



30 ذی القعدة

سالروز شهادت حضرت امام محمدتقی (ع)
تسلیمت باد



سالروز قیام خونین 17 شهریور را ارج می نهیم

سام تولد

شرکت مدیریت تولید برق قم

ماهنامه داخلی

سال پانزدهم/شماره 169/مرداد ماه 95

از سوی مشاور وزیر و مسئول امور فرهنگی وزارت نیرو

نشان «شایسته تقدیر» به امور فرهنگی

نیروگاه قم اعطا گردید

صفحه ۲

در این شماره میخوانید

2

کار گروهی

در مردادماه سالجاری

تولید بیش از 410 میلیون کیلووات ساعت

انرژی در نیروگاه قم

نیروگاه سبیل ترکیبی قم در مردادماه سالجاری به میزان 410 میلیون و 739 هزار کیلووات ساعت انرژی تولید نمود.

از این میزان تولید 401 میلیون و 802 هزار و 110 کیلووات ساعت آن انرژی خالص بوده که به شبکه سراسری برق تحویل گردیده است.

خاطر نشان می گردد نیروگاه سبیل ترکیبی قم با 4 واحد گازی و 2 واحد بخاری توان تولید نامی 714 مگاوات را دارا می باشد.



2

انتصاب

در سالروز بازگشت آزادگان به میهن اسلامی

دیدار با همکار آزاده و جانباز

صفحه 3

3

فرهنگ و ادب

نفرات برتر مسابقات قرآنی کارکنان و

همسران کارکنان صنعت آب و برق

(مرحله استانی) برگزیده شدند

صفحه 3



4

معراج مؤمن

در مرداد ماه سالجاری

دوره های آموزشی و کارآموزی

در نیروگاه قم

صفحه 3

4

بهداشت و سلامت

فلسفه روز عرفه چیست؟

روز عرفه روزی است که حق تعالی بندگان خویش را به عبادت و طاعت خود فراخوانده و سفره های جود و احسان خود را برایشان گسترانیده و شیطان در این روز خوار و حقیرتر و رانده تر و در خشمناک ترین اوقات خواهد بود. پس در این روز در زیر آسمان روند و اعتراف و اقرار کنند نزد حق تعالی به گناهان خود تا سعادت مند گردند به ثواب عرفات و گناهانشان آمرزیده گردد و مشغول گردند به اعمال و ادعیه عرفه. عرفات نام جایگاهی است که حاجیان در روز عرفه (نهم ذی الحججه) در آنجا توقف می کنند و به دعا و نیایش می پردازند و پس از برگزاری نماز ظهر و عصر به مکه مکرمه باز می گردند و وجه تسمیه آنرا چنین گفته اند که جبرائیل (ع) هنگامی که مناسک را به ابراهیم می آموخت، چون به عرفه رسید به او گفت «عرفت» و او پاسخ داد آری، لذا به این نام خوانده شد و نیز گفته اند سبب آن این است که مردم از این جایگاه به گناه خود اعتراف می کنند و بعضی آن را جهت تحمل صبر و رنجی می دانند که برای رسیدن به آن باید متحمل شد. چرا که یکی از معانی «عرف» صبر و شکیبایی و تحمل است.

حضرت آدم (ع) در عرفات

حضرت آدم (ع) از پروردگارش کلماتی دریافت داشت و با آن بسوی خدا بازگشت و خداوند، توبه او را پذیرفت. طبق روایت از امام صادق (ع)، آدم (ع) پس از خروج از جوار خداوند و فرود به دنیا چهل روز هر بامداد بر فراز کوه صفا با چشم گریان در حال سجود بود، جبرئیل بر آدم فرود آمد و پرسید: چرا گریه می کنی ای آدم؟ پاسخ داد: چگونه می توانم گریه نکنم در حالی که خداوند مرا از جوارش بیرون رانده و در دنیا فرود آورده است. ای آدم به درگاه خدا توبه کن و بسوی او بازگرد. چگونه توبه کنم؟ جبرئیل در روز هشتم ذیحجه آدم را به منی برد، آدم شب را در آنجا ماند و صبح با جبرئیل به صحرائ عرفات رفت، جبرئیل به هنگام خروج از مکه، احرام بستن را به او یاد داد و به او لبیک گفتن را آموخت و چون بعد از ظهر روز عرفه فرارسید تلبیه [لبیک گفتن] را قطع کرد و به دستور جبرئیل غسل نمود و پس از نماز عصر، آدم را به وقوف در عرفات واداشت و کلماتی را که از پروردگار دریافت کرده بود به وی تعلیم داد. آدم (ع) تا به هنگام غروب آفتاب همچنان دستش رو به آسمان بلند بود و با تضرع اشک می ریخت، وقتی که آفتاب غروب کرد همراه جبرئیل روانه مشعر شد و شب را در آنجا گذراند و صبحگاهان در مشعر پیاخاست و در آنجا نیز با کلماتی به دعا پرداخت و به درگاه خداوند توبه گذاشت.

