



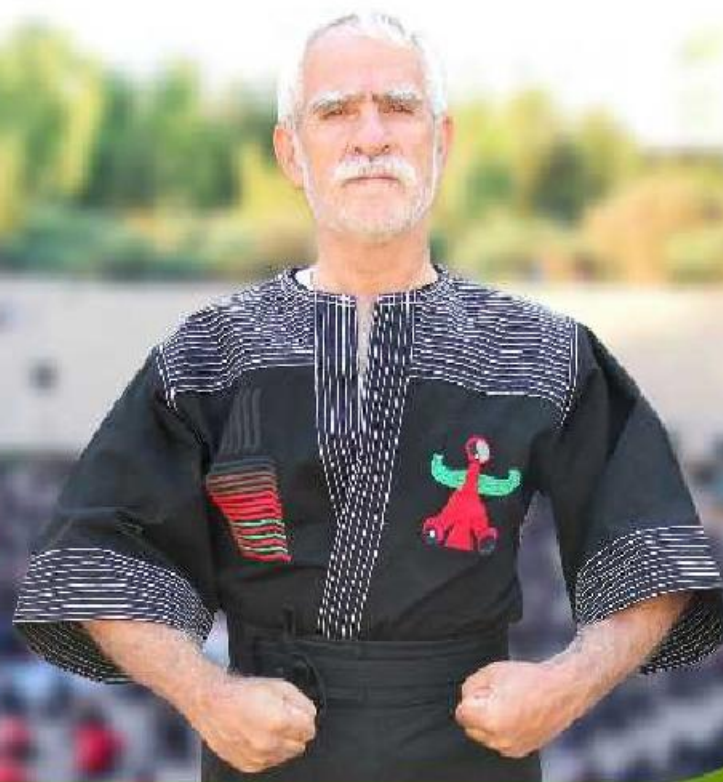
پیاپی ۱۳۹۷ ۱۱۶ صفحه قیمت ۷۰۰۰ تومان

گنجینه سوتو ۲۱

ویژه نامه

نخا و چهارمین کنفرانس علمی فرهنگی ورزشی

54th Scientific, Cultural & Athletic Conference



گزارش تصویری پنجاه و چهارمین کنفرانس علمی، فرهنگی، ورزشی کتاب فوتوا ۲۱
(دانشگاه ولیعهد (عج) - شهرپور ۹۷)

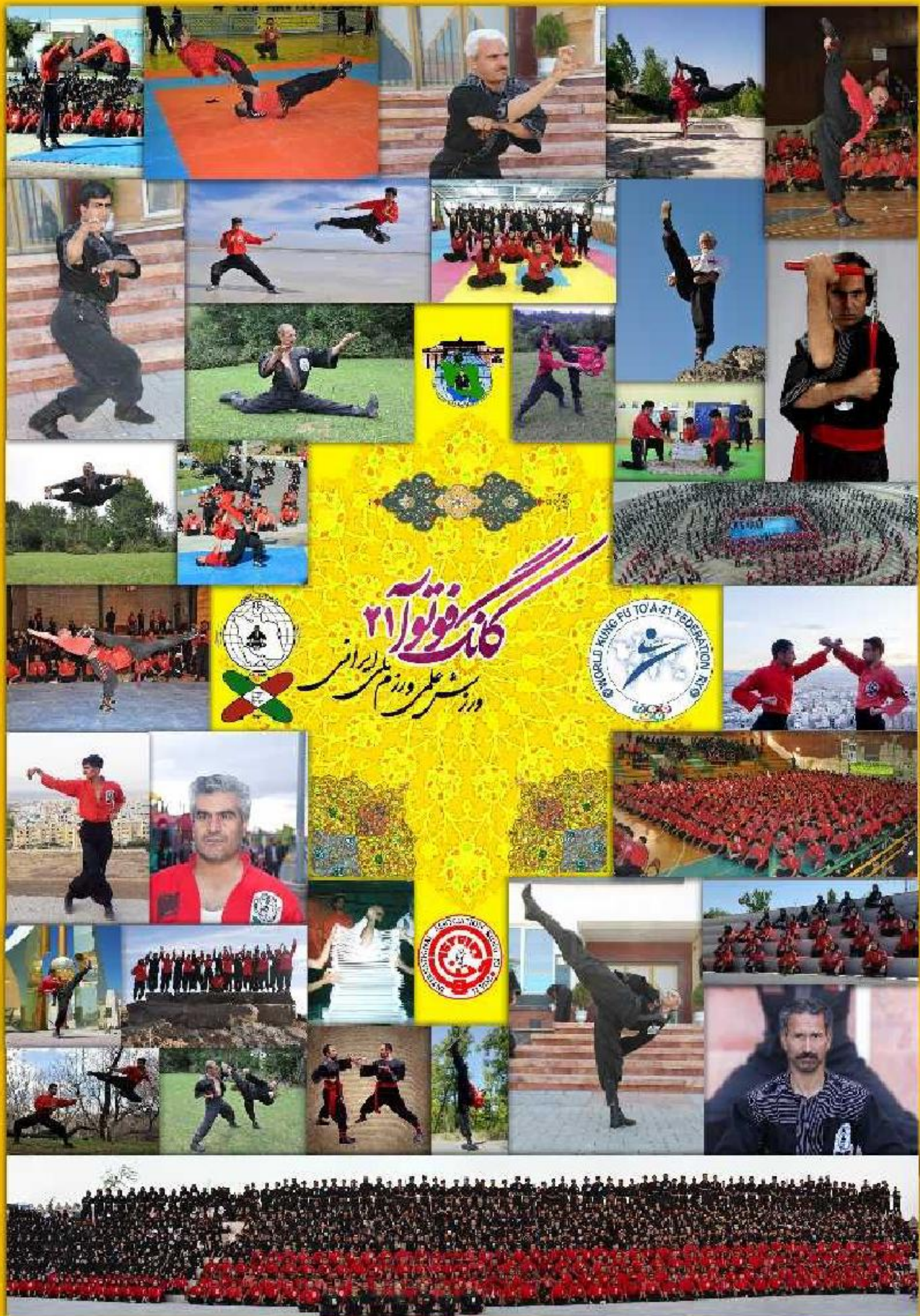
ورای الحیثه

کوان ها

مبارزه و مسابقه

نکته های کوتاه در مورد تعریفات ورزشی

مماحبه با یک مربی موفق





فصلنامه علمی، فرهنگی و ورزشی
شماره مجوز: ۹۲/۳۲۹۷۲



سال چهارم | شماره هشتم | بهار ۱۳۹۷

صاحب امتیاز:

انجمن کاتگ فوتو آ-۲۱ (شماره ثبت: ۲۱۵۴۵)

مدیر مسئول:

دکتر رسول آهنگری ملکی

سر دبیر:

مهندس مهدی عبدلی ندیکی

همکاران این شماره:

جهانبان حسین فیرمان زاده، جهانان رامین پناقی، جهانان علی بی زاده، راهبان بهروز سعید، سیرزاهدان حسین محمودی، راهبان فرهاد زبانی، راهبان محبتی اسمعیلی، سیرزاهدان ایمان محمودی، سیرزاهدان هادی صباقلایی، سیرزاهدان مصطفی نورزی، باپارومه امید عسکری، باپارومه حسین طارومنی، باپارومه حسین روحانی

صفحه آرا:

معاونت انفورماتیک استان زنجان

ویراستار:

باپارومه محمد مهدی فرغانی

مقاله های ارائه شده لزوما دیدگاه نشریه نیست.

نشریه در تلخیص، اصلاح و ویرایش مطالب آزاد است.

نقل مطالب فصلنامه سوتو فقط با ذکر منبع مجاز است.

فصلنامه از مقاله ها و مطالب صاحب نظران استقبال می کند.

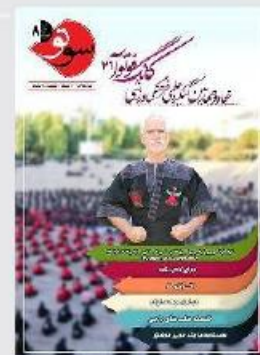
آدرس دفتر نشریه:

تهران، یافت آباد، انبای بلوار معلم، سه راه جواد رندیه، ساختمان بنفشه، پلاک ۱۰۶، طبقه اول، واحد ۲

تلفکس: ۰۲۱-۶۶۷۱۹۹۳۱

وبسایت: www.kangfutoa21.org

ایمیل: sotou@kangfutoa21.org



۱ | پیام اندیشکده

۳ | سرمقاله

۳ | افتتاح ساختمان نوساز کاتگ فوتو آ-۲۱ در شهر زنجان

۴ | کوان

۵ | مصاحبه با راهبان فو هاد زبانی

۷ | وراه اندیشه

۱۳ | مبارزه و مسابقه



۱۳ | فلسفه برگزاری کنگره های کاتگ فوتو آ-۲۱

۱۹ | گذری بر کنگره های مهم کاتگ فوتو آ-۲۱ از سال ۸۷ تا کنون

۲۵ | پیام رئیس دانشگاه ولی عصر (عج) رفسنجان

۲۶ | پیام سرپرست دانشگاه علمی و کاربردی مرکز شهر بایک ۲۶

۲۷ | پیام دبیر پنجاه چهارمین کنگره کاتگ فوتو آ-۲۱

۲۸ | پیام مسئول نمایندگی انجمن کاتگ فوتو آ-۲۱ شهرستان رفسنجان

۳۹ | نقطه آغازین پایه ریزی کنگره ۵۴ رفسنجان

۳۵ | مدرسین کارگاه

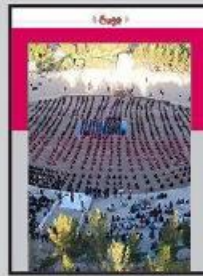


۱۰۱ | گزارش بازدید از مناطق زلزله کرماتشاه

۱۰۲ | نکته های کوناه در مورد تمرینات ورزشی

۱۰۵ | گذری بر دروس تنوری و مکمل مربیگری سبک و انجمن کاتگ فوتو آ-۲۱

۱۰۹ | معرفی کتاب ملت عشق



پیام اندیشکده..... پیام نوروزی

راهبان دکتر احمد سلامی

جهانبان حسین قهرمان زاده

تو! فرا رسیدن نوروز باستانی، که یادآور شکوه ایران سرافراز هست بر همه همراهان، راهدانان، راهداران، راهبانان، جهانبانان و استاد پاک پندار، راست گفتار و نیک کردار خجسته باد. رستاخیز طبیعت چه زیباست. و هر سال رستاخیزی دیگر را تجربه می کنیم. و چه زیباتر رستاخیز انسان، همراهان گرانقدر، سالی پر از تجربه را پشت سر گذاشتیم و با کوله باری از تجربه وارد سال نو شدیم، اینک که زمین نفسی دوباره می کشد، برگ ها به رنگ در می آیند و گل ها لبخند می زند، طبیعت جانی دوباره می گیرد. در این رویش سبز دوباره... من... تو... ما... کجا ایستاده ایم...

سهم ما چیست؟ نقش ما چیست؟ چه جایگاهی را بر خود ترسیم کرده ایم؟... در آغازین روزهای سال ۱۳۹۷ با خود و با هم عهد بندیم، که کره زمین را سرتاسر دانشکده انشاء تن و روان کنیم. مهر همراه یک دانشکده" و هر دانشکده پیام آور صلح، دوستی برای نوع بشر، که پیام اسلام و طریقت دانائیتست. و با ترویج فرهنگ کانگ فوتوآ ۲۱ (رزم ملی ایرانیان) نام ایران و ایرانی را بر آوازه کنیم.

تو! همراهان مردم، تولد سال ۹۷ محصول تاریخی است که بشر در وضع عجیبی چون، ظهور تفکر داعشی، نماد دموکراتیک ترامپ ها، ثروت های سعودی ماب، بهار عربی که آتش خاورمیانه بود قرار دارد، اثرات سوء این تحولات در کشور با طمع مالی تعدادی از مسول نما ها، تنگ نظران سیاسی، نبود فضای گفتگو، مصرف گرا و تنبل بار آمدن مردم و نبود فضای گفتگو، کشور و ملت ما را در آستانه خطر و در آزمون سختی قرار داده است که دشمنان ما از این چالش ها قصد ایجاد بهار یا آتش ایرانی دارند در حالیکه کشور ما با هدایت رهبری، همت تخبگان و یاری سازمان های مطالبه گر مدنی و منطقی، میتواند چالش ها را به فرصت های بی نظیر و با ثبات سیاسی، ابتکارات اجتماعی، فعالیت اقتصادی، مبانی خودسازی، با برنامه ریزی و ارزیابی تحت عنوان حماسه ۹۷ به اوج شکوفایی ایران و سبک کانگ فوتوآ ۲۱ تبدیل نماید با درک اینکه هر اشتباه یک فاجعه است آنچه در کف داریم یا علی مدد با تبریک عید نوروز



جهانبان جمهور فلاح

جهانبان علی نبی زاده بابکی

تو! ۲۱: در آغازین روز بهار و در لحظاتی که مادر هستی شبنم بیدار باش را در گوش نیاتات نجوا می کند و برای رستاخیزی دیگر زمین را به زایش می خواند، به رسم ادب یاد می کنیم و شاد باش می گوئیم به استاد فرزانه ای که کلمات ارزشمندی همچون (دانشکده انشاء تن و روان، اندیشکده، شورای عالی، ستاد راهبردی، اتاق های فکر، مناطق کشوری، معاونت های فنی، فرهنگی، گسترش، آموزش و خلق مبارزات طی این چهل سال را به ما هدیه کرد، خانواده کانگ فوتوآ ۲۱ قدردان لحظه لحظه های عمر پر برکت شماست و تاریخ گذشته، حال و آینده را هرگز به دست فراموشی نخواهد داد و در توسعه و بالندگی این حرکت انسان ساز همچون شما جان خود در تیر خواهد کرد.

تو! نوروز در تقارن میلاد حضرت علی(ع) و روز ملی کانگ فوی کشور به تمامی همراهان، گلی قرمز ها، راهدانان، راهداران، راهبانان، جهانبانان، و بنیانگذار سبک و انجمن کانگ فوتوآ ۲۱ بیروز و فیروز باد. با توکل به خداوندگار هستی بخش در سال ۹۷ بتوانیم در لحظه های طریقت زندگی و مبارزه کنیم و ایستائی و رکود و جمود را به زیر پای خود لگد کوب نمائیم و همواره پیرو راستین دانشکده انشاء تن و روان باشیم. با درود به روان پاک شهدای طریقت دانایی همراهان جهانبان جمهور فلاح و اهورای قهرمان. تو!

سیر راهبان نریمانی

تو! ضمن عرض تبریک حلول سال ۱۳۹۷ هجری شمسی به کلیه رهروان و طلاب داران طریقت دانایی، سال ۹۶ سال دستاوردهای خوب و ذخیره پتانسیل های طریقت بود و آماده برای تحول عمیق در وجود تمامی همراهان طریقت و اوج گیری مجموعه در کلیه مسایل در سال پیش رو سال ۹۷ خواهد بود انشاءاله، و پرواز ممکن نخواهد بود مگر با حرمان و تلاش و همدلی کلیه سکانشان طریقت.

خادم و ارادتمند کلیه همراهان سبک و انجمن کنگ فوتو ۲۱ سیرراهبان نریمانی

جهانبان یحیی بیرجهان

با سلام خدمت همراهان عزیزم سالی که گذشت سال درک و شناخت خود و زمان خود بود سالی پر از غم و شادی و پیشرفت ها بود امیدوارم سال آینده سال دگرگونی و اندیشه های نو و درک متقابل و حکومت مهر و محبت بر عالمیان باشد هیچ نفاقنی نباشد و هیچ کس از هم دلگیر نباشد و حرمت ها حفظ و دوست داشتن ها واقعی باشد همیشه سربلند و با عزت زندگی کنید محتاج نامرد نباشید و همیشه خداوند یار تان باشد.

عیدتان مبارک، خاک پای همراهان، جهانبان بیرجهان

جهانبان جمشید فلاح

باسلام و تبریک سال نو که همیشه نویدبخش افکار نو، کردار نو و تصمیم های نو برای حال و آینده است. آینده ای که همه ما امیدواریم بهتر از گذشته باشد انشاءاله تصمیم گیری های سال ۹۷ ما بتواند روند مسیر حال و آیندگان را تدوین نماید و با رویی سبز دوباره، من، تو، ما بتوانیم آنچه را که از پیر طریقت مان آموخته ایم با همراهان نیز قسمت کنیم.

لحظات از آن ماست لحظه لحظه عمرتان هدیه ای باشد جاودانه به ملت شریف ایران. تو! شاد باشید.

جهانبان محمدعلی جنتی

تو! ای همراهان راه دانایی؛ دست ارادت به هیچ کسی ندهید! ذننتان را خیلی آزاد نگه دارید، بیشتر گرفتار بهای مردم از تعارف کردن است هم با خودشان تعارف می کنند و هم با دیگران، نباید اهل تعارف باشید نه با خودتان و نه با دیگران مخصوصا وقتی پای حق و باطل در میان است. به یاد داشته باشید که کشور ما را باید دانایان اداره کنند نمی توان نشست و کار را به دست نادانها سپرد و آنگاه جامه از غم چاک کرد این شیوه عاقلان نیست. عاقلانه آنست که با جهد به صف دانایان بیونید آنگاه است که می توان از آینده روشن اطمینان حاصل کرد لذا دست ارادت به کسی ندادن یک بال ترقی است و بال دوم آن آموختن و دانا شدن است و پس از علم نوبت عمل فرا می رسد. توصیه بعدی من این است که همواره با افراد موفق نشست و برخاست کنید و با سست طبعان میامیزید. در سال جدید خورشیدی سبز، شادی، کامیابی، بهره وری، اثر بخشی، فعالیت ها و بهروزی تان را از درگاه ایزد منان خواستارم



جهانبان شاهرخ گلابی

نوروز بمانید که ایام شماید! آغاز شماید و سرانجام شماید! آن صبح نخستین بهاری که ز شادی می آورد از چلچله پیغام، شماید!

آن دشت طراوت زده آن جنگل هشیار آن گنبد گردننده ی آرام، شماید!

خورشید گر از بام فلک عشق فشانند، خورشید شما، عشق شما، بام شماید

گیرم که سحر رفته و شب دور و دراز است/

در کوچه ی خاموش زمان، گام شماید

ایام ز دیدار شما بماند مبارک/ نوروز بماند که ایام شماید! (مولانا)

فرارویی نوروز از کهن ترین جشن های فرخنده ی نیاکان و ایران شهریان ورجاوند نژاده و گران سنگ را فرخ باد می گویم. جهانبان گلابی/ تو!

جهانبان رامین پناهی

با سلام و عرض ادب خدمت همه عزیزان و رهروان، سال ۹۶ به پایان میرسد با همه خوبی ها و بدی هایش، با همه خوشی ها و ناخوشی هایش، چه عزیزان و هموطنانی که جامه غم بر دل و جان خود گرفتند بخاطر از دست دادن عزیزانشان از زلزله هم میهنان سربل ذهابی گرفته تا حادثه تلخ کوه دنا انشاءاله سال ۹۷ سالی پر بار توأم با موفقیت و سربلندی برای همه بوده و بتوانیم به کمک همدیگر قدم های بلند و متعالی در راستای بلند انسانیت برای ایران عزیز و هموطنان عزیزمان برداریم. امیدوارم این سال برای شما و خانواده گرامی تان؛ سال محبت و باهم بودن و برای هم بودن، سال فراوانی و داشتن نیازهای متعالی، سال تلاشی و آرامشی توأم با یاد خدا در پرتو عنایات حق تعالی باشد. مهم نیست گودال کوچک یا اقیانوسی بزرگ باشیم گر صاف و زلال باشیم آسمان در ما خواهد بود، سرافراز و سربلند باشید.

سرمقاله



به نام آنکه جان را فکرت آموخت
همراهان عزیز و عزیزان همراه، سلام؛ بار دیگر توفیقی دست داد تا از فراز بالهای فتنوس
طریقت دانایی، فصلنامه انجمن کانگ فوتوآ ۲۱ (سوتو)، با شما همسفر شویم. ناگوشه ای
از جلوه گری های سالکان این طریق را که همچون مرغان شهر عشق عطار رهسپار کوی
سبزرغ شده اند، با هم به نظاره بنشینیم.

طریقت دانایی امروزه نه آن نهال نو رسته دیروز، که به ثمن جانفشانی جهانیان،
بایستاری راهبانان و به مدد راهگشایی راهداران و هدایت راهدانان هدهد صفت و تلاش
بامارومه های سخت کوش و همراهان صدیق، همچون درختی تنومند می نماید که وقت

به بار نشستن آن است. تثبیت قدراسیون جهانی کانگ فوتوآ ۲۱ با برند جمهوری اسلامی ایران در کشور فنلاند، راه اندازی
رسمی رشته کاردانی مربیگری کانگ فوتوآ ۲۱ در وزارت علوم، تحقیقات و فناوری و ثبت نام قریب به ۳۰۰ نفر در این رشته
در سال ۹۶ در دانشگاه علمی کاربردی شهر بابک، تاسیس ۲۴۰ نمایندگی رسمی انجمن کانگ فوتوآ ۲۱ تحت نظارت وزارت
کشور در سراسر ایران و صدها بنائسیل بی نظیر با کم نظیر دیگر، نوید بستری مناسب و آماده برای رشد و توسعه این هنر
رزمی ملی و ایرانی در ابعاد گوناگون ورزشی، علمی، فرهنگی، اجتماعی و اقتصادی می دهد که اوج تجلی این همبستگی را
میلیون ها ایرانی در کنگره ۴۰۰۰ نفری کانگ فوتوآ ۲۱ در شهریور ۹۶ در شهرستان رفسنجان، از طریق بخش رنده شبکه
سه سیما، مشاهده نمودند. باشد که همگی ما به باری ایزد منان و با همراهی سکائداران مخلص این حرکت انسان ساز و
توجه به مصوبات اندیشکده جهانی و همکاری در اجرای برنامه های ستاره راهبردی، در راه تحقق اهداف متعالی طریقت
دانایی که همانا بالندگی تن و روان یکایک انسان های این کره خاکی هست، بیش از پیش یکوسیم و بر این تلاش، استوار
باشیم. توال

**افتتاح ساختمان نوساز انجمن کانگ فوتوآ ۲۱ در شهر بزنجان (شهرستان بافت استان کرمان) با زیر بنای ۴۰۰ متر
مربع به دست راهدان امینی زاده مربی بزنجان و کمک همراهانش.**



شهرستان بزنجان زیر مجموعه انجمن کانگ فوتوآ ۲۱
سیرجان با مدیریت راهدار محمد حسین ایران نژاد می
باشد. این دومین سالن اختصاصی است که در این منطقه
با هدایت و پیگیری های راهدار ایران نژاد به طور
اختصاصی و کمک های مردمی به نام انجمن کانگ فوتو
آ ۲۱ ساخته شده است.



داستان های کوتاه ذن

بخش دوم

به قلم جهانبان علی نبی زاده

اما غافل از این بودند که بر خورد با صخره آنها را زلالت و خوش عطرتی می کند، چون اکسیژن بیشتری در آنها ذخیره و آلودگی آن رکود برکه از آنها جدا می شود. قطرات جسور شب هنگام دور هم جمع شدند و نیت پاک خود را عملی کردند و صخره را شکافتند، فردای آن روز در زیر درخشش نور خورشید صبحگاهی هر قطره با هزاران دست افشانی و سماع، مسیر دره را طی می کرد. چه لذتی! تازه گروه مخالف فهمیده بود طعم آزادی را، بعد از طی کیلومترها صخره نوردی قطرات به پهنه دشتی رسیدند و آن دشت خشک کهنه را سیراب و سر سبز کردند و چنین بود که زندگی چرخه واقعی پیدا کرد، قطرات فرداها بخار و با ابرها دنیا را گشتند، همراه هم زاد انسانم در درون ما پویای است، به زندگی عادت نکنیم، کانگ فوتو ۲۱ ابزار شکستن صخره هاست و بدین سان است که می گوئیم تمام کهکشان ها در من یعنی انسان درک می شود؛ تو!

قالبا در طی تمرین جهت ایجاد انگیزه و دادن احساس شادکامی به همراهان و ایجاد سوال های فلسفی جهت ساختن همراهان اعتقادی در کلاسهای کانگ فوتو ۲۱ به نحوی جوهری کوان ها سروده می شوند. اگر شما هم کوان سوده اید آن را برای ما ارسال نمایید.

در این قسمت نمونه ای از کوان که توسط جهانبان علی نبی زاده بابکی سروده شده را می خوانید.

سالهای سال بود که آب چشمه ای پشت یک صخره سنگی مانده بود و در اثر رکود طولانی مدت، بوی بد و زننده ای از آن متصاعد می شد، برخی قطرات جسور آب می گفتند (صخره را سوراخ و در شیب دره خود را رها کنیم)، اما گروهی که اهل ماجرا جویی و سعی و تلاش نبودند و به شرایط فعلی خود عادت کرده بودند، مخالفت می کردند، (چه لزومی دارد ما در این شیب تند خود را رها کنیم و هزاران بار بر صخره ها کوبیده شویم؟! نه ما نیستیم!!!!)



مصاحبه با

راهدان فرهاد زبانی



در گفتگویی کوتاه با یکی از مربیان سبک کانگ فوتوآ ۲۱ از ایشان خواستیم تا خود و سوابق فعالیت شان را برای خوانندگان فصلنامه سوتو معرفی نمایند. «بنام آن پروردگار بی همتایی که شاهباز بلند در فضای بی انتهای معرفتش از طیران پر افشاند و غواص اندیشه ها و هوش ها از رسیدن به قعر دریای ابدیتش باز ماند» اینجانب فرهاد زبانی ساکن شهرستان عجبشیر متولد ۱۳۵۸ و متاهل و ثمره این ازدواج دارای یک فرزند پسر به نام حسین است.

بنده از سال ۶۸ وقتی ده سالم بود رزمی را با تکیاندو زیر نظر استاد سعید دژم شروع کردم و با آن شور و شوق که به رزمی داشتم یک روز که استاد فیروز لطفی کونگ فو را در عجبشیر افتتاح کردن بنده از همان سال ۷۱ کونگ فو را تا نه سال تا مقطع مایانه زیر نظر ایشان آموزش دیدم و متأسفانه ایشان از این شهر نقل مکان نمودن و چون آن زمان یادم نمی‌رود که در این شهر با نوای نوای همراهان و راهدانان و زحمات شبانه روزیشان چشم و گوش اعتیاد و بی بندوباری و فساد در نطفه خفه میشد و به یاد شهری که روزی استاد فیروز لطفی و استاد روح الله قاسمی توسط همراهان و راهدانان وفادار به خود دیده بود که جز خدمت به هموعان خویش در ره رشد و تعالی و خودشناسی هدفی نداشته است و بنده از سال ۸۰ با سیر راهبان بهشتی فر و راهدار اسکندری آشنا شدم و این آشنایی باعث شد در مورد سبک کانگ فوتوآ ۲۱ تحقیق انجام دهم و شروع فعالیتیم را همان سال با استاز تکنیک ها استارت خورد و منجر به تاسیس کلاسی در عجبشیر و روستای نانسا که زادگاهم بود گردید.

از جمله اقداماتی که برای پیشرفت کانگ فوتوآ ۲۱ در طی این سالها مربیگری و مسئولیت توسط راهدانان سهرابی ها و جلال زاده و عبدالمحمدپورها و بایرومه ها علیپور و نویدی و علی محمدی و زنده دل و گلستانی و رادیپور... همراهان عزیزتر از جانم در این شهر انجام دادیم می توانم مواردی را خدمت شما عرض نمایم، از جمله:

- افتتاح کلاس های کانگ فوتوآ ۲۱ در روستاهای همجوار تعداد هشت روستا

تشکیل کلاس خردسالان به مربیگری راهدان یوسف جلال زاده

-تشکیل کلاس جوانان به مربیگری راهدان عبدالمحمدپور
-تشکیل جوانان دو کلاس توسط بایرومه معصومی و علی محمدی و نویدی

-تشکیل کلاس بزرگسالان به مربیگری بنده و راهدان سهرابی
-تشکیل کلاس بانوان شیفت بعد ظهر به مربیگری همراه معصومه غواصی

-تشکیل کلاس بانوان شیفت صبح به مربیگری همراه فرناز سهرابی زاده و اخذ حکم مربیگری فدراسیون برای ۱۵ نفر از مربیان فعال.

