

مهرماز

اولین نشریه اختصاصی مهر جوان ایران

سال اول - شماره چهارم - ۱۳۸۹ - ۶۸ صفحه تمام رنگی گلاسه

اگر دختران در عالم بیش خواهند بودند را تعلیم کنند

گروه تئاتر مهرآفرین به روی صحنه رفت

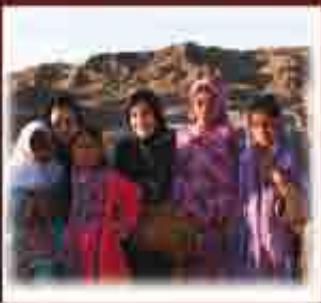
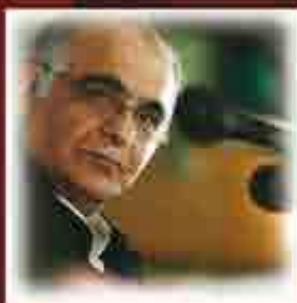


فقیری که با نوشتن فقر
به اوج رسید

بابا؟
چنان باید زود علوش بشم؟

سفر مدیر عامل و سفیریار
یه سیستان و بلوچستان

در این شماره می خوانید :



هزار اشتباہ درباره انسان های موفق

دست زنگ دارید: کنک بس است

اختراعات تکان دهنده‌ی دنیا

پنجه در پنجه هیولای امتحان



اشک رازی است

لبخند رازی است

عشق رازی است

اشک آن شب لبخند عشقم بود.

قصه نیستم که بگویی

نغمه نیستم که بخوانی

صدا نیستم که بشنوی

یا چیزی چنان که ببینی

یا چیزی چنان که بدانی ...

من درد مشترکم

مرا فریاد کن

درخت با جنگل سخن میگوید

علف با صحراء

ستاره با کهکشان

و من با تو سخن میگویم

نامت را به من بگو

دستات را به من بده

حرفات را به من بگو

قلبات را به من بده

من ریشه های تو را دریافتہ ام

بالنات برای همه لها سخن گفته ام

و دستهایت با دستان من آشناست

در خلوت روشن با تو گریسته ام

برای خاطر زندهگان،

و در گورستان قاریک با تو خوانده ام

زیباترین سرودهارا

زیرا که مرده گان این سال

عاشقترین زنده گان بودهاند

دستت را به من بده

دستهای تو با من آشناست

ای دیریافته ! با تو سخن میگویم

بهسان ابر که با توفان

بهسان علف که با صحراء

بهسان باران که با دریا

بهسان پرندہ که با بهار

بهسان درخت که با جنگل سخن میگوید

زیرا که من

ریشه های تو را دریافتہ ام

زیرا که صدای من

همراه

نشریه فرهنگ اجتماعی

• صاحب امتیاز
 مؤسسه نیکوکاری همراهان همراهین پندام عصر

• مدیر مسئول
 فاطمه دانشور

• قائم مقام مدیر مسئول و مدیر اجرایی
 روح آ- جویانی

• سودوپر
 نماینده سرا

• مدیر روابط عمومی
 علی جویانی

• طراح و منفذ آرا
 مهسا سادات موسوی

• عکاس
 علی سعید زبان - شهرور شریعتی

• شورای تحریریه (اعزازی، ابراهیمی،
 چهره پاک نهاد، آبه توکلی، علی جویانی، ایضاً دانشور، فیضه نصیری،
 مهدیه سلیمانی، بیوالفضل طاهرخانی، زهرا طاهری، مظفره فلتری،
 مهدی فخری، سیده مریم، فرشته معتمدی، فاطمه ملکی،
 سرین سوزانی، ندا وحید سرا)

• با تشکر ویژه از
 پیروز نورحسی - پیروز اسراج - نیما اسد

میراست چشم ملکه همراه همراهتر

جذباتی ناسیونالیست

بدینوسیله از لطف و همکاری جنابهای در به حاب رسالتان را یگان این شماره از
 مجله همراه کمال تشكیر و قدردانی را به عمل می آوریم
 شنبه ۱۰ بهمن ۱۴۰۰

جهانگرانی مدنظر

دیده‌گذرانی

تائیں گلستانه همراه همراه را بوسطه حضر تعالیٰ ما را در برگات خلیفه لله مجله
 فراموشی باری نمود تا سیاست است که مردان تشكیر و قدردانی خود را از این سمل
 نیکوکارانه جنابهای به جا آوریم، عزم نان لزد بروزه کار منفال محفوظ باشد
 شنبه ۱۰ بهمن ۱۴۰۰

ارتباط با ما

تساءل‌هایی را پرسی هاں ذهل سر چالست اما تباخته قبول کرد اذناها سامونیم شود که ما
 لکر و برویسترن برای خانه کزیم، بمناسبت جشنواره سیاست‌ها که این کسانی که استثنی نهاد
 سیاست‌ها را برای این ایام خوب است، سیاست‌ها را برای این ایام خوب است

تلفن: ۰۲۶۳۹۹۹۹۹۷۵ - ۰۲۶۳۹۹۹۹۷۷ - ۰۲۶۳۹۹۹۹۷۷

فکس: ۰۲۶۳۹۹۹۹۷۷ - ۰۲۶۳۹۹۹۹۷۷

ایمیل: پیشوایی@همراهان.همراه.ایران

سایت: www.همراهان.همراه.ایران

- ۱۰ سخن اول
- ۱۱ مهر آفربن
- ۱۲ ساده زیستی بزرگان علم و دین
- ۱۳ فقیری که بآ نوشتن فقر به اوچ رسید
- ۱۴ بدتر از بد
- ۱۵ دست نگه داریدا
- ۱۶ چگونه به کودک مان اعتماد به نفس بدهیم؟
- ۱۷ ۷ بـ ۷
- ۱۸ بـ ۸ بـ ۸
- ۱۹ بـ ۹ بـ ۹
- ۲۰ آداب و رسوم غلط زندگی را به بیزارهه من برد
- ۲۱ همه اسرار درست سرخ گردن
- ۲۲ فلافل
- ۲۳ محکم و قاطع بگویه
- ۲۴ نگرش هشتگ در یک چشم به هم زدن
- ۲۵ ۱۰ باورهای اشتباه درباره انسان‌های موفق
- ۲۶ زندگی و سلف سرویس - مثل بچه‌ها با زندگی رفتار کنید
- ۲۷ ۱۰ قانون برای زندگی بهتر
- ۲۸ رنگ کن جایزه بگیر - سودوکو
- ۲۹ تست خودشناختی
- ۳۰ پوسته هدیه
- ۳۱ حسین وارت آدم
- ۳۲ شیطان چه می کند؟
- ۳۳ همانا با باد خدا
- ۳۴ ۱۰۰۰ نکته باریک تر از مو
- ۳۵ لیغند ناقدا - سگ باهوش
- ۳۶ درگ هنقابل - تکه ای که دوست ندارید
- ۳۷ پنجه در پنجه هیولای امتحان
- ۳۸ ۱۴ کام حادوبی درس خواهند
- ۳۹ آیا امروزه هم حکیم داریم؟
- ۴۰ چطور بخوریم؟ چطور بخوریم؟
- ۴۱ دارو خانه همیشه در دسترس
- ۴۲ درسی از ادیسون
- ۴۳ مشتی از یک خروار اختراع
- ۴۴ گمشیفات و اختراعاتی که دنیا را تکان داد
- ۴۵ آیا من دانید...؟
- ۴۶ خود را با امواج آرام گنید
- ۴۷ ۲۰ پله ناقله آرامش
- ۴۸ قیمت معجزه - یک نیوان شیر
- ۴۹ فتوس
- ۵۰ نظرسنجی



کسی عاشق توست

چقدر هیجان انگیر است و قصی که می فهمی کسی عاشق توست فکر می کسی که همیشه در دل و ذهن او جای داری و او هر چه می کند به خاطر توست، تپش قلب نند می شود وقتی بقین داری که قلب کسی برای تو می بند و احسان می کند زندگی این به زندگی تو بسته است. جه آرامش بخش است و قصی می آندستی که بیشت و یناهی داری و در این دنیا تنها نیستی.

الگینه تولد مؤسسه مهرآفرین همین بود. این که همه شما بدانید که کسی عاشق سلامت و دلش برای شما می بند دل تان آرام شود که تنها بستد. بلash ما بر این بوده ارامش را در گنار اسایش اولیه برای تان فراهم کنیم؛ چرا که آرامش از خسرویات زندگی است تا در سایه آن به اهداف بزرگ زندگی برسید. اسایشی که بدون ارامش باشد، موجب لباخی انسان می شود و دستیابی به آرامش هم بدون آسایش مقدور نیسته ما ناکنون هر دو را برای شما خواسته ایم.

اولین راه رسیدن به آرامش، باد خداست و پس از آن دنایی، مهرآفرین، برای ارتقای سطح دنایی شما. که آرامش را به زندگی شما هدیه می کند - توجه به تحصیل و فراهم نمودن شرایط تحصیل مددجویان را مهمترین رسالت خود تعریف کرده است. دانشی که همراه با باد خدا باشید بیش را به ارungan می اورد و بینش والد مخصوص تغیر رفتار در جهت رسیدن به زندگی سالم و صالح است. اما، فراهم نمودن شرایط تحصیل شما عزیزان برای تبل به دنایی کافی نیست و ما برای دنایی همه جانبه شما در کتاب آموزش و پرورش عرسوم مدرسه، برنامه های دیگری را تعریف کردیم.

کلاس های آموزشی با همین هدف راه اندازی شدند. چاب نشریه همارا، گام بعدی بود؛ نشریه ای که آموزش و پرورش همه جانبه را هدف قرار داده است. این هدف اینقدر برای ما اهمیت دارد و خود شما عزیزان اینقدر برای ما میهم و با ارزش هست که در گنار وسایس ریاض برای شباب و تولید مطالب، استفاده از بهترین ورق و چاب تمام رنگی، در دستور کار قرار گرفت و علیرغم توصیه هایی که برای کاهش هزینه ها به وسیله استفاده از ورق ارزان و چاب میاد و سفید به مایی شد، کمتر شریه را در گنار گفت آن حظت کردیم.

شما ثابت کردید که از این آموزش ها و پرورش ها تأثیر گرفته اید و باسح سرمایه گذاری ما را به بهترین شبوه دادید؛ موقعت های شما در کلاس های آموزشی، رتبه های عالی در مدرسه و دانشگاه، گروه تئاتر و تیم قوسال و...، گواه این اندیخت است.

شما ثابت کردید که حتی اگر از حداقل های زندگی بی بهره باشید و ما فقط بتولیم حداقل های ابایش زندگی را برای تان فراهم کنیم، قله های موقفت را نکی پس از دیگری فتح می کنید در سفری که اخیرا به کتیج در اسان سیان و بلوجسان داشتم. با مردمی روبرو شدم که به مراتب وضعیتی بدتر از شما دارند و در فقر شدید و کشته شده ای به سر می بردند. خدا را شکر کردم که شما عزیزان در وضعیتی بیشتر زندگی می کنید که می توان روی آموزش و پرورش شما سرمایه گذاری کرد. یجه های کتیج هنوز از کمرنگان امکانات زندگی بی بهره اند، حتی از حداقل نقدیه و بهداشت، اینقدر که حتی شیخین وضعیت اسفاک آنان برای هیچ کس قابل تحمل نیست.

رسالت آموزش و پرورش ما، فقط به مهرجویان مؤسسه مهرآفرین محدود نمی شود. ما مشتاقیم که نشریه همارا در اختیار مهرجویان دیگر مؤسسه های نیکوکاری نیز قرار گیرد تا همزمان با تابعیتی فقر اقتصادی، فقر فرهنگی را هم از تمام ایران ریشه کن کیم.

در گنار چاب همارا و بوگزاری کلاس های آموزشی، مجموعه های آموزشی دیگری هم در حال تدوین است که شامل سی دی ها و فیلم های آموزشی بر اساس بیاز شناسی شناسایی بیاز های شما، هرجند کاملاً کارشناسی شده، توسط مهرآفرین انجام شود، اما شما خود بهتر از ما به بیاز های تان واقعید. پس حتماً ما را از بیاز های تان و آنچه می خواهید، اگاه کنید. همه آنچه برای شما در مهرآفرین انجام می شود، به عشق شناست تا بدانید تنها نستند و حتی اگر هیچ کس را در این دنای بزرگ نداشته باشد، اول خدا را دارید و خا هم اگر لائق باشیم، وسیله خداوتد برای رساندن شما به اسایش و آرامش! آن شاء!

لادمه دانههور
مدبر مسؤول



طرحی ان شاء الله... به نفع محرومان

چندین ماه است که موضوع «هدفمندسازی بارانه ها» بر اسلام خبر ایران سایه افکنده و مجال عرض اندام را از دیگر حبشه گرفته است. موضوعی که در دولت های گذشته نیز مطرح شد، یعنی به دلایل زیادی - که حای طرح آن در این سخن نیست - مجال اجرا و حتی پژوهش نیافت طرحی که مسیاری از کشورهای پیشرفته آن را از دیوار اجرا کرده اند یا ترک بعضی کشورها از همان ابتدا نظام پرداخت بارانه را با هدفمندى، برنامه ریزی و اجرا کرده اند. احرای طرح هدفمندسازی بارانه ها با دو راهکار مطرح شد: ۱- کاهش ناحدف بارانه در مورد کالاهای خدماتی و بزه مواردی که مورد استفاده ی دهکه های متوسط به بالا است؛ مانند بزرگ. ۲- تخصیص بارانه نقدی (دخبره شده از محل حذف بارانه ها)

در راهکار اول، قیمت گذاری خدمات (مانند آب، برق و گاز) بر اسلیح حوزه اسفلات مردم اعمال می شود که موجب می شود، تغییر و مدلی که استفاده مستمری از این خدمات می کند (و مصرف بیشتر او نسبه قدرت پرداخت بیشتر محاسب می شود) هزنه بالاتری را هم بر معنای افزایش ترخ بلکنی پرداخت کند. این بدان معناست که هر کس مایل است از خدمات پیشتری استفاده کند، باید سبلیل واقعی آن را هم پردازد و هر کس که نوان پرداخت قیمت واقعی خدمات را ندارد، با مصرف کمتر، در واقع مبلغ کمتری بیز پردازد و به این ترتیب از بارانه دولتی استفاده کند و حتی در مواردی که مصرف مسیار کم است، شامل بخودگی زیادی شود. با این روش، قیمت یک واحد خدمات در میزان متفاوت مصرف برای نخواهد بود. برای مثال، قیمت یک کیلووات ساعت برق در حافظه ای که ۵ لامب ۴۰ وات و یک ملوپیون و پیچجال کوچک دارد، با حافظه ای که ۵۰ لامب ۱۰۰ وات، پیچجال، فریزره، مایکروفون، کامپیوتر، جارو برقی، غذاشاز، سرخ گن، سینماهای حافظه ای، لاسیتی و انسو و اقسام لوازم برقی لوکس دارد، نفاوت دارد. این نفاوت، عین عدالت است و نشان می دهد همیشه هم عدالت به معنای برآوری بیست و اتفاقاً بعضی اوقات باید آن را در نایابی جست.

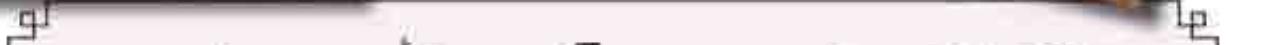
احراجی این طرح، گوجه مخالفان زیادی داشت و هم اکنون هم دارد، اما موفقیت دولت در احرای آن، به معنای دستیابی به حواسه ای است که مانند کنون از دولت های داشته ایم و مجال احرای آن تاکنون بوده است. البته به هر طرحی در بد و اجرا ابراهیمی وارد می شود، آن هم طرحی به این فراگیری و حامیت برای نموده، تحدیدسازی مکاتیزم بازار و اعمال اقتصاد دولتی، یا اصول اقتصاد امروزی و حتی با اصل ۴۴ قانون اساسی هم خواهی ندارد، اما اگر به صورت موقت و برای کسری نایابی اقتصادی باشد، قابل لغایض است.

موفقیت دولت در احرای این طرح، به معنای رسیدن به عدالت نسبی در کنار پیشرفت است که اگر این دو در کنار هم رشد نکنند و ما جامعه ای داشته باشیم که فقط مسیو پیشرفت را علی می کند، بدون این که پیشرفت با عدالت عجین و همراه باشد، نتیجه آن فاصله طبقاتی زیاد است. پیشرفتی که فقط دهکه های بالای جامعه از آن منبع می شود و در آن سهم دارند و دهکه های پایین نسبی از آن ندارند. از دیدگاه تویسنده، حتی مخالفان سیاسی دولت هم - اگر پیشرفت متوازن کشور را من حواهند - باید از روی موفقیت این طرح را داشته باشند؛ چرا که اجرای طرح هدفمندسازی بارانه ها، خواسته قرب به اتفاق ملت ایران با هر سلیقه ای سیاسی ای بوده است و حال کلید خورده است و در اصل یک هدف ملی اجتماعی - اقتصادی بوده است و نه سیاسی که احرای آن خواسته تمام دولت های پیشین بوده است.

ما هم امیدواریم اجرای طرح هدفمندسازی بارانه ها به نفع محرومان باشد. فسری که تاکنون سهمی کمتر از دهکه های بالا از بیت المال داشته است و در پیشترین موقعیت، سهم برابر!

گروه تئاتر مهرآفرین به روی صحنه رفت

گروه تئاتر مهرآفرین « آغاز به کار کرد بنابر گزارش خبرنگار مهرآفرین، گروه تئاتر کودکان و نوجوانان مؤسسه مهرآفرین تشكل شد و اولین نمایش خود را به همت مؤسسه حضر اندیشه و حملات وزارت کار و امور اجتماعی و موسسه کار و تامین اجتماعی در همایش کارآفرینی داشتگاه ازاد واحد بهران جوب اجرا کرد. این گزارش می‌افزاید، در قسمت اول بین از سخت‌ترین دستورالعملی مدیر کل توسعه انتقال وزارت کار و امور اجتماعی - تعدادی از بسنان و دختران نونهال زیرپوشش مهرآفرین با اساس‌های محلی سرود قریتناں ابران را اجرا کردند و در بعضی دو میز نیز همین کودکان - شناوری با موضوع کارآفرینی امایا داشتند که اجرا کردند که «ورد توجه حضور افراز گرفت؛ موضوع این داشستان به استفاده از ذکر و قدرت خلاقیت کودکان تبیّن ارتباط داشت»



کتابخانه مؤسسه مهرآفرین تأسیس شد

به گزارش خبرنگار مهرآفرین، کتابخانه مهرآفرین با هدف ارتقای فرهنگی و علمی و نیز پیشرفت تحصیلی و ارائه کتب کمک آموزشی به کودکان و نوجوانان زیرپوشش مؤسسه تجهیز و تاسیس شد. در اساس این گزارش، تمام کتاب‌های این کتابخانه - که با موضوعات و عنوان‌های مختلف از این سووند - اهدایی می‌باشد و یکی از باوران مؤسسه تبیّن قسمه عای کتابخانه را اهدا کرده است. این گزارش همچنین می‌گذارد، مؤسسه فلامجی به عنوان صورت جدی بر پیگیری نمود.

بر انسان این گزارش، تسمیم لغوی، یکی از پاوران افتخاری مؤسسه که
قارغ التحصیل رسته گلارگردانی می باشد مدیریت گروه نثار را او
عهده گرفته و از اول دی ماه امسال، هر روز بکتسه از ساعت ۱۵ تا
۱۶ و ۳۰ دقیقه کلاس های آموزشی برای انسانی گروه دام کرده است
این گزارش حاکی است بحضور فعالیت های این کلاس هد آمورس نثار
و اشایی با متون قدیمی به حضور شاخصه ی فردوسی می باشد
لازم به ذکر است، گروه نثار، با سرمایه گذاری مستقیم مؤسسه
مهرآفرین از دختران و پسران ۷ تا ۱۲ ساله که انگریده و استعداد
فرابانی برای درخشیدن در هنر نثار فارغ شکل شده است



برگزاری کارگاه های آموزشی استاد مکی

سری جدید کارگاه های آموزشی روشناسی به سربررسی قابل ذکر است، سری گذشته ی این سلسله کارگاه های آموزشی با عنوان «مهارت های زندگی خلاق» ارداد و استاد محمد مکی، متخصص روشناسی بالینی، در حال شهریور امسال با سربررسی وی، با همکاری مؤسسه مهرآفرین و شهرداری منطقه ۱۲ در مجتمع شهید باقری بر انسان این گزارش، این کارگاه ها در سه گروه دختر، پسر و عادر، با زمان بندی نک جلسه در ماه برای هر گروه، برگزار شد که با استقبال شایسته منددجویان و نتایج ارزشمندی همراه بود.

اهدای تندیس جشنواره قهرمان صنعت به فاطمه دانشور



علی اکبر محربیان وزیر صنایع، مخدوم حسن ابوزلیم فرید نایب رئیس مجلس شورای اسلامی، هاشمی ریاست کمیسیون صنایع مجلس و موالی راده معاون حقوقی و امور مجلس وزارت تار و امور اجتماعی، گریمی مدیر کل تبلیغات و اطلاع رسانی وزارت ارشاد و حسن دیگر از نشانده‌گان مجلس از افراد سرتاسر حاضر در مراسم بودند.

گفتند است، فاطمه دانشور سال گذشته نیز موفق به دریافت این تندیس شده بود.

تینین جشنواره قهرمانان صنعت جمهوری اسلامی ایران که از آن به عنوان ناشرکوهه‌برین جشن سالانه صنعت، کارآفرینی در اکتوبر یازده می‌شود، در آذرماه سال جاری برگزار شد و فاطمه دانشور موفق به دریافت تندیس این جشنواره بزرگ شد.

به تزارش حبرنگار شهرآفرین، جشنواره قهرمانان صنعت جمهوری اسلامی آیین با الهام از مدل‌های عالمی سازمانی به هرس منکره شرکت‌ها می‌نماید و همانند دوره‌های گذشته در این جشنواره، برترین واحدهای پیروز در انتخاب ایران، کارآفرینان برتر کنور ۶۰ بهشت صنعت و اقتصاد و قهرمان فهرمانان صنعت ایران انتخاب و معروفی شدند.

در این جشنواره، فاطمه دانشور نیبان گذار موسسه شهرآفرین و مدیر عامل شرکت ساخان سپه آسیا بزرگ تبریز حامی عالی شهرآفرین به عنوان نهادی مالک معدن ایران در پخت و واحد های پیروز در انتخاب کنور موفق به دریافت لوح و تندیس جشنواره شد.



سفیر یار مهرآفرین:

با شما به لبخند خدا می‌رسم

و مهربان و صبوری مثل شنا دارم.
سوم این که یک جوان سیاه سوخته بدر عالی هم و به آن افتخار می‌کنم
در انتخاب این کنسرت رضا صادقی سفیر باریم افرین گفت: خنده‌ند
این سعادت را به من داد تا مجموعه‌ی شهرآفرین اشنا توم
موسسه‌ای که روی آموزش کودکان باکیه زیادی دارد و یک بانوی مهربان ایرانی به نام خانم دانشور گرداننده‌ان است.

من خلی می‌ستدم و قیقی فهمدم عدد زیادی از کودکان سرزمین ما هستند که خواهند و بوئش نمی‌دانند و با به غل مختلف از تحصیل می‌بازند.

دوست دارم با کمک شما کاری کنم که حداقل نصف آنها و قیقی افتهنگ، مرا گوش می‌کنند و دوست دارم بتوانند افتهنگ در خواستی خود را بتوانند

کنسرت بزرگ رضا صادقی، سفیر یار حوزه موسیقی شهرآفرین این سه به مدت سه شب در سالن همایش‌های برج میلان برگزار شد.
در اولین سانس اجرا، رضا صادقی در انتخاب برنامه مادی از شهداد خلیل‌زاده کرد و در ادامه باد هنرستانی که از دیار فته‌الله و اسلامی مانند، پژوهیشگانی، بانک بیلت، تاجر عبداللهی و خسرو شکیبی را گرامی داشت.
رضا صادقی که مهربانی، حنونگری و عرضی بودنش از عوامل محظوظ او محظوظ می‌شود، در سیان برنامه با همان مهربانی هستگی خطاب به هوازدارانش گفت: من با شما به لبخند خدا می‌رسم لحد خدا در اینجا حاری است.

رضا صادقی همچنین اضافه کرد: من سه ستاره به روی سینه دارم که همینه به آن افتخار می‌کنم اول این که یک ایرانی اصل هستم و هر جای دنیا باشم یک ایرانی حواهم مانند. دوم این که دوستان خوب



ستارگان مهرآفرین



شکوفه های
دیگران

فیلم: **لارا لارا**
تألیف: فرانک برم (لارا)
عکس: الی ما می‌گله از اینجا
موزیک: زهره احمدی (لارا)

الباحثون العربى

بان . مهاراگرین مک دوم را لبر دریافت کرد و ملی
رالم شامستگی این تیم، بازی با همان نتیجه به پایان
رسید. صحبت های مردمیان اینه مهاراگرین بس از پایان
بازی تعدادی از بازیکنان ما زیر ۱۶ سال بودند اما مایه
حاطو ایجاد تکمیله از آنها استفاده کردند؛ این مسانده
اولین بازی بود که بجه های مشکت را پدرا شدند
و این به دلیل حرکه ای بودن پارس خودرو و شرابطه
تلبرابر دو تیم به خصوص از لحظه فیزیک بدینی برای ما
دور از استثمار بود. اما می خواستیم که بجه هاشکت
را از مقابله بک نشانیم و تحلیل رقص نوان
های مهاراگرین موجب حسگی و تحلیل رقص نوان
لیمه نوجوانان خوبال مهاراگرین در یک رفاقت نفس
گجر مقابله تمیز برآوازه فوتسال بزرگالان پارس خودرو
بازی شنبه، قدر تعدد و جوانمردانه ای را به نمایش
گذاشتنده تکراری خیز نگارند. فراین دینارکه، تیم
فوتسال مهاراگرین با شکست مقابل تمیز بزرگالان
پارس خودرو مواجه شده اند بازی مبار خوبی را به
نماش گذاشته و تجربیات معینی را به ارمنان اوردهند
براساس این تکراری، رسیدن به محل مسابقات و عدم
استراحت بین از بازی و درودانی به زمین توای بجه
های مهاراگرین موجب حسگی و تحلیل رقص نوان
لیمه نوجوانان خوبال مهاراگرین در یک رفاقت نفس

تفاوت محسوس قیزیکی بوجوانان مهرافرین با بازیگران از هرگز نداشته باشند. همچنان که در میان خودروهایی که میتوانند مسافت بزرگتر را در مدت زمان کوتاه‌تری طی کنند، این خودرو از نظر مسافت مسافر را بسیار بیشتر می‌رساند. این خودرو از نظر سرعت نیز بسیار بالاتر است و میتواند مسافتی که باید بازیگران طی کنند را در مدت زمان کوتاه‌تری طی کند. این خودرو از نظر مسافت مسافر را بسیار بیشتر می‌رساند. این خودرو از نظر سرعت نیز بسیار بالاتر است و میتواند مسافتی که باید بازیگران طی کنند را در مدت زمان کوتاه‌تری طی کند.

ستاره های مهرآفرین در اوج
تیم فوتسال مهرآفرین در یک بازی تدارکاتی حریف
خود را با ۵ گل بدراجه کوچکتر این بازی که روز جمعه
ایاخر مهرماه در زمین حسن محتشم خدمت خدم
(پرسپولیس) برگزار شد تیم مهرآفرین سوپل شد یا نیجه
شمر ۱ تیم شهید گیوری را مغلوب کند
لازم به ذکر است این بازی های دوستانه با گمک و
حبابات مسئولان سچ مسجد جامع غدیر خم برگزار
گردیده است ، که مهرآفرین کمال شکر را از این
غیردان بارد



ساده زیستی بزرگان علم و دین

آیت ا... العظمی بروجردی



«ایت ا... بروجردی در تمام عمر خود با توجه به اینکه از خانواده متکی بود زندگی ساده ای داشت یعنی از غالباً در حضور فرزندان اهلان می گفت: روروی خدمت اینسان رسیدم، دیدم مشغول صرف نهار است و ملن و آب دفع حیا میل من گند عرض کردم؛ تنها در این سن و با این همه کار، جرا عذای پیش میل نمی کنم؟ فرموده هشتاد سال است من این طور سر کرده ام حالا تنها می خواهد مرا عوض کند؟

فرزندان ایت ا... یا تأیید این مطلب فرمودند: اینسان انسولا چنین بود و هرگز نوچهی به دلیل ناشایسته و مالاند توانست در وضع ایمان غیری بدهم»

آیت ا... شیخ عبدالکریم حائری

«یک روز یکی از بزرگان، عایی طریف و بوقیمت را به رسم یادیود و هدیه برای یکی از فرزندان ایمان فرزند حاج شمع به فرزند خود گفت: پسما این عایه را بیویاد است؛ برای اینکه بعضی از طلاق، اصلاح عیا بدارند به همین دلیل آن را فروخت و با یکی از جندیت عایی متوسط خردی یعنی را به فرزند خود و بقیه را به طلاق متنحی داد گفتی است هنگامی که مرحوم حاج شمع درگذشت، قیمت همه انانه اش بیش از ۱۵۰ تومان نصی رسید، بلکه مبالغی بیش از هشتاد هزار تومان نصی رسید.



آیت ا... آخوند خراسانی



«ایت ا... آخوند خراسانی، از رهبران بزرگ انقلاب مشروطه بود در روزگاری که او با سه فرزند و سه عروسش در خانه ای پسیار گوچک و هر کدام در یک آنچه زندگی می کردند، یک روز فرزند ارشدن مهدی بزد پدر امده و از تنگی جا شکایت کرد. آخوند خراسانی به سخاوش گوش فرا داد و گفت: اگر قوار باشد منزل های این شهر را این سخاچان لست گنند، به ما بست از این نمی دسته»

محمدحسن صاحب چواهر

یکی از علایی بزرگ و وارسته ایرانی، شریعتی محمدحسن صاحب چواهر چنین نقل می گند: عیش از بروجردی که در دوران طلبگی صاحب چواهر با اوی داشتم، او را من شناسم. روزی می جوانستم مبلغی را این طلاق تقسیم کنم و هنی برسی و حساب کردم، دیدم به هر طبله یک تومان شعبانی را من شروع به تقسیم کردم، و لذتی به محمدحسن رسیدم، به او گفتیم: این یک تومان سهم شماست گفت: نه نمی گیرم. گفتم: چرا؟! گفت: چون من امروز بیش از دو ریال احتیاج نداشم و هر آن روزهای اینده جیزی نمی گیرم. ار کجا که من زندگه بششم و آن را مصرف کنم، پس هو ریال را بودلش و بقیه را دادم.



حی علی الصلوه قبل القوت

«ساقرین محروم بروار شماره
۵۱ ۲۹۵ نامه مقصود حمید هر کجا
برخیزد به هایپا سور شود
هایپا اند حرکت می کند
برای اخیر بار هم اعلام جنده
بلطفه عکسی می باشد سوار بروار
سلک حرکت هایپا بالا
نهاد طلب شده بود غیره ۳۶۰
برخود بای پر اول و دست ۱۰۰
و از اخیر خسنه کشیده
حال بیلت و بسام رخت هایی
که کشیده شده بودند و داشت
بازارچانه و نیازیں را حدا معد
از بیلار به میان بروید که آمد نا
به شهروسان بروگرد پالندگو اعلام
کرد «ای عربین بورش از تلخیز
دو بروار شماره ۵۱ ۲۹۵ نهاد
پس بیش اند و در طرف شده
است ساقرین هرچه سرعتی به
هایپا سور شود»
امحمد زمان حدا را نکر کرد
و سوار هایپا اند جسدش
بعد از حرب اندادش تهییش
کردند و دومن شهد محراب
را من کنم «شهید آیت الله
جنتی

کتاب دور رحمت قصه



آیت... مدرس

مسر جوم مدرس روزی برای خردمند میگشت که بینتر خلای او را
شکل می گذاشت، از حالت خارج می شود و چون عرف نداده است
مالت را در بیوت هندوانه می ریزند و به او می دهند»



آیت... اشرفی اصفهانی

تیمه محراب، آیت... اشرفی اصفهانی می فرماید عینه ناوقتی
درس خارج می راند، یک کتاب ملکی نداشت، حتی مکاتب که
می خواستم بخواهم، از یک کتاب وقفي استفاده می کردم و در
حقه یک مرته چای می خورد»



آیت... محمدحسن مامقانی

«روزی یکی از نژادمندان به او مالی عذر داد و گفت برای سکوت حوش ما
این بول عائله ای بخرید وی آن را اسنان علاط و نیازمندان تقسیم کرد و
درینه را برای جود برداشت و گفت که این جویه صاحب مال رسمید، اندو
گفت، من این بول را دادم تا خانه ای برای خود تهیه کنید، مرحوم مامقانی
فرمود: من هم برای خودم بهترین خانه ها را در پهنت خردم»



شیخ انصاری

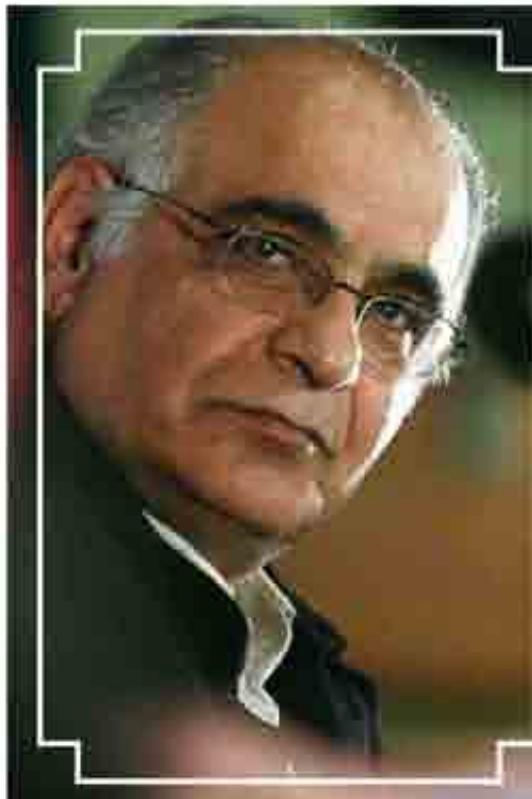
«شیخ انصاری هنگامی که می خواست دختر خود را به عقد برادرزاده
لش، شیخ محمدحسن انصاری در اورد حاج محمد صالح گز، و کل
شیخ بغداد، به نجف آمد و از وی استغای کرد که اجازه دهد تا تماشی
هزینه این امر خیر را از مال حوشی به عهده گیرد، ولی شیخ به او
اجازه نداد و قبول نکرد»



آیت... العظمی مرعشی نجفی

در بیان زندگی ساده و فقرانه آیت الله العظمی مرعشی نجفی چنین
نقل کرده‌اند که: هیارها در تخف اشرف برای خوبید گشایش، لباس‌های
خود را گزه می گذاشت یا می فروخت از حمله و گفت که قصد داشت
کتاب ربانی‌العلماء را خریداری کند، محصور شد لباس‌ها و سایر خود
را بفروشد و به های نثار و روزه استیجاری می گرفت تا بتواند از اجرت
آن، کتاب مورد نظرش را بخرد»

فقیری که با نوشتن فقر به اوج رسید



می ماند و اگر جهه در خلوت خود به تنهایی و شاید گزیده پنهان می برد، اما در آغاز به مطر و سوختی تکه می کند لا حرف از یادش برود نام لو در کتاب دیگر شخصیت های بزرگ ایران، در کتاب «اراده های یو لادین معاصر ایران» آمده است.

