

یادداشت

دور کن فراموش شده امور انسان؛ سلامتی و فراغت



چیزی‌هایی است که تصور می‌کند خوشبختی و آرامش او را تضمین می‌کنند؛ ثروت، قدرت، جایگاه اجتماعی، امکانات و موفقیت. اما در میان این همه جست‌وجو، گاهی دو سرمایه اساسی و تعیین‌کننده را فراموش می‌کند؛ سرمایه‌هایی که تا زمانی که در اختیار او هستند، چندان به چشم نمی‌آیند و ارزششان را زمانی درمی‌یابد که بخشی یا تمام آن‌ها را از دست داده باشد. سلامتی و فراغت.

پیامبر اکرم حضرت محمد(ص) در حدیثی بسیار تأمل‌برانگیز می‌فرماید: «نَعْمَتَانِ مَغْبُوثٌ بَيْنَهُمَا كَيْفَ بَرَّ مِنَ النَّاسِ: الصَّحْوُ وَالْفَرَاغُ»

یعنی: «دو نعمت است که بسیاری از مردم در آن‌ها مغبون‌اند: سلامتی و فراغت.»

این حدیث از عبدالله بن عباس(رض) روایت شده و در صحیح بخاری، کتاب الاوقاف، باب الصحة والفراغ، حدیث شماره ۶۱۲ نقل شده‌است.

واژه «مغبون» در این حدیث معنای عمیقی دارد؛ یعنی انسان سرمایه‌ای در اختیار دارد، اما قدر آن را نمی‌داند و آن را چنان که باید به کار نمی‌گیرد. گویی فرصت و سرمایه‌ای ارزشمند در اختیار اوست، اما در معامله زندگی، آن را از آن دست می‌دهد.

سلامتی نخستین سرمایه‌ای است که انسان معمولاً آن را بدیهی می‌پندارد. انسان سالم ممکن است هر روز صبح از خواب بیدار شود، به راه برود، کار کند، بیاموزد، عبادت کند، در کنار خانواده باشد و برای آینده برنامه‌ریزی کند، بی‌آنکه لحظه‌ای به ارزش این توانایی‌ها بیندیشد. اما کافی است بیماری یا ناتوانی، بخشی از این توانایی‌ها را از او بگیرد تا متوجه شود سلامتی چه نعمت بزرگی بوده‌است.

سلامتی فقط نبود بیماری نیست؛ بلکه توانایی زندگی کردن، تلاش کردن و انجام مسئولیت‌های فردی و اجتماعی است. از همین رو، مراقبت از جسم و روان، پیشگیری از بیماری و داشتن سبک زندگی سالم، در حقیقت نوعی قدرشناسی از نعمتی است که خداوند در اختیار انسان قرار داده‌است.

نعمت دوم، فراغت است. فراغت در این حدیث به معنای بهبودی و بیکاری نیست؛ بلکه فرصتی است که انسان می‌تواند آن را آگاهانه برای رشد، یادگیری، عبادت، تفکر، خدمت به دیگران، خانواده و ساختن آینده خود به کار گیرد. مشکل اینجاست که بسیاری از انسان‌ها تا زمانی که فرصت دارند، تصور می‌کنند همیشه وقت خواهند داشت. اما زمان به خلاف بسیاری از دارایی‌ها قابل ذخیره کردن نیست؛ لحظه‌ای که گذشت، دیگر بازمی‌گردد.

اهمیت این دو نعمت در کنار یکدیگر نیز بسیار قابل توجه است. ممکن است انسانی سالم باشد اما گرفتار چنان مشغله‌ای شود که فرصت رشد و آرامش نداشته باشد؛ یا وقت کافی نداشته باشد اما از سلامت لازم برای استفاده از آن برخوردار نباشد. بنابراین، سلامتی توان انجام کار است و فراغت فرصت انجام آن. پیام اصلی حدیث، تنها توصیه‌ای اخلاقی برای زندگی فردی نیست؛ بلکه دعوتی است به بازنگری در شیوه زندگی. انسان باید پیش از آنکه سلامتی‌اش را از دست بدهد، قدر آن را بداند و پیش از آنکه فرصت‌های زندگی از میان بروند، برای آن‌ها هدف تعیین کند.

