



### ماهنامه عمار

نشریه بسیج دانشجویی  
دانشگاه فرهنگیان  
مرکز آموزش عالی شهید  
آیت نجف آباد

سال اول - شماره پنجم  
خرداد ماه ۱۳۹۴  
۱۰ صفحه - توزیع رایگان

حاشیه را خدایا  
آزاد کرد  
امام خمینی (ره)



مصاحبه  
اختصاصی  
عمار با محمد  
کاویان مقام اول  
مداحی دانشگاه  
فرهنگیان  
اصهبان



سپاه پاسداران تقدیر از  
عموما

یکی از بخش‌های مهم کارنامه سپاه  
انقلابی زیستن و انقلابی ماندن سپاه است  
یعنی جولان و جریانات نتوانست  
این تشکیلات مستحکم و قوی ریشه را  
از مسیر اصلی و درست به پهنای اینکه  
دنیا تغییر کرده زندگی تغییر کرده  
منحرف کند  
۱۳۸۱-۹۳۳



به نام آفریننده قلم  
سلام دوستان، خب بالاخره زمان انتشار عمار پنجم رسید که اتفاقاً آخرین عمار ترم تحصیلی پنجم من هم هست ...  
امروز زندگی خیلی پیچیده شده ، آدمای بدی شدیم به طوری که از دیگران برای عبور خودمان پل می سازیم و بعد می زنیم همان پل رو خراب میکنیم . دنیای بدی شده به بقیه برچسب ناتوانی می زنیم در حالی که این خودمانیم که ناتوانیم از دستگیری دیگران ... وقتی نمی توانیم به آنها کمک کنیم ، می گوییم که بی هنر هستند و نمی توانند ... اما خود نیز می دانیم که این خلاف ماجراست ... البته این ها تماماً حاصل ذهن مشوش من است و خب صد البته که شما عاری از اینگونه رفتار هستید ... از این سخنان بیهوده که بگذریم باید بگوییم که عمار ، عمار نمی شد اگر محبت شما دوستان همیشه نبود و ممنون از اینکه با اینکه در دنیای تکنولوژی های مدرن زندگی می کنیم و موبایل و برنامه های کاربردی آن یکه تاز عصر ارتباطات شده اند اما باز هم خواندگانی داریم ... دوستانی داریم با معرفت که از تمامی آنها تشکر میکنم ... در این نسخه پایانی چشم بر کارشکنی ها بسته و تشکر میکنم از همکاری ها و نصیحت های همیشه حراست و معاونت محترم دانشگاه از آقایان شجاعی ، عابدی ، شریفی ، میرزایی ، اطهری و خیبر گیر عزیز از پرسنل آشپزخانه گرفته تا نگهبان دم در دانشگاه از سرپرستان محترم : آقایان نظری و کارشناس ... از همسنگری خودم مسعود مرتضویان که هنوز هم درگیر جراحی ترکش های خمپاره های خستگی است ...  
در آخر از شما خواننده عزیز تشکر میکنم و با زبان رفاقت میگویم :  
دمت گرم رفیق ...



فهرست مطالب

- آورده اند که ... صفحه ۱
- هنر امام مهدی (عج) در چیست؟ صفحه ۲
- فتح خرمشهر، لحظه اوج دفاع مقدس صفحه ۲
- پلی به شکل ترن های هوایی صفحه ۳
- بعد از خوردن شام حتما انجام دهید صفحه ۳
- باز هم ... صفحه ۴
- حال زمین خوب نیست ... صفحه ۵
- پاسدار ... صفحه ۶
- هیچ پژوهشگری از صفر شروع نمی کند صفحه ۴
- دنیای ورزش صفحات ۸ و ۹

دنیای ورزش

نویسندگان : علی گوگوانی ، رضا کریمی

آکادمی های فوتبال



سود رسان ترین آکادمی های فوتبال جهان در سه سال اخیر:  
۱- سوتهمپتون : ۹۰,۲ میلیون یورو  
۲- لیل : ۷۶ میلیون یورو  
۳- سوسیه داد : ۶۲,۲ میلیون یورو  
۴- سویا : ۵۱,۵ میلیون یورو  
۵- دورتموند : ۴۳,۵ میلیون یورو  
۶- رئال مادرید : ۴۳ میلیون یورو  
۷- بارسولونا : ۳۸,۸ میلیون یورو

اورا و کیه لینی در انتظار سوارز !!!



با شکست رئال مادرید در برابر یوونتوس نیمه نهایی در لیگ قهرمانان اروپا و راهیابی راه راه پوشان ایتالیایی به فینال لیگ قهرمانان اروپا، آنها روز ۱۶ خرداد باید به مصاف بارسولونا بروند. این دیدار علاوه بر حساسیت های خاص دیدار فینال لیگ قهرمانان اروپا، از یک لحاظ دیگر هم جذاب و دیدنی خواهد بود. بارسا در ترکیب خود لوئیس سوارز اروگوئه ای را دارد و یوونتوس هم در خط دفاع خود پاتریس اورا و جورجیو کیه لینی را دارد. نام این ۳ بازیکن خاطراتی را برای هواداران فوتبال زنده می کند. سال ۲۰۱۱، زمانی که سوارز در لیورپول بود در دیدار برابر منچستر یونایتد که پاتریس اورا در ترکیب خود داشت، با این بازیکن فرانسوی درگیر شد، پس از آن مسابقه سوارز به جرم توهین نژاد پرستانه به او را ۸ جلسه از همراهی یونایتد ها محروم شد.

مهاجم اروگوئه ای آن روزهای لیورپول پس از پایان دوران محرومیت وقتی دوباره در برابر یونایتد ها قرار گرفت حاضر نشد با اورا دست بدهد.

از طرف دیگر ، در جریان رقابت های جام جهانی ۲۰۱۴ برزیل سوارز در دیدار اروگوئه - ایتالیا ، جورجیو کیه لینی مدافع

ایتالیایی را گاز گرفت.

اکنون بار دیگر سوارز با این ۲ مدافع روبرو خواهد شد. این بار در چارچوب فینال لیگ قهرمانان اروپا، مهاجم اروگوئه ای بارسا رو در روی اورا و کیه لینی قرار خواهد گرفت و باید دید آیا جدال او با این ۲ بازیکن جنجال دیگری به وجود خواهد آورد یا نه.

القاب معروف باشگاه های دنیا !!!

- ناپولی : خرها
- یوونتوس : بانوی پیر
- لاتزیو : عقاب ها
- اینتر : افعی ها
- میلان : شیاطین سرخ و مشکی
- رم : گرگ ها
- بارسونا : آزلگرانا
- آرسنال : توپچی های لندن
- چلسی : بانز نشسته ها
- لیورپول : لک لک ها
- منچستر سیتی : آبی های آسمانی
- منچستر یونایتد : شیاطین سرخ
- رئال مادرید : کهکشانی ها، اشباح
- آتلنتیکو مادرید : پسران ماتریس
- بایرن مونیخ : اف.ث. هالیوود
- بروسیا دورتموند : کره اسپ ها

طارمی صاحب سانتافه و BMW شد!!!

