

آتوسا صالحی  
تصویرگر: شراره خسروانی

شب امتحان  
بی دلهره می خوابد  
و هیچ وقت آرزو نمی کند  
برف بیارد  
و نگران هم نیست  
که زبانم لال  
سؤالها سخت باشد  
یا وقت کم بیاورد

# امتحان

قبل از امتحان  
نه به تقلب فکر می کند  
نه هیچ چیز دیگر!  
نه کتابش را تند تند ورق می زند  
نه التماس می کند که:  
«فقط ده دقیقه دیرتر!»

وقت امتحان  
نه هول می شود  
نه دل درد می گیرد  
و نه ته مدادش را می جود  
تازه می گوید:  
«این سؤالها که آب خوردن است.»

نه، تعجب نکن  
دروغ نمی گویم  
آخر او معلم من است!



# تقوی م

## دانش آموز

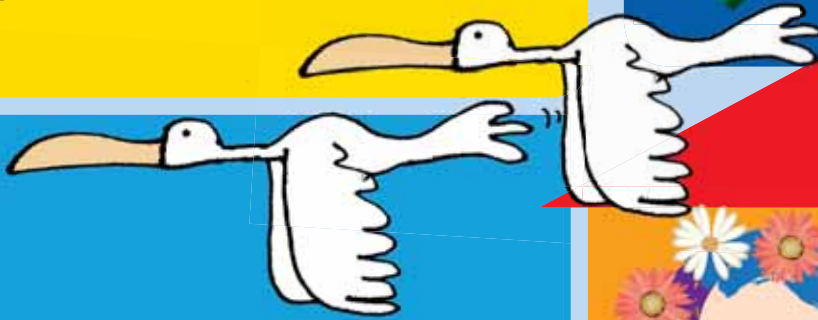
تهمینہ حدادی

اسدالہ شعبانی

### روز زمین پاک

### ۲ اردیبهشت

دوم اردیبهشت را در سراسر جهان به عنوان «روز زمین پاک» جشن می‌گیرند. در این روز، کوهنوردان به دامن طبیعت می‌روند و زباله‌ها را جمع می‌کنند. با بزرگ‌تر شدن شهرها، ما آدم‌ها مدمه‌های زیادی به طبیعت می‌زنیم. آب‌های آلوده، زباله‌های غیر بهداشتی، کم شدن درخت‌ها و... بنابراین در روز «زمین پاک» همگی دوباره به طبیعت فکر می‌کنیم. تو هم دوستی با طبیعت را با نگهداری از یک گلدان کوچک، شروع کن.



# آرزو

در گوشه‌ای از شهر تهران  
در خانه‌ای کوچک  
اجاری!  
یک دخترک با اشک‌هایش حرف می‌زد  
او آرزو داشت  
گنجشک‌ها او را ببوسند  
پروانه‌ها بر پیچک مویش بخوابند  
گل‌های وحشی  
با او بخندند  
و شاخه‌های شاد گیلاس  
یک جفت گیلاس طلایی  
بر لاله‌ی گوشش ببندند

## ۱۰ اردیبهشت

### روز ملی خلیج فارس

خلیج فارس یکی از مهم‌ترین آبراهه‌های دنیاست. جزیره‌های زیادی هم در خلیج فارس وجود دارد. ماهی‌های خلیج فارس، طرفداران زیادی دارد. کشتی‌های مسافرتی، باری و نظامی زیادی هم در آن رفت و آمد می‌کنند. خلیج فارس از ابتدا به همین نام شناخته می‌شده است. مدتی است که در تقویم کشورمان، دهم اردیبهشت را «روز ملی خلیج فارس» نام‌گذاری کرده‌اند. خیلی وقت پیش ما توانستیم نظامیان پرتغالی را که به این خلیج تجاوز کرده بودند، بیرون کنیم. این روز به ما یادآوری می‌کند که همیشه باید از کشورمان دفاع کنیم.

## ۱۲ اردیبهشت

### روز معلم

پیامبران برای راهنمایی و آموزش مردم فرستاده می‌شدند. معلم‌ها هم کارشان همین است. آن‌ها هم به ما چیزهای زیادی یاد می‌دهند. بنابراین، شغل معلمی بسیار با ارزش است. ۱۲ اردیبهشت، سالگرد شهادت استاد مطهری است. ایشان معلم بزرگی بوده‌اند و کتاب‌های با ارزشی هم نوشته‌اند. برای احترام به ایشان و بقیه معلم‌ها، این روز را روز معلم می‌نامیم.

### شهادت حضرت فاطمه زهرا (س)

تمام امامان ما از نسل حضرت فاطمه زهرا (س) هستند. حضرت فاطمه چهار فرزند داشتند: امام حسن (ع)، امام حسین (ع)، حضرت زینب (س) و ام‌کلثوم (س) فرزندان ایشان بودند. فرزند آخر ایشان قبل از تولد از دنیا رفت. زمانی که حضرت فاطمه در ۱۸ سالگی به شهادت رسیدند، همسر و یارانشان تصمیم گرفتند ایشان را شبانه و پنهانی در جایی نامعلوم دفن کنند. زیرا احتمال داشت که دشمن، به قبر ایشان بی‌احترامی کند. به خاطر همین، محل دفن فاطمه (س) مشخص نیست.



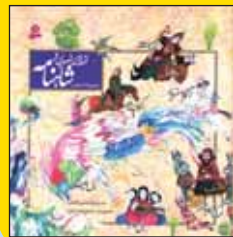
اگر می‌خواهید درباره‌ی حضرت فاطمه (س) بیشتر بدانید کتاب «عروس رنگین‌کمان» را بخوانید. این کتاب را شهرام شفیعی نوشته و انتشارات کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان منتشر کرده است.



## ۲۵ اردیبهشت

### روز بزرگداشت فردوسی

فردوسی بیش از ۳۰ سال بر روی شاهنامه‌اش کار کرد. او سرودن شاهنامه را در تمام این سال‌ها ادامه داد. و شصت‌هزار بیت شعر برای ما به یادگار گذاشت. شاهنامه‌ی فردوسی بزرگ‌ترین و مهم‌ترین کتاب ادبی ما ایرانیان است. فردوسی با نوشتن شاهنامه هم زبان فارسی را حفظ کرد و هم تاریخ و افسانه‌های ایران را به یادگار گذاشت. خیلی از افسانه‌ها و قصه‌های پهلوانی ما در شاهنامه جا گرفته است. مقبره‌ی فردوسی در شهر «توس» (نزدیک مشهد مقدس) است. در روز بزرگداشت او جشن‌ها و همایش‌هایی برگزار می‌شود.



تو چند داستان شاهنامه را خوانده‌ای؟... زال و سیمرغ؟... زال و رودابه؟... رستم و اسفندیار؟ می‌توانی شش داستان شاهنامه را به زبان ساده در کتاب «قصه‌های تصویری شاهنامه» نوشته‌ی حسین فتاحی بخوانی. هر داستان این کتاب تصویرگری‌های زیبایی هم دارد.

گفت و گو: مژگان بابامرندی • عکاس: طیبه رحیمی

# عروسکم دوباره جان گرفت

عروسک‌ها فقط وسیله‌ی سرگرمی بچه‌ها نیستند. انسان‌ها از قدیم آرزوها و خیال‌های خودشان را با استفاده از انواع عروسک‌ها گفته‌اند. نمایش عروسکی، هم برای بچه‌ها و هم برای بزرگ‌ترها اجرا می‌شود. ساختن عروسک‌های مختلف، یک هنر قدیمی و پرارزش است. این بار با یکی از عروسک‌سازهای کشورمان گفت و گو می‌کنیم.

## گفت‌وگو با عادل بز دوده

آقای «عادل بز دوده» یکی از عروسک‌سازهای خوب کشور ماست. تو حتماً سریال عروسکی «خانه‌ی مادر بزرگه» و «زی‌زی گولو» را دیده‌ای. او عروسک‌های این برنامه‌ها و خیلی از فیلم‌ها، نمایش‌ها و سریال‌های دیگر را ساخته است.



**در بچگی رابطه‌ی شما با عروسک‌ها چه‌گونه بود؟**

عروسک‌ها چند هزار سال است که مورد علاقه‌ی انسان‌ها هستند. عروسک‌ها در مراسم و آیین‌های مختلف، استفاده داشته‌اند. من همیشه با عروسک‌هایم نمایش می‌دادم.

**عروسک نمایش با عروسک معمولی چه تفاوتی دارد؟**

عروسک‌های بازاری برای فروش ساخته می‌شوند. بنابراین کاربرد نمایشی ندارد. بنابراین به آن‌ها می‌گویند اسباب بازی. اما عروسک‌های نمایشی، تکلیف‌شان مشخص است. آن‌ها برای استفاده‌های خاص ساخته می‌شوند. عروسک‌گردان با صدای خودش و حرکت دادن عروسک، داستان را می‌گوید. مواد اولیه‌ی عروسک‌های اسباب بازی، اصلاً به درد ساخت عروسک نمایش نمی‌خورد. عروسک‌های نمایشی معمولاً با فوم سفید، یونولیت، اسفنج، پنبه، کاغذ، مقوا، سیم و این جور چیزها ساخته می‌شود.

**عروسک نمایشی خوب چه خصوصیتاتی دارد؟**

باید شخصیت و ظاهرش متناسب با قصه‌ی نمایش باشد. بازی دهنده‌اش بتواند راحت آن را حرکت دهد.

**تا حالا شده که فکر کنید عروسکی که ساخته‌اید مثل بچه‌ی خودتان است؟**

عروسک‌هایم را دوست دارم. حتی بعضی موقع‌ها عروسکم را تنبیه کرده‌ام! چون آن‌ها مثل بچه‌های من می‌مانند. وقتی عروسکی لنگ می‌زند، قلبم می‌ریزد. یک بار نخ‌های یک عروسک پیچیده بود. سعی کرده بودند درستش کنند. اما باید به دست من که پدرش هستم درست می‌شد. او را آوردم در اتاق کارم که مثل اتاق جراحی عروسک‌هاست... با فرصت و حوصله شروع کردم نخ‌های او را عوض کردم. عروسک دوباره زنده شد!

**از بین عروسک‌های نمایشی کدام عروسک را بیشتر از همه دوست دارید؟**

بعضی از آن‌ها را بیشتر دوست دارم. دو تا نوزاد برای تلویزیون ساختم. پسر «محمد رضا» شش ماهش بود. صبح‌های زود دست به صورت او می‌کشیدم تا لمسش کنم. می‌خواستم واقعاً بتوانم آن نوزادهای عروسکی را خوب از کار در بیاورم. «مخمل» و «زی زی گولو» را هم بسیار دوست دارم. در نمایش جدیدم که کاری از شاهنامه است، به «سهراب» و «مبارک» اش علاقه دارم.

