

سی‌امین شماره مجله الکترونیکی فرودگاه بین‌المللی مهرآباد

بهمن ماه ۱۴۰۲

M E H R A B A D I H A



telegram : @mehrabad_airport
instagram : @mehrabad_airport
Web : www.mehrabad.airport.ir



Mehrabad International Airport, Meraj st, Azadi sq, Tehran





صاحب امتیاز: فرودگاه بین‌المللی مهرآباد

مدیر مسئول: ا. مرادی

سر دبیر: م. احمدیان

هیأت تحریریه: ا. ثروتی، پ. قاسمی، ش. ناصح، م. مرادی،

غ. فتاح، م. جلالی

همکاران این شماره: ا. زند، گ. نجارزاده، ا. طهماسبی،

ر. طهماسبی، م. مرادی

ویراستار: م. احمدیان

صفحه آرا: د. صالحی

عکاسان: ح. کاری، ه. ابراهیمی



فهرست مطالب

سخن رهبری	۴
سخن سردیر	۵
گزارش تصویری از افتتاح ۸ پروژه در فرودگاه بین‌المللی مهرآباد	۶
گفتگو با سرکار خانم اعظم برسوزیان	۸
شکست رکورد پروازهای مسافری فرودگاه بین‌المللی مهرآباد	۱۰
طول باندهای تعریف شده	۱۱
تئوری سلسله مراتب نیازهای مازلو	۱۳
روانشناسی	۱۵
زندگینامه خواجه نصیرالدین طوسی	۱۷
ارتفاع سنجی	۱۹
سویه جدید اومیکرون ← JN.1	۲۱
گزیده کتاب آگاهی به خود	۲۳
جدول شماره ۶	۲۵



سخن رهبری

سخنان رهبر انقلاب درباره ۲۲ بهمن



۲۲ بهمن؛ روز طلوع و ظهور بزرگ‌ترین انقلاب دوران تاریخ ما پس از اسلام

۲۲ بهمن؛ آغازگر نه پایان بخش

۲۲ بهمن؛ بزرگ‌ترین خاطره ملت ما بعد از ورود اسلام به سرزمینمان

آزاد زیستن، زندگی مرضی خدا و عدم سازش با قدرت‌های ضداسلامی؛ درس‌های ۲۲ بهمن

۲۲ بهمن؛ عید فطر، قربان و غدیر ملت مسلمان ایران

۲۲ بهمن بیش از سالروز رحلت، خاطره امام(ره) را زنده می‌کند

راهپیمایی ۲۲ بهمن؛ تصحیح‌کننده اشتباهات دوست و دشمن و فرونشاندن غبارهای فتنه و شبهه

راهپیمایی ۲۲ بهمن؛ باران رحمت، تجلی عظمت و مایه امید دوستان و سرخوردگی دشمنان

حضور آگاهانه در راهپیمایی ۲۲ بهمن؛ عامل بقا و توفندگی انقلاب

تبلیغات رسانه‌های بیگانه؛ نشان دهنده اهمیت بالای حضور مردم در راهپیمایی ۲۲ بهمن

۲۲ بهمن هر سال؛ روز ورود ملت ایران به عرصه نگاه‌های جهانی

۲۲ بهمن؛ سالگردی که مراسمی خشک و رسمی نیست

۲۲ بهمن هر سال؛ نشانه منگی بودن انقلاب به ایمان‌های مردم

راهپیمایی ۲۲ بهمن؛ یعنی مخالفین با مردم طرف هستند

۲۲ بهمن؛ ثروت عظیم و ذخیره عظیم ملی

۲۲ بهمن؛ لحظه نیازی که صحنه روپارویی یا بدخواهان را عرصه پیروزی حق ساخته و نمایشگاهی از عزت می‌آراید

۲۲ بهمن؛ نمایان ساز دست قدرت آفریننده هستی در عزم و ایمان و بصیرت ملت

۲۲ بهمن برای به خود آوردن آنان که ریاکارانه دم از مردم می‌زنند، کافی است



✍ سخن سردبیر

🇮🇷 والفجر، سوگند همیشه برپا و بر جای ازلی خداوند است که نویدبخش پگاه روشن پیروزی در افق جهاد امت‌هاست. دهه فجر انقلاب اسلامی، نقطه عطفی با شکوه، در تاریخ مجاهدت‌های دلیرانه ملت بزرگ ایران علیه ظلم و بی‌عدالتی است. دهه فجر سرآغاز استقرار انقلابی الهی است که با تأسی از حماسه عظیم حسینی با رهبری پیامبرگونه امام خمینی (ره) و پشتوانه آحاد ملت به‌ویژه خون پاک شهدا به بار نشست و در ادامه با وحدت کلمه، حقیقت‌خواهی و ظلم‌ستیزی، سرمشق و زمینه‌ساز بیداری و آزادی‌خواهی ملت‌های مظلوم سراسر دنیا شد.

🇮🇷 چهل و پنجمین بهار انقلاب اسلامی را در شرایطی آغاز می‌کنیم که جهانیان مبهوت قدرت، توان و اراده ایران و ایرانی هستند، در شرایطی که علی‌رغم فشارهای مختلف از تهدید، فشار اقتصادی و تحریم گرفته تا انواع جنگ‌های روانی و تلاش برای ناامید کردن مردم، ملت غیور ایران تمام دستاویزهای دشمنان را با اراده پولادین خود به سخره گرفته و نشان می‌دهند دیار آرش کمان‌گیرها، رستم‌ها و تختی‌ها اکنون به دلاورانی از نوع سردار سلیمانی‌هایش می‌نازد و دلاوری و مردانگی همواره بر تارک و تاریخ این سرزمین ثبت شده و می‌درخشد.

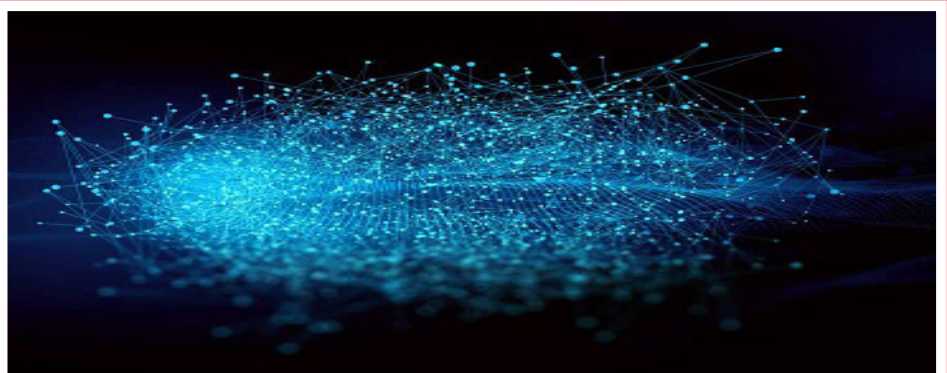
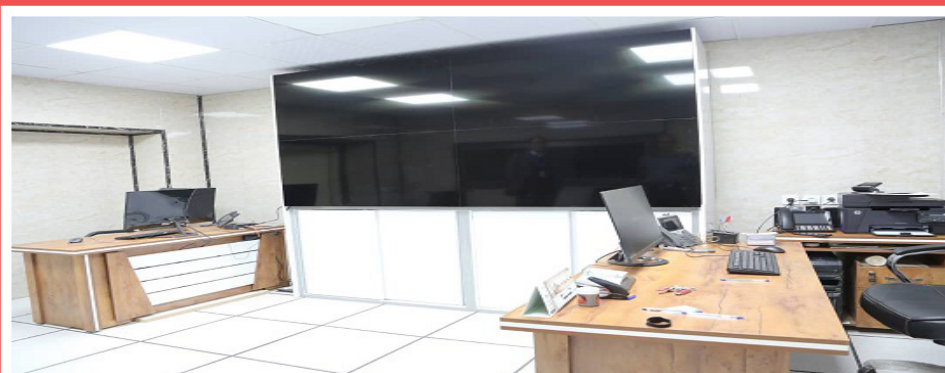
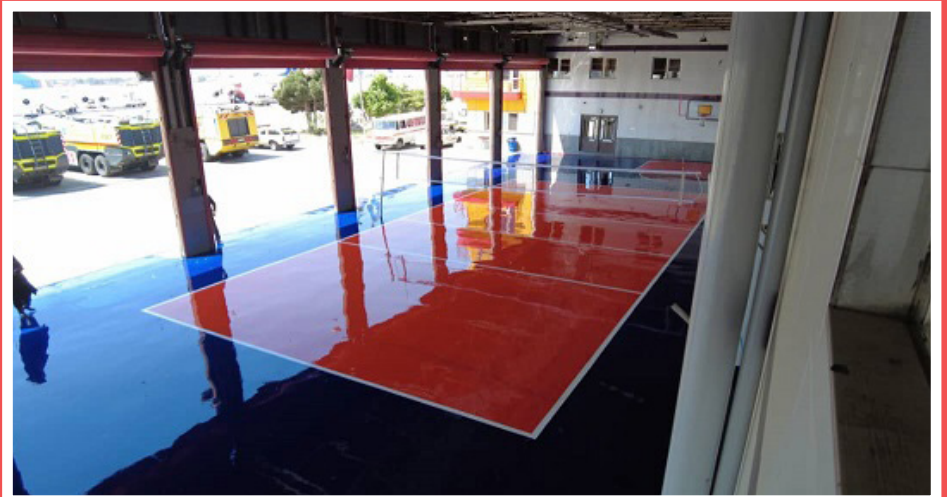
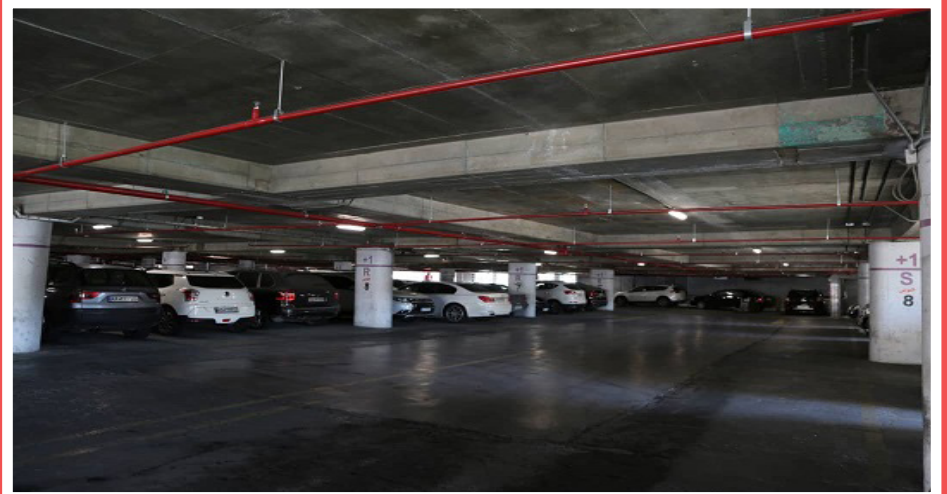
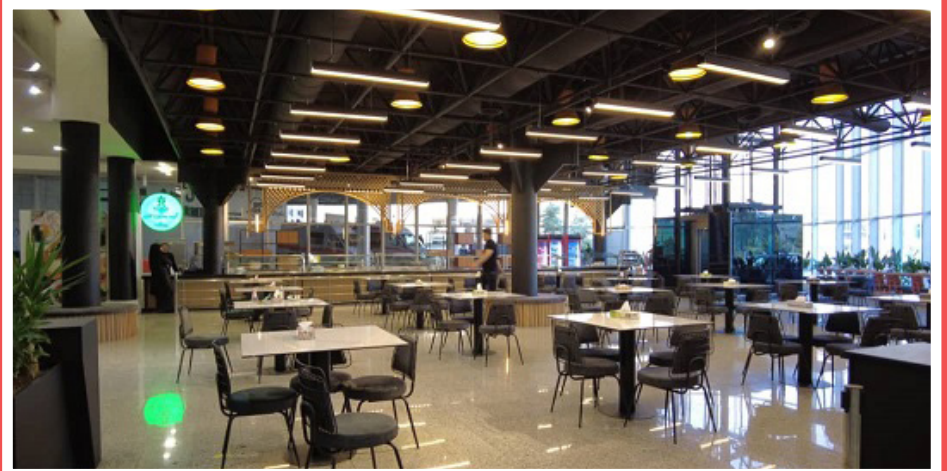
🇮🇷 فرارسیدن سالروز ۲۲ بهمن را خدمت همکاران ارجمند فرودگاه بین‌المللی مهرآباد تبریک و تهنیت عرض نموده و عزت و سربلندی روزافزون ایران اسلامی را از درگاه خداوند قادر متعال مسالت می‌نماییم.