پیامبر اسلام (ص) در عرفات

بنا به گفته مفسرین آخرین سوره قرآن در صحرائ عرفات بر پیامبر (ص) نازل شد و دارای ميثاق و پیمانهای متعدد با ملل یهود، مسیحی، مسلمان و علمای آنها می باشد و قوانین و احکام کلی اسلام را در بر دارد. پیامبر (ص) در چنین روزی سخنان تاریخی خود را در اجتماعی عظیم و با شکوه حجاج بیان داشت: ای مردم سخنان مرا بشنویید! شاید دیگری شما را در این نقطه ملاقات نکند. شما به زودی بسوی خدا باز می گردید. در آن جهان به اعمال نیک و بد شما رسیدگی می شود. من به شما توصیه می کنم هر کس امانتی نزد اوست باید به صاحبش برگرداند. هان ای مردم بدانید ربا در آئین اسلام اکیداً حرام است. از پیروی شیطان بپرهیزید. به شما سفارش می کنم که به زنان نیکی کنید زیرا آنان امانتهای الهی در دست شما هستند و با قوانین الهی بر شما حلال شده اند. هر مسلمانی با مسلمان دیگر برادر است و مسلمانان جهان با یکدیگر برادرند و چیزی از اموال مسلمانان بر مسلمان دیگری حلال نیست مگر این که به طیب خاطر به دست آورده باشد.

هفته دولت و سالروز شهادت دولتمردان عمل و اندیشه. رجایی و باهنر گرامی باد

کار گروهی

قدرت شما به اندازه قدرت تیم شماست و هر هدفی که دارید باید گروهی متناسب با آن تشکیل دهید. حضور تک تک اعضا در گروه اهمیت دارد. زمانی که یک گروه برای رسیدن به هدفی مشترک تشکیل می‌شود نباید همه چیز را فدای رسیدن به هدف کرد. باید در مرحله اول پشتیبان یکدیگر بود و در راستای رشد گروه در کنار کار گروهی تلاش کرد. در چنین شرایطی رسیدن به موفقیت بلاامان خواهد بود و حتی گروه قادر خواهد بود به دستاوردهای بالاتری نیز برسد. هرچه در مسیر دستیابی رویاها جلوتر روید به این نکته پی خواهید برد که زمانی می‌توانید پیشرفت بیشتری داشته باشید که بدانند چطور به اتفاق گروه خود برای رسیدن به یک هدف مشترک تلاش کنید. شما همه کارها را نمی‌توانید به تنهایی انجام دهید. محول کردن بعضی مسئولیت‌ها به سایرین، نشانه ضعف و ناتوانی نیست، بلکه روشی خردمندانه است که به شما کمک می‌کند زودتر به موفقیت دست یابید و پیشرفت کنید. چه کارتان را به تازگی شروع کرده باشید و چه به پُست‌ها و مقام‌های بالای شرکت رسیده باشید، باید یاد بگیرید که چطور خود را برای قبول کمک و کمک‌رسانی آماده کنید.

نتایج مثبت کار گروهی

1. **سرعت بخشیدن به کار:** مهم نیست که توانایی و هوش شما چقدر است، اگر با دیگران کار کنید، خواهید دید که بسیار زودتر به نتیجه می‌رسید و کارها با سرعت و حتی کیفیت بیشتری انجام خواهند شد. در ابتدا ممکن است اطمینان حاصل کردن از کیفیت انجام کار کمی زمان بر باشد، اما اگر کارتان را با همان گروه ادامه دهید، خواهید دید که کم‌کم سرعت کار بیشتر شده و زودتر نتیجه می‌گیرید. برای آنکه بیشترین تعهد و تلاش را از اعضای گروه خود بگیرید، سعی کنید اهداف خود را با اهداف آنان تطبیق دهید. کارها را به گونه‌ای اولویت‌بندی کنید که سود و زیانتان یکسان باشد.