**بچه‌هایتان به عروسک‌هایتان حسودی نمی‌کنند؟**

گاهی حسادت کرده‌اند. پسر کوچکم سه، چهار ساله بود. عروسکی درست کرده بودم که در کیفم می‌گذاشتم. پسرم می‌گفت من پسرت هستم یا او؟... چرا او را توی کیف می‌گذاری؟!

**چه جوری وارد کار در رشته‌ی عروسک‌سازی شدید؟**

من عضو کتابخانه‌ی کانون پرورش فکری بودم. کانون شرایط رشد مرا فراهم کرد، به خصوص کتاب‌دارهای خوب آن... در سال ۱۳۵۱ مرکز تئاتر ایران تأسیس شد. با کمک کانون وارد این مرکز شدم. تا زمانی که دست‌هایم جان دارد، در این رشته به فعالیت ادامه خواهم داد. به امید خدا.



# کودکان تپیل میل

نرگس اللهیاری  
تصویرگر: سام سلماسی

صبا هم مثل همه‌ی کودکان چاق، پر خوری می‌کرد و تحرک کافی نداشت.



اسم این دختر «صبا» ست. او قبلاً خیلی اضافه وزن داشت. اما حالا...

در دنیا از هر پنج کودک، یک نفر چاقی یا اضافه وزن دارد. البته «چاقی» و «اضافه وزن» با هم تفاوت دارد.

نکته: چاقی، اضافه وزن شدید است.



معمولاً بچه‌های چاق اعتماد به نفس کمتری دارند. وقتی با کسی حرف می‌زنم، احساس می‌کنم او دارد به لب‌هایم نگاه می‌کند!



اگر در بچگی چاق باشیم، در بزرگسالی آمادگی مبتلا شدن به بیماری‌ها هستیم. بیماری‌هایی مانند: دیابت، بیماری‌های قلبی، انواع سرطان، خرخر کردن در خواب و...

او گاهی برای کنار آمدن با بی‌حوصلگی‌اش، به خوردن روی می‌آورد.

حوصله‌ام سررفته، دیگر چی بخورم!؟



بدن برای انجام فعالیت‌ها و ادامگی زندگی به موادی نیاز دارد. اگر غذا بیش از نیاز ما باشد، به صورت چربی، ذخیره می‌شود. مخصوصاً اگر کم تحرک هم باشیم.



این که چرا بچه‌ها چاق می‌شوند می‌تواند دلایل مختلفی داشته باشد.



چرا من چاق می‌شوم؟

تنقلات مضر مثل چیپس، آب‌نبات، پفک و... را دور بریز! به جای همه‌ی این‌ها میوه بخور.



حالا چه کار کنم؟



## باید عادت‌های غذایی غلط را اصلاح کنیم

من بعد از ظهرها دو ساعت می‌خوابم.



من دوست دارم قد بلند باشم. باید شیر بخورم؟



بچه‌های چاق رشد قدی کمتری دارند. متأسفانه آن‌ها کوتاه قد می‌مانند. پس چاقی اصلاً چیز خوبی نیست.

من الان هشتاد ساله‌ام. دیگر پیر شده‌ام. سی و پنج- شش سال از عمرم مشغول نوشتن شاهنامه بودم. شاهنامه تازگی‌ها تمام شده است. البته، ده سال پیش، فکر کردم تمام شده. ولی بعد دیدم یک چیزهایی کم دارد که به آن اضافه کردم.

# من فردوسی‌ام

البته من همه‌ی این داستان‌ها را از خودم نساختم. آقای دقیقی هم داستان‌ها را از کتابی به نام «شاهنامه‌ی ابومنصوری» برمی‌داشت و به صورت شعر در می‌آورد. من آن کتاب را نداشتم و برای پیدا کردن آن، به هر جا که فکرش را بکنید سفر کردم. بیش هر کسی هم که شما فکرش را بکنید رفتیم... تا این‌که یک آقای ثروتمند که از من خوشش آمده بود، کتاب «شاهنامه‌ی ابومنصوری» را به من هدیه کرد. من خیلی خوشحال شدم و تا صبح، خواب‌های خوب دیدم.

همشهری ما، جناب آقای دقیقی توسی، کتابی درباره‌ی سرگذشت پهلوانان ایرانی می‌نوشت. من هم از داستان‌های این پهلوانان خوشم می‌آمد. آن قدر که خیلی از این داستان‌ها را از حفظ برای دیگران تعریف می‌کردم. وقتی آقای دقیقی به رحمت خدا رفت، خواستم کتابی را که ایشان شروع کرده بود ادامه بدهم. ایشان فقط هزار بیت سروده بود. من، پنجاه هزار بیت اضافه کردم!







حکیم ابوالقاسم فردوسی، سراینده‌ی شاهنامه است. در شاهنامه، تاریخ و افسانه‌های ایران باستان را می‌خوانیم.

فردوسی از خانواده‌ی دهقانان بود که مالک زمین‌ها و باغ‌های کشاورزی بودند. از چهل سالگی به سرودن شاهنامه مشغول شد و سی و پنج سال به این کار ادامه داد. اگر فردوسی این کتاب را نمی‌نوشت، ما بسیاری از داستان‌های ملی ایرانی را نمی‌دانستیم. شاید زبان فارسی هم به این خوبی باقی نمی‌ماند.



من بیش از چهل سال داشتم که شروع به نوشتن شاهنامه کردم. هر چه می‌گذشت، با روحیه‌ی بهتری شعرهای شاهنامه را می‌سرودم. اما حدود پانزده سال پیش بود که پسرم بر اثر بیماری در گذشت و من از آن زمان به بعد حال و روز خوشی ندارم. پیش از این که شاهنامه را بنویسم باغ‌ها و زمین‌های کشاورزی زیادی داشتم. در اوقات بی‌کاری شعر می‌گفتم و کتاب می‌خواندم. در جوانی وضع مالی خوبی داشتم ولی سی و پنج سال فقط شعر گفتم. بنابراین، فقیر شدم. ولی خدا را شکر که بالاخره کتابم به پایان رسید. گنج من شاهنامه است.

من شاهنامه را نوشتم تا زبان فارسی از بین نرود. من در شاهنامه از هجوم بیگانگان به ایران نوشته‌ام. نشان داده‌ام که چه‌گونه ایرانیان از دانش و فکر خود استفاده می‌کردند تا بیگانگان را شکست دهند.

شخصیت‌های کتاب من خیلی زیادند. همه را نمی‌توانم نام ببرم. اما رستم، سیاوش، بیژن، منیژه، کیخسرو، سهراب، زال، تهمینه و رودابه از شخصیت‌های کتاب من هستند.

من در زمان حکومت «سامانیان» شروع به نوشتن این کتاب کردم. آن قدر نوشتن این کتاب طول کشید که حکومت عوض شد. حالا که نوشتن آن تمام شده، «غزنویان» حکومت را به دست گرفته‌اند. سلطان «محمود غزنوی» اصلاً به زبان فارسی احترام نمی‌گذارد. راستش را بخواهید اگر بتواند، مرا از بین می‌برد و شاهنامه‌ام را نابود می‌کند. او می‌خواهد هیچ اثری از دلیری‌های ایرانیان نباشد. تازه او از این که من شیعه هستم و در اوّل کتابم امام علی (ع) را ستایش کرده‌ام، خیلی خیلی ناراحت است.

وقتی بچه بودم، پدرم مرا به مکتب‌خانه می‌فرستاد. گاهی هم معلم را به خانه می‌آورد تا به من زبان فارسی و عربی و علوم دیگر بیاموزد. من هم هر چه استادانم می‌گفتند، خوب یاد می‌گرفتم. به خاطر همین پدرم مرا خیلی دوست می‌داشت. خانواده‌ی ما به آداب و رسوم ایرانی خیلی علاقه داشت. داستان شجاعت‌ها و بی‌باکی و دانایی ایرانیان را در خانه برای ما می‌گفتند. به همین دلیل من خیلی از داستان‌هایی را که در شاهنامه آورده‌ام، از قبل بلد بودم.



مجسمه‌های زیبایی از فردوسی ساخته شده است. مثل مجسمه‌ی میدان فردوسی تهران. یا مجسمه‌ای که در آرامگاه او قرار دارد. روز ۲۵ اردیبهشت را روز بزرگداشت فردوسی می‌نامند. به گفتار شعرم کنون گوش دار خرد یاد دار و به دل هوش دار

### کتاب‌های خواندنی از قصه‌های شاهنامه‌ی فردوسی:

- قصه‌های شاهنامه آتوسا صالحی
- نشر پیدایش
- داستان‌های شاهنامه به روایت م. آراد
- کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان
- قصه‌های شیرین شاهنامه‌ی فردوسی اسداله شعبانی
- نشر پیدایش.

## حکیم ابوالقاسم فردوسی که بود؟

«ابوالقاسم فردوسی» حدود هزار و صد سال پیش، در توس (خراسان) به دنیا آمد.

ابوالقاسم، تا چهل سالگی مشغول جمع‌آوری داستان‌ها و افسانه‌های قدیم ایران بود. بعد از آن، تازه شروع به سرودن شاهنامه کرد. او روی سرودن شاهنامه حدود سی سال کار کرد و در حدود سن هفتاد سالگی، کتاب را به پایان رساند.