سلاخقه در کتاب خود با اشاره به سختی های زندگی مرادی می نویسد: «مرادی، گاهی در داستان هایش جناب از درد صحت می کند که خود بتوان و تحمل ادامه داستان را ندارد و با محبری نایابی مخاطب را به فکری دیگر می برد». مرادی عاشق نویسنده ای است و معتقد است که برای نویشن خلق شده است و نه «کار دیگری»؛ و در پاسخ به یکی از مخاطبان داستان های خود که از او می برسد: «با توجه به اینکه با مرور خانه رات خود برای نویشن رنج و عذاب زیادی را تحمل می کند آنرا نویشن آنها ارتضی تحمل این رنج را دارد، می گویید: «برای من رنج نویشن ریاضتیں رنج های من به دلیل اینکه ام که نویسنده که برج برآمیزی جمهور شوم من به خدا آمده ام که نویسنده تحصلات ابتدایی خود را در زادگاهش آغاز کرده و آن را در کومان و بعدها در تهران ادامه داد در رسته زبان انگلیسی موفق به اخذ مدرک لسانی شد نویسنده کرد: «از سال ۱۳۲۹ در کومان و همکاری با رادیو محلی کومان آغاز کرد، و در سال ۱۳۴۷ با چایه داستان در مطبوعات، فعالیت مطبوعاتی اش را گسترش داد اولین داستان در مجله «خوته» مستر شد که نام «گوجه ما خوشبختها» بود.

دانسته ای که حال و هوای فقر الود داشته در آثار بعدی خود، در دهه های زندگی اش را بازگذاختی طنز امیر به داستان تبدیل می کند می گوید: «لین داستان ها حاصل جنگ زدن و نلاش من در زندگی است، یعنی من به زندگی خودم چنگ زدم و آن را به تصور کشیدم و داستان هایم همه ریسه در زندگی من دارد.

زمانی که دیدم مردم دردهای مرا گوش نمی دهند سعی کردم آنها

به زبان فطر نگویم، اما حققت این است که گاهی درهایش آنقدر سگی و غیر غلیل تحمل ای که از تکرار و بذاری آنها نتوان

تحصلات ابتدایی خود را در زادگاهش آغاز کرده و آن را در کومان و بعدها در تهران ادامه داد در رسته زبان انگلیسی موفق به اخذ مدرک لسانی شد نویسنده کرد: «از سال ۱۳۲۹ در کومان و همکاری با رادیو محلی کومان آغاز کرد، و در سال ۱۳۴۷ با چایه داستان در مطبوعات، فعالیت مطبوعاتی اش را گسترش داد اولین داستان در مجله «خوته» مستر شد که نام «گوجه ما خوشبختها» بود.

دانسته ای که حال و هوای فقر الود داشته در آثار بعدی خود، در دهه های زندگی اش را بازگذاختی طنز امیر به داستان تبدیل می کند می گوید: «لین داستان ها حاصل جنگ زدن و نلاش من در زندگی است، یعنی من به زندگی خودم چنگ زدم و آن را به تصور کشیدم و داستان هایم همه ریسه در زندگی من دارد.

زمانی که دیدم مردم دردهای مرا گوش نمی دهند سعی کردم آنها به زبان فطر نگویم، اما حققت این است که گاهی درهایش آنقدر

اسکناس

دکتر سیدعلی حسینی که امروزه بزرگ‌ترین اسکناس ایرانی است، در سال ۱۳۵۹ جایزه عزوه مارلینی نویسنده و قهرمان ملی امریکای لائین را در سال ۱۹۹۵ میلادی از آن خود کرد. افمار متر شده از این نویسنده شاخص شده یعنی شرح است:

- داستان: معمومه‌ای عن غزال بر سریدهای هستم / فصلهای مجيداً / چمهای قلی بالخندان / حل / حکمه / داستان آن / خمرها مبت بریت / نور / مهمان مامان / امریابی شیرین / الخد اندر
- مجموعه داستان / مثل ماه شب چهارده آله تر و نه خشک اشما که غریبه شیشد (خطاطات):

نویسنده‌ی اش به حافظ "جهه های فالبالخانه" بود که در سال ۱۳۵۹ جایزه نقدی شورای کتاب کودک و جایزه جهانی اندرون در سال ۱۹۸۶ را به او اختصاص داد این داستان سرگذشت کودکان را بجان می‌کند که به حافظ وقوع ناسامان زندگی خانواده محصور بودند در میان کودکان به فالبالخانه‌ها بروند و در بذرین شرایطی به کار بپردازند.

فرموده نوشن این داستان می‌گوید: «برای نوشن این داستان ماههای بی‌کرمان رفتم و در گلزار بالندگان قلی نستم تا احساس آنها به خوبی در کم». درک و نس انجه که من نویس از خصوصیات نویسنده‌ی کرمائی است، که در تمام داستان‌های او می‌توان احساس کرد می‌توان گفت مرادی با نام وجوده می‌نویسد.

برای جلد دوم "قصه‌های مجید" در سال ۱۳۶۰، نوح تقدیرشورای کتاب کودک، را دریافت می‌کند و آثار او به زبان‌های هندی، عربی، انگلیسی، اسپانیایی، هلندی و فرانسوی برچشیده می‌شود.

اما اولین اثری که از او به زبان انگلیسی ترجمه شده بود داستان "سماور" از "قصه‌های مجید" بود که برای نویسنده فرستاده شد با تمام وقتی که برای نوشن می‌گذارد به هیچ عنوان از خواندن الاز نویسنده‌گان مطلع غافل نمی‌شود.

می‌گوید: «خانبه‌نویس را از صادق جویک.

شاهرانه نویس را از ابراهیم گلستان، ایجاز را از همتگویی و گلستان سعدی، احسان را از حدایت و طنز را از جخوی و دخدا اموجت ام. او را موقفيت خود در نویسنده‌گان را بلاش می‌داند.

و درباره راز موقفيت خود می‌گوید: «بر مردم راز موقفيت در عرصه نویسنده بودندگی سه جیزی که می‌توانم بگویم این است: نلاش، نلاش و نلاش».

استفاده از حرب المثل‌ها و آداب و رسوم عامه، کاربرد واژگان محاوره‌ای، امساكنی نظم و نثر از ويزگ‌های بارز الاز هوشتنگ عرادی کرمائی است که در آخرین آثارش ملند «مثل ماه شب چهارده» و «آنه برونه حشک» تبریدیده می‌شود.

می‌تردید مرادی کرمائی مشتاخته شده‌ترین چهره ادبیات کودک و نویسنده ایران در جهان است. خواهد در میان متخصصان و حضوارهای و خواه در میان نویسان و کتاب‌خوان‌ها و کارگردان‌سینما و تلویزیون که علاقه ویرزایی به ساخت فیلم از قصه‌هایش نستان می‌دهند، در حشتی مرادی کرمائی در جشنواره‌های مختلف و ترجمه آثار او موقفيش بزرگ برای ادبیات کودک و نویسنده ایران محبوب می‌شود و قصه‌های وی نقشی اسلی در شیوه حبیگاه و وجهه جهانی ادبیات کودک ایران دارد.

کرمائی در سال ۱۹۹۲ از سوی دلوان جایزه جهانی هائنس گوستن اندرون - برلین، به دليل نالبرعمق و گستره در ادبیات کودکان جهان به

عنوان نویسنده برگزیده سال ۱۹۹۲ انتخاب شد وی همچنین عنوان نویسنده برگزیده کشور کاستاریکا - جایزه عزوه مارلینی نویسنده و قهرمان ملی امریکای لائین را در سال ۱۹۹۵ میلادی از آن خود کرد. افمار متر شده از این نویسنده شاخص شده یعنی شرح است:

- داستان:

معصومه‌ای عن غزال بر سریدهای هستم / فصلهای مجيداً / چمهای قلی بالخندان / حل / حکمه / داستان آن / خمرها مبت بریت / نور / مهمان مامان / امریابی شیرین / الخد اندر

- مجموعه داستان / مثل ماه شب چهارده آله تر و نه خشک اشما که غریبه شیشد (خطاطات):

- فیلم‌نامه:

کاتک اینک ناک اکسپرس

- نهایشنامه‌ها:

کیویز نوی کوزه / پهلوان و حراج اماموریت (لوبیزیونی)

- اقتباس سینمایی:

۱- داستان صبور (سگانه) سحصلون افغانستان

۲- قصه‌های مجيد (چهارده داستان) بازده فیلم

لوبیزیونی و سه فیلم سینمایی - کارگردان

کیویز پوراحد

۳- حمره (فیلم سینمایی)

کارگردان: ابراهیم فروزان

۴- حکمه (فیلم سینمایی)

کارگردان: محمد علی ظالی

۵- مهمان مامان (فیلم سینمایی)

کارگردان: داریوش مهرجویی

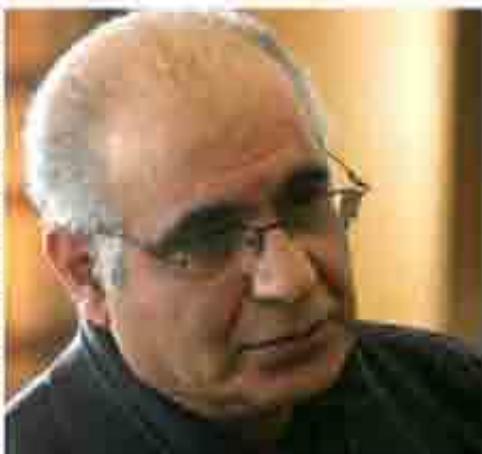
۶- نور (فیلم سینمایی)

کارگردان: محمد علی ظالی

۷- مثل ماه شب چهارده آله تر و نه خشک سرمال

لوبیزیونی - یک فیلم سینمایی (کارگردان: محمد

علی ظالی)



بدتر از بد

فرار بچه ها از خانه



او را درک می کنند و اگر منظور او را درک نگیرند به او بگویید مطمئن شیم منظور شما را درک کرده ام یا نه از این بخواهد نه دنبایه توضیح بدهد.

وقتی مطمئن هست که منظور فرزندتان را درک کرده اند ولی با او هم عقیده نیستند به او بگویند من فکر من کنم که منظور شما را درک کرده ام ولی با شما موافق نیستم.

فکر می کنم ما می بتویم همیگر را درک کنم ولی متعجب نیستم که مولف نظرات نگذارم بلطف.

نه حافظ داشته باشید، شما می توانید با نظر فرزندتان موافق باشد اما این گفته شما به این معنی نیست که او اجازه انجام هر کاری را دارد.

معنی نگفته عدم موافق خود را با نظرات فرزندتان باید کردن توجه کنید وقتی بخواهند شما این امر را سخت خودداری کنند از آن پرسید، آیا جبر میگردد که بخواهد به شما بگویند.

وقتی غصانی با لراحت هستند به فرزند خود بگویند «من با راحت و عصانی هستم و بار به استراحت و ریانی برای فکر کردن میگردم» تایید شما نیست، حرفاً او را اطلع نگفته منظور بمانید تا همچشم تمام شود.

به این موضوع طارم، بعد از توصیت خواهند گردید که کمتر از یک ساعت منظر میگردند.

روان شلی را در نظر داشت مانند اگر

استفاده از الکل یا خوارهای روالکردن و حلان احتیاطی هایی که به شیوه مناسب انجام نمیگیرند است.

هر قدر فراموشی مقاله ای که با تخلص مربوط به روابط رسانشکن با رفاقت با گروه همسایان صد اجتماعی فرگشته شده است.

هر چهار چهارده که بروخورد مناسبي با آن شده است رواشی که از خیابانی شدن جلوگیری میگیرد.

هر چهار چهارده که از تکالیه یا تکروش منفی که نشان دهنده می احترامی به بوجوالان باشد استفاده نگفته.

هر چهار چهارده را لایه بزیدن را فریاد میگردند، به حضور وقایع که فرزندتان حسنهای شناخت را نلا-

می بردند، ما فریاد می زند و وقتی فرزندتان غصانی است، فریاد می زند و حسنهای است، ارم و ساکت نیالاند و نیاس حسنهای با او داشته باشند منتظر میگردند.

وقتی فرزندان در حال صحبت کردن با تشریح موضوعی می باشند، جشن اگر تغیرش میگردند تایید شما نیست، حرفاً او را اطلع نگفته منظور بمانید تا همچشم تمام شود.

با این خودهمایی بالشید و به سادگی به او بگویند

یکی از عمدۀ تبریز نکرانی های والدین، زمانی است که کودک آنها گم شود یا از خانه فرار کند. در این شرایط والدین دامنه ای از احساسات و تجربه خواهند گردید. تنفس و فضایی که این وضعیت ایجاد میکند و عکس العملهای مختلفی که والدین، خانواده، دوستان و پلیس به این وضعیت نشان می دهند، ممکن است به سطح بحرانی برسد و حتی خود این واکنش ها باعث بحران بستره در خانواده شود.

انگیزه های خیابانی شدن کودکان و نوجوانان

حال به برخی از التکره های چجه های برای فرار از خانه را میگذرانند می شوند:

۱- فرار از خانه را میگذرانند که در اینجا زندگ مسکن است در استقرارشان ناشد. برای مثال: اگر بجهات خطاگیری مرتکب شده باشد و از والدین والدین بترسد، مسکن است، به جای زور در رو شدن با والدین، فرار از خانه را انتخاب کند.

۲- فرار از بحره ای در دنیاک بالا مخصوصاً که مسکن است باز هم در خانه نکوار سود برای

سال، اگر چه ای تک می خورد ناشد استفاده نشاجه و نیک کاری والدین خود است.

مسکن است برای تجربه نکردن این شرایط فرار را انتخاب کند.

۳- برای این که روابط با دوستی هایی که برای شان مهم است را که دارند و از دست نمیگیرند برای مثال اگر فرزینان، دوستیانی دارند که بورد نایمه والدین نیستند، این دوست میتواند همچشم با شیرده چیزی باشد.

۴- فرار از والدینی که از این حملات ای کنند و مشوق او نیستند، به دامن گشائی که حملات کنند، مشوق و فعل میگردند این حملات کنندگان ها می توانند بدحوایه یا خیروخانه باشند.

۵- متوقف کردن اینجه انجام می داده با

در حمله انجام آن بوده اند برای مثال اگر

چجه ای از سوی والدین خود محبوبر به حمل

با خرد و فروش مواد سعدی می شود

مشکلاتی که خطر خیابانی شدن

چجه ها را افزایش می دهد

۶- سوی استفاده با مورد عملت قرار گرفتن

کودک

دست نگه دارید!

کنک بس است

قدرت اثبات

باید اثبات کرد که خود را می‌خواهد
با خود بزرگ شدن بزرگ کنند. این
کار را با این روش می‌توان انجام داد:
۱- در پیش از آغاز کار می‌توان
با خود بزرگ شدن بزرگ کنند.
۲- در پیش از آغاز کار می‌توان
با خود بزرگ شدن بزرگ کنند.
۳- در پیش از آغاز کار می‌توان
با خود بزرگ شدن بزرگ کنند.
۴- در پیش از آغاز کار می‌توان
با خود بزرگ شدن بزرگ کنند.
۵- در پیش از آغاز کار می‌توان
با خود بزرگ شدن بزرگ کنند.
۶- در پیش از آغاز کار می‌توان
با خود بزرگ شدن بزرگ کنند.
۷- در پیش از آغاز کار می‌توان
با خود بزرگ شدن بزرگ کنند.
۸- در پیش از آغاز کار می‌توان
با خود بزرگ شدن بزرگ کنند.
۹- در پیش از آغاز کار می‌توان
با خود بزرگ شدن بزرگ کنند.
۱۰- در پیش از آغاز کار می‌توان
با خود بزرگ شدن بزرگ کنند.
۱۱- در پیش از آغاز کار می‌توان
با خود بزرگ شدن بزرگ کنند.
۱۲- در پیش از آغاز کار می‌توان
با خود بزرگ شدن بزرگ کنند.
۱۳- در پیش از آغاز کار می‌توان
با خود بزرگ شدن بزرگ کنند.
۱۴- در پیش از آغاز کار می‌توان
با خود بزرگ شدن بزرگ کنند.
۱۵- در پیش از آغاز کار می‌توان
با خود بزرگ شدن بزرگ کنند.
۱۶- در پیش از آغاز کار می‌توان
با خود بزرگ شدن بزرگ کنند.
۱۷- در پیش از آغاز کار می‌توان
با خود بزرگ شدن بزرگ کنند.
۱۸- در پیش از آغاز کار می‌توان
با خود بزرگ شدن بزرگ کنند.
۱۹- در پیش از آغاز کار می‌توان
با خود بزرگ شدن بزرگ کنند.
۲۰- در پیش از آغاز کار می‌توان
با خود بزرگ شدن بزرگ کنند.

- داشته باشند که او را آگاهانه می‌آزاد.
 ۲۱- کنک کوک که ممکن است به نظر شما کاملاً
بنگ و منطقی باشد. روانشناسان معتقدند که
صدمه های روحی ناشی از کنک خوردن در
تمام زندگی انسان همراه است. عusuola از نظر
والدین آخرين روش تنبیه، کنک زدن است،
ولی هر زمانی که این اتفاق بیافتد به دلایل زیر
از نظر روان شناسان راه کاملاً اشتباхи است:
 ۲۲- والدین باید بدانند کوک کنک می‌خورد. در
بروزگانی تبدیل به فردی کنک زدن می‌شود. چون
تجربه خستوت در کوک کنک با خستوت در برزگانی
ارتباطی مستقیم دارد. طبق آمارهای موجود بیشتر
حشمتکاران کسانی هستند که در دوران کوک کنک
خستوت دیده اند و کنک خورده اند.
 ۲۳- کنک زدن ظاهراً باعث عف نسی کوک می‌شود؛ ولی او نتیجه می‌گیرد هرگز که قوی نیز
است باید ضعف را از این دهد. بنابراین از کوک کنک
شروع به ازار همیزیهای ضعیفترش می‌گند و وقتی
که بزرگتر شود احساس ترجم به اشخاص ضعفتر
راندارد.
 ۲۴- کوکان بیشتر رفتارها را از والدین خود می‌آموزنند. در حقیقت والدین به فرزندان خود هرگز
حل مشکلات الگو می‌دهند و اگر والدین به غیر از
اعمال خستوت از راه دیگری استفاده نکنند. جمله
ممکن است فرزند آنها روش دیگری بیاموزد؟
 ۲۵- در مذهب هم بوصیه می‌شود که فرزندان بانی و
دوست بدارند و آنها را کنک نزیند. چون کوکان به
خدا نزدیک نزند.
- ۲۶- کنک زدن نایبر مخصوص بر رایله‌ی والدین و
کوک فاره. والدین باید بر این امر واقعه پاشند
که فرزندان ثنان نمی‌توانند هرگز کسی را دوست

منبع
جدید ترین توصیه ها درباره ای رفتار با والدین
از هر چهار چیز پنهان:



چگونه به کودک مان اعتماد به نفس بدھیم؟

عورت کوچه نفر از خودبندارهای مجموعه افکار، احساسات و تکنیک‌هایی است که هر فرد درباره خودش در ذهن بروزرسانی دارد. کنم آمدن با جالتش‌های زندگی و خود را تابسته جای بریدن یا خودبندارهای صور و افکن شخص از خودش، به این معنایست که شخص خود را «که» و «چه» می‌داند و عصداً با نفس‌ها و والدین باید شخصیت‌ساز پاشند و براساس احترام و ارزش با کودکان رفتار گندید و هرگز تعیین می‌شود به عبارت دیگر خودبندارهای ذاپل‌کننده شخصیت کودکان را باشند. کوه‌گان براساس نوع رفتاری که با آنان می‌شود یاد چکونگی تعریف که ما از خودمان می‌کنیم یا لذگیری هستند. لذگیری هم رفتار، عواطف و صحبت‌هایی هستند که نایاب می‌باشند از خودش ترسیه می‌کنند.

تصویر دهنی فرد از خودش انقدر در رفتار و کودکان و شخصیت او تأثیر دارد که روان‌شناسان می‌گویند: «هد سی بگو» چه تصویری از خود داری نایاب تو بگویند کیست؟ چگونگی برداشتی که ما از خود چاریم نفس می‌خوریم و زیرینی‌ها در احساس رضایت از زندگی نیز دارد. پیاربران تقویت توانایی خودگاهی و به تبع آن داشتن خودبنداری دهیم، می‌تواند فرد را برای «ملایمه با سکلات و حل اینها برای دهد. خودبندارهای از کارکرد لازم و ضمیم بروخوار خواهد بود که سلطنتی بر واقعیت پاشند. بخطور کلی خودبندارهای ته خوب است نه بد. تصویری که ما از خود چاریم بخودی خود بار ارزشی ندارد. این ماست که آن را ارزش گشته باشیم و به واسطه ارزشی که به آن می‌دهیم، احساس خودبنداری، می‌باشد احساس نولایس. اگر کارهایی را به کودک بسازیم که در حد نولایس استعداد و علاوه ایست و قدر است آن را تقویت نمایی از خود است. ما باید سعی کنیم که کودک از همان انسان ایشان تصویر داشتیم که از این انجام می‌آمد. این انجام رسمی‌ها را در او بروز خواهد داد و با این احساس است که فرد خود را احترم می‌بیند. این انجام می‌داند در کودک ایجاد کرد. هر فرد دارای یک تصویر شخص از خود است که بر روان‌شناسی به آن «خودبندارهای می‌گویند. رفاقت انسان براساس آن شکل می‌گردد و انسان ساخته می‌شود. اعتماد به نفس یک مولدهای خودبنداره است و برای افزایش آن مابد مولدهای خودبندار است.

دارند. آنها تعاطه حرف و غوت خود را به خوبی می‌دانند.
زودتر بر تعارضات گفتگو می‌باشند. از برایر فشارهای سنتی
علوم هست و هنگامی که با جالانی رو بدو و می‌بیند
قادرنم برای پایان را دلخیل الدام کند.
کودکان در این عرصه بدون نیاز کم گرفتن خود با
دیگران، حضوری خود را
ابزار می‌کنند. آنها احترام کودکی که با لذت‌های زیاد
لیستند می‌رسانند و از زیدگی زور به مدیریت افریزی و اداره
لذت می‌برند. این کودکان و تعقیب والغ شود از
واچیزیں و سویاً خوشی‌های عین احسانی پایانهای
حالت از تعامل و ارتقاء خویش را تشکل می‌دهند
با دیگران لذت برده و بر نعت تأثیر فرار می‌دهند

حسته از فعالیت‌های گروهی است. می‌باید در موقعیت
حل‌سپریدن شک و تردید نظری راهبری را بر عهده
می‌گیرند.
اما گوبدکاری که افتخار به نفس پایانی دارند و در مورد
خود سفکر می‌کنند، تقابل انتقال چیزهای خدید
را اغفاریه و اغفلت به محض وقوع خود موده خود صحبت
می‌کنند. تحمل کمی نزد بوار تاکاکی‌ها دارند و رودتر از
دیدگران کار خود را رها می‌کنند تر تقابل حالات‌ها باشی
فوری آنها «نمی‌توانم» است و در مواجهه با این جانشی‌ها
دچار استطراب و تاکلی می‌شوند. امولا زبان زندگی را
حرفت یافتن راه‌حل بوازی مستکلات شان من کند و حون
افکار خود را تقدیمی زیادی دارند ممکن است هفتمان
با افسوسه باشند.

رسد ملیعی کودک هنگامی، سورت خواهد گرفت که کارهایی به او معمول شود که توانایی این را داشته باشد زیرا اینها کار خودش باعث ورد احسان توانایی خی شود. اگر کودکی بکار را تواند اینها دهد، احسان توانایی بر حمام زسته ها عزیز و رسد خواهد گرد و هرگز فکر بخواهد که غلط این کار به حصول را توانیم انجام دهم؛ بلکه با تعبیه خانواده ایں احسان به همه اینها حسن، علاوه جلو عرض کوئنچه نجات و پیشنهاد را رسد خواهد گرد اگر کارهایی را بکار می باریم که نیز خدمتی، استعداد و علاقه ایست و فکر است آن را انجام ندهد مثلاً انجام این امور کودکی که اعتماد به احسان توانایی می نمایم مستلزم و نگران است زمینه ها را غیر از اروپس کاری شکست بخوردند خواهد داد و با این احسان می شود. بتایرا این علامه است که فرد خود را غضی چند دنار و فقط در مو شندی برای احتساب می داند. آتنا احسان، آسودگی

و مر این راه دام می پند و
طرف دیگر همچنان که کودک صور ذهنی مناسی از
خود به نسبت اور و مایل به او شخصیت بدینه و لبست به
اور از قائل شویم عصالتگونه که قبلاً ذکر شد تصویری که
فرد از خود دارد از خروج ساخته و براحته بخوبی بگوید بلکه
در خارج از او نشکل می گیرد و به ذهن او تحمیل می شود
سا خود را المطمر می پنجه که دیگران را از می بینند. به
عیارت دیگر، تصویر ذهنی ما از خود از همانی دید و
قطولت دیگران و برداشتن که حا از این قبولتوها داریم
نشکل می گیرد بخلاف این والدین و سرمهان وابد شخصیت ساز
می شود و بر اساس احترام و ارزش با کودکان رفار کنند و
هر گز زایل کشته شحیت کوده کلان نیاشنست اصولاً کودکان
بر اساس نوع رفتاری که با آنان می شود باد می گیرند جه
گئی. با این دلایل های رسمی

پنچ از عوامل موثر در شکل گیری خودپنداره منفی و اعتماد به نفس باشند. روش‌های آسیب‌زدایی جرا که پسند شرک همه این روش‌ها تحریر هست اند، فردی که همواره با نفس سالم‌تر شناخته یا با این بقایی داشت خطاً می‌شود یا با دور به پذیرش اسری و اداره می‌شود و با غریب‌عرض تبعیض‌های رفتاری داشت خطاب می‌شود نا و آین با مردم فراموش و غریب و غریب می‌شود و مورد نظر نهاده مورده لستگر و تحریر و قلع محسوس حفاظت می‌کند و سود احساس خذاره می‌کند که فکرها و احساسات عجیباره و همین احساس پایانهای بسیار و نسیم تعالیات‌های او را تقویت و ارزشیابی می‌نماید و خوبی را بر فرد شکل می‌دهد.

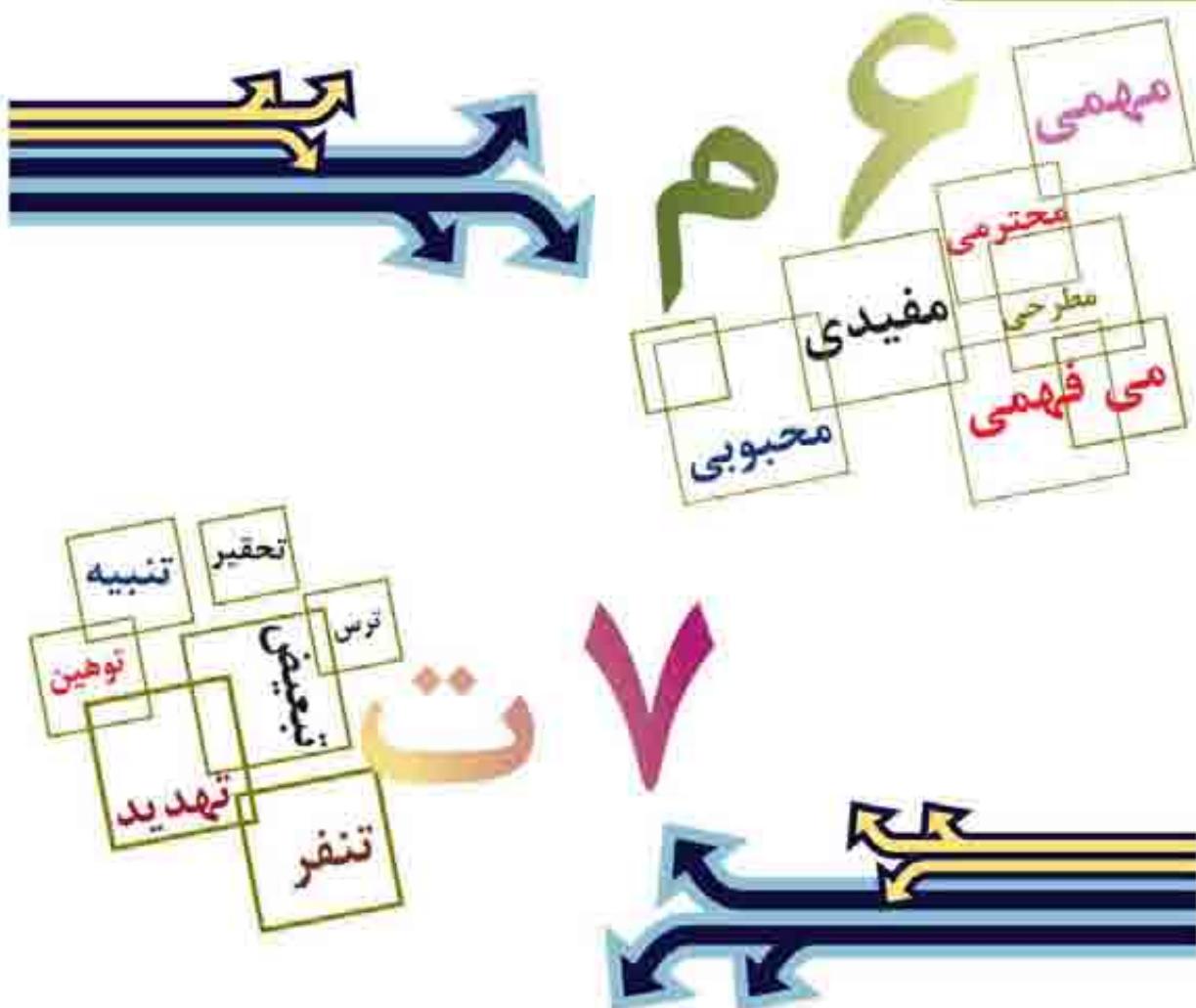
اور ایاحتیالی فرار می دهد و در قالب ساخته های روحی روانی و رفتارهای نلایعی و بیرونی بروز می کند لذگی و اغتراب ساخت و به تبع آن گوششگیری، منافقانی و افسردگی باعث کاهش حرمت نفس می شود کوکی که اعتماد به نفس اندک دارد ذاته م Fletcher ب و نگران است زیورا فکر می کند اگر غر کاری شکست بخوبد، بدون شک نسبه پا تحفظ می شود بنابراین علاقه ای به ایجاد موضعات جدید شماره و فقط در موقعت های امتحان شده و انسان احساس اسودگی خال می کند

عصبانیت زیور باعث می شود امن مطری فکر منفی در کوک و اعتماد به نفس اندک می شود افسردگی زیور باعث کاهش اعتماد به نفس می شود افسردگی در کوک موجب اختلال در پایانگیری، بازی و توسعه روابط با دیگران می شود و بعضی مواقع حتی مانع ارتیاط اولوا والدین می شود، عین پنهان تصویر شخصی مثبت و احسانات تولانی وجود ارزشمندی در فرد ای که بهداشت و سلامت روانی وی خشن می شود علاوه بر این گفته است «انسان ایمان لعواید مذکون متر ایکه خودش را قبول داشته باشد» این مکمل را بجز پاید حاضرستان کوک که از مسجد و شوپیل خارج از اسلام و ایجاد احساس تولایی کاتب لبر ماید پرهیز کوک، جرا که استگوک عربی و منجیدهای ایرانی کوک از حلقه والدین و مریبان کوک کان را به سوی قبول استگوکه ممتازها و سایر های شیرین سلطی و در اینجا خوبیابی ری نفس اندک دارد، دائم لایحه و غرور گالب سوق می دهد لیکن فکر می کند اگر در اللئاد و سریع شر از حد چون شک نسبه با تحفظ کوک کان به مخصوص در سال های ای به ایجاد موضعات تکون تحفظ بجز می نویسد افعت های امتحان شده و مخاطره النازد سریز های

آنقدر می‌تواند نسبت به این اتفاقات بگوید که این اتفاقات را می‌توان با توجه به این دلایل در این سیاست مذکور را تبرئه کرد. این دلایل عبارتند از:
 ۱- این اتفاقات را می‌توان با توجه به این دلایل در این سیاست مذکور را تبرئه کرد.
 ۲- این اتفاقات را می‌توان با توجه به این دلایل در این سیاست مذکور را تبرئه کرد.
 ۳- این اتفاقات را می‌توان با توجه به این دلایل در این سیاست مذکور را تبرئه کرد.

آدم‌ها کتاب اند

امید میل کنند هست
بعضی از آدمها هند پردازی
ناراند. بعضی خود سخن
بعضی جلد بالا را
بعضی از آدمها را کشیده گذاشت
چنانچه من شووند و بعضی با گلده
برخوب
بعضی از آدمها نمی‌نمایند
و بعضی از آدمها بخلاف جلد
من بایدیم و بعضی لولکی
الموهانی بینکوت
بعضی از آدمها بحروف سنه
جذب من چویت و بعضی از آدمها
ستخوابات رنگی می‌دارند
بعضی از آدمها ستر بلند
روزی سیاهی بعضاً از آدمها
بوسته اند: چون هر گاهی استاده
تحفظند و منع اند
بعضی از آدمها قدر روی
جلد می‌ارزد و بعضی از آدمها را من
جات درین تخت طویل می‌گردانند
و دست
بعضی از آدمها را بینه جد
گرفت بعضی از آدمها را من
شود لوبی جس می‌گذشت
بعضی از آدمها می‌گذرانند
در جسد پرجه سوتی من شوند
بعضی از آدمها می‌گذر جدول
و سرگوش می‌گردند و بعضی
مغلوبت صوری
بعضی از آدمها خود سورمه می‌
دارند و بعضی غلت جایی می‌دارند
آرزوی بعضی از آدمها بینه
مشق بسته و آرزوی بعضی از
آنها باشد سورمه بست بعضی
از آدمها را از جلد برخواهند
کلپیه و بعضی از آدمها را
برخواهند دور گشانند



بر حسن نموده و آنها را پیش این ویزیتی ها تسوییل نماییم به عورت ناخودآگاه و بلکه شاید آگاهانه سی بران خواهد داشت تا برای تشویق بیشتر و مورد تأیید قرار گرفتن آن ویزیتی ها را در وجود خود لذتیابی دهد.

