

نوجوان ۵

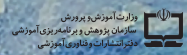
رشد



roshdmag.ir

ISSN: 1606-9072

ماهنامه آموزشی و تربیتی
برای دانش آموزان دوره اول متوسطه
دوره چهل و چهارم • بهمن ۱۴۰۴
شماره پیدرپی ۳۵۰ • ۴۸ صفحه



من ایرانی‌ام

- ◀ یادگیری عمیق چیست؟
- ◀ جام جهانی دانشمندان
- ◀ آینه‌ای به وسعت تاریخ



هیچ وقت دیر نیست

سعیده اصلاحی

- وقتی تمام راه‌های روبه‌رویت به بن‌بست می‌رسند و تنهایی نفست را بند می‌آورد بی‌درنگ می‌ایستی و سر بلند می‌کنی به سوی آسمان و با بغضی نگفتی، هر چه در دل داری، به خودش می‌گویی
- به خود خودش
- که همیشه به هر قولی که داده، بی‌هیچ چشمداشتی، عمل کرده، و بی‌پاسخت نگذاشته است.
- او همین جاست: پایه‌پایت دنیا را قدم می‌زند جلوی راهت فانوس می‌گیرد و بر سرت چتر وا می‌کند ..
- باور کن از او مهربان‌تر نخواهی یافت.
- حتماً می‌دانی که حرف‌هایش را یکی‌یکی توی کتابش نوشته
- تا بخوانی و نقشه‌بازگشت به خودش را یاد بگیری.
- اصلاً، خودت خواستی از آسمان به زمین سفر کنی. او هم از تو قول گرفت که همیشه خدایت باشد.
- تو قول دادی و سفر آغاز شد.
- حالا اصلاً تترس. کتابش را باز کن. دقیق بخوان و دنبال نزدیک‌ترین راه برای بازگشت به آسمان باش.
- برای رسیدن به او هیچ وقت دیر نیست.

فَإِمَّا يَأْتِيَنَّكُمْ مِّنِّي هُدًى فَمَنْ تَبِعَ هُدَايَ فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ
 هر گاه از جانب ما هدایتی برای شما آید، کسانی که از آن پیروی کنند، نه ترسی دارند و نه اندوهگین خواهند شد.
 سوره بقره، آیه ۳۸

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: ۳۰۰۰۸۹۹۵۹۶

وبگاه: www.roshdmag.ir

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

● از تباط با ما: اگر انتقاد یا پیشنهادی درباره شکل و محتوای مجله یا چگونگی توزیع آن دارید، با شماره تلفن ۰۲۱-۸۸۳۰۱۴۸۲ 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.

قیمت:
 ۳۰۰.۰۰۰
 ریال

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

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

۱ ما ایرانیم

۲ آرش و من

۳ من ایرانی‌ام

۴ دنبال سرخ‌ها

۵ شاعرانه

۶ جام جهانی دانشمندان

۷ آینه‌ای به وسعت تاریخ

۸ یادگیری عمیق چیست؟

۹ نقاش زندگی

۱۰ کماندار سپاه

۱۱ جدول

۱۲ دوست مصنوعی

۱۳ شوخی شوخی، دعوا

۱۴ برسد به دست دوستم

۱۵ تأخیر دماوند

۱۶ برق گردویی

۱۷ مهندس یادگیری

۱۸ پروانگی

۱۹ رودکی، سرچشمه شعر فارسی

۲۰ رسم همسایه‌گی

۲۱ آشنای مریم (س)

۲۲ عبور از سرما و گرما

۲۳ گنج مخفی

۲۴ بازی ذهن

۲۵ روزهای مانا

۲۶ نبرد تا آخرین نفس!

۲۷ دست‌های سنگی باد

۲۸ چاق یا لاغر؟

به نام خدای مهربان

ما ایرانیم

بعد از قرعه‌کشی مسابقه‌های جام جهانی فوتسال، تیم ایران با قرعه‌کشی سختی روبه‌رو شده بود. هر چه تیم درجهٔ یک قوی جهان بود، افتاده بود توی گروه ایران. خلاصه کار بچه‌های تیم ملی خیلی سخت شده بود. با این حال، بازیکنان و مربی تیم ملی در مصاحبه‌ها جمله‌ای را مرتب تکرار می‌کردند؛ می‌گفتند: «درسته توی گروه مرگ افتادیم، ولی خب ما ایرانیم!»

بچه‌های تیم ملی با غرور خاصی جملهٔ ما ایرانیم را تکرار می‌کردند. حتماً منظورشان این بود که ایران هم حرفی برای گفتن در زمین بازی دارد و تیم دست و پا بسته‌ای برای حریفانش نخواهد بود. البته که در بازی‌ها، ایران با درخشش خویش حرفش را به اثبات رساند.

