کارگاه زندگی

۵ ثانیه سکوت می‌تواند به مشاجره زوجین پایان دهد!

براساس پژوهش جدید، پنج ثانیه سکوت در مدیریت درگیری‌های سطح پایین و جلوگیری از تشدید مشاجره بین زوجین موثر است. بنا بر یک مطالعه، زوج‌هایی که با هم مشاجره می‌کنند یک نفر از آنها باید پنج ثانیه سکوت اختیار کند تا از رسیدن به نقطه جوش مشاجره جلوگیری شود. مکث در حین بحث می‌تواند به عنوان یک «آتش خاموش‌کن» عمل کند تا با جلوگیری از تشدید مشاجره، اختلافات را خنثی و از دعوای پرهزینه جلوگیری کند. به گفته آنا مک‌کوری، از دانشکده روان‌شناسی و علوم اعصاب تنها پنج ثانیه سکوت یکی از زوجین برای هدایت و کنترل مشاجره کفایت می‌کند و می‌تواند همان تاثیر سکوت‌های طولانی‌تر را داشته باشد. مک‌کوری که آزمایش‌ها را با استادانش دکتر رابرت می و پروفسور دیوید دونالدسون هدایت می‌کرد، گفت: وادار کردن زوج‌ها به استراحتی پنج ثانیه‌ای به اندازه یک استراحت ۱۰ یا ۱۵ دقیقه‌ای مؤثر بود که نشان می‌دهد حتی کوتاه‌ترین مکث‌ها هم می‌تواند به خنثی کردن مشاجره کمک کند. او افزود: این روش ساده، رایگان و موثر برای کاهش احساسات منفی هنگام مشاجره از زوج درمانی ارزان‌تر است و به راحتی می‌توان آن را در تعاملات روزمره ادغام کرد. مک‌کوری و همکارانش دریافتند که زوج‌ها تمایل دارند با سطح پرخاشگری یکدیگر حتی در سطوح بالا هماوردی داشته باشند. با این حال، اعمال وقفه‌ای کوتاه این الگوی تلافی‌جویانه را مختل می‌کند و منجر به کاهش پرخاشگری کلی می‌شود.

سِحر خلاف علیه صلاح

هیچ چیز از حیطه اراده الهی خارج نیست و سحر و جادو و باورهای این‌چنینی دکان بازکردن افراد شیاد است

فاخره بهبهانی
گروه جامعه

طلسم مهر و محبت، طلسم جدایی، موکل و... اینها نمونه‌هایی از تبلیغاتی است که در فضای حقیقی و مجازی درباره سحر و جادو و جنبل می‌بینیم. تبلیغاتی که پشت پرده آن شیادان و کلاهبردارانی هستند که از ناآگاهی مردم درباره حقیقت سحر و جادو و وحشت آنها از ماوراءالطبیعه و آنچه نمی‌دانند سوءاستفاده کرده و از این آب گل‌آلود ماهی خودشان را می‌گیرند. این درحالی‌است که طبق باورهای اسلامی هیچ چیز از حیطه اراده الهی خارج نیست و مهر و محبت یا جدایی و اختلافاتی که افراد و زن و شوهرها در زندگی با آن مواجه می‌شوند فقط و فقط به‌دلیل اشتباهاتی است که در رفتارهای خود دارند و تا این رفتارها را اصلاح نکنند دل‌بستن به سحر و جادو و طلسم فقط هم جیب‌شان را خالی می‌کند و هم اوضاع را برایشان وخیم‌تر می‌نماید.

چرا خداوند مانع تأثیر سحر و جادو نمی‌شود؟

سحر تحت اراده خداست و ساحر با داشتن علم سحر از دایره قدرت الهی خارج نیست و ساحر بدون اراده خدا توانایی انجام کاری را ندارد و نمی‌تواند به کسی ضرر بزند. این را دکتر حسن‌پور می‌گوید و معتقد است با توجه به این‌که خدا برای هر چیزی اثری قرار داده و نظام ما نظام علت و معلول است، بنابراین، هر چیز در جای خود، اثر خاص خود را دارد. چاقو اثرش این است که ببرد. آتش اثرش این است که بسوزاند. آب در صد درجه به جوش می‌آید. نمی‌توانیم بگوییم چون این آب در اختیار یک اهل ایمان است برای او در ۵۰ درجه جوش بیاید که زودتر به کارهایش برسد و برای کسی که آدم بدی است در ۲۰۰ درجه به این نقطه برسد. خدای تعالی مقرر کرده که هر چیزی برایش اثری باشد.

