

صاحب امتیاز: مدیریت فرہنگی

مرکز آموزش نیمہ حضوری و مجازی

مؤسسہ آموزشی و پژوهشی امام خمینی (رہ)

مدیر مسؤل: سید محمد علی مطہری

مسؤل نشر: محمد علی سواعدی

سر دبیر: جواد خبازی علوی

صفحہ آرائی: اسماعیل جدائی

گرافیسٹ: محمد حسین بالندہ

ویراستار: معصومہ شہیدی

روابط عمومی: روح الہ کریم

امور اجرائی: حسین رجبی

دبیر شورای نویسندگان: حسین حجتی

امور مالی: علی رشید پور

پیام رسان ایتا: ۱-ADMINS@





سخن سردییر

جواد خبازی علوی

هر انسانی، صفات و ویژگی‌هایی نیکو دارد که او را از دیگران متمایز می‌سازد؛ اما این صفات خوب را هم باید در جای مناسب خود به کار برد؛ در غیر این صورت نتیجه عکس خواهد داشت. مهربانی و خشوتتی که از متن دین برخاسته، دو صفت نیکوست که اگر در جای خود استفاده نشود، نتیجه آن منفی می‌شود. پس انسان باید با استعانت از خداوند متعال، عمل به دستورات دین مبین اسلام و تلاش خود به گونه‌ای عمل کند که محاسن و صفات نیک را به درستی به کار بندد. به اعتقاد روان‌شناسان، هر فردی یک تیپ شخصیتی دارد که ناشی از صفات اوست و می‌توان با توجه به آن، با وی گفت و گو و معاشرت کرد؛ برای نمونه، افراد برون‌گرا، شخصیتی دارند که اغلب به ارتباط با دیگران و گذراندن وقت در میان دوستان فراوانشان علاقه‌مندند و روابط عمومی بالا دارند؛ اما افراد درون‌گرا دوستان زیادی ندارند و تنهایی را بر ارتباط با دیگران ترجیح می‌دهند.

نکته مهم این است که برخی صفات مثبت و - به‌ویژه متضاد - در انسان جمع نمی‌شود، مگر با تمرین، مهارت و تلاش فراوان. مولا علی علیه‌السلام همان کسی است که درب خیبر را از جا کنده و در جنگ احد، جان‌فشانی‌ها می‌کند؛ اما هنگامی که رهبر مسلمین است، به زنی که همسرش در رکاب مولا در یکی از جنگ‌ها شهید شده، کمک می‌کند و غذا در دهان فرزندانش می‌گذارد؛ درحالی که زن، او را نمی‌شناسد و به حاکم مسلمین توهین می‌کند. این چه منطقی است که رهبر جامعه اسلامی در عین قدرت و شکوه به کمک زن می‌رود و برایش دل‌سوزی می‌کند؟ جمع این صفات چگونه ممکن است؟ یک فرمانده ارشد نظامی باید شجاعتی مثال‌زدنی داشته باشد تا در برابر دشمن، ترسی به خود راه ندهد و برای اسرائیل خط و نشان بکشد؛ حال اگر همان فرمانده در عین شجاعت، خود را بنده‌ای ذلیل در برابر معبودش بداند و فقط به او توکل کند، همانی می‌شود که وقتی بالگردهای آمریکایی به بالگردش نزدیک می‌شوند، حتی سر از برگه بر نمی‌دارد و مشغول یادداشت‌برداری است و هنگامی که سیل خوزستان مردم را آواره می‌کند، مانند همان مردم، در میان گل و لای به خدمت‌رسانی می‌پردازد. چه استدلالی می‌توان آورد که با لباس نظامی در برابر فرمانده خود، نه‌تنها احترام نظامی می‌کند، بلکه دست بر سینه، منتظر فرامین می‌ماند. حالا بیاییم درجه سرلشکری و خادمی مردم را کنار هم بگذاریم. تحلیل کنیم برخورد نظامی‌گونه و پر از کینه‌اش را با دشمن و اشک و ناله‌اش را در کنار مردم و آرزوی شهادت در کنار شهدای هشت سال دفاع مقدس. این‌ها همه نتیجه خودسازی و خدامحوری است ...

یاد و خاطره شهید مکتب اسلام، حاج قاسم سلیمانی را گرامی می‌داریم با ادامه دادن راهش ...

۱۰۰





سردار دل‌ها

سیده کبری فخر حسینی



چطور می‌توان عاشق مردی نبود که پزشک نیست، اما نجات
بخشی او بسیار است؟!

