



درباره دانشگاه جامع علمی کاربردی

دانشگاه جامع علمی کاربردی یکی از دانشگاه های وابسته به وزارت علوم - تحقیقات و فناوری است که با هدف ارتقای سطح مهارت شاغلین بخشهای مختلف اقتصادی و افزایش مهارت های حرفه ای فارغ التحصیلان مرکز آموزش که فاقد تجربه اجرایی می باشند تشکیل و با به کارگیری و سازمان دهی امکانات، منابع مادی و انسانی دوره های علمی کاربردی در مقاطع کارشناسی و کارشناسی اتمام می کند.

دانشگاه جامع علمی- کاربردی تنها متولی تنظیم آموزش عالی علمی- کاربردی است که زود نظر وزارت علوم، تحقیقات و فناوری اداره می شود. هدف دانشگاه جامع فراهم آوردن موجهایی است که مشارکت سازانها و دستگاههای اجرایی دولتی و غیر دولتی را برای آموزش نیروی انسانی مشخص و مورد نیاز بخشهای مختلف اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی کشور می باشد به نحوی که دانش آموختگان بتوانند برای فعالیتی که به آنها محول می شود، دانش و مهارت لازم را کسب نمایند.

دانشگاه جامع سهولیت برنامه ریزی، سازماندهی، پشتیبانی های کارشناسی، عملیاتی، اطلاعات و سیاستگذاری کلان و نیز نظارت و ارزشیابی مراکز و موسسات علمی کاربردی را بر عهده دارد.

مراکز و موسسات آموزش عالی علمی- کاربردی زیر نظر دانشگاه، رکن اجرایی آموزشهای علمی- کاربردی و به قصد ارتقای دانش کار و ایجاد مهارت های مناسب با حوزه فعالیت شغلی افراد تاسیس شده است.

اهداف آموزشیهای علمی کاربردی

۱- ایجاد پستر مناسب برای فعالیت همه چشمتخصصی، تخصصی و دانشگاهی، در گسترش اشتغال دانش و پژوهش علمی کاربردی کشور.

۲- ارتقای شایستگیهای کیفی و کمی

آموزشهای کاربردی در جامعه

۳- فراهم سازی زیر بنای مناسب به منظور به کارگیری توان دانش آموختگان دوره های نظری در حل مسائل کاربردی.

۴- زمینه سازی زیربنای مناسب برای ایجاد اشتغال تکنولوژی نوین.

<http://www.uast.ac.ir/DocLib/aboutuniversity.aspx>

تاسیس ۶ موسسه

علمی کاربردی جدید و تبدیل ۲۰۰ برنامه درسی از نظری به مهارتی

رئیس دانشگاه علمی- کاربردی با اشاره به راه اندازی رادیو مهارت از اسناد گفت، با کمک دانشگاههای فنی- حرفه‌ای و علمی کاربردی و سازمان فنی- حرفه‌ای به مرور زمان این رادیو به یک برنامه ۲۴ ساعته با فرکانس مشخصی خواهد رسید.



عبدالرسول پور عباس در همایش روسای دانشگاهها با بیان اینکه شش موسسه آموزش عالی علمی کاربردی جدید در دستگاههای اجرایی کشور از جمله قوه قضاییه، سازمان بهداشتی و غیره تاسیس شده است، افزود: ۲۰۰ برنامه درسی از حالت نظری خارج و به شکل مهارتی تغییر محتوا می‌دهند. وی با بیان اینکه ۱۵۷ مرکز آموزش علمی کاربردی در حوزه کار و صنعت تاسیس شده است، اظهار کرد: ۳۰۰ تا این است که در آینده تنها ۷۰ درصد دانشگاهیان در رشتههای نظری و ۳۰ درصد مابقی در رشتههای مهارتی تحصیل کنند. وی در ادامه از روسای دانشگاهها خواست که در صورت سازمان دهی بخش های جدید دانشگاه، این امکانات را به سمت مهارتی بخش ببرند.

