

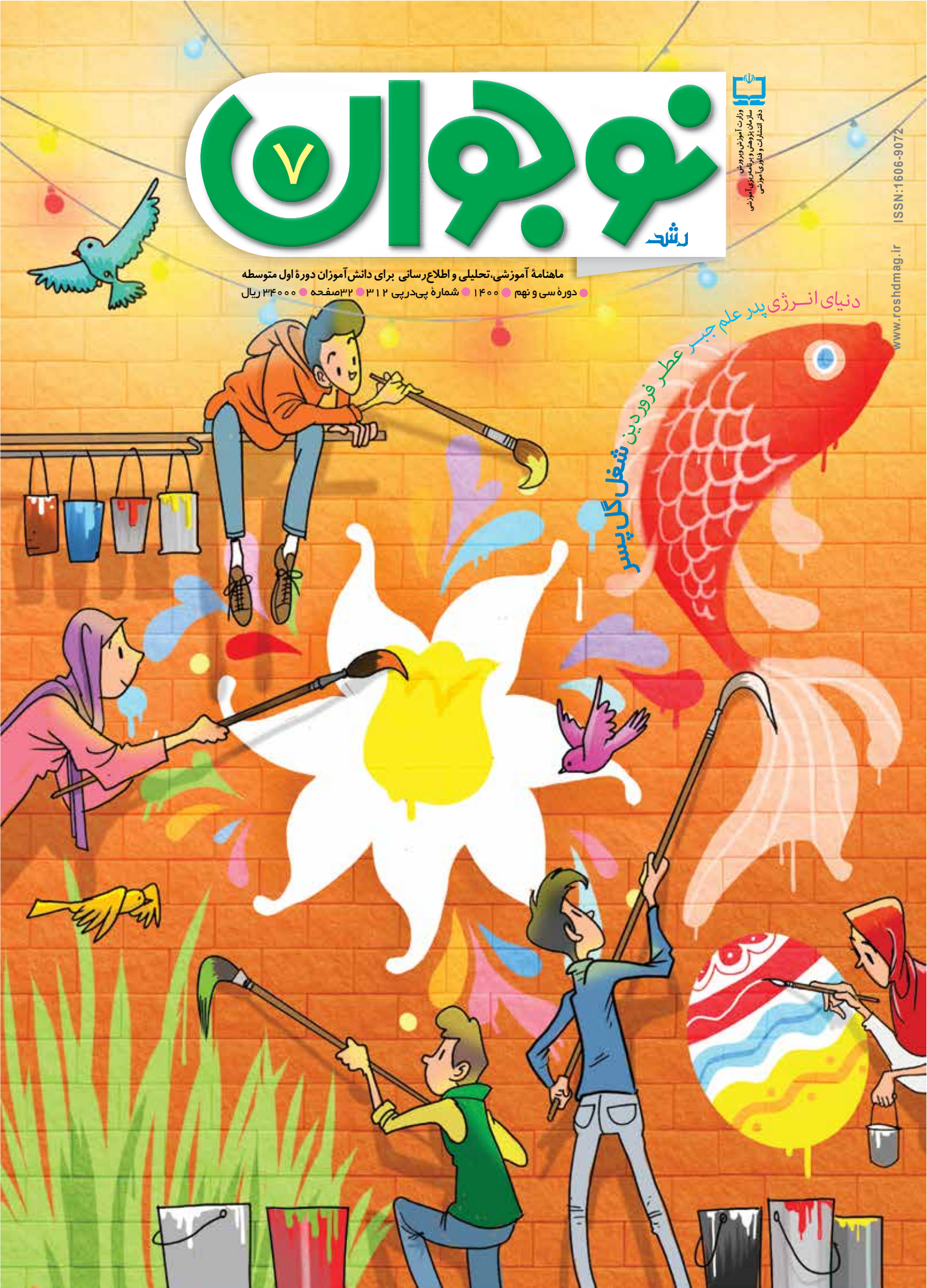
# نوجوان

رشاد

وزارت آموزش و پرورش  
سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی  
دفتر انتشارات و فناوری آموزشی

ماهنامه آموزشی، تحلیلی و اطلاع‌رسانی برای دانش‌آموزان دوره اول متوسطه  
دوره سی و نهم ● ۱۴۰۰ ● شماره پیدرپی ۳۱۲ ● صفحه ۳۲ ● ۳۴۰۰۰ ریال

دنیای انرژی پیر علم جبر عطر فرودین شغل گل‌پس



# صدا می‌زنم از ته دل ترا

محمد حسن حسینی  
تصویر گر: شیوا قاضی

به نام خدای انار آفرین  
شب و روز بر او هزار آفرین  
خدایی که چیده ست با حوصله  
چه بسیار یاقوت بی‌فاصله  
خداوند گنجشک‌ها، توت‌ها  
خداوند بر شاخه یاقوت‌ها  
به خالی‌ترین آسمان ابر داد  
و تا مرز باران شدن صبر داد  
همان که فلک نقش پرگار اوست  
شب و زینت آسمان کار اوست  
نه شب می‌نهد گام در مرز روز  
نه در شب فرو رفته روزی هنوز  
همانی که در آب موج آفرید  
چپ و راست، پایین و اوج آفرید  
وزاننده باد بر بادبان  
که کشتی شود روی دریا روان  
به دریای شور آب شیرین از اوست  
و در آب‌ها موج پرچین از اوست  
خدایی که در صدف، صبر اوست  
گشاینده رازهای مگوست  
صدا می‌کنم آفریننده را  
اجابت کند کاش این بنده را  
خدایا خدایا خدایا خدا  
صدا می‌زنم از ته دل ترا  
چه می‌شد مرا نیز ماهی کنی  
به دریای پر راز راهی کنی

نشانی دفتر مجله: تهران / صندوق پستی: ۱۵۸۷۵/۶۵۸۳ • تلفن: ۰۲۱-۸۸۴۹۰۹۷  
پیامک: ۳۰۰۰۸۹۹۵۹۶ • وبگاه: www.roshdmag.ir  
رایانامه: nojavan@roshdmag.ir • چاپ و توزیع: شرکت افست

**ارتباط با ما:** اگر انتقاد یا پیشنهادی درباره شکل و محتوای مجله یا چگونگی توزیع آن دارید، با شماره تلفن ۱۴۸۲-۸۸۳۰-۰۲۱ تماس بگیرید و پس از شنیدن صدای پیام‌گیر، کد مورد نظرمان را وارد کنید و بعد از شنیدن دوباره همان صدا پیام بگذارید. کد مدیر مسئول: ۱۰۲ / کد سردبیر: ۱۰۶ / کد امور مشترکین: ۴۱۴  
دفتر انتشارات و فناوری آموزشی، به جز رشد نوجوان، مجلات دانش‌آموزی زیر را نیز منتشر می‌کند.  
رشد کودک، ویژه پیش‌دبستان و دانش‌آموزان پایه اول ابتدایی، رشد نوآموز، رشد برای دانش‌آموزان پایه‌های دوم و سوم ابتدایی، رشد دانش‌آموز، رشد برای دانش‌آموزان پایه‌های چهارم، پنجم و ششم ابتدایی، رشد جوان، رشد برای دانش‌آموزان دوره متوسطه دوم / رشد برهان (نشریه ریاضی دوره دوم دبیرستان) / رشد برهان (نشریه ریاضی دوره اول دبیرستان).

- مدیر مسئول: محمد ابراهیم محمدی
- سردبیر: علی اصغر جعفریان
- مدیر داخلی: زهره کریمی
- شورای برنامه‌ریزی: مجید عمیق، مرجان فولادوند، حبیب یوسف‌زاده
- ویراستار: بهروز راستانی
- مدیر هنری: کوروش پارسا نژاد
- طراح گرافیک: میترا چرخیان
- دبیر عکس: پرویز قراگوزلی

وزارت آموزش و پرورش  
سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی  
دفتر انتشارات و فناوری آموزشی



وزارت آموزش و پرورش  
سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی  
دفتر انتشارات و فناوری آموزشی



- ۱ گل نرگس، سال نو.....
- ۲ کوهستان مه‌آلود.....
- ۵ پسران ادب.....
- ۶ سؤال شهر.....
- ۹ سوار بر قالی خاطره.....
- ۱۰ هیولای بی آزار.....
- ۱۲ عطر فروردین.....
- ۱۴ قلم سبز تو.....
- ۱۶ آتش شولی.....

ماهنامه آموزشی، تحلیلی و اطلاع‌رسانی برای دانش آموزان دوره اول متوسطه  
● دوره سی و نهم ● ۱۴۰۰ ● شماره پیاپی ۳۱۲ ● ۳۲ صفحه ● ۳۴۰۰۰ ریال

۷

# نوجوان

رشد

گل نرگس، سال نو

پنجره‌ها را باز کنیم! بهار آمده است. صدای پای بهار از پیچ و خم جویباران می‌آید. بلبلان خوش صدا از لابه‌لای شاخ و برگ درختان نغمه شادی سر داده‌اند و یک صدا ترانه آمدن بهار را می‌خوانند.

بیا بید به استقبال بهار برویم. پاییز، زمستان و تابستان هر یک درس‌های زیادی برایمان به ارمغان می‌آورند. با آمدن بهار طبیعت تازه می‌شود. درختان از خواب بیدار می‌شوند. همه جا شکوفه باران می‌شود. از چشمه‌ها و جویبارها آب زلال جاری می‌شود. خورشید مهربانانه می‌تابد و گرمابخش باغ و بوستان می‌شود. همه جا، همه چیز، کوه و دشت و زمین و زمان لباس کهنگی از تن بیرون می‌آورند و لباس نو بر تن می‌پوشند.

بهار با خود پنجهای آموزنده‌ای دارد. بیا بید از بهار زیبا، طراوت و تازگی بیاموزیم. سرزندگی و نشاط را در سال نو تجربه کنیم. نوجوانی فصل بهار زندگی است. فصل شکفتن شکوفه‌های استعداد است. آشنایی با درخت پر بار استعدادهايمان و مراقبت از شکوفه‌های آن می‌تواند فردای روشن، فردای موفق، فردای پیروز، و فردای پر نعمتی را برایمان به ارمغان بیاورد.

از طرف همکاران مجله «رشد نوجوان» میلاد خجسته گل نرگس حضرت مهدی (عج) و فرارسیدن سال نو را تبریک عرض می‌کنم. نورزتان پیروز باد!

شاد باشید.  
علی اصغر جعفریان

تصویر جلد: سام سلماسی

- ۱۷ کیک یزدی.....
- ۱۸ رویش سبز ایمان.....

## ایستگاه

- ۱۹ نسل پریر عیری‌ها.....
- ۲۰ شمع زدن زمین.....
- ۲۱ مرد پاق و الاغ پلاق.....
- ۲۲ شغل گل‌پسر.....

- ۲۳ جدول.....
- ۲۴ پدر علم جبر.....
- ۲۶ دنیای انرژی.....
- ۲۸ سرگرمی.....
- ۳۰ دختری با رویاهای... ..
- ۳۲ سین مثل سرسبزی‌های... ..

کوهستان را مهی انبوه و غلیظ پوشانده است. مه چنان غلیظ است که فقط می‌توانم تا دو قدمی خودم را ببینم. به درستی نمی‌دانم برای چه به آنجا آمده‌ام. از دورها صدای پارس چند سگ می‌آید و صدای بزها و میش‌ها و گاه صدای مرد جوانی که گوسفندان را می‌کند. من صدای همه آن‌ها را می‌شنوم. گرچه هیچ کدامشان را نمی‌توانم ببینم، اما احساس می‌کنم. به صخره‌های می‌رسم که دره‌ای عمیق زیر پای آن است. دره را مهی فشرده و انبوه پوشانده است. آهسته و با احتیاط به سوی دره سرازیر می‌شوم. به جاده‌ای در دامنه کوه می‌رسم؛ جاده‌ای مالرو. ناگهان صدای پایی به گوشم می‌رسد؛ درست از نزدیکم. سایه‌ای را در میان مه می‌بینم که به سویم می‌آید. سایه نزدیک می‌شود. زنی است کوزه بر دوش. می‌شناسمش؛ دلشاد است. زن میان‌سالی است. از قوم و خویش‌های مادرم. مرا که می‌بیند، می‌گوید: «روزت بخیر!» و حال و احوالم را می‌پرسد. چند قدمی آن سوتر، چشمه را می‌بینم که از زیر سنگی می‌جوشد. به سوی چشمه می‌رویم. زن خم می‌شود و با پیاله‌ای که همراه آورده است، کوزه را آب می‌کند. کنار چشمه چمباتمه می‌زنم و به آب چشمه خیره می‌شوم. غمی ناشناخته و شیرین به دلم چنگ می‌زند. صدای زنگوله‌ای به گوشم می‌خورد. مردی سوار بر قاطر از کنارمان می‌گذرد. سلامی و علیکی و بعد در مه گم می‌شود. زن پیاله‌ای آب به دستم می‌دهد و می‌گوید: «بنوش!» سرحالت می‌آورد. آب زادگاهت است!»

# کوهستان مه‌آلود



## ۵ فروردین

ولادت حضرت علی اکبر  
و روز جوان



علی، فرزند بزرگ امام حسین (ع) در ۱۱ شعبان ۳۶ قمری در مدینه به دنیا آمد. در واقعه کربلا ایشان ۲۵ سال بیشتر نداشت و اولین فرد از بنی هاشم بود که به شهادت رسید. امام حسین (ع) او را شبیه‌ترین مردم (چهره، اخلاق و سخن گفتن) به پیامبر (ص) معرفی کرد. در زیارت عاشورا، بعد از سلام به امام حسین (ع) و قبل از اصحابشان، سلام جداگانه‌ای به علی اکبر (ع) داده شده است. سال روز تولد ایشان در کشور ما «روز جوان» نامیده می‌شود.

