



درسهایی که می توان از یک رخداد گرفت

پدربزرگ درباره چه می نویسید؟ درباره تو پسرم اما مهم تر از آنچه می نویسم مدادی است که با آن می نویسم می خواهم وقتی بزرگ شدی مثل این مداد بشوی. پسرک با تعجب به مداد نگاه کرد و چیز خاصی در آن ندید. اما این هم مثل بقیه مدادهایی است که دیده ام پدر بزرگ گفت: بستگی دارد چطور به آن نگاه کنی. دراین مداد پنج صفت هست که اگر به دستشان بیاوری برای تمام عمرت با دنیا به آرامش می رسی.

صفت اول: می توانی کارهای بزرگ انجام دهی اما هرگز نباید فراموش کنی که دستی وجود دارد که هر حرکت تو را هدایت می کند و آن خداست. او همیشه باید تورا در مسير اراده اش حركت دهد .

صفت دوم: باید گاهی از آن چه می نویسی دست بکشی وازمداد تراش استفاده كني. أين باعث مي شود مداد كمي رنج بکشد اما اِثر کار نوکش تیزتر می شود واثری که از خود باقی می گذارد ظریف تر و باریک تر است پس بدان که باید رنج هایی را تحمل کنی، چرا که این رنج باعث می شود انسان بهتری شوی.

صفت سوم: مداد همیشه اجازه می دهد برای یاک کردن یک اشتباه از پاک کن استفاده کنیم. بدان که تصحیح یک خطا کار بدی نیست در واقع برای آن که خودت را در مسیر درست نگهداری مهم است

صفت چهارم : چوب یا شکل خارجی مداد مهم نیست رغالی اهمیت دارد که داخل چوب است پس همیشه مراقب باش درونت چه می گذرد.

صفت پنجم: همیشه اثری ازخود به جا می گذارد پس بدان که از هرکارت در زندگی ردی به جا می گذاری سعی کن حركات تو هشيارانه باشد بدان كه چه مى كنى....



كاش قلم زاده دلها نبود واژه ها آرایش خطها نبود

کاش سیاهی، سفیدی ورقها را می ربود

عشق شهره بزم قلم نبود

<mark>کاش شقایق آوارہ بلبل نمی شد</mark> <mark>تیرنگاه،</mark> لیلی مجنون نبود

کاش <mark>دستها، احساس را نمی سرود</mark>

شعر شکست خالی از بیت امید نبود

کاشزمان، ثانیه <mark>ها را به باد می سپر</mark>د مر گ، خالی از احساس نبود

کاشدل در چشمان انتظار نمی تپی<mark>د</mark>

کاشع<mark>شق نگاهش</mark> را به آسمان نمی باخت

قطره خالی از آبی دریا نبود كاششبنم ديوانه باران نمى شد

دیدار بی تاب کوچه های ناامید نبود

اشک شب ، خسته عابر نبود

کاش سکوت در <mark>تار</mark> عشق فریاد می شد عا<mark>شق دلداده را غم، دریا نبود</mark>

کاش غریبه <mark>می نواخت شعر سفر را</mark>

خیال آخرین تیر رهایی نبود

ورهرا بیگلری (غریبه)

سهم من از تو

سهم من از آ<mark>خرین نگاهت فقط حرمان بو</mark>د و افسوس که دور م<mark>ی شدی در تاریک</mark>ی بن بست

سهم من از آن تاکید ورضایت ده قطعه نگاتیو است

و تو در آن چشمخانه ام <mark>نمی گنجی آنقدر بزرگی که</mark> چشمهایم را می فشر<mark>م</mark>

چمشهایم را <mark>می فشار</mark>م تا شاید تورا نبینم و خاطره تلخ رفتن زن<mark>ده نشود</mark>

اما چه سود <mark>که تو خیلی بزرگی و چشمهایم خیلی</mark> کوچک و تو می <mark>غلطی و به آه داغی از چشمان</mark>م سرازیر

