

حیات روز

امام حسن (ع): هیچ قومی یا یکدیگر مشورت نکردند مگر آنکه به راه پیشرفت خود رهنمون شدند.

وصیت نامه شهید

عباس دوران: در شهادت امشب شکم غم نریزد؛ زیرا من به خاطر خدای خود و تعهدات دینی و وجدانی و اسلامی خود به فرمان امام امت و برای پیروزی حق بر باطل، افتخار شهادت پیدا می‌کنم و بر حسب آیات قرآن کریم، من نمرده وزنده هستم و به برادرانم بگویند که من همیشه در میان شما خواهم بود.

دیزرائیلی: عمر آنقدر کوتاه است که نمی‌ارزد آدم حقیر و کوچک بماند.

شناسنامه

روزنامه اجتماعی - سیاسی - ورزشی

صاحب امتیاز و مدیر مسئول: رضا محزونیه
سر دبیر: مرضیه ربیعی
امتیاز: ۴۷/۵۰ رتبه ۵۰ در بین ۱۲۰ روزنامه کشور
دفتر: تهران بزرگراه جلال آل احمد، بین خیابان کارگر و اتوبان چمران، کوی پروانه، پلاک ۲ واحد ۱
تلفن: ۰۲۱-۸۸۰۱۹۱۲۹
فاکس: ۰۲۱-۸۸۳۵۳۲۹۷
روابط عمومی: ۰۲۱-۸۸۳۵۶۲۸۱

توزیع تهران: موسسه فرهنگی هنری راه زندگی
۰۲۱-۶۶۲۲۶۱۱
امور شهرستانها:
۰۲۱-۶۶۴۶۱۷۷۰ - ۶۶۹۷۳۷۱۴ - ۶۶۹۷۳۶۷۸
لینو گرافی و چاپ:
۰۲۱-۶۶۷۹۵۳۴۸
وب سایت روزنامه نسل فردا:
http://www.nasleforda.net
پیام کوتاه: ۳۰۰۷۲۲۲۲
اینستاگرام: naslefordanews
تلگرام: nasleforda

روزنامه نسل فردا

روزنامه رسمی صبح ایران

روزنامه های غیر دولتی و تعاونی مطبوعات

آیین نامه اخلاق حرفه ای:
http://www.nasle-farda.ir/html/item/6

یکشنبه ۱۴ آبان ۱۳۹۶ | سال بیست و ششم
شماره ۵۵۳۸ | ۵ نوامبر ۲۰۱۷ | ۱۶ صفر ۱۴۲۹
۱۲ صفحه | ۱۰۰۰ تومان

Nasle farda **نسل فردا** **روزنامه نسل فردا**

وب گردی

خوردن سگ برای درمان بیماری و پریشانی!!

۱ خوردن سگ برای درمان بیماری و پریشانی

ایگورت ها، مردم بومی کوه‌های شمالی فیلیپین، معتقدند که سگ‌ها نگهبانان معنوی با ویژگی‌های عرفانی هستند. گفته می‌شود دندان‌های سگ برای درمان نیش مار و حتی صاعقه مناسب است. این دندان‌ها با خواص جادویی که داشتند، به شکل گردنبند یا طلسم استفاده می‌شدند. همچنین ایگورت‌ها تصویر سگ‌ها را خالکوبی می‌کردند تا الهام بخش چابکی و قدرت آن‌ها باشد. علاوه بر این، ایگورت‌ها گاهی گوشت سگ را برای درمان می‌خوردند. این کار به ندرت و فقط در مراسم خاص انجام می‌شد.



۲ شغل عجیب جدا کننده جوجه تر و ماده

این شغل زیاد جالب نیست؛ اما با وجود درآمد ۶۰۰۰۰ دلاریش در سال، یک شغل پرطرفدار به نظر می‌رسد. برای اینکه وارد این شغل شوید، ابتدا باید آموزش ببینید و مدرک لازم را در این زمینه کسب کنید. جدا کردن جوجه‌ها می‌تواند یک کار بسیار تکراری باشد؛ اما بسیار مهم است؛ زیرا مرغ‌ها و خروس‌ها زندگی بسیار متفاوتی خواهند داشت. دقت ۹۵٪ به بالا در جدا کردن جوجه‌ها به این معناست که در این شغل موفق هستید و حتی می‌توانید در رقابت‌های جدا کردن جوجه‌های تر و ماده شرکت کنید.



