

ماهنامه آموزشی و تربیتی برای دانش آموزان دوره اول متوسطه
دوره چهارم و یکم ● مهر ۱۴۰۱ ● شماره پیاپی ۳۲۲ ● ۴۸ صفحه
اجتماعی و فرهنگی

وزارت آموزش و پرورش
دفتر نشر و ارتباطات
دفتر نشر و ارتباطات و فناوری آموزشی



نوجوان

رشد



هوش مصنوعی

بهار باتومی رسد

دور دنیا در یک روز
چگونه از برج نویسنده کی بالا برویم؟
پیارنگی نشی

در بهشت



در بهشت
 حرف بیخود و اضافه نیست
 هیچ کس
 از کسی کلافه نیست
 حرف‌ها همه
 معنی سلام می‌دهند
 هر کجا نگاه می‌کنی
 نوبه نو پر از شکفتن و شکفتن است
 هر چه هست
 در کمال مطلق است
 از همان نخست
 غنچه را بهار
 نام می‌نهند
 می‌رسی سلام
 می‌روی سلام
 در سکوت بی کلام
 در حریم پاک مهربانی و سلامتی
 در کمال سرخوشی، سعادت مدام
 هر کجا نگاه می‌کنی تجلی حق است

برگرفته از:

آیات ۲۵ و ۲۶، سوره قیامت

محمدحسن حسینی

تصویرگر: شیوا قاضی

خانواده مجلات رشد همه تلاش خود را کرده است تا این مجله در دسترس عموم دانش‌آموزان قرار گرفته و همه کودکان و نوجوانان مبین عزیز اسلامی مان امکان تهیه آن را داشته باشند.

قیمت: ۲۲۰۰۰ ریال

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

شواری برنامه‌ریزی: مجید عمیق، حبیب یوسف‌زاده، بابک نیک‌طلب، مریم فردی، علی یوسفی، علیرضا نبی، عباس نورآبادی

نشانی دفتر مجله: تهران/ صندوق پستی: ۱۵۸۷۵/۶۵۸۳ • تلفن: ۸۸۸۴۹۰۹۷ • پیامک: ۰۸۹۹۵۹۶-۳۰۰۰
 وبگاه: www.roshdmag.ir • رایانامه: nojavan@roshdmag.ir • چاپ و توزیع: شرکت افست

● **ارتباط با ما:** اگر انتقاد یا پیشنهادی درباره شکل و محتوای مجله یا چگونگی توزیع آن دارید، با شماره تلفن ۰۲۱-۸۸۳۰۱۲۸۲ تماس بگیرید و پس از شنیدن صدای پیام‌گیر، کد مورد نظرتان را وارد کنید و بعد از شنیدن دوباره همان صدا پیام بگذارید. کد مدیر مسئول: ۱۰۲ / کد سردبیر: ۱۰۶ / کد امور مشترکین: ۴۱۴

● **دفتر انتشارات و فناوری آموزشی:** به جز رشد نوجوان، مجلات دانش‌آموزی زیر را نیز منتشر می‌کند:
 رشد کودک؛ ویژه پیش‌دبستان و دانش‌آموزان پایه اول دبستان، رشد نوآموز؛ برای دانش‌آموزان پایه‌های دوم و سوم دبستان، رشد دانش‌آموز؛ برای دانش‌آموزان پایه‌های چهارم، پنجم و ششم دبستان، رشد جوان؛ برای دانش‌آموزان دوره متوسطه دوم / رشد برهان (نشریه ریاضی دوره دوم دبیرستان) / رشد برهان (نشریه ریاضی دوره اول دبیرستان)، آرای مندرج در مقاله‌ها، ضرورتاً مبین نظر دفتر انتشارات و فناوری آموزشی نیست و مسئولیت پاسخگویی به پرسش‌های خوانندگان، با خود نویسنده یا مترجم است.

- مدیر مسئول: محمد صالح مَدَنبِی
- سردبیر: علی اصغر جعفریان
- مدیر داخلی: زهره کریمی
- ویراستار: بهروز راستانی
- مدیر هنری: کوروش پارسا نژاد
- طراح گرافیک: میترا چرخیان
- دبیر عکس: اعظم لاریجانی

نوجوان

رشد

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

ماهنامه آموزشی و تربیتی
اجتماعی و فرهنگی

دورهٔ چهارم و یکم • مهر ۱۴۰۱
شمارهٔ پی‌درپی ۳۲۲ • ۴۸ صفحه

پیش به سوی قله‌های بلند

اگر گشت و گذاری دور کرهٔ زمین داشته باشیم، می‌بینیم که هیچ جای زمین پهناور خالی از نام و یاد او نیست. به‌درستی که او معلم انسان‌هاست. او یک تنه و تنه‌ای تنها برای اصلاح جهان به پا خاست؛ آن هم در دوران و در سرزمینی که جهل و تاریکی همه‌جا را فرا گرفته بود.

آری همهٔ ما همت بلند را باید از پیامبر بزرگ اسلام، حضرت محمد(ص) که درود خدا بر او باد، بیاموزیم.

همت بلند دار که مردان روزگار

از همت بلند به جایی رسیده‌اند

دوست من در ابتدای سال تحصیلی بهترین تصمیم را بگیر. یادمان باشد، دورترین مقصدها نیز دست‌یافتنی هستند. طولانی‌ترین مسیرها هم با برداشتن گام‌های کوتاه سرانجام طی خواهند شد. مهم این است که گام نخست را برداریم و برای رسیدن به هدف‌های عالی، با ارادهٔ جدی به سوی هدف حرکت کنیم. اگر به جای تو بودم، در ابتدای سال به قله‌های بلند فکر می‌کردم. کوتاه‌فکری اولین دلیل شکست و ناتوانی است. در زمینه‌های مادی و معنوی باید بلندنظر بود و مصمم به پیش رفت.

امام علی(علیه‌السلام) در حکمت ۴۷ «نهج البلاغه» می‌فرماید: «ارزش مرد(هر انسان) به اندازهٔ همت اوست.»

علی اصغر جعفریان

- ۱ پیش به سوی قله‌های بلند
- ۲ کرونا چگونه جرقه زد!
- ۴ پهلوان رضا
- ۷ نوری که به آسمان می‌رود
- ۸ هوشمندسازی و هوش مصنوعی ...
- ۱۰ بهار با تو می‌رسد
- ۱۲ عادت کنیم به عادت‌ها
- ۱۴ رفتن در دست توست!
- ۱۶ رشتهٔ تلویزیونی
- ۱۸ دور دنیا در یک روز
- ۲۰ تغییر

کش مکش

- هنر گوش دادن ... ۲۱
- در آراب سخن گفتن ۲۲
- کتابخانهٔ قلبی ۲۳
- عرف فصولی ... ۲۴
- پپس بزرگ! ۲۵
- پارنگی نشی ۲۶

- ۲۷ جدول
- ۲۸ کمی هنرمند شویم
- ۳۰ دست پخت شما
- ۳۲ تسبیح آبدار
- ۳۳ نقاشی طبیعت
- ۳۴ نرمش ذهن
- ۳۶ هفت خوان فضا
- ۳۸ نفس بکشیم یا نکشیم؟
- ۴۰ سه قفل و یک کلید
- ۴۲ در هیاهوی ماه مهر
- ۴۴ چگونه از برج نویسنده‌گی بالا برویم؟
- ۴۶ پلوگوش قلقلی
- ۴۷ پیش غذایی لیوانی
- ۴۸ رؤیای شاهانه



گفت‌و‌گو با یک نوجوان طراح بازی

کرونا چگونه جرقه زد!

آلما توکل

عکاس: اعظم لاریجانی

مسیر

«ایده آزاد» اسم یک رویداد است؛ رویدادی که در آن می‌توانی طرح‌هایت را برای ساخت بازی فکری و بازی رومیزی مطرح کنی. یک روز وقتی فراخوان این رویداد منتشر شد، امیرعلی حسینی اخگر با خودش فکر کرد: «رویدادهای بزرگ که فقط برای بزرگسالان نیستند!» همین جرقه کافی بود تا او ایده خود را به رویداد بفرستد، برگزیده شود و حالا منتظر تولید بازی فکری خود است.

بازی تکثیر چیست؟

«تکثیر» یک بازی رومیزی فکری با موضوع «کرونا» است. این بازی با شیوع ویروس در شهر آغاز می‌شود و اگر بازیکنان نتوانند جلوی شیوع ویروس را بگیرند، همه‌گیری رخ خواهد داد. این بازی رقابتی برای دو تا چهار نفر طراحی شده است و جزو بازی‌های خانوادگی محسوب می‌شود.

در این بازی، ویروس سعی می‌کند افراد دارای ارتباط بالا با شهرهای دیگر را شناسایی کند و پس از رخنه به وجود آن‌ها، شرایط تکثیر در افراد دیگر را به وجود بیاورد. در مقابل، «مدافع سلامت» تلاش می‌کند با واکسن و قرنطینه جلوی شیوع ویروس را بگیرد.

این بازی مبتنی بر ذهن‌خوانی است. ابزار این بازی ۲۰ صفحه دو طرفه و ۱۵۰ مهره قرمز رنگ به عنوان ویروس و ۵۰ مهره آبی رنگ به عنوان واکسن و دو مهره قرنطینه است.

کودکی امیرعلی

وقتی دو سه سالم بود، بازی‌های رایانه‌ای کودکانه

انجام می‌دادم. بعدها در رایانه

گشتم و بازی شطرنج را پیدا کردم. در آن سن به قدری این بازی را انجام دادم که تقریباً تمام قوانین شطرنج و اصول حرکت مهره‌ها را یاد گرفتم. این گونه بود که به بازی‌های فکری علاقه پیدا کردم. از آن زمان به بعد مرتب با بزرگ‌ترها شطرنج بازی می‌کردم و آن‌ها هم در بازی کمی به من ارفاق می‌کردند. اما بعدها حرفه‌ای شدم. بنابراین اولین بازی فکری که انجام دادم، شطرنج بود. از آنجا فهمیدم به بازی‌های فکری علاقه دارم.

کودکی من با بازی‌های رایانه‌ای گذشت. زمانی که بچه بودم، قبل از اینکه به سنی برسم که بتوانم بازی‌های فکری بکنم، بیشتر بازی‌های رایانه‌ای انجام می‌دادم. بعد از اینکه توانستم در یکی از بازی‌های رایانه‌ای که



قرنطینه بودیم هم فرصت خوبی برای این کار بود.

وقتی این بازی را طراحی می کردیم، فقط به فکر کرونا نبودیم. چون بیماری‌های ویروسی خیلی زیادی وجود دارند. بنابراین گرچه این بازی از کرونا ایده گرفته است، ولی می‌تواند عنوان هر ویروس دیگری را هم بگیرد. پس این بازی فقط مخصوص کرونا ساخته نشده و برای همه بیماری‌های ویروسی واگیردار خطرناک طراحی شده است. اکنون هم بازی در مرحله تولید است و ان‌شاءالله به زودی وارد بازار می‌شود.

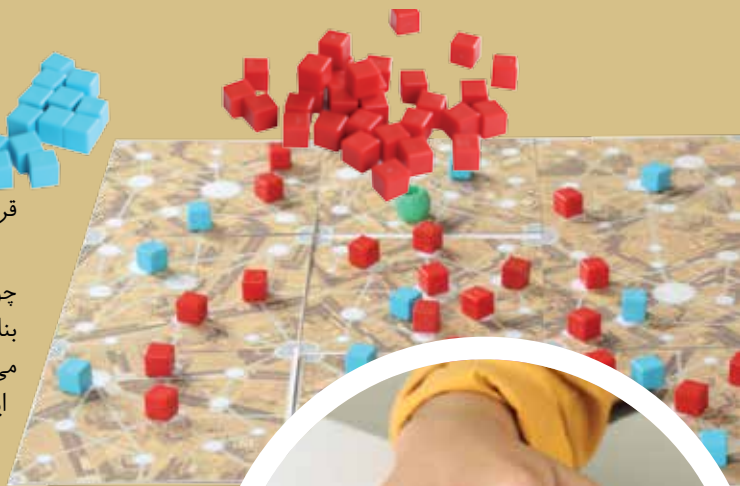
از ایده تا اجرا

اوایل نقشه‌ها را به‌عنوان نمونک (ماکت) با خود کار می‌کشیدم. تعداد مهرها کم بود. وقتی در خانواده بازی را انجام می‌دادیم، مرتب آن را تغییر می‌دادم. بعد از اینکه در «ایده آزاد» ثبت نام کردم، بازی‌ام از جمله بازی‌های برتر شناخته شد. بعد چیزهای جدیدی مثل قرنطینه کردن و جهش کردن را به بازی اضافه کردم. تا اینکه بازی‌ام جذاب شد. در نهایت خود «ایده آزاد» تصمیم گرفت به عنوان حمایت از ما این بازی را تولید کند.

آینده

از وقتی این بازی را طراحی کرده‌ام و حمایت ایده آزاد را دیده‌ام، به طراحی بازی علاقه‌مند شده‌ام و از اینکه بازی طراحی می‌کنم احساس خوبی دارم. برای همین این روزها به فکر طراحی بازی‌های دیگر هم هستم و دوست دارم بازی‌های فکری و رقابتی دیگری طراحی کنم. هدفم این است در آینده بازی‌های زیادی طراحی کنم تا بچه‌ها بازی‌های بیشتری داشته باشند. حتی همین بازی‌هایی را که تا حالا طراحی کرده‌ام، با بچه‌های همسایه بازی می‌کنیم و نظرشان را می‌دهند. بعضی از آن‌ها به قدری از بازی‌ها خوششان می‌آید که می‌گویند اگر این بازی به مغازه بیاید، سریع آن را می‌خریم.

دوست دارم در آینده هدایتگر (منتور) شوم و با بررسی بازی‌های دیگران، مشکلاتشان را برطرف و به آن‌ها کمک کنم.



خیلی هم راهبردی (استراتژیک)

و فکری بود برنده شوم، وارد

بازی‌های رومیزی شدم. بعد از مدتی هم توانستم در بازی‌های رومیزی فکری، راهبردی و رقابتی حرفه‌ای شوم. این‌ها سبک‌های بازی مورد علاقه من بودند و با هر کسی که دوست داشتم رقابتی داشته باشم، این بازی‌ها را می‌کردم.

من در دوران بچگی بیشتر به بازی‌های راهبردی و فکری علاقه داشتم؛ بازی‌های فکری به دلیل اینکه اکثر آن‌ها رقابتی بودند. به جز این، بازی‌های حرکتی مثل فوتبال و والیبال را هم که رقابتی بودند، انجام می‌دادم. بازی‌های کارتی هم برایم جذاب بودند و در مناسبت‌های گوناگون برایم از این بازی‌ها هدیه می‌آوردند.

ماجرای کجا شروع شد؟

عمه‌ام در رویدادهای «ایده آزاد» که «کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان» برگزار می‌کند و صاحبان ایده‌های ساخت بازی در آن با هم رقابت می‌کنند، شرکت می‌کردم. خودم هم قبل‌تر از این دوست داشتم بازی فکری درست کنم. مثلاً بازی‌های متفاوت و رقابتی‌تری از دل منج و بازی‌های کارتی طراحی می‌کردم و بعد آن بازی‌ها را انجام می‌دادیم. کرونا که آمد، و رفت و آمدها که قطع شدند، با عمه‌ام بازی‌های رایانه‌ای از راه دور انجام می‌دادیم.

عمه‌ام برای اینکه بازی‌اش را طراحی کند، از من می‌خواست با او بازی کنم تا مشکلات بازی کم‌کم پیدا شوند. یا من ایده‌ای جدید به او می‌دادم. متوجه شدم با تغییراتی که عمه‌ام به مرور روی بازی ایجاد کرده، بازی‌اش خیلی جذاب شده است. بعد با خودم گفتم: چرا من هم یک بازی جذاب طراحی نکنم؟ اینکه در دوران



مرشد عبدالله یک بار دیگر زنگ زورخانه را به صدا در آورد و انگشت‌های لاغر و استخوانی‌اش بی‌اختیار بر پوسته صاف و کشیده ضرب به حرکت در آمدند ...

پهلوان‌ها «باعلی» گفتند، وسط گود حلقه زدند و آماده شدند. مرشد عبدالله گرم کار شد و با شور خواند:

«برو ای گدای مسکین در خانه علی زن

که ننگین پادشاهی دهد از کرم گدا را!»^۱

مثل آسمان بهاری بغض داشت و صدایش آشکارا می‌لرزید. برخلاف روزهای گذشته که چشم‌های درشت و سیاهش را به کف گود می‌دوخت و شق و رق می‌نشست و می‌خواند، این بار توی خودش مچاله شده بود. نگاهش را به سقف زورخانه دوخته بود تا قطره‌های اشکی که در نی چشم‌هایش تکان می‌خورند، بر زمین نیفتند و کسی گریه کردن پنهانش را نبیند.

باورش نمی‌شد که پهلوان زمین خورده و شرم‌منده اهل و عیال خود شده باشد. نبودن پهلوان رضا را باور نمی‌کرد. می‌دید و قبول نداشت. بی‌آنکه بخواهد، به گذشته فکر می‌کرد. به یاد می‌آورد که چند روزی می‌شد از پهلوان رضا خبری نبود. پیش از آن هم، از ماه‌ها قبل، پهلوان حال و روز خوشی نداشت. نمی‌گفت، نمی‌خندید و در هیچ کاری پیش‌قدم نبود. آرام و سر به زیر بود. مثل کوه، ساکت و استوار، همه چیز را توی خودش می‌ریخت و دم بر نمی‌آورد.

- غمت کم پهلوان رضا!

صدای مرشد در گلو شکسته شده و به گوش پهلوان نرسیده بود. هر بار که خواسته بود حال پهلوان را بپرسد، جرئت نکرده بود. در عمق چشم‌های پهلوان رضا رازی نهفته بود که مرشد عبدالله را به اندیشیدن وا می‌داشت و به او اجازه نمی‌داد راحت و آسوده با او صحبت کند.

- سلام مرشد!

- سلام پهلوان، سلامت باشی!

- برقرار باشی!

فقط سلام و احوال‌پرسی کرده بودند و دیگر هیچ. مرشد عبدالله خواسته بود که سر صحبت را باز کند، اما نتوانسته بود: چرا پهلوان رضا کم حوصله شده است؟ چرا مثل همیشه دوش به دوش پهلوان‌های دیگر تا آخر وقت توی گود زورخانه نمی‌ماند؟ چرا بی‌صدا



و خاموش شده است؟!

می کشید. پهلوان رضا در خیر و شر مردم همیشه قدم اول را برمی داشت و این فراموش شدنی نبود.

صدای باز شدن چفت در برخاست. در گشوده شد و پهلوان رضا، لاغر و رنگ پریده، در آستانه در خوشامد گفت: «سلام، خوش آمدید، صفا آوردید!»

-السلام علیک، مهمان داری پهلوان!

-بفرمایید، چشممان روشن.

پهلوان رضا حلقه به در کوبید و کنار ایستاد تا مهمانها وارد شوند. پهلوان کربلایی حسن با تعارف بقیه وارد شد و پشت سر او مرشدعبدالله و دیگران هم به داخل رفتند و مثل کربلایی پیشانی و روی میزبان را بوسیدند.

در هنوز باز بود. پهلوان رضا «الهی شکر» گفت و در را پشت سر خود بست. ماهها بود که پهلوان رضا به زحمت روی پا ایستاده بود. جانش را به دندان گرفته بود و به هزار رنج و مشقت کار می کرد و بار زندگی را به دوش می کشید. عاقبت هم خانه نشین شده بود و دیگر نمی توانست حتی به کسب و کارش برسد.

شکست تلخی بود. پهلوان حتی خوابش را هم نمی دید. غول مرضی پشت پهلوان را به خاک رسانده بود. پهلوان رضا صبر و رضامندی خود را لطف پروردگارش می دانست و در تنگنای سختی و فشار زندگی شکر گزار بود.

پهلوانها حمد خواندند و برای سلامتی پهلوان رضا دعا کردند. کربلایی حسن به شور و حال افتاد و به حضرت سیدالشهدا (ع) متوسل شد. با حرفهایی که از سر شوق می زد، اشک همه را در آورد. بیشتر از همه پهلوان رضا گریه کرد و اشک ریخت.

ذوالفقار و حیدر که از اول مجلس برای مهمانها جای و گلاب آورده بودند، در راست و چپ پهلوان رضا نشستند و تندرستی و برقراری پدرشان را به چشم می دیدند.

مرشدعبدالله که طاقت تماشای گریه کردن پهلوان رضا را نداشت، به منبر رفت: «ذوالفقار تو زرنگ تری یا حیدر؟»

ذوالفقار و حیدر زیر چشمی به هم نگاه کردند و لبخند زدند.

-هر کسی که مرتب به زورخانه آمد، حتماً پهلوان نیست. کسی هم هست که به عمرش زورخانه ندیده، ولی پهلوان پهلوانهاست.

-خدایا مرزدت **پهلوان حیدر!**

مرشدعبدالله حرف دلش را زد و آرام گرفت. بعد از او هم هر حرفی که زده شد، برای تسکین پهلوان رضا بود.

مرشدعبدالله حق داشت اینطور فکر کند. مدتی بود که پهلوان رضا دیرتر از همه می رسید و زودتر از بقیه کف گود را می بوسید و بیرون می آمد. از خواندن غزل هم خبری نبود. مثل بلبل خاموش، بال و پرش را جمع کرده بود و کمتر از هر وقت دیگری صحبت می کرد. نگاهها بر لب و دهان پهلوان می خشکید. اما او خاموش بود و بی صدا، و هیچ جنب و جوشی هم نداشت. وقتی هم که بی خبر به زورخانه نیامد، همه متوجه جای خالی پهلوان شدند؛ تماشاجیها، پهلوانها و بیشتر از آنها، مرشدعبدالله ...

یک روز و دو روز و چند روز گذشت؛ دیگر درست نبود بیشتر از آن صبر کردن و دندان به جگر گذاشتن. باید کاری می کردند. **پهلوان کربلایی حسن** نزدیکیهای ظهر بود که به «بازار» رفت و سراغ پهلوان رضا را گرفت. بازار آهنگرها بود و گل روی پهلوان رضا. از اولین کسی که سراغ گرفت، همراهش شد و تا نزدیکی مغازه با او آمد؛ با کربلایی همراه شد و هم کلام. گفت که پهلوان رضا ناخوش است و ...

خبر خیلی زود به زورخانه رسید.

غروب یکی از روزهای گرم تابستان بود. آن روز زنگ زورخانه به صدا درنیامد. مرشدعبدالله از شب پیش کاغذی را روی در چوبی و کوتاه زورخانه چسبانده بود که روی آن نوشته شده بود: «یا علی. زورخانه پهلوان حیدر امروز تعطیل است.»