سهم من از رضا وسكوت فقط نقاشي رنگ شده کودکی است ۷ ساله

سهم من از ز<mark>ندگی فقط یک حساب بانکی</mark> است وبس و تو هیچ به من نیاندیشیدی در تنهایی وحرمان چگونه

سهمم را از مردمان می گیرم

ای کاش سهم م<mark>را نی</mark>ز ب**ا خ**ود برده بودی



💻 تا به حال چند بار احساس کرده اید که مغز شما از کار افتاده است و دیگر قادر به فکر کردن نیستید؟ این به دلیل آن است که ما نیاز داریم توانائی های خود را برای فکر کردن افزایش دهیم

> مطلب حاضر به نکاتی می پردازد که ما برای بیشتر و بهتر فکر کردن باید به کار گیریم و به آن نیاز داریم.

> یافتن بهترین زمان بیشتر افراد مسن صبحها بهتر می توانند فکر کنند و اغلب جوانان بعداز ظهرها.شما چه زمانی بهتر فکر می کنید؟ خوب تحصيل كنيد اما افراط نكنيد

بعضى از روان شناسان عقيده دارند كه تحصيلات تخصصى افراطى و زیاد می تواند به توانایی تفکر خلاقانه آسیب وارد کند. شما اگر در رشته نویسندگی دکترا کسب کنید الزاما رمان نویس بزرگی نخواهید

روز خود را با بهترین ها شروع کنید

محققین نشان داده اند که مقدار کافئین موجود در یک فنجان قهوه مى تواند به تمركز حواس كمك كند اما اگر شما مستعد اضطراب هستيد بهتر است فراموشش كنيد. . خاطرات جدید را به خاطرات قبلی بچسبانید

حافظه خود را چون دار بستی در نظر بگیرید و اطلاعات جدید را روى آن تثبيت كنيد. هميشه اطلاعات جديد را به چيزى پيوند دهيد و هرگز آن را تنها رها نکنید.

تا می توانید تمرین کنید یاد گیری و تمرین مداوم ذهن را تغییر می دهد.مطالعاتی که روی عده ای داوطلب ۷۰ ساله انجام شده نشان می دهد که آموزشهای منظم و طبق برنامه زمان بندی شده باعث تغییر ساختار ذهنی فرد

می شود به نحوی که فعالیت ذهنی این افراد نسبت به زمانی که ۷ سال جوان تر بوده اند بیشتر است. فرد مسنی که خوب تمرین می کند سريع تر از جواني است كه اصلا تمرين نمي كند. به ایده های خود شانس شکوفا شدن بدهید

بسیاری از ما با توجه به توانآئی هایمان امکان ارزیابی حقایق وتصمیم گیری سریع داریم. خلاقیت نیاز به آرامش و سکون داردو این که به ایدههای به ظاهر نا معقول و بیمعنی خود فرصت دهیم. شغلی که باعث رشد شود و همراهی که باهوش باشد

مطالعات أنجام شده درلهستان نشان مى دهد صاحبان مشاغلى كه نیاز به کارگیری ذهن دارد نسبت به سایر افراد از قدرت تفکر بیشتری برخوردارند. همچنین ازدواج با فردی با هوش ممکن است در شما انگیزه ایجاد کند و باعث رشد و بالندگی شما شود. تجربه كنيد

خلاقیت اغلب به توانائی تعدیل راه حل ها از جهات مختلف زندگی

هرياه ويرياه ويتدر

ब्स्यो**एक ब्ह्यिक के ल**क्ष

صياطل عزيز است

دریای تمیز

ہندریاکــیزه

وعنهما 🛕 آبان ماه

در بنادر مبیادی

، حسيده ، بستانه ، جواد الانمه، جاسک .

پ کللمی صلخ ، باسعیدو ، کنگ کومستک

- کوہ میارک - سیریک - جرگھان

معلوث مرد و بندر والعرفيدي شريات استان مروزان

براي افكار خلاق و زيبا

[افخم بهرازنيا]

خلاصه می شود. برای مثال نوار چسب خیاطی با الهام گرفتن از خار و خسی که به لباس می چسبد ساخته شده است و یا شیوه پوست كندن موز ايده اى براى تهيه قوطى هاى كنسروى است كه با حلقه اى که روی آن تعبیه شده باز می شود.