2. **گرفتن توفیق:** به همین سادگی است. مدیران و مقامات بالای شرکت، کارهای دیگران را سرپرستی می‌کنند. اگر رئیس شرکت شما می‌خواست در روند روزمره کار شما درگیر شود، فرصت کافی برای بررسی مسئولیت‌های خود پیدا نمی‌کرد. رئیس شرکت خود روزی یک کارمند ساده بوده است.

شما نمی‌توانید بدون محول کردن بعضی از مسئولیت‌هایتان به دیگران، پیشرفت چندانی داشته باشید. کارها را براساس اهمیت اولویت‌بندی کنید، تنها مهم‌ترین آنها را خود انجام دهید و کارهای غیرضروری را به دیگران بسپارید.

3. **افزایش عملکرد کارمندان:** با اینکه ممکن است شما فردی بسیار با مهارت و کارداران باشید، ممکن است بعضی کارها را سایرین بتوانند بهتر از شما انجام دهند. به کارمندان اجازه دهید خود برای نحوه انجام کارشان تصمیم بگیرند. با این روش، کارها خلاقانه‌تر انجام خواهد شد و انگیزه و عملکرد کارمندان نیز افزایش می‌یابد. راهبردهایی تعیین کنید و سطوح مسئولیت اعضای گروه را مشخص نمایید، اما خلاقیت دیگران را محدود نکنید. فراموش نکنید همیشه نتیجه کار است که اهمیت دارد نه روند انجام آن!

4. **ایجاد اعتماد و ارتباط:** اگر به دیگران اعتماد کنید، آنها هم به شما اعتماد خواهند کرد. این همان قانون طلایی در ارتباطات شرکت است. به همکاران یا کارمندان خود نشان دهید که به آنها و کیفیت کارشان ایمان دارید.

اعتماد اولین قدم در ایجاد رابطه است و شما را قادر خواهد ساخت که آگاهی بیشتری از روند انجام کارها پیدا کنید.

5. **آموختن و بهره‌بردن از دیگران:** وقتی متخصصی جوان هستید، همیشه کسی وجود دارد که از شما باتجربه‌تر باشد. همانطور که در کودکی نیاز داشتید تا کسی به شما الفبا را بیاموزد، در زندگی کاری‌تان نیز می‌توانید از تجربیات و آموزش‌های دیگران بهره‌بردار شوید. زندگی فرآیند یادگیری است و ایجاد مهارت‌های جدید می‌تواند پهنه‌های از فرصت‌های جدید به رویان بگشاید.

6. **کاهش استرس:** تلاش برای تحت کنترل درآوردن همه چیز می‌تواند نتایج منفی بر سلامتی و قدرت ذهنی شما به بار آورد. همه انسانها نیاز دارند تا زمانی را برای استراحت خود اختصاص دهند تا میزان استرس خود را در این ساعات کاهش دهند. اگر در کارها از دیگران کمک بخواهید مطمئناً زمان بیشتری را می‌توانید استراحت کنید و فشار و استرس کمتری متحمل خواهید شد.

7. **تمرکز بر هدف اصلی:** توجه خود را باید بر آنچه پیش روی شماست متمرکز کنید. برنامه‌ریزی یکی از مهمترین مسئولیت‌های یک مدیر یا یک کارمند عالی‌رتبه است. برای برنامه‌ریزی کارها و وظایف ماهها یا حتی سالهای آینده، داشتن تمرکز اهمیت بسیار زیادی دارد. اگر خود را مشغول مسائل جزئی و پیش پا افتاده زمان حال کنید، ممکن است فرصت‌های مهمی که در آینده در پیش رویان قرار خواهد گرفت را از دست بدهید!

نیک‌وویچیج/royalmian.ir

از سوی مشاور وزیر و مسئول امور فرهنگی وزارت نیرو نشان «شایسته تقدیر» به مسئول امور فرهنگی نیروگاه قم اعطا گردید

از سوی علی یزدان‌پرست مشاور وزیر و مسئول امور فرهنگی وزارت نیرو و احمد شیخی مسئول امور فرهنگی و دینی شرکت توانیر نشان «شایسته تقدیر» به محمدرضا مددی مسئول امور فرهنگی نیروگاه سیکل ترکیبی قم اعطا گردید.

