



## حال تان چه طور است؟

است موقت برای ورود به جهانی پایدار و برتر که باید با پرستش خدا و زیستن پاک و مؤمنانه، خود را برای حضور شایسته در آن آماده کرد. پس باید با هشیاری دم‌به‌دم، بیشترین بهره‌گیری از زمان را در این زندگی کوتاه تجربه کنیم. باید حال را غنیمت بشماریم، زیرا این تنها فرصتی است که داریم. پس این دم غنیمتی با «پیکوربسم» فرق دارد و به معنی توشه برگرفتن از لحظه‌ها برای ساختن آینده است. بدانیم که حقیقت زندگی، شوق و هیجان واقعی و همه آرزوها با بهره‌گیری درست از همین زمان حال تحقق می‌یابد. به قول سهراب سپهری:

زندگی رسم خوشایندی است  
زندگی حس غریبی است که یک مرغ مهاجر دارد  
زندگی گل به توان ابدیت  
چترها را باید بست  
زیر باران باید رفت  
زندگی تر شدن پی در پی  
زندگی آب‌تنی کردن در حوضچه اکنون است  
(هشت کتاب، صدای پای آب).

حسین امینی پویا

ما در زندگی رنج می‌کشیم و ملول می‌شویم. اغلب به این دلیل که نیاموخته‌ایم در زمان حال زندگی کنیم. هنر زندگی کردن در حال، رازهایی از رنج‌های بیپایان، و شاد و با هدف زیستن است. این درسی است که از امام صادق (ع) باید بیاموزیم: «بر این دنیا بردبار باشید که ساعتی بیش نیست، آنچه را که گذشته، نه رنج آن را درمی‌یابی و نه شادی آن را. و آنچه را که نیامده، نمی‌دانی چیست، همانا دنیا همین ساعتی است که اکنون در آن هستی»

(کافی، جلد ۲: ۴۵۴، حدیث ۴).  
واقعیت این است که زندگی جز لحظه حال نیست. اگر دقیق شویم، انگار زمانی جز زمان حال وجود ندارد؛ زمانی که اگر حواسمان به آن نباشد؛ به آسانی از دستمان می‌رود. آینده نیز همین‌طور. چیزی که آینده‌اش می‌پنداریم، وقتی معنی پیدا می‌کند که به زمان حال تبدیل شود. بر همین اساس عارفان بزرگ به زندگی در لحظه، یعنی دم غنیمتی توصیه کرده‌اند. این توصیه آن طور که برخی گمان کرده‌اند ناشی از تصور پوچی جهان و دعوت به خوش‌گذرانی و بطالت نیست که برعکس، چون زندگی سرشار از معنی است، باید لحظه‌لحظه آن را قدر دانست. آری زندگی در عرصه دنیا معنی دارد و آغاز و انجامش برنامهریزی شده است. گذرگاهی

مدیر مسئول: محمد ناصری

سرپرست: محمدعلی قربانی

شورای کارشناسی: حسین امینی پویا،

محمد کرام‌الدینی، ناصر نادری،

سیدامیر سادات موسوی، عطا پناهی

مدیر داخلی: مریم سعیدخواه

ویراستار: بهروز راستانی

طراح گرافیک: ایمان لوجیان

طراح جلد: صابر شیخ‌رضایی

شمارگان: ۱۲۵۰۰ نسخه

چاپ: شرکت افست (سهامی عام)

نشانی دفتر مجله: تهران، خیابان ایران‌شهر

شمالی، پلاک ۲۶۶

صندوق پستی: ۱۵۸۷۵/۶۵۸۴

تلفن: ۸۸۳۰۹۶ - ۸۸۸۴۹۰ - فاکس: ۸۸۳۰۱۴۷۸

شماره تلفن پیام‌گیر: ۸۸۳۰۱۴۸۲

نشانی مرکز بررسی آثار: تهران - صندوق پستی

۸۸۳۰۵۷۷۲ - تلفن: ۱۵۸۷۵/۶۵۶۷

## ۳

### زور قلبی

برخلاف تصور بسیاری از مردم، داروهای نیروزا نمی‌توانند معجزه کنند. اما کافی است در مسابقه‌ای چون دو یا شنای ۱۰۰ متر (که نتایج به صدم ثانیه بستگی دارد)، ورزشکار از دارویی استفاده کند...



۳۸ کمین مجنون

۴۰ فیش نویسی

۴۲ اینجا مدرسه نیست

۴۴ رویای یوسف

۴۶ خوراک مغز

۴۸ پیشخوان

### حرف زیادی

چرا بعضی‌ها حرف‌های زیادی، مفت، به دردخور، طولانی، بیهوده، ملال آور، خسته‌کننده، کسالت آور، چرت و...

۱۰

۲ دست‌های نسوز

۴ پاک‌کن غلط‌انداز

۶ به فکر «هامون» هستم

۸ جی تی اس

۱۲ قاتل زنجیره‌ای

۱۴ تقویم ماه

۱۶ بازی مازی

۱۸ خیال خام

۲۰ پیرامون پی

۲۲ Cooking Techniques

۲۴ ستاره‌های مادر

۲۶ مصرف بی‌مصرف

۲۸ زندگی شیرین

۳۲ رسیده‌ها و کال (Call)‌ها

۳۳ یک لب و هزار خنده

۳۴ خنده‌زار

۳۷ کارگاه داستان‌نویسی



لحظه‌هایی با ابراهیم «پاچالدار»

# دست‌های نسوز

وقتی شهری خاموشی ندارد، یعنی همه در آن کار می‌کنند. گفته بودم کسی را می‌خواهم که کار کند، کار کند و درس بخواند، دستش توی جیبش باشد، خودش برای خودش خرج کند. گفته بودند: ابراهیم را می‌شناسی؟ گفته بودم: نه! گفته بودند: او در نانوايي کار می‌کند، در یکی از کوچه پس‌کوچه‌های مشهد. در رشته عمران هم درس می‌خواند. ۱۷ ساله است. می‌خواهی او را ببینی؟ سر تکان داده بودم و راه افتاده بودم. بعد از سلام و زیارت امام رضا(ع)، رفته بودم خیابانی به نام «صارمی» و چون توی نانوايي جای نشستن نبود، با ابراهیم پناه برده بودیم به نیمکت‌های پارک روبه‌رو.

## خداحافظ سینما!

اولین کارش نیست. وقتی دوم راهنمایی بوده توی یک نجاری کار می‌کرده است؛ تابستان‌ها. تابستان بعد رفته و توی سینما پیروزی مشهود کار کرده؛ هم انتظامات بوده، هم بوفه‌دار. گاهی هم توی باجه بلیت فروخته. بعد تابستان تمام شده و فصل مدرسه‌ها رسیده. اما ماجرای نانوايي فرق دارد. همان تابستانی که سال اول دبیرستان را تمام کرده و توی مدرسه رشته عمران را انتخاب کرده، تصمیم گرفته است، هر روز بیاید سرکار. همسایه‌شان هم این نانوايي را به او پیشنهاد کرده... حالا او مدت‌هاست اینجا کار می‌کند.

## من یک پاچالدار هستم

اسم کاملش ابراهیم توننده‌جانی است. قد بلند و کمی خجالتی است. طول می‌کشد تا یخش بشکند و از روزهای اول کار بگوید: «آن اوایل مشتری می‌آمد و نان می‌خواست، یا از او بیشتر پول می‌گرفتم، یا به او اضافه پول می‌دادم و یک‌هفته آخر روز می‌دیدم دخل کم و زیاد شده است. می‌دانید که تعداد نان در هر پخت مشخص است دیگر؟ - نه، نمی‌دانستم. - بله، بعد دخل کم و زیاد می‌شد و من از

جیب خودم خسارت می‌دادم تا بالاخره راه را یاد گرفتم. - اسم شغل تو چیست؟ - پاچالدار؛ یعنی کسی که نان را از توی تنور برمی‌دارد و تحویل مشتری می‌دهد و پول می‌گیرد. - یعنی تا به حال نان نپخته‌ای؟ - چرا، اولین بار که بی‌کار بودم، یک نان پختم. اما تهش خمیر شد و انداختمش توی کیسه نان خشک‌ها. حالا هم وقت‌های بی‌کاری با شاطر و بقیه تمرین می‌کنم.

## این دست‌ها دیگر نمی‌سوزند

اسم‌های کسانی که در نانوايي کار می‌کنند، خمیرگیر، چونه‌گیر، ناخن‌گیر، شاطر و پاچالدار است. «خمیرگیر» همان کسی است که خمیر را آماده می‌کند. «چونه‌گیر» هم که معلوم است. «ناخن‌گیر» همانی است که خمیر را پهن می‌کند و به آن انگشت می‌زند. «شاطر» خمیر را توی تنور می‌گذارد و ابراهیم نان را به مشتری می‌دهد.

- سروکله زدن با آدم‌هایی از هر فرهنگ و طبقه جالب است. هر کدامشان خاطره‌ای دارند و نصیحتی می‌کنند. من در طول روز با آدم‌های متفاوتی روبه‌رو می‌شوم. سختی

## نان‌آور خانه

ابراهیم روزمزد است. هر شب موقع خداحافظی، حقوق آن روز را می‌گیرد. سهمیه نان هم دارد و برای خودش

کار من در سرپا بودنش است. ما بعد از هر تنور کمی استراحت می‌کنیم. - ساعت کاری تو چه طوری است؟ - الان که نصف روز می‌آیم و خیلی زیاد پنج روز در هفته. اما نانوايي از ۵/۵ صبح پخت را شروع می‌کند تا ۸ شب. - دست‌هایت نمی‌سوزند؟ - چرا اوایل می‌سوخت یا تاول می‌زد، اما دیگر عادت کرده‌ام.





## من دیگر مرد شده‌ام

پدر ابراهیم شغل دولتی دارد، اما برادرش هم مثل او کار می‌کند. ابراهیم می‌گوید: «این سومین شغلم است. من گچ‌کاری را هم امتحان کرده‌ام. برادرم هم برق‌کشی ساختمان می‌کند و به او هم کمک کرده‌ام و می‌کنم. مادرم خوشش می‌آید که کار یاد بگیرم. مثلاً ما مرد هستیم. پس کی می‌خواهیم ثابت کنیم مرد هستیم. پس فردا باید یک خانواده را اداره کنیم. باید زحمت بکشیم. پس فردا اگر با مدرک دانشگاهی نشود شغلی پیدا کرد، حداقل این است که کار کردن بلدیم. کار کردن نباید عار باشد. دیگر یخش آب شده است و این‌ها را با هیجان می‌گوید. از اوستایش هم می‌گوید که مثل هر اوستای دیگری، وقتی عصبانی می‌شود، دعوا می‌کند. می‌گوید که تو ی نانوا یی نمی‌شود لحظه‌ای غفلت کرد. مشتری از صبح تا شب هست. نان نباید بسوزد و نباید سرد شود. وقتی صد تا آدم پشت در ایستاده‌اند، یک لحظه استراحت هم جایز نیست.

– از رشته عمران خوشم می‌آید، رشته شیرینی است. من درباره بازار کارش کلی تحقیق کرده‌ام، بازار کارش عالی است. می‌خواهم همان را ادامه بدهم...

همین جاها حرف ما قطع می‌شود. از اوستایش یک کم وقت خواسته‌ایم. گفته است که کار نانوا یی یکسره است و نمی‌شود زیاد وقت ابراهیم را بگیریم... ابراهیم می‌رود سمت نانوا یی و می‌ایستد بین دخیل و تنور... حالا موقع عکاسی است...

آقای غلامحسین دهقان ۱۵ سال شاطر بوده است. تا به حال با کلی کودک و نوجوان سروکله زده است. می‌گوید ابراهیم برای خودش مردی است.

می‌گوید: «من زیاد سخت‌گیر نیستم. معتقدم باید به جوان‌ها احترام گذاشت. آن‌ها غرور دارند و احترام، احترام می‌آورد. وقتی به یک جوان احترام می‌گذاری، او جدی‌تر به کارهایش ادامه می‌دهد.»

به دست‌های ابراهیم که هی می‌روند توی تنور و نان‌های فوق‌العاده داغ را بیرون می‌آورند، نگاه می‌کنم و می‌پرسم: «داغ نیست؟»

می‌گوید: «دیگر نه...»  
با این حال نانوا یی جزو سخت‌ترین شغل‌های دنیاست. ۱۲ ساعت سر پا بودن، سخت نیست واقعا؟

نان‌آوری شده است.

– چهار تا نان سهمیه هر کسی است. اگر آن‌ها را نخواهی، پولشان را می‌گیری. اما مگر می‌شود از نان گذشت؟!

قبل از رفتن به خانه، به نان خشک‌ها سرک می‌کشد. از گاوداری‌ها می‌آیند برای خریدن آن‌ها... بعد دخیل را تحویل می‌دهد... حالا موقع درس خواندن است.

– برای درس خواندن وقت می‌گذارم، اما برای تلف کردن وقت نه! می‌دانید؟ پول درآوردن به من مزه کرده است. وقتی خودت پول درمی‌آوری، کیف خاصی دارد، اینکه پز بدهی این‌ها را با پول خودم خریده‌ام...  
– می‌خواهی در آینده چه کاره شوی؟

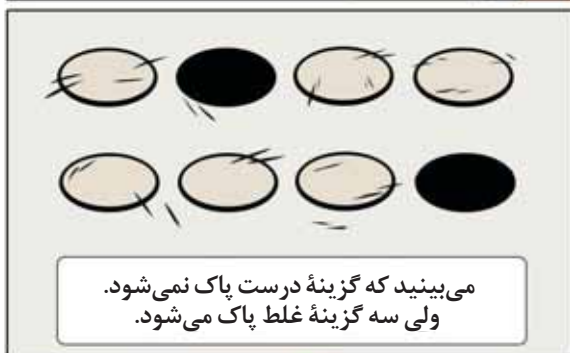


# پاک کن غلط انداز

شبکه زرد  
عطا پناهی  
تصویرگر: مهیار چاره جوی







## گفت‌وگو با سینا نوری

## به فکر «هامون» هستم

شاید باور نکنید، اما امروز در همین صفحه شما شاهد مصاحبه کارگردان جوانی هستید که قرار است بازیگران مشهوری در فیلم‌هایش بازی کنند. این کارگردان جوان کیست؟

الف) سینا نوری      ب) الف      ج) ج      د) ج

سؤال بالا صرفاً برای نمره گرفتن بود. باقی مصاحبه را می‌توانید در سؤال‌های بعد دنبال کنید.

فیلم «یک اتفاق ساده»، داستان نوجوانی است که برای کار به یک مغازه کفش‌فروشی می‌رود، اما حتی قادر به خواندن سایز کفش‌ها هم نیست. سینا نوری، کارگردان این فیلم، با نیت به تصویر کشیدن مشکلات شهرش وارد عرصه هنر شده و چهار سال است که در کنار تحصیل، به ساخت تیزرهای تبلیغاتی و فیلم‌های کوتاه و... مشغول است.

در پایان فیلم یک اتفاق ساده، نوجوان کفش‌فروش به کمک صاحب مغازه به نهضت سوادآموزی می‌رود. سینا آرزو دارد بتواند با فیلم‌هایش به بهتر شدن اوضاع کمک کند. متن پیش رو، قسمتی کوتاه از نقطه‌نظرات این کارگردان جوان و بانگیزه است.

بین‌المللی فیلم رشد به حساب می‌آمد و قبل از آن یک کار دیگر هم برای جشنواره کشوری بجنورد فرستاده بودم، تصمیم گرفتم هیچ‌کدام از اشتباهات قبلی را تکرار نکنم. کار باید مقام می‌گرفت!

برای همین روی مونتاژ، صداگذاری، فیلم‌برداری پلان‌ها و... وقت بیشتری گذاشتم.

■ حاضر بودید در دوره‌ای به غیر از الان

زندگی کنید؟

نه. حتی اینکه در آینده زندگی کنم هم به‌نظرم خیلی جذاب نیست. چون به اینکه آیندگان امکانات بیشتری دارند، پس موفق‌ترند، اعتقاد ندارم. اما در مورد محل زندگی... اینجا در روستاها نمی‌گذارند راحت فیلم بگیریم، فرهنگش هنوز خیلی جا نیفتاده!

■ تا حالا به این فکر کرده‌اید اولین کارتان که تأثیر بیشتری روی ایرانی‌ها داشته باشد، درباره چه موضوعی باشد؟ هامون. البته نه هامون آقای داریوش مهرجویی که مرحوم شکیبایی در آن بازی کرده بودند. من دوست دارم درباره هامون را سوژه کنم. چون یک دریاچه معمولی نیست. همه فکر می‌کنند این موضوع فقط به محیط‌زیست مربوط می‌شود، اما اینجا

زمان انتخاب رشته، هنوز هنرستان‌های زاهدان رشته کارگردانی نداشتند. من الان چهار سال است که در یک شرکت ساخت تیزرهای تبلیغاتی برای شبکه استانی خودمان مشغولم. نه، سخت نیست، به هرحال آن موقع امکانات نبود!

■ برخورد خانواده با اینکه مشغول کار شدید و قید دکترا شدن را زدید بد نبود؟

راستش نه. پدرم خودش کارهای هنری می‌کرد، برای همین مانع من هم نشد و حمایت کرد. حتی معرف من برای کار هم، پدرم بود.

■ بیشتر تنها کار می‌کنید یا با گروه؟

تنهایی که شدنی نیست! ما

الان پنج شش نفری با هم کار می‌کنیم. کارگردان، فیلم‌نامه‌نویس، تصویربردار و...

■ گفتید یک کار دیگر هم برای جشنواره رشد فرستاده‌اید. کار دوم با کار اول چه فرقی‌هایی داشت؟

زمانی که فهمیدم کار اولم بالا آمده است خیلی خوش‌حال شدم. اما وقتی مقام نگرفتیم، توی ذوقم خورد. در کار دوم (که در واقع دومین کار ارسالی به جشنواره

■ آقای نوری خودتان را با رسم شکل تعریف کنید (۲ نمره)

من سینا نوری، متولد سال ۱۳۷۵ از زاهدان. در یک خانواده فرهنگی متولد شدم و دانش‌آموز رشته تجربی هستم. به جای شکل هم بهتون عکس می‌دم دیگه، بفرمایید!

■ فیلم شما درباره نوجوان‌هایی بود که به هر دلیل قادر به تحصیل نیستند، چرا؟

در استان ما مشکل تحصیل واقعاً مشکل بزرگی است. سوژه این فیلم نه کامل، اما به هر حال برگرفته از واقعیت بود. اینجا هنوز عرف‌های غلطی وجود دارند که جلوی کارهای درست را

می‌گیرند. برای همین تصمیم گرفتم درباره تحصیل فیلم بسازم. فیلم سومی هم که به جشنواره ارائه دادم، موضوعش همین است.

■ اهل مطالعه و فیلم دیدن و... هستید؟

فیلم که خیلی. اما درباره کتاب... بیشتر رمان می‌خوانم.

■ رشته شما تجربی است، ولی کارگردانی هم می‌کنید. سخت نیست؟

به اینکه آیندگان امکانات بیشتری دارند، پس موفق‌ترند، اعتقاد ندارم





## دارالکارتون / مهدی ولی زاده

### رازی که پو کشف کرد

چند صد فیلسوف و عارف و صوفی از اول تاریخ خودشان را هلاک کردند تا حرفی را به ما بزنند که حتی استاد چیفو هم نمی دانست، اما یک پاندای کونگفو کار خپل آشرشته پز تنبل پرخور، فقط توی یک سکانس زد. الگوی من برای زندگی اصلاً همین پانداست. بله، همین پاندایی که وقتی خم می شود هم نمی تواند پاهایش را از پشت شکمش ببیند. اصلاً من و پو شبیه هم هستیم؛ البته نه در مورد دیدن پاها از پشت شکم ... پو اصلاً قوی نبود، شجاع هم نبود، شاید بگویید پس باهوش بود، یک لحظه صبر کنید ... نه! باهوش هم نبود. ولی پو وقتی که بالاخره تومار اژدها را باز کرد، چیزی را که هزاران سال بود کسی نفهمیده و به آن گوش

نداده بود، فهمید. فهمید که چه چیزی آش های باباشله پز را خوش مزه می کند، فهمید که قدرت در چیست، قدرت در «خودشناسی» بود

و هست! این بار وقتی که صبح از خواب بلند می شوید و جلوی آینه می روید، به جای دقت کردن به جوجوهای گوشه چشمتان و سفیدک دور دهانتان، کمی از عقب تر به خودتان نگاه کنید. بله، شما به

جز کثیف بودن چاق و زشت هم هستید. اگر چاق و زشت هم نباشید، بالاخره یک چیزی هستید دیگر.

