چطور با یک آدم حسود برخورد کنیم؟

کنار آمدن با یک آدم حسود، کار سختی است، مخصوصا اگر بخواهید رابطه‌تان را با این آدم حفظ کنید یا این‌که او نقش مهمی در زندگی‌تان داشته باشد، مثلا عضوی از خانواده یا یک همکار. راه‌های برخورد با آدم حسود را یاد بگیرید تا بتوانید رابطه‌ای درست با او داشته باشید. اگر طرف مقابل‌تان، رفتارهای حسادت‌آمیز از خود نشان می‌دهد، شما هم باید وقت صرف کنید تا به شیوه‌ای درست و مطمئن، مشکل‌تان را حل کنید. در مورد حسادت بیشتر بدانید. اگر کسی رفتار نادرستی با شما داشت یا حرف نامناسبی زد، احساس خطر نکنید و مضطرب نشوید. حسادت می‌تواند باعث شود افراد در مورد خودشان یا رابطه‌شان تفکرات منفی و غیرواقعی داشته باشند. کسی که به شما حسادت می‌کند، ممکن است حرف‌ها یا رفتارهای شما را به خودش بگیرد؛ حتی وقتی کلام و رفتار شما مستقیما متوجه او نباشد. همچنین در واکنش به تفکرات منفی او، تدافعی عمل نکنید. در عوض، برایش راحت توضیح دهید که جریان از چه قرار است. روش دیگر برقراری ارتباط موثر است. براساس این روش شما لازم است تا احساس‌تان را به آدم حسود بگویید. وقتی با دوستی صحبت می‌کنید که رفتارهای حسادت‌آمیز نسبت به شما دارد، برای این‌که احساسات‌تان را به او منتقل کنید، از جملات اول شخص استفاده کنید. یعنی این‌طور شروع کنید: «من احساس می‌کنم...» و سپس احساسات‌تان را در مورد موضوعی خاص که او گفته یا انجام داده، توضیح دهید.

درنگ

خودباختگی فرهنگی و پیامدهای آن

خودباختگی به معنای مرعوب فرهنگ بیگانه شدن، عدم استقلال فکری و نتیجه از خود بیگانگی فرهنگی است که به خودباختگی فردی و خودباختگی اجتماعی تقسیم می‌شود. خودباختگی فردی به آن معناست که شخص اعتماد به‌نفس نداشته و قابلیت‌ها و استعداد خویش را نادیده گرفته و از خودشناسی نیز عاجز بوده، مجذوب و مرعوب ایده دیگران می‌شود و خود و ارزش‌های خویش را فراموش می‌کند. یکی از پیامدهای منفی خودباختگی احساس حقارت است. انسان خودباخته به‌دلیل این‌که جذب ارزش‌ها و قابلیت‌های دیگران می‌شود، احساس حقارت و کم‌بینی می‌کند که نتیجه آن از دست دادن عزتمندی و کرامت انسانی است. جامعه خودباخته نیز به آن معناست که آن جامعه استقلال سیاسی، فرهنگی، اقتصادی و... نداشته و در برابر فرهنگ و تمدن جامعه دیگر خودباخته، مرعوب و مجذوب می‌شود. از سوی دیگر قابلیت‌ها و استعدادهای خویش را فراموش کرده و استقلال، اقتدار و عزت خویش را از دست می‌دهد. پیامدهای منفی جامعه در استقلال فرهنگی، سیاسی و... ظهور می‌کند. اگر جامعه از نظر فرهنگ و تمدن خودباخته باشد، جذب فرهنگ بیگانگان شده، از فرهنگ و آداب آنها استفاده کرده و از باورهای دینی و ارزش‌های خود دست بر می‌دارد. برای رهایی از خودباختگی فردی و اجتماعی لازم است که باورهای فردی حفظ شده و عوامل عزتمندی در انسان تقویت شود. درخصوص خودباختگی جامعه نیز باید گفت: جامعه باید قابلیت‌ها و استعدادهای خویش را باور کرده و راهکارهای استقلال سیاسی، اقتصادی و... را ایجاد و با عوامل خودباختگی مبارزه شود و در فضای جامعه این نگرش به وجود آید که هر جامعه‌ای قابلیت و استعداد خاص خود را داشته و میراث فرهنگی گرانسنگ و افتخارات را حفظ کند.

غرق مدرنیته نشویم!