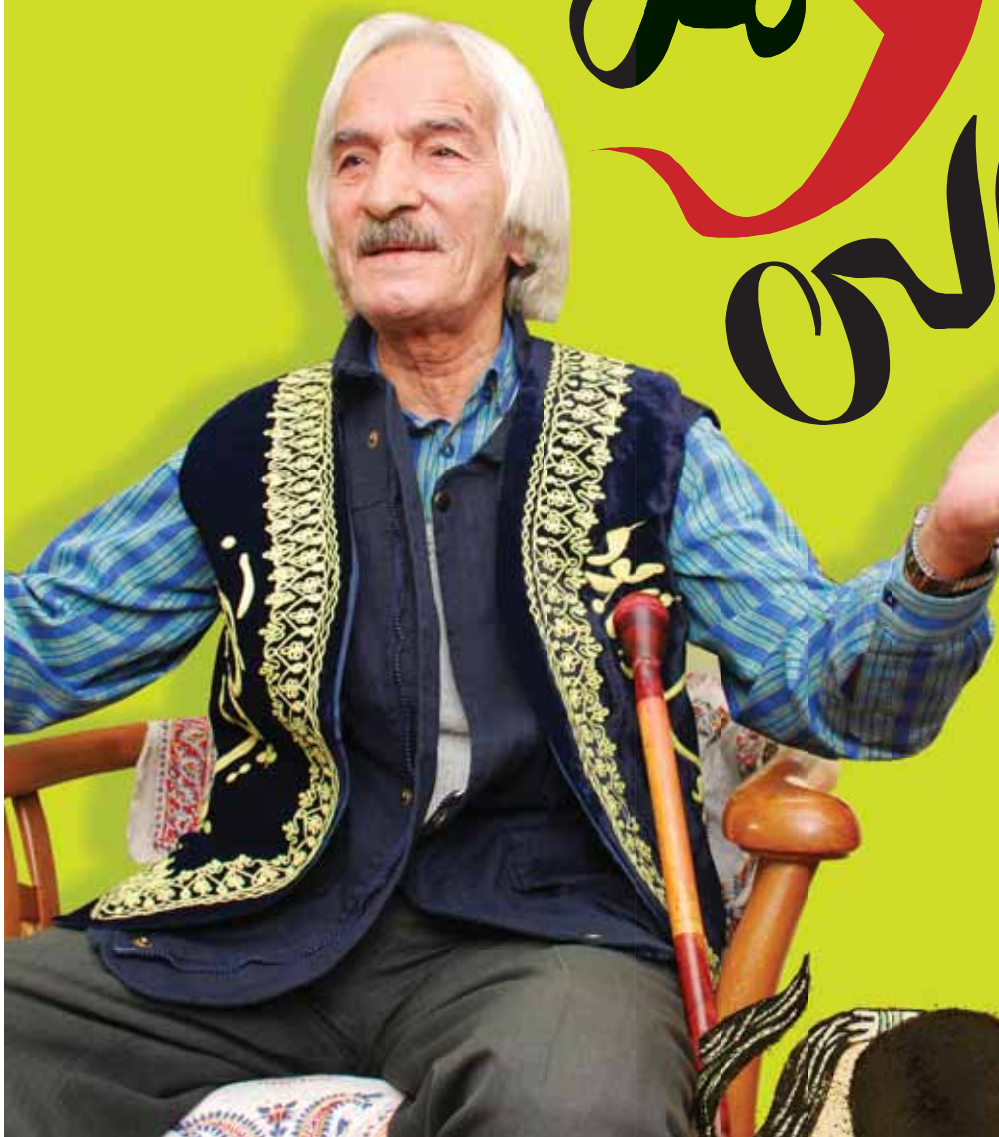
شاهنامه، یکی از بزرگ‌ترین و پرارزش‌ترین کتاب‌های شعر فارسی است. کتابی درباره‌ی تاریخ و پهلوانان ایران باستان. شاهنامه افسانه‌های شیرین پر از پند را برای ما تعریف می‌کند. خداپرستی را راه نجات می‌خواند. عقل را هم نعمت بزرگ خدا معرفی می‌کند.

فردوسی در شاهنامه، به بهانه‌ی بازگو کردن تاریخ، ما را با اخلاق، جوانمردی، دانایی و شجاعت آشنا می‌کند.

سرودن شاهنامه، از نابودی زبان فارسی جلوگیری کرد. این کتاب، مانند باغی است که زیباترین کلمه‌ها و تصویرهای زبان فارسی را در آن پیدا می‌کنید.

# مُشکِ اَبی مُشکِ مِ نقلی

ممد چینی‌فروشان  
مژگان بابامرندی



## بزرگ‌ترین بازمانده‌ی نقالان ایرانی

مرشد ولی‌الله ترابی، یکی از بزرگ‌ترین نقالان زنده‌ی ایران است. او کارش را از کودکی با اجرای نقش کودکان در تعزیه‌ها شروع کرد. کم‌کم به هنر نقالی علاقه‌مند شد و هر روز برای آموختن شاهنامه و نقالی پیش استاد رفت. مرشد ولی‌الله ترابی نزدیک به شصت‌سال برای مردم ایران و جهان نقالی کرده است. او در کنار اجرای برنامه‌های مختلف نقالی، شاگردان خوبی هم در این رشته تربیت کرده است. این پدربزرگ شعردان و خوش‌آواز ما، اکنون نزدیک به ۷۵ سال سن دارد. برای او آرزوی طول عمر و شادابی و سلامتی داریم.

را مجبور به استفاده از حرکت و بازیگری کرد. این گونه بود که هنر نقالی به وجود آمد.

### نقالی چیست؟

نقال‌ها، شاهنامه را همیشه، همان طوری که هست نمی‌خوانند. آن‌ها اشعار و داستان‌های شاهنامه را با قدرت بازیگری و قصه‌گویی خودشان ترکیب می‌کنند. به خاطر همین، تماشای نقالی، می‌تواند به اندازه‌ی یک فیلم سینمایی ما را سرگرم کند.

نقال‌ها، گاهی حتی قصه‌های تازه‌ای برای شخصیت‌های شاهنامه می‌سازند. گاهی هم موضوعات جدید زندگی امروز را لابه‌لای داستان‌های شاهنامه می‌گویند. نقال‌ها با این کار، شاهنامه را برای مردم جذاب‌تر می‌کنند. تنها وسیله‌ای که نقال‌ها موقع نقالی از آن استفاده می‌کنند یک عصای کوتاه است. نقال از این عصا برای تجسم هر چیزی استفاده می‌کند. عصای نقال گاهی شمشیر می‌شود، گاهی کمان، گاه تبر، گاهی اسب، درخت، کوه، دیو، سپاه دشمن، بچه‌ی کوچک و...!

ادامه در صفحه‌ی ۲۹

فردوسی با شاهنامه‌اش روحیه‌ی مقاومت، خدایپرستی، وطن‌دوستی و آزادگی را به ما می‌آموزد. اما شاهنامه، شناسنامه‌ی زبان فارسی هم هست. تا زمانی که شاهنامه وجود دارد، زبان شیرین فارسی از بین نخواهد رفت. فردوسی در این سی سال، تمام ثروت و جوانی‌اش را از دست داد. اما یکی از بزرگ‌ترین کتاب‌های جهان را از خودش باقی گذاشت.

بسی رنج بردم در این سال سی

عجم زنده کردم بدین پارسی

فردوسی، داستان‌های پهلوانی، تاریخی و افسانه‌ای را در دورانی به شعر درآورد که بیشتر مردم سواد خواندن و نوشتن نداشتند. در آن روزگار و حتی تا سال‌های بعد، داستان‌ها و شعرها برای مردم خوانده می‌شد. راویان و قصه‌گویان برای مردم قصه می‌گفتند. شاید به خاطر راحتی کار قصه‌گویان و نقالان بود که فردوسی، زبان ساده و قابل فهمی را برای شاهنامه به کار برد.

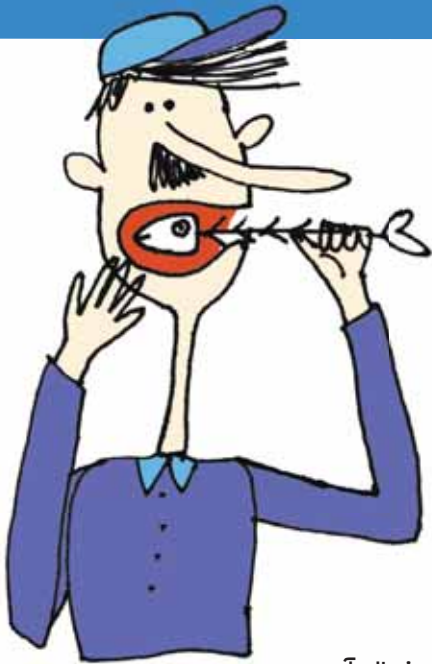
اولین شاهنامه‌خوان‌ها (کسانی که برای مردم شاهنامه می‌خواندند) کمی بعد از مرگ فردوسی آن‌ها روخوانی شاهنامه را به میان مردم بردند. اما زیبایی داستان‌ها و صحنه‌های پر حرکت آن، شاهنامه‌خوان‌ها



\* یکی از نقالان بزرگ ایران مرشد ولی‌الله ترابی است.



# استخوان‌ها



پادشاه را از روی یخچال آورد.

- بگیر... خودم همین امروز شبیه‌هایش را برای تمیز کردم.

- چی؟!... عینک مطالعه؟!... من می‌خواهم غذا بخورم خانم محترم!... خیال ندارم شاگرد اول بشوم!

پادشاه این را گفت و عینک مطالعه را روی میز انداخت. بعد، بشقاب غذای پدرم را برداشت، آن را جلو خودش گذاشت و مشغول خوردن شد!... با دیدن این صحنه، مادرم جیغ کوتاهی کشید و بابونه هم افتاد به سرفه کردن.

پدرم به همسر و دخترش گفت: «ناراحت نشوید... این روزها مردم به خوردن انواع غذاهای آماده رو آورده‌اند!»



روز بعد، پادشاه یک کلاه حصیری گنده سرش کرده بود و با ماشین چمن زنی، مشغول مرتب کردن چمن‌ها بود. وقتی برایش چای و نان قندی بردم، متوجه شدم دارد با ماشین چمن‌زنی‌اش حرف می‌زند. به خاطر همین، پشت بوته‌ی گل سرخ مخفی شدم و چیزی نگفتم... مثل همیشه، پادشاه یک جمله حرف می‌زد و بعد به جای ماشین چمن‌زنی، جواب خودش را می‌داد!

عموجان پادشاه همیشه می‌گوید: «من خیلی همسر را دوست دارم. وقتی می‌خواستم به خواستگاری او بروم، ماشینم را کنار ماشین پدرش پارک کردم. بعد به خودم گفتم: با همین خانم ازدواج کن... این روزها دختری که جای پارک داشته باشد، کم گیر می‌آید!»

زن عموی چاق و صبور، از شنیدن این حرف‌ها ناراحت نمی‌شود. فقط دست‌هایش را با پیش‌بندش خشک می‌کند و می‌گوید: «وقتی دو نفر پنجاه سال با هم زندگی کرده باشند، این حرف‌ها دیگر اهمیتی ندارد. مهم این است که دندان‌های مصنوعی هم‌دیگر را عوضی توی دهان خودشان نگذارند!»

