

# نوجوان

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



ماهنامه آموزشی و تربیتی برای دانش‌آموزان دوره اول متوسطه  
دوره چهارم و دوم ○ مهر ۱۴ ○ شماره پیاپی ۲۳۳ ○ ۴۸ صفحه

ISSN: 1606-9072

roshdmag.ir



ماه مهربان  
باریک‌تر از مو  
حرف‌های خودم با همه  
سکان دارهای نوجوان

ایران!  
بهترین آغاز را  
از تو دارم.  
برای بهترین  
شدنت همه تلاشم  
را می‌کنم.



# مرا بشنو

به نام آفریدگار دانایی و توانایی  
هر درختی رؤیایی دارد که هیچ کس جز خودت از آن با خبر نیست.  
من اطمینان دارم هر پنجره‌ای که رو به نور باز می‌شود و هر قلمی که بر  
صفحه‌ای می‌گردد،  
رؤیای مقدس درختی است.  
درختی که آرزو داشت روزی بتواند نام آفریدگار خود را بنویسد و  
روشنایی بیافریند و راه بگشاید.  
ن والقلم و ما یسطرون.  
قسم به قلم و آنچه می‌نویسند.

(سوره قلم، آیه ۱)

سعیده اصلاحی  
تصویرگر: حسین آسیوند

قیمت:  
۱۰۵۰۰۰ ریال

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

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 ثبتی، عباس نورآبادی

نشانی دفتر مجله: تهران / صندوق پستی: ۱۵۸۷۵/۶۵۸۳ • تلفن: ۸۸۸۴۹۰۹۷ • پیامک: ۳۰۰۰۸۹۹۵۹۶  
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 ۱۴۸۲ - ۸۸۳۰ - ۰۲۱ 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 سرمدیر: 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 دبیرستان) / رشد برهان (نشریه ریاضی دوره اول دبیرستان).  
آرای مندرج در مقاله‌ها، ضرورتاً مبنی نظر دفتر انتشارات و فناوری آموزشی نیست و مسئولیت پاسخگویی به پرسش‌های خوانندگان، با خود نویسنده یا مترجم است.

- مدیر مسئول: محمد صالح مڈنی
- سردبیر: علی اصغر جعفریان
- مدیر داخلی: زهره کریمی
- ویراستار: بهروز راستانی
- مدیر هنری: کوروش پارس‌آزاد
- 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

دوره چهارم و دوم • مهر ۱۴۰۲  
شماره پیاپی در پی ۳۴۰ • ۴۸ صفحه

## هنر امیدواری

سلام، سلامی گرم و تازه بعد از سه ماه دوری از شما خوبان. در همین اول کار، فرا رسیدن سال تحصیلی، بهار علم و دانش، و آغاز دوره متوسطه را به هفتمی‌های عزیز، به هشتمی‌های باتجربه و به نهمی‌های بزرگ تبریک می‌گویم و از خدای مهربان سالی پر از خبرهای خوب، اردوهای بامزه، و دوستان بامعرفت و بامرام و معلمان مهربان خواهانم. مدتی پیش درباره موضوع «امید» مطلبی می‌خواندم و خیلی چیزها یاد گرفتم. در اولین یادداشت دوست دارم چند نکته از آن مطالب را با شما در میان بگذارم:

راستش فکر نمی‌کنم اهمیت نقش امید در زندگی بر کسی پوشیده باشد. یکی از سازوکارهای حیات و زندگی «امیدواری» است. از نظر دین اسلام، امید تحفه الهی است که چرخ زندگی را به گردش وامی‌دارد و موتور تلاش و انگیزه را پرشتاب می‌کند. اگر روزی امید از انسان گرفته شود، دوران خمودگی و ایستایی او فرا می‌رسد.

پیامبر مهربانی، **حضرت محمد(ص)** می‌فرمایند: «امید و آرزو رحمت برای امت من است.» امیدوار بودن هنری است که باید همگان، به خصوص نسل پویای نوجوان، آن را فرا گیرد. بنابراین همه ما در زندگی باید با توکل به خداوند و برنامه‌ریزی دقیق امیدوارانه زندگی کنیم. یادمان باشد میوه شیرین و گوارای درخت امید آن‌گاه به بار می‌نشیند که با تلاش و فعالیت آبیاری شده باشد.

**امام علی(علیه‌السلام)** درباره امید فرموده‌اند: «از کسانی مباش که بدون عمل به آخرت امیدوار است.» آری دانش آموزی

که بدون تلاش و کوشش فراوان در انتظار کسب موفقیت‌های بزرگ به سر می‌برد، درحقیقت به خیال‌پردازی افراطی روی آورده است. پس خوب است بدانیم امید با خیال‌پردازی و خوش‌خیالی فرق دارد. سال‌پرامیدی پیش رویتان باد!

علی اصغر جعفریان



- ۱ ..... هنر امیدواری
- ۲ ..... سکان‌دارهای نوجوان
- ۴ ..... دوست عجیب بی‌بی حلیمه
- ۷ ..... رویدادهای شصت‌تاییه ای
- ۸ ..... شکوه آفرینش
- ۱۰ ..... فصل نارنج
- ۱۲ ..... پوشیدگی محافظ پوسیدگی
- ۱۴ ..... یادت باشد، جان محمد!
- ۱۶ ..... گردشگری در طبیعت
- ۱۸ ..... گلیم‌مینیاتوری
- ۲۰ ..... نام دیگر خدا

## باریک‌ترازمو

- ۲۱ ..... دوران بلوغ
- ۲۲ ..... اعترافات یک
- ۲۳ ..... سؤال‌های دو زرده
- ۲۴ ..... شغل‌های عجیب
- ۲۵ ..... دوری و دوستی
- ۲۶ ..... حرف‌های نمودم با نمودم

- ۲۷ ..... جدول
- ۲۸ ..... نویسنده مادر زاد نداریم!
- ۳۰ ..... رازهای شاعری
- ۳۱ ..... شاعر گل‌ها
- ۳۲ ..... نرمش ذهن
- ۳۴ ..... دری به جهان خواجه نصیر
- ۳۶ ..... موزه شیخ الرئیس
- ۳۸ ..... عبور از منظومه شمسی
- ۴۰ ..... بفرمایید سیب‌پلو
- ۴۱ ..... سالادسیب‌زمینی
- ۴۲ ..... ماه مهربان
- ۴۴ ..... گرگ بازی
- ۴۶ ..... پایان این فیلم ترسناک
- ۴۸ ..... هر مژگان، بهشت خلیج فارس

# سکون در راه های نوجوانان

## دست‌های متعدد یک مدیر

وارد دفتر مدیر شدم. بیش از همه جدیت و پز مدیریتی آراین دوریشی، دانش آموز پایه هشتم، نظرم را جلب کرد. دو نفر از مادران دانش آموزان روبه‌روی میز نشسته بودند. از او پرسیدم: «چه کسی تعیین کرد که تو مدیر مدرسه باشی؟»

او در پاسخ به سؤال من با همان حس مدیریت گفت: «شورای شش نفره دانش آموزی متشکل از بنیامین زارعی، آرتین علاقه‌مند، محمدپارسا لواسانی، بهزاد عسگری، نیما احمدی و من در جلسه‌های متعددی با هم بحث و گفت‌وگو کردیم تا با وجود اختلاف نظرهای فراوان، بتوانیم مسئولیت‌ها را بین بچه‌ها تقسیم کنیم.»

آراین کمی گیج شده بود. نمی‌دانست با مادرها صحبت کند یا با من و یا چای را از سینی مسئول خدمات، مهیار مبشری، دانش آموز پایه هشتم، بردارد. مهیار که کلاس آشپزی می‌رود، صبح برای دبیران حلیم جانانه‌ای درست کرده بود. یکی از مادرها گفت: «این کار مدرسه را تحسین می‌کنم. چون دادن مسئولیت باعث می‌شود که بچه‌ها با چهره واقعی زندگی روبه‌رو شوند.»

به نظر می‌رسید آراین خوب از پس مدیریت برآمده است. چون هم‌زمان با گفت‌وگو با من حواش به مادران هم بود. پرسیدم: «روش تو برای برخورد با دانش آموز خاطی چیست؟» گفت: «همیشه درک احساسات طرف مقابلمان به ما کمک می‌کند تا اشتباه نکنیم. اول سعی می‌کنم ببینم او در چه شرایط روحی بوده. بعد هم به او فرصت می‌دهم. فرصت می‌دهم تا جبران کند. فرصت می‌دهم تا مشاور با او حرف بزند. فرصت می‌دهم تا عذرخواهی کند و اگر نشد با والدینش تماس می‌گیرم.» محمد پارسا لواسانی که نقش معاونت فرهنگی را به عهده گرفته بود، گفت: «امروز ما نکات زیادی یاد گرفتیم. مثلاً متوجه شدیم مدیریت یک کار گروهی است. مدیر مدرسه با معاون‌ها و دیگر کارکنان با همکاری خوب و کار گروهی می‌توانند مدرسه را به خوبی اداره کنند. هدایت به عهده مدیر است، ولی هر کسی نقش مفید و مؤثر خودش را دارد. همه ما، یعنی مدیر، معاون، دفتردار، دانش آموز و مسئول خدمات، با هم مدرسه را اداره می‌کنیم. هر کدام از ما اگر وظیفه خود را به خوبی و کامل انجام دهیم، نتیجه کارمان می‌شود یک مدرسه خوب با محیطی مثبت.»

برای دانش آموزان «مدرسه کلام مهر» سه‌شنبه ۱۳ اردیبهشت ۱۴۰۲ روز دیگری بود. صبح آن روز همه پسران شتاب داشتند تا خود را زودتر به محل کارشان برسانند. روز چهارشنبه فرمان اداره مدرسه را به دست آن‌ها سپرده بودند. یکی در نقش مدیر بود و آن دیگری معلم و سومی خدماتی. همه مصمم بودند ثابت کنند به‌خوبی از عهده کار محول‌شده برمی‌آیند.

وارد حیاط مدرسه شدم. جنب و جوش بچه‌ها، عزم آن‌ها را برای نمایش یک روز کامل و بی‌نقص نشان می‌داد. امیر مهدی علوی مجد، مسئولیت تشریفات مرا تا دفتر مدیر مدرسه همراهی کرد. از او پرسیدم: «پذیرش مسئولیت اداره مدرسه چه نتیجه‌ای برای بچه‌ها دارد؟»

امیر مهدی که بسیار مبادی آداب بود، گفت: «این کار باعث می‌شود که بچه‌ها بفهمند معلم بودن چه مسئولیتی دارد و برعکس معلم‌ها هم یادشان بیاید که خودشان هم روزی دانش آموز بودند.»

گزارش





کلاس بعدی که بازدید کردم، معلمی جدی و مسلط داشت. **رادین میرباقری** نقش معلم ریاضی را بازی می‌کرد. رادین که معتقد است صمیمیت در هر کار گروهی اهمیت دارد، گفت: «به نظر من فرقی بین بچه‌ها و معلم‌ها نیست. وظیفه معلم‌ها این است که بیایند و درس بدهند. وظیفه بچه‌ها هم این است که درس بخوانند. ماهیت بعضی درس‌ها مثل ریاضی این‌طور است که سخت‌گیری بیشتری لازم دارند، نه اینکه معلم بخواهد عمداً سخت بگیرد.»

در کلاس بعدی **کیارش کرد**، به عنوان معلم عربی و قرآن، به لزوم توجه معلمان به خواسته‌های بچه‌ها اشاره کرد و گفت: «برای اینکه بچه‌ها آرامش داشته باشند، باید به خواسته‌های معقولشان توجه کرد. نباید کاری کرد که بچه‌ها لجباز بشوند. شاید یک نفر تازه از زنگ تفریح آمده، ولی باز هم نیاز دارد برود سرویس بهداشتی. خب چه اشکالی دارد؟! معلم‌ها باید این شرایط را درک کنند. فکر می‌کنم امروز با جابه‌جاشدن نقش‌هایمان، هم آن‌ها شرایط ما را درک می‌کنند و هم ما می‌توانیم بفهمیم آن‌ها چرا بعضی وقت‌ها مجبورند سخت‌گیر باشند.»

**پارسا احمدی‌راد** در پایه هفتم مشغول تحصیل است. او معتقد است: «کلاس نباید خشک باشد و معلم‌ها باید شوخ‌طبع باشند. ولی خب شوخی نباید از حدش بیشتر باشد که کلاس به هم بریزد.»

زنگ تفریح زده شد. بچه‌ها و کارکنان در حیاط مدرسه با هم والیبال بازی می‌کردند. آن‌ها مثل دوستانی بودند که برای رفع خستگی پس از یک زنگ پرکار درسی، توپ را بر فراز تور پرواز می‌دهند. و بله، واقعاً توپ پرواز کرد و با ضربه محکم یکی از بچه‌ها به پشت بام رفت و آه همراه با خنده‌هایشان در فضای مدرسه پیچید.

برنامه بعدازظهر خیلی مفرح بود. همه در سالن جمع شده بودند. پس از نمایش چند تکه فیلم (کلیپ) از اتفاق‌های جالب پیش آمده برای دبیران، برنامه مصاحبه با دبیران شروع شد. در این برنامه سؤال‌هایی غیرمنتظره از دبیران پرسیدند. مثلاً اگر دانش‌آموزی سر کلاس شما بزند زیر آواز چه می‌کنید؟ خنده و هیاهو نمی‌گذاشت پاسخ دبیران را بشنوم. مسابقه ماشین‌بازی با دبیران هم از آن کارهایی بود که در مدرسه‌ای ندیده بودم. آخر کار **آرین درویشی** که صبح کلید مدرسه را همراه با یک میلیون تومان تنخواه دریافت کرده بود، کاری بهتر از این ندید که ۹۴۰ هزار تومان از آن تنخواه را خرج بستنی کند تا پائانی شیرین برای روزی به‌یادماندنی رقم بزند.



### کلاس‌ها در دست بچه‌ها

وارد کلاس پایه هشتم شدم. معلم واقعی ته کلاس در نقش دانش‌آموز کنار بقیه نشسته بود و دو نفر از بچه‌ها به نام‌های **مسیحا بساطنیا** و **سید مهدیار محمدی** روبه‌روی آن‌ها به عنوان مراقب ایستاده بودند. بچه‌ها آزمون هماهنگ داشتند و مراقب‌ها مواظب بودند کسی تقلب نکند. از مسیحا پرسیدم: «اگر دانش‌آموزی شلوغ، چه می‌کنی؟»

گفت: «اول نمره منفی به او می‌دهم. بعد هم به معاون می‌گویم.» پرسیدم: «معلم واقعی شما هم همین کار را می‌کرد؟» مسیحا بلند خندید و گفت: «نه او همه مسئله‌ها را بین خودمان و در کلاس حل می‌کند.»

**حسن نیکزاد** ته کلاس نشسته بود. او که معلم واقعی است، آن روز نقش دانش‌آموزی را داشت که آزمون هماهنگ می‌دهد. از او که بسیار جدی سرش روی برگه‌اش بود و تندتند می‌نوشت، پرسیدم: «چه حسی دارد؟»

او گفت: «الان می‌توانم شرایط و احساسات دانش‌آموزان را بیشتر درک کنم. مثلاً اینجا که مجبورم به دیوار صاف تکیه دهم، خسته می‌شوم. الان درک می‌کنم دانش‌آموزانی که ردیف آخر نشسته‌اند، چرا مدام می‌خواهند از کلاس بیرون بروند و یا سر پامی ایستند. چون جایشان راحت نیست. اینجاست که معلم می‌فهمد دانش‌آموز چه انتظاری دارد و چه حقوقی.»

فردی را با برهه‌هایی در دست دیدم که مثل من از کلاسی به کلاس دیگر می‌رفت و چیزهایی یادداشت می‌کرد. او **یزدان مشهدی** ارزیاب طرح اداره مدرسه بود.

همراه او به کلاس پایه هفتم وارد شدم که **پارسا فلاح صفری** نقش معلم را بازی می‌کرد. او هم درست مثل آقای نیکزاد معتقد بود که جابه‌جایی نقش معلم و دانش‌آموز باعث می‌شود شرایط و احساسات طرف مقابل درک شود. او گفت: «الان می‌فهمم معلم هم می‌تواند یک روز سرچال نباشد. او هم آدم است و امکان دارد روز سختی را گذرانده باشد. نباید او را زیر سؤال ببریم.»

از پارسا پرسیدم: «اگر دانش‌آموزی شیطنت کند چه می‌کنی؟» او گفت: «بیشتر از آن سؤال می‌کنم. او را دستیار تدریس می‌کنم تا بیشتر درگیر شود.»



# بی بی حلیمه دوستِ عجیب

با دست‌هایی که هنوز نقش و نگار حنای عروسی در آن‌ها پیدا بود، هیزم‌ها را ریخت توی تنور و نشست به تماشای شعله‌ها. دود تنور، چشم‌های درشتِ سُرْمه‌زده‌اش را آب انداخته بود. گونه‌های خیس و گر گرفته‌اش را با گوشه‌ شال سفیدش پاک کرد و با خودش گفت: «کاش به حرف‌های بی بی حلیمه گوش کرده بودم.»

بی بی حلیمه با پسرش یوسف رفته بودند بیمارستان شهر، برای عبادت شیرمحمد، کدخدای ده. هفته پیش موقع چیدن گردو، از شاخه درخت افتاده بود و دنده‌اش شکسته بود. بی بی موقع رفتن، همین‌طور که قابلمه شیر را از روی اجاق برمی‌داشت، به مرضیه گفته بود: «نون نداریم، واسه امروز چندتا از همسایه‌مون، اقدس خانم، قرض بگیر تا بر گردیم.»

بعد از رفتن آن‌ها، از بس چشم به در و دیوار دوخت، حوصله‌اش سر رفت. برای همین بلند شد رفت توی انباری که یک گوشه‌اش تنور بود و طرف دیگرش کندوی کاهگلی آرد. بعد از کلی هدر دادن کبریت، تنور را که روشن کرد، تازه یادش افتاد خمیر درست نکرده و زیر لب به خودش گفت: «خاک بر سرت دختر!» بعد بلند شد تشت مسی را از کنار دیوار برداشت تا از کندو آرد بیاورد.

مرضیه همین که درپوش چوبی کندو را کنار زد، از میان تخته‌های سیاه و دود گرفته سقف صدای خِس خسی شنید، اما هر چه نگاه کرد غیر از ابرهای سفیدی که از روزن کوچک سقف پیدا بودند، چیزی ندید. از وقتی عروس بی بی حلیمه شده بود، چندمین بار بود که این صدا را می‌شنید. بی بی حلیمه هر دفعه شانه‌هایش را بالا انداخته بود که: «چیزی نیست! انباریه دیگه!»

این بار هم هر چه فکر کرد، عقلش به جایی قد نداد. از توی روزن کندو، مُشت مُشت آرد ریخت توی تشت. سفره‌ای را که تکه‌ای از خمیرِ دفعه قبل وسط آن بود، باز کرد. بعد رفت الک را که از میخی بر دیوار آویخته بود، برداشت. چند کف دست آرد تویش ریخت و شروع کرد به الک کردن. اما ناگهان چشمش افتاد به چیزهایی که توی آرد وول می‌خوردند. حتی جیغ هم نتوانست بکشد. الک را انداخت و مثل باد از انباری بیرون زد. دست‌های آردی‌اش بی اختیار می‌لرزیدند و نفس نفس می‌زد. کمی که هوش و حواسش برگشت، آرد دست‌ها و دامنش را تکاند و پاورچین به داخل برگشت. فکر می‌کرد نکند خیالاتی شده باشد. اما وقتی با دقت توی الک را نگاه کرد، چند مار کوچولوی سیاه را دید که از موهای بافته خودش هم باریک‌تر بودند. بچه‌مارها در هم می‌پیچیدند و سعی می‌کردند از توی الک بیرون بیایند. الک را یواش از زیر بلند کرد و با ترس و لرز برد در انتهای حیاط، پای درخت صنوبر خالی کرد. وقتی مارهای کوچولو در میان برگ‌های زرد و پولکی صنوبر خزیدند و ناپدید شدند، نفس راحتی کشید و برگشت تا هر چه زودتر خمیر درست کند. خمیر کهنه وسط سفره را به خمیر خودش اضافه کرد، حسابی ورز داد و رویش را با یک تکه پارچه پوشاند. بعد رفت از اتاق پهلوی انباری، هیزم‌های بیشتری آورد. تنور باید تا ور آمدن خمیر داغ می‌ماند.

دم غروب برای چندمین بار به خمیر مشت زد. این دفعه، گودی جای مشتش روی خمیر به حالت

اول برگشت و این یعنی خمیر پُف کرده و آمادهٔ پختن بود. اول جارو را چند دور توی تنور گرداند و تمیزش کرد. بعد دست به کار شد. ذغال‌های گداخته ته تنور سوسو می‌زدند و خمیرهایی که با لیفته به تنور می‌زد، خیلی زود برشته و دودون می‌شدند. همین‌طور که مشغول بود، یکدفعه از شنیدن صدای یوسف جا خورد: «به‌به! دستت درد نکنه عروس ننه، عجب بویی! عجب نونی!»