همه چیز بعد از انتخاب مهدی طارمی به عنوان بهترین بازیکن بازی پرسپولیس و الهلال عربستان، شروع شد. همه بازیکنان غرق شادمانی و سرور بودند که طارمی وارد رختکن شد. همبازیان او که می دانستند بهترین بازیکن زمین شده، این جوان بوشهری را وسط حلقه و شادی خود آوردند و حسابی سر به سرش گذاشتند. اتفاقاً حسین هدایتی مالک استیل آذین و خریدار باشگاه پرسپولیس هم مثل چند بازی قبلی سرخپوشان به رختکن آمده بود. در این گیر و دار رضا نورمحمدی رو به مهدی طارمی کرد و به شوخی پرسید: «مهدی، به عنوان ستاره بازی از حاج حسین چه ماشینی می خواهی؟!» مهدی طارمی که جوان مأخوذ به حیا و سر به زبری است جوابی به این سؤال نداد ولی به جای او محمد نوری گفت: سانتافه!

هدایتی که تا این لحظه پرسپولیس ها را نگاه می کرد بلافاصله گفت: «قبول است. محسن بنگر هم نه گذاشت و نه برداشت و ادامه داد: «حاجی اگر مهدی طارمی توی عربستان گل زد یک BMW X3 برای می خری؟!» مالک استیل آذین هم با لبخند جواب داد: «نیازی به گل زدن توی عربستان نیست. همین حالا حاضرم برایش بخرم!»

از ما نشنیده بگیرد اما فعلاً اهدای ماشین سانتافه به مهدی طارمی قطعی شده و هدایتی قول داده قبل از سفر به عربستان این خودرو را برایش بخرد البته به شرطی که این جوان جایزه سازمان لیگ را به مجتبی محرمی ببخشد.

مدیر مسئول : سید مسعود مرتضویان  
سردبیر : علی کارگری

مدیر فرهنگی - مذهبی : علیرضا کرمانی

مدیر ورزشی : علی گوگوانی  
نویسنده ورزشی : رضا کریمی

مدیر مناسبات اجتماعی : حسین شاه بندری

مدیر علمی : فرشید گوگوانی  
نویسنده علمی : حمید رجبی ، سینا رحیمی

مدیر ادبی : محمد حسین نوحی  
نویسندگان ادبی : میثم سورانی ، محمد گراوند

طراح جلد : علی کارگری



عمار

سال اول / شماره پنجم / خرداد ماه ۱۳۹۴  
صاحب امتیاز : بسیج دانشجویی  
دانشگاه شهید آیت نجف آباد



## دنیای ورزش

نویسندگان : علی گوگوانی ، رضا کریمی

### ورزشهای عجیب دنیا

بدون شک افراد، رقابتی هستند. همه ساله ورزش های جدیدی ابداع می شوند و قوانین جدیدی برای آنها وضع می شود و بسیاری از این ورزش ها راهی المپیک می شوند. از میان این ورزش ها برخی از آنها بسیار جالب و خنده دار هستند. ما در این بخش یکی از این مسابقات ورزشی را معرفی می کنیم.

#### پرش از روی نوزادان!!!



این مسابقات که هر ساله در یکی از روستاهای اسپانیا به نام کاستریلو د موریکا برگزار می شود، مردان با لباس اهریمنی از روی نوزادان تازه متولد شده می پرند. هدف از این مسابقات پاک کردن کودکان از هر نوع گناه می باشد.

### پر درآمدترین مربیان فوتبال جهان

نفر اول : پپ گواردیولا - سرمربی بایرن مونیخ آلمان درآمد ۱۷ میلیون یورو

نفر دوم : خوزه مورینیو - سرمربی چلسی انگلیس درآمد : ۸,۳۷ میلیون پوند

نفر سوم : مارچلو لیپی - گوانگجو چین درآمد : ۸,۳۴ میلیون پوند

نفر چهارم : آرسن ونگر - سرمربی آرسنال انگلستان درآمد : ۶,۸۹ میلیون پوند

نفر پنجم : فابیو کاپلو - سرمربی تیم ملی فوتبال روسیه درآمد : ۶,۵۱ میلیون پوند

نفر ششم : کارلو آنچلوتی - سرمربی رئال مادرید اسپانیا درآمد : ۶,۲۶ میلیون پوند

### خداحافظ جرارد You Will Never Walk Alone ...



آغاز شعری است که هر یکشنبه قرمزهای بندر لیورپول ، با داشتن کاپیتان جرارد با شوری خاص تر می خوانند . کاپیتان افسانه ای که آخرین روز های خود را در لیورپول به سر می برد . کمی عقب می رویم . فینال لیگ قهرمانان ۲۰۰۵ ورزشگاه آتاتورک استانبول جایی که استیوی نوستالژیک ترین فینال ممکن را رقم زد . برایش فرقی نمی کند تیم مقابل بهترین میلانی است که تاریخ به خود دیده زیرا او جرارد است . آن شب بعد از بازی قطعاً کارلو آنچلوتی یک سوال را از خود می پرسید ؛ چطور ممکن است ؟ پاسخ روشن است : استیون جرارد ... حتی اگر هندرسون معمولی هم باشی کنار استیوی جی تبدیل به ستاره خواهی شد . حتی اگر مالدینی هم باشی آرزو خواهی کرد روزی کنارش بازی کنی .. حتی اگر سرالکس فرگوسن هم باشی با وجود داشتن اسکولز و کریک هم آرزوی داشتن جرارد را خواهی کرد . حتی اگر با سرخوردنت قهرمانی را از تیم بگیری هیچوقت باعث نخواهد شد عظمت حتی اندک ، کوچک شود . در دنیای رکورد های بی پایان مسی و رونالدو هم جرارد با تمام ستاره ها متمایز است . زیرا او چیزی دارد که تاریخ فوتبال هرگز همانندش را ندیده . تعصب ... برترین بودن کار سختی است ولی جرارد بودن غیرممکن است ... تو خواهی رفت و دیگر با چشمانمان تو را در آنفیلد نخواهیم دید ولی این بار با قلبمان خواهیم گفت : تو هیچوقت تنها قدم نخواهی زد ...

