

ایرانگرد

باغ دره؛ جاذبه گردشگری شگفت‌انگیز خراسان شمالی



گیلان امروز- اگر مشغول برنامه‌ریزی برای طبیعت‌گردی‌های آینده‌تان هستید، ما امروز قصد داریم تا یک مقصد زیبا را به شما معرفی کنیم. باغ دره با فضایی سرسبز و زیبا از جاهای دیدنی بجنورد است و می‌تواند آرزوی هر طبیعت‌گرد باشد. پس با ما همراه باشید تا سفری به باغ دره داشته باشیم. باغ دره در استان خراسان شمالی و شهرستان بجنورد قرار دارد. فاصله این جاذبه دیدنی از بجنورد حدود ۶۲ کیلومتر است. مسیر دسترسی به باغ دره در کیلومترهای انتهایی کمی صعب‌العبور خواهد بود؛ بنابراین بهتر است از خودروی مناسب استفاده کنید. برای دسترسی به این مکان دیدنی و تماشایی از مبدا بجنورد، باید حدود ۶۳ کیلومتر رانندگی کنید. ابتدا از میدان امام رضا (ع) در شهر بجنورد مسیر بلوار رضوی را در پیش بگیرید و وارد جاده بجنورد- شیروان شوید. در حوالی روستای قره خان بندی که در مسیر جاده قرار دارد، دور بزنید و از جاده فرعی کنار شرکت پتروشیمی بجنورد، یک مسیر پرپیچ‌وخم اما زیبا و تماشایی را تا رسیدن به مقصد، روستای ایزمان پایین، طی کنید. باغ دره در دو کیلومتری جنوب غربی این روستا قرار دارد.

درباره باغ دره

باغ دره از جاهای دیدنی استان خراسان شمالی به شمار می‌آید و دره‌ای بسیار زیبا و سرسبز است که طبیعت و چشم‌اندازی کم‌نظیری دارد. مهم‌ترین عاملی که باعث جذابیت باغ دره می‌شود، ترکیب بی‌نظیر گل درخت و صخره و رودخانه است. شما با سفر به باغ دره می‌توانید از مجموعه‌ای از دیدنی‌های طبیعی لذت ببرید که دست در دست هم، مکانی دل‌انگیز و جذاب را شکل داده‌اند.

اطراف این دره زیبا صخره‌های بسیار بلندی نیز وجود دارند که با چینش جذاب و لایه‌های برش خورده افقی‌شان بسیار چشم‌نواز به نظر می‌رسند. حضور یک رودخانه پرآب نیز زیبایی‌های باغ دره را دوچندان کرده است.

پوشش گیاهی

در میان جاهای دیدنی بجنورد این دره زیبا دارای پوشش گیاهی متنوع و گسترده‌ای است. در این دره شما می‌توانید قارچ‌های سمی و حتی خوراکی پیدا کنید. بوته‌های خار و همچنین گل‌هایی با رنگ‌های مختلف، از دیگر دیدنی‌های این دشت وسیع و سرسبز هستند. اگر گشت‌وگذار مفصل‌تری در دره انجام دهید، می‌توانید گونه‌های مختلف گیاهان دارویی همچون گیاهان کاکوتی، اویشن، قلنه چای و گل‌های پونه و بادرنجبویه را پیدا کنید که در کنار رودخانه روپدیداند و پوشش گیاهی دره را غنی‌تر کرده‌اند. از درختان زیبایی که در باغ دره به تعداد فراوان یافت می‌شوند، می‌توان به درختان استوار ارس (OROS)، یا سرده اشاره کرد. این درخت گونه‌ای سرو است که در مناطق کوهستانی و به‌خصوص در نقاطی با ارتفاع بیش از ۲۵۰۰ متر می‌روید. درخت ارس با هر نوع آب و هوایی سازگار است و برگ‌های آن سوزنی شکل هستند. درخت ارس از گونه‌های بسیار مقاوم محسوب می‌شود و دارای عمر طولانی است که گاه به بیش از دو هزار سال نیز می‌رسد. این درختان همچنین در برابر بسیاری از انگل‌های طبیعی مقاوم هستند و به همین دلیل از دیرباز در ادبیات ایران به‌عنوان نمادی از جاودانگی شناخته می‌شوند. درختچه‌های چتری از دیگر زیبایی‌های باغ دره هستند. در عین حال در این دره، بوته‌های تمشک، زرشک و زerk نیز به چشم می‌خورند. زerk در واقع ریشه زرشک کوهی است و برگ و میوه آن خواص درمانی زیادی دارند. از خواص گیاه زerk می‌توانیم به درمان ناراحتی‌های کبد، درمان سنگ صفرا، ضدالتهاب بودن، تنظیم کردن فشارخون، بهبود و درمان گلودرد و چند اثر درمانی مهم دیگر اشاره کنیم. بهترین زمان بازدید