با احترام

سردبیر

✈ گزارش تصویری از افتتاح ۸ پروژه در

فرودگاه بین‌المللی مهرآباد







گفتگو با سرکار خانم اعظم برسوزیان کارشناس اسبق امور اداری فرودگاه مهرآباد

کاری از م. مرادی

۱- چگونه شد که سرکار خانم برسوزیان، آینده شغلی خود را در صنعت فرودگاهی پایه‌ریزی کرد؟

من قبل از انقلاب در سال ۱۳۵۶ از طریق آزمون وارد صنعت هواپیمایی شدم و در حفاظت فرودگاه مهرآباد مشغول به کار شدم تا سال ۱۳۵۷ که انقلاب شد و ما مدتی تعطیل و مجدداً شروع به کار کردیم، البته این بار در کارگزینی شرکت فرودگاه‌ها مشغول شدم.

۲- آیا خدمت در این شغل شما را راضی نگه می‌داشت؟

من در تمام قسمت‌های اداره کل و کارگزینی کار کردم، خصوصاً در قسمت طبقه‌بندی امور کارکنان اشراف کامل داشتم. من عاشق کارم و دوستانی که در کنارشان بودم. البته من حدوداً ۱۲ سال در کارگزینی و ۱۰ سال به عنوان مسئول در استاندارد پرواز سازمان هواپیمایی کشوری و ۲ سال در مراقبت پرواز (کنترل فضای کشور)، مشغول بودم که درخواست انتقالی گرفتم و به آغوش خانه جوانی، فرودگاه مهرآباد برگشتم و در قسمت طبقه‌بندی به عنوان کارشناس مسئول مشغول به کار شدم. من عاشقانه کارم را دوست داشتم و در کنار همکارانم احساس خیلی خوبی داشتم.



۳- از علاقه‌مندی‌هایتان در زندگی برای مخاطبان ما بفرمایید.

من علاقه زیادی به ورزش دارم که در طول خدمت کاری چندین مدال در شطرنج و شنا آوردم و بسیار موفق بودم.

۴- با وجود حجم بالای امور کارکنان آیا اگر به قبل برمی‌گشتید، باز همین شغل را انتخاب می‌کردید؟

صد در صد

۵- بهترین خاطره‌تان را در طول خدمت بفرمایید.

روزی که من در آزمون قبول و وارد فرودگاه شدم.

۶- بدترین خاطره‌تان را در طول خدمت بفرمایید.

روزی که بازنشسته شدم و از عزیزانم خواستم جدا شوم خیلی ناراحت بودم، چون عاشقانه همکارانم را دوست داشتم و دارم.

۷- اکنون مشغول چه کاری هستید؟

البته من چندین سال در کانون مشغول به کار شدم تا زمان کرونا که البته کاری هم از من بر بیاید انجام وظیفه می‌کنم.

۸- چه توصیه‌ای برای مهرآبادی‌ها دارید؟

با جدیت کار و در مهربانی پیش قدم باشند و از بودن در کنار هم استفاده کامل ببرند.



شکست رکورد پروازهای مسافری فرودگاه بین‌المللی مهرآباد



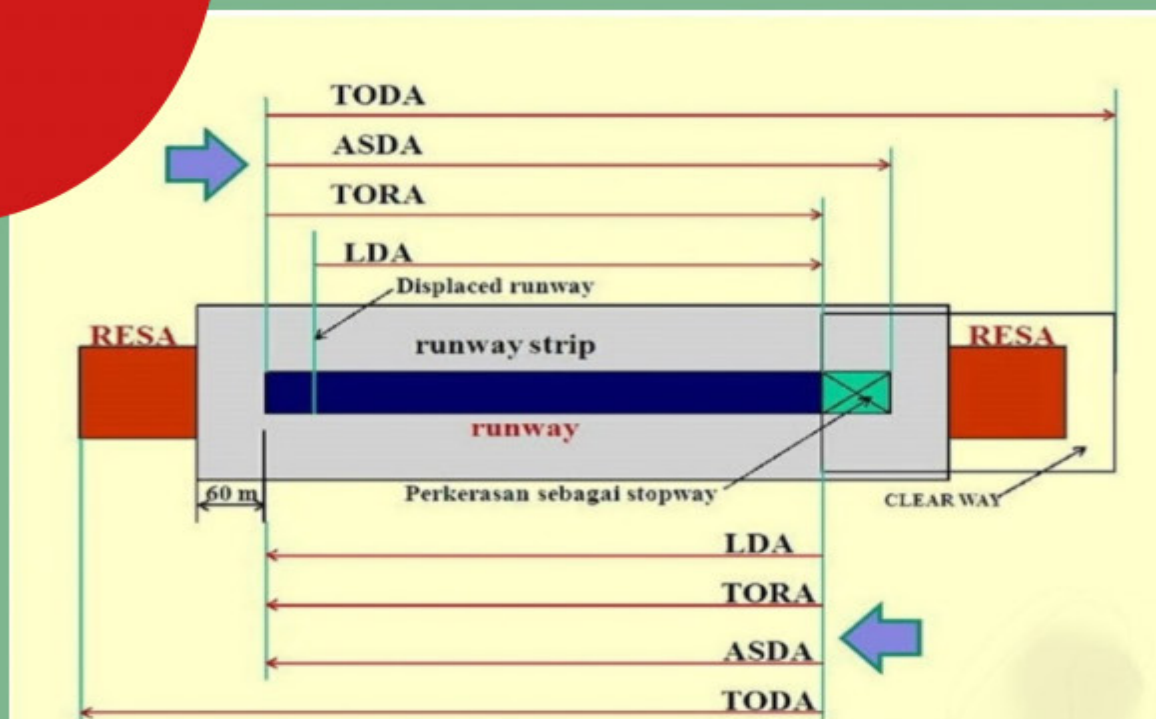
✈️ ابراهیم مرادی، عضو هیات مدیره و راهبر فرودگاه بین‌المللی مهرآباد از شکسته شدن رکورد پروازهای مسافری فرودگاه بین‌المللی مهرآباد طی ۲۴ ساعت در اولین روز تعطیلات روزهای پایانی ۴۵ امین دهه فجر انقلاب شکوهمند اسلامی خبر داد.