اما هیچ کدام از این ها مهم نیستند، مهم این است که از شما فقط یکی در کهکشان وجود دارد و به همین خاطر هم که شده است، باید به یک درد

این کهکشان بخورید.



بعد از خشک شدن هامون خیلی از زندگی ها فلج شدند. خیلی دزدی ها زیاده تر شده اند و خیلی ها هم مهاجرت کرده اند. به نظر من لازم است یک نفر این کار را انجام بدهد.

**دلتان می خواهد برای اینکه پیشرفت کنید، شاگرد چه آدم هایی باشید؟**

مسعود کیمیایی، مجید مجیدی و سیروس مقدم.

**و وقتی که معروف شدید، قرار است چه کسی بازیگر فیلم هایتان باشد؟**

بیشتر سعی می کنم با بازیگرهای غیر حرفه ای کار کنم، اما اگر بنا به انتخاب از بین معروف ها باشد، رضا عطاران، شقایق فراهانی و علی صادقی.

**شما امسال در کنکور هنر شرکت کردید. فکر می کنید قبول می شوید؟**

بله، مجاز شدم و فکر کنم رتبه دانشگاه زابل را هم داشته باشم.

**کلام آخر؟**

از یک نفر و دو سازمان باید تشکر کنم: آقای آذرسا، آموزش و پرورش و نهضت سوادآموزی زاهدان. شاید کسانی که کمک نکردند هم از این ها یاد بگیرند.

**کسانی که کمک نکردند چرا؟**

شاید این طوری بمانند توی رو دریاستی و دفعه بعد کمک کنند!



سامانه موقعیت یاب در دست شماست!

# جی تی اس

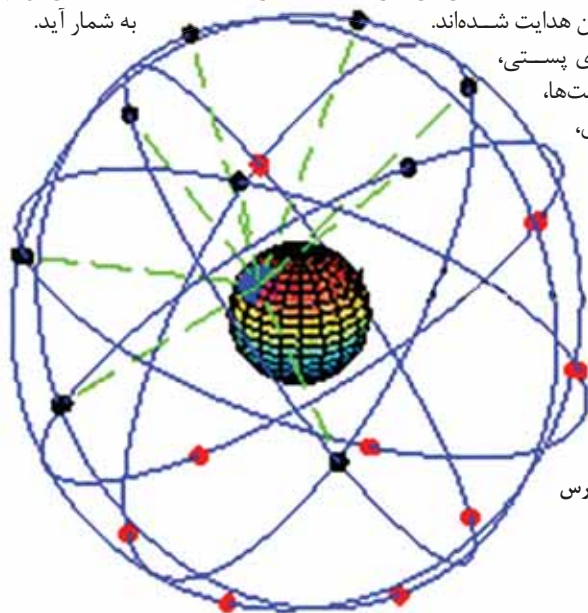
سال هاست کلمه «جی پی اس» را می شنویم. در چند سال اخیر نیز گوشی های تلفن همراه امکان استفاده از این سامانه را در اختیارمان قرار می دهند. آیا تا به حال از آن استفاده کرده اید؟ آیا می دانید چه قابلیت هایی را برایتان فراهم می سازد و چه مشکلاتی را آسان می کند؟

شخصی و خدماتی، کشتی ها، تلفن های همراه و ... همه و همه امکان استفاده از این نرم افزار را دارا هستند. به دلیل باز بودن منبع داده های این برنامه، هر ارگان یا شخص حقیقی می تواند براساس نیازش تغییرات لازم را در این برنامه به وجود آورد و بهترین بازده را از آن دریافت کند. قابلیت تطابق و امکان هم خوانی این نرم افزار در مقابل تغییرات جدید و یا شرایط جدید بسیار بالاست و می تواند برای همه افراد در شرایط مختلف کمک شایان توجهی به شمار آید.

موقعیت یاب جهانی و امکان استفاده از ماهواره های اطراف زمین، سامانه جدیدی براساس منبع باز به وجود آمده است که به «GTS» یا سامانه موقعیت یاب ردیابی جهانی (Gps Tracking System) معروف شده است.

این سامانه که بر پایه صفحات وب طراحی شده، امکانی است برای ردیابی و هدایت ناوگان های نقلیه. این نرم افزار تاکنون در ۱۱ کشور جهان استفاده شده است و بیش از هزاران وسیله نقلیه یا دستگاه در سرتاسر جهان به وسیله آن هدایت شده اند.

تاکسی ها، ون های پستی، کامیون و کامیونت ها، تجهیزات کشاورزی، وسایل نقلیه



۱۲ ماهواره در دسترس

سامانه موقعیت یابی جهانی یا همان «GPS»، در اوایل دهه ۱۹۷۰ میلادی توسط وزارت دفاع آمریکا برای گذر از مشکلات سیستم های هدایتی سربازان شروع به کار کرد. این اختراع که نتیجه فعالیت و تحقیق جمعی از دانشجویان بود، با حمایت دولت توسعه یافت و با به کارگیری ۲۴ ماهواره موقعیت یاب در اطراف زمین شروع به کار کرد.

این ۲۴ ماهواره که دائماً در حال گردش به دور زمین هستند، موقعیت هر جسمی را که به این سیستم مجهز باشد، در تمامی وضعیت های آب و هوایی و جوی، با درصد خطای بسیار ناچیز، مشخص می کنند. به طوری که در هر نقطه و در هر زمان، بین ۸ تا ۱۲ ماهواره امکان رصد موقعیت جسم را دارا هستند.

در سال های انتهایی قرن بیستم و با گسترش تفکر منبع باز در جهان، این سامانه به صورت رایگان در اختیار همگان قرار گرفت و استفاده از آن در بسیاری از فناوری ها و صنایع پیشرفته و بین المللی و حتی صنایع کوچک بومی نیز رو به افزایش گذاشت.

امروزه به دلیل دسترسی به منبع سامانه





## قابلیت‌ها

- برنامه‌های خودش داشته باشد.
- امکان استفاده از نقشه‌های گوناگون با منابع متفاوت برای این نرم‌افزار در نظر گرفته شده است. به این معنی که شما هم می‌توانید از نقشه گوگل استفاده کنید و هم از نقشه مایکروسافت.
- امکان تعیین منطقه‌ای مشخص روی نقشه و رصد رفت و آمدها به آن وجود دارد. برای مثال، در کارخانه‌ای که چندین قسمت متفاوت برای تولیدات مختلف وجود دارد، با این قابلیت تمامی ورودها و خروج‌ها قابل بررسی و ردگیری هستند.
- زبان این نرم‌افزار را به راحتی می‌توان بومی کرد. مثلاً می‌توان به‌طور کامل آن را فارسی کرد.
- از همه مهم‌تر اینکه این نرم‌افزار تقریباً با تمامی سیستم‌عامل‌های موجود، از «لینوکس» گرفته تا «اندروید» و «ویندوز» کار می‌کند.

- جی‌تی‌اس علاوه بر جمع‌آوری اطلاعات مربوط به نقل و انتقالات و ردیابی مسیرها براساس جی‌پی‌اس و ذخیره آن‌ها، توانایی‌های دیگری نیز دارد.
- به‌دلیل اینکه این نرم‌افزار بر پایه وب است، هر شخص حقیقی یا حقوقی می‌تواند یک حساب کاربری داشته باشد و مجموعه‌ای از کاربران را پشتیبانی کند و هر کاربر می‌تواند شناسه ورود و رمز خودش را به‌طور جداگانه برای اتصال به این حساب داشته باشد.
- وسایل مجهز به جی‌پی‌اس (خودرو، تلفن همراه و...)، حتی اگر از برندها یا کارخانه‌های متفاوت باشند، قابلیت اتصال به نرم‌افزار جی تی اس و ردگیری با آن را دارند.
- هر شخص حقیقی یا حقوقی به دلیل منبع باز بودن این نرم‌افزار می‌تواند صفحه وب مختص به خودش را براساس نیازها و

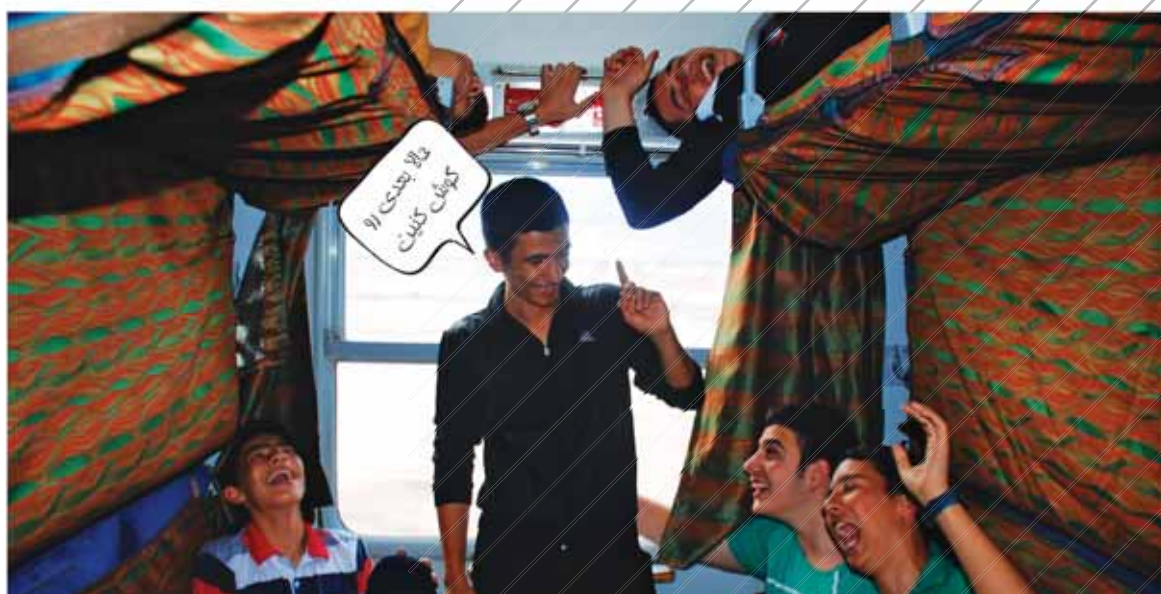


## حرف زیادی

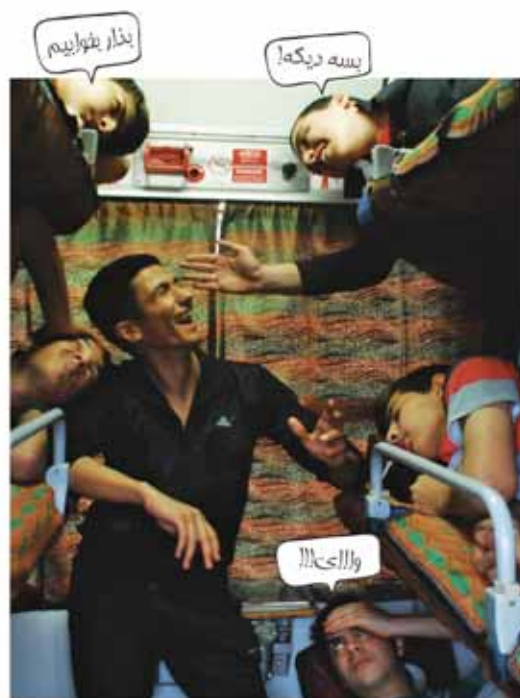
چرا بعضی‌ها حرف‌های زیادی، مفت، به دردخور، طولانی، بیهوده، ملال‌آور، خسته‌کننده، کسالت‌آور، چرت، چرند و پرند می‌زنند؟

افروندم! از گفتن سخن [بی‌محتوایی] که خنده می‌آورد، بر حذر باش؛ گرچه آن را از دیگری نقل کنی.  
امام علی (ع)

بعضی چیزها قیمتی هستند و باید قدرشان را دانست؛ مثل حرف حساب که همیشه مشتری دارد؛ برعکس حرف بی‌فایده که مفتش هم گران است. از آنجا که وقت برای ما بی‌نهایت نیست و دو تا گوش بیشتر نداریم، خوب است به حرف‌های قیمتی گوش بدهیم.







# قاتل زنجیره‌ای

این سلاح کشتار جمعی انرژی‌اش را از واکنش هسته‌ای به دست می‌آورد. از این سلاح آمریکا برای اولین بار در اواخر جنگ جهانی دوم در شهرهای «هیروشیما» و «ناکازاکی» ژاپن استفاده کرد. انسان‌های بسیاری به محض انفجار کشته شدند و علاوه بر آن، سرطان و بیماری‌های ژنتیکی بسیاری برای نسل‌های بعد به جا ماند. تصویر وحشتناک انفجار بمب اتمی گویا برای برخی از کشورها کافی نبوده است، چرا که آن‌ها در حال ساخت تسلیحات اتمی بسیار قوی‌تر از بمبی هستند که در ششم آگوست ۱۹۴۵، در ارتفاع ۵۷۰ متری جنوب شهر هیروشیما ژاپن، منفجر شد.

## بمب هیدروژنی

انرژی حاصل از شکافت اتم هیدروژن، بیشتر از بمب‌های اتمی است. به این بمب‌ها «بمب هیدروژنی» گفته می‌شود که قدرت آن حدود ۹ هزار کیلو تن است.

اسم: پسر کوچولو  
نوع عملکرد: شکافت هسته‌ای  
قدرت: ۱۴/۵ کیلو تن  
وزن: ۴/۴ تن



۳ متر

۰/۷۴ متر

کلاهک

از جنس اورانیوم ۲۳۵ و شکافت‌پذیر (بی‌ثبات) است.

لوله سلاح

کمپرسور

واکنش زنجیره‌ای در این محفظه اتفاق می‌افتد تا حجم عظیمی از شکافت‌های اتم‌ها قبل از انفجار هسته‌ای در آن رخ دهد.

مواد منفجره اتمی

کرم‌های متراکم از اورانیوم ۲۳۵ که قدرت آن برابر است با ۴/۵۰۰ تن ماده منفجره (T.N.T).

### ۱ ضامن انفجار

این ضامن یک ارتفاع سنج است که ارتفاع تقریبی انفجار را مشخص می‌کند و با آزاد شدن مواد محترقه، به سمت مواد منفجره اتمی سوق داده می‌شود.

### ۲ واکنش

پرتاب کننده از میان لوله به داخل بمب حرکت می‌کند و به محفظه‌ای که در ژنراتور تعبیه شده است می‌خورد که حاوی اورانیوم ۲۳۵ است. از اینجا واکنش هسته‌ای زنجیره‌ای آغاز می‌شود.

### ۳ انفجار

این واکنش زنجیره‌ای در کمتر از یک ثانیه اتفاق می‌افتد و حجم عظیمی از انرژی گرمایی و اشعه مهلک را پخش می‌کند.





## واکنش زنجیره‌ای و شکافت هسته

هسته اتم اورانیم با بمباران نوترونی توسط شکافت هسته‌ای، به چند قسمت تقسیم می‌شود.

۱ اصابت یک نوترون به هسته اتم اورانیم ۲۳۵.

۲ این هسته به دو قسمت تقسیم می‌شود و سه نوترون و مقدار زیادی انرژی آزاد می‌کند.

۳ سه نوترونی که آزاد شده‌اند، با اورانیم ۲۳۵ برخورد می‌کنند و نوترون‌ها و انرژی بیشتری آزاد می‌کنند. این واکنش زنجیره‌ای تا آخرین اورانیم ادامه دارد.

۱ ضامن انفجار با یک انفجار هسته‌ای در ابعاد کوچک که توسط شکافت هسته‌ای ایجاد می‌شود، حجم زیادی گرما در داخل محفظه بمب تولید می‌شود.

۲ واکنش گرما ایزوتوپ هیدروژن یا «دیوترم» را فشرده می‌کند و به میله‌های سوخت که از پلونیوم هستند، نزدیک می‌کند. به این ترتیب «هم‌جوشی هسته‌ای» آغاز می‌شود.

۳ انفجار شکافت دیوترم در کسری از ثانیه اتفاق می‌افتد و موجب انفجار می‌شود.

میزان آسیب مقایسه بین دودمل انفجار هسته‌ای



تبخیر کامل  
تابودی کامل  
خسارت جدی  
آتش جدی

### تسلیمات هسته‌ای

در خلال جنگ سرد در نیمه دوم قرن بیستم، ایالات متحده و اتحاد شوروی تسلیحات اتمی زیادی ساختند و چند کشور دیگر هم تسلیحات هسته‌ای خود را گسترش دادند. امروزه باور بر این است که آمریکا و روسیه هر کدام بیشتر از ۵۰۰۰ کلاهک هسته‌ای آماده شلیک و شاید بیشتر از آن در انبارهایشان دارند. برآورد می‌شود که فرانسه، انگلیس و چین هر کدام بیش از صد کلاهک هسته‌ای داشته باشند. هندوستان و پاکستان هم به‌طور علنی کلاهک‌های هسته‌ای خود را به رخ هم می‌کشند و هر کدام بیش از ۱۰ کلاهک در اختیار دارند.

### قارچ اتمی

این ابر قارچی شکل از شوک امواج و جذب گرد و غبار و دود هر چیزی که سوخته شده است، به‌وجود می‌آید.

ارتفاع قارچ هیروشیما ۱۴۰۰۰ متر

ارتفاع قله اورست ۸۸۴۸ متر



میلاد امام جعفر صادق(ع)

۱۹ دی

نام: جعفر (امام ششم شیعیان)  
رئیس مذهب جعفری  
القاب: صادق - مصدق - محقق -  
کاشف الحقایق - فاضل - طاهر  
کنیه: ابو عبدالله - ابواسماعیل -  
ابوموسی

نام پدر: امام محمد باقر(ع)  
نام مادر: فاطمه (ام فروه) دختر  
قاسم بن محمد بن ابی بکر  
تولد: هفدهم ربیع الاول سال ۸۳  
هجری در شهر مدینه  
مدت عمر: ۶۵ سال  
مدت امامت: ۳۴ سال  
مرقد مطهر: قبرستان بقیع

۸۳ هـ ق

تولد در شهر مدینه در روز ۱۷  
ربیع الاول در زمان خلافت عبدالملک  
بن مروان

۸۶ هـ ق

مرگ عبدالملک و خلافت ولید بن  
عبدالملک

۹۵ هـ ق

شهادت جد بزرگوارشان امام  
سجاد(ع) در زمان حکومت ولید بن  
عبدالملک

۱۱۴ هـ ق

شهادت امام محمد باقر(ع) و  
آغاز امامت امام جعفر صادق(ع) در  
سن ۳۱ سالگی. دوران امامت امام  
جعفر صادق(ع) مصادف بود با پایان  
حکومت امویان.

۱۲۸ هـ ق

تولد فرزندان امام موسی کاظم(ع)  
در هفتم ماه صفر

۱۳۲ هـ ق

پایان حکومت امویان با مرگ مروان  
حمار و آغاز حکومت عباسیان با  
به حکومت رسیدن ابوالعباس سفاح  
عباسی

۱۳۶ هـ ق

مرگ سفاح عباسی و به حکومت  
رسیدن منصور عباسی

۱۴۸ هـ ق

شهادت امام جعفر صادق(ع) در سن  
۶۵ سالگی، به دست منصور

شهادت امام حسن عسگری(ع)  
و آغاز امامت امام زمان(عج)

۱۰ دی

امام حسن عسگری می فرماید:  
«خشم و غضب کلید هر نوع بدی و  
شر است. (تحف العقول، ص ۵۱۹)

# رضا نام دیگر حسین است

رضا، زمزمه آخرین حسین است در قتلگاه، در افتادن و برخاستن.  
رضا، کمال عاشورا است در چهره ارغوانی حسین، ترنم لبانی تشنه که زیر تیغ  
آفتاب، تشنه دشنه هستند که به نوازش حلقوم غریب و شکسته صدای او می آید.  
حنجره خشکیده در غریبی قتلگاه می خواند: «الهی رضا بقضائک تسلیم لا مرک»  
رضا، صدای منتشر همه گلوهای حق گوست.  
و رضا، نام توست یا علی بن موسی الرضا!

