

# روشنما

۵



وزارت آموزش و پرورش  
سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی  
دفتر انتشارات و فناوری آموزشی

ضمیمهٔ رشما جوان  
www.roshdmag.ir  
ISSN: 1606-9080

ماهنامهٔ آموزشی، تحلیلی و اطلاع‌رسانی برای هنرجویان هنرستان  
دورهٔ اول / سال ۱۳۹۹ / شمارهٔ بی‌در پی ۵ / ۴۰ صفحه / ۳۵۰۰۰ ریال

## والفجر جوانانانہ





## خط زیبا بر جلوۂ حق می افزاید.

پیامبر اکرم (ص)

### کارآفرین باش

با یکی از همکارانم در مورد جوانانی صحبت می‌کردم که دوست دارند وارد فضای کار و کارآفرینی شوند. همکارم معتقد بود کارآفرین شدن به سرمایه زیاد نیاز دارد و راهاندازی کارخانه‌های بزرگ و استخدام صدها نیرو، اما من با او موافق نبودم. به نظر من هرکسی که بتواند با مهارت‌ش کاری انجام دهد و از آن کار، حتی شده پول کمی، در بیاورد، کارآفرین است. با کمی جست‌وجو در اینترنت ده‌ها صفحه مجازی را نشانش دادم؛ صفحه‌های جوانان کم‌سن و سالی که هنرهایی مثل قلاب‌بافی و چاپ تصویر روی لباس را به اشتراک می‌گذاشتند و پول خوبی هم به دست می‌آوردند. اما همکارم راضی نمی‌شد! یاد دوست دوره مدرسه‌ام، محسن، افتادم. داستان مغازه‌دار شدن او، بهترین راه قانع کردن همکارم بود. همکارم را به رستورانی آشنا دعوت کردم تا داستانی برایش تعریف کنم.

من و محسن هم‌مدرسه‌ای بودیم. محسن یکی از دانش‌آموزان شیفت عصر بود. غروب‌ها ساندویچ تخم‌مرغ، کوکو و... درست می‌کرد و صبح روز بعد، با گاری چوبی‌اش می‌آمد جلوی در مدرسه. با این حساب، ارزان‌ترین و نزدیک‌ترین غذایی که بچه‌های شیفت صبح می‌دیدند، ساندویچ‌های محسن بود. مدرسه ما حداقل سیصد دانش‌آموز داشت و محسن تقریباً روزانه صد ساندویچ می‌فروخت. با این حساب فروش ساندویچ‌هایش از ساندویچی محله هم بیشتر شد. بعد از چندسال کار، او توانست مغازه‌ای کوچک اجاره کند. از درآمد همان مغازه، کم‌کم وضعش بهتر شد؛ طوری که پنج سال پیش رستوران خودش را افتتاح کرد؛ یعنی همین رستورانی که مادر آن غذایمان را نوش جان کردیم. با همه این حرف‌ها، همکارم حاضر نشد اعتراف کند که قانع شده‌است. هر چند سکوتش، بعد از شنیدن داستان محسن، نشان می‌داد که پذیرفته‌است در آوردن پول و کار کردن آن قدرها هم دور از دسترس جوانان نیست!

شروع کارآفرینی به ثروت نجومی نیاز ندارد؛ فقط نباید خودمان را از نعمت «شروع کردن» محروم کنیم.

محمد علی قربانی

- ۲ لباس موفقیت
- ۴ فیلمش کن
- ۶ شرافت کاری
- ۸ باران به صرف ریحان
- ۱۴ سر کاری
- ۱۶ کاری بکن هنرستان
- ۱۸ مایه اعتبار
- ۲۲ چلیک، چلیک
- ۲۴ بسیار سفر باید
- ۲۶ صنایع ادبی
- ۲۸ مبدأ: اتاق وحشت
- ۳۲ پزشکی خودرو
- ۳۴ طنزیمات
- ۳۶ دستت تلاست
- ۳۸ وکیل شو

کار نشد ندارد

۱۰

سرت را بالا بگیر

۲۰

خیاباباشی

۳۰

با شما

۴۰



نشانی دفتر مجله: تهران، خیابان ایرانشهر شمالی، پلاک ۲۶۶  
صندوق پستی: ۱۵۸۷۵/۳۳۳۱  
تلفن دفتر مجله: ۸۸۸۶۷۳۳۱  
نمابر: ۸۸۳۰ ۱۴۷۸  
رایانامه (پست الکترونیکی): roshdehonorju@roshdmag.ir  
تلفن امور مشترکان: ۰۲۱-۸۸۴۹۰۳۱۶-۸۸۸۶۷۳۰۸

مدیر مسئول: محمدابراهیم محمدی  
سر دبیر: محمدعلی قربانی  
شورای سردبیری: سیدمصطفی آذرکیش، مهدی اسماعیلی، افشار بهمنی، مژگان علیرضا، محمدعلی قربانی، مرتضی مجدفر، کبری محمودی، حمید یزدانی  
شورای تیترو: مهدی استاد احمد، سعید طلایی، سیدعلی اکبر میرجعفری  
مدیر هنری: کوروش پارساژاد  
مدیر داخلی: کبری محمودی  
طراح گرافیک: ایمان اوجیان  
دبیر عکس: پرویز قراگوزلی  
ویراستار: بهروز راستانی

# لباس موفقیت

تصور اینکه روزی به ایده‌ها جامه عمل بپوشانی و مردم از نتیجه کار تو استفاده کنند، بسیار جذاب و هیجان‌انگیز است. اما یکی دیگر از دختران ایرانی ایده‌اش را عملی کرده‌است. عاطفه نادری با طراحی و تولید تن‌پوش‌های ایرانی خود را مشهور کرده‌است. استقبال مردم سرزمینمان از این تن‌پوش‌ها هم او را مصمم کرد در این راه ثابت‌قدم بماند. عاطفه متولد سال ۱۳۷۰، ششمین دختر یک خانواده گنبد کاووسی است؛ یک خانواده ۹ نفری.

## فرفره‌فروشی

در شش‌سالگی با کمک خواهر بزرگ‌ترش در پشت‌بام خانه فرفره درست کردند و به بچه‌های محل فروختند. فروش فرفره‌ها ۳۵ تومان (۳۵۰ ریال) نصیب او کرد. این خاطره اولین کسب و کار عاطفه است. پس از گذراندن دوره راهنمایی نظام قدیم، با انتخاب رشته گرافیک، وارد هنرستان شد. از آنجا که شش خواهر دیگر هم داشت، تصمیم گرفت با انجام کارهایی کوچک، بخشی از هزینه‌های هنرستانش را بپردازد تا از نظر مالی به خانواده فشار نیاید. عاطفه کارت‌های پستال و تبریک طراحی می‌کرد و به فروشگاه‌های لوازم التحریر می‌فروخت. همچنین، در جشنواره‌های زمستانی که به مناسبت آغاز سال نو برپا می‌شد، ظروف سفالی را که خودش طراحی و رنگ‌آمیزی می‌کرد، برای فروش می‌گذاشت. البته کارهای اداری را هم تجربه کرد، اما این مدل کارها با روحیه پویا و خلاق او سازگار نبودند. در نهایت، پس از پایان دوره هنرستان، در دانشگاه، در رشته طراحی و چاپ پارچه قبول شد. هرچند که عاطفه در اوایل رغبتی به این رشته نداشت و مشتاق بود در رشته گرافیک ادامه تحصیل دهد، اما رشته طراحی و چاپ پارچه مسیر زندگی او را تغییر داد.

## خوابگاه

با شرکت در واحدهای عملی دانشگاه، ایده طراحی لباس در ذهنش شکل گرفت. از همان ترم دوم دانشگاه ایده‌پردازی را آغاز کرد و با خواهرش، باران، که در کودکی با هم فرفره می‌فروختند، این بار لباس‌هایی را دوختند که عاطفه طراحی می‌کرد. بچه‌های خوابگاه عاطفه مشتری لباس‌های او بودند. از ترم پنجم دانشگاه، کار عاطفه جدی شد. او مصمم بود درس خود را زودتر تمام کند تا وارد بازار کار شود. بالاخره عاطفه در سال ۱۳۹۳ برند پوشاک خود را رسماً راه‌اندازی کرد؛ «تولید تن‌پوش برای بانوان ایرانی».

## تن‌پوش‌های اقوام ایرانی

عاطفه برای طراحی تن‌پوش‌هایش از پوشاک محلی ایرانی الهام می‌گیرد. او از نوع پوشش اقوام ترکمن یا سوزن‌دوزی‌های اقوام بلوچ در لباس‌هایش استفاده کرده است. در طراحی اولین مانتوهای پیراهنی به شیوه چاپ دستی‌اش، شعرهای زیبای فارسی را روی مانتوها منتقل کرده است. نتیجه ترکیب خلاقیت و دانش، در کنار علاقه به میهن، تولید تن‌پوش‌هایی منحصر به فرد شد؛ شاید منحصر به فرد در سراسر جهان.

## خانواده سرمایه‌گذار

عاطفه برای جذب سرمایه هوشمندانه برنامه‌ریزی کرد. او با سهام کردن دوستان و خانواده در سود فروش محصولاتش، از آن‌ها برای تأمین سرمایه کمک گرفت و از این طریق سرمایه اولیه برند پوشاک خود را فراهم کرد. او به اطرافیان‌ش گفت، شما با پس‌انداز پول در حساب بانکی‌تان سود اندکی دریافت خواهید کرد، اما اگر پول در چرخه مالی یک کار تولیدی قرار بگیرد، سودی چند برابر به شما خواهد داد.

## مغازه به مغازه

اوایل برای فروش تولیداتش به شیوه سنتی عمل کرد. او از تک‌تک مانتوها و پیراهن‌ها عکس گرفت و یک مجله تصویری لباس آماده کرد. مغازه به مغازه می‌گشت و لباس‌ها را به فروشندگان نشان می‌داد تا درباره پذیرفتن کار او تصمیم بگیرند. او کالاهایش را برای فروش به جمعه‌بازار پروانه تهران هم برد، تا اینکه آهسته‌آهسته در این زمینه صاحب‌نام شد. اکنون عاطفه نادری وبسایت فروش اینترنتی



## چگونه برند خود را معرفی کنیم؟

۱. انتخاب لوگوی مناسب؛ لوگوی شما باید ساده و گویا باشد و به سرعت فعالیت و محصول شما را توضیح دهد.
۲. داشتن لحن؛ در تمام ارتباطات نوشتاری و تصویری، لحن یکسانی داشته باشید.
۳. تخصیص شعار تبلیغاتی؛ یک شعار تبلیغاتی کوتاه، محصول شما را به یادماندنی تر می کند.
۴. داشتن صداقت؛ به آنچه وعده می دهید پایبند باشید.

مخصوص محصولات خودش را دارد و چندین فروشگاه در سراسر ایران محصولات او را عرضه می کنند. در آغاز هر فصل، از پوشاکی که به مناسبت فصل جدید و متناسب با حال و هوا و شرایط آن فصل در ایران، طراحی شده است، رونمایی می کند و در پایان همان فصل، لباس های مربوط به فصل گذشته را با تخفیف مناسبی به حراج می گذارد. ابتکار عاطفه در زمینه فروش محصولات تک رنگ و تک سایز هم جالب است. او این مانتهارا با قیمتی بسیار کمتر از قیمت اصلی عرضه می کند.

## تأسیس نمایندگی

عاطفه نادری نمونه یک دختر جوان خودساخته است که برای رسیدن به اهدافش آهسته و پیوسته گام برداشت و در حرکت به سوی هدف، برای ده ها نفر ایجاد شغل کرد. او اکنون در آستانه تأسیس نمایندگی های مستقل فروش محصولاتش است. برند پوشاک عاطفه نادری به نام خودش است. یکی از مهم ترین زمینه های پیشرفت نادری این است که او در شبکه های هم رسانی عکس و ویدئو فعال است.

## جهت درست

همیشه برای گرفتن فیلم، گوشی را به صورت افقی نگه دارید.



# فیلمش کن

امروزه زمان مفید بعضی افراد، بیشتر از خواندن متن، به تماشای تصویر و فیلم می‌گذرد. باور کردنی نیست، ولی واقعیت دارد که تقریباً ۷۳ درصد از کل بازدیدهای آنلاین به تماشای ویدیو اختصاص دارند. یعنی از هر ۱۰۰ نفری که در اینترنت مشغول‌اند، ۷۳ نفر در حال تماشای یک ویدیو هستند. بنابراین، شما هم به این دنیای پربیننده، شگفت‌انگیز و پرسود ملحق شوید. یکی از بهترین، آسان‌ترین و محبوب‌ترین راه‌ها برای تبلیغ برند خود، ساخت و انتشار ویدیوهای جذاب است. بسیاری از افراد از ساخت ویدیو هراس دارند و آن را کار سختی می‌دانند، ولی برای شما و با دانستن اصول اولیه کار، آن‌قدرها هم ترسناک نخواهد بود.

## نور مناسب

روشنایی خوب حیاتی است. سعی کنید ویدیو را در جایی که نور کافی دارد فیلم‌برداری کنید تا از ایجاد سایه‌های غیرضروری جلوگیری شود. در واقع، نورپردازی طبیعی، بهترین نتیجه را می‌دهد. پس در روزی ابری یا در ساعات طلایی (یک ساعت پس از طلوع و یک ساعت قبل از غروب آفتاب) در فضای باز فیلم‌برداری کنید. ولی اگر این امکان پذیر نیست، از نور طبیعی که از پنجره‌های بزرگ می‌تابد یا منابع اضافی مثل چراغ‌های رومیزی و ... استفاده کنید. فقط دقت کنید که سوژه خیلی به پنجره نزدیک نباشد.

## کیفیت صدا

اگر می‌خواهید ویدیوی شما خوب به نظر برسد، کیفیت صدا بسیار مهم است. میکروفون داخلی در اکثر تلفن‌های هوشمند، هم بی‌کیفیت است و هم جای نامناسبی قرار دارد. برای جلوگیری از ضبط سر و صدای غیرضروری محیط، بهتر است صدا همیشه با یک دستگاه ضبط خارجی (حتی با یک گوشی هوشمند دیگر) یا یک میکروفون ضبط شود. اگر می‌خواهید بعداً روی فیلم موسیقی بگذارید، کارتان راحت است.

## مرکز کانونی

برای فیلم‌برداری باید کنترل کافی داشته باشید و تنظیمات مورد نظر خود را قفل کنید تا حین فیلم‌برداری تغییر نکنند. بیشتر تلفن‌های همراه مرکز کانونی (فوکوس) لمسی دارند. سوژه را روی صفحه نمایش گوشی لمس کنید تا مرکز کانونی و نوردهی قفل شود.



### نزدیک‌تر بهتر

از بزرگ‌نمایی دیجیتال گوشی استفاده نکنید، زیرا روی کیفیت تصویر اثر می‌گذارد. تا جایی که لازم است، به سوژه نزدیک شوید.

### برنامه‌های مفید

برای فیلم‌برداری، فقط به برنامه دوربینی که به صورت پیش فرض روی گوشی نصب است اکتفا نکنید. برنامه‌های رایگان دیگر را هم نصب کنید تا از امکانات بیشتری بهره‌مند شوید.

### چند خط پیشنهاد

- قبل از شروع فیلم‌برداری مطمئن شوید تلفن شما فضای ذخیره‌سازی کافی برای ذخیره فیلم دارد.
- لنز گوشی را تمیز کنید و دست خود را روی میکروفون نگذارید.
- دوربین را از مکان تاریک به مکان روشن حرکت ندهید.
- سوژه را کمی خارج از مرکز قرار دهید تا از نظر بصری جالب‌تر شود.
- محتوای ویدیو از کیفیت آن مهم‌تر است. بنابراین برای محتوای مناسب برنامه‌ریزی کنید.
- از قدرت احساسات استفاده کنید. احساسات همان چیزی است که بینندگان را مجبور می‌کند ویدیوی شما را به اشتراک بگذارند یا محصول شما را بخرند.
- پس‌زمینه ویدیوی شما هرگز نباید شلوغ باشد، زیرا موضوع اصلی را تحت تأثیر قرار می‌دهد.
- از فرایند تولید هم قطعه فیلمی تهیه کنید.
- قبل از فیلم‌برداری، همیشه صدا و تصویر را امتحان کنید.
- سعی کنید ویدیوهای خود را کوتاه، مختصر و مفید تولید کنید تا در کمترین زمان ممکن، بیشترین اطلاعات را ارائه دهید.
- فقط محصول را به صورت مستقیم نمایش ندهید، بلکه داستان چگونگی تهیه و تولید محصول و موفقیت افراد را هم بیان کنید؛ یعنی زیریرکی محصول را بشناسانید.

### ثابت ماندن

اگر نمی‌خواهید فیلم شما بلرزد یا تار شود، بهترین کار این است که تلفن خود را هنگام ضبط ثابت نگه دارید. کوچک‌ترین حرکت هم باعث می‌شود ویدیو غیر حرفه‌ای به نظر برسد. از تثبیت‌کننده و سه‌پایه استفاده کنید. اگر این تجهیزات را ندارید، می‌توانید گوشی را به میز یا صندلی تکیه دهید.

### قانون یک‌سوم

قرار دادن سوژه در مرکز تصویر، معمولاً اولین انتخاب دم‌دست است. مطمئن‌ترین راه، قانون یک‌سوم است. یعنی طول و عرض تصویر را به سه قسمت مساوی تقسیم و به هم وصل کنید. بهتر است سوژه شما در یکی از محل‌های تقاطع این خطوط قرار گیرد. اگر فردی در ویدیوی شماست، سعی کنید چشم‌های او در امتداد خط بالای کادر باشد.



# شرافت کاری

در هر کاری باید به مجموعه‌ای از اصول اخلاقی و نیز به آدابی خاص مقید بود. واقعیت آن است که حرفه و شغل نیز بدون چاشنی اخلاق راه به جایی نخواهد برد. در کار و حرفه نیز اصولی چون داشتن تقوا و تعهد، مسئولیت‌پذیری، صداقت و رعایت نظم مطرح است.

## تقوا

انجام کار به شکل درست و دقیق و در هر شرایطی، حتی بدون وجود هر گونه نهاد نظارتی، یعنی شرایطی که هیچ کس نفهمد و نبیند، به نوعی از تقوا نیازمند است؛ همان نیرویی که سبب می‌شود خود را در برابر کاری که بر عهده داریم مسئول بدانیم و آن را به بهترین شکل انجام دهیم. همان «تقوای کاری» که باعث می‌شود خود را پیش از همه ملزم به پاسخگویی در قبال خداوند بدانیم و صرف‌نظر از قوانین و مقررات یا ناظر بیرونی، به انجام کارها از روی مسئولیت همت گماریم و جلب رضایت خداوند بزرگ را سرلوحه فعالیت‌های خویش قرار دهیم. آنچه بر این رفتار تأکید می‌کند، آن است که شغل و اختیارات ناشی از آن امانت است و ما امانت‌دار. این نگاه درست، همان نگاهی است که امام علی (ع) به ما آموخته است؛ آنجا که به یکی از کارگزارانش می‌فرماید: همانا کاری که بر عهده تو گذاشته شده است، طعمه‌ای برایت نیست، بلکه امانتی است برگردنت. و آن کس که تو را بدان کار گمارده، نگرهبانی امانت‌ها را بر عهده‌ات گذارده است: «إِنَّ عَمَلَكَ لَيْسَ لَكَ بَطْعَمَةٌ وَلَكِنَّهُ فِي عُنُقِكَ أَمَانَةٌ وَأَنْتَ مُسْتَرَعٍ لِمَنْ فَوْقَكَ» (نهج‌البلاغه، نامه پنجم).

