۲ زندگی سخت آسان
مهارت‌های زندگی

۴ عطر گل محمدی

۵ به زیبایی پر
زبان و زمان

۶ متخصص قلب‌های آهنی
کار درس

۸ چراغ روشن
سخن آشنا

۹ دنیای جدید ریبا
مهارت‌های زندگی

۱۲ حساب سر انگشتی
داستان ماه

۱۴ غریب آشنا
لحظه‌های شاعرانه

۱۶ بازی با دشمن
سردار بدر

۱۸ زابل
ایران ما

۲۰ اروپا
نقشه‌ذهنی

۲۲ زنگ تفریح

۲۴ فواید آلودگی هوا
زنگ انشاء

۲۵ winter
English Fun

۲۶ خرس‌های بدون‌قطب
شگفتی‌های خلقت

۲۸ داغ دل زمین
پرسش و پاسخ

۳۰ کتابخانه

۳۱ گلدان
آثار رسیده

۳۴ کاشی کاری آسان
کاردستی

۳۶ تکواندو
ورزش

۳۸ جدول و سرگرمی

۴۰ آش ماست
دست پخت

نوجوان
رشد
۴

وزارت آموزش‌وپرورش
سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی
دفتر انتشارات و تکنولوژی آموزشی
ماهنامهٔ آموزشی، تحلیلی و اطلاع‌رسانی
برای دانش‌آموزان دورهٔ راهنمایی تحصیلی
دورهٔ سی و یکم/دی ۱۳۹۱/ شمارهٔ پی‌دریی ۲۴۵

مدیر مسئول: محمد ناصری
سردبیر: حبیب یوسف‌زاده
شورای کارشناسی:
مجید عمیق
علیرضا متولی
محمدعلی قربانی
مدیر داخلی: زهره کریمی
ویراستار: لیلا جلیلی
طراح گرافیک: روح الله محمودیان
طراح جلد: صابر شیخ رضایی

نشانی دفتر مجله:
تهران، صندوق پستی: ۱۵۸۷۵/۶۵۸۳
تلفن: ۸۸۸۴۹۰۹۷
نشانی مرکز بررسی آثار:
تهران، صندوق پستی: ۱۵۸۷۵/۶۵۶۷
تلفن: ۸۸۳۰۵۷۷۲
وبگاه: www.roshdmag.ir
رایانامه: nojavan@roshdmag.ir
شمارگان: ۴۷۰۰۰۰
چاپ: شرکت افست (سهامی عام)

ارتباط با ما:
اگر انتقاد یا پیشنهادی دربارهٔ شکل و محتوای مجله یا چگونگی توزیع آن دارید با شماره تلفن ۸۸۳۰۱۴۸۲ - ۰۲۱ تماس بگیرید و پس از شنیدن صدای پیام‌گیر، کد مورد نظرتان را وارد کنید و بعد از شنیدن دوبارهٔ همان صدا، پیام بگذارید.
کد مدیر مسئول: ۱۰۲ /کد سردبیر: ۱۰۶ /کد امور مشترکین: ۱۱۴

دفتر انتشارات کمک آموزشی به جز رشد نوجوان مجلات زیر را نیز منتشر می‌کند:
رشد کودک: ویژه پیش‌دبستان و دانش‌آموزان کلاس اول دبستان
رشد نوآموز: برای دانش‌آموزان کلاس‌های دوم و سوم دبستان
رشد دانش‌آموز: برای دانش‌آموزان کلاس‌های چهارم و پنجم دبستان
رشد جوان: برای دانش‌آموزان دورهٔ متوسطه/ رشد برهان (نشریهٔ ریاضی دورهٔ متوسطه) / رشد برهان (نشریهٔ ریاضی دورهٔ راهنمایی)

یادداشت سردبیر

شیرهای بستنی!

روزی پادشاهی به تیمارستان رفت تا سری به دیوانه‌ها بزند. موقع دیدار، در حالی که دلش به حال آنها سوخته بود، از رئیس تیمارستان پرسید:«اگر یکی از اینها ادعا کند حالش خوب شده، چطور امتحانش می‌کنید؟»

رئیس جواب داد:« ابتدا حوض بزرگ وسط حیاط را پر می‌کنیم. بعد یک سطل می‌دهیم به آن شخص تا آب حوض را خالی کند. اگر خوب شده باشد، قبل از هر چیز باید شیر آب را ببندد. وگرنه معلوم می‌شود هنوز جای کار دارد!»

پادشاه گفت:«عجب فکری! چرا به عقل من نرسید؟!»

دوستان نوجوان، این حکایت فقط یک لطیفه است، اما اگر خوب دقت کنیم، همهٔ ما در زندگی حوض‌هایی داریم که باید خالی کنیم و شیرهایی داریم که باید ببندیم. به طور مثال گاهی کلی درس و کارهای واجب داریم، اما ناگهان به خودمان می‌آییم و می‌بینیم شب از نیمه گذشته، کتاب‌ها جلویمان پخش‌وپلاست و ما همچنان پای تلویزیون به شکستن تخمه مشغولیم. آن وقت خود را فریب می‌دهیم و می‌گوییم؛ عیبی ندارد. فردا جبران می‌کنم! یعنی به جای بستن شیری که وقت ما را هدر می‌دهد، هی کار امروز را به فردا می‌اندازیم؛ بنابراین پرداختن به کارهای متفرقه موقع درس‌خواندن یا انجام دادن کارهای بیهوده و زمان‌سوز، مثل این است که بدون بستن شیر، هی آبِ حوض بکشیم. این‌طوری حوض مشکلات هیچ‌وقت خالی نمی‌شود.

مسابقهٔ شیربندان

دربارهٔ بستن شیرهای زندگی و جلوگیری از هدر رفتن وقت که گران‌ترین دارایی ماست، فکر کنید و نتیجهٔ فکر خود را به صورت داستان، خاطره، لطیفه و حتی نقاشی و کاریکاتور به دفتر مجله بفرستید تا در بخش «**گلدان**» چاپ شوند. به آثار برتر هدایایی از طرف رشد نوجوان تقدیم خواهد شد.

سردبیر

سخت زندگی آسان

علیرضا متولی

در شـــماره‌های قبلی از زندگـــی حرف زدیم و گفتیم زندگی کردن را هم مانند هر چیز دیگر باید یاد گرفت.

زندگی هم آسان است و هم گاهی سخت می‌شود. آسان است، چون هنوز برای ادارهٔ زندگی‌ات مجبور نیستی کار کنی. آسان اســت چون همه دوستت دارند؛ چون در گروه دوستانی قرار می‌گیری که به تو مســئولیت می‌دهند و پیش آنها دوست داشتنی و محترم هستی.

گاهی هم زندگی سخت می‌شود. ممکن است درآمد خانوادگی شما با هزینه‌های شما جور در نیاید و نتوانی چیزهایی را که دوست داری، بخری. شاید مجبور باشی برای کمک به درآمد خانواده کار هم بکنی.

زندگی ســخت می‌شود، به این دلیل که تو فکر می‌کنی هیچ کس دوستت ندارد. سخت می‌شود چون ممکن است پدر و مادرت اجازه ندهند با بعضی از هم‌کلاسی‌هایت دوستی کنی. چون بعضی دوســتانت از تو چیزهایی می‌خواهند که دوست نداری یا با ارزش‌های خانوادگی‌ات متناسب نیست.

ســختی زندگی نوجوانی از اینجا شروع می‌شود. چون در این دوره، زندگی اجتماعی‌ات شــکل تازه‌ای می‌گیرد. در این سن انتخاب دوست خیلی حساس است و ممکن است در شرایطی قرار بگیری که نتوانی در کلاس، دوست مناسبی پیدا کنی.

گاهی ممکن است مجبور شوی با کسی دوست شوی که از تو بخواهد خلاف ارزش‌های خانوادگی‌ات رفتار کنی. برای مثال شاید ارزش‌های خانوادگی تو در این باشد که از حجاب برتر یعنی چادر اســتفاده کنی و دوستی داشته باشی که چادر سر کردن تو را مسخره کند. حتی ممکن است به نماز خواندن تو بخندند یا از مهربانی‌ات انتقاد کنند.

خوب، با توجه به مثال‌ها به نظرم باید نکته‌ای را بیاموزی.

بایــد یادبگیری به اصول خانوادگی‌ات احتــرام بگذاری. اصول خانوادگی تو اگر بر پایــه ارزش‌های دینی و اخلاقی باشــد، به نفع توســت که به آنها وفادار باشــی. سختی زندگی گاهی همین جا پیدا می‌شود.

دوستانت ممکن است تو را اذیت کنند و به تو نسبت‌های نادرســت بدهند. تو باید از فکر خودت دفاع کنی و صبور باشی. اگر هم دیدی فایده‌ای ندارد، می‌توانی کم‌کم ارتباطت را با آنها کم‌تر کنی. دوســت خوب کسی است که به عقاید و اصــول زندگی ما احترام می‌گذارد. اگر به عقاید و اصول ما بی‌احترامی می‌کند، او نمی‌تواند دوست خوبی باشد.

وقتی کسی به تو پیشنهاد نامناسبی می‌دهد، باید ببینی این کار با ارزش‌های درونی‌ات سازگار است یا نه؟ باید در ذهن خودت تجسم کنی انجام چنین کاری مادر یا پــدرت را ناراحت خواهد کرد یا نه؟

گاهی احساس می‌کنی در برابر فشار گروه دوســتانت کم می‌آوری. درست این جور موقع‌ها بایــد مقاومت کنی. باید بدانی که ارزش‌های زندگی تو مهم‌تر از این است که در گروه دوستان مورد پذیرش واقع بشوی یا نشوی. نظر آنها معیار زندگی تو نیست.

بله، سختی زندگی این طور مواقع پیدا می‌شود. این سختی‌ها مثــل یک حریف هســتند که باید با آنها مبــارزه کنی و با تکنیک‌های مبارزه آشنا باشی.

نوجوانی دوره‌ای اســت که باید همهٔ حواست را جمع کنی تا از آن لذت ببــری. کاری نکنی که لذت‌های امروزت باعث تلخی‌های فردای تو شود.

گفتن یک نه! ممکن اســت تو را آزار بدهد. وقتی تحمل این آزارها برایت سخت شــد، می‌توانی این موضوع را با مشاور مدرسه یا یکی از معلم‌هایی که رابطه بهتری با دانش‌آموزان دارد در میان بگذاری. آنها تو را راهنمایی خواهند کرد.

توصیــه جدی من این اســت، که از کتاب‌هایــی که دربارهٔ مهارت‌های زندگی منتشر شده است، غافل نشوی.

عطر گل محمدی

قطره‌ای از دریای بیکران پیامبر اکرم(ص)

حسین احمدی

- هرگز کسی را سرزنش نمی‌کرد و از او ایراد نمی‌گرفت و عیب‌جویی نمی‌کرد.
- هر وقت با کسی دست می‌داد، دست خود را زودتر از دست طرف مقابل رها نمی‌کرد. آن‌قدر صبر می‌کرد تا او خودش دستش را رها کند. از بیهوده‌گویی پرهیز می‌کرد و هرگز نشد که پیش دیگران پای خود را دراز کند.
- اگر سواره بود، نمی‌گذاشت کسی پیاده با آن حضرت حرکت کند. یا او را بر مرکب خود سوار می‌کرد یا- اگر طرف قبول نمی‌کرد- می‌فرمود جلوتر برو و در فلان جا منتظرم باش.
- اگر سه روز یکی از اصحابش را نمی‌دید، از حال وی جویا می‌شد. اگر در مسافرت بود، در حقش دعا می‌کرد. اگر در منزل بود به دیدارش می‌رفت و اگر مریض بود او را عیادت می‌کرد.
- در مجالس جای مخصوصی برای خود انتخاب نمی‌کرد و دیگران را نیز از این کار منع می‌کرد.
- وقتی به جمعیتی می‌پیوست هر جا که خالی بود می‌نشست و به اصحاب خود نیز می‌گفت چنان کنند.
- هرگز عهد خویش را نمی‌شکست. روزی قرار بود در کنار سنگ بزرگی منتظر مردی بماند تا برگردد. اصحابش گفتند چرا به سایه نمی‌روید؟ رسول خدا فرمود: «وعده‌گاه ما اینجاست. همین‌جا می‌مانم و اگر نیامد بدقولی از طرف او خواهد بود.»
- هرگاه از چیزی غمگین و ناراحت می‌شد، به نماز خواندن و عبادت پروردگار متوسل می‌شد.
- می‌گفت من تربیت شدهٔ خدا و پسر عمویم علی تربیت شدهٔ من است.
- بیش از مقداری که برای خوراک خرج می‌کرد، به عطر پول می‌داد و هر گاه از جایی عبور می‌کرد، مردم از بوی خوشی که مانده بود، متوجه می‌شدند رسول خدا از آنجا گذشته است.
- حیوانات و اسلحه و اثاث خود را نام‌گذاری می‌کرد. به طور مثال، نام شمشیرش که در جنگ‌ها همراه داشت«ذوالفقار*»، نام کمان آن حضرت«کتوم»، نام زرهی که در جنگ می‌پوشید«ذات‌الفضول»، نام شترش«عضباء» و نام گوسفندی که از آن شیر می‌دوشید«عینه» بود.
- شجاع‌ترین مردم بود. چنانکه حضرت علی(ع) می‌فرماید: «چون آتش جنگ روشن می‌شد و دو لشکر به هم می‌رسیدند، ما همه به رسول خدا(ص) پناه می‌بردیم و کسی نبود که به دشمن نزدیک‌تر از آن حضرت باشد.»
- پوشیدن لباس سیاه را دوست نداشت. مگر در سه چیز؛ عمامه، کفش و عبا.
- از خوردن غذای داغ پرهیز داشت. تا جای ممکن تنها غذا میل نمی‌کرد و به کسی که روبه‌رویش نشسته بود، لقمه تعارف می‌کرد.
- به نظم اهمیت بسیاری می‌داد. یک روز در نماز جماعت دید مردی سینه‌اش جلوتر از سایرین است، فرمود: «بندگان خدا صفوف خود را منظم کنید وگرنه میان دل‌هایتان اختلاف خواهد افتاد.»
- هیچ چیز را بر نماز مقدم نمی‌شمرد و چون وقت نماز می‌رسید، گویا هیچ یک از اهل و عیال، قوم و خویش و دوستان خود را نمی‌شناخت.
- به اصحاب خود می‌فرمود: خود را به سلاح پیامبران مجهز کنید. سؤال شد؛ اسلحهٔ پیامبران چیست؟ فرمود: «دعا کردن.»