نامه ی بالوتلی مهاجم لیورپول به مناسبت خداحافظی جرارد: «استیو از اینکه با تو هم بازی بودم احساس غرور می کنم، هر چند که این مدت طولانی نبود ولی تجربه هیجان برانگیزی را برایم به دنبال داشت که فراموش نشدنی است، تو مرد بزرگ و کاپیتان تحسین برانگیزی هستی برایم خیلی خوشایند بود که اجازه دهم تا ضربات پنالتی را تو بزنی تا بلکه لبخند بر روی صورتت نقش ببندد من برای تصمیم جدیدت به تو و خانوادهات تبریک می گویم، تو شایسته بهترین ها هستی دوست من برایت خوش شانسی آرزو می کنم.»

#### مسابقه :

اولین هافبک دفاعی مدرن تاریخ فوتبال چه کسی است ؟

راهنمایی : از القاب وی شاهزاده نقره ای است .

پاسخ خود را به شماره ۰۹۱۳۰۸۶۹۷۲۹ ارسال فرمایید .

### آورده اند که.....

نویسنده : مجتبی پورکرد

در بلادی چارفصل و زیبا که مردمانش همه نیکو خصال بودند ، رسمی ناجوانمردانه افتاد و دودمان به باد همی داد. آن رسم این چنین بود که در یکی از ایام یکی از صاحب منسبان به ظاهر مخلص و نیکوسرشت ، دست همی برد به بیت المال و آنقدر برداشت کرد و کارت به کارت به خزاین شخصی خود در بلاد کفر فرستاد که رقمی بس شگفت و نجومی گردید و در فرصتی مغتنم رخت از آن دیار برپست و به ریش جملگی خندید . سران آن بلاد و محکمه مرکزی به تکاپو افتاده عزم بازداشت و بازگشت سرمایه از کف رفته کردند که همه می دانیم زمانی که کسی به بلاد کفر گریخت بازگرداندنش با حضرت عزرائیل است که الحق و والانصاف دیر است. بگذریم دستگاه حکومتی تلاش هایی بسیار کرد و مدت بسیاری طول همی کشید اما کار از کار گذشته بود و مرغ از قفس پریده را بازگشت نیست. باز هم این عزیزان تکاپو ها کردند مردم آن بلاد هرروز امیدوار بودند این تکاپو ثمر دهد. زان پس دیگر صاحب منسبان و مدیران و ارشدان و دریک کلام هرکس دستش به بیت المال مربوط بود اما مخلص نبود و خود را در جمع بزرگان و عزیزان مخلص جا کرده بود بسان گرگ در لباس میش، به قدر کفایت از این موقعیت حظ وافر بردندی هر کدام به قدر کفایت ومروت ( تا جایی که حرام نمی دانستند دست درازی در اموال دیگران را) برداشت و چپاول کرد و یا توانست بگریزد یا به دست محکمه گریبان گیر شد اما حکم چندان مناسبی برایش بریده نشد و ای افسوس که این احکام نادرست راه را برای دست درازی ها و چپاول های بعدی گشود و به اصطلاح هرکس خود را در هر موقعیتی می دانست که می تواند مالی را به ناحق ببرد ، برد و به ریش دیگران خندید ....

اینگونه شد که در آن بلاد زیبا که داعیه تمدنش در عالم گسترانیده شده بود همگان سعی در زدن از کف دیگری داشته آن بلاد به افول نزدیک می شد، اوضاع بر همگان سخت گردید هرکس توانسته بود به بلاد کفر گریخته بود تا حدی که دیگر بلاد کفر گنجایش این همه چپاول را نداشت .... مردم به فکر چاره همی افتادند و در نهایت به این نتیجه رسیدند عزت و کمال مملکت زمانی به حد اعلا

میرسد که دست از این اخلاق زشت برداشته و چشم از اینکه حکومت بیاید و اصلاح امور کند برداشته و دست به زانوی خود گذاشته هرکس برای اصلاح خویش بکوشد به مدد باری تعالی عدل خود به خود در جامعه سایه می گستراند. اندکی گذشت و عموم افراد به اصلاح خود پرداخته آن ملعون هایی که هنوز بر رسم سابق بودندی به دست حکومت ریشه کن گشته تا عبرتی برای دیگران همی گردند. پس از صباحی چند ، نیک بختی دوباره بر آن بلاد سرازیر گشته همگان در شادی و برابری زندگی همی کردند. باشد که موجب رستگاری دیگر اقوام و دیگر جوامع در خطر باشد این حکایت...

این حکایت هیچ سند تاریخی معتبری ندارد مگر ذهن مشوش نویسنده



## هنر امام مهدی (عج) در چیست؟

نویسنده: محمدحسین نصوحی

باور به ظهور شخصی که جهان را پر از عدل و داد کرده و ریشه های ظلم و ستم را می چیند اختصاص به اسلام نداشته بلکه، شامل ادیان مختلف الهی و آسمانی می شود، در مسیحیت، یهودیت و زرتشت و... به ظهور این شخص نوید داده شده است. همچنین در اسلام و به خصوص مذهب شیعه منجی حضرت مهدی (عج) است که قرآن و سنت به آمدن آن بشارت داده اند. حال باید فهمید که حضرت مهدی (عج) چه ویژگی دارد که می توان او را منجی نامید. به همین منظور ابتدا برخی از دیدگاه های ذکر شده در مورد دوران ظهور را بررسی می کنیم:

بعضی بر این عقیده اند که در زمان حکومت جهانی حضرت مهدی (عج) جامعه به صورت بسته اداره می شود، یعنی همه چیز در قالبی یک شکل و بدون اختیار قرار دارد و مردم خالی از امیال جسمانی می باشند، اما آنچه که از روایات استنباط می شود خلاف این نظر را اثبات می کند، جامعه مهدوی بر اساس آزادی، عدالت، اخلاق و آگاهی های همه جانبه بنا می شود، در آن زمان با وجود ثروت و مال فراوان سرمایه سالاری بر جامعه حاکم نیست و مردم به مصرف یکدیگر نمی پردازند و خوی درندگی ندارند، در آن عصر حضرت مهدی (عج) علم را با عبودیت، قدرت را با معنویت و دنیا را با آخرت جمع می کند و تمام عوامل ایجاد کننده فساد را ریشه کن می کند. با توجه به مطالب فوق می توان هنر و ویژگی بارز حضرت را در این دانست که ایشان توانایی های بشری را در مسیر کمال و تعالی سازماندهی می کند و روابط را بر اساس برابری و برادری سامان می بخشد و آرزوهای بشری که هرگز به تحقق نپیوسته است را تحقق می بخشد.

ما معتقدیم که عشق سر خواهد زد  
بر پشت ستم کسی تیر خواهد زد  
سوگند به هر چهارده آیه نور  
سوگند به زخم های سرشار غرور  
آخر شب سرد ما سحر می گردد  
مهدی به میان شیعه برمی گردد

خلاصه ای از سخنان استاد رحیم پور ازغدی

## فتح خرمشهر، لحظه اوج دفاع مقدس

نویسنده: حسین شاه بندری

فتح خرمشهر فتح خاک نیست، فتح ارزشهای اسلامی است. خرمشهر شهر لاله های خونین است. خرمشهر را خدا آزاد کرد.»