## مسئولیت‌پذیری

همان‌طور که می‌بینید، امام علی (ع) در این نامه ابتدا از کارگزارش می‌خواهد نگاه خود را از مسئولیت کاری تصحیح کند. زیرا این تلقی غلط، خود زمینه را برای هر گونه سوءاستفاده فراهم می‌کند. برعکس، این نگاه درست به کار است که او را وادار خواهد ساخت حق امانت را آن گونه که بایسته است به جا آورد. بکوشد از مرزهای امانت‌ورزی فراتر نرود و از خیانت‌ورزی و هر نوع سوءاستفاده دیگر در امان بماند. چنین شخصی، با چنین باوری، امروز و فردا نمی‌کند. ارباب رجوع را اذیت

نمی‌کند. با گشاده‌رویی با او برخورد می‌کند. گره‌گشاست. وقت خود را به بطالت نمی‌گذراند و ...

## تعهد و تخصص

آری، اگر از زاویه‌ی درست‌تری به کار نگاه کنیم، یعنی کار و مسئولیت را امانت بدانیم، حرمت آن را پاس خواهیم داشت. بدین معنا، هر کس در هر مرتبه‌ی شغلی، باید خود را امانت‌دار بداند و براساس عهد و پیمانی که پذیرفته است، از اموال و امکانات، حقوق و حیثیت دیگران پاسداری کند. البته برای این کار وجود دو عنصر مهم نیاز است: تعهد و تخصص. تعهد و پاک‌دستی و در کنار آن مهارت و تخصص، از عناصر لازم در هر شغل و حرفه است. این هر دو در جای خود بسیار مهم و اساسی‌اند و هیچ‌کدام جای دیگری را نمی‌گیرد. آن‌ها که از سپردن مسئولیت به افراد، تنها به امانت و پاکی فرد مورد نظر تأکید دارند، به همان اندازه در اشتباهند که برای پذیرش یک مسئولیت تخصص را کافی بدانند. هر دوی این‌ها ضروری و به نوعی مکمل یکدیگرند. نباید آن دو را در تقابل با هم دید و با هم مقایسه کرد. تعهد در اخلاقیات ریشه دارد و نوعی فضیلت درونی است، و تخصص ریشه در آگاهی‌های کسب شده دارد و مهارتی بیرونی محسوب می‌شود. مقایسه‌ی این دو اساساً خطاست. گفتیم که شغل و مسئولیت کاری که بر عهده داریم، امانت است و آشکار است که برای انجام درست هر کار، جدا از تخصص و مهارت ویژه آن کار، شرط امانت‌داری آن، که امروزه از آن به تعهد تعبیر می‌شود نیز به همان اندازه لازم است که گفته‌اند: چو دزدی با چراغ آید گزیده‌تر برد کالا. از این‌رو در آموزه‌های دینی نیز به موضوع تعهد و تخصص در کار و



## حکمت

همانا کاری که بر عهده تو گذاشته شده است، طعمه‌ای  
برایت نیست، بلکه امانتی است برگردنت. و آن کس که  
تو را بدان کار گمارده، نگرهبانی امانت‌ها را بر عهده‌ات  
گذارده است.  
نهج البلاغه، نامه ۵، ترجمه مرحوم دشتی (ره)

## والفجر جوانانه

روز دوازدهم بهمن ۱۳۵۷ امام خمینی (ره) پس از چهارده سال  
تبعید، به کشور بازگشت.

امام (ره) در حالی در ساعت ۹:۲۷ دقیقه صبح به ایران بازگشت  
که صف استقبال کنندگان از وی به ۳۳ کیلومتر می‌رسید. در  
ساعت یک بعد از ظهر وارد قطعه ۱۷ بهشت زهرا (س) شد که  
مدفن شهدای انقلاب اسلامی بود. امام (ره) اولین سخنرانی خود را  
در آنجا انجام داد.

پس از پیروزی انقلاب اسلامی، فاصله روزهای ۱۲ بهمن (روز  
ورود امام (ره) به ایران) تا ۲۲ بهمن (پیروزی انقلاب اسلامی) با  
عنوان «هفته جشن‌های سالگرد انقلاب» گرامی داشته شد و هر  
سال به مدت یک هفته در سراسر کشور جشن برگزار گردید. تا  
اینکه در سال ۱۳۶۰ وزیر وقت فرهنگ و ارشاد اسلامی پیشنهاد  
کرد این ایام «دهه فجر» نامیده شود.

### ۲۲ بهمن، سالروز پیروزی انقلاب اسلامی

یک روز قبل از پیروزی انقلاب اسلامی، مردم چندین کلانتری  
را اشغال کردند و به این ترتیب تعداد زیادی اسلحه در اختیار  
نیروهای انقلابی قرار گرفت. با وجود آنکه تقریباً همه مردم ایران  
به انقلاب پیوسته بودند، اما هنوز ارتش ایران موضع خود را اعلام  
نکرده بود. شاهپور بختیار، نخست وزیر وقت، امیدوار بود با استفاده  
از همین نیرو، سرانجام نیروهای انقلابی را پشت میز مذاکره بنشانند  
و امتیازهایی از آن‌ها بگیرد. فرمانداری نظامی استان تهران نیز  
مقررات حکومت نظامی اعلام کرده بود. مطابق این مقررات، رفت  
و آمد مردم در خیابان‌ها از ساعت ۱۶:۳۰ تا ۵ بامداد ممنوع اعلام  
شد. اما به فرمان امام، مردم به دستور حکومت توجهی نکردند.

در ساعت ۱۰ صبح روز ۲۲ بهمن با حضور مقامات بلند پایه ارتش  
در ستاد مشترک ارتش ایران جلسه‌ای برگزار شد. این جلسه در  
حالی آغاز شد که نیروهای انقلابی نمادهای حکومت پهلوی را یکی  
پس از دیگری تصرف می‌کردند؛ از جمله زندان اوین، مجلس سنا  
و شورای ملی، شهرستانی، ساواک، پادگان باغ‌شاه و دانشگاه افسری،  
پادگان عشرت‌آباد و پادگان عباس‌آباد.

سرانجام مقامات بلند پایه ارتش بی‌طرفی خود را اعلام کردند. با  
اعلام بی‌طرفی ارتش، انقلاب اسلامی ایران پیروز شد. حوالی ساعت  
۱۳ نیروهای انقلابی وارد محوطه صدا و سیما شدند و خبر سقوط  
حکومت پهلوی از رادیو پخش شد.



حرفه به شکل توأمان و در کنار هم توجه شده است. در قرآن کریم،  
آن‌گاه که یوسف (علیه‌السلام) به عزیز مصر می‌گوید: «جعلنی علی  
خزائن الارض... مخازن خواربار این سرزمین را به من بسپار»، در ادامه  
می‌گوید: «انی حفیظ علیهم؛ من در این کار نگاهبانی (امین و متعهد)  
و کاردان و آگاهم». می‌بینید که نه تنها از تخصص و آگاهی اش سخن  
می‌گوید، بلکه از تعهد و امانت‌داری خویش نیز یاد می‌کند.

### تخصص و آگاهی

پس تنها متعهد بودن کافی نیست. تخصص و آگاهی نیز لازم است و  
بدون آن هیچ کاری، آن‌چنان که باید، به سامان نمی‌رسد.  
پیامبر (ص) فرموده است: هر کس بدون علم به کار (مهارت و تخصص)  
کاری انجام دهد، بیش از آنکه آباد کند، خراب می‌کند (الحیاء، جلد ۵:  
۵۳۸). این تأکید تا جایی است که امام صادق (ع) در بیانی شگفت  
می‌فرماید: از نظر من فرقی نمی‌کند که کار را به خائن واگذار کنم یا به  
انسانی ناشی (و ناوارد و بدون مهارت) (همان، ص ۵۴۰).

در این تعلیم، نابود کردن و خراب کردن کار به دلیل ناآگاهی، در ردیف  
خیانت در کار ذکر شده است. چرا که خراب کردن کار در دو حالت اتفاق  
می‌افتد: یا از روی ناآگاهی و ناشیگری در انجام آن و یا از نبود تعهد و  
نبود وجدان کار. پس هر دو وجهه کاری، یعنی تعهد و تخصص را باید با  
هم داشت و هیچ کدام را فدای دیگری نباید کرد.

از این‌رو، آگاهی از دانش روز و افزایش تخصص در کنار پاکی و تعهد،  
از وظایف هر نیروی کار است. اگر این گونه باشد، اصلاً تعهد وی از  
همان ابتدا او را از پذیرش کار و حرفه‌ای که تخصص و توان آن را ندارد،  
بازمی‌دارد.

# باران به صرف ریحان

توی دهنش و چند ثانیه نگه می‌دارم. بالاخره پستانک را می‌گیرد و بی‌میل میکش می‌زند. حس می‌کنم بمب ساعتی را در آخرین ثانیه خنثا کرده‌ام. باید هر طوری شده آب پیدا کنم!

صبحی، شیر آب را برای صدمین بار باز کردم. محض دل خوشی‌ام، حتی یک قطره هم داخل کاسه ظرف‌شویی نیفتاد! کنوی زیر سینی ظرف‌شویی را با حرص باز کردم. بسته‌های پوشک و شوینده را زیر و رو کردم. خبری از دستمال مرطوب نبود. صدای جیغ و گریه مهلا بلندتر شده بود. کتری روی اجاق را برداشتم و با صدای بلند گفتم:

- گریه نکن دختری، الان می‌ریم آب‌بازی.

کتری را خالی کردم توی شیشه و آه از نهادم بلند شد! تا بند دوم بیشتر پر نشد. قوطی شیر خشک را زدم زیر بغلم. پا تند کردم به سمت پذیرایی که درد عمیقی را حس کردم. دندان پلاستیکی یکی از دایناسورهای ریز متین رفته بود توی انگشتم و خون، سفیدی دندان‌هاش را سرخ کرده بود. چشم‌هایم را روی هم فشار دادم. تکیه دادم به پیش‌خوان و دور انگشتم را دستمال پیچیدم. رو به متین غر زدم:

- آشپزخونه که جای دایناسور نیست دوستم. می‌ره تو پای خواهرت!

- امیسومر که گوشت نمی‌خوره!

قاشق را توی کاسه سوپ چرخاند و آب دماغش را بالا کشید:

- بو می‌ده!

کاسه را تا جلوی بینی‌ام بالا آوردم. شیرش زیاد شده بود، ولی بو، نه، نمی‌داد.

- مهلا رو می‌گم.

شَرَق شَرَق از توی گودال‌های آب رد می‌شوم و پا روی برگ‌های خیس می‌گذارم. بی‌خیال آدم‌ها و نگاهشان، دست متین را پشت سرم می‌کشم. پستانک مهلا افتاده توی کالسکه و او دارد یکسره ونگ می‌زند. خم می‌شوم روی کالسکه. آب از قطره‌های شالم می‌چکد روی صورتش. لحظه‌ای ساکت می‌شود و صورتش را جمع می‌کند؛ مثل وقت‌هایی که متین لیموترش را می‌گیرد جلوی دهنش و او لیس می‌زند. پایش را بلند می‌کنم تا پستانک

له‌شده زیر تنش را بیرون بکشم. بوی

بدی می‌پیچد توی بینی‌ام. نفسم

را حبس می‌کنم. دستم را سُر

می‌دهم توی کالسکه و انگشتم حلقه

پستانک را لمس می‌کند. اشک توی

چشم‌های مهلا جمع و مردمکش

لرزان شده‌است. پستانک را می‌چپانم



خسته نگاهش کردم:

- آب که وصل شه، زودی می شورم.

مهلا را بغل کردم و میان دو دستم تاب دادم. سعی کردم تمام لایبیهایی را که توی این سه ماه حفظ کرده بودم، برایش بخوانم. عقربه‌های ساعت دیواری نشان می دادند که یک ساعت دیگر خانم سعیدی سر می رسد. قرارمان تا ۱۲ ظهر بود. ده دقیقه این ور آن ور، بچه‌ها را تحویل می دادم. مقنعه سرمه‌ای‌ام را سر می کشیدم. پله‌ها را دو تا یکی پایین می آمدم و می دویدم تا سر خیابان. تا اتوبوس برسد، ده دقیقه‌ای گذشته بود. روی اولین صندلی خالی می نشستم، ساندویچ پنیر و سبزی‌ام را گاز می زدم و به این فکر می کردم که روز بعد به متین بگویم تعداد نگهبان‌های دور ریحان‌ها را بیشتر کند و تخم بیشتری از شاهی بکاریم و جای امیسومر گیاه‌خوار، از آن دندان تیزهای گوشت‌خوار دور گلدان بچینیم که شبانه شاخه‌هایشان کم نشود. آگهی را در اینترنت دیده بودم. با تیتزر بزرگ «نگهداری دو کودک در منزل، فوری» شماره را برداشته و قبل از تماس یک ماچ آبدار از گونه مامان کردم. رو به چشم‌های متعجبش با خوشحالی گفتم:

- پول کلاس کنکور را خدا رساند مامان گلی!

خانم سعیدی پشت تلفن با شنیدن سنم گفته بود:

- شما شمار تونو بگیرین. من گزینه‌های دیگه رو بررسی کنم. ان‌شالله تماس می گیرم باهاتون.

یکهو سیب گلویم جابه‌جاشده و با بغض گفته بودم: «ولی من کودکیاری می خوانم»

- این خوبه. می تونین امروز بیان اینجایی نمتون؟

- واقعا؟

از هولم گوشی ول شد از دستم. شیرجه زدم گرفتمش و با دهان وا مانده گفتم: «میام میام، پنج خوبه؟»

یک ربع به پنج با مامان روبه‌روی ساختمانی بودیم که سنگ‌های سفید گرانیته‌اش قاتی ابرها شده بود. زنگ در را زدیم و با لبخند به دوربین نگاه کردیم. در بی حرف باز شد. آسانسور ما را در یک دقیقه، مثل قالی پرنده، تا طبقه چهاردهم برد. آبنبات‌هایی که اتفاقی دایناسوری بودند، دل متین، و آرام گرفتن مهلا در بغلم، دل خانم سعیدی را بردند. قرار بر این شد یک هفته امتحانی بمانم و بعد ماندگار شده بودم. قطره‌های ریز باران از لای در باز پنجره روی گلدان‌های ریحان من و متین می ریخت. با خودم فکر کردم، شاید تا یک ساعت دیگر هم آب وصل نشود. باید به خانم سعیدی می گفتم فکری بکنند. گوشی روی میز کنسول لرزید و صفحه‌اش روشن شد. پلک‌های مهلا تکان خورد. خودم را به گوشی رساندم و اعلان را قبل از خاموش شدن خواندم.

«سمانه جون، من امروز کارم خیلی گره خورده و تا گزارش رو تحویل ندم،

نمی تونم از دفتر خارج شم. دو ساعت بیشتر با بچه‌ها بمون.»

گوشی را برداشتم و انگشتم اسم خانم سعیدی را لمس کرد. صدایی آن‌ور خط گفت: «دستگاه مشترک مورد نظر...» سمانه توی آینه کلافه و سردرگم نگاهم کرد. حس کردم موهایش از همیشه پیچ‌پیچی تر شده. مهلا توی بغلم نق زد و چشم گشود. خانم سعیدی گفته بود هیچ خرج اضافه‌ای را قبول ندارد. حتی وقتی کادوی تولد متین را دید، احمالو شد و گفت قرارمان همان مقدار حقوق ثابت است. زیپ کاپشن متین را تا بیخ گردنش بالا کشیدم و گفتم: «بازی امروز مون اینه. هر کی دست دوست‌جونیشو ول کنه، باخته.»

پنجه کوچک متین را میان دستم می گیرم و با دست دیگرم کالسکه مهلا را هل می دهم. جلوی کتاب‌فروشی می ایستم. آدمک روی کتاب تست عینک زده و تست می زند پشت هم؛ عینهو پاستیل. اگر این ماه را ناپرهیزی نکرده و پنج بار مسییر مدرسه را با تاکسی نرفته بودم، یا شیش بار از دکه مدرسه ساندویچ کالباس برای خودم و متین نخریده بودم، می توانستم هم کتاب را بخرم و هم آب. شاید این یک ماه را بشود از روی کتاب بچه‌ها کپی گرفت. باید آب بخرم. راه خانه تا فروشگاه سر خیابان با قدم‌های کوتاه متین طولانی تر از همیشه شده. شهر، لانه پیچ در پیچ مورچه‌ای شده که تا باران می گیرد، همه توی حفره‌هایش جمع می شوند. زیر سایبان فروشگاه می ایستم. به کفش‌های گلی خودم و متین نگاه می کنم که ردش تا جلوی در فروشگاه کشیده شده. چند تقه به در می زنم. یکی از فروشنده‌ها بیرون می آید. کیسه پارچه‌ای و پول را دستم می دهم و می گویم: «پنج تا آب معدنی بزرگ لطفا». به صورت خسته متین نگاه می کنم: «یه بسته پاستیل دایناسوری هم می خوام.»

\*\*\*

از ساختمان بیرون می زنم. خانم سعیدی که رسید، مهلا شیر خورده و تمیز به خواب رفته بود و فرنی متین هم روی اجاق قل می زد. سعی می کنم به کتاب‌فروشی آن دست خیابان نگاه نکنم. سقف قرمز اتوبوس بالاتر از تمام ماشین‌ها در ترافیک سر خیابان دیده می شود. تا برسد به من، ده سال گذشته. در اتوبوس فسی فسی می کند و باز می شود. شیشه‌های داخل اتوبوس را بخار گرفته. روی شیشه می نویسم کتاب و نقطه «ب» اشک می شود و سر می خورد پایین. گوشی توی دستم می لرزد. بی نگاه و حوصله، آیکون سبزر را می کشم. صدای خانم سعیدی پخش می شود توی گوشم: سمانه جون، مبلغ ناچیزی زدم به حساب.

بعد با خنده ریز صدسال یک‌بارش، اضافه می کند: «از دوربین گوشه پذیرایی دیدم که بچه‌ها چطور پوستتو کندن. ممنونم بابت همه چی.» شادی مثل خون زیر پوستم پخش می شود. قبل از حرکت اتوبوس پیاده می شوم و پا تند می کنم به سمت کتاب‌فروشی. آدمک روی کتاب عینک زده و پشت هم تست می زند؛ عینهو پاستیل...



# کار نشد ندارد

در همین چند ماهی که از انتشار مجله می‌گذرد، دوستان هنرجوی خوبی از شهرهای گوناگون، با ما یا کارشناسان فنی و حرفه‌ای، و کاردانش استان خود تماس گرفته‌اند و خواسته‌اند از توانمندی‌هایی که در هنرستان کسب کرده‌اند، بگویند. ما از شما استقبال می‌کنیم و آماده شنیدن حرف‌ها و انعکاس هنرمندی‌های شما هستیم. در این شماره از زبان خود هنرجویان می‌خوانیم، درباره توانمندی‌هایی که به واسطه کتاب‌های درسی دوره متوسطه (هنرستان) کسب کرده‌اند.

**هدیه خادمی، هنرجوی پایه دوازدهم رشته گرافیک، از هنرستان فنی و حرفه‌ای ولایت، ناحیه سه استان البرز**

## عکس‌های خلاق

من در پایه دهم، در کتاب طراحی ۱، توانایی طراحی طبیعت بی‌جان را با چهار فن متفاوت به دست آوردم و یاد گرفتم چگونه اسکیس‌های سریع ذهنی بزنم، ایده‌هایم را ثبت کنم و دید وسیع‌تر و عمیق‌تری به اطرافم داشته باشم. در کتاب مبانی هنرهای تجسمی، با عناصر بصری آشنا شدم و توانستم با کمک آن‌ها و کیفیت‌های بصری، علاوه بر اینکه آثار هنری حرفه‌ای‌تری را به اجرا درمی‌آورم، آثار هنری دیگر را نیز تحلیل و بررسی کنم. در کتاب عکاسی ۱ یاد گرفتم چگونه با فن‌های مختلف عکس‌های خلاقانه از اطرافم بگیرم و توانایی لازم برای عکاسی طبیعت و طبیعت بی‌جان را به دست آورم.

