

نوجوانان



roshdmag.ir

ISSN: 1606-9072

ماهنامه آموزشی و تربیتی برای دانش آموزان دوره اول متوسطه
دوره چهارم و چهارم • مهر ۱۴۰۴ • شماره پیدرپی ۳۴۶ • ۴۸ صفحه

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



صدای پای مدرسه، صدای پای پیروزی

◀ کتاب خواندن
به چه درمان می‌خورد؟
◀ لذت زندگی فرازمینی
◀ رفیق مصنوعی

یادت تنهایی ام را چراغان می کند

«سعیده اصلاحی»

در این دنیای سیاه و سفید
سیب‌های نقاشی‌ام هنوز کال‌اندو در آشیانه‌های خالی
جوجه گنجشکی به دنیا نیامده است
تنها مانده‌ام مثل ستاره‌ای کوچک و کم‌نور
پشت ابری ضخیم...

اما در همین لحظه
یادت از خواب بیدارم می کند
و یادم می‌دهد چطور خودم را به پنجره‌ها برسانم
ابر و آفتاب را در آغوش بگیرم
و فواره رنگین کمان را باز کنم...
یادت همیشه تنهایی‌ام را چراغان می کند

«و هُوَ مَعَكُمْ أَيْنَ مَا كُنْتُمْ»:
هر جا باشید، او با شماست.
سوره حدید- آیه ۴



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

شورای برنامه‌ریزی، مجید عمیق، حبیب یوسف‌زاده، بابک نیک‌طلب، مریم فردی، یاسمن رضائیان، سعیده اصلاحی، علیرضا نبی

نشانی دفتر مجله: تهران / صندوق پستی: ۱۵۸۷۵/۶۵۸۳ • تلفن: ۸۸۸۴۹۰۹۷ • پیامک: ۳۰۰۰۸۹۶۹۶

وبگاه: www.roshdmag.ir

رایانامه: nojavan@roshdmag.ir • چاپ و توزیع: شرکت افست

● از تباطؤ با ما: اگر انتقاد یا پیشنهادی درباره شکل و محتوای مجله یا چگونگی توزیع آن دارید، با شماره تلفن ۱۴۸۲ ۸۸۳۰۱ - ۰۲۱ تماس بگیرید و پس از شنیدن صدای پیام گیر، کد مورد نظرتان 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 پیش‌دستان و دانش‌آموزان پایه اول ابتدایی، رشد نوآموز، برای دانش‌آموزان پایه‌های دوم و سوم ابتدایی، رشد دانش‌آموز، برای دانش‌آموزان پایه‌های چهارم، پنجم و ششم ابتدایی، رشد جوان، برای دانش‌آموزان دوره متوسطه دوم / رشد برهان (نشریه ریاضی دوره دوم متوسطه) / رشد برهان (نشریه ریاضی دوره اول متوسطه).
آرای مندرج در مقاله‌ها، ضرورتاً مبنی نظر دفتر انتشارات و فناوری آموزشی نیست و مسئولیت پاسخگویی به پرسش‌های خوانندگان، با خود نویسنده یا مترجم است.

● مدیر مسئول: سید سعید بدیعی
● سردبیر: علی اصغر جعفریان
● مدیر داخلی: زهره کریمی
● ویراستار: پهلوز راستانی
● مدیر هنری: کوروش پارسائزاد
● طراح گرافیک: سید جعفر ذهنی
● دبیر عکس: اعظم لاریجانی

قیمت: ۳۰۰,۰۰۰ ریال

خانواده مجلات رشد همه تلاش خود را کرده است تا این مجله در دسترس عموم دانش‌آموزان قرار گیرد و همه کودکان و نوجوانان مهن عزیز اسلامی‌مان امکان تهیه آن را داشته باشند.

به نام خدای مهربان

صدای پای مدرسه، صدای پای پیروزی

مهرماه شروع دوبارهٔ مدرسه است. آغاز یادگیری چیزهای جدید است. فرصتی برای قد کشیدن علم و معرفت است. با شروع فصل پاییز، بذر تعلیم آمادهٔ کاشتن در ذهن‌های مستعد و پر بار دانش‌آموزان می‌شود. مهرماه یک زندگی تازه است. آغاز دیدارهای تازه با دوستان قدیم و جدید، با معلمان مهربان، با مدیر و ناظم، و بابای مدرسه است. بی‌شک این دیدارها با خود موجی از شادی و هیجان را در فضای پر مهر مدرسه به ارمغان می‌آورد. القصه، حس باز شدن مدرسه فقط به چهار دیواری مدرسه خلاصه نمی‌شود. تو گویی همه جا مدرسه شده است. خانه، کوچه و خیابان، شهر و روستا همه جا حس و حال مدرسه به خود می‌گیرد. هر جا چشم می‌چرخانی، دانش‌آموزان پر نشاطی را می‌بینی که با کوله‌پشتی پر خاطره به سوی مدرسه شادی‌کنان در حرکت‌اند. تو گویی بوی عطر مدرسه همه جا پراکنده شده است. و اما امسال حس و حال بازگشایی مدرسه‌ها با تمام سال‌های قبل فرق دارد. امسال در دیوار مدرسه‌ها و شهرها به تصویر دانش‌آموزان، دانشمندان، سرداران و هم‌میهنان شهید در جنگ تخمیلی ۱۲ روزه مزین است؛ عزیزی که در ابتدای تابستان به مظلومانه‌ترین شکل ممکن به دست جلادترین رژیم تاریخ، یعنی رژیم صهیونیستی، به شهادت رسیدند. امسال حیاط مدرسه شور و حالی وصف ناشدنی دارد.

قطره‌های اشک از چشمان معصوم دانش‌آموزان سرازیر است. آن‌ها دل تنگ هم‌کلاسی‌های شهیدشان هستند.

بی‌شک آن‌ها در دل خود می‌گویند و فریاد برمی‌آورند تا دنیا بداند: «اگر جسم هم‌کلاسی‌های ما را دشمن جنایتکار از ما گرفته است، اما مطمئن باشید یاد و راه شهیدان ما هرگز برای لحظه‌ای از قلب و دل ما دور نخواهد شد! ما دانش‌آموزان به همراه معلمان و اولیای خود در ابتدای سال تحصیلی با شهیدانمان پیمان می‌بندیم تا با درس خواندن بیش از پیش و مضاعف، به راه شهیدان ادامه دهیم. ایران اسلامی را به بلندترین قله‌های معرفت و دانش برسانیم و این‌گونه پرچم پیروزی را به اهتزاز در آوریم.»

روح شهیدان شاد

علی‌اصغر جعفریان

۱- صدای پای مدرسه، صدای پای پیروزی

۲- یک داستان شیرین

۳- کتاب خواندن به چه دردمان می‌خورد؟

۴- علم آموختن سرمایه‌گذاری است

یا تکلیف و وظیفه؟

۵- شاعرانه

۶- لذت زندگی فرازمینی

۷- سکوی پرتاب مدرسه

۸- رفیق مصنوعی

۹- ما می‌توانیم

۱۰- ستارهٔ خرمشهر

۱۱- جدول

۱۲- روش‌های یادگیری

۱۳- چوب بستنی روکی لیس بزنه!

۱۴- تک چرخ نیلوفری

۱۵- گنج نامرئی

۱۶- چه دانشی کسب کردی؟

۱۷- دنیای هوشمند چیزها

۱۸- پروانگی

۱۹- غزل دور از خانه

۲۰- راه فردا، از همین حالا

۲۱- ملاقات رؤیایی

۲۲- گام اول، آمادگی

۲۳- کشف چهارگوش خان

۲۴- بازی ذهن

۲۵- روزهای مانا

۲۶- توپ و تور

۲۷- پنجره‌های بهشتی

۲۸- جوش‌های نوجوانی؛ مهمان‌های ناخوانده!



برای اشتراک مجله
رمزبند را پویش کنید.

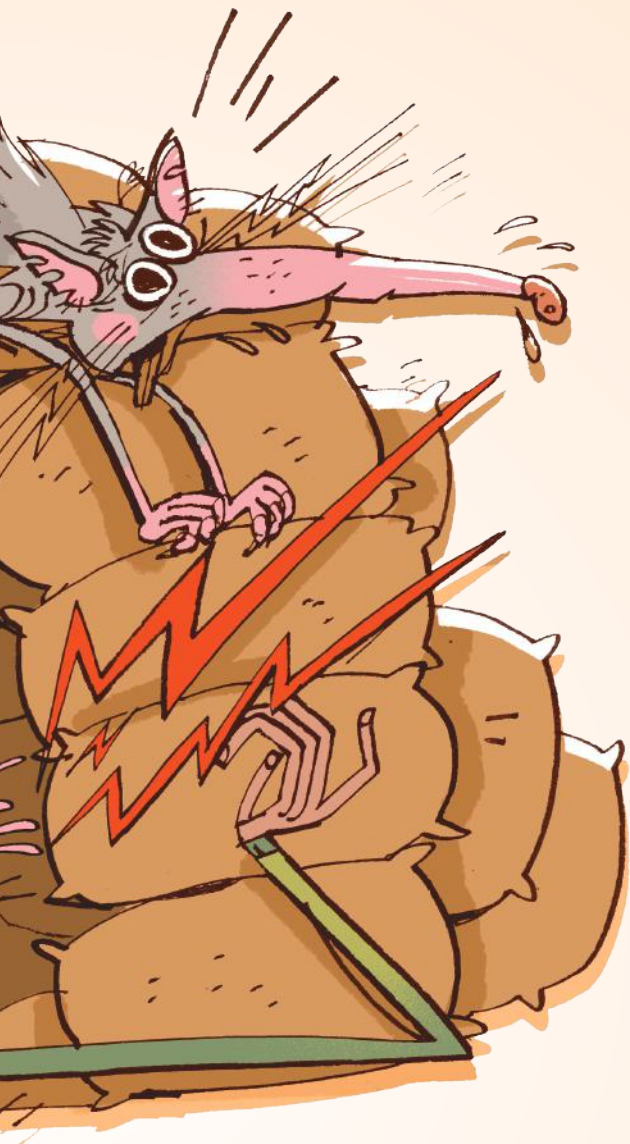


نشانی کانال مجلهٔ رشد نوجوان
متوسطهٔ اول در پیام رسان شاد
@ROSHD_NOJAVAN



وبگاه نظرسنجی مجلات





یک داستان شیرین

احمد عربلو

نویسنده: سید هینم موسوی

داستان
ماه

۲

نوجوان

شماره ۱۱ مهر ۱۴۰۴

به خنده من می‌خندد، و گرنه خبری از ماجرا ندارد! سعید از آن بسیجی‌های خیلی شوخ بود. حرکاتش آرام و جدی بود، اما در همان حال جدی، حرف‌های خنده‌داری می‌زد. وقتی که حاج‌تقی، پیرمردی که مسئول تدارکات بود و همیشه به‌عنوان پیش‌نماز جلوی صف نماز می‌ایستاد، در حال رفتن به سمت انبار تدارکات بود، سعید او را صدا زد و خیلی جدی گفت: «حاج آقا! این دو تا آقایون، وسط دو نماز خندیدند و از نمازخانه آمدند بیرون!»

حاج تقی همان‌طور که راه می‌رفت به شوخی گفت: «عیبی ندارد! خنده این‌ها هم خوب است. وسط نماز که نخندیدند، بین دو نماز خنده‌شان گرفته...»

از شوخی کردن جدی سعید کمی جا خوردیم. خنده‌هایمان را خوردیم و وقتی که حاج‌تقی از کنارمان عبور می‌کرد نیم‌خیز شدیم. حاج‌تقی به شوخی گفت: «به‌به! آقایان خنده‌رو! نماز دوم یادتان نرود... و گرنه، خودم می‌آیم بالای سرتان تا نمازتان را سر وقت بخوانید.» حاج‌تقی که رفت، سعید جلو آمد و خیلی جدی گفت: «خیال نکنید شوخی می‌کند! این حاج‌تقی سر

بر دل سیاه شیطان لعنت! عجب کاری بود که کردیم! البته زیاد هم تقصیر ما نبود. تقصیر آن موش بزرگ صحرائی بود که یکهو بی‌هوا سروکله‌اش وسط نمازخانه پیدا شد. نمازخانه زیرزمین بود. معلوم بود که آن موش لعنتی از سوراخ‌سنبه‌های آنجا راهی به داخل پیدا کرده بود. همه ما بسیجی‌ها داخل نمازخانه که بیشتر شبیه یک پناهگاه بزرگ زیرزمینی بود، مشغول نماز خواندن بودیم. من توی سجده بودم که یکهو موش بخت‌برگشته که دنبال راه فراری بود، به‌سرعت یک دوندۀ دوی صدمتر، مثل فشفشه از کنار صورتم گذشت و در یک لحظه با بینی بزرگ سعید که کنار من به سجده رفته بود برخورد کرد. آن وقت مسیروش را به‌کلی عوض کرد و برخلاف جهت قبل، دوباره به میان صف نماز دوید. سعید ناخودآگاه با وحشت سر از سجده برداشت. نمی‌دانست چه اتفاقی افتاده است! کمی هاج و واج اطرافش را نگاه کرد و بعد که دید خبری نیست، نمازش را همراه بقیه که سر از سجده برداشته بودند، ادامه داد. نماز اول که تمام شد، نمی‌توانستم حالت وحشت‌زده سعید را که بی‌هوا از جا پرید، از یاد ببرم. بین دو نماز وقتی که با او دست دادم، خنده‌ام گرفت. هنوز گیج آن ضربه بود! نتوانستم جلوی خنده‌ام را بگیرم. محمد، دوستم که اصلاً متوجه ماجرا نشده بود، از خنده من خنده‌اش گرفت. گاهی وقت‌ها شاید برای شما هم پیش آمده باشد که بیخودی خنده‌تان بگیرد. نتوانستیم خودمان را کنترل کنیم. از نمازخانه بیرون دویدیم و روی خاکریز افتادیم و مثل دیوانه‌ها شروع به خندیدن کردیم. چهره وحشت‌زده سعید، یک لحظه هم یادم نمی‌رفت.

نماز که تمام شد، بچه‌ها از نمازخانه بیرون آمدند. با دیدن سعید که هاج و واج ما را نگاه می‌کرد، خنده‌مان بیشتر شد. سعید نزدیک آمد و با حالتی مشکوک گفت: «کار شما بود، نه؟ وسط نماز هم شوخی می‌کنید؟ چی بود زدید توی صورت من؟ الهی که آتش جهنم نوش جانتان شود!» گفتیم: «آقا سعید به خدا موش بود! دماغت مانع فرارش شد و موش بدبخت کمانه کرد و رفت یک طرف دیگر... این محمد آقا هم



نماز که تمام شد، گفتم: «مرد حسابی! چرا موقع نماز خواندن داد و هوامی کردی؟! ندیده بودیم این جورى با این صدای بلند، کسی نماز بخواند. حمد و سوره را که با فریاد نمی خوانند!» محمد گفت: «شلوغش نکن. می خواستم حاج تقی صدایم را بشنود و بفهمد که داریم نمازمان را می خوانیم!» از تعجب داشتم شاخ در می آوردم. یک شوخی نابه جای سعید، ترس از حاج تقی را به جان محمد انداخته بود! تعجب من وقتی بیشتر شد که دیدم حاج تقی دارد به این سو می آید! به ما که رسید، گفت: «کدامتان با داد و بیداد نماز می خواندید؟!»

محمد گفت: «من حاج آقا! گفتم صدایم را بشنوید و بداند که دارم نماز می خوانم!»

حاج تقی گفت: «مگر بچه شندی؟ مگر نماز را برای من می خوانی؟! پسر خوب! باید نمازت را دوباره بخوانی!» گفتم: «حاج آقا! این بنده خدا که نمازت را خواند. چرا دوباره بخواند؟!» حاج تقی گفت: «اول اینکه حمد و سوره نماز ظهر و عصر را باید آرام خواند. دوم اینکه به فرموده مجتهدین بزرگوار، اگر کسی در خواندن حمد و سوره، بیشتر از حد معمول صدایش را بلند کند و مثل آن باشد که آن را با فریاد بخواند، نمازش باطل است! این دوست عزیز ما که دو برابر داشت داد می زد!»

محمد نمی دانست چه بگوید! سعید نزدیک تر آمد و دستی روی شانه محمد زد و با همان جدیت همیشگی گفت: «پسر! تا تو باشی که از برخورد یک موش با بینی این جانب بیخودی نخندی! حالا طبق فرموده حاج تقی دوباره نمازت را بخوان و بعد بیا برویم کمی درس جدی بودن به تو بدهم که هر حرفی را فوری قبول نکنی!» و بعد همگی با هم خندیدیم.

نماز با هیچ کس شوخی ندارد. حرفی هم که زد راست بود! کوتاهی کنید، حسابتان با اوست! از من گفتن بود!» محمد یکهو خنده اش را خورد. او تازه آنجا آمده بود و با اخلاق حاج تقی آشنایی نداشت. فکر کرد که سعید راست می گوید! گفت: «من همین الان نماز دومم را هم می خوانم. خدا و کیلی کار بدی هم کردیم که توی نمازخانه خنده مان گرفت.» گفتم: «آقا محمد! این آقا سعید شوخی می کند. حاج تقی چه کار به این کارها دارد؟! سعید دوباره گفت: «از من گفتن آقا محمد! به خاطر این کارتان، حاج تقی دمار از روزگارتان در می آورد!» محمد از جا بلند شد. چفیه اش را روی زمین پهن کرد. مهری روی سجاده گذاشت و شروع به خواندن نماز عصر کرد. من هم آرام مشغول نماز شدم. حاج تقی رفته بود چند سنگر آن طرف تر که به کارهای بچه ها برسد. محمد چنان حمد و سوره اش را بلندبلند و با فریاد می خواند که انگار از خدا کلی طلب دارد!

کتاب خواندن به چه دردمان می خورد؟

یاسمن رضائیان

کوچه
دوست

۴

نوجوان

شماره ۱۱ مهر ۱۴۰۱

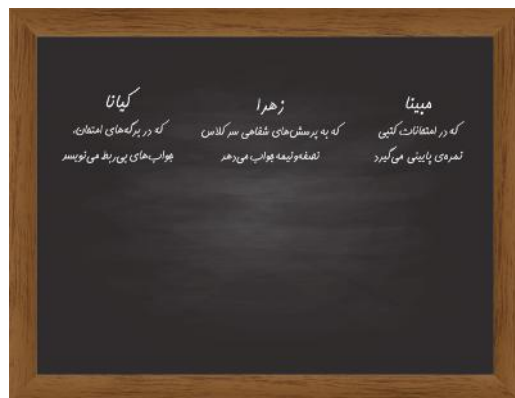
روز اول که معلم فارسی سر کلاس آمد گفت: «بچه‌ها امسال علاوه بر کتاب درسی می‌خواهیم کتاب داستانی هم بخوانیم. البته این خواندن یک خواندن معمولی نیست، بلکه بخشی از طرح درس‌مان است و می‌خواهیم بخشی از درس را این طوری یاد بگیریم.»

همین که خانم سیادت این حرف را زد، از هر گوشه کلاس زمزمه‌های بلند شد:

ای بابا، کتاب مدرسه کم بود، یک کتاب دیگر هم اضافه شد!
چه خوب! من عاشق کتابم. کاش کتاب ترسناک انتخاب کنیم!

حالا یعنی باید از این کتاب هم امتحان بدهیم؟!
خانم، می‌شود بگویید چرا باید کنار کتاب درسی یک کتاب دیگر هم بخوانیم؟ چرا باید کار خودمان را زیاد کنیم؟!

خانم سیادت گفت: «آفرین، سؤال خیلی خوبی کردی. اگر کلاس ساکت باشد، می‌خواهم درباره این موضوع توضیح بدهم.»
زمزمه‌های کلاس آرام شد و خانم سیادت بلند شد و پای تخته رفت و روی تخته نوشت:



خانم سیادت حرفش را این طور شروع کرد: «بچه‌ها من طی سال‌ها تدریس، دانش آموزهای زیادی دیده‌ام، می‌خواهم درباره سه تا از این دانش آموزها حرف بزنم: مبینا، زهره و کیانا.»

داستان مبینا

مبینا دانش آموز درس خوانی بود، اما همیشه سر امتحان‌های کتبی نمره پایینی می‌گرفت. در حالی که اگر از او امتحان شفاهی می‌گرفتی، نمره اش خوب می‌شد. نمره‌های پایین امتحان‌های کتبی خانواده اش را نگران کرده بود. آن‌ها می‌گفتند مبینا همیشه سر امتحان‌های کتبی دچار فشار روانی می‌شود. به همین دلیل نمی‌تواند در امتحان آنچه را بلد است بنویسد. باید چه کار کنیم؟

داستان زهره

زهره دانش آموز ساکت و درس خوانی بود، اما من هفته‌ای یک بار او را ناراحت می‌دیدم. هر بار که از او می‌پرسیدم «چه اتفاقی افتاده؟» می‌گفت: «زنگ پیش معلم مرا صدا زد تا درس جواب بدهم، اما نتوانستم. همیشه همین طور می‌شود. جواب سؤال را بلدم اما نمی‌توانم آن چیزی را که در ذهنم است بگویم. همیشه نصفه‌نیمه جواب می‌دهم و نمره کم می‌شود.»

نمره‌های مستمر زهره خانواده اش را نگران کرد. آن‌ها به مدرسه اطلاع دادند که زهره کلاس دختر ساکت و کم حرفی است. اینکه نمی‌تواند جواب سؤال معلم را درست و کامل بدهد شاید

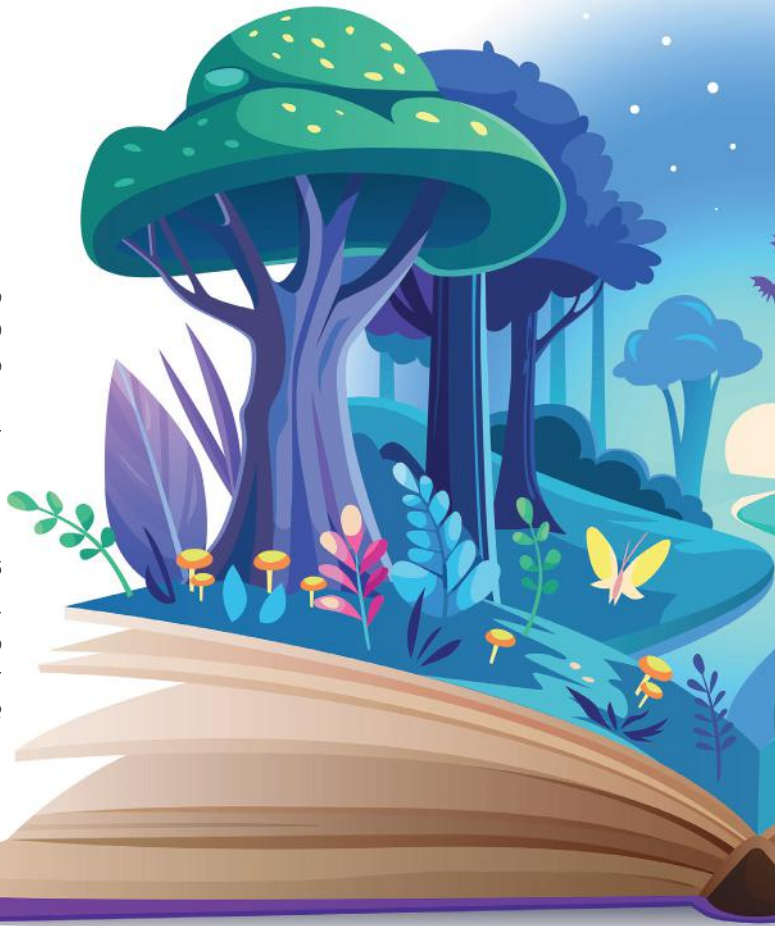




بعد رو به ما کرد و گفت: «دانش آموزی که باید مهارت خواندنش را تقویت کند، دانش آموزی که باید مهارت نوشتنش را تقویت کند، و دانش آموزی که باید مهارت بیان کردنش را تقویت کند. به نظرتان راه حل چیست؟»

ما به هم نگاه کردیم. انگار یک جورهایی می دانستیم جواب سؤال چیست. اما راستش تعجب کرده بودیم. فکر می کردیم کتاب خواندن و خوب نوشتن و خوب حرف زدن فقط به درد کلاس درس فارسی می خورد. اما حالا می فهمیدیم چطور روی کل درس خواندن ما تأثیر می گذارد. خانم سیادت انگار که ذهن ما را خوانده باشد گفت: «فکر نکنید این مهارت ها فقط در مدرسه به دردتان می خورند. این مهارت ها پایه آموزش اند و اگر در آن ها ضعف داشته باشید، در دانشگاه و کار و زندگی هم به مشکل برمی خورید. همین حالا به اطرافیانان فکر کنید. چند نفر را می شناسید که زمان صحبت کردن نمی توانند منظورشان را برسانند و باعث می شوند سوء تفاهم و دلخوری ایجاد شود؟»

این سؤال تیر آخر را زده بود! انگار این کتاب خواندن که این قدر آن را ساده گرفته بودیم، تکلیف خیلی چیزها را مشخص می کرد! راستی، من یاسمن هستم. اگر به کتاب و کتاب خوانی علاقه دارید، یا حتی اگر صرفاً دوست دارید بدانید در کلاس فارسی ما و در این طرح کتاب خوانی مان چه اتفاق هایی می افتد، این صفحه را در مجله دنبال کنید. از کلاس فارسی خانم سیادت باز هم برایتان می نویسم.



