در بین مددجویان کمیته امداد امام خمینی (ره) قائمیه:

برگزاری کلاس آموزش امداد ونجات

افراسیابی رئیس کمیته امداد امام خمینی (ره) قائمیه از برگزاری کارگاه آموزشی امداد و نجات با حضور ۱۵۰ نفر از مددجویان تحت حمایت با موضوعات کمک های اولیه ،مهارت پایه ای داوطلب ،امدادو نجات عمومی خبر داد. به گزارش روابط عمومی کمیته امدادامام خمینی (ره) قائمیه وی ضمن تقدیر از اداره جمعیت هلال احمر شهرستان کازرون به نقش و اهمیت امداد و نجات در جاده و حوادث غیر مترقبه اشاره کرد و افزود: امروز به برکت جمهوری اسلامی سطح آگاهی مردم ارتقا یافته و امید داریم با آموزش های لازم ،شاهد حوادث ناگوار نباشیم.

برگزاری کلاس آموزش ریشه‌کنی بی‌سوادی میان ۱۰۰ خانوار تحت حمایت با هدف توانمند سازی آنها

افراسیابی رئیس کمیته امداد امام خمینی (ره) قائمیه از برگزاری کلاس نهضت سواد آموزی میان مددجویان خبر داد.

وی افزود: با توجه به اینکه یکی از سرفصل های کاری این نهاد آموزش مددجویان در زمینه های مختلف می باشد در این راستا یک دوره کلاس آموزش برای ۱۰۰ خانوار تحت حمایت با هدف توانمندی و ریشه کنی بی‌سوادی و ترویج علم ودانش میان آن ها با توجه به اهمیت موضوع برگزار گردید تا با تلاش امدادگران و تشویق نیازمندان بی سوادی در بین آن ها ریشه کن گردد .

راه‌های جلوگیری از واریس پا

سیاهرگ ها یا وریدهای واریسی به رگ های خونی پیچ خورده و گشادی گفته می شود که بیشتر در پاها دیده می‌شوند. فشار مداوم روی سیاهرگ ها باعث می‌شود دیواره رگ های خونی ضعیف شود و رگ های واریسی ایجاد می گردد.

راه‌های جلوگیری از واریس پا: به طور منظم ورزش کنید- از ایستادن طولانی مدت خودداری کنید- به طور صحیح بنشینید- وزن مناسب و سالم بدن را حفظ کنید- سیگار نکشید - از مصرف قرصهای ضد بارداری با استروژن بالا خودداری کنید- پاهای خود را مدتی بالا نگه دارید- شلوار و دامن تنگ نپوشید - جوراب سفت و مخصوص واریس بپوشید- از درمان های پزشکی استفاده کنید.

علائم سکته قلبی در زنان

بیماری های قلبی، یکی از مهم ترین عوامل مرگ و میر خانم ها محسوب می شوند.

برخی از علایم سکیته قلبی در زنان: درد قفسه سینه- درد معده- درد بازوها، پشت، گردن و یا فک- تنگی نفس، تهوع، سرگیجه و احساس سبکی سر- خستگی- عرق سرد

راه های کاهش بروز حمله قلبی

جهت کاهش بروز حمله قلبی راهکارهای زیر را به خاطر داشته باشید: سیگارنکشید-کلسترول بالای خون و فشار خون بالا راکنترل کنید-دیابت و چاقی راکنترل کنید- برنامه غذائی سالم داشته باشید – بیشتر فعال باشید.

۳/۲۴۴۲

زرافشان ایمانلوقراچه – بهورزخانه بهداشت خیرآبادکرونی

آگهی ابلاغ مفاد دادنامه حقوقی

بدینوسیله به آقای فتح الله حسین پور فرزند ماشااله که به موجب دادنامه شماره ۹۳۰۹۹۷۷۸۲۳۴۰۲۸۳۲ در پرونده کلاسه ۹۳۲۰۲۸ به تنفیذ قولنامه عادی و اثبات مالکیت خواهان نسبت به سه دانگ از شش دانگ یک باب منزل مسکونی در حق خواهان آقای عباس عمادی محکوم گردیده است ابلاغ میشود چنانچه نسبت به حکم صادره اعتراض دارند ظرف بیست روز از تاریخ انتشار این آگهی درخواست خود را به این مرجع واقع در چنارشاهیجان تسلیم نماید. در غیر این صورت پس از انقضای مهلت مقرر طبق مقررات قانونی اقدام خواهد شد. ۲۸۰۳/ م الف