## شناخت انواع چاپ

در پایه یازدهم، در کتاب چاپ دستی، توانایی طراحی و اثرگذاری روی واسطه چاپ را به دست آوردم. مثلاً روی لینولیوم، چوب و... توانایی شناخت انواع چاپ‌ها و تشخیص آن‌ها از یکدیگر را کسب کردم و حالا

می‌توانم با کمک این توانایی، روی پارچه، دیوار، اشیاء و... چاپ‌های خلاقانه و جدید بزنم و الگوهای خود را طراحی کنم. در کتاب طراحی ۲ یاد گرفتم چگونه طبیعت را طراحی کنم و توانستم حتی در خیابان، با یک دفترچه و مداد، تصویر روبه‌رویم را طراحی کنم. با آناتومی بدن آشنا شدم و یاد گرفتم فیگور انسان و چهره را با رعایت تناسب آن طراحی کنم. با توانایی‌هایی که در درس طراحی ۲ کسب کردم، توانستم در مسابقات متعددی شرکت کنم. در مسابقه هفته سربازان گمنام امام زمان مقام آوردم و در مسابقه بزرگداشت سردار شهید سپهبد حاج قاسم سلیمانی، در رشته نقاشی، مقام سوم را کسب کردم.

در کتاب عکاسی ۲ عکاسی پرتره را به‌طور کامل آموزش دیدم و توانایی عکاسی در آتلیه و نورپردازی را به دست آوردم. چند فن برای عکاسی تبلیغاتی یاد گرفتم؛ مثلاً فن فریز برای عکاسی از نوشیدنی. با فتوشاپ و روتوش عکس هم در حد تنظیم نور و برطرف کردن لک صورت و تغییر رنگ چشم آشنا شدم.

## طراحی لوگو

در پایه دوازدهم، در کتاب خط در گرافیک، توانایی طراحی لوگوی تایپ را به دست آوردم. امیدوارم در طی این سال تحصیلی، مهارت‌های لازم را

## با تشکر از:

زهرا قنبری (مدیر)، فاطمه فانی (معاون فنی)، لیلا شاه‌محمدی (هنرآموز) هنرستان فنی و حرفه‌ای ولایت ناحیه ۳ کرج؛  
معصومه مرادی (مدیر)، سمیه ابومحبوب (هنرآموز) هنرستان فنی و حرفه‌ای تربیت ناحیه ۲ کرج؛  
پروانه بنی‌یعقوب (مدیر هنرستان) کار دانش نور ناحیه ۲ کرج.



### اثر مفهومی

در کارگاه نقاشی، توانستم با تکنیک‌های متنوعی مثل مداد رنگی، آبرنگ، پاستل و رنگ روغن کار و نقاشی‌های زیبایی خلق کنم. در طراحی نیز یاد گرفتم فیگور کار کنم و از روی مدلی که می‌بینم به خوبی طراحی کنم. همچنین، موضوعات متنوعی را به خوبی بر صفحه سفید کار کنم. در این سال توانستم رتبه اول مسابقات فرهنگی و هنری را در تکنیک پاستل کسب کنم و مقام سوم کشوری را در اثر مفهومی‌ام (در باره شهادت سپهبد حاج قاسم سلیمانی) به دست بیاورم.

### حجم‌سازی

می‌توانم در کارگاه نقاشی به نحوی عالی کار کنم. امسال با کارگاه حجم‌سازی نیز آشنا شده‌ام و توانسته‌ام از ماده یونولیت مجسمه‌ای خلق کنم که واقعاً کاری متنوع بود و خوشحالم از اینکه در این تجربه جدید نیز توانستم موفق شوم. تا پایان سال هم شایستگی‌های جدیدتری را تجربه خواهیم کرد. در کتاب چاپ دستی نیز انواع تک‌چاپ، چاپ برجسته (حکاکی روی چوب و لیتوئوم)، چاپ شابلونی کاغذ مومی و چاپ سیلک را خواهیم آموخت. در این دو سال استعدادهایم شکوفا شد و در تکنیک‌های متعددی توانستم

کسب کنم. دوست دارم بعد از آن برای خودم لوگو طراحی کنم و آن را روی آثارم درج کنم.

امسال، در کتاب کارگاه گرافیک، نحوه تبدیل طراحی محصول به لوگو را یاد گرفتم و امیدوارم در پایان سال سفارش‌های متعددی در زمینه طراحی لوگو، سربرگ، تقویم، بسته‌بندی و برچسب بگیرم. در کتاب مبانی تصویرسازی هم یاد گرفتم آدمک‌ها را در حالت‌های متنوع طراحی کنم و با فضا سازی آن‌ها را در فضای کتاب و مجله بگنجانم. امیدوارم بتوانم در این زمینه کار هم بکنم. البته فعلاً در حال یادگیری و کسب تجربه هستم.

### سارا نیک‌نام، هنرجوی پایه دوازدهم رشته نقاشی هنرستان فنی و حرفه‌ای ولایت، ناحیه سه استان البرز

#### آشنایی با زبان هنر

با فراگیری مطالب کتاب مبانی هنرهای تجسمی، توانستم با زبان هنر بیشتر آشنا شوم، درک صحیح و سنجیده‌تری از دنیای اطرافم پیدا کنم و در کارهای هنری به خوبی از آن استفاده کنم. در درس طراحی نیز یاد گرفتم از روی مدل زنده به خوبی طراحی کنم و سایه بزنم. با عکاسی بیشتر آشنا شدم و توانستم انواعی از عکاسی را به خوبی انجام بدهم.



موفق شوم و کارهای خوبی را به وجود بیاورم. امیدوارم پایه دوازدهم را هم با موفقیت پشت سر بگذارم. نقاشی و طراحی با تکنیک‌های گوناگون، عکاسی‌های گوناگون (عکاسی از طبیعت، پرتره و تبلیغاتی) و حجم‌سازی، تجربه‌های جدیدی بودند که می‌توانم با آن‌ها تابلوهای زیبایی نقاشی کنم، عکس بگیرم و مجسمه‌سازی کنم و خیلی کارهای هنری که می‌توانم برای خودم کسب درآمد داشته باشم. می‌توانم به‌عنوان مربی هنر کار کنم و یک گالری داشته باشم. یا می‌توانم به‌عنوان عکاس یا مجسمه‌ساز کار کنم. هنر دنیای دیگری است که وصف‌شدنی نیست.

### **صبا صیدلی، هنرجوی پایه دوازدهم رشته فتوگرافیک هنرستان فنی حرفه‌ای تربت، ناحیه دو استان البرز**

#### **تاریخ هنر**

در پایه دهم، در کتاب عکاسی پرسنلی و ویرایش حروف و تصویر، مهارت خوشنویسی، چاپ دستی و عکاسی پرسنلی را به‌دست آوردم و با آموختن کار با نرم‌افزار فتوشاپ، شایستگی پرداخت و ویرایش عکس‌ها و طراحی گرافیکی را پیدا کردم. حالا می‌توانم برای مشتریان عکاسی پرسنلی و ویرایش عکس را انجام دهم و با چاپ دستی، درآمد کسب کنم. در کتاب طراحی و زبان بصری فتوگرافیک، با مبانی هنرهای تجسمی و تاریخ هنر آشنا شدم و شایستگی آن را دارم که طراحی کنم و از تکنیک‌های مختلف طراحی استفاده لازم را ببرم. در کتاب تصویرسازی آموزشی و تایپوگرافی، با طراحی حروف، تکنیک‌های تصویرسازی، بسته‌بندی و طراحی جعبه و کار با نرم‌افزار ایلوستریتور آشنا شدم و به کمک آن، طراحی امور گرافیکی و تصویرسازی را آموختم. اکنون شایستگی طراحی حروف، تصویرسازی کتاب، طراحی جعبه و بسته‌بندی و اجرای آن‌ها با نرم‌افزار را دارم.

#### **عکاسی تبلیغاتی**

در کتاب عکاسی آتلیه و مراسم توانستم نورپردازی و عکاسی حرفه‌ای پرتره را بیاموزم و با دیگر تکنیک‌های فتوشاپ کامل‌تر آشنا شوم. اکنون شایستگی آن را پیدا کرده‌ام که برای مشتریان، با فن‌های خلاقانه و نورپردازی حرفه‌ای، عکاسی تبلیغاتی یا پرتره انجام دهم و ویرایش و طراحی کنم و کسب درآمد داشته باشم. در کتاب طراحی نشانه، توانایی تصویرسازی کتاب کودک و صحافی کتاب را پیدا کردم و حالا شایستگی دارم آرم طراحی کنم، کتاب صحافی و تصویرسازی کنم.

#### **تصویرسازی**

در کتاب گرافیک نشر و مطبوعات، تاکنون تکنیک عکاسی HDR

و طراحی سایت و چندین ویرایش جدید در فتوشاپ را یاد گرفته‌ام و حالا می‌توانم برای سایت‌ها طراحی کنم و در عکاسی از تکنیک HDR استفاده کنم. کار با نرم‌افزار صفحه‌آرایی ایندیزاین را نیز یاد خواهم گرفت تا شایستگی صفحه‌آرایی کتاب، روزنامه، سرسید و مجله را کسب کنم و طراحی جلد نیز انجام دهم. حالا من شایستگی دارم، طراحی حروف، عکاسی آتلیه، تصویرسازی کتاب کودک، آرم و لوگو، تدوین فیلم، صحافی، بسته‌بندی، طراحی گرافیک، عکاسی مراسم، عکاسی پرتره و عکاسی تبلیغاتی و ویرایش تصاویر را انجام دهم و درآمد کسب کنم.

### **سمیرا آقامعلی زاده، هنرجوی رشته معرق‌کاری چوب، پایه دوازدهم، هنرستان کاردانش دولتی نور، ناحیه دو البرز**

#### **مشیک‌سازی**

در آموزش‌های مربوط به مبحث درسی مشیک‌سازی، با این هنر ظریف



طرح‌های ابتکاری با شیوه‌های گوناگون معرق اجرا کنیم. بعد از آموزش‌های مربوط به نقوش سنتی، هندسی و نقوش جانوری در سال دهم و آموزش و مهارت یافتن در مبحث نقوش فرنگی در سال یازدهم، در حال حاضر توانایی اجرای طرح‌های جدید سنتی، هندسی، فرنگی و جانوری را دارم و می‌توانم دیوارکوب‌هایی زیبا خلق کنم.

#### صنایع دستی

در پایان پایه دوازدهم، با توجه به آموزش‌های لازمی که در هنر معرق کاری چوب و مشبک‌کاری خواهیم دید، می‌توانم یک کارگاه کوچک صنایع دستی، به‌منظور قبول هر نوع سفارش کار به‌صورت تابلو، میز، سرویس خواب و مبلمان، در سطح درجه یک راه‌اندازی کنم. البته شرط آن توانایی مالی و اخذ مجوزهای مربوط است.



و زیبا آشنا شدم و آموزش‌های کافی را دیدم. الآن می‌توانم تابلوهایی زیبا از تلفیق مشبک و خط و همچنین محصولاتی کاربردی مثل ساعت‌های مشبک، ظروف چوبی مثل سینی، جای دستمال کاغذی، آباژور، لوستر، دیوارکوب، صفحات زیبای میز و... را با این هنر زیبا بسازم. در مبحث درودگری، با فن ساخت زیر کارهای مختلف آشنا شدم و در حال حاضر می‌توانم تمامی زیر کارهای مورد نیاز خودم از قبیل تابلو، ساعت و زیرکار میز را بسازم و نیازی به خرید زیرکار آماده ندارم.

#### تابلوی معرق

در واحد عملی، کارگاه معرق را آموزش دیدم و در حال حاضر می‌توانم انواع تابلوهای معرق، صفحات میز، کنسول آینه، سرویس خواب، کمد، آباژور، ساعت و انواع ظروف کاربردی را با هنر معرق‌کاری، با انواع نقوش اسلیمی، ختایی، فرنگی، نقوش هندسی و همچنین تلفیق رنگ و اجرای

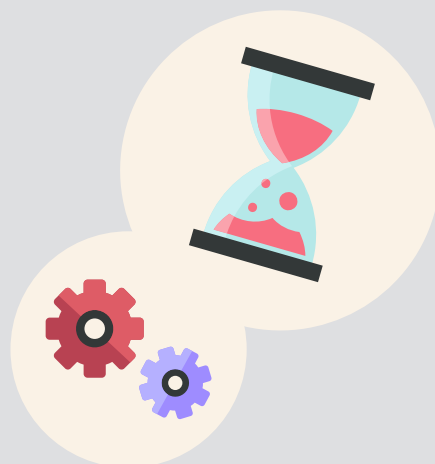
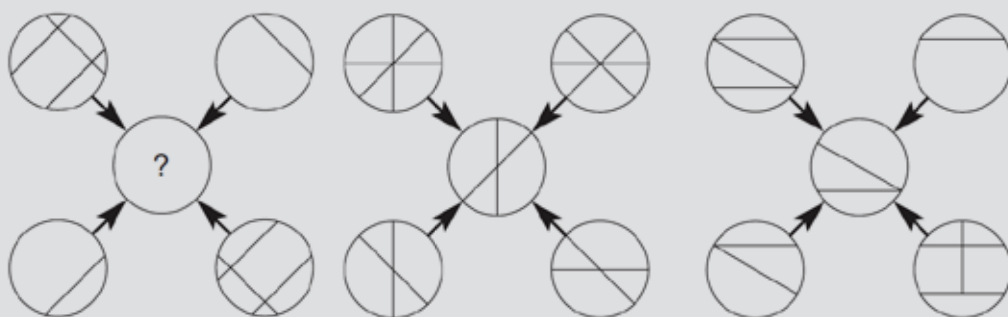




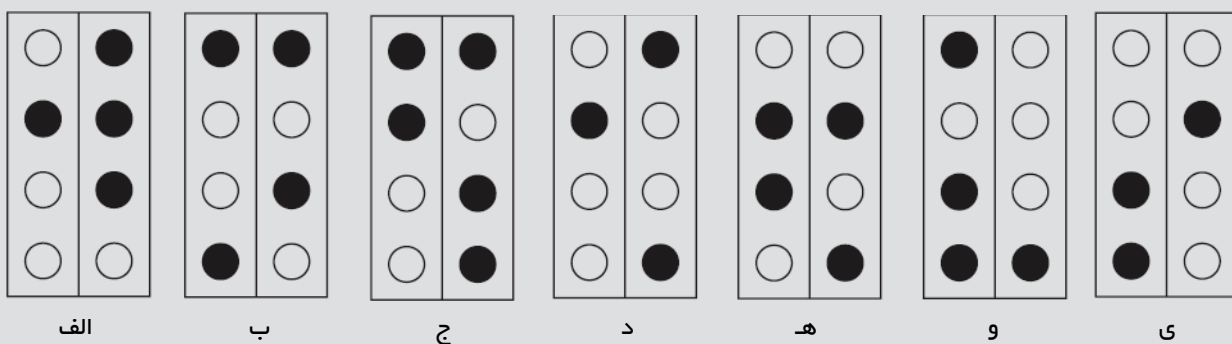
## استنتاج منطقی

خلاق بودن هم مثل بسیاری از قابلیت‌های دیگر، یادگرفتنی، تمرین‌کردنی و تقویت‌شدنی است. بیایید کمی تقویت خلاقیت را تمرین کنیم.

به جای علامت سؤال کدام شکل را بگذاریم؟



کدام یک با بقیه فرق دارد؟







کدام یک با بقیه فرق دارد؟



الف



ب



ج

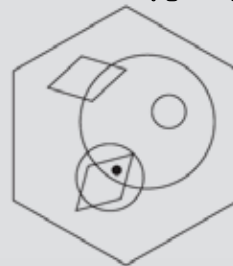


د



ه

در کدام شش ضلعی زیر می‌توان یک نقطه با شرایط شکل بالا گذاشت؟



الف



ب



ج



د



ه

# کاری بکن هنرستان

دوستان هنرجو، این صفحه مال شماست. خواسته بودیم خاطرات خود را از هنرستان برایمان بنویسید. در این شماره، از میان نوشته‌هایی که به دستمان رسیده‌اند، دل‌نوشته خانم میر جلیلی از تهران را برگزیده‌ایم. ایشان چنان با رضایت و احساس از انتخاب هنرستان سخن گفته است که دل‌مان نیامد شما حرف‌هایش را نخوانید. جالب اینجاست که این دوستان، صحبت‌های مادرش را نیز همراه حرف‌های خود آورده است. هر دو نوشته را در یک قاب بخوانید.

## هنرجو

### فضای وهم‌آور انتخاب رشته

همه‌ها، صحبت‌ها، تصمیم‌های بی‌پایه و منفعت‌ها! و یک نوجوان که از یک سو مقابل خواسته‌ها و آرزوهایش کمر خم کرده است و از سوی دیگر زیر بار فشار تصمیم‌ها و آینده‌ای که همه برای آن دل‌نگران‌اند، مانده است! من می‌گویم فضای انتخاب رشته وهم‌آور است. تو پشت میزی نشسته‌ای که ممکن است تو را به آرزوهایت برساند یا پرچم سفید به دست آرزوهایت بدهد تا خود را تسلیم حرف مردم کنی. من تسلیم شدن را دوست ندارم؛ یعنی هیچ‌کس تسلیم شدن را دوست ندارد؛ حداقل در نوجوانی‌اش؛ یعنی آن روزها که گویا دغدغه بسیاری از مشاوران و مدیران، هدایت بچه‌ها به سویی است که آن‌ها می‌پسندند، نه آنچه خود نوجوانان دوست دارند.

### خودم یا مردم؟

مسئولان ارجمند مدرسه یکی پس از دیگری مرا به دفتر خود می‌خواندند تا از تصمیمم باخبر شوند، اما من سکوت کرده بودم. مغزم با خودش درگیر شده بود. گاهی فکر زیاد قلبم را به تپش می‌انداخت و گاهی هم از بی‌خیالی، اعضا و جوارح‌م به نگرانی می‌افتادند. گاه روی ابر آرزوهایم کاپ قهرمانی‌ام را بالای سرم می‌گرفتم و به احترام مردمم تا کمر خم می‌شدم. البته این خم شدن ناگهانی بود و مرا از عرش به فرش می‌کشاند. و دوباره همان مردم به احترام زمین‌خوردنم یک دقیقه سکوت می‌کردند.

### لقمه را دور سر پیچاندن

پس از مدت‌ها پرسه زدن در عرصه خیال، به گمان خودم به قله زندگی‌ام رسیده بودم. این در حالی بود که من فقط روی تپه‌ای ایستاده بودم و گذشته‌ام را نگاه می‌کردم. خوب بود، اما کافی نبود. تصمیم خودم بر آن شد که از طریق ریاضی، به یکی از رشته‌های هنر بروم؛ چیزی شبیه به





چرخاندن لقمه دور سر! اینجا بود که به آن مشاور و مدیر نیاز داشتیم تا بگویند چند درصد از راهم خوب و چند درصد آن بد است! نظرشان را پرسیدم. آن‌ها هم با من موافق بودند، اما فقط تا بخش ریاضی‌اش. دیگر مشورت در آنجا فایده نداشت. راهمان از هم جدا بود. راه هم که یکی نباشد، سکوت بهترین راه‌حل است.