سبک زندگی اسلامی پیشرفت همه‌جانبه برای رسیدن به تمدن نوین اسلامی است

زهرا حامدی
گروه جامعه

سبک زندگی نمایانگر نگاه فرد به زندگی، جهان و ارزش‌های مورد قبول او و نماد هویت افراد یک جامعه است که تمامی جنبه‌های زندگی آنان را دربرمی‌گیرد. این مفهوم از یک سو طیف وسیعی از رفتارهای فردی از جمله تنظیم زمان، نسبت کار و فراغت، شیوه پوشش، تنوع غذایی، نوع خودرو، سبک معماری منزل، میزان و تنوع مصرف انواع سرگرمی را شامل شده و از سوی دیگر، رفتارهای اجتماعی همچون آداب و رسوم، شیوه برخورد و سخن گفتن، شیوه برپایی مراسم و جشن‌ها و بسیاری از رفتارهای دیگر را پوشش می‌دهد.

در طول تاریخ اقتضائات زندگی مدرن به‌تدریج شرایطی را پدید آورد که دانشمندان علوم اجتماعی بیش از پیش به الگوهای خاصی برای زندگی اندیشیدند. شرایطی از قبیل کار، تولید، انباشتگی کالاهای مصرفی و فراهم شدن اوقات فراغت بیشتر برای بخش زیادی از بدنه اجتماع در قرن بیستم، الگوهای خاصی از کار، مصرف و گذراندن اوقات فراغت را به‌وجود آورد که حاصل این رویکرد نیز تلاشی گسترده برای ترویج و تثبیت سبک خاصی از زندگی است که خاستگاه آن فرهنگ سکولار غربی است. پذیرش منفعلانه این سبک از زندگی برای جوامع مسلمان، نه فقط شایسته نیست، بلکه آثار زیانبار بسیاری، چون از دست دادن هویت و استقلال شخصیتی را دارد. با اشاره به این موضوع است که می‌توان ضرورت مسأله سبک زندگی را تبیین کرد.

بازتعریف پیشرفت در جامعه اسلامی

با توجه به این‌که ترویج فرهنگ غرب، زیان‌های جبران‌ناپذیری برای فرد و جامعه به بار می‌آورد و تنها راه مقابله با آن، ترویج سبک زندگی ایرانی - اسلامی، صیانت از ارزش‌های ملی، اسلامی و ترویج الگوهای رفتاری مناسب در خانواده و اجتماع است، این موضوع مورد توجه رهبر معظم انقلاب نیز قرار گرفت؛ تا جایی که آیت‌ا... خامنه‌ای در بیانیه گام دوم انقلاب اسلامی بند مستقلی را به سبک زندگی اختصاص دادند که نشان از اهمیت بالای آن دارد. البته موضوع سبک زندگی در بیانات مقام معظم رهبری صراحتا از سال ۱۳۹۱ در دیدار جوانان استان خراسان شمالی مطرح شد. ایشان ذیل موضوع پیشرفت به‌عنوان هدف اصلی جامعه اسلامی فرمودند که پیشرفت در مفهوم اسلامی با پیشرفت یک بعدی و دو بعدی در فرهنگ غرب متفاوت است و چند بعد دارد که یکی از ابعاد آن عبارت است از: شیوه زیستن که بعد مهمی از نظر معنوی نیز هست. به این معنا که برای حصول رستگاری، فلاح و نجاح باید به سبک زندگی اهمیت داده شود. حتی اگر معنویت و رستگاری معنوی و اعتقادی هم موضوعیت نداشته باشد. برای زندگی راحت، زندگی برخوردار از امنیت روانی و اخلاقی، باز هم پرداختن به سبک زندگی اهمیت ویژه‌ای دارد. بنابراین مسأله، مسأله اساسی و مهمی است و این موضوع سرآغاز و مصداق عینی یک بحث کلان با عنوان پیشرفت همه‌جانبه برای رسیدن به تمدن نوین اسلامی است.