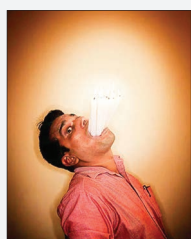
۳ چتر دریایی غول پیکر

چترهای دریایی بال‌های اقیانوس هستند؛ البته این تا زمانی است که زیر آن‌ها پروید و ششک‌های آن به شما آسیب نزنند. آن‌ها ظاهرایی بی‌خطر به نظر می‌رسند؛ اما اصلا این طور نیست. چتر دریایی می‌تواند بسیار خطرناک باشد و انسان را دچار سکنه یا مرگ کند. سکنگی به میزان سمی دارد که در آن لحظه وارد بدن شخص می‌کند. چترهای دریایی زیادی مشاهده شده که مبتلا به ژیکانتسم هستند و حتی در فیلم هم ثبت شده‌اند. این موجودات به آرامی حرکت می‌کنند و این برای غواصانی که در نزدیکی آن‌ها شنا می‌کنند، نعمتی است. در موارد بسیاری آن‌ها را سواحل دیده شده‌اند که همین هم می‌تواند خطرناک باشد؛ زیرا این‌ها روی سطح هم کار می‌کنند.



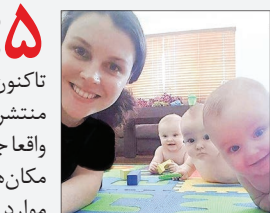
۴ رکورد عجیب مرد هندی با نگه داشتن شمع‌های روشن در دهانش!

مرد اهل بمبئی هند، با نگه داشتن بیشترین شمع روشن در دهانش، نام خود را در کتاب رکورد گینس ثبت کرد. «پنشن آبادایا» ۲۲ شمع روشن را در دهان خود نگه دارد و نامش را در کتاب گینس ثبت کند. ویدئویی که در صفحه فیس بوک رکوردهای گینس منتشر شده است، وی را در حالی که این تعداد شمع را در دهان خود قرار داده، نشان می‌دهد. با وجود اینکه تنها ۱۸ ساعت از انتشار این ویدئو می‌گذرد، حدود ۳.۷ میلیون نفر از آن بازدید کرده‌اند. «پنشن» که دارای استعداد فراوانی است، نخستین بار نیست که نامش را در کتاب گینس ثبت می‌کند. او که یک معلم است، دارای ۵۷ رکورد محلی و ۳ رکورد جهانی است. از رکوردهای وی می‌توان به خوردن بیشترین دانه انگور (۷۳ دانه) در مدت ۱ دقیقه و نگه داشتن بیشترین توپ بیلیارد با دست یک (۱۰ توپ) اشاره کرد.



۵ زیباترین سلفی که تاکنون ثبت شده است

تاکنون سلفی‌های متفاوت بسیاری ثبت و منتشر شده است که برخی در جای خود واقعا جالب و دیدنی هستند. تصاویری از مکان‌های مختلف یا لباس‌های خاص و موارد بسیاری دیگر که خلاقانه و جالب توجه است و اما در این میان سلفی زیبایی در فضای مجازی در حال انتشار و دست به دست شدن است. تصویری از یک مادر با سه قلوهایش که ژستی نمکین و جذاب دارند. گویا می‌دانند که قرار است عکس سلفی ببینازند.



۶ بر خورد سوپر من با هواپیمای در حال پرواز

بر خورد سوپر من با یک هواپیمای در حال پرواز تیتسری بود که چند روز گذشته در رسانه‌های خارجی جنجال به پا کرده است. در دنباله پرواز یک شی ناشناس با هواپیمایی در حال پرواز که اعضای یکی از تیم‌های مشهور ملی بسکتبال آمریکا به نام اکلاهاما سیتی ساندرز از مینیاپولیس به شیگاکو انتقال می‌داد، نشریه‌های خارجی با توجه به مجهول بودن آن به آن هواپیمای آسیب وارد کرده، به عنوان شوخی ماجرا را به «سوپرمن» شخصیت خیالی قضا که از قدرت‌های ماوراءالطبیعه برخوردار بود و مدام در آسمان پرواز می‌کرد، ارتباط دادند. اتیون آدمز بکستبالیستی که در این هواپیما حضور داشت، گفت: با وجود این حادثه ما پرواز خوبی داشتیم، با تریک پترسن نیز از کسانی بود که به شوخی سوپرمن را با این حادثه مرتبط دانست و گفت: قطعا پای او در میان است و این کار فقط از وی ساخته است.



