



روشاد جوان

ماهنامه آموزشی و تربیتی برای دانش آموزان دوره متوسطه دوم
ادوره سی و نهم | دی ۱۴۰۲ | شماره پیدرپی ۳۲۷ | صفحه ۴۸

ISSN: 1606-9080

www.roshadmag.ir



به باوری که در اعماق چشم اوست قسم هنوز رفتن او را نمی‌کنم باور
حمید رضایرقدی

رفیق تمام راه

این قسمت: پناه

انتخاب آگاهانه



عکس از: شادی هاشمی علیا- دوازدهمین دوره جشنواره دوسالانه عکس و تصویرگری رشد

من یک حاج قاسم دیگر

من حاج قاسم نیستم؛ چرا که حاج قاسم زمان نبود که تمدید شود، مکان نبود که تعمیر شود، حاج قاسم تولید نبود که تکرار شود و نوشته‌ای نبود که تکثیر شود.

حاج قاسم اندیشه‌ای بود به ارتفاع آسمان، تدبیری بود به درازای زمان، شجاعتی بود به پهنای جهان، آرشی بود به معنای تمام ایران و پرچمی بود برافراشته به بلندای مردانگی مردان مرد، حاج قاسم دستی بود به روشنایی دید بیضا و نهالی بود به زیبایی شاخه طوبی. منم یک حاج قاسم دیگر؛ اگر شجاعی باشم با تدبیر؛ آرشی باشم کمانگیر، اگر پرچمی باشم همیشه برافراشته، دستی باشم روشن تر از ییضاء و اندیشه‌ای داشته باشم مرتفع تر از آسمان‌ها. منم یک حاج قاسم دیگر؛ از ستمگری بیزار باشم و راهم پاسداری از میهنم باشد. حاج قاسم پیکرت را بخش بخش نکردند، شجاعتت را پخش کردند و سهم من قطره‌ای شد از شجاعت تو.

حاج قاسم پیکرت را تکه تکه کرده اند اما بدانند که اندیشه‌ات را تکه تکه کردند و سهم من و هر یک از ما تکه‌هایی شد از اندیشه‌های بارز تو تا هزاران مرد و زن شجاع باشیم و اندیشه‌هایت را در سر ببریم و جورچین مردانگی را با هم و در کنار هم ردیف کنیم تا ایرانی بسازیم با هزاران حاج قاسم دیگر.

رشد جوان

فرهنگی-اجتماعی

ماهنامه آموزشی و تربیتی برای دانش‌آموزان دوره متوسطه دوم | دوره سی و نهم | دی ۱۴۰۲ | شماره پستی درستی ۳۳۷ | ۴۸ صفحه



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

مدیرمسئول: محمد صالح مذنبی

سر دبیر: دکتر زهرا باقری

مدیر داخلی: فرناز بابازاده

شورای برنامه‌ریزی: زهرا باقری، حبیب یوسف‌زاده،

فریبرز بیات، عباس نورآبادی، الهام مقیسه، علیرضا ثبتي

کارشناس داستان و شعر: سعیده موسوی‌زاده

کارشناس علمی: سیامک آرمان

کارشناس طنز: نسیم عرب‌امیری

مدیر هنری: کورش پارسائزاد

دبیر عکس: اعظم لاریجانی

ویراستار: بهروز راستانی

طراح گرافیک: سید حامد الحسینی

تصویرگر روی جلد: فرار بیازادگان



روزشمار دی ۲

انتخاب آگاهانه ۴

رفیق تمام راه ۸

آسیب‌ها و آفت‌های تفکر نادرست ۱۰۱

از من پیرس ۱۲

بسکتبال سه نفره ۱۴

شعر برای خواص یا عموم مردم؟ ۱۶

شاعرانه ۱۸

آزمون سراسری ۲۰

قلمستون ۲۲

پناه ۲۴

لبخند جوان ۲۶

پوسیدگی دندان ۳۲

مقابله با سلطه‌گری اطرافیان ۳۵

دانشگاه هنر ۳۸

سرگرمی ۴۲

مسافرت مشتری در زمین شما ۴۴

اول جا بندها بعد راه بندها ۴۶

پایتخت سازه آبی جهان ۴۸

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 اسلامی‌مان امکان تهیه آن را داشته باشند.

قیمت: ۱۱۰۰۰ ریال

نشانی دفتر مجله: تهران، خیابان ایرانشهر شمالی،

پلاک ۲۷۰ صندوق پستی: ۱۵۸۲۵/۶۵۸۴

تلفن: ۸۸۸۴۹۰۹۶/نمایر: ۸۸۳۰۱۴۷۸/

پیامک: ۳۰۰۸۹۹۵۱۹

نشانی رایانامه: Email:javan@roshdmag.ir

صندوق پستی امور مشترکان: ۱۵۸۲۵/۳۳۳۱

تلفن امور مشترکان: ۰۲۱-۸۸۸۶۷۳۰۸

نشانی مرکز بررسی آثار: تهران - خیابان ایرانشهر

شمالی - ساختمان شماره ۴ آموزش و پرورش (شهید

سلیمی) شماره ۲۶۸ - دفتر انتشارات و فناوری آموزشی

صندوق پستی ۱۵۸۵۷/۶۵۶۷ | تلفن: ۰۲۱-۸۸۳۵۷۲۲۰

رایانامه: barresiasar@roshdmag.ir

نشانی کانال مجله
رشد جوان در
پیام‌رسان‌شاد:

نظرسنجی



nazar.roshdmag.ir



@roshd_javan

روزهای ماندگار



۹ دی

روز بصیرت و میثاق امت با ولایت

حماسه نهم دی ماه و حضور پرشور مردم حماسه ساز و ولایت مدار ایران اسلامی در راه پیمایی ۹ دی ماه سال ۱۳۸۸ که به صورت خودجوش توسط مردم ایران به وقوع پیوست، نقطه عطفی در تاریخ انقلاب اسلامی و برگ زرین دیگری از افتخارات مردم همیشه در صحنه ایران به شمار می آید. در این روز که با عنوان روز «بصیرت» از آن یاد می شود، مردم نشان دادند که اگر دشمن در برابر دین آن ها بایستد، در برابر تمام دنیای آن ها خواهند ایستاد. این روز در پی اهانت و حرمت شکنی عده ای غافل نسبت به مقدسات در روز عاشورا شکل گرفت که با هوشیاری ملت قهرمان ایران به روزی بزرگ تبدیل شد.

روز شمار

دی

۵ دی

روز ایمنی در برابر زلزله و کاهش اثرات بلاهای طبیعی

بامداد روز جمعه پنجم دی سال ۱۳۸۲، زمین لرزه شدیدی با قدرت ۶/۳ ریشتر شهرستان بم را تکان داد که به خاطر ۴۰ هزار کشته ای که به جا گذاشت، یکی از غم انگیزترین روزهای تاریخ ایران بود. این اتفاق سبب شد ۵ دی «روز ایمنی در برابر زلزله و کاهش اثرات بلاهای طبیعی» نامیده شود تا حواسمان به هم با و زلزله های دیگر باشد. چیزی که در این میان باز هم همه را شگفت زده کرد، حس همدلی و نوع دوستی در میان مردم کشورمان بود

۴ دی

ولادت حضرت عیسی مسیح (ع)

روز تولد حضرت عیسی (ع) را هر سال مسیحیان جشن می گیرند، اما این شادی و احترام فقط مخصوص مسیحیان نیست. این پیامبر اولوالعزم (ع) در میان مسلمانان نیز جایگاه خاصی دارد. مسلمانان به معجزه های این پیامبر، از جمله سخن گفتن وی در گهواره، جان بخشیدن به مردگان، و ... باور دارند و معتقدند که عیسی (ع) همراه امام زمان (ع) ظهور خواهد کرد. در قرآن نیز بارها و بارها از حضرت عیسی (ع) و مادر ایشان نام برده شده است: ۲۵ بار از نام حضرت «عیسی (ع)»، ۹ بار از نام «مسیح» و ۳۱ بار از نام حضرت مریم. سال نوی میلادی یک هفته بعد از تولد حضرت عیسی (ع) آغاز می شود

۱۳ دی



ولادت حضرت فاطمه (س) و روز زن - تولد امام خمینی (ره)، رهبر کبیر انقلاب اسلامی

خورشید از پشت کوه‌های مکه سر کشیده و نگاه گرمش را به یکی از خانه‌ها دوخته است. آنجا خانه خدیجه (س) است. چشمه خورشید می‌جوشد و به خانه نور می‌پاشد. انگار می‌خواهد از آنچه در خانه می‌گذرد، خبری بگیرد و برای اهل آسمان ببرد؛ تا آن‌ها را در شادی خود شریک سازد. نسیم خنکی صورت عرق کرده خدیجه را نوازش می‌دهد. محمد (ص) فرشته کوچک را در آغوش می‌گیرد. جبرئیل می‌آید و در گوشش زمزمه می‌کند: «انا اعطیناک الکوثر...»: ما به تو کوثری عطا کرده‌ایم؛ پس برای پروردگارت نماز بگذار و قربانی کن.»

پیامبر لبخند می‌زند. چقدر صدای جبرئیل را دوست دارد!

۲۳ دی

ولادت حضرت امام محمد باقر (ع)

ابوجعفر محمد بن علی الباقر روز اول رجب سال ۵۷ هجری قمری در مدینه به دنیا آمد. پدر بزرگوارشان امام سجاد (ع) فرزند امام حسین (ع) و مادر گرمی‌شان فاطمه (س) دختر امام حسن (ع) بود. به این ترتیب ایشان نخستین امامی هستند که هم از نسل امام حسن (ع) و هم از نسل امام حسین (ع) بود. ایشان امام پنجم ماسیعیان هستند و چهار سال قبل از واقعه «عاشورا» در مدینه به دنیا آمدند. در ۳۹ سالگی به امامت رسیدند و ۱۹ سال در این جایگاه به هدایت مشغول شدند. نام ایشان محمد و یکی از معروف‌ترین القابشان باقر بود. ایشان را باقر العلوم (شکافنده علم) می‌نامیدند و دلیل این نام، دانشی بود که وی اندوخته بود.

امام محمد باقر (ع) در دوره‌ای امامت می‌کرد که «امویان» ضعیف شده بودند و با «عباسیان»، خلفای بعدی، دائم کشمکش داشتند. در این هرج و مرج، امام (ع) که به لحاظ علمی مشهور بود و اهل سنت هم به علم ایشان اذعان داشتند، توانست جنبشی علمی پدید بیاورد که بعدها در زمان امام صادق (ع) به اوج رسید. این عنبه، از علمای معروف اهل سنت، درباره ایشان گفته است: «علم او وسیع و حلم او فراوان بود.»



۱۳ دی

شهادت سردار سپهبد قاسم سلیمانی - روز جهانی مقاومت

در شامگاه ۱۳ دی ماه ۱۳۹۸، در حمله موشکی پهپاد آمریکایی به دو خودرو در اطراف فرودگاه بغداد، سردار بزرگ و پرافتخار اسلام، قاسم سلیمانی، فرمانده سپاه قدس و تنی چند از همراهانش مورد هدف قرار گرفتند و به شهادت رسیدند. شهادت پاداش مردی بود که در میدان‌های مبارزه سال‌ها مخلصانه مجاهدت کرد و آرزوی شهادت در راه خدا داشت.

این روز به پیشنهاد «بنیاد حفظ آثار و نشر ارزش‌های دفاع مقدس» و با تصویب «شورای فرهنگ عمومی»، در تقویم کشور به نام «روز جهانی مقاومت» نام‌گذاری شد تا بیانگر نقش و جایگاه بی‌نظیر شهید قاسم سلیمانی در فرماندهی جبهه مقاومت باشد. این روز، روز پاسداشت مجاهدت‌های خالصانه سردار سلیمانی و یاران ایشان برای کشور و گرامی‌داشت یاد و خاطره‌شان است.

۲۵ دی

شهادت حضرت امام علی نقی (ع)

حضرت امام ابوالحسن علی‌النقی الهادی (ع)، پیشوای دهم شیعیان است. ایشان در سال ۲۲۰ قمری، پس از شهادت پدر بزرگوارشان، به امامت رسیدند و در این هنگام هشت سال داشتند. مدت امامت آن امام بزرگوار ۳۳ سال و عمر شریفشان ۴۱ سال بود و در سال ۲۵۴ در شهر سامرا به شهادت رسیدند.

امام هادی (ع) میراث‌دار علم پیامبر (ص) در دوران خود بود؛ دانشی که بر پایه آن، بشریت از کور راه‌های نابودی رهایی می‌یابد.

انتخاب آگاهانه

حسین امینی پویا

یکی از مهم‌ترین چالش‌های زندگی ما تصمیم‌گیری در لحظه‌های حساس و مهم زندگی است. می‌دانیم که تفکر و اندیشه در روند تصمیم‌گیری ما نقشی مهم و کلیدی دارد. این در حالی است که متأسفانه بعضی از ما در تصمیم‌های ریز و درشتی که در طول زندگی می‌گیریم، کمتر می‌اندیشیم. این است که همه جا به نتیجه دلخواه نمی‌رسیم. این‌ها همه از آن روست که ذهن طبیعی و ناپرورده ما، غالباً چیزهایی را بی‌جهت درست و بدیهی می‌شمارد، در حالی که هرگز درستی یا نادرستی آن‌ها را نیازموده است.

آنچه بیش از همه در زمان تصمیم‌گیری‌های حیاتی به کار می‌آید، قدرت تفکر و تعقل ماست، و در کنار آن، داشتن اطلاعات کافی در مورد موضوع‌های مورد نظر. با دانش و اطلاعات کافی در این نوع تصمیم‌گیری‌هاست که می‌توانیم امیدوار باشیم به هدف‌های مورد نظر برسیم.

البته به نظر می‌آید در دنیای امروز مشکل نبود یا کمبود اطلاعات وجود ندارد. برعکس حجم بسیار زیاد اطلاعات است که در این روند اختلال ایجاد می‌کند. شبکه‌های رادیویی و تلویزیونی، پیام‌های تبلیغاتی که از در و دیوار می‌بارند، کتاب‌ها، روزنامه‌ها و مجله‌ها، و به خصوص



شده است. از سوی دیگر، آنچه که مسئله را حساس تر می‌سازد، آن است که همین اطلاعات به باورها و تصمیمات ما شکل و جهت می‌دهند، زیرا غالباً این اطلاعات سعی دارند ما را متقاعد سازند که با آن‌ها هم عقیده شویم و ایده آن‌ها را بپذیریم. اما آیا پذیرش بی‌چون و چرای این اطلاعات درست است؟ و از ما انسانی بی‌اراده و بی‌خرد نمی‌سازد؟ این درحالی است که به واقع ما چیزی جز تفکر و اندیشه‌مان نیستیم که گفته‌اند:

ای برادر تو همه اندیشه‌ای

ما بقی استخوان و ریشه‌ای (مولانا، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۷۷)

این واقعیت یعنی شخصیت و نوع زندگی ما مستقیماً تابع تفکر و اندیشه ماست. می‌بینید که در این زمانه باید ذهنیتی ارزیاب داشت؛ ذهنیتی که پس از ارزیابی دقیق یک موضوع تصمیم بگیرد آن را بپذیرد یا نپذیرد. و این همان توصیه قرآن به ماست: «و از آنچه بدان دانشی نداری، پیروی نکن که از گوش و چشم و دل، آری از همه آن‌ها بازخواست خواهند کرد» (سوره اسراء، آیه ۳۶). یعنی آگاهانه عمل کن و تصمیم بگیر. پس پیروی از عادت‌های غلط،

طیف گسترده شبکه‌های اجتماعی در حوزه‌های تخصصی و غیرتخصصی، همه و همه، انبوهی از اطلاعات را - که بسیاری از آن‌ها با مقصودها و استدلال‌های گاه غلط نیز همراه هستند - عرضه می‌کنند، آمار فریبنده ارائه می‌دهند و گاه شایعه می‌پراکنند و بدین ترتیب ما با هجوم اطلاعات درست و غلط روبه‌رو هستیم.

روشن است که در میان این همه اطلاعات غلط و اخبار جعلی، بخش قابل توجهی از اطلاعات درست و واقعی، اخبار و آمار علمی و معتبر، و استدلال‌های درست و معقول نیز وجود دارند. چرا که فضای مجازی به هر کس اجازه می‌دهد هر چه را که می‌خواهد ارائه دهد و هر چه را که می‌خواهد بگوید. در نتیجه شما با ملغمه‌ای از اطلاعات روبه‌رو هستید و متأسفانه اطلاعات غلط، به طور کاملاً پیچیده‌ای با اطلاعات صحیح درهم آمیخته‌اند و همین کار تشخیص سره از ناسره را مشکل کرده است.

می‌بینید که ما در عصر اخبار جعلی و اطلاعات گمراه‌کننده و غیردقیق زندگی می‌کنیم. انگار دروغ‌گفتن بخشی از اخبار و سیاست است. به همین علت است که می‌گوییم فهم اینکه دقیقاً چه چیزی درست و چه چیزی غلط است، کار دشواری



فرض اینکه گفته شود دانشمندان کشف کرده‌اند، باید سریع پرسید: کدام دانشمندان؟ با کدام پژوهش؟ چه سالی؟ و با نمونه آماری چند نفره؟ هر جا شنیدید که گفته شد کارشناسان معتقدند، می‌توانید رد نکنید، اما حتماً نسبت به آن تردید داشته باشید و خیلی راحت هر چیزی را تأیید و باور نکنید. بعضی‌ها از جراح دروغین خبرها به خبرگزاری‌های مشهور برای اعتباربخشیدن به مطلب استفاده می‌کنند. تحریک شدید احساسات از طریق اغراق در داستان و عکس‌های دلخراش می‌تواند از نشانه‌های اولیه دروغ بودن يك مطلب باشد.

شیوه نگارش و سطح علمی مطالب، اشتباه‌آمیزی و نگارش شتابزده و غیرحرفه‌ای هم می‌تواند نشانه خوبی برای مطمئن نبودن يك موضوع باشد. البته زیبایی نیز مساوی درست بودن مطلب نیست. بسیار دیده شده است که برای مطلب چرندی تصویرهای گرافیکی یا حتی ویدئویی زیبایی ساخته‌اند و مهم آن است که بدانیم اینترنت، گوگل و ... منبع نیستند. این‌ها فقط ابزارهای جست‌وجو هستند. یعنی هر چیزی که در آن‌ها پیدا می‌شود، لزوماً درست نیست؛ حتی اگر صد جا هم تکرار شده باشد.

و بالاخره بدانیم انگلیسی بودن مطلب نیز به معنی معتبر بودن آن نیست. انگلیسی زبان‌ها هم به اندازه ما استعداد گول خوردن دارند. پس باید برای شخصیت و وقت خود ارزش قائل باشیم و هر مطلبی را نخوانیم و هر وبگاهی (سایتی) را دنبال نکنیم.

برای تقویت تفکر انتقادی چه می‌توان کرد؟

بدانیم تفکر انتقادی مهارتی نسبی است و هیچ‌کس نمی‌تواند ادعا کند که آن را به طور کامل فرا گرفته است و به کار می‌بندد. افراد به درجه‌های متفاوتی از این مهارت برخوردارند و از آن استفاده می‌کنند، اما از این راه‌ها می‌توان شیوه تفکر انتقادی را بهبود بخشید.

همواره سطح بهینه‌ای از شك‌گرایی داشته باشیم!

باید معتقد باشیم که هر ایده جدید و هر خبر تازه‌ای که به خصوص در فضای مجازی منتشر می‌شود، لزوماً نمی‌تواند منطقی و واقعی باشد. پس نباید ابتدا به ساکن به آن‌ها اعتماد کنیم؛ مخصوصاً در مورد ادعاهایی که در همان نگاه اول نیز قابل تردید به نظر می‌رسند. به فرض اگر افراد یا گروه‌هایی ادعا می‌کنند که می‌توانند به شما نیروی مافوق بشری را آموزش دهند، یا شما را به سرعت ثروتمند سازند، یا به شما کمک کنند که در زمان کوتاهی بدون هیچ برنامه و تلاش و بدون عارضه‌ای چاق یا لاغر شوید، شما در این‌گونه موارد باید به شدت مشکوک شوید

تبعیت چشم بسته از نیاکان، گوش سپردن به شایعات و باور آن‌ها، قضاوت بدون آگاهی، موضع‌گیری‌های بدون تحقیق، ستایش یا انتقاد نابجا و تصمیم‌های غیرمنطقی و در شرایط هیجانی، همه و همه براساس این آیه مردود و ممنوع هستند.

این‌ها همه به نوعی بر آگاهی و اندیشه‌ورزی تأکید دارند؛ یعنی مواجه شدن آگاهانه با ایده‌ها و موضوع‌ها. و این همان مهارت «تفکر انتقادی» است. یعنی بررسی عقیده‌ها و نظرها و تصمیم‌گیری درباره آن‌ها بر مبنای دلایل، شواهد و نتایج درست و منطقی. یعنی فکر کردن به موضوع‌ها بدون پیش‌داوری. ما به چنین تفکری همیشه نیاز داریم و اینک که با هجوم اخبار و داده‌های نادرست و جعلی و گاه متضاد مواجه هستیم، بیشتر به آن نیازمندیم. چرا که اینک علاوه بر آلودگی‌های قبلی چون آلودگی صوتی و ... با آلودگی اطلاعاتی و آلودگی فهمی نیز مواجهیم.

