

درسهای اخلاقی



پای درس آیتا... بهجت

کدام محکمه‌ای است که انسان از دست خودش شکایت کند

خداوند ایمان کسانی را که در گرفتاری‌ها ثابت قدم بمانند، تقویت می‌کند تا هیچ ابتلائی آنها را از پا در نیآورد، و با ایمان و ذکر و انس با خدا از دنیا برونند. اگر خدا مُعین و یاور ما نباشد، هیچ کاره‌ایم.

کدام محکمه و دادگاهی است که انسان از دست خودش شکایت کند و بگوید: با اختیار خود، راه حق را نمی‌رویم و راه باطل را می‌رویم، و به اختیار خود، حق را نمی‌خواهیم و باطل را می‌خواهیم! حکم کن بر ما!

ریاضات شرعیه، عمل به واجبات و ترک محرمات است.

به‌گونه‌ای قرآن بخوان که چشم تو قرآن را ببیند، گوش تو قرآن را بشنود و قلب تو نسبت به معارف بلند او حضور داشته باشد. باید آن را از آفریننده قرآن تلقی کند، که قرآن را خدای می‌گوید و توشنوده قرآن هستی.

وای بر ما اگر روزی بیاید که اسرار پنهان ما زیور شود و معلوم گردد که از اهل علم و اهل دین نیستیم، و تنها دنیای خود را آباد کرده‌ایم، و با این هیكل و لباس و مقام، اعمال و رفتار و اقوال ما به صورت غیرمستقیم سبب انحراف دیگران شده‌ایم.

دانستنیهای خودرو

بخش مکانیک خودرو هنرستان فنی و حرفه‌ای باهنر نی‌ریز

چند راه برای رهایی خانم‌ها از دلهره رانندگی



برخی بانوان برای رانندگی چالش‌های بیشتری نسبت به دیگران دارند. بخش عمده‌ای از این مشکلات به خاطر واکنشی است که رانندگان دیگر نسبت به رانندگی آنها نشان می‌دهند.

در این مقاله به ۵ نکته مهم رانندگی خانم‌ها اشاره می‌شود تا ایمنی آنها و دیگران حفظ شود.

مری قابل اعتماد رانندگی

اجازه ندهید پدر یا همسران رانندگی را به شما یاد دهند. چرا که آنان به خاطر علاقه‌ای که به شما دارند، زیر پا گذاشتن برخی قوانین راهنمایی و رانندگی توسط شما را نادیده می‌گیرند.

تمرین

هر وقت فرصتی برای رانندگی دارید، از آن بهره ببرید و تمرین کنید. هرچه بیشتر رانندگی کنید بیشتر یاد می‌گیرید و راننده بهتری خواهید بود.

پارک کردن بدون کمک دیگران

یکی از بزرگترین مشکلات رانندگی بانوان، پارک کردن خودرو است که ممکن است خودرو را در جوی بیندازد یا به دیگر خودروها بزند.

در این مورد نباید احساس شرمساری کنید چرا که این مشکل برای تمام افراد جامعه اتفاق می‌افتد. با تمرین می‌توان این مشکل را نیز برطرف کرد.

برای حرکت با دنده عقب و پارک خودرو،



عاشقانه‌های من و نفیسه

شده بود و دیگر آن دختر هفده هجده ساله نبود که باید به حرف خانواده‌اش گوش می‌کرد...

عقدمان در اوج سادگی هر چه تمام‌تر بر گزار شد و زن و شوهر شدیم... قرار بود به پای هم پیر شویم و تا ابد در کنار هم بمانیم اما... نفیسه حساس شده بود... به همه چیز و همه‌کس... به حرف‌زدن من با مشتری‌های خانم مغازه‌ام... به احوالپرسی کردن با دختر همسایه، به همه چیز حساس بود. به خاطر خیانت همسرش در زندگی مشترک قبل، ضربه بدی خورده بود و این حساسیتش را بیشتر می‌کرد. گاهی خودم را محدود می‌کردم و سعی داشتیم طوری رفتار کنم که او حساس و اذیت نشود اما نمی‌شد.

