

□ محمد رضا پولادی

فوتبال ایرانی: حاشیه ایرانی

شده است هر چند که همین ورزشگاه هم با استانداردهای روز فاصله زیادی دارد. لیگ حرفه‌ای خود را در حالی آغاز کرده که ما چندین سال سابقه برگزاری لیگ سراسری را در جنته داشتیم آنها با آوردن بازیکنان بزرگ اروپایی که سن شان



نزدیک بازیکنی بود به مانند زکولایت بارسکی افاکائو و... فاکتور تجربه / جذب تماشاگران بیشتر و نگاه ویژه رسانه جهان به این ستاره را برای خود به ارمغان آوردند ولی تیم های ما از دهه گذشته تا حال نتوانستند که بازیکن مطرح و ستاره‌ای نامدار را به فوتبال ایران وارد کنند.

آنها بر تیم های پایه خود سرمایه گذاری نمودند ولی ما توجهی به این تیم های خود نکرديم و آنها را به حال خود رها کردیم و اگر هم موفقیتی را بدست آوردیم کوتاه مقطعی بود.

به راستی تعداد بازیکنانی که از تیم های پایه رشد کرده باشند و به تیم ملی راه یافته باشند به اندازه انگشتان یک دست میرسد؟ علی دایی ستاره فوتبال ملی ما در سن ۲۴ سالگی اولین بازی ملی خود را انجام داد و هنوز که هنوز است نتوانستیم جانشینی برای او پیدا کنیم. تیم های سپاهان، استقلال و پرسپولیس ما از کدام بازیکن تیم امید کشورمان در ترکیب خود استفاده می کنند؟ ولی بازیکنان تیم امید ژاپن که در نهایت به مقام چهارم المپیک رسیدند مورد انتخاب چه تیمی قرار گرفتند؟ تفاوت دیگر ما با ژاپنی ها در سرمایه سوزی می باشد آنها با بزرگان خود چه بر خوروی کردند؟ آنهاهی که به علم مربیگری علاقه داشتند را به کلاسهای پیشرفت فرستاده تا از داشتن مربیان بزرگ هم بی بهره نباشند ولی ما علی دایی چه کردیم؟ با قلعه نوعی چی؟ همین طور استیلی، ایکاو، یوزی، ایلروانی... آیا اینها که نسل طلایی ما در جام جهانی ۹۸ فرانسه بودند را به کدام کلاس پیشرفته فرستادیم؟

وجود مدیران کاربلد در هر عرصه ای از اصول اولیه آن کار می باشد ولی ما از آن هم بهره لازم را نبرديم هر مدبری آمد فقط به فکر چیزی که نبود پیشرفت و آینده فوتبال بود آنها روی جلد مطبوعات و تیتراژ اول بودن را به سایر موارد ترجیح دادند که این خود باعث تولد قارچ گونه حاشیه است و تا این طرز فکرها در راس فوتبال ما باشد ژاپن و کره که هیچ از مالزی و امارات و قطر هم عقب تر خواهیم رفت.

آقایان این فوتبال درماده که نه دیگر پدیده ای را شکوفای می کنند نه مربی کاران و به روزی را روی می کنند نه حتی داور مطرحی در سطح آسیا دارد در فریاد شاید که فردا باشد.....

اینها تنها گوشه ای از تفاوت فوتبال ما با کشوری مانند ژاپن بود که چهارم المپیک شده و در جام جهانی از گروه خود با اقتدار صعود می کند و حرف قابل بحثی در فوتبال دنیاست ما با که بیش از ۳۶ سالست که رنگ المپیک را ندیده ایم و بزرگترین آرزویمان رفتن به جام جهانی و حضور در جمع ۳۲ کشور حاضر در این تورنمنت مهم جهان است.

ادامه دارد...