همیشه فصل بهار را به‌عنوان فصل سرسبزی و طراوت و زندگی دوباره شناخته‌ایم. بدون هیچ شک و تردیدی بهترین فصل سال برای بازدید از جاذبه‌های طبیعی فصل بهار است. باغ دره در فصل بهار بی‌شباهت به بهشت نیست و انبوهی از زیبایی‌های چشم‌نواز را برای شما به نمایش خواهد گذاشت. در این موقع از سال شاید بتوان باغ دره را به‌عنوان مهم‌ترین لوکیشن عکاسی بجنورد معرفی کرد.

تجهیزات سفر

دسترسی به باغ دره کار چندان ساده‌ای نیست؛ چراکه چند کیلومتر پایانی مسیر صعب‌العبور است و شما با خودروهای معمولی امکان عبور از این مسیر را نخواهید داشت. برای این موضوع باید از خودروهای مخصوص آفرود کمک بگیرید یا باقی‌مانده مسیر را با پای پیاده طی کنید. برای این سفر هیجان‌انگیز باید تجهیزات مناسب به‌همراه داشته باشید. کفش کوهنوردی، کوله‌پشتی، زیرانداز، چادر یا کیسه‌خواب (در صورت کمپینگ شبانه)، عینک آفتابی و کلاه آفتاب‌گیر، چراغ‌قوه، کیسه‌زباله و کمک‌های اولیه از ضروری‌ترین تجهیزات هستند.

دیدنی‌های اطراف باغ دره

گردشگاه بش قارداش: گردشگاه بش قارداش با درختان سربه‌فلک‌کشیده و استخرهای آب، از معروف‌ترین جاهای دیدنی بجنورد به‌حساب می‌آید. این جاذبه تفریحی و تاریخی تقریباً ۳۸۰ کیلومتر مربع وسعت دارد و در فهرست آثار ملی ایران به ثبت رسیده است. آب چشمه بش قارداش طبق نظر کارشناسان، جهت درمان بیماری‌های تغذیه‌ای، اشکالات کبدی، صفراوی و ناراحتی‌های دستگاه ادراری اهمیتی خاص دارد. این گردشگاه در همه ایام سال، به‌ویژه ۶ ماه نخست از هزاران گردشگر که از نقاط مختلف کشور خود را به اینجا رسانده‌اند، میزبانی می‌کند. گردشگاه بابا امان: گردشگاه بابا امان یکی از قدیمی‌ترین پارک‌های گردشگری ایران محسوب می‌شود. این گردشگاه از ۲۵۰ هکتار پوشش گیاهی خاص و استخرهای متعدد تشکیل شده است که با آب چشمه پر می‌شوند. به گفته سازمان میراث فرهنگی کشور این گردشگاه هرساله بیش از ۱۵ میلیون بازدیدکننده دارد که درصد بالایی از این آمار مربوط به مسافران و زائران مشهد مقدس است.

فلسفه خوشبختی؛ چهار نظریه درباره معنای خوشبخت بودن

همین موضوع در مورد افرادی که فاقد فضایل فکری هستند نیز صدق می‌کند؛ نادانی ممکن است به خوشبختی منجر شود، اما آن خوشبختی، خوشبختی واقعی نیست؛ بنابراین به نظر می‌رسد در این مسائل جای بحث وجود دارد.

۳. نظریه ارضاء خواسته‌ها

طبق نظریه ارضاء خواسته‌ها، خوشبختی شامل به دست آوردن و برآورده شدن آن چیزی است که می‌خواهید و فرقی هم نمی‌کند که آن چیز چه باشد. طبق این دیدگاه، فرد خوشبخت کسی است که بسیاری از خواسته‌هایش برآورده شده است؛ و هر چه خواسته‌های بیشتری برآورده شود، او خوشبخت‌تر است.

اما با وجود این که به دست آوردن آنچه می‌خواهید می‌تواند منبع خوشبختی باشد، یکی گرفتن خوشبختی با برآورده شدن خواسته‌ها از جهاتی مشکل‌ساز است.

زیرا این نظریه این مفهوم را دارد که تنها راه خوشبخت‌تر شدن، برآورده شدن یک خواسته است. این به نظر اشتباه می‌آید. زیرا گاهی اوقات خوشبختی ما با دریافت چیزی که قبلاً «می‌خواستیم» افزایش می‌یابد؛ مانند یک مهمانی سورپرایز تولد یا مجبور شدن به مراقبت از گربه همسایه. این نشان می‌دهد که برآورده شدن «خواسته‌ها» برای خوشبختی ضروری نیست (زیرا «ناخواسته‌ها» هم می‌توانند در خوشبختی دخیل باشند).

