



روشند

www.roshdmag.ir ISSN: 1606.9064

دانش آموز

ماهنامه‌ی آموزشی و تربیتی

دوره‌ی چهل و چهارم • بهمن ماه ۱۴۰۴
شماره‌ی پیدری ۳۶۵ • ۳۲ صفحه
قیمت: ۲۵۰,۰۰۰ ریال

موجود خجالتی و ترسناک

گل فشان
پیروزی انقلاب اسلامی

فرمان و ترمز برای اتاق تو

چیز پرهی
بی تمبیتها

رفاقت در کم‌دیواری

جهانت را بجرخان

بشقاب غذای بدون جاذبه چیست؟!



دانش آموز

- ماهانمای آموزشی و تربیتی اجتماعی و فرهنگی
- برای دانش‌آموزان پایه‌های چهارم، پنجم و ششم ابتدایی
- دوره‌ی چهل و چهارم • بهمن ۱۴۰۴ • شماره‌ی ۵
- شماره‌ی پیرپای ۳۶۵
- مدیر مسئول: سید سعید بدیعی
- سردبیر: شهرام شفیعی
- مدیر هنری: کورش پارسانژاد
- مدیر داخلی و نسخه‌پرداز: سعیده نادرپور
- طراح گرافیک: احمد قائمی مهدوی
- طراح عنوان‌ها: فاطمه خدابخشی
- ویراستار: فرید بهنوا
- شورای برنامه‌ریزی: دکتر حسین شاهرودی
- دکتر احمد اسماعیلی نراقی، سمیه قلی‌زاده
- کارشناس شعر: کبری بابایی
- عکاس: اعظم لاریجانی
- چاپ و توزیع: شرکت افست
- نشانی دفتر مجله: تهران، ایرانشهر شمالی، پلاک ۲۷۰
- تلفن دفتر مجله: ۸۸۸۴۹۰۹۵ - ۰۲۱
- صندوق پستی: ۶۵۸۹ / ۱۵۸۷۵
- قضاها، شعرها، نقاشی‌ها و مطالب خود را به مرکز بررسی آثار بفرستید.
- ۰۹۳۰۱۱۴۰۴۷
- صندوق پستی: ۳۳۳۱ • تلفن: ۰۲۱-۸۸۳۰۵۷۷۲

عکاس: نفی خوش خلق

سپاس خداوندی را که برای بنده‌اش کتاب فرستاد.... قرآن کریم، سوره‌ی کهف، از آیه‌ی یک

کانال مجله‌ی رشد دانش‌آموز
@roshd_daneshamouz
در پیام‌رسان شاد منتظر شما هستیم
می‌توانی عکس آثار تولیدی خود
در ارتباط با مجله مثل کارکسی،
آشپزی و ... را برای این کانال
بفرستی.

مار را بشناس

۸

دفتر عمکین

۶

شام

۲

گل فشان

۱

nazar.roshdmag.ir
با پوشش این رمزبنده می‌توانی
وارد صفحه‌ی نظرسنجی ما
شوی و اگر نظر یا پیشنهادی
داری برای ما بفرستی.

نظرسنجی

۱۶

خوب، بد، زشت

۱۴

باز فوای ففایی

۱۲

فواهم ساخت

۱۰

https://foroosh.roshdmag.ir
وبگاه فروش و اشتراک مجلات رشد

جهانت را بچرخان

۲۴

ماجرای فیلی من

۲۲

پاشگاه خانگی
برای فودت

۲۰

فرمان و ترمز
برای اتاق تو

۱۸

www.roshdmag.ir/u/31a
ارتباط با مرکز بررسی آثار

سپیدی شراد

شعر

نشاط در گفده پیویاری

۳۰

جدول
شغلها

۳۲

سرگرمی

۲۸

شیرماهی دانا

۲۶

یاد شهیدان

آمده موسم فتح و ایمان
شعله زد از افق نور قرآن

در دل بهمن سرد تاریخ
لاله سر زد ز خون شهیدان

لاله‌ها قامت سرخ عشقند
سرنوشت تو با خون نوشتند

پیکر پاکت ای جان به کف را
از ازل با شهادت سرشتند

بهمن خونین جاویدان
تا ابد زنده بادا قرآن

بهمن خونین جاویدان
تا ابد زنده یاد شهیدان

مقدمت را اماما شهیدان
با نثار تن خود گشودند

خونشان فرش راه تو بادا
عاشق راه پاک تو بودند

آمدی با پیامت خمینی
از رهایی و از حق سرودی

آنکه بر ظلم شب حمله‌ور شد
ای خمینی تو بودی، تو بودی

بهمن خونین جاویدان
تا ابد زنده بادا قرآن

بهمن خونین جاویدان
تا ابد زنده یاد شهیدان

در دل تار شب ای شهیدان
دست قهار خلق خدایید

از تبار حسین شهیدید
از دیار عروج و خدایید

در زمستان بهاران آمد
آدم از قعر دوران آمد

بوی نسل شقایق پیچید
بوی عطر شهیدان آمد

بهمن خونین جاویدان
تا ابد زنده بادا قرآن

بهمن خونین جاویدان
تا ابد زنده یاد شهیدان.

محمّد حسین همافر

گل‌فشان

پیروزی انقلاب اسلامی

هر بهار

شهید، شهید، شهید

راه تو افتخار، نام تو ماندگار

ای غمت جاودان، عزّتت پایدار
مرگ سُرخت، خروش روزگار

ای غمت جاودان در دل عاشقان
خون تو در جهان، می‌گند گل‌فشان

هر بهار، هر بهار

شهید، شهید، شهید

راه تو افتخار، نام تو ماندگار

ای غمت جاودان، عزّتت پایدار
مرگ سُرخت، خروش روزگار

ای غمت جاودان در دل عاشقان
خون تو در جهان، می‌گند گل‌فشان

هر بهار، هر بهار

تا محو دشمن، ای هم‌ره
تا محو دشمن، ای هم‌ره

ننشینم از پا، عزم تو یارم
ره می‌سپارم، تا فتح فردا

ای زنده‌یاد، با تو ام قرار
در سپیده‌ی اولین بهار

تا محو دشمن، ای هم‌ره
تا محو دشمن، ای هم‌ره

ننشینم از پا، عزم تو یارم
ره می‌سپارم، تا فتح فردا

ای زنده‌یاد، با تو ام قرار
در سپیده‌ی اولین بهار.

امیر مرعشی

تصویرگر: ریحانه زنده بودی

دانستن متن سرودهای خاطره انگیز لذت فراوانی دارد.
می‌توانی سرودها و ترانه‌هایی را که دوست داری، چند بار
بشنوی و متن آن‌ها را برای خودت بنویسی.



صوت سرود
به یاد شهیدان



صوت سرود هر بهار

چیزهای
بی‌تربیتیها

شام

قسمت پایانی



◆ نویسنده: شهرام شفیعی
◆ تصویرگر: ستاره محمدی



خلاصه‌ی قسمت قبل: مامان برای شام به ما سالاد داد. پادشاه و پدرم می‌خواستند یواشکی، غذایی برای خوردن پیدا کنند. حالا ادامه‌ی ماجرا...

می‌توانستم با همین سن، پادشاه شوم!»
مامان با حالتی رؤیایی گفت: «پادشاهی که شب‌اداراری ندارد!»

به هر حال، من دستگیره‌ی سلطنتی توالت را گرفتم تا بروم داخل. اما یکهو چشمم افتاد به نوشته‌ای که خودم و پدر روی در چسبانده بودیم: «دست‌شویی خراب است! لطفاً برای چیزهای مهم‌تری مثل ساندویچ جگر یا زبان وقت بگذارید!»

راستش آن قدر خوابالو بودم که یادم نیامد آن نوشته را خودمان به در توالت سلطنتی چسبانده‌ایم! این بود که کمی



نیم‌ساعت بعد، من از اتاق آمدم بیرون تا بروم دست‌شویی. توی راه، مامان را دیدم که با لباس راحتی سفید و تمیز مثل برف، با بوی نرم‌کننده‌ی لباس از آشپزخانه آمد بیرون. یک لحظه فکر کردم مامان‌ها شب‌ها توی ماشین لباس‌شویی می‌خوابند!... مامان با دیدن من، اشک خوش‌حالی ریخت و با صدای لرزان تشویقم کرد. فقط به خاطر اینکه داشتم با پای خودم می‌رفتم دست‌شویی!

یکی از رسم‌های قدیمی کاخ این است که اگر بچه‌ی کوچولویی نصفه‌شب بلند شود و برود دست‌شویی، او را با مدال‌های سلطنتی تشویق می‌کنند! دلیلش این است که جابه‌جا کردن تشک‌های خیس و خشک کردن آن‌ها زیر آفتاب، کار آسانی نیست!

اما پادشاه همیشه می‌گوید: «ما بچه‌ها را گول می‌زنیم! این در اصل، تشکر از تشک است نه از بچه!»

به هر حال، من با دلخوری به مامان گفتم: «انگار اصلاً شما بچه‌ی خودتان را نمی‌شناسید! گاهی آن قدر از دیدن من خوش‌حال می‌شوید که انگار شانزده تا بچه‌گره دیده‌اید! من یک پسر دوازده‌ساله‌ام. حداقل هشت سال است که با پای خودم می‌روم دست‌شویی. اگر الان قدیم بود، من



قسمت‌های قبل را با
رمزبینه‌بخوانید.

چون عادت دارم با خودم حرف بزنم! فقط گاهی سر نوبت،
با خودم دعاویم می‌شود!»

وقتی برگشتیم، همه جا را دنبال پادشاه گشتیم. روی تخت‌خواب، توی آشپزخانه و توی اتاق چمدان‌ها، خبری از پادشاه بی‌تربیت‌ها نبود. می‌خواستیم هر جور شده بفهمیم عموجان چیزی خورده یا نه. این بود که یک بار دیگر همه جا را از اول گشتیم تا دوباره رسیدیم به اتاق پادشاه. وقتی وارد اتاق شدیم، به پدر گفتم: «نگاه کنید. عموجان پادشاه ملافه را کشیده روی سرش و خوابیده.



حالا خیالتان راحت شد؟»

بابا نگاهی کرد و گفت: «نمی‌خواهم ایراد الکی بگیرم و روی کسی عیب بگذارم. اما این کلاً عموجان نیست!»
- امشب من حسابی گیج شده‌ام!

بعد از این حرف‌ها، پدر گوشه‌ی ملافه را گرفت بالا و نگاهی به زیر آن انداخت. بعد گفت: «بفرمایید. اینجا به جای خودش، بالش چیده! اعصاب خردکن است! یادم هست این بالش‌ها را توی یک حراجی، به نصف قیمت خرید!»

گردنم را خاراندم و برگشتم به طرفِ اتاقم. مانده بودم ساعت دو و نیم شب، چطوری برای ساندویچ جگر و زبان وقت بگذارم! یک مشکل دیگر این بود که من نه ساندویچ جگر دوست داشتم نه زبان! به خاطر همین، زیر لب غرغر کردم و گفتم: «معلوم نیست توی این کاخ چه خبر است!»

هنوز به اتاقم نرسیده بودم که سایه‌ی درازی را در حال حرکت دیدم. اول خیلی ترسیدم. انگار کسی پشت ستون بود. نزدیک بود با عصای سنگین و کلفت یکی از پادشاهان قدیم، بکوبم توی سرش. اما یکهو خواب از سرم پرید و متوجه شدم پدرم پشت ستون مخفی شده است. گفتم: «اینجا چه کار می‌کنید پدر؟... همیشه فکر می‌کردم این عصای سنگین به چه درد می‌خورد... شانس آوردید. نزدیک بود جواب این پرسش پیدا شود... حالا غذای به درد بخوری برای خوردن پیدا کردید یا نه؟»

- هنوز نه!... توی این کاخ هیچ چیز به درد بخوری برای خوردن پیدا نمی‌شود. اما از الان بگویم: حتی اگر چیز به درد نخوری هم پیدا بشود، من دو تا می‌خواهم!

- پس من می‌روم بخوابم. سهم من هم مال شما!

پدر کمی ناخن جوید و گفت: «می‌خواستم بروم دست شویی. اما دیدم یک چیزهایی درباره‌ی جگر، مرغ، زبان و ساندویچ روی در نوشته شده. یک لحظه خوش حال شدم و خیال کردم به یک اغذیه‌فروشی رسیده‌ام!... اما بعدش فهمیدم دست شویی خراب است!... امشب مجبورم هم به خاطر گرسنگی بیدار باشم و هم به خاطر دست شویی! کار سنگینی است! باید یک نفر را بیدار کنم و نصف کارهایم را به او بسپارم!»