### واویلا! هنرستان!

تصمیم نهایی از میان مشورت‌های من و مادرم آن شد که به سمت هنرستان حرکت کنم. اینجا بود که تازه صدای واویلاها شروع شد. و این کار را سخت‌تر می‌کرد. بالاخره همه نگران بودند؛ از در و همسایه و آشنا و غیرآشنا سخنانی می‌شنیدم که راستش را بخواهید سخت آزاردهنده و دل‌سردکننده بودند!  
- فاطمه! امکان ندارد. او که معدلش عالی بود!  
- چرا با بچه این کار را می‌کنید!

### هنرمند یا فیزیکدان؟

واقعیت این است که آن‌ها مرا دانشمند و فیزیکدان می‌خواستند، اما من می‌خواستم خود را غرق زیبایی‌ها و جاودانگی هنر کنم! همان‌طور که خداوند، جهان و ما را غرق در زیبایی‌های هنر آفرید! آری، من هم می‌خواستم به‌عنوان خلیفه خدا در زمین، هنرمند شوم و این‌گونه دنیای آدم‌ها را زیباتر کنم. البته که من هنرستان را برگزیدم.

### مادر، هنرجو

#### گفتم و گفت‌های مادر و دختری

نکته مثبتی که کار ما را در تصمیم‌گیری راحت می‌کرد، مشخص بودن هدف فاطمه بود. او می‌دانست از زندگی‌اش چه می‌خواهد. آرزوی فاطمه ورود به دانشگاه هنر بود. اما ترس از حرف و قضاوت مردم و همچنین علاقه‌ای که به حل مسائل ریاضی داشت، او را مردد می‌کرد. مصمم بود از طریق رشته ریاضی وارد دانشگاه هنر شود. پذیرش اجتماعی و تعریف و تمجید مردم نیز او را به این انتخاب تشویق می‌کرد. برایم از شیرینی‌های رشته ریاضی گفت و من برایش از شیرینی یاد گرفتن مهارت. از ترس‌هایش گفت و اینکه قضاوت مردم را دوست ندارد و من به او نشان دادم که با گذشت زمان، مردم به این نگاه می‌کنند که تو چه بلد هستی، نه اینکه در چه رشته‌ای درس خوانده‌ای. گفت که از جدایی دوستانش ناراحت می‌شود؛ دوستانی که ۹ سال با آن‌ها بوده است و من گفتم هر موفقیتی هزینه‌ای دارد!

### انتخاب هنرستان

راه‌های رفته و نرفته را با هم پیمودیم و به این نتیجه رسیدیم که کوتاه‌ترین مسیر برای رسیدن فاطمه به آرزویش، انتخاب هنرستان است. بدین ترتیب، آنچه را که در دورترین زوایای ذهنمان پنهان بود، به‌عنوان تصمیم نهایی پیش رو آوردیم. فاطمه کوچک من گام‌های نخست موفقیتش را با انتخابی درست برداشت تا روح زیبایش را از طریق هنر بر جهان عرضه کند. او هنرستان را برگزید.

### معجزه!

شاید من هم تا آن روز مثل آن‌ها فکر می‌کردم؛ اما درست چیزی شبیه به معجزه در وجود من رخ داد؛ دقیقاً همان شد که سهراب می‌گفت: «چشم‌ها را باید شست، جور دیگر باید دید!» من به همان اندازه که آن حرف‌ها در عمق وجودم رخنه کرده بود و تا مغز استخوانم را سرما زده بود، نقطه‌ای از گرما در وجودم پرسیه می‌زد و این همان زیبایی «هنر» بود! اگر بخواهم در وصف هنر چیزی بنویسم که بخواهد شما را به آن درجه از عرفان برساند، باید این بیت از حافظ را برایتان بازگو کنم:  
گر در سرت هوای وصال است حافظا  
باید که خاک درگه اهل هنر شوی

### بازگشت به نقطه شروع

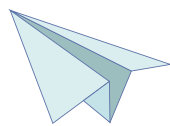
روزی که من همراه مادرم به مدرسه رفتم تا پرونده‌ام را بگیرم و به هنرستان ببرم، مسئولان مدرسه که همیشه به من لطف داشتند، برایشان این سؤال پیش آمد که شاگرد برتر مدرسه ما قرار است به کدام رشته نظری برود؟

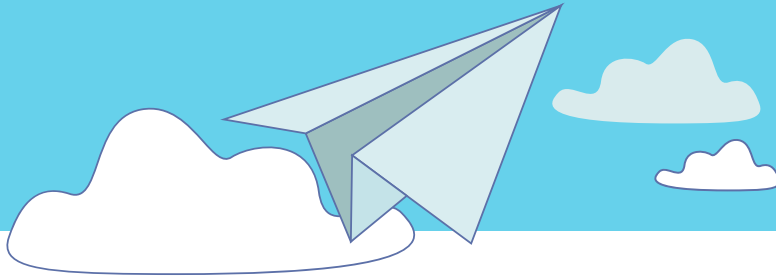
هیچ‌وقت از خاطر نمی‌رود آن لحظه را که مادرم گفت: «هنرستان ثبت‌نام کرده‌ایم.» و ناظم مدرسه، گویی طنابی بر گلویش پیچیده شد، همه چیز دور سرش چرخید و آخر سر به زمین نشست!  
و این حس گناهی را به من منتقل کرد! اما باز هم هنر در وجود من معجزه‌ای کرد.

آیا تاکنون ضرب‌المثل «بی‌مایه فطیر است» را شنیده‌اید؟  
 نانواها برای اینکه بتوانند با خمیر به خوبی کار کنند، پس از  
 اضافه کردن مواد مخمر یا همان «مایه» به خمیر، اجازه می‌دهند  
 خمیر مدتی استراحت کند تا آماده پخت شود. در صورتی که  
 خمیر آماده پخت نباشد، به آن فطیر گفته می‌شود. پس اگر به  
 خمیر، «مایه» اضافه نکنند، خمیر فطیر می‌شود. به همین دلیل  
 می‌گویند: بی‌مایه فطیر است.

همه کسب‌وکارها برای شروع، به مایه‌ای از جنس سرمایه نیاز دارند.  
 تا فطیر نشوند. این سرمایه می‌تواند چیزی از جنس پول، انسان (مثلاً  
 استعدادهای شخصی) و یافیزیکی (مثلاً ماشین‌آلات) باشد. این سرمایه‌ها  
 به نسبت‌های متفاوت در کسب‌وکارهای گوناگون به کار می‌روند. یکی از  
 مهم‌ترین چالش‌های کسب‌وکارهای کوچک، تأمین مالی آن یا به عبارت  
 دیگر، تهیه پول برای شروع کسب‌وکار است. در این شماره روش‌های  
 مختلف تأمین مالی کسب‌وکارهای کوچک را شرح خواهیم داد:

# مایه اعتبار





نیازمند پول باشید. در چنین شرایطی، یکی از راه‌حل‌های ممکن، خرید اعتباری است. به این مفهوم که تجهیزات را بخرید، ولی با رضایت فروشنده، پرداخت آن را بعداً انجام دهید. برای مثال، ممکن است یک هنرمند برای قاب کردن آثار خود نیازمند قاب باشد، ولی توانایی خرید قاب را نداشته باشد. در چنین شرایطی، او می‌تواند به صورت اعتباری قاب خرید کند و پس از فروش آثار هنری خود، مبلغ قاب را بپردازد.

### مشارکت دوستان

یکی دیگر از روش‌های تأمین مالی کسب‌وکار، مشارکت دادن بقیه در کسب‌وکارتان است. برای مثال، از دوست صمیمی خود بخواهید در صورت تمایل، مبلغی را برای مشارکت در کسب‌وکار سرمایه‌گذاری کند. این روش تأمین مالی در بین کسب‌وکارهای مختلف بسیار مرسوم است. اما لازم است به جزئیاتی در این زمینه دقت شود. برای مثال، لازم است طرح کسب‌وکارتان را به صورت شفاف به شریک تجاری‌تان ارائه کنید تا او نیز در جریان جزئیات کسب‌وکار قرار بگیرد. درصد مشارکت دوستان و نحوه سود بردن او باید مشخص شود. این موضوع براساس نوع قرارداد امضا شده بین شما و شریکتان و قواعد فقهی برقرار شده بر آن قرارداد، مشخص می‌شود. دقت داشته باشید، حتماً قراردادی به صورت مکتوب بین شما و شریک امضا شود تا جزئیات قرارداد به مرور زمان فراموش نشود. در پایان، هر فردی با توجه به شرایط و موقعیت خود، یک یا ترکیبی از این شرایط را انتخاب می‌کند.

## سرمایه اصلی

یکی از ارزشمندترین انواع سرمایه، سرمایه انسانی است. منظور از آن، مجموعه دانش، مهارت‌ها، استعدادها و تحصیلاتی است که افراد در طول زندگی کسب می‌کنند. دانش‌آموزی که توانایی خلق یک اثر هنری را دارد، سرمایه‌اش بیشتر است. سرمایه انسانی می‌تواند افراد را در کسب و کار از سایرین متمایز و موفق کند. شما در کدام زمینه از سرمایه انسانی سرمایه‌گذاری کرده‌اید؟ بهترین زمان سرمایه‌گذاری انسانی، جوانی است. کسب مهارت، هنر و یا شکوفایی هر استعدادی، در جوانی بسیار ساده‌تر است. در دنیایی که ممکن است جوانان به راحتی سرگرم فعالیت‌های حاشیه‌ای و بی‌نتیجه شوند، سرمایه‌گذاری شما می‌تواند بهترین نتایج را برای کل زندگی شما به همراه داشته باشد. فرصت را مغتنم بشمارید!

## سرمایه شخصی

یکی از دم‌دستی‌ترین روش‌های تأمین مالی پروژه‌های کسب‌وکار، استفاده از سرمایه شخصی است. این سرمایه می‌تواند حاصل پس‌انداز شما در طول دوره‌ای از زندگی‌تان باشد که آن را برای کسب‌وکار کنار گذاشته‌اید. یکی از ایرادهای این نوع تأمین مالی برای کسب‌وکار این است که باید مدت زیادی منتظر بمانید تا پس‌انداز شما به مقدار مورد نظر برسد و بتوانید آن را در کسب‌وکار استفاده کنید. زیرا معمولاً میزان پول توجیبی و در نهایت پس‌انداز هنرجویان، مقدار زیادی نیست. اما در عین حال، این خوبی را دارد که خطر استفاده از این پول کم است. زیرا در صورتی که کسب‌وکار شما با موفقیت همراه نباشد، لازم نیست شما در مقابل کسی پاسخگو باشید؛ چون سرمایه خودتان از بین رفته، نه سرمایه فردی دیگر.

## قرض گرفتن

در صورتی که پس‌انداز کافی برای سرمایه‌گذاری در کسب‌وکار خودتان نداشته باشید، احتمالاً به قرض گرفتن فکر خواهید کرد. قرض گرفتن به این صورت که از یکی از دوستان و آشنایان خود مقداری پول می‌گیرید و متعهد می‌شوید این مبلغ را در تاریخ مشخصی پس دهید. کاملاً مشخص است که قرض گرفتن از کسانی که به شما نزدیک‌ترند، کار ساده‌تری است، زیرا آن‌ها شما را بهتر می‌شناسند و بیشتر به شما اعتماد می‌کنند. به عنوان مثال، پدر و مادر برای این کار گزینه مناسبی هستند. اما باید دقت داشته باشید که برای قرض گرفتن از دیگران، لازم است توضیحات کامل و مکتوبی از کسب‌وکار خودتان ارائه کنید که به آن «طرح کسب‌وکار» گفته می‌شود. با ارائه طرح کسب‌وکار، دیگران بهتر به شما و کسب‌وکارتان اعتماد خواهند کرد.

## وام بانکی

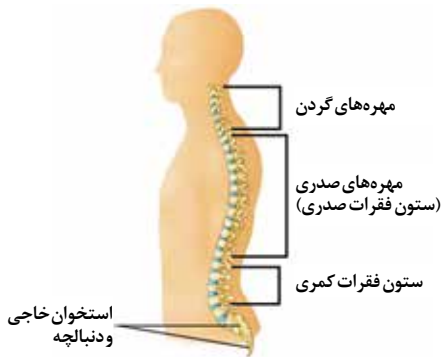
وام بانکی نیز یکی دیگر از گزینه‌های تأمین مالی کسب‌وکار است. هر چند بانک‌های متعددی وام بانکی را با مقدارهای متعددی ارائه می‌دهند، اما دریافت آن کار ساده‌ای نیست. زیرا به ضامن نیاز دارد و فرد وام‌گیرنده نیز باید به سن قانونی رسیده باشد. بازپرداخت وام بانکی با احتساب کارمزد خواهد بود. یعنی شما باید نسبت به پول دریافتی، مبلغ بیشتری پرداخت کنید. مبلغ کارمزد، به دلیل ارائه خدمات بانکی، به مبلغ وام اضافه می‌شود. احتمالاً در دسرها اداری وام بانکی شما را مجاب خواهد کرد از طرق دیگری، مانند قرض الحسنه‌های فامیلی یا محلی، اقدام به گرفتن وام کنید. البته لازم است بازپرداخت اقساط وام را قبل از گرفتن وام در نظر داشته باشید تا هنگام پس دادن وام دچار مشکل نشوید.

## خرید اعتباری

گاهی ممکن است برای کسب‌وکار خودتان نیازمند تجهیزات و در نهایت

### ماهیچه‌دوزنقه‌ای

اگر دست خود را به پشتتان بزنید و بین استخوان کتف و ستون فقرات را لمس کنید، متوجه وجود ماهیچه‌ای صاف و بدون برجستگی خواهید شد که دوزنقه‌ای نامیده می‌شود. قسمت بالایی این ماهیچه به گردن متصل است. پس لازم است علاوه بر نرمش‌های مخصوص گردن، به این ماهیچه نیز نرمش بدهید. به عبارت ساده‌تر، تمام حرکاتی که برای تقویت عضلات پشت شما مفیدند، به تقویت ماهیچه‌های گردن نیز کمک می‌کنند.



### آب گرم را امتحان کنید

آب باید آن قدر گرم باشد که پوستتان کمی قرمز شود. استفاده از آب ولرم در این شرایط به کار نمی‌آید!

### کارهای روزمره را کمی تغییر دهید

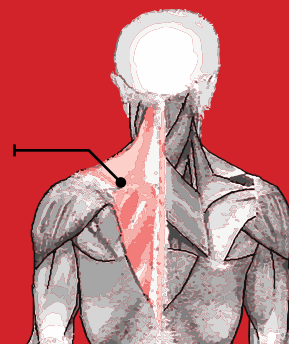
سبک زندگی‌تان را تغییر دهید. شاید تا به حال به نشستن خود دقت نمی‌کردید. حالا دقت کنید! مثلاً کتابی در دست بگیرید و شروع به خواندن آن کنید. یا اینکه گوشی تلفن را در برابر خود نگاه دارید. آیا در این حالت بدن‌تان صاف است یا قوز می‌کنید؟ گردنتان صاف است یا آن را کاملاً پایین می‌آورید تا کتاب را بخوانید؟ کافی است کتاب را طوری در برابر خود قرار دهید که نیازی به خم کردن گردن نداشته باشید. از طرف دیگر، این امکان وجود دارد که مدت زیادی در برابر رایانه بنشینید. صفحه نمایش باید به گونه‌ای در برابر شما قرار گیرد که سرتان را خم نکنید. اگر لازم است چند کتاب زیر صفحه نمایش قرار دهید تا ارتفاع آن بالاتر بیاید و نیازی به خم کردن گردنتان نباشد.



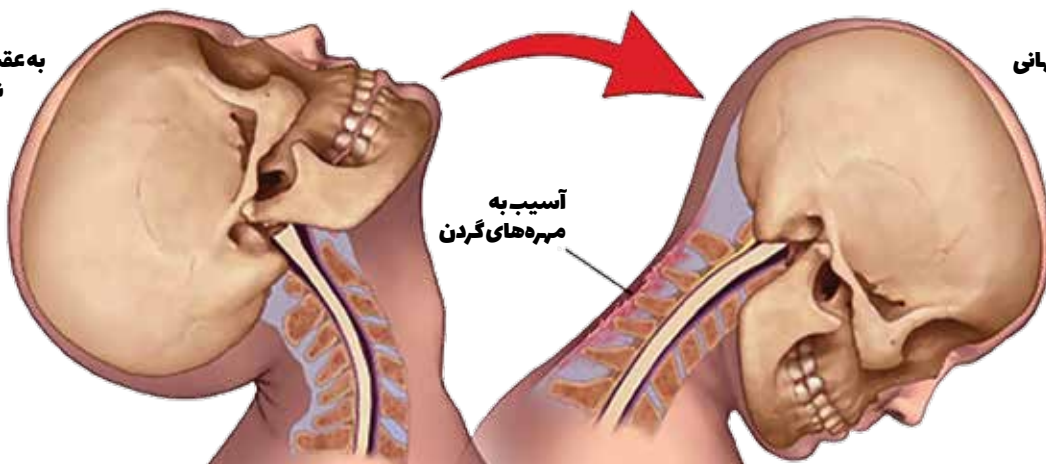
## سرت را بالا بگیر

احتمالاً اگر از شما پرسیده شود گردنتان کجاست، قسمت پایین سرتان را نشان می‌دهید. بیشتر افراد همین تصور اشتباه را دارند. حالا اگر به شما گفته شود چگونه عضلات متصل به گردنتان را باید نرمش دهید، احتمالاً همه شروع می‌کنند به حرکت دادن سرتان به چپ و راست و بالا و پایین. البته این کار هم غلط نیست، ولی مشخص می‌شود به خوبی با گردن خود آشنایی ندارید. قبل از هر چیز باید با ماهیچه‌ی دوزنقه‌ای بدن‌تان آشنا شوید.

## ماهیچه دوزنقه‌ای



به عقب برگشتن  
ناگهانی سر



خم شدن ناگهانی  
سر به جلو

### چند حرکت ساده را تمرین کنید

۱. خود، سر را اندکی به پایین فشار دهید تا این کشش را بیشتر حس کنید.

۴. کف دستتان را به پیشانی خود بچسبانید. در همان حال که دستتان ثابت است، با پیشانی به کف دست خود فشار بیاورید. باز هم در سه نوبت ۲۰ ثانیه‌ای این کار را بکنید.

۵. سر خود را به سمت چپ بچرخانید و آن‌گاه دوباره به حالت عادی برگردید، به طوری که شانه چپ خود را مشاهده کنید. پس از آن سرتان را به سمت راست بچرخانید و شانه سمت راست را نگاه کنید. این حرکت را هم در سه نوبت ۲۰ تایی انجام دهید؛ به طوری که ۱۰ بار سرتان را به راست و ۱۰ بار به چپ بچرخانید و در هر بار کاملاً کشش را احساس کنید.

\* نکته مهم در تمام حرکات این است که با آرامش انجام شوند و البته به شکل کامل. حواستان باشد عجله نکنید!

۱. در حالتی که سرتان رو به جلو قرار دارد، دست را از یک طرف به سر بچسبانید. می‌توانید ابتدا دست را روی پیشانی قرار دهید و آن‌گاه آن دست را در امتداد پیشانی به سمت چپ یا راست ببرید تا دستتان به قسمت جلویی گوشتان برسد. حالا سر را به سمت مخالف دست فشار دهید. این کار را در سه نوبت ۲۰ ثانیه‌ای انجام دهید و هر بار، جای دست‌های راست و چپ را عوض کنید تا سر به میزان مناسب به دو قسمت چپ و راست فشار آورد.