از بیانات رهبر کبیر انقلاب اسلامی، امام خمینی (قدس سره)

در خیال خرمشهر که کنار کارون آرام نشسته بود، هیچ صدای خمپاره ای نبود. نخلستان هایش صدای چرخ های تانک را تا آن روز نشنیده بود، تا شهریور ماه ۵۹ که خرمشهر، خونین شهر شد. پس از گذشت روزهای تاریک و پر دود اسارت، در سوم خرداد ۱۳۶۱ شهر از اشغال درآمد. خرمشهر نخل های سوخته، نخل های بی سر...

فتح خرمشهر (سوم خرداد ۱۳۶۱) در تاریخ جنگ ایران و عراق از اهمیت ویژه ای برخوردار است. خبر آزادی خرمشهر آن چنان شگفت آور بود که در سراسر میهن اسلامی ما مردم را به وجد آورد. با اعلام خبر فتح خرمشهر مردم ایران بسان خانواده های بزرگ که فرزند از دست رفته خود را باز یافته است اشکهای شادی و شغف خود را نثار روح شهدای حماسه آفرین صحنه های شورانگیز این نبرد کردند. برای بی بردن به عظمت این نبرد حماسی کافی است بدانیم که نیروهای متجاوز عراق پیش از نبرد سرنوشت ساز رزمندگان ما برای آزادی خرمشهر در اطلاعیه های به نیروهای خود دستور داده بودند که دفاع از خرمشهر را به منزله دفاع از بصره، بغداد و تمام شهرهای عراق محسوب دارند. همچنین تجهیزات و امکانات دفاعی دشمن در این منطقه نشان می داد که عراق خرمشهر را به عنوان نماد پیروزی خود در جنگ به حساب آورده و قصد داشته است به هر قیمت، این شهر را در تصرف نیروهای خویش نگهدارد.

هنگامی که مرحله اول و دوم عملیات بیت المقدس به پایان رسید و رزمندگان ما در اطراف خرمشهر مستقر شدند، رادیوی رژیم بعثی، می کوشید در تبلیغات کاذب خود، حضور نیروهای عراق را در خرمشهر به رخ بکشد تا توجیهی برای ترمیم روحیه نیروهای شکست خورده و رو به هزیمت عراق باشد. فتح خرمشهر در زمانی کمتر از ۲۴ ساعت، موجب شد که بخش قابل توجهی از نیروهای مهاجم عراقی به اسارت نیروهای جمهوری اسلامی ایران درآیند.

نبرد بزرگ، سرنوشت ساز و غرور آفرین بیت المقدس که برای رها سازی خرمشهر از سلطه نیروهای مهاجم عراقی انجام شد، از دهم اردیبهشت ماه تا چهارم خرداد ما ۱۳۶۰ به طول انجامید. این نبرد حماسی علاوه بر پایان بخشیدن به ۱۹ ماه اشغال بخشی از حساس ترین مناطق خوزستان و آزادسازی خرمشهر، ضربه ای سهمگین و کمرشکن به توان رزمی و جنگ طلبی های دشمن مهاجم وارد ساخت.

کوتاه سخن اینکه عملیات بیت المقدس به عنوان برجسته ترین عملیات پدافندی نیروهای مسلح جمهوری اسلامی ایران در تاریخ نظامی ۸ سال دفاع مقدس ثبت شده است.

## جوان امروز ...

نویسنده: محمد گراوند

جوانا سر متاب از پند پیران

که رای پیر از بخت جوان به  
«حافظ»

انگار که حافظ شیرازی هم بخت بد جوانی را تجربه کرده که این گونه شکایت می کند و برای این که کم تر از این بخت تاریک جوانی ضربه بخوریم، ما را به «پند پیران» رهنمون می سازد.

واقعاً «جوانی» فلسفه ی خاص خود را دارد که به جرأت می توانم بگویم اسرارش هنوز هم کشف نشده. چه از نظر روحی و چه از ناحیه ی جسمی. ما، در بخش مراحل تربیت، وقتی که به دوره ی جوانی می رسیم، متوجه می شویم که واقعا این دوره رمز و راز هایی دارد که چه بسا قرار است کشف نشده باقی بماند.

در هر صورت داشتیم راجع به «جوانی» و «جوان» فکر می کردم که یک باره ذهنم درمانده شد و مغزم سوت کشید. آن هم چه سوتی! با این حال تصمیم گرفتم که ریتم سوت را در دست گرفته و راجع به یکی از دغدغه های جوان بنویسم. آن هم جوان امروزی!

البته واقعیت امر این است که اشخاص با هم متفاوتند و دغدغه ها هم برای هر کسی، سفیدی ها و سیاهی های خاص خودش را دارد. اما اصولاً این دغدغه، نگرانی و ترسی که در جوانی به دیواره های تک تک مویرگ های مغز می چسبند و «مثل خوره روح را آهسته در انزوا می خورد و می تراشد» چیست؟ جوان می خواهد مستقل باشد؛ چه از نظر مادی و چه از نظر معنوی.

جوان می خواهد یک خانواده ی جدید تشکیل بدهد؛ آن هم خانواده ای که عشق و محبت، به طرز افسانه واری از سر و صورتش فوران کند!

جوان می خواهد چالش های کوچک و بزرگ زندگی را یکی پس از دیگری، با پیروزی و موفقیت، پشت سر گذاشته و پیوسته به دنبال چالش های جدید است.

البته این هایی که گفته شد، مخصوص جوان های عجیب و آرمانی نیست! یک جوان معمولی، روحی پر از انرژی دارد که می خواهد به هر نحوی شده انرژی ها را به کار بندد. یکی از مشغله های ذهنی جوان امروز، «تأثیر گذاری» او روی جهان اطرافش است. اکثر جوانان می خواهند تأثیر بگذارند، توجه دیگران را جلب کنند و در واقع به وسیله ی جهان اطرافشان شناخته شوند. این یکی از راه هایی است که به وسیله ی آن زندگیشان معنای خاص و متعالی خودش را پیدا می کند.

گفته اند که در این زمینه، جوان باید ابتدا استعداد های خودش را بشناسد. یعنی در واقع خودش را بشناسد و بداند که واقعا چه کاری از دستش بر می آید. بعضی ها هستند که در همین مرحله ی اول، سرشان را پایین می اندازند و دست مبارکشان را در جیب می گذارند و نا امید به زمین خاک گرفته نگاه می کنند و می گویند: «ما که هیچ استعدادی نداریم...» در جواب

به این دسته از جوانان باید گفت که شما استعداد ها را دارید؛ اما شهامت دنبال کردنشان را ندارید! فقط کافی است که همین الان سرتان را بالا گرفته و به خودتان در آئینه نگاهی بیندازید. آن موقع است که اگر دستی به سرتان بکشید و طراوتی به مغزتان بدهید، شما هم مسیرتان را پیدا می کنید.