منبع: غریبان را غریبان می شناسند / محمد رضا سنگری / نوید شیراز ۱۳۹۲.  
۲ دی / شهادت امام رضا

## شهادت میرزا تقی خان امیر کبیر

۲۰ دی

### وقایع اتفاقیه

این ملت گرسنه است، بی سواد است. نه  
فرهنگ دارد، نه هنر، نه صنعت، نه تجارت.  
حالا این ملت گرسنه بی سواد و بی هنر،  
روزنامه می خواهد چه کند؟»

امیر آهی کشید و گفت: «هرچه بلا و  
مصیبت داریم، از چهل و بی سواد است.  
هرچه دود خرافه و شایعه است، از آتش  
نادانی برمی خیزد. ممالک مترقی در  
کشورشان روزنامه دارند. روزنامه  
باعث اعلام خبرهای مهم و  
دادن آگاهی به عموم  
است.»

اولین شماره «وقایع  
اتفاقیه» روز جمعه  
پنجم ربیع الثانی ۱۲۶۷  
هـ. ق منتشر شد. وقایع  
اتفاقیه هفته نامه بود و به شیوه  
چاپ سنگی منتشر می شد.  
قیمت آن هم ده شاهی  
(نیم ریال) بود.

منبع: امیر کبیر. فرهاد حسن زاده.  
مدرسسه. ۱۳۹۱.



بیشتر امیر کبیر را با «دارالفنون»  
می شناسند، در حالی که تأسیس دارالفنون  
تنها یکی از اقدامات مهم و ملی او بود.  
انتشار وقایع اتفاقیه یکی دیگر از اقدامات  
وی محسوب می شود. امیر کبیر هم غرور  
ملی داشت و هم اندیشه بین المللی.

شاه تیله ای را که در دست داشت،  
بالا گرفت و در حالی که از پشت  
آن به نور شکسته چلچراغ  
نگاه می کرد، گفت: «فایده  
این کار چیست؟»

امیر که با کاغذهای توی  
دستش، خودش را باد  
می زد، گفت: «فایده کدام  
کار؟ تیله بازی شما یا  
روزنامه چاپ کردن  
من؟»

ناصرالدین شاه خندید؛  
خنده ای پر صدا و طولانی.  
شاه تیله رنگی اش را  
سرجایش گذاشت و گفت:  
«تو خودت بارها گفته ای





## ميلاد پيامبر اسلام(ص)

۱۹ دی

### چونان آفتاب

حسین (ع) می گوید: «از پدرم علی (ع) خواستم از پیامبر (ص) برایم بگویند. گفت: پیامبر (ص) به ماه شب چهارده می ماند. تابناک بود و پیشانی اش گشاده و بلند و ابروانش کشیده. اندوهش پیوسته بود و آسایش نداشت. جز به هنگام لزوم و نیاز، سخن نمی گفت. صریح بود؛ نه جویده و نامفهوم سخن می گفت و نه زیاد و کم. ملایم و مهربان و نرم خو بود. وقت خود را سه قسمت می کرد: یکی برای خدا، یکی برای خانواده و یکی برای خودش. آن گاه سهم خود را میان خدا و مردم تقسیم می کرد؛ از یاران خود خبر می گرفت، و از حال مردم می پرسید. می گفت: اگر کسی نمی تواند حاجت و مشکل خود را به من برساند، بر شماست که آن را به من برسانید.

کارهای او به قاعده و هماهنگ بود. از حق کوتاه نمی آمد و از آن زیاد نمی رفت. هرگاه به مجلسی وارد می شد، در اولین جایی که پیدا می کرد، می نشست و به دیگران چنین سفارش می کرد، هیچ کس گمان نمی کرد کسی از دیگری به او نزدیک تر است. درنگ می کرد تا هم نشین او اول برخیزد، آن گاه برمی خاست. هر کس از او حاجتی می خواست، دست خالی باز نمی گشت؛ یا به خواسته اش رسیده بود یا گفتاری رضایت بخش شنیده بود. حسن خلق او فراگیر بود؛ چون سایه ای که بر سر همه شهر افتاده باشد، یا چونان آفتابی که بر همه جا تابیده باشد» (بحار الانوار، ج ۱۷: ۱۵۳-۱۴۸).



## ميلاد حضرت مسيح(ع)

۴ دی

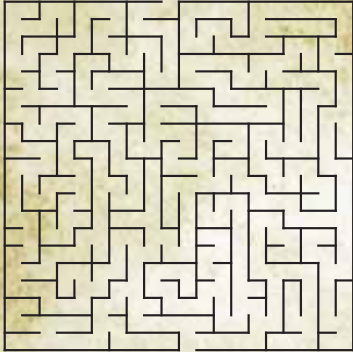
### فرمان خدا

به خواست خداوند مریم باردار شد. زمانی که درد وضع حمل بر او چیره شد، خود را به کنار تنه درخت خرمایی کشاند که خشکیده بود. در این حال گفت: «ای کاش پیش از این مرده بودم و به کلی فراموش می شدم!» ناگهان از پایین پای خود صدایی شنید که می گفت: «غمگین مباش! پروردگارت زیر پای تو چشمه آب (گوارایی) قرار داده است و نظری به بالای سرت بیفکن، بنگر چگونه ساقه خشکیده، به درخت نخل باروری تبدیل شده که میوه ها، شاخه هایش را زینت بخشیده اند. تکانی به این درخت نخل بده تا رطب تازه بر تو فرو ریزد. از این غذای لذیذ بخور، و از آن آب گوارا بنوش، و چشمت را به این مولود جدید روشن دار، و هرگاه کسی را دیدی، با اشاره بگو: من برای خدای رحمان روزه گرفته ام و امروز با احدی سخن نمی گویم. این نوزاد خودش از تو دفاع خواهد کرد.» سرانجام مریم در حالی که کودکش را در آغوش داشت، از بیابان به سوی اقوامش آمد (مریم ۲۷-۲۳).



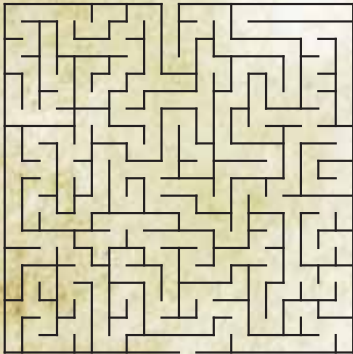
این همان تصویری  
است که روی دیوار  
سرسرای داخل قلعه  
نقش بسته بود. به نظر  
شما همه واژه‌های  
سمت پایین، در سمت  
بالا تعریف شده‌اند؟

باور و اعتقادی که هرکسی درباره ارزش و  
اهمیت خود دارد.



عزت نفس

میل به زیبایی، جمال و پاکیزگی، و پرهیز  
از زوایدگی و پریشانی.



آراستگی

# بازی مازی

بالاخره وارد قلعه شدند. داخل قلعه برخلاف خارجش، دیوارهای کوتاه و اتاق‌های متعدد داشت. خیلی مشخص نبود که هر اتاق مخصوص چه کاری است.

نگار و نیما تصمیم گرفتند کمی از شرایط داخل قلعه سر در آورند. وارد اولین اتاق شدند که به سرسرای بزرگی متصل می‌شد. ورودی این سرسرا، مجسمه‌ها و تندیس‌های زیبایی داشت که هر کدام به یک دوره تاریخی مربوط می‌شد. روی دیوارها، با نقش‌های برجسته‌ای، آثار زیبایی حک شده بودند؛ انگار که نمایشگاهی دائمی از پوشش‌ها و لباس‌های اقوام گوناگون در دوران‌های تاریخی متفاوت، در این مکان برپا بود.

هوای داخل سرسرا خنک و مطبوع بود و پرتوهای نور از روزنه‌های سقف گنبدی، قسمتی از دیوار را نوازش می‌داد. این نورپردازی زیبا آن‌ها را متوجه تصاویر زیبایی کرد که روی دیوار نقاشی شده بودند.

نگار و نیما به سرعت خودشان را پای دیوار رساندند تا از نزدیک آن را مشاهده کنند.

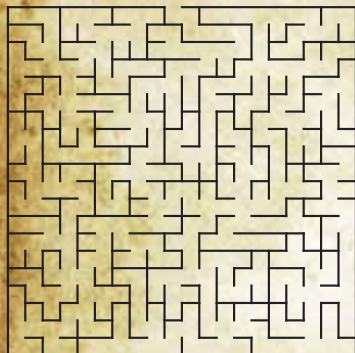
— چه جالب! نیما بین چه قدر این تصویرها شبیه مازهای بازی هستند!  
— شبیه نیستند، خود ماز هستند. ولی چه ربطی به این فضا دارند؟ چه کسی از مازهای به این بزرگی استفاده می‌کند؟

— این کلمات و جملات در اطراف مازها چه معنی می‌دهند؟  
— پیدایش کردم! این دستورالعمل استفاده از مازهاست. موافقی کشفش کنیم؟

— موافقم!

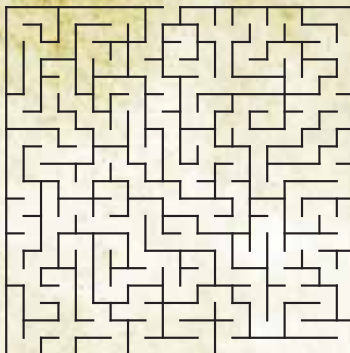


داشتن انتخاب‌های متفاوت در مورد انجام یک کار. به عبارت دیگر، حق انجام هر کاری که قوانین اجازه می‌دهد و انجام ندادن آنچه قانون منع کرده است.



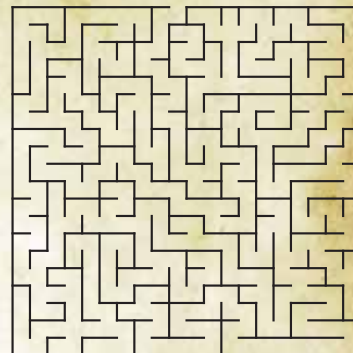
آزادی

حالت شخصیتی که با حرکات و رفتارهای مناسب، احترام دیگران را جلب می‌کند.



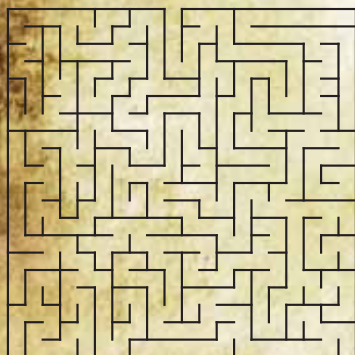
وقار

اعتقاد به حالتی که ما آن را راست و درست می‌دانیم.



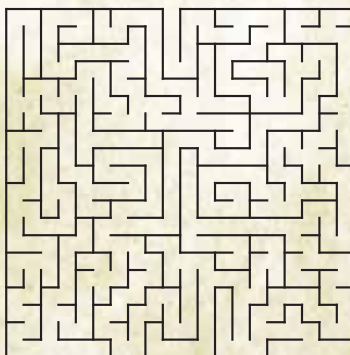
باور

در لغت به معنی شرم و آزر است و مربوط به درون افراد است، نه ظاهر آن‌ها. بنابراین با نوعی حجاب باطنی است.



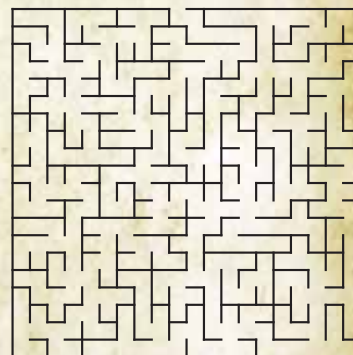
حیا

بازداری روح و روان از گناهان و همچنین نگاه‌داری خویش از دراز کردن دست، درخواست و نیاز به سوی دیگران.



عفت

میل به جلوه‌گری و خودنمایی.



تبرج

نگار و نیما حسابی سرگرم بازی بودند. اما معنی هر کلمه را که پیدا می‌کردند، حیرت و تعجبشان بیشتر می‌شد. سؤال اساسی این بود که: «آیا این واژه‌ها مربوط به دختران هستند یا جنسیت ندارند؟» نظر شما چیست؟



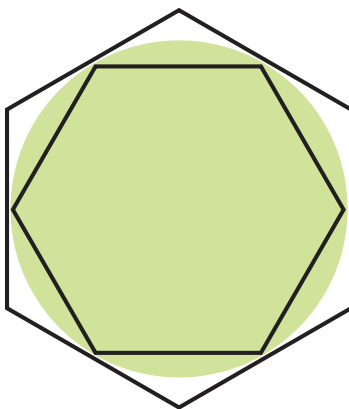
# پیرامون پی

در شماره قبل درباره خطا در اندازه گیری و خطا در محاسبات ریاضی و کمی هم درباره خطاهایی که در نتیجه استفاده از عدد پی به وجود می آید، صحبت کردیم. در این شماره قصد داریم عدد پی را بیشتر بشناسیم و بررسی کنیم که چرا این عدد در محاسبات دقیق کمی ایجاد خطا می کند. البته فراموش نکنید که منظور ما از محاسبات دقیق محاسباتی است که دقت آن ها حداقل بیش از یک هزارم (۰/۰۰۱) و دقیق تر است.

ریاضی و تقریباً برابر است با:  $3.14159$ . عدد پی کاربردهای فراوانی در ریاضیات، فیزیک و مهندسی دارد. عدد پی همچنین به «ثابت ارشمیدس» معروف است.

## مقدار تقریبی عدد $\pi$

اولین نظریه در مورد مقدار تقریبی عدد پی را ارشمیدس بیان کرد. این نظریه بر پایه تقریب زدن مساحت دایره به وسیله یک شش ضلعی منظم محیطی و یک شش ضلعی منظم محاطی استوار بود.



راستش را بخواهید، من اولین بار که اسم عدد پی را شنیدم، سال چهارم ابتدایی در «دبستان شهید حبیب پور» و از زبان آموزگار خوبمان، خانم ترکمان بود. خانم ترکمان آن روز ما را به حیاط مدرسه برد و با طنابی که به انتهایش گچی بسته بود و مانند پرگار از آن استفاده می کرد، چندین دایره در حیاط مدرسه با اندازه ها و محیط های متفاوت کشید. بعد با استفاده از نخ، محیط و قطر هر دایره را همراه با بچه ها اندازه گرفت و در دفترش نوشت. در ادامه هم برای هر کدام از آن دایره ها محیط را بر قطر تقسیم کرد و عددی به دست آورد. جالب بود که حاصل هر تقسیم عددی نزدیک به  $3/14$  بود. ولی هیچ کدام از آن ها دقیقاً  $3/14$  نبودند. این اعداد همان عدد پی بودند. بله! عدد پی از تقسیم محیط هر دایره بر قطرش حاصل می شود. هنوز مقدار واقعی و صحیح عدد پی را هیچ کس به دست نیاورده است، ولی هر روز به آن نزدیک تر می شوند.

## عدد پی چه عددی است؟

« $\pi$ » که نشان دهنده عدد پی است، حرف اول یک کلمه یونانی به معنای «محیط» است. عدد پی یکی از عددهای ثابت

با وجود آنکه همه ریاضی دانان می دانند که عدد پی گنگ است و هرگز نمی توان آن را به طور دقیق محاسبه کرد، اما ارائه

فرمول ها و مدل های محاسبه عدد پی همواره برای آن ها از جذابیت زیادی برخوردار بوده است. بسیاری از آن ها تمام عمر خود را صرف محاسبه ارقام این عدد زیبا کردند، اما تا قبل از ساخت رایانه هرگز نتوانستند این عدد را بیش از ۱۰۰۰ رقم اعشار محاسبه کنند. امروزه مقدار عدد پی با استفاده از پیشرفته ترین رایانه ها تا میلیون ها رقم محاسبه شده است و تعداد این ارقام هنوز در حال افزایش است. اولین محاسبه رایانه ای در سال ۱۹۴۹ انجام گرفت و این عدد را تا ۲۰۰۰ رقم محاسبه کرد. در اواخر سال ۱۹۹۹ نیز، یکی از ابر رایانه های دانشگاه توکیو این عدد را تا رقم اعشار محاسبه کرد.

## نام گذاری و روز $\pi$

نام گذاری  $\pi$  به علت سه رقم اول عدد پی (یعنی  $3/14$ ) است؛ یعنی روز چهاردهم از سومین ماه میلادی. البته بد نیست بدانیم، آلبرت اینشتین هم در این روز چشم به



3.141596914730359825349042875546873115956286388235378759375195778185  
989380952572010654858632788659361533818279682303019520353018529689  
242454150695950829533116861727855889075098381754637464939319255060  
010471018194295559619894676783744944825537977472684710404753464620  
569660240580381501935112533824300355876402474964732639141992726042  
030286182974555706749838505494588586926995690927210797509302955321  
356636980742654252786255181841757467289097777279380008164706001614  
573525521334757418494684385233239073941433345477624168625189835694  
653466804988627232791786085784383827967976681454100953883786360950  
424196528502221066118630674427862203919494504712371378696095636437  
904780275900994657640789512694683983525957098258226205224894077267  
203496252451749399651431429809190659250937221696461515709858387410  
894277415599185592524595395943104997252468084598727364469584865383  
627807977156914359977001296160894416948685558484063534220722258284  
138522549954666727823986456596116354886230577456498035593634568174  
314566913686722874894056010150330861792868092087476091782493858900  
487226588048575640142704775551323796414515237462343645428584447952  
536231442952484937187110145765403590279934403742007310578539062198  
845319104848100537061468067491927819119793995206141966342875444064  
397489409071864942319615679452080951465502252316038819301420937621  
599661501421503068038447734549202605414665925201497442850732518666  
856100550810665879699816357473638405257145910289706414011097120628  
631763594218731251471205329281918261861258673215791984148488291644  
017350671274858322287183520935396572512108357915136988209144421006  
016515116851714376576183515565088490998985998238734552833163550764  
590709154814165498594616371802709819943099244889575712828905923233

پی روشی کاملاً ابتکاری کشف کرد. به این منظور او تصمیم گرفت محیط جهان را به چنان دقتی حساب کند که مقدار خطای حاصل در محاسبه، کمتر از قطر یک تار مو باشد. اینکه کاشانی چگونه از محیط جهان آگاهی داشت، بحثی است که به نظریات نجومی زمان او برمی گردد. الگوی کیهان‌شناسی در این زمان همان الگوی بطلمیوسی بود. در این الگوشناسی جهان مساوی ۲۶/۳۲۸ برابر شعاع زمین در نظر گرفته شده بود.

عدد پی را با ۱۶ رقم درست پس از ممیز یافت که تا ۱۸۰ سال بعد کسی نتوانست آن را گسترش دهد. در حدود سال ۷۹۰ هجری قمری در کاشان به دنیا آمد. وی از نوابغ ریاضی و نجوم قرن نهم محسوب می‌شود. این دانشمند مسلمان، مخترع کسرهای اعشاری، کاشف توان‌های منفی، و مخترع ماشین محاسبه است. به پاس خدمات بی‌شمارش به جهان علم، یکی از مدارهای کره ماه به نام ایشان ثبت شده است. کاشانی برای محاسبه عدد

جهان گشوده است. از سال ۱۹۸۸، روز ۱۴ مارس را در آمریکا «روز عدد پی» نام نهاده‌اند و جشن می‌گیرند. روزهای دیگری نیز برای عدد پی در دیگر کشورها تعیین شده و مراسمی برای معرفی عدد پی و اهمیت آن برگزار می‌شود.

#### غیاث‌الدین جمشید کاشانی و عدد $\pi$

در قرن نهم هجری، غیاث‌الدین جمشید کاشانی، ریاضی‌دان و دانشمند ایرانی، در رساله «المحیطیه» که درباره دایره نوشت،

### جدیدترین روش محاسبه عدد پی

این فرمول پس از ارائه آن توسط کامت دوبوفون، ریاضی‌دان فرانسوی در سال ۱۷۳۳، به «مسئله سوزن بوفون» شهرت یافته است. در سال ۱۹۰۱، ماریو لازارینی برای اولین بار نظریه بوفون را آزمایش کرد. وی برای محاسبه عدد  $\pi$ ، در حدود ۳۴۰۸ سوزن را روی کاغذ ریخت تا بتواند مقدار عدد پی را تا ۳/۱۴۱۵۹۲۹ به دست آورد.