-تشکیل کلاس در مدرسه شبانه روزی شهریار به مربیگری راهدان جلال زاده و بنده.

همچنین در تعامل با مسئولین شهرستان جلسات متعدد با فرماندار محترم برای اخذ مجوز انجمن انجام شده و در حال پیگیری است و در همین رابطه با شهرداری برای تهیه زمین ورزشی برای احداث سالن اختصاصی انجمن کانگ فوتوآ ۲۱ در حال رایزنی هستیم.

همچنین با رئیس محترم آموزش و پرورش تعامل خوبی صورت گرفته و با همکاری ایشان کانگ فوتوآ ۲۱ فعالیت خوبی در مدارس دارد.

آنچه می توانم به عنوان یک خادم کوچک راه دانایی تقدیم همراهانم نمایم این است که:

اخلاق مهمترین عنصر موفقیت است. شرف و اخلاق کاریتان را به هیچ کس و هیچ چیز نفروشید شاید مسیر طولانی تری را طی کنید اما شک نداشته باشید که در این راهی که پا گذاشته اید ماندگار خواهید بود.

و در آخر به یاری خداوند توانا بر آنیم تا صدای هنرمان از سرتاسر جهان شنیده شود آنگاه بیش از پیش به وطنمان افتخار خواهیم کرد، بایستی باور داشت و قدم برداشت و دانست که شکست وجود ندارد مگر در ذهن سازنده اش.

و تشکر ویژه از همسرم که در عرض این چند سال همیشه برای خدمت به طریقت و همراهانم کنارم بودن و حمایت کردن و دست یکایک راهدانان و همراهان را که برای سرپلندی خاک هنر خیزمان که برای توسعه ورزش رزمی ملی خودمان را در این شهرستان یاری نمودن و خواهند کرد به گرمی می فشارم و با تقدیم توأ خدمت راهدار رضا ایمانی، مسئول منطقه یازده (بناب و عجیشیر) و سیر راهداران شهرام نیکجو و اسلام نیکجو و راهدانان بزرگوار جلال زاده و سهرابی و صلاحی و امیدواریم به یاری مسئولان و جوانمردان فعل خواستن را صرف نماییم تا به همگان ثابت شود که خواستن توانستن است.

کلام آخر:

زندگی تکرار فرداهای ماست
می رسد روزی که فردا نیستیم
آنچه می ماند فقط نقش نکوست
نقش ها می ماند ولی ما نیستیم
«توآ ۲۱ همراه زبانی»

در طی مدتی که در این راه قدم برداشته ام توانسته ام افتخاراتی کسب کنم که برخی از آنها عبارتند از:

-حکم مربیگری کانگ فوتوآ ۲۱ از فدراسیون کونگ فو
-حکم مربیگری بین المللی کانگ فوتوآ ۲۱ از کشور فنلاند
-دارنده گواهینامه آموزشی کمک های اولیه از سازمان جمعیت هلال احمر استان

-نایب رئیس هیئت کونگ فو به مدت شش سال
-عضو شورای عالی سبک جهانی کانگ فوتوآ ۲۱
-نماینده سبک کانگ فوتوآ ۲۱ شهرستان عجیشیر
-قائم مقام دانشکده منطقه یازده (بناب و عجیشیر)
-معاونت فنی منطقه یازده (بناب و عجیشیر)
-مسئول NGO کانگ فوتوآ ۲۱ شهرستان عجیشیر
-مسئول رزمی گردان امام حسین سپاه به مدت دو سال



وراء اندیشه (کاخ انسانیت)

جهانبان علی نبی زاده بابکی

دبیر اندیشکده جهانی کانگ فوتو ۲۱



به نام خداوندگار هستی بخش
جهان هستی به این شکلی که ما مشاهده می کنیم چه به صورت طبیعی و چه با ابزارهایی که با دانش و دستاوردهای تکنولوژی ساخته دست بشر قابل رویت است و یا استنباطی که از برداشت های فلسفی نسبت به کیهان داریم و نهایتا شناختی که از انسان به عنوان موثرترین پدیده عالم هستی داریم در واقع چگونه روندی را طی نموده و به کجا ره خواهد برد؟
در ابتدا کلمه بود. کلمه نزد خدا بود و خدا کلمه (انجیل). تمامی هستی در یک محفظه و در یک سیلندر به شکل انرژی بود. کاملاً محدود و فشرده در واقع کلمه بود. حرکتی نداشت. کلمات بر کلمات دیگر انرژی نداشتند، هیچ ذوق و انگیزه ای نبود. همه چیز سرد و خاموش بود. چه پیش آمد جان را که پس انداخت جهان را (مولوی).
به طور مثال شما اجزاء یک سیستم کامپیوتر را دارید اما آنها در کارتن بسته بندی هستند. تا زمانی که این اجزاء جمع نشوند و تشکیل سیستم را ندهند نه بر هم اثر دارند و نه تاثیری بر پیرامون خود می گذارند.
گر اجزای زمینی و مگر روح امینی
چو آن حال بینی بگو جل جلاله
نظر خداوند بر این واقع شد که این سیلندر منهدم شود و این فشردگی گسسته گردد. پس اینگونه همه چیز وسعت پیدا کرد در یک فضای بی انتها شور زندگی و عشق آغاز شد.
انسان هم که جزئی از اجزاء و محتویات آن سیلندر و انرژی بود وسعت پیدا کرد به اندیشه در قالب جسم محدود شد.

قاصدک سه خط نوشتی
خط اول او خواند و من
خط دوم او خواند و من لا
خط سوم نه او خواند و نه من
خط سوم منم انسان

شمس/خط فکر سوم



نتیجه می‌گیریم انسان به اندیشه محدود است. که شامل زمان گذشته، حال و آینده است:

۱- گذشته: بر می‌گردد به تاریخ تکامل بشر که با مطالعات تاریخی در کلیه ادوار و پیشرفت‌های علوم و تکنولوژی ما پی به عملکرد گذشته می‌بریم.

۲- حال: آنچه که با برداشت‌ها و دارایی‌ها و تصویرسازی ذهنی حاصل می‌شود نتیجه عملکرد حال است.

۳- آینده: تجربه گذشته. انگیزه حال و برنامه‌ریزی‌های ما بر اساس یک قواعد مشخص و از پیش معلوم شده در اندیشه‌ی ما که کاملاً محدود به دانش و توانایی ماست آینده را می‌سازد.



آنچه در این مقاله مد نظر ماست وراء اندیشه است. یعنی زمان چهارم «بی‌زمان»!

سقراط می‌گوید که فکر هنگامی به عالی‌ترین درجه می‌رسد که روح گرد خود فراهم آمده باشد، صدا و منظره یا درد و لذت مخل جمعیت آن نباشد، یعنی روح از بدن جدا شود و در جستجوی هستی حقیقی برود.

بحث ما این است که از دایره محدودیت بگذریم و اسیر قانون و قواعد اندیشه نباشیم. این سبورا بشکنیم و آزاد شویم. نظر خداوند بر این نبوده که از سیلندر آزاد شویم و در محدوده تن و اندیشه که در تن محصور شده گرفتار آییم. نظر بر این بوده که به وراء اندیشه برسیم و در این راستا نمونه‌های انسانی داریم که موفق به عبور از این گذرگاه شده‌اند.

من گنگ خوابیده و خلقی تمام کر

من عاجزم از گفتن و خلق از شنیدنش

بر این اساس اگر برگردانی بر تاریخ ادیان ((پیام اوران)) عارفان و حکیمان، بینشوران، دانشمندان، حماسیون و... بیاندازیم کاملاً واضح است که آنها از دایره اندیشه به وراء اندیشه رسیده‌اند.

آنان به زمانی به غیر از این سه زمان که ما می‌شناسیم و عرف هست، دست پیدا نمودند. در واقع به بی‌زمان رجعت کرده‌اند، زیرا آنان در بی‌زمان که جا و مکان و زمان در آنجا جایگاهی ندارد واقع شدند که روند تاریخی آینده بشریت را مکتوب نمودند.

مثل اینکه شما مقداری گاز را در یک کپسول فشرده کرده‌اید و بعد آن را در یک اتاق رها می‌کنید. این رهایی به منزله این نیست که این گاز در هوای آزاد و در جو و اتمسفر زمین می‌تواند جابجا شود. خیر پس از آزادی آن محدود شده به یک اتاق پس انسان هم درست است که از آزادی برخوردار شد اما محدود شد به اندیشه.

طبق برآورد و دانش بشری تا به امروز اجزاء هستی از چهار بخش تشکیل شده است.

جمادات، نباتات، حیوانات و انسان

۱- جمادات: کاملاً محدود به اجزاء تشکیل دهنده و ملکول‌های خود هستند. مگر اینکه نیرو و انرژی از بیرون بر آنها اثر بگذارد تا حرکتی داشته باشند.

۲- نباتات: در حال ثبات هستند اما نه مطلق. پس حرکت دارند ولی کاملاً پیش‌بینی شده. مثلاً ریشه در داخل زمین حرکت می‌کند و شاخ و برگ بزرگتر و قطورتر می‌شوند. بهار و زمستان بر آنها اثر می‌گذارد و ...

۳- حیوانات: آزادی عمل آنها بیش از دو مورد قبل است. حس‌گریزه دارند. احساسات دارند. آموزش می‌بینند. به میزان توانایی جسمی جابجایی دارند. کما اینکه پرندگان و یا نهنگ‌ها حتی قاره‌پیمایی هم می‌کنند.

۴- اما انسان: انسان ضمن تمام موارد فوق آزادی اندیشه دارد یعنی غیر از حرکت فیزیکی می‌تواند در یک فضای مجازی که دن نامیده می‌شود حرکت نموده و بعد از تصمیم‌نهایی به آن حرکت فکری و ذهنی مجازی امکان موجودیت و جسمیت ببخشد. در واقع عملکرد ما شناخت ما تصورات ما ارتباطات ما احساسات ما خلایق ما همه و همه بر می‌گردد به اندیشه. پس انسان به اندیشه محدود شده است. انسانها نمی‌توانند در دایره اندیشه به اندیشه دیگری نفوذ کنند. انسان نمی‌تواند داخل کرات آسمانی را ببیند. انسان نمی‌تواند تاثیر مواد بر مواد دیگر، تاثیر حرکت را به حرکت دیگری را ببیند مگر اینکه در دایره محدودیت اندیشه‌یزاری بسازد تا با آن توانایی مشاهده را کسب کند. پس؛

وسعت انسان به اندیشه اوست.

در واقع سیر حرکتی انسان اول در اندیشه جرقه می‌خورد. اول از اندیشه می‌گذرد که من به مسافرت به تهران بروم. برای رفتن به تهران بلیط تهیه می‌کنم. در مسیر رفتن به تهران از آن مکان‌هایی که می‌گذرم و با آن کسانی که ارتباط برقرار می‌کنم. فقط آنها در ذهن من شکل و جسمیت پیدا می‌کنند و من به شناخت آنها نائل می‌شوم. من نمی‌توانم ادعا کنم که در این سفر من به تهران همه‌ی مردم تهران را دیدم و می‌شناسم. نه من محدود به مسیری که رفتم و کسانی که با آنها برخورد کردم آنها را می‌شناسم و همه اینها باز در محدوده ذهن من محدود می‌شوند.

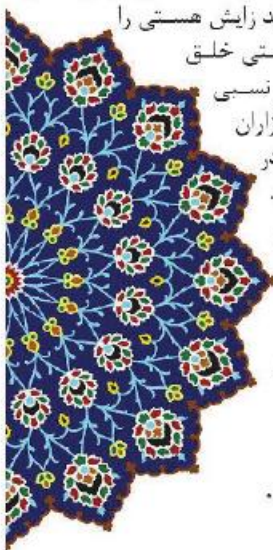
وراء اندیشه (کاخ انسانیت)

ابتدای کار سیمرغ ای عجب
در میان چین فتاد از وی پری
هر کسی نقشی از این پر گرفت
آن پر اکنون در نگارستان چین است
گر نگشتی نقش پر او عیان
این همه آثار صنع از فر اوست
چون نه سر پیداست وصفش را نه بن
هر که اکنون از شما مرد رهید
جمله ی مرغان شدند آن جایگاه
شوق او در جان ایشان کار کرد
عزم ره کردند و در پیش آمدند
لیک چون ره بسی دراز و دور بود
گر چه ره را بود هر یکی کار ساز

جلوه گر بگذشت در چین نیمه شب
لاجرم پر شور شد هر کشوری
هر که دید آن نقش کاری در گرفت
اطلبو العلم ولو بالصین از این است
این همه غوغا نبود در جهان
جمله نمودار نقش پر اوست
نیست لایق بیش از این گفتن سخن
سر به راه آرید و پای اندر نهید
بی قرار از عزت آن پادشاه
هر یکی بی صبری بسیار کرد
عاشق او دشمن خویش آمدند
هر کسی از رفتنش رنجور بود
هر یکی عذری دگر گفتند باز

(عطار نیشابوری سال ۱۱۴۶ میلادی) یعنی ۸۷۰ سال پیش.

کشورهای غربی ۷۶ درصد مردها دارای شغل هستند و فقط ۲۴ درصد زنها موفق به پیدا کردن شغل می شوند. آیا می دانید از هر ۱۰۰ تومان درآمد برای آقایان در ایران فقط ۱۷ تومان درآمد بانوان است. کدام سازمان حقوق بشری انگونه که پیامبر اسلام در این خصوص عمل کرده توانسته کار کند. یا جایگاه زن را آنقدر وسیع می کند که بهشت را زیر پای مادران می داند. بهشت همان سیلندر و همان انرژی فشرده شده بود که در آرامش محدود بود که هستی در آن فشرده و بدون تحرک بود. نظیر خداوند زایش هستی را



رقم زد، این انرژی آزاد و هستی خلق شد. این تنها مادرانند که قادر نسیی به خلق کردن هستند و هزاران مورد دیگر که هر کس در تخصص خود بهتر آشنایی دارد. جایگاه زنان را تا مرز خدایی پیامبر اسلام وسیع دیده است. این تفاوت دید کسانی است که به وراء اندیشه رسیده اند با کسانی که خود را محدود به اندیشه کرده اند.

شما قضاوت کنید...

انجا که آنها قرار گرفته اند به وضوح دیده اند مشکلاتی که بشر در آینده با آن دست به گریبان است. پس راهکارهایی را ارائه نمودند که در واقع برای دستاوردهای پیامبران ما در اندیشه خود کتاب های آسمانی نام نهادیم و برای بینشوران و دانشمندان فرضیه و قانون و فرمول نام گذاشتیم و برای حماسیون مکاتب و ایدئولوژی ها و کاریزما را انتخاب کردیم. این ما بودیم که در اندیشه محدود و محصور خود این اسماء را انتخاب نمودیم.

به طور مثال: در قرآن کریم به عینه از مراحل رشد جنین و تکامل آن تا مرحله تولد گفته شده که با دانستنی های علم پزشکی مدرن امروز کاملاً منطبق است. در ابعاد فیزیولوژی و تیپ بدنی به وضوح صحبت شده، که عیناً فرمایش به روز متخصصین علوم ورزشی است ((شکم انسان باید در راستای سینه اش باشد، نباید جلوتر بیاید)) و با در ابعاد تغذیه ورزشی آنگونه دقیق بیان شده است که انگار یک متخصص تغذیه این مطلب ناب را نوشته ((قبل از سیر شدن دست از غذا خوردن بکش)) و یا در ابعاد اجتماعی آنجا که از حقوق زن صحبت می کند. شما ببینید در زمانی که زن محکوم به زنده به گور شدن بوده پیامبر اسلام در یک انقلاب اجتماعی موفق به قانونی شد، نه اینکه زنان زنده به گور نشوند حتی از اربئه والدین برخوردار گردند. حال نسبت به مرد کمتر. آیا می دانید امروزه در قرن ۲۱ که خیلی ها داد دمکراسی و برابری حقوق زن و مرد را شعار خود قرار داده اند سازمان مجمع عمومی بین المللی دستمزد، اعلام نموده که بشر تا ۱۷۰ سال آینده به برابری حقوق و مزایای دستمزد زن و مرد در جهان نخواهد رسید. آیا می دانید در پیشرفته ترین

دانستند که هرگز و نیستی وجود ندارد، بلکه این سیکل هستی است که دارد مسیر کمال خود را طی می کند.

آینه ات دانی چرا غماز نیست

ز آنکه زنگار از رخس ممتاز نیست

انسان قرن ۲۱ باید بداند در صورتی که تمام انرژی و اندیشه محدود شده خود را در راستای تفکر مثبت، کلام مثبت و عمل مثبت قرار دهد می تواند پوسته ای که او را به اندیشه محدودش کرده را آرام آرام نازکتر و نهایتا پاره نموده و از دام اسارت اندیشه و محدودیت جسم رها و به وراء اندیشه راه پیدا کند.

مثال: شما را به یک مسافرت خارج از کشور می برند و شب هنگام به یک باغ زیبا میروید که این باغ با دیوارهایی محصور شده فردا که بیدار می شوید یک باغ زیبا و دل انگیز را مشاهده می کنید و لذت می برید، اگر یک ماه در آن باغ بمانید کم کم شرایط برای شما عادی و با تمام آن زیبایی که باغ دارد خسته می شوید، نیاز پیدا می کنید از باغ بیرون زده و دیگر نقاط آن کشور را هم ببینید، در غیر این صورت شما در آن باغ کم کم و به مرور زمان افسرده می شوید و...

نظر خداوند بر این بود انسانهایی که اهل تلاش و ریاضت دانش و علم هستند و می کوشند با خود سازی و تقویت قوای روحی، جسمی، اخلاقی، ادبی و معرفتی از زیبایی های مختصر محدود شده این باغ که همین دنیا فانی می باشد و آنها را راضی نمی کند رها شده و در ابدیت و جاودانگی خداوند و با او یکی شوند و علاقمند به درک راز هستی و کیهان هستند و می خواهند به شکل انرژی در زمان و بی زمان رها بوده و هرگز محدودیت نداشته باشند، آنان از حصار اندیشه رها و به وراء اندیشه در آیند و آنان مخلصین و منتخبین دادار هستی بخشنده هستند.

هدف این است که بگویم آنان که به وراء اندیشه رسیده اند، هزاران سال قبل، امروز ما را دیده و در آن واقع شدند و به اندیشه ما راه پیدا کردند و دانستند که بشر آینده بر فلان موضوع چه اسمی را در نظر می گیرد و به آن چه نام می نهد. پس در مکتوبات خود اشاره ای به آن نموده اند. به نوای حافظ شیراز در قرن ۱۴ میلادی. (یعنی هفت قرن پیش گوش جان بسپارید)

گفتم غم تو دارم گفتا غمت سر آید / گفتم که ماه من شو گفتا اگر بر آید / گفتم ز مهرورزان رسم وفا بیاموز / گفتا ز خوبرویان این کار کمتر آید / گفتم که بر خیالت راه نظر بندم / گفتا که شبرو است او از راه دیگر آید / گفتم که بوی زلفت گمراه عالم کرد / گفتا اگر بدانی هم (اوت) رهبر آید / گفتم خوشا هوایی کز باد صبح خیزد / گفتا خنک نسیمی کز کوی دلبر آید / گفتم که نوش لعلت ما را به آرزو کشت / گفتا تو بندگی کن کو بنده پرور آید / گفتم دل رحیمت کی عزم صلح دارد / گفتا مگوی با کس تا وقت آن در آید / گفتم زمان عشرت دیدی که چون سر آمد / گفتا خموش حافظ کاین غصه هم سر آید.

اگر ما نمی توانیم با آنها ارتباط برقرار کنیم، علتش سرعت زیاد آنهاست. چونکه آنها به نور تبدیل شده اند و سرعتی برابر با ۳۰۰/۰۰۰ کیلومتر در ثانیه دارند. شما در نظر بگیرید کنار خیابان ایستاده اید و دوست شما با اتومبیل با سرعت فقط ۲۰۰ کیلومتر از کنار شما رد شود آیا فرصت شناخت او را پیدا می کنید و یا اگر شما را صدا بزند آیا می شنوید. جواب خیر است این است که نمی شود با آنان که به وراء اندیشه رسیده اند ارتباط برقرار کرد. (سر من از ناله من دور نیست/ لیک چشم و گوش را آن نور نیست - مولوی) اما آنها در کیهان سفر می کنند و بر تمام نا شناخته های ما آگاهی کامل دارند. اینان که به معرفت الهی دست یافته اند به روشنی



نتیجه گیری:

۱- کلیه ناهنجاری های جوامع بشری و این همه تضاد و دوگانگی به واسطه همین محدودیت در حصار اندیشه است. این تضاد منجر به جنگها و خون ریزی ها شد، این حصار و احساس محدودیت منجر به حصارهای جغرافیایی در قالب کشورها شد، این حصارها کانون گرم خانوادگی را که برای رسیدن به وراء اندیشه شکل گرفته بود متلاشی کرد، این حصار آنقدر جلو آمد که در قرن ۲۱ منجر به فرد گرایی بی حد و حصری شد که تمام دستاوردهای تاریخ بشری را دستخوش و آبستن حوادث دلخراش کرده و خواهد کرد.

۲- اینگونه است که امروز همه پدیده ها ماهیت اصلی خویش را از دست داده و به پوچی محض رسیده اند. از شما سوال می کنم.

آیا رسالت حکومت ها این است که کارشان جنگ افروزی، کشتار بی رحمانه و تجاوز و ترور شخصیتی و ترور فیزیکی شده است؟

آیا رسالت دانشگاه ها چاپ مدارک بی محتوا و تهی از هر گونه علم و دانش است؟

آیا رسالت مرد و زن به عنوان دو بازوی قوی اجتماعی این است که امروزه مد شده که تشکیل خانواده ندهند و فقط برای ارضای جنسی با هم مراوده داشته باشند؟

آیا رسالت خانواده این است که امروزه هزاران کودک طلاق در عدم احساسات پاک خانواده می سوزند؟

آیا رسالت جراید، روزنامه ها و تلویزیون به عنوان قوی ترین ابزار اطلاع رسانی این است که حزب گرایی و تفکیک وحدت انسانی در اولویت کارشان باشد؟

آیا رسالت محیط زیست این است که با صدور پروانه های غیر قانونی و زدن کارخانه های آلاینده آنقدر حجم گازهای گلخانه ای را افزایش دهند که کره زمین عملاً دیگر جای مناسبی برای زندگی نوع بشر و دیگر موجودات زنده نباشد؟

آیا سازمان ملل متحد، آیا المپیک و... هزاران اخباری که هر روز می شنویم و می بینیم و آیا و آیا!!!

۳- ما باید خوب درک کنیم، انسان هایی از نوع خود ما، آنان که توان خود سازی نداشته و در قفس اندیشه خود را محصور کردند و جسارت شکستن قفل خود خواهی و منیت خویش را نداشته و برای همیشه خود را محدود کردند. مثل گرم ابریشم به دور خود در حصار اندیشه حصاری ذخیم تر ساخته اند و بر قفل های کهنه تعصب قفل نو زده اند، توان و تحمل پرواز پروانه را ندارند و برای اینکه ما را نیز مثل خود محدود کنند، هزاران هزار سیاست و برنامه ریزی و تبلیغات بی اساس و هزاران محصول جدید می سازند تا تفکر اینکه می شود از محدودیت اندیشه از این بن بست رهایی یافت و به وراء اندیشه رسید به ذهن ما خطور نکند، ببینید اینان که برای متاع نا چیز دنیا و برای یک محدوده کوچک جغرافیایی که نام کشور بر آن نهاده اند و برای این محیط تنگ حکومتی حاضر به هر گونه جنایت و خیانت می شوند مغزشان چقدر کوچک است و چقدر از دانش تهی است که این محدودیت و

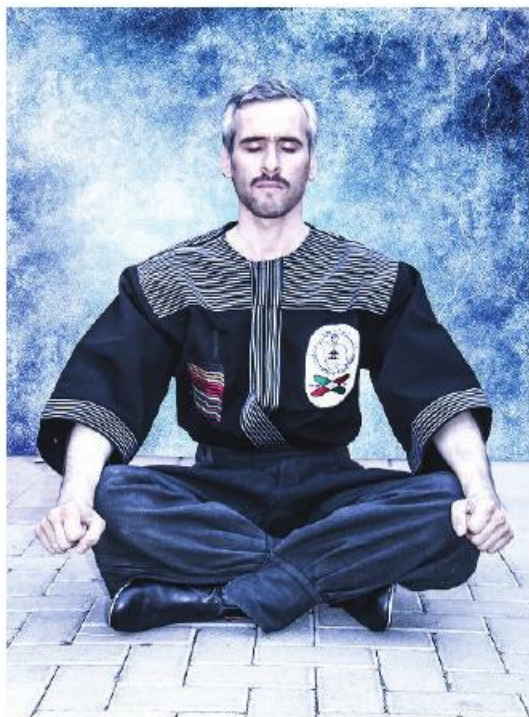
این سکون آنها را راضی کرده است و برایش دست به هر عمل و قبیحی می زنند.

ایها الناس جهان جای تن آسایی نیست /مرد دانا به جهان داشتن ارزانی نیست /خفتگان را چه خبر زمزمه مرغ سحر /حیوان را خبر از عالم انسانی نیست /داروی تربیت از پیر طریقت بستان /کادمی را بتر از علت نادانی نیست /روی اگر چند پری چهره و زیبا باشد /نتوان دید در آینه که نورانی نیست /شب مردان خدا روز جهان افروز است /روشنان را به حقیقت شب فلمانی نیست /پنجه دیو به بازوی ریاضت بشکن /کاین به سر پنجگی ظاهر جسمانی نیست /اطاعت آن نیست که بر خاک نهی پیشانی /صدق پیش آر که اخلاص به پیشانی نیست /احذر از پیروی نفس که در راه خدای /مردم افکن تر از این غول بیابانی نیست /عالم و عابد و صوفی همه طفلان رهند /مرد اگر هست به جزء عارف ربانی نیست. (فیلسوف بزرگ سعدی شیرازی متولد سال ۵۸۸ خورشیدی یعنی ۸۰۶ سال پیش)

۴- اینکه ما باید به تعریف چهار زمان توجه داشته باشیم، گذشته، حال، آینده و وراء اندیشه یا همان بی زمان.

۵- رسالت کانگ فوتو ۲۱ طریقت دانایی، هیات یازده نفره شالیندان سرخ جهانی در واقع جهانپانان عزیز و قدراسیون جهانی کانگ فوتو ۲۱، مسئولین زحمت کش مناطق کشوری و کلیه راهدندان و مربیان دل سوز این ورزش رزمی ملی ایرانی این است که در حین تمرینات جسمانی و فنی همراهان را به دن ببرند این مهم را یاد آوری و به صورت تداومی و به دور از هر گونه کوتاهی مرتب به همراهان آموزش داده و آنان را واقف کنند که راه آنها و بشر چیست و به کجا باید ختم گردد. همراهان اسیر دستاوردهای اندیشه نشوند. بلکه با مطالعه دقیق و منابع معتبر از جمله کتب آسمانی و کتابهای ادبی و عرفانی، تجربیات عارفان و فیلسوفان بزرگ و شناخته شده در سطح جهان و کسب تجربه عملی از تمام پدیده ها به خصوص فلسفه غنی طریقت دانایی در جهت سیر و سلوک و رسیدن به وراء اندیشه استفاده کنند. تا در مسیر تعالی، کمال و زایش و انشاء قرار گرفته تا در سیر تکاملی طریقت موفق به از بین بردن جمود فکری جوانان، کهولت فکری پیران و رکود فکری فعالان گام های بلندی در سطح جهان بردارند، آنچه قابل تامل است اینکه همراهان باید توجه داشته باشند که مصداق شعر فیلسوف و عارف بزرگ حافظ شیراز نشود، (الا یا ایها الساقی ادرکاسا و ناولها / که عشق آسان نمود اول ولی افتاد مشکله) همراهان بدانید که رفتن این راه سخت است، دشواری های خواص خود را دارد با حقیقت و برای حقیقت زندگی کردن مشکل است. تنها پشتیبان شما در این مسیر فقط و فقط ایمان است. با ابزار ایمان می توانید پیروز شوید. ایمان مثل آب است، آنقدر پشت سد می ماند تا سرازیر شود، اگر به راه و هدف خود ایمان داشته باشید آنقدر پشت مشکلات می مانید تا راهی برایش پیدا کنید. هرگز منصرف نمی شوید. عدم انصراف موفقیت است.