کودکان در صورت تحریر و نسبت خود را به همان مسوزی می پذیرند که شما آنها را خطاب ممدوح و مستور شده اید به علاوه آن که خاستی مرتبه هست که در تشویق بافت نصی شود و آن، ایجاد روحیه مقاومت و لجیزی است با ایجاد این حالت در وجود کودک زمینه ای را برای عدم پذیرش هرچه راستی و درستی است فراهم من کنیم.

کافی است کمن فکر کنید شما بستر توطئه کسانی که محبت و عشق خود را ابرار می کنند و در اینجا آن خاستی به خرج نمی دهند جذب می شوند یا افزادی که مدام با تحریر شما باشد لطفاً به شخصیت بلان می شوند؟

برگرفته از مقاله‌ی: راهنمای تربیت این

لیاز روانی بجهه‌های مذا عبارت است از انتقال از شش «بیم» این شش بیم را هر کس در کارنامه گذشته زندگی اش دریافت کرده باشد، میم هفت‌ش موقوف است که خود به خود پدید خواهد آمد: تو محبوبی، تو محترمی، تو مطرحی، تو می فهمی، تو عضدی و تو می فهمی.

اگر ما در رفتار و گفتارمان این شش «بیم» را به فرزندانمان انتقال دهیم، بیم هفتم «موقوف» خود را خواهد آمد، یعنی ماتری روانی ابرزی دهنده فرد سازه خواهد شد. در آن صورت این ادم در تحصل و زندگی و کار موفق خواهد شد. آیا جزء‌های «بگیری هم هستند که اگر بدر و مادرها انجامش ندهند، عکس این نتیجه را بگیرند؟ بله، ۷ «ت» باعث می شوند که والدین دقیقاً نتیجه عکس بگیرند.

آن ۷ «ت» را هر کسی دریافت کرد «ت» هشت‌ش تباختی است که انتظارش را می کند تیه، توهین، تهدید، تحریر، تعیین، تبلیغ و ترس. همه افراد شکست خورده و جامعه ستیزها و انبیکاران در کارداشهای خود این ۷ «ت» ها را دارند، یعنی تأثیر ۷ «ت» تحریر با «ت» تعیین، زمینی تا اسمان است.

بنابراین اگر نلاش کنیم که نکات و ویزیتی های مشتب فروزندان مان را



١٦

چلا پايد ڙود علوش بشم؟

من بحث و درست دارم

• حملاتي ترجمة

لوجو در «اسکنی» اینانی که اینا تو
هر روزنه هم ناگزیره عضول هنرخواه
عروسک گردید تا خوش شد، بوده و پوچه فرش
فرفت او را آن سلطان به سوی خود کشید
خرس و شفون از استال را بر جعله رانی
Glamour در بافت کرم و بد عضول هنر
صلیل من المثلث حلو و لان در حمل
طریق

در گذشته من تو مادر منسته اسلامه و اهلی
کردند که از آنکه این سنت را در خانه داشتم
که این سنت را در خانه داشتم که این سنت را در خانه داشتم
که این سنت را در خانه داشتم که این سنت را در خانه داشتم
من می‌دانم که این سنت را در خانه داشتم
و این سنت را در خانه داشتم که این سنت را در خانه داشتم
که این سنت را در خانه داشتم که این سنت را در خانه داشتم
که این سنت را در خانه داشتم که این سنت را در خانه داشتم

۱۰) آن تجربه را کن که هر دو سیستم باشند که در
آن مبنای خود را در این علاقه نگیرند و سپس
بهم کار کنند تا تأثیر فرآیند سیستم به ساختارهای غیر
او ایجاد کرده باشند. این بعزمیت اکتوئن
نموده در حال تحمل کردن است و
آن را می‌دانند که خوبی نازارهای اولیه از این داشته
باشد که سیستمها را می‌توانند با ۴۵٪ نسبت
غایلوان برای میزان کنترل از این
۱۱) سلسلی پاسخگویی به کامپیوتر می‌دانند که

لی می‌گردید این‌گاه بوده بخوبی هم نباید
چهارمین بخوبی می‌گردید از آن سوی
سالانه از اینجاست ساختند یکیه لاتانه به
بلوچستان و سرت سرمه ایشان را
فرجت داده باشند خانه‌های این ایشان
بین فلات از اینجاست از اینجاست کوکان
است از اینجاست روستاهای عورتکان همیشی
ستگاهی بود که در قسمی میان خاور عالم
است سالانه کوکانیان را که در پاری ایشان
نمی‌توانند بخوبی بخوبی هم نباید
که از اینجاست روستاهای عورتکان همیشی

ازدواج گردن الدیستم است جرا و گز می کنیم که عسکن
تست این خبرات برانی بجهه های مارخ بدهد؟

اگر به ازدواج رودهنجام بجهه تالی رضایت داده باشی
خواهید رضایت بدیند، این راه بسیاری از ازدواج
های رودهنجام به علایق منجر می شوند ازدواج های
رودهنجام معمولاً در حالتواه هایی رخ می دهد که از سطح
طوفانی پایین نوی بهره می برند. خلی کم اتفاق می
افتد که خاتمه ای اکاه و حصل کرده به فکر ازدواج
رودهنجام بجهه هایسان یافتند زندگی مستر گ، مسؤولت
های سنتیکی داره و نیز نوان از دختر نا سرسی که هنوز
بچران های نوجوانی با حنی تکدد کنی خود را می گند

هنوز دھالس یوی نسر ہی نہد و لی معلوم دیست ما کدام
سلطنی قرار است سر سفر، عقد پسند + از فردات
میتوانست هنچ یک زن بالغ را قبول کند + جند وقت
بعدش هم مادر شودا
شاید ازدواج روزه هنگام این دختر یا حتی پسر بخت
برگشته ی هم ادامه همان تذکر اول مان مانشد به
من برسید کدام ندایه کاری؟ همان که غیر سماره همان
فیل درباره اس صحبت گردیدم... بلاداری بیرون عربستان ریزی
و پست نر هم رفتی بعد ای بدون برآنامه ریزی به دنیا من
ایند و ما هم برآنامه و روشن برای زندگی و برترت او نداریم
و نہیں یعنی قرار است سروشوست او وجه مانشد، سن لمح

داستم که فرزا است
که او را چه طور
عروس یا داماد
کنیم می خواهم
که اصلًا فرزا است
کی ازدواج کند و
با این که با چه
تیپ اندی ازدواج
کند امی دلبه
باید چه آرزو هایی
داشته باشد
حمله ما را بثبات
من عدهم که اگر
زندگی پیدا شانه
آن عاریم و از
زندگی را بثبات

نذریم، پچه مان هم بدون هیچ آموزشی مثل خودمن ازدواج کند؟ ای امید باریم که او زندگی بهتری داشته باشد و شاید با ازدواج او فرجی سود و از زندگی بدست خلاص شود؟ باجه استدلائی این لذت را کرده اید؟ ای اسما لو را ویرایی یک زندگی پیشر آموزش داده اید؟ با غلوب است یا کسی ازدواج کند که از همسر خواهد پیشتر است غافل از خوبیت خود است کند؟ حتی اگر این طور باشد، اگر چه شما هم به اینجا همراه باشید، برای ازدواج آموزش نماییده باشد. حتی هر زندگی دلخواه منشکل خواهد شد مناسفته باید گویند، هرچه من ازدواج یابین تر باش، فرمت والدین یاری آموزش زندگی را تشوییل به فرزندان کسر است، همچنین هرچه من ازدواج یابین از باشد فرمت فرزندان برای یاد گرفتن میادارم حالی زندگی از اجتماع کسر است گزیره از این که خلی اوقات همه این اسلی و دریان باشند های را این ایست که از دست یاده هایشان خلاص شونیم ما که حد سالی او را اعزام کرده ایم، فکر من کمتر خالی او باید بتواند در یک زندگی مستقل گلبه خودش را از آبی میرون بکند و این خیانتی بزرگ در حق بچه هایی است که حوزه سهم خود را در این هنای بزرگ بیندازکرده اند و حق کس ایها نگفته جطور می بولند خوبیت زندگی کند و نه زندگی هیچ خود را خوبیت کند زایل بداید خلک بدر و عذر علی که موجب ازدواج روشنگام بجهه های حل می شوند، گاهی اوقات به خانی دیگر منح می شود خلک این فرد به همسرش بلده اطلاعات نشان می دهد که خشت راندویی در کلی که رود



آداب و رسوم

غلط

زندگی را به بیراشه می برد

۲-از میان برداشتن حريم سخنی
بسار تندباییم که به زن و مرد متعال
نوبت سنه داشت که دور نوستان محظیان
را خط پکشید در حالی که بین رست
الفت و بیرون میگردید و همانکو، بهایه جو
متاهم شدن معمقات بست
فلون باشته دیگری آنکه در معاشرت‌های
سی از زندگی مسترک وجود دارد این
است که مرد با زن (استریان) سی از
ازدواج علم می‌شوند که با همسر پوش
همسرشان معاشرت و دوستی برقرار کنند
دانش این توقع از بجهه‌ها متعلق است اما
تحصل دوستی مر انسان‌های بالغی که محسن
اعظم شخصستان شکل گرفته است جذب از
عنقول و متنبل است، تک‌تک بر داره
معابر شنایی بالغلوی و اچلوی، زندگی
پیغمبری و طایره حواسه‌های فردی را باز نمی
تنگتر کنید، چه ترسیم است که در میورت
مشاهده عدم تقاضم و شناه فکری با این
دوستان تحصلی به راحتی بگویند، متوجه
و پیغمبریم که همسر عربها «ادوت» و
و همسرش اشنا شدم، بوازدی به اینه
با دوست اشناهی دهن و این عن تعاملی به
دوستی با همسر او ندارم»
حريم شخصی قدر گزه که وصفتی بست
بختی از آن دلستگی‌ها و فعالیت‌های نهود
خلافه فرد است که در زندگی مسترک باشد
مهده احترام همسر باشد، مهده این گویند:

که با حدقه، تعجب و روشناین باورها و رفتاره
زندگی انسانی توی داشته باشیم
خانواده در فرهنگ ما دارای اهبت و پروردگاری
است، حکومتی شکل این نهاد و آداب و
رسوم لگیداری و اداره آن بر پایه اصول و
قواین و ارادی است که بخش از این فواید
بجا ماند، بازدید و تعجب و دوچار مسایی است
که بروزه هم اسان ملیم نمی‌بیند که
به نکار آن اعمال دست زند

شاید گفتشکاری که سیاهان را تها به جرم
زنگ پوستان به بردگی گرفت و از ساری
حقوق اسلامی محروم می‌گردید، بلور بدانند
که از جاده انسانیت دور می‌شوند و خود را
قطر مجری فرهنگ و رسوم احتمادشان
می‌ذلستند همچنان خواستگاری که
پیشون توجه به احساسات، عواطف و ایصال
دختر جوان و خانواده ای، همسر محسن را
مخفیانه از قسمهای دیگر می‌زدید، به روش
لیاکان پاییزد بود.

ما به ناد آوردن این نمونه‌های تاریخی
می‌توان شنجه گرفت که هنوز هم ممکن
است این ادب و رسوم و عاداتی باشیم
که برای حفظ آنها همچ ملی می‌جز پاییزدی
گذشگان به آن شوهها وجود ندارد، شاید
هسته تازمتد آن باشیم تا با قدرت مطلق
و عقل نکتسنج و رشدیانه ای امروز بروزی از
این باورها را دور بریزیم و درباره دور و پیش
شان شنک و تویی بدلشی بشیم، بیان این

استدلال
عمر وغرس

هر سرمه هر اولدار می کند که تمام ساختات قوتابی
حاج جهانی را در گلزار او نگاه کنند، در حالی که من
علالهایی به قوشان نمایم من شفته نفسی هستم
اما در طول ۱۰۰ سال زندگی مسترک اب خاص مسنه
پکبار با من به سایرگاه بقشی میاید و همواره تذکر
من دهد و وقتی مسام خونه و سادل نهادن آنها بین
تائش از این سند و سلط خوتم نماید.

ورضیه مردم متعاطل و کارمندی که تنهای و روهای جمعه
فرست بروانین به هر سوی علاقلانی میت کاری
را خارج من گویند هرسوم از من من حواهد سام روز
جمعه را به معاشرت با فلسفی و سندین حرف های
نگاری حالت و صفت پذیرانم

بر این جا باشد احسان خطر کنم اگر هنگامی که
همسر پیشتر سرگرم سلایق پیچیده ایست بسیار
باشد

۵- ساده پنداشتن مسئولیت پدر و مادر شدن: اگر بحاجه هم گل با گیاهی، ادر گلستانهای کوچک آپارتمانی بیرونش دهیم چون و جوا من بدم و که باید رسانی را سرفه بدست اوردن اطلاعات درباره انتخاب گیاه سار و شرایط و دستورات بیرونش آن کنم. با حرث این است که هیگمان خود یک برند؛ حسوز تکیداری از آن را از فروشده عی غیربینم؟ حال با چه منطقی در حالی که تکیداری از یک برند باشد را نیز نمایم اگاهی و اطلاعات دیگر من مطلع نباشم؟ عارضاً جمیعها به میلت کاری اش ببردازد و همسرا او که ماین ابت نعام ساخته های روز جمعه را با قابلیت مانند، به تخت و بر حلقه های مطلوب خود بردادته و رسایت نمهد نا معتبرت همراه با لفاسی است به او محدود نمایند.^۲ حرجیه شخص افراد، بمجموعه علائی و روابط و باورها و آنها و انسانی است که در بونه نمود و گردن همچ فرار گیرد و تا جایی که ستون های زندگی خانه ادگی و مذهبیت آن را مورد تهدید قرار نماید مورد احترام باشد.

۳- نکوهش ازدواج دوم:

پیشان گرفته ای بست که در جامعه کنونی اگر بر
خانواده تمسیح به ازدواج با یک خانه بیوه با مطلقه
داشته باشد و یا دختری اعلام کند هر سه منصب
لو، پسر ازدواج الموقعي داشته با همسرش را از
دست آنکه از هایه ندان گردید و تکاهها سرزنش
بر می شود و پیش از ششده شرایط فود منصب
نلائن می کنند اینکه را از حمیمان منصرف
کنند، تنها بد این دليل که این ازدواج دوم فود
منصب است متكلات این گونه ازدواج ها را گویند
گردد و از مادر می بینم که هرگونه ازدواجی، متكل
خاص خودش را دارد

اگر بنوانده ای فدر منطقه و خوش بین باشند که
محاسن و دسانی های هر گونه ازدواج را بینند، ماید
تصدیق کنند که ازدواج با زن بیوه با مزدی که
متارک گردد و در کنار متكلات خاص خودش،
یک امصار طاره و آن این ای که تحریب فود
از زندگی مسترک گذشته ایش می بواند در ساخت
زندگی مسترک دوم او به کار آید

۶- شکل مطلاع:
 شاید از که اگر در «شیوه به برآورده رفت با مکالماتی» دو
 سوق دارند به مثابر و روشناسی و
 زبانشویی همراهی کرده و همه راههای
 راهی حل مسکلات خود بینانند
 این لالانهایهای بینست رسانیده اند
 از پنکتیگ حداشته و جملجه ساز
 و بحاجر به ملاقات‌هایی هشتگی یا همان
 گرفتن و تحول داده اند. برخورد
 احترام با اینکه نکنم داشته باشند
 هنگامی که بروایت معمول و اسلامی
 احترام به اسلن و حقوق فردی او
 یا فلان کشور حضرت من حوریم به
 آن ارزش‌های انتشار و اخذی تاکنک
 که شکل گرفته و پیاده به می‌شود

اگر دستلی ب- (الدگی عای مسامی حود نگیرم

همه اسرار درست سرخ کردن

اگر مواد غذایی به طریقه صحیح و کامل سرخ شوند، روغن زیادی به خودشان جذب نمی‌کند.
 اگر قصد دارید روغنی را که یک بار در آن چیزی سرخ کرده‌اید، دوباره استفاده کنید. باید روغنی را انتخاب کنید که نقطه دود بالایی دارد. یعنی روغنی که قبل از این که سطح آن تولید دود کند. بتوان تا درجه بالایی آن را حرارت داد. وقتی روغن به نقطه دود می‌رسد، ترکیب آن شروع به تغییر می‌کند و کفهایی حاوی «اکریلامید» ووی آن تشکیل می‌شود و چشم را می‌سوزاند.
 این که نقطه دود هر روغن چقدر است، روی بر جسب زوغرها توضیح شده است

شوت ملکی که غنایه ایشان سرخ شود جوشان تار بند کرد

۴- ملارا به قسم هایی که جگ غیر کند و هر یکی دقتاری از این اسرار گذشت مانند را بر این شناسنامه

۵- یکندانی شناسی سرخ ب را اینکه با این سیم از داخل روشن پر نمایند یا فلش معمولی پر نمایند چون روشن همان شناسنامه
سیمک است آن را از نصف این روز و نصف شب خارج نمود الین کام
و آن را بر طلاق سیک چشم دهد

۶- هنگام سرخ چون یاد از این در طرف جویندگانی ترد و پرا
ماک می شود و رطوبتی که از این مختار می شود به داخل روش پر گردید
همچنان که خیرمه سرخ روشن می شود

پیغ تکنیک صحیح سرخ گزدن

۹- برای سرخ گوشت از روغن مانع تخلص سرخ گوشت استفاده کرد فقط اگر این روغن از کهنسالان جدید باشد که در آن روغن های مانع که اهلیه عاری از آجورات و بکتری های اینجا را ندارند. برای حملات دینی های راهبی اگر از روغن مخصوص سرخ گوشت استفاده نکردند. بعد از هر چهار سرخ گوشت، روغن ملارا تجویش و آن را این روغن بروزه رهادار مانع بود. اگر هم سرخ شدن مانع بود، هر چند باید از همین روغن استفاده ننمود.

۱۰- شروع سرخ گوشت، اینها حملات زیستی میکنند و بعد حملات این

ماده علاجی سر براند روغن (ودم) بخوبی منشود اگر تو
حروف را موقع سرخ کردن بدایا گذاشتند از خس روغن آش نگذرد
و خود در این حالت طلوبت راهی خوده جنپ کردند

- ۲- هرچه ناخالصی های همچون سکه، ذرات خنده، جلشی ها و پستره به ریختن دارای شود، رونگزیریهای اکسید می شود.
- ۳- زوئن هرچه ستر استفاده شده، سریدم اکسید می شود لغزش انجام شده باشد. ساختن مولکولی رونگزیر این ملقطت آن نعمت کند و سکلهای غیر روان از طرف دیگر نمود.
- ۴- ساختهای رونگزیر های مختلف با همین نقطه دارند اما را باید می اورد. بدلایلی می توانند نقطه ای که نوع رونگزیر در آن باشد

سنج عامل، دوچرخه کی

۱) میتوان روش را بعد از یک بار معرف جویا به معرف کرد.
 ۲) هنگامی که جمجمه از آن روش استفاده شود، جمجمه
 تکههای این کرههای سواری که میتواند گفت روش ترا
 بعد از یک بار استفاده از آن بود. اینها هستند:
 ۳) نور و حرارت روبه اکسیداسیون و تحریب روش را تبدیل می کند
 تداویان به است زمانی که روش را در معده اور، خواست و آشیان
 هر زاده اند، توجه کنند
 ۴) هر چه مقدار غلوب خود را میتوان روش و سیوان را خوب

۲- اخراجی بدهسته = روش سود سود
۳- وضیع محدود است این را از صورت ریختن اهدای و مساعدة
کلیه ممکن در عرض دستهای پرورشی و در آن فرایند کارکرد همچو
هوا وارد آن نموده از ساخته شده تکرین آین روشی = روش مذکور خودباری
۴- آین فلک را در حایی قاریکه ترجیح مادر بحال نگه داری اند
آن روش در بحال سکن است ظاهر این مدت بسیار کند اند این
حالت باعث داشتاری گیری این از بحال عرضی شود

بنچ نکته در استفاده از روندهای دست

کلمه هایی که در متن آمده اند را در اینجا آورده ایم:

۵- با وجود تفاوت های زیاد روش را این روش دانست که روش سطح روی تبدیل روش بود.
نمکینیتی دندانستگی حس را در روش هنگام که ماده غذایی را به داخل آن می انداشت و اخیرین
دو روش را در پوست روش هنگام بسته ای از طرف
اینها را بسته این نکات را می تواند شناسایی سرخ کردن سلمون چون توجه کردند بدهسته بدهسته بسته که اسرع
نمکین از سرخ گردن بهتر است من نظاره کردم و این که درین راه خوب من را می بینم سرخ کردن است

شمع فرشته

جو جو یک همسرش ، از جمی
داند بود ، دختر سه ساله اش
ا سیده نهادت می داشت
نحوک به چنان سخن
سیلا شد ، باید به هر شری
زندگان گوشت ملائکت این را
دوپریده بودست آورد ، هرچه
باشد نهادت باید درمان او خرچ
کرد ، اولی سلطی حل بخوبی
آگوخت و لایه بود و درین خلاصه
آن را بیت و گوته گیرید
اهیجکش سخت می کرد
بر سکمه این رفت فرستن
اشدائلش خلی سفر
کریست لام را بر راهی خارج
و چون داشت پلی مولوی شد
این پدر روزگاری بخوبی ۲۰۰
دید که در پیش است و مسد
سلیمان ا فرستگان کوچک داد
حاجه ای طلاقی به سوی تا خبر
حلیم بر حکم هشت دلات
فرست شمعی در دست داشت
و شمع عده فرستگان بهم
نکن باختن داد ، هر که باختن
خیور رفت ، دید که فرست
ای که نخصل جلویان است ،
صلیم رجستر خودش ای پدر
فرستگان را در آموش
گرفت و از ارامنه عاد ، ای ای
دلت نشدم بخرا نخکش
چو شمع تو خابوش ای
و دهد که به پسرش گفت
پهلا جن ، هم وقت شمع من
روشن می شود ، استکباری تو
آن ا خابوش می کند و عمر
دلت ا ملائکت می خواهد ، من
هر سیمکش چو شمع و پر ای
حیی که لشک در سنتگش
خلقه رکه بود ، ای خواب بود
و گل ، خوار ، لاف میز

پیش نکته برای سرخ کردن سالم تر

- ۱- قبل از آن که مواد غذایی را به داخل رودخانه می‌خواستند باید آنها را پخت و سرمه‌زد و مخصوصاً گرم کشید. این کار را خوب نمودند که تهدیه را پختن داشتند و پس از شود، در این حرارت در مطلع باد غذاشی نمودند. این کار را ملاحظه نمی‌کردند لایه هایی استکلیم می‌شود که ناسف نمی‌شود روغز ننمایند از ماده غذایی غصه نمودند و ساده غذایی فقط با حرارت غیر-ستکلیم و با اختلاف گرماشی از آن عالی، یعنی وسیع شود. اگر روغز نامناسب باشد می‌شود نتایج این کار لایه عالی استکلیم شود روغز بدروز تنها نموده می‌کند و ناسف نمی‌شود. نتایج این کار را می‌توان از گزینی (گزینی) بینا کرد. اگر هم روغز زیادتر از حد داشت شود آن لایه ملاحظه نمی‌شود و از سرمه و رودم.
 - ۲- ندل از سرچ کردن به غلابنگ لازم است تقطله بود روغز را با پرس می‌آورند و ناسف نمی‌شود رودم بخوبی شود همچنان که ناسف می‌شود و طبیعت دارای مطلع غذا جذب شود و وقتی نتایج داشته این نمود روغز بسته بسته باشد شود.
 - ۳- از طرزهای البوسی (ای سرچ کوکن غذا و گهداری روغز استفاده نماید. سک به کار رفته بر غذا طبوده البوسی، از حرب سی کند و نینت می‌شود. البوسیم باز و روش شود که سیمین را با نارناره و اسپ و مسی خمیده درد آن کار می‌خوبند. حیوان روده بخوبی روش را از سرچ می‌گذرد.
 - ۴- سوی هایی مسحده را وقیع شور بچ راهنمای سرچ کشیده با کامپر روش را به جود جذب کنند. اینسته با ندبور می‌گذرد از پنجه ای این کار را بگذرانید. کللا ماده غذایی از حلقه انجام خرج شود. بعد آن را با پرسید.
 - ۵- یکی از اسلوپهای این است که کوهی از مواد غذایی را در پیوه از روش تیزیده این کار خواهی داشت. روش را بسی از پرسید. قبل از این که آن را بچ غذی مقدار استکلیم شود، روش تیزیده این کار خواهی داشت. روش را بجوب می‌گذارد من گزینی بود نتیج جو ای کاری هایی که در جنس می‌باشند ای این سه ماده را بخوبی دهیم این

سچ ۲۰۱۷-۱۸

رونم را از یک مخلوط کن با هاون
 بروزید و از آن ها خمیر نمیه کنید
 به مخلوطه به دست آمده آرد و یک
 قاشق حابخوری آب اشتهای کنید و
 آن هارا با هم ترکیب کنید از مواد
 به افزایش گردد بروزاره و اینها گرد
 و سی نخ گشت مدت فلاغل ها
 را همچنان اندام کنید فر پس ناید
 مفلکاری رونم بروزید و آن را حیرات
 دهدید نا داغ نمید مخالفت باشد
 آندر داغ شود که رونم دود کند
 هر طرف فلاغل ها را تو نماید دقیقه
 سیح کنید ناصلایی رنگ و معز بخت
 سوید

هر ای پهله سی نموجه فربنکی - سالم
 سوله سی را در همنزی با سرمه بالا
 بروزید و آن هارا با هم ترکیب کنید
 نم طرفی رینه و حیرات
 دهدید و آن را گرم نماید هنوان سی
 سل (نوهن سی نند سکلیکی)
 سیح میل کنید این سلدویج را بعد با

پور گستاخ نصف فانسی جانبختی
 ازد بک قاتل جانبختی
 لشک و خلفل سیاه به مقادیر لازم
 رونحن برای سرخ کردن به مقادیر لازم
 مواد لازم سین گوجه فرنگی
 بلبلل را اگر با این سیاه کنید
 خوشمزه تر و اصل بر لذتی وی الکی
 اسی بولید با سین گوجه آنرا میل
 کنید
 چون فرنگی کاملا رسیده ۱۰۰ گرم
 بک شک قاتل جانبختی
 شکر نصف فانسی جانبختی
 بند سوید با گستاخ بک شک
 کوچک
 زیمن که هست این خاصیت داشت
 ۱- ۲- ۳- ۴- ۵- ۶- ۷- ۸- ۹- ۱۰-
 بند و لکلک به مقادیر لازم
 طرز پخته
 لخته ها را به مت ۲۲ میلیتر اب
 بخوبیه و کثر این مت ۲۵۲ میلیتر
 اب از این خوش کنید این کار خود

فلافل

فلاقل اسالات است ولی من تواید
سد تکوریده و لفلل را که با حذف
کنید گفتی این این عذا به عنوان
یک ساندویچ ازان در اینده فروشی
های مرغی شهرها به فروش می
رسد اسالت این غذاهایی است و با
شناوین فلاقل خاوریله این لشکر
اعوازی د (با لشکر تهیه و مطری
تهیه) به بروتی می رسد این همان
سیل شده ازان ساندویچ را میخواهیم
و حیچ چیزی از ساندویچ را نمیخواهیم
که گوچه هایی هستند و ازان چیزی
نه نوش جای کنند
هواد لازمه
تحمیر ۴۰ گرم
پیاز ۱ کوچک پوست لکنده یک عدد
سر بوقت کنده چند چه
لفلل فرموده چند یک عدد (با یک
ملحق چاهه و چهار ملحق فرمزا
کشل سرمه ای ایندا ؟ شاخه
که همچنین



محکم و «ذکر» قطع بگو

از ایشان سو، استفاده کنید و از طرف دیگران به خواسته ها و نیازهای دیگران احترام می گذارند و به شیوه ای مدیرانه با آنها ارتباط برقرار می کنند که احترام انها را جلب نساید هم سه صدارت ملکی در تقویت حرأت ورزی خوش بان نمی ابد بکی از دوستان علی از شما می خواهد که با او به یک مهمانی باید، در صورتی که علاقه ای به این کار ندارید.

حرات هندی

بان صریح احسانات خود در تعامل با دیگران معنی آگاه ساختن دیگران از احسانی که نسبت به رفتار و اعمال آن ها دارد از متهم کودن دیگران و گفتن چیزهایی مانند «تسا بی ملاحظه هیه» با هستا بی برو حرکت می ریشه، خودداری ماید و در عویص احسان خود را بست به آن ها این گونه بیان نماید «متاسف اما نمی خواهم کاری از ای تان انجام دهم»، با «اگر بیشتر هر اتفاق حرف زدن تان باشد خوشحال می شوم»، با این صریح احسانات خودتان، دیگران خرمت نفس و احترام پیشتری بروای شما فلال خواهند شد.

همدلی

اگر نیازهای دیگران را درگ کنید و بپذیرید، آنها بتو بسته مایل به پذیرفتن خواسته ها و امبال شما خواهند بود، اما این به معنی آن نست که هر چه دیگران می خواهند قبول کند می نویند با خواسته های افراد دیگر مخالفت نمایند که اینکه احسان آن ها را درگ می کنید و آن ها را هم محروم می شمارید.

کار دانی

وقتی احسانات خود را بیان می کنید و نست به دیگران همدلی نشان می دهد به احتمال بی اعمال بتو اینها مذکورانه خواهد بود تا سمجده همچ گیز از این که وادر به انجام کاری شود خوش بی اید، اگر دیگران شوار به انجام کاری وادر کردند به جای اینکه عصب نشینی کنید، فرض و محکم باشید، بگویند «نه»، از جه راه هایی می توان «نه گفتن» را ساده تر کرد؟

فرضی کنید در یک برنامه ریزی دقیق با دوستان تان، تصمیم گرفته اید تعطیلات آخر هفته را به تقریب بروید، اما والدین تان می گویند ترجیح می دهند این هفته را با هم و در کنار هم باشید شاید هم کسی از شما می خواهد با او به مالمو بروید در حالی که از او خوش بان نمی ابد بکی از دوستان علی از شما می خواهد که با او به یک مهمانی باید، در صورتی که علاقه ای به این کار ندارید، اگر داشتا مجبور باشید تله این درخواست ها شویه و نا آن ها بوقتی کنیم و به همین حافظ شنیداد احسان نظر احتی داشته باشیم، روزی می رسد که از خود بپرسیم «جزا نمی توانم به یکویه» دلیل به هم زدن برنامه های شخصی ام، با درخواست های مالام دیگران چیست؟ و چرا در جایی که علاقه به «نه» گفتن دارم با گفتن یک «بله» شرایط سختی به وجود می آورم؟ شاید شما مثل های نگران کننده تری بزند، مثل اینکه تم موقعیت فرار گرفته که علی رغم میل باطنی خود مجبور شدم سیگار بکنم و ... راستی جرا؟

به طور حتم، هیچ یک از ماده های نداریم شخص متعلف باشیم که بوسط دیگران کشیل می شود حالا این برسی در ذهن شکل می گیرد که: در روابط اجتماعی و ارتباط با دیگران جگونه می توانیم از حقوق خودمان دفاع کنیم در عنی حال حقوق و نیازهای دیگران را نزد محترم شماریم؟ با این برش در شاخت مقاهمه می جزوی، پرخاشگری و جولت ورزی در ارتباط با دیگران یعنیه است می جزو آنی بعنی متعلف (می خوک) و درسو و پیش از حد متواضع بودن و اهمیت ندادن به نیازها و خواسته های خود و بذریغ خواسته های دیگران، حتی اگر به ضرر خود شخص باشدا

پرخاشگری بعنی دفاع کردن از حقوق خود به شیوه ای خصمته که هند این امتیاز گفتن از دیگران است. لازم پرخاشگر سعی می کند خواسته ها و نیازهای خود را از طبق سلطه، بوجهی و محکم دیگران برآورده گنند، چنین افرادی فقط به فکر خود هستند.

حرات ورزی بعنی دفاع از حقوق خود و بیان اذکار و احسانات خود به شیوه ای مستقیم، مادقوله و مناسب افراد حرات ورز بروای خود و دیگران احترام قائلند، آنها منفعل نیستند و احلاز نمی دهند دیگران

گام اول

مهارت ته گفتن به شما این آمادگی را می دهد
لایقی از اینکه جواب نهشت دهید، فکر کرده و
سریع گام های موره نیاز را بردارید و پاسخ منطقی
به شرخواط های دیگران بدینه بروجی از این
پاسجهای شما و نه گفتن های شما ممکن است
روی آینده شما تأثیر بگذارد و بر عکس ناتوانی در نه
گفتن در تراویط تاثیرگذار شناور در گیر موضوعات و
موقعیت هایی می کند که بازگشت به تراویط عالی
بسیار مشکل است.

در این مرحله، متنبیم و با وجود کامل نه را بگویید
اجازه دهید حركات و رفتار ناشی از مخالفت شما با
کلامتان همراهانگ باشد، پس بهانه تراویحی ای مورد
نکنید و به دنبال توجه مادرانش
اینها از آن خاری که عادت کردید این سال ها «لهه»
بگویید و هنر «نه» گفتن به موقع را بدلشید اید
برای موارد اولیه این اسرارین به مواردی «نه» بگویید
کنید پیشتر است برای تعریف این مهارت نخست از
موارد ساده تر شروع کنید و به مواردی «نه» بگویید
که اختلال خط و صدمات ناشی از آن کسر است
پر و مغولانه ای بگیرید

فعلاً شروع نه گفتن به افراد خاص ساده تر است
مثلای دوستان نزدیک، خانواده با غربیه ها... با هم
کدام راحت تر هستید با اینها شروع کنید (این
ظایاوس سود به گفتش که دلیل سلطنتی و حساب
شده ای باشند باشد، به مواردی که از روی تسلی
عن حوصلگی و یا عدم پذیرش مسوایت است)

و اهمیت متفاوت یک نه گفتن منطقی و معنی دار:

۱- استفاده از روش مستقیم و ساده:
وقتی شخص از شما می خواهد کاری را انجام دهد
که امکان آن وجود ندارد، خلی محسر و به دور از
هرگونه دلیل لری، مخالفت خود را الملاع کنید
حالیه بردازی نکنید.
برای مثال دوستی از شما می خواهد تحقیق اورا
انجام دهد اگر امکان این کار وجود ندارد خلی
ساده بگویید، نه، متأسفم می این کار را انجام نمی
دهم.