<http://www.uast.ac.ir/DocLib>

اجرای طرح کرسی های آزاد فکری در مراکز استان تهران

کرسی های آزاد فکری در خرداد ماه اسال در ۴ مرکز علمی کاربردی برگزار خواهد شد. حبیب الاسلام و السلسلین پلندی معاون فرهنگی دکتر نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاه ضمن بیان این خبر، هدف از اجرای این برنامه را به وجود آمدن فضای استدلالي، خود اتکایی فکری ، رشد سطح فکری دانشجویان و ارتقای فرهنگ نقدپذیری بین دانشگاهیان عنوان کرد. جمهوری اسلامی یا جمهوری ایرانی؟، ازدواج دانشجویی مفید یا مضر؟ ... از موضوعات مورد بحث در این جلسات خواهند بود.

این جلسات سال گذشته در ۴ مرکز علمی کاربردی با موضوعات مختلف فرهنگی ،



مقام معظم رهبری: شعار اسلام، تولد ملی، حمایت از کار و سرمایه ایرانی می باشد

مقام معظم رهبری، شعار اسلام، تولد ملی، حمایت از کار و سرمایه ایرانی می باشد. رهبر معظم انقلاب در پیام به مناسبت حلول سال ۱۳۹۰ تاکید کردند.

شعار اسلام، تولد ملی، حمایت از کار و سرمایه ایرانی حضرت اب‌الله خاتمه فی‌ وهر معظم انقلاب اسلامی در پیامی به مناسبت حلول سال ۹۱ هجری قمری و حضور چهارگانه ملت ایران در عرصه های اقتصادی و یک ضرورت فلسفی و خاطر نشی کردند. بخش مهمی از عباد اقتصادی منتهای تولد ملی است که اگر ملت با همت، عزم و ایستادگی و راهبردی و برنامه ریزی درست مسئولان متذلل مشکل تولد عاملی را حل کند بدون دردی بر چالشهایی که دشمن ایجاد می کند غلبه خواهد کرد.

ایستادگی و همت و استقلال اقتصادی و آباد ملت برای حرکت به سوی روزی دافان هر سال جدید، تولد ملی، حمایت از کار و سرمایه ایرانی را به میزان شعار سال ۹۱ معرفی کردند.

سایت دفتر مقام رهبری

دینی و اجتماعی با استقبال پژوهشور دانشگاهیان برگزار گردید.

به همت بسیج دانشجویی دانشگاه جامع علمی کاربردی از مجموعه نمایشگاهی سالروز فتح خرمشهر رونمایی شد

بسیج دانشجویی دانشگاه جامع علمی کاربردی به مناسبت فرارسیدن سوم خرداد سالروز فتح خرمشهر مجموعه نمایشگاهی را با ۱۵ عنوان تابلو تولید و با حضور مسئولین سازمان بسیج دانشجویی در محل این سازمان رونمایی نمود.

این نمایشگاه سوم سقوط تا آزاد سازی خرمشهر شهر را به روایت متن و تصویر به دانشجویان معرفی و زوایای مختلف این رویداد مهم تاریخ دفاع مقدس را بررسی می نماید.

شایان ذکر است که این مجموعه نمایشگاهی از روز شنبه ۲۳ اردیبهشت ماه در بین پانگه های بسیج دانشجویی، مراکز علمی کاربردی استان تهران و سراسر کشور توزیع می شود.

منبع خبر: سایت دفتر مقام رهبری

خبرهایی از مرکز آموزش علمی کاربردی پیشتازان آئین زندگی

دی ماه ۱۳۹۰

به همت بلند انجمن های علمی رشته های مربی کودکان استثنایی و مربی معلمان ذهنی مرکز آموزش علمی- کاربردی پیشتازان آئین زندگی، در روز یک شنبه ۹/۱۱/۹۰ همایشی با عنوان بررسی نیازها و توانایی های کودکان استثنایی با حضور نمایندگان محترم مجلس شورای اسلامی، مسئولان سازمان بهزیستی، جمعیت هلال احمر، کارشناسان اداره آموزش و پرورش استثنایی برگزار گردید.