البته باید بدانیم تفکر نقادانه در حوزه‌های متفاوت و گسترده‌ای مطرح است و از نظرگاه‌های مختلف به آن نگاه شده است. اما ما در اینجا به یکی از کاربردهای آن توجه داریم: کاربرد در حوزه اخبار و اطلاعات و مطالعات روزمره. همین‌جا باید بدانیم منظور از تفکر انتقادی به هیچ‌وجه منفی‌نگری و تمرکز بر عیب‌ها نیست. بدین معنی نیست که ما باید همه چیز را بی‌اعتبار بدانیم. منظور آن است که بکوشیم فارغ از سوگیری‌ها و تنها مبتنی بر داده‌ها و مستندات منطقی و عاری از هرگونه خام‌اندیشی و زودباوری، اطلاعات دریافتی را ارزیابی کنیم.

برای مثال، در برابر خبر، مطلب و یا فیلمی که در فضای مجازی می‌بینیم، از خود بپرسیم: آیا این خبر منبع معتبری دارد؟ گاهی نیز باید پرسید: کل ماجرا چیست؟ زود باور نباشیم و هیچ‌وقت با دیدن يك عکس یا يك قطعه ویدئویی کوتاه قضاوت نکنیم. زاویه‌های فیلم برداری، مشخص نبودن قبل و بعد آن، ربط دادن عکس به مطلب نامرتبط، دستکاری عکس یا فیلم و ... همه مهم هستند. جمله‌های خبری با ظاهری علمی، اما به واقع مبهم. به

کردیم، به جای ذهن خوانی از خود وی سؤال می‌کنیم. با نبود قطعیت در بسیاری از جاها کنار می‌آییم. انس گرفتن با اندیشه، احتیاط و آهستگی در اظهار نظر و ادعا، آمادگی همیشگی برای تأمل کردن و مواجهه با اندیشه‌های جدید و تازه، احتیاط در تصمیم گرفتن، پرهیز از نظم ساختگی برقرار کردن بین پدیده‌ها، دوری جستن و تنفر از هرگونه فریب خود و دیگران، این‌ها و بسیاری خصوصیات اخلاقی و روانی دیگر، از ثمرات عادت به تفکر انتقادی است. می‌بینید که این مهارت علاوه بر اینکه یکی از مهم‌ترین ویژگی‌ها و پیش‌نیازها در روش علمی و تحقیقی است، اما کاربرد آن بسیار وسیع‌تر از این مقوله است و ما به این مهارت نه فقط در حوزه کسب علم و آگاهی که در سراسر زندگی خود نیاز داریم. با تمرین و آموختن این عادت، هر یک از تصمیم‌ها و فکرهای ما می‌تواند گام مثبتی در جهت بهبود زندگی و آرامش ما باشد و در نتیجه احساس بهتری نسبت به خود زندگی در ما ایجاد می‌کند.



و به آسانی ادعای گزاف آن‌ها را نپذیرید. باید دانست چیزهای زیادی در دنیا وجود دارند که نمی‌توان به سادگی آن‌ها را تأیید کرد. پس در صورتی که شما داده و اطلاعات کافی برای نتیجه‌گیری و پذیرش آن‌ها در دسترس ندارید، بازخورد درست آن است که هیچ موضعی در رد یا تأیید آن‌ها نگیرید. تنها واکنش قابل قبول شما در این‌گونه زمینه‌ها گفتن «نمی‌دانم» است. می‌دانم که دادن این پاسخ برای خیلی‌ها دشوار است و شجاعت می‌خواهد.

به هر حال نتیجه‌گیری با هرگونه اظهار نظر منفی یا مثبت در مورد چیزی که اطلاعات دقیقی در آن زمینه ندارید، هم خودتان را گمراه می‌کند و هم دیگران را نسبت به شما و منطق شما نامطمئن می‌سازد. تلاش کنید از سوگیری‌های شخصی خود آگاه باشید و بر آن‌ها غلبه پیدا کنید. بدانیم این سوگیری‌ها در تفکر نقادانه ما خلل ایجاد می‌کنند و جلوی نگاه واقع‌بینانه ما را می‌گیرند. پس باید کوشید تا جایی که ممکن است در حین ارزیابی اطلاعات احساسات و ذهنیات خود را دخالت ندهیم. باید نقطه نظرات گوناگون را دنبال کرد و یک‌سویگری را کنار گذاشت.

هر چیزی را زود باور نکنید و آنچه را که باور می‌کنید، استدلال منطقی و توجیه معقول برایش داشته باشید. اگر می‌خواهید بر دانسته‌های خود بیفزایید، آن‌ها را باید از منابع مطمئن کسب کنید. اگر قبلاً اخبار رسمی رادیو و تلویزیون و روزنامه‌های معتبر منابع اصلی خبرهای دست اول بودند، اینک شبکه‌های اجتماعی و ابزارهای دیجیتال، بسترهایی پراکنده و غیرمتمرکز اما سریع و قوی برای انتقال همه جور اطلاعات و اخبار هستند؛ ابزارهایی که با وجود خطاهای زیاد و اعتبار پایین، تنها به دلیل سرعت بالا، دردسترس بودن، و نداشتن نظارت (کنترل) متمرکز توجه زیادی را به خود جلب کرده‌اند. از این رو می‌بینید که تا دلتان بخواهد در فضای مجازی خبر وجود دارد، اما معمولاً منبع خبر معتبری وجود ندارد. اطلاعات وجود دارد، اما استناد لاقبل به شیوه گذشته وجود ندارد. انگار وظیفه ارزیابی صحت و سقم اطلاعات و اخبار همه به تدریج به خود فرد واگذار شده و این کار را سخت پیچیده کرده است.

نکنه قابل توجه آن است که اگر بتوانیم به تفکر نقادانه عادت کنیم، به برخی فضیلت‌های فکری و اخلاقی نیز دست خواهیم یافت و شخصیت ما شکل جدید و معقول‌تری به خود خواهد گرفت. به فروتنی و تواضع فکری دست می‌یابیم، چون به تدریج می‌فهمیم که بسیار چیزها هستند که ما نمی‌دانیم. به این ترتیب از محدودیت دانشی و شناخت خودمان آگاه می‌شویم.

تفکر انتقادی باعث نگاه همدلانه به فکرها و سلیقه‌های مختلف می‌شود. یاد می‌گیریم که باید با همه دیدگاه‌ها عادلانه و منصفانه برخورد کنیم. به خودمان کمتر اجازه می‌دهیم که برخوردی صرفاً از سر احساس یا منافع شخصی و گروهی داشته باشیم. ذهن خوانی نمی‌کنیم و اگر منظور شخصی را دقیق متوجه نشدیم یا ناقص درک

اتفاقی که افتاد دیگه نمی‌شه، درسته؟
 - می‌دونم آقا. شما زحمت کشیدید از شهر خودتون دل
 کشیدید، اومدید با عشق وسط این بیابون که موکب بزیند.
 اما حالا با این اتفاق برنامه‌تون ریخته بهم. اما شما بگو ما
 چه کنیم؟ به ثمر رسوندن این کار واجب‌تره یا موکب شما؟
 جوان سرش را پایین می‌اندازد.
 - راست می‌گید برادر. حق با شماست. اجرتون با
 ابا عبدالله. منم به بچه‌ها می‌گم بساط موکب رو ببرن جای
 دیگه.

- می‌تونن فقط یه زحمت بکشی اخوی؟
 - جانم حاج محسن.
 - یه تابلو می‌تونن آماده کنی؟
 - آره حتماً، اما چطوری باشه؟
 محسن با انگشتش اشاره می‌کند به تابلوی کنار جاده.
 - یه تابلو مثل همین تابلوی کنار جاده. حالا عین اینم
 نشد، عیب نداره. یه تابلو باشه بتونیم فعلاً تا پایان اربعین
 حداقل نصبش کنیم.
 - چشم حاجی. می‌دم بچه‌هایی که واردترین انجام بدن.
 این را می‌گوید و می‌رود.
 حاج محسن می‌ماند و تنهایی و یک نامه خاکی. نامه را
 باز می‌کند. می‌خواند. اشک می‌ریزد. گریه می‌کند و صدای
 گریه‌اش در میان صدای مداحی‌ها که از هر موکب بلند
 است محو می‌شود.
 و دوباره اشک می‌ریزد، دوباره می‌خواند، دوباره اشک
 می‌ریزد.

با دستمال گل‌دوزی شده اشکش را پاک می‌کند. صدای
 مداحی توی خانه قدیمی پیچیده است. بادستان حنازده‌اش
 چند تار موی سفید را از روی پیشانی‌اش کنار می‌زند.
 - بی‌بی تو رو خدا این قدر اشک نریز! برای چشمای نازنینت
 خطرناکه. تازه دو ماه نشده عملشون کردی. اصلاً خاموش
 کن تلویزیون رو.
 بی‌بی جوابی نمی‌دهد.

- خب حالا که داری می‌ری کربلا. اونم اربعین. اونم پیاده!
زهرا دور فرمان (کنترل) تلویزیون را از روی میز برمی‌دارد.
 شبکه را عوض می‌کند. صدای مداحی قطع می‌شود. بی‌بی
 اما همچنان اشک می‌ریزد. بلند می‌شود و می‌رود کنار
 طاغچه. زل می‌زند به عکس روی طاغچه. **حاج یدالله** و
 بی‌بی کنار هم ایستاده‌اند؛ هر دو جوان؛ هر دو خندان.
حسین و **زهرا** و **حسن** کنارشان؛ قد و نیم‌قد. حسین اما
 بلندقدتر از خواهر و برادرش. سرش را بالا آورده و زل زده
 به مادر. مادر و پدر اما، بی‌توجه به بچه‌ها دست به علامت
 احترام روی سینه گذاشته‌اند. **گنبد امام رضا(ع)** پشت
 سرشان می‌درخشد.

- نمی‌دونم من دارم می‌زنم زیر قولم یا اون؟ من بدقولم یا
 اون؟ قرار بود باهم بریم کربلا.
 - بی‌بی زیارت سید الشهدا تردید بر نمی‌داره. بی‌بی جانم
 دلت رویک دل کن.
 دل را یک دل می‌کند.

محسن تکیه داده به کاپوت ماشین. باد به صورتش
 می‌خورد و نامه رنگ‌وررفته در دستش را تکان می‌دهد.
 صدای مداحی بیابان را پر کرده است:

«به تو از دور سلام

به سلیمان جهان از طرف مور سلام»

بقیه بچه‌ها چند قدم آن طرف‌تر مشغول کار هستند.
 زل می‌زند به بیابان. به تابلوی کنار جاده که رویش نوشته
 کربلا ۴۵۰ کیلومتر. نگاهی به تابلو می‌اندازد، نگاهی به
 نامه‌ای که با هر وزش نسیم در دستش به رقص در می‌آید.
 نامه را باز می‌کند. خاک نامه می‌ریزد روی زمین ترک‌خوردۀ
 بیابان. به نام خدا را که می‌خواند، جوانی از راه می‌رسد.
 مسئول موکب است.

- آقا **محسن** راستش از بچه‌هاتون پرسیدم گفتن با شما
 صحبت کنم.

- راجع به چی؟

- راجع به موکبمون. قرار بود اینجا موکب رو بزینم که با این

رشته خیال

رفیق تمام راه

۴۵۰ کیلومتری کربلا

نسیم اسدپور

دی ۱۴۰۲

جوان

۸



می‌دود به سمت حسین؛ حسین که نشسته است لب مرز، کنار سیم خاردارها. در دستش سربندی دارد؛ یک سربند خاکی سبزرنگ که رویش نوشته یا حسین. دست دیگری به سمت اوست. او هم دست‌های پر از چروکش را دراز می‌کند. دستش را می‌گیرد. می‌تواند گرمای وجود حسین را حس کند. بی‌بی می‌خواهد سربند را از حسین بگیرد که تلفن همراهش زنگ می‌خورد. بیدار می‌شود.

- الو.

- الو بی‌بی سلام.

- سلام حسن جان. تویی مادر؟

- آره بی‌بی جان. کجایی بی‌بی؟

زهرا از صدای بی‌بی بیدار می‌شود.

- مادر هنوز تو راهیم.

- کجای راه؟

- نمی‌دونم مادر. چطور؟

- بی‌بی راستش ...

حرفش را می‌خورد.

- بی‌بی زیر تابلویی که نوشته ۴۵۰ کیلومتر تا کربلا پیاده شید. من همین جا منتظر توام.

- تو هم مگه داری می‌ری کربلا؟ تو که قرار نبود بری کربلا! اصلاً چطور زودتر از ما رسیدی مادر؟ چیزی شده؟ نصف جون شدم!

- بی‌بی جان چیزی نشده. منم با هواپیما اومدم آبادان. حالا بی‌بی اگه می‌شه گوشی رو بدید به راننده بگم کجا پیاده‌تون کنه.

زهرا گوشی را از بی‌بی می‌گیرد و خمیازه‌کشان به سمت راننده می‌رود.

بی‌بی به بیرون پنجره نگاه می‌کند. چشمش

می‌افتد به تابلوی سبز رنگ کنار جاده.

رویش نوشته کربلا ۵۵۰ کیلومتر.

اتوبوس نگه می‌دارد کنار جاده.

کنار تابلویی که رویش نوشته ۴۵۰ کیلومتر مانده تا کربلا. بی‌بی و زهرا از اتوبوس پیاده می‌شوند. حسن آن طرف جاده ایستاده. حاج محسن کنارش. جمعیت پشت سرشان. صورت حسن خیس اشک است. بی‌بی زل می‌زند به سربندی که در دست حسن با نسیم بیابان تکان می‌خورد و به این طرف و آن طرف می‌رود. با دیدن سربند سبز رنگ خاکی رمق از پاهایش می‌رود. سرش گیج می‌رود. زهرا زیر بغل مادر را می‌گیرد. حسن و حاج محسن می‌دوند به سمت بی‌بی.

زائران کربلا از کنار جاده می‌گذرند. صدای مداحی بلند است:

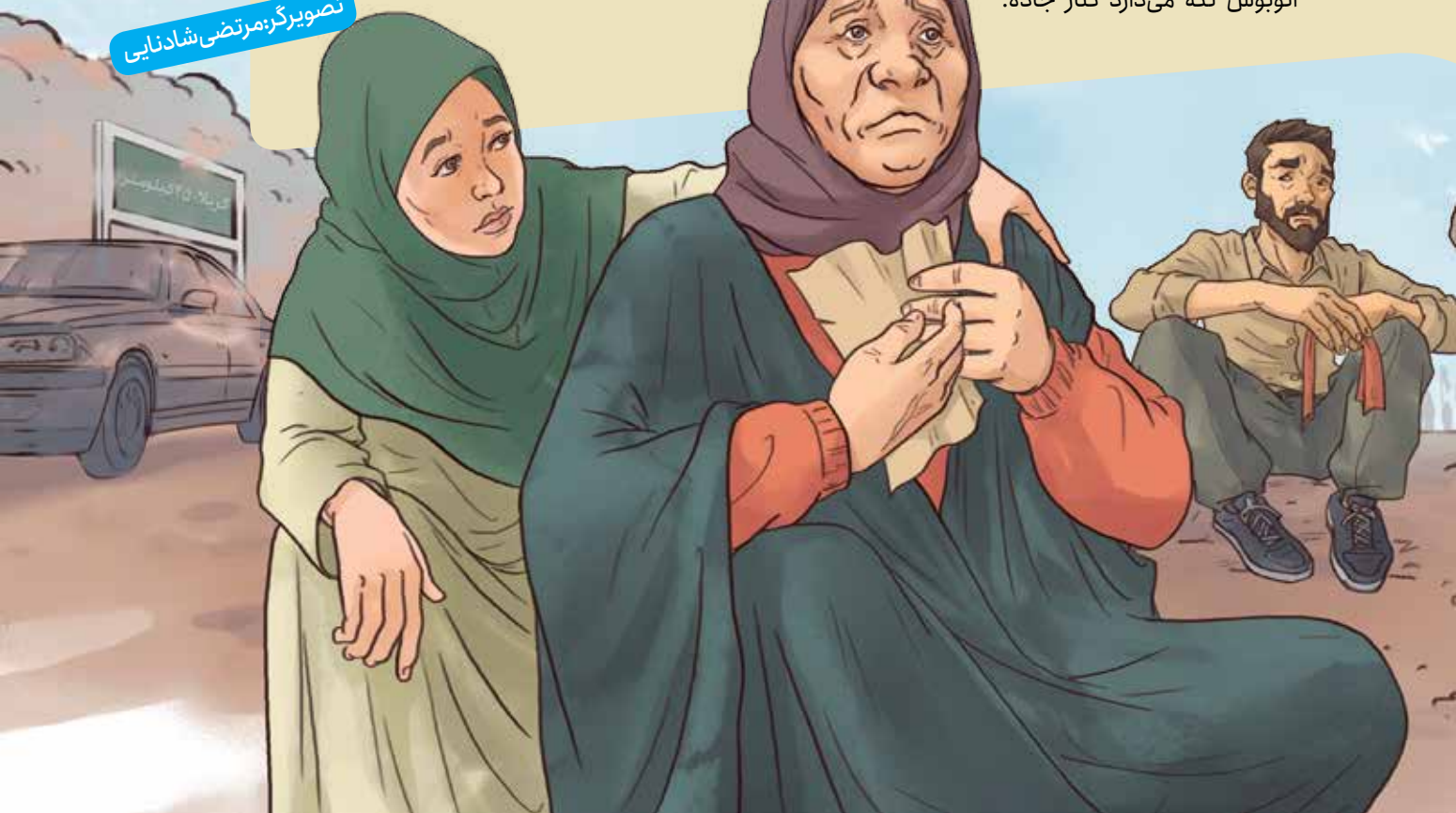
بعد من قافله سالار تویی خواهر من ...

دختر حیدر کرار تویی خواهر من ...

زهرا و بی‌بی نشسته‌اند روی زمین شلمچه. با هر وزش نسیم، تالگوی نور خورشید در میان موج‌های آب‌های فصلی جابه‌جا می‌شود. حاج محسن نامه‌ی خاکی را به بی‌بی می‌دهد. بی‌بی نامه را می‌بوید، می‌بوسد، روی سینه می‌گذارد. دست خط حسین است که به سینه‌اش چسبیده! «بی‌بی جان الان که دارم این نامه رو می‌نویسم تو شلمچه‌ایم؛ زیر مهتاب. بی‌بی گل از اینجا تا شلمچه فقط چارصد پونصد کیلومتره. بعضی بچه‌ها قاچاقی می‌رن کربلا. به بار قرار بود منم برم، اما دوباره دلم نیومد. چون به تو قول دادم باهم بریم. بی‌بی اگه من برنگشتم و شهید شدم غصه نخور، شیون نکن. بدون که من راه امام حسین رورفتم؛ راه کربلا رو. اگه شهید شدم و قسمت شد زیارت امام حسین (ع)، بدون که من لحظه‌به‌لحظه کنارتم. حسین اردکانی، ۱۳۶۴».

بی‌بی نگاهش می‌افتد به دو تابلوی کنار جاده: روی یکی نوشته کربلا ۴۵۰ کیلومتر. روی تابلوی دیگر نوشته محل تفحص پیکر شهید حسین اردکانی. نسیم کربلا در شلمچه می‌وزد و چادری بی‌بی را تکان می‌دهد.

تصویرگر: مرتضی شادناهی



چراغ راه

آسیب‌ها و آفت‌ها

عباس نورآبادی



سلام بچه‌ها. در این شماره تصمیم داریم پیرامون آسیب‌ها و آفت‌های تفکر نکاتی را بیان کنیم که انسان را از دستیابی به نتیجه مطلوب و همچنین تمرکز مستمر محروم می‌کند. در ادامه به بعضی از عوامل بازدارنده و یا آفت‌ها و آسیب‌های مهم تفکر می‌پردازیم:

سای تفکر نادرست

۱



۱. درون‌گرایی

گاهی افراد برای اینکه لحظه‌هایی از واقعیت‌های تلخ و ناگوار زندگی خود دور شوند، به دنیای درون خود پناه می‌برند که این یک نیاز عمومی و طبیعی است. اما اگر این عمل به رفتار غالب و شخصیت فرد تبدیل شود، به «درون‌گرایی افراطی» می‌انجامد. درون‌گرایی افراطی سبب می‌شود انسان خود را از تجربیات اجتماعی و دستاوردهای زندگی که به واسطهٔ رابطه و تعاملاتش با دیگران به دست می‌آورد، محروم کند. از آنجا که نیروی تفکر به واسطهٔ دادوستد فکری با دیگران ارتقا و گسترش پیدا می‌کند، لذا این نوع درون‌گرایی بر جریان تفکر انسان تأثیر منفی خواهد گذاشت.

