

خانه فیروزه ای

سال اول - شماره سوم - دیماه 1390



کاری از گروه خانواده انجمن علمی پژوهشی نواندیشان



در این شماره میخوانیم :

- 1 ❖ سخنی با خوانندگان
❖ ازدواج و مسائل زناشویی
- 2 ➤ تحلیل مسئله ازدواج موقت
- 5 ➤ حقوق خانواده
- ❖ کودک و نوجوان
- 10 ➤ پیشنهاداتی در تربیت صحیح کودکان
- ❖ بانوان
- 13 ➤ مهندسی ابرو
- ❖ آقایان
- 16 ➤ فوت و فن های زن داری
- ❖ هنر در خانه
- 21 ➤ پرنده های پرتقالی
- ❖ آشپزی
- 22 ➤ لازانیا لقمه ای
- ❖ خانه و خانه داری
- 24 ➤ خانه هایی که همیشه تمییزند
- ❖ متفرقه
- 26 ➤ حلقه های راز گشا
- 28 ❖ سخن پایانی

به نام خدا

منت خدای را عزوجل که طاعتش موجب قربت است و به شکر اندرش مزید نعمت، هر نفسی که فرو میرود بمد حیات است و چون برآید مفرح ذات، پس در هر نفس دو نعمت است و بر هر نعمت شکری واجب.

از دست وزبان که برآید کز عهده شکرش به درآید

شکر نعمت چیزی است که گاهی ما فراموش میکنیم. بعضی وقتها سهوی و گاهی عمدی. نمیدانم چرا ما عادت داریم قدر چیزی را بعد از دست دادن آن میدانیم، قدر جوانی را در دوران پیری، قدر عافیت را در دوران بیماری، قدر آزادی را در اسارت. گاهی حتی ما قدر خودمان هم نمیدانیم. قدر جایگاهی که داریم و قدر خلقت خود را. تعداد افرادی که از جنسیت خود ناراحت و ناراضی اند روز به روز در حال افزایش است و شاهد این ادعا تغییراتی است که جوانان بخصوص پسران در چهره خود میدهند. عملهای زیبایی، برداشتن و تنو کردن ابروها، استفاده از مش و رنگ کردن مو و مواردی که قبلاً حتی برای دختران مجرد هم نهی میشد چه رسد به پسران!! در حالت مقابل آن هم کم نداریم دخترانی که تمایل به پسر بودن دارند. به راستی چرا؟..... چرا جامعه ما به جایی رسیده است که جوانان از جنسیت خود راضی نیستند؟ چرا از مردانگی مردان فقط اسمی به جا مانده و از خصوصیات زنانه زنان فقط رسمی؟ واقعا جای تأسف دارد. مردان و زنانی که قرار است عهده دار تربیت نسلهای آتی این کشور باشد خود دچار بحران هویت شده اند. جوانانی که هر چه بیشتر تحصیل علم میکنند بیشتر دچار گمراهی و ظلالت میگردند وقتی میبینیم آمار خودکشی، طلاق، اعتیاد، همجنسبازی و بسیاری مفاسد اخلاقی دیگر در بین این اقشار بیشتر است باید به خیلی چیزها شک کنیم. به اینکه علم بشریت ما را رو به زوال میبرد یا ترقی و پیشرفت؟ علم باید به ما کمک کند مشکلات خود را حل کنیم یا خود دانایی ما باعث مشکلات ما گردد؟ و هزاران سوالی که روزانه فکر من را به خود مشغول میسازد. به نظر من انسان باید علم را به خدمت بگیرد تا با آن راحت تر زندگی کند نه اینکه همین علم و دانایی بلای جانش شود. وقتی میبینم هر چه دانایی افراد بالاتر می رود بیشتر خود را گم میکنند میدانم باید به علم شک کنم یا به آدمها.....

پیمان صادقیان

گروه خانواده انجمن علمی پژوهشی نواندیشان

تحلیل مسئله ازدواج موقت (بخش سوم)

اکنون بر می گردیم به سوالی که مطرح کرده بودیم : فرق بین ازدواج موقت بسیار کوتاه مدت یا چند روزه با رابطه ی دوستی معمولی موقت چیست ؟
ازدواج موقت به اختصار دارای این شرایط است :

1-نوشتن در سند

2-مهریه

3-تعیین مدت

دوستی موقت و معمولی بین دختر و پسر این شرایط را ندارد . از نظر حقوقی اگر ازدواج موقت به صورت قانونی صورت گیرد بچه ای که در نتیجه ی آمیزش زن و مرد به دنیا آید زنازاده و بی اصل و نسب نیست و به نام همان پدر و مادر ثبت می شود و دارای حقوقی چون نفقه و ارث می باشد . اما در طول یک رابطه ی جنسی بی قید و بند اگر بچه ای به دنیا آید یک زنا زاده بوده و نه تنها از بسیاری حقوق خانوادگی محروم می ماند بلکه از جهات اجتماعی هم با دشواری ها و محرومیت های زیاد مواجه می شود . حال با توجه به اینکه راهکارهای زیادی در جلوگیری از بارداری به وجود آمده است ما اصل را بر این میگذاریم که در روابط جنسی بی قید و بند معمولاً و به طور عام فرزند تولید نمیشود و با توجه به همین اصل نمیتوانیم بگوییم چون ممکن است در دوستی های معمولی فرزند به دنیا آید که در حقیقت ظلم شود و از بسیاری حقوق اجتماعی محروم بماند پس رابطه ی جنسی خارج از عقد ازدواج چه دائم یا موقت اشتباه است .

از طرفی دیگر در جریان برخی جلساتی که با دوستان داشتم متوجه شدم که اینها رابطه ی جنسی قبل از ازدواج را امری صحیح و درست می دانند و دلیلشان هم این بود که اگر طرفین واقعاً رضایت داشته باشند و مراعات برخی مسائل را هم بکنند و واقعاً یکدیگر را دوست داشته باشند و هوس باز و خائن نباشند و به عبارتی کلی تعهد وجدانی نسبت به هم داشته باشند ایرادی ندارد . و ما هم گفتیم در این صورت تکلیف تعهدات اجتماعی چه می شود ؟ یعنی ما از کجا باید بدانیم که کسی که با او رابطه برقرار می کنیم به ما متعهد است و دروغ نمی زند ؟ که این دوستان گفتند اگر بخواهید اینطور به مساله نگاه کنید خوب میتوانیم بگوییم نقض عهد کردن و بی اعتمادی در ازدواج هم وجود دارد . چه بسا که زن و مردی با هم ازدواج کنند و اما بعد به هم خیانت کنند بنابراین همین نوع نقض عهد و خیانت در ازدواج هم میتواند باشد اگر در دوستی ها هم هست .

در پاسخ به این اظهارات دوستان باید گفت هرچند ممکن است پس از عقد قرارداد قانونی ازدواج هم بین طرفین خیانت اتفاق افتد مع الوصف نباید از نظر دور داشت که دقیقاً پس از خیانت یا نقض عهد طرف مقابل میتواند شکایت کند و حقوق خودش را از خائن و عهد شکن بستاند چیزی که در دوستی های معمولی وجود ندارد . اگر یک مرد به زنش خیانت کند و به عبارتی به تعهداتی که حین ازدواج بر عهده گرفته است بی وفایی کند در اینصورت زن می تواند با شکایت در مراجع قانونی هم مرد را الزام به انجام تعهداتش کند و هم مهریه ی خویش را بستاند و در غیر اینصورت شوهرش را به زندان بیافکند ، تمام کارهایی که یک زن یا دختر در رابطه ی دوستی با یک مرد یا پسر نمیتواند بکند . بنابراین در دوستی معمولی شما نمی توانید طرف مقابلتان را الزام به انجام کاری کنید و یا حقوقی نسبت به او مدعی شوید چه بسا که اگر ادعایی هم بکنید اول پای خودتان گیر است و خودتان هم به جرم رابطه ی نامشروع محکومید و دچار آبروریزی هم می شوید . پس ازدواج دارای پایگاه مستحکم تری (قانون) نسبت به یک رابطه ی وجدانی و دوستی معمولی است .