۲- روش بازنگاری:
رضایت و علاقه مندی خود را نیست به این بسته اند
نشان دهید و به دنبال آن مشخص کنید در حال
حاضر شرایط پذیرش این درخواست را ندارید
(این اگر واقعاً از انجام آن کار احساس رعایت
دارید و مجبور به دروغ گفتن نیسمد) مثلاً
اگه شرایطم اجازه می داد دوست داشتم تحقیق این
را بتویم اما الان نمی توانم و امکانش نیست

در قدم اول سدها یا موانعی که از نظر اخلاقی و
ذهنی بر سر راه نان می بینید را شناسایی کنید
برای مثال اگر دوستی از شما درخواست ناجایی
کند، اگر به اونه بگویید چه عوایضی خواهد داشت؟
آیا می ترسید او هرگز می از این ماجرا با شما
محبت نکند

ایا از این نگرانید که میادا در مورد شما حسنه دیگری
فکر کنند
یا اگر به کار فرماتان «نه» بگویید از کار برگزاری
شود؟
پاره درخواست بگی از همکاران نان واقعاً از لحاظ
شخی برای شما عالی اور خواهد بود؟
آیا نگرانید که شما را نرسو بینارند؟ یا شما را
مسخره کرده با چه نه بینند؟
یا این که دیگر شما وارد جمع خودتان راه ندهد؟

گام دوم

پس از بررسی خطوات احتمالی از بعد سنی آن، ما
واقع می شرایط احتمالی را در ذهن خود ترسم
کنید عجله نکنید با افت این گام را بردارید، اگر بیار
می بینید که احتلالات مختلف را بادجانت کنید
این کار را انجام دهید، شاید برای اینکنی کار مناسب
باشد مثلاً بتوسید:
- اگر نه بگویید دوستم کسی نیاز نمی شود، اما
باشه های دوستی ما استوارم از این است که با این
مورد حرفاب شود از طرفی شاید دوستم به خاطر
شیدن «نه» سریع و رک من نیست به دوستی ما
اعتماد نشتری نماید کنید

- اگر نه بگویید، دیگر از خجالت نمی توانم در جمع
دوستان ظاهر شوی، اما اگر فرار است که آنها دلیل
منطقی «نه» گفتن من را درگ نکنند و باز هم مرا
واداره کاری نکنند که دوست ندارم، همان بهتر است
دور هر چیز بگشند
- رئیس اداره حتماً در برایر «نه» گفتن من کسی
نیاز نمی شود اما اگر «لهه» بگویید و با توجه به
فشار روحی ناشی از این هم خود را برخلاف هایی،
عصبانی و این حوصله کار کنیم، عوایقه پدربی بیش
خواهد امد

- اگر این کار را برخلاف ارزش های خود و خالواده
ام انجام دهیم، در آینده عوایق خوبی هم از لحاظ
فردی و هم اجتماعی در انتظار است

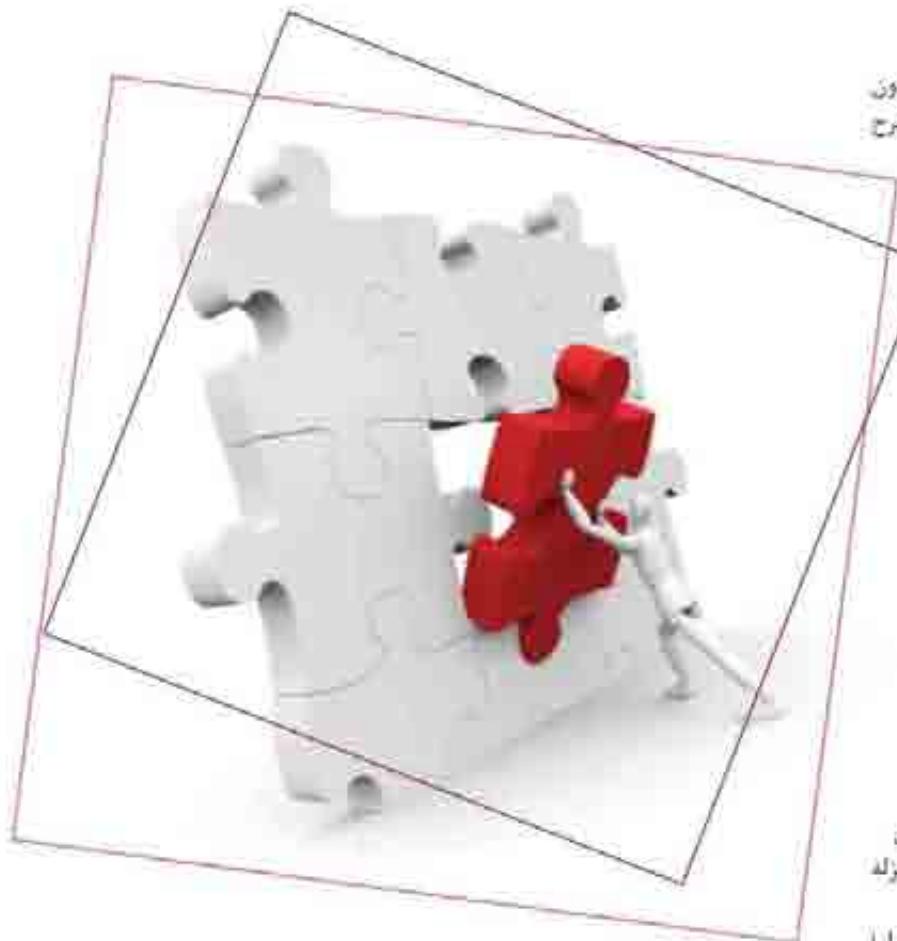
گام سوم

فعلاً اگر از دیدگاهی منطقی نه و خوش بینانه نه
حواله «نه» گفته خود را بررسی کنید، راحت نم
می توانیم، کلمه «نه» را به زبان اوریه، فلسطینی شما
دیگر دنبال توجیه ها و دلایلی می اسنان نمی روید

با والدین

اینها از این درستی به سه ایندی
و بخشش خلواده به وجود می اند
کهور گست بجهات سازمانی
دارند خوب این مشکل یک مشکل
عصبی و خرازی هر چند است اما
دانش به وجود می اند یعنی را اینها
دانش به وجود می اند یعنی را اینها
و نه باید اینها را خوش گذاشت
میزیند خلواده های بات بدلش که
ناده دنبال گشت این چور مشکلات
رفت و اما در مکانی دنگر چشمها
پس فعلی که نه از این
شکن و شکر هست بخصوص
این و مادرها که همکن من گفتند بجه
قدرت اینستن راه از اینها و اینها این طور
گشت و باز نه این حرکت یک
حرکت غیرالعادی در بجه اند و
جهنم چند (یعنی که دارند
خلواده های بین گشت که برای
کنترل و حل این مشکل باید بجه
را به تحریک نیافرید یا فلزند نیافرید
نفادل بررسد

بهمن ای اصحاب
دکتر ماهله فاسم راند



معنی کنید اعتماد به نفس خود را تقویت کنید.

نه گفتن را با تصریف در مسالله جزئی نم نکر کنید.
به ارادی که فلسفت و مهارت‌های خوبی در این زمینه خارجی، دقت کنید و بزرگی‌های آنها را مورد توجه قرار دهید.
اطلاعات و اگاهی‌های خود را افزایش دهید.
دستیت عزیزم! مهارت‌های خود را تقویت کنی و مطمئن بشو که گفتن نه - روایت دوستکار و حلوادگی تو را مختلط نمی کند.
در بعضی مواقع هم که نه گفتن به مسائل جدی و خطیرنگی مثل استعمال سیگار،
محض مواد، الکل و سرفت و ... مربوط نمی شود ازین رفت این نوع رایطه به تفعی تو خواهد بود و حتی جایگزین بهتری بر میان دوستان و اشتایان در اجتماع خواهد داشته.

منع:
کتاب مهارت‌های زندگی قالب کوسن . ال.
کلینکر، نا اندکی تفسیر

منی دخنند سر خود را به گل چین گرم کنند) و فتنی فلا دوست دارید نه بگویید.
نه گفتن به شما استرس می دهد و ملایم جسمانی این عدم پذیرش قلبی را به شکل سردد. گندگی عصلات شانه و به هم ریختگی بهانه خواب، خوابست دید و مدت ها باید وقت خود را تلف کشد تا عاقبت آن را حسوان کنید. در نه گفتن دجاج میگویی و سرمه گشی شوید برجسته افراد نه گفتن به خواسته بک نظر رانه گفتش به آن شخص و ارساله باوی می دانند نه گفتن به این معنا نیست که شما آن شخص را دوست ندارید.
فقط مفهوم آن هر خواهش اخیر او می باشد. باز هم تاکید می شود که سادق، ارام و مودب نه بگویند این کار به شما کنک خواهد کرد کنترل کارها را به دست گیرید دیگران از شنیدن به عادله شما خوشحال نم خواهند شد نا اینکه گزاری را تولد این میل و با تأخیر انجام دهید.

تقویت مهارت نه گفتن

شخص کردن اهداف و برآمدها گام اول غر این راه است اهداف شخصی داشته باشید و مسیرهای خود را برای رسیدن به این اهداف

۳- گفتن نه همراه با دلیل دلیل کوتاه و واقعی رد تقاضا را بدون برداختن به حالت و ذکر جزئی مطرح کنید.
نمی توانم تحقیق شناس انجام دهم چون برای انجام کارهای خودم وقت کم دارم.

۴- گفتن نه همراه با اراده پیشنهاد جدید: در این روش با مطرح کردن پیشنهادی دیگر در واقع حسن است خود را به درخواست کننده نشان می دهد.
این هفته لعنی تونم باشما تغیر بیام، برای هنر بعد اگه فرصت شد چطوره؟

۵- نه گفتن همراه با پرس و جو برای یافتن کاری دیگر راه دیگر این است که به درخواست کننده نشان دهیم برای انجام اموری دیگر آمادگی داریم و رد کردن این مورد خاص به عنوان رد کردن تمام موارد ارجاعی است.
نمی بونم تحقق تو را انجام بدیم اما اگه کتاب یا ملایعی خواستی می توهی در اختارت بگذارم.

۶- گیر کردن سوزن روی نه و این هم یک نوع از نه گفتن است درست ملکند «واری که سوریش گیر گرده است» موقعیت ساده و خاص خود را تکرار کنید بدون هیچ شرح و توضیح فقط تکرار نماید.
من نمی توانم جزوی ام را به تو امانت دهم (بزدیگ اینسان است و شما فرصت کسی دارید).

خواهش نمی کنم زیاد طول نمی کنم!
نه نمی توانم جزوی ام را به تو دهم
قول، جند فعل اول با آخرش را نماید!
نه من نمی توانم جزوی ام را به تو دهم
الآن خارم می خویم
یک «نه» بگویید و از عواقب احتمالی «بله» خلاص شوید. خصوصاً در تراطیل که خدای ناکرده به سراغه می رویم اگر «بله» اول را با حرأت بگوییم اسر «بله» عمراء با تعارف نمی شویم در ضمن اینکه فراموش نکنید اگر همیشه «بله» بگویید و از «نه» گفتن برهیز کنید، کم کم به گفتن شما بی معنی می شود. شاید به همین خاطر عروس خانم های صبح وقت باز اول بله نمی گویند و ترجیح

باور اشتباه درباره انسان‌های موفق

«افراد موفق اشتباه نمی‌کنند.»

آن‌ها هم مثل ما اشتباه می‌کنند. فقط آن اشتباه‌شان را تکرار نمی‌کنند. شاید حتی تعداد اشتباهات شان از دیگران بیشتر است ولی از اشتباه کردن برای رسیدن به موفقیت نمی‌توانند.

«بعضی از عردم به خاطر گذشته، اشتباه‌ها و شکست‌های شان موفق نیستند.»

همچنانکه کسی تواند موفق باشد، مگر بخواهد و سپس برای بدست آوردنش بکوشد. بالاتر و اندیشه‌منی نوان شکست‌ها را به موفقیت تبدیل کرد و از آنها درس گرفت.

«فقط اگر قواعد خاصی را اجرا کنیم، موفق می‌شویم.»

جه کسی قواعد را به وجود می‌آورد، موقعيت‌ها متفاوتند. گاهی لازم است از قواعد خاصی ببروی کنیم و گاهی نباید قواعد ساخته‌ی خودمان را بدیگار بتدین.

▶ «برای موفق شدن باید زمان زیادی کار کرد.»

موفقیت بیشتر از این که به «زیاد» انجام دادن کاری ربط داشته باشد، به «درست» انجام دادن آن ربط دارد. اول عملشان شوید کاری که می‌کنید درست است سپس برای آن وقت زیادی بگذارید.

«موفقیت، یک هدف است.»

موفقیت بعد از رسیدن به اهداف به دست می‌آید. به محض این که موفق شویم، «گرفتاری‌ها هم تمام و قنی می‌گوییم. آدم موفق شوم.» از شما سوال می‌کنند: «در چه حیزی؟»

شاید فرد موفقی نباشد، اما بسته و بلندی‌ها در بیش‌الحد تمام رنگی با فراز و نسبی همراه است و موفقان همچو قوت از گرفتاری خاکسنه نمی‌شوند، بلکه هسته‌ی بدبیر با آنها مواجه می‌شوند.

«اگر کمک بگیریم، این دیگر موفقیت نیست.»

موفقیت به تدریج در تنهایی روح می‌دهد.

«باید خیلی شانس بیاوریم تا موفق شویم.»

موفقیت بیشتر از این که به شانس ربط داشته باشد، به پشتکار، دانش و جدیت وابسته است. علاوه بر این که، بخش عظیمی از شانس، مربوط به تلقن‌های ما به خودمان است.

«باید همه بدانند که ما موفق هستیم.»

شاید با به دست آوردن یوول و شهرت بیشتر، افراد پیش‌ری از کارهای پا خبر شوند؛ اما، حتی اگر شما تنها کسی باشید که از این موضوع باخبرید، هنوز آدم موفقی هستید.

«فقط اگر زیاد بول در آوریم، موفقیم.»

بول یکی از نتایج موفقیت است. اما خاصیت آن نیست. ثروتمندان زیادی هستند که احساس موفقیت نمی‌کنند و چه بسا فقرایی که احساس موفقیت می‌کنند.

زندگی و سلف سرویس

بعد اینجا سببید و آنرا میل کنید. است فاکس که لذتی احساس حفاف می کرده، دستورات صد را بی گرفت. اما ولی عطا را روی میو گذاشت. با اینکه به دفعش رسید که زندگی هم در حکم سلف سرویس است. همه نوع رخدادها هرستها، موقعیتها، شادیها و نمایها در برای او فوار دارد، در حالی که اغلب ما بی حرکت به حدی خود جسمده ایم و محو این هستیم که دیگران در مقابله خود چه دارند و دخالت شکفتی شده ایم از اینکه چرا او سهم مشتری دارد و هرگز به ذهن مان نمی رسد که خیلی ساده از جای خود برخیزید و بینتمم چه جزئیاتی فراموش است. میں آنچه می خواهیم برگزیستم و قیمت زندگی چیز ریاضی به شما نمی دهد. بد دلیل آن است که شما هم جیز زیادی از این خواسته ایدا.

وارد شده بودند. در مقابل پیغامهای پر از علاوه بسته و مشغول خوردند. بودند وی با این راحتی به مردمی که بر سر میز مجاور شده بود، تردید کرد و گفت: من حدود بیست دقیقه است که در اینجا نشیم. ام بیرون آنکه گی کوچکترین بوجی به من تسلیم دهد. حالا من بیست شما که بیچ دفته بین وارد شدند. سلف سرویس پشتیانی پر از علاوه بسته در مقابل من، اینجا نشیم. ایندا موقعیت چیز؟ مردم این کشور حکومه پذیرایی من شوند؟ مرد با تعجب گفت: اینجا سلف سرویس است. میس به قسمت انتها و رستوران، جایی که غذاها به مقدار فراوان جدید شده بود. شرکت کرد و ادامه داد به اینجا بروید. یک سی پارسی هر چند می خواهید اینجا کنید. بول آنرا ببردارید.



این ماجراست. فاکس «نویسنده و فلسفه دیدار را می کند. هنگامی که برای نجاشی می باری و رستوران سلف سرویس رفت وی که نا این زمان هرگز به چنین رستورانی ترقه نمود. مرکوزه ای به انتظار نشست. با این نیت که از او پدربرایی شود اما هرچه لحظات پیشتری سپری می شد، ملکیاتی او از اینکه می دید پیشخدمت ها کوچکترین توجهی به او ندارند، شدت گرفت از همه بدم اینکه مشاهده می کرد کسانی که بیس از او

مثل بچه ها با زندگی رفتار کنید



کارها پنهان می کنند. این بیان پس از می شود که بزرگترها سخت تر بتوانند به یکدیگر اعتماد کنند و حال و هوای صدمتی و دوستانه با یکدیگر داشته باشند.

نکنندی دیگر این که: بچه ها همان ملکه که دوست دارند و دلشان می خواهند، زندگی می کنند. اما بزرگترها آن طور زندگی می کنند که دیگران از آنها انتظار دارند. نه آن طور که خودشان دوست دارند. بچه ها صادقانه رفتار می کنند و اعتماد توجه و حمایت دوستان و اطرافان را احتیل رود و براحتی جلب می کنند اما بزرگترها از عال اینجا که زندگی سان را بر مبنای جوش ایند جامعه می گذرانند. این اجل سایل است. بیانها و اهداف والعنی خود را در اینجا خیلی

به بچه ها نگاه کنند. بینندن چطور زندگی می کنند در حال احتمام هر کاری که هست. می بینند تفاوت های کشند. ملکیاتی همانها می کنند یا کلی بازی می کنند. با تغییر کامل تمام توجه خود را مغناطیز همان کلار می کنند. مثلثاً اگر هنگام لعلشای طویل بروی، مادرشان با یستن خود را می بینند. شاید اصلاً موضع او وارد اتفاق نمود. شاید اینجا او و پیشی می شوند. نا وقته که صدای این کنند بچه ها هیچ وقت در زمان واحد متغیر اینجا چند کار کنند کار نمی شوند. بخلاف بزرگترها که به بهانه کمی بود وقت. این اجل چند کار را با هم انجام می دهند و معمولاً هم در اینجا هیچ کاری نمی کنند و توجه کافی ندارند و گاهی محصور به بیوایه کاری می شوند. نه دلیل همین رفتار بچه ها در هر کاری همیش خود را با اعلم وجودشان می دهند و استعدادشان را به منصه ای خلیلی می رسانند.

فانون

برای زندگی بهتر



۷ هر فکری می کنید و هر تصمیمی می گیرید، پسندیدهای را سریجی نکنید. این قواین را پس از مسیر با گاریلان و لفرادی می گیرید، و اگر به دنبال اتفاقاتی باشید، تیجه نان هم فتنی خواهد شد.

۸ از «خود»، لطفاً زندگی که در زندگی شما لقتن دارد و «خدیجه الطرافات» شاخت کافی به دست آورید.

۹ هر چیزی که شما سهم نماید ای در ساخت زندگی خود دارید. در بیشتر مواقع این شما هستید که من تواید از بوده ام.

۱۰ هیچگاه از تغیر نترسد. گاهی اوقات تغیرات نفس مهمی نمی باشد، اگر نیز خواهد داشت و علی رغم انتظاران عمل خواهد کرد.

۱۱ بسته جبرهایی که در زندگی شما وجود دارد و برای نان لذت بخش نیستند، من تواید به دست خود شما از بین بروند به علو مثال. اگر از شغل خود راضی نشیدم فقط بیار به خلاص و بستگار دارید تا با شایسته گردید خود، شغل بهتری به دست آورید.

۱۲ در زندگی نفس بیک قربانی را بازی نکنید یا سعی نکنید با پاداپری تجربه های تلح گذشته برای خود نهانه سازید. این کار فقط نفسین می کند که پاپ، عدم پسرفت و عدم موقبت در انتظار شناس است.

۱۳ دیگران را عرض عدم موقبت خود قلمداد نکنید زندگی مال شناس است. پس خودتان هستید که دوباره و دوباره من تواید این را سازید.

507

۲۳ محدودمان هستم که باید اطراقیان مان باد
من دعهم جه رقتاری با ما داشته باشند. رقتارهای
محترمه باشی ادبیانه از سوی اطراقیان. همه جا زیبای
شخصیتی است که عاز خودمان برای آنها ترسیم
گردد ام.

۱۴ فکرها، ارزوهای هدف، تصورات خود را
به عملکردی معنادار، هدفمند و سازنده توجه کنید.

۲۴ محدودیت‌ها و قوایی را که افراد خن پرخورد با شما ملزم به رعایت آن هستند به آنها باد دهد این به معنای آن نیست که معمم حرف هایشان را سان کنند بلکه می توانند با رعایت نکالی طبیعی در بطن اعمال و گفتشات انها را از مستلزمت شان در قابل شما آگاه نمایند برای حود احترام بسیاری قائل شوند تا دیگران تنی از شما تعجب کنند کنی که به خود ارزش لئی دهد نمایند چنان از شمندی از جن و میگان داشته باشد

۱۵ خودتان را بر اساس تاریخی که می‌گیرید ارزشی کنید. له فقط بر اساس عرف‌ها

۲۵ برحی اوقات لازم است که به دیگران گوشزد
کنید رهتار شایسته ای عادشه اند این کار راهی
سائب برای پیشگیری از نکار دوباره جنین اموی
د. آنهم است

۱۷ **گاهی دیگر کردن در زندگی باعث موفقیت می شود اگر خودمنانه و با درامت ریسک کرد پیروزی از آن سمات است اگرچه ریسک کردن در اینتای امر دلهره اور و ترسناک است اما ازین آن را حاده توجه داشته باشد که برای این کار ممکن است محصور باشید حتی از جوهرهای آنها و عادات ها و راحتی های خود را کنار بگذارید.**

۲۶ برای «بختی» ارزش منزلي قليل شوبد
عملانظوري، گذشگان گفتند: در علو لذتی است
که در انتقام نیست به این فکر تکید که با انتقام
 فقط فکر و روح خود را تیجهت آزاده کرده اند و
 افکاری را که به سلامت روحانی انساب می‌رسانند
 در خود بروزرانده اید مهم نیست آن فرد چه فکری
 در مورد شما می‌گذند، شما بخشن را سرفرا برای
 ارسل و سلامت خودتان انعام دهد.

۱۸ فلترهایی که جلوی چشم تمارا گرفته اند
نادان، ازیماستید، دو، مینتوانید

۲۷ قدرت کنترل عصبیت خود را داشته باشد
و ام هایی به گلار بزید نماید در صورت بروز عصبیت
کنترل شناخته ای از خود بروز ندهید

۲۰ عواملی را که بر تگاه شما به دلیل از می گذارند ساخته و در صورت منطقی بودن، آن ها را تغیر ذهنید و همچو کنید اگر او در پیجه تحریبات شمع گذشت به دلیل تگاه می کنید، بدانید که داردید حال و اینته خود را بر اساس همان تحریبات می سازید.

۲۸ به خاطر سیاریدگ که نظر، حادث و خشم، مخوب وجود ادمی هستند و روح و قلب فردی را که آنها را در وجودش تکههایی می‌کند که دره طره نایابد من گشته، احساسات رشت، چهره راشی به شما می‌بخشد. این احساسات نه تنها بر روح شما انحراف می‌کلارند بلکه عوایض همچوں اختلال در حواس سردرد گیرد و حتی مسکت ملی می‌باشد به شما

۲۱ شما مادر زندگی خود هستید آن را خود
لسلس پیروزی اسلام‌دینی مدبرت هدایت کنید
ناتیجه حبوبی بکریت موقوفت را سرو و هدایت دهون
برنامه‌های مدیریتی خود فرار جعید

۲۹ بر زندگی به آن جیزی می دست که هست
به آن فکر می کنید و آن جیزی را به دست می
آورید که همچو اطلس کرد اند

۳۰ مهترین نکته آن که هیچگاه از باد خدا غافل
گشود و غر لحظه لحظه زندگی به او بوگل کنید.

۲۲ اگر از خود نوع زیادی بناشته باشید، سال
ها در عمان ملکه ای که هستد در جا عی زند پس
به اهلداش بلند لکر تکید، اما یه این نکنه هم بوجه
داشته باشید که هرگز از موز واقع نگری حارج
نشود.

رنگ کن و جایزه بگیر

کوچولوهای گوگولی مگولیاها فبلی دوست داریم که بینیم شما چه طوری این عرکوش را که رفته توی پوست نقم مرع نشسته. رنگ می‌کنید. آنها اوون رنگ کنید و برای ما بفرستید. هتما بهتون جایزه می‌دم. پس هتما رنگش کنید. منتظر نقاش های فوشکل دون هستیم. راستی! برای ما نقاشی هاتون و هم بفرستید. هر نقاش ای که دوست داشتید. قول میدیم با اسم فوددون جایش گنیم.



سودو کو

سودو کو، جدول اعدادی است که امروزه یکی از سرگرمی‌های رایج و بسیار معقوب در کشورهای مختلف جهان به شمار می‌آید.

8	4	6	7
1		4	6 5
5 9	3	7 8	
	7		
4 8	2	1 3	
5 2		9	
1			
3	9	2	5

1	6	7	4
4 2			
8 7	3	6	
8	7		2
	8 9 3		
3	6		1
8	6	4 5	
		1 7	
4	9	8	6

1	9	7	
3 6		8	
7	1	2 8	
	8 1		6
5		7	
9	4 5		
4 2	1	5	
	5	6 1	
2	9	4	

قانون داری

نوع متدال سودو کو یک جدول 9×9 است که کل جدول هم به ۹ جدول کوچکتر 3×3 تقسیم شده است. در این جدول چند عدد به طور پیش فرض قرار داده شده که باید باقی اعداد را با رعایت شه قانون زیر یافت:

- **قانون اول**: در هر سطر مadol، اعداد ای ۹ بدون تکرار قرار گیرد.

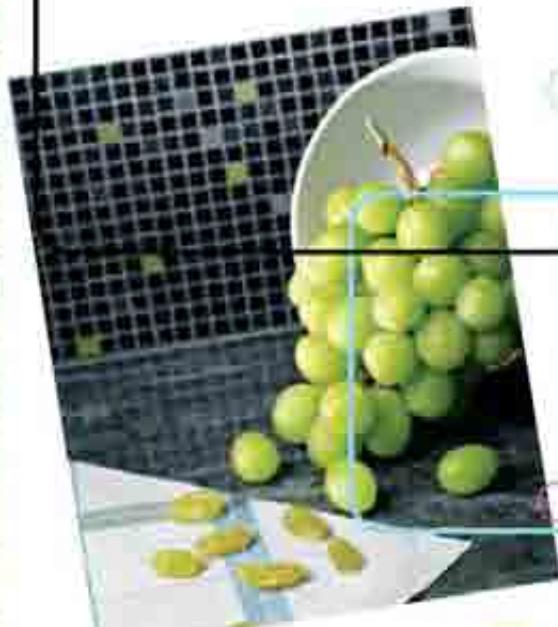
- **قانون دوم**: در هر ستون جدول، اعداد ای ۹ بدون تکرار قرار گیرد.

- **قانون سوم**: در هر ۳x۳ قدول اعداد ای ۹ بدون تکرار قرار گیرد.

جدول های زیر را می‌کنید و از آن لذت ببرید. اگر شما هم از این نوع جدول فوشن تان آمد به ما فیر بدهید تا در شماره های بعد هم تکرارش گنیم.

تیپ

خودشناسی با روایای شما



رنگ‌ها، افسرده‌گی و سادی را توصیف می‌کنند

ایا امروز احساس افسرده‌گی دارید با استلاحا خلقان لذک است؟ بحقوق من چوید رنگ‌هایی که ما انسانه من کثیر است احساس حود را بروز چشم حمله کاربردی بر این لست که حکم من کنید یک تعقیب حبیب است ملک ایشان که امداد سلاطه انتظار و اسرارگی داشتر بازیگر هلوسی از بیاط بوفرار من کشند فرحتی که امداد شدتر رنگ روز را فرجع من شد

این شایع که تو جمله سینه‌لوبی تحقیقات پرستگی به چاب رسیده می‌تواند بد پرستگار در شخص خلق و خون کوکان «اسلامی که در بوفراری از انتظارات کلامی مشکل دارند» کند کند دکتر پیتر وورول سخنچ پیمارستان دانشگاه سنجم خوش در این پرده خاطر نشان کرد این لذک من توان به عنوان روشی برای اندامه اگری انتظار و افسرده‌گی استفاده کرد اینچه حالات توجه است این است که روزی بروز بروافع من چشم به شناسی خلخ بصر پهلو از موالات شفافی عمل کند

از شان نوانی‌های خارق العاده زیر علائم می‌خواهد کدامیک را داشته باشند؟

- ۱- نوانی برواز گرفتن
- ۲- نوانی سفر به گذشته در نوبل زبان
- ۳- نامنفع شدن
- ۴- نوانی دیدن درون خودها مل اتفه ایکس
- ۵- نوانی نفس شکل
- ۶- نوانی خوالند ذهن و ذکر عیکران
- ۷- نوانی دیدن آینده
- ۸- نوانی سینه همه عدای

تحلیل جواب‌ها: حال هرچویی شاهد ایند، بر اساس موارد تحلیل را از زیر بحواله

۱- شما نویست دارید یک تصویر پریکه از زندگی و این که جگوه جیرهای مختلف کلار هم قرار گرفته‌اید به دست اورید جنبهای و ریشه‌کاری‌ها سراسرا از ازاحت من کنید شما از اراده‌بودن و رسیک کردن لذت می‌برید

۲- شما ادم خلاق و میکری هستید و علیق ماجراجویی من باشید شما اگر می‌نویستید، حینه‌ان باید اینده اوج من گردید شما همیشه بهترین امکان را بر نظر می‌گیرید و بتگران جگوگنی تحقق هر چه سرعت آن هست

۳- شما به بافت غلت هر جیز و این که جگوه من بول از انتبهات گذشته بروای شکل‌دهن آینده استفاده کرد ملاقه‌مندید شما کجکاوی ریادی درباره جگوگنی زندگی مژده‌مان مختلف دارید

۴- اهمیت شغلی بینا گردن شغلی در زمینه بزوهش‌های علمی، تاریخی یا سلطنه و قدر انسان‌ها من بولند بروای شما متاب ماند شما کاری که بر آینده تأثیر گذارد چند است لذت می‌برید

۵- شما آدمی خجالتی هستید و با این که منعده‌گر خلیقی می‌باشید شاید هر دو شما دوست دارید از هم جیزی که دور و بولان من گذره اسلحه داشته باشند اهمیت شغلی بوسیغی، گارهای هتری با مأمور تعقیب و کارآمد من بولند سفل سناسی بروای شما باند

۶- شما دوست دارید «برون» مسائل و مسکلات بروید و به

عمل آنها می‌سرید تماز بافت مثالی که دیگر
حتی قادر به دیدن آنهاست لذت می‌برید شما حل
مسئله را بیرون می‌ستد ملی
راهنمایی شغلی فیکه سیاست ریاضی و بیزیکی
جزوه‌هایی هستند که به کسانی که شفته نیانایی خل
ماله داشته باشند لیلا مارند

۷- شما ادم احتمال هستید و از سارگاری نا محظوظ

دیگران خوشنام می‌اید شما از تحسن شن توطی
و بیکار لذت می‌برید

۸- اهمیت شغلی حوزه تعلیمات و سرگرمی‌ها من بولند بروای
شما حلب یا کش خوبی‌ها من بولند «فقر شغل»

دهند و ادم دیگری سود

۹- شما ادم حسنه زدن الجه دیگران فکر من کنید مهارت
دارید شما من نوایه خلاصه‌های الجه که بودم در ظاهر

من گویم و اینجه و المعا فکر من کنید و «بیبینید»

۱۰- راهنمایی شغلی شما من بولید مساوره روان‌شناخت خوبی
سبویه بروای کسانی که به این حریفها من بروزدند هر ک

چگوگنی تفکر و احساس دیگران اهمت دارد

۱۱- راهنمایی شغلی شما خلبان بالصورة خوبی من بیوید
با شغلی را اختیار کنید که به شما اجزاء تائیرگذاری

بر سیاست‌ها را بیند، مثلاً شغلی در دولت یا یک تعلیقی

۱۲- شما به بافت غلت هر جیز و این که جگوه من بول

از انتبهات گذشته بروای شکل‌دهن آینده استفاده کرد ملاقه‌مندید شما کجکاوی ریادی درباره جگوگنی زندگی

مزده‌مان مختلف دارید

۱۳- اهمیت شغلی بینا گردن شغلی در زمینه بزوهش‌های علمی، تاریخی یا سلطنه و قدر انسان‌ها من بولند بروای شما

متاب ماند شما کاری که بر آینده تأثیر گذارد چند است لذت می‌برید

۱۴- شما آدمی خجالتی هستید و با این که منعده‌گر

خلیقی می‌باشید شاید هر دو شما دوست دارید از هم جیزی که دور و بولان من گذره اسلحه داشته باشند

۱۵- اهمیت شغلی بوسیغی، گارهای هتری با مأمور تعقیب

و کارآمد من بولند سفل سناسی بروای شما باند

منع: سافت لقمه

مدى معاشر بـ کوچولوهاي مهاردين





حَسِينٌ عَلَيْهِ السَّلَامُ وَارْثُ آدَمَ

و درسی به همه کودکان و به عهده بیرون و به
همه زبانی، و به همه بزرگان و به همه لوچگان
سرمیزی به این رسانی و با این مدد حساب و
لرگذشتگی خوبی را در میان اینها می‌توان
آشنازی کرد.