امسال ۴۷ سال از پیروزی انقلاب اسلامی مردم ایران می‌گذرد. حالا نزدیک به نیم قرن است که دشمنان این سرزمین، با انواع روش‌ها، مثل کودتا، وحشت‌افکنی (ترور)، آشوب، جنگ نظامی، تحریم اقتصادی، شبیخون فرهنگی و جنگ رایانه‌ای (سایبری)، کوشیده‌اند این انقلاب مردمی را شکست بدهند؛ و زهی خیال باطل!

اما آن سیه‌دلان، متوجه یک موضوع نبودند؛ اینکه: «ما ایرانیم!» آری این سرزمین شیرپرور، جوانان و نوجوانانی دارد که با اقتدا به غیرت و همت شهدا و نیاکانشان، با تمام وجود از سرزمینشان دفاع کنند. نوجوانان و مردم با قدرت و با انرژی بالای این سرزمین سعی خواهند کرد دانش و مهارت خود را در عرصه‌های علمی،

هنری، ورزشی و ایمانی بالا ببرند تا پرچم ایران اسلامی در جهان همیشه بالای بالا در اهتزاز باشد.

آری دشمنان متوجه این موضوع مهم نشده بودند؛ اینکه: «ما ایرانیم!»

«ما ایرانی‌ها رهایییم و موج بی‌تابیم

بر این آبادی ابر پر آبیم
چو خورشید از قله می‌تابیم»
(عبدالجبار کاکاوند)

علی‌اصغر جعفریان



برای شنیدن و دانلود آهنگ
«ما ایرانی‌ها عقابیم»
رمزبند را پویش کنید.

کلاس



برای اشتراک مجله
رمزبند را پویش کنید.



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



وبگاه نظرسنجی مجلات



آرش و من

یوسف قوجق

داستان
ماه

۲

نوجوان

شماره ۱۴۰
پهمن ۱۴۰۴

کوه‌های بلند، مثل دیوارهای آسمان، اطراف را گرفته بودند. هوا بوی خاک تازه می‌داد. در میانه دشت، مردی ایستاده بود با قامتی بلند و چشمانی پر نور. کمانی بزرگ در دست داشت. آرش کمانگیر بود.

آرش به سامان نگاه کرد و لبخند زد. گفت: «سلام پسر ایران.»

سامان هاج‌وواج ماند. پرسید: «تو، تو واقعاً وجود داری؟ من فکر می‌کردم فقط توی داستان‌ها باشی!» آرش سرش را تکان داد. گفت: «من در دل هر ایرانی‌ای هستم. شاید بدنم خاک شده باشد، اما یادم، روحم و تیرم هنوز پرواز می‌کند.»

سامان با تردید پرسید: «تو تیرت رو برای مرزهای ایران رها کردی، اما حالا من؟ من فقط یه دانش آموزم، چه کاری می‌تونم بکنم؟»

آرش به آرامی کمانش را بالا گرفت. نوک کمان در آسمان درخشید. بعد گفت: «هر کس سهمی دارد. آن روز، سهم من یک تیر بود. امروز، تیرهای شما دانش است، مهربانی است، ساختن است. یکی با شعر، یکی با علم، یکی با هنر. تو هم می‌توانی تیر خودت را رها کنی.»

سامان به اطراف نگاه کرد. در کنار دشت، گروهی از مردانی با لباس‌های سپید، سنگ روی سنگ می‌گذاشتند و شهری تازه می‌ساختند. کمی دورتر، شاعری روی کاغذ