✈️ وی با بیان اینکه در روز ۱۸ بهمن‌ماه، فرودگاه مهرآباد پذیرای ۳۸۸ پرواز ورودی و خروجی مسافری بوده، اعلام نمود این اولین بار طی دو سال گذشته است که مهرآباد به این رکورد پروازی دست یافته است و بیش از ۵۰ هزار مسافر با این تعداد پرواز در طی یک شبانه‌روز جابجا شده‌اند.

✈️ وی در پایان از زحمات همکارانش در تمام بخش‌های هوانوردی و فرودگاهی در ارائه خدمات بهینه به مسافرین و هموطنان عزیز پایتخت، تشکر و قدردانی نمود.



طول باندهای تعریف شده



م. احمدیان

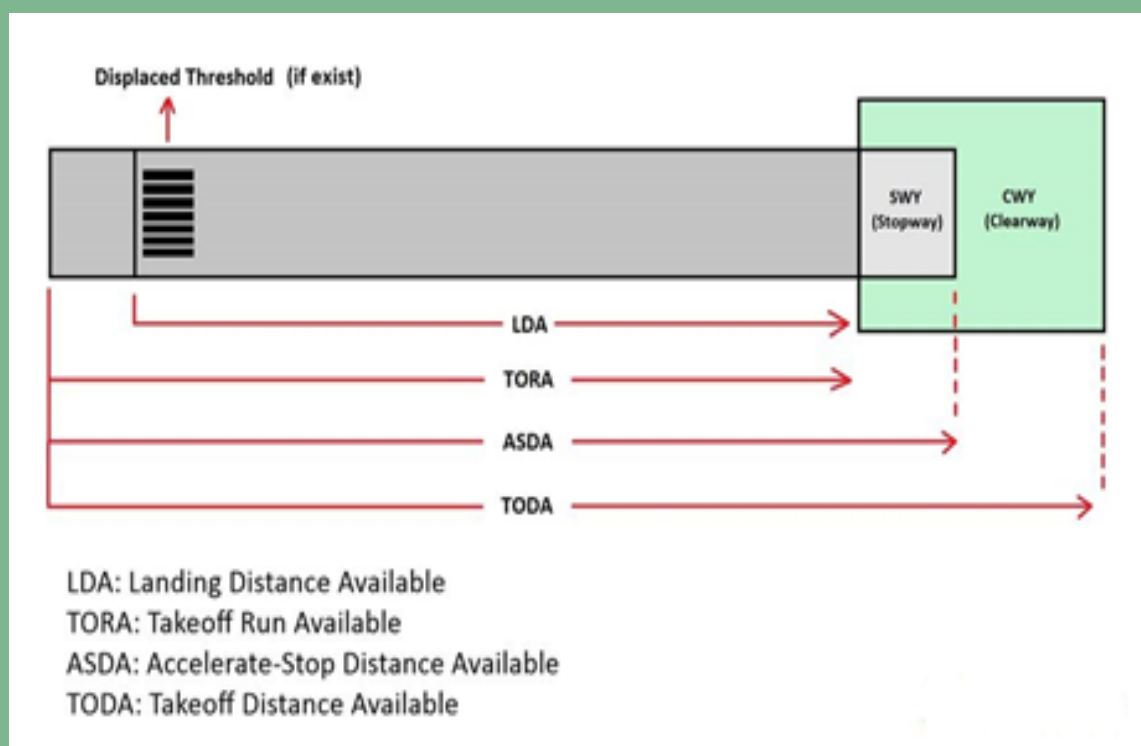
۱- Take-off Run Available (TORA)

طول باندی که برای برخاستن هواپیما مناسب می باشد. وقتی هواپیما در هنگام برخاستن از سرعت V_0 به سرعت V_1 یعنی سرعت تصمیم گیری می رسد، خلبان هواپیما می بایست به Take-off ادامه دهد و در صورت بروز مشکل قبل از رسیدن به این سرعت می بایست هواپیما را متوقف سازد تا هواپیما حداکثر در انتهای باند که برای این منظور آماده شده است و به آن منطقه که به آن StopWay می گویند، متوقف شود و دچار سانحه نگردد.

۲- Accelerate-Stop Available (ASDA)

(ASDA = TORA + SWY)، اگر StopWay (SWY) موجود باشد.

بعد از بلند شدن هواپیما از سطح باند در سرعت V_2 که ارتفاع آن نسبت به باند ۳۵ پا می باشد و هواپیما در این هنگام چرخ های خود را جمع می کند، منطقه مستطیل شکلی در انتهای باند تعریف می شود، این منطقه می تواند روی آب یا خشکی باشد و به آن ClearWay می گویند.



۳- (TODA): Take-off Distance Available

(TODA = TORA + CWY)، اگر (Clear way (cwy) موجود باشد.

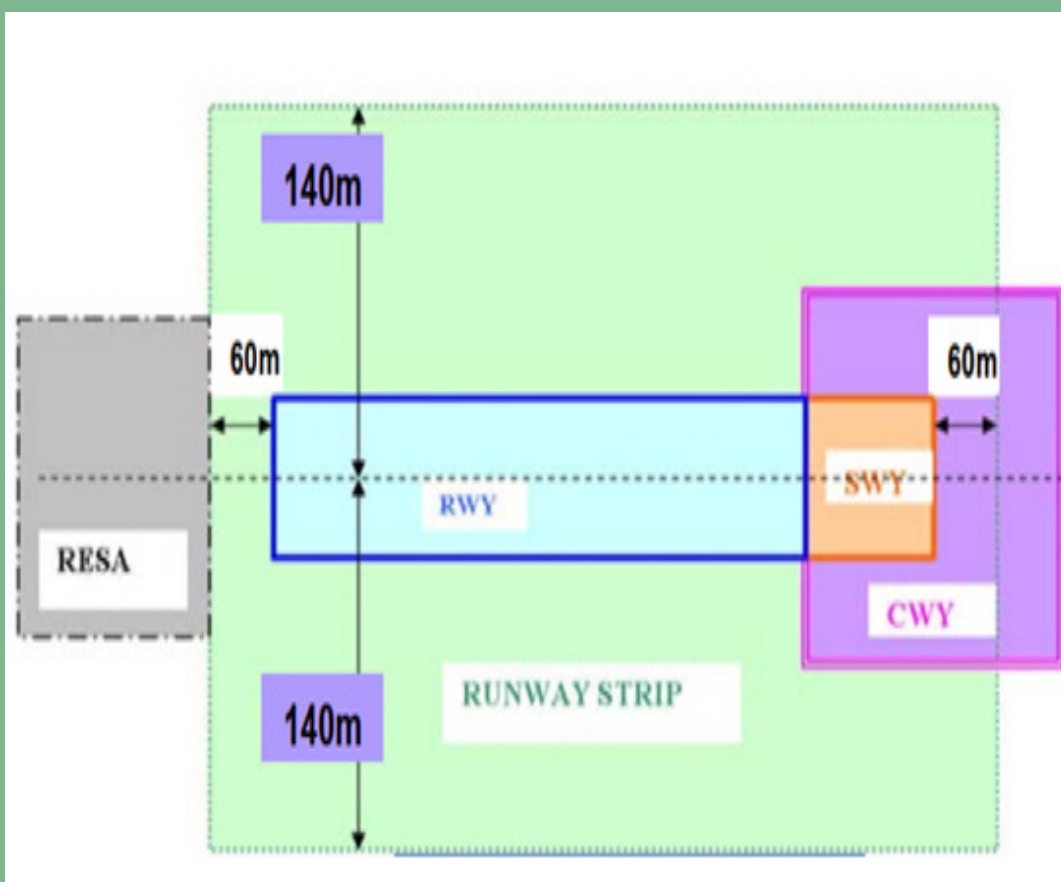
۴- (LDA): Landing Distance Available

طول بانندی که برای حرکت هواپیمای در حال نشستن روی سطح باند مناسب باشد و طول آن از Threshold تا ابتدای SWY در نظر گرفته می‌شود.

معمولاً طول باند (Landing (LDA برابر طول باند (Take-off (TORA است بجز در مواردی که به جهت محدودیت‌هایی مجبور باشیم ابتدای باند (Threshold) را به مکانی عقب‌تر منتقل کنیم.