در این لوح آمده است: در پی فعالیت‌های چشمگیر، تدبیر مستمر و کوشش‌های بی‌شائبه در مباحث فرهنگی و دینی و اهتمام ورزی در جهت افزایش سطح فرهنگی به نشان «شایسته تقدیر» نائل آمدید. لذا بر خود لازم می‌دانیم که در سال «اقتصاد مقاومتی، اقدام و عمل» از جنابعالی تقدیر و تشکر نمایم.

در سالروز بازگشت آزادگان به میهن اسلامی دیدار با همکار آزاده و جانباز

مدیرعامل شرکت، ضمن گرامیداشت این روز فرخنده، آزادگان را نماد صبوری و



در سالروز ورود آزادگان دفاع مقدس به خاک میهن اسلامی، مهندس سید

حمید شمس‌نیا مدیرعامل به همراه معاونین و تعدادی از کارکنان شرکت با همکار آزاده، علی دوستی از آزادگان پر افتخار هشت سال دفاع مقدس دیدار و گفت‌وگو نمودند. در این دیدار شجاعت توصیف نمودند. همچنین در این دیدار علی دوستی بر نحوه اسارت، وضعیت اردوگاه‌های رژیم بعث و شکنجه‌های آنان و بردباری و استقامت اسرا خاطراتی را بیان نمود.

برگزاری دوره آموزش دیسپاچینگ در محل نیروگاه قم

دوره آموزش دیسپاچینگ توسط مهندس محمود جمالی از کارشناسان بهره‌برداری نیروگاه قم در محل شرکت برگزار گردید.

هدف از برگزاری این دوره، آشنایی کارکنان بهره‌برداری با نحوه کنترل فرکانس شبکه سراسری برق ایران بود که از مزایای آن می‌توان به افزایش دانش و اطلاعات فنی در مورد ساختار مدیریت شبکه برق ایران و آشنایی با محدودیت‌ها و مشکلات حاکم بر کنترل فرکانس شبکه اشاره نمود.

خاطر نشان می‌گردد، آشنایی با شبکه، آشنایی با ساختار WAMP و نقش آن در مدیریت شبکه برق ایران و مبانی کنترل فرکانس از موارد مطرح شده در این دوره می‌باشد.



انتصاب



? طی حکمی از سوی مهندس سید حمید شمس‌نیا مدیرعامل شرکت مدیریت تولید برق قم، مهندس علی معاریان به عنوان عضو کمیته عالی نظام پیشنهادهای شرکت منصوب گردید.



? طی حکمی از سوی مهندس سید حمید شمس‌نیا مدیرعامل شرکت مدیریت تولید برق قم، مهندس مسعود هیوند به عنوان «عضو و دبیر کمیته بررسی پرمیت گروه تخصصی مکانیک» و به عنوان عضو کمیته اجرایی نظام پیشنهادهای شرکت منصوب گردید.

فرهنگ و ادب



دکتر غلامحسین ابراهیمی دینانی

چهره ماندگار فلسفه و استاد بازنشسته دانشگاه تهران، چهره نام آشنایی برای عموم و خصوصاً علاقه مندان حکمت و فلسفه است. او با برنامه معرفت که هر

هفته از شبکه چهار صدا و سیما پخش می‌شود و همین طور با سخنرانی‌ها و کتاب‌هایش در نزد اهالی فرهنگ، هنر، علم و اندیشه چهره شاخصی محسوب می‌شود. استاد، بزرگترین افتخار خودش را شاگردی علامه طباطبائی می‌داند و می‌گوید: «من اگر علامه را نمی‌دیدم، حیرانی که در من وجود داشت، مرا به ورطه نابودی می‌کشاند».