ولی بچه‌ها باور کنید که مهم‌ترین مطلبی که درباره عدد پی در ذهن من نقش بسته، همان مطلبی است که خانم ترکمان در دبستان شهید حبیب‌پور به من یاد داده است.

جدیدترین محاسبات مقدار عدد پی را تا دو هزار و ۷۰۰ بیلیون رقم تعیین کرده‌اند که آخرین آن سال گذشته توسط فابریس بلارد انجام گرفته است. وی برای محاسبه این ارقام از رایانه استفاده کرده است، اما می‌توان با کمک چند سوزن و برگه‌ای کاغذ خط‌دار نیز این عدد را به راحتی محاسبه کرد. سوزن‌ها را روی کاغذ بریزید و میزان درصد سقوط سوزن‌ها را روی یک خط مستقیم محاسبه کنید. پاسخ به دست آمده باید طول سوزن تقسیم بر فاصله میان خطوط، تقسیم عدد دو و ضرب در پی باشد.

# خیال خام

## افسانه‌های فکری نوجوانان و جوانان

- توجه همه به من است. همه دارند مرا نگاه می‌کنند. حتی بیشتر از همیشه به من توجه دارند.
- من مبتلا نمی‌شوم.
- با یک‌بار سیگار کشیدن اتفاقی نمی‌افتد.
- من اراده‌ای قوی دارم!
- باید از زندگی لذت برد. مگر چه قدر زنده‌ام؟!
  - شماها که درس خوانده‌اید، به کجا رسیده‌اید؟! من ترجیح می‌دهم به کارهای جدیدی دست بزنم. درس برایم مهم نیست!
  - من می‌خواهم ورزشکار حرفه‌ای در تیم ملی والیبال شوم. (این در حالی است که قد این نوجوان در سن ۱۸ سالگی ۱۶۰ سانتی‌متر است و می‌داند که اگر خیلی رشد کند، می‌شود ۱۶۵ سانتی‌متر!)
  - من می‌توانم همه را در هر سن و هر مرتبه‌ای که باشند، مدیریت کنم و آن‌ها از من پیروی خواهند کرد!
  - همیشه بدشانس بوده‌ام. به‌همین خاطر موفق نمی‌شوم و نمراتم خوب نیست.
  - به هیچ فردی احتیاج ندارم. من مستقل هستم.
  - نباید دیگران از هیجانات من خبر داشته باشند. نباید گریه کنم یا خوشحالی‌ام را نشان دهم.
  - من باید رئیس باشم.
  - نمی‌توانم حرفم را در جمع بزنم، در نتیجه همیشه تو سری می‌خورم و کنار گذاشته می‌شوم.
  - من زنگ‌تر و عاقل‌تر از آن هستم که گول بخورم. من می‌توانم حتی حيله‌گرترین
- افراد را بشناسم!
- تفننی مهمانی آن‌چنانی می‌روم و موتورسواری می‌کنم. و به آن عادت نمی‌کنم.
- درگیر روابط عاطفی نمی‌شوم. بزرگ‌شده‌ام و می‌توانم هیجانانگیز را کنترل کنم.
- تلفنی صحبت کردن که وابستگی عاطفی به‌وجود نمی‌آورد! ما ساعت‌ها تلفنی صحبت می‌کنیم، اما من به او وابسته

نشده‌ام. (سؤال این است که: اگر وابسته نشده‌ای، پس چرا تلفنی صحبت می‌کنی؟ یا اگر یک روز این مکالمات نباشند، احساس کلافگی و بی‌حوصلگی داری؟)

● بزرگ شده‌ام و می‌توانم برای زندگی‌ام تصمیم بگیرم. بعد از این نیازی به مشورت با بزرگ‌ترها و شنیدن تجربه‌های آن‌ها ندارم...

مطمئن هستم حداقل یکی از این افکار را شما هم تجربه کرده‌اید. البته این گونه تفکرات اشتباهی یا اشتباه‌های فکری فراوانند و خیلی دوست دارم





## این چند نکته را به یاد داشته باشیم:

بودن، بلکه حتی یک‌بار مصرف کردن شما را گرفتار می‌کند. مخصوصاً این موضوع که دوران نوجوانی و جوانی با هیجان طغیانگری همراه است، و سبب می‌شود حتی یک‌بار مصرف کردن در جمع دوستان، هیجان خاصی به دنبال داشته باشد و برای نوجوان، این آثار هیجانی اثر بیشتری دارد تا خود ماده؛ برای مثال سیگار.

● وابستگی عاطفی از راه دور و نزدیک و تلفنی و چتی و ... ندارد! وابستگی عاطفی به وجود می‌آید. فکرتان جای بد نرود. وابستگی عاطفی حتماً نباید بین دو جنس مخالف، یعنی دختر و پسر باشد. حتی بین دو دوست از یک جنس هم پیش می‌آید. پس نگوییم برای ما رخ نمی‌دهد. حتی اگر اراده‌ای قوی دارید، موقعیت‌هایی که با هیجانات انسان سروکار دارند، می‌توانند این اراده را تغییر دهند. این توصیف را در مورد فرد متخصصی شنیدیم که سال‌ها کلینیک درمان و ترک اعتیاد داشت.

روزی گفت: اعتیاد برای من پیش نمی‌آید، چون مقاوم شده‌ام و بدی‌هایش را می‌دانم. شروع کرد به مصرف مواد و در حال حاضر ۱۳ سال است که نمی‌تواند ترک کند! و گاهی چه

زود دیر می‌شود.

● نخواهیم همه چیز را خودمان تجربه کنیم. تجربه دیگران، هم ارزشمند است و هم می‌تواند یک قدم ما را جلوتر ببرد.

● خودمان را دوست داشته باشیم و بشناسیم. فرض کنیم راننده ماشینی هستیم که در جاده زندگی در حال حرکت است. پس مراقب ابزارهای ماشین (ترمز، کلاچ و ...) باشیم و مسیر جاده را هم گم نکنیم. زندگی به تنهایی در این جاده امکان ندارد و هر پیچ می‌تواند نویدبخش نزدیک شدن به هدف یا بروز یک تصادف ناگوار باشد.

● حتی برای متخصصان و بزرگ‌ترها هم احتمال خطا و اشتباه وجود دارد، چه برسد به جوانان و نوجوانان که هنوز در اجتماع قرار نگرفته‌اند و تجربه‌هایشان محدود است.

● راهکارهایی مثل مشورت گرفتن برای تصمیم‌گیری و بررسی تمام جوانب مسئله باعث نمی‌شود که من فردی وابسته باشم. بلکه عقل حکم می‌کند از افراد باتجربه و متخصص نظر خواهی کنیم و درست تصمیم بگیریم.

● بیان هیجانات مثل شادی یا غم نشانه ضعف فرد نیست. چه مرد باشید چه زن، فرقی نمی‌کند. شما انسانی هستید با تمام ویژگی‌ها و نیازهای انسانی. باید روش درست ابراز هیجانات را بیاموزید یا اگر بلد هستید، هیجانات را ابراز کنید. منظور این نیست که وقتی غمگین هستید، عریه بکشید به این عنوان که می‌خواهید هیجان خود را ابراز کنید. بلکه مثلاً اگر به خاطر نتیجه یک امتحان غمگین هستید، می‌توانید آن را این‌طور ابراز کنید که: «من به خاطر

قبول نشدن در کنکور خیلی ناراحتم، چون خیلی زحمت کشیده بودم! اما حتماً این موضوع به بررسی احتیاج دارد. شاید برنامه‌ریزی‌ام اشتباه بوده است.»

● شما چه جوان باشید

چه بزرگ‌سال، گروه هم‌سال و جمعی که با آن رفت‌وآمد دارید، روی رفتارها، نوع گفتار و حتی نوع فکر کردنتان اثر می‌گذارند. **امام صادق (ع)** می‌فرمایند: «با افراد منحرف هم‌نشینی و معاشرت نکنید، زیرا هم‌نشینی با آنان موجب می‌شود مردم شما را یکی از آنان به‌شمار آورند.» و شاعر زیبا سخن هم گفته است:

هم‌نشین تو از تو به باید

تا تو را عقل و دین بیفزاید

● وابستگی پیدا نه به یک‌بار است، نه به تفننی مصرف کردن و در جمع دوستان



که شما هم بعضی از آن‌ها را برای من بنویسید.



نمی‌گویم که نوع فکر کردن جوان اشتباه است، نه این‌طور نیست. خیلی هم به جوان‌ها ارادت دارم. اما به دلیل مرحله‌ای که در آن حضور دارید، این‌گونه فکرها وجود دارند. به این‌ها افسانه‌های فکری می‌گویند. در طول این دوره به وجود می‌آیند و در طول زمان یا تشویق و بیشتر می‌شوند، یا تصحیح می‌شوند و به صورت اصلاح‌شده باقی می‌مانند.

این نکته را فراموش نکنیم که ما در همه حال و در همه جا و در هر جایگاهی، به مشورت و شناخت خود نیاز داریم. مشورت یکی از راه‌های کارآمد مقابله با استرس است. یکی دیگر از راه‌ها، قرار گرفتن در جمع است. بنابراین نمی‌خواهیم هیچ کدام از راهکارهایی را که خوب هستند، انکار کنیم، بلکه می‌خواهیم بدانیم که صورت صحیح جمله و فکر کدام است.

## STARTERS

## Potato Skins with Cheddar and Sausage

Presented this way, these baked potatoes are a real treat

 makes 4 servings  
 prep 50 mins • cook 25 mins

4 medium baking potatoes, scrubbed

7oz (200g) sausage, rind removed, cut into sticks

2 shallots, finely chopped

scant 1/2 cup whole milk

2 tbsp butter

3/4 cup shredded Cheddar cheese

2 tbsp chopped parsley

salt and freshly ground black pepper

**1-Preheat the oven** to 400°F (200°C). Prick the potato skins all over with a fork. Bake in the oven for about 45–50 minutes, until tender. Reduce the oven temperature to 350°F (180°C).

**2-meanwhile**, cook the sausage in a frying pan over medium-high heat about 4 minutes until golden. Add the shallots and cook until they soften, about 1 minute more.

**3-slice off the top** third of each potato, horizontally. Using a spoon, scoop out the flesh into a large bowl. Reserve the

hollowed-out skins and place in a lightly oiled baking dish.

**4-mash the potato** with a potato masher. Add the milk and butter, and beat until smooth. Stir in the Cheddar and sausage mixture along with the parsley. Season with salt and pepper.

**5-spoon the mixture back** into the potato skins and bake for 20–25 minutes, or until the filling is heated through and golden on top. Serve hot with extra chopped parsley sprinkled on top, if desired.

### VARIATIONS

#### Potato Skins with Crab

Mix the mashed potato with a 16oz (168g) can crabmeat, drained, 3 chopped scallions, 1 chopped fresh small red chile, 1/4 cup crème fraîche, and 2 tbsp chopped cilantro. Spoon back into the skins and bake as above.

#### Potato Skins with sausage

Mix the mashed potato with 5oz (145g) chopped smoked sausage, 1 ripe tomato, seeded and diced, 5oz (145g) mozzarella, diced, and 1 tbsp chopped oregano. Spoon back into the skins and bake as above.







# COOKING TECHNIQUES


## Stuffed Grape Leaves

This dish is delicious warm or cold. Jarred grape leaves are sold at supermarkets and Middle Eastern delicatessens

 makes 4-6 servings

 prep 45 mins • cook 50 mins

 soak preserved grape leaves in hot water then rinse several times to remove the brine; fresh grape leaves should be blanched for 5 minutes.

 frying pan, large saucepan

- 2 onions, finely chopped
- 2 tbsp olive oil
- 1 cup long-grain rice
- 1/2 tsp ground allspice
- 2 1/4 cups vegetable stock
- 3 ripe tomatoes, skinned, seeded, and chopped
- 1 tbsp chopped dill
- 1 tbsp chopped mint
- salt and freshly ground black pepper
- 40 grape leaves
- 2 tbsp fresh lemon juice

**cook the onions** in the oil until softened but not browned.

Stir in the rice and allspice, and cook for 2 minutes more.

**Pour in the stock** and bring to a boil. Reduce the heat and simmer for about 15 minutes, until the rice is tender and has absorbed the liquid. Stir in the tomatoes, herbs, and season with salt and pepper.

**spoon some of the rice** in the center of each grape leaf, shiny side down. old in the sides and roll into a parcel.

**Pack the grape leaves** tightly in a large saucepan; add the lemon juice and enough cold water to just cover. Place a heatproof plate on top so they don't unravel. Bring to a boil then reduce the heat; simmer for 30 minutes, adding water if necessary. Carefully drain then serve.

### VARIATION

#### Leaves with Lamb

Brown 9oz (250g) lean ground lamb with the onions in step 1. Reduce the rice to 3/4 cup and the stock to 1 3/4 cups





# ستاره‌های مادر

## عناصر جدول تناوبی از چه زمانی تشکیل شده‌اند؟

در روزگار کهن، کیمیاگران در پی تبدیل عناصر گوناگون به یکدیگر بودند. آن‌ها می‌خواستند فلزات کم‌ارزش را به طلا تبدیل کنند و از این طریق، ثروتمند شوند. به مرور، با پیشرفت علم شیمی، مشخص شد که هنوز به طور قاطع نمی‌توان گفت چنین کاری عملی نیست. اما علم جدید ما را با شکل تازه‌ای از کیمیاگری آشنا کرده است: «فرایند هم‌جوشی هسته‌ای!»

### هم‌جوشی هسته‌ای

در این فرایند، چند هسته سبک با هم جوش می‌خورند و هسته‌های سنگین‌تر ایجاد می‌کنند. در نتیجه چنین واکنشی، مقدار بسیار زیادی انرژی آزاد می‌شود. فراهم آمدن شرایط اولیه لازم برای هم‌جوشی هسته‌ای بسیار دشوار است، چرا که ذرات اولیه باید انرژی اولیه بسیار بالایی داشته باشند. انرژی خورشید که هر روز با آن سروکار داریم، به این ترتیب تولید می‌شود.

این فرایند برعکس فرایندی است که در نیروگاه‌های اتمی اتفاق می‌افتد؛ فرایندی که «شکافت هسته‌ای» نام دارد و عناصر سنگین‌تر را به عناصر سبک‌تر تبدیل می‌کند.

### عناصر جدول تناوبی چگونه ایجاد شده‌اند؟

بیباید به ۱۳/۸ میلیارد سال پیش بازگردیم. تنها چند دقیقه پس از انفجار بزرگ، پیوند ذرات ریزاتمی، نخستین عناصر جهان ما را به وجود آورد.

در آن زمان جهان ما عمدتاً از هیدروژن تشکیل شده بود. به وجود آمدن سایر عناصر جدول تناوبی نیازمند گذر زمانی طولانی بود؛ یعنی چند صد میلیون سال بعد، وقتی که اولین ستاره‌ها شکل گرفتند. انرژی ستاره‌ها به وسیله فرایند هم‌جوشی هسته‌ای تأمین می‌شود. به این ترتیب که ابتدا هیدروژن به هلیوم تبدیل می‌شود و سپس در مراحل بعدی عمر ستاره، کربن و عناصر سنگین‌تر به وجود می‌آیند. نوری که هر روز از خورشید به ما می‌رسد، نتیجه فرایند تبدیل شدن هیدروژن به هلیوم است. ستاره‌های اولیه جهان مانند کوره‌های کیمیاگری، عناصر جدول تناوبی را به وجود آوردند. این عناصر با انفجاری که در پایان عمر آن ستاره‌ها اتفاق افتاد، در فضا پخش شدند و مواد لازم برای شکل‌گیری ستاره‌های بعدی مانند خورشید را فراهم کردند. تعجب نکنید. تمام عناصری که در سطح زمین می‌بینید و حتی عناصر تشکیل‌دهنده بدن خود ما، روزی در مرکز داغ یک ستاره شکل گرفته‌اند.



حالت فیزیکی در دمای اتاق

فلز      شبه فلز      غفلز

### اگر هم جوشی هسته‌ای نبود...

رمز اتفاقی که در مرکز ستاره‌های نسل اول رخ می‌دهد و باعث پیدایش عناصر گوناگون می‌شود، در «نیروی قوی هسته‌ای» است. نیروی قوی هسته‌ای یعنی همان نیرویی که پروتون‌ها و نوترون‌ها را در مرکز اتم‌ها در کنار هم نگه می‌دارد. این نیروهای بنیادین طبیعت، در هم جوشی هسته‌ای پررنگ‌ترین نقش را ایفا می‌کنند. بیایید تصور کنیم که اگر قدرت این نیرو کمتر از مقدار فعلی‌اش بود، چه می‌شد؟ میزان قدرت این نیرو توسط ثابت  $E$  مشخص می‌شود که مقدارش  $0.07$  است. اگر  $E$  مثلاً  $0.06$  بود، در این صورت مسیر تشکیل هلیوم به بن‌بست می‌خورد. در این صورت، جهان ساده‌ما فقط و فقط از هیدروژن تشکیل شده بود و دیگر علمی به نام شیمی معنا نداشت. در چنین عالمی ستاره‌ها به‌وجود می‌آمدند، اما ستاره‌هایی که فاقد انرژی هسته‌ای بودند. بنابراین، کوچک و سرد می‌شدند و هیچ عنصر تازه‌ای درون آن‌ها شکل نمی‌گرفت. مهم‌ترین و شگفت‌انگیزترین نتیجه چنین جهانی این بود که هیچ موجود زنده‌ای ایجاد نمی‌شد. چرا که شکل‌گیری موجودات زنده نیازمند عناصر متنوعی است که بتوانند ویژگی‌های زیستی را به‌وجود آورند. این موضوع پیام روشنی برای ما دارد. جهانی که ما در آن زندگی می‌کنیم، تنظیمات ظریفی دارد که بدون آن‌ها شکل‌گیری ما محال بود. در «قرآن» آمده است که وقتی فرعون از حضرت موسی می‌پرسد: «پروردگار شما کیست؟» پاسخ می‌دهد: «پروردگار ما کسی است که به هر چیزی، خلقتی که در خور اوست، داده است و سپس آن را هدایت کرده است» (طه/ ۴۹ و ۵۰)



نباید برای هر چیز، سر خود فلسفه‌ای ببافیم!

## مصرف بی مصرف

رعایت حلال و حرام در مصرف، تنظیم‌کننده شیوه مصرف انسان مؤمن است. وی برای حرکت در مسیر درست زندگی در هر چیزی که می‌خورد و هر چیزی که می‌پوشد و... به حلال و حرام خدا توجه می‌کند. اما آیا این کافی است؟

### جاده اعتدال

پس رعایت اعتدال و اجتناب از افراط و تفریط نیز اصل مهم دیگری است که باید در مصرف رعایت کرد. یعنی مصرف باید بهینه (به اندازه و به‌دور از گناه) باشد. وقتی می‌گوییم به اندازه، یعنی مصرفی که از طرفی به دور از اسراف و تبذیر باشد و از طرف دیگر، به دور از تنگ‌نظری و خست‌ورزی. یعنی همان که قرآن مجید حتی در انفاق و بخشش به دیگران نیز به آن توصیه می‌کند: «بندگان خدا کسانی هستند که وقتی انفاق می‌کنند، نه اسراف می‌کنند نه خست می‌ورزند و میان این دو حالتی میانه‌معتدل دارند» (فرقان/۶۷).

باید بدانیم مصرف آنچه در دین اسلام حلال شمرده شده است نیز حد و مرزی دارد. یعنی انسان نمی‌تواند در نظام مصرف اسلامی، هر طوری که خواست اموال شخصی را حتی در جاهایی که روا می‌داند، مصرف کند. انسان نمی‌تواند در چیزی اسراف کند، هر چند خود مالک آن باشد. چرا که این مالکیت اعتباری است. در واقع، مالک حقیقی خداوند است.

**امام صادق(ع)** می‌فرماید: «مال، مال خداست که آن را نزد آفریدگان خود به امانت سپرده و به آنان فرمان داده است تا از آن به اعتدال بخورند و به اعتدال بیاشامند و...»

با میانه‌روی از مرکب (وسیله نقلیه) استفاده کنند و هر چه جز آن (مصرف به اعتدال) باشد، باید به فقرای مؤمنین بدهند و به نابسامانی زندگی ایشان سامان بخشند.

پس هر که چنین کند، آنچه می‌خورد حلال است و آنچه می‌پوشد حلال و... و هر کس چنین نکند و از حد اعتدال در مصرف بگذرد، خوردن و آشامیدن و... او حرام است» (مستدرک الوسائل، ج ۲: ۴۲۳).