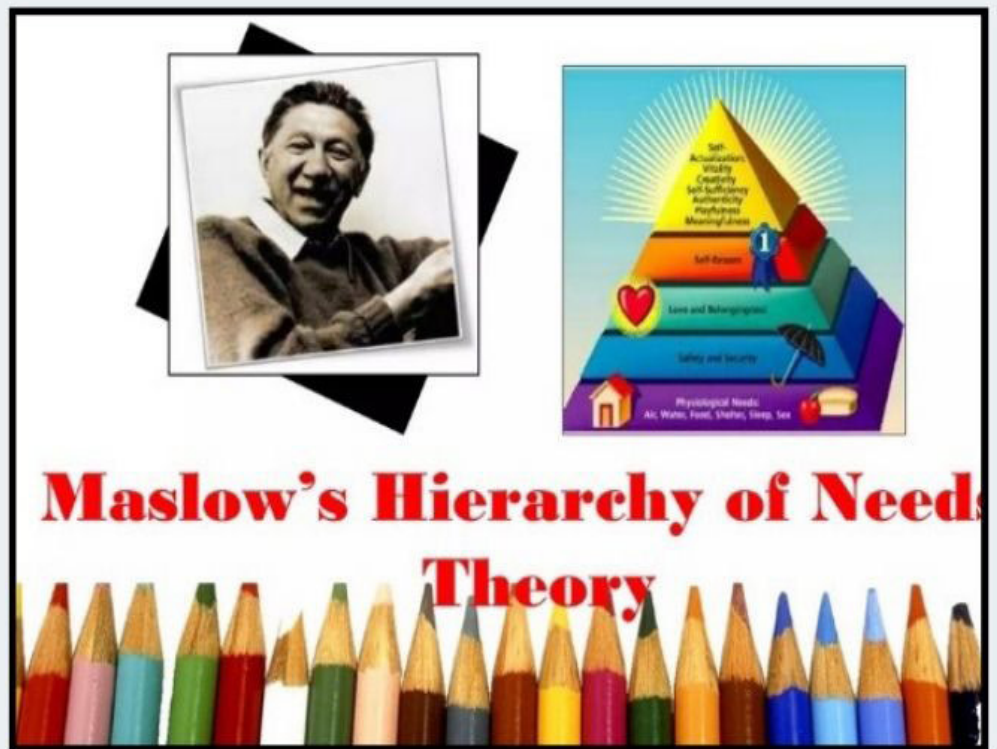
مانند موانعی که در مسیر فرود هواپیما وجود دارد با برای آسایش ساکنین مجاور ابتدای باند. همچنین اگر در سطح باند چاله‌هایی وجود داشته باشد، می‌بایست آستانه باند را ۶۰ متر بعد از آخرین چاله در نظر گرفت.

بررسی از سوانح ۳۰ ساله در فرودگاه‌ها نشان می‌دهد بیشتر سوانح در مناطقی قبل از Threshold رخ می‌دهد. بر این اساس منطقه‌ای مستطیلی در امتداد خط مرکز باند و در مجاورت انتهای Strip در نظر می‌گیرند که سعی می‌شود در آن از مصالحی استفاده شود که شدت سانحه در اثر خارج شدن هواپیما از باند هنگام برخاستن (Overrunning) یا سقوط هواپیما هنگام نشستن (Undershooting) کمتر شود، که به این منطقه (Runway End Safety Area (RESA گویند.



تئوری سلسله مراتب نیازهای مازلو

ابتدایی‌ترین نیازها در پایین‌ترین سطح هرم و پیچیده‌ترین نیازها در رأس هرم قرار دارند. نیاز فیزیولوژیک، اساسی‌ترین نیاز برای بقاء است و اولین چیزی است که رفتار فرد را تحریک می‌کند. اگر نیازهای فیزیولوژیک ارضا نشود، بدن انسان نمی‌تواند عملکرد مطلوبی داشته باشد. هنگامی که این سطح نیاز برآورده شد، سطح بعدی نیاز به فرد انگیزه خواهد داد. ترتیب نیازها ممکن است بر اساس شرایط خارجی یا تفاوت‌های فردی متفاوت باشد؛ برای برخی افراد، نیاز به احترام مهم‌تر از نیاز به عشق است. این پنج سطح نیاز، به دو دسته کلی نیازهای کمبود و نیازهای رشد تقسیم می‌شوند. چهار سطح اول نیازها در حقیقت، نیازهای کمبود (Deficiency Needs) هستند که در اثر محرومیت به وجود می‌آیند. در مقابل، نیاز سطح پنجم (خودشکوفایی) ناشی از تمایل به رشد و تعالی فرد (Growth Needs) است. برآورده‌سازی نیازهای سطوح بالاتر به خاطر موانع فردی و محیطی به مراتب دشوارتر است.



تئوری هرم سلسله‌مراتب نیازها به‌عنوان یک نظریه انگیزشی در روان‌شناسی، توسط ابراهام مازلو (Abraham Maslow) روان‌شناس آمریکایی در سال ۱۹۴۳ میلادی بیان شد. مازلو اعتقاد داشت که نیازهای انسان شامل پنج دسته نیازهای زیستی یا فیزیولوژیک (Physiological) نیاز به خوراک، پوشاک، مسکن، خواب و تولید مثل؛ نیازهای ایمنی (Safety) مثل نیاز به تأمین مالی، امنیت شغلی، ثبات، نظم، سلامتی، ایمنی و محافظت در برابر حوادث؛ نیازهای عشق و تعلق (Love & Belonging) مثل نیاز به دوستی، روابط عاطفی و اجتماعی، تعامل با دیگران و عضویت در گروه‌های اجتماعی؛ نیازهای احترام (Esteem) مثل نیاز به قدر، منزلت، عزت و احترام؛ و نیازهای خودشکوفایی (Self-actualization) مثل نیاز به موفقیت، تعالی و ارتقای شغلی هستند.

نیازهای زیستی سطح اول که برای ادامه بقاء حیاتی هستند، بیشترین تأثیر را بر رفتار فرد دارند و تا زمانی که به اندازه کافی تأمین نشوند، بقیه نیازها انگیزش کمتری در او ایجاد خواهد کرد. دو سطح نیازهای فیزیولوژیکی و امنیت هم نیازهای اساسی انسان را تشکیل می‌دهند. رفتار افراد معمولاً توسط چند نیاز به‌طور همزمان برانگیخته می‌شود.

تئوری هرم سلسه مراتب نیازهای مازلو در سازمان و مدیریت، به‌ویژه در مدیریت کارکنان، انگیزش و رهبری کاربرد دارد. سه نسل مختلف کارکنان در سازمان کار می‌کنند. نسل اول یا نسل X (متولدین قبل سال ۱۳۵۵)، نسل دوم یا نسل Y (متولدین بین سال‌های ۱۳۵۵ و ۱۳۷۰) و نسل سوم یا نسل Z (متولدین بعد از سال ۱۳۷۰). این سه گروه کارکنان ویژگی‌ها، نیازها و انتظارات متفاوتی دارند. مدیران باید نسبت به این تفاوت‌های کارکنان آگاه باشند تا بهتر بتوانند آن‌ها را هدایت و رهبری کنند تا به اهداف سازمانی دست یابند. مدیران باید با توسعه و اغتنای شغل، تقویت خلاقیت و نوآوری و به‌کارگیری برنامه‌های جانشین‌پروری، زمینه رشد و توسعه کارکنان را در سازمان فراهم کنند. وظیفه مدیر استاندارد و بهینه‌سازی مشاغل سازمانی؛ استخدام کارکنان متخصص و متعهد؛ تعیین و تبیین اهداف سازمانی، ایجاد محیط کاری آرام، شاد و جذاب؛ تأمین منابع مورد نیاز؛ آموزش، هدایت و رهبری کارکنان و وظیفه کارکنان اجرای برنامه‌ها و اقدامات تعیین شده برای دستیابی به اهداف سازمانی است. به همین دلیل، حدود ۹۰ درصد مشکلات سازمان به خاطر سوء مدیریت است.

مطالعه کتاب «انگیزه و شخصیت» نوشته آبراهام مازلو را به کارکنان پیشنهاد می‌کنیم.

مدیران برای استفاده درست از تئوری هرم سلسه مراتب نیازهای مازلو باید:

۱. آگاه باشند که افراد دارای نیازهای متفاوتی هستند و به تفاوت نیازهای آن‌ها به‌هنگام پاداش و جبران خدمت توجه کنند.
۲. ابتدا نیازهای سطوح پایین کارکنان را تأمین کنند تا آن‌ها سریع به سطح خودشکوفایی برسند.
۳. کارکنان میل ذاتی به خودشکوفایی دارند. مدیران باید کمک کنند تا آن‌ها هرچه زودتر به سطح خودشکوفایی برسند. کارکنان باید در زمینه خودشکوفایی آموزش و منابع لازم را دریافت کنند.
۴. برای انتخاب مدیران سازمان نیز به سطح نیازهای آن‌ها توجه کنند. مدیرانی انتخاب کنند که به سطوح بالای هرم سلسه مراتب نیازها به‌ویژه به سطح خودشکوفایی رسیدند. احتمال تخلف و تقلب در مدیرانی که در سطوح پایین نیازها قرار دارند، زیاد است.

روان‌شناسی



قسمت اول

۱. زند

انسان‌های اولیه تنها برای زنده بودن و امرار معاش در تلاش و تکاپو بودند و آگاهی چندانی از ابعاد دیگر زندگی نداشتند. با گذشت زمان طیبیان با تجربه و آزمون و خطا نسبت به جسم انسان آگاهی‌هایی به‌دست آورده و به مرور و در طی سالیان این آگاهی‌ها به دانش‌های تخصصی مبدل گشتند. در طول همین زمان توجه‌هایی هم به سمت روان انسان جلب شد، این‌که چه ابعاد دیگری در وجود انسان وجود دارد و چه تاثیراتی بر کیفیت زندگی او می‌تواند داشته باشد و با انجام مطالعات و آزمایش‌های بسیار در گذر زمان، روان انسان هم همچون جسم مورد توجه و مراقبت قرار گرفت. به این ترتیب سبک و کیفیت زندگی از شکل اولیه خود که تنها تلاش برای زنده ماندن و امرار معاش بود به نوعی کاملاً متفاوت یعنی در تلاش بودن برای افزایش آگاهی با هدف داشتن زندگی بهتر تغییر کرد.