۳/۲۵۱۰ **مدیر دفتر شعبه اول دادگاه عمومی حقوقی چنارشاهیجان**

آگهی ابلاغ وقت دادرسی

بدینوسیله اعلام می شود نماینده حقوقی شرکت مخابرات استان فارس شکایتی مبنی بر سرقت کابل مخابرات علیه آقای آقاخان رزمی فرزند خانجان تسلیم - نموده که به این شعبه ارجاع و به کلاسه ۹۲۰۶۵۳ج ۱۰۲ ثبت و وقت رسیدگی برای روز ۹۴/۲/۲ ساعت ۹ صبح تعیین شده به علت مجهول المکان بودن متهم و تجویز ماده ۱۸۰ قانون آیین دادرسی دادگاه های عمومی و انقلاب در امور کیفری مراتب یک نوبت آگهی می شود تا متهم از تاریخ انتشار این آگهی ظرف یک ماه به دفتر این دادگاه واقع در شعبه ۱۰۲ جزایی دادگستری کازرون مراجعه و ضمن اطلاع از شکایت شاکی در وقت یاد شده جهت رسیدگی حاضر گردد در غیر این صورت وفق مقررات قانونی اتخاذ تصمیم خواهد شد. ۲۷۷۶/ م الف

۳/۲۴۹۵ **مدیر دفتر شعبه ۱۰۲ جزایی کازرون**

فرماندار کازرون:

برخی از مدیران شهرستان به ظرفیت های گردشگری موجود باور ندارند

فرماندار کازرون با بیان اینکه، هنوز برخی از مدیران شهرستان به ظرفیت‌های گردشگری موجود باور ندارند، اظهار داشت: اگر هنر داشته باشیم می توانیم در ایام تعطیلات نوروز، زمینه اشتغال بیش از ۱۰۰۰ نفر که درآمد آن برابر با دو تا سه سال حقوق اداره کار است را در سطح شهرستان فراهم کنیم. به گزارش روابط عمومی فرمانداری کازرون نشست کارگروه گردشگری شهرستان کازرون، با حضور فرماندار، بخشداران و برخی از مدیران شهرستان کازرون با هدف بررسی برنامه های مختلف در ایام نوروز، در موزه مردم شناسی کازرون برگزار شد.

در این نشست حمیدرضا گرامی با تشکر از حضور حماسی و پرشور مردم کازرون در راهپیمایی ۲۲ بهمن اظهار داشت: ما باید از همه ظرفیت ها برای خدمت به مردم استفاده کنیم. فرماندار کازرون با بیان این که نگاه جهادی، ساعت نمی شناسد، عنوان کرد: باید کارها را بر اساس برنامه انجام داد که اگر روزی یک جابه جایی هم صورت گیرد، مدیر جدید راه نیمه طی شده مدیر قبلی را به سرانجام برساند. وی عنوان کرد: ما در حوزه گردشگری هنوز به درک مشترک، همدلی و همزبانی نرسیده ایم و از ظرفیت های آموزش و پرورش، دانشگاه ها، اتاق های فکر و ... استفاده نکرده ایم و آن گونه که باید در حوزه گردشگری هنوز انتظارها برآورده نشده است.

گرامی با اشاره به وضعیت صدور و قیمت نفت و دشمنی های دشمن نسبت به جمهوری اسلامی، تصریح کرد: باید اتاق های فکر خود را قوی کنیم؛ دشمن به دشمنی خود ادامه می دهد و ما راهی به جز توکل به خدا و اتکا به ظرفیت ها و توانمندی های درونی نداریم.

فرماندار کازرون با بیان اینکه، هنوز برخی از مدیران شهرستان به ظرفیت‌های گردشگری موجود باور ندارند، اظهار داشت: اگر هنر داشته باشیم می توانیم در ایام تعطیلات نوروز، زمینه اشتغال بیش از ۱۰۰۰ نفر که درآمد آن برابر با دو تا سه سال حقوق اداره کار است را در سطح شهرستان فراهم کنیم.

وی خطاب به مدیران گفت: شما امروز در شرایط جهاد اکبر هستید و برنامه‌هایتان می بایست، نوآورانه و با نگاه تحولی تدوین شود.