ایجاد تمدن اسلامی با تقویت بنیه‌های فکری و فلسفی

از نظر مقام معظم رهبری، وظیفه دولت جمهوری اسلامی این است که برای همه تصمیم‌گیری‌ها و اقدام‌ها، آرمان‌ها و اهداف نظام جمهوری اسلامی را پیشروی خود داشته باشد و این آرمان همان «ایجاد تمدن اسلامی» است. منظور از تمدن اسلامی یعنی آن فضایی که از لحاظ معنوی و مادی می‌تواند فضای رشد را فراهم کند و رسیدن به غایات مطلوبی را که خدای متعال برای انسان‌ها در نظر گرفته، تسهیل کند. اما لازمه و مقدمه دستیابی به این آرمان، حفظ، ارتقا و ترویج سبک زندگی اسلامی است. حجت‌الاسلام محسن غرویان، پژوهشگر دینی و مدرس حوزه و دانشگاه در گفت‌وگو با جام جم با تاکید بر این‌که ما باید در عین حفظ اصول کلی فلسفی خود، با شرایط مدرنیته هماهنگ شویم، می‌گوید: در جهان امروز فلسفه‌ها و جهان‌بینی‌های مختلفی در غرب و شرق جهان وجود دارد. در خاورمیانه فلسفه اسلامی است و تمدن و جهان‌بینی دینی و مذهبی وجود دارد. اینها با یکدیگر تفاوت‌ها و در عین‌حال نیز اشتراکاتی دارند. درحال حاضر باید بین فلسفه‌ها و تمدن‌های مختلف تعامل وجود داشته باشد و نمی‌توان در این زمینه جزیره‌ای عمل کرد. در عین‌حال هم نمی‌توان تنها غرق یک فرهنگ شد. وی می‌افزاید: ما در جامعه اسلامی خودمان جهان‌بینی و دین مشخص با ارزش‌های خاص و نگاه انسان‌شناسی خاص داریم لذا نباید در انسان‌شناسی‌ها و فرهنگ‌های غربی هضم شویم. این پژوهشگر دینی با اشاره به نحوه اثرگذاری بر دیگر جوامع می‌گوید: ما برای اثرگذاری بر سایر جوامع باید بنیه‌های فکری و فلسفی خود را تقویت کنیم و در این چرخه داد و ستدهای فکری وارد شویم و با منطق و استدلال حرف‌های خود را بزنیم. همچنین اگر می‌خواهیم در برابر تهاجمات فرهنگی مقاوم باشیم باید بدنه فرهنگی را تقویت کنیم. علاوه بر آن ما باید در مراکز علمی جلسات متعدد فکری و فلسفی برگزار کنیم تا نسل جوان ما بیشتر با این مبانی آشنا شوند.

زنجیره تمدن‌سازی

ایجاد انقلاب
نظام‌سازی
دولت‌سازی
جامعه‌سازی
ایجاد تمدن

طراح: بیژن گورانی

جدول ۶۸۰۲

جدول عادی

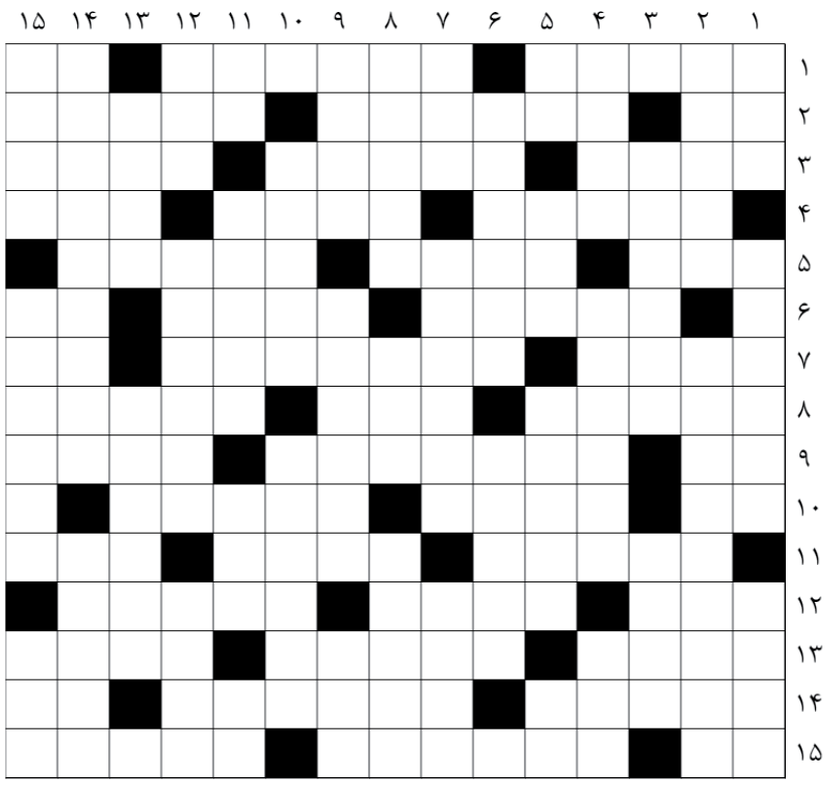
افقی: ۱) برگزیده و منتخب ـ عنکبوت ـ محبوب‌ترین نوشیدنی ۲) نشانه مفعولی ـ نافرمان ـ درختی جنگلی ۳) قشنگ ـ برجستگی زیر کفش فوتبال ـ طویل ۴) باجه فرودگاه برای انجام تشریفات ـ فهمیده ـ نوعی آچار ۵) نگهبانی ـ گلی آپارتمانی ـ اتاق کوچک ۶) عظمت ـ نوعی خیار ـ شخص ۷) شادی و نشاط ـ آبشاری مرتفع در آمریکای شمالی ـ گوشه‌نشین شطرنج ۸) طوفان برف ـ رشد ـ حیوانی که روی پوزه‌اش شاخ دارد ۹) یازده ـ از کمر به بالا ـ واحدی برای اندازه‌گیری طول ۱۰) نفی عرب ـ آدم ماشینی ـ عارضه بزرگ شدن غده تیروئید ۱۱) افسر شهربانی قدیم ـ رستنی ـ گازی مرکب از سه اتم اکسیژن ۱۲) پول کشورهای خارجی ـ اتحادیه جهانی پست ـ آبزی زیبا و باهوش ۱۳) انبار گندم ـ سالن نمایش فیلم ـ نامی دخترانه ۱۴) لانه پرنده ـ ترقی ـ بله انگلیسی ۱۵) ساز شکوه‌گر ـ خلافکار ـ شایستگی.

