



سازمان آموزش فنی و حرفه‌ای کشور

# مهارت‌نامه

ماهنامه فبری و اطلاع‌رسانی سازمان آموزش فنی و حرفه‌ای کشور - شماره ۶ - تیر ۱۴۰۲

بازار چینی پتورس در خلق عالم  
بازار این پوچه و پوچه پرمات



محرم و صفر است که اسلام را زنده نگه داشته است.

- پیام‌ها و عبرت‌های نهضت عاشورا
- حریم خصوصی در فضای مجازی؛ ۷ راه برای حفاظت از آن
- عجب‌ترین تکنولوژی‌های جهان
- مراسم محرم در شهرهای ایران
- نحوه چیدمان صحیح میز کار
- از هیئت‌های عزاداری تا پخت غذایی خاص
- مهارت آموختگان کارآفرین
- مراسم عاشورا در سایر کشورهای مسلمان چگونه برگزار می‌شود؟

## روز ملی کارآفرینی و ترویج آموزش‌هاک فنی و حرفه‌ای؛ آموزش فنی و حرفه‌ای باید بخش مکمل نظام آموزشی باشد

کارآموزی، آموزش در صنعت به صندوق کارآموزی واگذار گردید. پس از پیروزی انقلاب اسلامی به لحاظ اهمیت یافتن بحث استقلال و خودکفایی کشور، سامان بخشیدن به آموزش‌های فنی و حرفه‌ای، مورد توجه خاص قرار گرفت و به‌همین منظور، شورای عالی هماهنگی آموزش‌های فنی و حرفه‌ای کشور در راستای جهت‌دهی به تشکیلات و پوشش دستگاه‌های متعدد به‌عنوان مجری این نوع آموزش‌ها در سال ۱۳۵۹ش تشکیل شد. بنابراین مهارت آموزی باید جایگزین مدرک گرایی شود و خانواده‌ها و جوانان به جای اینکه تنها دغدغه مدرک‌های دانشگاهی را داشته باشند به فکر آموختن یک مهارت باشند چرا که فنی و حرفه‌ای نقش مهمی در رونق اشتغال، کارآفرینی و توسعه پایدار دارد و امروز بخش زیادی از فارغ التحصیلان به دلیل نداشتن مهارت بیکار هستند.

و در پایان: «هیچ ملتی نمی‌تواند اثر تکنولوژی را در جهان امروز انکار کند. اگر قرار باشد که از تکنولوژی به‌درستی و در جهت رفاه انسان، نه انهدام او، حداکثر بهره‌را ببریم، لازم است پایه‌پای این دگرگونی‌ها، در آموزش فنی و حرفه‌ای نیز به پیشرفت‌هایی دست یابیم. خوار شمردن آموزش فنی و حرفه‌ای به بهانه این که ماهیتی فرومایه دارد، در واقع، ستیز با واقعیت‌های زندگی نوین و روی گرداندن از مجال‌هایی است که برای بهتر کردن این زندگی پیش می‌آید.

### منبع: بازار کار

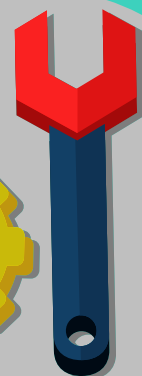
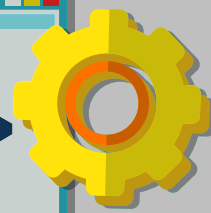
گوناگون را در آنان تقویت کند. برای رسیدن به چنین هدفی، محتوای فرهنگی آموزش فنی و حرفه‌ای باید در سطحی باشد که تخصصی شدن گریزناپذیر در آموزش فنی و حرفه‌ای، راه دیگر علاقه‌ها را سد نکند. آموزش فنی و حرفه‌ای، در جنبه‌های علمی‌تر خود از سال‌های تحصیلی مدارس فراتر می‌رود و وارد عرصه صنعت می‌شود. از این رو باید نظر داشتن مهارت‌ها و فنون، ممکن است مدارس، پایه‌های اساسی لازم را در اختیار بگذارند، اما این صنعت است که باید کارکنان جدید خود را در زمینه‌های خاصی که در زندگی کاری از آنان انتظار می‌رود، آموزش دهد و پیوسته دانش آن‌ها را مطابق با پیشرفت‌های زمان ارتقا دهد.

آموزش‌های رسمی و فنی و حرفه‌ای در ایران با ایجاد «دارالفنون» آغاز شد. در این مدرسه که در سال ۱۲۳۸ق به‌منظور تربیت نیروی انسانی لازم در زمینه‌های اداری، علمی، فنی و پزشکی تأسیس شد؛ شاگردان هم درس‌های نظری داشتند و هم درس‌های عملی. در زمینه آموزش صنعت، در سال ۱۲۸۶ق، اولین هنرستان فنی با نام «مدرسه ایران و کمال» شروع به کار کرد و در سال ۱۳۰۳ به هنرستان صنعتی تبدیل شد. در زمینه کشاورزی، در سال ۱۲۹۷ق دبستان بزرگ شروع به کار کرد که پس از انحلال به‌جای آن، مدرسه فلاحت در تهران تأسیس شد. در زمینه آموزش خدمات در سال ۱۲۹۸ق، «مدرسه صنایع مستظرفه تهران» به ریاست کمال‌الملک در رشته‌های هنری گشایش یافت. در سال ۱۳۴۹ با تصویب قانون

ششم مرداد روز ملی کارآفرینی و ترویج آموزش‌های فنی و حرفه‌ای است. بدون تردید مهمترین سرمایه هر سازمان و جامعه نیروی انسانی ماهر و متخصص آن است. در بسیاری از کشورهای توسعه یافته جهان آموزش فنی به‌عنوان عنصر مکمل نظام آموزشی در نظر گرفته می‌شود. در کشور ایران هم اهمیت مهارت آموزی به خوبی احساس شده است و به همین منظور ۶ مرداد روز ملی کارآفرینی و آموزش‌های فنی و حرفه‌ای نام‌گذاری شده است.

آموزش‌های فنی و حرفه‌ای، آموزش‌هایی هستند که انتظار می‌رود دانش‌آموختگان آن در زمان ورود به دنیای کار از سازگاری نسبی در مقایسه با دانش‌آموختگان رشته‌های نظری برخوردار باشند. به عبارت دیگر، این دانش‌آموختگان باید توانایی لازم را برای اشتغال داشته باشند. نیروی انسانی در اثر تربیت و آموزش می‌تواند نگرش، دانش و مهارت لازم را به دست آورد. به همین علت، در اغلب کشورهای اروپایی و صنعتی بعد از دهه ۱۹۹۰م، توسعه صنعتی را در آموزش فنی و حرفه‌ای می‌دانند و در بهبود و رشد آن تأکید بسیار دارند.

آموزش فنی و حرفه‌ای بایستی از تربیت افراد برای شغلی ویژه با فراهم کردن مهارت‌ها و دانش لازم، پا فراتر بگذارد و همراه با آموزش عمومی، شخصیت و منش افراد را نیز پرورش دهد و توانایی درک، داوری، اظهار وجود و سازگاری با محیط‌های



# با ما ماهر باشید!

## حرفه پرورش قارچ



میزان برداشت قارچ بین ۲۰ تا ۳۵ درصد میزان کمپوست (بستر غذایی رشد قارچ) می باشد که این اختلاف برداشت به چند عامل بستگی دارد:

- ۱- مهارت داشتن و تجربه فرد پرورش دهنده
- ۲- پرورش علمی و اصولی
- ۳- کیفیت کمپوست
- ۴- کیفیت خاک پوششی

طول دوره آموزش این حرفه: ۱۶۵ ساعت است که زمان آموزش نظری ۶۳ ساعت و مدت زمان آموزش عملی ۱۰۲ ساعت منظور شده است. حداقل میزان تحصیلات کارآموز پایان دوره اول متوسطه یا (پایان دوره راهنمایی) می باشد. علاقمندان برای کسب اطلاع از زمان و مکان برگزاری دوره های آموزشی این حرفه جذاب و پرطرفدار می توانند به ادارات کل و یا مراکز آموزش فنی و حرفه ای سراسر کشور مراجعه کرده و پس از اتمام دوره و موفقیت در آزمون کتبی و عملی گواهینامه بین المللی مهارت را دریافت نمایند.

پرورش قارچ از جمله مشاغلی است که می توان با سرمایه گذاری اندکی آن را راه اندازی کرد. دلیل اینکه بسیاری از افراد تمایل زیادی به اشتغال در این حرفه دارند، نیاز آن به سرمایه اولیه کم و بازدهی سریع پرورش این گیاه است. پرورش قارچ، مهارت، تمرکز و دقت زیادی می طلبد و در صورت رعایت اصول آن، به راحتی می توانید مراحل پرورش قارچ را با موفقیت پشت سر بگذارید و تولیدکننده این محصول غذایی سالم و بسیار باارزش باشید.

هر نوع محصولی که بر اساس علم و روش مناسب خود تولید شود، صددرصد ارزش اقتصادی دارد و پرورش قارچ هم از این امر جدا نیست، بنابراین اگر شما

مناسب آموزش ببینید، تمام نکات را رعایت کنید و در پرورش قارچ خود نظم کاری داشته باشید، حتما تولید موفقی خواهید داشت. در کشور ما



# مهارت

## در سازمان آموزش فنی و حرفه ای کشور و استان ها



بازدید «سید صولت مرتضوی»، وزیر تعاون، کار و رفاه اجتماعی از مراکز آموزش فنی و حرفه ای اسلامشهر؛

در این بازدید «غلامحسین حسینی نیا» معاون وزیر تعاون، کار و رفاه اجتماعی و رئیس سازمان آموزش فنی و حرفه ای کشور به تشریح خدمات آموزشی این سازمان به منظور پوشش مهارت آموزی تمامی اقشار به خصوص اقشار آسیب پذیر جامعه پرداخت و استقبال از طرح مدرسه تابستانه مهارت را در سطح ملی به سبب تنوع آموزشی و نیاز اجتماعی کم نظیر دانست.

<https://b2n.ir/y9e428>



برپایی موبک ولایت توسط کارکنان آموزش فنی و حرفه ای سیستان و بلوچستان در پایانه مرزی میرجاوه با هدف پذیرایی و تسهیل حضور پرشور زائرین کربلای معلی، اداره کل آموزش فنی و حرفه ای استان سیستان و بلوچستان موبک ولایت را در مرز ایران و پاکستان برپا کرده و کارکنان آموزش و حرفه ای استان افتخار میزبانی از بهترین میهمانان را دارند. سالانه ده ها هزار زائر حسینی از کشور پاکستان از این نقطه وارد کشور می شوند.



دیدار رئیس و مشاور مرکز آموزش فنی و حرفه ای تکاب با امام جمعه شهرستان راستای تأسیس مرکز مهارت آموزی بین کارگاه ی معدن و کارخانه طلای زره شوران، جهت آموزش کارگران و تکنسین های این بنگاه اقتصادی دولتی بزرگ

<https://ag.irantvto.ir>



با انعقاد تفاهم نامه ای بین اداره کل آموزش فنی و حرفه ای استان البرز و معاون قضایی رییس کل و معاون منابع انسانی و امور فرهنگی دادگستری البرز، همکاری آموزشی بین این دو توسعه و تقویت می یابد.

<https://omidebanovan.ir/fa/news/14488>



با حضور رهام کیبائی، مدیرکل آموزش فنی و حرفه ای استان #فارس، معاونین و تعدادی از کارکنان این اداره کل صورت پذیرفت؛ مراسم تجلیل از بازنشستگان اداره کل آموزش فنی و حرفه ای استان #فارس و تعدادی از کارکنان در محل سالن اجتماعات حافظ برگزار شد.

[eitaa.com/farstvtto](http://eitaa.com/farstvtto)

<https://b2n.ir/s90688>



معاون وزیر تعاون، کار و رفاه اجتماعی: ضروری است پیوست مهارت آموزی ضرب آهنگ اصلی رشته های دانشگاهی باشد

معاون وزیر تعاون، کار و رفاه اجتماعی و رئیس سازمان آموزش فنی و حرفه ای کشور در کنگره ملی آموزش هدفمند، مهارتی و نیازمحور بر لزوم تعریف پیوست مهارت آموزی در رشته های دانشگاه به عنوان ضرب آهنگ اصلی تأکید کرد.

[irantvto.ir/ZB1z](http://irantvto.ir/ZB1z)



معاون وزیر تعاون، کار و رفاه اجتماعی و رئیس سازمان آموزش فنی و حرفه ای کشور در نشست وینناری بررسی نتایج اجرای «طرح نجم» از اجرای نظارت جامع مهارت ۲ ویژه آموزشگاه های فنی و حرفه ای آزاد خبر داد.

[irantvto.ir/Zsyz](http://irantvto.ir/Zsyz)



معاون وزیر تعاون، کار و رفاه اجتماعی: آموزش های مهارتی؛ حلقه گمشده توسعه اقتصادی گینه کوناکری

معاون وزیر تعاون، کار و رفاه اجتماعی و رئیس سازمان آموزش فنی و حرفه ای کشور در نشست هم اندیشی با هیأت رسمی کشور گینه کوناکری؛ آموزش های مهارتی را حلقه گمشده توسعه اقتصادی این کشور، عنوان کرد.

[irantvto.ir/Z1zz](http://irantvto.ir/Z1zz)

## وزیر تعاون، کار و رفاه اجتماعی؛ و رفاه اجتماعی: آموزش‌هاک فنی و حرفه‌اک باید صنعت محور شود

وزیر تعاون، کار و رفاه اجتماعی در بازدید از مراکز آموزش فنی و حرفه ای خواهران و برادران اسلامشهر با تأکید بر تجهیز مراکز تربیت نیروی کار ماهر، گفت: آموزش فنی و حرفه ای باید صنعت محور شود.

[irantvto.ir/ZqXz](http://irantvto.ir/ZqXz)



## در راستاک تقویت دیپلماسی مهارت؛ صورت پذیرفت؛ سازمان آموزش فنی و حرفه ای، میزبان هیأت عالی رتبه حوزه صنعت خودرو کشور گینه کوناکری

رئیس حوزه ریاست، مدیرکل روابط عمومی و امور بین الملل سازمان آموزش فنی و حرفه ای کشور از میزبانی این سازمان و ورود هیأت عالی رتبه حوزه صنعت خودرو کشور گینه کوناکری در راستای تقویت دیپلماسی مهارت خبر داد.