طفلکی پدرم از فشار گرسنگی و دست شویی داشت هذیان می‌گفت. تصمیم گرفتم بیدار بمانم و کمکش کنم تا یک چیزی برای خوردن پیدا کند. اما قبل از آن، دو نفری رفتیم و با ترس و لرز، از دست شویی پایین باغ استفاده کردیم. جایی تاریک و ترسناک، پوشیده در بین علف‌های هرز دو متری و درخت‌های کاج قبرستان. آنجا ترسناک‌ترین دست شویی دنیاست. وقتی داخل دست شویی بودم، پدرم در زد.

- چرا در می‌زنید پدر؟!

- چون بیرون هستم. اگر داخل بودم، سوت می‌زدم!

راستش هیچ‌کس جرئت ندارد تنهایی به آن دست شویی برود. البته به‌جز پادشاه که همیشه تنهایی به آنجا می‌رود. خودش می‌گوید: «من آنجا تنها نیستم.

کرد. بعد، دستش را از پشت ستون دراز کرد و روغن را به طرف پادشاه گرفت. پادشاه بی‌تربیت‌ها اول کمی ترسید. اما روغن را گرفت و با حوصله‌ی فراوان، همه‌اش را خالی کرد روی برنج. بعد دوباره همه چیز یادش رفت. این بار پدر دست دراز کرد و نمکدان را به طرف پادشاه گرفت. پادشاه وحشت‌زده تشکر کرد و روی برنجش نمک ریخت. آن وقت با صدای لرزان به طرف ستون گفت: «من زندگی را دوست دارم. نمی‌خواهم با ضربه‌ی چاقوی شما دزدهای بی‌رحم بمیرم. البته مرگ به علت خوردن خرماوی زیاد یا رفتن به کلاس زبان آلمانی را هم دوست ندارم!»

من از این طرف، در قابلمه را دادم به پادشاه. عموجان در قابلمه را گذاشت. بعد فکری کرد و گفت: «از همه‌ی ارواح محترم ممنونم! خوبی ارواح این است که به آدم کمک می‌کنند اما برنج دوست ندارند!... اما اگر آمده‌اید که مرا بترسانید، دیگر دارد بی‌مزه می‌شود. بیشتر شبیه مسابقه‌ی آشپزی شده!»

پادشاه بعد از این حرف روی یک جعبه‌ی چوبی نشست تا برنج فلفلی‌اش خوب بپزد و آماده شود. اما کم‌کم خوابش برد و صدای خروپفش بلند شد. پدر رفت جلو و شعله‌ی گاز پیک‌نیک را زیاد کرد تا ته‌دیگ خوبی از کار در بیاید!

پادشاه از خواب بیدار شد. رفت سراغ قابلمه تا ببیند برنج فلفلی حاضر است یا نه. وقتی دسته‌های قابلمه را گرفت، فریاد زد و از زیرزمین دوید بیرون. دسته‌های فلزی قابلمه داغ شده بود. ما از پنجره‌های کوچک زیر زمین نگاه کردیم تا ببینیم پادشاه کجا می‌رود. عموجان شیرجه زد توی استخر و کامل رفت زیر آب! پدرم گفت: «رفت زیر آب تا هیچ کس صدای فریادهایش را نشنود!»

پادشاه برگشت توی زیرزمین و دنبال چیزی گشت. می‌خواست قابلمه را با چیزی بردارد تا دست‌هایش نسوزد. پدرم شلوار روی‌اش را درآورد و انداخت روی میز! پادشاه شلوار را دید و خوش‌حال شد. بعد، قابلمه‌ی داغ را با آن گرفت و بلند کرد. پاچه‌ی شلوار به شعله‌ی اجاق پیک‌نیک خورد و آتش گرفت. وقتی دود بلند شد، پدرم گفت: «خوب شد توی شلوارم نبودم!»

من گفتم: «حالا پادشاه چه‌جوری شلوار را خاموش می‌کند?... اگر زنگ بزند به آتش‌نشانی، همه بیدار می‌شوند!» پدرم بعد از این حرف، پیراهنی را که تنش بود درآورد.

با شنیدن این حرف، من ملافه را برداشتم و انداختم کنار. به جای پادشاه، روی تخت هشت تا بالش چیده شده بود! من و پدر خمیازه کشیدیم و به هم نگاه کردیم. بعد، بالش‌ها را چند جور دیگر چیدیم تا ببینیم از تویش یک پادشاه بی‌تربیت‌ها درمی‌آید یا نه!

پدر گفت: «فایده ندارد. این پادشاه نیست. پادشاه رفته دنبال شام! من دارم از گرسنگی می‌میرم. توی معده‌ام، یک نفر دارد بستنی قیفی درونم را گاز می‌زند!»

ما باز هم همه‌جا را دنبال پادشاه گشتیم. حتی توی قفس اردک‌ها را! آخرین جایی که باید می‌گشتیم، زیرزمین بود. توی زیرزمین صدای سوت‌زدن یک نفر را شنیدیم. بنابراین بدون معطلی پشت ستون‌ها مخفی شدیم تا او ما را نبیند. آن وقت با احتیاط، چند ستون جلو رفتیم و پادشاه را دیدیم که خوش و خرم مشغول آشپزی بود! پادشاه آن قدر سرگرم پخت و پز بود که صدای پای ما را نشنید. پدرم از شدت گرسنگی، یک لحظه رفت بالای سر قابلمه و سریع برگشت! پادشاه به این صحنه نگاه کرد. بعد چشم‌هایش را مالید و با اعتمادبه‌نفس گفت: «گرسنگی چه اثر جالبی روی مغز من دارد! فکر کردم یک نفر در قابلمه را باز کرد و برنج را بو کشید! از بچگی درباره‌ی من می‌گفتند تخیل این بچه قوی است!... هه‌هه... اما الان همه هفت تا پادشاه را خواب دیده‌اند!»

عموجان پادشاه داشت برای خودش برنج فلفلی می‌پخت. پدرم آب دهانش را قورت داد و با مَلْچ مَلْوچ گفت: «پادشاه روی برنج فلفلی، روغن فراوان می‌ریزد. چرب و نرم و خوش‌مزه!»

پادشاه داشت این طرف و آن طرف، دنبال چیزی می‌گشت. پدرم ظرف روغن را پیدا



اما پادشاه هنوز شلوار را ول نکرده بود. پاچه‌ی سالم، زیادی کوتاه شده بود و حالا پادشاه باید پاچه‌ی سوخته را بیشتر کوتاه می‌کرد! خلاصه پادشاه هی این پاچه و آن پاچه را کوتاه‌تر کرد تا یک جایی اندازه‌ی آن‌ها با هم یکی شود. تا اینکه بالاخره شلوار تمام شد و دیگر چیزی برای کوتاه کردن وجود نداشت! بنابراین پادشاه سیلش را کوتاه کرد! پدرم رفت بالا تا بی‌سر و صدا لباس بپوشد و بعد بیاید بقیه‌ی برنج‌ها را بخورد. پادشاه نگاهی به قیچی انداخت. با بدجنسی

خندید و چشم‌هایش را ریز کرد. بعد رفت و پشت یکی از ستون‌ها منتظر ماند.

پدرم با لباس تازه و یک قاشق تمیز برگشت توی زیرزمین. چشمش افتاد به زیرپوشی که به میخ گیر کرده بود. آن را برداشت و به طرف قابلمه آمد. یکهو پادشاه از پشت ستون پرید بیرون و به پدرم گفت: «به‌به!... از این طرف‌ها!... داشتی با یک قاشق و یک زیرپوش اضافه از اینجا رد



می‌شدی که یکهو یک قابلمه دیدی نه؟!»

پدرم گفت: «بله... دقیقاً عموجان. من شب‌ها با یک قاشق و یک زیرپوش اضافه می‌روم پیاده‌روی! امشب با این قابلمه‌ی عجیب برخورد کردم. اصلاً چرا من توی زیرزمین پیاده‌روی می‌کنم؟!»

پادشاه در قابلمه را باز کرد و گفت: «به خاطر اینکه داشتی آشپزی می‌کردی! نصف برنج فلفلی را هم که خورده‌ای! فکر نکردی عموی پیری داری که دارد از گرسنگی می‌میرد؟!»

عموجان سرش را چند بار به علامت سرزنش تکان داد. بعد هم قاشق تمیز را گرفت و شروع کرد به خوردن بقیه‌ی برنج‌ها!

پایان

پیراهن را پرت کرد روی میز تا پادشاه شلوار را با آن خاموش کند. حالا پدرم فقط یک شلوار راه‌راه داشت. پادشاه پیراهن سفید را برداشت و چند بار روی آتش کوبید. دفعه‌ی آخر آن را توی هوا چرخاند تا بکوبد روی شلوار. اما پیراهن از دستش در رفت و به میخی که توی دیوار بود، گیر کرد! پدرم عطسه‌ی شدیدی کرد و دستش خورد به یک کوزه‌ی سفالی که روی تاقچه بود. کوزه افتاد زمین و با صدای بلند، خرد و خاکشیر شد.

عموجان پرید توی حمام و در را از پشت بست!

نمی‌خواست کسی متوجه شود که او بیدار شده و دارد

آشپزی می‌کند. به خاطر

همین، مشغول دوش گرفتن

و آواز خواندن شد و یکی‌دو بار

داد زد: آهای سنگ‌پاک‌جاست!

حمام توی زیرزمین، خراب بود

و آب گرم نداشت. به خاطر همین،

پادشاه به همه‌ی کسانی که انواع

سالادها را اختراع کرده‌اند، بد و بیراه

گفت!

به پدرم گفتم: «پادشاه همیشه بعد

از فین چهل و هشتم از حمام بیرون

می‌آید!»

همین موقع، پادشاه از حمام دوید بیرون. با همان حوله رفت سر قابلمه و شروع کرد به خوردن برنج فلفلی! پادشاه نصف قابلمه را خالی کرد، پدرم نگاهی به شلوار سوخته‌اش انداخت. بعد گفت: «هنوز یک قاشق برنج هم نخورده‌ام. شلوارم را هم از دست داده‌ام و پیراهنم اسیر جنگی شده!»

بعد از خوردن برنج فلفلی، پادشاه آمد سراغ شلوار سوخته. یک قیچی زنگ‌زده از توی جعبه‌ها پیدا کرد تا با آن، سوختگی شلوار را بچیند و کوتاه کند. اما باید پاچه‌ی سالم را هم کوتاه می‌کرد تا هر دو یک اندازه باشند.

پادشاه پاچه‌ی سوخته را زیادی کوتاه کرد. بنابراین مجبور شد آن یکی پاچه را هم بیشتر کوتاه کند تا شلوار قابل استفاده باشد! پدرم گفت: «شلوارم پنج سانت کوتاه شد. کاش در بچگی، کمتر تخم و مرغ و شیر خورده بودم تا الان این شلوار اندازه‌ام باشد!»



◆ نویسنده: نقی سلیمانی

◆ تصویرگر: لیلا بدر عظیمی

دفتر غمگین

ما گاهی با بچه‌هایمان با خشونت رفتار می‌کردیم. رفتار پیامبر برایمان خیلی تازگی داشت. حتی یک بار کسی به پیامبر اعتراض کرد که چرا حسن و حسین (ع) را می‌بوسند. آن شخص می‌گفت: من در تمام عمرم هرگز بچه‌هایم را نبوسیده‌ام! اما پیامبر (ص) با مهربانی‌ها و توجه زیاد به بچه‌ها، زندگی آن‌ها را عوض کردند.

ماجرای دوم حتی از اولی هم جالب‌تر است. آن روز من همراه پیامبر (ص) بودم. صبح عید بود. کودکان، مانند پرنده‌ها، آزاد و رها بودند. با لباس‌های تازه و تمیز، می‌دویدند و بازی می‌کردند.

پیامبر (ص) با خوش‌حالی و مهربانی، بچه‌ها را تماشا می‌کردند. در این هنگام چشمشان به دختر کوچکی افتاد. دخترک یک گوشه کز کرده بود و اشک می‌ریخت. او پایره‌نه بود و خاک به پاهایش نشسته بود. لباس‌هایش هم گهنه

در زندگی آدم‌هایی هستند که هرگز نمی‌توانی آن‌ها را فراموش کنی. آن‌ها همیشه برایت زنده و عزیز هستند. پیامبر (ص) بزرگ‌ترین شخص در میان این نوع انسان‌ها بودند.