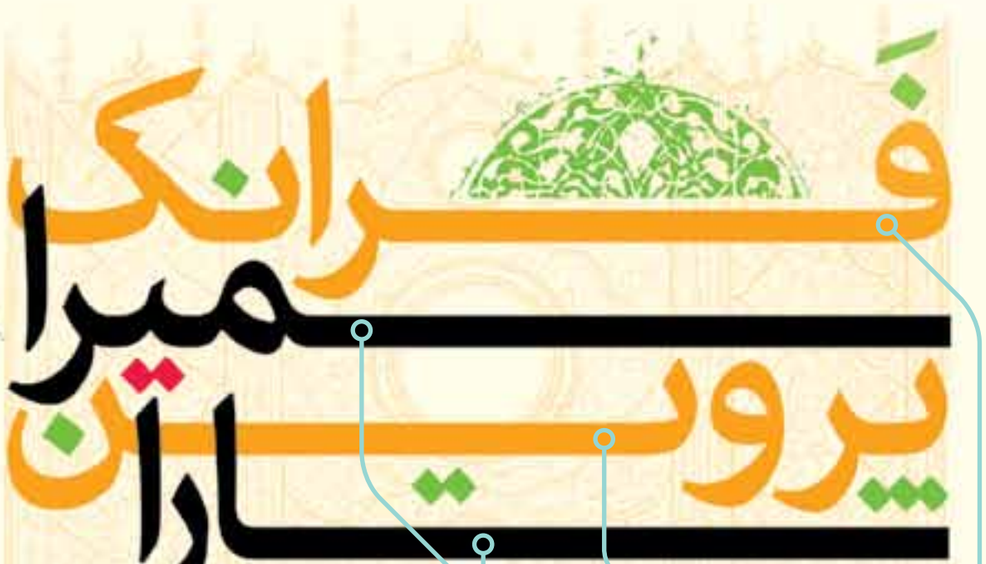
*** فقار جمع فقره و به معنی مهره‌های کمر است. گفته شده است که روی تیغهٔ این شمشیر نقش‌های برجسته‌ای شبیه مهره‌های کمر وجود داشته و به این سبب آن را ذوالفقار می‌گفتند. در روایات آمده است که وقتی در جنگ اُحد شمشیر حضرت علی(ع) شکست، پیامبر این شمشیر را به ایشان هدیه کرد. همچنین در روایات آمده است که ذوالفقار چون یادگاری گران‌بها در خاندان ولایت به ارث می‌رسید و اکنون نزد حضرت صاحب‌الزمان(عج) است.**

منبع: برگرفته از کتاب سنن‌النبی، نوشتهٔ علامه سید محمدحسین طباطبایی(ره)

به زیبایی پَر

عادل اشکبوس

نام‌های دخترانه با ریشه‌های فارسی، ترکی و عبری



به معنی پروانه است و در شاهنامهٔ فردوسی نام مادر فریدون، پادشاه پیشدادی و همسر آبتین است.
فرانک بُدَش نام و فرخنده بود
به مهر فریدون دل آگنده بود

از پیوند « پَر+وین»؛ یعنی دختری زیبا به سفیدی، ظرافت و زیبایی پر. واژه وین در کردی شمالی هنوز به معنی «مانند» کاربرد دارد. این نام یادآور شاعر توانا و شیرین سخن ایرانی پروین اعتصامی است. شگفت آن است که دارندگان این نام اغلب از بانوان توانای ایرانی هستند.

نامی جهانی با ریشهٔ عِبری است. به معنی شاهزاده. در کتاب‌های لغت دربارهٔ معنی این نام هم‌اندیشی نیست. در فرهنگ‌های لغت به معانی خالص، صاف و ناب آمده است.
چه حاصل زان که دانی کیمیا را
مس خود را نکردی زر سارا

شکل یونانی‌شدهٔ نام آکادی «سَمّور-آمات» است که «هدیهٔ دریا» معنی می‌دهد. سمیرا نام فرمانده جنگجوی بابل بوده است. اغلب سمیرا را نامی عربی می‌پندارند، اما در هیچ کشور عربی این نام به کار نمی‌رود. در عربی نام «سَمیرة» به معنی دختر افسانه‌گوی شب به کار می‌رود.
برخی سمیرا را «دختر کوچک سبزه رو» یا « دارای پوست گندمگون » معنی می‌کنند، اما در این صورت باید « سُمَیراء» بر وزن فُعَیلاء و مانند حُمَیراء خوانده شود نه سَمیرا. سمیرا کوتاه شدهٔ «سِمیرامیس » است؛ یعنی ملکه زیباروی بابل که شاه آن سرزمین به افتخار او باغ‌های معلّق بابل را ساخت.
ملکهٔ افسانه‌ای (حدود سال ۸۰۰ ق‌م) که به مدت هشت سال فرمانروای بابل بود. برخی تاریخ‌دانان می‌گویند که سمیرامیس ایرانی بود.
سمیرامیس از زندگی در بابل به ستوه آمده و بابل برای او خسته کننده شده بود. همسرش برای رفع اندوه او با قدرت بی‌اندازه‌ای که داشت دستور داد بنایی را در کرانهٔ رود فرات بسازند.

متخصص قلب‌های آهنی

عشق ماشین‌ها می‌روند رشتهٔ «مکانیک خودرو» تا با انواع و اقسام ماشین‌ها آشنا شوند. می‌گویند در هر جای دنیا که باشی می‌توانی یک جعبه در دست بگیری و کار کنی، تویی و جعبه ابزارت و یک دنیا ماشین.

معرفی رشتهٔ مکانیک خودرو

تهمینه حدادی
عکس: اعظم لاریجانی

مدرسهٔ مکانیک یک کارگاه بزرگ دارد. توی آن پر است از ماشین، موتور ماشین و حتی اگزوز کنده شده.
برای آنکه بشود از دم و دستگاه‌های موتور ماشین سر در آورد آن را به پریز برق وصل می‌کنند تا روشن شود.
تخته و نیمکت‌ها را هم گذاشته‌اند وسط همین کارگاه و آقای معلم هم درس عملی می‌دهد، هم نظری.
توی این مدرسه تو همان لباس‌هایی را می‌پوشی که مکانیک‌های واقعی می‌پوشند. وقتی درس خواندن را شروع می‌کنی نزد تمام فامیل و دوستان، محبوبیت خاصی پیدا می‌کنی. از آن به بعد سر تو دیگر در انواع و اقسام موتورهاست تا عیب آنها را پیدا و برطرف کنی. وقتی فقط با گوش کردن به صدای موتور، ایراد آن را حدس زدی، مثل یک متخصص قلب سرت حسابی شلوغ خواهد شد.

این ویژگی را دارید:

- آشنایی اولیه با ماشین

شما اگر قبل از تحصیل با ماشین‌ها آشنا نباشید نمی‌توانید در این رشته موفق شوید.

- سلامت جسمانی

سکوی پرش ...

محمدجواد خسروی و محمدسجاد عسگری هر دو دانش‌آموز رشتهٔ مکانیک هستند. آنها می‌گویند عده‌ای خیال می‌کنند که بچه تنبل‌ها به این رشته‌ها می‌آیند، اما محاسبات فنی در این رشته خیلی مهم است و در همهٔ کشورها کارهای فنی یک تخصص مهم محسوب می‌شود و مثل یک سکوی پرش، فرصت پیشرفت ایجاد می‌کند. وقتی با مکانیک خودرو آشنا باشی می‌توانی تندتند ترقی کنی و به تعمیر موتور هواپیما و کشتی هم بپردازی.

چه درس‌هایی می‌خوانید؟

- محاسبات فنی
- کارگاه‌های فنی
- تکنولوژی مولد قدرت
- تکنولوژی دیزل
- رسم فنی تخصصی

و ...

چه چیزهایی را یاد می‌گیرید؟

- تنظیم موتور سیکلت
- تنظیم موتور و کاربراتور یا انژکتور
- تعمیر گیربکس
- تعویض صفحه کلاج
- تعمیر شیشه بالابر
- تعویض شیشه بغل و شیشه جلو

و صد البته انواع موتور، انواع شاسی‌های ماشین، انواع سپرها و سیستم برق رسانی.

امتحان پایان ترم چه شکلی است؟

محمدجواد می‌گوید یک موتور ماشین را می‌گذارند جلویمان و از ما می‌خواهند عیبش را پیدا کنیم. ممکن است یک قطعهٔ ریز از آن را برداشته باشند و امتحان ما این باشد که سر در بیاوریم آن قطعه چیست.

می‌توانید در این رشته‌ها ادامه تحصیل دهید:

- مکانیک جامدات
- مکانیک سیالات
- مکانیک موتورهای دریایی و...

*با تشکر از هنرستان فنی قدس، منطقه ۶

چراغ روشن

حسین امینی پویا

یا اَیُّهاَ النَّبیُ انّا ارسَـلناکَ شاهداً و مُبشراً و نَذیراً و داعیاً الی الله و سراجاً مُنیراً [احزاب؛ ۴۵و ۴۶]

«تو را به رسـالت فرسـتادیم تا گواه باشی و خوبان را به رحمت‌الهی مژده دهی و بَدان را از عذاب خدا بترسـانی و به اذن حق، خلق را به سـوی خـدا دعوت کنی و چراغ فروزان عالم باشی.»

سراج به معنی چراغ و منیر به معنی درخشان است. خداوند بزرگ در این آیه پیامبر اسـلام (ص) را چراغی روشن‌بخش معرفی می‌کند. محمد (ص) آن چراغ تابان و پر نوری است که راه زندگی را به نور علم و آگاهی روشن می‌سازد.

جالب اسـت بدانید در قرآن مجید تنها چهار بار واژهٔ سراج آمده که در سـه مورد به معنی خورشـید اسـت _ از جمله در سورهٔ نوح، آیهٔ ۱۶ _ آری، وجود پیامبر(ص) نیز همچون خورشید تابانی است که تاریکی‌های جهل و شرک و کفر را از افق آسمان روح و جان انسان‌ها می‌زداید.

هم چنان‌که تاریکی مایهٔ وحشت و اضطراب است و نور باعث آرامش و امنیت و نور خورشـید عامل رشد گیاهان، پرورش گل‌ها، رسیدن میوه‌ها و خلاصه سبب تمام فعالیت‌های حیاتی است، وجود پیامبر (ص) نیز مایهٔ آرامش، پرورش و رشد روح ایمان و اخلاق و مایهٔ حیات و حرکت است

دوستان نوجوان

زندگی زیبا و رفتارهای پیامبر مهربان ما، راه درست رسیدن به خداسـت. خوشبختانه شـیوهٔ رفتاری پیامبر (ص) ثبت و یادداشت شده و در کتاب‌هایی به چاپ رسیده و در دسترس ماسـت. در طول تاریخ بشر کمتر انسانی را پیدا می‌کنیم که مانند پیامبر(ص) جزئیات زندگی‌اش این گونه روشن، بیان و ثبت شـده باشد؛ چگونگی خوردن و آشامیدن، غذاهای مورد علاقـه، نوع تفریح، زمان و شـکل خوابیـدن، جنگیدن، نماز خواندن، نوع پوشـش، رنگ‌های مورد علاقه، شیوهٔ نشستن و راه رفتن و حتی شوخی‌ها.