پهلوانها به موقع آمدند. همگی در قهوهخانه آن سوی رودخانه که سالهای سال پهلوان حیدر به آنجا می آمد، جمع شدند تا به خانه پهلوان رضا بروند. همان جا هم از زبان پهلوان کربلایی حسن شنیدند که دکان آهنگری پهلوان رضا از روزهای پیش باز نشده است.

هوا رو به تاریکی می رفت که آماده رفتن شدند. کمی صبر کردند تا خداوند پرده سیاه شب را بر چهره عالم و آدم کشید و راز خلق روزگار را بیشتر از روز پوشاند. در تاریکی شب نام خدا را به زبان آوردند. در دل یاد خدا را زنده کردند و پیش رفتند. زمین با تمام سنگدلی اش به نوازش قدم پهلوانها آمده بود و نگران خستگی آنها بود. سنگ فرس گذرها بود و آوای خوش گامها ...

نفسها زندانی قفس تنگ سینهها شده بود. حلقه برنجی روی در با پهلوانها حرف می زد و آنها را به یاد برادرشان، پهلوان رضا، می انداخت: «خوب شد که آمدید ...»

دلها بی قرار و چهرهها در هم بود. پیشانیها چین داشت. اشتیاق دیدن پهلوان رضا و پرس و جو کردن از حال و احوال او آتش شده بود و در دلهای بی قرارشان شعله

پهلوان‌ها پس از خواندن آیه‌الکرسی^۲ شرمنده و خوش حال بیرون آمده بودند؛ شاید بهتر این بود که زودتر سراغ او را می‌گرفتند. اما همین که سعادت دلجویی از پهلوان‌رضا را پیدا کرده بودند، خدا را شکر می‌گفتند.

تکلیف خودشان را خوب می‌دانستند. لازم نبود که منتظر فرداها باشند ... بعد از یک روز که زورخانه تعطیل بود، دوباره زنگ به صدا در آمده بود. نفس گرم پهلوان‌ها که یاد خدا می‌کردند و ذکر «یا علی» می‌گفتند، همه جا را معطر کرده بود. باید مختصری ورزش می‌کردند و پس از آن هر کس به وسع خودش پولی را در کف گود می‌گذاشت. بعد آن را جمع می‌کردند و یک نفر به خانه پهلوان‌رضا می‌رفت و تحویلش می‌داد.

مرشدعبدالله از خواندن باز ایستاد. نفسش بیشتر از آن یاری نمی‌کرد. حنجره‌اش انگار که زخم بود. ضرب را کنار گذاشت. از گود رو برگرداند و چشم‌هایش را که به شمایل حضرت علی(ع) خیره مانده بود، از اشک پاک کرد و پایین آمد.

پهلوان کربلایی حسن دستمال سفید و تمیزی را کف

گود پهن کرد. پول‌ها را روی آن گذاشت و دستمال را گره زد و به مرشدعبدالله سپرد. همه دست به آسمان بلند کردند. برای سلامتی پهلوان‌رضا دعا کردند و آماده رفتن شدند. چراغ زورخانه زودتر از روزهای پیش خاموش شد و دل‌ها بیشتر از همیشه روشن.

پهلوان‌ها راه افتادند و تا نیمه راه مرشدعبدالله را همراهی کردند. مرشد عبا را روی سرش کشید و با شانه‌های افتاده قدم برداشت و به طرف خانه پهلوان‌رضا پیش رفت ...

آسمان شب سیاه و بی‌ستاره بود. غم و شادی تمام عالم توی چشم‌های مرشد تلنبار شده بود. نگاهی به دور و بر خود انداخت. همه جا خلوت و خاموش بود. پرده سیاهی شب همه جا را پوشانده بود؛ همه جا و همه چیز را. خوب و بد را، زشت و زیبا را. با توکل به خدا، دست به حلقه در برد و تقه زد. کمی این پا و آن پا کرد، نفس راحتی کشید و منتظر ماند. از داخل حیاط صدای پا آمد. مرشدعبدالله سرفه‌ای کرد و با لحن شرم‌زده و آرام پرسید: «پهلوان‌رضا تشریف دارند؟!»

با صدای باز شدن در دوباره به حرف آمد: «سلام علیکم، بی‌موقع مزاحم شدم؛ شرمندهام!»

-خوش آمدید، صفا آوردید. بفرمایید منزل!

-رفع زحمت می‌کنم. فقط ... این امانت را آورده بودم! پهلوان‌رضا که «رسم پهلوان» آ‌ها را می‌دانست، بی‌اختیار دست‌هایش را بالا برد و دستمال پر از پول را که به سویس دراز شده بود، گرفت.

-از خدا عوضش را بگیری!

با زبان و دل از او تشکر کرد. صدا را نمی‌شناخت. نمی‌دانست که صاحب آن صدا کیست. سر بلند کرد و در ظلمت شب به کسی که در مقابلش به احترام ایستاده بود، خیره شد.

مرشدعبدالله عبا را بیشتر روی صورتش کشید و در حالی که سعی می‌کرد صدایش را باز هم تغییر بدهد و خداحافظی می‌کرد، مانند نسیمی سبک پا در کوچه‌های شب به راه افتاد. رفت و از چشم‌ها پنهان شد ...

۱. شعر از استاد شهریار است.

۲. سوره بقره، آیه ۲۵۵.

۳. اشاره به آیین گلریزان که هنوز در میان پهلوانان پا برجاست.



نوری که به آسمان می‌رود

دنیایی که تو آفریده‌ای
مکان بسیار شگفت‌انگیزی است.
هر روز به مخلوقات تو فکر می‌کنم.
شگفت این‌که هیچ‌چیز را بی‌هوده خلق
نکرده‌ای؛ درخت‌ها، پرنده‌ها، خنده‌ها و انتظارها،
سیب‌ها و رازهای درون قلب آدم‌ها، هیچ کدام را
بی‌دلیل نیافریده‌ای. پشت هر خلقتی داستان باشکوهی
است که راز آفرینش هر آفریده را روایت می‌کند.

با خودم بیشتر فکر می‌کنم. دنیای تو بسیار شگفت‌انگیزتر
از این‌هاست. هر چه را آفریدی هدایت کردی؛ هیچ‌چیز را
به حال خودش رها نکردی. لابد با خودت گفتی هر کدام از
آفریده‌هایم نیاز به چراغی دارند که اگر در مسیرشان به شب
رسیدند، بتوانند راه خود را بیابند. بعد چراغ را آفریدی؛ نور را
و راهنما را.

قلب هر موجود را راهنمایش قرار دادی. قلب خانه‌ی توست. پس
این تو هستی که از درون قلب‌هایمان ما را هدایت می‌کنی. ما با نور
حضور تو راه را می‌یابیم.

از میان همه‌ی مخلوقات، انسان خوشبخت‌ترین است؛ چون دو راهنما
دارد: پیامبری در قلب و پیامبری در دنیا. پیامبری که تو فرستادی
نه تنها ما را راهنمایی می‌کند، بلکه نگران و دلسوز ماست که در مسیر
درست پیش برویم. از لطف و مهر و رأفت بی‌پایانش است که
حضورش، کلام و معجزه‌اش، پر از نور و روشنایی و راهنمایی است.

گاهی با خودم فکر می‌کنم او که نامش محمد(ص) است، باید
سراپایش نور باشد؛ طوری که هر جا باشد آنجا مثل روز روشن و
آفتابی می‌شود. با خودم می‌گویم جنس این نور با همه‌ی نورهای دیگر
فرق دارد؛ مثل نوری است که در قلبمان وجود دارد: گرم و صمیمی
و دنباله‌دار. بعد تصور می‌کنم دنباله‌ی این نور به آسمان می‌رسد.

این روزها سرحال و پرانرژی هستم. این روزها به مخلوقات تو
فکر می‌کنم؛ به نوری که در وجودشان می‌درخشد. این روزها
بیشتر از قبل به خودم و داستان آفرینش انسان‌ها فکر می‌کنم.
به زمان‌های دورتر فکر می‌کنم. به آن روز که محمد(ص)
را آفریدی و گفتی ایشان راهنمای آیندگان خواهند بود.

به سال‌هایی نزدیک‌تر فکر می‌کنم؛ زمانی که مرا
آفریدی و در قلبم نور خودت را قرار دادی و گفتی
محمد(ص) پیامبر تو خواهد بود. از تصور اینکه
مرا با روشنایی نور و هدایت محمد(ص) به
این دنیا روانه کرده‌ای قند در دلم آب
می‌شود و با خودم می‌گویم من راه و
روشنایی را گم نخواهم کرد.



پسمن رضاییان

لَقَدْ جَاءَكُمْ رَسُولٌ مِّنْ أَنفُسِكُمْ عَزِيزٌ
عَلَيْهِ مَا عَنِتُّمْ حَرِيصٌ عَلَيْكُمْ بِالْمُؤْمِنِينَ
رَؤُوفٌ رَّحِيمٌ

رسولی از خود شما به‌سویتان آمد که رنج‌های
شما بر او سخت است و اصرار به هدایت
شما دارد و نسبت به مؤمنان رتوف و
مهربان است.

(سوره توبه، آیه ۱۲۸)

هوشمندسازی و هوش مصنوعی

ره آورد

مجدد عمیق

هوشمندسازی چیست؟

طی چند سال اخیر اصطلاح «هوشمندسازی» بسیار شنیده می‌شود؛ برای مثال در ترکیب‌هایی مثل مدرسه هوشمند، خانه هوشمند، لوازم خانگی هوشمند، خدمات آموزشی هوشمند، خودروی هوشمند. در حقیقت هوشمندسازی یعنی ساده‌تر کردن و پیشرفته‌تر کردن روش‌های زندگی با برخی از ابزارها و شاخص‌ها. این روش‌ها مبتنی بر ابزارهای فناوری و اطلاعات هستند. در تعریف کلی، هوشمندسازی به معنی بهره‌گیری از ابزارها و فنون اطلاعاتی برای مدیریت صحیح کارها، ارتقا و اصلاح سبک زندگی، سرعت بخشیدن به اجرای دقیق امور، کاهش مصرف انرژی، و بهره‌برداری حداکثری از خدمات حوزه فناوری و اطلاعات در راستای ارتقای شاخص‌های زندگی فردی و اجتماعی است.

نظام‌های هوشمند

نظام‌هایی (سیستم‌هایی) هستند که از فناوری پیشرفته برخوردارند و نسبت به جهان پیرامون خود واکنشی توأم با درک دارند. ربات‌های امروزی دستگاه‌های مستقلی هستند که می‌توانند محیط اطرافشان را درک کنند و هدف‌های خاص و از پیش تعیین‌شده‌ای را دنبال می‌کنند. امروزه با گسترش علوم رایانه و به تبع آن سامانه‌های رایانه‌ای و الکترونیکی، موارد کاربردی این ابزار در زندگی روزمره انسان به شکل فزاینده‌ای توسعه یافته است. عبارت‌هایی مانند گوشی هوشمند، دولت هوشمند، خانه هوشمند و پرستار هوشمند دیگر با ذهنمان بیگانه نیستند.



مزرعه هوشمند

هوش مصنوعی یک ثروت ملی است

جزو ثروت‌های ملی آن کشور به شمار می‌آید و رفته‌رفته این فناوری نوین در عرصه‌های گوناگون وارد زندگی انسان‌ها شده است. اکنون حل بسیاری از مشکلات راهبردی کشورها و حضور مستمرشان در رقابت‌های تجارت جهانی، بدون دسترسی به فناوری‌های نوین هوش مصنوعی امکان‌پذیر نیست. هوشمندسازی در حال حاضر بخش‌هایی از ابعاد زندگی انسان‌ها را تحت تأثیر قرار داده است و در آینده‌ای نه‌چندان دور بخشی جدایی‌ناپذیر از زندگی انسان‌ها خواهد شد.

اکنون کشورهای پیشرفته جهان برای انجام تحقیقات در عرصه هوش مصنوعی و تربیت نیروی انسانی ماهر در این حوزه اقدامات جدی به عمل می‌آورند و کشور ما هم از این امر مستثنا نیست و در سال‌های اخیر دانشگاه‌های کشورمان در رشته‌های مرتبط با علم هوشمندسازی و هوش مصنوعی دانشجویان می‌پذیرند. اکنون ایران جزو کشورهای برتر در حوزه تولیدات علمی مرتبط با هوش مصنوعی است. علم و فناوری هوش مصنوعی در هر کشور

عمده‌ترین مزیت‌های فرایند هوشمندسازی

صرفه‌جویی در هزینه‌های مالی و زمان، نظارت دقیق بر میزان مصرف انرژی، کاهش ریسک بروز خطای انسانی، افزایش بازدهی و طول عمر تجهیزات، کاهش هزینه‌های تعمیر و نگهداری، امکان مدیریت از راه دور و بازبینی و کنترل پیوسته خطا، ثبت لحظه‌ای وقایع و امکان تصمیم‌گیری در مواقع اضطراری، و افزایش بهره‌وری نیروی انسانی از طریق اعمال سیاست‌های نظارتی، از جمله امتیازات هوشمندسازی هستند.



هوشمندسازی صنعت تولید خودرو

هوش مصنوعی چیست؟

بسیاری از افراد به محض شنیدن کلمه هوش مصنوعی فکر می‌کنند که منظور از آن همان ربات‌های بی‌احساسی است که برای انجام راحت‌تر کارها طراحی شده‌اند و قرار است جای انسان‌ها را بگیرند. شاید فیلم‌های علمی-تخیلی این نوع تفکر را به ما تحمیل کرده باشند. گشت و گذار در شبکه‌های اجتماعی و وبگاه‌ها، همگی متأثر از هوش مصنوعی است. اما آن قدر به استفاده ناملموس از گوشی‌های هوشمند و سایت‌ها عادت کرده‌ایم که دیگر حواسمان نیست در حال استفاده از هوش مصنوعی هستیم.

هوش مصنوعی در واقع شاخه‌ای از علوم رایانه است که هدف اصلی آن تولید ماشین‌های هوشمند است. هوش مصنوعی در حقیقت نوعی شبیه‌سازی هوش انسانی برای رایانه است و منظور از آن در واقع ماشینی است که به گونه‌ای برنامه‌نویسی شده که همانند انسان فکر کند و توانایی تقلید از رفتار انسان را داشته باشد. اساس هوش مصنوعی آن است که هوش انسان و شیوه کار آن به گونه‌ای تعریف شود که یک ماشین بتواند آن را به راحتی انجام دهد و وظایفی را که برایش تعیین شده است به درستی اجرا کند.

انواع هوشمندسازی

هوشمندسازی صنعتی: از جمله کاربردهای هوشمندسازی صنعتی می‌توان به خدمات پزشکی، خدمات رباتیک، خدمات آموزشی و نقل و انتقالات هوشمند اشاره کرد. استفاده از ربات‌ها برای نظارت بر فرایند تولید در صنایع کشاورزی، غذایی، پتروشیمی و خودروسازی، علاوه بر ارتقای سطح کمی و کیفی تولید، به کاهش ضایعات هم کمک می‌کند.

بازرسی و نظارت: راه‌اندازی سامانه‌های (سیستم‌های) امنیتی و نظارت از راه دور که دوربین‌های مداربسته، درهای هوشمند و سامانه‌های ضدسرقت از جمله آن‌ها هستند.

احراز هویت: سامانه‌های تشخیص هویت افراد، نظیر اسکن کردن اثر انگشت، اسکن کردن عنبیه چشم و فناوری‌های تشخیص چهره.

پزشکی: طراحی نرم‌افزارهای تشخیص بیماری، و ساخت ربات‌های جراح و پرستار.

آموزش: ارائه خدمات آموزشی، تصحیح دقیق اوراق امتحانی و پاسخ‌گویی به پرسش‌های دانش‌آموزان از طریق تولید ربات‌های آموزگار.

حمل و نقل: ساخت خودروهای خودران، واری (کنترل) خودکار جریان ترافیک شهری، افزایش ایمنی عابران، کاهش حجم آلاینده‌های جوی.

خانه: از آنجا که محیط خانه مکانی اختصاصی است، می‌توان از نوع پیشرفته هوشمندسازی برای امنیت و رفاه آن استفاده کرد؛ برای مثال، سامانه‌های سرمایشی و گرمایشی هوشمند، سامانه‌های حفاظتی، برق اضطراری، مجموعه‌های روشنایی، موتورخانه، آسان‌بر (آسانسور) هوشمند، و تجهیزات برقی منزل که از راه دور و به وسیله تلفن همراه یا اینترنت می‌توان آن‌ها را واری کرد.



ربات سورنا

هوشمندسازی صنعت بانکی



هوشمندسازی کشاورزی

شاعرانه

بهار با تو می‌رسد

نه با درخت می‌رسد
نه با جوانه می‌رسد
نه با پرنده می‌رسد
نه با ترانه می‌رسد

نه سفره‌های هفت‌سین
نه با لباس‌های نو
نه عیدی پدربزرگ
نه اسکناس‌های نو

نه با عبور چلچله
از آسمان روستا
نه با سلام غنچه‌ها
به باغبان روستا

بهار با تو می‌رسد
که شوق جاودانه‌ای
شبیه شعر سارده‌ای
رها و بی‌بهره‌ای

سید حبیب نظاری

خورشید

صبح می‌شود
به هرچه هست و نیست
نور هدیه می‌دهد
بی‌که منتظر شود برای پاسفی، تشکری...
فوش به حال او که بی‌توقع است

پروانه شیرازی (لعیا)

نور در محاصره...

آسمان فزیده بود
باز پشت پنجره
در میان یک اتاق
نور در محاصره

پنجره همیشه قفل
در همیشه بسته بود
رو به قبله آفتاب
بی‌صدرا نشسته بود

سنگ‌های روبه‌رو
غرق در ستمگری
قلب‌ها ولی رفیق
با امام عسکری (ع)

منیره هاشمی



همراه با صدای شاعران

قیمت گل

فرم آن لفظه که مشتاق به یاری برسد
آرزومند نگاری به نگاری برسد
دیده بر روی چو گل بنهد و نبود فبرش
گر چه بر دیده ز نوک مژه قاری برسد
گر چه در دیده کسند هیچ غبارش نبود
هر کجا از قدم دوست غباری برسد
لذت وصل نراند مگر آن سوخته‌ای
که پس از دوری بسیار به یاری برسد
قیمت گل بشناسد، مگر آن مرغ اسیر
که فزان دیده بود پس به بهاری برسد
فسروا، یار تو، گر می نرسد، یاری کن
بهر تسکین دل فویش که آری برسد

امیر خسرو دهلوی
(شاعر قرن‌های هفتم و هشتم)

بوی کتاب و دفتر

صدر صد هوا سم
در فکر فلق شعراست
پایان هفته زیرا
آغاز ماه مهر است

باید بگویم امسال
یک شعر فوب و بهتر
هر بیت آن بگیرد
بوی کتاب و دفتر

در شعر می گزارم
هم قلب هم دم را
پر رنگ می نویسم
نقش معلم را

با شعر من نیاید
دل یار غم بیفتد
فوبی شود فراموش
یا از قلم بیفتد

عبدالرضا صمدی

بیشتر بخوانیم

شعر سفارشی

این کتاب، مجموعه شعری برای نوجوانان، شامل چهار شعر بلند به نام‌های، «راستی چرا؟»، «شعر سفارشی»، «پست بیشتاز» و «خواب شاعرانه» است. وجه اشتراک این شعرها حضور شاعر در آن‌هاست که مفاهیمی عمیق و اجتماعی مانند فقر، کمک کردن به دیگران و زندگی را بیان می‌کند. تصویرهای به کاررفته در کتاب نیز مبین مفاهیم شعرهاست.

مؤلف: افسانه شعبان‌نژاد

ناشر: لویه‌تو

سال چاپ: ۱۴۰۰

تلفن: ۰۲۱-۶۶۴۷۵۸۶۷



تماشا کن

پلکی بزن
پیشم در فشان باز فواهر شد
پیشمه
پیابان
سنگ
با تو پر از آواز فواهر شد
پلکی بزن
فرصت همیشه با تو باقی نیست
شعری تماشا کن
حتی پرنده اتفاقی نیست

مهدی مردانی

عادات کهنه به عادت کنیم

می گویند شخصی سوار بر اسب به تاخت می رفت. به نظر می رسید به جایی بسیار مهم می رود. مردی که کنار جاده ایستاده بود فریاد زد: «کجا می روی؟» اسب سوار گفت: «نمی دانم. از اسب بیرون!» این داستان زندگی بسیاری از مردم است؛ کسانی که بدون توجه به مقصد، سوار بر اسب عادت هایشان می تازند.

اگر شما نیز این گونه هستید، وقتش شده است افسار زندگی تان را به دست بگیرید و زندگی را در جهتی که می خواهید پیش ببرید. آری زندگی ما مجموعه ای است از عادت های مختلف؛ همان کارهای روزمره ای که به تکرار و به صورت خودکار انجام می دهیم. باید بدانیم هویت و شخصیت ما نیز تا حدود زیادی حاصل همین عادت هاست. برای همین برخی روان شناسان گفته اند: «هر شخصی از یک مشت عادت ساخته شده است.»

گفتیم عادت ها بخش مهمی از زندگی ما هستند. آن ها ابزاری ضروری برای بقای ما محسوب می شوند، چرا که عادت ها سازوکارهایی هستند که کمک می کنند بسیاری از کارها آسان تر و بدون آنکه به تصمیم گیری و تمرکز نیاز باشد، انجام شوند. درست مثل تکرار کردن دسته ای مقوا که در دفعه اول به سختی تا می خوردند، ولی در دفعات بعد به آسانی تا می شوند.

اگر لازم بود درباره هر کاری به، فرض مسواک زدن، به صورت آگاهانه فکر کنیم، انرژی مان بسیار تحلیل می رفت. شما در حالت خودکار احتمالاً حداقل روزی یک بار دندان هایتان را مسواک می زنید. آیا امروز که بیدار شدید مسواک زدید یا شب قبل از خواب؟ آیا برای اینکه به چه شکل این کار را انجام دهید فکر کردید؟ یا فکر کردید چه مقدار خمیر دندان به مسواک بزنید؟ درباره اینکه مسواک زدن را ابتدا از سمت راست دهانتان یا از سمت چپ آن شروع کنید، آگاهانه تصمیم گرفتید؟ یا اینکه همه این کارها را به صورت خودکار انجام دادید؟

این همان نقش عادت است. وقتی کاری در زندگی تبدیل به عادت شد، آن کار به صورت خودکار و بدون تمرکز بر جزئیات آن انجام می شود. دقیقاً مثل موقعی که با پدرتان می خواهید به مدرسه بروید و همین که در خودرو کنار پدرتان می نشینید، کمر بندتان را می بندید. عادت ها در کارهای روزمره به ما امکان می دهند که از حداقل انرژی برای انجام کارها استفاده کنیم. آن وقت انرژی ذهنی مان را می توانیم روی افکار سازنده تری متمرکز کنیم.

