



یک روان‌شناس: یکی از راه‌های پیشگیری از وقوع آسیب‌های اجتماعی بین دانش‌آموزان، آموزش «نه» گفتن به آن‌هاست.



برایم دود کن ای مادر اسفند

مهدى استاد احمد

دوباره ماه اسفند آمد از راه
پرید از من تمرکز ناخودآگاه
شوم هر سال مثل سال قبلی
دچار افت تحصیلی در این ماه

همین که توی تقویم شده قید
که دارد اندک اندک می‌شود عید
شدم از چارچوب درس خارج
به قول انگلیسی‌ها شدم «فید»

عجب عطیریست ای جان بُوی عید است
جهان مسحور از جادوی عید است
چنان که گفتم و خواندید و دانید
حوالس من به کلی توی عید است

نوشتم شعر خوشمزه‌تر از قند
پر از نکته پر از حکمت پر از پند
توانمندم هنرمندم ادبیم
برایم دود کن ای مادر اسفند

بحر طویل رقم خالص عیدی

سعید طلائی

بازم هم سال جدید آمد و نوروز سعید آمد و با رخت سپید آمد و خندید به ریش من و کرسی و بخاری که بیايد و ببینيد هوا گشته بهاری و دگر سوز نیايد ز
درو پنجره و سایر انواع مجاری شده هنگامه آواز قناری. ننه سرما شده از پنجره دیروز فراری. خبری نیست ز کولاک و ز بوران و بگو شکر که در رفت زمستان
و فقط مانده از او ننم میاران و کمی باد پریشان و صد بیته گرانی که چنان است که دلی و شده چند برابر دم عیدی کلم و گوشت و رانی که خردن نهوانی.
به گمانم همه اقلام نمودند تبانی که رکوردی به کف آرنده جهانی و از آن سو سرمان گرم شده باز به این خانه‌تکانی که در پنجره و پرده و دیوار و کف و نرده و
این مبل و روم‌گرده و یخچال و کمد را بتکانیم و بشویم و بساییم و برویم و مدامم الکی عذر نجوییم و به ریکا بد و بیراه نگوییم.

چه تعطیلی خوبیست که ده روز به آن مانده تمام فک و فامیل و خلائق همگی در پی شیرینی و آجیل به همراه دو زنبیل روان‌اند و دوان‌اند چونان فیل
که بر روی ترمیل و ادارات و مدارس همه تعطیل، لغایت ده آوریل!

در این عید سه چیز است که گویند فریضه‌ست: یکی دیدن اقوام عزیز است و دگر مصرف بادام و مویز است و مهمتر رقم خالص عیدی است که نقد است
و لذیذ است ولذا لذت آن بیشتر از آبتنی توی و نیز است.

بیايد در این سال، خوش و شاد بمانیم و کمی قدر بدانیم. بیايد که حق خودمان را ز غم و غصه بیجا بستانیم و در و تخته این خانه دل را بتکانیم.

ای کاش مسئولان علاوه بر محتوای کتاب‌های درسی، بر اندازه کتاب‌ها هم نظارت می‌کردن. بعضی کتاب‌ها طوری شده‌اند
که نمی‌شود «تبلت» را پیش‌شان قایم کرد تا وقتی مثلًاً درس می‌خوانیم، راحت به بازی مان برسیم.



از یادداشت‌های یک محقق جوان فضایی!

علی زرآندوز

انجام آن، بلکه تماشایش! به این ترتیب که ۲۲ نفر در زمین فوتبال ورزش می‌کنند و ۱۰۰ هزار نفر در ورزشگاه و میلیون‌ها نفر در سراسر کشور پای تلویزیون‌ها، در حالی که تضمّنه و ساندوبیچ و نوشابه می‌خورند، ورزش کردن آن‌ها را تماشا می‌کنند! از نظر کارشناسان زمینی، پیاده‌روی مادر همه ورزش‌هاست. هرچند که جوانان زمینی فقط در برخی مراکز خرید و پاساژها پیاده‌روی می‌کنند. حتی اگر منزلشان با مرکز خریدی که می‌خواهند در آن پیاده‌روی کنند ۲۰ متر هم فاصله داشته باشد، برای رسیدن به آن تاکسی سوار می‌شوند! اما عجیب‌ترین ورزشی که زمینی‌ها به آن علاقه دارند، ورزشی است که برای انجام آن با پیژامه و زیرپیراهن، روپه‌روی یک دستگاه بازی که به تلویزیون وصل است، می‌ایستند و ادای ورزش‌هایی مثل بوکس، اسکی، تنیس و... را درمی‌آورند و بازیکن روی صفحه تلویزیون هم عین حرکات آن‌ها را تقلید می‌کند! احتمالاً برای اثبات این گزارش تحقیقی عجیب، مجبور شوم یک روز معلم و هم‌کلاسی‌هایم را به کرۀ زمین بیاورم!