### بیشتر بخوانیم

#### افسانه چهار برادر

مؤلف: محمد میرکبایی

ناشر: مؤسسه فرهنگی مدرسه برهان

سال چاپ: ۱۳۹۹

کتاب دربارهٔ چهار برادر است که پدرشان در آخرین لحظهٔ عمرش آن‌ها را دور هم جمع می‌کند. پدر سال‌ها تلاش کرده است، لقمه نان حلالی برای پسرانش بیاورد، اما حالا وقت آن رسیده است که به سفر آخرت برود. پدر سال‌ها زحمت کشیده، اما نتوانسته است دارایی ارزشمندی برای فرزندانش به جا بگذارد.

او از آن‌ها می‌خواهد، به پند و اندرزش گوش دهند و برای به دست آوردن آن دارایی، به دنبال بهترین بهار بروند. چهار برادر راه می‌افتند تا بهترین بهار را پیدا کنند و ...



در نگاهش جوانی‌های مادرم را می‌بینم. آب را سر می‌کشم. پیاله را به دست زن می‌دهم. می‌گوید: «آمده‌ای کوهستان و داری دنبال کودکی‌ات می‌گردی؟» از حرف زن پشتم می‌لرزد. با خودم می‌گویم: «چطور ممکن است؟ چطور ممکن است زنی روستایی چنین با احساس باشد و چنین حرفی بزند؟!»

انگار که فکرم را خوانده باشد، می‌گوید: «هر چه هست، در همین روستاست!» سرم را می‌اندازم پایین و زن ادامه می‌دهد: «ما کمی بالاتر از اینجا چادر زده‌ایم. به چادرمان بیا و پیاله‌ای جای بنوش. ما با هم قوم و خویشیم!»

حرفی نمی‌زنم. کوزه را به دوش می‌گیرم و می‌گویم: «درست مثل همان کودکی‌ات هستی؛ کم حرف و خجول.» می‌گویم: «کوزه را بدهید من بردارم.»

می‌خندد. می‌گوید: «نه برادر، تو دیگر شهری شده‌ای! خسته‌ات می‌کند.»

راه می‌افتد. من هم در کنارش می‌روم. مژه‌ها و ابروهای زن از شب‌نم پر شده است؛ لابد مژه‌ها و ابروهای من هم. دستی به موهای سرم می‌کشم، خیس خیس است و سرد. احساس می‌کنم ذرات ریز آب در مه، تا قلمب رسوخ کرده است. احساس می‌کنم قلمب پر از شب‌نم شده است. سگی پارس کنان به استقبالمان می‌آید. زن به سگ تشر می‌زند. سگ دمش را می‌گذارد روی کولش و عقب‌نشینی می‌کند و در کناری می‌ایستد. زن کوزه را به تیرک دم در چادر تکیه می‌دهد. سرخم می‌کند و وارد چادر می‌شود. در همان لحظه با صدای نسبتاً بلندی می‌گوید: «مهمان داریم؛ مهمان عزیزی که به دنبال کودکی‌اش آمده است. راه گم کرده و از اینجا سردر آورده است.»

نمی‌دانم این‌ها را به که می‌گوید. انگار با خودش حرف می‌زند. لحظه‌ای دم در چادر می‌ایستم. سگ با کنجکاوی، ولی نگاه می‌کند. گویا او هم چیزهایی از حرف زن فهمیده است. صدای زن مرا به درون می‌خواند. وارد چادر می‌شوم. دختری ۱۲-۱۳ ساله دارد «نهره»! آبی را تکان می‌دهد. پسر بچهٔ چهارپنج ساله‌ای در گوشه‌ای از چادر نشسته است و دارد با چند تکه چوب ور می‌رود. گویا می‌خواهد چیزی بسازد. به کارهای

پسر بچه خیره می‌شوم. چه آرامشی دارد! صلح و آرامش از صورتش می‌ریزد. دختر سرش پایین است

و نهره را همچنان با آهنگی موزون و یکنواخت تکان می‌دهد. گویی این کار را بدون اراده انجام می‌دهد.

دست‌هایش از روی عادت کار می‌کنند. ناگهان احساس می‌کنم چشم‌هایم می‌سوزد. تازه آن وقت است

که می‌فهمم فضای چادر پر از دود هیزم است. اجاق در گوشه‌ای از چادر روشن است. اشک‌هایم جاری

می‌شوند، ولی به رویم نمی‌آورم. زن چای را دم می‌کند و در پیاله‌ای چینی برایم چای می‌ریزد. مرد خانه

ناگاه وارد می‌شود. دم در چارق‌هایش را می‌کند. جلوی پایش به احترام بلند می‌شوم. با هم رویوسی

می‌کنیم. بوی رطوبت می‌دهد و بوی قارچ. وقتی کودک بودم و از ده به شهر می‌رفتم، او جوان ۲۰ ساله‌ای

بود؛ قوی و زیبا. اما حالا تقریباً پیر و شکسته شده است. با این حال می‌شود قیافهٔ ۲۰ سالگی‌اش را هنوز هم

از نگاهش و در ترکیب‌بندی صورتش باز شناخت. مرد می‌پرسد: «پس چرا این طور بی‌خبر آمده‌ای؟»

می‌گویم: «آمده بودم در کوهستان بگردم، خاله دلشاد را دیدم و ...» دلشاد با مهربانی مادرانه‌ای نگاهم

می‌کند و چشم‌هایش را با گوشه روسری‌اش پاک می‌کند. اشک همه‌مان درآمده است. اما آن‌ها عادت

دارند و من ندارم. مرد می‌گوید: «بعد از ۲۵ سال از شهر به اینجا برگشته‌ای. ما باید قوچی جلوی پایت

قربانی می‌کردیم، باید خبر می‌دادی!» می‌خندم و می‌گویم: «راضی به زحمت شما نیستم. شما محبت

دارید!» مرد چایی‌اش را سر می‌کشد و می‌گوید: «کودکی‌هایت یادت هست؟ خانوادهٔ تو هم تابستان‌ها

در همین نزدیکی چادر می‌زند!»

در خیالم به آن سال‌ها برمی‌گردم. سال‌هایی که در مهی از گذشت سالیان گم شده‌اند. آن روزها

مثل خواب و رؤیا به یادم می‌آیند. دلشاد با اندوهی در صدایش می‌گوید: «۲۵ سال! برای خودش

عمری است! ولی چه زود گذشت. انگار دیروز بود که تو با خانواده‌ات از ده رفتی ...» دلشاد تقریباً با من

هم‌سن است، اما حالا زن کاملی شده. من اما هنوز به دنبال کودکی‌ام می‌گردم. مرد اجازه می‌خواهد و

دراز می‌کشد. به نظر می‌رسد خیلی خسته است. خیلی زود هم خروپفش بلند می‌شود. با خودم می‌گویم:

«مردان روستایی را باید از خستگی‌شان شناخت و با خواب سنگینشان.» همه ساکت هستیم. برای



آنکه حرفی زده باشم، از دلشاد می‌پرسم: «همین دختر و پسر را دارید؟» با شرم می‌خندد و می‌گوید: «سه تا هستند. سومی هم پسر است. ۱۰ سالی دارد. حالا گوسفندها را برده است بچراند.» دختر نهره را رها می‌کند و بیرون می‌رود. پسر بچه مدتی است که بازی خود را فراموش کرده و به من خیره شده است. فکر می‌کنم که من دارم گریه می‌کنم، چون بی‌درپی چشم‌هایم را با دستمالم پاک می‌کنم. دلشاد می‌گوید: «چشم‌هایت اذیت شدند. چه می‌شود کرد! زندگی ما هم این‌طور است دیگر. بیرون هم که نمی‌شود اجاق روشن کرد. باد نمی‌گذارد. خطر هم دارد.»

از دلشاد تشکر می‌کنم. بلند می‌شوم که بروم. دلشاد اصرار می‌کند که بمانم، ولی من از چادر بیرون می‌آیم و خداحافظی می‌کنم. در هوای آزاد نفسی به راحتی می‌کنم. احساس می‌کنم چشم‌هایم خنک می‌شوند. به طرف چشمه سرازیر می‌شوم که آبی به چشم‌هایم بزنم. همه جا ساکت است. هوا دم کرده است. مه سنگین‌تر و غلیظ‌تر شده است.

آب چشمه صاف و زلال است. مشتی آب به صورتم می‌زنم. آب چشمه موج برمی‌دارد. لحظه‌ای به تصویر لرزانم در آب چشمه خیره می‌مانم و ناگهان احساس می‌کنم که ۱۰ سالگی‌ام در آب چشمه دیده می‌شود. با صدای پایی سرم را برمی‌گردانم. پسر ۹-۸ ساله‌ای پشت سرم ایستاده است. چوبی به دست دارد. کم‌کم متوجه گوسفندانی می‌شوم که در اطرافم به چرا مشغول‌اند و عجیب ساکت‌اند. پسر با تعجب نگاهم می‌کند. بلند می‌شوم و می‌گویم: «خسته نباشی پسر جان!» پسر آهسته زیر لب تشکر می‌کند. مژه‌ها و ابروهایش پر از شبنم است؛ لایه مژه‌ها و چشم‌های من هم. ناگهان می‌لرزم. احساس می‌کنم چیزی در من راه می‌رود. چهره پسرک به نظرم آشنا می‌آید. او کیست؟ موجی از مهی رقیق از جلوی چشمم می‌گذرد؛ مثل دود سفید. انگار کم‌کم دارم پسرک را می‌شناسم. ولی چطور ممکن است؟ او انگار ۱۰ سالگی من است. من هم زمانی پیش از این - ۲۵ سال پیش - با گوسفندهایمان بر سر این چشمه آمدم. گویا همان لباس‌هایی که پسرک بر تن دارد، بر تن داشتم. فقط احساس می‌کنم که چشمه کمی کوچک‌تر و کم‌آب‌تر شده است. از دور ۱۰ سالگی‌ام را تماشا می‌کنم. خودم را پشت مه می‌بینم. خودم را در ۲۵ سال پیش! آیا خواب می‌بینم؟ شاید خیالاتی شده‌ام! شاید اصلاً کوهستانی، چشمه‌ای و پسرکی در کار نیست. برای آنکه باور کنم، جلوتر می‌روم. دستم را که می‌لرزد، به سوی پسرک دراز می‌کنم. دست می‌دهد. بی‌اختیار در آغوشش می‌گیرم و پیشانی‌اش را آرام می‌بوسم. بوی ۱۰ سالگی‌ام را می‌دهد. بوی گنجشک می‌دهد. بوی هدهد می‌دهد و بوی بنفشه‌های نوروزی و بوی علف‌های وحشی.

پسرک با تعجب و هراسان نگاهم می‌کند. ناگهان از خودم خجالت می‌کنم. رهایش می‌کنم و به سرعت به سوی دره سرازیر می‌شوم. کمی که دور می‌شوم، می‌ایستم و برمی‌گردم و به پشت سرم نگاه می‌کنم. او دیگر نیست. در میان انبوه مه گم شده است.

احساس می‌کنم خواب دیده‌ام. می‌خواهم دوباره برگردم و یک بار دیگر چهره ۱۰ سالگی‌ام را ببینم و او ۳۵ سالگی خودش را ببیند. اما ناگهان قارقار کلاغی مرا به خود بازمی‌آورد. روی سنگی می‌نشینم. سنگ پوشیده از گل‌سنگ است. گویی که لباسی از مخمل سبز پوشیده است. صورتم را توی دست‌هایم می‌گیرم و آرام در خودم می‌گیرم. از دور صدای پارس چند سگ می‌آید و صدای پسرکی که گوسفندانش را می‌زند.

\* نهره: کوزه‌ای بزرگ است شبیه خمره که ماست را در آن می‌ریزند و آب بر آن می‌افزایند و ساعت‌ها تکانش می‌دهند و به این طریق کره تهیه می‌کنند.





رمضان نهمین ماه از ماه‌های قمری و بهترین ماه سال است. رمضان از اسمای الهی است. این ماه، ماه نزول قرآن و ماه خداوند است و شب‌های قدر در آن قرار دارند. فضیلت این ماه بسیار زیاد است. رمضان ماه رحمت و بخشش الهی است. برای استفاده هر چه بیشتر از الطاف الهی در این ماه بهتر است که از اول برنامه‌های دقیق و حساب شده برای خودمان بریزیم. از اعمال این ماه می‌توان به:

۱. دعا، ۲. تلاوت قرآن کریم، ۳. ذکر و استغفار، ۴. نماز، ۵. صدقه اشاره کرد.

# پسران ادب

می‌بینی برادر چگونه وضو می‌گیرد؟!

بله دارم می‌بینم!

کارش اشتباه است، مگر نه؟

بله همین‌طور است، اما چگونه او را آگاه کنیم. اگر به‌طور مستقیم اشتباهش را بگوییم، از ما ناراحت می‌شود.

بله ما هم سن نوه‌های او هستیم. اگر مستقیم اشتباهش را بگوییم، قبول نمی‌کند. شاید هم ...

برادر جان فکری به ذهنم رسید. گمان می‌کنم این‌طوری بهتر باشد. بعد فکرش را به برادر کوچک‌تر گفت. دو برادر جلو رفتند و سلام

کردند. پیرمرد به دو برادر نوجوان نگاه کرد و جواب سلامشان را داد. دو برادر در یک گفت‌وگوی نمایشی

وانمود کردند با هم در وضو گرفتن اختلاف دارند. این گفت: وضوی من بهتر و درست‌تر است. آن گفت: نه نه، وضوی من بهتر و کامل‌تر است ...