اگر دقت کنید، می بینید که اغلب کارهای ما

زندگی
رساه

حسین امینی پویا

براساس عادت‌هایمان شکل گرفته‌اند؛ همان عادت‌هایی که برای خوابیدن، غذا خوردن، راه رفتن و ... داریم. بگذارید مثال دیگری بزنم: آیا تاکنون در حالی که ذهنتان مشغول فکری بوده‌است، در مسیری آشنا، مثلاً بازگشت از مدرسه، پیاده‌روی کرده‌اید؟ دربارهٔ اتفاقی که در مدرسه افتاده بود یا فیلمی که به تازگی دیده بودید فکر می‌کردید که ناگهان متوجه شدید به خانه رسیده و کلید در دست جلوی در خانه‌تان ایستاده‌اید. با خود می‌اندیشید: «چگونه به خانه رسیدم! چگونه خیابان‌ها و کوچه‌ها را طی کردم!»

واقعیت این است که اغلب کارهای ما همین گونه انجام می‌گیرند. اگر عادت‌ها وجود نداشتند، برای انجام ساده‌ترین کارها هم، مثل بستن بند کفش‌ها، دچار مشکل و دغدغه بودیم. البته فراموش نکنیم، همان گونه که گفتیم، عادت‌های ما حاصل یادگیری‌ها و انتخاب‌های ما هستند. ما در طول زندگی‌مان چیزهای زیادی یاد می‌گیریم و به شکل‌های مختلفی رفتار می‌کنیم. لازم است بدانیم هر رفتار خوبی باید با تمرین، تکرار و به مرور زمان به عادت تبدیل شود. بدانیم که ما قبل از هر چیز مسئول زندگی خودمان هستیم. سؤال این است که: «می‌خواهیم به کجا برسیم؟ می‌خواهیم کدام رفتارمان به عادت تبدیل شود؟» مگر نه این است که با تکرار چندبارهٔ یک رفتار تا هنگامی که به صورت غیرارادی در آید، آن رفتار به عادت تبدیل می‌شود؟ پس باید کارهایی را تکرار کنیم که می‌دانیم درست و مناسب هستند. چرا که زندگی و شخصیت ما تا حد زیادی حاصل عادت‌های ماست.

همهٔ رفتارهای ما و تصمیماتی که می‌گیریم، بدون آنکه حواسمان چندان به آن‌ها باشد، مثل نوع حرف‌زدنمان و کلمه‌ها و جمله‌هایی که روزمره به کار می‌گیریم، همه بخشی از شخصیت ما را نشان می‌دهند. نکتهٔ ظریف آن است که ذهن آدمی برای شکل‌گیری عادت، کاری به خوب یا بد بودن آن عادت ندارد. این ما هستیم که باید متوجه باشیم، هر کاری که به صورت مکرر انجام می‌دهیم، چه خوب و چه بد، در چرخهٔ عادت قرار می‌گیرد و بخشی از موجودیت ما و در نتیجه بخشی از هویت ما می‌شود.

پس از همین ابتدا حواسمان باشد که به عادت‌های خوب و مثبت فکر کنیم. سحرخیزبودن می‌تواند به عادت تبدیل شود. دیر بیدار شدن نیز همین‌طور. تا دیر وقت بیدار ماندن و برعکس به‌موقع خوابیدن، هر دو انتخاب‌های ما هستند. حتی شکوه کردن و انتقاد مدام از اطرافیان، یا ناراضی‌تانی از هر چیز و برعکس قدردانی از دیگران نیز می‌تواند به نوعی عادت ما شده باشد. بدانیم، هر عادت جدید ابتدا یک انتخاب است و پس از آن تکرار سبب می‌شود به نوعی عادت تبدیل شود.

بی‌دلیل نیست که می‌بینیم در اسلام روی عمل و تکرار و تداوم آن تأکید شده است. **امام باقر(ع)** فرموده است: «دوست‌داشتنی‌ترین کارها نزد خدای بزرگ کاری است که بنده بر آن مداومت کند؛ هر چند اندک باشد [الحیاء، جلد اول، ص ۵۰۵]. و چه عمیق است این نکته که: «اصرار بر گناه صغیره و تکرار آن، خود یکی از گناهان کبیره است!» در هر دو حالت، چه گناه ما صغیره باشد چه کبیره، کارهای ما به عادت تبدیل می‌شوند و بخشی از هویت ما را شکل می‌دهند.

البته مهم آن است که بدانیم عادت‌ها سرنوشت ما نیستند. آن‌ها را در صورت لزوم می‌توانیم تغییر دهیم و با عادت دیگری جایگزین کنیم. هر شخصی می‌تواند عادت‌های بد و منفی خود را که باعث تأثیرگذاری نامناسب بر جسم و روح او می‌شوند، کنار بگذارد. اگر چه بهتر است از همان ابتدا شیوه و رفتار درست در هر زمینه را بشناسیم و با شیوه و سبک زندگی سالم آشنا شویم و کارهای خود را سامان دهیم.

در شماره‌های بعد با شیوهٔ درست انجام برخی از کارها آشنا می‌شویم.



اسکن کنید
و بیشتر بدانید

فرمانده من

اصغر ققور

رفتن در دست توست!

لحظه‌هایی با شهید سرلشکر علی صیاد شیرازی

برای همه ما مهم است بدانیم انسان‌های بزرگ چگونه زندگی کرده‌اند! اما به نظر می‌رسد مهم‌ترین است که بدانیم چه تأثیری بر جامعه و زندگی دیگران گذاشته‌اند. شهید علی صیاد شیرازی یکی از همان انسان‌های بزرگ است که با انتخاب راه درست اثری فراموش‌نشدنی بر جامعه خودش گذاشت.

او به خوبی آگاه بود انسان وقتی می‌تواند به انسان بودنش افتخار کند که هر کاری را برای رضایت خداوند انجام بدهد. کاری هم که برای رضایت خالق انجام بشود، نفعش به بندگان خداوند می‌رسد. حالا قسمتی از وصیت‌نامه این شهید را بخوانیم تا کمی بیشتر با او آشنا شویم: «... خداوند! این تو هستی که قلبم را ملامت از عشق به راهت، سلامت، نظامت و ولایتت قرار دادی. خدایا! تو خود می‌دانی که همواره آماده بوده‌ام آنچه را که تو خود به من داده‌ای، در راه عشقی که به راهت دارم، نثار کنم. در صورتی که چنین نبود، آن هم خواست تو بود. پروردگارا! رفتن در دست توست. من نمی‌دانم چه موقع خواهم رفت، ولی می‌دانم که از تو باید بخواهم تا مرا در رکاب امام زمانم (عج) قرار دهی و به قدری با دشمنان قسم خورده‌ات بجنگم تا به فیض شهادت نائل آیم ...»



لحظه‌هایی با
شهید صیاد شیرازی

همین چند جمله نشان می‌دهد که او چه روح بزرگی داشته است. با هم مختصری از زندگی او را مرور می‌کنیم. امیدواریم همگی مثل او راهی را انتخاب کنیم که باعث سرافرازی دین و کشورمان شود.

علی صیاد شیرازی در تمام دوران تحصیل خود در زمره شاگردان ممتاز بود. او در سال ۱۳۴۳ به دانشگاه افسری رفت و چند سال بعد با درجه ستوان دومی فارغ‌التحصیل شد. پس از اینکه دوره‌های «رنجری»^{*} و جتربازی را در شیراز با رتبه عالی گذراند، دوره تخصصی توپخانه را در اصفهان سپری کرد و در سال ۱۳۴۸ به لشکر زرهی تبریز پیوست و در نیروی زمینی خدمت رسمی خود را آغاز کرد. افسر دیده‌بان توپخانه و معاون آتشبار نخستین سمت او بود. وی در سال ۱۳۵۰ برای گذراندن دوره آموزشی زبان انگلیسی به تهران آمد و بعد از پایان دوره و جدیت در تحصیل، یکی از استادان زبان انگلیسی شد.

در اوایل سال ۱۳۵۱، صیاد شیرازی در آزمون اعزام به خارج دانش‌آموختگان دانشکده افسری شرکت کرد و بعد از قبولی، برای تکمیل تخصص توپخانه به خارج از کشور اعزام شد و دوره سه ماهه تخصص «هواسنجی بالستیک» را با نمره عالی و احراز رتبه اول در میان ۲۰ افسر خارجی و ایرانی، به پایان رساند. در اواخر سال ۱۳۵۲، بعد از بازگشت به میهن، به اصفهان رفت و در دانشکده توپخانه مشغول تدریس شد. حائز توجه اینکه وی در آن دوران به تدریس زبان انگلیسی به طلاب حوزه علمیه، در کنار انجام وظایف نظامی و شغلی می‌پرداخت.

علی در سال ۱۳۵۰ قصد داشت با دختردایی خود ازدواج کند که با مخالفت ارتش پهلوی مواجه شد. دلیل مخالفت با ازدواج او با این دختر را سابقه مبارزاتی پدرش با پهلوی مطرح کرد. سرانجام ارتش پهلوی

در اثر اصرار ستوان شیرازی، با این ازدواج موافقت کرد.

در مهر ماه سال ۱۳۶۰، علی صیاد شیرازی به پیشنهاد رئیس شورای عالی دفاع، از سوی امام خمینی (ره) به فرماندهی نیروی زمینی ارتش جمهوری اسلامی منصوب شد. وظیفه او در این منصب فرماندهی نیروهای ارتش اسلام در عملیات‌های پیروزمند ثامن‌الائمه، طریق‌القدس، فتح‌المبین و بیت‌المقدس بود؛ عملیاتی که سرنوشت جبهه‌های اسلام علیه کفر را به پیروزی رقم زد و روند جنگ تحمیلی را در مسیر پیروزی ارتش اسلام قرار داد. بعد از آن در ۲۳ تیرماه ۱۳۶۵، طی حکمی از طرف حضرت امام خمینی (ره)، به عضویت شورای عالی دفاع منصوب شد و به سبب مسئولیت خطیری که در این شورا داشت، در مرداد ماه همان سال، مسئولیت فرماندهی نیروی زمینی ارتش به درخواست رئیس شورای عالی دفاع و موافقت حضرت امام خمینی (ره)، به شخص دیگری واگذار شد.

روز ۱۸ اردیبهشت ۱۳۶۶، علی صیاد شیرازی به همراه تعدادی دیگر از فرماندهان ارتش، به پیشنهاد رئیس شورای عالی دفاع و موافقت امام خمینی (ره)، به درجه سرتیپی ارتقای مقام یافت. وی در مهرماه سال ۱۳۶۸، به تقاضای رئیس ستاد فرماندهی کل نیروهای مسلح و موافقت مقام معظم رهبری و فرماندهی کل قوا، به سمت معاونت بازرسی ستاد فرماندهی کل نیروهای مسلح منصوب شد. در شهریورماه سال ۱۳۷۲ امیر شجاع سپاه اسلام با حکم فرماندهی معظم کل قوا به سمت جانشین رئیس ستاد کل نیروهای مسلح منصوب شد. در ۱۶ فروردین ماه

۱۳۷۸ نیز هم‌زمان با عید غدیر، به حکم مقام معظم رهبری و فرماندهی کل قوا، وی به درجه سرلشکری نائل آمد.

نباید این را فراموش کنیم شهید صیاد شیرازی تا آخرین لحظات جنگ تحمیلی هم‌چنان قوی و ثابت قدم با دشمنان قسم خورده دین و کشورمان جنگید و یک قدم پا پس نگذاشت. واپسین نفس‌های به شماره افتاده این دشمنان، منافقین کور دل بودند، که گمان می‌کردند ایران با پذیرفتن قطعنامه پایان جنگ، از مرزها به عقب رفته است و فرصت دارند تا به کشورمان حمله کنند. در همین روزها بود که دوباره رشادت‌های شهید صیاد شیرازی جبهه‌های ما را پر از عطر ایمان کرد. منافقین با تجهیزات پیشرفته آمده بودند تا ایران را در کوتاه‌ترین مدت فتح کنند و پرچم نفاق‌شان را در خاکی که بوی عشق و شهادت می‌داد، به اهتزاز در آورند. آن‌ها نمی‌دانستند هنوز فرمانده بیدار و هوشیار این سرزمین لباس رزم بر تن دارد. برای همین آمدن منافقین به مرزهای کشورمان همان و نابودی‌شان در عملیات غرور آفرین مرصاد همان!

دشمنان اسلام و منافقان کور دل که از سال‌ها قبل فعالیت‌های این امیر شجاع و مؤمن را زیر نظر داشتند، در ساعت ۶ و ۴۵ دقیقه صبح روز شنبه ۲۱ فروردین ماه ۱۳۷۸، هنگامی که با خودرو قصد رفتن به محل کارش را داشت، در مسیر مورد سوء قصد عوامل تروریست منافقان قرار گرفت و به شدت مجروح شد. این سرباز فداکار عاقبت بر اثر شدت جراحات در «بیمارستان فرهنگ» تهران به فیض عظمای شهادت نائل آمد. یادش گرامی باد.

* نیروهای ماهر و آموزش دیده‌ای هستند که به کلیه علوم مورد نیاز حوزه عملیاتی خود از قبیل جهت‌یابی در کویر، پیدا کردن غذا در کویر و کنار آمدن با طوفان‌های صحرائی و شن آشنا هستند.



عکاس: غلامرضا بهرامی

هنرستان

ویژه‌های هنرستان

آشنایی با رشته تولید برنامه

رشته تلویزیونی

اسم رشته‌شان «تولید برنامه‌های تلویزیونی» است. موقع روبرو شدن با این اسم فکر می‌کنیم: چه چیزهایی را یاد می‌گیریم؟ چه چیزهایی را باید از قبل بلد باشیم؟ و البته قرار است در آینده چه‌کاره شویم؟ این‌ها سؤال‌هایی هستند که اگر بخواهیم این رشته را در هنرستان انتخاب کنیم، از خودمان می‌پرسیم. شما دیگر چه سؤال‌هایی دارید؟ دانیال کروی یکی از کسانی است که در این رشته هنرستانی تحصیل کرده است. خودش می‌گوید تصویری که ابتدا از این رشته داشت، با تصویری که الان دارد، متفاوت است. گفت‌وگوی کوتاه ما با او شاید بتواند به بعضی از سؤال‌های شما پاسخ دهد.

● به طور کلی تعریف رشته شما چه می‌شود؟

□ اگر کسی بپرسد توی رشته‌تان چه کار می‌کنید، می‌گویم که هر چیزی در تلویزیون می‌بینید، از پشت صحنه تا جلوی دوربین، همه را یاد می‌گیریم و اگر کسی بخواهد این رشته را انتخاب کند، چیزی که به او می‌گویم این است که اول تحقیق کن. خیلی‌ها هستند که به این رشته می‌آیند و پشیمان می‌شوند.

● چرا؟

□ می‌گویند سخت است، حوصله ندارند، صبر ندارند. پس باید تحقیق کنند و ببینند اگر واقعاً دوست دارند، وارد این رشته شوند. بعضی‌ها از درس خواندن گریزان‌اند و گمان می‌کنند این رشته آسان است. ولی برعکس، این رشته به شدت درس‌های خواندنی دارد. به شدت باید بخوانی و به شدت باید کار کنی. من هم اولش فکر می‌کردم این رشته فقط درس‌های عملی دارد. البته با علاقه وارد این رشته شدم، اما بعد فهمیدم علاوه بر خواندن کتاب‌های درسی، باید کتاب‌های متفرقه هم بخوانم. البته یک نکته مهم دیگر هم وجود دارد؛ اینکه خیلی وقت‌ها ما با زبان و کلمات انگلیسی سر و کار داریم. اگر کسی از زبان انگلیسی فرار می‌کند، این رشته مناسب او نیست.

● گفتی کتاب‌های متفرقه.

● منظورت خواندن چه کتاب‌هایی است؟

□ کتاب‌هایی که ربطی به ادبیات و زبان فارسی داشته باشند و کتاب‌هایی که به این رشته مرتبط‌اند؛ مثل تصویربرداری، صدا برداری، جنس صدا و این چیزها. البته بگویم، این رشته به آموزش همه چیز می‌پردازد تا ما کارگردانی را یاد بگیریم. ممکن است هر کسی بخشی را مورد علاقه خودش ببیند و درباره آن موضوع بیشتر بخواند و روی آن حرفه متمرکز شود. مثلاً تدوینگری کتاب‌های زیادی دارد و در این رشته باید نرم‌افزارهای متفاوتی را یاد گرفت.





درس‌هایی که می‌خوانید:

- فیزیک
- ریاضی
- تصویربرداری و قاب و نما
- نورپردازی
- طراحی صحنه و گریم و صورتک (ماسک)
- گویندگی
- بازیگری
- تدوین
- ...

چه ویژگی‌هایی باید داشته باشید؟

- صبر و حوصله بسیار و توکل به خدا
- توانایی تمرین فردی
- مهارت کار گروهی
- علاقه به کتاب‌خوانی
- علاقه به زبان انگلیسی



● صبوری در این رشته به چه معنایی است؟

فیلم‌ها در نهایت یک تا دو ساعت هستند، اما شاید یک تا سه سال برای ساخت آن‌ها زمان بگذاریم. پس در طول ساخت یک اثر یا برنامه باید صبور باشیم. یک ویژگی مهم دیگر هم باید داشته باشیم: بلد باشیم کار گروهی انجام بدهیم. هر کس یک گوشه از کار را انجام می‌دهد و اگر اعضای گروه با هم هماهنگ نباشند، کار خراب می‌شود.

● خب فکر می‌کنی که اگر من بخواهم وارد این رشته شوم، چقدر سرمایه لازم دارم؛ مقصودم سرمایه مادی است؟

چون باید کتاب بخوانیم و کار عملی انجام بدهیم، مهم است که بتوانیم امکانات اولیه را برای رشته‌مان فراهم کنیم.

● آینده تحصیلی و شغلی این رشته چیست؟

ما الان با چیزهایی که یاد گرفته‌ایم می‌توانیم کار کردن را شروع کنیم. عده‌ای از دوستان من کار تدوینگری و صداگذاری انجام می‌دهند. اما دبیران ما تأکید کرده‌اند که به دانشگاه برویم، چون اصل اطلاعات و درس‌ها را آنجا یاد می‌گیریم.

● خود تو در آینده می‌خواهی چه‌کاره شوی؟

خب همه ما در این سن یک مقصدی را در نظر می‌گیریم و توی طول راه یک‌دفعه می‌پرسیم: «این مسیر درست است؟ تهش به مقصد می‌رسد؟ دور بزنم؟ از یک راه دیگر بروم؟»

این است که الان من خودم شخصاً

دلم می‌خواهد تدوینگر شوم و البته

«وی‌اف‌ایکس» کار شوم؛ یعنی بتوانم کار جلوه‌های

ویژه انجام بدهم. اما یک وقت‌ها هم می‌ایستم و با

خودم فکر می‌کنم: «آیا این راه درست است؟ نکنند من باید

تصویر بردار شوم؟!» یک وقت‌هایی این گیجی ممکن است پیش

بیاید، ولی در نهایت من دلم می‌خواهد همان تدوینگر شوم.

موزه تاریخ طبیعی همدان

موزه

دور دنیا در یک روز

امکان ندارد کسی در طول عمرش بتواند تمام ۱۳ هزار و ۵۰۰ گونه به نمایش گذاشته شده در موزه تاریخ طبیعی همدان را در منطقه محل زندگی‌اش ببیند. زیرا علاوه بر اینکه هر کدام از آنها از گوشه‌گوشه ایران و جهان جمع‌آوری شده‌اند، بعضی از آنها منقرض شده‌اند و دیگر نمونه زنده‌ای از آنها در جهان وجود ندارد. موزه تاریخ طبیعی «دانشگاه بوعلی همدان» در زمینی به بزرگی سه زمین فوتبال و در ۸۰۰ ویتترین بیش چشم علاقه‌مندان قرار گرفته است. اما این موزه از ابتدا چنین بزرگ و مفصل نبود. موزه در طول ۵۰ سال، اندک‌اندک بزرگ شد و از ۶۰ متر مربع به دو هزار مترمربع وسعت رسید و ویتترین‌هایش یکی‌یکی اضافه و پر شدند تا به یک موزه کم نظیر در ایران و منطقه تبدیل شود.

تاریخ طبیعی



روی خط ساحلی

اگر بخواهید تنها صدف‌ها و مرجان‌های ایرانی سالن خلیج فارس موزه را در سرزمین بومی‌شان ببینید، باید پنج هزار و ۸۰۰ کیلومتر خط ساحلی ایران را ببینید. اما در سالن صدف‌ها و مرجان‌های موزه می‌شود تمام آنها و بلکه نمونه‌هایی از سایر نقاط جهان را به آسانی دید. سالن خلیج فارس با ۲۲ ویتترین یکی از بزرگ‌ترین مجموعه‌ها از صدف‌ها و مرجان‌های ایران و جهان را در خود جای داده است. این سالن در ابتدای مسیر بازدید از موزه قرار دارد.

جانداران آرام

اینجا یکی از شلوغ‌ترین و پرجمعیت‌ترین سالن‌های موزه تاریخ طبیعی است. سالن پرندگان و پستانداران آکنده‌سازی (تاکسیدرمی) موزه یکی از محبوب‌ترین سالن‌ها برای بازدیدکنندگان است. در قفسه شیشه‌ای (ویتترین) این سالن می‌توانید از نزدیک و به دقت جانوران اهلی و وحشی را تماشا کنید. آنها معمولاً در طبیعت یا باغ وحش چنین آرام و با حوصله یکجا نمی‌مانند تا نگاهشان کنید. یکی از مهم‌ترین هدف‌های موزه‌های تاریخ طبیعی آموزش و پژوهش است.



دنیای زیر آب

تنها موجودات زنده موزه را در سالن آبزیان می‌توانید ببینید. در این بخش ماهیان رنگارنگ آب‌های شور و شیرین در آبزیدان (آکواریوم) در حال شنا و آب‌تنی هستند. از جمله دیدنی‌های سالن آبزیان، استخوان‌بندی بزرگ نهنگ گوژپشت است. نهنگ‌های گوژپشت ۱۲ تا ۱۶ متر طول دارند و در اقیانوس‌ها زندگی می‌کنند. سالن آبزیان یک آبزیدان (آکواریوم) بسیار بزرگ به حجم سه هزار لیتر هم دارد که پر است از ماهیان بازیگوش تماشایی.