من فکر می‌کنم پادشاه بدون زن عمو، نمی‌تواند یک روز هم زنده بماند. حتی اگر به گفته‌ی خودش، فقط به خاطر جا ماندن شال گردنش، دوباره به خانه‌ی آن‌ها برگشته باشد!

ماجرایی که برایتان تعریف می‌کنم، ثابت می‌کند که پادشاه چه قدر زیاد به محبت زن عمو نیازمند است.

آن شب، برای شام، ماهی سرخ کرده داشتیم. همه به جز پادشاه - مشغول در آوردن استخوان‌های ریز ماهی از لای گوشت‌ها بودند. پادشاه بی‌تربیت‌ها، دم ماهی‌اش را گرفت و آن را بالا آورد. بعد گفت: «این را چه جوری می‌خورند؟!... من ماهی خوردن بلد نیستم!... می‌توانید به من هم یاد بدهید؟!... ای اهالی محترم کاخ، قسم می‌خورم من قبلاً نهنگ نبوده‌ام!»

پدرم گفت: «من توضیح می‌دهم جناب پادشاه... روش خوردن ماهی این است که باید گرسنه باشید!... همین!... خیلی ساده است... حتی لازم نیست از ماهی عذرخواهی کنید!»

پادشاه گفت: «این که تو گفتی، خیلی خوب و ساده است. اما فکر کنم روش خوردن ناخن‌های خودت است!»

زن عمو به پادشاه گفت: «شروع کن پیرمرد... ماهی برای سلامتی‌ات خیلی خوب است.»

- هیچ هم برای سلامتی‌ام خوب نیست... خوردن ماهی، چشم‌هایم را ضعیف می‌کند... چون که برای پیدا کردن استخوان‌هایش، باید از فاصله‌ی پنج سانتی‌متری به آن نگاه کنم!

زن عمو هن و هن‌کنان از جایش بلند شد و عینک مطالعه‌ی

# اول

سهرام شفيعی  
تصويرگر: ندا عظيمی



ماشين چمن زنی: «نگران نباش مرد... من کمکت می‌کنم... تو باید از فردا صبح سرطان بگیری!»

پادشاه: «فردا صبح سرطان بگیرم؟... امکان ندارد... من

خیلی خسته‌ام... می‌خواهم فردا تا لنگ ظهر بخوابم!»

ماشين چمن زنی: «نقشه‌ی ما همین است... تو از فردا باید نقش یک آدم سرطانی را بازی کنی... آن وقت، ملکه دوباره

مثل پروانه دورت می‌گردد و قربان صدقه‌ات می‌رود. روزی هشت لیتر هم برایت اشک می‌ریزد!»

پادشاه: «سرطان؟... چه جور سرطانی؟... یک وقت خطرناک نباشد!... من یک هنرمند با احساسم... اگر از این نقش بیرون

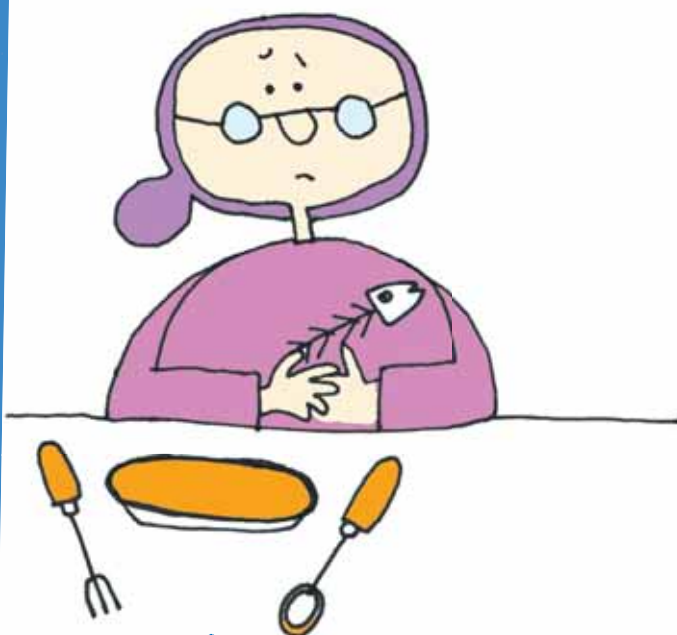
نیامدم چی؟!»

ماشين چمن زنی: «من فکر همه جایش را کرده‌ام... باید سرطانی بگیری که دائم جلو چشم باشد. این طوری سوزناکتر است.»

پادشاه: «به نظرم سرطان شست پای چپ بهتر است... توی این جزیره، پزشک متخصص سرطان شست پای چپ نداریم!

بنابراین، ملکه حسابی نگران و ناراحت می‌شود.»

ماشين چمن زنی: «خودم می‌دانم... توی جزیره، فقط یک متخصص سرطان شست پای راست داریم!»



پادشاه: «همین روزها مرا توی سطل آشغال پیدا می‌کنند... شاید هم یک ازدها با صحنه‌ی غروب خورشید را روی کمرم

خالکوبی کنم!»

ماشين چمن زنی: «چرا؟!... مگر معتاد شده‌ای؟... یا متوجه شده‌ای وقتی دو ساله بوده‌ای، تو را به قیمت یک شیشه خیار شور فروخته‌اند؟!»

پادشاه: «نه... مشکل این است که ملکه‌ی بزرگ دیگر مرا دوست ندارد!»

ماشين چمن زنی: «زن‌عمو دوستت ندارد؟!... مگر ممکن است؟!... پنجاه سال است که او شیفته و عاشق توست...

بدون تو، او فوراً می‌میرد... البته اول برای ناهار، خوراک مرغ با آکوچه درست می‌کند، بعد لباس‌ها را توی ماشین لباس‌شویی

می‌ریزد و بعد می‌میرد!... نه، این ممکن نیست که او تو را دوست نداشته باشد.»

پادشاه: «وقتی من می‌گویم ممکن است، حتماً ممکن است!... آن زن، دیشب استخوان‌های ماهی مرا برایم جدا نکرد. پنجاه

سال بود که استخوان‌های ماهی را برایم پاک می‌کرد.»

همین موقع، من تصمیم گرفتم که به جای ماشین چمن زنی با پادشاه حرف بزنم. بنابراین، صدایم را انداختم توی گلویم و از

پشت بوته‌ی گل سرخ گفتم: «می‌خواستی از همسرت خواهش کنی تا ماهی را برایت پاک کند... شاید او منتظر یک مقدار

قدردانی و تشکر بوده...»

پادشاه: «تو ماشین چمن زنی من هستی یا خواهر او؟!... قرار نشد از آن زن دفاع کنی!... حواست را جمع کن... وگرنه با لگد،

روشن و خاموش می‌کنم!»

من به جای ماشین چمن زنی: «هر جور که خودت دوست داری رفتار کن... اما یک باستان‌شناس هم بعد از پنجاه سال

از دیدن استخوان دایناسورها خسته می‌شود!... چه برسد به استخوان ماهی!»

پادشاه با شنیدن این جمله، ماشین چمن زنی را با لگد خاموش کرد. آن وقت چشمش افتاد به سینی چای و نان قندی.

بنابراین عصرانه‌اش را خورد و ماشین چمن زنی را با یک لگد دیگر روشن کرد.



است فهمیدنش کمی برایت سخت باشد... اما حرف مرا قبول کن... من یک پادشاهم... اما تو بیشتر عمرت را توی کفش و جوراب بوده‌ای... یعنی یک انگشت دنیا دیده نیستی... باور کن کار سختی نیست. باید یک مدّت نقش یک انگشتِ سرطان گرفته را بازی کنی... می‌دانم که استعدادش را داری... آفرین پسر خوب... حالا باید بروی توی تقویت‌کننده‌ی گوجه‌فرنگی... چی؟!... می‌ترسی؟!... دوست نداری گنده بشوی؟!... ای شست پای بی‌شعور!... اصلاً کی گفته که یک شست پا می‌تواند حرف‌های ما را بفهمد؟!... دهنّت را ببند... حالا ای شست پای ابله، به دستور من برو توی شیشه!



نزدیک غروب، پادشاه با لباس ورزشی از خانه رفت بیرون. یک ساعت بعد، تلفن کاخ به صدا درآمد.

– سلام خانم ملکه... من یکی از دوستان پادشاه هستم.  
– پس چرا صدایتان شبیه پادشاه است؟  
– قدیم‌ها، من و پادشاه با بلندگو هندوانه می‌فروختیم... ندیده‌اید **همه‌ی کسانی که با بلندگو هندوانه می‌فروشند، صدایشان شبیه هم است؟!!**

– خب امرتان را بفرمایید.  
– جناب پادشاه تشریف دارند؟

– نه... یک ساعت است با لباس ورزشی از منزل رفته‌اند بیرون. من خیلی نگرانم و اگر شما زودتر قطع کنید، به بیمارستان و پلیس زنگ می‌زنم. هیچ وقت پادشاه با لباس ورزشی از خانه نمی‌رفت بیرون.

– یعنی اگر با کت شلوار می‌رفتند بیرون، شما نگران نمی‌شدید؟!  
– مزاحم نشوید آقا!

– خانم ملکه... شست پای چپ پادشاه سرطان گرفته... حالا هر اندازه که دوست دارید، نگران شوید!

– چی می‌گویید آقای محترم؟!... مگر پادشاه با شست پایش **سیگار کشیده؟!!**

– الو چی شد؟!... چرا من دارم می‌روم بالا؟!... مرحمت عالی زیاد!... آخ سرم خورد به پُل عابر پیاده!



بعد از این تماس تلفنی عجیب و غریب، زن‌عمو با سرعتی باور نکردنی مشغول کار شد. اوّل آشپزخانه را مرتب کرد. بعد

پادشاه: «خیلی عالی است... زن‌عمو باید کاملاً از خوب شدن من ناامید باشد... آن وقت می‌توانم روزی هجده بار دستور بدهم برایم شربت آبلیمو درست کند!»

ماشین چمن‌زنی: «امشب برو توی انباری و قطره‌ی تقویت محصول گوجه‌فرنگی را پیدا کن... آن مایع را برای بزرگ شدن گوجه‌فرنگی‌ها به کار می‌برند! یک قطره در چهل لیتر آب!... اما تو، شست پایت را در مایع خالص فرو کن!... شست پایت فوری بزرگ می‌شود... آن وقت روی مبل راحتی‌ات بنشین و بگو امشب ماهی پاک شده می‌خواهم!»



توی انباری سیاه و بزرگ، پادشاه بی‌تریت‌ها پای چپش را از توی کفش بیرون آورد. شست پایش مثل همیشه، از سوراخ جوراب بیرون زده بود.

