



عیب‌های مردم را تا حد ممکن پوشیده بدار، چنان
که دوست می‌داری خداوند، عیب‌های تو را از
پشم مردم پنهان بدارد.

نشان سبز
شهادت

برگی از زندگی شهید محمد حسن نظرنژاد



رشادت‌ها و دلاوری‌های عرصه
شهادت فراموش نشدندی است.
شاید گذر زمان غبار فراموشی را
بر بسیاری از رخدادهای تاریخی
بنشاند اما داستان‌هایی که از
ایثار و فداء کاری زمیندگان در
دفاع مقدس روایت شده، برای
همیشه در جریبد تاریخ ثبت و
هیچ‌گاه از یادها نخواهد رفت.



سردار شهید محمد حسن نظرنژاد (معروف به بابانظر) یکی از فرماندهان شاخص دوران دفاع مقدس بود. او سال‌ها در جبهه‌ها جنگید و در عملیات‌های مختلف حضور داشت. بابانظر که مطابق نظر کمیسیون پژوهشی بیش از ۹۲ درصد مجوه‌حیت داشت، سراجام در تاریخ ۱۳۷۵/۵/۷ پس از جراحت‌های ناشی از جنگ تحملی به درجه شهادت نایل آمد. یکی از رشدات‌های شهید بابانظر مربوط به عملیات کربلا ۵ است که زمیندگان ایرانی برای تصرف شهرک دوعیجی عراق می‌خواستند اقدام کنند.

عرقی‌هادر این نقطه به شدت مقاومت می‌کردند و اجازه نفوذ نمی‌دادند. زمیندگان ایرانی هم زیر آتش سنگین توپخانه عراق در سنگرهای خود حبس شده بودند و نمی‌توانستند قدم از قدم بردارند. در این لحظه شهید نظرنژاد گفت: «مقاموت اینها باید شکسته شود». و خودش برای رسیدن به این نقطه داوطلب شد. او با موتوری که در اختیار داشت، بی‌سیم‌چی را ترک خود نشاند وارد مهلکه شدند. در این وضعیت برای این‌که بی‌سیم‌چی در آن ناهمواری بر زمین نیفتند، با قطار فشنگ بی‌سیم‌چی را پشت به شکم خود چسباند تا از روی موتور نیفتد. با سرعت زیاد در میان آتش و دود از نخلستان عبور کرد و به وسط نیروهای عراقی رسید. عراقی‌ها که از دیدن این صحنه بهت زده بودند بعد از چند دقیقه پا به فرار گذاشتند. به نقل از ایسنا، شهید نظرنژاد کشته گیر بود در همان لحظه اول چشمش به فرمانده تومند عراقی می‌افتد و یک سیلی در گوش او می‌خوابند تا حساب کار دشتن بیاید. خیلی طول نکشید که بقیه رزمینده‌ها پشت سر بابانظر وارد شهرک دوعیجی شدند و ۲۱۸ نفر را به اسارت گرفتند.



تأثیر مطالعه در آگاهی خانواده

باران حیدری

روزنامه نگار

در این دنیای شلوغ و پراز گوشی و اینترنت خیلی از ما وقت نمی‌کنیم که با خانواده‌های مان درست و حسابی حرف بزنیم یا کنار هم وقت بگذرانیم، اما یک راه ساده و عالی برای محکم تر کردن رابطه‌های خانوادگی در روزگار پیچیده کوئی، کتاب خواندن است. بله، کتاب هافظه برای درس و مدرسه نیستند، می‌توانند کلی حرف برای گفتن یادمان بدهندو حتی کمک کنند احساسات یکدیگر را بهتر درکنیم. در ادامه، نقش مطالعه را در بهبود روابط خانوادگی بررسی می‌کنیم و به معرفی کتاب‌هایی در این زمینه می‌پردازم.

کتاب‌ها: بهانه‌ای برای گفت و گو

وقتی کتابی را با هم می‌خوانیم یا در مورد آن حرف می‌زنیم، موضوعات جدیدی را برای صحبت کردن پیدا می‌کنیم که همین باعث می‌شود بیشتر یکدیگر را بشناسیم و ارتباط مان قوی تر و عمیق تر شود. حتی اگر هر کسی کتاب خود را بخواند، باز هم می‌شود درباره اش حرف زد و از تجربه‌های هم، چیزهایی یاد گرفت. به خصوص داستان‌ها و کتاب‌های روان‌شناسی خانوادگی به ما ممکن می‌کنند که احساسات و دیدگاه‌های بقیه را بهتر بفهمیم. این موضوع به خصوص برای بچه‌ها خیلی مفید است، چون یاد می‌گیرند چطور به احساسات بقیه اهمیت بدهندو همیلی کنند.

مؤثر در کاهش استرس

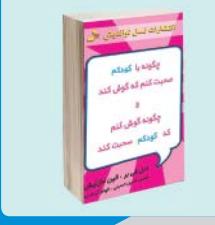
کتاب خواندن یک کار آرامش‌بخش است که استرس روزانه را کم می‌کند.

کتاب‌های مؤثر در تقویت ارتباطات خانوادگی

مطالعه این چند کتاب در تقویت ارتباطات خانوادگی بسیار مؤثر است

۱ «پنج زبان عشق»
که گوش دهد و چگونه گوش کنم که فرزندم صحبت کنم

۲ «هوش هیجانی»
ادل فابرو والن مازلیش دراین کتاب برای والدین راهنمایی عملی ترسیم می‌کنند که چطور ارتباط بهتری با فرزندان شان داشته باشد.

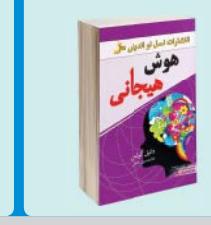


۳ «قدرت عادت»
سرنوشت ساز

۴ «کفت و گوهای نشان می‌دهد که چطور این کتاب به این کتاب به ما آموخته می‌دهند این کتاب در شرایط حساس، حرف‌های مهم را بدون دعوا و ناراحتی بزنیم.



۵ «دایل گلمن در این کتاب به می‌دهد که هر فردی روش خاصی برای دریافت محبت دارد. خانواده‌ها این زبان‌ها را بشناسند، می‌توانند صمیمیت پیشتری داشته باشند.



گری چایمن در این کتاب توضیح می‌دهد که هر فردی روش خاصی برای دریافت محبت دارد. خانواده‌ها این زبان‌ها را بشناسند، می‌توانند بهمود روابط خانوادگی.