سرانجام تصمیم گرفتند هر کدام در حضور پیرمرد وضو بگیرند و او داوری کند. اول برادر بزرگ‌تر وضو گرفت و بعد برادر کوچک‌تر.

پیرمرد هر چه دقت کرد، اشتباهی در وضوی آن‌ها ندید. تازه فهمید وضوی خودش اشکال دارد.

آه بلندی کشید و گفت: «وضوی هر دوی شما درست است، این من بودم که اشتباه می‌کردم. شما با این کارتان مرا از اشتباهم آگاه کردید.»

همسر پیرمرد از خانه بیرون آمد و نگاهی به دو نوجوان کرد. آن‌ها را شناخت. خندید و رو به همسر پیرش کرد و گفت: «چطور این دو را نمی‌شناسی؟! این‌ها فرزندان علی (ع) و فاطمه (س) هستند؛ نوه‌های پیامبر (ص)!»

پیرمرد از جا بلند شد و گفت: «راست می‌گویی! این دو نوجوان با ادب فرزندان علی (ع) هستند.»

اشک در کاسه چشمانش درخشید. جلورفت و دست حسن (ع) و حسین (ع) را گرفت.

آن‌ها را بوسید و گفت: «فدایتان شوم! از شما ممنونم که وضوی درست

را به من آموختید...»

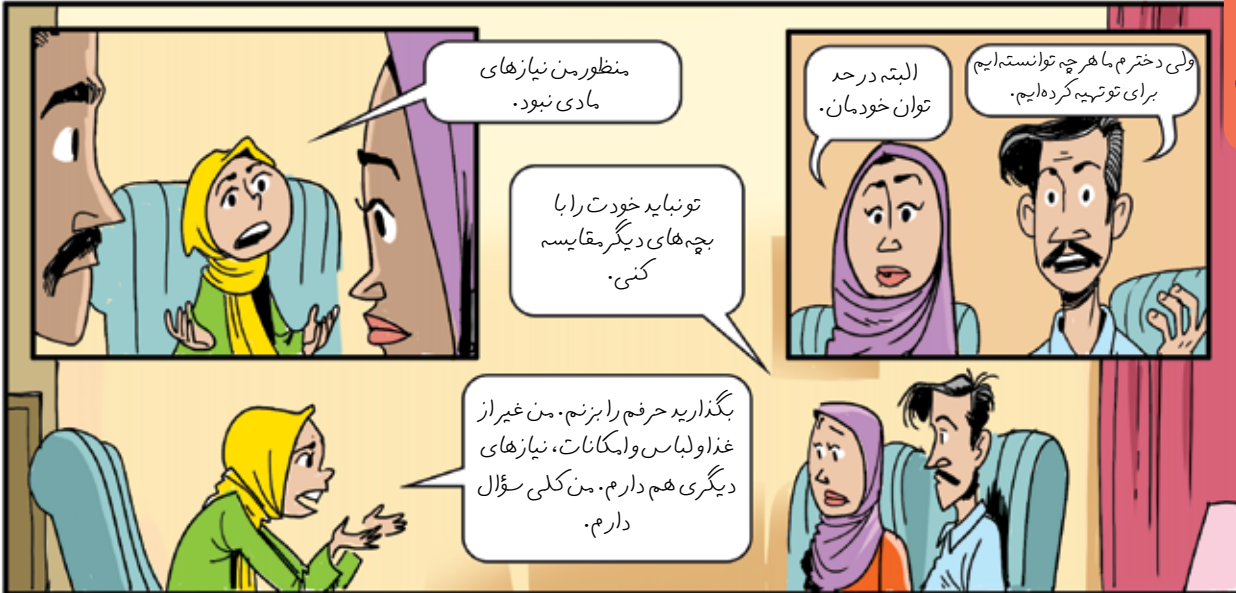
منبع: شهر آشوب، ابو جعفر محمد بن علی (ع) مناقب آل ابی‌طالب (ج ۳)، ۱۳۷۹ ق. انتشارات علامه. قم، چاپ اول.

# سؤال شهر

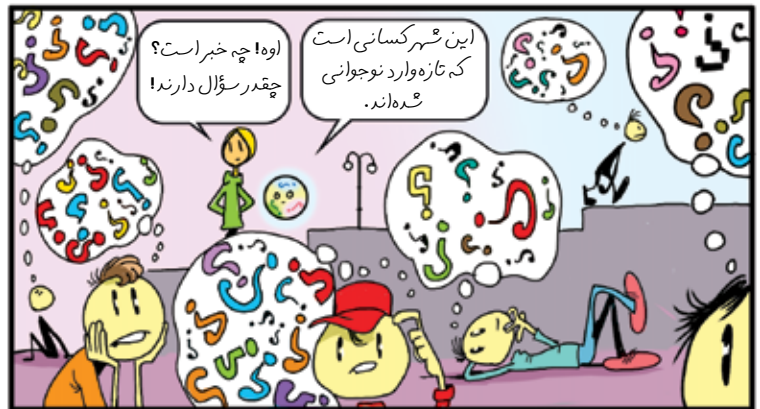
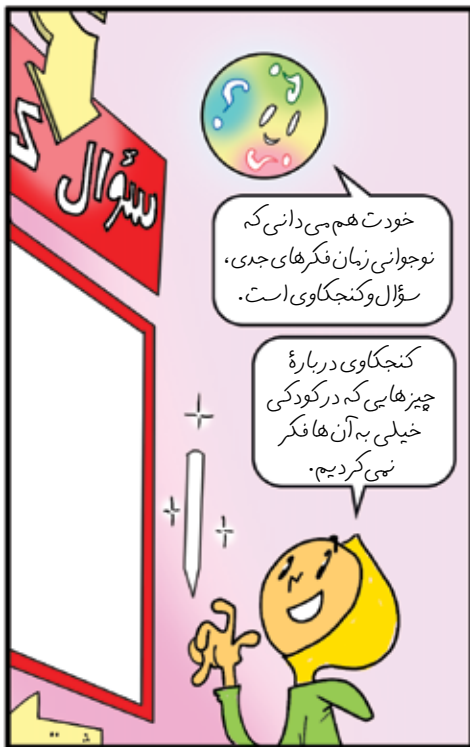
هفت شهر  
نوجوانی

مهارت زندگی

ابراهیم اصلانی تصویرگر: سام سلیمانی







عده‌ای همیشه درباره زندگی می‌اندیشند.  
عده‌ای گاهی درباره زندگی می‌اندیشند.  
اما بیشتر مردم حوصله‌ای برای اندیشیدن ندارند.

تو چه فکر می‌کنی؟

به نظر من کسی نیست که به سؤال‌های نوجوان‌ها جواب بدهد. یا بزرگ‌ترها سؤال‌های نوجوان‌ها را جدی نمی‌گیرند.

ولی این طور که نمی‌شود!

گفتم که نوجوانی همه مثل هم نیست.

بزرگ‌ترها هم همین طور هستند.

**پرس آنچه ندانی**

یعنی اگر کسی به سؤال‌های نوجوان جواب نداد، باید بی‌خیال شود؟ سؤال، سؤال و سؤال.

تو نوجوانی و سؤال‌هایی داری ...

خب! داری مستقل می‌شوی و انتظار داری همه تورا بزرگ ببینند ...

خب! چه کسی باید به سؤال‌های تو جواب بدهد؟

خب!

باید بروم ...

کلی سؤال دارم ...

مشکل اینجاست که سؤال دارم، اما دنبال جواب‌ها نمی‌روم.

حق داری.

زندگی معمای بزرگی است ...

من و العالم

پرسیدن مهم‌تر از پاسخ دادن است

مثنوی معنوی

قرآن مجید

نوجوانی

سوره یوسف آیه ۱۰۵

چه بسیار نشانه‌هایی در آسمان و زمین وجود دارند که آن‌ها از کنارش می‌گذرند و از آن روی برمی‌گردانند.

آینده چه بود؟

## ۱۲ فروردین

روز جمهوری اسلامی



رهبر معظم انقلاب اسلامی: «روز جمهوری اسلامی جزو مهم‌ترین، پربرکت‌ترین و تعیین‌کننده‌ترین روزهای تاریخ ماست»  
۱۲ فروردین سال ۱۳۵۸ یکی از روزهای تاریخی و مهم ایران اسلامی است. در این روز با رأی اکثریت قاطع مردم نظام سیاسی کشور پس از ۲۵۰۰ سال از نظام سلطنتی به جمهوری اسلامی تغییر یافت.

### فاطره نویسی یعنی چه؟

۱. فاطره نویسی به قالب نوشتاری گفته می‌شود که دارای ویژگی‌های زیر باشد:
۲. شامل هادئه، صفت یا حالتی باشد که فقط به افراد خاص تهریه‌کننده ربط دارد.
۳. در زمان گذشته رخ داده باشد و برای نوشتن آن، باید آن را به یاد آورد.
۴. نویسنده فاطره معمولاً آن را دیده یا شنیده و در وقوع آن نقش اصلی داشته است.
۵. زمان و مکان فاطره مشخص است.
۶. به دلیل برهستگی و حس برانگیزی، در ذهن نویسنده حک شده و از یارش نمی‌رود.

# سوار بر قالی خاطره

همه ما در زندگی، صحنه‌ها، حادثه‌ها و حالت‌های تلخ و شیرین را از نزدیک دیده یا شنیده و تجربه کرده‌ایم. این خاطره‌ها و تجربه‌ها، در گذشته رخ داده و در ذهنمان باقی مانده‌اند. اگر بخواهیم آن‌ها را بنویسیم، «خاطره‌نویسی» کرده‌ایم. خاطره‌نویسی از ساده‌ترین قالب‌های نوشتاری است. امیدوارم یاد بگیرید و خودتان آستین بالا بزنید. خاطره بنویسید و اگر دوست داشتید به نشانی «مرکز بررسی آثار مجلات رشد» بفرستید. در این شماره، به خاطر نویسی می‌پردازیم. همراه ما باشید!

### چرا فاطره بنویسیم

- باعث افزایش مهارت نوشتن می‌شود.
- احساس لذت و رونی و شیرین در ما فلق می‌کند.
- در پای زندگی‌مان را در ذهن خود و دیگران ماندگار می‌کند.
- به انتقال تجربه‌های زندگی منجر می‌شود.
- چه بسا باعث الهام برای نوشتن داستان یا فیلم‌نامه و ساختن فیلم شود.

### چگونه فاطره بنویسیم

۱. به ذهن خود مراجعه کنیم و حادثه‌های برجسته زندگی‌مان را مرور کنیم. سپس آن‌ها را به یاد بیاوریم.
۲. از مشاهده‌ها و شنیده‌های خود استفاده کنیم. یعنی با استفاده از «تهریه زیسته» خود بنویسیم، نه خیال‌پردازی. فاطره باید «مستند» و «واقعی» باشد.
۳. به تناسب پیدگی و جزئیات فاطره، مهم آن را تنظیم کنیم.
۴. زمان، مکان و جزئیات را در فاطره ذکر کنیم.
۵. فاطره را بر اساس سیر تقویمی و فطی بنویسیم و حوادث را جلو و عقب نکنیم.
۶. فاطره را به شکل «من‌راوی» (من) بنویسیم. این کار باعث صمیمیت در لحن فاطره می‌شود.
۷. برای اثرگذاری متن فاطره، آن را با زبان ساده و نثر شیرین بنویسیم.

هر چند وال‌ها آبرزی و شبیه ماهی‌ها هستند، اما ماهی محسوب نمی‌شوند و جزو پستان‌داران‌اند. وال‌ها زنده‌زا هستند و بچه‌هایشان از شیر مادر تغذیه می‌کنند. به علاوه، وال برای تنفس اکسیژن به سطح آب می‌آید و خون‌گرم است. در سال ۱۸۳۲، دانشمندان سنگواره‌هایی از گونهٔ اولیهٔ اجداد وال‌ها را در میان قطعات سنگ‌هایی که قدمتشان به ۵۰ میلیون سال قبل می‌رسید، کشف و آن را بازسازی کردند.

# هیولای بی‌آزار

## غول بزرگ‌ترین وال

گونه‌های مختلف وال‌ها جثه و وزن متفاوت دارند. اما در میان آن‌ها «وال آبی» تا ۳۰ متر رشد می‌کند و وزنش به بیش از ۳۰ تن می‌رسد. طول بچهٔ وال که گوساله نامیده می‌شود، هنگام تولد به ۷ متر می‌رسد. شیر وال مادر سرشار از چربی، پروتئین و انواع املاح معدنی است. در نتیجه بچهٔ وال به سرعت رشد می‌کند و در مدت هشت ماه ۹ متر به طولش اضافه می‌شود. هر روز هم وزنش ۱۰۰ کیلوگرم افزایش می‌یابد. پیش از آنکه وال‌ها مهاجرت خود را در گسترهٔ اقیانوس‌ها شروع کنند، به بچه‌هایشان یاد می‌دهند که چگونه سرعت‌شان را تنظیم کنند تا عقب نیفتند. وال‌های مادر با توجه به گونه‌های متفاوتی که دارند، بین چهار تا سیزده ماه از بچه‌هایشان مراقبت می‌کنند.