– سلام رفیق عزیزم!... امروز می‌خواهم کمی مایع تقویت گوجه‌فرنگی به تو بدهم. کمی تلخ است. اما هر چه باشد از آمپول بهتر است!... دوست مهربانم، آن که هفتاد سال در همه‌ی شرایط همراه من بوده، کسی نیست جز تو... تو همیشه شست پای خوبی برای من بوده‌ای و هیچ وقت مرا تنها نگذاشته‌ای... درست است که شبیه شست پای یک جوراب‌سور گیاهخوار هستی، اما من هیچ وقت سوراخ جورابم را ندوخته‌ام!... وقتی من در کلاس اوّل ابتدایی مردود شدم، تنها کسی که همراه من از مدرسه بیرون آمد، تو بودی!... یادت هست؟!... من و تو می‌رفتیم سینما، من اجازه می‌دادم تو از سوراخ جوراب بیرون بیایی و فیلم مورد علاقه‌ات را ببینی... سینما رفتن با تو، همیشه به من آرامش می‌داد. چون چیپس نمی‌خوردی. هر بیست دقیقه یک بار، دستشویی نمی‌رفتی. فیلم را برای آدم تعریف نمی‌کردی. نمی‌خواستی که آدم فیلم را برایت تعریف کند... در ضمن، اجازه داشتی بدون بلیت وارد سینما شوی!... خب، کدام آدم احمق به جای تو، همسرش را با خودش می‌برد سینما؟!... خلاصه‌اش این که تو تنها رفیق منی... من هم هیچ وقت در حقّت کوتاهی نکرده‌ام... همیشه با دمایبی و بدون جوراب به مجالس عروسی رفته‌ام تا تو هم شاد و شنگول باشی... هر موقع که رفته‌ام استخر، اوّل تو را توی آب فرو کرده‌ام... آن هم توی قسمت کم عمقش! بنابر این تو هم باید امروز بتوانی شرایط مرا درک کنی... ممکن

من گفتم: «صدایش را شنیدید؟... پادشاه نمرده... همه چیز به خاطر پنجاه سال تمیز کردن استخوان ماهی است.»

زن عمو گفت: «یک هفته است من عینکم را گم کرده‌ام... وگرنه، همیشه خودم استخوان‌ها را برایش پاک می‌کنم. یعنی هر کس عینکش را گم کند، شوهرش پرواز می‌کند؟»

بعد از این حرف‌ها، من تند و فرز از پله‌ها بالا دویدم. بعد رفتم توی ایوان سلطنتی و به پادشاه گفتم: «باید قبول کنید که بعضی از حرف‌های ماشین چمن‌زنی درست است... قول می‌دهید حرف‌های او را گوش کنید و دیگر ماشین چمن‌زنی بدبخت را با لگد خاموش نکنید؟»

– پس تو از همه چیز خبر داری سوسک خش‌خشو؟  
– پادشاه، قول می‌دهید یا نه؟

– قول می‌دهم... مرا از این‌جا نجات بده بچه‌ی فضول! چاره‌ای نبود. بالن زنده را با شلیک تیر و کمان پلاستیکی‌ام ترکاندم. پادشاه فریادی زد و افتاد توی استخر کاخ... بعد هم شروع کرد به تمام بوته‌های گوجه‌فرنگی تقویت شده بد و بیراه گفتن!



سالن پذیرایی را جاروبرقی کشید. توی ظرف بزرگ بلور میوه گذاشت. بهترین لباس‌هایش را پوشید و یک لیوان شیر گرم با دارچین برای پادشاه درست کرد. بعد، همه را صدا کرد و گفت: «از امشب باید همه‌تان به من کمک کنید. بازدید از کاخ هم فعلاً تعطیل است. باید پادشاه را ببریم دکتر. خودم هر روز او را می‌برم توی باغ تا قدم بزند. دروازه‌بان باید برایش قصه‌های خنده‌دار بخواند. اگر دلش بخواهد، هر شب برایش ماهی درست می‌کنیم... توی این بیماری، داشتن روحیه خیلی مهم است.»

چند دقیقه بعد، بابونه جیغ گوش خراشی زد و گفت: «پادشاه را دیدم... از پشت پنجره رد شد... داشت پرواز می‌کرد!» همگی بی‌اختیار به طرف بیرون دویدیم. بله... شست پای پادشاه به شکل یک بالن بزرگ در آمده بود. پادشاه بیچاره در ارتفاع پانزده متری بالای سر ما در پرواز بود.

پدرم گفت: «باید بیاوریمش پایین. در این جزیره، کسی حق ندارد بدون اجازه‌ی نیروی هوایی ارتش، پرواز کند. به زودی هشت هواپیمای جنگنده برای سرنگون کردنش می‌آیند!»

زن عمو گفت: «این روح پادشاه است. نمی‌دانستم مقاومتش این قدر در برابر بیماری کم است. باید برای مراسم فردا بشقاب‌های نقره را تمیز کنیم!... من می‌خواهم اشک‌هایم توی بشقاب‌های براق بیفتند!»

– بشقاب نقره؟!... هواپیمای جنگنده؟!... غلط کردم... زود باشید مرا بیاورید پایین... الان باد شرق شروع به وزیدن می‌کند و من می‌روم روی اقیانوس اطلس!

# دیده بگذاشت انگشت چه کسانی ده

## بر ادرم، پالتویا گربه؟!

چشمتان را ببندید، گوشتان را ببندید، به بینی‌تان دماغ گیر بگذارید. حالا نوک انگشت‌هایتان را روی جسمی بکشید. نرم است. موهای ریز و کوتاهی دارد. گرمایش را احساس می‌کنم.

چه چیزی می‌تواند باشد؟... سر تراشیده‌ی برادر کوچکتان که دیروز به سلمانی رفته؟... یقه‌ی خردار یک پالتوی زنانه؟ بدن بچه‌گربه‌ای که مادرش را گم کرده؟ بله... شما با چشم‌های بسته، می‌بینید. این جادوی پوست شماس است. این توانایی، به شما کمک می‌کند با چشم بسته، بلوز پشمی خودتان را از شال گردن خواهرتان تشخیص بدهید. حس «لامسه» به شما کمک می‌کند نرمی، گرمی، زبری و... را احساس کنید. اما مغز شما با استفاده از خاطراتش، می‌تواند چیز نرم را از هم تشخیص دهد. یا دو چیز زبر و هر دو چیز دیگر را... این همان نیروی دیدن با انگشتان است.

## با چه چیزی لمس می‌کنم؟

ما به کمک پوستمان می‌توانیم اشیا و اجسام اطرافمان را لمس کنیم. می‌توانیم گرمی یا سردی اجسام را بفهمیم. می‌توانیم نرمی و زبری حوله‌ای که با آن صورت‌مان را خشک می‌کنیم حس کنیم. یا وقتی کفش می‌پوشیم، می‌توانیم سنگ‌ریزه‌ای که در کفتمان افتاده، حس کنیم.

افراد نابینا توان دیدن با چشم‌هایشان را ندارند. آن‌ها برای خواندن و نوشتن از حس لامسه‌ی خود استفاده می‌کنند. خط نابینایان «بریل» نام دارد. در «بریل» نقطه‌های برجسته‌ای وجود دارد که کنار هم قرار گرفتن آن‌ها، حروف الفبا را می‌سازد. در خط بریل، حرف‌ها جدا از هم نوشته می‌شوند. از کنار هم قرار گرفتن چند حرف، یک کلمه ساخته می‌شود. نابینایان با کشیدن نوک انگشتان خود بر روی این نقطه‌ها می‌توانند بخوانند. البته هر نوشته، باید از قبل برای آن‌ها به صورت بریل آماده شده باشد.



# دندانها

## چشم دارند؟

مرضیه عقدایی

### پوست من چه‌گونه لمس می‌کند؟

می‌شود گفت همه‌ی پوست بدن ما قوه‌ی لامسه دارد. اما قوه‌ی لامسه‌ی نوک انگشتان دست‌ها، بیشتر است.

رشته‌های عصبی فراوانی زیر پوست ما وجود دارد. این رشته‌های عصبی، انواع مختلفی دارند و هر کدام مخصوص گرفتن یک نوع پیام هستند: گرمی، سردی، نرمی، زبری، خشکی، خیسی و... این رشته‌های عصبی، بعد از گرفتن هر کدام از این پیام‌ها، آن را به سرعت به مغز می‌رسانند.

وقتی شما دستتان را به بخاری می‌زنید، گیرنده‌ی مخصوص گرما، پیام گرما را از سطح پوست دست شما به مغز می‌فرستند. مغز پیام را دریافت می‌کند و شما گرما را احساس می‌کنید. این پیام‌رسانی کمتر از یک صدم ثانیه طول می‌کشد.

به همین دلیل، شما می‌توانید خودتان را از سوختن، نجات دهید.

دست شما گرم‌تر می‌شود و شما احساس خوبی دارید. اما ناگهان دستتان را کنار می‌کشید. چرا؟...

گیرنده‌های گرما مشغول رساندن پیام گرما به مغز هستند. اما در آخرین پیام، گیرنده‌ها به مغز اعلام می‌کنند: پوست خیلی گرم شده و این گرما ممکن است به آن صدمه بزند. هنگامی که مغز این پیام را دریافت می‌کند، فوراً به ماهیچه‌های دست، دستور می‌دهد که منقبض شوند. بنابراین دست شما بی‌اختیار عقب می‌رود:

آخ!... داشتم می‌سوختم!

همه‌ی ما در زیر پوستمان گیرنده‌های حسی داریم. این گیرنده‌ها در همه‌ی جای پوست ما وجود دارند. اما هر چه بیشتر از این حواس استفاده کنیم، این گیرنده‌ها دقیق‌تر کار می‌کنند. افراد نابینا از ابتدای کودکی برای شناختن اطراف‌شان به جای بینایی، از لامسه استفاده می‌کنند. به همین دلیل تعداد گیرنده‌های حسی در زیر پوست آن‌ها بیشتر و قوی‌تر است. آن‌ها با انگشت‌هایشان می‌بینند. انگار خداوند به آن‌ها ده چشم کوچک داده است.

تا حالا آرزو کرده‌ای که بتوانی مثل مارمولک روی دیوار و سقف راه بروی؟! دانشمندان سال‌هاست که دنبال روش‌هایی هستند تا این آرزو را برآورده کنند. یعنی آدم‌ها مثل «مرد عنکبوتی» می‌شوند؟! نه!... دانشمندان الگوی عنکبوت را نپسندیده‌اند. آن‌ها مارمولک را در این کار ماهرتر می‌دانند.