همایشی با عنوان بررسی نیازها و توانایی های کودکان استثنایی

در همایش مذکور آقای زمانی نماینده محترم مجلس و سخنگوی فراکسیون اجتماعی مجلس شورای اسلامی و آقای جلیل نراقی نماینده محترم کمیسیون سختگیری فرموده، پنج مقاله از طرف دو نفر از استادان و سه نفر از دانشجویان ارائه و جمعی از دانش آموزان مقاطع مختلف مجتمع های آموزشی استثنایی با ارائه کارهای هنری و فرهنگی نقشی افرینی نمودند. در این همایش، مرکز آموزش علمی- کاربردی شرکت تعاونی پیشتازان آئین زندگی میزبان مدیر محترم امور دانشجویی دانشگاه جامع علمی- کاربردی و جمعی از مسئولین وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی و استادان و فعالان و پیشگويان عرصه آموزش بود.

۹/۱۱/۱۳۹۰ به مناسبت فرهنگی دانشجویی مرکز به همراه جمعی از دانشجویان از جشنواره عکس شهر منج" که توسط خانه استان ایران به نمایش گذاشته بود بازدید به عمل آوردند.

۹/۱۱/۱۳۹۰ انجمن علمی دانشجویی رشته تربیت مربی مراکز پیش از دبستان کارگاه آموزشی "کنترل مهارتهای ارتباطی و ارتباط موثر" را با حضور دانشجویان در سالن اجتماعات مرکز برگزار نمود در این کارگاه، چگونگی برقراری ارتباط صحیح با دیگران مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

آئین زندگی

سرگزارى نمایشگاه عکس» نقله رهایی» (انقلاب اسلامی به روایت تصویر) توسط بسیج دانشجویی حسب اطلاعیه و اعلامیه دانشجویان علاقمند به شرکت در مسابقه اینترنتی (مردم سالاری دینی با میراث ماندگار) . سرگزارى مسابقه فرهنگی به مناسبت فرارسیدن سومین سالگرد پهلوی انقلاب اسلامی به حسب بیانیه دانشگاه جامع علمی کاربردی به مناسبت سالروز ورود امام خمینی به ایران روی شرکت دانشجویان در نمایشگاه تحت عنوان بهیشت (شهادت زور و نفاق قدیم و جدید) که توسط بسیج دانشگاه جامع برگزار گردیده بود.

۹/۱۱/۱۳۹۰ هفته وحدت سرافرازی با تولد بزرگ پیامبر عظیم الشان اسلام حضرت محمد مصطفی (ص) بزرگ رسول خداوند به همین مناسبت با نصب پلاکارد و تراکت تبریک و تهنیت و بخش شیرینی از دانشجویان پذیرایی به عمل آمد.

۱۷۵۰۱ بهمن ماه ۹۰ برگزاری کارگاه آموزش نرم افزار آمار SPSS توسط معاونت آموزش مرکز پژوه استادی که در پایان به شرکت کنندگان گواهی اعطا گردید.

۹/۱۱/۱۳۹۰ به مناسبت روز نیروی هوایی تراکت تبریک و مقاله ای با همین موضوع روی بردها نصب گردید.

۹/۱۱/۱۳۹۰ معاونت آموزشی و پژوهشی مرکز اقدام به برگزاری کارگاه روش تحقیق پژوه استادی نمود. در کارگاه مذکور ۱۵ نفر از مدرسين مرکز حضور یافته و در پایان به ایشان گواهی شرکت در کارگاه اعطا گردید.

۹/۱۱/۱۳۹۱ به مناسبت فرا رسیدن میلاد حضرت محمد(ص) و میلاد حضرت امام جعفر صادق (ع) مرکز آئین بندگی و پلاکارد و تراکت تبریک روی بردها نصب گردید و از دانشجویان با شکلات و شیرینی پذیرایی به عمل آمد.