۲. زیادی آرزوها

آرزوها اصولاً جذاب و خوشایند و بی‌انتها و شبیه به هدف هستند. این موضوع باعث می‌شود که خیلی از نوجوانان و جوانان، بسیاری از اوقات زندگی خود را، با آمال و آرزوها سپری کنند. به همین خاطر از واقعیت‌های زندگی دور می‌شوند و همین امر باعث می‌شود زمان چندانی به منظور جبران فرصت‌های ازدست‌رفته نداشته باشند. آن‌ها به جای «هدف‌گرا» یا «عمل‌گرا» بودن، «آرزوگرا» می‌شوند. آرزوگراها «اندیشه‌ورزی» را کنار می‌گذارند و به جای فکرها و اندیشه‌های عاقلانه، به آرزوهایشان متکی می‌شوند. همین امر به نیروی تفکرشان آسیب می‌زند و مانع رشد آن می‌شود.

امیرالمؤمنین علی (علیه‌السلام) می‌فرماید: «آرزوهای زیاد ناشی از فساد عقل آدمی است.» و در جای دیگری فرموده‌اند: «آرزوها (ی دور و دراز) چشم بصیرت را کور می‌کنند، (نهج‌البلاغه، حکمت ۳۷۵).



۳. تسلط بر خشم

بدون مقدمه باید گفت: هنگامی که انسان نتواند خشم خود را مهار کند، این حالت، «آسیب‌زا» خواهد بود و تهدیدی بسیار جدی برای عقل و تفکر است. در اینجا لازم است این نکته را بیان کنیم که خشم و غضب دو حالت دارد:

الف) خشم مقدس

زمانی که فرد از خشم به عنوان وسیله‌ای که خداوند در وجود انسان قرار داده است، به‌موقع و در مکان درست استفاده کند، در واقع این نوع خشم در مهار عقل و شرع قرار دارد و از حدود معینی برخوردار است. از حد تجاوز نمی‌کند و همواره توأم با برنامه‌ریزی است. مانند سیلاب‌هایی است که از کوه‌ها به راه می‌افتند، پشت سد قرار می‌گیرند، به صورت حساب شده، در مجراها به جریان می‌افتند و سبب آبادی و برکت می‌شوند.

ب) خشم مذموم (نکوهیده)

اما زمانی که در خشم افراط صورت گیرد، دیگر عقل و هوشی برای انسان باقی نمی‌ماند. در این حالت «آسیب‌زا» است و تهدیدی بسیار جدی برای عقل و تفکر خواهد بود. در کتاب «بحار الانوار»، جلد ۷۱، صفحه ۴۲۸ از حضرت امیر (علیه‌السلام) نقل شده است که فرمودند: «خشم و غضب باعث فساد و تباهی عقل است و آدمی را از راه صلاح و صواب دور می‌سازد.» همچنین در حدیثی دیگر حضرت می‌فرماید: «خشم شدید چگونگی گفتار را تغییر می‌دهد، اساس استدلال را به هم می‌ریزد، تمرکز فکری را از بین می‌برد و فهم آدمی را پراکنده می‌سازد.»

این مطلب ادامه دارد.



نکته‌های طلایی

• مردم مانند گذشتگان بت پرست هستند؛ چون دور خانه کعبه می‌گردند و کعبه هم مثل بت‌ها از سنگ ساخته شده است! آیا این‌طور نیست؟

پاسخ به پرسش‌های شما از من بپرس

جمعی از نویسندگان

اول

بت پرست کسی است که هر کسی یا هر چیزی غیر از خدا را، خدا یا شریک خدا بداند و آن را عبادت کند. ولی مسلمانان کعبه را خدا یا شریک خدا نمی‌دانند و آن را عبادت نمی‌کنند، بلکه آن را محل عبادت می‌دانند و خود خدا را عبادت می‌کنند.

دوم

بت پرستان بت‌ها را صاحب اثر در کارها می‌دانستند. یعنی می‌گفتند این بت است که به ما روزی می‌دهد. یا این بت است که بیماری ما را شفاف می‌دهد. ولی مسلمانان اگر از کعبه درخواستی دارند، در واقع از خدا درخواست دارند و از خدا می‌خواهند به احترام این مکان مقدس حاجت آن‌ها را بدهد.

سوم

بت پرستان بت‌ها را به طور مستقل شریک کار خدا در کارهای خدایی می‌دانستند. یعنی می‌گفتند: خالق و آفریننده همه چیز خداست، ولی بت‌ها با اینکه آفریده خدا هستند، خودشان بدون نیاز به خدا کار خدایی می‌کنند. مثلاً بدون اینکه از خالق کمک بگیرند، خودشان حاجت می‌دهند، خودشان ما را تربیت می‌کنند، و خودشان بیماری را شفاف می‌دهند. در حالی که مسلمانان مکان‌های مقدس مثل کعبه را مقدس و محل عبادت می‌دانند. معتقدند خدا به آن مکان‌ها بیشتر نظر دارد و امکان برآورده شدن دعا در آن‌ها بیشتر است.

چهارم

مهم‌ترین نکته در بحث عبادت این است که آن‌طور عبادت کنیم که خود خدا خواسته آن‌گونه انجام شود. خود خدا خواسته عبادتش در خانه کعبه انجام شود، ولی هیچ‌وقت نخواسته عبادتش در میان بت‌ها انجام گیرد.



• آیا بازی «مافیا» برای دانش‌آموزان اشکال دارد، چون دروغ را به آن‌ها یاد می‌دهد؟ اگر مشکل دارد چرا تلویزیون آن را پخش می‌کند؟

اول

هر چیزی که از تلویزیون پخش می‌شود، برای کودک و دانش‌آموز مناسب نیست و برای مخاطب خاص خودش پخش می‌شود. این بازی هم برای افراد بزرگسال پخش می‌شود؛ کسانی که فرق خوب و بد و بازی را از واقعیت می‌توانند تشخیص دهند، نه برای دانش‌آموزانی که هنوز شخصیتشان شکل نگرفته و ممکن است این بازی در شکل‌گیری شخصیت آن‌ها تأثیر بگذارد.

پنجم

اصل بازی به خودی خود مشکلی ندارد، مگر چیزهایی که با بازی همراه می‌شود؛ مثل اختلاط دختر و پسر که باعث فساد و گناه شود، یا شرط‌بندی و قمار در بازی، حرف‌های زشت‌زدن در بازی و... که باعث مشکل دارشدن بازی می‌شوند.

دوم

هر چیزی که ما در زندگی استفاده می‌کنیم، ممکن است مفید باشد یا مضر. مثلاً با چاقو هم می‌شود آدم کشت هم می‌شود میوه پوست کند و مواد غذایی را تکه‌تکه کرد. برخی چیزها هم بستگی به نوع استفاده ما دارد. در مورد این بازی هم اگر هدف آن را برای دانش‌آموزان تبیین کنند، و از طریق آن پیام‌های خوب و مناسب به دانش‌آموزان بدهند، مشکلی ندارد.

چهارم

اگر دانش‌آموزان بدون تبیین هدف‌های بازی و تحلیل آن بازی همزادپنداری آنان با نقششان شود و به قول معروف در نقششان فرو روند و این بر شخصیت آن‌ها تأثیر بگذارد.

سوم

از جمله پیام‌ها و هدف‌های مثبت بازی مافیا این است که دشمن‌شناسی و بصیرت‌افزایی را به دانش‌آموزان یاد می‌دهد. این بازی قدرت استدلال شخص را بالا می‌برد، به‌گونه‌ای که می‌تواند استدلال صحیح از ناصحیح را تشخیص دهد. فایده دیگر بازی مافیا این است که دانش‌آموزان می‌آموزند گول ظاهر افراد را نخورند و هر حرفی را به سادگی قبول نکنند و هر حرف و شبهه‌ای را از هر کسی شنیدند، آن را بررسی و تحقیق و تحلیل کنند و بعد تصمیم بگیرند.

یکی از رشته‌های ورزشی جذاب و پرتطرف‌دار در سراسر دنیا بسکتبال است که حتماً شما هم با بسیاری از قوانین آن آشنا هستید و شاید هم به شکل جدی یا تفریحی به این رشته پرداخته باشید. هر رشته بزرگ، رشته‌های کوچک‌تری در زیرمجموعه خود دارد. مثل فوتبال که رشته‌هایی چون «فوتبال ساحلی» یا «فوتسال» در خانواده این رشته هستند. بسکتبال هم یک رشته کوچک و جذاب در خانواده خود دارد که این روزها بیشتر از هر زمان دیگری در سراسر دنیا محبوب شده و در ایران نیز گسترش فراوانی یافته است؛ رقابت بسکتبال سه نفره ویژگی‌هایی که بسکتبال سه نفره دارد باعث شده است که با تعداد کمتر از بسکتبال، در زمینی کوچک‌تر و در مدت زمان کوتاه‌تری بتوان این مسابقه را انجام داد. همین موضوع سبب شده است که در بسیاری از کشورهای دنیا این رشته گسترش پیدا کند. تا همین چند سال قبل به این رشته «بسکتبال خیابانی» گفته می‌شد، اما بسکتبال خیابانی کم‌کم قانونمند شد و حالا حتی رقابت‌های قاره‌ای و جهانی آن نیز برگزار می‌شود.

بسکتبال سه نفره نصفه بسکتبال!

مهدی زارعی



دروازه مشترک و زمین نصفه!

مهم‌ترین خصوصیت بسکتبال سه‌نفره این است که فضای کمتری نسبت به بسکتبال نیاز دارد و تنها یک نیمه زمین برای انجام آن کافی است. به همین خاطر برخلاف تمام رشته‌های تیمی که دو تیم سعی می‌کنند گل‌های خود را وارد دو دروازه در دو سوی زمین کنند، در بسکتبال سه‌نفره هر دو تیم تنها یک سبد را در مقابل خود می‌بینند که باید سعی کنند توپ را وارد همان سبد کنند. این رقابت، همان‌طور که از نامش پیداست، به جای پنج بازیکن با سه بازیکن برگزار می‌شود و هر تیم یک بازیکن ذخیره هم دارد.

نحوه امتیازدهی

از جمله تفاوت‌های این مسابقه با بسکتبال در نحوه امتیازگرفتن تیم‌هاست. در بسکتبال هر پرتاب از پشت محوطه دوزنقه سه امتیاز دارد و هر پرتاب از داخل محوطه دوزنقه دو امتیاز. اما در بسکتبال سه‌نفره به پرتاب‌های خارج از محوطه نیم دایره که وارد سبد شود، دو امتیاز داده می‌شود و به پرتاب‌های داخل محوطه یک امتیاز. تنها نقطه مشترک این دو مسابقه در پرتاب پنالتی است که هم در بسکتبال و هم در رقابت سه‌نفره یک امتیاز دارد.

تیم برنده

حتماً در رقابت‌های پنج‌نفره بسکتبال دیده‌اید که گاهی امتیاز تیم‌ها حتی از ۱۰۰ هم بیشتر می‌شود. اما در رقابت سه‌نفره چنین امکانی وجود ندارد. رقابت سه‌نفره در زمان ۱۰ دقیقه‌ای برگزار می‌شود، اما این امکان وجود دارد که مسابقه در زمانی کمتر به پایان برسد. حتماً می‌پرسید چگونه؟ پاسخ ساده است. هر وقت تیمی به امتیاز ۲۱ برسد، مسابقه به پایان خواهد رسید. حتی اگر این امتیازها در زمانی کوتاه - مثلاً دو یا سه دقیقه - به دست آیند! البته اگر مسابقه دو تیم در زمان ۱۰ دقیقه‌ای مساوی به پایان برسد و هیچ یک از تیم‌ها به امتیاز ۲۱ نرسند، کار به وقت اضافی کشیده می‌شود و هر تیمی که در وقت اضافی دو امتیاز کسب کند، بازی را با پیروزی به پایان رسانده است.

۱۲ ثانیه

از آنجا که تقریباً همه چیز در بسکتبال سه‌نفره، نصف رقابت پنج‌نفره است، این موضوع در مورد قانون مالکیت توپ هم رعایت می‌شود. به این شکل که در رقابت پنج‌نفره هر تیم تنها حق دارد ۲۴ ثانیه مالک توپ باشد. اگر در این مدت توپ را به سمت سبد حریف شلیک نکند، مالکیت توپ از این تیم گرفته و به حریف داده می‌شود. در رقابت سه‌نفره، این قانون در ۱۲ ثانیه اجرا می‌شود و هر تیم در این مدت حتماً باید توپ را به سمت سبد شلیک کند. در غیر این صورت توپ به حریف داده می‌شود.

دیگر قوانین

توپ مسابقه فرقی با توپ بسکتبال پنج‌نفره ندارد و قطر آن ۷۲۰ میلی‌متر است و وزن آن ۵۵۳ گرم. این توپ را در بسکتبال اصطلاحاً «توپ شش» می‌گویند. از آنجا که در نیمه زمینی که مسابقه سه‌نفره برگزار می‌شود، خبری از مرکز زمین نیست، نمی‌توان برای شروع مسابقه از پرتاب توپ بین بازیکنان دو تیم (جامپ بال) استفاده کرد. برای شروع مسابقه از پرتاب سکه استفاده می‌شود. هر تیمی که برنده شود، بازی را شروع می‌کند. حالاکه با قوانین ساده این رشته آشنا شدید، این بار که با دوستانتان توپ بسکتبالی به دست آوردید، بسکتبال سه‌نفره را امتحان کنید!



شعر برای خواص یا عموم مردم؟

محمد کاظم کاظمی

بیتی است از نورالدین عبدالرحمان جامی که می‌گوید:

شعر کافتد قبول خاطر عام
خاص داند که سست باشد و خام

و ۲۰۰ سال پس از جامی، عبدالقادر بیدل هم چنین می‌گوید:

از قبول عام، نتوان زیست مغرور کمال
آنچه تحسین دیده‌ای زین قوم، دشنام است و بس

والبته بسیار هم اتفاق افتاده است که شاعران از اینکه عموم مردم شعرشان را همچون کاغذ زر می‌برده‌اند، خوش حال بوده‌اند. واقعاً تکلیف ما با موضوع عوام و خواص چیست و ما در شعر بیشتر باید به کدام گروه توجه کنیم؟

همین اکنون شاعرانی هستند که گرچه بین خواص جامعه طرفدار دارند، نامشان برای عموم مردم هیچ آشنا نیست.

حالا شاید بگوییم عموم مردم که حتی خیلی‌هایشان حافظ و سعدی را هم درست نمی‌شناسند یا نمی‌دانند که «شاهنامه» را چه کسی سروده است. تعجب می‌کنید؟ دیده‌ام که می‌گویم ولی منظورم ادرا اینجاست، بلکه عموم قشر اهل مطالعه و علاقه‌مند به شعر است که به هر حال با شعر سر و کار دارند، ولی خیلی از شاعران را نمی‌شناسند و هیچ شعری هم از آن‌ها نخوانده‌اند.

و قسمت جالب ماجرا این است که شماری از این شاعران، از اینکه شعرشان بین عموم مردم هیچ خواننده‌ای ندارد راضی هستند و به خود می‌بالند از اینکه شعری چنان عمیق و پرمعنی سروده‌اند که هر کس آن را درک نمی‌کند. گاه و بیگاه هم همین بیت‌های جامی، بیدل و مانند آن‌ها را مثال می‌آورند تا بگویند شعری که مورد قبول عموم مردم باشد، خام و سست خواهد بود.

اما در عین حال، ما **حافظ** را هم داریم که شعرش در میان عموم خوانندگان شعر فارسی بسیار پرخواننده است و حتی معروف‌ترین شاعر زبان فارسی به حساب می‌آید، ولی شعرش نیز خام و سست نیست، بلکه در اوج پختگی و استحکام قرار دارد. این را چه می‌گوییم؟

من دوست دارم برای ادامه بحث و رسیدن به یک نتیجه راضی‌کننده، عبارت معروفی را که در توصیف شعر خوب گفته شده است، نقل کنم. از قدیم گفته‌اند: «شعر خوب آن است که عوام آن را بفهمند و خواص آن را پسندند.» این عبارت خیلی سنجیده و دقیق است و چنان که خواهیم دید، با شعر جامی و بیدل هم برخورد ندارد.

نکته ظریف در اینجا چیست؟ تفاوتی است که بین «فهم» و «پسند» قائل شده‌اند. نگفته‌اند که شعر را عوام پسندند، بلکه گفته‌اند بفهمند. مسئله مهم همین است. شاعر شعر غیرقابل فهم می‌گوید، بعد می‌گوید که قرار نیست که شعرم مورد قبول عموم مردم باشد. بله انتظار نداریم مورد قبول باشد، ولی انتظار داریم قابل فهم باشد.

پس این معیار با سخن جامی و بیدل هم برخوردی ندارد. چون در شعر جامی از «پسند» سخن رفته است و در شعر بیدل از «قبول». این «پسند» و «قبول» یعنی اینکه شعر معیارهای هنری را داشته باشد و این معیارها را طبیعتاً خواص بهتر تشخیص می‌دهند؛ چون درک هنری بالاتری دارند. در مجموع در حوزه هنر، خواص سخت‌گیرترند. بسیار اتفاق می‌افتد که یک فیلم سینمایی یا قطعه موسیقی بین عموم مردم خیلی محبوبیت می‌یابد، ولی خواص جامعه آن را نقد می‌کنند و از نظر هنری فاقد کمال می‌شمارند. اگر همین اثر در عین حال که محبوبیت عمومی یافته است خواص را هم راضی کند، طبیعتاً یک موفقیت بزرگ است.

پس می‌توان گفت که وقتی شعری «پسند خواص» را تأمین کند، در واقع «پسند عموم» را هم تأمین کرده است. چون عموم در مورد معیارهای هنری آسان‌پسندتر هستند.

حالا طرف دیگر قضیه را ببینیم. وقتی شعری برای عموم قابل فهم بود، طبعاً برای خواص هم قابل فهم است؛ چون خواص قدرت فهم بالاتری دارند. پس در این عبارت، اگر «فهم عوام» تأمین شده باشد، «فهم خواص» هم خودبه‌خود تأمین شده است.

می‌خواهم بگویم که اگر اثری «فهم عوام و پسند خواص» را تأمین کند، «فهم خواص و پسند عوام» را هم به طور طبیعی در خود دارد و اینجاست که برای عوام و خواص قابل استفاده و مورد پسند است؛ مثل شعر شاعران بزرگ زبان فارسی، از دیروز تا امروز.

خب ما تا اینجا یک مقدار کلی صحبت کردیم. اما چه می‌شود کرد تا پسند خواص برای شعر فراهم شود؟ اولین چیز، برخورداری شعر از هنرمندی‌هاست. تخیل نیرومند، کشف‌های مضمونی و تصویری، فن‌های (تکنیک‌های) زبانی، استفاده از ظرفیت‌های موسیقایی، همه چیزهایی هستند که کلام را جذاب و دلپسند می‌سازند. برای فهم عموم، پرهیز از ابهام‌های بیجا، تراجم خیال، و واژگان و ترکیب‌های نامأنوس و دشوار ضروری به نظر می‌رسد.

اما آیا این خصوصیات در همه شعرهای شاعران بزرگ فارسی رعایت شده است؟ خاقانی شاعر بزرگی است، اما خیلی از شعرهایش نه تنها برای عموم مردم، که برای خواص هم دشوار است. بیدل همین‌طور. این دو شاعر از قله‌های شعر فارسی هستند، ولی شعرشان به پیچیدگی معروف است. در بین معاصران، علی معلم دامغانی چنین خصوصیتی دارد.

ولی حقیقت این است که در کار همین شاعران نیز نقطه‌های اوج و کمال، جاهایی است که به پسند خواص و فهم عموم نزدیک‌تر می‌شود؛ مثل قصیده «ایوان مداین» **خاقانی** یا غزل‌های معتدل **بیدل** یا شعرهای اولیه **علی معلم**. البته آن شعرهای دشوار هم کاربرد دیگری دارند. آن‌ها را خواص جامعه می‌توانند بخوانند، درک کنند و بهره ببرند. استفاده عموم بسیار ندارد، ولی استفاده خاص نیرومندی دارد.

خیلی از شاعران زبان فارسی، از همین شعرهای دشوار، فن‌هایی استخراج کرده‌اند و بعد در شعر خودشان آن را به کار برده‌اند. به تعبیری می‌شود گفت که خاقانی، بیدل و معلم، در این شعرهای دشوار خود، اگر شاعر مردم نیستند، شاعر شاعران هستند و این هم خالی از اهمیت نیست. مهم این است که شعر از هنرمندی‌ها بهره‌مند باشد. حالا اگر بیان آن هم شفاف بود و برای عموم قابل فهم، چه بهتر. اگر نبود، حداقل هنرمندی‌هایش به کار می‌آید.