**فکر کرده‌ای  
مارمولک چه طور  
تند تند روی  
سقف و دیوار  
راه می‌رود؟!**



مارمولک‌ها پنجه‌های چسبنده‌ای دارند و با آن به جاهای مختلف می‌چسبند. کف دست و پاهای مارمولک از میلیون‌ها چیز «مو» مانند پوشیده شده. کلفتی هر کدام از این موها یک‌صدم تار موی انسان است!... (یعنی موی ما، صد برابر کلفت‌تر از آن است.) این تارها آن قدر ریزند که به هر چیزی می‌چسبند یا در هر چیزی فرو می‌روند. پای مارمولک از میلیون‌ها مو پوشیده شده است. بنابراین او به دیوار می‌چسبد. دانشمندان در فکر اختراع موادی با همین ویژگی‌ها هستند. تازگی‌ها آن‌ها «آبر چسب» هوشمندی ساخته‌اند که می‌تواند به چیزهای مختلف بچسبد. در آینده ممکن است از این چسب‌ها برای فعالیت ربات‌های کوچک با کاربردهای تحقیقاتی استفاده کنند. آن ربات‌ها می‌توانند با سرعت و دقت زیاد در هر جایی راه بروند. البته دانشمندان هنوز به پای طبیعت نرسیده‌اند! اگر موهای مصنوعی ربات‌ها کثیف شوند، چسبناکی‌شان کم می‌شود. ولی موهای مارمولک می‌توانند خود را تمیز کنند!

**دانشمندان به دنبال مارمولک‌ها!**

سحر حیدری



مطمئنم این موضوع را شنیده‌ای که مارمولک مثل بیشتر اعضای خانواده‌اش، می‌تواند دمش را از بدن جدا کند! دم او نازک و جدا شدنی است؛ البته این نقطه ضعف او به حساب نمی‌آید! این کار، یک جور حرکت دفاعی است. مارمولک دمش را می‌گذارد و خودش فرار می‌کند! این کار حواس شکارچی یا دشمن را پرت می‌کند.

دم مارمولک، پس از جدا شدن، مثل یک موجود زنده تکان می‌خورد و بالا و پایین می‌پرد. این کار، شکارچی را بیشتر گیج می‌کند! البته معمولاً مارمولک دوباره دم درمی‌آورد. فکر می‌کنی انسان می‌تواند در اختراعاتش از طرز کار دم مارمولک هم استفاده کند؟

مارمولک‌ها فایده هم دارند. آن‌ها حشرات موذی و تخم آن‌ها را می‌خورند. این کار به بهداشت خانه‌ها کمک می‌کند. همین‌طور، نمی‌گذارد تعداد حشرات در طبیعت زیاد شود.



## این جوری می‌گویند؛ اما...

بعضی از مارمولک‌ها سمی هستند. ممکن است روی پوست مارمولک‌ها - مثل خیلی از موجودات زنده دیگر - باکتری‌های خطرناکی زندگی کنند؛ اما در بدن آن‌ها سمی وجود ندارد.

# باغ رنگارنگ لوله‌ها

هدیه‌های زیبا و ارزان بسازیم

می‌توانم با کاغذ، لوله‌هایی شبیه به قلب درست کنیم. برای این کار باید کاغذ را دور مداد پیچیم. ولی نباید خیلی آن را فشرده کنیم. وقتی لوله باز شد می‌توانیم با فشار دادن بالا و پایین آن، قلب را درست کنیم!

## قلب پر از گل

۱. کاغذ رنگی را به اندازه‌ی یک کارت تبریک می‌بریم. بعد آن را به دور مداد می‌پیچیم.

۲. مداد را برمی‌داریم و لوله را کمی فشرده‌تر می‌کنیم.

۳. کاغذ لوله شده را با قیچی به اندازه‌های مساوی می‌بریم.

۴. از مقوّا به عنوان قالب استفاده می‌کنیم. مثلاً می‌توانیم قالب را شبیه قلب ببریم. حالا گل‌ها را توی قلب می‌گذاریم. قلب را هم می‌چسبانیم به کارت تبریک.

۵. برای ساختن برگ، باید از کاغذ سبز استفاده کنیم. بعد از لوله کردن کاغذ، لوله را با فشار له می‌کنیم. بعد با قیچی آن را می‌بریم و لابه‌لای گل‌ها می‌گذاریم.





می‌توانیم با گره زدن تکه‌های روبان،  
آویزمان را زیباتر کنیم.



### پروانه

می‌توانیم پروانه هم درست کنیم. اما باید کاغذ بلندتری دور مداد بپیچیم. و لبه‌های آن را مثل شکل، خم کنیم.  
درخت هم مثل بقیه‌ی چیزها درست می‌شود. باید بعد از درست کردن قسمت برگ‌ها و میوه، با یک کاغذ بنفش یا قهوه‌ای، طرح تنه‌ی درخت را ببریم و زیر کار بچسبانیم.





لیلا سلیقه‌دار  
تصویرگر: طاهر شعبانی

# نگرانی بی جا



به نظر شما چرا فاطمه دچار نگرانی و اضطراب شده بود؟... آیا کمبود اطلاعات او، باعث نگرانی‌اش شده بود؟... اگر شما به جای او بودید چه کار می‌کردید؟

# کلیدهای پیش‌گیری از نگرانی

شرایطی را که باعث نگرانی ما می‌شوند، بشناسیم

وقتهایی که نگرانی‌مان زیاد است، باید به تمام جملات و رفتارهایمان توجه داشته باشیم.



هرگز پیش از امتحان از دوستت نپرس که چه قدر درس خوانده است. نپرس که فکر می‌کند چه نمره‌ای می‌گیرد. اگر او بهتر از تو باشد، تو دلشوره می‌گیری!... اگر تو بهتر باشی، او نگران می‌شود!

اکبر آقا، یک خوراکی بده که کافئین نداشته باشد، خیلی شیرین نباشد، آبکی باشد، چرب نباشد، ویتامین‌های آ، د، ای و ک هم به اندازه‌ی کافی داشته باشد!



تغذیه هم در پیش‌گیری از نگرانی تاثیر دارد. باید از غذاهایی که پرچرب و بسیار شیرین نباشند استفاده کرد. آب کافی بخورید. میوه و سبزی هم فراموش نشود.



ورزش و همراهی کردن با جمع (خانواده و...) می‌تواند از نگرانی‌های ما جلوگیری کند.

# بیدارباشی

## ۲۴ ساعت واقعاً ۲۴ ساعت نیست!

یک شبانه روز، ۲۴ ساعت نیست!... بله!... فقط ۲۳ ساعت و ۵۶ دقیقه و ۴ ثانیه است!!! این یعنی این که هر شبانه روز ۳ دقیقه و ۵۶ ثانیه زودتر از چیزی که ساعت نشان می دهد، تمام می شود. اما ما هر چهار سال یک بار، این وقتها را جمع می کنیم. آن وقت اسفندماه سی روزه می شود. یعنی این جوری، اشتباه ساعتها را جبران می کنیم. به سالهای ۳۶۶ روزه می گویند سال «کبیسه». اما داستان دوستان وقت شناس ما را می دانید؟... همین ساعتها را می گویم!

## سلام ساعت!

اوّلین ساعتی که اختراع شد، ساعت سایه‌ای بود. ساعت سایه‌ای این طور کار می کرد: یک میله را در زمین فرو می کردند. هر وقت سایه‌ی آن کوتاه بود، ظهر را نشان می داد و هر چه بلندتر می شد، به غروب خورشید نزدیکتر می شدیم. این ساعت توی خانه‌ها قابل استفاده نبود. در روزهای ابری هم که نور خورشید ضعیف بود، این ساعت کار نمی کرد. تا این که دانشمندان یک ساعت جدید ساختند. ساعتی که با آب کار می کرد. هم در خانه قابل استفاده بود و هم در روزهای ابری می توانست وقت را نشان بدهد!

## ساعت آبدار!

یک نفر مسئول این کار بود که هر روز صبح زود بیدار شود و ساعت آبی را پر از آب کند! ساعت آبی یک ظرف بود که سوراخ کوچکی زیرش داشت. مقدار آب خالی شده نشان می داد که مثلاً به ظهر یا غروب نزدیک شده‌ایم.

4:30

3:00





# ساعت‌های بم‌خبر

وحید پورافتخاری

## ساعت بی‌آب!

آب ساعت‌های آبی، بخار می‌شد. گاهی هم مسئول آب کردن ساعت، خواب می‌ماند. گاهی ساعت می‌افتاد و آب آن می‌ریخت. به خاطر همین ساعت سایه‌ای را کامل کردند و ساعت آفتابی را ساختند. این ساعت، اولین ساعتی بود که رویش اعداد نشانگر اوقات روز و شب را مشخص کردند. دانشمندان یک شبانه روز کامل (یعنی یک دور چرخش زمین به دور خودش) را به بیست و چهار قسمت تقسیم کردند.

## وقتی ساعت شنی، مهمان خانه‌ها شد

هنوز مردم نمی‌توانستند از وقت خبر داشته باشند. چون ساعت آفتابی باید دقیق ساخته می‌شد و در جای ثابتی هم می‌ماند. به خاطر همین، مخترعان ساعت شنی را ساختند. ساعت شنی از این قسمت‌ها تشکیل شده بود. یک حباب شیشه‌ای که کمر بسیار باریکی داشت، کمی شن بسیار نرم و یک پایه برای نگه داشتن حباب. به خاطر بسته بودن ظرف شن و کوچک بودن ساعت شنی، همه می‌توانستند در همه جا از این ساعت‌ها استفاده کنند. البته ساعت‌های شنی فقط مدت کمی را نشان می‌دهند. این ساعت‌ها نمی‌توانستند در هر وقتی از شبانه‌روز به ما بگویند که الان ساعت چند است. مردم از این ساعت‌ها برای کارهای مختلفی استفاده می‌کردند. برای تعیین مدت دعا خواندن، کارهای شخصی، استراحت، عوض کردن نوبت‌های کار و نگهداری و....



## ساعت‌های قدیمی پدران ساعت‌های دقیق

ساعت‌ها روز به روز کامل‌تر و دقیق‌تر شدند. ساعت‌های قدیمی ناقص بودند و دقت زیادی نداشتند. اما اگر ساخته نمی‌شدند، امروز چنین ساعت‌های دقیقی نداشتیم. ساعت‌های بسیار دقیق امروزی، به دانشمندان نشان دادند که ۲۴ ساعت ما، کمی کمتر از ۲۴ ساعت است!