### نشانه اسراف

● هدر دادن منابع و امکانات

هرگاه مصرف کالا به شکلی باشد که بخشی از آن، هرچند اندک، ضایع شود،

اسراف خواهد بود. چنان که **امام صادق(ع)** فرموده است: «میانه‌روی چیزی است که خدای بزرگ آن را دوست می‌دارد و اسراف چیزی است که خدای بزرگ آن را دشمن می‌دارد؛ حتی دور انداختن هسته میوه که آن نیز به کاری می‌آید (مثل

انسان نمی‌تواند در چیزی اسراف کند، هر چند خود مالک آن باشد

خوردن حیوانات) و حتی دور ریختن مانده نوشیدنی (فروع کافی، ج ۴: ۵۲).

بر این اساس، تضييع کیفی کالاها با استفاده نادرست از آنها نیز گونه‌ای دیگر از اسراف است. امام صادق در این مورد نیز فرموده است: «اسراف عبارت از آن است که لباس نو (و آبرومند را) در جایی که باید لباس فرسوده (و لباس کار) پوشید، بپوشی» (الحیاء، ج ۴: ۳۱۰).

با توجه به آنچه گذشت، دور ریختن مواد غذایی و پوشاک کهنه قابل مصرف، و دور ریختن وسایل قابل بازیافت، از نمونه‌های اسراف به‌شمار می‌روند.





برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد مصرف صحیح می‌توانید به کتاب «الگوی مصرف» در آموزه‌های اسلامی که توسط انتشارات دانشگاه علوم اسلامی رضوی منتشر شده مراجعه کنید.

بازمی‌دارد و گوش جان را از شنیدن موعظه کر می‌سازد. بهره‌یزید از نگاه کردن (به این سو و آن سو و...) که انسان را دچار هوی و هوس می‌کند و به غفلت می‌کشاند» (الحیاء، ج ۴: ۴۳۰).

- کم‌دقتی و ریخت‌وپاش هنگام صرف غذا که ناشی از پخت‌وپز غذا بیش از حد نیاز افراد است.

- ترتیب دادن سفره‌های رنگین و تهیه غذاهای گوناگون بیش از حد نیاز، و در کنار آن، فقدان فرهنگ مصرف خودپذیری (سلف‌سرویس) و سرو غذا توسط افراد حاضر در مهمانی‌ها و جشن‌ها. آن‌گونه که می‌بینیم، گاه بیش از نیمی از غذاها، سالادها و دسرهای رنگارنگ دست‌خورده و غیرقابل مصرف و دور ریخته می‌شوند.

- کشیدن غذا برای کودکان به مقدار بزرگ‌سالان و دور ریختن اضافه آن.  
- خرید میوه زیاد و ناتوانی در نگهداری آن و در نتیجه فاسد شدن و دور ریختن بخشی از آن.

#### ● اسراف در مصرف آب

زیاده‌روی در مصرف آب، به‌ویژه هدر دادن آن، هرچند اندک باشد، نکوهش شده است. امام صادق (ع) فرموده است: «کمترین حد اسراف دور ریختن تهمانده آب (ظرف) است» (فروع کافی، ج ۶: ۴۶۰).



#### ● جلوه‌های اسراف

● **اسراف در خوردنی‌ها و آشامیدنی‌ها**  
- پرخوری. قرآن در این زمینه می‌فرماید: «بخورید و بیاشامید، ولی زیاده‌روی نکنید» (اعراف / ۳۱).

در این آیه، نهی از زیاده‌روی در این آیه، شامل هرگونه زیاده‌روی در مصرف و نیز هدر دادن مواد غذایی، از جمله به شکل پرخوری می‌شود. متأسفانه بسیاری از ما در خوردن اندازه نگه نمی‌داریم و از زیان‌های آن غافلیم. پیامبر (ص) فرموده است: «بپرهیزید از پرخوری که قساوت قلب می‌آورد، بدن را از عبادت

#### ● مصرف بیش از حد نیاز

مانند خوردن بیش از اندازه نیاز یا ساختن خانه بزرگی که در آن سطح به آن نیازی نیست.

#### ● زیانبار بودن

هرگاه مصرف چیزی برای بدن ضرر داشته باشد، استفاده از آن گونه‌ای دیگر از اسراف است. امام صادق (ع) خطاب به یکی از یارانش فرمود: «مصرف آنچه بدن را سالم نگه می‌دارد، اسراف نیست، بلکه اسراف در چیزی است که مال را تباه سازد و به بدن زیان رساند» (فروع کافی، ج ۴: ۵۳).

# زندگی شیرین

نمازهای پنج‌گانه همانند نهر جاری است که در مقابل در خانه یکی از شما جاری است. اگر روزی پنج مرتبه خود را در آن نهر شست‌وشو دهید، دیگر چرک او کثافت و آلودگی او در بدن شما باقی نمی‌ماند (کنز العمال، پیامبر (ص) جلد ۷: ۲۹۱).

امام صادق (ع): قرآن عهدنامه خداوند متعال با انسان‌هاست. برای مسلمان شایسته است که به این عهدنامه بنگرد و هر روز پنج‌باره آن را تلاوت کند (وسائل الشیعه، ج ۱۱: ۵۰۳).

حضرت رسول (ص) به امیرالمؤمنین (ع): تو را وصیت می‌کنم به خوب همسایه داری و اکرام کردن مهمان و پذیرایی از آنها (بحار الانوار، ج ۷۴، ص ۴۱۱، ج ۲۲).

امام صادق (ع): مغبون کسی است که عمرش ساعت به ساعت هدر رود (وسائل الشیعه، ج ۱۶: ۹۴).

هرگاه خدا بخواهد جواب بنده‌ای را بدهد، به او اجازه دعا می‌دهد (کنز العمال، ص ۱۸۱، حضرت رسول (ص)).





رسول خدا (ص): نگاه کردن فرزند از روی مهر و محبت به پدر و مادر، عبادت محسوب می‌شود.  
(بحارالانوار، ج ۷۲، ص ۸۰)



رسول خدا (ص): از تجلیل خداست احترام کردن به مسلمان سپید موی.  
(اصول کافی جلد ۴ ص ۴۸۷)



رسول خدا (ص): جست‌وجوی علم بر هر مسلمانی لازم است. آگاه باشید که خداوند طالبان علم را دوست دارد.  
(الکافی، ج ۱: ۳۰)



امام جواد (ع): اهل نیکوکاری به کار خیرش بیشتر از نیازمندان به خیر، محتاج است؛ چون پاداش و مباحثات و نام آن کار برای اوست.  
(بحارالانوار، ج ۷۵: ۷۹)

رسول خدا (ص): جارو کردن خانه فقر و تنگدستی را از بین می‌برد.  
(الکافی، ج ۶: ۵۳۱)



کسب افتخار با دارو!

# زور قلبی

امروزه فشرده شدن رقابت‌های ورزشی در سطوح حرفه‌ای و ارزش مادی و معنوی سکویای قهرمانی، سبب شده است که عده‌ای از ورزشکاران ترجیح دهند از هر وسیله‌ای برای رسیدن به مدال استفاده کنند؛ خواه این استفاده به سود آن‌ها باشد یا اینکه سلامتی آنان را به خطر بیندازد. در بسیاری از رشته‌های ورزشی، امکانات عادی و روزمره دلخواه انسان نیستند. ورزشکاران نیز سرانجام به نقطه‌ای می‌رسند که حتی نمی‌توانند چند گرم یا چند صدم ثانیه رکورد خود را بهبود بخشند. به این ترتیب به سراغ راهکاری آسان می‌روند؛ یعنی استفاده از داروها که از آن به اصطلاح «دوپینگ» یاد می‌شود.

## آیا داروها معجزه می‌کنند؟

بر خلاف تصور بسیاری از مردم، داروهای نیروزا نمی‌توانند معجزه کنند. اما کافی است در مسابقه‌ای چون دو یا شنای ۱۰۰ متر (که نتایج به صدم ثانیه بستگی دارد)، ورزشکار از دارویی استفاده کند که اعصاب را تحریک کند و عصب‌ها صدای شلیک تپانچه آغاز را یک صدم ثانیه زودتر به مغز برسانند. به این

ترتیب، ورزشکار یک صدم ثانیه زودتر فرمان دویدن را از مغز دریافت می‌کند و به همین نسبت سریع‌تر از سایرین حرکت خود را آغاز می‌کند؛ اتفاقی که ممکن است سرنوشت مسابقه را عوض کند.

## دوپینگ محصول امروز نیست!

کوشش‌های بشر برای ازدیاد قدرت بدنی، از زمان‌های دور آدمی را واداشته است که به دوپینگ دست بزنند. به‌طوری که امروز مشخص شده است، ورزشکاران عهد باستان نیز از راه‌هایی غیرطبیعی برای کسب موفقیت در میدان‌ها استفاده می‌کردند. به طوری که گزارش‌هایی مربوط به قرن سوم قبل از

میلاد در دست داریم مبنی بر استفاده نابجای ورزشکاران از مواد مختلف برای رسیدن به موفقیت در المپیک‌های باستانی.

## آغاز دوپینگ در مسابقات مدرن

از زمانی که مسابقات ورزشی مدرن شکل گرفتند، بسیاری از ورزشکاران به سلیقه خود و براساس تجربه‌های سایرین، دارویی به همراه داشتند تا به کمک آن از فشار مسابقات بکاهند.

مثلاً در مسابقات شنای آمستردام (۱۸۶۵) و دوچرخه‌سواری شش روزه قاره اروپا (۱۸۷۹) ورزشکاران از داروهای محرک استفاده می‌کردند. در آن زمان فرانسویان از کافئین و بلژیکی‌ها از مخلوط شکر و اتر بهره می‌بردند. جالب اینجاست که مسئولیت مهم همراهان تیم‌های ورزشی، مخلوط کردن و نگهداری این گونه مواد بوده است.

بعضی از این همراهان در مواردی ابتکار به خرج می‌دادند و بدون اطلاع از خطرات برخی از داروها، موادی چون هروئین و کوکائین به ورزشکاران می‌دادند تا آن‌ها زودتر قهرمان شوند.

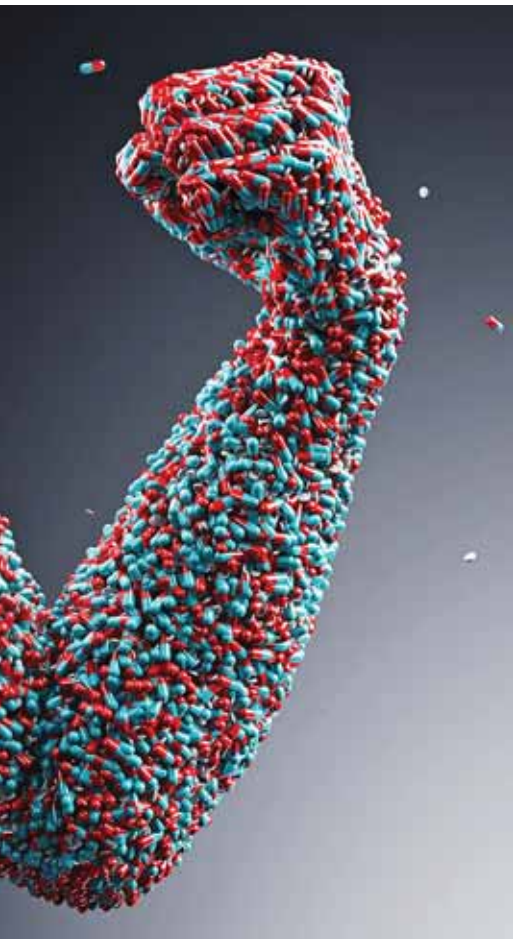
در هر ورزش، داروهایی دوپینگ محسوب می‌شوند که بعدها برای ورزشکار، ضررهای جبران‌ناپذیری ایجاد کنند

## استفاده از واژه «دوپینگ»

اولین بار در سال ۱۸۸۹ بود که لغت «دوپینگ» در فرهنگ لغات انگلیسی ظاهر شد. البته دوپینگ کلمه‌ای انگلیسی نبود، بلکه اصل آن مربوطه به لهجه‌ای بومی در جنوب شرقی آفریقا با نام «کفیر» بود. لغت «DOP» به آشامیدنی الکلی تندی گفته می‌شد که اهالی بومی آفریقای شرقی هنگام مراسم‌های سنتی برای تحریک بیشتر و حالت هیجانی از آن استفاده می‌کردند. انگلیسی‌ها نیز ابتدا این عبارت را به مخلوطی از تریاک و سایر مواد مخدر اطلاق کردند که برای تحریک حیواناتی چون اسب از آن استفاده می‌شد. اما با گذشت زمان، این لغت گسترش بیشتری پیدا کرد و به همه مواردی که برای تحریک و ازدیاد قدرت موقت بدن به کار می‌رفت، گفته شد.

## مشهورترین دوپینگ‌ها

بدون شک بن جانسون (قهرمان دوی





## چگونه دوپینگ نباشیم؟

در روزگار کنونی به هیچ عنوان نمی‌توان مانع از استفاده ورزشکاران از داروها و مکمل‌های غیرمجاز شد. طبیعی است که بدن به دارو نیاز دارد و چه بهتر که این تغذیه اصولی و دقیق باشد. باید توجه داشت که ممکن است دارویی در یک ورزش دوپینگ محسوب شود، اما در ورزش دیگری دوپینگ نباشد. به همین خاطر، قبل از هر کاری باید با قوانین ورزش خود آشنا باشیم تا دوپینگی از آب در نیاییم. یادمان باشد در هر ورزش، داروهایی دوپینگ محسوب می‌شوند که بعدها برای ورزشکار، ضررهای جبران‌ناپذیری ایجاد کنند. به همین دلیل، استفاده نکردن از داروهای نیروزای غیرمجاز، ساده‌ترین خدمتی است که هر ورزشکار می‌تواند به خود بکند.

## در ایران

از دهه ۱۳۵۰ بود که بحث استفاده ورزشکاران ایرانی از داروهای نیروزا بر سر زبان‌ها افتاد. برای مثال، پس از مسابقه دو تیم «تاج سابق» و «پرسپولیس» در همان ایام و برد (۳-۱) تاج، مربی پرسپولیس مدعی شد که بازیکنان حریف دوپینگ کرده‌اند. بعدها و در بازی‌های آسیایی ۱۹۸۶ سئول، مدال‌های دو کشتی‌گیر و دو وزنه‌بردار کشورمان از آن‌ها پس گرفته شد. اتفاقی که در سال ۱۹۹۳ و پس از مسابقات کشتی قهرمانی جهان نیز برای یکی از طلایی‌های ایران رخ داد و او علاوه بر از دست دادن محرومیت ۹ تن از وزنه‌برداران تیم ملی ایران در سال ۲۰۰۶ نیز از دیگر موارد دوپینگ در تاریخ ورزش ایران محسوب می‌شود.



تیمش بود که می‌خواست با قهرمان شدن دوچرخه‌سوار، موجب شهرت و ثروت کارخانه خود شود. بعدها و در المپیک زمستانی ۱۹۵۱ (اسلو)، در اتاق تعویض لباس قهرمانانی که در مسابقات اسکی سرعت و مارپیچ شرکت کرده بودند، سرنگ‌های خالی و سایر وسایل تزریق دارو پیدا شد. در المپیک تابستانی همان سال نیز آزمایش‌ها به صورت دقیق انجام نشدند و همین سهل‌انگاری‌ها زنگ خطر را به صدا درآوردند. اندکی بعد و در سال ۱۹۶۰، **کنوت نیسن**، دوچرخه‌سوار دانمارکی، به دلیل استفاده از مواد نیروزا جان خود را از دست داد. در همان ایام ۴۴۱ ورزشکار مشکوک به دوپینگ در آمریکا مورد آزمایش قرار گرفتند و مشاهده شد که ۳۵ درصد آن‌ها دوپینگ کرده‌اند. البته فقط یک درصد آن‌ها از عواقب خطرناک دوپینگ مطلع بودند.



صدمتر المپیک ۱۹۸۸ که به دلیل دوپینگ، مدال خود را از دست داد، **دیه‌گو مارادونا** (کاپیتان آرژانتین در جام جهانی ۱۹۹۴) و **لانس آرمسترانگ** (فاتح هفت دوره مسابقات دوچرخه‌سواری تور دو فرانس که تمامی عناوین خود را به دلیل دوپینگ از دست داد) مشهورترین نفراتی هستند که استفاده آن‌ها از داروهای نیروزای غیرمجاز محرز شد. اما از دیگر دوپینگ‌های مشهور می‌توان به این نفرات اشاره کرد: **پپ گواردیولا** (بازیکن فوتبال اسپانیا)، **ماریون جونز** (دنده آمریکایی برنده پنج مدال از المپیک ۲۰۰۰) و **یاب استام** (فوتبالیست هلندی باشگاه لاتزیو).

### مرگ‌های مشکوک

اولین بار در سال ۱۸۸۶ بود که دوچرخه‌سواری انگلیسی به نام **لینتون** بر اثر استفاده بیش از حد از مواد محرک، جان خود را از دست داد. مرگ او به خاطر طمع سرپرست دوچرخه‌سواری

## رسیده‌ها و کال (Call) ها

### شقایق شامخی / همدان

#### مسافر بی چمدان

مسافری بی چمدان در پهنای جاده‌ای برفی قدم برمی‌دارد  
و آرام آرام از چشم خورشید دور می‌شود  
به آن دوردست‌ها می‌نگرد  
به جایی که برف‌ها آب شده‌اند و گل‌ها سربر آورده‌اند.  
آشنایی او را می‌خواند  
و نسیمی سرشار از محبت او را نوازش می‌کند.  
انگار او به خانه نزدیک شده است  
جایی که کسی منتظر اوست  
و قوری پر از چای داغ  
انتظار او را می‌کشد  
و ناگهان او خودش را در آغوش گرم آشنا باز می‌یابد  
و دوباره خورشید به او می‌نگرد

#### دوست خوبم شقایق شامخی

بعضی از شعرها روایی هستند، یعنی یک قصه را روایت می‌کنند. این شعر تو روایی است. از یک داستان حکایت دارد. شعر خوبی است و فضا سازی خوبی دارد. منتظر کارهای دیگری هستم.



### پیغام در گیر

دوستی از شیراز تماس گرفته و گفته است: «این همه آدمی که توی تعطیلات عید میان شیراز، بقیه وقت‌ها کجان؟ بگین بقیه وقت‌ها هم بیان شیراز. به ما که خیلی خوش می‌گذره، وقتی مهمون داریم. یه بهونه‌ای هم می‌شه که دیرتر بریم مدرسه و به ناظم بگیم دیشب مهمون داشتیم، دیر شد.»

دوست عزیزم مهمون نوازی ما رو کشته. چشم، به همه مردم تهران می‌گم جمع کنن بیان شیراز تا تهران هم کمی خلوت بشه.

دوستی زنگ زده و گفته: «ما خودمان توی خانه ده تا تقویم داریم. این تقویم تاریخ چیه که توی مجله‌تان چاپ می‌کنید؟ واقعا لازمه که دو صفحه از مجله‌تون رو به چیزای تکراری که همه جا هست، اختصاص بدید؟»

بله دوست من، شما در خانه تقویم دارید، ولی تقویمتان تاریخی نیست. تقویم ما تاریخی است و هر چیز تاریخی قیمتی است، پس قدر و قیمت این دو صفحه را هم بدانید.



### پیامک‌های کال



دوستی با پیش شماره «۰۹۳۵» پیامک زده که نشریه‌تان خیلی گران است، لطفاً ارزان‌ترش کنید. البته ایشان به ما نیش و کنایه زده‌اند و ما را به خاطر ارزانی بیش از حد نشریه مورد لطف قرار داده‌اند. ما هم با مسئولان در میان گذاشتیم تا از شماره بعد قیمت نشریه را به جلدی یک میلیون تومان برسانند تا شما هم حساب کار دستتان بیاید.

دوستی با پیش شماره «۰۹۱۲» پیامک زده و نوشته، بیشتر به تکنولوژی و بازی کامپیوتری در مجله‌تان بها بدهید. چشم دوست عزیز. نه اینکه الان خیلی کم بها می‌دهند؟! نه اینکه شما صبح تا شب پای رایانه و بازی نیستی؟! پاشو خجالت بکش برو یه خورده کتاب بخوان. برو یک هنری یاد بگیر. عمرت را پای کامپیوتر به قول خودت، تلف نکن. د بلند شو دیگه!