امروز بسیاری از ما برای به دست آوردن پول و امکانات، ساعت‌ها از عمر خود را صرف می‌کنیم، اما گاهی فراموش می‌کنیم که پول نمی‌تواند زمان از دست‌رفته را بازگرداند و ثروت نیز همیشه قادر به خریدن سلامتی نیست. شاید یکی از عمیق‌ترین پیام‌های این حدیث همین باشد: سرمایه واقعی انسان تنها آن چیزی نیست که در حساب بانکی یا دارایی‌های او قرار دارد؛ سلامتی و زمانی که در اختیار اوست نیز سرمایه است. پس پیش از آنکه روزی حسرت سلامتی گذشته یا فرصت‌های از دست‌رفته را بخوریم، باید امروز را قدر بدانیم؛ از سلامت خود مراقبت کنیم، زمان خود را هدرنمند به کار بگیریم و از این دو نعمت برای ساختن زندگی بهتر، خدمت به دیگران و انجام کارهای ارزشمند بهره‌بریم.

معاون صنایع عمومی وزارت صمت:



دولت دست از مدیریت
بنگاه‌ها بردارد

رسانصاری معاون صنایع عمومی وزارت صنعت، معدن و تجارت گفت: موتور محرکه اقتصاد، بخش خصوصی است نه دولت، به همین دلیل باید «دخالت دولت در مالکیت و مدیریت بنگاه‌ها به شدت کم شود» و درهای اقتصاد به ...

۳ صفحه

نایب رئیس کمیسیون بهداشت مجلس:



توجیه کمبود دارو، درد
مردم را درمان نمی‌کند

روح‌الله لک‌علی‌آبادی نایب رئیس کمیسیون بهداشت و درمان مجلس با بیان اینکه توجیه علت کمبود دارو، درد مردم را درمان نمی‌کند، گفت: مجلس به‌ویژه کمیسیون بهداشت موضوع تحقیق و تفحص از سازمان غذا و دارو را جدیت ...

۳ صفحه

رئیس مجلس شورای اسلامی در جمع فعالان اقتصادی ایرانی و عراقی در بغداد:

بدون اقتصاد، امنیت پایدار نخواهد بود

شده و کاربرد بی‌طرف کنیم. رئیس مجلس شورای اسلامی با اشاره به نمایندگان حاضر در هیأت پارلمانی همراه، گفت: اعضای هیأت همراه را نمایندگان عضو گروه دوستی پارلمانی ایران و عراق و نمایندگان استان‌های هم‌مرز با این کشور تشکیل می‌دهند...

۳ صفحه



مجید دوستعلی عضو کمیسیون برنامه و بودجه مجلس با انتقاد از فشارهای معیشتی:

مشکل بازار کمبود کالا نیست گرانگی است

رئیس مجلس شورای اسلامی امنیت و اقتصاد را لازم و ملزوم هم دانست و گفت: اقتصاد برای پرواز به امنیت نیاز دارد و اگر امنیت برقرار نشود، سرمایه‌نمی‌آید؛ همچنین اگر امنیت برقرار نشود اما تداوم آن با اقتصاد پیش نرود، پایدار نخواهد بود. وی با اشاره به اهمیت کار

عضو هیأت رئیسه مجلس:

تأمین امنیت منطقه با هم‌افزایی کشورهای همسایه امکان‌پذیر است

۲

«بهار» آزمون اعتماد سرمایه‌گذاران

با هجوم نقدینگی به بورس را بررسی می‌کند:

تزریق پول تازه در بورس؛ رونق واقعی یا مسکن کوتاه‌مدت؟

بهار – فیروزه نعیمی: ورود بیش از ۵ هزار میلیارد تومان پول حقیقی به بازار سهام، در کنار رشد بیش از ۲ درصدی شاخص کل و نزدیک شدن نماگر اصلی بازار به کانال ۶ میلیون واحد، بار دیگر توجه‌ها را به بورس جلب کرده‌است؛ اما تداوم این روند همچنان با پرسش‌هایی جدی درباره ماندگاری نقدینگی و بازگشت اعتماد سرمایه‌گذاران همراه است.