نکته ی بعدی در رد برقراری رابطه ی جنسی آزاد این است که ما تمامی تعهداتی را که نسبت به هم بر عهده می گیریم باید در غالب حقوقی خاص تعریف کنیم . اگر ملکی به کسی می فروشید باید طبق قانون سند تنظیم کنید و آنرا با حضور در دفترخانه ثبت نمایید و اگر خانه ای اجاره می دهید باید از طریق رسم قانونی آن اجاره نامه تنظیم کنید . پس اگر این نوع رسوم و قوانین حقوقی نباشد چگونه میتوان به دیگران اعتماد کرد ؟ در واقع ما در جریان یک داد و ستد یا معامله به طرف مقابل اعتماد نمیکنیم بلکه به قراردادی که پشتوانه ی آن قانون است اعتماد می کنیم . در جریان ازدواج هم ممکن در ابتدا به خاطر مسائل احساسی شما دیده ی عقلانیت را ببندید اما نهایتاً به عقد قراردادی که بین شما منعقد شده است معتمدید نه به طرف مقابل . زیرا در جریان زندگی ممکن است هزاران اتفاق بیافتد و شما نمیتوانید به کسی که ممکن است مسائل مختلفی را تجربه کند قطعاً و یقیناً اعتماد کنید اما به قرارداد و قانون می توانید . این البته وجه مثبت و صحیح این قضیه است اما در واقعیت اینطور عمل نمی شود زیرا بسیاری افراد به قانون و قرارداد اعتماد ندارند بلکه به طرف مقابل معتمدند آنهم به خاطر احساسات و این روندی اشتباه است که برای رفع آن نیاز به تحولات و تکامل جامعه هستیم . اکنون با توجه به اینکه زن از نظر قانونی می تواند در عقدنامه شرطی قرار دهد که به موجب آن حق فسخ و طلاق بدو تفویض گردد یعنی داده شود اما باز هم می بینیم که در هنگام جاری نمودن صیغه ی ازدواج آنقدر احساساتی است که به

این اختیار و امکان حقوقی خویش نمی اندیشد و بعداً در اینجا و آنجا و همه جا شکایت می کند که چرا اسلام حق طلاق را به مرد داده است؟ چرا در قانون ما مرد حق طلاق دارد و زن خیر؟ در پاسخ باید گفت زن حق طلاق دارد اما خود آنرا نخواست است زیرا می توانسته با قرارداد یک شرط در عقد ازدواج حق طلاق را به خودش بدهد. در اینجا شبهه ای که ممکن است ایجاد شود اینکه شاید دوستان ایراد کنند که شما رابطه ی آدم با آدم را با تعهدات خشک قانونی اشتباه گرفته اید و همه چیز را می خواهید در چارچوب قانون تعریف و تفسیر و تعیین کنید. به این اشکال میتوان اینطور پاسخ داد که قانون جزء لاینفک و جدایی ناپذیر زندگی انسان ها بوده و یکی از مهمترین پایه های ساختاری یک جامعه است از همین رو قانون در تمامی جوانب زندگی ما رخنه کرده و ریشه دوانیده ما حتی در روابط دوستی معمولی با همجنس خودمان هم پایبند یک سری قوانین هستیم که هر چند قوانینی نانوشته اند اما برای ما وجود دارند. در یک رابطه بین دو جنس مخالف هم همین قوانین اخلاقی و اجتماعی بروز و ظهور بیشتری می یابد زیرا میزان احساسات و داد و ستد جسمی و روحی بالاتر است. از اینرو آنچه شما را در مقابل جنس مخالف بر میانگیزاند نه چیزی متعالی به نام عشق است که فارق و رها از قوانین باشد و نه فراتر از آن بلکه صرفاً یک نیاز است یک نیازی که میخواهد ارضا شود و بسیار هم عجله دارد. این نیاز را شما عشق نامگذاری می کنید ولی به هر حال لفظ مهم نیست بلکه مفهوم اهمیت دارد. پس شما با دیگری رابطه برقرار می کنید به جهت نیازی که به او دارید و بالعکس. در اینصورت جایی که قرار است دیگری از شما استفاده کند و شما هم میخواهید از او استفاده کنید باید تعهداتی بین شما باشد تا نه او از شما سواستفاده کند و نه شما از او. و این تعهدات همان قانون است که در غالب دوستی ها هم وجود دارد مخصوصاً دوستی هایی که جنبه ی احساسی و نیازی بین طرفین بیشتر و عمیق تر باشد مانند روابط دختر و پسر.

تألیف م.بابایی (کارشناس ارشد جزا و جرم شناسی)

ادامه دارد.....

حقوق خانواده (بخش اول)

به نام خدا

از آنجا که ازدواج یکی از مهمترین عقود قانونی و قراردادهای شخصی می باشد لازم دانستیم به صورت مختصر و فشرده در این باره قلم فرسائیم تا گامی هرچند حقیر و ناچیز در جهت آگاهی بخشی بیشتر برداشته باشیم .

چون حقوق خانواده مبحثی گسترده است و مجال ما نیز اندک ، از اینرو طی مشورتی که با یکی از دست اندرکاران این مجله داشتیم بر آن شدیم تا در هر شماره یکی از بخش های مربوط به حقوق زناشویی را به اختصار بنگاریم .

بخش اول : مقدمات ازدواج

یکی از مقدمات مرسوم قبل از ازدواج در ایران خواستگاری است که ریشه مذهبی دارد و مورد توجه قانونگذار نیز قرار گرفته است .

ماده 1034 قانون مدنی :

خواستگاری عبارت از این است که از زنی تقاضای ازدواج کنند . در قانون مدنی یک ماده به خواستگاری اختصاص داده شده که مبتنی بر فقه اسلامی است و آن ماده 1034 قانون مدنی می باشد که می گوید : هر زنی را که خالی از موانع نکاح باشد می توان خواستگاری نمود . (لازم به ذکر است این ماده احتمالاً به ذائقه ی فمینیست ها خوش نیاید چه آنکه ممکن است اظهار دارند چرا باید حق خواستگاری را به مرد داده و زن در این باره حقی نداشته باشد ؟ باید گفت این از مشکلات جوامع مردسالار است و دقیقاً امری قراردادی و اعتباری بوده و هیچ جنبه ی عقلانی تام و مطلقى ندارد چه بسا که در جوامع غیر مردسالار بتوان قوانین دیگری را معتبر دانست قوانینی که بتواند به حق خواستگاری به زن هم اعتبار بخشد.)

نامزدی :

قواعد راجع به نامزدی که در مواد 1035 تا 1040 قانون مدنی آمده ظاهراً از قانون مدنی سویس (مواد 90 تا 95) الهام گرفته است ؛ لیکن قانونگذار جدید دو ماده از آن را شاید به تصور اینکه با فقه اسلامی هماهنگی ندارد ، حذف کرده است (دو ماده 1036 و 1039) .

نامزدی یا وعده ازدواج قراردادی است که بین دو نفر به منظور ازدواج در آینده بسته

می شود . نامزدی را نمی توان صرفاً یک تعهد اخلاقی دانست ، چه اصولاً جای بحث و تعهدات اخلاقی در کتب اخلاق است نه در قانون .

بنابراین نامزدی ، همانطور که در حقوق سویس گفته اند ، یک قرارداد است ولی قراردادی جایز که طرفین می توانند آن را فسخ کنند . ماده 1035 قانون مدنی در این باره می گوید :

و عده ازدواج ایجاد علقه زوجیت نمی کند ، اگر چه تمام یا قسمتی از مهریه که بین طرفین برای موقع ازدواج مقرر گردیده پرداخته شده باشد . بنابراین هر یک از زن و مرد مادام که عقد نکاح جاری نشده می تواند از وصلت امتناع کند و طرف دیگر نمی تواند به هیچ وجه او را مجبور به ازدواج کرده و از جهت صرف امتناع از وصلت مطالبه ی خسارتی نماید .