جمع‌جانداران

موزه تاریخ طبیعی همدان شش سالن دارد که در آن‌ها می‌توانید بسیاری از جانداران کره‌خاکی را به دقت تماشا کنید. در این موزه به‌جز سالن جانداران، یک سالن هم به سنگ‌ها اختصاص دارد که در آن ۱۳۰ ویترین پر از کم‌نظیرترین و گران‌قیمت‌ترین سنگ‌های ایران دیده می‌شود.



در محاصره حشرات

پرجمعیت‌ترین جانداران جهان یک سالن از موزه را به خود اختصاص داده‌اند. شاید جالب باشد بدانید که ۷۰ درصد جمعیت جانداران را حشرات تشکیل می‌دهند. پس این سالن موزه را با حوصله بیشتری ببینید تا با آن‌ها بیشتر آشنا شوید. شاید محبوب‌ترین اعضای این سالن همین پروانه‌ها باشند که اگر بخواهید در طبیعت آن‌ها را ببینید باید مدام به دنبال آن‌ها از این گل به آن گل بدوید.



کشکول

محمود پوروهاب

تغییر

نقش‌های رنگارنگ و زیبا. چند نفر توی مغازه بودند. مرد بداخلاق می‌خواست چیزی به کوزه فروش بگوید که یک دفعه چشمش به حکیم افتاد. حکیم مرد دانایی بود که همه به او احترام می‌گذاشتند. اما مرد بداخلاق با او خوب نبود. همین که او را دید بلند بلند حرف‌های زشتی به او زد. به او گفت: تو خیلی قیافه می‌گیری. فکر می‌کنی از همه داناتری. تو چیزی بلد نیستی. جوانان را با حرف‌هایت گمراه می‌کنی.

مردم دورش جمع شده بودند، چند نفری هم که توی مغازه بودند با تعجب به او نگاه می‌کردند. اما حکیم بدون توجه به او کوزه‌ها و ظرف‌ها را برمی‌داشت و به طرح‌های زیبای شان نگاه می‌کرد. انگار حرف‌های مرد بداخلاق را نمی‌شنید. مرد بداخلاق با خودش گفت: پس چرا جوابم را نمی‌دهد؟ شاید فکر می‌کند با فرد دیگری هستم.

جلوتر رفت و گفت: «ای حکیم با توام!» حکیم به او نگاه کرد و گفت: می‌دانم، خیلی هم ناراحت شدم. ولی به خاطر حرف‌های زشتی که به من زدی تو را می‌بخشم. تو می‌توانی آدم خوبی باشی. می‌توانی تغییر کنی!

مرد بداخلاق که انتظار چنین حرفی را نداشت ساکت شد. کمی ایستاد فقط به او نگاه کرد. از رفتارش خجالت کشید. به سوی خانه‌اش حرکت کرد. جایی ایستاد و توی فکر رفت: باید با مردم رفتار خوبی داشته باشم. باید تغییر کنم. بله باید تغییر کنم.

دوباره راه افتاد. همین طور که می‌رفت با خودش حرف می‌زد. یکهو به کسی که از روبه رو می‌آمد تنه زد. اصلاً متوجه دور و اطرافش نبود. مرد رهگذر گفت: «ای آقا! حواست کجاست؟» نگاهی به رهگذر کرد و گفت: «بخشید! من باید تغییر کنم.» رهگذر با تعجب ایستاد و به او خیره شد. او همین جور که می‌رفت می‌گفت من باید تغییر کنم. باید تغییر کنم. باید...

روزی روزگاری در شهری مرد بد اخلاقی زندگی می‌کرد، که مردم از رفتار بد او، و از زخم زبان آسایش نداشتند. به همه چیز گیر می‌داد. از کوچک‌ترین چیزی عصبانی می‌شد.

یک روز به سوی بازار حرکت کرد. بین راه به مغازه میوه‌فروشی رسید. می‌خواست میوه بخرد. کمی به گلابی‌ها و سیب‌ها نگاه کرد و گفت: ای آقا! آخر این چه میوه‌هایی است که می‌آوری؟ ببین این سیب لکه‌های ریزی دارد. اصلاً میوه‌های تازه نیستند.

میوه فروش گفت: همه میوه‌های من تازه‌اند، مشتری‌ها هم از میوه‌هایم تعریف می‌کنند.

- نه آقا! حتماً آن‌ها میوه‌های تازه را تشخیص نمی‌دهند. این‌ها آفتی هستند... و غرغر کنان رد شد. او همین طور که می‌رفت کنار کوچه، مرد کاسبی را دید که بساطش را کنار کوچه پهن کرده بود. شانه، قیچی، النگوهای مصنوعی، تسبیح و انگشتر می‌فروخت. مرد بداخلاق نگاهی به کاسب کرد و گفت: ای مرد چرا راه کوچه را تنگ کردی؟ این‌جا که محل کاسبی نیست. عجب آدم‌هایی پیدا می‌شوند.

کاسب بیچاره چیزی نگفت. فقط ایستاد نگاهش کرد. او هم غرغر کنان رد شد. به اول بازار که رسید به مغازه پارچه‌فروشی رفت. به طاقه‌های پارچه دست کشید.

- آقا این پارچه متری چقدر می‌شود؟
دوسکه نقره!

- دوسکه نقره! آقا چه خبر است! چرا این قدر گران می‌فروشی.

- این پارچه اطلسی است. ببین چقدر نرم و لطیف است.

- خیلی نازک است. اصلاً به درد نمی‌خورد. توهم گران فروشی.

پارچه فروش با تعجب نگاهش کرد و او هم غرغر کنان بیرون رفت. کمی جلوتر کنار یک کوزه فروشی ایستاد. مغازه پر بود از کوزه‌های بزرگ و کوچک و دیگ و ظرف‌های گلی و سفالی با طرح و

کلاس مکالمات

مجید رحمانی صانع
تصویرگر: ساه سلیماسی

هنر گوش دادن

بلند صحبت کردن مس قوی در دیگران ایجاد نمی‌کند



نه دکتر، یه بلندگو
هم قورت داده، اون
هنوز مونده!

فب بدوزیم
دیگه؟

در گوشی حرف زدن باعث می‌شود دیگران
فکر کنند در مورد آن‌ها صحبت می‌کنید.



داره می‌گه توی
کل تاریخ از تو
بی ادب تر ندیده‌ا

من اصلاً تاریخ
ادبیات رو نفوندم،
حالا چی کار کنم؟

زبان بدن کمک بزرگی به ابهام
یک مکالمه قوی می‌کند



بفرما، زبان فارسی
کم بود که باید از فردا
یه زبون دیگه رو هم
یاد بگیریم!

هنر گوش‌دادن را بیاموزید



مریم پرا رفت
فرهنگسرا؟

شاید رفته هنر
گوش‌دادن رو یاد
بگیره!



فرزندم! لغور و لوبیا را بیش از آنکه عرضه دارند، در غربال ریزتر تا قاصص شود. سفن که جای خود دارد پس آن را پیش از گفتن در غربال ویرایش ریز تا افتافتش بیفته آید، که حرف اضافه، مداخل بیهوده گوئی است و سر تای آن را به تفصیل غازی نفرزند.

زنهار که درباره آئینه ندانی اظهار نظر کنی. اگر گوئی نرانم، بهتر است تا آنکه به قصه باسواد تعالی، زبان به شعر و و رفتن گشایی و سنگ روی یخ شوی. همچنین، سفنی مگو که بعد میخور شوی انگشت نرامت به نران آسیب فرد کنی و هلاکت آن مرد شوی که با فدره نانی به نهار نشسته بود، رهگذری را دید که سوار بر الاغ همی گذشت. او را تعارف کرد که: «پایه شو و لقمه ای بگیر.» رهگذر پذیرفت و چون پیاده گشت، پرسید: «هیچ افسار الاغم را کجا کوم؟» مرد زیر لب گفت: «روی زبان من تا دیگر وقتی تان به کفاف فویش نرانم، به دیگری تعارف نکنم.»

ای فرزند! چون از بهر «سبب» جواب دادن پای تفتنه سپاه روی، با رگمه و یقته و ساعت و مو و انگشتانت بازی مکن و زیاده از حد تکان مفور که هواس دیگران از آئینه گوئی به آئینه انجام دهی



پارت همی شود و هیچ کس را از بیاناتت بهره ای نرسد.

دیگر آنکه نه چندان کم حرف باش که تصور شود زبانت را موش چوبیده است و نه چندان اضافه گوئی باش که دیگران را از ریخت فویش بیزار کردی.

همچنین، چون در بحث کم آری، دیگران را تفسیر مکن. مثلاً مگو آن وقت که تو در کار کردی بازی بودی، من هسته اتم می شناختم. یا آن وقت که تو اعداد طبیعی نرانتی، من معارله دو مجهولی حل همی کردم که اینها ره فزوانی است و در رزم به کار آید نه در بحث و مهارت.

در آخر اینکه مقام مخاطب را بشناس و به وقت صحبت با هر لمن پیش هر کس سفن مگوی که گفته اند هر سفن جایی و هر نکته ملاتی دارد.



در آداب سخن گفتن

• مصطفی مشایخی

• تصویرگر: حمید خلوتی



در کنار هم نشسته اند، روی نیمکت

دل به هم سپرده اند

نیم ساعت است از کنار هم تکان نخورده اند

حرف می زنند

حرف می زنند

حرف می زنند

پیرمرد با لغزش به پارک آمده

• سعیده موسوی زاده

بیشتر بخوانیم

کارخانه اسلحه سازی داوود داله

قهرمان داستان پسر نوجوانی به نام داوود داله است. از این رو این اسم را به او داده اند که کارش جمع آوری «داله»، یعنی شاخه درختانی است که به شکل «۷» یا «د» است. شخصیت های کتاب بچه هایی هستند که در زمان جنگ برای خود تیر و کمانی از شاخه درختان درست می کردند. داوود داله در این داستان اتفاقات جالبی از جمله «داله مرگ» برایش پیش می آید.

مؤلف: محمدرضا شرفی

ناشر: شهرستان ادب

سال چاپ: ۱۴۰۰

تلفن: ۰۲۱-۷۷۵۱۷۸۳۰



کتابخانه قلبی

اعظم مسیحائیان

بزنیم. وقتی قاله را دیدم، بدون هیچ حرفی گفتم: «قاله چند تا کتاب به من امانت می‌دی؟»
قاله گفت: «آره عزیزم، اول کتاب شازده کوپولو رو ببر.»
گفتم: «شازده کوپولو علمیه؟»

- وای هنوز نمی‌دونی؟ نه عزیزم داستان. فقط کتاب علمی می‌فوام. می‌فوام بکوب کتاب علمی بفونم، علمم زیاد بشه.
قاله نفودی شنید و گفت: «علی آقا کتاب علمی داره، آگه اجازه داد ببر.»

با یک بغل کتاب به خانه آمدم و آن‌ها را دیدم بالاسر تفتیم. وقتی لیلا آمد، به اولین چیزی که توجه نشان داد کتاب‌ها بودند. بیغ کوتاهی کشید و گفت: «هی دختر چه کتاب‌هایی خریدی یا تو که از من کتابفون تری. اوه فدای من! کتاب تاریقیه زمان اثر استیون هاوکینگ.»

و من برای اولین بار چشمم افتاد به جلد کتاب و اسم نویسنده. شوهر قاله زری سوپر مارکت داشت، چه کار داشت به تاریقیه زمان کتاب بخری را برداشت و گفت: «تاریخ علم جهان هستی هاوکینگ رو ندیده بودم. این در مورد پیه؟»

گفتم: «پینه ... این رو هنوز شروع نکردم.»
عکس جلد کتاب مردی را روی چرک (ویلچر) نشان می‌داد. گفتم: «این آقا با این حال و روزش این کتابا رو نوشته؟»

لیلا چپ‌چپ نگاهم کرد و گفت: «پطور این کتابا رو می‌فونی، ولی چیزی در مورد نویسنده‌شون نمی‌دونی؟ بعد هم شروع کرد به توضیح که استیون هاوکینگ که بوره و چه کرده. هر چه بیشتر تعریف می‌کرد، بیشتر از خودم فعالیت می‌کشیدم. ول کن هم نبودا دقیقاً اختاره بودم ته یک سیاه‌پاله که هاوکینگ در موردش عمری را تحقیق کرده بود. داشتم دست و پا می‌زدم. بعد از رفتن لیلا یکی از کتاب‌ها را باز کردم. روی صفحه اول نوشته شده بود: «کتابخانه شفصی علی کرمی»

با دیدن آن همه کتاب تعجب کردم؛ یک قفسه بزرگ پر از کتاب. گفتم: «همه این کتابا رو فوندی؟»

لیلا گفت: «آره فب، کتاب رو که واسه خوشنگی نمی‌فرن. آگه می‌فوی چند تا ببر بفون، ولی مراقب باش من روی کتابام حساسم.»
نمی‌دانم چرا زبانم مثل همیشه قبل از مغزم پرید و وسط که گفتم: «فودم یه عالمه کتاب دارم.»
لیلا با فوش‌هالی گفت: «وای چه فوبا این طوری می‌شه کتابامون رو به هم امانت بدیم. چه ژانری رو بیشتر دوست داری؟»

پرسیدم: «ژانر؟»
- پطوری کلی کتاب فوندی ولی نمی‌دونی ژانر یعنی چی؟ منظورم اینه که چه‌گونه کتابی می‌فونی؟ ترسناک، تاریخی ...

- علمی.
- اوه فدای من، بابا دانشمندا مققا!
و من به تنها کتاب علمی موجود در اتاقم که کتاب علوم بود فکر کردم که شده بود مثل دل و جگر زلیقا. قرار شد چند روز بعد لیلا به خانه ما بیاید. درست روز قبل از آمدن لیلا دوزاری ام افتاد که چه حرفی زده‌ام. تنها راه نجات قاله زری بود. قاله زری معلم ادبیات بود و کلی کتاب داشت. می‌شد چندتایی از او امانت بگیریم. به هر بدبختی بود مامان را راضی کردم که سری به قاله زری





تا چشمم به سوسک‌ها افتاد، پریدم سمت در و دستگیره در را گرفتم. در باز نشد! معلوم تر کشیدم، اما باز هم باز نشد. وحشتناک بود! من به همین راحتی گیر افتاده بودم؛ آن هم کجا؟! توی دست شویی با بوی بد و سه تا سوسک پندش آور که کنار هم ایستاده بودند. با هزار بدبختی پریدم بالا و میله پنجره کوچک دست شویی را گرفتم و به بیرون سرک کشیدم. باید به امیر و جواد می‌گفتم که گیر افتاده‌ام تا نجاتم بدهند.

اما رفته بود ندا چه قدر زود حرف‌هایشان تمام شده بود و این یعنی آفر بر شائسی من.

تقصیر جواد بود که به امیر گفت: «بیا باهات حرف دارم.» آن هم درست پشت دیوار دست شویی؛ دست شویی خانه سرایدار مدرسه.

از پشت میله هر چه گوشم را تیز کردم و یواشکی به حرکت لبشان دقت کردم، چیزی نفهمیدم که نفهمیدم. زنگ آفر که به صدا درآمد، چهار ستون بدنم شروع به لرزیدن کرد. پریدم پایین و نزدیک بود با سر سقوط کنم وسط دست شویی.

حالا من گیر افتاده بودم و از شانس بد من، آن روز خانواری آقای کرمی هم نبودند.

سوسک‌ها ناگهان از هم جدا شدند و مثل فانتم به طرفم آمدند. دستم را دراز کردم و با وحشت پندبار کوبیدم به در و کمک خواستم، ولی فوب می‌دانستم که آقای کرمی یکی دو ساعت بعد از رفتن بچه‌ها مشغول نظافت کلاس‌ها می‌شود.

یک دفعه دستگیره در تکان خورد و پسر آقای کرمی در

را باز کرد و با دیدن من انگار که هیولا دیده باشد، بیخ دنباله‌داری کشید.

بدون معطلی پریدم بیرون و در مقابل چشم‌های گردشده مامانم که به طرف ما می‌دوید گفتیم: «روش کار کنید! فیلی از سوسک می‌ترسه!»

و با آفرین سرعت دویدم و قبل از بسته شدن در مدرسه کوله‌ام را از توی کلاس برداشتم و پا به فرار گذاشتم. به خانه که رسیدم، مامانم تا مرا دید، وحشت‌زده با لنگه دمپایی جلو آمد و گفت: «تکون نفوررررر، همون جا و ایستا تا دمپایی بیارم.»

سرم را که گرفتم، دیدم یکی از سوسک‌های دست شویی نشسته سر شانهم و پیروزمندان به من نگاه می‌کند. ظاهراً نتیجه حرف‌های خصوصی سوسک‌ها در دست شویی انتقام از من بدبخت بود!

گفت و گوی تلگرافی

• مجید رحمانی صانع

کم گوی و گزیده گوی و شفاف ای دوست فوش زبان هراف

صد بار شری شبیه طومار یک بار بیا بشو تلگراف!

کشد دار مکن کلام خود را ای وای از آن زبان کش باف!

من تیر و کمان، تو تیرباری! اهست بر این مراسم و انصاف

لهی نفسی بکش عزیزم در حق ششش تگن تو اچاف

اسراف فقط در آب و نان نیست در مصرف حرف، تاکی اسراف؟

آن کس که زیاد می‌زند حرف یک جای کلام می‌دهد کلاف!



چیس بزرگ!

• ششویست میلیجانی

در کله من نقشه فرمای بزرگی است
این نقشه کشی حاصل رویای بزرگی است

اسباب کشی می کنم از ماه به مریخ
انزیشه من شامل دنیای بزرگی است

از مغزم اگر دور در آفر نور اسیر
چون در صبر حل معمای بزرگی است

هر کس بشود صرف دو قط علم، هياتش
در زنگ اش تا بر کالای بزرگی است

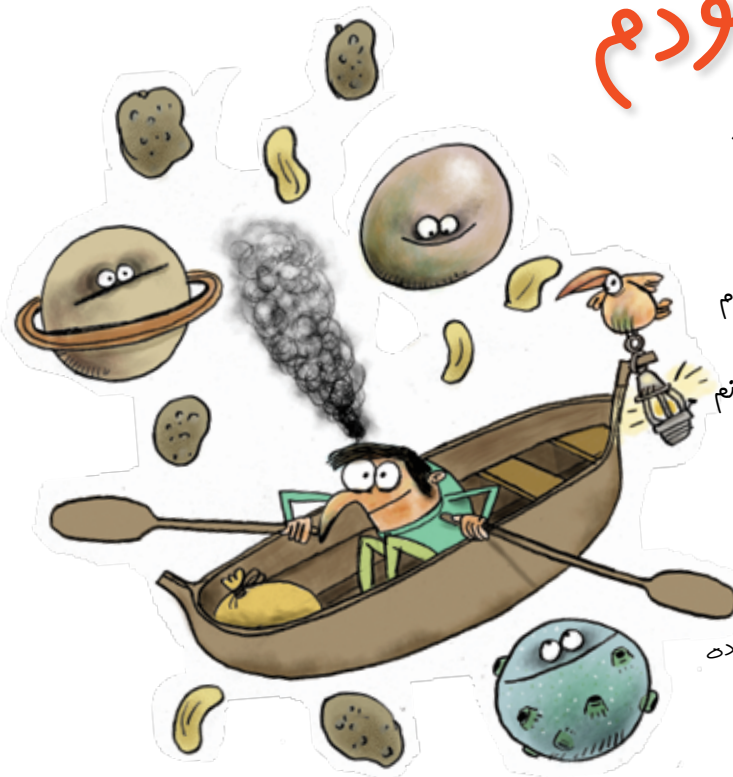
سورخ نابیر بشود قایق دانش
چون قایق ما راهی دریای بزرگی است

«هر سیب زمینی نشود پیس عزیزم»
این مهرب من هاوی معنای بزرگی است
پاداش تلاش من و تو همی رسد از راه
در بجه تقیر، هرایای بزرگی است!

من خوردم

با خودم همیشه حرف می زنم
چون کسی به من توجهی نمی کند
من خودم به جای پند آرمم؛
اولی برای مهربانی است
دومی برای سوت و کف
سومی همیشه گوش می کند به غرغم
چهارمی به فرغم
پنجمی ... فاصله با خودم که حرف می زنم
سز زتنش نمی کند
او دل مرا پر از تنش نمی کند
در عوض به من
اعتماد می کند
کله مرا پر از غرور و بار می کند

• سعیده موسوی زاده
• تصویرگر: مهدی صادقی





• صدهای فرج‌اللهی

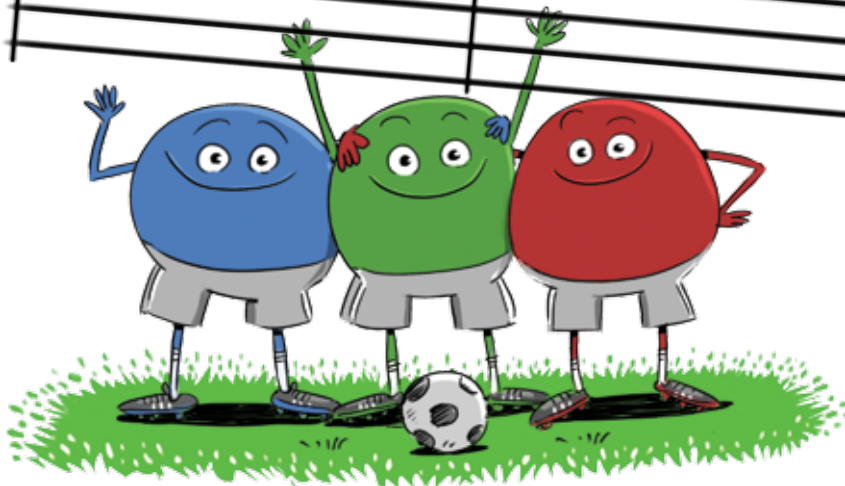
بپارنگی نشستی

نور سفید شامل رنگ‌های متفاوتی است. آبی، قرمز و سبز رنگ‌های اصلی هستند که با آن‌ها می‌توان همه طیف‌های رنگی را ساخت. وقتی پر توهای نور فورشید به جسمی می‌تابند، بعد از ۳ و ۴ و احوال پرسی، موکول‌های جسم بسته به سلیقه‌شان قسمتی از پر توها را پیش خودشان نگه می‌دارند تا بروند یک دست «گل کوپیک» دور هم بزنند. به مابقی طیف‌های نور هم می‌گویند بروند جلوی در خانه خودشان بازی کنند.