۳

وزیر میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی:

ظرفیت بازار گردشگری بریکس فرصتی را هبردی برای ایران است

۴

مدیرکل مبارزه با بنیان‌های مالی قاچاقچیان مواد مخدر:

ضربه به بنیان‌های مالی قاچاقچیان وارد دفا ز تازه‌ای شد



نسبت به سال گذشته ۴۷ درصد افزایش یافته است و با توجه به تعهد واریز حدود ۲ همت به حساب خزانه، تمرکز اصلی باید بر فروش املاک باشد؛ چراکه فروش خودروهای مصادره‌ای موجود، در بهترین حالت حدود ۸۰۰ میلیارد تومان درآمدی ایجاد می‌کند.

وی با تأکید بر اینکه سیاست ستاد، کاهش فروش اموال توقیفی است، گفت: فروش اموال منقول توقیفی که در معرض نابودی یا کسر فاحش قیمت قرار دارد، با دستور مقام قضایی باید در اولویت برنامه‌فروش است.

به گزارش بهار از روابط عمومی ستاد مبارزه با مواد مخدر، مهدی فریدونیان در نخستین نشست تخصصی معاونان، مشاوران، مدیران کل و دبیران شوراهای هماهنگی مبارزه با مواد مخدر استان‌های سراسر کشور اظهار داشت: تعداد وسایل نقلیه توقیفی در کشور نسبت به سال گذشته حدود ۹ درصد کاهش داشته‌است که این موضوع باید در کمیته‌های شناسایی اموال، و علت‌یابی شود.

وی افزود: کاهش کشفیات، افزایش تعیین تکلیف و مصادرات، افزایش رفع توقیف یا انتقال خودروها به پارکینگ‌های خصوصی می‌تواند از عوامل این کاهش باشد و لازم است استان‌ها این موضوعات را به‌صورت دقیق بررسی کنند.

فریدونیان با اشاره به وضعیت خودروهای مصادره‌ای گفت: بیش از ۹۰ درصد خودروهای مصادره‌ای به سال گذشته ۲ درصد افزایش داشته و در حوزه املاک غیرمنقول مصادره‌ای نیز شاهد رشد ۱۰ درصدی هستیم. وی با اشاره به افزایش ۱۵ درصدی تعیین تکلیف و جوجه حاصل از فروش اموال توقیفی، گفت: استان‌های کرمان، آذربایجان غربی، سیستان و بلوچستان، خراسان رضوی و هرمزگان، بیشترین میزان تعیین تکلیف و جوجه حاصل از فروش اموال توقیفی را داشته‌اند.

فروش اموال مصادره‌ای نسبت به سال گذشته ۴۷ درصد افزایش یافته‌است

فریدونیان تصریح کرد: فروش اموال مصادره‌ای و مدیریت مبارزه با بنیان‌های مالی قاچاقچیان مواد مخدر ادامه داد: املاک غیرمنقول توقیفی نسبت به سال گذشته ۲ درصد افزایش داشته و در حوزه املاک غیرمنقول مصادره‌ای نیز شاهد رشد ۱۰ درصدی هستیم. وی با اشاره به افزایش ۱۵ درصدی تعیین تکلیف و جوجه حاصل از فروش اموال توقیفی، گفت: استان‌های کرمان، آذربایجان غربی، سیستان و بلوچستان، خراسان رضوی و هرمزگان، بیشترین میزان تعیین تکلیف و جوجه حاصل از فروش اموال توقیفی را داشته‌اند.