چطور می‌توان عاشق مردی نبود که سفره‌اش هم‌رنگ سفره
من است؟!

چطور می‌توان عاشق لباسی خاکی نبود که بوی خاک سال‌ها
پیش را با خود کنده و به این طرف خاکریز آورده است؟
در این سرگردانی روزها و شب‌های سیاه، کدام نور الهی،
راحت را این‌طور روشن کرد؟

دست نوازش علویات را بر سر کودکان شهدا دیده بودم،
حالا آن را روی سرهای بی‌سامان هم دیدم، روی سرهای
پرسودا ...

چرا بگویم قلمت بشکند تاریخ؟ می‌گویم، خون از قلم تو پاک
نشود که تو، فقط شاهی؛ نویسنده‌ای برای چشمان کور ما
آدم‌ها؛ وگرنه در روح جهان می‌ماند قطره‌قطره عرق‌ها و
خون‌های چکیده و هیچ کس را یارای شکستن و پاک کردن
آن نیست و چه زود است آن روز موعود که می‌گویند جز چشم
برهم‌زدنی طول نمی‌کشد. منتظر می‌مانم، دیدن عزت تو هم
زیباست. جز عشق، راهی نرفتی و جز حق، هدفی نداشتی
... . راحت سبز و هدفت نور این، تمام تو بود.





داغ جدایی

فاطمہ ملک محمد



جمعہ...

چہ عیدی شدہ جمعہها
بساط اشک و گریہ خوب مہیاست.
شبش را با داغ جدایی از حاج قاسم شروع می‌کند.
اول صبح، ظهور به تأخیر افتاده آقایمان را به رخصان
می‌کشد.
ظهر کہ می‌شود، دوباره لایق دیدار آقا نشدن را بر
سرمان می‌کوبد.
بعد از ظهر، پرپر شدن حاج محسن میان پایتخت را در
ذهنمان زنده می‌کند.
و چہ بگویم از غروب؟ غروب جمعہ و دل‌تنگی و آہ،
کجایی پسر فاطمہ؟
این جمعہ، عمار ولایت ہم دیگر نیست؛ و مهم‌تر از
ہمہ، تو ہم نیامدی.





تا شهید نباشی، شهید نمی شوی

مینا آذرطوسی



چگونه می شود با گوشه چشمی تمام تدابیر سیاسی دنیا را زیر و رو کرد؟

سال ها وقت می گذارند، ثروت های هنگفت خرج می کنند، بهترین اندیشمندان خود را فرا می خوانند و ناگاه عصای موسی، تمام ریسمان های پوسیده افکارشان را همچون اژدهایی می بلعد.

چگونه و با چه توانی می توان با برق چشمی از دوستان دل برد و از دشمنان خواب؟

آنچه چوب خشک عصایی را به اژدهای ویرانگر ساحران فرعون تبدیل می کند، همان است که جوانی روستازاده را می کند ژنرال قاسم سلیمانی که حتی نامش کابوس هر شب دشمنان اسلام می شود.

صدای حاج قاسم عزیزمان هنوز در گوشمان است که تا شهید نباشی، شهید نمی شوی.

و شهید همان است که شهد وصل به شاهد حقیقی عالم را نوشیده است و اوست که خود به شهید، راه نشان می دهد.



کوچ

سید محمد علی مطہری

گفت بیا کمک کن آن سیب را از درخت
بچینیم
گفتم مدتی صبر کنیم خودش می افتند
عجلہ نکن
گفت اگر نچینیم خراب میشود

گفت دعا کن شهید شوم
گفتم رفتن دیر یا زود دارد اما سوخت و
سوز ندارد
گفت اگر شهید نشویم می میریم

وَلَا تَحْسَبَنَّ الَّذِينَ قُتِلُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ
أَمْوَاتًا بَلْ أَحْيَاءٌ عِنْدَ رَبِّهِمْ يُرْزَقُونَ
سورہ مبارکہ آل عمران آیہ ۱۶۹