## انواع وال

زیست‌شناسان وال‌ها را به دو دستهٔ دندان‌دار و دندان‌تیغه‌ای تقسیم می‌کنند. وال‌های دندان‌دار دندان‌های طبیعی دارند و از آن‌ها برای گرفتن ماهی‌ها و ده‌پایان استفاده می‌کنند. اما وال‌های دندان‌تیغه‌ای به جای دندان دو صفحهٔ شاخی دارند که به سقف دهانشان متصل‌اند و هر کدام از این صفحه‌ها از صدها تیغهٔ قائم تشکیل شده است. این تیغه‌ها مانند صافی عمل می‌کنند و زمانی که وال دهانش را باز می‌کند پلانکتون‌ها و کریل‌ها در میان این تیغه‌ها به دام می‌افتند و آب از میان این صفحات عبور می‌کند.



## چرا وال‌ها به گل می‌نشینند؟

بعضی وقت‌ها در خبرها می‌شنویم که تعداد زیادی از وال‌ها در ساحل به گل نشسته‌اند و جانشان را از دست داده‌اند. دانشمندان پس از سالیان سال تحقیق به این نتیجه رسیدند که بر اثر آشفتگی علائم میدان مغناطیسی زمین در نواحی ساحلی که نقش جهت‌یاب را برای وال‌ها ایفا می‌کند، آن‌ها دچار سردرگمی می‌شوند و به سمت ساحل کشیده می‌شوند. زمانی که در ناحیه کم‌عمق به دام می‌افتند، دیگر کارشان تمام است و عمق بسیار کم آب نمی‌تواند سنگینی وزنشان را تحمل کند و زیر بار سنگین وزنشان حتی ممکن است متلاشی شوند. در این شرایط وال‌ها نمی‌توانند شش‌هایشان را پر از هوا کنند و راه مجاری تنفسی‌شان مسدود می‌شود و می‌میرند.



## فواره بخار آب

حفره‌های بینی وال روی نوک پوزه‌اش نیستند، بلکه در ناحیه پشتش قرار دارند و عمل تنفس در سطح آب را آسان‌تر می‌سازند. در حالت عادی این حفره‌ها مسدودند و آب نمی‌تواند وارد آن‌ها شود. اما هنگام تنفس تعدادی ماهیچه راه این دریچه تنفسی را باز می‌کند. همچنین یک دریچه ثانویه در محل ورود به شش‌ها وجود دارد که مانند حنجره در انسان است و راه ورود آب به گلو و دهان وال را هنگامی که زیر آب غذا می‌خورد، مسدود می‌کند. هنگام عمل بازدم وال‌ها حجم عظیمی از هوا را از شش‌هایشان به حالت انفجاری خارج می‌کنند که هوای خارج‌شده، در محیط بیرون از آب، سرد و متراکم می‌شود و به‌صورت قطرات ریز آب در می‌آید که بالای سر وال به شکل مه نمایان می‌شود.



## ممنوعیت شکار وال‌ها

در گذشته‌های بسیار دور صید بی‌رویه وال‌ها، نسل آن‌ها را در خطر نابودی قرار داد و اکنون بیش از ۱۲۰ کشور جهان موافقت‌نامه «مجمع بین‌المللی منع تجارت گونه‌های در حال انقراض وال‌ها» را تصویب کرده‌اند. براساس مفاد پیمان‌نامه‌های این مجمع، واردات و صادرات هر گونه محصولات و فرآورده‌های وال ممنوع اعلام شده است.



## وال‌ها چگونه شنا می‌کنند؟

آن بخش از بدن وال که نقش مهمی در ایجاد نیروی پیشران ایفا می‌کند، باله دمی است. برخلاف ماهی‌ها که باله دمی آن‌ها حالت قائم دارد، در وال‌ها این باله افقی است و با حرکت عمودی‌اش نیروی پیشران به وجود می‌آورد. وال‌ها برای حفظ تعادلشان در آب و برای تغییر مسیر از باله‌های سینه‌ای استفاده می‌کنند. آخرین بخش از بدن وال که هنگام شیرجه رفتن می‌توان آن را دید، باله دمی‌اش است.



# عطر فروردین

می‌وزد عطر شار فروردین  
فانه از بوی عید سرشار است  
مادر ۴ فکدهای نو دارد  
تا سفر با سپیده بیدار است  
دوست دارد که حال پنجه‌ها  
مثل حال پرنده‌ها باشد  
پرده‌ها هم بدون گرد و غبار  
ساده و روشن و رها باشد

مادر ۴ بذر مور می‌کارد  
با نگاهش شکوفه می‌روید  
عطر لبفندهای تازه او  
شعر تمویل سال می‌گوید

اکرم السادات هاشمی پور



بیشتر بخوانیم



هیچ کس همه چیز را  
نمی‌داند

مؤلف: سید مهدی شجاعی  
ناشر: کتاب نیستان  
سال چاپ: ۱۳۹۹

داستان از زبان حضرت  
سلیمان (ع) روایت می‌شود. او  
تمامی حیوانات را نزد خود جمع

می‌کند تا از آن‌ها درباره خوردن آب حیات توسط خودش، نظر خواهی کند.  
همه حیوانات جز یکی با این موضوع موافقت می‌کنند و همان یکی در نهایت  
موفق می‌شود نظر حضرت سلیمان (ع) را برای این موضوع تغییر دهد.

## بی‌قرار

دشت منتظر  
باغ منتظر  
روی شافه یک کلاغ منتظر  
بید بی‌قرار  
تاک بی‌قرار  
دانه‌های مانده زیر خاک بی‌قرار  
ای امید باغ و بید و بوته‌زار  
ای بهار  
کی می‌آیی بر سر قرار

علی‌اصغر نصرتی



## پشت پنجره

هیچ وقت این همه  
با تو در دلم  
گر ۴ گفت وگو نبوده ۴  
هیچ وقت این همه بهانه‌جو نبوده ۴  
من تمام لفظه‌های روشن طلوع را  
پشت پنجره  
فیره مانده ۴

از تمام راه‌ها که بگری  
از تمام اشتباه‌ها که بگری  
می‌رسی به پشم‌های منتظر  
پشت پنجره ...

مریم زندی



## شوق دیدار

درفت‌ها  
پر از گل و شکوفه‌اند  
درفت سیب سرخ و به

نگاه کن!  
درفت‌ها  
به شوق دیرین بهار  
- درست مثل من -  
که مانده‌ام در انتظار دیدنت  
بمقدر عاشق‌اند و بی‌قرار

طیبه شامانی



## آیه‌ها

آیه‌های سبز تو  
چنگل و دشت و درفت  
آیه‌های مملکت  
صفره‌های سفت و سفت

لطف تو چاری شد از  
رشته‌کوه آیه‌ها  
پیشم من گل می‌دهد  
در شکوه آیه‌ها

باد و باران و نسیم  
از تو می‌گوید سخن  
آیه‌های روشنت  
می‌شود فورشید من

عبدالرضا صمدی



## آواز

آمد آمد از آسمان‌ها باران  
مهمان زمین مهربان‌ها باران  
آواز زلال زندگی را یکنرین  
ریزد به گلوی ناودان‌ها باران

## آشنایی

آمد آمد به روشنایی فورشید  
لبقند زد از پیشم طلایی فورشید  
در باغچه، با سلام گل‌ها را داد  
پیغام شروع آشنایی فورشید

## بهار بایک‌گد

آمد آمد برای من گل آورد  
عطرش همه‌اتاق را فوش بو کرد  
فندان فندان روز زمستانی من  
انگار شده بهار بایک‌گل زرد

بابک نیک طلب



## ۹ فروردین

ولادت حضرت قائم (عج)



حضرت مهدی (عج) در سحرگاه نیمه شعبان سال ۲۵۵ قمری در «سامرا» چشم‌به‌جهان گشود. ایشان تنها فرزند امام حسن عسکری (ع) بود و مادرشان نرجس خاتون نام داشت. در روایات آمده است که شب تولد ایشان به لحاظ اهمیت، شباهت خاصی به شب «قدر» دارد.

می‌گویند در شب قدر تکلیف یک سال آینده مؤمنین مشخص می‌شود. درباره شب میلاد امام دوازدهم هم چنین روایاتی وجود دارد. حضرت محمد (ص) درباره این شب می‌فرمایند:  
(در این شب، روزی‌ها تقسیم و اجل‌ها نگاشته می‌شوند).<sup>۱</sup>

۱. کتاب مصباح‌المجتهد اثر شیخ طوسی

## دوستان هم‌پاتوقی سلام

در زندگی همه ما لحظه‌هایی وجود دارند که ممکن است از همه چیز ناامید شویم و فکر کنیم دیگر زندگی به روزهای خوبش بر نمی‌گردد. اما در دنیا نشانه‌های بسیاری وجود دارند که به ما می‌گویند روزهای سخت باقی نمی‌مانند و خوشی‌ها دوباره بر می‌گردند. یکی از این نشانه‌ها آمدن بهار است. فصلی که درختان با جوانه‌های کوچک سبزی که بر شاخه‌هایشان متولد می‌شوند، نشانمان می‌دهند زندگی به روزهای زیبا و آرام خود بر می‌گردد. و این، نشانه‌ای از محبت خالق بهار است. اصلاً دنیا بدون محبت نمی‌تواند ادامه داشته باشد. این را زهرا بصیری هم در متنی که نوشته به ما گفته است.

## قلم سبز تو

■ «گریه‌های زن امانم را بریده بود. اصلاً دوست نداشتم به آن‌ها توجه کنم. ولی کم کم از حرف‌هایشان فهمیدم که بچهٔ مرضی دارند و برای تأمین هزینهٔ درمان قرار بوده است به سفری کاری بروند تا خرج درمان بچه را به دست بیاورند. ولی کشتی‌ای که داخلش بودند غرق شده بود. تنها آن‌ها نجات‌یافته‌هایی بودند که با امواج دریا به سمت جزیره آورده شده بودند.

آن‌ها ناامید و ناراحت بودند. ولی من برخلاف آن‌ها خوش حال بودم. چون از تنهایی درآمده بودم و از این روز و شب تکراری نجات پیدا کرده بودم. شب اول را با گریه و ناراحتی گذراندند. فردایش به دنبال غذا و خوراکی جزیره را گشتند. کمی صدف دریایی، کمی سبزیجات و دانه‌های خوراکی پیدا کردند. آن‌ها نسبت به هم خیلی مهربان بودند و این برای من تازگی داشت ...»

درخت ادامه داد: «وقتی توانستم جاودانگی را لمس کنم که برای اولین بار، با تمام وجود، محبت واقعی را درک کردم و کوشیدم آن را به دیگران بخشم. از آن روز دیگر سختی و تلخی و تنهایی را احساس نکردم. موج‌های دریا دیگر با من تندی نمی‌کردند و باد مثل نسیم بهاری آرامم می‌کرد. انگار من هم مقاوم‌تر شده بودم. همه‌جا زندگی موج می‌زد و من، ساکن غمگین جزیره، حالا با تمام وجود آهنگ زندگی را می‌شنیدم.»

درخت به تک‌تک حیوان‌ها رو کرد و گفت: «دوستان، این راز جزیرهٔ زندگی است. از این به بعد، هر کس به هر دلیلی گذارش به جزیره می‌افتد، دست خالی بر نمی‌گردد. چون اینجا امید هست، زندگی هست. آدم‌ها، اگر چه کم، می‌آیند و می‌روند و محبتشان را به من می‌بخشند. من هم اینجا دیگر تنهایی‌ام.»

حیوان‌های جزیره حساسی تحت تأثیر حرف‌های درخت پیر قرار گرفته بودند و اشک شوق در چشم‌هایشان جمع شده بود. آن‌ها که بارها داستان‌هایی تازه از ماجرای آن خانوادهٔ نجات‌یافته از زبان درخت شنیده بودند، با آخرین کلام درخت دست زدند و هورا کشیدند.

زهرا بصیری از استان البرز

هم‌پاتوقی‌های عزیز، پیام‌ها و پیشنهادهای شما هم به دستمان رسید.

■ محمدسینا برنده از همدان ■ سحر از ملارد

■ سینا نیک‌نفس از روستای نماز (استان اردبیل)

■ یاسمن میرزاییاتی از نیشابور ■ ترانه حسینی از

بهشهر ■ امیر محمد سلیمانی از مدرسهٔ شاهد

نجفی ■ مبین ملک‌زاده از اهر

■ سیده‌مه‌به کیا از فیروزکوه.





حالا سری می‌زنیم به نظرات و  
پیشنهادهای خوب شما که خواندن  
آن‌ها ما را خوش حال می‌کند. ما  
از اینکه شما دوستان نوجوان را  
کنارمان داریم به خودمان می‌بالیم.

■ سلام پاتوق عزیز. خوش‌حالم که در مجله رشد نوجوان قرار  
داری. ولی ای کاش صفحه‌های بیشتری را برای پاتوق در نظر  
می‌گرفتند تا ما نوجوانان مطالب بیشتری از دوستانمان بخوانیم.  
**مهدی تقوایی از نکا**

■ سلام. اگر ممکن است در قسمت دوره‌می ورزشی به موضوع  
وایبال، بازیکنان و افتخارات آن‌ها بپردازید. خیلی ممنون.

**مهشید عیوضی از تبریز**

■ سلام. مجله خیلی عالی است، مخصوصاً بخش کاردستی و  
سندزنگ. اگر می‌شود کتاب‌های بیشتری معرفی کنید.

**مانده قاسمی از بیرجند**

■ سلام به مجله رشد نوجوان. من خیلی این مجله را دوست  
دارم. لطفاً درباره فضا و ستاره‌شناسی هم مطلب بنویسید. با  
تشکر.

**غزل ترابی از اصفهان**

■ سلام. می‌خواستم درخواست کنم مطالبی درباره آداب و  
رسوم خوب مردم کشورمان در گذشته، به مجله اضافه کنید.  
با تشکر.