هفته قبل المپیک لندن با تمام لیخنده ها و اشک ها به پایان رسید و یسان المپیک های قبل به تاریخ پیوست. این المپیک در خشان ترین دوره حضور تیم های ورزشی ایران در تمام ادوار گذشته بود و امید است که در آینده دیگر بدین روال نباشد و ما در دوره های آینده بهتر از این المپیک عمل کرده و در زره بزرگان ورزش دنیا جایگاه همیشگی بنا سازیم.

نگاه به پشت سر اگر برای عبرت آموزی باشد کاری ست معقول و بجای ولی اگر برای خوابیدن در باد گذشته باشد راهی ست به سوی تباهی.

فوتبال در المپیک:

دو تیم حاضر در مرحله نیمه نهایی مسابقات فوتبال المپیک از قاره آسیا بودند کره جنوبی و ژاپن این دو کشور که از رقیبان کشور ما هستند با بازی های زیبا و شکست دادن حرفیان بزرگ و نامداری همچون بریتانیا و اسپانیا وجود شایسته خود را به جهانیان اثبات نمودند و رنگ خطر را برای فوتبال ملی ما به صدر آوردند. کره جنوبی از گذشته های دور به همراه کوییت از رقیبان ما بودند که بارها از فوتبال ما شکست خوردند و گرفتن امتیاز از تیم ملی ایران آرزوی بزرگ برایشان محسوب می شد ولی کشور ژاپن در دوران افول فوتبال ملی ما بود که رشد خود را آغاز نموده و با یک برنامه ریزی حساب شده و مدبریتی کار آمد در حال تبدیل شدن به یکی از تیم های خوب جهان است به طوری که ادعای قهرمانی در جام جهانی ۲۰۵۰ را در سر می پروراندند..

مرد ژاپن تا دهه ۸۰ میلادی علاقه ای به فوتبال از خود نشان نمی دادند و بیشتر به والبال و کریکت ورزش های رزمی علاقه مند بودند ولی از آنجایی که دیگر فوتبال یک سرگرمی و بازی صرف نیست و تبدیل به یک صنعت شده کشور پیشرفته ژاپن که خود از غول های اقتصادی دنیاست بر آن شد که فوتبال خود را فوتبال یک سرگرمی و بازی صرف نیست و تبدیل به یک صنعت شده کشور پیشرفته ژاپن که خود از غول های اقتصادی دنیاست بر آن شد که فوتبال خود را فوتبال یک سرگرمی و بازی صرف نیست و تبدیل به یک صنعت شده کشور

بنابراین مدیران ارشد این کشور بر آن شدند که در اولین مرحله مردم خود را به این رشته جذاب علاقمند کنند و این کار به وسیله تلویزیون و آواز کاروی کودکان

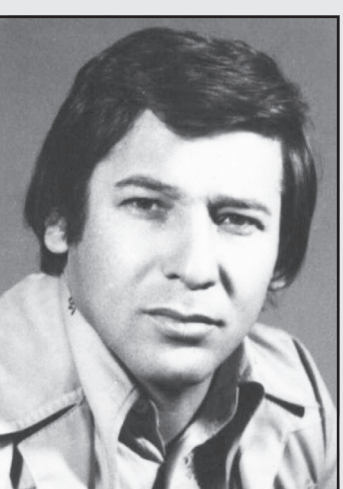


خود را آغاز کردند. کار تو فن تو تالیست ها را ساختند که نه تنها کودکان ژاپنی را بلکه کودکان دیگر کشورها را بیش از پیش به فوتبال این جادوی عصر حاضر را علاقمند نموده طوری که بزرگانی همچون زیدان لیل پیرو و روبرتو باجو انگیزه اولیه گرایش خود به فوتبال را تماشاچی این کارتون دوست داشتند دانسته اند. و این نشات گرفته از فرهنگ سازی رسانه بر قدرتی همچون تلویزیون است که متأسفانه

ما از این امر مهم بی بهره بوده ایم. در مرحله بعد امکانات سخت افزاری خود را توسعه و ترقی دادند به طوری که سالهاست که فینال بین دو تیم قهرمان باشگاه های اروپا و آمریکا جنوبی را در شهر توکیو میزبانی کردند و در کل دارای استادیم های مطابق با استانداردهای روز دنیا شدند که ما از این یکی هم محروم مانده ایم و هنوز دلمان به ورزشگاه بزرگ و قدیمی آزادی دوخته ایم که کم کم وارد ۴۰ سالگی خود

داری های استقلال، پرسپولیس از ابتدا تا کنون

□ محمد رضا پولادی



تماشا بنشینند. سراسر نیمه اول بازی جذاب و پراز حادثه بود که با برتری فرمز پوشان به پایان رسید.

