

صف آینه‌ها

حرکت می‌کند. آیا در پر خورد با چنین افراد بی‌مسئولیتی، اقلاً با بوق یا چراغ به آن‌ها هشدار نمی‌دهید؟ هشدار دادن یکی از تکالیف شرعی دین اسلام است. درست مثل نماز و روزه، امر به معروف و نهی از منکر بر هر مسلمانی واجب است. مؤمن آینه مؤمن است و کار آینه نشان دادن عین واقعیت است. اگر چهره خود را در آینه غبار آلود دیدیم، بهتر است صورتان را بشوئیم، نه این‌که آینه را بشکنیم.

آینه چون نقش تو بنمود راست خود شکن آینه شکستن خطاست امام حسین (ع)، مهم‌ترین هدف قیام در برابر یزیدیان را احیای امر به معروف و نهی از منکر معرفی کرده است. سلام بر سرور آینه‌ها که بادمیان داد، برای پیوستن به صف آینه‌ها تا کجا می‌توان پیش رفت.

محمدعلی قربانی

تابلوهای مثل دوزخ ممنوع، سبقت ممنوع، گردش به چپ ممنوع و... در مسیر حرکت قطار به چشم نمی‌خورند و مخصوص خودروها هستند؛ چرا که اختیار خودرو دست خودش است! یعنی برای راننده‌اش امکان انتخاب و انجام همه این کارها وجود دارد. روزی که قطار فرشته‌ها انسان را در جاده آفرینش بدرقه کرد، روی اولین تابلو نوشته شده بود: «از خوردن میوه ممنوع خودداری کنید». اما انسان با بی‌توجهی به این تابلو پرت شد توی جاده خاکی زمین. جاده لغزنده دنیا هم تابلوهای خودش را داشت: دروغ ممنوع، ظلم ممنوع، غیبت ممنوع، بی‌احترامی به والدین ممنوع و... دوستان جوان، فرض کنید روزی از خواب بیدار شوید و ببینید که هیچ‌کس اهمیتی به تابلوهای «ممنوع» نمی‌دهد و هر طور که دلش می‌خواهد به چپ و راست می‌راند یا حتی در خلاف مسیر بقیه



مدیر مسئول: محمد ناصری

سرمدیر: محمدعلی قربانی

شورای کارشناسی: علیرضا متولی،

حسین امینی پویا، ناصر نادری،

حبیب یوسف زاده

مدیر داخلی: مریم سعیدخواه

ویراستار: بهروز راستانی

طراح گرافیک: ایمان اوجیان

شمارگان: ۱۷۰۰۰ نسخه

چاپ: شرکت افست (سهامی عام)

نشانی دفتر مجله: تهران، خیابان ایرانشهر

شمالی، پلاک ۲۶۶

صندوق پستی: ۱۵۸۷۵/۶۵۸۴

تلفن: ۸۸۲۹۰۹۶ - ۸۸۳۰۱۴۷۸

شماره تلفن پیام گیر: ۸۸۳۰۱۴۸۲

نشانی امور مشترکین: تهران - صندوق پستی

۱۶۵۹۵/۱۱۱ - ۷۷۳۳۶۵۵-۶ تلفن:



۴۰ فیزیک در شهر بازی



۲۰ بالا افتادن از سیبیل بابا

۴

می‌دانستیم تمایل چندانی به مطرح شدن در مطبوعات و رسانه‌ها ندارد و بسیاری از درخواست‌های گفت‌وگو را رد کرده است. بخت یارمان بود که گفتیم: از «مجلات رشد» هستیم. گفت: «مجید همه مجلات رشد دوران مدرسه‌اش را جمع کرده بود و پسر من محسن هنوز آن یادگارهای پدر را حفظ کرده است. من برای کسانی که در آموزش و پرورش به بچه‌ها خدمت می‌کنند، احترام زیادی قائلم و...»



۳۴ تریاتلون، ورزش سه گانه

۳۶ سفر به ولایت عشق

۳۸ بازار پول

۴۲ در کمین ستاره‌ها

۴۴ شهر مرزی مهران

۴۶ چگونه می‌توان از یخ، آتش ساخت؟

۴۸ کتابخانه جوان

۱۸ خزان گناه

۲۲ اجتماع غریبه‌ها

۲۴ بنین

۲۷ Sholeh-Zard

۲۸ پنج قدم تا هدف

۳۰ شستنی به قیمت جان انسان‌ها!

۳۲ عینک ذهن

۲ چراغی که روا نبود

۳ پوتین

۷ العربیة فی السفر

۸ کمی دلگرمی

۱۰ دوستداشتنی‌های دریای جنوب

۱۲ زرد پران گیاه ۱۸ عیار

۱۴ زندگی روی صحنه

۱۶ عناصر شعر

سعید یوسفی

چراغی که روان بود

یکبار که در منزل آقای بهشتی مهمان بودم، کسی در اتاقی از منزل ایشان نماز خواند، ولی چراغ را خاموش نکرد. آقای بهشتی وقتی متوجه شد چراغ اتاق بی خودی روشن است، بلند شد و چراغ را خاموش کرد و دوباره به بحث خود با من ادامه داد. وقتی به صورتشان نگاه کردم، دیدم از این اسراف ناراحت به نظر می‌رسد.

- راوی: حجت‌الاسلام و المسلمین سید مرتضی موسوی چوروکانی
- منبع: سیره شهید بهشتی نشر شاهد، ص ۱۵۶.

سید مرتضی

پوتین

اسماعیل دقایقی

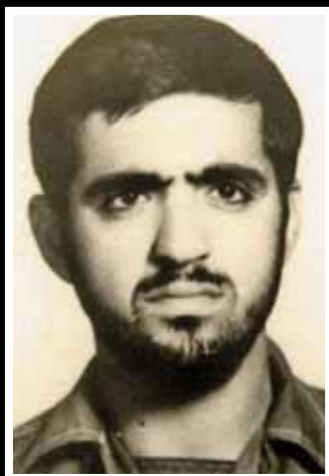
تولد: ۸ تیر ۱۳۳۳

ورود به دانشگاه اهواز: ۱۳۵۳

ورود به دانشگاه تهران: ۱۳۵۵

از دواج با معصومه همراهی: ۱۳ خرداد ۱۳۵۸

شهادت: ۲۸ دی ۱۳۶۵ (شلمچه)



در یکی از مسافرت‌های اداری‌اش که اتفاقاً من هم همراهش بودم یادم هست که وسط راه خوابش گرفت. ماشین را زد کنار جاده، پوتین‌هایش را درآورد و چون توی ماشین جا نبود، گذاشت کنار ماشین توی جاده. بعد از این که خوابید و راه افتادیم، نیم ساعت بعد که چند کیلومتر هم رفته بودیم، متوجه شد که پوتین‌هایش را جا گذاشته. با خودش حساب کرد که قیمت یک جفت پوتین نو چه قدر است. قیمت بنزین ماشین و استهلاکش را هم حساب کرد. قیمت پوتین بیشتر می‌شد. برگشتیم. پوتین‌های نوه‌نوز کنار جاده بودند.



حبيب يوسف زاده

می دانستیم تمایل چندانی به مطرح شدن در مطبوعات و رسانه‌ها ندارد و بسیاری از درخواست‌های گفت‌وگو را رد کرده است. بخت یارمان بود که گفتیم: از «مجلات رشد» هستیم. گفت: «مجید همه مجلات رشد دوران مدرسه‌اش را جمع کرده بود و پسر م‌حسن هنوز آن یادگارهای پدر را حفظ کرده است. من برای کسانی که در آموزش و پرورش به بچه‌ها خدمت می‌کنند، احترام زیادی قائلم...» به این ترتیب، راهی «دانشگاه شهید بهشتی» شدیم و در اتاقی که تا چند ماه پیش محل کار یکی از بهترین دانشمندان هسته‌ای کشورمان بود، با ایشان به گفت‌وگو نشستیم.

● برگردیم به ۲۰ سال پیش، آشنایی شما با آقای شهریاری از کجا شروع شد؟

آن روزها من دانشجوی فیزیک «دانشگاه امیرکبیر» تهران بودم. یکی از درس‌ها مربوط به برق بود. مجید شهریاری که دانشجوی فوق‌لیسانس فیزیک هسته‌ای دانشگاه شریف بود، از سوی استاد آن درس، دعوت شده بود تا بخش‌هایی را به ما درس بدهد. عالی درس می‌داد و من خیلی خوب یاد می‌گرفتم. تا این که نمره‌ام در پایان ترم ۱۶ شد. وقتی به استاد اعتراض کردم، گفت در بخش مربوط به آقای شهریاری نمره کم گرفته‌ای. بنابراین به ایشان مراجعه کردم و با توضیحاتی که دادم، موضوع حل شد. این اولین برخورد نزدیک ما بود.

از طرف دیگر، ماجراهایی از هوش و معلومات بالای او سر زبان‌ها بود. مثلاً می‌گفتند در یکی از درس‌های ریاضی که همه دانشجویان مردود شده بودند، مجید ۱۹/۵ گرفته بود. به علاوه متوجه شدم که او در دوره فوق‌لیسانس شاگرد اول بوده و برای همین بدون کنکور در دوره دکترا قبول شده است...

● این‌ها باعث شد به او علاقه‌مند شوید؟

نه، هنوز تعلق خاطری به او نداشتم. با آن تفکرات دوران جوانی، معیارم برای ازدواج این بود که شوهرم حتماً چند سال از خودم بزرگ‌تر باشد و بچه نباشد. دیگر این که چون خودم ملابری بودم، فکر می‌کردم شوهرم نباید ترک باشد. حال آن که مجید یک سال از من کوچک‌تر و ترک زنجان بود.

● تا این‌که...

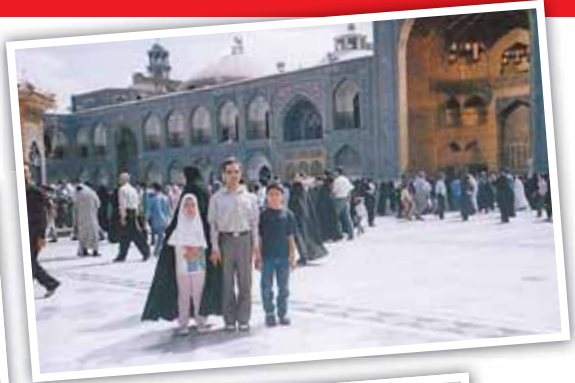
تا این که روزی یکی از دوستانم که دانشجوی



ناگفته‌های دکتر بهجت قاسمی، همسر شهید دکتر مجید شهریاری
دانشمند علوم هسته‌ای ایران در گفت‌وگو با مجله رشد جوان

شهریار هسته‌ای

یاد ایام



وقتی آمد، پرسیدیم چرا دیر کردی؟ گفت: من نمی‌خواستم وقت آقا را بگیرم، ایشان خودش مایل به ادامه بحث بود.

● **آیت‌الله جوادی آملی درباره شهادت ایشان، صحبتی نداشته‌اند؟**

سال گذشته در خطبه‌های عید فطر شهرستان دماوند فرموده بود: «چنین افرادی آن قدر معتقدند که در مصاف با مرگ پیروز می‌شوند و مرگ را می‌میرانند و خود برای ابد زنده می‌مانند...» مجید مقلد آیت‌الله جوادی آملی بود و به ایشان عشق می‌ورزید.

● **قبلاً گفتید که ایشان مجلات رشد را از دوران دانش‌آموزی جمع کرده بود، چرا؟**

از نظر مجید مجلات رشد خیلی مفید بودند. حتی گاهی مطالب آن‌ها را در کلاس‌های دانشگاه برای دانشجویهایش مطرح می‌کرد. یادم هست بعضی وقت‌ها که می‌خواست موضوع جالبی را به پسرمان محسن یاد بدهد، می‌رفت مجلات رشد را می‌آورد و از روی آن‌ها توضیح می‌داد و مدتی درباره‌اش بحث می‌کردند.

● **دوستان مجید شهریار ی بیشتر چه تیپ آدم‌هایی بودند؟**

هیچ وقت خودش را نمی‌گرفت. با کودک و پیر، و با سواد و بی‌سواد زود رفیق می‌شد. یادم هست یک روز گلدانی آورده بود. پرسیدم: از کجا آورده‌ای؟ گفت: دوستم داده. گفتم: کدام دوست؟ گفت: سرایدار مسجد محل. با پسر بچه‌های فامیل کشتی می‌گرفت. به دختر بچه‌های فامیل می‌گفت: برو دفتر مشقت را بیاور بینم! خلاصه

ما بود و خیلی از شخصیت‌های معتبر علمی. تا این که بعدها خانهای به قیمت شش میلیون تومان خریدیم.

● **آیا مجید شهریار ی فقط یک دانشمند هسته‌ای بود یا...؟**

او قبل از این که دانشمند فیزیک هسته‌ای باشد، یک عارف عاشق بود. من گاهی او را در خانه گم می‌کردم. ناگهان غیب می‌شد. اتاق‌ها را می‌گشتم، به آشپزخانه سر می‌زدم... بعد می‌دیدم در گوشه اتاق پذیرایی، پشت میز ناهارخوری، کنج دیوار روی زمین نشسته، بدون حرکت لب حتی، به دیوان حافظ خیره شده و اشک‌هایش آرام آرام روی صورتش می‌غلطد. این حالات را بارها از او شاهد بودم و خیالش هرگز از ذهنم محو نمی‌شود. در ماه‌های رمضان قرآن را با ترتیل می‌خواند. صدای قشنگی داشت. به آن عادت کرده بودم.

● **مطالعات غیر فیزیکی هم داشت؟**

مطالعه زندگی‌نامه علامه طباطبائی و آیت‌الله بهجت را یادم هست. عاشق اهل بیت (ع) بود. عشق قلبی، نه از روی حاجت و نیاز. در جلسات مذهبی یکی از شاگردان مرحوم حاج اسماعیل دولابی به‌طور مرتب شرکت می‌کرد و خلاصه بحث‌های آن جلسه‌ها را در یک دفتر سررسید می‌نوشت. به آیت‌الله جوادی آملی هم علاقه خاصی داشت و بارها با ایشان دیدار کرده بود. یادم هست یک بار مراجعه کرد به بیت ایشان، گفتند در حد پنج دقیقه وقت دارند. مجید رفت داخل و دو ساعت طول کشید تا برگردد.

مجید بود، به خانه ما آمد و پیشنهاد ازدواج مجید را به من رساند. خیلی شوکه شدم. اما وقتی بیشتر نجابت و ویژگی‌های انسانی او را در ذهنم مرور کردم، جواب مثبت دادم.

● **موقع خواستگاری، شرطی تعیین نکردید؟**
چرا، من که از سلامت و ایمان او مطمئن بودم، تنها شرطی که برای زندگی با او گذاشتم این بود که حتماً روی پای خودمان بایستیم و به هیچ‌کس اجازه دخالت در زندگی‌مان را ندهیم.

● **مهریه؟**
یادم هست، آن روزها یکی از فامیل‌ها برای دخترش ۸۰۰ سکه طلا مهریه تعیین کرده بود. به مادرم گفتم من خجالت می‌کشم از داشتن چنین مهریه‌ای. خلاصه این که مهریه من به تعداد معصومین ۱۴ سکه شد.

● **جشن عروسی هم گرفتید؟**

بله، جشن عروسی ما در رستوران دانشگاه برگزار شد و خانه بخت من خوابگاه دانشجویی بود! البته مجید می‌خواست خانه کرایه کند، اما من گفتم حالا که هر دو از صبح تا شب مشغول درس و دانشگاه هستیم، چرا بیخود هزینه کنیم؟

● **در خوابگاه دانشجویی راحت بودید؟**

سوئیت کوچکی با یک اتاق و آشپزخانه بود. طوری که فرش ۱۲ متری من لبه‌هایش روی دیوار قرار گرفته بود. اما با وجود مجید هیچ احساس کمبود نمی‌کردم. در همان خانه کوچک از مهمان‌های مهمی پذیرایی می‌کردم. دکتر صالحی، رئیس دانشگاه شریف که حالا وزیر خارجه است، در همان اتاق کوچک میهمان

برای نفوذ به دل‌ها هیچ مشکلی نداشت. تا عمر دارم، بوی شاخه گل‌های مریم را که با یک دنیا محبت به من هدیه می‌داد، فراموش نخواهم کرد.

● **خاطره‌ای برایمان تعریف کنید.**

روزی تلفن خانه خراب شده بود. مجید که دربارهٔ وسایل برقی اطلاعات خوبی داشت، دل و رودهٔ تلفن را بیرون ریخت و ساعت‌ها با آن ور رفت و بالاخره درستش کرد. بعد گفت: «بسیار خوب، این هم از این» اما دو شاخه را اشتباهی به پریز برق زد و تلفن سوخت! همه از خنده بی‌حال شده

بودیم. هنوز هم هر وقت یادم می‌افتد می‌خندم؛ هر چند، نه مثل سابق!

● **این عکس را خودتان گرفته‌اید؟**

بله، در خانه بیشتر وقت‌ها نماز را به جماعت می‌خواندیم. آن روز مشغول کاری بودم که یک‌دفعه به ذهنم رسید عکس بگیرم.

● **شما که خودتان دکترای فیزیک دارید، بگویید دکتر شهریار در دانش هسته‌ای کشورمان چه جایگاهی داشت؟**

اجازه بدهید، جواب این سؤال را از زبان دکتر صالحی بدهم که قبلاً رییس «سازمان انرژی اتمی» بود. ایشان تعریف می‌کرد، در یکی از نشست‌هایی که رهبر معظم انقلاب حضور

داشتند، صحبت از این بود که اگر رتبهٔ علمی شهید شهریار را ۱۰۰ فرض کنیم، نفر بعد از ایشان حداکثر ۵۰ می‌گیرد. حتی نمرهٔ ۷۰ یا ۸۰ نداشتیم که نزدیک به او باشد.

● **مجید شهریار در رویاهایتان به شما سر می‌زند؟**

تنها گله‌ای که از او دارم، این است که کم به خوابم می‌آید! یک روز در عالم رویا دیدم به اتفاق بچه‌ها برای دیدار با او قرار گذاشته‌ایم. حرکت کردیم که به دیدارش برویم، اما یک‌دفعه بیدار شدم. بلافاصله چشمانم را بستم تا مگر ادامهٔ

رویا را ببینم، اما نشد! حالا هم گاهی می‌بینمش که مشغول انجام کاری است، اما تا حالا هم کلام نشده‌ایم. اگر به خاطر بچه‌ها نبود، بزرگ‌ترین آرزویم این بود که همراهش می‌رفتم و به قول یکی از دوستان، او را از

چنگ حوری‌ها درمی‌آوردم.

● **با توجه به این که شما نیز در صحنهٔ انفجار**

حضور داشتید، الان چه وضعیتی دارید؟

آن روز، زیاد از خانه دور نشده بودیم که یک موتورسوار به ما نزدیک شد و بمب مغناطیسی را به بدنهٔ ماشین چسباند. راننده متوجه شد. نگه داشت و در حالی که خودش پیاده می‌شد فریاد زد: پیاده شوید! مجید که هر لحظه‌ای را برای یادگیری غنیمت می‌دانست و داشت به

چنگ حوری‌ها درمی‌آوردم.