به‌علاوه، ارضاء خواسته‌ها همیشه برای خوشبختی کافی نیست. به عنوان مثال کاملاً معمول است که افراد وقتی به آنچه می‌خواهند می‌رسند، احساس ناامیدی می‌کنند. ظاهراً بسیاری از دستاوردها، مانند کسب یک مدرک یا برنده شدن در یک مسابقه، به هیچ وجه آن خوشبختی طولانی‌مدتی را که انتظار داشتیم، به ارمغان نمی‌آورند.

بنابراین، حتی اگر به دست آوردن آنچه می‌خواهیم گاهی ما را خوشبخت کند، این نشان‌ها نشان می‌دهد که خوشبختی بستگی تام و تمامی به برآورده شدن خواسته‌ها ندارد و با آن یکی نیست.

۴. نظریه رضایت از زندگی

همانطور که از نامش برمی‌آید، طبق این نظریه خوشبختی عبارت است از رضایت از زندگی. از این دیدگاه، یک فرد خوشبخت کسی است که نسبت به زندگی خود به طور کلی احساس مثبت دارد، حتی اگر در مورد همه جنبه‌های آن خوشبخت نباشد؛ بنابراین خوشبخت بودن به معنای رضایت از زندگی به طور کلی است.

اما این موضوع که آیا رضایت از زندگی یک احساس است (عاطفی) یا یک باور (شناختی)، بحث‌برانگیز است. از یک سو، رضایت از زندگی به وضوح با «احساسات» مثبت همراه است و از سوی دیگر، ممکن است فردی در حالی که احساس ناراحتی دارد، به زندگی خود نگاه کند و به این «باور» برسد که زندگی خوبی دارد. یکی از مشکلات این نظریه این است که افراد به سختی می‌توانند تفاوت بین احساسی که در لحظه دارند و احساسی که نسبت به زندگی خود به طور کلی دارند را تشخیص دهند. مطالعات نشان داده‌اند که افراد زمانی که هوا خوب است، احساس رضایت بیشتری از زندگی خود را گزارش می‌دهند، در حالی‌که ظاهراً این موضوع پیش پا افتاده نباید تفاوت زیادی در رضایت کلی از زندگی ایجاد کند. اما اندازه‌گیری رضایت از زندگی پیچیده است؛ بنابراین شاید این مطالعات و همینطور این نظریه فلسفی را باید با احتیاط در نظر گرفت.

نتیجه‌گیری

درک این که خوشبختی چیست باید به شما کمک کند که خوشبخت‌تر شوید؛ بنابراین اگر نمی‌دانید که واقعاً کدام دیدگاه در این بین بر بقیه ترجیح دارد، شاید بهتر باشد برای اینکه خوشبختی را در زندگی پیدا کنید، ترکیبی از همه دیدگاه‌ها را دنبال کنید.

یعنی اولاً فضیلت‌های اخلاقی و فکری را در وجود خود پرورش دهید (نظریه فضیلت)، سپس لذت‌هایی را که منافاتی با فضیلت ندارند دنبال کنید و از رنج‌ها و کاستی‌های ذهنی دوری کنید (لذت‌گرایی)؛ پس از آن به این فکر کنید که هدف و خواسته شما در زندگی چیست و تمام تلاش خود را برای به دست آوردن آن انجام دهید (نظریه برآورده شدن خواسته‌ها)؛ و نهایتاً اعمال، باورها و نگرش‌های خود را طوری هماهنگ کنید که احساس کنید (یا باور کنید) که زندگی‌تان به طور کلی به خوبی پیش می‌رود (نظریه رضایت از زندگی).



ثانیاً به نظر می‌رسد که خوشبختی و لذت ویژگی‌های متفاوتی داشته باشند. لذت‌ها معمولاً گذرا، ساده و سطحی هستند (به لذت خوردن بستنی فکر کنید)، در حالی که خوشبختی قرار است ماندگار، پیچیده و عمیق باشد. اما چیزهایی که ویژگی‌های متفاوتی دارند نمی‌توانند یکسان باشند و بنابراین خوشبختی نمی‌تواند همان لذت باشد.

این استدلال‌ها نشان می‌دهند که خوشبختی و لذت یکسان نیستند. با این حال، تصور یک فرد خوشبخت که هرگز احساس خوبی نداشته باشد، دشوار است. بنابراین، شاید خوشبختی «شامل» لذت باشد، اما با آن «یکسان» نباشد.