**فاطمه صالحی از شهرستان اسدآباد**

■ سلام. مجله واقعاً عالی است، مخصوصاً بخش زنگ فناوری.  
اگر می‌شود بخشی را به معرفی رشته‌های نظری اختصاص دهید.

**فرزانه بلاتیان از بلان ناینین**

■ سلام. خسته نباشید. شما که برای مجله رشد  
زحمت می‌کشید، لطفاً چند صفحه هم درباره  
گره‌سازان مطلب بنویسید.

**مهسا بهروز سرند از تبریز**

■ با سلام و عرض خسته نباشید. مجله رشد بسیار  
عالی است و برای گذراندن وقت و سرگرمی و  
بالا بردن اطلاعات بسیار خوب است. اگر ممکن  
است داستان‌های کمیک چاپ کنید. از فناوری‌های  
روز دنیا هم بیشتر بنویسید. با تشکر.

**امیر مهدی قربانی مهیا از استان قم**

راه‌های ارتباطی شما برای ارسال متن و  
داستان، رایانه‌نامه مجله است به نشانی:  
**nojavan@roshdmag.ir**  
و با شماره پیامک ۳۰۰۰۸۹۶۹۶  
برای نقد و نظر. لطفاً حتماً شهر و پایه تحصیلی  
خودتان را هم برای ما بنویسید.  
از انتشار مطالب و نظرات بدون اطلاعات  
کافی معذوری‌م.



# آش شولی

## طرز تهیه

ابتدا چغندر را پوست می‌کنیم. یکی از آن‌ها را رنده و دیگری را مکعبی خرد می‌کنیم و با مقداری آب می‌گذاریم روی شعله تا نیم‌پز شود. بعد از نیم‌پز شدن، عدس و سبزی خردشده را به آن اضافه می‌کنیم و اجازه می‌دهیم تا کاملاً بپزد. در این فاصله پیاز داغ را آماده و به آن فلفل و زردچوبه اضافه می‌کنیم. در آخر نعنا را به پیازداغ می‌افزاییم و بلافاصله شعله را خاموش می‌کنیم. پس از اضافه کردن حدود ۲ لیوان آب به آرد، آن را خوب مخلوط می‌کنیم تا یکدست شود و گلوله گلوله نباشد. بعد از پختن سبزی‌ها، آرد مخلوط با آب را کم کم به شولی در حال جوشیدن اضافه می‌کنیم و مرتب هم می‌زنیم تا آرد ته نگیرد و خامی آن گرفته شود. اگر آش خیلی غلیظ شد باز هم آب اضافه می‌کنیم تا غلظت آن چیزی شبیه سوپ شود. سپس پیاز داغ و سرکه را به آن اضافه می‌کنیم و می‌گذاریم تا چند قل بزند و بوی تند سرکه کم شود.

## مواد لازم

- چغندر متوسط، ۲ عدد
- اسفناج، ۲۵۰ گرم
- پیاز متوسط، ۲ عدد
- عدس، یک چهارم لیوان
- آرد، نصف لیوان
- شوید، ۲۵۰ گرم
- نمک و فلفل و زردچوبه، به مقدار لازم
- روغن، به مقدار لازم
- سرکه، به مقدار لازم



آش شولی شما آماده است.

نوش جان

# کیک یزدی

## یزد

### مواد لازم:

- آرد، دو و نیم پیمانه
- شکر، یک و نیم پیمانه
- تخم مرغ، ۳ عدد
- ماست، یک پیمانه
- روغن مایع، ۱۰۰ گرم
- گلاب، یک چهارم پیمانه
- هل آسیاب شده، یک قاشق چایخوری
- بکینگ پودر، یک و نیم قاشق چایخوری
- کپسول کیک یزدی، به تعداد لازم
- کنجد، در صورت دلخواه



### بیشتر بخوانیم

#### کورونا

مؤلفان: استادان دانشگاه‌ها و متخصصان برجسته کشور

ناشر: تیمورزاده

سال چاپ: ۱۳۹۹

این کتاب حاوی اطلاعاتی علمی و کاربردی دربارهٔ ویروس کووید ۱۹ است. آشنایی با ویروس، نشانه‌های آن، چگونگی پیشگیری از آلودگی، مشکلات تنفسی و تنفس مصنوعی، قابلیت درمان کووید ۱۹، کورونا و دستگاه گوارش، عوارض ویروس در مغز و اعصاب، و تشخیص به روش‌های تصویربرداری از جمله موضوع‌های کتاب هستند.



### طرز تهیه:

۱. آرد، بکینگ پودر و هل را با هم مخلوط و چندین بار الک کنید و کنار بگذارید.
۲. داخل یک کاسهٔ بزرگ، شکر، تخم مرغ، روغن، ماست و گلاب را مخلوط کنید و به کمک همزن برقی به مدت پنج دقیقه بزنید تا مواد کاملاً با هم مخلوط و یکدست شوند.
۳. مخلوط آرد، بکینگ پودر و هل را کم کم به مواد اضافه کنید و با دور کند همزن بزنید تا تمام آرد با مواد مخلوط شود. حالا مواد کیک یزدی آماده شده است و می‌توانید آن‌ها را داخل قالب‌های کیک که کپسول‌ها را در آن‌ها گذاشته‌اید، بریزید. در صورت تمایل کمی کنجد روی سطح کیک‌ها بریزید و به مدت ۴۰ دقیقه با حرارت ۱۶۰ درجه بگذارید تا پخته شود.

«إِنَّ اللَّهَ يَدْفَعُ عَنِ الَّذِينَ آمَنُوا»

خداوند از کسانی که ایمان آورده‌اند، حمایت می‌کند (بخشی از آیه ۳۸ سوره حج).

# ایمان سبز

## رویش

حالا روزهای سرد سپید تمام شده‌اند و روزهای سرد سبز از راه رسیده‌اند. سرمای فروردین را دوست دارم، چون می‌دانم روز به روز بیشتر نخواهد شد. می‌دانم این سرما نسبت دیرینه‌ای با خورشید و آفتاب دارد و هر سال این موقع که می‌شود به راه می‌افتد تا خودش را به گرمای دل‌چسب برساند. فروردین می‌رود تا پس از روزهای سردی که دنیا به خودش دیده است، به اردیبهشت برسد. ماهی که نام آن بهترین تعبیر برای حال و هوایش است.

زمستان زیبایی‌های خودش را داشت. سپیدی یک‌دست خلقت شگفت‌انگیزی است. آن سکوتی که بیرون پنجره‌های خانه در جریان بود و آن «نت» آرام و نرم برف که تا صبح نواخته می‌شد. من سپیدی را دوست دارم، اما راستش تمام روزهای زمستان چشم‌انتظار اسفند می‌مانم تا رویش بی‌خبر سبز را از دل سپیدی‌ها نظاره کنم. سپیدی آرامش‌بخش است، اما سرسبزی ذات زندگی است.

من بارها، روزها و شب‌ها، کنار پنجره ایستاده‌ام و به خیابان و آسمان نگاه کرده‌ام. به درخت‌هایی که برگ‌هایشان را تکانه‌اند و به ابرهائی که سفت و سخت به آسمان چسبیده‌اند. جهان با من حرف می‌زند. نشانه‌های تو را نشانم می‌دهد. هر روز نشانه‌ای تازه، هر روز اتفاقی دیگر. یک روز باران، یک روز برف، یک روز ابرهائی که سقف آسمان را پوشانده‌اند. اما نمی‌بارند. یک روز خورشیدی که از پشت ابرها لیخندی محو می‌زند. هیچ روزی شبیه روز قبل نیست و این یعنی بزرگ‌ترین حرف دنیا «تغییر» است. چه کسی فکر می‌کرد از دل آن سپیدی یک‌دست و محض، از دل آن سرمای که انگار پایانی نداشت، سبزه‌ها جوانه بزنند؟ که آن سرمای بی‌وقفه تمام شود و خورشید به قاب پنجره‌هایم بتابد؟

بهار نشانه‌ی حمایت تو از زندگی است. پاداش آن‌هایی است که به آمدن دوباره روزهای سبز ایمان دارند. آن‌هایی که باور نکردند، سرمای سخت تا ابد ادامه دارد. بهار نشانه‌ی خوبی برای من است تا ته دلم گرم شود که تو همیشه از من و باورهای درستم حمایت می‌کنی. که روزها هر قدر هم سخت شده باشند، خوشی بزرگی در انتظارم است تا خستگی روزهای سخت و سرد را از تنم بیرون کند.

همیشه همین‌طور بوده است. در روزهایی که توفان‌ها می‌توانستند گرد قلمم بچرخند و باورهایم را بربایند، تو توفان را از من دور کردی و نسیم را به من هدیه دادی. همیشه بهار تازه‌ای در دست‌هایت داشتی و به موقع آن را بر من نازل کردی.

من به هرچه تو بخواهی ایمان می‌آورم، چون خیالم راحت است، حمایت می‌کنی. از روزهای پی‌درپی که سرما و برف مرا در خودم مچاله می‌کند، هراسی ندارم، چون بارها نشانم داده‌ای همه‌چیز تغییر خواهد کرد و هیچ روز سختی باقی نخواهد ماند. تنها اتفاق‌هایی که همیشه ثابت خواهند ماند، ایمان من و حمایت‌های تو و نیز بهارهایی است که برایم کنار گذاشته‌ای.



# ایستگاه

• سعیده موسوی زاده  
• تصویرگر: حمید خلوتی

## نسل جدید عیدی‌ها



**پویا:**  
بچه‌ها شما عیدی پیاگیرختین؟ پارسال که همه بزرگترها از عیدی دادن در رفتن.

**سعید:**  
من از هر کدوم از قاله‌ها ۴ یا ۵ شارژ دو تومنی گرفتم.

**نوید:**  
ولی من از تو زرتک‌تر بودم، از هر کدوم از عموها ۲۰ کیگ اینترنت گرفتم.

**شاهین:**  
اینکه پیزی نیست، من از داییم سه تا بازی مشتی پی‌اس‌خور گرفتم.

**نوید:**  
ولی تو که دستگاشو نداری!

**شاهین:**  
تو که داری اکرونا تموم بشه میام فونه تون بازی می‌کنیم. شاید ۳ بهت اجاره شون دارم.

**بهروز:**  
هوهوهه من از همه تون جلو‌ترم!

**پویا:**  
چه طور؟!

**بهروز:**  
عمه‌م که همسایه‌موونه رمز وای‌فای شو به عنوان عیدی بهم داد.

**شاهین:**  
واقعاً؟! فوش به حالت اهماگلی بازی برای فوت دانلود کردی؟

**بهروز:**  
نه بابا به گوشی فقن خریدم تا اپلیکیشن شاد رو باز کنم.

# سخن زدن زمین

محمدرضا شمس‌نص



ششمتم پاهان کلیدهای عجیب و شیبزنی زیار داره، اما کلیدت شقم زدن زمینش به عقل چون هم نمی‌سره. راستش را بخواهید او نه تنها قبلی پاهان بود، بلکه قبلی هم تپیل و تن پرور بود. یک شب که همه مردهای ده دور هم توی میرانگه نشسته

بوریم، مش مهمور از ششمتم پرسید: «فونه قرابا پس کی می‌فویای زمینت رو شقم بزنی؟ پانیز داره نمود می‌شه‌ها» ششمتم گفت: «عالا فنه، وقت هست، ولی ممکنه هم نشده» و زیرپشمی به نوکرهای ارباب گله کرد. اتفاقاً آن شب دو تا از نوکرهای ارباب هم بودند.

کرقرانگفت: «چی نشده؟ کنگه منتظری از ما بهترون بیان زمینت رو و شقم بزنی؟»  
همه خیره‌نزد.

ششمتم پس کلک‌اش را کارازد و گفت: «کرقران اتفاقاً ما از ترس همون از ما بهترون زمین و شقم نمی‌زنیم»  
و باز زیرپشمی به نوکرهای ارباب گله کرد.

میرزا لسمین گفت: «لطوفا دراست و درمون بگو موضوع چیه؟ چرا آسمون بسمون می‌بافی؟ از ما بهترون چه‌کار به زمین تو دارن؟»

ششمتم پای‌اش را هورت کشید و گفت: «نمی‌شه میرزا لسمین فان، نمی‌شه فریونست برام»  
کرقرانگفت: «دیگه شورش رو درآوردی ششمتم! تپیلی هم عری داره»

کر این مشتمه»

نوکرهای ارباب همان شب مله‌را ابرای او تعریف کردند. ارباب گفت: «متفا پولی، طلائی، گهی توی زمینش قایم کرده. باید بریم سر او کارش رو بیاریم.»

و با نوکرها پیل و کلنگ برداشتن و رفتن سر زمین. ارباب دستور داد تمام زمین را وجب به وجب بکنن. نوکرها با پیل و کلنگ به جان زمین افتادند و همه جای آن را زیرورو کردند. اما چیزی پیدا نکردند و دست از پا درازتر برشتند. تازه مجبور شدن ارباب را هم که به فوایب رفته بود، تا خانه اربابی به نوبت کول کنند.

فردای آن روز ششمتم و زینش گنج واقعی را پیدا کردند. یک زمین شقم‌زده و آماده. آن‌ها کیسه‌های بزرگ برداشتن و سر زمین رفتند و فوش‌حال و فنران مشغول بزرپاشی شدند.

آن سال زمین ششمتم معمول فویی داد. چون حسابی شقم فوره بود. اما از آنجا که دستش برای ارباب رو شده بود، ارباب یک چهارم معمولش را به عنوان دستمزد نوکرهایش برداشت.

برداشتی آزاد از مقنوی «گنج و رنج» حکم‌السعورای بهار

ششمتم کمرش را راست کرد و سینه‌اش را جلو داد: «تپیلی کروم؟ من با این بر و بازو برام کاره شقم زدن!»