شهید مکتب

بنت‌الهدی خندق‌آبادی زندگی، منش، شیوه مدیریت و خصوصیات شخصیتی شهید سلیمانی، شالوده و زیربنای مکتبی است که آن را با نام این شهید بزرگوار می‌شناسیم. پرداختن به هر یک از ابعاد این مکتب، مجال وسیع و حوصله‌ای بیش از توان نویسنده و مخاطب را می‌طلبد؛ از این رو در این نوشته، صرفاً به بخشی از شیوه مدیریتی این شهید بزرگوار می‌پردازیم که خود بازتابی از شیوه و سیره پیامبر و معصومان(ع) است. شهید بزرگوار سپهبد حاج قاسم سلیمانی را اگر یک فرمانده نظامی بدانیم و بنا را بر آن بگذاریم که راهبردها، سیاست‌ها و اقدامات او را با دانش کلاسیک نظامی جهان بسنجیم، هیچ‌گاه نمی‌توانیم به ابعاد مدیریتی این فرمانده شجاع و میدان دیده دست یابیم. سردار سلیمانی، تربیت‌یافته مکتبی است که بنیان‌گذار آن در عین شجاعت، دلیری و دلاوری، آن‌گاه که در برابر کودک یتیم و مادری همسر از دست داده قرار می‌گیرد، خود را به سبب غفلت از حال ایشان ملامت می‌کند و در عین حالی که همچون یک خدمت‌گزار به رفع حوائج اولیه خانواده این رزمنده شهید می‌پردازد، هر آینه صورت خود را به آتش تنور نزدیک می‌کند و قیامت را به یاد خود می‌آورد. بنیان‌گذار این مکتب، آن‌گاه که در برابر پهلوان میدان دیده عرب قرار می‌گیرد، همچون شیر شرزهر بر او هجوم می‌آورد و او را از زمین به زیر می‌کشد و چون او از روی عجز بر صورتش آب دهان می‌اندازد، بر می‌خیزد، میدان را دور می‌زند و ذکر خدا می‌گوید تا آن گاه که واکنش نشان می‌دهد، این واکنش جز برای رضای خدا نباشد؛ اما شانه‌اش همیشه زخمی احسان به نیازمندان، مستمندان و یتیمان است. شهید حاج قاسم سلیمانی به تبعیت از بنیان‌گذار این مکتب،

بنا بر





آن‌گاه که در برابر پهلوان میدان دیدهٔ عرب قرار می‌گیرد، همچون شیر شرز به او هجوم می‌آورد و او را از زمین به زیر می‌کشد و چون او از روی عجز بر صورتش آب دهان می‌اندازد، بر می‌خیزد، میدان را دور می‌زنند و ذکر خدا می‌گویند تا آن‌گاه که واکنش نشان می‌دهد، این واکنش جز برای رضای خدا نباشد؛ اما شانهاش همیشه زخمی احسان به نیازمندان، مستمندان و یتیمان است.

شهید حاج قاسم سلیمانی به تبعیت از بنیان‌گذار این مکتب، هنگامی که در قامت یک فرماندهٔ جنگی در میان معرکه حضور می‌یابد، مدعیان از هراسش قالب تهی می‌کنند و چون صورت بر صورت فرزند شهیدی می‌نهد، اشک چشمانش، باران را خجل می‌کند. سردار سلیمانی در میان سربازانش، نه در هیبت یک فرمانده که در هیبت پدری دل‌سوز و مهربان ظاهر می‌شود. سلیمانی نامش، چهره اش و یادش نبل و الزهرا را آزاد می‌کند و ایزدی‌ها را از محاصره می‌رهاند. این‌جاست که دیگر حاج قاسم یک فرد نیست، یک پهلوان نیست، یک رزمنده نیست؛ او مکتبی است به وسعت مقاومت، او شیوه‌ای است به گستردگی تمام سرزمین‌های اسلامی، به بلندای ناله مظلومان تاریخ و چنین است که نام شهید حاج قاسم سلیمانی تا ابد سرمشق دفتر مبارزه با ظلم و الحاد خواهد ماند. آری! اکنون نام شهید سلیمانی از سردار قاسم سلیمانی برای ظالمان تاریخ، رعب‌انگیزتر و وحشت‌آفرین‌تر جلوه می‌کند. نامت بلند ای شهید مکتب ...!