[irantvto.ir/Z1۳z](http://irantvto.ir/Z1۳z)



## دیپلماسی مهارت راهکار ترویج و پایداری صلح در بین ملت هاست

معاون وزیر تعاون، کار و رفاه اجتماعی و رئیس سازمان آموزش فنی و حرفه ای کشور در حاشیه بازدید وزیر کار و امور اجتماعی عراق از مرکز ملی تربیت مربی، بیان داشت: دیپلماسی مهارت یکی از روش هایی است که در دنیا طرفداران زیادی دارد که توسعه دیپلماسی مهارت راهکار ترویج صلح و پایداری آن در بین ملت ها و دولت هاست.

[irantvto.ir/ZxUz](http://irantvto.ir/ZxUz)



## بازرسی، ارزیابی عملکرد و پاسخگویی به شکایات اثربخش و کارآمد در سازمان آموزش فنی و حرفه ای کشور

سرپرست دفتر بازرسی، ارزیابی عملکرد و پاسخگویی به شکایات از برگزاری جلسه ویناری تعاملی توجیهی آموزشی بازرسی، ارزیابی عملکرد و پاسخگویی به شکایات اثربخش و کارآمد در سازمان آموزش فنی و حرفه ای کشور خبر داد.

[irantvto.ir/ZfXz](http://irantvto.ir/ZfXz)



بازرسی، ارزیابی عملکرد  
و پاسخگویی به شکایات اثربخش و کارآمد  
در سازمان آموزش فنی و حرفه ای کشور

نهضت امام حسین (ع) به ما یاد داد که در حوادث و وقایع باید کلمه به کلمه و مو به مو با اشاره رهبری حرکت کنیم.

نهضت عاشورا، پیام‌های برجسته و زیبایی دارد که برای تبیین آن باید کتاب‌ها نوشته شود. هر پیام این نهضت، برای ما درس است. عاشق امام عاشورا، با شناخت این پیام‌ها و حرکت بر طبق آن، راه مستقیم حضرت سیدالشهدا (ع) را می‌پیماید و جامعه انسانی را در مسیر تحقق اهداف نهضت عاشورا و اسلام ناب محمدی (ص) به حرکت درمی‌آورد. برای حرکت مناسب، پیر و جوان و زن و مرد، نیازمند شناخت پیام‌های عاشورایند. نگارنده در این نوشتار، نمایی از پیام‌های بلند، برجسته و زیبای عاشورای حسینی را، در مقابل دید مخاطب قرار می‌دهد تا عاشقان امام حسین (ع)، راه درست حرکت کردن را ترسیم کنند و خود را با اراده و همت در مکتب امام حسین (ع) پرورش دهند:

### آزادگی

آزادگی برتر از آزادی و نوع‌رهایی انسان از قید و بندهای ذلت آور و حقارت بار است. آزادگی به آن معناست که انسان کرامت و شرافت خویش را بشناسد و تن به ذلت و اسارت دنیا و زیر پا نهادن ارزش‌های انسانی ندهد. بندگی خالص پروردگار، تزکیه نفس، رعایت زهد، کسب تقوا، دوری از طمع ورزی و مخالفت با هوا و شیطان، از عوامل آزادگی به شمار می‌روند. امام حسین (ع) در پاسخ به درخواست کنندگان بیعت به نفع یزید، فرمودند لا وَّ اللّٰه لا اَعْطِيْهِمْ بِيَدِي الْاَقْرَبُ اَقْرَبُ اِلَ الْعَبِيْدِ؛ به خدا سوگند؛ نه دست ذلت به آنان می‌دهم و نه، چون بردگان تسلیم حکومت آنان می‌شوم! انسان آزاده، هرگز حاکمیت ظالم و ستمگر را نمی‌پذیرد و بر اساس آیه واجتنبوا الطاغوت؛ در برابر یزید و یزیدیان قیام و با ستمگران مبارزه می‌کند.

آزادگی آنقدر اهمیت دارد که امام حسین (ع) فرمودند اِنْ لَمْ يَكُنْ لَكُمْ دِيْنٌ وَ كُنْتُمْ لَا تَخَافُوْنَ الْمَعَادَ فَكُوْنُوا اَحْرَارًا فِيْ دُنْيَاكُمْ؛ اگر دین ندارید و از معاد هم نمی‌ترسید، پس در دنیایتان آزاده باشید. این یک ندای همیشگی است و همچنان که امام حسین (ع) در عمل نشان دادند که همه اصول را رعایت می‌کنند و از هرگونه تخلفی رها هستند، به همه انسان‌ها در همه اعصار نشان می‌دهند که انسان باید رها از بند هوای نفس و باشد.

### آسیب‌پذیری دشمن

آسیب‌پذیری؛ یعنی بی دفاع بودن نسبت به حملات و خطرات آسیب‌رسان به جسم یا روح انسان‌ها. نهضت عاشورا تبیین‌گر این حقیقت است که جبهه دشمن با همه توانایی‌های ظاهری، بسیار آسیب‌پذیر است؛ همچنان که جبهه بنی‌امیه، به وسیله کاروان اسیران عاشورا، در کوفه و شام و مدینه آسیب دید و بالاخره هم ماجرا به فناء جبهه سفیانی منتهی شد. نهضت عاشورا برای ما تبیین کرد که ۷۲ انسان با ایمان و بصیر، در برابر ۳۰ هزار انسان کافر، پیروزند. قدرت انسان به میزان ارتباط او با خداست. با این نگاه، یزیدیان، فرعونیان، مستکبرین و صهیونیست‌ها محکوم به شکست و نابودی‌اند.

### اخلاص

اخلاص، پاک کردن نیت از غیر خدا و انجام دادن عمل برای خداست. اساس و زیربنای سعادت و عزت امام عاشورا و پیروان ایشان، بندگی خالصانه آنان است. اخلاص سیدالشهدا (ع) و یاران با وفای آن امام همام، مهم‌ترین عامل ماندگاری و جاودانگی نهضت عاشورا است. در روز عاشورا و در کربلا، تنها خون و شمشیر و زخم و درد و غربت و تنهایی و شهادت بود و از ثروت و ریاست و مقام و امتیاز و مدال، هیچ خبری نبود. مجاهدان عرصه نبرد عاشورا، فقط و فقط به خدا و رضایت



## پیام‌ها و عبرت‌های نهضت عاشورا

# یاشاکن

روز عاشورا با شروع حمله دشمن، در نیایشی به درگاه خدا، این اتکال و اعتماد به پروردگار را چنین بیان کردند: انی توکلت علی الله ربی و ربکم؛ بر خدایی که پروردگار من و شماست، توکل می‌کنم.

این ویژگی برجسته، در لحظات آخر زندگی حضرت نیز همراه ایشان بود. هنگامی که امام نیزه خوردند و زخمی بر زمین افتادند، در مناجاتی عارفانه با معشوق خویش گفتند اَشْتَعِبُ بِكَ ضَعِيفًا وَ اَتَوَكَّلُ عَلَيْكَ كَافِيًا؛ با حالت ضعف از تو کمک می‌خواهم و بر تو توکل می‌کنم و تو کافی هستی. امام حسین (ع) به ما آموخت که ایستادگی و مجاهدت، توأم با توکل به خدای عزیز و کریم، در نهایت به شکست دشمن و پیروزی جبهه حق می‌انجامد.

## خطر پذیری

خطرپذیری به معنای به استقبال خطر رفتن و قبول کردن خطر است. امام عاشورا به ما آموخت که هر وقت احساس کردیم دشمن برای مکتب اسلام، یک نقشه خطرناکی چیده است، باید به میدان پیاییم و خود را برای قبول هر خطری، و در هر جای سخت و دشواری آماده کنیم.

## دشمن ستیزی

دشمن ستیزی، به معنای نبرد و مبارزه کردن با دشمن است. عاشورا، میدان جهاد با دشمن و عرصه دشمن ستیزی است. کربلا به عنوان سرمشق همیشگی و الگویی آزموده شده به ما ثابت کرد که در مقابل عظمت ظاهری دشمن نباید دچار تردید و ضعف شد و باید تا آخرین نفس و آخرین قطره خون با دشمن اسلام و مسلمین مبارزه کرد. امام عاشورا ثابت کرد که با دشمن ستیزی و نبرد با ظالم و طاغوت، اسلام ناب به اوج عزت و عظمت می‌رسد و پرچم دین بر بلندای تاریخ به اهتزاز در می‌آید.

## دشمن شناسی

دشمن شناسی از مفاهیمی است که همواره مورد توجه اولیای الهی قرار گرفته است و بر هوشیاری مومن، و دشمن شناسی او تأکید شده است. دشمن را باید هوشیارانه شناخت. امام حسین (ع) به ما درس دشمن شناسی و غافل نشدن از دشمن داد. او به ما یاد داد که باید طرح‌های دشمن را شناخت، ترفندهای او را شناخت، تا فریب نخوریم و بر او فایز آیم. آن امام همام، با هوشیاری، دشمن واقعی را از لابلای ظواهر شناخت و هرگز تسلیم زور و زر و تزویر دشمن نشد.

## شجاعت

شجاعت به معنای بی باکی در برابر دشمن و یکی از اصول اخلاقی در کنار حکمت، عفت و عدالت است، که ریشه اوصافی والا و منشا آثار و صفات مثبت فراوانی می‌شود. صحنه عاشورا، تصویری واضح از شجاعت امام حسین (ع) و اهل بیت ایشان است. شجاعت عاشورائیان ریشه در اعتقاد آنان دارد. نترسیدن از مرگ در لحظه‌های خطر و هنگام ادای تکلیف، یکی از مظاهر آشکار شجاعت است.

محبوب و سعادت اخروی، و به بقاء دین و ارزش‌ها می‌اندیشیدند. با نیروی اخلاص، وارد معرکه می‌شدند و با شور و شوق شربت شیرین شهادت می‌نوشتند.

## امر به معروف و نهی از منکر

از آموزه‌های مهم و ارزنده نهضت عاشورا، امر به معروف و نهی از منکر و دو واجب از فروع دین هستند که امر به معروف یعنی توصیه به دیگران برای انجام آنچه از نظر عقل یا شرع خوب شمرده می‌شود و نهی از منکر یعنی دستور دادن به دیگران برای ترک آنچه به نظر عقل یا شرع زشت و بد شمرده می‌شود.

امام حسین (ع) در وصیت نامه ای، به برادرشان محمد حنفیه نوشتند: انی لم اخرج اشرا و لا بطرا و لا مفسدا و لا ظالما و انما خرجت لطلب الاصلاح فی امه جدی و ابی ارید ان آمر بالمعروف و انهی عن المنکر - من برای سرکشی و عداوت و فساد کردن و ظلم نمودن، از مدینه خارج نشدم و جز این نیست که برای اصلاح در میان امت جدم و پدرم خارج شدم و در نظر دارم امر به معروف و نهی از منکر نمایم. اینار

اینار، به معنی مقدم شمردن سود و منفعت دیگران بر منفعت و مصلحت خویش و یکی از خصلت‌های ارزشمند اخلاقی است که در قرآن کریم و روایات، مورد ستایش فراوان است و از وارستگی انسان از خودخواهی سرچشمه می‌گیرد. قرآن کریم در آیه و یؤثرون علی انفسهم و لو کان بهم خصاصة؛ از مؤمنانی یاد می‌کند که دیگران را بر خود مقدم می‌دارند. آن کسی می‌تواند بشر را از جهل و کمراهی نجات بدهد که بتواند اینار کند و گذشت داشته باشد. از شهوات و از منیت و خودخواهی بگذرد، از هستی و جان و مالش بگذرد تا بتواند شمع فراراه بشر روشن کند. امام حسین (ع) و یاران با وفایش، با اینارگری و گذشت از جان و مال، شمع روشنی بخش محفل بشریت شدند.

## بصیرت و آگاهی

بصیرت، یک بینش عقلانی و به معنای شناخت حقیقت و قدرت درک صحیح امور است. یکی از جلوه‌های عاشوراییان، بصیرت و آگاهی ایشان به مسئولیت و وظایف خطیر خود در جامعه اسلامی و در قبال امام زمان خود است. در جامعه فتنه زده‌ای که تاریکی جهل و سفاهت، دامن گیر بسیاری از مسلمانان شده بود، یاران امام حسین (ع) با بصیرت و آگاهی، تمام پرده‌های جهل تاریکی را از جلوی چشمان خود بر طرف کردند و دست رد به سینه طاغوت زمان خود زدند و به حمایت و پشتیبانی از، ولی امر مسلمین به پا خاستند.

## توکل

توکل در اصطلاح به معنای اعتماد کردن و واگذاری همه امور خود به خدا و نا امید شدن از انسان و آنچه به دست اوست. توکل از فضائل اخلاقی و منازل سیر و سلوک است. امام حسین (ع) در آغاز حرکت خود از مدینه، تنها با توکل به خدا این راه را برگزیدند و به یارانشان هم فرمودند «هر که بخواهد، می‌تواند برگردد» توکل آن امام همام به ایزد یکتا بود که هیچ رخدادی در عزم ایشان، خلل وارد نکرد و حضرت در

# پایداری

## صبر و پایداری

صبر و پایداری، به معنای مقاومت در برابر سختی‌ها و از دست ندادن تاب و قرار است. در نهضت عاشورا نیز با این جلوه عظیم روحی رو به رو هستیم و آنچه حماسه کربلا را به اوج ماندگاری و تأثیرگذاری و فتح معنوی می‌رساند، قدرت صبر و پایداری امام حسین (ع) و یاران و همراهان ایشان است.

امام شهیدان، در یکی از منزلگاه‌های میان راه، در تبیین این حقیقت فرمودند: **أَيُّهَا النَّاسُ فَمَنْ كَانَ مِنْكُمْ يَضِيرُ عَلَيَّ حِدَّ السِّيفِ وَ طَعْنَ الْأَسِنَّةِ فَلَيْقِمَ مَعَنَا وَ إِلَّا فَلْيَنْصِرْ عَنَّا** - ای مردم! هر کدام از شما که تحمل تیزی شمشیر و زخم و ضربت نیزه‌ها را دارد، همراه ما بماند و الا باز گردد.

## صداقت

صداقت به معنای پندار، گفتار و کردار یکسان، و بالاترین سطح کیفیت در شخصیت انسان است. صداقت باعث ایجاد آرامش در زندگی انسان می‌شود و به ایجاد اعتماد، بهبود روابط و توسعه جوامع کمک می‌کند. خداوند در سوره حجرات می‌فرماید: **إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ آمَنُوا بِاللَّهِ وَرَسُولِهِ ثُمَّ لَمْ يَرْتَابُوا وَجَاهَدُوا بِأَمْوَالِهِمْ وَأَنْفُسِهِمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ ۗ أُولَٰئِكَ هُمُ الصَّادِقُونَ** - مومنان واقعی کسانی اند که به خدا و رسولش ایمان دارند و در حقانیت باورهایشان شک نمی‌کنند و با مال و جانشان در راه خدا جهاد می‌کنند. آنان واقعا با صداقت هستند.