بی‌بی حلیمه از پشت سر با نوک عصا ضربه‌ای به ملاج یوسف زد و با خنده گفت: «ای پدر سوخته! سی ساله برات نون می‌پزم، یه بار هم نگفتی دستت بشکنه ننه! ...» یوسف که لقمه‌ای نان داغ را توی لپ‌هایش می‌لمباند، دست بی‌بی حلیمه را محکم مآج کرد و موقع بیرون رفتن، دور از چشم بی‌بی، برای مرضیه شکلک درآورد. کمی بعد از رفتن یوسف، تیرهای چوبی سقف باز هم چرق‌چرق صدا کردند. مرضیه با پَر شالش عرقِ گونه‌های گل‌انداخته‌اش را گرفت و همین‌که سرش را بلند کرد، ناگهان مثل طلسم شده‌ها به لکنت افتاد: «ما ما مار!!» بی‌بی حلیمه سریع پشت سرش را نگاه کرد. یک مار سیاه‌براق دور ستون چوبی وسط انباری پیچ‌وتاب می‌خورد و پایین می‌لغزید. مرضیه بی‌اختیار خودش را انداخت توی بغل بی‌بی حلیمه و جیغ زد. حلیمه عروسش را محکم به سینه فشرد: «چیزی نیست، نترس. این حیوان بی‌آزار، خیلی ساله توی این خونه‌است، نگاه به هیکل گنده‌اش نکن!»





با این حرف‌های بی‌بی مرضیه جرئت کرد نگاه دیگری به مار بیندازد. چشم‌های ریزش مثل دو یاقوت سرخ می‌درخشیدند و زبان شلاق مانندش هر از گاه از دهانش بیرون می‌جهید. وقتی مار روی زمین رسید، مرضیه جیغ محکم‌تری زد و خودش را بیشتر به بی‌بی حلیمه چسباند. مار سیاه بی‌اعتنا به آن‌ها از روزه پایین کندوی آرد به داخل خزید و کمی بعد، از در بالای کندو بیرون آمد و مستقیم رفت زیر صندوقچه چوبی. بعد خیز برداشت به طرف طاقچه و فانوس را از آن بالا انداخت پایین و شیشه‌اش تکه‌تکه شد. از آن بالا، خودش را رساند به گلیمی که کنار دیوار لوله شده بود. از طرف دیگر گلیم لوله‌شده که بیرون خزید، تند و تند به همه سوراخ‌سمبه‌های انباری سرک کشید. بعد آهسته رفت سراغ قابلمه‌ای که بی‌بی موقع رفتن توی آن ماست زده بود. سرش را کرد توی قابلمه و بعد از چند لحظه مکت، مثل دود از ستون وسط انباری بالا رفت و میان سیاهی تیرهای چوبی سقف ناپدید شد.

بی‌بی حلیمه تکانی به خودش داد و گفت: «غلط نکنم، یه چیزیش شده! آرام و قرار نداشت اصلاً. جَنی شده بود انگار.»

مرضیه خودش را از بغل بی‌بی حلیمه جدا کرد و زُل زد به چهره پر چین و چروک او: «راستش من ...»  
- راستش چی؟ آگه چیزی شده بگو.

مرضیه ماجرای بچه‌مارها را تعریف کرد و با دست نشان داد که کجا رهایشان کرده بود. بی‌بی حلیمه بدون اینکه منتظر بقیه حرف‌های مرضیه بماند، الک را برداشت و عصا زانان رفت به طرف درخت صنوبر: «خدا کنه کلاغ‌ها بُرده باشن زبون بسته‌هارو!»

کمی بعد مثل مادری که بچه‌های گم‌شده‌اش را پیدا کرده باشد، با لبخند برگشت. مرضیه با دیدن دوباره بچه‌مارهایی که هنوز وول می‌خوردند، چسبید به دیوار. بی‌بی حلیمه الک را بلند کرد و آهسته بالای کندو گذاشت و به مرضیه اشاره کرد، یواش برون بیرون و از لای در نگاه کنند.

طولی نکشید که سر و کله مار سیاه دوباره پیدا شد و با چند پیچ و تاب، یگراست رفت بالای کندو و سرش را برد داخل الک. زبان قیطان‌مانندش حالا تندتر از قبل تکان می‌خورد. نفس مرضیه در سینه حبس شده بود، اما بی‌بی حلیمه با شوق و ذوق به رفیق قدیمی خودش نگاه می‌کرد و گاهی دست‌های لاغرش را یواش به سینه می‌زد: «جان! بمیرم برات!»

مدتی که گذشت، مار از بالای کندوی آرد سر خورد پایین و به نرمی باریکه آبی که بر زمین جاری شود، به طرف قابلمه ماست خزید. چرخ دور قابلمه زد و بدن براقش را محکم گرد آن حلقه کرد. بعد دُمش را به زمین گیراند و با یک حرکت برق‌آسا، قابلمه را پُشت و رو کرد. شیر لخته‌لخته‌ای که در اثر زهر مار بدبو شده بود، توی چاله‌چوله‌های کف انباری پخش شد و مار بی‌بی حلیمه بر گشت پیش بچه‌هایش بالای کندو. بی‌بی حلیمه رو کرد به مرضیه و گفت: «خدا رحم کرد دختر، و گر نه انتقام بچه‌هاشو از همه‌مون می‌گرفت!»

## بیشتر بخوانیم

### مردی که از خواب آمد

این کتاب دربردارنده ۱۵ داستان کوتاه در گونه‌های (ژانرهای) متفاوت است. «خانه مقوایی»، «تو چرا بازی نمی‌کنی کچل»، «گهواره خالی» و «گم‌شده» نام چهار داستان از این مجموعه است. داستان «مردی که از خواب آمد» اشاره‌ای است به داستان «اصحاب کهف»

و مردی که به همراه دوستانش و سگ باوفایشان از خوابی طولانی بیدار می‌شود. مرد برای تهیه نان به شهر می‌رود و ...

مؤلف: عبدالمجید نجفی

سال چاپ: ۱۴۰۱

ناشر: قدیانی





# رویدادهای شصت ثانیه‌ای

## • حقیقت حقیق

آیا تا به حال درباره لحظه‌های بسیار کوتاه فکر کرده‌اید؟ آیا می‌دانید در مدت شصت ثانیه یا همان یک دقیقه چه اتفاقاتی در جهان روی می‌دهند؟ آیا می‌دانید هنگام وقوع زمین لرزه، همین ثانیه‌ها هستند که آمار تلفات را رقم می‌زنند؟ آیا می‌دانید یک دقیقه فیلم‌برداری چه هزینه هنگفتی دارد؟ حتی درون بدن ما در مدت یک دقیقه خیلی اتفاقات روی می‌دهند که حیاتی هستند. ممکن است در صحبت‌های روزانه‌مان هر از گاهی بگوییم: «لطفاً یک دقیقه صبر کنید.» اما این گونه جمله‌ها تکراری هستند و گفتنشان به عادت تبدیل شده است.



در اینجا می‌خواهیم درباره این مدت کوتاه یا همان شصت ثانیه چیزهایی بگوییم که تأمل برانگیزند:



۱. «مار زنگی» یا «مار زنگوله‌دار»، هنگام احساس خطر و تهدید دشمن، فلس‌های انتهایی دمش را ۶۰۰۰ بار در دقیقه تکان می‌دهد که بر اثر این سرعت زیاد، صدایی شبیه زنگوله را می‌شنویم.

۲. درباره

**پشه‌ها** چه فکر می‌کنید؟

شب‌ها وزوزشان بیخ گوشمان آزاردهنده است. این صدای وزوز ناشی از بال زدندان است. آن‌ها ۳۶۰۰۰ بار در دقیقه بال‌هایشان را حرکت می‌دهند؛ یعنی ۶۰۰ بار در ثانیه!



۳. «سنجاقک» را در کنار مرداب‌ها یا رودها دیده‌اید. با آن بال‌های رنگینش مانند بالگرد پرواز می‌کند. بال‌زدن سنجاقک چنان سریع است که گویی بال‌هایش هیچ حرکتی ندارند و آن‌ها را تیره و تار می‌بینیم. این حشره بال‌هایش را ۳۰۰۰ بار در دقیقه حرکت می‌دهد.



۴. «مرغ مگس‌خوار»، کوچک‌ترین پرنده جهان، بیش از دو گرم وزن ندارد. بزرگ‌ترین گونه آن فقط ۵ سانتی‌متر طول دارد و اندازه کوچک‌ترین گونه آن هم دو یا سه سانتی‌متر بیشتر نیست. این پرنده که یکی از شگفتی‌های آفرینش است، در حالی که بال‌زدان در جا در آسمان و مانند یک بالگرد می‌ایستد، به وسیله منقار نوک تیز سوزنی شکلش، از شهد گل‌ها تغذیه می‌کند. مرغ مگس‌خوار بال‌هایش را ۴۸۰۰ بار در دقیقه حرکت می‌دهد؛ یعنی هشتاد بار در ثانیه.



۵. حتماً «مورچه‌خوار» را می‌شناسید؟ با آن زبان دراز و چسبناکش آشیانه‌های مورچه‌ها و موریانها را در هم می‌کوبد و سپس تندتند زبانش را بیرون می‌آورد و تو می‌برد و هر بار ده‌ها مورچه به زبانش می‌چسبند و آن‌ها را می‌خورد. رژیم غذایی مورچه‌خوار در روز بالغ بر ۳۰۰۰۰ مورچه و سایر حشره‌هاست. این جانور زبانش را ۱۵۰ بار در دقیقه از دهانش خارج می‌کند و تو می‌برد.

منبع: The 60 Seconds Encyclo Pedia By michael.J.Rosen

# شکوه آفرینش

شگفتی‌های آفرینش انسان را به تفکر و می‌دارند. برای آگاهی از شگفتی‌ها و عجایب خلقت آیات شریفه قرآن را بخوانید. در این مقاله با نگاهی اجمالی به ظرافت‌های دنیای حیوانات، شکوه خلقت را به تصویر می‌کشیم تا همواره خالق همه موجودات عالم را در یاد داشته باشیم. حتی در میان حیوانات هم خانواده نقش مهمی دارد.

نقش خانوادگی

## همکاری والدین

در خانواده‌های حیواناتی که هم پدر و هم مادر در پرورش بچه‌هایشان سهیم هستند و با یکدیگر همکاری می‌کنند، بچه‌ها فرصت و امکان بیشتری برای ادامه حیات دارند. مثلاً در عقاب‌های طلایی، پدر و مادر به نوبت از آشیانه مراقبت می‌کنند و برای جوجه‌ها غذا می‌آورند.

## نقش خانواده در دنیای حیوانات

بسیاری از حیوانات به شکل خانواده یا به عبارت دیگر به صورت گروهی کنار هم زندگی می‌کنند. وقتی اعضای یک خانواده کنار هم هستند، برای یافتن غذا و مقابله با دشمنانشان به یکدیگر کمک می‌کنند. البته بعضی از خانواده‌های حیوانات شکل سازمان‌یافته‌تری دارند؛ سلسله مراتب را رعایت می‌کنند و هر کدام وظیفه مشخصی دارند. اما بعضی از خانواده‌های حیوانات به صورت پراکنده کنار هم زندگی می‌کنند و نظم خاصی در میانشان وجود ندارد.



علمی



## مراقبت والدین

مدت زمانی که والدین حیوانات برای مراقبت از بچه‌هایشان صرف می‌کنند، در میان گونه‌های متفاوت حیوانات فرق می‌کند. بیشتر انواع ماهی‌ها، حشره‌ها و سایر گونه‌های بی‌مهرگان، پس از تخم‌گذاری نوزادانشان را به حال خود رها می‌کنند و نوزادان از همان لحظه بیرون آمدن از تخم باید زندگی مستقل خود را آغاز کنند. اما در سایر گونه‌ها، به‌ویژه پستانداران و پرندگان، والدین به مدت چندین سال از بچه‌هایشان مراقبت می‌کنند. البته در بعضی حیوانات فقط یکی از والدین سرپرستی بچه‌ها را بر عهده می‌گیرد.

## پدران زحمت‌کش و وظیفه‌شناس

وظیفه حمل کردن تخم‌ها اساساً با حیوان ماده است. اما در مورد اسب دریایی فرق می‌کند. اسب دریایی مادر تخم‌هایش را درون کیسه‌ای واقع در ناحیه شکم اسب دریایی می‌گذارد و تخم‌ها درون همین کیسه بارور و تغذیه می‌شوند. یا در میان شترمرغ‌ها وظیفه مراقبت از تخم‌ها با شترمرغ پدر است. یا پنگوئن امپراتور ماده در اواسط زمستان سرد و یخبندان قطب جنوب یک عدد تخم می‌گذارد و سپس برای یافتن غذا راهی دریا می‌شود و تا بهار سال بعد به ساحل برنمی‌گردد. آن وقت پنگوئن امپراتور پدر تخم را روی پاهایش نگه می‌دارد و آن را میان پرهای گرم و نرم خود محافظت می‌کند و چندین ماه را به حالت ایستاده و بدون آنکه حرکت کند یا غذا بخورد، از تخم مراقبت می‌کند.

### پیوند خانوادگی

پیوند خانوادگی در میان بعضی از حیوانات و بچه‌هایشان خیلی محکم است. وقتی بچه یک پستاندار متولد می‌شود، بلافاصله مادرش او را می‌ایسبد و تمیز می‌کند. در ضمن با این کار، بچه بوی مادر را می‌گیرد و مادرش به راحتی می‌تواند او را شناسایی کند. میمون‌ها و شمشیرها از بچه‌هایشان تا زمان رسیدن به رشد کامل مراقبت می‌کنند.



### تعداد بیشتر = امنیت بیشتر

یک حیوان تنها به آسانی توسط جانوران مهاجم محاصره و شکار می‌شود. اما زندگی دسته‌جمعی شیوه مناسبی برای بقا و تضمین امنیت بیشتر است. بیشتر پرندگان و پستانداران به صورت گروهی یا گله‌ای زندگی می‌کنند. مثلاً گله گورخرها شامل صدها رأس می‌شود و در حالی که دسته‌ای سرگرم چرا هستند، تعدادی دیگر مراقب اطراف‌اند تا اگر سر و کله حیوانات مهاجم پیدا شد، بقیه را خیلی زود باخبر کنند. یا بیشتر ماهی‌های کوچک به صورت گروهی زندگی می‌کنند که «دسته ماهی» نامیده می‌شوند. این شیوه زندگی مهاجمان را سردرگم می‌کند و نمی‌توانند یک ماهی یا یک گورخر را از میان این جمعیت بزرگ شناسایی و شکار را انتخاب کنند.



### مراقبت از بچه‌ها

بعضی از والدین حیوانات هنگام احساس خطر بچه‌هایشان را به محل امن منتقل می‌کنند. بیشتر پستانداران، از جمله گربه‌ها و سگ‌ها، بچه‌هایشان را از پشت گردن به دندان می‌گیرند. بچه‌ها هم از روی غریزه تقلا نمی‌کنند و بدنشان را شل نگه می‌دارند تا مادر به آسانی آن‌ها را از روی زمین بلند کند. یا بچه عقرب‌ها تا زمان بزرگ‌شدن که بتوانند زندگی مستقلی آغاز کنند، پشت مادرشان سوار می‌شوند تا از خطر دشمنان مصون باشند.



### کار گروهی

در بعضی از خانواده‌ها، حیوانات برای یافتن غذا و نگهداری از بستگان‌شان با یکدیگر همکاری می‌کنند. این نوع روش زندگی سلامت، امنیت، و طول عمر اعضای خانواده را بیش از پیش افزایش می‌دهد. مثلاً چند فیل آفریقایی که همگی با هم خوشاوند هستند، از یک خاله‌ها او را به فرزندی قبول می‌کنند. بچه فیل بمیرد، یکی از خاله‌ها او را به فرزندی قبول می‌کند. یا سگ‌های شکاری آفریقایی به صورت گله کنار هم زندگی می‌کنند و توله‌هایشان را به کمک هم پرورش می‌دهند.

منبع: Animal Families Byanita Ganeri

# فصل نارنج

به بھانۀ فدا حافظی با تابستان

می‌روم فصل دیگر بیاید  
روز و شب‌های بهتر بیاید  
جای شهریور و تیر و مرداد  
مهر و آبان و آذر بیاید  
ابر هارسته جمعی بیارند  
دورۀ تشنگی سر بیاید  
کیوی ترش و لیموی شیرین  
فصل نارنج نوبر بیاید  
روی هر نیمکت، پشت هر میز  
کوله و کیف و دفتر بیاید  
می‌روم تا درختان بفوانند  
چنگل از خشکی در بیاید  
پس تماشا کن و منتظر باش  
تا که پاییز از در بیاید

سعیده اصلاحی

## بادبادک

باد از راه رسید  
بادبادک، فندید  
رفت بالا  
بالا  
نقطه‌ای کوچک شد  
چند دوری پرفیید  
نخ به او گفت:  
بین  
اینقدر تاب نفور  
دور، نشو  
باد آهسته به او گفت:  
نترس  
بی خیال همه چیز  
اوج بگیر

فاطمه نقی زاده (کاشانی)

## او اگر نبود...

او اگر نبود  
با تو آشنا نمی‌شدم  
از شب و سیاهی‌اش جدا نمی‌شدم  
او اگر نبود  
بوی گل به ما نمی‌رسید  
پای آشتی به قلب‌ها نمی‌رسید

او اگر نبود  
باد رفت و سنگ حرف می‌زدیم  
از گناه و اغم و چنگ حرف می‌زدیم

قوب شد رسید  
قوب شد تمام شد بدی  
باشگفتن گل ممری

منیره هاشمی

## دوستانه

کوپه، برگ‌های زرد را  
زیر پایمان پهن کرده است  
با سلامان  
عرف‌های تازه مثل آبشار  
بی قرار بی قرار  
سمت هم روانه می‌شود  
می‌رویم سمت مدرسه  
بانگ‌همان  
دانه‌مهبتی که کاشتیم  
یک جوانه می‌شود

مرضیه تاجری

## خبر داغ

نسیم  
قدم‌زنان  
میان باغ  
فبر به دست  
داغ داغ  
به هر که دید  
مژده دار

فبر  
از آخرینش دوباره دار

به تک تک درخت‌های باغ گفت:  
«گل مهمدی شگفت.»

سمیه بابایی

## فرش

هی گره زدی  
گره زدی  
داستان یک شکار را  
بافتی و بافتی  
تا تمام شد

بعر  
پشم دوفتی به نقش فرش  
آه

کاش، راه در رویی برای صید می‌گذاشتم  
کشن

اصلاً این غزال بی‌پناه را  
در مسیر این شکارچی نمی‌گذاشتم

معصومه معصوم زاده

## بیشتر بخوانیم

### امضا؛ من دل‌تنگ

در این کتاب، ۱۷ شعر نوجوانانه به سبک نیمایی و شعرهای توصیفی-تصویری ارائه شده‌اند. مضمون اغلب شعرها عاشقانه و عاطفی است. شاعر به کمک آرایه‌ها و صنایع ادبی مفهومی‌های ساده را خیال‌انگیز کرده است. این کتاب علاوه بر لذت ادبی، می‌تواند به نوجوانان در مسیر شاعر شدن و بروز قریحهٔ ادبی کمک کند. یکی از شعرهای کتاب حاضر چنین است: «گلدان یک تکه از باغ است، تنگ تو هم یک تکه از دریا؛ با ارفاق.»



نام مجموعه: شعر نوجوان امروز

مؤلف: بهار سلمانی

سال چاپ: ۱۴۰۰

ناشر: کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان

# پوشیدگی محافظ پوشیدگی

رسم  
زندگی

می خواهیم از حجاب بگوییم. صحبت از حجاب است و پوشیدگی. همین ابتدا خوب است بدانیم که به کارگیری واژه حجاب در مورد پوشش بانوان اصطلاحی نسبتاً جدید است. حجاب هم به معنی «پوشش» است و هم به معنی «پرده و حاجب». در گذشته واژه «ستر» در مورد پوشش به کار می رفته است. به قول استاد شهید مطهری (ره): «بهتر بود این کلمه عوض نمی شد.» چون استفاده از واژه حجاب موجب شده است عده‌ای به خطا گمان کنند یا از سر عمد و دانسته بخواهند چنین وانمود کنند که اسلام خواسته است زن پشت پرده و در خانه محبوس باشد و بیرون نرود. در حالی که می دانیم این گونه نیست. حجاب در اسلام به هیچ وجه به این معنی نیست. برعکس، حکم حجاب تأییدی است بر حضور اجتماعی زنان. البته بوده‌اند گروه‌هایی که در حجاب و پوشش بانوان افراط کرده‌اند. حتی در گذشته زنان، به خصوص اشراف، کاملاً پوشیده و پشت پرده بوده‌اند. به روایت «شاهنامه»، گاه زنانی آن قدر خود را از دیده‌ها پنهان کرده بودند که به تعبیر خودشان حتی باد هوا و آفتاب نیز آن‌ها را ندیده بوده است:

منیژه منم دخت افراسیاب

برهنه ندیده مرا آفتاب (فردوسی، ۱۳۷۹، ج ۲، ۸۲۹)

دگر دختر شاه به آفرید

که باد هوا هرگز او را ندید (فردوسی، ۱۳۷۹، ج ۲، ۱۱۸۲)

ز پرده برون کس ندیده مرا

نه هرگز کس آوا شنیده مرا (فردوسی، ۱۳۷۹، ج ۲، ۳۲۷)

این پوشیدگی تا جایی بوده که در شاهنامه «پوشیده» و «پوشیده‌روی» حتی معادل زن به کار رفته است:

ز پوشیده رویان یکی شهرناز

دگر ماهرویی به نام ارنواز (فردوسی، ۱۳۷۹، ج ۲، ۳۵)

بشد با پرسندگان مادرش

گرفتند پوشیدگان در برش (فردوسی، ۱۳۷۹، ج ۲، ۶۰۴)

می بینید که حجاب زنان قبل از اسلام نیز رایج بوده و حتی گاه به شکل افراطی‌اش وجود داشته است. کاری که اسلام کرده آن است که تا جای ممکن آن را تعدیل و به شکل معقول مطرح کرده است. در مجموع باید گفت اگر چه اسلام به دلیل نقش تربیتی ویژه زنان، بر حضور آنان در خانه و در میان خانواده تأکید دارد، اما در مواردی که نقش آفرینی بانوان در اجتماع مورد نیاز بوده، نه تنها با آن مخالفتی نداشته که بر آن تأکید ورزیده است. البته وقتی از ارزش حضور زن در خانواده و از محوریت عاطفی او در محیط خانه صحبت می شود، برخی می خواهند حضور زن را در خانه به رفت و روب و شستن لباس‌ها و تروخشک کردن بچه‌ها تنزل دهند. به این شکل، یعنی با تعریف ناقص و وارونه از زن و نقش آفرینی او در خانه و خانواده، می کوشند دختران و زنان را برای احساس نارضایتی از خانه و خانه‌داری تحریک کنند. اما حقیقت آن است که خانه مهم‌ترین کانون اجتماعی است و همه چیز از خانه و خانواده شروع می شود.