وی در 5 دی سال 1313 در شهر درچه روستای دینان از توابع خمینی شهر اصفهان بدنیا آمد پس از تحصیل ابتدائی در روستای خود، در مدرسه علمیه نیم آورد اصفهان به تحصیلات دینی مشغول شد. پس از گذراندن دوره سطح و مقدمات فلسفه، سال 1333 وارد حوزه علمیه قم شد و ضمن تحصیل خارج فقه و اصول نزد مراجع بزرگ، نزد علامه طباطبائی به فراگیری فلسفه نیز پرداخت. که شاهد مباحث فلسفی هانری کرین (فرانسوی) و علامه طباطبائی نیز بود. فلسفه را در اصفهان نزد حکیم ضیاء پور شروع کرد و در قم در سطح عالی با علامه طباطبائی به پایان رساند و از شاگردان خاص ایشان گردید. در سال 1345 به تهران مهاجرت کرد و وارد دوره کارشناسی دانشگاه تهران شد و پس از اخذ درجه کارشناسی جهت گذراندن امورات زندگی به استخدام وزارت آموزش و پرورش در آمد و تا دریافت دکتری ادامه تحصیل داد و سال 1352 از رساله دکتری تخصصی فلسفه خود دفاع کرد و همان سال به عنوان استاد فلسفه در دانشگاه فردوسی مشهد مشغول به تدریس شد. سال 1362 به تهران منتقل شد و عضو هیئت علمی دانشگاه تهران شد و تاکنون استاد این دانشگاه می‌باشد. وی صاحب تالیفات بسیاری در زمینه فلسفه می‌باشد که در آن به نقد آرای فلسفی فلاسفه بزرگ پرداخته است.

پرشش از هستی یا هستی پریش؛ «من» و «جز» «من»؛ از محسوس تا معقول؛ معمای زمان و حدوث جهان؛ سخن ابن سینا و بیان بهمنیار؛ فلسفه و ساحت سخن و کیمیای عشق از آثار وی می‌باشند.

vvv

شنیدن، مهمترین اصل در گفتگو

در یک گفتگو به همان اندازه که «سخن» اهمیت دارد، «شنیدن» نیز نقش بنیادی و بی‌بدیل ایفا می‌نماید. سخن برای شنیده شدن است و در آنجا که استماع و شنیدن وجود نداشته باشد سخن نیز جایگاهی نخواهد داشت. به عبارت دیگر می‌توان گفت کسی که گوش ندارد، سخن نیز نمی‌گوید. کسی که به گونه‌ای مادرزاد ناشنوا و کر متولد می‌گردد، لال و گنگ نیز خواهد بود. بزرگان اهل معرفت به این مساله توجه داشته‌اند و گفته‌اند:

«آدمی فربه شود از راه گوش»

کتاب فلسفه و ساحت سخن - دکتر ابراهیمی دینانی

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 رشته‌های حفظ، قرائت، زبان آموزی و مفاهیم به شرح زیر برگزیده شدند.

رشته توتیل:
علی فهیمی رتبه دوم
رشته حفظ:
زهرا بلشلی همسر رضا اسماعیلی رتبه دوم
رشته قرائت تحقیق:
داود نیکو صحبت رتبه دوم
احمد فتحی رتبه سوم
مریم مهری همسر مجید شیری رتبه اول

رشته زبان آموزی:
راضیه کارگر همسر حسین قربانی رتبه سوم
رشته مفاهیم:
زهرا سیمرخ همسر حسن عاصی رتبه اول
اعظم اکبری همسر علی حسینی رتبه دوم
رشته تحقیق موضوعی:
مجید شیری رتبه سوم

لازم به ذکر است رتبه های اول، به مسابقات قرآنی صنعت آب و برق مرحله کشوری که در استان یزد برگزار می شود راه یافتند.

در مرداد ماه سالجاری

دوره‌های آموزشی و کارآموزی در نیروگاه قم

دوره‌های مختلف آموزشی در مردادماه سالجاری به شرح زیر در نیروگاه قم برگزار گردید.

*** دوره‌های آموزشی**

رهبری و انگیزش: برای تعداد 25 نفر و به مدت 16 ساعت توسط دکتر علیپور از سازمان مدیریت صنعتی.

ژنراتور سنکرون: برای تعداد 18 نفر و به مدت 24 ساعت توسط دکتر کارگر از شرکت بهبود صنعت نیرو.

پمپ و فن: برای تعداد 17 نفر و به مدت 24 ساعت توسط مهندس باقری از شرکت پیتک.

دیزل: برای تعداد 27 نفر و به مدت 32 ساعت توسط مهندس فخریان از شرکت پیتک.