اسفند ماه ۱۳۹۰ ۱۷۵۱۶۱۵ اسفند جلسه معارفه با دانشجویان پوهانی ورودی اسفند ۱۳۹۰ توسط مسئولین مرکز برگزار گردید.

۹/۱۱/۱۳۹۲ به مناسبت روز بزرگداشت شهدا تراکت روی بردها نصب گردید. «کسب مقام اول در رشته دکنله خوانی مرحله نهایی نهمین جشنواره عزرب دانشجویان کشور توسط دانشجو اعظم السادات ساجدی که از طرف رئیس مرکز با اهدا لوح و جایزه نقدی از ایشان تقدیر به عمل آمد.

نقشه محبوب معاونت فرهنگی

۹/۱۱/۱۳۹۵ نمایشگاهی از آثار دستي و هنري دانشجویان رشته راهنمایی آموزشی در سالن اجتماعات با حضور دانشجویان و به سرپرستی استاد محمین برگزار گردید. در این نمایشگاه آثار هنری و کارهای دستی دانشجویان که بصورت آزار کمک آموزشی قابل بهره برداری می باشد به معرض نمایش گذاشته شده بود.

۹/۱۱/۱۳۹۴ به مناسبت فرارسیدن جشنی ضمن نصب پلاکارد و تراکت تبلیست، مسابقه فرهنگی با عنوان "گیام امام حسین(ع)" برگزار و به نفر اول جایزه ای اهدا گردید.

۹/۱۱/۱۳۹۲ به مناسبت آغاز سال میلادی همایش ملی تحت عنوان "چشم انداز تعاونی در ایران" در مرکز آموزش علمی- کاربردی شرکت تعاونی پیشتازان آئین زندگی برگزار گردید. در این همایش جناب آقای دکتر حسینی نماینده معاون محترم امور تعاون وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی - جناب آقای علیمی مدیرعامل محترم بانک توسعه تعاون، جناب آقای دکتر مومنی رئیس هیئت مدیره و مدیرعامل صندوق ضمانت سرمایه گذاری تعاون و جناب آقای دکترسید زاده مدیرکل ترویج امور تعاون وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی و نماینده از مدیران و معاونین وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی و خانه تعاونگران حضور داشتند. محورهای همایش : نکاهی جهانی به تعاون، تعاون افکار توسعه پایدار، چشم انداز تعاون در سال ۱۳۹۱ و برنامه ویژه تجلیل از فعالان و پیشگويان عرصه آموزش بود.

همایش ملی تحت عنوان «چشم انداز تعاون در ایران» در مرکز آموزش علمی کاربردی شرکت تعاونی پیشتازان آئین زندگی برگزارگردید

بهمن ماه ۱۳۹۰

۹/۱۱/۱۳۹۲ آغاز دهمه فجر انقلاب اسلامی که با شعار خون جوانان انقلابی مهمن عزیزان آبیاری شد معادف بود با شهادت امام حسن عسکری (ع) به روایتی دیگر در تاریخ اسلام نصب تراکت تبلیست در بردها فضای مرکز با تمایلهایی از حضرت امام خمینی (ره) و پرچم های انقلاب و ایران عزیزان و کلمات قصار امام راحل آفین بندی و با بخش سرودهای انقلابی سعی در به یادآوری روزهای عظیم انقلاب گردید. در این ایام که اولین روزی مناظره بود با اول مهر ۱۳۹۲ هجری قمری با هماهنگی ستاد ویژه دهمه فجر دانشگاه علمی- کاربردی برنامه های زیر اجرا گردید.

آئین بندی و نصب پوستر.