آیاً تا به حال برای شما پیش آمده که نام کسی را تا مدتی پس از آن كه او را ملاقات كرديد به خاطر نياوريد؟ علت اين امر ضعف حافظه نيست بلكه نداشتن تمركز است. با بالا رفتن سن بايد اطلاعات را آگاهانه به حافظه بسپاریم و حفظ کنیم.

ورزش باعث تقویت قوای فکری می شود

تحقیقات گوناگون اکنون از این فرضیه که ورزش و تمرینات بدنی اثرات سود مندی روی عملکرد تحصیلی دارد حمایت می کند. تصور می شود که در هنگام ورزش اکسیژن و مواد غذایی بیشتری در دسترس سلول های مغز قرار می گیرد؛ به علاوه با عث افزایش فاکتورهائی می شود که عامل رشد سلول های مغزی اند. ورزش فواید گوناگونی دارد و انجام آن به صورت مرتب و روزانه توصیه می شود.

تازه جوئي رمز موفقيت نقاش امپرسیونیست هنری ماتیس در سال های پایانی عمر خود از قیچی به جای قلم مو برای خلق آثارش بهره برد و به هنرش روحی تازه بخشید. مقایسه افراد خلاقی که متوقف می شوند با آنهایی که به

شناخت عوامل بازدارنده. چنانچه در معرض عوامل مختلفی قرار گیریم که رشته افکار ما را پاره کنند تمرکز کردن مشکل خواهد بود. چنانچه کاری نیاز به دقت و تمرکز زیاد دارد مثلا تهیه یک گزارش باید دو شاخه سیم تلفن را از پریز کشید و یا نوشته ای روی در قرار داد

خلاقیت ادامه می دهند نشان می دهد که افراد دسته دوم پیوسته به

تا کسی در آن هنگام وارد اطاق نشود. فراموش نکنید که همیشه به دنبال کارهای مورد علاقه تان

اخيرا روان شناسي هلندي مطالعاتي روى تفاوت هاى بين قهرمان شطرنج و استاد شطرنج انجام داد.او افرادی از هر دسته را تحت آزمایشاتی چون تست هوش، حافظه و تعیین میزان قوه استدلال برای حرکت مهره ها قرار داد و هیچ تفاوتی بین افراد دو گروه پیدا نکرد. تنها تفاوت این بود که قهرمان شطرنج علاقه بیشتری به بازی شطرنج

آنها اشتیاق و تعهد بیشتری نشان می دهند و کلید خلاقیت آنها

زورق جان

نردىرياي غم نروس جان شكسته

چو برگیست دس سراه طوفان نشسته

نرمرغ دلم واكن اين بال بسته

نشان تو هر جای با پای خسته

محفوظ 🔳

به کوي تو دلها به هجران نشسته

هر آن سبزه ای بی بهاس نگاهت

نرچشمان من دست های خیالت

بيا مهربان حكنون با نگاهي

دمريا و كوه و بيابان گرفتم

هم همین است

ایدههای جدید رابا یکدیگر تلفیق کنید با هیچ مطلبی سرسری بر خورد نکرده وآن را با بی تفاوتی نخوانید. حاشیه نویسی، فکر کردن، شکل دادن وتلفیق مطالب با یکد یگر حتی اگر مطلبی که می خوانید به نظرتان به درد نخور و بی فایده باشد به شما کمک می کند تا آن را به نحوی بفهمید که در نهایت بتوانید خلاقا نه عمل کنید.