اصلًا فکر نمی‌کردم که زمینی‌ها هم اهل ورزش کردن باشند! صبح خودم را به شکل یک دانش‌آموز زمینی درآوردم و به همراه یکی از دوستان زمینی‌ام به مدرسه‌شان رفتم. زنگ ورزش بود. ولی معلم ورزش‌شان گفت به خاطر آلودگی هوا بهتر است همان‌جا در کلاس بشینند و به ورزش پرتحرک و نشاط‌آوری به نام «اسم و فامیل» بپردازند! در این ورزش عضلات انگشت ورزشکاران در اثر سریع نوشتن ورزیده می‌شود و به جای پشت بازو، پشت انگشت می‌آورند!

طبق آخرین تحقیقات من! بیشتر جوانان زمینی به بدن‌سازی علاقه دارند و با جایه‌جایی وزنه‌های سنگین، بدنشان را عضلانی می‌کنند. البته بعضی از کسانی که به باشگاه می‌روند، به جای بلند کردن وزنه، پودرهایی می‌خورند تا بدنشان ورزیده شود و این خیلی عجیب است. چون در سیاره‌ما، خوردن، فقط چربی‌های شکم را بیشتر می‌کند. این ورزش فقط یک قانون دارد. باید طوری تمرین کنی که کسی به تو نگوید: «دادچ، داری اشتباه می‌زنی!»

ورزش دیگری که زمینی‌ها به آن علاقه دارند، فوتبال است؛ منتها نه



یکی از مزایای امتحانات کلاسی اینه که... خداییش هرچی فکر می‌کنم، هیچ مزیتی نمی‌تونم براش نام ببرم. 😊

امروز یه کلاس فوق برنامه مهم داشتیم، ولی هیچ چی ازش نفهمیدم. فکر کنم دلیل اصلیش این بود که توی خونه خواب بودم. 😊

«رشیدنامه»! (منظومه دنباله‌دار)

سعید سلیمان‌پور ارومی

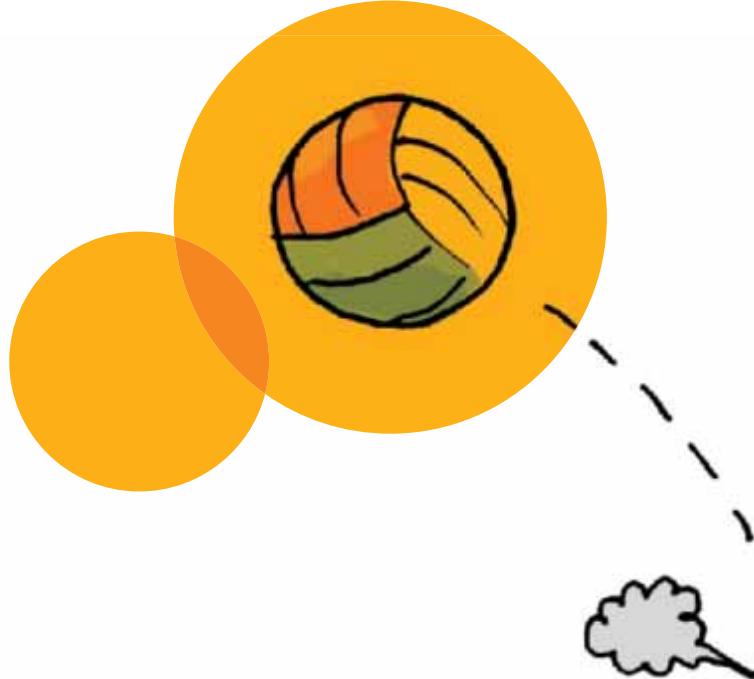
قسمت پنجم

اندر حکایت زنگ ورزش و آرزوی رشید در سلبریتی شدن!

پر از فن‌های رنگارنگ او بود
خلاصه زنگ ورزش، زنگ او بود
دگر خجلت نمی‌بُد از قد خود
به جایش دائمًا تشویق می‌شد
حیاط مدرسه استادیوم بود!
میان هلهله پیوسته گم بود!
به دور از چشم نظام قصه‌ها بود!
در آن «تشویق ایسلندی» به پا بود!
ولی آخر دست و جیغ و هوا
کمی جوگیر شد بازیکن ما!