در نیمه دوم را بکوف که شکست را احساس میکرد دست به تغییر تاکتیک زد و از سیستم جدید و نو آور ۲-۴-۴ خود دست کشید و با تعویض جواد قرباب و آوردن عباس مژده ای با سه فوراً در دروازه حریف تاخت.

حساسیت بازی باعث شد که بازیکنان خونسردی نیمه اول خود را از دست داده و رو به بازی احساسی آوردند. در دقیقه ۷۵ بازی در پشت محوطه جریمه پرسپولیس خطایی به نفع تاج اعلام شد که همین خطا و سانتر دقیق علی جباری عباس مژده ای را در موقعیت عالی قرار داد و او موفق شد نتیجه بازی را برابر کند. این گل موجب شد تا در گریه های افزایش یابد و همایون بهزادی با مدافع تاجی ما مهدی لویسانی زمین بازی را با رنگ و بوکس اشتباه گرفته و حسابی از خجالت یکدیگر در آمدند و داور هر دو را با کارت قرمز به بیرون از زمین هدایت کرد ولی این پایان ماجرا نبود چرا که در دقیقه ۸۰ روی کار ارسال هوایی مهرباب شاهرخی به شدت آسیب دید و لحظاتی در درون زمین بیهو شد و با اعتراض حسینی کلانی به داور تعداد احرارجایی تین پرسپولیس به عدد ۲ رسید و همین امر باعث شد که بازیکنان پرسپولیس زمین بازی را ترک کنند.

فدراسیون فوتبال نتیجه بازی را سه بر صفر به نفع تاج اعلام کرد و همایون بهزادی حسینی کلانی و مهرباب شاهرخی از پرسپولیس و مهدی لویسانی از تیم تاج را چندین ماه محروم کرد.

اجرای حرکات رزمی کونگ فو پرتو آ- پرتو آ در راهپیمایی روز قدس

سرویس خبری: علیرضا گلچین

همراهان: نواز تاجیک - امیر نظریه - محمدرضا سقازاده - مصیب حسینی - رضا ارژنی - علی بازاری - حسن علی هاشمی - اکبر افشاریان - امین افشاریان - محمدرحمانی - حبیب دهقان - رضا دالمن - محمدرضا جوکاران - علی رضا پیرو - محمد ذریه اله تاجیک - محمد فهیم تاجیک - فرهاد ریز - محمد درستی



میربان، حسین احمدی - مهدی عبدالمهدی - محمد علی آتش روز - محمد مهدی و کیلی

دیدار ششم مسابقات قهرمانی باشگاههای ایران سال ۱۳۴۹ یکشنبه ۲۷ دیماه ۱۳۴۹ استادیم امجدیه تاج یک پرسپولیس یک (تا دقیقه ۸۰) گل: حسینی کلانی (۲) برای پرسپولیس و عباس مژده ای (۷۵) برای تاج



دو بار: راشد پرازنده با کمکهای حسین سلیم آبادی و علی الهی اخراج: همایون بهزادی و حسینی کلانی از پرسپولیس و مهدی لویسانی از تاج تماشاگر: ۱۵ هزار نفر تاج: فرهنگ بادکوبه/نصراله عبدالمهدی/پیروز فلیج خانی (کاپیتان)/ مهدی لویسانی/اکبر کارگر جم/جلال طالبی/کارو حق وردیان/علی جباری/ جواد قرباب (از نیمه دوم عباس مژده ای)/اعلام حسینی مظلومی و مهدی حاج محمد مرئی/بکوف