۷ مضمئن کننده ترین صحنه‌ای که یک دندانپزشک با آن روبه‌رو شد

ویدئویی که به تازگی منتشر شده است، مضمئن کننده ترین صحنه‌ای را که یک دندانپزشک ممکن است با آن روبه‌رو شود، به تصویر می‌کشد. این ویدئو دندانپزشک بدشانس را در حال درمان یک زن که دهانش پر از کرم است، نشان می‌دهد؛ در حالی که دهان این بیمار باز است، کرم‌های زیادی در اطراف دندان‌های زرد رنگ وی جولان می‌دهند. اگرچه مکان دقیق این ویدئو مشخص نیست؛ اما گفته می‌شود این اتفاق در هندوستان رخ داده است. اگرچه پزشکان همیشه به افراد در خصوص مراقبت و پاکیزه نگهداشتن دندان‌های خود توصیه اکید دارند اما این نخستین بار نیست که یک دندانپزشک با چنین موردی مواجه می‌شود. گفتنی است در مارچ ۲۰۱۵ دانش آموزی بانام آنا کاردوسا که به علت تورم شدید لثه خود، به دندانپزشک مراجعه کرده بود، پزشک هنگام درمان از دهان وی ۱۵ کرم زنده خارج کرد.



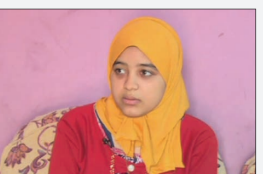
۸ متفاوت ترین شیوه مشق نوشتن در دنیا

مدرسه‌ای در هندوستان وجود دارد که دانش آموزان آن تکالیف خود را با هر دو دست انجام می‌دهند؛ روش خاص مدرسه‌ای دور افتاده ۱۰ «سنیگریولی مادیا پرادش» هندوستان که از سال ۱۹۹۹ تاکنون پلر جاست. ۱۰ درصد از جمعیت کل دنیا چپ دست هستند و در این میان تنها یک درصد از مردم دنیا قادرند همزمان از هر دو دست خود در نوشتن استفاده کنند؛ اما همه ۳۰۰ دانش آموز مدرسه «ونه وندینی» هند قادر به انجام این کار هستند. مدیر مدرسه انگیزه این کار را با الهام گرفتن از نخستین رئیس جمهور هند، دکتر راجندر پراد که با هر دو دستش می‌نوشت، عنوان کرده و معلم‌ها را با رفتن این مهارت در دانش آموزان اصرار ویژه‌ای دارند؛ هر کلاس ۴۵ دقیقه طول می‌کشد و ۱۵ دقیقه پایانی آن به تمرین‌های نوشتاری درس اختصاص پیدا می‌کند. در این بین برخی از دانش آموزان تمرین‌های خود را به چندین زبان دنیا می‌نویسند؛ در این روش کلمات مشابه در زبان‌های مختلف در یک زمان نوشته می‌شوند، ترفندی که باعث افزایش تمرکز و توانایی‌های ذهنی دانش آموزان خواهد شد. پژوهشگران کره جنوبی چندی پیش برای دیدار و مطالعه روی بچه‌ها از این مدرسه بازدید کردند.



۹ در خشش تحصیلی دختری که با دهانش می‌نویسد

رحمه عادل علویه دختر ۱۵ ساله مصری، مقاطع تحصیلی را یکی از پس از دیگری با موفقیت پشت سر می‌گذارد؛ در حالی که از ناحیه دست دچار معلولیت بوده و تنها با دهانش قادر به نوشتن است. وی که در موسسه دخترانه الزهراء واقع در استان جیزه تحصیل می‌کند، بدون داشتن هیچ امکانات خاصی امتحانات نهایی خود را قبول شد. پدر رحمه در باره وضعیت دخترش گفت: ما مدت‌ها پیش متوجه شدیم که او دچار ضعف بوده و به اندازه همنس و سالان خود قوی نیست؛ اما به خاطر تشخیص اشتباه پزشکان و شرایط بد مالی که داشتیم، موفق نشدیم که او را از این وضعیت نجات دهیم و به موقع در راه درمان او قدمی برداریم. فکر می‌کنیم حالا دیگر برای این صحبت‌ها دیر است. مادر وی در صحبت‌هایش گفت: دخترم به ترفنی نوروژنیک مبتلاست که نوعی کاهش یافت عضلاتی است. او حتی کارهای ساده روزمره خود را تنها با کمک اعضای خانواده انجام می‌دهد؛ اما رحمه تسلیم نشد و اصرار داشت که تحصیل کند، همسرم روزانه به مدرسه‌اش رفته و به امور او رسیدگی می‌کند. پدر رحمه نسبت به تلاش وی برای نوشتن با وجود مشکلی که داشت، ابراز شگفتی کرد و گفت: دخترم با پشتکاری که در این زمینه داشت، مایه افتخار ماست و حیرت همگان را برانگیخت. پزشکانی که پرونده پزشکی او را دنبال می‌کردند، معتقدند شاید در کشورهای خارجی راهی برای درمان رحمه باشد؛ اما پدر این دختر در حال حاضر توانایی مالی برای انجام این کار ندارد.