بهار- وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی گفت: کشور بدون انسجام ملی و بدون همه ایرانیان نمی‌تواند از بحران عبور کند.

به گزارش بهار از ایسنا، محمدرضا ظفرقندی در سی‌ویکمین مجمع عمومی انجمن اسلامی جامعه پزشکی ایران، با بیان اینکه امروز کشور در شرایط سخت تاریخی قرار دارد، گفت: کشور در معرض بزرگ‌ترین حمله موشکی و هوایی تاریخ قرار گرفت که در طول تاریخ بی‌سابقه بود. رزمندگان، نیروهای نظامی و مردم رشادت کردند که باید قدر آن‌ها باشیم.

وی با بیان اینکه کادر سلامت در این ایام سختی‌های بسیاری کشید، گفت: فداکاری‌های کادر سلامت و صحنه‌هایی که خلق کردند، باید ثبت شود. اینکه یک پرستار در زمان حمله سه‌په‌جا را در آغوش می‌گیرد یا اینکه بیمارستانی بمباران می‌شود و پرستاران بچه‌ها را از پنجره بیمارستان خارج کرده و در حیاط نگه می‌دارند، نمونه‌ای از این فداکاری‌ها است.

وزیر بهداشت با بیان اینکه تیم ملی سلامت خوش درخشید و نقش آفرینی کرد، گفت: در آستانه روز پزشک هستیم و از همه آن‌ها قدری می‌کنم؛ به خصوص در ایام جنگ و به‌ویژه در این جنگ که دشمنان هیچ‌یک از اصول انسانی و جنگی و سایر اصول را رعایت نکردند.

وی افزود: در شرایط فعلی «نه جنگ، نه صلح» وزیر بهداشت با بیان اینکه تیم ملی سلامت خوش درخشید و نقش آفرینی کرد، گفت: در آستانه روز پزشک هستیم و از همه آن‌ها قدری می‌کنم؛ به خصوص در ایام جنگ و به‌ویژه در این جنگ که دشمنان هیچ‌یک از اصول انسانی و جنگی و سایر اصول را رعایت نکردند.

سختگوی کمیسیون اصل نودم قانون اساسی با اشاره به تغییر جبهه نبرد آمریکا از میدان به سفره مردم با هدف کاهش تاب‌آوری گفت: حفظ تاب‌آوری زمین و ایجاد پارکینگ اقدام کنند؛ چراکه در حال حاضر ماهانه حدود ۲۰۰ تا ۸۰۰ میلیون تومان بابت اجاره پارکینگ‌های استیجاری پرداخت می‌شود.

مدیرکل مبارزه با بنیان‌های مالی قاچاقچیان مواد مخدر بر ثبت دقیق اطلاعات موجودی در سامانه‌برخط اموال، تفکیک و چینش منظم وسایل نقلیه، پرداخت به‌موقع اجاره‌های پارکینگ‌ها، پیگیری اخذ سند پارکینگ‌های ملکی و رعایت الزامات ایمنی از جمله دوربین، کپسول آتش‌نشانی و بیمه حوادث تأکید کرد.

فریدونیان خاطر نشان کرد: اموال توقیفی باید پس از صدور قرار توقیف و تحویل رسمی به شورا، تحت سرپرستی قرار گیرد و خودروها نیز باید به پارکینگ مرکزی استان منتقل شوند و از انتقال آن‌ها به پارکینگ‌های خصوصی تا حد امکان جلوگیری شود.

سختگوی کمیسیون اصل نودم قانون اساسی مجلس با اشاره به جنگ تحمیلی سوم، اظهار کرد:

وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی:

کشور بدون انسجام ملی نمی‌تواند از بحران عبور کند



قبل باشد، در آینده پساجنگ دچار مشکلات زیادی می‌شویم.

