‌های جدیدی به مواضع اشغالگران انجام داده و دو تانک ارتش رژیم صهیونیستی را منهدم کردند. گردان‌های قسام در بیانیه‌ای اعلام کردند که مبارزان ما دو تانک مرکاوا را با موشک باسین ۱۰۵ و تاندم در شدت شهر خان‌یونس در جنوب غزه هدف قرار دادند. همچنین یکی از فرماندهان میدانی مقاومت فلسطین روز سه‌شنبه در محله «الزیتون» در شهر غزه متحمل تلفات سنگین شد. این فرمانده مقاومت تصریح کرد: بالگردها برای انتقال کشته‌ها و مجروحان سه‌بار فرود آمدند و هواپیماهای جنگی نیز برای پوشش عملیات تخلیه وارد عمل شده و در چند محور حملات شدیدی انجام دادند. وی همچنین گفت: چهارراه «دوله» خیابان «السکه» به گورستان تاک‌های مرکاوی ارتش رژیم اشغالگر تبدیل شدند. این فرمانده مقاومت فلسطین در ادامه گفت که در نتیجه این ضربات سنگین حالت سردرد گمی بر تحرکات سربازان رژیم صهیونیستی حاکم شده‌است.

حماس از جنوب لبنان هم اسرائیل را موشکباران کرد



عبری اعلام کردند دو بالگرد ارتش رژیم صهیونیستی مجروحان را به بیمارستان نظامی رامبام در حیفا منتقل کردند.از سوی دیگر، برخی منابع نزدیک به حزب‌الله مدعی شد: «نیروهای اسرائیلی مستقر در مرز لبنان حضور دشمن را رصد و مکان‌یابی کرده و مورد حمله قرار خواهند داد. اقدامات درستی اتخاذ خواهیم کرد

یک چهارم ساکنان غزه در یک قدمی قحطی

خدمات در واقع گام‌های اولیه و لازم برای از بین بردن خطر گرسنگی است.» رامش راجا سینگام، معاون دبیر کل سازمان ملل در هماهنگی امدادرسانی‌ها در وضعیت‌های فوق‌العاده نیز اظهار کرد: شرایط در غزه خطرناک است. تمامی ساکنان در عمل یاز زنده ماندن به کمک‌های غذایی بشردوستانه که ناکافی هستند، وابسته هستند و این شرایط روبه وخامت خواهد رفت. عملیات نظامی و نامنی غذایی و محدودیت‌های گسترده اعمال شده بر ورود کالا‌های اصلی موجب نابودی تولید مواد غذایی و کشاورزی می‌شود.

«عمارین جامع» نماینده الجزایر در سازمان ملل گفت: مردم غزه با یک معضل وحشتناک روبه‌رو بوده و مجبور هستند میان تهدید مستقیم کشته شدن در بمباران‌ها و مرگ دردناک به دلیل گرسنگی یکی را انتخاب کنند، «اسرائیل» از گرسنگی به عنوان ابزار جنگ استفاده می‌کند و قطعنامه‌های شورای امنیت ناکارآمدی خود را ثابت کردند.» در این جلسه نمایندگان فائو، برنامه جهانی غذا و نهاد هماهنگی امدادرسانی هشدار دادند که بیش از نیم میلیون تن از ساکنان غزه تنها یک قدم با قحطی فاصله دارند که باید هر چه سریع‌تر کمک‌های بشردوستانه به این منطقه ارسال شود.

مهاجران غیر قانونی دغدغه اول امریکایی‌ها

تحقیقات جدید مؤسسه نظرسنجی گالوپ نشان می‌دهد که مسئله حضور مهاجران غیر قانونی به معضل شماره یک در امریکا تبدیل شده و مهاجرت غیر قانونی تهدیدی حیاتی برای منافع

این کشور به شمار می‌رود.