پرسپولیس: عزریز اصلی/ابراهیم آشتیانی/اکبر محمدی/جعفر کاشانی/مهرباب شاهرخی/اصغر ادیبی/فردین معینی/علی پروین/احسینی کلانی/همایون بهزادی (کاپیتان) و رضا وطنخواه مرئی- حسین فکری

زمنستان سرد سال ۱۳۴۹ در یک روز آفتابی دو تیم پر طرفدار تهرانی در مرحله نیمه نهایی مسابقات قهرمانی کشور با تمام قوا به دیدار یکدیگر رفتند. پرسپولیس از همان لحظه شروع با هجوم های ویران کننده دروازه تاج را آماج حملات خود قرار داد و در دقیقه دوم بازی توسط گلزن بزرگ خود حسینی کلانی موفق شد دروازه تاج را باز نماید و این گل باعث شد تا تماشاگران بازی گرم و مهیجی را به

رزمی کاران رشته کونگ فو پرتو آ- پرتو آ باشگاه های جوانمردان و دلاوران همچون سال های گذشته همگام با مردم غیور و شهید پرو کازرون در راهپیمایی بزرگ روز قدس شرکت نمودند. این رزمی کاران با تجمع در میدان شهدا حرکات زیبای کونگ فو پرتو آ- پرتو آ را به نمایش گذاشتند و مورد تشویق شرکت کنندگان و مسئولین قرار گرفتند. هم چنین از طرف رئیس سازمان تبلیغات اسلامی شهرستان از یکایک رزمی کاران که با حضورشان موجب دلگرمی راهپیمانان شده بودند قدر دانی شد.

حسین احمدی رئیس هیئت ورزشهای رزمی و عضو شورای فنی پرتو آ- پرتو آ استان فارس اظهار داشت: امسال به خاطر گرمی هوا و این که تعداد زیادی از رزمی کاران روزه بودند فقط حرکات تمرینی در باشگاه را به معرض نمایش گذاشتیم و انشالله در روز ۲۲ بهمن ۹۱ هنر نمایی پرتو آ کاران، با اجرای حرکات زیبای پرتو آ آرم پهلوانی برای عموم را شاهد خواهیم بود.

اسامی شرکت کنندگان:

میربان، حسین احمدی - مهدی عبدالمهدی - محمد علی آتش روز - محمد مهدی و کیلی

خانواده

ورزش متناسب با کودک شما چیست؟

نظر بگیریید شامل مواردی مانند میزان هزینه و سایل ورزشی، میزان تماس های فیزیکی، تأکید بر مهارت های فردی، تأکید بر عملکرد تیمی، اندازه تیم و فرصت هر کودک برای شرکت در بازی است.

ورزش های مناسب این گروه چیست؟

بیسبال - ژیمناستیک - تنیس - دوچرخه سواری -

۱۰ سال و بالاتر - این بچه ها چه ویژگی هایی دارند؟

در این سنین سطح فهم کودک و توانایی یادگیری، تعادلی و حرکتی او افزایش می یابد و کودک می تواند حرکات پیچیده و تکنیک و تاکتیک را یاد بگیرد و در ورزش های سازمان یافته شرکت کند. کودکان باید دقت داشته باشند که تمرین ها متناسب با وزن شان باشد. اگر بین چند نوع ورزش می خواهید تصمیم بگیریید به کودکان اجازه دهید، طیفی از فعالیت ها را امتحان کنند. کودکان کوچک تر می توانند قبل از انتخاب بین یک یا دو ورزش گزینه های مختلف را امتحان کنند. هرچه کودک ورزش های بیشتری را امتحان کند و به این نتیجه برسد که در یک رشته ورزشی خوب عمل می کند، به همان میزان لذت بیشتری از آن فعالیت خواهد برد. هم ورزش های تیمی مانند فوتبال و امتحان کنید و هم ورزش های انفرادی مانند تنیس و دوومیدانی.