به خاطر این است که اعتماد به نفسش ضعیف است و موقع جواب دادن هول می شود. آن ها می پرسیدند باید چه کار کنیم.

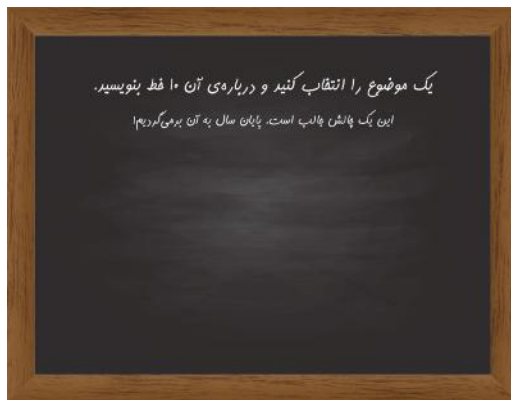
داستان کیانا

اگر کیانا را می دیدید می گفتید شبیه به تیری است که از کمان رها شده! کیانا پر از شور و شوق بود و زنگ های تفریح یکسره از این طرف حیاط به آن طرف می دوید. نمره های کیانا بد نبود، اما خانواده اش همیشه از این موضوع گله می کردند که حواسش را سر امتحان جمع نمی کند و دقت نمی کند که سؤال از او چه خواسته است. برای همین جوابی می نویسد که مال آن سؤال نیست. خانواده اش می گفتند: «کیانا در تمرکز کردن ضعیف است. باید چه کار کنیم؟»

ما هم مبینا بودیم، هم زهرا و هم کیانا

بعد از اینکه داستان های خانم سیادت تمام شد کلاس در سکوت فرو رفت. همه ما داشتیم به مبینا و زهرا و کیانا فکر می کردیم که کم و بیش شبیه خودمان بودند. برای همین برایمان جالب بود بدانیم داستان شان به کجا رسید؟ آیا مشکلاتی که داشتند حل شد؟ خانم سیادت بلند شد و نوشته های روی تخته را این طوری کامل کرد:

خانم سیادت روی تخته نوشت:



بعد هم گفت: «این متن را حتماً بنویسید. پایان سال دوباره به این موضوع برمی گردیم تا درباره اش بنویسید. آن زمان متوجه می شوید آنچه در طرح کتاب خوانی یاد گرفته اید چقدر کمک کرده است مهارت نوشتن بهتر شود.» فکر بکری است! به نظرم شما هم اگر می خواهید ماجراهای کلاس ما را دنبال کنید، تمرین هایی را که خانم سیادت می دهد انجام بدهید.





علم آموختن سرمایه‌گذاری است یا تکلیف و وظیفه؟

فرزانه نوراللهی

علم چیست؟ آیا علم آموزی مخصوص دانشمندان است؟ دانش، تجربه و یادگیری چه رابطه‌ای با هم دارند؟ در گذشته‌های نه چندان دور، وقتی از کودکان می‌پرسیدیم: در آینده دوست داری چه کاره شوی؟ غالباً پاسخ می‌دادند: «دانشمند، دکتر، فضانورد و...» و پاسخ‌هایی از این قبیل که برگرفته از علاقه‌مندی ایشان به یادگیری و علم آموزی بود. در عصر حاضر به نظر می‌رسد کودکان و نوجوانان علاقه‌چندانی به علم آموزی ندارند. برای بررسی بیشتر این موضوع به سراغ دانش‌آموزان پایه‌های هشتم و نهم دبیرستان دکتر حسابدی شهر قم رفتیم و در خصوص این موضوع با ایشان به گفت‌وگو نشستیم. مطلب شماره یک حاصل این نشست صمیمانه است:

علم چیست؟

سید محمدعلی موسوی اصفهانی - پایه هشتم: به مجموعه دانسته‌های ما درباره جهان و مخلوقات خدا، علم می‌گویند. **عرفان مصباحی** - پایه هشتم: دانشی است که ما از آدم‌های باتجربه، مثل معلم‌ها و استادان دانشگاهی می‌آموزیم. هیچ‌وقت انسان نمی‌تواند همه علم‌های جهان را یاد بگیرد، چون بسیار زیاد هستند.

محمدسالار سلطانی - پایه نهم: از نظر بنده علم مهم‌ترین عامل حیات انسان است. علم مجموعه‌ای از تجربه‌ها و دانش‌های گردآوری شده و دانستن درباره چیزهای مختلف است. ما همیشه به علم نیازمندیم و خوراک ذهن ماست؛ همان‌طور که به غذای جسم نیازمندیم.

دانیال مهدیخانلو - پایه نهم: به میزان دریافت‌های انسان از زندگی، آگاهی‌ها و شکل‌هایی از اتفاقات که بر اساس تجربه پایه‌گذاری و تأیید شده‌اند، علم گفته می‌شود.

علی کرباسی - پایه نهم: علم چیزی است که می‌تواند

گنجینه‌های خوشبختی را برای ما بگشاید.

محمدحسین شعبان‌پور - پایه نهم: علم چیزی است که باعث پیشرفت بشریت از ابتدای خلقت تا الان شده است. **احسان رفعت پناه** - پایه نهم: به نظر من علم مطالبی است که ما با آموختن آن‌ها می‌توانیم دنیای پیرامون خود را بهتر بشناسیم و مطالب را عمیق‌تر متوجه شویم.

علم آموزی چه فایده‌هایی دارد؟

علی کرباسی - پایه نهم: یک نشان برتری از برخی افراد جامعه است. علم می‌تواند ما را به بهترین تبدیل کند.

احسان رفعت پناه - پایه نهم: علم به ما کمک می‌کند از سؤال‌ها و پستی و بلندی‌های زندگی عبور کنیم.

سیدامیدرضا حسینی امینی - پایه نهم: باعث بهتر شدن جایگاه ما در اجتماع می‌شود.

هوراد احمدحالی - پایه هشتم: علم به ما کمک می‌کند با جهان اطرافمان بیشتر آشنا شویم و به خدایی که این طبیعت



با پوشش رمزیننه مطلب
گفت و گورا کامل تر بخوانیم.

پدر و مادر برای هر انسان ارزشمندترین نعمت‌های دنیا هستند. در کنار این دو نعمت والا، وجود ائمه اطهار (علیهم السلام) یکی از ارزشمندترین نعمت‌های دنیا برای من است.

این بخش‌های ارزشمند چه رابطه‌ای با علم دارند؟

دانیال مهدیخانلو - پایه نهم: از هدف‌هایی که افراد می‌توانند داشته باشند و علم آن را ممکن کرده است، می‌توان به آموختن علم ریاضی و حساب اشاره کرد. بسیاری از علم‌جویان آن را می‌پسندند و به‌شخصه این رشته را تحسین می‌کنم و آموختن آن را جزو هدف‌های خود قرار می‌دهم.

محمدسالار سلطانی - پایه نهم: تلفیق علوم با هم نقش پررنگی در پیشبرد علم دارد؛ مثل تلفیق هنر و تاریخ. ما از نگاه‌های گذشته، بخشی از تاریخ گذشته را کشف می‌کنیم. از طرف دیگر ما به عنوان یک ایرانی، برای علاقه‌مند شدن به علم، می‌توانیم از ملی‌گرایی خود استفاده کنیم؛ از ایران کهن با تاریخ ارزشمند و ادبیات غنی و فوق‌العاده و هنر خوش. ما می‌توانیم با پیگیری این موضوع‌ها ایران را بهتر بشناسیم و این علوم را گسترش دهیم.

سخن پایانی

محمدسالار سلطانی - پایه نهم: علم آموزی نیاز همیشگی جامعه است. پس به آن توجه کنید.

امیرعلی سیاهلویی - پایه هشتم: شما کار بسیار خوبی را آغاز کرده‌اید (گفت‌وگو با نوجوانان) و ما از شما سپاسگزاریم. ولی باید این کار را گسترده‌تر ادامه دهید و به سخن دانش‌آموزان فکر و عمل کنید.

دانیال مهدیخانلو - پایه نهم: علم فقط با خواندن به دست نمی‌آید. ما علم را با جست‌وجوگری و تجربه که بالاترین درجه علم آموزی است به دست می‌آوریم. خیلی از دانش‌آموزان نقش مهمی داشته و دارند. گالیله چیزی برای ثروت‌اندوزی نداشت، اما به کمک علم در زمانه خود و بعد از آن ماندگار شد. همان‌طور که بزرگان گفته‌اند، نوجوان و جوان آینده ملت است.

را آفریده نزدیک شویم.

سیدمحمدهادی شمس‌الدین - پایه هشتم: به ما در انجام راحت‌تر کارهای روزمره بسیار کمک می‌کند. بسیاری از بیماری‌ها و مشکلات زیستی توسط علم حل می‌شوند. با علم مفهومی‌های جدیدی در زندگی ما نمایان می‌شوند.

حسین کرمانی - پایه هشتم: علم می‌تواند رشد کشورمان را افزایش دهد و بیشتر مشکلات ما را حل کند.

امیرعلی سیاهلویی - پایه هشتم: علم در کنار تجربه و عقل می‌تواند سازنده بهترین تصمیم‌گیری‌های ما باشد.

ارزشمندترین چیزهای زندگی‌تان کدام‌اند؟

امیرحسین روحی - پایه نهم: موفقیت در زندگی و لذت‌بردن از آن، رضایت پدر و مادر از وضعیت زندگی من و رضایت خودم از زندگی‌ام، خدمت به مردم، و به‌جا گذاشتن نام و یاد خوب از خود.

محمدمتین شجاعی اصل - پایه نهم: رسیدن به مقام دکترای علوم دفاعی نژاد، تربیت درست‌فرزند، حفظ و نگهداری از رابطه دوستانه با رفقای صمیمی، و سرمایه‌گذاری درست.

سیدمحمدعلی موسوی اصفهانی - پایه هشتم: قطعاً اول از همه پدر و مادر، سلامتی، خواهر و برادر، اقوام و ورزش.

محمدسالار سلطانی - پایه نهم: سرزمین ایران، تاریخ، مشاهیر و افراد تأثیرگذار بر تاریخ، زبان زیبای پارسی، خود، فکر خویش، فلسفه و جغرافیا.

سیدمحمدهادی شمس‌الدین - پایه هشتم: رفتار و اخلاق خوب در جامعه، دانستن زیاد درباره زندگی، رسیدن به جایگاه علمی، اخلاقی و معنوی عالی، داشتن روابط عالی در خانواده، جامعه و محیط اطرافم.

امیرعلی سیاهلویی - پایه هشتم:

جهان تازه

نگاه کن به آسمان
بین چگونه طرح ابر را
به شکل‌های مختلف
کشیده است
و نقش‌های تازه‌ای به هر کجا که خواسته
نشانده است
بین چگونه چشم‌های بی‌قرار را
به دیدن هنرنمایی قشنگ خود کشانده است
تو هم شبیه آسمان
چه فکرهای پنبه‌ای است در سرت
و با همین هزار تکه ابر
بکش
هزار نقش رنگ‌رنگ
بساز یک جهان تازه و قشنگ
طیبه شامانی

در میان خاطرات من...

آن مداد نوک بلند
کوله پشتی‌ام که عکس خرس داشت
آن کلاس رنگی شلوغ کو؟
آن حیاط مهربان
در میان خاطرات من چقدر پر صداست
راستی دوست کلاس اولم کجاست؟
منیره هاشمی

پاییز! بگو!

پاییز!
بگو!
تا بنویسم کم‌کم تا ابر شوم
شعر بیارم نم‌نم
در کوچه‌ی ذهن من
بیچ از هر سو،
آواز بخوان:
هو هو
هو هو
هو هو
بر جان تمام واژه‌های دلسرد
با خنده پباش
رنگ نارنجی و زرد
ریحانه نوری

شاعرانه

۸

نوجوان

شماره ۱ مهر ۱۴۰۴

موسیقی متن جهان

از حرکت یک مورچه
در دفتر مشق
تا حرکت سیاره‌ها
در کهکشان راه شیری

حتی صدای بال پرواز
حتی صدای مهربانی در نگاه گرم مادر
حتی سکوت سنگ و فریاد دل کوه
در هر مسیری
نت به نت
آواز برپاست
موسیقی متن جهان
بسیار زیباست
مریم زندی

روایت حدید

ای نشسته رو به من
حرف تازه‌ای بزن

آفتاب شو بتاب
روی صورت چمن

تو: روایتی جدید
از حکایتی کهن

با ستاره هم مسیر
با پرنده، هم سخن

تشنه شنیدم
حرف تازه‌ای بزن
سعیده اصلاحی

شعر باران

در خیابان صبح امروز
شهر را خوش حال دیدم
شعر باران را به نرمی
از زبان او شنیدم

واژه‌های شهر شعرم
پاک و بی‌مانند بودند
خانه‌ها همراه با هم
شعر باران را سرودند

چکه‌چکه واژه‌واژه
جمله می‌شد در خیابان
در سکوت کوچه، این شعر
گفته می‌شد زیر باران
مهدی مرادی





لذت زندگی فراز مینی

چطور فناوری‌ها دنیای آموزش را
متحول کرده‌اند!

خاطره بهی

فناوری

۱۰

نوجوان

شماره مهر ۱۴۰۴

مقدمه

وقتی کلمه «یادگیری» را می‌شنوید، احتمالاً به فکر درس و امتحان و مدرسه می‌افتید! شاید حتی به ذهنتان نرسد که یادگیری می‌تواند خیلی جذاب‌تر و هیجان‌انگیزتر از این‌ها باشد. یادگیری می‌تواند حس کنجکاوی‌تان را برانگیزد و دنیای شما را بزرگ‌تر و عمیق‌تر کند. یادگرفتن یک دانش یا مهارت جدید می‌تواند با تغییر نگرش شما به دنیای پیرامون، دید همه‌جانبه‌ای نسبت به فرایندها به شما بدهد. از این گذشته، این روزها پیشرفت فناوری‌هایی همچون واقعیت مجازی، متاورس و هوش مصنوعی، دنیای یادگیری را دگرگون کرده است.

برای آنکه از قطار پر سرعت پیشرفت علم و فناوری جا نمانید، باید حسابی کنجکاو باشید. یعنی همیشه با دقت به محیط پیرامون، از خودتان سؤال پرسید و به دنبال پاسخ بگردید. در این میان هیچ‌گاه از اشتباه کردن نترسید! اشتباه بخشی طبیعی از فرایند یادگیری است.

چرا یادگیری مهم است؟

یادگیری به ما قدرت انتخاب می‌دهد. هر چه بیشتر بدانید، انتخاب‌های بهتری می‌توانید انجام دهید. از انتخاب رشته تحصیلی گرفته تا تصمیم‌گیری‌های مهم زندگی، دانش به شما کمک می‌کند آگاهانه‌تر تصمیم بگیرید. از سوی دیگر، هنگامی که موضوعی را به‌خوبی فرا می‌گیرید یا یک مهارت را کسب می‌کنید، احساس می‌کنید قوی‌تر و توانمندتر هستید.

این حس اعتمادبه‌نفس به شما کمک می‌کند چالش‌های جدید را با انگیزه بیشتری بپذیرا باشید. البته این موضوع را هم بدانید که یادگیری تنها حفظ کردن اطلاعات نیست، بلکه به شما کمک می‌کند ایده‌های نو را کشف کنید و خلاقیت خود را پرورش دهید.

فراگیری مطلب جدید می‌تواند بسیار لذت‌بخش باشد، زیرا وقتی مسئله‌ای را حل می‌کنید، مهارتی جدید می‌آموزید یا دنیایی جدید را کشف می‌کنید، هورمون‌های دوپامین در بدن ترشح می‌شوند و حس لذت به شما دست می‌دهد. اما یادتان باشد، در دنیای امروز فناوری‌ها با سرعتی چشمگیر در حال پیشرفت هستند و در دنیای آموزش و یادگیری هم وارد شده‌اند. برای اینکه از این ماراتون جا نمانید، باید دائماً در حال یادگیری و کسب مهارت‌های به‌روز باشید.

فناوری‌ها و یادگیری

حتماً تا به حال اصطلاح‌های «واقعیت مجازی»، «هوش



تماشاگر بودن، در دنیای آموزش غرق شوید و تجربه‌های دست اول به دست آورید. همچنین به کمک واقعیت مجازی می‌توانید مهارت‌هایی را تمرین کنید که در دنیای واقعی خطرناک یا پرهزینه هستند. مثلاً جراح می‌تواند قبل از عمل واقعی، جراحی را در محیط واقعیت مجازی تمرین کند، یا خلبان می‌تواند چندین پرواز آزمایشی با چالش‌های متفاوت انجام دهد.

کمک معلم خصوصی هوشمند

بعید است که هوش مصنوعی بتواند به صورت کامل جای معلم را برایتان پر کند، اما می‌تواند مانند کمک معلمی حرفه‌ای و دقیق، داده‌ها و الگوهای یادگیری شما را تجزیه و تحلیل کند. هوش مصنوعی به عنوان دستیار معلم می‌تواند نقاط قوت و ضعف دانش‌آموزان را راحت‌تر شناسایی کند و برنامه یادگیری شخصی‌سازی شده‌ای را برای هر دانش‌آموز طراحی کند. یعنی با توجه به سبک یادگیری، سرعت و سطح دانش شما، محتوای آموزشی مخصوص خودتان را تنظیم می‌کند. از طرف دیگر، بررسی تکلیف‌ها و دادن بازخورد یکی از کارهای زمان‌بر و البته بسیار مهم برای معلم‌هاست که هوش مصنوعی به راحتی می‌تواند آن را انجام دهد.

دنیای شگفت‌انگیز تعامل و آموزش

متاورس یک دنیای مجازی سه‌بعدی و همیشه برخط است که افراد می‌توانند با استفاده از «چهرک»^۱ (آواتار) در آن حضور داشته باشند، با هم تعامل کنند، یاد بگیرند و خلق کنند. متاورس امکان ایجاد محیط‌های آموزشی جذاب و تعاملی را فراهم می‌کند که در آن می‌توانید با دانش‌آموزان دیگر از سراسر دنیا همکاری کنید و از تجربه‌های هم یاد بگیرید. مثلاً در متاورس می‌توانید با دانش‌آموزان و معلمان از سراسر دنیا ارتباط برقرار کنید و از دانش و تجربه‌های آن‌ها بهره‌مند شوید و یا در یک پروژه علمی گروهی شرکت کنید و با هم فکری دیگران به حل مسئله‌ها بپردازید. همچنین متاورس امکان ایجاد محیط‌های آموزشی خلاقانه و متنوع را فراهم می‌کند که در آن می‌توانید به پژوهش، آزمایش و آزمون و خطا بپردازید.

پی‌نوشت‌ها:

1. Virtual reality
2. Artificial intelligence
3. Metaverse

۴. شخصیت یا عکسی که از خودتان ایجاد می‌کنید تا در فضای مجازی، شما را به آن شکل ببینند.

مصنوعی»^۲ و «متاورس»^۳ به گوش‌تان خورده است. این فناوری‌ها صرفاً برای بازی و سرگرمی نیستند، بلکه در حال دگرگون کردن دنیای آموزش نیز هستند. این روزها استفاده از چنین فناوری‌هایی یادگیری را جذاب‌تر، مؤثرتر و شخصی‌تر کرده است. این‌ها فقط چند مثال از فناوری‌هایی هستند که مانند ابزاری قدرتمند نحوه یادگیری انسان‌ها را متحول کرده‌اند.

فرق شدن در دنیای آموزش

تصور کنید به جای خواندن کتاب تاریخ، با یک عینک واقعیت مجازی به مصر باستان سفر کنید و اهرام مصر را از نزدیک ببینید. یا به جای تماشای فیلم، خودتان وارد بدن انسان شوید و عملکرد قلب و مغز را تجربه کنید. واقعیت مجازی این امکان را به شما می‌دهد که به جای

سکوی پرتاب مدرسه

احسان خان محمدی

یاسمن رضائیان

تصویرگر: سید هشام موسوی

مدرسه چه فایده‌ای دارد؟

این سؤال است که خیلی از نوجوان‌ها و البته گاهی هم بزرگ‌ترها می‌پرسند. بنابراین به احتمال زیاد سؤال تو هم هست، اما شاید به خودت جواب داده باشی: «خب مدرسه، مدرسه است دیگر! باید برویم و درس بخوانیم!» مسئله این است که وقتی اینترنت هست و می‌شود با چند کلیک ساده خیلی چیزها را یاد گرفت، و وقتی هوش مصنوعی می‌تواند جواب تمرین‌ها را بدهد، چرا باید هر روز ساعت هفت صبح راهی جایی شویم که خیلی وقت‌ها دوستش نداریم و به خاطرش فشار روانی هم تحمل می‌کنیم؟ اگر این فکرها در ذهن تو هم می‌چرخند، پس وقتش رسیده هوشمندانه به این سؤال جواب بدهیم!

چرا کلاس درس؟ در خانه ویدئو تماشا کنیم! مغز ما مثل رایانه نیست که فقط به ذخیره کردن اطلاعات نیاز داشته باشد. مغز ما نیاز دارد رشد کند. از طرف دیگر، مغز زمانی می‌تواند در مهارت‌هایی مانند خواندن، نوشتن، درک مطلب، فکر کردن و تحلیل قوی شود که بارها تمرین کند، اشتباه کند، خسته شود و دوباره تلاش کند.

بنابراین باید بستری وجود داشته باشد که در آن بتوانیم خودمان را به چالش بکشیم تا مغزمان رشد کند و به انواع مهارت‌ها مجهز شود.

در خانه نشستن و ویدئو تماشا کردن یا مقاله‌خواندن به مغز ما فقط یک سری اطلاعات می‌دهد، اما آن را وارد چالش «تمرین، تکرار، اشتباه کردن و دوباره سعی کردن» نمی‌کند. ولی مدرسه چنین چالشی برایمان می‌سازد. پس برای اینکه مغزمان رشد کند به بستر مدرسه نیاز داریم.

روان
شناسی

۱۲

نوجوان

شماره مهر ۱۴۰۴

این مهارت‌ها کجای زندگی به کارمان می‌آیند؟

حالا می‌پرسید این مهارت‌های «خواندن، نوشتن، درک مطلب و تحلیل به چه دردی می‌خورند؟» یا: «این مهارت‌ها مگر غیر از مدرسه جای دیگری هم به درد می‌خورند که به خاطرش خودمان را به زحمت بیندازیم؟» اینکه بلد باشیم «بنویسیم» فقط به این درد نمی‌خورد که نمره نگارش بگیریم. نوشتن یعنی فکر کردن منظم، یعنی توانایی ساختن ایده، مرتب کردن احساسات و دفاع از نظر خود. آدمی که خوب می‌نویسد خوب هم فکر می‌کند و درست تصمیم می‌گیرد. زندگی پر از لحظه‌هایی است که باید تصمیم درست و سرنوشت‌ساز بگیرد. جدول ضرب فقط زمان خرید کردن به کارمان نمی‌آید. جدول ضرب و سایر مهارت‌های ریاضی به ما کمک می‌کنند ذهنی منظم، منطقی و دقیق بسازیم. ذهنی که بتواند داده‌ها را بسنجد، مسئله‌ها را تحلیل کند و به راه حل برسد. همین ذهن است که می‌تواند از پس چالش‌های زندگی بربیاید.

وقتی هوش مصنوعی هست، چرا خودم بخوانم یا فکر کنم؟

شاید بگوییم: «حالا که هوش مصنوعی آمده، اصلاً چرا باید خودم بخوانم یا فکر کنم؟» جواب ساده است: هوش مصنوعی می‌تواند به تو جواب بدهد، اما نمی‌تواند به‌جای تو «فهمیدن»، «تحلیل» یا «انتخاب کردن» را انجام دهد. برای اینکه بتوانی از هوش مصنوعی درست استفاده کنی، اول از همه باید بتوانی از او سؤال درستی بکنی. چه کسی می‌تواند سؤال درستی بکند؟ کسی که خوب می‌خواند، خوب می‌فهمد، خوب تحلیل می‌کند و خوب منظورش را می‌رساند.

هوش مصنوعی مثل یک چراغ‌قوه است. اگر ندانیم دنبال چه چیزی می‌گردیم، فقط نور می‌تاباند. اما اگر بفهمیم چه می‌خواهیم، نور را روی نقطه درست می‌اندازیم و کشف می‌کنیم! در دنیایی که فناوری هر روز پیشرفته‌تر می‌شود، کسی برنده است که مهارت‌های پایه انسانی خودش را قوی کرده باشد؛ یعنی مهارت‌های فکر کردن، فهمیدن، تحلیل و تصمیم گرفتن. مدرسه جایی است که در آن فرصت داریم این مهارت‌های بنیادی را تمرین کنیم و این تمرین‌ها امروز، به‌خاطر وجود هوش مصنوعی، از هر زمان دیگری ارزشمندتر و حیاتی‌ترند.



دانش آموزی که قدرت تحلیل و مهارت‌های پایه قوی دارد

فتوسنتز چیست؟

فرایندی است که در آن گیاه با نور خورشید، غذا تولید می‌کند.