پیامبر (ص) بچه‌ها را بسیار دوست می‌داشتند. با آن‌ها بسیار مهربان بودند و همیشه و در هر حالی به آن‌ها توجه می‌کردند.

روزی پیامبر (ص) مشغول نماز بودند. وقتی سر به سجده گذاشته بودند، دو نوهی کوچکشان حسن و حسین (ع) روی شانه‌های پیامبر (ص) سوار شدند. بچه‌ها می‌خندیدند و شاد بودند.

پیامبر (ص) در حال نماز هم مراقب بچه‌ها بودند. نمی‌خواستند آن‌ها را با جدا کردن از خود، ناراحت کنند. پس در سجده آن‌قدر صبر کردند تا دو کودک به میل خودشان پایین آمدند. تازه، در این موقع بود که پیامبر (ص) سر از سجده برداشتند و نماز را تمام کردند.



- دوست داری از این به بعد من پدرت باشم و دخترم فاطمه (س) هم خواهر بزرگت؟
زبان دخترک از خوش حالی بند آمده بود. نمی دانست چه بگوید. دیگر گریه نمی کرد. از دیدار با پیامبر (ص) خوش حال بود. کمی هم خجالت می کشید.
پیامبر (ص) منتظر جواب بودند. دخترک به نشانه‌ی موافقت سر تکان داد. پیامبر (ص) دست دخترک را گرفتند و به راه افتادند.
شنیدم که بعد از آن، دخترک به خانه‌ی پیامبر (ص) رفته است. پیامبر (ص) داستان را به اهل خانه می گویند. همسر پیامبر (ص) و دخترشان فاطمه (س) دختر بچه را در آغوش می کشند. او را حمام می کنند. موهایش را شانه می زنند. لباس های تازه به تنش می پوشانند و خوش بویش می کنند. سفره‌ای می اندازند و هر چه دارند بر سفره می گذارند.
حالا دخترک امید تازه‌ای داشت. خنده به صورتش بازگشته بود. شاد و خوش حال با بچه‌های دیگر بازی می کرد.

و پاره بود.
پیامبر از دیدن حال و روز آن کودک سخت غمگین شدند. پیش او رفتند و پرسیدند: «عزیز من چرا گریه می کنی؟»
دخترک سرش را پایین انداخت و گفت: «یاد پدرم افتادم. برای همین گریه می کنم. او سال پیش با ما بود. با پیامبر (ص) به جنگ رفت و دیگر برنگشت. گفتند شهید شده است. دلم برایش تنگ شده.»
رنگ صورت پیامبر (ص) به سفیدی زد. دل مهربانشان برای دخترک لرزید. سر دختر بچه را نوازش کردند و فرمودند: «اشک هایت را پاک کن عزیز من. سرت را بالا بگیر. ببین با تو چه حرفی دارم.»
دخترک گنجکاو شد. می خواست ببیند چه کسی این طور با مهربانی و محبت با او حرف می زند. آرام سرش را بلند کرد. همین که پیامبر (ص) را دید، ایشان را شناخت.
حالا پیامبر در کنارش بودند. به چشم هایش نگاه می کردند و با او حرف می زدند.

حرکت کوچکی، تغییر بزرگی!

مار را بشناس

موجود خجالتی و ترسناک

ممکن است روزی شما هم با یک مار روبه‌رو شوید. بعضی از مارها می‌توانند خطرناک باشند و بسیاری از آن‌ها بی‌خطرند. اما این موجود شگفت‌انگیز، قهرمان محیط زیست ماست. موجودی غریبه، مرموز و عجیب!

مارها در بسیاری از زیست‌بوم‌ها زندگی می‌کنند: جنگل‌ها، بیابان‌ها، دشت‌ها و حتی آب‌ها. کم و بیش ۳۵۰۰ گونه مار در دنیا وجود دارد. اگر مارها را نشناسیم و فقط از آن‌ها بترسیم، می‌توانند خطرناک‌تر باشند. یک حرکت کوچک در برابر مار، می‌تواند درست یا غلط باشد و تغییر مهمی در شرایط ایجاد کند!



بیشتر مارها زهری ندارند و خطرناک نیستند. مارهای سمی از زهرشان برای شکار استفاده می‌کنند. آن‌ها در صورتی که مجبور باشند، برای دفاع هم از نیششان استفاده می‌کنند. بیایید همین اول با مارهای خطرناک آشنا شویم.

خطرناک‌ترین مارها



تایپان داخلی: این مار که در استرالیا زندگی می‌کند، قوی‌ترین زهر را در بین همه‌ی مارها دارد. نیش او می‌تواند ۱۰۰ انسان را بکشد! خوش‌بختانه، این مار بسیار خجالتی است و خیلی کم با انسان‌ها روبه‌رو می‌شود.

مامبای سیاه: این مار آفریقایی، سرعت زیادی دارد. او می‌تواند تا ۵۱ کیلومتر در ساعت حرکت کند. سم بسیار قوی این مار هم معروف است. مامبای سیاه در صورت احساس خطر، دهانش را باز می‌کند و به شکل تهاجمی از روی زمین بلند می‌شود. این مار هم خجالتی است و می‌کوشد از انسان‌ها دوری کند.



افعی جعفری: از سمی‌ترین مارهایی است که در ایران زندگی می‌کنند. افعی جعفری هنگام احساس خطر، پولک‌هایش را روی هم می‌کشد و صدای جیز جیزی شبیه پاشیدن آب روی یک سطح داغ می‌دهد!

مارهای عجیب و غریب!

بعضی از مارها آن قدر عجیب‌اند که انگار از یک فیلم علمی - تخیلی بیرون آمده‌اند. شاید قبلاً با آن‌ها آشنا نشده باشید.



افعی شاخ‌دار دم‌عنکبوتی: این مار در غرب ایران زندگی می‌کند. او یکی از عجیب‌ترین دم‌ها را در دنیای مارها دارد. نوک دم این مار شبیه عنکبوت است! این مار خود را پنهان می‌کند و دمش را در مقابل دید، تکان می‌دهد. پرنده‌هایی که در آن نزدیکی هستند، خیال می‌کنند طعمه‌ای خوش مزه پیدا کرده‌اند. آن‌ها سراغ عنکبوت خیالی می‌آیند اما خودشان غذای مار می‌شوند.

مار درختی بهشتی: این مار در جنوب شرق آسیا زندگی می‌کند. او یک توانایی شگفت‌انگیز دارد: پرواز کردن! البته مار درختی بهشتی واقعاً پرواز نمی‌کند. فقط می‌تواند بدنش را پهن کند و از درختی به درختی دیگر بپرد. او می‌تواند تا ۱۰۰ متر در هوا سر بخورد! این مار تنها مهره‌دار بدون دست و پای است که می‌تواند در هوا سر بخورد.



مار برگی ماداگاسکار: ماری با بینی شبیه به برگ! بله... مارهای مادّه یک عضو پولک‌دار شبیه به برگ روی پوزه‌شان دارند. نرها هم یک زائده‌ی نوک‌تیز و بلند دارند. هنوز دانشمندان دقیقاً نمی‌دانند این بینی عجیب به چه دردی می‌خورد. به نظر می‌آید مار از آن برای استتار (مخفی‌شدن) استفاده می‌کند.

مار نخی باربادوس: این مار کوچک‌ترین مار دنیاست. طول مار نخی باربادوس فقط چند سانتی‌متر است. او شبیه یک کرم باریک به چشم می‌آید.



۱۰ گونه مار ایران را بشناسیم

نام هر مار را به تصویر آن وصل کنید:

مار کرمی‌شکل

کورمار یا مار دوسر

مار آبی

مار چلیبیر

تیر مار

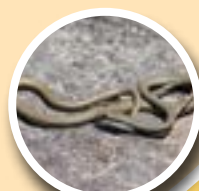
افعی شاخ‌دار

افعی دماوندی

افعی شاخ‌دار دم‌عنکبوتی

کفچه‌مار

مار دریایی شکم‌زرد



مُحکم، مُحکم، مُحکم تر!

خانه های فوآهم سافت

تخت جمشید چه ربطی به لاک پشت دارد؟

معمولاً اولین چیزی که بچه ها در عمرشان می سازند، یک خانه است. خانه هایی با ملافه و بالش و پشتی!... گاهی هم با شن و سنگ و گل و چوب ... بچه های کوچک تر، حتی گاهی زیر تخت و پشت مبل را در رؤیاهایشان، خانه در نظر می گیرند. همه آرزو دارند روزی خانه ای گرم و روشن و محکم داشته باشند. علاقه به خانه سازی را خدا در وجود ما گذاشته است. این یکی از رازهای بقای انسان و بسیاری از موجودات دیگر است. همین موضوع باعث شده است که انسان همیشه در فکر محکم تر کردن خانه ها باشد.



طبیعت، معلّم مقاوم سازی

می دانید تار عنکبوت از فولاد هم محکم تر است؟! یعنی اگر یک رشته فولادی به ضخامت تار عنکبوت داشته باشیم، مقاومت آن از تار عنکبوت، کمتر است. تارهای نازک و سبک عنکبوت، بسیار انعطاف پذیر هستند و می توانند انرژی زیادی را جذب کنند. دانشمندان روی موادی شبیه به تار عنکبوت تحقیق می کنند تا کابل های محکمی بسازند. کابل هایی که بتوانند پل ها و ساختمان ها را در برابر زلزله مقاوم کند. بله... هنوز هم طبیعت، بهترین معلّم انسان برای مقاوم سازی ساختمان هاست.

بیا بیاید به گذشته های دور سفر کنیم؛ به زمانی که انسان ها به دنبال ساخت نخستین سرپناه ها برای خودشان بودند. آن ها در اطرافشان حیواناتی را می دیدند که برای خودشان لانه می ساختند. درخت ها، استخوان ها، صدف ها و کندوهای زنبور عسل هم ایده های خوبی برای خانه سازی می دادند. انسان ها فهمیدند که اگر گل را با ساقه های خشک گیاهان مخلوط کنند، آجرهایی بسیار محکم تر خواهند داشت. کاه در داخل گل، مثل ریشه های یک درخت در خاک عمل می کند و آن را محکم نگه می دارد. این روش ساده ی مقاوم سازی که انسان از طبیعت یاد گرفته بود، هنوز هم استفاده های شگفت انگیزی دارد.

ساختمان هایی مثل ستون فقرات

مهندسان برای ساختن برج های بلند و خانه های محکم، به سراغ طبیعت می روند. نام علمی این کار «بایومیمتیک» یا «تقلید از طبیعت» است. به ستون فقرات خودتان فکر کنید. این ستون از یک تگه استخوان صاف و محکم ساخته نشده است. ستون فقرات ما از مهره های زیادی تشکیل شده که به آن اجزای خم شدن و حرکت می دهند. برای ساخت برج های بسیار بلند هم از همین ایده استفاده می شود. این برج ها را طوری می سازند که در برابر بادهای شدید یا زلزله، بتوانند کمی خم شوند؛ درست مثل یک درخت بلند یا ستون فقرات ما.... اگر برج ها خشک و بی انعطاف بودند، با تکان ها یا فشارهای شدید، آسیب می دیدند.



تخت جمشید و لاک پشت

ستون‌های تخت جمشید بک‌تکه نیستند. بله... مهندسان ایرانی ۲۵۰۰ سال پیش، از طبیعت الهام گرفته‌اند. آن‌ها ستون‌های ساختمان عظیم تخت جمشید را از قطعاتی ساخته‌اند که روی هم سوار شده‌اند. نکته‌ی جالب‌تر، در زیر این ساختمان پنهان شده است! مهندسان آن زمان، ساختمان را بر روی دو لایه ساخته‌اند. لایه‌ی زیرین از سنگ و یک ملات محکم به نام «ساروج» است. اما لایه‌ی بالایی فقط از سنگی است که می‌تواند کمی روی لایه‌ی زیرین بلغزد و حرکت کند. به این صورت، وقتی زلزله می‌آید، ساختمان مقداری در جای خودش حرکت می‌کند و می‌لغزد. انرژی زلزله کمتر به ساختمان وارد می‌شود و نمی‌توانست آن را خراب کند. مهندسان به این روش «جداسازی لرزه‌ای» می‌گویند. اگر به لاک پشت نگاه کنید، می‌بینید که هنگام تکان‌های شدید آسیب نمی‌بیند؛ زیرا قسمت نرم بدنش در داخل لاک سخت، می‌لغزد و در امان می‌ماند!