پیروزی فروزیست از بی زمان



مبارزه مسابقه

یادداشتی از جهانیان رامین پناهی
معاونت فنی سبک کانگ فوتو ۲۱

رشد ما در ضعف های ما و ضعف های ما
در رشد ماست!

مبارزه زد و خورد دو گلاباتور نیست که یکی پیروز و دیگری مغلوب میدان باشد در مبارزه کانگ فو، به یک طرف مبارزه رای صادر نمی شود که یکی به هر قیمتی دیگری را از دور خارج کند، بلکه به دو مبارز و دو بادی به رای داده میشه. در مبارزه نقاط ضعف بادی پله و نردبانی برای تکامل و رسیدن به قله من نیست بلکه با رساندن او به قله ارزشها خود را سعادتمند قله خواهیم یافت به همین خاطر با مبارزه به همدیگر نزدیک می شویم ولی با مسابقه، نه تنها از هم از انسانیت هم فاصله می گیریم در مبارزه هر ضربه ای که از بادی خود می خوریم همچون شلاق بیداری است که کینه ای بدنبال ندارد در مبارزه با کوبیدن همراه به دنبال بالا کشیدن خود نیستیم در مبارزه دست کسی بالا نمی رود کسی هم خرد و بی مقدار نمی گردد در مبارزه به دیده تنفر به همدیگر نمی نگریم و همراه آنسوی ایران زمین را حریف خود نمی دانیم بلکه او همراه من است و من همراه او، او آئینه ای است برای تکامل من و من آینه ای هستم برای کمال او.....

توا
جهانیان پناهی

کانگ فو کار تا زنده هست از آموختن بی نیاز نیست و هر چیزی هرچند بد، چیزی برای آموختن به ما دارد خیلی تفاوت هست بین مسابقه و مبارزه چون هدفشان با هم متفاوت است در مبارزه دو نفر، بادی یکدیگرند که دوش به دوش هم با نگاه و مسیر و هدف واحد وارد اوتایمی و مبارزه می شوند ولی در مسابقه ما دو حریف داریم که با نگاه و هدف متفاوت و هر کدام از یک قسمت میدان وارد شده و در مقابل هم قرار دارند، این تنها تفاوت ظاهری مسابقه و مبارزه است.

در مبارزه تکنیک ها را بر هم حلال میکنیم، در مسابقه دیگر همراهی معنی ندارد چون همراهی و رهرویی زمانی معنا می یابد که مسیر و جهت و هدف یکی باشد در مبارزه از نقطه ضعف بادی خود پلی برای پیروزی و اول شدن خود نمی سازیم، بلکه برتریت در مبارزه مطرح کردن انسان در اوج انسانیتش می باشد در مبارزه از نقاط ضعف همدیگر برای رشد و تعالی همدیگر بهره می گیریم نه برای به زمین زدن و لگد کوب کردن همدیگر.





را با کنگره های قبلی
متمایز میکند تحقق
اظهارات و باور های ما
از بینش و حاکمیت
روح بلند و بزرگ و
معنوی اندیشمندان
پیشین طریقت جویان
بر پیکره این کنگره
بود. پنجاه و چهارمین
کنگره سفری بر

دنیای خاطره ها و تجربه ها بود فرصتی برای احیاء ارزشهای
متعالی تلخ و شیرین را با کنگره های قبلی متمایز میکند
تحقق اظهارات و باور های ما از بینش و حاکمیت روح بلند
و بزرگ و معنوی اندیشمندان پیشین طریقت جویان بر
پیکره این کنگره بود. پنجاه و چهارمین کنگره سفری بر
دنیای خاطره ها و تجربه ها بود فرصتی برای احیاء ارزشهای
متعالی تلخ و شیرین دیروز بود. فرصت سیاسی در مجاورت
تمامی ناسپاسی های حاکم بر پیکره کنگره قوی راستین.
فرصت سپاسی بود از هموارسازان راه پر فراز و نشیب طریقت
بر نسل کنونی. سپاس از پیشانی بلندان سرزمین کهن که با
ایثار خودشان در راه ایران سرفراز به فلسفه خاک و خون
معنی بخشیدند، شجاعت و شهامت و غیرت را بر ما معنی
کردند. باور اینکه آنکس که برای اوتایمی خون بدهد برای
وطنش جان خواهد داد حجت را بر ما تمام کردند. آنان که
با رفت بی برگشت خویش حکایت شمع و پروانه را معنی
کردند. فرصت سپاسی بود از انسانهای وارسته ای که از
دلبستگی های دنیای خاکی بریده و به سلحشوران تاریخ
پیوستند و ما امروز الگوی خرقه مان را از خون سرخشان و
رنگ سبز شالمان را از اندیشه سبز شان گرفته ایم. سپاس از
شهیدان همیشه جاوید که روح بی الایشان به تلاش و
تکاپوی مادر احیای ارزش های متعالی کنگره فوتوا ۲۱ مهر
تایید میزند. خطوط پیشانی شهیدان زنده حکایت از
محرومیت و محدودیت و مظلومیت های بیشمار در طول
تاریخ بود. آنان که از جمع منسجم همراهان کنگره در
جستجوی خاطرات گمشده خویش بودند و به چشم سر ما
را می دیدند.

توا

فلسفه برگزاری کنگره های کنگره فوتوا ۲۱

راهبان بهروز سیفی

انجمن کنگره فوتوا ۲۱ سیمرغ میاندوآب



ضرورت برگزاری کنگره های کنگره فوتوا ۲۱ شاید برای بسیاری
مبهم و امیخته به سئوال های متعدد باشد. نگاهی گذرا بر
کنگره های قبلی، پاسخ بسیاری از پرسش های ما را میدهد.
کنگره فرصتی است بر عاشقان دلباخته ای که هر ساله با
انبوهی از تجربیات همراهان گرد هم می آیند تا سفری بر
کوچه پس کوچه های دل یکدیگر داشته و تجربه ها و دانسته
های نوین خویش را به قضاوت همدیگر بگذارند. حاصل
تجربیات کنگره ها وظایف خطیر ما را در پیمودن راه پر فراز
و نشیب طریقت دانایی مشخص می کند. کنگره فرصتی است
بر رویارویی با خویش و به قضاوت خود نشستن و با
خویشاوندان مشترک فکری به تامل پرداختن. شکاف عظیم
انسان امروزی با دنیای زیبای معنوی که در باور های عمیق
انسانی و الهی بنیان نهاده شده است تکلیف ما را پیش از
پیش سنگین تر می کند. بی شک یقین داریم مبدأ ما در
روند سلوک طریقت دانایی خود پایی است و مقصد نهایی
مان خدایابی و خداشناسی و طی این طریق جز با معرفت و
شناخت و توان تشخیص راه از بی راه ممکن نخواهد بود. بین
دنیای حقیقی و دنیای خیالی انسان شاهد فاصله عظیم
هستیم. وقتی دنیای خیالی او را به بی هویتی سوق داده و به
سوی نا کجا اباد میبرد آگاه سازی او و بازشناس دنیای
حقیقی او ممکن نخواهد بود مگر اینکه با برگزاری کنگره
هایی تلاش کنیم تا با همان فلرافتنی و دقتی که نور را از
ظلمت و صدا را از سکوت باز می شناسیم او را به نیازهای
راستین آگاه و از نیازهای دروغینش باز داریم. آموزه های
کنگره پرهیز از بدی و درک رسالت انسانی را مستلزم داشتن
کمال انسانی و سازندگی ادبی می داند. و رشد عایی جسم و
جان را فقط در سایه تزکیه نفس و تعالیم طریقت دانایی را
موجبات کمال انسانی و سازندگی ادبی می داند. به شرطی
که مخاطبان آن انسانهای کمال طلب و با تقوای خداوند
باشند و در مسیر کمال واقعی انسان گام های مصمم بردارند
و این امر باید تحت راهبریت خردمندانه راهبران طریقت
دانایی طی طریق گردد. اما آنچه که پنجاه و چهارمین کنگره





انجمن کنگه فوتو ۲۱۲
تحت حمایت دولت ایران

کنگه فوتو ۲۱۲

نخه و چهارمین کنگه علمی فرهنگی ورزشی
54th Scientific, Cultural & Athletic Congress of Iran



Scientific, Cultural & Athletic
Congress of Iran for 21
August 2017
Vahdat University of Rafsanjan

بنگاه و چهارمین کنگه
علمی فرهنگی ورزشی
کنگه فوتو ۲۱۲
تحت حمایت دولت ایران

۱۴

برگزار کنندگان: دانشگاه علمی کاربردی شهر بابک و انجمن کنگه فوتو ۲۱۲ رفسنجان

به میزبانی: دانشگاه ولی عصر (عج) رفسنجان

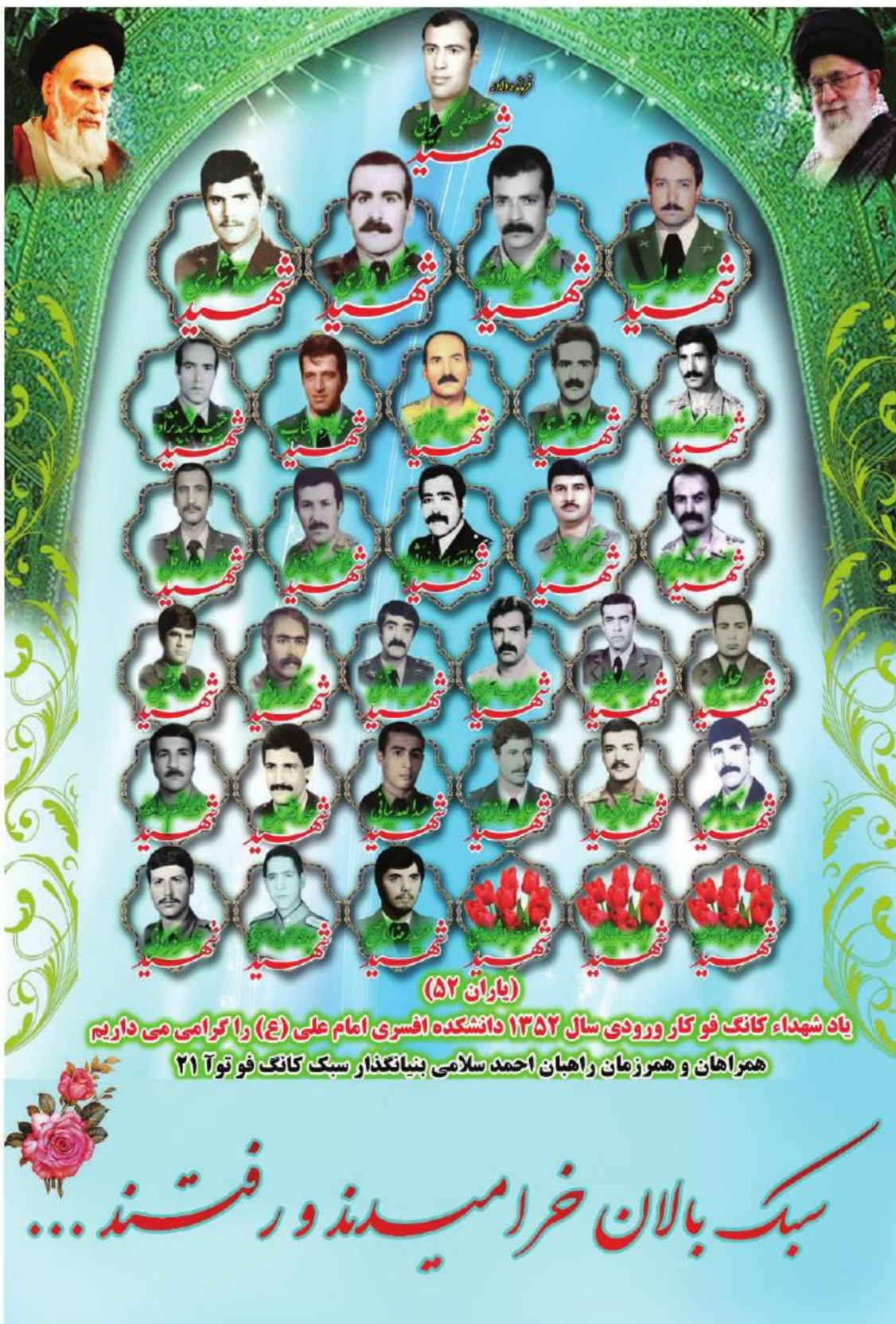
شهر یور ماه ۱۳۹۶



انجمن کنگه فوتو ۲۱۲

ijsr21

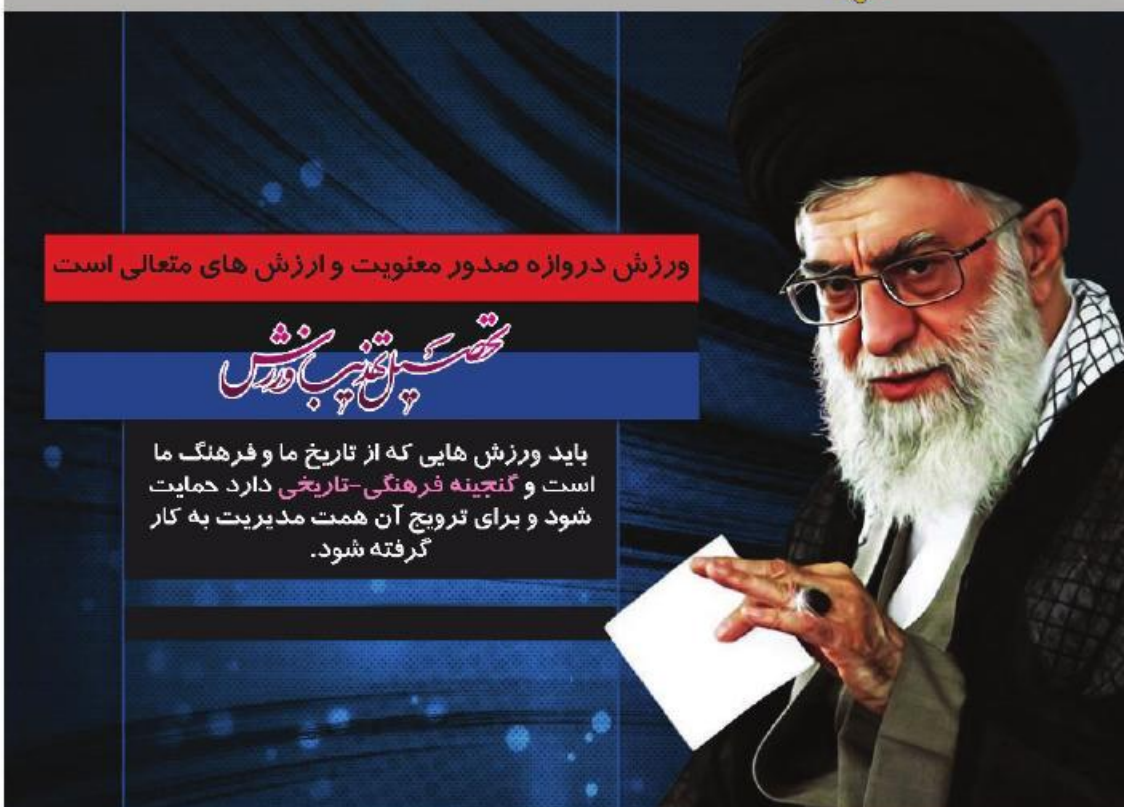
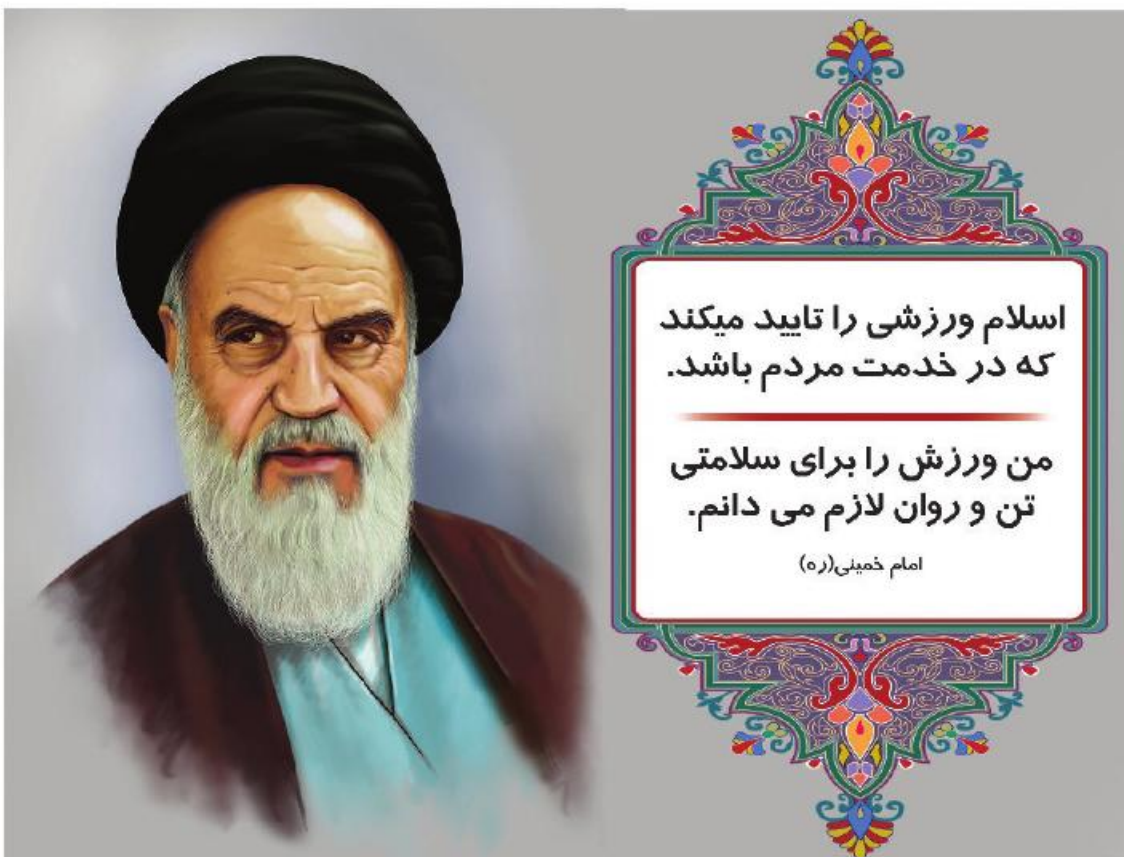




لحظه لحظه و جای جای کنگره ۵۴ تداعی گر ادب، منش،
وقار، شجاعت و شهامت او بود...
یاد و خاطره جهانیان اهورا فلاح
(قهرمان ملی کانگ فوتوآ ۲۱)
که در راه نجات جان همراهان، از جان شیرین خود گذشت
جاودان باد...



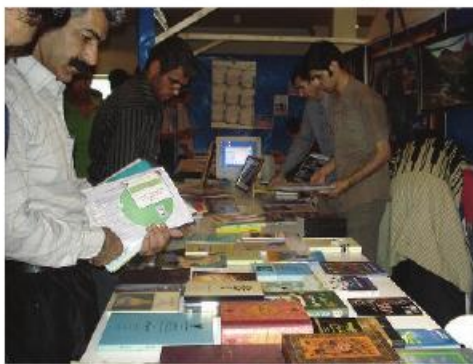
قهرمان ملی کانگ فوتوآ ۲۱





گذری بر کنگره های مهم کانگ فو توآ ۲۱ از سال ۸۷ تا کنون

سی و سومین کنگره کانگ فو توآ ۲۱، دانشگاه شهید باهنر کرمان - ۱۳۸۷



سی و ششمین کنگره کانگ فوتوآ ۲۱، دانشگاه امیرکبیر - ۱۳۸۸



گذری بر کنگره های مهم کانگ فوتو آ ۲۱ از سال ۸۷ تا کنون

سی و نهمین کنگره کانگ فوتو آ ۲۱، دانشگاه مراغه - ۱۳۸۹



۲۰

چهل و دومین کنگره سراسری کانگ فوتو آ ۲۱، دانشگاه آزاد تبریز - ۱۳۹۰



گذری بر کنگره های مهم کانگ فو تو آ ۲۱ از سال ۸۷ تا کنون

چهل و ششمین کنگره سراسری کانگ فو تو آ ۲۱، با همکاری دانشگاه علمی کاربردی، میاندوآب- ۱۳۹۳



پنجاه و دومین کنگره سراسری کانگ فوتو آ ۲۱، دانشگاه علمی کاربردی شهربابک- ۱۳۹۵



گذری بر کنگره های مهم کانگ فو تو آ ۲۱ از سال ۸۷ تا کنون

پنجاه و چهارمین کنگره سراسری کانگ فو تو آ ۲۱

(دانشگاه ولی عصر (عج) رفسنجان- ۱۳۹۶)



کارنامه



کتابخانه ملی و اسنادخانه

سازمان اسناد و کتابخانه ملی جمهوری اسلامی ایران

به شماره ثبت ۴۱۵۶۵ زیر نظر وزارت کشور



با حضور بالغ بر ۴۰۰۰ نفر از
فرهیختگان، پژوهشگران، دانشگاهیان،
ورزشکاران، مربیان و حامیان این رشته
اصیل ایرانی

همراه با نمایشگاه دست آوردهای
دانشگاه علمی کاربردی و دانشگاه
ولسی عصر (عج) و تولیدات اقتصاد
مقاومتی مراکز دانشگاهی، مراکز
رشد، سازمان های مردم نهاد و...

ورزش، آموزش، اشتغال و توسعه پایدار

اهلاف

برگزاری پنجاه و چهارمین کنگره علمی فرهنگی ورزشی کانگ فو توآ ۲۱

ایجاد فرصت جهت ارائه نتایج تازه ترین پژوهش های ملی و بین المللی در زمینه کانگ فو توآ ۲۱ و سایر علوم ورزشی

شناسایی نقاط ضعف، قوت، فرصتها، چالشها و ارائه راهبردهای عملیاتی در توسعه علمی ورزش رزمی ملی ایران (کانگ فو توآ ۲۱)

کمک به رشد و ارتقاء سطح علمی پژوهشی و فنی ورزشکاران با بهره گیری از نظرات جامعه علمی در کنار تجربه و تبحر مدیران، مربیان کانگ فو توآ ۲۱

آشکار نمودن ضرورت و نقش سرنوشت ساز پژوهش در آینده ورزش رزمی ملی ایران

تقویت، تشویق و ایجاد انگیزه در بین ورزشکاران و مربیان به منظور خوددوری هر چه بیشتر در زمینه های علمی - اجرایی

آشنایی با آداب رسوم و برجستگی های فرهنگی شهرها و مناطق مختلف کشور

بسط دانش و به اشتراک گذاری تجارب علمی، فنی و تکنیکی ورزشکاران، مربیان و پیشکسوتان موفق در طرح های کاربردی کانگ فو توآ ۲۱ (در زمینه های پژوهشی، احداث باشگاه، فرهنگی و...)

ارائه نمونه های عملی اشتغال زایی ورزشی و مردم محور از طریق برپایی نمایشگاه اشتغال و کارآفرینی

ارائه آموزش های مختلف مورد نیاز مخاطبان شامل مهارت های زندگی، مدیریت کارگروهی، روش تدریس در تربیت بدنی، کارآفرینی، روش پژوهش و ...



پیام
رئیس دانشگاه ولی عصر (عج) رفسنجان
(رئیس کنگره)

باسمه تعالی

مایه خرسندی است که پنجاه و چهارمین کنگره انجمن کانگ فوتو ۲۱ در شهر رفسنجان با همکاری و تدبیر دانشگاه علمی کاربردی شهر بابک و با همت و توان اجرایی بالای انجمن کانگ فوتو ۲۱ رفسنجان و با میزبانی دانشگاه ولی عصر (عج) رفسنجان برگزار گردید.

اتحاد و یکپارچگی این سه رکن با مدیریت مدبرانه استاد سلامی در هم آمیخت تا ۴۰۰۰ نفر ورزشکار این رشته به اتفاق مربیان خود که از بیش از پنجاه شهر کشور در این کنگره شرکت کرده بودند یکی از منظم ترین، منسجم ترین و سودمند ترین همایش های ورزشی را تجربه نمایند.

پیشرفت های همراهان عضو انجمن کانگ فوتو ۲۱ در زمینه های صنعتی و کار آفرینی که در نمایشگاه دست آوردهای انجمن به نمایش گذاشته شده بود گویای این نکته بود که اگر جوانان مستعد و پر تلاش کشور اسلامیمان بخواهند می توانند به بسیاری از نا ممکن ها و دشواری ها غلبه نمایند.

با امید فردایی بهتر برای همه این عزیزان

محمد علی دهقان

پیام سرپرست دانشگاه علمی کاربردی مرکز شهربابک



باسمه تعالی

ورزش به عنوان یکی از قدرتمند ترین ابزار های فرهنگی و اقتصادی دنیا در روند توسعه و تحول کشورهای توسعه یافته سهم بسزایی ایفا نموده است، در سالی که از سوی مقام معظم رهبری به عنوان سال اقتصاد مقاومتی، اشتغال و تولید نام گذاری شده است، بررسی و توجه به جنبه های مختلف علمی و از جمله علوم ورزشی در

تحقق اقتصاد مقاومتی ضروری می باشد تا با شناخت پتانسیل های موجود و در نظر داشتن اهداف سند چشم انداز ایران در افق ۱۴۰۴، نسبت به کم نمودن فاصله آنچه هست با آنچه باید باشد اقدامات عملی و مؤثری صورت پذیرد.

در همین راستا مرکز آموزش علمی کاربردی شهربابک که سابقه برگزاری ۴ دوره رشته های مرتبط با علوم ورزشی را دارد با همکاری اعضای انجمن کانگ فو توآ ۲۱ شهرستان رفسنجان و به میزبانی دانشگاه ولی عصر (عج) رفسنجان، پنجاه و چهارمین کنگره علمی فرهنگی و ورزشی کانگ فو توآ ۲۱ را با حضور قریب به ۴ هزار نفر از ورزشکاران و مربیان این رشته و فرهیختگان و دانشگاهیان، تحت عنوان (ورزش، آموزش، اشتغال و توسعه پایدار)، با رویکرد تولید و کار آفرینی در ابعاد ورزش و تربیت بدنی، برگزار نمود که به طور زنده و مستقیم از شبکه ۳ سیما نیز پخش گردید. بی شک برگزاری این کنگره با شکوه بدون همت و تلاش کم نظیر اعضای انجمن کانگ فو توآ ۲۱ شهرستان رفسنجان و همکاری عالمانه و خالصانه ریاست، اعضای هیات علمی و کارکنان خدوم دانشگاه ولی عصر (عج) ممکن نبود، لذا به عنوان دبیرخانه دائمی کنگره های کانگ فو توآ ۲۱ مراتب سپاس و قدرانی مجموعه دانشگاه علمی کاربردی را از همه این عزیزان و مردم شریف و مسئولین ساعی رفسنجان اعلام می نمایم.