مابقی پر توها هم در راه رفتن به جلوی در خانه خودشان سری به چشم ما می‌زنند و وقتی چشممان به جمالشان روشن شد، ما آن جسم را به رنگ همین پر توهای رسیده می‌بینیم. در نتیجه وقتی جسمی قرمز دیده می‌شود، در واقع موکول‌هایش از رنگ‌های آبی و سبز فوششان آمده است و طیف قرمز را فرستاده‌اند که برود پی کارش. یعنی ما آن را «پرسپولیس» می‌بینیم، اما نظر موکول‌هایش روی «استقلال» است. همین‌طور وقتی جسمی را آبی می‌بینیم، در ظاهر استقلالی است اما قرمز و سبز را دوست دارد. یعنی هوای پرسپولیس و «پاس» را دارد.

الا شما بفرمایید پیراهنی که موکول‌هایش عاشق رنگ آبی باشند، در ظاهر به چه رنگی دیده می‌شود و پیراهنی که موکول‌هایش طرف‌دار پرسپولیس هستند چگونه؟ لطفاً جدول زیر را کامل بفرمایید.

رنگ پیراهن تیم ملی (رنگی که دیده می‌شود)	رنگی که برای موکول‌های پیراهن جذاب است	نام تیم ملی
		ایران
		برزیل
		آرژانتین
		مکزیک
		هلند
		مالدیو

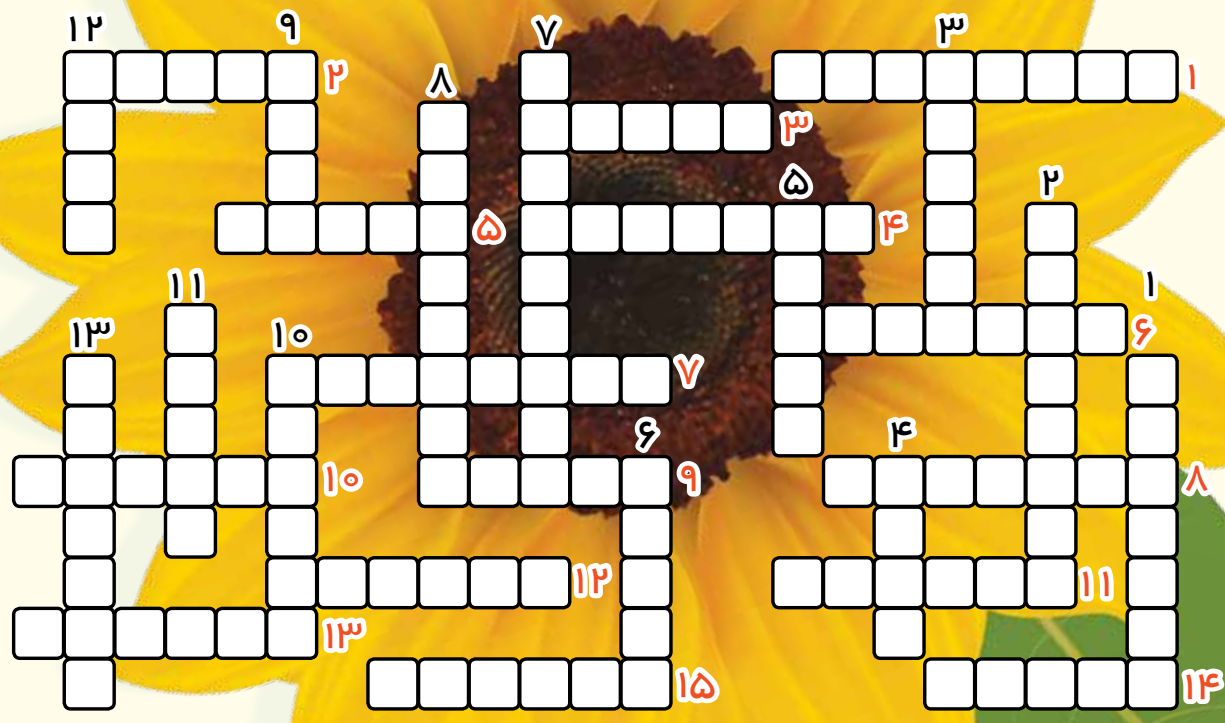




تیز امانی

افقی

۱. آزاد شدن انرژی سنگ‌ها در پوسته زمین که سبب لرزش ناگهانی زمین می‌شود. ۲. نوعی سنگ آتشفشانی. ۳. به نام قاره سبز هم معروف است. ۴. فوران مواد مذاب و سنگ‌های گداخته از اعماق زمین. ۵. بارش باران‌های فصلی را می‌گویند. ۶. یکی از انواع ساعت‌های سیار ابتدایی در گذشته. ۷. گروهی از ستارگانی که از دید ناظر زمینی الگوها و شکل‌هایی را به وجود می‌آورند و نقشه آسمان را تشکیل می‌دهند. ۸. به مجموعه‌ای از ابزار و اشیای دست‌ساز و مکان‌هایی گفته می‌شود که از تمدن‌های گذشته و طی کاوش‌ها کشف می‌شوند. ۹. حفره‌ای چاله‌ای در سطح زمین را می‌گویند. ۱۰. جای بلندی که احتمال پرت شدن از آن وجود دارد. ۱۱. بالا رفتن و پایین آمدن آب دریا را می‌گویند. ۱۲. ناحیه‌ای گسترده از سطح زمین را می‌نامند که با نمک پوشیده شده باشد. ۱۳. نوعی شناور دریایی که روی بالشتکی از هوای فشرده حرکت می‌کند. ۱۴. بارشی برفی که با وزش باد شدید همراه باشد. ۱۵. ناحیه‌ای از زمین که از رطوبت اشباع شده و پوشیده از گل و لای است و خطرناک.



عمودی

۱. محل زندگی پنگوئن‌ها. ۲. ابزاری برای اندازه‌گیری چگالی نسبی مایعات. ۳. نوعی زغال سنگ. ۴. علم ستاره‌شناسی. ۵. اصطلاحی برای جنگل‌های پوشیده از برف در منطقه‌های سردسیر که بیشتر این منطقه‌ها در کشورهای روسیه و کانادا واقع شده‌اند. ۶. حجمی از آب در حال چرخش که غالباً توسط جزر و مد در دریاها ایجاد می‌شود. ۷. یکی از رودهای معروف کشورمان. ۸. سالی که ابرهه، پادشاه یمن، برای تخریب کعبه به مکه حمله کرد. ۹. پنهان‌ترین اقیانوس جهان. ۱۰. تکه بزرگی از یخ شناور که از کوه‌های یخ جدا شده است. ۱۱. همان غرب است. ۱۲. وزش باد ملایم را می‌گویند. ۱۳. یکی از شیوه‌های ذخیره آب آشامیدنی در قدیم که در منطقه‌های کویری بیشتر رایج بود.



اسکن کنید و حل جدول را ببینید.

برای فکر کردن برنامه‌نویسی یاد بگیرید.

کمی هنرمند شویم



تجربگی

در این سلسله مطالب قصد داریم با زبان‌های برنامه‌نویسی آشنا شویم. این زبان‌ها دروازه ورود شما به دنیای بی‌انتهای برنامه‌نویسی هستند. اگر علاقه‌ای به برنامه‌نویسی ندارید و نمی‌خواهید در آینده این شغل را انتخاب کنید، یادگیری حتی یک زبان برنامه‌نویسی و آشنایی با فن برنامه‌نویسی، می‌تواند فکر کردن و حل مسئله، تصمیم‌گیری و اجرای کارها را برای شما راحت‌تر و سریع‌تر کند. پس با ما در این هشت شماره همراه باشید و ایده‌ها و سؤال‌های خود را به سامانه NOGAVAN@ROSHDMAG.IR پیامک کنید.

حالا اولین قدم‌های چیست؟

الف) فهم مسئله

اگر مسئله‌ای را به درستی فهمیده باشید، نیمی از راه را رفته‌اید. یعنی اینکه بدانید دقیقاً باید دنبال چه چیزی بگردید. یکی از بهترین راه‌ها برای حل مسئله این است که مشکل را برای فرد دیگری توضیح دهید.

نوشتن جزئیات مسئله روی کاغذ یا کشیدن نمودار برای مسئله هم می‌تواند در فهم آن کمک‌کننده باشد.

ب) برنامه‌ریزی

هیچ وقت بدون برنامه‌ریزی سراغ کاری نروید، چون با مشکل روبه‌رو خواهید شد. ابتدا باید با اطلاعاتی که در دست داریم، مسئله را تحلیل کنیم و پس از پردازش، مرحله‌های آن را تا رسیدن به نتیجه برای خود رسم کنیم.

ج) تقسیم کردن

به جای شیرجه‌زدن در مسئله اصلی، سعی کنید آن را به مسئله‌های کوچک‌تر تقسیم کنید. حل کردن این زیرمسئله‌ها به نسبت آسان‌تر است.

حل زیرمسئله‌ها را از آسان‌ترین آن‌ها شروع کنید؛ همانی که تقریباً جوابش را می‌دانید و جواب آن به جواب سایر مسائل بستگی ندارد. هر زیرمسئله‌ای که حل می‌کنید، مثل این است که یک تکه از جورچین (پازل) را در جای درستش قرار دهید. بعد از اینکه تمام زیرمسئله‌ها را حل کردید، باید آن‌ها را به هم وصل کنید تا در نهایت جورچین‌ها (پازل) شما حل شود. در برنامه‌نویسی این روش به «تقسیم و غلبه» معروف است. در این روش، مسئله بزرگ را به مسئله‌های کوچک می‌شکنیم و در نهایت با حل کردن آن‌ها بر مسئله بزرگ غلبه می‌کنیم.

چطور مثل یک برنامه‌نویس فکر کنیم؟

استیو جابز می‌گوید: «همه باید برنامه‌نویسی رایانه را یاد بگیرند، چون در نهایت یاد می‌گیرند که چطور فکر کنند!» افراد معمولاً برای حل مشکلات خود روش‌های مشخص ندارند، بلکه در زمان بروز مشکل تصمیم می‌گیرند و می‌کوشند مشکل را حل کنند. در صورتی که به نظر برنامه‌نویسان، بهترین روش حل مسئله این است که اول یک چارچوب داشته باشیم و دوم آن را تمرین کنیم.



برنامه‌نویسی را با «اسکرچ» آغاز کنید



زبان «اسکرچ» یک زبان برنامه‌نویسی «ویژوال» است که مخصوص ۷ تا ۱۶ ساله‌ها طراحی شده است. ویژوال به معنی تصویری، گرافیکی یا بصری است. منظور از زبان برنامه‌نویسی گرافیکی این است که برنامه‌نویس هنگام کار کردن با این زبان به حروف نگاری (تایپ) دستورها نیازی ندارد. این یعنی در اسکرچ چیزی تایپ نمی‌کنیم، بلکه دستوره‌های گرافیکی را در قالب بلوک‌ها می‌کشیم و زیر هم رها می‌کنیم. برنامه‌ای که در ادامه می‌آید، برای رسم یک شش ضلعی منتظم در اسکرچ نوشته شده است.



یکی از ویژگی‌های اسکرچ این است که در آخرین نسخه منتشر شده، می‌توانید به طور کاملاً فارسی برنامه‌نویسی و کدنویسی کنید. یادگیری این زبان برنامه‌نویسی پیش‌نیاز ندارد و لازم نیست که تجربه قبلی برنامه‌نویسی داشته باشید. همین که بتوانید از موشواره (ماوس) استفاده کنید و حروف نگاری (تایپ) کنید، کافی است. البته زبان انگلیسی در یادگیری هر زبان برنامه‌نویسی مؤثر است.



بن‌بست؟

اگر در حل زیر مسئله‌ها به مشکل برخوردیم، باید چه کار کنیم؟

برنامه‌نویس‌های خوب در مواجهه با این سؤال‌ها دست به کار می‌شوند و با بررسی راه حل، جست‌وجو در موتورهای جست‌وجوی اینترنتی مانند گوگل، سؤال کردن و ... جواب را پیدا می‌کنند. اما افراد شکست خورده، در همان گام اول با گفتن: «من نمی‌توانم! ... جوابش را نمی‌دانم! و ...» سؤال را رها می‌کنند. وقتی فکر می‌کنید به بن‌بست خورده‌اید از این سه روش استفاده کنید:

۱. اشکال زدایی: ابزار زیادی برای این کار وجود دارند، اما در مسئله‌های ساده شما می‌توانید به صورت دستی هم رفع اشکال کنید. مرحله به مرحله جواب را بررسی کنید. باید ببینید در کدام مرحله خروجی آن چیزی است که مورد انتظار شما نیست و نمی‌خواهید.

۲. ارزیابی مجدد: یک مرحله به عقب برگردید و به مسئله از زاویه دیگری نگاه کنید. آیا راه حل دیگری وجود ندارد؟ یک راه برای ارزیابی مجدد این است که از صفر شروع کنید. وقتی در حل مسئله‌ای شکست خورده‌اید و در جزئیات زیادی غرق شده‌اید، تمام اطلاعات را دور بریزید و سعی کنید مسئله را مجدداً بررسی کنید.

۳. تحقیق: اگر جواب سؤالتان را در گوگل پیدا نمی‌کنید، شاید سؤال درستی نمی‌پرسید! در واقع بسیاری از سؤال‌هایی که به آن‌ها برمی‌خوریم، قبلاً مشکلات افراد دیگری بوده‌اند. در نتیجه می‌توانید جواب آن‌ها را در گوگل پیدا کنید.

تمرین و تمرین و تمرین

می‌توانید با حل جدول، سودوکو، مونوپولی، بازی‌های رایانه‌ای و ... شروع کنید. در واقع بازی‌هایی که پشت آن‌ها منطق ریاضی وجود دارد، خیلی کمک‌کننده هستند. همچنین فراموش نکنید که هدف این بازی‌ها چیزی جز «حل مسئله نیست»!

وبگاه‌های (وبسایت‌های) زیادی مانند CODEWARS.COM هستند که به شما امکان می‌دهند مسئله‌های الگوریتمی حل کنید. لطفاً تجربه خود را درباره شیوه حل مسئله‌ها و یادگیری برنامه‌نویسی برایمان ارسال کنید.

دست‌بخت شما

خواننده عزیز سلام!

باز هم پاتوق؟ بله درست است، سال پیش خبری از پاتوق در مجله نبود. در این مدت اما فرستاده‌هایتان را با دقت و صدا البته شوق بسیار می‌خواندیم و لذت می‌بردیم. آن قدر لذت بردیم که فکر کردیم چرا آن را با شما دوست‌های خوبمان شریک نشویم؟ این شد که تصمیم گرفتیم پاتوقمان را دوباره راه بیندازیم و اینجا دور هم جمع بشویم. از این به بعد هرماه مشتاق و پرانرژی اینجا هستیم تا سؤالاتان را جواب بدهیم، شعرها و نوشته‌هایتان را با هم بخوانیم و به درد دل‌هایتان گوش کنیم. خبرهای تازه هم داریم؛ مسابقه نویسنده‌گی! حتماً جزئیات و شرایط مسابقه را در شماره بعدی بخوانید. معلوم است که جایزه دارد! مسابقه بدون جایزه که معنی نمی‌دهد. راستش ما یک جورهایی گرسنه خواندن نوشته‌های شما هستیم! پس مرام داشته باشید و بگذارید دلی از عزا دریاوریم. دست به قلم شدن و نوشتن، فارغ از اینکه یک روزی نویسنده بزرگی بشویم یا نه، از همه ما انسان‌های بهتر و متفکرت‌تری می‌سازد. راستی! آن قدر هیجان داشتیم که اول صحبت یادمان رفت سال تحصیلی جدید را تبریک بگوییم؛ امیدواریم پر از یادگیری و خاطره‌های خوب باشد!

دوستدار شما، رشد نوجوان

پاتوق

فاطمه یوسف‌زاده

مزگان داستان «رنگین کمان کجاست» را نوشته:

رضا گفت: «بله که دیدم، مثل یه دسته مدادرنگی است، ولی براق. باید زودتر می‌آمدی تا رنگین کمان رنگی‌رنگی را می‌دید!»
ریحانه وسط حرف رضا پرید و گفت: «وای، چقدر خوشگل. کجا دیدی؟ به من هم نشان بده.»
رضا ابروهایش را بالا پایین کرد و گفت: «الان نمی‌توانی رنگین کمان را ببینی. باید...»
اما ریحانه که به حرف‌های رضا گوش نمی‌داد به طرف درخت انگور دوید و گفت:
«خودم رنگین کمان را پیدا می‌کنم. حالا ببین!»

مزگان بقایای پور از یزد

مزگان عزیز، «رنگین کمان کجاست» یک داستان کامل است؛ چرا که تمام عناصر اصلی داستان را دارد.

عناصر داستان چی هستند؟ طرح، شخصیت، معنا، روایت و زاویه دید. خودت می‌توانی این‌ها را در داستانت تشخیص بدهی؟ ما که توانستیم و لذت بردیم. یک نکته کوچک؛ یک داستان چندبار نوشته می‌شود. این دیگر یعنی چی؟ به اولین باری که داستانی می‌نویسیم می‌گویند «پیش‌نویس ابتدایی»؛ پیش‌نویس ابتدایی معمولاً چیزی است که فقط خود نویسنده و خدایش از آن خبر دارند. بعد نویسنده پیش‌نویس را کنار می‌گذارد و به ذهنش استراحت می‌دهد. بعد از مدتی سراغ پیش‌نویس می‌رود و آن را می‌خواند. اول به عنوان نویسنده آن را می‌خواند، بعد خودش را یک خواننده تصور می‌کند و می‌خواند. با این خوانش چیزهای تازه‌ای دستگیرش می‌شود. شاید دلش بخواهد جاهایی را تغییر بدهد، حذف یا حتی اضافه کند. بعد از آن تازه پیش‌نویس دوم آماده شده! نویسنده این پیش‌نویس را معمولاً به چند نفر که نظرشان را قبول دارد می‌دهد تا بخوانند و نظر بدهند. بعد نظرآشان را گوش می‌کند و اگر صلاح دید، باز هم تغییراتی در متن می‌دهد. این می‌شود پیش‌نویس سوم! هر داستان می‌تواند تعداد خیلی زیادی پیش‌نویس داشته باشد. اما نویسنده باید یادش باشد یک جایی دیگر دست از سر داستانش بردارد و در دنیای ادبیات رهاش کند تا خودش راهش را پیدا کند. چون بخشی از درس‌هایی که از نوشتن یاد می‌گیریم، بعد از این مرحله سراغمان می‌آیند.

برای همین است که ادبیات هنر است. نویسنده اثری را پرورش می‌دهد و بعد که دید توانایی روی پای خودش ایستادن را دارد، آن را به جهان بزرگ‌تر می‌فرستد تا تجربه کند و آشنایان را پیدا کند. منظور از آشنا همان من و شما هستیم که کتابی را می‌خوانیم و می‌بینیم کسی درباره همان احساسات و افکاری نوشته است که ما در حال تجربه‌اش هستیم. مثل اینکه نکته خیلی کوچکی نبود نه؟ اما دل‌مان نیامد این‌ها را به دوست با استعدادی چون تو نگوییم. باز هم برایمان بنویس.



رادین اکبری مفاخربرایمان داستانی با عنوان «رستم و کرونادیو» فرستاده. بخشی از متن:

«رستم پهلوان، اول کله دیو سپید را بر سر گذاشت و صورتش را با آن پوشاند. زره را هم پوشید تا «کرونادیو» نتواند او را بیمار کند. غار خیلی تاریک و سرد بود. رستم نام خدا را بر زبان آورد و وارد غار شد. کرونادیو با دیدن رستم به او حمله کرد، اما رستم با یک ضربه گرزش او را بر زمین انداخت و پیش از آن که کرونادیو بتواند از جای خود بلند شود، زود دست و پای او را محکم بست و در همان غار به زنجیر کشید. بعد سنگ بزرگی را که چهل مرد جنگی نمی‌توانستند آن را تکان دهند، برداشت و بر دهانه غار گذاشت...»

رادین اکبری مفاخر، کلاس ششم مدرسه باقریه از مشهد

نیایش با داستان کوتاهی با عنوان «اول

مهر آذری» همراهان بوده.

نیایش حافظ فرقان، کلاس هفتم از اصفهان

نیایش جان چه زیبا اشاره کرده‌ای؛ بله سال قبل اول مهر همه، آذر بود! قلم خوبی داری و معلوم است که روح حساس و نظری ظریف داری. پیشنهاد ما این است که هر چه بیشتر از ادبیات داستانی ایران و جهان بخوانی و ببینی، نویسنده‌های مختلف چطور می‌نویسند و یک داستان چطور شکل می‌گیرد و باز هم با داستان‌های جدیدت خوشحالمان کنی.

رادین عزیز، معلوم است که با داستان‌های شاهنامه خوب آشنا هستی. این مایه خوش حالی بسیار است. همه گیری ویروس کرونا را که یک اتفاق خیلی جدید است، خیلی خوب با داستان‌ها و مضامین شاهنامه پیوند داده‌ای. دوست داشتیم از جزئیات نبردها با «سارس دیو» و «کرونادیو» بیشتر بخوانیم و هیجان زده‌تر شویم. می‌توانی برای ایده گرفتن، بخشی از نبرد رستم و اسفندیار را بخوانی. فردوسی خیلی خوب فضای اطراف نبرد را توصیف کرده، همین‌طور توصیف حالت‌ها و احساسات شخصیت‌ها و تأثیری را که روی هم می‌گذارند، فراموش نکرده. خلاصه از هر چیزی که می‌توانسته استفاده کرده تا کسی که شرح نبرد رستم و اسفندیار را می‌خواند خودش را وسط میدان نبرد احساس کند. با توجه به علاقه‌ای که داری، حتماً می‌توانی درس‌های خوبی از فردوسی و شخصیت‌هایش بگیری. مراقب خودت و ذهن خلقت باش!



محدثه داستان «کتاب‌خانه جادویی» را نوشته است. بخشی از آن را بخوانیم:

صدای گریه کسی آمد. کتاب‌ها به سمت صدا رفتند. لنگه جورابی بود. پرسیدند: «چی شده؟» لنگه جوراب گفت: «از داستانت اومدم بیرون... چند ساعت دیگه صاحبم می‌ره مدرسه، آگه ببینه من نیستم، خیلی ناراحت می‌شه! توروخدا کمکم کنین...»
و باز هم... «اجی مجی لاتلجی!»
محدثه مهدوی، پایه هشتم، از اصفهان،

محدثه! داستانت آن قدر خیال‌انگیز و جالب بود که دوست داشتیم حالاً حالا ادامه پیدا کند. یک دامی که همه نویسنده‌ها بعضی وقت‌ها تویش می‌افتند، این است که یادشان می‌رود کسی که داستانشان را خواهد خواند، چیزهای توی ذهن آن‌ها را نمی‌داند. درواقع فراموش می‌کنند با کمی صبر بیشتر بعضی جاهای داستان را خوب توضیح بدهند تا خواننده بتواند دقیقاً همان احساس و ایده‌ای که آن‌ها داشته‌اند را تجربه کند. این را گفتیم که حواست باشد توی این دام نیفتی؛ یا اگر افتادی، بتوانی با یک جهش ازش بیرون بیایی. راستش، می‌دانیم کتاب گران شده و کمی در پیشنهاد دادن کتاب تردید می‌کنیم. اما به نظرم تو باید حتماً کتاب «سیاه‌قلب» نوشته کرنلیا فونکه را بخوانی تا ببینی یک ایده چطور می‌تواند به شکل‌های مختلف نوشته شود. سری به کتابخانه بزنی شاید آنجا پیدایش کردی. اگر نه، پول‌هایت را جمع کن و برای روح غذای خوب بخر.