گرفته از کوهک حسن (ع) گرفته با اولادرس
از خودس با نلاس و از هاری غران نا
این سلم امداد کوچه نان مژن، نان آن بود
خوب‌آورده باشگاه و نان مرد اسرائیل برگ و
باخته در جسمه خود و نان هری از همه
خرهای اجتماعی، حمیل از زیده همراه
ایساند خانه همه موغان، زنان، کوچکان و همه
بیان و جوانان همینه تاریخ پیامبری که بد
حکمیه زندگی کنند - اگر من توانست - و حثیه
سیوند - اگر من می‌تواند

حقیقی می‌گردید. سهادت به دادن
این سهادت در جزوی بود که تردد نداشت و در
با خون حوتی - به با گلته - سهادت عاقله در
محکمه تاریخ انسان هر کدام به تبلیدگی صفت
خودشان شهادت خاندند که در تمام واحد حاکم
بر تاریخ بشری - ظاهیر که شافت را و افساد
را و مذهب را و هر را و ملته و گذشت را و
احسن را و اخلاق را و متورت را همه را ایزرا
دست می‌کند لسان ها از قلبه مطلع خود
گند و از همه جو زانگاهی و این حکومت خالق

جیو و حیات پذیره، همه کوشش‌های سردم و همه ازش‌های شناختی محکم شده است
بک حاکم است بر همه تاریخ، بک ملکه است که بر تاریخ حکومت من کنند بک حلاط است که
ستهده من کنند و بک طول تاریخ فریاد باشند
قبای این حلاط سلطان و زبان سلیمان هر روز
مازیمهای این حلاط خاکه هر روزی خاموش
سلالد و به قسم خونهای سلیمان آخرین اید
گرداند و گرسنگی ها و بردگی ها و قتل نامهای
پیام بر تاریخ را زانی و کودکان شده شد از
بریان و از قبریان و از خلامان و معلمین مر
س زانها و همه سلیمان و اکتومن حسین (ع) با

عده هیئت امند است تا در محکمه برای
در کنار فراز سپاهان پنهان شهادت پنهان
سود همه ملولمان طریق شهادت پنهان به نفع
محکومان این خلاصه حاکم بر ساریع شهادت پنهان

ما واردت هزار و پانصد هزار هستم که
جهادها و شهادتها و ارزش‌های بزرگ اسلامی
در تاریخ اسلام، فرازدهم امده است و ما مسؤول
آن معتقد که اینست سالمه از حوش آزادی
پسرتند نهونه باشند
رسالتی به این سنجش، رسالت حیات و زندگی
و حرکت پختندن به بیرونیت، در چندین ملیت
که زندگی روزمره‌مان را عاجزیم کردند این جه
حکمت است؟
و ما که در پنهانی و محلات زندگی روزمره
جنگی‌یاران خلیفه، زاده سوکار و عازل‌المردانی و
ذلل و کودکانی ملتند که در این‌بلام ای جهاد
شهادت سان و حضرت‌ستان را قاتم تاریخ و مر سکاه
خدا و مر سکاه ارادتی به است. سخن‌دادند خدای
این پلاجه مظلومیتی است مر خالقان حسن؟
الکنون شهید کلارش را به مانع رسالت‌داند و
ما خوب شدم قریبی می‌گردیم، و پایانش را اعلام
می‌کردم و حسین حکم‌دهن در حاضره گرفت
مر حسن (ع)، و حلقه به حسن (ع) را برید
هدست و همسایه ام که می‌خدشت این

الكتون سیچان کارسان را به بیان پوشاند و
خالقون رفاقت ختنل، هر کدام می‌نمی‌
خواست، را خوب بازی کردند و سلطنت میان، بیرون،
چنان، برگ کوچک، در، خدمتکار، آنها امراحتی
و کودک، هر کدام به سعادتمندی، و بیشتران سود

بازار حضرت شیخ علی پیر است کنگره

بیان فتح صونجات شیاعر علی‌خان

ستجش عملکرد
زیر کانه

پشم کوچکی واره دار و خانه
شده کارخانی آمده است تلفن
هل داد روی گلوب رفت نا
دستش به دسته های لف
بررسد و شروع گردید که گرفت
کسلرهای ای هفت رقیعی
مسئول دار و خانه متوجه بر
بود و به مکاله اساتش گوش
داد سرک بررسد حالم
کی نهایت خواهش نکنم کونه
گرفت من حین خدا را لد من
بسیار بدید

رو بایخ ناد کیست
که این کار را بر این اعماق می
دهد پس رک گفت خلیم من
این کلر را تخفیف فرمی که
او همی گیره انجام حواهم داد
زن در هوای چشم از اکار
این قدر کشلا و اپنی او
پس رک بستر اضطرار گرد و
پیشههاد داد من بیانه رو
و جدول جلوی خود را هم در
پیرای تنان حارو می کنم در
این صورت شما در یکنیه
زمیانه عن جهن را تاز کنیم
شیر خواهید داشت مجددا
آن بایخ منعی داد پس رک
در حالی که لیحدی به لب
داشت گوستی را گذاشت
مسئول دارخانه که به بد
حصت های او گوش داده
بوده به سختی رفت و گفت
پسوا از از قفارت خوشی اند
به خاطر این که روحه سی
خان و خوبی داری درست
دارم کاری به تو پیشههاد
یدههاد

حق و باطل همیشه تاریخ است
و نسبت آنها که حسن (ع) را ایشان گذاشتند و از خپور
و شرکت و شهادت غایب شدند، اینها همه با هم برآورده
هر قلاطی بکار آمدند. حسن (ع) را ایشان گذاشتند تا
از ازار دست ببرند پاشند و متذوق اول و حسن آنها که در همای
پیشنهاد کنچ خلوت عبادات خزینه‌دان و با فروافت و امنیت
حسن (ع) را ایشان گذاشتند و از مردم سر حق و باطل کبار
گذاشتند و در گوش سخابها زاویه خانه‌هایه بسیار خدا
پیشنهاد کردند و حسن آنها که مربوط بزیر شدند و خاموش
گذاشتند زیرا من جا که حسن (ع) خسرو دارد و در هر
قرون و اصری حسن (ع) خسرو دارد - هر کس که در
محضه ایست هر کجا که هست بکن است، همان و کافی،
خوب و لطف است این است این معنا این اسلیت نیفع که
خوب هر عملی باشد از این هر عملی به امانت و به رحیمی
و به ولایت بسیاری دارند اگر او بسیار محب خوبی معنایت
و سیسم کند
و اگر کوئی حسن خسرو خود را در همه عصرها و در برابر
همه اسلیل ها در همه جگهها و در همه جهادها در همه
محضه‌های زیست و زمان اعلام کرده است در کربلا معرفه
لت تا در همه اسلیلها و سرها بعثت گند و تو و من ما
باشد بر مثبت خوبی بگیرید که خسرو مدارج
و سیاست دنیا بر عومن های علیف بک زن است، غریب است
اما - رسی که مردگانی بر رکب او جواهری ای اموخت
السان - و سیاست زیست، اس، شهواری و سیگن نو از رسانات
برادران.
ایهایی که گذشتی از را خارج که مراگ خوبی را ایشان
کنند تیها به یک انتخاب بیروگ مست و بهادرن، اما کبار الها
که از آن پس زده همیشنه دشوار است و سیگن، و زیست
مشکله است، کاروان اسراران درین پل، و صعدهای پیش، تا
این در پیش راهی، و رسانات رسانیتین بیان برگزین بر وطن،
وارد سیر می‌شود از صحت بیوصن گوید، از باهیای سرخ
پیشنهاد را است از مردمشان و از بیرون این گلهای سرخ
نه سیاری می‌زند وارد شیر شهد است از پیش بیروز، سرای افتخار، از پیش
ستم و جلالی شده است از پیش بیروز، سرای افتخار، از پیش
قدرت و قدرات بر سر بودگان متذوق، و جلالان و بودگان
لشتمیل و استیصال فوجان من و ندا، ای ایمان، عالموند را که این
حمد گزارت و این همه عرب به خانمان ماعطا کرد، افتخار
نوبت، افتخار شهادت.
اگر زین بیان کربلا را به تاریخ باز تکوین، کربلا در تاریخ
سی ملل، و کسانی که به این بیان پیام بسیار متنفذ از این محروم
بی ملالند و کسانی که با خون خوبی، با همه سیارهای
سی گویند، سخنان را کسی نمی‌نمود این است که رسالت
زین سیست و دور است
ان جه سی خواست بگویی حدت مغلق است که بر این
تحمل من کویم به عقول رسالت زین، پس از شهادت
گه «الله» که رفته کباری خوبی گردید، والیها که مالک
پاید گلکی ایستی کنند و گرمه بروید اللہ^{۱۰}

خلاصه سخنرانی دکتر علی شریعتی با عنوان «حسین (ع) و ارت آدم»

شیطان

47

می کند؟

گذار خوب باشد . دلیل گفت : خوب عجب است ، کجا الدیگر من کنی ؟ مرد گفت افسوس زدیکی ، لوح آن محله ، و آنست سلطان هر دم می خواهد من کند که من ادم بدی هم نمی داشم به کلم کنم ، دلیل بزند اسما شناخت « مرد گفت اسم عم اوغلی است . دلیل گفت عجب ، عجب بس این حم اولین بیوی بود . چه ملور میگردید که این بیوی بود ؟ دلیل گفت : من تا امروز خبری از این دلیل نداشتم . راهی من بود سلطان امدادخواهی من و از رو سکایت داشت و گفت : این از دید این حم اوغلی مرد گفت سلطان از من سکایت داشت ؟ چه سکایت ؟ دلیل گفت : سلطان من گفت که من از دید این حم اوغلی عاجز شده ام . عو اوغلی جملی می ازدید من کند عو اوغلی در حق من جعلی معلم می کند . این وقت از من خواهش کرد که تو را بینا که و هنری تصیحت کنم که دست از سر سلطان برداری مرد گفت : خوب سایر بسیده که عدم اوغلی جه کار کرده ؟ دلیل گفت : همین را برسیدم که عدم اوغلی جه کار کرده ؟ سلطان جواب داد که هیچی : آخر من شیطانم و موره نهست خدا هست . روز اول که از خدا نهشت گرفته در این دیدا سامه بوی کارهایم قدر و مداری گذاشت . قرار شده است که تمام بدی ها از اختصار من ماند و تمام خوبیها در اختصار دینهاران داشت این عدم اوغلی نزدیک کارهای من دخالت می کند پایی را بیو گفتش من من گفتم و بعد دستم ، لثه ایش را به من می دهد سلاسی بیاند شار بخواند ولی منی خواهش من غالد روزه نگارد و لی تعی خرد بولی را من تواند بر کار سحر خرج کند ولی منی گفت مددنا کل (است و بد حم هست که من نوله از آن برهست کند ولی برهست منی گفت و این وقت گمکله همه اینها را به گوشن من می اندازد سار

کویند که اهل دنیا یک روز مهدی پیش
لو آمد و گفت : ای دنیا ! این از دست شیخان
دانیل بررسید سر شیخان چه گزند ؟ سر
گفت : حسنه . از یک طرف شیخان و اولین
ند عما درس دهن و اخلاق من فتحت و از طرف
دیگر شیخان نیی گذاره ، فلان ما درست بدلند
کار خوب بکنیم و از بدینها دوری ناسازم . دنیال
بررسید خطرور نیی گذاره ؟ ایا لشکر عی کند و
ما سلا جنگ می کند و شمارا معتبر نیی گند
که کار بر داشتند مرد کفت آن ، این طور که نه .
و قلی خانه شاهزاده نیی گذاره بذرگان
ظرف ماحروم نیی شده . بسی روزه ما را قرب سی
بعد و نیی گذاره دشمن و درست تکرار باشیم
دانل گفت . باید بوسی پنهان که شیخان چه
می شنیدیم . ای سلا و قشی می خواهی میان
چهارچان سی گذاره ساخت و انجویی ؟
ایا و قشی می خواهی بولی را در راه جدا بدهی
شیخان بیفع من شود و نیی گذاره ایا و قشی می
خواهی به سخت بروی شیخان طلب به گوشت
می اندزاره و بورایمه هندر خله هم برو ؟ ایا و قشی
می خواهی با همراه خوبید جزو بیرون شیخان بولی
دهشت می روید از زبان تو با مردم جزو بدیم
و نیی ؟ ای و قشی می خواهی با مردم معاشه بگشی
شیخان من آید و از یکی از بزدیم بولی زنده همی
گشی و از حسب نمی بزید ؟ ایا این گذارها را
می کنند ؟

مرد گفت : نه . این گذارها نیی کوهه بگند و لی
نیی دانه خطرور بگویه که شیخان در همه کاری
دخالت نمی کند . یک جزوی تھات می گند که
نا ایمده سلطان را چشم خالیم سارا قرب سی
دهد من از دست شیخان غاص شدم ام و همه
گذاهیان نمی بگوین شیخان است . دنیال گفت
تعجب من نیم که تو اینقدر از دست شیخان
ستکانت هاری . ای شیخان بیفع وقت نیی
لواند عرا قرب بدهشت من هم مثل نیام . شیخان تو
ای انصافی هی کشی که گذار خودت را به گزین
شیخان نیی گذاری .

مرد گفت : نه . من کشی نایم نیی خواهد بخوب
پاکی دلی شیخان نا من نیمس داره و نیی

همانا با یادِ خدا دلها

آرام می گیرد

این شما هستید که
راه حل را انتخاب
می کنید

مشکل که تبا (سازمان
نهضت امنیت) بوده است
برخی از مسئولیت‌داران به همان
را اغتر کرده اند و مسلک کوچکی
روزگار نداشتند اینها بر اینکه که
خدمات کارهای مسروچند هم اتفاق نداشته
بودند، خانه‌گزینی نمی کردند.
جهنم خودکارانه می‌شد پایین
هر چیزی که نمی بود و روی سطح
کلیدهای سی ریزه همای حل آمد
مشکل اینها برگشتن سواری از
سرمه، اینکه کوچکی
جذبکشی می‌شود از پیکنده
شیوه گذشت، جوازی می‌گیرند
دلاوری خود را در جهات اینها
جذبکاری علاوه‌یافتن گردید که در
محیط سیرون جاذبه‌ی منتهی
زد از اکثر سی اینها روزی خود
مشکلی خود را بتوانند از
نهضت و در اینجا زیر ستم از
نهضت به خودی استنکدند کار
من کرد
رسانی غام انسانی انتشار افظاعی
رساند، از حد ساده تا
ذلت اینها از سعادت انتقامه
کنند.

- ۱- از دیدگاه قرآن، سه نوع شخصیت اساسی وجود دارد: مؤمن، کافر و منافق (آیات ۲ و ۲۰ سوره بقره)
- ۲- شخصیت‌های مؤمن، خود دارای سه شرایط
شخصیتی می‌باشند: آنکه به خود طلب می‌کند،
آنکه میانه را هستند و آنکه پیشتر از آنکه (فاطر)
(۲۲)
- ۳- شخصیت پارز شخصیت کافر آن است که دل
و اندیشه‌اش را قلل کرده است و راهی برای نفوذ
معیج حرف نازه و اندیشه متناقضی تکذیب کرده است و با
همین دلیل، از دروغ حفایق عاجز است
- ۴- شخصیت پارز شخصیت منافق از دیدگاه
قرآن دوگانگی رشته‌ای در ظاهر و باطن است: به
همین دلیل، می‌باشد شک و تردید و عدم قدرت
تصمیم‌گیری و ناوانی در غلطیوت می‌شود (بقره و
نحوه ۲۰ منافقون)
- ۵- در قرآن کزیه، در آیات فراوانی از آندو، علل ایجاد
کننده آن و راههای برطرف ساختن آن سخن رفته
است: گاهی آندو فرقه را با دیدار و گلایق آندو، فقر را
با پیشرفت و گلایق آندو، رسول خدا (ص) را به دلداری
حضرت حق، درمان تموهد است
- ۶- در دیدگاه قرآن، ترس دو نوع است: ترس
پیش‌نیزده و ترس ناییزده: ترس پیش‌نیزده، همان ترس
از خداوند و خدالت ایجاد ارامیتی دلهمات (بقره ۲۸ و رعد ۲۸)
- ۷- ایادِ خدا ارامیتی دلهمات (بقره ۲۸)

نگاهی نو به حقوق مردم

۱۰۰ نکته

باریک ذراز سیت مو بندجا

ما شهرومنان سدیه فائمه ای خواهیم بود که به هست تک تک ما ساخته شده است در این شماره می‌توانیم این را شما را با یعنی تکوچکی از حقوق اجتماعی افراد آشنا کنیم، اینها عواره ناشاخته ای نیستند، اما بعضی اوقات آنها را فرالوشن می‌کنیم مایه زعم خود، حقوق اجتماع را به نوعی در سه یعنی دسته پندتی کرده ایم حقوق اجتماعی هر پندار، گفتار و رفاقت از شما می‌خواهیم که روی هر مورد کمی متأمل کنید و حمله حضرت ابراهیم با آن تحلیق بدھید تا بسیبند هر حقی از مردم در قالب این پند حکیمانه می‌گنجید و اگر این پند همیشه در ذهن ماندند، می‌توانیم به حقوق مردم و فوادار سعیم:



کمی فکر کنید... بله! حقوق مردم در پندار هم وجود دارد درباره مثال هایی از این نوع حقوق می‌دانیدم.



حتماً بارها برایتان پیش آمده که پست از مواجهه با کسی، دوست نان درباره آن فرد اطلاعاتی علده باشد، مثلاً لفظ پاشد، هادم پداخالانی ایشان، می‌توانیم زیاد با او صحبت نکنیم، و گرنه قاطی می‌کنیم «با آن به صحبت کسی گوش می‌دهد، زیاد تلاش نکن که او را هدایت کنی» چون باز هم ساز خودش را خواهد زد». آیا تما تحت تاثیر این حرف ها قرار گرفته اید و در مواجهه با آن فرد، طفل گفته دوست نان عمل کرده اید؟ اگر پیش از این که باشما برخوردي داشته باشید، درباره نان پیش فکلولی می‌گوید، خوایشیدان بود؟ دوست خارج فیل از اینکه آن فرد، خودش را شما بروخورده داشته باشند، ذهنش توسعه دیگران درباره شما خراب شود؟ حتی دوست

بعض اوقات فکر می‌کنم که حضرت امیر المؤمنین، علی علیه السلام، در یک کلام و سیار مختصر و بیفتد، حقوق اجتماعی را به بهترین حفظ هستیم؛ ولی عمل به آن ممارست و تقویت می‌تواند حضرت اسرار را نفوذ کلام ساده و ساده‌گی، بیادگیری و حفظ این حمله ساده، می‌خواست اند این حمله برای هر کاری اویزه گوش مایل است و در هر مسئلله ای اجتماعی این حمله را به سرعت و راحتی به بیاد اوریم؛ «آنچه را برای خود می‌پسندی برای دیگران هم بپسند و آنچه را برای خود نمی‌پسندی برای دیگران هم می‌پسند».

این حمله چنان ساده است که شاید سبایری از ما فکر کنیم که ندان عمل می‌کنیم؛ ولی واقعیت این است که اگر اینگونه بود، دیگر نایاب هیچ دروغ، هدیه‌نی، بخطیر، شک، تهمت، غبیث، فحاشی، خودپروردگاری، غرور، ریا، حرام خوری، ادم از ازای، دردی، زربا، زنی، هنگز حرمت، زیرها گذاشت حقوق دیگران و... وجود می‌داشت؛ اما ما هر روز با این مسائل در زندگی خود ما دیگران در گیریم.

پسندیدن این کمی که هر گاه در مواجهه با کسی فرار گرفته و حتی اگر در نهایی خود خواستیم شریاره کسی فکر کنیم یا درباره اش تصمیمی بگیریم، این حمله را بیاد بیاوریم، حمله ای آسان است و می‌توان اینقدر آن را درباره هر مسئله ای در ذهن تکرار کرد تا وقتی خواستم دست از با خطا کنیم، مثل زنگ در گوش فان مذاکندا «آنچه را برای خود می‌پسندی برای دیگران هم بپسند و آنچه را برای خود نمی‌پسندی برای دیگران هم می‌پسند».

کمی بیشتر درباره این حمله تکونه و زیبا فکر کنید نا باور گنید اگر تنها سیمه دوم این حمله (آنچه را برای خود می‌پسندی برای دیگران هم می‌پسند) سولوجه برخورد ما با دیگران باشد، معنی کدام از ماذره ای حقوق دیگران را تفسیع نخواهیم کرده و اگر نسخه اول این حمله (آنچه را برای خود می‌پسندی برای دیگران هم بپسند) را بسیار مژده‌گی خود کنیم، آن وقت نه تنها حقوق دیگران را تضمیع نخواهیم کرد، بلکه از این صفات هم خواهیم نمود و هر کدام از ما نگهیان حقوق دیگران خواهیم بود، آنوقت است که هر کدام از

بادکنکها

دو نک سه هزار سرمه
ساهیو و سرمه بادکنک
گروپی شکر می کرد تکلیف
علوم فرمونه همراهی چند
بادکنک قریب برای خود بود
یک بادکنک قریب را رها کرد
هر انسان از بگرد و سبوبه
جهنمی از سرمه جوان را
جب جوه کرد
سین بادکنک آن و سبوبه
یک بادکنک زده و سدازان یک
بادکنک سه در راه کرد
بدکنک ها سکنه ای انسان
رفته و اوی گرفته و نایده
شده
پسرگز ساهیو همراه به
ساده استاده بود و نه یک
بادکنک سه خبره شده بود
لای این که پسر ای احظای نه
بادکنک قریب زدکنک شده با
ترند چند سخته ای اکن
بادکنک شده را در یعنی سه
کوکه ای ای ای ای رفت
سرمه بادکنک قریب لختی به
روت سرمه کرد و با عسل نهی
را که بادکنک سه رانکه شده
بود برد و بادکنکه خلقد بالا
بود گرفت پس ای احظای گفت
«سرمه ای جیری که ای ای
گلپوش بادکنک سه تو و دنگ ای
ای یک جیری لی که ای
بورو خود بادکنک قریب باره
جیری که باره ای ای
ریک و طواهر سه
ریک و طواهرها میوهست
مهه ارون ایمه جیری که باره
دور ایم عالیت یعنی کنه
برنه و جنگنه بود و هر چهار
دھنک ایز تسبیه بالله جایگاه
والاتر و شکنه غری بسب اند
هایمه

دهد باید بست خود را خالص کند و از خداوند طلب
باداش نمایند و به نیت وضای خداوند آن کار را انجام
دهد و از خلق خدا توقع باداش با شکر نهانه
پالش؛ ولی همه ما موظفیم اگر کسی کلری برای
مان انعام داد از او به روش درست و شایسته شکر
کشیده و سپاسگزار باشیم و حافظ در برای کسی که
از ما چشمداشت شکر هم ندارد، قدردان باشیم
آن شخست والای خود ما را می رساند که شعور
اجتماعی و خانوادگی مأمور محب شده در برای رحمی
که برای ما گذیده شده قدردان باشیم شکر و
قدرستانی حفاظل کاری است که می توان در حق
کسانی که زحمت برای مان می کشند، انعام داد
شعور شما فریباره‌ی کسی که یک اشک خشک و
حالی را هم از دیگری خرید عی کند چست؟

ندازید پس، شما هم بیش قضاوتی نکنید، به دیگران
فرمودت بدهد لای خودشان را به شما نشان بدهند
تشاهد بدلتزاره آن دوست تان عقل و شعور دارید
و خودشان من بولایه دیگران را از رهایی کشید مگذرید
دیگران به جای شما لصمیم بگیرید که شما جه
فکری درباره افراد بگشید نگذرید که دیگران چشم
گویی و زبان نباشند، چون شما خودتان جسم و
گوش و زبان دارید!

سیه طلاق

مثال دیگر این که نست به دیگران، سوهنل داشته
باشیم؛ بدون این که نست به آن سوهنل، اطمینان
داشته باشیم، قرآن مبین بیز در آیه شربله ای می
فرماید: «جست به دیگران گمان بد (ظن) نیزید»
همانا که بزخی گمان های بد، گناه هستند» در
روایتی هم آمده است که مؤمن ایندا نا ۷۰ گمان
نیز کرد، آن گناه با اینها و این گمان بد می گذاشت

خودبرگ ایشی

صادق این نوع حقوق ملسوں لزند و حتاً شا
جم در ذهن خود، مثال های زیادی می توانید بینا
گشید می توان گفتند در هر سخنی که مانند دیگران
رد و بدل می کنند، به نوعی حقوق دیگران نهفته
است حتی وقتی حرف های عیت می زنند - حرفی
که تایید نه گشته باشد و نه خاصیت مقتضی داشته
باشد - وقت دیگران را ملک گرده این که این هم
نوعی عجایز به حقوق دیگران است تاکن هر لحظه
که خواسته دهان باز کشیده و حرفی بزیده، به
نادمان باشد که در برایر حرفی که می زنند، هر چند
ساده و می اهمست، در برایر دیگران مسئولیت شاید
به همین دلیل است که «زبان» معنوی ایست که
بیشترین گناه ای آن سرمی زند بزخی از مصادیق
رعایت نکردن حقوق مردم در گفتار را نام می بینند

تکیت

گدام از ما دوست داریم که بیشتر سرمهان حرف
بزنند؛ ایا این ناجاونمودی نیست، که وقتی کسی در
جمع ما حضور شارد که ای خود دفعه کند از ای غیت
کنم؟ اگر نست به کسی تقدی داریم، می توانیم
این تقدی را به خود او و سهایی مطرح کسیم و گزنه
دلیل این که عی او را زند دیگران مطرح می کنیم
جست؟ گننه، بزخی جویی، تخفیفه لذت بردن،
حرفی برای گفتن ندانشند، با دل خنک شدن؟ به
هم حال دلیل مان هر چه باشد، اصلاح آن فرود نیست
و گزنه با خود او مطرح می کوئیم.

چند وقت پیش، مصادیق غیبت را از کتاب «گناهان
کثیره» می خواندند؛ اتفاق گشته بود که بر خودم
لوژنیدم نوشته شده بود که حتی اگر قبیت مه قصد
ذلوزی و اصلاح کسی هم باشد، باز غیبت محسوب

شاید کسی دور از ذهن باشد؛ اما خودبرگ بیل و
شرور هم نوعی رعایت نکردن حقوق مردم در هنار
است که ایسته می توان در گفتار و رفتار هم بروز
پیدا کند و وقتی خود را از دیگران بهتر می دانیم، در
فکرمان او را بست نر از خود داشته ایم، تعقیب
کرده ایم و این نه تنها رعایت نکردن حقوق دیگری
است؛ بلکه گناه هم، هست از همین رو ایست که
حضرت ایاعبدی، الحسین علیه السلام می فرمایند:
«قدم ای خانه که بیرون نهادی، همه را از خود بزیر
می‌سین». این معنی تواضع تواضعی که تو را نزد خدا
مقام می بخشد و سربلندت می کند چرا که تو نمی
دانی گسلی که به ایشان برمی خوردی بزد خدا از
تو مقام بالاتری دارند یا چوین تو، پس در برایر همه
متواضع بانند، تو خود را کهنه بدان ناحداد تو را مهتر
کند، ایان مغروو، خودش به خودش مقام می دهد
مقامی که بیش دیگران می اورش ایست و احترام
دیگران را «وجب نمی شود»؛ ولی ایان متواضع را
خداآون معلم می دهد و به همین خاطر، بزد مردم
هم عزیز و سربلند و محترم می شود.

قدرتانشان

چه حالی به شما داشت می دهد، وقتی کلری برای
کسی انعام داده اید و با نایابی آن فرد روبرو
شده اید البته کسی که کلری برای کسی انعام می



سال و گاه نا اخر عمر، جایش بر دل می ماند. واقعاً کدام از امدادهای رحم ریان بسته‌بود؟ چه گار بدی گرده باشم و چه نکرده باشم؟ مناسفانه این کار، خاصیت رشت و عادی برخی افراد شده که پیش از تقدیم‌های شان را با رحم ریان، عنوان کنند.

حکایت اشتباه

برخی از ما بیرون این که متوجه بانشیم و دقت کنیم، هر نوع عقیده ای را بین این که از صحت و سقم آن و میزان تاثیرگذاری آن مطلع باشیم به ریان می آوریم؛ جالب این که خلی و قلت‌ها درباره آن اختلاف زیاد فکر نکرده ایم و جو دمان هم اختقاد راسخی به ان نداریم ولی به خود اجازه می دهیم، که قبل از برسی علمی و دقیق آن، با حداقل قابل این که کاملاً روی آن فکر کنیم، آن را اشاعه دهیم. بادمان مانند، گاهی الشاعر یک فکر و یک عقیده می نواید تا چندین سلیمانی خود و خود یا به ریز یک بیان فکری باشد. پس دقت کنیم که چه عقایدی را به ریان می آوریم و تبعات آن را در نظر داشته باشیم. بسیاری از حرف‌هایی که ما در علوی روز می زیبم، برخلافه از الکار و عقایدی هستند و با خود یک عقیده‌اند، و عموماً اتری روی طرف مقابل مان می گذارند. بنا بر این نه قول قدیسی‌ها و فقیهی می خواهند حرفی بزنیم؛ ریان مان را دور دهان مان بجز خالیم (یعنی فکر کنم که جد می خواهیم بگویم) جالب این که گذشته از سواد و فریاد گران غیبت نکرد. پیامبر فرمودند که طعام بیاورید و به شخص بیشتری، اختقادات و داسته‌های خود را عنوان می کنند.

عروالد

حراب کردن اصلب دیگران با غر و لیند کردن (به اصطلاح عرب‌گویند)، تجاوز به حقوق دیگران است؛ هرچند شاید ما آن را اینگونه به حساب تاواریم؛ سلفی کردن فضای زندگی با حرف‌های نازاخت گشته بافت می شود که لحظات بیدی را برای دیگران به وجود آوریم که لذت و رلدگی خوب و منتهی‌اندیش آن لحظه را از دیگران برداشته باشند. هر وقت حواس‌شما عربتیم به اصلب دیگران هم فکر

می شود همچنین، اگر درباره‌ی کسی با خصوصیت خاصی که دارد صحبت کیم، هم غیبت کرده اید؛ مثلاً بگوییم «آن رن جاق» یا «آن مرد کجل» یا «آن آفای مرد کوتاه» همه اینها مصادیق غیبت محبوب می شود از همن رو است که قرآن میان من فرماید: «و لاتابلو بالا لقب» یعنی «همدیگر را بالقب ها خطاب فرار ندهید» البته برخی از مترجمین، ایه را اینطور ترجیح می‌کرده اند «همدیگر را بالقب های رشت خطاب قرار بدهید» در صوری که منظور کتاب خدا، فقط القاب رشت نیست؛ بلکه هر لقی است که فرد را ستایر از دیگران کند و شاید آن فرد دوست نداشته باشد که با آن خصوصیت اش شاخته شود، هرچند آن خصوصیت، واقعیت داشته باشد. ما بسیار بار و ملکه بس غیبت، همچنانه به معنای بگویی لست و شاید برحی اوقات ما فکر می کنیم از شخص هایی بعريف و محمدیم من کنیم امساعنه فیح غیبت، کمرنگ و بسیار عادی شده و به راحی نقل سیاری از محال است به نحوی که برخی از افراد تا دور هم جمع می شوند، تنها حرف شان فقط غیبت کردن است بسیاری از ما، به تصور خود برخی گل‌های را بسیار بزرگ تراز غیبت می ناییم؛ در حالی که غیبت از گل‌های کبیره است و در روابطی که نداشتم از ۷۰ روز نعرفی شده استند و در حدیث دیگری از معصوم، به خوردن گوشت برادر مرده تعییر شده است: «از غیبت کردن بپرهیزید گدام از شنا دوست دارد که گوشت برادر مرده خود را نخورد؟». در روایت امده است که روزی جند لقر از مردم نزد پیامبر اکرم حلول آمد و سلامه عله بودند. فردی از آن میان از شخص غایبی نزد پیامبر و دیگران غیبت نکرد. پیامبر فرمودند که طعام بیاورید و به شخص غیبت گشته فرمودند؛ پھر آن فرد گفت: من روزه ام بآرسو! ا-

پیامبر فرمود: خیر؛ روزه نیستی غیر گن (استغراق گن)، آن فرد غیب کرد و از معده اش گوشت ببرون آمد. بسیار عجج کردند و در این حال رسول اکرم فرمودند: این گوشت بدن همان کسی است که از او غیت کرده! (۱)

رحم زبان

وای از این رحیم ریان! چطور عدو به این بوسی می نواید رحم‌های بزرگی که از شمشیر کارانه و برشده‌تر است؟! رحم‌هایی که گاه چندین

دست ناپافتنی بزرگ

که چه در کیسه دارد؟ شاید تنها جاره‌ای که به فکر
گویی دوستیه در حالی که از یک دوست یا عضوی
از خانواده خواهش می‌کنیم که شرح و سند
سبور نباشد، به همین مان بگوییم و بیرون این
که اعصاب شان را خراب کنیم، از آن مبتور و
همراهی و دلسری بخواهیم.