گرامی با انتقاد از برخی بی انصافی های رسانه ای که با هدف سیاه نمایی وضع کشور صورت می گیرد، تصریح کرد: گاهی اوقات، انسان، مقالاتی را مطالعه می کند که چیزی جز سیاه نمایی در آن دیده نمی شود.

گرامی خاطرنشان کرد: اگر کسی دلسوز کشور و شهرستان است باید مسئولان را امر به معروف کند نه این که آن ها را تضعیف نماید.

ایجادمرکزنیکوکاری تقویت مسئولیت اجتماعی افرادجامعه است

مدیر کل هماهنگی شبکه های مردمی ومؤسسات عام المنفعه کمیته امدادامام خمینی ره کشورازمدیریت شهرستان کازرون بازدید نمود.

به گزارش روابط عمومی کمیته امدادامام خمینی شهرستان کازرون، پرویزشفیعی مدیرشهرستان بااعلام این خبرگفت: حمیدنصیری مدیرکل هماهنگی شبکه های مردمی ومؤسسات عام المنفعه کمیته امدادامام خمینی کشوربه اتفاق مسئولین استانی ازمدیریت کمیته امدادامام خمینی شهرستان بازدیدنمود. این بازدید که به منظورارزیابی عملکردمراکزنیکوکاری ایجادشده درشهرستان بودیک روز بطول انجامید وپس ازآن جلسه ای باحضورمدیرومعاونین امدادشهرستان ومسئولین اجرائی مراکزنیکوکاری درمحل کمیته امدادامام خمینی برگزارگردید. شفیعی مدیرامدادشهرستان درابتداضمن خیرمقدم وخوش آمدگویی گزارشی ازوضعیت شهرستان ومشکلات موجودارائه نمود.

درادامه حمیدنصیری مدیرکل هماهنگی شبکه های مردمی ومؤسسات عام المنفعه امدادمرکزابرازداشت: افق کارمراکزنیکوکاری به ازای هر۱۰هزارنفرجمعیت یک مرکزایجادمی شود. وباتوجه به اینکه امدادیک نهادمردمی است، لذااین مراکزباعضوگیری ازکلیه افراددرتمامی صنوف واقشارجامعه مسئولیت های اجتماعی راتقویت نمایند، یعنی هرکسی بایدفکرکندبرابرمردم ونیازمندان جامعه مسئول است.

مراکزنیکوکاری زیرنظرکمیته امداددرمساجدکه پایگاه دینی واجتماعی مردم است ایجادمی گرددوهدف اصلی آن استفاده ازظرفیت هاوپتانسیل های موجوددرهرمحله به نفع افرادضعیف ونیازمندان همان محل می باشد.

وی افزود: مراکزنیکوکاری درهمبستگی اجتماعی ومسئولیت های اجتماعی افرادراتقویت می نمایدودرحقیقت استفاده ازظرفیت های مردم متمول ودارادرجهت رفع نیازهای نیازمندان وفقرای جامعه می باشد.

این مقام مسئول خاطرنشان کرد: انتخاب هیأت عامل جهت مراکزنیکوکاری که ازمیان معتمدین وامام جماعت هرمسجدومحله انتخاب می گرددرحقیقت هسته اصلی مراکزنیکوکاری است که نقش محوری رادرجذب وجلب کمک های نقدی وخدمات افرادجامعه رابعهده دارندومی طلبدراین امرجدیدنهایت سعی وتلاش خودرابکارگیرند. شایان ذکراست هم اکنون ۴مرکزنیکوکاری فعال درشهرستان کازرون شامل شهرکازرون، خشت، قائمیه وبالاده مشغول فعالیت می باشند.

مسابقه پهلوانی و زورخانه ای استان در رده بزرگسالان

سرویس خبری/ علیرضا گلچین : به مناسبت ایام الله دهه مبارک فجر یک دوره مسابقه پهلوانی و زورخانه ای استان در رده بزرگسالان در شهرستان سپیدان با حضور ۸ شهرستان و مجموع ۴۵ نفر ورزشکار برگزار گردید.

لذا تیم ۵ نفره زورخانه‌ای شهرستان کازرون با مربیگری سیدمحمد رضوی و سرپرستی صمد مردانی و همراهی کرامت‌اله بحرانی رئیس هیئت پهلوانی توانستند مقام دوم این مسابقات را کسب نمایند.