این امر، با کمک مراقبت از جسم با انجام کارهایی چون ورزش و داشتن تغذیه سالم و همین‌طور مراقبت از روان با انجام کارهایی چون مدیتیشن و یوگا، مطالعه کتاب‌ها و یا گوش دادن به پادکست‌هایی در زمینه مهارت‌های زندگی یا سایر موضوعات مرتبط با سلامت روان و همین‌طور مراجعه به روان‌شناس در زمینه‌هایی که نیازمند خدمات تخصصی در زندگی فردی یا خانوادگی خود هستیم رخ می‌دهد.

زندگی بندرت بدون چالش است. برخی از مشکلات می‌توانند آن‌قدر جدی باشند که ادامه زندگی بدون دریافت کمک غیرممکن به‌نظر برسد.

امروزه با توجه به تغییر سبک زندگی افراد نسبت به دهه‌های گذشته، نیازهای افراد در جامعه و زندگی فردی نیز با تغییر مواجه بوده است. گفتنی است امروزه داشتن پزشک و روان‌شناس در زندگی به صورتی که او در مورد جسم و روان ما شناخت داشته باشد و هر زمان که احساس نیاز داریم بتوانیم به او مراجعه کنیم، به عنوان یک فرهنگ در حال ترویج است و از این رو امری مهم و مثبت به شمار می‌رود که با هر بار مراجعه، روان‌شناس یا مشاور شما با یک انسان جدید روبه رو نیست و نیازی ندارد تا زمانی را برای ارزیابی و شناخت شما بگذارد. این همان چیزی است که در جریان مشاوره و در جلسات اول به عنوان ارزیابی تشخیصی انجام می‌شود. این موضوع در مورد پزشک هم صادق است. از این رو در این مقاله بر آن هستیم تا نکات لازم و ضروری برای مراجعه به روان‌شناس را تا اندازه ممکن برای شما بیان کنیم.

همان‌طور که همه ما برای درمان بیماری‌های جسمی به پزشک متخصص مراجعه می‌کنیم، باید بدانیم مشکلات و بیماری‌های روان‌شناختی نیز نیاز به درمان دارند. یکی از مهم‌ترین راهکارها برای درمان مسائل و مشکلات روان‌شناختی مراجعه به یک روان‌شناس متخصص و متعهد است. مهم است که بدانید برای هر مشکلی از جمله مرگ یک عزیز یا احساس اضطراب طاقت‌فرسا، کمک تخصصی یک روان‌شناس همیشه در دسترس است.

ما حتی در شرایطی که با اختلالات روانی روبه رو نشویم، طبیعی است که در طول زندگی با فشارها و استرس‌ها و شرایطهای سخت و دشوار مواجه خواهیم شد. مسائلی چون چالش‌های تحصیل، انتخاب رشته، شغل، آشنایی و انتخاب همسر، گاهی شکست عاطفی یا طلاق، مواجهه با سوگ، بیماری و بسیاری مسائل دیگر که بخش جداناپذیر از زندگی ما هستند و هر کدام به تنهایی این توان را دارند تا بر زندگی فرد اثر گذاشته یا آن را مختل کنند.

اهمیت روان‌شناس در زندگی از این رو مطرح می‌شود که در چنین موقعیت‌هایی شما این اطمینان خاطر را در خود خواهید داشت که با قرار گرفتن در کنار یک فرد متخصص و آگاه نه تنها می‌توانید از این دوران عبور کنید، بلکه ضمن کسب آگاهی از طریق آنچه در طول جلسات مشاوره و در فرایند درمان شما رخ می‌دهد، در موقعیت‌های مشابه بعدی گام‌های لازم و موثر را برداشته و این به معنای کسب مهارت در زندگی است.

در گذشته‌های دور، در نظر عموم مردم در خصوص مراجعه به روان‌شناس، مقداری با مقاومت همراه بود، اما امروزه فرهنگ مراجعه به روان‌شناس به قدری در میان مردم به ثبات رسیده که افراد می‌توانند در خصوص این تجارب خود با همدیگر تبادل اطلاعات کرده و تجارب و آموخته‌های خود را به اشتراک بگذارند.

لازم می‌دانیم این نکته را در این بخش اشاره کنیم که ما در هر سنی و با هر درجه علمی که داریم حتی اگر در رشته روان‌شناسی هم تحصیل کرده باشیم، طبیعی است که با توجه به شاخه‌های گسترده و تخصصی رشته‌ی روان‌شناسی، مواردی وجود دارند که یا در حوزه‌ی تخصص ما نیست و یا به لحاظ هیجانی آمادگی مواجهه با آن‌ها را به تنهایی و بدون حمایت روان‌شناس نداریم.

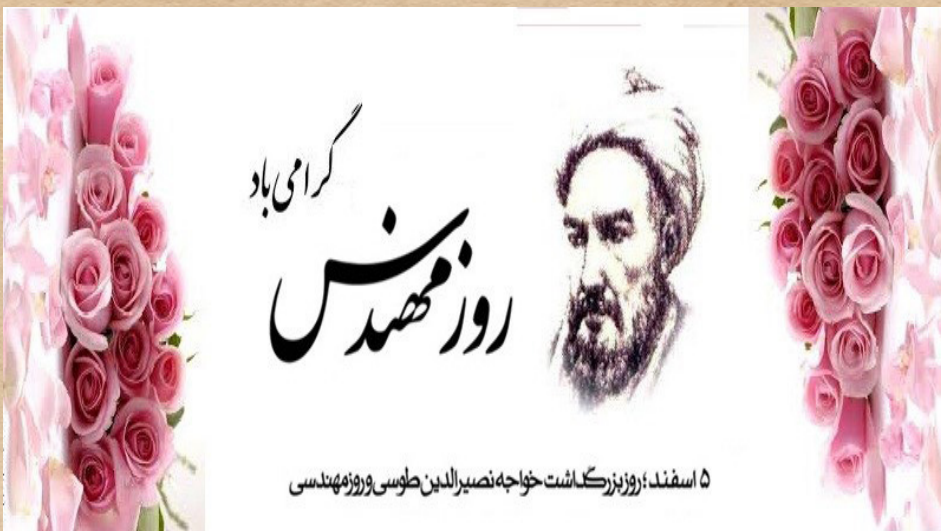


خواجه

نصیرالدین

طوسی

گ. نجارزاده



خواجه نصیرالدین طوسی، یکی از بزرگ‌ترین دانشمندان تاریخ پر افتخار ایران می‌باشد که در بسیاری از علوم سرآمد بوده است. خواجه نصیرالدین طوسی، فیلسوف، متکلم، و ریاضیدان بزرگ ایرانی در قرن هفتم هجری است که کتب و رساله‌های علمی متعددی در موضوعات گوناگون به رشته تحریر درآورد. خواجه نصیر طوسی را در علم، همتای بوعلی سینا دانسته‌اند، چنانچه ابن سینا در طب سرآمد بود، خواجه نصیر نیز در ریاضیات سرآمد بوده است. در تقویم رسمی کشور، روز پنجم اسفندماه را به‌عنوان روز بزرگداشت خواجه نصیرالدین طوسی و روز مهندس نامگذاری نموده‌اند.

تولد

محمد بن محمد بن حسن طوسی معروف به خواجه نصیرالدین طوسی شیعه در ۱۱ جمادی الاول سال ۵۹۷ ه.ق در طوس به دنیا آمد. نام او محمد، کنیه‌اش (ابو جعفر) است و به نصیرالدین، «محقق طوسی»، «استاد البشر» و «خواجه» نیز شهرت دارد، لقب «طوسی» به زادگاه او اشاره دارد.

تحصیل

خواجه نصیرالدین طوسی، ایام کودکی و نوجوانی خود را در شهر طوس سپری نمود و در این ایام نزد پدرش محمد بن حسن طوسی که روحانی بود، خواندن و نوشتن، قرائت قرآن، قواعد زبان عربی و فارسی، معانی و بیان و مقداری از علوم منقول از قبیل حدیث و ... را آموخت. مادر او در خواندن قرآن و متون فارسی کمک می‌کرد. سپس با راهنمایی پدرش، برای فراگیری حکمت و منطق نزد دایی‌اش «نورالدین علی بن محمد شیعی» که از دانشمندان نامور در ریاضیات، حکمت و منطق بود، رفت اما عطش علمی او برطرف نشد و در محضر «کمال الدین محمد حاسب» از دانشوران نامی در ریاضیات به تحصیل پرداخت.

ازدواج

او در شهر قاین در سال ۶۲۸ ه.ق، با دختر فخرالدین نقاش ازدواج نمود و به دعوت محتشم قهستان به نام ناصرالدین به اتفاق همسرش به قلعه اسماعیلیان رفت که بهترین و محکم‌ترین مکان در برابر حمله مغول‌ها بود.



تاسیس رصدخانه و کتابخانه مراغه

خواجه نصیر، پس از حمله دوم مغولان به فرماندهی هلاکو و تسلیم شدن قلعه‌های اسماعیلیان، به دربار هلاکو راه یافت و در حالیکه قدرت انتخاب نداشت، برای حفاظت از میراث اسلامی تسلیم هلاکو گشت. هلاکو با

خواجه با احترام برخورد می‌کرد و از او تجلیل فراوانی می‌نمود. پس از فتح بغداد توسط هلاکو، خواجه به او ساخت یک رصدخانه را پیشنهاد داد و گفت با دانشی که در نجوم دارد، می‌تواند با کمک رصد ستارگان، وقایع آینده، مدت عمر و ... را درباره او بگوید بنابراین هلاکو دستور ساخت رصدخانه را در سال ۶۵۷ ق داد. در رصدخانه مراغه تعداد زیادی از دانشمندان جمع شده و این‌گونه از کشته شدن نجات یافتند. همچنین خواجه طوسی، کتابخانه بزرگی در محل رصدخانه مراغه احداث نمود و به فرمان هلاکو بسیاری از کتاب‌های نفیس و سودمندی که از بغداد، دمشق، موصل و خراسان غارت شده بود، به آن انتقال یافت و حدود ۴۰۰ هزار کتاب در کتابخانه مراغه وجود داشت و انواع کتاب از زبان‌های چینی، مغولی، سنسکریت، آشوری و عربی به زبان فارسی ترجمه شد و در دسترس طالبان علم و دانشمندان رصدخانه قرار گرفت. این‌گونه بود که خواجه با پیشنهاد ساخت رصدخانه از علم محافظت نمودند.