گزارش نویسی کاربردی: برای تعداد 18 نفر و به مدت 24 ساعت توسط دکتر عزتی از شرکت پیتک.

آشنایی با سهام و بورس: برای تعداد 26 نفر و به مدت 6 ساعت توسط عطارزاده از اداره کار و رفاه اجتماعی.

رتگ و پوشش: برای تعداد 8 نفر و به مدت 19 ساعت توسط دکتر راکعی از شرکت پوشش گران سازه پارس.

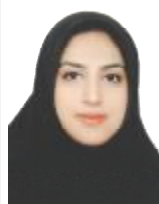
کنترل خشم و عیب‌یابی: برای تعداد 70 نفر و به مدت 65 ساعت توسط خانم ابوالقاسمی از اداره کار و رفاه اجتماعی.

عمر سنجی توانفورماتور: برای تعداد 6 نفر و به مدت 12 ساعت توسط مهندس ناصری از کارشناسان تعمیرات نیروگاه قم برگزار گردید.

*** بازدید**

تعداد 12 نفر از دانشگاه صنعتی شریف در خصوص بررسی سیستم فاکگ از نیروگاه قم بازدید نمودند.

موفقیت فرزند همکار



کسب رتبه اول در رشته عکاسی

غزاله نجفی فرزانه فرزند همکار غلامرضا نجفی فرزانه در دهمین دوره جشنواره مهارت‌های هنری هنرستان‌های کار دانش کشور، موفق به کسب رتبه اول در رشته عکاسی گردید.

این موفقیت را به خانواده محترم نجفی فرزانه تبریک عرض می‌نمایم.



حضرت امام باقر
(علیه السلام):

امر به معروف و نهی از منکر دو مخلوق از مخلوقات خداوند می باشند، هر کس آن دو را یاری کند خداوند او را عزیز و آقا گرداند و هر کس آن دو را خوار نماید خداوند او را خوار و ذلیل گرداند.

کافی، ج 5، ص 59، ح 11

پیام ترویجی
خبرنامه داخلی شرکت مدیریت تولید برق قم
از انتشارات دفتر روابط عمومی
تهیه و تنظیم: محمدرضا مددی
هیات تحریریه:
علیرضا میرزاابوالحسنی، رضاعلی قاسمی
علی اکبر مهدی پور، حامد کریمپور
تلفن: 0251 3 8700913 - دورنگار: 021 5 5223140
وب سایت: www.gccpp.ir
پست الکترونیکی: Email: prgccpp@gmail.com

✕ معراج مؤمن

نماز روز یکشنبه ماه ذی القعدة

در فضیلت این نماز، آمده است که هر کس آن را بجا آورد توبه اش پذیرفته می شود و گناهانش آمرزیده می گردد و سبب برکت برای نمازگزار و خانواده اش خواهد بود و در روز قیامت کسانی که از او طلبی و یا حقی دارند از وی راضی گردند و با ایمان از دنیا می رود و قبرش برای او وسیع و نورانی گردد و پدر و مادرش از او راضی شوند و آنها نیز مورد مغفرت خداوند قرار گیرند، ذریه او نیز بخشیده شوند و روزی او وسیع گردد. فرشته مرگ به هنگام مردن، با او مدارا کند و به آسانی جانش را بگیرد.

کیفیت نماز:

در روز یکشنبه غسل کند و وضو بگیرد و چهار رکعت نماز بخواند (هر دو رکعت به یک سلام) در هر رکعت، سوره «حمد» یک مرتبه، سوره «قل هو الله» سه مرتبه و سوره های «فلق» و «ناس» را یک مرتبه بخواند و بعد از نماز هفتاد مرتبه استغفار کند، سپس بگوید:

لا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيمِ.

آنگاه بگوید:

يَا عَزِيزُ يَا عَفَّارُ، اِغْفِرْ لِي ذُنُوبِي، وَذُنُوبَ جَمِيعِ الْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ، فَإِنَّهُ لَا يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلَّا أَنْتَ.

مفاتیح الجنان

مدت طولانی دوام دارد؛ در حالی که دوام خمیر دندانها بسیار کوتاه بوده و قابل مقایسه با چوب مسواک نیست.