ورزش های مناسب این گروه چیست؟

فوتبال - قایقرانی - والبال - دوومیدانی - پیشنهاد ویژه - ژیمناستیک

ژیمناستیک ورزشی است که حرکات بدن را هماهنگ و موزون می کند. در حقیقت ژیمناستیک را می توان به عنوان یک هنر در نظر گرفت. در ژیمناستیک میزان توانایی، قدرت، هماهنگی و انعطاف بدنی افراد ارزیابی می شود. در تاریخچه ژیمناستیک ورزشکاران متعددی وجود دارند که دنیا را با حرکات و اجرای فوق العاده شان تحت تاثیر قرار داده اند. بچه ها در این سن می توانند این

ورزش را امتحان کنند.

شنا

شنا از جمله ورزش های سازماندهی شده و مناسب برای کودکان است. وقتی کودک در سنین پایین شنا کردن را یاد میگیرد، مهارت زنده ماندن را می آموزد و می تواند آن را برای نجات خود و دیگران به کار گیرد. اما کودکان زیر ۳ سال به لحاظ رشدی، آمادگی آموزش به تنهایی را ندارند و نمی توانند به حرف مربی گوش دهند یا آموزش های او را دنبال کنند. آموزش شنا برای کودکان بالای ۳ سال حول محور آمادگی مهارت های آبی است. در مورد آموزش شنا کودکان به چند گروه سنی تقسیم می شوند.

آنها ابتدا با قوانین ساده ایمنی در آب و نگاه داشتن نفس و حرکات ابتدایی دست و پا آشنا می شوند و همین طور که بزرگ تر می شوند، مهارت های سخت تر را می آموزند.

تنیس

کودکان از ۷ سالگی می توانند بازی تنیس را شروع کنند. تنیس بازان باید بدنی نرم داشته باشند، زیرا تنیس نیاز به سرعت و مهارت دارد. حین انجام بازی تنیس، در هر بار استراحت باید مقداری آب نوشیده شود. تنیس به قوی شدن ماهیچه های پا و بازو کمک می کند و یک ورزش مناسب برای حفظ وزن مناسب در کودکان است. این ورزش در عین حال جزو ورزش های گران محسوب می شود زیرا ما راکت گرانیقیمتی دارد و هم اجاره زمین تنیس هزینه مضاعفی دارد در نهایت تنیس نیاز به یک روش مناسب دارد و باید توسط یک مربی مجرب آموزش داده شود.

صرف نظر از سن کودکان، او یکسری اولویت ها دارد. برخی بچه ها از همان ابتدا به آب علاقه دارند در حالی که ممکن است دیگران از آن بترسند و به آن واکنش نشان دهند. بعضی ها از بازی های خشن استقبال می کنند و برخی دیگر از بالا و پایین پریدن شام می آید.

شما ممکن است ستاره تیم فوتبال خودتان باشید اما ممکن است فرزندتان شنار را ترجیح بدهد. بچه ها نیازی به ورزش های سازمان یافته ندارند تا بتوانند مهارت های ورزشی شان را توسعه دهند. اوارد لاسکوسکی، پزشک ورزش مایو کلینیک می گوید: "سبک زندگی سالم حتما نباید شامل ورزش حرفه ای باشد. این مهم است که فرزند شما در برخی فعالیت های بدنی دخیل باشد خواه هاکی باشد یا دوچرخه سواری یا خانواده ای بازی بسکتبال یا بچه های همساله." سرعت رشد کودکان با یکدیگر برابر نیست بنابراین بهتر است نسبت به سطح بلوغ جسمی و سطح مهارت فرزندتان عمل کنید. ورزش های متناسب با سن

در ادامه معرفی می شوند:

۲ تا ۳ سال - این بچه ها چه ویژگی هایی دارند؟

بچه های بسیار کوچک در این سن شروع به یادگیری حرکات بسیار ابتدایی و اولیه می کنند؛ دویدن، گرفتن، پریدن و... البته نکته حائز اهمیت این است که آن ها برای ورزش های ساختاری بیش از حد جوان هستند. در این سن توجه به حرکات کودک و البته تشویق به موقع و مناسب اهمیت زیادی دارد. اگر مربی که با کودک کار می کند، مدام بر سر کودک فریاد بزند یا فقط اجازه دهد برخی از بچه های ماهر بازی کنند، کودک بی انگیزه خواهد شد. سعی کنید مربی را بشناسید و از عملکردش اطمینان حاصل کنید.