اسامی نفرات بشرح ذیل:

۱- محمود اوستان مقام اول چرخ چمنی

۲- محمد خدابخشی نایب قهرمان چرخ تیز

۳- رضا سلیمانی مقام سوم چرخ تیز

لازم بذکر است که محمود اوستان و محمدجواد سیاح پور هر دو از کازرون قضاوت این مسابقات را به عهده داشتند.

آگهی دعوت مجمع عمومی فوق العاده نوبت دوم

مجمع عمومی فوق العاده نوبت دوم شرکت تعاونی مسکن فرهنگیان قائمیه و کوهمره در ساعت ۱۶/۵ روز یکشنبه مورخه ۹۳/۱۲/۱۰ در محل سالن آموزش و پرورش

آدرس: قائمیه خیابان مصلی اداره آموزش و پرورش قائمیه سالن نماز برگزار می شود. از کلیه اعضا دعوت می شود شخصا یا وکالتا جهت اتخاذ تصمیم نسبت به موضوعات ذیل در این جلسه حضور به هم رسانند.

دستور جلسه:

طرح و تصویب اساسنامه جدید تعاونی منطبق با اصلاحات به عمل آمده در قانون بخش تعاون.

هیأت مدیره شرکت تعاونی مسکن فرهنگیان قائمیه و کوهمره

آگهی ابلاغ دادنامه

بدینوسیله به عبداله رئیسی زاده فرزند عباس که مجهول المکان اعلام شده ابلاغ می گردد که به اتهام مزاحمت موضوع شکایت نعمت اله جمشیدی در پرونده کلاسه ۹۳۰۵۹۱ شعبه ۱۰۳ جزائی کازرون طی دادنامه ۹۳۰۹۹۷۷۱۸۰۶۰۱۰۱۷ به تحمل شش ماه حبس تعزیری محکوم شده اید رای صادره غیابی و ظرف ده روز پس از ابلاغ قابل واخواهی در این دادگاه و ظرف بیست روز پس از قابل تجدید نظرخواهی در دادگاه تجدید نظر مرکز استان فارس است. ۲۸۰۲/م الف

۳/۲۵۱۹

محمد زارعی- رئیس شعبه ۱۰۲ دادگاه عمومی جزائی کازرون

آگهی دعوت به حضور

بدینوسیله به اطلاع آقای آقاویس غفوری فرد فرزند نجیم علی متولد ۱۳۴۸/۶/۳۰ اهل و ساکن قائمیه- روستای ملای انبار می رساند پیرو اخطاریه مورخه ۹۳/۱۰/۱۱ چون حسب نامه اداره پست کازرون نامبرده نقل مکان نموده است و از طرفی بموجب دادنامه شماره ۹۳۰۹۹۷۷۵۲۶۳۰۰۳۹۶ - ۱۳۹۳/۳/۲۷ صادره از شعبه اول دادگاه محترم عمومی بخش جره و بالاده حکم به الزام جنابعالی به طلاق همسرتان خانم حمیده جوکاری صادر و قطعیت یافته است لذا لازم است حداکثر ۱۰ روز پس از درج این آگهی شخصا با همراه داشتن اصل شناسنامه وکارت ملی جهت اجرای صیغه طلاق به این دفتر واقع در کازرون خیابان حضرتی- بالاتر از ستاد نماز جمعه - میدان گنج آباد مراجعه فرمایید. بدیهی است پس از مهلت مقرر این دفتر نسبت به اجرای صیغه طلاق غیابی اقدام خواهد نمود.

۲۸۰۱/م الف ۳/۲۵۱۸

دفترطلاق ۱۰۷ کازرون- قائمی

ترسیم راهبردهای عملیاتی در نشست کارگروه روابط عمومی هیات کوهنوردی

به گزارش روابط عمومی هیات کوه نوردی و صعودهای ورزشی شهرستان کازرون، اعضای این کارگروه، هژبر محققزاده، سید محمد هاشمی، محمد حسین داودی، زهرا بادپا، اسماء بادپا، زینب استرش با هدف ترسیم چارت سازمانی براساس سند چشم انداز هیات کوهنوردی و تدوین برنامه های عملیاتی سال ۹۴ روابط عمومی، تشکیل جلسه دادند. در بخش نخست این نشست، چارچوب فعلی روابط عمومی از ابعاد مختلف کارایی، اثر بخشی و ایجاد ارتباط موثر با مخاطبان موردبحث و بررسی قرار گرفت و نقاط ضعف و قوت آن در ارتباط با سایر اجزای هیات، رسانه ها، کوهنوردان و مردم از نظر نرم‌افزاری و سخت افزاری برای همسویی با اهداف راهبردی سند چشم‌انداز هیات که اخیراً در حال اصلاح و تدوین است، به چالش کشیده شد. در بخش دوم نشست برنامه عملیاتی پیشنهادی روابط عمومی در سال ۹۴ بررسی و تدوین گردید.