انسان‌ها دارای اختیار هستند؛ یکی در مسیر صلاح و دیگری در مسیر خلاف از اختیاراتش استفاده می‌کند. آزادی و اختیاری که خدای تعالی به انسان‌ها داده، وسیله‌ای است برای آزمون و آزمایش و تکامل افراد و به‌دلیل قوانین علت و معلولی، خداوند نمی‌تواند جلوی قانونی را بگیرد، چون هرج‌ومرج ایجاد می‌شود. همین موضوع در مورد سحر و جادو نیز صدق می‌کند.

حرز امام جواد(ع) چیست؟

حرز امام جواد(ع) دعایی است که ایشان برای سالم ماندن از بلاها و ناخوشی‌ها با آداب خاصی برای مأمون نوشت. این حرز نزد شیعیان مشهور است. دکتر حسن‌پور می‌گوید: عالمان شیعه همچون آیت‌ا... بهجت در موارد متعددی به خواندن و همراه‌داشتن این حرز سفارش کرده‌اند. در متن روایت حرز آمده است که این حرز را روی پوست آهوی خاص نوشته، در جعبه نقره‌ای قرار داده و پس از خواندن نماز مخصوصی، به بازوی راست بسته شود. در متن حرز خواص و آثار متعددی بیان شده است. ازجمله در امان ماندن از شر و بلایا، دفع چشم‌زخم، سحر، جادو و... حرز امام جواد(ع) در صورتی تاثیرگذار است که معتبر و براساس آداب آن و از طرف شخص درستی نوشته شود. بدین ترتیب، ضروری است که مردم از حرزهای غیرمعتبر که توسط افراد ناشناس در فضای مجازی منتشر می‌شود دوری کنند تا اعتقادات آنان تحت تأثیر قرار نگیرد. البته به عقیده دکتر حسن‌پور، ادای نماز سر وقت و خرج‌کردن میزانی از درآمد ماهانه برای سلامتی و ظهور امام‌زمان(عج) می‌تواند برای رفع گرفتاری و حوائج از حرز هم تاثیرگذارتر باشد. اثرات حرز در کنار انجام اعمال دینی و رفتارهای خداپسندانه موثر خواهد بود.

قهرمان زندگی خود باشیم

بویش

شاید بهتر باشد به جای باور به سحر و جادو و تلاش برای اصلاح امور از چنین راه‌های غیرمعقولی، بیشتر به تلاش و کوشش و تفکر و برنامه‌ریزی اهمیت بدهیم. مطمئن باشید ریشه بسیاری از مشکلات ما در زندگی هیچ ربطی به سحر و جادو و مسائل ماورایی ندارد. همه اینها موضوعاتی هستند که به واسطه اشتباهات خود ما در زندگی شکل می‌گیرند.

فقط کافی است تا کمی بیشتر به رفتارها و گفتارمان در زندگی و در قبال دیگران دقت کنیم و تصمیم بگیریم و خودمان قهرمان زندگی خودمان باشیم، نه این‌که برای اصلاح زندگی خودمان سراغ باورهای ماورایی و بهره‌گیری از سحر و جادو برویم.