## اصالت حضور زن در خانواده

اگر بدانیم شخصیت اصلی بچه‌ها در محیط خانه طراحی و پایه‌گذاری می‌شود و به تدریج در جامعه تراش می‌خورد و صیقل می‌یابد، یعنی بدانیم شخصیت بنایی است که زیرساخت‌هایش تا حدود زیادی در خانواده و به خصوص تحت تربیت مادران شکل می‌گیرد، آن وقت درک می‌کنیم که اصالت حضور زن در خانه و خانواده، نه به خاطر ضعف او که به دلیل توانمندی‌ها و ظرایف عاطفی است. آری نباید فراموش کرد که خانواده از مهم‌ترین نهادها در بنیاد جامعه است و زن با ایفای نقش مادری، محور پایداری و بویایی چنین نهادی است. از همین رو اگر زن عمده توانایی‌ها، استعدادها و فعالیت‌های خود را در راه تربیت فرزندان و همراهی با همسر هزینه نکند، جامعه بشری خلأ حضور و فعالیت مادر و همسر دلسوز و توانمند را به شکل فساد، خشونت و عقده‌های روانی بازتاب خواهد داد.



## دین و حضور اجتماعی زنان

گفتیم حجاب هرگز به معنی خانه‌نشینی زنان نیست که برعکس، طرح مسئله حجاب خود بیانگر آن است که دین حضور اجتماعی زنان را پذیرفته است. مگر نه اینکه حجاب در سطح جامعه است که معنی پیدا می‌کند، وگرنه زن در میان خانواده و نزد فرزند و همسر خود که به پوشاندن سر ملزم نیست؟ حال باید دانست که نوع پوشش ما در سطح جامعه، به دلیل تأثیرگذاری اجتماعی‌اش نمی‌تواند و نباید موضوعی صرفاً شخصی قلمداد شود. برخی با طرح این موضوع که پوشش و حجاب امری شخصی و فردی است، کوشیده‌اند کارکرد دینی و اجتماعی آن را در سلامت افراد جامعه نادیده بگیرند و یا تأثیر بی‌توجهی به حجاب را در بروز برخی ناهنجاری‌های اجتماعی انکار کنند. اما مگر می‌توان تأثیر نوع پوشش افراد را در جامعه روی دیگران انکار کرد؟ معلوم است که نوع پوشش و نوع رفتار و روابط ما در عرصه عمومی بر دیگر آحاد جامعه اثر گذار است. ما در خانه هم باید پوشش مناسبی داشته باشیم، اما نوع پوشش

ما در بیرون خانه موضوعی جداست. این دیگر فقط به خودمان مربوط نیست، فرضاً کسی نمی‌تواند با پوشش خاص و ترسناک وارد جامعه شود و دیگران را بترساند و بگوید ظاهر من به خودم مربوط است. یا اگر کسی در خانه خودش سیگار بکشد، به خودش مربوط است، اما همین فرد در یک فضای عمومی بسته مانند اتوبوس شهری و یا مترو حق ندارد سیگار بکشد. معلوم است که این کار او به دیگران مربوط است. انسان‌ها با یکدیگر زندگی می‌کنند و پوشش و ظاهر افراد در اجتماع به دیگران ربط دارد. به نظر من شخصی که با پوشش نامناسب وارد جامعه می‌شود، به نوعی خودش هم می‌داند که این کار شخصی نیست، چون خودش هم نمی‌تواند ادعا کند که به نظر دیگران درباره خودش هیچ توجهی نداشته است. اگر هیچ‌کس نبود، او به این صورت و با این شمایل بیرون نمی‌آمد. جز این است که وی برای جلب توجه دیگران دست به چنین کاری زده است؟ باید بدانیم طهارت اخلاقی و سلامت معنوی افراد در جامعه در گروی سلامت روابط و رعایت ترازاها و معیارهای اخلاقی و انسانی در مناسبات اجتماعی نیز هست. انتخاب پوشش مناسب در فضای عمومی از جمله این معیارهاست. پس هر کسی حق ندارد هر طور خواست بیرون بیاید. به هر حال هیچ‌کس نمی‌تواند بگوید من خودم را با این سرووضع هم می‌توانم حفظ کنم، به بقیه کار ندارم. چرا که دیگران نیز هستند. جامعه یک کل به هم پیوسته است. بله مسئله این نیست که من پاکم، مسئله این است که نباید با کار و رفتار من، دیگران پاکی خود را از دست بدهند و از راه بمانند. ما همه در یک قایق نشسته‌ایم و اگر کسی زیر پای خود را با این منطق که جای خودم است سوراخ کند، همه غرق خواهند شد!

فرهنگی، به کوشش پرویز اتابکی، انتشارات علمی و فرهنگی، تهران، چاپ دوم، بهار ۱۳۷۹ (بخش‌نامه فر دوسمی، ۱۳۷۹)



# یادت باشد، جان محمد!

برای شهید سردار جان محمد علی پور  
فرمانده ارشد ستاد زرهی جبهه مقاومت در سوریه

● سید حبیب نظاری

تو را به یاد می آورم، تو را که جان محمد علی پور بودی و از اهالی شهر هزار لاله پریر اندیشک. تو را به یاد می آورم و ۱۲ سالگی ات را؛ با آن مشتهای کوچک گره کرده ات در روزها پر شور انقلاب اسلامی سال ۱۳۵۷ و فریادهایت که هم صدا با حنجره های انقلابی بر سر کاخ ظلم می کشیدی. و این شاید آغاز مبارزه تو با ستم و ستم گران بود؛ آنانی که نمی خواستند شکفتن صبح را در امتداد ظلمت آن روزهایشان باور کنند.

تو را به یاد می آورم و ۱۵ سالگی ات را؛ هنگامی که لباس بسیجیان را به تن کردی، شیوه های جنگ را آموختی و دل به خاکریزهای جبهه سپردی. در عملیات های «فتح المبین» و «الفجر مقدماتی» خط شکن عملیاتی بودی و بعد از آن بود که به تهران بازگشتی برای یادگیری دوره تخصصی تانک. و با تانک، این ماشین جنگی، عهدی جانانه بستی. حالا دیگر تانک بود و تو، تو بودی و تانک، این ماشین خشم آلود با آن سرفه های بلندش که لانه های پرندگان را ویران می کند و دل درختان را می شکند. اما تو که دلت



آسمان بود و نگاهت لانهٔ یاکریم‌ها، در این ازدهای آهنین چه دیده بودی که با آن عهدی جانانه بستی؟ شاید فکر می‌کردی که می‌توانی از آن، بال‌هایی برای پرواز بسازی. تو را به یاد می‌آورم، وقتی به‌عنوان یکی از مؤسسين و فرماندهان گردان ترارز می (مکانیزه) لشکر ۷ ولیعصر در عملیات‌هایی نظیر والفجر ۸، کربلای ۴، کربلای ۵ و نصر ۴ حضور داشتی، به جست‌وجوی فرصت پرواز، اما آنچه به دست آورده بودی، تنها حسرت پرواز بود و تو احساس می‌کردی پرستویی هستی با بال‌های سنگین و زخم‌خورده.

تو را به یاد می‌آورم و ۲۲ سالگی‌ات را. آسمان عملیات والفجر ۱۰ را نیز امتحان کردی. فرمانده گردانی از تانک‌ها بودی و زیر پای تو شهر شمشاد‌های سوخته بود؛ شهری به نام «حلبچه». سرزمین بال‌های شکسته و نفس‌های بریده بریده. در این شهر بود که نفس‌هایت را با نفس‌های پرستوها یکی کردی و سینه‌ات پر شد از گازهای سمی و شیمیایی. از آن آسمان هم تنها بال‌هایی زخمی و ریه‌ای پر از گازهای سمی و شیمیایی را به یادگار آوردی.

اما بال‌هایت را از زخم و خاکستر تکاندی و به زیارت آسمان کربلای ۵ بردی. حس کرده بودی یاران شهیدت با فانوس‌هایی در دست، چشم‌انتظار تو ایستاده‌اند و نگاهت می‌کنند. حس کرده بودی صدایت می‌کنند و بال‌هایت... نزدیک شده بودی، نزدیک و نزدیک‌تر، و تانک تو را خمپاره‌ای بوسید و موج انفجار در سر تو پیچید. نزدیک‌تر شده بودی و ترکشی از یک خمپاره این بار در سرت نشست و ... و تو هر لحظه نزدیک و نزدیک‌تر می‌شدی. چیزی نمانده بود دستت به دست یاران شهیدت برسد که بال‌هایت از نفس افتادند.

چشم که گشودی احساس کردی هنوز در کوچه‌های خاکی زمین پر سه می‌زنی.

از جنگ که برگشتی، جنگ از تو برنگشت. می‌دانستی که کوچه‌های خاکی شهر گنجایش بال‌های تو را ندارند. بال‌های تو وسعتی فراتر از آبی‌های آسمان می‌خواستند ... تو باید بر می‌خاستی، لباس خاکی‌ات را می‌پوشیدی و مسیر کوچ پرستوها را طی می‌کردی. هنوز فرصت بود. هنوز دروازه‌های آسمان باز بودند، هنوز ... در مکتب سیدالشهدا که سینه‌ات را عشق به او آکنده بود، همیشه فرصت پرواز هست. برخاستی، لباس خاکی‌ات را پوشیدی و چغیهٔ معطرت را بر شانه انداختی.

آسمان این بار آسمان سرزمینی کیلومترها آن‌طرف‌تر

بود: «سوریه». و حرم عمه زینب (س) و دختر سه‌سالهٔ کربلا جایی بود که باید از آن دفاع می‌کردی. برای تو چه فرقی می‌کرد یک بسیجی ساده باشی یا مستشار ارشد نظامی و برای تو چه فرقی می‌کرد پدافندی کرخه یا مسئولیت آموزش زرهی نیروهای جبههٔ مقاومت در سوریه؟ برای تو چه فرقی می‌کرد عضو ساده‌ای از «گردان فاطمیان» باشی یا فرماندهی که مراکز تعمیرات زرهی

تو باید بر می‌خاستی.

لباس خاکی‌ات را می‌پوشیدی

و مسیر کوچ پرستوها را طی می‌کردی.

هنوز دروازه‌های آسمان باز بودند

را در سوریه سازمان‌دهی کرده باشد و بر تمام مناطقی که تجهیزات زرهی (تانک و نفربر) مستقر بود، نظارت داشته باشد؟ حالا دیگر نواحی آسمان را خوب بلد بودی و حتی مسیر پرواز را به پرستوها نشان می‌دادی. برای تو چه فرقی می‌کرد فتح‌المبین و آزادسازی خرمشهر باشد یا عملیات‌های آزادسازی حلب، نبل، الزهرا و ...؟

نبل و الزهرا دو شهر شیعه‌نشین بودند که بعد از چهار سال محاصره، حالا رنگ آزادی را می‌دیدند و این تو بودی که بر تارک اولین تانک از یگان زرهی تحت فرماندهی‌ات، وارد شهر شادی و شادی مردم را در چشم‌هایت ریختی. حتماً زیر لب «ممد نبودی بینی» را به یاد یاران شهیدت می‌خواندی.

تو را به یاد می‌آورم؛ تو را و ۱۳ مرداد سال ۱۳۹۶ را؛ روزی که میلاد امام رضا (ع) بود. هنگامی که برای سرکشی به مقرهای جبههٔ مقاومت، در منطقهٔ عمومی «تدمر» رفته بودی و ناگهان خود را در دست‌های سیاه نیروهای آمریکایی می‌بینی. راستی، اولین زخمی که بر پهلویت نشست و به آسمان خیره شدی، به یاد پهلوی زخمی چه کسی افتادی؟

حالا دیگر نیازی به بال نداشتی، آسمان در چشم‌هایت پرپر می‌زد با همهٔ کبوترها و پرستوهای مهاجرش؛ با همهٔ ستاره‌هایش، با همهٔ ابرهای پرباران‌اش.

جان محمد یعنی فدایی رسول‌الله. این را سردار دل‌ها دربارهٔ تو گفته بود.

حالا در آن وسعت سبز، هر وقت نسیم رحمت الهی گونه‌هایت را نوازش کرد، مرا به یاد بیاور!

هنرستان

# گردشگ

• ریحانه نعمت الهی

اسم این رشته بسیار جذاب است و آدم را یاد سفر و تفریح و همه آن چیزهایی می‌اندازد که روزهای سال را می‌شمریم تا به تعطیلاتی برسیم. شاید اگر از ده نفر پرسید دوست دارم در این حرفه مشغول شوم یا نه، جواب حداقل پنج نفر از آن‌ها مثبت باشد. کدام رشته؟ الان خدمتان می‌گوییم: «راهنمای گردشگری».

تصور کنید شغل شما این خواهد بود که همراه با گردشگران و افرادی که به سفر آمده‌اند تا بهشان خوش بگذرد، راهی مکان‌های تفریحی، طبیعی، تاریخی و دیدنی می‌شوید و درباره آن مکان‌ها برای هم‌سفرهایتان توضیح می‌دهید. اما خب در حال حاضر تنها چیزی که درباره این رشته می‌دانیم صرفاً نام آن است و طبیعتاً این مقدار اطلاعات برای انتخابش کافی نیست. برای انتخاب کردن یک رشته باید به خوبی بدانیم در آن چه محتوا و درس‌هایی انتظارمان را می‌کشند. چه آینده شغلی‌ای خواهیم داشت؟ در چه درس‌هایی باید مهارت بیشتری داشته باشیم و از این قبیل. با دانستن این اطلاعات می‌توانیم با آگاهی کامل انتخاب رشته کنیم.

ما نیز در این مطلب سعی می‌کنیم و به پرسش‌هایتان درباره این رشته جذاب پاسخ دهیم و شغل‌هایی را که یک راهنمای گردشگری می‌تواند در آن‌ها مشغول به کار شود، به شما نشان دهیم.

## اول خودمان را خوب بشناسیم

کشور ما آثار تاریخی و طبیعی زیادی دارد. معرفی این آثار و مکان‌هایی مانند موزه‌ها، کاخ‌ها، دریاچه‌ها، غارها و ... به بازدیدکنندگان، بخش اصلی کار شما به عنوان راهنمای گردشگری است. پس از همین ابتدا خیالتان را راحت کنم، اگر از دوستداران درس تاریخ و جغرافیا هستید، رشته راهنمای گردشگری در هنرستان‌های کار دانش می‌تواند برای شما بهترین شغل دنیا شود. اما اگر علاقه‌ای به تاریخ و جغرافیا ندارید و از صحبت کردن درباره این موضوع‌ها با آدم‌ها هم لذت نمی‌برید، شاید این رشته با روحیه و علاقه‌های شما چندان سازگار نباشد. شما در این رشته، با چیزهایی سروکار دارید که مردم دوست دارند از آن‌ها بازدید کنند؛ از کویر لوت و جنگل ابر گرفته تا گالری‌های نقاشی و موزه تمبر و جواهرات!

یکی از مهم‌ترین ویژگی‌هایی که یک راهنمای گردشگری باید داشته باشد، اجتماعی و برون‌گرا بودن است. ممکن است روزانه با صدها نفر ملاقات کنید و هر کدام ده‌ها سؤال جورواجور از شما بپرسند. ویژگی شغل شما این است که دوست داشته باشید آدم‌ها را ببینید و حتی بخش‌هایی را که از نظرشان پنهان می‌ماند، به آن‌ها نشان دهید و درباره آن‌ها صحبت کنید. با صدای بلند و رسا اطلاعات خود را شفاف بیان کنید. خجالتی نباشید. پراثری باشید. کم‌حوصله بودن

با کار شما سازگاری ندارد. اطلاعات خود را به‌روز کنید تا همیشه حرف‌های جدیدی برای گفتن داشته باشید و گردشگران برای شنیدن توضیح‌های شما جذب شوند. سعی کنید حوصله بازدیدکنندگان از توضیح‌های یکنواخت سر نرود.

# سری در طبیعت

## چه درس هایی می خوانیم؟

این رشته پر از درس های متفاوت و گوناگون است. از «معماری بناها» گرفته تا کمک های اولیه، اقلیم شناسی و آشنایی با روحیه های ملل. منصفانه که نگاه کنیم، می بینیم دانستن این ها برای راهنمای گردشگری خیلی هم منطقی است. تصور کنید گردشگری از ژاپن و گردشگر دیگری از فرانسه آمده اند و هر دو هم می خواهند از مثلاً تخت جمشید بازدید کنند. در مرحله نخست نیاز است که شما به عنوان «گشتبر» (تور لیدر) تا حدی زبان انگلیسی بدانید که بتوانید با گردشگران خارجی ارتباط برقرار کنید. همه گشتبران (تور لیدرها) به زبان انگلیسی تسلط کامل ندارند، اما این مهارت می تواند شما را از یک راهنمای گردشگری متوسط، به راهنمای گردشگری بین المللی تبدیل کند.

بعد از دانستن زبان، باید حداقل های آداب و معاشرت بین المللی را بلد باشید. دیگر برایتان بگویم، تاریخچه کاخ ها، محتویات موزه ها، شناخت صنایع دستی استان ها، طبیعت گردی، و... درس هایی هستند که هنرجویان رشته راهنمای گردشگری آن ها را می خوانند.

## چه کاره می شویم؟

شغل راهنمای موزه، جنگل، غار و... را که برایتان گفتیم، اما خوشبختانه شغل های بیشتری هم برای شما وجود دارند. تا به حال به دفتر خدمات مسافرتی رفته اید؟ معمولاً در این دفترها یک راهنما وجود دارد که مثلاً اگر به او بگویید: «می خواهم بروم به شهری سرسبز که موزه های زیادی داشته باشد و هزینه اش هم زیاد نشود»، می تواند شهری با همین مشخصات را به شما معرفی کند؛ به خاطر اینکه اطلاعاتش از شهرهای مختلف زیاد است و می تواند به خوبی مشاوره سفر بدهد.

مهمان دار قطار و هواپیما، بازار یاب منطقه های گردشگری (مثلاً در چند سال اخیر کشور کره جنوبی توانسته است نسبت به گذشته، گردشگران زیادی را به سمت کشور خود جذب کند)، راهنمای مستند، فروشنده لوازم سفر (به دلیل اینکه به خوبی می دانید در چه شهری چه چیزی لازم است)، کارمند شهرداری و مانند این ها از شغل هایی هستند که می توانید آن ها را مال خود کنید.

برای مشغول به کار شدن در این رشته، به سرمایه نیاز ندارید، مگر اینکه خودتان بخواهید «اردوگاه» (کمپ) و «گشت» (تور) راه اندازی کنید که در این حالت هر قدر بیشتر هزینه کنید، می توانید بابت خدماتی که می دهید، از مشتریان پول بیشتری بگیرید.



# گلیم مینیاتوری

● علی اکبر شریفی ● عکاس: اعظم لاریجانی



همه ما کارتن‌های بسته‌بندی محصولات را دیده‌ایم. آیا می‌دانید این جعبه‌های بسته‌بندی یکی از صد اختراع برتر انسان هستند؟! بسته‌بندی، جابه‌جایی و حفظ و نگهداری محصولات کوچک‌ترین خدمت جعبه‌های مقوای است. همچنین، استحکام و مقاومت آن سبب شده است، بهترین ماده اولیه برای نهولک (ماکت)‌سازی باشد.

## وسایل مورد نیاز

نخ‌های کاموایی، سوزن کوبیدن دوزی یا لحاف دوزی، جعبه مقوایی، چوب بستنی، شانه دندان درشت

کاردستی



## طرز ساخت

- آماده کردن دار گلیم بافی با جعبه مقوایی: برشی از جعبه مقوایی به اندازه ۱۵ در ۲۰ سانتی‌متر جدا می‌کنیم. ضلع ۲۰ سانتی‌متر در جهت راستای بافت جعبه باشد. روی عرض‌های آن هر ۳ میلی‌متر یک چاک کوچک پشت سر هم می‌زنیم. تعداد چاک‌ها حتماً زوج باشد.
- چله کشی: نخ تار را به صورت پشت سر هم در جهت طول دار آماده شده مقوایی می‌کشیم و از شیارها عبور می‌دهیم.
- خرک پایین: آن را نیز از مقوای جعبه به اندازه ۱۵ در ۲ سانتی‌متر برش می‌زنیم و یکی در میان از بین تارها رد می‌کنیم و به پایین‌ترین قسمت دار گلیم می‌کشیم.