چون نکاح قراردادی مهم است و آثاری خطیر ببار می آورد ، قانونگذار به مرد و زن امکان داده است که تا آخرین لحظه قبل از وقوع عقد ، از تصمیم خود بازگردند و وعده ازدواج را برهم زنند . بنابراین هیچیک از نامزدها نمی تواند از طریق قضایی نامزد دیگر را مجبور به ازدواج نماید و صرف خودداری از ازدواج مجوز مطالبه خسارت نیست . با وجود این ، اگر یکی از نامزدها در بهم زدن نامزدی مقصر باشد ، نامزد دیگر می تواند با رعایت حدود مقرر در قانون مطالبه خسارت کند .

لازم به ذکر است اشاره کنیم که منظور از نامزدی در اینجا همان وعده ی ازدواج دادن به دیگری است و نه آن عقد قراردادی که به امضای طرفین رسیده و مهریه هم در آن منظور گردیده است . آنچه که اکنون به صورت عرف در جامعه ی ما مرسوم است اینکه نامزدی همان عقد قرارداد نکاحی است که مهریه هم در آن تعیین شده است و این متأسفانه پیامد خوشایند نداشته و نخواهد داشت . زیرا دوران نامزدی دوران آشنایی طرفین است نه آنکه صیغه ی عقد خوانده شده و مهریه هم ریخته شود و سپس دو طرف به این نتیجه برسند که درک و تفاهم متقابلی نسبت به هم ندارند ، پس اگر در فوق گفته شده که هیچیک از نامزدها نمیتواند از طریق مرجع قضایی دیگری را وادار به ازدواج نماید منظور ما از نامزدی همان وعده ی ازدواج صرفاً برای آشنایی است نه عقد قرارداد .

چند سوال :

1- هرگاه در اثر بهم خوردن نامزدی (یعنی همان وعده ازدواج) بدون علت موجه به حیثیت و آبروی نامزد دیگر یا به عواطف و احساسات او لطمه قابل توجهی وارد شود ، آیا زیان دیده می تواند از این حیث مطالبه خسارت کند ؟ قانون مدنی در این باره ساکت

است لیکن با توجه به ملاک اصل 171 قانون اساسی و قانون مسئولیت مدنی مصوب 1339 (مواد 1 و 2 و 8 و 9 و 10) که جبران خسارت معنوی را بصراحت شناخته است می توان به نامزد زیان دیده حق داد که علاوه بر مطالبه خسارت مادی جبران زیانهای معنوی را نیز بخواهد . البته زیان معنوی ، ماند زیان مادی ، هنگامی مجوز مطالبه خسارت است که نامزدی بدون عذر موجه و در اثر تقصیر یکی از نامزدان بهم خورده باشد .

2- اگر نامزدی که بدون علت موجه نامزدی را بهم زده است قبل از جبران خسارت ناشی از تقصیر خود بمیرد آیا می توان به طرفیت وراث او برای دریافت خسارت اقامه دعوی کند ؟ چون با ایراد خسارت به طریق مذکور یک دین مالی برای نامزد مقصر ایجاد شده است ، وراث متوفی قائم مقام او در پرداخت دیون هستند ، لذا زیان دیده می تواند علیه ورثه اقامه دعوی خسارت نماید . البته اگر ورثه ترکه را رد کرده باشند یا ثابت کنند که متوفی مالی از خود بجای نگذاشته ، تا بتوان از آن جبران خسارت کرد ، یا ترکه تلف شده است ، مسئولیتی در این مورد نخواهند داشت . (ماده 248 قانون امور حسبی .)

3- هرگاه یکی از نامزدها طبق ماده 1040 قانون مدنی از نامزد دیگر گواهی صحت از امراض مسریه مهم مطالبه کند و او از ارائه گواهی خودداری نماید و مطالبه کننده بدین علت نامزدی را بهم زند آیا نامزد دیگر می تواند جبران خسارت بخواهد ؟ جواب به این سوال بی شک منفی است زیرا بهم زدن وعده نامزدی در اینجا با علت موجه بوده و مجوزی برای مطالبه خسارت نیست .

پس گرفتن هدایا :

ماده 1037 قانون مدنی :

گذشته از هزینه ایی که نامزدان یا خوشان آنها در دوره ی نامزدی می کنند ، ممکن است هدایایی به وسیله هر یک از نامزدان به طرف دیگر یا خویشان او داده شده باشد . ماده 1037 قانون مدنی درباره استرداد هدایا ، پس از بهم خوردن نامزدی ، چنین مقرر داشته است : هر یک از نامزدها می تواند ، در صورت بهم خوردن وصلت منظور ، هدایایی را که به طرف دیگر یا پدر و مادر او برای وصلت منظور داده است مطالبه کند . اگر عین هدایا موجود نباشد ، مستحق قیمت هدایایی خواهد بد که عادتاً نگاهداشته می شد ، مگر اینکه آن هدایا بدون تقصیر طرف دیگر تلف شده باشد . و ماده 1038 می گوید : مقاد ماده قبل از حیث رجوع به قیمت در موردی که وصلت منظور در اثر فوت یکی از نامزدها بهم بخورد مجری نخواهد بود . بنابراین دو ماده باید بین هدایایی که

عین آنها موجود است و هدایایی که تلف شده است فرق گذاشت . اگر عین هدایا موجود باشد دهنده ، در صورت بهم خوردن نامزدی ، می تواند آنها را استرداد کند ؛ چه می توان گفت : با بهم خوردن وصلت ، علت (جهت) هدیه از میان رفته و بجاست که هدیه به دهنده آن بازگردد . اگر عین هدایا تلف شده باشد دو فرض می توان کرد : یا هدیه از چیزهایی بوده که عادتاً نگاهداشته نمی شود ، یعنی از اشیاء مصرف شدنی بوده ، مانند شیرینی ، صابون ، عطر ، ادوکلن و یا از چیزهایی که بر حسب عادت نگاهداشته می شود ، مثل ساعت و پارچه . در مورد اول دهنده هدیه حق مطالبه قیمت نخواهد داشت ولی در مورد دوم مستحق بهای هدیه خواهد بود (به نظر می رسد که دهنده هدیه مستحق قیمت زمان مطالبه است نه بهای زمان دادن هدیه یا بهم خوردن نامزدی ، زیرا در زمان مطالبه است که گیرنده تکلیف به پس دادن عین یا قیمت هدیه پیدا می کند و قبل از مطالبه ، از آنچه که مالک هدیه بوده ، مسئولیتی نداشته است) مگر در دو مورد :

1- موردی که هدیه بدون تقصیر گیرنده تلف شده باشد . از آنجا که اصل عدم تقصیر گیرنده است ، اثبات تقصیر بر عهده هدیه دهنده است . وانگهی چون گیرنده هدیه مالک آن به شمار می آید و تصرفات او مالکانه بوده است اثبات و احراز تقصیر او در تلف مال دشوار است . به هر حال ، تقصیر شامل تعدی و تفریط (ماه 953 قانون مدنی) و برای تشخیص آن باید به عرف رجوع کرد .

2- موردی که بهم خوردن نامزدی ناشی از فوت یکی از نامزدها باشد .