۲. در شرایطی که بازوی راست خود را خم کرده‌اید، کف دست راست را روی سرتان بگذارید. سپس با همان دست، سرتان را به آرامی به سمت راست بکشید. به طوری که کشش را در ماهیچه‌های کناری گردن احساس کنید. پس از آن، همین کار را با دست چپ و به سمت چپ انجام دهید. باز هم سه نوبت و هر بار ۱۰ ثانیه.

۳. سرتان را پایین بیاورید. به طوری که چانه‌تان کاملاً به قفسه سینه‌تان بچسبد و احساس کشش کنید. می‌توانید با انگشتان



## چلیک، چلیک

از دست دادن، بدترین حس دنیاست. ما آدم‌ها معمولاً می‌ترسیم کسی، چیزی، یا لحظه‌ای را از دست بدهیم. دوست داریم لحظات خوبی را که برایمان اتفاق می‌افتند، تا همیشه برای خود نگه‌داریم. نمی‌خواهیم بعد از تمام شدن لحظه‌ای مهم، رد و اثر آن باقی نماند! این ترس قدیمی که اجداد و نیاکانمان هم دچار آن بودند، کافی بود تا وسیله‌ای بسازند که تصویری از لحظات را در خود ثبت کند. آن وسیله که در آن دوران، برخلاف دهه‌های اخیر، عجیب و جدید می‌نمود، همان دوربین عکاسی و فیلم‌برداری است. پیشترها عکاسی کار آسانی بود و شاید هر کس که دوربینی داشت، عکاس به حساب می‌آمد. اما به مرور زمان هنر عکاسی هم مثل هر هنر دیگر پیشرفت کرد. حالا دیگر صرف «عکس انداختن» آدم را عکاس نمی‌کند! البته منظور این معنا نیست که فقط هر کس تحصیلات عکاسی دارد می‌تواند عکاس شود و دیگران شانسی برای ورود به این حرفه ندارند؛ اتفاقاً یکی از کسانی که رشته تحصیلی‌اش عکاسی نبود، اما با کسب تجربه، عکاس ماهری شده است، **محمد رضا ماندنی**، جوانی متولد سال ۱۳۶۵ در تهران است.

### کلاس نقاشی!

بعضی از روان‌شناسان معتقدند، علاقه‌های آدم‌ها یا در کودکی شکل گرفته‌اند یا اگر هم در سنین بالاتر به وجود آمده باشند، احتمالاً ریشه‌ای در کودکی دارند؛ مانند علاقه محمد رضا ماندنی به هنر که در کودکی، و سر کلاس نقاشی به وجود آمد.

آن زمان که محمد رضا در کلاس نقاشی ثبت نام کرد، شاید فکر می‌کرد روزی نقاش ماهری می‌شود، اما در خواب هم نمی‌دید که کلاس نقاشی، او را بازیگر کند!

آن زمان برنامه‌های مخصوص نوجوانان از تلویزیون پخش می‌شد که عوامل آن، برای تهیه گزارش، به کلاس‌های هنری می‌رفتند و با هنرجویان مصاحبه می‌کردند. هنرجوی نقاشی ما هم در یکی از این کلاس‌های هنری بود که با او مصاحبه شد. این مصاحبه آغازی شد برای آشنایی محمد رضا با گروه‌های رسانه‌ای و برنامه‌سازان. مدتی که از پخش مصاحبه تلویزیونی گذشت، او برای بازی در دو سریال، به نام‌های «سلام زندگی» و «سبز، زرد، آبی» دعوت شد. محمد رضا در همان سن کم به دنیای هنر و سینما سلام کرد.







# من یک هنرستانی ام

## ورود به کیهان بچه ها

اگر ده نفر را در محلی جمع کنیم و از آن‌ها بخواهیم هر کدام به صورت تک نفره مشکلی یکسان را حل کنند، به احتمال زیاد هر کدام با روشی متفاوت از پس مشکل بر می‌آیند و به نتیجه منحصر به فردی می‌رسند. شاید راه‌حل‌ها و نتیجه‌های حل آن مشکل بسیار شبیه به هم باشند، اما بعید است دقیقاً یکسان باشند! ممکن است کسی برای رسیدن به آرزوهایش یک رشته و یک شغل را انتخاب کند و تا آخر عمر در همان مسیر باقی بماند، اما فرد دیگر برای رسیدن به خوشبختی، مانند محمدرضا ماندنی عمل کند.

محمدرضا بعد از تجربه کار تئاتر، متوجه شد کارهای گروهی با روحیه‌اش سازگاری ندارد و در هنری فردی مثل عکاسی موفق‌تر است.

گاهی اوقات دری رو به ما باز می‌شود و اتفاقی برایمان می‌افتد که آینده‌مان را تحت تاثیر قرار می‌دهد، اما در آن لحظه از اهمیت آن اتفاق باخبر نمی‌شویم! روزی که محمدرضا ۱۴-۱۵ ساله مجله کیهان بچه‌ها را ورق زد و با فراخوان مسابقه «عکاسی کودک و نوجوان» مواجه شد، نمی‌دانست همین مسابقه شروعی می‌شود برای انتخاب شغل آینده‌اش.

محمدرضا دوربین نداشت، اما با کمک رفیقش که صاحب دوربین کوچکی بود، عکسی گرفت و برای مجله کیهان بچه‌ها ارسال کرد. عکس محمدرضا رتبه اول را آورد و همین اتفاق شیرین، پای او را به مجله کیهان بچه‌ها هم باز کرد.

## ساختن شبکه ارتباطی

تصور کنید الماسی گران بها دارید، اما کسی از وجود آن اطلاعی ندارد. از طرف دیگر، دوستی دارید که سنگی کم بهاتر دارد، اما آن را برای فروش در فروشگاه‌های زیادی آگهی کرده است و به همه آشنایان هم سپرده است برای سنگش مشتری پیدا کنند. به نظر تان کدام یک زودتر موفق می‌شوند محصولشان را بفروشند؟ تبلیغات صرفاً برای فروش محصولات و کالاها نیست. آدم‌ها هم می‌توانند با داشتن شبکه ارتباطی قوی، برای خود فضایی بسازند تا تخصص و هنرشان را راحت‌تر عرضه کنند. ما به فرض اینکه در هنرمان نابغه هم باشیم، اگر فضایی برای عرضه آن نداشته باشیم، ممکن است نتوانیم آن‌طور که دلمان می‌خواهد موفق شویم. محمدرضا بین عرصه‌های متنوع انتشار عکس، مثل روزنامه، شبکه‌های اجتماعی و مجلات، شبکه‌های اجتماعی را بیشتر از همه دوست داشت.

## دنیای هنرستان

تجربه بازیگری و رتبه آوردن در گروه‌های تئاتر مدرسه، مسیر آینده را برای محمدرضا روشن کرد. او می‌خواست به هنرستان برود و رشته‌ای مرتبط با هنرهای نمایشی بخواند. از زمانی که به عالم هنر قدم گذاشته بود، دوست داشت رشته‌اش با علاقه‌هایش مرتبط باشد، اما بین علوم انسانی و هنرستان مردد بود. در نهایت هنرستان را انتخاب کرد. آن موقع بود که تازه متوجه شد جایی که سال‌ها دنبالش می‌گشته، هنرستان بوده است؛ جایی که می‌تواند خلاقیت به خرج دهد و ایده‌پردازی کند. هنرستان دنیایی بود که برای روح بی‌قرار و خلاق محمدرضا ساخته شده بود و نگاهش را به دنیا، برای همیشه، تغییر داد. عشق به هنر و داشتن روحیه خلاق، باعث شد او به تردیدش غلبه کند و با انتخاب رشته «تئاتر» وارد «هنرستان صدا و سیما» شود.

## دیپلم تئاتر

محمدرضا روحیه پرشوری داشت و می‌خواست فضاهای متفاوت هنری را تجربه کند. دوست داشت هنری را پیدا کند که تا سالیان سال باقی بماند و بعد از چندماه اجرا، پرونده‌اش بسته نشود؛ برای همین به دنبال هنری گشت که یک‌بار خلق اما ماندگار شود؛ چیزی مانند نوشتن کتاب و متن.

محمدرضا بعد از گرفتن دیپلم تئاتر، هنر «نویسنده‌گی» را، چون از نظرش هنری نامیرا بود، پیدا کرد و نویسنده چند سریال در شبکه‌های استانی و برنامه کودک شد.

## که عشق آسان نمود اول

محمدرضا که کم کم داشت عکاس می‌شد و بعد از تجربه هنرهای متعدد، بالاخره هنر مورد علاقه‌اش را پیدا کرده بود، متوجه شد عکاس شدن به تمرین و دانشی فراتر از آنچه در آن لحظه بلد بود نیاز دارد. این آگاهی روزی نصیبش شد که چند حلقه عکس را برای چاپ به چاپخانه برد. موقعی که عکس‌ها آماده شدند، با اتفاقی تلخ روبه‌رو شد که نتیجه‌ای شیرین داشت؛ حلقه‌های فیلم سوخته بودند!

محمدرضا که با صحنه‌ای دردناک مواجه شده بود، از صاحب چاپخانه می‌پرسد چرا حلقه فیلم‌ها سوخته است؟ و صاحب عکاسی هم در جوابش می‌گوید: «شما اول باید عکاسی یاد بگیرید، بعد بیایی عکس چاپ کنی!»

محمدرضا با کمک یکی از عکاسان کیهان و آموختن عکاسی از او و به کارگیری مسائل کلی و فنی که از دوران هنرستان یاد گرفته بود، کم کم به عکاسی مسلط و مشغول به کار شد.

# بسیار سفر باید

می‌گویند سفر آدم را پخته و جوان بی تجربه را دنیادیده می‌کند. حتی هستند افرادی که از راه سفر کردن معروف می‌شوند؛ سعدی، شاعر شیرین‌سخنمان، به بسیار سفر کردن مشهور است. اولین شرط سفر، قبل از داشتن زمان و پول، و البته بعد از تعیین مقصد، انتخاب مسیر است. باید بدانیم می‌خواهیم از کدام طرف و به کجا برویم. شاید اول راه این‌طور به نظر برسد که انتخاب مقصد راحت‌ترین بخش سفر است، اما اختلاف نظرها بر سر انتخاب مقصد، می‌تواند کل برنامه سفر را به هم بریزد! وقتی هم از مکان‌های گردشگری کمتر شناخته‌شده، قیمت هتل‌ها و ... اطلاعات درستی نداریم، انتخاب شهر و در مرحله بعد گردش در آن، به یکی از مشکلات مهم سفر تبدیل می‌شود. سال ۱۳۹۲ بود که این مشکلات، ایده‌ای جالب را در ذهن چند جوان گردشگر رقم زد. آن‌ها هر وقت قصد سفر می‌کردند، انگار می‌خواستند به جهانی ناشناخته وارد شوند! وقتی هم به شهری می‌رسیدند، باید زمان و انرژی زیادی برای پیدا کردن جاذبه‌های گردشگری و کشف مکان‌های تاریخی صرف می‌کردند.

این بی‌اطلاعی، بسیاری از گردشگران را گیج و کلافه می‌کند. به این ترتیب، ایده ساخت سایت‌هایی گردشگری در ذهن آن‌ها به وجود می‌آید؛ سایت‌هایی که به تمام سؤالات ما درباره مکان‌های دیدنی در فضای شهری، جاذبه‌های طبیعی مثل دریا، غار، کوه و جنگل، آدرس و قیمت هتل‌ها و ... جواب دهند. آن وقت که جوانانی بیست و چند ساله تصمیم گرفتند استارت‌آپشان را راه بیندازند، تصور نمی‌کردند روزی از این راه به درآمدزایی برسند. اوایل هدفشان از راه‌اندازی استارت‌آپ، صرفاً علاقه‌مندی به سفر و دادن اطلاعات گردشگری درباره شگفتی‌های ایران بود. اما بعد از مدتی متوجه ظرفیت درآمدزایی آن هم شدند.

اولین قدم تحقیق و جست‌وجو بود. درباره استارت‌آپ‌های راهنمای گردشگری خارجی تحقیق کردند و از تجربه‌های آن‌ها برای بهتر شدن استارت‌آپشان کمک گرفتند. استارت‌آپی که می‌خواهد همه‌جور اطلاعات گردشگری درباره شهرها و روستاها بدهد، به مشاهده حضوری جاذبه‌های گردشگری استان‌ها، پیدا کردن مکان‌های دیدنی و جست‌وجوهای زیاد نیاز دارد. هنوز نمی‌دانستند می‌توانند از سایتشان درآمد کسب کنند یا نه! با مبلغی اندک، نسخه آزمایشی استارت‌آپشان را فقط با اطلاعات شهر تهران راه‌اندازی کردند و آن را به‌طور رایگان به اشتراک گذاشتند.

۱۳۹۳



## استارت‌آپ بهتری داشته باشیم

اطلاعات درست بدهیم. اگر روزی استارت‌آپی با محتوای «راهنمایی و اطلاعات‌دهی به کاربران» ساختیم، باید از درست بودن اطلاعاتمان مطمئن باشیم. بعضی از اطلاعاتی که در اینترنت وجود دارند، یا از اول غلط بوده‌اند یا قدیمی‌اند و الآن تغییر کرده‌اند؛ مثلاً تغییر نشانی یک رستوران یا تعطیل بودن موزه‌ای در حال تعمیر، نیاز به اطلاع‌رسانی دارد. حواسمان به اعتماد کاربر، به به‌روزرسانی اطلاعات و درستی آن‌ها باشد تا اعتبارمان از دست نرود! در بخش توضیحات فضاهای گردشگری، باید نیازهای اقدشار گوناگون مردم را در نظر بگیریم تا هم به کاربرانمان احساس احترام بدهیم، هم اعتمادشان را با توجه کردن به نیازهایشان جلب کنیم. مثلاً اگر پله‌های هتلی بلند است و در آن جامحلی برای رفت‌وآمد معلولان جسمی - حرکتی و نابینایان وجود ندارد، باید در توضیحات قید کنیم.

روزانه ۱۲۰۰۰ بازدیدکننده دارند و بیشتر از ۷۰۰۰۰ نفر در سایتشان ثبت‌نام کرده‌اند. اما این آخرین خواسته‌شان نیست. برنامه‌های زیادی برای آینده نزدیک دارند؛ مثل ایجاد شعبه‌های گردشگری در شهرها و استخدام چندین راهنمای گردشگری تا به گردشگرانی که به راهنما نیاز دارند، خدمات بیشتری ارائه کنند.

۱۳۹۹

با کمک برنامه‌نویسان و متخصصان فنی و مهندسی، اپلیکیشن موبایلی سایت را ساختند و با برگزاری کارگاه‌هایی مثل عکاسی، بیشتر بین مردم شناخته شدند. همچنین، به عضویت پارک ملی و فناوری درآمدند و در رقابت‌های بین‌المللی کارآفرین‌ها رتبه‌های بالایی آوردند.

۱۳۹۷

اطلاعات چندین استان دیگر هم به سایتشان اضافه شد. سایت از حالت آزمایشی خارج و به‌طور رسمی افتتاح شد. چندماه بعد، بخش‌های «خبرنامه، انگلیسی برای گردشگران غیرایرانی و نقشه» را هم به سایتشان اضافه کردند. کم‌کم متوجه شدند سایتشان ظرفیت درآمدزایی بالایی دارد. این بود که تجاری‌سازی سایتشان کلید خورد.

۱۳۹۵

۱۳۹۴

از سال ۹۵ درآمدزایی شروع شد. در سایتشان هتل‌ها، رستوران‌ها، مراکز تجاری و تفریحی را معرفی می‌کردند و ماهانه مبلغی را بابت تبلیغات این مراکز دریافت می‌کردند. بعد از مدتی، استارت‌آپی تفریحی و گردشگری که چندان درآمدی نداشت، به استارت‌آپی تجاری با تعدادی کارمند تبدیل شد.



## از راه‌های نرفته ترسیم

گاهی اوقات ایده‌های ناب و قابل اجرا به ذهنمان می‌رسد، اما هزار فکر مزاحم در ذهنمان می‌چرخد و نمی‌گذارد کارمان را شروع کنیم؛ فکرهایی مثل «من که برنامه‌نویسی سایت بلد نیستم»، «رشته تحصیلی من به رایانه و مدیریت ربطی ندارد» و «من تجربه و شناختی از این کار ندارم». بهترین ویژگی کسب‌وکارهای نوین این است که نداشتن تحصیلات مرتبط، به هیچ‌وجه مانع انجام کار نمی‌شود، زیرا در آن‌ها خلاقیت و ایده حرف اول را می‌زند. برای شروع هر استارت‌آپ، ایده‌ای خوب لازم است و همتی بالا. اگر برنامه‌نویس هستیم یا برنامه‌نویسی را می‌شناسیم که حاضر است به ما کمک کند، بسیار عالی است، اما اگر نه، باز هم چیزی مانع کار ما نمی‌شود. سایت‌های زیادی وجود دارند که قالب‌های آماده و پیش‌فرض راه‌اندازی یک سایت را به رایگان یا با دریافت مبلغی اندک، در اختیار ما می‌گذارند. برای شروع و معرفی کارمان می‌توانیم از این قالب‌ها استفاده کنیم. مرحله بعد کسب درآمد است. پول درآوردن از راه استارت‌آپ روش‌های متعددی دارد: پیدا کردن سرمایه‌گذار، تبلیغات، ایجاد حق عضویت و هزار راه دیگر.

## تجربه‌ها را منتشر کنیم

کاربران دوست دارند علاوه بر اطلاعاتی که درباره مرکزهای تجاری مثل بازارها و هتل‌ها کسب می‌کنند، نظرات کسانی را که تجربه حضور در آن مکان‌ها را داشته‌اند هم بخوانند. دانستن تجربه افرادی که چند روز در هتل پیشنهادی ما اقامت کرده‌اند، به کاربر کمک می‌کند با آگاهی بیشتر محل اقامتش را انتخاب کند و خوبی‌ها و بدی‌های آن را بداند. بخش «نظرات» به افراد امکان می‌دهد تجربه‌های خود را ثبت کنند. بهتر است امکانی فراهم کنیم تا افراد خاطره سفر یا اقامتشان را در آنجا بنویسند.

### شاعران هنرستانی

#### محمد کاظم کاظمی



محمد کاظم کاظمی، زاده ۱۳۴۶ در هرات، شاعر و نویسنده افغان و عضو گروه علمی برون مرزی فرهنگستان زبان و ادب فارسی است. در سال ۱۳۹۵ به عنوان دبیر علمی یازدهمین جشنواره شعر فجر انتخاب شد. او بر گزیده نخستین دوره جشنواره بین المللی شعر فجر در بخش فارسی زبانان بود. در سال ۱۳۵۴ به کابل کوچ کرد و تا سال آخر دبیرستان در کابل درس خواند. در سال ۱۳۶۳ به ایران آمد و پس از پایان دوره دبیرستان، کارشناسی خود را در رشته مهندسی عمران از دانشگاه فردوسی مشهد گرفت. از سال ۱۳۶۵ فعالیت های ادبی اش را آغاز کرد. در سال ۱۳۶۷ به عضویت گروه شعر حوزه هنری مشهد درآمد و در سال ۱۳۶۹ به انجمن شاعران انقلاب اسلامی افغانستان پیوست و آن را تا دهه هفتاد ادامه داد. انتشار مثنوی «بازگشت» او در فروردین ۱۳۷۰ مایه شهرت او شد.