- خرک بالا: یک چوب بستنی را به صورت یکی در میان از بین تارها عبور می‌دهیم. تاری که از روی خرک پایین رد شده است، این بار باید از زیر خرک بالا رد شود و برعکس آن را نیز به سمت بالای دار می‌فرستیم.
- بافت نخ‌های پود: نخ کاموا را به رنگی غیر از نخ تار از سوزن رد می‌کنیم. طول نخ بیش از یک متر باشد. در رج اول به صورت افقی نخ پود را یکی در میان از لابه لای نخ‌های تار عبور می‌دهیم و با شانۀ دندان درشت روی خرک پایین می‌آوریم. در رج دوم، برعکس رج اول، نخ پود را از لابه لای تارها عبور می‌دهیم. برای راحت تر شدن کار از خرک بالا استفاده می‌کنیم. با عبور کردن خرک بالا بین تارها فاصله می‌افتد و کار عبور سوزن پود به صورت یکی در میان آسان تر می‌شود.
- تعویض رنگ پود: بعد از چند رج بافتن یا اتیام نخ پود، می‌توان با گره زدن نخ کاموای جدید به انتهای نخ پود قبلی، کار بافت را ادامه داد. گره پود را باید به زیر گلیم هدایت کرد.
- پایین آوردن کار از روی دار: از قسمت پشت دار نخ‌های تار را می‌بریم و گلیم را از دار مقوایی جدا می‌کنیم.
- گره ریشه‌ها: تارها (ریشه‌ها) را دوبه‌دو به هم گره می‌زنیم تا گلیم استحکام لازم را پیدا کند. نخ‌های اضافی را می‌توان با سوزن به وسط بافت گلیم فرستاد.
- در فیلم روش بافت پلکانی آموزش داده شده است. شما نیز گلیم بافی پلکانی و روش‌های دیگر بافت را تجربه کنید.



حال نوبت شما عزیزان است. خلاقیت خود را به کار بگیرید و طرحی نو در گلیم بافی خلق کنید.



با گلیم بافی بیشتر آشنا شوید



سیدحبيب نظاری

# نام دیگر خدا

**سلام** یک کلمه چهارحرفی ساده است. اما در عین سادگی نمی‌توان به سادگی از کنار آن گذشت. هر صبح زندگی با سلام آغاز می‌شود؛ سلام ما به پدر و مادر، سلام گل‌های توی گلدان‌ها به خورشید، سلام آسمان به زمین وقتی نم‌نم قطره‌های زندگی‌بخشش را می‌بارد، سلام نسیم به قاصدک، سلام درختان به بهار، و سلام گنجشک‌ها به شاخه‌های درخت توی حیاط.

اصلاً همه زندگی سلام است. سلام بهترین شکل مهربانی است. سلام نام دیگر خداست. چون خدا همه مهربانی‌هاست. همه خوبی‌هاست. «**الملك القدوس السلام**» (سوره حشر، آیه ۲۲). سلام کلام خداست. خدا سلام را دوست دارد و با زبان سلام با بندگان خود صحبت می‌کند. در قرآن ۴۲ بار این کلمه تکرار شده است. خدا در قرآن به فرشتگان، به پیامبران و به بندگان مؤمنش سلام می‌فرستد.

**سلام** نام دیگر بهشت هم هست: «**و الله يدعو الی دار السلام**» (سوره یونس، آیه ۲۵): و خداوند انسان را به سرای سلام و سلامتی فرا می‌خواند. و چه نام قشنگی است برای بهشتی که در آن هیچ سخن بیهوده‌ای شنیده نمی‌شود و بیشتر سخنان در آن سلام است و سلام. اهل بهشت به هم سلام می‌کنند: «**و نادوا اصحاب الجنة ان سلام علیکم**» (سوره اعراف، آیه ۴۶): و ندا می‌دهند اصحاب بهشت که سلام بر شما باد.

## در کتاب نورانی قرآن هفت آیه وجود دارند که به سلام‌های قرآنی معروف هستند:

۱. «سلام قولاً من رب رحیم»: از جانب پروردگار مهربان به آنان سلام گفته می‌شود (سوره یس، آیه ۵۸).
۲. «سلام علی ابراهیم»: درود بر ابراهیم (سوره صافات، آیه ۱۰۹).
۳. «سلام علی نوح فی العالمین»: درود بر نوح در میان جهانیان (سوره صافات، آیه ۷۹).
۴. «سلام علی موسی و هارون»: درود بر موسی و هارون (سوره صافات، آیه ۱۲۰).
۵. «سلام علی آل یاسین»: درود بر پیروان الیاس (سوره صافات، آیه ۱۳۰).
۶. «سلام علیکم طیبتم فادخلوها خالدین»: درود بر شما. در بهشت داخل شوید در حالی که در آن جاودان هستید (سوره زمر، آیه ۷۳).
۷. «سلام هی حتی مطلع الفجر»: آن شب همه در امن و سلامتی است تا طلوع سپیده‌دم صبح (سوره قدر، آیه ۵).

ما هم با سلام به سراغ شما آمدیم. در این صفحه قرار است با هم درباره قرآن حرف بزنیم، در آسمان قرآن پرواز کنیم و از پروازمان لذت ببریم. پس در هر شماره از مجله خودتان، منتظر ما باشید.



# باریک‌تر از مسو

مجید رحمانی صانع  
تصویرگر: فرامرز کشتکار

## دوران بلوغ

در دوران بلوغ، نوجوان غروری نافواسته پیدا می‌کند.



دوران بلوغ دوران تندر و تشفص و در یک کلام دوران تولد دوباره است.



یکی از فرصت‌هایی که در آن می‌شود به نوجوان کمک کرد، جشن تکلیف است.



در این دوران سؤال‌های زیادی برای فرد ایجاد می‌شود.



با بلوغ اقتصادی شفص قادر فواهر بود در امور اقتصادی بر نامه‌ریزی کند.



در این مرحله نوجوان از فواسته‌های کودکانه دست می‌کشد.



# اعترافات یک چای شیرین

• فرزانه مصیبی

برهمن. ولی بپه‌های کلاس قضیه را این‌طوری نمی‌دیدند و نمی‌خواستند امتحان برهند.

گناه من چی بود؟ من چرا باید دست‌آزاد بلوتوئی را که قرار بود جایزه بگیرم، از دست می‌دادم. بابام گفته بود اگر ۱۸ به بالا بگیرم، دست‌آزاد را برایت می‌فرد. اگر امتحان نمی‌دادم معلوم نبود معلم ریاضی‌مان کی برگردد و کی دوباره امتحان بگیرد و اصلاً من آمادگی امتحان را داشته باشم یا نه. باز یک هفته باید عین لاک‌پشت می‌نشستم کنار اتاق و ریاضی می‌خواندم. باور کنید حق با من بود. آقای مدیر گفت: «چی؟ چمدانی؟»

گفتم: «آقا اجازه همدانی.»

گفت: «همدانی، برو کلاس بگو بپه‌ها آماده باشن، الان میام برای امتحان.»

فواستم از در بروم بیرون که طالبی بوم تنه زد و گفت: «چمدانی یا چمدونت رو بهم کن که نسخه فودت رو ببگیری؛ آقای چای شیرین.»

فواستم برگردم به آقای مدیر فغولی‌اش را بلنم که گفت: «اجازه آخامی شه توپ بیریم حیاط فوتبال بازی کنیم؟» آقای مدیر که داشت توی کشوی میزش دنبال چیزی می‌گشت، گفت: «برو دفتر آقای ناظم.»

طالبی برایم پیشم و ابرو آمد و رفت. جرئت نمی‌کردم بروم داخل کلاس، همانجا جلوی در کلاس ایستادم. طالبی بادو تا توپ آمد و به من گفت: «بطوری شیپورچی؟ فیرپینی عاقبت ندره، ما که رفتیم بازی.»

رفت تو کلاس و گفت: «بپه‌ها بیریم حیاط.»

آقای مدیر با یک دسته کاغذ داشت می‌آمد سمت کلاس ما. من دویدم تو کلاس و رفتم ساکت نشستم. بپه‌ها جلوی در کلاس با آقای مدیر شاخ‌به‌شاخ تهراف کردند. بعد عقب نشینی کردند و نشستند. توپ‌ها برگشتند توی کمر معلم ورزش و بساط امتحان راه افتاد.

البته آن برگه‌های امتحان هنوز تصحیح نشده‌اند و معلوم نیست معلم ریاضی چرمان کی بیاید. ولی چیزی که هست من به دست‌آزادم نرسیده‌ام و البته به «چای شیرین» هم تغییر هویت داده‌ام.

قصدم فودشیرینی نبود. فب زحمت کشیده بودم و درس خوانده بودم؛ آن هم یک هفته. حقم بود امتحان برهمن. هر کس دیگری هم بود، همین کار را می‌کرد. حالا هی به من می‌گویند چای شیرین. خودشان بودند حاضر می‌شدند از دست‌آزاد (هندزفری) بگذرند، آن هم چی؟ «بلوتوئی؟»! حقم بود.

پهارشنبه که معلم ریاضی‌مان پایش شکست و نیامد مدرسه، یواشکی رفتم به آقای مدیر گفتم امروز قرار بود آقای دل‌آوری از ما امتحان بگیرد. سؤال‌ها را هم داده به خانم صفری، دختردار مدرسه رونوشت بگیرد. آقای مدیر گفت: «یعنی الان سؤال‌ها آماده هستند؟»

گفتم بله که ای‌کاش زبانم بند آمده بود و جواب نمی‌دادم.

حمید طالبی، نماینده کلاس، جلوی دفتر ایستاده و زل زده بود به من. آقای مدیر گفت: «آفرین پسر خوب که گفتی امتحان داری اسمت چی بود؟»

فواستم بگویم همدانی، اما از فشار روانی یکهو گفتم چمدانی. راستش توی ذهنم آمده بود که بگویم من چه می‌دانم امتحان دارم یا نه، که چه می‌دانم و همدانی قاطی شد و چمدانی از توش درآمد. یک هفته تمام نه فوتبال بازی کرده بودم، نه تلویزیون دیده بودم، و نه حتی گیم‌نت رفته بودم. فقط ریاضی خوانده بودم. فب حق داشتم امتحان





## سؤال‌های دوزده

هر دو سه روز چند بار پیر سید؟  
فانم معلم مفرم، آقا معلم عزیزا  
علم و دانش توی خانواده شما ارثی است؟  
ژن علم و دانش سیاه و سفید است یا گل منگولی؟  
آیا شما هم می‌توانید مثل کووید نوزده، از طریق عطسه و سرفه،  
دانش خود را به این طرف و آن طرف دنیا پراکنید؟  
و یا:

آقا یا فانم معلم!  
از آینده جهان بر ایمان بگو؟ تکلیف کوهکشان راه شیری چه می‌شود؟  
طرحی برای پر کردن سیاهچاله‌ها نداری؟  
لایه اوزون واقعا سوراخ شده است؟ چرا پنجره‌گیری نمی‌کنید؟  
دب اکبر و اصغر مالشان فوب است؟ دب اصغر بزرگ نشسته؟  
و یا:

ماه‌های تیلایلا در اوقات فراغت چه کار می‌کنند؟  
تیلایلا دفتر است یا پسر؟  
رابطه عروس‌های دریایی با مادر شوهرشان چگونه است؟ با آن  
لباس سفید کله‌های فانه‌شان را بطوری انجام می‌دهند؟  
لاک پشت‌ها از این قیافه‌ای که دارند ناراحت نیستند؟  
دلفین‌ها چرا این قدر دلگشایی می‌آورند؟ از وال‌ها و کوسه‌های  
متین فعالیت نمی‌کنند؟  
زن نونگ قاتل از شغل شوهرش فبر دارد؟ پدر فانمش بطور به  
او زن داده است؟

بچه پلنگ‌ها از مادرشان بیشتر حساب می‌برند یا از پدرشان؟  
سوسک‌ها و مگس‌ها چرا رژیم غذایی‌شان را عوض نمی‌کنند؟  
یادگیری زبان اسب آبی راحت‌تر است یا اسب ششکی؟  
مرغ تفم طلا با مرغ تفم مرغ‌گزار چه فرق می‌کند؟



## بی حوصله‌ام

سعیده موسوی زاده

سفت بی حوصله‌ام  
پیچ احساس دلم شل شده است  
قسمتی از مخ من فل شده است  
گاهی اعصاب ندارم پکر  
بی هیبت باز به دنبال کمی درد سرم  
پی دعوا و جرمال و جرم

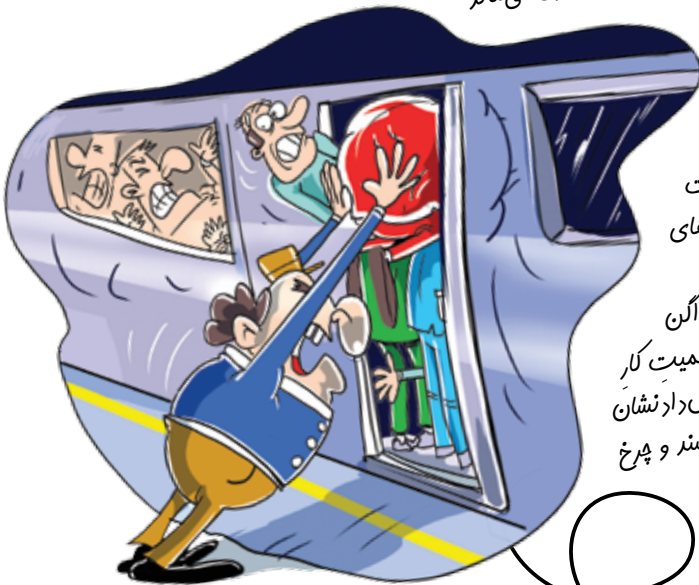
از خودم می‌پرسم که چه دردت شده است؟  
چیست در کله پوکت چانم؟  
گرچه از پیش، خودم می‌دانم  
باز می‌پرسم و هیچ  
با خودم قهرم و او با من قهر  
یک نفر واسطه باید بشود  
آه افسوس به جز ما دو نفر  
هیچ کس اینتا نیست  
چه کسی می‌داند  
قهر ما بر سر چیست؟

# تغلهای عجیب

• شروین سلیمانجی

۱. هل پره‌ها

شاید هل دادن آدم‌ها در بسیاری از جامعه‌ها کاری زشت و ناپسند باشد، اما در بعضی کشورها آدم‌هایی هستند که برای هل دادن دیگران پول هم می‌گیرند! می‌پرسید بطوری؟ عرض می‌کنم. در کشور ژاپن در ساعت‌های شلوغی قطار شهری (مترو)، مردم موقع سوار شدن مجبورند به سفتی خودشان را داخل واگن‌ها بچپانند و معمولاً دست یا پای دیگر قسمت‌های بدنشان از واگن بیرون می‌ماند. اما سازه‌ها و قطار شهری جوری است که تا وقتی در همه واگن‌ها بسته نشود، قطار حتی یک سانتی‌متر هم حرکت نخواهد کرد. یعنی ممکن است فقط به فاطر بیرون ماندن زانوی یکی از مسافران، قطار حرکت نکند و هزاران نفر به فاطر یک زانوی ناقابل دقیقه‌های طولانی علاف شوند و دیر به مهل کارشان برسند. هل پره‌ها وظیفه دارند افرادی را که به طور کامل داخل واگن جا نشده‌اند، با هل دادن در واگن جا دهند و اینجاست که اهمیت کار هل پره‌ها مشخص می‌شود. چون همین‌ها هستند که با هل دادن نشان باعث می‌شوند هزاران مسافر به‌موقع به کار و بارشان برسند و پرخ اقتصاد مملکت پرفرا



۲. آدامس شناس‌ها

شرکت‌های تولید آدامس در سراسر دنیا برای ارائه محصولات جدید و متفاوت با هم در رقابتی تنگ‌تنگ هستند و برای آزمایش کردن محصولاتشان به آدامس‌فروهای حرفه‌ای نیاز دارند و وظیفه آدامس‌فورها جویدن آدامس است و پس از آن اما یک آدامس‌فور حرفه‌ای باید چند خصوصیت داشته باشد: اول اینکه باید بتواند انواع طعم‌ها را شناسایی کند. مثلاً وقتی یک آدامس را می‌جوید، باید بتواند تشخیص دهد که این



آدامس از ترکیب چند طعم ساخته شده است و طعم‌ها را به تفکیک نام ببرد! دوم اینکه باید در یاد کردن آدامس تفصیل داشته باشد و بتواند آدامس‌ها را تا حد اکثر ظرفیتشان یاد کند! و سوم اینکه باید فک و دهانی قوی داشته باشد تا بتواند روزی چند ساعت آدامس بجود و آخ نگوید! شما هم اگر فکر می‌کنید که در این کار استعداد دارید، می‌توانید خودتان را به یکی از شرکت‌های تولید آدامس معرفی کنید و ۳۰ سال تمام آدامس بجوید و پولش را بگیرید.



## دوری و دوستی

• عبدالحق مقدمی

من و علوم فیلی دوستیم، اما فب این را همه می‌دانند که کلاً دوری و دوستی بهتر است. برای همین گاهی فکر می‌کنم اگر درس علوم، مخصوصاً موقع امتحان‌ها، این قدر با من سریع پسر فاله نمی‌شد و دستش را دور گردنم نمی‌انداخت و نمی‌گفت: «فب بچه‌چون، بگو ببینم تو که توی این مدت یه سر به من نزدی و چهار تا برگم رو این طرف و اون طرف نکردی، می‌فوای با گزینه‌هام چه کار کنی؟» فیلی بیشتر دوستش داشتم. این‌ها دوری و دوستی دارم به او بگویم: «عزیزم یه کم از من دور باش و این قدر نزدیک نزدیک از من امتحان نگیر. چند وقت هم بوم سر نزن تا درم برات بیشتر تنگ بشه. اینکه هی با من در مورد آوند و رگبرگ و علت یخ‌زدن آب صحبت کنی و هی بفوای اطلاعاتم را بسنجی، کلاً صورت فوشی نداره. بهتره کمی رعایت کنی تا با هم دوستای فوبی بمونیم.»

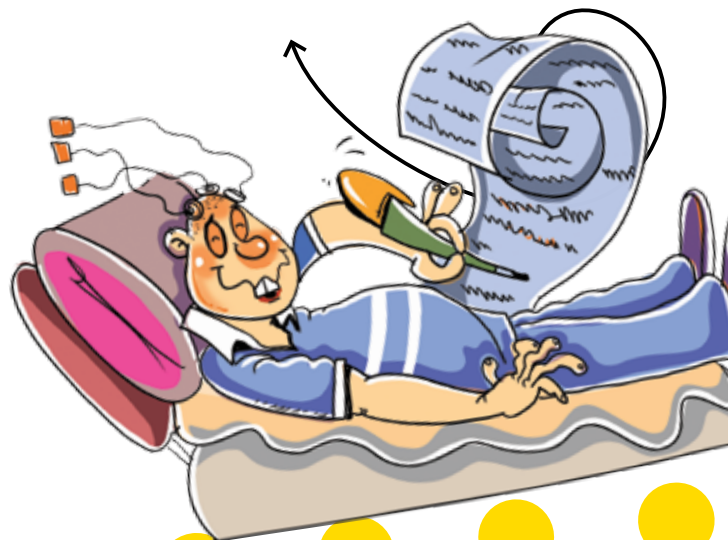
اما هیف که وقتی این حرف را به کتاب علوم می‌گویم، دوباره دستش را دور گردنم می‌اندازد و می‌گوید: «تو واقعاً حق داری، اما بگو ببینم تا حالا اسم ابوعلی سینا، زکریای رازی و لاوازیه به گوشت فورده یا نه؟»

### ۳. فوابنده‌های حرفه‌ای!

اگر فکر کرده‌اید کسانی که زیاد می‌فوابند، همیشه از کار و زندگی با می‌مانند و آدم‌های ناموفقی هستند، سفت در اشتباه هستند. چون افرادی در دنیا هستند که شغلشان فوابیدن است و بابتش پول فوبی هم می‌گیرند! ماها را از این قرار است که بر فی از هتل‌های لوکس و شرکت‌های تولیدکننده‌های تفتفواب، تشک و وسایل فواب، برای اینکه از کیفیت فواب در محصولاتشان آگله شوند، افرادی را استفرا می‌کنند که بتوانند در انواع و اقسام اتاق‌ها و تفتفواب‌ها بفوابند تا گروه‌های تحقیقاتی رویشان به تحقیق بپردازند و کیفیت فوابشان را در محیط‌های مختلف بررسی کنند. البته بر عکس تصورات عمومی، کسانی که شغلشان فوابیدن است زندگی سفتی دارند. پرایش را الان می‌گویم:

اولاً که این افراد باید بتوانند در هر محیط و در هر شرایطی فوابشان بپردازد! پس اگر شما از آن دسته آدم‌هایی هستید که در اتاق و رشتفوابی غیر از اتاق و رشتفواب خودتان فوابتان نمی‌پردازد، باید قید این شغل را بزنید!

ثانیاً که چند تا سیم و الکتروود به مغز و سایر نقاط این فوابنده‌ها متصل می‌شود تا علائم مربوط به کیفیت فوابشان ثبت و بررسی شود. باز هم اگر شما از آن دسته افرادی که وقتی چیزی بوشان وصل باشد فوابشان نمی‌پردازد، دور این کار را فط بکشید! ثالثاً فوابنده‌ها باید پس از بیدار شدن گزارش کامل و مفصلی از کیفیت فوابشان و آنچه در اتاق فواب روی فوابشان تأثیرات مثبت یا منفی داشته است، بنویسند. باز هم اگر شما اهل این‌ها گزارش نویسی‌ها هم نیستید، کلاً بروید دنبال یک شغل دیگر بگردید!