با وجود پراپیت مذکور عین یا قیمت هدایایی که هر یک از نامزدها به طرف دیگر یا پدر و مادر او برای وصلت منظور داده است ، طبق نص ماده 1037 ، قابل مطالبه است . درباره ی عکس و نامه هم می توانیم مختصراً بگوییم : عکس هم نوعی هدیه است و در صورت باقی ماندن عین آن می توان آن را استرداد کرد و اگر تلف شده باشد بهای آن ، در صورتی که عکس مزبور عرفاً ارزش مالی داشته و تلف ناشی از تقصیر دریافت کننده باشد ، قابل مطالبه است . درباره ی نامه هم باید گفت : نامه جزو هدایا محسوب نمی شود و دریافت کننده ی آنرا نمیتوان مجبور کرد نامه های دریافتی را مسترد دارد مگر آنکه دریافت کننده نامه سواستفاده کرده و از این راه زیانی به نویسنده وارد آورد که در اینصورت طبق قواعد عمومی مسئولیت مدنی ، مسئول و مکلف به جبران خسارت است . به علاوه دادگاه می تواند به درخواست خواهان ، برای رفع ضرر از او ، دریافت کننده را به رد نامه یا نابود کردن آن مجبور کند (مستنبط از ماده 10 قانون مسئولیت مدنی) . البته نظر مشهور درباره ی پس گرفتن نامه این است که با بهم خوردن نامزدی ، علت دادن نامه از میان رفته و نامه باید مسترد گرد . و بر این مبنا

دادگاه باید به درخواست نویسنده نامه حکم به رد آن صادر نماید .
در بخش آینده درباره ی شروط ضمن عقد نکاح صحبت خواهیم نمود .
(اقتباس از کتاب مختصر حقوق خانواده ، دکتر سید حسین صفائی ، دکتر اسدالله امامی ، چاپ چهارم – با اضافات ، نشر دادگستر ، زمستان 1380)



پیشنهاداتی در تربیت صحیح کودکان

دیوید موری که شانزده سال سمت استادی در دانشگاه داشته است، هفت گام را برای داشتن فرزندانی دانا پیشنهاد کرده است. وی معتقد است :

"هیچ سرمایه گذاری برای خانواده مهمتر از آموزش فرزندان نیست."

او روشهای ساده ای را برای کمک به فرزندان پیشنهاد می کند که برای هرکس بدون توجه به سطح درآمد ، موفقیت آمیز است .

۱. فرزند خود را هر روز به مدرسه بفرستید .

واضح است که حضور در مدرسه اهمیت دارد. بررسی ای که اخیراً، انجام شده ، نشان می دهد میزان حضور در کلاس درس روش خوبی برای پیش بینی نمرات آزمون است. کسانی که میزان حضور آنها 93 درصد بود ، در آزمونهای استاندارد ، رتبه اول را به دست آوردند. کسانی که تنها 85 درصد در کلاسها حضور یافتند نمرات آنها افت پیدا کرد. وی می گوید کارهایی که به طور مرتب انجام شود، بهتر از همه در خاطر می ماند. بر نظم و ترتیب تکالیف مدرسه نظارت کنید و مدت زمان تماشای تلویزیون را کم کنید. بین ساعاتی که در جلوی تلویزیون گذرانده می شود و سال های هدر رفته ارتباط مستقیمی وجود دارد .

۲. مدرسه، نام آموزگار و مدیر مدرسه فرزند خود را یاد بگیرید .

قبل از بروز مشکل با آنها تماس بگیرید، بگذارید بدانند چه انتظاراتی دارید. آیا تکالیف مدرسه کافی است؟ محیط مدرسه بی خطر است؟ چه مطالب و کتاب هایی در کلاس درس آموزش داده می شود؟ آیا دانش آموزان در کلاس درس فرهنگ لغت و دائرة المعارف دارند؟ به آموزگار پیشنهاد همکاری بدهید. به مربیان فرزند خود احترام بگذارید. بهترین شرایط این است که معلم و والدین ، یکدیگر را تقویت کنند .

۳. برای فرزندتان لباس مناسب تهیه کنید .

این مسئله به اندازه ی صبحانه و محیط مناسب اهمیت دارد. لازم نیست این لباس اونیفورم باشد، نگذارید فرزندتان عادت کند با لباس غیر آبرومندانه به مدرسه برود. مدرسه رفتن شغل فرزند شما است. از فرزندتان بخواهید لباس مناسب آن را بپوشد. لازم نیست خیلی وسواس به خرج دهید. انتظارات خود را از فرزندتان بیان کنید. انضباط،

ماندگارترین هدیه مدرسه است. کتابها و افراد دانشمند را محترم بشمارید. افراد تحصیل کرده را مورد تمسخر قرار ندهید .

۴. برای فرزندان روزنامه و کتاب بخوانید .

و شیوه مراجعه و یافتن کتاب را به فرزندان یاد دهید و اگر نمی دانید از کتابدار بپرسید. به طور حتم فرزندان تلویزیون تماشا می کند ؛ برنامه ها را کنترل کنید و با هم به تماشای تلویزیون بپردازید. در مورد رفتارها و هنرپیشه ها اظهار نظر کنید. از تلویزیون به عنوان فرصتی برای نشان دادن ارزشها و معیارهای خانوادگی بهره بگیرید. قدم به دنیای کودکان بگذارید. خود را کاملاً به آنها نزدیک کنید و پذیرای آنها باشید. آن وقت می بینید مثل گل آفتابگردان که به سمت خورشید می چرخد او هم به شما رو می آورد .

۵. به هیچوجه تقلب را تحمل نکنید .

دو خطر رویاروی کودکان است: شکست و شکست سخت تر، از طریق عدم صداقت. تقلب یعنی فرار بیهوده از شکست ، فرزندان را در معرض دو خطر قرار می دهد. شکست ناکامی است اما مایه بدنامی نیست. ولی تقلب بدترین پیامدها را به دنبال دارد علاوه بر آن که آموزندگی ندارد و همه چیز ما را در معرض خطر قرار می دهد. شکست واقعی است که شخص مغلوب به بهای از دست دادن قدرت ایستادگی روحی خود، از آن می گریزد. شکست را می توان جبران کرد اما برای شخصیت و شرف از دست رفته تنها می توان حسرت خورد. اگر آموزگار یا مدیر مدرسه فرزندان چشم خود را به روی تقلب می بندد باید نگران شوید. آنان آینده فرزند شما را تباه می کنند .

۶. وقتی فرزندان به خانه می رسد در منزل حضور داشته باشید .

تحقیقات در این زمینه بسیار روشن است. ساعات 3 تا 6 بعداز ظهر حساسترین ساعات در زندگی کودک است. در این زمان کودک بدون سرپرست است و در دسر ها فراوان . اما این ساعات، در عین حال بهترین زمان نیز هست زیرا هنوز درس های روز تازه است و از این فرصت می توان برای تقویت آموخته ها استفاده کرد. به گزارش هایی که فرزندان در مورد حوادث روز خود می دهد گوش بدهید. با آنها مشورت کنید، تنبیه و تشویقشان کنید. اما آنها را در خانه ، تنها رها نکنید .

۷. هر از چند گاه مدرسه بازی کنید .

از فرزند بزرگتر بخواهید به خواهر یا برادر کوچکتر خود درس بدهد. این عمل تأثیر چشمگیری بر روی هر دو دارد. کودک بزرگتر در کاری که به او محول شده مهارت و غرور به دست می آورد و کودک کوچکتر از طریق تحسین درس می گیرد. بعد از آن از هر دو بخواهید کار یا درسی را به شما یاد بدهند. این کار برای آنها لذت بخش است و برای شما غرور انگیز .

"آموختن نحوه یادگیری، نخستین وظیفه است. با خواندن این مطلب برای فرزندانتان کار را شروع کنید و نظر آنها را در این باره جویا شوید".