رشید ما که عالی درس می‌خواند
ز درس و مشق کم کم روی گرداند
شبی غمگین و دپرس با پدر گفت:
نیزد درس و تحصیل این زمان مفت!
بینازم چرا خود را به زحمت؟
به جای درس خواهم پول و شهرت!
چو با ورزش توانم گشت مشهور
چرا با درس چشمم را کنم کور!
خودت گفتی به من بعد از تولد
مرا چون که گرفتی در بر خود

بسی خشنود بود از آن درازی!
چو می‌شد وقت والیال بازی!
پرش می‌کرد با آن قد و بالا
سپس سرویس را می‌زد «او...لا...لا»!^۱
ز سرویسش حریف آزرده دائم
که بی‌دربافت می‌خوابید قائم!
گهی هشت امتیاز از هشت سرویس!
دهان «لیبرو» می‌گشت سرویس!
چه گوییم از دفاع روی تورش؟
که بستی راه بر توب و عبورش!
به بسکتبال وقتی رو می‌آورد
فراز تور «اسلم دانک»^۲ می‌کردا!



دوستم یه طوری از همه لحظات زندگیش استوری می‌ذاره که آدم فکرمی‌کنه، توی نسخه جدید «اینستا» بخشی از قابلیت جدید اپلیکیشن شده.

طرف در حالی که شلوار ترکیه‌ای، تی‌شرت چینی و کفش آلمانی پوشیده و موبایل کرمای دستشے زیر عکسشن نوشته: #ایرانی_ایرانی_بخار.



حامد تأمّلی

جیک جیک مستون



چو فرق «کورش» از «کی روشن» ندانی!
سپس در صفحه‌های اجتماعی!
کنی دائم «پت و مت»^۵ را تداعی!
چه سودی که به رغم بی‌سواندی
تو را تحسین کنند افراد عادی
بسما مشهور در کوی و محله
که او را نیست چیزی توی کله!
بچوان درس و بکن کسب فضایل
سپس مشهور شو، مشهور فاضل
ادامه دارد...

بی‌نوشت

۱. صوتی آمیخته با تعجب و تحسین به عبارت عادل فردوسی پور!
۲. Slam dunk: بازیکن طی حرکتی قروچنده! (پروازی کند و حلقه سستکنال را می‌گیرد، در حالی که توب را داخل سبد می‌بایاند از قبیح حریق نیز نظر چشم می‌گیرد!
۳. ارجاع به پخش شون سوم منظومه و به دنیا امدن رشید و جمله‌ای که اسدآقا با دیدن طفل نویسیده زبان اورده بود!
۴. Celebrity: ستاره، فرد مشهوری که کلی طرفدار کشته- مرده دارد!
۵. Pat & Mat: از سلبریتی‌های معروف دنیای پویانمایی!

بدین قد بی‌گمان مشهور گردم
چو میلاد عبادی پور گردم!^۳
کنون خواهم روم در راه ورزش!
ندارد درس دیگر پیشمن ارزش!
روم گر با همین فرمان جلوتر
«سلبریتی»^۴ شوم تا سال دیگر!
طرفدارانم از بهرم بمیرند
که تا از من یکی امضا بگیرند!
اسد چون از پسر این حرف شنفت
بزد لبخند تلخی و سپس گفت:
نمی‌گوییم که شهرت ناپسند است
نمی‌گوییم که سرتا پا گزند است
ولی شهرت بدون فضل و دانش
به کل «هیچ» است! (در ترکی همان: «هیش!»)

«سلبریتی» شدن کشک است Honey!

تصمیم گرفتم فستفود رو کلاً بذارم کنار؛ البته به جز پیتزا و هات‌داغ و ژامبون بوقلمون و مرغ سوخاری. سیب‌زمینی سرخ کرده هم که فستفود نیست، اصلاً!
چند وقت پیش رفتم مسجد نماز بخونم، تعداد صندلی‌ها اینقدر زیاد بود که به زور به جایی بینشون برای خودم پیدا کردم.

حکایت زوال درختان ایران زمین

عباس احمدی / تصویرگر: امیرحسین دادی



بغلتید بر خاک و خون بارها
تن صاف و سبز سپیدارها
به هر دامنه در شمال آه و واى
بدل گشت جنگل به باگات چاى
گرفتار جادوى ديوى شدند
ميدل به باگات کيوى شدند
بكندند اشجار از بیخ و بن
نشاندند نارنگى تامسون!
پراز خانه و باع و ويلاكىند
سپس داخلش خوب لالا کتند
بخشکيد چون تاج سرسبز سرو
به پايين فتاد آشيان تذرو
براي وحوش آشيانى نماند
خراء و خرس راخانمانى نماند
زبس قطع، شمشاد و ممزز شده
كه جنگل در اين سرزمين خز شده!
به خاک او فتادند گردو و «لرگ»^۲
چو مورى كه بر آن ببارد تگرگ
به ندرت يبابى درختان راش
بمانند باقى دو تا اصله کاشه!