توخالی اما محکم

استخوان‌ها در بدن انسان و جانوران دیگر، محکم و مقاوم‌اند. با این حال، استخوان‌ها کم و بیش سبک و توخالی‌اند. مهندسان هم برای ساخت اسکلت‌های فولادی یا بتنی ساختمان‌ها از اسکلت جانوران الهام گرفته‌اند. آن‌ها اسکلت ساختمان‌ها را طوری می‌سازند که سبک و توخالی اما بسیار محکم و مقاوم باشد.



خانه‌سازی امروز: جاخالی بده!

حالا دیگر مهندسان فقط به محکم ساختن ساختمان‌ها فکر نمی‌کنند. آن‌ها بیشتر به این فکر می‌کنند که ساختمان‌ها چگونه در برابر انرژی زلزله جا خالی بدهند!

- ◆ کمک‌فهرهای ساختمان: ماشین‌ها کمک‌فهر دارند تا وقتی توی دست‌انداز می‌افتند، سرنشینان تکان شدیدی را حس نکنند. مهندسان هم وسیله‌هایی شبیه به کمک‌فهر با نام «میراگر» یا «دمپیر» اختراع کرده‌اند که در ساختمان‌ها همین کار را می‌کنند. این دستگاه‌ها هنگام زلزله، انرژی لرزش‌ها را جذب و به گرما تبدیل می‌کنند. آن‌ها اجازه نمی‌دهند ساختمان‌ها به شدت تکان بخورند.
- ◆ لباس برای ستون‌ها: مهندسان پارچه‌های بسیار محکمی از جنس الیاف کربن یا شیشه را دور ستون‌ها می‌پیچند. این پوشش، مثل یک لباس محکم، ستون‌ها را تا چندین برابر قوی‌تر می‌کند.

کدام ملّت‌ها محکم می‌ساختند؟

شیوه‌های مقاوم‌سازی در تمدن‌های بزرگ

به جز ایرانیان، ملّت‌های دیگری هم کارهای هوشمندانه‌ای در زمینه‌ی مقاوم‌سازی انجام می‌دادند. با این کارها آشنا شویم:

- ◆ مردم مصر باستان اولین کسانی بودند که ساختمان‌های سنگی و پایدار ساختند. استفاده از سنگ و دیوارهای قطور، از تجربه‌های مردم مصر است.
- ◆ رومی‌ها نخستین کسانی بودند که یاد گرفتند برای پخش بهتر بار سازه‌ها، آن‌ها را به صورت قوسی بسازند. به همین علت است که بسیاری از پل‌ها و بناهای قدیمی آن‌ها هنوز سر پا ایستاده‌اند!
- ◆ سازه‌های چوبی ژاپنی، با اتّصال‌های بدون میخ ساخته می‌شدند. این اتّصال‌ها در هنگام زلزله خوب عمل می‌کردند. چوب مقداری حرکت می‌کرد و انرژی زلزله نمی‌توانست آن را بشکند.

آشنایی با زندگی در اعماق کیهان

ببایستی فواید فضایی

بشقاب غذای بدون جاذبه چیست؟!



غذا در فضا

غذاهای پایدار: در فضاپیماها و ایستگاه‌های فضایی، نمی‌توانید پنجره‌ای را باز کنید. به همین علت، خوراکی‌ها قبل از برده شدن به فضا آزمایش می‌شوند. این خوراکی‌ها نباید بوی آزاردهنده‌ای داشته باشند.

غذاهای فضایی طوری طراحی می‌شوند که خردریز نداشته باشند. در فضا جاذبه به حداقل می‌رسد. بنابراین اگر در سفر فضایی غذا خرد شود، خردریزهایش در تمام ایستگاه فضایی شناور می‌ماند. این پدیده، مشکلاتی را برای دستگاه‌های الکترونیکی و تنفس فضانوردان ایجاد خواهد کرد. به غذاهای مقاوم در برابر خرد شدن، غذاهای پایدار می‌گویند. در فضا بشقاب غذا برای شرایط بدون جاذبه آماده شده است!

پرخوری ممنوع: مواد غذایی فضایی باید سبک و کم‌حجم باشند. در فضا خبری از پرخوری و خوراکی‌های رنگارنگ نیست. در یک فضاپیما، جای زیادی برای انبار کردن غذا وجود ندارد. اگر فضاپیما سنگین شود، هزینه‌ی پرتاب آن به فضا بسیار زیاد خواهد بود. نکته‌ی دیگر این است که رفتن به سرویس بهداشتی در فضا کار آسانی نیست!





ورزش در فضا

در فضا، فشارهای زیادی به بدن انسان وارد می‌شود. فضاوردان باید قوی و سالم باشند تا بتوانند این فشارها را تحمل کنند. بدون ورزش، استخوان‌ها و ماهیچه‌ها در فضا زودتر ضعیف می‌شوند. آن‌ها هر روز برنامه‌ی منظمی برای ورزش در فضا دارند. شما نیز اگر به سفرهای فضایی علاقه‌مند هستید، باید ورزش کنید. ورزش‌های فضاوردان:

♦ دویدن روی تردمیل ♦ دوچرخه‌ی ثابت ♦ وزنه‌برداری



گردش فضایی_ امروز و فردا

تاکنون افرادی از چند کشور گوناگون به ایستگاه فضایی بین‌المللی سفر کرده‌اند. گردشگران فضا باید هزینه‌های بسیار زیادی برای این مسافرت بپردازند. همچنین باید مهارت‌های زندگی در شرایط بی‌وزنی فضا را از قبل بیاموزند. مسافران ایستگاه فضایی در مدت اقامت در ایستگاه، در تحقیقات علمی به دانشمندان کمک می‌کنند.

خواب در فضا

نور شب و روز: خواب در فضا یکی از دشواری‌های قابل‌توجه است. خواب کافی، تأثیر زیادی بر سلامت و کار فضاوردان دارد. ایستگاه فضایی بین‌المللی با سرعت به دور زمین می‌چرخد. فضاوردان در ایستگاه فضایی در هر ۲۴ ساعت، ۱۶ بار روز و شب را تجربه می‌کنند. بله درست است... هم سخت است و هم هیجان‌انگیز!

ایستگاه فضایی با لامپ‌های «ال‌ای‌دی» با نوری شبیه نورخورشید روشن می‌شوند. این چراغ‌ها هنگام خواب کم‌نور می‌شوند تا فضاوردان بتوانند راحت‌تر استراحت کنند.

اتاق خواب فضایی: فضاوردان اتاق خواب ندارند ولی از کیسه‌ی خواب مخصوص استفاده می‌کنند. آن‌ها می‌توانند به هنگام خواب، لباس راحتی خودشان را بپوشند. کیسه‌ی خواب فضایی به دیوار یا سقف متصل می‌شود. به این صورت، فضاوردان در حالت بی‌وزنی، در جای خود باقی می‌مانند.

فضا کجاست؟

فضا تمام جهان بی‌کرانی است که پس از ارتفاع ۱۰۰ کیلومتری از سطح زمین شروع می‌شود. بعد از این فاصله، هوا آن‌قدر کم می‌شود که دیگر هواپیماها نمی‌توانند در آنجا پرواز کنند. البته جو یا اتمسفر زمین تا ارتفاع حدود ۱۰ هزار کیلومتری هم ادامه دارد؛ اما در آنجا فاصله‌ی میان مولکول‌های هوا آن‌قدر زیاد است که می‌توان گفت دیگر هوایی وجود ندارد.

جدول غذای روزانه‌ی فضاوردان

صبحانه	جوی دوسر خشک، ماست پودر شده، میوه‌ی خشک، قهوه یا چای
میان‌وعده	آجیل، شکلات، میوه‌ی خشک
ناهار	خوراک مرغ با برنج، سبزی‌های منجمد یا خشک، سوپ آماده
میان‌وعده	بیسکویت، پودینگ آماده، نوشیدنی پروتئینی
شام	ماهی یا گوشت پخته، پوره‌ی سیب‌زمینی، انواع سبزی‌ها
پس غذا	ژله یا کیک خشک



از افتضاح تا مزخرف!

خوب، بد، زشت

هشدارهای سفر به غرب وحشی

غرب وحشی کجا بود و چرا به آن غرب وحشی گفته‌اند؟
غرب وحشی به قسمت‌های غربی رودخانه‌ی می‌سی‌سی‌پی
در آمریکا می‌گویند؛ جایی که مهاجران اروپایی در آن، در حال
ساختن آمریکای جدید بودند. در غرب وحشی سرخ پوست‌ها
کشته می‌شدند. بی‌قانونی فراوان بود و خشونت حرف اول را
می‌زد. به همین علت به آنجا غرب وحشی گفته‌اند. جویندگان
طلا در این منطقه با هم درگیر می‌شدند. هر کس قوی‌تر بود
زمین‌های کشاورزی دیگران را می‌گرفت.
اما فیلم‌ها تصویر دیگری از غرب وحشی نشان داده‌اند.
بیا بید سفری واقعی به گذشته و غرب وحشی داشته باشیم.



سحر حدیری

غرب وحشی، فیلم‌ها و واقعیت

فیلم: خلافاکارها همیشه دنبال سرقت‌های بزرگ بودند.

واقعیت: بیشترشان دله‌دزد بودند!

فیلم: همه‌ی مهاجران آمریکا خوش‌حال و موفق بودند.

واقعیت: خیلی‌ها در فقر و سختی می‌مردند.

فیلم: اسب‌ها ساعت‌ها می‌دویدند.
واقعیت: اسب زود خسته می‌شود
و باید آن را با اسب دیگری تعویض کرد.

فیلم: کابوی‌ها استاد تیراندازی از روی اسب بودند.

واقعیت: این کار، تمرین‌های طاقت‌فرسایی لازم داشت. کمتر کسی این کار را بلد بود.

فیلم: همه‌جا پر از ماجراجویی و هیجان بود.
واقعیت: زندگی سخت و خسته‌کننده بود.

فیلم: گلوله‌ها بی‌پایان بودند.

واقعیت: خشاب‌ها خیلی زود خالی می‌شدند. گلوله کمیاب بود.

فیلم: همه‌جا خشک و بی‌آب و علف اما باشکوه بود.

واقعیت: سبزه و گیاه هم بود. آنجا یک جهنم جذاب نبود!

فیلم: مهاجرها با آرابه سفر می‌کردند.

واقعیت: بیشتر سفرها با قطار انجام می‌شد.

فیلم: کلانترها همیشه

قهرمان و پاک بودند.

واقعیت: خیلی از کلانترها

رشوه‌گیر، ترسو و ناتوان بودند.

فیلم: سرخ‌پوست‌ها خطرناک و بی‌رحم بودند.

واقعیت: بیشتر سرخ‌پوست‌ها به دنبال دفاع از

سرزمین خود بودند.



سفر خیالی به غرب وحشی

خودت «کلاتر» باش!

در غرب وحشی مسئولیت حفظ جان، با خودت است! حتی یک سفر ساده از شهری به شهر دیگر هم می‌تواند دردسرساز باشد. در جاده‌های خلوت، ممکن است دزدها سعی کنند اسب یا گاریات را بدزدند! حتی در شهرها هم باید مراقب باشی. بعضی وقت‌ها یک سوءتفاهم کوچک می‌تواند به دردسر ختم شود. از آنجا که پلیس همه‌جا نیست، مردم خودشان باید برای خودشان فکری بکنند.

نکاتی برای حفظ امنیت:

- ✓ به صورت گروهی سفر کنید.
- ✓ حواست به اطراف باشد.
- ✓ از بحث و جدل دوری کن.



قوی باش یا از آن فرارکن!

آتش‌سوزی‌ها می‌توانند به سرعت در خانه‌های چوبی پخش شوند. حیوانات وحشی مثل گرگ‌ها و خرس‌ها در اطراف پیرسه می‌زنند؛ مخصوصاً شب‌ها که هوا تاریک است! هر صدای عجیب و غریب در بیابان می‌تواند نشانه‌ی خطر باشد. مواظب مارها باش!

- ✓ درباره‌ی حیوانات محلی چیزهایی یاد بگیر.
- ✓ مراقب آتش باش.
- ✓ وقتی هوا بد می‌شود، پناهگاه پیدا کن.

آب تمیز طلاست!

آب آشامیدنی تمیز خیلی باارزش است! بیشتر رودخانه‌ها و چاه‌ها کثیف هستند و ممکن است تو را مریض کنند. مراقب غذایت باش. گوشت نیم‌پز یا فاسد مسمومیت غذایی می‌آورد. اگر می‌توانی، همیشه غذای تازه بخور چون یخچالی وجود ندارد!

- ✓ آب را بجوشان تا میکروب‌هایش از بین برود.
- ✓ دنبال چشمه‌ها یا جویبارهای زلال بگرد.
- ✓ اگر توانستی آب باران را جمع کن.