به گزارش ایرنا، بر اساس پژوهش گالوپ اکثر امریکایی‌ها نسبت به یک ماه گذشته به‌طور چشمگیری از حضور مهاجران غیر قانونی به عنوان مهم‌ترین معضلی که کشورشان با آن مواجه‌است، نام برده‌اند. این نخستین باری است که از سال ۲۰۱۹ (۱۱میلادین بدین سو مهاجرت به عنوان بزرگ‌ترین مشکل در امریکا قلمداد شده‌است. در نظرسنجی که از اول تا ۲۰ فوریه ۲۰۲۴ (۱۲بهمن تا اول اسفند ۱۴۰۲) به عمل آمد، در حالی ۲۰ درصد از امریکایی‌ها در ماه گذشته میلادی مسئله مهاجرت غیر قانونی به امریکا را مشکل شماره یک امریکا می‌دانستند که اکنون این میزان به ۲۸ درصد رسیده‌است.

نیروهای حماس که در پنج ماه گذشته در نوار غزه تلفات سنگینی را به دشمن صهیونیستی وارد کرده‌اند، این بار از جنوب لبنان سراسرزمین‌های اشغالی را هدف قرار دادند تا نشان دهند که ضعف و سستی در این جنبش رخنه نکرده و می‌توانند صهیونیست‌ها را در جبهه‌های متعدد به چالش بکشند.

در شرایطی که صهیونیست‌ها در ماه‌های اخیر نسبت به حملات حزب‌الله از جنوب لبنان ایز نگرانی کرده بودند اکنون نیروهای حماس هم در این جبهه فعال شده‌اند که ترس اشغالگران را دوچندان می‌کند. از این رو، گردان‌های القسام (شاخه نظامی حماس) روز چهارشنبه اعلام کرد: «مقرر فرماندهی تیپ شرقی ۷۶۹ پایگاه جیوبر و پایگاه المطار در بیت هلال واقع در شمال فلسطین اشغالی را از سمت جنوب لبنان با ۴۰موشک گراد هدف قرار داده‌است.» به گزارش‌المیادین،القسام اعلام کرد که این دو عملیات پاسخی به جنایات دشمن صهیونیستی در حق غیرنظامیان فلسطینی در غزه و ترور رهبران شهید حماس و برادران‌شان در ضاحیه جنوبی لبنان بود. طی هفته‌های اخیر عملیات القسام علیه صهیونیست‌ها

رویکرد

ارتش امریکا برای آموزش اوکراینی‌ها از بودجه خود ماهه گذاشت

در پی مخالفت کنگره با تصویب بودجه ۶۰میلیارد دلاری کمک به اوکراین، ارتش امریکا چو این کم کاری را کشید و مجبور شد بخشی از بودجه خود را به آموزش سربازان کی‌یف اختصاص دهد. درحالی که دولت امریکا هر روز جمهوریخواهان کنگره را تحت فشار قرار می‌دهد که هرچه سریع‌تر قفل کمک به اوکراین را باز کنند اما مخالفت حزب رقیب، واشینگتن را به اجرای گزینه‌های دیگر وادار کرده‌است. به گزارش صدای امریکا، ارتش امریکا مجبور شده‌از بودجه خود برای حمایت و پشتیبانی از برنامه آموزش سربازان ارتش اوکراین استفاده کند، چون کنگره نتوانسته لایحه بودجه کمک بیشتر به کی‌یف را تصویب کند. لایحه مربوط به تأمین بودجه نظامی بیشتر برای اوکراین چندین ماه است که‌در کنگره متوقف شده‌و همین مسئله کمک امریکا به کی‌یف را دچار مشکل کرده و یکسری از قابلیت‌های دفاعی اوکراین را در مقابله با حملات روسیه متوقف کرده‌است. مقام‌های ارتش ایالات متحده به صدای امریکا می‌گفته‌اند: «اگر تغییراتی در این روند ایجاد نشود ارتش این کشور در اروپا و آفریقا ممکن است تا تابستان با کمبود منابع برای همه چیز از جمله حمایت از اوکراین، آموزش و عملیات با شرکای ناتو مواجه‌شود.»