روشهای سریع یاد گرفتن را بیا موزید یکی از مهمترین مهارت های قرن بیست و یکم توا نائی یا د گیری سریع است؛ پس آن را پرورش دهید. یا د بگیرید که به سرعت به ایده های خود شکل دهید. شیوه عملکرد مغز خود را پیدا کنید تا بتوانید آن را بهتر به کا رگیرید. بعضی اشخاص پس از مدتی کار فکری نیا ز به استراحتی کوتا همدت و نو شیدن چای یا قهو ه دارند تا بتوانند دو

همیشه برنامه های بلند مدت داشته باشید حتی اگر آن را هر روز تغییر

نفس برنا مهریزی برای زندگی خود به تنهایی با ارزش است و تغییر دادن آن به ما کمک می کند که چیزهای جدیدی یاد بگیریم.

ممكن است در اولين تلاش خود مرتكب اشتباهات زيادي شويد اما کارتان را پیش برده و تمام کنید.اشتباهات خود را یادداشت کرده وسپس دوباره به کار بپردارید و این بار از تکرار اشتباهات جلوگیری کنید. به گفته شکسپیر تردیدهای ما خائن اند و با ترس از تلاش ما را از موفقیت دور می کنند.

عواملی که در ضمن کار باعث افزایش مهارت هایتان شده اند را یادداشت کرده و گاهی به آنها مراجعه کنید تا برایتان به عادت تبدیل

به مسائل از زوایای مختلف نگاه کنید

چنانچه می خواهید مسئله ای را حل کنید راه های مختلفی را امتحان كنيد و اگر راه اول را به هر دليلي مناسب تشخيص نداده ايد، راه دوم را امتحان کنید. ایده ها و تصورات را از دیدگاه های مختلف بررسی کنید. برای مثال آیا کسی که در چین رشد کرده و بزرگ شده در مورد یک موضوع خاص به همان شکلی فکر می کند که یک نفر در ایرلند؟ آرامش خودرا حفظ كنيد

و بهتر فکر کنید. چنانچه به بحث و مجادله بپردازید و خونسردی خود را از دست دهید توانائی خودرا برای منطقی و عاقلانه فکر کردن از در جست وجوى حقيقت باشيد

خویشتنداری به شما کمک می کند تا منصف و بی طرف باقی بمانید

هر کسی که خوب فکر کند قبل از هرقضاوتی در جست و جوی حقیقت است. از خود سؤال كنيد كه آيا تمام حقايق رآ به طور كامل در دسترس

دارید؟ آیا کمبودی در اطلاعاتتان وجود دارد که شما را از حقیقت و يا راه حل مسئله دور كند؟ چنانچه در موردی شک دارید حتما سؤال کنید. هرگز از سؤال کردن نهراسىد .

مردم را درک کنیم آیا کسانی که با شما صحبت می کنند همیشه این تصور رادارند که باید حرفشان را به طریقی به شما ثابت کنند؟ به راستی علت این تصور

تجربه مهم ترين مرجع ماست چنانچه مطلبی را می شنویم باید ببینیم آیا واقعا در زندگی ما اتفاق

افْتادهْ است يا َنه. همیشه به خاطر بسپارید که بیشتر حقایق نسبی اند و بین حقیقت و عقیده تفاوت وجود دارد. كلمات را با احتياط و دقت به كار بريد و

هیچ گاه خود را گول نزنید. فکرنکنید که باید پیوسته دنباله رو مردم

با حضور فرماندار بندرلنگه:

نمایشگاه کتاب بهداشت و سلامت افتتاح شد

بمناسبت هفته بهداشت و روان- پایگاه سلامت بندرلنگه با همکاری شبکه و واحد بهداشت و درمان این شهرستان و بمنظور آگاهی بخشی عموم و بهبود سلامت روان اجتماعی، نمایشگاه کتاب با عناوین : سلامت ، تغذیه ،بهداشت ،پیشگیری ،ورزشی و درمان برگزار نمود .