این طور می شود که اگر یک جوان استعداد خودش را شناخت و از آن در جهت بهبود جهان اطرافش استفاده کرد، می شود فردی نمونه و اگر در همان مرحله ی اول، یعنی استعداد یابی خودش، درمانده و ناچار توقف کرد، می شود وضعیتی که در بعضی ها مشاهده می کنیم. یعنی جوانی که به هر نحوی شده می خواهد تأثیر خودش را روی دنیای اطرافش بگذارد و این احساس نیازش را سیر کند. دریغ از این که بعضاً فعالیتش از حداقل سودی هم برخوردار نیست. شاید نمونه اش را در جوان های سیگار به دستی که در پیاده رو ها برایتان قیافه می گیرند، دیده باشید. البته این دیگر درجه ی منفی بودنش زیاد شده و شاید به تیپ شما نخورد.

اما نمونه های دیگری هم از تأثیرگذاری های پوچی که بعضی ها دچارش شده اند و به چشم نمی آیند، موجود است. شاید همین بحث و جدل هایی که با اطرافیانمان می کنیم و خیلی هم روی نظرمون پافشاری و سماجت به خرج می دهیم، یک نمونه از سیر کردن همین احساس تأثیرگذاری باشد. شاید بعضی از همین پست هایی که روی شبکه های اجتماعی بخش می کنیم... و شاید... و شاید همین نوشته ای که من به خاطرش این فضا را اشغال کردم، یک نمونه از جلب توجه کاذب باشد!

سخن آخر این که جوان باید خودش را بشناسد و در زمینه هایی که علاقه و استعدادش او را می کشد فعالیت کند. باشد که با تحقق این امر، به زندگی معنای حقیقی بخشیده و دغدغه ی جوانی را با بهتر کردن محیط اطرافش، پاسخ دهد.

هنگامی که در پیش آمدی احتیاج به مشورت داشتی ابتدا به جوانان مراجعه نما زیرا که آنان ذهنی تیزتر و حدسی سریع تر دارند سپس (نتیجه) آن را به نظر بزرگسالان و پیران برسان تا پیگیری نموده، عاقبت آن را بسنجند و راه بهتر را انتخاب کنند زیرا تجربه آنان بیشتر است.

حضرت علی(ع)





## رستاخیز نزدیک است.... (ویژه پایان ترم)

نویسنده: مجتبی پورکرد

در گذر ایام بسیار شنیده ایم که اگر از هردستی بدهی از همان پس خواهی گرفت. اما برآستی کدام یک از ما اعتقاد داریم؟

در روزگاران نه چندان دور دریکی از همین دانشگاه های خودمان که دیگر بدون کنکور هم وارد شوی مانعی ندارد اتفاقی افتاد که بعد ها باعث شد درس زندگی تمام دانشجویهای بعدی گردد و دیگر با اساتید در نیوفتند.

عده ای بودند بسیار شیرین زبان، دخترکانی پروتز کرده و پسرکانی ابرو برداشته که خود را زرنگان دو عالم می پنداشتند. ایشان را استادی بود به معنای واقعی کلمه خسته، پای به سن گذاشته و موی در گذر ایام سپید کرده و دود چراغ خورده اما بسیار فهیم و با صفا و یکه تاز در عرصه دانش. این استاد در کلاس درس بواسطه زیادتی علم سخن بسیار میراند و علاقمند بود در هر جلسه کلاس سخن از تجربیات و علم و دانش و جان دیویی بزرگوار گرفته تا افلاطون و ارسطو و داداش پرستو و دیگران به میان آورد و این مطالب را برای مخاطبانی عرضه می داشت که خود را از همه سر می دانسته عموما در خواب به سر می بردند یا اگر بیدار در شبایک اجتماعی که از بلاد کفر به دستشان می رسید لایک می کردند و کامنت می گذاشتند و مگر افرادی محدود که از سر احترام به استاد گوش داده اما در عمل آنها هم به حالت STAND BY بودند و فقط حفظ ظاهر می کردند. در هر جلسه از کلاس چندتن از خوشمزگان روزگار میان کلام استاد گزافه گویی ها میکردند و یک جمله را بسیار تکرار می نمودند که میگفتند: استاد خسته نباشید.... استاد پس از هربار شنیدن این جملات با صبوری میفرمود شاد باشید و به تدریس ادامه میداد، اما این آرامش پیش از طوفان بود و در سر استاد نقشه ها یک به یک ردیف گشته سیستم هایی برای ضد حمله طرح ریزی میشد مطابق با سیستم های روز تهاجمی دنیا در زمان مناسب یعنی غفلت حریف و استفاده از نقاط ضعف.... بگذریم گذشت و گذشت و ترم به پایان رسید استاد پند داد یکبار به خوبی سخن های گفته شده در طول ترم را بخوانید که روز رستاخیز بس نزدیک است. شاگردان جدی نگرفته به خیال اینکه استاد امتحانی آبکی خواهد گرفت سر جلسه حاضر شدند. زمانی که برگه ها توزیع شد ترس برهمگان تسلط یافت انگار هیچ یک از این مطالب را حتی یکبار در زندگی خویش نشنیده باشند! دست به دامان استاد شدند اما ایشان فرمود تمام سوالات از کتاب است (اما دردل میگفت آن وقت که جیک جیک مستانه تان بود فکر زمستانتان نبود) ... آخر العمر در گوشه پایینی برگه با فونتی درشت این عبارت نقش بسته بود: موفق باشید.

همه آن دانشجویان چموش اتفاق نظر داشتند این عبارت جای آن عبارتی است که در طول ترم بارها به کار بردند و این عمل استاد چیزی نبود مگر مقابله به مثل و موشک جواب موشک... اه و افسوس میخورند که ای کاش لگد به بخت خویش نمی زدند و این درس را از طریق شبکه های اجتماعی

در سرتاسر کشور پخش نموده شاید درس عبرتی گردد برای دیگران و همیشه این جمله را با خود تکرار میکردند که از ماست که برماست....