شخصیت شناسی با کیک مورد علاقه

چه کیک‌ی دوست دارید

می‌خواهیم سرگرمی جدیدی را به شما پیشنهاد بدیم تا از این پس کیک‌ها و شیرینی‌ها برایتان جذاب‌تر باشد. قفسه از این قرار است که:

شاید شما هم جزو افرادی باشید که از خوردن کیک‌های لذیذ و خوشمزه لذت می‌برید. به هر حال ظاهر این قبیل شیرینی‌ها به قدری فریبنده است که هیچ‌کس نمی‌تواند از خوردنشان خودداری کند. اما می‌خواهیم سرگرمی جدیدی را به شما پیشنهاد بدیم تا از این پس کیک‌ها و شیرینی‌ها برایتان جذاب‌تر باشد. قفسه از این قرار است که بین کیک مورد علاقه و ابعاد شخصیتی شما ارتباط مستقیمی وجود دارد.

کیک شکلاتی

اگر کیک شکلاتی را می‌پسندید دست و دلباز هستید و همیشه برای کمک به دیگران آمادگی دارید. خلاقیت زیادی در شما موج می‌زند و فردی ماجراجو - بلندپرواز و در پاره‌ای موارد احساساتی هستید. ممکن است در ظاهر فردی سرد و خشک به نظر برسید اما در باطن خونگرمید. از ریسک کردن در زندگی نمی‌ترسید و دوست دارید زندگی شما از حد متوسط بالاتر باشد. محبت به دیگران رشایت خاطر زیادی را برایتان به همراه دارد.

کیک فوئرنگی

فردی دوست‌داشتنی، خونگرم و احساساتی هستید. همیشه برای مراقبت اطرافیانان تلاش می‌کنید و همواره برای حل مشکلات آنها پیشقدم می‌شوند. زودرنج هستید و موضوعات کوچک به سرعت شما را ناراحت می‌کند. گاهی اوقات توجه به احساسات، بیش از حد در زندگی شما تاثیر می‌گذارد.

کیک وانیلی

شوخطبع و بامزه هستید. بعضی وقت‌ها گستاخ می‌شوید. فرد کم‌تحرکی نیستید اما در پاره‌ای موارد شک و تردید شما را از انجام فعالیت‌هایتان بازمی‌دارد و انگیزه لازم را

برای ادامه مسیر از دست می‌دهید.

اطرافیانان از بودن در کنار شما لذت می‌برند ولی باید مراقب باشند که باعث خشم و عصبانیت شما نشوند. به هر حال دوستی‌های شما اغلب دوام زیادی دارد.

دعوا و پرخاشگری می‌شوید. گاهی اوقات فرد صبیب و غریبی هستید و خصوصیات ویژه‌ای در شما دیده می‌شود. همواره دوست دارید وفادار، صادق و وظیفه‌شناس باشید.



کیک لبرویی

در زندگی فرد راحتی هستید. شمرده سخن می‌گویید و هنگام حرف زدن از دست‌هایتان استفاده می‌کنید. در صحبت کردن مهارت دارید و به‌طور حتم معلم خوبی می‌شوید. گاهی اوقات دوست دارید رهبری گروهی را برعهده بگیرید و همیشه دوستان زیادی در اطراف شما به چشم می‌خورند.

دانشجو - مرشدیه وکیلی
iranian.fi منبع

کیک هویج

اگر کیک هویج را دوست دارید، همیشه مایلید لیخند بر لب داشته باشید و فردی بذله‌گو، شوخطبع و دوست‌داشتنی هستید. اطرافیان شما از بودن در کنارتان خوشحالند. دوستان شما افراد باوقا و صادقی هستند. قلب مهربان و پرشوری دارید و گاهی اوقات نسبت به بقیه، خصوصیات اخلاقی متفاوتی را نشان می‌دهید.

کیک میوه‌ای

به دنبال کارهای پرماجرا و پرحادثه هستید. از نظرات جدید و ایده‌های تازه استقبال می‌کنید. هنگام عصبانیت به سرعت آماده

سلامت

خانم‌ها از امروز این ۷ ماده غذایی را استفاده کنید!