٤٩٦

در شماره بعدی دربارهٔ حقوق مردم در گفتار ستر خواهیم داشت و حقوق مردم در رفتار ا Raham آغا خواهیم کرد (۱) و (۲). این روایات به مضمون تقلیل شده‌اند و غیر روایتی که در میع ذکر شده نمی‌باشد است! کوروش کسر هم از خداوند در دعایی هی خواهد که «خداوند! ایران زمی را از سه ملای حنگ، حنگالی و دروغ حفظ کن». سزاپی را تصویر کنید که مو آن دروغ رواج بینا کند. همسر به همسر، پیغ هایه والدین و بر عکس، خوشاندن به همدیگر،

مسارقة

دفتر مجله در نظر دارد، در حضور
«حقوق مردم» مسابقه ای را برگزار
 ماید. حوانندگان محترم همراه
 که تمایل دارند می توانند درباره
 این سه نوع حقوق مردم (معنی
 پژوهی و مسند سینما) پردازی بروند. می بوس
 بر اساس اطلاعات دروغ، عدالت را اجرا کرد؟ می
 شود زیر یک سقف زندگی کرد؟ می توان به آزمش
 رسید؟ در غر جانی چه خاند، چه مدرسه، چه محل
 کار و چه کشور. هر بشرک پایداری به دستگویی
 و درستگاری واسطه است و بعد لب که بکن از
 دلابیل میهم عقب شاندگی، رواج دروغ باشد

بررسی ازما برای این که وحدان عان راحت باشد،
وقتی می خواهیم دروغ نکوییم، آن را به دروغ
مصلحتی یا دروغی که به کسی انسی نمی دستند
تعییر می کنیم اما والغب این است که بسیاری
از دروغ های مصلحتی هم اصلاً در شرایط اضطرار،
مزگ و زندگی یا ایجاد فتنه شیستند، بنگاه چه با
همان دروغ در اینده بیاعت فتنه ای تبریزگ تمر شود

در سیاری از دروغ هایی که به نام مصلحتی می گوییم اصلًا مصلحتی در کار لست و فقط خود را برای دروغگویی گول زده ایم. حقیقت در شرایط مرگ و زندگی هم، هرخی اوقات راستگویی مفیدتر از دروغ مصلحتی است. مثل تاریخی جالی نقل می کنم: زمانی که پهلوی اسلام صلح اراده داشتند، این اراده را با این اتفاق می خواستند

برای ما مهم است که دیدگاه شما
دوستان را پس از حوالدن این
مطلوب در محله جای کنیم
عمر لازمی، مطلب شما با نام
حودتان در محله جای خواهد شد
سترن مطالعات شدم

لبخند ناقد

کس لبخنای به سوت او
سلاخها، لبخنان استه به همین دلیل
خره شود. می مکث
کاری می کنند که با این شوه بین ترین
تائیر را مو بسته بگذارند لبخنانی کونه
و طور کامل هرسی کنند.
آن گاه با لبخنانی همین،
و مصوی امروزه کاربرد جذابیتدارد و
بیع مانیری بر جای می گذارد به رهبران
علقه به او نگاه کنید
لبخنان می کنند، با احسان شرکت های معتر
آبراد می کنند، هنچرا هیچ کس از آن ها را در
و مشهور نگاه کنید هیچ کس از آن ها را در
حال لبخند زدن نمی بینند اراده بالقوه و
لبخند ساند موجی
نمی در همه علیقات اجتماعی این گونه اند
ولی وقتی خطوطه لبخند بر جهودستان نشی
می بدد. آنقدر فدرسته عمل می کند که
دنبار آبه لبخند زدن و امنی دارند
وقتی می خواهد نا گنی سلام و احلاش می کند که این لخت
احوال پرسی کند اینها لبخند نزدیک چون
حالله و فقط متعلق به اوست
ازش لبخنان را از هن می برد سعی

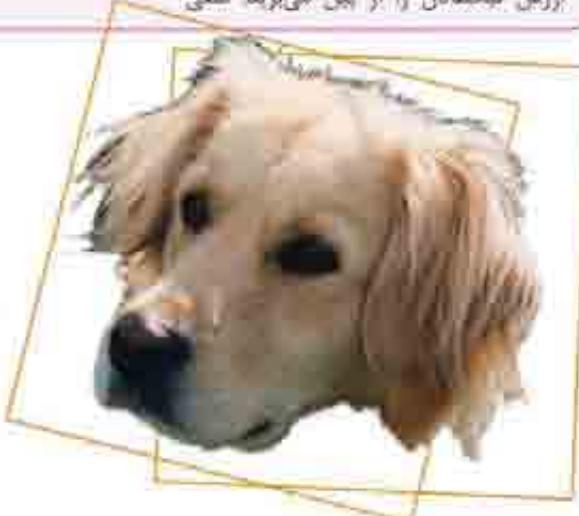
سگ باهوش

دهاش از حیرت باز بود سوار شد
آنبوس در حال حرکت به سمت خوده شیر بود و سگ متوجه
بیرون را تماشا می کرد پس از چند خبانان سگ روی پنجه بلند شد
و زنگ آنبوس را زد آنبوس استاد و سگ با کنه یاده شد قصاب
هم به دلائل

سگ در خیابان حرکت کرد تا به خانه ای رسید گوشت را روی پله
گذاشت و کسی عقب رفت و خودش را به در گوید اینکار را بازم
تکرار کرد اما کسی در راه نکرد.

سگ به حرف مخوشه باز رفت و روی دیواری باریک پرید و خودش
را به پنجه رسالا و سرت را جلد باز به پنجه زد و بعد به پایین
پرید و به پشت در برگشت
مردم فر را باز کرد و شروع به فحش نادن و تنبیه سگ گردید قصاب
با عجله به مرد نزدیک شد و داد زد: چه گاز می گشی دیوانه؟ این سگ
نه نایقه است این باهوش ترین سگی هست که من نایحال دیدم
هزه نگاهی به قصاب کرد و گفت تو به این میگی باهوش؟! این ذمین
بار بو این هفته است که این احمق کلیدش را فراموش می کنه !!

نتیجه احلاقلی:
اول اینکه مردم هرگز از جیزهایی که دارند راضی نخواهند بود
و دوم اینکه چیزی که شما این را ارزش می دانید بطور قطعه برای
کسانی دیگر ارزشند و فرشت است
انبوس اند سگ جلوی آنبوس اند و شماره این را نگذارند کرد و بد
استگاه برگشت همیر کرد لا آنبوس بعدی اند دیواره شماره
برای چک گرد آنبوس درست بود سوار شد قصاب هم در حالی که



قصاب با دینن سگی که به طرف مغازه امش نزدیک می شد حرکتی
کرد که دورش کند اما کاغذی را در دهان سگ دید گاهدار گرفت
روی گاهدار موضعه بوده لطفا سوسیس و به ران گوشت بدین « ۱
دلار همراه گاهدار بود قصاب که بعجب کرده بود سوسیس و گوشت
را در گیسه ای گذاشت و در دهان سگ گذاشت سگ هم گیه
را گرفت و رفت.

قصاب که کجعکلو شده بود و از طرفی وقت بست مغازه بود تعطیل
گرد و بدلیل سگ راه اختاد

سگ در خیابان حرکت کرد تا به محل خط گشی رسید با حوصله
ایساد ما جو لغ سیز شد و بعد از خیابان و دشده قصاب به دیباش راه
الناد سگ رفت تا به ایستگاه آنبوس رسید نگاهی به نایلو حرکت
آنبوس ها گرد و ایساد قصاب متوجه از حرکت سگ متوجه شد
آنبوس اند سگ جلوی آنبوس اند و شماره این را نگذارند کرد و بد
استگاه برگشت همیر کرد لا آنبوس بعدی اند دیواره شماره
برای چک گرد آنبوس درست بود سوار شد قصاب هم در حالی که

دُرگ هِتّقال



ملا نصرالدین و اختلاف رنگ

روزی مردم که موهای مشکی و
ردی سفید داشت وارد محلی
شد که اتفاقاً ملا نصرالدین در آن
حضور داشت از ملا نصرالدین
درباره اختلاف رنگ میان رس
و موهای آن «هر سوال کروند
ملا جواب داد رسیعی موی سر
و سعدی رسی او شان من دهد
که سفری کنست از جانه اش کار
کرده ام»



مهارت دارد با تو می خاند و تو
محوری تمام عمر باش که ای که
دوست نداری زندگی کنی و حتی
در آن دنیا با عمان نکه همراه و
محبوب شوی
الها که محض نهن و اینچنان
به کار خلافی دست می زند
و گمان می کنند بعد از این
تجربه قادر به بازگشت به
حالت پاکی و نعمت اوله
نمی باشد بلکه که
بحس از وجود الها است
و توانایی خود در خطای ای
اگاه و شمار می شود و
همیشه همراه هست این کار
اگر این را می داشت
شاید از عمان ابتدا همچو
به سمت کار خلاف حسی برای
امتحان هم نمی رفتند

صاحب روزنامه فروشی در حالی
که به کارش ادامه می داد یک روزنامه به جگ داد
و گفت: بیا، قابل نثاره هر وقت بول خرد داشتی،
بولش را به من بده.
وقتی که جگ با غصت حنگی اش براگشت، جان
در حالی که از تعجب شاعر در اورد بود برسید
مگر یک نفر دیگر به جای صاحب روزنامه فروشی
در اینجا بود؟
چگ حنبد و به دوست گفت: دوست عزیزم،
اگر فیل از هم چیز نذکران را درک کنی، به آسانی
من بیسی که دیگران هم تو را درک خواهند کرد
و لی اگر همیشه منتظر بانی که دیگران تو را درک
کنند، خوب دیگران همیشه به نظرت بی منطق
می رسد، اگر ما هر کس شرایط مردم از آنها تقاضایی
بنکنی، به واحی هم اورده می شود.

جان دوست عصی حک در سر راه مسافت شان
به متنهش می از سفارش صحنه در رستوران به
جگ گفت: یک لحظه منتظر بانش می روم یک
روزنهش بخوبم.

پنج دقیقه بعد، جان می دست خالی برگشت در
حالی که غریر می کرده، با تراحتی خودش را روی
صندلی انداحت

جگ از او پرسید: حی شد؟

جان جواب نداشت، به روزنامه فروشی دو برو رفته
یک روزنامه سخ بودانش و ده دلار به صاحب
دکه دادم، منتظر بقیه بول بودم، اما او به جای
این که بول را برگرداند، روزنامه را هم از پنهان
در اورد، بد من گفت الان سرم خلی شلوغ است
و نمی توانم برای کسی بول خود کنم، فکر کردم من
به پهله حریدن یک روزنامه می خواهم بولم را خرد
کنم، واقعاً عصبانی شدم، جان در تمام مدت خوردن
صحنه از صاحب روزنامه فروشی شکایت می کرد
و غریبی زد که او مودتی ایش است حک در حالی
که دوستی را دلداری می نمای خوبی ایش را دید
از صحنه از جان گفت که یک لحظه منتظر بشد
و بعد خودش به همان روزنامه فروشی رفت
و لئن به آنجا رسید، بالبختی به صاحب روزنامه
فروشی گفت: آقای پیغمبر، اگر ممکن است کمکی
به من کنید من اهل اینجا نیستم می خواهم
لبیوک نایبر بخشم اما بول خود ندارم، فقط یک
دلاری دارم معرفت می خواهم، می بدم که
سرتان شلوغ است و وقتی می رامی گیرم

تکه ای که دوست ندارید

شیوا نیز رود از مطالعه
ناآویی عبور می کرد، دید نتوای
عندما مقداری آرد ارزان چوار وا با
ارد مرغوب گندم مخلوط می کند
لای در طول روز به مردم به این
نان مرغوب گندم پیروشید و سود
بسترنی به دست اورد
شیوا از مرد نتوای پرسید: «ایا
دوست نداری با آن بخش از
وجود که بد تو دستور این کار
را داد و الان مسئول انجام این کار
است تمام عمر همیشی بشی!؟»
مرد نتوای نا محرگی پاسخ داد
«من فقط بزای مدنی این کار را
اجرام خواهم نمای و بعد که وضع
مالی ام بهتر شد این کار را از
من کنم و مثل بقیه نتوایها ادم
درست و صاده هی من نوم!؟»
شیوا ناری نکار داد و گفت

پنجه در پنجه

طیولای

امتحان

تب های امتحان ، همچه تب های پر اضطراب و پر استرس بود .
تب هایی که دوست داریم خوب بخواهیم با احتلا نوشیم بخواهیم ،
اما نمی شنایند و نمره ها جلو چشم منون روزه می زن ، علاوه سوال
های بزرگ میان میان روبه رومون و ورل من را شدیده چشمن و
فکر من گنیم ای کاش روشن از اینا به فکر درس خوندن من افتادیم
نا الان راحت نمی خواهدیم ، اما آیا واقعاً مشنه برنامه ای تنظیم
کرد که شت امتحان راحت بخواهیم و شت امتحانی بدون استرس
رو سیری کنیم؟

آفت مطالعه

تا به حال به این موضوع فکر گردید که جرا همیشه برای «طالعه
کتاب های درس و غیر درس یا مشکل رو به رویم» و این مشکل
خود را که امتحان تعابن می کند؟ واقعیت این که گذشت کی جه
لو مدرسه و چه تو دانشگاه امورش صحیح مطالعه را به ما بده داده
این درحالیه که مطالعه و پادگیری رابطه مستقیمی با هم دارند.
برای اینکه میزان پادگیری افزایش بیندا کنید باید قبل از هر جز
مطالعه ای فعل و پیوشا داشت مطالعه صحیح چهار و پنجمی مهی
ماند اول اینکه زمان مطالعه را کافی مینه ، باید افزایش میزان
پادگیری میله ، مدت نگهداری مطالع را توانی حافظه طولایی نم
می کنند و در آخر ، به خاطر سیاری اطلاعات رو اسون نمی کند
برای داشتن مطالعه ای فعل و حدفمه ، نوشت نکات مهم در جن
خوندن اسروریه ، زیرا برای مرور مطالع لازم نست دوباره کتاب رو
بخویم و تو مدت زمان کونه نمی ، از روی بادداشت ها مطالع رو
مرور کنیم بادداشت برداری ، بخش مهم و اساسی از مطالعه است
که باید به اون نوجه خاصی داشت ، چون موقوفت بون رو ناحد
زیادی نظمنی میکنند و مدت زمان لازم برای پادگیری رو کم میکنند
خواهند بدون بادداشت برداری یک علت مهم فراموشی

روش مطالعه

روش های سیاری برای مطالعه صحیح و اصولی وجوده داره در اینجا
به اختصار به چند نار این روش ها اشاره می کنم ، اول ، خواندن
بدون نوشتن این یکی از روش های نادرست مطالعه است مطالعه
فرآیندی پیوشا و فعله و برای زیستن به این هدف باید از تمام حواس
برای درک صحیح مطالعه استفاده کرد ناید با جشنمن خود مطالع
رو خوند ، در موقع مورد نیاز مطالع رو با صدای بلند خوند له
خیلی بلند که همسایه ها شاکی بشین ها) و نکات مهم رو بادداشت
کنند تا با مطلب درگیر شد در موقع نیاز ، مخصوصاً قبل از امتحان ،
باید متوجه نوشتنه های خودمون رو مرور کنیم و خیلی سریع مطالعه
مهم رو دوباره به خاطر بسیریم

خط کشیدن زیر نکات مهم هم یکی دیگه از روشن های مطالعه
موفعهاین روش شاید نسبت به روش قبل بهتر باشه ولی روش
کاملی و ایسه مطالعه کردن نیست چون بیشتر از اینکه جوانسون
به خوندن و به حافظه سریدن مطالب مهم باشند درگیر خط
کشیدن هستیم روش صحیح برای خط کشیدن اینه که اول کتاب
رو بخویم ، مطالع سهیم رو به فهم منون بسیریم بعد زیر نکات مهم رو
خط یکنیم له ایسکه تو کتاب نیاز مطالع هم باشند بازیچه نا زیرشون
رو خط بکشیم

اما سومین بیشتراد برای مطالعه جاشه توییه این روش دم
ایرادهایی داره که مثلاً درک کاملی از متن رو به خواهند نمی ده
و بیشتر واسه به خاطر سبزه دن مطالع کم اهمیت نر به کار نمیون

اما روش بعدی حلasse برداریه (که به نظر خودم از سه تا روش فنی بیهوده) حلasse برداری ابسطه که اول کتاب رو مخویسم بعد که کامل باز کردیم برداشت خودم و مطالعی که به نظر من میم بوده رو بوي به دفتر جداگانه پادداشت می کنم.

روشن بعدی که بهون بشنیده می کنم، روش کلیدداریه کلید برداری روشن هنای برای خوندن و لوشتن مطالع مهمه روش، این طوره که شما هست رو می خونید و باز هم مثل قبیل درکش می کنم؛ این بار کوته توین کلمه با جمله ای که با دیدن اون جمله لوی ذهن یون شناعی میشه رو پادداشت می کنم.

روشن «خلافت و طرح شکه ای معز» یعنی از شیوه های خوب برای یادگیریه مخصوصاً برای فرآیندی مطالع درسی در این روش شما مطالع رو می خویید و بعد از درک کامل، تکات مهم رو به زبان خودتون، به حیث کلیدی پادداشت می کنم و کلمات کلیدی رو برآ روی طرح شکه ای معز می نویسد (یعنی نوشته هاتون رو سازماندهی می کنم) تا در دفعات بعد به جای خویندن دوباره کتاب، سراغ طرح بربد و با دیدن کلمات کلیدی روی طرح شکه ای معز، اونها رو خشنی سریع خویش می کند این روش درصد موقفت نیون رو بالا می برد و به پیشوت نیون کند مکالمه این جندلا روش رو یا مزایا و معایب شون گفتم حالا هر گذوم رو که دوست دارید استخاب و شروع کنید.

چند توصیه در روزهای باقی مونده تا امتحان چند نصیحته مهم هم برآتون داریم که بد تست از اونها هم اطلاع داشته باشید

پیشترین زمانی که افراد می لویند فکر خودشون رو منمکر کنند ۱ تا ۱۳۰ بیلتو بست پس سعی کنید بعد هر ۱ تا ۱۳۰ مطالعه، ۱۰ تا ۱۵ دقیقه به خودتون استراحت بددید (به شرعاً که استراحت کنید و دنیال تغیر نزد و شتر از ۱۵ دقیقه هم نشه پیشترین حالت استراحت هم اینه که به جای ساکت رو لتخک کنید، دراز یکند و جشناتون رو پیشید و به هیچی هم فکر نکنید) قبل از مطالعه، غذاهای جرب و سنگین خورید و حداقل ۴۵ دقیقه بعد از خوردن غذاهای سنگین ستر حریان خوب شوچه دستگاه گوارش نایه هضم و حذف غذا کمک کنند به همین دلیل خون رسائی به معز و قدرت نمرکز کم میشه همچین غذاهای اردی مثل بان و غذاهای قندی قدرت درک و تمکر رو کم می کنند. بوشنه های گازدار هم همسطبور امیدوارم این راه گازها به بزد تون بخوره و ما اجرای اویها تو امتحاناتون موفق باشید اگر موفق شدید مارو دعا کنید

برگرفته از نشریه آبده سازان
با تصرف

اضطراب امتحان اضطراب امتحان نوعی خودانگالی دهنده (۱) که با تردید در نولایی ها شخص میشه و اکثر آنها اور بایی شناختی مبنی، از بین رفتی نمرکز خواهی، واکنش های جسمانی نامطلوب و افت تحمیل رو در بین داره این اضطراب نوعی واکنش ناخوشایدست است به موقعیت ارزیابی در مدرسه و کلاس درسه این حالت پیشتر با تنس، شنیل، نگرانی و سردرگمی همراهه باوجه به بروهش های انحصار متنه در این زمینه، اشتفتگی معده، یه هم خوردن ساخته های خواب، تغیرات در میل غذایی، سعف، سرگیجه در افراد دارای اضطراب امتحان، با در ادام امتحانات با در هنگام امتحان در افراد متعدد اضطراب افزایش پیش میکند از بین تکه های تاختنی و رفتاری که برای کاهش اضطراب امتحان استفاده شده، به این تکیه ها اشاره می کنم، اموزش مهارت مطالعه، مقابله با پاور های غیر عقلائی و حساب

از گاندی یادآوریم

همت موری اکه از شتر گاندی
بدون هفت مورد دیگر حفظیم

- ۱- تقویت بدنی راحت
- ۲- لایه لایه و چنان
- ۳- داشت بدن سخت
- ۴- شجاعت بدن اعلی
- ۵- حلم، تنوون انتہا
- ۶- سعادت بدن امثل
- ۷- اینست بدن اینست
- ۸- این هشت بدن اینست
- ۹- چند روز دست از مرگش بوروی
- ۱۰- یک تکه کافد بونت و ۱۰ بره
- ۱۱- خاد

۴ گام جادویی

درس خواندن



اولین گام

این که وقتی از مدرسه امیدید، نه این اولی نبود، اولین گام این که نه مدرسه خوب به درس معلم گوش کند چون حدود ۳۰ با ۲۰ با شاید هم ۹۵٪ نمیدوند، خلاصه به بخش انسان پادشاهی سر کلاس ایجاد می‌کند که وقتی خوب به درس متفکر گوش کنید، قدم اول را محکم بزنید.

قدم دوم

قدم دوم این که عینی که رسیدید خونه و بعد از به خوده استراحت احش بخورده ها اس نسبت مثلاً بچه های خوب، درس اسی رو که امروز تو مدرسه تدریس شده رو حسینی و به قول معروف عشقی من خوب و سوالاتی اون مبحث رو حل می‌کنید و بدانون بلکه خوب بخوبید نه اینکه فقط هرور کنید شماها این کار حدود ۹۷٪ فرم اینکه بادکنکی رو کامل می‌کنید و مطلب رو به حافظه بلند مدت بون می‌سریزید ۹۷٪ خالقون راهش که درس رو بله بله لامه می‌رسید. ۹۷٪ دیگه رو جن گل کنیم اوه ۹ بالشه بیهودن می‌کم اما باید قول بددید که گام دوم رو که ما بهشت می‌گیریم ۹۷٪ خوبالی که خلی خلی هم همه، کامل اجام بدهد.

خوب ۱ نا اینجا سر کلاس نوجه کردیم و درس اسی رو که امروز تدریس شده بود رو خودنم و سر برداشتم

علمی‌ترین اگر ما وقتی صحبت از برنامه ریزی درسی می‌نماییم ای رو تجسم می‌کیم که متلا ساعت ۳ تا ۴ باید ریاضی بخوبیم با ۴ تا ۵ شنبه و ۵ تا ۶ هم لاید فیزیک لمحی دنوم نا حالا شما هم از این برنامه ها (با هزار امید و آرزو) و آنse خودتون نتوتند یا نه اما احتساساً که آنچه همچین برنامه ای و آنse خودتون ریخته باندید یک هفته (اونم در شرایط متعارفی یا به قول عشق شیمی ها STP !!!) بیشتر نتوتند اجرایش کنید و بعد به هفته دوباره می‌رسید سر خونه اول، با این تفاوت که حالا با خودتون فکر می‌کنید که جقدر من مست عصرم (این اصطلاح یجه های ادبی) یا جقدر من تویب محمدشاهی و می‌بلاقنم (این به رویون بجه های تاریخ) که به برلنده ساده رو نسی تو نه اجرایم و احیاناً با دل زده می‌شید و دیگه درس نسی خوبید که عوایش خونه نشیستی (ودرس و سریزیه اجباریه (البته نه برای دختر خانم ها) با دنیا بیش جشنمنون تیوه و تاریخیه و برای تمام این رژم (همین می‌برلنگی رو می‌گم ها) می‌رین سرخ دوست نایاب با اعتماد (نه هر جیزی ارجیس و بیک گرفته ناگواری و مواد مخدر (اینها جه ربطی به هم داره نمی‌دونم) که در هر صورت آخر و عاقبت خوبی نداره، لاما گفتند بود اما آنچه همچین فکری تو دهنون شارید به قول این تبلیغای کلاس کنکور «دانش اموزان عزیز لطفاً دست نگه دارید، فرمول برنامه ریزی ۹۱۰۰ شخصی (منقوله ندانستم ها)» اول نکم که این روش برنامه ریزی شاید تو نگاه اول خیلی ساده به نظر بیاد اما وقتی به بار امتحانش کنید می‌فهمید که ما جقدر باحالیم و به فکر نسایا به قول معروف یک بار امتحان کافیم)

کام سوچ

پیش خواهی یعنی اینکه مثلاً شما فردا را پیش
دارید فیلا توی بس خویی ترس و خوب خوندید
و تعزیت‌خواهون رو هم تجام عادید و فردا را پیش دارید
اما حالا احسان من کنید که به خوردن شم فراموش
کنید ، اما شگران نباشید اینم راه خل نداره راه
خلی هم اینه که به شگله (فقط یا سکله) به کتاب
یا جزویون می‌داراید اوتوقت در کمال تعجب (الله
تعجیت یا سه شمسی نه و آسه نه ها) من بینید
که منه ی مطلب قلی بیهو به ذهنیون سیاه و
احسان شادی مقرنی سی فریسلید (بیختیشید باز نند
بر سرمه اینم



گام چهارم

هر روز رو اخلاقی می دید به یکی از درس هاتون و درسی رو که معلمتون بلوی به هفته گذشته داده رو معمور می کنند اینطوری تقریباً میله گفت ۹۹٪ بادگیری انجام شده «اون یه درصد هم بعوه و آسه نلاش بسترون! ۵۱ شبه هارو هم بدارید و آسه جیرانی» یعنی خودن درسابی که احیاناً به هر دلیلی بلوی به هفته گذشته توسطید بیش خوانی یا پس خوابیش رو اجرا کن

اين بود ۴ تا گام جادویی ها و اسه موقبیت درس خوندن. اما
باید تون بشنید که هر ۴ تا گام رو محکم بردارید تا موقبیت تون را
تصمن گشتم و گرمه شهریه تون رو برایم گردانیم. حالا که این
مطلوب رو می اویسم باد دوران درس خوندن خودم میگشم (فیلم
چون خلی قدمیمه سپاه سلیمان شما بد بزرگیتون بیخشد) خب
می گفتم: باد درس خوندن خودم میگشم که چه سختی ها که
نکشیدم و این درس خوندن و چه برخلافه هایی که ریختم و اجرا
نمذ و چه عده هایی که نغوردم همین به حاطر اینکه یه ادم
و مهریون و دلسوز (فک نکنید خودمو می گم ها !!!) بود که
اين ۴ تا گام جادویی رو بهم بگه اما حالا که شما آینارو من دوئید
می گنید با اجرات پیشتر گستید بهتر خواهید بود!!!



١٥

زندگی می دهد

مکانیسم بسیاری از چنارهای
و سایر اندام‌های سلسله مراتب
ایجاد می‌شوند که در اینجا مطالعه
آنها را برای تئوری پیشنهاد شده
نموده اند و آنها را برای تئوری پیشنهاد شده
نموده اند و آنها را برای تئوری پیشنهاد شده
نموده اند و آنها را برای تئوری پیشنهاد شده

مکانیکی تئاتر ایرانی میتواند این را در خود نداشته باشد

عمر خونهانی از مددکاران
کل کشور است از این جویی و ذات
موقایع ایشان بحکم از حکومت بر
از کار اینها نیست و از ای
نیز می‌تواند در اینجا لذت گیرد
و این پایی استفاده فرایندیست
۱۹۷۴

لی کیت ایڈس ہے مولے
مودود کام مکانی نے لے رہا
ہی کوٹلے دیکھ ہوئے اپنے نظر
کے پرے



آیا امروزه هم حکیم داریم؟

حدت از تسویه رساله که حتی امروزه پیش فکر ترین ملتها از داشت بزرگی او بهتر سی برند و ابوالقاسم فردوسی خدست بزرگی به زبان و ادبیات فارسی کرده و آن را از روال و برشامی رهایید. هر گدام از آن بزرگان در ذیکر عرصه های معرفت هم در خستیده اند، این سیاست شاعر هم بوده و انتزاعی اخلاقی و غرقالی از او به پادشاه عالی است ابوالقاسم فردوسی علاوه بر آن که سردی معتقد و اکله به آینین دینی بوده به علوم دیگر زمان خود بپوشانی داشته است.

اما اجرا امروزه دیگر کسی را به لقب حکیم نمی خواهیم^۱
دلیل را که برای این ساله ذکر کردند، این است که علم و دانش بشری در زمان آن بزرگان توسعه و عمق خوبی زیادی داشت از انسان آن دوران با عمر متوسط می توانست به راحتی از تمام آن علوم تبحر کسب کند و سرآمد دوران خود باشد
سؤالی که این ادیسه را تغیر می کند

حکیم

لورها بیش، حکماء بسیاری در خاورمیانه به خصوص ایران زیین میزدند در آن زمان «حکیم» لقب داشتمد ترین انسان ها در جهت بود، «حکیم» کسی بود که در تمام عرصه های دانش و معرفت عصر خود سرآمد دیگران بود به طور کلی حکیم به شخصی گفته می شد که این معرفت‌ها را به شکل علمی بداند «ادیبات»، «اخلاقیات» و «عرفان»، «احساب» و «جروم» و «هندسه» این ها مهم ترین بایمهای دانش بشری محسوب می شدند و کسی که در تمام این موارد تبحر داشت لقب «حکیم» می گرفت و از اعشار و احترام خاص جانبه برخوردار می شد وقتی نام «حکیم ابوعلی سینا» و «حکیم ابوالقاسم فردوسی» را من برخواه لاید تنها به داشت بزرگی یا این این بزرگان نوچه کنیده امیرجه این سیاست تحقیقات و ادیسه های خود علم پژوهی را ارتقا داد و به

پس جرا در هر دوران تعداد الذکری به این لقب رسیده‌اند.^{۱۰}

اگر محدودیت و سفت دانش پسری را دلیل راحت رسیدن به این لقب بدانیم، آیا باید تعداد بیشتری از مردمان هر دوران به این پایه از دانش پرست؟

باشی که تایید صحیح نیست، این است که همان طور که ذکر شد، حکیم کسی بوده که علاوه بر دانست علمی مالند حساب و نجوم، در علوم انسانی و باطنی مالند اخلاقیات و ادبیات نزدیک به درجه‌ی والای رسیده باشد و این امر تنها با سلطنه‌ی کتب بزرگان علم و معرفت می‌سر بوده است؛ پیرای رسیدن به جنس مرثیه‌ای، شخص باید به ترکیه و تهذیب نفس بپردازد و در وسیع را از تمنیات دلایلی خالی کند تا نور معرفت الیکی بر دلش پیاده و زینتی سالمدی بتوانی درک معارف ظاهروی و باطنی در دروشن ایجاد شود.



پس دیگر جای نمود
بیست که شروعه از
کسانی که پتوانند
همچون حکماء گذشته
در شام علوم شری
سرآمد پاشند خبری
بیست: چرا که رسیدن به
این امر، نلاخ چشمگیری
را آبیند در زیستی
مطالعه‌ی علوم باطنی و
الائمه و درک حقایق از
من می‌بلند حال آن که فر
غیر جدید علوم انسانی
به فراموشی سیرده شده
و آن چه اهمیت دارد و نام
علم را به خود اختصاص
داند تنهای علوم «فقیه»
«حساب» و «فلسفه»
است و این همان عناوین
لت که خود رسیده



من تواند باعث رشد و تعالیٰ جمعیتی بشری شوند
شماریان بی دلیل نیست که امروزه کسی به هنر
حکای ملکه ملی شود و خرمدند امروزی فقط این جه
د احساس می خواهد و می بیند و فرگ می گذارد، خلق
می کند و آینا کسی که در ورثت پاکیزه نیست، می تواند
پاکی را از عل احتمام ببرد و زیبایی و فضیلت را
به نصوب کند؟
آن که امروزه غیرمند می نسبد، در بیشتر موارد ضرفاً
کسی است که «سلیمانی خلیل اثر هنری را» درست
می آورد و چیزی خلق می کند که گاهی نه تنها از
اخلاقیات تهی است، حتی از زیبایی هم عاری است و
این امر را «عتر» می شناسد، گاهی هم سخن (۱)
زندگی حلس حکماء قرن ها پیش + دانستنیان +
بزرگان علم امروز سیاستی
آیا در دوران ابن سينا و ابوالقاسم فردوسی
پزشکی یافتد می شد که در عین حال که
دیگران را به حفظ سلامتی تشویق می کنند،
خودش در زندگی شیوه ای را پیش گیرد که دچار
ناراحتی های جسمی و روحی شود؟
آیا بسازی های جسمی و روحی در دوران ابن سينا
از هم جدا بوده و هر کدام را به پزشک جدا تالله ای
ارجاع می دادند؟ یا ابن سينا در حالی که از دلیل
بسازی جسمی یا روحی فرد باخبر می شد، در
هر حال بسازی او را با روش های درمانی مناسب

ش را با پای این یار دست آنکه بخواهیم این سعیت در میان

چطور بخوریم؟

چطور نخوریم؟

بیش از خواب مسب کنند تا در تخلیهٔ بینی مدد و تشمید سوء‌های پسندیده شده باشد. معمولاً مصرف غذایی ادویه دار مسخر به صورت سوزن‌لی و کسته به این شکل توجه شده که چطور بخوریم و چطور لخوریم. ولی این است که اگر یک غذای خلی خوب را با عادت‌های بد غذایی بخوریم.

۲- صحنهٔ تجربهٔ خود را با اشتباه بسیار بزرگ در رژیم غذایی است. به هر دلیلی بعضی وقت‌ها با همیشهٔ صبحانهٔ تمن خوریده، این عادت را با اکثار پنجه‌زدگی تجربهٔ صبحانهٔ موجب می‌شود. در عین حال روز و شاداب تر خواهیم بود در این مطلب به برخی از اشتباهاتی راجع در خوردن اشاره می‌کنیم، شریحش تر خواهد بود و سالم می‌شود. نایابی جایگزین کردن آنها بتوانید از ساده‌ترین مواد غذایی بسیاری بیزه را ببرید.

۳- به خلاف تصویر، گوسته ماندن بافت می‌شود وزن بدن به دلیل ذخیرهٔ سازی جرمی افزایش پیدا. هنگامی که به مدنی مولایی لذتی خوریده، بدن شما به دلیل محروم ماندن از مواد غذایی دچار آشفتگی می‌شود و در انتها هنگامی که دوباره شروع به خوردن می‌گردید، بدن شما گمان می‌کند که باید کالری مصرفی را به جرمی تبدیل کند، چون نمی‌داند که چه قدر طول می‌کشد که دوباره غذا بخورید. این جرمی‌ها با شما باقی می‌ماند تا هر دلیلی که گرسنه می‌مانند، سعی کنید گرسنگی‌تکشید و حتی بالان حالی هم که شده رفع گرسنگی کنید. مواد ارزان بسیاری هستند که وسایلی و مواد معنی لازم را به بدن ما می‌رسانند: مانند گندم برسته، دانه سویاپی یا داده، تخدیجی، ذرت، عدس پرشته، پرچک، یونجه، گیاهانی مانند ملان و گندم.