با سپاس فراوان

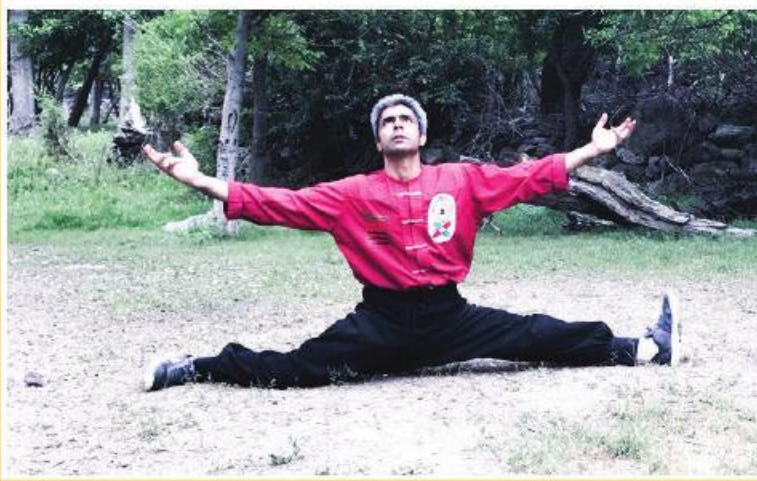
مهدی عبدلی ندیکی

پیام دبیر پنجاه و چهارمین کنگره فوتو آ ۲۱

تو آ

کنگره ۵۴ نماد وحدت مردم، انجمن ها، دانشگاه و مسئولین با ورزش و فرهنگ بود که توانست رابطه ای عالی در این زمینه بوجود آورد و با برگزاری کارگاه های مربوطه در این چند روز آهنگ ورود به دروازه های اقتصادی، علمی، پژوهشی، ورزشی و خانواده را در ذهن همراهان و شرکت کنندگان به صدا در آورد که با وحدت و همدلی به دور از حاشیه ها می توان به ناتوانیها غلبه کرد. پس می توان نتیجه گرفت فرصتها را غنیمت شمرده و برای ایجاد فضایی مناسب جهت کسب و کار سالم، ورزش سالم و دوری از مناقشات اجتماعی پیش آهنگ شده و کمر همت بستیم که در این راه آنی از پای ننشینیم و همواره به فکر همونوع خود باشیم.

سیر راهبان حسین محمودی

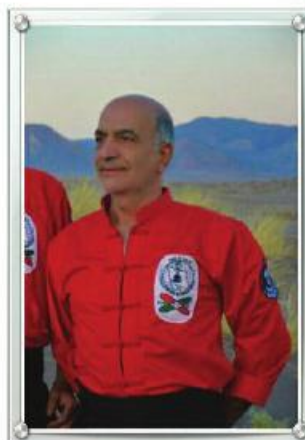


پیام مسئول نمایندگی انجمن کانگ فوتو آ ۲۱ شهرستان رفسنجان

باسمه تعالی

از جمله شاخص های جوامع توسعه یافته میزان مشارکت مردم و تشکلهای غیر دولتی و فعالیت مدنی و افراد و کنشگران داوطلب است. که بدون حضورشان، توسعه پایدار ناممکن و دور از دسترس می نماید.

ما مفتخریم که پنجاه و چهارمین کنگره علمی، فرهنگی، ورزشی کانگ فوتو آ ۲۱ را در شهری به پایان رساندیم که در دامن خود یکهزار شهید را پرورانده و زادگاه بزرگانی همچون هاشمی رفسنجانی و پورمحمدی و هاشمیان ها می باشد و



این در حالی به انتهای خود رسید که همه اقوام ایرانی در حلقه ای از اتحاد (فارس، ترک، لر و کرد و ...) هنر رزمی بکدیگر را به تماشا نشستند که هیچ ورزشکاری به فکر رقابت و یا حذف دیگری نبود و همه به اتحاد و همبستگی و یکی شدن (متو) می اندیشیدند.

ان شاء... این کنگره پیش درآمدی باشد بر اینکه ایران را مهد ورزش های رزمی بومی قرار دهیم و از وابستگی به بیگانه رهایی بخشیم. و این صورت نخواهد پذیرفت مگر بر حضور و مشارکت جدی اقشار و تشکل های مردمی که به سلامت جامعه می اندیشند و جهت ارتقا سلامت جامعه و فعال نمودن احاد مردم فعالند.

بایارومه محمد حسین میرزایی

نقطه آغازین پایه ریزی کنگره ۵۴ رفسنجان:

پس از رایزنی های اولیه و بررسی پتانسیل های موجود و اخذ موافقت ریاست محترم دانشگاه ولی عصر (ع) رفسنجان، طرح برگزاری پنجاه و چهارمین کنگره کانگ فو توآ ۲۱ توسط جهانیان علی نبی زاده نماینده انجمن کانگ فوتوآ ۲۱ استان کرمان و سیر راهبان حسین محمودی مسئول کانگ فو توآ ۲۱ شهرستان رفسنجان در جلسه مورخ ۹۶/۰۱/۲۵ هیات بازده نقره اندیشکده کانگ فوتوآ ۲۱ ارائه گردید و مورد تصویب واقع شد.



در ادامه طی تفاهم نامه ای بین انجمن کانگ فو نوآ ۲۱، دانشگاه جامع علمی کاربردی شهر بابک و دانشگاه ولی عصر (عج) چهارچوب برگزاری کنگره مشخص گردید.



 جمهوری اسلامی ایران

 وزارت علوم، تحقیقات و فناوری

بنامه آقای

 نظام‌نامه برگزاری زمین‌شناسی علمی، فرهنگی و ورزشی

به استحضار می‌رساند که اولین جلسه هیأت مدیره (هیأت رئیسه) زمین‌شناسی علمی، فرهنگی و ورزشی در روز ۱۳۹۰/۰۵/۰۱ برگزار شد. در این جلسه، با حضور اعضای هیأت مدیره و اعضای هیأت امناء، به منظور تعیین اهداف و برنامه‌های این هیأت، تصمیمات زیر اتخاذ گردید:

- ۱- تعیین اهداف و برنامه‌های هیأت مدیره و هیأت امناء
- ۲- تعیین اعضای هیأت مدیره و هیأت امناء
- ۳- تعیین اعضای هیأت مدیره و هیأت امناء
- ۴- تعیین اعضای هیأت مدیره و هیأت امناء
- ۵- تعیین اعضای هیأت مدیره و هیأت امناء
- ۶- تعیین اعضای هیأت مدیره و هیأت امناء
- ۷- تعیین اعضای هیأت مدیره و هیأت امناء
- ۸- تعیین اعضای هیأت مدیره و هیأت امناء
- ۹- تعیین اعضای هیأت مدیره و هیأت امناء
- ۱۰- تعیین اعضای هیأت مدیره و هیأت امناء

این هیأت مدیره و هیأت امناء، به منظور تحقق اهداف و برنامه‌های تعیین شده، اقدامات لازم را به عمل خواهد آورد.

رئیس هیأت مدیره

[illegible]

پس از آن با پیگیریهای مدیر عامل محترم انجمن کانگ فوتو ۲۱ و موافقت وزارت کشور مجوز برگزاری کنگره از وزارت کشور صادر و به کلیه استانداری ها و فرمانداری های کشور جهت همکاری ابلاغ گردید.

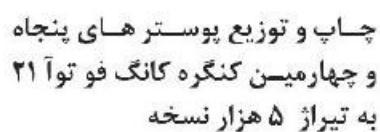


سیاست گذاری نحوه برگزاری این کنگره طی جلسات متعددی در دانشگاه جامع علمی کاربردی شهربابک و دانشگاه ولی عصر (عج) رفسنجان و با هدایت مسئول اتاق استاد راهبردی سبک (جهانبان حسین قهرمان زاده) به انجام رسید و مقدمات پذیرش ۴ هزار نفر در این کنگره بررسی و امکان سنجی گردید.



پوستر کنگره در ۵ هزار نسخه چاپ و توسط نمایندگی های انجمن کانگ فو توآ ۲۱ سراسر کشور توزیع گردید. همچنین اطلاع رسانی لازم از طریق دانشگاه و لی عصر (عج) و دانشگاه علمی کاربردی استان کرمان در کلیه مراکز آموزش عالی کشور به عمل آمد.





مدرسین کارگاه‌ها



در جهت کیفی سازی و بهره وری هر چه بیشتر کنگره، رایزنی های نهایی به عمل آمده و با حمایت شرکت مس منطقه کرمان و دانشگاه ولی عصر (عج) و دانشگاه علمی کاربردی شهر بابک مدرسین کارگاه ها انتخاب و معرفی گردیدند.

مدرس	نام کارگاه	ردیف
 دکتر امیر سلامی خانسان	کارگاه روش پژوهش: آشنایی با مراحل و ساختار پروژه های تحقیقاتی، انتخاب مناسب موضوع تحقیق و بیان علمی سوال پژوهش و مدرس ۱: دانشجوی رشته پزشکی دانشگاه علوم پزشکی ایران، دبیر کمیته پژوهشی دانشگاه ایران، عضو هیئت تصمیم گیری کمیته های تحقیقاتی پزشکی کشور، رییس فیلد پژوهشی دانشگاه های تهران، پژوهشگر برتر سال ۱۳۹۶ دانشگاه علوم پزشکی ایران دارای چندین مقاله ISI	۱
 دکتر مجتبی اسماعیلی	مدرس ۲: دانشجوی دکترای تخصصی رفتار حرکتی دانشگاه فردوسی مشهد، مدرس دانشگاه علمی کاربردی معاون پژوهشی سبک کانگ فو توآ ۲۱، نویسنده کتاب ناگفته های کانگ فو توآ - ۲۱، نویسنده چندین مقاله علمی پژوهشی داخلی و خارجی	۲



مدرس	نام کارگاه	ردیف
 دکتر محمد میانپورآبی	کارگاه مدیریت سازمان، جذب و توسعه آشنایی با نحوه مدیریت خود و دیگران در فرآیند انجام یک کار گروهی رزومه مدرس: دکترای DBA دانشگاه مکاتبه ای ویکتوریا کانادا عضو انجمن مدیریت ایران و عضو انجمن بین المللی مدیران ایرانی پمدرس دانشگاه و مشاور در حوزه های مدیریت استراتژیک، مدیریت منابع انسانی و مدیریت بازاریابی در شرکت های داخلی و خارجی ریاست و مدرس دوره ها و سمینارهایی نظیر: الگوهای نوین مدیریت آموزشی سیستمهای مدیریت کاهش هزینه تکنیکها و روش های برنامه ریزی در بازسازی سازمان راهکارهای ساختار سازی فرهنگ سازمانی مدیریت منابع انسانی پیشرفته راهکارها و چالش های تحول در تیم مدیریت سازمان نقش متقابل بازاریابی و روابط عمومی در موفقیت سازمان	۳

مدرسین	نام کارگاه	ردیف
 دکتر حمید رضا ایرانمنش	کارگاه اشتغال و کارآفرینی آشنایی با پیامدهای مثبت توسعه کارآفرینی، راه های افزایش خلاقیت و نوآوری در حیطه کسب و کار و نحوه ی ارائه ایده های نو و روش های تجاری سازی ایده ها رزومه دکتر حمیدرضا ایرانمنش دارای دکترای مدیریت کسب و کار با ۳۱ سال سابقه مدیریت مشاور شهردار و فرماندار رفسنجان، عضو هیأت امنای دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان نایب رئیس انجمن کارآفرینان شهرستان رفسنجان و ...	۴
 دکتر روح اله صابری ریسه	رزومه دکتر روح اله صابری ریسه دکترای مدیریت بیماریهای گیاهی از دانشگاه تهران، هیات علمی دانشگاه ولی عصر (عج) رفسنجان کارآفرین برتر کشور در سال ۱۳۹۵، دارنده اولین ثبت اختراع ایران در زمینه ترکیبات بیولوگ، تاسیس اولین شرکت دانش بنیان کشاورزی در ایران و ...	

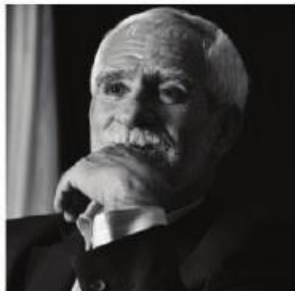


ردیف	نام کارگاه	مدرس
۵	مهارت‌های زندگی و پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی رزومه مدرس : دانشجوی دکترای روانشناسی، عضو سازمان نظام روانشناسی ایران و نیز انجمن روانشناسی ایران مدیر فنی دفتر مشاوره و استعداد یابی دانشگاه علمی کاربردی شهربابک (رویش) مدیر موسسه استعدادیابی و خلاقیت شهرستان شهربابک مدرس دوره‌ها و کارگاه‌های آموزشی متعدد نظیر مهارت‌های زندگی، پیش از ازدواج و ...	 دکتر عصمت شجاع‌الدینی
۶	مهارت‌های زندگی و پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی رزومه مدرس : دانشجوی دکتری روانشناسی تربیتی، عضو سازمان نظام روانشناسی ایران و نیز انجمن روانشناسی ایران عضو هیأت علمی دانشگاه ولی عصر رفسنجان، مشاور در دانشگاه‌های آزاد اسلامی، آموزش و پرورش رفسنجان مدرس دوره‌ها و کارگاه‌های آموزشی متعدد نظیر مهارت‌های زندگی، پیش از ازدواج و ... چاپ مقالات متعدد در همایش‌ها، مجلات داخلی و خارجی	 دکتر سمیه حداد



مدرس	نام کارگاه	ردیف
 دکتر محمد ترکمان	مهارت‌های زندگی و پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی رزومه مدرس : دانشجوی دکترای روانشناسی عمومی عضو سازمان نظام روانشناسی کشور عضو انجمن روانشناسی بالینی عضو انجمن روانپزشکی کودک و نوجوان و انجمن مشاوره ایران دارای بیش از سی مقاله پژوهشی و برتر در مجلات معتبر داخلی و خارجی پژوهشگر برتر سازمان بهزیستی در سال ۱۳۹۱ مدرس دوره ها و کارگاه های آموزشی در حوزه مهارت های زندگی، مهارت های فرزند پروری و مهارت های ازدواج در اکثر استان های کشور	۷



مدرسین	نام کارگاه	ردیف
 دکتر احمد سلامی  مهندس مهدی عبدلی	کارگاه روش نوین تدریس آشنا ساختن شرکت کنندگان با بهترین و جدیدترین روش های آموزش نوین و سیستم های پویا (همچون روش های تدریس مشارکتی) که می تواند در کلاس های تئوری و عملی مورد استفاده قرار گیرد. رزومه دکتر احمد سلامی بنیانگذار سبک جهانی کانگ فو تو آ ۲۱ دکترای فیزولوژی انسانی از دانشگاه باکو رئیس هیات مؤسس مرکز علمی کاربردی شهربابک، عضو هیات علمی دانشگاه علوم انتظامی دارای ده ها مقاله ISI و علمی ترویجی داخلی و خارجی و نویسنده کتاب راز نهان کانگ فو تو آ دارای گواهینامه صلاحیت مدرسی از دانشگاه تربیت مدرس و ... رزومه مهندس مهدی عبدلی کارشناسی ارشد علوم تربیتی گرایش تحقیقات آموزشی رئیس دانشگاه علمی کاربردی شهربابک برگزار کننده کارگاه های طوفان فکری، ایده پردازی و مجری استارت آپ ویکنند شهرستان شهربابک ۲۲ سال سابقه فعالیت در سبک کانگ فو تو آ ۲۱ و ...	۸



مدرس	نام کارگاه	ردیف
 راهدار مجید لطفی	کارگاه حقوق قانونی سازمان های مردم نهاد و سبک های ورزشی بررسی نحوه تشکیل و عملکرد سازمان های مردم نهاد و حقوق قانونی آنها و بررسی حقوق قانونی سبک های ورزشی و پیگیری مسائل حقوقی مرتبط با سبک کانگ فو توآ ۲۱ رزومه مدرس : معاون حقوقی سبک و انجمن کانگ فو توآ ۲۱ مسئول انجمن کانگ فو توآ ۲۱ استان خراسان رضوی ۲۳ سال سابقه فعالیت در این سبک از افراد تاثیر گذار در صدور دو مورد از آراء هیأت عمومی دیوان عدالت اداری مبنی بر حقانیت سبک کانگ فو توآ ۲۱ در دعاوی حقوقی و ...	۹



مدرس	نام کارگاه	ردیف
 جهانبان رامین پناه‌ی	کارگاه استاژ و آزمون های فنی آموزش و توسعه توانایی مهارتی (تکنیک و تاکتیک) و عوامل اثر گذار در کیفیت تکنیکها چون پیچشها و عکس العملها - استفاده از وزن بدن - تمرکز و هدایت جریان - نحوه استفاده بهینه از مفاصل و خاصیت اهرمی آنها - نقش قدرت و سرعت در کیفیت تکنیک و ... رزومه مدرس : کارشناسی ارشد علوم ورزشی معاونت فنی سبک کانگ فوتو ۲۱ سابقه ۲۵ سال فعالیت در این رشته ورزشی در خطه قهرمان خیز آذربایجان عضو هیات یازده نفره شالبندان سرخ کانگ فوتو ۲۱	۱۰



مدرس	نام کارگاه	ردیف
 کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان مرکز رفسنجان کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان رفسنجان	کارگاه آینده سازان آموزش مهارت های زندگی از طریق بازی و مهارت آموزی عملی برای خردسالان با همکاری کانون پرورش فکری کودک و نوجوان رفسنجان   مژده فلاح مربی صنایع دستی مدیر کانون مهرداد حدادی   نگین خاندانی مربی نقاشی مریم حسین پور مربی انیمیشن   آرزو ابراهیمی مربی کاردستی سودابه صابری مربی سفالگری	۱۱

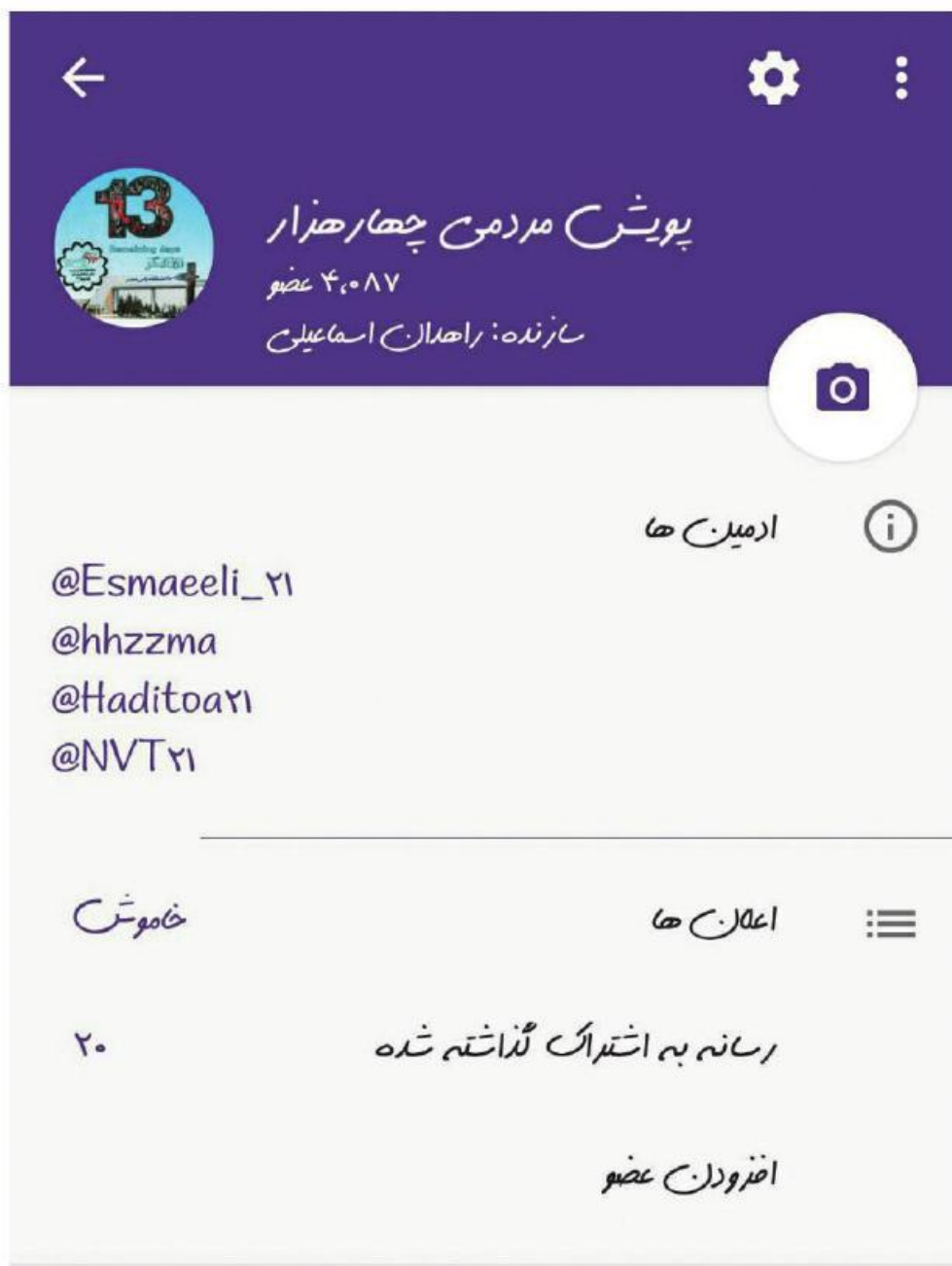
سین برنامه های پنجاه و چهارمین کنگره کانگ فوتو ۲۱

بهدار ظهر		صبح	
۱۶-۱۳:۳۰	استراحت و آمادگی جهت حضور در همایش رزمی	۸:۳۰-۷	پذیرش مهمان پذیرش از یک روز قبل از کنگره نیز مهیا می باشد.
۲۰:۳۰-۱۶:۳۰	آغاز همایش رزمی (ترتیب: موسیقی محلی، حرکات رزمی)	۱۰:۳۰-۸:۳۰	افتتاحیه، خیر مقدم دبیر، سخنرانی کلیدی (مستولین ارشد کتوری و استانی) موسیقی محلی، بیان دستاوردهای ورزش ملی کانگ فوتو ۲۱ - بخش کلیپ سبک و دانشگاه ولی عصر (عج)
۲۲-۲۰:۳۰	نماز، شام و عزیمت به خوابگاه	۱۱-۱۰:۳۰	میان وعده
		۱۳:۳۰-۱۱	ادامه بیان دستاوردهای ورزش ملی کانگ فوتو ۲۱ و ارائه مقالات برگزیده
		۱۳:۳۰	نماز و ناهار
۱۵-۱۳:۳۰	استراحت	۷:۳۰-۷	صبحانه و عزیمت به دانشگاه
۱۷-۱۵	ادامه برگزاری کارگاه های تخصصی هشتگانه	۱۰-۸	برگزاری کارگاه های تخصصی هشتگانه ۱- روش پژوهش (ساختمان دانشکده علوم) ۲- مدیریت سازمان، جذب و توسعه (املی تفر دانشکده کشاورزی) ۳- انتقال و کارآفرینی (آملی تفر دانشکده فنی) ۴- مهارت های زندگی و پیشگیری از آسیب های اجتماعی (ساختمان دانشکده علوم) ۵- روش های نوین تدریس (املی تفر تئید ارسلان) ۶- حقوق فناوری سازمان های مردم نهاد و سبک های ورزشی (ساختمان دانشکده علوم) ۷- اسباز و آزمون فنی (ورزشی دانشکده) ۸- کارگاه آینده سازان (کلون پروت فکری رفسنجان)
			میان وعده
			ادامه برگزاری کارگاه های تخصصی
۱۷:۱۵-۱۷	میان وعده	۱۲:۱۵-۱۰:۱۵	ارائه مقالات پوستری در سالن مربوطه
۱۹:۱۵-۱۷:۱۵	ادامه برگزاری کارگاه های تخصصی هشتگانه	۱۳:۱۵-۱۲:۱۵	نماز و ناهار
۱۹:۱۵ الی ۲۱:۱۵	بازدید از سالن انجمن کانگ فوتو ۲۱ رفسنجان و بازدید از یکی از جاذبه های گردشگری		
۲۲:۱۵-۲۱:۱۵	نماز، شام		
۰۰:۱۵-۲۲:۱۵	جلسه معاونت های ستاد راهبردی کانگ فوتو ۲۱ (ویژه معاونت های مربوطه تا رده کانونی)	۱۳:۳۰	
۱۵-۱۳:۳۰	استراحت و تحویل خوابگاه ها	۷:۳۰-۷	صبحانه و عزیمت به سالن سمینار
۱۶:۳۰-۱۵	اختتامیه: بیان دستاوردهای کارگاه های هشت گانه توسط نماینده کارگاه، تجلیل از نمایندگان انجمن، مدرسین و برگزیدگان کنگره	۸-۷:۳۰	آغاز بخش سوم کنگره و تشریح برنامه کارگاه های عمومی توسط دبیر کنگره
		۹:۳۰-۸	کارگاه عمومی ۱: برنامه ریزی و طراحی تمرین
		۹:۴۵-۹:۳۰	میان وعده
۱۷-۱۶:۳۰	سخنرانی کلیدی اختتامیه	۱۱:۱۵-۹:۴۵	کارگاه عمومی ۲: اصول آموزش کانگ فوتو ۲۱ در رده های سنی مختلف
۱۸-۱۷	اهداء جوایز مسابقه عکس سلفی کنگره ۵۲		
	تجلیل از اسپانسرهای کنگره و نمایندگان شهرستانی انجمن کانگ فوتو ۲۱		
	معرفی و تقدیر از کمیته های اجرای برگزار کننده کنگره ۵۲	۱۲:۴۵-۱۱:۱۵	کارگاه عمومی ۳: اصول اجرا تکنیک های کانگ فوتو ۲۱
۲۰-۱۸	بازدید از یکی از جاذبه های گردشگری رفسنجان (اختیاری)	۱۳	نماز و ناهار

در جوار این کنگره (نمایشگاه ظرفیت ها و دستاوردهای اشتغال و کارآفرینی) با حضور صنعتگران و تولید کنندگان، شرکت های دانش بنیان، واحدهای فناوری، واحدهای اقتصاد مقاومتی، سازمان های مردم نهاد و نمایندگی های انجمن کانگ فوتو ۲۱ از ۱۵ استان کشور برگزار گردید که مشخصات واحد های شرکت کننده در این نمایشگاه به شرح ذیل است.

ردیف	نام غرفه	ردیف	نام غرفه
۱	انجمن تهران، البرز و قم	۱۶	شرکت فیروزه پویان مهر
۲	انجمن خراسانات	۱۷	کانون صبح کویر رفسنجان
۳	انجمن اصفهان	۱۸	صنایع نان آرد بیز
۴	انجمن شهربابک و انار	۱۹	شرکت مبتکران راه نو
۵	انجمن رفسنجان	۲۰	شرکت کلمپه تیتک
۶	انجمن سیرجان و بافت	۲۱	انجمن خام و گیاه خواری
۷	انجمن خوی و سلماس	۲۲	شرکت تعاونی پسته
۸	انجمن زنجان	۲۳	صنایع دستی
۹	انجمن کرمانشاه	۲۴	شرکت شاهین طب
۱۰	شرکت کلبه کامپیوتر	۲۵	شرکت گیاهان دارویی
۱۱	پوشاک فرین	۲۶	شرکت سلامت و تندرست
۱۲	دانشگاه علمی کاربردی شهربابک	۲۷	شرکت صنایع ماشین سازی البرز
۱۳	شرکت شیشه مشهد	۲۸	دانشگاه ولی عصر (عج)
۱۴	شرکت ترد و شیرین	۲۹	سوغات و تولیدات خانگی
۱۵	گروه ترمه رضایی	۳۰	پوشاک پارسه (لباس رزمی)

به منظور ترویج فرهنگ ورزش و کارآفرینی و حمایت از تولید ملی، با استفاده از ظرفیت فضای مجازی، گروهی جهت حضور ۴۰۰۰ نفری حامیان ورزش رزمی ملی ایرانی کانگ فوتو ۲۱ راه اندازی گردید که با عضویت ۵۰۰۰ نفر تا پیش از برگزاری کنگره رکورد کم نظیری در حمایت از یک کنگره علمی، فرهنگی، ورزشی به جای گذاشته شد.