را از دست می‌دهند. خوردن این مایمی می‌تواند در پیشگیری از بیماری‌های قلبی مفید باشد.

۵- آب الیاف

بصرف آب الیاف نه به دلیل ویتامین C آن بلکه به دلیل آنتی اکسیدان‌های موجود در آن توصیه می‌شود. آنتی اکسیدان‌های موجود در آب الیاف می‌تواند از رگد پائتری در دیواره عفته جلوگیری کند.

۶- ماست یونانی (ماست چکیده پروتئین) خوردن این ماست به دلیل داشتن پروتئین بالا به کاهش وزن و حفظ ماسه‌چه‌ها کمک می‌کند.



۲- بنار کتان

دانشمندان ترکیب‌های مفیدی را هستند. چربی‌های امگا ۳ و فیبر در بنار کتان یافت می‌شود. ۴۰ گرم بنار کتان می‌تواند به کاهش تری‌گلیسرید کمک کند. البته پزشکان مصرف بنار کتان در دوران بارداری را پیشنهاد نمی‌کنند.

۳- کلم پهنج

این گیاه خوراکی که حاوی آنتی اکسیدان‌ها است از چشم محافظت می‌کند و علاوه بر این سرشار از ویتامین C و کلسیم است.

۴- ماهی

مصرف ماهی پختنومنی ماهی آزاد یا بایل روغن موجود در آن می‌تواند به رشد چتین در دوران بارداری کمک کند. همچنین از آنجایی که درسد بانی از زنان بر اثر بیماری‌های قلبی جان خود

و به رفع مسمومیت کبد و کلیه‌ها و بهبود سیستم ایمنی بدن کمک می‌کند.

خند، درممان بی‌خوابی، موگر بوده، خاصیت ضد سرطان دارد. خواصی ضد قارچ و ضد باکتری

از دیگر تأثیرات آن است. روشن کنید، در جلوگیری از فلد دندان کاربرد دارد. صوفتین در درمان التهاب و تورم لته مفید است. برگ‌های کتید، سرشار از مواد آلمانی هستند که در گذشته با دیگر گیاهان برای درمان اسهال، جونی و ویا کال برد داشتند.

آرد کتید سرشار از آنتی‌آکسید است و ۳ برابر شکر کلم دارد. آرد کتید با کتید به خوبی در سبزیجات خوراک‌های مرغ یا گوشت و همچنین در سبزیجات پخته شده به کار رفته و همچنین در معطر باشتن پتور، سالادهای تخم مرغ، سس‌های اساسی آن کره یا نان معطر هست کاربرد دارد. کتید معدن مواد معدنی قابل جذب است و دارای ماینزیم، کلسیم، آهن، سلنیس، آلومینیوم، کروم، منی، نیکل، سدیم و چتدین فایز و شبه فاز دیگر است. اثر کتید بیشتر به علت داشتن ویتامین‌های زیاد آن، به ویژه ویتامین‌های ب است.

کتید یک غذای با ارزش برای انسان است که دارای خواص گوشت است ولی ضرر آن را ندارد. کتید، قوت، جوانی، تعادل زندگی و صحت را به انسان می‌بخشد. اثر آن در تعویض سلول‌های کهنه بدن بسیار سریع است و در تسهیل تکرار عمل آن قابل تحسین است و در رفع آلامی مانند سرطان، سل، کم خونی بی‌تأثیر است.

منبع: HAMSHAHRIONLINE.ir

کامل ترین میان وعده غذایی

از نظر پژوهشگران، ذرت بو داده یک میان وعده غذایی عالی است. تپنی از پژوهشگران دانشگاه اسکارتون و پنسیلوانیا دریافتند که آنتی اکسیدان موجود در ذرت بو داده بیشتر از میوه‌ها و سبزیجات است.