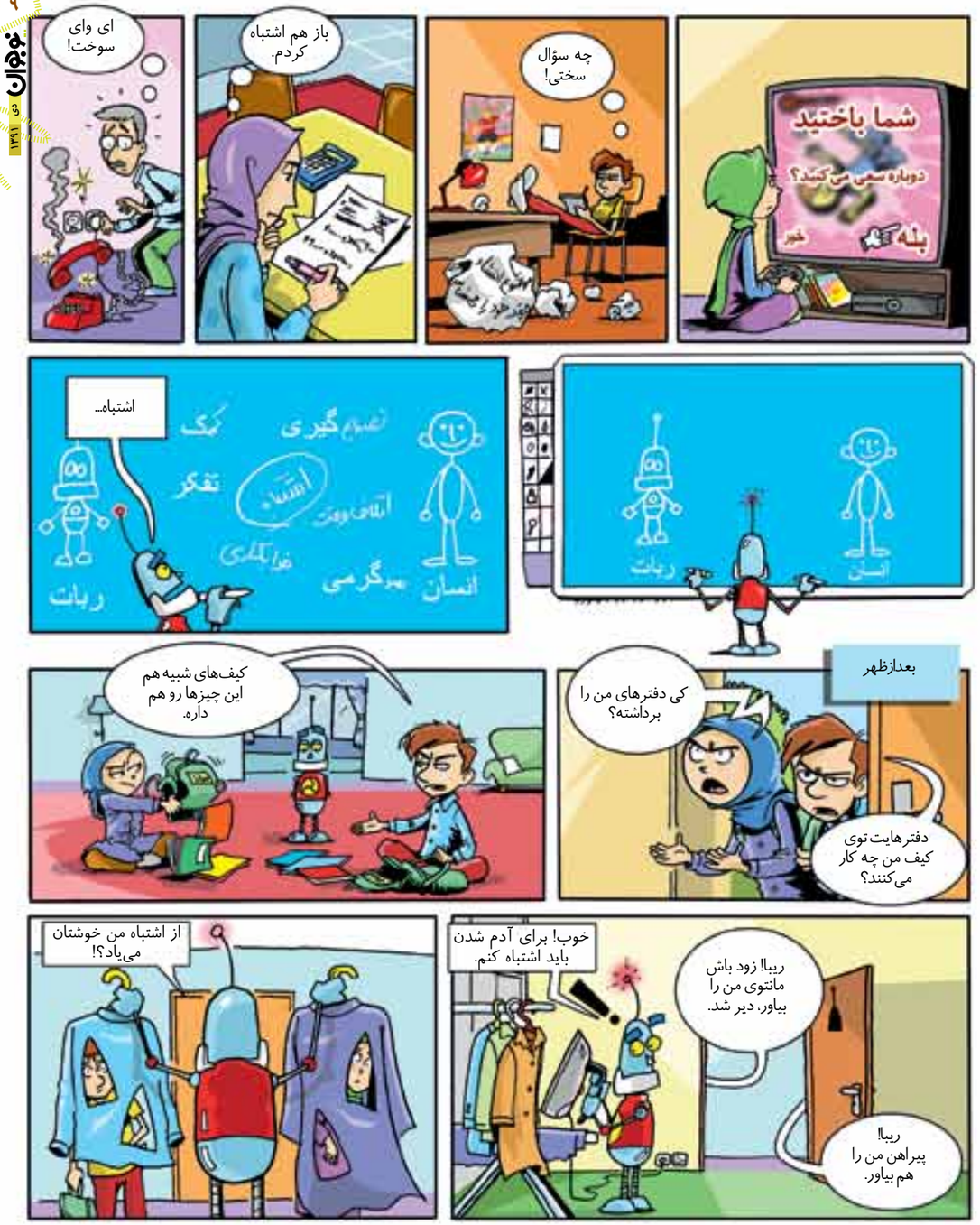
خداوند بزرگ او را پسندیده، برگزیده، تربیت کرده و برانگیخته است تا ما را از گمراهی و جهل و ستم و زشتی برهاند.

شناختن و عمل به شیوهٔ رفتاری پیامبر(ص) راه درست زیستن اسـت و موجب رستگاری و خوشبختی در دنیا و آخرت. این چیزی اسـت که قرآن به روشنی بیان کرده است: «آنانی که از فرسـتادهٔ خدا [محمد(ص)] پیـروی می‌کنند پیامبری که به نیکی فرمانشـان می‌دهد و از ناشایست بازشان می‌دارد و چیزهای پاکیزه را بر آنها حلال کرده و چیزهای ناپاک را حرام و بار سـنگینی را از دوششـان بر می‌دارد و قید و بند آنان را می‌گشـاید، پس کسـانی که به او ایمان آوردند و حمایت و یـاری‌اش کردند و از نوری که با او نازل شـده(قرآن) پیروی نمودند آنها رستگارانند.» [اعراف؛۱۵۶]

دنیای جدید ریبا!

ابراهیم اصلانی

تصویرگر: سام سلماسی



یک ماه بعد
عجب دریبلی می‌زنه این نیما و حالا ...
و حالا ریبا شوت می‌کند.
نیما! دو هفته از پول توجیبی خبری نیست.
ریبا! تو هم باید دو هفته ظرف‌ها را بشوری.
چند روز بعد
خدا شانس بده! چارلی برای خنگ بازی‌هاش پول می‌گرفت ولی ما جریمه می‌شیم.
ریبا! تو هم تازگی‌ها دست‌وپاچلفتی شده‌ای.
ناسلامتی تو یک رباتی و برنامه‌هایت حساب‌شده‌است.
ولی شما انسان‌ها هم اشتباه می‌کنید.
من که نه! ولی سارا زیاد اشتباه می‌کند.
اشتباهات انسان‌ها به خاطر محدودیت‌ها و نادانسته‌هایشان‌است.
حالا وقتشه که شیرفهمت کنیم
چی‌چی فهم؟
ما گاهی اشتباه می‌کنیم چون محدودیت‌هایی داریم؛ مثلاً چشم انسان ممکن است چیزی را نبیند یا پای انسان سر بخورد و نتواند تعادلش را حفظ کند.
بعضی وقت‌ها هم چیزی را نمی‌دانیم یا کم می‌دانیم. مثل وقتی که در محاسبات اشتباه می‌کنیم.

البته نوع دیگری از اشتباهات هم بین شما انسان‌ها رایج است...
امیدوارم اینها را یادنگیری.
چرا؟ اتفاقاً بد نیست. ممکن است به دردش بخورد!
خوانندگان عزیز اشکال از نویسنده است لطفاً به گیرندهٔ خود دست نزنید
ریبا! چه شده؟
اینجا من باید نتیجه‌گیری می‌کردم، اما چون قرار است دیگر نصیحت نکنم، نویسنده حالم را گرفت.
تو رباتی و محدودیت‌های ما را نداری ...
انسان‌ها مثل میوه‌های کال هستند. طول می‌کشد تا کامل شوند.
گاهی شما کارهایی می‌کنید که من سر در نمی‌آورم.
مثل نیما که سلطان نمره‌های صفر بود اما پارسال توانست ضعف‌های ریاضی‌اش را جبران کند.
یا سارا که با دوستش قهر بود، ولی وقتی او به شهر دیگری رفت، کلی برایش گریه کرد.
آدم‌ها گاهی جدی هستند و گاهی نه. گاهی درست و منطقی عمل می‌کنند و گاهی هم اشتباه. اما آدم‌های خوبی مثل ما سعی می‌کنند خودشان را کامل کنند.
وقت کردید، کمی از خودتان تعریف کنید!

داستان ماه

حساب سرانگشتی!

نوشتهٔ مارتین آئور* ترجمهٔ بهمن هدایت‌پور

تصویرگر: مجید صالحی

روزی مردی دانشمند گذرش به روستایی افتاد که اهالی آن به حسابگری معروف بودند؛ چون دیر وقت بود شب را در خانهٔ یکی از روستاییان اقامت کرد. صبح روز بعد متوجه شد که در روستای آنها چاه آب وجود ندارد. هر روز کلهٔ سحر، اهالی روستا تعدادی ظرف‌های خالی را بار الاغ‌هایشان می‌کردند تا بروند از رودخانه‌ای که یک ساعت تا روستای آنها فاصله داشت آب بیاورند.

مرد رو کرد به کشاورزی که شب را در خانهٔ او گذرانده بود و پرسید: «به جای اینکه این راه طولانی را هر روز یک ساعت بروید و یک ساعت هم برگردید، بهتر نیست آب خود را از همین روستا تأمین کنید؟»

کشاورز گفت: «البته که بهتر است. هر روز دو ساعت از وقت خرم و پسرم که خر را می‌راند، صرف آوردن آب می‌شود. اگر خر را با پسر مساوی فرض کنیم، با یک حساب سرانگشتی هر سال ۱۴۶۰ ساعت نیروی کار هدر می‌رود. در حالی که اگر خر نازنینم و پسرم این مدت را صرف کار در مزرعه می‌کردند و به طور مثال کدوتنبل می‌کاشتند، هر سال ۴۵۷ کدوتنبل اضافی برداشت می‌کردم.»

مرد گفت: «می‌بینم که از حساب و کتاب خیلی خوب سر در می‌آوری. چرا برای آوردن آب به روستا کانال نمی‌زنید؟»

کشاورز جواب داد: «به این راحتی که فکر می‌کنی نیست. بین رودخانه و روستای ما تپه‌ای هست که برای کندن کانال باید آن را از سر راه برداریم. با یک حساب سر انگشتی، اگر خرم و پسرم به جای آوردن آب از رودخانه شروع به کندن کانال کنند، با دو ساعت کار در روز، پانصد سال طول می‌کشد. من که دیگر پیر شده‌ام. خیلی عمر کنم سی سال دیگر زنده‌ام و امکان ندارد آن روز را ببینم. پس برای من آوردن آب از رودخانه به صرفه‌تر است.»

– مگر کندن کانال فقط وظیفه توست؟ این همه خانواده در این روستا زندگی می‌کنند!

– حق با شماست، دقیقاً صد خانواده در این روستا زندگی می‌کنند. اگر هر خانواده دو ساعت در روز یک خر و یک پسر را برای کندن کانال بفرستد، پنج سال طول می‌کشد.

– پس چرا به همسایه‌ها پیشنهاد نمی‌کنی آستین‌ها را بالا بزنید و کندن کانال را با هم انجام بدهید.

– خوب، اگر من بخواهم با یکی از همسایه‌ها دربارهٔ موضوع مهمی حرف بزنم، آداب خاصی دارد. باید به خانه دعوتش کنم، با چای و حلوا از او پذیرایی کنم، از اوضاع آب‌وهوا حرف

بزنم، از محصول و کشت و کارش بپرسم و کم‌کم حرف را بکشانم به خانواده‌اش و بگویم پسرهات چطورند، دخترهات چطورند، نوه‌های خوشگلت چه‌کار می‌کنند و همین‌طور الی آخر. بعد دیگر هوا تاریک می‌شود و باید شام بخوریم. بعد از شام دوباره بساط چای را روبه‌راه می‌کنم و آن‌وقت نوبت او می‌شود که از اوضاع مزرعهٔ من و حال و احوال خانواده‌ام و غیره جویا شود. بعد از همهٔ اینها، عاقبت خیلی نرم و آهسته باید موضوع اصلی؛ یعنی کندن کانال را با او در میان بگذارم. با این حساب برای صحبت با هر همسایه یک روز کامل وقت لازم است. همان‌طور که گفتم ما صد خانواده‌ایم؛ با یک حساب سرانگشتی، ۹۹ روز طول می‌کشد تا منظورم را به تک‌تک همسایه‌ها حالی کنم. باید قبول کنی که من نمی‌توانم ۹۹ روز پشت سر هم کارم را رها کنم و با همسایه‌ها جلسه بگذارم. اگر این کار را بکنم تمام محصولم از بین می‌رود. بهترین کار این است که هر هفته یک همسایه را برای طرح موضوع کانال به خانه دعوت کنم؛ چون هر سال ۵۲ هفته است، حدود دو سال طول می‌کشد تا موضوع را به تمام همسایه‌ها بگویم.

همسایه‌های من آدم‌های حسابگری هستند و با شناختی که از آنها دارم، در نهایت قبول خواهند کرد که کندن کانال و آوردن آب به روستا چیز خوبی است. من آنها را خیلی خوب می‌شناسم. شک نداشته باش که بالاخره خواهند گفت اگر بقیه همکاری کنند آنها هم کمک خواهند کرد. بنابراین بعد از دو سال باید دوباره شروع کنم به دعوت کردن همسایه‌ها تا بگویم فلانی و فلانی قول همکاری داده‌اند شما هم قبول کنید.

مرد دانشمند گفت: «زحمتش زیاد است. اما این طوری لااقل بعد از چهار سال می‌توانید کندن کانال را شروع کنید و یک سال بعد از شروع حفاری هم کانال را تکمیل کنید.»