● **با توجه به این که شما نیز در صحنهٔ انفجار**

حضور داشتید، الان چه وضعیتی دارید؟ آن روز، زیاد از خانه دور نشده بودیم که یک موتورسوار به ما نزدیک شد و بمب مغناطیسی را به بدنهٔ ماشین چسباند. راننده متوجه شد. نگه داشت و در حالی که خودش پیاده می‌شد فریاد زد: پیاده شوید! مجید که هر لحظه‌ای را برای یادگیری غنیمت می‌دانست و داشت به

سخن‌رانی آیت‌الله جوادی آملی گوش می‌داد، با حیرت پرسید: چی شده؟! فرصت نبود. فوری پیاده شدم تا در را برایش باز کنم. همین که دستگیره را گرفتم، بمب نزدیک صورتم منفجر شد. حالا حدود ۲۰۰ ترکش ریز و درشت توی بدنم وجود دارد. حدود ۶۰ ترکش در دست‌ها، تعدادی در اطراف چشم و صورت و...

● **قبل از این حادثه، احتمال آن را می‌دادید؟**

بله، بعد از شهادت دکتر مسعود علیمحمدی که قبل از ایشان ترور شده بود، دوستان توصیه می‌کردند که خیلی مراقب باشیم. مجید در جواب آن‌ها می‌گفت: «من و همسرم هر روز با غسل شهادت از خانه خارج می‌شویم.» با آن حالاتی که داشت، می‌دانستم اهل این دنیا نیست. به‌خصوص پنج شش ماه آخر، کمتر ششی می‌شد که نماز شب نخواند. او کاملاً آمادهٔ رفتن بود.

● **تماس‌ها یا نامه‌های مشکوکی هم داشتید؟** بله، یادم هست حدود سه سال پیش دعوت‌نامه‌ای از یک کشور اروپایی آمده بود و مجید را همراه خانواده برای گشت و گذار به آن‌جا دعوت کرده بودند. اما او با تشکر و محترمانه آن پیشنهاد را رد کرد.

● **بچه‌ها با نبودن پدر چه‌طور کنار آمده‌اند؟**

به هر حال یک خلأ عاطفی وجود دارد، اما من خیلی خودم را نگه داشته‌ام و سعی کرده‌ام برایشان الگو باشم و با رفتارم به آن‌ها نشان بدهم که محکم باشند. به لطف خدا، هم محسن و هم متین که اصرار دارد زهرا صدایش کنیم، استعداد و روحیهٔ ساده زیستی و بلندنظری پدر را به ارث برده‌اند. پسر من تا کفشش سوراخ نشود، کفش دیگری نمی‌خرد. زهرا هم همین‌طور. اخیراً که به زیارت حج رفته بودیم، هر چه اصرار کردم برای خرید لباس به بازار برویم، نیامد. می‌گفت حیف نیست این وقت با ارزش را در بازارهای مکه تلف کنیم؟!

● **کلام آخر؟**

کلام آخرم عهدی است که با او بسته‌ام و آن رازی است بین من و مجید و خدا.

● **شنیده‌ام سخنی خوش که پیرکنعان گفت فراق یار نه آن می‌کند که بتوان گفت ظاهراً شرح حال راز آلود شهید مجید شهریار با گفتن تمام نمی‌شود و حکایت او هم چنان باقی است. از این که ما را پذیرفتید تشکر می‌کنیم.**

من هم از این که با شما دوستان آموزش و پرورش، ساعتی درد دل کردم خوش‌حالم و برای شما و دوستان جوانتان که این گفت‌وگو را می‌خوانند، آرزوی موفقیت می‌کنم.



نماز جماعت خانوادگی

شراء الأدوية من الصيدلية

عادل اشكيوس

في الصيدلي در داروخانه



حميد: السلام عليكم
سلام بر شما
الصيدلاني: مرحباً بك. تفضل.
خوش آمدی. بفرما
حميد: أنا أريد الأدوية المكتوبة على هذه الورقة.
من این داروهای نوشته شده روی این کاغذ را می‌خواهم.
الصيدلاني: لكن إعطاء الأدوية غير مسموح دون وصفة الطبيب.
ولی دادن دارو بدون نسخه پزشک ممنوع است.
حميد: والدي يستفيد من هذه الأدوية عادةً.
پدرم معمولاً از همین داروها استفاده می‌کند.
الصيدلاني: عليك الذهاب عند الطبيب.
شما باید نزد دکتر بروی.
حميد: طريق المستشفى بعيد والجو حار جداً، والدي لا يستطيع الحركة...
راه درمانگاه دور است و هوا گرم است و پدرم نمی‌تواند حرکت کند...
الصيدلاني: ما به؟ اشرح لي: هل له ألم في صدره أو حمى أو مرض السكر؟
چه ناراحتی‌ای دارد؟ بپریم توضیح بده: آیا دردی در سینه دارد یا تب و یا
بیماری قند؟
حميد: كلا. فقط عنده ارتفاع ضغط الدم...
نه. فقط فشار خونس بالاست...
الصيدلاني: اكتب لك هذه الحبوب والأشربة والماء المغذي والله الشافي.
این قرص‌ها و شربت‌ها و سرم را می‌نویسم. و خداست که شفا دهند است.
حميد: شكراً جزيلاً يا حضرة الطبيب علي حسن مساعدتك.
في أمان الله.
از حسن همکاری شما بسیار متشکرم جناب دکتر.
خداحافظ
الصيدلاني: وفقك الله. مع السلامة.
خدا شما را موفق بدارد. به سلامت
اِشترَي حميد الأدوية و رجَّع إلي الفندق لكي يذهب مع والده إلي المستشفى.
حميد داروها را خرید به هتل بازگشت تا همراه پدرش به درمانگاه برود.

في المستشفى در درمانگاه



حميد: عفواً أين غرفة الزرق؟
بخشید اتاق تزریقات کجاست؟
موظف الاستعلامات: أمامك غرفة زرق الإبر.
کارمند اطلاعات: اتاق تزریقات روبه‌روی شماست.
حميد: والدي بحاجة إلي زرق الإبرة والماء المغذي.
پدرم احتیاج به تزریق آمپول و زدن سرم دارد.
الممرض: تفضل. فُل لوالدك أن ينام علي هذا السرير.
بفرما. به پدرت بگو که روی این تخت بخوابد.

بعد ساعة تحسنت أحوال والدي حميد و هما رجعا مسرورين إلي الفندق.
پس از ساعتی احوال پدر حميد خوب شد و آن دو با خوشحالی به
هتل بازگشتند.

كمى دلگرمى

حبیب یوسفزاده

دفاع
شخصیسه
تفنگدار

سلام بابا هوهو چی چی!

صبح مامان گفت دیشب چه قدر پشت سرم غیبت کرده‌اید. زیاد نگران من نباشید. عکس شما را توی کیفم گذاشته‌ام تا اگر کیف‌قاپی، فکر بد به سرش زد، بهش نشان بدهم و بگویم: «این علامت حاکم بزرگ است، احترام بگذارید!» فدای آن سرتان بشوم که وسطش کم‌کم دارد بیابانی می‌شود. اوضاع آن قدرها هم بد نیست. از روزی که آن اتفاق افتاده، من و سمانه و نرگس، سه‌تایی به مدرسه می‌رویم و سه‌تایی هم برمی‌گردیم. داستان سه تفنگدار را که شنیده‌اید! کلاس دفاع شخصی را به‌خاطر سلامتی خودمان می‌رویم. بالاخره هر چیزی یک روز به درد می‌خورد. البته هیچ اسلحه‌ای بهتر از عقل آدم نیست. سمانه می‌گفت، چند ماه پیش یک دزد کیف باباش را زده بود. باباش هم از پشت سر داد زده بود: «کیف رو بنداز و گرنه شلیک می‌کنم!» دزدهای احمق فکر کرده بودند او راستی راستی اسلحه دارد. کیف را انداخته بودند و فلنگو بسته بودند! خوب دیگر، اگر دوستم داری، به افتخارم سوت قطار را بکش. منتظرت می‌مانم.

گل کاکتوس بابا/نسترن

سلام حبیب آقا، حال قطارت چه‌طور است؟ نیم ساعت از نیمه شب گذشته اما خواب به چشم‌هایم نمی‌آید. دارم می‌بینم که با نور قطارت سیاهی شب را مثل بزازها که پارچه را جر می‌دهند جر می‌دهی و جلو عاشورا پیششان باشی. یادت باشد جر زنی نکنی، به بچه‌ها قول داده‌ای روز نسترن خسته و خمیر افتاده. از صبح چند تا کلاس داشت؛

برای کلاس «دفاع شخصی». سر شب هم ثبت‌نام کرده گرفته بود، سر فاطمه خالی کرد. طفلکی از درد هنوز دارد وول می‌خورد. بهش گفتم: «دفاع شخصی را می‌خواهی چه کار؟» مدرسه. اما من... خوب باید بتوانم از خودم دفاع کنم دیگر!

گفتم: «مگه حمله‌ای چیزی قرار است بشود؟!»

گفت: «هفته پیش یک کیف‌قاپ، با یکی از بچه‌های مدرسه درگیر شده بود. خیابان مدرسه خلوت است. شانس آورد، آقای با ماشین از راه رسید.» این‌ها را می‌گویم که حواست را جمع کنی! دخترت دارد رزمی کار می‌شود. سر راهت، یک شمشیر سامورایی هم برایش بخر! تصمیم گرفته است نامردا را از وسط نصف کند. راستی فاطمه از صبح دنبال جواب یک سؤال مهم است. بگذار ببینم اگر خوابیده، شماره‌ات را بگیرم تا سؤالش را جواب بدهی.

شبکه میومیو

- سلام باباجون!
- سلام عزیزم، هنوز نخوابیدی؟
- نه داشتم فکر می کردم.
- به چی؟
- به مهتاب.
- کدوم مهتاب.
- اون گربه سفید که یه ور صورتش قهوه‌ای بود. توی پشت بام با جعبه میوه براش خونه درست کرده بودی تا بچه‌هاش دنیا بیان.
- آهان، چرا بهش فکر می کردی؟
- چون که امروز یکی از بچه‌هاش رفت زیر ماشین.
- آخ، طفلکی! بعد چی شد؟
- هیچی، دلم براش سوخت.
- قربون دلت. مامان می گفت یه سؤال داشتی، هان؟
- باباجون، چرا وقتی آدم‌ها می میرن، توی اخبار پخش می کنن، اما وقتی گربه‌ها می میرن، هیچ کی عین خیالش نیست؟
- خب... چی بگم!
- مامان هم همین رو می گه.
- شاید واسه این که ایستگاه تلویزیون مال آدماس. اگر گربه‌ها هم تلویزیون داشتن، اخبار خودشون رو پخش می کردن! اسمش رو هم می گذاشتن «شبکه میومیو». خودتو زیاد ناراحت نکن. یه ماچ تلفنی بده حالا!
- ناراحت نیستم. به خاطر مهتاب همین جوری اشکام می اومد.
- باشه، هر وقت دیدیش، بهش غذا بده. اشک به دردش نمی خوره. خب دیگه، گوشی رو بده به مامان.
- سلام خانوم، مراقب بچه باش. هی می گم نذار بچه‌ها بسا حیوونا اُنس بگیرن، برای همین!
- راستش، دل منم برای مهتاب می سوزه. شوهرش صبر نکرد حتی تولد بچه‌هاشو ببینه.
- الان معلوم نیست توی کدوم خیابون پرسه می زنه؛ با این گربه‌های خیابونی؟
- خیلی خب، جای شکرش باقیه که راننده قطار نیس. درسته؟ همینو می خواهی بگی؟
- شوخی کردم. منظوری نداشتم. فعلا به کارت برس تا من هم به فاطمه برسم. صبح می خوام بریم پشت بام به مهتاب تسلیت بگیم.
- میومیو منو هم بهش برسون!

دوست داشتنی‌های دریای جنوب

محمد کرام‌الدینی

در جنوب سرزمین ما ایران، یک خلیج و یک دریا قرار گرفته‌اند: خلیج فارس و دریای عمان. اگرچه این دو به هم متصل‌اند، اما ویژگی‌های آب خلیج فارس با آب دریای عمان متفاوت است. این تفاوت سبب تفاوت در نوع ماهی‌های آن‌ها هم شده است. دریای عمان گوشه‌ای از اقیانوس بزرگ هند است و بنابراین، ترکیب، دما و شوری آن مانند اقیانوس است، در حالی که آب خلیج فارس از راه تنگه نسبتاً باریک هرمز به آب اقیانوسی متصل می‌شود و بنابراین، گرم‌تر و شورتر است.

تنوع بی‌شمار

فکر می‌کنید چند نوع ماهی در آب‌های جنوبی کشورمان زندگی می‌کنند؟ خیلی زیاد. تاکنون صدها گونه ماهی در خلیج فارس و دریای عمان شناسایی شده‌اند؛ اما کسی نمی‌داند که این تعداد چه بخشی از واقعیت است.

تون یا تُن؟

بی‌گمان یکی از معروف‌ترین ماهی‌هایی که همه ما می‌شناسیم، ماهی‌های تون هستند. همه ما حداقل یک بار مزه چیزی را که «تُن ماهی» می‌نامیم، چشیده یا حداقل کنسرو آن را دیده‌ایم. نام این ماهی به اندازه‌ای آشناست که برخی حتی به اشتباه برای نامیدن «کنسرو» از واژه «تُن» استفاده می‌کنند؛ مانند خواربار فروش سرکوجه ما که بالای قفسه کنسروهای لوبیا نوشته است: «تُن لوبیا».

● تلفظ صحیح این نوع ماهی‌ها «تون»، مانند «خون» است، نه تُن.
● به خلاف تصور بسیاری از ما، تون فقط نام یک نوع ماهی نیست، بلکه گروهی از ماهی‌ها هستند که آن‌ها را تون ماهیان یا ماهی‌های

تون می‌نامند. تون ماهیان یکی از مهم‌ترین ماهی‌های خوراکی آب‌های جنوب کشور هستند.

- تون ماهیان معمولاً در دریای عمان یافت می‌شوند و وارد خلیج فارس نمی‌شوند.
- تون ماهیان برای تنفس باید همیشه در آب حرکت کنند و به جلو بروند و نمی‌توانند در آب بی‌حرکت بمانند، چون خفه می‌شوند. به همین علت وقتی در تورهای ثابت گرفتار می‌شوند، برخلاف ماهی‌های دیگر، پیش از خارج کردن تورها از آب مرده‌اند.
- ماهیان تون از سریع‌ترین ماهی‌ها هستند و به همین سبب و به علت داشتن میوگلوبین (رنگ‌دانه‌ای شبیه به هموگلوبین خون) فراوان در ماهیچه‌ها، گوشت سرخ دارند.

این ماهی در خارج از آب حرکت می‌کند

ماهی تاشیما

کرکوسه

در آب‌های جنوبی کشورمان چند نوع کوسه زندگی می‌کنند. یکی از آن‌ها «کرکوسه» است که ۴ تا ۱۰ متر درازا دارد. کرکوسه درنده و مهاجم نیست، چون از پلانکتون‌ها و جانوران ریز آبی تغذیه می‌کند. این ماهی به اندازه‌ای مهربان است که انسان می‌تواند کاملاً به آن نزدیک شود؛ شاید به همین علت فکر می‌کنند که این کوسه ناشناخته است. مهربانی کرکوسه گاه به زیان آن تمام می‌شود، چون برخی انسان‌ها از این نزدیکی بهره می‌برند و آن را شکار می‌کنند.



شیر در کریا

ماهی شیر

نوعی شیر غذای نوزادان است. نوع دیگری شیر از گربه‌سانان است و در جنگل و بیشه‌زارها زندگی می‌کند. دو نوع دیگر شیر وجود دارند که یکی شیر آب یا گاز است و دیگری ماهی شیر. «ماهی شیر» از ماهیان تون است و در سراسر خلیج فارس و دریای عمان زندگی می‌کند.



برق بی‌حس گنجه

ماهی برقی

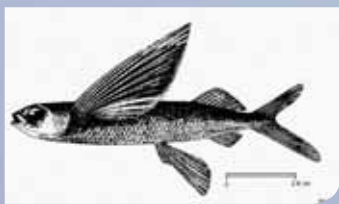
تعجب نکنید، نام واقعی این ماهی، «ماهی برقی» است. این ماهی که بر کف دریا زندگی می‌کند، می‌تواند برای بی‌حس کردن شکار خود، جریان برقی با ولتاژ ۲۲۰ ولت تولید کند.



پرواز روی آب

ماهی پرند

اگر در کنار ساحل جنوب ایستاده‌اید، از مشاهده ماهی‌هایی که برای فرار از دشمنان طبیعی خود روی سطح آب پرواز می‌کنند و سپس به درون آب فرو می‌روند، تعجب نکنید. در واقع باله‌های سینه‌ای این ماهی به شکل بال درآمده‌اند.



گل خورک

این ماهی غالباً در ساحل گلی خلیج فارس روی گل‌ها می‌خزد و به پیش می‌رود، اما اگر احساس کند که چیزی به آن نزدیک می‌شود، فوراً زیر گل ناپدید می‌شود. غافل از آن که شکارچیان طبیعی مدت‌ها در انتظار صید بی‌حرکت می‌مانند. شاید در نهایت شکار یکی از آن‌ها شود.



کوسه سرچکشی

یکی دیگر از کوسه‌های جالب جنوب ایران است. سر این کوسه شبیه چکش است و چشم‌ها و سوراخ‌های بینی آن روی دو سر چکش قرار دارند.



زعفران، چاشنی کهن

بر کتیبه‌ای حجاری شده در کاخ شاهان هخامنشی نوشته شده است که روزانه یک کیلو زعفران در دربار هخامنشیان مصرف می‌شده است.

حکیم ابوالقاسم فردوسی نیز در داستان جمشید، در میان غذاهایی که آشپز آماده می‌کند، از بکارگیری زعفران یاد می‌کند.

به روز چهارم چو بنهاد خوان
خورش ساخت از پشت گاو جوان
بدو اندرون زعفران و گلاب
همان سال خورده می و مشک ناب



و پایدار استفاده می‌شد. در کتب خطی و در خوش‌نویسی، استادان بزرگ به عنوان مرکب ارزشمند و بادوام آن را به کار می‌بردند. بهتر است زعفران در ظرف شیشه‌ای یا فلزی دربسته و دور از نور و حرارت نگهداری شود تا مواد معطرش تبخیر نشود.

۸ تا ۱۲ روز در اتاق گرمی خشک می‌شود که امکان رشد و تکثیر قارچ‌ها در آن وجود دارد و باعث کاهش قیمت زعفران ایران می‌شود.