آنتی اکسیدان ترکیبی از مواد شیمیایی است که به عقیده پژوهشگران انسان را در مقابل سرطان و انواع بیماری‌ها، بخصوص بیماری‌های قلبی محافظت می‌کند.

بر اساس گته‌های چو ویتسون که نتایج تحقیق در این خصوص را در نشست سالانه انجمن شیمی آمریکا رتاکا «ذرت بو داده کامل ترین میان وعده غذایی است».

ویتسون پژوهشگری است که به پیش قراول بودن در عرصه تحقیقات مربوط به رژیم‌های مای موجود در شکلات، دانه‌های روغنی و مواد غذایی معروف است.

تحقیقات گذشته چوچد آنتی اکسیدان موسوم به «پلی‌فئول» در ذرت را تایید کرده‌اند.

ویتسون تاکید دارد که تولید ذرت را جایگزین میوه و سبزی کرد، زهرا این دسته از مواد غذایی حاوی مواد مغذی مهمی هستند.

منبع: SALAMATNEWS.COM

گردآوری و تنظیم: دانشجو مرشدیه وکیلی

لیوان آب و مشکلات

استاد گفت: من هم بدون وزن کردن نمی‌دانم دقیقاً وژنس چقدر است اما سوال من این است: اگر من این لوان آب را چند دقیقه همین‌طور نگه دارم، چه اتفاقی خواهد افتاد.

شاگردان گفتند: هیچ اتفاقی نمی افتد استاد پرسید: خوب، اگر یک ساعت همین طور نگه داریم، چه اتفاقی می افتد؟ یکی از شاگردان گفت: دست نان کم کم درد می گیرد، حق با توست، حالا اگر یک روز تمام آن را نگه داریم چه؟

شاگرد دیگری جسات را گفت: دست نان
بی حس می شود. عضلات به شدت تحت
فشار قرار می گیرند و فلج می شوند. و
مطمئناً کار نان به بیمارستان خواهد گسید و
همه ساگردان خندیدند استاد گفت: خیلی
خوب است ولی آنرا در این مدت وزن لیوان
تغییر کرده است؟ ساگردان جواب دادند: نه
بس چه چیز باعث درد و فشار روی عضلات
می شود؟ عن چه باید بکنم؟

شاگردان هیچ سواد و یکی از آنها گفت: اسوان را زمین بگذارید. استاد گفت: دنیا مشکلات زندگی هم مثل همین است. اگر آنها را چند دقیقه در ذهن تان نگه دارید، اشکالی ندارد. اگر مدت طولانی بوی به آنها فکر کنید، به درد خواهند آمد. اگر بیشتر از آن نگه شان دارید، فلج نان می کنند و دیگر قادر به انجام کاری نخواهند بود.

فکر کردن به مشکلات زندگی مهم است اما مهم تر آن است که در بابت هر روز و بیسی از خواب، آنها را زمین بگذارید به این ترتیب تحت فشار قرار نمی گیرند. هر روز صبح سر حال و قوی بیدار می شوید و قادر خواهید بود از عهده هر مسئله و حالتی که برایتان بیسی می آید، برآید! دوست من، بدت باشد که لبوان آب را همین امروز

زمن بگزار زندگی همین است!

سد خبر انسانها را می سازد
کار سخت
صمیمیت
تعهد

روزی دو مرتبه بخورند و
یکی از آنها را به کف دست
سپهر بود و دیگری را به
نواختن هم بار کند و هر یک
یورگی را صند می گردانند
تک طرف بر از پنج می گردانند
بعائد و فاسد است و اما هم
بی تجربه یک ماهی را که از
ویاره آن را به آب می اندازند

ماہر گھر میں ہر کام سب سہاگہ ہیں
 حاجرا یوں، از این کہ می دید دوستش تمام
 مدت وقتش را تلف می کند سرانجام کاسہ
 صبرش بپریز سد و برسد: جوا ہر چی
 ماہی بزرگ صید می کنی دوبارہ نوی آب
 می انداز؟

ماهیگیر بی تجربه جواب داد: خوب معلومه، برای اینکه من فقط به نایه کوچک دارم!