اگر یکی از خانم‌های مغازه‌دار همسایه به مغازه‌ام می‌آمد و برای چند دقیقه صحبت می‌کردیم و او ایلا بود. می‌گفت تمام درد دل‌ها و حرف‌های برای من و خانواده‌ات. با هیچ زنی به جز مشتری‌های مغازه‌ات حرف‌زن، اما من نمی‌شدم؟

نداشت. غصه خوردیم، تلاش کردیم، به آب و آتش زدیم... اما نشد که نشد. بهتم زد و تمام خاطرات مشترک و قدیمی‌مان مثل یک فیلم سینمایی از جلوی چشمانم رد شد. چقدر دوست داشتم نفیسه‌را...

از همان روز اول دانشگاه از او خوشم آمد... با همه‌ی دخترهای کلاس فرق داشت. باوقار بود و سنگین. بی‌جهت نمی‌خندید و در عین متانت و احترام، به کسی اجازه نمی‌داد پایش را از گلیشم بیشتر دراز کند.

پسری نبودم که به سادگی دل ببندم و با هر دختری دمخور شوم، کاری که اکثر پسران کلاس و دانشگاه برایشان به راحتی آب خوردن بود...

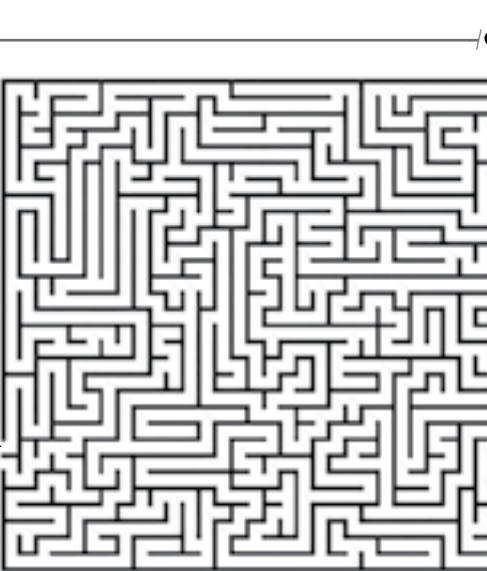
خیلی طول نکشید که به هم نزدیک شدیم. شماره‌ها رد و بدل شد و پیام‌ها شروع. هم اشتراک زیادی با هم داشتیم و هم تفاوت‌هایی فاحش... اهل خیانت نبودیم. هیچ‌کدام! اما خانواده نفیسه زیادی مذهبی بودند و فرهنگشان با ما زیاد جور نبود. سفت و سخت نماز می‌خواندند و روزه می‌گرفتند و برایشان مهم بود دامادشان هم اهل نماز و روزه باشد، چیزی که من نبودم و در تحقیقات اولیه، آن را به راحتی فهمیدند...

نفیسه جلوی‌شان ایستاد اما تأثیری

آشپزی با عشق

راضیه یزدی نژاد/مدرس آشپزی
https://www.instagram.com/R.yn151

موس انار، شیرینی شب یلدا



مواد لازم:

پنیر خامه‌ای کم‌نمک: ۲۰۰ گرم / خامه‌قنادی: ۳۰۰ گرم
ژله‌انار: دو بسته / آب: ۱ لیوان / شیر: ۱ لیوان
پودر ژلاتین: ۱ قاشق چایخوری

دستور پخت:

پودر ژله و ژلاتین و آب را مخلوط و بنماری کنید و کنار بگذارید تا ولرم شود. (بنماری=حرارت غیر مستقیم با استفاده از آب) خامه را با دور تند همزن فرم دهید و سپس پنیر را اضافه و یکدست کنید. شیر را بیفزایید و هم بزیند. ژله اناری را که ولرم شده اضافه کنید و مدام هم بزیند تا یکدست شود. مواد را در قالب چرب شده بریزید و به مدت ۸ ساعت در یخچال قرار دهید تا ببندد. حالا از قالب جدا کرده و با انار دانه شده تزئین کنید.

زندگی شاد

فاطمه کاربخش مسئول بخش داخلی بیمارستان نی‌ریز

روزنوشت‌های یک پرستار



بودند و چندین صعود در کارنامه داشتند. سرپرستم از بهترین اساتید، باتجربه‌ترین، قانونمندترین و از افتخارات شهر بود که صعود به قله‌های ایران و سایر کشورها یادگار پشتکار او بود. همیشه می‌گفت: «بهانه‌های تو به تیم ربطی ندارد. کار گروهی بهانه شخصی ندارد.»