# حرف‌های خودم با رویه

• اعظم مسیحائیان

این اولین گفت‌وگوی من با خودم است. خانم مشاور گفته دست کم ماهی یک بار با خودت راحت گفت‌وگو کن. وقتی خودم را می‌بینم تعجب می‌کنم. لباس چین‌چین بلندی پوشیده و پارچه‌ای بار می‌زند. تا مرا می‌بیند، پشت چشم نازک می‌کند و می‌گوید: «ویشش». از دیدن خودم با می‌خورم. اصلاً انتظار دیدن خودم را به این شکل ندارم. ولی باید گفت‌وگو نگاهم نمی‌کند.

- سلام خودم پطوری؟  
پشتش را به من می‌کند.

- ای که بهترین، زیباترین و حسابی‌ترین خود در جهانی با اشتیاق نگاهم می‌کند و لبخند می‌زند. چین‌های لباسش را کمی صاف می‌کند و می‌گوید: «چون متوجه شدی من کی هستم، به هر فت گوش می‌کنم.»  
خانم مشاور گفته باید خودت را دوست داشته باشی، ولی راستش غافلگیر شدم. فکر کنم هر کسی هم که پای من باشد، این کوه قیافه را دوست نمی‌دارد. باید اعتراف کنم قیافه‌ی جالبی نیست. یعنی یاسی پطوری خودم را دیده که همیشه به من می‌گوید: «خودشیفته خودخواه!»

خانم مشاور گفته باید به خودت بقبولانی که با دیگران فرقی نداری. چند قدم جلو می‌روم و به خودم می‌گویم: «من نمی‌دونم به چه دلیلی این قیافه رو گرفتی، ولی این‌طوری فیلی مضحک شدی. تو باید...»

خودم صورتش قرمز می‌شود. حتی گل‌های سفید لباسش هم قرمز می‌شوند بعد قرمز تری‌تر می‌شود و بیشتر بار می‌کند و ناگهان مثل بارکنگی «پووووک!» می‌ترکد. غیب می‌شود و هر چه می‌گذرد پیدایش نمی‌کند. خانم مشاور گفته هر طور شده باید با خود بیفودت فدا حافظی کنی. اینکه بدون فدا حافظی رفت!

جلوتر می‌روم و روی صندلی سلطنتی می‌نشینم. کمی دلشوره دارم. مقابلم چند صندلی سلطنتی دیگر ردیف می‌شوند. صندلی‌ها دقیقاً مثل صندلی من هستند. چند نفر از هم‌کلاسی‌هایم روی آن‌ها می‌نشینند و به من لبخند می‌زنند. اولین باری است که قیافه‌شان در نظر من دلنشین است؛ حتی یاسی که ایراد گرفتن‌هایش مرا روی مضم است و با هم مدرام درگیریم. عجیب است ما همه مثل هم هستیم!

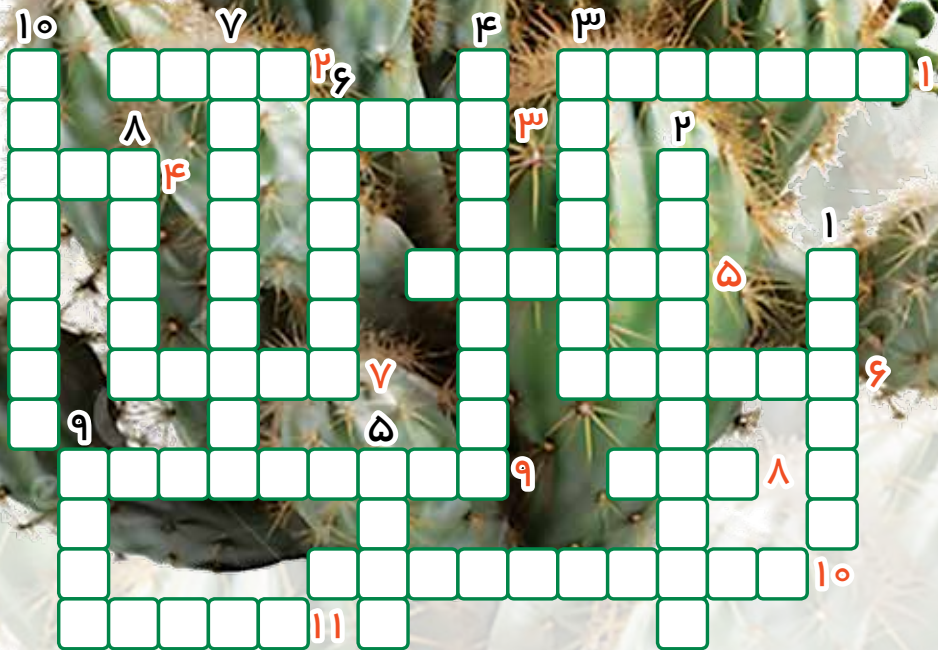


جدول



حل جدول را ببینیم

نیروهای



افقی

۱. یکی از سیاره‌های منظومه شمسی که به پهلو پیرامون خورشید گردش می‌کند. ۲. یکی از سدهای خاکی کشورمان که بزرگ‌ترین سد خاکی خاورمیانه است و به نام رودی که روی آن بسته شده، نام‌گذاری شده است. ۳. آب نیم گرم. ۴. تیغه‌ای شیشه‌ای که نمونه مورد آزمایش زیر «ریزبین» (میکروسکوپ) روی آن قرار داده می‌شود. ۵. معادل فارسی وب‌سایت. ۶. نام یکی از ماشین‌های کشاورزی که هنگام برداشت غلات مورد استفاده قرار می‌گیرد و چندین کار را هم‌زمان انجام می‌دهد. ۷. نام یکی از سوره‌های قرآن کریم. ۸. نام سوره‌هایی که پیش از هجرت پیامبر گرامی اسلام از مکه به مدینه نازل شده‌اند. ۹. یکی از انواع ناوهای نیروهای مسلح. ۱۰. کشورهای جهان هنگام اختلاف سر موضوعی به این دادگاه بین‌المللی مراجعه می‌کنند. ۱۱. نام شریان‌های قلب.

عمودی

۱. گیاهی با ساقه‌های گوشتی ضخیم که برگ‌های تیغ‌دار بسیار ریزی روی آن رشد می‌کنند. ۲. هم‌رنگ شدن با محیط اطراف برای مخفی شدن. ۳. راسته‌ای از حیوانات که روی نوک انگشتان پا یا دستان خود حرکت می‌کنند. ۴. یکی از طولی‌ترین رودهای جهان. ۵. بی‌هوده و بی‌اساس. ۶. کوچک‌ترین واحد ماده که از پیوند دو یا چند اتم تشکیل شده است. ۷. پس از بارش باران در آسمان مشاهده می‌شود. ۸. پس از جزیره‌های قشم و کیش بزرگ‌ترین جزیره خلیج همیشه فارس است. ۹. مکانی در کرانه دریا که کشتی‌ها آنجا پهلو می‌گیرند. ۱۰. شخصی که قرارداد بیمه را منعقد و پرداخت حق بیمه را تعهد می‌کند.

# مادرزادنداریها! نویسنده

مهرم فردی

دوستان عزیز نوجوانم سلام. این اولین شماره از مجله در سال تحصیلی جدید است. دوستانی که سال گذشته مجله را می خواندند، می دانند که ما در چند شماره درباره انواع نوشتن صحبت کردیم. ولی تمرکز ما روی نوشتن داستان کوتاه بود و کوشیدیم مهم ترین عناصر داستان نویسی را خیلی خلاصه مرور کنیم. امسال می خواهیم تمرکز خودمان را بگذاریم روی مبحث «نوشتن»؛ اینکه چگونه به خودمان جرئت بدهیم که جلوی یک کاغذ سفید بنشینیم و قلمی را برداریم و شروع کنیم به نوشتن. تلاش می کنم در هشت شماره مبحث های اصلی را برای شما توضیح بدهم. در هر شماره هم یک تمرین داریم. سعی کنید حتما این تمرین ها را انجام دهید و هر چه می نویسید را برای ما بفرستید. راه های ارتباط با مجله را در همین صفحه می توانید پیدا کنید.

## چرا نوشتن ترسناک است؟

واقعاً؟ نوشتن ترسناک است؟ برای کسی که تجربه نوشتن نداشته باشد، احتمالاً این سؤال خنده دار است. نوشتن مگر چیست که کسی از آن بترسد؟ من می گویم حتی ممکن است آن چند دفعه اولی که چیزی نوشته اید هم ترسناک نباشد. یک صفحه جدید در رایانه خودتان باز کرده اید، یا یک صفحه جدید از دفترتان، بعد تندتند هر چه به ذهنتان رسیده است، نوشته اید و تمام. ترس کجا بود؟ ولی ای قهرمانان عرصه نوشتن، اگر این کار را ادامه بدهید حتماً آن ترس را درک خواهید کرد. روزی می رسد که جلوی یک کاغذ سفید چشم هایتان از حدقه در خواهد آمد، ماهیچه هایتان قفل خواهد شد و فشار خونتان طوری افت می کند که پناه می برید به خوراکی های یخچال، بله، بهانه ای به دست می آورید و از نوشتن فرار می کنید. یادتان می افتد که باید به پیامی جواب بدهید، یا گرسنه می شوید، یا خوابتان می گیرد، یا... همه این ها یعنی از نوشتن می ترسید؛ از آن کاغذ سفیدی که جلوی شماست. این اولین مشکلی است که هر نویسنده ای با آن مواجه می شود. پس به جهان نویسنده ها خوش آمدید.

## با اضطراب نوشتن چه کنیم؟

اولین قدم این است که آن را بشناسید و از وجودش آگاه باشید. این ترس و اضطراب در هر صورت وجود دارد. ولی هر چه بیشتر آن را بشناسید و تشخیص دهید، راحت تر می توانید آن را مدیریت کنید. من برای نوشتن متنی که تا الان خواندید، چند بار خواستم از پشت میزم بلند شوم، برای خودم چای بریزم، گوش ام را وارسی کنم، به گل ها آب بدهم، حتی یادم افتاد که باید ماشین لباس شویی را روشن کنم. ولی هیچ کدام از این ها را انجام ندادم. چون می دانم این ها ترفندهای مغز من هستند تا از کار سخت نوشتن فرار کنم. من به خاطر تجربه متوجه این موضوع هستم. پس تنها کاری که می کنم این است که با همه ارادام سر جایم بنشینم و تا تمام شدن این مطلب بلند نشوم. پس قدم اول «آگاهی» است.

برگردیم به اولین سؤالی که پرسیدم: چرا نوشتن ترسناک است؟  
معمولاً چند دلیل مهم وجود دارد که ممکن است حواستان به آنها نباشد:

- می‌ترسید اشتباه کنید. یعنی نگرانید جمله‌ای را غلط بنویسید. یا مثلاً یک اشتباه ویرایشی داشته باشید. یا در نوشتن یک مقاله از مسیر فکری درست خارج شوید و به این ترتیب دیگران دربارهٔ اطلاعات و دانش شما قضاوت اشتباهی داشته باشند. این ترس از قضاوت دیگران می‌تواند نویسنده را فلج کند و حتی جلوی نوشتن او را بگیرد.
- می‌خواهید انتظارات دیگران را برآورده کنید. مثلاً موقع نوشتن چهرهٔ معلم انشا جلوی چشمتان است و می‌خواهید هر جمله را طوری بنویسید که او راضی باشد. یعنی به جای او هم فکر می‌کنید. این مخاطب خیالی می‌تواند پدر، مادر یا حتی هم‌کلاسی‌هایتان باشند. بخشی از این موضوع خیلی طبیعی است. به هر حال هر متنی نوشته می‌شود تا خوانده شود. هر متنی نویسنده دارد و مخاطب. پس طبیعی است که موقع نوشتن به مخاطب هم فکر کنیم. ولی نباید اجازه دهید این فکر آن قدر قوی شود که جلوی نوشتن شما را بگیرد.
- خودتان را با بهترین‌ها مقایسه می‌کنید. مثلاً متنی از یک نویسنده حرفه‌ای خوانده‌اید و حالا می‌کوشید مثل او بنویسید. ولی مگر می‌شود؟ خیلی طبیعی است که این اتفاق نیفتد. نویسنده‌های حرفه‌ای سال‌ها برای نوشتن زحمت کشیده‌اند. پس خیلی طبیعی است که نتوانید مثل آنها بنویسید. چرا از خودتان انتظار ندارید که مثل یک ورزشکار حرفه‌ای یا یک برنامه‌نویس رفتار کنید. ولی دربارهٔ نوشتن چنین انتظاری دارید؟
- می‌خواهید بی‌نقص باشید. این یعنی کمال‌گرایی. می‌خواهید متنی بنویسید که هیچ کس نتواند از آن ایراد بگیرد. این هم امکان ندارد. حتی از نوشته‌های بهترین نویسنده‌های جهان هم می‌توان ایراد گرفت.



راه‌های ارتباطی شما برای

فرستادن متن و داستان، رایانامهٔ مجله:

[nojavan@roshdmag.ir](mailto:nojavan@roshdmag.ir)

یا شمارهٔ پیامک ۳۰۰۰۸۹۹۵۹۶

من به شما چند راه حل پیشنهاد می‌دهم تا از نوشتن لذت بیشتری ببرید:

- یادتان باشد که نوشتن مهارتی است که باید یاد بگیرید؛ مثل رانندگی، خیاطی یا برنامه‌نویسی. نوشتن هم اصول و پایه‌هایی دارد. هر چه دانش بیشتری دربارهٔ آن داشته باشید و بیشتر تمرین کنید، راحت‌تر خواهید نوشت. هرگز فراموش نکنید که هیچ کس نویسنده متولد نمی‌شود، بلکه با یادگیری و تمرین نویسنده می‌شود.
- اشتباه کردن بخشی از نوشتن است. اگر قرار بود با اولین تلاش بهترین نتیجه را بگیرید، پس چرا نویسنده‌های بزرگ سال‌های طولانی از عمرشان برای نوشتن زحمت کشیدند. می‌توانید تصور کنید در زمانه‌ای که فقط مداد و کاغذ بود، نویسنده‌ای رمان چند هزار صفحه‌ای خودش را بیست بار یا سی بار بازنویسی کرده باشد؟ بله، همین قدر نویسنده‌ها زحمت کشیده‌اند تا هر بار بهتر بنویسند.
- یک متن را در چند مرحله بنویسید. یعنی یک کار بزرگ را به مراحل کوچک تقسیم کنید. نوشتن یک مقالهٔ سه صفحه‌ای ترسناک‌تر از نوشتن سه مقالهٔ یک صفحه‌ای است.
- یادتان باشد اجازه دارید متن خودتان را بازنویسی و ویرایش کنید. پس اولین باری که می‌نویسید، بار آخر نیست. با خیال راحت بنویسید و متن را تمام کنید. اشتباه‌ها را بعداً درست می‌کنید.
- به آدم‌های مغروری که به راحتی دیگران را مسخره یا تحقیر می‌کنند اجازه ندهید اولین خواننده‌های متن شما باشند. سعی کنید در ابتدای کار از راهنمایی آدم‌های دلسوز و مهربان کمک بگیرید؛ مثل معلم انشا یا دوستی که تجربهٔ بیشتری دارد. بعدها که نویسندهٔ بهتری شدید، نظر بیماران روانی برایتان مهم نخواهد بود.
- همهٔ این‌ها را گفتم، ولی یادتان باشد نوشتن یکی از لذت‌بخش‌ترین کارهای دنیاست. اگر موارد بالا را کم‌کم بشناسید و در خودتان تشخیص دهید، روزبه‌روز از نوشتن و خلق یک متن جدید لذت بیشتری خواهید برد. پس به نوشتن ادامه دهید.

تمرین:

در ۵۰۰ کلمه یا دو صفحه نظر خودت را دربارهٔ «نوشتن و نویسندگی» بنویس و برای ما بفرست.

## رازهای شاعری

## ● کمال شفیعی

قصه داریم در این صفحه، هر شماره یکی از رازهای شاعر شدن را با هم یاد بگیریم. شاید باور نکنید، اما برای شاعر شدن و شعر گفتن رازهایی وجود دارند. نخستین راز شاعر شدن عنصر «تخیل» است.

تخیل فرق یک شاعر با دیگران است. مثلاً آدم‌های معمولی هر چیزی را منطقی نگاه می‌کنند؛ البته با منطق خودشان. اما شاعرها به پدیده‌ها با تخیلشان تماشا می‌کنند. مثلاً شاعرها می‌توانند به کمک تخیل خودشان سوار بر ابرها شوند و یا بالش خودشان را پر از آواز بال پرنده‌ها ببینند. در حالی که در تفکر منطقی و برای افراد عادی، این‌ها غیرممکن هستند.

شاعر به کمک تخیل غیرممکن‌های زیبایی را در زبان به وجود می‌آورد که به زیبایی زبان یاری می‌رسانند. زبان را از زبان ساده به شعر تبدیل می‌کند. مثلاً **سهراب سپهری** به کمک تخیل در شعرش می‌گوید: «بالش من پر آواز پر چلچله‌هاست.» تخیل ویژگی جالبی است که جز در زبان شاعرها در زبان دیگران دیده نمی‌شود.

پس شاعر با عنصر تخیل است که می‌تواند به کلمه‌ها معناهای تازه بدهد. یک مثال دیگر این است که شاعر به جای اینکه بگوید: «پنجره باز شد و شب بود»، بگوید: «پنجره پلک زد، آسمان پر از ستاره شد.» این نوع بازی با تخیل را شاعرها خوب بلدند و به این راز شاعرانه، «عنصر تخیل» می‌گویند.





# شاعر گل‌ها

● محمود پوروهاب

خریدش می‌دن. البته فکر کنم این شعر کوتاه  
توی کتاب‌های درسی شما هم اومده باشه.»

بعد شروع کرد به خواندن آن:  
گل نعمتی است هدیه فرستاده از بهشت  
مردم کریم‌تر شود اندر نعیم گل  
ای گل فروش! گل چه فروشی برای سیم  
وز گل عزیزتر چه ستانی به سیم گل؟

آقای نویدی گفت: «اما شعر دوم که در مدح امام علی (ع)  
گفته شده هم شعر بسیار جالبیه» و این طور خواند:

مدحت کن و بستای کسی را که پیمبر  
بستود و ثنا کرد و بدو داد همه کار  
آن کیست بدین حال و که بوده ست که باشد  
جز شیر خداوند جهان، حیدر کرار  
این دین هدی را به مثل دایره‌ای دان  
یغمبر ما مرکز و حیدر، خط پرگار  
علم همه عالم به علی داد پیمبر  
چون ابر بهاری که دهد سبیل به گلزار

سینا گفت: «آقا ما یه شعر در مدح علی (ع) گفتیم...»  
بچه‌ها شلوغ کردند. در همین موقع زنگ کلاس  
زده شد.

آقای نویدی به ساعتش نگاه کرد و گفت:

«خب بچه‌ها الان وقت چیه؟»

بچه‌ها یک صدا گفتند: «شعر و شاعری!»

آقای نویدی دبیر ادبیات ما ۲۰ دقیقه آخر هر درسش را اختصاص  
داده بود به معرفی یک شاعر. این را دیگر همه می‌دانستیم. او آهسته  
طول کلاس را قدم زد و گفت: «شاعر کلاس! شعر تازه چه داری؟»  
شاعر کلاس سینا بود. سینا هم خودش شعر می‌گفت و هم شعرهای زیادی  
از دیگران بلد بود. یک غزل کوتاه خواند. غزلش درباره گل کاکتوس بود.  
معلوم بود غزلی از شاعران امروزی است. آقای نویدی گفت: «آفرین شعر  
خوبی بود. اما بچه‌ها می‌دانید من هر وقت اسم گل را می‌شنوم یا گلی را می‌بینم،  
یکهو یاد شعر زیبای کسایی مروزی می‌افتم.»

روی تخته با ماژیک نوشت: «حکیم کسایی مروزی» بعد رو به بچه‌ها کرد و  
گفت: «کی درباره حکیم کسایی چیزی می‌دونه؟»  
دو سه نفر دستشان را بلند کردند.

– آقا شاعر بود و اهل مرو.

پشت سری‌اش خندید و گفت: «عجب کشف تازه‌ای کردی پسر! مخ  
هنگ نکنه؟! خب معلومه که شاعر بوده. از اسمش هم که معلومه اهل  
مروه. این گفتن داره؟»

– آقا یک شعر معروف داره. من یک بیتش رو بلدم: «مدحت کن و  
بستای کسی را که پیمبر بستود و ثنا کرد و بدو داد همه کار.»

– آقا ما یه بار از تلویزیون شنیدیم که می‌گفت از شاعرهای قرن چهارم  
هجری و مذهبش شیعه است. شاید هم اولین شاعر شیعه بوده که درباره  
امامان معصوم (ع) شعرهای زیادی گفته. ولی کارشناس برنامه می‌گفت خیلی  
شعر از او باقی نمونده؛ حدود سه هزار بیت. درسته آقا؟

آقای نویدی روی صندلی نشست. آهی کشید و گفت: «بله متأسفانه شعر  
زیادی از او باقی نمونده. اما شعر گل او، و شعری که دوست شما یک  
بیت اون رو خونده، از مشهورترین شعرهاش هستند. شعر گلش خیلی  
زیباست. گل رو نعمتی می‌دونه که خداوند از بهشت برای ما هدیه  
فرستاده. ارزش و بهای گل رو خیلی بیشتر از پولی می‌دونه که بابت

مجید عمیق

جاهای خالی را با عددهای ۱ تا ۹ طوری پر کنید که حاصل جمع عددهای ردیف‌های افقی و عمودی یکسان باشند. راهنمایی: (از عددها بیش از یک بار هم می‌توانید استفاده کنید. آشنایی‌تان با سودوکو کمک می‌کند زودتر آن را حل کنید).