فرزندان

خواجه نصیر دارای سه پسر به نام‌های صدرالدین علی، اصیل‌الدین حسن و خواجه فخرالدین محمد بود. فرزند بزرگ او بهره کافی در فلسفه، نجوم و ریاضی داشت و دومین فرزندش اهل دانش و فضیلت بود و مشغول امور سیاسی بود و فرزند کوچک او ریاست امور اوقاف در کشورهای اسلامی را عهده‌دار بود.

خصوصیات اخلاقی

خواجه را تنها یک دانشمند نبود بلکه انسانی به تمام معنا بود که انسانیت و ارزش‌های الهی و اسلامی را بر همه چیز ترجیح می‌داد و از زندان نفس و خودخواهی رها گشته بود.

وفات و آرامگاه

خواجه پس از مرگ هلاکوخان و در زمان آباخان دوران آخر عمرش را سپری می‌کرد. خواجه طوسی در بغداد و در سال ۶۷۲ ه. ق رحلت نمود. ایشان وصیت نموده بود که در کنار امام هفتم، باب الحوائج به خاک سپرده شود، بنابراین خواجه در شهر کاظمین مدفون گردید.

ارتفاع سنجی

غ. فتاح

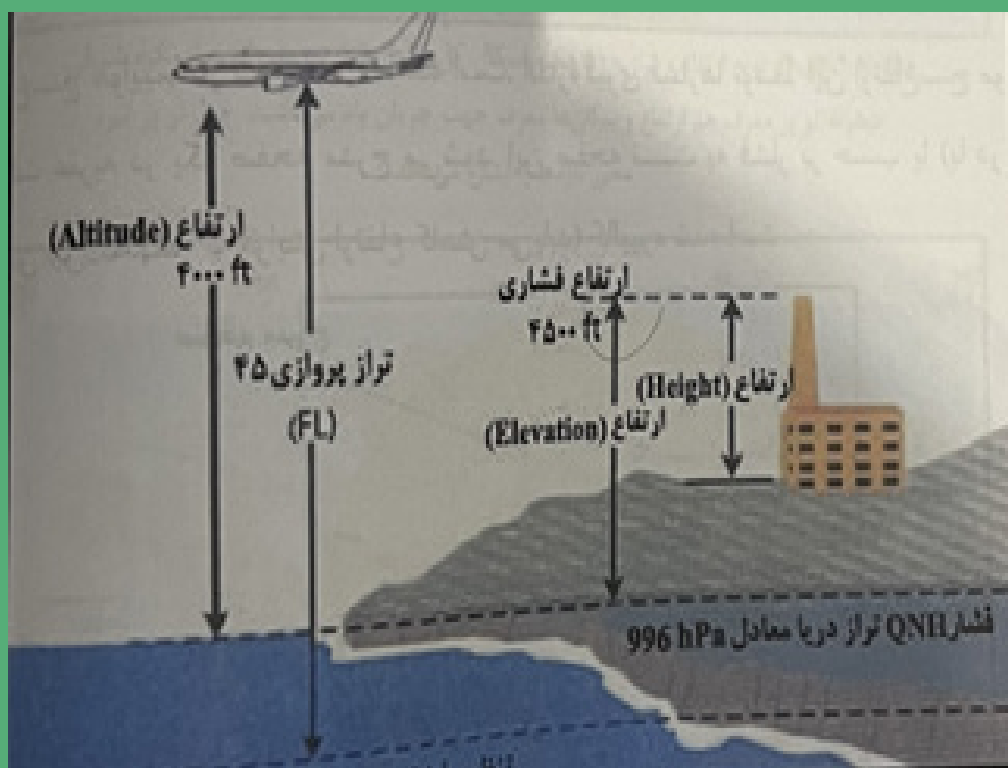
شاید مهم‌ترین کاربرد مفهوم فشار جو در امور هوانوردی، مرتبط با موضوع ارتفاع‌سنجی باشد.

ارتفاع‌سنج و تنظیم آن: ارتفاع‌سنج، ابزاری است که در آن، فشار، بر حسب واحدهای ارتفاع تعیین می‌شود و با هدف نمایش فاصله‌ی تقریبی بین دو سطح فشاری در هواپیما نصب شده است. اندازه‌گیری فشارها توسط این ارتفاع‌سنج موجب حرکت عقربه در یک صفحه مندرج می‌شود. این صفحه نسبت به فشار بر حسب پا (با در نظر گرفتن این که فشار با افزایش ارتفاع کاهش می‌یابد) کالیبره شده است.

این ابزار منطبق با استانداردهای ایکائو کالیبره شده است، به گونه‌ای که در تمامی ارتفاع‌سنج‌ها، ارتفاع مشابه برای فشارهای یکسان قرائت شود. در واقع، از آنجا که هواپیماها در سطوح بالایی جو، روی سطوح فشار ثابت (نه سطوح ارتفاع ثابت) پرواز می‌نمایند، با در اختیار داشتن ارتفاع‌سنج فشاری می‌توان ارتفاع هواپیما از تراز میانگین دریا یا فاصله‌ی عمودی دو هواپیما از یکدیگر را تعیین نمود. از آنجا که تغییرات فشار با ارتفاع در شرایط مختلف جوی روی سنجنده‌ای این ابزار تاثیرگذار است.

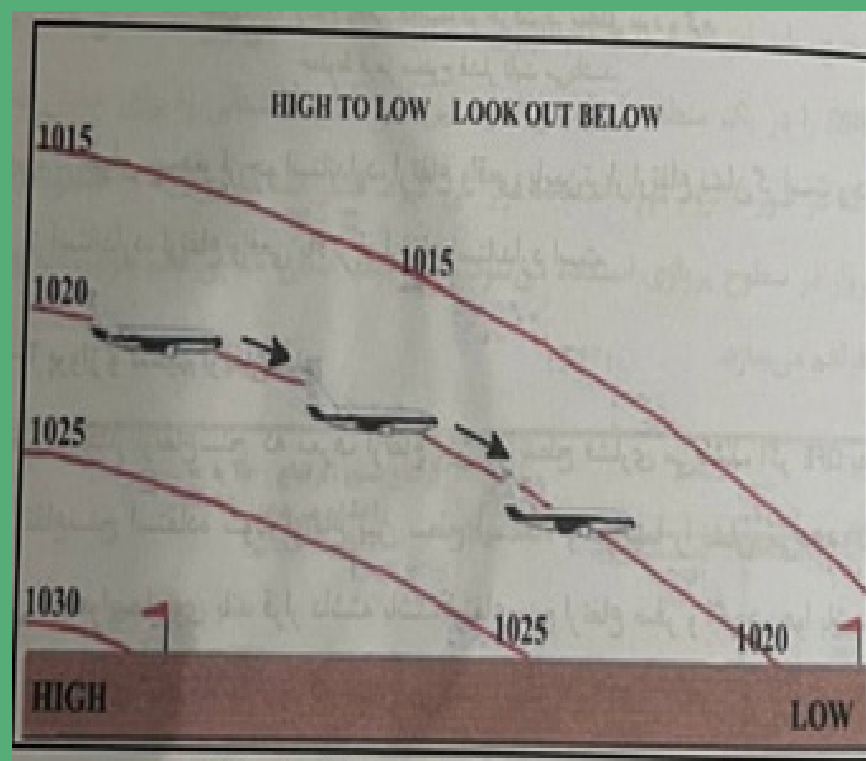
ارتفاع فشاری: این ارتفاع با تنظیم QNE روی ارتفاع‌سنج هواپیما (FL) نمایش داده می‌شود، این ارتفاع معادل ارتفاع نقشه‌های فشار ثابت از تراز میانگین دریا می‌باشد.

ارتفاع نشان‌گر: ارتفاعی است که خلبان هنگام تنظیم QNH روی ارتفاع‌سنج می‌بیند.