تسبیح آبدار



داشت غروب می‌شد. نور کم‌رنگ آفتاب به پنجره می‌تابید و سایه پنجره از پشت پرده پیدا بود. مامان‌جون یواش از تخت پایین آمد و روی لبه آن نشست. پشتش را صاف کرد. سر زانوهایش را مالید و بلند شد. کمی پیراهنش را مرتب کرد و آن را به پایین کشید. چند بار صدا زد: «سهیلا! سهیلا!»

جوابی نشنید. عصایش را برداشت و آرام‌آرام به سمت حال رفت. توی آن نور کم معلوم بود که همه‌چیز مرتب شده است. گوشی تلفن روی دستگاه بود. رومیزی قلاب‌بافی، بدون چین و چروک پهن بود. ظرف آبنبات پر شده بود. دستگاه کنترل تلویزیون هم سر جای خودش گوشه میز بود. مامان‌جون با دیدن کنترل گل از گلش شکفت. تندتر عصا زد تا به آن رسید.

نور تلویزیون را کمی روشن‌تر کرد. مامان‌جون رفت تا جای دم کند. چیزی نمانده بود سهیلا برسد. از همان کنار گاز نگاهش به روی کابینت آشپزخانه افتاد و بی‌اختیار گفت: «آخ! تسبیحم کی پاره شد؟!»
یک پیش‌دستی پر از دانه‌های سبز روی کابینت روبه‌رو بود.

مامان‌جون اوقاتش تلخ شد. از همان‌جا راهش را کج کرد و به اتاق رفت. وقتی برگشت در دستش جعبه نخ و سوزن بود. حواسش بود نه چیزهای توی جعبه به زمین بیفتند و نه خودش بیفتد. با هر قدمش از توی جعبه صدای تلق و تلوک می‌آمد.

به حال که رسید دیگر خسته شده بود. عصایش را تکیه داد و خودش را روی میز رها کرد. میز را به سمت خودش کشید و در جعبه را باز کرد. با دیدن سوزن‌ها لیخند زد و گفت: «قربان دختر مهربان و دلسوزم بروم که سوزن‌هایم را همیشه نخ می‌کند.»

مامان‌جون نفس‌نفس‌زنان گفت: «امان از حواس پرت! دانه‌های تسبیح را نیاوردم!»

پیش‌دستی دانه‌های تسبیح روی کابینت بود. مامان‌جون دستش را به زانویش گرفت و به عصایش تکیه داد و بلند شد... دانه‌های تسبیح با هر قدمش توی ظرف قل‌قل می‌خوردند. حواسش بود نه دانه‌ها زمین بیفتند، نه خودش بیفتد.

آرام ظرف را روی میز گذاشت و دوباره روی میز نشست. نزدیک اذان مغرب بود.

سوزن را که برداشت، تازه یادش آمد عینکش را نیاورده. با خودش مرور کرد، آخرین بار کی عینکش را از چشمش برداشته است.

زورش آمد تا میز دم تختش برود و برگردد. با خودش گفت: «بدون عینک هم می‌شود.»

یکی از دانه‌ها را برداشت. دانه را بین دو انگشتش چرخاند. سعی کرد سوزن را توی سوراخ دانه تسبیح کند. سوزن‌هی رد می‌شد و به جای دانه توی انگشتش فرو می‌رفت. دانه را تا نوک بینی‌اش بالا آورد و بین انگشتانش فشرد. سوزن را در آن فرو کرد. قطره آبی از توی دانه به صورتش پرید. مامان‌جون خندید؛ از همان خنده‌های مادرزرگی!

دانه تسبیح را در دهانش گذاشت و همان‌طور که آن را می‌مکید گفت: «باید کار سهیلا باشد. قربان دختر مهربان و دلسوزم بروم که انگورها را برایم جبه کرده است!»
از تلویزیون صدای اذان می‌آمد: «حی علی الصلاة!»

نقاشی طبیعت

کار دستی

هر آنچه در طبیعت وجود دارد، چه به صورت طبیعی و چه خشک، می تواند یک منبع الهام مناسب برای ساخت تابلوهای زیبا یا حتی حجم ها باشد.

طرز ساخت

برای ساخت اثر هنری خود ابتدا باید خوب به مواد طبیعی که از طبیعت پیدا کرده اید، نگاه کنید. پس از شکل یابی می توانید با استفاده از سایر مواد طبیعی شکل را کامل کنید و شکل جدید و آشنایی بسازید. می توانید از کاغذ و مقوا برای ساختن جزئیات کارتان بهره بگیرید. حتی یک یا دو روز مواد طبیعی، مثل پوست درختان را در هوای آزاد و آفتاب قرار دهید تا حسرات ریز از آن ها خارج شوند. حال شما عزیزان خلاقیت خود را به کار بگیرید و تابلوهای طبیعی خود را بسازید.

وسایل مورد نیاز

مواد طبیعی (شامل برگ ها، پوست تنه درختان، میوه درختان، شاخه های نازک، گلبرگ ها و سنگ)، کاغذ و مقواهای رنگی، روان نویس، قیچی و چسب.

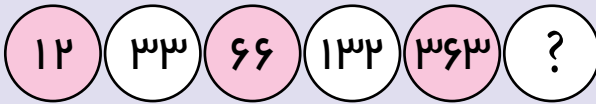


از نزدیک ببینید

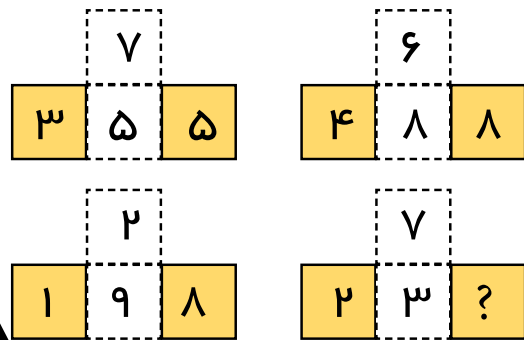
نرمش ذهن

مجید عمیق

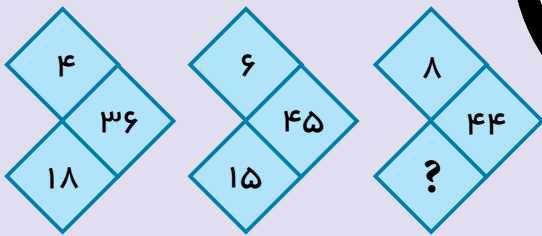
۲. با توجه به عددهای داخل دایره، آیا می‌توانید عدد درست را حدس بزنید و جای علامت سؤال قرار دهید؟



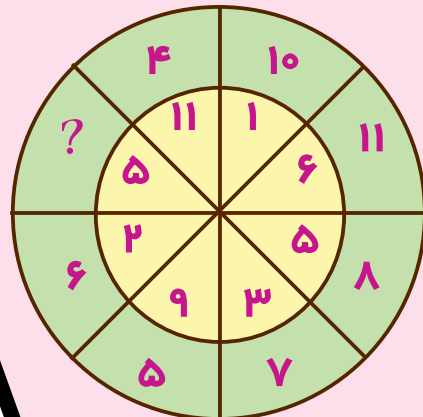
۱. جای علامت سؤال عدد درست را حدس بزنید:



۴. آیا می‌توانید عدد درست را حدس بزنید و جای علامت سؤال بگذارید؟



۳. جای علامت سؤال عدد درست را حدس بزنید. راهنمایی: به قطاع‌های دایره توجه کنید.



معما

ده کیسه داریم که داخل هر کدام از آن‌ها ده سکه قرار دارد. وزن هر سکه ده گرم است. اما سکه‌های یکی از کیسه‌ها معیوب هستند و هر کدام ۹ گرم وزن دارند. آیا می‌توانید با روشی کارآمد، با کمترین دفعات وزن کردن، کیسه سکه‌های معیوب را کشف کنید؟

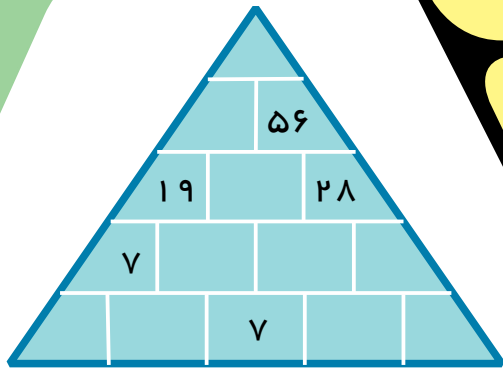
جواب

معما را به دفتر

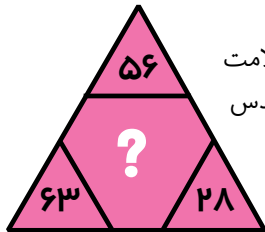
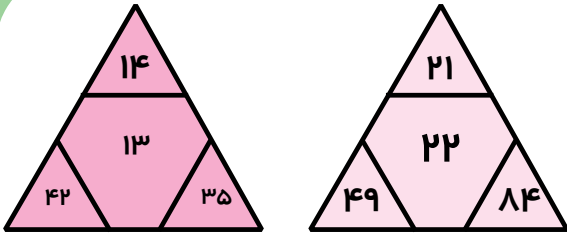
مجله به نشانی بالای صفحه

بعد ارسال کنید و به قید

قرعه جایزه بگیرید.



۶. در این شکل هرم هر عدد حاصل جمع دو عدد پایین است. آیامی توانید جاهای خالی را با اعدادهای درست پر کنید؟



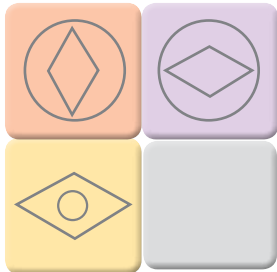
۷. آیا می توانید جای علامت سؤال عدد درست را حدس بزنید و بنویسید؟

سودو کوی نامنظم

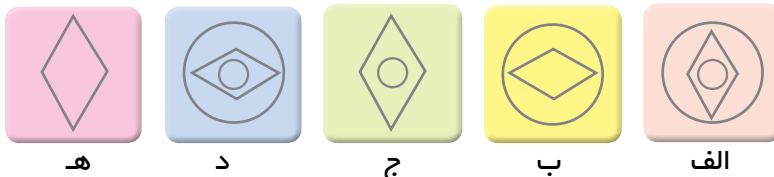
۵. عددهای ۱ تا ۹ را طوری در خانه های خالی قرار دهید که هیچ کدام از این عددها در ردیف های افقی و عمودی و ناحیه های پررنگ شده که آنها هم دارای ۹ خانه هستند، بیش از یک بار تکرار نشده باشند.

		۴			۳		
	۹		۴		۱		۵
۶							۴
	۸		۷		۴		۳
				۵			
	۱		۹		۶		۴
۲							۳
	۵		۸		۲		۱
		۹				۲	

راه های ارتباطی شما برای فرستادن متن و داستان، رایانامه مجله است به نشانی: nojavan@roshdmag.ir یا شماره پیامک ۹۶۹۵۸۹۰۰۰۳



۸. کدام یک از این نقش کاشی ها را باید در جای خالی قرار دهیم؟



ه

د

ج

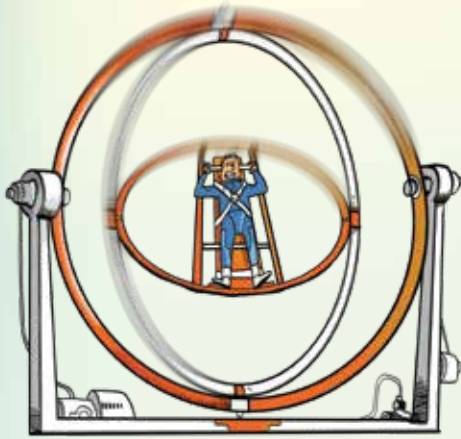
ب

الف

هفت خوان فضا

راه آسمان

خاطره بهی



بسیاری از انسان‌ها حداقل یک‌بار در عمرشان به فضانورد شدن فکر کرده‌اند یا حتی رویای فضانوردی را در سر دارند. فضانوردی کار هیجان‌انگیز و در عین حال دشواری است. برای فضانورد شدن راهی طولانی در پیش دارید. اگر بخواهید فضانوردی را به عنوان یک شغل انتخاب کنید، یا حتی آرزو داشته باشید یک گردشگر فضایی باشید، باید دوره‌های آمادگی و آموزش فضانوردی را با موفقیت پشت سر بگذارید.

فضانورد و حتی معلم فضانورد! مهم‌ترین نکته این است که سعی کنید از بهترین دانشگاه‌ها و با بهترین نمره‌ها فارغ‌التحصیل شوید و سپس حداقل سه سال در شغلی مرتبط با رشته تحصیلی خودتان کار کنید. برای سازمان هوا-فضا مهم است که در زمینه کاری خودتان بهترین باشید.

هر چند سال یک‌بار، برخی از سفرگذاری‌های (آژانس‌های) جهان، از جمله روسیه، آمریکا و اروپا، برای جذب فضانورد فراخوان می‌دهند. گاهی حدود ۱۸ هزار نفر برای شرکت در این دوره‌ها ثبت‌نام می‌کنند، اما جالب است بدانید در پایان راه تنها ۱۰ نفر می‌توانند همهٔ آزمون‌های این دوره‌ها را با موفقیت پشت سر بگذارند! البته برای رسیدن به آرزوی سفر به فضا همه چیز به این سختی نیست؛ به شرط آنکه همهٔ گام‌های سفر به فضا را از الان به خوبی بدانید و یاد بگیرید!

از میان جمعیت هفت میلیاردی جهان، تاکنون فقط ۵۵ نفر شانس سفر به فضا را به دست آورده‌اند!

گام سوم: چقدر به سلامت اهمیت می‌دهی؟

سازمان‌های فضایی برای برگزاری دوره‌های آموزشی هزینه بسیار زیادی می‌کنند، به همین دلیل به منظور انتخاب افراد برای ورود به این دوره‌ها خیلی سخت‌گیر هستند. به خصوص از نظر سلامت جسمانی و روانی افراد را پیش از ورود به دوره با دقت مورد ارزیابی قرار می‌دهند. فضانوردان باید این شرایط اولیه را برای ورود به دورهٔ آموزش فضانوردی داشته باشند:

- هیچ‌گونه بیماری مزمن و واگیرداری نداشته باشند.
- به هیچ‌گونه مواد اعتیاد نداشته باشند.
- از نظر استخوان‌بندی و مفصلی کاملاً سالم باشند.
- دید چشم‌هایشان کامل باشد. (اگر عینک می‌زنند ممکن است

گام اول: سن و سالت چقدر است؟

اگر می‌خواهید فضانوردی را به عنوان شغل انتخاب کنید، باید بین ۲۷ تا ۳۷ سالگی در دوره‌های آمادگی و آموزشی شرکت کنید. اما اگر دوست دارید در آینده برای گردشگری و تفریح راهی فضا شوید، محدودیت سنی خاصی وجود ندارد و فقط کافی است که خیلی خیلی پول‌دار باشید!

گام دوم: در چه شاخه‌ای تحصیل کرده‌ای؟

شاید اولین چیزی که برای تصاحب رؤیای فضانوردی به ذهنتان می‌رسد این باشد که در دانشگاه رشته‌هایی مانند علوم فضایی یا هوافضا بخوانید. اما این فقط یکی از راه‌های فضانورد شدن است! دنیای فضانوردی امروز به فضانوردانی که در دیگر شاخه‌های علمی متخصص هستند نیز نیاز دارد. مثلاً فیزیک‌دان فضانورد، زیست‌شناس فضانورد، شیمی‌دان



آقایان و خانم‌ها، می‌توانید در تمرین‌ها و آزمون‌های فضانوردی شرکت کنید.





بتوانند به کمک عمل جراحی و لیزر از عینک بی‌نیاز شوند.)
● دندان‌های سالم داشته باشند. (دندان‌های پر شده را می‌توان با کاشتینه (ایمپلنت) جایگزین کرد.)
● به هیچ‌گونه اختلال روانی یا بیماری روحی مبتلا نباشند.
● توانایی ذهنی و شناختی بالایی داشته باشند و بتوانند در مواقع اضطراری آرامش و سرعت عمل داشته باشند.
علاوه بر این‌ها، پزشکان متخصص آمادگی بدنی و روانی شما را با تمرین‌ها و آزمایش‌های متفاوت بررسی می‌کنند. در یکی از این آزمون‌ها، در حالی که حسگرهای متعددی به بدن شخص متصل است، روی دوچرخه ثابت رکاب می‌زند یا روی دوی ثابت (تردمیل) می‌دود و کارشناسان همه‌علائم بدن او را بررسی می‌کنند. البته همه آزمون‌ها به همین آسانی نیستند. قرار گرفتن در دستگاه‌هایی که با سرعت زیاد و در جهت‌های متفاوت می‌چرخند و یا قرار گرفتن در شتاب جاذبه زیاد، جزو آن دسته از تمرین‌هایی هستند که به سختی می‌توان آن‌ها را با موفقیت پشت سر گذاشت!

گام چهارم: به دوره فضانوردی خوش آمدی!

پس از آنکه شرایط اولیه برای ورود به دوره آموزش فضانوردی را کسب کردید، وارد مرحله برگزاری دوره می‌شوید که دو سال طول می‌کشد. در این دوره باید کلاس‌های آموزشی درسی و تخصصی را طی کنید و روزانه تمرین‌ها و آزمایش‌های متفاوتی را انجام دهید. موفقیت در هر کدام از این تمرین‌ها شما را یک قدم به آرزوی فضانوردی نزدیک‌تر می‌کند. هیجان‌انگیزترین تمرین‌ها در این دوره، کار کردن با شبیه‌سازهای بسیار پیشرفته انواع فضاپیماها و آموزش با لباس فضانوردی در اعماق آب است!

گام پنجم: فارغ التحصیلی مبارکت باشد!

پس از طی این دو سال سخت و هیجان‌انگیز شما می‌توانید گواهی‌نامه فضانوردی دریافت کنید. این گواهی‌نامه همانند گواهی‌نامه خودرو نشان می‌دهد که شما از نظر علمی، جسمی و روانی صلاحیت سفر به فضا را دارید. پس از آن در فهرست انتظار سفر به فضا قرار خواهید گرفت تا برای مأموریتی که متناسب با توانمندی‌هایتان باشد انتخاب شوید. البته پیش از انجام هر سفر، باید متناسب با نوع مأموریت آموزش‌های خاصی را بگذرانید. مثلاً شاید مأموریت شما تعمیر یک ماهواره در مدار زمین باشد، یا انجام مجموعه‌ای از آزمایش‌های علمی در ایستگاه فضایی بین‌المللی.

فضانورد باهوش و کارگشته روسی، گرمان تیئف، زمانی که تنها ۲۴ سال داشت، اولین سفر فضایی خود را تجربه کرد و عنوان جوان‌ترین فضانورد جهان در تاریخ فضانوردی را به خودش اختصاص داد.



چگونه و کجا ورزش کنیم؟

روزهایی که هوا آلوده است، ورزش کردن در فضای بسته (مثل سالن‌های ورزشی) بهتر از ورزش در فضای باز (مثل زمین‌های فوتبال) است. صبح‌ها هم معمولاً هوا بهتر از دیگر ساعت‌های روز است. زیرا هنوز بیشتر خودروها وارد خیابان نشده‌اند و در ترافیک دود آن‌ها آلودگی زیادی تولید نکرده است.

اگر در فضای باز ورزش می‌کنیم، بهترین راه این است که در فضاهای سبز - مثل پارک‌ها - تمرین کنیم و تا می‌توانیم دور از خیابان و محلی باشیم که خودروها آنجا را آلوده کرده‌اند.

مهدی زارعی

جهان ورزش

ورزش کنیم یا نکنیم؟! این سوالی است که امکان دارد با توجه به شرایط هوا برای شما هم پیش آمده باشد. در نیمه اول سال و فصل‌های گرم، در بیشتر نقاط ایران با مشکل ریزگردها و گرد و غباری روبه‌رو هستیم که باعث آلودگی هوا می‌شود. در نیمه دوم و فصل‌های سرد پاییز و زمستان هم این بار آلودگی هوا در اثر دود خودروها به شکلی دیگر باعث می‌شود که امکان فعالیت را از دست بدهیم. پس چه زمانی ورزش کنیم؟ شاید خود شما هم بارها خواسته‌اید در جایی مشغول ورزش شوید یا در باشگاهی ثبت نام کنید، اما پدر و مادران اجازه نداده‌اند و گفته‌اند: «هوا کثیف است. هر وقت هوا تمیز شد، برو باشگاه.» ببینیم در این شرایط چه کار باید بکنیم؟

در حضور ریزگردها و هوای آلوده چطور ورزش کنیم؟

نفس کشیدن درست

خیلی از ما روش درست نفس کشیدن را بلد نیستیم. حتی شاید پدر و مادرمان نیز در نفس کشیدن مشکل داشته باشند. پس باید به خوبی آن‌ها را آموزش دهیم. باید عادت کنیم که هوا را از بینی به داخل بدن خود بفرستیم و با دهان هوا را بیرون بدهیم. مخصوصاً این کار را هنگام ورزش به درستی باید انجام دهیم. اگر دهان هنگام ورزش باز باشد، تمام ذرات ریز هوا مستقیماً از راه دهان و گلو وارد بدنمان می‌شوند. اما اگر از راه بینی نفس بکشیم، بینی بسیاری از ذرات را جذب می‌کند و اجازه نمی‌دهد که وارد بدن شوند. به همین خاطر حتماً باید نفس کشیدن را تمرین کنیم.

نفس بکشیم یا نکشیم!



تمرین نفس کشیدن

هر قدر هوای بیشتری را از راه بینی وارد بدن خود کنید، سینه‌هایتان جلوتر می‌آیند و شکمتان بیشتر داخل می‌رود. چقدر می‌توانید خودتان را در این حالت نگه دارید؟ حالا در حالی که دهانتان باز است، به آرامی هوایی را که در شش‌هایتان نگه داشته‌اید بیرون بفرستید. باز هم این کار را تکرار کنید. با دهان بسته هر قدر می‌توانید هوا را به داخل بدن بفرستید (حتماً می‌دانید که این کار را «دم» می‌گویند و بیرون فرستادن هوا را «بازدم»).