گاهی اوقات، ما نیز مثل این ماهیگیر نقشه های بزرگ، رویاهای بزرگ، مشاغل بزرگ و فرصت های بزرگی را که خداوند در اختیارمان قرار می دهد باز پس می دهیم. زیرا ایمانمان بسیار کم است. ما آن ماهیگیر را به تمسخر می گیریم، زیرا او نمی داند تنها چیزی که احتیاج دارد بهمه یک نایه بزرگ بر او است یا این همه، آیا می دانید خودمان تا چه اندازه آمادگی داریم که ایمانمان را گسترده کنیم؟ فراموش نکنید

خداوند هرگز نعمتی به شما نهد
بخشد که نتواند از عهده اداره آن
برآید.

آموخته ام. اگرچه از هر چیزی بهترش را ندارم، ولی از هر چیزی دارم بهرین استفاده را کنم آموخته ام. لیکن آرزو این را می‌آبایم که بتوانم با آن نگاه را وسعت بخشم. آموخته ام. آنچه امروز در دست دارم، ممکن است آرزوی فرداها باشد. آموخته ام. که هیچ روزی امروز را از دست نرسم.

مختصر: خدا از او عکس کردی

دختر کوچکی هر روز باده
مدرسه می رفت و بر می گشت
آنکه آن روز صبح هوا زلزل
نبود و آسمان نیز آبی بود، دخت
بچه طبق معمول همیشه، بنا
به سوی مدرسه راه افتاد
بعد از ظهر که شد، هوا رویه و خا
گذاشت و طوفان و رعد و بر
شدیدی در گرفت

مادر کودک که نگران شده بود عبا
دخترش در راه بازگشت از طوق
پوشد با آنکه وعده و بوق
بر سر او باورده، تصمیم گرفت
با ارمیبل بدنبال دخترش برود
سندن صدای وعده و دادن بوق
که آسمان را مانند ختجری در

افراد که مثل همیشه ساده به طرف منزل در حرکت بود، ولی با هر برفی که در آسمان زده میشد، او می ایستاد، به آسمان نگاه می کرد و لبخند می زد و این کار با هر دفعه بعد و برف تکرار می شد.

زمانیکه مادر انومیل خود را به کنار دخترک رساند، شیشه پنجره را پایین کشید و از او پرسید: حکار می‌کنی؟ چرا همینه، بن راه می‌است؟

دخترک پاسخ داد: من سعی می‌کنم صورت
فشنک بشنم، چون خداوند دارد هر شب
از من عکس می‌گیرد!

باشد که خداوند همواره حامی شما بوده و هنگام روبرویی با طوفان‌های زندگی کنارتان باشد. در طوفانها لبخند را فراموش نکنند!

دانشجو هنگامه آمیز: زاده

www.seemorgh.com منبع

صاحب امتیاز: مرکز آموزش علمی - کاربردی
شرکت تعاونی پیشخان آئین زندگی
مدیر مسئول: مهرانگیز میکائیلی
سرپرست: مروده جانه

هیئت تحریریه هنگامه امین زاده سرضیہ وکیلی
سمیه سادات سید آقایی - نغمه محجوب

چاپ و تکثیر: مرکز آموزش علمی-کاربردی
شرکت تعاونی پیستازان انین زندگی

ڈیرائٹی: محمود پهلوان افشار

با تشکر از آقایان مختاری و پور محمدی و کانون
آگاهی و تبلیغات همسایه

رایانامه

aienezendegy@yahoo.com

تلف: ۴۴۲۳۵۱۲۱

آدرس: بلوار اشرفی اصفهانی - ترسیده به پل
 همت، خیابان عربشاهی (پارک سابق) شهرک
 هما - مرکز آموزش علمی - کاربردی شرکت تعاونی

پیشتران آئین زندگی