کتاب چهل حدیث حسینی
نویسنده: علیرضا سبحانی نسب
ناشر: جمال

ولادت امام حسین (ع) روز پاسدار

۳ بهمن

امام حسین (ع) پیشوای همه‌ی آزادگان جهان‌اند. دومین فرزند امام علی (ع) و حضرت فاطمه (س) در سوم شعبان سال چهارم هجری قمری در مدینه به دنیا آمدند. امام حسین (ع) در هفت‌سالگی مادر خود را از دست دادند. ایشان پس از شهادت برادرشان امام حسن (ع) در سال ۵۰ هجری، امامت شیعیان را برعهده گرفتند.

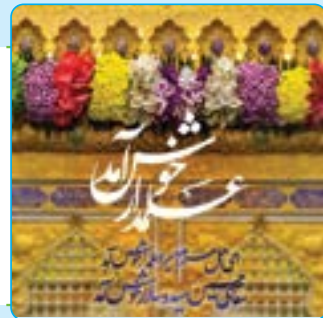
امام حسین (ع) هیچ‌گاه تسلیم ظلم و بی‌عدالتی یزید نبودند و سرمشق آزادی شدند. پیامبر (ص) امام حسین (ع) را چراغ هدایت و کشتی نجات می‌خواندند. در کشور ما، ولادت امام حسین (ع) را به خاطر پاسداری‌های ایشان از اسلام و عدالت، روز پاسدار نامیده‌اند.



ولادت حضرت ابوالفضل (ع)

۴ بهمن

حضرت ابوالفضل (ع) فرزند امام علی (ع) و حضرت ام‌البنین (س)، در چهارم شعبان سال ۲۶ هجری قمری در مدینه متولد شدند. ایشان پرچمدار سپاه برادرشان امام حسین (ع) در روز عاشورا بودند. وفاداری، دلاوری، و شجاعت حضرت ابوالفضل در جهان نمونه است. ایشان به دلیل فضیلت‌هایشان، ملقب به «باب‌الحوایج» یا دروازه‌ی آرزوها هستند.



ولادت امام زین‌العابدین (ع)

۵ بهمن

امام زین‌العابدین (ع) فرزند امام حسین (ع)، چهارمین امام شیعیان و مشهور به سجاد هستند. ایشان در واقعه‌ی کربلا حضور داشته‌اند اما به علت بیماری در پیکار شرکت نکردند. پس از شهادت پدر، آن حضرت ۳۴ سال پیشوای شیعیان بودند. امام زین‌العابدین (ع) خداوند را بسیار عبادت می‌کردند و دعا و مناجات، بخش جدانشدنی زندگی‌شان بود. ایشان در برابر پروردگار بسیار سجد می‌کردند و به همین جهت «سجاد» لقب گرفته بودند. مهم‌ترین یادگار امام سجاد (ع) «صحیفه‌ی سجادیه» است که مجموعه‌ای از ۵۴ دعا و نیایش است.



علم و دانایی در انسان‌های گنجه‌کار اثر ندارد. پروردگارا... زبانم را به هدایت گویا کن و به قلبم تقوی را الهام فرما و بر آنچه پاک‌تر و پسندیده‌تر است، مرا توفیق ده.
از صحیفه‌ی سجادیه

بازگشت امام خمینی (ره) به کشور

۱۲ بهمن



در روزهای پایانی دی‌ماه سال ۱۳۵۷، خبر بازگشت امام خمینی (ره) بعد از ۱۴ سال تبعید، از رسانه‌ها منتشر شد. در اوایل بهمن‌ماه، دولت و ارتش وقت، فرودگاه‌ها را بسته بودند. این رویداد، اعتراض مردم تهران و شهرستان‌ها را برانگیخت. بختیار - آخرین نخست‌وزیر رژیم پهلوی- نتوانست فرودگاه‌ها را بسته نگه دارد زیرا آن را باعث به‌وجود آمدن اعتراض‌های بیشتر در کشور می‌دید. امام خمینی (ره) در ۱۲ بهمن‌ماه وارد کشور شدند. ۱۰ روز پس از ورود امام به ایران، انقلاب اسلامی به پیروزی رسید. ورود امام خمینی (ره) به کشور، آغاز دهه‌ی فجر انقلاب اسلامی ایران است.

۱۵ بهمن

ولادت امام زمان (عج) روز مستضعفان

حضرت مهدی (عج) امام دوازدهم شیعیان و فرزند امام حسن عسکری (ع) در نیمه‌ی شعبان سال ۲۵۵ هجری قمری در سامرا متولد شدند. آن حضرت به اذن خداوند غیبت اختیار کردند تا زمان مناسبی برای ظهورشان فراهم آید. امام زمان (عج) پس از پایان دوران غیبت، حکومت الهی را با حمایت مستضعفان (کسانی که بر آنها ستم شده است) بر پا خواهد کرد. چنان که در قرآن می‌خوانیم: «و ما اراده کرده‌ایم بر کسانی که در زمین به ضعف کشیده شدند، منت گذاریم و آنان را پیشوایان و وارثان قرار دهیم.» نیمه‌ی شعبان - ولادت حضرت مهدی موعود (عج) - روز جهانی مستضعفان نامیده شده است. در این روز جشن‌های بزرگی در سراسر ایران برگزار می‌شود.



۱۴ بهمن

روز فناوری فضایی

نخستین ماهواره‌ی ساخت ایران، ماهواره‌ی «امید» نام دارد. این ماهواره در ۱۴ بهمن سال ۱۳۸۷ با موفقیت به فضا پرتاب شد. به مناسبت پرتاب این موشک، روز ۱۴ بهمن، روز ملی فناوری فضایی نام گرفته است. انسان برای پی‌بردن به رازهای فضای بیرون از کره‌ی زمین، به ساخت و پرتاب موشک‌های فضایی، ماهواره‌ها و کاوشگرها پرداخته است. با وجود تحریم‌های گوناگون، دانشمندان ما توانسته‌اند تعداد زیادی ماهواره بسازند و آنها را به فضا بفرستند.

۲۲ بهمن

سالروز پیروزی انقلاب اسلامی

۲۲ بهمن، یکی از مهم‌ترین روزهای تاریخ ایران است. مردم ایران در روز ۲۲ بهمن سال ۱۳۵۷ توانستند حکومت شاهنشاهی را از پای درآورند. روزهای نزدیک به ۲۲ بهمن هر سال، حال و هوای خاصی دارد. نسل‌هایی که در زمان انقلاب حضور داشته‌اند و نسل‌های بعدی، از این روزها خاطره دارند. نقش سرودهای انقلابی دهه‌ی فجر در خاطره‌انگیز کردن این روزها پررنگ است. روزهایی که هر جا می‌رویم، کسی در حال زمزمه‌کردن سرودی زیباست؛ سرودهایی مثل «بوی گل سوسن و یاسمن آید»، «ایران ایران»، «بهاران خجسته باد»، «یار دبستانی من»، «به لاله‌ی در خون خفته» و «بهمن خونین جاویدان». در دهه‌ی مبارک فجر که با ۲۲ بهمن به پایان می‌رسد، دانش‌آموزان جشن‌ها و مراسم ویژه‌ای در مدرسه‌ها برگزار می‌کنند. این روز پایان سلطنت حکومت پهلوی و آغاز فصل تازه‌ای از زندگی مردم ایران است.

بوی گل سوسن و یاسمن آید
عطر بهاران کنون از وطن آید
جان ز تن رفتگان سوی تن آید
رهبر محبوب خلق از سفر آید
دیو چو بیرون رود فرشته در آید
بگذرد این روزگار تلخ‌تر از زهر
بار دگر روزگار، چون شکر آید.
شاعر: حمید سبزواری



لیوان چای، عینک آفتابی و جاده

فرمان و ترمز برای اتاق تو

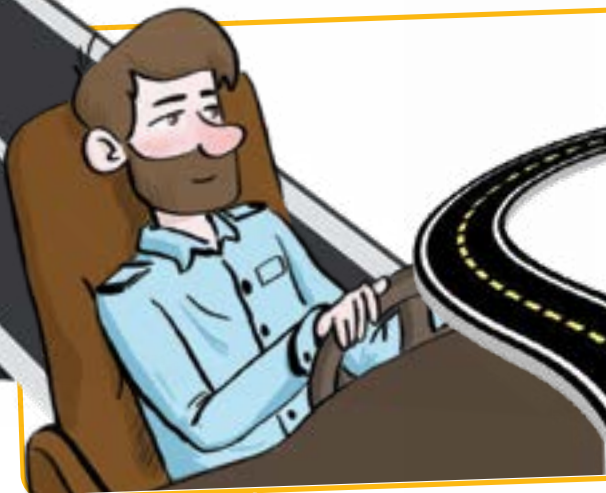
چگونه راننده‌ی اتوبوس زندگی خود باشیم؟

خیلی وقت‌ها که با اتوبوس مسافرت می‌کنیم، آرزو داریم به جای راننده باشیم. راننده‌ی اتوبوس، هدایت اتوبوس را در اختیار دارد. او آرام و متمرکز است و چشم از جاده بر نمی‌دارد. ما به راننده نگاه می‌کنیم. به نظر می‌آید او شغل لذت‌بخشی دارد. فرمان، گاز، ترمز و دنده را در اختیار دارد. به خاطر کار مهمش، همه‌ی مسافرها به او احترام می‌گذارند. او ما را در آینه می‌بیند و ما در آینه فقط چشم‌های او را می‌بینیم. از راننده‌ی اتوبوس می‌توان چیزهایی غیر از رانندگی هم یاد گرفت؛ از کسی که لیوان چای، آینه، عینک آفتابی و جاده، دوستانش هستند.



جاده‌ی یادگیری

راننده‌ی اتوبوس، ساعت‌ها با دقت رانندگی می‌کند تا هیچ خطری مسافران را تهدید نکند. او همیشه به تابلوها، پیچ‌ها و خودروهای دیگر توجه دارد. ما هم برای یاد گرفتن، به تمرکز و دقت نیاز داریم. زندگی مانند یک جاده و ذهن ما مثل اتوبوس است. اگر حواسمان پرت شود، ممکن است از مسیر یادگیری خارج شویم. تمرکز یعنی هدایت فکر به سمت هدف؛ درست مثل هدایت اتوبوس در جاده‌ای طولانی و پر پیچ و خم.



نقشه‌ی راه

راننده مسیر را بلد است. بنابراین ما به تجربه‌ی او اعتماد داریم. زندگی هم همین‌طور است. می‌توانی فکر کنی که اتاق یا میز کارت فرمان و ترمز دارد. اما راننده‌ی زندگی خودت هستی. آینده نامعلوم است. اما تو برنامه‌ریزی می‌کنی و در جاده‌ای که آن را بلدی، پیش می‌روی. تجربه‌هایی به دست می‌آوری و از تجربه‌های بزرگ‌ترها استفاده می‌کنی. باید به خودت، توانایی‌هایت، و راه پیش‌روییت اعتماد داشته باشی.



تمرین صبر و شکیبایی

جاده طولانی است و کار راننده بی‌پایان به نظر می‌آید. گاهی جاده شلوغ و پر ترافیک است. این‌جور وقت‌ها، راننده نه عصبانی می‌شود و نه عجله می‌کند. فقط با صبر و حوصله منتظر می‌ماند تا راه باز شود.

زندگی هم همین‌طور است؛ پر از رویدادهای پیش‌بینی‌نشده و روزهای تلخ و شیرین. باید بتوانیم منتظر نوبتمان بمانیم. گاهی چیزی که می‌خواهیم دیر می‌رسد. گاهی اوضاع آن‌طور که دوست داریم پیش نمی‌رود. باید یاد بگیریم که آرام بمانیم.





توقف به موقع

راننده‌ی اتوبوس گاهی در ایستگاه‌ها توقف می‌کند تا استراحتی بکند. ما هم گاهی خسته می‌شویم یا نیرویمان کم می‌شود. توقف به موقع و مقداری استراحت، به ما کمک می‌کند با نیروی بیشتری به سراغ کارهایمان برویم. استراحت به موقع، نشانه‌ی ضعف نیست؛ نشانه‌ی دانایی است.

زندگی هم چمدان می‌خواهد

راننده قبل از حرکت، همه‌چیز را واری می‌کند. اتوبوس باید سالم و مخزن سوخت پر باشد. مسافران هم باید سر جای خودشان نشسته باشند. به جز این‌ها، مقداری آب و خوراکی در اتوبوس برای مسافرها ذخیره می‌شود. راننده برای خودش چای و مقداری خوراکی برداشته است. برای اینکه سفر خوبی داشته باشیم، باید از قبل آمادگی‌هایی را به دست بیاوریم.