بابای من

کلثوم قاسمی

ای کاش می مردم میان خواب نازم
 آن شب که بابای مرا می کشت شیطان
 طوفان میان شهر می چرخید آن شب
 ترکیب شد با نقشه های شوم میدان
 یک روح زخمی سهم من از کوچ بابا
 جا مانده ام در رد پای خیس باران
 داغش کمر خم کرد و خون چشم ترم را
 من مانده ام با یک نفس تقدیر پنهان
 شیطان گمانش بود بابای مرا کشت
 بابای من در شهر می پیچد چو ریحان
 شیطان که قرآن را نمی خواند دمادم
 هرگز نمی میرد میانش مرد میدان
 شیطان گمانش هست ما هم کوفیانیم
 اما نمی ماند علی تنها در ایران
 شمشیر قاسم می شود در شهر تکثیر
 برنده تر از قبل خود بر جنگ گرگان

چلاکی سبز

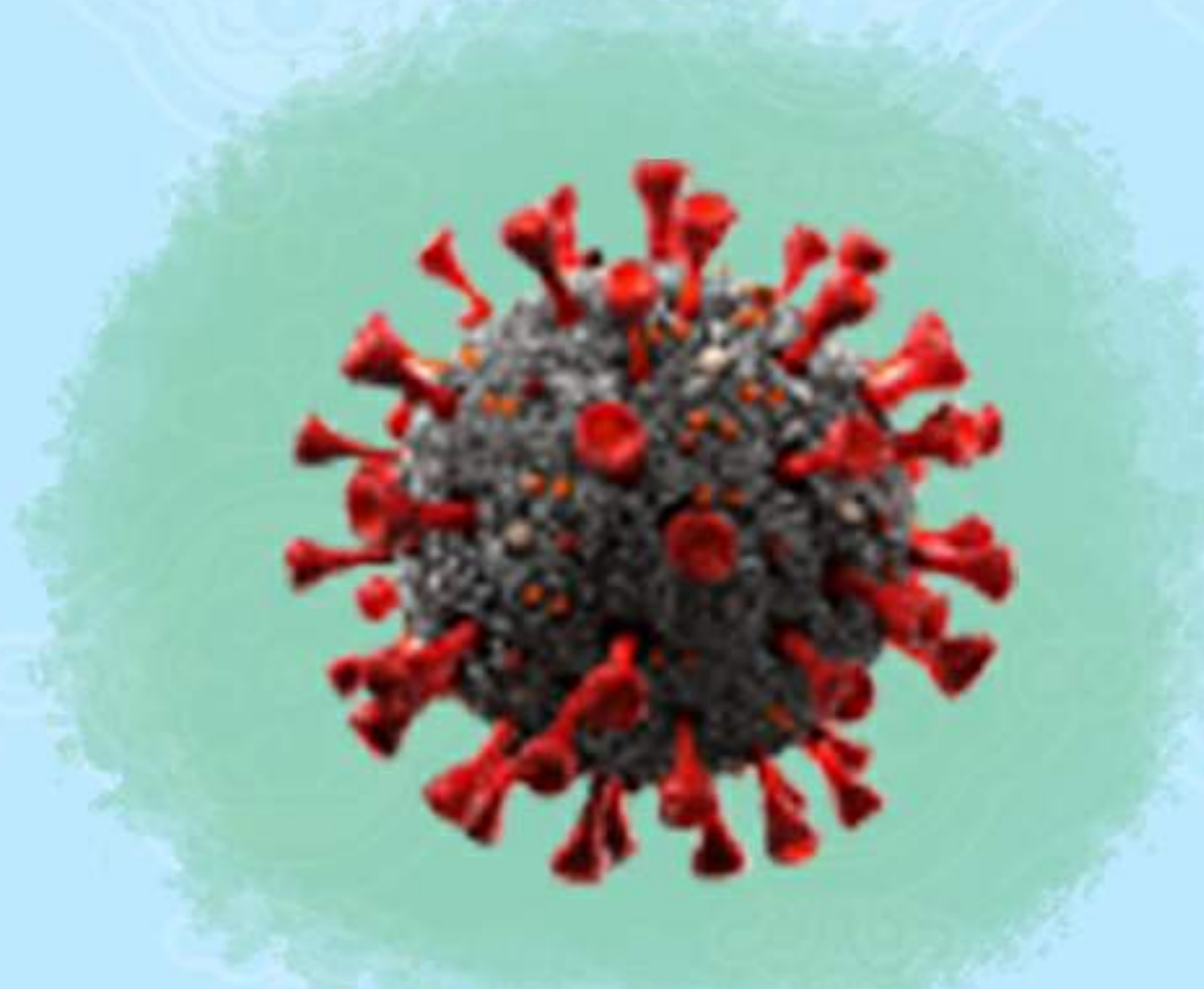


نعمت برتر

زهر اسوادی

این روزها کمابیش اخباری از بیماری واگیرداری که سرتاسر جهان را تحت تأثیر خود قرار داده به گوش همگان رسیده است؛ تا جایی که خبر دست اول روز جهان شده و تمام اخبار - اعم از سیاسی، خانوادگی و... را پوشش داده است. غرض از این مقدمه، دنبال کردن اخبار مربوط به این بیماری نیست؛ بلکه اصل توجه به تغذیه و اصلاح الگوی غذایی است؛ چرا که تغذیه بسیار مهم است؛ چنان که می دانیم، پیشگیری بهتر از درمان است و این مسئله به اندازه ای اهمیت دارد که حتی در قرآن به آن اشاره شده است: «فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسَانُ إِلَى طَعَامِهِ» (سوره عبس، آیه ۲۴) انسان به غذای خود بنگرد. پس دقت در انتخاب یک رژیم غذایی سالم از دیرباز به انسان گوشزد شده است. در مورد بیماری کرونا اصل پیشگیری است؛ ماسک و شست و شوی دست ها و یا ضد عفونی کردن. اصل تقویت سیستم ایمنی بدن است. بالا بردن سطح ایمنی بدن و بالا بردن فعالیت لنفوسیت ها سبب می شود که یا اصلاً بیمار نشویم یا اگر بیمار شدیم، درمان راحت تر باشد و سریع بهبود یابیم؛ چون بدنمان را از قبل قوی کرده ایم.