بازدید فرماندار کازرون از آبشار تنگ میدان خشت

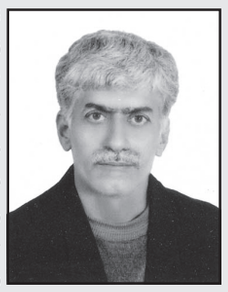
سرویس خبری / سید علی هاشمی: گرامی فرماندار شهرستان کازرون از آبشار و مجموعه گردشگری تنگ میدان خشت بازدید نمود. در این بازدید که مهندس فلاحی بخشدار خشت، عطاءاله جوکار شهردار و اعضای شورای اسلامی نیز حضور داشتند فرماندار کازرون ضمن تقدیر از دست اندرکاران این مجموعه ی گردشگری، راهکارهای لازم را جهت پیشرفت این مجموعه یادآور شد. وی اظهار داشت: آبشار و مجموعه ی گردشگری تنگ میدان باید به تمام کشور معرفی شود.

کوهستان پاسک و آبشار تنگ میدان با طبیعت بکرو چشم اندازی بسیار زیبا یکی از جاذبه های گردشگری در جنوب غرب استان فارس می باشد.

آبشار تنگ میدان خشت مارگون جنوب فارس

سرویس خبری / سید علی هاشمی: آبشار تنگ میدان خشت با چشم اندازی بسیار زیبا و طبیعت بکر در سمت قبله ی شهر خشت و در دامنه کوه تنگ میدان مکانی بسیار جذاب و دیدنی برای گردشگران ایجاد کرده است. کافی است یک بار از چشمه ی زیبای تنگ میدان خشت دیدن کرده و دمی آنجا بیاسائید تا زیبایی‌های طبیعت خداوندی را از نزدیک نظاره گر باشید.

جناب سروان



نمی دانم چرا تحمل بعضی از مردم این قدر کم شده است. شاید آلودگی صوتی و ترافیک و ناملایمات موجب شده خویشتن داری بر ایشان سخت و آزار دهنده باشد تا حدی که گاه بعضی از همین مردم خوب و دوست داشتنی با وقوع یک رویداد ناخوشایند یا حتی ناموافق چنان به خشم می آیند که کنترل خود، به ویژه دست و زبانشان را، از دست می دهند و الفاظی بر زبان می آورند که شایسته انسان امروز ،آن هم ایرانی و مسلمان، نیست و معمولاً پس از به کار بردن الفاظ زشت و رکیک دست به یقه و دست به چماق هم می شوند تا به خیال خود طرف مقابل را ادب کنند. دیگر نمی‌اندیشند که این شخص سال ها در دامان مادر و پدر و معلم و استاد و جامعه ادب نشده حالا می خواهند در یک مدت محدود چند دقیقه ای آن هم با حواله کردن چند فحش رکیک و تعدادی مشت و لگد به یکدیگر، همدیگر را ادب کنند.

بدبختی اینجاست که اگر آنها را به حال خود رها کنند یکدیگر را ناقص می کنند و چه بسا یکی از طرفین کشته شود و خانواده‌ای را بی سرپرست و عده‌ای عزادار کنند اگر هم آنان را جدا کنند، میانجی ها هم از تیررس مشت و سنگ و چوبشان بی نصیب نمی مانند.

خدا رحم کند زمانی که بعضی از همین افراد همیشه آماده دعوا، پشت فرمان اتومبیل می نشینند گویی هیچ اتومبیلی نباید جلوتر از آنها حرکت کند حداقل همه اتومبیل های کوچکتر و ارزان تر باید راه برایشان باز کنند و کسی هم حق سبقت گرفتن از آنها ندارد وگرنه چنان به خشم می آیند که گویی خون جلو چشمشان می گیرد.