کاظمی افزون بر سرایش شعر، در زمینه های آموزش شعر، برگزاری محافل انجمن های ادبی مهاجران افغانستانی در ایران، انتشار نقدها و مقالاتی در مطبوعات، تألیف و ویرایش کتاب هایی در زمینه زبان و ادبیات فارسی، فعالیت کرده است. همکاری با هنر و ادبیات روزنامه قدس و مسئولیت صفحه ادب این روزنامه و عضویت در هیئت تحریریه فصلنامه های «درّ دری» و «خط سوم» و عضویت در مؤسسه فرهنگی درّ دری از دیگر فعالیت های او بوده است. وی همچنین سابقه مسئولیت دفتر هنر و ادبیات افغانستان (۱۳۶۹ تا ۱۳۷۵)، عضویت در هیئت تحریریه نشریه های هری و نینوا، مسئولیت جلسه نقد و پژوهش شعر حوزه هنری خراسان رضوی و مسئولیت جلسه شعر آفتابگردان ها در مشهد را در کارنامه خود دارد. شعر «مسافر» او در کتاب ادبیات فارسی سال دوم دبیرستان (نظام آموزشی قبل) در ایران به چاپ رسیده است. آثار ایشان: پیاده آمده بودم؛ روزنه؛ شعر پارسی؛ کلید در باز؛ هم زبانی و بی زبانی؛ رصد صبح؛ قصه سنگ و خشت؛ کفران؛ گزیده غزلیات بیدل؛ این قند پارسی؛ مرقع صدرنگ؛ ده شاعر انقلاب؛ شعر مقاومت افغانستان؛ گزیده ادبیات معاصر؛ گزیده دیوان بیدل؛ شمشیر و جغرافیا.

### شعر امروز

#### غزل

با یاد شانه های تو سر آفریده است  
ایزد چقدر شانه به سر آفریده است  
معجون سر نوشت مرا با سرشت تو  
بی شک به شکل شیر و شکر آفریده است  
پای مرا برای دویدن به سوی تو  
پای تو را برای سفر آفریده است  
لبخند را به روی لبانت چه پایدار  
اخم تو را چه زودگذر آفریده است  
هر چیز را که یک سر سوزن شبیه توست  
خوب آفریده است، چه خوب آفریده است  
تا چشم شور بر تو نیفتد هر آینه  
آینه را بدون نظر آفریده است  
می خواست کوره در دل انسان بنا کند  
مقدور چون نبود، جگر آفریده است  
غیر از تحمل سر پرشور دوست نیست  
باری که روی شانه هر آفریده است

غلامرضا طریقی

## شعر کلاسیک

### دُرَدانه‌ها

پیشنهاد می‌کنیم ابیات زیر را بالای دفتر درس مربوط به آن بنویسید:

### عکاسی

ما در پیاله عکس رخ یار دیده‌ایم  
ای بی‌خبر ز لذت شرب مدام ما

حافظ

### گرافیک

از این صورت چه می‌خواهی؟ دواى سیرت بد کن  
که تقصیری نکرد ایزد در این صورت به نقاشی

اوحدی مراغه‌ای

### خیاطی

خیاط وفا در ره آن سرو قباپوش  
هر جامه که بر قامت ما دوخت در دیدیم

فروغی بسطامی

### الکترونیک

برق عشق از خرمن پشمینه‌پوشی سوخت، سوخت  
جور شاه کامران گر بر گدایی رفت، رفت

حافظ

## چهار در چهار

آن گوشه نگاه کوچکی روییده  
بر خاک پگاه کوچکی روییده  
آن گوشه باغچه همین صبح انگار  
سبحان الله کوچکی روییده

شب آمده با تمام تنهایی من  
غم آمده هم کلام تنهایی من  
شب آمده، تنهایی تو نامش چیست؟  
دل تنگی توست نام تنهایی من

رسوایی دیگری است سزای است مرا  
بی‌خوابی خوش‌تری است سزای است مرا  
دل تنگی دلبری است در سینه من  
با تیغ غمش سری است، سزای است مرا

دل آیه ناگاهی و ناآگاهی است  
دفترچه خاطرات خاطر خواهی است  
دل بی‌غم عشق، قصه بی‌هیجان  
دل بی‌غم عشق برکه بی‌ماهی است

محمد مهدی سیار

## رنگ شعر

یکی از زیبایی‌هایی که به شعر رنگ می‌دهد و در عین حال آن را زلال می‌کند، استفاده از مفاهیم دوجهبی است. بیش‌تر این زیبایی‌ها را با نام‌های ایهام و کنایه آموختیم. ایهام همان عبارتی است که دو معنی دارد و هر دو معنی هم قابل قبول است. مثلاً در داستان «گلدسته‌ها و فلک»، نویسنده (جلال آل‌احمد) به هر دو معنی فلک (آسمان، ابزاری برای تنبیه) توجه دارد و داستان طوری پیش می‌رود که هر دو معنی این کلمه در ذهن مخاطب تداعی می‌شوند.

کنایه هم عبارتی است که دارای دو معنی دور و نزدیک است و هدف نویسنده معنای دور آن است. مثلاً وقتی می‌گوییم «زبانم مو در آورد»، منظورمان خسته شدن از حرف زدن زیاد است نه اینکه زبان ما مو در

آورده است! حالا فکرش را بکنید! شعرای خوش‌ذوق گاهی چنان از آرایه کنایه استفاده می‌کنند که هر دو معنی در ذهن مخاطب تداعی شود. در واقع می‌توان گفت، ایهام و کنایه را با هم تلفیق می‌کنند. معمولاً برای تداعی معنای دور، از «تناسب» کلمات استفاده می‌کنند. به این عبارت دقت کنید! «می‌ترسم آن قدر گریه کنم که سیل راه بیفتد و رفیقم از من دست بشوید.» همان‌طور که می‌دانید، «دست شستن از کسی»، کنایه است از «رها کردن و قطع رابطه با کسی»، اما اینجا به خاطر تناسب کلمات «سیل و شستن»، ناخودآگاه معنی نزدیک این کنایه هم تداعی می‌شود. شما در اشعاری که خوانده‌اید، چند نمونه کنایه سراغ دارید که هر دو معنی آن در ذهن تداعی شود؟



## مبدأ: اتاق وحشت

ریحانه صالح‌پور در آبان‌ماه ۱۳۷۹ در شهر اهواز به دنیا آمده است. در سال ۱۳۹۸ از هنرستان هیئت امنایی حضرت آمنه «س» دیپلم انیمیشن گرفته و در حال حاضر دانشجوی ترم چهارم رشته سینماست. صالح‌پور کار فیلم‌سازی را از پایه دهم هنرستان شروع کرده و در همان سال، اولین فیلم کوتاه خود با نام «اتاق وحشت» را در ژانر ترسناک کلید زده است. وی همچنین در دوران هنرستان خود چندین فیلم کوتاه ساخته که هر کدام توانسته‌است در مسابقات استانی و کشوری جوایزی کسب کند؛ آثاری همچون گذر در کتاب، عطر کتاب و قاب بسته.

### ● چگونه شد که برای تحصیل در دوره دوم متوسطه، هنرستان را انتخاب کردید؟ نظر خانواده‌تان چه بود؟

از کودکی علاقه زیادی به هنر داشتم. در دوره اول متوسطه دوست داشتم بیشتر کارهای هنری انجام دهم. از همان موقع تصمیم گرفتم در دوره دوم متوسطه رشته‌های هنری را بخوانم. پدرم خیلی دوست داشت رشته ریاضی را انتخاب کنم، چون ریاضی‌ام خیلی خوب بود. در آزمون ورود به پایه دهم، اولین رشته‌ای که برای من انتخاب کردند، ریاضی فیزیک بود. ولی من تصمیم داشتم به هنرستان بروم. پدرم هم وقتی دید به هنر علاقه بیشتری دارم، تشویق کرد و قبول کرد. چون معتقد است آدم باید به دنبال علاقه‌اش برود و در رشته‌ای که خودش دوست دارد درس بخواند.



### ● از معلم‌های هنرستان راضی بودی؟

یک روز که تجهیزات فیلم برداری کرایه کرده بودیم، از یکی از معلم‌هایم خواستم اجازه بدهد به داخل حیاط مدرسه برویم و کار فیلم‌برداری را انجام دهیم، اما قبول نکرد. خیلی ناراحت شدم و اشک ریختم، چون باید تا غروب وسایل را پس می‌دادم. البته مخالفت‌ها و سد راه شدن‌ها مرا از فیلم‌ساختن باز نداشت. یک معاون پرورشی به نام خانم دهقان داشتیم که همیشه از ما حمایت و واقعاً خیلی به ما کمک می‌کرد تا بتوانیم در محیط مدرسه کار فیلم‌سازی را انجام دهیم. او به من و امثال من امید و انگیزه می‌داد و مثل یک فرشته مهربان در کنار ما بود. من همیشه مدیون زحمات و کمک‌های او هستم. تنها معلمی است که هیچ وقت فراموشش نخواهم کرد.

### ● اولین فیلمی که ساختی چه زمانی بود و چه نام داشت؟

سال ۱۳۹۴ در همان انجمن سینمای جوانان، فیلم «اتاق وحشت». البته خیلی از آن راضی نبودم، ولی به عنوان اولین فیلم خیلی دوستش دارم.

### ● بعد از آن چه فیلم‌های دیگری ساخته‌ای؟ این فیلم‌ها چه موفقیت‌هایی کسب کرده‌اند؟ کدام فیلمت را بیشتر دوست داری و چرا؟

گذر در کتاب، عطر کتاب، قاب بسته و چند فیلم دیگر را به همراه دیگر دوستانم به صورت گروهی ساختم. این فیلم‌ها در جشنواره‌های استانی و جشنواره‌های کشوری که هر سال برگزار می‌شدند جایزه گرفتند. فیلم آخرم هم که «قاب بسته» نام داشت، به بخش مسابقه چهل‌ونهمین جشنواره بین‌المللی فیلم رشد راه پیدا کرد و از طرف نماینده یونسکو جایزه گرفت. قاب بسته را دوست دارم، چون آن را بر اساس سیل ویران‌کننده‌ای که در خوزستان آمده بود ساختم و با آن توانستم نظر خیلی‌ها را نسبت به بلاهای طبیعی و مشکلاتی که برای مردم به وجود می‌آورند، جلب کنم. به همین خاطر از طرف یونسکو هم به این فیلم جایزه دادند.

### ● چگونه با جشنواره بین‌المللی فیلم رشد آشنا شدی؟ به نظرت

این‌طور جشنواره‌ها مفیدند؟



## آشنایی با قالب‌های فیلم‌سازی

اولین مرحله فیلم‌سازی، نوشتن فیلم‌نامه است. قبل از نوشتن فیلم‌نامه باید تصمیم بگیرید که در کدام یک از قالب‌های فیلم‌سازی فیلم‌نامه بنویسید. فیلم‌ها معمولاً در قالب‌های داستانی، مستند، مستند-داستانی، پویانمایی و نماهنگ، به صورت رئال و یا غیررئال تولید می‌شوند. شما دوست دارید در چه قالبی فیلم بسازید؟ باید نمونه‌های خوب و موفق آن را ببینید. اما یک سؤال. چه چیزی تعیین‌کننده قالب فیلم‌نامه یا فیلم شما خواهد بود؟ ایده. بله ایده‌ای که برای تبدیل به فیلم‌نامه به ذهن فیلم‌ساز می‌رسد، با تعیین قالب فیلم ارتباط مستقیم دارد. به این ایده‌ها توجه کنید:

**(الف)** مردی که نابیناست، مهارت زیادی در موسیقی دارد.  
**(ب)** چند ماهی کوچک تصمیم می‌گیرند خرچنگ را از برکه خود بیرون کنند.

**(ج)** یکی از دانش‌آموزان مدرسه، هر روز معلم خود را هر روز تا خانه‌اش تعقیب می‌کند.

**(د)** بعضی از اشعار شاعران، آدم را یاد فصل‌های سال می‌اندازد. این چهار ایده با کدام یک از قالب‌های ذکر شده هم‌خوانی بیشتری دارند؟

حتماً شما هم موافقید که برای ایده الف قالب مستند، برای ایده ب قالب پویانمایی، برای ایده ج قالب داستانی و برای ایده د قالب نماهنگ مناسب است. بنابراین، اگر به فیلم‌سازی مستند علاقه دارید، باید ایده‌هایی را بیابید که برای تبدیل به فیلم‌نامه مستند مناسب باشد. و یا اگر در انیمیشن‌سازی مهارت خوبی دارید، مراقب باشید که بی‌راهه نروید، و مبادا ایده‌ای را خلق کنید که برای قالب پویانمایی مناسب باشد.

خانم دهقان که معاون پرورشی هنرستان ما بود، می‌دانست کارهای هنری ما را چه موقع و چطور باید به مسابقات فرهنگی هنری دانش‌آموزان بفرستند. فیلم‌های من هم بعد از اینکه در استان رتبه آورد، برای مسابقات فیلم دانش‌آموزی در مرحله کشوری ارسال شد و از آنجا آن‌ها را برای جشنواره فیلم رشد ارسال کردند. به نظرم جشنواره‌هایی مثل رشد پل مهمی هستند برای وصل شدن به استادان بزرگ سینما و آشناسدن با فیلم‌سازانی که آثار خیلی خوبی تولید کرده‌اند. با حضور در این جشنواره‌ها می‌توان از تجربه‌ها و علم و دانش چنین افرادی استفاده کرد و امید و انگیزه بیشتری به دست آورد.

● فکر می‌کنی با توجه به اینکه فیلم‌های برگزیده جشنواره رشد در بعضی از مدرسه‌های کشور اکران می‌شوند، این فیلم‌ها باید چه ویژگی‌هایی داشته باشند؟

به نظرم اولین و مهم‌ترین ویژگی آن‌ها باید این باشد که آموزشی باشند. یعنی دانش‌آموزان با دیدن آن‌ها هم لذت ببرند و هم چیزی بیاموزند. البته فیلم‌های دانش‌آموزی ممکن است به دلیل اینکه توسط دانش‌آموزان ساخته می‌شوند زیاد هنری و حرفه‌ای نباشند، اما آن‌هایی که به مدرسه‌ها می‌روند و نمایش داده می‌شوند، ویژگی‌های آموزشی دارند که انتخاب می‌شوند.

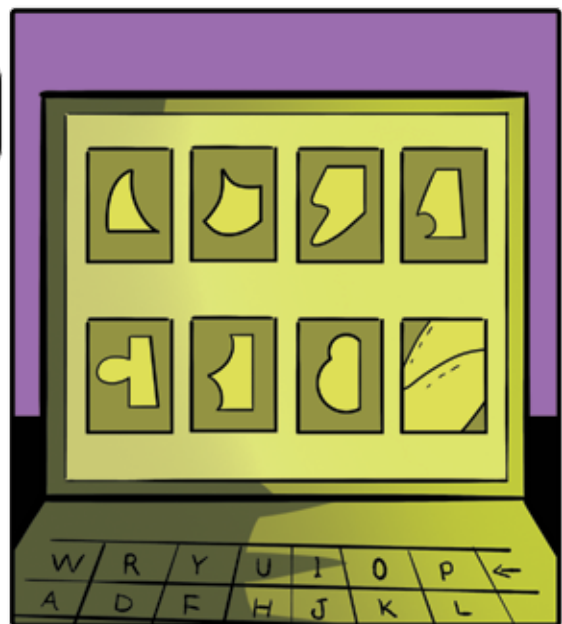
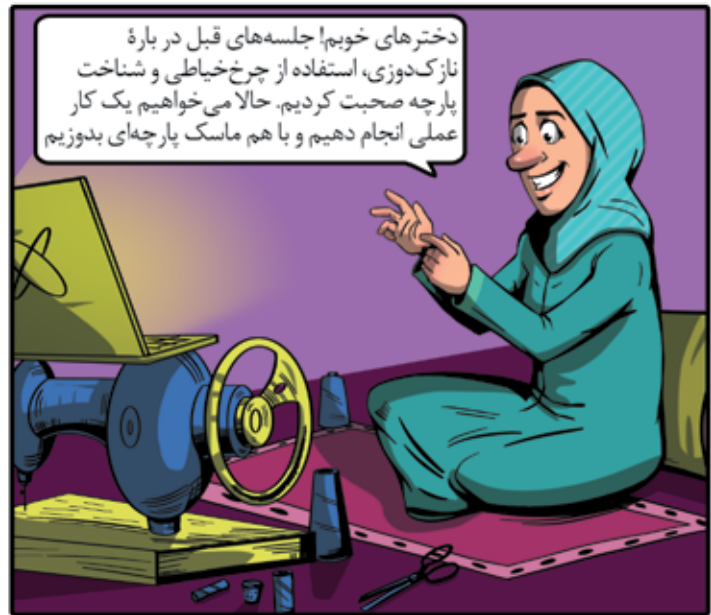
● توصیه شما برای دانش‌آموزانی که دوست دارند فیلم بسازند، چیست؟

زیاد فیلم ببینند. در کلاس‌های نقد و تحلیل فیلم شرکت کنند. مطالعه زیاد را فراموش نکنند. اگر فیلم‌های اولشان خوب نشد، زود ناامید نشوند.

● اگر بخواهی کلمات هنرستان، سینما، کرونا و دانشگاه را در یک جمله جالب به کار ببری، چه می‌گویی؟

بالاخره از هنرستان آمدم دانشگاه تا سینما بخوانم، ولی کرونا حسودی‌اش شد!

# خیاط‌باشی







# پزشکی خودرو

## آشنایی با رشته مکانیک خودرو

در کشور ما آموزش‌های تئوری ارزش و اهمیت زیادی دارند. به همین دلیل، از این نظر ما بسیار پیشرفته هستیم. ولی اگر دنبال یک راه میانبر می‌گردی که زودتر به مقصد برسی و قابلیت‌های خودت را نشان بدهی و استعدادت را بال پروازت کنی، نگاهی به رشته‌های هنرستانی بینداز، چرا که در این رشته‌ها مهارت‌هایی را می‌آموزی که زودتر دانش را به عمل تبدیل می‌کنی. آموزش‌های مهارتی در هنرستان‌های فنی و حرفه‌ای و کاردانش، برای تو فرصت‌های خوداشتغالی فراهم خواهند کرد و خیلی زودتر از آنچه فکر می‌کنی، تو را جذب بازار کار می‌کنند. علیرضا امیری، هنرجوی رشته مکانیک خودرو، از شهر یاسوج، مهمان این صفحه است. علیرضا از چهارده‌سالگی شاگرد مکانیکی است و یکی از صدها هنرجویی است که در کنار درس، کار می‌کنند و از سختی‌های کار نمی‌ترسند.

علیرضا کار و تحصیل را مکمل هم می‌داند. می‌گوید: «وقتی در کنار کار، درس بخوانی، باعث می‌شود اصولی‌تر کار کنی.»

• در یک خط رشته‌ات را تعریف کن.

هنر تعمیر خودرو با استفاده از بهترین و اصولی‌ترین روش. مردمی‌ترین رشته، و حرفه‌ای فنی.

• چطور این رشته را انتخاب کردی؟

قبل از اینکه وارد این رشته شوم، شاگرد مکانیک بودم. دوست داشتم در همین رشته درس بخوانم و توانستم از هنرستان شهید چمران شهرستان دنا پذیرش بگیرم.

• از چندسالگی؟!

از چهارده‌سالگی، به واسطه یکی از آشناها که می‌دانست به این کار علاقه دارم، به یک مکانیکی معرفی شدم.

• با این سن کم سخت نبود؟!

چرا، خیلی سخت بود. روز اول خیلی استرس و هیجان داشتم. باید توی خرج و مخارج کمک می‌کردم و حداقل خرج وسایل خودم را در می‌آوردم. از طرف دیگر هم بد نبود یک حرفه یاد بگیرم! خدا را شکر استادکارم هم به من اعتماد کرد و گذاشت کار کنم و کار یاد بگیرم. هر چند خیلی سخت بود و گاهی مجبور بودم تا ساعت دو و سه شب بمانم و کار کنم.