## عزت

عزت به معنای شکست ناپذیری، صلابت نفس و حفظ کرامت و شخصیت والای انسانی است. عزت و کرامت امام حسین (ع) در روز عاشورا، درس عبرتی برای تمام مسلمانان است که زیر بار خواسته‌های ستمگران و ظالمان و قدرت‌های استکباری نروند و در برابر تعدی آن‌ها، با تمام قوا و با عزت و سربلندی بایستند. حضرت سیدالشهدا (ع) در روز عاشورا فرمودند: **الموت خیر من ركوب العار و العار خیر من دخول النار**؛ مرگ از پذیرش ننگ بهتر و ننگ از ورود در آتش سزاوارتر است. ایشان در روز عاشورا فرمودند: «ذلت از خاندان ما به دور است».

## عمل به تکلیف

تکلیف، وظیفه‌ای است که از طرف خدای مهربان، برای انسان مشخص شده است. عمل به تکلیف نیز از فرامین لازم خداوند و در پی دارنده تقوای پیشگی و پایداری در ایمان است. عاشوراییان، در روز عاشورا برای ادای تکلیف آمدند؛ کاری نداشتند که امام حسین (ع) به حکومت برسد یا شهید بشود؛ گفتند ما برای عمل به تکلیف آمدیم، کشته شویم یا زنده بمانیم هم تفاوتی ندارد.

## غیرت

غیرت؛ یعنی تلاش در نگهداری چیزی که حفظ آن واجب و ضروری است. غیرت؛ فضیلتی اخلاقی است که انسان را وادار می‌کند تا سر حد جان به دفاع از ناموس، خانواده، دین، آیین و همچنین مال و وطن بپردازد. امام حسین (ع) در رجز حماسی خود در روز عاشورا، بر حمایت از ذریه پیامبر (ص) و خانواده امیرمؤمنان (ع) تأکید کردند و فرمودند: **أحمی عیالاتِ اَبی، أمضی علی دینِ النَّبی**؛ سوگند خورده‌ام که از حریم و خاندان پدرم دفاع کنم و بر دین پیامبر پایداری بمانم.

## فداکاری

فداکاری به معنای از خود گذشتگی و جان نثاری است. امام حسین (ع) به ما یاد داد که مسلمان باید در راه دین فداکاری کند و از همه چیز خود بگذرد. فداکاری امام حسین (ع) و یاران با وفای ایشان در نهضت عاشورا، یک فداکاری فوق العاده و استثنایی بود. ائمه ما خطاب به حضرت سیدالشهدا (ع) فرموده اند لا یوم کیومک یا ابا عبد الله؛ هیچ حادثه‌ای مثل حادثه تو و مثل روز تو نیست؛ چون عاشورا یک واقعه استثنایی بود.

## کرامت انسان

کرامت به معنای دوری از پستی و فرومایگی، و در مقابل دنائت و ذلت است. امام حسین (ع) در روز عاشورا، خود را بر بالین یکایک یاران شهیدشان رساندند و سر مبارک آنان را به دامن گرفتند و بین آنان تفاوت قائل نشدند. به حبیب احترام گذاشتند. به غلام خود نیز توجه کردند. یکی از صحنه‌های بزرگ تجلی وفاداری یاران امام حسین (ع) برخورد حضرت ابوالفضل (ع) با امان نامه‌ای است که شمر برای آن حضرت و برادران ایشان آورد. حضرت عباس (ع) با رد آن امان نامه، فرمودند: **من هرگز از دینم دست بر نمی‌دارم و تا جان در بدن دارم، از امام و پیشوایم امام حسین (ع) حمایت می‌کنم.**

## مبارزه

مبارزه در اصطلاح نظامی عبارت است از مبارز طلبیدن در میدان نبرد برای جنگ تن به تن و یا اعلان جنگ عمومی. امام عاشورا با نهضتش به ما یاد داد که چگونه در مقابل ظلم و ستم یزیدیان زمان ایستادگی کنیم و در هیچ شرایطی مبارزه با طاغوت و جهاد فی سبیل الله را ترک نکنیم. امام حسین (ع) فرمودند: **هر کسی ببیند که دین خدا به وسیله کسانی و قدرت‌هایی در جامعه اسلامی در حال از بین رفتن پایمال شدن است و در مقابل این حرکت نایستد؛ کان حقا علی الله ان یدخله مدخله؛ خدا او را در حکم همان کسی قرار خواهد داد که با دین خدا مبارزه می‌کند و می‌جنگد.**



## محبت و عشق

محبت به طور عام به معنی احساس یا نوعی عشق است که از دوستی فراتر می‌رود. مکتب عاشورا، مکتب محبت و عشق است. کمتر مکتب و مسلک و دین و آیین و طریقه‌ای مثل مکتب عاشورا، با محبت و عشق سر و کار داشته است. علت این هم که تفکر عاشورایی تا امروز مانده، در حالی که این همه با آن مخالفت کرده اند، همین است که ریشه در زلال محبت و عشق داشته است.

## موقعیت شناسی

موقعیت به معنای زمان یا فرصت مناسب و خاص برای انجام کاری است. سیدالشهدا (ع) و یاران عاشورایی امام و حضرت زینب کبری (س) موقعیت شناس بودند. موقعیت‌های قبل از رفتن امام به کربلا، موقعیت بحرانی روز عاشورا و موقعیت حوادث سخت و دشوار بعد از شهادت امام عاشورا را شناختند و بر طبق هر موقعیت، یک انتخاب درست و بزرگ داشتند.

## نماز و راز و نیاز

نماز از عبادت‌های مسلمانان و از ارکان مهم دین اسلام و عملی است که با هدف برقراری ارتباط نزدیک با خداوند انجام می‌شود. راز و نیاز هم به معنای در میان نهادن سر و حاجت و خواهش خود با خدای بزرگ و مهربان است. امام حسین (ع) به مسئله نماز و راز و نیاز با خدای مهربان اهتمام جدی داشتند. در عصر تاسوعا، زمانی که لشکر عمر سعد تصمیم گرفت که جنگ را شروع کند، امام به برادر خود حضرت ابوالفضل ماموریت دادند تا از دشمن یک شب مهلت بگیرد. ایشان در بیان علت آن مهلت، فرمودند: امشب را به ما مهلت دهند تا به نماز و دعا و استغفار مشغول شویم؛ زیرا خدا می‌داند که من نماز و دعا و قرآن را دوست می‌دارم.

در ظهر عاشورا نیز وقتی ابو ثمامه صاندی زمان نماز را متذکر شد، امام فرمودند: نماز را به یاد ما انداختی، خداوند تو را از جمله نمازگزارانی که به یاد خداوند هستند، قرار دهد.

## وفاداری

وفاداری؛ یک کیفیت اخلاقی، و به معنای متعهد بودن و پای بندی به عهد و پیمان و دوستی و یا عشق است. وفا و عمل به پیمان، و ایستادگی بر سر عهد از ویژگی‌های امام حسین (ع) و اصحاب وفادار آن حضرت است. آن حضرت شب عاشورا در توصیف اصحاب خود فرمودند: هیچ اصحابی وفادارتر و صادق‌تر از یاران خود نمی‌شناسم. در وصف وفاداری امام عاشورا نیز در زیارت نامه ایشان می‌خوانیم «شهادت می‌دهم که تو به عهدی که با خداوند بسته بودی، وفا کردی» یکی از صحنه‌های بزرگ تجلی وفاداری یاران امام حسین (ع) برخورد حضرت ابوالفضل (ع) با امان نامه‌ای است که شمر برای آن حضرت و برادران ایشان آورد. حضرت عباس (ع) با رد آن امان نامه، فرمودند: من هرگز از دینم دست بر نمی‌دارم و تا جان در بدن دارم، از امام و پیشوایم امام حسین (ع) حمایت می‌کنم.

## ولایت‌مداری

ولایت از مهم‌ترین و محوری‌ترین مسائل دینی و اعتقادی در اسلام ناب محمدی (ص) است. ولایت‌مدار به این معنی است که صدر تا ذیل عمل اجتماعی، سیاسی و فرهنگی، با اشاره و تدبیر و فرمان امام و رهبر جامعه اسلامی انجام شود. کسی که از، ولی و ولایت او پیروی می‌کند و به، ولی و امام جامعه وفادار است؛ ولایت‌مدار محسوب می‌شود. محبت ورزی و اطاعت پذیری در برابر، ولی خدا، از برجسته‌ترین شاخصه‌ها و ویژگی‌های فرد ولایت‌مدار است. ولایت‌مداری، بدون بصیرت و هوشمندی، معنا و مفهوم درستی ندارد.

رهبرشناسی و تبعیت مطلق از رهبری، زیباترین پیام عاشوراست. نهضت ابی عبدالله (ع) به ما یاد داد که در حوادث و وقایع باید کلمه به کلمه و مو به مو با اشاره رهبری حرکت کنیم و در مقابل امام جامعه اسلامی تسلیم محض باشیم. در زیارت عاشورا می‌خوانیم سلم لمن سالمکم و حرب لمن حاربکم؛ در مقابل کسانی که با شما می‌جنگند، در جنگ هستیم و با کسانی که نسبت با شما سلم اند و تسلیم اند، من هم با آن‌ها سلم و تسلیم هستم.





## حریم خصوصی

## در فضای مجازی؛

# ۷ راه برای حفاظت از آن



این روزها فضای مجازی تمام کارها را راحت کرده است، اما این فضا چندان هم کم‌خطر نیست. هر کلیک و بازدید شما از صفحات وبسایت‌ها و شبکه‌های اجتماعی یک رد پای دیجیتال درست می‌کند. هر مرتبه که افکار یا تصاویرتان را در اینترنت منتشر می‌کنید نیز ممکن است افراد مختلفی از جمله مجرمان اینترنتی آنها را ببینند. آن‌ها می‌توانند به‌روش‌های مختلف به اطلاعات مالی و سایر داده‌های حساس شما دسترسی پیدا کنند. سازمان‌هایی که داده‌های شما را جمع‌آوری و استفاده می‌کنند مسئول محافظت از آنها هستند، اما بهتر نیست که خودتان هم کمی محتاطانه‌تر عمل کنید؟ می‌پرسید چطور؟ نگران نباشید، چون در این مقاله اقدامات لازم برای حفاظت از حریم خصوصی را برایتان توضیح می‌دهیم. البته بهتر است قبل از بیان این راهکارها، کمی درباره مفهوم حریم خصوصی در فضای مجازی، قوانین مربوط به آن و مجازات متخلفان بگوییم.

### چگونه از حریم خصوصی خود در فضای مجازی محافظت کنیم؟

#### ۱. درباره روش حفاظت از حریم خصوصی‌تان سؤال کنید

یکی از بهترین کارها برای محافظت از اطلاعات شخصی در اینترنت این است که هنگام انجام هر تراکنش آنلاین از خودتان این ۴ سؤال را بپرسید:  
چه کسی اطلاعاتم را جمع‌آوری می‌کند؟  
آیا ارائه این اطلاعات برای انجام معامله و خرید و فروش کالا یا خدمات ضروری است؟  
برای داده‌هایم چه اتفاقی می‌افتد؟  
ارائه این اطلاعات چه عواقبی دارد؟

پاسخ این سؤالات را باید در سیاست‌نامه حریم خصوصی وبسایت یا شبکه اجتماعی مدنظرتان پیدا کنید. معمولاً در این سیاست‌نامه، مقررات جمع‌آوری، استفاده یا افشای اطلاعات‌تان و روش‌های محافظت از آن نوشته شده است. این سیاست‌نامه، اغلب پایین صفحات وبسایت‌ها یا کنار بخش معرفی آنها می‌آید. اگر در وبسایت یا شبکه اجتماعی این مقررات را پیدا نمی‌کنید، برای اطمینان بیشتر با مسئول حفاظت از حریم خصوصی آن وبسایت یا شبکه اجتماعی تماس بگیرید. در صورتی که هریک از مقررات این سیاست‌نامه را نمی‌پسندید، اطلاعات شخصی خود به‌ویژه داده‌های حساس مانند داده‌های پزشکی یا مالی را ارائه نکنید.

گاهی شرکت‌ها از اطلاعات شخصی شما برای تحلیل بازار یا سایر اهداف بازاریابی استفاده می‌کنند. ممکن است بنا به همین دلایل، اطلاعات‌تان را در اختیار سایر شرکت‌ها نیز بگذارند. بهترین حالت این است که شرکت‌های فعال در حوزه فضای مجازی به شما این فرصت را بدهند که رضایت خود را برای به‌کارگیری اطلاعات‌تان اعلام کنید یا اینکه به‌طور کلی از دریافت خدمات آن شرکت انصراف بدهید.

علاوه بر این، بهتر است هنگام خروج از مرورگر کوکی‌هایتان را حذف کنید. این کوکی‌ها باید مرتب حذف شوند تا وبسایت‌ها، شرکت‌های تبلیغاتی و اشخاص دیگر نتوانند از آنها برای ردیابی آنلاین شما استفاده کنند.

راه دیگر برای تأمین امنیت مرورگر این است که سراغ وبسایت‌هایی بروید که در آدرس اینترنتی آنها عبارت «https» و تصویر یک قفل سبز رنگ کوچک درج شده است. این عبارت نشان می‌دهد که اطلاعات شما رمزگذاری شده و ایمن است.

### ۵. آنتی‌ویروس قدرتمند نصب کنید

امروزه ویروس‌های اینترنتی و بدافزارها مانند یک دهه پیش رواج ندارند، اما هنوز تمام نشده‌اند! بدافزارها ممکن است یکی از این خطرات را به همراه داشته باشند:

می‌توانید با چند کار ساده از اطلاعات شخصی خود محافظت کنید. نصب برنامه آنتی‌ویروس قدرتمند، یکی از این کارهاست. این برنامه‌ها باید مرتب به‌روز شوند، زیرا سازندگان چنین برنامه‌هایی هر روز روشی جدید برای حفاظت از اطلاعات‌تان کشف می‌کنند. پس باید به‌روزرسانی خودکار این برنامه‌ها را فعال کنید یا اینکه به‌محض انتشار نسخه جدید، آنها را به‌روز کنید. همچنین بهتر است سیستم فایروال رایانه خود را فعال کنید. این سیستم از دسترسی غیرمجاز دیگران به اطلاعات شما جلوگیری خواهد کرد.