می‌توانی فتوسنتز را با تنفس سلولی مقایسه کنی؟ در روز ابری چه تغییری در عملکرد گیاه اتفاق می‌افتد؟ آیا می‌شود این فرایند را با آزمایش ساده‌ای در خانه نشان داد تا در گزارشم از آن استفاده کنم؟

و همچنان از دل جواب‌های هوش مصنوعی می‌تواند سؤال‌های دیگری مطرح سازد تا اطلاعاتش را تکمیل کند.

دانش آموزی که قدرت تحلیل ندارد

فتوسنتز چیست؟

فرایندی است که در آن گیاه با نور خورشید غذا تولید می‌کند.

دستت درد نکند. جوابم را گرفتیم!

پایان!

مدرسه رفتن مثل ورزش کردن است

مدرسه رفتن شبیه ورزش کردن است. گاهی تمرین‌های خسته‌کننده‌اند، گاهی به نفس نفس می‌آفتی، گاهی ذهن و حوصله‌ات حسابی تحت فشار قرار می‌گیرد، اما هر بار که ادامه بدهی ذهن‌ت بازتر و توانایی فکری و انعطاف بیشتر می‌شود و در نهایت قوی‌تر خواهی شد.

مثل ورزش که بدن را برای انجام کارهای بزرگ آماده می‌سازد، مدرسه هم ذهن و شخصیت تو را آماده می‌کند تا زندگی باکیفیتی را که دوست داری بسازی. پس هوشمند باش! کسی که از مدرسه هوشمندانه استفاده می‌کند، مانند کسی است که روی سکوی پرتاب می‌ایستد و در نهایت از بقیه آدم‌ها جلو می‌افتد!

با دیگران فرق خواهی داشت اگر...

این روزها دنیا پر شده از اطلاعات گوناگون. هر اطلاعاتی را که خواهی، در چند ثانیه می‌توانی پیدا کنی. واقعیت این است که همه، کم و بیش، از پس این کار برمی‌آیند. اما اگر فقط به جست‌وجوی اطلاعات اکتفا نکنی و بلد باشی «چطور یاد بگیری»، آن وقت است که با هزاران آدم دیگر که دور و اطراف می‌بینی فرق خواهی داشت.

حالا اگر درست نگاه کنیم، مدرسه جایی است که می‌تواند این توانایی را در ما بسازد: «یادگرفتن چگونه یادگرفتن!»

منابع:

1. Stanford Medicine childrens Health university of Rochester Medicalcenter
2. Wikipedia arxiv
3. ebsco.cimmdpi.com

رفیق مصنوعی

هدی ناصری

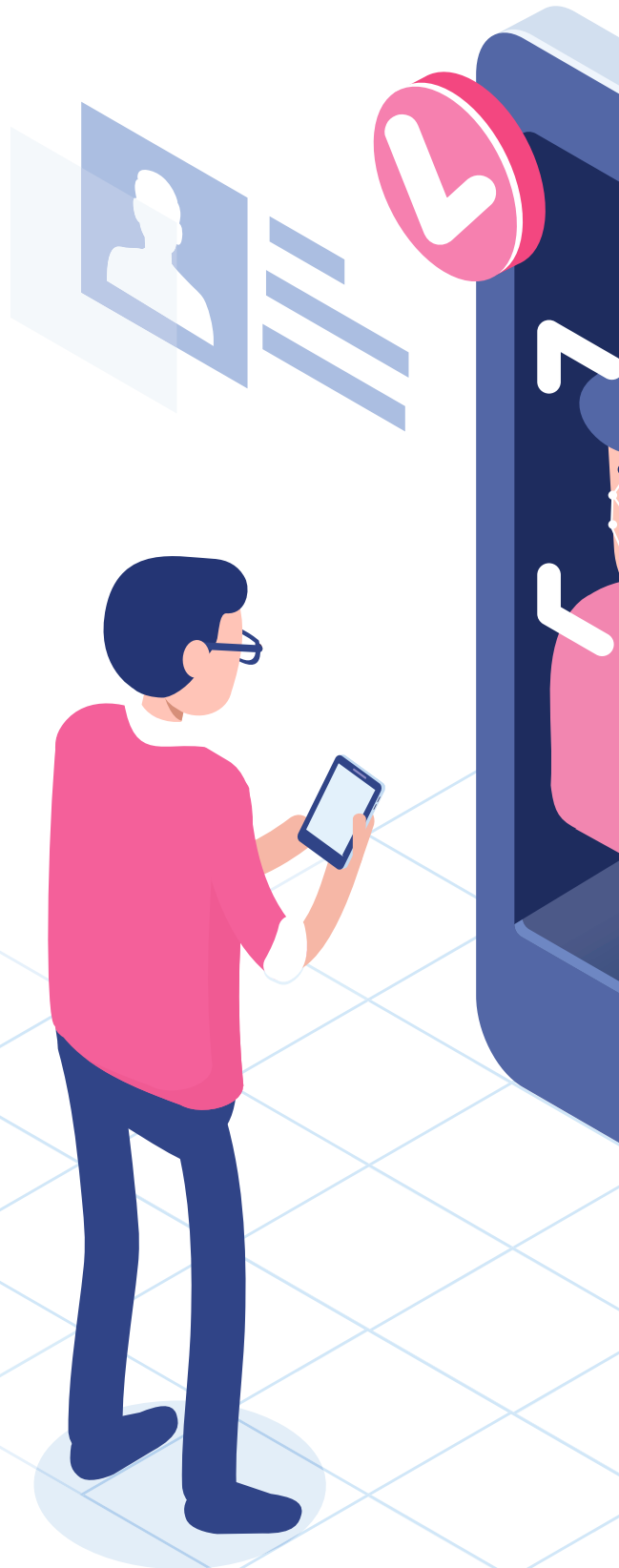
تا چند دهه پیش، تصور اینکه روزی رایانه‌ها بتوانند حرف بزنند، یاد بگیرند، تصمیم بگیرند یا حتی داستان بنویسند، بیشتر شبیه فیلم‌های علمی-تخیلی بود. اما امروزه این رویاها به لطف پیشرفت‌های شگفت‌انگیز فناوری، به ویژه در حوزه «هوش مصنوعی»، به واقعیت تبدیل شده است. هوش مصنوعی به مجموعه‌ای از فناوری‌ها گفته می‌شود که هدفشان شبیه‌سازی قدرت تفکر و تصمیم‌گیری انسان است. به زبان ساده، هوش مصنوعی به ماشین توانایی می‌دهد که مانند انسان از تجربه‌های گذشته یاد بگیرد، تصویرها، چهره‌ها و صداها را تشخیص دهد، زبان گفتاری و نوشتاری انسان‌ها را بفهمد، و در شرایط گوناگون تصمیم بگیرد. در واقع، رایانه‌هایی که به هوش مصنوعی مجهز هستند، می‌توانند داده‌های متفاوت را دریافت و تحلیل کنند، از درون آن‌ها به الگوها دست یابند و حتی پیش‌بینی کنند که در آینده چه اتفاقی ممکن است بیفتد. احتمالاً شما هم بدون آنکه بدانید، روزانه چندین بار با هوش مصنوعی سر و کار دارید. مثلاً وقتی در «گوگل» دنبال مطلبی می‌گردید و گوگل پیشنهادهای مرتبط را به شما می‌دهد، وقتی «آپارات» ویدئوهای مورد علاقه‌تان را پیشنهاد می‌کند، وقتی دوربین گوشی‌تان با استفاده از تشخیص چهره، قفل را باز می‌کند، یا حتی وقتی با یک «گپ بات» به صورت برخط صحبت می‌کنید و پاسخ‌های طبیعی می‌گیرید، انگار که با دوستان حرف می‌زنید، در واقع در حال استفاده از هوش مصنوعی در زندگی روزمره خود هستید.

نگاهی کوتاه به تاریخچه هوش مصنوعی

شاید فکر کنید هوش مصنوعی فقط به دنیای امروز مربوط است، اما ایده آن خیلی قدیمی تر از تصور ماست. از زمان یونان باستان، انسان‌ها در داستان‌ها و افسانه‌هایشان به موجوداتی فکر می‌کردند که مثل انسان‌ها فکر و حرکت می‌کنند.

نخستین تلاش‌های واقعی برای ساخت «ماشین‌های هوشمند» از قرن ۱۸ میلادی شروع شد؛ زمانی که مهندسان، دستگاه‌های خودکاری به نام «اتوماتا» ساختند. این دستگاه‌ها می‌توانستند کارهای ساده‌ای مثل خواندن، نوشتن یا نواختن موسیقی را انجام دهند.

در دهه ۱۹۵۰، با اختراع رایانه‌های مدرن، اندیشه ساخت هوش مصنوعی جدی‌تر شد. در همین دوران، آلن تورینگ، ریاضی‌دان معروف، این سؤال مهم را مطرح کرد: «آیا ماشین‌ها می‌توانند فکر کنند؟» او آزمایشی به نام «آزمون تورینگ» طراحی کرد که هنوز هم یکی از معروف‌ترین روش‌ها برای سنجش هوش مصنوعی است. در سال ۱۹۵۶، در همایشی علمی در دانشگاه «دارتموث» آمریکا، واژه «هوش مصنوعی» رسماً وارد دنیای علم شد. از آن زمان تاکنون، هوش مصنوعی مسیرهای متفاوتی را طی کرده است؛ از هیجان‌های فراوان گرفته تا ناامیدی‌هایی که به آن «زمستان‌های هوش مصنوعی» می‌گفتند. اما با پیشرفت سخت‌افزارها و دسترسی به حجم زیادی از داده‌ها، این فناوری در سال‌های اخیر با سرعتی چشمگیر رشد کرده است.



الگوریتم چیست؟

الگوریتم مجموعه‌ای از دستورالعمل‌ها یا گام‌های دقیق و مرحله‌به‌مرحله است که برای حل یک مسئله یا انجام یک کار خاص طراحی شده‌اند. به زبان ساده‌تر، الگوریتم مثل دستور پخت در آشپزی است.

در دنیای رایانه، الگوریتم‌ها به رایانه‌ها می‌گویند که چه کاری را، چگونه و به چه ترتیبی انجام دهند. مثلاً یک الگوریتم می‌تواند مشخص کند که چطور یک عدد را به دو برسانیم یا چگونه کوتاه‌ترین مسیر را بین دو نقطه پیدا کنیم. الگوریتم‌ها پایه اصلی برنامه‌نویسی، هوش مصنوعی، رمزنگاری، جست‌وجو در اینترنت و بسیاری از فناوری‌های دیگر هستند.

فرصت‌ها و چالش‌ها

در کنار فرصت‌هایی که هوش مصنوعی در اختیار ما می‌گذارد، چالش‌ها و نگرانی‌هایی هم وجود دارند. اگر به‌درستی و به‌صورت اخلاقی استفاده نشود، ممکن است باعث بروز مشکلاتی مثل از بین رفتن شغل‌ها، تبعیض و نابرابری در تصمیم‌گیری‌ها، یا حتی نقض حریم خصوصی انسان‌ها شود. یکی از مهم‌ترین پرسش‌هایی که در دنیای هوش مصنوعی مطرح می‌شود این است که آیا ماشین‌ها می‌توانند واقعا مثل انسان فکر کنند؟ آیا ممکن است روزی ماشینی ساخته شود که احساس داشته باشد؟ خلاق باشد؟ حتی از وجود خودش آگاه باشد؟

پاسخ قطعی به این پرسش‌ها هنوز مشخص نیست. دانشمندان زیادی در سراسر جهان روی این موضوع کار می‌کنند. تا این لحظه، هوش مصنوعی تنها می‌تواند بخشی از هوش انسانی را، با استفاده از داده‌ها و الگوریتم‌ها، تقلید کند، اما هنوز نمی‌تواند واقعا «فکر کند» یا «احساس داشته باشد»؛ حداقل نه به شکلی که ما انسان‌ها داریم.

منبع:

Simply artificial intelligence - claire quigley

ماهی توانیم

فرزانه نوراللهی



راه روشن

۱۶

نوجوان

شماره ۱۴ مهر ۱۴۰۴

ادامه می‌یابد. هر کتاب مخصوص سن معینی است و اثربخشی آموزه‌های آن در همان دوره سنی است. هرچه ما می‌خوانیم بر ذهن و روح ما تأثیر می‌گذارد. با خواندن و مطالعه آرامش روحی زیادی پیدا می‌کنم و از فکرها منفی و اشتباه دور می‌شوم. از جمله می‌آموزم حواس پرت نباشم، به دیگران محبت کنم، از خود در برابر سختی‌ها مراقبت کنم، آگاهی‌ام را از محیط بالا ببرم، برای مقابله با مشکلات زندگی راه‌هایی پیدا کنم و مانند این‌ها. اصلی‌ترین تفریح من خواندن کتاب و نوشتن است و در کنار آن نقاشی و طراحی. این کارها باعث می‌شوند هیجانم و آدرنالین در خونم افزایش یابد و شادی و نشاطی مضاعف در من به وجود آید. در کنار آن ذهن و روحم به آرامش می‌رسد و درگیری ذهنی آسوده می‌شوم. توصیه‌ام به دوستان و هم‌سن و سالانم این است که به علاقه‌های خود توجه کنند و از این طریق به روان و شخصیت خود اهمیت بدهند و آن را به راه درست و راست هدایت کنند. با کوچک‌ترین شکستی تسلیم مشکلات نشوند و در همه حال قوی و ثابت باشند تا موفق شوند. کتاب‌هایی را که مطالعه می‌کنم، معمولاً می‌خرم. اما در حال حاضر هزینه کتاب خیلی زیاد است، و از کتابخانه‌ها امانت می‌گیرم. نوشتن، مانند نت‌برداری و خلاصه‌نویسی، باعث می‌شود یادگیری بهتر شکل بگیرد. مشوق اصلی من خانواده و در کنار آن خانم شریفی (دبیر نگارش) بودند که با خواندن داستان‌هایم، اصلاح اشکالاتم و سخنان انگیزشی، مرا یاری کردند. نمونه‌ای از سروده‌هایم که برایم کسب رتبه کرده از این قرار است:

غزل صمیمی، دانش آموز کلاس

هشتم از استان یزد، شهر یزد، دبیرستان متوسطه اول ابوالقاسم همدانی هستم. به فعالیت‌هایی مانند کتاب‌خواندن، نوشتن شعر، داستان و نقاشی بسیار علاقه‌مندم. در داستان‌نویسی رتبه سوم استانی، در مسابقه بیعت در غربت شعرنویسی رتبه دوم و در نقاشی سیاه قلم رتبه دوم استانی را کسب کرده‌ام.

بسیار زیاد مطالعه می‌کنم؛ به‌طور متوسط هفته‌ای ۳۰ تا ۳۵ ساعت و داستان‌های جنایی، کمدی و روان‌شناسی را دوست دارم. به نوشتن هم خیلی علاقه دارم. در کنار داستان‌نویسی، شعر هم می‌سرایم و در نقاشی هم کم‌وبیش دستی دارم. از ۱۱سالگی شروع به نوشتن داستان کوتاه کردم و کوشیدم توانایی داستان‌نویسی را با مطالعه در خود رشد دهم.

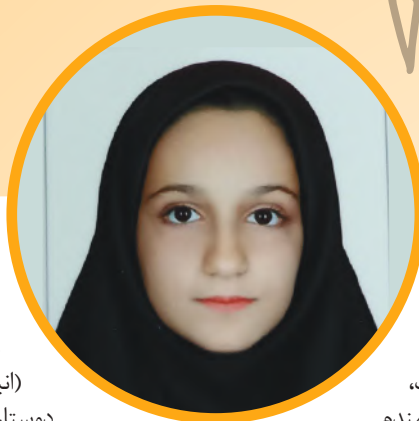
به نظر من وقتی متنی را می‌نویسیم، یعنی احساسات و تفکرات (مذهبی، اعتقادی، اخلاقی و...) خودمان را روی کاغذ پیاده می‌کنیم. به‌طور کلی نوشتن دریچه‌ای برای ارتباط است؛ حال می‌خواهد کتاب مذهبی باشد یا تخیلی که ما این دریچه را از طریق نوشتن به دیگران منتقل می‌کنیم. از طرف دیگر، خواندن یعنی کلید باز کردن دریچه‌ای که نویسندگان آن را ایجاد و خلق کرده‌اند. به‌طور کلی می‌توان گفت نوشتن، دریچه و خواندن، کلید آن است. ذهن و روحم با نوشتن تسکین می‌یابد و با مطالعه غذای روحم تأمین می‌شود.

نوشتن انتقال پیام، و خواندن و مطالعه گرفتن پیام است. پیام هرچه باشد در ذهن خواننده اثر می‌گذارد. با مطالعه دانش کسب می‌کنیم و با نوشتن آن را انتقال می‌دهیم و این چرخه

بیعت در غربت

کودک و پیرو جوان گردش بگردند درجهان
مهدی است در عالم مستی پادشاه هر دو جهان
مستی ام روشن نمودی باوجودت مهدی جان
عالم همه پروانه، چو شمع جاودانی مهدی جان
در ره عشق، ممره مابودی مهدی جان
در شام سیه، ره فروزان بودی مهدی جان
خوشبوترین عطر درجهانی مهدی جان
پناه و یاورویار بی کمانی مهدی جان
در دل تار همه، نورخدایی مهدی جان
روی مامت را ببینم من الهی مهدی جان
شب تارم را نوشمعی بس فروزانی مهدی جان
جان جانانی، شه خوبانی مهدی جان
ایم من، نشانی از رخ زیبای تو
جان دهم در راه دیداروی مامت مهدی جان
خودخبرداری دلم آواره ی مژگان توست؟!
ماه من، تپای جان خواهانم مهدی جان

خورشید فروغت در دلم روشن نموده
شمع وجودت در دلم غوغا نموده
ای عشق، توهم مانند من در تب و تاب
درهجر عزیزت همانند شرابی
تورا من دوست دارم تا بینهایت
سروجانم فدایت میکنم تا بینهایت
سیه چشمون من، زیباترینم
دلم غرق تماشايت، من عاشق ترینت
وجودت روشنی بخش شب هامه
دلت آغوش گرم خنده هامه
بودانی که دلیل زندگیمی؟!
پناه درد و آهنگ صدای؟!
پناهام باش، درمان غم باش
جهانم باش، آرامش جانم باش



یگانه زهرا احمدی پور، پایه

نهم، دبیرستان همدانی، از استان یزد. در مسابقات قرآن و عترت رتبه سوم استانی را کسب کرده‌ام. به یادگیری زبان انگلیسی، خواندن کتاب، اجرا (در رشته فن بیان) و ورزش علاقه‌مندم. بیشتر کتاب‌های روان‌شناسی و داستانی در

گونه‌های تخیلی، معمایی، و علمی تخیلی مطالعه می‌کنم. تا حالا برایم پیش نیامده است که بخوام بنویسم و بیشتر به خواندن کتاب علاقه دارم. مطالعه در گفتار، رفتار و نوع رابطه‌ام با دیگران تأثیر می‌گذارد و در من آرامش به وجود می‌آورد. به نظر من هر کاری که با قلم در ارتباط باشد، باعث باز شدن

ذهن می‌شود. از نظر من نوع تفریح ارتباط مستقیمی با مسیر زندگی و انتخاب‌هایمان دارد. تفریح من خواندن کتاب، دیدن پویانمایی (انیمیشن)، بودن با خانواده و گاهی با دوستان است.

- به دوستان و همسالان نوجوانم توصیه می‌کنم: همیشه خودشان باشند و به خودشان افتخار کنند.
- به آینده بیندیشند، ولی حال را هم زندگی کنند.
- اشتباه کردن طبیعی است، فقط باید از آن درس بگیرند.
- همیشه از خودشان، هم جسمی و هم روحی، مراقبت کنند.



سینا، پایه بیستم، ۱۵ ساله، از

شهر یزد و مدرسه ابوالقاسم همدانی، پایه نهم هستم. رتبه سوم استانی را در داستان نویسی کسب کرده‌ام. به یادگیری زبان انگلیسی، نوشتن داستان تخیلی، و خواندن کتاب‌های تخیلی علاقه‌مندم. میزان مطالعه‌ام بستگی دارد به موضوع آن. حدود چهار تا پنج ساعت در روز داستان‌های تخیلی می‌خوانم.

خیلی زیاد اهل نوشتن هستم. در برگه‌های دفتر کمتر می‌نویسم، اما از نوشتن پیام در فضای مجازی یا حین مکالمه با دوستانم لذت می‌برم. من با نامه یا پیام‌هایی که

می‌نویسم، بهتر می‌توانم احساسم را درباره یک موضوع بیان کنم. اگر ناراحت یا عصبانی باشم، نوشتن به من کمک می‌کند به آرامش برسم. نوشتن و مطالعه می‌توانند دانستی‌های ما را در مورد یک موضوع بالا ببرند و توانایی درک ما را افزایش دهند.

نوع تفریح تأثیر زیادی در انتخاب مسیر در دوره نوجوانی دارد. من با مطالعه و نوشتن بهتر می‌توانم تصمیم بگیرم و راه درست را انتخاب کنم. نمونه‌ای از داستان‌های کوتاه‌ام را در ادامه می‌خوانید.

موضوع: پروانه و شمع

از دوران دیرین باستان تا کنون داستان عشق بین پروانه و شمع در گوشه‌های شهرها پیچیده و بسیار معروف است.

پروانه ای که تازه سر از پيله خود بیرون آورده تصمیم می‌گیرد سه روز عمر خود را در باغ‌ها و خرابه‌ها شهر ماجراجویی کند. بال‌های پروانه همانند آبی دریا بود. زیبایی بال‌های او در هیچ کلمه‌ای نمی‌توانست خلاصه شود.

پروانه در شب اول عمرش هنگام نیمه شب به سوی خرابه‌ای برای استراحت رفت. او بال‌های میزد تا بتواند جای خوبی برای استراحت پیدا کند که ناگهان در اواسط خرابه نوری یافت. به سوی آن رفت و وقتی نزدیکتر شد شمع را دید که بر روی میزی گذاشته شده بود. پروانه از اینکه تنها نخواهد بود خوشحال شده بود و شروع به گفت و گو با شمع کرد. پس از مدتی پروانه بسیار با شمع گرم صحبت شده بود و کم‌کم به او علاقه مند شد. صبح روز بعد به دور شمع می‌گشت و برایش شعر می‌خواند. او دوست داشت تمام مدت را با او بگذراند. آیا پروانه فراموش کرده بود شمع به او آسیب خواهد زد؟! یا اینکه چیزی از عمرش باقی نمانده؟! با این وجود هرودی آنها میخواستند از فرصت باقی مانده استفاده کنند. خاطره‌هایی بسازند تا برایشان حسرت و آرزو نماند.

پروانه از شمع پرسید: تا به حال کسی را دوست داشتی؟ شمع با نگاهی خیره و مات به پروانه گفت: البته ایستوایی چهره او را در خورده شب‌هاه‌های آینه نگاه کنی. او بال‌های زیبایی دارد به رنگ آبی! بدن نرم و فشنگش از هر پارچه ابریشمی نرم تر است.

وقتی پروانه این سخنان را از زبان شمع شنید بی‌نیاهت خوشحال شد و شروع به گشتن به دور شمع کرد اما شمع .. با نگاهی پراز غم به چشمان قهوه‌ای او نگاه میکرد. گویی میدانست که فراراست به زودی او را از دست بدهد. پس سعیش را کرد تا پروانه خوشحال بماند. آخرین روز عمر پروانه فرا رسید. شمع که میدانست پروانه اش قراره به زودی او را ترک کند دوست داشت او را در آغوش بکشد اما نمی‌توانست. بال‌های زیبای پروانه اش میسوزاند و این برخلاف آن چیزی بود شمع برای

پروانه می‌خواست. شمع نمیدانست حس بین آنها درست است یا نه اما دوست داشت ادامه داشته باشد.

تفکر چفتشان این بود که بعضی اشتباهات میتوانند قشنگ باشد اما برای این دو عاشق بی پروا وقتی نمانده بود.

پروانه کم کم بر روی میز و کنار شمع افتاده بود. نفس‌های پروانه آبی به شمارش افتاده بود. پروانه دوست داشت شمع برای همیشه مال او باشد اما افسوس سرنوشت برای آنها چیز دیگری رقم زده بود. آنها قرار نبود برای یکدیگر باشند نه تنها در این دنیا بلکه در تمامی قصبه‌ها و دنیا‌های دیگر این اتفاق رخ نمیداد. در آخرین لحظه پروانه رو به شمع کرد و گفت: من تورا خواهم یافت و دوباره عاشقت خواهم شد. و چشمانی مانند کهکشان قهوه‌ای خود را بست. شمع با خودش عهد بست بعد از پروانه اش هرگز کسی را مانند او دوست نداشته باشد.

گاهی وقت‌ها پیش می‌آید در زندگی انسان عشقی مانند پروانه و شمع رخ بدهد اما باید تلاش کنند هم دیگر را ببندند و با این که قلب‌هایشان به یکدیگر پیوند خورده یکدیگر را ترک کنند.

ستاره خرمشهر

اصغر فکور

نویسگر: سید منیم موسوی

فرمانده
من

۱۸

نوجوان

شماره ۱۴ مهر ۱۳۹۴

شد و برای شکل‌گیری انجمن اسلامی این مرکز دانشگاهی تلاش کرد. در این زمان او در تکثیر و پخش اعلامیه‌های امام امت (ره) و نیز انتشار جزوه‌ها و بیانیه‌های افشاگرانه علیه سیاست‌های سرکوبگرانه رژیم فعالیت می‌کرد. در سال ۱۳۵۵، به دلیل ضرورتی که در تداوم جهاد مسلحانه احساس می‌کرد، به «گروه منصورون» پیوست. از همین دوران بود که به دلیل ضرورت‌های کار مسلحانه ناچار به زندگی کاملاً مخفی شد.