عمودی: ۱) سلاح رستم ـ مخترع ماشین حساب ـ سهل و ساده ۲) سگ فضانورد شوروی ـ عدم تعادل روانی ۳) از اسباب توزین ـ بی‌آغاز ۴) واحدی نظامی ـ مساوات ـ نیم صدای سگ ۵) مذکر ـ گرم‌ترین سیاره ـ گاوچران آمریکایی ـ بوی رطوبت ۶) طبیعیدان انگلیسی و بنیان‌گذار نظریه تکامل ـ دایره‌المعارف فرانسوی ۷) خسیس ـ همه موجودات جهان ـ از ابزار آزمایشگاهی ۸) بسندگی ـ پیروان یک پیامبر ـ اسبابی برای رسم خط عمود ۹) حق حساب ـ حالت و کیفیت ـ تکلیف مدرسه ۱۰) طبیعت ـ حامی و پشتیبان ۱۱) سخن صریح ـ باخیر و برکت ـ سر به راه ـ تکرارش دانه تند خوراکی است ۱۲) فاقد برندگی ـ کوهی در ترکیه ـ لازم و ضروری ۱۳) کاغذفروش ـ تأثیر و نفوذ ۱۴) کنایه از انجام کار بی‌حاصل است ـ کافر و بی‌دین ۱۵) محله ـ دو به هم زن ـ از افعال اسنادی.