رقبای ایران

ایران بزرگ‌ترین تولیدکننده زعفران جهان است و یونان و اسپانیا در تولید و تجارت آن رقیب ایران هستند. روش‌های صحیح خشک کردن و بسته‌بندی زعفران در این کشورها به گونه‌ای است که قیمت زعفرانشان چند برابر ایران است. اسپانیا زعفران ایران را به مقدار زیاد می‌خرد و با بسته‌بندی مناسب به نام زعفران اسپانیایی می‌فروشد. هندی‌ها و عرب‌ها بزرگ‌ترین مصرف‌کنندگان زعفران هستند.

مرکّب بادوام

در گذشته از زعفران به عنوان رنگ طبیعی

گیاه کم توقع

گیاه زعفران به آب بسیار کمی نیاز دارد. تابستان در خواب است و به هیچ‌وجه به آب نیاز ندارد. زمستان رشد می‌کند، به همین دلیل آفت خاصی ندارد و آن را سم‌پاشی نمی‌کنند. گیاهی چندساله است و اگر یک‌بار کاشته شود، تا ۱۸ سال می‌توان از آن بهره‌برداری کرد. از این‌رو در مناطق خشک برای کشاورزان ارزش طلا را دارد.

زعفران مرغوب

زعفران ایرانی به علت داشتن میزان کمتری از یک ماده سمی به نام «سافرئال»، نسبت به زعفران‌های سایر نقاط جهان مرغوب‌تر است. برتری طعم و رنگ زعفران ایرانی با هیچ زعفرانی قابل مقایسه نیست.

زعفران ارزان

زعفران برای نگهداری طولانی باید خشک شود. در ایران، در روش سنتی، زعفران طی



زندگی روی صحنه

آشنایی با رشته بازیگری

کلی زندگی‌شان تغییر کرده است. می‌پرسید چرا؟ می‌گوییم در همین یکسال، در ادامه متوجه می‌شوید راستی شما چه رشته‌ای می‌خوانید؟ ریاضی، انسانی، معماری؟

زندگی کنار تئاتر شهر!

● آرزویتان چیست؟

سعید: دوست دارم سوپرستار شوم.

رضا: عده‌ای دوست دارند با پول و پارتی در بازیگری پیشرفت کنند. اما من دوست دارم خودم ترقی کنم. آرزوی بزرگم هم این است که پنج دقیقه با پرویز پرستویی بازی کنم.

بهرام: آرزو دارم هیچ وقت توی این رشته افسردگی نگیرم و آن قدر بازی‌ام خوب شود که بقیه آرزو کنند با من بازی کنند!

● زندگی شما از وقتی وارد این رشته شده‌اید تغییری داشته است؟

می‌گویند: الان نصف عمر ما در تئاتر شهر می‌گذرد. ما به اغلب جشنواره‌ها می‌رویم.

تهمینہ حدادی/عکس: اعظم لاریجانی

آدم‌هایی هستند که شبیه ما زندگی نمی‌کنند. نه پول زیادی دارند، نه خانواده‌ای متفاوت، نه امکانات بسیار، با این حال زندگی آن‌ها متفاوت است، صبح‌ها و شب‌های آن‌ها شبیه ما نیست. تصمیمات آن‌ها شبیه ما نیست. هدف‌های والایی داشته و دارند و ممکن است در اتوبوس کنار دست ما نشسته باشند، بی آن که ما بدانیم آن‌ها در عین شباهت با ما، آدم‌هایی متفاوت‌اند؛ خیلی متفاوت! متفاوت‌های این شماره: رضا ذوالفقاری، سعید ناصری و بهرام شجاع.

بازیگری در مدرسه؟

بهرام می‌دانسته‌اند چه کار کنند. آن‌ها گشته‌اند و گشته‌اند و یک مدرسه پیدا کرده‌اند که در آن به جای درس‌های نظری، درس بازیگری تدریس می‌شود. بازیگری در مدرسه؟ بله، دقیقا. همان‌طور که خواندید.

حالا هم هر سه تا، کلاس سوم هستند و در همین یک سال که از درس خواندنشان گذشته،

نگویید که عشق بازیگری و سینما در کلهٔ هیچ کدامتان نیست و اصلا یک بار هم در زندگی‌تان به این فکر نکرده‌اید که کاش در یک فیلم بازی می‌کردید! البته که فکر کرده‌اید و البته که خیلی‌ها امکانش را نداشته‌اند و یا نمی‌دانستند چه کار کنند؛ اما رضا و سعید و

● **باید چه کار کرد که صدا گرم شود؟**
داد زدن، بلند کتاب خواندن و این‌طور کارها باعث می‌شود صدا گرم شود. در ضمن مانفس کشیدنمان هم متفاوت است. باید از دیافراگم نفس بکشیم.

از فیلم و سینما تا مجله و روزنامه
کسی که می‌خواهد بازیگر شود، باید کلی فیلم هم ببیند.

● **فیلم دیدن الانتان با گذشته‌ها فرق دارد؟**
البته. ما تا پارسال فقط فیلم می‌دیدیم و از ماجرایش لذت می‌بردیم. اما حالا هر فیلمی می‌بینیم، باید روی بازی آدم‌ها و میمیک (حالت) صورت آن‌ها متمرکز شویم. ما علاوه بر فیلم دیدن، نمایش نامه و حتی انواع مجله‌های فیلم را می‌خوانیم.

● **دوست دارید بازیگر تئاتر شوید یا سینما؟**
بهرام و سعید: ما دوست داریم از تئاتر به سریال و از سریال به سینما برویم.

رضا: من دوست دارم تئاتر موزیکال کار کنم.

● **راست راستش را بگویید، از این که آمده‌اید توی این رشته پشیمان نیستید؟**

سعید: نه، اما چون تازه کاریم همه فکر می‌کنند شوخی می‌کنیم که تئاتر کار می‌کنیم. مردم دوست دارند تو را در تلویزیون ببینند تا باور کنند بازیگری!

بهرام: ما اذیت می‌شویم، اما تحمل می‌کنیم؛ چون این رشته را دوست داریم.

● **گفتید تئاتر، توی این مدت چه کارهایی اجرا کردید؟**

ما در جشنواره دانش آموزی استان اول شدیم، توی «کانون سلمان» هم اجرای نمایش داشتیم. در ضمن، دانش‌آموزان مدرسه قبلی هر وقت پروژه‌ای داشته باشند، از ما کمک می‌گیرند.

شروع ماجرا

سعید، رضا و بهرام باید درس بخوانند؛ پیش‌دانشگاهی، دانشگاه و... حتماً باید به دانشگاه بروند، اما وقتی پایشان برسد به دانشگاه کلی تجربه دارند که دیگران ندارند.

می‌گوییم: بهترین تجربه‌ای که تا به حال داشته‌اید چه بوده؟

و جواب آن‌ها معلوم است: «اولین بار که قرار شد در نمایشی نقش ایفا کنیم...»

و این تازه شروع ماجراست. بعد آن‌ها روی سن می‌ایستند.

خانم عکاس: بخندید، گریه کنید، پیرمرد شوید... و آن‌ها نقش ایفا می‌کنند و «چیلیک... چیلیک» دوربین عکس می‌گیرد.



باید رشته‌ای سبک را انتخاب می‌کردم که درس‌های نظری نداشته باشد. از طرف دیگر، خانواده‌ام می‌دانستند که استعداد بازیگری دارم. برادر این رشته را به من پیشنهاد کرد. من هم آمدم.

آن‌قدرها هم آسان نیست!

رضا، سعید و بهرام یک گروه دارند. گروه آن‌ها کلی عضو دارد. آن‌ها این گروه را تشکیل داده‌اند تا بتوانند هر چه زودتر پیشرفت کنند. آن‌ها و گروهشان در هفته سه جلسه تمرین می‌کنند. سه شنبه‌ها می‌روند سینما و دو سه فیلم می‌بینند و دسته‌جمعی کتاب می‌خوانند. گرچه آن‌ها مثل بقیه دانش‌آموزان همیشه پشت نیمکت نیستند، اما باید کلی تمرین‌های بدنی بکنند و تاریخ نمایش تمام دنیا را بلد باشند.

می‌گویید: امتحان‌های ما مثل بقیه نیست، مثلاً باید چهار کتاب قطور را بخوانیم که یک امتحان بدهیم.

● **چه قدر روی صدایتان کار می‌کنید؟**
زیاد.

می‌گوییم: مگر قبلاً نصف عمرتان چه‌طور می‌گذشت؟

می‌گویند: در عافیه!

آن‌ها توی مدرسه درس‌های عجیب غریبی می‌خوانند؛ مثل شخصیت‌شناسی، تحلیل نمایش، موسیقی در نمایش، فن بیان و...

می‌گوییم: اصلاً از اولش بگویید؛ این که چه‌طور این رشته را در مدرسه انتخاب کردید؟

سعید: سال دوم دبیرستان بودم و قرار بود با دوستم برویم تست بازیگری بدهیم، اما جای مناسبی پیدا نکردیم. من رفتم آموزش و پرورش و پرسیدم اصلاً مدرسه‌ای هست که در آن بازیگری درس بدهند و فهمیدم بله. البته اول خانواده‌ام مخالف بودند، اما وقتی فهمیدند واقعاً علاقه‌مندم راضی شدند.

رضا: من قبل از این هم تئاتر را دوست داشتم. پارسال به‌طور اتفاقی از دم مدرسه رد شدم و دیدم که رشته بازیگری دارد. این شد که آمدم و ثبت‌نام کردم.

بهرام: من تا اول دبیرستان درس خوب نبود، پس

عناصر شعر

..... محمد کاظم مزنانی

خال خیال

تمام زیبایی و سحرانگیزی شعر
به تشبیه و استعاره است
عناصر دیگر
مثل مثنی النگو و انگشتر و گوشواره است

تشبیه چیست؟
محصول دوران کودکی و سادگی انسان
و استعاره؟
نشانه پیچیدگی روح و روان

استعاره
جوهر اصلی خیال است
اصلاً شعر یعنی خیال
بقیه چیزها فقط خط و خال است...
انسان می خواهد به کمک شعر...
زندگی را تبدیل کند به خیال
فرقش این است که بعضی آدم ها
با خال خیال حال می کنند
و بعضی ها با خیال خال

بدون استعاره
درخت ها تکه ای چوب بیش نیستند
اما با کمک استعاره
می توانند حرف بزنند
و حتی به نماز بایستند

شعر ناب
معدنی است از الماس استعاره
مروارید تشبیه
و یاقوت سیاه ایهام
نه، اصلاً شعر یعنی استعاره
والسلام!

نمونه‌ای از شعر بی‌استعاره و تشبیه

نکوهش مکن چرخ نیلوفری را
برون کن ز سر، باد خیره‌سری را
بری‌دان ز افعال، چرخ برین را
نشاید نکوهش زدانش‌بری را
همی تا کند پیشه، عادت همی کن
جهان مر جفا را، تو مر صابری را

ناصر خسرو

نمونه‌ای از شعر تشبیهی

مرا بسود و فرو ریخت هر چه دندان بود
نبود دندان، لا، بل چراغ تابان بود
سپیدسیم‌زده بود و دُر و مرجان بود
ستاره سحری بود و قطره باران بود...

رودکی

نمونه‌ای از جادوی استعاره از استاد استعاره

سرو چمان من چرا میل چمن نمی‌کند
همدم گل نمی‌شود، یاد سمن نمی‌کند؟
دی گله‌ای ز طره‌اش کردم و از سر فسوس
گفت که این سیاه کج، گوش به من نمی‌کند
تا دل هرزه‌گرد من، رفت به چین زلف او
زان سفر دراز خود، عزم وطن نمی‌کند

حافظ

حکایت

پیامبر خدا همراه با سلمان فارسی، از کنار درخت خشکی می‌گذشت. باد گرمی وزید و بوته‌های صحرا را با خود برد. پیامبر، ساقه خشکیده درخت را با دستش گرفت و تکان داد. برگ‌های زرد و خشک روی خاک داغ افتادند. سلمان با تعجب نگاه کرد. پیامبر متوجه نگاه پرسشگرش شد و گفت: «نمی‌پرسی چرا چنین کردم؟»
خنده بر لب‌های سلمان دوید و گفت: «بفرماید.»
پیامبر گفت: «وقتی انسان وضو می‌گیرد

خزان گناه

نماز در زندگی پیامبر (ص)

ناصر نادری

سخنان پیامبر

- یاد خدا، هم‌نشین من است.
- اگر خدا را - چنان که شایسته شناختن اوست - می‌شناختید، با دعای شما، کوه‌ها جابه‌جا می‌شدند.
- در چهار زمان، درهای آسمان گشوده می‌شود و دعاها مستجاب می‌گردد: هنگام رویارویی صف رزمندگان در راه خدا؛ زمان بارش باران؛ وقت نماز و هنگامی که چشم انسان به کعبه می‌افتد.
- نماز، نور چشم من است.
- گرسنه هرگاه بخورد، سیر می‌شود، تشنه هرگاه بنوشد، سیراب می‌شود، اما من از نماز سیر و دلزده نمی‌شوم.
- دو رکعت نماز در دل شب، برایم دوست‌داشتنی‌تر است از دنیا و آنچه در آن هست.
- سهل‌انگاری آفت عبادت است.
- دعا اساس عبادت است.



نیایش پیامبر

● خداوند! دوست‌داشتنی‌ترین چیز را نزد من، محبت خود گردان و ترسناک‌ترین چیز را نزد من، بیم از خودت. نیازهای دنیوی را به شوق دیدارت از من فرو بریز و آن‌جا که چشم دنیاگرایان را به بهره‌های دنیوی روشن می‌کنی، چشم مرا به پرستش خود روشن کن.

آداب پیامبر

- هنگام نیایش، همان‌گونه دستان خود را بالا می‌برد که مسکینان بالا می‌برند.
- پس از دعا، دستانش را به صورتش می‌کشد.
- وقتی صدای مؤذن را می‌شنید، اذان را تکرار می‌کرد.
- با اشتیاق، منتظر وقت نماز بود.
- خمیازه کشیدن در نماز را دوست نداشت.
- نماز جماعتش، کوتاه‌ترین و نماز فرادایش، طولانی‌ترین نماز بود.
- وقتی که چیزی او را غمگین می‌کرد، به نماز و روزه پناه می‌برد.
- وقتی از خواب برمی‌خاست، سجده شکر به‌جا می‌آورد.
- وقتی هنگام نماز می‌رسید، دیگر کسی را نمی‌شناخت.

از زبان امّ سلمه

امّ سلمه، همسر پیامبر خدا می‌گوید: «در دل شب بیدار شدم. دیدم پیامبر در بستر نیست. متوجه شدم در گوشه اتاق در حال عبادت است و دست‌ها را به سوی آسمان بلند کرده است.» به سخنانش گوش دادم. شنیدم که می‌گفت: خداوند! مرا به بدی‌هایی که از آن‌ها رهانیده‌ای، برگردان. خدا یا! مرا دشمن شاد نفرما. خداوند! مرا لحظه‌ای به خودم وامگذار... با دیدن این منظره، گریستم. پیامبر، صدای گریه‌ام را شنید و فرمود: چرا گریه می‌کنی؟ عرض کردم: هنگامی که شما این‌گونه راز و نیاز می‌کنید و از خدا می‌خواهید تا لحظه‌ای شما را به خود وانگذار، پس وای بر من! پیامبر فرمود: ام سلمه! چه چیز می‌تواند مرا نکه دارد و حفظ کند، حال آن‌که وقتی خداوند، لحظه‌ای یونس پیامبر را به خود واگذاشت، آن حوادث برایش پیش آمد؟!»

و به نماز می‌ایستد، گویی گناهایش چون برگ‌های خشکیده این شاخه فرو می‌ریزد.»

سپس آهی از ته دل کشید و این آیه قرآن کریم را خواند: «نماز را در آن سو و این سوی روز و در اوایل شب به‌پا دار! همانا خوبی‌ها، بدی‌ها را می‌زدایند. این تذکری است برای آنان که اهل تذکرند» [هود: ۱۱۴].

سلمان، سرش را تکان داد و چین‌های پیشانی‌اش - که نشانه فکر کردن بود - عمیق‌تر شد.



منبع

۱. سعیدی، سید غلامرضا. داستان‌هایی از زندگی پیغمبر ما. مرکز انتشارات دفتر تبلیغات اسلامی.
۲. سعیدی، حسین. هم‌نام گل‌های بهاری. نشر نسیم اندیشه.
۳. نیایش‌های پیامبر. گزینش: دکتر محمود مهدوی دامغانی. ترجمه کمال الدین غراب. انتشارات جهاد دانشگاهی مشهد.

بالا افتادن از سیبیل بابا

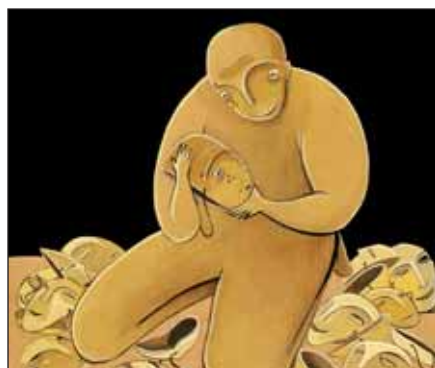
حسن بنفشه

ندا می گوید همه چیز از روزی شروع شد که از پنجره به حیاط منزل سقوط کردم و هنرمند شدم!!

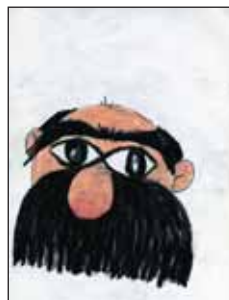
برای این هنرمند جوان، معلم هنر شدن آرزوی اصلی بود و دوست داشت اگر نتوانست معلم هنر شود، حتما مکانیک قابلی شود. تا این که یک ضربه ناگهانی به مغز، مسیر او را به سوی کاریکاتور تغییر داد!

بهترین مدل طراحی ندا پدرش بود که اجازه داده بود این هنرمند نوجوان حساسی به بینی، سیبیل و گونه های پدر اغراق چاشنی کند. وقتی وارد «هنرستان کوثر» تبریز شد، به شکل حرفه ای شروع به کار کرد. فوق دیپلمش را در رشته گرافیک گرفت، در جشنواره خوارزمی شرکت کرد و برنده شد. حالا هم در رشته مهندسی فرهنگی مشغول تحصیل است و در زمینه هنرهای تجسمی تدریس هم می کند. ندا علاوه بر تألیف کتاب «کارتونسم» (کتاب آموزشی کاریکاتور و کارتون)، سه جلد کتاب داستان آموزشی برای نیروی انتظامی و راهنمایی و رانندگی و چند کتاب دیگر را تصویرگری کرده است.

ندا تنهایی مقدم تاکنون چهار نمایشگاه انفرادی برگزار کرده و در ۴۳ نمایشگاه گروهی در زمینه هنرهای تجسمی در تبریز، تهران، قزوین و ترکیه حضور داشته است. تنهایی مقدم در جشنواره های داخلی و بین المللی مثل کره جنوبی، لهستان، پرتغال، چین، جمهوری چک، روسیه، سوریه و هندوستان و البته ایران جوایزی را کسب کرده و سابقه داوری و هیئت انتخاب چندین نمایشگاه و جشنواره بین المللی هم در پرونده این جوان خوش آتیه وجود دارد.



