



مؤسسه آموزش عالی خاوران  
(فردوسی - خواران)

# پیام شماره ۱ مرکز مشاوره و سلامت دانشجویی مؤسسه آموزش عالی خاوران



فروردین ۹۵

دانشجوی عزیز سلام

سال نو مبارک. از این که امسال را هم در کنار شما شروع کردیم بینهایت خوشحالیم و امید داریم که در سال ۹۵ بتوانیم باز هم برای شما پیام‌های آموزشی مفید ارسال کنیم و نظرات سازنده شما را دریافت نمائیم. آرزو می‌کنیم که از نظر جسمی و روحی آنقدر در آرامش باشید که همیشه لبخند بر لبان شما باشد.

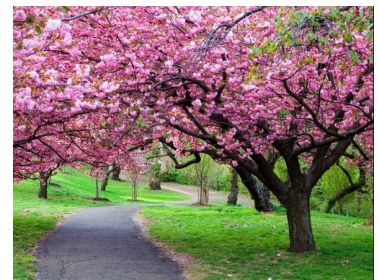
لطفاً نظرات خود را در ارتباط با پیام‌های مشاور این مؤسسه به آدرس ایمیل [moshaver@mail.khi.ac.ir](mailto:moshaver@mail.khi.ac.ir) ارسال نمائید.

فرصت زیبای زندگی برای یک سال دیگر نعمتی با شکوه است که نباید آن را نادیده گرفت

## ( پس بیاید به روزگار سلامی دوباره کنیم )

انگشتان ظریف باران روی پنجره میرقصد، بوی شیرینی در خانه پیچیده و سبزی بر گهای تازه شفاف تر از همیشه جلوه می‌کند. و اینها همه یک معنا دارد؛ بهار آمده است. نمی‌دانم تحویل سال جدید برایت چه طور بود. کنار عزیزان بودی یا کارهانگذاشتند حتی برای چند دقیقه فراموششان کنی نمی‌دانم لحظه تحویل سال و در دعای « حول حالنا » از خدا برای « احسن الحال » چه خواستی.

نمی‌دانم برای سال جدید چه امیدهایی داری و چه حسرت‌هایی را در سال ۱۳۹۴ جا گذاشته‌ای. فقط می‌دانم فرصت زیبای زندگی برای یک سال دیگر نعمتی با شکوه است که نباید نادیده‌اش گرفت. می‌دانم این بهار به خیلی‌ها رخ نمود. پس باید شکرگزار این نعمت باشی.



بهار که می‌آید، زمین به بوی خاک تازه زنده می‌شود، شاخه‌های جوانه بید به شرف، دست افشانی می‌کنند و پرستوهای عاشق نغمه‌خوانی از سر می‌گیرند و تو، ای اشرف مخلوقات خدا، بیشتر از همه فرصت پرگشودن و رخصت زندگی از سر گرفتن داری. از زمین، دوباره زنده شدن و از زمان، سرزندگی و نشاط بیاموز. بگذار روح حیات در زندگی‌ات جاری شود و نسیم خوش آرامش لحظات را لبریز کند. به دلتنگی‌ها فرصت تصمیم‌گیری نده. گرچه دلتنگی‌هایت را نمی‌شناسم اما می‌دانم توان آن را داری که نگذاری به جای تو و برای تو تصمیم بگیرند. می‌دانم می‌توانی در کنار هر آنچه سختی می‌دانی‌اش زندگی را با توکل و آرامش



مؤسسه آموزش عالی خاوران  
(فردوسی - تهران)

# پیام شماره ۱ مرکز مشاوره و سلامت دانشجویی مؤسسه آموزش عالی خاوران



فروردین ۹۵

بسازی .می دانم می توانی بگذاری آنها راه خود را بروند و تو راه درست زندگی کردن را در پیش بگیری . بهار که می آید، هزار آرزوی کهنه دوباره سر باز می کند. حسرت های گذشته و تصمیم های ناکام مانده انگار دوباره چشمک می زنند و اراده مان را قلقلک می دهند .

آرزوهایت را نمی شناسم اما مطمئنم امسال با عزمی جزم تر سراغشان رفته ای .می دانم می توانی دست کم به گوشه ای از آنها جامه عمل بپوشانی .می دانم پیروزی در انتظار توست .در کنار آرزوهایت، سراغ خودت هم برو .روزگارت را از نو بساز و با رویی گشاده سلامی دوباره مهمانش کن .



امسال روزگارت را به دست روزگار نسپار .تو سگان هدایت تقدیر را به دست بگیر .می دانم شاید چیزهایی باشد که نتوانی تغییرشان دهی .می دانم گاهی دست تقدیر، توانمندتر از داستان ماست، با آنها گلاویز نشو .با تقدیر دست و پنجه نرم نکن .توانت را برای یافتن راههایی بگذار که با وجود همه سختی ها، تو را به کامیابی برساند .شاید اگر سنگ باشی هیچ کس تکانت ندهد، شاید خودت هم تکان نخوری .اما اگر چنین باشی و حرفت یکی باشد، شاید هیچ وقت نتوانی راه های دیگر را برای رسیدن به خواسته های بیازمایی .امسال کمی از آب بیاموز که گاه مجبور است برای رسیدن به دریا از راه خود بگذرد و مسیره های دیگر را بگزیند .یادت باشد انعطاف پذیری و انعطاف ناپذیری بیش از حد به یک اندازه تو را از خواسته های دور می کند. این بار در هر بازی باران به روی پنجره و برای هر غنچه تازه شکفته، لبخند بزن .

## سال نیکت را از همین بهار آغاز کن .