### ۶. فیشینگ را گزارش کنید

اگر در محل کارتان ایمیلی مشکوک دریافت کرده‌اید، حتما در اسرع وقت موضوع را به مدیر فناوری اطلاعات شرکت گزارش دهید. اگر هم در خانه هستید و ایمیل یا پیامک مشکوکی دریافت کرده‌اید، روی لینک‌های داخل آن کلیک نکنید یا به آن پاسخ ندهید، زیرا احتمال فیشینگ وجود دارد. در این شرایط، می‌توانید ارسال‌کننده ایمیل یا پیامک را بلاک کنید و موضوع را به پلیس فتا اطلاع دهید.

### ۷. از اینترنت وای‌فای ایمن استفاده کنید

شبکه‌های اینترنت بی‌سیم یا هات‌اسپات همیشه امن نیستند. اتصال به اینترنت وای‌فای ناشناس به صاحبان آن اجازه می‌دهد تا تمام کارهای اینترنتی یا رایانه‌ای شما را زیر نظر بگیرند. پس بهتر است از اتصال به وای‌فای ناشناس خودداری کنید. در صورت استفاده از وای‌فای عمومی نیز بهتر است، وارد حساب‌های کاربری مهم مانند ایمیل یا حساب‌های مالی نشوید.

### سخن پایانی

حفاظت از حریم خصوصی در فضای مجازی، یکی از حقوق اساسی شماست و باید برای آن تلاش کنید. درست است که در قوانین مختلف نقض حریم خصوصی جرم شناخته شده است، اما با استفاده از روش‌هایی که گفتیم می‌توانید حفظ حریم خصوصی‌تان را در فضای اینترنت تضمین کنید. از قدیم گفته‌اند که پیشگیری بهتر از درمان است.

## ۲. میزان شتراک‌گذاری اطلاعات شخصی را محدود کنید

دنبال روشی هوشمندانه برای محافظت از حریم خصوصی آنلاین خود هستید؟ در شبکه‌های اجتماعی بیش از حد درباره خودتان اطلاعات منتشر نکنید. ارائه اطلاعات بیش از اندازه در اینستاگرام، توئیتر و مانند آن می‌تواند دسترسی مجرمان سایبری به اطلاعات شناسایی شما را راحت‌تر کند. در این صورت، ممکن است هویت‌تان دزدیده و جعل شود، قربانی جرایمی مانند کلاهبرداری اینترنتی یا قلدری سایبری شوید یا اینکه مجرمان به اطلاعات مالی شما دست پیدا کنند.

برای محافظت از حریم خصوصی در فضای مجازی، بهتر است که از واردکردن اطلاعات واقعی در بخش «درباره من» شبکه‌های اجتماعی خودداری کنید. لازم نیست همه بدانند که شما در چه سالی یا در کجا متولد شده‌اید. ارائه چنین اطلاعاتی در فضای مجازی، شما را هدفی آسان برای سرقت هویت می‌کند.

علاوه بر این، نباید هیچ‌وقت بخش تنظیمات حریم خصوصی در شبکه‌های اجتماعی را نادیده بگیرید. با استفاده از این بخش می‌توانید تعداد افرادی را که مطالب شما را می‌بینند، محدود کنید.

## ۳. گذرواژه‌های پیچیده انتخاب کنید

کار مهم دیگری که باید در شبکه‌های اجتماعی و به‌طور کلی فضای مجازی انجام بدهید، توجه به گذرواژه یا پسوردهایتان است. برای تمام حساب‌های کاربری خود در اینترنت گذرواژه‌های مطمئن و پیچیده انتخاب کنید تا از هک شدن اطلاعات‌تان جلوگیری شود. بهترین گذرواژه ترکیبی از اعداد، نویسه‌های خاص و حروف بزرگ و کوچک است.

همچنین بهتر است از گزینه احراز هویت چندمرحله‌ای که در بیشتر شبکه‌های اجتماعی تعبیه شده، استفاده کنید. با فعال کردن این گزینه، احتمال هک شدن حساب کاربری یا اینکه قربانی حمله سایبری شوید، کاهش چشمگیری می‌یابد.

## ۴. حواستان به مرورگرتان باشد

هر کاری را که اینترنتی انجام می‌دهید، رصد می‌کنند. هر تبلیغ اینترنتی، شبکه اجتماعی و وبسایت، اطلاعاتی درباره موقعیت مکانی یا عادات وب‌گردی شما جمع‌آوری می‌کند. اطلاعات جمع‌آوری شده بیش از آنچه فکر کنید شخصیت و هویت‌تان را آشکار می‌کنند. مثلا ممکن است خودتان را فردی بسیار باهوش بدانید که هرگز درباره مشکلات پزشکی و بیماری‌هایش در توئیتر چیزی نمی‌نویسد یا تمام اعتقاداتش را در فیس‌بوک به اشتراک گذاشته است، اما این فکر چندان درست نیست. همیشه این احتمال وجود دارد وبسایت‌هایی که روزانه از آنها بازدید می‌کنید، تمام داده‌هایتان را برای اهداف بازاریابی در اختیار شرکت‌های دیگر بگذارند.

برای حفاظت از اطلاعات در چنین مواقعی، می‌توانید از افزونه‌های مرورگر مانند uBlock Origin استفاده کنید. چنین افزونه‌هایی از اجرای بدافزارها در مرورگر جلوگیری می‌کنند. نصب آنها راهی آسان برای مسدودکردن تبلیغات نیز هست.

### بحرین

روزهای تاسوا و عاشورا در بحرین تعطیل رسمی است. بحرینی‌ها عاشورا را با بسیاری از سنت‌های منحصر به فرد خود برگزار می‌کنند. آنها در مساجد در مورد زندگی امام حسین (ع) صحبت می‌کنند، به افراد بی‌خانمان و رهگذران، غذای نذری می‌دهند و کل ماه محرم را عزاداری می‌کنند. از روش‌های عزاداری آنها می‌توان به سینه زدن، زنجیر زدن یا قمه زدن اشاره کرد.

دولت بحرین تمام ماه محرم برای هیئت‌های عزادار، غذا آماده می‌کند. همچنین پرچم‌های بحرین در محرم به سفید و سیاه تغییر می‌کنند. خیابان‌های شهرهای بحرین هم مزین به پارچه‌های مربوط به عزاداری می‌شوند.

مراسم عاشورا در سایر کشورهای مسلمان چگونه برگزار می‌شود؟

### بنگلادش

در بنگلادش، بزرگداشت ماه محرم و روز عاشورا با رسوم مختلف برگزار می‌شود. روز عاشورا، رئیس‌جمهور و همسرش پیام‌های مجزا برای این روز از طریق تلویزیون پخش می‌کنند. همچنین تمام کانال‌های تلویزیون‌های دولتی و خصوصی این کشور مراسم عزاداری برای امام حسین (ع) و یارانش به روی آنتن می‌برند.

موسسه‌های مذهبی مختلف هم در عاشورا برنامه‌های مختلف عزاداری برای مردم ترتیب می‌دهد. دسته‌های عزاداری به راه می‌افتند و نیروی پلیس هم کاملاً مراقب است تا این مراسم بدون خطر و رخداد بدی برگزار شود.

### آذربایجان

روز عاشورا هزاران نفر از شیعیان برای عزاداری امام حسین (ع) به مساجد می‌روند و در آن روز برنامه‌های ویژه‌ای برگزار می‌شود. البته دولت آذربایجان محدودیت‌هایی برای شیعیان اعمال کرده است.

## از هیئت‌هاک عزاداری تا پخت

## غذایی خاص؛ مراسم عاشورا

## در سایر کشورهای مسلمان

## چگونه برگزار می‌شود؟

یک‌چهارم مردم جهان مسلمان هستند و روز عاشورا یکی از مهم‌ترین روزهایی است که به باور مسلمانان با گرامیداشت آن، ایمان‌شان قوی‌تر می‌شود و مورد رحمت بیشتری از سوی خدا قرار می‌گیرند. مسلمانان سراسر جهان از لندن گرفته تا نیویورک، ملبورن و لاهور، هزاران نفر در مراسم عاشورا شرکت کرده و برای امام حسین (ع) و یارانش که در کربلا شهید شدند، عزاداری می‌کنند.

مسلمانان سراسر جهان، همچون ایران در روز عاشورا مراسم مختلفی برگزار می‌کنند و این روز را گرامی می‌دارند. این روز برای مسلمانان نشان از برتری خوبی بر بدی و صبر و ایثار دارد و بسیار مهم است.

در ادامه به برخی از این آداب و رسوم اشاره کرده‌ایم:



# تشریح عید

## هند

شیعیان هند در محرم، آداب مربوط به این ماه را با دقت انجام می‌دهند. روز عاشورا مهم‌ترین روز برای آنهاست و تمام کارها را تعطیل می‌کنند و برای امام حسین (ع) عزاداری می‌کنند. در واقع در این روز تمام ادارات دولتی، دفاتر پست و بانک‌ها تعطیل است و فروشگاه‌ها و کسب‌وکارهای اسلامی یا کارهای خود را تعطیل می‌کنند یا ساعات کاری خود را کاهش می‌دهند.

مسلمانان شیعه هند در ماه‌های محرم و صفر، لباس نو نمی‌خرند، هیچ نوع جشنی برگزار نمی‌کنند و زنان از زیورآلات استفاده نمی‌کنند. مراسمی چون مرثیه‌خوانی، سینه‌زنی و راه انداختن دسته‌های عزاداری و همینطور علم‌گردانی در هند در ایام محرم و روز عاشورا برگزار می‌شود. انجام تعزیه در این روزها، برنامه مورد علاقه مسلمانان است و البته هندی‌هایی که مذاهب دیگر دارند، برای دیدن نمایش‌های مربوط به کربلا از خود علاقه نشان می‌دهند.

## تونس

مردم تونس در روزهای محرم از خوردن غذاهای رنگین یا برگزاری هر نوع جشنی خودداری می‌کنند و صبح روز عاشورا به اهل قبور سر می‌زنند.

## ترکیه

در ترکیه سازمان‌های غیرانتفاعی و شهرداری‌ها غذا بین هزاران نفر، به‌ویژه فقرا، توزیع می‌کنند. حلوا یکی از این خوراکی‌هاست که در این روز درست می‌شود. همچنین ترکیبی از انواع مواد خوراکی‌ها مانند گندم، نخود، لوبیا، برنج، زردآلو، انگور، توت‌فرنگی و دیگر میوه‌ها میان مواد خوراکی نذری مردم ترکیه دیده می‌شود. مراسم نوحه و روضه‌خوانی در روزهای محرم و به‌ویژه عاشورا برگزار می‌شود و بدین ترتیب مردم سعی می‌کنند به یکدیگر نزدیک‌تر شوند. البته مسلمانان سنی هم با روزه گرفتن در روز عاشورا، این روز را گرامی می‌دارند.

مثلاً، دسته‌های عزاداری پیش از اجرای مراسم عاشورا باید حتماً از اداره پلیس اجازه گرفته و ثبت نام کنند. با این حال در این روز نیروی پلیس، بدون اینکه در مراسم شرکت کند، مراقب برقراری نظر در اطراف مساجد و اماکن مقدس است تا روز عاشورا بدون حادثه بگذرد.

شیعیان تمام روزهای محرم، به پنجره یا درهای خانه‌های خود پرچم سیاه به نشانه قیام امام حسین (ع) علیه ظلم نصب می‌کنند. برخی از افراد خانه‌های خود را تبدیل به حسینیه کرده و از مردم دعوت به عزاداری در خانه‌هایشان می‌کنند. ایرانی‌های آذربایجان با اینکه شهروندان شوروی سابق شده بودند، همچنان به اسلام وفادار ماندند. روز عاشورا هیچ‌کس لباس رنگی نمی‌پوشد، بین مردم عزادار غذا توزیع می‌شود.

همچنین مردم گنجه در زیارتگاه شهرشان تجمع می‌کنند و با برگزاری مراسم متنوع، از جمله سینه‌زنی، زنجیرزنی، نوحه خوانی، قربانی کردن گوسفند و توزیع غذا بین مردم عزاداری می‌کنند.

در این روز مردم به محل کار خود نمی‌روند و در مراسم عزاداری حاضر می‌شوند. همچنین چند سالی است که در آذربایجان اهداء خون به عنوان نذری میان مردم رواج پیدا کرده است. در واقع این کار به جای قمه زدن و خودزنی انجام می‌شود.

در این روز معمولاً سخنرانان مذهبی از وقایع روز کربلا می‌گویند و اینکه امام حسین (ع)، با ظالمانی که به فکر زندگی مجلل برای خود و به فقر کشاندن مردم بودند، جنگید و در این راه جان خود و خانواده خود را فدا کرد.

# عجیب ترین تکنولوژی های جهان

پیشرفت تکنولوژی و اختراع گجت های جدید و مدرن چنان زندگی مان را تحت تأثیر قرار داده است که به سختی می توانیم حتی یک روز را دور از آنها سپری کنیم؛ مثال بارز آن هم اعتیادی است که احتمالاً اکثر ما به گوشی های تلفن همراهمان داریم. با این همه، بعضی از ابزارهای نوین تکنولوژی بسیار عجیب و گاهی حتی خنده دارند. فقط کافی است به ربات کوچکی فکر کنید که در مواقع اضطراری می تواند برایتان دستمال توالیت بیاورد! به نظر می رسد بعضی از این اختراعات فقط برای جلب توجه طراحی شده اند، با این حال باید اعتراف کنیم که برخی از عجیب ترین تکنولوژی های جهان جایگاهشان را در بازار پیدا کرده اند. اگر شما هم دوست دارید چند دقیقه ای در دنیای دیوانه وار عجیب ترین تکنولوژی های جهان شگفت زده و مبهوت شوید، پیشنهاد می کنیم در ادامه با ما همراه باشید.

## ۱. کمربند ارزیاب دور کمر



بلتی یکی از عجیب ترین تکنولوژی های جهان شاید شما هم از آن دسته افرادی باشید که بعد از غذا خوردن احساس می کنند کمربندشان برایشان تنگ شده است. به ویژه اگر به دنبال لاغرتر شدن

و آب کردن چربی های دور شکم و کمر خود باشید، این حس چندان جالب نیست. اینجاست که یکی از تکنولوژی های عجیب چندسال اخیر به نام کمربند چرمی بلتی (Belly) به کمکتان می آید.

بلتی با توجه به تغییرات دور کمر کاربر، خودکار گشادتر یا تنگ تر می شود. همچنین این کمربند هوشمند می تواند در لاغر شدن هم دستیارتان باشد. بلتی دور کمرتان را اندازه می گیرد و به شما نشان می دهد، تلاشتان برای لاغر شدن چقدر موفقیت آمیز بوده است. این کمربند حتی می تواند میزان فعالیت روزانه شما را بسنجد و اگر مدت زیادی در یک حالت نشسته باشید، به شما هشدار دهد که بلند شوید و حرکات کششی انجام دهید.