## پاسدار ...

نویسنده: علیرضا کرمانی

نامگذاری سوم شعبان به عنوان روز پاسدار از سوی امام خمینی (ره) یک عمل هوشمندانه فرهنگی و اجتماعی محسوب می شود. پاسداران انقلاب اسلامی که با سرعت معجزه آسایی به یک سپاه بزرگ ملی تبدیل شدند و با نیروهای سه گانه زمینی، دریایی و هوایی یکی از کارآمدترین و موثرترین ارتشهای ملی تاریخ را به منصفه ظهور رساندند، به هر حال نیروی نظامی ایدئولوژیک نظام جمهوری اسلامی محسوب می شوند و علاوه بر وظایف متعارف نظامی و لشکری، رسالتهای خطیری را در عرصه پاسداری از دستاوردهای انقلاب برعهده دارند. توجه دادن این نیرو به مبانی اصیل اعتقادی برگرفته از مکتب حسین (ع) می تواند منشور و راهنمای نمایانی برای آن محسوب شود و فضای حرکت آن را ترسیم نماید. در نوشته زیر فرهنگ پاسداری و توجه مردم و رهبر مردم به این فرهنگ، مورد تذکر قرار گرفته است. در طول هشت سال دفاع مقدس و فرازونشیب های پس از انقلاب، سپاه پاسداران انقلاب اسلامی از جمله نهادهایی بود که در کنار دیگر اقشار نظامی و رزمندگان گمنام، در رهایی ملت ایران و اسلام عزیز و نیز در پاسداری از انقلاب و هدفهای آن، عاملی موثر و رکن رکین بوده و هست.

## روز پاسدار

حضرت امام خمینی (ره) به مناسبت سالروز ولادت امام حسین (ع) می فرماید: «روز مبارک سوم شعبان المعظم را که روز طلیعه پاسدار و پاسداری از مکتب مترقی اسلام است به عموم هم میهنان و به خصوص پاسداران انقلاب اسلامی تبریک عرض و به حق باید این روز معظم را روز پاسدار بنامیم. روز ولادت با سعادت بزرگ پاسدار قرآن کریم و اسلام عزیز است. پاسداری که هر چه داشت در راه هدف اهدا کرد و اسلام عزیز را از پرتگاه انحراف رژیم طاغوت بنی امیه نجات داد.» ایشان در این پیام سوم شعبان را روز پاسدار نامیدند.

امام علی (ع) می فرماید: بهترین مردم کسی است که خود را در راه خدا وقف کند با دشمنان او به نبرد برخیزد و مرگ یا کشته شدن در میدان نبرد را آرزو کند.

در تاریخ تمدن بشری کم بوده اند آدمیانی که برای برافراشته داشتن چراغ حق و ترویج اخلاق کریمه، تمامی هستی و آمال خود را بر سر هدف خویش بگذارند. کمر بستن برای احیای حقیقت خواهی، همتی جانانه می طلبد که تنها از مردانی چون حسین (ع) برمی آید که از آزادی و شور حقیقت جویی اش چنان حماسه ای آفرید که تا زمان، زمان است، نامش جاودان و موجب احترام انسانهای حق طلب خواهد بود.

پاسداران اسلام و انقلاب اسلامی که شیعیان راستین آن امام می باشند، با تاسی از گفتار و سیره عملی آن حضرت در این مرز و بوم حماسه هایی آفریدند که در دل تاریخ جاودانه خواهد ماند. آنان می کوشند با پیروی از راه و روش بزرگ پرچمدار اسلام مسئولیت خطیر خود را به نحو مطلوب انجام دهند.

## بعد از خوردن شام حتما این کار را انجام دهید

نویسنده: فرشید گوگوانی

در این مطلب برایتان می گوئیم که چطور یک پیاده روی ۱۵ دقیقه ای بعد از شام می تواند به سلامت تان کمک کرده و از بروز مشکلات گوناگون جلوگیری کند.

اگر عادت دارید بعد از شام جلوی تلویزیون یا کامپیوتر بنشینید، بهتر است آن را با یک عادت درست جایگزین کنید و ۱۵ دقیقه قدم بزنید. کارشناسان عقیده دارند، دست کم ۱۰۰ قدم پیاده روی بعد از شام وضعیت سلامت عمومی تان را بهتر می کند که شامل هضم بهتر غذا، سوزاندن کالری، کنترل بهتر قند خون و تری گلیسرید در بدن می شود.

در این مطلب برای تان می گوئیم که چطور یک پیاده روی ۱۵ دقیقه ای بعد از شام می تواند به سلامت تان کمک کرده و از بروز مشکلات گوناگون جلوگیری کند.

## کمک به گوارش

فرایند هضم غذا سریعاً بعد از خوردن شروع می شود و شیره و آنزیم های معده که مسئول گوارش هستند در همین زمان فعال می شوند. اگر فرد پس از خوردن شام قدم بزند، فرایند ترشح آنزیم ها برای هضم بهتر بیشتر خواهد شد. در نتیجه از بسیاری از بیماری ها و مشکلات شکمی مانند ترش کردن معده یا بد هضمی که اغلب افراد از آن شاک می هستند، جلوگیری می شود.

## تقویت متابولیسم

به غیر از الگوی خورد و خوراک و کالری دریافتی داشتن فعالیت بدنی و تحرک یکی از عوامل اصلی تقویت متابولیسم می باشد. از این رو توصیه می شود بعد از خوردن شام پیاده روی کنید تا فرایند سوخت و ساز در بدن تان بیشتر شده و عملکرد سایر اعضای بدن تقویت شود.



## کمک به خواب

عادت رفتن به رختخواب بعد از خوردن شام بدون شک برای سلامت تان خوب نیست. چند دقیقه قدم زدن تأثیرات شگفت انگیزی در بر دارد. این قدم زدن نه تنها گردش خون در بدن را بهتر می کند بلکه استرس را نیز کاهش می دهد. به همین دلیل کسانی که بعد از شام تقریباً ۱۰۰ قدم راه می روند، خواب شبانه خوب و لذت بخشی دارند.

## تقویت گردش خون

۱۵ دقیقه قدم زدن بعد از شام غیر از اینکه میزان چربی خون یعنی تری گلیسرید و کلسترول را پایین می آورد، به سیستم گردش خون و خون رسانی در کل بدن کمک می کند. دلیلش هم این است که راه رفتن اکسیژن رسانی به قلب را بهتر کرده و در نتیجه گردش خون بهتری خواهید داشت.

## کنترل میزان قند خون

اشخاصی که از دیابت نوع دوم رنج می برند می توانند از فواید پیاده روی بعد از شام بهره ببرند. بعد از خوردن شام میزان قند خون به خاطر خرد کردن اجزای مواد خورده شده بالا می رود، اما وقتی بعد از شام راه می روید، بدن بطور فیزیکی فعال شده و گلوکز بیشتری از خون را مصرف می کند بنابراین میزان قند خون تنظیم می شود.