سال ۱۳۵۶ مأمور جابه‌جایی اسلحه از تهران به اهواز شد. در حالی که گروه توسط عوامل نفوذی ساواک شناسایی شده بود و گلوگاه‌های جاده تهران - قم توسط مأموران کمیته مشترک ضدخرابکاری کنترل می‌شد، وی ماهرانه خودروی حامل اسلحه‌ها را از تور ساواک عبور داد و به اهواز رساند. با همین اسلحه‌ها محمد و دوستانش به اجرای عملیات‌هایی دست زدند که تأثیر بسیار زیادی در ادامه مبارزه‌های مردم انقلابی داشتند.

در پاییز سال ۱۳۵۷ در پی اعزام تانک‌های ارتش رژیم شاه به خیابان‌های اهواز و کشتار مردم، سید محمدعلی و دوستانش تصمیم می‌گیرند از مردم تظاهرات کننده مسلحانه دفاع کنند. در یک درگیری سنگین با نیروهای زرهی رژیم، حدود ۳۰ نفر از مزدوران شاهنشاهی را مجروح می‌کنند و سالم به مخفیگاه خودباز می‌گردند. با پیروزی انقلاب اسلامی در بیست و دوم بهمن ۱۳۵۷، سید محمد پس از دو سال و نیم زندگی مخفی به خرمشهر باز می‌گردد و با فعالیت‌های انقلابی از حضور دوباره پس‌مانده‌های رژیم پهلوی جلوگیری می‌کند. تحرکات دشمنان داخلی و خارجی در استان خوزستان باعث می‌شود محمدعلی فرماندهی سپاه پاسداران انقلاب اسلامی خرمشهر را بپذیرد. با شروع جنگ تحمیلی و هجوم هوایی و زمینی دشمن بعثی، در حالی که خرمشهر زیر آتش توپ بود، دشمن تصور می‌کرد با دو گردان نیرو ظرف مدت ۲۴ ساعت خواهد توانست آن را به تصرف خود درآورد.

هر آدمی بالاخره توی یک دورانی بیشترین بازده را دارد. اگر بخواهیم زندگی را به چهار بخش **کودکی، نوجوانی، جوانی** و **کهن‌سالی** تقسیم کنیم، بیشترین خطرات مهم آدم‌ها توی همان دوران نوجوانی شکل می‌گیرند!

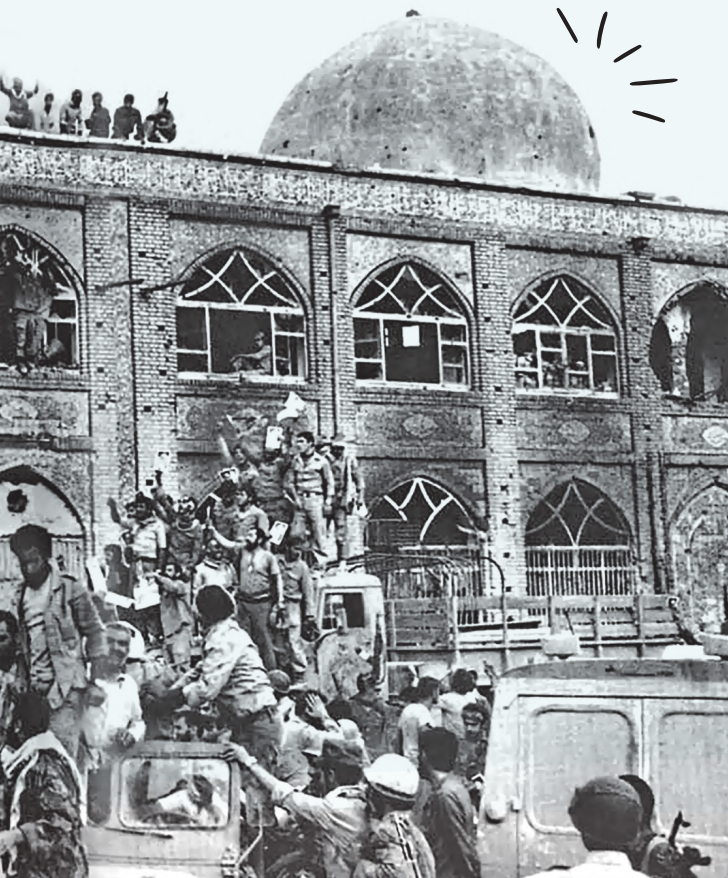
نه اینکه بقیه سال‌های عمر مهم نیستند، بلکه معمولاً دوران نوجوانی به قولی، حال و هوای دیگری دارد. مثلاً نگاه کنیم به زندگی شهید **محمدعلی جهان‌آرا**. باورتان می‌شود او در سن ۱۵ سالگی شروع به مبارزه با رژیم پهلوی کرد؟ آدم چقدر باید مطالعه کند و با چشم باز محیط اجتماعی‌اش را ببیند که در این سن به پختگی برسد؟

اما حقیقت دارد. سید محمدعلی در سال ۱۳۴۸ در حالی که بیشتر از ۱۵ سال نداشت، با فعالیت‌های انقلابی‌اش مأموران امنیتی رژیم را کلافه کرده بود، توسط اداره ساواک دستگیر و به زندان محکوم شد.

سید محمدعلی دوران کودکی و نوجوانی پر تلاطمی داشت. به گفته خانواده و دوستانش، هیچ چیز بیشتر از بی‌عدالتی، ظلم و ستم محمدعلی را آزرده نمی‌کرد. او که طعم فقر را چشیده بود، عامل همه بی‌عدالتی‌ها را رژیم پهلوی می‌دانست.

مطمئنم در این چند صفحه نمی‌شود زندگی محمدعلی جهان‌آرا را با کلمه‌ها توصیف کرد و شرح داد، اما امیدوارم روح جوان و پاک تو دوست خوبم، با صداقت و پاکی‌های محمدعلی جهان‌آرا ارتباط بگیرد. سید محمدعلی جهان‌آرا در سال ۱۳۳۳ در خانواده‌ای تهی‌دست اما با ایمان در خرمشهر به دنیا آمد. دوران کودکی را تحت نظر پدرش به آموختن قرآن پرداخت. از آنجا که محمدعلی علاقه بسیاری به امور مذهبی داشت، در همه جلسسهایی که در مسجد **امام صادق (ع)** خرمشهر برگزار می‌شد شرکت می‌کرد.

در این جلسسه‌ها بود که آگاهی‌های فراوانی در باره جامعه و رژیم پهلوی به دست آورد. این آگاهی‌ها باعث شدند با مبارزات **امام خمینی (ره)** به عنوان یک شخصیت مسلمان، انقلابی و مبارز آشنا شود. در اواخر سال ۱۳۴۹ همراه برادرش به عضویت گروه مخفی حزب‌الله خرمشهر درآمد. افراد این گروه با هم میثاقی را نوشتند و امضا کردند و در آن متعهد شدند که تحت رهبری **امام خمینی (ره)** برای براندازی رژیم پهلوی بکوشند. سیدمحمدعلی در سال ۱۳۵۴، بعد از پایان دوران تحصیلات دبیرستانی، برای ادامه تحصیل راهی مدرسه عالی بازرگانی تبریز





صلابت به آن‌ها پیام داد که باید مواظب باشیم ایمانمان سقوط نکند. شهید جهان‌آرا می‌گفت: آرزو می‌کنم در راه آزاد کردن خونین شهر شهید شوم. او و هم‌زمانش خالصانه جان‌فشانی کردند، در برابر دشمن ایستادند و با فرهنگ شهادت‌طلبی در برابر دشمن تا دندان مسلح، مقاومت کردند.

از خصوصیات اخلاقی و اعتقادی سید محمدعلی جهان‌آرا حکایت‌های بی‌شماری هست، اما آنچه همیشه درباره او گفته‌اند و می‌گویند این بود که: از قدرت تجزیه و تحلیل بالایی برخوردار بود و نفوذ کلام عجیبی داشت. خوش‌خلقی، تقوا، اعتماد عمیق به ولایت فقیه و حضرت امام (ره) و خستگی‌ناپذیری از خصوصیات بارز وی بود. به هم‌زمانش می‌گفت: «انقلاب بیش از هر چیز برای ما یک امتحان الهی و یک آزمایش تاریخی و اجتماعی است. در جریان این امتحان باید رنج، محرومیت، مصائب و ناملایمات را با آغوش باز بپذیریم و در برابر آشوب‌ها و فتنه‌ها با خلوص و شهامت، محکم بایستیم و از طولانی شدن دوران امتحان و افزایش سختی‌ها و ناملایمات نهراسیم. زیرا علاوه بر اینکه خود را از قید افکار شرک‌آلود و وابستگی‌ها، پاک و خالص می‌کنیم، ریشه و نهال انقلابمان عمیق و استوارتر می‌شود و از انحراف و شکست مصون می‌ماند.»

عشق و علاقه زیادی به حضرت امام خمینی (ره) داشت و تکه کلامش این بود: «من مخلص و چاکر امام هستم.» از جمله سخنانش این بود که: «مادامی که به خدا اتکا داریم و رهبری بزرگی چون امام داریم، هیچ غمی نداریم!»

سید محمدعلی روحیه‌ای عرفانی داشت و بسیاری از اوقات دیده می‌شد که در حال راز و نیاز با خدای خود است. زمانی که در زندان به سر می‌برد، از نماز شب غفلت نمی‌کرد. تواضع و فروتنی در سید موج می‌زد. با وجود اینکه فرماندهی سپاه خرمشهر را به عهده داشت، خود را بسیجی می‌دانست و در حالی که فرماندهی قاطع بود، اما رابطه عاطفی و برادرانه خود را با نیروهای تحت امر حفظ کرده بود.

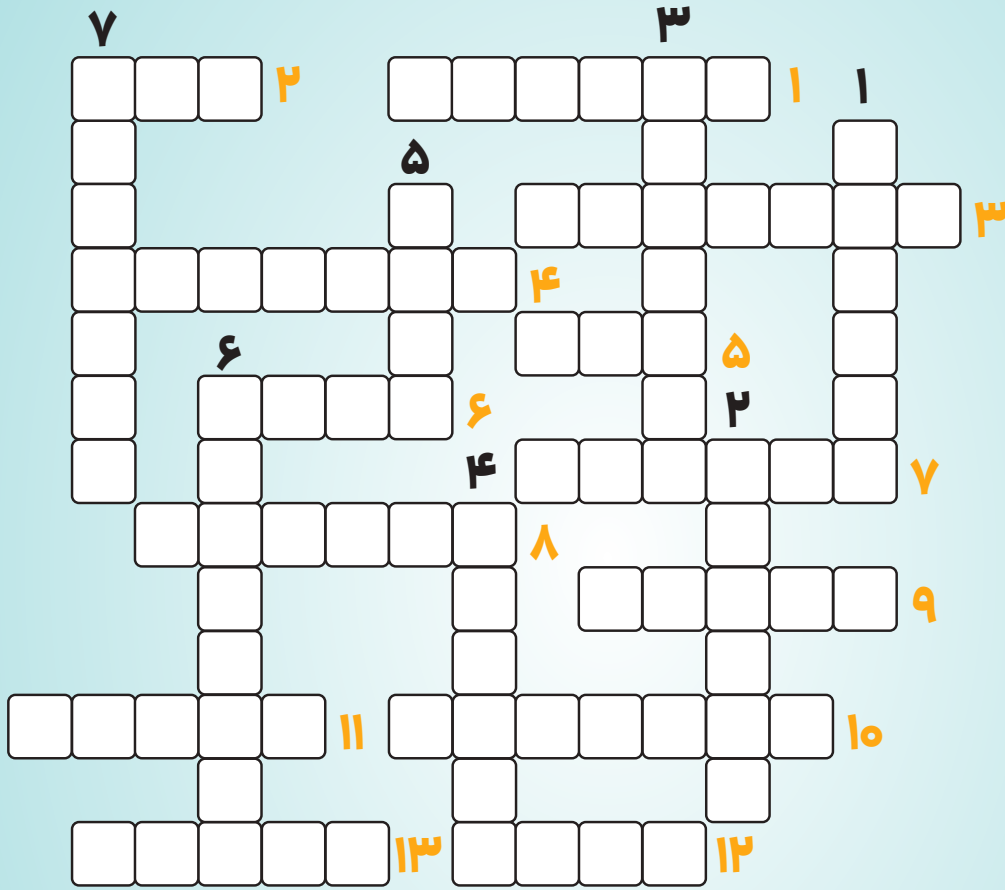
او به تربیت کادرهای کارآمد توجه خاصی داشت و در رشد دادن نیروهای مردمی، تلاش چشمگیری کرد. صبر و استقامت، فداکاری و شهادت‌طلبی از خصوصیات بارز او بود. خبر شهادت سید محمدعلی جهان‌آرا و جمعی از فرماندهان عالی‌رتبه برای مردم ایران تلخ بود: «در ساعت ۱۹:۳۰ دقیقه سه‌شنبه هفتم مهرماه ۱۳۶۰، بعد از عملیات مهم **ثامن الاثمه**، یک فروند هواپیما که تعدادی از شهدا و مجروحان عملیات را از اهوا به تهران حمل می‌کرد، در منطقه کهریزک تهران دچار سانحه شد و سقوط کرد. از جمله شهدای این سانحه، تیمسار سرلشکر شهید **ولی‌الله فلاحتی** (جانشین رئیس ستاد مشترک آجا)، سرتیپ شهید **موسی نامجو** (وزیر دفاع)، سرتیپ خلبان شهید جواد فکوری (مشاور جانشین رئیس ستاد مشترک آجا)، سردار سرلشکر پاسدار شهید **یوسف کلاهدوز** (قائم‌مقام فرماندهی کل سپاه) و سردار سرلشکر پاسدار شهید سید **محمدعلی جهان‌آرا** (فرمانده سپاه خرمشهر) بودند.»
روحشان شاد و یادشان گرامی.

و بعد از آن، از طریق پل ذوالفقاریه، به آبادان دست پیدا کند. بعد هم در فاصله کوتاهی به اهواز برسد و خوزستان را از کشور جمهوری اسلامی جدا کند. اما در مقابل مقاومت دلیرانه مردم خرمشهر، مجبور شد بخش زیادی از توان نظامی خود را (بیش از دو لشکر) در این نقطه زمین‌گیر کند و ۴۵ روز معطل شود. در نهایت هم پس از عبور از دو پل کارون و بهمینشیر، فقط توانست آبادان را به محاصره در آورد. در این مرحله شهید جهان‌آرا با سازمان‌دهی مناسب نیروهای سپاه و مردمی و به‌کارگیری به‌موقع رزمندگان اسلام، عرصه را بر نیروهای عراقی تنگ کرده بود. اما فشار دشمن هر روز بیشتر می‌شد و ادوات و تجهیزات جنگی زیادی را وارد عمل می‌کرد. برادری تعریف می‌کند: «روزهای آخر این مقاومت بود که بچه‌ها با بی‌سیم به شهید جهان‌آرا اطلاع دادند که شهر دارد سقوط می‌کند.» او با



افقی

۱. کوشش و تمرین مداوم در زمینه‌ای خاص؛ ۲. واژه فارسی برای جد؛ ۳. یکی از سه ذره اصلی تشکیل دهنده اتم؛ ۴. فیلسوف، حکیم و دانشمند ایرانی صاحب کتاب‌های شفا و قانون؛ ۵. غول پیکرترین جانور دریایی؛ ۶. یکی از سوره‌های قرآن؛ ۷. نیرویی که بر اثر سایش سطوح دو جسم با یکدیگر پدید می‌آید؛ ۸. کلمه مترادف حمل و نقل؛ ۹. ارتقا و افزایش مقام و درجه؛ ۱۰. یکی از انرژی‌های تجدیدپذیر؛ ۱۱. سخت‌ترین کانی در کره زمین؛ ۱۲. نبرد سنگین میان حضرت علی (ع) و معاویه؛ ۱۳. اعتباربخشی به حکم ریاست جمهوری توسط مقام رهبری



جدول

نیرامانی

۲۰

نوجوان

شماره مهر ۱۴۰۴

عمودی

۱. یکی از چهار حالت اصلی ماده؛ ۲. عبور نور سفید از یک منشور که آن را به رنگ‌های متفاوت تجزیه می‌کند؛ ۳. آدم زیرک و آب‌زیرکاه را به این خزنده ریز جثه تشبیه می‌کنند؛ ۴. رشته‌های طناب‌مانند دارای انعطاف که رابط بین استخوان‌ها و عضله‌ها هستند؛ ۵. یکی از اصول دین اسلام؛ ۶. یکی از خط‌های باستانی که حرف‌های آن تصویری بودند؛ ۷. یکی از سیاره‌های منظومه شمسی که به نام سیاره به پهلو خوابیده هم معروف است؛ چرا که یک‌وری پیرامون خورشید گردش می‌کند



با پویش این رمزینه جواب حل جدول را با هم ببینید.

نه کلاسی

روش های یادگیری

مجید رحمانی صانع

تصویرگر: فراهرز گشتکار

نه، فرقی نداره! کار زشت زشته، عادت می کنی!

۲



چرا خودت رو لوس می کنی؟! من و تو نداریم که، بذار ببینم!

چرا به من می گی؟! به خودت بگو!

۱



آخه خنگ خدا! صد دفعه اینارو خوندی! باز هم بلد نیستی جواب بدی؟!!

خودآزمایی به این معناست که پس از پایان درس خواندن، تمرین های مربوط به آن را حل کنیم.

بهترین روش برای افزایش یادگیری خودآزمایی است.

چی کار می کنی؟! چرا کتابت رو ریزریز می کنی؟!!

۴



دارم به بخش های کوچک تر تقسیم می کنم که کم کم بخونم! تو چرا این قدر فضولی می کنی؟!!

داری چی کار می کنی؟

۳



حقته! چرا نداشتی جواب سوال هات رو ببینم؟!!

سعی کنید درس ها را به بخش های کوچک تر تقسیم کنید و آن ها را کم کم و در طول نیمسال (ترم) مطالعه کنید.

علامت گذاری (هایلایت کردن) یکی دیگر از روش های متداول یادگیری است.

تو معلوم هست داری چی کار می کنی؟ آبروی منو بردی!

۵



دارم تصویر سازی می کنم. اینو ولش! تو بگو من الان که انجام، تو اونجا چی کار می کنی؟!!

آخرین مورد از بهترین روش های یادگیری تصویر سازی نام دارد. یعنی از مطلبی که در حال مطالعه آن هستید تصویری زنده بسازید.

چوب بستنی رو کی لیس بزنه!

فرزانه مصیبی



مدتی که شغلش شده آب‌خنک خوردن. این آدم، با علم و دانش مالش رو به دست نیآورده که بخواد الگوی مناسبی واسه نوه گل من باشه. یه چیزهایی می‌فروخته که زندگی جوان‌های مملکت رو نابود می‌کرده. اگه دنبال الگوی پولدارم هستی، مهندس شاهمادی رو نگاه کن که از توقفگاه خون‌اش شروع کرد، حالا کارخونه بستنی داره. هزار تا جوون هم دارن براش کار می‌کنند.» احمد گفت: «اونو که می‌گن بچه پولدار بوده.»

بابا مشدی گفت: «با من بزرگ شده. ما یه بستنی می‌خریدیم شریکی می‌خوردیم، آخرشم سر لیس‌زدن چوبش دعوامون می‌شد.»

احمد گفت: «آوه، پس محرومیت و نیاز فقط مقدمه اختراع نیست، مقدمه پول‌دار شدنم هست.»

بعد فکری کرد گفت: «البته محمود خاله هم مهندس، ولی داره فلافل می‌ده دست مردم.»

بابا مشدی نگاهی به زینب کرد و گفت: «حرف حساب جواب نداره. همه درس می‌خونن، ولی همه ازش درست استفاده نمی‌کنن. تو درخت‌هات رو آب بده بابا جان، الان که مادرت اومد دنبالت، اینا رو بهش بگو.»

احمد یک دفعه شلنگ را رها کرد وسط باغچه و دوید سمت خانه.

بابا مشدی (مشهدی) گفت: «احمد چرا دفتر و کتابت وسط خونه پهنه، خودت تو باغچه‌ای؟!»

احمد انگشتش را گذاشت جلوی شیر آب و فشار تیز آب را پاشید روی درخت‌ها. برگ‌های زرد و خشکشان را نشانه گرفت و گفت: حالا مثلاً من بدونم که «روبید» آینده‌اش می‌شه: «خواهد روبید»، یا «می‌گوید» آینده‌اش می‌شه: «خواهم گفت»، به چه درد من می‌خوره؟

زینب از در نیمه باز حیاط وارد شد. سلامی داد، کوله پشتی‌اش را آویزان شاخه درخت انجیر کرد و نشست کنار حوض و گفت: «می‌گوید» می‌شه «خواهد گفت»، پروفیسور.

بابا مشدی گفت: «قربون نوه خوشگلم بشم. خسته شدی بابا جان، پاشو برو تو خونه یه چرتی بزن، خانم دکتر بابا، یه میوه‌ای بخور، بعد...»

احمد پرید وسط حرف بابا بزرگ و گفت: «خب منم اومدم خستگی دربیارم. پس چرا هی به من می‌گین برو درس بخون.» بابا مشدی گفت: «استراحتم حدی داره! تو که کلا توی استراحتی. گاهی هم به دفتر و کتابت یه سری می‌زنی.»

زینب با ناز به پدر بزرگ نگاه کرد و گفت: «ولش کن بابا مشدی، اگه می‌دونست درس خوندن و نخوندن چقدر توی آینده‌اش تأثیر داره، متخصص چگونه عمر خود را هدر بدهیم نمی‌شد که با آینده خودش داره بازی می‌کنه.»

بابا مشدی خنده‌ای کرد، سری تکان داد و حرف زینب را تأیید کرد. احمد شلنگ را گرفت سمت زینب. زینب که جیغش رفت هوا، احمد دلش خنک شد و گفت: «کی گفته این درس‌ها به آینده آدم ربط دارن؟»

زینب گفت: «نمی‌دونم چرا اصرار به نفهمیدن داری!» احمد دوباره با شلنگ آب خواهرش را تهدید کرد و گفت: «آیا به نظر شما اسماعیل چرخ‌ساز با خواندن درس به آن همه ثروت دست پیدا کرده است که من بخواهم دست پیدا خواهم کرد؟!»

زینب گفت: «جمله‌بندیت منو کشته. نخیر، لابد با ساختن چرخ. اصلاً کی هست اینی که می‌گی؟»

احمد پقی زد زیر خنده و گفت: «هی از کلاس ریاضی برو کلاس زبان، از اونجا برو کلاس شیمی... اون وقت بیل گیتس محلات رو نشناس. اون برجه هست سر خیابون هشتم، خب...» زینب گفت: «خب!»

احمد دست به کمر ایستاد روبه‌روی خواهرش و ادامه داد: «اون مال همین اسماعیل چرخ‌سازه که سوادم نداره.» زینب پرسید: «فامیلیش چرخ‌سازه یا شغلش؟»

احمد گفت: «فامیلیش. البته اگه خیلی دلتون خواسته باشه بدونید شغلش چیه، عارضه خدمتتون که شغلشون پولدار بودنه.» بابا مشدی که ساکت بود و داشت برگ‌های خشک را از حیاط جارو می‌کرد، گفت: «البته الان شغل دیگه‌ای داره.»

تک چرخ نیلوفری

سعیده موسوی زاده

درخت تو گر بار دانش بگیرد
به زیر آوری چرخ نیلوفری را

معلم فارسی‌مان چند بار این بیت را معنی کرده بود. او درباره‌اش آن قدر حرف زده بود که خیال می‌کردم واو به واوش را حفظ شده‌ام. روزی که توی امتحان این سؤال را دیدم، یکهو انگار مغزم خالی شد. حس می‌کردم حتی نمی‌دانم درخت چه جور چیزی است. رفتم سراغ سؤال‌های دیگر و سعی کردم جوابشان را بنویسم، اما ذهنم مدام می‌رفت روی کلمه «بار دانش». مگر دانش وزن دارد؟ مگر جرم دارد؟ مگر وانت است که بار داشته باشد؟

تمرکز روی سؤال‌های دیگر بی‌فایده بود. چون «چرخ نیلوفری» هم داشت ذهنم را قلقلک می‌داد. کدام نیلوفری چرخ دارد؟ کدام چرخ‌ی شبیه نیلوفر است؟

اصلاً شاعرها چرا این قدر همه چیز را پیچیده می‌کنند؟! خب می‌توانستند رک و راست درباره‌ی دانستن و فایده‌های دانش حرف بزنند. حالا این دو تا هیچ، «درخت تو» را دیگر کجای دلم می‌گذشتم؟

من که درخت ندارم. نکند خواسته بگوید من درختم! آخر من بیچاره چه شباهتی به درخت دارم؟! وای از دست خیال‌پردازی شاعرها! بعد می‌گویند نوجوان‌ها دائم در حال خیال‌پردازی‌اند.