بد نیست، بگوییم که این کمربند گزینه پاوربانک برای شارژ کردن وسایلی مثل گوشی تلفن همراه هم دارد. با وجود تمام مزایای این لباس هوشمند، بعضی افراد ترجیح می دهند وسیله ای با حس گرها و امواج الکترونیکی را مدام دور کمر و نزدیک لگن خود نیندند.





#### ۴. ربات دستمال توالی

گجت بعدی یکی از عجیب ترین تکنولوژی های جهان است که برایمان مشخص نیست سازنده اش در حال طراحی آن به چه چیزی فکر می کرده است! چارمین رول بات (Charmin Rollbot) رباتی است که می تواند در دست شویی به کمکمان بیاید!

اگر دستمال توالی تمام شده باشد، فقط کافی است با استفاده از گوشی هوشمند مکانتان را به این ربات کوچک نشان دهید تا یک رول جدید دستمال توالی تحویل بگیرد. این ربات با حسگرهای متعددی که دارد از موانع مختلف خانه یا محل کارتان عبور می کند تا شما بدون دستمال توالی نماند!

این ربات عجیب در حال حاضر در بازار موجود نیست و فقط در چند نمایشگاه نمایش داده شده است تا نشان دهد فناوری چگونه می تواند مشکلات معمولی و روزمره ما را حل کند. البته قضاوت اینکه ربات مخصوص تحویل دستمال توالی تا چه حد می تواند زندگی شما را بهتر کند، بر عهده خود شماست!

#### ۵. هدفون تصفیه هوا

هدفون تصفیه هوای شرکت دایسون زون (Dyson Zone) یکی دیگر از عجیب ترین تکنولوژی های جهان است. این هدفون هم برایتان موسیقی پخش می کند و هم هوای اطرافتان را تهویه و تصفیه می کند. شرکت دایسون ادعا می کند آلودگی ها، باکتری ها و غبار آلرژی زا از فیلتر تهویه این هدفون عبور نمی کنند.



ممکن است با وجود بیماری های ویروسی مانند کووید ۱۹ تصور کنید این گجت می تواند بسیار کارآمد باشد، با این حال برخی منتقدان این محصول عجیب شرکت دایسون نظر دیگری دارند. آنها می گویند که شیوه عملکرد سیستم تهویه هوای این هدفون، می تواند آلودگی های ریه کاربر را به اطراف پخش کند. بنابراین اگر فردی ناقل بیماری روی باشد و از این هدفون تصفیه هوا استفاده کند، احتمال دارد اطرافیان خود را به سرعت آلوده کند.

گفتنی است این هدفون با ظاهر غیرعادی اش حدود هزار دلار قیمت دارد که در حال حاضر (بهار ۱۴۰۲)، بدون هزینه سفارش و حمل و نقل حدود ۵۲ میلیون تومان برایتان تمام می شود.

#### ۶. غلاف اسلحه با پخش موسیقی



استقبال طرف داران موسیقی از انواع مختلف وسایل پخش موسیقی باعث شده است، بسیاری از عجیب ترین تکنولوژی های جهان مربوط به این گجت ها باشند. با این حال غلاف اسلحه ای که بتواند موسیقی پخش کند از عجیب هم عجیب تر است!

#### ۲. چنگال غذاخوردن آهسته



هیپرفورک یکی از عجیب ترین تکنولوژی های جهان حالا که بحث لاغری شد، بهتر است گجت دیگری را معرفی کنیم که شاید به روش دیگری کمکمان کند. همان طور که می دانید، اگر غذایتان را آهسته تر بخورید بهتر هضم می شود و در نتیجه راحت تر وزن کم می کنید.

همچنین شاید نیازی به کاهش وزن ندارید و فقط می خواهید با آهسته تر غذا خوردن مزه غذا را مدت زمان بیشتری بچشید. در هر دو صورت، می توانید از یکی دیگر از تکنولوژی های عجیب به نام چنگال هوشمند هیپ فورک (HapiFork) استفاده کنید.

حسگرهای این چنگال هوشمند سرعت غذا خوردنتان را اندازه می گیرند و اگر خیلی سریع غذا را بجوید، با لرزش به شما اطلاع می دهند. این چنگال هوشمند به گوشی تلفن همراهتان متصل می شود و می تواند اطلاعاتی از جمله مدت زمان غذا خوردن و تعداد دفعاتی را که از چنگال استفاده کرده اید، به شما نشان دهد. هیپ فورک معمولاً از شما می خواهد بیش از ۲۰ دقیقه برای غذا خوردنتان زمان صرف کنید. این کار از پرخوری و اضافه وزن جلوگیری می کند. البته اگر آن قدر سرتان شلوغ است که زمان کافی برای غذا خوردن ندارید، شاید ترجیح بدهید کلا از چنگال هوشمندتان استفاده نکنید تا اینکه مجبور باشید لرزش های مداوم آن را تحمل کنید!

#### ۳. ماهیتابه هوشمند



اسمارتی پن یکی از عجیب ترین تکنولوژی های جهان یکی دیگر از عجیب ترین تکنولوژی های دنیا هم باعث می شود که حواستان به چربی و کالری غذایی که می پزید، باشد. اسمارتی پن (SmartyPans) نام ماهیتابه هوشمندی است که

می تواند وزن مواد غذایی، درجه حرارت تابه و زمان پخت و پز را اندازه بگیرد. این داده ها از طریق حسگرهای ماهیتابه ثبت می شوند و سپس همراه نکات و پیشنهادهایی برای آشپزی بهتر و سالم تر به اپلیکیشن مخصوصی روی گوشی تلفن همراه کاربر ارسال می شوند. مثلاً اگر حرارت ماهیتابه خیلی زیاد باشد، هشدار دریافت می کنید.

اسمارتی پن می تواند اطلاعات دقیق تغذیه ای غذاهایی را که تهیه می کنید هم در اختیارتان قرار دهد. مثلاً با این ابزار هوشمند آشپزخانه می توانید مقدار کالری، چربی و پروتئین غذایتان را اندازه بگیرید. همچنین با استفاده از بخش دستور پخت و حالت پخت اپلیکیشن می توانید زمان پخت و درجه حرارت تابه را تنظیم کنید تا غذا با بهترین کیفیت آماده شود.

البته اگر از اسمارتی پن استفاده کنید، احتمالاً با توجه به دستور پخت های از پیش تعیین شده باید با لذت آشپزی خلاقانه خداحافظی کنید. همچنین با سختگیری و نکته سنجی این تابه هوشمند، دیگر نمی توانید شیطنت کنید و اندکی روغن اضافه کنید تا غذایتان چرب تر و خوشمزه تر شود!

## ۹. مسواک دندان‌پزشک

به نظر می‌رسد مسواک‌ها در میان عجیب‌ترین تکنولوژی‌های جهان جایگاه ویژه‌ای دارند! گجت عجیب بعدی هم مسواک هوشمندی به نام انوی پروفیکس (Onvi Prophix) است که با دوربین داخلی ۱۰ مگاپیکسلی از دندانان عکس می‌گیرد. این مسواک برای بهبود تکنیک مسواک‌زدن، کاهش تجمع پلاک و جلوگیری از پوسیدگی و بیماری لثه طراحی شده است و اجازه می‌دهد خودتان بر سلامت دهان و دندانان نظارت داشته باشید.

دوربین مخصوص مسواک انوی پروفیکس عکس‌هایی از دندان‌ها و لثه‌هایتان به اپلیکیشن مخصوصی روی تلفن همراهتان ارسال می‌کند که می‌توانید آنها را ذخیره کنید و با دندان‌پزشکتان به اشتراک بگذارید. این مسواک همچنین میزان فشار، زمان و تعداد دفعات مسواک‌زدن را ثبت می‌کند. به این ترتیب می‌توانید روش‌های بهینه مسواک‌زدن را از دستورالعمل‌های انوی پروفیکس یاد بگیرید و مناطقی از دندان‌هایتان را بشناسید که نیاز به توجه بیشتری دارند. با این حال در این مورد هم فرصت کوتاه مدیتیشن در زمان مسواک‌زدن را از دست می‌دهیم و حتی مجبوریم تا ۲ دقیقه پیش از خواب هم با گجت‌های هوشمند و تلفن همراهان کار کنیم.

## ۱۰. خشک‌کن حیوان خانگی

ابزار بعدی در فهرست عجیب‌ترین تکنولوژی‌های جهان مربوط به حیوان خانگی کوچکتان باشد. ممکن است شما هم متوجه بی‌قراری سگ یا گربه‌تان هنگامی که موهایش را بعد از حمام خشک می‌کنید، شده باشید یا شاید برای سشوار کشیدن موهای بلند حیوان خانگی خود زمان کافی ندارید.



خشک‌کن حیوان خانگی پیپ (Pepe Pet Dryer) در این مواقع به کمکتان می‌آید، اما این وسیله احتمالاً برای حیواناتان چندان جذاب نخواهد بود!

خشک‌کن پیپ مکعبی است که سگ و گربه‌تان را ۲۵ دقیقه در معرض وزش هوای گرم حبس می‌کند. در چنین وضعیتی، بعید نیست حیوان پس از خروج از مکعب از شما متنفر شده باشد! همچنین بد نیست بدانید این وسیله ۶۶۰ دلار پول از جیب شما می‌طلبد که با احتساب قیمت فعلی دلار در بهار ۱۴۰۲، حدود ۳۵ میلیون تومان تمام می‌شود! اگر می‌خواهید بعد از حمام حیوان خانگی‌تان، موهایش را خشک کنید شاید استفاده از یک حوله معمولی ۱۰۰ هزارتومانی مقرون‌به‌صرفه‌تر باشد!

## ۱۱. دوربین کنترل سگ

گجت‌ها دست از سر حیوان خانگی‌تان برنمی‌دارند! البته ابزار بعدی که معرفی می‌کنیم شاید در مقایسه با خشک‌کن حیوان کاربرد بیشتری داشته باشد. دوربین کنترل سگ فوربو (Furbo Dog Camera) به شما

غلاف ام‌پی‌تری تیزر (Holster Taser MP۳) یک کیف چرمی نگهدارنده اسلحه است که یک گیگابایت حافظه برای ذخیره و پخش موسیقی دارد! این وسیله عجیب ساخت شرکت تولید اسلحه «تیزر» در آمریکاست که اسلحه‌های الکترونیکی و مدرن به ارتش آمریکا و سایر سازمان‌های امنیتی می‌فروشد.

برای درک اینکه چنین غلاف اسلحه‌ای چقدر عجیب است، فقط کافی است، فرد مسلحی را تصور کنیم که به وسیله غلاف چرمی اسلحه‌اش موسیقی گوش می‌کند یا کیف اسلحه‌اش را با پورت یواس‌بی به رایانه‌اش متصل می‌کند تا موسیقی جدید به حافظه یک گیگابایتی غلاف اسلحه‌اش انتقال دهد یا باتری‌اش را شارژ کند!

## ۷. ماسک تغییر صدا

به احتمال زیاد، بین تکنولوژی‌های عجیب، احتمالاً مواردی که باید روی صورت‌تان ببندید غیرمعمول‌ترین ابزارها هستند. یکی از این موارد ماسک هاشمی (Hushme) است که می‌تواند صدایتان را حین مکالمه تلفنی تغییر دهد. این دستگاه به تلفن همراهتان متصل می‌شود و می‌توانید تنظیمات تغییر صدا را به دلخواه خودتان تغییر دهید. همچنین هنگامی که با هاشمی صحبت می‌کنید، افراد اطرافتان هم صدایتان را نمی‌شنوند. پس مکالمه خصوصی و مخفیانه هم با هاشمی امکان‌پذیر می‌شود.



بسیاری از طرفداران هاشمی آن را ابزار مناسبی برای مکالمات تلفنی در دفترکارهای شلوغ می‌دانند. با این حال، هاشمی بیشتر شبیه دهان‌بندی است که باید شکل عجیب آن و بسته‌شدنش دور گردن و فک خود را تحمل کنید. تصور استفاده طولانی‌مدت از این دستگاه شاید چندان جالب نباشد. علاوه بر این شاید خاصیت صداخفه‌کن این گجت عجیب شاید برای اطرافیان و دوستانتان خوشایند نباشد و این‌طور به نظر برسد که در حال مخفی کردن چیزی از آنها هستید.

## ۸. مسواک هوشمند

گجت‌هایی که مربوط به رعایت نکات بهداشتی می‌شوند، شاید کاربرد بیشتری در زندگی روزمره داشته باشند. یکی از این گجت‌ها مسواک هوشمند کولیبری (Kolibree Smart Toothbrush) است



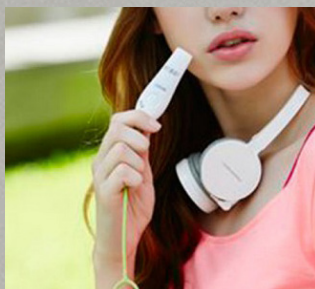
که به شما کمک می‌کند به مسواک‌زدن صحیح و مرتب عادت کنید. مسواک کولیبری از طریق اپلیکیشن ویژه به گوشی تلفن همراهتان متصل می‌شود و دفعات مسواک‌زدن را پیگیری می‌کند. همچنین اگر اشتباه مسواک بزنید، این مسواک هوشمند روش‌های صحیح تمیزکردن دندان‌هایتان را به شما نشان می‌دهد.

علاوه بر این، این گجت مدت‌زمان مسواک‌زدن و میزان دقت شما در پوشش تمام دندان‌هایتان را هم ثبت می‌کند تا تکنیک‌های شخصی‌شده و کارآمدی برای بهترکردن روش مسواک‌زدن به شما معرفی کند. بد نیست اشاره کنیم برای اطمینان از اینکه مسواک‌زدن‌تان ۲ دقیقه طول می‌کشد، این ابزار برایتان یک بازی هم طراحی کرده است که فقط پس از این مدت‌زمان می‌توانید امتیازهای آن را دریافت کنید.



فراموش نکنید که گوگل ترنسلیت نمی‌تواند مسئله تفاوت‌های فرهنگی در زبان انسانی را به‌خوبی تشخیص بدهد.

#### ۱۴. سوت درخواست کمک



سوت هوشمند گیکو یکی از عجیب‌ترین تکنولوژی‌های جهان یکی دیگر از گجت‌هایی که می‌توانید در سفرهای طولانی‌مدت و ماجراجویی‌هایتان استفاده کنید، سوت هوشمند گیکو (Geko Smart Whistle) است. این سوت الکترونیکی که

شبیه سوت‌های معمولی است، شما را قادر می‌سازد در مواقع اضطراری درخواست کمک ارسال کنید. سوت هوشمند گیکو با بلوتوث و ردیاب GPS کار می‌کند و در مواقع اضطراری می‌تواند سوت بزند و صدای بلندی برای کمک ایجاد کند.