۲		
	۳	
۴		

۱

ارزش عددی هر کدام از شکل‌های قرمز، آبی و زرد را محاسبه کنید.

$$\begin{aligned}
 \text{Red Flower} + \text{Red Flower} + \text{Red Flower} &= ۲۴ \\
 \text{Red Flower} + \text{Blue Flower} + \text{Blue Flower} &= ۱۸ \\
 \text{Red Flower} - \text{Yellow Flower} &= ۱ \\
 \text{Red Flower} + \text{Blue Flower} + \text{Yellow Flower} &= ?
 \end{aligned}$$

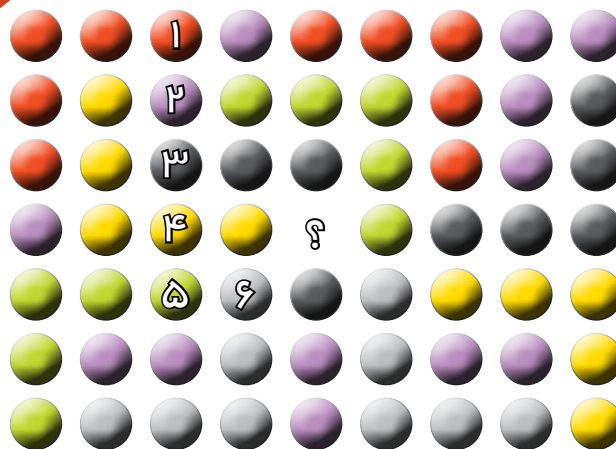
تعدادی حرف‌های انگلیسی می‌بینید که به شکل تکراری کنار هم قرار دارند. یکی از حرف‌ها اشتباه است. آیا می‌توانید آن را ببینید؟

AAAA BBBB CCCC DDDD  
 EEEE FFFF GGCG HHHH  
 IIII JJJJ KKKK LLLL  
 MMMM NNNN OOOO  
 PPPP QQQQ RRRR SSSS  
 TTTT UUUU VVVV WWWW  
 XXXX YYYY ZZZZ

۳

۲

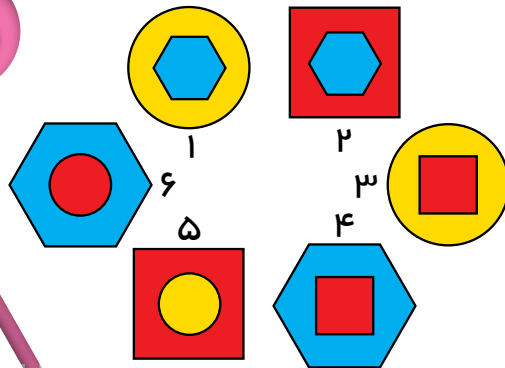
کدام یک از تپله‌های رنگین از شماره یک تا شش باید جای علامت سؤال قرار داده شود؟



۴

راه‌های ارتباطی شما برای فرستادن متن و داستان، راپاتامه مجله است به نشانی:  
[nojavan@roshdmag.ir](mailto:nojavan@roshdmag.ir)  
 یا شماره پیامک ۰۸۹۶۵۹۶  
 ۳۰۰۰۰۸۹۶۵۹۶

کدام یک از این شش شکل به درستی رنگ آمیزی نشده است؟



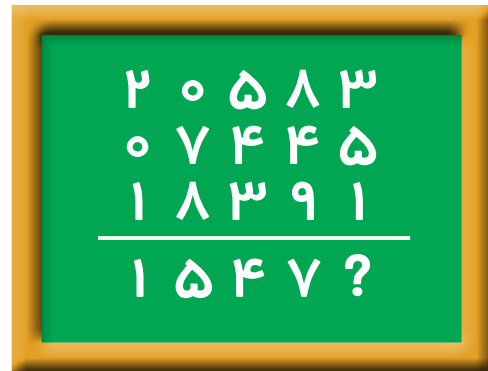
۷

رقم‌های ۱ تا ۹ را طوری در خانه‌های سفید قرار دهید که هر رقم در سطرها، ستون‌ها و مربع‌های کوچک ۳ در ۳ فقط یک بار تکرار شود.

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

۶

جای علامت سؤال عدد صحیح را حدس بزنید و بنویسید.



معما

آیا می‌توانید در مدت ۲۰ ثانیه تشخیص دهید که کدام مخزن زودتر از سایر مخزن‌ها پر خواهد شد؟

جواب

معما را به دفتر مجله به نشانی بالای همین صفحه ارسال کنید و به قید قرعه جایزه بگیرید.

# دری به جهان خواجه نصیر

● مجید ملامحمدی

یک نفر صدایم زد. صورتم را از میان دست‌هایم جدا کردم. خیره شدم به او. عجیب بود. لباس‌هایی به تن داشت که به عمرم ندیده بودم.

- بیخشید شما؟! -

قبای بلندی به تن داشت و دور کمرش را با پارچه رنگی بسته بود. قیابش حاشیه باریکی از خط‌های هندسی داشت. دستاری کوچک و سفید بر سر بسته بود. از گوشه چشم نگاهم کرد.

- من دوست تو هستم!

ریش کوتاهی داشت. دماغش باریک بود و لب‌هایش نازک. چشم‌هایش جذاب بودند و ابروهایش پُر و پیوسته و خودش مهربان بود.

- دوست من هستید؟! -

- بیا از مکتبتان بیرون برویم.

به دری اشاره کرد که کنج کلاسمان بود. مهربان گفت: «از آن در برویم.»

عجیب بود که به کلاسمان مکتب گفته بود. حالا هم در کوچکی را نشانم می‌داد که هیچ وقت آن در کوچک را کنج کلاسمان ندیده بودم. همراهش رفتم. انگار نیرویی ناشناخته مرا به دنبالش می‌کشاند؛ هر چند مردد و دل‌آشوب بودم. به باغ بزرگی پا گذاشتیم. با خودم گفتم: «من کجا هستم؟! در کدام قسمت از زمین و زمان؟! پشت مدرسه ما که باغ نبود!»

یک نفر را صدا زد: «آهای بدرالدین! برای مهمانمان شربت گل سرخ بیاور!»

- چشم آقا!

هاج و واج ماندم. او مرا کنار خود توی ایوانی نشانده. چشم دوختم به سقف ایوان. طاق نیم‌دایره‌ای و زیبایی داشت. انبوهی کبوتر بر لبه طاق نشسته بودند. سرهایشان را پایین آوردند و خیره شدند به من.

- شما که هستید؟! من کجا هستم؟! -

دست روی شانهم گذاشت. حس خوبی به دلم ریخت. دلسوزانه گفت: «دیدم غمگین هستی، گفتم دقایقی را در کنار باشم و غم از دلت بیرون کنم. من **خواجه نصیرالدین طوسی** هستم. اینجا هم باغی است که **رصدخانه بزرگ دولتی**<sup>۱</sup> در آن قرار گرفته است و من روز و شب در آن مشغول مطالعه و کار و تحقیق هستم.»

حیرت زده شدم.

- چه می‌گویید؟! شما خواجه ... اما خواجه که سال‌هاست ...! خندید.

- بگذریم ... پسر! حالا می‌خواهم به سوآلی که ذهنت را

مشغول کرده است، جواب بدهم. امام ششم ما، حضرت **جعفر صادق(ع)**، فرمودند: «خداوند به یکی از پیامبران خود وحی کرد که به مؤمنان بگو: در لباس، خوراک و آداب و رسومتان، دشمنان خدا را الگوی خود قرار ندهید که اگر چنین کنید، شما هم مثل آنان، از دشمنان خدا می‌شوید.»<sup>۲</sup>

حیرت‌زده نگاهش کردم. او از کجا ذهن مرا خوانده بود؟! لابد به همان شکلی که مرا به دنیای خود برده بود! خواجه نصیر ادامه داد: «چرا ناراحت هستی دوست خوبم؟! تو هیچ وقت از گفتن حرف‌های خوب دست بر ندار. با دوستان خوبت همیشه هم‌نشین باش. خدا هم به کمک خواهد آمد. البته با بچه‌هایی هم که پوشش مناسبی ندارند حرف بزن. حرف‌های خوب خودت را به آن‌ها بگو و برایشان راهنمای خوبی باش.»

به فکر فرو رفتم. یادم آمد که چند روزی بود به خاطر نوع پوشش چند تا از بچه‌های کلاسمان دغدغه داشتم. البته آن‌ها در مدرسه که بودند، لباس‌های همسانه (فرم) مدرسه را می‌پوشیدند و مشکلی نداشتند. اما در بیرون از مدرسه، شکل سر و وضعشان عوض می‌شد. دائم از تصویرها و عکس‌هایی که توی گوشی تلفن همراه داشتند، برای هم می‌فرستادند و حرف می‌زدند. از لباس و کفش و مدل و چیزهای دیگر خارجی‌ها تعریف می‌کردند. امروز زنگ تفریح، با آن‌ها هم‌صحبت شدم و هر چه گفتم زیر بار حرف‌هایم نرفتند.

- پسر جان!

به خودم آمدم.

- بله استاد!

- ارتباط خود را با آن‌ها قطع نکن. برایشان از سخنان امامان و بزرگان دین درباره نوع پوشش، لباس و مدل حرف بزن. مثل همین سخن امام صادق(ع) که برایت خواندم. به آن‌ها بگو که پوشش ایرانی چقدر مهم است و چه خصوصیات بارزش و مهمی دارد. آن وقت آن‌ها حتماً به حرف‌هایت فکر می‌کنند و با تو همراه می‌شوند. حرف‌های خواجه نصیر برایم شیرین بود. دست در جیبم کردم تا گوشی همراهم را در بیاورم و با او عکس یادگاری بگیرم. یادم

آمد گوشه‌ام را به مدرسه نیاورده‌ام.  
- پارسا! پارسا!

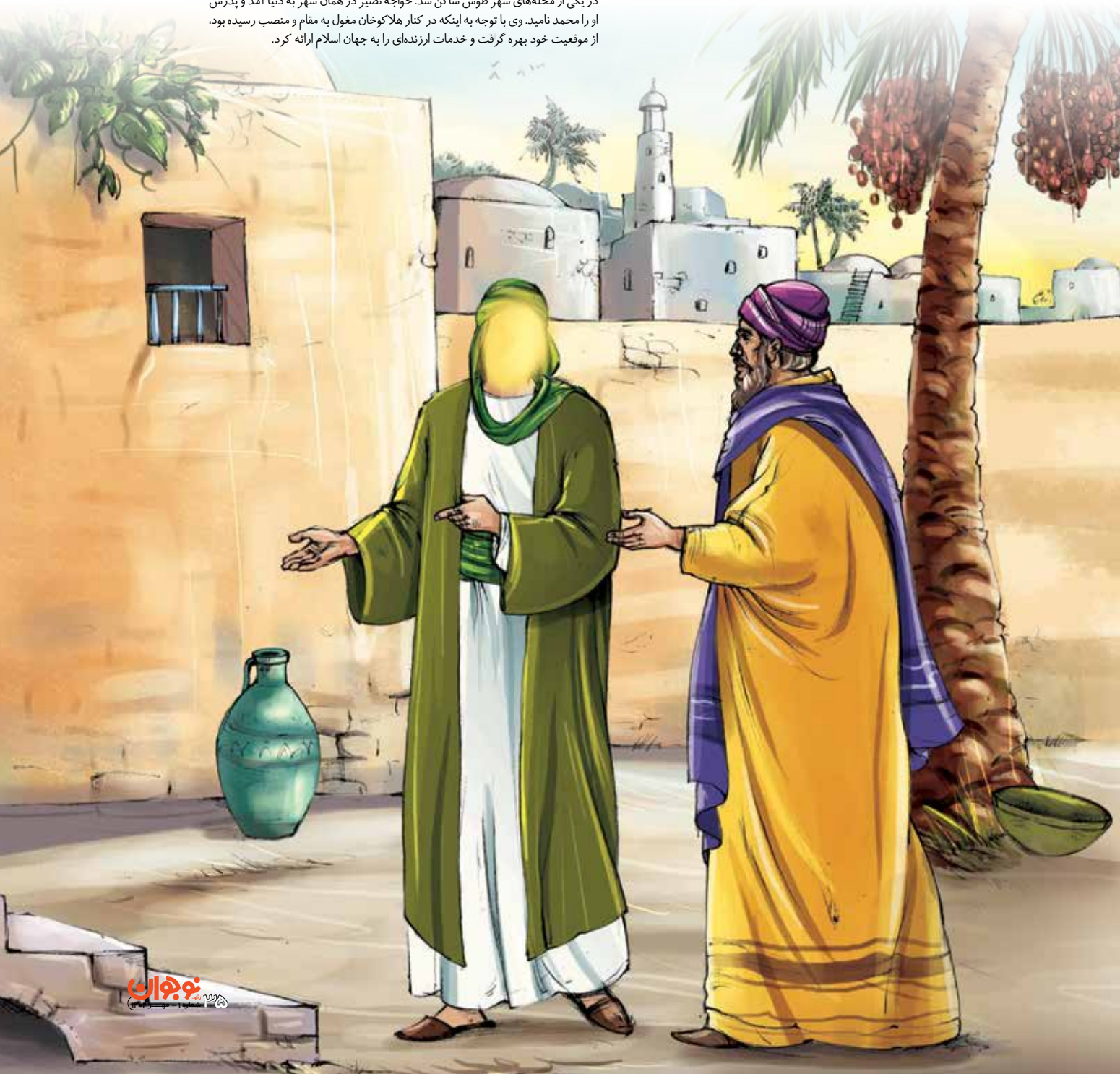
به خودم آمدم. به دور و اطرافم نگاه کردم. من توی کلاس بودم. نه **خواجه نصیر** بود نه باغ زیبای رصدخانه! دوستم **رضا** که لیوان آبی را جلویم گرفته بود گفت: «بیا این آب خنک رو نوش جان کن تا کمی آروم بشی. از حرف‌های بچه‌ها ناراحت نشو. بهتره ما باز هم با اون‌ها صحبت کنیم و حرف‌های خوبمون رو به اون‌ها بگیم. ان‌شالله خدا کمکمون می‌کنه.»

بی‌نوشت:

۱. مراغه یکی از شهرهای بزرگ استان آذربایجان شرقی است. این شهر از زمانی که به‌عنوان پایتخت ایلخانان انتخاب شد، به اوج شهرت خود رسید. رصدخانه مراغه یکی از جاذبه‌های گردشگری مهم شهر مراغه است. این رصدخانه قدیمی و شگفت‌انگیز در زمان هلاکوخان و تحت نظر خواجه نصیرالدین طوسی ساخته شده است. البته امروزه این رصدخانه مثل دوران اوج و شکوه خود باقی نمانده و فقط بخش‌های کمی از آن مانده است. با وجود این حتی از روی خرابه‌های آن هم می‌توانید بفهمید که چه سازه شگفت‌انگیزی بوده است.

۲. کتاب وسائل الشیعه، جلد ۳، صفحه ۲۷۹.

۳. خواجه نصیرالدین طوسی (۶۷۳ - ۵۹۷ ق)، معروف به «محقق طوسی» و «معلم ثالث»، حکیم، متکلم، ریاضی‌دان و منجم شیعی قرن هفتم هجری قمری بود. پدرش شیخ وجیه‌الدین که از علمای شهر قم بود، به همراه خانواده به شوق زیارت امام رضا (علیه‌السلام)، به مشهد عزیمت کرد و پس از زیارت هنگام بازگشت به وطن، به علت بیماری همسرش در یکی از محله‌های شهر طوس ساکن شد. خواجه نصیر در همان شهر به دنیا آمد و پدرش او را محمد نامید. وی با توجه به اینکه در کنار هلاکوخان مغول به مقام و منصب رسیده بود، از موقعیت خود بهره گرفت و خدمات ارزنده‌ای را به جهان اسلام ارائه کرد.



# موزه شیخ الرئیس

گشتی در موزه تجهیزات پزشکی و دارویی در همدان

«موزه تجهیزات پزشکی همدان» یک نشانه بزرگ و قابل توجه دارد؛ نشانه‌ای که نماد شهر همدان است؛ یعنی برج آرامگاه ابن سینا. این موزه بخشی از مجموعه آرامگاه ابن سینا، پزشک بزرگ ایرانی است و با پرداخت همان هزینه بیلیت ورودی مجموعه می‌توان موزه و وسایل ریز و درشت تاریخی پزشکی، انواع داروهای گیاهی و کتاب‌های پزشکی را به خط و سواد ابن سینا در ویتترین‌های شیشه‌ای تماشا کرد. تجهیزاتی که بعضی از آن‌ها عمری نزدیک به دو هزار سال دارند و جان بسیاری از انسان‌ها را نجات داده‌اند و یا حداقل از دردشان کم کرده‌اند. گذشته از ویتترین‌ها و وسایل چیده‌شده در آن‌ها، ساختمان موزه و آرامگاه هم خود یک اثر معماری تماشایی است؛ اثری که نماینده فرهنگ و هویت دیرینه ایرانی است.

## ▶ خانه دوست

کسانی که با معماری ایرانی اسلامی آشنا هستند، می‌توانند حدس بزنند که این برج آرامگاه از کدام بنای ایرانی الگوبرداری شده است. معمارش، در طراحی این بنا، از برج‌هایی که در دوران زندگی ابوعلی سینا ساخته شده بودند، به‌ویژه گنبد قابوس، الگوبرداری کرده است. وقتی هزار سال پیش ابوعلی سینا، پزشک بزرگ ایرانی، دار فانی را وداع گفت او را در خانه دوست صمیمی‌اش، **ابوسعید دخوک** دفن کردند. مجموعه کنونی در واقع در خانه همان دوست قدیمی ساخته شده است.

## ▶ ابن سینای نویسنده

در میان ویتترین‌های موزه می‌توان کتاب‌های کهن‌سالی را که ابن سینا نوشته است، دید و خواند. البته که ابن سینا کتاب‌های علمی‌اش را به زبان عربی نوشته است. این رسم دانشمندان در آن زمان بود، زیرا زبان رایج علم، زبان عربی بود. کارشناسان مطمئن هستند که او ۱۳۱ عنوان کتاب نوشته است و چه بسا کتاب‌های او بسیار بیشتر از این تعداد باشد. به‌جز دو کتاب «قانون» و «شفاء» که یافته‌ها و دانش پزشکی ابن سینا را در خود دارد، می‌توان از دو کتاب «دانشنامه علایی» و «رساله در نبض» هم اسم برد.



## ری و رازها

این کتاب تألیفی است دربارهٔ تاریخ، تمدن و فرهنگ شهر ری. نویسندگان روندها و متداول کتاب‌های تاریخی را در پیش نگرفته، بلکه در دل داستان نکات تاریخی‌اش را مطرح کرده است. مونس که دختری دبیرستانی است، یک برادر شهید دارد و برادر دیگری در فرانسه زندگی می‌کند. برادرش چون نگران حال پدرشان است، برای مدتی به ایران بر می‌گردد. او آخرین نامهٔ شهید را

به مونس نشان می‌دهد و مونس را به گشتن در تاریخ شهر ری تشویق می‌کند تا از نامه رمزگشایی کند ...

مؤلف: فروغ علی‌شاه‌ودی،

سال چاپ: ۱۴۰۱

ناشر: دفتر نشر فرهنگ اسلامی



## ابزار طبابت

تمام ابزار چیده شده در ویتترین‌های موزه آن قدرها تاریخی و کهن سال نیستند. مثلاً این ابزار فلزی متعلق به دوران پهلوی اول، دوم هستند و عمری کمتر از ۱۰۰ سال دارند. شاید تصور اینکه پزشکان با این ابزار چه می‌کرده‌اند، برای بعضی کمی ترسناک باشد، اما برای آن‌هایی که به کار پزشکی یا به قول قدیمی‌ها طبابت علاقه‌مند هستند، شنیدن تاریخچهٔ کار پزشکی و کارکرد این وسایل جذاب است.

## یک ایرانی همه فن حریف

ابوعلی سینا یک همه فن حریف بود و زندگی پرماجرایی داشت. او در شهر بخارا که امروزه در کشور ازبکستان قرار دارد، به دنیا آمد و خداوند ۵۷ سال به او عمر داد. ابوعلی هم از این فرصت به خوبی استفاده کرد. او در این ۵۷ سال به پزشکی، ریاضی، ستاره‌شناسی، فیزیک، شیمی، جغرافی، زمین‌شناسی، فلسفه و حتی شعر و موسیقی پرداخت. شیخ‌الرئیس در طول زندگی وزارت را هم تجربه کرد و حتی مدتی به زندان افتاد. اگر علاقه‌مندید دربارهٔ ابوعلی سینا بدانید کافی است تابلوهای نقاشی چیده شده دورتادور آرامگاه او را ببینید و شرح آن‌ها را بخوانید.

## داروهای کهن سال

بوعلی وقتی در همدان بود، بخشی از وقتش را در دامنهٔ کوه باشکوه الوند می‌گذراند. او در پستی و بلندی دشت‌ها، کنار جوی‌ها و در پس سنگ‌ها به دنبال گیاهان دارویی می‌گشت که درمان درد مراجعان پرشمارش بودند. این داروهای گیاهی بخشی از محتویات ویتترین‌های موزه هستند که این روزها می‌توان آن‌ها را در عطاری‌ها پیدا کرد که در واقع همان داروخانه‌های قدیمی هستند. اثرات دارویی این گیاهان را می‌توانید در توضیحات درج شده زیر آن‌ها بخوانید. این گیاهان پایه و مواد اصلی بسیاری از داروهای امروزی هستند.