نقاب



سیبیل بابا



ندا تنهایی مقدم
متولد: ۱۳۶۴-تبریز



خرافات



عصر ماشین



امید به آینده



در آرزوی صلح



رویای زمان

المپیک



تصویرگری اسطوره سیاوش

اجتماع غریبه‌ها

آشنایی با حقوق همسایه

حسین امینی پویا

تکاپوی زندگی

تکاپوی سرسام‌آور زندگی، بی‌توجهی به مسائل اخلاقی، خودخواهی‌ها، شدت رقابت‌ها و تصادم شدید منافع، اجازه و فرصت ارتباط و آشنایی عمیق و دوستانه را از بسیاری از افراد گرفته است؛ تا جایی که خیلی راحت حتی همسایه‌های نزدیک نیز ندید گرفته می‌شوند و معلوم است که در چنین زندگی‌ای آرامش و امنیت به شدت کم‌رنگ می‌شود. متأسفانه باید اعتراف کرد که شهرهای بزرگ اینک محل ازدحام غریبه‌ها است؛ غریبه‌هایی که حتی گرمی دوستی‌های اندکشان را نیز در دایره محدود خویش، تنها با گوشی تلفن همراه و به شکل پیامک انتقال می‌دهند.

مردم‌داری و سلوک شایسته

در این وانفسا، به‌راستی رعایت حقوق انسانی و به‌ویژه حقوق همسایگی است که می‌تواند مانعی برای بروز چنین غربت و تنهایی فراگیری شود که آرامش را از افراد گرفته است؛ همان حقوقی که آیین ما - اسلام - به شدت بر آن تأکید کرده است؛ تا جایی که مردم‌داری و سلوک شایسته با دیگران، به خصوص همسایه‌ها، نشانه ایمان و از زمینه‌های ازدیاد روزی و آبادانی خانه و از عوامل طول عمر شمرده شده است. پیامبر(ص) فرموده است: «با همسایه‌ات نیکو

هر روز تنهاتر از دیروز

انسان در شهرهای بزرگ و پرجمعیت برخلاف روستاها و شهرهای کوچک، پیوسته و روز به روز ناشناس‌تر و تنهاتر می‌شود. ساکنان یک دهکده یا یک شهر کوچک معمولاً با نام و خصوصیات روحی و اخلاقی هم آشنا می‌شوند و به هنگام لزوم نیز اغلب به یاری یکدیگر می‌شتابند و از هم دلجویی می‌کنند. همان‌گونه که اعضای یک خانواده در اثر نزدیکی و همزیستی، و صمیمیت و توجه به یکدیگر، گاه به خوبی می‌توانند از صدای سرفه و صدای پا، حتی از پشت دیوار یکدیگر را نادیده بشناسند؛ تا جایی که می‌بینیم طرز زنگ‌زدن یا باز کردن دری، کافی است کودک خردسالی را دست‌افشان و پای‌کوبان به فریادی از سرشادی وادارد که پدر جان آمد! در روستاها و کانون‌های کم‌جمعیت نیز معمولاً همه از این قرب روحی و از این نزدیکی جان‌بخش با یکدیگر کم‌وبیش برخوردارند. برخلاف مراکز کم‌جمعیت، در شهرهای بزرگ، به نسبتی که جمعیت زیاد می‌شود، دایره ارتباط و صمیمیت محدودتر می‌شود و افراد از نظر روحی اندک اندک از هم دور می‌شوند، به‌طوری که می‌بینیم مردمانی هر روز از کنار هم می‌گذرند، بدون این که حتی به یکدیگر سلام کنند.



همسایه‌داری

کن تا مؤمن باشی»

[امیزان الحکمه، جلد ۲، ص ۹۱۷].

امام صادق (ع) فرموده است: «حسن همسایگی روزی را زیاد می‌کند» [همان، ص ۹۱۶].

و نیز فرموده است: «حسن همسایگی خانه‌ها را آباد و عمرها را زیاد می‌کند» [پیشین].

در قرآن نیز آمده است: «خدا را بپرستید و چیزی را با او شریک نسازید و به پدر و مادرتان احسان کنید (و نیز) درباره خویشتاوندان نزدیک‌تر و یتیمان و مستمندان و همسایه نزدیک‌تر و همسایه دور و هم‌نشین نزدیک و در راه مانده و آنان که تحت سرپرستی شمایند (و عهده‌دار زندگی‌شان هستید، احسان کنید). بی‌گمان خدا کسی را که متکبری فخر فروش بوده است، دوست ندارد [نساء/ ۳۶].

دایره مفهوم همسایه

می‌بینید که در آیه، همسایگان با پدر و مادر و خویشاوندان در یک ردیف قرار گرفته‌اند. این موضوع، جایگاه همسایه را نشان می‌دهد. افزون بر این، می‌بینید که در این آیه، علاوه بر ذکر همسایگان نزدیک، عنوان همسایگان دور نیز آمده است. قرآن با این تعبیر، دایره مفهوم همسایه را وسعت بخشیده است: چرا که کلمه همسایه در لغت با نوعی محدودیت همراه است و مجاورت و قربت را می‌رساند. پس برای توجه‌دادن به وسعت دایره آن در نگاه قرآنی، از همسایگان دور نیز صریحاً نام برده شده است.

بله رابطه همسایگی اگر انسانی شود و قانون حق و تکلیف در آن اجرا و اصل تعهد و مسئولیت باوری بر آن سایه افکند بسیاری از ناهنجاری‌ها و خودخواهی‌ها و در نتیجه آزاررسانی‌ها و زیان‌دیدن‌ها رخت برمی‌بندد و آرامش لاقل در بخشی از زندگی اجتماعی حاکم می‌شود.

پیامبر (ص) فرموده است: هرکس حق همسایه‌اش را تباه کند (و نادیده بگیرد)

از ما

نیست و در

ادامه فرموده است:

همواره جبرئیل (فرشته

وحی) مرا به همسایه سفارش

می‌کرد به گونه‌ای که پنداشتم

همسایه از همسایه ارث می‌برد.

حقوق همسایه

پیامبر (ص) درباره حقوق همسایه فرموده است:

اگر از تو کمک خواست کمکش کنی، اگر از تو قرضی

خواست به او قرض دهی، اگر نیازمند شد نیازش را

برطرف سازی، اگر مصیبت دید او را دلداری دهی اگر خیر

و خوبی به او رسید به وی تبریک و شادباش بگویی اگر بیمار

شد به عیادتش بروی، خانه‌ات را بلندتر از خانه او نسازی تا

جلوی جریان هوا را بر او بگیری مگر آن که خودش اجازه دهد.

هرگاه میوه‌ای خریدی برای او نیز تعارفی بفرستی و اگر این کار

را نکردی پنهانی میوه را به خانه ببری... با بوی دود دیگت او

را ناراحت نکنی مگر آن که مقداری از غذا را برای او بفرستی...

[امیزان الحکمه، جلد ۲، ص ۹۲۱].

امام سجاد (ع) نیز تکالیف و مسئولیت همسایگان را مشخص می‌کند:

«اما حق همسایه‌ات این

است که در غیاب او

آبرویش را حفظ کنی،

در حضورش به او احترام

بگذاری، اگر به او ستم

شد، یاری‌اش کنی و...»

[همان منبع].



منابع

۱. فرازهایی از سخنان امام رضا (ع)، محمد حکیمی، بنیاد پژوهش‌های اسلامی، جلد سوم.

۲. میزان الحکمه، جلد ۲، محمدی ری‌شهری، دارالحدیث.

۳. تفسیر نمونه جلد سوم.

بنی



فرشته امیری

بعد از ظهرهای تابستان، با سهراب می‌رفتیم فیلم‌برداری. به اصطلاح خودمان، فیلم مستند می‌ساختیم. البته، بیشترش وقت گذرانی و تفریح بود، تا ساختن یک فیلم درست و حسابی. دوربین مال من بود؛ ارثیه بابای خدایام‌رزم، که تقسیم شد. بعد از آن، سهراب نشست و مدام در گوشم از دوربین حرف زد. قبلاً با هندی‌کم خودش فیلم‌برداری می‌کردیم. چند تا فیلم هم ساختیم، ولی هیچ‌کدام جدی و قابل ارائه نبود. دوربین که جور شد، هر روز فیلش یاد هندوستان می‌کرد. دلش می‌خواست از هر چیز فیلم بسازد. توی این کارگاه مستندسازی دو نفری‌مان، سهراب مثلاً طراح و نویسنده بود، من هم فیلم‌بردار. با صدای زنگ تلفن از خواب پریدم. اول اهمیت ندادم و دوباره چشم‌هایم را بستم، اما ول کن نبود. با دلخوری از تخت پایین آمدم و گوشی را برداشتم؟

بله؟
- سلام، پسر خوب! سهراب بود.
- سلام و زهرمار! حالا چه وقت زنگ زدنه؟!
- ساعت ۱۰ صبحه!
به ساعت روی دیوار نگاه کردم. راست می‌گفت: ده و پنج دقیقه بود.
- خب، که چی؟
- نمی‌خواهی بیای سر فیلم‌برداری؟
- برو پی کارت! من دیشب تا دیروقت توی مسجد بودم. امروزم باید برم همون‌جا، کمک داییم. روز عاشورایی، دیگه دست از سرمون بردار!
- خنگ خدا! یه هنرمند، تویه همچین روزایی دوربین دست می‌گیره، سوژه شکار می‌کنه. کفگیر رو که همه بلدن دست بگیرن. تو نری، یکی دیگه می‌ره جات؛ از خدائشونم هست.
- من که می‌دونم دردت چیه. بیا دوربین رو

ببر، دست از سر ما بردار!
- دِه دیگه! تو که می‌دونی من فیلم‌برداریم مئه طرح دادمن خوب نیست. جون عزیزت، یه سوژه پیدا کردم، ماه!
- جون عزیز خودت! حالا کجا هست؟
- تو بیا سر میدون، بهت می‌گم.
می‌دانستم مخالفت فایده‌ای ندارد و تا مرا نبرد، دست‌بردار نیست. از طرفی، بدم هم نمی‌آمد گشتی توی خیابان‌ها بزنم.
سهراب گفت: «ساعت ده و نیم، منتظرم. خویه؟»
- چی کارت کنم؟ آدم بشو نیستی که!
- قریبون هرچی با معرفته!
گوشی را گذاشتم. یادداشت مادرم روی آینه چوب لباسی بود: «سلام پسر! دیدم خوابی، دلم نیومد بیدارت کنم. من می‌رم روضه. داییت زنگ زد، گفت برای بستن در دیگ‌ها لعن نمی‌گیم، تا علی بیاد. بیدار شدی، زود



بعد هم مثل فاتحی نگاهم کرد و گفت: «به نظرت عالی نیست؟»

گفتم: «نه که نیست. از کجا معلوم نذری بود؟»
- خنگ خدا! عاشق چشم و ابروت شدن، توی این گرمای واویلا، برات شربت تگری بیارن؟!... معلومه که نذری بود.

- حالا از کجا معلوم بذارن ازشون فیلم بگیریم؟
- کاری نداره؛ می‌ریم سؤال می‌کنیم.

دوربین را برداشتم و رفتیم به طرف خانه‌ای که دخترک از آن بیرون آمده بود. در نیمه باز بود. سهراب با پشت دست، چند ضربه به در زد. بعد از مدت کوتاهی، صدای زنی را از توی خانه شنیدیم:

- بفرمایین!
سهراب به من نگاه کرد و آرام در گوشم گفت: «اول تو برو توا!»

- طرح تونه؛ خودتم جورش رو می‌کشی. بهت گفته باشم ها، من فقط فیلم می‌گیرم. شانه‌هایش را بالا انداخت. رفتیم تو. وارد حیاط کوچکی شدیم که دور تا دورش درختچه‌های کاج و بوته‌های گل رز کاشته بودند. وسط حیاط، حوض شش ضلعی نقلی‌ای بود، با ماهی‌های ریز سیاه و قرمز. کنار حوض، پیرزنی روی صندلی چرخ‌دار نشسته بود، و دخترکی که چند لحظه پیش دیده بودیمش، داشت از توی قابلمه بزرگی، لیوان‌های شربت را پر می‌کرد. سلام کردیم. پیرزن، مثل کسی که سال‌ها ما را بشناسد، جواب سلاممان را داد. بعد چشمش به دوربین افتاد که در دست سهراب بود و پرسید: «شما از تلویزیون اومدین؟»

من گفتم: «نه.»
سهراب پرید وسط حرفم.
- ما یه گروه مستندساز هستیم. اومدیم یه مستند در مورد عاشورا بسازیم.

همیشه همین جوری بود؛ توی کلاس گذاشتن و بزرگ‌نمایی، استاد بود. «گروه مستندساز» را جوری گفت که ناخودآگاه خنده‌ام گرفت. با آرنجش به پهلویم زد و ادامه داد: «اجازه می‌دین از نذری دادنتون فیلم بگیریم؟»

پیرزن خندید و گفت: «ای بابا! اسم این یه جرعه شربت رو نمی‌شه گذاشت نذری!»

سهراب دوربین را روشن کرد و داد دستم. روی لبه حوض نشست و به حالت کارگردان‌های حرفه‌ای پرسید: «این دختر خانوم، نوه تونه؟»
دوربین را گرفتم به طرف دخترچه.
- بله.

خلاصه، نیم ساعتی مرا از این خیابان به آن خیابان برد، تا رسیدیم به یک سربلایی فرعی. قبلاً این‌جا آمده بودم؛ محله ارمنی‌ها بود. انتهای این خیابان، می‌رسید به بلوار امامزاده. بیشتر دسته‌های این اطراف، می‌رفتند آن‌جا. اول حدس زدم می‌خواهد برویم امامزاده، اما توی همان خیابان، ماشین را نگه داشت. گفتم: «مگه امامزاده نمی‌ری؟»
- نه.

- خب، سوژه‌ای که می‌گفتی، کجاست؟
من و منی کرد و گفت: «خب، همین‌جا! توی محله ارمنی‌ها.»

وقتی تعجبم را دید، با هیجان بیشتری گفت: «امروز عاشوراست دیگه! برات جالب نیست بدونی ارمنی‌ها توی این روز چه کار می‌کنن؟»
رو دست خورده بودم. توی دلم به خودم فحش می‌دادم که چرا حرف این کج و کوله را قبول کردم. پیاده شدم و در را محکم کوبیدم. سهراب هم پیاده شد و پرسید: «کجا؟»
- مسجد! پیش داییم.

- یعنی چی؟
- یعنی همین. برایم جالب نیست ارمنی‌ها امروز چی کار می‌کنن؟
برگشتم به طرفش و ادامه دادم: «آخه دیوونه! همه، روز عاشورایی می‌رن مسجد و هیئت؛ تو با شادی اومدی توی محله ارمنی‌ها، دنبال سوژه؟!»

صدای طبل‌ها و سنج‌ها از پایین خیابان به گوش می‌رسید. دسته‌ها راه افتاده بودند. سهراب گفت: «خب، باشه. می‌خوای یه سر اول بریم امامزاده؛ اگه چیزی پیدا نکردیم، برمی‌گردیم همین‌جا.»

خواستیم جواب دندان‌شکنی بهش بدهم که در خانه روبه‌روی باز شد. دختر بچه‌ای از توی حیاط خانه سرک کشید. ما را که دید، سرش را برد تو. بعد از چند لحظه، دوباره برگشت، با یک سینی و دو تا لیوان شربت. پیراهن مشکی با دامن چین‌دار تنش بود. موهایش را با روبان سفیدی بسته بود. سینی را گرفت جلومان. چیزی نگفت. ما هم مثل قحطی‌زده‌ها، شربت را سر کشیدیم. خیلی چسبید. لیوان را گذاشتم توی سینی و گفتم: «دست شما درد نکنه، خانوم کوچولو!»

خندید. وقتی می‌رفت به طرف خانه، سهراب با چشم‌های خیره نگاهش می‌کرد. یکدفعه بشکنی زد و گفت: «بیا؛ اینم سوژه! محله ارمنی‌ها و نذری عاشورا!»

بروا!
زیر یادداشت مادرم نوشتم: «برگشتی، به دایی زنگ بزن، بگو لعن رو برای سهراب بخون، تا ریشه‌کن بشه. باید برم دنبال مسخره‌بازی‌های اقا. نمی‌دونم کی برمی‌گردم. خداحافظ!»
توی ماشین قراضه‌اش لم داده بود و فکر می‌کرد. به جز «سلام و علیک» چیزی نگفت. گفتم: «خب، سوژه‌ای که گفتمی، کجاست؟»
- حالا بذار بریم، بهت می‌گم.

هنوز دسته‌ها راه نیفتاده بودند. جلوی در هیئت‌ها، دسته‌دسته آدم جمع شده بودند. صدای مداحی و سینه‌زنی افراد داخل، تا بیرون هیئت می‌آمد. دوربین را روشن کردم تا کمی فیلم از مردم بگیرم، ولی مگر توانستم! از بس که تند می‌رفت. گفتم: «چته؟! چرا این قدر تند می‌ری؟!»
گفت: «لان خیابونا پر می‌شه از آدم و دسته؛ دیگه نمی‌تونیم با ماشین بریم.»

پیرزن نفس عمیقی کشید و ادامه داد: «پدر و مادرش پارسال توی تصادف فوت کردند. از همون موقع، از حرف زدن افتاد. دکتر می‌گن، به خاطر یه شوک شدید بوده. امسال قصد کردم عاشورا به دسته‌های زنجیرزنی حضرت حسین(ع) شربت بدم، تا شفافش رو بگیرم.»

سهراب پرسید: «اسمش چیه؟»

- بنین.

نگاهم را از دوربین گرفتم و پرسیدم: «چی؟»

لبخند کم‌رنگی روی لب‌های پیرزن نشست:

- ام‌البین.

به سهراب نگاه کردم. اشک توی چشم‌های پیرزن حلقه زده بود. دست گذاشت روی سر دختر:

- عروس‌م بچه‌دار نمی‌شد؛ یعنی می‌شد، اما بچه‌هاش وقتی به دنیا می‌امدن، می‌مردن. چه می‌دونم... می‌گفتن یه جور بیماری خونی داره. یه دوست مسلمان داشتم، گفت: «نذر حضرت عباسش کنین.» نذر کردیم، اگه این یکی زنده بمونه، اسمش رو بذاریم عباس. اما دختر شد. ما هم اسم مادر حضرت عباس رو گذاشتیم روش. حالا هم بنین صداش می‌کنیم.

صدای دسته‌های عزاداری که نزدیک می‌شدند، به گوش می‌رسید. بعضی از دسته‌ها، به خاطر شلوغی خیابان اصلی، از محله ارمنی‌ها می‌گذشتند تا به امام‌زاده برسند. زوم کردم روی چهره بنین. هفت - هشت ساله به نظر می‌رسید. توی عمق نگاهش، غم بزرگی موج می‌زد.