منبع: بانک مقالات

پیمان صادقیان

گروه خانواده انجمن علمی پژوهشی نواندیشان

مهندسی ابرو

برای صورت کشیده بهترین فرم ابرو، ابروی صاف و افقی است و بدترین فرم ابرو، ابروی زاویهدار با ارتفاع بلند و دمکوتاه است .
مطالعات باستان‌شناسی تاریخی و انسان‌شناسی، تایید می‌کنند که محصولات زیبایی توسط زنان و مردان در همه فرهنگ‌ها و جوامع همیشه مورد استفاده قرار می‌گرفته است. در حال حاضر نیز در مقایسه با سابق، این موضوع کاهش نداشته و فقط ظریف‌تر و کمی غیرملموس‌تر شده است. روان‌شناسان معتقدند که ظاهر یک انسان برای ابراز موقعیت اجتماعی و ایجاد تاثیر بر دیگران و در نتیجه ایجاد اعتماد به نفس و رضایت او از خود، بسیار پراهمیت است. همه انسان‌ها مشتاقانه منتظر پذیرفتن مشورت از سوی افرادی هستند که می‌توانند ضامن زیبایی و سلامتی چهره آنها باشند



راه‌های بسیار زیادی وجود دارد که شما ظاهر خود را بهتر کرده و زیباتر به نظر برسید. می‌توانید یک لباس یا کفش نو بپوشید، بینی خود را عمل کنید یا وزن اضافی خود را کم کنید، کمبود وزن خود را جبران کرده و... اما تمام اینها مستلزم زمان و پول فراوان هستند. اگر بخواهید همین حالا زیباتر شوید و بدون پول هم به هدف خود برسید، شاید به نظرتان بعید و غیرممکن بیاید اما واقعا چنین راهی وجود دارد؟ بله راهی وجود

دارد که ظاهر شما در عرض مدت کوتاهی و با هزینه کردن کمترین مبلغ زیباتر به نظر برسد و آن این است که آرایشی را که به شما بیشتر می‌آید بشناسید و در پیش بگیرید.

باید واقع‌گرا باشید و قبول کنید که بعضی رنگ‌ها فقط در بسته‌بندی‌های داخل ویتترین مغازه‌ها زیبا هستند نه بر روی چهره شما و قبل از آن باید سعی کنید چهره خود را به خوبی بشناسید و علاوه بر آن معیارهای زیبایی را در مورد هر کدام از اجزاء صورت خود بدانید. ما سعی می‌کنیم برخی از این معیارها را به شما بشناسانیم. به شما نشان خواهیم داد که چگونه از ابزاری که در دسترس دارید بهترین استفاده را بکنید. لطفاً به خاطر داشته باشید که از نکاتی که در اینجا می‌آموزید به‌عنوان وسیله‌ای برای زیباتر شدن استفاده کنید نه گذاشتن ماسکی بر روی چهره خود.

زیبایی ابروها

شاید تا به حال به این مسئله توجه نکرده باشید ولی زیبا ساختن ابروها می‌تواند تغییر شگفت‌انگیزی در ظاهر شما ایجاد کند. ابروان شما مانند قابی برای چشمان شما هستند. اغراق نیست اگر بگوییم که شکل ابرو می‌تواند به ظاهر شما جلوه دهد و یا جلوه آن را از بین ببرد. اگر ابروی شما به فرم صورت‌تان نخورد، فرم صورت به هم خورده و شکل آن تغییر می‌کند. پس اولین قدم این

است که فرم چهره خود را بشناسید. بر اساس معیارهای تعریف شده زیبایی، برای هر فرم صورتی، بهترین و بدترین فرم ابرو پیشنهاد شده است. برای صورت کشیده بهترین فرم ابرو، ابروی صاف و افقی است و بدترین فرم ابرو، ابروی زاویه‌دار با ارتفاع بلند و دم‌کوتاه است. در مورد صورت‌های گرد بهترین فرم ابرو، ابروی زاویه‌دار با ارتفاع بلند و دم‌کوتاه است و بدترین ابرو، ابروی گرد است. بهترین ابرو برای صورت‌هایی که چهارگوش هستند، ابروی زاویه‌دار و منحنی با قوس تیز است کسانی که صورت قلبی شکل یا گلابی شکل دارند بهتر است ابروی گرد را انتخاب کنند. بدترین فرم ابرو برای این افراد ابروی صاف و افقی است. بر این اساس به شما توصیه می‌کنیم که همیشه ابروهایتان را به نسبت شکل صورت‌تان بردارید نه به توصیه دوستان و یا دنباله‌روی از مد. بر اساس معیارهای زیبایی نقطه شروع ابرو، بلندترین نقطه ابرو و نقطه پایانی ابرو بر اساس موقعیت چشم‌ها تعیین می‌شود. برای پیدا کردن نقطه شروع ابرو، مدادی را در کنار بینی به‌صورت عمودی نگه دارید. نقطه تلاقی مداد با ابرو همان محل شروع ابروی شماست. برای پیدا کردن بهترین محل برای بلندترین نقطه ابرو، مداد را کنار بینی به سمت خارجی عنیبه چشم (قسمت رنگی چشم) نگه دارید. حال مداد را طوری

بگیرید که کنار بینی را به کنار خارجی چشم متصل کند. نقطه تلاقی به دست آمده با ابرو، دقیقاً بهترین نقطه پایانی ابروان شماست

اگر صورت را به طور کلی به شکل یک بیضی در نظر بگیرید و آن را با یک خط فرضی عمودی به دو قسمت مساوی تقسیم کنید و با خط افقی فرضی دیگری بیضی را به 4 قسمت مساوی تقسیم نمایید، در یک چهره متناسب، محل چشم‌ها روی خط افقی است. حال خط افقی را به 5 قسمت مساوی تقسیم می‌کنیم با این کار اندازه طبیعی چشم‌ها مشخص خواهد شد به این ترتیب متوجه می‌شوید که فاصله بین دو چشم، برابر با یک چشم است. نیمه بالایی چهره (بالایی چشم‌ها) محل قرارگیری ابرو است. در یک چهره متناسب اگر از خط افقی تا پایین بیضی را به دو نیمه تقسیم کنیم نوک بینی باید بر روی این نقطه واقع شود. اگر خواستید چشمانتان درشت‌تر به نظر برسد فاصله ابروها را بیشتر کنید و اگر چشمان کشیده می‌خواهید بگذارید ابروهایتان به هم نزدیک باشند. بعضی‌ها چشم‌های پف‌کرده‌ای دارند که ممکن است تناسب چهره‌شان را به هم ریخته باشد. برای کم کردن پف چشم، یک قاشق غذاخوری را زیر آب بسیار سرد بگیرید و برای 60 ثانیه روی پف کردگی چشم قرار دهید. این کار ورم را کمتر می‌کند. البته گرم نیز برای از بین بردن پف‌کردگی چشم وجود دارد. این کرم‌ها معمولاً دارای نشاسته و روغن جگر کوسه هستند و به گفته متخصصین پوست برای ورم چشم اثر معجزه‌آسایی دارند. با تمام این تفاسیر و قوانین، باید بگوئیم که برخی از چهره‌ها با اینکه از این قوانین پیروی نمی‌کنند، زیبا هستند بنابراین، تا آنجا که خودتان از چهره خود راضی هستید، همان قانون شماست

گردآوری: مطهره اعتمادی



فوت و فن های زن داری

مردان اگر می خواهند محبوب همسرشان شوند و فضایی سرشار از انس و معنویت و صمیمیت داشته باشند ، به توصیه های زیر توجه کنند :

