



نور امید

بنابراین باید در ذهنمان نسبت به آینده، زندگی، خدا، خود و دیگران، تصور امیدوار و خوشایندی داشته باشیم. این تصویر ذهنی مثبت، روحیه ما را تقویت می‌کند، به ما انگیزه مضاعف می‌بخشد و برای تداوم زندگی در آینده به ما دلیل می‌دهد.

خداوند مهربان با دادن نعمت‌های فراوان (سلامتی، خانواده، معلمان، جامعه، دین، دوستان، طبیعت، شادی، تعقل، عاطفه و...) روزنه‌های امید را چونان باران بهاری، بر جان ما سرازیر ساخته است.

بهار، بهترین فصل برای یادآوری این نعمت‌ها و فرصتی نو برای تقویت امید به آینده است.

عیدتان مثل عسل، شیرین و گوارا و وجود عزیزتان، از امید لبریز باد!

ناصر نادری

شاید شنیده‌اید که دانشمندان برای سنجیدن میزان انگیزه موش‌ها در حالت‌های دشوار، موشی را در تنگ آبی انداختند و بعد تنگ را در تاریکی مطلق قرار دادند. موش بیچاره فقط سه دقیقه برای رها شدن از تنگ آب و غرق نشدن تلاش کرد!

سپس موش دیگری را در همان تنگ انداختند، ولی این بار تنگ را در تاریکی مطلق نگذاشتند، بلکه پرتو نوری بر تنگ آب می‌تابید. این موش ۳۶ ساعت شنا کرد؛ یعنی بیش از ۷۰۰ بار بیشتر از موش قبلی که در تاریکی مطلق بود. زیرا نور و دیدن، این موش را امیدوار ساخته بود تا به تلاشش ادامه دهد. از قدیم گفته‌اند: «آدمی با امید زنده است.» اگر چهل روز به آدم غذا ندهند، احتمالاً زنده می‌ماند. ولی همین آدم، اگر امید نداشته باشد، فقط چند ثانیه یا دقیقه به زندگی‌اش ادامه می‌دهد.

مدیر مسئول: محمد ناصری

سر دبیر: 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 اوجانی

شمارگان: ۱۳۵۰۰ نسخه

چاپ: شرکت افست (سهامی عام)

نشانی دفتر مجله: تهران، خیابان ایرانشهر

شمالی، پلاک ۲۶۶

صندوق پستی: ۱۵۸۷۵/۶۵۸۴

تلفن: ۸۸۳۰۹۶ - ۸۸۳۴۹۰ - ۸۸۳۰۱۴۷۸

شماره تلفن پیام گیر: ۸۸۳۰۱۴۸۲

نشانی مرکز بررسی آثار: تهران - صندوق پستی

۸۸۳۰۵۷۷۲ - تلفن: ۱۵۸۷۵/۶۵۶۷

۱۴

حجاب طبیعت

حالا تصور کنید که
درختان یک منطقه تصمیم
بگیرند نوع لباس خودشان
را هر سال عوض کنند!



نان محلی در تنور فیلمسازی

فاطمه فرشیدرز، کارگردان مستند «گذری بر سنت‌ها»، از جمله افرادی است که پول را تنها عامل پیشرفت نمی‌داند...

۴

۴۰ کار دورهمی

۴۲ اینجا مدرسه نیست

۴۴ راست‌قامتان

۴۶ خوراک مغز

۴۸ پیشخوان

۲ درس و درفش

۶ مروری خوب با روباه موزی

۸ شوت با قلب مریض

۱۰ برق‌نگاه‌خورشید

۱۲ تقویم ماه

۱۶ Cooking Techniques

۱۸ رسیده‌ها و Call‌ها

۲۰ اطلاعات کیهانی

۲۲ سفر خنده

۲۴ دیدار از تاریخ

۲۶ کار دارم!

۲۸ ورزش‌کاری‌کاتور

۳۰ خنده‌زار

۳۴ صادرکننده کَشک‌های خفن

۳۵ کارگاه داستان‌نویسی

۳۶ ساعت

۳۸ بدجنس