میرزا لسمین فخریخ کرد: «پس دردت چیه؟»  
ششمتم دستش را گذاشت کنار دهانش، هوری که مثلا

نوکرهای ارباب تشنود. اما عمداً بلند نگفت: «اگه بعضی‌ها بفهمن چی توی اون زمینه، یک شبه زمین رو زیر و رو می‌کنن و هر چی ما داریم، اها از زیر خاک درمی‌بارن»  
کرقران پرسید: «گله چی تو اون زمینه؟ شب به ما هم بگوا»  
ششمتم گفت: «نمی‌شه کرقران. نمی‌شه بگم چی توی اون زمینه که هر کی پیدا کنه، از ارباب هم پول‌دارتر می‌شه تا اینجاش

هم نباید می‌گفتی. اشتباه کردم. نمی‌ذارین لگا»  
بهر پای‌اش را هورت کشید و یک فنر توی دهانش انداخت و قریح قریح جوید. پنجه پایش را توی گیوه‌هایش کرد و لیخ‌لیخ لکان رفت.

نوکرهای ارباب بیخ‌لیخ کردند و به ما گلهی انداختند. بعد هم سر اسبچه بیرون رفتند. با فورم لغتم: «غلط کنتم، باز کلکی تو

# مرد چاق و الاغ چلاق

مرد چاقی مقدار زیادی گندم به آسیاب برده بود، آن را آرد کرده و بر پشت الاغش گذاشته بود.

اما این بار فودش هم روی کیسه‌ها نشسته بود و به فانه‌اش بر می‌گشت. هنوز کمی راه نرفته بودند که الاغ بیچاره از سنگینی بار و صاحبش، چلاق شد و به زمین افتاد. مرد هر چه به او وعده یونجه و علف تازه داد، الاغ از بایش تکان نفورد و فقط ناله کرد.

مرد چاق ناامید و فسته داشت به اطراف نگاه می‌کرد که پشمش به فانه یکی از فویشانش افتاد.

به الاغش گفت: «تو همین جا مواظب آردها باش تا من برگردم».

بعد هن و هن کنان به راه افتاد. وقتی به فانه فویشاوندرش رسید در زد و مایرا را برای او تعریف کرد. بعد هم از او فواست که الاغش را قرض بدهد.

صاحب فانه که می‌ترسید همان بلا بر سر الاغ او هم بیاید، گفت: «الاغ فانه نیست».

اما درست همان وقت الاغش از گوشه طویله عرعر بلندی سر داد.

مرد چاق گفت: «فرت که توی فانه است».

صاحب فانه دستی به ریشش کشید و جواب داد: «مرد مسابی، ناسلامتی تو قوم و فویش منی، پطور صرف قوم را باور می‌کنی؟!»

• باز آفرینی: مریم اسلامی  
از کتاب: حکایات مهلول



# مغزل گل‌دوس

مصطفی مصباحی  
تخصصی: نگار، حصد، خط‌کشی



قاله کو کب گرفت؛

همه را شوق رشته تیرگی رفتن و پرتک‌شدن به سر

بلاغت است و باز از این شغل در فخر. بهار مهر

ازینت است و سپیده قلمت وی را تمهیل

هنرمند که گفتند از او شاعری در آید به بی‌غایت

سعی و عمار و قافای شون

مصوم اسلان، روی ترش کرد و فرید بر آور

از آن در نیاید. بگر آید به باار او و تا  
شور که گفتند؛ از فوشا بی‌زبندی در گم‌یابی داشتن

از فباش ازوی و برک و فوای داشتن

قصه هر که به عک فوشش نبات منن

در هاون نظر بسود و حکم فوش نمون

پس هاج و واج بود و دنبال علاج تا

و از او مشورت نژاد مشوری کر بلر بود

عده کی چون از تن مصمم او با فیر ش. پکر شر و

گفت: «هر کس عجمه تا شمش را بگرارد و مشورت

به دیگران بپردازد، زور باشر که به دنبال شغل هر

یا اود تقاضایش قبول نشود، ایدار هر بیکر بمانم

آورد از که چون بهار را فکر آینه در سر او رفت؛

خواهم شون به هنرستان و پس از آن

رباتی بسازم چنان هوشمند

که از بار و باران نیارم کم تر.

بهر تا سمن وی شنید، به قور او کم از با بربر و

فوش از حرف هفت خواهد چنان شوی و با

تک‌تایی به آسمان روی که گفتند

«هلا ای بچه جان در زنگی  
چه شغلی بهتر از طلا داری»

مدر بر آشفقت و با توپ و تشر گفت؛

پس م را به هوا نبرد که آنها گروه است و

پاروده خواهی موان شود و به دریا او که گفتند

«ای فوشا در بوم کشتیان شون

مهاج سلان و لایتنان شون»

عده کی چون حرف از برار شنید، سگمه در هم

کشیب و گفت؛ دریا معلوم است و امروزش متخاصم خوب است

به رشته تیرگی اود تا بزنگی خلق شود که گفتند

«ای فوشا سرشته از امر این انسان داشتن

میخ تا شب در محلب ویزیت و در مان داشتن»



## افقی

۱. ماده سازنده ناخن و مو؛ ۲. اصطلاح علمی برای چرخه حیات حشرات؛ ۳. وسیله‌ای برای رصد کردن ستارگان و کهکشان‌ها؛ ۴. کوچک‌ترین واحد سازنده پیکر تمام جان‌داران؛ ۵. یکی از اجسام هندسی؛ ۶. گیاهی معطر که خاصیت درمانی دارد؛ ۷. یکی از تقسیمات کشوری که از به هم پیوستن چند شهرستان هم‌جوار تشکیل شده است؛ ۸. سرماخوردگی حاد در فصل زمستان؛ ۹. پیروزی؛ ۱۰. فیلم‌ها در قدیم که صدا نداشتند، به این نام معروف بودند؛ ۱۱. نومید؛ ۱۲. جمع آیه؛ ۱۳. یکی از سوره‌های قرآن؛ ۱۴. منظومه شمس‌ی مادر این کهکشان قرار دارد؛ ۱۵. به معنی دیروز و یکی از ماه‌های سال



## عمودی

۱. واحد اندازه‌گیری طول؛ ۲. کنج؛ ۳. گاز طبیعی و یکی از گازهای گلخانه‌ای؛ ۴. نجات‌دهنده؛ ۵. کوچک‌ترین ذره سازنده ساختار یک عنصر؛ ۶. واژه فارسی ترمینال؛ ۷. شرم و حیا؛ ۸. یکی از اقوام ایرانی؛ ۹. غارت کردن؛ ۱۰. یکی از انواع گلبول‌های سفید؛ ۱۱. امواج سهمگینی که پس از وقوع زمین‌لرزه در کف اقیانوس‌ها به وجود می‌آیند؛ ۱۲. نام دیگر زاویه حاده؛ ۱۳. ده سال را می‌گویند؛ ۱۴. جان‌داران میکروسکوپی که برخی از آن‌ها بیماری‌زا هستند؛ ۱۵. ماده‌ای که جریان الکتریسیته را به خوبی از خود عبور می‌دهد؛ ۱۶. از به هم پیوستن چند اتم به وجود می‌آید.

## پدر علم جبر

نام من محمدبن موسی، معروف به خوارزمی است. من در قرن‌های دوم و سوم قمری در ایران زندگی می‌کردم و زندگی خود را صرف ریاضیات، نجوم، فلسفه و جغرافیا کردم. شاخه جبر در ریاضیات، نخستین بار توسط من به‌طور گسترده مورد بررسی قرار گرفت و به همین سبب به من لقب «پدر جبر» داده شده است.



در سفری که به هند داشتم، به فراگیری دانش هندی‌ها در ریاضیات پرداختم.



من در نیمه دوم قرن دوم قمری متولد شدم. نام خوارزمی به واسطه محل زندگی اجدادم بر من نهاده شد.



پس از این سفر، معلومات هندی‌ها را با آثاری که یونانی‌ها تا آن زمان پدید آورده بودند، تلفیق کردم. بدین ترتیب، دو کتاب مهم «سبأ الهند» و «الجبر و المقابلة» را در ریاضیات تألیف کردم که در قرون وسطا از منابع مهم ریاضی در جهان بودند.



به جای آن از این عدد‌ها استفاده کردم!



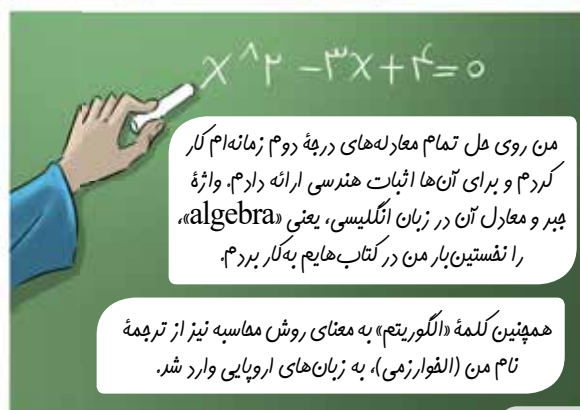
پیش از من در اروپا سبک عددنویسی رومی رایج بود. آثار من باعث تغییر تدریسی عددنویسی رومی به سبک هندی-عربی شد که همان عددنویسی رایج امروزی بر مبنای ۱۰ است.

این شیوه عددنویسی خیلی پیشرفته است...



خوارزمی توانمندترین دانشمند زمانه ما در قانده کلمت است. به وزیران دستور می‌دهم که پیش از تصمیم‌گیری درباره مسائل مهم، نظرات علمی او را چویا شوند!

من در عصر قلاخعت عباسیان زندگی می‌کردم. عباسیان «قانده کلمت» را به تقلید از دانشگاه فنی شاپور ایران که در دوره ساسانیان تأسیس شده بود، برای مطالعه و تحقیق علمی بنا نهادند.



$$x^2 - 3x + 4 = 0$$

من روی حل تمام معادله‌های درجه دوم زمانه ام کار کردم و برای آن‌ها اثبات هندسی ارائه دادم. واژه جبر و معادل آن در زبان انگلیسی، یعنی «algebra»، را نخستین بار من در کتاب‌هایم به کار بردم.

همچنین کلمه «الگوریتیم» به معنای روش مناسبه نیز از ترجمه نام من (الخوارزمی)، به زبان‌های اروپایی وارد شد.



در زمان من به جدول‌های  
نجومی که اطلاعات مربوط  
به موقعیت ماه و فورشید و  
سیاره‌ها در آن گردآوری شده  
بود، زیچ گفته می‌شد.



علاوه بر ریاضیات، من مدت‌ها در زمینه نجوم هم فعالیت  
می‌کردم. با بررسی حرکات ماه و سیاره‌ها در آسمان، و همچنین  
تلفیق آثار ایرانی و هندی، یک «زیچ» نجومی تدوین کردم.



من آثاری نیز دربارهٔ سافت و  
استفاده از «اسطرلاب» منتشر  
کردم. اسطرلاب از پرکاربردترین  
ابزارهای نجومی زمان من بود که  
از آن برای پیش‌بینی موقعیت  
رصدی ستارگان و سیاره‌ها  
استفاده می‌شد.



دانشمند مشهور ایرانی، ابوریحان  
بیرونی، سرشناس‌ترین فردی بود  
که سال‌ها پس از من با بررسی  
زیچی که من تدوین کرده بودم،  
آثار درفشان خود را در زمینه نجوم  
پرید آورد. او حتی کتابی در تمایل  
زیچ من نوشت.



این نقشه از چه نظر نسبت  
به نقشهٔ یغرافیا بطلیموس  
که سال‌ها پیش ارائه شده  
است، برتری دارد؟

نقشه من از نقشهٔ بطلیموس دقیق‌تر  
است. من علاوه بر تعیین موقعیت  
شهرها، موقعیت کوه‌ها، دریاها و ... را  
هم شرح داده‌ام.

از من اثری هم در زمینهٔ  
یغرافیا بر جای مانده است.  
در این اثر، من موفق شدم  
نقشه‌ای دقیق از شهرهای  
ایران و هند و سرزمین‌های  
مجاور آن‌ها به دست آورم که  
شامل تعیین طول و عرض  
یغرافایی شهرها نیز می‌شود.



این هم دهانهٔ فوارزمی روی کره ماه است  
که به افتخار من نام‌گذاری شده

# دنیای انرژی

انرژی هسته‌ای چه کاربردی در زندگی ما دارد و چطور می‌توانیم در این رشته تحصیل کنیم؟

کمتر کسی را می‌توان پیدا کرد که اسم انرژی هسته‌ای به گوشش نخورده باشد. اصلاً مگر می‌شود در دنیای امروز بدون کمک گرفتن از فناوری هسته‌ای برخی کارها را پیش برد. شاید از خودتان پرسید: «انرژی هسته‌ای چه کاربردی دارد و چطور می‌توان در این رشته تحصیل کرد؟» اصلاً می‌دانستید که در تقویم کشور ما «روز ملی فناوری هسته‌ای» (۲۰ فروردین) وجود دارد؟ برای پاسخ به این سؤال‌ها متن زیر را بخوانید.

در پاسخ به این سؤال‌ها باید گفت که راه‌حل این مسئله، مدیریت مصرف و تنوع استفاده از سایر مدل‌های انرژی در هر کشوری است. پس علاوه بر استفاده از انرژی‌های فسیلی، برای تولید برق در نیروگاه‌ها یا سایر مصرف‌ها، مانند ماشین‌ها و ... باید از انرژی‌های دیگر نیز در این بخش کمک بگیریم.