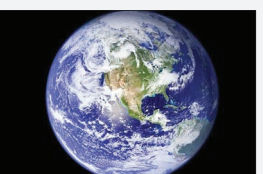
۱۰ تولد کوچک ترین پستاندار جهان

سه سمور آبی در اوایل ماه می میلادی در باغ وحش سناتیلر پارک ایالت کالیفرنیا به دنیا آمدند. این سه سمور آبی، که کوچک‌ترین پستاندار جهان هستند برای نخستین بار طی ۶ سال اخیر در این باغ وحش متولد شدند و والدین این سه سمور آبی، گیل و بیتا هستند که اکنون باید پرورش این سه رابره‌همه‌نگیر بگرداند. محیط زیست، کلکت نخل روغنی و شکار، عوامل تهدید کننده این گونه نادر در حیات وحش محسوب می‌شوند.



۱۱ شکاف لایه سه ازون کوچک تر شده است

بررسی و اندازه گیری سوراخ لایه ازون به وسیله ماهواره در سال جاری نشان می‌دهد، این سوراخ به کوچک‌ترین اندازه از سال ۱۹۸۸ رسیده است. این سوراخ سپتامبر هر سال بالای قطب جنوب به وجود می‌آید. سوراخ لایه ازون نخستین مرتبه در سال ۱۹۸۵ میلادی دیده شد که در اواخر زمستان نیمه جنوبی کره زمین به وجود می‌آید. به طور کلی دانشمندان اعلام کرده‌اند سوراخ لایه ازون در ۲۰۱۶ و ۲۰۱۷ میلادی به دلیل متغیرهای طبیعی کوچک‌تر شده است؛ اما آنها پیش بینی می‌کنند سوراخ لایه ازون تا ۲۰۷۰ میلادی بهبود یابد و به سطح آن در دهه ۱۹۸۰ میلادی برسد. سازمان‌های ناسا و NOAA مسیر بهبود و رشد سوراخ لایه ازون را هر ساله رصد می‌کنند. به هر حال این یافته‌ها اهمیت زیادی دارند. زیرا لایه ازون زمین مانند یک ضدآفتاب عمل می‌کند و زمین را در برابر اشعه مضر مافوق بنفش محافظت می‌کند. این اشعه به سرطان پوست و آب‌مروارید منجر می‌شود. همچنین به سیستم‌های ایمنی و گیاهان آسیب می‌رساند.



عکس روز



عزاداری اربعین حسینی زائران پاکستانی در مرز میر جاوه منبع فارس

روانشناسی

چگونه‌ها از ترس خلاص شویم؟

مرضیه ربیعی | اسر دبیر
mr3150110@gmail.com



ترس از بین خواهد رفت و خود را در حالتی معمولی و متمرکز خواهید یافت. روش دیگر اینکه موقعی را که در مقابله با ترس پیروز شده‌اید، به خاطر بسپارید وقتی که برای اولین بار خود را عوض کنید. شیوه دیگری که برای از بین بردن ترس موثر واقع می‌شود، این است که به احساسات فیزیکی تمرکز کنید که به طور جاری تجربه می‌کنید؛ احساساتی که احتمالا فقط به عنوان ترس می‌شناسید بعد روی آن احساساتی تمرکز کنید که دوست دارید، در عوض تجربه کنید؛ مثل شجاعت، اعتماد با نفس، آرامش و... این دو احساس را در ذهن خود نگه دارید آن گاه آهسته بین آن‌ها رفت و آمد کنید و در هر کدام حدود پانزده ثانیه بمانید. پس از یک یا دو دقیقه،

اینستاگردی



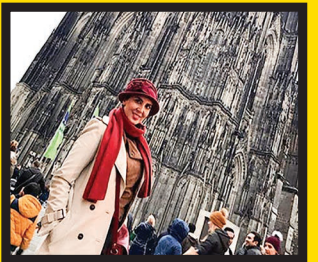
اشکان خطیبی و همسرش



امیر کر بلائی زاده و همسرش



حمیدرضا یگانه و سیاوش خیرابی در پشت صحنه سریال جدید حسین سهیلی زاده به نام هست و نیست