همچنین اگر پای مهاجمی در میان باشد، فرد می‌تواند تنظیمات سوت را به‌گونه‌ای تغییر دهد که صدای سوت از سمت اطرافیان شنیده نشود و فقط پیغام درخواست کمک برای مخاطبان از پیش تعیین‌شده در تلفن هوشمند ارسال شود. با این حال بد نیست این نکته را هم در نظر داشته باشیم که در بسیاری از موارد اضطراری احتمالاً پلیس، آتش‌نشان یا آمبولانس بهتر از مخاطبان معمولی تلفن همراه می‌توانند به فردی که در خطر است کمک کنند.

#### ۱۵. تختخواب هوشمند



آخرین مورد در فهرست عجیب‌ترین تکنولوژی‌های جهان احتمالاً بیشتر از همه برایتان خوشایند خواهد بود. مدل ۳۶۰ از سری تختخواب‌های شرکت تشک‌سازی اسلیپ نامبر (Sleep Number) می‌تواند خوابتان را آرام‌تر و راحت‌تر کند. می‌توانید تنظیمات این

تخت را مطابق با علائق خود تغییر دهید تا الگوی خواب شما را ثبت کند و توصیه‌های ویژه برای بهبود کیفیت خوابتان ارائه کند. این تختخواب با ترکیبی از حسگرها و الگوریتم‌های مختلف موقعیت خوابیدن، ضربان قلب و الگوی تنفس شما را در طول شب، ثبت و بررسی می‌کند. به این ترتیب، استحکام، ارتفاع و دمای تشک خودکار برای بهبود تجربه خواب شما تنظیم می‌شوند.

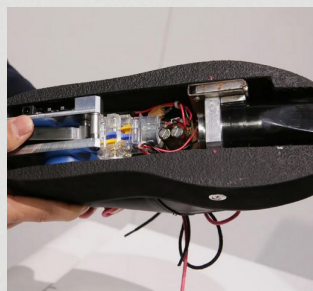
همچنین با گزینه «گرم‌کننده پا» (Foot Warming) می‌توانید پاهایتان را گرم و راحت نگه دارید و با گزینه «هشدار هوشمند» (Smart Alarm) می‌توانید در بهترین زمان، بر اساس الگوهای خوابتان بیدار شوید. علاوه بر این، گزینه «تشخیص خروپف» (Snore Detection) می‌تواند با تنظیم ارتفاع بالای تخت به کاهش خروپف کمک کند.

امکان می‌دهد حتی هنگامی که در خانه نیستید هم مراقب حیوان خانگی خود باشید. این دوربین ۳۶۰ درجه تمام‌زوایای منزلتان را نشان می‌دهد و با حالت دید در شبش حتی شب‌ها هم می‌توانید از راه دور با سگتان تعامل داشته باشید.



همچنین این دستگاه مجهز به یک سیستم صوتی دوطرفه است. اگر این دستگاه صدای پارس کردن سگتان را بشنود، پیغام خودکار به تلفن همراه شما می‌فرستد تا وضعیت سگتان را بررسی کنید و در صورت نیاز، با او حرف بزنید تا آرام شود. این دستگاه قابلیت جالب دیگری هم دارد و می‌تواند برای سگتان خوراکی پرتاب کند!

#### ۱۲. کفش جارویی



کفش جارویی یکی از عجیب‌ترین تکنولوژی‌های جهان با کفش وکیوم دنسو (Denso Vacuum Shoes) می‌توانید روی فرش خانه‌تان راه بروید و آن را تمیز کنید! چند دستگاه تمیزکننده و

مکنده زیر این کفش‌ها کار تمیزکردن سطوح و کف اتاق‌ها را انجام می‌دهند. این کفش در مکان‌های عمومی مانند بیمارستان‌ها و مدارس بسیار کاربردی است. جالب است بدانید این کفش جارویی نه حاصل آزمون و خطای یک شرکت تولید کفش و پوشاک، بلکه محصول فکری یک شرکت تولیدکننده قطعات خودروی ژاپنی به نام دنسو است.

گفتنی است این کفش‌ها با امکان جذب آب احتمال لغزیدن روی سطوح خیس و افتادن را هم کمتر می‌کنند. شاید مزایای این کفش که در فهرست عجیب‌ترین تکنولوژی‌های جهان جا می‌گیرد برایتان جالب باشد، با این حال چه کسی دلش می‌خواهد تصور کند چه آلودگی‌ها و زباله‌هایی را کف کفش خود تلبار کرده است!

#### ۱۳. ایربادهای مترجم

ایربادهای گوگل یکی از عجیب‌ترین تکنولوژی‌های جهان ایربادهای پیکسل گوگل (Pixel Buds) علاوه بر پخش موسیقی و مدیریت تماس‌ها می‌توانند به کمک دستیار گوگل



(Google Assistant) و مترجم گوگل (Google Translate) پیام متنی ارسال کنند و حتی کار ترجمه به ۴۰ زبان مختلف را برایتان انجام دهند. بنابراین ایرباد جدید گوگل برای افرادی که زیاد سفر می‌کنند و مذاکرات شغلی متعددی دارند، می‌تواند ابزار کارآمدی باشد.

با این همه شاید منطقی نباشد، هرچا می‌روید، به ترجمه‌ای ماشینی از دستگاه کوچکی تکیه کنید که ممکن است به راحتی آن را گم کنید. مثلاً اگر برای کسب‌وکاران به کشوری مثل ترکیه زیاد سفر می‌کنید، شاید بد نباشد به دنبال تقویت زبان ترکی استانبولی خود باشید تا اینکه بخواهید هر بار همتای شغلی‌تان سؤالی از شما می‌پرسد، فوراً ۲ ایرباد کوچک در گوش بگذارید و از او بخواهید سؤالش را تکرار کند! همچنین

# مراسم محرم در شهرهاک ایران

چمر از چند روز قبل به مردم اطلاع داده می‌شود. همه در موعد مقرر دور هم جمع می‌شوند. در این زمان زنان ایلامی شروع به عزاداری مخصوص خود می‌کنند. آنها در حالی که بر سر و روی خود می‌زنند، آواهای مخصوص عزاداری را با صدای بلند می‌خوانند. این نواهای هماهنگ زنان آداب و رسوم محرم را به شکلی متفاوت به نمایش می‌گذارد.

سپس اسبی آراسته و مجهز به خنجر و تفنگ به میدان آورده می‌شود. زنان پس از دیدن این اسب، صدای خود را بالا می‌برند و عزاداری خود را با شدت بیشتری انجام می‌دهند. مردم اگر نذر داشته باشند، غذا درست می‌کنند و پس از مراسم بین عزاداران توزیع می‌کنند.

اما در ایلام یک مراسم بسیار خاص و منحصر به فرد دیگری نیز برپا می‌شود؛ مراسمی که برای عزاداری است اما با تار و پود فرهنگ مردم گره خورده است. چایینه را در چند روز از ماه محرم و برای چند تن از یاران امام حسین(ع) و خود ایشان برگزار می‌کنند. چایینه قاسم، چایینه حضرت علی اکبر، چایینه حضرت عباس و چایینه امام حسین(ع) هر کدام آیین مخصوص خود را دارد.

چایینه قاسم از خاص‌ترین و جذاب‌ترین مراسمی است که در این ایام برگزاری می‌شود؛ این مراسم تلفیق هماهنگ و درخشانی از غم و شادی است. در چایینه قاسم دختری جوان و مجرد لباس سفید و رواندازی سبز به تن می‌کند. زنان شمع، نقل و نبات، حنا و عود با خود می‌آورند. سپس زنانی با عنوان چایینه‌خوان وارد میدان می‌شوند و شروع به مداحی می‌کنند. اما در بین مراسم، فردی یک کفن خونی با خود می‌آورد و از شهادت قاسم که داماد این مجلس است، خبر می‌دهد. در این زمان همه چیز تغییر می‌کند و عروسی تبدیل به عزا می‌شود. بر سر عروس چادر سیاه می‌کشند و بر سر و روی خود می‌زنند. شمع‌ها خاموش می‌شود و به جای مداحی، نوحه‌خوانی می‌کنند. نمایش عزاداری به شیوه‌ای داستان‌گونه از آداب و رسوم محرم در ایلام است.



## شاه حسین تبریز شاخصی تبریز از آداب و رسوم محرم در ایران

یکی دیگر از مراسم باشکوهی که در ایام عزاداری امام حسین(ع) در ایران برگزار می‌شود، مراسم «شاه حسین» تبریز است. این آیین که در لهجه محلی به آن «شاخصی» می‌گویند، از چند روز قبل از محرم شروع می‌شود و تا ظهر عاشورا ادامه پیدا می‌کند.

در این مراسم عزاداران سیاه‌پوش، کنار یکدیگر می‌ایستند و با قرار دادن یک دستشان پشت کمر دیگری، زنجیره‌ای انسانی تشکیل می‌دهند. سپس با دست دیگر چوبی مخصوص را در مسیر سر تا پای خود حرکت می‌دهند. این حرکات همراه با نوای «شاه حسین» (شاخصی) و «وای حسین» (واخسی) عزاداران است. آیین شاه حسین، رفتاری نمادین است؛ گویا عزاداران در حال عزیمت به کربلا و فرار گرفتن در کنار یاران امام حسین(ع) هستند.

در سال‌های اخیر، استفاده از سنج، طبل و سایر ادوات موسیقی مذهبی نیز در این مراسم رواج پیدا کرده است. با این حال به نظر می‌رسد همان شکل سنتی آداب و رسوم محرم در تبریز که با صدای عزاداران هدایت می‌شد، دلنشین‌تر باشد.

عزاداری محرم با فرهنگ و آداب شهرهای مختلف درهم آمیخته شده است. هر یک از مناطق کشورمان هم سبک و سیاق خود را در عزاداری و برپایی مراسم سوگواری دارند. از سوی دیگر در بسیاری از سنت‌های عزاداری شهرهای مختلف، شباهت‌های فراوانی وجود دارد. برپایی دسته‌های عزاداری، تعزیه، گرداندن علم و نخل و تهیه غذای نذری از جمله مراسمی است که در شهرهای کشور برپا می‌شود. گاهی این سنت‌ها به قدری جالب توجه‌اند که مردم را نه تنها از سراسر کشور، بلکه از کشورهای دیگر به تماشا دعوت می‌کنند. در این قسمت به بررسی آداب و رسوم محرم در برخی از شهرهای کشور می‌پردازیم.



## گل مالی خرم آباد گل مالی لرستان مراسم محرم

عزاداران آن قدر ناراحتند که از خود بی‌خود می‌شوند و بر سر و روی خود گل و خاک می‌ریزند، سپس بر سر و سینه می‌کوبند. این تصویری از عزاداران امام حسین(ع) در ماه محرم به خصوص روزهای تاسوعا و عاشورا است. این مراسم سمبلیک از روز هفتم محرم شروع می‌شود. مردان از صبح این روز به حمام می‌روند و پس از اصلاح سر و صورت، با لباس‌های تمیز، عزاداری خود را آغاز می‌کنند.

از سوی دیگر در حوضچه‌های اطراف تکیه‌ها و محل‌های عزاداری، گل درست می‌کنند. سپس گل را از سر تا پا به خود می‌مالند. بعضی‌ها هم به طور کامل داخل حوضچه می‌شوند. بعد از اینکه سرپایشان گلی شد، عزاداری را با سینه‌زنی و نوحه‌خوانی پی می‌گیرند.

زمانی که ایام عزاداری مصادف با ماه‌های سرد سال باشد، برای عزاداران، آتش روشن می‌کنند و آنها در اطراف آتش حلقه می‌زنند. بنابراین از روز هفتم برخی از عزاداران در کوچه‌ها می‌چرخند و با صدای بلند شعر می‌خوانند؛ مضمون اشعار آنها درخواست هیزم برای روشن کردن آتش است.

مرکز اصلی برپایی گل مالی خرم آباد و سایر شهرهای استان لرستان است. البته دامنه برگزاری این آیین به شهرهای استان‌های کرمانشاه و ایلام هم رسیده است. گل‌مالی نمادی از حزن است که در آداب و رسوم محرم در خرم‌آباد بازتاب پیدا کرده است.



## چمر و چایینه ایلام مراسم چمر آیین های محرم

در ایلام آیین‌های نمادین جذابی در ایام سوگواری برگزار می‌شود. یکی از این آیین‌ها، چمر است. البته چمر به غیر از روزهای ماه محرم، به مناسبت درگذشت افراد شاخص و مهم نیز برگزار می‌شود. زمان و مکان برگزاری

اصل مراسم عزاداری در ایبانه از شب تاسوعا با آیین ذاکری شروع می‌شود؛ آئینی که به خواندن ذکر مصیبت در این شب اشاره می‌کند. فردا صبح هم نوبت مراسم پرسه است. اهالی روستا حرکت خود را از جلوی روستای امامزاده شروع می‌کنند و به خانه‌های افرادی که در سال گذشته عزیزی را از دست داده‌اند، سر می‌زنند. صاحبان عزا هم در حد توان خود از آنها پذیرایی می‌کنند.

مراسم‌های مختلف در روز تاسوعا و تا غروب عاشورا ادامه پیدا می‌کند. از جمله این آیین‌ها می‌توان به جغجه‌زنی، نخل‌گردانی، شاداگردانی، طلوع‌خوانی و شام‌غریبان اشاره کرد. در مدت برگزاری مراسم، از مردم با غذای نذری، چای، خرما و سایر خوراکی‌های پذیرایی می‌شود.

ایبانه، روستایی کوچک با امکاناتی محدود است. اگر می‌خواهید در ایام تاسوعا و عاشورا به ایبانه بروید، از داشتن محل اقامت مطمئن شوید. زیرا در این روزها، اهالی روستا که در شهرهای دیگر زندگی می‌کنند، به ایبانه بازمی‌گردند و روستا شلوغ می‌شود. بنابراین تنها در صورتی به ایبانه بروید که از پیش برای خودتان اقامتگاه رزرو کرده‌اید.