صدها نمونه عکس ورزشی و خانوادگی با پوستر کنگره ۵۴ از جای جای ایران اسلامی در فضای های مجازی رد و بدل گردید.



[illegible][illegible]

۱۳۹۵/۵/۱۰ تاریخ :
شماره : ۱۶۱۸۰۲۲۱/۱۳۹۵
پوست :

پست تحلی

۱۶ کاره : گنجینه دانشی تولید
و نشر (دکتر سلطانه)

انجمن علمی زنان
فرهنگی استادی استادی

مدیر عامل انجمن کاتک فوتو ۲۱۴

سلام علیکم

با توجه به برگزاری پنجاه و چهارمین کنگره علمی فرهنگی، ورزشی
کاتک فوتو ۲۱ در شهر رفسنجان استان کرمان در شهریور ماه
سال جاری، بدینوسیله نمایندگی انجمن این شهرستان به
سرپرستی آقای سلیمان عشقی و با همراهی ۷ نفر از اعضاء جهت
شرکت در کنگره فوق به حضور معرفی می گردد.

محمد مهدی
فرهنگیان استادی

انجمن علمی زنان
فرهنگی استادی

۱۳۹۵/۵/۱۰ تاریخ :
شماره : ۱۶۱۸۰۲۲۱/۱۳۹۵
پوست :

پست تحلی

۱۶ کاره : گنجینه دانشی تولید
و نشر (دکتر سلطانه)

انجمن علمی زنان
فرهنگی استادی

مدیر عامل انجمن کاتک فوتو ۲۱۴

سلام علیکم

با توجه به برگزاری پنجاه و چهارمین کنگره علمی فرهنگی، ورزشی
کاتک فوتو ۲۱ در شهر رفسنجان استان کرمان در شهریور ماه
سال جاری، بدینوسیله نمایندگی انجمن این شهرستان به
سرپرستی آقای سلیمان عشقی و با همراهی ۷ نفر از اعضاء جهت
شرکت در کنگره فوق به حضور معرفی می گردد.

محمد مهدی
فرهنگیان استادی

انجمن علمی زنان
فرهنگی استادی

[illegible]

سرانجام در پایان نام نویسی در سایت کنگره؛ در تاریخ ۳۱ مرداد ۹۶ لیست نهایی شرکت کنندگان در کنگره شامل افرادی که در سایت کنگره و برای مدت ۳ روز نام نویسی کرده بودند و افرادی که به صورت میهمان فقط در افتتاحیه و همایش رزمی شرکت می کردند به شرح ذیل ارائه گردید که حاکی از حضور قریب به ۴۰۰۰ نفر از هم میهنان عزیزمان در شهرستان رفسنجان بود.

ردیف	استان	شهرستان	ثبت نام در سایت	شرکت کننده در افتتاحیه
۱	اصفهان سیرراهدار ابراهیم سلطان زاده	اصفهان	۶۴	۶۴
۲		دستگرد	۹	۹
۳		گز	۱۲	۱۲
۴		نجف آباد	۱	۱
۵		خورزوق	۲	۲
۶		شاهین شهر	۱۶	۱۶
۷	آذربایجان شرقی جهانبان یحیی پیرجهان	بناب	۶	۶
۸		عجب شیر	۴	۴
۹		تبریز	۲۴	۲۴
۱۰		اسکو	۱	۱
۱۱		سهند	۲	۲
۱۲		صوفیان	۱	۲

ردیف	استان	شهرستان	ثبت نام در سایت	شرکت کننده در افتتاحیه
۱۳	هرمزگان بایارومه مهدی دهقانی	بندر جاسک	۲	۲
۱۴		بندر عباس	۲	۲
۱۵	تهران راهدار علی محمودی	تهران	۲۲	۲۲
۱۶		تهران قم	۷	۷
۱۷		تهران کرج	۱۵	۱۵
۱۸	مرکزی سیراهدان علیزاده	دلیجان	۱	۳
۱۹	زنجان سیراهدان حمید بیگدلی	زنجان	۳۶	۳۶



ردیف	استان	شهرستان	ثبت نامی در سایت	شرکت کننده در افتتاحیه
۲۰	قزوین راهدان مهران فلاح	قزوین	۹	۹
۲۱	کرمانشاه سیرراهدار برهان محمدی	کرمانشاه	۸	۸
۲۲	گیلان راهبان عارف علیجانی	سیاهکل	۱۲	۱۲
		رشت	۳	۳
		لاهیجان	۳	۳

ردیف	استان	شهرستان	ثبت نامی در سایت	شرکت کننده در افتتاحیه
۲۳	آذربایجان غربی جهانبان حسین قهرمان زاده	خوی	۶	۶
۲۴		سلماس	۱۰	۱۰
۲۵		میاندوآب	۴۴	۴۴
۲۶		ملکان	۹	۹
۲۷		دیزج دیز	۷	۷
۲۸		رفسنجان	۱۲۱	۱۰۰۰
۲۹	کرمان جهانبان علی نبی زاده	سیرجان	۵۵	۱۰۰
۳۰		بافت	۲۱	۴۰
۳۱		بزنجان	۲۲	۲۲
۳۲		رابر	۴	۴
۳۳		شهربابک	۱۰۷	۱۲۰۰
۳۴		انار	۸	۴۰
۳۵		خاتون آباد	۴	۳۰
۳۶		کرمان	۸	۲۰
۳۷		ماهان	۱۱	۲۰
۳۸		خراسان رضوی راهدار مجید لطفی	۱۷	۱۷



ردیف	استان	شهرستان	ثبت نامی در سایت	شرکت کننده در افتتاحیه
۳۹	فارس جهانبان محمد علی جنتی 	آبادیه	۷	۴۰
۴۰		گله دار	۸	۸
۴۱		اقلید	۸	۸
۴۲		فرشبند	۱۰	۱۰
۴۳	یزد سیرراهدار کاظم مؤمنی 	یزد	۰	۱۰
۴۴		مهریز	۰	۲۰
۴۵		میهمانان سازماندهی نشده	-	۱۰۰۰
جمع کل			۷۵۹	۳۹۳۹

نمونه دعوت نامه های صادر شده به مسئولین و نهادهای مختلف از سوی دبیرخانه کنگره، با امضاء مدیرعامل انجمن، رئیس دانشگاه علمی کاربردی استان کرمان و رئیس دانشگاه ولی عصر (عج) رفسنجان



زندگی خون سرخ می خواهد
فخر و اقبال رایگانی نیست

نمونہ کارت های صادر شده برای ثبت نام کنندگان، مسئولین کمیته های اجرایی و مدرسین کارگاه های کنگره ۵۴ (رفسنجان)



پنجاب چار پور کنسرتو
علمی، فرهنگی و ورزشی
گفتگو ۲۱۱

نام: مهدی
نام خانوادگی: احمدیان

انتظارات



پنجاب چار پور کنسرتو
علمی، فرهنگی و ورزشی
گفتگو ۲۱۱

نام: روح اله
نام خانوادگی: صابری

**هدر سب کارگاه
اشتغال و کارآفرینی**



پنجاب چار پور کنسرتو
علمی، فرهنگی و ورزشی
گفتگو ۲۱۱

نام: توحید
نام خانوادگی: جبار پور
رتبه: سیر راهدار
شهرستان: خوی
کد شناسایی: ۲۸۰۲۶۵۸۱۱۵
کارگاه: مدیریت سازمان، جذب و توسعه



پنجاب چار پور کنسرتو
علمی، فرهنگی و ورزشی
گفتگو ۲۱۱

نام: محمد حسین
نام خانوادگی: احمد پور

غرفه دار



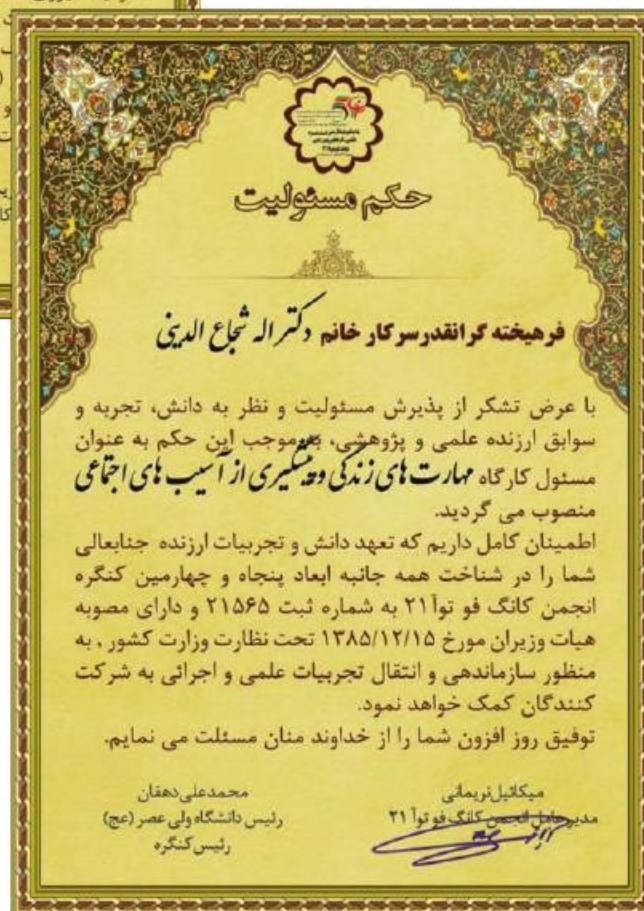
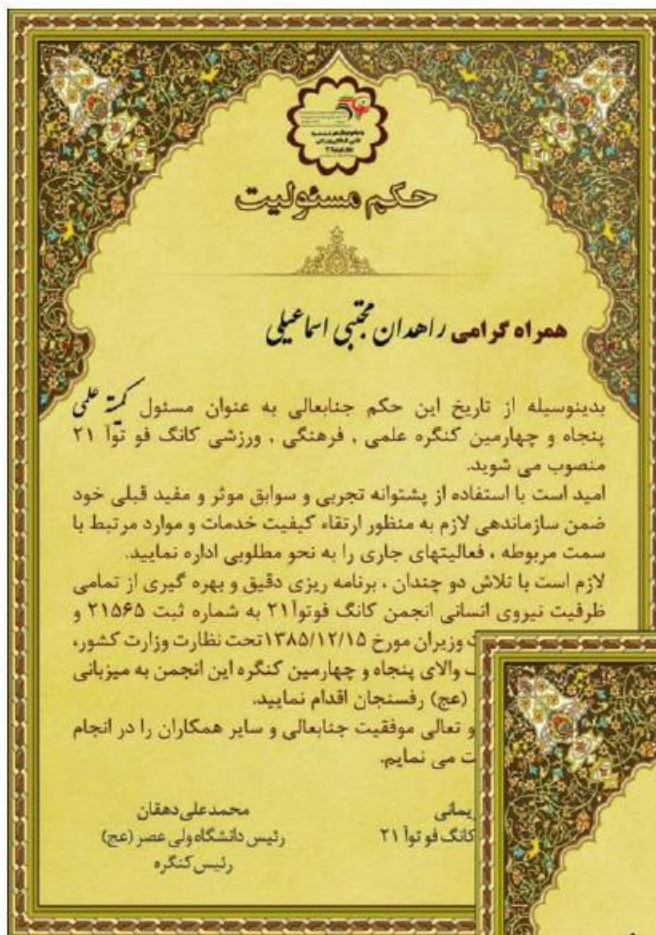
نمونه گواهی شرکت در پنجاه و چهارمین کنگره کانگ فوتوآ ۲۱ که برای قریب به ۴۰۰۰ نفر شرکت کننده در مراسم روز اول کنگره صادر گردید.



نمونه گواهی شرکت در کارگاه های آموزشی پنجاه و چهارمین کنگره کانگ فوتوآ ۲۱ که برای ۷۵۹ نفر ثبتنام کنندگان در سایت کنگره صادر گردید.



نمونه/ احکام مسئولین کمیته های اجرایی و کارگاه های آموزشی پنجاه و چهارمین کنگره کانگ فوتوا ۲۱



نمونه تندیس و لوح تقدیر اهداء شده به مسئولین و برگزیدگان در پنجاه و چهارمین کنگره فوتوآ ۲۱



با نزدیک شدن به زمان کنگره کمیته های اجرایی و عوامل میدانی کار خود را آغاز نموده و فضا سازی ها، آماده سازی خوابگاه ها، تدارکات و مقدمات پذیرش، تجهیز کلاسها و فضاهای آموزشی و مهیا نمودن مکان انجام همایش رزمی با تلاشی مضاعف به انجام رسید.



سرانجام روز موعود فرارسید و اولین کاروان های لاورزشی کانگ فوتو ۲۱ از بامداد روز چهارشنبه ۸ شهریور ماه وارد شهرستان رفسنجان شدند و مورد استقبال همراهان قرار گرفتند و تا ساعت ۹ صبح دانشگاه و لی عصر (عج) رفسنجان مملو از ورزشکاران، دانشگاهیان و حامیان ورزش رزمی ملی ایران گردید.



رایزنی های لازم توسط نماینده انجمن کانگ فوتو ۲۱ شهرستان رفسنجان (آقای مهندس میرزایی) جهت بخش مستقیم کنگره از شبکه ۳ سیما به عمل آمد و پس از پیگیری های مستمر ایشان، مقرر شد افتتاحیه این کنگره به مدت ۴۰ دقیقه از شبکه ۳ سیما به طور زنده به روی آنتن برود.

از شبکه ۳ سیما به تماشا می نشینیم.




بخش زنده پنجاه و چهارمین کنگره علمی فرهنگی ورزشی
کانگ فوتو ۲۱ ورزش رزمی ملی ایران
 با حضور حماسی ۴ هزار نفر از ورزشکاران، مربیان، پیشکسوتان،
 دانشگاهیان و حامیان ورزش رزمی ملی و ایرانی کانگ فوتو ۲۱
 با برگزاری دانشگاه علمی کاربردی شهر بایک
 و میزبانی دانشگاه ولی عصر (عج) رفسنجان
با حضور بنیان گذار سبک دکتر سلامی
 چهارشنبه ۸ شهریور ساعت ۹:۴۰ الی ۱۰:۳۰ صبح





زنده



زنده

آغاز رسمی پنجاه و چهارمین کنگره علمی فرهنگی ورزشی کانگ فوتو ۲۱ از ساعت ۹:۳۰ چهارشنبه ۸ شهریور ۱۳۹۶ سالن خیام دانشگاه ولی عصر (عج)



با تلاوت آیاتی چند از کلام... مجید توسط قاری کشوری جناب آقای علی محمد صادقی و پخش سرود جمهوری اسلامی ایران و صلوات خاصه امام رضا (ع) کنگره آغاز گردید و به طور مستقیم از شبکه ۳ سیما پخش گردید.

۶۲



افتتاحیه کنگره با ادای احترام به نام مقدس جمهوری اسلامی ایران در روز هشتم شهریور ماه ۱۳۹۶ مصادف با سالروز شهادت دولت مردان شهیدی که رفتار آنها و سیره آنها و منش آنها تا همیشه الگویی برای مسئولان و خدمتگذاران نظام مقدس جمهوری اسلامی است و با پاسداشت یاد و خاطره شهیدان سرافراز، رجایی و باهنر آغاز گردید.



جناب آقای خراسانی مجری با سابقه شبکه ۳ سیما و برنامه فنون شرقی و سرکار خانم نارویی مجری توانمند صدا و سیما استان کرمان مجریان برنامه افتتاحیه این کنگره با شکوه بودند.



بخشی از بیانات سخنرانان مراسم افتتاحیه پنجاه و چهارمین کنگره کانگ فوتوآ ۲۱

استاد دکتر احمد سلامی

(رئیس هیات موسس دانشگاه علمی کاربردی شهر بابک و بنیانگذار سبک جهانی کانگ فوتوآ ۲۱)



بسم الله الرحمن الرحيم

هل يستوى الذين يعلمون والذين لا يعلمون

آیا برابرند کسانی که می دانند با کسانی که نمی دانند.

با درود به روان پاک شهداء و بخصوص شهدای هفته دولت، شهینان رجائی و باهنر همراهان، رسالت داران طریقت دانائی وعده های طریقت دانائی تحت الشعاع تعلیم اسلام عزیز در انشاء تن و روان، با دستان توانمند شما مردان و زنان برای نوید سعادت و سلامت قرن ۲۱ در پرتو عطر فرهنگ اسلامی ایرانی، در حال شکوفا شدن است. دنیا تجربه کرده

ملتی سعادت را لمس خواهد کرد که کوشش و تلاش را سرمشق زندگی خود قرار دهد و بیدار باشد و گر نه در زیر چکمه دشمنان بیدار خواهد شد.

به این نقطه شک نکنیم که این حرکت در دستان خود خدا بسوی مقصد در حرکت است، یا بینش عمیق و ایمان راسخ به اینکه، تمام اتفاقات تصادفی نیست، به این کجاوه چنگ بزنیم که در طول تاریخ جزو بازماندگان از حرکت سیمرغ قرار بگیریم. اگر هم در این روند ۴۵ ساله خدمتگزاری و نوکری به شما از جانب این حقیر جسارتی و جفائی سر زده نیز طلب آموزش و بخشش دارم که با نیت خیرخواهانه بوده است.

طریقت دانائی با ۵۰ سال توسعه نیروی انسانی، تاثیر عمیق بر شکوفائی استعدادهای خدادادی و جلوگیری از ناهنجاری های اجتماعی، گوشه گیری، بی بند و باری، اعتیاد و غیره. دانش بنیان نمودن طریقت دانائی با استقرار دانشگاه اختصاصی در شهر بابک کرمان، پژوهش محور نمودن آن با کشفیات و فرضیات بدست آمده پس از برگزاری ۵۴ کنگره علمی، که امروز شاهد ۵۰ غرفه از دستاوردهای اقتصادی آن، در نمایشگاه جانبی این کنگره هستیم، دانشجو محور نمودن

تمامی مربیان که با ۱۲۰ واحد علمی سپری می کند با برنامه های مدون، استقرار اطاقهای فکر و ستادهای راهبردی و معاونت های ۱۱ گانه با مدیریت سیاله اندیشمندانه و ساختار سازمانی همیشه در حال تغییر و تحول در استانها و شهرستانها، همدلی، اتحاد و ظهور شالیندان سرخ هیات ۱۱ نفره جهانی با هدایت ریاست فرزانه آن، تشکیل انجمن در داخل کشور با مصوبه هیات وزیران به شماره ۲۱۵۶۵ زیر نظر وزارت محترم کشور و احراز نمایندگی از استانداران و فرمانداران سراسر کشور با هدایت ماهرانه هیئت مدیره و مدیر عامل محترم آن

با تشکیل فدراسیون بین المللی کانگ فوتوآ ۲۱ در فنلاند و عضویت در سازمان ملل متحد و علوم ورزشی و تربیت بدنی بین المللی آلمان و سایر نهادهای بین المللی و امروزه با دانشگاهی شدن این رشته از طریق سازمان سنجش و احراز مجوز جذب دانشجوی خارجی در این رشته در دانشگاه شهر بابک و ۵۰ سال ریاضت و رنج های همه... و شما عزیزان امروز در کنگره ۵۴ به عنوان پیش تاریخ حرکت تبلور یافته و دستاوردهای عظیمی را به دست خواهد آورد که نمونه کوچکی از آن، تنظیم تفاهم نامه داخلی و بین المللی است که توسط مسئولین ذیربط امضاء خواهد شد. استان کرمان یکی از هدفهای اصلی انجمن بوده که در سالهای ۹۴ و ۹۵ بالغ بر ۸۰۰ میلیون تومان برای گسترش کلاسها در این استان هزینه



نموده است. این کنگره در راستای تحقق اقتصاد مقاومتی در پیام مقام معظم رهبری، بیانگر ایشار و مقاومت ایمانی شهید مدافع حرم، حججی، دانش بنیان نمودن ایده های اقتصادی، جامعه به بلوغ رسیده سبک کانگ فوتو ۲۱، جهانی نمودن حرکت و باز کردن دروازه های جهان به روی فرهنگ طریقت دانائی که آشخوری از فرهنگ ایران و اسلام عزیز است، می باشد. وعده ما در کنگره آتی با حضور ۷۰۰۰ نفر در آذربایجان خواهد بود.

با قدردانی از همه شما عزیزان که از استان های فارس، زنجان، تهران، آذربایجان، هرمزگان، اصفهان، گیلان، خراسان رضوی، کرمانشاه و شهرهای این استان؛ شهربابک، سیرجان، بافت، کرمان، انار که به این مکان مقدس قدم رنجه فرمودید و همچنین مردم و مسئولین شریف شهر بابک و رفسنجان، صدا و سیمای جمهوری اسلامی ایران، دانشگاه ولیعصر(ع)، نیروهای مسلح که در راس آن سربازان گمنام امام زمان که در سایه خدا و پرتو رهبری مقام معظم رهبری امنیت را به ایران کهن در این برهه از زمان ارزانی داشته اند و همه تا توان داشتید پر معنا شتافتیم که این زحمات شما قطعاً مورد داوری تاریخ قرار خواهد گرفت.



بخشی از بیانات دکتر محمد علی دهقان (ریاست پنجاه و چهارمین کنگره کانگ فوتو ۲۱ و ریاست دانشگاه ولیعصر (عج) در مراسم افتتاحیه پنجاه و چهارمین کنگره کانگ فوتو ۲۱

بسم الله الرحمن الرحيم

قل اللهم مالک الملک توتی الملک من تشاء و تنزع الملک
ممن تشاء و تعز من تشاء و تذلل من تشاء بیدک الخیر انک
علی کل شی قدیر



عرض خیر مقدم دارم خدمت همه حضار گرامی که با استقبال پر شور خودشان، علاقه مندی خودشان را به ورزش کشور و سلامت کشور و حمایت از تمام مسئولینی که در جهت شکوفایی ورزش کشور تلاشمی کنند اعلام گردید. همین طور عرض خیر مقدم خدمت میهمانان ویژه، حاج شیخ علی هاشمیان ریاست محترم شورای اسلامی شهر رفسنجان و اعضای محترم شورای شهر رفسنجان، مسئولین محترم رفسنجان و استان سرکار خانم موسی پور مدیر کل امور فرهنگی و اجتماعی استانداری کرمان و همین طور ما به عنوان میزبان خدمت استاد سلامی بنیانگذار رشته کانگ فوتو ۲۱ خیر مقدم عرض می کنم. در دقایقی که خدمت شما عزیزان هستم افتخار داریم به عنوان میزبان این کنگره خدمت شما عزیزان و علاقه مندان به این ورزش و علاقه مندان به سلامتی و برگشت سلامتی به شهرهای ما و ریشه کن کردن تمام مفاسد اجتماعی و خصوصا اعتیاد باشیم.



انشاء... در دقایقی کوتاه دانشگاه ولی عصر (عج) را خدمت شما معرفی می‌کنم.

دانشگاه ولی عصر (عج) از سال ۱۳۷۰ شروع به کار کرد در دو رشته تحصیلی با ۷۰ نفر دانشجو و در طول ۲۶ سال فعالیت انجام شده به موفقیت‌های خوبی دست پیدا کردیم و می‌توانیم ادعا کنیم در بین دانشگاه‌هایی که همراه با ما تاسیس شدند الحمد... بارز و شاخص هستیم ما در حال حاضر نزدیک به ۹۵۰۰ نفر دانشجو داریم در بیش از ۱۰۰ رشته تحصیلی در مقاطع دکتری، کارشناسی ارشد و کارشناسی و همین‌طور اعضای هیات علمی دانشگاه با ترکیبی نزدیک به ۲۶۰ نفر از مرتبه های استاد تمامی، دانشیاری، استادی و مربی در خدمتشون هستیم. دانشگاه ولی عصر (عج) در زمینی به مساحت ۴۰۰ هکتار در حال فعالیت است و ما به الحمد... توانسته ایم بخش عظیمی از این مساحت را از نظر فیزیکی پر کنیم و نزدیک به ۱۳۰ هزار متر مربع ساختمان داریم و دانشگاه ولیعصر (عج) هم در زمینه های آموزشی و هم در زمینه های پژوهشی موفقیت‌های خوبی را در سال‌های گذشته داشته و الحمد... دانشگاه توانسته نام حضرت ولی عصر (عج) را و نام رفسنجان را که از طرفی هم افتخار داریم که نام رفسنجان همراه با نام حضرت آیت... هاشمی رفسنجانی بدرخشد و بتوانیم به عنوان یک مبدا و منشأ بزرگ علمی در این منطقه از کشور فعال باشیم. در زمینه های پژوهشی کار عمده ای که دانشگاه کرده ما اولین ماشین پیل سوختی کشور را در دانشگاه همکارهای ما توانسته اند راه اندازی کنند و به عنوان یکی از طرح پژوهشی برتر کشور معرفی بشود و

همینطور در زمینه مدیریت سبز دانشگاه قدم‌های بزرگی را برداشته، ما اولین دانشگاهی هستیم که توانسته ایم سیستم تصفیه فاضلاب را راه اندازی کنیم و الان تمام آب خوابگاه‌ها و تمام فاضلاب بعد از تصفیه برگشت داده می‌شود برای کشاورزی، ما در زمینه انرژی خورشیدی فعالیت‌های خوبی را داشته ایم و الان هم طرح‌های مهمی را در حال اجرا داریم که به دلیل ذیق وقت فرصت باز کردن این طرح‌ها نیست. ما تنها دستگاه NMR جنوب شرق را در اختیار داریم که در حال حاضر به صورت آزمایشی شروع به کار کرده است. مرکز پژوهش کربن دانشگاه با سرمایه‌گذاری بیش از یک میلیارد تومان فعال شده که امیدواریم بتوانیم حرکات بسیار خوبی و فعالیت‌های بسیار خوبی در زمینه کربن که در کشور ما بسیار نا شناخته است داشته باشیم و خلاصه اینکه دانشگاه ولیعصر (عج) با دانشکده و با حجم بسیار زیادی از فعالیت‌های پژوهشی و آموزشی در حال فعالیت است ان شاء... بتوانیم در زمینه های عمومی در بحث ارتباط با صنعت، در بحث ارتباط بیشتر دانشگاه با جامعه که یک رویکردش همین کنگره است و ان شاء... موفق و مثل همیشه پر توان در حال حرکت باشیم و باز هم از مسئولین انجمن کانگ فوتو ۲۱ تشکر می‌کنم که دانشگاه ما را به عنوان برگزار کننده این کنگره پذیرفته اند و ان شاء... بتوانیم که در زمینه های اجتماعی و فرهنگی و تربیتی و تربیت بدنی توی شهر فعال باشیم.

خیلی ممنون والسلام علیکم و رحمته...