## اسب

پدر: پسر، امروز امتحان دیکته‌ات خوب شد یا باز هم صفر می‌گیری؟!  
پسر: امتحانم خوب شد پدرجان... البته فکر کنم «اسب» را غلط نوشتم. چون نمی‌دانستم «ک» اسب را با چه «ف» می‌نویسند!

## چند نفر؟

در یک کلاس، معلم مشغول روخوانی درس بود و بچه‌ها شلوغ می‌کردند. خبرنگاری به آن کلاس رفت و از معلم پرسید: «ببخشید، چند نفر توی این کلاس درس می‌خوانند؟»  
معلم گفت: «یک نفر... یعنی خودم!»

## چروک‌ها

پیرزنی با عمل جراحی، همه‌ی چروک‌هایش را صاف کرد. دوستانش به او گفتند که چهل‌سال جوان‌تر شده است. پیرزن گفت: «اثر جراحی موقت است. یعنی چروک‌ها دوباره برمی‌گردند.» شوهرش گفت: «نگران نباش. نشانی خانه‌مان را عوض می‌کنیم. پیدایمان نمی‌کنند!»

## کلاس چهارم

- وقتی کلاس چهارم بودم، بعضی از بچه‌ها اسمم را گذاشته بودند گوجه‌فرنگی... اما من کاری کردم که آن‌ها دیگر توی کلاس پنجم نتوانند به من بگویند گوجه‌فرنگی.  
- یعنی چه کار کردی؟  
- سال بعدش هم کلاس چهارم ماندم!

## بستنی و پودر رخت‌شویی

- مادرها در کجای دنیا، بستنی را همراه مایع ظرف‌شویی می‌آورند؟  
- فهرست خرید!



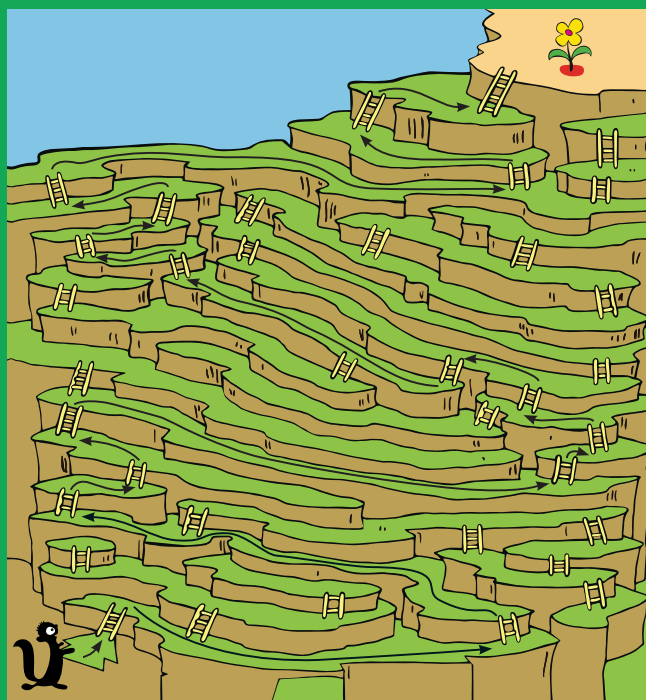
## جواب سرگرمی

- جواب چیستان‌ها  
 ۱. آب جوی و رود  
 ۲. چشم‌ها  
 ۳. دوست و دشمن

جواب جدول اعداد

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

جواب گل و سمور



## سوپ

- آقای رئیس رستوران، این سوپی که برای من آورده‌اید، تویش مگس دارد.  
 - چند تا مگس دارد قربان؟  
 - پنج تا!  
 - ببخشید... برای شما اشتباهی سوپ بزرگ آورده‌اند.  
 باید چهارهزار تومان دیگر بدهید!

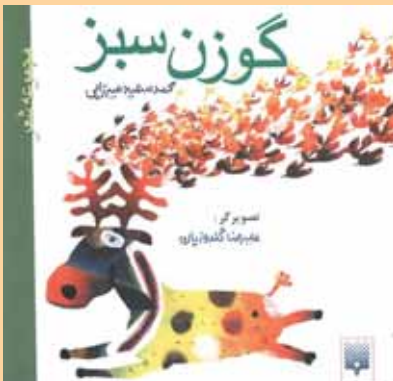
## سر طاس

آقایی که سرش کاملاً طاس بود، به سلمانی رفت. استاد سلمانی گفت: «ببخشید... من نمی‌توانم کاری روی سر شما انجام بدهم.»  
 - چرا... لطفاً روی سرم بنویسید:  
 اشیا از فاصله‌ای که احساس می‌کنید، به شما نزدیک‌تر هستند!



# هنر بیان

● آدم خیلی وقت‌ها از داشتن کتاب‌های گنده و سنگین خسته می‌شود. یک کتاب شعر کوچک و سبک که صفحه‌های براق و تصاویرهای زیبا دارد، خستگی‌ات را در می‌کند.



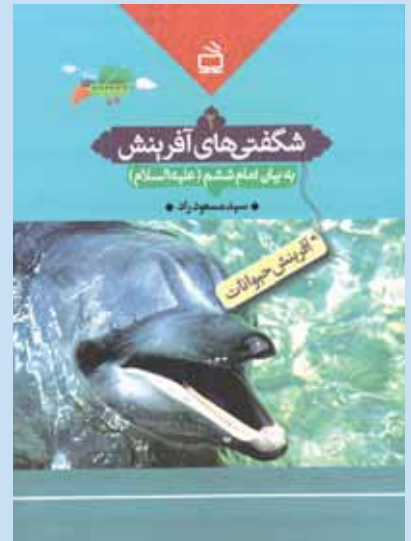
## آقای باران

آقای باران  
در کوچه آمد  
انگشت‌های  
خود را به در زد  
در جیب باران  
یک خودنویس است  
که جوهر آن  
نخ‌های خیس است

نام کتاب: گوزن سبز  
سر اینده: محمد سعید میرزایی  
تصویرگر: علیرضا گلدوزیان  
ناشر: پیدایش  
تلفن: ۶۶۹۷۰۲۷۰

● اگر حیوانات هم مثل ما عقل داشتند، ممکن بود برای کارشان از ما پول بخواهند. اصلاً شاید آن‌ها ما را مجبور به کار می‌کردند.

● چند پولک از بدن ماهی جدا کن. آن‌ها را در یک ظرف شیشه‌ای بریز، چراغ‌ها را خاموش کن. نور چراغ قوه را روی آن‌ها بینداز. چه می‌بینی؟  
امام صادق(ع) درباره‌ی خداشناسی و شناخت جهان درس‌های زیادی به ما داده‌اند. ایشان ما را به خوب دیدن و خوب فکر کردن دعوت کرده‌اند. در این کتاب پای درس‌های آن امام دانشمند می‌نشینیم.



نام کتاب: شگفتی‌های آفرینش  
به بیان امام ششم(ع)  
نوشته‌ی سید مسعود راد  
ناشر: مدرسه  
تلفن: ۸۸۸۰۰۳۲۴



● وال کوچک، بزرگ شده بود و به جای پدرش بر دریا فرمانروایی می‌کرد. بزرگ‌ترین آرزوی او گرفتن انتقام پدرش از آدم‌ها بود. یک روز در مسیر کشتی‌ها منتظر ماند تا آدم‌ها را از بین ببرد. وقتی کشتی نزدیک شد یکی از مسافران برای نجات جان بقیه خود را به دریا انداخت و وال به سرعت او را بلعید. ولی...

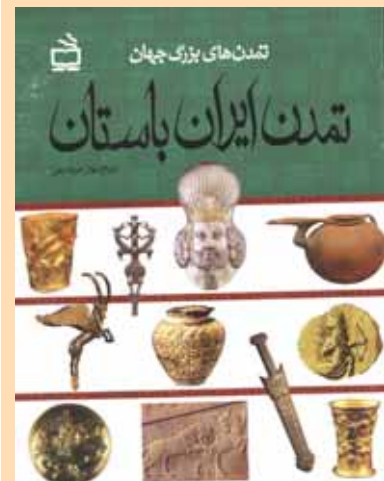
نام کتاب: وال و حضرت یونس (از مجموعه قصه‌های حیوانات در قرآن)  
نوشته‌ی عبدالودود امین  
ترجمه و باز نوشته: محمد رضا سرشار  
تصویرگر: نسیم خواجه‌ی  
ناشر: منادی تربیت  
تلفن: ۸۸۸۹۴۲۹۲

به زمان‌های خیلی خیلی قدیم، دوران باستان می‌گویند.

ایرانیان باستان، چه طور مسافرت می‌کردند؟... برای خرید و فروش از چه پولی استفاده می‌کردند؟... آیا آن‌ها سواد خواندن و نوشتن داشتند؟

نام کتاب: تمدن ایران باستان (مجموعه تمدن‌های بزرگ جهان)

نویسنده: عبدالرسول خیراندیش  
ناشر: مدرسه  
تلفن: ۸۸۸۰۰۳۲۴



● انسان‌های غارنشین هم زباله تولید می‌کردند. می‌دانید آن‌ها با زباله‌هایشان چه می‌کردند؟... شما در شبانه‌روز چه قدر زباله تولید می‌کنید؟

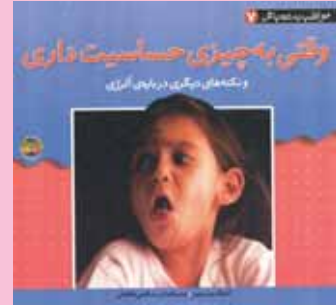
نام کتاب: زباله و بازیافت (مجموعه کاوشگران جوان)  
نویسندگان: رزی هارلو - سالی مورگان  
مترجم: مهدی رزاقی کاشانی  
ناشر: نوای مدرسه  
تلفن: ۸۸۸۲۰۵۸۳



● «زاغ کبود» در شمال شرقی اروپا زندگی می‌کند و سر و کله‌ی مار کبرا بیشتر در جنوب آسیا پیدا می‌شود. هر جای نقشه که عکس چمدان و چتر بود یعنی جهانگردان به آن‌جا بیشتر سفر می‌کنند. اهالی استرالیا عاشق خوراکی‌های بریان شده‌اند! «نیل» طولانی‌ترین رودخانه‌ی دنیاست.