پنج شش لیوان گذاشت توی سینی و خیلی با احتیاط، از در بیرون رفت. پیرزن هم بقیه لیوان‌ها را با دست‌های لرزان‌ش پر می‌کرد. بنین چند بار رفت و آمد، اما هر بار بیشتر از شش تا لیوان نمی‌برد. دوربین را خاموش کردم. رفتم پیش سهراب که دست به سینه توی حیاط ایستاده بود. در گوشش گفتم: «لان، نقش تو توی این مستند چیه؟»

با تعجب نگاهم کرد. منظورم را نفهمیده بود. - آقای کارگردان! جسارت، اما یا این دوربین رو از من بگیر، یا به این بچه کمک کن، شربت بده!

چیزی نگفت. انگار که از خواب پریده باشد، دوید و لیوان‌های شربت را توی سینی گذاشت و برد بیرون. بنین از این حرکت سهراب متعجب شده بود. کیسه زباله‌ای را از کنار حیاط برداشت و پشت سر سهراب بیرون رفت. سرتاسر خیابان، پر شده بود از دسته‌های

زنجیرزنی و طبل و علم. زنجیرها با صدای طبل‌ها روی شانه‌ها می‌نشستند. مردم برای تماشا و دادن نذری، از خانه‌هایشان بیرون آمده بودند. دود اسپند توی فضا پیچیده بود. سهراب وسط دسته شربت می‌داد و بنین پشت سرش لیوان‌های خالی را جمع می‌کرد.

برای چند لحظه، سهراب را توی دوربین گم کردم، اما دیدم بنین، لیوان شربت به دست، خودش را رساند به مداح دسته. لیوان را گرفت به طرفش و با دست دیگر، خانه‌شان را نشان داد. مداح، دستی به سر بنین کشید. شربت را سر کشید و بعد پشت بلندگو از همه خواست که برای چند لحظه روی پا بنشینند. همه نشستند. فقط سهراب بود که سینی به دست، وسط دسته، مثل علم ایستاده بود و هاج و واج نگاه می‌کرد.

بنین دوید توی خانه و صندلی چرخ‌دار مادر بزرگش را تا دم در هل داد. ترمز چرخ را کشید و خودش دوباره رفت توی خانه. مداح دسته، روضه حضرت عباس را می‌خواند. بنین با یک قاب‌عکس که تصویر زن و مردی کنار هم بود، برگشت. قاب را توی بغلش گرفت و سرش را گذاشت روی صندلی مادر بزرگ. صدای مداح اوج گرفت:

- حضرت وارد شریعه شد و مشک‌ها رو از آب پر کرد...

بنین به نقطه‌ای دور نگاه می‌کرد. پیرزن صورتش را با دست‌هایش پنهان کرده بود و شانه‌هایش از شدت گریه می‌لرزید. صدای گریه‌ها بلندتر از صدای مداح بود. - ناگهان تیری زدند بر مشک من تا ببینند قطره‌های اشک من...

پرده نازکی جلوی چشم‌هایم را گرفته بود. توی گلویم بغض سنگینی جمع شده بود. دوربین را گرفتم به طرف بنین. چشم‌هایم را بستم. دیگر چیزی توی دوربین نمی‌دیدم. اشک روی گونه‌هایم غلت می‌زد.

چشم‌هایم را که باز کردم، دسته «یا علی» گفت و بلند شد. مادر بزرگ برگشته بود کنار ظرف شربت. می‌گفت: «خدا عمرشون بده! الان چند سالی هست که این دسته از این‌جا رد می‌شه و هر سال هم برامون روضه حضرت عباس(ع) رو می‌خواند.»

اشک‌هایم را پاک کرد، آهی کشید و به ظرف شربت نگاه کرد:

- از حضرت عباس خواستم، تا آخرین دسته‌ای که از جلوی این خونه رد می‌شه، این دیگ

شربت داشته باشه و همین‌طور هم شد. نمی‌دانم سهراب چند تا سینی شربت پخش کرد، فقط می‌دانم آخرهایش از نفس افتاد. من هم دوربین را زمین گذاشتم و شروع کردم به دادن شربت. کم‌کم مردم پراکنده می‌شدند. دیگر دسته‌ای از این خیابان نمی‌گذشت. دیگ شربت هم تمام شده بود. آخرین سینی شربت را که دادیم، برگشتیم توی حیاط، پیش پیرزن. خیلی تشکر کرد و گفت: «خوش‌حالم که خوابم تعبیر شد!»

پرسیدم: «چه خوابی، مادر؟»

- دیشب خیلی ناراحت بودم. با خودم گفتم: آخه من، یه پیرزن غلیل، با یه بچه لال، چه جوری می‌تونم نذری بدم؟ خیلی گریه کردم، تا این‌که خوابم برد. توی عالم رؤیا، پسرم بهم گفت: مامان! ناراحت نباش! قراره برات کمک بیاد. حالا می‌بینم اون کمک، شما دو تا جوون بودین... خدا عمرتون بده!

به سهراب نگاه کردم. سرش پایین بود. گفتم: «خانوم! ما که لیاقت نداشتیم، ولی همین که ما رو توی این کار شریک کردین، ممنونیم.» سهراب چیزی نگفت. فقط خداحافظی کرد. دم در، بنین ایستاده بود و به غروب خورشید نگاه می‌کرد. رفتم جلوش. نشستم روی پایم. حالا هم‌قدش بودم. چشم‌هایش پر از اشک بود. دستش را گرفتم و در گوشش گفتم:

اون آقای که من می‌شناسم، بچه‌ها رو خیلی دوست داره. حتماً ازش بخواه که بتونی دوباره حرف بزنی.

سرش را انداخت پایین. اشک‌هایش روی چین‌های دامنش می‌چکید. بلند شدم و از در بیرون زدم. توی ماشین، سهراب حرفی نمی‌زد. به نقطه نامعلومی خیره شده بود. نفس عمیقی کشیدم و گفتم: «نمی‌خوای چیزی بگی؟»

با صدای گرفته گفت: «چی بگم؟»

- بالاخره تو من رو آوردی این‌جا!

دهانش را باز کرد که چیزی بگوید، ولی نتوانست. سرش را روی فرمان ماشین گذاشت و شروع کرد به گریه.

آرام‌تر که شد، با کف دست اشک‌هایش را پاک کرد و بدون هیچ حرفی راه افتاد.

خورشید عصر عاشورا، توی افق خط سرخی کشیده بود. هنوز نمی‌توانستم بفهمم امروز، عاشورا، توی محله ارمنی‌ها، من چه کار می‌کردم. بغضم را فرو خوردم. سهراب می‌راند و زیر لب زمزمه می‌کرد: این حسین کیست؟! ...

Sholeh-Zard

Malihe Zarif

Ingredients *(serves 4)*

Rice, 500 g
 Sugar, 1 kg
 Cooking oil
 Saffron, 1/2 teaspoon
 Cinnamon, one teaspoon
 Rosewater, 1/2 cup
 Pistachio, crushed
 Almond, crushed

Directions

1. Wash rice a few times until the water is clear, then drain. Add six times water and bring to a boil, removing the foam.
2. When rice softens completely, add sugar and stir well.
3. Dissolve saffron in half a cup of hot water and add to the mix. Heat up oil and also add to the mix.
4. Add in most of the almonds and the rosewater. Stir well and cover. Cook in oven at low temperature for half an hour. Serve with pistachio, almond and cinnamon sprinkled on top.



پنج قدم تا هدف

ابراهیم اصلانی

آیا تا به حال به این فکر کرده‌ای که چگونه می‌توان موفقیت را به تصویر کشید؟ موفقیت چه شکلی است و چه اندازه‌ای دارد؟ اگر بخواهی با یک نقاشی یا عکس، موفقیت را نشان دهی چه می‌کنی؟

برای خیلی‌ها مفهوم موفقیت با بزرگی، ابهت و گندگی مترادف است. داستان خرگوشی را شنیده‌اید که می‌خواست خورشید را از آسمان به زمین بکشد؟ گاهی ما هم تصویری از موفقیت داریم که آن را دست نیافتنی می‌کند. درست است که می‌توان به موفقیت‌های بزرگ رسید، اما نباید موفقیت‌های کوچک و حتی بسیار کوچک را نادیده گرفت. هر موفقیت بزرگ، حاصل جمع موفقیت‌های کوچک است.

اگر موفقیت را یک چیز بزرگ و گنده بدانی، آن‌گاه موفقیت‌های کوچک را نخواهی دید. دنبال ردپای موفقیت در زندگی‌ات بگرد. به هدف نگاه کن، اما بدان که هر هدف دور و درازی قدم به قدم به دست می‌آید. قبول داری که گاهی کوچک زیباست؟!

باور کن می‌رسی. ایمان داشته باش که موفقیت با همین قدم‌های کوچک به دست می‌آید. بنابراین، از موفقیت‌های کوچک خوش حال باش. از خودت تشکر کن که تا این‌جا را خوب آمده‌ای و آماده‌ای که بالاتر بروی. شروع کن به شمردن موفقیت‌هایت: امروز چه موفقیت‌هایی داشته‌ای؟ در هفته‌ای که گذشت چند موفقیت داشته‌ای؟ برای هفته بعد چه برنامه‌ای داری؟

۵

هر قدم را با تمرکز بردار. اگر عادت کنی که در هر کاری جدی باشی، از فرصت‌های زندگی بهتر استفاده خواهی کرد. با یک زندگی آشفته و بی‌خیال، نباید توقع داشت که همه‌چیز بر وفق مراد باشد. گام‌هایت را هر قدر هم که کوچک باشد، جدی و محکم بردار و برو پیش برو ...

۴

از قدیم گفته‌اند: آهسته و پیوسته رفتن، بهتر از آن است که گاهی کند و گاهی تند برویم. شاید در زندگی موقعیت‌هایی پیش بیاید که چند قدم را یک‌جا و جهشی برداریم، اما همه قدم‌ها را نمی‌توان این‌گونه برداشت. عجله برای رسیدن به هدف و موفقیت، ممکن است کار دست آدم بدهد.

۳

به دوری و دیری فکر نکن، به رفتن و حرکت بیندیش. هدف‌های بزرگ با قدم‌های کوچک آغاز شده‌اند. بسیاری از آرزوهای بشر ابتدا دست‌نیافتنی به نظر می‌رسیده‌اند. بیشتر چیزهایی که امروز به آن‌ها رسیده‌ایم، حاصل تلاش‌های مستمر و پیشرفت‌های کوچک بوده‌اند.

۲

هر قدم درستی که برای پیشرفت برمی‌داری، یعنی گامی به هدف نزدیک شده‌ای. پس، هر قدم یعنی موفقیت. از جمع و ضرب موفقیت‌های کوچک، موفقیت‌های بزرگ به دست می‌آید.

۱

گاهی کوچک زیبایست

شستن به قیمت جان انسان‌ها!



حسین نامی ساعی

همین حساب و کتاب‌های سرانگشتی بود که اینشتین را اینشتین و نیوتن را نیوتن کرد. یعنی اگر اینشتین و نیوتن این ده تا انگشت و چند تا ورق کاغذ را نداشتند، آن وقت شاید هیچی نبودند! پس بچه‌ها دست‌هاتان را بالا بیاورید و چند برگ کاغذ هم بردارید تا با هم یک حساب سرانگشتی انجام بدهیم تا بلکه من و شما هم چیزی شبیه نیوتن و اینشتین بشویم!

مسئله از این قرار است که چند وقت پیش یک آدم داش‌مشتی را دیدم که یک لنگ روی گردنش انداخته بود و شیلنگ آب را هم در دستش گرفته بود و داشت ماشین جیگریش را می‌شست. من که از ماشین شستن این آقا خوشم آمده بود، نشستم و تایم گرفتم تا بینم شست‌وشوی این بابا چند دقیقه طول می‌کشد.

ساعت نشان می‌داد که حدود یک ساعت ماشین شستن آن آقا طول کشید. در آن یک ساعت، تقریباً ۳۰ دقیقه آب توی شیلنگ جریان داشت. بچه‌ها بیایید از آن بابا بگذریم و زیاد به او گیر ندهیم. واقعیت این است که در کشور ما، شستن هر ماشین به‌طور متوسط ۴۵ دقیقه طول می‌کشد و حداقل در این ۴۵ دقیقه، ۲۵ دقیقه آب در شیلنگی که با آن ماشین رو می‌شویم، جریان دارد. در هر دقیقه، حدود ۲۰ تا ۳۰ لیتر آب و یا به‌طور میانگین ۲۵ لیتر آب از شیر آب باز خارج می‌شود. به بیان دیگر، در ۲۵ دقیقه:

$$۲۵ \times ۲۵ = ۶۲۵ \text{ لیتر}$$

۶۲۵ لیتر آب از شیلنگ خارج می‌شود. در ایران حداقل ۲۰ میلیون خودرو هست. اگر هر خودرو به‌طور متوسط هر دو هفته یک‌بار شسته بشود، آن وقت با حساب هر سال ۵۲ هفته، در یک سال هر ماشین ۲۶ بار شسته می‌شود. با در نظر داشتن هر بار شست‌وشو ۶۲۵ لیتر آب، خواهیم داشت:

$$۲۰ / ۰۰۰ / ۰۰۰ \times ۲۶ \times ۶۲۵ = ۳۲۵ / ۰۰۰ / ۰۰۰ / ۰۰۰$$

یعنی ۳۲۵ میلیارد لیتر آب در سال صرف شستن ماشین‌های ما می‌شود!

هر ۴۵' ۶۲۵ لیتر آب

شما چه راه حل
دیگری را برای شستن
ماشین‌ها پیشنهاد می‌کنید
که با استفاده از آن،
با کمترین مقدار آب
بشود یک ماشین را
شست؟



$$۳۲۵ / ۰۰۰ / ۰۰۰ / ۰۰۰ - ۲۰ / ۸۰۰ / ۰۰۰ / ۰۰۰ = ۳۰۴ / ۲۰۰ / ۰۰۰ / ۰۰۰$$

اختلاف این دو مقدار در سال ۳۰۴ میلیارد و ۲۰۰ میلیون لیتر است! بچه‌ها فقط به این فکر کنید که هر سال در جهان بیشتر از هزاران نفر از مردم بر اثر بی‌آبی می‌میرند. و به این سؤال هم جواب بدهید: «آیا انصاف است که ما این حجم از آب را تنها برای شستن ماشین‌های خود مصرف کنیم؟»

فراموش نکنید که خداوند متعال در قرآن می‌فرماید: «کُلُوا وَاشْرَبُوا وَلا تُسْرِفُوا اِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ» [اعراف / ۳۱]: «بخورید و بیاشامید و اسراف نکنید. همانا او اسراف‌کنندگان را دوست ندارد.»

بچه‌ها، آیا می‌دانید که با دو سطل ۲۰ لیتری آب هم می‌شود یک ماشین را به خوبی شست؟ به عبارتی دیگر، در هر بار شست‌وشو، به جای ۶۲۵ لیتر، می‌شود از ۴۰ لیتر آب استفاده کرد:

$$۲۰ / ۰۰۰ / ۰۰۰ \times ۲۰ \times ۱۰ = ۲۰ / ۸۰۰ / ۰۰۰ / ۰۰۰$$

یعنی با این صرفه‌جویی، به جای ۳۲۵ میلیارد لیتر می‌توانیم تنها از ۲۰ میلیارد و هشتصد میلیون لیتر آب استفاده کنیم. می‌دانید اختلاف این دو مقدار چه قدر است؟

قرار است بگویم از کدام راه تروی تا تنها نشوی، تا دچار عذاب وجدان نشوی، تا بیایی روی موج زندگی. تا تلویزیون ذهنت برفکی نباشد و رادیوی ذهنت روی موج باشد. بعضی از غلط‌های زندگی ما از شناخت غلط ناشی می‌شوند. می‌خواهیم این غلط‌ها را بشناسیم. بسم‌الله.

عینک ذهن

علیرضا متولی



عینک

می‌بینند. عینک بعضی‌ها، نمره‌اش ۱۰ است و دور را می‌بیند. عینک بعضی‌ها نمره‌اش یک است و نزدیک را می‌بیند. بعضی‌ها هم عینکی دارند که فقط سیاه می‌بیند. در مقابل عده‌ای هم عینکی دارند که سفید می‌بیند. البته همین بعضی‌ها می‌توانند انتخاب کنند که عینک سیاهشان، سفید ببیند. و برعکس. بعضی‌ها هم عینکی نصیبشان شده است که همه خصوصاتی را که گفتم دارد. راستی عینک تو از کدام یکی است؟ حتماً می‌گویی عینک سه بعدی. امیدوارم درست گفته باشی.

اگر چشمان ضعیف هم نباشد، معمولاً با عینک مردم را می‌بینیم. همه یک عینکی دارند توی ذهنشان. این عینک رایگان است و به همه می‌رسد. به احتمال زیاد تو هم داری. گرچه اولش مجانی بود ولی بعداً هزینه‌اش را می‌دهی. البته هزینه‌اش بستگی دارد به نمره عینک.

نمره عینک

بعضی عینک‌ها کج و کوله می‌بینند، بعضی‌ها تار می‌بینند. بعضی عینک‌ها شفاف می‌بینند؛ کمی زیادی شفاف! در واقع آن‌ها هم غلط

مثال

- تیم فوتبال مورد علاقه‌ات همیشه برنده است و رقیبش همیشه بازنده.
- کسی را که دوست می‌داری، بهترین است. کسی را که دوستش نداری، بدترین.
- هر وقت خانه هستی، هوا خوب است و هر وقت می‌خواهی بروی مسافرت هوا بارانی است.
- یا موفق. یا شکست خورده.
- آدم‌ها یا خوب‌اند و یا بد. حد وسط ندارد.
- و هزار مثال دیگر.

رادیوی ذهن

درست همین جاست که رادیوی ذهن ما به خاطر عینکی که ذهن ما به چشمش زده است، از موج خارج می‌شود و ما دچار خطای شناختی می‌شویم.

خطای شناختی شماره یک

همه چیزها یا سیاه‌اند یا سفید. یا کج‌اند یا راست. یا بدند یا خوب. وسط ندارد. این هم مربوط می‌شود به نوع عینکی که روی چشم ذهنمان هست.

بدتر از آن

وقتی نتیجه برخلاف میل از آب درمی‌آید، شروع می‌کنی به توجیه کردن: داور به نفع گرفت! پنالتی صددرصد را نگرفت! وقتی بهترین دوستت کاری می‌کند که ناگهان از او بدت می‌آید، فوری می‌افتی در قطب مخالف. بخشیدن را فراموش می‌کنی.

عینک سه بعدی

قبل از این که بخواهم در مورد عینک سه بعدی حرف بزنم، یا بگویم عینک سه بعدی بهتر است یا نه بگذار بیایم سر اصل مطلب.

اصل مطلب

اصل مطلب این است که من دارم درباره عینک ذهنی حرف می‌زنم.