- 1- نسبت به همسر خود ، نگرشی مطلوب و متعالی داشته باشید و او را امانت الهی بدانید و در حفظ و نگهداری این ودیعه الهی تلاش کنید .
 - 2- به همسر خود احترام کنید و با وی محترمانه صحبت کنید و در ارتباط با او از عواطف سرشار و محبت بسیار دریغ نوزید .
 - 3- حقوق متقابل خود و همسر خود را بشناسید و در ایفای حقوق وی تلاش نمائید .
 - 4- باور کنید که پدر و مادر کانون منظومه خانوادگی هستند که تشعشعات عاطفی خود را در محیط خانواده می پراکنند و حیات عاطفی را رونق می بخشند .
 - 5- باور کنید که پدران و مادران پایه گذاران شخصیت فرزندان و معماران خوشبختی آنان هستند بنابراین در تقویت روابط خود هر چه بیشتر تلاش کنید .
 - 6- همسر خود را فردی با ارزش و برخوردار از کرامت انسانی بدانید .
- در زندگی خانوادگی به برنامه ریزی معتقد شوید و باور کنید که با داشتن برنامه و التزام به اجرای آن ها می توانید مشکلات زندگی خود را کاهش دهید و از قوای حیاتی خود و سایر اعضای خانواده به خوبی استفاده نمایید
- 7- همسر خود را فردی مستعد کمال، پیشرفت و تحول بیندازید .
 - 8- به پیشرفت و ترقی و رشد شخصیت همسر خود علاقمند باشید و زمینه را برای تحقق این امر فراهم نمائید و از این طریق کانون خانواده را از زوال و فرسایش تدریجی مصون سازید و عرصه زندگی را برای نوآوری ها بگشایید .
 - 9- زمینه را برای پرورش احساسات مثبت و عواطف سازنده نسبت به همسر خود فراهم سازید و از داد و ستد عاطفی به سه شیوه قلبی، کلامی و عملی استفاده کنید و لذا به همسر و شریک زندگی خود ابراز محبت کنید همسر خود را قلباً دوست بدارید و با زبان این امر را ثابت نمایید .

10- محبت خود را به همسران به صورت عملی نیز نشان دهید و لذا سعی نمائید در روز تولد او، یا روز ازدواج او و یا مناسبت های دیگر به او هدیه دهید و از این طریق محبت خود را ابراز نمائید .

11- سعی کنید فهرستی از قابلیت ها، صفات مثبت همسر خود را در نظر بگیرید و به موارد مثبت وجود و شخصیت او کاملاً توجه کنید و در مناسبات با او به این قابلیت ها اشاره نمائید و از صفات برجسته و مثبت او تعریف کنید و از این طریق فضای خانواده و گفتگو را به فضایی گرم و صمیمی و آکنده از روحیه مثبت تبدیل نمائید .

12- به جنبه های مشترک فکری و روحی خود و همسران توجه کنید و سعی کنید، خصایص مثبت، سازنده هر دوی به تدریج بیشتر شود و از طریق خودآگاهی و خودسنجی به خودسازی برسید و صفات برجسته انسانی را در وجود خود و همسران تقویت نمائید .

13- سعی کنید با همسران تفاهم داشته و رابطه حسنه داشته باشید. این تفاهم می تواند در حضور دیگران و یا در فضای خلوت زندگی صورت پذیرد. این امر مستلزم بهره گیری از «هنر خوب شنیدن و خوب گوش دادن است». لذا سعی کنید در هنگام گفتگوی با همسران، به دقت به گفتار او توجه کنید و اجازه دهید که مطالب خود را کاملاً بیان کند .

هنگامی که عصبانی هستید، این گفتار امام علی - علیه السلام - را مد نظر قرار داده و اجرا کنید :

«به هنگام خشم؛ نه تنبیه، نه دستور و نه تصمیم»

14- باور کنید که همسران انسانی است منحصر به فرد و واجد ویژگی های شخصیتی مثبت و منفی. لذا از مقایسه او با دیگران به شدت بپرهیزید. سعی کنید او را با گذشته اش مقایسه کنید و تغییرات رفتاری و پیشرفت فکری و اخلاقی وی را تحسین نمائید .

15- سعی کنید حالات و روحيات همسر خود را بشناسید و فهرستی از آرزوها و علائق وی تهیه کنید و از انتظارات او آگاه شوید. سپس به تأمین خواسته ها و علائق منطقی و اصولی وی خود را ملزم نمائید .

16- سعی کنید حریم یکدیگر را مراعات کنید و از جرّ و بحث با هم خودداری کنید و مطالب بیجا را با سکوت خود و یا ارائه پیشنهاد مناسب به گفتگوهای سازنده و ثمربخش تبدیل کنید .

17- باور کنید که هر کلمه و گفتار شما، در بردارنده بار عاطفی و روانی است که بر وجود شنونده تأثیر مثبت و منفی دارد لذا سعی کنید از زبان گرم، نرم، ملایم، توأم با احترام و محبت استفاده کنید و کلمات «بفرمائید، بنشین و» سه پیام است که هر کدام اثری خاص در ارتباط با دیگران دارند. کوشش کنید از کلمات موهن، ملالت آور، تحریک آمیز، هرگز استفاده نکن

18- سعی کنید برای نیل به تفاهم و مناسبات بیشتر با همسران از صداقت و راستی استفاده کنید. باور کنید که رمز خوشبختی و توفیق بسیاری از خانواده ها، صادقانه بودن آنها و بهره گیری از این صفت برجسته انسانی بوده است .

19- به مدیریت کانون خانواده اهمیت دهید و سعی کنید در تصمیم گیری و هدایت زندگی از هماهنگی لازم برخوردار شوید و حدود وظایف هر یک از اعضای خانواده را مشخص نمایید .

20- سعی کنید خود را برتر و بالاتر از همسران احساس نکنید و او را شریک زندگی بدانید و به این نکته توجه کنید که درجات تحصیلی، موقعیت اجتماعی، وضعیت سنی، امکانات مالی شما، باید بر میزان فروتنی و خضوعتان بیفزاید، بخصوص زمانی که در پیشرفت های تحصیلی و موفقیت های مادی شما همسران نقش اساسی داشته است .

برای نگهداری حریم خانوادگی و روابط صحیح انسانی و تقویت امنیت و تفاهم در زندگی سعی کنید اسرار و راز های درونی خانواده را نزد دیگران بازگو نکنید و از این طریق اعتماد همسران را به خود جلب کنید.

21- برای بقاء، تداوم و تعالی خانواده و دست یابی به کاخ سعادت زندگی، مصلحت زندگی را بر منفعت شخصی ترجیح دهید و سعی کنید خواسته های فردی خود را در راه تحقق اهداف زندگی و زناشویی نادیده بگیرید و هر جا که مصلحت بزرگتری مطرح است انعطاف پذیری بیشتری نشان دهید .

22- از لجابت و رقابت ناسالم با همسران جداً پرهیز کنید. و جای آن را به یکدلی، یکرنگی، صمیمیت و رفاقت بدهید. باور کنید یکی از مهمترین عوامل تزلزل در بنای

خانواده و آغاز نابسامانی و مشکلات خانوادگی، لجبازی دو همسر با هم و عدم پذیرش یکدیگر می باشد. سعی کنید همسران را آنگونه که هست بپذیرید و روابط خود را بر پایه دوستی و محبت تنظیم کنید.

23- سعی کنید در صدد تملک کامل همسران نباشید و از مرز تعادل خارج نشوید .

24- به اصل تفاوت های فردی معتقد باشید و باور کنید که زن و شوهر دو موجودند که از نظر هوش و استعداد و علایق و خصایص جسمانی و اخلاقی تفاوت هایی دارند. سعی کنید حداکثر توافق بین خصایص شما و همسران به تدریج برقرار گردد و وجود یکدیگر را مکمل و متمم هم بدانید و به تکامل هم کمک کنید .

25- همیشه به همسران متذکر شوید که کار او به ویژه در خانه برای شما با ارزش است لذا سعی کنید کار مرد و زن خانه را کم ارزش و کار بیرون از خانه را با ارزش تلقی نکنید. این امر در تقویت روحیه و مبانی خانواده تأثیر زیادی دارد .