زندگی پر از مسافر است

اتوبوس‌ها همیشه پر از آدم‌های متفاوت هستند: پیر، جوان، خسته، شاد، ساکت، پر حرف و شلوغ!... معمولاً راننده کسی را نمی‌شناسد اما سعی می‌کند با همه مهربان باشد. زندگی هم همین‌طور است. ما با افراد فراوانی سر و کار داریم. باید بتوانیم با دیگران با احترام و حس همکاری زندگی کنیم.

شنیدن راه را کوتاه می‌کند

راننده بخشی از داستان زندگی هر مسافر می‌شود. این بسیار زیباست. هر مسافری داستان خودش را دارد؛ داستانی که حالا به این سفر رسیده است. وقتی با راننده خداحافظی می‌کنیم، هر کدام به دنبال ادامه‌ی داستان زندگی‌مان می‌رویم. زندگی هم مثل اتوبوس است. اگر به داستان زندگی دیگران گوش بدهیم، چیزهای تازه‌ای یاد می‌گیریم.



کشش، کوشش و چرخش بدون هزینه

باشگاه خانگی برای خودت

۱۹ روز در یک وجب جا!

سمیه قلی زاده



می‌توانی در خانه باشگاه ورزشی داشته باشی! فقط یک فضای خالی، یک زیرانداز و اراده‌ای آهنین لازم داری. پس ماجراجویی را شروع کن. این کار بدنت را سالم‌تر و قوی‌تر و ذهنت را فعال‌تر می‌کند. برای داشتن باشگاه خانگی، این مطلب را بخوان و به آن عمل کن. شروع کن قهرمان!

گرم کردن، روشن کردن موتور بدن

هرگز بدون گرم کردن ورزش را شروع نکن. گرم کردن حدود ۵ تا ۷ دقیقه زمان می‌برد و شامل این حرکات است:

- ۳۰ ثانیه راه رفتن درجا
- ۳۰ ثانیه دویدن درجا
- انجام حرکات کششی سبک - خم و راست شدن آرام
- چرخش مفاصل‌های مچ پاها، مچ دست‌ها، زانوها، کمر و شانه
- کشیدن نفس عمیق و نوشیدن کمی آب

تمرین‌های باشگاه خانگی

- تقویت عضلات در ۱۰ دقیقه: این حرکات باعث می‌شود عضلات پا، بازو، شکم و پشت قوی‌تر شوند.
- اسکات: ۲ نوبت و هر نوبت ۱۲ بار. برای این کار، بایست و بعد به حالت نیمه‌نشسته در بیا؛ بدون اینکه زانوها از انگشت‌های پا جلوتر بزنند.

مکان باشگاه خانگی

قبل از هر چیز، جایی امن و مناسب برای ورزش انتخاب کن. فضایی خالی در اتاق خواب یا پذیرایی به مساحت ۲ در ۲ متر کافی است. مطمئن شو که هیچ وسیله‌ی تیز، شکننده یا خطرناکی در اطرافت وجود نداشته باشد. یک زیرانداز یا تشک ورزشی یا یک پتوی ضخیم آنجا پهن کن. بعد هم کفش و لباس راحت ورزشی بپوش. حالا توی باشگاه هستی!

زمان مناسب تمرین

بهترین زمان ورزش وقتی است که احساس می‌کنی انرژی لازم را داری. معمولاً بعد از انجام تکالیف یا عصرها مناسب است. فقط یادت باشد ۳ یا ۴ روز در هفته کافی است. هر جلسه باید حدود ۲۰ تا ۳۰ دقیقه ورزش کنی.



می‌کند و انرژی‌ات را بالا می‌برد.

- طناب‌زنی یا پرش درجا - ۱ دقیقه
- دویدن درجا با زانوهای بالا - ۳۰ ثانیه
- پرش به پهلو - ۳۰ ثانیه

تمرین‌های تعادل و تمرکز

این تمرین‌های ۵ دقیقه‌ای کمک می‌کند بدن و ذهن متعادلی داشته باشی:

- ایستادن روی یک پا - ۳۰ ثانیه برای هر پا
- حرکت درخت یوگا - ۳۰ ثانیه
- راه‌رفتن روی خط فرضی در زمین - ۲ بار رفت و برگشت
- کشش آرام پاها و دست‌ها - ۲ دقیقه

■ شنا: ۲ نوبت و هر نوبت ۱۰ بار. اگر سخت بود با زانو انجام بده.

■ پلانک: ۲ نوبت و هر نوبت ۲۰ ثانیه. شکمت را سفت نگه دار و مثل یک تخته صاف باش.

■ لانژ: ۲ نوبت و هر نوبت ۱۰ بار. برای هر پا یک قدم به جلو خم شو و بعد پا را عوض کن.

■ بین هر دو نوبت ۳۰ ثانیه استراحت کن و کمی آب بنوش.

تمرین‌های تنفسی و هوازی

این تمرین‌های ۵ تا ۷ دقیقه‌ای، قلب و ریه‌ات را قوی

سرد کردن و آرام‌سازی بعد از ورزش

خسته نباشی قهرمان!

هر قهرمانی می‌داند که پایان درستِ تمرین به اندازه‌ی شروع آن مهم است. بنابراین، بعد از پایان حرکات باید ۵ دقیقه وقت بگذاری تا سرد و آرام شوی. چند کشش ساده انجام بده. کشش بازوها به بالای سر، خم شدن به سمت نوک انگشتان پا، کشش پاها، تنفس عمیق دم از بینی و بازدم از دهان. این کارها کمک می‌کنند بدن سریع‌تر به حالت اولیه برگردد.

ماجرای فیلی من



نویسنده

سلام! من یک جادوگرم... اما نه از آن جادوگرهای الکی که کارهای عجیب و غریب انجام می‌دهند و مردم را گول می‌زنند. من جادوگری‌ام که می‌نویسد. نویسنده‌ها جادوگرند! چون می‌توانند خانه‌ی آدم‌ها و دنیایشان را با نوشته‌هایشان بسازند.

محمّدپرهام بستانی ۱۱ ساله از مشهد



آوا میرکریم ۱۱ ساله از تهران

لوپوشونولو!

سلام. اسم من لوپوشونولو است! تعجب نکنید! من از کشور لوپوشو هستم! رسم ما این است که کلاه‌های گنده‌بک بپوشیم. تازه، می‌دانید چرا اسم من این‌قدر عجیب است؟ چون لوپوشویی‌ها برای انتخاب اسم، یک تابه به زمین می‌اندازند. هر صدایی که در بیاید، همان را به جای اسم روی بچه می‌گذارند!

سحر نوریان ۱۰ ساله از تهران

لیوان جادویی!

یک روز سهراب به لیوان جادویی دست زد! توی خانوادگی رستم هیچ‌کس اجازتی دست‌زدن به آن لیوان را نداشت. ناگهان یک دروازه‌ی ترسناک به رویش باز شد. سهراب وارد دروازه شد و به جنگل هفت‌خورشید رسید. چند قدم جلو رفت و درخت دارانت را دید. خواست یکی از میوه‌های آن را بخورد اما درخت حرف می‌زد! سهراب خیلی ترسید و بی‌هوش شد! وقتی به هوش آمد از درخت پرسید: «چرا اسم این جنگل، جنگل هفت‌خورشید است؟» درخت جواب داد: «به دلیل اینکه روزها هفت‌خورشید در آسمان این شهر دیده می‌شوند!»

سهراب به راه خود ادامه داد و به سرزمین ناجانی رسید. سربازان سرزمین ناجانی که نمی‌دانستند سهراب چه کسی است، او را زندانی کردند.

وقتی سهراب از آن زندان نجات پیدا کرد، دلش می‌خواست به خانه برگردد. رفت تا رسید به یک دروازه‌ی خودکار آهنی و بزرگ. از دروازه‌ی بزرگ وارد شد. دوباره بی‌هوش شد! وقتی به هوش آمد، راه افتاد و به پدرش رسید. سهراب به پدرش قول داد دیگر به لیوان جادویی دست نزند!

زهرا عسکریان ۹ ساله از مشهد



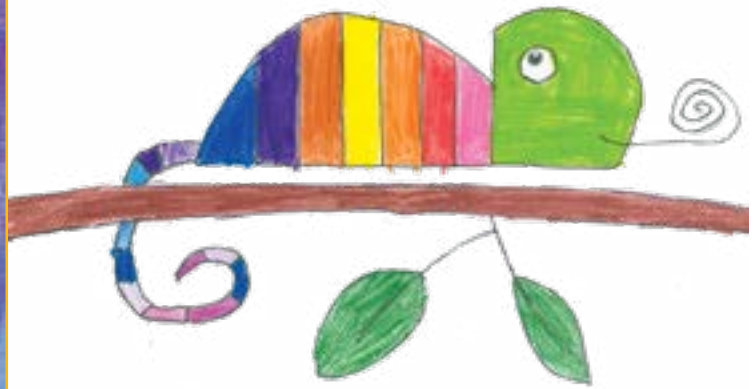
مهیا ارجمند ۱۰ ساله از تهران



روزی که فرگوش شدم

سلام. من سحر هستم. یعنی سحر بودم. الان خرگوش خرگوش زاده هستم. می‌دانم خیلی تعجب کرده‌اید. الان سه سال از آن ماجرا گذشته است و من به خودم عادت کردم. یک روز که از خواب بیدار شدم، دیدم موهایم ریخته. با خودم گفتم: «مگر من ریزش مو دارم!»
توجهی نکردم و به راه افتادم. آمدم جلوی آینه تا خودم را ببینم. دیدم قدم نمی‌رسد. از همان‌جا فهمیدم که یک خرگوش شده‌ام. بله دیگر... می‌دانید بدی‌اش چیست؟... بدی‌اش این است که تیلتم هم‌اندازه‌ی خودم شده! تصمیم گرفتم از خانواده‌ام جدا شوم و بروم پیش خرگوش‌های دیگر. الان اسم دوستانم خارگشت، خرگاشت، خرخری و خُگس است!

سحر نوشین ۱۰ ساله از تهران



درد دل پُر دَرِد سر!

سام پسری زیبا با چشمان خرمایی بود که همه او را دوست داشتند. اقا چیزی که خانواده‌اش را نگران کرده بود این بود که سام خیلی زود زبان باز کرد اقا هنوز راه رفتن یاد نگرفته بود. روزی چشم سام به لامپ افتاد. خیلی مشتاق بود به لامپ دست بزند. برای همین، دستش را محکم به زمین فشار داد و به سختی بلند شد. دوید و دوید تا به مادرش بگوید لامپ را به من بده! وقتی مادر این صحنه را دید، خیلی خوش‌حال شد. همگی به باغ‌وحش رفتند. سام آنجا یک طوطی را دید و به سرعت به سمت طوطی رفت. شروع کرد به درد دل با طوطی. سام به طوطی می‌گفت: «پدرم مقدار زیادی پول را از مادرم مخفی می‌کند!» چند لحظه بعد که پدر و مادر به سام رسیدند، طوطی شروع کرد به گفتن همان حرف‌ها! از آن به بعد سام سعی کرد درباره‌ی خودش و دیگران به کسی اطلاعات ندهد.

علی عمادی ۱۱ ساله از تهران



کدام اسب؟



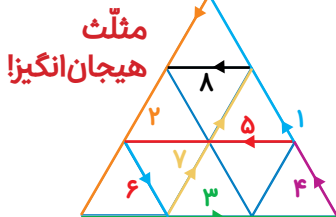
۴

بدون تکرار

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

معمای گل

عددهای روبه‌رو با هم جمع می‌شوند. حاصل جمع، ضرب در ۲ می‌شود که مساوی عدد وسط است.



مثلت هیجان انگیز!