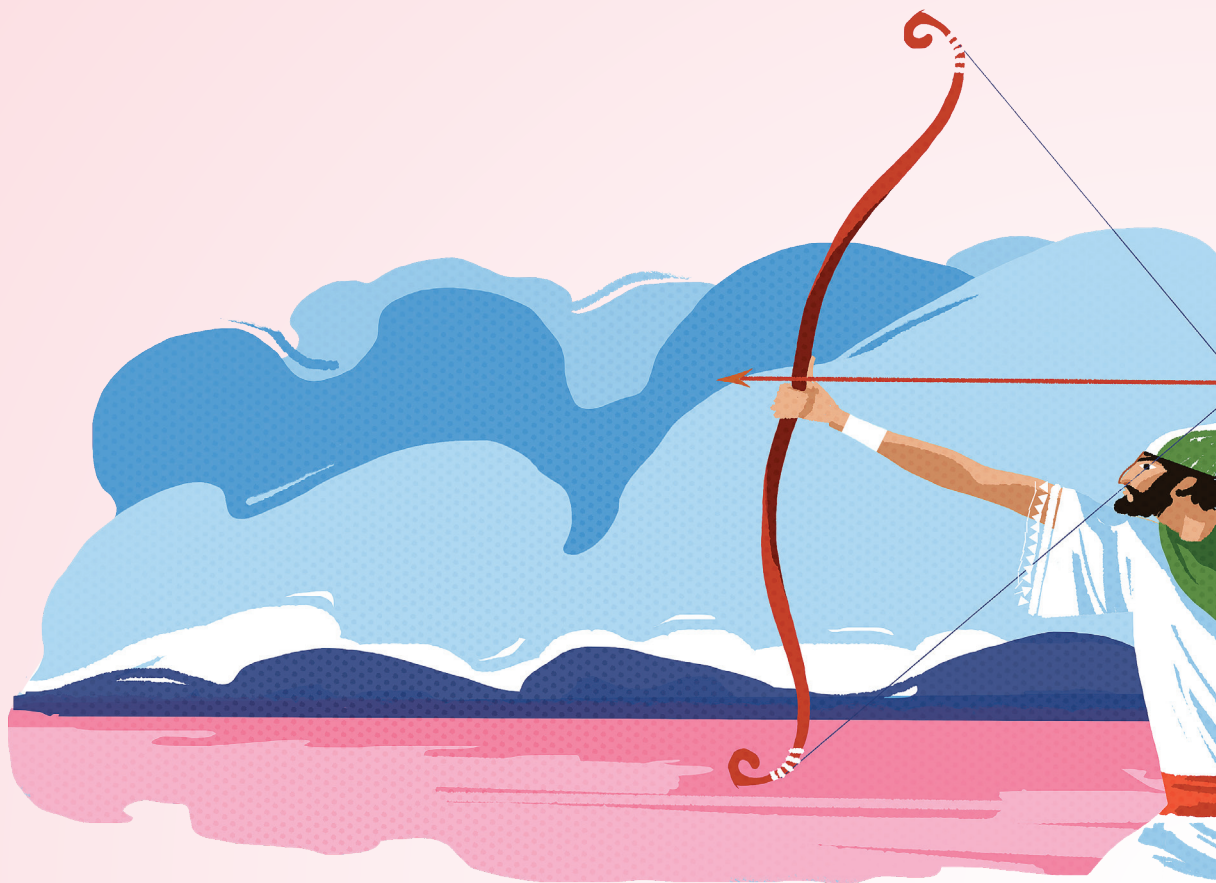
باد پاییزی میان درختان چنار می‌پیچید. برگ‌ها مثل پروانه‌های خشک روی زمین می‌ریختند. صدای خش‌خششان در کوچه خلوت می‌پیچید و سامان را که از مدرسه برمی‌گشت، به فکر فرو می‌برد. کیف سنگینش را روی دوش جابه‌جا کرد. ذهنش مشغول موضوع انشای فردا بود: «ایران من!»

وقتی به خانه رسید، مستقیم به اتاقش رفت. دفتر مشقش را باز کرد و روی صفحه سفید به کلمه‌ها خیره ماند. زیر لب گفت: «همه می‌نویسن ایران کشور بزرگیه، چهار فصل داره، یا تاریخی طولانی داره، ولی اینا رو که تو کتاب‌ها هم نوشته‌ان، من چی بنویسم که فرق داشته باشه؟»

خسته شد و دفتر را بست. نگاهش به قاب نقاشی روی دیوار افتاد. تصویر آرش کمانگیر بود؛ مردی با قامت کشیده و چهره‌ای جدی، که کمان را در دست گرفته و آماده پرتاب تیر بود. پدرش آن تابلو را سال‌ها پیش از بازار خریده بود و همیشه می‌گفت: «این قهرمان فقط افسانه نیست، نماد ایستادگیه.»

سامان بارها به تابلو نگاه کرده بود، اما آن شب نگاهش جور دیگری بود. چشم‌هایش در تصویر برق می‌زدند. ناگهان حس کرد چیزی در دلش تکان خورد. باد شدیدی وزید، پرده اتاق تکان خورد و او چشم‌هایش را بست. وقتی باز کرد، دیگر در اتاق نبود.

او خودش را در دشتی پهناور دید. آسمان پرستاره بود.



نوشتن: «ایران من فقط یک سرزمین نیست، داستانی است که هزاران سال ادامه دارد. داستان کوه‌های دماوند و زاگرس، داستان رودهای خروشان و کویرهای درخشان. ایران یعنی **حافظ و فردوسی**، یعنی فرشی که هر گره آن قصه‌ای است. یعنی کاشی‌های آبی اصفهان، یعنی برج‌های کهن ری، یعنی خلیج فارسی که همیشه آبی است.

ایران من سرزمین آرش است؛ آرش‌ای که برای مرزهایش جان داد. اما امروز ایران من فقط به تیر و کمان نیاز ندارد، امروز باید با قلم، با دانش و با دوستی از ایران پاسداری کرد. همواره برای دفاع باید آماده بود.