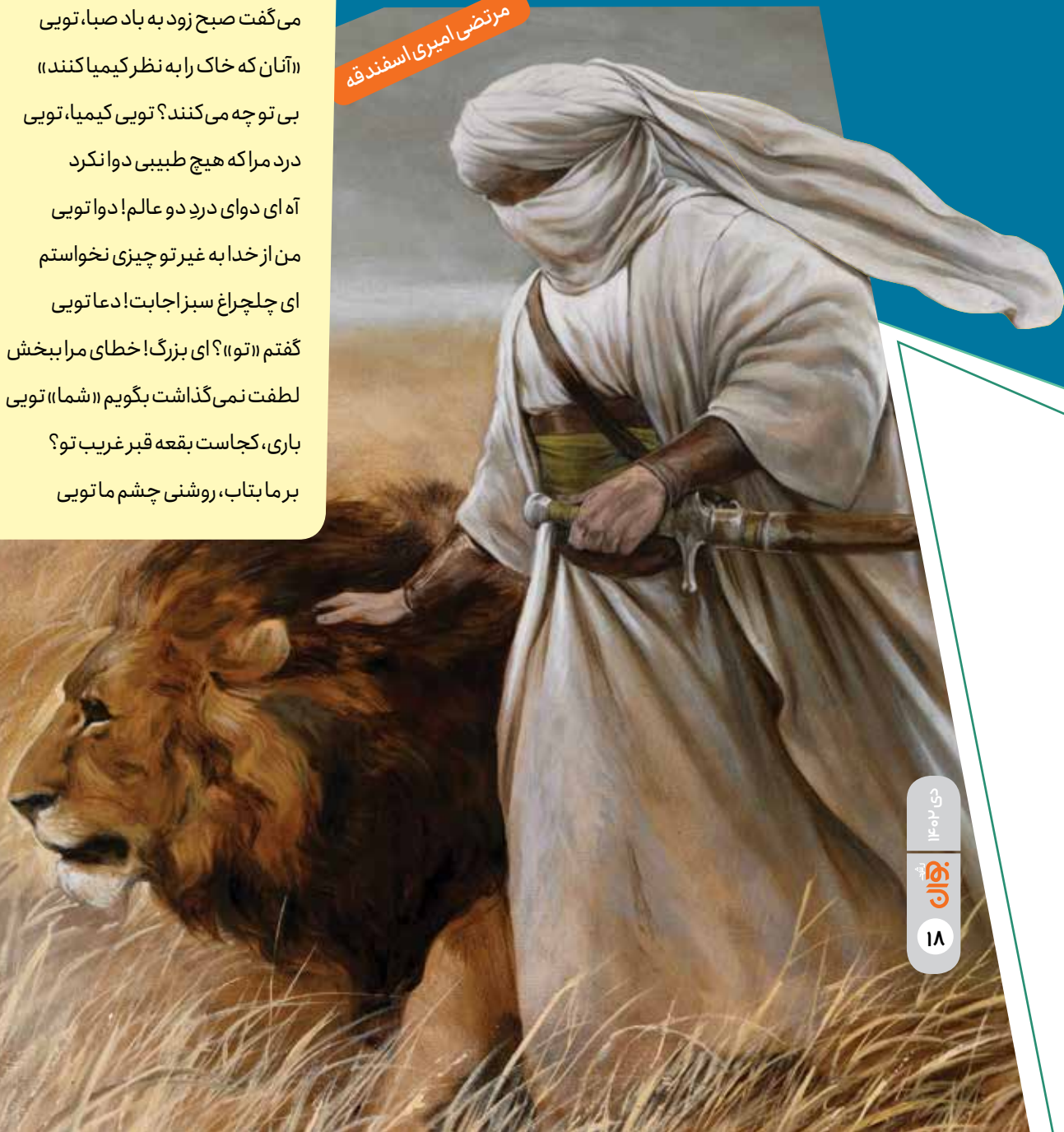


شاعرانه

هر کس هر آنچه دیده اگر هر کجا تویی
 یعنی که ابتدا تویی و انتها تویی
 میلاد تو، تولد توحید و روشنی ست
 ای مادر پدر! غرض از روشنا تویی
 غیر از **علی** نبود کسی هم طراز تو
 غیر از علی ندید کسی تا کجا تویی
 آن منجی بزرگ که در هر سحر به او
 می گفت مادرم به تضرع: بیا، تویی
 آن راز سر به مهر که حافظ غریب وار
 می گفت صبح زود به باد صبا، تویی
 «آنان که خاک را به نظر کیمیا کنند»
 بی تو چه می کنند؟ تویی کیمیا، تویی
 درد مرا که هیچ طبیبی دوا نکرد
 آه ای دوا ی درد دو عالم! دوا تویی
 من از خدا به غیر تو چیزی نخواستم
 ای چلچراغ سبز اجابت! دعا تویی
 گفتم «تو»؟ ای بزرگ! خطای مرا ببخش
 لطفتم نمی گذاشت بگویم «شما» تویی
 باری، کجاست بقعه قبر غریب تو؟
 بر ما بتاب، روشنی چشم ما تویی

مرتضی امیری اسفندقه

بخش‌هایی از قصیده‌واره نقش علی است در آینه، یا تویی؟





شاعر: نیکی گرایمز
ترجمه: مهدی مرادی

ظرف شستن

موقع ظرف شستن
دست هایم را
در رودخانه ای غرق می کنم
که به نرمی آب کف آلود دریاست
چشم هایم رامی بندم
و در اقیانوس شناور می شوم
خورشید
گونه هایم را گرم می کند
ونسیم
پوستم را قلقلک می دهد
این ها هست
تا وقتی جیغ مامان درمی آید:
«گابی!»

دست از خیال بافی بردار
ظرف ها رو تمام کن!»

Washing Dishes

Washing dishes,
I sink my hands into
rivers of soapy water
soft as sea foam.
I close my eyes
and float in the ocean,
sun warming my cheeks,
breeze tickling my skin
until Mom yells, "Gabby!
Stop daydreaming
and finish those dishes!"



شعر افغانستان

واصف باختری

مباد بشکند ای رودها غرور شما
که این صحیفه شد آغاز با سطور شما
شبان تیره لب تشنگان بادیه را
شکوه صبحدمان می دهد حضور شما
هزار دشت شقایق، هزار چشمه نوش
بشارتی است ز آینده های دور شما
چه شادمانه به کابوس مرگ می خندید
دوروی سکه هستی است سوگ و سور شما
شکيب زخمی مرغایان ساحل را
توان بال عقابان دهد عبور شما
مباد خسته شود دست های جاری تان
مباد تنگ شود سینۀ صبور شما
مباد سایه ابلیس سار و سوسه ها
شبی گذر کند از کوچه شعور شما
مباد تیره مردابیان تبیره* زند
مباد بشکند ای رودها غرور شما
* دهل

- چی تعریف کردی؟
- شاید باورت نشه، ولی من باعث شدم چند نفر رشته
دامپزشکی قبول بشن. وقتی فهمیدم می‌خوای بری این
رشته، حرف‌هایی زدم و...

- چطوری؟
- ببین پسرجان، واسه این رشته فقط درس نظری خوندن
فایده نداره. باید یه دوره عملی هم بگذرونی تا قبول شی.
استاد این دوره منم. سخت گیرم در حد المپیک؛ گفته باشم.

با ناامیدی گفتم: «عمو من خیر سرم سه چهار روز دیگه
آزمون سراسری دارم. باید سوالات چهار گزینه‌ای حل کنم. اینا
چییه برداشتی آوردی؟»

اخم کرد و گفت: «کلاس عملی آزمون سراسری، صد درصد
تضمینی با مرغ و خروس و گوسفندهای عمورضا. کلاس
شما از همین حالا شروع می‌شه. درس اول خوراک و آب دام
و طیور.»

- عمو باور کن نیازی به ...

پرید وسط حرفم:

- پسرجان می‌خوای دام پزشکی قبول بشی یا نه؟

- بله که می‌خوام، ولی ...

- برو یه تشت آب کن بیار، این زبون بسته‌ها تشنه هستن.

سرم راکه چرخاندم، دیدم گوسفندی که پشمش سفید بود
و با ماژیک قرمز جلوی سرش ضربدر کشیده بودند، چندتا
پشگل انداخت زیر درخت نارنج. وحشت زده گفتم: «اوای
عمو دیدی؟ اینا بلد نیستن که برن دست شویی! اگه قرار
باشه هر جا پشگل بندازن، خونه می‌ره رو هوا!»

عمو نگاه عاقل‌اندرسفیهی به من کرد و گفت: «بزرگش
نکن جانم! مگه تو دست شویی نمی‌ری؟ خب این طفلی هم
یه موجوده که احتیاج به اجابت مزاج داره....

_عمو آخه!

_اگه می‌دونستی پشگل چقدر خاصیت داره، اینو

نمی‌گفتی!

- پشگل سرشار از پتاسیم، منیزیم، ازت، روی و آهنه که برای
تقویت خاک عالییه. بدو برو یه نایلونی بیار این‌ها رو بریز
توش.

در راکه باز کردم، یک لحظه فکر کردم اشتباه دیده‌ام. مثل چوب
خشک شده به مقابلم نگاه می‌کردم که **عمورضا** دست‌هایش
را جلوی چشمانم تکان داد و گفت: «الو الو کجایی؟ چه قیافه
درهم بره می‌داری!»

یکی از گوسفندها که گفت: «بع بع!» فهمیدم نه خواب هستم
و نه چشمانم اشتباه می‌بیند. عمو که زمستان و تابستان عرق
از سر رویش می‌چکید، کلاهش را برداشت، کمی خودش را باد
زد و گفت: «نمی‌خوای از جلوی در بری اون طرف؟! خسته‌ام و
حسابی گرم شده.»

چسبیدم به دیوار. عمو اول مرغ و خروس توی بغلش را پراند
توی راهرو. بعد هم به کله گوسفندها زد و در مقابل چشم‌های
گشاد شده من هر دو را هدایت کرد به داخل خانه. آن دو هم
بع بع کنان رفتند داخل راهرو. عمورضا گونی پراز علوفه را از دم
در کشید و آورد داخل. سپس کمرش را صاف کرد و زد به شانه‌ام:
- بکش بیارش تو حیاط.

در را پشت سرم بستم و گفتم: «عمو بهتر نیست بذاری داخل
کوچه بمونن؟ مامان ببینه گوسفند آوردی تو خونه ناراحت ...»

پرید وسط حرفم و گفت: «هه! جهت اطلاعاتتون، همون مامان
وسواسی شما دستور دادند اینجا باشم. خیر سرم او دمدم یه
چیزی براشون تعریف کنم، دوتا شون مثل بختک چسبیدن بهم
وازم خواهش کردن خودم رو به تو برسونم.»

آزمون سراسری

رشته خیال

اعظم سبحانیان

تصویرگر: مرتضی شادنائی



- چی رو؟

- همین پشکل هارودیکه! اصلاً یکی از درس‌های عمورضادر مورد این چیزهاست.

- عمر آدست بزئم.

- هه! آقارو باش! دام‌پزشکم می‌خواد بشه.

در حین آوردن آب به مامان و بابا فکر کردم که چطوری مرا بدبخت کردند. باید بهشان زنگ می‌زدم و هر طوری بود، عمو را می‌فرستادم خانه‌اش. سؤال‌های چهارگزینه‌ای (تست‌های) حل‌نکرده توی ذهنم داشتند از سروکول هم بالا می‌رفتند. تشت آب را گذاشتم جلوی گوسفندها و به بهانه دست‌شویی پریدم آن تو و شماره مامان را گرفتم. تا مامان گفت بله، آهسته گفتم: «مامان! چه کار کردی؟! خواهش می‌کنم به کاری بکن عمو بره خونه‌اش. ناسلامتی رفتین که من درس بخونم.»

مامان گفت: «عه! پسر شانس اومده چهارزانو نشسته رو کله‌ات. می‌دوننی نوۀ پسر خاله مامانم و دختردایی زن عمو مجیدم دام‌پزشکی قبول شدن، اون هم به کمک عمو؟»

- مادر من این چه حرفیه؟! تو رو خدا! تازه می‌دونستی اگه همسایه‌ها بفهمند گوسفند و مرغ و خروس آوردیم تو خونه، می‌تونند شکایت کنند؟ مگه اینجا روستاست؟

مامان گفت: «والو! صدات نمی‌یاد! خط نمی‌ده...»

دست از پا درازتر برگشتم و ایستادم کف حیاط. عمو که دست و صورتش را سر حوض شست، رفتم یک لیوان شربت برایش آوردم.

عمو گفت: «کلی چیز

از این حیونای زیون

بسته می‌تونی یاد

بگیری.»

- مثلاً.

- ببین از اینجا



شروع می‌کنم. گوسفندها زندگی دسته جمعی رو دوست دارند. از تنهایی بدشون می‌یاد. به همین دلیل افسردگی نمی‌گیرند. رقابت چندانی با هم ندارند و واسه مقداری علوفه همدیکه رولت و پار نمی‌کنن؛ مثل بعضی آدم‌ها!

- ولی جایی خوندم گوسفند نباشیم.

- خب احتمالاً منظور این بوده که واکنش نشون بدیم به رویدادهای اطرافمون. گوسفند خیلی مطیعه و خب این برای زندگی انسانی جالب نیست.

کم‌کم داشت از عمو و حرف‌هایش خوشم می‌آمد. عمو دو ساعت تمام در مورد نحوه نگهداری گوسفندها، استفاده از پشم، شیر و گوشتشان توضیح داد. هم دلم می‌خواست به حرف‌هایش گوش بدهم، هم صدای شیون سؤال‌های چهار گزینه‌ای حل‌نشده توی گوشم بدجوری پیچیده بود.

بالاخره نصفه شب عمو از حرف‌زدن خسته شد و روی تخت گوشه حیاط خوابید. صبح زود هنوز هوا روشن نشده بود که با صدای خروس دومتر از جا پریدم. آن هم نه یک بار، نه دوبار، چند بار. چشم‌هایم از زور بی‌خوابی باز نمی‌شد. ناگهان از بالای سرم صدای خرش‌خرش آمد. برگه‌های سؤال‌های چهار گزینه‌ای من در دهان گوسفندها بود. فریادزنان پریدم طرفشان و به زور باقی برگه‌ها را از دهانشان بیرون کشیدم.

- عه! چقدر بی‌چشم و رو هستند! چرا این‌ها نمی‌خوابند؟! عمو کمی سرش را بالا آورد و گفت: «تقصیر خودته. باید صبح زود پامی‌شدی بهشون علوفه و دونه می‌دادی.»

گفتم: «عجب گوسفندای خری! آخه کاغذ هم شد غذا!!»

- وقتی گرسنه باشی، گوسفند هم باشی، چرا که نه.

- وای عمو تو رو خدا این چیزها رو نگو کله صبحی.

در همین موقع، خاله‌نیکو، پیرزن همسایه بغل‌دستی از روی تراس گفت: «هی جواد، صحبت به‌خیر ننه. گوسفندتون نذری هستن؛ ننه یادت نره به گوشت خوب واسه من بذاری کنار.»

نگاهی به قیافه مظلوم گوسفندها کردم و وحشت‌زده گفتم: «نذری؟»

عمو با خنده زد توی پیشانی‌اش و گفت: «چه شود!»

عمو آن روز هم ماند و درباره انواع دام‌های اهلی، بیماری‌هایشان، و خلاصه به قول خودش آنچه من باید می‌دانستم حرف زد که البته بیشتر صحبتش در مورد گاوها بود! باز هم جای شکرش باقی بود که با خودش گاو نیاورده بود. غروب هم پسرش دنبالش آمد و با گوسفندها و مرغ و خروسش رفت.

شب آزمون سراسری مدام خواب دیدم گوسفندهای عمو سر جلسه سؤال‌های آزمون را جویدند و چند مرغ و خروس مدام به کلهام نوک می‌زدند. روزآزمون وقتی سؤال‌ها را دریافت کردم، از تعجب شاخ درآوردم.

اولین سؤال این بود: «بهترین نژاد گوسفند کدام است؟»

پایان



با اجازه شعر

هر روز هزار جور اتفاق معمولی، عجیب و غریب و یا حتی باورنکردنی دور و برمان می‌افتد؛ از ملاقات یک دوست صمیمی توی خیابان گرفته تا پیدا کردن درختی کهن‌سال و تنومند وسط حیاط قدیمی یک ساختمان، یا دیدن یک مورچه روی برگی وسط حوض ...

آدم‌های معمولی از کنار این اتفاق‌ها خیلی ساده رد می‌شوند، اما کسی که اهل شعر است و شعر خواندن یا شعر سرودن را دوست دارد، بدون آنکه تصمیم بگیرد، چند لحظه، چند دقیقه و حتی چند ساعت مکث می‌کند. آن اتفاق را مرور می‌کند و مرور می‌کند و مرور می‌کند. بعد انگار که یک قانون تازه کشف کرده یا چیزی به او الهام شده باشد، ذوق‌زده می‌شود و اینجاست که آن جرقه بی‌نظیر زده می‌شود.

جرقه را ذهن خلاق شاعر می‌سازد. مثلاً تصور اینکه مورچه یک ناخدای ماهر است که دارد کشتی برگ را توی دریای حوض می‌راند، کشفی تازه است. یک موقعیت جدید است بایک سلسله ارتباطات که دنیای شعر را از دنیای معمولی دور می‌کند. به این می‌گویند: «کشف شاعرانه.» شعری که کشف تازه‌ای نداشته باشد، دنیای جدیدی را پیش رویمان نگذارد و کم‌کممان نکند که یک جهان تازه بسازیم، ممکن است ملال‌آور یا معمولی به نظر برسد. پس کشف شاعرانه یکی از پله‌های مهم برای رسیدن به قله‌های شعر است.

اما چطور دنیا را شاعرانه ببینیم و کشف شاعرانه کنیم؟ خب پایه کشف شاعرانه «تخیل» است. تخیل را همه می‌شناسند، اما صحبت درباره‌اش پیچیدگی‌هایی دارد. اجازه بدهید در این شماره شعری از شما بخوانیم و صحبت درباره تخیل را بگذاریم برای شماره‌های بعد. همراهمان باشید.

بره‌های پشت شیشه

در آغاز فقط زمین شیشه‌ای بود

باران آمد

بذر بارید

باد آمد

پنج بره با خود آورد

بره‌ها بین چمن‌ها ایستادند

باد آمد

گرگ با خود آورد

چمن‌های نو با بره‌ها را قلقلک دادند

بره‌ها دویدند

گرگ هم دوید

ناگهان زلزله آمد

پدر شیشه ماشین را پایین کشید

بره‌ها و گرگ‌ها در باران گم شدند

فاطمه طاهری‌ها، ۱۷ ساله از تهران

با اجازه داستان

خانه پدری

مریم عزیز

نامه سراسر محبتت را دریافت کردم و بابت هدیه‌های زیباییات از تو سپاسگزارم. از حالم پرسیدی. بد نیست. عمل سنگین ولی موفق بود. به خاطر جراحی کمی درد دارم، ولی حال عمومی‌ام به نسبت قبل از جراحی خیلی بهتر است. **ستاره** هم سلام می‌رساند. طبق معمول دهانش بی‌وقفه می‌جنبد و مثل فرفره دور و بر خانه می‌چرخد. در این چند هفته‌ای که بیمارستان بودم، ستاره کل وسایل خانه را به هم ریخته. حتی به وسایل شخصی‌ام هم رحم نکرده! باورت می‌شود عینکم را در وان حمام پیدا کردم؟!

سپیده هم زنگ زد. گفت هفته دیگر به دیدنم می‌آید. خدا کند که نیاید. حال و حوصله بچه‌هایش را ندارم. راستی امروز سرهنگ برای خداحافظی آمده بود. گفت که دارد با مادرش از محل می‌رود. گفت که دارند کل محل را خراب می‌کنند. والا نمی‌دانم. سرهنگ هم از بس فشنگ در کرده، عقل درست حسابی ندارد.

می‌گویم **مریم**، خدمتکار خوب سراغ نداری؟ ستاره برعکس تو خیلی پرحرف و حواس پرت است. همه‌اش هذیان می‌گوید. فکر کنم خواب‌نما شده. از صبح تا شب یک بند می‌گوید شهرداری می‌خواهد محله را خراب کند تا اتوبان بسازد. من که باور نمی‌کنم. تو باور می‌کنی؟

باور نکن مریم! همه دروغ می‌گویند! از آن **جلال** گوربه‌گور شده تا سرهنگ و ستاره و سپیده و بچه‌هایش. حتی گاهی اوقات **سیمین** هم دروغ می‌گوید. می‌خواهند به زور مرا از خانه بیرون کنند. هنوز این قدر هوش و حواس دارم. می‌فهمم چی در سرشان هست. می‌دانم سیمین می‌خواهد مرا ببرد خانه سالمندان. می‌دانم ستاره هر روز موقع نهار قرص‌هایم را قاطی غذایم می‌کند.

می‌دانم دیروز نامه شهرداری آمد. می‌دانم اگر بخواهند می‌توانند با یک فوت مرا از خانه پدری‌ام بیرون کنند. می‌دانم که بعضی وقت‌ها یادم می‌رود که هستم. من همه چیز را می‌دانم مریم. دل‌تنگم مریم. کاش به جای نامه‌ات خودت پیشم بودی. سرت را درد نمی‌آورم. تو هم آن طرف دنیا سردرگم مادر و برادرهایت هستی. این نامه را با هزاران عشق و محبت برایت می‌فرستم. دوستت دارم.

مامان ماه صنم

پی‌نوشت: راستی مریم دیروز که آمدی عینکم را ندیدی؟ یادم نیست کجا گذاشتمش!