بخشی از بیانات خانم دکتر موسی پور (مدیر کل امور فرهنگی و اجتماعی استانداری استان کرمان) در مراسم افتتاحیه پنجاه و چهارمین کنگره کانگ فوتوآ ۲۱



بسم الله الرحمن الرحيم

برنامه های نشاط،
با برنامه های
شادایی، برای
جوانان و برای اقشار
مختلف زمینه
فعالیت را فراهم
بیاوریم فکر میکنم
آنگاه شاید بسیاری

از آسیب های اجتماعی که امروز درگیرش هستیم بتوانیم به خوبی با آنها مقابله بکنیم یکی از کارگاه هایی که شما فردا خواهید داشت کارگاه اشتغال و کارآفرینی است و این شعار امسال است آن چیزی که مطالبه مقام معظم رهبری است. جناب آقای دکتر سلامی اگر ما بتوانیم مجموعه اتفاقاتی را که از سوی این انجمن در زمینه اشتغال، در زمینه کارآفرینی، در زمینه سلامت جسم و روان در همین مدت اخیر ایجاد شده است را مشخص بکنیم آنگاه میدانیم که چه بلوغی در این مجموعه اتفاق افتاده، ما خواهان این هستیم، این که فعالیت ها مستند سازی شده باشد که بچه های کانگ فوتوآ ۲۱ چه وضعیتی دارند و چه جایگاهی دارند. سلامت اجتماعی آنها در چه میزانی است. خوب این می تواند برای بقیه افراد هم یک الگویی بسیار خوب و مفید باشد. ...خواستم با حضور خودم در این جمع افتخار بکنم به میزبانی استان کرمان و خدمات شایسته ای که جناب آقای دکتر سلامی، جناب آقای میرزایی مسئول محترم انجمن در شهرستان رفسنجان و دوستان دیگرم داشتند را بیان بکنم. آرزوی موفقیت دارم برای همه شما. از جناب آقای دکتر دهقان که متواضعانه و با تمام تلاش خودشان میزبانی این جشن راه این جشن بزرگ را پذیرفته اند، ... معاشران گره از زلف یار باز کنید

شبی خوش است بدین قصه اش دراز کنید
حضور خلوت انس است و دوستان جمعند
و ان یکاد بخوانید و در فراز کنید
موفق باشد

عرض خیرمقدم و خوش آمد دارم حضور همه شما خواهران و برادران عزیز و ارزشمند خودم، مسئولین محترمی که در جلسه حضور دارند، ریاست محترم دانشگاه، نخبگان، ورزشکاران و به ویژه اعضای محترم انجمن کانگ فوتوآ ۲۱ که به نحوی ما میزبان این جلسه در استان کرمان هستیم. در گزارش های ابتدایی عرض کردند که تقریباً از ۱۵ استان و شهرستان در این جلسه حضور دارند انگار نیمی از ایران امروز در کرمان است و ما خوشحالیم که کرمان پهنای و کرمان سرافراز امروز میزبان شما جوانان و شما دلسوزان و شما ورزشکاران است... گرمای بدارم یاد و خاطره بزرگ مرد تاریخ ایران حضرت آیت... هاشمی رفسنجانی را در این جمع و ان شاه... آرزو میکنیم علو درجات ایشان و شادی روح ایشان را و ادای احترام میکنیم به ایشان و ان شاه... که نیات بلند و اندیشه های بزرگی که این مرد بزرگ داشت بتوانیم محقق بکنیم در جهت اعتلای روز افزون ایران بزرگ. همه ایرانی ها به کرمان خوش آمدید امروز کرمان این افتخار را دارد که در سایه رهبری استاندار فرهیخته و مجاهد خودش جناب آقای مهندس رزم حسینی گام های بلندی را در توسعه برداشته، خیلی خوشحال شدم ریز برنامه ها را دیدم به نحوی شما سه روز در استان کرمان اقامت دارید ما آرزو می کنیم که برگشت شما به استان های خودتان سفر بعدی خانواده های عزیزتان به کرمان را به همراه داشته باشد، امروز استان کرمان پیشگام در توسعه اقتصادی، فرهنگی و اجتماعی است. تقسیم استان کرمان به هشت منطقه اقتصادی بزرگ و هشت زون اقتصادی و استفاده از توان ۲۱ موسسه بزرگ اقتصادی نوع جدیدی از مدیریت و توسعه را در ایران رقم زده است... امروز کرمان افتخار می کند که گام های بلندی را در توسعه بر می دارد... انجمن کانگ فوتوآ ۲۱ که امروز کنگره پنجاه و چهارم هست یک تلاش در جهت سپردن کار به دست جوان ها، یک تلاش است در جهت همراه کردن موج عظیم جوانان با حرکت های فرهنگی، اجتماعی و ورزشی، این انجمن تلاش های فراوانی می کند در جهت سلامت جسم و روح و روان انسان، سلامت تنها به سلامت جسم نیست اگر ما بتوانیم با داشتن ورزش، با

بخشی از بیانات حجت الاسلام علی هاشمیان (ریاست شورای اسلامی شهر رفسنجان) در مراسم افتتاحیه پنجاه و چهارمین کنگره کانگ فوتو ۲۱



محور رشد انسان و انسانیت است در کل عالم هستی. امیدوارم که در این سفر به شما خوش بگذرد و چون فرصت نیست بیشتر وقتتون را نمیگیرم و صمیمانه از همه عزیزانی که زحمت کشیدند از راه دور و نزدیک آمدید به رفسنجان و شهر ما را با قدوم خودتان منور کردید صمیمانه سپاسگذارم و امیدوارم میزبان خوبی برای شما عزیزان باشیم. والسلام علیکم و رحمه الله...

بسم الله الرحمن الرحيم

خیلی خوش آمدید شما عزیزان به شهر رفسنجان و خیلی خرسندیم که شهرستان رفسنجان میزبان عزیزان ورزشکار و ورزش دوست و انسان های عاقل و فهمیده ایست که بر اساس دستور اسلام عملاً شکر گذار موهبت الهی و لطف الهی هستند. از همه شما عزیزان و همچنین دانشگاه ولی عصر (عج) رفسنجان و در راس این دانشگاه جناب پرفسور دهقان که باعث خیر و برکت زیادی برای شهر رفسنجان و همچنین یک چهره بین المللی و کشوری. من چون نمایندگی مردم رفسنجان را در شهر رفسنجان دارم فقط آمده ام خدمت شما عزیزان خیر مقدم بگویم و تشکر کنم که ما را قابل دانستید و به رفسنجان تشریف آوردید. از کمیودها، ناقصی ها و چیزهایی که ممکنه باشه عذر خواهی می کنم و امیدوارم در چند روزی که در رفسنجان هستید خاطره خوشی را داشته باشید من یک نکته را عرض کنم خدمت شما بزرگواران وقت نیست فقط همین را عرض کنم کسانی که به بدنشان می رسند و این نعمت الهی را سالم نگه می دارند عملاً دارند شکر خدا را انجام می دهند و اینها در راستای اهداف بزرگ خداوند و دین پیغمبر است حتی در روایتی از پیغمبر است که خداوند میفرماید: من دوست دارم کسانی را که بدن خودشان را قوی می کنند و به خودشان می رسند. جدا از این شما هم بحث بیرونی دارید که بدن را میسازید و هم بحث فکری دارید درونی، ما بهترین صفاتی را که در انسان های با تقوا و انسان های خدا دوست می بینیم صفتی است که به عقل خودشان مسلط اند و این صحت و سلامت بدن اولین اثری که می گذارد این است که درست فکر کنیم مخصوصاً شما عزیزان تو مسیری که دارید کار میکنید و فعالیت میکنید چون آدم با یک حرف با یک چیز ممکنه زود عصبانی بشود و این عصبانیت و کینه از بدترین چیزهاست اما شما در تمرین هاتون در کارهایی که انجام می دهید از لحاظ روحی خیلی قوی می شوید من دیدم و خودمم در این رشته کار کردم. بسیار به شما تبریک می گویم از باب اینکه بهترین مسیر را انتخاب کردید برای رشد و تعالی خودتان و همین طوری که فرمودند عقل سالم در بدن سالم و عقل هم

افتتاح نمایشگاه دست آورد های دانشگاه علمی کاربردی و دانشگاه ولیعصر (عج) و تولیدات اقتصاد
مقاومتی مراکز دانشگاهی، مراکز رشد، سازمان های مردم نهاد و ...
با نام ورزش، آموزش، اشتغال و توسعه پایدار



پذیرایی قریب به ۴۰۰۰ نفر در روز اول کنگره توسط دانشگاه ولی عصر (عج)



برگزاری همایش رزمی تکنیکی کانگ فوتوآ ۲۱ در عصر روز اول کنگره



بخش دوم از روز اول کنگره همایش رزمی در محل ورزشگاه آیت ا.. هاشمی رفسنجانی همراه برگزاری مراسم ترفیعات و اجرای موسیقی های بومی و محلی نقاط مختلف ایران



اجرای تکنیک های کانگ فو تو آ ۲۱ توسط اقایان و بانوان
و اجرای موسیقی فولکوریک مناطق مختلف کشور



کانال رسمی کنگرو ۵۴
@congress54

روز دوم پنجاه و چهارمین کنگره فوتو آ ۲۱ کارگاه های آموزشی
کارگاه روش نوین تدریس
مدرسین: دکتر احمد سلامی و مهندس مهدی عبدلی



روز دوم پنجاه و چهارمین کنگره کانگ فوتو ۲۱ کارگاه های آموزشی
کارگاه روش پژوهش
مدرس: دکتر امیر سلامی



روز دوم پنجاه و چهارمین کنگره کانگ فوتو ۲۱ کارگاه های آموزشی
کارگاه اشتغال و کارآفرینی
مدرسین: دکتر ایرانمنش و دکتر صابری



روز دوم پنجاه و چهارمین کنگره کانگ فوتو ۲۱ آگاه های آموزشی
کارگاه حقوق قانونی سازمان های مردم نهاد و سبک های ورزشی
مدرس: راهدار مجید لطفی



روز دوم پنجاه و چهارمین کنگره کانگ فوتو ۲۱ آگاه های آموزشی
کارگاه روش پژوهش
مدرس: دکتر مجتبی اسماعیلی

۷۶



روز دوم پنجاه و چهارمین کنگره کانگ فوتو ۲۱ کارگاه های آموزشی
کارگاه استاژ و آزمون های فنی
مدرس: جهانبان رامین پناهی



روز دوم پنجاه و چهارمین کنگره کانگ فوتو ۲۱ کارگاه های آموزشی
کارگاه مهارت های زندگی و پیشگیری از آسیب های اجتماعی (۱۲ تا ۱۸ سال)
مدرس: خانم دکتر حداد



روز دوم پنجاه و چهارمین کنگره فوتوآ ۲۱ کارگاه های آموزشی
کارگاه مهارت های زندگی و پیشگیری از آسیب های اجتماعی (آقایان بالای ۲۵ سال)
مدرس: دکتر ترکمان



روز دوم پنجاه و چهارمین کنگره فوتوآ ۲۱ کارگاه های آموزشی
کارگاه مهارت های زندگی و پیشگیری از آسیب های اجتماعی (۱۸ تا ۲۵ سال)
مدرس: خانم دکتر شجاع الدینی



روز دوم پنجاه و چهارمین کنگره فوتوآ ۲۱ کارگاه های آموزشی
کارگاه استاز و آزمون های
فنی مدرس: جهانپان رامین پناهی



روز دوم پنجاه و چهارمین کنگره فوتوآ ۲۱ کارگاه های آموزشی
کارگاه آینده سازان
مدرس: آقای حدادی و سایر مربیان کانون پرورش فکری کودک و نوجوان رفسنجان



ارائه مقالات پوستری یکی دیگر از برنامه های روز دوم کنگره بود که طی این برنامه از ساعت ۱۲ الی ۱۳ کلیه شرکت کنندگان از ۳۰ مقاله که به صورت پوستر در محوطه دانشکده کشاورزی به نمایش گذاشته شده بود بازدید نمودند.



لجنس سنگ نو ۲۱

احمد سلامی خاوشان

دکتری بیومکانیک ورزشی، عضو هیئت موسس مرکز علمی کاربردی شهریارک، و بنیانگذار سنگ جهانی کانگ نو ۲۱



دانشگاه گیلان

چکیده

نوسه ی عملکرد ویرانی های سیستم لعل اسکلتی، عضلاتی و ستون فقرات از جمله ویژگی های قدرت، سرعت، استقامت، دامنه ی حرکتی، شناخت و همچنین استفاده از وضعیت های ایستا و پویای مطلوب توسط اجرای برنامه های بازپروری فعال تحت تأثیر قرار می گیرند. در این پژوهش اثرات حرکات بیومکانیک ورزشی بر ثبات ستون فقرات و نیروهای فلکسور و ایکستنسور تنه در ورزشکاران حرفه ای کانگ نو ۲۱ و افراد غیر ورزشکار و مقایسه ی آن با افراد بیمار دچار کمردرد ضمن مورد بررسی قرار گرفت. نتایج حاصل نشان داد که در گروه ورزشکاران حرفه ای با انجام تمرینات مداوم با رعایت اصل اضافه بار تغییراتی را در ساختارهای غیرفعال (دیسک، مفاصل، فاشیا) و فعال (عضلات و تاندونها) که تأثیر بسزایی در ثبات کمری و افزایش نیروهای ایزومتریک دارند، ایجاد شده بود.

کلمات کلیدی: حرکات بیومکانیکی، ستون فقرات، نیروهای ایزومتریک

مقدمه یا بیان مسأله

در سال ۱۸۹۷م دادلی سارجنت در دانشگاه هاروارد، مرکزی به نام تربیت بدنی اصلاحی تأسیس نمود. برنامه های تمرینی ورزشی عموماً بر توسعه قدرت، استقامت و انعطاف پذیری تمرکز دارند که باعث سازگاریهای لازمه در سطوح سلولی شود. به عبارت دیگر یک برنامه طراحی شده مطمئن ما را قادر خواهد ساخت تا مقادیر قدرت و سرعت اندازه گیری شوند. نوسه عملکرد ویژگیهای سیستم فعال اسکلتی - عضلانی (عضلات و تاندونها)، ستون فقرات از جمله خواص قدرت، سرعت، استقامت، دامنه حرکتی، شناخت و استفاده از وضعیتهای ایستا و پویای مطلوب، بوسیله اجرای برنامه های بازپروری فعال تحت تأثیر قرار می گیرند. لذا هدف تحقیق حاضر بررسی اثرات حرکات بیومکانیکی بر میزان ثبات ستون فقرات و نیروهای فلکسور و ایکستنسور تنه در ورزشکاران حرفه ای کانگ نو ۲۱ و افراد غیر ورزشکار و مقایسه آن با افراد بیمار دچار کمردرد مزمن می باشد.

یافته های پژوهش

یافته ها نشان می دهد، که نیروهای فلکسور تنه گروه حرفه ای در هر سه مرحله از اندازه گیری نسبت به گروه غیر ورزشکار افزایش معنی داری داشته است ($p < 0.01$). نیروهای ext گروه حرفه ای در هر سه مرحله نسبت به گروه غیر ورزشکار افزایش داشته اما این افزایش در قبل از تمرین از نظر آماری معنی دار نبود ($P > 0.1$) اما در مراحل زیر بیشینه و واماندگی افزایش معنی داری داشته است ($P < 0.001$). تمرینات حرکت درمائی بیه مکانیکی به روش فارفان توانسته است نیروهای F و Ex تنه بیماران را نسبت به حالت قبل از کاهش درد به طور معنی داری افزایش دهد ($P < 0.05$).

نتیجه گیری و پیشنهادات

از نتایج این تحقیق استنباط می شود با استناد به فواید ورزش در مکالمه آنتونیمی و بانوفیزبولژیکی بدن که در پیشینه تحقیق آمده است می توان گفت به احتمال قوی تمرینات مداوم ورزشی توانسته است در گروه حرفه ای با انجام تمرینات مداوم با رعایت اصل اضافه بار تغییراتی را در ساختارهای غیرفعال (دیسک، مفاصل، فاشیا) و فعال (عضلات و تاندونها) که تأثیر بسزایی در ثبات کمری و افزایش نیروهای ایزومتریک دارند به وجود آورد.

تشکر و قدردانی

از لجنس سنگ جهانی کانگ نو ۲۱ و مرکز دانشگاه علمی-کاربردی شهریارک که در این زمینه نهایت همکاری لازم را داشتند تشکر و قدردانی می گردد.

روش پژوهش

این تحقیق روی دو گروه ۱۱ نفری از ورزشکاران حرفه ای در رشته کانگ نو ۲۱ و ۲۱ نفری از افراد غیرورزشکار (گروه گوا) با دامنه سنی $21 \pm 1/8$ سال و $24 \pm 2/2$ BMI انجام گرفت. ابتدا هر دو گروه ۲۵ حرکت ورزشی، با اقتباس از برنامه تمرینی فارفان و کراکونسکی را در دو برنامه مستقل ۱۵ دقیقه فعالیت در سطح زیر بیشینه ($HR_{max} 150 \pm 13/5$) و سپس اجرای برنامه ورزشی بیشینه ($HR_{max} 150 \pm 13/5$) مرحله واماندگی (exhaustion) انجام دادند. نیروهای عضلات فلکسور و ایکستنسور تنه در قبل و بعد از فعالیت هر دو مرحله در زاویه ۴۵ درجه تنه اندازه گیری شد. به علاوه تعداد ۱۱ نفر مرضی مرد دچار کمردرد مزمن از نوع آیدیو پاتیک نیز به مدت یک ماه هر هفته سه جلسه ۴۵ دقیقه ای به روش حرکت درمائی حرکات بیومکانیکی فارفان و کراکونسکی، تحت درمان قرار گرفتند. قبل و بعد از درمان به همان روش نیروهای Ex تنه بیماران اندازه گیری و با یک گروه ۱۱ نفره افراد صادی به عنوان شاهد مورد مقایسه قرار گرفتند.

بازدید از سالن اختصاصی کانگ فوتو ۲۱ آرفسنجان

به همت سیرراهبان حسین محمودی و همراهان سختکوش وی احداث گردیده یکی از برنامه های این کنگره بود که پس از آن نیز جلسه شورای عالی سبک با حضور اعضا اندیشکده و مسئولین مناطق و معاونت های آنان در همین مکان برگزار شد.



اهدای گواهی های شرکت در کنگره و گواهی حضور در کارگاه های آموزشی و گواهی ارائه مقاله در مراسم اختتامیه



از بین مقالاتی که به دبیر خانه کنگره ارسال شده بود تعداد ۳۵ مقاله مورد پذیرش قرار گرفت که تعداد ۵ مقاله به عنوان سخنرانی و ۳۰ مقاله به عنوان پوستر ارائه گردید.



عنوان و اسامی مقالات پذیرفته شده
در پنجاه و چهارمین کنگره انجمن کانگ فو توآ ۲۱ به شماره ثبت ۲۱۵۶۵

پژوهشگر	عنوان مقاله	شهرستان	ارائه
۱ مسعود کیهان فر	چالش های توسعه و آموزش کونگ فو توآ در اروپای شمالی (مطالعه موردی دانمارک)	دانمارک	سخنرانی
۲ احسان خالصی	مقایسه کیفیت زندگی بین ورزشکاران کانگ فو توآ ۲۱ مشهد و افراد غیر ورزشکار	مشهد	سخنرانی
۳ مهدیه لطفی	بررسی میزان اضطراب در سخنرانی بین زنان ورزشکار و غیر ورزشکار	رفسنجان	سخنرانی
۴ بهادر نصیر پور	تحلیل کینماتیکی و کینتیکی تکنیک های کانگ فو توآ ۲۱: مطالعه موردی شریه متو	تهران	سخنرانی
۵ بتول بردابی	مقایسه تاثیرات شبکه های اجتماعی در زندگی متاهلین ورزشکار و غیرورزشکار	باتوان	سخنرانی
۶ محبتی اسمعیلی / حسین ایران نژاد	تأثیر تصویرسازی خاص شناختی و خود-گویی انگیزشی بر زمان واکنش ورزشکاران کانگ فو	سیرجان	پوستر
۷ حسین محمودی	کاربرد پردازش تصویر با استفاده از اجرای الگوریتم لبه در مشخص کردن ناهنجاری فانتزی پست گردی در ورزشکاران کانگ فو توآ ۲۱	رفسنجان	پوستر
۸ فاطمه منگلی	مقایسه هوش فرهنگی بین ورزشکاران و غیر ورزشکاران خاتم سنین ۲۵-۱۵ شهریارک	باتوان	پوستر
۹ مسعود نوری	ورزش همگانی در ایران و نقش کانگ فو توآ ۲۱ در تحقق اقتصاد مقاومتی	زنجان	پوستر
۱۰ علی اصغر حکیم آبادی	مقایسه هوش هیجانی بین ورزشکاران کانگ فو توآ ۲۱ مشهد و افراد غیر ورزشکار	مشهد	پوستر
۱۱ محبوبه هاوشکی / معصومه منگلی	سنجش میزان مشارکت دانشجویان دانشگاه های شهرستان شهریارک در فعالیت های ورزشی و تفریحی	باتوان	پوستر
۱۲ مرسیه محمودی	تفاوت های خودنظم دهی ورزشی بین کانگ فو کاران مبتدی و پیشرفته باتوان	باتوان	پوستر
۱۳ زهرا اسدی	بررسی انگیزه ورزشی بین کانگ فو کاران مبتدی و پیشرفته باتوان	باتوان	پوستر
۱۴ مسعود نوری	نقش کانگ فو توآ ۲۱ در مقابله با ناتوانی فرهنگی	زنجان	پوستر
۱۵ فرزانه پیر سمان	مقایسه خشم و پرخاشگری بین دختران ورزشکار و غیر ورزشکار سنین ۸ تا ۱۳ سال	باتوان	پوستر
۱۶ ایمان ابراهیمی	بررسی کیفیت زندگی کانگ فو کاران شهرستان شهریارک	شهریارک	پوستر
۱۷ مهرزاد خارستانی	روان سنجی نسخه فارسی پرسش نامه تصویرسازی حرکتی ۳-۴ در ورزشکاران	شیراز	پوستر
۱۸ اعظمه رشایور	مقایسه باورهای غذایی غیر متعلق بین ورزشکاران و غیر ورزشکاران سنین ۳۰-۲۰ شهرستان شهریارک	باتوان	پوستر
۱۹ علی اکبرزاده	مقایسه میزان افسردگی بین ورزشکاران انجمن کانگ فو توآ ۲۱ مشهد و افراد غیر ورزشکار	مشهد	پوستر
۲۰ شهلا امینی	راهکارهای ورود کانگ فو توآ ۲۱ در عرصه رسانه های جمعی و انتشار عمومی	گیلان	پوستر
۲۱ علی اکبر حمیدی	مقایسه اضطراب بین ورزشکاران کانگ فو توآ ۲۱ مشهد و افراد غیر ورزشکار	مشهد	پوستر
۲۲ فرانتک ثغاف	توسعه و گسترش کانگ فو توآ ۲۱ در بین باتوان کلان شهر ها	گیلان	پوستر
۲۳ ام الین شهابی نیا	بررسی کارکردهای یادگیری مشاهده ای در کانگ فو کاران مبتدی و پیشرفته از لحاظ باس، جنس و طول مدت فعالیت	باتوان	پوستر
۲۴ فاطمه پایکی	مقایسه افراد خطر حین رفتن بین افراد ورزشکار و غیر ورزشکار سنین ۲۰ تا ۴۰ سال	شهریارک	پوستر
۲۵ احمد سلامی	تأثیر حرکات یوگانیکی بر میزان استحکام و لبات ستون فقرات و افزایش نیروهای ایزومتریک تنه ورزشکاران حرفه ای	تهران	پوستر
۲۶ مهرزاد خارستانی	تأثیر وزن بدن، دستکاری اطلاعات بینایی و تکلیف دوگانه بر کنترل پاسچر مردان	شیراز	پوستر
۲۷ مهدی عبدلی	بررسی تأثیر یادگیری مشارکتی بر مهارت های تفکر انتقادی و حل مسأله اجتماعی دانشجویان دانشگاه علی کاربردی مرکز شهریارک	شهریارک	پوستر
۲۸ رضا محمد امینی	بررسی رابطه بین یادگیری مشارکتی و مهارت های اجتماعی و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان	اصفهان	پوستر
۲۹ محمد جواد یوسفی	یجاد پوشش تبدیلی نوین پایه بر کوشش های ورزشی المپیوم به منظور حذف اثرات مخرب سلامتی و ریسک محیطی گروه شش طرفیتی	شهریارک	پوستر
۳۰ رویا اکبری به	محیط زیست و یخچان آب	باتوان	پوستر
۳۱ ریحانه طالبی	Human and the life	رفسنجان	پوستر
۳۲ بهنام موفقی نیا	تأثیر متغیر یک محیط بر روی ترکیب مولکولی و کریستالی آب	تبریز	پوستر
۳۳ ایمان محمودی	مقایسه رشد اجتماعی نوجوانان پسر و دختر مبتدی و پیشرفته ۱۸ تا ۱۲ ساله کانگ فو کار	رفسنجان	پوستر
۳۴ پوریا نبی زاده	مقایسه میزان اضطراب بین زنان و مردان کانگ فو کار پیشرفته	شهریارک	پوستر
۳۵ ابراهیم محمودی	بررسی میزان هوش هیجانی در افراد کانگ فو کار مبتدی، غیر مبتدی در جنوب شرق	رفسنجان	پوستر



شروع برنامه های صبح روز سوم کنگره با تلاوت قرآن و سرود جمهوری اسلامی ایران و سخنرانی مسئولین انجمن ها برتر کشوری و برگزاری سه کارگاه آموزش عمومی و سخنرانی مسئولین محترم



سخنرانی جهانبان علی نبی زاده مسئول حوزه جنوب شرق کشور در سومین روز از کنگره ۵۴

بسم الله الرحمن الرحيم

هل يسوى الذين يعلمون و الذين لا يعلمون

پیدا... فوق ایدیهم. یک دست، دست خداست که بالاترین دست هاست...

عرض ادب و احترام دارم خدمت همراهان عزیز. خدا را شاکریم که در این برهه از زمان زیر سایه چتر نظام مقدس جمهوری اسلامی ایران طریقت دانایی در ابعاد هفت مایکاه به تعالی و رشد خودش تواناً ادامه می دهد. تبریک می گویم به

یکایک شما عزیزان حماسه کنگره ۵۴ را، افتخاری بزرگ بر دفتر پر بار طریقت دانایی، برگی زرین آفریدید. همراهان در طول تاریخ بشر از فرصت ها استفاده کرده است. هیچ پیشرفتی و هیچ آکنانی بوجود نمی آید مگر کسانی که از خواب و اوقات فراغت و بیکاری خود زمان گذاشتند و از لحظه لحظه زندگیشان استفاده بهینه کردند در این برهه از زمان خداوند متعال این فرصت را به ما ارزانی داشت، ما باید همچون نسل های گذشته در توسعه انسانی، معنوی، اقتصادی، اجتماعی از خودمان پادگار عمل مثبتی به جا بگذاریم خداوند این فرصت را ایجاد کرد که امروز در بهترین سالن آمفی تئاتر کل کشور کنگره ۵۴ با این عظمت برگزار بشه اگر ما تک تک این فرصت را متوجه نشویم و از دست بدهیم ما گناه کار هستیم، ما باید از لحظات حال استفاده کنیم و خودمان را در حال گسترده روان کنیم. جسم های ما جسم انسان های معمولی نیست. جسمی که ۷۳۰۰۰ تکنیک، ترکیب و عکس العمل سازی را در ابعاد فیزیولوژی انسانی دارد انجام می دهد یک انسان معمولی نیست، خودمان را بشناسیم و متوجه باشیم چه یونفرمی را پوشیده ایم، آرم و علانم روی لباس ما چیست؟ و از چی داره صحبت می کنه؟ همراهان در قرآن کریم سه بار از میوه ممنوعه یاد شده و در آیه ۳۵ و ۳۶ سوره بقره بیان شده میوه ممنوعه شاید در تفسیر بین علما که این میوه چی هست؟ و متفاوت است من با این قسمت کاری ندارم در حوزه تخصص من هم نیست اما همراهان میوه ممنوعه برای ما کائنگ فو کاران رعایت اصول است. منظور من این است بعضی مسائل برای ما شیرینه اما ممنوعه ما نباید انجام بدیم



شاید انسان های معمولی انجام بدهند اشکال نداشته باشد همان طور نماز شب خواندن برای پیامبر اسلام واجب است اما برای انصار و مجاهدین واجب نیست پس ما باید یاد بگیریم در این لباس مقدس مسائل را با احتیاط انجام بدهیم سعی کنیم آرام آرام دایره میوه ممنوعه را به خودمان تنگ تر کنیم، ما نمی توانیم آن طوری که مردم زندگی می کنند زندگی نکنیم و مدعی باشیم داریم طریقت دانایی کار می کنیم. موضوع بعدی که خیلی مهم است بحث روش یاران است. من با کل مجموعه روش یاران کاری ندارم من فقط در قسمت نمره دهی روش یاران با شما صحبت می کنم. همراهان نمره تک تک دانشجویان طریقت دانایی در روش یاران ۲۰ است این ما هستیم که به عدم توانایی و عدم پشتکار نمره خودمان را می آوریم پایین ما باید توجه داشته باشیم هر روز یک جهان است و یک عمر است زمانی که ما می خولیم عمر ما و جهان ما در آن روز تمام شد. این عمر و این زمان را به هم پیوند نزنیم. نمره هر روز ما که از خواب بیدار می شویم ۲۰ است اگر با توانایی انجام بدهیم با ۲۰ آنروز تمام میشود اگر هر لحظه ای کوتاهی نکنیم نمره ما کم میشه این دست ماست دست خود ماست. منظورم این است اگر اشتباهی، کوتاهی و گناهی انجام دادیم نگویم دیروز این اشتباه را انجام دادم و دیروز شده امروز هم ادامه بدم، نه اون روز تمام شده در دفتر سرنوشت ما اون روز تمام شده روز نو را شروع کنیم. دایره را به خودمان تنگ تر کنیم وقت شما را بیش از این نمی گیرم و شما را با یک جمله به خدا میسپارم.