## بچه جوادیه

هیچ کس را در جهان معاصر پیدا نمی کنید که با صلاحی برخورد داشته باشد و از او خاطره خوشی نداشته باشد یا در اثر شنیدن یک لطیفه از او، از خنده روده بر نشده باشد. مهربان و دوست داشتنی بود و اگر از او تعریف می کردی از خجالت سرخ می شد. از آن دست آدم هایی بود که نمونه ندارند. یکی بود و آن هم زود مشتری پیدا کرد و رفت. در سال ۱۳۲۵ در جوادیه تهران به دنیا آمد و با نام های مستعار «بچه جوادیه»، «زرشک»، «ابوطیاره»، «بوقراضه»، «زنبور»، «مداد»، «ع-مداد»، «میخ طویل» و... اول در «توفیق» و بعد در «گل آقا»، «آدینه»، «دنیای سخن» و «کارنامه» طنز نوشت. آن قدر خودش را در دل دیگران جا کرد که سال ۱۳۸۵ در تهران طی یک «عملیات عمرانی»، قلب مهربانش از تپیدن ایستاد و دوستانش در آن دنیا، به نام کوچکش صدایش کردند. نام برخی از فرزندان طبع بلندش از این قرار است: «طنزآوران امروز ایران»، «گریه در آب»، «قطاری در مه»، «ایستگاه بین راه»، «پنجره دن داش گلیر»، «روپاهای مرد نیلوفری»، «شاید باور نکنید»، «یک لب و هزار خنده»، «حالا حکایت ماست»، «گزینۀ اشعار»، «آی نسیم سحری»، «ناگاه یک نگاه»، «ملانصرالدین»، «از گلستان من ببر ورقی»، «باران پنهان»، «هزار و یک آینه»، «آینا کیمی»، «تفریحات سالم»، «طنز سعدی در گلستان و بوستان»، «زبان بسته ها»، «عملیات عمرانی»، «خنده سازان و خنده پردازان»، «موسیقی عطر گل سرخ» و «مرا به نام کوچکم صدا بزن».

## آشنایی با عمران صلاحی

# یک لب و هزار خنده

### استقبال

در یکی از بلاد سوئد وقتی از اتوبوس پیاده شدیم، دیدیم چند نفر به استقبال ما آمده اند. یکی دسته گل به دستمان داد و یکی از ورود ما فیلم برداری کرد و یکی ساکمان را گرفت. ما را سوار ماشین کردند و به خانه خود بردند. حالا نگو این ها قرار بوده از فرد دیگری استقبال کنند و یک نفر دیگر به استقبال ما بیاید. جای شما خالی، همین جایی که رفتیم خیلی خوش گذشت. البته بعداً میزبانان مهمانان را باهم عوض کردند!

### گمشده

در نمایشگاه بین المللی کتاب از بلندگو این پیام را شنیدیم: «پسربچه شش ساله ای به نام سعید شتابی گمشده. از نامبرده تقاضا می شود، یابنده را به محل اطفال و اشیای گمشده تحویل دهد و رسید دریافت دارد.»

### گفت و گو

روزی در کلبه ای کنار رودخانه با یک دوربین روسی که یک ایرانی از یک چینی در ایتالیا خریده بود، مناظر قطبی سوئد را تماشا می کردیم. شخصی کنار پنجره آمد و گفت: «به این می گویند ارتباط تمدن ها!»

### بدرقه

آقای «پ» و آقای «ن» برای بدرقه آقای شکرچیان به فرودگاه استکهلم آمده اند. در فرودگاه به دنبال محل «پران ایر» می گردند که بارها را تحویل بدهند. «پ» و «ن» از این و آن سؤال می کنند. آقای شکرچیان به محلی اشاره می کند و می گوید: «آنجاست، باید به آنجا برویم.» «پ» و «ن» از او می پرسند: «از کجا فهمیدی؟» شکرچیان می گوید: «آخر فقط آنجاست که صف قلمبه شده و مردم همدیگر را هل می دهند و از هم جلو می زنند!»

## خندهزار

آقای مجاول! من به‌عنوان یک تودک خلدسال می‌خواستم از جوما خواهج تنم به جون‌هایی که بهجون مجاوره می‌دین، بدین بعداً وقتی بزلگ جودن و ازدباج کلدن و بچه‌دال شدن، این‌قدر اون کودک خلدسال رو نندازن هبا ... آخه مگه ما چه گناهی کلدیم که باید هر بال که می‌ندازنمون هبا، تا نزدیک سوراخ لایه‌ ازون بلیم بالا و بلگلدیم پایین؟ همه‌ نکات تلپیتی که مال بچه‌ها نیست... خود بزلگ‌ترها هم بالاخره به چیزایی لو یاد بگیلن دیگه! این هم به عکس از من بیچاله، وقتی بابام انداختم هبا!

امضا: یک کودک معلق!

### مشاور

کودک عزیز... تو که این‌قدر باهوشی که تو این سن برای من نامه می‌نویسی، حداقل درست بنویس که من برای ترجمه‌ این نامه به زبان خودمان، ۲۰ هزار تومن به مترجم رسمی پول ندهم ... اما شما از این موضوع زیاد نگران نباش. چون یک قانون تربیتی می‌گوید: بیشتر پدرها دوست دارند فرزندشان به آن جایی برسد که آن‌ها آرزو داشتند، ولی نتوانستند برسند! شاید پدر شما چون در جوانی دوست داشته فضانورد شود، ولی نتوانسته به هدفش برسد، سعی دارد شما را با این طوری بالا انداختن، به فضانوردی علاقه‌مند کند! راستی درباره‌ شغل فعلی بابا چیزی ننوشتی؟ قهرمان پرتاب وزنه و دیسک تشریف ندارند؟!

مشاور عزیز، من تازه فهمیده‌ام چرا این‌قدر پدربزرگم از من جوان ایراد می‌گرفت و با سرکوفت می‌گفت: «چرا همه‌اش نشستی داری پلی‌استیشن بازی می‌کنی؟ بلندشو خاموش کن، برو به یک ورزش کن... شدی عین کوفته قلقلی! ... از بس به این غول مرحله‌ آخر خیره شدی، چشمات داره از حدقه می‌زنه بیرون! ... آخه این بازی‌ها که واسه کسی نون و آب نمی‌شه ... پاشو تا نیومدم سیمشو از برق بکشم!» یک روز وقتی بابا بزرگ مرا فرستاده بود دنبال خریدن نیم‌کیلو نخود سیاه، و من دو ساعت بعد، دست از پا درازتر برگشتم خانه، با صحنه‌ غافلگیرکننده‌ای روبه‌رو شدم. این صحنه را که با دوربین تلفن همراهم از آن عکاسی کرده‌ام، ببینید و به من بگویید از دست این بابا بزرگ چی کار کنم؟

امضا: یک جوان پس از دیدن یک صحنه‌ تکان دهنده!

### مشاور

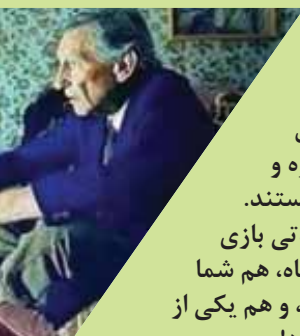
جوان عزیز! اول اینکه شلوغش نکن، چون شما هنوز صحنه‌ تکان‌دهنده‌ واقعی ندیدی که این عنوان را به تصویر فوق می‌دهی. صحنه‌ تکان‌دهنده، انبوه سؤالات شما جوانان است که هر روز به دفتر ما می‌رسد و من بیچاره برای مشاوره دادن به هر کدام باید نصف موهایم را دسته‌ دسته بکنم تا یک راه حل به فکرم برسد! دوم هم اینکه اگر بازی‌های رایانه‌ای، به اندازه و درست انجام شوند، نه تنها ضرر ندارند، بلکه مفید هم هستند. پس طبق برنامه‌ریزی منظم، با پدربزرگتان در روز مدتی بازی کنید تا هم او این‌قدر شما را نفرستد دنبال نخود سیاه، هم شما یک رفیق قدر برای بازی فیفای ۲۰۱۵ داشته باشید، و هم یکی از این انبوه سؤالات مشاوره‌ای روی میز من کم شود!



### لطیفه‌های امروزی

م. وصله پینه

معلم به شاگرد گفت: «آفرین چه تحقیق خوبی آماده کردی. آیا در نوشتن آن از اینترنت هم کمک گرفته‌ای؟»  
شاگرد گفت: «نه کمک نگرفتم! همه را از آن گرفتم.»





آقا من از بچگی عادت داشتم طبق نصیحت‌های مادرم، پند بزرگان را آویزه گوشم کنم. اما الان با اینکه دارم به نصیحت مادر خدایم‌رزم عمل و پندهای بزرگان را آویزه گوشم می‌کنم، همه به من می‌خندند و گاهی هم مسخره‌ام می‌کنند. به نظر شما، من که «پلیکیشن» پندهای بزرگان را روی تلفن همراهم نصب کرده‌ام و آن‌را این‌طور که در عکس می‌بینید، آویزه گوشم نموده‌ام، کار بدی کرده‌ام؟

امضا: آقای پند آویز!

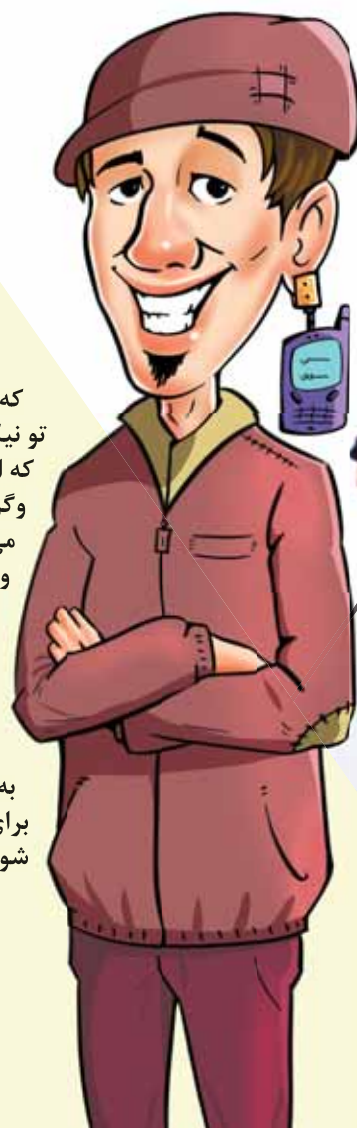
مشاور

نخبر... کار شما هیچ ایرادی ندارد. فقط خدا را شکر که مادر شما این نصیحت را مطرح نکرد که: تو نیکی می‌کن و در دجله انداز که ایزد در بیابانت دهد باز! وگرنه احتمالا هر بار که یک کار نیک انجام می‌دادید، از دم در منزل می‌کویدید و می‌رفتید آن‌را می‌انداختید توی رودخانه دجله و برمی‌گشتید خانه! ولی کلاً شما با همین آویزه گوش کردن راحت باش! چون هر نصیحت تازه‌ای به شما می‌تواند به یک فاجعه بزرگ برای بشریت تبدیل شود!

#### خاطره‌ای که تکرار می‌شود سعید طلابی

یک فصل رفت و بودم با شوق و ذوق بی‌کار تا اینکه آمد از راه دی‌ماه هم به ناچار شد وقت امتحان پیچیده حسابان یکباره شد به رویم کوه کتاب آوار در طول سال وقتی چیزی نخوانده بودم در فصل امتحانات حالا شدم گرفتار باید کنم تقلب حالا که چاره‌ای نیست راهی نمانده دیگر این قسمت است انگار باید نوشت فرمول در برگه‌های کوچک یا روی میزها و یا گوشه‌های دیوار من نکته می‌نوشتم با خط ریز و خوانا گه با مداد اچ‌بی گاهی به لطف خودکار بر روی نیمکت هم کردیم کنده کاری

با دقت فراوان آن هم به زور پرگار صد برگه تقلب پنهان نموده بودم یا در میان جوراب یا توی جیب شلوار با دوستان جانی ما نقشه‌ها کشیدیم مانند نقشه گنج مثل کلید اسرار در طول امتحان هم در ارتباط بودیم این می‌نوشت فرمول آن می‌کشید بردار وقتی که نمره‌ها شد اعلام در نهایت مانند دوستانم من هم شدم عزادار امسال توبه کردم مانند دفعه قبل هر سال این قضایا می‌شوند تکرار





گردعالی

داستانک

### کلاغ

کلاغی به جای پنیر، اشتباهی پاک کنی را دزدید. پاک کنی را از دهانش بیرون کشیدند. قار قار اضافی کرد. با تراش نوکش را تراشیدند.

### باران

از چشم‌های کودک باران می‌بارید. به او مدارنگی دادند تا گریه‌اش بند بیاید. رنگین کمان کشید.

### تخته

تخته یک کلاس را به مدرسه‌ای دیگر بردند. فردا صبح، دانش‌آموزان دیدند کلاسشان یک تخته‌اش کم است. در نتیجه در کلاس را تخته کردند. معلم به احترام شاگردان از فردا روی در درس می‌داد.



### کاریکلماتور م. سر به هوا

هرچه قدر آب در هاون بکوبی  
آب از آب تکان نمی‌خورد

سمند عشق سوarm شد

خیلی بهداشتی بود  
با پنبه استریل سر می‌برید

### یادی از طنزها و طنزهای قدیمی به انتخاب م. مدادرنگی

### نیش قبل

### بیدل دهلوی

ابوالمعانی میرزا عبدالقادر بیدل، شاعر پارسی سرای قرن‌های ۱۱ و ۱۲ است. در آثار بیدل، افکار عرفانی با مضامین پیچیده، استعارات، و کنایات به هم آمیخته، و خیال‌پردازی و ابداع مضامین تازه با دقت و موشکافی زیادی همراه شده است. در آثار او سبکی خاص دارد و از بهترین نمونه‌های سبک هندی به‌شمار می‌آید.

زندگی بی المی نیست بهار طربش  
زخم تا خنده فروش است نمکدانی هست

حریص را نکند نعمت دو عالم سیر  
همیشه آتش سوزنده اشتها دارد

آمد و رفت نفس را جنبش گهواره دان  
روزگار آخر به خوابت می‌کند بیدار باش

امان خواه از گزند خلق در گرم اختلاطی‌ها  
که عقرب بیشتر در فصل تابستان شود پیدا

اسباب زندگی همه دام تحیر است  
غیر از فریب هیچ نباشد سراب را

### صدای مشاور

### آقا کوچولو

جناب مشاور اگر یادتان باشد، من قبلاً هم از اختراعات بی‌نظیرم، گزارش‌های مفصلی برای شما فرستاده‌ام. اما متأسفانه مشکل من هنوز حل نشده است! یعنی اختراعات بی‌نظیر و هوشمندانه من، همچنان از طرف جامعه مورد بی‌مهری قرار می‌گیرند. الان گفتم، تا در آینده که فرار مغزها کردم، نگویید چرا زودتر نگفتمی... در پایان، تصویر دو اختراع تازه‌ام را برایتان می‌فرستم که یکی صنعت ساختمان را دچار تحول اساسی کرده و کانال‌کشی کولر را از آن حذف می‌کند و دیگری، آشپزها را از شر پاشیدن روغن غذاهای سرخ‌کردنی روی سر و صورتشان نجات می‌دهد! امضا؛ یک مخترع درک نشده!

### مشاور

دوست عزیز، شما مخترع نیستید، بلکه یک ذهن طنز دارید که به جای طنزنویسی و استفاده از این خلاقیت‌ها در خلق مطلب طنز، مشغول اختراع هستید. هر چند که از حق نگذریم، بعضی از این اختراعات‌های شما، حتی از ستون‌های طنز مجلهٔ وزین رشد جوان هم خنده‌دارتر و بانمک‌ترند. به نظر من، شما هم برای شرکت در جلسات طنز این نشریه اعلام آمادگی کنید و بار طنز مجله را بالا ببرید!





# کارگاه داستان‌نویسی

## قسمت چهارم

### شروع داستان

بعد از اینکه سوژه خوب برای نوشتن پیدا کردیم، بالاخره باید از جایی داستانمان را شروع کنیم. یک شروع جذاب خوب است سه شرط زیر را داشته باشد:

۱. داستان را به جلو هل بدهد و سعی کند از همان ابتدا خواننده را با نوع داستانی که می‌خواهیم تعریف کنیم، آشنا کند.

۲. شخصیت اصلی داستان ما را یواش یواش معرفی کند.

۳. کاری کند که خواننده دلش نیاید داستان را نیمه‌کاره رها کند.

شما دوست دارید داستانتان چگونه شروع شود؟  
بیایید امتحان کنیم. مثلاً داستانتان را با یک حادثه شگفت‌انگیز شروع کنید. یا مثلاً با طرح یک معمای رازآمیز پلیسی. شاید بد نباشد که به یک شروع فانتزی و غیرواقعی هم فکر کنید.

به این چند نمونه توجه کنید:

آخرین بار که ما چارلی را دیدیم، درون آسانسور شیشه‌ای بزرگ مشغول سواری بود. همین چند دقیقه پیش آقای ونکا به او گفت: کارخانه بزرگ شکلات‌سازی متعلق به تو است (از کتاب چارلی و آسانسور شیشه‌ای، رولد دال، ترجمه مهناز داودی).

یک ذره بچه‌اس! اما کل گردان از دستش عاجز شده. فوق فوقش ۱۴ سالشه. گیرم خودش ادعا می‌کند ۱۷ سالشه. هم من و هم شما و تمام مسئولین اعزام نیرو می‌دانیم که صدی نود این بچه رزمنده‌ها، با دست بردن توی شناس‌نامه و هزار جعل سند و رضایت‌نامه، تونستن خودشون رو به جبهه برسونن (از کتاب: گردان قاطرچی‌ها، نوشته داود امیریان).

.....  
چاس که بیدار شد، پناهگاه ساکت بود. نور خاکستری زمستانی از کناره‌های پرده جلوی در به داخل نفوذ می‌کرد. می‌توانست هر ساعتی باشد. مادر از پناهگاه رفته بود و جعبه کوچک مخصوص اسناد را هم با خودش برده بود (از کتاب مسلسل چی‌ها، نوشته رابرت وستال، ترجمه بیژن آرقند).

.....  
حالا شما هم سری به کتاب‌های داستانان بزنید و ببینید که نویسنده هر کدام چگونه داستانش را شروع کرده است.

### تمرین شماره ۱

فرض کنید داستان شما در زنگ ورزش اتفاق می‌افتد. آن را چگونه شروع می‌کنید؟

### تمرین شماره ۲

فرض کنید داستان شما در مورد نوجوانی است که می‌خواهد در آزمایشگاه مدرسه ماده جدیدی را کشف کند. آن را چگونه شروع می‌کنید؟



## کمین مجنون

شب وقتی توی سنگر کمین مجنون، ۲۴ ساعت نگهبان می شوم، با همین دو چشم کاسه کله می بینم که آرمان نماز نمی خواند! اول، شانه خالی کردن هایش از خواندن نماز و بعد حرف و حدیث بچه های دسته، توی سرم کش و قوس می آید: «کسی ندیده آرمان نماز بخونه!»

- دارعلی، تو که تعارف نداری، باهاش حرف بزن!

- اجازه ...! می خواد ریا نشه، پنهونی می خونه.

- بالاخره باید یه بار نماز خوندنش رو دیده باشیم!

- عامو، سیر بخوره، نماز خون می شه!

- او هووی ملت! .. نماز نخواندن، به از آن که در پوستین خلق افتی!

داخل سنگر کمین، توی پوستین آرمان می افتم تا بهانه ای جفت و جور کنم و سر حرف را باز کنم. تک منور قرمزی عین کبریت، توی آسمان کشیده می شود. می سوزد و با چتر سفید زیگرگی پایین می آید و توی آب راکد هور خفه می شود. تا گوشم می رود به صدای خشک تیربار دوشکا، چند متری کمین، خمپاره ۶۰ لال، توی آب می افتد و فواره آب بالا می زند و چند ترکش ریز و درشت به سنگر می خورد، پشت گوشم را می خارانم: «آرمان قربون،

جبهه کارخونه انسان سازیه. همه جون می دن واسه هم!»  
آرمان بُراق می شود تو صورت: «آقا دارعلی، جبهه، همه شبیه همن.