پاسخ

سرگرمی

ماهی و تنگ



علامت سؤال

دو عدد خط عمودی با هم جمع و دو عدد خط افقی از هم تفریق شده‌اند. سپس حاصل جمع و حاصل تفریق با هم جمع شده و عدد وسط به دست آمده است.
 $(۱۸+۱۷)=۳۵$
 $(۹-۶)=۳$
 $۳۵+۳=۳۸$



آوین رضایی ۱۰ ساله از تهران

فرفره‌ی نفتی بسازیم

جهانت را بجرخان

رنگ‌ها چگونه با چشم‌های ما شوخی می‌کنند؟

فرفره‌ها مثل جهان ما با سرعت می‌چرخند. آن‌ها مانند ما تا وقتی نیرو دارند، حرکت می‌کنند. حفظ تعادل برای فرفره اهمیت فراوانی دارد و هر وقت تعادلش را از دست بدهد، از چرخیدن باز می‌ماند. ساختن فرفره چیزهای زیادی به ما یاد می‌دهد. اگر فرفره‌ی ما خوب نچرخد، حتماً اشکالی در کار وجود دارد. برای حل این مشکل، ما باید چیزهایی در مورد نیروها، تعادل، تقارن و... یاد بگیریم. ساختن این کاردستی ساده لذت‌بخش است و بازی کردن با آن احساس خوبی به ما می‌دهد.



چیزهایی که لازم دارید

- چسب شمعی
- پرگار
- قیچی
- مازیک یا مدادرنگی
- مقوای ضخیم سفید
- نخ محکم رنگی
- خلال دندان یا ابزار نوک تیز دیگر

آماده‌اید؟ برویم شروع کنیم!



روش ساختن فرفره‌ی نخ‌ی

- با پرگار یا نعلبکی چند جفت دایره‌ی هم‌اندازه روی مقوا رسم کنید.
- دایره‌ها را به شکل‌ها و رنگ‌های دلخواه رنگ کنید.
- با قیچی، دایره‌های رنگ‌شده را دوربری کنید.
- با چسب، هر جفت دایره را از طرف رنگ‌نشده به هم بچسبانید.
- با خلال‌دندان یا سوزن پرگار، دو سوراخ کوچک در دو طرف مرکز دایره بزنید.
- مانند تصویر، نخ را از سوراخ‌ها عبور دهید و دو سر آن را محکم گره بزنید.

بازی آغاز می‌شود

انگشت‌هایتان را از دو طرف نخ رد کنید. حالا فرفره را در هوا بچرخانید تا نخ دور خودش بپیچد. وقتی نخ خوب جمع شد، دست‌هایتان را از هم دور و به هم نزدیک کنید. فرفره به سرعت می‌چرخد. رنگ‌های روی فرفره به زیبایی با هم مخلوط می‌شوند. می‌توانید فرفره‌های بیشتری بسازید و آن‌ها را به دوستانتان هدیه بدهید.

شوخی رنگ‌ها

فرفره‌ای که چند رنگ دارد، با چشم ما شوخی می‌کند! موقع چرخیدن به نظر می‌رسد رنگ‌ها با هم مخلوط می‌شوند و رنگ جدیدی می‌سازند. اما این فقط خطای چشم و مغز ماست. وقتی نور به چشم می‌رسد، سلول‌های گیرنده تا یک‌دهم ثانیه بعد از رفتن نور رنگی، فعال می‌مانند. اگر در این مدت رنگ دیگری وارد چشم شود، مغز هر دو رنگ را با هم می‌بیند.

شیرماهی دانا

رسید. خودش را به گودترین قسمت اقیانوس رساند. جایی که بعد از آن، همه جا تاریک بود. آنجا بعضی از ماهی‌ها روی سرشان چیزهایی مثل فانوس داشتند. بعضی از آن‌ها هم سر دُمشان برق می‌زد.

شیرماهی از اقیانوس آرام هم رد شد. بعد، راهش را کج کرد و به طرف دریای سرد سیبری رفت. آنجا کوه‌های عظیم یخ را دید که مثل کشتی‌های گول‌پیکر از کنارش رد می‌شدند. رفت و رفت تا به اقیانوس منجمد شمالی رسید. به راهش ادامه داد. از گرینلند و ایسلند گذشت.

سرانجام شیرماهی به دریای شمال، یعنی زیستگاه خودش، رسید. همه‌ی دوستان و فامیل به پیشوازش آمدند و دورش جمع شدند. همه خوش حال بودند. مهمانی بزرگی برپا شد. ماهی‌ها بهترین غذاهایی را که پیدا کرده بودند برای شیرماهی آوردند.

شیرماهی دهن‌درّهای کرد و گفت: «من تمام دنیا را گشته‌ام. همه‌ی دیدنی‌ها را دیده‌ام. من خیلی بیشتر از چیزی که شما فکر می‌کنید، تجربه دارم!»

شیرماهی به غذاهای ماهی‌ها لب نزد. بعد هم رفت تا جدا از بقیه‌ی ماهی‌ها زندگی کند. ماهی‌ها از او خواهش کردند که به خانه برگردد. گفتند: «به خانه‌ی خودت، زیر تخته‌سنگ قدیمی برگرد. مثل قدیم پیش ما زندگی کن. این‌طوری بهتر است.»

روزی شیرماهی تصمیم گرفت دور دنیا شنا کند. با خودش گفت: «دیگر از اینجا خسته شده‌ام. باید بروم و بقیه‌ی جاهای دنیا را ببینم.»

شیرماهی شناکنان به طرف جنوب رفت. از همه‌ی آب‌هایی که می‌شناخت، گذشت. رفت و رفت. دور و دورتر شد تا به اقیانوس اطلس رسید. شنا کرد و شنا کرد. از آب‌های گرم استوا رد شد و به آخر اقیانوس رسید.

شیرماهی در طول راه به ماهی‌های عجیب و غریبی برمی‌خورد. پیش از این، چنین ماهی‌هایی ندیده بود. یک بار نزدیک بود طعمه‌ی کوسه شود. یک بار هم نزدیک بود برق یک مارماهی برقی خشکش کند. چند دفعه‌ای هم، سفره‌ماهی‌ها می‌خواستند او را نوش‌جان کنند. اما شیرماهی قصه‌ی ما، هر بار قِسر در رفت! به راهش ادامه داد و از آفریقا هم گذشت. حالا به اقیانوس هند رسیده بود.

شیرماهی از دیدن آن‌همه ماهی با شکل‌ها و رنگ‌ها و اندازه‌های گوناگون شگفت‌زده شده بود. دیوماهی، کبودماهی، ماهی بادبانی، خل‌ماهی، خورشیدماهی و... شیرماهی باز هم شنا کرد و شنا کرد تا به دریای عجیبی رسید. آنجا ماهی‌هایی دید که از آب بیرون می‌پریدند. ماهی‌هایی دید که کف دریا زندگی می‌کردند. ماهی‌هایی دید که روی باله‌هایشان راه می‌رفتند.

شیرماهی باز هم رفت و رفت تا به دریای مرجان رسید. دریایی که در آن، لاشه‌ی میلیون‌ها موجود ریز روی هم تلنبار شده بود. مثل یک کوه سنگی که زیر آب باشد. او باز به راهش ادامه داد و به اقیانوس آرام

◆ نویسنده: تری جونز
◆ مترجم: خدیجه بابایی
◆ تصویرگر: زینب ابراهیمی



ندیده. هیچ‌کس همه‌چیز را نمی‌داند.»
 شیرماهی گفت: «گوش کن پدر جان. من دور دنیا شنا کرده‌ام. دریای شمال، اقیانوس اطلس، اقیانوس هند، دریای جاوا، مرجان، اقیانوس آرام، سیبری و قطب. همه‌ی این‌ها را دیده‌ام. حالا بگو ببینم دیگر چه چیزی مانده که ندیده باشم؟ یا چه چیزی مانده که ندانم؟!»
 ماهی پیر گفت: «نمی‌دانم. ولی بعید نیست هنوز یک چیزهایی مانده باشد!»
 شیرماهی شنا کرد و دور شد. درست در همین لحظه، یک قایق ماهیگیری سر رسید و تورش را انداخت توی آب. ماهی‌ها پشت تخته‌سنگ قدیمی پنهان شدند.
 قایق حرکت کرد و به شیرماهی رسید. او افتاد توی تور. احساس کرد قبلاً اینجا را ندیده است! همان روز، سر از بازار ماهی‌فروش‌ها درآورد. مردی شیرماهی قصه‌ی ما را خرید و به کمک همسرش برای شام کبابش کرد. سر میز شام، بچه‌ها به استخوان‌های ماهی نگاه کردند و گفتند:
 «خیلی خوش‌مزه بود!»
 آن‌ها نمی‌دانستند این ماهی تمام دنیا را گشته است. نمی‌دانستند همه‌ی دیدنی‌ها را دیده و همه چیز را می‌داند!

خودت بنویس

داستانی درباره‌ی کسی بنویسید که با چند پرسش از دیگران، از خطر بزرگی نجات پیدا می‌کند.

شیرماهی زیر بار نرفت و گفت:
 «من هر جایی که بشود رفت، رفته‌ام. آن تخته‌سنگ قدیمی برای من جای مسخره‌ای است.»
 شیرماهی بعد از این حرف، از ماهی‌های آشنا جدا شد و رفت تا برای خودش تک و تنها زندگی کند.
 مدتی بعد، فصل تخم‌ریزی رسید. اما شیرماهی باز هم حاضر نشد همراه با بقیه‌ی ماهی‌ها تخم‌ریزی کند.
 - من تمام دنیا را گشته‌ام. می‌دانم در دنیا چند هزار ماهی وجود دارد. دیگر به شیرماهی‌ها علاقه ندارم!
 بزرگ‌خاندان شیرماهی‌ها شناکان سرآغ او رفت و گفت: «گوش کن شیرجان! دو سه تا نصیحت از این پدر بی‌رت بشنو. اگر با ما تخم‌ریزی نکنی، شیرماهی‌های جوان و سالم کم می‌شوند. اگر با خانواده‌ات زندگی نکنی، آن‌ها دلخور و دماغ می‌شوند. اگر غذای درست و حسابی نخوری، از بین می‌روی.»
 شیرماهی گفت: «من عین خیالم نیستم! تمام جاهای رفتنی را رفته‌ام. تمام چیزهای دیدنی را دیده‌ام. خودم تمام چیزهایی را که باید بدانم، می‌دانم!»
 ماهی پیر سری تکان داد و گفت:
 «هیچ‌کس همه‌ی دیدنی‌ها را

ماهی و تَنگ کمک کنید تا ماهی به تَنگ برسد.



مجید عمیق

تصویرگر: فاطمه خدابخشی

بدون تکرار

عددهای ۱ تا ۶ را طوری در خانه‌های خالی قرار بده که ردیف‌های افقی، عمودی و مربع‌های ۲ در ۳ عدد تکراری نداشته باشند. چند تا از عددهای جدول برای راهنمایی نوشته شده‌اند.

۵				۱
	۳		۴	
		۱		
			۲	
		۲		۴
	۵			۶

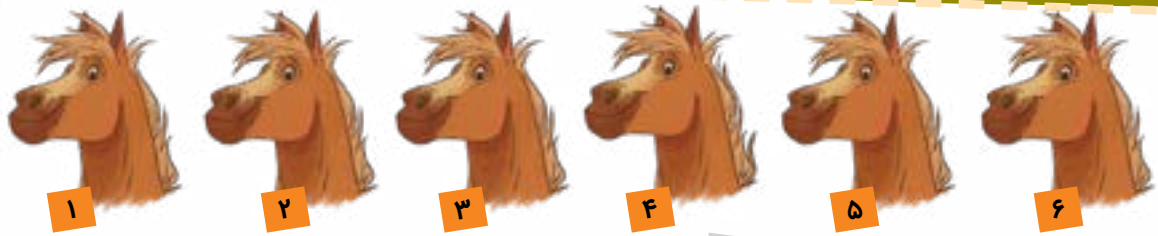
علامت سؤال

خوب به تصویرها نگاه کن. محاسبه کن و بگو به جای علامت سؤال، چه عددی باید گذاشته شود؟

	۱۸	
۹	۳۸	۶
	۱۷	

	۱۲	
۸	۲۹	۳
	۱۲	

	۱۳	
۱۱	؟	۷
	۸	



می‌توانی اسب متفاوت را در ۳۰ ثانیه پیدا کنی؟

کدام اسب؟

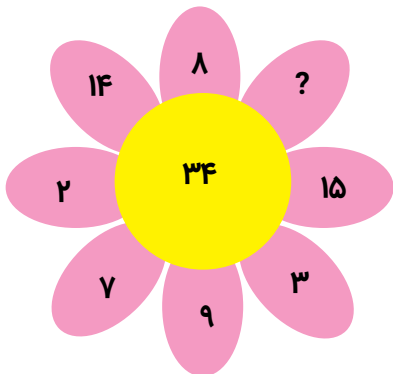


!؟



معمای گل

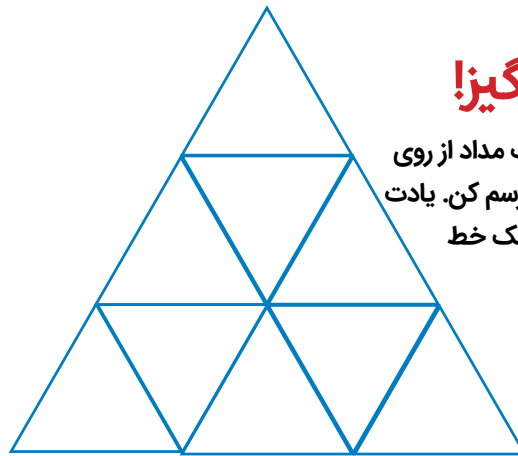
یکی از گلبرگ‌های این گل عدد ندارد. با نگاه کردن به عدد وسط گل و دو گلبرگ روبه‌روی هم، عدد درست را حدس بزن.