# عبور از منظومه شمسی

راه آسمان

• خاطره علمی

## فضاپیمای شگفت‌انگیز

حدود ۴۵ سال پیش بود که فضاپیمای شگفت‌انگیز و پیشرفتهٔ وویجر ۲ با هدف مطالعهٔ فضای خارج از منظومهٔ شمسی و دنیای میان‌ستاره‌ای، راهی مرزهای بی‌کران فضا شد. از آن زمان دور تا کنون، وویجر ۲ توانسته است دستاوردهای خارق‌العاده‌ای را برای ستاره‌شناسان به ارمغان بیاورد.

این کاوشگر در حال حاضر حدود ۲۰ میلیارد کیلومتر از زمین فاصله دارد و از پنج ابزار علمی برای کاوش فضای میان‌ستاره‌ای استفاده می‌کند. در چنین فاصلهٔ غیرقابل‌تصور، هر پیمای که وویجر ۲ ارسال کند، حدود ۱۸ ساعت و ۲۵ دقیقه طول می‌کشد تا روی زمین توسط ستاره‌شناسان دریافت شود! این در حالی است که وویجر ۲ به کمک آنتن رادیویی خود با ایستگاه زمینی در ارتباط است و این ارتباط رادیویی با سرعت نور صورت می‌گیرد! اگر چه قرار بود مأموریت وویجر ۲ تنها چهار سال طول بکشد، اما در اردیبهشت‌ماه سال جاری، ناسا مأموریت این کاوشگر کهنه‌کار را تا سال ۲۰۲۶ مجدداً تمدید کرد.

## کاوشگر وویجر ۲ چگونه کار می‌کند؟

وویجر ۲ انرژی مورد نیاز خود را از طریق سوخت هسته‌ای تأمین می‌کند. رآکتور پیشرفته‌ای که در قلب آن قرار دارد، می‌تواند گرمای حاصل از تجزیهٔ پلوتونیوم ۲۳۸ را به الکتریسیته تبدیل کند. البته پس از گذشت سال‌ها و با ضعیف‌تر شدن این منبع انرژی، مهندسان «ناسا» مجبور شدند ابزارهای غیر ضروری، مانند دوربین‌ها و بخاری کاوشگر را خاموش کنند تا در مصرف انرژی صرفه‌جویی شود.

## مأموریت کاوشگر وویجر ۲

وویجر ۲ ابتدا قرار بود طی مأموریتی

چهارساله، با عبور از کنار سیاره‌های کیوان (زحل) و مشتری، داده‌هایی را در ارتباط با ساختار این دو سیاره به زمین مخابره کند. اما داستان از زمانی هیجان‌انگیزتر شد که این کاوشگر بسیار فراتر از حد انتظار خودش را نشان داد! به همین سبب ناسا توانست به‌طور مستمر مأموریت‌های خود را گسترش دهد: ابتدا برای بازدید از نپتون و اورانوس برنامه‌ریزی شد و سپس برای حرکتی فراتر از هر کاوشگر دیگر؛ یعنی عبور از «هلیوسفر»!

مأموریت‌های دیگر وویجر ۲ بررسی و مکان‌یابی مرزهای منظومه شمسی، شامل «کمر بند کوئیپر» و فضای میان‌ستاره‌ای است. این فضاپیما نخستین کاوشگری بود که از سیاره‌های غول یخی، یعنی اورانوس و نپتون، دیدار کرد.

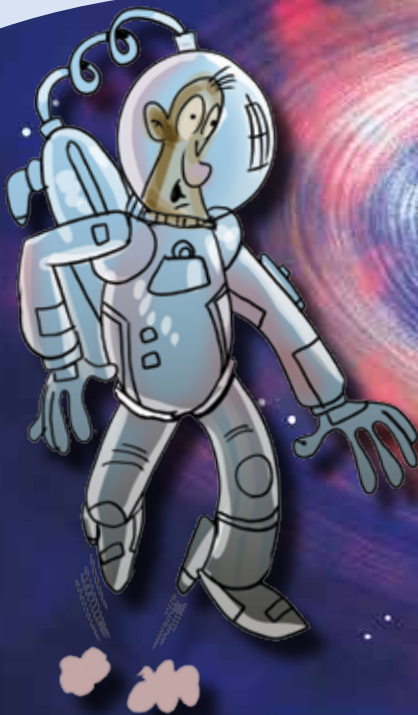
کشور ایران برای دستیابی به فناوری‌های فضایی، راه‌های بسیاری پیموده و موفقیت‌های چشمگیری نیز کسب کرده است. بر اساس اعلام اتحادیه جهانی مخابرات، کشور ایران پرسرعت‌ترین کشور منطقه در دستیابی به این دانش فضایی لقب گرفته است. آمارها نشان می‌دهد ایران به عنوان کشور دارای چرخه کامل فناوری فضایی، بین ۱۰ کشور اول جهان قرار دارد. این جایگاه ایران در عرصه فناوری فضایی با دستاوردهایی همچون طراحی، ساخت و پرتاب ماهواره‌های کوچک و دانشجویی، ماهواره‌های سنجش از دور و ماهواره‌های داخلی و نیز اعزام موجود زنده به فضا و ساخت ایستگاه‌های زمینی همراه بوده است.



## ارتباط با کاوشگر وویجر ۲

کاوشگر وویجر ۲ از طریق آنتن رادیویی خود با ایستگاه زمینی در ارتباط است و این ارتباط، با سرعت نور صورت می‌گیرد. تلسکوپ‌های رادیویی که در پایگاه‌های زمینی قرار دارند، می‌توانند این امواج را از میلیاردها کیلومتر آن‌طرف‌تر دریافت کنند. در حال حاضر سه تلسکوپ رادیویی غول‌پیکر که به «تلسکوپ‌های شبکه فضایی عمیق» مشهور هستند و در سه نقطه از کره زمین قرار دارند، به‌عنوان یکی از قدرتمندترین رصدخانه‌های رادیویی جهان به‌شمار می‌روند. یکی از آن‌ها در کالیفرنیا، یکی در اسپانیا و دیگری در استرالیا مستقر شده است. تلسکوپ استرالیایی در زمینی ۴۰ کیلومتری در جنوب غرب «کانبرا» قرار دارد و به سه بشقاب رادیویی ۳۴ متری مجهز است که می‌تواند داده‌های علمی را دریافت کند. تنها یک بشقاب رادیویی ۷۰ متری از این مجموعه امکان ارسال دستور به وویجر ۲ را دارد. جالب است بدانید، در سال ۱۳۹۸، به منظور تعمیرات و ارتقا، بشقاب ۷۰ متری از رده خارج شد و به این ترتیب ارتباط با وویجر ۲ تا یازده ماه کاملاً قطع بود! اما کاوشگر وویجر ۲ طی این مدت بدون آنکه از روی زمین هدایت شود، بدون نقص در حال اجرای مأموریت خود بود.

هلیوسفر جابایی از ذرات و میدان‌های مغناطیسی است که منشأ آن خورشید است و اطراف کره زمین را تا میلیون‌ها کیلومتر فراگرفته است. این کره مغناطیسی برای زمین اهمیت ویژه‌ای دارد، زیرا از ما در برابر تشعشعات کیهانی محافظت می‌کند. از آنجا که کاوشگر وویجر ۲ به فضای خارجی هلیوسفر راه پیدا کرد، اندازه‌گیری‌های آن بینش بی‌سابقه‌ای درباره هلیوسفر و نقش محافظتی آن به دانشمندان ارائه می‌کند.



## بیشتر بخوانیم

### ناسا

«ناسا» اداره کل ملی هوانوردی و فضا در آمریکا است که در زمان جنگ سرد و دهه ۱۹۵۰، مقدمات تأسیس آن به وجود آمد. کتاب حاضر درباره چرایی تأسیس، اهمیت پروژه، مؤسسان، رکوردها و دستاوردهای این سازمان اطلاعاتی را ارائه کرده است. در میان فصل‌ها، بخش‌هایی نیز برای افزایش اطلاعات فضایی مخاطبان، همچون فضانوردان چگونه پیام می‌فرستند، غذا در فضا چگونه سرو می‌شود... گنجانده شده است.

**نام مجموعه: کی؟ چی؟ کجا؟**

**مؤلف: سارا قابینی**

**مترجم: محمدرضا افضلی**

**سال چاپ: ۱۴۰۰**

**ناشر: شرکت انتشارات فنی ایران**



## خدا حافظی با کاوشگر وویجر ۲

کاوشگر وویجر ۲ همچنان تا جایی که بتواند اخبار تازه‌ای را برای دانشمندان روی زمین مخابره خواهد کرد. اما در نهایت، منبع پلوتونیومی که سوخت این فضاپیما را تشکیل می‌دهد، پایان می‌یابد و ابزار ارتباطی آن نیز خاموش خواهد شد. پیش‌بینی می‌شد وویجر ۲ تا سال ۲۰۲۵ کاملاً خاموش شود و دیگر انرژی کافی برای ارتباط با زمین نداشته باشد. اما در حالی که این کاوشگر در حال ورود به آخرین ذخایر انرژی خود بود، مهندسان ناسا ترفند هوشمندانه‌ای ارائه کردند که به آن اجازه می‌داد کمی بیشتر زنده بماند.

دانشمندان برای منحرف کردن نیرو از سازوکار ایمنی طراحی شده راهی پیدا کردند که در صورت نقص مدار به دلیل تغییرات ولتاژ روشن شود. ناسا اعلام کرد چند هفته است وویجر ۲ را تحت نظر گرفته‌اند و ظاهراً این شیوه جدید کار می‌کند. با این ترفند جدید کاوشگر وویجر ۲ می‌تواند تا پایان سال ۲۰۲۶ به مأموریت خود ادامه دهد. پس از آن باید دید دانشمندان چه تصمیمی برای مرگ این کاوشگر وفادار خواهند گرفت. حتی وقتی آن روز برسد، نام کاوشگر وویجر ۲ همچنان زنده خواهد ماند.

# بفرمایید سیب پلو

● معصومه شیخان

## مواد لازم:

- برنج: سه پیمانه
- سیبزمینی متوسط: دو عدد
- شوید تازه یا خشک شده: به میزان دلخواه
- تخم مرغ: سه عدد
- روغن، نمک و فلفل سیاه: به میزان دلخواه

## طرز تهیه:

- برنج را می شوئیم و با چهار پیمانه آب و نمک خیس می کنیم. سیبزمینی‌ها را می شوئیم، پوست می گیریم و به صورت نگینی خرد می کنیم. ○ ریز یا درشت بودن سیبزمینی‌های خردشده اختیاری است. ○ بعد از خرد کردن سیبزمینی‌ها آن‌ها را دوباره می شوئیم و آبکشی می کنیم. ○ قابلمه را روی شعله گاز می گذاریم. ○ در قابلمه کمی روغن می ریزیم سیبزمینی‌های نگینی را کمی تفت می دهیم. ○ شوید تازه خردشده و یا شوید خشک را به میزان لازم، به همراه نمک و فلفل، اضافه می کنیم و کمی تفت می دهیم. ○ برنج از قبل خیس خورده را به همراه آب به مواد داخل قابلمه اضافه می کنیم. ○ بعد از جوش آمدن و تبخیر شدن آب داخل قابلمه، حرارت گاز را کم می کنیم. ○ آن قدر صبر می کنیم تا برنج کاملاً دم بکشد. ○ تخم مرغ‌ها را به صورت نیمرو سرخ می کنیم. سیب پلو آماده است. سیب پلو را می توان با مرغ و گوشت قلقلی نیز سر سفره آورد.



## نوش جان

فوت آشپزی: استفاده از شوید تازه خردشده می تواند رنگ و بوی مطبوع تری به سیب پلو بدهد.



طرز تهیه سیب پلو را با هم ببینیم



با هم ببینیم

# سیب زمینی سالاد



## مواد لازم:

- سیب زمینی: دو عدد متوسط
- خیار شور: دو عدد متوسط
- شوید تازه یا خشک: به میزان دلخواه
- ماست: یک پیمانه
- سس مایونز: نصف پیمانه
- نمک، فلفل سیاه و آبلیمو: به میزان دلخواه

## طرز تهیه:

- سیب زمینی‌های شسته شده را بعد از پوست کندن، به صورت نگینی درشت خرد می کنیم.
- سیب زمینی‌های خرد شده را آب پز می کنیم. بعد از آب پز شدن سیب زمینی‌ها آن‌ها را آبکش می کنیم. کمی صبر می کنیم تا سیب زمینی‌ها سرد شوند.
- خیار شورها را به صورت نگینی خرد و به سیب زمینی‌ها اضافه می کنیم. شوید تازه خرد شده یا شوید خشک را به همراه سس مایونز و ماست، کمی آبلیمو، نمک و فلفل سیاه درون ظرفی می ریزیم.
- مواد سس را با هم مخلوط می کنیم.
- سس آماده شده را درون ظرف پذیرایی (سرو) روی مخلوط سیب زمینی‌ها و خیار شورها می ریزیم.
- به آرامی سس و محتویات ظرف پذیرایی را مخلوط می کنیم.
- ظرف پذیرایی را داخل یخچال قرار می دهیم. بعد از دو ساعت سالاد سیب زمینی آماده است.

## فوت آشپزی:

اگر خیار شورها خیلی شور بودند، از نمک در سس سالاد کمتر استفاده کنید.

نوش جان



# ماه مهربان

زهرة کریمی ●

## ۱ مهر

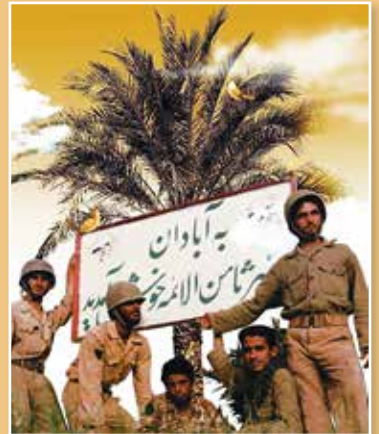
شهادت امام حسن عسکری (ع) و آغاز امامت ولی عصر (عج)

امام حسن عسکری (ع) روز جمعه، هشتم ماه ربیع الاول سال ۲۶۰، در حالی که تنها ۲۸ سال بیشتر نداشتند، توسط معتمد عباسی مسموم شدند و به شهادت رسیدند. ایشان بیشتر عمر مبارک خود را در منطقهای نظامی و تحت نظارت شدید در «سامرا» به همراه پدرش حضرت امام هادی (ع) گذراند که بعد از شهادت پدر بزرگوارش نیز ادامه داشت. آن بزرگوار، مانند پدرانش به همه نیکویی‌ها و خوبی‌ها آراسته بود. آنچنان در قله شکوهمند کمال و فضیلت قرار داشت که نه تنها دوستان و یارانش او را ستوده‌اند، بلکه دشمنان سرسخت و کینه‌توز به مدح و ستایش او پرداخته‌اند. به دنبال شهادت امام حسن عسکری (ع)، یگانه فرزندشان حضرت مهدی (عج) در پنج سالگی عهده‌دار امامت شیعیان شدند تا آغاز ولایت و امامت یگانه منجی عالم بشریت، فصلی تازه در حیات دینی مسلمان باز کند و با ظهور حضر تش، حکومت قسط و عدل وعده داده شده به مستضعفان جهان محقق شود.



## ۱۳ شهریور - ۹ مهر هفته بزرگداشت دفاع مقدس

۳۱ شهریور ۱۳۵۹ بود که رژیم بعثی عراق با طرح و برنامه‌ریزی قبلی و با حمایت همه‌جانبه دشمنان قسم‌خورده انقلاب به کشورمان حمله نظامی کردند. این روز به عنوان آغاز «هفته دفاع مقدس» نام‌گذاری شده است و تا ۶ مهرماه ادامه دارد. دفاع مقدس دانشگاه بزرگی از فداکاری، خلاقیت و بصیرت جوانانی بود که در سخت‌ترین شرایط با شجاعت و از خودگذشتگی آزمون‌های بزرگی را پشت سر گذاشتند. آنان در میدان‌های جنگ با تکیه بر سلاح ایمان و روحیه سلحشوری در برابر توطئه‌های شوم دشمنان تا دندان مسلح تا پای جانشان ایستادند.



## ۶ مهر

ولادت حضرت رسول اکرم (ص) به روایت اهل سنت و آغاز هفته وحدت

فاصله بین ۱۲ تا ۱۷ ربیع الاول که بنا بر روایتی از اهل سنت و شیعیان، زمان ولادت پیامبر اکرم (ص) است، از سوی امام خمینی (رحمه‌الله علیه) «هفته وحدت» نام‌گذاری شده است. یکی از زیباترین واژه‌ها، واژه وحدت و برادری است؛ وحدت و برادری که پیامبر مهربانی‌ها برای بشریت به ارمغان آورد. پیامبر (ص) برای اولین بار در مدینه بود که مهاجرین و انصار را به پیمان اخوت و برادری دعوت کرد. به این ترتیب اتحاد و هم‌بستگی اسلامی بنا نهاده شد. پیامبر (ص) با استناد به آیات قرآن، جوامع اسلامی را به حیل متین الهی، دوری از تفرقه، و تشکیل امت واحده دعوت کرد. مسلمانان هم در عمل به این دعوت و حرکت از طریق وحدت پیوستند و بر دشمنان غلبه کردند و طولی نکشید که شاهد فتح و پیروزی شدند.



## ۱ مهر

بازگشایی مدرسه‌ها

امروز روز مهرورزی است. روز آفتاب، روز شکفتن احساس، روز زمزمه و لبخند، روز آشنایی دانش‌آموزان با کتاب، معلم، درس و دنیای تازه است. آفتاب اولین روز مهر طلوع می‌کند. مهر آن قدر بوی بهار می‌دهد که در پاییز بودن آن، به یاد نمی‌آید. آغاز سال تحصیلی، آغاز سفر در مسیر دانستن و فهمیدن مبارک!





## ۸ مهر

### روز آتش‌نشانی و ایمنی

آتش‌نشان‌ها افرادی از جان گذشته، داوطلب و علاقه‌مند به نجات جان انسان‌ها هستند که در زمان جنگیدن با آتش یا سایر اقدامات نجات‌بخش ممکن است خودشان دچار حادثه شوند و حتی جانشان را در این راه از دست بدهند. این روز با هدف ترویج ایمنی و پیشگیری از حوادث در سطح کشور، و همچنین یادآوری حماسه آفرینی‌ها و از خودگذشتگی‌های آتش‌نشانان میهن اسلامی در عرصه دفاع مقدس، نام‌گذاری شده است.

## ۹ مهر

### روز هم‌بستگی با کودکان و نوجوانان فلسطینی

۲۳ سال پیش در چنین روزی، محمدالدوره، نوجوان ۱۲ ساله فلسطینی، هنگامی که پشت پدر خود مخفی شده بود تا از آتش نظامیان صهیونیستی در امان باشد، توسط یک سرباز مسلح با شلیک چند گلوله در برابر چشمان پدر، مردم و شبکه‌های خبری به شهادت رسید. سالروز شهادت این نوجوان غیور فلسطینی را «روز هم‌بستگی با کودکان و نوجوانان فلسطینی» نامیده‌اند تا یاد و خاطره این مردان کوچک دفاع از سرزمین‌های مقدس گرامی داشته شود.



## ۱۱ مهر

### ولادت حضرت رسول اکرم (ص) و روز اخلاق و مهرورزی

سرانجام پس از قرن‌ها، انتظار عالم خلقت به سر آمد و بزرگ‌ترین هدایتگر انسان‌ها، ۱۷ ربیع‌الاول سال عام الفیل، برابر ۵۷۰ میلادی پا به عرصه وجود گذاشت و باران رحمة‌العالمین باریدن گرفت. پیامبر اعظم (ص) به دلیل داشتن «خُلُقِ عَظِيمٍ»<sup>۱</sup> و به سبب «رَحْمَةً لِّلْعَالَمِينَ»<sup>۲</sup> بودن، نمونه و الگوی کامل اخلاقی برای تمام انسان‌ها در تمام دوران‌ها بوده است. آن حضرت، به عنوان بهترین و کامل‌ترین اسوة راستین بشریت، نسبت به تمام مردم بسیار دلسوز، صمیمی و مهربان بود. در راستای همین اخلاق و کردار کریمانه بود که حضرت در طول ۲۳ سال نبوت توانست، دل‌های گمراه بسیاری را شقیقه مکتب اسلام کند. به همین علت روز میلاد با سعادت ایشان «روز اخلاق و مهرورزی» نام گرفت.



## ۱۱ مهر

### ولادت حضرت امام جعفر صادق (ع)

روز ۱۷ ربیع‌الاول سال ۸۳ هجری قمری فرزندی مبارک چشم‌به‌جهان گشود. پدرش امام محمد باقر (ع) و مادرش ام‌فروه بود. کنیه آن حضرت «ابوعبدالله» و لقبش «صادق» است. در دوره امامت امام صادق (ع)، مسلمانان پیش از پیش به علم و دانش روی آوردند و در بیشتر شهرهای قلمرو اسلام مجالس درس و مناظره‌های علمی دایر و از رونق خاصی برخوردار بودند. در این مدت و با استفاده از فرصت به‌دست‌آمده، امام صادق (ع) توانست علوم و معارف اهل بیت را بیان کند و در همه جا نشر دهد. یکی از دوران‌های پرشکوه و طلایی در تاریخ شیعه، عصر امام صادق (ع) است. نقش آن حضرت در معرفی مبانی شیعه به‌حدی بود که مذهب شیعه به نام آن حضرت به «مذهب جعفری» شهرت یافت.