خاطره: در یکی از خیابان های خروجی شهر نزاعی سخت میان رانندگان دو اتومبیل درگرفت. سرنشینان اتومبیل ها و مغازه داران و رهگذران خیراندیش به سختی و با جدیت هر چه تمام تر در حال جدا کردن آنها بودند تا مبادا خدای ناکرده حادثه ای رخ دهد و کسی مصدوم و مجروح شود اما متأسفانه شدت خشم و عصبانیت طرفین نزاع به حدی بود که گویی کسی قادر به جدا کردن آنها نبود. در همین اوضاع و احوال یک نفر از میانجی ها، یکی از طرفین دعوا را شناخت ،این بود که ناگهان با صدای بلند گفت : جناب سروان جان عزیزت کوتاه بیا. جناب سروان جسارتش را به من ببخش. جناب سروان بسپارش به من. جناب سروان خودم حسابش می رسم. به کار بردن پی در پی کلمه جناب سروان باعث شد سکوت عجیبی حکم فرما شود و همه کنجکاو شده بودند که ببینند کدام یک از طرفین دعوا جناب سروان است. در همین حال یکی از طرفین به محض اینکه کلمه جناب سروان را شنید چنان ترس بر او غلبه کرد که همچون گربه روغن ریخته چوبش را بر زمین انداخت و به سرعت به طرف اتومبیلش رفت و پشت فرمان نشست و گازش را گرفت و رفت و معلوم شد آن دیگری جناب سروان است .حال من ساده دل و سایر ساده دلان دیگر منتظر عکس العمل جناب سروان بودیم که فوراً با مرکز پلیس تماس بگیرد و خودرو فراری را متوقف و راننده‌اش را بازداشت و به اصطلاح اعمال قانون نماید تا او باشد دیگر روی مأمور دولت دست بلند نکند. مأمور دولت همیشه مأمور دولت است هر چند در لباس شخصی و یا در حال مرخصی باشد مگر شهر هرت است؟ کشور صاحب دارد. اگر قرار باشد روی مأمور دولت دست بلند کنند که سنگ روی سنگ بند نمی‌شود اما آنچه در این نزاع جنجالی دیدیم این بود که در کمال تعجب و ناباوری مشاهده کردیم جناب سروان هم آرام و با متانت به سمت اتومبیل خود رفت و پشت فرمان نشست و حرکت نمود و رفت. یکی از تماشاچی‌های این دعوا گفت : عجب جناب سروان بی حالی بود حداقل شماره ماشین او را یادداشت نکرد. دیگری پوزخند معناداری زد و با نگاهی عاقل اندر سفیه گفت : کشک چی، پشم چی؟ جناب سروان کجا بود؟ این را گفتم که دعوا تمام بشود که شد!

این پلتیک مرا به یاد خاطره ای دیگر از دوران قدیم انداخت. به یاد روزگاری که وقتی بین جوانان محل دعوا و بزن بزن می شد و کسی قادر به جدا کردن آنها نبود ناگهان یکی با صدای بلند می گفت : پاسبان آمد، پاسبان آمد. طرفین درگیر بی آنکه پاسبان (پلیس) را ببینند چنان پا به فرار می گذاشتند و هر یک به سمتی می گریخت که گویی روزی روزگاری دعوایی بوده و نشان به همان نشان تا چند روز آفتابی نمی شدند (از خانه بیرون نمی آمدند) تا آب ها از آسیاب بیفتد (اوضاع به حال عادی برگردد) بعد از چند روز هم که با احتیاط از خانه خارج می شدند بیم و هراس آن داشتند که مبادا شناسایی شده باشند و کسی خارج شدنشان از خانه را خبر دهد به همین جهت تا مدتی مثل بچه‌های خوب آهسته می آمدند و آهسته می رفتند و مؤدبانه به همسایه ها و کوچکترها و حتی رهگذران سلام می کردند.

یادآوری: در نگارش این نوشتار آنچه هدف و منظور نگارنده است هشداری برای به خود آمدن افرادزودجوش است. باشد که ان شاءالله مفید و اثربخش باشد و موجب بالا رفتن میزان تحمل و حفظ خویشتن داری شود. یادمان باشد یکی از آموزه های دینی ما مسلمانان تحمل افکار مخالف و سلیقه های ناموافق دیگران است و بدون بردباری و خویشتن داری نمی توان بر مشکلات غلبه کرد. حفظ خویشتن داری اگر چه بدون سختی نیست اما انشاالله همان گونه که خداوند در قرآن سوره نشر وعده نموده بعد از تحمل سختی، آسانی را نصیبمان کند. (ان مع العسر یسرا)

محمد جعفر مبصری