اوکراین در موقعیت دشواری در جنگ با روسیه قرار دارد و علت آن هم کاهش پشتیبانی ایالات متحده‌است که تا اوایل بهار باعث کمبود مهمات برای کی‌یف می‌شود.نود گلوله‌های توپ باعث شد اوکراین از «آودیوکا» عقب‌نشینی کند. سنای امریکا پیش از این لایحه کمک خارجی ۹۵میلیارد دلاری را تصویب کرد که ۶۰میلیارد دلار به کی‌یف اختصاص می‌دهد.اما مایک جانسون، رئیس مجلس نمایندگان باوجود فشارهای سنا و کاخ سفید، هنوز آن را در کنگره به رأی‌گیری نگذاشته‌است. این درحالی‌است که ارتش روسیه در هفته‌های اخیر از فرصت کمبود تسلیحات ارسالی غرب به اوکراین استفاده کرده و چند منطقه را به تصرف خود درآورده‌است. ارتش اوکراین روز چهارشنبه اعلام کرد که نیروهای این کشور به دلیل کمبود پشتیبانی از سوی متحدان غربی کی‌یف از دورستای دیگر در نزدیکی شهر آودیوکا در شرق اوکراین که پیش‌تر نیروهای روس کنترل آن را به دست گرفته بودند، عقب‌نشینی کرده و در نتیجه مناطق بیشتری را از دست داد‌اند.

اخبار گوناگون

گاز ایران به پاکستان دوباره امریکا را حساس کرد

یک سخنگوی وزارت امور خارجه امریکا در بیانیه‌ای اعلام کرد که واشینگتن به گفت‌وگوهای دیپلماتیک با اسلام‌آباد درباره احداث خط لوله‌گاز ایران – پاکستان ادامه می‌دهد اما او جزئیاتی درباره این ریزنی‌ها منتشر نکرد. این سخنگوی وزارت امور خارجه در پاسخ به سوالی درباره از سرگیری پروژه خط لوله‌گاز ایران – پاکستان و اینکه آیا این طرح همچنان برای دولت امریکا نگران کننده است، گفت که کمک به پاکستان برای حل بحران کمبود انرژی یک اولویت برای ایالات متحده‌است. وی خاطر نشان کرد: ما از افزودن حدود ۴هزار مگاوات به ظرفیت انرژی در پاکستان حمایت کرده‌یم. پروژه‌های ما ظرفیت برق این کشور را به طرز چشمگیری افزایش داده‌اند که امروز برق خانه‌های بیش از ۵۰هلمیون پاکستانی را تأمین می‌کند. بیانیه وزارت امور خارجه امریکا یک روز پس از دریافت چراغ سبز از سوی کابینه موقت پاکستان در رابطه با این پروژه منتشر می‌شود. پس از حدود یک دهه تأخیر، کمیته امور انرژی کابینه موقت پاکستان روز جمعه کار روی فاز اول خط لوله‌گاز ایران و پاکستان را برای تقویت امنیت انرژی این کشور به تصویب رساند.

حضور بی‌سابقه ناوهای چینی در اطراف تایوان

وزارت دفاع تایوان اعلام کرد ۱۵ ناو جنگی چینی در شبانه‌روز منتهی به روز چهارشنبه در اطراف تایوان شناسایی شدند که از آغاز سال میلادی جاری تاکنون بی‌سابقه بوده‌است. وزارت دفاع تایوان گفته که پیش از ساعت شش بامداد روز چهارشنبه چین ۱۵ ناو جنگی و همچنین یک بالون به اطراف جزیره تایوان اعزام کرد. دست کم ۱۵ هواپیماهای جنگی دیگر چینی به غیر از آنها نیز شناسایی شدند. بر اساس داده‌های رسمی تایوان، از آغاز سال میلادی چنین موضوعی بی‌سابقه بوده‌است، زیرا پیش از آن به طور معمول بین چهار تا شش ناو چینی در فاصله ۲۴ساعت (در اطراف تایوان) شناسایی می‌شدند.