### تعزیه خوانی در تفرش تعزیه تفرش محرم ایران

تعزیه‌خوانی از مهم‌ترین شکل‌های هنرهای نمایشی در ایران است. در واقع زمانی که می‌خواهند از نمایش و تئاتر در ایران صحبت کنند، از تعزیه به عنوان نخستین گام‌های این هنر در کشور نام می‌برند. تعزیه با توجه به ویژگی‌های خاصش بارها مورد توجه کارشناسانی از سراسر جهان قرار گرفته است. اینکه بیننده‌ها تمام داستان را می‌دانند، اما با این حال تا پایان نمایش پای آن می‌نشینند، بخشی از اهمیت تعزیه است. از سوی دیگر گره خوردن شدید احساسات بیننده با تعزیه، از دیگر نقاط قوت آن است.

در میان تمام شهرهای کشور، تفرش در تعزیه‌خوانی شهرت بیشتری دارد. حتی برخی نیز تفرش را مهد تعزیه ایران می‌دانند. ضمن اینکه قدیمی‌ترین نسخه‌های برگزاری تعزیه در کشور، در تفرش پیدا شده است. در تفرش تعداد زیادی حسینیه و تکیه وجود دارد که محل مناسبی برای برگزاری این هنر آیینی است. همین موضوع باعث پرورش تعزیه‌خوانان ماهر در تفرش شده است. علاوه بر تفرش، تعزیه‌خوانی در بسیاری از شهرهای استان اصفهان نیز با شکوه فوق‌العاده‌ای اجرا می‌شود.



### چهل تکه‌ای رنگارنگ با روحی یکسان آداب و رسوم محرم در شهرهای ایران

پیش از اینکه محرم شروع شود، کوچه و خیابان‌های شهرهای مختلف رنگ و بوی عزا به خود می‌گیرند. مردم شهرهای مختلف متناسب با فرهنگ و سنت‌های خود آماده می‌شوند. تا مراسم و سنت‌های مربوط به سوگواری امام حسین(ع) را برپا کنند. اگرچه هر منطقه شیوه خود را در عزاداری دارد، اما روحی شبیه و یکسان بر همه آنها حاکم است. و این روح، علاقه و ارادت به امام حسین(ع) و یاران ایشان است. اگر نتوانید برای آیین‌های سوگواری خود را به سایر شهرها برسانید، بی‌شک رسوم مشابهی را در محل زندگی خود یا شهرهای اطراف خواهید یافت.



### عزاداری در حسینیه اعظم زنجان آداب و رسوم محرم در زنجان

چند سالی است که عزاداری مردم زنجان، بیشتر به چشم آمده است. آن قدر عزاداری در این شهر باشکوه و معنوی است که از زنجان با عنوان پایتخت «شور حسینیه» یاد می‌شود. آداب و رسوم محرم در زنجان از اول این ماه و در حسینیه اعظم و زینبیه اعظم برپا می‌شود. هر شب تعداد زیادی از اهالی شهر به این حسینیه‌ها می‌روند و به سوگواری می‌پردازند.

اما اوج مراسم زنجانی‌ها از شب نهم محرم (تاسوعا) آغاز می‌شود. اگرچه گفته می‌شود محل برگزاری مراسم حسینیه و زینبیه اعظم است، اما این دو مکان تنها محل شروع مراسم هستند. کمی که می‌گذرد موج جمعیت عزاداران تمام میادین و خیابان‌های اصلی اطراف را دربرمی‌گیرد.

مداحان و روضه‌خوانان با لهجه ترکی و نوایی سوزان روضه می‌خوانند؛ مردم نیز بخش عمده‌ای از این روضه‌ها را با آنها هم‌نوایی می‌کنند و به سینه می‌زنند. شور و حال این مراسم هر بیننده‌ای را تحت تاثیر قرار می‌دهد شاید به همین دلیل است که هر سال اقبال مختلف مردم از شهرهای مختلف به زنجان می‌روند.

### نخل گردانی یزد نخل گردانی یزد مراسم محرم ایران

آداب و رسوم محرم در روزهای تاسوعا و عاشورا در شهرهای مختلف است و در بین تمام شهرها، نخل‌گردانی یزد شهرت بیشتری دارد. نخل یک سازه چوبی بسیار بزرگ است که اطراف آن را با آئینه می‌پوشانند و با شال‌ها و پارچه‌های رنگی تزئین می‌کنند. نخل‌گردانی آیینی نمادین است که عموماً در ظهر یا غروب عاشورا برگزار می‌شود. حمل‌کنندگان نخل، گویا پیکر امام حسین(ع) را پس از ظهر عاشورا بر دوش گرفته‌اند تا آن را به خاک بسپارند.

اما تمام مراسم عزاداری در یزد به نخل‌گردانی محدود نمی‌شود. سوگواری و عزاداری در حسینیه‌های معروف این شهر همراه با نوحه‌خوانی و سینه‌زنی بخشی از این مراسم است. از دیگر آیین‌های روزهای محرم در یزد می‌توان به تعزیه‌خوانی، جغجه‌زنی، کتل بستن و دسته سقا اشاره کرد.



### آیین‌های عزاداری ایبانه عزاداری در ایبانه مراسم محرم ایران

یکی دیگر از مناطقی که آداب و رسوم محرم آن، معروف شده، ایبانه است. ایبانه به خودی خود دیدنی است. خانه‌های خشتی، کوچه‌های باریک و قدیمی و فضای سنتی حاکم بر کل روستا، ایبانه را به یکی از شاخص‌ترین مکان‌های توریستی ایران تبدیل کرده است.

مردم ایبانه، همیشه لباس سنتی خود را به تن دارند؛ حتی در ایام ماه محرم و عزاداری سیدالشهدا، مردم همان لباس سنتی خود را حفظ می‌کنند. گفته می‌شود جمعیتی نزدیک به ۴ هزار نفر در این مراسم شرکت می‌کنند.

## نحوه چیدمان صحیح میز کار



کارایی در آنها می شود که تمامی مدیران هر مجموعه باید به آن توجه نمایند. در محیط اداری چیدمان اصولی برای میز کار کارکنان در نظر گرفته می شود نه اینکه هر فرد با توجه به سلیقه خود میز کار خود را جانمایی کند! دلیل و اهمیت این موضوع آن است که در زمان هایی که مراجعه کننده به سازمان زیاد باشد و یا کارها سنگین باشند اصولی نبودن چیدمان میز کار باعث هرج و مرج و آشفتگی ذهن افراد حاضر شده و کارها به سرعت پیش نمی رود، حتی ممکن است باعث ضرر و زیان مالی شود.

برای داشتن میز کاری مرتب باید به چند اصل توجه کنیم که در ادامه به آن می پردازیم.

### نظم

یک محیط اداری دارای میز، صندلی، قفسه، کتابخانه، صندلی و غیره است که اگر هر کدام از اینها به درستی و در جای مناسب قرار نگیرد باعث هرج و مرج، شلوغی و عدم وجود مسیر مناسب برای رفت و آمد و عدم نظافت کامل محیط می شود. اما داشتن نظم و ترتیب در محیط کار باعث آرامش اعصاب و تمرکز بیشتر در محیط کار می شود و تمامی کارها در زمان مشخص خود انجام می شود.

### قابلیت تغییر دادن چیدمان میز کار

پس از رعایت نظم اداری باید به این مسئله توجه کنید که وسایل و چیدمان میز کار اداری شما قابلیت تغییر را داشته باشد حتی اگر آن تغییر بسیار جزئی باشد. اما نکته ای که باید در این قسمت هم به آن توجه داشت این است که هر فرد نمی تواند با توجه به استانداردهای خود چیدمان میز کار خود را تغییر دهد بلکه تمامی تغییرات باید به صورت واحد و براساس یک استاندارد باشد.

### داشتن حس آرامش در محیط کار

از دیگر مواردی که می توان به آن اشاره کرد داشتن احساس آرامش در زمان کار است که این مورد در هر فرد متفاوت معنا می شود. اما به طور کلی مواردی همچون سکوت، دمای مناسب، نور مناسب می تواند در داشتن این حس تأثیر گذار باشد. اما برای داشتن تمامی این موارد باید محیط کاری از یکسری زیرساخت ها و استانداردهایی برخوردار باشد.

### نحوه چیدمان میز کار

بهترین فردی که می تواند میز کارتان را چیدمان کند، خودتان هستید چرا که هیچ کس نمی داند که کدام وسیله بیشتر مورد استفاده شما است. قبل از چیدمان میز محل کار به مسئولیت هایی که دارید توجه نمایید و مطابق با آن وسایل را روی میز کار بچینید. همیشه بدانید مرکز میز مهم ترین قسمت است و سعی کنید در این قسمت پرکاربردترین وسیله را قرار دهید. شاید بتوان گفت دومین وسیله ای که باعث شلوغ شدن میز کار می شود، سیم ها هستند. پس بهتر است سیم ها را از داکت های مخصوص عبور دهید تا میز کاری منظمی

نحوه چیدمان میز کار اداری، یکی از فاکتورهای مهم و تأثیر گذار در افزایش کیفیت کار کارکنان است. اصول چیدمان میز کار به فاکتورهای مختلفی بستگی دارد که باید آن ها را در نظر گرفت و در مقابل بی توجهی به آن ها می تواند عواقب و مشکلات فراوانی را به همراه داشته باشد. بیشتر افراد در طول روز بیشترین زمان خود را در محل کار خود سپری می کنند. از این رو، داشتن محیط کاری مرتب و تمیز می تواند تأثیر بسزایی در راندمان کاری و روحیه فرد داشته باشد. چیدمان صحیح میز کار باید به نحوی باشد تا کارمند بتواند به تمام وسایل مورد نیاز خود دسترسی کامل داشته باشد. تحقیقاتی که توسط Herman Miller انجام شد، نشان دهنده این واقعیت بود که طراحی محیط کاری ارتباط مستقیم بر عملکرد و کارایی افراد دارد. افرادی که در محیط کاری با استانداردهای لازم در ارتباط هستند، نسبت به بقیه افراد ۱۶٪ بهره وری بالاتر و ۹٪ رضایت شغلی دارند.

### نحوه چیدمان میز کار

نحوه چیدمان میز کار در هر فرد متفاوت است و به سلیقه فرد بر می گردد. در ابتدا باید به این نکته توجه کنیم که هر فرد چه جایگاه و مسئولیتی دارد و متناسب با آن روش چیدمان میز کار تعریف شود. به طور مثال اگر پست سازمانی فردی منشی گری است پس باید وسایلی چون زونکن، تقویم، کاور، تلفن و دفتر برنامه ریزی را در کنار خود داشته باشد؛ اما این به این معنا نیست که تمامی وسایل را روی میز کار قرار دهد. بهتر است از تعدادی قفسه برای اینکار استفاده کند. در این صورت نظم محیط کاری خود را بهم نمی زند و باعث آشفتگی دیگر کارکنان نمی شود. چیدمان میز محل کار باید به گونه ای باشد که نظم بخش بهم نخورد. اگر چیدمان میز کار اداری به روش اصولی نباشد ممکن است در زمان رفت و آمد دیگر کارکنان باعث ایجاد هرج و مرج و آشفتگی شود و نظم سازمان و بخش بر هم بخورد. یک چیدمان منظم به این معنا است که هر زمان بتوان آن را تغییر داد زیرا بعضی از سازمان های بزرگ دارای اصول مهمی برای نحوه چیدمان میز کارمندان خود هستند.

### اهمیت چیدمان صحیح میز کار

چیدمان صحیح میز کار همیشه جزء یکی از مهم ترین استانداردهای یک سازمان محسوب می شود که متأسفانه در بسیاری از سازمان ها به این اصول توجهی نمی شود. نحوه چیدمان میز کارمندان باعث افزایش

را به راحتی در کنار پهلوان نگه دارید و از کشیدگی شانه ها، جلوگیری کنید. همان طور که اشاره شد، صفحه کلید شما باید به اندازه کافی پایین باشد که بازوها تقریباً با زمین موازی باشند و مچ دستان شما به سمت پایین صاف یا زاویه دار باشد. متأسفانه بیشتر صفحه کلیدها به صورت ارگونومی طراحی نشده اند. در مورد ماوس مطمئن شوید که اندازه آن متناسب با دستان شماست. اگر خیلی بزرگ یا خیلی کوچک باشد، ممکن است در نهایت باعث آسیب به مچ دستتان گردد.

### چیدمان میز کار اداری

شاید یکی از مهم ترین نکات چیدمان میز کار انتخاب صندلی و میز متناسب با قدتان است. اما اگر نتوانستید میزی متناسب با قدتان پیدا کنید می توانید از پایه های تنظیم کننده ارتفاع استفاده نمایید و یا اینکه از صندلی اداری با قابلیت تنظیم ارتفاع استفاده کنید. اگر زمان طولانی در پشت میز می نشینید حتماً به این نکات توجه کنید زیرا در طولانی مدت ممکن است باعث آسیب جدی به ستون فقرات و عضلات گردن شود.

### نحوه چیدمان میز کارمندان

همچنین به دلیل سپری شدن زمان طولانی در محیط کار به این نکته توجه کنید تا محل کارتان از نور کافی برخوردار باشد. میزان نور محیط کار باید متناسب باشد و تلفیقی از نور طبیعی با نور مصنوعی باشد. میزان نور می تواند بر روی روحیه و سلامتی فرد تأثیر بگذارد. نور کم یا شدید می تواند باعث خستگی چشم و یا ایجاد استرس در فرد شود. از اوایل سال ۱۹۷۹ محققان توصیه کرده اند که نور طبیعی باعث کاهش استرس، بهبود روحیه و کمک به تمرکز می شود. در مطالعه ای که در سال ۲۰۱۴ انجام شد، محققان پزشکی Northwestern و دانشگاه Illinois در Urbana Champaign دریافتند افرادی که در محل کاری شان نور بیشتری از پنجره ها دریافت می کنند خواب راحت تری در شب دارند. همچنین تمایل به انجام فعالیت های بدنی بیشتری نسبت به بقیه افراد دارند.

داشته باشید. سومین وسیله ای که باید در کنارتان داشته باشید تلفن است، اگر راست دست هستید و از ماوس در زمان های طولانی استفاده می کنید، بهتر است تلفن را در سمت چپ خود بگذارید و با دست چپ به تلفن پاسخ دهید. چهارمین وسیله ضروری بر روی میز کار، استیکری نوت یا همان یادداشت چسبان است که می توانید برای نوشتن نکات مهم از آن ها استفاده کنید. همیشه سعی کنید دفترچه یادداشتی هم در کنار خود داشته باشید تا لیست کارهای روزانه خود را در آن یادداشت نمایید. اگر فردی هستید که به گل و گیاه علاقه دارید و فضای کاری شما نور لازم برای رشد گیاه را دارد، حتماً از گل و گیاه استفاده کنید. این کار باعث بالا رفتن روحیه کاری و حس شادی و نشاط در فرد می شود. شاید در اینجا سؤالی برای شما پیش بیاید و از خود بپرسید که آیا گیاهان می توانند در انجام کار به شما کمک کنند؟ ممکن است نادرست به نظر برسد اما بله، یک یا دو گیاه در دفتر کار شما می توانند بهره وری و کارایی شما را بهبود ببخشند. دانشمندان دریافته اند که گیاهان داخل محل کار از خستگی و اشتباه در کارها جلوگیری می کنند. حتی داشتن نمای پنجره ای از گیاهان می تواند باعث ترمیم و حفظ تمرکز افراد شود. به گفته روانشناسان دانشگاه اکستر، اگر شما نمی توانید گیاهی روی میز کاریتان داشته باشید، ممکن است ۱۵ درصد کارایی شما کاهش یابد!