هر قطعه از آن به مدت یک روز در آب قرار گرفته و سپس پوست همان قسمت جدا می شود. به این ترتیب فیبرهای طولی این ساقه به شکل مسواک در می آید که آن را به آرامی بر روی دندانها می کشند. با این عمل ضمن مسواک شدن دندانها مواد مختلف این چوب در بزاق حل شده و آثار مختلف آن در دهان، لثه و دندانها اعمال می شود. هم چنین از فیبرهای نازک ساقه جهت خلال کردن دندان استفاده می گردد.

قبل از استفاده از چوب مسواک طبیعی باید دهان کاملاً از ذرات غذا شسته و تمیز شود اما بعد از مسواک زدن با این چوب، نباید دهان مجدداً شسته شود و بهتر است تا نیم ساعت بعد نیز غذایی خورده نشود تا ماده «تانن» موجود در ذرات چوب در دهان باقی مانده و بتواند کاملاً اثربخش شود.

بعد از مسواک زدن باید چوب مسواک شسته و تا نوبت بعدی در محل خشکی قرار داده شود.

منبع: پزشک دندان

درخت اراک به دفع خلط از سینه کمک می کند، اسید اسکوربیک و ماده سیتوستیرول موجود در چوب این درخت باعث تقویت شریان های خونی گذارسان به لثه، می شوند. وجود ماده ای به نام انترالیتون در چوب درخت اراک در تقویت اشتهای غذا خوردن و تنظیم حرکت روده ها مفید است.



در یک تحقیق که در مورد اثر ضد میکروبی و ضد عفونی کننده چوب مسواک در مقایسه با خمیردندان های خوب دنیا انجام شد؛ در تعدادی از افراد قدرت ضد میکروبی و ضد عفونی کننده بزاق پس از استفاده از خمیر دندان در زمان های مختلف اندازه گیری شد. در تحقیق جداگانه ای گروه دیگری که از چوب مسواک استفاده کرده بودند، مورد آزمایش قرار گرفتند. نتایج آزمایش ها نشان داد که خاصیت ضد میکروبی چوب مسواک از لحظه ورود به دهان شروع می شود و به

مسواک طبیعی

با تحقیقات و آزمایشات مکرر دانشمندان بر روی چوب درخت اراک و اثبات خواص درمانی آن برای دندانها اکنون این محصول در بسته بندی های زیبا در اروپا و آمریکا در اختیار مردم قرار گرفته است.

چوب درخت اراک حاوی تانن، ترکیبات گوگردی، ترکیبات ایزو تیوسیاناید، سنجرین، کلر، کلراید، سیلیکا، تری میتل آمین، فلورین، فلوراید، سیلیس، سیلیسیم، بی کرنبات سدیم می باشد که این مواد دندانها را سفید و ضد عفونی و پاکیزه می کنند، از پوسیدگی دندان و به وجود آمدن پلاک و خونریزی لثه جلوگیری کرده و باعث تقویت لثه و استحکام دندان می شوند.

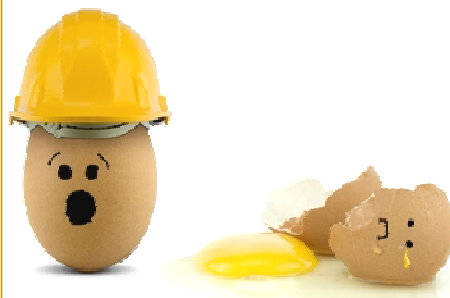
چوب درخت اراک دارای مواد خوشبو کننده روغنی است که دهان را خوشبو می کند. کلراید قابل توجه موجود در چوب مسواک به عنوان یک دترجنت قوی عمل نموده و از ایجاد جرم روی دندانها جلوگیری می کند؛ به همین دلیل افرادی که بطور طولانی از چوب مسواک استفاده می کنند اصولاً دندانهای سفیدی دارند. اسید نیسیک موجود در چوب

حدیث قدسی

بنده من! زمانی که نماز می خوانی چنان به تو گوش می دهیم که گویی یک بنده دارم و تو چنان از من غافل می که گویی چندین خدا داری.



ایمنی



اصطلاح Idiom

See stars

برق از چشم کسی پریدن



I saw stars when I hit my head against the door.
برق از چشم پرید وقتی سرم به در خورد.

اهمیت و شوریست هر کاری چندان زیاد نیست که نتوان آنرا به طریق پی خطری انجام داد