امروز زمان رستاخیز آدم است. آدم از نادانی و نا آگاهی به دانایی و شکوفایی باید بلند شود از قبرستان وجود خودش. انسان امروز دیگر حاضر نیست به هیچ عنوان در قفس زندگی کند این قفس را خواه نظام سرمایه داری خواه دموکراسی و خواه و خواه، هر ادله ای که بخواهد انسان را در قفس بگذارد بشریت دیگر قفس را تحمل نمی کند. امروز شاهدیم که بندگی دیو بردگی را زمین کوبید. انسان دیگر به کسی بردگی نخواهد کرد و انسان امروز در بند وجود خداست. چنگ بزنیم به ریمان حقیقت طریقت دانایی و متفرق نشویم تا زنده شویم.

ما زنده به آنیم که آرام نگیریم، موجیم که آسودگی ما عدم ماست و آگاهی فانوس راه آزادی شد. تو آ

برگزاری کارگاه آموزشی اصول برنامه ریزی و طراحی تمرین توسط جهانپان رامین پناهی



پخش کلیپ های دانشگاه علمی کاربردی شهربابک و دانشگاه ولیعصر (عج) در روز سوم کنگره



سخنرانی جهانبان قهرمان زاده مسئول ستاد راهبردی کانگ فوتو ۲۱ در سومین روز کنگره ۵۴



کنیم. همراهان، کنگره ۵۴ تا زمانی که کنگره ای با این عظمت در کشور اجرا نشده، اگر دهها سال نیز طول بکشد باید همچنان

فعال باقی بماند و سیر راهبان محمودی به عنوان یکی از معاونین ستاد اجرایی سبک، معاون این قضیه بوده و پیگیر اجرایی شدن این کنگره در سراسر کشور خواهد بود، انشاءاله شعبات این کنگره در کل کشور و در تمامی مناطق از امروز استارتش زده شود و ستادهای اجرایی مناطق شروع کنند یافته های خود و مواردی که مطرح شد، برداشت هایی که داشتند در مناطق یازده گانه کشور ایران این برنامه ها را پیگیری و نهادینه کنند و سعی کنند این کنگره به فراموشی سپرده نشود. از مسئولین محترم مناطق می خواهم در شهرها و مناطق تحت مدیریت خود ستاد تشکیل دهند و دست آوردهای این کنگره را تشریح کنند تا همراهانی که نتوانستند حضور یابند از نعمت و دستاوردهای آن پی بهره نشوند، ما باید به فکر همراهان کل کشور باشیم. عبارت کنگره ۵۴ رفسنجان را به نام رفسنجان جاودانه کنیم.

همراهان همچنان که مستحضرید برنامه های این کنگره به صورت مستقیم از شبکه سه صدا و سیما جمهوری اسلامی ایران برای کل دنیا پخش گردید. با توجه به اینکه نهاد صدا و سیما زیر نظر مقام معظم رهبری اداره می شود ما این امر را مهر تاییدی بر قانونی بودن سبک محاسب می آوریم. و از این پس انتظار داریم، مسئول نماهای سودجویی که مارک غیر قانونی به این سبک میزنند، سر جای خودشان بنشینند و بگذارند تا دلاور مردان غیور و شیر زنان ایران زمین این هنر اصیل ایرانی را با نام پر آوازه ایران در سرتاسر دنیا نشر و گسترش دهند. و ما را از هنرهای رزمی وارداتی بی نیاز کنند... یاشاسین رفسنجان، یاشاسین ایران سربلند و سرافراز، باشد که ایران مان بدست شما بزرگوارانی که ایشار را معنی کردید، نامش عالم گیر و شان و جایگاهش تا ابد پر فروغ باشد. پیروز باشید و به این ایمان داشته باشید که شما در ایجاد تحول عظیم علمی، ورزشی و فرهنگی نقش سازنده ای خواهید داشت. توأ

بسم الله الرحمن الرحيم

سلام و عرض ادب محضر شما بزرگواران: راهندانان، راهداران، راهبانان، جهانبانان، استاد بزرگوار، اعضای محترم ستاد اجرایی سبک و انجمن، اعضای محترم اندیشکده، میزبانان و برگزارکنندگان این کنگره عظیم از ریاست محترم دانشگاه ولیعصر (عج) تا معاونین و همکاران گرامیشان، تقدیر و تشکر از همراهان جنوب شرق خصوصاً دانشکده رفسنجان که با تلاش شبانه روزیشان چنین حماسه ای را خلق کردند. همچنین کنگره ۵۴ را که به یک عظمت بزرگ برای ما کانگ فو کاران و ایرانیان تبدیل شد بر یکایکتون تبریک و تهنیت عرض می نمایم. همراهان، ما نقطه آغازی در این طریقت داشتیم و استارتی تو ذهن ما زده شد، شمع دانایی توی ذهن ما روشن گشت. اون شمع دانایی تا حیات داریم نباید خاموش شود. تا ثمره آن دانش و دانائی نصیب فرزندان و نسل های آینده گردد. همراهان همچنان که مستحضرید ایمان، اعتقاد راسخ و آگاهی تنها ابزارهایی هستند که می شود با انکا به آنها خود و دنیای پیرامون را دگرگون کرد، آنچه در زندگی کوتاه دنیوی ما ارزشمندی های معنوی، سیاسی، علمی، فرهنگی و ورزشی مشاهده کردیم: گواه این نکته است که انسان های تاریخ ساز با داشتن انگیزه، اراده و ایمان راسخ توانسته اند سرآمد عصر و دوران خود شوند و الگویی برای بشریت گردند، چه بسا کسانی که با داشتن امکانات بسیار وسیع و عظیم مادی حتی قادر نیستند زندگی خود را متحول کنند پس به این ایمان داشته باشیم ما در راه ایجاد تحول عظیم انسانی سهیم هستیم، ما خانه نشین نخواهیم شد، ما باز خرید نمی شویم، ما باز نشسته نداریم و تا آخرین لحظه با هم عهد و پیمان می بندیم، پیمان برادری و پیمان عمل به رسالتمان که رسالت انسانی است، رسالتی که خداوند متعال در وجود ما نهادینه کرده برای تکامل فکری خود و اعتلای جامعه مان هرگز از پای ننشینیم و در این امر هیچ کس نباید خود را از دیگری کمتر بداند همه ما در پیشگاه الهی مساوی هستیم، هیچ جهانبانی بر راهبانی و راهبانی بر راهداری، راهداری بر راهدانی و هیچ راهدانی بر زیر مجموعه اش ارجعیت ندارد مگر در اعمال، کردار و رفتار پسندیده و انسانیش.

همراهان از این کنگره چه درس ها گرفتیم؟ چقدر به شناختن از طریقت دانائی افزوده شد؟ ... و می خواهیم این کنگره و اهداف و برنامه هایش را چطور در جای جای ایران عزیزمان اجرایی

سخنرانی نماینده گان انجمن های کانگ فوتوآ ۲۱ منتخب کشور در سومین روز کنگره ۵۴



انجمن کانگ فوتوآ ۲۱
شهرستان اقلید
راهدان اسلمی



انجمن کانگ فوتوآ ۲۱
استان زنجان
سیر راهدار حمید بیگدلی

انجمن کانگ فوتوآ ۲۱
شهرستان سیرجان
راهدار حسین ایران نژاد



سخنرانی نماینده گان انجمن های کانگ فوتوآ ۲۱ منتخب کشور در سومین روز کنگره ۵۴



انجمن کانگ فوتوآ ۲۱
استان خراسان رضوی
راهدار مجید لطفی

انجمن کانگ فوتوآ ۲۱
بانوان
راهدار عابدی



انجمن کانگ فوتوآ ۲۱
استان گیلان
راهبان علیخانی



تشکیل کارگاه آموزشی اصول آموزش کانگ فوتوآ ۲۱ در رده های سنی مختلف
توسط راهدان دکتر مجتبی اسماعیلی در روز سوم کنگره ۵۴



تشکیل کارگاه آموزشی اصول اجرای تکنیک های کانگ فوتوآ ۲۱
توسط دکتر احمد سلامی و جهانبان پناهی در روز سوم کنگره ۵۴



شروع برنامه های عصر روز سوم کنگره و مراسم اختتامیه با تلاوت قرآن مجید و پخش سرود جمهوری اسلامی ایران و گزارش عملکرد کنگره پنجاه و چهارم توسط سیر راهبان حسین محمودی (دبیر کنگره) و سخنرانانی مسئولین حاضر در مراسم اختتامیه



ریاست هیات مدیره انجمن کانگ فوتو ۲۱ وزارت کشور
راهدار علی محمودی



بسم الله الرحمن الرحيم

سلام و عرض ادب دارم خدمت تمام میهمانان عزیز و گرامی که قبول زحمت کرده و از سراسر خاک پاک کشورمان زحمت کشیده و تشریف آوردند تا ما بتوانیم پنجاه و چهارمین کنگره علمی، فرهنگی و ورزشی را در شهر طلای سبز رفسنجان برگزار کنیم این میسر نبود مگر با قدوم مبارک شما عزیزان، همانگونه که در جریان کار قرار گرفتید ما سه روز کنگره داشتیم که روز اول افتتاحیه کنگره بود سخنرانی مسئولین و انجام حرکات ورزشی در میدان کنار تالار خیام را داشتیم که به صورت زنده و مستقیم از شبکه ۳ صدا و سیما جمهوری اسلامی ایران پخش شد عصر روز اول مراسم ورزشی و رزمی را داشتیم در مجموعه فرهنگی ورزشی موزه ریاست جمهوری از ساعت ۱۶ الی ۲۳ حرکات ورزشی و رزمی کانگ فوتو ۲۱ همراهان ارائه دادند خدمت شما. در روز دوم تمام کارگاه های ما بود صبح و عصر از ساعت ۸ تا ۷:۳۰ بعد از ظهر و برای روز سوم صبح سه تا کارگاه عمومی داشتیم و الان هم مراسم اختتامیه ما هست و من تشکر می کنم از حضور تک تک شما عزیزان ان شاء الله ما توانسته باشیم آن برنامه ای که مدنظرمان بود برای شما اجرا کنیم.

خیلی ممنون



نماینده انجمن کانگ فوتو ۲۱ در دانشگاه ولیعصر (عج)
دکتر بایارومه خان زاده



دکتر ارسلان
معاونت نیروی انسانی منطقه مس کرمان

سخنرانی استاد سلامی بنیانگذار سبک کانگ فوتوآ ۲۱ در مراسم اختتامیه کنگره پنجاه و چهارم



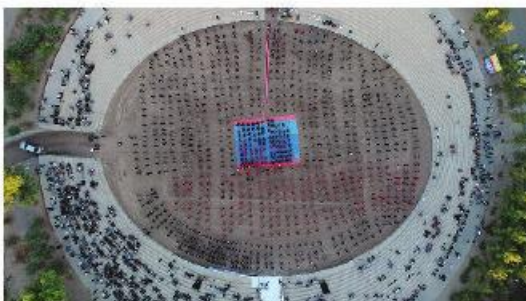
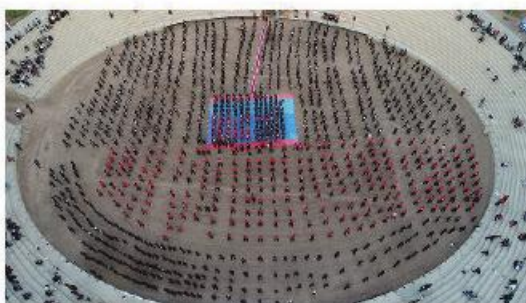
تدریس کلاس دیده اند از ۱۱ سالگی این ورزش را ادامه داده اند. پس از درود مجدد به روان پاک شهدا و امام شهدا و شهیدان رجایی و باهنر، همراهان رسالت داران دانایی وعده های طریقت دانایی تحت شعاع اسلام عزیز و انشاء تن و روان با دستان توانمند شما مردان و زنان برای نوید سعادت قرن ۲۱ که انسان با آلام متعدد دست به گریبان است در پرتوی عطر فرهنگ ایرانی، اسلامی که ان شا... به دنیا حرکت خواهیم کرد در حال شکوفا شدن است دنیا تجربه کرده ملتی سعادت را لمس می کند که تلاش و کوشش را سرمش خود قرار دهد و بیدار باشد و گر نه در زیر چکمه های دشمنان بیدار خواهد شد. ایران اسلامی ما طول ۵۰۰۰ سال تاریخ فقط ۲۶۳ سال جنگ نکرده من یک نظامی هستم این دوره ها را گذرونده ام قدر این امنیت را بدانیم و به این نقطه شک نکنیم بنده از این عرضه ها ندارم و از این تعارف هایی که لطف فرمودند نیستم. خودم را خوب میشناسم این حرکت در دستان خود خدا به سوی تکامل در تکاپو است با بینش عمیق و ایمان راسخ به این کجاوه چنگ بزنید و به این اعتماد داشته باشیم که اتفاقات تصادفی نیست تکوینی و تکاملی است طریقت دانایی ۵۰ سال سابقه توسعه انسانی دارد امروز این طریقت به بلوغ رسیده با تشکیل انجمن و تصویب هیات محترم وزیران در تمام استانداری ها و فرمانداری ها نمایندگی رسمی دارد. این انجمن به ثبت رسیده، این انجمن در مجامع بین المللی، سازمان ملل متحد و دارای فدراسیون بین المللی است. این انجمن و سبک تنها سبکی است که دارای دانشگاه اختصاصی است و امسال ان شا... به کمک دوستان مان و حمایت های

بسم الله الرحمن الرحيم

خدایا شاکرم که مرا جزء نوکران و خدمت گذاران جوانان و ملتی قرار داد که در ۵۰۰۰ سال طول تاریخ مدح عرفان، معرفت، انسانیت و ادب بوده است. بی نظیر ترین کنگره ورزشی تاریخ به تائید تمام رقبای دوستان و دوست داران و حسد ورزان حتی آنها هم از دوستان طریقت دانایی هستند، همین کنگره بود.

این کنگره عصاره ۵۰ سال رنج و ریاضت بود واقعا از وجود و برکت حضور دانشمند گرامی جانشین برحق دکتر حسایی آقای دکتر دهقان همراه گرامی تشکر می کنم.

همراهان آن زمان که این بزرگان زنده اند بزرگ داریم نه بعد از مرگمان. تشکر می کنم از محبوب قلوب مردم رفسنجان حجت الاسلام هاشمیان که با یک سخنرانی مرا نیز عاشق خود کرد و از بزرگ خاندان پورمحمدی که من در واقع زیارت کردم آن منزلی که مقام عظمای ولایت در زمان تبعیدشان آنجا سکونت داشت، یک اتاق محقری که واقعا اشک بر چشمان انسان حلقه میزند ولی یک درسی به انسان می دهد، ای انسان اگر به ریاضت به صبر و تحمل حاکم شوی خدا چه می کند خدا خودش را در درون ما قایم کرده اون خلیفه... جوهره ای است که هر کس در درون خودش تشکر می کنم از فرماندار معزز شهربابک که با حمایت مرکز علمی کاربردی شهربابک در واقع درسته میزبان تبدیل به صاحب خانه شد. دانشگاه شهربابک و شهربابک این کنگره را گذاشت میزبان صاحب خانه شد و رفسنجان ثابت کرد نه تنها از شهربابک عقب نیست بلکه خیلی هم جلو هست. این مردم بزرگ را که ۷۰۰۰ نفر جمع شده بودند در موزه ریاست جمهوری از همین جا تشویق بفرمایید. از طرفی از مسئولین محترم شرکت مس که همیشه حامی دانشگاه، حامی سمینار های بین المللی که ما برگزار کردیم و حامی این سمینار بودند. بحث پول نیست بحث حضور و بحث پشتیبانی است تشکر بکنم و جناب آقای دکتر ارسلان که شرف حضور دارند جا دارد تشویق بکنیم. اما قسمتی از عرایضم را می خواهم داشته باشم و این عرایضم را خدمت دکتر ارسلان تقدیم میکنم و آقای دکتر دهقان و همراهانی که ۲۰۰۰ ساعت



جناب آقای دکتر ارسلان ان شاء... سعی خواهیم کرد دانشجوی خارجی در شهر با یک پذیرش داشته باشیم. این همه دستاورد و این همه نعمت از برکات نظام مقدس جمهوری اسلامی و تضمین آن خون شهدا و عرق های جبین همراهان است که ما در کانگ فوتو ۲۱ می گوئیم عرق از خون می آید بیرون و عرق های مقدس شما در راه سعادت جامعه و جلوگیری از اعتیاد و گوشه گیری و بی بند و باری و ناهنجاری های اجتماعی جوانان، زنان و مردان می ریزد این عرق ها خون اند و ما آن را خون سفید می نامیم پس ما نیز می توانیم جزو شهدای زنده باشیم. پاسداری از شهید و شهید حججی ها فقط نام بردن از آنان نیست، تلاش کردن در راه آنان است. من باز تشکر می کنم از هیأت نفره شالیندان سرخ جهانی که با تشکیل ستاد های راهبردی، اتاق های فکر، معاونت های گانه سازماندهی های دائم در تغییر و تحول و مدیریت سیاله ان شاء... بار و یاور دولت امید، مقام معظم رهبری و ملت ایران باشند.

همه شما را بخدای منان می سپارم.

به حرمت زینب کبری،

عظمت اسلام، کمال محمد (ص)،

جمال علی (ع)

صلوات



تجلیل از نماینده گان انجمن های منتخب کشور در اختتامیه کنگره ۵۴
استان کرمانشاه، استان اصفهان، استان تهران، استان گیلان، استان خراسان رضوی، استان فارس،
استان زنجان، استان قزوین، استان تبریز، استان هرمزگان، استان کرمان، استان مرکزی،
شهرستان میاندوآب، شهرستان خوی، شهرستان سلماس، شهرستان سیرجان و بافت، شهرستان کرمان
شهرستان رفسنجان



به طور ویژه از حامی اصلی کنگره ۵۴ (شرکت مس منطقه کرمان) قدردانی و سپاسگزاری شد.



جناب آقای میر افضلی
معاون محترم روابط عمومی مس منطقه کرمان



جناب آقای مهندس حسینی
مدیر عامل محترم مس منطقه کرمان

اهداء جايزه مسابقه عكس سلفی با پوستر كنگره

كميته فرهنگي كنگره، قبل از شروع كنگره اقدام به برگزاري مسابقه عكاسي (عكس سلفي با پوستر كنگره) نموده بود كه از ميان ده ها عكس ارسالي سه عكس به عنوان عكس برگزيده انتخاب گرديد:



عكس برگزيده از منظر بيشتر
لايك در اينستاگرام:
همراه امير محمد نعمت



عكس برگزيده
از منظر فني و خلاقيت:
همراه حسين روحاني

۹۴

و عكس شايسته تقدير به جهت استفاده از پوستر شهيد محسن حججی شهيد مدافع حرم به همراهان شهرستان نجف آباد تقديم گرديد و تندیس كنگره به نيابت از خانواده اين شهيد بزرگوار به مسئول انجمن كانگ فو تآ ۲۱ اين شهرستان اهداء شد.



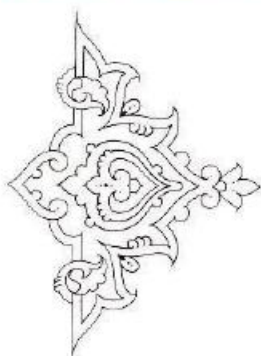
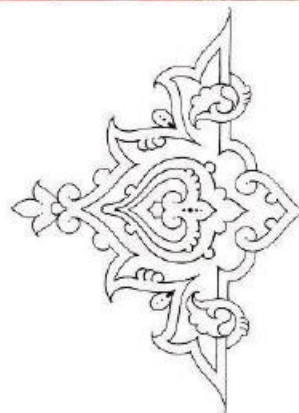
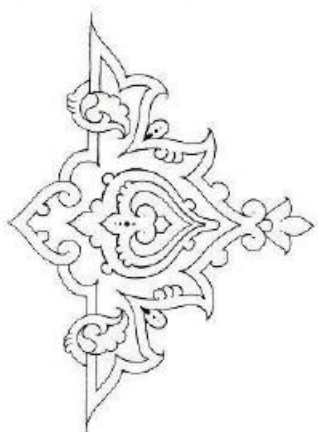
تجلیل از مدرسین کارگاه های پنجاه و چهارمین کنگره فوتو ۲۱



تجلیل از ریاست و معاونت های دانشگاه ولی عصر (عج) رفسنجان



معرفی و تجلیل از مقالات برتر پنجاه و چهارمین کنگره فوتوآ ۲۱



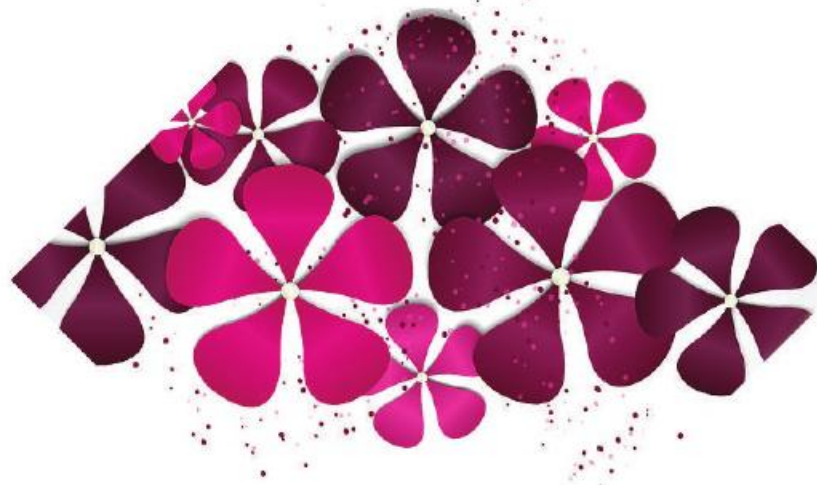
تجلیل از برگزار کنندگان پنجاه و چهارمین کنگره کانگ فوتوآ ۲۱



نتایج فرم نظر سنجی پنجاه و چهارمین کنگره فوتوآ ۲۱

ردیف	عنوان	عالی	خوب	متوسط	ضعیف
1	میزان رضایت شما از نحوه اطلاع رسانی و ثبت نام در کنگره	۸۰	۱۵	۲۵	۱۶
2	کمیت و کیفیت تبلیغات مربوط به کنگره در فضای مجازی	۵۶	۶۶٫۴	۲۲٫۴	۵٫۶
3	کمیت و کیفیت تبلیغات مربوط به کنگره در سطح استان	۶۱٫۵	۲۶٫۴	۱۰٫۲	۱٫۷
4	زمان برگزاری کنگره	۵۷٫۷	۳۱٫۶	۶٫۸	۳٫۴
5	مکان برگزاری برنامه در دانشگاه	۵۷	۷۴٫۸	۱۴	۵٫۷
6	مکان برگزاری برنامه ها در موزه ریاست جمهوری	۶۸٫۴	۱۹٫۲	۷٫۸	۴٫۳
7	نوع پذیرش مدعوین	۶۷٫۸	۲۰	۱۰٫۴	۱٫۷
8	زمان بندی اجرای برنامه ها	۵۱٫۶	۳۱	۱۲٫۷	۴٫۲
9	نوع برخورد مسئولین و عوامل اجرایی کنگره	۸۰	۱۶٫۵	۱٫۷	۱٫۷
10	میزان رعایت نظم و هماهنگی	۵۹٫۳	۲۷٫۹	۹٫۳	۳٫۳
11	نوع برگزاری پانل ها و کارگاه های آموزشی	۶۴٫۱	۲۷٫۳	۶٫۸	۱٫۷
12	سطح علمی کنگره	۶۸٫۳	۲۷٫۳	۳٫۴	۰٫۹
13	نوع برگزاری همایش رزمی	۵۳٫۴	۳۱	۱۳٫۸	۱٫۷
14	کیفیت غرفه های نمایشگاه کنگره	۵۲٫۵	۳۶٫۲	۱۰٫۳	۰٫۹
15	کیفیت و نوع پذیرایی	۵۸٫۱	۲۴٫۷	۱۱٫۹	۵٫۱
16	وضعیت محل اسکان	۷۵٫۲	۱۶٫۸	۴٫۴	۳٫۵
17	وضعیت محل کارگاه های آموزشی	۷۲٫۴	۱۹٫۸	۶٫۹	۰٫۹
18	اثربخشی کنگره در ارتقا سطح اطلاعات همراهمان و مربیان	۴۰٫۱	۷۱٫۱	۲۰٫۶	۴٫۱
	ارزیابی کلی از کنگره	۶۴٫۳	۳۲٫۲	۲٫۶	۰٫۶

- جناب آقای دکتر مشکینی، معاون سازمان های مردم نهاد وزارت کشور
- جناب آقای دکتر رضا زاده، مدیر کل امور سیاسی وزارت کشور
- جناب آقای مهندس پور محمدی، ریاست محترم شبکه ۳ صدا و سیما جمهوری اسلامی
- جناب آقای رزم حسینی، استاندار محترم استان کرمان
- جناب آقای دکتر محمد علی دهقان، ریاست محترم دانشگاه ولیعصر (عج)
- سرکار خانم دکتر موسی پور، ریاست محترم سازمان های مردم نهاد استانداری کرمان
- حضرت حجت الاسلام علی هاشمیان، ریاست محترم شورای شهر رفسنجان
- جناب آقای ملاتوری، فرماندار محترم شهرستان رفسنجان
- حضرت حجت الاسلام رضائی پور، امام جمعه و نماینده ولی فقیه در شهرستان رفسنجان
- جناب آقای محمدی انارکی نماینده محترم شهرستان رفسنجان در مجلس شورای اسلامی
- جناب آقای مهندس حسینی، ریاست محترم مس منطقه کرمان
- جناب آقای دکتر ارسلان، معاونت محترم منابع و نیروی انسانی مس منطقه کرمان
- جناب آقای دکتر میرافضلی، معاونت محترم روابط عمومی مس منطقه کرمان
- جناب آقای پورمحمدی شهردار محترم شهرستان رفسنجان
- جناب آقای دکتر خان زاده، معاونت محترم آموزش های آزاد دانشگاه ولیعصر (عج) رفسنجان
- جناب آقای دکتر انجم شعاع، معاونت محترم حراست دانشگاه ولیعصر (عج) رفسنجان
- جناب آقای دکتر ایزدی، معاونت محترم دانشجویی دانشگاه ولیعصر (عج) رفسنجان
- جناب آقای حدادیف مسئول محترم کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان شهرستان رفسنجان
- صدا و سیما مرکز کرمان
- رادیو رفسنجان
- اعضای محترم شورای تامین شهرستان رفسنجان



گزارش بازدید از مناطق زلزله زده کرمانشاه توسط اعضای انجمن کانگ فوتو ۲۱ به اتفاق نماینده وزارت کشور

۲ و ۳ دی ماه ۹۶

دیدار با اعضای سازمان های مردم نهاد
در بدو ورود به کرمانشاه آقای دکتر اکبری به اتفاق آقای گودرزی مدیر کل امور فرهنگی و اجتماعی استانداری کرمانشاه و جمعی از اعضای انجمن کانگ فوتو ۲۱ دیدار و از آنجا که سمن های ورزشی نیز نقش مؤثری در پیگیری از آسیب های اجتماعی و انجام خدمات عام المنفعه دارند به اتفاق طی نشستی در اداره کل ورزش و جوانان کرمانشاه با معاون مدیر کل دیدار و در این خصوص گفتگو شد.

