

به نام خداوند جان آفرین



سخنی حکمت آمیز از نهج البلاغه

حکمت ۳۳ - اعتدال در بخشش و حسابرسی (اخلاقی ، اقتصادی)

كُنْ سَمْحًا وَ لَا تَكُنْ مُبَدِّرًا وَ كُنْ مُقَدِّرًا وَ لَا تَكُنْ مُقْتِرًا.
فرمود : بخشنده باش اما زیاده روی نکن ، در زندگی حسابگر باش اما سخت گیر مباش.

نکته اجتماعی - اخلاقی

چرایی تربیت فرزندان



اگر در کانون خانواده در تربیت فرزندان کوتاهی کنیم ،

در بیرون خانواده ، دیگران معلم آنها می شوند

هر نمودار فرهنگی بهتر است با مداد و خط کش خانواده کشیده شود .

نکته ادبی(سخنی چند از بزرگان)

***خوشبختی، همان لحظه ای است که**

احساس می کنی خدا در کنارت حضور دارد

و تو به احترامش از گناه فاصله می گیری

***زهد، «نداشتن» نیست،**

بلکه "در بند داشته ها نبودن" است

از مجموعه مقالات ادبی جواد محدثی، چاپ سوم، زمستان ۷۶، صفحه

***آنکه خودش را تعلیم و تربیت می کند**

بیشتر شایسته احترام است تا کسی که مردم را تعلیم و تربیت می کند

از فرمایشات امام علی (ع)

***اگر قادر نیستی خود را بالا ببری همانند سیب باش تا با افتادنت اندیشه‌ای را بالا ببری.**

***خدایا در برابر هر آنچه که انسان ماندن را به تباهی بکشد، با "نداشتن" و "نخواستن" رویین تنم کن!**

از دکتر علی شریعتی

راه تحمل مصیبت ها

فرمود: در مصیبت ها یا چون آزادگان باید شکویا بود، و یا چون ابلهان خود را به فراموشی زد.

از فرمایشات امام علی (ع) (حکمت ۴۱۳)



مبتلایان به غلظت بالای خون مایعات زیاد بنوشند
 یک فوق تخصص خون به مبتلایان غلظت بالای خون توصیه کرد برای کاهش میزان هموگلوبین خون مایعات زیاد بنوشند و از کم‌آب شدن بدن خود جلوگیری کنند.

دکتر آزیتا آذرکیوان، افزود: مبتلایان به غلظت خون لازم است به میزان هموگلوبین خون خود توجه کنند، چون غلظت بالای خون می‌تواند عروق کوچک را مسدود کند و موجب ابتلای فرد به سکته‌های قلبی و مغزی شود. وی توصیه کرد: اگر میزان هموگلوبین خون آنها بسیار بالاست، زیر نظر پزشک، فسد خون (در فسد کردن از وریدهای اندامها مقداری خون گرفته می‌شود تا غلظت خون بیمار کم شود) کند تا از غلظت خون آنها کاسته شود. این فوق تخصص خون درباره تاثیر زالودرمانی بر کاهش غلظت خون گفت: زالودرمانی روشی غیر علمی و غیربهداشتی است، بنابراین مطمئن‌ترین راه برای کاهش غلظت خون، فسد خون است، البته حجامت هم از طرف وزارت بهداشت تایید شده است. وی درباره علل ابتلا به غلظت خون گفت: استعمال سیگار، ابتلا به بیماری‌های قلبی و ریوی و فعالیت در هوای آلوده از عوامل ابتلا به غلظت خون بالاست. در این شرایط بدن دچار کمبود اکسیژن می‌شود و مغز استخوان شروع به ساختن گلبول قرمز می‌کند و همین امر موجب افزایش غلظت خون می‌شود. آذر کیوان درباره علائم ابتلا به غلظت خون بالا اظهار کرد: پررنگی لب‌ها، قهوه‌ای شدن بستر ناخن‌ها و خارش بدن از جمله علائم این عارضه است.

اللهم صل على محمد وآل محمد وعجل فرجهم