

اعتیاد عاطفی!

وارد شود، دچار افت روحی و روانی می شوید و تا مرز از خود بی خود شدن پیش می‌روید.

• فقر معنوی

فقر معنوی در فرد عاشق سبب می شود که به شدت به معشوق وابسته و در بسیاری از موارد آویزان او شود و اگر به دلایلی رابطه‌اش قطع یا تضعیف شود دچار چالش‌های شدیدی می‌شود و مانند معتادی که او را از مصرف مواد مخدر منع کرده‌اند، در تب و تاب می‌افتد.

عاشق واقعی نه کسی را استثمار می‌کند و نه مستعمره کسی می‌شود. برای این که نتیجه‌گیری مختصری از این بحث بسیار پیچیده بگیریم، «بی‌توته» مشخصات عشق اصیل را این طور توضیح می‌دهد که عشاق واقعی ضمن احترام به خود، به ارزش و اعتبار معشوق بها می‌دهند.

هر کدام در فکر رشد و بالندگی دیگری هستند. فرق عشق را با دوست داشتن می‌دانند و حساب این دورا از هم جدا کرده‌اند.

در عین این که یک دل و یک دلبرند، قادرند دیگران را دوست داشته باشند و برای امنیت یکدیگر تلاش کنند و بالاخره قدرشناس یکدیگر باشند.

فرد عاشق اجازه رشد، بالندگی و شکوفایی را به طرف مقابلش می‌دهد، یعنی به عنوان پشتیبانی استوار تلاش می‌کند که معشوق؛ به توانمندی درونی برسد، زیرا می‌داند کسی که از درون توانمند شود، قادر است به دیگران توانمندی ببخشد. پس عاشقی که میل دارد معشوق به روش او تصمیم بگیرد، همچنان در گیر «من» خودش است و احساس مالکیت، سراسر وجودش را فرا گرفته است.

• عاشق واقعی چه کسی است؟

فرد عاشقی که به طور دایم تلاش می‌کند که معشوق را تغییر دهد، از احترام به خود محروم است و هنوز نمی‌داند که عاشق واقعی، معشوق را همان طور که هست می‌پذیرد.

عشق و عاطفه به هیچ وجه نمی‌تواند جایگزین هویت انسانی شود، یعنی شما ضمن این که شخصی را دوست دارید، هویت خود را از دست نمی‌دهید. ولی اگر شما عاشقی شیدا و دلداده‌ای بی‌چون و چرا باشید حرمت به خود را از دست می‌دهید. یعنی به جای عشق به طرف مقابلتان، به او اعتیاد پیدا می‌کنید، زیرا دیگر هویتی برای شما باقی نمانده است که در پناه آن استقلال خود را حفظ کنید. در این صورت اگر خللی به رابطه شما

داروخانه



رفع پینه آرنج

ویژگی نرم‌کنندگی و تغذیه‌کنندگی جوی دوسر می‌تواند به درمان خشکی پوست کمک کند. جوی دوسر نه تنها سلول‌های مرده پوست را لایه برداری، بلکه آن را نرم و مرطوب می‌کند. به گزارش «اکایران»، یک فنجان جوی دوسر پودر شده را با آب گرم داخل وان ترکیب کرده و بدن را از ناحیه‌های تان را ۱۰ دقیقه در آن بگذارید. سپس بدن را با آب شسته و خشک کنید و یک مرطوب‌کننده یا کیفیت به پوست تان بزنید. این کار را هر روز انجام دهید. می‌توانید دو قاشق غذاخوری جوی دوسر کاملاً پودر شده را با شیر مخلوط کنید تا خمیری درست شود و آن را به آرنج‌های تان بزنید و اجازه دهید خودش خشک شود. خمیر را با آب سرد از روی پوست پاک و سپس خشک کنید.

چی بپزیم؟



کوکوی کاهو

• مواد لازم

کاهو: یک عدد - تخم مرغ: چهار عدد - آرد: یک قاشق غذاخوری نمک، فلفل و روغن سرخ کر دنی: به میزان لازم - گردو: ۵۰ گرم

• طرز تهیه

کاهو را خرد و تخم مرغ‌ها را با آن مخلوط کنید و خوب هم بزنید. گردو را اضافه کنید و سپس نمک و فلفل را بیفزایید. به گزارش «اکایران»، روغن را داغ و مواد داخل آن سرخ کنید. بعد از این که یک طرف کوکو سرخ شد طرف دیگر را هم سرخ و در نهایت آن را با گوجه و چند عدد زیتون تزیین کنید.

عطاری



عروسک پشت پرده یا کاکنج

از میوه کاکنج در تهیه کرم‌های آرایشی استفاده می‌شود و تقویت‌کننده سیستم دفاعی بدن و خاصیت ضد سرطانی، ضد باکتری و ضد ویروسی دارد. دم کرده میوه این گیاه برای درمان آسم مفید است و در مقابل بیماری‌های پوستی خاصیت ضد التهابی و ضد عفونی‌کننده دارد. به گزارش «اکایران»، برگ‌های عروسک پشت پرده برای درمان مالاریا، هیپاتیت، روماتیسم و ناراحتی کبدی استفاده می‌شود. تجویز و استفاده از این گیاه بدون دستور پزشک خطرناک است و مصرف خودسرانه و بدون دلیل از عروسک پشت پرده مانع از بارداری و زایمان می‌شود و در مصرف آن سبب ایجاد مسمومیت می‌شود و مصرف زیاد این گیاه مرگ‌آور است.

گل و گیاه

فواید گردوبرای بانوان باردار

بانوان باردار می‌توانند روزی یک عدد گردو میل کنند. گردو خون‌ساز و تصفیه‌کننده خون است و از تشکیل سنگ کلیه و سنگ کیسه صفرا جلوگیری می‌کند و خوردن آن با انجیر و موز مقوی حواس و مغز، درمان‌کننده بیماری‌های ریوی و مسکن دل پیچه است. به گزارش «بی‌توته» مرابی گردو، ملین است و آب‌اندیس را تقویت می‌کند و از بروز حمله قلبی جلوگیری می‌کند. زباده‌روی در مصرف گردو سبب ورم لوزه و زخم دهان می‌شود و برای کسانی که ناراحتی معده و کبد دارند و افراد چاق به ویژه برای گرم‌مزاج‌ها خوب نیست و معمولاً بهتر است این گونه افراد بعد از خوردن گردو دهان خود را شست و شو دهند یا انار ترش و کمی



سکتجنین یا سرکه بخورند.

حد مجاز جر و بحث والدین در مقابل کودکان

• به صورت جداگانه به کودکان اطمینان دهید:

اگر فرزندان شاهد درگیری شدید شما با همسر تان بوده‌است، باید بعد از آرامش اوضاع، به او اطمینان دهید که مشکلی وجود ندارد.

• کودکان را مجبور به طرداری از کسی نکنید:

کودکان می‌توانند فقط شاهد باشند، اما آن‌چه به آن‌ها آسیب وارد می‌کند، این است که آن‌ها را در دعوی خود سهیم کنید.

• پس از پایان دعوا اوقات را با هم سپری کنید:

بحث و مشاجره زوج‌ها در زندگی وجود دارد، اما گاهی اوقات فرزندان شاهد دعوی پدر و مادرها هستند که البته نباید سبب نگرانی شود. «چطور» حد مجاز والدین را برای جر و بحث مقابل فرزند به صورت زیر اعلام می‌کند:

• منصفانه دعوا کنید:

از گفتن کلمات زشت، فریاد زدن و تهدید کردن خودداری کنید.

• موضوع‌های مربوط به بزرگ سالان را بیان نکنید:

به طور مثال نباید در حضور کودکان، درباره دورهمی همسر تان که تا دیر وقت طول کشیده است، حرفی بزنید.

مشاوره



گاهی اوقات همه چیز بر وفق مراد ما پیش نمی‌رود. پیشنهاد می‌کنیم کمی قدم بزنید، شنای کمی خرید کنید.

لیست نمایندگی های مجاز آگهی، فروش و اشتراک روزنامه خراسان در استان خراسان جنوبی

میرچند (دفتر سرپرستی)	خیابان مدرس، ۲۰ متری سوم شرقی (خیابان باهنر) پلاک ۴۳، جنب حج و زیارت (پذیرش آگهی، فروش، اشتراک)				۳۲۴۴۸۰۵۲ ۳۲۴۴۸۰۵۳
میرچند (مطلبی پور)	مدرس ۱۹ (پذیرش آگهی و اشتراک)	۰۹۱۵۱۶۴۲۰۳۵ ۳۲۲۲۹۹۲۲	میرچند (قلندری)	(پذیرش آگهی و اشتراک)	۰۹۱۵۸۶۳۳۴۲۱ ۳۲۴۴۸۰۷۱
میرچند (علیپور)	خیابان معلم، نبش خیابان فردوسی (پذیرش آگهی، فروش، اشتراک)	۰۹۱۵۳۶۲۱۲۱۸ ۳۲۴۳۲۳۸۷	میرچند (قربانی)	(پذیرش آگهی و اشتراک)	۰۹۱۵۱۶۰۱۲۰۷
نهبندان (اکبری)	خیابان امام رضا (ع) کیوسک مطبوعات شهر (پذیرش آگهی، فروش، اشتراک)	۰۹۱۵۱۶۴۵۶۹۸ ۳۲۶۲۰۶۲۳	خوسف (مشمولی)	بلوار امام خمینی (ره) ۴ پلاک ۳۲ (پذیرش آگهی)	۰۹۱۵۵۶۱۶۴۷۷ ۳۲۴۷۳۴۶۸
نهبندان (مروندی)	(پذیرش آگهی)	۰۹۳۳۵۰۳۲۰۱۸	فردوس (ضامن)	خیابان امام خمینی (ره)، مقابل دانشگاه فرهنگیان، کتابفروشی اندیشه (پذیرش آگهی، فروش، اشتراک)	۰۹۱۵۵۳۴۳۸۱۵ ۳۲۷۲۲۲۴۶
بشرویه (مرتضوی)	(پذیرش آگهی، فروش، اشتراک)	۰۹۱۵۵۱۱۱۹۸۵	فردوس (باکمال)	(پذیرش آگهی)	۰۹۱۵۳۳۴۰۰۰۷ ۳۲۷۲۶۳۲۳ فکس
قاین (صادقی)	بعد از میدان طالقانی، ابتدای بلوار بسیج (پذیرش آگهی، فروش، اشتراک)	۰۹۱۵۵۶۲۸۰۱۸ ۳۲۵۳۰۹۸۴	طبس (بابایی)	بلوار امام خمینی (ره)، جنب اداره آموزش و پرورش، کلبه مطبوعات قاصدک (پذیرش آگهی، فروش، اشتراک)	۰۹۱۳۲۵۳۰۹۲۳ ۳۲۸۳۴۲۱۴
قاین (حقانی)	(پذیرش آگهی)	۰۹۱۵۵۶۱۶۷۲۹ ۳۲۵۲۶۳۰۰	آیسک (عرب نجات)	(پذیرش آگهی)	۰۹۱۵۱۶۴۸۱۹۰
سده، آرن شهر (حسین زاده)	آرن شهر، خیابان کشاورز، پلاک ۲ (پذیرش آگهی، فروش، اشتراک)	۰۹۱۵۹۶۱۸۱۴۶ ۳۲۵۹۳۰۳۸	بشرویه (پورغزین)	بلوار قائم آل محمد (ص) جنب نمایندگی نوشابه (پذیرش آگهی)	۰۹۱۵۶۰۳۲۱۳۱ ۳۲۷۷۲۱۳۱
ارسک (رحیمیان)	ارسک بلوار امام رضا (ع)، امام رضا (ع) ۹ (پذیرش آگهی، فروش، اشتراک)	۰۹۱۵۳۳۵۴۰۲۱ ۳۲۷۶۳۶۴۷	سرایان (موسوی)	(پذیرش آگهی، فروش، اشتراک)	۰۹۱۵۳۶۶۰۶۶۴
اسدیه (حیدری)	بین خیابان غدیر ۹ و ۱۱، کالای برق بهروز (پذیرش آگهی، فروش، اشتراک)	۰۹۱۵۲۶۴۵۶۲۲	مود (خسروی)	(پذیرش آگهی)	۰۹۱۵۲۶۸۶۰۲۲
زهان (دروگر)	(پذیرش آگهی)	۰۹۱۵۵۶۱۶۶۷۰	خضری (سدیدی)	(پذیرش آگهی)	۰۹۱۵۵۶۳۰۸۶۹
سده (سالخورده)	(پذیرش آگهی)	۰۹۱۵۹۶۲۴۸۵۵	دیپوک (استاد)	(پذیرش آگهی)	۰۹۱۳۲۵۳۳۸۶۳