فاطمه حلما رستگاران، ۱۶ ساله از تهران

هیچ داستانی به دنیا نمی‌آید، مگر آنکه نویسنده‌اش با یک ایده، موضوع (سوژه)، فکر اولیه یا جرقه روبه‌رو شده باشد. یعنی همه داستان‌ها ایده‌ای دارند که بر اساس آن شکل می‌گیرند و تعریف می‌شوند. ایده یا فکر اولیه جرقه‌ای است که در یک لحظه به ذهن نویسنده می‌رسد. وقتی توی خیابان راه می‌روی و دعوی دو تا بچه بازیگوش را می‌بینی، یا وقتی پیرزنی را با کیسه سنگین خریدهایش نگاه می‌کنی، یا وقتی شاهد تصادف دو خودرو است یا ... آن وقت در یک لحظه، بخشی از داستان توی ذهنت جان می‌گیرد.

خوب است بدانی که فکر اولیه تو برای نوشتن یک داستان جذاب، باید دو ویژگی مهم داشته باشد:

۱. ایده نباید تعادل داشته باشد. توی آن، نظم طبیعی زندگی باید به هم خورده باشد. زندگی معمولی آدمی که صبح می‌رود مدرسه و ظهر به خانه برمی‌گردد و تا شب درس می‌خواند و بعد می‌خوابد تا روز بعد، هیچ جذابیتی ندارد. اما اگر او یک روز صبح بیدار شود و ببیند هیچ اثری از کیف و دفتر و مداد و کتاب‌هایش نیست ... آن وقت نظم طبیعی زندگی‌اش به هم می‌ریزد و از تعادل خارج می‌شود.

۲. ایده باید قابل گسترش باشد. یعنی کشش لازم را داشته باشد و زود تمام نشود. گم‌شدن یک اسکناس هزار تومانی به هم خوردن تعادل است، اما این بی‌تعادلی مهم و قابل گسترش نیست. اگر این پول به جای هزار تومان همه پس‌انداز آدمی باشد که می‌خواهد آن را برای کار خیلی مهمی خرج کند چی؟ آن وقت قضیه عوض می‌شود.

ایده خوب می‌تواند کلنگ اول را برای ساختن یک خانه محکم داستانی بزند و باعث شود ما یک طرح داستانی قوی داشته باشیم. درباره طرح داستانی در شماره‌های بعد صحبت می‌کنیم. فعلاً با هم داستانی می‌خوانیم با یک ایده قابل توجه داستانی:



پناه

الهام مقبسه



چراغ

این نبض زندگی بی وقفه می زند... فرقی نمی کند... بی من بدون من

پناه روایت دل کندن ها و دل دادن هاست؛ روایت بی تابی ها و عاشقی هاست. پناه حال و روز هر لحظه ماست، وقتی میان سرنوشت دست و پا می زنیم. پناه، حال دل یک خانواده را ترسیم می کند که آسایشش را در شهر می گذارد و به دنبال مهربانی ها از دل بستگی ها جدامی شود.

همسایه بی بی سید رهایش نمی کرد. او این رفتن را مثل یک اردومی دانست؛ همین قدر روان و شادا! اما در گوشه آشپزخانه صدای زمزمه شعری می آمد؛ میان مرتب کردن ظرف ها.

نازنین همیشه صبور و آرام و لطیف بود؛ مثل نسیم صبح بهاری. با صدای عصبانی نوید از جا پرید: تو تعطیلی آره؟ خانم خانما قرار نیست بری خونه بخت! قراره بری ور دل زبیده خاتون بشینی، به جای رفقای خجسته ها! لبخند می زنی؟ ظرف می شوری؟ جلوی مامان و بابا می گی چشم چشم، هرچی شما بگین؟

نازنین فقط تکانی خورد و دوباره مشغول ظرف شستن شد. با جمله آخر نوید برگشت رو به او و نوید مثل یک سرباز شکست خورده از نبردی بی حاصل، سرش را پایین انداخت. این چشمان معصوم به اشک نشسته را کجای دلش می گذاشت! «باشه بابا، تو خوبی. الان که فکر می کنم، می بینم عقاب ها دسته جمعی هم مهاجرت

هنوز صدای داد و فریاد نوید می آمد؛ من نمی آیم هایش، در کوبیدن هایش: «آخه کدوم آدم عاقلی شهروول می کنه و می ره روستا؟! اونم برای زندگی! من که نمی آم. یه عقاب همیشه تنهاست و تنها هم می مونه...»

این جمله های قصار فقط خاص نوید بود و البته در کسری از ثانیه، از همان قلمبه فهم و دانش عقب نشینی می کرد. نویدی که اسطوره تناقض بود و گاهی این سن شانزده سالگی برایش غلط انداز می شد! اما انصاف که بدهیم، حق با او بود. وسط این همه برنامه های جورواجور، فقط زندگی

در روستا را کم داشتند! حال و روز نادر هم دست کمی از نوید نداشت، اما نادر آدم داد و فریاد کردن نبود. او پهلوان بود؛ یک کشتی گیر با اخلاق. و وای از سکوت نادر، اخم کردنش، از اتاق بیرون نیامدنش، تلخ شدنش و...! تکلیف نهال هم که روشن بود؛ دخترک بازیگوشی که تازه به پایه دوم می رفت. فکر بازی با بره ها و مرغ و خروس های



بماند؟ اینجا؟ تنها؟ هر پسری جای او بود، شاید از این پیشنهاد استقبال هم می‌کرد؛ خانه‌اش می‌شد پاتوق رفقاییش. اما او نادر بود و رؤیای پهلوانی داشت؛ شبیه تختی.

بابا که رفت، تازه این دوراهی برایش شفاف‌تر شد: «او بماند، بابا محمد چطور بی‌بی سید را روی ویلچر بگذارد و دکتر ببرد؟ او بماند، چه کسی استوانک (کپسول) گاز را برای مامان فاطمه جابه‌جا کند؟ او بماند، چه کسی بابامیرزا را آرام نگه دارد؟ او بماند، چطور پناه شود؟ برای چه کسی پناه شود؟ او بماند،...»

بغض رهایش نمی‌کرد. دیگر جمله مرد که گریه نمی‌کند هم کارساز نبود. نگاهی به کتاب‌هایش انداخت، اولین قطره چکید. نگاهی به ساک ورزشی‌اش کرد، دومین قطره چکید. سایه‌ای بالای سرش افتاد. سر بالا کرد، به آن چشمان مهربان خیره شد و سومین قطره هم راه باز کرد.

دستان کوچک و سرد نازنین، اشک‌ها را از روی صورتش پاک کردند. مثل همیشه آرام، با لبخندی ملیح بر لب، با همان صدای ظریف دخترانه: «نمی‌دونم چی بگم آروم بشی، فقط می‌دونم هر کاری کنی همون درسته.»

همان طور که کتاب‌های به‌هم‌ریخته را مرتب می‌کرد، برایش خواند: «از مشکلات طریقت عنان متاب ای دل، که مرد راه نیندیشد از نشیب و فرازا!»

نازنین مثل عطر به جان نادر نشست و رفت. مامان فاطمه که از میان دردد نگاه نادر را دنبال می‌کرد، به معجزه کلام نازنینش ایمان داشت؛ فقط یک غصه در دلش چرخ می‌خورد و آن هم اعتقادات نیم‌بند دخترکش بود که گاهی دل‌آشوبه می‌شد به جاننش!

نادر میان مسخره‌بازی‌های نوید، میان دل‌دل کردن‌های نازنین، میان آمدن و رفتن‌های پدر و مادر، باید تصمیمش را می‌گرفت: بماند یا برود؟

رفتن به روستایی که کلاس آزمون سراسری که هیچ، حتی دوره متوسطه‌اش هم در حد دیپلم‌گرفتن کارا نبود! باشگاه ورزشی را هم که باید خوابش را می‌دید و دیگر هیچ... می‌ماند در شهر و راهش را از خانواده جدا می‌کرد یا... حتی فکرش را هم نمی‌توانست بکند! چقدر نیاز داشت کسی بیاید و راه‌رانشان بدهد. حتی دستش را بگیرد و با خودش ببرد. سر چرخاند و به عکس روی دیوار خیره شد. قطره چهارم اشکش برای او چکید.

او کی و کجا خودش را جا گذاشته بود؟ دلش کمی شبیه او شدن را می‌خواست. باید کاری می‌کرد. نیم‌خیز شد، یا علی...

دلیل رفتن خانواده مودت به روستا و ماجرابی را که برای نازنین پیش می‌آید، در شماره بعد خواهیم خواند. با ما همراه باشید.



می‌کنند. الکی، مثلاً داریم می‌ریم خارج!» نازنین به عقب‌نشینی برادرش لبخندی زد و نوید شاد از تبسم پیروزی خواهر. این دوقلوهای در همه چیز متفاوت، عجیب به هم وابسته بودند و شاید نوید وابسته‌تر. بعد از شام، دیگر بابا محمد و مامان فاطمه حرفی نزدند. در فکر این پیشامدی بودند که شده بود کلاف سردرگم زندگی‌شان و آن‌ها را مجبور به رفتن می‌کرد! بعد از چند ماه این پا و آن پا کردن و امتحان راه‌حل‌های بسیار و نتیجه نگرفتن، حالا تصمیم خود را گرفته بودند. اما بابا محمد بیشتر از همه دل‌نگران نادر بود؛ نادری که آزمون سراسری داشت؛ نادری که حالا در تیم کشتی نوجوانان سرآمد شده بود و البته نادری که عصای دست خانواده بود. اگر نادر نمی‌آمد چه؟! رفت و کنار نادر نشست. دست روی زانوی نادر فشرد. پسرکش مردی شده، قد کشیده و رعنا شده بود. الحمدلله بر زبان جاری کرد: «باباجان، ذره‌ای راضی نیستم به کم گذاشتن برای درس و ورزشت. بمون همین‌جا، عمه حواسش هست. هم می‌آد بهت سر می‌زنه، هم تو می‌ری اونجا دلت وا می‌شه. ما هم که می‌آییم و می‌ریم، تا این یک سال هم بگذره و دانشگاه قبول بشی و...»

بابا محمد حرف می‌زد و نادر بیشتر به فکر فرو می‌رفت:



لبخند جوان

حرف

مصطفی مشایخی

حرف کوچه گوش مرا مفت دید و گفت
«با پشم بره قمقمه سازی نمی شود»

بی ربط با مقوله بالا ادامه داد
«در پشت کاسه سرسره بازی نمی شود»

توضیح واضحات که: «در کوی مسگران
سنتور و عود و تار نوازی نمی شود»

از شاخه ای به شاخه دیگر پرید که
«ماهی میان آب هوازی نمی شود»

در میحی به کشف جدیدش اشاره کرد
مبنی بر این که: «سوپ مجازی نمی شود»

با رسم شکل گفت که «یک خط منحنی
با خط مستقیم موازی نمی شود»

گفتم سواد علمی و آگاهی ات قبول
اما جواز روده درازی نمی شود

اما کمردرد و سینه پهلو اهمیت زیادی نداشت! چون به این فکر نکرده بودند که خیلی‌ها در سرما و یخ‌بندان خوابشان می‌برد و چشمانشان ناخودآگاه بسته می‌شود، برای همین دوباره مرا در حال چرت‌زدن دیدند. این بار خان‌عمو اعلام کرد که برای چرت‌زدن بنده بهتر است ناهار سنگین به بدن نزنم! بله دیگر خوردن برنج و گوشت ممنوع شد. یک لقمه نان و پنیر ساده که با آب خوردن از گلو پایین می‌رفت شد سهم من از زندگی!

برای اینکه تنم یخ نکند، لباس گرم می‌پوشیدم، اما همان گرمای لباس هم از نظر خاله خانم مانع درس خواندن من بود. آمد و به کاپشن و دستکش و کلاه و شال گردن من تو اتاق نگاه کرد و گفت: «این لباس‌ها خواب‌آلودش می‌کنند. اینکه لباس درس خواندن نیست. این‌ها لباس کوه‌رفتن هستند.»

بله، خان‌بابا پرید و لباس‌ها را در چشم برهم‌زدنی از تن من درآورد و بعد از ۱۰ دقیقه چرت‌زدن من به غش کردن تبدیل شد! غش‌کردنی از غذا نخوردن و سرما. وقتی زیر بس‌م داشتیم چرت می‌زدیم، خان‌بابا گفت: «این درست بشو نیست... این درس بخوان هم نیست... مدام بازی درمی‌آورد... این می‌خواست درس بخواند، این همه ما را اذیت نمی‌کرد و چرت نمی‌زد... بگذار بروم در همان اتاقش لم بدهد چرت بزند... کنکوری هم کنکوری‌های قدیم...» و کسی نفهمید که هنوز هم اتاق من عصر یخ‌بندان است!

آخر مگر می‌شود که شب بیداری بکشی و صبح چرت نزنی؟ من که ماشین نیستم. من هم کم می‌آورم. من هم خوابم می‌گیرد. من هم دلم می‌خواهد استراحت کنم. این را باید به چه کسی بگویم؟! ... همین که اولین بار در عمرم جلوی کتاب داشتم چرت می‌زدم، مامان خانم سرش را در اتاق کرد و شنیدم که گفت: «اما را بگو دل‌مان خوش است که این می‌خواهد آزمون سراسری بدهد! این بچه هیچ چیز نمی‌شود که نمی‌شود...»

و همین‌جا بود که خان‌بابا در کسری از ثانیه خودش را رساند و بادیدن من گفت: «اینکه مدام عین جوجه‌مریض‌ها چرت می‌زنی!»

چرت‌زدن ثانیه‌ای من شد بزرگ‌ترین مسئله‌ خاندان کنکوزاده! بله چرا باید یک کنکوری مثل جوجه سرپایی چرت بزند؟! حتماً مشکلی وجود دارد! خان‌دایی گفت: «ایراد از نشستنش است... آدم که راحت بنشیند ولم بدهد، چرتش می‌گیرد...»

یعنی نگذارید لم بدهد. باید روی جای سفت بنشینند. جایش نباید در زمستان گرم و نرم و در تابستان سرد و خنک باشد. اولین اقدام خان‌بابا برداشتن بخاری از اتاق من بود که تبدیل شد به دوره یخچالی و عصر یخ‌بندان! بعد هم صندلی چرخ‌دارم را برداشتند و با صندلی پلاستیکی که مامان خانم از رویش بالا می‌رفت تا دستش به کابینت برسد، عوض شد. حالا دیگر طبیعتاً من نباید چرت می‌زدم،

چگونه چرت نزنیم؟

معصومه پاکروان



خواب بودم دیشب و دیدم یکی رؤیای ناب
آه می چسبد به آدم دیدن رؤیا و خواب

خواب دیدم مدرسه مثل پلی استیشن است
با خودم گفتم مگر این چیزها هم ممکن است؟

جای دفتر دسته در دستان ما بود و کلاس
مثل یک کنسول بود و بچه‌ها دورش پلاس

می شد آنجا با فشار دایره ده درس لیست
با فشار لایک و آر دو به ما می داد بیست

زنگ ورزش بی تحرک پای مانتیتور همه
توی فیفا شوت و پاس و سانتر و گل، همه‌همه

از ریاضی سر نیاوردیم در، اما چه غم
چون بتل پَس می خریدی، می گرفتی نمره هم

کارنامه می گرفتی با فشار دکمه‌ها
جای کار و درس آنجا بود کار دکمه‌ها

ناگهان خوردیم باگ و شد پراز لگ اسکرین
چون پریدم بنده دیگر بیکه‌ها از خوابی چنین

خواب خوبی بود، اما درس خواندن گیم نیست
شانس آوردم که درسم نیز چون گیمم قوی است

لیبند جوان

درس خواندن پای پیشانه (کنسول) بازی





زیبا و زرقی‌برقی و رنگی‌رنگی‌ای که داریم، قاعدتاً نباید همچنین پاهای زشتی داشته باشیم. توهم با این پرهای سیاه زشت و ترکیب درب‌وداغون به طور طبیعی نباید همچنین پاهایی داشته باشی. من فکر می‌کنم مشکل از روزی که ما آفریده شدیم است. احتمالاً آن روز تاریک بوده و ما هم چون از خواب عدم بلند شده بوده‌ایم، خواب‌آلو بوده‌ایم. توی آن تاریکی تو کفش‌های سرخ خوشگل مرا پوشیده‌ای و من هم اشتباهی کفش‌های زشت‌تورا!!»

اما زاغ جامی هم از آن زاغ‌ها نبود که جلوی حرف کم بیاورد و اجازه بدهد یکی دیگر او را این‌طوری مسخره کند. برای همین جواب داد: «زرشک! اتفاقاً به نظر من این لباس سیاه که تن من است به کفشم نمی‌آید و مطمئنم که روز اول آفرینش تو اشتباهی لباس زیبایی مرا تن کرده‌ای و حالاداری با آن پُرمی‌دهی.»

اوضاع داشت درهم‌وبرهم می‌شد که یک یکپهو لاک‌پشت پیری سپیدموی ... ببخشید، سپیدلاک! با همان سرعت آهسته‌اش پرید وسط معرکه و داد زد: «ای یاران عزیز و دوستان صاحب تمیز! جان من گشَف بی‌خیال شوید! (حالا کشف کردید که گشَف یعنی لاک‌پشت.) دست از این حرف‌های بیهوده بردارید. خدا همه نعمت‌ها را به یکی نداده و همه آرزوها را تو زندگی یک نفر نریخته. به هر حال هر کسی یک نقصی دارد؛ همون‌طور که هر موجودی یک خاصیتی دارد. عاقلانه این است که به چیزی که خدا بهتان داده خرسند باشید و حالش را ببرید.»

شما به همین خر نگاه کنید. با اینکه انکرالاصوات است و صدایش خیلی بد است، کاری به هیچی ندارد و وسط دشت و بیابان و توی خیابان و وسط مهمانی و بحث‌های مهم و جدی، هر وقت هوس آواز خواندن می‌کند، چشم‌هایش را می‌بندد و شروع می‌کند به خواندن. (راستش اینجایش را گشَف یادش رفته بود بگوید، من اضافه کردم.)

قدیمی‌ها خیلی فکر می‌کرده‌اند. یعنی نه اینکه بیکار بوده باشند و از سر بیکاری به خیلی چیزها فکر کرده باشند. نه! دلیلش این بود که آن زمان‌ها هنوز گوشی همراه و برنامه‌های رنگارنگ آن اختراع نشده بودند و آدم‌ها مجبور بودند به جای گوشی بازی، به بازی فکری روی بیاورند و فکر کنند. این‌طور می‌شد که می‌نشستند و سر فرصت و در کمال بی‌دغدگی، به این فکر می‌کردند که اگر حیوان‌ها می‌توانستند حرف بزنند، چه می‌گفتند و چه جوابی می‌شنیدند.

خلاصه همه این‌ها را گفتم که گفته باشم، زمانی آقای سعدی شیرازی این‌طور نوشت:

«طاووس را به نقش و نگاری که هست خلق / تحسین کنند و او خجل از پای زشت خویش»

یعنی همه توی کف زیبایی پرهای جناب آقای طاووس هستند. اما او مدام می‌رود جلوی آینه و به پاهای خودش که فکر می‌کند خیلی زشت است، فکر می‌کند. درست مثل بعضی از ما که پدر آینه را درآوردیم، از بس که تعداد جوش‌هایمان و مقدار انحراف زاویه دماغمان را شمرده‌ایم و حساب کرده‌ایم.

حالا بگردیم و برسیم به حکایت. جناب آقای نورالدین عبدالرحمن بن احمد بن محمد جامی که یک تریلی هم اسمش را نمی‌توانسته بکشد، در کتاب بهارستانش حکایت جالبی دارد. حکایت گفت‌وگوی یک طاووس و یک زاغ که در نهایت با جمله عاقلانه یک عدد «گشَف» ماجرا ختم به خیر می‌شود. تا شما کشف کنید که گشَف دیگر چه موجودی است من حکایت را تعریف کنم.

این‌طور که پیداست زاغ داستان آقای جامی، پای سرخ‌رنگ خیلی خوشگلی داشته است. ظاهراً زاغ‌ها هم به مرور زمان تغییر کرده‌اند. به هر حال طاووس که داشته توی باغ راه می‌رفته و هی چشمش به پای زشتش می‌افتاده و به خاطر همین به زمین و زمان حرف‌های غیربهداشتی می‌زده، یک‌دفعه نگاهش به زاغ سیاهی می‌افتد که اتفاقاً پاهایش خیلی خوشگل بوده است.