درنگ

حجت‌الاسلام مرتضی وافی | دین‌پژوه و استاد معارف اسلامی

اعمال خنثی‌کننده سحر و جادو

در نگاه دینی اصل سحر و جادو واقعیت دارد. ما سحر و ساحر، جادو و جادوگر داریم و دلیل این امر استنادهای قرآنی است. گاهی شعبده، خیال‌پردازی، خواب‌های مغناطیسی، هیپنوتیزم و خرافات به‌عنوان سحر و جادو مطرح می‌شود، درحالی‌که اینها متفاوت با سحر و جادوست. در روایات آمده است که اگر سحر و جادوی واقعی وجود داشته باشد، انسان با برخی کارها می‌تواند از اثرات آن دور بماند، ازجمله خواندن آیت‌الکرسی، چهارقل، صدقه‌دادن، مداومت در تسبیحات حضرت زهرا(س)، خواندن قرآن در منزل و مواردی که در حاشیه مفاتیح‌الجنان آیت‌ا... شیخ عباس قمی آمده است. یک نکته بسیار مهمی که باید به آن توجه کرد اعتقاد به این است که ما سحر نداریم، آن مقدار کمی هم که داریم قدرت برتر الهی، بالای آن وجود دارد و اعتقاد به این مسأله باطل‌کننده سحر و جادوهاست. انسان‌های باکرامت نه به جریان سحر و جادو توجه می‌کنند و نه سراغ این امور می‌روند؛ چراکه رفتن به سمت این جریان‌ها باعث ازدست‌دادن شرافت، عزت‌نفس و کرامت انسان می‌شود. افرادی که سراغ سحر و جادو می‌روند، قدرت خدای متعال و سنت‌های الهی را به گونه‌ای انکار می‌کنند و این خطرناک‌ترین مسأله است. بسیاری از ائمه و معصومین احراز خاص خود را داشتند و در این میان، حرز امام جواد(ع) در پیشگیری از سحر و جادو بسیار مؤثر است، اما حرز امام جواد(ع) نباید به دکان‌داری تبدیل شود. هرکسی می‌تواند حرز امام جواد(ع) را براساس آدابی بنویسد، چاپ کرده و در یک بسته یا گردن‌آویزی قرار دهد و همیشه همراه داشته باشد.

آگهی مزایده (حراج) ضایعات

فراخوان مزایده عمومی یک مرحله‌ای (حراج)
برای فروش ضایعات اداره کل غله و خدمات بازرگانی استان سمنان

اداره کل غله و خدمات بازرگانی استان سمنان در نظر دارد
حراج (اشخاص حقیقی یا حقوقی) برای فروش ضایعات، اداره کل غله استان سمنان
و سیلوی شهید طاهریان سمنان را از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت برگزار نماید .

لازم به ذکر است کلیه اشخاص حقیقی و حقوقی ، می توانند در این فراخوان شرکت نمایند .
کلیه مراحل برگزاری حراج از پیشنهاد مناقصه گران و بازگشائی پاکت ها از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت(ستاد) به آدرس www.setadiran.ir انجام خواهد شد و لازم است شرکت کنندگان در صورت عدم عضویت قبلی، مراحل ثبت نام در سایت مذکور و دریافت گواهی امضای الکترونیکی جهت شرکت در حراج را محقق سازند.
مهلت زمانی ارائه تضمین مزایده از سایت: تا پایان وقت اداری روز دو شنبه مورخ **۱۴۰۳/۰۷/۱۶**
مهلت بازدید از محل ضایعات: روز های شنبه تا دوشنبه مورخ **۱۴۰۳/۰۷/۱۴** تا مورخ **۱۴۰۳/۰۷/۱۶**
ساعات بازدید از محل نگهداری ضایعات از ساعت ۸ صبح تا ساعت ۱۴ می باشد.
تاریخ وساعت بازگشایی حراج سه شنبه مورخ **۱۴۰۳/۰۷/۱۷** ساعت ۹ صبح الی ۱۱ صبح می باشد.
سپرده شرکت درمزایده حراج مبلغ ۲۲۸،۲۷۵،۰۰۰ ریال(دویست وبیست و هشت میلیون ودویست و هفتاد و پنج هزار ریال) بصورت ضمانتنامه بانکی حداقل یکماهه وقابل تمدید تا **۳ ماه** دیگر و یا واریز بحساب شماره IR ۳۹۰۱۰۰۰۰۴۰۰۱۰۵۸۲۰۶۳۷۳۷۴۷ و شناسه واریز ۹۵۴۲۹۴۲۱۰۷۱۰۳۷۳۷۴۷۰۲۰۰۰۳۶۱۰۵۰۵ خزانه نزدبانک مرکزی به‌نام شرکت مادر تخصصی بازرگانی دولتی ایران.
اطلاعات تماس دستگاه مزایده گزار: جهت اطلاعات بیشتر در خصوص حراج و ارائه تضامین: سمنان - خیابان شهید باهنر - بلوار شهدای آتش نشان - جاده اختصاصی سیلو -اداره کل غله وخدمات بازرگانی استان سمنان تلفن **۰۲۳۳۳۲۷۵۱۱۲** تماس حاصل نمایید.
تلفن تماس اختصاصی سامانه ستاد جهت انجام مراحل عضویت در سامانه و پشتیبانی : **۱۴۵۶**
ضمناً دریافت شرکت در حراج از طریق مراجعه و ثبت نام درسایت اطلاع رسانی مناقصات iets-mprog.ir امکان پذیر می باشد و ارسال و دریافت پاکت پیشنهاد قیمت صرفاً از طریق سامانه ستاد مورد پذیرش می باشد.
اداره کل غله وخدمات بازرگانی استان سمنان