۴- هرگز هنگام غذا خوردن گار دیگری انجام ندهید. منقوله‌مان فقط کارهای فیزیکی نیست بلکه منظورمان کارهای غیری و دیگری را هم شامل می‌شود اینجا مانند گار هنگام غذا خوردن، باغت ریخت و پاش مواد غذایی و هدر رفتن آن و حتی بخوردی و اصله و درن می‌شود. واقعی در حال خوردن غذا نلوبی‌بیرون نمایش می‌کنید، با این‌عنوان حرف می‌زنید یا به یک موضوع می‌هم و حیاتی فکر می‌کنید. حواس شما از غذا خوردن بروت می‌شود و توجه کمتری به سفارش گرسنگی کنالت خستگی و کوفکنی روز بعد می‌شود. خوردن غذایی جزو

۵- هرگز هنگام غذا خوردن گار دیگری انجام ندهید. منقوله‌مان فقط کارهای فیزیکی نیست بلکه منظورمان کارهای غیری و دیگری را هم شامل می‌شود اینجا مانند گار هنگام غذا خوردن، باغت ریخت و پاش مواد غذایی و هدر رفتن آن و حتی بخوردی و اصله و درن می‌شود. واقعی در حال خوردن غذا نلوبی‌بیرون نمایش می‌کنید، با این‌عنوان حرف می‌زنید یا به یک موضوع می‌هم و حیاتی فکر می‌کنید. حواس شما از غذا خوردن بروت می‌شود و توجه کمتری به سفارش گرسنگی کنالت خستگی و کوفکنی روز بعد می‌شود. خوردن غذایی جزو

- ۹- فقط میل بوا عنایش را درسته قورت می دهد و آنوقت استراحت می کند که فنا خود به خود عضم شودا پس غذا را درسته قورت نمیدهد و ان را خوب بخوبد، هیچ گز دوست بدارد، دل درد بگیرد یار خدمت می کند و معدده مان خون کالکی دریافت می کند و اگر این کار را ادامه بدهید سو هاشمه و مشکلات گوارشی می گیرید.
- ۱۰- وقتی ناراحت هستید، استرس و اضطراب دارید با نگرانید، غذا نخورید اول آرامش خود را بدهت اورید، بعد فدا بخورید ناشکلات گوارشی بینا نکنید
- ۱۱- از خوردن غذاهای بسیار سرد یا بسیار داغ خودداری کنید
- ۱۲- شب قبل از خواب و صبح پس از بیداری اب نتوشید این کار به دفع سوم بدن و آرامش، کمک می کند که نشانه های سری به مغز برسد، بینایان



ارادت مردم به کورش

امام کوردش به کورش بروز
کفت خرا از خسته های جوش
بچشم را بکشد جو از اینها را بخورد
و همه را بدسته هایش می خورد
کورش بخت این خسته های
جوش را بخورد بخورد
دانه های بخورد بخورد بخورد
بعد از خسته های خود بخورد
کورش بخت از سرمایش را همان
روز و بخت بروزه بخورد بخورد بخورد
همان امری را بخورد بخورد بخورد
لیاز طاره خود را درین مقدار خوار
و دل بخون کورش این بخت
لشکر و لشکر خود را درین مقدار خوار
ماشند این کوش بخورد
و بخت که مانند این کوش از این خسته
را بخورد بخورد، از اینها کورش
لشکر بخت سبل می خورد
کورش روز و نیز روز بخورد و بخت
برخوده من این بخت است که اینها
را بخورد بخورد بخورد بخورد
نهسته باید اگر اینها دار
زمینی که بخورد بخورد بخورد بخورد
می ملک که بخورد بخورد بخورد بخورد
که نهاد اکسی از اینها

- بسیار زیادی می کند همچنان ۲۰ دقیقه قبل از خواب
و عدد غذایی یک لیوان اب بتوشید و هرگز همراه غذا
اب نتوشید
- ۱۳- ناجد امکان مصرف مواد غذایی زیست را که
کنید قهقهه، شکلات، گاکلور، غذاهای سرخ کردنی،
بیزالت ایوان سس هانه دیگ، خاصه، غذاهای برجسته
شیرپی حات این مواد ندانی را هم اصلاً نخورید
- ۱۴- نوچله، مویس، کالباس، جیس، پلک، کرالچی
- ۱۵- از مصرف دوزانه ای غذاهای فیبردار متنند نان
سیوس دار، سبزیجات، حبوبات و غلات غافل تشویه
۱۶- پس از غذا خوردن اسلاماروی شکم دراز نکنید
و از فعالیت شدید جسمی و فکری خودداری کنید
- ۱۷- شایدی ربط به نظر برداشته، ولی نقش در زمان در
کار اصلاح رزیم عنایی، سلامتی، شاخابی و افزایی ما
را دو چندان می کند
- ۱۸- سعی کشید رمان شخص و مظلمی برای خدا
خوردن تعین کنید و به آن ساعت و فتحار باشد
متنفس کردن ساعت برای غذا خوردن، مانند سروقت
نعل خواندن، نائبو به سیاه در منظوظ شدن ما دارد

اگر دوا و درمان نمی خواهید همدیگر را بغل کنید!



کند کند بالاتر از همه اینکه، در آغوش گرفتن، هیجانمنده عوایض جانی، تاره، سما بوای گرفتن حسین مداوی، احتیاج به رفتن بزد دکتر شلرید.

در آغوش گرفن، (Hug) داروی گوین ای در این حرکت الوری متصل می شود و فرد در آغوش گرفته شده تعویث روحی و عالمی می شود. سما بوای پیغام این به یکباره در آغوش گرفته شدن، بوای حفظ و حافظت از زندگی نان به ۸ بار در آغوش گرفته شدن و بوای رشد و توسعه ۱۷۵ بار در آغوش گرفته شدن در روز تباردارد. بیوست برگزیننند اینم بدن است و این اندام احتیاج به هر ایست های لازم و خوبی دارد. یک Hug ای می تواند قسم های وسیعی از بیوست را بتوش بخورد و این بیام را به بیوست بررساند که "از تو موافقت من شود".

Hug همچنین یک وسیله ارتقایی است که می تواند چیزهایی را بگیرد که سنا نمی تواند غایب کلمات بیان کنید. تکه سیار (سا) در مورد Hug این است که سنا نمی تواند این را یک طرفه به کسی بدهد، با یک طرفه بگیرید، اینکه که بغل می کنید، در همان لحظه بغل هم می شود و برعکس!

آیا تایه حال شنیده اید که در آغوش گرفتن، کسی را ای مرت نجات دهد؟ در مجله INSIGN مقاله ای با عنوان هنر الموس که گفت نجات نخست «حال شد که در آن، سرخ مفصلی از اویین هسته زندگی یک جسد دوبلو را نویسند می کرد که در هنگام بدمی امن در دو مستله جدالله انکوبایور (Incubator) بینگهداری می شدند و پر شگان گفته بودند آله بیکنی از آنها زندم نخواهد ماند، اما یکی از مستلهان نجات نیزدان، دو کودک نجات را بر خلاف نظریت بیمارستان در یک دستگاه الکترونیک فواره داد و هرای این کار با بیمارستان چنگید.

زمینی که آنها در یک دستگاه فوار گرفتند، دست نوزاد سالم بود. به گفته ای که بینداری خواهیش را در آغوش تاره باشد، بر او فوار گرفت از آن به بعد ضربان قلب نوزاد کوچکتر و بیمار، شروع به عادی شدن می گردند و دمای بدن افزایش یافته، تکل عادی می شوند پس از حدیثی، هر دو آنها زندم نیستند و شروع به روند می کنند.

دو هفته دو قلوب به خاله رفتند و در یک نجت خواب خوابیدند. آنها همچنان با هم در یک نجت می خوابند، و یکدیگر را کیم در آغوش می گیرند.

بیمارستان زمانی که متوجه این "نجات نیخش" گذاشتند این دو نوزاد در کنار یکدیگر هستند از آن پس در ملاقات خود تغییر موجود نموده اند و هم اکنون نشانی یو قلوبها حتی چند قلوبها را در یک نجت و بالکوبایور در یکار هم و لزدیک هم می خوابانند.

کتر مارک کتز (Mark Katz, M.D), می نویسد: در آغوش گرفتن می تواند در سحدوده ذهنی یک فرد نیز این را احتجاد نماید و به آنها از لحاظ بیماری

به نظر شما مفید ترین نوشیدنی جهان چیست؟



چای، چای سبز، آب معده، قهوه، تکافه، دوغ، کاپوچینو، کافه میکس پاپ، هیچگدام از نوسبیدنی ها جواب صحیح نیست، اگر کنچکاو شده اید و می خواهید بدائلید جواب این مساجیت، پس من زیر راهه دقت بخواهد: علی تحقیقات بروفسور بردستیف روسی راز طول عمر رهیان اتحاد جماهیرشوری سابق، هند و کره شمالی نویسندن این آب می باشد. این بروفسور روسی که ۸۲ سال سن دارد در خصوص حکومتی ثبیه این آب مستور زیر را ازهاده داده است. آب معمولی تبریزه را متجدد و میس از راحله ای دهید تا دوباره ذوب شود به اندازه ای که درون طرف فقط قطعه بخی به حجم یک تخم مرغ باقی بماند. این قطعه بخ تمام ناخالصی های آب را از جمله موادی که سلول های بدن را از بین می برد، به خود خذب می کند با خارج کردن این قطعه بخ یک لیوان آب سبک یه داشت می آید که مفید ترین نویسندن دنیا است و همچنین در ملوانی کردن عمر انسان نیز موثر است.

دارو خانه همیشه در دسترس



عیب کوچولوی عروس

حوالی می خواست این بگیرد
که بینده بخوبی سفیدش کرد و آن را داشت
که بخوبی بخواست خوشی را پیدا
کرد و به جوان معزز کرد و دقت
که بخواست خود را خوب شد سلسله است
که از نداشتن فراخ خواهد کرد
خوار گفت شد ام ته او کوته
است این در گفت اگر این اتفاق ام
پس این خوبی است روا اینها خار
خات از این م تمام من شود خوار
گفت شدید ام راهش خود است
بدینها
برخی گفت این هم داشت نیز
که این را می خواست که بخوبی و زیاد
دن های بزرگی این اتفاق این داشت
که بخوبی این راه را خواهی داشت
که این مرا مراحت این سراس
شده به این اتفاق نیز برخی
خوار گفت شدید ام پاس خود
می نداشت این می بخواست این
جهیز گفت شدید همانه اینه
که این چیز هم داشت این
است این این را خواستی هدایت
که این هم بخی از خواستی هدایت
که این مرا مراحت این سراس
شده به این اتفاق نیز برخی
خوار گفت شدید ام پاس خود
می نداشت این می بخواست این
جهیز گفت شدید که این چیز از خانه
بیرون بود و غذای بروزالم مانند
که این را خواستی هدایت کردی خوبی
و این این را خواستی هدایت خوار گفت این
قدیمی به کناره ای ای شده ام که
مشعل عرضی شده شد اینه
برخی گفت این را خواستی هدایت
که این قدر بخی این خوبی است
می خواستی هدایت این را خواستی هدایت
که این نک این خوبی که این را

پاهاست اغريق بست از حد و بیوی لاستیبوغ با
به وجود آمدن فارجیهای بوسی بین ایگستان با
و سقی بیوت پیخصوص در پاشه و اگر
شست بد از جمله این متكلات هست
دکتر سوران لوبن متخصص سیاریهای
داخلی به کلکه افرادی که به لوعی ما هر
کدام از این متكلات درگیر هسته توصیه
میکند روزانه ۵ تا ۱۰ دقیقه بخواهیشان را در محلولی
حاوی یک لیتر آب گرم و دو قاشق چابخوری نمک
قرار دهند.

روpus زیتون و اگزما
خشکی و خارش شدید بیوت در بیماری اگرما بسیار
از این دهنده است اگر این بیماری بوسی ریج
میبرید و داروهای شیمیایی هم حالت بیماری را
بسته کرده اند متوانید روزی چند نوبت یک قاشق
چابخوری روغن زیتون را روی هر ۲۱۵ سانتیمتر از
بیوت مبتلا بمالید و اگر بیماریتان شدید و پیشرفت
است مثلكه جرب شده را با یک بیوت پلاسیکی
هم بخواهی.
شیر و ارامش

دکتر برقاد وینون، روانیست، میگوید: اگر میخواهید
بیش از خوابیدن به ارامش کامل برسید و با ذهنی آرام
یک خواب اذیختش را تجویه کنید، به ساخت فیلم
از خواب یک لیوان شیر گرم بخوبید این دلایلی هایی به
نام بربیوفان در شیر وجود دارد که باید اینجا حس
ارامش میتواند

دم کرده مایونه و متحجه
دکتر لوبن می گوید: آنلریوس راه برای از بیس بیرون
می بینیم با این است که روزی دو ساعت این را در دم
کرده هی بایوئه فرار دهد، این دم کرده تیکاهی، بهترین
ماده برای نرم کردن بیوت سفت شده هم به شمار
میباشد. در ضمن اگر دیدنی بیوتان بعد از فرار گرفتن
در دم کرده بایوئه رنگ گرفت، اصلی تکریل بخوبید
مقداری آب و لرم و صابون ملائم میتواند مشکل شما
را حلی مربع حل کند

جوشترین و غعونت‌داری
به گفته دکتر لارین گلساپی، اورولوزیست، جوش
تیکریں با قلبایی کردن محیط شانه باعث جلوگیری از
نکسری باکتریایی میشود، بیماران اگر به غفوون دستگاه
ادراری مبتلا شدهاید و به برشک هم دسترسی
نداشید، روزی یک لیوان آب که با یک چهارم فلائق
چابخوری جوش تیکرین مخلوط شده است را تجویه
و در اولین فرصت ممکن به پزشک مراجعه کنید.
منبع: سلامت نیوز

شناخت خواص خوارکهای طبیعی در دسترس و
ارزانیست میتواند به شما کمک کند که گاهی زودتر
به داد خودتان برسید البته مانند نمایند که هرای
اجرام هر یک از این روشها به صورت مستمر باشد
نظر بر شکر راهه خوبی شوید و از درمانهای خودتان
پرهیز کند ناگفته عوارض ناخواست این درمانهای
طبیعی نشود.

لیمو و جای جوش.
دکتر اذریکوین، متخصص بیوت و مو میگوید: شما
متوانید هرای از بن بردن جای جوش‌های صورتتان،
روزی ۱۰ تا ۱۵ دقیقه یک قطعه کوچک لیمو ترش
تلزه را روزی بیوتان بگذارید و بعد از ۱۲ ساعت از
دانش بیوتی هیل و شفاف لذت ببرید اینه موجود
در آب ایمو ترش سب از بن رفتن جای جوش‌هایی
شود ولی اگر بسته بختکی دارید بیشتر است از این
روش استفاده نکنید.

سرمه سب و خربزیدگی
حقوقان میگوید سرمه سب بکی از مولزین مواد
برای مازاره و بیماریهای البالی است بیماران اگر
فستی از بیتان دچار خربزیدگی شده و ورم کرده
است، روزی چند نوبت یک حجمال چارچهای را به
سرمه سب آفته کنید و روزی قسمت متورم چمالیده
یا روزی دو بار خوبی میگذرد از سرمه سب و
سقیده تخم مرغ را به مدت یک ساعت روی بخش
خربزیدگی بگذارید.

زنگنه و دلدرد
این گاه مسخره‌گر بهترین درمان برای دلدردهای
ساده و حتی دل هردهای دوران مادری و فاقدگی
است مطمئن باشید که اگر دلدرد به مبالغه بیاید،
با بیوشیدن روزی دو لیوان دم کرده زنجیل میتوانید
از دست آن خلاص شوید، برای درست کردن دم کرده
زنگنه هم کافی است یک قاشق غذاخوری زنجیل
تلزه را در یک قوری آب داغ ببرید و ۱۰ دقیقه میظاهر
شود تا خوب دم بگیرد و آماده نوشید شود

علل و خراش بیوتی
این خوارکی شرین و خونخواری، خاوی دو ماده موثر
و مفید برای درمان رحمهای ناشی از برویدگی یا
خراس است، شکر برای از بن بردن رطوبت و در
سیچه از بن رفتن باکتریها و برگیسیده هیدرورون
برای خدمعویی کردن، پس شما متوانید برای درمان
برگیدگیهای سطحیان به سادگی از این ماده شفایخش
استفاده نکنید.

نمک و بیوی بد پایا
یکی از متكلاتی که اکثر ورزشکاران و گاهی افراد غیر
ورزشکار با آن دست به گیریاند، متكلات مربوط به

درسی از ادیسون

ادیسون در سین بیری پس از کشف لامپ، پکی از ترومندان آمریکا شعله هارا می سی؟! حیرت اور است!!!
به شمار می رفت و درآمد سوشارش را نام و کمال در آزمایشگاه من فکر می کنم که آن شعله های بیفتن به علت سوختن گوگرد
معجزه است که ساختمان بزرگی بود هریکه

می کرد این آزمایشگاه بزرگترین حق پیغمبر بود. هر روز اختراعی جدید در

آن شکل می گرفت تا آماده بهینه سازی و

ورود به بازار شود. در همس روزها بود که

بیمه های شب از اداره اش ششی به پسر

ادیسون اطلاع دادند. آزمایشگاه

پدرش در اش می سوزد و خستگی

گاری از دست گیری بی نی اید و تمام

تلائش مأموران فقط برای جلوگیری از

گترش اش به سایر ساختهایش است.

آنها تقاضا داشتند

که موضوع به نحو قابل قبولی به اطلاع پیغامبر رسالت شود.

پسر با خود اندیشید که احتمالاً پیغامبر

با تسبیح این حرث سکته می کند و لذا

از بیمار کوین او منصرف شد و خودش را به محل حادنه رساند و

با کمال تعجب دید که پیغمبر در مقابل ساختمان آزمایشگاه روی

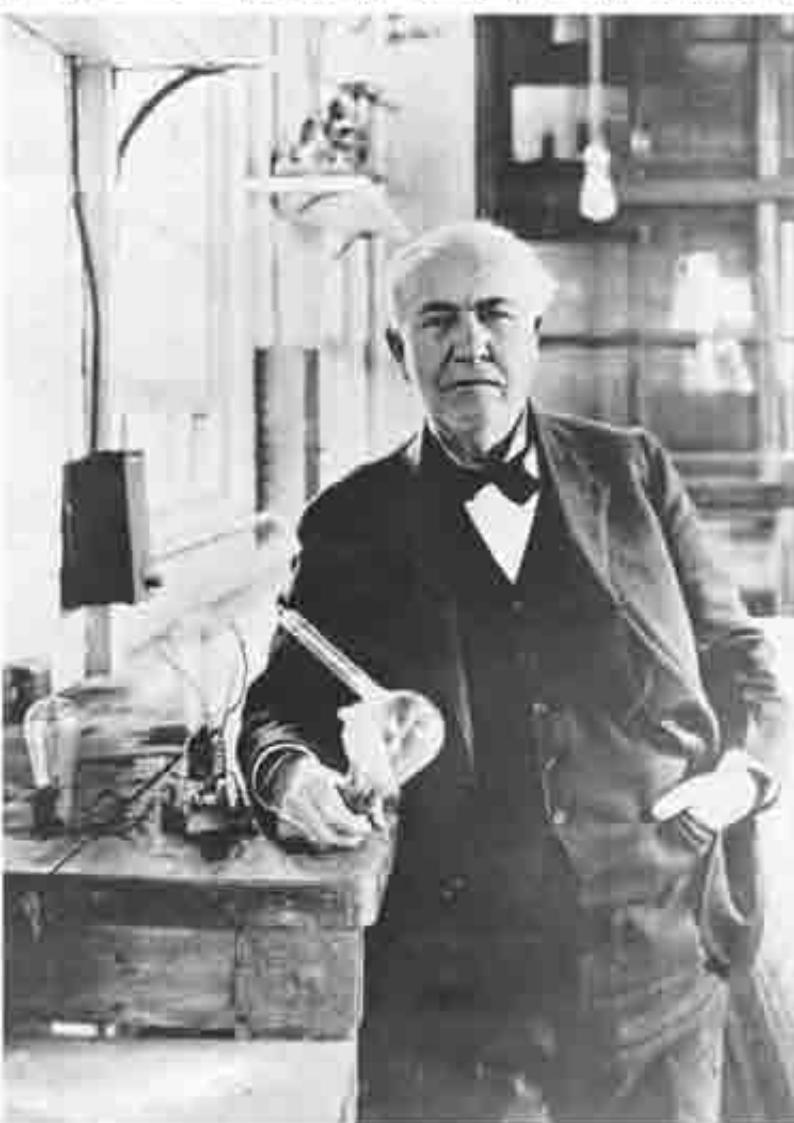
پک صدیلی شده است و سوختن حاصل تمام عمرش را نظره می

کند!!! پسر تسمیم گرفت جلو نزد و پسر را آزار نمود او می داشت که

پدر در بدنورین شرایط عمرش به سر می برد.

نگاهیان پدر پرسیان را برگرداند و پسر را دید و با عنای بلند و سرش از

شادی گفت: پسر تو اینچنانی؟ می بینی جلد زیبات؟! رنگ آمری



پسر خیران و گنج
جواب داد پدر تمام
زندگی ات در آش من
سوزد و تو از زیانی
رنگ شعله های محظت
می کنی؟! چطور
میتوانی؟! من تمام
پندم هی لوزد و تو
حوالود نشی ای؟!
پدر گفت: پسر از
شیت من و تو که
گاری بر می اید
ماموریعن هم که تمام
تلائش را می کند
در این لحظه پیشترین
کار لذت بودن از
منظوره ای است که
دیگر تکرار بخواهد
شند!

خر موره آزمایشگاه و
بازسازی یا بوسازی آن فردا فکر می کنم! الان موقع این کار است
بد شعله های زیانکه گن که دیگر چیزی امکانی را بخواهی داشت!!!
نومسان الیا ادیسون سال بعد مجدداً در آزمایشگاه جدیدش منقول
کار بود و همان سال یعنی از بزرگترین اختراعات سربیت یعنی ضبط
حدا را تقدیم جهانی نمود اری او گرامافون را درست بک سال پس
از آن واقعه اختراع کرد

مشتی از یک خروار
اختراع



دھنی زمانہ علم (۱۸۷۶)

که نهاد و کشیده به گوش ابرار
بر سالند، آنها را به شکل خط و نقطه
بی روی نوار گلفندی حاب می کرد او
حق استزای اختیاع را در مقابل
سلع هنرمندی به صور مبالغه
داد و با بول آن بر نمای سواری
(سیوچرس آمریکا) یک کارگاه

(MAN-1100-M-100)

که ادیسون ساخته له تنهای از نظر
فلاوری مورد استفاده، بلکه از نظر
شکل بیرون تلقیوی ما لامب های
حراری امروز نداشت
سرکت ادیسون به فقط خود لامب
که حسی سریع آن را هم اختراع
گردید و این سریع همانجا به امروز بیشون
معبر شده به همان شکل اولیه باقی

ان سیزین ھمارا ہا یک بوق فرار
سائنس اور
پھر الکٹرونیکی (سال ۱۸۹۰ء) :

جند میل بعد از راه اسلامی اولین
شبکه تولید و توزیع و مصرف برق در
شهر تبریز که سکلانیتی برای شبکه
ايجاد شد، از جمله توسان های برق
گه متوجه سوختن و مسائل برقی
من سه

به جوش در آورند

گستور برق اسال (۱۸۸۱) ادیسون پس از اینچاهه شنکه برق و تولید آبیوه لامپ حرارتی، به فکر راهی برای مستabilی به حداکثر درآمد در این راه بود. از همین رو جیزی را اختراع کرد که تا هسته نظری معرف کندگان دعای سوپرانو شرکت های برق را

به همراه خود داشت آن هد جزیری
بلولا جز کیتر برق اولیه کنده =
قطار پر فی (سال ۱۸۹۱) ا

اعتیاد از محله دانستنیها، با اندکی تصرف

بنگرای حامی (سال ۱۸۵۹)

نهیین اختیار سوق ادیون
تلگراف جانی بود که به حای آن که
علام مورس را به صورت ساده‌تر
کشند و لذت‌دهند به گوش امیانو
بررسد، آنها را به شکل خط و نقطه
از روی نوار گافندی حابه می‌کرد او
حق استزای اختیار را در مقابل
سلع هشتگشی به شعبه صرافی‌خانه
داد و با پول آن بر شهر تیوارک
(بیرونی‌سریک) یک گارگاه

تحقيقی برای خود بروها کرد
ملک نظریه اسلام (۱۹۷۵)

تلگراف اوماتیک اسال ۱۸۷۳
 از نوع بسته و تکمیل شده
 تلگراف می سمه اولین بار در سال
 ۱۸۸۷ در پکن جدا اعنی برای ارتباط
 میان قللزارهای در حال حرکت و با
 ایستگاه استفاده شد و نا سال ها
 موره استفاده بود ادیسون در آنده
 از صحن ستم برای اختصار پک
 شموه برای ارتباط این کشته ها
 روزی اب هم بهره نزد حق امتیاز
 این سیمتر را که در سال ۱۸۸۵ به
 نام ادیسون گست شده بود حفظ سال
 بعد سارکوپنی - مخترع رادبو - برای
 ستم داده بیشتر خود خود

و سنانی این لامب های برقی
(سال ۱۸۷۹) ادیپسون یک سال
 روی لامب برق اختزان والیس
 سعیتم امریکائی کار کرد و با اتحاد
 خلا، فرون لامب + استفاده از پنج
 معمولی کربولیزه شده، سوقی شد
 عصر روزانه لامب را ۱۰۰ - ۱۵۰ ساخت
 بر سر لامب در شب ۲۱ سپتامبر ۱۸۷۹
 بر حضور حسن از وزارت نگاری
 و سرمایه داران جیبورگی که به
 سلوبارک (محوطه کارخانه ادیپسون)
 دعوی شده بودند صدها لامب
 حزاری را روسن کوته ناما لامب را برای
 آلان همچون روز گند ها این نمایش
 سوقی او به راهی سوت سرمایه
 مورد سیار برای تأسیس کلخانه برق
 بر جیبورگ را تائین کرد

کشفیات و اختراعاتی که دنیا را تکان داد

زمان خود پیشرفتمند و سریع‌ترین کامپیوتر در جهان بود که ساخته‌ی کوچکتری از مدل اولیه‌ی آن تورینگ بوده است. با این‌که این هم بر لست مهم‌ترین اختراعات نظر نداشت، جراحتی که اولین نسل از کامپیوترهای است که امروزه هزار اختراع کردند.



موتور موشک ۷۲

موشک ۷۲ که وارثون بارون در سال ۱۹۴۲ آن را ساخته، در واقع اولین موسک «وربره» بود که ملکیتی در تکنولوژی موتو-موسک به وجود آورد. اگرچه این موشک متألفه‌ی در جنگ تلفات بسیاری به بار آورد و بعداً هم راه را برای ساخت موشک‌های بالستیک باز کرد، اما با این‌حال همین اتفاق و آن بارون با ایده‌ی موتو-موسک، اولوو ۱۱ را به نام رساند و موتو-موسک او همچنان مورد استفاده قرار گرفت.



پنی سلین

پنی سلین، اولین آتش‌بیوپتیک کشته در جنای بود که کلسنر فلست در سال ۱۹۲۸ آن را از حلقه‌ی جمع‌آوری شده‌ی فارج (با همان نیک) اشک کرد. اما تقریباً تا اواسط دههٔ ۱۹۴۰ که بر روی پیشان آزمایش نمود بود، کسی نمی‌دانست بینی سلین بهترین داروی برای بیماری‌های عقیلی است. با این‌قدر بین سلین، سلین‌ها سلر و محروم جانشی از هرگ چشمی تعذیت بدهید کردند و از آن موقع به بعد، بین سلین به عنوان اولین و مخصوص‌ترین داروی بیماری‌های باکتریایی و عقیلی تجویز و معرفت شد و پس از آن، آتش‌بیوپتیک‌ها وارد دنیای پزشکی شدند.

رشته‌های عاریچ

اولین بار DNA نوستا امپان، گرینک و والسون در سال ۱۹۵۳ مورد توجه قرار گرفت. آن‌ها حین ازمایش‌های خود روزی زن‌های انسان با پیک ساختار از موادی که مولکول‌های این زن‌ها را تشکیل می‌دهند، روبهارو شدند و با سکافتن آن‌ها، راز نظم حاکم بر سلول‌های بدن را کشف کردند. DNA امروزه موقعیت مهمی در علم، صنعت و حتی مسائل انسانی محض می‌شود و حضور هم مطالعات زیادی در سطح جهان روزی آن انجام می‌شود.

اشععی ایکس

برای اولین بار لیزیکدان المانی، ویلیام روسکن در سال ۱۸۹۵ اشععی ایکس را کشف کرد. که امروزه بستر برای عکس‌برداری از اعضا داخلی بدن استفاده می‌شود. فکر کردن را بکشد که اگر اشعه ایکس کشش شدند و این طور به خدمت شرسته در نشانه نموده بود، باید برای تعیین محل دقیق شکستگی جه می‌گردند؟

موزه‌ی علوم لندن، ۸ کشف و اختراع مهم که دنیا را می‌گیرد
تغییر دادند، نگهداری می‌کند. دانستن این که چه چیزی تا به حال توانسته پیشرفت و تغییری شکرف در علم به وجود آورد، بسیار هیجان‌انگیز است.

موتور بخار

بومان بیوکن در سال ۱۷۱۲ این موتو-اختراع گرد فرانس ناسون آن را در ۱۷۵۱ در فرانسه شاهر لکسلان ساخته است. این مدیس تری و سالم‌ترین مدل از اختراع بیوکن است. در واقع این موتو-سکل بخار ایروزی این دوچکاره حل کرده است و اگر ساخته نیست، می‌شوند. بخار ایروزی برای ما سنتکلات سیار ریخته‌ی به وجود می‌آورد. اگرچه نیز بیوکن کاملاً این اختراع را به داخل بخار ایروزی سبب کرده، اما اسناده از سوخت‌های سلیلی تا قبل از این اختراع آفای بیوکن نزدیکاً غیرممکن بود. این اسناده از سوخت‌های فلزی تا قبل از این اختراع امای بیوکن نزدیکاً غیرممکن بود.

تلگراف

تلگراف به عنوان اولین و سلیلی از تطبیقات ایکس‌لاین و سلیلی کترونیک در سال ۱۸۴۷ توسط جانی واتسون و ویلیام کمک ساخته شد که از مهدومند اختراعات پیش از زمانی از تطبیقات است. نسله‌ی نسله‌ی تلگراف این‌ها به عنوان اولین و کلریوکلرین و سلیلی از تطبیقات توزیره کترونیکی ساخته شد و این‌ها ترکیبی از تلگراف این اختراع الهم معرفه شد.



فورد مدل T

فورد اولین کسبه‌ی بود که اتومبیل مدل T را به تولید این‌به رساند و این خدمت فورد به جامعه بشری بود. خط تولید فورد، به عنوان اولین سلسه تولید این‌به در دنیه انتشاری در صنعت و اقتصاد ایجاد کرد. که امروزه همی‌نمایند آن هستند و باید این خط تولید را بهترین اتفاق در قرون گذشته دانست.



کامپیوتر

بکی از نخست کامپیوترهای جهان، ایده‌ی آفای جان ولمر - اسلی بعنی موتو-محاسبه ای‌توماتیک است که وی در سال ۱۹۳۶ داده بود. این موتو-برانی اولین بار و موقعیت این در دهه سه می ۱۹۵۰ بر روی کامپیوتری که آن تورینگ عملیات ساخته آن را انجام داد آزمایش شد. این کامپیوتر در

آیا هی دانید چه کسی اعداد اعشاری را اختراع کرد؟

تا پیش از اختراع عده‌های اعشاری، هر واحد را به نسبت قسم برابر تقسیم می‌کردند و در حوزه‌ی لزوم، خوبکار آن را نیز به نسبت قسم کوچکتر تقسیم می‌کردند و همین طور، ادame می‌دانند مثلاً تقسیم هر سانتی‌متر به نسبت دوچند و هر دوچند به نسبت تلایه، اعجام محاسبات را این عددها کار پیمار مشکلی بود، اما حدود شصت سال پیش، یک دانشمند این مشکل را برای همینه حل کرده و هر واحد را به جای تقسیم به نسبت به دو تقسیم کرد، این ریاضی دان اولین بار از عدد اعشاری اختراعی خود، برای نوشتمن عدد بین استفاده کرد، او عدد بین را به کمک $85,360,368$ علمی منتظم تا ۱۰ رقم اختصار محاسبه کرد، مخرج عده‌های اعشاری کسی نبود جز ریاضیان و ستاره‌شناسان برخاسته ایرانی «علمک الدین جعفری کاشانی» او در سی نوشتنی به «کاشانی» معروف بوده است تا دوست سال پیش، اعداد اعشاری را به صورت های مختلفی می‌نوشتند در حال بیرونی‌گویان گویا گونه برای نوشتمن عده‌های اعشاری، از روش‌هایی مبتوعی استفاده می‌کنند

آیا اجسام افلاطونی را می‌شناسید؟

خر بولان قدیم، گروهی از مردم، بیست و فنار را صرف مطالعه اعداد و شکلها می‌گردند و موهومات افلاطون نا ریالی «نورایی» مورد بررسی و تجزیه و تحلیل فزار می‌گرفته‌اند.



خد می‌ساختند آنها معتقد بودند که انسان هشتی از ۴ عنصر آتش، خاک، آب و ابر تشکیل شده است در این عکس، چهار وجهی = شش وجهی، هشت وجهی و بیست و چهار وجهی هر کدام شانه‌ی یکی از عنصرها بودند، دوازده وجهی هم به طوری تلاشناخته با کل حقیقت از تبادله داشت، فناخورس، اولن کسی بود که رؤی این حجم‌ها کار کرد و چون این نظرها در کتاب افلاطون آمده است به نام «اجسام افلاطونی» مشهور شده

آیا می‌دانید چند ضلعی منتظم

چیست؟

و همه‌ی راوه‌های آن با هم برای باشند مانند مثلاً متاوی‌الاصلاح، مربی، پنج علمی منتظم

چند وجهی منتظم، شکلی است که از تعدادی چند ضلعی منتظم ساخته شده باشد، مانند هرم، مکعب و ... تعداد چند ضلعی‌های منتظم بی شمار است، ولی در مورد چند وجهی‌های منتظم این طور است تعداد این شکل‌ها برای این تعداد اگرچنان یک دست است به این چند وجهی‌ها «شکل کیهانی» هم گفته می‌شود و این حجم‌ها غیرارتند از ۳ وجهی، ۶ وجهی، ۸ وجهی، ۱۲ وجهی و ۲۰ وجهی.

منبع: دانستنی‌های ریاضی



چند وجهی منتظم چطور؟ آیا می‌دانید تعداد چند ضلعی‌های منتظم چند است؟ تعداد چند وجهی‌های منتظم چه طور؟ چند ضلعی منتظم چند ضلعی‌ای است که همه‌ی اضلاع آن با هم

خود را با امواج آرام کنید

و تبروی مثبت اولیه‌ی او را محض رعی نگند و دیگر انسان اثراً از تبروی مثبت اولیه، سوچت نکامل و آرامش نمی‌نمایند.
دو روش برای مقابله با «ماند» غیر مستقیم:

از در عشق و دل وارد شدن:

معنی شر عقلی متنی، مثبت پاسخ شده، مثبت با خود بیگوبید ما در مقابل فلان کس با فلان موضوع واکشن مفهی نداده و تحمل گردد
ایم لاماده این معنی دیده ایم این جهت اسلی است؟ نایه گفت، شما در مقابل کسی معنی واکشن مثبت داده اید، اما با احساسات و عواطف منفی یعنی اذای مثبت را خواهید داد و این خلاف این اصل است، بنی
فیل از دادن امواج و عمل مثبت احساسات و عواطف را باید مبتداً ترد و سی اعمل مثبت را تجاهداد.