رمز و راز معنوی جبهه و خوب بودن همه، چیه؟»

- صمد قربون! فارسی می شه بی نیاز! بی نیازی قدرت می آره. اوج

بی نیازی می شه شهادت و گل شدن قربون!

- بی نیازی! چه ربطی داره به قدرت و شهادت؟

- لیوان پُر آب، توش آب بریزی؛ نیاز نداره. آب رو پس می زنه و نثار

بقیه می کنه. بی نیازی قدرت و عشقه. صفت خداس. تو نمازهای

یومیه بارها می گویم: «الله الصمد». آدم تهی، نیازمند و خودخواه

قربون. ایثار بالاترین قدرته!

- قدرت و عشق، رابطه اش هنوز برام خیلی روشن نیس!

- عشق از قدرت می آد قربون. تو بی نیازی، ایثار، محبت و شهادت

اتفاق می افته. پریروز، تو اوج پاتک عراق، با مش رجب مهمات

می رسوندیم مجنون. کنار نی زار، جوانی دستش رو زخم سینه اش

بود. ترمز زدیم برسو نیمش اورژانس، نداشت. گفت: حالم خوبه.

مهمات برسو نین بچه ها. مهمات رو خالی کردیم و برگشتیم بالا

سرش، شهید شده بود. جبهه، بی نیازی و قدرت می آره آرمان.

بچه ها می دونن گل می شن، اما نمی دونن کی؟!

خیلیا هم می دونن!

اشک توی چشمان آرمان پُر می شود. می پرسم: «حرف بدی زدم

قربون؟»





گازوییل می‌زند زیر دلم. دو سفیدی چشمش، وسط سیاهی صورتش، توی دلم را خالی می‌کند. غندغند می‌کند: «آدم ندیدی خارخاسک؟»

- اینجوری نه! چرا سر و کله‌ات رو گازوییل مالیدی قربون؟  
- قندعلی، پشه بیداد می‌کنه، الان صورتم شده میدون مین، بشینن، چسبیدن همانا و مَرْدَن همینا. نشناختی منو!  
کمین را تحویل می‌دهیم. آرمان جلوی کانو می‌نشیند و من عقب می‌نشینم و پارو زنان آب را می‌شکافیم. پاروی هفتم، خمپاره لال ۶۰ جلوی کانو می‌خورد و پارو از دست آرمان می‌افتد و سرش برمی‌گردد توی دامنم. ترکش وسط پیشانی‌اش خورده. با بغض می‌گویم: «نیم گل شدی!»

سیبک گل‌ویش می‌لغزد و می‌گوید: «گل می‌شم ... الله الصمدا!»  
نوک انگشت سبابه را توی خون پیشانی می‌زند. روی سینه صلیب می‌کشد و چشمانش خشک می‌شود به سقف آسمان آبی!

- نگرانم.

- چرا قربون؟

- جنگ تموم بشه. برگشتن به شهر و از دست دادن این فضا و موقعیت!

- یه چیزی بگم قربون؟

- اختیار داری!

- جبهه موقعیته. باید استفاده کرد. ندیدم نماز بخونی قربون!

نفس را عمیق تو می‌دهد: «بلد نیستم!»

غافلگیر می‌شوم: «بلد نیسی قربون؟!»

- نه!

- تا حالا نخوندی؟!

- یادم می‌دی؟

داخل سنگر کمین، زیر آتش خمپاره لال ۶۰، تا جایی که خستگی اجازه می‌دهد، نماز خواندن را یاد آرمان می‌دهم.

تاریک روشنای صبح، تا نماز را با آرمان می‌خوانم، مش رجب با صورت براق و سیاه، همراه جمال، سوار بر قایق کانو، از راه می‌رسد تا سنگر کمین را تحویل بگیرند. جفت رجب می‌روم. بوی تند



## تکنیک‌های تحقیق دانش آموزی

# فیش‌نویسی

در شماره قبل به موضوع مطالعه و بررسی روش‌های دستیابی به کتاب‌ها و مقالات علمی - پژوهشی پرداختیم. اکنون زمان آن رسیده است که شروع کنیم به خواندن مقالات مرتبط با موضوعمان و مطالبی را که برای نگارش مقاله و گزارش علمی نیاز داریم، یادداشت کنیم یا در اصطلاح فیش‌نویسی کنیم.

اعجاز این کتاب آسمانی بر آدمیان روشن شود. شاید از همین روست که پیامبر عظیم‌الشان اسلام می‌فرماید: «قَيِّدُوا الْعِلْمَ بِالْكِتَابَةِ» (کنز العمال) دانش را با نگارش در بند آورید و در اختیار خود گیرید.

اما فیش‌نویسی چیست و چه فایده‌ای دارد؟

«fiche» در اصل واژه‌ای فرانسوی و در زبان فارسی به معنای «برگه» است. و در اصطلاح به معنای برگه‌های یک‌شکل و یک‌اندازه‌ای است که چکیده مطالعات و گزیده تحقیقات در آن‌ها یادداشت می‌شود (این برگه‌ها را می‌توانید از لوازم التحریرفروشی‌ها بخرید) تا بتوان به آسانی و در زمانی کوتاه و در قالبی خاص و منظم از آن بهره‌مند شد.

به زبان ساده‌تر، ممکن است ما مطالب زیادی را بخوانیم و بعد از چند ماه مطالعه و تحقیق به دستاوردهای جدیدی دست یابیم. حالا می‌خواهیم تمام آن مطالب را کنار هم بچینیم تا ثابت کنیم (بهتر بگوییم اقناع کنیم) که دستاوردهای ما منطقی، صحیح و بر پایه مطالب علمی هستند. آیا تمام آن مطالب، مقالات و کتاب‌ها را در خاطر داریم؟ نام نویسنده و ناشر را

مقاله شباهت زیادی به گزارش کار، نحوه آزمایش و... دارد.

### ۲. علوم نقلی

پژوهش کردن در این دسته علوم ویژگی‌ها و سختی‌های خاص خود را دارد. اگر در علوم عملی با «اثبات» روبه‌رو هستیم، در این علوم با «اقناع» سروکار داریم. اقناع از ریشه قَنَعَ در باب افعال در عربی گرفته شده است که به معنای «قانع کردن» است. در این علوم سختی کار اینجاست که ما باید بتوانیم دیگران را قانع کنیم که مثلاً ساختار سورة «شعرا» در قرآن از منظر مطالعات ساختارگرایی ادبیات داستانی دارای ارزش و اهمیت است، چراکه ساختاری ویژه دارد (ساختاری هفت‌پاره با ترجیع‌بند تکرارشونده). نویسنده این مقاله باید اول به تئوری‌های ساختارگرایی در داستان‌نویسی تسلط یابد، بعد با تکیه بر آن‌ها به تحلیل اعجاز این سورة الهی بپردازد تا جنبه‌ای دیگر از

### چرا فیش‌نویسی کنیم؟

از منظری می‌توان علوم را به دو دسته تقسیم کرد:

#### ۱. علوم عملی

پژوهش کردن در این دسته علوم کار ساده‌ای است. ماده الف با ماده ب واکنش می‌دهد و فرآورده پ را تولید می‌کند که قابل مشاهده و آزمایش است. در این علوم







## بهمنی بزرگ به وسیله سنگی کوچک

### خودم را پیدا کردم

صدف سادات ابهری در حال حاضر دانش آموز دوم دبیرستان است. سال گذشته او با این پرسش روبه‌رو شد: «آیا متن ترانه‌هایی که به آن‌ها گوش می‌دهیم، می‌تواند تأثیرات منفی بر شخصیت شنوندگان داشته باشد؟» و بعد از آن یک سال تمام حجم عظیمی از کتاب‌ها و مقالات مربوطه را مطالعه کرد، فیش‌های تحقیقی زیادی نوشت و سرانجام هم به نگارش مقاله نهایی نشست. حاصل کارش مقاله‌ای نفس‌گیر و درخشان در ۱۷۸ صفحه شد. صدف علاوه بر کسب موفقیت حضور در مرحله کشوری جشنواره جوان خوارزمی و کسب رتبه اول جشنواره کشوری تبیان، ثمره پژوهش کردن را چیز دیگری می‌داند و توضیح می‌دهد: «جوامع کنونی ذهن‌های پژوهشگر می‌طلبند؛ ذهن‌هایی خاص که برای بهبود و اصلاح جامعه انسانی فعالیت می‌کنند. این گونه ذهن‌ها قادر به ترسیم تصویر جامعه آرمانی و پیشرفته‌اند. ثمره اصلی این پژوهش برای من گرفتن مدال نبود، بلکه پیدا کردن خودم بود در زندگی. می‌خواستم بدانم کجا ایستاده‌ام و برای حل مشکلات مردم ایران و جهان چه کار می‌توانم بکنم. همین‌که یاد گرفتم همیشه به دور دست‌ها نگاه کنم، زندگی‌ام را تغییر داد.

امروز نسبت به گذشته شادترم، چرا که گمان می‌کنم در مسیری قرار گرفته‌ام که می‌توانم روزی دردی از دردهای جوامع را حل کنم. حداقل شما که شاهد بودید، نه تنها هیچ وقت از خواندن آن همه مقاله خسته نشدم، بلکه لذت هم بردم. چون امید داشتم روزی این مطالعات به درد جامعه بخورد.»

امیدواریم این نگاه صدف به دور دست‌ها و دانش آموزان سخت‌کوشی مانند او، بتواند آینده‌ای سرشار از شادی و پیشرفت روزافزون را برای کشور عزیزمان به ارمغان بیاورد.

چطور؟ شماره؟ صفحه را چطور؟ به همین دلیل فیش‌نویسی یکی از ارکان مهم پژوهش محسوب می‌شود.

### چطور فیش‌نویسی کنیم؟

فیش‌نویسی کار بسیار ساده‌ای است. پس از خرید فیش‌های آماده از فروشگاه‌های لوازم التحریر (یا می‌توانیم خودمان دفتری را خط‌کشی و از برگه‌های آن به عنوان فیش‌های تحقیق استفاده کنیم) شروع می‌کنیم به خواندن مقالات مرتبط با موضوعمان. هر قسمتی از مطلب را که گمان می‌کنیم برای نگارش مقاله و اثبات نظریات ما مؤثر است، عیناً در فیش تحقیق یادداشت می‌کنیم. در فیش اطلاعاتی نظیر نام کتاب یا مقاله، نام ناشر، سال چاپ، نام مترجم، و شماره صفحه‌ای را که مطلب مورد نظر ما در آن انتشار یافته است، ذکر می‌کنیم تا بعداً بتوانیم به این مطالب ارجاع دهیم و استناد کنیم.



## «معلم خصوصی»

ماهرخ همتی

خانم اکبری، سلام

دچار دروسری شده‌ام که بی‌برو برگرد در آن مقصرم. امیدوارم از راهنمایی شما استفاده کنم. دخترخاله من دانشجوی ریاضی محض دانشگاه تهران است. او ماه گذشته در یک همایش ریاضی شرکت کرد و مقاله‌اش برگزیده شد. در این همایش یکی از استادان برجسته ریاضی، دکتر فرهادی، هم شرکت داشت و دخترخاله جان با ایشان عکس انداخت. من هم به عنوان نشان افتخار خانوادگی مان آن عکس را به مدرسه بردم و حسابی پز دادم.

با آغاز فصل امتحانات معمولاً بیشتر دانش آموزان علاوه بر کلاس‌های فوق برنامه مدرسه، معلم خصوصی می‌گیرند. معلم خصوصی من در درس‌های حسابان، هندسه و فیزیک همین دخترخاله‌ام است. دیروز الناز قوامی داشت برای بچه‌ها از معلم خصوصی حسابان و هندسه‌اش می‌گفت که در یک آموزشگاه مطرح تدریس می‌کرد. هر یک از بچه‌هایی که معلم گرفته بودند، از نام و نشان و سابقه معلمشان تعریف می‌کردند. نوبت به من رسید و الناز با پوز خند گفت: «نیوشا جون هم که مثل همیشه با دخترخاله‌اش درسارو دوره می‌کنه!»

بچه‌ها خندیدند و خیلی به من برخورد. نمی‌دانم چه شد که بزرگ‌ترین دروغ عمرم از دهانم پرید: «همه درس‌ها با دخترخاله‌ام جز حسابان و هندسه.»

مکثی کردم و با افتخار ادامه دادم: «دکتر فرهادی قراره آخر هفته بیان منزل ما واسه این دو درس.»

از تعجب چند ثانیه پلک‌برهم نگذاشتند. با تعجب پرسیدند که چه‌طور ممکن است دکتر به منزل ما بیایند و چه‌طور یک بچه دبیرستانی را به شاگردی پذیرفته‌اند! حتی الناز از هزینه کلاس پرسید. اولش کمی هول شدم، اما فوری به خود آمدم و گفتم: «اون بچه دبیرستانی، دخترخاله کسبه که دکتر ازش تقدیر کرده و مقاله‌اش رو تأیید» سپس رو به الناز گفتم: «مسائل مالی به عهده باباس، من اطلاعی ندارم.» در این لحظه زنگ خورد و من مثل برق به سمت کلاس رفتم. اما ماجرا اینجا تمام نشد!

از بچگی با این جمله بزرگ شدیم که دروغ‌گو دشمن خداست. همیشه در زندگی‌ام سعی کردم که راستگو باشم. یک بار هم خودتان درباره دروغ مصلحتی صحبت کردید و گفتید دروغ، دروغ است و مصلحتی و غیرمصلحتی نداریم. به خودم قول داده بودم شجاع باشم و به الناز واقعیت را بگویم. اما نشد.

امروز الناز گفت که با والدینش صحبت کرده است و آن‌ها می‌خواهند او هم در کلاس آخر هفته دکتر شرکت کند و هزینه‌اش هم هر قدر باشد، برایشان مهم نیست. به تته‌وپته افتادم! داشتم پس می‌افتادم! گفتم: «این قدر بخیل نباش، بذار منم بیام.» من هم گفتم باید با خانواده‌ام و دخترخاله‌ام مشورت کنم، شاید اصلاً دکتر بیش از یک نفر را قبول نکنند.

قرار شده است فردا جواب نهایی را به الناز بدهم؛ جواب درخواست شرکت در کلاسی که اصلاً وجود ندارد. شما می‌گویید چه کار کنم؟ مرا راهنمایی نمایید، لطفاً.

با تشکر

نیوشا



## ما، «ساموله‌لولو» و دیگر هیچ!

اول مهر هر سال توی مسیر مدرسه مجبور بودیم خاطره‌های صادقی را، از سفرهایی که با خانواده‌اش رفته بود، بشنویم. یک بار از سفر تبتشان می‌گفت، یک بار می‌گفت مسکو چه‌قدر خوب است، و یک‌بار دو ماه تمام از خاطرات اروپا گردی‌شان برایمان گفت. واقعا نمی‌دانستیم این‌ها را از کجا درمی‌آورد، ولی دیگر نمی‌توانستیم تحملش کنیم. نهایت مسافرت ما یک زیارت ۱۰ دقیقه‌ای حضرت شاه‌عبدالعظیم (ع) در ری بود و بعدش هم یک سیخ جگر که سه نفری با پدر و مادر به دندان می‌گرفتیمش. این بود که با سعادت و شریف دو هفته قبل از مهر دور هم جمع شدیم تا حساب‌شده‌ترین خالی‌بندی تاریخ را برنامه‌ریزی کنیم. قرار بود من بروم به «ساموله‌لولو»!

سخت‌ترین و فشرده‌ترین تحقیقاتی را که بشیر تا به حال روی شهرهای دیدنی دنیا انجام داده بود، سه نفری انجام دادیم. توی آن دو هفته هر کدامان یک شهرشناس ماهر شده بودیم. از همه کشورها یک جای دیدنی گل چین کردیم و در کشوری که خودمان ساخته بودیم، یعنی «ساموله‌لولو» گنجاندیم. یک هرم از آن‌کها گرفتیم و یک کلیسا از فرانسه، یک سی و سه پل از اصفهان برداشتیم و یک قله اورست هم از هیمالیا کش رفتیم. بعد اسم‌هایشان را عوض کردیم و



## «دروغ‌گو دشمن خداست»

«دروغ نگوید!» خلاصه حرفی که می‌خواهم بهتان بگویم این است. راستش همه در زندگی حداقل یک دروغ می‌گویند و ما هم می‌دانیم که گاهی وقت‌ها نمی‌شود دروغ نگفت. مثلاً وقتی از بچه‌های شر مدرسه کوچه پستی کتک می‌خورید، کسی انتظار ندارد بیایید اعتراف کنید که کتک خورده‌اید. شما هم می‌توانید مثل من بگویید که روی زمین افتاده‌اید. دروغ هم نگفته‌اید چون ضمن دعوا زمین نیز حتماً خورده‌اید. ولی عمراً کسی باور نمی‌کند که با یک زمین خوردن چشمتان کبود شده باشد، لب‌تان ترکیده باشد و صد البته سؤالی که برای شنونده‌ها پیش می‌آید این است که خب اگر زمین خورده‌اید، پس چرا پیراهنتان از پشت پاره شده؟! خب پس به جای اینکه دروغ بگویید و خودتان را خراب کنید، مثل یک مرد راستش را بگویید که بله آن‌ها ۲۰ نفر بودند و شما یک تنه همه‌شان را زدید و در این بین پیراهنتان هم



3G 9:42 AM

پیام + کاف

تیلیگاتچی: برای مشاوره کنکوری عدد ۱ رو به ۰۰۰۲۰ ارسال کنید. هزینه هر پیامک فقط ۱۵۰ تومان.

سحر: ۱

برای تعیین وقت مشاوره حضوری عدد ۲ رو به ۰۰۰۲۰ ارسال کنید. هزینه هر پیامک ۷۹ هزار تومان.

۲

برای بالا بردن تراز خود، در آزمون‌های «دیگه چی؟» شرکت کنید. پیامک هم نمی‌خواد ۲۰ قدم برید تا سر کوچه یکم باد به کله تون بخوره. آخه همش که نشد درس! شماره حساب ما..... ۰۰۰۲۰. بانکش هم مهم نیست. شما فقط پولو بریزید.

شما که هنوز ثبت‌نام نکردید؟ شماره حساب رو دادم دیگه، پولو بریزید!

برو بابا خالی‌بند!

اصلاً حالا که این‌طوره، برای دریافت تک‌تک سؤالات کنکور عدد ۳ را به ۰۰۰۲۰ پیامک کنید. هزینه هر پیامک ۱ میلیون تومان

خدایی؟؟

کفن بشم اگه دروغ بگم!

۳

سحر قهر نباش دیگه! فردا تو مدرسه می‌بینمت. یک فرمول دارم که با آن می‌توانی همه سؤالات را سه سوت درست بزنی (یا حتی پاسخنامه پر شده و آماده). فقط کافی است ..... ریال بریزی به حساب و بعدش عدد ۳ را پیامک کنی. اگر پول نریزی و پیامک بزنی، پاسخنامه غلط برایت ارسال می‌شود و کلاً می‌ری تو کوزه.

## مهدی ولیزاده

نشستیم به حفظ کردنشان و داستان‌سرایی در مورد جاهایی که رفته بودیم. اول مهر که شد، داستانمان آن قدر قابل باور شده بود که دیگر خودمان هم باورمان شده بود رفته‌ایم به «ساموله‌لولو»؛ صادقی که دیگر جای خود داشت. برنامه این‌طور بود که من از سفر بگویم و سعادت و شریف هم حرف‌هایم را تأیید کنند. باید چشم‌های گردشده صادقی را می‌دیدید! از حسودی داشت منفجر می‌شد! تا دو سال بعد فقط دنبال ساموله‌لولو می‌گشت که با پدرش برود. با اینکه در همه چیز از او کمتر بودیم، ولی یک ساموله‌لولو از او بیشتر بودیم. همین باعث شد ما سه نفر تا دو سال بعد از شنیدن خاطرات اعصاب خردکن بچه پول‌دار مدرسه‌مان معاف شویم.