عینک ذهنی؟

ما آدم‌ها معمولاً وقتی با کسی یا اتفاقی یا با هر پدیده‌ای روبه‌رو می‌شویم، اول با چشم می‌بینیم. بعد اطلاعات را ناخودآگاه می‌فرستیم توی ذهنمان و در مدت بسیار کمی یک تحلیل جامع از ذهنمان می‌گیریم و براساس آن تحلیل، پدیده‌ها را قضاوت می‌کنیم. بیشتر وقت‌ها هم قضاوت‌مان درست از آب در نمی‌آید. البته بیشتر وقت‌ها قضاوت خودمان را قبول داریم و برای نظر دیگران تره هم خرد نمی‌کنیم.



چطور از دست این عینک نجات پیدا کنیم

اول از همه باید قبول کنیم که دارای چنین عینکی هستیم. سپس، تمرین کنیم هر پدیده‌ای را با اطلاعات کنونی‌اش بپذیریم، نه اطلاعاتی که از قبل داریم. باید باور کنیم که آدم‌ها بد یا خوب خوب نیستند. همه خوبی‌ها و بدی‌هایی دارند. باید باور کنیم، هر کسی ممکن است در کاری موفق شود و در کاری شکست بخورد. اما زیاد با این عینک ور نرو. منتظر باش بقیه خطاهای شناختی را هم بشناس بعداً راه میزان کردن موج رادیوی ذهنت را به تو خواهیم گفت.



تریاتلون

آشنایی با ورزش سه‌گانه

مهدی زارعی

شکل‌گیری ورزش‌های ترکیبی

از ابتدای شکل‌گیری ورزش‌های نوین، بسیاری علاقه داشتند که کامل‌ترین ورزشکار مسابقات ورزشی را بشناسند. این کار بسیار دشوار بود، زیرا عده‌ای سریع بودند و در عین حال فاقد استقامت، دیگران قوی بودند، اما در رقابت‌های سرعتی توانایی نداشتند. گروهی هم دارای ترکیبی از سرعت، استقامت و قدرت بودند، اما بدنی انعطاف‌پذیر نداشتند. چنین بود که فکر شکل‌گیری ورزش‌ها و مسابقات ترکیبی در اذهان شکل گرفت. در المپیک ۱۹۱۳، در مسابقات دوومیدانی رقابت‌های پنج‌گانه (شامل پنج مسابقه متفاوت از رشته دوومیدانی) و ده‌گانه (۱۰ مسابقه شامل انواع پرش‌ها، پرتاب‌ها، دوهای سرعت و نیمه استقامت) برگزار شد و رشته‌ای دیگر شامل

اسب‌سواری، دوومیدانی، شنا، شمشیربازی و تیراندازی با تپانچه ابداع شد که «پنج‌گانه مدرن» نام گرفت. هدف تمام این مسابقات، برگزیدن ورزشکاری بود که در تک‌تک این رشته‌ها صاحب توانایی است و بدین ترتیب می‌توان وی را کامل‌ترین ورزشکار دانست.

مرد آهنین^۱

در سال ۱۹۷۸، جان کالینز، افسر نیروی دریایی پیشنهاد داد که نوعی مسابقه سه‌گانه برگزار شود که در آن استقامت عنصر اصلی مسابقه باشد. بدین ترتیب، رقابتی بسیار سنگینی شامل ۳/۸ کیلومتر شنا، ۱۸۰ کیلومتر دوچرخه‌سواری، و دوی مارتن (۴۲ کیلومتر) شکل گرفت. در اولین مسابقات آن - که به «مرد آهنین» مشهور شد - ۱۵ نفر شرکت کردند.

تریاتلون جهانی شد

فدراسیون بین‌المللی تریاتلون (ITU) در سال ۱۹۸۹ در فرانسه تأسیس شد. در آغاز کار ۲۵ کشور عضو این فدراسیون بودند، اما با گذشت زمان و افزایش محبوبیت آن در سراسر جهان، اعضای این فدراسیون از ۱۵۰ کشور نیز بیشتر شدند و سرانجام این رشته، از المپیک ۲۰۰۰ (سیدنی - استرالیا) به برنامه بازی‌ها اضافه شد.

مسافت رقابت‌های سه‌گانه

در رقابت‌های بین‌المللی از قبیل بازی‌های المپیک و آسیایی و مسابقات جهانی، تریاتلون در مسافت‌های معینی برگزار می‌شود. این مسافت‌ها عبارت‌اند از: ۱/۵ کیلومتر



تاریخچه ورزش «سه‌گانه»

اولین بار در سال ۱۹۲۱، یک مسابقه ترکیبی شامل سه رشته شنا، دوچرخه‌سواری و دوومیدانی در فرانسه برگزار شد که «Coure Des Toris Sports» نامیده شد. در این مسابقه شرکت‌کنندگان ۲۰۰ متر شنا کردند، ۷ کیلومتر رکاب زدند و ۵ کیلومتر هم دویدند. نیم قرن گذشت و در سال ۱۹۷۲، مسابقه‌ای مرکب از دوومیدانی و شنا توسط شخصی به نام دیوید پین برگزار شد. دو سال بعد، عده‌ای ورزشکار در ایالت کالیفرنیا، به تمرین ورزشی با یکدیگر پرداختند. بیشتر آن‌ها ورزشکاران دو، دوچرخه‌سواری و شنا بودند. تمرینات آن‌ها ادامه یافت و دو نفر از آنان، به نام‌های وان شاناهان و مک جاستون پیشنهاد برگزاری مسابقه‌ای مرکب از سه رشته ذکر شده را دادند. بدین ترتیب، اولین مسابقه «سه‌گانه» در اواخر سال ۱۹۷۴ با حضور ۴۶ ورزشکار برگزار شد. در آن زمان ورزشکاران ابتدا می‌دویدند، بعد دوچرخه‌سواری می‌کردند و آن‌گاه با شنا به خط پایان می‌رسیدند.

پی‌نوشت

1. Triathlon
2. Ironman
3. Aquathlon
4. Dualthon
5. Winter Triathlon

سه‌گانه در ایران

در سال ۱۳۸۰ این ورزش به عنوان «کمیتة سه‌گانه» زیر نظر فدراسیون دوومیدانی کار خود را آغاز کرد و پس از دو سال به انجمنی مستقل تبدیل شد. این رشته در سال ۱۳۸۵ فدراسیون مستقل پیدا کرد. محمدعلی صبور، نخستین رییس فدراسیون تریاتلون بود. چندی بعد و در خرداد ۱۳۸۶، ایران به عنوان بیست و یکمین عضو ASTC (کنفدراسیون سه‌گانه آسیا) برگزیده شد. اولین دورۀ لیگ سه‌گانه ایران در سال ۱۳۸۷ با حضور ۱۱ تیم و با شرکت بیش از ۸۰ ورزشکار برگزار شد.

با گذشت زمان و در دوره‌های بعد، به تعداد تیم‌ها و ورزشکاران افزوده شد. با توجه به آب و هوای متنوع کشورمان، لیگ در سه مرحله برگزار می‌شود. مثلاً در سال ۱۳۸۹ یک مرحله در بندر ترکمن (شمال کشور) و دو مرحله دیگر در بوشهر و بندرعباس (جنوب کشور) برگزار شد. شرایط آب‌وهوایی کشورمان به گونه‌ای است که در تمام سال می‌توان ورزش سه‌گانه را انجام داد.

شنا، ۴۰ کیلومتر دوچرخه‌سواری و ۱۰ کیلومتر دوومیدانی. سه‌گانه‌ای را که در چنین استانداردهایی برگزار شود، «سه‌گانه المپیک» می‌گویند. بخش سرعت شامل ۸۰۰ متر شنا، ۲۰ کیلومتر دوچرخه‌سواری و ۱۰ کیلومتر دو می‌شود. مسابقۀ «مرد آهنین» هم در ۳/۸ کیلومتر شنا، ۱۸۰ کیلومتر دوچرخه‌سواری و ۴۲ کیلومتر دوومیدانی برگزار می‌شود.

نحوۀ برگزاری مسابقه

شرکت‌کنندگان مسابقه از یک ساعت قبل از آغاز رقابت، در محل مسابقه حاضر می‌شوند تا با شرایط طبیعی مسابقه آشنا شوند. رقابت شنا در آب‌های آزاد (مثل دریاچه) انجام می‌شود و استفاده مناسب از امواج آب و مسیر حرکت آب می‌تواند شнай سه‌گانه را از شنا در استخر آسان‌تر سازد. علاوه بر آن، سر شناگر باید از آب بیرون باشد تا وی از مسیر منحرف نشود. لباس مسابقه به گونه‌ای طراحی شده که قابلیت جذب آب آن بسیار پایین است. اصطکاک کم آن با محیط نیز سبب می‌شود که این پوشش برای هر سه بخش مسابقه مناسب باشد. در پایان بخش اول، ورزشکاران باید به محلی که دوچرخه‌ها در آن قرار دارد، بروند و سوار دوچرخه شوند. معمولاً کفش روی دوچرخه‌ها تعبیه شده است تا وقت کمتری تلف نشود و شرکت‌کنندگان پس از شروع دوچرخه‌سواری و در حال حرکت، آن را به پا کنند.

انواع سه‌گانه‌های تابستانی و زمستانی

بعد ۴۰ کیلومتر دوچرخه‌سواری می‌کنند و آن‌گاه مجدداً ۵ کیلومتر می‌دوند. این مسابقه مخصوص جاهایی است که امکان شناکردن وجود ندارد. در فصل زمستان هم می‌توان سه‌گانه انجام داد.

«سه‌گانه زمستانی»^۵ رقابتی است که در آن ورزشکاران کار خود را با ۸ کیلومتر دویدن آغاز می‌کنند، آن‌گاه ۱۲ کیلومتر دوچرخه‌سواری کوهستان انجام می‌دهند و با ۱۰ کیلومتر اسکی صحرایی به کار خود خاتمه می‌دهند.

مهم‌ترین مسئله در مسابقۀ تریاتلون، برگزاری سه رقابت پشت سرهم است. این امر بر نوع مسابقات اولویت دارد. مثلاً در جاهایی که امکان استفاده از دوچرخه نیست، می‌توان مسابقۀ «آکواتلون»^۳ برگزار کرد. در این رقابت، شرکت‌کنندگان ابتدا ۱۰ کیلومتر می‌دوند، بعد ۲/۵ کیلومتر شنا می‌کنند و آن‌گاه دوباره ۱۰ کیلومتر می‌دوند. نوع دیگر تریاتلون، «دوالتون»^۴ است؛ رقابتی که ورزشکاران در آن ابتدا ۱۰ کیلومتر می‌دوند؛



سفر به ولایت عشق

محمد دشتی

مطمئن سفر کنید

بهترین راه برای سفر به کربلا، مراجعه به آژانس‌های مسافرتی است که کارگزاری سفرهای عتبات را هم انجام می‌دهند. سفر با کاروان‌هایی که این آژانس‌ها معرفی می‌کنند، مطمئن‌تر است. زیرا برای تأمین غذا و اقامتگاه نگرانی نخواهید داشت و از مزایایی چون بیمه مسافرتی، پزشک و دیگر خدمات مورد نیاز برخوردار خواهید بود. معمولاً تورهای زیارتی به مقصد کربلا، به شهرهای مقدس نجف و کاظمین هم سفر می‌کنند و مدت زمان سفر نیز معمولاً هفت روز است.

به تنهایی هرگز!

افراد زیادی را می‌شناسیم که به صورت فردی و به شکل غیرمجاز به عراق سفر کرده‌اند و دچار مشکلاتی هم نشده‌اند، ولی شما باید دقت داشته باشید که عراق فعلاً دچار ناامنی است. بنابراین سفر با کاروان‌های زیارتی و همراه‌بودن با کاروان در طول سفر، از نکاتی است که باید به دقت به آن توجه داشته باشید. هیچ‌گاه به تنهایی و از طریق راه‌ها و مرزهای غیرقانونی به این کشور سفر نکنید.

هشت مکان مقدس

هشت مکانی که به شما معرفی می‌کنیم، معمولاً در برنامه زیارتی همه تورها به مقصد کربلا گنجانده شده‌اند و اگر بتوانید قبل از سفر، اطلاعات کامل‌تری درباره این مکان‌ها به‌دست آورید، زیارت دل‌پذیرتر و با معرفت‌تری خواهید داشت.

۱ حرم امام حسین (ع)

جان‌ها و چشم‌های مشتاق زیادی در تمام عمر انتظار دیدن این حرم شریف را داشته‌اند. در حقیقت، حرم امام حسین (ع) قلب شهر کربلاست. این حرم در مقطعی از تاریخ، یک‌بار

به دستور متوکل عباسی با خاک یکسان شد، ولی به کمک عاشقان آن حضرت به‌طور کامل بازسازی شد. شما در حرم مطهر امام حسین (ع) آثار هنری فراوانی از دوره صفوی و قاجار خواهید دید و ضریح شش‌گوشه و هم‌چنین پرچم قرمز رنگ بالای گنبد، از نمادهای جاودان و ماندگار این حرم هستند.

۲ حرم حضرت عباس (ع)

حرم مقدس حضرت عباس (ع) در فاصله ۳۵۰ متری شرق حرم امام حسین (ع) قرار دارد و جالب است بدانید که گلدسته‌های زیبای آن توسط هنرمندان با ذوق ایرانی کاشی‌کاری شده است. میدان مشک هم در جنوب حرم واقع است. بنا به نقل مشهور، این میدان همان جایی است که مشک حضرت عباس (ع) در روز عاشورا مورد اصابت تیر قرار گرفت.

۳ بین‌الحرمین

فاصله بین دو حرم امام حسین (ع) و حضرت ابوالفضل (ع)، دقیقاً به اندازه فاصله بین «صفا» و «مروه» در «مسجدالحرام» است. یک خیابان ۳۵۰ متری که دو طرف آن نخل‌کاری شده است این دو مکان مقدس را با هم مرتبط می‌سازد.

۴ گودال قتلگاه

این مکان محل یکی از فجیع‌ترین جنایت‌های تاریخ در حق فرزند پیامبر اسلام (ص) است. گودال قتلگاه در چند متری جنوب ضریح امام حسین (ع) واقع شده و سطح آن کمی از سطح حرم پایین‌تر است. بنابر روایت، سر مقدس امام حسین (ع) در این مکان از بدن جدا شد.

۵ مدفن شهدای کربلا

شهدای صحرای کربلا در شرق ضریح مقدس امام حسین (ع) دفن شده‌اند. در این محل

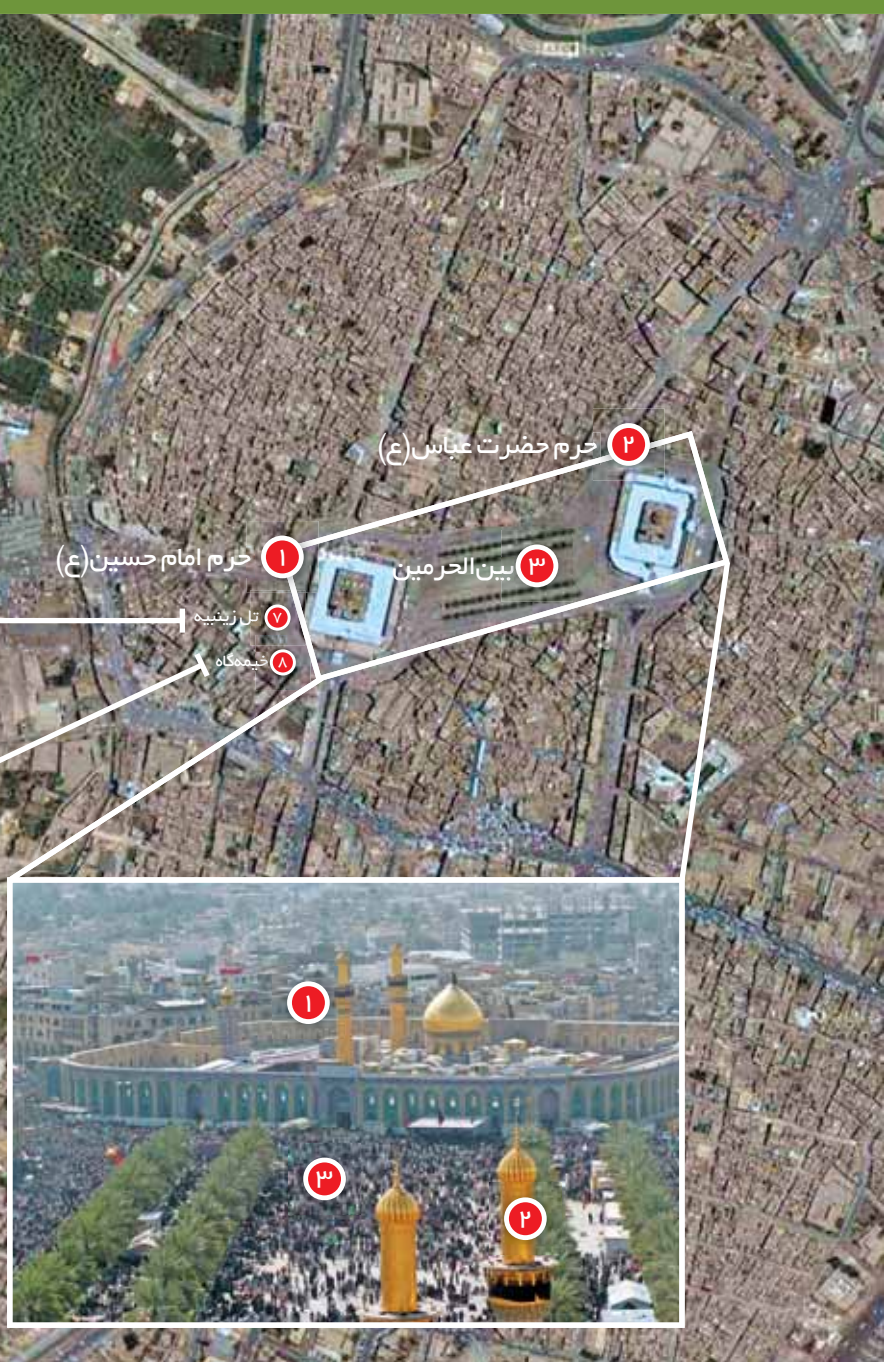
۶ قبر حبیب بن مظاهر

قبر حبیب بن مظاهر بیش از ۱۰ متر با ضریح امام حسین (ع) فاصله ندارد. ضریح کوچکی



فراموش نکنید!

- مسواک، خمیردندان، حوله، ملحفه، دمیانی، شامپو، صابون و دیگر وسایل شخصی را با خود ببرید.
- موسم محرم با فصل زمستان هم زمان است و کربلا معمولاً در این فصل شب‌های سردی دارد. لباس گرم و سبک یادتان نرود.
- کارت شناسایی ویژه‌ای را که از سوی کاروان به شما داده می‌شود، همیشه همراه داشته باشید. گذرنامه شما همیشه همراه مسئول کاروان خواهد بود.
- داروهای مورد نیازتان را برای مدت یک هفته همراه داشته باشید و اگر از داروی خاصی استفاده می‌کنید، نسخه و دستور پزشک را همراه داشته باشید.