وقتی کوله‌پشتی شانه‌هایم را تحت فشار می‌گذاشت و ورزش را بر تمام بدنم تحمیل می‌کرد، او بود که در اولین فرصت سریع تمام وسایلم را بیرون ریخت و کیسه خواب و وسایل را با مهارت سر و سامان می‌داد. آنوقت متوجه می‌شدم که کوله‌پشتی چقدر از بی‌سوادی من کولی می‌گرفت. سخت‌گیری‌های استاد داشت مرا به فرد بهتری تبدیل می‌کرد و کوه انسانی سرکش، مغرور و متکبر را به تواضع فرامی‌خواند.

من که هر روز شیفت پرستاری بودم و شغلم و بهانه‌های زندگی تغییر را برابم سخت کرده بود، اکنون به فرد دیگری بدل می‌شدم.

کوه حال دلت را خوب و ذهنت را نان و پنیر می‌پیچید. گفته بودم: «می‌روم کوهنوردی.» از طرفی نمی‌شد تیم ۲۰ نفره منتظر من بمانند. قانونمندی و اقتدار سرپرست گروه اجازه این درخواست را به من نمی‌داد.

تصمیم گرفتم بروم. کوله پشتی‌ام به امید دیدن تیم کوهنوردی ۱۰ دقیقه بعد داخل ماشین بود.

شهر خواب و جاده خلوت بود. قبلاً یک بار مسیر را با تیم آمده بودم اما در شناسایی موقعیت جغرافیایی ضعف داشتم. ذهنم تحلیل می‌کرد که اگر ماشین‌ها را کنار جاده ببینم آنوقت بقیه مسیر را به یاد می‌آورم و وقتی آنها سر چشمه برای صبحانه ماندگار شوند به آنها می‌رسم.

اما کنار جاده ماشین‌ها نبودند. ترس درون‌ام اجازه نداد که مسیر نامعلوم بروم. هنوز ۵:۱۵ بود. مادرم ساعت ۱۰ منتظرم بود نه این وقت روز. سه هفته از کوه دور بودم. خودم هم دلم نمی‌خواست به خانه برگردم. باید مسیرم را عوض می‌کردم. تصمیم گرفتم بروم بیدبخون. ماشین را کنار تلمبه نی‌ریزی پارک کردم. جایی که قبلاً با تیم کوهنوردی حرکت را آغاز کرده بودیم.

ساعت ۵:۳۰ کوله‌پشتی به کول و چوب به دست حرکت کردم. به مسیر آگاه بودم. هوا گرگ و میش بود اما امنیت داشت. از دور چنارهای بیدبخون اندازه بوته بودند. سگها پارس کنان به طرفم می‌دویدند و در نزدیکی من دم تکان می‌دادند.

یادم آمد وقتی سینه‌کشی قله دنا را بالا می‌رفتیم و آن هنگام که نفس‌هایم به خاطر ارتفاع به شماره افتاده و صورتم به دلیل کاهش اکسیژن کیبود شده بود سرپرست تیم می‌گفت: «تاباست، بیاب، حرکت کن، تیم نمی‌تونه معطل تو بشه.» آن زمان پشت سرم گروه پیوسته حرکت می‌کرد و وقتی می‌ایستادم تا چند ثانیه نفس بگیرم آنها مجبور به توقف می‌شدند. جلودار مرتب مرا پشت سرش می‌خواند. اگر زیر پایم را نگاه می‌کردم سرگیجه می‌گرفتم. خواب هم نمی‌دیدم روزی چراغ‌های سی‌سخت و یاسوج به من از قعر زمین حسادت کنند. آنجا ذهنت پاک می‌شود از خاطرات و انگار تازه متولد شده‌ای فقط به اوج می‌اندیشی.

وقتی قله دال از قله‌های دنا را فتح کردم به خودم تبریک گفتم. می‌دانستم سرپرستم با همه تلخی و سختگیری که دارد به من افتخار می‌کند که تیشم را دچار مشکل نکرده‌ام. بقیه حرفه‌ای

هر چیزی با کار تیمی، نظم، سخت‌کوشی، نظارت قاطعانه و همدلی نتیجه بهتری می‌دهد. تغییر به تو نشان می‌دهد که می‌شود از زمان بزرگ‌تر شد.

تا ساعت ۱۰ کمکشان ایستادم و بعد از آن ساعت ۱۰ نیم عکس‌های بیدبخون را با مادرم مرور می‌کردم و سپس آرام و عمیق خوابم برد.