کشاورز گفت: «هنوز یک موضوع پیچیده باقی مانده است. هر آدم عاقلی می‌داند که وقتی کانال کنده شد، همه از آن برداشت خواهند کرد، چه آنهایی که همکاری کرده باشند و چه آنهایی که همکاری نکرده باشند.»

مرد دانشمند گفت: «همین‌طور است. حتی اگر بخواهید نمی‌توانید در سرتاسر کانال نگهبان بگذارید و دیگران را از برداشتن آب منع کنید.»

کشاورز گفت: «مشکل همین‌جاست. آنهایی که از زیر کار شانه خالی کرده‌اند، به اندازهٔ آنهایی که زحمت کشیده‌اند، مفت و مجانی از آب برداشت خواهند کرد.»

– راستش عقل من به اینجا قد نداده بود.

– بله مهمان عزیز، مشکل که یکی‌دوتا نیست؛ چون همه اهل حساب و کتاب هستند، به بهانه‌های مختلف از کارشان خواهند زد. یک روز خواهند گفت؛ خرشان می‌لنگد. روز بعد یکی از افراد خانواده‌اشان سرما خواهد خورد. یک روز هم زنشان مریض خواهد شد و پسر و خرشان را برای آوردن دکتر به شهر خواهند فرستاد و همین‌طور الی‌آخر. به این ترتیب چون همهٔ ما آدم‌های حسابگری هستیم، خوب می‌دانیم که وقتی کار شروع شود عدهٔ زیادی مریض و علیل مصلحتی خواهیم داشت. برای همین هیچ کدام حاضر نیستیم خر و پسرمان را برای کندن کانال بفرستیم.

مرد دانشمند گفت: «تسلیم! باید اعتراف کنم دلایل شما خیلی قانع کننده‌اند.» آن گاه به فکر فرو رفت و پس از مدتی ناگهان با صدای بلند گفت: «راستی! دو روز قبل از اینکه به روستای شما برسم، آن طرف کوهستان روستای سرسبزی دیدم که قبلاً عین همین مشکل را داشتند. اما از بیست سال پیش کانال کنده‌بودند.»

کشاورز گفت: «این‌طور که می‌گویی، احتمالاً آدم‌های ساده‌ای

پی‌نوشت
* Martin Auer

غریب آشنا

زیر نظر بابک نیک‌طلب

مثل خاک تشنه

قطره‌قطره آسمان چکید
سبز شد زمین ...
گلی شکفت.
مثل خاک تشنه
مثل غنچه‌ها
آب هم سلام بر حسین(ع) گفت!
باز حرف ظهر و تشنگی
حرف آفتاب می‌شود
آه! تا همیشهٔ خدا
ابر از خجالت آب می‌شود ...

مریم هاشم‌پور

غریب آشنا

پیش تو غریب آشنا آمده‌ایم
هم با هم و هم جدا آمده‌ایم
اینجا همه چیز هست و چیزی کم نیست
زیرا به زیارت رضا(ع) آمده‌ایم
سلام ای امامی که نامت
کلام دل آسمان‌هاست
سلام ای بهاری که سرسبز
به مهرت کران تا کران‌هاست
تو پایان شام سیاهی
تو آغاز صبح سپیدی
پناهی تو در بی‌پناهی
امیدی تو در ناامیدی
کنار تو آرامشی هست
که در هیچ جای جهان نیست
کم و بیش اگر خواهشی هست
به غیر از تو ای مهربان نیست
به سوی تو می‌آیم ای دوست
که با هر غریب آشنایی
مرا غرق در روشنی کن
تو خورشید خورشیدهایی

بابک نیک‌طلب

رمزِ لحظه

یک درخت می‌تواند
شاخه‌های سبز خود را
در هوا بگستراند

یک پرنده می‌تواند
روی شاخه دم بگیرد
از جوانه‌ها بخواند

من چگونه می‌توانم
در حیاط شاد خانه
سرد و بی‌صدا بمانم؟

من چگونه می‌توانم
راز فصل را نفهمم
رمز لحظه را ندانم؟

مهدی مرادی

مهربانی خدا

صبح زود
روی برگ گل
بلبلی ترانه‌ای سرود
دست‌های هر درخت
رو به آسمان
دراز بود
آب و خاک و باد
در نماز بود
ناگهان
من پر از دعا شدم
چون کبوتری
در آسمان رها شدم
آسمان توی چشم من نشست
من پر از
مهربانی خدا شدم.

مریم زرنشان

تصویر گر: مریم طباطبایی

بازی با دشمن

لحظه‌هایی با سردار شهید مهدی باکری

قسمت چهارم

حبیب یوسف‌زاده/ تصویرگر: علی محمدی، محمد طحانی

زابـــل

بهشت باستان شناسان

زهره کریمی
عکس: هاتف همایی

کوه خواجه

تنها بلندی دشت سیستان است که بالای آن معبد و کاخ عظیمی متعلق به دورهٔ اشکانیان و ساسانیان قرار دارد. این بنا برای زرتشتیان، مسیحیان و مسلمانان مقدس بوده است.

در گذشته به آن سیستان یا نیمروز می گفتند. نیم‌روز معادل فارسی «نصف‌النهار» در زبان عربی است. در گذشته این منطقه برای منجمان یک مبدأ گاه‌شماری محسوب می‌شد و همان نقشی را داشت که امروز نصف‌النهار گرینویچ در لندن دارد. فردوسی در شاهنامه از آن به زابلستان یاد می کند. زابل مهد داستان‌های حماسی و زادگاه بسیاری از پهلوانان شاهنامه، همچون رستم، زال و سهراب بوده است. هوای گرم و خشک این ناحیه موجب وزش بادهای ۱۲۰ روزه‌ای است که باعث شده آسیاب‌های بادی زیادی در آنجا ساخته شود. هنوز بعد از قرن‌ها آثاری از این آسیاب‌ها به جا مانده.

از سوغات زابل می‌توان به قالی، قالیچه، گلیم پشمی و حصیر اشاره کرد. فرخی سیستانی(قصیده‌سرای قرن ۴و ۵ ق) و یعقوب لیث صفاری از جمله بزرگان زابل بوده‌اند.

زابل آثار باستانی زیادی در دل خود دارد. به‌طوری که باستان‌شناسان به آن بهشت باستان‌شناسان می گویند.

آرامگاه بی‌بی‌دوست

ورود به این زیارتگاه برای آقایان ممنوع است. مقبره متعلق به خواهر سیداقبال از شاگردان جامی، شاعر نامی ایران است.

قلعه‌مچی

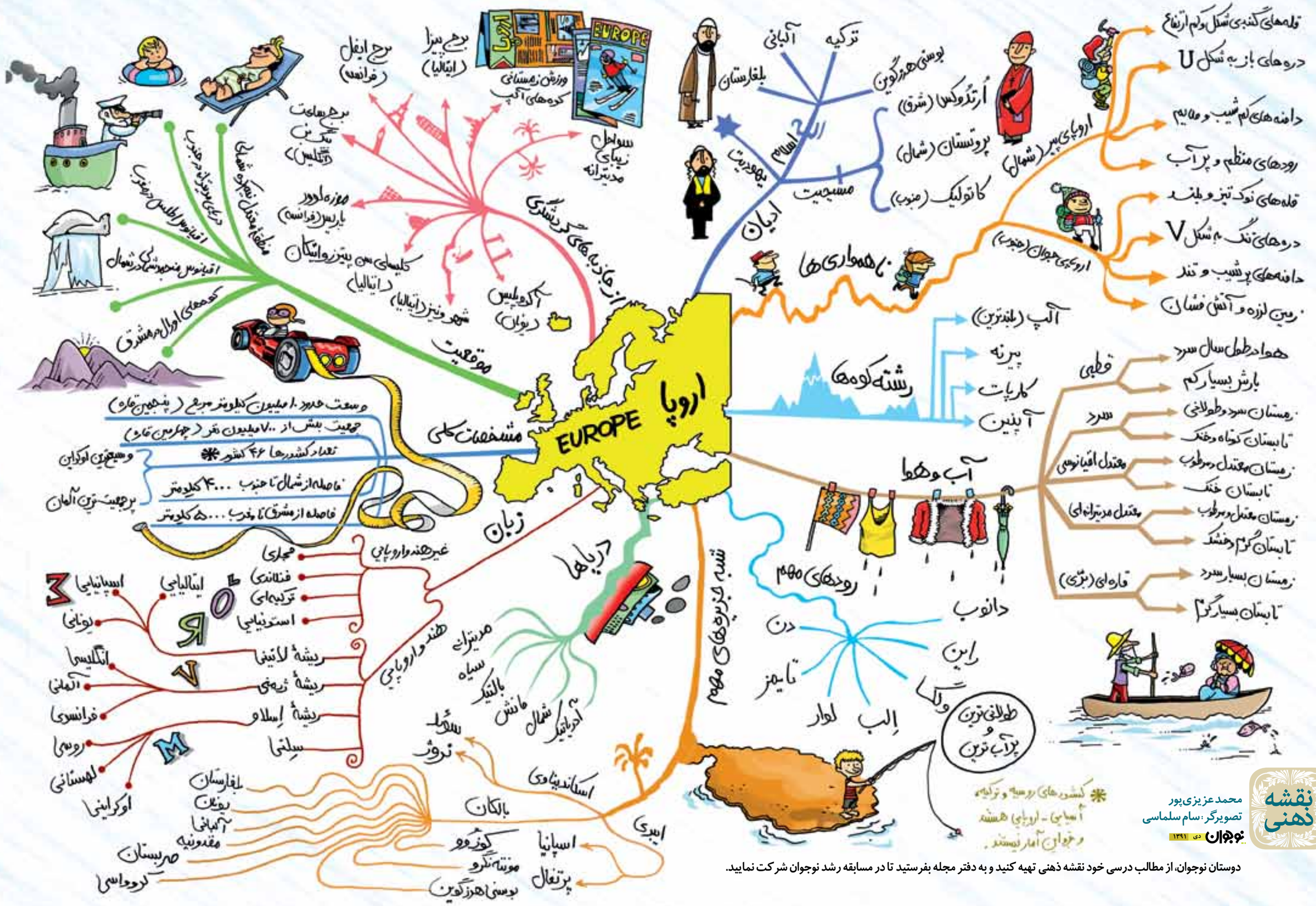
مچ در گویش محلی به معنی خرماست. این بنا مربوط به دورهٔ صفویه است. به دلیل وجود نخلستان‌های فراوان در این اطراف به این نام شهرت یافته است.

شهر سوخته

باپنج‌هزارسال قدمت از قدیمی‌ترین شهرهای جهان است؛ .چون دو بار در طول تاریخ آتش گرفته، شهر سوخته لقب گرفته است. در عصر مفرغ پایتخت بوده. اولین خط کش جهان به طول ده سانتی‌متر، اولین جراحی مغز، اولین کارگاه تولید کفش و پارچه و اولین چشم مصنوعی همگی نشان از پیشرفت و شکوه این شهر در قدیم دارد.

دهانهٔ غلامان

مقر حکومتی مربوط به زمان هخامنشیان. به دلیل نگهداری بردگان در این محل، به دهانهٔ غلامان یا دروازهٔ بردگان معروف بوده است.



نقشه ذهنی

محمد عزیزی پور

تصویرگر: سام سلماسی

نوجوان دی ۱۳۹۱

دوستان نوجوان، از مطالب درسی خود نقشه ذهنی تهیه کنید و به دفتر مجله بفرستید تا در مسابقه رشد نوجوان شرکت نمایید.

زنگ تفریح

علیرضا لبش

خاطرات یک مداد

شنبه

امـروز مرتب و منظـم با لباس نـو و نوکِ تیز، پشـت ویترین مغازهٔ لوازم تحریر می‌درخشیدم. شـما هیچ‌وقت مداد نبوده‌اید که بفهمید داشتن نوک تیز چـه حالی دارد. منتظر بـودم تا اولین دفتری را که به نوکم رسـید، حسابی سیاه کنم. یـک دانش‌آموز کثیف کـه آب بینی و دهانش آویزان بود از در مغازه وارد شـد. اول فکر کردم مریض است. بعد گفتم احتمالاً زیبایی من دهانش را آب انداخته. جوری به من نگاه می‌کرد که انگار دفعهٔ اولش است یک مداد خوشگل را از نزدیک می‌بیند. با نگاهش می‌خواست مرا بخورد، اما به اشتباه مرا خرید.

یک‌شنبه

این دانش‌آموز مثـل اینکه واقعاً هاری دارد. مثل یک سـنجاب هار چنان مرا به نیش کشیده است که جای دندان‌هایش روی بدنم زق زق می‌کند. مگر من خیارم که این‌طور مرا می‌جَوی. نجو عزیزم. مگر تو موشـی یا سنجابی؟ تمام سرم تف مالی شده و جای دندان‌های این هیولا روی سرم مانده است.