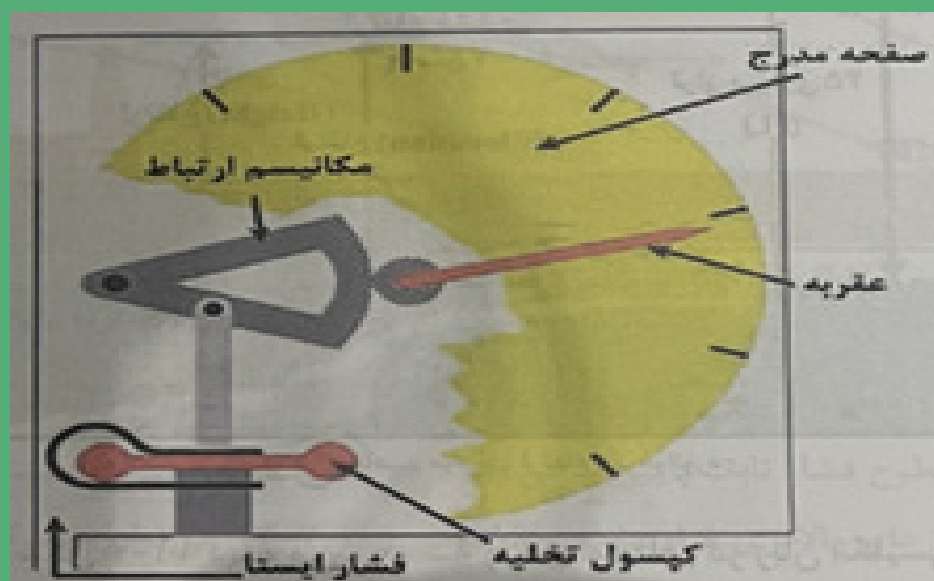


پرواز در سطوح فشار ثابت

جهت پرواز در یک تراز ثابت، فشار هوا باید در تمامی آن تراز یکسان باشد. به همین منظور باید در امتداد یک تراز فشار ثابت پرواز کرد. با این وجود هنگام پرواز در منطقه‌ای با فشار کم‌تر، این سطح فشاری افت می‌کند و در نتیجه ارتفاع واقعی افت می‌کند. به همین ترتیب هنگام پرواز در منطقه‌ای با فشار بیشتر این سطح فشاری بالا می‌آید، ارتفاع واقعی افزایش می‌یابد. بنابراین در پرفشارها؛ ارتفاع واقعی بالاتر از ارتفاع نشان‌گر و در کم‌فشارها ارتفاع واقعی پایین‌تر از ارتفاع نشان‌گر می‌باشد.



تغییرات دمایی نیز در جو، اثرات قابل توجهی بر فشار و شکل سطوح هم‌فشار دارد. هوای سرد متراکم است و سطوح فشار ثابت پایین‌تر می‌باشند در حالی که هوای گرم منبسط است و سطوح فشار ثابت در ترازهای بالاتری قرار دارند.



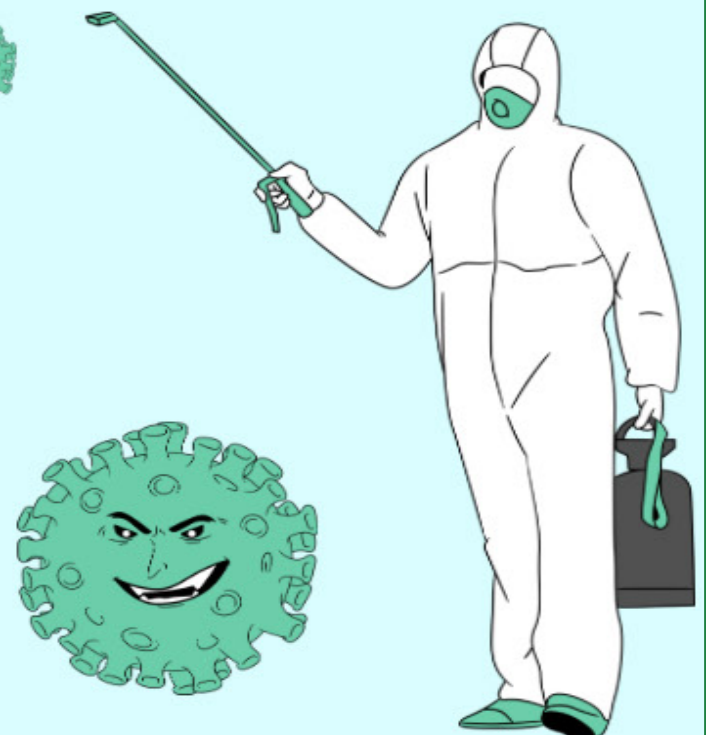
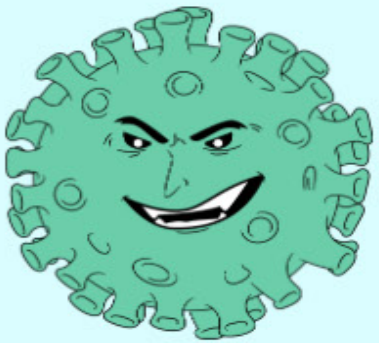
سویه جدید اومیکرون ← JN.1

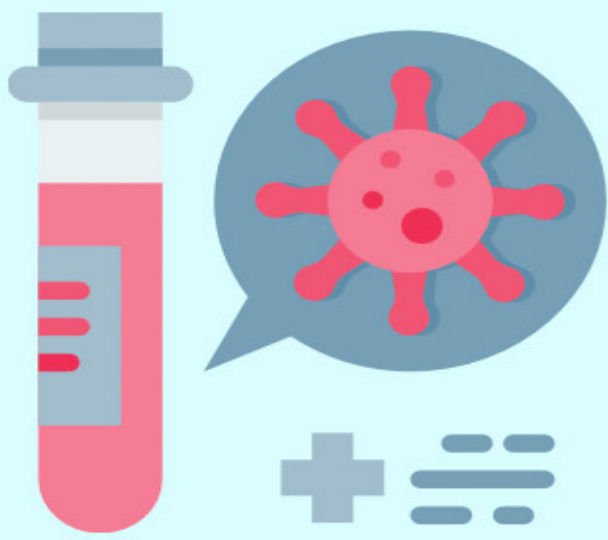
دکتر آ. عبدالحسینی

سازمان بهداشت جهانی می گوید که یکی از زیرمجموعه های سویه اومیکرون ویروس کرونا را به عنوان گونه قابل توجه طبقه بندی کرده است، چراکه با سرعت زیادی در حال انتشار است. از تاریخ ۱۸ سپتامبر ۲۰۲۳، سویه JN.1، کرونا به دلیل شیوع سریع در جهان به عنوان سویه تحت نظر طبقه بندی شده است. زیرسویه جدید کرونا، که با نام JN.1 شناخته می شود، از سویه BA 2.86 به وجود آمده است. سویه BA 2.86، خود بخشی از سویه اومیکرون است. اومیکرون سویه قوی تری از کووید-۱۹ است که سال گذشته به اوج خود رسید.

هر ویروس دارای پروتئین های سنبله منحصربه فرد خود است که آن ها را قادر می سازد سلول ها را آلوده کرده و علائم خاصی را ایجاد کند. تغییرات یا جهش اضافی در توالی DNA آن سنبله ها نشان دهنده پیدایش سویه / زیرسویه جدیدی از ویروس است. سویه / زیرسویه ها می توانند از نظر شدت، سرایت و پاسخ به درمان علائم متفاوت باشند. کارشناس سیاست و تحقیقات مراقبت های بهداشتی در موسسه پزشکی ویل کورنل، می گوید: زیرسویه جدید واگرایی ژنتیکی بیشتری با نسخه های قبلی خود دارد که نشان دهنده تکامل مداوم ویروس است.

در حالی که BA 2.86 دارای ۲۰ جهش در پروتئین های سنبله خود بوده، JN.1 دارای ۲۱ جهش است. مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری های آمریکا (CDC) این جهش اضافی را L455S نام گذاری کرده و گفته که ممکن است این جهش به ویروس کمک کند تا از پاسخ های سیستم ایمنی فرار کند. تجربه ابتلا به کرونا یا واکسینه شدن معمولاً آنتی بادی های سیستم ایمنی را قادر می سازد تا وقتی دوباره در معرض ویروس قرار می گیرند، با آن مقابله کنند. JN.1 در بسیاری از کشورهای دنیا از جمله هند، چین، بریتانیا و ایالات متحده دیده شده است.





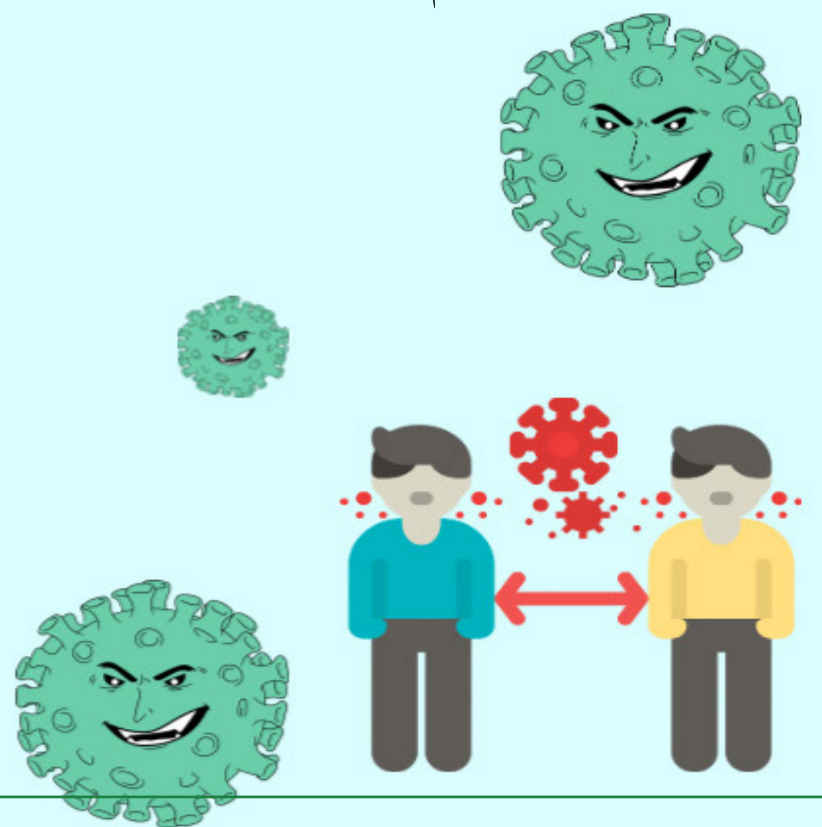
سازمان بهداشت جهانی اعلام کرد که خطر این زیر سویه از نظر شدت در حال حاضر که ارزیابی شده و در صورت نیاز، به روزرسانی خواهد شد. این آژانس، خاطرنشان کرد که سایر بیماری‌های تنفسی مانند آنفلوآنزا نیز در بحبوحه آغاز فصل زمستان در نیکره شمالی در حال افزایش بوده و انتقال JN.1 ممکن است امکانات بهداشتی را بیشتر تحت فشار قرار دهد. سازمان بهداشت جهانی گفت که واکسن‌ها به محافظت از اثرات شدید ابتلا به سویه/زیرسویه‌های کرونا ادامه خواهند داد.