فراخوان عمومی شرکت پالایش نفت بندرعباس
شناسایی سازندگان تامین کنندگان و شرکت های دانش بنیان
دارای تخصص و تجربه در ساخت
قطعات و تجهیزات صنعت نفت، گاز و پتروشیمی

◆ شرکت پالایش نفت بندرعباس در نظر دارد در راستای اجرای سیاست‌های اقتصاد مقاومتی و حمایت هرچه بیشتر از سازندگان و تامین کنندگان داخلی در سال ۱۴۰۳ و با هدف تکمیل و توسعه بانک اطلاعاتی منابع خود نسبت به شناسایی و ارزیابی سازندگان و تامین کنندگان واجد صلاحیت در زمینه ساخت یا تامین قطعات و تجهیزات صنعت نفت، گاز و پتروشیمی اقدام نماید.

◆ لذا از کلیه سازندگان تامین کنندگان و شرکت‌های دانش بنیان دارای تخصص و تجربه کافی در زمینه ساخت یا تامین قطعات و تجهیزات صنعت نفت، گاز و پتروشیمی دعوت می گردد در صورت تمایل به همکاری حداکثر ظرف مدت ۳ هفته از انتشار این آگهی نسبت به مراجعه به سایت شرکت پالایش نفت بندرعباس به آدرس WWW.BAORCO.IR صفحه مناقصه و مزایده / فرم‌های ارزیابی و دانلود فایل «مدارک مورد نیاز شرکت‌ها جهت حضور در لیست منابع شرکت پالایش نفت بندرعباس» اقدام نمایند. مدارک مورد نیاز می‌بایست به صورت پستی به آدرس مندرج در فایل مذکور ارسال گردد.

◆ جهت کسب اطلاعات بیشتر می توانید با شماره تلفن ۳۲۳۶۷۴۶۸ - ۰۷۶ و یا شماره موبایل ۰۹۰۱۸۹۶۶۳۸۳ تماس حاصل نمایید.

◆ بدیهی است اعلام آمادگی و ارسال مدارک هیچ گونه حقی را برای متقاضیان جهت ورود به لیست سازندگان و تامین کنندگان مورد تایید این شرکت ایجاد نخواهد کرد و تصمیم‌گیری نهایی در خصوص ورود متقاضی به لیست سازندگان و تامین کنندگان مجاز شرکت، پس از دریافت مدارک ارزیابی کیفی، در صورت لزوم بازدید از کارگاه و کسب حداقل امتیاز می‌باشد.

« روابط عمومی و امور بین الملل شرکت پالایش نفت بندرعباس»

طراح: بیژن گورانی

جدول ۶۸۲۳

جدول عادی

افقی:
۱) موزه ـ مدافع گرجستانی تیم فوتبال پرسپولیس ۲) ثروت و دارایی ـ ...فوق ایدیهم ـ دستگاهی در تأسیسات گرمایشی ۳) شکاف باریک ـ رایزنی ـ لگن لباسشویی ۴) خط‌کش نقشه‌کشی ـ باد و باران ـ در کبد تولید می‌شود ۵) امتحان ـ عاقبت به خیری ۶) نمی‌بیند ـ دوست‌داشتنی ـ رودی در فرانسه ۷) دارای اخلاق و رفتار خشک ـ مولد الکتریسیته ـ حزب هیتلر ۸) ایوان ـ پروردگار ـ ابزار نجاری ۹) شب چله ـ نوعی فرآورده قندی سرخ‌کردنی ـ متعصب غیرمنطقی ۱۰) خراش نامحسوس ـ مرحبا ـ رمانی نوشته سعید نفیسی ۱۱) گازی اشک‌آور ـ روزنامه چاپ عراق ۱۲) خسته و درمانده ـ از گونه‌های مختلف نگارگری ایرانی ـ عامل انتقال صفات ارثی ۱۳) وکیوم ـ مبتکر ـ روز عرب ۱۴) مخمصه ـ دومین قاره بزرگ دنیا ـ لباس آخرت ۱۵) بازیگر زن فیلم هامون ساخته داریوش مهرجویی ـ مطلوب.