داشتیم با خودم غرولند می‌کردم که معلممان رسید بالای سرم. نگاهی کرد و گفت: «هنوز برگه‌ات سفیده که! یک ربع بیشتر وقت نداری ها!» گفتم: «اجازه ببخشید، این درخت نیلوفر و چرخ دانش حواسم رو پرت کرده.»

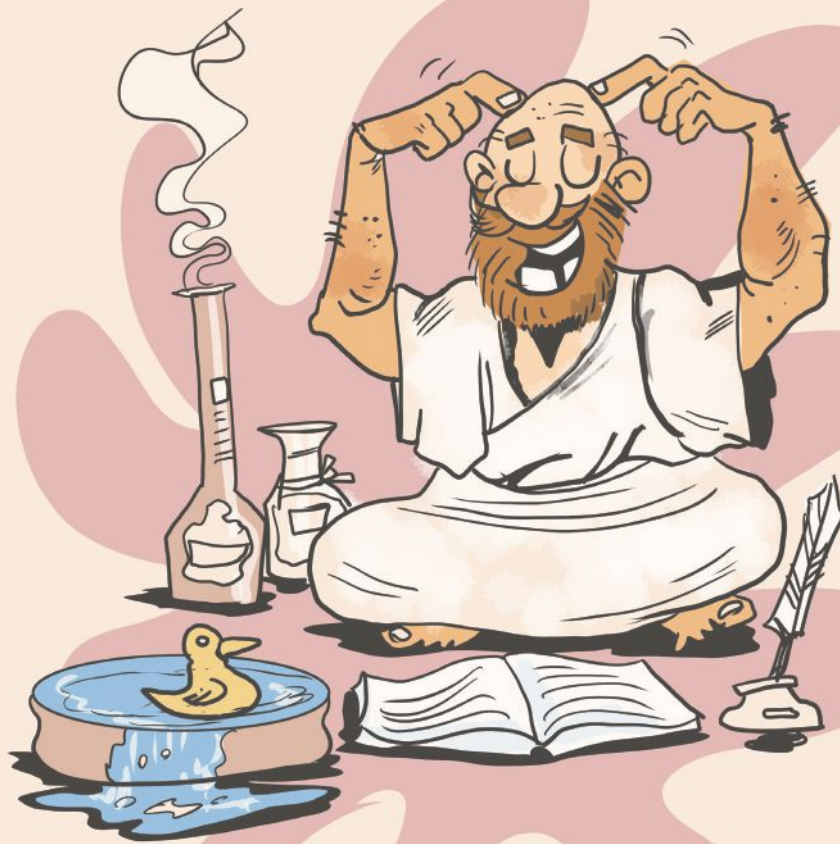
معلممان خندید: «معلومه که سر کلاس حواست به حرف‌های من نبوده.»

چند روز از امتحان گذشت. یک روز معلممان برگه‌ها را آورد. وقتی جواب‌های درست را گفت و من جواب‌های خودم را دیدم خنده‌ام گرفت. یعنی اگر خود شاعرها و نویسندگان برگه مرا می‌خواندند می‌توانستند از رویش یک کتاب فارسی تخیلی بنویسند. آخرش هم که معنی بیت چرخ نیلوفری را فهمیدم، باز برایم این سؤال پیش آمد که چرا دانش آدم باعث شد چرخ نیلوفری را زیر بگیرد و همه چیز را نابود کند؟ حالا این سؤال هم به کنار، اصلاً اگر این بار سنگین و طاقت‌فرسای دانش نبود ما مجبور نبودیم هر روز کله صبح مدرسه برویم و به جایش خوش می‌گذراندیم.

سوار دوچرخه‌مان می‌شدیم و در حال تک‌چرخ‌زدن بستنی‌مان را

لیس می‌زدیم. انگار که من این سؤال‌ها را بلند پرسیده بودم، چون معلممان یک ساعت تمام درباره‌اش حرف زد و آخرش گفت هر چیزی که دارید استفاده می‌کنید محصول دانش آدم است. دانستن کلید حل همه مشکلات است و بدون دانش این جوری و آن جوری می‌شد و... بعله، و همین جوری من بالاخره زیر بار دانش رفتم. درست زمانی که روی زین دوچرخه‌ام به این فکر می‌کردم که آدم چرا و چطور چرخ را اختراع کرد و چرخ نیلوفری را به زیر آورد.





گنج نامرئی

مهدی فرج‌اللهی

اما اتفاقی نیفتاد؛ جز اینکه تفی شد. برای همین به حمام رفت. وقتی پا به خزینه گذاشت و دید که آب از آن سرریز کرد، متوجه شد که حجم آبی که بیرون ریخته است، دقیقاً با حجم قسمتی از بدن او که وارد آب شده برابری می‌کند. بنابراین دریافت که همین طوری می‌تواند حجم تاج را بفهمد. ناگهان از ذوق حجم در حجم شد و خون به مغزش نرسید و به جای آنکه بگوید: خُشک! خُشک! همین طوری خاک بر سری با فریاد «یورکا یورکا»، یعنی «یافتیم یافتیم»، به کوچه و برزن دوید و ملت عصبانی هم با فریاد «وا یورکاها، وا استاد، واویلا و وایسا لنگ رو بگیر» در پی‌اش روان شدند.

در نهایت فهمیدند که زرگر با نقره در طلا آب بسته بود و معلوم شد که گنج واقعی علم است. پلاساز که دستش رو شده بود با طلاها گریخت و از هفت دریا گذشت و پیش از آنکه کریم پوست کلفت به آمریکا برسد، موفق به کشف کانادا شد.

علم به دنبال پاسخ به پرسش‌ها و نیازهای ماست. در کنار تمام ثواب و کیابی که دانش دارد، خود دانش و دانستن لذتی دارد که اگر زیر دندان کسی برود مزه کوبیده و چنجه را فراموش می‌کند. از دیدگاه دانشمندان و روان‌شناسان، خندیدن و شادی دلیل‌های متفاوتی دارد که یکی از آن‌ها کشف و دانستن است. معروف‌ترین نمونه آن هم جناب ارشمیدس است.

پادشاه مشکوک بود که مبادا زرگر در طلای تاج آب بسته باشد. پس از جناب ارشمیدس خواست تا آن را بررسی کند. ارشمیدس می‌دانست که چگالی منحصر به فرد است. برای محاسبه چگالی که نسبت جرم به حجم است، باید حجم تاج را اندازه می‌گرفت. چند هزار سال پیش، علم به نسبت امروز در حد باقالی بود و نمی‌توانستند حجم شکل‌های پیچیده را حساب کنند.

ارشمیدس به یاد ای کیوسان چهارزانو نشست و انگشتانش را در دهان کرد و بر کله‌اش کشید. چند بار این کار را تکرار کرد

چه دانشی کسب کردی؟

اعظم سبحانیان



۲۵

شماره ۱۴ مهر ۱۴۰۴

چه کارها کرده امانش ندادم و خودم پیش دستی کردم و گفتم: «به تازگی تحقیقات علمی زیادی انجام دادم و تقدیر شدم. « برگه را که دستش دادم؛ مامان و بابا با وحشت نگاه کردند و بعد با تعجب نگاه کردند به عروس عمومی مامان که صورتش هر لحظه رنگ پریده تر می شد.

تحقیقات من:

چگونگی رفتار سوسک های توالت و حمام و انگیزه ارتباط فامیلی شان با هم و حضور مستمرشان در اتاق من. تحقیق درباره تجزیه پسماندها و آشغال های اتاق خوابم و پیداشدن موجودات موذی روی آنها، بعد از گذشت یک ماه. تأثیر جرم زرد دندانم بر غده لوزالمعده (پانکراس) در اثر مسواک نزدن. کشف گونه ای نادر از شپش در لابه لای موهای فر سرم، در اثر شسته نشدن. قیافه عروس عمومی مامانم دیدنی بود. آن شب درست غذا نخورد و مدام با غیظ پسرش را نگاه می کرد. مطمئنم چشمش فقط کلمه های تحقیق، تأثیر کشف را دید.

در قدیم خانواده ها اصلاً کاری به بچه های یکدیگر نداشتند. هر کدام هفت هشت تایی بچه داشتند و اصلاً وقت نمی کردند سرک بکشند توی زندگی هم تا بچه های دیگران را رصد کنند. ولی متأسفانه الان هر خانواده یک یا دو بچه دارد و تمام رفتار و اعمال این بچه ها مثل میکروب زیر ذره بین همه فامیل است. مطمئنم مثلاً دخترخاله همسایه عمومی بابا می داند من کره مریا دوست ندارم، یا فلان بچه در فلان رشته توانسته نمره خوبی کسب کند. مدتی بود هر کسی به خانه ما می آمد، اولین حرفش این بود: پسر تون چه دانشی کسب کرده؟ بعد هم داستان سربازی شان درباره پیشرفت های بچه هایشان شروع می شد.

مامان و بابای بیچاره من هم من من کنان نمی دانستند چه بگویند. چون من حتی در به دست آوردن نمره های کلاسی هم افتضاح بودم. در این میان عروس عمومی مامانم بیشتر از همه روی مخ بود. من هم تصمیم گرفتم کاری کنم کارستان.

این بود که یک فهرست بلند بالا تهیه کردم. شبی که به خانه ما آمدند برای شام، تا نگاه حقارت باری به من کرد که بگوید بچه اش

دنیای هوشمند چیزها

معرفی رشته اینترنت اشیا

احسان خان محمدی

تصور کن از اتاق بیرون آمده‌ای و چراغ پشت سرت خودبه‌خود خاموش شده است. در این لحظه قدرت نیم‌نگاهی به اتاق می‌اندازد و خنده‌ای محو روی لب‌هایش می‌آید. بعد زیر لب می‌گوید: «آفرین، بالاخره یاد گرفتی از اتاق که بیرون می‌آیی چراغ را خاموش کنی!» در این لحظه تو هم لبخند محوی می‌زنی و با خودت می‌گویی: «ولی من چراغ را خاموش نکردم، خودش خاموش شد!»

اتفاق عجیبی نیفتاده. تو داری در سال ۲۰۳۰ زندگی می‌کنی؛ یعنی زمانی که اشیا به اینترنت وصل و هوشمند شده‌اند!

اینترنت اشیا فقط برای این نیست که چراغ پشت سرت خاموش شود و تابشگرهای (رادیاتورهای) شوفاژ هر زمان که نیاز بود خودشان روشن شوند. به مزرعه هوشمندی فکر کن که وقتی خاکش خشک می‌شود خودش آبیاری را شروع می‌کند، یا شهری که با حسگرهای پیشرفته، آلودگی هوا را اندازه می‌گیرد، و ترافیک را مدیریت می‌کند تا از تصادف‌ها جلوگیری شود. پس اینترنت اشیا قرار است به ما کمک کند انرژی بهینه مصرف شود.

متخصص اینترنت اشیا کیست؟

متخصص اینترنت اشیا کسی است که به اشیا کمک می‌کند «باهم ارتباط برقرار کنند» اما نه با چسب و پیچ‌گوشتی، بلکه با کد، حسگر (سنسور) و شبکه. از گلخانه‌های خودکار گرفته تا خیابان‌های هوشمند و حتی کفش‌های ورزشی متصل به تلفن همراه، همه به دست این متخصص طراحی و ساخته می‌شوند.

دنیای
رشته‌ها

۲۶

از چه رشته‌هایی می‌شود به این شغل رسید؟

اگر دانش آموز پایه نهم هستی و داری برای انتخاب رشته دهم تحقیق می‌کنی می‌توانی از رشته‌های نظری یا فنی، از دانشگاه یا دوره‌های مهارتی، وارد این دنیا شوی. آنچه اهمیت دارد این است که علاقه، پشتکار و برنامه‌ریزی داشته باشی.

بنابراین:

اگر در رشته ریاضی و فیزیک درس می‌خوانی، پایه خوبی برای یادگیری الگوریتم، برنامه‌نویسی و تحلیل سامانه‌ها (سیستم‌ها) خواهی داشت.

اگر در رشته علوم تجربی هستی و به کاربرد اینترنت اشیا در پزشکی، کشاورزی یا محیط زیست علاقه‌داری، مسیر تو می‌تواند متفاوت و مفید باشد.

در هنرستان‌ها، رشته‌هایی مثل الکترونیک، رایانه (نرم‌افزار و شبکه)، و مکانیک یا تأسیسات، پایه‌ای عملی برای ورود به دنیای دستگاه‌های هوشمند فراهم می‌کنند.

نوجوان

شماره ۱۱ مهر ۱۴۰۴

چرا این شغل مهم است؟

شاید وصل کردن وسایل به اینترنت فقط یک کار جالب به نظر برسد، اما در آینده‌ای نه چندان دور، این کار به یک ضرورت تبدیل خواهد شد. چون دنیا برای مقابله با بحران‌هایی مثل کمبود انرژی، تغییرات اقلیمی، ترافیک و هدررفت منابع، به هوشمندی و دقت بیشتری نیاز دارد: شهرها برای کاهش آلودگی هوا و تصادف، به سامانه‌های هوشمند ترافیکی نیاز دارند. کارخانه‌ها باید با دقت بیشتر و مصرف کمتر، کالا را تولید کنند. کشاورزی باید با داده و حسگر، آب و خاک را بهتر مدیریت کند. حتی خانه‌ها باید امن‌تر، پاک‌تر و بهینه‌تر کار کنند. و همه این‌ها بدون اینترنت اشیا ممکن نیست.

برای فعالیت در این رشته چه مهارت‌هایی باید داشته باشیم؟
برای رسیدن به این شغل، به مجموعه‌ای از مهارت‌های فنی و ذهنی نیاز داری؛ مهارت‌هایی مانند:

دانشگاه یا مهارت؟

اگر مسیر دانشگاهی را انتخاب کنی، رشته‌هایی مثل: مهندسی رایانه برق و فناوری اطلاعات مکترونیک می‌توانند زمینه‌ساز ورود تو به گرایش‌هایی مثل سامانه‌های هوشمند، اینترنت اشیا یا امنیت فضای رایانه‌ای باشند. اما اگر به یادگیری مهارتی علاقه داری و می‌خواهی سریع‌تر وارد بازار کار شوی، می‌توانی از این مسیر شروع کنی: یادگیری برنامه‌نویسی با زبان‌هایی مثل پایتون، آردوینو^۱ یا سی پلاس پلاس؛ کار با بردهای هوشمند مانند «راسپبری پی‌ای»^۲ و «تی‌اس‌پی۳۲»؛ شرکت در دوره‌های آزاد تخصصی، حضوری یا برخط؛ اجرای پروژه‌های واقعی کوچک، در خانه یا مدرسه.

بازار کار کجاست؟

متخصص اینترنت اشیا می‌تواند در حوزه‌های متنوعی فعالیت کند؛ از جمله: شرکت‌های دانش‌بنیان و استارت‌آپ‌ها؛ صنایع هوشمند (کشاورزی، حمل‌ونقل، انرژی و سلامت)؛ راه‌اندازی کسب‌وکار مستقل با تولید محصولات هوشمند کوچک برای خانه یا محیط کار. اگر به اینترنت اشیا علاقه‌مندم، از حالا چه کار کنم؟ اگر دنیای دستگاه‌های هوشمند، ارتباط ماشین‌ها و ساختن وسایلی که واقعا به درد زندگی مردم می‌خورند برایت جذاب است، همین حالا می‌توانی شروع کنی:

آشنایی با الکترونیک و حسگرها

برای اینکه عملکرد سخت‌افزارها را درک کنی و از محیط داده جمع کنی. برنامه‌نویسی (برنامه‌هایی مثل پایتون، سی یا سی پلاس پلاس) کنی. برای اینکه دستگاه‌ها را کنترل کنی و بتوانی سامانه‌های هوشمند طراحی کنی.

کار با شبکه‌ها و امنیت اطلاعات

برای اینکه ارتباط امن، سریع و مؤثری بین دستگاه‌ها برقرار کنی.

تحلیل داده‌ها و حل مسئله

برای اینکه بسیاری از پروژه‌های اینترنت اشیا پر از چالش‌های پیچیده‌اند و به مدیریت داده‌های بزرگ نیاز داری.



با پروژه‌های ساده تمرین کن

مثلا با آردوینو یک چراغ صوتی یا سامانه آبیاری هوشمند بساز.

برنامه‌نویسی یاد بگیر

پایتون، آردوینو و سی پلاس پلاس زبان‌هایی هستند که می‌توانی با ویدئوهای آموزشی یا برنامه‌های ساده آن‌ها را تمرین کنی.

در دوره‌های رایگان یا مسابقه‌ها شرکت کن

برخی مدرسه‌ها، پژوهش‌سراها یا وبگاه‌ها (سایت‌ها)، دوره‌های اینترنت اشیا و روباتیک دارند که می‌توانی در آن‌ها شرکت کنی.

از معلم یا مربی کمک بگیر

اگر در مدرسه کسی را می‌شناسی که به این حوزه علاقه دارد، با او صحبت و از راهنمایی‌هایش استفاده کن.

یادت باشد: هیچ‌کس از اول متخصص نبوده است، اما همه متخصص‌ها از یک پروژه کوچک شروع کرده‌اند. تو هم از یک پروژه کوچک شروع کن.





@NOJAVAVN-PARVANEGI

نوشته‌های خود را
برای ما بفرستید.



زیبانگاران نوقلم، سلام!
سلام بر شما و جهان رنگارنگ درونتان.
قلمتان پر نور و ذهنتان زلال.
راستی امروز چه خیالی در دل و چه نغمه‌ای بر لب دارید؟

در خواب‌های کودکی‌ام
هر شب طنین سوت قطاری
از ایستگاه می‌گذرد
دنباله قطار
انگار هیچ‌گاه به پایان نمی‌رسد
انگار
بیش از هزار پنجره دارد
و در تمام پنجره‌هایش تنها تویی که دست تکان می‌دهی...
قیصر امین‌پور

پروانگی

بذر آرزو

مربی و منتقد:
سعیده اصلاحی

۲۸

نوجوان

شماره مهر ۱۴۰۴

نظر مربی: بهنود عزیز! دل‌نوشته‌ات
لبریز از آرمان‌خواهی کودکانه و خیال‌های
روشن است که بین نویسنده و مخاطب
پیوند عاطفی برقرار می‌کنند و بسیار
ارزشمند هستند. نکته قابل تأمل این اثر
امیدآفرینی و دعوت به همدلی است که
جهان امروز به آن سخت احتیاج دارد.
اگر این ساختار متنی به نسبت یک‌دست
را به بندهای کوتاه‌تری تقسیم کنی،
خوانا تر و تأثیرگذارتر خواهد شد. منتظر
دل‌نوشته‌های زیبای بعدی‌ات هستم.

نوشته بهنود نادری، پایه ششم، تربت جام
سلام دوستان! سلامی به زیبایی درخشش خورشید و به لطافت نسیم نوبهاری
تقدیم به شما در هر کجای دنیا. من آرزو دارم بتوانم با همه بچه‌های جهان دوست
باشم، از آن دوستی‌ها که در آن قصه داریم، خنده داریم، رازهای کوچک و بزرگ
داریم. آرزو دارم بتوانیم با هم یک عالم بازی‌های جدید اختراع کنیم و آن قدر بخندیم
که دل درد بگیریم یا وقتی ناراحتیم، همدیگر را بغل کنیم و بدانیم که تنها نیستیم.
آرزو می‌کنم دنیای ما بچه‌ها زیبا و پر از لبخند باشد؛ دنیایی که در آن هیچ جنگی
روی نمی‌دهد و هیچ کودکی گرسنه نمی‌ماند. دنیایی که در آن همه کودکان به
رؤیاهایشان می‌رسند و بزرگترها هم کودکی‌هایشان را از یاد نمی‌برند.
راستی شما چه آرزویی دارید دوستان عزیزم؟ آیا آرزوهای ما مشترک هستند یا با
هم فرق دارند؟ به نظر من آرزوهای ما می‌توانند هدف و آینده هر انسان را تغییر دهند.
هر آرزو بذر کوچکی است که اگر به آن توجه و رسیدگی کنیم، روزی پربار خواهد
شد و ما را به هدف‌هایمان خواهد رساند. پس بیایید برای داشتن آینده‌ای زیبا بذر
آرزوهایمان را با تلاش و پشتکار آبیاری کنیم



غم آفرید

سروده فاطمه راجی، پایه دهم، یزد
«پس خدا دل تنگی اش گل کرد، آدم آفرید»
خواست آدم نیز دل تنگش شود، غم آفرید
گفت عاشق باش اما دل به غیر از من مبند
گوش بر حرفش ندادم او تو را هم آفرید

تا تو را دیدم خدا را شکر کردم
بیشتر چون دلت را عاشق روح و روانم آفرید
مثل یک پروانه دور عشق تو در گردش
پس مرا عاشق ترین ها در دوعالم آفرید
با خدا گفتم بیابان است راه زندگی
از وجود عشق تو باران نم نم آفرید
آفرید و آفرید و آفرید، اینک تو را
در جهان بی کرانم، باز میهم آفرید

نظر مربی: فاطمه عزیز، غزلی لطیف سروده‌ای با نگاهی عارفانه به آفرینش. زبان غزلت صمیمی، ساده و قابل درک است و کاربرد ردیف «آفرید»، حس حضور خداوند در لحظات سرودنت را تقویت کرده است. لطفاً در شعرهای بعدی سعی کن به ساختار شعر و وضوح بیشتری ببخشی، قافیه‌های مؤثرتری انتخاب کنی و پایان بندی قوی‌تری داشته باشی. منتظر خواندن شعرهای زیبا و جدیدت هستیم.



لالایی

سروده الهه اسدی، پایه دهم، کرمان
زمستان لالایی مرگ می‌خواند بر گوش خسته خاک
و خزان، بر تن زمین، ردای زرد خویش را می‌کشد،
آرام و بی صدا

نظر مربی: الهه عزیز! نگاهت هنرمندانه است و با ترکیب «لالایی مرگ» فضای سرد و خاموش زمستان را به خوبی توصیف کرده‌ای. کنار هم قراردادن زمستان و خزان نوعی حرکت تدریجی ایجاد کرده که عمیق و فلسفی است. پیشنهاد می‌کنم پایان شعرت را با یک تعبیر یا تصویر قوی‌تر، به یادماندنی کنی. شعرهای جدیدت را چشم در راهم. هنرمندان نوقلم و دوستان عزیز رشد نوجوان، شما هم می‌توانید دل‌نوشته‌های زیبایتان را برایمان ارسال کنید تا اولین پروازتان را در «پروانگی» تماشا کنیم.

هنرمندان نوقلم و
دوستان عزیز رشد نوجوان
شما هم می‌توانید دل‌نوشته‌های
زیبایتان را برایمان ارسال کنید تا
اولین پروازتان را در «پروانگی»
تماشا کنیم.

راه‌های ارتباطی شما برای فرستادن متن و داستان، رایانامه مجله است به نشانی:
nojavan@roshdmag.ir
یا شماره پیامک ۳۰۰۰۸۹۹۵۹۶



غزل دور از خانه

محمود پورهاب

تصویرگر: سید میثم موسوی

شاعران
نامه ایران

حافظ شیرازی یکی از شاعران بزرگ ایران و جهان است. او مثل دیگر شاعران بزرگ ایرانی، فردوسی، سعدی، مولوی و عطار، قصه پرداز نیست. او شاعر غزل‌های ناب است و برای بعضی از غزل‌هایش مردم قصه‌هایی تعریف کرده‌اند. بعضی از این روایت‌ها یا قصه‌ها، شیرین و خواندنی‌اند. البته بعضی از آن‌ها به حقیقت تاریخی نزدیک و بعضی هم ساختگی هستند. یکی از این روایت‌ها تلخ و شیرین درباره غزلی است که در ادامه آورده‌ایم و ما عنوانش را «راز دوست» گذاشته‌ایم.

۳۰

نوجوان

شماره مهر ۱۳۹۴

شرح قصه

تق تق تق. صبح زود یکی در خانه حافظ را می‌زند. حافظ خودش در را باز می‌کند. یکی از شاگردهای جوانش است. بعد از سلام و احوال‌پرسی، حافظ با تعجب می‌پرسد: «ها چه شده؟ حتماً چیز مهمی پیش آمده که صبح به این زودی به اینجا آمده‌ای؟»

شاگرد نامه‌ای را از زیر لباسش بیرون می‌آورد. کمی این‌ور و آن‌ور کوچه را نگاه می‌کند و آهسته می‌گوید: «استاد این نامه را کلاتر شهر برای شما فرستاده؛ محرمانه است!»

حافظ نامه را باز می‌کند و می‌خواند. رنگ از چهره‌اش می‌پرد. با ترس و نگرانی می‌گوید: «آه نه، آخر من چطور می‌توانم از خانواده و شهر و دوستانم دل بکنم؟! من تا حالا از شیراز بیرون نرفته‌ام؛ آن هم الان در این سن پیری! اصلاً طاققت دوری از شیراز را ندارم.»

- اما چاره‌ای نیست استاد! ماندن شما در شیراز خطرناک است. کلاتر به من گفت بعضی از افراد تندروی دربار **شاه شجاع** قصد کشتن شما را دارند. خود شاه هم از دست شما خیلی خشمگین است. گفت امروز از خانه بیرون نروید. شب خودشان ترتیبی می‌دهند تا شما را پنهانی از شهر خارج کنند.»
بله «حافظ به کمک کلاتر شهر و بعضی از دوستانش، شبانه از شیراز به سوی اصفهان فرار می‌کند.»^۱ با اینکه مردم و بزرگان شهر اصفهان خیلی به او احترام می‌گذارند و از هر نظر هوایش را دارند، ولی باز دل‌تنگ شیراز است.