۲. نظریه فضیلت

طبق نظریه فضیلت، خوشبختی نتیجه پرورش فضایل (چه اخلاقی و چه فکری) مانند حکمت، شجاعت، اعتدال و صبر است. طبق این دیدگاه یک فرد خوشبخت کسی است که به اندازه کافی با فضیلت باشد؛ بنابراین خوشبخت بودن به معنای پرورش نفس و شکوفا شدن در نتیجه آن است. این دیدگاه به طور مشهوری توسط افلاطون، ارسطو و رواقیان مطرح شده است.

ارتباط دادن خوشبختی با فضیلت این مزیت را دارد که خوشبختی را به عنوان یک پدیده ماندگار، پیچیده و عمیق در نظر می‌گیرد. همچنین توضیح می‌دهد که چگونه خوشبختی و لذت می‌توانند از هم جدا شوند، زیرا فردی می‌تواند با فضیلت باشد بدون اینکه احساس خوبی داشته باشد، و فردی می‌تواند احساس خوبی داشته باشد بدون اینکه با فضیلت باشد. با این وجود، نظریه فضیلت نیز از نظر برخی از فیلسوفان قابل انتقاد است. بخش مهمی از «با فضیلت بودن» عبارت است از «خوب بودن از نظر اخلاقی». اما آیا افراد غیراخلاقی همیشه ناشاد هستند؟ دست‌کم بعضی از فیلسوفان فکر می‌کنند که آدم‌های فاقد فضایل اخلاقی نیز می‌توانند خوشبخت باشند. نکته مشابهی در مورد فضیلت فکری نیز می‌توان مطرح کرد: آیا افراد نادان یا غیرمنطقی همیشه ناشاد هستند؟ در واقع، برخی از این افراد به نظر می‌رسد دقیقاً به دلیل نقص‌های فکری خود خوشبخت هستند. همانطور که یک جمله مشهور می‌گوید: «ندانستن باعث خوشبختی است!»

اما نظریه‌پردازان فضیلت پاسخی در اینجا دارند. پاسخ آن‌ها این است که شاید برخی از افراد غیراخلاقی خوشبخت «به نظر برسند»، اما این به این معنی نیست که آن‌ها در سطحی عمیق‌تر «واقعاً» خوشبخت هستند.

خانه‌تکانی به روایت نسل قدیم در شه‌ریور



خانواده یا دوستان کمک بگیرند.

۲. آماده‌سازی

وسایل مورد نیاز: جارو برقی، طی، دستمال، مواد شوینده، دستکش و... را آماده کنید.

لباس مناسب: لباس‌هایی بپوشید که برای کارهای خانه مناسب باشند.

۳. شروع کار

از بالا به پایین: همیشه از قسمت‌های بالای خانه مانند سقف و دیوارها شروع کنید و به سمت پایین حرکت کنید.

گیلان امروز- با پایان یافتن روزهای گرم تابستان و آغاز فصل خنک پاییز، بسیاری از ما به فکر تازه کردن خانه و ایجاد فضایی دلنشین برای فصل جدید می‌افتیم. خانه‌تکانی شه‌ریور، فرصتی است تا با نظم دادن به محیط زندگی، از انرژی مثبت و آرامش بیشتری برخوردار شویم. در این مطلب، دلایل اهمیت خانه‌تکانی در شه‌ریور و راهکارهایی برای انجام آن را بررسی می‌کنیم. همان‌طور که می‌دانید، خانه‌تکانی نوروز یکی از سنت‌های قدیمی ایرانیان است. اما خانه‌تکانی شه‌ریور نیز به دلایل مختلفی اهمیت دارد:

تغییر فصل: با تغییر فصل از تابستان به پاییز، نیاز به تغییر دکوراسیون و استفاده از لوازم فصل سرد احساس می‌شود.

نظم و آرامش: خانه‌تکانی به شما کمک می‌کند تا وسایل اضافی را دور ریخته و نظم و ترتیب را در محیط زندگی خود برقرار کنید.

سلامتی: با تمیز کردن خانه، از شر گرد و غبار و آلودگی‌هایی که در طول تابستان در خانه جمع شده‌اند، خلاص می‌شوید.

انرژی مثبت: یک خانه تمیز و مرتب، انرژی مثبت و نشاط را به همراه دارد.

۱. برنامه‌ریزی

لیست کارها: قبل از شروع، لیستی از کارهایی که باید انجام دهید تهیه کنید.

زمان‌بندی: برای هر بخش از خانه، زمان مشخصی در نظر بگیرید.

کمک گرفتن: اگر به تنهایی نمی‌توانید از پس کارها بر بیایید، از اعضای