عمودی: ۱) ناپیدا ـ تبریک گفتن ـ رمان مشهور پرل.اس.باک، بانوی نویسنده آمریکایی ۲) تازه‌کار ـ گران‌ترین نخ ـ گویشی در غرب ایران ۳) آشکار ـ سال پر باران ـ میانجیگری ۴) زنده به آب ـ پرده‌داری خانه کعبه ـ نشانه جمع فارسی ۵) قوی ـ تریاک ۶) ضربه سر در فوتبال ـ دارای جنبه داستانی ـ اسب تندرو ۷) آرامش و اطمینان ـ دور نیست ـ ادا و اطوار ۸) شهرستانی در استان سیستان‌وبلوچستان ـ زیردست ـ پارچه مشبک ۹) اگرچه ـ بخشاینده ـ زبان ترکی ۱۰) چهارمین پادشاه کیانی ـ عبادت غیرواجب ـ قامت ۱۱) ماده اولیه سیگار ـ پایانه مسافربری ۱۲) دریا ـ شلیک پیاپی گلوله ـ دعای صبح جمعه ۱۳) میل به غذا ـ حیات ـ پژواک ۱۴) جنازه ـ بررسی و پژوهش ـ عمق ۱۵) نخستین رئیس‌جمهور روسیه پس از فروپاشی شوروی ـ مانند هم ـ پاسخ منفی.

جدول ویژه

افقی: ۱) ماده‌ای سمی از ترکیبات جیوه ـ رمانی به قلم رابرت لوئیز استیونسن ۲) مرواریدها ـ امتیاز ضربه‌های دست کاراته‌کا ـ عید کریسمس ۳) جوهردان ـ نویسنده تازه‌کار ـ خودپسندی ۴) بالابر ماشین ـ خسته بودن ـ رخوت ۵) کتاب شیخ صدوق در حدیث ـ رمانی نوشته علی‌محمد افغانی ۶) نویسنده آلمانی رمان سوار بر اسب سفید ـ از تیم‌های فوتبال باشگاهی ایتالیا ـ دشمن سرسخت ۷) همسر حضرت یعقوب(ع) ـ هنر ششم ـ جیره غذای روزانه ۸) سرپیچی از دستور ـ بی‌بهرگی ـ جانشینان ۹) مباح ـ نوعی خرما ـ تقویت امواج الکتریکی ۱۰) ضمیر جمع ـ مولد الکتریسیته ـ متذکر ۱۱) کنایه از آماده خدمت بودن است ـ شریک جرم ۱۲) پزشک ـ دریغ ـ ارجمندی ۱۳) از حروف یونانی ـ پشیمانی ـ قوم حضرت موسی(ع) ۱۴) باور ـ سرنگون ـ تاب و توان ۱۵) خزانه دولت اسلامی ـ انسداد رگ به وسیله لخته خون.