## کمک به کاهش وزن

پیاده روی ۱۵ دقیقه ای بعد از شام نه تنها یکی از ضروریات زندگی سالم است بلکه نقش مهمی در کاهش وزن دارد و یکی از مفیدترین و ساده ترین شیوه های داشتن وزن متعادل می باشد، چون به غیر از سوزاندن کالری سلامت عمومی بدن را تقویت می کند

## پلی به شکل ترن های هوایی!

نویسنده: فرشید گوگوانی

اگر شما با دقت و از رو به رو به پل «اشیما اوهاشی» (Eshima Ohashi) در ژاپن نگاه کنید، چهره های شبیه به یک ترن هوایی که به جای اتاقک ها، خودروها روی آن حرکت می کنند را دارد. این پل در اصل یک بزرگراه است که به صورت پل هوایی ساخته شده است. اشیما اوهاشی سومین پل بزرگ جهان و بزرگ ترین پل هوایی در ژاپن به حساب می آید که طول آن به یک مایل می رسد. این پل در ارتفاع ۱۴۴ پایی (حدود ۴۴ متر) از سطح زمین ساخته شده است. میزان انحراف این پل از هر طرف به ۵.۱ و ۶.۱ درصد می رسد. لازم به ذکر است که به دلیل طراحی مهندسی و حفاظ های دور تا دور این پل، به هیچ عنوان، حس ترس و نگرانی به رانندگان هنگام رانندگی در این پل دست نخواهد داد.





## مصاحبه اختصاصی با محمد کاویان

نویسنده : علی کارگری

معرفی مختصری از خودتون داشته باشید

بسم الله الرحمن الرحيم

محمد کاویان هستم ، دانشجوی رشته علوم تربیتی دانشگاه فرهنگیان ، ورودی سال ۹۳

در مورد نحوه قبول شدن در دانشگاه فرهنگیان و اینکه الان چه حسی داری از اینکه در رشته علوم تربیتی در حال تحصیل هستی ، برای خوانندگان نشریه توضیح دهید.

خب من قبل از اینکه اینجا پذیرفته بشوم ، دانشجوی مهندسی پلیمر دانشگاه خرم آباد بودم و حدود ۱ ترم و ۲ ماه هم در دانشگاه خرم آباد تحصیل کردم تا اینکه پیامی مبنی بر قبول شدنم در تکمیل ظرفیت دانشگاه فرهنگیان بر روی موبایل من فرستاده شد و خب توضیح داده شده بود که باید برای مصاحبه به دانشگاه باهنر اصفهان بروم ، خب من هم رفتم برای مصاحبه و البته استرس هم داشتم ولی خب شاید به خاطر این بود که من اولین نفر بودم که رسیده بودم دانشگاه (حدود ساعت ۶ صبح) ولی بعد از چند دقیقه تسلط پیدا کردم و خیلی منطقی به سوالات واب می دادم و مراحل مصاحبه رو پشت سر می گذاشتم . البته خب من چون مادرم هم فرهنگی بودند با این فضا آشنایی هم داشتم و علاقه داشتم به این رشته که خدا رو شکر قبول شدم .

به تازگی شما نفر اول مسابقات استانی مداحی دانشگاه فرهنگیان شده اید و خب برای خوانندگان توضیح بدهید از سطح مسابقات و در کل رشته مداحی که شما در آن شرکت کردید.

روز اولی که رسیدم دانشگاه یکسری فرم ثبت نام پخش می شد و خب من هم یک فرم گرفتم و مداحی ثبت نام کردم تا اینکه چند هفته بعد گفتند که مسابقات مداحی و اذان دانشگاه باهنر اصفهان برگزار می شود و من هم همراه با بچه ها رفتم و خب من چون قبلا هم مسابقات مداحی شرکت کرده بودم با اینطور مسابقات تا حدودی آشنا بودم ، سطح مسابقات خوب و داوری هم خوب بود و مسابقات در ۲ مرحله برگزار شد و من مرحله اول را رد کردم و در مرحله دوم هم لطف اهل بیت شامل حال ما شد وخب برنده شدیم و به مرحله کشوری راه یافتیم و اگه خدا بخواد و کمک ائمه هم باشه ان شالله که بتونیم در مرحله کشوری هم موفق باشیم من به امید خدا استرس ندارم به قول استاد خوبم که همیشه میگفت : بعضی مداح ها حالشون صدا داره و بعضی دیگه صداشون حال داره . بالاخره بخشی از مداحی صدای مداح و بخش دیگه همون جلسه داری و اعتماد به نفس که به امید خدا و توکل بر ائمه فکر میکنم چون تقریباً تجربه دارم بتونم ان شالله در کشوری هم موفق باشم.

به تازگی به دیدار رهبر معظم انقلاب (مد ظله العالی) شرفیاب شدی و خب از حس و حال خودت در آن لحظات برای ما بگو خب ما شب که رسیدیم تهران ، اول به زیارت حضرت عبدالعظیم (ع) رفتیم و خب بعد از نماز صبح هم آماده شدیم و ساعت ۶ به سمت بیت آقا راه افتادیم ، صف بزرگی بود و ما هم خیلی انتظار کشیدیم و تا حدود ۸:۳۰ طول کشید ولی خب ارزشش رو داشت ، خیلی ام داشت یعنی همون لحظه که وارد بیت شدم حس خاصی بهم دست داده بود که وصف کردنی نیست .

بعد از سخنرانی جناب وزیر ، لحظه ای رسید که تمام خستگی های ما پرید و آن همان لحظه ورود آقا بود که واقعا حس خوبی داشت من قبلا هم در مشهد آقا رو زیارت کرده بودم ولی خب اینجا هم فرق داشت و هم فاصله خیلی نزدیک تر بود و حس خوبی بهم دست داد و حتی خیلی ها از فرط شادی گریه افتادند ، واقعا لحظات خوبی بود.

و در آخر هم اگر حرفی برای گفتن به خوانندگان نشریه عمار دارید ، لطف بفرمائید و بیان کنید

راستش ما از دوران کودکی که همیشه در خانه اهل بیت بودیم و در جلسات اهل بیت بزرگ شدیم الحمدالله و خب این بزرگواران هم محبت خودشون رو از من دریغ نکردند و ان شالله که تو همین مسیر بمونیم و ائمه هم کمک کنند و در این راه یاری برسانند و ان شالله هیچوقت تنها نباشیم و اهل بیت کمک کنند .

یا علی مدد

## باز هم .....

نویسنده : میثم سورانی

اردو نمایشگاه کتاب لغو شد ؟؟؟؟؟؟؟!!!!

این جمله عاقبت اکثر اردوهایی ایه که برنامه ریزی میشه ، چند بارم قیمتش کم میشه و حتی میشه گفت با خواهش و درخواست هم همراه میشه ولی باز فقط جمله بالا به تعداد کمی که ثبت نام کردن اعلام میشه .