راز دوست

وصال او ز عمر جاودان به
خداوندا مرا آن ده که آن به
به شمشیرم زد و با کس نگفتم
که راز دوست از دشمن نهان به
خدا را از طبیب من پرسید
که آخر کی شود این ناتوان به
گلی کان پایمال سرو ما گشت
بود خاکش ز خون ارغوان^۱ به
دلا دادیم گدای کوی او باش
به حکم آن که دولت جاودان به
جوانا سر متاب از پند پیران
که رأی پیر از بخت جوان به
اگرچه زنده رود^۲ آب حیات است
ولی شیراز ما از اصفهان به
سخن اندر دهان دوست شکر
ولیکن گفته حافظ از آن به

۱. نوعی گل. گلی سرخ‌رنگ.

۲. زنده‌رود یا همان زاینده‌رود



نکته مهم این شعر

نکته مهم در این شعر بیت زیر است:

اگرچه زنده رود آب حیات است

ولی شیراز ما از اصفهان به

شاید خیلی‌ها فکر کنند منظور حافظ این است که شیراز از نظر آب‌وهوا و زیبایی از اصفهان بهتر است، در حالی که بهتر بودن شیراز از نظر حافظ فقط منظره‌های زیبایش نیست. شیراز جایی است که خانواده‌ او در آنجا زندگی می‌کنند. دوستان زیادی در آنجا دارد و هر گوشه‌ آن برایش دارای هزار خاطره است. همه ما همین‌طوریم. وقتی در زادگاه خود رشد می‌کنیم و بزرگ می‌شویم، هزار خاطره از خود به‌جا می‌گذاریم. هزار جور دل‌بستگی به آن پیدا می‌کنیم. به خاطر همین هر جای دنیا هم که برویم، باز دلتنگ زادگاه خود هستیم. فکر می‌کنیم هیچ‌جا بهتر از شهر و دیار خودمان نیست.

بنابراین «بهتر» نزد حافظ یعنی همه آن زیبایی‌ها، دل‌بستگی‌ها، آشنایی‌ها، خاطره‌ها و تلخ و شیرین‌های زندگی در شیراز است؛ همه آن چیزهایی که هنوز با اوست و منتظر اوست.

شمس‌الدین محمد حافظ حدود سال ۷۲۷ هجری قمری (قرن هشتم)، در شهر شیراز به دنیا آمد. شعرهای عرفانی و عاشقانه او همراه با احساسات ناب و روانی و شیرینی گفتارش باعث شده است، مردم عاشق شعرهایش باشند. ر دیوان حافظ حدود پانصد غزل و چند قطعه، رباعی و مثنوی وجود دارد. حافظ اهل سفر نبود و عاشق مطالعه و علم و دانش بود. بیشترین اطلاعات شعری او چیزهایی است که او از راه مطالعه قرآن، روایات اسلامی و مطالعه شعرهای شاعران پیش از خود کسب کرده است.

پی‌نوشت

۱. کتاب «جدار شیشه‌ای»، صفحه ۳۷۹، به نقل از استاد عبدالعلی دستغیب.

از دوری زادگاهش و دوستان و خانواده‌اش یک دم آرام و قرار ندارد.

او پس از چند ماه اقامت در اصفهان به یزد می‌رود، ولی از ماندن در آنجا هم راضی نیست و آنجا را برای خودش زندان می‌داند. پس از یک سال اقامت در یزد، یک روز خبر خوبی به او می‌رسد. این خبر خوب آمدن وزیر شاه‌شجاع، جلال‌الدین تورانشاه به شهر یزد است. جلال‌الدین تورانشاه مردی شاعر و ادب دوست بود و رابطه خیلی خوب و دوستانه با حافظ داشت. جلال‌الدین همین که پایش به یزد می‌رسد سراغ حافظ را می‌گیرد. با خوشحالی نزد او می‌رود و پس از حال و احوال گرم و دوستانه می‌گوید: «جناب استاد خواهش می‌کنم با من به شیراز برگردید. خانواده و دوستانتان، اصلاً همه مردم شهر، منتظر شما هستند. نمی‌دانید چقدر مردم به من گفته‌اند که شما را به شیراز برگردانم. هیچ نترسید. خودم ضمانت می‌کنم که کوچک‌ترین آسیبی به شما نرسد.» خلاصه با خواهش و اصرار جلال‌الدین حافظ همراه او به شیراز بر می‌گردد.



راه فردا از همین حالا

حسین امینی پویا

راه و رسم یادگیری داشتن نیت پاک و هدف درست

اولین شرط یادگیری آن است که با نیت خدایی همراه شود. یعنی برای رضایت خدا و در جهت خدمت به خلق خدا و رشد خود به دنبال یادگیری باشیم، نه برای خودنمایی یا فخرفروشی!

باید از خدای بزرگ برای فهم بهتر کمک خواست. پس خدا را خالصانه با این دعا بخوانیم: «اللهم اخرجني من ظلمات الوهم واكرمني بنور الفهم اللهم افتح علينا ابواب رحمتك و انشر علينا خزائن علومك برحمتك يا ارحم الراحمين»: خدایا مرا بیرون آور از تاریکی‌های وهم و به نور فهم گرمی ام بدار. خدایا درهای رحمت را به روی ما بگشا و خزانه‌های علمت را بر ما بگستران، به مهربانی‌ات، ای مهربان‌ترین مهربانان!



نوجوانی دوره‌ای است پر از تغییر، تجربه و کشف. رفتارها، عادت‌ها و باورها در این دوره است که به تدریج در ما شکل می‌گیرند؛ همان‌ها که معمولاً یک عمر با ما می‌مانند؛ همان‌ها که در نهایت شخصیت ما را می‌سازند.

پس نوجوانی فقط در بلندشدن قد و افزایش وزن خلاصه نمی‌شود، نوجوانی یک فصل مهم و خاص در زندگی ماست؛ پلی میان کودکی و بزرگسالی. در این دوره است که پایه بسیاری از توانایی‌ها و مهارت‌هایی که در آینده به آن‌ها نیاز داریم، گذاشته می‌شود.

شاید فکر کنی هنوز زود است که در مورد آینده زندگی تصمیم بگیری، ولی واقعیت این است که خیلی از کارهایی که الان انجام می‌دهی و تصمیم‌هایی که می‌گیری، اگر چه گاه بی‌تأمل، روی آینده‌ات تأثیر گذارند. اینکه چه رشته‌ای انتخاب می‌کنی، چقدر درس می‌خوانی، چه مهارت‌هایی را فرا می‌گیری، یا با چه کسانی رفاقت می‌کنی و حتی چه عادت‌های غذایی‌ای برای خودت ساختی. به همین دلیل است که می‌گوییم باید در همین دوره روی خودمان کار کنیم، هدف‌هایمان را مشخص و کم‌کم راهمان را پیدا کنیم.

پس در همین نوجوانی باید با راه و رسم درست زندگی آشنا شویم. برای این کار باید خیلی چیزها را یاد بگیریم.

مهارت‌ها، ارزش‌ها و آگاهی‌هایی از این دست. خوشبختانه مغز در دوره نوجوانی انعطاف پذیرتر است و توانایی بیشتری برای یادگیری دارد. مسیرهای عصبی جدید به راحتی در آن شکل می‌گیرند و تو می‌توانی مهارت‌های موردنیاز را سریع‌تر و مؤثرتر بیاموزی.

در روایت‌های ما به این موهبت الهی توجه شده است. **امام علی (ع)** فرموده است: یادگیری در کودکی و نوجوانی همانند حکاکی روی سنگ است (غررالحکم، حدیث ۲۰۴۳).

باید از این موقعیت استفاده کرد و به دنبال یادگیری چیزهای مفید و ضروری بود. دانستنی‌ها در این عالم بسیارند. از این رو باید از میان آن‌ها دست به انتخاب زد. از اولین اولویت‌ها، دانستن راه و رسم درست زندگی است.

پیامبر (ص) فرموده است: خدا آن کس را پیامزد که برای داناشدن در دین و پیدا کردن راه درست زندگی به آموختن بپردازد (الحیاه، جلد ۱: ۱۵۱ (با کمی تلخیص)).

در مقابل، باید از اطلاعات به درد نخور و پوچ به شدت گریزان بود. همان‌ها که در حدیث‌ها به علم بی‌نفع و بی‌فایده تعبیر شده‌اند و پیامبر بزرگ ما (ص) از آن‌ها به خداوند پناه برده است: «اللهم انی اعوذ بک من علم لاینفَع». همان مطالب بی‌ارزش، محتوای مبتذل، آمارهای بیهوده و نیز شبه‌علم‌ها، ادعاهایی که ظاهری علمی دارند اما پایه و اعتباری ندارند، و انبوهی از اطلاعات زرد که به خصوص در فضای مجازی بیداد می‌کنند.

یادمان باشد، شبه‌علم‌ها خطرناک‌اند، چون ظاهر غلط‌انداز دارند و بسیاری را گمراه می‌کنند. جلوی یادگیری درست را هم می‌گیرند.

این‌ها نمونه‌هایی از «علم لاینفَع» هستند. باید به دنبال یادگیری درست بود. آموختن چیزهای لازم، چیزهایی که به ما کمک کنند شیوه درست زندگی را بیاموزیم و برای رشد و رسیدن به کمال تصمیم‌های بهتری بگیریم. در این دوره از مجله می‌خواهیم به این نوع موضوع‌ها بپردازیم: از یادگیری گفتیم، چه بهتر که از آداب یادگیری آغاز کنیم.

آداب یادگیری ترکیبی است از مهارت‌های رفتاری، فکری و اخلاقی، که مسیر رشد علمی و اخلاقی و ذهنی انسان را هموار می‌کنند؛ در عین اینکه باعث می‌شوند یادگیری عمیق‌تر و پایدارتری را تجربه کنیم.

رسم
زندگی

۳۲

نوجوان

شماره مهر ۱۴۰۴

دعای مطالعه

برای توجه بیشتر بهتر است یادگیری را با وضو آغاز کنیم. البته با وضو بودن در بیشتر مکان‌ها و حتی دائم‌الوضو بودن توصیه شده است. در معارف دینی، وضو داشتن به عنوان حالتی دائمی از پاکی در زندگی روزمره مطرح است. بله، با وضو بودن یعنی زندگی با طهارت و پاکی، آگاهی و ارتباط دائمی با خداوند.

آموختن از معلمان شایسته

اگر انتخاب با ماست، معلمان و مربیان شایسته و با تجربه را برای خود برگزینیم؛ کسی که دلسوز و مجرب باشد؛ کسی که اهلیت و شایستگی معلمی را داشته باشد. پیامبر (ص) فرموده است: «دانش آموزی بر هر مسلمان واجب است، پس دانش را از جایگاه آن و اهلش بخواهید» (مفاتیح الحیاه، ص ۸۰).

احترام به معلم و دیگر منابع یادگیری

باید قبول کنیم خیلی چیزها را نمی‌دانیم. پس با رعایت ادب شاگردی، باید از معلمان خود بیاموزیم، به آن‌ها احترام بگذاریم و در برابر آن‌ها فروتن باشیم. حتی با دفتر و قلم نیز می‌شود محترمانه برخورد کرد. یعنی از آن‌ها درست استفاده کنیم. کتاب‌هایمان را تمیز نگه داریم. این‌ها همه احترام به تعلیم هستند و ارج نهادن به دانش. **امام سجاد (ع)** فرموده است: «حق آموزگارت این است که او را بزرگ شماری، مجلس او را محترم بدانی و خوب به سخنش گوش دهی و ... (رساله حقوق).

تمرکز و حضور ذهن

توانایی نگه‌داشتن توجه روی یک موضوع تمرکز نام دارد. حضور ذهن یعنی آگاهی از لحظه حال و درک آنچه در اطراف می‌گذرد، بدون اینکه ذهنمان در گذشته و آینده پرسه بزند. پس باید با توجه کامل در کلاس درس حاضر شویم و دل را کاملاً به درس بدهیم.

صبری در مسیر یادگیری

یادگیری یک مسیر زمان‌بر است. بعضی چیزها را باید چند بار خواند و گاه در موردش باید با کسی گفت‌وگو و بحث کرد. گاه فهم مطلبی به تمرین‌های متعدد نیاز دارد. پس شتاب نباید کرد. نباید ناامید شد و باید ادامه داد.

یادداشت‌برداری

موقع مطالعه باید یادداشت‌برداری کرد. می‌توان نکته‌های کلیدی را در دفتری نوشت. به این ترتیب مطالب بهتر در ذهنمان جای می‌گیرند و در صورت فراموشی نیز می‌توان به آن‌ها مراجعه کرد. پیامبر (ص) فرموده است: «قیدالعلم بالکتابه: علم را با نوشتن مهار کن» (بحار، جلد ۲، ص ۱۵۳).

پرستشگری مؤدبانه

به حرف‌های معلم باید با دقت گوش بدهیم. اگر چیزی را نفهمیدیم، مؤدبانه سؤال کنیم. پرسیدن نشانه ضعف نیست. کسی که می‌پرسد، دارد راه فهمیدن را باز می‌کند. **امام باقر (ع)** فرموده است: «دانش گنجینه‌هایی است و کلیدهای آن پرستش است» (خصال، جلد ۲، ص ۲۴۴).

آموختن به دیگران

وقتی نکته خوب و مفیدی را یاد گرفتیم، آن را با دیگران نیز در میان بگذاریم و آن‌ها را در آن درس سهیم کنیم. می‌شود آن را در فضای مجازی به اشتراک گذاشت. با این کار خودمان نیز بهتر یاد می‌گیریم.

عمل به دانسته‌ها

یادگیری وقتی کامل می‌شود که از دانستن‌هایمان در زندگی استفاده کنیم. دانشی که به عمل نرسد، انگار وجود ندارد. سعدی (ره) چه زیبا سروده است:

علم هر چه بیشتر خوانی
چون عمل در تو نیست نادانی
نه محقق بود نه دانشمند
چارپایی بر او کنایی چند
آن تهی مغز را چه علم و خبر

که بر او هیزم است یا دفتر (گلستان، باب ۸، در آداب صحبت).

بله، اگر بخواهی دانسته‌هایت به اصطلاح درونی شوند، باید آن‌ها را به کار ببندی. دانستن بدون عمل، مثل کتاب بسته و ناخوانده‌ای است که روی طاقچه قرار دارد. چه فایده، تا بازش نکنی و آن را نخوانی؟

پس وقتی در کلاس درس دینی درباره خوش رفتاری و مهربانی نکته‌ای آموختی، باید در خانه یا مدرسه و در روبه‌رویی با دیگران آن را نشان دهی. و با دوستان، خانواده و خواهر و برادرت مهربان‌تر شوی. باید بدانی علم بدون عمل ناپایدار است. امام علی (ع) چه زیبا این حقیقت را توصیف فرموده است: «دانش را با کردار پیوندی تنگاتنگ است. پس هر کسی چیزی آموخت، باید به کارش گیرد. چه، دانش کردار را فرا می‌خواند و اگر پاسخی نیابد، کوچ می‌کند» (نهج‌البلاغه، کلمات قصار، ۳۶۷).

می‌بینید دوستان. در فرهنگ اسلامی یادگیری تنها جمع‌آوری مشتئی اطلاعات نیست، بلکه نوعی سیر و سلوک است، همراه با نیت پاک، فروتنی و احترام نسبت به معلم و در نهایت تلاش برای عمل به دانسته‌ها. از خدا بخواهیم به ما کمک کند این دانسته‌ها را در عمل به کار ببندیم.

یعنی از امروز به بعد این آداب را در عمل اجرا کنیم.





ملاقات رؤیایی

مطهره طاهری

نویسنده: سید مینم موسوی

رد پای خدا

۳۴

نوجوان

شماره ۱۱ مهر ۱۴۰۴

سوار پراید لکندهام، زدهام به دل جاده. یک کاروان سرای عباسی در دل کویر تبدیل شده به یک هتل پنج ستاره با تمام امکانات. حالا جشن افتتاحیه‌اش را برگزار می‌کنند و هر چی آدم معروف و بازیگر هست را دعوت کرده‌اند. از طرف مجله می‌روم آنجا تا گزارشی از برنامه‌ها بگیرم و با مهمان‌ها مصاحبه کنم.

سرعت خودرو کم می‌شود و پت پت می‌کند. بیشتر گاز می‌دهم، اما موتور صدای بدی می‌دهد. می‌روم کنار جاده. کاپوت را می‌زنم بالا. چیزی سر در نمی‌آورم. یک موتوری کنارم می‌ایستد. کلاه ایمنی را از سرش بر نمی‌دارد. همان طور سرش را می‌کند توی موتور.

- از تسمشه؛ پاره شده. به یه مو بنده!
کشی از جیبش در می‌آورد و می‌اندازد روی تسمه.

- این نهایت چند صد متر ببرد. اما مکانیکی پسر عموم نزدیکه. برو بگو من فرستادمت. - کجاست؟

- صد متر جلوتر یه زیر گذر هست که می‌بردت اون ور اتوبان. جاده خاکی رو بگیر و برو. ده دقیقه بعد می‌رسی به روستای رحمت‌آباد. همون جا از هر کی بپرسی پیداش می‌کنی.

تشکر می‌کنم و می‌روم سمت روستا. جاده خاکی و خراب است. آرام می‌روم. نیم‌ساعتی می‌گذرد، اما هنوز نرسیده‌ام. به خودم می‌گویم لابد به خاطر حرکت آهسته خودرو است که این قدر طول کشیده. پیش می‌روم اما باز هم به جایی نمی‌رسم. به پشت سرم نگاه می‌کنم. دیگر اتوبان را نمی‌بینم. در این فکرم که از همان راهی که آمده‌ام برگردم که خودرو باز پت پت می‌کند و خاموش می‌شود.

در موتور را باز می‌کنم. کشی که موتوری انداخته بود دور تسمه دیگر نیست. لابد پاره شده و افتاده است در راه. سعی می‌کنم با امداد خودرو تماس بگیرم. اما گوشی‌ام آنتن نمی‌دهد. رسماً وسط ناکجاآباد گیر افتاده‌ام. دارم شرشر عرق می‌ریزم،

اما حدس می‌زنم بیشتر از گرما به خاطر ترس باشم.

دل‌م را می‌زنم به دریا. قمقمه‌ام را بر می‌دارم و می‌روم رحمت‌آباد تعمیرکارش را پیدا کنم. باد می‌آید و گرد و خاک بلند می‌کند. خداخدا می‌کنم که آرام شود. دیگر تقریباً چشم بسته راه می‌روم. به سختی چشم‌هایم را باز می‌کنم. از دور شبهه بنایی را می‌بینم. شاد می‌شوم. حتما رحمت‌آباد است. قدم‌هایم را تند می‌کنم. تقریباً می‌دوم. به ساختمان که می‌رسم می‌بینم مسجدی است متروک. دور و برش چند خانه قدیمی هست که از سقف‌های فروریخته‌شان پیداست که خالی‌اند.

باد طوفان شده است و گرد خاک دارد کورم می‌کند. در چوبی مسجد را هل می‌دهم. صدای غیزش توی باد گم می‌شود. می‌روم تو. تمیزتر از آن است که انتظارش را داشتم. گنبد خشستی‌اش را از تو سفید کرده‌اند. یک اتاق پنج در پنج است با دو پنجره دو طرفش و یک محراب در ضلع مقابل در. دو طاقچه دو طرف محراب وجود دارد که روی یکی چیزی است. زیلوی آبی رنگ‌ورو رفته‌ای هم روی زمین پهن است.

کفش‌م را در می‌آورم و روی زیلو می‌نشینم. از راه رفتن زیاد پاهایم درد گرفته‌اند. خودم را لعنت می‌کنم که کتانی نپوشیدم. گوشی‌ام را در می‌آورم و سعی می‌کنم با جایی تماس بگیرم. اما باز هم آنتن نمی‌دهد. به خودم دل‌داری می‌دهم که حتماً بعد از طوفان می‌توانم زنگ بزنم. می‌گذارمش کنار تا شارژش تمام نشود.

سعی می‌کنم خودم را سرگرم کنم. به اطراف نگاه می‌اندازم. به سراغ طاقچه می‌روم. یک کتاب جلد چرمی قدیمی آنجاست. برش می‌دارم. قرآن است. در صفحه اولش نوشته «وقف مسجد». خطی است و گوشه‌های برکه‌هایش پوسیده. باید خیلی قدیمی باشد. با احتیاط آن را ورق می‌زنم. خط خوشی دارد. از ابتدای قرآن شروع به خواندن می‌کنم: «بسم الله الرحمن الرحیم...» «به آیات خلقت که می‌رسم چشمانم سنگین می‌شوند و...»



با پوش این رمزینہ تفسیر
آیة ۲۷ سوره مائده را بینید.

گفت و گو با حضرت آدم

افتاد. اما سخت‌ترین قسمتش بیرون شدن از بهشت نبود، این بود که از خدا خجالت می‌کشیدیم. از رحمت خدا دور شده بودیم. سال‌ها اشک ریختیم. گفتیم: «پروردگارا! ما به خودمان ستم کردیم...»، اما آخر سر خود خدا ذکری به ما یاد داد که با آن بخشیده شدیم.

با توجه به تجربه مواجه شدن با شیطان، چه توصیه‌ای به دخترها و پسرهایتان دارید؟

به شما جوان‌ها می‌گویم، هر کس خیلی شیرین‌زبانی کرد و وعده‌های الکی داد، کمی بیشتر حواستان را جمع کنید. بعضی از این «پیشنهادها ویژه» همان میوه ممنوعه‌اند.

می‌دانم سؤال سختی است، ولی شما نخستین پدر بودید و شاهد اولین دعوا بین برادرها که عاقبت خوشی هم نداشت. در این زمینه توصیه‌ای به خواهرها و برادرها دارید؟

ما دو تا پسر عزیز داشتیم، خدا امتحانشان کرد و آنی که قبول نشد، اشتباه بزرگی کرد. خدا قربانی قابل را قبول نکرد، چون محصول خوش را گذاشت کنار و بدها را داد.

برای قربانی. خدا هم که فقط عمل پرهیز کاران را قبول می‌کند. کاش می‌فهمید که این هم به امتحانه. می‌توانست توبه کند و بدی‌هایش را اصلاح کند اما به جاش به برادرش حسادت کرد. به چه‌هایم می‌گویم نگذارید حسادت در دلتان رشد کند. نگذارید شیطان بین آن‌ها و خواهر و برادرشان اختلاف بیندازد.

اگر نکته‌ای مانده که فکر می‌کنید گفتنش مفید است... فراموش نکنید که جانشین خدا روی زمین هستید. هر جا که نمی‌دانستید راه درست کدام است به اسمای خدا فکر کنید. مثلاً خدا به همه موجودات حیات می‌بخشد، نه اینکه محیط زیست را نابود کند. خدا توبه‌پذیر است، پس اگر دوست از تو معذرت‌خواهی کرد ببخشش. این هم یادتان نرود که همه خواهر و برادر هستید.

ممنون از اینکه تجربه‌هایتان را با ما به اشتراک گذاشتید. خواهش می‌کنم دخترم، بیا این سیب را بگیر و برو بعداً بخور.

سیب را از او می‌گیرم و تشکر می‌کنم. آن را به دهان می‌برم و گاز می‌زنم. ناگهان باغ زیبایی که در آن بودم ناپدید می‌شود. از خواب می‌پریم. باز در مسجدم. ساعت گوشی‌ام را نگاه می‌کنم. در کمال تعجب می‌بینم که چند دقیقه بیشتر خوابیده‌ام. دفترچه‌ام را از جیبم در می‌آورم و هر چه در خواب دیده‌ام را می‌نویسم.

مردی با لباسی از برگ، پای درختی نشسته است. نه پیر نه جوان، شاید فراتر از زمان. می‌دانم کیست. ضبط گوشی‌ام را روشن می‌کنم و می‌گویم:

- مصاحبه با حضرت آدم: سلام پدرجان! فکر می‌کنم تجربه‌های شما به عنوان اولین نفر باید برای خیلی‌ها جالب باشد. خودتان را چطور شناختید؟ تجربه آدم‌بودن چگونه بود؟

- من خودم را با امتحانی که خداوند از من و ملائک گرفت شناختم. خدا با آن امتحان، ارزش علم آدم را به ملائک نشان داد. اما... حالا که به گذشته فکر می‌کنم، باید همان وقت می‌فهمیدم که آدم‌بودن یعنی امتحان شدن. پس اگر منتظرید تا مدرسه‌تان تمام شود و از شر امتحان‌ها خلاص شوید، باید بگویم امتحان‌ها بعد از مدرسه سخت‌ترند.

- شما از امتحان اول سربلند بیرون آمدید، اما امتحان بعدی سرنوشتتان را تغییر داد.

- هی... اولین و معروف‌ترین گناه! خدا ما را فرستاد به بهشت و آنجا همه چیز بود و همه چیزش هم عالی بود، اما... یک درخت را نشانمان دادند و گفتند همه چیز آزاد است، جز این. نزدیکش نروید!

- و شما رفتید؟!

خب راستش پیامدهای همان امتحان اولی بود. وقتی قبول شدم خدا به ملائک گفت: «به آدم سجده کنید»، ابلیس زیر بار نرفت و از همان موقع شد دشمن ما. نمی‌دانم اگر ابلیس دشمنی نمی‌کرد و زیر گوشم نمی‌خواند که میوه این درخت ال است و بل، باز هم می‌رفتم سمتش یا نه.