در شرایط عادی، هنگام خواندن کتاب، نشستن جلوی تلویزیون و رایانه و دیگر فعالیت‌های روزانه می‌توانید نفس کشیدن را تمرین کنید. وقتی به خوبی عادت کردید، نفس کشیدن شما هنگام ورزش هم درست خواهد شد. هر چه درست‌تر تنفس کنید، میزان هوایی که وارد بدنتان می‌شود، بیشتر خواهد بود و به این ترتیب دیرتر از نفس می‌افتید و خسته می‌شوید.

چه غذاها و نوشیدنی‌هایی بخوریم؟

یک ماده بسیار مفید برای بدن انسان «آنتی‌اکسیدان» است که می‌تواند مواد سمی را از بین ببرد. بهترین کار این است که از مواد دارای آنتی‌اکسیدان زیاد استفاده کنیم. این مواد می‌توانند با سم‌های آلودگی هوا مبارزه و آن‌ها را نابود کنند. در تابستان میوه‌هایی مثل هلو، زردآلو، گیلان و طالبی که آنتی‌اکسیدان بدن را تأمین می‌کنند، بسیار مفید هستند. در فصل‌های سرد سال هم بهتر است انار و کیوی بخوریم. سبزی‌هایی که برگ دارند (مثل کاهو، اسفناج و کلم بروکلی) نیز می‌توانند کمک فراوانی به بدن ما کنند.

البته نباید خوردن تخم مرغ، گوشت و غلات (مثل لوبیا و عدس و نخود و...) را فراموش کنیم. خوردن شیر هم اهمیت فراوانی برای بدن ما دارد. در کنار شیر هم می‌توانیم از آب‌میوه‌های طبیعی استفاده کنیم. فراموش نکنیم که تمام این مواد باید در طول روز و در وعده‌های غذایی روزانه مصرف شوند. اما اگر قبل از ورزش کردن این مواد را مصرف کنیم، با دل درد روبه‌رو می‌شویم و حتی ممکن است حالمان بد شود.

هنگام ورزش تنها باید از آب استفاده کنیم. ذرات ریز معلق در هوا (مثل گرد و غبار) به راحتی می‌توانند وارد دهان و گلوئی ما شوند و ما را دچار گرفتگی گلو یا گلودرد کنند. نوشیدن مایعات باعث می‌شود که این ذرات همراه با آب به معده ما وارد و از بدن خارج شوند. پس به هیچ عنوان نوشیدن مایعات را از یاد نبرید.

حتی اگر هوا تمیز هم بود، بدن شما هنگام ورزش به آب نیاز دارد تا جایگزین آبی شود که به صورت عرق از بدنتان بیرون می‌رود. نوشیدن آب باعث می‌شود که دیرتر احساس خستگی کنید.



باران جَرَجَر می کرد و می‌دوید روی بام‌ها و توی کوچه‌ها، من هم حیرت‌زده می‌دویدم. تنها بودم. خودم بودم و تنهایی‌ام. سر و رویم خیس باران شده بود. تا غروب یک ساعتی باقی مانده بود. به اولین دکان که رسیدم سر چرخاندم. گفتم می‌روم به سمت و سوی حرم. یک سلام نرم و شیرین به امام رضا(ع) می‌دهم و برمی‌گردم طرف خانه‌مان که پایین دست بازار، توی یک کوچه خلوت و خالی بود. خانه‌ای بزرگ و قدیمی. با حیاطی چهار گوش که دورتادورش اتاق بود.

ایستادم. نفس‌هایم را با اشتیاق از دهانم بیرون دادم. پاتندکنان رسیدم به پیچ گذر؛ به جایی که کفاشی استاد اباصلت قرار داشت. پا شل کردم. در دکانش نیمه‌باز بود. از پنجره‌اش چشم کشاندم داخل آن. نمی‌دانم چرا به یاد حرف چند روز پیش او افتادم. دلم بی‌اختیار لرزید. من به او قولی داده بودم؛ همان روزی که رفتم گالش‌های بی‌بی را از او بگیرم. او دست‌تنها بود؛ مثل الان.

خودم را کشاندم زیر یک نیم‌طاقی. در همان حال فکرم رفت به آن روز؛ همان روزی که گالش‌های بی‌بی‌جان را روی پیشخوان کوچک چوبی‌اش گذاشتم و او گفت: «بنشین...»

لحظه‌های
فیروزه‌ای

مجید ملامحمدی

– ماشاءالله جوان، چند سال داری؟

سر بلند کردم و جواب دادم: «تقریباً ۱۸ سال. به گمانم همین روزها باید بروم اجباری! اما اگر آقاچانم کوتاه بیاید و رضایت بدهد، اجباری نمی‌روم!»

تعجب کرد و پرسید: «پس به کجا می‌روی؟!»

– برای خودم آزاد هستم. یک وقت‌هایی همراه آقاچان می‌روم باربری. دو سه تا جعبه میوه که جابه‌جا کنم، به بهانه درد پایم از زیر کار در می‌روم و جیم می‌شوم.

لبخند کم‌مایه‌ای روی لب‌هایم افتاد. سرش به کار خودش گرم شد؛ دوخت و دوز. فقط در همان حال گفت: «یعنی پا درد نداری و...؟»

فوری گفتم: «نه به جان بی‌بی‌جان. دروغم چیه استاد؟! بچه که بودم از هردوتا پا رماتیستم گرفتم. چندماهی این طبیب و آن طبیب شدم تا بالاخره با داروی یک طبیب حاذق حالم بهتر شد. اما هنوز جفت پاهایم درد دارد. مخصوصاً شب‌ها که به رختخواب می‌روم. الان هم اگر ننهام بفهمد زیر باران دویده‌ام، آه و ناله‌اش زمین و زمان را می‌گیرد.»

کفش مردانه توی دستش را گذاشت روی سندان سه‌پایه.

پرسیدم: «گالش‌ها الان آماده می‌شوند یا

بروم فردا بیایم؟! البته بی‌بی این گالش‌ها را پایش می‌کند و مسجد می‌رود!»

گفت: «کار گالش‌ها انجام شده. فقط روی دوخت و دوزی که کرده‌ام مقداری چسب می‌خواهد. باید چند دقیقه‌ای صبر کنی. خودت هم به مسجد می‌روی؟!»

جا خوردم. به من و من افتادم. استاد اباصلت اهل محله ما نبود، اما ما را خانواده‌گی می‌شناخت. محترم و باخدا بود. لابد فرق دروغ و راست را هم زود می‌فهمید. با خودم گفتم: «در جوابش یک کم راست می‌گویم و یه کم الکی.» به نظر خودم الکی با دروغکی تفاوت داشت. دروغ حرف بدی بود، ولی الکی یک جور شوخی به حساب می‌آمد.

– یک وقت‌هایی می‌روم. یک وقت‌هایی هم در خانه نماز می‌خوانم.

– خدا به من و شما همت بدهد ... بفرمایید این هم گالش‌های بی‌بی‌جان!

– تمام شد! به همین زودی؟

– بله! حساب و کتابش هم بماند با آقاچان که با خودش انجام می‌دهم!

گالش‌ها را داد دستم. از روی سه‌پایه‌ای که نشسته بودم برخاستم. نگاهم را توی اتاقش چرخ دادم تا بروم که گفت: «یک آقای روحانی و دانشمندی هست به اسم حاج آقا نخودکی^۱ که مرد باخدایی است. هر روز برای نماز مغرب و عشا می‌آید حرم امام رضا(ع). من الانه پا تند می‌کنم که به نماز جماعت حرم برسم و او را هم ببینم. وقت کردی یک روز به او سر بزن و درباره سه چیز از او بپرس. هم زیارت امام رضا(ع) رفته‌ای، هم نماز به جماعت خوانده‌ای و هم به پاسخ آن سه چیز رسیده‌ای؟!»

ویک کلید سه قفل



بلند شد تا پیش‌بند خود را باز کند.
 - البته وقتی جوابش را گرفتی به من هم بگو.
 برای من هم خوب است تا بدانم. هرچه باشد
 حرف‌های آن مرد خدا باید به ما هم برسد.
 از زیر زبانم در رفت و پرسیدم: «آن سه‌تا
 سؤال را چرا خودتان نمی‌پرسید؟!» خندید.

- بروم تا اذان نشده به حرم برسم.
 هر دو از دکان او بیرون آمدم. هنوز در چوبی
 دکانش را بسته بود که گفت: «آن سه‌تا سؤال
 مربوط به خودت است. اول درباره ازدواج، دوم
 درباره کار کردن و سوم برای عاقبت بخیری
 پسر جان!»

در دکان را بست و قفل بزرگی به آن
 انداخت. هر دو قدم‌زنان از بیخ دیواری رد شدیم.
 او غرق در سکوت بود و من غرق در فکر. سر
 گذر کوچکی ایستادیم. سمت راست آن رو به
 حرم می‌رفت و سمت چپش به طرف خانه‌ما.
 خواست خداحافظی کند، اما وقتی چهره
 پرسشگر مرا دید لبخند معنی‌داری زد و گفت:
 «بالاخره تو جوان هستی و الحمدلله قد و بالا و
 بر و رویت خوب است. خب چه اجباری بروی
 چه نروی، باید زن بگیری. پس حتماً آقاچانت
 در فکر ازدواج تو هست. جوانی که قرار است
 ازدواج کند باید یک کار خوب و آبرومند داشته
 باشد. بعد هم از خدا بخواهد که عاقبت بخیر
 شود! برو پسر جان پرو و به خدا توکل کن. آقای
 نخودکی را هم حتماً ببین!»

- چ ... چشم...!
 بی‌اراده لبخند زدم و از او جدا شدم. بعد
 یک‌راست رفته به سمت خانه‌مان؛ با سری پر از
 سؤال و فکر آلود!

با صدایی آرام به خودم آمدم. از دکان چشم
 کندم و زیر باران، راه افتادم طرف خانه. چند روز
 گذشته بود و با دیدن دکان کفاشی و خود استاد
 اباصلت، تازه یاد حرف‌های آن روزش افتاده
 بودم. من توی این چند روز چقدر در غفلت بودم

و یادم رفته بود به سراغ آقای نخودکی، در حرم
 بروم. جلوی درِ خانه‌مان پا سست کردم.
 - به حرم بروم یا؟!... بهتر است اول از ننه
 اجازه بگیرم. در چوبی خانه‌مان مثل همیشه باز
 بود.
 - سلام ننه!

ننه توی حیاط بود و داشت سر حوض سبزی
 می‌شست. گالش‌ها را زیر سقف ایوان گذاشتم.
 ننه که نگاهش به من افتاد تند شد طرفم.
 - ای وای نکنند خیس باران شدی. نگفتی
 پاهایت روماتیسم دارد و ممکن است دردت
 دوباره شروع شود!

- می‌خواهم بروم نماز جماعت حرم.
 ایستاد و خشکش زد به من. بی‌بی هم تازه
 وضو گرفته بود که برود مسجد. در چشم‌های
 به چال افتاده‌اش برقی از خوش‌حالی درخشید.
 فوری گفت: «التماس دعا پسر. خوشا به
 سعادتت. کاش من هم می‌توانستم با به پایت
 بیایم»

ننه که هنوز به من خیره بود، با لحنی آرام
 گفت: «اول لباس گرم بپوش. پالتوات را تنت
 کن. نماز که خواندی زود برگرد. آقاچانت
 ممکن است بیاید و ببیند که نیستی، سرِ دعوا
 بگیرد!»

رفتم به سمت حرم؛ پاتندکنان و فکر آلود.
 به نماز جماعت رسیدم؛ توی حیاط بزرگ
اسماعیل طلا. سر چرخانم ببینم استاد اباصلت
 را می‌بینم، اما او را ندیدم. چندتایی طلبه پیر
 و جوان را دیدم که نفهمیدم کدامشان آقای
 نخودکی است!

سر حوض وضو گرفتم. بعد پشت صف دوم
 جماعت ایستادم به نماز. حرم چقدر با صفا
 بود. باران بند آمده بود و بوی آن، هنوز
 در هوا پرواز می‌کرد. نماز که تمام شد،
 رفتم کنار دیوار به طلبه‌ها زل زدم.
 یک نفر که سر و وضعی ساده

و معمولی داشت از کنارم رد شد. سرش به
 زیر بود و تنها می‌رفت. دوباره چشم چرخاندم.
 خادمی به من رسید. فوری گفتم: «دنبال آقای
 نخودکی می‌گردم.»
 جواب داد: «اوناهاش. آن آقا که دارد تنهایی
 طرف صحن می‌رود.»

همان طلبه‌ای بود که با قیافه معمولی و ساده
 از کنارم گذشته بود. قلم به تاپ‌تاپ افتاد.
 طرفش دویدم و به او رسیدم. داشت وارد یکی
 از ورودی‌های صحن می‌شد که سلام کردم.
 ایستاد و مهربان به سلامم جواب داد.

- سه قفل در زندگی‌ام وجود دارد و سه کلید
 از شما می‌خواهم!

لبخندزنان نگاهم کرد و من ادامه دادم: «قفلی
 اول این است که دوست دارم یک ازدواج سالم
 و خوب داشته باشم. قفل دوم اینکه دوست
 دارم کارم برکت داشته باشد و قفل سوم اینکه
 عاقبت بخیر شوم.»

قفلی کوچک لب‌های آقای نخودکی باز شد
 و خیلی آرام و متین جواب داد: «برای باز شدن
 قفل اول، نمازت را اول وقت بخوان. برای باز
 شدن قفل دوم، نمازت را اول وقت بخوان و
 برای باز شدن قفل سوم هم نمازت را اول وقت
 بخوان!»

خواست راه بیفتد که فوری پرسیدم: «سه
 قفل با یک کلید؟!»

مهربان‌تر شد و جواب داد: «نماز اول وقت
 شاه‌کلید است!»

سپس راه افتاد طرف صحن. عطر
 دل‌پذیری از توی صحن به آغوشم
 آمد. حس کردم آقای نخودکی
 را سال‌هاست که می‌شناسم
 و دوستش دارم.

۱. در قدیم به سرایزی می‌گفتند اجباری.
 ۲. حسنی نخودکی اصفهانی یکی از علما در قرن سیزدهم و چهاردهم هجری قمری بود و از سال ۱۳۱۱ تا سال ۱۳۱۴ ق در مشهد اقامت داشت. آن مرد باخدا
 در ۱۷ شعبان ۱۳۶۱ ق (۸ شهریور ۱۳۸۱ ش) از دنیا رفت. پیکرش با حضور بسیاری از مردم مشهد تشییع و در صحن اصلی حرم امام رضا (ع) به خاک سپرده شد.

ماه مهر

لیلا جلیلی

در هیاهوی

روزهای مانا

۱۳ مهر؛ شهادت امام حسن عسکری (ع)

روز هشتم ربیع الاول روز شهادت امام حسن عسکری (ع) و آغاز ولایت حضرت ولی عصر (عج) است. حسن بن علی بن محمد (ع) مشهور به امام حسن عسکری (ع) است. این لقب به اقامت طولانی مدتش در «سامرا» اشاره دارد. عسکر به معنی لشکر و منطقه نظامی است. امام حسن عسکری (ع) بیشتر دوره حیات خویش را در شهر سامرا، در یک پادگان نظامی گذراند که به شدت تحت نظارت خلفای عباسی بود. این لقب از سویی به مظلومیت ایشان اشاره می کند و از جهتی دیگر، چنین لقبی نشان دهنده اقتدار امام است. در آن زمان به علت خفقان شدیدی که وجود داشت، در نامه ها یا گفت و گوها برای رعایت جوانب احتیاط، به جای نام و کنیه امام، از «الرجل العسکری» به عنوان اسم رمز استفاده می کردند. در این زمان معتمد، پانزدهمین خلیفه عباسی که همواره از محبوبیت و نفوذ امام در جامعه نگران بود، وی را به صورت پنهانی مسموم کرد و سپس زمانی که امام در بستر بیماری بود، برای طبیعی جلوه دادن این جنایت طبیبانی را به بستر ایشان آورد. اما امام پس از چند روز بیماری شهید شدند.

پس از شهادت امام حسن عسکری (ع)، امامت حضرت ولی عصر (عج) آغاز شد. حضرت مهدی (عج) فرزند امام حسن عسکری (ع) و دوازدهمین و آخرین امام شیعیان است. آن حضرت بعد از شهادت پدرش ۶۹ سال در غیبت صغرا به سر برد. در این مدت امام به واسطه «نواب اربعه» با مردم در ارتباط بودند. غیبت کبرا از سال ۳۲۹ قمری آغاز شد و تا امروز ادامه دارد. با آغاز غیبت کبرا ارتباط مردم با امام (عج) از راه نائبان نیز خاتمه یافت. وجود مقدس ایشان دارای لقب های فراوانی است؛ مانند حجت، صاحب الامر، موعود، صاحب الزمان، خلف صالح و ... یکی از مهم ترین و مشهورترین القاب حضرت مهدی (عج) «قائم» است؛ به معنای قیام کننده و برپا کننده. امام دوازدهم (عج) در آخر الزمان ظهور می کند و به همراه یارانش حکومتی جهانی برپا می سازد. اوست که ظلم و ستم را در دنیا از بین می برد و عدالت را برقرار می کند.

۳ مهر؛ شهادت امام حسن مجتبی (ع)

این روز برای ما یادآور شهادت امام حسن مجتبی (ع) است. حسن بن علی بن ابی طالب (ع)، بزرگ ترین فرزند امام علی (ع) و حضرت فاطمه (س) بود. او را به خاطر بخشندگی اش «کریم اهل بیت» نامیده اند؛ به طوری که هیچ فقیری از در خانه آن حضرت دست خالی بر نمی گشت. مدت امامت ایشان ۱۰ سال بود و در سال ۵۰ هجری، در ۴۸ سالگی، مسموم شد و به شهادت رسید.

۳۱ شهریور تا ۶ مهر؛ هفته دفاع مقدس

از ۳۱ شهریور تا ۶ مهر ماه هر سال برای ما یادآور دفاع مقدس مردم ایران در برابر جنگ تحمیلی و نابرابر رژیم بعث عراق است. در این طولانی ترین جنگ تاریخ معاصر استکبار جهانی پشتیبان دشمن بود، به طوری که در میان اسرای یعنی دهها ملیت متفاوت به چشم می خورد. آغاز سال تحصیلی: اول مهرماه بهار آموزش و یادگیری و شروعی دوباره برای رسیدن به هدفها در عرصه علم و عمل است.



۵ مهر؛ شهادت امام رضا (ع)

پنجم مهرماه سالروز شهادت امام رضا (ع) است. ایشان در سال ۱۸۳ هجری قمری، پس از به شهادت رسیدن پدرش امام موسی کاظم (ع)، در سن ۳۰ سالگی امامت را برعهده گرفتند. دوره امامت ایشان ۲۰ سال طول کشید و با سه خلیفه عباسی (هارون الرشید، امین و مأمون) هم زمان بود. ایشان در مدینه راه پدر را در پیش گرفت و با تدریس به شاگردان او به تکمیل حوزه علمیه جدش امام صادق (ع) مشغول شد. احادیث گهرباری از ایشان به یادگار مانده است؛ از جمله فرموده اند: «برترین خرد، خودشناسی است». امام هشتم بعد از ۱۷ سال سکونت در مدینه، با نقشه و حيلة مأمون راهی خراسان شد و در همان جا توسط او مسموم شد و در تاریخ ۳۰ صفر سال ۲۰۳ هجری قمری به شهادت رسید.





۲۰ مهر؛ روز بزرگداشت حافظ

بیستم ماه مهر با نام بزرگ مرد شعر و ادب فارسی، خواجه شمس الدین محمد بن بهاءالدین حافظ شیرازی، مزین گشته است. همان طور که می دانید این شاعر بزرگ حافظ قرآن بوده و معروف به «لسان الغیب» است. غزل بیشترین سهم را در میان شعرهای حافظ به خود اختصاص داده است. او در شیوه سخنپردازی بیشترین گرایش را به خواجهی کرمانی دارد. غزلیات حافظ سرشار از اشارت‌های عاشقانه و عارفانه است. او که الهام‌بخش شاعران، ادیبان و فیلسوفان زیادی چون صائب تبریزی، بیدل دهلوی، اقبال لاهوری، گوته، دانته، آندره ژید و نیچه بود، در سال ۷۹۲ هجری قمری در شیراز چشم از جهان فرو بست. روحش قرین رحمت الهی باد. شعرهای لسان الغیب پر از تصویرهای جذاب و خیال‌انگیز است:

زان یار دلنوازم شکری ست با شکایت
گر نکته‌دان عشقی بشنو تو این حکایت
بی‌مزد بود و منت هر خدمتی که کردم
یا رب مباد کس را مخدوم بی‌عنایت
رندان تشنه لب را آبی نمی‌دهد کس
گویی ولی شناسان رفتند از این ولایت
در زلف چون کمندش ای دل میبچ کانجا
سرها بریده بینی بی‌جرم و بی‌جنایت
عشقت رسد به فریاد ار خود بسان حافظ
قرآن ز بر بخوانی در چارده روایت

۲۶ مهر؛ روز تربیت بدنی و ورزش

۲۶ مهر ماه روز تربیت بدنی و ورزش نامیده شده است تا توجه‌ها را به سمت اهمیت و نقش مهمی که ورزش در سلامت جسمی و روحی انسان‌ها دارد جلب کند. چنان‌که به درستی گفته‌اند: «عقل سالم در بدن سالم است.»



۲۲ مهر؛ ولادت رسول خدا (ص) و امام جعفر صادق (ع)

۱۷ ربیع‌الاول مصادف با ۲۲ مهر ماه امسال، خجسته روزی است که در آن رسول خدا (صلی الله علیه و آله) در شهر مکه و امام جعفر صادق (ع) در شهر مدینه دیده به جهان گشودند.

امام صادق (ع) ششمین امام شیعیان هستند. در دوره امامت ایشان در بیشتر شهرهای قلمرو اسلام، به‌ویژه در مدینه، مکه، کوفه و بصره، مجالس درس و مناظره‌های علمی رونق داشت. در این مدت امام صادق (ع) توانست علوم و معارف اهل بیت را گسترش دهد. در بعضی منابع اشاره شده است که حدود چهار هزار راوی احادیث و سخنان امام (عج) را نقل و منتشر می‌کرده‌اند.