از حساسیت زیاد و پیگیری بیش از حد در باره اخبار این بیماری خودداری کنیم؛ چرا که استرس باعث تجمع سودا در مغز می شود و رفته رفته فرد را دچار وسواس های فکری، روحی و جسمی می کند و از نظر علمی هم ثابت شده است که استرس باعث افزایش سطح کورتیزول شده و ضعف عملکرد لنفوسیت ها و در نتیجه بیماری را در پی دارد؛ نتیجه آن که با آرامش به زندگی ادامه دهیم و بکوشیم برای درمان بیماری ها، نخست از راه های طبیعی و رژیم گیاهی استفاده کنیم؛ چون هم مؤثرترند، هم کم خطر و هم کم هزینه. نکته آخر این که نباید از فواید ورزش غافل شویم.



سلامت روح و جسم

عطیہ مجد آرا

قرآن کریم کہ ہدایتگر انسان بہ سوی رستگاری است، اور ادارای دو بُعد مادی و معنوی می‌داند. از آن جاکہ سلامت روان انسان بیانگر نوعی تعادل روانی است، تمام جنبہ‌های وجودی انسان و نیز ہماہنگی میان نیازهای اورادر بردارد. می‌توان گفت؛ قرآن کریم فردی را سالم می‌داند کہ بتواند میان نیازهای جسمی، روانی و معنوی تعادل ایجاد کند.

مطالعات متعددی نشان داده است کہ از منظر قرآن و روایات، مقربان در گاہ الہی از بالاترین مراتب سلامت روانی و معنوی برخوردارند؛ از این رو بہ مراکز علمی و پژوهشی پیشنهاد می‌شود ز مینہ‌های انس بیشتر با قرآن رادربین دانش‌پژوہان خود فراہم کنند.

شاید بتوان افسردگی را کہ ابن سینا از آن بہ عنوان "ام‌الامراض" یاد کردہ است، رایج‌ترین و جدی‌ترین بیماری اختلال مرتب با سلامت دانست. ریشۂ امراض روحی، ناهنجاری‌ها، اختلالات جسمانی و ناهنجاری‌های سلولی می‌تواند افسردگی باشد کہ این ہم نتیجۂ دوری از معنویات بہ ویژه یاد خدا است. قرآن کریم خود را شفا بخش می‌نامد و می‌فرماید: «فیه شفاء و رحمہ للعلمین» مصداق این آیہ، کلام حضرت امیر (ع) است کہ در خطبۂ ۱۷۶ نہج البلاغہ فرمودہ اند: "برای در دہایتان از قرآن سلامت بخواہید و با قرآن برسختی‌ها یاری جویید."

در نظر قرآن کریم، روح امید با توکل بر خدا و نفی ناامیدی بر انسان دمیدہ می‌شود.