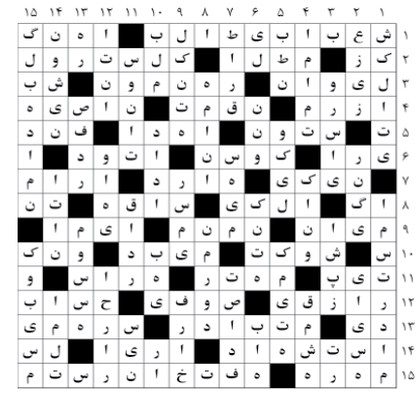
جدول ویژه

افقی: ۱) نمک اسیدفسفریک ـ کنگرفرنگی ـ تصرف در مالی ۲) قدم یکپا ـ عضو مجلس سنا ـ پنهان ۳) کوهان شتر ـ نوعی پارچه پنبه‌ای ـ صاحب منصب ۴) نوعی طاق در فضای معماری ـ پسران عرب ـ رشد ۵) تحمل ـ اتاق ریلی ـ جریان هوا ۶) از پیامبران بنی‌اسرائیل ـ غذای زندانیان ـ شبکه گسترده جهانی ۷) پروردگار ما ـ رمانی از گاستون لورو فرانسوی ـ طمع ۸) حزب سیاسی بی‌اهمیت ـ سنگی شبیه عقیق ـ از مناطقی که در عملیات بیت‌المقدس از اشغال ارتش صدام آزاد شد ۹) سرچشمه حیات ـ وسیله‌ای برای اندازه‌گیری فشار جو ـ ناپسند ۱۰) رمق آخر ـ صفت باد ـ دومین دورقمی ۱۱) آبزی باهوش ـ ایشان ـ سوغات گجرات ۱۲) پایه‌ای از جنس آجر ـ شتر قوی هیکل ـ دین‌ها ۱۳) فراوانی ـ زن همنشین ـ شلوار ۱۴) تمام‌کردن ـ گواهمندی ـ یال اسب ۱۵) چله کمان ـ از روش‌های قدیمی و رایج در مجسمه‌سازی است ـ تبریک گفتن.

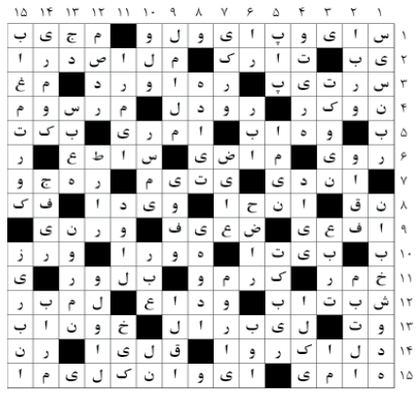
عمودی: ۱) پولک ماهی ـ از جشن‌های قدیم ایرانیان ـ اجازه‌نامه ۲) هنر هفتم ـ اثر جاودانه مارگریت میچل، بانوی نویسنده آمریکایی ۳) نوعی پارچه پنبه‌ای ـ ضرورت ۴) گندمگون ـ بزرگ‌ترین نوع جغد ـ انبار غله ۵) بدن ـ گونه ـ از ملزومات اداری ـ بی‌کم و کاست ۶) واکنش یک ماده با اکسیژن ـ زره جنگاوران قدیم ۷) داروی بیهوشی ـ توری سیمی مقاوم در برابر خوردگی ـ دوستی ۸) نوار تزئینی ـ خدمتکاران زیردست فرمانروا ـ بانوی همدم ۹) خاک ـ نوازنده چنگ در عهد ساسانی ـ از انجیل‌های معتبر ۱۰) حالت بیهوشی گذرا ـ جاده ریل‌گذاری شده ۱۱) حس بویایی ـ سرگردان ـ توشه ـ گوشت آذری ۱۲) قدرت مالی ـ ارمغان ـ قوه حافظه ۱۳) خواهش ـ سوار بی‌همتا ۱۴) تابلویی زیبا اثر استاد فرشچیان ـ انکارکننده ۱۵) بدزبان و بی‌حیا ـ مجرم ـ شهر خلاق خوراک‌شناسی ایران.



حل جدول عادی ۶۸۰۱



حل جدول ویژه ۶۸۰۱



نوبت اول

منطقه آزاد قشم
QFA

کمیسیون معاملات
آگهی مناقصه عمومی
یک‌مرحله‌ای (۲۷-۱۴۰۳)

سازمان منطقه آزاد تجاری - صنعتی قشم در نظر دارد «**اجرای روکش آسفالت در معابر روستای مسن**» را از طریق مناقصه عمومی یک مرحله‌ای به پیمانکار واجد صلاحیت با شرایط مشروحه ذیل واگذار نماید.