بهبانه جدید انگلیس برای سرکوب تظاهرات ضد اسرائیلی

وزیر کنسور انگلیس که پیش‌تر به بهانه پریشانی جامعه یهودیان ساکن در این کشور خواستار توقف تظاهرات ضد اسرائیلی شده بود، این بار فشار روی نیروهای پلیس برای تأمین نظم و امنیت عمومی را بهانه کرد تا با تکرار درخواست خود، اعتراض حامیان فلسطین را سرکوب کند. جیمز کلرولی در یادداشتی برای نشریه تایمز چپن لندن ادعا کرد که حامیان فلسطین تظاهراتی که طی چهار ماه گذشته برگزار کرده‌اند، حرف خود را به کرسی نشانداند و اکنون لازم‌است که به اعتراضات خود پایان دهند. وی مدعی شد: «برگزار کنندگان تظاهرات باید بدانند که حرف خود را با صدای بلند بیان کرده‌اند و با تکرار آن مطلب جدیدی گفته نمی‌شود.»

لوپن: ماکرون می‌خواهد نقش «رهبر جنگ» را ایفا کند

مارین لوپن، رهبر حزب راست افراطی «اجتماع ملی» فرانسه رئیس‌جمهور ماکرون را متهم به ایفای نقش «رهبر جنگ» کرد. او، این واکنشی به سخنان امانوئل ماکرون، رئیس‌جمهور فرانسه‌است که طی سخنرانی روز دوشنبه ۲۶ فوریه به تأکید کرد اعزام نیروهای غربی در آینده به خاک اوکراین را نمی‌توان منتفی دانست. مارین لوپن نوشته‌است: «من نمی‌دانم که آیا همه متوجه جدی بودن چنین بیانیه‌ای هستند یا خیر، نقش فرانسه تجسم مسیر تعادل است. بالا بردن پرچم تعهد سربازان ما در مواجهه با یک قدرت هسته‌ای اقدامی جدی و بی‌احتیاطی است. به نظر می‌رسد که امانوئل ماکرون روبه‌روز خونسردی خود را از دست می‌دهد.»

اروپایی‌ها به دنبال بازگشایی سفارت در کره شمالی

کشورهای اروپایی پس از پایان همه‌گیری کرونا، به دنبال بازگشایی سفارت‌های خود در کره شمالی هستند و در حال حاضر یک هیئت از آلمان بدین منظور در این کشور شرق آسیا است. یک سخنگوی وزارت خارجه آلمان گفته که یک تیم از این وزارتخانه درفالد در حال حاضر برای بازرسی فنی در پیونگیانگ به سر می‌برد. این سخنگو با اشاره به اینکه هنوز هیچ تصمیمی در مورد بازگشایی سفارت که در مارس ۲۰۲۰ (اسفند ۱۳۹۸) بسته شد، اتخاذ نکرده، گفت: این تیم چند روزی مشغول بازرسی محل سفارت آلمان است.

اعتصابات فلج‌کننده در نیجریه

شروع موج جدید اعتصاب گسترده و فلج‌کننده کارمندان و اتحادیه‌های کارگری در نیجریه، بخش خدمات کلیدی را در این کشور در خطر تعطیلی قرار داد. به گزارش مهر به نقل از تی‌آر‌تی، افزایش تورم و تشدید مصائب اقتصادی در نیجریه، موج جدید اعتصابات کارمندان و کارگران را در این کشور به همراه داشت. اعتصابات که بخش خدمات حیاتی این کشور آفریقایی را در معرض تعطیلی گسترده قرار داده است، بهای سوخت در نیجریه به بیش از دوبرابر و متعاقب آن تورم تشدید شده‌است. دولت تورم ماه گذشته به حدود ۳۰ درصد رسید. این رقم بالاترین سطح در حدود سه دهه اخیر محسوب می‌شود. معترضان می‌گویند که اعتراض و اعتصاب تها را جلب توجه دولت است.