ورزش های مناسب این گروه چیست؟

دویدن و راه رفتن در حیاط خانه - بازی های آبی مثل استخر بازی و بازی با عروسک ها - ژیمناستیک همراه با مربیان مجرب

۴ تا ۶ سال - این بچه ها چه ویژگی هایی دارند؟

در این سن کودکان می توانند ورزش های چھشی را انجام دهند اما همچنان نمی توانند ورزش حرفه ای انجام دهند. در این سن کودکان توانایی شرکت در ورزش های سازمان یافته مثل فوتبال را ندارند. همچنین توانایی حرکتی و تعادلی آنها کامل نیست و محدود توجه کودکان محدود به مهارت های مانند طناب بازی و توب بازی است. پس از ۶ سالگی مهارت های حرکتی کودکان و احساس ایمنی شان تقویت می شود. فرزندتان بعد از این سن ممکن است برای ورزش های تیمی آماده باشد. هنگامی که کودک وارد ورزش های سازمان یافته می شود باید اطمینان حاصل کنید که فرزندتان در نهایت می خواهد بازی کند و هرگز او را وادار به پیوستن به یک تیم نکنید.

ورزش های مناسب این گروه چیست؟

بازی های با چرخ های آموزشی - شنا و بالابندی - طناب بازی توب بازی - سواری سه چرخه

۷ تا ۱۰ سال - این بچه ها چه ویژگی هایی دارند؟

در سنین مدرسه بچه ها کم کم با بهبود تعادل و حرکت می توانند وارد ورزش های تیمی شوند و علاقه مندی شان را به یک رشته ورزشی نشان دهند. اما هنوز هماهنگی لازم بین دست و چشم به وجود نیامده است و بنابراین می توانند در ورزش های سازمان یافته محدودی شرکت کنند. اگر می خواهید فرزندتان را برای یک ورزش ثبت نام کنید باید تفاوت بین ورزش های تخصصی دهید، نکاتی که باید در

با ۱۰ روش ارزان همسر تان را خوشحال کنید

باید که در هیچ موردی مبالغه نکنید. باید همسر تان استحقاق تعریف و تمجیدی را که شما می کنید، داشته باشد و گر نه ممکن است نتیجه خوبی ندهد.

بدانید زمانی که همسر تان از سر درد شکایت می کند، چاره سر درد او قرص مسکن نیست، بلکه یک لیخند است.

هر روز از همسر خود سوال کنید که چه کاری می توانید برایش انجام دهید.

وقتی از شما خطایی سر می زند اظهار تاسف کنید. وقتی هم که تقصیر از شما نیست باز هم اظهار تاسف کنید!

وقتی اوضاع قمر در عقرب است، لیخند را فراموش نکنید. اگر بختنید دنیا هم با شما می خندد و اگر گریه کنید یقین بدانید که دنیا شما را تنها خواهد گذاشت.

از تلاش های همسر تان تشکر کنید و ببینید این تشکر تا چه حد موثر واقع می شود. به این فکر کنید که همسر شما زن خیلی خوبی است، مادری بسیار خوب، عروسی بهتر از دیگر عروس ها و اگر به این طرز فکر ادامه دهید، او همین طور خواهد شد.

خسیس نباشید و در ستایش همسر خود دست و دلباز باشید. اما به یاد داشته

همسر خود را تشویق کنید و کمک کنید تا استعداد های پنهانی او شکوفا شود. به جای هدایای گران بها، وقت خود را در اختیار همسر تان قرار دهید. نشان دهید که به او توجه دارید، حتی پس از یک روز کار سخت؛ برای او هدیه ای ببرید حتی یک شاخه گل به این ترتیب او خوش اخلاق می ماند.