۲ حرم حضرت عباس (ع)

۱ حرم امام حسین (ع)

۳ بین الحرمین

۷ تل زینبیه

۸ خیمه‌گاه

۱

۳

۲

۸ خیمه‌گاه

خیمه‌گاه اهل حرم حدود ۲۰۰ متر با حرم فاصله دارد. این محل که مکان برپایی خیمه‌های امام حسین (ع) و یارانش بوده است، شکلی شبیه مسجد دارد و مجموعه‌ای از چند محراب است. در جنوب خیمه‌گاه چاه آبی وجود دارد که گفته می‌شود شب عاشورا برای وضو و غسل از آب آن استفاده می‌شده است.

پیکر پاک پیرترین سرباز سپاه امام حسین (ع) را دربرگرفته است.

۷ تل زینبیه

تل زینبیه حدود ۷۵ متر با حرم فاصله دارد. این‌جا همان مکانی است که حضرت زینب (س) بالای آن رفت و میدان جنگ را نظاره کرد. در حال حاضر، در جای آن تپه مسجد کوچکی ساخته شده است.

بازار پول



هوشنگ صدقی

بریم بازار پول

شاید روزی از خواب بیدار شوید و مثل قصه‌های خیالی برای خرید در بقالی محله مجبور شوید به جای پول پتیر، تخم‌مرغ بدهید. فکر می‌کنید اگر مردم برای سوارشدن به اتوبوس و تاکسی، و خرید روزانه به جای اسکناس و سکه خرد، تخم‌مرغ و یا سایر کالاها را به این و آن بدهند چه اتفاقی رخ خواهد داد؟

می‌بینید مخترعان پول کاغذی و سکه چه کمکی به ما کرده‌اند؟! قبل از این در جوامع سنتی، حتی در شهرهایی که مردم هنوز با مفهوم پول آشنایی نداشتند، برای خرید روزانه، کالا مبادله می‌شد.

پول و پله

راستی پول چیست که در زندگی روزانه ما

چنین جایگاه خاصی دارد؟ پول به تعبیری، وسیله یا شیئی اعتباری است که انسان‌ها در مبادلات، خدمات، خرید کالاها و رفع نیازهای روزمره از آن استفاده می‌کنند.

پول به سه دسته تقسیم می‌شوند:

- پول بانکی: مانند چک کاغذی، چک پول، سفته، برات و ضمانت بانکی.
- پول نقد: مانند اسکناس و مسکوکات.
- پول الکترونیک: شامل کارتهای اعتباری و اعتبارات کدی.

بازار زیرمیزی و رومیزی پول

خرید و فروش پول خارجی و یا ارزش‌گذاری بر آن در مکانی به نام «صرافی» صورت می‌گیرد. البته برخی از بانک‌ها نیز همین خدمات را به مشتریان خود ارائه می‌کنند. در واقع تمامی مبادلات بازار پول در بانک‌ها و صرافی‌ها صورت می‌گیرد؛ هر چند که صرافی‌های آزاد نیز در

حاشیه خیابان به خرید و فروش پول خارجی می‌پردازند. ارزش پول هر کشور براساس نرخ ارزهای خارجی ارزیابی می‌شود. برخی از کشورهای خارجی به‌طور عمدی ارزش پول خود را کاهش می‌دهند تا بلکه به تاجران اجناس را ارزان‌تر بفروشند و با فروش بیشتر، سود بیشتری نصیب خود کنند.

بازار رسمی و غیررسمی پول

بازار رسمی پول بیشتر در چارچوب نظام بانکی عمل می‌کند و وام‌های آن از طریق بانک‌ها و مؤسسات مالی، با نرخ بهره مناسب اعطا می‌شود. بانک‌ها در کشورهای در حال توسعه با دادن وام‌های ارزان به کشاورزان و پیشه‌وران کوچک می‌توانند با رباخواران به رقابت بپردازند. در بازار غیررسمی پول، نظام اعتباری مبتنی بر رباخواری، نرخ بهره بسیار بالاست؛ هر چند که قرآن کریم استفاده از

۲۵ تومن

اتوبوس با صدای کش‌داری در سرازیری خیابان ایستاد. پیرزن اسکناس تاخوردۀ ۲۰۰ تومنی را به سمت راننده گرفت. راننده از بین اسکناس‌های مچاله شده، یک ۵۰ تومنی را به سمت او گرفت. پیرزن با آرامش خاطر گفت: «ننه پس ۲۵ تومنش کو؟»

راننده غرولندی کرد و بین اسکناس‌های ریز و درشت دنبال ۲۵ تومنی گشت. یکی از ته اتوبوس گفت: «آقا چرا معطلی؟»

راننده رفت سراغ پدال و دنده، اما پیرزن همان‌طور به اوزل زده بود. مردی فکلی گفت: «با ۲۵ تومن چی میدن؟»

پسرکی یک سکه ۲۵ تومنی را به سمت پیرزن گرفت و گفت: «آقای راننده زحمت نکشید.»

راننده پدال گاز را فشرد. اتوبوس از جا کنده شد و با ناله‌ای به راه افتاد. پسرک گفت: «آقای راننده ناراحت نشین، پنج تا ۲۵ تومنی می‌شه کرایه یک مسافر. اگر ۱۰۰ مسافر داشته باشی، در اصل در یک مسیر رفت ۲۰ تا مسافر سوار نکردی. اگر هر روز ۱۰ سرویس داشته باشی، یعنی ۲۰۰ نفر را سوار نکردی. اگر...»

مرد فکلی غرید و گفت: «بابا سرمونو بردی، بیا این ۲۰۰ تومن.»

راننده چشم غره‌ای رفت و گفت: «داداش یواش! گدا نیستم. این آق پسر درست می‌گن. بارک‌الله به این هوش...»

اتوبوس با ترمز کش‌داری ایستاد. پسرک صد تومنی را به سمت راننده گرفت. راننده با لبخندی پول را نگرفت و گفت: «اینم جایزه حساب و کتاب!»



اقتصاد در اندیشه امام(ره)

«مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی(ره)» نظرات اقتصادی بنیان‌گذار جمهوری اسلامی ایران را در کتابی با عنوان «اقتصاد در اندیشه امام خمینی(ره)» منتشر کرده است. این اثر اقتصادی در ۱۱ فصل با عناوینی چون «خطوط کلی اقتصاد اسلامی»، «منابع و ثروت‌های ملی»، «کشاورزی»، «بانک‌داری» و «اقتصاد و جنگ تحمیلی» تنظیم شده است. چاپ اول کتاب «اقتصاد در اندیشه امام خمینی(ره)» در شمارگان ۳۰۰۰ نسخه و ۵۷۴ صفحه روانه بازار نشر شده است.

کار نیک

امام باقر(ع)، ضمن سخنانی به فرزندش امام صادق(ع) فرمود: «پسر! حسنه‌ای (کار نیک) که حد میانه دو سیئه (کار بد) است، انجام ده که آن دو را از میان برمی‌دارد.» امام صادق(ع) پرسید: «این چگونه است ای پدر؟» فرمود: «... بسان این آیه: و الذین اذا انفقوا لم یسرفوا و لم یقتروا: (سوره فرقان / آیه ۶۷) کسانی که در انفاق (و مصرف) نه اسراف می‌کنند و نه تنگ نظری نشان می‌دهند، که اگر اسراف کنند سیئه است، و اگر تنگ نظر باشند نیز سیئه است. حالت میانه حسنه است. پس بر تو باد که از میان آن دو کار بد، این کار نیک را برگزینی.»

باید مبالغ متفاوتی پرداخت شود. در این وضعیت، قدرت خرید اسکناس ۱۰۰۰ تومانی در سال ۱۳۸۹، با قدرت خرید آن در سال ۱۳۹۰ تفاوت دارد.

یارانه

یارانه، مابه‌التفاوت هزینه تمام شده محصولات یا همان قیمت خرید کالاها و خدمات با قیمت فروش آنهاست که توسط دولت به عنوان کمک به تولیدکنندگان یا مصرف‌کنندگان پرداخت می‌شود. هدف وضع رایانه برای مصرف‌کنندگان، فراهم کردن امکان خرید برخی از کالاها به قیمت ارزان‌تر، و برای تولیدکنندگان حمایت از آنها در مقابل تولیدکنندگان خارجی است. شما هم سهمی از رایانه دارید. بد نیست از پدر بپرسید تا شاید در پرداخت پول توجیبی شما تغییری بدهد!

این نوع اعتبارات مالی را نهی کرده است.

پول بی‌پشتوانه

پول بی‌پشتوانه به پول کاغذی گفته می‌شود که پشتوانه طلا یا نقره نداشته باشد. هم اینک در برخی از کشورها پول بدون پشتوانه چاپ می‌شود. برای مثال، در زیمبابوه همین اتفاق رخ داده است و یا در کشور آلمان بعد از جنگ دوم جهانی، مردم برای خوردن یک وعده غذا مجبور بودند یک فرغون پول همراه داشته باشند.

تورم

تورم به افزایش غیرمتناسب سطح عمومی قیمت‌ها گفته می‌شود. تورم، روند فزاینده و نامنظم افزایش قیمت‌ها در اقتصاد عمومی کشور است. به عبارت دیگر، برای خرید یک عدد تخم‌مرغ در فاصله‌های زمانی متفاوت

برج سقوط

فیزیک در شهر بازی

این تصویری از یک برج سقوط است. شما به سرعت به ارتفاع یک ساختمان ۲۹ طبقه بالا برده می‌شوید و در آن بالا وقتی که پایین را نگاه می‌کنید، می‌توانید تصور کنید که روی لبه یک آسمان خراش نشسته‌اید.

و ناگهان... ترمز دستگاه به یکباره آزاد می‌شود شما و صندلی که روی آن نشسته‌اید، سقوط می‌کنید. درست یک ثانیه یا کمی بیشتر از این که شما فکر کنید با زمین برخورد سختی خواهید کرد، صندلی به آرامی متوقف می‌شود. چهره افراد قبل و بعد از سوار شدن بسیار دیدنی است. همگی بعد از سقوط رنگ پریده‌اند. اجازه تصویری از چهره این افراد داده نشد.

بگذریم، ارتفاع ۲۹ طبقه‌ای این برج حدوداً معادل ۲۹۰ فوت یا ۸۸ متر است. با وجود این، به خاطر سازوکار سقوط و امنیت سرنشینان، شما کمتر از ۸۸ متر سقوط می‌کنید. در آخرین لحظات سقوط، صندلی چندین بار بالا و پایین می‌روند تا در نهایت به آرامی متوقف شود (مانند توپی که از ارتفاعی رها شود).

سقوط آزاد شما وقتی در این دستگاه هستید حدود ۳ ثانیه طول می‌کشد. از معادله زیر برای محاسبه سقوط سرنشینان در این سقوط آزاد استفاده می‌کنیم:

$$d = v_i \times t + \frac{1}{2} g t^2$$

که در این معادله، d ارتفاع سقوط، v سرعت اولیه (در این جا برابر صفر) و g شتاب گرانشی زمین معادل ۹/۸ متر بر مجذور ثانیه است. پس معادله به صورت زیر نوشته می‌شود:

$$d = \frac{1}{2} g t^2$$

حال ببینیم در ۳ ثانیه صندلی چه قدر سقوط می‌کند.

$$d = \frac{1}{2} \times 9.8 \times 3^2$$

$$= 44.1 \text{ m}$$

شما در آن ۳ ثانیه ۴۴/۱ متر سقوط می‌کنید که گرچه از ۸۸ متر کمتر است، ولی یک تجربه سقوط آزاد واقعی است؛ مخصوصاً وقتی چشمانتان را باز نگه دارید؛ البته اگر جرئت این کار را داشته باشید.

چرخ و فلک

برج سقوط

ترن هوایی

نیروی گرانش شما را به سمت زمین می کشد و در نتیجه، شما در مسیرهای غیرافقی تحت تأثیر شتاب گرانشی زمین قرار می گیرید. مقدار شتاب گرانشی زمین $9/8$ متر بر مجذور ثانیه است. یعنی سرعت سقوط شما در هر ثانیه $9/8$ متر بر ثانیه زیاد می شود. قطارهای هوایی طوری طراحی شده اند که شما با شتابی کمتر از شتاب سقوط آزاد ($9/8$ متر بر مجذور ثانیه) سقوط کنید تا صدمه نبینید. هنگامی که قطار در بالاترین نقطه است، توسط نیروی گرانشی زمین به سمت پایین کشیده می شود. هر چه مسیر حرکت عمودی تر باشد، شتاب سقوط به $9/8$ متر بر مجذور ثانیه نزدیک تر است.

مهندسان شتاب قطار را با طراحی شیب های متفاوت مسیر تنظیم می کنند. در واقع، زاویه شیب مسیر تعیین می کند که قطار چه شتابی داشته باشد. شما می توانید شتاب قطار را با محاسباتی ساده به دست آورید.

در این تصویر شما دو مقدار برای شتاب می بینید. اگر شما مستقیم به سمت زمین سقوط کنید، به خاطر گرانش شتابی معادل $9/8$ متر بر مجذور ثانیه خواهید داشت. در حالی که شیب مسیر باعث می شود شتاب شما کمتر از این مقدار باشد. در این نوع قطارها، زاویه شیب حدود 55 درجه است که شتابی حدود 8 متر بر مجذور ثانیه به شما می دهد. اتفاقاً طول مسیر شیب هم طوری طراحی شده که سرعت قطار در پایین ترین نقطه شیب هم سرعتی مطمئنه داشته باشد؛ بدون ایجاد هیچ گونه آسیبی برای شما که در قطار نشستہ اید. محاسبات شتاب ترن هوایی را با هم بررسی می کنیم:

به زاویه 55 درجه در پایین شیب نگاه کنید. بردار شتاب $9/8$ متر بر مجذور ثانیه و به سمت پایین (مرکز زمین) ترسیم شده است. ما می خواهیم مؤلفه x را که در این جا شتاب قطار روی شیب است، پیدا کنیم. برای حل مسئله به زاویه ای در مثلث کوچک احتیاج داریم. زاویه پایین در مثلث کوچک بر اساس قوانین تشابه دو مثلث 55 درجه است (زاویه های a و b برابرند و هر دو مثلث یک زاویه 90 درجه دارند. پس زاویه سوم آن ها هم برابرند). بنابراین:

$$\sin 55 = \frac{x}{9/8}$$

که در نهایت داریم: $x = 8 \text{ m/s}^2$
که همان شتاب قطار روی مسیر شیب دار خود است.

چرخ و فلک

حتماً تا به حال چرخ و فلک سوار شده اید یا حداقل یکی از آن ها را دیده اید. در مقایسه با دیگر وسایل شهربازی، حرکت سریعی ندارد. به منظور تحلیل فیزیکی حرکت این دستگاه باید از معادلات حرکت دایره ای استفاده کنید. ما در این جا قصد انجام همین کار را داریم. در این چرخ و فلک نمونه، شعاع چرخش 7 متر است. به آرامی می چرخد و تقریباً 2 ثانیه طول می کشد که واگن اول به محل قبلی واگن دوم برسد. بنابراین چرخ و فلک در هر 2 ثانیه 26 درجه می چرخد. سرعت چرخش آن معادل 13 درجه در هر ثانیه است. مشکلی در این طرز بیان کردن سرعت نیست. اما از آن جا که با واحد متر بر ثانیه آشنا تریم، این جا نیز از همین واحد استفاده می کنیم.

سؤال این است که سرنشینان هر کدام از واگن های چرخ و فلک در هر ثانیه چند متر جابه جا می شوند؟ برای پاسخ به این سؤال نام گذاری های زیر را انجام می دهیم: فاصله واگن ها از هم را a می نامیم. این فاصله ای است که به محاسبه آن نیاز داریم. زاویه مرکزی یا مقابل هر دو واگن مجاور را x می نامیم. چرخ و فلک زمانی یک دور کامل می زند که 360 درجه بچرخد. یعنی سرنشینان هر واگن یک بار محیط چرخ و فلک را دور بزنند. نسبت طول هر کمان (فاصله دو واگن مجاور) به محیط چرخ و فلک برابر است با نسبت زاویه مرکزی (زاویه بین دو واگن مجاور) به 360 درجه.

$$\frac{a}{2\pi r} = \frac{x}{360^\circ}$$

گفته بودیم که شعاع چرخش (شعاع چرخ و فلک) 7 متر و زاویه مرکزی x برابر با 26 درجه است. بنابراین:

$$\frac{a}{2 \times 3.14 \times 7} = \frac{26}{360} \quad a = \frac{23/96 \times 26}{360}$$

$$a = 3/17$$

مقدار $a = 3/17$ فاصله بین دو واگن مجاور است که در هر دو ثانیه طی می شود. پس سرعت چرخ و فلک بر حسب متر بر ثانیه برابر است با: $1/585$ یا تقریباً $1/6$ متر بر ثانیه.

ترن هوایی



درک‌مین ستاره‌ها

چگونه آسمان را رصد کنیم؟

سید امیر سادات موسوی

در دنیای عجیب و غریب نجوم، دو گروه فعالیت می‌کنند. گروه اول دانشمندان و چهره‌های دانشگاهی هستند که به آن‌ها «منجم حرفه‌ای» می‌گویند. این گروه با اندازه‌گیری‌ها و محاسبات خود، به دنبال کشف هستند. گروه دوم شامل تمام علاقه‌مندیانی می‌شود که مستقل از سن و سال و تحصیلاتشان، از سرشوق و علاقه به آسمان نگاه می‌کنند و با استفاده از یک تلسکوپ و یا حتی بدون آن، می‌کوشند که پیوندشان با آسمان را بیشتر کنند. به این گروه، «منجم آماتور» می‌گویند. برای این که یک منجم آماتور باشیم، باید بتوانیم آسمان را رصد کنیم. اما چگونه آسمان را رصد کنیم؟

لباس گرم

این که چه جایی را برای رصد انتخاب می‌کنید، کاملاً به محل زندگی‌تان بستگی دارد. اگر آسمان شهرتان، آسمان تاریکی باشد و در آن ستاره‌ها به خوبی مشخص باشند، پشت‌بام یا حیاط خانه می‌تواند بهترین رصدگاه شما باشد. اما معمولاً نورهای زمین (آلودگی‌های نوری) باعث می‌شوند که نتوانید در نزدیکی شهرها به آسمان تاریکی دست پیدا کنید. در این صورت باید راهی کوه و بیابان شوید و البته لباس گرم را فراموش نکنید!





کتاب‌های رصدی

کسانی که می‌خواهند با تلسکوپ به رصد اجرام غیر ستاره‌ای بپردازند، به کتاب‌ها و اطلس‌هایی از آسمان نیاز دارند که در آن‌ها مکان سحابی‌ها، کهکشان‌ها و خوشه‌های ستاره‌ای مشخص شده‌باشد. بنابراین کسی که با تلسکوپ به رصد می‌رود، بردن کتاب‌های رصدی را هم نباید فراموش کند.