دوشنبه

دانش‌آموز عزیز لطفاً فشـار نده. نـوک من از کربن ساخته شده نه آهن. اگر به نوک عقاب هم این‌قدر فشار بیاوری می‌شـکند چه برسد به نوک نحیف و ضعیف من. لطفاً فشـار نده، خودم می‌نویسم. لااقل به این دفتر رحم کن. تمام تنش زخمی شده. فشار نده عزیزم. فشار نده می‌شکند. آهان خوب شد، نوکم شکست؟ حالا هی بتراش، هی بتراش. بسه. مگر من مته‌ام. مگر می‌خواهی کجا را سوراخ کنی که این‌قدر نوکم را تیز می‌کنی. من مدادم. افزار نوشتن نه ابزار جنگی.

سه‌شنبه

امروز دانش‌آموز با یکی از هم‌کلاسـی‌هایش سر کلاس درس حرفشان شد و قرار دعوا را برای زنگ آخر گذاشتند. وقتی زنگ خورد، دانش‌آموز در حالی که می‌لرزید مرا مثل یک شمشیر در دستش گرفته بود. آخر من قرار بود به جنگ بی‌سوادی بروم. قرار بود فقط بر صفحهٔ کاغذ بنویسم. به او گفتم مرا در کیفت بگذار و مثل بچهٔ آدم به خانه برو. خدا پدر و مادر این آقای ناظم را بیامرزد. اگر پیدایش نمی‌شد معلوم نبود چه بلایی سرم می‌آمد. شاید الان گوشهٔ زندان بودم یا شاید داخل جوی آب.

پنج‌شنبه

اصـلاً فکر نمی‌کردم روزی برسـد کـه مجبورم کنند روی نیمکت و دیوار مدرسه یادگاری بنویسم. همیشه فکر می‌کـردم این کارها فقط از مدادهای بی‌فرهنگ و بی‌تربیت برمی‌آید. من مجبور بودم، دست خودم نبود. امیـدوارم مدادهایی که در آینده بـه دنیا می‌آیند مرا درک کنند و در مورد من فکر بد نکنند.

چهارشنبه

امروز سـر کلاس دانش‌آموز مرا داخل گوشش فـرو می‌کرد. هی در گوشـش داد مـی‌زدم بچه مـن مگر گوش پاک کنم، الان پردهٔ گوشـت پاره می‌شـود. گوشـش بدهکار نبود. حتماً باید معلم دعوایش می‌کرد تا مرا از گوشـش بیرون بیاورد. شانس آوردم که فقط مرا در گوشش فرو کرد، اگر در سـوراخ بینی‌اش فرو می‌کرد آبرویم پیش بقیهٔ مدادها می‌رفت.

جمعه

آن‌قدر مرا تراشید و تراشید و آن‌قدر از دستش حرص خوردم که تمام قدم آب رفت. الان شـده‌ام یک مداد کوچک. ما مدادها اول که به دنیا می‌آییم جوان و کاملیم. کـم کم کوچک و کوچک‌تر می‌شـویم تـا دیگر دیده نمی‌شویم. حالا من یک ته مداد شده‌ام، بنابراین به بقیه دوستان ته مدادم در زیر نیمکت پیوستم تا لحظه‌های آخر عمر را با خوبی و خوشی بگذرانم. البته توقع ندارم که شما باور کنید!

اگر اینها در کلاس ما بودند...

علی زراندوز

کلاه قرمـزی: موقعی که یک دسـته گل بـزرگ به آب می‌دادیـم و مدیر می‌خواسـت پرونده‌مـان را بزنـد زیر بغلمان، کلاه قرمزی جوری با لحن جگرِ آب‌کن و گردن کج شده می‌گفت: (لطفاً با لحن کلاه قرمزی خوانده شود!): آقای مدیر ... حالا شما به بزرگواری خودتون ببخشید! با سفارش او، اخراج، به نوشتن یک صفحه جریمه تبدیل می‌شد!

پسرخاله: معلم‌ها هر روز با کلاس خالی ما مواجه می‌شدند چون پسر خاله مرتب ما را می‌برد بیرون برای هل دادن تریلی خراب شـده وسـط چهارراه، ردکردن اهالی خانهٔ سـالمندانِ کنار مدرسـه از خیابان، خوردن کیک‌های فاسـد شده «آقای‌مربی» و بردن نفت برای مدرسهٔ بچه‌های روستاهای لب مرز.

ببعی: داسـتان چوپان دروغگو و تصمیم کبری را به کمک ببعی به زبان انگلیسی ترجمه و چاپ می‌کردیم و جایزه «هانس کریستین اندرسن» را به خانه می‌بردیم! تازه آشپزی همه‌مان هم در حد تیم ملی می‌شد و حتی از آشـپزی مامان‌ها ایراد می‌گرفتیم!

جیگـر: هـر وقت بـوی امتحـان به دماغ‌مان می‌خورد یکی از بچه‌ها آهسته از ته کلاس می‌گفت: «الاغ!» آن وقت بود که بـا داد و فریادهـای جیگر که می‌گفت:«من جیگرم ... من جیگرم!» نه تنها امتحانی گرفته نمی‌شد بلکه مدرسه هم تعطیل می‌شد!

فامیل دور: در طول سال تحصیلی تمام وقت کلاس به توضیحات جناب فامیل دور حذف می‌شـود دربارهٔ شعر« از در در آمـدی و مـن از خود بدر شـدم»، «آداب باز و بسـته کردن در»، انواع در از منظر درشناسی و افزودن بابِ «در» به گلستان سعدی می‌شد!

آقای همسـاده: وقتی بچه‌ها در حیاط مدرسـه صف می‌بستند، به جای آقای ناظم بـا آن سـخنرانی‌های تکراری و طولانی، آقای همساده را می‌فرستادیم تا بلندگو را بگیـرد و از خاطرات اولین روزی که به مدرسـه رفت و کتکی که زنگ اول همان روز از قلدرهای کلاس خـورد و دندان‌هایش کـه در دهانش ریخت بگوید. البته خاطرهٔ انفجار خودش و آزمایشگاه شیمی‌شان و حبس شدنش به جرم خراب کردن مدرسه هم که گل سرسبد خاطرات ایشان است و شنیدن صـد باره‌اش سـر صـف لطف خاص خودش را دارد!

خرس های ماهی فروش

ای آدم‌ها که در خانه نشسته، شاد و شنگولید... خرس‌های قطبی از گرما بیزارند و امروز از آن گریزی ندارند. خدا می‌داند چقدر دلشان هوای یخ در بهشت کرده‌است.

هر شب خواب یخچالی پر از یخمک می‌بینند و هر صبح می‌نشـینند و تکه‌های یخی نگاه می‌کنند که آب اقیانوس را خنک می‌کند.

خرسـی که بسـتنی می‌فروخت بایـد برود جیگرکی بزند.

دیروز یکی از آنها را دیدم که گرمازده شـده بود و فریاد می‌زد: «هوا بس ناجوانمردانه گرم است! دمت سرد و تنت یخ باد!»

خرس دیگری که تلوتلو می‌خورد، دست‌هایش را باز کرده بود و شـعر نامفهومی می‌خواند: قارقار! خبردار! کی‌خوابه و یکی بیدار؟! اسمم چیه؟ پنگوئـن! خونم کجاسـت؟ تو کلمن! یخچال من زیر درخت اسکیمو گم شده! سواد دارم؟ قـار قار! بی‌سـوادم؟ قارقار! پس من خرس قطبی نیستم؟

هفتهٔ پیش، دم ساحل خرس قطبی را دیدم که ماهی می‌فروخت تا با پولش برای بچه‌هایش یخ بخرد!

صابر قدیمی

مهدی فرج الهی

خواید آلودگی هوا

تصویر گر: میثم موسوی

برهمگان واضح و مبرهن است که آلودگی هوا خیلی خوب است و تاثیر بسیاری در زندگی بشریت می‌گذارد. گرم شدن کرهٔ زمین یکی از دستاوردهای بزرگ افزایش گازهای گلخانه‌ای در جو زمین است. دیگر زمستان‌ها مثل سابق سرمای زننده ندارد و کارتن خواب‌ها که روز به روز بر آمار آنها اضافه می‌شود از سرما یخ نمی‌زنند. همچنین سرمای کمتر؛ یعنی مصرف کمتر انرژی برای گرم‌شدن، پس در مصرف انرژی هم صرفه‌جویی می‌شود. تابستان‌ها گرم‌تر و گرم‌تر خواهد شد و ما هم به همین تناسب نیازمان به پوشیدن لباس کمتر می‌شود و این خودش نوعی صرفه‌جویی خواهد بود. صرفه‌جویی‌ها به اینجا ختم نخواهد شد چرا که در هوای آلوده دیگر نیازی به عینک دودی نیست و هوای آلوده، عینک دودی را مرخص می‌کند. اینها همه تنها گوشه‌ای از صرفه‌های اقتصادی آلودگی هواست. شاید مهم‌ترین هدیهٔ هوای آلوده، انواع تعطیلی‌هایی است که به ما هدیه می‌دهد. چون تقویم ما برگ‌های قرمز کم دارد، آلودگی هوا با افزودن تعطیلی به سبد خوش گذرانی‌های ما موجب رفع خستگی و صرفه‌جویی در مصرف انرژی می‌شود! همچنین با کوتاه کردن عمر ما کلی صرفه‌جویی‌های دیگر در پی دارد چرا که فرصت نمی‌کنیم خوردنی‌ها و پوشیدنی‌های بیشتری را در این دارفانی به بدن بزنیم. خلاصه هر جور به این موضوع نگاه کنیم فایده است.

برای همین باید بر خودمان لازم بدانیم که از دست‌اندرکاران آلودگی هوا کمال سپاس و تشکر را بکنیم. بنده به نوبهٔ خود از همین‌جا دست آنها را به گرمی می‌فشارم و به ایشان خسته نباشید می‌گویم.

من از باد صبا و ناتوانی دوستان زحمت‌کشم در عملیات تثبیت شن‌های روان کشور دوست و همسایه _ عراق_ کمال تشکر را دارم که هر از چند گاهی این نسیم فرح‌بخش به جای پیغام یار، گردو غبار برایمان به ارمغان می‌آورد.

اجر زحمت‌کشان عرصهٔ خودروسازی نیز محفوظ است که با وجود تلاش‌های بی‌نتیجه‌شان در رعایت استانداردهای جهانی خودرو، سهم عظیمی در ایجاد آلودگی هوا دارند.

از تولیدکنندگان و عرضه‌کنندگان بنزین پر از سرب، شهروندان تک‌سرنشین، سیستم‌های فوق‌پیشرفتهٔ حمل‌ونقل شهری، برادران و خواهران خیابان‌گرد که به شغل شریف دور زدن مشغول هستند و خلاصه از تمام کسانی که در این زمینه زحمات بی‌شماری می‌کشند سپاسگزارم.

در پایان بر خود لازم می‌دانم از زحمت‌کشانی که در اینجا از ایشان نامی نیامده است عذرخواهی کنم. این بود انشای من.

Winter

Mohammad Ali Ghorbani
Illustrator: Sam Salmassi

Winter Words PUZZEL

ویدا فغانی

خرس‌های بدون قطب

خـــرس قطبی که در ســـرزمین‌های یـــخ‌زدهٔ قطب زندگی می‌کند، بزرگ‌ترین جانور گوشت‌خوار خشکی است و حدود ۲۵ تا ۳۰ سال عمر می‌کند.

آنهـــا معمـــولاً از فک‌ها تغذیه می‌کنند، امـــا ماهی، مرغان دریایی، لاشهٔ حیوانات، تخم پرندگان و گاهی سبزیجات هم می‌خورند. بویایی خرس قطبی بسیار قوی است به طوری که می‌تواند بوی لاشـــهٔ نهنگ یا فُک مرده را از سی کیلومتری احساس کند.

خـــرس قطبی نـــر بالغ حدود ۲۶۰ ســـانتی‌متر قـــد و ۴۵۰ کیلوگرم و مادهٔ آن حدود دو متر قد و ۲۵۰ کیلوگرم وزن دارد. نکتهٔ جالب آنکه تولهٔ آن هنگام تولد چندان بزرگ‌تر از یک موش صحرایی نیست و فقط حدود نیم کیلوگرم وزن دارد. توله‌های خرس قطبی دندان ندارند و پوستشان بدون مو اســـت و به مراقبت مداوم مادرشان نیازمندند. وزن آنها پس از سه ماه که برای نخستین بار از لانه بیرون می‌آیند به ۱۳ کیلوگرم می‌رسد. شیر خرس قطبی نُه برابر پرچرب‌تر از شیر گاو است و سبب رشد سریع توله‌ها می‌شود.