- **موضوع مناقصه:** اجرای روکش آسفالت در معابر روستای مسن
- **محل انجام شرح خدمات:** استان هرمزگان - جزیره قشم - روستای مسن
- **صلاحیت انجام کار:** مناقصه گر بایستی حداقل دارای رتبه **۵** در رسته راه و ترابری باشد.
- **مدت زمان اجرای پیمان:** **۱** ماه (یک) شمسی می‌باشد.
- **مبلغ اولیه پیمان:** مبلغ اولیه پیمان برابر است با (به عدد: **۱۱۹،۲۵۶،۴۵۵،۸۵۰** ریال) (به حروف: یکصد و نوزده میلیارد و دویست و پنجاه و شش میلیون و چهارصد و پنجاه و پنج هزار و هشتصد و پنجاه ریال) می‌باشد.
- **مبلغ و نوع تضمین شرکت در مناقصه:** **۱-** ضمانت‌نامه بانکی به‌نام سازمان منطقه آزاد تجاری - صنعتی قشم با شناسه ملی **۱۴۰۰۲۸۶۱۶۹۸** و کد اقتصادی **۴۱۱۴۴۳۳۳۵۴۸۴** **۲-** فیش واریزی نقدی (و یا نامه بلوکه مطالبات قطعی از طرف مدیریت امور مالی سازمان منطقه آزاد تجاری - صنعتی قشم) به حساب جاری **۴۱۰۱۰۰۶۲۳۸۱۶۵۶۰۶** نزد بانک مرکزی با شماره شبای **IR۴۲۰۱۰۰۰۰۴۱۰۱۰۰۶۲۳۸۱۶۵۶۰۶** و شناسه واریز (**۱۳.....۳۹۳۰۰۶۲۶۲**) به میزان **۶،۰۰۰،۰۰۰،۰۰۰** (شش میلیارد ریال) تهیه و منضم به اسناد مناقصه (در پاکت **الف**) ارائه گردد. مدت اعتبار ضمانتنامه فوق از تاریخ آخرین روز تحویل پیشنهادها **۱۴۰۳/۰۷/۰۲** (الزاما باید تا تاریخ **۱۴۰۳/۱۰/۰۲** دارای اعتبار باشد) به مدت **۳** ماه و برای **۳** ماه دیگر نیز قابل تمدید می‌باشد، علاوه بر آن ضمانتنامه‌های بانکی باید طبق فرم‌های مورد قبول تنظیم شود.(ضمانتنامه بانکی از بانک‌های خصوصی و دولتی مورد تایید بوده و ضمانتنامه‌های مربوط به موسسات مالی و اعتباری مورد تایید نمی‌باشد.)
- **مهلت دریافت اسناد مناقصه:** متقاضیان می‌توانند پس از واریز مبلغ **۵،۰۰۰،۰۰۰** ریال به حساب جاری **۴۱۰۱۰۰۶۲۳۸۱۶۵۶۰۶** نزد بانک مرکزی با شماره شبای **IR۴۲۰۱۰۰۰۰۴۱۰۱۰۰۶۲۳۸۱۶۵۶۰۶** با شناسه واریز (**۱۳.....۳۹۳۰۰۶۲۶۲**) به‌نام سازمان منطقه آزاد قشم، از تاریخ **۱۴۰۳/۰۶/۱۱** تا تاریخ **۱۴۰۳/۰۶/۲۰** جهت دریافت اسناد و مدارک مناقصه مراجعه نمایند.
- **محل تحویل اسناد مناقصه:** سازمان منطقه آزاد قشم، اسکله بندر بهمن، ساختمان مدیریت حقوقی و امور قراردادها، دبیرخانه کمیسیون معاملات **۳۵۲۵۲۱۵۰ - ۰۷۶**
- **مهلت تحویل پاکات مناقصه:** از تاریخ **۱۴۰۳/۰۶/۲۱** تا **۱۴۰۳/۰۷/۰۲** (آخرین مهلت تحویل پیشنهادها ساعت **۱۴** تاریخ **۱۴۰۳/۰۷/۰۲** می‌باشد.)
- **زمان و محل تشکیل کمیسیون و بازگشایی پاکت‌ها:** روز **سه‌شنبه** تاریخ **۱۴۰۳/۰۷/۰۳** رأس ساعت **۱۵:۳۰** در دفتر مدیریت امور حقوقی و قراردادها، واقع در اسکله بندر بهمن قشم
- **مکان دریافت و تحویل اسناد مناقصه:** جزیره قشم، اسکله بندر بهمن، مدیریت امور حقوقی و قراردادها، دبیرخانه کمیسیون معاملات، تلفن **۳۵۲۵۲۱۵۰ - ۰۷۶** (کدپستی: **۷۹۵۱۶۱۷۴۴۴**)
- **پیش‌پرداخت:** قرارداد شامل پیش‌پرداخت طبق ضوابط می‌باشد.
- **سایر توضیحات:**
  - به پیشنهاداتی که پس از انقضای مدت مقرر در آگهی واصل شوند، ترتیب اثر داده نخواهد شد.
  - سایر اطلاعات و جزئیات مربوطه در اسناد مناقصه مندرج است.
  - هزینه هر نوبت انتشار آگهی به عهده برنده مناقصه خواهد بود.

م الف ۱۰۸۶-۱۴۰۳

دبیرخانه کمیسیون معاملات