اما به هر حال تقصیر خودم بود. با اینکه می‌دانستم به من سجده نکرده و با من دشمنی دارد، حرفش را باور کردم.

به نظرتان این ماجرا برای بچه‌های امروز چه درسی می‌تواند داشته باشد؟

می‌خواهم به دخترها و پسرهای ندیده‌ام بگویم که تجربه نشان داد انتخاب میوه ممنوعه، حتی اگر خیلی خوشگل و خوش‌بو به نظر برسد، می‌تواند آدم را از بهشت پرت کند.

پایین! مهم‌ترین چیز این است که قبل از هر انتخابی، نگاهی به دفترچه راهنمای عالم بیندازید! و یادتان باشد، بعضی وقت‌ها «نه» گفتن به یک سری چیزها، عین بله گفتن به خوشبختی است!

از تجربه هبوط برایمان بگویید؟

خب ما از آن میوه خوردیم و چیزی که نباید اتفاق

پی‌نوشت:

۱. خروج آدم و حوا از بهشت و سکونت آن‌ها در زمین

منابع:

۱. با توجه به آیات ۳۵-۳۸ سوره مبارکه بقره

۲. نبیا ۳۵، بقره ۱۵۵، دخان ۲۳، جن ۱۷، کهف ۷، انبیا ۱۱۱، آل عمران ۱۸۶

نبیا ۳۵، بقره ۱۵۵، دخان ۲۳، جن ۱۷، کهف ۷، انبیا ۱۱۱، آل عمران ۱۸۶

گام اول، آمادگی

حبیب یوسفزاده

در شهرهای بزرگ کشورمان همین که فرصتی پیش می‌آید، مردم هجوم می‌برند به ساحل‌های شمال یا جزیره‌های جنوب کشور؛ به ویژه کیش، قشم و هرمز. آن وقت است که جاده‌ها قفل می‌شوند و آدم‌ها ساعت‌ها ترافیک سنگین را تحمل می‌کنند تا چند روزی از هیاهوی شهرها، به دامن طبیعت پناه ببرند. واقعیت این است که ما نیاز داریم به شنیدن صدای موج‌های دریا، نیاز داریم به دیدن شقایق‌ها و گل‌های وحشی در فصل بهار، نیاز داریم به پیاده‌روی در جنگل و شنیدن آواز پرندگان. چون این‌ها حالمان را خوب می‌کنند و برایمان لذت‌بخش هستند. ما را برمی‌گردانند به تنظیمات کارخانه و روحمان تازه می‌شود.

برای همین، امسال تصمیم گرفته‌ایم کمی به فوت‌وفن طبیعت‌گردی بپردازیم. انتخاب مقصد سفر، محل‌های مناسب برای اتراق کردن و شب‌مانی، پیش‌بینی وضعیت هوا و جهت‌یابی، نحوه تغذیه درست در طبیعت، یا تأثیر ارتفاع بر بدن و تنفس ما و خیلی نکته‌های دیگر، از جمله مواردی هستند که باید رعایت کنیم تا در طبیعت به فنا نرویم و به آن هم آسیب نرسانیم.

طبیعت گردی

برخی چیزهای ضروری دیگر که لازم است همراه داشته باشید:

۳۶

فنجان فلزی و ظرف‌ها و اجاق مخصوص طبیعت‌گردی

کیسه خواب، زیرانداز سبک و چادر (در صورتی که قصد شب‌مانی داشته باشید)

چاقوی جیبی، فندک، دستمال کاغذی و افشانه (اسپری) ضد عفونی دست‌ها

چراغ قوه یا چراغ پیشانی (هدلایت)

یک بطری آب اضافه

گوشی تلفن و باطری پرکن همراه (پاوربانک)

نقشه مسیر کاغذی یا به صورت فایل جی‌پی‌اس در گوشی همراه

یک وعده غذای اضافی، به علاوه تنقلات انرژی‌زا (از قبیل بادام، کشمش، پسته، میوه خشک، و...)

سوت برای درخواست کمک در مواقع بحرانی؛

۹

۸

۷

۶

۵

۴

۳

۲

۱

نوجوان شماره ۱۱ مهر ۱۴۰۴

آمادگی

وقتی تصمیم می‌گیریم یک یا چند روز به دل طبیعت بزنیم، طبیعی‌ترین چیز این است که آمادگی آن را داشته باشیم. برخی آمادگی‌های ضروری عبارت‌اند از:

۱. تجهیزات لازم برای تغییرات آب‌وهوایی را به همراه داشته باشیم. مثلاً اگر امکان بارندگی وجود دارد، پوشاک (پانچو) ضدآب یا اقلا چتر همراه داشته باشیم. اگر مسیر برفی یا آفتابی است، عینک مناسب، کرم ضدآفتاب، دستکش و کلاه یادمان نرود. اگر در جاهایی از مسیر احتمال یخ‌زدگی و لغزندگی وجود دارد، یخ‌شکن برای بستن به زیر کفش خود برداریم.

۲. منطقی باشیم و لقمه را به اندازه دهانمان برداریم. اگر خیلی وقت است که کوه نرفته‌ایم، یک‌دفعه فتح قلّه دماوند به سرمان نزند! از مسیرهای آسان شروع کنیم و همین‌طور که آمادگی جسمانی‌مان بهتر می‌شود، برنامه‌های سفر را به تدریج سخت‌تر و چالشی‌تر کنیم.

۳. از خودمان پرسیم، جایی که می‌روم احتمال خطر وجود دارد؟ آیا دوستان یا اعضای خانواده از مسیر و مقصد سفر خبر دارند؟ آیا در شرایط بحرانی امکان تماس و اطلاع‌رسانی وجود دارد؟ و...

۴. همیشه کمی بیش از نیازمان آب همراه داشته باشیم تا اگر به دلیل آسیب‌دیدگی، برگشتن طبق پیش‌بینی انجام نشد، به دردمسیر نیفتیم. به علاوه، قبل از سفر با تحقیق، چشمه‌ها و منابع آب را در مسیر سفر شناسایی کنیم. اگر قرار است در مسیر کلی عرق بریزیم و آب و

املاح بدن را از دست بدهیم، بهتر است برای جبران آن یک بطری سرُم خوراکی درست کنیم و گاهی جرعه‌ای از آن بنوشیم. چهار قاشق غذاخوری شکر، یک قاشق چای‌خوری نمک و کمی آبلیموی تازه در یک لیتر آب، معجون خوبی برای این کار است. شاید طعم آن زیاد دلچسب نباشد، اما بسیار لازم است.

۵. تغذیه را جدی بگیریم. غذای ما نباید خیلی قندی باشد. مثلاً خوردن شیرینی می‌تواند ما را مدت کوتاهی سرحال کند، اما بدنمان فوری واکنش نشان می‌دهد و برای سوزاندن قند، ماده‌ای به نام «انسولین» ترشح می‌کند که می‌تواند باعث افت مجدد قند خون و بی‌حالی شود. توصیه می‌شود از غذاهای ساده و انرژی‌زا استفاده کنیم؛ مثل نان و پنیر و گردو، و چند دانه خرما. یا تخم‌مرغ آب‌پز و سیب‌زمینی. یادمان باشد در حین راه‌پیمایی پرخوری نکنیم. خوردن لقمه‌های کوچک به فاصله‌های کم، بهتر از این است که یک‌دفعه غذای زیادی بخوریم و معده خود را دچار تعجب و دردسر کنیم.

۶. سرعت حرکت ما باید طوری باشد که صدای تپش قلبمان بلند نشود. اگر آهسته و منظم قدم برداریم، بهتر از این است که سرعت خود را هی تند و کند کنیم. بهتر است به ازای هر ساعت پیاده‌روی، حدود پنج دقیقه استراحت کنیم. یادمان باشد، مسیر سفر به اندازه مقصد آن مهم است. بنابراین از زیبایی‌های مسیر غافل نشوید. تجربه حضور در دل طبیعت و عکس‌های زیبایی که از آن می‌گیرید، بهترین سوغاتی سفر ما خواهند بود.

دقت کنید موقع چیدن وسایل در کوله، چیزهای ضروری‌تر باید، دم دست‌تر باشند. برای هر کدام جای مشخصی در نظر بگیرید تا موقع نیاز گیج نشوید.
در ادامه، منتظر نکته‌ها و ترفندهای دیگری برای یک طبیعت‌گردی لذت‌بخش باشید.

کاغذ یادداشت
و قلم

عصای مخصوص
کوه‌نوردی (برای
کمک گرفتن از نیروی
بازوها در سربالایی‌ها
و حفظ تعادل در
سرازیری‌ها)

سنجاق قفلی، آینه
کوچک، ناخن‌گیر، نخ
و سوزن.

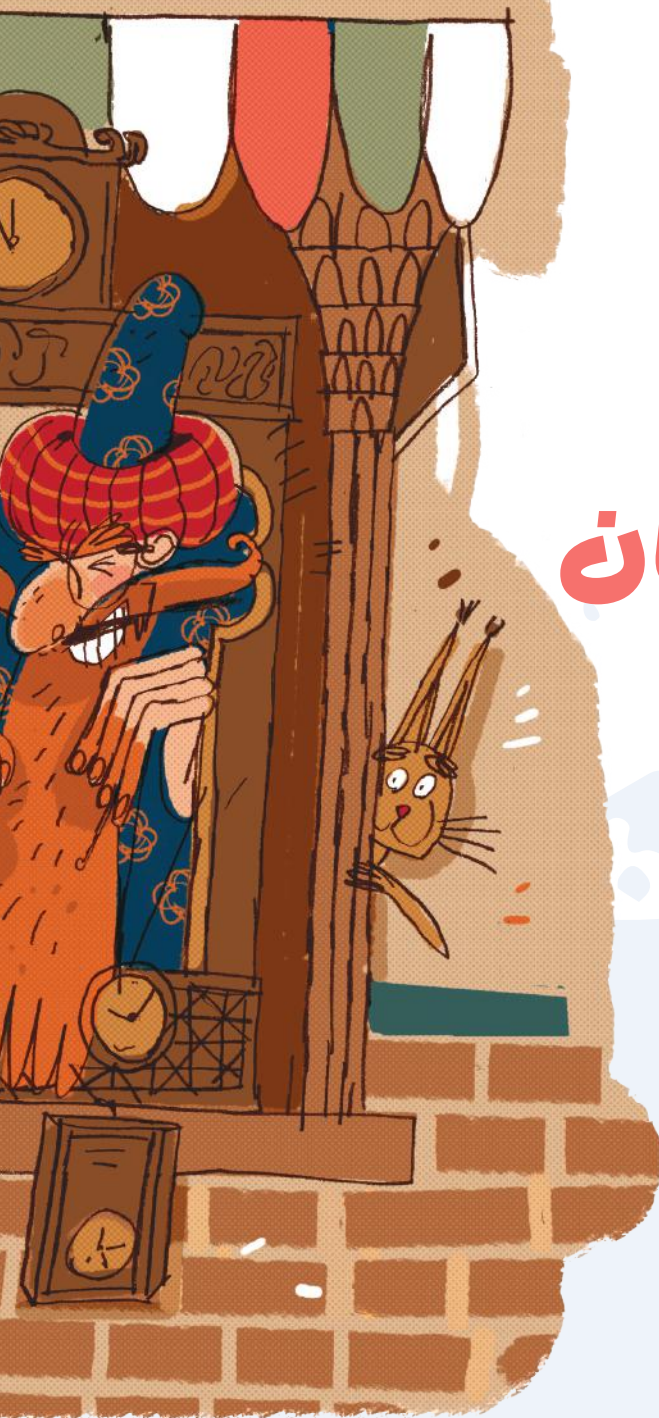
جوراب و لباس اضافه
(آن‌ها را در کیسه
نایلونی قرار دهید
تا در اثر بارندگی
احتمالی خیس
نشوند)؛

پتوی نجات (از جنس
نایلون مخصوص
و سبک که در
فروشگاه‌های لوازم
کوه‌نوردی موجود
است)

وسایل کمک‌های
اولیه (از قبیل
چسب‌زخم، باند
کشی و پماد گزیدگی
حشرات)

کوله‌پشتی مناسب
طبیعت‌گردی (این
کوله‌پشتی‌ها با
کوله‌پشتی مدرسه فرق
دارند و طوری ساخته
شده‌اند که در مسیرهای
طولانی شما را زیاد
خسته نکنند)؛

پوتین ساق بلند
مخصوص
طبیعت‌گردی که باید
یک شماره بزرگ‌تر
از کفش شهری شما
باشد، همراه با جوراب
حوله‌ای ضخیم (برای
حفاظت از پای شما
در برابر تاول‌زدن و
پیچ‌خوردگی)



کشف چهارگوش خان

مجید ملامحمدی

نویسنده: سید مهین موسوی

چهارگوش
خان

۳۸

نوجوان

شماره ۱۱ مهر ۱۴۰۱

چهارگوش خان، پسر میرزا قلندر خان، مردی تنبل بود. به قول خودش به او چهارگوش خان می‌گفتند، چون انگار به جای دو گوش، چهار گوش داشت. یعنی گوش‌هایش برای شنیدن حرف آدم‌ها و فضولی در کار آن‌ها، خیلی تیز بود. او بیکار و بی‌خیال در محله‌های شهر پرسه می‌زد و هر بار برایش اتفاقی می‌افتاد...



چهارگوش خان اول صبحی رفت دکان محمود آقا بزاز، تا پارچه چارقد ننه‌ثریا را بگیرد. محمود آقا نگاهی عاقل اندر سفیه به او انداخت و گفت: «خب ببینم بلدی به خاطر این پارچه نسبه، توی دفتر من اسمت را بنویسی و امضا کنی، یا هنوز هم بیکار و بی‌بکار و بی‌سواد هستی؟»
چهارگوش خان من و مون کرد و گفت: «بیکار و بی‌بکار که نه، اما...»

محمود آقا کلاه دورقرمزی خود را روی سرش بالا و پایین داد و گفت: «پس لابد باسواد هستی و برای خودت شغل مناسبی داری؟» چهارگوش خان دوباره من و مون کرد و گفت: «با سواد باسواد که نه اما...» محمود آقا فوری گفت: «اما سوادت یک ذره نم‌کشیده که بهتر است بروی توی آفتاب، چند ساعتی دراز بکشی تا حسابی خشک بشود.»

چهارگوش خان با حرف‌های طعنه‌آمیز او غیرتی شد. مشتی به میز بزازی‌اش زد و گفت: «فکر کرده‌ای کی هستی؟! لابد اسم بابای مرحومم را فراموش کرده‌ای! او فقط برای خانواده ما ارث و میراث نگذاشت، علم و کتاب و سواد هم برای من گذاشت. حالا نشانت می‌دهم!»

محمود آقا که از حرف او حسابی جا خورده بود، خودش را عقب کشید. چهارگوش خان راه افتاد طرف خانه. در راه با خودش خیلی کلنجار رفت. کلاهش را پایین و بالا داد. نوک

سیبیل‌های نازکش را به دندان گرفت، اخم و تخم کرد و به سلام کسی جواب نداد. فقط وقتی به در خانه رسید، یاد یک چیز مهمی افتاد و داد زد:

– یافتم! خودش است، یافتم!

جلال آب‌حوضی که داشت توی کوچه سلانه‌سلانه راه می‌رفت و داد می‌زد آب حوضی! آب حوض می‌کشیم، با دیدن او، سر جایش می‌خکوب شد و گفت: «چی یافتی پسر؟ من دیروز یک سکه سیاه گم کرده‌ام. تو را به خدا اگر پیداایش کرده‌ای به من بده که عیالوارم و محتاج!»

چهارگوش خان به او محل نداد. رفت توی خانه و پارچه ننه‌ثریا را کف دستش گذاشت. بعد رفت توی زیرزمین، در میان وسایل پدر گشت و یک کاغذ و زغال بیرون آورد. کاغذ را لب ایوان گذاشت. با زغال روی آن نقاشی کج و کوله‌ای کشید. بعد آن را



امام علی (ع) فرموده‌اند:
 «علم بهتر از مال است. علم تو را نگه می‌دارد و تو
 باید مال را نگه داری. مال به هزینه کردن کاسته
 می‌شود و حال آنکه، از علم هر چه انفاق کنی،
 افزون‌تر شود...»
 (نهج البلاغه، از حکمت ۱۴۷).

کشیده شده بود، چند بار بالا پایین داد و پرسید: «نقاشی
 خودت است؟ چرا صورتت چهار گوش نیست، مستطیل است
 پسر جان؟!»

چار گوش خان گفت: «خب یک وقت‌هایی که عصبانی
 هستم، قیافه‌ام مستطیل می‌شود.»

میرزا پرویز نوچ آرامی گفت و با مهربانی رو کرد به او و
 گفت: «تخیر پسر جان به این نمی‌گویند سواد. به نظر من
 تو باید از امروز، روزی یک ساعت بیایی پیش من تا سواد
 یادت بدهم. فقط یادت باشد یک کاغذ و قلم هم بیاور که لازم
 است.» چار گوش خان توی فکر فرو رفت. میرزا پرویز یک ساعت
 کوچولو به دست گرفت، با آن ور رفت و زیر لب گفت: «آدم
 بی‌سواد مثل نابینایی است که باید دیگران دستش را بگیرند تا
 راهش را درست برود!»

نشان ننه‌ثریا داد و گفت: «ننه‌جان! بین من با سواد هستم؟»
 ننه‌ثریا آن را دید و با تعجب گفت: «من که سواد ندارم
 ننه‌جان، اما نوشته‌ها خیلی قشنگ است. صبر کن ببینم...
 ننه تو کی سواد یاد گرفتی؟! من تا یادم می‌آید تو از بچگی
 خنگ بودی و توی مکتب‌خانه پایت بند نبود الفبا یاد
 بگیری.» چار گوش خان فوری از خانه بیرون زد. به اولین مرد
 همسایه که رسید با شوق گفت: «اینجا را نگاه کن. من سواد
 یاد گرفتم!»

آن مرد به کاغذ نگاه کرد، سرش را بالا و پایین داد و رفت.
 چار گوش خان به دکان میرزا پرویز ساعت‌ساز رسید. رفت به
 سراغ او؛ چون با سواد محله بود. کاغذ را نشان داد و گفت:
 «من با سواد هستم، درست است میرزا؟!»

میرزا پرویز به کاغذ نگاه کرد. نقاشی آن را که با زغال

۱

عدد نادرست را از میان این عددها حدس بزنید.

الف) ۲۷۵ ب) ۳۰۰ پ) ۲۵۶

ت) ۷۶۰ ث) ۸۴۰

بازی
ذهن

مجید عمیق

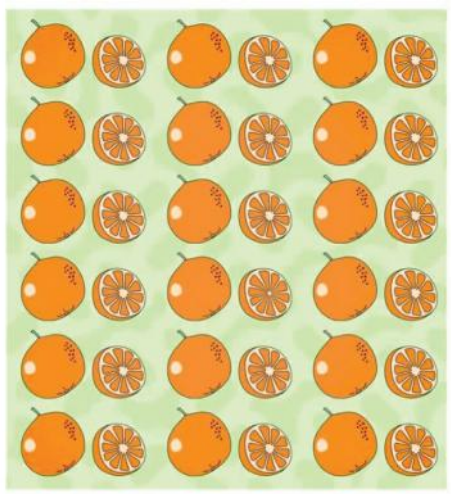
۴۰

نوجوان

شماره مهر ۱۴۰۴

۲

یکی از گریپ‌فروت‌ها با بقیه فرق دارد. آیا می‌توانید در مدت ۲۰ ثانیه آن را تشخیص دهید؟

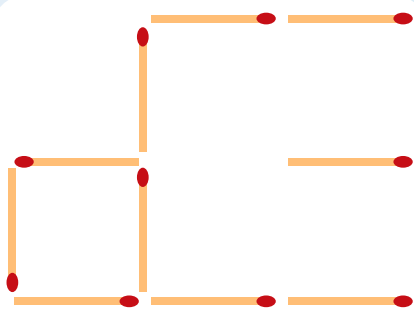


۳

هوش آزمایی: زن ثروتمندی در خانه‌ای مجلل و کروی شکل زندگی می‌کرد. یکی از روزها جسد بی‌جان او جلوی حیاط خانه افتاده بود. پلیس از ساکنان منزل که یک راننده، یک خدمتکار و یک آشپز بودند بازجویی می‌کند. راننده می‌گوید که در حال شستن خودرو بوده و از ماجرا بی‌خبر است. خدمتکار می‌گوید که برای هواخوری در گوشه‌های خانه پیاده‌روی می‌کرد. و آشپز هم می‌گوید در حال پخت غذا بوده است و چیزی در این باره نمی‌داند. به نظر شما راننده، خدمتکار یا آشپز در این حادثه دخالت داشتند یا هیچ‌کدام دخالتی نداشتند؟

۴

آیا می‌توانید با حرکت دادن سه عدد از این چوب‌کبریت‌ها دو مربع کامل بسازید؟

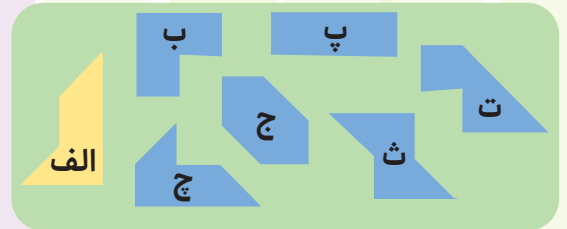




با پویش رمزینه جواب حل
بازی ذهن را ببینید.

۵

آیا می‌توانید شکل الف را طوری ببرید
که دو قطعه شود تا بقیه شکل‌های
ب، پ، ت، ث، ج، چ را بتوانید با این دو قطعه
تکمیل کنید؟



جای علامت سؤال عدد درست را حدس بزنید و بنویسید.

۵	۴	؟
۸ ۵	۷ ۶	۹ ۱
۱ ۷	۱ ۹	۱ ۳

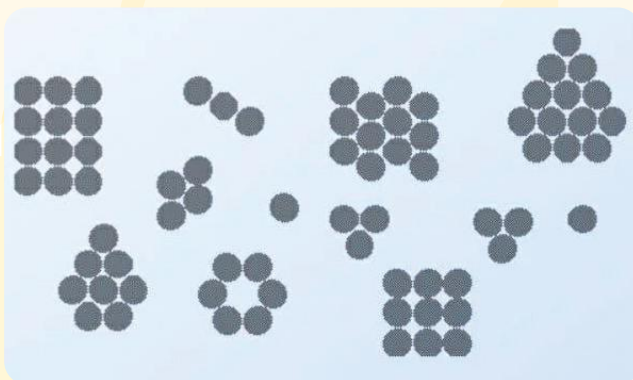
۳۴

بوجوان

شماره ۱ | مهر ۱۴۰۴

۷

جشن تولد احمداست و او
دوستانش را دعوت کرده است.
کیک که تمام می‌شود و احمد
متوجه می‌شود سه تا از دوستانش
کیک نخورده‌اند. او اسمارتیزهای
داخل یخچال را می‌آورد.
اسمارتیزها یخ‌زده و به یکدیگر
چسبیده‌اند.
به احمد کمک کنید آن‌ها را طوری
تقسیم کند که به هر کدام از
دوستانش تعداد ۲۵ عدد اسمارتیز
برسد. با ترسیم خط‌هایی، آن‌ها را
جدا و مشخص کنید.



روز شیرین مدرسه

مهرماه همیشه ما را به یاد مدرسه می‌اندازد؛ یاد مهر معلمان، مهر هم‌شاگردی‌ها، حس شیرین آموختن، روز آغاز به‌دانش‌آزودن، دانشی که توانایمان می‌کند و دانایی را آرام‌آرام در رگ و پی ما جاری می‌سازد و دل‌هایمان از این دانایی روشن و تابناک می‌شود. و چنین است که مهر ماهی فرخنده شده است.

روز جهانی گردشگری

گردشگری فرصت‌های بزرگی را برای اقتصاد هر کشور فراهم می‌کند، اما این فقط راهی برای کسب درآمد نیست، بلکه امکانی است که ملت‌ها بکوشند فرهنگ‌های متنوع را درک کنند و ارتباط و دوستی بین ملل تقویت شود. در نتیجه ما می‌توانیم از قدرت گردشگری برای تقویت تفاهم بین فرهنگ‌ها و در پی آن پیشبرد صلح در جهان استفاده کنیم. از این روز از سال ۱۹۸۰، «سازمان جهانی گردشگری سازمان ملل متحد» روز ۲۷ سپتامبر را به عنوان «روز جهانی گردشگری» جشن می‌گیرد.

روز ملی روستا و عشایر

روستاییان و عشایر کشور با فعالیت در حوزه کشاورزی و دامداری، نقش بسیار مهمی در تولید غذا و توسعه اقتصادی دارند. علاوه بر این، آن‌ها با تولید صنایع دستی از هنر، فرهنگ و میراث روستایی نگهداری می‌کنند. از سال ۱۳۹۳ تاکنون برای قدردانی از خدمات شایسته آن‌ها، روز ۱۵ مهرماه روز ملی روستا و عشایر نام گرفت تا بر نقش برجسته و تأثیرگذار آن‌ها تأکید شود.