وی گفت: باید در رسانه، اگر کسی علیه فرد دیگری حرف می‌زند، فرصت دفاع داشته باشد و اصول اخلاقی و ادبی رعایت شود. خدا نیامرزد، کسی را که در رسانه ملی علیه افراد حرف زد، «بیگ‌بگم» راه انداخت و فرصت پاسخ را به رسانه ملی نداد. اگر این نقیصه جبران نشود، از همه کسانی که برای ایران تلاش کردند تکریم نشود و جذب حداکثری صورت نگیرد. قطعاً مسیر گذشته به نتیجه نمی‌رسد. وی افزود: باید رفتارهای قبلی درس عبرت باشد و دیگر دصلاحیت باعث نشود که افراد از خدمت کردن منع شوند.

ظفرقندی در پایان گفت: امیدوارم بتوانیم نیازهای مردم را رفع کرده و معیشت آن‌ها را بهبود دهیم و آرامش و شرایط عادی و قابل قبول را برای مردم فراهم کنیم. قطعاً در این راستا حمایت احزاب و گروه‌ها و مردم، کارگشا و راهگشا خواهد بود.

سختگوی کمیسیون اصل نودم قانون اساسی:

تغییر جبهه نبرد آمریکا از میدان به سفره مردم برای کاهش تاب‌آوری ملی

توجه به مطالبات مردمی برای خنثی‌سازی اهداف دشمن، اظهار کرد: مردم در حضور حماسی خود در میدان‌ها، در کنار خونخواهی رهبر شهید، خواهان رسیدگی جدی به مسائلی نظیر تبعیض، ناعدالتی و دست‌اندازی به بیت‌المال هستند. در شرایطی که مردم جانانه در کنار نظام ایستاده‌اند، باید از طریق تلاش شبانه‌روزی، بستر امیدواری و دلگرمی در فضای اجتماعی ایجاد شود.

سختگوی کمیسیون اصل نودم قانون اساسی با اشاره به عزم دولت در مبارزه با فساد، خواستار برخورد تحکمی قوه قضائیه با دانه درشت‌های اقتصادی شد و تأکید کرد: این جریان‌ها بر نگرانی مردم دامن می‌زنند از این رو برای حفظ اعتماد عمومی، باید دوگانگی‌ها موجود را برطرف کرد؛ چرا که شفافیت در مواضع رئیس‌جمهور باید در عمل نیز تجلی یابد و هر گونه تناقض میان شعار عدالت و واقعیت‌های فساد در جامعه، به اعتماد مردم لطمه می‌زند.

استراتژی آمریکا این بود که با ایجاد خلأ در سطح رهبری و فرماندهان، ناامیدی مردم را هدف قرار دهد تا ظرف ۴۸ ساعت کنترل حکومت را به دست گیرد؛ اما اقتدار نیروهای مسلح و حضور گسترده مردم، این نقشه را به شکست کشاند.

وی تأکید کرد: ایران در این نبرد توانست خسارات شدیدی به منافع و پایگاه‌های منطقه‌ای آمریکا در کشورهای عربی وارد کند و تجاوزات واشنگتن نه تنها به نتیجه نرسید، بلکه منجر به تهدید حوزه انرژی و بسته شدن تنگه هرمز شد.

نماینده مردم سیرجان و بردسیر در مجلس با هشدار نسبت به تلاش‌های جاری آمریکا برای محاصره دریایی و هدف قرار دادن تاب‌آوری اقتصاد مردم، خاطر نشان کرد: آمریکا اکنون می‌کوشد از طریق ایجاد مشکلات معیشتی و ناراضی‌ت در سفره مردم به اهدافش برسد و در چنین شرایطی، تلاش برای حفظ انسجام ملی یک ضرورت حیاتی است.

سختگوی کمیسیون اصل نودم قانون اساسی مجلس با اشاره به جنگ تحمیلی سوم، اظهار کرد:

