



هفته دولت و یاد شهیدان رجایی و باهنر گرامی باد

# سام تولد

اول ذی القعدة  
سالروز ولادت حضرت معصومه(س)  
یازدهم ذی القعدة  
سالروز ولادت حضرت امام رضا(ع)  
و دهه کرامت مبارک باد

سال سیزدهم / شماره ۱۴۵ / مردادماه ۹۳

شرکت مدیریت تولید برق قم

ماهنامه دافلی

## در مقایسه با مردادماه ۹۲ افزایش تولید بیش از ۵ میلیون کیلووات ساعت انرژی در نیروگاه قم



در این شماره سخنرانید



سلامت



انتصاب



موفقیت فرزند همکار



فرهنگ و ادب



تفکر سیستمی و  
هدفهای ضمنی



واجب فراموش شده



همزمان با روز پزشک

مدیرعامل شرکت از خانه بهداشت

نیروگاه قم بازدید نمود

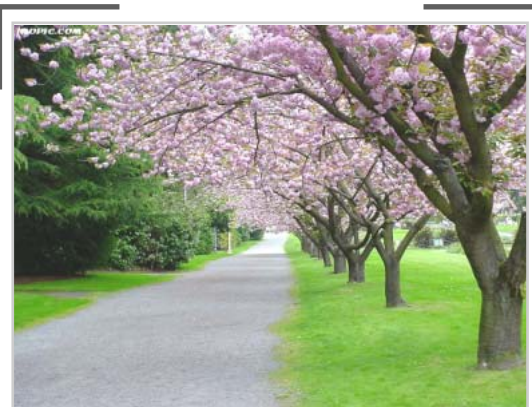
صفحه ۲

کلاس آموزشی کارکنان با  
اصول قراردادهای  
بازرگانی

صفحه ۲

نفرات برتر مسابقات قرآنی کارکنان و  
همسران کارکنان صنعت آب و برق  
(مرحله استانی) برگزیده شدند

صفحه ۲



به مناسبت دهه کرامت

دهه کرامت، دهه اول ماه ذی القعدة است و آغازش با ولادت حضرت معصومه(س) و پایانش با ولادت حضرت ابوالحسن علی بن موسی الرضا(ع) می باشد. این دهه یادآور بسیاری از مطالب عالی و مفاهیم بلند و سازنده و ارزشمند است. دهه کرامت یادآور لطیف ترین علائق و مهر و وفاهای کم نظیر یک خواهر نسبت به مقام شامخ و معنوی برادر است. مهر و وفایی که خواهر مهربان و دلداده را به هجرت وادار نموده و غربت و بیماری و مرگ در فصل جوانی را برای او آسان کرده است. مهربانی که جز در مورد امام حسین و حضرت زینب (علیهما السلام) سابقه ندارد.

دهه کرامت تداعی کننده عزم و قاطعیت و اراده آهنین زنان بزرگ و بانوان والامقام و گرانقدر جهان می باشد. تمام مفاهیم سازنده ای که مادر فرهنگ اسلامی داریم در این دهه تداعی می شوند چرا که حرم حضرت معصومه و امام رضا (علیهما السلام) کانون دعا و قرآن و نیایش و ... است. دهه کرامت یادآور تحول آفرینی بانوان آسمانی است و این که می توانند رهبری دل های صدها میلیون مسلمان را در طی اعصار عهده دار بشوند.

دهه کرامت یادآور زهرا و زینب (علیهما السلام) است. دهه کرامت یادآور تمام خوبی ها و یادآور جمال انسانی است.

ولادت باسعادت کریمه اهل بیت حضرت فاطمه معصومه(س) و برادر گرامی شان و آغاز دهه کرامت بر همگان مبارک باد.

عاشقان عیدتان مبارک

سلامت انسان در گرو سلامت طبیعت می باشد. در حفظ آن بکوشیم

## سلامت

## خواص جالب انگور در آموزه‌های پزشکی امام رضا(ع)



انگور یکی از میوه‌هایی است که به وفور و در انواع فراوان یافت می‌شود. این میوه جزء میوه‌های بهشتی هم یاد شده است. **پیشینه میوه انگور** نام انگور در قرآن به عنوان یکی از

لذیذترین میوه‌هایی که خداوند برای انسان آفریده است ذکر شده و بارها به صورت مفرد (عنب) و جمع (اعناب) از آن یاد شده است. امام رضا(ع) روایت جالبی در این زمینه دارد. از عبدالسلام بن صالح هروی (ابا صلت) روایت شده است: به حضرت امام رضا(ع) گفتم: یا ابن رسول!...! خربله مرا از حقیقت شجره (میوه‌ای) که آدم و حوا از آن خوردند؟ چرا که مردم در آن اختلاف کرده‌اند؛ برخی روایت گفته‌اند گندم بود و برخی می‌گویند انگور بود و گروه دیگری روایت کرده‌اند که درخت حسد بود آن حضرت فرمود: تمام این تعابیر صحیح است! پرسیدم: پس این چه معنا دارد و این اختلاف برای چیست؟ فرمود: ای اباصلت! درختان بهشت؛ انواع و اقسام میوه می‌دهد و مانند درخت دنیا نیست که هر درختی تنها یک میوه از آن برداشت شود و آن میوه که آدم و حوا از آن خوردند گندم بود که انگور هم می‌داد و وقتی حق تعالی آدم را گرامی داشت و ملائکه را امر کرد تا او را سجده کنند و او را داخل بهشت جای داد و... (۱)

## انگور، ضد افسردگی و استرس

انگور یکی از مائده‌های بهشتی است که در دسترس انسانها قرار گرفته است و همه می‌توانند از آن استفاده کنند. نور خورشید در انگور جمع می‌شود و باعث رسیدن میوه آن می‌شود، بنابراین مصرف آن در معالجه بسیاری از بیماری‌ها مفید است. یکی از خواص انگور برطرف کردن آثار افسردگی و ایجاد روحیه شادابی است. در روایات آمده است: هنگامی که آب فرو نشست و استخوان‌های مردگان، پدیدار شد نوح این را بدید و بدین سبب بسیار آشفته و اندوهگین شد سپس خدا به او وحی کرد: این کاری است که خود با خویش کرده‌ای! تو خود آنها را نفرین کردی! گفت: پروردگارا! من از تو آموزش می‌طلبم و به درگاه تو توبه می‌کنم. سپس خداوند به او وحی کرد: انگور سیاه بخور تا اندوهت از میان برود. (۲)

## کمک به گوارش و هضم غذا

دانش امروزی کشف کرده است که مواد موجود در انگور از ایجاد انسداد در شریان‌ها جلوگیری کرده و به سلامت قلب کمک نموده و از بروز سرطان جلوگیری می‌کند. آب انگور همچنین سولهای تخریب شده را ترمیم کرده و همچنین از تخریب بیشتر آنها جلوگیری می‌کند. آب انگور قرمز خواص ضد ویروسی و ضد باکتریایی قوی دارد، به همین علت از فرد در مقابل بسیاری عفونتها محافظت و سیستم ایمنی بدن را تقویت می‌کند. خاصیت دیگر انگور کمک به گوارش و هضم غذا است. امام رضا(ع) درباره مصرف انگور از پدرانش از رسول خدا(ص) نقل می‌کنند که فرمودند: انگور را دانه دانه بخورید که گوارا و هضم کننده می‌شود. (۳)

## انگور، غذای کامل

آب میوه انگور، چنانکه از دانه‌های سالم و تخمیر نشده گرفته شود، از نظر ترکیبات غذایی شباهت زیادی به شیر مادر دارد و می‌توان آن را غذای کودکان شیرخوار نامید و بزرگترها هم می‌توانند آنرا به جای شیر مصرف نموده و به کمک آن سموم بدن را خارج کنند. امام رضا(ع) همچنین از آن به عنوان غذای کامل یاد کرده و درباره امیرمومنان حضرت علی(ع) نقل می‌فرماید که ایشان نان را با انگور می‌خوردند. (۴) آن حضرت به طور کلی مصرف میوه‌های ترش قبل از غذا و میوه‌های شیرین بعد از آن را غذا مفید دانسته‌اند.

۱. عیون أخبار الرضا(ع)، ج ۱، ص ۳۰۶ ۲. بحارالانوار، ج ۶۲، ص ۲۹۸  
۳. عیون اخبار الرضا، ج ۲، ص ۳۵ ۴. بحارالانوار، جلد ۶۶، صفحه ۱۵۰

## در مقایسه با مردادماه ۹۲ افزایش تولید بیش از ۵ میلیون کیلووات ساعت انرژی در نیروگاه قم

نیروگاه سیکل ترکیبی قم در مردادماه سال گذشته بیش از ۵ میلیون کیلووات ساعت افزایش تولید داشته است. ۴۲۲ میلیون و ۴۹۰ هزار کیلووات ساعت انرژی تولید نمود. از این میزان تولید ۴۱۳ میلیون و ۶۲۸ هزار و ۵۵۰ کیلووات ساعت آن انرژی خالص بوده که در مقایسه با

مردادماه سال جاری به میزان ۴۲۲ میلیون و ۴۹۰ هزار کیلووات ساعت داشته است. خاطر نشان می‌گردد نیروگاه قم از ابتدای سال تاکنون بیش از دو میلیارد و ۱۳۰ میلیون کیلووات ساعت انرژی تولید و به شبکه سراسری برق تحویل نموده است.

## کلاس اصول قراردادهای بازرگانی



با توجه به نیازسنجی انجام شده در سال ۹۳ از حوزه معاونت اداری و مالی شرکت، یک دوره آموزشی در مورد اصول قراردادهای بازرگانی در محل ساختمان آموزش نیروگاه قم برگزار شد.

بنابر گزارش واحد آموزش، این دوره با همکاری دانشگاه شهید عباسپور توسط مهندس دادخواه برای تعداد ۱۴ نفر در سطح کارشناسی و به مدت ۱۸ ساعت برگزار گردید.

## کلاس آموزشی هیدرولیک پایه



به منظور آشنایی کارکنان حوزه معاونت تولید شرکت مدیریت تولید برق قم با هیدرولیک پایه، یک دوره آموزشی در محل ساختمان آموزش نیروگاه قم تشکیل شد.

بنابر گزارش واحد آموزش، این دوره با همکاری شرکت کیان کنترل توسط مهندس صبحی برای تعداد ۲۵ نفر در سطح کارشناسی و به مدت ۱۶ ساعت برگزار گردید.

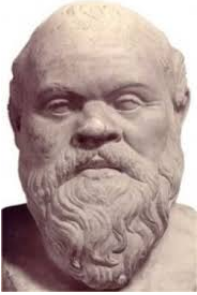
## به مناسبت روز پزشک مدیرعامل با پزشک و کارکنان خانه بهداشت نیروگاه قم دیدار نمود



به مناسبت اول شهریورماه روز بزرگداشت ابوعلی سینا و روز پزشک مدیرعامل شرکت به همراه معاون اداری و مالی با پزشک و کارکنان خانه بهداشت نیروگاه قم دیدار نمود و این روز را به دکتر سربازحسینی پزشک نیروگاه قم و همکاران ایشان تبریک گفتند.

## فرهنگ و ادب

## لئو تولستوی



روزی سقراط، حکیم معروف یونانی مردی را دید که خیلی ناراحت و متاثر است. علت ناراحتیش را پرسید. پاسخ داد: در راه که می‌آمدم یکی از آشنایان را دیدم. سلام کردم جواب نداد و با بی‌اعتنایی و خودخواهی گذشت و رفت و من از این طرز رفتار او خیلی رنجیدم.

سقراط گفت: چرا رنجیدی؟ مرد با تعجب گفت: خوب معلوم است، چنین رفتاری ناراحت کننده است. سقراط پرسید: اگر در راه کسی را می‌دیدید که به زمین افتاده و از درد و بیماری به خود می‌پیچد، آیا از دست او دلخور و رنجیده می‌شدی؟

مرد گفت: مسلم است که هرگز دلخور نمی‌شدم. آدم که از بیمار بودن کسی دلخور نمی‌شود.

سقراط پرسید: به جای دلخوری چه احساسی می‌یافتی و چه می‌کردی؟

مرد جواب داد: احساس دلسوزی و شفقت و سعی می‌کردم طبیب یا دارویی به او برسانم.

سقراط گفت: همه این کارها را به خاطر آن می‌کردی که او را بیمار می‌دانستی، آیا انسان تنها جسمش بیمار می‌شود؟ و آیا کسی که رفتارش نادرست است، روانش بیمار نیست؟ اگر کسی فکر و روانش سالم باشد، هرگز رفتار بدی از او دیده نمی‌شود؟ بیماری فکر و روان نامش «غفلت» است و باید به جای دلخوری و رنجش، نسبت به کسی که بدی می‌کند و غافل است، دل سوزاند و کمک کرد و به او طبیب روح و داروی جان رساند.

## موفقیت فرزند همکار

## کسب رتبه اول در مسابقات ژیمناستیک



فاطمه شریف زاده فرزند همکار بازنشسته محمدمتقی شریف‌زاده موفق به کسب مقام اول در مسابقات ژیمناستیک نیمه پیشرفته بین باشگاهی استان قم در رده سنی ۱۰-۸ سال گردید.

این موفقیت را به خانواده محترم شریف‌زاده تبریک می‌گوییم.

## نفرات برتر مسابقات قرآنی کارکنان و همسران کارکنان صنعت آب و برق (مرحله استانی) برگزیده شدند

نفرات برتر مسابقات قرآنی کارکنان و همسران کارکنان صنعت آب و برق (مرحله استانی) در رشته های حفظ، قرائت و زبان آموزی به شرح زیر برگزیده شدند.  
رشته حفظ: حیدر هدایتی پور رتبه اول  
رشته قرائت (توریل): داود نیکو صحبت رتبه اول  
رشته قرائت (تحقیقی): خانم مهری (همسر مجید شیری) رتبه اول  
رشته زبان آموزی: حسین قربانی رتبه سوم  
لازم به ذکر است رتبه های اول به مسابقات قرآنی صنعت آب و برق مرحله کشوری راه یافتند.

## انتصاب

کچ طی احکامی جداگانه از سوی مهندس سیدحمید شمس‌نیا مدیرعامل شرکت مدیریت تولید برق قم، احمد ماجد قدیرلی، حسین دهقان، علی اکبر نوری دهاقانی، علی معماریان، مسعود هیوند به عنوان اعضا و یداله علیپور به عنوان دبیر کمیته بهینه‌سازی تولید شرکت منصوب گردیدند.

تفکر سیستمی و هدفهای ضمنی ادامه از صفحه ۴  
بتوانید با من همکاری کنید شواهد زیادی نشان تان می‌دهم که حرفتان را تایید کند. راسل باید به زودی هند را ترک می‌کرد اما، زمینه‌ای را فراهم کرد که یکی از همکارانش به اسم «گلن کمپ» با این مرد هندی به نام «بالاکریشنان» کار کند. نتیجه تحقیق جالب بود. در هند بیمه‌های تامین اجتماعی بسیار ضعیف بودند. بیمه یکاری و بازنشستگی اصلاً وجود نداشت. از طرفی، پس از استقلال هند از انگلیس، امید به زندگی (متوسط طول عمر انسانها) افزایش یافته بود جوانان سر کار می‌رفتند و دولت ترجیح می‌داد که برای آنها شغل ایجاد کند. معنای دیگر این سیاست، بازنشستگی سریع‌تر افراد مسن بود. آنها باید جای خود را به جوان ترها می‌دادند بدون اینکه خودشان از تامین اجتماعی برخوردار باشند. یکی از بهترین روش‌ها، فرزنددار شدن بود. فرزندان در سن پیری پدر و مادر، به آنها کمک می‌کردند و به نوعی یک «بیمه بازنشستگی خصوصی» می‌شدند. البته مادر مورد فرزندهای پسر حرف می‌زنیم آن زمان شغل و درآمد برای زنان در هند کم بود و راسل اکاف به شوخی می‌گوید: «مردم هند، دختران را بیشتر از آنکه دارایی حساب کنند، بدهی در نظر می‌گرفتند!». محاسبات نشان داد که برای اینکه یک پدر و مادر مسن و بیکار با دو دختر که در خانه هستند، چاره‌ای جز به دنیا آوردن فرزندان زیاد نیست. خصوصاً اینکه لابه لای این فرزندان، دختر هم به دنیا می‌آید که هندی‌ها، آنان را «بیمه بازنشستگی» محسوب نمی‌کنند! برای تایید این آمارها و مفروضات، کار جالبی انجام شد. خانواده‌هایی که سه فرزند اول آنها پسر بود، با خانواده‌هایی که سه فرزند اول آنها دختر بود مقایسه شدند. آنها که سه فرزند پسر داشتند، تولید مثل را متوقف

http://www.motamem.org





### پیام تولد

خبرنامه داخلی شرکت مدیریت تولید برق قم  
 از انتشارات دفتر روابط عمومی  
 تهیه و تنظیم: محمدرضا محمدی  
 هیات تحریریه:  
 علیرضا میرزاابوالحسنی، رمضانعلی قاسمی  
 علی اکبر مهدی پور، حامد کریمپور  
 تلفن: ۰۹۱۳ ۸۷۰۰۹۱۳ (۰۲۵) - دورنگار: ۵۵۲۳۱۴۰ (۰۲۱)  
 وب سایت: www.gccpp.ir  
 پست الکترونیکی: prgccpp@gmail.com



صلی... علیه و آله -  
 حضرت رسول اکرم

### واجب فراموش شده

**سیر امر به معروف و نهی از منکر از منظر قرآن**  
 به طور کلی اگر آیات قرآن را در مورد امر به معروف و نهی از منکر بررسی کنیم، می بینیم که از ذات پاک خداوند صادر شده و پیامبران، حاکمان صالح، مجموعه امت و فرد فرد جامعه موظف به اجرای آن هستند. برای شناخت این مراتب، رتبه بندی زیر قابل توجه است:  
 ۱- ذات پاک خداوند متعال: «ان الله یامر بالعدل و الاحسان و ینهی عن الفحشاء و المنکر و البغی....» (نحل/۹۰). در اینجا به خاطر اهمیت این دو فریضه ذلت خداوند متعال به عنوان امر به معروف و ناهی از منکر می باشد.  
 ۲- پیامبر اکرم (ص): «... یامرهم بالمعروف و ینهاهم عن المنکر...» (اعراف/۱۵۷) در این مرتبه خاتم پیامبران حضرت محمد(ص) به این عنوان انتصاب داده شده است.  
 ۳- حاکمان صالح (امامان): «الذین ان مکنانهم فی الارض اقاموا الصلوة و اتوا الزکوة و امروا بالمعروف و نهوا عن المنکر...» (حج/۴۱) در مرتبه سوم کسانی که قدرت و مکت در روی زمین به آنان داده شده است موظف به برپاداشتن نماز، پرداختن زکات و امر به معروف و نهی از منکر شده اند.  
 ۴- هیئتهای امر به معروف و نهی از منکر: «و لتکن منکم امه یدعون الی الخیر و یامرون بالمعروف و ینهون عن المنکر...» (آلعمران/۱۱۴) در مرتبه چهارم گروههایی از مردم که این شایستگی را پیدا می کنند که دیگران را دعوت به خیر و صلاح می کنند و امر به معروف و نهی از منکر می کنند.  
 ۵- مجموعه امت: «کتتم خیر امه اخرجت للناس تامرون بالمعروف و تنهون عن المنکر و تؤمنون بالله...» (آلعمران/۱۱۰) در مرتبه پنجم نیز همه مردم موظف به انجام این فریضه الهی شده اند، براین اساس تمام احاد افراد مؤمن و متدین مأمور به انجام این دو فریضه الهی هستند.

که در آن، یک زن برزیلی، سی و دومین فرزند خود را به دنیا آورده! راسل در پاسخ به او گفت:  
 «بین! من می دانم که سی و دو فرزند کمی غیرعادی است. اما یک زن می تواند بیست فرزند در طول زندگی به دنیا بیاورد. تو به این فکر می کنی که چرا زن هندی شش فرزند می آورد.  
 من از تو می پرسم که چرا چهارده فرزند دیگر را به دنیا نمی آورد؟ ماجرا این نیست که اینها نمی فهمند شش تا بچه زیاد است. یک شیوه تحلیل که من و تو نمی فهمیم و شاید خودشان هم آگاهانه ندانند، اینها را به نتیجه رسانده که مثلاً شش بچه داشته باشند. نه سه تا و نه بیست تا! باید به دنبال آن دلیل باشیم. تو مردم هند را با استاندارد آمریکایی مقایسه می کنی و فکر می کنی اینها تکنولوژی پیشگیری ندارند، بعد هم انواع وسایل پیشگیری را در میان اینها ترویج و تبلیغ می کنی بدون اینکه نتیجه مشخصی داشته باشد». یکی از هندی های دیگری که در آن مجموعه بود به سراغ راسل اکاف آمد و گفت: من در این حوزه کار کرده ام و حرف های شما را می فهمم. اگر... ادامه در صفحه ۳

تخصص اصلی ماها لانوبیس، آمار بود و یک موسسه بزرگ آماری را در هند مدیریت می کرد. موسسات بزرگ متعددی از آمریکا، در حوزه برنامه ریزی کار کرده بودند و موفقیتها و شکستهای مختلفی داشتند. یکی از این موسسات، بنیاد فورد بود که از تلاش کردن برای کنترل زاد و ولد در هند، کاملاً ناامید شده بود. یکی از مدیران بنیاد فورد، نامیدانه برای راسل اکاف توضیح می داد که رشد اقتصادی در هند خوب است. اما رشد جمعیت سریع تر از رشد اقتصادی است و عملاً نتیجه این است که با وجود بهتر شدن ظاهری اوضاع اقتصاد، متوسط درآمد خانواده ها کمتر می شود و بیشتر به سمت فقر حرکت می کنند. آن مدیر، برای راسل اکاف توضیح می داد که: «مردم هند، منطق را نمی فهمند!». راسل اکاف پرسید: «هیچ حالتی امکان ندارد که بنیاد فورد بی منطق باشد؟ مطمئن هستم که بی منطق بودن، از طرف هندی ماجراست؟». نماینده بنیاد فورد پرسید: «دلیل خاصی هم برای ادعایتان دارید؟». راسل، که در حال ورق زدن روزنامه بود ناگهان چشمش به خبری افتاد

**تفکر سیستمی و هدفهای ضمنی**  
 در سال ۲۰۱۰ - یک سال پس از مرگ راسل اکاف پدر تفکر سیستمی کتاب جالبی از او منتشر شد که «خاطرات» نام داشت. این کتاب که مجموعه دست نوشته ها و خاطرات و به قول خود ایکاف «جرقه های از دانش است که پس از برخی داستان ها و رویدادها در ذهنش زده شده» ماجراهای عجیبی را در بر می گیرد. از بحث های شدید او با فرح همسر محمدرضا پهلوی تا مشکلات زاد و ولد زیاد در هند!  
 راسل اکاف که سالها به بهانه ها و شکل های مختلف با دولت های جهان برای حل مسائل شان با استفاده از نگرش و تفکر سیستمی تلاش می کرد، در خاطراتش پیام های آموزنده جالبی دارد که می تواند برای همه ما مفید باشد.  
 ماجرا به سالهای ۱۹۵۰ تا ۱۹۶۰ بازمی گردد. آن زمان پروفسور ماها لانوبیس راسل اکاف و همسرش را به هند دعوت می کند تا مروری کلی به برنامه های توسعه پنج ساله که برای کشور تدوین کرده بود بیندازد.

**تبریک و تهنیت**

**همکار گرامی**  
**آقای علیرضا ساده وند**

«تولد» زیباترین هدیه خداوند، که مانند سروشی روح بخش به زندگی تان نور امید دمید، تبریک می گوئیم. قدمهای کوچکی برایتان پرخیز و برکت باشد.

(روابط عمومی)

**تسلیت**

**جناب آقای مهندس کریم حاصلی**  
**معاونت محترم مهندسی و برنامه ریزی**

با نهایت تأثر و تأسف مصیبت درگذشت برادر گرامیتان را به شما و خانواده محترمتان تسلیت عرض نموده و از خداوند منان برای آن درگذشته علو درجات و برای بازماندگان صبر و شکیبایی مسئلت داریم.

مدیریت و کارکنان شرکت برق و انرژی پیوندگستر پارس

**تسلیت**

«انسان فنا ناپذیر را چه هراس از مرگ، که مرگ فود تولدی دیگر است»

**همکاران گرامی آقایان**  
**کریم حاصلی - محسن آتشیار - داود میرزایی**  
**محمدرضا دولیخانی**

مصیبت وارده را به شما و خانواده محترمتان تسلیت عرض نموده و از خداوند منان برای آن درگذشتگان علو درجات و برای بازماندگان صبر و شکیبایی مسئلت داریم.

(روابط عمومی)