علائم JN.1

به گفته مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری‌های آمریکا، مانند سایر سویه‌های کووید-۱۹، علائم بر اساس ایمنی و سلامت کلی فرد متفاوت است. علائم شایع عبارتند از تب یا لرز، سرفه، خستگی و بدن درد.

متخصصان می‌گویند واکسن‌های فعلی در برابر بیماری‌های شدید و مرگ ناشی از JN.1 و دیگر سویه‌های کووید-۱۹ موثر هستند. ویروس‌های تنفسی چون آنفلوآنزا، ویروس سینسیثیال یا RSV و سینه‌پهلو کودکان نیز در نیکره شمالی با افزایش همراه بوده است. سازمان (CDC) به مردم توصیه می‌کند که با استفاده از تمام ابزارهای موجود، اقداماتی را برای جلوگیری از عفونت‌ها و بیماری‌های شدید انجام دهند. این موارد شامل استفاده از ماسک در مکان‌های شلوغ، بسته یا دارای تهویه ضعیف، حفظ فاصله از دیگران، رعایت آداب تنفسی (پوشاندن صورت هنگام سرفه و عطسه)، شستن مرتب دست‌ها و انجام آزمایش در صورت داشتن علائم بیماری است.



گزیده کتاب "آگاهی به خود"

نوشته بهزاد غفوری



۱. طهماسبی، ر. طهماسبی و م. مرادی

پیشگفتار

تو ز چشم خویش پنهانی، اگر پیدا شوی
در میان جان تو گنجی نهان آید پدید
(عطار نیشابوری)

سال‌ها به دلیل ندانستن و عدم آموزش صحیح دچار رنج‌های مختلف روحی و روانی بودم و همین مسئله و طبیعت مغز ما انسان‌ها که از کاه افکار برای خودمان کوه مشکلات می‌سازیم، باعث شد من هم به‌همین دلیل رنج بسیاری ببرم و اکثر اوقات بابت هر اشتباهی خودم را سرزنش می‌کردم و این سرزنش‌گری را تعمیم به دیگر اتفاقات زندگی‌ام می‌دادم. این احساس و باور اشتباه باعث شد در روابط با دیگران هم دچار مشکل شوم. بعد از سال‌ها مطالعه و گذراندن دوره‌های آموزشی مختلف توانستم به درک درست از خودم و زندگی برسیم و نتیجه آن رسیدن به تعادل فکری و آرامش و حال خوب است و الان به قدری با خودم مهربانانه رفتار می‌کنم که فکر نکنم کسی را بیشتر از خودم دوست داشته باشم!

چرا باید این کتاب را بخوانید؟

شفقت‌ورزی؛ عشق به خودم، عشق به زندگی است.

چرا باید تحت هر شرایطی خود را دوست داشته باشیم؟

چون من با رفتاری که انجام می‌دهم متفاوتم و یکی نیستم، من یعنی هویت، شخصیت و ذات با ارزشم؛ اما رفتار درست یا غلط من یعنی آموخته‌هایی که از پدر و مادر، اطرافیان، جامعه و رسانه‌ها و ... گرفته‌ام. من محترم و لایق آفریده شده‌ام و تا ابد هم این‌گونه هستم، ولی رفتارم می‌تواند اشتباه باشد.

چند تمرین ساده برای شروع:

۱ تمرین اول:

از شما می‌خواهم که همین الان این عبارت را با اسم خود بنویسید.
من از این لحظه به خودم قول می‌دهم که بین خودم و رفتار و اقداماتم تفاوت قائل شوم. من همیشه و تحت هر شرایطی عزیز، گرامی و محترم هستم و اگر اشتباهی وجود دارد. مربوط به رفتار من است و باید آن را دوست نداشته باشم و تلاش کنم رفتارم مانند ذات الهی‌ام محترم و ارزشمند شود.

۲ تمرین دوم:

لیستی طولانی از ویژگی‌های خوبی که از خود می‌شناسید، تهیه کنید و در پایان هر روز به این لیست تعدادی رفتار خوب و مثبت اضافه کنید؛ همان‌هایی که از صبح تا شب انجام داده‌اید.

۳ تمرین سوم:

در پایان هر روز و قبل از خوابیدن، برای دقایقی در جایی تنها باشید. این جملات را تکرار کنید و در ذهن خود این تصویرسازی را انجام دهید.
عزیز دلم خیلی دوستت دارم، برای انجام (جمله مربوط به رفتار خوب را بخوانید)
خیلی از تو ممنون و سپاسگزارم. دوستت دارم، بدون چون و چرا دوستت دارم...

چرا نیازمند شفقت‌ورزی هستیم، چون...

چون زندگی سخت است. حتی اگر زندگی نسبتاً راحت، با دسترسی آسان به غذا، محل خوب برای زندگی، افرادی که دوستان دارند، تحصیل و فرصت دنبال کردن هدف‌هایمان را داشته باشیم، با این فرض که همه این‌ها در دسترس باشند، باز هم درد و رنج فراوانی را تجربه خواهیم کرد؛ چرا که همه ما دیر یا زود پیر می‌شویم و می‌میریم. کسانی را که دوست داریم از دست خواهیم داد. همه ما گاهی به‌رغم کوشش فراوان برای دستیابی به هدف‌هایمان از رسیدن به آن ناامید می‌شویم و شکست می‌خوریم. بسیاری از ما و کسانی که می‌خواهیم به آن‌ها مدد برسانیم، ممکن است کشمکش‌های و هیجان‌ها را نشانه‌ای از این برداشت کنیم که گویی از درون اشکال دارند. در نتیجه ممکن است به‌جای درخواست کمک، از دیگران فاصله بگیریم. این روش‌ها برای افرادی که دچار شرم و خودانتقادگری هستند نیز مفید و موثر است.



AIRPORT CROSSWORD TABLE (NO. 06)

AIRPORT

Note: Words are hidden in all directions including backwards and diagonally.

A	J	E	M	V	A	V	X	Y	U	D	J	B	A	F	K	N	Z	R	C
Y	B	D	S	W	L	U	Q	H	W	V	V	L	O	R	T	N	O	C	W
C	O	Q	I	T	B	U	S	I	N	E	S	S	K	Y	E	X	A	G	S
L	A	N	O	I	T	A	N	R	E	T	N	I	J	U	W	A	G	P	U
E	E	N	V	L	F	L	I	G	H	T	U	G	T	R	O	P	R	I	A
B	R	X	R	E	G	N	E	S	S	A	P	E	N	I	L	R	I	A	B
T	A	U	D	T	I	E	N	A	L	P	R	I	A	I	S	U	G	P	K
O	P	G	T	K	I	R	P	I	R	T	C	V	F	C	D	R	H	E	A
U	A	C	G	R	N	O	I	T	A	C	A	V	H	M	S	L	R	N	H
R	R	M	Q	A	A	H	W	B	S	Q	L	E	F	Z	E	U	I	Z	H
I	K	U	L	R	G	P	V	F	J	M	D	T	T	G	T	U	B	U	Q
S	I	K	B	R	F	E	E	G	N	U	R	O	A	C	T	C	I	D	B
T	N	C	M	I	T	C	I	D	L	A	U	G	E	N	E	F	L	O	Q
Y	G	L	Q	V	N	Y	E	E	N	R	G	T	V	T	R	T	E	K	R
D	E	W	L	A	P	M	U	S	I	U	I	N	U	B	M	E	V	Y	G
S	Z	N	X	L	L	Y	P	S	L	H	R	A	W	G	I	G	A	D	Z
O	J	C	R	L	J	O	M	Z	C	E	V	P	A	D	N	N	R	H	T
T	Q	C	A	U	R	T	I	R	D	S	T	T	Q	T	A	U	T	L	M
Q	S	H	J	T	O	N	A	O	T	V	E	A	H	L	L	O	S	E	W
R	Y	L	F	C	M	J	M	O	G	B	I	X	M	X	S	L	V	V	M



VACATION	ARCHITECTURE	FLIGHT
TOURISM	GATE	LOUNGE
CONTROL	AIRLINE	TERMINAL
AREA	TRIP	TRANSPORT
BUSINESS	ARRIVAL	AIRPLANE

PARKING
BUILDING
HALL
TRAVEL
DEPARTURE
BAGGAGE
INTERNATIONAL
JOURNEY
AIRPORT
MODERN
SCHEDULE
LUGGAGE
SKY
PASSENGER
TOURIST