### اصول چیدمان میز کار

وسيله ديگري كه در چيدمان صحيح ميز كار بايد روي ميز كار داشته باشيد تقويم است. داشتن اين وسيله پرکاربرد به شما در انجام کارهای روزانه کمک فراوانی میکند. همچنین بهتر است از یک جاقلمی برای گذاشتن خودکار، مداد، قیچی و هایلایت استفاده کنید و با این کار از گم شدن و داشتن میز شلوغ جلوگیری نمایید. در صورت امکان می توانید از یک قاب عکس خانوادگی بر روی میز کاریتان استفاده کنید و با هر بار دیدن آن، لبخند را مهمان لب های خود کنید. همچنین اگر محیط کاری شما دارای فضای مناسب است سعی کنید میزها را دو به دو روبروی هم قرار دهید. این کار باعث ایجاد فضای کافی برای رفت و آمد کارکنان می شود.

### نکات چیدمان میز کار

مهم ترین اصول چیدمان میز کار رعایت کردن توازن است. شما نمی توانید تمامی وسایلتان را در یک سمت بچینید و خودتان در سمت دیگر بنشینید. در خصوص نحوه چیدمان میز کار اداری بهترین کار این است که صندلی شما در پشت میز قسمت وسط قرار گیرد و تمامی وسایل مورد نیازتان را در دو طرف میز چیدمان کنید تا به همه آنها تسلط کافی داشته باشید. اگر با کامپیوتر سر و کار دارید می توانید آن را درست در مرکز میزتان و البته با فاصله ۲۰ تا ۴۰ اینچ از خودتان قرار دهید. اگر مانیتور خیلی دور باشد شما مجبور می شوید به جلو خم شوید و اینکار در طولانی مدت باعث آسیب به مهره های ستون فقرات و گردن می شود و اگر خیلی نزدیک باشد باعث آسیب به چشم ها می شود. همچنین زاویه دید برای دیدن کل صفحه کامپیوتر نباید بیشتر از ۶۰ درجه باشد. توجه کنید صفحه مانیتور را بیشتر از ۱۰ تا ۲۰ درجه خم نکنید که در غیر اینصورت باعث آسیب جدی عضلات گردن در آینده می شود و در آخر در مورد محل قرار گیری صفحه کلید و ماوس صحبت می کنیم. چیدمان میز کارمند باید به گونه ای باشد که صفحه کلید به اندازه کافی به بدن شما نزدیک باشد تا بتوانید آرنج خود



# مهارت آموختگان کارآفرین



## مهین یوسفی

مهارت آموخته مرکز آموزش فنی و حرفه ای  
شهرستان زرنند کرمان  
وی پس از گذراندن دوره های مهارتی به عنوان  
یک کارآفرین برای افرادی شغل ایجاد کرده است .



## معین امیرک

مهارت آموخته مرکز آموزش فنی و حرفه ای  
شماره چهار کرمان  
وی پس از گذراندن دوره های مهارتی در  
رشته پرورش قارچ به عنوان یک کارآفرین برای  
افرادی شغل ایجاد کرده است .



## پوریا شایسته

مهارت آموخته مرکز آموزش فنی و حرفه ای  
شماره چهار کرمان  
وی پس از گذراندن دوره های مهارتی در رشته  
پرورش قارچ به عنوان یک کارآفرین افرادی  
شغل ایجاد کرده است .



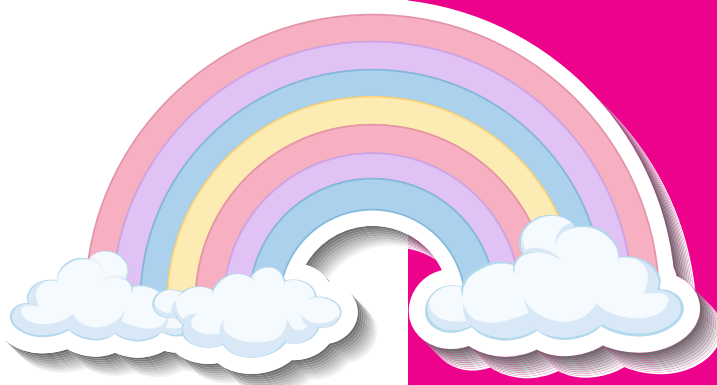
### چرا رنگین کمان نیم دایره است؟

رنگین کمان بر اثر تجزیه ی نور و به واسطه ی قطرات آب پدید می آید و یکی از این دلایل نیم دایره بودن، شکست نور است و دلیل دیگری بازتاب نور.

قطرات آب عموماً در یک زاویه ی ثابت از زاویه ی خروجشان قرار می گیرند و این زاویه حدوداً به اندازه ی ۴۰ تا ۴۲ درجه می باشد. همین موضوع درجه ی قطرات آب با ما باعث می شود که رنگین کمان حالتی دایره ای شکل داشته باشد و ما تنها رنگ ها و شکست نورهایی در رنگین کمان را می بینیم که در مسیر دید ما قرار دارند.

به طور کلی، رنگ هایی که شما می توانید در یک رنگین کمان دایره ای شکل مشاهده نمایید، شامل مواردی همچون قرمز، نارنجی، زرد، سبز، آبی، بنفش، نیلی می شوند. خودتان می دانید که نور یک موج است که امواج نوری نیز با فاصله های معینی حرکت می کنند و پیدا می شوند.

به این فواصل طول موج گفته می شود، نکته ی جالب درباره ی طول موج نور در رنگین کمان این است که هر قدر طول موج، یک نور کمتر باشد، تغییر جهتی که بر اثر تجزیه ی نور برای آن رنگ اتفاق می افتد، بیشتر است. مثلاً در مسئله ی پیدایش رنگین کمان، بیشترین شکست برای نور بنفش است، چون طول موج کوتاه تری دارد..



# چرا زیرا چگونه



### چرا با کشیدن ناخن روی تخته سیاه بدنتان به لرزه می افتد؟

بسیاری از افراد نمی توانند صدای کشیده شدن ناخن بر روی تخته سیاه را تحمل کنید. حتی فکر کردن به آن نیز ماهیچه هایتان را منقبض می کنید. این صدای گوش خراش به حدی منفور است که تعجب آور نیست، تعداد زیادی از دانشمندان علت این واکنش عجیب را بررسی کرده اند.

به طور کلی تحقیقات نشان می دهد که فرکانس این صدای گوش خراش برابر با فرکانس گریه نوزاد و فریاد انسان است که نشان می دهد این صداها با بقا پیوند خورده اند. مثلاً افرادی که خود را با این فرکانس ها هماهنگ می کنند زودتر یک نوزاد گریان را نجات می دهند و طول عمر او را افزایش می دهند. یک مطالعه نشان می دهد شکل کانال های گوشمان و همچنین ادراکمان باید به خاطر صداها گوش خراش سرزنش شوند.

شرکت کنندگان در مطالعه، میزان ناراحتی خود نسبت به صداها گوش خراش مختلف را رتبه بندی کردند، مثل کشیدن چنگال بر روی بشقاب یا صدای جر جر فوم. دو صدایی به عنوان نامطلوب ترین صداها رتبه بندی شدند عبارتند از کشیده شدن ناخن بر روی تخته سیاه یا صدای یک تکه گچ بر روی تخته سنگ. دانشمندان در این تحقیق با اصلاح دامنه های معین فرکانس، تنوعی از این دو صدا را ایجاد کردند و بخش های هارمونیک (یا دیگر صداها هم آهنگ) را حذف کردند. آنها اعلام کردند که نیمی از شنوندگان منبع درست صداها را تشخیص دادند و نیم دیگر صداها ناشی از قطعات موسیقی معاصر را شناسایی کردند.

در آخر، آنها صداها جدید را برای شرکت کنندگان پخش کردند و نشانه های معین استرس مثل ضربان قلب، فشار خون و رسانایی الکتریکی پوست را بررسی کردند. آنها دریافتند که صداها مزاحم رسانایی پوست شنوندگان را به طور قابل توجهی تغییر می دهند که نشان می دهد واقعا منجر به واکنش استرس زای فیزیکی قابل اندازه گیری می شوند. دردناک ترین فرکانس ها در واقع بیشترین و کمترین فرکانس ها نبودند، بلکه در عوض فرکانس های بین ۲ هزار تا ۴ هزار هرتز را شامل می شدند. مایکل اوهلر محقق این مطالعه، استاد مدیریت رسانه و موسیقی در دانشگاه علمی کاربردی ماکرومدیای آلمان گفت: گوش انسان بیشتر به صداهایی حساس است که در این دامنه فرکانس قرار داشته باشند.



# آشپزی کارمندی



## مواد لازم

گوشت مرغ	۴۰۰ گرم
نان تست	۲ عدد
آرد سفید	نصف لیوان
پودر سوخاری نارنجی	به مقدار کافی
پنیر پیتزا	۱۰۰ گرم
تخم مرغ	۱ عدد بزرگ
نمک و فلفل سیاه	به مقدار کافی
پودر سیر و پودر پیاز	به مقدار کافی

## ناگت مرغ

### مرحله اول

برای تهیه ناگت مرغ خانگی، ابتدا وسط نان های تست که نرم هستند را خارج می کنیم و در یک کاسه مناسب خرد می کنیم. در ادامه ۲ قاشق غذاخوری آب به نان های تست اضافه می کنیم و خوب مخلوط می کنیم تا نان های تست نرم شده و حالت خمیری پیدا کنند.

### مرحله دوم

حالا گوشت مرغ را به قطعات کوچک تبدیل می کنیم و به نان باگت اضافه می کنیم. در ادامه مقداری نمک، فلفل سیاه، پودر سیر و پودر پیاز اضافه می کنیم و با دست مواد را مخلوط می کنیم. اگر پودر پیاز ندارید، می توانید از یک پیاز کوچک رنده شده استفاده کنید.

### مرحله سوم

پس از مخلوط کردن مواد، آنها را داخل میکسر می ریزیم تا کاملا به شکل پوره در بیایند. اگر میکسر در دسترس ندارید می توانید مواد را دو مرتبه چرخ کنید تا یکدست شوند. در ادامه ۱ قاشق غذاخوری از آرد را به همراه پنیر پیتزا به مایه ناگت اضافه می کنیم.

### مرحله چهارم

حالا مایه ناگت به طور کامل آماده شده است، روی کاسه حاوی مایه ناگت را با سلفون به طور کامل می پوشانیم و به مدت ۳۰ دقیقه در یخچال قرار می دهیم تا استراحت کند. پس از گذشت این زمان باید ناگت ها را سرخ کنیم.

### مرحله پنجم

برای سرخ کردن ناگت ها، تخم مرغ، آرد سوخاری و آرد سفید را به صورت جداگانه در سه کاسه می ریزیم و جلوی دستمان قرار می دهیم. تخم مرغ را خوب مخلوط می کنیم تا یکدست شود. نکته دیگر اگر پودر سوخاری نارنجی ندارید می توانید از مخلوط پودر سوخاری معمولی با پفک خرد شده استفاده کنید.

### مرحله ششم

حالت یک ظرف گود روی حرارت قرار می دهیم و به اندازه ای روغن داخل ظرف می ریزیم که ناگت ها هنگام سرخ شدن در روغن شناور باشند. پس از اینکه روغن داغ شد به اندازه یک گردو از مایه ناگت بر می داریم و با دست بهش حالت می دهیم.

### مرحله هفتم

یکی از نکات مهم در مورد شکل دادن به ناگت این است که قطر ناگت باید حدودا یک سانتی متر باشد. اگر قطر ناگت را خیلی زیاد بگیرید، مغز آن خام می ماند و اگر بیش از حد نازک باشد خیلی سریع خشک می شود، پس به این موضوع توجه داشته باشید.

### مرحله هشتم

حالا مایه ناگت را به ترتیب ابتدا در آرد سفید، سپس در تخم مرغ و در آخر در پودر سوخاری به خوبی می غلتانیم و در روغن می اندازیم تا با حرارت ملایم سرخ شود. پس از سرخ شدن ناگت ها روغن اضافی شان را با دستمال حوله ای می گیریم و در آخر به همراه سس دلخواه سرو می کنیم.

### نکات پخت ناگت مرغ

سفت شدن ناگت مرغ: خیلی خیلی مهم یکی از دلایلی سفت شدن ناگت مرغ، بیش از حد سرخ شدن ناگت ها می باشد، دلیل دیگر این است که چون گوشت مرغ به تنهایی ممکن است سفت شود حتما از مغز نان باگت یا نان تست برای لطیف تر شدن و نرم شدن ناگت ها استفاده کنید.



هنگام تولد در گوشمان اذان می گویند ولی

نمازی نمی خوانند!

هنگام مرگ برایمان نماز می خوانند بدون اذان!

اذان هنگام تولد برای نمازی است که هنگام

مرگ میخوانند

چقدر کوتاهست این زندگی!



**روزهای دلتگی مان را به یاد خوبی ها و مهربانی هایشان سپری می کنیم و**

**درگذشتگان را با نثار فاتحه ای به روح پاکشان گرامی می داریم**

شادروان عزیز سفرکرده  
«حسین ساعدپناه»

همکار بازنشسته اداره کل آموزش فنی  
و حرفه ای استان کردستان

شادروان عزیز سفرکرده  
«گل حسین عبدی»

همکار اداره کل آموزش فنی و حرفه  
ای استان سیستان و بلوچستان

شادروان عزیز سفرکرده  
«رمضان محمدی»

همکار بازنشسته اداره کل آموزش  
فنی و حرفه ای استان مازندران

## هیات تمرینی

مدیر دافلی: غلامرضا نجفی برنا  
سرمدبیر: زهرا پاک

نظرات و پیشنهادات خود را درباره مطالب  
ماهنامه به نشانی پست الکترونیکی  
news@irantvto.ir ارسال نمایید.

نویسندگان: دکتر رفعت خطیب، زهرا پاک  
لیلا فولادی ماهانی، صوفیا سهرابی، سبحان قریشی  
مرتضی قاسمی، سکینه جعفر نشتایی