نام کتاب: نخستین اطلس جغرافی من  
ترجمه و گردآوری: علی بشردانش  
ناشر: قدیانی (بنفشه)  
دفتر فروش: ۶۶۹۷۵۷۹۰

● اگر شما هم جزو افرادی هستید که بعد از خوردن غذای خاصی یا بو کردن گل و گیاهی، بدنتان به شدت، خارش می‌افتد و یا عطسه و سرفه می‌کنید، باید بگوییم: به آن مواد آلرژی دارید یعنی حساس هستید. آیا بعد از خوردن کاکائو بدنتان قرمز می‌شود و حساسی به خارش می‌افتد؟ با کمال تأسف شما به کاکائو حساسیت دارید و نباید آن‌را بخورید.



نام کتاب: وقتی به چیزی حساسیت داری  
داری  
(مجموعه کتاب‌های مواظب بدنت باش)  
نویسنده: آنجلا رویستون  
ترجمه: امیر صالحی طالقانی  
ناشر: افق (فندق)  
تلفن: ۶۶۴۱۳۳۶۷

● بچه‌ها سوار شدند. عادل قطار را راه انداخت و به طرف آسمان حرکت کردند. افروز روی سیاره‌ی زهره پیاده شد. اما رویا می‌خواست به ماه - که آخرین ایستگاه بود- برود تا مادر بزرگش را ببیند. سر راه ستاره‌های زیبا را می‌چید و برای مادر بزرگش سینه‌ریز درست می‌کرد.

نام کتاب: کودکان ماه  
نوشته‌ی جمال‌الدین اکرمی  
تصویرگر: مهکامه شعبانی  
ناشر: پروانه  
تلفن: ۶۶۴۰۱۵۴۳



ادامه از صفحه‌ی ۱۱

نقال‌ها از روزگاران قدیم، داستان‌های پهلوانی و اخلاقی را در شهرها و روستاها، برای مردم روایت می‌کردند. نشستن پای نقل نقال از مهم‌ترین سرگرمی‌های مردم بود. بعدها قهوه‌خانه‌ها، مرکز اصلی شاهنامه خوانی و نقالی شدند. یک نقال، هنرمندی نمایشگر، قصه‌گو، شعردان، خوش صدا و وریده است. او در برابر تماشاگر، با استفاده از داستان‌های شاهنامه، صحنه‌ای پر از تحرک و هیجان می‌سازد. او همیشه یک نفره کار می‌کند و به جز عصای کوتاهش هیچ وسیله‌ی دیگری هم ندارد. او به جای همه‌ی شخصیت‌ها حرف می‌زند و حرکت می‌کند. هر جا هم که لازم بدانند، شعرهای زیبایی از شاعران دیگر می‌خوانند.

# تسری

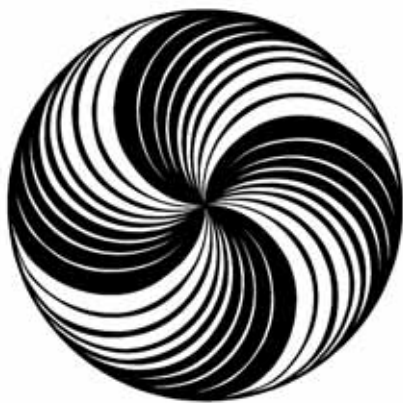
حسین شهوردی



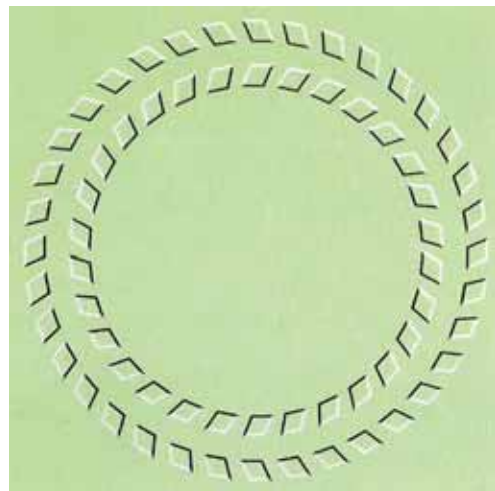
دایره‌های این شکل باعث می‌شوند که ضلع‌های مربع، خمیده به نظر برسند. اما آن‌ها کاملاً مستقیم هستند.

## نیست اما بین!

این حیل‌های تصویری، چشم‌ها و مغز شما را به اشتباه می‌اندازند. پس ممکن است چیزهایی ببینید که وجود ندارند! از این تصاویر لذت ببرید؛ ولی مراقب چشمانتان باشید. نگاه کردن بیش از اندازه به آن‌ها، ممکن است مضر باشد.



به مارپیچ نگاه کنید. مرکز صفحه را رو به روی صورتتان نگه‌دارید. به آن نگاه کنید. پره‌ها به نظر تان متحرک می‌آیند!



به مرکز دو دایره خیره شوید و سپس سر خود را به جلو و عقب ببرید. دایره‌ها به حرکت در می‌آیند!

سید رسول میردامادی

## جدول اعداد

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

عددهای یک تا شش را طوری در جدول قرار دهید که هیچ عددی در ردیف‌های عمودی و افقی تکرار نشود. ضمناً هیچ عددی در مجموعه‌های شش‌خانه‌ای هم تکرار نشود.



آن چیست که نه دست دارد، نه پا. همیشه راه می‌رود و هیچ وقت هم خسته نمی‌شود؟  
 دو برادرند که در زیر یک کوه زندگی می‌کنند و هیچ وقت خانه‌ی یکدیگر را نمی‌بینند.  
 آن چیست که بسیارش کم است و آن چیست که کمش بسیار است؟

## چیستان

## گل و سمور

می‌توانی سمور را برای بوییدن گل بهاری، به بالای صخره برسانی؟



جواب سرگرمی در صفحه‌ی ۲۷

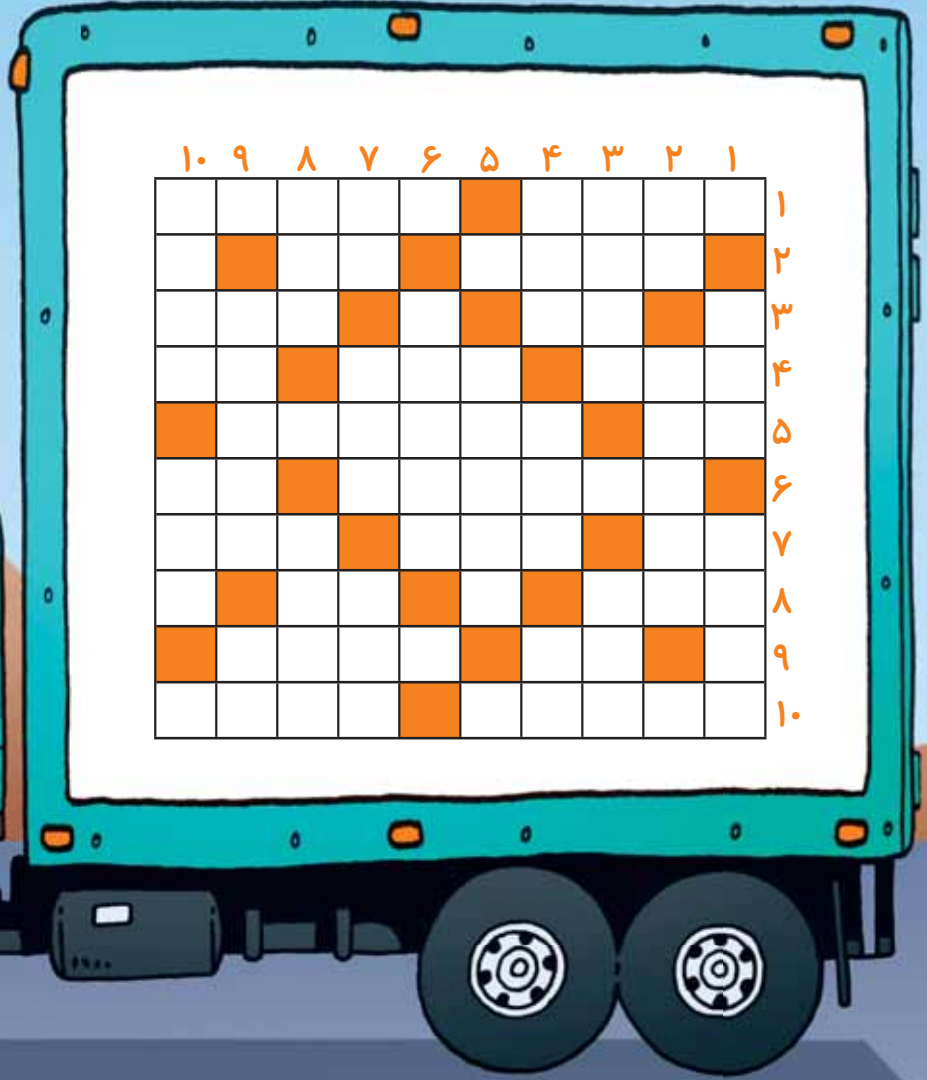


# جدول دوستان

جدول دوستان، مثل سفره است. می‌توانیم دور هم بنشینیم و آن را حل کنیم!



طاهره خردور  
تصویرگر: امیر خالقی



## کوردی

۱. در مثلث ضلع روبه رو به زاویه قائمه- قبل از هر چی باید بگوییم
۲. معما را ..... می‌کنیم- الکتریسیته را از خود عبور می‌دهد
۳. لباس مخصوص زنانه- نوعی قارچ که روی نان یا غذای مانده پیدا می‌شود
۴. طناب- گوشه- لیلای بی‌لا!
۵. هدیه‌ی ابر
۶. دست‌های ساعت!
۷. مخالف خیر- بانگ و صدا- عقل
۸. میوه‌ای که تنبل هم دارد- دوست نیست
۹. کتاب ابوعلی سینا- تند بدون ت!
۱۰. مخفف کوتاه- موی گردن اسب و شیر.

## افقی

۱. عدسی چاق!- هم خانواده‌ی شک
۲. خانه‌ی پرنده- اثر پا روی خاک
۳. بالا آمدن آب دریا- زمان
۴. از وسائل نقلیه- باقی ماندن، زنده ماندن
۵. خاک سرخ رنگ- قافله
۶. آهن را می‌باید- او
۷. طول عمر هر کس- مقام- قلمی بلند زاگرس
۸. خانه‌ی لاک‌پشت- خراش
۹. بر روی رودخانه می‌زنند- محصول انباشته شده‌ی گندم و جو
۱۰. فقیر و بی‌چیز- راننده‌ها هی آن را عوض می‌کنند!