مثلث

هیجان‌انگیز!

بدون برداشتن نوک مداد از روی کاغذ، این شکل را رسم کن. یادت باشد نباید از روی یک خط دو بار رد شوی.



وقتی اتاق را با دیگران شریک هستی

رفاقت در کم‌دیواری

چگونه گوشه‌ای برای آرامش و تمرکز داشته باشیم؟

اتاق یا گوشه‌ی شخصی تو، دنیای کوچکی است که در آن زندگی می‌کنی. آنجا فکر می‌کنی، حس می‌کنی و تصمیم می‌گیری. جایی که در آن کتاب می‌خوانی و یاد می‌گیری. جایی که در آن رؤیاهایت را به پرواز درمی‌آوری و رشد می‌کنی. شاید اتاق را با خواهر یا برادر یا بقیه‌ی اعضای خانواده‌ات شریک باشی. در این صورت به این فکر کن که مشترک بودن، یعنی یادگرفتن، گفت‌وگو و همکاری. حتی اگر اتاق جداگانه نداری، می‌توانی با خلاقیت، گوشه‌ی شخصی خودت را بسازی.

مرز داشته باش!

می‌توانی مرز مخصوص خودت را با یک پرده‌ی نازک یا قفسه‌ی کتاب، مشخص کنی. حتی این مرز حتی می‌تواند نامرئی باشد. مهم این است که کدام گوشه برای تو در نظر گرفته شده و کدام برای هم‌اتاقی‌ات. وقتی جای مشخص باشد، ذهنت هم مستقل می‌شود. می‌توانی با چند تغییر ساده، یک گوشه‌ی اتاق را به مرکز آرامش و آسایش خودت تبدیل کنی.

گوشه‌ی ثابت داشته باش!

یک جای ثابت برای کتاب‌خواندن یا استراحت انتخاب کن. این طوری هر وقت به آنجا می‌روی، مغزت به تمام بدنت فرمان یادگیری، خلاقیت و آرامش می‌دهد. وقتی همیشه در یک جای ثابت درس بخوانی، مغز می‌گوید: اینجا مکان تمرکز است!

برنامه داشته باش!

اگر با دیگران اتاق یا میز مشترک داری، با کمک آن‌ها یک جدول زمانی بنویس. وقتی هرکس نوبت خودش را بداند، همه با آرامش زندگی می‌کنند. گاهی ناچاریم از اتاق بیرون باشیم تا هم‌اتاقی به کارهای شخصی‌اش برسد. برای این‌جور وقت‌ها با هم برنامه‌ای بنویسید.

چراغ مطالعه داشته باش!

برای خودت یک چراغ مطالعه‌ی جدا داشته باش تا نور لامپ‌ها، مزاحم هم‌اتاقی‌ات نشود. این یعنی احترام به آسایش دیگران و ایجاد نظم در کارهای خودت. چراغ مطالعه حتی وقتی خاموش است به ما حس کار و مطالعه می‌دهد. امتحان کن!



نظم داشته باش!

اتاق را طوری بچین که پر از انرژی، نظم و احساس باشد! کتاب‌ها و وسایل دیگر را در قفسه‌ها یا کمد بگذار تا همیشه جایشان معلوم باشد. اگر کمد مشترک داری، آن را با هم‌اتاقی‌ات عادلانه تقسیم کن و کمی هم فداکاری داشته باش. به این می‌گویند رفاقت در کمد دیواری! سبدها و جعبه‌های زیر تخت، قهرمانان نظم‌اند! با کمک آن‌ها وسایلت را جمع کن تا اتاق مرتب بماند و هم‌اتاقی‌ات از شلوغی آن ناراحت نشود.

نور داشته باش!

نور طبیعی به شادتر شدن چشم‌ها و بهتر فکر کردن کمک می‌کند. پرده‌ها را کنار بزن تا نور خورشید مهمان اتاق شود. هر روز چند دقیقه پنجره را باز کن تا وجودت نفس بکشد!

سالم بمان!

یک میز و صندلی راحت انتخاب کن تا کم‌ت آسیب نبیند. پاهایت باید روی زمین باشد و کم‌ت صاف بماند. چراغ مطالعه را طوری بگذار که نورش روی دفتر و کتاب بیفتد و چشم‌ت خسته نشود. یادت باشد: هنگام کار نباید بتوانی لامپ چراغ مطالعه‌ات را ببینی. شاید میز مطالعه نداری و روی زمین یا روی تخت درس می‌خوانی. در این صورت تکیه بده تا کم‌ت صاف بماند. این‌طوری بهتر نفس می‌کشی و پاهایت خسته نمی‌شود.

رنگی باش!

رنگ آبی آسمانی، سبز روشن یا مغز پسته‌ای به تو کمک می‌کند آرامش داشته باشی. بهتر است رنگ اتاق مثل حال و هوای ذهنت آرام، شاد و روشن باشد.

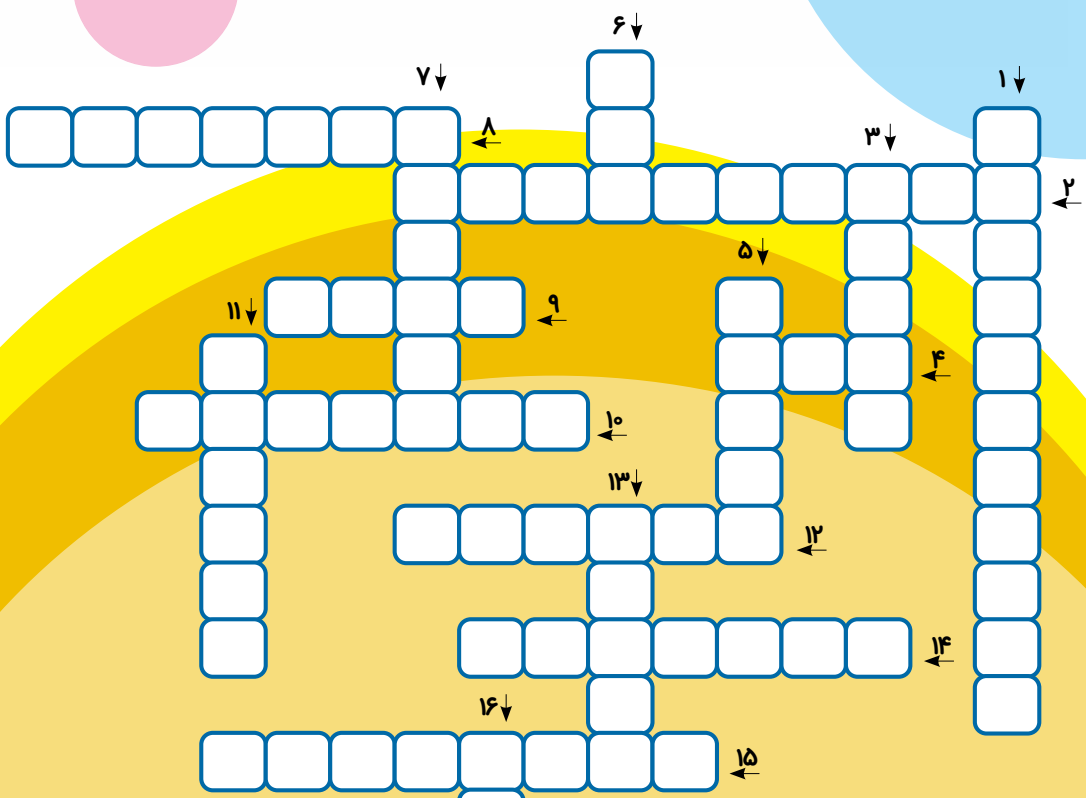
نقشه بکش، ایده بنویس، خوش حال باش

جلسه‌های هم‌اتاقی‌ها، دوناخدا در یک کشتی!

با هم‌اتاقی‌ات می‌توانید نقشه‌ی اتاق را روی کاغذ بکشید و بهترین چیدمان را طراحی کنید. می‌توانید با کمک بزرگ‌ترها، وسایل نظم‌دهنده‌ی دست‌ساز بسازید؛ چیزهایی مثل جعبه‌ها و قفسه‌هایی که با خلاقیت ساخته می‌شوند. اتاق شما می‌تواند آزمایشگاه خلاقیت باشد! ایده‌هایتان را برای بهتر شدن آن بنویسید. نمونه‌ها را ببینید و بررسی کنید. سعی کنید به سلیقه‌ی همدیگر احترام بگذارید.



جدول شغل‌ها



- ۹- مسئول پاسخ‌گویی در یک دفتر
- ۱۰- کسی که کارش نوشتن کتاب، مقاله و ... است.
- ۱۱- برنامه‌ریزی و نظارت در یک سازمان
- ۱۲- کسی که مهارت‌های فنی دارد. (البته با حروف درهم‌ریخته)
- ۱۳- برگرداندن یک متن از زبانی به زبان دیگر
- ۱۴- کاشت این محصول از کارهای کشاورز است.
- ۱۵- کسی که در زمینه‌ی اکتشاف و استخراج نفت کار می‌کند.
- ۱۶- داروساز آن را می‌سازد.

- ۱- ساخت و توسعه‌ی نرم‌افزار و برنامه‌های کامپیوتری.
- ۲- راننده در راه‌آهن
- ۳- خمیر را به نان تبدیل می‌کند
- ۴- کار به زبان انگلیسی
- ۵- ثبت وقایع با استفاده از دوربین
- ۶- از رشته‌های مهندسی فنی
- ۷- افرادی که در آموزش و پرورش کار می‌کنند.
- ۸- فرد آموزش‌دیده برای سفرهای فضایی

باغچه

قلب‌های مهربان مانند باغچه‌اند
حرف‌های محبت‌آمیز، ریشه‌اند
فکرهای خوب، هرکدام شاخه‌گلی هستند
کارهای خوب، میوه‌اند
از باغچه‌ات به‌خوبی مراقبت کن
علف‌های هرز را از خود دور کن
باغچه‌ات را با نور خورشید، حرف‌های محبت‌آمیز و کارهای خوب
زیباتر کن.

◆ شاعر: هنری وادزورث لانگ‌فلو

◆ مترجم: مجید عمیق



سختی شاد

پذیرایی با لقمه‌های رنگی



وقت آزمایش

می‌توانید از هر چیزی که در خانه دارید، برای آماده‌کردن یک سینی پُر از خوراکی‌های شاد و رنگارنگ استفاده کنید. وقت آن است که ترکیب مزه‌ها را امتحان کنید. بسیاری از خوراکی‌ها یا غذاهای خوب، با همین آزمایش‌ها به وجود آمده‌اند.



مواد لازم

- خیار درشت: یک عدد
- پنیر سفید یا خامه‌ای: به مقدار لازم
- نان خشک کوبیده یا بیسکویت: به مقدار لازم
- مواد دلخواه: مربا، عسل، مغز گردو، سیاه‌دانه، کنجد، میوه‌های رنگی، چغندر پخته، کدوی پخته، زیتون و سبزی‌های گوناگون



به زیبایی هم فکر کنیم

خیار را صاف و یکسان برش بزنید. پنیر را دقیق و بدون کثیف‌کاری روی خیار بگذارید. حالا این سطح سفید را با چیزهایی که می‌پسندید، شاد کنید!

طرز تهیه

خیار را بشویید و برش حلقه‌ای بزنید. مانند تصویرها، خیارها را با یک لایه از پنیر بپوشانید. حالا روی پنیر را با خوراکی‌های جورواجور تزئین کنید. تلاش کنید سلیقه و خلاقیت به خرج بدهید. کارتان را با ظرافت انجام دهید. لقمه‌ها را با تنوع رنگ، کنار هم بچینید. این لقمه‌ها برای پذیرایی از دوستان و خانواده‌تان مناسب است و شادابی را به شما هدیه می‌کند.