• حالا چرا به مکانیکی علاقه داشتی؟



## در این رشته می‌آموزیم

تعمیر اساسی موتورهای بنزینی و دیزلی  
تعمیر تعلیق و سیستم فرمان  
تعمیر دستگاه‌های الکتریکی خودروها (باطری سازی)  
تعمیر دستگاه‌های سوخت رسانی موتورهای بنزینی و دیزلی  
تعمیر جعبه دنده و دیفرانسیل؛ قفل در و شیشه بالا بر  
تعمیر انواع موتور سیکلت  
تنظیم موتور



از وقتی یادم بود، با آچار و پیچ‌گوشتی کار کرده بودم. همیشه یکی از لذت‌های دوران کودکی‌ام این بود که همه قطعه‌های ماشین‌های اسباب‌بازی را جدا کنم و دوباره خودم سرهمشان کنم. وقتی هم که رفتم سر کار، همه ابزارها را از قبل می‌شناختم و این خودش کمک کرد تا یک قدم جلو باشم.

● پس از همان دوران کودکی متوجه علاقه‌ات به این حرفه شده بودی؟

بله. از ۱۲ سالگی کاملاً مطمئن شدم که به کارهای مکانیکی خیلی علاقه دارم. دوست داشتم بدانم ماشین چطور حرکت می‌کند. ماشین خودمان هم همیشه خراب بود و دوست داشتم خودم درستش کنم. همین‌ها کافی بود تا انگیزه‌ام برای این حرفه بیشتر شود.

● مشوقت برای این رشته چه کسی بود؟

پدر و مادرم که همیشه می‌خواستند من دنبال آرزوهایم بروم و مدیر هنرستانمان، مهندس حمید رفیعی.

● گفتمی کارتان خیلی سخت بود و گاهی تا دیروقت سرکار بودی. چطور با این حجم کار به درس‌هایت می‌رسیدی؟

بله. سختی کار زیاد است. توی تابستان و زیر آفتاب داغ، تمام ماشین و همین‌طور آچارها داغ می‌شوند. توی زمستان هم از سرما همه وسایل یخ می‌زنند. خیلی از قطعات سنگین هستند و باید مراقب باشی صدمه نینینی. گاهی هم رفتارهای خوب و بد کارفرماها، کارکشیدن‌های الکی و ساعت کاری زیاد! موقع مدرسه‌ها حدود پنج ساعت کار می‌کنم. تابستان‌ها گاهی به ۱۳ ساعت هم می‌رسد. گاهی بین کارم درس هم می‌خوانم که اغلب مشتری‌ها تعجب می‌کنند.

● حتماً کارت شیرینی‌هایی هم داشته‌است؟

روش من این است که جوری کار کنم که خودم از کار لذت ببرم، نه طرف مقابلم. شیرینی کار وقتی است که بعد از کلی کار و تلاش، نتیجه خوب می‌گیری. همین انگیزه‌ای است برای ادامه. پس کارم را درست انجام می‌دهم. برای من مکانیکی بخش مهمی از زندگی شده است.

● با این شرایط چطور سر کار درس هم می‌خوانی!

گاهی جزوه، گاهی کتاب و این‌اواخر هم با موبایل درس می‌خوانم. بالاخره وسط کار تا فرصت پیش می‌آید، از آن استفاده می‌کنم.

● این کار برای تو سخت نیست؟

نه! سختی‌اش در روز اول کارم بود؛ روزی که تازه شروع به کار کرده بودم و نمی‌دانستم چی به چی است. گاهی کنجکاو‌هایی هم به خرج می‌دادم و صدای استادکارم را در می‌آوردم. کار ما سخت است. نباید از سختی‌ها ترسید. این شغل نه سرمای زمستان می‌شناسد و نه گرمای تابستان. قطعات سنگین هستند و باید آن‌ها را جابه‌جا کرد. بعضی از

کارفرماها هم فقط دلشان می‌خواهد شاگردانشان را کوچک کنند. اما از همه سختی‌ها که بگذریم، آخرش خوب است. وقتی می‌بینی ماشینی را که خراب و داغون بوده درست کرده‌ای و مشکلش حل شده، خیلی حس خوبی پیدا می‌کنی.

● پس معلوم است که خیلی کنجکاو بودی؟

بله. تا دلتان بخواهد. اگر کنجکاو نمی‌کردم که کار یاد نمی‌گرفتم.

● وقتی همه فن و فوت کار حرفه‌ای را می‌دانی، چه لزومی دارد درس بخوانی؟

من این شانس را داشتم که در کنار درس، کار کنم. این خیلی در پیشرفتم تأثیر داشت. وقتی فقط درس می‌خوانی، نمی‌توانی کار عملی را خوب یادگیری. این خیلی مهم است که در کنار درس، کار تخصصی هم انجام دهی. مدرسه و کلاس‌های تخصصی هم خیلی در کارها به من کمک کردند و باعث پیشرفتم شدند. معلم‌های خوبی داشتم که خیلی مهارت‌ها را از آن‌ها یاد گرفتم.

● پس حالا بعد از چهار سال کار و درس، حتماً حرفه‌ای شده‌ای؟  
در تعمیر ماشین‌های سواری بله، تقریباً حرفه‌ای‌ام. اما از آنجایی که دوست ندارم توی یک کار توقف کنم، شاگرد مکانیکی ماشین‌های سنگین و دیزلی شده‌ام تا با راه و روش تعمیر این ماشین‌ها هم آشنا شوم.

● به کسی هم این رشته را پیشنهاد می‌دهی؟

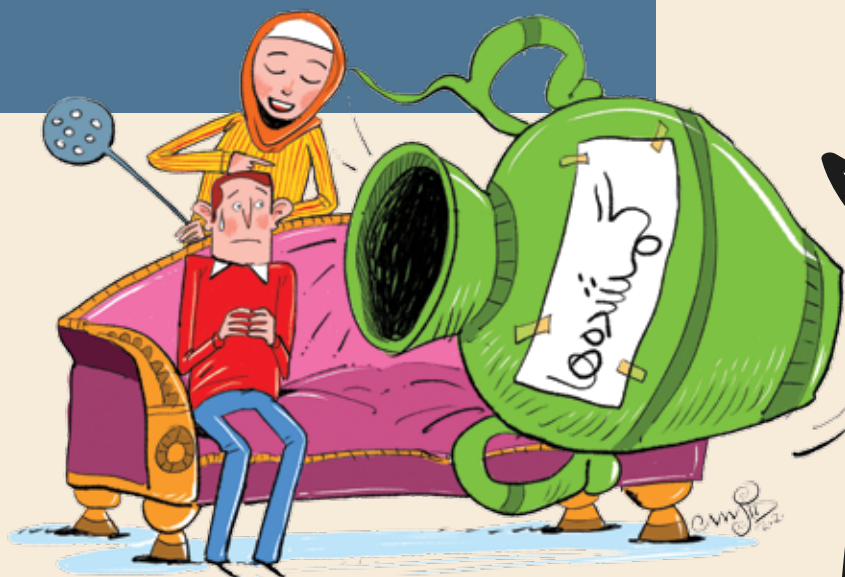
بله. اگر به کارهای فنی علاقه داشته باشد. برای آمدن به این رشته باید به کارهای فنی و عملی علاقه داشت و از کارهای سخت و خطرناک نترسید. در کنارش هوش و ابتکار عمل و خلاقیت هم داشت؛ همین‌طور پشتکار. یکی از نکته‌های مهم حرفه ما، داشتن اخلاق حرفه‌ای و مردم‌داری است.

● دوست داری به کجا برسی؟

می‌خواهم در همین رشته ادامه تحصیل بدهم و پیشرفت کنم.

● و حرف آخر؟

مدیون معلم‌ها و مدیران هستم؛ آقایان حمید رفیعی، لطفعلی فرزادنژاد، حمید همتی‌راد، فیروز نصیرزاده و مهندس امین یوسفی.



### شارژ روح و روان

وقتی کرونایی نبود و طبق عادت مرسوم می‌رفتم مدرسه، تکلیفم با خودم روشن بود؛ کلاسی داشتیم و درسی و تمرینی. اما حالا که مجبورم قرنطینه‌های زندگی کنم و مجازی درس بخوانم، تا می‌خواهم در زنگ تفریح مجازی نفسی تازه کنم، مادرم می‌گوید: «بچه جون چرا بیکار نشسته‌ای؟» می‌گویم: «کار به خصوصی ندارم.» صدایش را بالا می‌برد که: «عزیز دلم! چرا کار نداری؟ روی خودت کار کن. هرچی کار کنی، می‌بینی وجودت تا وجود بشود، حالا حالاها کار دارد!»

می‌پرسم چطور روی خودم کار کنم؟ می‌گوید: «همان‌طور که گوشی‌ات را شارژ می‌کنی، باید روح و روانت را هم شارژ کنی.» به شوخی می‌پرسم: «شارژر روح و روانم را ندیدی؟» فریاد می‌زند: «زندگی را شوخی نگیر! اول بگرد خودت را پیدا کن، بعد که پیدا کردی، روی آن کار کن.» لبخندی می‌زنم و می‌گویم: «باید یک عکس از خودم بدهم توی روزنامه چاپ کنند و زیرش بنویسند گمشده. شاید پیدا بشوم!» حرفم هنوز تمام نشده است که مادرم با مگس کش می‌افتد دنبالم. حالا که خوب فکر می‌کنم، می‌بینم حرف مادرم چقدر درست و تأثیرگذار است!

### پس شانس کی در می‌زند؟

حتی مگس از روی دماغش بپراند  
زورش نرسد میخ به دیوار بکوبد  
یا دنبه ته دیزی ناهار بکوبد  
هر روز رمق ریخته کنجی بنشیند  
با گوشی خود دایممش و فیلم ببیند  
پایی طرف یاد گرفتن نگذارد  
بیلی نزند، خربزه و گوجه نکارد  
خاراژدن سر در نظرش سخت بیاید  
عمرآ بیذیرد دو سه تا کشک بساید  
بر زندگی‌اش خنده چرا؟! خنده ندارد  
این آدم رخوت‌زده آینده ندارد  
هر آدم فعال که یک حرفه بلد شد  
از چاله و هر مانع پیش آمده رد شد

خوب است که آدم هنری داشته باشد  
در باغ وجودش ثمری داشته باشد  
یعنی برود حرفه و فن یاد بگیرد  
آموزشی از محضر استاد بگیرد  
یک نائیه هم منتظر شانس نماند  
دستی به کشاورزی و صنعت برساند  
از صبح همین‌طور معطل ننشیند  
دنبال مهارت بدود دوره ببیند  
هیئات که یک هیکل سالم نتواند



## دردسره‌های آنلاین

دردسر از وقتی شروع شد که برای شرکت در کلاس‌های مجازی، یک گوشی خوب از پدرم خواستم. او هم که الحق والانصاف تمام تلاشش در راستای شکوفایی من است، رفت و یک گوشی قسطی برایم خرید و آورد. اما شش‌دانگ حواسش دنبال این بود که من سر ساعت در کلاس‌های آنلاین حاضر بشوم و لحظه‌ای از آن‌ها غافل نمانم. رفته بود برنامه تمام کلاس‌هایم را از هنرستان گرفته بود و اصرار داشت آن برنامه را مو به مو اجرا کنم که البته اصرار بجایی بود. اما علاوه بر آن، نشانی چند کلاس تقویتی مجازی را از آموزشگاه‌های متفاوت پیدا کرده بود تا عصرها هم وقتم به بطلت نگذرد و از گوشی‌ام حداکثر بهره را ببرم. حتی گاهی مرا از خواب خوش می‌پراند که: «پاشو، در فلان جا دانشمندی دارد به‌صورت لایو حرف‌هایی می‌زند که با رشته تو مرتبط است.»

وقتی هم می‌گفتم: «لطفاً بگذار بخوابم»، فریاد می‌کشید که: «تو که فکر درس و تحصیلات نیستی، چرا به من گفتی با قرض و قوله برایت گوشی بخرم؟» خلاصه، بدگیری افتاده‌ام. تمام آرزویم این است که با کشف واکسن ضد کرونا، زودتر مدرسه‌ها باز شوند و ما هم مثل سابق سر کلاس‌های واقعی حاضر شویم و حداقل بتوانیم زنگ‌های تفریح نفس راحتی بکشیم و این‌طور در مضیقه نباشیم!



## ذهن راحت طلب

پرویز در یکی از دوره‌های کسب موفقیت و درآمد شرکت کرده بود. مجری دوره می‌گفت: «پولدار شدن یعنی کسب مهارت، متفاوت فکر کردن از بقیه افراد جامعه و در نهایت رسیدن به یک ذهن ثروتمند. پس برای پولدار شدن نیاز داریم به ذهنیت و شخصیتی کاملاً متفاوت از افرادی که همیشه نگران پول هستند. یادتان باشد که به دست آوردن یک میلیون اول خیلی سخت است، چون در واقع در این مرحله شخصیت و ذهنیت شماست که دارد تغییر می‌کند و این پروسه کمی زمان‌بر است.»

اما یک میلیون بعدی، چه شما بخواهید و چه نخواهید، به دست می‌آید، چون وقتی به شخصیتی تبدیل شوید که می‌تواند یک میلیون اول را کسب کند، هم‌زمان به کسی تبدیل خواهید شد که می‌تواند ۱۱ میلیون بعدی را هم به دست بیاورد.» در همین وقت پرویز رو به مجری دوره گفت: «آقا اجازه! ما روش کم‌زحمت‌تری داریم. می‌توانیم آن یک میلیون اول را بدون سختی کشیدن از یکی قرض بگیریم، بعد برویم سراغ ۱۱ میلیون‌های بعدی که راحت به دست می‌آیند. بعد قرضمان را پس بدهیم.»

# دستت طلاست

## آشنایی با مدیریت زمان

فرض کنیم با نواخته شدن ساعت ۱۲ هر شب، به حساب جاری بانکی ما ۲۴۰ هزار تومان واریز شود و برای هزینه کردن آن فقط ۲۴ ساعت وقت داشته باشیم. یعنی این وجه ذخیره‌شدنی نیست و مصرف آن فقط در طی همان روز امکان پذیر است. اگرچه ممکن است مثال ذکر شده غیر واقعی باشد، ولی ساعت ۱۲ هر شب، ۲۴ ساعت وقت، آن هم به طور خالص و بدون مالیات، به حساب جاری زندگی روزمره ما واریز می‌شود که ما فقط در طول همان روز می‌توانیم از این ۲۴ ساعت استفاده کنیم. «مدیریت زمان» در مورد چگونگی بهره‌برداری از زمان‌های در اختیار افراد، در هر سنی، بحث می‌کند و فن‌های گوناگونی را که در این زمینه وجود دارند، برمی‌شمارد.

### سرآغازی برای مدیریت زمان

**پرده اول:** همیشه من وقت کم می‌آورم. نمی‌دانم چه کار کنم تا بتوانم به همه کارهایم برسیم! می‌خواهم همه کارهایم را انجام دهم، ولی باز هم نمی‌رسم و مقداری از تکالیفم به روز بعد می‌افتد. همیشه نگران زمانم. از این وضع خسته شده‌ام. دوست دارم تغییری ایجاد شود و بتوانم با کلی زمان، به زندگی و کارهایم برسم. از تابستان خوشم می‌آید، چون می‌توانم کارهای کمی را در زمان زیادی برنامه‌ریزی و اجرا کنم. البته معمولاً آخر تابستان هم می‌بینم که به بعضی از کارها و هدف‌هایم نرسیده‌ام!

**پرده دوم:** من با زمان هیچ مشکلی ندارم و اصلاً نگران کمبود وقت نیستم. وقتی به خانه می‌روم، تا زمانی که بخوایم، استراحت می‌کنم و بعد به کارهایی که دوست دارم، رسیدگی می‌کنم. برای من زمان مدرسه‌رفتن و فصل تابستان یا تعطیلات هیچ تفاوتی ندارد. من در هر دو حالت، بدون هیچ نگرانی، هر کاری را که برایم پیش بیاید، انجام می‌دهم و خوشحالم. البته بهتر است در مورد موفقیت‌های تحصیلی از من چیزی نپرسید، چون تعریفی ندارد. معمولاً مجبورم هر درس را چند بار تکرار کنم و از همین حالا هم قید دانشگاه و ادامه تحصیل را زده‌ام.

**پرده سوم:** بدون شرح

شما جزو کدام دسته‌اید: فردی که همواره در استفاده از زمان مشکل

دارد، یا دسته‌ای که فرد به دلیل نداشتن هدف انگیزه تحصیلی، زمان را به هر شکلی که پیش بیاید، پشت سر می‌گذارد و هدر می‌دهد؟ حتماً شما هم موافقید که حالت سومی هم وجود دارد.



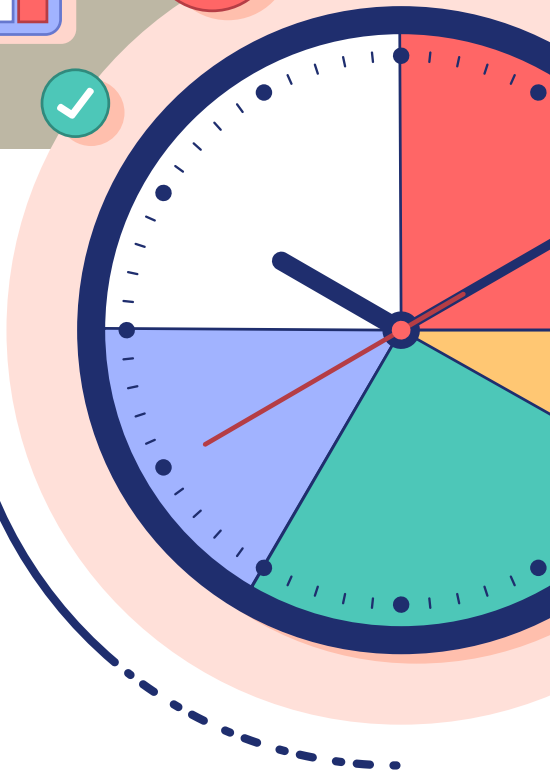
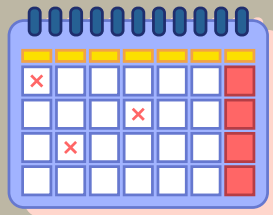
دانش‌آموزی که هدف و انگیزه تحصیلی دارد، اما با زمان هم مشکل ندارد و می‌تواند در کمال آرامش بیشترین بهره را از اوقات خود ببرد؟ چطور چنین حالتی ممکن است؟ رمز داشتن چنین موفقیتی چیست؟ چطور می‌توان در روزهای تحصیلی، ضمن کسب بهترین نتایج، هم از تحصیل لذت برد و هم با آرامش روزهای مدرسه را پشت سر گذاشت؟



این راز و رمزها موضوع بحث مدیریت زمان است؛ یعنی مدیریت بهینه برنامه‌ها و فعالیت‌هایی که در طی زمان، برای افزایش بهره‌وری افراد در زندگی شخصی، صورت می‌پذیرد. مدیریت زمان با همه روش‌ها و رفتارهای ما ارتباط پیدا می‌کند. کسانی که با استفاده از اصول بهره‌وری و مدیریت زمان، موفقیت‌های بزرگی در زندگی به دست آورده‌اند، کم نیستند و حتماً تو هم می‌توانی یکی از آنها باشی. اما خوب است بدانی، برای تنظیم وقت و استفاده بهینه از آن هم باید وقت صرف کنی.