به نام خداوند برگ و گياه
كه داده به پنده نشان، راه و چاه
«كه او دادت اين خسرواني درخت
كه هر روز نو بشکفاندش بخت»
يکى داستان بشنو از اين حقيير
ميندار بى مايه باشد فطير
هلا هاي، هشدار اي مردمان
كچل شد سر سبز مازندران!
بيابان شده جنگل هيرکان
همان كهنه ميراث پيشينيان
تهى شد دگر زاگرس از بلوط
فرو رفت آن جنگل اندر سکوت
به يغما چنار و ون و كاج رفت
چنين سبزى ما به تاراج رفت
چو افzon شدی علم و فناوري
بشر رفت دنبال سوداگری
به دستان خود اره برقى گرفت
بذد زخم بر پيشنهها سخت و سفت
چنين شد كه شد باب، قاچاق چوب
الهي نبخشد خدایش، «ذوب»^۱





یکی لوله نفت یا خط گاز
کشانید از بین جنگل دراز
رها شد در آن لوله فاضلاب
زباله، نخاله، تفاله، پسپاب
به آتش کشیدند با فندکی
درختان و نگزید کس را کمی
فسوسا که دیگر یکی کنده بود
درختی که آن قدر هم گنده بود!
چو جنگل بمیرد، بگیرد نفس
به رویا بینی هوای ملس
زما آب سالم فراری شود
به اندک نمی، سیل جاری شود
بیا پاس داریم این گنج را
نبینند آیندگان رنج را

۱. ذنوب: گناهان، خطاهای
۲. لرگ، راش، ون، ملچ، ممرز و... از درختان
مهم جنگلی ایران هستند.



که تا داخل موزه جایش دهیم
به آیندگانش نمایش دهیم
از آن فیبر یا امدی اف ساختند
به تولید الوار پرداختند
چه زود آن همه خشکه دار و نهال
مقوای شد و کاغذ و دستمال
تهی شد ز گیلان زمین تا کرج
همه کوهها از درخت ملچ
غم انگیزتر اینکه یابد زوال
درختی کهنه سال بهر ذغال
به منقل بریزد جوانی خفن
زند جوچ و نوشابه را بر بد!
درختی که مانند اسفنج باب!
کند جذب با ریشه خویش، آب
سپس می کند آب را تصفیه
همین در اهمیتیش کافیه!
که این زیست بوم خداداد و پاک
کند حفظ آب و کند حفظ خاک
یکی آمد و داشش جاده ساخت
یکی نیز ویلای آماده ساخت



پُز می دهیم

يا اگر با پیتزا ممکن نشد
با خوراک لوپیا پز می دهیم
حاله هم میز ما بازیگر است
او خودش نه، بلکه ما پز می دهیم
خودروی همسایه ما پورشه است
خب به ما چه! ما چرا پز می دهیم
با بزرگی عکس می گیریم و بعد
چند وقتی «را به را» پز می دهیم
دیتیوی روی برف البهه با
ژست اسکی بازها پز می دهیم
اکثرا این روزها تا نیمه شب
در تلگرامیم یا پز می دهیم

صبح تا شب، هر کجا پُز می دهیم
حالمان خوب است تا پز می دهیم
جمعمان هر وقت کامل می شود
نویتی یا هم صدا پز می دهیم
عضو هر پیجی، گروهی می شویم
چند سطیری ابتدا پز می دهیم
با عمومی نسبتاً خریول با
عهمه ای نام آشنا پز می دهیم
همچنین با تیپ، گوشی، فالوئر
فرم بینی، مو، طلا پز می دهیم
در خیابان با لباس و در کلاس
با اتود یا گوینیا پز می دهیم
می رویم از بوفه کیکی می خریم
با دوتا کوکاکولا پز می دهیم
یک نفر دارد فلافل می خورد
ما به او با پیتزا پز می دهیم



دبّه تاریخ /

عبدالله مقدمی

محمد افغان که یادتان هست؟ محمود را پسرعمویش، اشرف به فنا داد تا باز هم ثابت شود:
«من از بیگانگان هرگز ننالم/ که با من هر چه کرد آن آشنا کرد!»!