روز بزرگداشت حافظ

خواجه شمس‌الدین محمد حافظ شیرازی، غزل‌سرای شهیر ایرانی است که بسیاری از ایرانی‌ها، در خانه دیوان غزلیات او را دارند و با شعرهایش مأنوس هستند. حتی بین غیرفارسی‌زبانان نیز او طرفداران زیادی دارد. آن‌ها با یادگیری زبان فارسی می‌کوشند شعرهای حافظ را بهتر و بیشتر درک کنند. **گوته**، شاعر و داستان‌نویس آلمانی، از جمله دوستداران حافظ و شعرهای زیبای او بود. با خواندن بیتی از این شاعر بزرگ، یادش را گرامی می‌داریم:
من اگر نیکم و گر بد تو برو خود را باش
هر کسی آن درود عاقبت کار که کشت

هفته دفاع مقدس

روز ۳۱ شهریور ۱۳۵۹ رژیم بعثی عراق جنگ وسیعی را علیه ایران شروع کرد. سربازان و مردم دلیر ایران به مدت هشت‌سال برای دفاع از کشورمان غیورانه ایستادند. هفته آغاز جنگ ایران و عراق، هفته دفاع مقدس نام‌گذاری شده است و از ۳۱ شهریور تا ۶مهر یاد رشادت‌های رزمندگان ایرانی گرامی داشته می‌شود.

روزهای ما

آذر لاریجانی

۴۲

نوجوان

شماره مهر ۱۴۰۲

۹

ولادت امام حسن عسکری (ع)

امام حسن عسکری (ع)، امام یازدهم شیعیان، روحی والا داشتند و به همه انسان‌های عشق می‌ورزیدند. شجاعت و شهامت ایشان زبانزد همه بود و اراده قوی و استواری، از ویژگی‌های شخصیتی‌شان محسوب می‌شد. امسال نهم مهرماه با زادروزشان مبارک شده است. با خواندن روایتی این امام را بهتر بشناسیم: «هرکه خوبی بکارد شادمانی درو کند و هرکه تخم بدی بیفشاند، پشیمانی درو کند.»



۸

روز بزرگداشت مولانا

مولوی شاعر پارسی‌گویی است که در سراسر دنیا او را می‌شناسند و با شعرهایش ارتباط برقرار می‌کنند. شعرهای او به زبان‌های گوناگون ترجمه شده است. این دو بیت از او را بخوانید و ببینید چطور مفهوم آن برای همه نسل‌ها، ملت‌ها و زمان‌ها راه‌گشاست.

تا در طلب گوهر کانی، کانی
تا در هوس لقمه نانی، نانی
این نکته رمز اگر بدانی، دانی
هر چیز که در جستن آنی، آنی
روز ۸ مهر، زادروز این شاعر بزرگ را گرامی می‌داریم.

۲۴

روز جهانی غذا

شاید باور کردنی نباشد ولی واقعیت دارد: امروز در حالی که حدود ۸۰۰ میلیون نفر در جهان از گرسنگی رنج می‌برند، حدود ۶۷۲ میلیون نفر اضافه وزن دارند. روز جهانی غذا روز مقابله با گرسنگی جهانی است. این روز برای ترویج آگاهی و اقدام برای امنیت غذایی تعیین شده است تا همه انسان‌ها بتوانند به‌طور یکسان رژیم‌های مغذی و سالم دریافت کنند. یکی از راه‌های دستیابی به این هدف، آموزش است که به کمک آن مردم بیاموزند با اقدامات ساده از هدر رفت غذا پیشگیری کنند. با کاهش ضایعات غذایی، غذای نیازمندان تأمین می‌شود. همچنین روز جهانی غذا بر اهمیت مصرف مواد غذایی تازه و طبیعی و استفاده کمتر از غذاهای فرآوری‌شده تأکید دارد.



۲۴

روز عصای سفید

در سال ۱۹۲۱ میلادی، جیمز بیگز، عکاس اهل انگلیس، در حادثه‌ای بینایی‌اش را از دست داد. او برای در امان ماندن از تهدیدهایی که با عبور و مرور وسایل نقلیه در خیابان‌ها به وجود می‌آمد، از عصای سفید کمک گرفت؛ عصایی که برای همه قابل مشاهده باشد. بعدها در دهه ۱۹۳۰ عصای سفید به افراد دارای اختلال بینایی معرفی شد تا بتوانند به‌طور ایمن رفت و آمد کنند. هر سال روز جهانی عصای سفید در ۱۵ اکتبر مطابق با ۲۴ مهرماه گرامی داشته می‌شود تا با آگاهی‌بخشی، از حقوق افراد نابینا و کم‌بینا حمایت شود.



۲۶

روز تربیت بدنی و ورزش

۲۶ مهرماه روز تربیت بدنی نام‌گذاری شده است تا بر قدرت ورزش در ایجاد تغییرات مثبت تأکید شود. ورزش نیرویی متحدکننده است و تأثیرات عمیقی بر سلامت جسمی و روانی، و بهبود روابط انسانی دارد. روز تربیت بدنی هدف‌های متفاوتی را دنبال می‌کند که یکی از آنها آشنا کردن مردم با فایده‌های ورزش منظم و تأثیر مثبت آن بر زندگی‌شان است. این روز فرصتی فراهم می‌کند تا ورزشکاران نشان دهند از طریق ورزش می‌توان به‌طور فعال در ایجاد جامعه‌ای پویا و سالم نقش داشت.

۴۳



شماره ۱۴ مهر ۱۴۰۴

توپ و تور

آشنایی با ورزش والیبال

مهدی زارعی



ورزشی

اگر از علاقه‌مندان به تماشای مسابقات ورزشی از تلویزیون باشید، حتماً با قوانین ابتدایی ورزش والیبال آشنا هستید. رشته‌ای با حضور دو تیم شش نفره در دو سوی تور که مسابقات آن محدودیت زمانی ندارند و هر دست آن زمانی تمام می‌شود که یک تیم به امتیاز ۲۵ برسد. اما از والیبال دیگر چه می‌دانید؟

ورزش قدبلندها؟

در گذشته تصور می‌کردند والیبال قد انسان را بلند می‌کند. اما واقعیت این است که رشد قدی هر انسان با توجه به شرایطی مثل میزان قد پدر و مادر او مشخص می‌شود. یعنی پرداختن به یک رشته ورزشی نمی‌تواند به شکلی غیرعادی قد انسان را بالا ببرد. در حقیقت به خاطر پرش‌های زیادی که در این ورزش انجام می‌شود، افراد قدبلند بیشتر شانس موفقیت دارند. اما اگر قد کوتاه هستید و عاشق والیبال، ناامید نباشید. لیبروها در والیبال نیازی به پرش ندارند و به همین خاطر یک بازیکن قد کوتاه می‌تواند در پست لیبرو بازی کند. لیبرو: بازیکن آزاد است. او همیشه در قسمت عقب زمین می‌ایستد و مهارکننده ضربه‌های حریف است.

قانون‌ها

هر تیم علاوه بر ۶ بازیکن اصلی، ۶ بازیکن ذخیره دارد. تعداد امتیازهای هر دست ۲۵ است و هر تیمی به این امتیاز برسد، برنده می‌شود. اما اگر دو تیم در امتیاز ۲۴ مساوی شوند، تیمی برنده می‌شود که دو امتیاز از رقیب پیش بيفتد. دست پنجم ۱۵ امتیازی است؛ مگر آنکه دو تیم (۱۴ - ۱۴) مساوی شوند. آنگاه مسابقه تا وقتی که یک تیم دو امتیاز بیشتر از حریف به دست آورد، ادامه می‌یابد. هر تیم در سه دست برنده شود، مسابقه را به سود خود خاتمه داده است. هر تیم حداکثر با سه ضربه باید توپ را به زمین حریف بفرستد.

۴۴

نوجوان

شماره ۱ مهر ۱۴۰۴





ضربه آبشار

ضربه آبشار به ضربه‌هایی گفته می‌شود که توسط مهاجم و با کمک گرفتن از چهار انگشت به هم چسبیده یک دست، با قدرت در زمین حریف فرود می‌آید. برای زدن آبشار، بازیکن به هوا می‌پرد و یک دست خود را به صورت کشیده به سمت توپ می‌برد. در این حالت، دست به صورت عمودی است و انگشتان دست در بالاترین حالت ممکن قرار دارند. آنگاه با همان دست کشیده شده به توپ ضربه می‌زند.



ساعد

دفاع در برابر ضربه محکمی انجام می‌گیرد که از روی تور عبور می‌کند و در حال خوابیدن روی زمین است. در این حالت، مدافع باید به حالت نیمه‌نشسته و نیمه‌ایستاده قرار گیرد، دو دست را در کنار هم قرار دهد و مشت کند؛ به شکلی که دو انگشت شست وی بدون خم شدن در کنار هم قرار گیرند. آنگاه با مچ دست یا ساعد خود به توپ ضربه بزند. مسئله مهم در ساعد زدن این است که توپ نباید دو بار به دست مدافع برخورد کند.



سرویس

هر مسابقه والیبال با ضربه سرویس آغاز می‌شود. برای سرویس زدن، یکی از بازیکنان به پشت زمین تیم خود می‌رود. او توپ را به هوا می‌اندازد و در حالی که دستانش در حالت کشیده و به موازات شانه است، با کف دست به توپ ضربه می‌زند.

نوع مرسوم سرویس، «سرویس پرشی» است. در این حالت، بازیکن توپ را جلوتر از محل ایستادن خود می‌اندازد. آن گاه به سمت جلو می‌پرد و مثل آبشار، با تمام قدرت به توپ ضربه می‌زند. در خصوص سرویس باید توجه داشت:

- در صورتی که تیم صاحب سرویس شود، بازیکن منطقه چهار وظیفه زدن سرویس را خواهد داشت.

• در صورتی که سرویس به تور برخورد کند و به زمین حریف برود، بازی ادامه می‌یابد. اما اگر به تور برخورد و اوت شود یا آنکه پس از برخورد به تور وارد زمین تیم زنده سرویس شود، یک امتیاز به تیم مقابل داده خواهد شد.

پی نوشت:

1.Libero

توپ و تور

زمین والیبال در هر دو بخش مردان و زنان ۱۶ متر طول و ۸ متر عرض دارد. تور وسط این زمین قرار می‌گیرد و دو تیم را از هم جدا می‌کند. ارتفاع تور برای مردان ۲/۴۳ و برای زنان ۲/۲۴ متر است. توپ والیبال نیز ۲۸۰ گرم وزن دارد.

لباس

پیراهن والیبال، لباس آستین کوتاه یا بدون آستین به همراه شورت ورزشی است. در هر تیم رنگ پیراهن لیبرو باید متفاوت از پیراهن‌های دیگران باشد.

چرخش

هر یک از شش بازیکن یک تیم والیبال در محدوده مشخصی بازی می‌کنند. وقتی سرویس در اختیار یک تیم باشد و آنگاه به تیم مقابل برسد، هر دو تیم دست به عمل «چرخش» می‌زنند. مثلاً بازیکنی که در بخش جلو و سمت چپ تور قرار داشته است، به بخش مرکزی جلوی زمین می‌آید.

همه این حرکات در جهت حرکت عقربه‌های ساعت خواهد بود. اگر تیمی در چرخش اشتباه کند، امتیازهایی را که پس از چرخش اشتباه به دست آورده است، از دست خواهد داد.

ضربه زدن در والیبال

مهم‌ترین ضربه‌هایی که در والیبال زده می‌شوند، عبارت‌اند از آبشار، ساعد و سرویس.

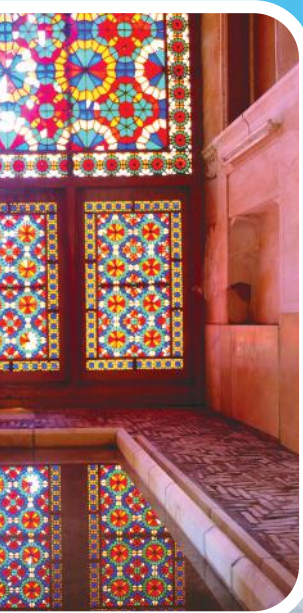


پنجره‌های بهشتی

رؤیا رضایی نسب

جادوی پنجره‌های رنگی

یکی از زیبایی‌های عجیب پنجره‌های شهر یزد، شیشه‌های رنگی آن است. وقتی خورشید به این پنجره‌ها می‌تابد انگار سطلی از رنگ‌های زیبا را روی فرش‌های خانه می‌پاشد و تمام خانه پر می‌شود از جادوی رنگ‌ها. این شیشه‌های رنگی علاوه بر اینکه خانه‌ها را زیباتر می‌کنند، باعث می‌شوند کسی که داخل حیاط است به راحتی نتواند داخل خانه را ببیند و کسی که درون خانه است احساس امنیت کند.



پنجره‌هایی به درون

آب و هوای شهر یزد خیلی گرم و خیلی سرد است، با بادهای سوزانی که در تابستان از گرما و در زمستان از سرما صورتت را می‌سوزاند. برای همین خانه‌های این شهر را طوری می‌سازند که دورتادورش دیوارهای بلندی باشد که نگذارد این بادهای دزد وارد خانه‌ها بشنوند و روح درختان و گل‌های زیبای باغچه را با خود ببرند. میان این خانه‌ها یک حیاط زیبا وجود دارد؛ حیاطی با چهار باغچه و غچه‌هایی با درختان همیشه سبز نارنج و گل‌های خوش‌بوی اطلسی و حوض آبی فیروزه‌ای رنگ با ماهی‌های سیاه و قرمز در دلش. فقط منظره‌هایی چون بهشت لایق این‌اند که پنجره‌های زیبا و رنگی شهر یزد به سویشان باز شوند، نه کویر ترسناک با آن بادهای دزدش.



ایران‌جان

۴۶

نوجوان

شماره مهر ۱۴۰۴



تا حالا یزد رفته‌ای؟ اگر نه، حتماً عکس‌هایش را دیده‌ای. وقتی توی کوچه‌های قدیمی یزد قدم می‌زنی و به دیوارهای بلند کاهگلی‌اش نگاه می‌کنی، شاید یک سؤال در ذهنت شکل بگیرد: «پس پنجره‌ها کجا هستند؟ چرا این قدر این شهر پنجره کم دارد؟» و حتماً با خودت می‌گویی این خانه‌های بدون پنجره چقدر تاریک و دلگیرند. و دلت نمی‌خواهد لحظه‌ای در این خانه‌ها باشی. شاید هم کنجکاوی‌ات گل کند و بخواهی به دنبال پنجره‌های گم‌شده بگردی. با این دو صفحه همراه باش تا پرده از راز این پنجره‌های پنهان برداریم. در کوچه‌های یزد و همه شهرهای کویری، وقتی به دیوارها نگاه می‌کنی، پنجره‌ای نمی‌بینی. شاید یکی دو تا پنجره خیلی کوچک آن بالاها، دیوار. ولی من که می‌دانم، یزد شهر پنجره‌های قشنگ است، اما نه برای غریبه‌ها. باید مهمان یکی از آن خانه‌های خستی بشوی تا بدانی چه پنجره‌های زیبا و خیال‌انگیزی توی دل دیوارهای بلند این شهر پنهان شده‌اند



توری برای عروس پنجره‌ها

پنجره‌های بزرگ توی خانه‌های قدیمی یزد مثل عروس می‌مانند با یک دامن توری زیبا. اما نه یک تور حریر، بلکه یک تور چوبی با نقش‌های ظریف هندسی. این تور زیبا را خیاط‌ها ندوخته‌اند، بلکه به دست نجارهایی ماهر به اسم «مشبک‌کاران» درست شده است. آن‌ها چوب‌ها را با دقت طوری می‌بریند که مثل جورچین کنار هم قرار بگیرند و طرح‌های هندسی جذابی بسازند. به این هنر «مشبک‌کاری» می‌گویند؛ هنری که حسابی مهارت و حوصله می‌خواهد.

پنجره‌هایی رو به زمستان، پنجره‌هایی رو به تابستان

چگونه می‌شود زمانی که هنوز برق وجود ندارد، بی‌بخاری و بی‌کولر، خانه را از گرمای تابستان و سرمای زمستان نجات داد؟ خانه‌ها در یزد طوری طراحی می‌شدند که ساکنان آن در تابستان و زمستان در جای متفاوتی از خانه زندگی می‌کردند. قسمت زمستان‌نشین آن پنجره‌هایی رو به آفتاب پر قدرت جنوب داشت. معمولاً این پنجره‌ها برای اینکه گرمای بیشتری را به خانه بیاورند بزرگ‌تر بودند. بر عکس، قسمت تابستان‌نشین خانه، سمت شمال خانه بود با پنجره‌هایی کوچک‌تر، رو به آفتاب کم زور شمال. این گونه بود که پنجره‌ها سهم خود را برای گرم کردن خانه در زمستان و خنک‌تر کردن خانه در تابستان ادا می‌کردند.

۱. شهر یزد مرکز استان یزد است؛ یکی از استان‌هایی که در حاشیه کویر قرار دارد. آب و هوای این شهر گرم و خشک است. یعنی تابستان‌هایی خیلی گرم و زمستان‌هایی سرد دارد و باران در این شهر خیلی کم می‌بارد. این نوع آب‌وهوا باعث شده است، مردم یزد از دوران قدیم به دنبال راه‌حلی باشند تا خانه‌هایشان برای زندگی در سرمای زمستان و گرمای تابستان مناسب باشد. یکی از این راه‌حل‌ها، طراحی درست و دقیق پنجره‌هاست؛ چیزی که معمارهای قدیم به خوبی آن را می‌دانستند.
۲. اُرسی: اُرسی به پنجره‌هایی بلند می‌گفتند که از کف خانه تا سقف ادامه داشت. این پنجره‌ها معمولاً با قطعه‌های چوبی ساخته می‌شدند و شیشه‌های رنگی داشتند. این پنجره‌های بزرگ علاوه بر اینکه نور را به خانه می‌آوردند باعث زیبایی خانه می‌شدند. یکی از زیباترین اُرسی‌های شهر یزد، اُرسی باغ دولت‌آباد است.



حتماً برای تو هم پیش آمده که صبح از خواب بیدار شوی و بینی جوش قرمز و دردناکی روی صورتت جا خوش کرده! جوش‌ها به خصوص در دوران نوجوانی خیلی رایج هستند. آسوده باش، چون با آگاهی و رعایت چند نکته ساده از شرشان خالص شویم یا جلوی بیشتر شدنشان را بگیریم.

سلامت

جوش‌های نوجوانی؛ مهمان‌های ناخونده!

اسدالله زارع

چرا جوش می‌زنیم؟

در دوران نوجوانی، بدن هورمون‌هایی ترشح می‌کند که باعث فعالیت بیشتر غدد چربی پوست می‌شوند. وقتی چربی زیاد همراه با آلودگی یا سلول‌های مرده پوست، منافذ را می‌بندند، جوش‌ها ظاهر می‌شوند.

انواع جوش‌ها

- جوش‌های سرسفید: زیر پوست پنهان هستند و بیرون نمی‌زنند.
- جوش‌های سرسیاه: روی سطح پوست دیده می‌شوند و به خاطر اکسیدشدن چربی، سیاه‌رنگ هستند.
- جوش‌های التهابی: قرمز، متورم و بعضی وقت‌ها دردناک هستند.
- جوش‌های کیستی یا چرکی: جوش‌های عمیق و چرکی که ممکن است جای آن‌ها روی پوست بماند.

چرا کبد باعث جوش می‌شود؟

در طب سنتی ایران، جوش‌ها نشانه‌ای از وجود حرارت و رطوبت زیاد در بدن هستند؛ مخصوصاً در کبد و معده. کبد وظیفه سم‌زدایی بدن را بر عهده دارد. وقتی کبد به‌درستی عمل نکند و سم‌ها به‌خوبی از بدن دفع نشوند، این سم‌ها از طریق پوست که یکی از بزرگ‌ترین اندام‌های دفع سم است، خارج می‌شوند و به شکل جوش نمایان می‌شوند. یکی دیگر از دلیل‌های بروز جوش‌ها در بدن و صورت، افزایش حرارت کبد است. وقتی کبد بیش از حد گرم می‌شود، به پوست آسیب وارد می‌کند و باعث بروز جوش‌های التهابی می‌شود.

دلیل‌های اصلی جوش‌زدن از نگاه طب سنتی:

- غذای چرب و سرخ‌کردنی زیاد؛
- مصرف زیاد شیرینی و شکلات؛
- بی‌پوست و تنبلی روده‌ها؛
- کم‌خوابی و فشار عصبی (استرس)؛
- حرارت زیاد در بدن (مزاج گرم)؛
- بلوغ و تغییرات هورمونی.

چطور از جوش‌ها پیشگیری کنیم؟ (راهکارهای ساده و طبیعی)

۱. مراقب تغذیه‌ات باش!

● غذاهای چرب، شیرینی زیاد، تنقلات صنعتی و غذاهای فوری (فست فودها) را کمتر بخور.

- بیشتر میوه‌وسبزی بخور؛ به‌خصوص میوه‌هایی مثل سیب، خیار، انار، آلو و گلابی.
- نوشیدن روزانه آب کافی، به خصوص آب خنک (آب و یخ ممنوع است) و آب جوشیده سرد شده مفید است.

۲. بدنت را به کمک طب سنتی پاک‌سازی کن!

شربت سکنجبین: ترکیب سرکه و عسل یا شکر با آب، یک نوشیدنی خنک‌کننده و پاک‌کننده کبد است.

عرق کاسنی و شاتره: این دو گیاه برای کاهش حرارت کبد و تصفیه خون بسیار مفیدند. می‌توانی روزی یک لیوان از ترکیبشان بخوری. خاکشیر و تخم شربتی: یک نوشیدنی طبیعی و خنک برای روزهای گرم و پوست‌های جوش‌دار است.

۳. خوابت را تنظیم کن!

کم‌خوابی باعث افزایش فشار عصبی و به‌هم‌خوردن تعادل بدن می‌شود. سعی کن شب‌ها زود بخوابی و حداقل هفت ساعت بخوابی.

۴. ورزش کن!

تحرک باعث تعریق، دفع سم‌ها و بهبود جریان خون در پوست می‌شود. روزی ۳۰ دقیقه پیاده‌روی یا ورزش سبک کمک بزرگی به پوستت می‌کند.

۵. با پوستت مهربان باش!

- صورتت را با آب ولرم و شوینده ملایم بشوی.
- از دست‌کاری جوش‌ها پرهیز کن.
- ماسک‌های طبیعی، مثل ماسک ماست و خیار یا عسل می‌تواند مفید باشد.
- آلوئه‌ورا گیاهی با خواص ضدالتهابی و ترمیم‌کننده است. استفاده از عصاره آن از التهاب می‌کاهد و جوش‌ها را تسکین می‌دهد.

نتیجه‌گیری

یادت باشد، جوش‌های صورت و بدنت عارضه‌هایی طبیعی در دوران نوجوانی هستند. این جوش‌ها معمولاً به دلیل تغییرات هورمونی و عملکرد نادرست کبد بروز می‌کنند. با کمی توجه به تغذیه، خواب و استفاده از روش‌های طبیعی طب سنتی، می‌توانی پوستی سالم‌تر و شاداب‌تر داشته باشی. پس با پوستت مهربان باش!

منبع:

محمدحسین عقیلی خراسانی، خلاصه الحکمه: جلد ۳.

۴۸

نوجوان
شماره مهر ۱۴۰۴



معصومه شیخان

کوکو سبزی مجلسی



- مواد لازم:
- سبزی کوکو خرد شده ۲۵۰ گرم
 - تخم مرغ دو عدد
 - زرشک و گردوی خرد شده به میزان دلخواه
 - روغن سرخ کردنی
 - نمک، فلفل سیاه به میزان لازم
- طرز تهیه:
- در ظرفی سبزی کوکوی خرد شده را همراه تخم مرغ مخلوط می‌نماییم.
 - زرشک و گردوی خرد شده را آب آن زرشک و گردو را به مخلوط سبزی و تخم مرغ اضافه می‌کنیم.
 - نمک و فلفل سیاه را به آن اضافه کرده و مخلوط را هم می‌زنیم تا یک دست شود.
 - تا تابه مقداری روغن سرخ کردنی می‌ریزیم و روی حرارت بسیار کم قرار می‌دهیم.
 - پس از گرم شدن روغن مواد کوکو را در کف تابه ریخته و یک دست می‌نماییم.
 - درب تابه را قرار داده تا یک طرف آن کامل سرخ شود.
 - پس از آن کوکو را برمی‌گردانیم.
 - بعد از برگرداندن درب تابه را قرار نمی‌دهیم.
 - کوکو سبزی را می‌توان با برنج و نان سرو نمود.
 - نوش جان



روش تهیه



مراحل پخت کوکو را با پویش رمزینه ببینیم.

قبل از برگرداندن کوکو در تابه می‌توان آن را به دلخواه قسمت کرد تا راحت‌تر برگردد. اگر در سبزی کوکو برگ سیر باشد طعم بهتری خواهد داشت. در صورت نبودن برگ سیر کمی به مواد آن سیر خرد شده اضافه نمایید.

فوت آشپزی



وطن

عشق تو
چون نسیم مهربان
شاخه شاخه دل مرا
می دهد تکان.
من درخت چنگل توام
گل به دامت
پاره تننت
بی تو آسمان هر کجا
آسمان من نمی شود
دور از تو من کجا روم؟
هیج جا،
هیج جا وطن نمی شود!

محمود پوروهاب