26- به اصل مشارکت در زندگی خانوادگی معتقد باشید و سعی کنید تمام کارها را تنها خودتان انجام ندهید بلکه از همسران و فرزندان خود کمک بگیرید. باور کنید که در ازدواج و تشکیل خانواده مرد و زن عالی ترین سرمایه های وجود خود یعنی روح و قلب و عواطف و آرزوها و احساسات و امکانات خود را به مشارکت گذاشته و با قبول همفکری، همیاری، مددکاری و تعهدات گوناگون، بهترین جلوه مشارکت را ارائه کرده اند. به این نکته اهمیت دهید که امروزه مدیر موفق مدیری است که به قابلیت ها و قدرت های اعضای خانواده خود بهای لازم داده و شرایط را برای بروز و ظهور این توانمندی های خدادادی مساعد می نماید. لذا با مشارکت با هم فضای خانه را به فضایی بالنده و ثمربخش مبدل سازید .

27- اگر به دلیل کار زیاد و تعهدات بیرون از منزل قادر نیستید، عملاً به همسران کمک کنید، علاقه خود را به کمک و همکاری با او ابراز نمائید و از حمایت خود، وی را مطمئن سازید .

28- در مدیریت خود از مرد سالاری و زن سالاری خودداری کنید و برای داشتن یک خانواده متعادل از حق سالاری پیروی کنید و به گفتار امام باقر - علیه السلام - که می فرماید: «حق را بگویند، گرچه بر علیه خودتان باشد» کاملاً توجه نمائید. در مدیریت

خانه، مرد یا زن هیچکدام نباید نظرات و سلیقه های خود را بر دیگری تحمیل نمایند و لذا باید کلام حق و منطق صحیح را چه از جانب مرد و چه از جانب زن باشد بپذیرید .

29- برای تعادل در زندگی و کامیابی هر چه بیشتر، از خوش خلقی و گشاده رویی و چهره ای پر نشاط استفاده کنید و کوشش کنید که با شیوه های گوناگون گرد و غبار افسردگی را از چهره همسران بزدابید. هرگز اجازه ندهید افکار مأیوس کننده و منفی بر وجود اعضای خانواده شما سایه افکند و ریشه های شادکامی و شادابی شما را از بین ببرد.



گردآوری :

گروه خانواده انجمن علمی پژوهشی نواندیشان



سلام خدمت همراهان همیشگی مجله خانواده؛

موادی که برای این دوتا پرنده زیبا نیاز دارید ایناست

پرتغال 6 عدد

فلفل دلمه ای قرمز 1 عدد

هویج 1 عدد

تربچه 2 عدد

آلبالو یا زیتون سیاه کوچک 4 عدد

و برای زیباتر کردن کار دو عدد آناناس لازم داریم

در ابتدای کار هویج را بوسیله چاقو دو قسمت میکنیم که اندازه طول این قسمتها باید

حدود 4 سانت باشه.. در مرکز هویج یک برش هفت ایجاد میکنیم و بعد هویج هارو داخل

آب سرد قرار میدیم و میریم سراغ پرتغال ها... دو عدد پرتغال رو روی هم توسط یاور

همیشگی میوه آرایی یعنی خلال دندان محکم میکنیم.. و روز یه پرتغال دیگه دوتا بال

پرنده رو جدا میکنیم به طوری که انتها بال رو برشهای هفت و هشت میزنیم و اون قسمتی

که به بدن پرنده وصل میشه رو حالت قوس دایره شکل میدیم... بالها رو در جای خود

قرار میدیم و بعد برای تاج از فلفل دلمه ای کمک میگیریم و شکلش هم طبق بالهاست..

تربچه رو دو برش تقریبا نازک میدیم و آلبالو رو بهش وصل میکنیم.. حالا اول تاج و

سپس چشمهارو در جای خودش قرار میدیم.. پرنده داره خوشگل تر میشه

هویجهارو از آب درمیاریم و توسط یه چاقوی تیز شروع میکنیم به هنرنمایی، اونقدر

اطرافشو و داخل برش هفت رو با چاقو میتراشیم تا شبیه یه نوک قشنگ بشه و اونو هم

.... وصل میکنیم تا پرندمون بتونه آواز بخونه

حالا برای اتمام کارمون آناناس رو یه برش مقطعی میدیم و پرندرو روش محکم میکنیم

راستی پرنده بیچاره هنوز پا نداره با باقس مونده هویج دو تا پای کوچولو هم براش

. درست کنید کارتتون راحت آخه برشش شبیه باله

موفق باشید

تألیف: بهار رضایی



آموزش لازانیای لقمه

برای تهیه این لازانیا، ابتدا هر ورقه از لازانیا را با قیچی به دو قسمت تقسیم می کنیم سپس مایه ماکارونی را درون آن ریخته و لوله می کنیم.

مواد لازم

لازانیا = یک بسته

پنیر پیتزا و سس سفید = به میزان لازم

به تعداد نفرات = مایه ماکارونی

طرز تهیه:

لازانیا را همانند ماکارونی با آب و نمک در روغن جوشانده و در ظرف می ریزیم

هر لازانیا را با قیچی دو قسمت می کنیم

ظرف پیرکس را چرب کرده و مایه ماکارونی را مثل دلمه داخل لازانیا پیچیده و لوله می کنیم و در ظرف می چینیم

وقتی که مواد حاضر شد، سس سفید را روی آن ریخته و پنیر پیتزا را هم روی آن می پاشیم

ظرف حاوی مخلوط فوق را درون فری که از قبل با درجه 175 سانتی گراد گرم کرده ایم، به مدت 45 دقیقه قرار می دهیم، کافی است که پنیر آب شده و طلایی شود در این لحظه غذا حاضر است

در صورت تمایل روی آن را با برشی از نارنج و جعفری تزئین کرده و سرو می کنیم



گردآوری:

هیلدا نبوی

خانه هایی که همیشه تمییز ند

یکی از مشکلات خانم‌ها بخصوص خانم‌های شاغل و کارمند، تمییز کردن خانه و جمع کردن لوازم اضافی است؛ وقتی آنها خسته از کار روزانه به خانه برمی‌گردند و دلشان می‌خواهد چند دقیقه‌ای استراحت کنند تا توان لازم و کافی برای انجام سایر کارها را داشته باشند، متأسفانه معمولاً به جای استراحت باید به فکر جمع کردن خانه باشند. با این‌که خانم‌های خانه‌دار از صبح فرصت کافی برای تمییز کردن خانه دارند، اما اگر این وضعیت برای آنها هم هر روز تکرار شود، به‌طور حتم خوشایند نخواهد بود. بنابراین همه خانم‌ها، چه خانه‌دار و چه کسانی که بیرون از خانه کار می‌کنند، ترجیح می‌دهند هیچ‌وقت با خانه‌ای به هم ریخته و نامرتب روبه‌رو نشوند.

خانم‌هایی که بیرون از خانه کار می‌کنند، معمولاً در روزهای پایانی هفته زمانی را برای نظافت کلی خانه در نظر می‌گیرند. البته بهتر است در این روزها همسر و فرزندان هم به آنها کمک کنند. در این روزها خانه جارو می‌شود، کاشی‌ها و سرامیک‌ها تی کشیده می‌شود و سرویس‌های بهداشتی شسته و ضدعفونی می‌شوند و با شروع هفته‌ای جدید، خانه کاملاً تمیز و مرتب است، اما مهم این است که تمام اعضای خانواده سعی کنند خانه را همیشه به همین شکل نگاهدارند.

مهمان سرزده

خانه همیشه باید به قدری تمیز و مرتب باشد که اگر مهمانی آمد، دچار سردرگمی نشوید. در چنین شرایطی، فقط باید به فکر پذیرایی از آنها باشید و دیگر چندان به خانه نامرتب خود فکر نکنید. البته گاهی اعضای خانواده به محض این‌که متوجه می‌شوند مهمانی در راه است، در مدت زمانی کوتاه تمام وسایل اضافی را داخل اتاق‌ها، کمد‌ها و کابینت‌ها مخفی می‌کنند، اما با این کار و بعد از رفتن مهمانان متوجه آشفتگی بیشتر خانه می‌شوند. در آن زمان است که هرکس باید برای پیدا کردن وسایل خودش همه جا را زیر و رو کند.