اما اشرف تا خواست تکانی به خودش بدهد و یک اسم درست و حسابی دهن پر کن برای سلسله پادشاهی خودش انتخاب کند، نادرقلی میرزا سررسید. دقیقاً به همین علت است که پادشاهی محمود و اشرف توی تاریخ اسم ندارد و همین طوری «پادشاهی محمود و اشرف» صدایش می کنند.

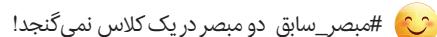
نادرقلی اول کاری پیش شاه طهماسب دوم صفوی رفت که غیر از خودش، هیچ کس سلطنتش را قبول نداشت! او خیلی زود دست راست شاه کرک و پر ریخته صفوی شد. او تمام ولایات خراسان را فتح کرد و بعد از آن در «مهماندوست» دامغان یقه اشرف را گرفت. بعد از آن اشرف در مورچه خورت اصفهان هم با خاک کوچه یکسان شد تا دمیش را بگذارد روی کولش و به هندوستان فرار کند.

بعد نادر دید مملکت ایران عین گوشت قربانی تکه شده است. پس افتاد به کار باز پس گیری مناطق از دست رفته. طهماسب دوم هم با خودش فکر کرد: چطور نادر بتواند فتوحات داشته باشد و ما نتوانیم؟ این شد که شاه قدر قدرت به سختی از عثمانی ها شکست خورد.

نادر هم که چنین دید قات زد و شاه شکست خورده را خلع کرد و فرزند کوچک او را به تخت نشاند؛ خودش هم شد «نایابالسلطنه». اما از آنجا که نایابالسلطنه خیلی باحال نبود، نادر ریش سفیدهای کل مملکت را جمع کرد توی دشت مغان و تریپ برداشت که: «حالا من دیگر خسته شده ام و می خواهم بکشم کنار!» ریش سفیدهای هم که ریششان را توی آسیاب سفید نکرده بودند، گفتند: «باشه، اصلاً تو شاه، ما رعیت ا خوبه؟»

این طوری شد که نادرقلی شد «نادر شاه».

#مبصر_سابق دو مبصر در یک کلاس نمی گنجد!



#زنگ_ورزش حساب حسابه، کاکا بازیکن تیم ملی بربزی!



علیرضا پاکروان

جیک جیک مستون

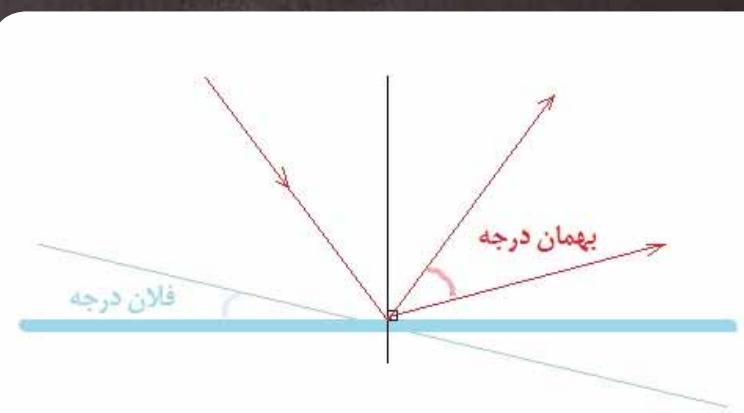
شوخی فیزیکی بچرخ تا بچرخیم

مهندی فرجالله‌ی

وقتی دسته‌ای از پرتوهای نور به سطحی می‌رسند، گروهی از پرتوها که از آن سطح خوشنان می‌آید، جذب می‌شوند و همان‌جا اتراق می‌کنند. گروه دیگری که آن سطح برایشان جذابیتی ندارد و خودشان را در آن سطح نمی‌بینند، دم‌شان را روی کولشان می‌گذارند و دست از پا درازتر با همان زاویه‌ای که نسبت به خط عمود بر نقطهٔ تابش آمده بودند، باز می‌گردند.

حالا وقتی سطح بازتابش حول محور تابش فلان درجه بچرخد، پرتو بازتابش فلان درجه نمی‌چرخد بلکه بهمان درجه خواهد چرخید که بهمان؛ برابر است با دو فلان درجه. یعنی چیزی بین «تو یک قدم بردار، من دو قدم بر می‌دارم» و «بچرخ تا بچرخیم».

آینه و پرتوی تابش با این حرکت به ما می‌گویند که در زندگی بازتاب تغییرات کوچک می‌تواند نتایج بزرگی داشته باشد.



$$\text{بهمان} = \text{فلان} \times 2$$