خرس قطبی شـــناگر ماهری است و می تواند با سرعت ده کیلومتر در ساعت شنا کند. موهای میان تهی خرس قطبی او را در شـــنا کردن و همین طور در برابر سرمای قطب کمک می‌کند. خرس‌های قطبی پوســـتی چـــرب و ضخیم همراه با یـــک لایه چربـــی در زیر آن دارند. این پوشـــش آنها را در سرمای شدید که به ۳۰ درجه زیر صفر نیز می‌رسد، حفظ می‌کند. رنگ سفید پوست خرس قطبی به دلیل نبود رنگدانه در موهای آن اســـت. از این‌رو خرس‌ها کاملا ســـفید دیده می‌شوند و می‌توانند درمیان برف‌ها به راحتی مخفی شوند.

خرس‌های قطبی شناگران ماهری هستند. آنها مجبورند از قطعه‌هـــای یخ در حال حرکت عبور کننـــد. آنها در دریاها و کیلومترها دور از قطعه‌های یخ یا خشـــکی، در حال شـــنا دیده شده‌اند. پاهای خزدار بزرگ خرس‌های قطبی، پاروهای مناسبی برای شنا کردن هستند.

خرس‌های قطبی بیشـــتر وقت‌ها برای شکار فُک، در بالای سوراخی که فُک‌ها از آن برای نفس کشیدن استفاده می‌کنند، انتظار می‌کشـــند. هنگامی که فکی برای نفس کشیدن بالا می‌آید، خرس کاری می‌کند که نفس کشیدن یادش برود!.

خرس‌ها زندگی خود را بر روی یخ‌های دریایی می‌گذرانند و تمام سال را شکار می‌کنند. تنها خرس‌های ماده برای ساخت یک لانهٔ مناسب و به دنیا آوردن توله‌ها به ساحل می‌آیند. اما با افزایش دمـــا و گرمای جهان هر روز از تعداد یخ‌های مقاوم کاسته می‌شـــود و خرس‌ها مجبورند انرژی بسیاری برای شـــنا صرف کنند. وزن خرس‌های قطبی سال‌به‌ســـال کاهش می‌یابد، زیســـتگاه یخی آنها روز بـــه روز محدودتر می‌شود و اگر فکری برای جلوگیری از افزایش دمای زمین نشود، شـــاید در آینده‌ای نه‌چندان دور فقط عکسی‌هایی از آنها به یادگار بماند.

خواب خرس‌های قطبی سنگین نیست

خرس‌هـــای قطبی معمولا در مکان‌هایـــی به دور از باد مثل غارهای یخی به خواب زمستانی فرو می‌روند تا بتوانند دمای بـــدن خود را زمانی که دمای هوا به چندین درجه زیرصفر می‌رسد، حفظ کنند.

قلـــب خـــرس قطبـــی در زمان خواب زمستانی به کندی می‌تپد، بـــا این‌حال درجه حرارت بدن او کاهش نیافتـــه و بر خلاف تصور عموم کـــه خرس‌ها خواب عمیق زمستانی دارند،آنها می‌توانند به محض احســـاس خطر از خواب بیدار شوند.

نگران تربیت فرزندان

مـــادر فرزنـــدش را دعوا می‌کند و پس از تنبیـــه دوباره در آغوش می‌گیرد.

دوســـتداران طبیعـــت و محیط‌زیســـت در سراســـر دنیـــا نگران سرنوشـــت خرس‌های قطبی هســـتند. تـــا جایی‌که ۲۷ فوریه(۹اســـفند) از ســـوی انجمن بین‌المللی حمایت از خرس‌های قطبی «روز جهانی خرس قطبی» اعلام شده‌است.

منبع: National Geographic نوامبر ۲۰۱۲

داغ دل زمین

ترجمه: فاطمه مدیرفلاح

نقاطی که احتمال بروز زمین‌لرزه بیشتر است.

قدرت زمین‌لرزه را حتما در تلویزیون دیده‌اید و می‌دانید کشور ما جزو کشورهای زمین‌لرزه خیز دنیاست. زمین‌لرزه‌ها بی‌خبر می‌آیند و هیچ‌کس نمی‌تواند جلوی آنها را بگیرد.

خطر زمین‌لرزه همیشه وجود دارد و ما هنوز نمی‌توانیم پیش‌بینی کنیم زمین‌لرزه بعدی کجا و با چه شدتی اتفاق خواهد افتاد که وسعت خرابی زمین‌لرزه بستگی به میزان مقاومت ساختمان‌ها دارد. تجربیاتی که در طول ده‌ها سال در نقاط مختلف دنیا به دست آمده، اگر قبل از وقوع زمین‌لرزه اقدامات ایمنی لازم انجام گیرد در آن‌صورت کاهش خرابی‌ها را به‌دنبال خواهد داشت.

زمین‌لرزه چیست؟

به‌طور کلی می‌توان گفت زمین‌لرزه زمانی روی می‌دهد که صفحات زمین بر روی هم می‌لغزند. واژهٔ زمین‌لرزه از ریشه عربی زلزل به معنی لرزش است. در گذشته زمین‌لرزه را بومهن می‌نامیدند که برگرفته از بوم‌مثنه مرکب از بوم (زمین) + مثنه (حرکت) به معنی حرکت زمین است.

علت اصلی زمین‌لرزه، گرمای زیاد داخل کره زمین است. درون زمین بسیار داغ است و حرارت آن به پنج تا شش هزار درجه سانتی‌گراد می‌رسد. هرجا که حرارت باشد، حرکت هم هست. پس حرارت مرکز زمین به لایه‌های بالا منتقل می‌شود و آنها را به حرکت در می‌آورد. هرجا که لایه‌ها ضعیف‌تر و نازک‌تر باشند، شکستگی‌ها (گسل‌ها) پدید می‌آیند. در گسل‌ها احتمال وقوع زمین‌لرزه‌های بعدی بیشتر است.

انواع زمین‌لرزه

۱ زمین‌لرزه‌های تکتونیکی

این زمین‌لرزه‌ها بیشترین زمین‌لرزه‌هایی هستند که سالانه در جهان ثبت می‌شوند. حرکات صفحات تشکیل دهنده پوسته زمین عامل وقوع این زمین‌لرزه‌هاست.

۲ زمین‌لرزه‌های آتشفشانی

این زمین‌لرزه‌ها فقط در نواحی فعال آتشفشانی اتفاق می‌افتند و به انفجارهای آتشفشانی نیز معروف هستند.

۳ زمین‌لرزه‌های فروریختی

بر اثر فروریختن غارها و کانال‌های زیرزمینی، لرزه‌هایی ایجاد می‌شود که به نام زمین‌لرزه‌های فروریختی موسومند. این تکان‌ها بسیار کوچک بوده و فقط اهمیت محلی دارند.

۴ زمین‌لرزه‌های ناشی از انفجارها

انفجارهای نظامی و صنعتی، هم‌چنین آمد و شد یا فعالیت‌های ساختمانی، نیز لرزه‌هایی را ایجاد می‌نمایند که شدت، زمان وقوع و محل آنها قابل پیش‌بینی است.

مقیاس ریشتر

مقیاسی برای اندازه‌گیری بزرگی زمین‌لرزه است که چارلز ریشتر در سال ۱۹۳۵ ارائه کرد.

زمین‌لرزه‌هایی با بزرگی کمتر از ۴ ریشتر، بارها در طول سال اتفاق می‌افتند، اما توسط انسان احساس نمی‌شوند و خطر چندانی نیز ندارند. با افزایش شدت زمین‌لرزه، اثر تخریبی آن نیز افزایش می‌یابد. مقیاس ریشتر بیانگر میزان انرژی آزاد شده در کانون زمین‌لرزه است و نشان می‌دهد اضافه‌شدن هر یک درجه به بزرگی زمین‌لرزه، انرژی آزاد شده آن را تقریبا ۳۱/۶ برابر بیشتر می‌نماید. انرژی یک زمین‌لرزه ۸ ریشتری برابر با انرژی انفجار یک میلیارد تن مواد منفجره است.

چارلز فرانسیس ریشتر

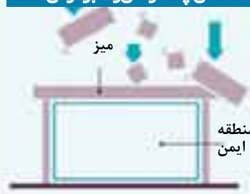
تعدادی از زمین‌لرزه‌های ثبت شدهٔ سال‌های اخیر کشورمان

تاریخ	مکان	بزرگی	تلفات انسانی
۱۳۰۹	سلماس	۷/۴	۲۵۱۴ نفر
۱۳۲۴	بلوچستان و سواحل دریای عمان	۸/۲	۴۰۰۰ نفر*
۱۳۴۱	بوئین زهرا	۷/۲	۲۰۰۰۰ نفر
۱۳۵۷	طبس	۷/۷	۱۹۶۰۰ نفر
۱۳۶۹	رودبار و منجیل	۷/۴	۵۰۰۰۰ نفر
۱۳۸۲	بم	۶/۵	۴۲۰۰۰ نفر
۱۳۹۱	قریس-اهر-ورزقان(آذربایجان شرقی)	۶/۴	حدود ۳۵۰ نفر

* بزرگترین زمین لرزهٔ تاریخ ایران

بزرگترین زمین‌لرزهٔ جهان به سال ۱۹۶۰ میلادی، با شدت ۹/۵ ریشتر در کشور شیلی ثبت شده است.

نشستن، پناه‌گرفتن و صبر کردن



در منزل

در محل خواب

در ساختمان‌های بلند

نشسته، پناه بگیرید و منتظر بمانید.
از پنجره‌ها فاصله بگیرید.

فضای باز

به محوطه‌ای خالی بروید.

در زمان رانندگی

اگر تیر برق روی خودروی شما سقوط کرد، تا برداشتن آن توسط نیروهای امداد در خودرو بمانید.

چرا روش نشستن، پناه‌گرفتن و صبر کردن؟

جز این موقعیت!

مثلث زندگی

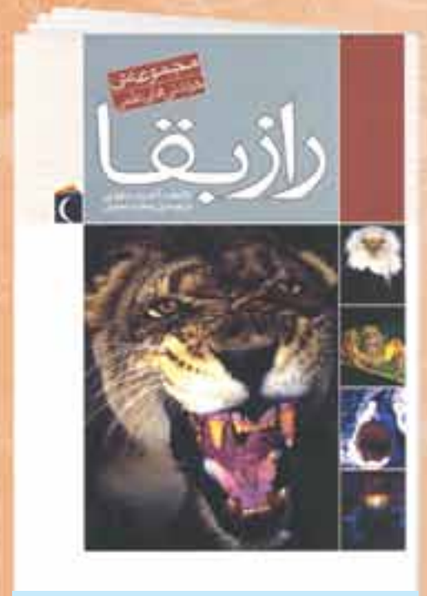
هنگام زمین‌لرزه مبلمان، میز، تخت‌خواب و... در اثر خراب شدن سقف از بین می‌روند. اما در کنار این اشیاء فضایی مثلثی شکل وجود دارد که به مثلث زندگی مشهور است. این فضا برای پناه گرفتن ایده‌آل است.

به حالت جنینی کنار تخت، مبل یا کاناپه بزرگ دراز بکشید.

در جاده

به کنار خیابان بروید.

فضای باز



راز بقا

نویسنده: آندره سالوی
مترجم: مجید عمیق
ناشر: محراب قلم (تلفن: ۶۶۴۱۸۱۹۰_۰۲۱)
چاپ اول: ۱۳۸۹
قیمت: ۲۰۰۰۰ تومان

«راز بقا» دربارهٔ سازگاری پرندگان، پستانداران، خزندگان، ماهی‌ها و بی‌مهرگان با محیط‌زیست بحث می‌کند. در هر بخش انواع این جانوران معرفی شده‌اند و ما با شیوه‌های سازگاری آنها از قبیل مشخصات ظاهری، نوع زیستگاه، روش‌های دفاعی و استتار، یافتن غذا و ... آشنا می‌شویم.

۱۰۰۱ اختراع
میراث مسلمانان در جهان ما

نویسنده: پروفسور سلیم‌الحسنی
مترجمان: افسانه حجتی طباطبایی، سیاوش شایان و همکاران
ناشر: نشر طلایی (تلفن: ۸۸۸۳۸۱۶۳_۰۲۱)
چاپ اول: زمستان ۱۳۹۰
قیمت: ۲۵۰۰۰ تومان

در این کتاب، ایده‌های بزرگ و اختراعات دانشمندان مسلمان جهان در علوم مختلف معرفی شده‌است مثل پزشکی، مکانیک، نقشه‌کشی، شیمی، معماری، نجوم و ... کتاب در هفت‌بخش کارهای حیرت‌آور مسلمانان را در طول هزار سال با تصاویری زیبا و مناسب به تصویر کشیده‌است. اینکه قهوه از کجا آمده یا چه کسی نخستین بار از عطر استفاده کرده، چگونه افراد با مذهب‌های گوناگون در کنار هم کار می‌کرده‌اند، چگونه عمل‌های جراحی پیچیده هزارسال پیش به دقت انجام می‌شده، چه کسانی اولین بار دربارهٔ جزر و مد، موادمعدنی و اقیانوس‌ها تحقیق کرده‌اند و پاسخ صدها سؤال مثل اینها را در این کتاب می‌توانید بیابید.