عزیمت به مناطق زلزله زده

در ساعات اولیه صبح روز شنبه به سمت شهرستان سرپل ذهاب حرکت نموده و با توجه به اینکه انجمن کانگ فوتو ۲۱ قصد توزیع کمک های مردمی اعضا خود را شامل یک دستگاه وانت نیسان و یک دستگاه کامیون داشتند به اتفاق ضمن بازدید از شهرستان سرپل ذهاب عازم روستا های منطقه ازگله شده و از نزدیک با مردم این روستا ها دیدار، دلجویی و نسبت به وضعیت کمک رسانی پرس و جو گردید و کمک های مذکور نیز توسط قریب به صد نفر از ورزشکاران رشته کانگ فوتو ۲۱ توزیع گردید.

پس از وقوع حادثه دلخراش زلزله در استان کرمانشاه و صدمات جانی و مالی بسیاری که به هم میهنان عزیز در این استان بخصوص در شهرستان های سرپل ذهاب و قصر شیرین وارد شد، احاد ملت نوع دوست ایران در کنار دولت خدمتگزار خدمات مادی و معنوی خود را روانه این استان نمودند که در این بین نقش سازمان های مردم نهاد بسیار چشم گیر می نمود.

در همین راستا آقای دکتر اکبری، معاونت فرهنگی و اجتماعی وزارت کشور به منظور بازدید از روند خدمت رسانی به عزیزان حادثه دیده و نیز بررسی نحوه عملکرد سازمان های مردم نهاد، یک برنامه بازدید میدانی و نشست کارشناسی را طراحی و به اجرا گذاشتند که در ادامه خلاصه ای از مراحل مختلف این بازدید و دستاوردهای آن تقدیم حضور می گردد.





برگزاری نشست مشورتی با مسئولین سازمان های مردم نهاد استان کرمانشاه

در روز دوم برنامه، با هماهنگی معاونت محترم سیاسی امنیتی استاندار کرمانشاه و مدیر کل فرهنگی اجتماعی نشستی صمیمی با مسئولین سازمان های مردم نهاد برگزار گردید. در این نشست سمن های حاضر در جلسه خلاصه ای از خدمات انجام شده و نقطه نظرات، انتقادات و پیشنهادات خود را ارائه نمودند.



نتیجه گیری و پیشنهادات:

الف: آنچه از بازدید میدانی در رابطه با نحوه امداد رسانی می توان اذعان داشت این است که به حمدا... کمک ها توسط مردم و دولت به خوبی انجام و توزیع شده و حتی در دورافتاده ترین روستاهای مورد بازدید نیز مساله اسکان موقت تقریباً حل شده و همچنین کار آواربرداری و انتقال آوارها نیز توسط ماشین آلات مربوطه در حال انجام بود، اما هنوز هم نواقصاتی هست که باید توسط مسئولین امر پیگیری و رفع گردد.

روحیه مردم نسبتاً خوب بود و اکثراً دوباره به روال عادی کار کشاورزی و دامداری خود بازگشته اند، لیکن در خصوص عادی شدن وضعیت تحصیلی در این مناطق هنوز اقدام مؤثری صورت نپذیرفته است.

همچنین اعزام کارشناسان روانشناسی و مددکاران اجتماعی جهت جبران آسیب های روانی ناشی از شوک زلزله مورد نیاز می باشد.



ب: عملکرد سازمان های مردم نهاد بسیار مثبت بوده و کماکان نیز فعالیت آنها ادامه دارد لیکن توجه و اهتمام بیشتری را از سوی دولت می طلبد. کما اینکه با توجه به اصل ۴۴ قانون اساسی و سیاست های مندرج در برنامه ششم توسعه و واگذاری تصدی گری به بخش خصوصی می توان نسبت به انجام بخشی از خدمات بخصوص در حوزه آموزشهای مهارتی، از پتانسیل بالای سمن ها استفاده نمود.



نکته های کوتاه در مورد تمرینات ورزشی:

(با تشکر از معاونت پژوهشی سبک راهدان دکتر مجتبی اسمعیلی)

برنامه میکروسیکل: میکروسیکل عبارتست از کار تمرینی که در یک هفته طول می کشد و هدف، مضمون و میزان بار تمرینی تمرینات روزانه را معین می کند. میکروسیکل مهمترین بخش کاربردی در طرح ریزی تمرین است، زیرا ساختار و محتوای آن، کیفیت برنامه تمرین را مشخص می کند.

تمرین چیست: تمرین اصطلاحی است که بر فرآیندی سیستماتیک و طولانی مدت که در طی آن توانایی های ورزشکاران برای رسیدن به سطوح بالای عملکرد/ اجرا افزایش می یابد، برنامه تمرینی شامل تمرینات ورزشی است که در آن توانایی فیزیولوژیک و روانشناختی ورزشکاران ارتقا می یابد. تمرین توسط مربی سازماندهی، برنامه ریزی و رهبری می شود. علم تمرین مجموعه ای از دانش است که در کارا کردن وقت یک جلسه تمرین و یا یک دوره تمرینی از آن استفاده می نمایم (خواه کسب مهارت باشد یا پیشرفت در

عوام
آمادگی

جسمانی).

ای از علوم است که در راستای توسعه قابلیت های فردی یا آمادگی جسمانی یک نفر با توجه به نیازهای رشته ورزشی اش، تعریف می شود.

تعاریف برنامه ریزی و طراحی تمرین: برنامه ریزی پیش بینی عملیات برای رسیدن به هدف و طراحی نظام و ساختاری مشخص مبتنی بر اصول علمی برای تمرین بمنظور توسعه قابلیت های مختلف (جسمانی - تکنیکی - تاکتیکی - روانی) ورزشکاران می باشد برنامه ریزی عبارت است از پیش بینی عملیات برای رسیدن به هدف و در فرآیند برنامه ریزی مربی بایستی آن عناصری را که موجب ترفیع رشد ورزشکار می گردد به هم گرد آورده و بر حسب اهداف از پیش تعیین شده کار آماده سازی را به گونه ای اقتصادی و مبتنی بر صرفه طراحی کند.

برنامه بلند مدت: طول مدت این برنامه ها معمولاً بیش از دو سال (چهار سال، هشت سال) است. از شناخته شده ترین نوع این برنامه، برنامه های آمادگی برای المپیک است که چهار سال به طول می انجامد.

برنامه سالانه: هدف اصلی این گونه برنامه رسیدن به بهترین سطح عملکردی در زمان رقابت یا آزمون است. برنامه ماکروسیکل شامل مجموعه ای از میکروسیکل ها که معمولاً بین ۴ تا ۶ هفته را شامل می شود.

ورزش و روزه داری: چه زمانی در ماه رمضان مناسب ورزش است؟

نمک از جمله پسته، بادام، فندق و گردو مواد مناسبی برای جبران کمبود انرژی ورزشکاران روزه دار در فاصله زمانی افطار تا خواب هستند.

مواد غذایی افطار بهتر است سبک باشد تا به معده فشاری وارد نشود و همچنین پرکالری و سریع هضم باشد، چرا که لازم است قند به سرعت جذب شود و انرژی تولید کند. مواد غذایی مانند شیر، خرما، عسل، کشمش، توت خشک، انجیر خشک در این دسته قرار می گیرند که باعث می شوند، کمبود قند بدن را جبران کنند. همچنین انرژی فرد برای ورزش حفظ می شود و آسیبی به ورزشکار وارد نمی شود. آب میوه هایی چون پرتقال، لیمو و

با توجه به اینکه خیلی از ورزشکاران به دلیل افت آمادگی در بدنی نمی توانند در ماه رمضان ورزش را کنار بگذارند، بنابراین توصیه می شود که چنانچه ورزش سنگین و طولانی مدت است، فاصله سحر تا افطار از انجام فعالیت های بدنی و ورزش خودداری و فعالیت ها را به بعد از صرف افطار موکول کنند.

اما در صورتی که مجبور به فعالیت قبل از افطار بودید، باید تمرین با افطار حداقل دو تا سه ساعت فاصله داشته باشد و برای جلوگیری از کاهش فشار خون،

هوایچ نیز توصیه می شود، زیرا باعث تأمین آب مورد نیاز بدن می شود.

توصیه می شود در حد فاصل افطار تا سحر ۸ تا ۱۲ لیوان آب مصرف شود. کم آبی می تواند، توان بدنی ورزشکار را تا ۱۹ درصد بکاهد و اگر هوا گرم باشد، کم آبی بدن می تواند زندگی ورزشکار را هم به خطر بیندازد.



سرگیجه، سردرد و تهوع که در شرایط بی غذایی پس از تمرین حادث می شود، لازم است، فعالیت با شدت سبک و متوسط انجام دهید.

ورزشکاران روزه دار می توانند با مصرف غذاهای انرژی زای قندی و کربوهیدرات مانند ماکارونی، سیب زمینی در هنگام سحر مانع مشکلات ناشی از کمبود مواد قندی شوند. همچنین مصرف مواد غذایی دیر هضم باعث می شود فرد دیرتر احساس گرسنگی کند، حبوبات و غلات مثل جو، گندم، جو دوسر، لوبیا، عدس، آرد سیبوس دار، برنج با پوست و مواد غذایی حاوی پروتئین از جمله غذاهای دیر هضم به حساب می آید. همچنین میوه های متنوع و انواع مغزهای کم

گذری بر دروس تئوری و مکمل مربیگری سبک و انجمن کانگ فو توآ ۲۱

هل یستوی الذین یعلمون والذین لا یعلمون
آیا برابرند آنان که می دانند با آنان که نمی دانند.
(قرآن کریم)

(معاونت آموزش و دانشجویی ستاد راهبردی)

هنر های رزمی از دیر باز به عنوان مکاتبی انسان ساز مطرح بوده اند، از این رو همواره مساله تعلیم و تربیت بخش جدایی ناپذیر هنر های رزمی بوده و هست. طی چند دهه ی اخیر که هنر های رزمی کم کم در قالب ورزش های علمی و دانشگاهی شکل گرفته اند، مساله تعلیم و تربیت نیز در آنها تغییر نموده است.

طریقت دانایی انشاء تن و روان (کانگ فوتوا) از بدو پیدایش در ایران زمین به عنوان یک هنر رزمی آمیخته با آموزه های علمی مطرح بوده است. وجود هفت مایگاه علمی

۱. فیزیولوژی

۲. پزشکی

۳. روانشناسی

۴. انشاء علوم و تاریخ

۵. فلسفه

۶. روح و روان

۷. دین

در کنار حرکات رزمی در این سبک نشان از اهمیت ویژه بنیان گذار این هنر رزمی به مقوله آموزش و پرورش هنجویان دارد.

سبک کانگ فو توآ ۲۱ نیز از بدو تاسیس با گنجاندن اصول علمی مبتنی بر پژوهش در اساسنامه مصوب خود، به عنوان یکی از میراث داران طریقت دانایی - یا شاید تنها میراث دار آن - به شکلی نظام مند به مقوله آموزش هنجویان خود پرداخته است.

خصوصیات ویژه بنیانگذار سبک کانگ فو توآ ۲۱ و در راس آن عضویت ایشان در هیات علمی دانشگاه موجب شده است که شیوه آموزش علمی هنجویان این سبک به روشهای علمی و دانشگاهی بسیار نزدیک باشد.

پس از شکل گیری چارت سازمانی سبک کانگ فو توآ ۲۱ و تشکیل معاونت های آموزشی در مناطق و شهرستان ها، با استفاده از یک سیستم نرم افزاری تحت وب (نماد) و پشتیبانی علمی دانشگاه علمی کاربردی شهربابک این دروس به شکل سازماندهی شده و مدون به شیوه آموزش از راه دور طی یک دوره زمانی مشخص (ترم) ارائه و به صورت سراسری آزمون کتبی هم زمان به عمل می آمد.

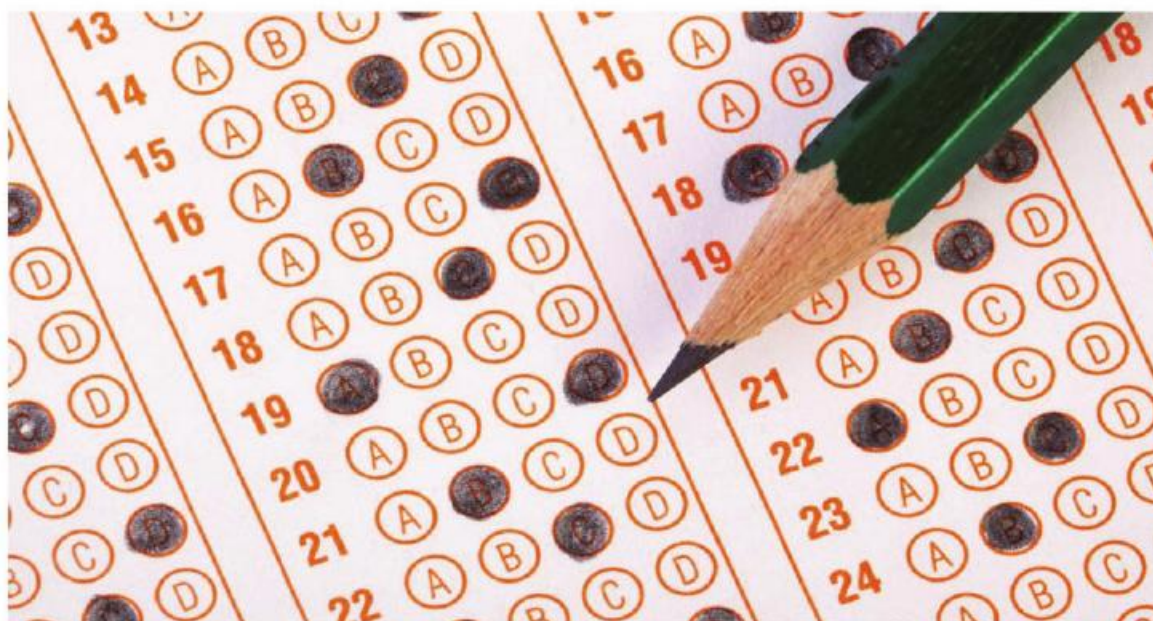
در حال حاضر در ادامه روند تکامل این شیوه آموزش با توجه به تخصص دانشگاه علمی کاربردی مرکز شهربابک در طراحی سرفصل های آموزشی مختلف و تصویب پودمانهای کانگ فو توآ ۲۱ و نیز تصویب و اجرای دوره کاردانی کانگ فو توآ ۲۱ و با توجه به تفاهم نامه انجمن کانگ فو توآ ۲۱ با دانشگاه علمی کاربردی شهربابک این دوره ها به صورت آموزش از راه دور و به صورت آزمون های آنلاین (اینترنتی) در حال اجرایی باشد که تا کنون سه دوره از این دوره ها برگزار گردیده است.

در طول برگزاری دوره های مختلف دانشجویی قریب به ۵ هزار نفر در این دوره ها شرکت نموده اند و در سه دوره اخیر در هر دوره به طور متوسط ۳۰۰ نفر داوطلب شده و آزمون داده اند.

جدول سرفصل دوره های سه گانه در حال اجرا به شرح زیر است و در آینده نزدیک در نظر است که دوره های ویژه مرتبه شایند سیرقهوه ای، قهوه ای و سیر مشکی نیز که به لحاظ محتوای آموزشی هم سطح کارشناسی علوم ورزشی در دانشگاه می باشد تدوین و ارائه گردد.

جدول دروس تئوری و عملی مرحله ۱ (ترفع می قرمز) سبک کانگ فوتوآ-۲۱:

ردیف	دروس تئوری	تعداد واحد	پیشنیاز	خطوط فنی
۱	آناتومی انسانی	۲	-	آناتوآ آنادو مایانه آناتوآ سوتو
۲	مبانی آمادگی جسمانی	۲	-	
۳	اصول و مبانی تربیت بدنی	۲	-	
۴	رشد و تکامل حرکتی	۲	-	
۵	ایمنی در ورزش	۲	-	
۶	روانشناسی عمومی	۲	-	
۷	تغذیه ورزشی	۲	-	
۸	روش پژوهش	۲	-	
۹	مدیریت و طرز اجرای رویدادهای ورزشی	۲	-	
۱۰	کمک های اولیه	۲	-	
۱۱	تاریخچه و فلسفه کانگ فوتوآ ۲۱	۲	-	
۱۲	اصول مربیگری در ورزش	۲	اصول و مبانی تربیت بدنی	
۱۳	آسیب شناسی ورزشی	۲	آناتومی انسانی	
۱۴	فیزیولوژی انسانی	۲	آناتومی انسانی	
۱۵	یادگیری حرکتی	۲	رشد و تکامل حرکتی	
۱۶	حرکات اصلاحی	۲	آناتومی	
جمع		۳۲		



گذری بر دروس تئوری و مکمل مربیگری سبک و انجمن کانگ فوتوآ ۲۱

جدول دروس تئوری و عملی **مرحله ۲ (ترفیغ شالبد سیر سبز)** سبک کانگ فوتوآ-۲۱:

ردیف	دروس تئوری	تعداد واحد	پیشنیاز	خطوط فنی
۱	بهداشت ورزشی	۲	-	مایانه آتادو-سوتو سامسامانه
۲	سنجش و اندازه گیری	۲	-	
۳	زبان انگلیسی عمومی	۲	-	
۴	مدیریت سازمانهای ورزشی	۲	-	
۵	حقوق ورزشی	۲	-	
۶	روانشناسی ورزشی	۲	روانشناسی عمومی	
۷	فیزیولوژی ورزشی	۲	فیزیولوژی انسانی	
۸	حرکت شناسی ورزشی	۲	آناتومی انسانی	
۹	مبانی آنتروپومتری	۲	آناتومی انسانی	
۱۰	برنامه ریزی و طراحی تمرین	۲	فیزیولوژی ورزشی	
جمع		۲۰		

جدول دروس تئوری و عملی **مرحل ۳ (ترفیغ شالبد سبز)** سبک کانگ فوتوآ-۲۱:

ردیف	دروس تئوری	تعداد واحد	پیشنیاز	خطوط فنی
۱	کارآفرینی در ورزش	۲	-	مایانه
۲	اخلاق ورزشی	۲	-	
۳	مبانی رایانه و فناوری اطلاعات	۲	-	
۴	ترکیب بدن و کنترل وزن	۲	-	
۵	نحوه مقاله نویسی در حوزه ورزش	۲	روش پژوهش	
۶	زبان تخصصی	۲	زبان انگلیسی عمومی	
۷	ورزش در کودکان، نوجوانان و افراد مسن	۲	رشد و تکامل حرکتی	
۸	روش آموزش در ورزش	۲	یادگیری حرکتی	
۹	آمادگی جسمانی تخصصی	۲	مبانی آمادگی جسمانی	
۱۰	علم تمرین	۲	فیزیولوژی ورزشی	
جمع		۲۰		

(جدول دروس عمومی - اختیاری)*

ردیف	دروس تئوری	تعداد واحد	پیشنیاز
۱	اندیشه اسلامی ۱	۲	-
۲	اخلاق اسلامی	۲	-
۳	تاریخ تحلیلی صدر اسلام	۲	-
۴	زبان و ادبیات فارسی	۲	-
۵	دانش خانواده	۲	-
۶	تفسیر موضوعی قرآن	۲	-
۷	اندیشه اسلامی ۲	۲	اندیشه اسلامی ۱
جمع		۱۴	

* این دروس تنها به منظور افزایش آگاهی و اطلاعات داوطلبین ارائه گردیده و انتخاب آنها اجباری نمی باشد.



معرفی کتاب



نام کتاب: ملت عشق
نویسنده: الیف شافاک
مترجم: ارسلان فصیحی
ناشر: ققنوس

که در پنج قسمت آتش، باد، خاک، آب و خلاء به روایت داستان می‌پردازد.

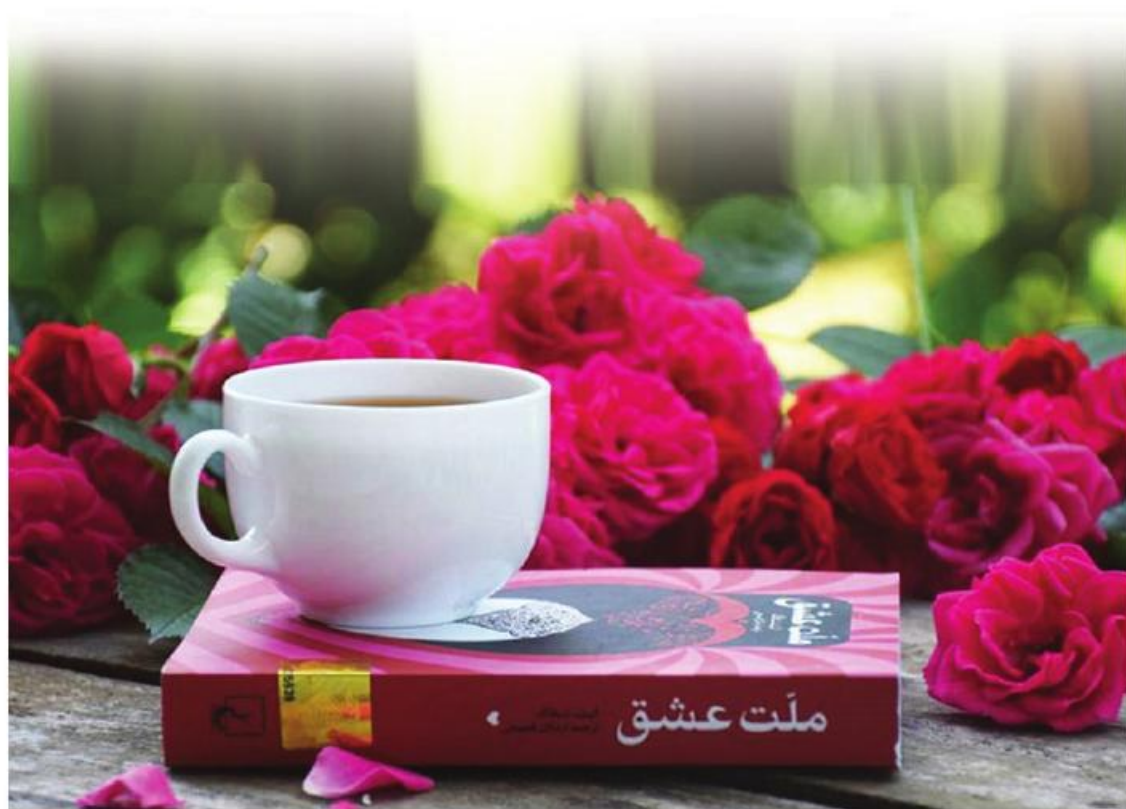
راوی داستان یک زن ترک نیست، بلکه یک خانم خانه‌دار آمریکایی است که به شکل جالبی درگیر داستان مولانا و شمس می‌شود و به این شکل داستان را از حالت یک قصه کلاسیک خارج می‌کند.

یکی از ویژگی‌های این داستان رفت‌وآمدی است که بین زمان گذشته و حال می‌شود که این ویژگی باعث جذابیت داستان شافاک شده و مخاطب را مجاب می‌کند که به ادامه مطالعه این اثر بپردازد.

با تشکر از راهدان دکتر مجتبی محمودی بابت معرفی کتاب

کتاب (ملت عشق) عنوان پرفروش‌ترین کتاب تاریخ ترکیه را با بیش از ۵۰۰ بار تجدید چاپ به دست آورده است و در ایران هم با استقبال بسیار خوبی مواجه شده است و توانسته است با بیش از بیست بار چاپ مجدد طرفداران زیادی پیدا کند.

داستان این کتاب به نوعی بازگفتار رابطه میان شمس تبریزی و مولانا است که در قالب قصه‌ای امروزی روایت می‌شود. این داستان از آمریکا شروع شده و در ادامه راوی با سفری عجیب به ترکیه در دوران زندگی مولانا سفر می‌کند. کتاب عاشقانه‌های مولانا است که در



میان "شریعت"، "طریقت"، "حقیقت" چه فرق است؟

هر سه به هم بستگی دارد!
به طریقت نتوان رسید الا به شریعت، به
حقیقت نتوان رسید الا از راه طریقت...

بزرگان گفته‌اند:

– شریعت آنکه حق را بدانی، طریقت آنکه
حق را بجوئی، حقیقت آنکه حق را ببینی.

– شریعت روش است، طریقت کوشش است،
حقیقت بینش است.

شریعت نشان است، طریقت بیان است،
حقیقت عیان است.

شریعت حرمت است، طریقت خدمت است،
حقیقت همت است.

در بیان شریعت است که همچون شمع
است و بی آنکه شمع بدست نیاوری راه
رفته نشوی و چون در ره رفتی، آن رفتن
طریقت توست و چون به مقصود رسیدی،
آن حقیقت توست...

ارسالی: سیر راهدان مصطفی نوری
انجمن کاتک فوتو ۲۱ زنجان



فرم اشتراک

فصلنامه علمی فرهنگی ورزشی سبک و انجمن کانگ فوتوآ ۲

۱. فرم اشتراک را کامل و خوانا پر نمایید.
۲. کپی فیش واریزی را تا زمان دریافت اولین شماره نزد خود نگه دارید.
۳. در صورت تغییر نشانی، امور مشترکین را از نشانی جدید مطلع نمایید.
۴. هزینه اشتراک را به شماره کارت ۶۱۰۴۳۳۷۹۱۸۶۳۷۷۶۹ نزد بانک ملت به نام آقای مهدی عبدلی واریز نمایید.
۵. اصل فیش واریزی را به همراه فرم اشتراک به آدرس: کرمان، شهر بابک، ابتدای بلوار خلیج فارس، خیابان قائم، خیابا دانشگاه، مرکز آموزش علمی کاربردی شهر بابک ارسال نمایید.



فرم اشتراک:

نام و نام خانوادگی: نام پدر: کد ملی:

تحصیلات: استان: شهرستان: آدرس دقیق پستی:

کد پستی ده رقمی: ایمیل:

شماره همراه:

هزینه اشتراک یکساله به ازای هر نسخه ۱۲۰۰۰ تومان

چون خاتمه المهدی



به زینب بگو محسن از حج دلش را

بریده...

به سوی برادری آید

بگو قاضی راست دارد و لیکن

بمیرم...

خمش است و بی سمری آید

یاد و خاطره شهید طایع حم

محسنی
نجف آباد



انجمن : سپک و فدراسیون جهانی کانگ فو توا-۲۱

دانشکده حرمت شهرستان نجف آباد



زندگیست کیست
مهر را سر زندگیت
گر نشنم زندگیت جنبند کیست
مهرم چهل زندگیت و هم پروانه یک