طاووس که با دیدن این صحنه فشارش بالا رفته بود، نتوانست جلوی زبان خودش را بگیرد و گفت: «ببین! من با این لباس

شوخی شوخی، جدی!
بازنویسی حکایت‌های قدیمی
این قسمت:

بهارستان جامی

عبدالله مقدمی



با گوش‌ی

شروین سلیمانی

توی این روزگار با گوش‌ی
 شده‌ام سازگار با گوش‌ی
 گوش‌ی‌ام با نمک یکی شده است
 بس که خوردم خیار با گوش‌ی
 هرچه رخ می‌دهد در این اطراف
 می‌دهم انتشار با گوش‌ی
 چون کلیپ کلاغ می‌بینم
 می‌کنم قارقار با گوش‌ی!
 خرس بلعید گوش‌ی‌ام را چون
 رفته بودم شکار با گوش‌ی
 ناخنم زیر پتک ماند و شکست
 می‌نوازم سه‌تار با گوش‌ی
 خواب دیدم که قاشقم گم شد
 می‌خورم خاویار با گوش‌ی!
 بازگردم اگر به عصر حجر
 می‌روم توی غار با گوش‌ی!
 شده گوش‌ی‌ام چو عضوی از بدنم
 شده‌ام خنده‌دار با گوش‌ی!
 از شلوغی و جشن و مهمانی
 می‌کنم من فرار با گوش‌ی
 می‌خزم توی خانه روز و شب
 مثل یک سوسمار با گوش‌ی
 به مرض‌های روحی و جسمی
 شده‌ام من دچار با گوش‌ی!
 زندگی با تمام شیرینی
 شده چون زهرمار با گوش‌ی
 باید از گوش‌ی‌ام جدا بشوم
 چون شدم بی‌قرار با گوش‌ی
 تایپ کردم تمام شعرم را
 نصفه شب در قطار با گوش‌ی!

فوتش نکن

مهدی فرح‌اللهی



مثل آب روی آتش است، اما همیشه آب روی همه آتش‌ها جواب نمی‌دهد. برای مثال در آتش سوزی‌های ناشی از اتصالی کردن وسایل برقی، از آنجا که جناب برق می‌تواند در جریان آب جریان پیدا کند، پس احتمال برق‌گرفتگی و اتفاقات جیز و ناجور دیگری هم وجود دارد. در این صورت می‌توانیم از «استوانک‌های» (کپسول‌های) حاوی دی‌اکسید کربن استفاده کنیم.

در آتش‌سوزی‌های ناشی از موادی همچون بنزین و گازوییل نیز به دلیل سبک‌تر بودن، این مواد روی آب می‌آیند. آتش خاموش که نمی‌شود هیچ، شعله‌ورتر و گسترده‌تر هم می‌شود و از شما به خاطر بسط و گسترش، آب‌بازی و آب‌تنی مفتی و مجانی تشکر هم می‌کند.

این نوع آتش‌سوزی با پادرمیانی خاموش‌کننده‌های کف‌دار و پودری مهار و خاموش می‌شود. در نبود این موارد شن و ماسه هم بی‌تاثیر نیست. بالاخره باید یک خاکی سر آتش ریخت تا دستش از اکسیژن کوتاه شود.

مواد برای سوختن به ماده‌ای مثل اکسیژن نیاز دارند. مولکول‌های ماده سوختنی با دیدن اکسیژن سلام و احوال‌پرسی گرمی با او می‌کنند. ما هم تا آن‌ها گرم صحبت می‌شوند، از همین گرما برای پخت و پز و کلی کارهای دیگر استفاده می‌کنیم.

اما گاهی وقتی مواد با اکسیژن سرگرم گفت‌وگو هستند، بحثشان از کنترل خارج می‌شود و آتش سوزی اتفاق می‌افتد. اینجاست که ما دست به دامن آتش‌نشانی می‌شویم تا آتش دست از سرمان بردارد و بتوانیم به این بحث خاتمه دهیم.

زمانی که خودمان دست به کار می‌شویم تا دست آتش را کوتاه کنیم، باید بدانیم و آگاه باشیم که برای انواع مواد سوختنی و انواع آتش‌سوزی‌ها باید از خاموش‌کننده‌های متفاوتی به منظور پادرمیانی استفاده کنیم و قطعاً آتش با فوت کردن خاموش نمی‌شود.

حتماً این مثل را شنیده‌اید که فلان حرف یا موضوع

پوسیدگی دندان

مقدمه

از جمله عوامل بر ایجاد پوسیدگی، وجود بُزک باکتریایی (پلاک میکروبی) بر سطح دندان هاست که با حذف بُزک می‌توان مانع ایجاد پوسیدگی شد. هرچند شست‌وشوی دهان در ظاهر دندان‌ها را تمییز می‌کند، ولی بُزک را از روی دندان پاک نمی‌کند. موفقیت درازمدت درمان‌های دندان پزشکی منوط به تمیزکردن بُزک دندانی از سطح دندان‌ها بر اساس یک برنامه منظم (حداقل دوبار مسواک زدن و یک بار نخ کشیدن در روز) برای پیشگیری از تجمع مجدد بُزک هاست.

دکتر اعظم گودرزی



راه‌های پیشگیری از پوسیدگی استفاده از مسواک، خمیر دندان و نخ دندان

مسواک کردن صحیح آن است که سطح دندان‌ها و لثه به خوبی مسواک زده شود. بنابراین بهتر است مسواک کردن در فرصت مناسب و با زمان کافی و توأم با آرامش صورت پذیرد، چرا که کیفیت مسواک کردن بیشتر از تعداد دفعه‌های آن اهمیت دارد. امکان چسبیدن میکروب‌ها به سطح‌های دندانی که با مسواک تمیز شده‌اند، کمتر خواهد بود. این نکته اهمیت زیادی دارد. زیرا بسیاری از وقت‌ها در ساعت‌های پایانی شب که خسته و خواب‌آلوده هستید مسواک می‌زنید. در حالی که بهتر است پس از صرف وعده غذایی اصلی و در شرایطی که آمادگی لازم را برای مسواک زدن دارید، این عمل صورت گیرد. مطلوب آن است که بعد از هر بار مصرف مواد غذایی، دندان‌ها مسواک زده شوند؛ ولی در هر حال مسواک کردن دندان‌ها در دو زمان حتماً باید انجام گیرد:

+ شب، قبل از خواب، به دلیل اینکه در زمان خواب جریان بزاق و حرکت‌های زبان و گونه برای تمیز کردن محیط‌های دهان کاهش می‌یابد و دندان‌ها مستعد پوسیدگی می‌شوند.
+ صبح قبل یا بعد از صبحانه.

ویژگی‌های مسواک خوب

جنس: موهای مسواک باید از جنس نایلون نرم و سر موهای آن گرد باشد. لذا استفاده از مسواک دارای موهای از جنس سخت به هیچ وجه توصیه نمی‌شود.

کیفیت: موهای مسواک باید منظم و مرتب باشد. معمولاً نمی‌توان بیش از سه تا چهار ماه از یک مسواک استفاده کرد. چون موهای آن خمیده و نامنظم می‌شوند یا رنگ موهای آن تغییر می‌کند. در این صورت حتماً مسواک را باید عوض کرد. چنانچه پس از مدت کوتاهی شکل موهای مسواک تغییر کند، نشانه آن است که فرد نادرست و خشن مسواک می‌زند.

شکل: انتخاب مشخصات دسته مسواک بر اساس سلیقه افراد انجام می‌گیرد. البته دسته مسواک کمی خمیده، سطح دندان‌های خلفی را بهتر تمیز می‌کند.

مسواک برقی: با این مسواک‌ها بُزک‌ها را ساده‌تر می‌توان برداشت. استفاده از آن به بیماران بستری، افراد تحت درمان دندان آرایی (ارتودنسی) ثابت و کودکانی که از توان بدنی و ذهنی کمی برخوردارند، بیشتر توصیه می‌شود.

خمیردندان: امروزه اکثر خمیردندان‌ها فلوراید دارند که سبب مقاوم‌تر شدن دندان در برابر پوسیدگی می‌شود. خمیردندان‌ها دارای موادی هستند که به از بین بردن بُزک‌ها و رنگ‌دانه و جلوگیری از رسوب کمک می‌کنند و علاوه بر خاصیت ضد پوسیدگی و ضد حساسیت، خوش بو و خوش طعم‌کننده دهان نیز هستند.

نکته‌های مهم:

لازم است مسواک کردن حتماً با خمیردندان انجام شود، زیرا فلوراید داخل خمیردندان به جلوگیری از پوسیدگی‌های دندانی کمک می‌کند. البته در صورت دسترسی نداشتن به خمیردندان، با آب خالی هم می‌توان مسواک کرد. استفاده از نمک خشک، جوش شیرین یا سایر پودرها برای مسواک کردن درست نیست، زیرا سبب ساییدگی مینای دندان و خراشیده شدن لثه می‌شود. استفاده از آب نمک رقیق (نصف قاشق چای‌خوری در یک لیوان آب جوشیده سرد)، به صورت دهان‌شویه به منظور ضد عفونی کردن محیط دهان کمک‌کننده است.

مدت زمان مطلوب برای مسواک زدن سه تا چهار دقیقه است.

زمان‌های مناسب برای مسواک زدن صبح‌ها (قبل یا بعد از صبحانه)، ظهرها (بعد از نهار) و شب‌ها (قبل از خواب) است.

بهتر است مسواک کردن به روش صحیح، در فرصت مناسب، با زمان کافی و توأم با آرامش صورت پذیرد.

مسواک جزو وسایل شخصی است و هیچ کس نباید از مسواک دیگری استفاده کند.

یکی از انواع خمیردندان‌هایی که در بازار به فراوانی یافت می‌شود، خمیردندان‌های ضد جرم است. این خمیردندان‌ها مواد ساینده بیشتری دارند و استفاده دائم از آن‌ها باعث سایش و حساسیت دندان‌ها می‌شود. استفاده از این خمیردندان‌ها باید محدود شود و جوانان از عوارض آن‌ها آگاه باشند.

حساسیت دندانی مشکلی نسبتاً رایج بین افراد است. رواج استفاده از خمیردندان‌های ساینده و سفیدکننده بر تعداد بیماران دارای دندان‌های حساس افزوده است. در نتیجه برای حل این مشکلات، خمیردندان‌های ضد حساسیت بیش از پیش مورد توجه قرار گرفته‌اند.

استفاده از نخ دندان

لثه ببرید، سپس به دیواره دندان کناری بچسبانید و چند بار به طرف بالا و پایین حرکت دهید. مواظب باشید نخ فشاری به لثه وارد نکند.

سپس قسمت تمیز نخ را در همان محل به سطح کناری دندان پشتی بچسبانید و همین کار را تکرار کنید. بعد از آن نخ را از لای دندان‌ها خارج کنید. آن قسمت از نخ را که برای این دندان‌ها استفاده کرده‌اید جابه‌جا کنید و نخ‌کشیدن دندان بعدی را شروع کنید. این کار را برای تمام سطح‌های بین دندان‌ها تکرار کنید.

توجه کنید:

پشت آخرین دندان هر فک را نیز مثل دندان‌های دیگر نخ بکشید.

بهتر است روزی دو بار (شب‌ها قبل از خواب و صبح‌ها بعد از صبحانه) از نخ دندان استفاده کنید. در غیر این صورت حداقل شب‌ها قبل از خواب، ابتدا از نخ دندان استفاده کنید و سپس دندان‌ها را مسواک کنید.

اگر هنگام مسواک زدن و نخ‌کشیدن دندان‌ها، درد و خون‌ریزی وجود داشت، جای نگرانی نیست. با ادامه این کار و برطرف شدن التهاب لثه، غالباً درد و خون‌ریزی هم از بین می‌رود. اگر پس از یک هفته علائم برطرف نشدند، باید به دندان‌پزشک مراجعه شود.

نخ دندان کشیدن همه دندان‌ها حدود سه تا چهار دقیقه طول می‌کشد.

نکته مهم

به جای نخ دندان برای تمیزکردن سطح‌های بین دندان‌ها، از هیچ نوع نخ دیگر یا وسایل سخت و نوک تیز، مثل سنجاق و چوب کبریت استفاده نکنید. در ضمن توجه داشته باشید که خلال دندان وسیله‌ای است که به آسانی به لثه آسیب می‌رساند و معمولاً استفاده از آن توصیه نمی‌شود.

سطح‌های بین دندان‌ها به هیچ‌وجه با استفاده از مسواک تمیز نمی‌شوند و تنها با استفاده از نخ دندان می‌توان این سطح‌ها را تمیز کرد. نخ دندان نخ نایلونی مخصوصی است که باید آن را از داروخانه خرید. افراد می‌توانند نوع نخ دندان را براساس سهولت استفاده و علاقه شخصی خود انتخاب کنند. هدف اصلی از تمیزکردن ناحیه‌های بین دندان‌ها، برداشتن ژلک باکتریایی است.

برای استفاده از نخ دندان باید:

قبل از استفاده دست‌هایتان را با آب و صابون به خوبی بشویید.

حدود ۳۰ تا ۴۵ سانتی‌متر از نخ دندان را ببرید و دو طرف نخ را که بریده‌اید در هر دو دست به دور انگشت وسط بپیچید.

سه انگشت آخر را ببندید و دو دست را از هم دور کنید تا نخ محکم کشیده شود. به این ترتیب انگشت نشانه و شست هر دو دست آزاد می‌مانند.

با بستن سه انگشت آخر، انگشت نشانه و شست دو دست آزاد می‌مانند که این حالت قدرت عمل بالایی به شما می‌دهد.

قطعه‌ای از نخ به طول ۲ تا ۲/۵ سانتی‌متر را بین انگشتان شست و اشاره دست‌ها نگه دارید.

برای واردکردن نخ بین دندان‌های فک پایین از دو انگشت اشاره و بین دندان‌های فک بالا از دو انگشت شست و یک شست و یک انگشت اشاره استفاده کنید.

نخ را با حرکت شبیه اره کشیدن به آرامی به فضای بین دندان‌ها وارد کنید. مراقب باشید فشار نخ، لثه را زخمی نکند.

مرحله بعد این است که نخ به آرامی با حرکتی شبیه اره کشیدن به فضای بین دندان‌ها وارد شود.

پس از اینکه نخ را وارد فضای بین دندان‌ها کردید، آن را به سطح کناری دندان جلویی تکیه دهید، با ملایمت به زیر لبه لثه ببرید، سپس آن را به دیواره دندان بچسبانید و چند بار به طرف بالا و پایین حرکت دهید. این عمل را به آرامی انجام دهید تا به لثه مجاور دندان آسیب نرسد.

نخ را به کناره یکی از دندان‌ها تکیه دهید، به زیر لبه

منابع:

- Rugg-Gunn A. Dental caries: strategies to control this preventable disease. Acta medica academica. 2013 Nov 15;42(2):117
- Heymann HO, Swift EJ, Ritter AV. Sturdevant's Art & Science of Operative Dentistry-E-Book. Elsevier Health Sciences; 2012 Apr 19
- Hollister MC, Anema MG. Health behavior models and oral health: a review. American Dental Hygienists' Association. 2004 Jun 1;78(3):6.



مقابله با سلطه‌گری اطرافیان

دکتر لیلا سلیقه‌دار

طیب جوان

جنگیدن نمی‌دانی؟!

یکی از مهارت‌های زندگی امروزی این است که بتوانی در برابر زورگویی دیگران بایستی و هر جا لازم است از خودت دفاع کنی. این ویژگی تنها مخصوص پسران نیست. دختران هم باید جنگیدن و دفاع از خود را بلد باشند و در موقعیت‌های ضروری کم نیاورند. گاهی واکنش‌های مورد نیاز، بدنی هستند و به زور و بازو ارتباط دارند. بخش مهم دیگری از آن نیز مربوط به روان و برخی اتفاقات درونی است. هر یک از این موارد مانند یک بال برای پرنده هستند و با یکی از آن‌ها نمی‌توانی موفق باشی. اگر تنها به ویژگی‌های قدرت روانی اکتفا کنی، یا اگر تنها بر توانایی‌های بدنی و مهارت‌های آن تکیه داشته باشی، حتماً با شکست و ناکامی روبه‌رو می‌شوی.

چه زمانی بجنگیم؟

هر زمان فردی قصد سلطه‌گری داشته باشد، یعنی موقعیتی ایجاد شده است که باید با او بجنگی. پدیده سلطه‌گری و قلدری شامل رفتارهای خشونت‌آمیزی است که به صورت عمدی و غیرمنصفانه اتفاق می‌افتند. رفتارهایی را که به حالت مودیانه اتفاق می‌افتند و سرانجام به دشمنی می‌انجامند، مانند اسم گذاشتن روی یکدیگر، طردکردن و حذف کردن افراد از گروه دوستان، و تلاش برای بی‌اعتبارکردن دیگران در جمع را نیز دربردارد. همچنین

هنگامی که شخص یا گروهی تلاش می‌کنند به صورت مداوم با گفتن کلمه‌های بد و ناپسند شخص یا گروهی را آزار و اذیت کنند، و یا آن‌ها را کتک بزنند تا پول و دارایی‌شان را به دست آورند، یا آن‌ها را تحقیر و تمسخر کنند، قلدری یا سلطه‌گری اتفاق افتاده است.

از طرف دیگر، عنوان می‌شود زمانی که فرد یا گروهی شخصی را نادیده بگیرند، او را کتک بزنند، هل بدهند و یا او را در اتاق زندانی کنند، یا در مورد او به دیگران دروغ بگویند، و یا علیه او شایعه‌پراکنی کنند، وی را قربانی سلطه‌گری کرده‌اند.



قانون چه می‌گوید؟

یکی از تلخ‌ترین تجربه‌های دنیا که به‌واسطهٔ کارم داشته‌ام، حضور در «کانون اصلاح و تربیت»، یا به زبان قدیمی «دارالتأدیب» است. دیدن نوجوانانی که مجبورند اتهام قتل یا آسیب به دیگران را بر خود داشته باشند و به همین دلیل در زندان به سر برند، بسیار تلخ است. زیرا اغلب آن‌ها ناخواسته در این شرایط گرفتار شده‌اند و اصلاً تصور نمی‌کردند که ممکن است یک اقدام ساده به فاجعه تبدیل شود و برای همیشه سایهٔ آن در زندگی‌شان بماند.

پایبندی به قانون نشانهٔ ترس یا بزدلی نیست، بلکه نشانهٔ عقل و تدبیر است. همیشه برد با کسانی است که مدبر و دانا هستند. هر زمان در محیط مدرسه یا دیگر فضاهای اجتماعی رسمی حضور داری و فرد یا گروهی قصد تعرض به امنیت و آرامش تو را دارد، تنها کافی است مطابق قانون آن نهاد رسمی اقدام کنی و از طریق افرادی که برای همین منظور در آن مجموعه هستند، از حقوق خودت دفاع کنی. در فضای کلاس، معلم و در خارج از کلاس و در سطح مدرسه، معاون مسئولیت امنیت و رسیدگی به شکایت دانش‌آموزان را بر عهده دارند.

اگر بیرون از مدرسه نیز اختلاف و مزاحمت‌ها ریشه پیدا کردند و اطلاع یافتن والدین نتوانست به حل آن کمی کند، حتماً می‌توانی از پلیس انتظار مداخله داشته باشی و به کمک یک بزرگ‌تر و شاهدان، ضمن تماس تلفنی با ۱۱۰، مراتب را گزارش کنی.

بهره‌مندی از قانون بهترین راهکار برای مقابله با قلدرهایی است که زورشان از تو بیشتر است و تصور درگیری با آن‌ها با شکست همراه است.

اگر تکرار شد

رفتار اطرافیان برای اولین بار و هنگامی که تنها یک بار دیده‌شده، قابل بخشش و گذشت است. کافی است که به فرد یا گروه مقابل بگویی که از این رفتار خوش نیامده است. گاهی این ابراز احساس می‌تواند بایک نگاه، یک اشاره یا یک جمله کوتاه باشد. بعد از آن نیازی به منتظرماندن نیست و بهتر است به جای شنیدن نظر یا بحث بیشتر از آنجا دور شوی.

گاهی رفتارهای ناخوشایند دیگران به‌منظور جلب توجه است. برخی نمی‌دانند چگونه می‌توانند محبت و عشق خود را به فرد مقابل نشان دهند و به همین دلیل، برای اینکه توجه او را به سمت خود جلب کنند، به رفتارهای پرخاشگرانه یا آزاردهنده دست می‌زنند. در این شرایط پیش از هر اقدام دیگری، پاسخ این پرسش را بیابید که: «آیا فرد مقابل قصد ابراز محبت از این طریق نادرست را دارد؟» در این صورت اگر حتی احساس کردی که مقصود او صرفاً جلب توجه است، به کارهای دیگر او توجه نشان بده تا خیالش بابت دریافت نظر تو راحت شود و دست از مزاحمت بردارد.

اما در غیر از شرایط یادشده، تردید نیست که موقع جنگیدن فرارسیده است. با این توضیح که هر جنگیدنی دعوا نیست. گاهی لازم است مرحله‌های دیگری را هم مد نظر داشته باشی.

ساده است

گاهی رفتارهای سلطه‌گرانه ساده‌تر از آن است که نیازی به دریافت کمک یا مداخله دیگران باشد. در این صورت لازم است ضمن ابراز خونسردی در رفتار، کاملاً جدی و مصمم مقابل فرد یا گروهی که پرخاش می‌کنند بایستی. برای مثال، اگر در کلاس تو را با لقب صدا می‌زنند، با صدایی که بشنوند و بدون ترس، هشدار بدهی که اگر رفتارشان تکرار شود، نتیجه خوبی نخواهد داشت، یا بگویی رفتارشان را پایان دهند.