زیر ذره‌بین

زندگی‌نامهٔ توپک توپچی

توپک توپچی در سال ۱۳۵۰ به دنیا آمد. نام پدرش توپی توپچی بود. او از دیدن پدر محروم بود؛ چون پدرش در ۱۳۴۹ بادش خالی شد. توپک که می‌خواست راه پدرش را ادامه دهد، توپ بازی بین تیم‌های توپکستان و توپستان شد. او در یک بازی ۸۹ دقیقه‌ای سر کرد و بالاخره در دقیقهٔ ۹۰، با برخورد به میله از پا درآمد و بادش خالی شد. بازی در آخر به نفع تیم توپکستان تمام شد. حالا قبرش در محل دفن زباله‌های خشک است. روی قبرش نوشته‌اند: «فوت ۱۳۶۵، محل ورزشگاه نیوکمپ، نام پدر: توپی توپچی»

بردیا امیر معینی / تهران

دوست خوبم، بردیا امیرمعینی از تهران

داستانک «زندگی‌نامهٔ توپک توپچی» را خواندم. داستان خوبی بود. به خوبی توانسته بودی از تخیلت برای شرح زندگی یک توپ استفاده کنی. در ساختن اصطلاحات جدید و تخیلی هم موفق بودی. نام‌گذاری تیم‌های تخیلی توپستان و توپکستان خلاقیت خوبی بود و ای کاش به جای ورزشگاه نیوکمپ هم از یک اسم تخیلی استفاده می‌کردی. قالب کار تو داستانک بود یا داستان کوتاه کوتاه. به این نوع داستان‌ها در زبان انگلیسی داستان مینی‌مال می‌گویند. در داستان مینی‌مال مانند داستان کوتاه یا رمان نیاز به شخصیت‌پردازی مفصل و فضاسازی زیاد نیست؛ چون حجم داستان کم است و نویسنده فرصت این کارها را ندارد. نوشتن داستانک سخت‌تر از داستان کوتاه است چون نویسنده باید ایجاز را در نهایت آن به کار ببندد. ایجاز؛ یعنی استفاده از حداقل کلمات برای رساندن بیشترین منظور به خواننده. در داستانک نویسنده باید بتواند با کلمات کم شخصیت‌پردازی و فضاسازی کند. در این داستان ما باید می‌توانستیم شجاع‌بودن یا ترسوبودن توپک یا مهربان یا اخموبودن او را ببینیم. وقتی در داستان مخاطب با شخصیت درگیر می‌شود که آن را بشناسد. وقتی سرنوشت توپک برای خواننده مهم می‌شود که با او آشنا شود و احساس نزدیکی کند. برای مثال اگر به تو بگویند امروز یک نفر در مسابقهٔ داستان‌نویسی مدرسه برنده شد. اگر او را نشناسی این خبر ارزشی برای تو ندارد، اما اگر بگویند دوست صمیمی‌ات برنده شده است، آن وقت از این خبر خوشحال می‌شوی. پس در داستان هم باید خواننده را با شخصیت آشنا کنی، آن وقت است که خواننده از اتفاقی که برای شخصیت می‌افتد خوشحال یا اندوهگین می‌شود. در داستانک تو برای این کار وقت و کلمات کمی در اختیار داری، پس کارت سخت‌تر خواهد شد. بیشتر بنویس. منتظر نوشته‌های زیبایت هستم. موفق باشی.

گلچین

مناجات‌نامه

چرا خوابم نمی‌آید؟
چرا شعرم بدون قافیه آرام می‌گیرد؟
چرا باران بر این دنیا، چرا یک‌دم نمی‌بارد؟
چرا این آسمان، رنگی جز آبی به خود نمی‌گیرد؟
چرا وقتی نمی‌ماند؟
چرا آرامش و ایمان به قلبم برنمی‌گردد؟
چرا بلبل دگر با گل نمی‌جوشد؟
چرا مجنون دگر لیلی نمی‌خواهد؟
چرا چشمم دگر کعبه نمی‌بیند؟
چرا آسان‌ها سختند؟
چرا تصویرها ماتند؟
چرا گل‌های باغ عشق پژمردند؟
چرا آدمها با خویشتن قهرند؟
چرا هم در بهار و هم خزان این برگ‌ها زردند؟
چرا هم باد و هم بید دگر با هم نمی‌رقصند؟
جواب هر کدام اما برای خود چرا دارد
که اکنون باید این پرسید
چرا آقا نمی‌آید؟
فقط رویای من این است
که روزی مهدیم پرده ز وجهش باز بردارد

فاطمه‌دلفانی /نجف‌آباد

بار الها

تو که هستی که تمام وجودم با تو رنگ زندگی پیدا می‌کند؟
تو که هستی که با نامت زندگی جریان می‌یابد و بیابان سرد ناامیدی را به بوستانی پر از گل‌های امید تبدیل می‌سازد؟
می‌دانم که هیچ نامی نمی‌تواند تو را توصیف کند.
نمی‌دانم بگویم الهی یا رحمان، نمی‌دانم بگویم غفوری یا منان؟
فقط می‌دانم دل من آن‌قدر کوچک است که حتی نمی‌تواند یک نام را بر دوش بکشد.
به کدامین نامت پناه ببرم تا دست نیازم را بگیری و در دست زندگی بگذاری؟
آری، یافتم که چقدر دلم کوچک بود زمانی که به دنبال زندگی بدون تو بودم در حالی‌که تو خود زندگی هستی.
ای هستی من!
پس بیا و روی سرم سایه فکن تا نسیم محبت تو را زیر سایه‌ات حس کنم.

ریحانه رهبر / تهران

توصیه

به کوچه‌ای وارد شدم که پیرمردی از آن خارج شد. پیرمرد گفت: «نرو، بن‌بست است.» گوش نکردم و رفتم. بن‌بست بود. برگشتم. به سر کوچه که رسیدم، پیر شده بودم.

محمدامین غلامی‌پرور / تهران

نمکدان

مزرعهٔ ماکارونی

یک نفر زمینی خریده بود به ابعاد دو سانتی‌متر در هشت کیلومتر.
پرسیدند: «با زمینت می‌خوای چی کار کنی؟!»
گفت: «می‌خواهم ماکارونی بکارم!»

رامتین محمدی / تهران

گوش پاک کن

یکی با کلید گوشش را تمیز می‌کرد، گردنش قفل شد.

زهره باقری / خرم آباد

جمله‌سازی

معلم به دانش‌آموز گفت: « با سرعت جمله بساز.»
ـویـــــــــــــــــــــــــــــژژژ.

یاسر تقوی / تهران

آتش بازی

چوب کبریتی سرش را خاراند و آتش گرفت!

حامد حسین‌پور / اراک

جدول ضرب

به یکی گفتند: دو دو تا؟
گفت: چهار تا.
چهار تا گردو بهش دادند.
پرسیدند: سه سه تا؟
گفت: یه گونی!

محمود شفیعی / همدان

کاشی‌کاری آسان!

سپیده فتحی
عکس: علی خوش‌جام

در دل کاشی‌های رنگارنگ رازی نهفته است که هر جا پای بگذارد زیبایی می‌آفریند؛ از همین روی کاشی‌های رنگارنگ همیشه در رنگین‌کردن دیوارهای خانه و شهر نقش مهمی داشته‌اند. حتما کاشی‌کاری‌های زیبا را بر روی دیوارهای شهر یا ایستگاه های مترو دیده‌اید، در این روش کاشی‌های بزرگ را می‌شکنند و با کاشی‌های شکسته طرح را به وجود می‌آورند و با سیمان به دیوار می‌چسبانند.

خلق اثر زیبا با کاشی‌های شکسته وقت و هزینهٔ بسیاری لازم دارد، اما روش آسان‌تر و ارزان‌تری هم است و در همه جا می‌توان آن را اجرا کرد:

مواد لازم

- پودر مل دو پیمانه
- پودر سینکا یک پیمانه
- چسب چوب یک پیمانه که ممکن است بیشتر هم لازم شود
- رنگ روغن یا گواش
- اسپری کلیر یا براق کننده
- ظرف یک‌بار مصرف یا سطل ماست

(پودرهای بالا را از رنگ فروشی‌ها تهیه کنید)

روش ساخت

۱ پودر مل و سینکا را به وسیلهٔ پارچهٔ توری یا الک ریز الک کنید و سپس آنها را در سطل یک‌بار مصرف مخلوط کنید.

۲ چسب چوب را کم کم روی پودرها بریزید و هم‌زمان آن را هم بزنید.

۳ حدود ده دقیقه مخلوط را هم بزنید و سپس آن را با دست ورز دهید.

۴ پس از ورزدادن، اگر خمیر شل است کمی پودر مل یا سینکا به آن اضافه کنید تا خمیر نرم شود و به دست نچسبد.

۵ و اگر خمیر سفت بود و ترک برداشت، کمی چسب چوب به آن اضافه کنید، ورز دهید تا خمیر حالت نرم و یک‌نواختی پیدا کند.

۶ برای اینکه خمیر به دست نچسبد می‌توانید به دستتان کمی کرم بزنید.

۷ برای رنگ‌آمیزی به دو شیوه می‌توانید عمل کنید:

- در خمیر مقداری رنگ روغن از رنگ دلخواه خود بریزید و آن را ورز دهید تا خمیر رنگی درست کنید.
- پس از خشک‌شدن خمیر آن را با گواش رنگ کنید.

۸ خمیر آماده شده را به شکل‌های مثلث یا مستطیل و مربع در آورید و بگذارید خشک شود. (انتخاب شکل بستگی به سلیقه شما دارد.)

۹ برای ایجاد زمینه کار، طرح خود را روی تخته چوب نازک یا مقوای جعبه شیرینی بکشید.

۱۰ مانند یک پازل، قطعات خمیر خشک شده را با چسب چوب به زمینه بچسبانید.

۱۱ سعی کنید فضاهای خالی بین قطعات باقی نماند و شکل‌ها طوری کنار هم جفت وجور شوند که زمینه مشخص نباشد.

۱۲ پس از پایان کار با اسپری براق‌کننده روی کار را چندین بار اسپری کنید و بگذارید کار خشک شود.

۱۳ حالا کار، آمادهٔ قاب‌کردن است.

با استفاده از این خمیر می‌توانید جا کلیدی، قاب آینه و تابلوهای زیبابیافرینید.

خوشحال می‌شویم تصاویر آثارتان را برای مجله بفرستید.

تکواندو

مهدی زارعی

کلمـهٔ تکواندو ترکیبی از سـه عبـارت کـره‌ای «تِ tae» (ضربه‌زدن با پا)، «kwan» (ضربه‌زدن با دسـت و مشت) و «دو doo» (راه و روش) اسـت. به این ترتیب تکواندو؛ یعنی راه و روش استفاده از ضربات دست و پا.

مبارزه با دست خالی

هزاران سال قبل، انسان برای مبارزه با دشمنان خود و حیوانات وحشی سلاح‌های مناسبی در اختیار نداشت، اما به مرور زمان یادگرفت چگونه مهارت خود در استفاده از ضربات دست و پا را افزایش دهد و با دستان خالی از خود دفاع کند. تکواندو از قدیمی‌ترین هنرهای رزمی اسـت. تصویری در کشور کره مربوط به ۲۰۰۰ سـال قبل، نشـان می‌دهد که در آن زمان به سربازان فنون رزمی آموخته می‌شد. بعدها کرهٔ جنوبی این ورزش را به عنوان ورزش ملی خود به جهانیان معرفی کرد.

قوانین

زمان: تکواندو در سه زمان (راند) دو دقیقه‌ای برگزار می‌شود و پـس از پایان هر راند، ورزشـکاران یک دقیقه اسـتراحت می‌کنند. در پایان، ورزشکاری که امتیاز بیشتری کسب کرده باشد، برندهٔ مسابقه است، اما در صورت تساوی، کار به راند طلایی می‌رسد.

راند طلایی: ورزشکاری که در چهارمین راند، اولین ضربه را به حریف بزند، برندهٔ مسـابقه خواهد بود، اما اگر هیچ‌یک از دو مبارز ضربه‌ای به حریف وارد نسازد، برنده با نظر داوران تعیین می‌شود.

داوران: در هر مسـابقه یک داور وسط و سه قاضی در بیرون محوطهٔ مسـابقه حضور دارنـد. دو داور نیز در بیرون زمین مسـئول زمان مسابقه و دو پزشک مخصوص در هر مسابقه حضور دارند.

زمین: مربعی به ضلع دوازده متر.

امتیاز: آنچه سـبب دادن امتیاز می‌شود، دقت ضرباتی است که با پا به بالاتنهٔ رقیب زده می‌شود و لگدزدن به پای حریف امتیاز ندارد. ضرباتی که به سر حریف زده شود، سه تا چهار امتیاز دارد.

مسـابقه محمد باقری‌معتمد در یک چهارم نهایی المپیک در مقابل حریف برزیلی. معتمد در المپیک لندن نقره گرفت.