در جای دیگری در آیۂ ۸۷ سورہ یوسف می‌فرماید: «... وَلَا تَيَاسُوا مِنْ رُوحِ اللَّهِ إِنَّهُ لَا يَيْئَسُ مِنْ رُوحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ»؛ از رحمت بی‌متنهای خداوند ناامید نباشید کہ ہرگز جز کافران، از رحمت خداوند ناامید نیستند

در نگاہ قرآن کریم، دنیا طلبی و کفر، عواملی هستند کہ اسباب عدم سلامت روان افراد را فراہم می‌کنند و دارندۂ این صفات را خسران دیدہ می‌داند. در آیات ۲۱ و ۲۲ سورہ ہود نیز، از آنان بہ عنوان کسانی یاد می‌کند کہ نفس خود را در زیان افکنده‌اند.



سج





در آیه ۱۰۴ سوره کهف نیز، این افراد را جزو کسانی می‌داند که عمرشان را در راه حیات دنیایی فانی و تباه کرده‌اند.

در مجموع، آنچه از آیات متعدد قرآن کریم درباره سلامت روان و زندگی پاک می‌توان دریافت کرد، این است که انسان‌های سالم از نظر جسم و روح ویژگی‌هایی دارند که از آن جمله می‌توان به ایمان به خدا و پایبندی به تعهدات اخلاقی و دینی اشاره کرد:

این افراد در روابط فردی و اجتماعی قابل اعتمادند، عقیف و پاکدامن‌اند و از رفتارهای ناهنجار پرهیز می‌کنند. آن‌ها به فرایض الهی پایبندند و در برابر دیگران احساس حقارت و خودکم‌بینی ندارند. در برابر حوادث تسلیم نمی‌شوند و با تکیه بر قدرت الهی با آن‌ها مقابله می‌کنند و برای ایفای نقش‌های اجتماعی، توانایی کامل را از نظر جسمی و روانی دارا هستند.





Romance of an unidentified

After a total demolition that lasts more than a hundred or even a few hundred days, the first thing to do is to interact with the world.

After all, it has been said for a long time that it is right to test the tested, especially the type of Sheriff! I do not know at all on which page of charters of civil rights is said: "A true believer who is not found, but if he is, he will be once bitten, do not be shy for at least twice or three times." Of course, we reject it insincerely against our wish! Even the people of Kufa are not like us! Now not only the centrifuge and the economy, but the whole world revolves around my mind.

My grandmother used to say that with these virtual classes, you would not reach even to knowledge of our old knowlagement. Maybe our math is missed too, the zeros have not faded at all, now they are even bolder, of course, maybe the ability of astigmatism! Of my eyes are activated, God willing, I see the consumer prices twice. Safe from pessimism! My dizziness has also been activated: "Shut your mouth - stand back - close your hand - suspicious - pull down the shutter ..." swear to God

Corona headquarters itself says

According to witty neighbor friends.

Yesterday half-moustache Akbar who cooks omelet without butter, tomatoes and eggs!

These days, he has mixed up and made claims

And with the gesture of a policeman, he imparted our service:

"You had two mercy,

A forbidden overtaking,

You also went to the mosque,

With three overdue bank installments

And a funeral

In total, you will no longer receive

subsidies(Yaraneh)

If you protest a lot

"Faultful (social) housing will also be confiscated."

When the smell of fool Juo's perfume on the other side of the world

Will soon lower the dollar's price,

You make a threat again.

Literate,

With ID,

Experienced,

With key,

Crony of Sheriff! Say something please!!

translation of the day





مزایا

- تحصیل در منزل
- بدون محدودیت سنی
- تنوع در تخفیف شهریه
- اعطاء مدرک معتبر وزارت علوم
- سهولت آموزش و صرفه جویی در وقت
- کمترین شهریه نسبت به مراکز مشابه
- بیش از ۳۰ مرکز آزمون در سراسر کشور
- امکان استفاده از خوابگاه در ایام امتحانات
- پرداخت شهریه به صورت اقساطی با هر توان مالی
- خط سیر آموزشی، کلاس آنلاین، پیامگاه، سی دی و جزوه



مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره)

مرکز آموزش مجازی

مجری دوره های آموزشی ضمن خدمت
و برگزاری آزمون های اینترنتی

ارتباط با ما

www.ikvu.ac.ir

ikvu@qabas.net

@ikvu_ac_ir

@ikvu_ac_ir

۰۲۵-۳۲۹۰۸۱۹۳-۵

۰۲۵-۳۲۹۲۳۵۷۰

روابط
عمومی



مرکز ملی تحقیقات آموزشی