پیامبرگرایی اسلام (ص) که مهم‌ترین پیامش دعوت به توحید بود، با استقامت در مسیری که پای در آن نهاده بود، توانست آیین یکتاپرستی را در شبه جزیره عربستان گسترش دهد و طی سال‌ها اسلام به یک دین جهانی تبدیل شد. پیامبر اعظم (ص) نمونه و الگوی مکارم اخلاقی برای انسان‌ها در تمام دوران بوده است. به‌خاطر خلق نیکو بود که حضرت در طول ۲۳ سال پیامبری توانست افراد بسیاری را شیفته دین مبین اسلام کند. قرآن کریم هم از ایشان به‌عنوان الگویی نیکو یاد کرده است و می‌گوید: «لقد کان لکم فی رسول الله اسوه حسنه»؛ به یقین برای شما در زندگی، رسول خدا الگوی نیکویی است.

پیامبر اسلام انسانی کامل است که شیوه زندگی و ارزش‌های انسانی ایشان می‌تواند چراغ راه انسان در هیاهوی دنیای مدرن باشد. حضرت محمد مصطفی (ص)، این الگو و پیشوای مسلمانان، در اوایل سال یازدهم قمری بیمار شدند. در همان زمان به منبر رفتند و فرمودند: «اگر کسی را حقی بر گردن من است بستاند، یا حلال کند و اگر کسی را آزرده‌ام اینک برای تلافی آمده‌ام...» ایشان در تاریخ بیست و هشتم ماه صفر همان سال پس از ۱۴ روز بیماری به رحمت ایزدی پیوستند.



آیه ۲۱ سوره احزاب

مردی از بهشت

این کتاب دربردارنده سه داستان کوتاه فارسی با عنوان‌های «مردی از بهشت»، «نخستین تلاوت»، و «صندوق رهایی» است. هر سه داستان به روایتی از زندگی حضرت رسول (ص)، اختصاص دارد. داستان «مردی از بهشت» درباره مردی به‌نام عبدالله است که برای اقامه نماز به مسجد رفته است. رسول خدا (ص) هنگام ورود یک شخص اعلام می‌کند که او از اهالی بهشت است. این موضوع سه روز متوالی تکرار می‌شود و عبدالله تصمیم می‌گیرد به بهانه‌های وارد خانه مرد شود و از راز بهشتی شدن او سر در بیاورد و...

مؤلف: محمد بکایی ناشر: دفتر نشر فرهنگ اسلامی
سال چاپ: ۱۴۰۰ | تلفن: ۰۶۳۶-۸۸۴۹۰-۲۱

بیشتر
بخوانیم



برویم؟

نویسندگی بالا

چگونه از برج

مهارت
نویسندگی

مریم فردی

در این شماره درباره چند موضوع کلی صحبت می‌کنیم.

■ چرا باید نوشتن را یاد بگیریم؟

همین ابتدای کار حساب نوشتن را از داستان‌نویسی جدا کنید. داستان‌نویسی یکی از زیرشاخه‌های نوشتن است. در دنیای امروز همه لازم نیست داستان‌نویسی را یاد بگیرند، ولی همه باید بتوانند بنویسند. مهم نیست در آینده قرار است چه شغلی داشته باشید. داروساز شوید یا تولیدکننده یا مهندس صنایع. دنیای «رقمی» (دیجیتال) و بحث بازاریابی اینترنتی به سمتی پیش رفته است که همه باید بتوانند افکار و ایده‌های خودشان را بنویسند و در دنیای اینترنت یا در کتاب‌ها منتشر کنند. هر چه در این کار مهارت بیشتری داشته باشند، جایگاه شغلی بهتری پیدا می‌کنند و در نتیجه به درآمد بهتری هم می‌رسند.

پس به نوشتن به چشم یک مهارت نگاه کنید که باید یاد بگیرید، چون در آینده به آن نیاز خواهید داشت؛ چه بخواهید داستان‌نویس بشوید، چه نخواهید.

■ آیا نویسندگی درآمد خوبی دارد؟

امروز که این مطلب را برای شما می‌نویسم، تعداد داستان‌نویس‌هایی که تنها از طریق فروش کتاب‌هایشان امرار معاش می‌کنند، به تعداد انگشت‌های یک دست هم نمی‌رسد. این واقعیتی است که باید بدانید. بیشتر نویسندگانی که شغل‌های دیگری هم دارند، مثلاً ویراستاری می‌کنند، کارمند هستند، درس می‌دهند و ... امیدوارم وقتی که شما به عنوان نویسنده شناخته می‌شوید، شرایط تغییر کرده باشد.

■ آیا اگر داستان یا کتابی نوشتم آن را چاپ کنم؟

این روزها چاپ کردن کتاب کار آسانی شده است. هر کسی

وقتی نوجوان بودم، خبری از مشاوره‌های امروزی نبود. یا اگر بود، من در یک مدرسه دولتی جنوب تهران از آن‌ها بی‌خبر بودم. آن وقت‌ها اینترنت هم وجود نداشت. تنها مشاور مدرسه ما خانم مسنی بود که خیلی هم خوش‌اخلاق نبود. یک روز همه جرئت را جمع کردم و رفتم سراغش.

— سلام خانم. اومدم برای انتخاب رشته به من کمک کنید.

— چی دوست داری؟

— هم ریاضی، هم ادبیات. نمره‌هامم خیلی خوبن.

— بابات چه کاره است؟

— نویسنده.

— برو انسانی.

تمام. این همه مشاوره‌ای بود که از مشاور تحصیلی مدرسه گرفتم. دیگر بعد از آن یادم نیست که چطور شد و چقدر با خودم کلنجار رفتم تا برای ادامه مسیر رشته ریاضی را انتخاب کردم و پیش رفتم تا فوق‌لیسانس مهندسی برق. خب واقعاً ریاضی و رشته‌های مهندسی را دوست داشتم، ولی ادبیات و نوشتن چیزی نبود که از من جدا شود.

حالا که به گذشته خودم نگاه می‌کنم، دلم به حال آن دختر ۱۶ ساله می‌سوزد که دلش می‌خواست دست کمکی از غیب می‌رسد و راه را نشانش می‌داد. این روزها اوضاع فرق کرده است. در دورترین روستاها هم می‌شود به تجربه آدم‌های دیگر دسترسی پیدا کرد و کمک گرفت.

من هم امسال قصد دارم در این صفحه‌هایی که در اختیار گذاشته شده، خیلی فشرده از دنیای ادبیات و داستان‌نویسی برای شما حرف بزنم. اگر مطالب را دنبال کنید، می‌توانید خودتان را محک بزنید. ببینید که واقعاً چقدر به دنیای ادبیات و داستان‌نویسی علاقه دارید. رفتن بقیه مسیر با خودتان.

پاسخ سرگرمی

۱: عدد

۲۱-۳×۷
۳۵-۵×۷
۴۸-۸×۶
۱۸-۹×۲

۲: هر عدد قبلی با وارونه خودش جمع شده است. بنابراین عدد درست ۷۲۶ است.

۳۳-۲۱+۱۲
۶۶-۳۳+۳۳
۱۳۲-۶۶+۶۶
۳۶۳-۲۳+۱۳۲
۷۲۶-۳۶۳+۳۶۳

۳: حاصل جمع همه عددهای روبه‌روی هم ۲۵ است. بنابراین جواب درست عدد ۷ است.

۴: ۱۱

۳۶-۱۸.۲×۴
۴۵-۱۵.۲×۶
۴۴-۱۱.۲×۸

۵:

۵	۲	۴	۱	۷	۹	۳	۶	۸
۷	۹	۳	۴	۶	۱	۸	۵	۲
۶	۳	۸	۲	۱	۷	۵	۹	۴
۱	۸	۵	۷	۲	۴	۹	۳	۶
۹	۴	۶	۳	۵	۸	۱	۲	۷
۳	۱	۲	۹	۸	۶	۷	۴	۵
۲	۷	۱	۶	۹	۵	۴	۸	۳
۴	۵	۷	۸	۳	۲	۶	۱	۹
۸	۶	۹	۵	۴	۳	۲	۷	۱

۶: ۱۰۳

۷: عددهای هر سه گوشه مثلث‌ها بر عدد هفت تقسیم شده و حاصل جمع آن‌ها عدد وسطی را تشکیل داده است.

جواب: عدد ۲۱

۸: کاشی (ج). اگر به ردیف‌های افقی و عمودی نگاه کنید، متوجه می‌شوید هر کاشی نود درجه چرخش داشته است.

راه‌های ارتباطی شما برای فرستادن متن و داستان، رایانامه مجله است به نشانی: nojavan@roshdmag.ir
یا شماره پیامک ۳۰۰۰۸۹۹۵۹۶

می‌تواند به یک چاپخانه یا ناشر مراجعه کند و پولی بپردازد و نوشته‌هایش را چاپ کند. به همین راحتی می‌تواند صاحب یک کتاب شد. ولی دوستان خوب من، هیچ وقت این کار را انجام ندهید. برای چاپ کتاب عجله نکنید. داشتن یک کتاب به شما هیجان و اعتماد به نفس کاذبی می‌دهد که از مسیر اصلی منحرفتان می‌کند. چاپ کتاب بماند برای سنین بزرگ‌سالی. برای اینکه نویسنده خوبی بشوید، فعلاً کارهای مهم‌تری دارید.

الان چه کار کنیم؟

بهترین کاری که در نوجوانی می‌توانید انجام دهید، خواندن آثار ماندگار (کلاسیک) و شاهکارهای ادبی ایران و جهان است. در بزرگ‌سالی به قدری سرتان شلوغ می‌شود که به زحمت فرصت این کار را پیدا می‌کنید. حالا که مسئولیت زیادی ندارید این کتاب‌ها را بخوانید.

در کنار خواندن حتماً بنویسید. از یادداشت‌های روزانه شروع کنید. سررسید یا دفتری داشته باشید و هر روز خودتان را موظف کنید که حداقل یک یا دو صفحه در آن بنویسید. درباره موضوع نوشتن‌های روزانه در شماره‌های بعد صحبت می‌کنیم.

آیا استعداد نوشتن دارم؟

اصلاً به این موضوع فکر نکنید و وقتتان را هدر ندهید. جدیدترین تحقیقات نشان می‌دهند که هر آدمی می‌تواند هر کاری را یاد بگیرد؛ به شرط اینکه به اندازه کافی تمرین کند. نوشتن به عنوان یک مهارت برای شما ضروری است. پس چه استعداد داشته باشید چه نداشته باشید، باید آن را یاد بگیرید.

چه کتاب‌هایی بخوانم؟

مرجع اصلی معرفی کتاب برای شما، کتاب‌های درسی، مجله‌های رشد، معلم‌ها و نویسندگانی خوب حوزه نوجوان هستند. وقتتان را با کتاب‌هایی که وب‌نویس‌های (بلاگرهای) کتاب در فضای مجازی معرفی می‌کنند تلف نکنید.

کتاب گران است، چه کنیم؟

حق دارید. کتاب واقعاً گران شده است و دیگر نمی‌توان به سادگی آن را تهیه کرد. در اولین فرصت در کتابخانه مدرسه یا در یک کتابخانه عمومی عضو شوید.

برای این شماره کافی است. اگر سؤالی دارید یا مطلبی هست که دوست دارید درباره آن حرف بزنیم، برایم بنویسید.

بیشتر بخوانیم

دانستنی‌های پدافند غیرعامل

پدافند غیرعامل یعنی مجموعه اقدامات غیرمسلحانه که موجب افزایش بازدارندگی، کاهش آسیب‌پذیری، تداوم فعالیت‌های ضروری، و ارتقای پایداری ملی و تسهیل مدیریت بحران در مقابل تهدیدات و اقدامات نظامی دشمن می‌شود. در این کتاب، ابتدا اصول و مبانی پدافند غیرعامل بررسی و مباحث مرتبط با پدافند کلبدی ارائه می‌شود. در ادامه به بحث اقتصاد مقاومتی و راهکارهای مقابله با جنگ اقتصادی، پرداخته می‌شود.

مؤلف: حمید اسکندری ناشر: بوستان حمید
سال چاپ: ۱۴۰۰ | تلفن: ۰۲۱-۳۳۷۰۰۹۲۷



دست بخت

مخصوصه شیخان

پلو گوشت قلقلی

آیا می‌دانستید که در جهان بیش از ۱۲۰ نوع غذای متفاوت با گوشت قلقلی پخته می‌شود؟ تعدادی از آن‌ها مختص ایران عزیزمان است! چندتا از معروف‌ترین‌های آن‌ها عبارت‌اند از: زیره‌پلو با گوشت قلقلی کرمان، قنبرپلو شیرازی با گوشت قلقلی، شویدپلو با گوشت قلقلی، زرشک‌پلو با گوشت قلقلی، عدس‌پلو با گوشت قلقلی، کشمش و گوجه‌پلو و گوشت قلقلی استان‌بولی.

نوش جان

مواد لازم

- برای سه نفر بزرگ‌سال:
- گوشت چرخ‌کرده: ۲۰۰ گرم
- برنج: سه پیمانه
- گوجه فرنگی: سه عدد
- کمی روغن پخت و پز
- نمک، فلفل و زردچوبه
- پیاز



طرز تهیه

- مقداری پیاز را رنده می‌کنیم. آب آن را می‌گیریم و برای برنج نگه می‌داریم.
- پیاز رنده‌شده، نمک، فلفل سیاه و زردچوبه را با گوشت چرخ‌کرده خوب ورز می‌دهیم. آن را به صورت توپ‌های کوچک درمی‌آوریم و در یخچال می‌گذاریم تا استراحت کند.
- سه عدد گوجه‌فرنگی و چند پیاز کوچک را کبابی می‌کنیم.
- سه پیمانه برنج را در آب پیاز رنده‌شده چهار پیمانه آب و کمی روغن و نمک دم می‌کنیم.
- وقتی آب برنج جوش آمده، گوشت‌های قلقلی را لایه‌لای برنج‌ها به صورت یکنواخت می‌ریزیم و به آرامی با قاشق هم می‌زنیم تا آب برنج تبخیر شود.
- در ظرف را می‌گذاریم و صبر می‌کنیم تا خوب بپزد.
- پلو گوشت قلقلی آماده است. آن را با گوجه و پیاز کبابی سرو کنید.



اسکن کنید

پودر غذای لیوانی



مواد لازم

- شیر، دو لیوان
- پودر ژلاتین، دو قاشق غذاخوری
- آرد، یک قاشق غذاخوری
- وانیل، نصف قاشق چای خوری
- پودر کاکائو، یک قاشق غذاخوری
- پودر نارگیل، به میزان لازم
- چند لیوان یک‌بار مصرف کاغذی
- شکر، یک لیوان

طرز تهیه

- پودر ژلاتین را با نصف استکان آب در ظرفی حل می‌کنیم تا باز شود. آن را روی حرارت غیر مستقیم (مانند قرار دادن ظرف روی کتری در حال جوش) قرار می‌دهیم تا شفاف شود.
- شیر، آرد، شکر، وانیل و پودر کاکائو را داخل ظرفی دیگر با هم مخلوط می‌کنیم تا یک دست و صاف شود. آن را روی شعله حرارت قرار می‌دهیم و مدام هم می‌زنیم.
- ژلاتین شفاف شده (بن‌ماری شده) را به مواد اضافه می‌کنیم و خوب هم می‌زنیم.
- وقتی مواد به غلظت رسید و جوش آمد، آن را داخل چند لیوان یک‌بار مصرف کاغذی تا کاملاً به مدت دو ساعت در یخچال قرار می‌دهیم تا کاملاً سفت شود.
- با بریدن لیوان کاغذی، با احتیاط دسر را از لیوان خارج می‌کنیم.
- دسر را برش‌های دلخواه می‌زنیم و در پودر نارگیل می‌غلتانیم.
- دسر لیوانی آماده است.
- با حذف پودر کاکائو از دستور بالا، رنگ دیگری از این دسر را خواهید داشت.
- این دسر را می‌توانید در یخچال به مدت سه روز نگهداری کنید.



با هم ببینیم

«مسجد شیخ لطف‌الله اصفهان» بخشی از رؤیایی بود که شاه عباس برای پایتختش در سر داشت. او در حاشیه شهر کهن سال اصفهان شروع به ساخت شهر خود کرد. شهر شاه عباس دورتادور یک میدان شکل گرفت. میدانی که در اطراف آن چند مسجد، یک عمارت سلطنتی و یک بازار ساخته شده بود. این میدان که حالا ما به آن «نقش جهان» می‌گوییم، نشان قدرت و عظمت حکومت صفوی بود. شاه در این میدان مهمانان خارجی‌اش را به حضور می‌پذیرفت، بنابراین آنچه دورتادور این میدان ساخته می‌شد باید در نوع خود بهترین می‌بود. به همین خاطر دو مسجد ساخته شده در اطراف میدان، یعنی «مسجد جامع عباسی» و مسجد شیخ لطف‌الله به بهترین نمونه از مسجدهای دور آن صفوی تبدیل شدند؛ یکی برای مردم و دیگری برای سلطان.

رؤیای شاهانه



ایران ما

متن و عکس: محمد مهدی بهمنی

زیبای صغری

ساخت مسجد شیخ لطف‌الله ۱۸ سال طول کشید. در عوض، ۴۰۰ سال است که هر وقت از معماران و صاحب‌نظران نام زیباترین مسجد ایران را می‌پرسند، یکی از نام‌های پرتکرار نام این مسجد است. شیخ لطف‌الله عالمی بود که از کشور لبنان به ایران مهاجرت کرد و محبوب شاه عباس شد؛ آنقدر محبوب که شاه این مسجد زیبا را به نام او ساخت و با پایان کار عمرانی مسجد، او شد امام جماعت این نمازخانه زیبا.

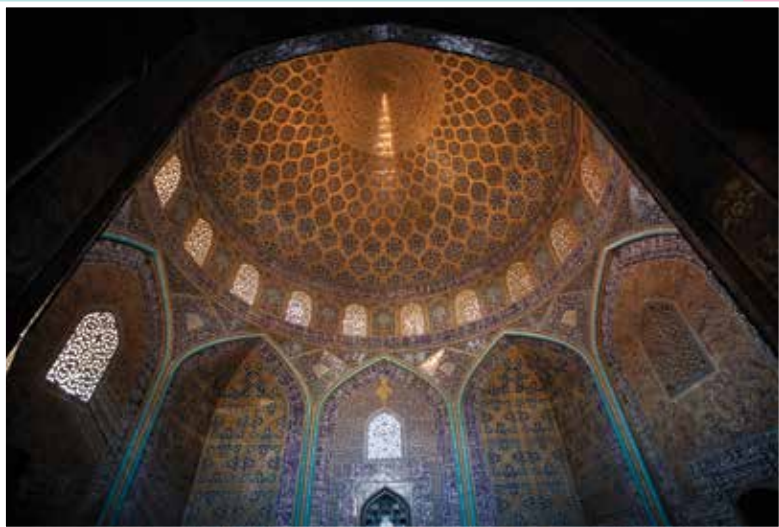
نمازخانه سلطنتی

آنچه در انتهای راهروی راهروی ورودی قرار دارد، یکی از زیباترین اتفاقات در تاریخ معماری ایران است. این مسجد نمازخانه شاه عباس، خانواده او و خاندان سلطنتی بود. به همین خاطر است که مسجد شیخ لطف‌الله مناره‌ای برای اذان گفتن و فراخواندن مردم کوچه و بازار ندارد. طرح کاشی‌های گنبد مسجد شیخ لطف‌الله چنان زیبا و خاص است که بارها و بارها در آثار هنرمندان رشته‌های گوناگون هنری تکرار شده است.



راه رسیدن

شاید هنگام عبور از راهروی تمام‌کاشی مسجد چنان محو تماشای زیبایی‌هایش شوید که حواستان نباشد. با گذر از آن ۴۵ درجه دور مسجد چرخیده‌اید. این تغییر زاویه باعث می‌شود تا از دری وارد مسجد شوید که درست رو به قبله قرار دارد. وظیفه دیگر دالان ورودی این است که نمازگزاران را اندک‌اندک از فضای بیرون مسجد دور کند و به فضای معنوی و آرامی که در انتهای راهرو انتظارشان را می‌کشد، نزدیک کند.





کتیبه‌های خواندنی

اگر وقت بگذارید و با حوصله کتیبه‌های خوش‌خط مسجد را بخوانید، اطلاعات بسیاری درباره نام معمار، بانی ساخته‌شدن و سال ساخت آن نصیبتان می‌شود. در این کتیبه‌های لاجوردی رنگ همچنین، مطالبی درباره آداب ورود به مسجد، آیاتی از قرآن کریم، سخنانی از پیامبر گرامی اسلام (ص) و اییاتی از شاعران عصر صفوی را می‌توان خواند. بسیاری از کتیبه‌های مسجد را یکی از شناخته شده‌ترین خوش‌نویسان عصر صفوی، علیرضا عباسی، نوشته است.

بسم الله الرحمن الرحیم
 این مسجد را بنیاد فرموده است
 امیرالمؤمنین ابوالحسن
 علی بن ابی‌طالب علیه السلام
 در روز شنبه ۱۳۸۹ هجری قمری
 در ماه ربیع الثانی ۱۳۸۹ هجری قمری
 در شهر شیراز



دریچه‌های نور

پنجره‌های زیبای مسجد شیخ لطف‌الله چیزی بیشتر از دریچه‌های ساده نور هستند. براساس نور تابیده از پنجره‌ها و اینکه نور تابیده از آن‌ها کجا افتاده است، ساعت و اوقات شرعی قابل تشخیص است. نور با گذشتن از پنجره‌های مشبک ملایم می‌شود و در هر ساعتی از روز لکه‌های نوربخشی از زیبایی‌ها مسجد را روشن می‌کنند. معماران مسجد ساقه گنبد را چنان کشیده ساخته‌اند که بتوانند پنجره‌های متعددی برای تأمین نور مسجد در آن جای دهند.

طلوع فورشید

۱۰ هجرت
معرفی جانشین خود در
آخرین سفر قبل از وفات



۷ هجرت
گسترش دعوت با فرستادن
نامه به فرمانروایان
کشورهای دیگر



۵۳ سال قبل از هجرت
تولد پیامبر در سال
حمله سپاه فیل‌ها به مکه



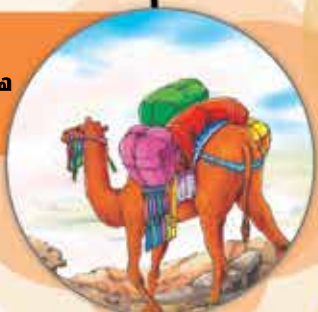
۴ تا ۷ هجرت
شرکت در غزوه‌ها و
بستن قراردادهای صلح



۱۳ سال قبل از هجرت
رسالت جهانی
از طرف خدا و شروع دعوت



سال اول هجرت
هجرت به مدینه در پی اجرای
نقشه قتل پیامبر (ص)



۱۰ سال قبل از هجرت
شروع دعوت آشکار
با یک مهمانی قامیلی



۷ سال قبل از هجرت
قرار گرفتن در
محاصره غذایی و ارتباطی