مدیریت زمان می‌گوید انسان هرگز نمی‌تواند به گذشته برگردد. زمان به سرعت از دست می‌رود و باید از هر لحظه آن به درستی استفاده کرد. مدیریت زمان می‌تواند به فرد کمک کند از جایی که هست، به جایی برسد که می‌خواهد باشد.

- صرفه‌جویی در زمان؛
- آمادگی بیشتر و بهتر برای فعالیت‌های اجتماعی؛
- کاهش حجم کارها؛
- نظارت بر روند پیشرفت کارها؛
- کاهش فشارهای روانی؛
- ایجاد توازن و تعادل در زندگی؛
- افزایش بهره‌وری فردی؛
- موفقیت در دستیابی به اهداف بزرگ‌تر.



- مطالب را به شکل انتخابی می‌خوانم تا نکات مهم را پیدا کنم.
- فهرستی از وظایفی را که هر روز باید انجام شود، تهیه می‌کنم.
- در خانه هر چیز را در جای مناسبش نگه می‌دارم.
- کارها را متناسب با اهمیت و ضرورت انجام آن‌ها اولویت‌بندی می‌کنم.
- در یک زمان، تنها بر یک وظیفه مهم متمرکز می‌شوم، اما کارهای جزئی را با هم انجام می‌دهم؛ مانند پاسخ به تلفن، هم‌زمان با آماده کردن سفره غذا.
- فهرستی از وظایف کوچکی را که باید انجام دهم و زمان کمی (حدود پنج تا ده دقیقه) لازم دارند، تهیه می‌کنم.
- کارهای بزرگ را به مراحل جداگانه کوچک‌تر تقسیم می‌کنم.
- قسمت مهم کارهایم را که هر چند وقت کمتری می‌گیرند، اما نتایج مهم‌تری دارند، مشخص می‌کنم.
- مهم‌ترین وظایفم را در بهترین اوقات روز انجام می‌دهم.
- در طول هر روز مقداری وقت دارم که بدون وقفه یا مزاحمت کار کنم.
- طفره نمی‌روم. آنچه را باید امروز انجام شود، همین امروز انجام می‌دهم.
- با ابزارهایی مانند برنامه روزانه، از اوقات خود بیشتر استفاده می‌کنم.
- مهلت‌هایی برای انجام کارهای خود تعیین می‌کنم.
- هنگام استراحت بین درس‌ها و کارهای فکری، سعی می‌کنم کارهایی را انجام دهم که به شادابی ذهنم کمک می‌کنند.
- در زمان معینی از روز، کار بسیار زیادی انجام می‌دهم.
- هر روز حداقل یک کار را به اتمام می‌رسانم.
- هر روز زمانی را صرفاً به امور فردی اختصاص می‌دهم (برنامه‌ریزی، تفکر، عبادت، ورزش و...).
- به خود اجازه می‌دهم تنها در زمان معینی از طول روز درباره بعضی از مسائل نگران باشم، نه در همه اوقات.
- اهداف بلندمدتم را به وضوح تعیین می‌کنم.
- همواره تلاش می‌کنم برای استفاده مؤثرتر از وقتم راه‌هایی پیدا کنم.

### کلید امتیازبندی

امتیازهای داده شده به همه ۲۰ پرسش را جمع بزن. اگر امتیاز تو از جمع گزینه‌ها ۸۰ یا بالاتر باشد، مدیریت زمان تو عالی است. اگر امتیازت بین ۶۰ و ۷۰ باشد، مدیریت زمان تو خوب است، اما برای رسیدن به مرحله عالی، توجه بیشتر به موارد اشاره شده و تلاش بیشتر برای اجرای آن‌ها لازم است. اگر امتیازهای تو بین ۴۰ تا ۵۰ باشد، باید به بهبود مهارت مدیریت زمان توجه جدی کنی، و بالاخره چنانچه امتیازهای تو زیر ۴۰ باشد، باید بگویم، مهارت‌آموزی در مدیریت زمان، کارآیی تو را به نحو قابل ملاحظه‌ای افزایش خواهد داد.

### یک آزمون ساده

می‌گویند وقت طلاست. بهره‌برداری از این نعمت ارزشمند به برنامه‌ریزی نیاز دارد و برای این منظور توجه به چند نکته مهم است. این نکات، هر یک مکمل مورد قبلی است و توجه به یک مرحله و غافل ماندن از مراحل بعدی، نمی‌تواند فرد را به موفقیت در عرصه‌های زندگی برساند. این موارد به ترتیب عبارت‌اند از:

- ۱ آیا باور دارم وقت از طلا و حتی بیش از آن ارزشمند است؟
- ۲ آیا عوامل مخرب زمان را می‌شناسم؟
- ۳ آیا زمان خود را تقسیم‌بندی می‌کنم؟
- ۴ آیا برای امور زندگی خود هدف یا هدف‌هایی تعیین می‌کنم؟
- ۵ آیا فعالیت‌ها و برنامه‌های زندگی خود را سازمان‌دهی می‌کنم؟
- ۶ آیا در اجرای برنامه‌ها عزم و اراده بالایی دارم؟

برای پاسخ به این پرسش‌ها، لازم نیست ایده‌آل‌پروری کنی، بلکه واقعیت‌های روزانه را که با آن‌ها مواجهی، در نظر بگیر و یادداشت کن تا در این زمینه به خودشناسی اولیه برسی. در صورتی که نتوانستی از این آزمون نتیجه روشنی به دست آوری، به آزمون بعدی مراجعه کن.

### محاسبه مدیریت زمان

مناسب‌ترین گزینه را که نشانگر رفتار واقعی شماست، انتخاب کنید. گزینه‌ها: هرگز (۱)، به ندرت (۲)، گاهی اوقات (۳)، معمولاً (۴)، همیشه (۵).

# وکیل شو

## نکات حقوقی راه‌اندازی کسب‌وکار

از آغاز سال ۲۰۲۰ (زمستان ۱۳۹۹) با شیوع ویروس کرونا، شکل کسب‌وکارها رفته‌رفته تغییر کرد. مردم ترجیح می‌دهند کمتر از خانه خارج شوند و مایحتاج و خدمات موردنظر خود را به صورت مجازی یا تلفنی تأمین کنند. هرچند این بیماری مرگبار زیان‌های بسیاری به کسب‌وکارها، به خصوص مدل‌های سنتی، وارد کرد، ولی زمینه تولد بسیاری از شرکت‌ها را در بستر اینترنت و شبکه‌های اجتماعی فراهم کرد و به نوعی کسب‌وکارهای اینترنتی را رونق داد. حالا برسیم به مسائل حقوقی کسب‌وکارها و استارت‌آپ‌ها که توجه نکردن به آن‌ها ممکن است باعث زیان و حتی سقوط و انحلال کسب‌وکار نوپا شود.

**۱** شنیده‌اید که یک دست صدا ندارد. سعی کنید برای شروع کسب‌وکار از دوستانتان هم‌فکری بگیرید. اگر کسانی هستند که می‌توانند از شما حمایت مالی یا فکری کنند، آن‌ها را فرا بخوانید و طرح خود را با ایشان در میان بگذارید. اگر به همکاری با شما تمایل داشتند، حتماً قرارداد همکاری امضا کنید. نوع همکاری، میزان سهام، مقدار سهمیه بودن در سود و زیان، تاریخ آغاز و پایان همکاری و هرآنچه را برایتان مهم است، در قرارداد بیاورید و یادتان باشد که «جنگ اول به از صلح آخر است».

**۲** با همکاران و شرکا «قرارداد عدم افشای اطلاعات» ببندید. این قرارداد به معنای رازداری است. یعنی همه همکارانتان باید مراقب اسرار تجاری باشند. افشای این اسرار برخی مواقع باعث صدمه رسیدن به کسب‌وکار و جلو افتادن رقبا خواهد شد.

**۳** قانونی بودن موضوع کار و فعالیت را تعیین کنید. برخی مواقع ایده‌ای را که عملی می‌کنیم، منع قانونی دارد. برای مثال فعالیت شرکتی به منظور فراهم کردن تسهیلات بانکی برای متقاضیان، یا فروش رمزارزهایی مانند بیت‌کوین را در نظر بگیرید. شاید در صورت این ایده منع و مشکلی نباشد، ولی باید حتماً زمان کافی برای تحقیق در مورد موضوع کسب‌وکارمان بگذاریم.

**۴** باید مطمئن باشید طرح و آورده فکری متعلق به خود شماست. نمود آن را می‌توان مواقعی دید که از اختراع، طرح صنعتی، برنامه‌های نرم‌افزاری و موارد این‌چنینی برای ایده تجاری بهره می‌بریم. اگر می‌خواهید از اختراع یا طرح دیگران در کارتان استفاده کنید، باید قراردادی بین شما و صاحب ایده و اختراع ایجاد شود تا در صورت ادعای اشخاص دیگر و بر فرض شکایت آن‌ها، مدارک و مستندات کافی برای اثبات ادعای خود داشته باشید.

**۵** مجوزهای لازم را برای کسب‌وکار خود بگیرید. کسب بعضی از مجوزها شاید وقت‌گیر و زمان‌بر باشد، ولی خود کسب مجوز، هم به معنای اصالت کسب‌وکار است و هم اعتماد مشتریان را جلب می‌کند. برای مثال، برای راه‌اندازی فروشگاه اینترنتی، باید چند کار اساسی انجام دهید:

● دریافت نماد اعتماد الکترونیکی (ای‌نماد) که مرکز توسعه تجارت الکترونیک، زیر نظارت وزارت صنعت، معدن و تجارت



آن را صادر می‌کند.

● گرفتن درگاه پرداخت بانکی

● مجوز کار در زمینه رسانه‌های دیجیتال (saramad.ir)

● مجوز نظام صنفی رایانه‌ای

● مجوز ساماندهی (samandehi.ir)

● مجوزهای اختصاصی کسب‌وکارهای اینترنتی: این مجوز به نوع

خدمات یا محصول شما بستگی دارد. مثلاً برای فروش محصولات

فرهنگی و هنری مجوز وزارت ارشاد را نیاز دارید و اگر

محصول یا خدماتتان در حوزه سلامت و درمان است،

مجوز وزارت بهداشت نیازتان می‌شود.

● دریافت گواهینامه SSL: اگر به آدرسی مانند

گوگل نگاه کنید، می‌بینید که با HTTPS

شروع شده است. S انتهای این پروتکل به

معنای آن است که اتصال بین دستگاه شما

و سایت امن است. اتصالات امن معمولاً

با استفاده از گواهینامه SSL که مخفف

«Secure Sockets Layer» است،

ایجاد می‌شوند. گواهینامه SSL داشتن

هر سایت، به معنای حفاظت آن از اطلاعات

حساس و حائز اهمیت کاربران در فضای وب،

مانند تراکنش‌های مالی، نام‌های کاربری، رمز

عبور و غیره است.

● نام تجاری یا برند خود را ثبت کنید. یکی از موارد مهم

پس از آغاز کار، نام‌گذاری کسب‌وکار است. نام تجاری که

به نوعی هویت کار شماست، پس از انتخاب باید ثبت شود.

ثبت نام تجاری از چند جنبه اهمیت دارد: یکی اینکه به دلیل

منحصر به فرد بودن در دفتر ثبت شرکت‌ها، شرکت دیگری

نتواند همین نام را انتخاب کند و دیگر اینکه اگر نام تجاری

مورد نظر شما پیش از این ثبت شده باشد، نام دیگری برای

شرکتتان انتخاب کنید.

● توافق‌های کتبی را جایگزین توافق شفاهی کنید. از آنجا که توافق

شفاهی (جز در مواردی که شاهد محکم‌پسند داشته باشید) به هیچ

وجه سندیت ندارد و قطعاً در آینده شما را با مشکل مواجه خواهد کرد،

هرگونه توافق شفاهی را حتماً به قرارداد کتبی تبدیل کنید.

● شرکت را به‌طور رسمی ثبت کنید. انواع شرکت‌هایی که عموماً

افراد در ایران ثبت می‌کنند، عبارت‌اند از:

● شرکت با مسئولیت محدود

● شرکت سهامی خاص

● شرکت سهامی عام

● شرکت تضامنی

● شرکت تعاونی

البته شرکت‌های دیگری نیز در قانون تجارت پیش‌بینی شده‌اند، مانند:

شرکت نسبی، شرکت مختلط سهامی و شرکت مختلط غیرسهامی.

انواع شرکت‌ها، بیشتر به دلیل تعداد شرکا، میزان سرمایه، مسئولیت

شرکا و نحوه تصمیم‌گیری، با هم تفاوت دارند. همین تفاوت‌ها باعث

شده است انواع گوناگونی برای شرکت‌ها داشته باشیم و بتوانیم تصمیم

بگیریم شرکتمان را تحت چه عنوانی ثبت کنیم.

سؤالی که بسیار پرسیده می‌شود، این است که چه زمانی ثبت شرکت

کنیم. باید بدانید، ثبت شرکت در مراحل ابتدایی کار، نه تنها نمی‌تواند

کمک‌چندانی کند، بلکه شما را درگیر مسائل پیچیده مالی و مالیاتی،

حقوق کار و امور تشریفاتی شرکت‌ها خواهد کرد که زمان و هزینه

زیادی را از شما خواهد گرفت. اجازه دهید کمی کسب‌وکار شما

پیشرفت کند و تعدادی کاربر داشته باشد. وقتی شما به اعتمادسازی

جدی پیش کاربران یا سرمایه‌گذاران نیاز داشته باشید، سپس شرکت

خود را ثبت کنید. پس پیشنهاد می‌کنم در ثبت شرکت عجله نکنید.

سلام

خرسند و خوشحالیم که همچنان با ماهنامه خودتان در ارتباطید و با ارسال شعر، داستانک، خاطرات و نقدهای ارزشمندتان، یاریگر ما در پربار شدن صفحه‌های این مجله هستید. در این شماره هم چند اثر ارسالی را نقد و بررسی می‌کنیم.

آقای مرتضی یاحقی از شیراز نوشته‌اند: «هنرجویان هر رشته در هنرستان ما امتیازات رشته خود را به رخ همدیگر می‌کشند و با آن پز می‌دهند؛ مثلاً عمرانی‌ها می‌گویند: ما هیچ‌وقت به بن‌بست نمی‌رسیم یا با ابزاری که داریم، راه را پیدا می‌کنیم، یا آن را می‌سازیم.» بچه‌های رشته کشاورزی می‌گویند: «هر جای دنیا که باشید، مجبورید ظهر سر میز ناهار یا سفره‌ای بیابید که محصول‌های ما را پخته‌اند و در آن گذاشته‌اند.» دوستان رشته صنایع چوب می‌گویند: «همه از بدو تولد که وارد گهواره می‌شوند تا هنگام مرگ که در تابوت چوبی جا می‌گیرند، نیازمند محصولات ما هستند؛ تازه اگر یک نفر که چشم‌هایش شور است، از شما تعریف کند و میز، صندلی یا دری چوبی کنارشان نباشد، چگونه برای رفع چشم‌زخم به تخته می‌زنید؟» و عزیزان رشته‌های رایانه‌ای بر خود می‌بالند که: «با هوشمندسازی دنیا، ماییم که در آینده‌ای نزدیک حرف اول را می‌زنیم.» آیا این فخر فروشی‌ها درست است؟

**پاسخ:** هر چند این صفحه مخصوص نقد و نظر نثرها و شعرهای ارسالی است و این سؤال را باید از مشاوران محترم بپرسید، ولی همین که عزیزان هنرجو به رشته‌های انتخابی خود می‌بالند و به آن‌ها علاقه‌مندند، خوب است. بد هم نمی‌گویند. دنیا به آن‌ها نیاز دارد. خوشبختانه همه رشته‌های فنی و ویژگی‌هایی دارند که مایه مباحث باشد! پز دادن و فخر فروشی هم که در زن ماست و فعلاً نمی‌شود کاری برایش کرد!

موفق باشید! سعید افخمی، از یزد، این نثر را برای ما فرستاده است: «ما در یک مجتمع چهل و هشت واحدی زندگی می‌کنیم. از وقتی همسایه‌ها فهمیده‌اند من هنرجوی رشته تاسیساتم، تا مرا می‌بینند، درخواست می‌کنند آچار و پیچ گوشتی‌ام را بردارم و ببرم رادیاتور واحدشان را هواگیری کنم یا واشری نو به شیر آبی که چکه می‌کند، ببندازم. ابتدا فقط با مقاصد بشر دوستانه کارشان را راه می‌انداختم، اما حالا، به خاطر اینکه کم‌کم با کسب درآمد آشنا بشوم، در کنار حس بشر دوستانه، دستمزدی هم از آن‌ها می‌گیرم و کلی تجربه اندوخته‌ام؛ طوری که تأسیساتی محل از من خواسته است وقت بیکاری در مغازه‌اش کار کنم. خودم هم از اینکه بابت کار و کاسبی آینده دل‌نگران نیستم، خوشحالم.» آقاسعید! ما هم از این موضوع خوشحالیم و برایتان آرزوی موفقیت روزافزون داریم.

حکایت سعدی را از کتاب گلستان به مصداق کار و تلاش شما در اینجا می‌آوریم:

### حکایت

«حکیمی پسران را پند همی داد که جانان پدر، هنر آموزید که ملک و دولت دنیا اعتماد را نشاید، و سیم وزر در سفر بر محل خطر است؛ یا دزد به یکبار ببرد یا خواجه به تقاریق بخورد، اما هنر چشمه زاینده است و دولت پاینده، و اگر هنرمند از دولت بیفتد، غم نباشد که هنر در نفس خود دولت است. هر جا که رود قدر بیند و بر صدر نشیند و بی‌هنر لقمه چیند و سختی بیند.»

این شعر چهارپاره را عفت زینلی از قم برای ماهنامه فرستاده است:

### قوانین فیزیک

از کجا فهمیده  
نیوتن پای درخت  
از زمین خوردن سیب  
این همه مطلب سخت

من اگر می‌دیدم  
سیب سرخ و شیرین  
با سقوط از شاخه  
می‌رود سمت زمین

جای کشف فرمول  
با قوانین عجیب  
می‌گرفتم آن را  
تا نبیند آسیب

خانم زینلی، شعرتان خوش‌مضمون و خوب است. خدا را شکر ایرادی هم در وزن و قافیه ندارد. فقط برای بهتر شدن، به تمرین و نوشتن بیشتری نیاز دارید. شاید بعضی از دانش‌آموزان هم دوست داشته باشند شما جای نیوتن باشید، زیرا در آن صورت، هم مانع آسیب‌رسیدن به سیب می‌شدید و هم کتاب فیزیک چند صفحه‌ای کمتر می‌شد.

# پرچمداران فردا

علیرضا قمری، تهران  
هشتمین جشنواره عکس رشد





وای پتترم رو نیابورم !!

به نذرت با این کار آشفتن فعال همیشه !!

اینجا اردم و اینجا اردم و اینجا اردم و اینجا اردم و اینجا اردم !!

داری کجا میری؟! و رودی شهرک سینمای از این طرفه !!

تو وطنی که دونه گل رو همینجا کاشتی؟!!

فکر کنم

تو رو خدا وسایلم رو پس بردین... اوآنته!!

فرار کنید... اثردها!!!!

خب برنده هم معلوم نشد، هرکی قبض شماره سیزده رودا شده باشه برنده است

صیغوه گداشتم توی اینباری تا حرف های مورچه ها رو گوش کنم و یا اینس یک مستند تلوزیونی بزارم

داری چیکار میکنی؟!!

راز بقا



کارگاه  
(تولید برنامه تلوزیونی)

نویسنده: واجه: مجید صالحی

تورو خدا یک کلاه حرف بزن... سه ساعته التماس می کنم...