استفاده از انرژی‌های تجدیدپذیر (برگشت‌پذیر) می‌تواند به ما برای رفع این مشکل کمک کند. انرژی‌های برگشت‌پذیر مثل انرژی باد، خورشید، زمین‌گرایی و ... مزیت‌های زیادی نسبت به انرژی فسیلی دارند. مثلاً می‌توانند توسط طبیعت در یک بازه زمانی کوتاه، مجدداً به وجود بیایند یا به عبارت دیگر، پس از مصرف به راحتی جایگزین شوند. این انرژی‌ها مشکلات آلودگی محیط‌زیست و اکوسیستم را ندارند. برای همین در سبد انرژی بیشتر کشورها، در حال رشد هستند.

## به فکر آیندگان باشیم

سید محمد ضیاءزاده، دکترای سیستم‌های انرژی

همه می‌دانند که مصرف انرژی هر سال نسبت به سال قبل افزایش پیدا می‌کند و بخش زیادی از این انرژی، به وسیله انرژی‌های فسیلی (حدود ۸۴ درصد) تأمین می‌شود. منابع انرژی‌های فسیلی محدود هستند، در نتیجه نمی‌توانند نیاز بشر امروز را کاملاً برطرف کنند.

علاوه بر این، مصرف بیش از حد این نوع انرژی باعث افزایش روند گرم‌شدن زمین می‌شود. نتیجه اینکه اگر مصرف انرژی‌های فسیلی به همین شکل ادامه پیدا کند، مشکلات زیادی برای اکوسیستم و نسل آینده ایجاد خواهد کرد. حتماً این سؤال به ذهن‌تان آمده است که: «پس چه باید کرد؟ آیا می‌توان چرخه اقتصاد دنیا را که وابسته به انرژی است، متوقف کرد یا باید با همین روش پیش رفت و اکوسیستم و محیط‌زیست را از بین برد؟»

## ۱۱. ضرورتین روز ملی فناوری هسته‌ای



فناوری هسته‌ای عبارت است از توانایی تبدیل «اورانیوم طبیعی» به «اورانیوم غنی‌شده» از طریق شکافت اتم‌ها که دارای کاربردهای علمی و صنعتی بسیار زیادی است. ۲۰ فروردین ۱۳۸۵ بود که دانشمندان ایرانی موفق به تولید چرخه کامل سوخت هسته‌ای در مقیاس آزمایشگاهی شدند.

با موفقیت دانشمندان و متخصصان ایرانی در زمینه دستیابی به فناوری غنی‌سازی اورانیوم، ایران در زمره کشورهای صاحب فناوری در غنی‌سازی اورانیوم در عرصه فعالیت‌های صلح‌آمیز قرار گرفت. پس از آن با تصویب «شورای عالی انقلاب فرهنگی»، به پاس قدردانی از تلاش‌های افتخار آفرین دانشمندان جوان ایرانی در دستیابی کشور به فناوری صلح‌آمیز هسته‌ای، ۲۰ فروردین در تقویم رسمی ایرانیان «روز ملی فناوری هسته‌ای» نام گرفت.

علاوه بر این نوع انرژی، شکل‌های دیگری از انرژی هم وجود دارند که می‌توان از آن‌ها کمک گرفت. یکی دیگر از انواع انرژی که می‌تواند به کاهش مصرف انرژی‌های فسیلی کمک کند، انرژی هسته‌ای است. پس می‌توان نتیجه گرفت که انرژی‌های نو و هسته‌ای، جایگزین‌های خوبی برای انرژی فسیلی به حساب می‌آیند و اهمیت زیادی دارند.

## چه رشته‌ای بخوانیم؟

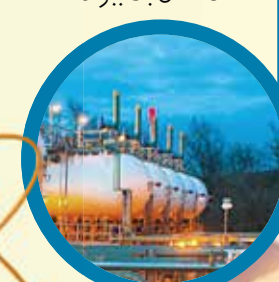
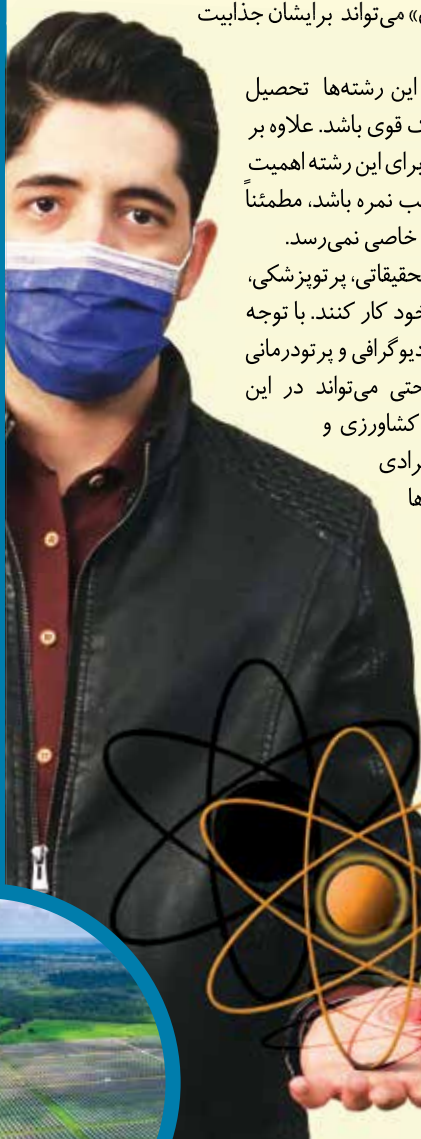
### محمد مهدی سعیدی؛ مهندس فیزیک هسته‌ای

دانش‌آموزانی که به مهندسی هسته‌ای یا فیزیک هسته‌ای علاقه دارند، باید رشته ریاضی و فیزیک را انتخاب کنند تا بتوانند برای ادامه تحصیل در دانشگاه، وارد رشته مهندسی هسته‌ای یا فیزیک هسته‌ای شوند. آن دسته از دانش‌آموزانی که به بررسی ساختار و هسته اتم علاقه دارند و بیشتر از کارهای پژوهشی و علمی لذت می‌برند، بهتر است که رشته «فیزیک هسته‌ای» را ادامه بدهند. اما اگر به کارهای عملی بیشتر علاقه دارند، «مهندسی هسته‌ای» می‌تواند برایشان جذابیت بیشتری داشته باشد.

کسی که می‌خواهد در هر کدام از این رشته‌ها تحصیل کند، باید در درس‌های ریاضی و فیزیک قوی باشد. علاوه بر این، داشتن روحیه کاوشگری و پشتکار برای این رشته اهمیت دارد. اگر کسی فقط بخواهد دنبال کسب نمره باشد، مطمئناً در هیچ کدام از این رشته‌ها به موفقیت خاصی نمی‌رسد.

فارغ‌التحصیلان می‌توانند در کارهای تحقیقاتی، پرتویز شکمی، صنعت و کشاورزی، مرتبط با رشته خود کار کنند. با توجه به اینکه در بسیاری از مراکز درمانی، رادیوگرافی و پرتودرمانی وجود دارد، مهندس هسته‌ای به راحتی می‌تواند در این گرایش وارد بازار کار شود. البته در کشاورزی و صنعت هم می‌تواند فعالیت کند. افرادی

که دوست دارند در یکی از این شاخه‌ها درس بخوانند و شغل داشته باشند، باید توجه کنند که برای موفقیت و پیشرفت لازم است دانش خود را تا حد امکان بالا ببرند.



۱

جای علامت سؤال عدد مناسب را حدس بزنید و بنویسید.

$$۴۴۵۸ = ۱۱$$

$$۲۲۳۲ = ۱$$

$$۵۶۷۸ = ۱۴$$

$$۷۹۲۱ = ?$$

۲

ارزش عددی کادو و درخت را پیدا کنید و جای علامت سؤال عدد درست را قرار دهید.

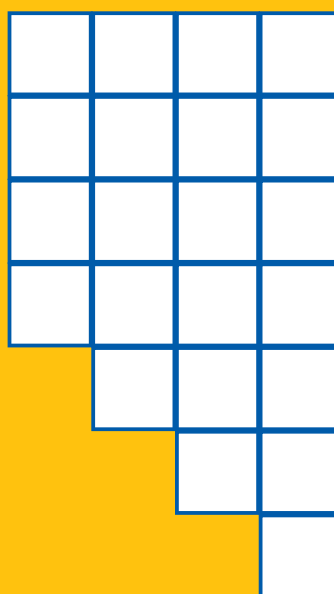
$$۲ \times \text{کادو} + \text{درخت} + ۳ = ۳۵$$

$$۳ \times \text{کادو} + \text{درخت} + ۱ = ۱۴$$

$$\text{درخت} \times \text{کادو} + \text{کادو} = ?$$

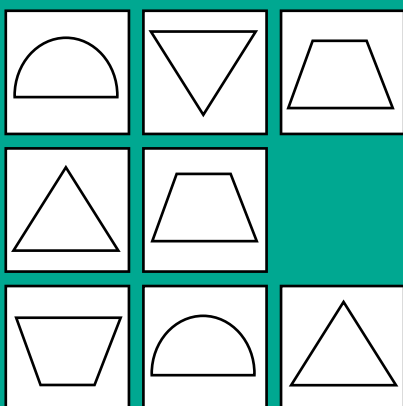
۳

تعداد مربع‌هایی که در این شکل می‌بینید، چندتا است؟



۴

باتوجه به رابطه‌ای که در این شکل‌ها می‌بینید، در جای خالی کدام شکل باید قرار بگیرد؟



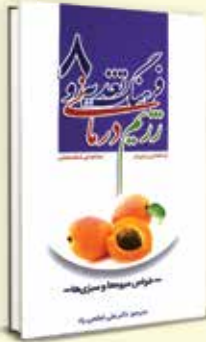
بیشتر بخوانیم

فرهنگ تغذیه و ۸...

غذاهای زیان‌بار، غذاهای شفا بخش

مؤلف: جو شوارکز مترجم: علی ابطی‌راد

ناشر: تیمورزاده سال چاپ: ۱۳۹۹



این کتاب از مجموعه‌ای هشت‌جلدی، در مطالبی فشرده و کاربردی، به زبان ساده، خواص میوه‌ها و سبزی‌ها را شرح داده است. در هر فصل از کتاب محتوایی کاربردی آمده است؛ از جمله فایده‌های غذایی آجیل و تنقلات، آلو و گوجه، انجیر، باقلا، بروکلی، پنیر، تخم‌مرغ، خرمالو، گلابی و گوشت.

جای علامت سؤال چه عددی باید قرار دهید؟



$$\begin{array}{r} 71 \\ 2 \\ \hline 61 \quad 5 \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 90 \\ ? \\ \hline 24 \quad 6 \end{array}$$

در چه شرایطی معادله زیر می‌تواند درست باشد؟



$$20 - 1400 = 20 + 1300$$

سودوکو



		۹		۴				
					۵	۳	۱	
	۶	۱			۸		۵	
		۵	۴			۲		۳
	۱				۷			۸
	۸					۷	۶	
۳		۶		۱	۹	۴		
۷								
		۴		۵		۶	۲	۷

در این جدول عددهای ۱ الی ۹ را در هر ردیف افقی بدون تکرار قرار دهید و این کار را در ستون‌های عمودی هم انجام دهید. در ضمن در هر ناحیه ۳×۳ از جدول نیز عددهای ۱ الی ۹ را طوری قرار دهید که هیچ یک از عددها تکراری نباشد (برای راهنمایی‌تان تعدادی از عددها را در محل‌هایشان قرار داده‌ایم).

ارزش عددی همبرگر و سیب‌زمینی را پیدا کنید.



$$\begin{array}{l} \text{Fries} + \text{Burger} + \text{Burger} = 35 \\ \text{Burger} - \text{Fries} = 10 \\ \text{Burger} \times \text{Fries} = 75 \\ \text{Burger} = ?? \quad \text{Fries} = ?? \end{array}$$

**اگر درس نخوانی ...**

«تخت لغتی! بیمارستان لغتی! یعنی من هیچ وقت از روی این تخت بلند می‌شوم؟ چطور باید ورزش کنم؟ اصلاً دیگر می‌توانم ورزش کنم؟»

زهرآر بار که از خواب بیدار می‌شود، این فکرها به ذهنش هجوم می‌آورند. تا همین چند روز قبل، او رؤیاهای زیادی داشت. از کودکی ورزش می‌کرد و ورزش بخشی از زندگی‌اش شده بود.

روها با شبها با المپیک ورزش می‌کرد و شبها با رویای المپیک نمایندگی تکواندوی ایران داشت در المپیک خواهد بود و امید مدال کسب کند. برای ایران مدال کسب کند. اما همه چیز در یک لحظه از بین رفت! راستی چرا باید این اتفاقات برای او می‌افتاد؟

**آغاز فعالیت‌های ورزشی**

زهرآر اعتقاد داشت که هر اتفاقی در زندگی مصلحتی دارد و حتماً مصدومیت او هم مصلحتی داشته است. مدتی گذشت تا با شرایط جدید در زندگی‌اش خو گرفت و به کمک مادر خود، فعالیت خود را آغاز کرد.

مدتی گذشت و چند کمان و تیر مخصوص رشته تیراندازی با کمان برای آن مرکز فرستاده شد. حالا فرصتی مناسب بود که او و دیگران، توانایی‌های خود را نشان بدهند.

**دختری با رؤیاهای بر باد رفته**

زهرآر معنی ماهها روی تخت بود و به اجبار به تنگلی منظم برنامه‌های مخصوص برای بهبود خود را انجام می‌داد. در این شرایط همه اعضای خانواده در کنارش بودند و کمکش ولی دیگر هرگز را شکست داده بود.