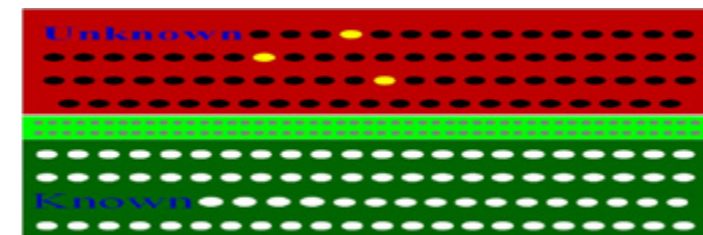
یادمون باشه که قبل از اینم اردوهایی زیادی بودن که همین بلا سرشون اومد و چند اردویی هم که برگزار شد از روی تدبیر مسئولین به اجبار بود که به خیر گذشت و برگزار شد مابقی فقط در حد یه کاغذ رو تابلو اعلانات بوده در حالی که همین اردو ها میتونه به دانشجویها خیلی کمک کنه امیدوارم این مشکلم با شرایط و امتیازاتی که مسئولان میتونن واسه اردو بگذارن حل بشه ، امیدوارم.....

## هیچ پژوهشگری از صفر شروع نمی کند

نویسنده : حمید رجبی

نقطه شروع را چگونه پیدا کنیم؟ از کجا و چگونه آغاز کنیم؟

لطفاً به تصویر زیر نگاه کنید. من اسم آن را لیوان دانش گذاشته ام. این لیوان و محتوی آن برای تمام علوم تجربی صادق است. این لیوان دارای دو منطقه مشخص دانائی یا دانسته ها (ناحیه سبز با نقطه های روشن در پائین) و نادانانی یا نادانسته های (ناحیه قرمز با نقطه های تیره در بالا) مجموعه انسانها است. ارتفاع ناحیه دانسته ها در طول زمان تغییر یافته است. مثلاً این ناحیه هزار سال قبل کوچک بود و با افزایش تجارب انسانها بزرگتر شده است. یک ناحیه میانی با نقاط خاکستری نیز وجود دارد. این ناحیه مرزی با توجه به فرایند تولید دانش، ناحیه دانش در جریان است، و نقطه آغاز کار پژوهشی جدید. کاملاً بدهی است که اگر محققى به جای شروع از ناحیه مرزی از ناحیه دانسته ها شروع کند، دست آورد جدیدی نخواهد داشت.



ادامه دارد ...

## حال زمین خوب نیست ...

نویسنده : سینا رحیمی

نظر به اینکه یونسکو از سال ۲۰۱۲ پیشنهاد نمود که هر کس سهمی در جلوگیری از آلودگی کره زمین داشته باشد، ما نیز بر آنیم که بتوانیم سهم کوچک و البته مهم خود را در این زمینه ایفا کنیم.

حال زمین خوب نیست چون :

۱- منابع آب شیرین کره زمین به دلیل استفاده بیش از حد و ازدیاد جمعیت کشورها و خشکسالی رو به اتمام است.

۲- ساکنان سیاره خاکی آن را به زباله دانی بزرگ تبدیل کرده اند.

۳- تغییرات اقلیمی به دلیل استفاده بیش از حد از سوخت های فسیلی در وسایل حمل و نقل، نیروگاههای برق و ... تهدیدی جدی برای آینده زمین است.

۴- مصرف بیش از حد کاغذ باعث کاهش جدی میزان درختان روی سیاره زمین شده است.

۵- گسترش مصرف برق به دلیل افزایش نقش لوازم برقی در زندگی مردم.

پیامد خطرناک این افزایش بالارفتن لحظه به لحظه انتشار گازهای گلخانه ای و از جمله دی اکسید کربن به جو زمین است که باعث گرم شدن کره زمین شده.

پیشنهاد می کنیم، هر کدام از ما هم به شخصه این کارها را انجام دهیم تا سهمی در پاک نگهداشتن زمین ایفا کنیم :

۱- از همین امروز مصرف آب در بخش های مختلف را ۲۰درصد پایین بیاوریم، این کار می تواند از مدیریت آب در شستشوی ظرف و حمام کردن گرفته تا عدم شستشوی خودروها، عدم کاشت گیاهان آب بر در حیاط (مانند چمن و برخی گل ها) و انجام شود.

۲- پیمان ببندیم که زباله کمتر تولید کنیم. اینکار می تواند از کنترل ولع خرید شروع شود. به هر مقدار که می خواهیم مصرف کنیم، خرید نماییم.

۳- برای خرید رفتن از کیسه های پارچه ای دائمی استفاده کنیم، این کار می تواند از تولید روزافزون کیسه های پلاستیکی که عامل مهمی در آلودگی زمین و تولید زباله است، جلوگیری کند.

۴- در سفرها بیشتر از وسایل نقلیه زمینی مانند قطار استفاده کنیم، میزان سهم آلودگی هوا در وسائط نقلیه در مورد قطار حداقل و در مورد هواپیما حداکثر است.

۵- در هر کاری که می کنیم، به این بیندیشیم که چگونه می توانیم همین کار را در تطابق بیشتری محیط زیست انجام دهیم، از شستن ظروف گرفته که می توان با استفاده کمتر از مایع ظرفشویی ، آب کمتری برای آبکشی به کار ببریم تا استفاده از روی دیگر کاغذها و خاموش کردن حتی یک لامپ اضافه ...

۶- استفاده از انرژی های تجدیدپذیر و به ویژه انرژی خورشیدی را هم مردم و مخصوصا مسئولان برنامه ریزی کلان توسعه کشور جدی بگیرند. استفاده از این نوع انرژی برای پاک نگهداشتن محیط زیست کره زمین دیگر انتخاب نیست، ضرورت است.

۷- به ادارات و سازمان ها و بانک ها توصیه می کنیم که بجای برگ کاغذ و قبض از تبادل عملیات اینترنتی با توجه به گسترش روزافزون اقتصاد دیجیتال استفاده کنیم. این کار کاهش مصرف جدی کاغذ را به دنبال خواهد داشت و در نتیجه کم شدن قطع درخت.

۸- به فروشگاههای بزرگ و طرفدار محیط زیست پیشنهاد می کنیم که کیسه های پارچه ای به صورت سفارشی تولید کنند و در قبال تحویل آن به مشتری پول دریافت نمایند. مثلا هر کیسه خرید کالا ۵۰۰۰ریال. اگر مشتری این کیسه ها را با پول خریداری کند، مطمئنا از دورانداختن آن و تبدیل کردن آن به زباله خودداری خواهد کرد و مکررا از آن استفاده خواهد کرد.

و کلام آخر :

حال زمین خوب نیست، نفس سیاره مان به شمارش افتاده، فردا دیر است، زمین همین الان دارد هشدارهای لازم را می دهد.



طراح : علی کارگری

پوستر کوچ قطره ها