اگر فردی که قصد اذیت دارد، از یک موقعیت دعوا یا ناراحتی دیگر آمده است، اصلاً به تهدید و حرف‌ها و رفتارش توجهی نکن. زیرا او در جست‌وجوی فرصتی برای خالی کردن خشم خود است و لزوماً تو مقصود او نیستی. پس بهتر است نزدیک او نباشی.

اگر فقط تو را هل داده یا فقط یک کلام گفته است، با خودت قرار بگذار که تو هم بیشتر از یک جمله یا یک رفتار نداشته باشی. بیشتر از این به معنای شروع جنگ از سوی توست.

به افرادی که از تو کم‌توان‌تر هستند، با زور بازو جواب نده. هم برای خودت افت دارد، هم ممکن است در پایان آثاری به مراتب بیشتر از چیزی که قصد اعمال آن را داشتی به وجود آید که غالباً قاجعه‌بار است.

یادت باشد مطابق دین مبین اسلام هر گونه ایجاد خسارت بدنی، اعم از اینکه حق با تو بوده یا نبوده، شامل دیه می‌شود و تا سال‌ها بعد هم این دین به گردن تو باقی خواهد بود.

همچنین، مطابق قانون جمهوری اسلامی ایران، هرگونه فحاشی نیز شامل مجازات است. پس برای اینکه صرفاً خشم را خالی کرده باشی، مراقب جمله‌هایت باش و سراغ دیگر راهکارهای مدیریت خشم برو.

بهتر است مقصودت را بدون به‌کاربردن ناسزا به‌داغ‌ترین حالت و منطقی‌ترین شکل بیان کنی و هرگز مشمول مجازات فحاشی نشوی. اصلاً یکی از دلایلی که در دعوای ایرانی از کلماتی مانند «تو می‌دونی»، «تو عاقلی» و ... استفاده می‌شود، برای فرار از همین مجازات است! اما لزوماً آن را با لحن مسخره توصیه نمی‌کنم چون تفاوتی با ناسزا ندارد.

قوای بدنی را شوخی نگیر

تفاوتی ندارد دختر هستی یا پسر، حتماً برای تقویت بدنت و زور و بازویت ورزش مناسبی انتخاب کن و همیشه دفاع از خود را بهانه‌ای برای یادگیری فنون رزمی و قدرت بدنی قرار بده. یادت باشد همیشه دعوا و جنگ به مدرسه و دانش‌آموزان مربوط نمی‌شود، گاهی در سطح جامعه با جیب‌برها، متجاوزها، خلاف‌کارها و افرادی که برای سودجویی به دیگران تعرض می‌کنند روبه‌رو می‌شوی. در چنین حالتی همچنان مرحله‌هایی را که اشاره شد در نظر داشته باش. چون همه ماجرا همان است، اما در یک گونه جدی‌تر و خطرناک‌تر. در این میان کسانی که از قوای بدنی بهتری برخوردار هستند و فنون دفاع شخصی را می‌دانند، آسیب کمتری می‌بینند. گاهی با یک اشاره درست از فنون رزمی، فردی که قصد تعرض یا دزدی دارد منصرف می‌شود و از شما فاصله خواهد گرفت. در عین حال همچنان بهره‌مندی از قوانین و استفاده از مجریان آن در جامعه توصیه می‌شود.

فوت آخر

یکی از مهم‌ترین نکته‌ها دربارهٔ مواجهه با رفتارهای سلطه‌گرانه این است که هرگز نشانه‌ای از اینکه می‌ترسی نشان ندهی. اگر تو را مسخره می‌کنند، تهدید می‌شوی، اذیت می‌کنند و ... تلاش کن با رفتارهایی، از جمله نگاه کردن به چشمان طرف مقابل، بالا گرفتن سر، دادن شانه‌ها به عقب، با صدای بلند صحبت کردن، خونسرد بودن، لبخند زدن، بی‌تفاوت بودن نسبت به آن‌ها، نشان دادن بی‌تأثیری و کوچک بودن این قبیل رفتارها، به‌گونه‌ای نشان دهی که نمی‌ترسی.

البته نه اینکه آن‌ها را به ادامهٔ رفتارشان تحریک کنی، بلکه فقط اطمینان داشته باش که نشانهٔ ترس در تو دیده نمی‌شود. برای این کار حتماً مدیریت خشم، مدیریت ترس، مدیریت خود و مباحثی از این دست را بیشتر مطالعه و تمرین کن. در عین حال شیوه‌های تقویت اعتماد به نفس را دنبال کن. در ضمن به یاد داشته باش که دوری از موقعیت‌های خطر نشانهٔ عقل است.

دانشگاه هنر

زینب صادق پور

تاریخچه

دانشگاه هنر بزرگ‌ترین مرکز آموزش عالی رشته‌های هنری در ایران، از ادغام پنج مؤسسه آموزشی هنر قبل از انقلاب اسلامی (دانشگاه فارابی، دانشکده هنرهای تزئینی، دانشکده هنرهای دراماتیک، هنرستان عالی موسیقی و هنرکده موسیقی ملی) تشکیل شده است. در پی ادغام پنج مؤسسه آموزشی هنر قبل از انقلاب اسلامی، «مجمع دانشگاهی هنر» در سال ۱۳۵۸ به وجود آمد، و در سال ۱۳۶۲ بازگشایی شد و فعالیت رسمی خود را آغاز کرد. با گذشت زمان، توسعه فعالیت‌های این مجتمع و پایه‌گذاری رشته‌های متعدد در دوره‌های تحصیلی کارشناسی و کارشناسی ارشد، مجتمع دانشگاهی هنر بر اساس مصوبه شورای گسترش آموزش عالی از سال ۱۳۷۵ به «دانشگاه هنر» تغییر نام یافت.

در ادامه معرفی دانشگاه‌ها و رشته‌های آموزشی، در این شماره به یکی از قدیمی‌ترین رشته‌ها و هنر سوم تاریخ بشر، یعنی نقاشی، می‌پردازیم. و دانشگاهی که برای این شماره در نظر گرفته‌ایم، دانشگاه مختص هنرجویان، «دانشگاه هنر تهران» است. آزمون سراسری هنر یکی از آزمون‌های شناور، مثل آزمون سراسری زبان است که شما از هر رشته تحصیلی مجاز به انتخاب آن هستید. فقط توجه داشته باشید که برای پذیرش در این رشته، علاوه بر آزمون سراسری نظری (تئوری) باید برای آزمون سراسری عملی نیز آمادگی کسب کنید. امیدواریم مطالعه این مقاله انتخاب را برایتان آسان‌تر کند و در تصمیم‌گیری‌های آینده یاریگرتان باشد.



معرفی اجمالی

است و دومی یک دانشگاه مختص دانشجویان هنر و دارای دانشکده‌های متنوع در زیرمجموعه خود است. و حتماً تا این لحظه متوجه شده‌اید که ما در این شماره به معرفی دانشگاه هنر تهران پرداخته‌ایم.

گروه‌های زیرمجموعه هنرهای تجسمی

گروه هنرهای تجسمی از چهار رشته عکاسی، ارتباط تصویری، مجسمه‌سازی و نقاشی تشکیل شده است.

عکاسی یکی از زیرشاخه‌های رشته‌های هنرهای تجسمی است که هدف اصلی آن تربیت عکاسان حرفه‌ای و آشنا به اصول جهانی هنر عکاسی است. این دوره تحصیلی در سال ۱۳۶۲ در دانشگاه هنر راه‌اندازی شد. فعالیت در زمینه‌های تخصصی عکاسی در کنار کارشناسان علوم و فنون و هنرها، عکاسی خبری، عکاسی هنری، استفاده خلاقانه از هنر عکاسی برای ایجاد ارتباط با مخاطب، و آموزش و پژوهش در زمینه عکاسی، از جمله کاربردهای این رشته است.

ارتباط تصویری یکی از گروه‌های آموزشی چهارگانه دانشکده هنرهای تجسمی دانشگاه هنر است. دانشجویان این رشته، پس از فراگیری مبانی نظری و عملی طراحی (دیزاین) و آشنایی با جنبه‌های اجرایی و فنی این رشته،

دانشگاه هنر واقع در شهر تهران، محدوده خیابان حافظ، در گروه دانشگاه‌های دولتی یا سراسری قرار دارد. دانشگاه‌های سراسری وابسته به وزارت علوم هستند. یعنی تحصیل در آن‌ها رایگان است و سایر خدمات مانند تغذیه و خوابگاه با هزینه‌ای مناسب به دانشجویان ارائه می‌شود.

در حال حاضر دانشگاه هنر از دانشکده‌های موسیقی، سینما و تئاتر، حفاظت و مرمت، هنرهای تجسمی، معماری و شهرسازی، علوم نظری و مطالعات عالی هنر، و هنرهای کاربردی تشکیل شده است. در بخش بعدی گزارش به معرفی دانشکده هنرهای تجسمی خواهیم پرداخت.

دانشگاه هنر تهران یکی از بهترین مراکز آموزش عالی برای هنرجویان و دانش‌آموزانی است که مشتاق ادامه تحصیل در رشته‌های هنری هستند. این دانشگاه با فراهم آوردن محیطی مختص دانشجویان رشته هنر، فضا را برای رشد و پیشرفت دانشجویان فراهم کرده است.

نکته‌ای که معمولاً داوطلبان آزمون سراسری را به اشتباه می‌اندازد، تشابه نام دانشکده هنرهای زیبای دانشگاه تهران و دانشگاه هنر تهران است. توجه داشته باشید که اولی یک دانشکده از دانشکده‌های متعدد دانشگاه تهران

گفت‌وگو با محمدرضا زین‌الدینی دانشجوی رشته نقاشی دانشگاه هنر

لطفاً خودت را معرفی کن.

من محمدرضا زین‌الدینی هستم؛ دانشجوی نیمسال پنجم رشته نقاشی در دانشگاه هنر. در حال حاضر درگیر شغل خاصی نیستم و در واقع یک دانشجوی تمام‌وقت هستم. می‌کوشم مهارت‌های پایه‌ام را قوی کنم.

کدام ویژگی رشته نقاشی بود که تو را به سمت آن جلب کرد؟

به نظرم مهم‌ترین ویژگی رشته نقاشی بین رشته‌های هنرهای تجسمی، فردیت و آزادی است. این رشته مشتری‌مدار نیست و ما قرار نیست کاری کنیم که به مذاق کسی خوش بیاید؛ برخلاف مثلاً رشته گرافیک. واحدهای مشترک مجسمه‌سازی و نقاشی زیاد هستند، اما رشته نقاشی از نظر فن (تکنیک) آزادتر است.

دانشجوی رشته نقاشی با چه چالش‌هایی مواجه است؟

خب چالش‌های زیادی هستند. رشته نقاشی دیر به بار می‌نشیند. یعنی دیر نتیجه می‌دهد و به دنبال این موضوع چالش‌هایی سلسله‌وار به وجود می‌آیند. اول هزینه وسایل برای دانشجویان و خانواده‌هاست. خب دانشجویان باید تلاش کنند منبع درآمدی برای خودش ایجاد کنند. از طرف دیگر، این رشته استخدام دولتی ندارد و به نوعی آزاد به حساب می‌آید. دانشجوی رشته نقاشی آرامش خاطر و ثبات دانشجویی در پزشکی را مثلاً ندارد. در این فاصله که دانشجوی نقاشی در جست‌وجوی یک کار پاره‌وقت برای تأمین مخارج تحصیلش است، حمایت خانواده در پیشرفت او بسیار مؤثر خواهد بود. اما چون این رشته به عنوان یک فن از سوی خانواده‌ها

مهارت‌هایی مانند طراحی مطبوعات و آثار چاپی، تبلیغات بصری، اطلاع‌رسانی دیداری، طراحی دیجیتال، گرافیک طراحی محیطی، طراحی تعاملی، طراحی بسته‌بندی، آموزش هنر و تصویرسازی را فراخواهند گرفت. در این دوره، دانش علمی و مهارت عملی طراحی حرفه‌ای، و تفکر خلاق و انتقادی نیز ترویج داده می‌شود تا به واسطه آن دانشجویان برای ورود به بازار رقابتی کار در این رشته آماده شوند. (ارتباط تصویری معادل فارسی گرافیک است.)

مجسمه‌سازی یکی از شاخه‌های مهم هنرهای تجسمی است با سابقه‌ای بسیار کهن در تمامی تمدن‌های بشری. دانشکده هنرهای تجسمی محیط مناسبی است تا دانشجویان مجسمه‌سازی در کنار مطالعه تاریخ هنر ایران و جهان، شیوه‌های آفرینش هنری با مواد و مصالح گوناگون و روش‌های متنوع حجم‌سازی را تجربه کنند، فنونی همچون قالب‌ریزی را فراگیرند، و به پرورش استعدادهای خود بپردازند. افزون بر این، دانشجویان علاوه بر آشنایی با شیوه‌های معمول آفرینش مجسمه، به تجربیات جدید و ابداعات هنری نیز تشویق و هدایت می‌شوند.

نقاشی پایه هنرهای تجسمی و از اولین رشته‌های هنری است که در ایران تأسیس شد. در این رشته دانشجویان با سبک‌های متنوع نقاشی آشنا می‌شوند. دانشگاه و استادانش سعی می‌کنند زمینه‌ای فراهم آورند که فرد متناسب با دانش، علاقه و ذهنیت خویش، بتواند استعداد خاص خود را کشف و اثری اثرگذار خلق کند. دانشجویان رشته نقاشی باید درس‌های متفاوتی، از جمله کارگاه نقاشی، کارگاه نقاشی دیواری، تجزیه و تحلیل و نقد آثار نقاشی، هنر و تمدن اسلامی، و... را بگذرانند.



پذیرفته نشده است، همدلی جدی هم ندارند.

وقتی می‌گویی دیر به بار می‌نشیند، یعنی مثلاً چقدر دیر؟

خب به نظرم انتخاب این رشته جسارت زیادی می‌طلبد و دانشجوی باید خیلی پرتلاش و کوشا باشد تا بتواند در جامعه هنری خودش را مطرح کند تا به عنوان هنرمند پذیرفته شود و با جهان بینی منحصر به فردش خودش را بشناساند. پس از این مرحله است که در سراسر آسانی می‌افتد.

نظرت درباره این طرز فکر که می‌گویند «نقاشی دخترانه است» چیست؟

من با این نوع طرز فکر تا به حال برخورد نکرده‌ام. به هر حال مخالفم. بهترین نقاشان تاریخ مرد بوده‌اند. البته منظورم این نیست که خانم‌ها در این هنر ضعیف هستند. این‌ها بحث‌های مفصل تاریخی می‌طلبد. این موضوع برمی‌گردد به قرن‌ها پیش. زمانی که به خانم‌ها امکان حضور در جامعه داده نمی‌شده است. در کل با این طرز فکر و دو قطبی‌سازی‌ها مخالفم.

زمان آزمون سراسری هم به انتخاب این رشته برای ادامه تحصیل فکر می‌کردی؟

بله. من از سال یازدهم رشته نقاشی را در نظر داشتم. سال دوازدهم نسبت به این انتخاب کاملاً مصمم شده بودم. این موضوع هم به شناخت شما از خودتان خیلی بستگی دارد. گرافیک‌ها آداب اجتماعی بیشتری دارند و با حوصله‌ترند. خلاصه این موضوع باعث شد نسبت به انتخاب رشته نقاشی مصمم شوم.

اصلی‌ترین چالشی که زمان آزمون سراسری با آن مواجه شدی چه بود؟

مسئله منابع تخصصی آزمون سراسری هنر. خب آزمون هنر به منابع تحصیل ما در هنرستان محدود نمی‌شد و تهیه منابع آزمون سراسری و پس از آن مطالعه‌شان به نحو احسن یکی از چالش‌های من بود.

یک چالش دیگر هم چیزی بود که خودم اسمش را گذاشتم «افسردگی بهم». فکر کنم اکثر داوطلبان آزمون سراسری این ناامیدی و اضطراب از جاماندن را تجربه کنند. من در ماه بهمن به این درد مبتلا شدم. یک ماه بی‌انگیزه و ناامید بودم، اما خب ترس بیجایی بود. اگر بچه‌ها با چنین حالت‌هایی مواجه شدند، نسبت به آن آگاهی داشته باشند و تسلیم نشوند. یک احساس گذرای طبیعی است. با آگاهی نسبت به آن می‌توانید سریع‌تر از این برهه عبور کنید.

چه چیزی دوست داری به بچه‌ها بگویی که خودت زمان کنکور نمی‌دانستی؟

من خودم حسرت روزهای هنرستانم را می‌خورم؛ به‌خصوص که سال آخر هم مجازی شد. به نظر خودم باید از مدت حضورم در هنرستان بیشتر استفاده می‌کردم. اما چیزی که در آزمون سراسری در زمینه مهارت‌ها به درد بچه‌ها بخورد، یکی زبان انگلیسی است. زبان انگلیسی‌تان را حسابی قوی کنید. دوم طراحی‌تان را قوی کنید؛ روزی ۳۰ تا طراحی حداقل. بعداً می‌فهمید که با این تکرار و تمرین چه پیشرفت‌هایی کرده‌اید. به نمایشگاه‌ها (گالری‌ها)، سینماها و موزه‌های بزرگ شهر سر بزنید و در فضای هنری غرق شوید. این فقط برای هنرجوها نیست. همه به حضور در فضاهای هنری نیاز داریم؛ بچه‌های هنر بیشتر.

نظرت درباره دانشکده هنرهای تجسمی دانشگاه هنر چیست؟

دانشگاه هنر جای خوبی است. دانشجویهایش مهربان و صمیمی‌اند و تعامل خوبی با یکدیگر دارند. جو دانشگاه در رشد و پیشرفت شما خیلی مؤثر است و دانشگاه هنر از این نظر خوب است.

آینده شغلی رشته نقاشی چطور است؟

خب نقاشی شغل نیست، در واقع اما می‌تواند باشد. دانش‌آموخته این رشته می‌تواند نمایشگاه برگزار کند و کارهایش را به فروش بگذارد. پروژه‌های نقاشی دیواری قبول کند؛ اعم از آرایه‌گری (دکوراتیو) یا فضای شهری. در صورت طی کردن مرحله‌های تحصیلات عالی می‌توان به استادی در دانشگاه مشغول شد و یا با مدرک کارشناسی و در ایام دانشجویی به تدریس نقاشی در مدرسه‌ها و آموزشگاه‌ها پرداخت. هنر رشته‌ای دوست‌داشتنی است. شغل آدم عین تفریحش می‌شود. فراز و فرود زیاد دارد و در این مسیر نباید ناامید شد.

برای شاغل شدن در این رشته چه ویژگی‌هایی لازم است داشته باشیم؟

برای کسب درآمد از این رشته ابتدا باید در این زمینه ماهر بود، و بعد ارتباط با جامعه هنری، نگارخانه‌دارها و دیگر نقاش‌ها. فضای دانشگاه بهترین مکان برای ارتباط گرفتن با پیش‌کسوتان است و معاشرت با بزرگان امکان رشد و پیشرفت شما را فراهم می‌کند.

درباره مصاحبه‌ای که بچه‌های هنر بعد از آزمون سراسری نظری (تئوری) دارند چه عقیده‌ای داری؟

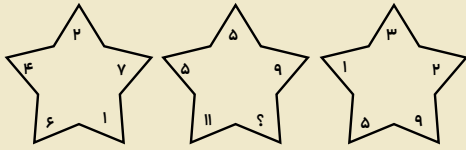
کنکور عملی است. برای بچه‌های نقاشی آزمون مداد رنگی و طراحی است. شخص من مشکلی نداشتم، اما به نظر من این سبک‌گزینش درست نیست. همه مهارت هنرآموز در آزمونی کوتاه و روی چند برگه نازک قابل‌ارزیابی نیست. معیارها باید بیشتر و گسترده‌تر باشند.



سرگرمی

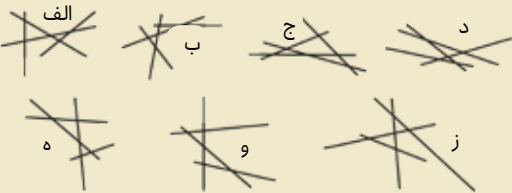
۳

۳. آیا می‌توانید با انتخاب عدد درست به جای علامت سؤال، عددهای ستاره وسطی را کامل کنید؟
راهنمایی: به عددهای دو ستاره طرفین نگاه کنید.