سایت‌های مناسب نجومی

www.parssky.com
آسمان پارس - مقالات آموزشی و اخبار نجومی
www.nojum.ir
ماهنامه نجوم
www.tebyan.net/index.aspx?pid=۴۴۹۸۸
بخش نجوم سایت تبیان - دارای مقالات آموزشی مناسب
www.nightsky.ir
آسمان شب - اخبار نجومی
www.space.com
فضا - هر آنچه دربارهٔ مأموریت‌های فضایی دوست دارید بدانید
www.kidsastronomy.com
نجوم برای کودکان - بخش‌های متنوع نجومی برای کودکان



نقشهٔ آسمان

اولین مهارتی که همهٔ رصدگران باید کسب کنند، یافتن صورت‌های فلکی است که به صمیمیت با آسمان احتیاج دارد. بنابراین اگر پولی برای خرید تلسکوپ ندارید، زیاد نگران نباشید. شروع فعالیت‌های رصدی، به هیچ ابزار و دستگاه ویژه‌ای نیاز ندارد. فقط کافی است که برای شب رصدی، یک نقشهٔ آسمان در اختیار داشته‌باشید.

برخی از مجلات ماهانهٔ نجومی، نقشهٔ آسمان مربوط به هر ماه را منتشر می‌کنند. کتاب‌هایی هم وجود دارد که حاوی نقشه‌های آسمان برای تمامی ماه‌های سال هستند. می‌توانید از هر کدام از این منابع استفاده کنید. ضمناً یک گردونهٔ آسمان هم می‌تواند برایتان مفید باشد. گردونه‌های آسمان وسایل ساده‌ای هستند که می‌توان با چرخاندن صفحهٔ آن‌ها و تنظیم تاریخ‌شان، نقشهٔ آسمان را مشاهده کرد.

چراغ قوه

وقتی در یک شب تاریک مشغول رصد هستید، دریچهٔ مردمک چشمتان به بیشترین حد گشودگی خود می‌رسد تا

بتوانید در این وضعیت ستاره‌های بیشتری را ببینید. روشن کردن یک چراغ قوه برای دیدن نقشهٔ آسمان باعث می‌شود که مجدداً نیاز به زمان زیادی برای عادت کردن چشم به تاریکی داشته باشید. برای حل این مشکل می‌توانید بر روی شیشهٔ چراغ قوه چند لایه طلق قرمز رنگ بچسبانید تا تأثیر زیادی روی گشودگی مردمک چشمتان نگذارد.

ابزار رصد

برخی افراد تصور می‌کنند که برای شروع رصد حتماً به یک دوربین دوچشمی حرفه‌ای نیاز دارند، در حالی که این‌طور نیست. ابزارهای رصدی وقتی به کار می‌آید که کاملاً با ناحیه‌های آسمان آشنا شده باشید و تصمیم گرفته باشید که به رصد اعماق آسمان بپردازید. در این صورت هم می‌توانید از تلسکوپ‌هایی که در بعضی رصدخانه‌ها و مراکز عمومی قرار گرفته‌اند، استفاده کنید.

فقط حواستان باشد که اگر روزی تصمیم به خرید یک تلسکوپ یا دوربین دوچشمی گرفتید، به سراغ اسباب‌بازی فروشی‌ها نروید، بلکه به مراکز رسمی فروش ابزارهای رصدی بروید و با افراد مطلع مشورت کنید.

مهران

مجمع مهران

غار زینه‌گان

قلعه کنجامچم

امامزاده علی صالح

میدان امام

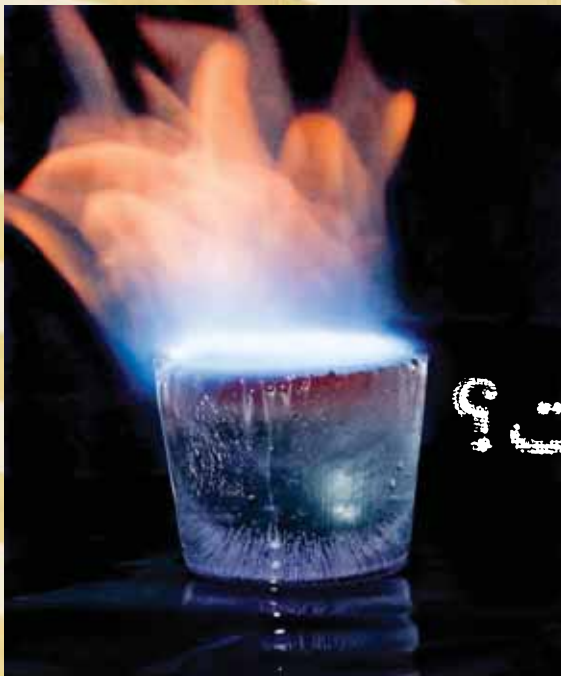
مرز بین المللی مهران

است. مهران با فاصله چند کیلومتری از نقطه صفر مرزی، ۱۵۷ کیلومتری بغداد و ۲۹۰ کیلومتری کر بلا، نزدیک ترین مرز زمینی بین ایران و عراق است و محل تردد ده ها هزار زائر عتبات عالیات که رونق بسیاری به این شهر داده اند. مهران از جمله شهرهایی بود که در زمان جنگ تحمیلی در خط مقدم بارها مورد هجوم دشمن قرار گرفت. این شهر چهار بار اشغال شد که هر بار توسط رزمندگان اسلام پس گرفته شد. مهران از سال ۱۳۶۹ تولید دوباره یافت و عملیات بازسازی آن با همت و مشارکت مردم آغاز شد و کلیه تأسیسات و امکانات زیر بنایی یک شهر زیبا و مدرن برای آن پیش بینی و اجرا شد. این شهر زیبا دروازه فعال و موفق جمهوری اسلامی با کشور عراق است و هر روز شاهد حضور انبوه زائرین عتبات عالیات است.

شهر مهران در زمینی بسیار حاصل خیز بنا شده است که تا پیش از سال ۱۳۰۹ «منصور آباد» نامیده می شد در زمان حکومت رضاخان با دستور یکجانشین کردن ایلات کوچ نشین و عشایر، مردم چهارایل (زرکوش، شکر، زرکوش عبده، صیفی و ملک خطاوی) در این زمین ها سکنا گزیدند و با تصویب فرهنگستان زبان فارسی، منصور آباد به مهران تغییر نام یافت. نژاد مردم این شهر کرد فیلی و زبان آن ها کردی است. از دیگر اقوام حاشیه مهران می توان از ایل شوهان نام برد شغل اغلب مردم کشاورزی و محصول آن ها گندم است. این شهر از دیرباز گذرگاه تاریخی مردمان دوسوی مرز بوده که حاصل آن پیوندها و نزدیکی فرهنگی و سرمایه گذاری های مشترک در منطقه

معما

۱



چگونه می توان از یخ، آتش ساخت؟

می خواهیم مقداری شیر را ۱۵ دقیقه حرارت دهیم. برای کنترل وقت، تنها دو عدد ساعت شنی در اختیار داریم: ۷ دقیقه‌ای و ۱۱ دقیقه‌ای. چگونه می توانیم با استفاده از این دو ساعت شنی، شیر را دقیقاً ۱۵ دقیقه حرارت دهیم؟

۲

اگر هر حرف نماینده عددی باشد، با توجه به چهار عمل اصلی به کار رفته در این جا، بگویید هر حرف نماینده کدام عدد است؟
 $A+C=E$ $B-C=E$ $C \times C=E$ $D \div C=E$
 راهنمایی: مجموع A، B، C و D برابر با ۱۰۰ است.

۳

تصویرهای زیر را به گونه ای مرتب کنید که نظم منطقی داشته باشند.



ارقام ۱ تا ۹ را طوری در خانه های جدول بگذارید که حاصل هر یک از عمل های ریاضی (در هر ردیف و ستون) عدد ۳ باشد

۴

	\times		$-$		$=3$
\times		$-$		$-$	
	$+$		\div		$=3$
$-$		\times		$+$	
	$-$		$+$		$=3$
$=3$		$=3$		$=3$	

۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
*						*								*
	*					*	*						*	
		*									*			
			*		*				*		*			
				*						*				
			*								*			
	*					*	*						*	
*						*								*
	*					*	*						*	
			*								*			
				*						*				
			*		*				*	*				
												*		
	*					*	*						*	
*						*								*

افقی

۱. دهم محرم - تبعیدگاه ناپلئون.
۲. برای این که - کمک کننده. ۳. رودی
- در روسیه - مناسبت شانزدهم آذرماه
۴. دو یار هم قد. ۵. واحد شمارش
- احشام - آزاد - ضد کثرت.
۵. اولین حرف یونانی - سرپرستان -
- روا. ۶. امر به آمدن - پایتخت فنلاند
۷. پرتقال معروف. ۸. نرمی و آسانی -
- نویسنده فرانسوی کتاب امیل. ۸. به
- معنی تلف کردن البته با حرفی تکراری
- در آخر - نوعی هادی الکتریسته.
۹. هر چیز نرم و خاک مانند - تلفظ
- لکن. ۱۰. از آن طرف آینده است - نهم
- آذرماه روز بزرگداشت این عالم تشیع
- است - از رنگ ها. ۱۱. گرفتن زبان
- هنگام حرف زدن - اکرام به هم ریخته
۱۲. پیشوا. ۱۳. قرن - زادگاه ابراهیم
- نبی(ع) - میوه ای شیرین با هسته ای
- درشت و سخت. ۱۳. مخفف «و اگر» -
- از همسایگان ایران - نفس خسته.
۱۴. نام قدیم تایلند - خدا حافظی.
۱۵. بر حذر باش - روز نهم محرم.

عمودی

۱. معلم ثانی و مؤلف احصاء العلوم - عالم فلسفه. ۲. از جزایر اندونزی - رنجش و آزرده گی. ۳. طمع - محل کار سفیر - عدد
۴. اسد - فضای عاری از هوا - انجیر عرب. ۵. داخل شدن - دستگاه تهویه - بجا و مناسب. ۶. سِر - از معروف ترین آثار
- ابوریحان بیرونی در زمینه ستاره شناسی و نجوم - حالت بیهوشی. ۷. جمع درس - رفتار آهسته از روی ناز و وقار. ۸. دوره
- پیش از اسلام در عربستان - از شهرهای استان تهران. ۹. عدد نه انگلیسی ها - از خبرگزاری های داخلی. ۱۰. سلاح دفاعی
- برخی جانوران - نوعی الیاف مصنوعی - ماه میلادی وارونه. ۱۱. بازرگانان - اولی روز عرب و دومی اسم آذری - ششم
- عرب ها. ۱۲. زنی که با زنی دیگر در شوهر مشترک باشند - ماهی در زبان عربی - کشتی جنگی. ۱۳. طایفه ای در ایران -
- کتابی اخلاقی و تربیتی، تألیف عنصرالمعالی کیکاووس بن اسکندر - تکرار حرفی. ۱۴. دردناک - عضوی در بدن ماهی.
۱۵. باشگاه فوتبال ایتالیایی - لباس سنتی ژاپنی ها.

پاسخ سرگرمی های آبان ماه ۱۳۹۰

۱. بدر به زبان عربی «آب» است. بنابراین اگر از «آب»، «آب» را برداریم، یعنی آن را بی پدر کنیم. «یو» می ماند. از سوئی، مسافر بیمار هم «سِف» می شود زیرا اگر «م» را از واژه «مسافر» کم کنیم، «سِف» می ماند. پاسخ یوسف می شود.

۲. رقم اول باید عددی باشد که پس از ضرب شدن در ۷، حاصل آن به ۶ ختم شود. این رقم فقط می تواند ۸ باشد. پس خواهیم داشت: $۵۶ \times ۷ = ۶۷۴۲$ و $۸ \times ۷ = ۵۶$. پس برای این که رقم دوم حاصل ضرب ۵ باشد، لازم است که حاصل ضرب ۷ در رقم دوم عدد اول به صفر ختم شود، پس رقم دهگان این عدد فقط صفر می تواند باشد. $۵۶ \times ۷ = ۶۷۴۲$ و $۴۰۸ \times ۷ = ۲۸۵۶$. رقم صدگان حاصل ضرب ۸ است، زیرا $۲۸ = ۷ \times ۴$ به ۸ ختم می شود؛ پس: $۴۰۸ \times ۷ = ۲۸۵۶$ و $۸ \times ۷ = ۵۶$. به همین ترتیب رقم های دیگر مشخص می شود و خواهیم داشت: $۹۶۳۴۰۸ \times ۷ = ۶۷۴۲۸۵۶$



۳. هر دو نفر، هنگام رسیدن به هم ۱۲ کیلومتر از شهر فاصله داشتند. فاصله شهر و روستا ۱۷ کیلومتر است.

۴. تفاوت ها را پیدا کن

حل جدول شماره آبان ماه

۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
م	ت	ی	ک	ا	ل	ر	د	ی	د	د	خ	ی	ی	ع
ی	ل	ب	ی	ب	د	ه	د	ب	ب	ی	د	ب	ا	ع
م	ص	و	ب	س	ا	ر	و	ج	ق	م	ز	م	ز	م
و	ل	ا	د	ت	ل	ا	ف	ز	ن	ا	د	ب	ا	د
ت	ن	ن	و	ب	ج	ج	ی	و	ا	ن	ا	ن	ا	ن
ق	د	ی	ا	س	ا	ن	ه	ی	ب	س	ن	ن	ن	ن
و	ر	س	ر	و	ب	ی	ک	د	ا	و	ر	و	ر	و
ا	ی	م	ا	خ	ل	ا	ی	ق	د	ر	ی	ا	ا	ا
ب	ب	ا	ن	ه	س	ا	م	س	ا	ک	د	ا	ل	ل
ش	ل	د	م	ا	خ	ا	ت	ن	ا	ن	ا	ل	ه	ه
ک	ج	و	ا	ن	ل	ا	ی	ق	د	ر	ی	ا	ا	ا
ن	ب	ا	م	ی	ز	ا	ن	ا	م	ا	ر	و	ن	ن
ن	ا	ل	ه	س	ر	د	م	س	م	ر	ا	ر	ا	ا
د	ر	و	ی	ش	ی	و	ن	ا	ن	ا	ن	ا	ن	ن
ه	ش	ا	ب	ا	ن	م	ب	ا	ن	م	د	و	ن	ی

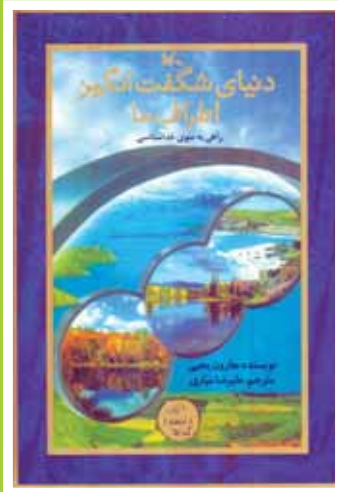
دنیای شگفت انگیز اطراف ما راهی به سوی خداشناسی

نویسنده: هارون یحیی

مترجم: علیرضا عیاری

ناشر: کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان

تلفن: ۰۲۱-۸۸۹۶۲۹۷۲



است که این ویژگی‌ها، به ویژه برای زندگی، خلق شده‌اند... آب از سطح به

سمت پایین منجمد می‌شود، به نحوی که یخ همیشه شناور است و هرگز فرو نمی‌رود. اگر آب نیز مانند سایر مایعات وقتی سردتر می‌شود، متراکم‌تر هم می‌شد - به عبارت دیگر اگر فرو می‌رفت - در آن صورت یخ‌های موجود در اقیانوس‌ها، دریاها و دریاچه‌ها تا اعماق فرو می‌رفتند، سطح هم‌چنان منجمد می‌شد و فرو می‌رفت؛ چون هیچ لایه یخ در سطح وجود نداشت که مانع نفوذ سرما شود. قسمت زیادی از اقیانوس‌ها، دریاها و دریاچه‌های روی زمین به توده‌های عظیم یخ تبدیل می‌شدند. هیچ موجود زنده‌ای در دریاها و چمن‌های دنیایی وجود نداشت. در سیستم بوم‌شناختی که دریاها در آن خشک شده‌اند، زندگی در خشکی هم امکان‌پذیر نخواهد بود. به‌طور خلاصه، اگر آب به‌صورت طبیعی عمل می‌کرد، زمین سیاره مرده‌ای بود.

تأمل در نظم و توازن جهان همواره انسان را شگفت‌زده می‌کند. از سرعت انبساط دنیا گرفته تا نسبت گازهای تشکیل‌دهنده جو زمین و تمام ویژگی‌های حاکم بر جهان، وجود خداوند قادر و متعال و تصادفی نبودن آفرینش را گواهی می‌دهند. «هارون یحیی» در کتاب «دنیای شگفت‌انگیز اطراف ما»، با نگاهی موشکافانه به خلقت جهان، نمونه‌هایی از معجزه‌های آفرینش را به تصویر کشیده شده است. این کتاب که «علیرضا عیاری» آن را ترجمه و «کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان» آن را منتشر کرده است. شامل سه فصل با این عنوان‌هاست: «شگفتی‌های خلقت»، «منظومه شمسی» و «موجودات زنده». در هر فصل نظر فیزیک‌دانان، اخترشناسان و دیگر دانشمندان بنام، درباره معجزات و شگفتی‌های آفرینش ذکر شده و بر هدفمند بودن جهان تأکید شده است.

در بخشی از کتاب می‌خوانیم: «آب دارای ویژگی‌های گرمایی مخصوصی است که به ظاهر با برخی قوانین طبیعت متناقض هستند، اما ثابت شده



زیستن چرا، زیستن چگونه

نویسنده: حسین امینی پویا

ناشر: ذکر

تلفن: ۰۲۱-۶۶۴۱۰۰۴۱

سؤالات ساده، چندان هم آسان نیست. وسعت جهان هستی، ارتباط پیچیده بین اجزا و پدیده‌های آن و محدودیت دانسته‌های بشر، مانع یافتن پاسخ کامل و قانع‌کننده برای سؤالاتی از این قبیل است. حسین امینی‌پویا در کتاب حاضر، سعی کرده است با استناد به آیات قرآن، حدیث نبوی و سخنان ائمه اطهار و بزرگان علم و دین، تا حد امکان به برخی سؤالات پاسخ دهد و دلیل برخی وقایع را بررسی کند. گفتنی است این کتاب حاصل انتشارات «ذکر» است.

«زندگی را چه بنامیم؟ کلافی سردرگم؟ خفتنی بی‌آرزو و برخاستنی بی‌آرمان؟ مرگ چیست؟ آیا آغاز زندگی‌ای نوین است یا پایانی مختوم؟ خط پایانی است یا نقطه آغازی؟ کدام‌یک؟ از کجا آمده‌ایم؟ به کجا می‌رویم؟ خداوند چه نیازی داشت که انسان و جهان را آفرید؟ در این هستی بی‌کران، در این صحنه عظیم چه نقشی برعهده ماست؟ و...» اندیشیدن برای درک اسرار هستی همواره این سؤال‌های آشنای قدیمی را در پی داشته است. پاسخ‌دادن به این