اخطار: کـم‌کاری یا خروج عمـدی از زمین، یک اخطار برای تکوانـدوکار به همراه خواهد داشـت. در صورت گرفتن دو اخطار، یک امتیاز از نمرات شرکت‌کننده کاسته خواهد شد.

وزن‌ها: تکواندو در المپیک در چهار وزن برگزار می‌شـود و هر کشـور حق دارد که در دو وزن شـرکت کند. مسابقات مردان در وزن‌های ۵۸، ۶۸، ۸۰ و ۸۰+ (سـنگین‌تر از هشتاد کیلوگرم) و رقابت‌های زنان در وزن‌های ۴۹، ۵۷، ۶۷ و ۶۷+ (سنگین‌تر از ۶۷ کیلوگرم) برگزار می‌شود.

کمربند: در رشـته‌های رزمـی، رنـگ کمربند نشـان‌دهندهٔ مهـارت شـرکت‌کننده اسـت و هـر ورزشـکار با گذراندن موفق هر دوره، می‌تواند کمربند خود را تغییر دهد. در تکواندو رنگ سـفید برای مبتدیان به کار مـی‌رود و با افزایش مهارت، رنگ کمربندها تغییر می‌کند: سپید با نوار(خطوط) زرد، زرد، زرد با نوار سبز،سبز، سبز با نوار آبی، آبی، آبی با نوار قرمز، قرمز، زرد با نوار سیاه، سیاه. کمربند سـیاه بالاترین درجهٔ کمربند است و تعداد نوارهای طلایی روی آن، نشان‌دهندهٔ مهارت تکواندوکار ست. این نوارها «دان» نام دارد که تعداد آن یک تا ده دان می‌باشد.

تجهیزات: تکواندوکاران لباس و شلوار سپید می‌پوشند و آنچه آنها را از هم متمایز می‌کند هوگوی (ضربه‌گیر و محافظ سینه) آنان اسـت که برای یک شرکت‌کننده قرمز و برای دیگری آبی است. محافظ سر نیز باید به رنگ هوگو باشد. محافظ ران، محافظ ساق، محافظ سینه و محافظ ساعداز جمله تجهیزاتی است که تکواندو را به ورزشی بی‌خطر تبدیل کرده است.

تکواندو در ایران

در سال۱۳۴۹ گروهی از نیروهای ارتشی باشگاه سرباز تهران، ورزش تکواندو را زیر نظر سرگرد کره‌ای، پروفسور «کیم سوو ریان» یاد گرفتند. کیم و همکارش، سروان «لی»، علاوه‌بر نیروهای ارتشی، تکواندو را به گروهی از علاقه‌مندان به ورزش‌های رزمی نیـز آموختند. ایران بـرای اولین بار در ۱۳۵۳ در مسـابقات آسیایی و در ۱۳۵۴ در مسابقات جهانی شرکت کرد. فدراسیون تکواندوی ایران در ۱۳۶۳ تأسـیس شد و تکواندوکاران ایران در دو دهـهٔ اخیر افتخارات فراوانی به دسـت آوردند. «فرزاد ذرخش»، «بهزاد خداداد»، «مجید افلاکی»، «مرتضی رستمی» و «علیرضا نصر آزادانی» از جمله تکواندوکاران ایرانی بوده‌اند که در مسابقات جهانی برندهٔ مدال طلا شده‌اند. همچنین تاکنون سه ورزشکار ایرانی در المپیک برندهٔ مدال شده‌اند که عبارت‌اند از: هادی ساعی(۲ طلا و یک نقره)، یوسف کرمی(یک برنز) و محمد باقری معتمد که در المپیک ۲۰۱۲ (لندن) تنها مدال نقرهٔ تکواندو را به دست آورد.

نکته‌هایی برای مبتدیان

مهم‌ترین اصل تکواندو داشتن انعطاف بدنی فراوان به خصوص در قسمت پایین‌تنه است. در صورتی که بدون داشتن تمرین کافی تصمیم بگیرید از ضربات پا استفاده کنید، ممکن است دچار مصدومیت‌های شـدید و حتی پارگی زردپی و رباط پا شوید.

*با توجه به اینکه انعطاف بدن انسان در سنین پایین‌تر بهتر از سنین بالاست، اگر تصمیم به شروع تکواندو دارید، هر چه سـریع‌تر این کار را بکنید. آیا می‌دانید در تمام مدارس کرهٔ جنوبی، تکواندو از دوران ابتدایی آموزش داده می‌شود؟

**در تکواندو دقت ضربه اهمیت دارد نه شدت آن. با توجه به مشخص‌بودن محل ضربه‌ها و استفاده از تجهیزات محافظ احتمال مصدومیت در این رشته بسیار کمتر از رشته‌هایی چون فوتبال است.

***با تمرین فراوان، آرام آرام قدرت دستان و پاهایتان افزایش می‌یابد، اما تا قبل از هجده سالگی هرگز به فکر شکستن اجسام سخت نیفتید. این کار باعث تغییر شکل عضلات شما خواهد شد.

سرگرمی

محمد عزیزی‌پور

۱ چیستان:
چیست کاندر دهان بی‌دندان
هر چه افتاد ریزریز کند
چون زنی در دو چشم او انگشت
در زمان هر دو گوش تیز کند.

۲ کدام کشور عربی است، که اگر نقطه‌هایش را پایین آن بگذاریم، نام پیامبری می‌شود؟

۳ آن چیست که با دست راست می‌توان آن را گرفت، اما با دست چپ هرگز نمی‌توان؟

۴ به جای علامت سؤال چه عددی باید قرار دهیم؟

۵	۸	۱۲
۷	۳	۹
۱۱	۱۰	؟

۵ هر حرف نمایانگر یک عدد است. با قرار دادن اعداد مناسب تساوی را برقرار کنید.
PP× PP= QQRR

۶ مسابقهٔ حضور ذهن _ مدت پاسخ‌گویی سه دقیقه
پاسخ تمامی سؤال‌های زیر با حرف (م) شروع می‌شود.

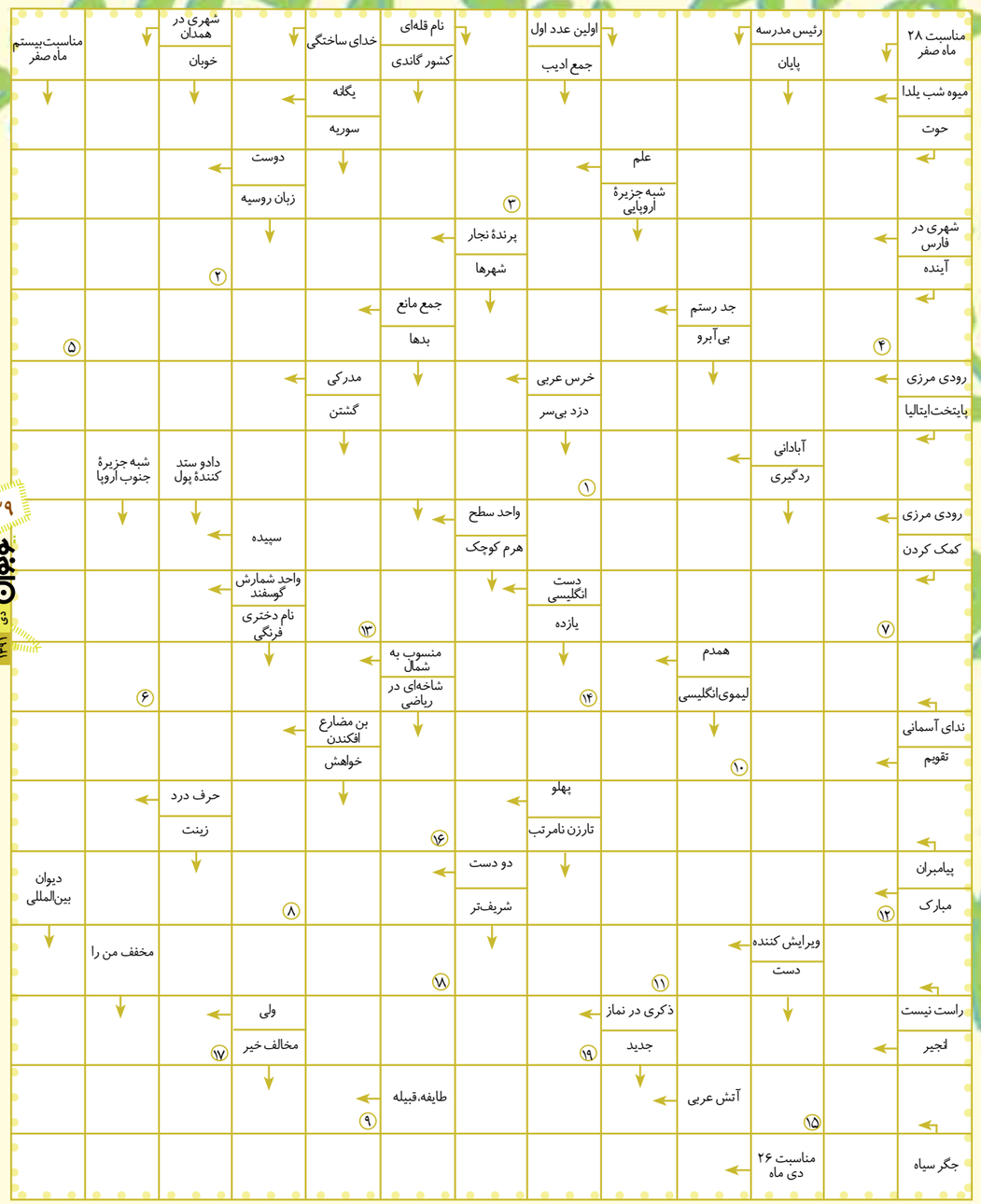
۱. مرکز خراسان رضوی: ....
۲. نور ماه: ....
۳. خانهٔ دوم دانش‌آموزان: ....
۴. پایتخت ایلخانان مغول: ....
۵. سیارهٔ بهرام: ....
۶. نام دیگر کشور مغرب: ...
۷. شهر پیامبر اسلام (ص): ...
۸. از اقوام آریایی‌ها: ...
۹. دانه‌کش بی‌آزار: ...
۱۰. پایتخت بحرین: ...

۷ جدول سودوکو:
در هر یک از خانه‌های خالی یکی از عددهای ۱ تا ۶ را بنویسید طوری که در هر کدام از ردیف‌ها و ستون‌های جدول همهٔ عددهای ۱ تا ۶ نوشته شوند و هیچ‌کدام از عددها هم تکرار نشوند.

۳				۴	
	۶		۶		
					۴
		۳			۲
۱			۵		

جدول

پس از حل جدول، حروف مربع‌های شماره‌دار را به ترتیب بنویسید تا رمز جدول به‌دست آید.



اعظم اسلامی

آش ماست

مواد لازم

عصاره گوشت	**یک بسته**
اسفناج یا برگ چغندر	**نیم کیلو**
رشتهٔ آش	**۲۵۰ گرم**
تره و نعناع آسیاب شده	**۱۰۰ گرم**
ماست پرچرب	**نیم کیلو**
نمک و فلفل سیاه	**به میزان لازم**

طرز تهیّه

۱. اسفناج یا برگ‌چغندر را درشت خرد کنید، سه لیوان آب و عصارهٔ گوشت را اضافه کنید و بگذارید بپزد.

۲. وقتی که آب جوش آمد، رشته‌ها را خرد کنید و به مواد اضافه کنید.

۳. رشته‌ها که پخت، شعله را خاموش کنید تا آش خنک شود.

۴. نعناع، تره، نمک و فلفل را به ماست اضافه کنید و هم بزنید. بعد مایه را به آش اضافه کنید و هم بزنید. این آشی است که هم‌وطن‌های ما در سبزوار درست می‌کنند.

غذا حاضر است. نوش‌جان

سرگرمی ریاضی

۱. قیچی
۲. توپس (یوپس)
۳. دست چپ
۴. ۲۰ ۵ ۵۰
اگر به ستون اول و دوم از سمت چپ توجه کنید متوجه می‌شوید که
(۵+۷)−۱ = ۱۱
(۸+۳)−۱ = ۱۰
بنابراین در ستون سوم خواهیم داشت
(۱۲+۹) − ۱ = ۲۰ ←
۵. ۶۶۴۴ =۷۷×۸۸
۶. ۱۰ مشهد ۲ مهتاب ۳ مدرسه ۴ مراقبه ۵ مریخ ۶ مراکش
۷. مدینه ۸ ماه ۹ مورچه ۱۰ ماهه.
۸.

۱	۴	۲	۶	۳	۵	
۵	۲	۶	۱	۴	۳	
۳	۱	۴	۵	۶	۲	
۴	۵	۳	۲	۱	۶	
۲	۶	۱	۳	۵	۴	
۶	۳	۵	۴	۲	۱	

رمز جدول: زکات علم، تعلیم دادن است.