## تارا خسروی

از پشت پاره شد و لب‌تان ترکید! من قبل‌ترها در فاز دوم، وقتی این‌ها را جای زمین خوردن می‌گفتم، معمولاً واکنش بقیه به این حرف‌هایم بود: «پیش‌بشین بابا سیرابی، ما که می‌دونیم خوردی زمین!» پس دیدید که بعضی وقت‌ها اگر راستش را با کمی اغراق بگویم، بهتر از وقتی است که کلاً دروغ بگویم. برگردیم سر حرف اصلی. جان کلام این بود که دروغ نگویم و ما به این نتیجه رسیدیم که همه ما گاهی زندگی دروغ می‌گوییم. پس اینجامن باید حرف‌ها را اصلاح کنیم: «دروغ‌های بزرگ به پدر و مادر و دوستان‌تان نگویند!» چون آن‌ها تنها کسانی هستند که واقعاً به شما در حل مشکلاتتان کمک می‌کنند. شاید اگر راستش را بهشان بگویم، کمی سرزنشان کنند، ازتان دلخور شوند و بگویند: «من که گفته بودم فلان کار اشتباه است»، ولی بدانید که بعد از همه این‌ها، تمام توانشان را می‌گذارند که کمکتان کنند.



## فرازی از زندگی سردار شهید یوسف رضا ابوالفتحی

### جهیزیۀ مردانه

فراموش کردم! خدایا منو ببخش! بعد تسبیحش را داخل جیبش گذاشت و رفت بیرون. توی این فاصله، زینب بچه سسوغاتی را که پدرش آورده بود، باز کرد. پدر هر دفعه با خودش روغن کرمانشاهی و نان محلی می‌آورد. این بار کمی چای و کمی هم برنج آورده بود. وقتی پدر برگشت، به سختی با پشتش در را باز کرد. دست‌هایش پر بود از مواد غذایی. فردای آن روز پدر رفت یک کرسی خرید. زینب چهار تا پتو را به هم دوخت و روی کرسی انداخت.

وقتی همه چیز به حالت عادی برگشت، پدر گفت باید بروم. هر چه کرد زینب و بچه‌ها را با خود ببرم، زینب قبول نکرد. ده هزار تومان روی طاقچه گذاشت و رفت.

یوسف‌رضا که آمد، برف روی زمین نشسته بود. ساعت ۱۲ شب در زد. زینب هراسان در را باز کرد. نگران بود. نکند خبر بدی آورده باشند. تا او را دید، زد زیر گریه. گفت: «فکر می‌کردم ما را فراموش کرده‌ای!»

یوسف که هم خسته بود و هم سرمزده، گفت: «خدا خودش می‌داند که حتی یک لحظه هم از نظرم دور نشدید.»

وقتی وارد اتاق شد و کرسی را دید، زد زیر خنده و گفت: «بهبه، دختر عمو دهات را آورده‌ای تهران!»

وقتی زینب گفت که فکر پدرش بوده، یوسف‌رضا برای عمویش دعا کرد و گفت: «خدا از او قبول کند.»

تمام شده بود. محمد بیمار بود و مدام سرفه می‌کرد. نان خشک‌های توی گونی کنار حیاط هم کم‌کم داشت مثل نفت داخل بشکه تمام می‌شد. سرما و گرسنگی رنگ هر سه را زرد کرده بود. زینب مدام اشک می‌ریخت. یخچال خالی بود و غصه بچه‌ها کلافه‌اش کرده بود.

برادرهایش مثل برادرهای یوسف‌رضا در جبهه بودند. حتی وقتی یکی از دوستان یوسف‌رضا نامه‌ای از او آورده و پرسیده بود، چیزی نیاز دارند یا نه، زینب که نمی‌خواست یوسف‌رضا را ناراحت کند گفته بود: «نه، همه چیز به حمدالله خوب است.»

زینب برخاست و چراغ نفتی را که نفتش داشت تمام می‌شد، خاموش کرد. روی اعظم و محمد را کشید. نشست کنار پنجره. از دور انگار کسی می‌آمد. خوب که دقت کرد، پدرش را شناخت. این برایش مثل معجزه بود. پدر وقتی زینب و بچه‌ها را دید، نگران شد. محمد را در آغوش کشید و دست‌های سرد بچه را در دستانش گرم کرد. پرسید: «این مدت برای خرجی تان چه کار کردید؟»

زینب هم گفت: «پسرعمو پول گذاشته بود. تازه تمام شده.»

پدر سری تکان داد و گفت: «من دخترم را می‌شناسم» و بعد تسبیحش را درآورد و شروع کرد به چرخاندن. زیر لب مدام می‌گفت: «استغفرالله! خدایا منو ببخش! چه‌طور در حق این بچه‌ها غفلت کردم! آن بنده خدا که جاننش را گرفته کف دستش و رفته جنگ، چه‌طور وظیفه‌ام را

ده روز پس از حمله عراق، یوسف‌رضا ساعت ۱۱ صبح از جلوی مقر «کمیته سعدآباد»، جایی که مدتی قبل به آنجا منتقل شده بود، به جبهه اعزام شد. اعظم، خواهر کوچک یوسف‌رضا، برای اینکه زینب تنها نباشد، به تهران آمده بود و در کلاس چهارم ثبت‌نام کرده بود. یوسف‌رضا به خانه آمد. لباس خاکی رنگ به تن داشت. ساکش را جمع و جور کرد. حقوقش را روی طاقچه گذاشت و با زینب و بچه خداحافظی کرد. محمد را می‌بویید. انگار می‌خواست بوی او در ذهنش خوب ماندگار شود. همین که رفت، زینب طاقت نیاورد. بچه‌ها را برداشت و برای بدرقه به جلوی کمیته سعدآباد رفت. رزمندگان کم‌کم داشتند در اتوبوس‌ها جاگیر می‌شدند. یوسف‌رضا با دیدن زینب، اعظم و محمد سرش را تکان داد و لبخندی زد و گفت: «دخترعمو، گفتم که زحمت نکشید!»

ولی زینب می‌دانست که ته دلش خیلی هم خوش حال است. وقتی سوار اتوبوس شد، زینب خودش را از میان بدرقه‌کنندگان به سمت پنجره یوسف‌رضا کشاند. اشک امانش نمی‌داد. دائم با گوشه چادر صورتش را پاک می‌کرد تا یوسف‌رضا را شفاف‌تر ببیند. اشک‌های یوسف‌رضا هم گونه‌هایش را خط‌خطی کرده بودند.

اواخر پاییز بود. خرجی زینب و بچه‌ها



عقد مرخصی گرفت و به کرمانشاه رفت. زینب باورش نمی‌شد که خانه پدری را ترک می‌کند و به خانه بخت می‌رود. چیزی دلش را می‌فشرد. اولین بار بود که داشت از خانواده دور می‌شد. وقتی پدر برای او دعا کرد و برادر کمربندی را که سه بار از زیر پایش رد کرده بود، به کمرش بست، قطره اشکی را گوشه چشم پدر دید. دلش بیشتر فشرده شد. یوسف‌رضا رفت و دست پدر را بوسید و گفت: «نگران نباشید. دختر عمو به غربت نمی‌رود. حالا ما در آن شهر غریب همدیگر را داریم.»

■ زینب تمام طول راه ساکت بود. به قم که رسیدند، با وضو به حرم مطهر حضرت معصومه (س) وارد شد و خودش را به ضریح رساند. صورتش را به پنجره‌های معطر ضریح حضرت معصومه چسباند و اشک ریخت. آن قدر گریه کرد تا دلش آرام گرفت. بیرون که آمد، یوسف‌رضا کنار حوض نشسته بود و صورتش را می‌شست. چشم‌های او هم سرخ شده بود. سرخی چشم‌ها آن‌ها را به هم نزدیک‌تر کرده بود. یوسف‌رضا با دیدن چشم‌های ابری زینب لبخند زد و سرش را تکان داد. زینب هم خنده‌اش گرفت. کم‌کم داشت طعم زندگی مشترک را می‌چشید.

غروب به تهران رسیدند. اتفاقی که یوسف‌رضا کرایه کرده بود، نزدیک «امام‌زاده قاسم» بود. یک اتاق شش‌متری که یک یخچال کوچک، دو دست رخت‌خواب، یک گاز رومیزی، یک فرش و چند جلد کتاب در آن منتظر عروس و داماد بود. زینب محو تماشای جهیزیه یوسف‌رضا بود که به‌خاطر آن نگذاشته بود جهیزیه‌اش را بیاورد. گفته بود خودم همه‌چیز لازم برای زندگی را دارم.

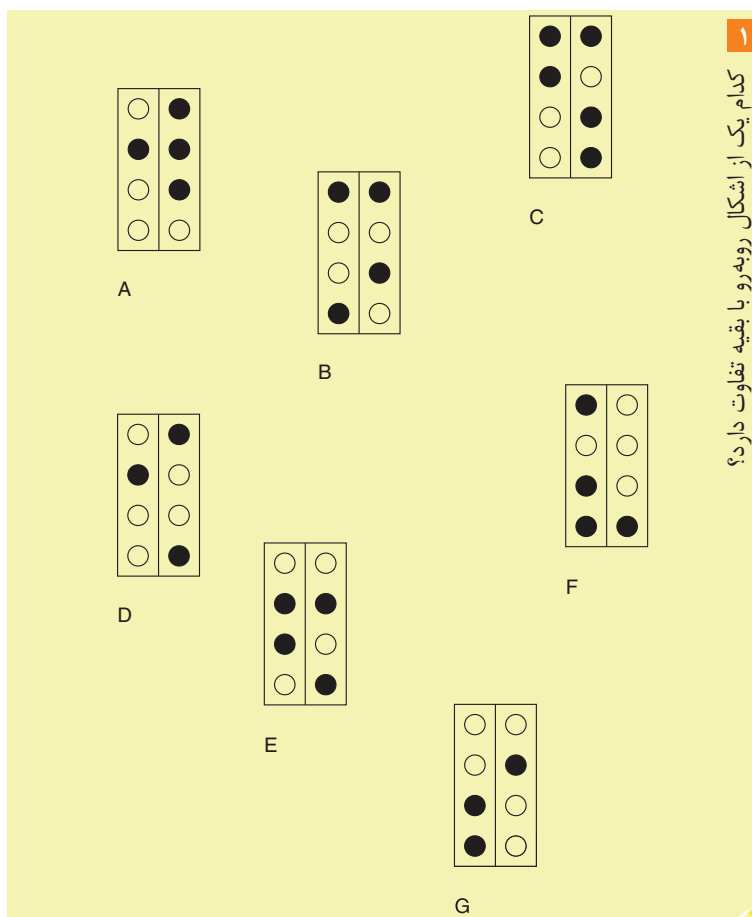
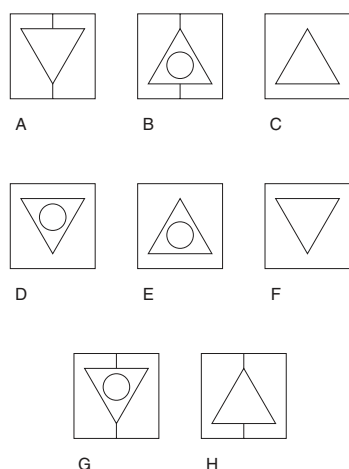
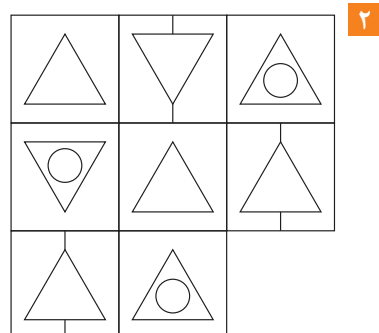
■ با یک جعبه شیرینی، یک انگشتر زیبا و یک سبد گل، گلدسته خانم، سبزی و یوسف‌رضا برای خواستگاری به کرمانشاه رفتند. با اینکه فعالیت‌های انقلابی دل زینب را محکم کرده بود، شب خواستگاری از شرم سرخ شده بود و دستش می‌لرزید. آن شب بیشتر از انقلاب صحبت شد و همچنین مبارزات مردم در شهرها. یوسف وقتی فهمید زینب هم یک مبارز است، خوش حال شد. او نیمه گمشده‌اش را پیدا کرده بود.

■ از عقد آن‌ها که ۶ فروردین سال ۱۳۵۸ بود، تا عروسی کمتر از یک ماه طول کشید. یوسف‌رضا از شرکت نفت یک روز برای

تندیس باغ موزه دفاع مقدس همدان

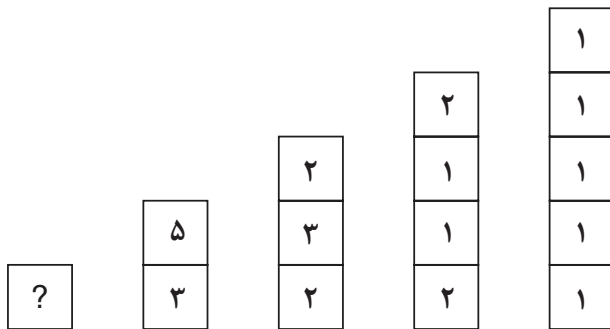
# خوراک مغز

- این مجموعه برای هر کس منحصربه‌فرد و شخصی است و حل هر آزمون آن چهار مرحله دارد:
۱. **آمادگی:** تلاش مغز برای حل مسئله از راه‌های معمول.
  ۲. **پرورش موضوع:** وقتی مغز نتوانست از راه‌های معمول مسئله را حل کند، خسته می‌شود و به سراغ راه‌های دیگر می‌رود.
  ۳. **یافتن راه‌حل:** در این قسمت ناخودآگاه فرد ناگهان مثل جرقه راه‌حل را پیدا می‌کند.
  ۴. **تأییدیه گرفتن:** حالا قوه استدلال پاسخ را تحلیل و بررسی و همه احتمالات را ارزیابی می‌کند.
- در ادامه، برای آزمایش خلاقیت ذهن شما، سؤال‌هایی طراحی شده‌اند که رفته‌رفته مشکل‌تر می‌شوند. برای حل ۱۰ آزمون زیر ۴۵ دقیقه وقت دارید.

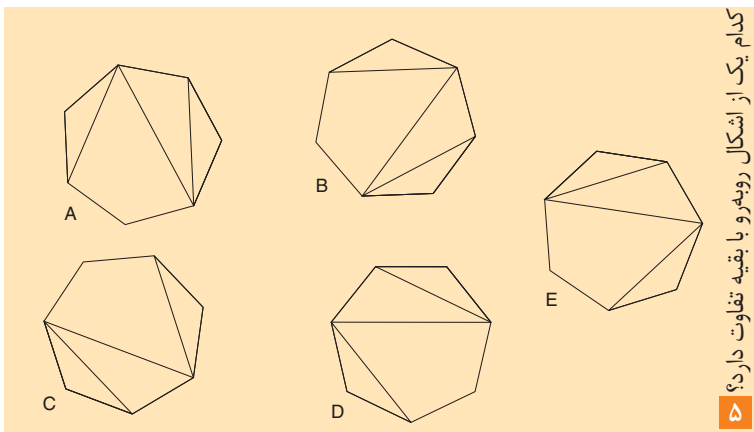




پاسخ صحیح  
کدام است؟



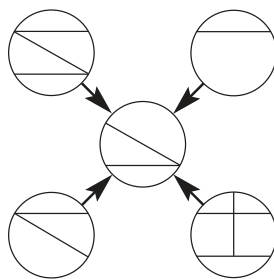
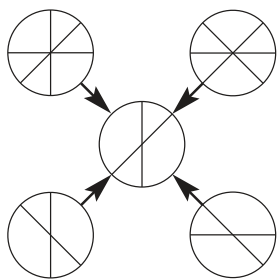
۴



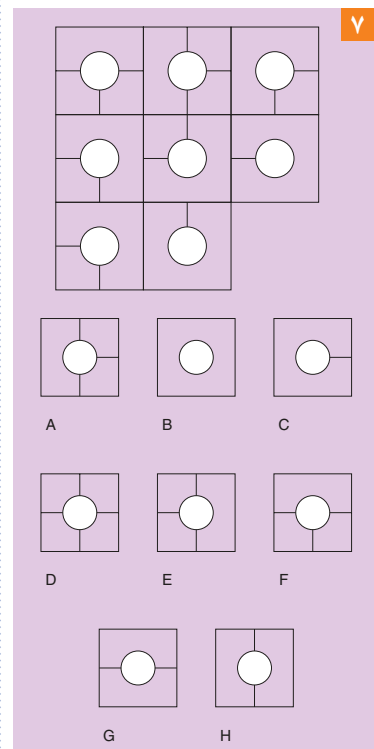
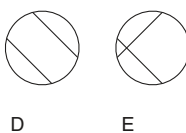
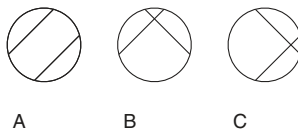
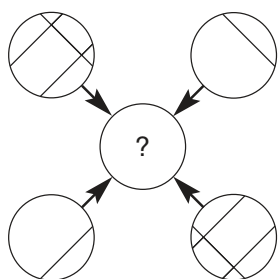
۵

۱	۰	۷
۲	۳	۶
۳	۴	۳
۵	۷	۹
?	?	?

۶



۸



۷



«من ناروالم... پدرم منو فرستاده پیش شما...» این کتاب ماجرای زندگی یک نهنگ تک شاخ است از مجموعه «رمان نوجوان امروز» و دربردارنده داستانی تخیلی است.

ناروال نهنگ تک شاخ / لاله جعفری /  
کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان /  
تهران / ۱۳۹۲.

تلفن: ۸۸۷۱۰۶۶۱



پسری نوجوان به نام هانگ زیبر همیشه با کارهایش در دسر درست می کند و به تنبلی مشهور است. او می خواهد با پروژه آبشار نیاگارا، خلایقیت خود را به دوست و معلمش نشان دهد که به در دسر می افتد.

آبشار نیاگارا فرو می ریزد / وینگر، هنری /  
ترجمه فرهمر منجری / چکه / تهران / ۱۳۹۲.

تلفن: ۸۸۵۴۷۲۹۵



کتاب دنیای نامرئی حاوی شش کتاب با این عنوان هاست: بدن انسان؛ درون بدن حیوانات؛ درون گیاهان؛ اتم ها و مولکول ها؛ اسرار کره زمین؛ کاوش در گذشته.

مجموعه کتاب های دنیای نامرئی / آبتا کروی و دیگران / مجید عمیق / مدرسه / تهران / ۱۳۹۱.

تلفن: ۸۸۸۰۰۳۳۴-۹



### خواب شب دوازدهم

در درون انسان چه می گذرد؟ چه دردهایی دارد و آرزوهایش کدام است؟ به چه می اندیشد؟ چگونه می اندیشد؟ آن ها را چگونه بیان می کند؟ و همه این ها جریان زندگی را شکل می دهند. اگر کتاب را خواندید و پرسیدید چه می خواهد بگوید، درست در نقطه مقصود قرار گرفته اید. آن وقت یک بار دیگر خود را به حال و هوای کتاب بسپارید. **احمد رضا احمدی**، نویسنده و شاعر معاصر است. او با این سبک نوشتن تا نامزدی جایزه «هانس کریستین آندرس» و «آسترید لیندگرن» پیش رفته است.

### در خواب بودم

در خواب بودم. در خواب برف می بارید. در حیاط خانه بودم. در حیاط خانه دو نردبان بود. یک نردبان به رنگ پرتقالی بود، یک نردبان به رنگ سبز بود. مردی در بالای نردبان به رنگ سبز ایستاده بود؛ مرا نگاه می کرد. چشمان مرد به رنگ سبز بود. کودکی در بالای نردبان به رنگ پرتقالی به من خیره بود. چشمان کودک به رنگ پرتقالی بود.

خواب شب دوازدهم / احمد رضا احمدی / زیتون / تهران / ۱۳۹۱

تلفن: ۵-۶۶۵۷۲۸۱۰



کلوتی در دوازده سالگی به عنوان برده در کشتزارهای پنبه به کار گرفته می شود. ارباب او «هنلی» قسم خورده که اگر برده ها را در حال سواد آموزی ببیند پوستشان را به برده داران ایالت جنوبی بفروشد. در حالی که قانون ایالت ویرجینیا نیز قانون سختی برای برده هایی که سواد می آموزند دارد، کلوتی پنهانی سواد آموخته و تصمیم می گیرد سر نوشت خود را تغییر دهد.

من برده هستم / مکینسا، پت / ترجمه منافخم / محراب قلم / تهران / ۱۳۹۲.

تلفن: ۶۶۴۹۰۸۷۹۰