۴

۴. یکی از این هفت شکل که با خط‌های متقاطع درست شده‌اند با بقیه هم خوان نیست. آیا می‌توانید با تشخیص منطق موجود درش شکل دیگر، شکل ناجور را پیدا کنید؟



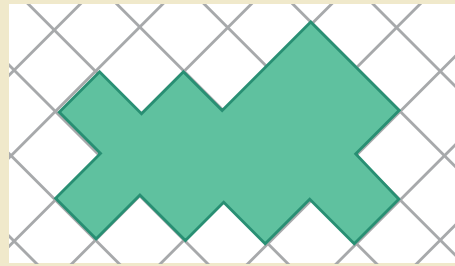
۵

۵. در این تصویر یک لاک‌پشت مخفی شده است. آیا می‌توانید در مدت ۲۰ ثانیه آن را تشخیص دهید؟



۱

۱. آیا می‌توانید یک بار با رسم یک خط و بار دیگر با رسم دو خط این شکل را به دو قسمت مساوی تقسیم کنید؟



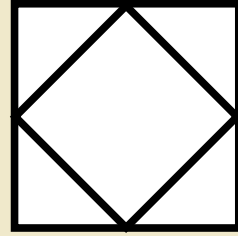
۲

۲. بخش بالای هر کدام از این چهار ساختمان ناقص است. آیا می‌توانید با انتخاب درست بخش‌هایی که با حرف‌های الف، ب، پ و د به طور نامرتب نشان داده شده‌اند، آن‌ها را با جرتقیل سر جای شان قرار دهید؟



۶

۶. آیا می‌توانید تعداد پنج ضلعی‌های این شکل را حدس بزنید؟



سودوکو

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

۷

۷. آیا می‌توانید جای علامت سؤال عدد درست را تشخیص دهید؟ راهنمایی: به عددهای هر ستون و عدد پایینی توجه کنید.

۱	۲	۳
۴	۵	۶
۷	۸	۹
۱۱	۱۲	۱۳
۱۸	۳۰	?

معما

شما در مسیری که پیاده طی می‌کنید به یک دو راهی می‌رسید. یکی از مسیرها به «شهرک راست‌گویان» و مسیر دیگر به «شهرک دروغ‌گویان» منتهی می‌شود. یک نفر در این دو راهی ایستاده است و شما نمی‌دانید که در کدام یک از این شهرک‌ها زندگی می‌کند. برای تشخیص اینکه شهرک راست‌گویان کدام یک از این دو جهت است، چه نوع پرسشی از این شخص می‌کنید؟

مسافرت «مشتری» در «زمین» شما



۱ مشتری با شما آشنا می‌شود؛

۲ برای خرید اقدام می‌کند؛

۳ از خرید و خدمات شما راضی خواهد بود؛

۴ شما را به دیگران معرفی می‌کند و یک مشتری دیگر را برای شما جذب می‌کند. و دوباره مراحل از اول تکرار می‌شوند.

البته این روی خوب سکه است. ممکن است مشتری بعد از آشناسدن با شما خرید نکند، یا از خرید و خدماتتان راضی نباشد و در نتیجه یا سراغ یک نشان تجاری دیگر برود یا بدتر اینکه بقیه را از شما فراری دهد. این هم روی بد سکه.

برای اینکه بتوانید این چرخه را خوب مدیریت کنید، طوری که همیشه روی خوب سکه برای شما رقم بخورد، باید برای کل این مسیر نقشه راهی طراحی کنید. برای هم سفران نشان تجاری‌تان یک نقشه سفر بکشید! دقیقاً شبیه یک سفر باید برای نقطه به نقطه همراهی مشتری با کسب و کارتان طراحی و برنامه ریزی کنید. در واقع برای طراحی این نقش باید خودتان را جای مشتری بگذارید و دقیقاً از دید او به نشان تجاری و کسب و کارتان نگاه کنید.

مشتری هم سفر شماست. می‌دانید این جمله چگونه توضیح داده می‌شود؟ اگر به دنبال پیشرفت در ارتباط با مشتری هستید، باید دیدگاهتان را نسبت به تعریف این ارتباطها تغییر دهید. مشتری بزرگ‌ترین سرمایه هر کسب و کاری است. پس اینکه چه دیدگاهی نسبت به او داشته باشید و با او چگونه تعامل کنید و چه فکری برای او کرده‌اید، می‌تواند در موفقیت یا شکست کسب و کار اهمیت زیادی داشته باشد.

برگردیم به سفر! در واقع دیدگاه بسیار خوبی که می‌تواند در این مسیر به شما کمک کند، این است که تصور کنید مشتری با نشان تجاری و کسب و کار شما راهی یک سفر است. این سفر از زمان پیدا کردن کسب و کارتان تا زمان خرید و بعد از خرید خواهد بود. بگذارید چرخه این مسافرت را این طور بگویم:

بیابید با هم برای یک کسب و کار فرضی این کار را انجام دهیم. در پایان، شما هم می‌توانید برای کسب و کار آینده خودتان نقشه‌ها بریزید!

می‌تواند یک نقطه تماس باشد. تماس برای لغو سفارش یا تعویض آن یک نقطه تماس دیگر است. شما هم برای کسب و کار خودتان باید این نقاط تماس را پیدا کنید.

در قدم بعدی باید مشخص کنید مشتری در هر کدام از این نقاط تماس دنبال چه چیزی است؟ چه انتظاری دارد که ممکن است به زبان بیاورد یا حتی به زبان هم نیاورد و در ذهنش این انتظار را داشته باشد؟ در طول این تماس چه کار می‌کند؟ شما چگونه با او تعامل می‌کنید و ارتباط می‌گیرید؟

برگردی به غذاخوری من!

مثلاً در نقطه‌ای که مشتری حضوری به غذاخوری می‌آید، احتمالاً برای سفارش و صرف غذا می‌آید و انتظار دارد محیط تمیز، مرتب و زیبا باشد، روند سفارش‌گیری و آماده‌کردن غذا محترمانه باشد و او را معطل نکند، غذای خوب در ظرف‌های تمیز و خوب برای او آماده شود، سرویس‌دهی بدون نقص باشد، برخورد افراد با او صمیمی و محترمانه باشد، فضای غذاخوری مناسب خانواده باشد و شئون‌ات در آن رعایت شود و ویژگی‌های خوب دیگر.

مرحله بعد این است که نقاطی که ممکن است برای مشتری مشکل ایجاد کنند هم شناسایی و رفع شوند. برای این کار می‌توانید از خود مشتریان نظر بخواهید و نظراتشان را ارزیابی کنید تا ببینید ایرادهای کار کجاست.

مثلاً در غذاخوری، اگر کیفیت غذا بد باشد، حتماً مشتری آزار می‌بیند. یا اگر ظرف‌های غذا تمیز نباشند، ممکن است مشکل ایجاد کنند.

بعد از شناسایی هر ضعف، نوبت به رفع آن‌ها می‌رسد. باید برای حل شدن و تکرار نشدن آن‌ها به سرعت فکری کنید.

من هنجروی رشته آشپزی بوده‌ام و می‌خواهم یک غذاخوری (رستوران) داشته باشم. حالا می‌خواهم برای ارتباط با مشتری یک نقشه سفر طراحی کنم. ابتدا باید چرخه مشتری را جلوی چشم داشته باشم؛ هم روی خوب سکه و هم روی بد آن را که هر دو توضیح داده شدند.

در قدم بعدی باید اهداف مشتری را تعیین کنم. اهداف مشتری‌های غذاخوری معمولاً این است که درباره غذاها و مواد آن‌ها اطلاع داشته باشند. درباره کیفیت غذاها مطمئن باشند و در مقایسه با سایرین کیفیت را خوب ارزیابی کنند و به این نتیجه برسند که قیمت‌های این غذاخوری خوب است. این اهداف می‌توانند برای سایر مشاغل هم باشند؛ کمی بیشتر یا کمتر. پس اولین قدم این است که اهداف مشتری را بدانم.

چطور می‌توانیم به اهداف مشتری‌هایمان دست پیدا کنیم؟ با زیر نظر گرفتن بازخوردهایشان، تحلیل و بررسی درخواست‌هایشان که یا به صورت حضوری یا پیامکی و تلفنی یا به صورت رایانامه (ایمیلی)، یا به صورت بازخوردها و نظرات در وبگاه و فضای مجازی آن‌ها را نشان می‌دهند. از دل آن‌ها می‌توانید اهداف مشتری را درک کنید.

پس از آنکه اهداف را متوجه شدید، باید تک به تک نقاطی را که مشتری با کسب و کار شما تماس می‌گیرد شناسایی کنید. مثلاً برای غذاخوری، تلفن زدن برای سفارش یک نقطه تماس است. مراجعه به وبگاه و ثبت سفارش یک نقطه تماس غذاخوری با مشتری است. حضور آن‌ها در غذاخوری

این‌ها قدم‌های طراحی یک نقشه سفر با مشتری است. خودتان را جای او می‌گذارید، اهداف را مشخص می‌کنید، نقاطی را که ممکن است با کسب و کار تماس داشته باشند دانه به دانه معلوم می‌کنید، برای هر نقطه تماس انتظارات مشتری، نحوه ارتباط و تعامل، کاری را که می‌خواهد در آن نقطه تماس انجام دهد معلوم می‌کنید و برای هر کدام از این سوالات فکر می‌کنید و پاسخ خوبی طراحی می‌کنید. بعد از آن، در هر کدام از آن نقاط تماس آنچه را باعث آزردهی مشتری شده است شناسایی می‌کنید و به دنبال رفع آن‌ها می‌روید.

حالا شما صاحب یک نقشه بزرگ از سفر مشترک کسب و کارتان با مشتریان و تمام کارهایی هستید که در هر نقطه از مسیر باید انجام شوند. چقدر حرفه‌ای! باید حرفه‌ای به کارتان بپردازید تا موفق شوید.



فرصت‌شناسی

اگر به نمونه‌های موفق شروع کسب‌وکار یا حتی کارآفرینی نگاه کنید، می‌بینید راز موفقیت آن‌ها مدیریت درست و گرفتن تصمیم‌های درست در زمان‌های مناسب بوده است.

شناخت دقیق کسب‌وکار

صاحبان کسب‌وکارهای موفق می‌دانند چه می‌کنند. شاید ساده به نظر برسد، اما آگاهی از جایی که در آن ایستاده‌اید، بسیار مهم است. باید جایگاه کسب‌وکار خود را بین سایر کسب‌وکارها و بین رقبای خود خوب بشناسید و با توجه به این جایگاه قدم بردارید. مشتریان خود را بشناسید و آمار بهترین تأمین‌کنندگان و توزیع‌کنندگان کالا و خدمت خود را داشته باشید. همچنین، باید ببینید نوآوری و فناوری شما چه نقشی دارد و استفاده از فناوری چقدر در کار شما تأثیر می‌گذارد.

کسب‌وکار من

در محله ما چند تا آرایشگر هستند، اما آقا رضا به دلیل مهارت و نحوه مدیریت، بیشتر از بقیه مشتری دارد. و در نتیجه درآمدش بیشتر است. متأسفانه آقا بهنام هم به خاطر درآمد پایین مجبور شد آرایشگاهش را تعطیل کند. همین اتفاق برای رفیقم سینا هم افتاد. بنده خدا پدرش برای شروع کسب‌وکار مقدار قابل توجهی سرمایه اولیه به او داد، ولی متأسفانه بعد از یک سال سینا هم تعطیل کرد.

همیشه به این فکر می‌کنم که رمز موفقیت آقا رضا در کسب‌وکارش چیست؟ به خصوص به خاطر اینکه به زودی درس من هم در هنرستان تمام می‌شود و می‌خواهم کسب‌وکار خودم را راه بیندازم. ولی می‌ترسم با سرنوشت آقا بهنام مواجه شوم. یا به جای سود، ضرر بدهم و شرمندۀ خودم و خانواده شوم. دوست دارم کسب‌وکاری را که راه می‌اندازم، همه دوست داشته باشند. دلم می‌خواهد در صنف خودم شاخص و مورد قبول بقیه باشم.

پس قبل از اینکه کسب‌وکارم را شروع کنم، می‌خواهم اطلاعات دقیقی درباره موفقیت، مدیریت و رهبری در کسب‌وکار و داشته باشم. حالا در این شماره از مجله و در شماره‌های بعد، این اطلاعات را با شما خوانندۀ عزیز به اشتراک می‌گذارم.

ستون فقرات یک کسب‌وکار موفق

اول جا بندهاز بعد راه بندهاز

هنرجو

الهام اخلاقی



باور به خودتان و کارتتان

شاید شبیه این عبارت را در سخنرانی‌های انگیزشی زیاد شنیده باشید! این عبارت تکراری است، اما همیشه باید در نظر داشته باشید که اگر با تمام وجود به کاری که می‌کنید ایمان نداشته باشید و با شک و تردید و تزلزل آغاز کنید، موفق نمی‌شوید. کاری که می‌کنید باید در شما اشتیاق برانگیزد. فقط در این صورت است که خسته نمی‌شوید و بر مشکلات غلبه می‌کنید.

داشتن ارتباط‌های روشن

مدیریت یعنی گرفتن نتیجه از کار دیگران. وظیفه شما این است که کار هرکسی را برای خود روشن کنید و همان را از او انتظار داشته باشید. ارتباط افراد یا هر بخش را با هم و با خودتان شفاف کنید. تیمی که تازه شروع به کار کرده است یا در حال پیشرفت است، کاملاً آگاه نیست که باید چه کند.

یادگیری اصول مدیریت کسب‌وکار

این یک اصل بسیار مهم و انکارناپذیر برای راه‌اندازی کسب‌وکار است. بدون دانش کافی درباره تجارت، حسابداری، امور مالی، مدیریت، تولید و بازاریابی، نمی‌توانید برای شروع کسب‌وکار تصمیم بگیرید. بهترین ایده‌های شما هم بدون تسلط به این مفاهیم به نتیجه مطلوب نمی‌رسند. یک مدیر هم باید فروشنده خوبی باشد و هم باید بتواند خوب تصمیم بگیرد.

اولویت‌گذاری با برنامه‌ریزی

مهارت مهم مدیر این است که بتواند همه چیز را از قبل روی کاغذ بیاورد و به این فکر کند که چه کاری باید انجام شود. او باید بتواند برنامه دقیق خود را به دیگران انتقال بدهد. به جای اینکه اول بر انجام‌شدن کارها تأکید کنید، برنامه انجام کار را روشن کنید. بخش مهمی از آینده کسب‌وکار به برنامه‌ریزی بستگی دارد. برنامه‌ریزی راهبردی داشته باشید. معمولاً ۲۰ درصد از هزینه‌ها را باید برای این کار در نظر بگیرید.

سازمان‌دهی قبل از شروع

یکی از مشکلات مهم شرکت‌های نوآور این است که اول شروع می‌کنند به کارکردن و بعد ساختار سازمان را مشخص می‌کنند. جمع‌آوری منابع، افراد مناسب و سپردن کار خاص به متخصص و تعیین معیارهای خاص یعنی سازمان‌دهی و این باید قبل از شروع کار انجام شود.

گرفتن بازخورد

اینکه چه اتفاقاتی در کسب‌وکارتان در حال وقوع است، خیلی مهم‌تر از میزان سوددهی شماست. چرا؟ چون نبود روابط شفاف و شنیدن اعتراضات خاموش در درازمدت (در برخی کسب‌وکارها در کوتاه‌مدت) باعث افت شدید فروش و در نتیجه کاهش سوددهی کسب‌وکار خواهد بود. باید آمادگی شنیدن بازخوردهای هرچند منفی را نیز داشته باشید، چرا که تنها راه موفقیت و پیشرفت کسب‌وکارتان، شنیدن اعتراض‌ها و پیشنهادها قبل از دیرشدن و رسیدن کارد به استخوان است.



بزرگ ترین سازه آبی جهان

زهرة کریمی

آب رودخانه کارون در قسمت شمالی شهر به وسیله بندی به نام «بند میزان» به دو شاخه «شطیط» و «گرگر» تقسیم می شود. شهر توسط این دو شاخه به جزیره ای تبدیل شده است که اراضی آن به «میان آب» مشهورند. این دو شاخه در «بند قیر»، در ۴۰ کیلومتری شوشتر، دوباره به هم متصل می شوند، اما گرگر از سمت جنوب حرکت می کند و به صورت نهری به نام نهر گرگر به پشت سد گرگر می رسد. سپس از طریق سه تونل به مجموعه آسیاب ها و آبشارها وارد می شود. در اینجا جریان آب از طریق کانال ها باعث حرکت پره های آسیاب ها می شود و بعد از آن با سرازیر شدن به سمت پایین، آبشارهای زیبایی را خلق می کند.

این سازه آبی که با محاسبه های دقیق ریاضی و زیست محیطی بنا شده، با نام «شاهکار نبوغ و خلاقیت» در سال ۲۰۰۹ در فهرست جهانی «یونسکو» ثبت شده است. در سفرنامه مادام ژان دیولافوا، باستان شناس نامی فرانسوی، از این مجموعه به عنوان بزرگ ترین مجموعه صنعتی قبل از انقلاب صنعتی یاد شده است. معماری و بافت شهر سنتی و خاص است. بافت سنتی شهر متراکم و فشرده با کوچه های باریک، دیوارهای بلند و گذرگاه های تنگ است که همگی با عبور از سایه بان ها و ساباط ها به میدانچه های اصلی شهر ختم می شوند.

اگر به شوشتر سفر کردید می توانید از سوغات ها و صنایع دستی هنرمندان این شهر هم بهره ببرید که شامل لبنیات و ترشی، احرامی (یکی از منسوجات سنتی از جنس پنبه و پشم)، کیو (سبد حصیری که باساقه های جوان نخل و کاموهای رنگارنگ بافته می شود) و عبا (از جنس پشم) می شود. عبا بافی شوشتر قدمتی ۵۰۰ ساله دارد. چشیدن مزه غذاهای سنتی این شهر، مثل شله ارده، پوکورا و نافله نیز خالی از لطف نیست.

سازه آبی چیست؟ بزرگ ترین سازه آبی جهان کجا قرار دارد؟ آیاتا به حال یک سازه آبی راز نزدیک دیده اید؟

برای پاسخ به این سؤال ها و دیدن بزرگ ترین سازه آبی جهان باید از شهر «شوشتر» واقع در جنوب غربی ایران، در استان پهناور خوزستان و در دل رشته کوه های زیبای زاگرس دیدن کرد. شهری که خود به تنهایی دارای تاریخ و تمدنی کهن است. شهری که دیرزمانی هم بزرگ، هم زیبا و هم مهم بوده است.

از نظر لغوی، «شوش» به معنی خوب و «شوشتر» به معنی خوب تراست. خیلی های گویند شوشتر شهری بزرگ باشش دروازه بوده و «شش در» نام داشته که به مرور زمان شوشتر شده است.

مجموعه سازه های آبی شوشتر از قدیمی ترین شاهکارهای فنی و مهندسی در جهان و ایران است که قدمتی ۲۵۰۰ ساله دارد و ساخت آن به دوره هخامنشیان باز می گردد. مهم ترین فایده های این سازه آبی عبارت اند از:

۱. مهار رود کارون و جلوگیری از طغیان های مخرب آن؛
۲. تأمین و توزیع آب برای زمین های کشاورزی، به خصوص در سال های کم آبی؛
۳. بهره گیری از نیروی آب برای صنایع وابسته به کشاورزی.

سازه آبی شوشتر مجموعه ای به هم پیوسته از آسیاب ها، آبشارها، پل ها، بندها، کانال ها و تونل های بزرگ هدایت آب است که برای بهره گیری بیشتر از نیروی آب، به عنوان محرک آسیاب های صنعتی ساخته شده اند و در ارتباط با یکدیگر کار می کنند. جنس این سازه های آبی از ملات آهک و ساروج است.



نام تصویر: ون گلژی

سازنده: آمالیا پرنا (محقق فوق دکتری، آزمایشگاه مونتین، گروه آسیب شناسی)
در این تصویر، مجموعه ای از عکس های فوری در کنار هم قرار داده شده اند تا نقاشی معروف شب پر ستاره ون گوگ، بازتولید شود. و در واقع این عکس های فوری عکس های برش های مغز موش آغشته به گلژی هستند (در روش آغشته به گلژی سلول های عصبی مغز رنگ آمیزی می شوند).
در این نسخه، آسمان شب مملو از ابرهای چرخان است که توسط دسته ای از رشته های عصبی که نوار پهنی هستند و دو نیمکره مغز را به هم پیوند می دهند تشکیل شده اند.
ستارگان درخشانی توسط نورون های گرد هیپوتالاموس به وجود آمده اند و ماه هم حاصل شکافی در بافت است.
نورون های هیپوکامپوس هم از یک لایه هرمی آبی ارغوانی رنگ سلولی جوانه می زنند و با رنگ آمیزی ضد رنگ بنفش کرسیلی نمایان شده و درخت سرو را شکل می دهند.
در آخر، دهکده کوچک زیر تپه ها هم با نورون های در جهت عمودی قشر مغز ایجاد شده است.

مسابقه تصویر علمی اندرو اولسون ۲۰۲۲

winners of the Andrew Olson Scientific Image Awards



طوفان اقصا



Storm Al.Aqsa

بار دیگر نیز می گویم
این ستاره های شش بر
در مسیر ما، چون مین اند
ای دریغا نام جاوود
ای دریغتر ستاره
ای دریغا ماه
قدس، خون یحیی در دل تشت است
قصه یوسف، درون چاه
سنگ ها بگذار چون یاد فرود آیند
سنگ ها آبیستن ابرند
باران کم نخواهد شد
هر شهید ابری است
جمعه ها در سجده خون
از شهیدان کم نخواهد شد

بار دیگر نیز می گویم
سیدی زخمی ست اینک قدس
و خیرها همچنان خون
دردها سنگین
سنگ ها برآتر از تیغ صلاح الدین
علیرضا فزوه