## ۱۲ مهر

### روز تربیت بدنی و ورزش

وقتی زیاد راه نمی‌رویم، وقتی شهرنشین هستیم و هوای شهرها آلوده است، یا خیلی از غذاهای ما صنعتی و شیمیایی هستند، ورزش کردن نیازی اساسی برای بدن ماست. ورزش برای زنده‌ماندن و خوب زندگی کردن است. فقط برای زنگ ورزش و نمره گرفتن نیست. از ۲۶ مهرماه تا ۲ آبان «هفته تربیت بدنی و ورزش» نام گرفته است. در این هفته بیشتر از همیشه در مورد اهمیت ورزش و تأثیر آن بر سلامت افراد و خانواده صحبت می‌شود.

۱. سوره قلم، آیه ۴.  
۲. سوره انبیا، آیه ۱۰۷.

# گرگ‌بازی

جهان  
ورزش

● مهدی زارعی

بسیاری از ورزش‌ها همان بازی‌هایی هستند که در نقاط گوناگون جهان بر گزار می‌شده‌اند. این بازی‌ها به علت محبوبیت فراوان، کم‌کم به مسابقه‌هایی تبدیل شده‌اند که برگزاری آن‌ها قوانین فراوانی دارد. اگر به بازی‌های گروهی دقت کنید، می‌بینید که همگی آن‌ها به بالا رفتن روحیه همکاری و دوستی بین نفرات شرکت کننده کمک می‌کنند. انجام بسیاری از این بازی‌ها هم موجب می‌شود که سرعت، استقامت و نحوه عکس‌العمل بازیکنان بهتر شود. در این شماره با یکی از بازی‌های ساده آشنا می‌شویم که می‌تواند توانایی شما را برای انجام رشته‌های ورزشی بالا ببرد.

در این بازی سایر دانش‌آموزان تنها زمانی می‌توانند از خطر گرگ در امان بمانند که دو نفری (یا بیشتر از دو نفر) یکدیگر را گرفته باشند. به این ترتیب اگر گرگ به دنبال دو نفر کرد و ناگهان دست این دو نفر از هم جدا شد، گرگ با لمس هر کدام از آن‌ها می‌تواند آن‌ها را از بازی خارج کند. اما اگر گرگ به دنبال یک نفر دوید و در آخرین لحظه یکی از دانش‌آموزان دست او را گرفت، گرگ دیگر نمی‌تواند کاری کند و هیچ کدام از آن دو نفر نمی‌سوزند و از بازی کنار نمی‌روند.

با توجه به اینکه بازی در محوطه‌ای مثل حیاط مدرسه انجام می‌شود، بهترین راه برای گرگ این است که یکی از نفراتی را که به تنهایی می‌دود، آنقدر تعقیب کند که او به گوشه حیاط برود که فرار از آنجا دشوارتر است. البته در این شرایط هم باید دوستان این دونده، خود را به او برسانند تا دست او را بگیرند و از سوختن نجاتش دهند.

این بازی زمانی جذاب می‌شود که همه با تمام قدرت فرار کنند. اما شاید بعضی نفرات که



**نام بازی:**

**کمکم‌کن**

تعداد بازیکنان: هر چه تعداد نفرات بیشتر باشد، جذابیت بازی بیشتر می‌شود. حتی می‌توان از تمام نفرات یک کلاس استفاده کرد. البته به این شرط که محدوده بازی جای کافی برای دویدن تمام بازیکنان داشته باشد. **محوطه بازی:** زمینی مستطیل شکل. حداکثر طول این زمین ۳۰ متر و حداکثر عرض آن ۲۰ متر باشد.

**نحوه بازی:** قبل از هر چیز باید یک نفر از بین نفرات شرکت کننده به عنوان گرگ انتخاب شود. مثل همه بازی‌های دیگر، وظیفه گرگ این است که دنبال بقیه بدود و آن قدر آن‌ها را تعقیب کند که بتواند با دست خود آن‌ها را لمس کند. اما تفاوت این نوع بازی با بقیه بازی‌های تعقیب و گریز چیست؟



## پاسخ سرگرمی

جواب ۱:

۲	۵	۲
۳	۳	۳
۴	۱	۴

جواب ۲: جای علامت سؤال عدد ۱۵

قرمز = ۸

آبی = ۵

زرد = ۲

$2+5+8=15$

جواب ۳: در ردیف حروف G یکی از آن‌ها C نوشته شده است.

جواب ۴: تیلۀ شماره ۳

چون همه تیله‌ها، غیر از تیله‌های ارغوانی رنگ، به شکل پنج‌تایی قرار دارند و زاویه تشکیل داده‌اند.

جواب ۵: شکل شماره شش که رنگ آن باید زرد می‌شد.

جواب ۶: شخص شماره ۵، چون عادی نیست که با دست چپ به یک شخص راست دست نوشیدنی تعارف کرد.

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

جواب ۷: عدد ۳

عددهایی که زیر خط نوشته شده‌اند، میانگین سه عدد بالایی‌شان هستند.

$$3:3=1$$

$$15:3=5$$

$$12:3=4$$

$$21:3=7$$

$$9:3=3$$

خسته شده‌اند (یا اینکه تنبلی‌شان می‌شود که زیاد بدونند!) تصمیم بگیرند نزدیک هم حرکت کنند تا به محض نزدیک شدن گرگ، دست هم را بگیرند. به همین خاطر یک نفر باید به عنوان داور انتخاب شود (مثلاً معلمتان) تا اگر دید بعضی از نفرات کم کاری می‌کنند، به آن‌ها تذکر دهد و اگر کم کاری آن‌ها ادامه پیدا کرد، آن‌ها را از مسابقه خارج کند.

برای اینکه انجام این بازی با خطر روبه رو نشود، محدوده بازی باید از دیوارها فاصله داشته باشد. مثلاً می‌توانید در حیاط مدرسه یک محدوده را با خط‌کشی مشخص کنید تا گرگ و سایر نفرات در این محدوده بازی کنند. هر کس از این محدوده بیرون برود، از بازی هم باید خارج شود.

## این بازی چه کاربردی دارد؟

در این بازی نفرات باید در طول بازی بدونند. اما در جاهایی که گرگ می‌خواهد یک نفر را لمس کند، هم گرگ و هم آن بازیکن باید سرعت خود را به شکلی ناگهانی بیشتر کنند. این گونه دویدن‌ها در ورزش «اینتروال» نامیده می‌شوند که معنای آن دویدن به شکلی است که سرعت در آن به صورت ناگهانی بالا برود و بعد دوباره سرعت کم شود. این تمرین در فوتبال، دوهای استقامت، بسکتبال و ... کاربرد فراوانی دارد.

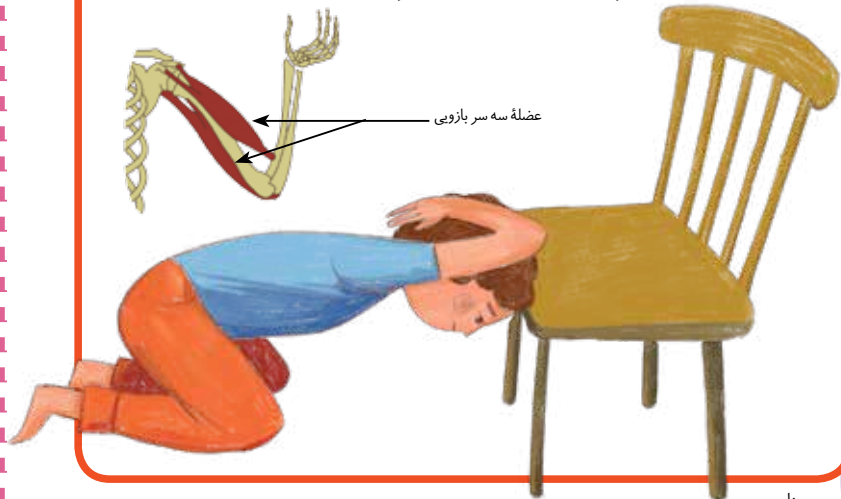
همچنین در رشته کبندی، نفرات باید هنگام فرار از دست بازیکن حریف، دست هم تیمی خود را بگیرند تا از زمین بازی اخراج نشوند. به همین خاطر انجام بازی «کمکم کن» می‌تواند شما را برای انجام این گونه ورزش‌ها در آینده آماده کند.

## نرمش‌های مفید برای خانه و مدرسه

فشاردادن آرنج به پشت با حالت زانوزدن

عضله فعال: سه سر بازویی

مقابل یک صندلی یا سکو زانو بزنید. کف هر دو دست را از پشت، روی شانه‌ها (کتف) قرار دهید. در مرحله بعد آرنج‌ها را روی صندلی یا سکو بگذارید و به طرف جلو، روی ران خود خم شوید. به این ترتیب حالا می‌توانید سینه خود را به سمت کف اتاق پایین آورید. این کار را بسته به آمادگی جسمی‌تان از ۱۰ تا ۳۰ ثانیه انجام دهید و بعد از یک دقیقه استراحت، این کار را دوباره تکرار کنید.



منبع

۱. بازی‌های پرورشی، دفتر تحقیقات و برنامه‌ریزی درسی، ۱۳۶۴.

۲. ملک‌محمدی، غلامحسین (۱۳۶۴). ورزش‌های سنتی بومی و محلی. انتشارات کمیته ملی المپیک. تهران. چاپ اول.

۳. بلاهنیک، جی (۱۳۸۸). حرکات کششی؛ تمرینات انعطاف‌پذیری بدن. ترجمه محمد ضمیری، مهرداد فتحی و فرزانه ضمیری. انتشارات بامداد کتاب. تهران.

# پایان این فیلم ترسناک

حسن ستوده نیا کرآنی

گرمای سیاره زیبای ما، انسان‌ها بوده‌اند. اما چگونه؟

میلیون‌ها سال قبل جانوران و گیاهان فراوانی روی کره زمین وجود داشتند. با گذشت زمان، باقی‌مانده بسیاری از این جانوران و گیاهان زیرزمین دفن شدند. مثلاً یک دایناسور عظیم‌الجثه گوشت‌خوار، دایناسور گول‌بیکر دیگری را خورد و باقی‌مانده گوشت و استخوان آن دایناسور زیر خاک مدفون شد. هزاران سال گذشت و در اثر فشار لایه‌های خاک و سنگ روی زمین، این جانوران و گیاهان زیر خاک به ماده‌ای بسیار باارزش تبدیل شدند که امروزه ارزش فراوانی برای انسان دارد: «نفت»

هزاران سال گذشت تا انسان به فایده‌های موادی مثل نفت پی ببرد و توانست آن‌ها را از زیر زمین استخراج کند. اما پیشرفت‌های انسان، کم‌کم برای کره زمین خطرناک شد!

موادی مثل نفت، زغال سنگ و گاز را «سوخت فسیلی» می‌گویند و همان‌طور که

گرمای شدید و خشک‌سالی بسیاری از نقاط کره زمین را فراگرفته‌اند، به‌طوری که مردم برای تهیه آب با مشکل روبه‌رو شده‌اند. هوادر بیشتر نقاط کره زمین بسیار گرم و سوزان است. هر چند وقت یک‌بار، توفان‌های وحشتناکی در نقاط گوناگون کره زمین رخ می‌دهند، توفان‌هایی که روزها و هفته‌ها طول می‌کشند و همراه با خود، گرد و خاک فراوانی را به محل زندگی انسان‌ها می‌آورند. چه زندگی وحشتناکی!

\*\*\*

آنچه که خواندید، قسمت‌هایی از یک کتاب یا فیلم سینمایی نیست. این‌ها اتفاقاتی هستند که چند سال بعد در کره زمین رخ می‌دهند. اگر شما به اندازه کافی عمر کنید و مثلاً تا ۸۰ سال دیگر زنده باشید، بسیاری از این صحنه‌های وحشتناک را با چشمان خود خواهید دید؛ صحنه‌هایی که تنها به‌خاطر گرم‌شدن سیاره زیبای ما رخ می‌دهند.

شاید به این نوشته‌ها توجهی نکنید و با بی‌تفاوتی بگویید: «مگر ممکن است زمین این‌قدر تغییر کند؟! اصلاً چنین اتفاقی نمی‌افتد!» اما یادتان باشد که اگر مثلاً صد سال یا دویست سال قبل به مردم کره زمین می‌گفتند زمین در حال گرم‌شدن است، آن‌ها هم باور نمی‌کردند. ولی این اتفاق رخ داده است و متأسفانه عامل اصلی





از اسمشان مشخص است، موادی هستند که از باقی مانده جانوران و گیاهان میلیون ها سال قبل در زیر زمین به وجود آمده اند. سوخت های فسیلی گرمای فراوانی تولید می کنند و چون بیشتر کارخانه ها، ماشین ها و ... با این گونه مواد کار می کنند، استفاده انسان از سوخت های فسیلی روز به روز بیشتر و بیشتر شد. مثلاً تمام خودروها از بنزین استفاده می کنند و بنزین نیز از نفت تولید می شود. استفاده از بنزین هر چند استفاده از خودروها را آسان می کند، اما در عوض هم گرمای فراوانی پدید می آورد و هم باعث آلودگی هوا می شود. مخصوصاً وقتی که میلیون ها خودرو در سراسر جهان هر روز فعالیت می کنند، میلیون ها لیتر بنزین مصرف و گرمای آن در فضا پخش می شود.

در سال های اخیر، به جز سوخت های فسیلی، برق هم عامل دیگری در تولید گرما بوده است. اگر می خواهید ببینید برق چه مقدار گرما تولید می کند، فقط کافی است دستتان را به یک لامپ قدیمی و پرمصرف نزدیک کنید. اگر این کار را انجام دهید، حتماً دستتان می سوزد! حالا جهانی را در نظر بگیرید که میلیون ها خودرو، کارخانه و وسایل برقی در طول

شبانه روز در آن مشغول کار هستند. چنین جهانی مرتباً گرم و گرم تر می شود ...

هرچه دنیا گرم تر شود، امکان بارش باران و برف هم کمتر خواهد شد. حتماً در کتاب های درسی تان خوانده اید و به خوبی می دانید که بخار آب در ارتفاعات با استفاده از سرمای هوا به قطره های باران یا دانه های برف تبدیل می شود و روی زمین می بارد. حالا اگر کره زمین گرم شود، این گرما باعث می شود که بخار هوا نتواند به قطره های باران تبدیل شود و به این ترتیب باران روز به روز کمتر خواهد شد.

وقتی بارش باران کم شود، زمین ها خشک می شوند و دیگر در آن ها گل و گیاه رشد نمی کند. کم کم ذرات خاک از سطح زمین جدا و با وزش باد، در هوا پراکنده می شوند. به این ترتیب توفانی از ریزگردها و ذرات ریز معلق در هوا انسان را در خطر

قرار می دهد؛ خطری که در سال های اخیر در شهرهای کشورمان از نزدیک دیده ایم. اما برای مقابله با این مشکلات چه باید کرد؟

سعی کنید تمامی توانی را از گرم شدن زمین جلوگیری کنید. چگونه؟ با خاموش کردن لامپ هایی که می توانند باعث گرم شدن زمین شوند، با کم کردن سفرهای غیر ضروری با خودرو و استفاده از وسایل نقلیه عمومی مثل اتوبوس و قطار شهری (مترو) تا در مصرف بنزین صرفه جویی شود و عادت به اینکه هر سال درختی بکارید تا از نابود شدن خاک و تبدیل آن به ریزگرد جلوگیری کنید.

دیگر چه راه هایی به ذهنتان می رسند تا به زمین کمک کنید؟

# هرمزگان؛

## بهشت خلیج فارس

کمتر استانی در ایران مانند «هرمزگان» درگیر دریا و امواجش است. هرمزگان استانی باریک و کشیده است که مانند یک پرندۀ دو بالش را یکی بر ساحل‌های خلیج فارس و دیگری را بر دریای عمان پهن کرده است. شهر و روستاهای هرمزگان یا بر ساحل دریا نشسته‌اند یا به‌خاطر پهناي کم استان، در فاصلهٔ نزدیکی از دریا قرار دارند و به‌راحتی می‌توان اثرات امواج دریا را در هر جا دید؛ در شغل و زندگی، در خوراک و پوشاک، و در فرهنگ و هنر مردم.

هرمزگانی بی‌دریا قابل تصور نیست و خلیج فارس و دریای عمان بی‌هرمزگان چیز بزرگی را کم دارد. هرمزگان یک جادهٔ ساحلی دارد که می‌توان روی آن راند و یکی یکی ساحل‌ها و شهرهای زیبای استان را دید. ساحل‌هایی که نه تنها هیچ کدام شبیه دیگری نیست، بلکه نمونه‌اش را در هیچ جای دیگری نمی‌توان یافت. با ما هم‌سفر شوید برای دیدن بخشی از زیبایی‌های این استان.



### خلیج نایبند؛ متنوع و زیبا

اگر خوش‌شانس باشید، در ساحل «نایبند» می‌توانید منتظر چنین صحنه‌های جذابی باشید. آفتاب که از خط ساحلی نایبند بالا می‌آید، کم‌کم سروکلۀ اسب‌ها، بزها، روباه‌ها، لاک‌پشت‌ها و پرندگان پیدا می‌شود. هم‌نشینی خلیج با پارک ملی نایبند باعث شده است، گردشگران بتوانند انواع حیوانات را در این ساحل ببینند. همین ویژگی در کنار تنوع شکل ساحل، خلیج نایبند را به یکی از جذاب‌ترین ساحل‌های هرمزگان تبدیل کرده است. در خط ساحلی نایبند می‌توان ساحل‌های شنی، مرجانی و صخره‌ای را در کنار هم تجربه کرد.

من و عکس: محمد مهدی بهمنی

### ساحل مَکسر؛ با چشم اندازی فرا از مینی

سنگ سخت‌تر است یا آب؟ ساحل مَکسر، نزدیک روستای «مقام»، پاسخ خوبی است برای این سؤال. موج‌های خلیج فارس در مَکسر سال‌هاست مشغول فرسودن و شکل‌دادن به ساحل سنگی هستند. سعی و تلاش آب‌های خلیج فارس حالا بعد از گذشت هزاران سال مجموعه‌ای زیبا از حجم‌های سنگی به‌وجود آورده است که هر کدام مانند یک مجسمهٔ هنرمندانه به نظر می‌رسند. بدون شک مَکسر با چشم‌اندازها و حال‌وهوای فرازمینی‌اش یکی از عجیب‌ترین و منحصر به‌فردترین ساحل‌های ایران است.



## بندر کنگ

### شهر لنج سازان و لنج بازان

هزاران سال است که هرمزگانی‌ها لنج می‌سازند و با آن‌ها به آب می‌زنند تا سهمشان را از دریا بردارند و سر سفره ببرند. دریا با مردم استان همیشه گشاده‌دست بوده است؛ چه برای ماهیگیری که چشم به دریا و ماهی‌هایش داشته‌اند و چه برای تاجرانی که کالاهای تجاری‌شان را بار لنج کرده‌اند و با هزار امید و آرزو سوار بر امواج شده‌اند. با وجود اینکه مدت‌هاست کشتی‌هایی از جنس شیشه (فایبر گلاسی) به میدان آمده‌اند، اما برخی ناخداها هنوز به کشتی‌های چوبی وفادارند. هنوز هم اگر سری به بندر «کنگ» یا بندر «لافت» بزنید، در کارگاه‌های لنج‌سازی کارگرانی را مشغول ساخت لنج‌های چوبی می‌بینید.



## قشم؛ بزرگ‌ترین جزیره

استان هرمزگان به تنهایی ۱۴ جزیره دارد که بزرگترینشان قشم است. قشم ۱۲۵ کیلومتر طول دارد و آن‌قدر به جاده ساحلی استان نزدیک است که می‌توان سوار بر خودرو و در حال راندن در جاده، آن را تماشا کرد. جزیره پر از دیدنی‌های طبیعی و تاریخی و شهر و روستاهای ریز و درشت است. از جمله همین بندر لافت که قدیمی‌ترین شهر جزیره است. مردم لافت در خانه‌هایی زندگی می‌کنند که با بادگیر خنگ می‌شوند. بادگیرهایی که برای صید بادهای خنک ساحلی دهانشان را رو به دریا باز کرده‌اند.

## هرمز؛ نگین رنگارنگ

خیلی‌ها جزیره «هرمز» را نگین خلیج فارس می‌دانند. شاید شما هم اگر پا به جزیره بگذارید با آن‌ها هم عقیده شوید. جزیره هرمز با خاک رنگارنگ، به ویژه سرخ رنگش که نتیجه وجود اکسیدهای فلزی در آن است، شناخته می‌شود. اما جزیره چیزهای بیشتری برای علاقه‌مندان کناره‌گذاشته است. الهه نمک، دره رنگین‌کمان، ساحل سرخ و نقره‌ای، دره مجسمه‌ها، ساحل‌های صخره‌ای و جنگل حرا، تنها بخشی از داشته‌های جزیره هستند. «کیش»، «لاوان»، «لارک»، «ابوموسی»، «تنب بزرگ»، «تنب کوچک» و «هنگام» بعضی از جزیره‌های استان هرمزگان هستند.



۴. ساحل مکسر

۵. خلیج نایبند

۱. هرمز

۲. قشم

۳. بندر کنگ

خلیج فارس

## ولادت حضرت رسول اکرم (ص) مبارک باد

احمد مُرسِل<sup>۱</sup>، آن چراغ جهان  
رحمت عالم، آشکار و نهان

بر تو، از نفس تو رحیم تر است  
در شفاعت، از آن کریم تر است

پاک شو، پاک رستی از دوزخ  
کو رهاند تو را از آن برزخ

خاک او باش و پادشاهی کن  
آن او باش و هر چه خواهی کن

تا به حَشْر<sup>۲</sup>، ای دل ار ثنا گفתי  
همه گفתי، چو مصطفی (ص) گفתי

حکیم سنایی غزنوی



۱-مرسل: فرستاده شده از سوی خدا  
۲-حشر: روز رستاخیز و قیامت