عمودی: ۱) آب بند ـ نادانی ـ مجموعه نامه‌های مولوی که به افراد مختلف نوشته است ۲) جهاز عروس ـ شاعر و عارف دوره سلجوقی ـ پرهیزکار ۳) امر به رفتن دارد ـ شهری در ایالت آلاباما ی آمریکا ـ فساد و تباهی ۴) عبوس ـ بازخورد ـ پیشوندی منفی ۵) آهنگساز اتریشی و خالق اپرای عروسی فیگارو ـ زندگی کردن ۶) نشانه جمع ـ اشاره به داستان یا آیه و حدیث در شعر ـ کلیسای تاریخی پاریس ۷) سیاهپوست ـ قیمت مطلوب ـ مادر آذری ۸) روایت‌کننده ـ تمام‌کردن ـ صمیمی ۹) الکتریسیته ـ نامربوط ـ نوعی اجاق برقی ۱۰) نوعی بیماری کبدی ـ زن همنشین ـ گشاده ۱۱) پنهان ـ آلبومی با آواز محمدرضا شجریان ۱۲) نفس خسته ـ مهم‌ترین استان صنعتی ایران ـ گروه ۱۳) شخم ـ کتاب مقدس یهود ـ حق مخالفت ۱۴) تعهد اخلاقی ـ میوه‌ای هسته‌دار ـ روگردانی ۱۵) حمل‌ونقل نیروها به وسیله هلی‌کوپتر ـ کامیاب ـ چیز.

حل جدول عادی ۶۸۲۲

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱	ش	ب	د	ی	ز	■	چ	ن	ب	ل	■	م	و	ک	ل
۲	ک	ا	و	■	م	ه	د	ی	ا	ذ	ر	ی	ز	د	ی
۳	س	ب	ک	ب	ا	ر	■	ر	ق	ی	ه	■	ر	ب	ن
۴	ت	ا	■	ا	ن	ت	ر	■	ا	د	ی	ت	■	ا	ت
۵	ه	ن	و	ز	■	ز	ک	ی	ل	■	ن	ک	و	ن	■
۶	■	و	ا	ی	ر	■	ب	ا	ی	ت	■	ر	ا	و	ی
۷	ب	ی	خ	■	و	د	ا	د	■	ه	م	ی	ک	■	و
۸	ه	ل	و	■	ا	ب	ر	ا	ه	■	م	ی	■	و	ر
۹	ش	■	ا	ی	ل	ی	■	ی	و	ز	ی	■	ش	م	ش
۱۰	ت	ا	س	غ	■	ت	م	ا	م	■	ن	م	ک	ی	■
۱۱	■	ف	ت	ن	ه	■	ه	م	ا	ی	■	ه	ا	د	م
۱۲	د	ز	■	ی	ا	ت	ا	■	ن	خ	ی	ل	■	و	ه
۱۳	ر	ا	غ	■	ب	ی	ج	ک	■	ن	ا	ت	م	ا	م
۱۴	س	ی	د	ا	ل	م	ر	س	ل	ی	ن	■	س	ر	ا
۱۵	ت	ش	ه	د	■	م	ت	ر	و	■	ه	د	ا	ی	ت

حل جدول ویژه ۶۸۲۲

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱	ح	ب	س	ی	ه	■	ن	ش	س	ت	■	م	ن	ب	ت
۲	چ	ا	ز	■	م	ر	ص	ا	د	ا	ل	ع	ب	ا	د
۳	ا	د	ا	پ	ت	ه	■	ه	م	ب	ه	■	ا	ل	ی
۴	م	م	■	س	ا	ر	س	■	ع	ش	و	ه	■	ن	ن
۵	ت	ج	ل	ی	■	و	ه	ا	ب	■	ف	ر	ن	ک	■
۶	■	ا	ی	ن	ه	■	ر	ی	ر	ا	■	م	ر	و	ت
۷	ر	ن	و	■	و	ق	ا	ر	م	ل	م	ز	ن	م	ع
۸	ک	ی	پ	■	ا	ل	ب	و	م	ی	ن	■	ب	ر	م
۹	و	■	و	ل	ر	م	■	ب	ر	ن	ت	■	ر	ز	ق
۱۰	ب	ا	ل	غ	■	ه	و	ی	د	■	ر	ا	م	ی	■
۱۱	■	م	د	ا	م	■	ا	ک	ا	م	■	ش	ک	س	ت
۱۲	ک	پ	■	ز	ا	ر	■	ی	ب	ن	ش	ن	■	ت	ه
۱۳	ن	م	ا	■	ی	ا	ف	ا	■	د	ن	ا	ر	ا	م
۱۴	ا	ب	و	ت	و	ک	ا	س	ت	ل	و	■	ک	ن	ت
۱۵	ه	ا	ج	ر	■	ن	ی	ا	م	■	ا	ی	ب	س	ن