بایاهای خود بایستد. تمام رؤیاهای او برای حضور در تکواندوی المپیک بر باد رفته بود.

**ببرد مرگ و زندگی**

زهرآر تا سال‌ها این رشته را رها نکرد و وقتی که برای قبولی در دانشگاه درس می‌خواند هم او آن تیر را به ورزش اختصاص داده بود. سرانجام هم در دانشگاه قبول شد. در شهری نزدیک کرمان، به این ترتیب او می‌توانست هر چند روز یک بار، سری به خانواده خود بزند. در یکی از همین سفرها به سمت جاده بود که از همین زهرآر در آن نرسیده بود، تصادف شدیدی کرد و آسیب شدیدی به ستون فقرات و نخاع او وارد شود.

وقتی پزشک می‌خواه را عمل کرد، به بهانه حقوق است زهرآر «هیچ چیز مشخص نیست. ممکن است او زنده نماند. احتمال مرگ و زندگی‌اش مساوی است»



**دختری با رؤیاهای رنگین کمانی**



# جواب - سرگرمی

۱: عدد ۱۱

$$۴۴۵۸ = (۴ \times ۴) + (۵ \times ۸) = ۱۶ + ۴۰ = ۵۶ = ۵ + ۶ = ۱۱$$

$$۲۲۳۲ = (۲ \times ۲) + (۳ \times ۲) = (۴ + ۶) = ۱۰ = ۱ + ۰ = ۱$$

$$۵۶۷۸ = (۵ \times ۶) + (۷ \times ۸) = ۳۰ + ۵۶ = ۸۶ = ۸ + ۶ = ۱۴$$

$$۷۹۲۱ = (۷ \times ۹) + (۲ \times ۱) = (۶۳ + ۲) = ۶۵ = ۶ + ۵ = ۱۱$$

۲: ارزش عددی کادو صفر و ارزش عددی درخت ۱۳

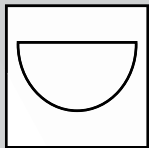
$$۳ + ۱۳ + ۰ \times ۲ = ۱۶$$

$$۱ + ۱۳ + ۰ \times ۳ = ۱۴$$

$$۰ + ۰ \times ۱۳ = ۱۳$$

۳: ۴۰

۴: در هر ردیف سه شکل وجود دارد که یکی از آنها وارونه است.



۵: عدد ۱۱

$$۷۱ = ۶۱ + ۲ \times ۵$$

$$۹۰ = ۲۴ + ۱۱ \times ۶$$

۶: در مورد ساعت (علامت اختصاری بعد از ظهر با Pm نشان داده می شود). بنابراین:

$$۱:۲۰ + ۲۰ = ۱:۴۰ \quad ۱:۰۰ + ۲۰ = ۱:۲۰$$

$$۱:۴۰ - ۴۰ = ۱:۰۰ \quad ۲:۰۰ - ۴۰ = ۱:۲۰$$

۷: همبرگر ۱۵ و سیب زمینی ۵

۸:

۵	۳	۹	۱	۴	۶	۸	۷	۲
۸	۴	۷	۹	۲	۵	۳	۱	۶
۲	۶	۱	۳	۷	۸	۹	۵	۴
۶	۷	۵	۴	۸	۱	۲	۹	۳
۹	۱	۲	۶	۳	۷	۵	۴	۸
۴	۸	۳	۵	۹	۲	۷	۶	۱
۳	۲	۶	۷	۱	۹	۴	۸	۵
۷	۵	۸	۲	۶	۴	۱	۳	۹
۱	۹	۴	۸	۵	۳	۶	۲	۷

## هرگز تسلیم نشو!

تمرین، تمرکز و قدرت اراده باعث شد که زهرا سریع تر از هر ورزشکار دیگری پیشرفت کند. مدتی بعد به تیم ملی تیر و کمان دعوت شد و با امتیازاتی که به دست آورد. او در پارالمپیک ۲۰۱۲ (المپیک مخصوص ناتوانان و معلولان که در لندن برگزار می شد) یک مدال طلا و یک برنز برای ایران کسب کرد.

## افتخاری دیگر برای ایران

اما کار بزرگ زهرا در سال ۲۰۱۶ بود. او با امتیازاتی که کسب کرد، موفق شد هم در بازی های المپیک ریو (در برزیل) شرکت کند و هم در مسابقه های پارالمپیک. در طول تاریخ المپیک، تنها ۱۲ نفر از سراسر جهان این افتخار را داشتند که هم در المپیک و هم در پارالمپیک شرکت کنند و نعمتی نفر سیزدهم بود. او در پارالمپیک ۲۰۱۶ یک طلای دیگر هم برای ایران به ارمغان آورد و امسال در صورت برگزاری پارالمپیک توکیو (ژاپن) بار دیگر برای افتخار کشور خود تلاش می کند.

نعمتی هرگز تسلیم نشد. شما هم هر وقت خواستید در زندگی تسلیم شوید، داستان زندگی او را مرور کنید!

## زمین تماشایی

زمین در سوادکوه مدام در حال تغییر ارتفاع است. این تغییر ارتفاع باعث تغییر پوشش گیاهی و ایجاد مناظر متنوع شده است. سوادکوه بخشی از کوهستان مرکزی البرز است. به همین خاطر ارتفاعات آن همیشه یکی از خنک‌ترین مناطق مازندران به حساب می‌آید. در ارتفاعات بالاتر از دوهزار متر، تجمع درختان کم‌تعداد و زمین به مرتع و چمنزار تبدیل می‌شود.



## زیبایی‌های برنج

یکی از زیباترین مناظر سوادکوه دورنمای مزرعه‌های برنجی است که در دامنه کوه‌ها جا دارند. این مزرعه‌ها در مناطق کوهستانی به خاطر شیب زیاد زمین پله‌پله‌ای هستند. در این مناطق ارتفاعات بر مزرعه‌ها مسلطاند و می‌شود از بالا بلندی، شالیزارهای کرت‌بندی‌شده برنج و کومه‌های شالی کاران را تماشا کرد. اهالی سوادکوه می‌گویند برنج سوادکوه بسیار خوش‌طعم و عطر است و کسی که مزه این برنج زیر دندان‌ش رفته باشد، برنج دیگری نمی‌خورد.



## سپین مثل سرسبزی‌های بی‌پایان

## گشت و گذاری در سوادکوه در فصل زایش طبیعت

بعضی تاریخ‌نگاران معتقدند فشردگی جمعیت، درختان روئیده بر کوه‌ها و سیاهی سایه آن‌ها باعث می‌شود، کوه‌های این ناحیه تیره و سیاه‌رنگ به نظر برسند. به همین خاطر، این بخش از البرز میانی را سوادکوه یا «کوه سیاه» نام گذاشته‌اند. اما سوادکوه تنها کوه‌های پوشیده از سرسبزی نیست، سوادکوه شالیزارهای برنج، مردمان خوش‌مشرب، تاریخ کهن، آبشارهای دائمی، دریاچه‌های زیبا و افسانه‌ها و داستان‌های شنیدنی را نیز شامل می‌شود. اگرچه سوادکوه از دریای خزر و موج‌های همیشگی‌اش فاصله دارد، اما به قدری دیدنی و شنیدنی‌هایش جذاب هستند که گردشگران را حسابی سرگرم می‌کنند. آن قدر سرگرم که شاید حتی هوای دریا را از سر بیرون کنند.

## پاپوود پیک حاکم

این برج مقبره یکی از حاکمان محلی در روستای «لاجیم» است و صدها سال است که در ارتفاعات سوادکوه یاد و خاطره «کیا جلیل ابوالفوراس» را زنده نگه داشته است. مقبره‌های شمال ایران سر و شکلی متفاوت از آرامگاه‌های مناطق مرکزی ایران دارند. بعضی از آن‌ها مثل برج لاجیم به شکل یک میل هستند. میل‌هایی که می‌توانستند بین کوه‌های پوشیده از درخت، نقش راهنما را برای مسافران داشته باشند.



## جاذبه‌های آبی

بسیاری از زیبایی‌های سوادکوه را آب‌های این منطقه به وجود آورده‌اند. آب‌هایی که در شکاف کوه‌ها و گودی زمین به شکل رودخانه، آبشار یا دریاچه ظاهر می‌شوند و به طبیعت اطرافشان طراوت و زیبایی هدیه می‌دهند. دریاچه سنبل‌رود، نزدیک شهر «شیرگاه»، یکی از این جاذبه‌های طبیعی و تفریحی است. اگر به نقشه هوایی سوادکوه نظری بیندازید، آبگیرها و دریاچه‌های طبیعی و غیرطبیعی بسیاری در این محدوده پیدا خواهید کرد. «شورمست»، «لقور» و «سلیمان‌تنگه» نام چند نمونه از آن‌هاست.



## تماشاگران در قطار

سفر با قطار در سواد کوه سفری به یادماندنی است. خط آهن در سواد کوه دور کوه‌ها می‌پیچد، از روی پل‌ها می‌گذرد و از کوهی به کوه دیگر می‌رود. یکی از هیجان‌انگیزترین بخش‌های راه آهن شمال همین پل تاریخی «ورسک» است که در نزدیکی «شهر پل سفید»، در ارتفاع ۱۱۰ متری ساخته شده است. بعضی مسافران قطار تهران - ساری یا همان قطاری که رفته‌اند، برمی‌گردند. آن‌ها تماشاگرانی هستند که تنها قصدشان از سفر، تماشای زیبایی‌های شمال ایران از قاب پنجره قطار است.

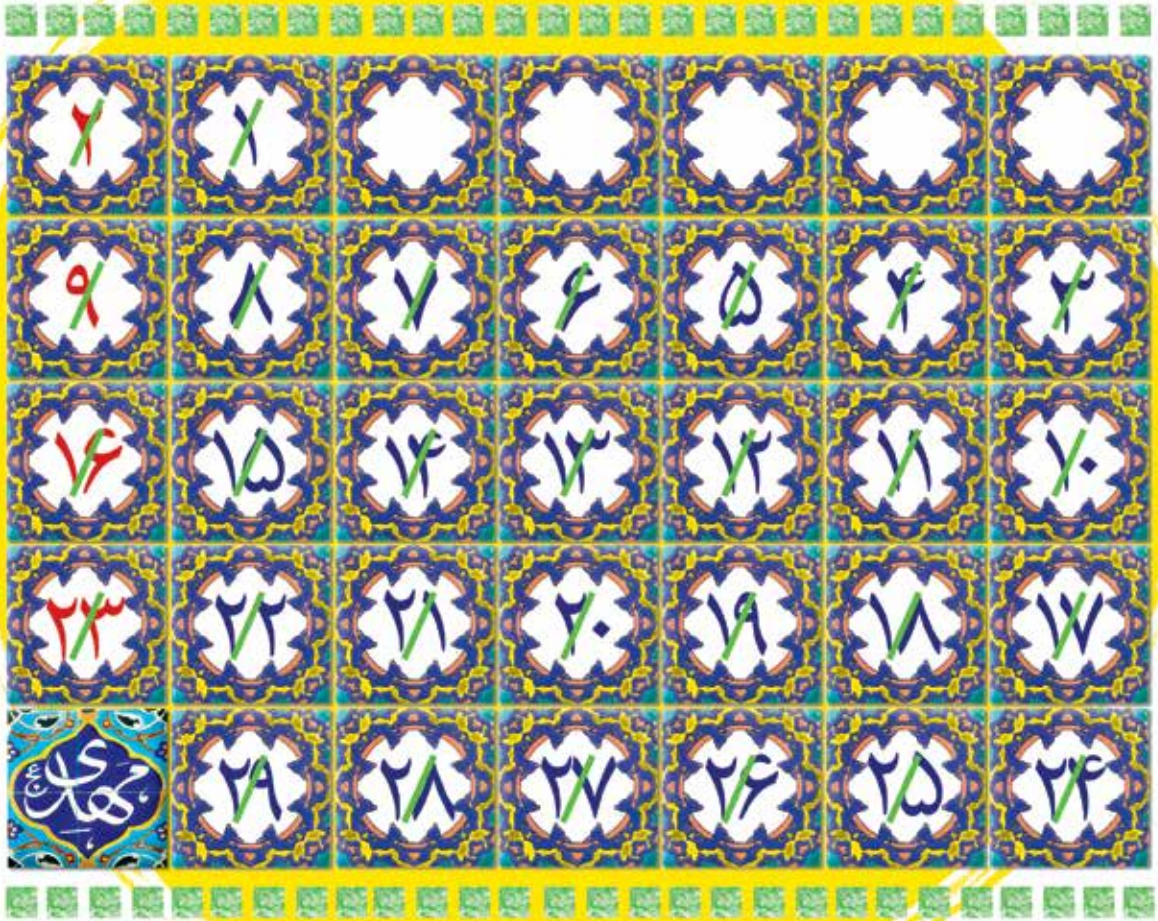


## زندگی در میان کوه‌ها

در سواد کوه شهرها بیشتر در فاصله کوه یا بر شیب دامنه‌ها ساخته شده‌اند و دشت و زمین مسطح کمتر یافت می‌شود. در این منطقه تقریباً هیچ جای زمین از سرسبزی خالی نیست. کوه‌ها را درختانی چون افرا، توسکا، بلوط، سرخدار، سردار و اغلب راش از آن خود کرده‌اند. کشاورزان هر جایی زمین مسطح یافته‌اند، دست به کار شده‌اند و در آن کشت و زرع کرده‌اند.



شاید این جمعہ بیاید...



طرح و ایده: وحید حقی

ماہِ رجبِ محمّدی  
یہ مجاہدین ابنِ بطوین