تتاح این نمایشگاه با حضور فردی ،فرماندار بندرلنگه ، امام جمعه ، حجت الاسلام قائدی رئیس اداره تبلیغات اسلامی ، کارکنان شبکه بهداشت و جمعی دیگر از مسئولین ادارات ، در محل پایگاه سلامت بندرلنگه انجام شد در این مراسم "فردی"، فرماندار ضمن گرامیداشت هفته بهداشت و روان اظهار داشت: اعتياد يك پديده شوم و معضل ... اجتماعی است و مسئولین ذیربط بایستی بابرنامه های فرهنگی - آموزشی خاص و با همکاری مردم به پیشگیری و مبارزه با این معضل بپردازند . وی افزود : اعتیاد یک بیماری است و برخورد با یک معتاد بایستی برخوردی موثر و اصلاکننده باشد .فردی در بخش دیگری از سخنان خود با



اشاره به فعالیت های فرهنگی در خور بانوان در جامعه و تاکید برحقوق مسلم آنان با اهدا لوح تقديري از خانم "پروين " مسئول پایگاه سلامت اجتماعی بدلیل فعالیت های فرهنگی در خور تحسين شان در اين شهرستان قدرداني نمود . در ادامه " پروين مسئول پایگاه سلامت اجتماعی ، ضمن تشکر از فرماندار و مسئولین ادارات شهرستان ، خلاصه ای از فعالیتهای پایگاه سلامت را بیان نمود و افزود: دستگاه غربالگری شنوایی نوزادان و شیرخواران با مساعدت سازمان بهزیستی استان به پایگاه سلامت بندرلنگه واگذار شده که امیدواریم با گام کوچک کار بزرگی برای والدین این شهرستان برداریم وی در پایان از مدیر کل سازمان بهزیستی استان و دیگر مسئولان بهداشتی شهرستان تقدیر و تشکر

آگهی ابلاغ وقت رسیدگی نوبت دوم

خواهان : فاطمه برنده فرزند بهرام ساكن جاسك

خواسته : فوت فرضي كلاسه پرونده : ۸۰/۱/۸۷ /ح وقت رسیدگی: شنبه ۸۷/۹/۳۰ -ساعت ۰/٤٥

خواهان فوق الذكر دادخواستي تسليم شعبه اول دادگاه حقوقی جاسک نموده که به کلاسه ۸۰/۱/۸۷ / ح ثبت و وقت رسیدگی برای تاریخ شنبه ۸۷/۹/۳۰ ساعت ۱۰/٤٥ صبح تعيين وَ بعلت مجهول المكان بودن خوانده به درخواست خواهان و دستور دادگاه و به تجویز قانون اصلاح ماده ۷۳ قانون آئین دادرسی مدنی، مراتب یک نوبت در یکی از روزنامه های محلی آگهی می شود تا خوانده در تاریخ تعیین شده جهت رسیدگی حضور بهم رساند يا چنانچه كسى از حيات و ممات او اطلاعی دارد به این شعبه اعلام نماید

خوانده : محمد ارجمند فعلا مجهول المكان

تمایشگاه های از غدیر تا عاشورا

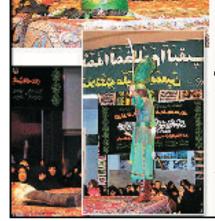
رئیس دادگستری شهرستان جاسک جمشيدي

عرضه : انواع وسایل عزاداری وتعزیه خوانی پلاکارد -پرچم - نوار کاست-Cd-vcd-mp۳عزاداری ومداحی و تعزیه خوانی -طبل -سنج -شیپور-وسایل تعزیه خوانی شمشیر-علم - لباس -خنجر - کلاه خود وغیره

نسخه های تعزیه خوانی انواع نوارو cd عزاداری و تعزیه خوانی استان هرمزگان

ویژه هیئتها؛ حسینیه ها و دستجات عزاداری آدرس : بندرعباس - يارك شهيددباغيان جنب مسجد ييامبر اعظم(ص)

تلفن تماس: ۹۱۷۷۶۰۴۰۳۲ - ۳۳۵۳۰۴۱ - ۲۲۴۰۱۳۰ مجموعه فرهنگی مذهبی خامس آل عبا



دریا روزنامه مردم هرمزگای

www.daryanews.ir



پایگاه اطلاع رسانیdaryanews.irشما را بادنیایی از اطلاعات وداده ها آشنا می سازد