ردگردان:

«ماند» را با زیرگی و هراس ردگردد و اثرات منفی آن را دریافت نکنم و این را از خود دور کنم؛ مثل حرفتی خوف‌آورین با توجه‌گردن سکوت‌گردن سر راه هم فرارانکردن، ایجاد حساب نکردن (متلا سکار نکش یک حرف خواسته باشی سکبار گفت از کافی است اثمار انسان عاده که اکن به این خاصیت و اثراً این فقر گفته نمی‌شد سکارنکش، سکار را نزک‌تر کرد و یعنی از این گفته شده است، لجه‌گرده و همه سکار می‌گشت لاحلاً که مستکل ره بیداگرده باشد) خلف مازای این این است ۱- تقویت قدری اکافی و شناسایی مالد و اینکه امواج مالد تاریخی دریافت نکنم ۲- خود بر امواج مالد اراد نکنیم این از مدلی به تعطیله و باکسرگی روح خواهیم رسید ماهنامه تدبیر و زندگی - شماره ۲۰۰ - اسد بارک بیان کارشناس بالنس هیئت‌ابن از کالج‌ها

امواج مثبت:

انسان نفسی مثبت بوده و غایب امواج و ابرای امواج و ابرای مثبت می‌باشد، به طور مثال بجهه باک و معموم و کامل مثبت است و دلایل هواهای هالهای باک و جذاب می‌باشد اگر از «هواهی بجهه عکس بگیر» بمنی بسته که باک و مثبت است برای همین جذاب است بجهه هر چقدر که رشت باند باز هم حذایت خاکرده و این به خاطر اورای باک اوت سی قدرت تمام انسان‌ها باک و مثبت است خداوند در فرمان می‌فرماید: «من از روح خود در انسان عیتم»

امواج ماند یا منفی:

سیچ روحی و روانی مغلق، «ماند» نام دارد که این نام از مکتب راه هندو گرفته شده است و از مجلدات دریافت می‌شود مانند تعبیر روح و روان است و روح و روان را از این دهد به جو دسته‌ی مثبت و غیر مثبت به لقمه می‌شود.

ماند مستقیم:

هر چیزی که در کشت این‌ها (احلالی و اجتماعی انسان) را است به این آنکه داده‌اند، مثل دروغ گفتن، غست‌گردن، خردی‌گردن، سوخته و تجاوز‌گردن به حقوق دیگران و غیره.

ماند غیر مستقیم:

هر چیزی که با اسلی برخورد نکند و روح و دل اسلی و از طبق سمعی مورد تجویب نماید نظریه‌هست مال سحر، گرفن، دست‌لداخن دیگران، حتی دین را نهاده، قلعه‌گردن درخت و غیره هر یک از این امواج مغلق می‌شوند ایهی رسوبی شکل روی هواهی بجهه را می‌پوشاند و هر طمعه لایه رسوبی باعث می‌شود که انسان فراسایی بشنوی از خداوند بگیرد، لایه‌ها را به می‌شود و شایست

قله آرامش

۲۰ پله تا

مفرد حوسنیت

- ۱- جلوی گزینه خود را نگیرید و گاه گاهی گزینه
گسترش دهید.

۲- دست کم روزی ۱۵ دقیقه را در سکون بگذرانید
و به بیانهای والغی خود و بیان چیزهایی که تاریخ
ذوق گردید سکوت عذرخواهی ای ایشان است، بازدید می
توان آن را بعدازجود گردید، مایه رمانتیکه فرا رسیده
را بیندیرید؛ اگر برایشان امکان غارت نداشته باشد
بکسر ساختهای انتقامی بروید و در رابطه روی خود
سندید.

۳- افراد ایام به خود می گویند که طریق تعیین
گذشتہ کلری انسی تولیت گردید آنگاه از فکم ادامه
زندهگی لذت می گیرند.

۴- وقتی احساس می کنید که سویلی پورا فکرهای
جور و اجراء ای و حای خالی در آن نیست بالآخر
زدن، آنها را هاک کنید.

۵- اگر نتوانید کس را بختیه، افکار حتمتی
تاز شما را بروانی همیشه با این افراد مرتبط جواد
کرد شاه کوکن دنگران، باعث ایام است می شود.

۶- ایشان را با گوید کان بیاموزید، بینید که چگونه
در قابل لحظه ای که هسته زندگی می گذارد
لذت می بودند.

۷- از همان که هسته راضی باشد، غراین صورت
اسلس ایشان بشتری می کنند.

۸- هرچه اگر ان بیشتری به شما بررسد، ایام تر
حواجه شد، حوب است در محل کار و زندگی خود
گذاشتی نگاه دارید.

۹- مهم است که با استاین مددمانه بروخورد گذند
باشد، برخورز مؤمنانه عی شناخت باعث ایجاد ایامی و
احساس خوبی در خود شناسخواهند شد.

۱۰- سرفت حرکت شما با احسان ننان راهنمایی
نمایم چنانکه ایام راه بروید و حیات مدن خود
را ایام بر کنید، طولی می گذارد که ایام خواهید
شد، گاهی می بوانید برای ریسمان به ایامش، دراز
بگشید، حضلات خود را تل کنید و به معجزه چیز

قیمت معجزه

سما را به خدا، او خلی می‌پیش است.
بابایم بول ندارد تا معجزه بخشد این هم
تمام بول من است، من کجا من نوایم
معجزه پخوم؟

مردی که گوشه ای ایستاده بود و
لسان تسر و ترسنی داشت، از دختر که
پرسید: «قدر بول داری؟»
دختر که بول ها را کف دست ریخت
و به مرد نشان داد، مرد اینچندی زد و
گفت: «آ، چه جالبه، فکر من کنم این
بول بولای خوبید معجزه براورت کافی
باشد!»

بعد به ارمی دست او را گرفت و گفت:
من می خواهم براورت والدین را بینم.
فکر من کنم معجزه براورت بیش من
باشد آن مرد، دکتر اورسترانگ فوق
شخص مغز و اعصاب در شیکاگو بود.
فردای آن روز عمل جراحی روی مغز
پسرک با موظفیت انجام شد و او از
هرگز مجاز نباشد.

پس از جراحی، پسر نزد دکتر رفت و
گفت: «از سما استکرم، بجات پسرم پک
معجزه و المثلی بود، من می خواهم بدانم
بجات دهد، من هم می خواهم معجزه
پخوم، قیمتی چقدر است؟»

داروساز گفت: «متناسب دخترجان، ولی ما
اینچنان معجزه نمی فروشیم
چشممان دخترک بر از اشک شد و گفت:



وقتی سارا دخترک هشت ساله ای بود، شنید که پدر و مادرش درباره
برادر کوچکترش صحبت می کردند
قهقهه براورت سخت بیمار است و
آنها بولی برای مداوای او ندارند بدر
نه تلاشی کیا کش را از دست داده بود
و نمی توانست هزمه جراحی بورخیز
برادر را ببردازد سارا شدید که پدر
آفسنده به عذر گفت، فقط معجزه من
تواند بیشتران را لجأت دهد
سارا با ناراحتی به اتفاق خواست رفت و
از دختر تحقیق که هارا روی بخت
روی را شدید کرد، فقط ۵ دلار.
بعد آفسنده از در غشی خاله خارج
شد و چند کوچه بالاتر به داروغاهه
رفت جلوی بیخوان اتکلار گشید
تا داروغاه به او بوجه گشید ولى
داروغاه سریع شوغ نرا آن بود که
عنجه پچه ای هشت ساله شود دختری
پاهابیش را بد عزم می زد و سرفه می کرد
ولی داروغاه توچیش می کرد، بالاخره
جوصله سارا سر رفت و سکه هارا محکم
روی شنیده بیخوان ریخته
داروغاه جا خورد، رو به دخترک گرد و
گفت: «جه می خواهی؟»
دخترک جواب داد: «براورت خیلی سریع
است، می خواهم معجزه پخوم»

یک لیوان شیر

دکتر هوارد کلی، بولای بروزی وضعیت سمار و ازانه متأواره
فرآخونده شد هنگامی که متوجه شد سلیمان از جه شهربی به
آنها آمد و برق عجی در جشنالی داشت. ملاقاته شد
و به سرعت به طرف اطاقی سارا حرکت کرد لیسان پزشکی اش
را امتنان کرد و برای دین سریع وارد اطاق شد در اولین نگاه
اورا شناخت
پس از اطاق متأواره بار اشتبه با هر چه روز بر برای نجات جان
پیمارش الدام کرد از آن بور به بدد زن را مورد توجهات خاصی
خود قرار داد و سر انجام پس از بکارگیران طولانی عله بیماری،
پیروزی از آن دکتر کلی گردید
آخرین روز بستری شدن زن در بیمارستان بود، به درخواست
دکتر، هزینه درمان زن برای مالیه تزد اور بوده شد گوش
صور لحساب جمزی نوشته امرا درون یاکنی گذاشت و برای زن
ارسال نمود
زن آر باز کوئن یاکت و دیدن نیفع سورجات و لاهمه داشت.
علمدم بود که باند پنهان از این اتفاقه، ناشد سر انجام تصمیم
گرفت و یاکت را باز کرده بچشم توجه ای احکام کرد چند گفته
ای روزی پیش بنشسته شده بود انتهای از احکام
نهایی این سورجات و لاهمه ایک بول سر برداشت شده است

روزگاری پسرک ققری (ندگی) می کرد که برای گذران زندگی
و تأسیس مخارج تحصیلی دستفروشی می کرد از این خاله به
آن خاله می رفت تا شاند سواند بولی بدلست اورد روزی متوجه
شد که تنها یک سکه ۱۰ سنتی برایش بالایانده است و این
در حالی بود که شدبند احسان گرسنگی می کرد تصمیم از کفت
از خاله ای مختاری غذا غذا کند پلور اتفاقی درب خاله ای را
زد دختر جوان و دیمایی در راه لازم گرد پسرک با دیدن جهره ای
زیبای دختر مستیجه شد و به جای اینها، فقط یک لیوان آب
در خواست گردید
دختر که صوفه گرسنگی شدید پسرک شده بود به جای اب
برایش یک لیوان بزرگ شیر اورد، سر با طبلای و اهستگی
شیر را سر کشید و گفت: «چقدر باید به شما بپردازم؟» دختر
پاسخ داد: « جمزی باید بپردازی، قادر به ما آموخته که نیکی
نایاب از این ندارد.» پسرک گفت: «پس من از حسنه فلت از شما
سپاسگزاری می کنم»
سالها بعد دختر جوان به شدت بیمار شد بیشکان محلی از درمان
بیماری او اظهار عجز ننمودند و او را برای ادامه معالجه به شهر
فیستاندند تا متخحسن در بیمارستانی سعیز، برای درمان از
افدام گشت

شیخ



اعجاز ۵۷ سنت

روزی یک دختر کوچولو کنار یک گلیمای کوچک محلی ایستاده بود، دخترک قیلاً یک بار آن گلسا را تک کرده بود چون به شدت شلوغ بود همانطور که از جلوی گلسا کشید، ناگیره و حق حق گفت «من نمیتوانم به کالون شادی منم» گلسا ناتواند گردید به لباس های پاره پوره، کفنه و کنیف او غرقیدنها نواست علت را حذف بزند و دست دختر را گرفت و به داخل بزد و جای پرای نیمس از در کلابس کالون شادی سما کرد.

دخترک از اینکه برای او حایی نداشته بود بی اشاره خوشحال بود و شب موقع خواب به بجه هایی که جای برای پرسنی بودند خداوند عسی نداشتند فکر می کردند چند ساعت بعد آن دختر کوچولو در حمام ابرلیمان فخرانه احجاره ای که داشتند فوت کردند والدین او با عصان گشتن خوش قلب و مهربانی که با دخترشان دوست نداشته بود عالم گرفتند تا کارهای نیمهای و کفن و نطف دخترک را بجام دهد در حیلی که داشتند بدن کوچکش را جای به جایی گرداند. یک گیف بول قبر مر جزو کیله و رنگ و رو رفتند یعنی یک دختر که به نظر می دیدند دخترک از اشغال های دور بچشم نداشته بودند یعنی داشتند کف ۷۵ سنت بول (کسر از یک دلار) و یک گلشید وجود داشت که روی آن با یک حظ بد و بچگانه بتوئه شده بود: «بن بول برای گمک به گلیسای کوچک مان است برای اینکه کسی بوزگه تو شود تا بجه های بست تری بتواند به کالون شادی بپایند» این بول تمام مبلغی بود که آن دختر تو ایستاده بود در طول دو سال به عنوان هدیه ای بر از محبت برای گلسا جمع گند و قنی که کشتن با چشم های بر از اشک توشنده را خواهد، قدمید که باید جه کنید، بین نامه و گیف بول را بردانت و به سرعت مست گلسا رقت و بست دختر را تعریف کرد، او احسان های مردم گلسا را برانگیخت تا مشغول شود و بول کافی فراهم کند

فانوسی که پروفسور وین دایر هو افزود

- به آینده تعیین ندسته جون به زودی فرا خواهد رسید
- بدستخنی می توان در بین مفکرها متوجه چهان کسی را نافت که دارای یک نوع احساس مذهبی مخصوص به خود باشند، این «ذهب» با مذهب یک شخص عادی فرق ندارد
- خدا، شر با خط نمی کند
- خداوند را که است اما بدخواه است
- نگران مسلکاتی که در ریاضی دارد نباشد، به شما اطیان می دهم که مسلکات من در این رسمه علمی‌تر است
- هم‌زمان با گسترش دایره‌ی دانش علوم تاریکی‌ای که این قابره را شامل می کند نیز گستره‌ی می شود
- یک فرد باهوش، ملکه را حل می کند اما یک فرد خردمند از رو دررو شدن با آن دوری می کند.
- در دنیا که دیوارها و دروازه‌ها وجود ندارند چه احتجاجی به بصره و پرده است؟
- از وقتی که ریاضی‌دانان از سرو گول «ظریه سبیت» بالارفتند دیگر خودم هم از آن سر بر نمی آورم
- دوچیزی می بینم هست: اول «مسئله شی» دوم «دانلی بسر»، در مورد اول زیاد مطلع‌نمی شتم.
- من بینی دام انسان‌ها با چه اسلحه‌ای در جنگ چهانی سوم با یکدیگر خواهند چنگید، اما در جنگ، چهانی چهارم، سلاح آنها سنگ و جوب و چماق خواهد بود.
- اگر اسان‌ها در طول عمر حویش قعالت مفرشان به اندازه یک سیلویوم معدنه‌شان بود، اکنون کمه زمین تعوقت دنگری داشت
- نازمایی که حتی یک گودک ناخرسند روی زمین وجود ندارد، هیچ گشته و پیشرفت جدی برای بشر وجود نداشت
- تحصیل مهمتر از دانش است علم محدود است اما تحصل دنیا از دیر می گیرد
- سعی نکن اسان بوفقی باشی، بلکه سعی کن اسان ارزشندی باشی
- سه قدرت بر جوان حکومت می کند: استر-۲-حرص
- علم ریالت و قی هزینه‌ی گذرا زندگی از آن لام سود
- مسلمان که به دلیل سطح فلکی تفکر ما بوجود می آید
- نیز باید با همان سطح تفکر حل گردد
- میهم این است که هر گز از بیرون بار ناییم
- هیچ کاری برای انسان سختگیر از فکر کردن است
- دین بدون علم کو است و علم بدون دین لک است
- در دنیا خط مستقیم وجود ندارد و تمام خطوط بدون استا منحنی و دایره وار است و اگر این خط کوچکی که در نظرنا مسقیم جلوه می کند در فضای امتداد پاید خواهیم دید که منحنی است

فانوسی که انسان‌شی

هو افزود

- در بهایت امر، جبری به نام بخایش معاندارد، زیرا ما نه حق خلاصت داریم و نه ملامت دیگران را.
- افکار متبر، اسرا را گلایان همراهی می کند
- ما فقط آن جزوی را می توانیم به دیگران بخیم که در عروض خود داریم
- هر یار که در مقابل نقرت محبت می کند، نظر را خشی می کند
- گذشت حامل عشق به خوبیست است.
- اگر به اندازه کافی وسعت نظر داشته باشید، به راحش خواهد دید که پیش‌بینی مجموعه‌ای واحد است
- آن چه می بینی حامل پاور بوت، پاور کیمی تا بینید
- تمام رفتارهای شما حامل افکاری است که قبل از این رفتارها داشته اید.
- در واقع تکنیک‌سنجیار و محوردن شکلات راحت تر از اجسام دادن این کارها است. این ذهن شناس است که خلاف آن را به شما من قبول نداند
- هر آنچه را باید داشته باشید در اختیار شما فراز خواهد گرفت تکه جایب این جاست که وقتی آن چیز را به حال خود رها کنید، به مرور مقدار بسیاری از آن نصب شما می شود
- شما موجودی مادی بیست که معنویات را تجربه می کنید شما موجودی الهی هستید که زندگی مادی را تجربه می کنید
- اسلام بعض های موره نیاز شما هم اکنون وجود ندارد، فقط باید حرکت کنید و آن هزارا بیست از بیست
- مسلمان صلح حرکت روح الهی شناس است: سلطی شماری و نسلوت در باره‌ی دیگران و سی عدالتی
- همه جیبور در خلقت حاری است و حرکت دارد، شما را جنگ زدن به این نیز تواید صلح حرکت آن شود.
- دیگران را رها کنید، تا آب را احسان کنید
- سلم سلام خلف از طریق عشق، همدلی و همراهی
- چون هم امده است، اگر افکار خود را در جهت این اصول به کار انداریزد، هیچ جبری نمی تواند صلح حرکت شما شود
- شاید تعجب کنید اگر یقینید که جیزی تحت عنوان روزانی و اشتفاگی اصحاب وجود ندارد، اصحاب خود به جوهر آشته می شود این عزم هستید که می خواهند احصار، اشته داشته باشند
- افکار شما، وقتی خوب بپورش باشند و ذاتی شوند تبدیل «والمیت می شوند افکار انسان فوق العاده نیرومند هستند

فازویی که حکم عالم را می‌افروزد

چهار نایرگشتنی

- ۱ چهار چیز است که نمی‌توان
آن را ایجاد نمود.
- ۲ سگ - پس از رها کردن!
- ۳ موقتیست - پس از پایان یافتن!
- ۴ و زمان - پس از گذشت!

ای بسراه را خداوند بی نهایت است و لامکان و بی زمان، اما به قدر فهم تو کوچک می شود، و به قدر تازه تو فروزد می آید، و به قدر آرزوی تو گستردگی شود، و به قدر ایمان تو گلزارگی می شود، و به قدر نفع ببر زنان دوزنده باریک می شود، و به قدر دل ایسیدولاران گرم می شود.

پسند می شود پیشمان را و مادر، برادر می شود محتاجان برادری را همسر می شود، اس همسر عالدگان را، عطل می شود عقیمان را، اسد می شود نامیدان را، راه می شود گم گشتنان را، نور می شود در غلوبکی ماندگان را، شمشیر می شود رزمدمگان را، صاحب می شود پیران را، عشق می شود محتاجان به عشق را.

خداآوند همه چیز می شود همه کس را به متراده اعتقاد به شوط یا کی دل، به شرط طهارت روح، به شرط پرهیز از معامله با اینسان بشویند قلب هایتان را از هر احساس غاروا و مغزهایتان را از هر اندیشه خلاف، و زبان هایتان را از هر گفتار یا اکتفا و دست هایتان را از هر الوهگی برای لاشخور، خوبی، جلدی - ملائی -



"فرم نظر سنجی نشریه همارا"

تاریخ

خوانندگان گرامی :

دست این کاران این نشریه، با عنق، هلاکه و ایمان هماره خود را ارتقا، کمی و کمی نشریه را همارا بوده و هستند. پسین منتظر بدرای بیشادها، شفاهات و بازخورد های شما عزیزان هستم. بدین است بیشادها و شفاهاتی سازنده و ارزش داری شما موجب ارتقاء کمی نشریه و بازخوردهای متبت شما عزیزان، بوجت دلگرسی و لذتمندی ما خواهد بود.

ستایش از بدل توجه و تخفی که در تکمیل پرستی شما به خروج من دهد، سپاس گذاشته

در صورت امکان توسعه دهد	بررسی	?
	۱	۲
	۳	۴
	۵	۶
	۷	۸
	۹	۱۰
	۱۱	۱۲
	۱۳	۱۴
	۱۵	۱۶
	۱۷	۱۸
	۱۹	۲۰
	۲۱	۲۲
	۲۳	۲۴
	۲۵	۲۶
	۲۷	۲۸
	۲۹	۳۰
	۳۱	۳۲
	۳۳	۳۴
	۳۵	۳۶
	۳۷	۳۸
	۳۹	۴۰
	۴۱	۴۲
	۴۳	۴۴
	۴۵	۴۶
	۴۷	۴۸
	۴۹	۵۰
	۵۱	۵۲
	۵۳	۵۴
	۵۵	۵۶
	۵۷	۵۸
	۵۹	۶۰
	۶۱	۶۲
	۶۳	۶۴
	۶۵	۶۶
	۶۷	۶۸
	۶۹	۷۰
	۷۱	۷۲
	۷۳	۷۴
	۷۵	۷۶
	۷۷	۷۸
	۷۹	۸۰
	۸۱	۸۲
	۸۳	۸۴
	۸۵	۸۶
	۸۷	۸۸
	۸۹	۹۰
	۹۱	۹۲
	۹۳	۹۴
	۹۵	۹۶
	۹۷	۹۸
	۹۹	۱۰۰
	۱۰۱	۱۰۲
	۱۰۳	۱۰۴
	۱۰۵	۱۰۶
	۱۰۷	۱۰۸
	۱۰۹	۱۱۰
	۱۱۱	۱۱۲
	۱۱۳	۱۱۴
	۱۱۵	۱۱۶
	۱۱۷	۱۱۸
	۱۱۹	۱۲۰
	۱۲۱	۱۲۲
	۱۲۳	۱۲۴
	۱۲۵	۱۲۶
	۱۲۷	۱۲۸
	۱۲۹	۱۳۰
	۱۳۱	۱۳۲
	۱۳۳	۱۳۴
	۱۳۵	۱۳۶
	۱۳۷	۱۳۸
	۱۳۹	۱۴۰
	۱۴۱	۱۴۲
	۱۴۳	۱۴۴
	۱۴۵	۱۴۶
	۱۴۷	۱۴۸
	۱۴۹	۱۵۰
	۱۵۱	۱۵۲
	۱۵۳	۱۵۴
	۱۵۵	۱۵۶
	۱۵۷	۱۵۸
	۱۵۹	۱۶۰
	۱۶۱	۱۶۲
	۱۶۳	۱۶۴
	۱۶۵	۱۶۶
	۱۶۷	۱۶۸
	۱۶۹	۱۷۰
	۱۷۱	۱۷۲
	۱۷۳	۱۷۴
	۱۷۵	۱۷۶
	۱۷۷	۱۷۸
	۱۷۹	۱۸۰
	۱۸۱	۱۸۲
	۱۸۳	۱۸۴
	۱۸۵	۱۸۶
	۱۸۷	۱۸۸
	۱۸۹	۱۹۰
	۱۹۱	۱۹۲
	۱۹۳	۱۹۴
	۱۹۵	۱۹۶
	۱۹۷	۱۹۸
	۱۹۹	۲۰۰
	۲۰۱	۲۰۲
	۲۰۳	۲۰۴
	۲۰۵	۲۰۶
	۲۰۷	۲۰۸
	۲۰۹	۲۱۰
	۲۱۱	۲۱۲
	۲۱۳	۲۱۴
	۲۱۵	۲۱۶
	۲۱۷	۲۱۸
	۲۱۹	۲۲۰
	۲۲۱	۲۲۲
	۲۲۳	۲۲۴
	۲۲۵	۲۲۶
	۲۲۷	۲۲۸
	۲۲۹	۲۳۰
	۲۳۱	۲۳۲
	۲۳۳	۲۳۴
	۲۳۵	۲۳۶
	۲۳۷	۲۳۸
	۲۳۹	۲۴۰
	۲۴۱	۲۴۲
	۲۴۳	۲۴۴
	۲۴۵	۲۴۶
	۲۴۷	۲۴۸
	۲۴۹	۲۵۰
	۲۵۱	۲۵۲
	۲۵۳	۲۵۴
	۲۵۵	۲۵۶
	۲۵۷	۲۵۸
	۲۵۹	۲۶۰
	۲۶۱	۲۶۲
	۲۶۳	۲۶۴
	۲۶۵	۲۶۶
	۲۶۷	۲۶۸
	۲۶۹	۲۷۰
	۲۷۱	۲۷۲
	۲۷۳	۲۷۴
	۲۷۵	۲۷۶
	۲۷۷	۲۷۸
	۲۷۹	۲۸۰
	۲۸۱	۲۸۲
	۲۸۳	۲۸۴
	۲۸۵	۲۸۶
	۲۸۷	۲۸۸
	۲۸۹	۲۹۰
	۲۹۱	۲۹۲
	۲۹۳	۲۹۴
	۲۹۵	۲۹۶
	۲۹۷	۲۹۸
	۲۹۹	۳۰۰
	۳۰۱	۳۰۲
	۳۰۳	۳۰۴
	۳۰۵	۳۰۶
	۳۰۷	۳۰۸
	۳۰۹	۳۱۰
	۳۱۱	۳۱۲
	۳۱۳	۳۱۴
	۳۱۵	۳۱۶
	۳۱۷	۳۱۸
	۳۱۹	۳۲۰
	۳۲۱	۳۲۲
	۳۲۳	۳۲۴
	۳۲۵	۳۲۶
	۳۲۷	۳۲۸
	۳۲۹	۳۳۰
	۳۳۱	۳۳۲
	۳۳۳	۳۳۴
	۳۳۵	۳۳۶
	۳۳۷	۳۳۸
	۳۳۹	۳۴۰
	۳۴۱	۳۴۲
	۳۴۳	۳۴۴
	۳۴۵	۳۴۶
	۳۴۷	۳۴۸
	۳۴۹	۳۵۰
	۳۵۱	۳۵۲
	۳۵۳	۳۵۴
	۳۵۵	۳۵۶
	۳۵۷	۳۵۸
	۳۵۹	۳۶۰
	۳۶۱	۳۶۲
	۳۶۳	۳۶۴
	۳۶۵	۳۶۶
	۳۶۷	۳۶۸
	۳۶۹	۳۷۰
	۳۷۱	۳۷۲
	۳۷۳	۳۷۴
	۳۷۵	۳۷۶
	۳۷۷	۳۷۸
	۳۷۹	۳۸۰
	۳۸۱	۳۸۲
	۳۸۳	۳۸۴
	۳۸۵	۳۸۶
	۳۸۷	۳۸۸
	۳۸۹	۳۹۰
	۳۹۱	۳۹۲
	۳۹۳	۳۹۴
	۳۹۵	۳۹۶
	۳۹۷	۳۹۸
	۳۹۹	۴۰۰
	۴۰۱	۴۰۲
	۴۰۳	۴۰۴
	۴۰۵	۴۰۶
	۴۰۷	۴۰۸
	۴۰۹	۴۱۰
	۴۱۱	۴۱۲
	۴۱۳	۴۱۴
	۴۱۵	۴۱۶
	۴۱۷	۴۱۸
	۴۱۹	۴۲۰
	۴۲۱	۴۲۲
	۴۲۳	۴۲۴
	۴۲۵	۴۲۶
	۴۲۷	۴۲۸
	۴۲۹	۴۳۰
	۴۳۱	۴۳۲
	۴۳۳	۴۳۴
	۴۳۵	۴۳۶
	۴۳۷	۴۳۸
	۴۳۹	۴۴۰
	۴۴۱	۴۴۲
	۴۴۳	۴۴۴
	۴۴۵	۴۴۶
	۴۴۷	۴۴۸
	۴۴۹	۴۵۰
	۴۵۱	۴۵۲
	۴۵۳	۴۵۴
	۴۵۵	۴۵۶
	۴۵۷	۴۵۸
	۴۵۹	۴۶۰
	۴۶۱	۴۶۲
	۴۶۳	۴۶۴
	۴۶۵	۴۶۶
	۴۶۷	۴۶۸
	۴۶۹	۴۷۰
	۴۷۱	۴۷۲
	۴۷۳	۴۷۴
	۴۷۵	۴۷۶
	۴۷۷	۴۷۸
	۴۷۹	۴۸۰
	۴۸۱	۴۸۲
	۴۸۳	۴۸۴
	۴۸۵	۴۸۶
	۴۸۷	۴۸۸
	۴۸۹	۴۹۰
	۴۹۱	۴۹۲
	۴۹۳	۴۹۴
	۴۹۵	۴۹۶
	۴۹۷	۴۹۸
	۴۹۹	۵۰۰
	۵۰۱	۵۰۲
	۵۰۳	۵۰۴
	۵۰۵	۵۰۶
	۵۰۷	۵۰۸
	۵۰۹	۵۱۰
	۵۱۱	۵۱۲
	۵۱۳	۵۱۴
	۵۱۵	۵۱۶
	۵۱۷	۵۱۸
	۵۱۹	۵۲۰
	۵۲۱	۵۲۲
	۵۲۳	۵۲۴
	۵۲۵	۵۲۶
	۵۲۷	۵۲۸
	۵۲۹	۵۳۰
	۵۳۱	۵۳۲
	۵۳۳	۵۳۴
	۵۳۵	۵۳۶
	۵۳۷	۵۳۸
	۵۳۹	۵۴۰
	۵۴۱	۵۴۲
	۵۴۳	۵۴۴
	۵۴۵	۵۴۶
	۵۴۷	۵۴۸
	۵۴۹	۵۵۰
	۵۵۱	۵۵۲
	۵۵۳	۵۵۴
	۵۵۵	۵۵۶
	۵۵۷	۵۵۸
	۵۵۹	۵۶۰
	۵۶۱	۵۶۲
	۵۶۳	۵۶۴
	۵۶۵	۵۶۶
	۵۶۷	۵۶۸
	۵۶۹	۵۷۰
	۵۷۱	۵۷۲
	۵۷۳	۵۷۴
	۵۷۵	۵۷۶
	۵۷۷	۵۷۸
	۵۷۹	۵۸۰
	۵۸۱	۵۸۲
	۵۸۳	۵۸۴
	۵۸۵	۵۸۶
	۵۸۷	۵۸۸
	۵۸۹	۵۹۰
	۵۹۱	۵۹۲
	۵۹۳	۵۹۴
	۵۹۵	۵۹۶
	۵۹۷	۵۹۸
	۵۹۹	۶۰۰
	۶۰۱	۶۰۲
	۶۰۳	۶۰۴
	۶۰۵	۶۰۶
	۶۰۷	۶۰۸
	۶۰۹	۶۱۰
	۶۱۱	۶۱۲
	۶۱۳	۶۱۴
	۶۱۵	۶۱۶
	۶۱۷	۶۱۸
	۶۱۹	۶۲۰
	۶۲۱	۶۲۲
	۶۲۳	۶۲۴
	۶۲۵	۶۲۶
	۶۲۷	۶۲۸
	۶۲۹	۶۳۰
	۶۳۱	۶۳۲
	۶۳۳	۶۳۴
	۶۳۵	۶۳۶
	۶۳۷	۶۳۸
	۶۳۹	۶۴۰
	۶۴۱	۶۴۲
	۶۴۳	۶۴۴
	۶۴۵	۶۴۶
	۶۴۷	۶۴۸
	۶۴۹	۶۵۰
	۶۵۱	۶۵۲
	۶۵۳	۶۵۴
	۶۵۵	۶۵۶
	۶۵۷	۶۵۸
	۶۵۹	۶۶۰
	۶۶۱	۶۶۲
	۶۶۳	۶۶۴
	۶۶۵	۶۶۶
	۶۶۷	۶۶۸
	۶۶۹	۶۷۰
	۶۷۱	۶۷۲
	۶۷۳	۶۷۴
	۶۷۵	۶۷۶
	۶۷۷	۶۷۸
	۶۷۹	۶۸۰
	۶۸۱	۶۸۲
	۶۸۳	۶۸۴
	۶۸۵	۶۸۶
	۶۸۷	۶۸۸
	۶۸۹	۶۹۰
	۶۹۱	۶۹۲
	۶۹۳	۶۹۴
	۶۹۵	۶۹۶
	۶۹۷	۶

عکس‌هایی دیدنی از دنیای آنکارپ

تغییرات مورچه سرباز گونه قندول که در میانی لاده کامل
سرالب است با از بود هر گونه پارهیت با هر دشمن

باشد.



مورچه های کارگر نکه برگ های را که جمع کردند آند
به لاده می برند.



مورچه ها از حس تعاف و همکاری برخوردار بوده و در اینجا
گروهی از مورچه ها با بدنه های خود فداکارانه بلي را ساخته
آنند تا سایر اعماقي گروه بتوانند از روی
مالع سر راه عبور آند.



مورچه های ابری دفعه از آنها از هیچ مخصوص هر اندازه هم که
برگ بگشته می شوند در این تصویر یکه مورچه گونه سکریوین دشمن را محاصره کرده و با گارگردان احتماله شدم
که به عصاپ برگزد از آنها است او را من در گفت که آند



می کند.



مورچه ها موجوداتی
با هوش، سختگوش،
جنگجو، با مسوولیت و
قداکار برای گروهشان
هستند.

سراسر زندگی مورچه ها
در تلاش سپری می شود.
شیوه زندگی مورچه ها
از هر گونه ای که باشند
قریباً مشابه است.

همه آنها اعم از مورچه
های سرباز یا کارگر در
خدمت جامعه و بقای
کلی خود هستند.

یک مورچه کارگر گونه موسمی موسمی دانه ای را که
باشه است به لاده می برد



دو مورچه سبز در باغ قطعه قطعه کردن یک مورچه قندول که
گونه ای میاهم محسوب می شود



این مورچه گونه دوربین مکس ایسالووس به سوی مورچه سرخ
گونه چوکنیمیر مکس بارهاتوس با چشم ای به مراد بزرگ آن
جرات گردید زیاد از حد می خورد اینکه می خواست بزرگ شود



مورچه های کارگر از مشارکه داشت از اینها می بردند





بچه های فوب مهرآفرین! مؤسسه مهرآفرین، غیر از نشریه همراز که برای شما منتشر می شود، که نشریه دیگر هم دارد. نام این نشریه، مهرآفرین است. این نشریه برای یاوران شما منتشر می شود. یاوران برای این که بدانند کمک های شان چطور برای شما استفاده می شود این نشریه را می فوایند.

ما در نشریه مهرآفرین می نویسیم که مؤسسه مهرآفرین برای شما چه کارهایی انجام داده است تا یاوران بدانند که کمک های آنها برای پیشرفت شما به کار رفته است. تا پاییز امسال شماره از نشریه مهرآفرین منتشر شده است.



چهارمین نشریه همراز هم که برای شما منتشر می شود اکنون در دستان شماست. امیدواریم این عاشماره برای شما مفید بوده باشد و از آن نهایت استفاده را کرده باشید. از سایر مؤسسه های نیکوکاری هم که همراز را دیده اند، دعوت می کنیم که با تماس با مؤسسه مهرآفرین، این نشریه را برای تمام کودکان و نوجوانان زیرپوشش فود به صورت رایگان تهیه کنند. این یک مرکز فرهنگی است در راه رسشه کن کردن فقر فرهنگی در کشور عزیزان ایران؛ پس هر کدام از شما عزیزان به هر نحوی که دوست دارید در پیشبرد هدف های این دو نشریه ما را باری کنید.