هرگز با همسر تان نجنگید، چون امکان ندارد در جنگ برنده شوید. در عوض از قلم برای نوشتن آن چه در ذهن دارید استفاده کنید. بعد آن را به همراه شاخه ای گل تحویل او بدهید.

اخلاقیات را در ازدواج سرسری نگیرید!

از دواج چیزی نیست که سر تان را پایین بیندازد و به راحتی انتخاب کنید و خوشحال باشید که آخیش! انتخاب را کردم و سر و سامان گرفتم. بخیر آقا! چشم و گوش تان را باز کنید. به خیلی چیزها باید دقت کنید!

برای انتخاب همسر آینده تان باید چند تا چشم، چند تا گوش و چند تا دهان و زبان داشته باشید. از چند منظر انتخاب تان را نگاه کنید. با تمام توجه حرف های او را که زده می شود، بشنویید. تا می توانید سوال کنید و حرف بزنید و تمام استفاده تان را از زبان تان بکنید. باید تمام عقل تان را بریزید تا ی گوید تا بهترین انتخاب را داشته باشید!

حالا برویم سر اصل مطلب و حرف درست و حسابی! شما چقدر آدم با اخلاقیاتی هستید؟ به خودتان چه نمره ای می دهید؟ اول جواب این سوال را بدهید بعد بگویید که چقدر اخلاقی فرد مقابل برای تان مهم است؟ بزرگان دین هم گفته اند که آنچه برای خود می پسندی برای دیگران هم بیسند. پس با خودت روراست باش و ببین تا به حال چقدر از ارزش های اخلاقی را رعایت کرده ای؟! آیا تو ی زندگیت آدم صادقی هستی یا به راحتی آب خوردن دروغ از زبانت سرازیر می شود؟ چقدر آدم امانتداری هستی؟ تا به حال خیانت کرده ای؟! آدم متعهدی هستی یا بی قیدی؟ آدمی هستی که حتی پای رفاقت های ساده

ات تعهد داری و خودت را در قبال دوست مسئول می دانی یا به راحتی می توانی زیر تعهد و رفاقت و دوستی ات بزنی و حرمت دوستی را بشکنی؟ چقدر مهربانی؟ چقدر آدم ها با تو راحت هستند و صمیمیت تو آن ها را از تو نمی راند؟ چقدر می توانی نسبت به دوست داشتنی هایت گذشت داشته باشی؟ آدم خوش بینی هستی و حسن ظن داری و امیدواری یا هر اتفاقی که بیفتد اولین چیزی که به چشمت می آید منفی ترین زاویه ای است که وجود دارد. ارزش های اخلاقی خیلی بیشتر از این هاست ولی این هایی که در این متن آورده شد، حداقل چیزهایی است که یک آدم بالغ و عاقل و مسلمان باید داشته باشد.



تمام این ویژگی ها را در فرد مقابل تان جست و جو کنید. از او سوال بپرسید، رفتارش را زیر نظر داشته باشید. مصداق های هر ارزش را پیدا کنید و در شخصیتش جست و جو کنید. با نهمی دامن و بی خیالی و سخت نگیر بابا! کار درست نمی شود، مگر این که خدا خیلی به شما لطف کند. اگر نمی دانید حتما با آدم های با تجربه مشورت کنید و یا از کارگاه های شناختی قبل از دواج استفاده کنید. خلاصه هر کاری که از دست تان بر می آید انجام دهید تا انتخاب خوبی داشته باشید. باور کنید صداقت، امانتداری، مهربانی و گذشت چیزهایی نیست که بدون اینها، بتوانی یک زندگی آرام و امن و شاد پیدا کنی! نهایتش این است که آخر این جست و جوی که شاید خودت به مکارم اخلاق رسیدی... خدا را چه دیدی!؟