لیلا بلوکات در کشور آلمان

خانواده سالم

نکات طلایی برای حل اختلافات زناشویی

داشتن یک زندگی زناشویی سرشار از آرامش، خواسته هر زوجی است؛ اما معمولا به راحتی به دست نمی‌آید و مهارت‌هایی را طلب می‌کند که در زیر به پارای از آنها اشاره شده است:

۱ احساس منفی خود را بیان کنید
گاهی اوقات زوجین هنگام اختلاف و مشکل، به جای بیان ناراحتی و خشم خود، آن احساس را به نمایش می‌گذارند. مثلا آخر می‌کنند، حرف نمی‌زنند، داد و فریاد می‌کنند... نکته مهم این است که اگر ناراحتی خود را به زبان نیابرد، همسرتان متوجه نمی‌شود که شما چقدر احساسی دارید. به جای نمایش احساسات با رفتارهای ناسنجیده، با کلمات مناسب احساس خود را بیان کنید. با بیان احساسات خود، زمینه مناسبی را برای حل مشکلی که چنین احساساتی را در شما به وجود آورده است، فراهم می‌کنید.

۲ مراقب کلام خود باشید
تحقیر، توهین، تهدید، سرزنش و پر خاشگری نکنید. اگر صیدایتان بلندتر شده یا تند و با پر خاشگری صحبت می‌کنید، کمی مکث کنید تا آرام شوید و سپس به صحبت‌هایتان ادامه دهید.

۳ اختلافات گذشته را به میان نکشید
آنچه که در شرایط معمول مانع از حل اختلاف می‌شود، آن است که معمولا پس از بروز یک اختلاف، زوجین مشکلات قبلی و قدیمی را هم به میان می‌آورند. این موقعیت تنها باعث پیچیده تر شدن مشکلات می‌شود. طوری که دیگر هیچ راهی برای حل مشکل اصلی باقی نمی‌ماند سعی کنید هر دفعه در باره یک موضوع بحث کنید و تنها روی آن موضوع تمرکز داشته باشید.

۴ مسئله‌های که بر سر آن اختلاف نظر دارید را دقیقاً مشخص کنید
مشکل اصلی را پیدا کنید و دقیقا بدانید که در باره چه موضوعی با همسرتان بحث می‌کنید و اختلاف اصلی چیست. باز کردن و تشریح مشکل به شما و همسرتان یک نمای کلی از مسئله می‌دهد. تعریف دقیق و روشن مسئله گام مهمی برای حل آن است.

۵ به خواسته‌های خود و همسرتان توجه کنید.
دقت کنید هر دو چه می‌خواهید؟ هر دو نیازها و خواسته‌هایتان را بیان کنید. سعی کنید نظر اتان را به همسرتان تحمیل نکنید. مشکل را از زاویه دید همسرتان نیز ببینید و خواسته‌ها و نگرانی‌هایش را در باره مشکل موجود درک کنید.

۶ در باره اینکه چگونه هر یک از شما در ایجاد مشکل موجود سهیم هستید، صحبت کنید
بسیاری از زوجین در هنگام بحث کردن، سعی می‌کنند ثابت کنند که مقصر نیستند و حق با آنان است و علت مشکلات ایجاد شده همسرشان است و او مقصر اصلی است. دقت کنید هیچ مشکلی با همتم شناختن همسرتان حل نخواهد شد. تنها این عمل او را در موضع دفاع قرار می‌دهد و اختلافات پیچیده تر می‌شود. صادقانه سهیم خود را در ایجاد و تداوم مشکل بررسی کنید و در باره آن با همسرتان صحبت کنید. این رفتار شما باعث می‌شود او نیز اشتباه‌های خود را در ایجاد مشکل راحت‌تر بپذیرد.

۷ مشخص کنید که هر یک از شما برای حل مشکل چه اقداماتی را انجام می‌دهد
به همسرتان بگویید او چه کار می‌تواند بکند، در عوض به او بگویید که چه کاری از دست خودتان ساخته است. سوالاتی مانند؛ "فکر می‌کنی چه کمکی از دست من بر می‌آید؟" و "دوست داری من چه کار کنم؟" کمک کننده است. بعد از آنکه برای مشکلاتتان راه حل پیدا شد و هر دو با آن موافق بودید، ببینید چگونه توانستید به جای طفره رفتن و پر خاشگری، علت اصلی مشکلاتتان را پیدا کنید و به راه حل مناسبی دست یابید. صحبت در باره این موضوع باعث می‌شود که هر دوی شما بیاموزید در زمان بروز مشکل، چگونه با یکدیگر برخورد کنید و به نتیجه دلخواه دست یابید.