نظافت روزانه خانه

اگر عادت کنید هر روز خانه را تمییز کنید، هیچ‌وقت نامرتب و به‌هم ریخته نمی‌شود که بخواهید به فکر تمییز کردن کلی خانه باشید. برای این کار هر روز بعد از بیدار شدن از خواب، تخت خود را مرتب کنید، در کمد‌ها را ببندید، لباس‌ها را سر جای خود بگذارید و کل اتاق خواب را تمییز کنید.

اگر فرزندان شما کوچک هستند، خودتان این کارها را برایشان انجام دهید و اگر به سنی رسیده‌اند که می‌توانند این کار را به تنهایی انجام دهند به آنها بیاموزید بعد از بیدار شدن

از خواب، اتاق خود را مرتب کنند. همچنین باید به آنها یاد دهید شب هنگام خوابیدن اتاق را مرتب کنند و وسایل اضافه را از روی زمین بردارند همیشه سعی کنید اگر چند تکه ظرف کثیف در آشپزخانه مانده است، همان موقع آنها را بشوئید و این کار را به زمانی دیگر موکول نکنید. چون وقتی ظرفشویی آشپزخانه پر از ظرف کثیف باشد، به هم ریختگی آشپزخانه بیشتر به چشم می‌آید

آشپزخانه هم باید تمیز باشد

همیشه سعی کنید روی کابینت آشپزخانه تمیز و مرتب باشد. با این کار علاوه بر داشتن خانه‌ای تمیز، آرامش بیشتری هم احساس می‌کنید. بعد از پخت غذا هم گاز را تمیز و مرتب کنید. اگر همان موقع دستمالی تمیز روی گاز بکشید دیگر نیازی به استفاده از مواد شوینده قوی و... نیست

همیشه سعی کنید اگر چند تکه ظرف کثیف در آشپزخانه مانده است، همان موقع آنها را بشوئید و این کار را به زمانی دیگر موکول نکنید. چون وقتی ظرفشویی آشپزخانه پر از ظرف کثیف باشد، به هم ریختگی آشپزخانه بیشتر به چشم می‌آید

داخل یخچال و فریزر هم با این‌که دیده نمی‌شود، اما همیشه باید تمیز و مرتب باشد. می‌توانید با تقسیم‌بندی فضای داخل فریزر و یخچال و قرار دادن مواد غذایی خاص در قسمت‌های مشخص، همیشه آنها را تمیز و مرتب نگه‌دارید. در ضمن، مواد غذایی را هیچ وقت بدون درپوش داخل یخچال و فریزر نگذارید تا بوی بد و ظاهر ناخوشایند آنها، شما را اذیت نکند

سرویس‌های بهداشتی هم باید روزانه شسته و ضدعفونی شوند تا همیشه تمیز بوده و بوی ناخوشایندی نداشته باشند نظافت فرش و سرامیک

در قسمت‌هایی که فرش و موکت به عنوان کفپوش انتخاب می‌شود، کمتر کثیفی را نشان می‌دهد، اما در مناطقی که زمین خانه سنگ یا سرامیک است، جمع شدن پرز و مو بیشتر مشخص می‌شود و به همین دلیل گاهی خانه نامرتب به نظر می‌رسد. برای این‌که این مکان‌ها هم تمیز باشند، می‌توانید هر وقت متوجه کثیفی آنها شدید، با استفاده از تی آنجا را تمیز و براق کنید

علاوه بر این موارد، سرویس‌های بهداشتی هم باید روزانه شسته و ضدعفونی شوند تا همیشه تمیز بوده و بوی ناخوشایندی نداشته باشند

در نهایت همیشه به خاطر داشته باشید با همکاری همه اعضای خانواده، می‌توانید براحتی خانه‌ای تمیز و مرتب داشته باشید. در این شرایط، خانم‌های شاغل هم با خیال راحت به محل کار می‌روند و نگران تمیز کردن خانه نیستند

حلقه های راز گشا



مراحل زیر را به ترتیب انجام دهید تا معجزه ای شگفت انگیز را متوجه شوید. ابتدا کف دو دست تان را روبه روی هم قرار دهید و دو "انگشت میانی" دست های چپ و راست تان را پشت به پشت هم بچسبانید. چهار انگشت باقی مانده را از نوک آن ها به هم متصل کنید. به این ترتیب، تمامی پنج انگشت به قرینه شان در دست دیگر متصل هستند.

سعی کنید "انگشت های شست" را از هم جدا کنید. انگشت های شست، نمایانگر "پدر و مادر" هستند. انگشت های شست می توانند از هم جدا شوند زیرا تمام انسان ها روزی می میرند. به این صورت پدر و مادر، روزی ما را ترک خواهند کرد و خود ما نیز زمانی که شریک زندگی مان را انتخاب کنیم، خانه ی پدری را ترک می کنیم

دوباره انگشت های شست را به هم متصل کرده و سعی کنید "انگشت های دوم" را از هم جدا نمایید. انگشت های دوم (انگشت اشاره) نمایانگر "خواهران و برادران" هستند. آنان هم برای خود، همسر و فرزندان دارند. این هم دلیلی است که آنان ما را ترک کنند.

حال پس از متصل کردن انگشت های اشاره ، سعی کنید " انگشت های میانی " را از هم جدا کنید. انگشت های میانی، نمایانگر "خود" ما هستند که وجود آن ها نشانه ارتباط ما با کل اعضای خانواده می باشد

اکنون انگشت های میانی را روی هم بگذارید و "انگشت های کوچک" را از هم جدا کنید. انگشت کوچک، نماد "فرزندان" هستند. دیر یا زود آنان ما را ترک می کنند تا به دنبال زندگی خود بروند

انگشت های کوچک را نیز روی هم بگذارید. سعی کنید "انگشت های چهارم" (همان ها که در آن حلقه ازدواج را قرار می دهیم) را از هم باز کنید. به احتمال زیاد متعجب خواهید شد که به سختی می توانید آن ها را از هم باز کنید به این دلیل که آن ها نماد " زن و شوهر " هستند و برای تمام عمر به هم متصل باقی می مانند.

عشق های واقعی همیشه و همه جا به هم متصل باقی خواهند ماند. هر چند مطلب فوق یک افسانه ی چینی است اما اگر هر کدام از ما با این حس که پیوندمان با همسرمان ناگسستگی است و تحت هر شرایطی باید در کنار هم بمانیم زندگی مشترک را شروع کنیم ، آن وقت خیلی بهتر با مشکلات که لازمه ی هر زندگی است کنار می آئیم.

گردآوری:

هیلدانبوی

به پایان آمد این دفتر حکایت همچنان باقی ست

خوب!

این نسخه از مجله هم به پایان رسید پایانی که شاید یک شروع دیگر را واسه خوانندگان این مجله رقم بزند چه بهتر که یک شروع خوب باشد. شروعی که در آن تغییرات مثبت و رو به جلو لحاظ شده باشد. زندگی با همه خوب و بدش، با همه کم و زیادش گذراست. باید گذشت، از خوبیاش و از بدیاش! چون بگذری یا نگذری میگذرد و فقط چیزی که میماند خاطرات ماست. چه بهتر که از لحظاتی که داریم، حتی اگه به سختی میگذرد، خاطراتی خوب خلق کنیم. در آخریادی میکنیم از عزیزانی که ما را در جمع آوری و تهیه این مجله یاری کرده اند:

ویراستار:

هیلدانبوی-پیمان صادقیان

مطالب:

هیلدانبوی

مطهره اعتمادی

بهارضایی

فاطمه عارفی

م.بابایی

با تشکر

پیمان صادقیان