من شاید چهارده‌ساله باشم، اما می‌دانم ایران در قلب من ادامه دارد. هر بار که شعری از فردوسی می‌خوانم، هر بار که بوی نان سنگک صبحگاهی را حس می‌کنم، هر بار که در هوای کوچۀ بارانی قدم می‌زنم، می‌فهمم ایران فقط یک اسم روی نقشه نیست. ایران، خود من است.»

وقتی آخرین جمله را نوشت، احساس کرد سبک شده است. نگاهش دوباره به قاب روی دیوار افتاد. آرش تکان نمی‌خورد، اما سامان مطمئن بود تیر او هنوز در آسمان پرواز می‌کند؛ تیری که هر نسل باید سهم خودش را به آن اضافه کند. او لبخند زد و زیر لب گفت: «ممنونم آرش. تیرت هنوز تو دل ما پرواز می‌کنه.»

می‌نوشت و صدایش در باد می‌پیچید. کودکان دورش جمع شده بودند و با شنیدن شعر خوش‌حالی می‌کردند. در گوشه‌ای دیگر، زنی دار قالی برپا کرده بود و با دست‌هایش به آرامی گره می‌زد؛ طرحی پر از نقش‌های لاله و سرو روی قالی جان می‌گرفت.

سامان حیران پرسید: «این‌ها که هستن؟!»

آرش گفت: «این‌ها همه مردم ایران‌اند؛ از دیروز تا امروز. یکی شهری ساخته، یکی شعری گفته، یکی فرشی بافته و یکی از خاکش دفاع کرده. ایران، همین آدم‌هاست؛ همین دست‌ها و دل‌ها.»

سامان آرام گرفت. برای اولین بار حس کرد ایران فقط یک اسم روی نقشه نیست! ایران زنده بود، مثل درختی که ریشه‌هایش در زمین و شاخه‌هایش در آسمان گسترده است. آرش دوباره گفت: «پسر ایران، یادت باشد: من تیرم را برای مرزها رها نکردم، اما تو باید تیرت را برای آینده رها کنی. قلمت، دانشت، رؤیاهایت، این‌ها تیرهای تو هستند. رهایشان کن تا ایران زنده بماند!»

باد دوباره وزید. سامان چشم‌هایش را بست. وقتی باز کرد، دوباره در اتاق خودش بود. قاب آرش کمانگیر روی دیوار آرام و بی‌حرکت بود، اما نگاهش انگار هنوز زنده بود! سامان بی‌درنگ دفترش را باز کرد. مداد را برداشت و شروع کرد به

من ایرانی‌ام

گفت‌وگو با دانش‌آموزان استان‌های سیستان و بلوچستان - کرمان - خراسان شمالی - خراسان رضوی - بوشهر - هرمزگان - لرستان - همدان - خوزستان - تهران - اصفهان

فرزانه نوراللهی

دوست خوب نوجوانم، سلام! مهم‌ترین سرمایه و ارزش هر سرزمینی، کودکان و نوجوانان آن هستند؛ زیرا تلاش و کوشش آن‌ها برای نگهداری و حفظ ارزش‌ها، فرهنگ، آداب و سنن پدربزرگ‌ها، میراث و تمدن گذشتگان و انتقال و ارتقای آن به آیندگان، اهمیت بسیار زیادی دارد. موضوع گفت‌وگوی این شماره هویت ملی است و در ادامه قصد داریم با نمایندگان نوجوان از چند استان کهن و زیبای سرزمین پهناورمان ایران در این خصوص گفت‌وگو کنیم. دوستانی که در این گفت‌وگو شرکت کرده‌اند، عبارت‌اند از:

قواعد گفت‌وگو

- قبل از شروع گفت‌وگو با هم قرار می‌گذاریم که:
- حرف‌ها، نظرها، احساس‌ها و تجربه‌های یکدیگر را بشنویم و قضاوت نکنیم.
- برای صحبت کردن زمانی محدود در نظر گرفته می‌شود تا فرصت حرف‌زدن به همه برسد.
- وقتی یکی از دوستان حرف می‌زند، همه با علاقه و مشتاقانه به صحبت‌هایش گوش می‌دهیم.

محیا قدمگاهی، ایلیا ناصری، ریحانه بلوچ، محمدطاها صالحی، آنوشا حسینی‌روزبهانی، رایان سلحشور، نیاز جوشن، مائده صالحی، مریم حیدری دزفولی، آراد اسکندری و علیرضا ترکمان‌پری.

پرسش‌های این گفت‌وگو

۱. به نظر تو هویت ملی یعنی چه و چه تأثیری در رشد شخصیت دارد؟
۲. برای یک دانش‌آموز ژاپنی هم‌سن خودت، یک عبارت در توصیف کشورت بگو. سعی کن عبارت طوری باشد که او دوست داشته باشد درباره ایران بیشتر بداند.

● محیا قدمگاهی، استان خراسان رضوی، شهر نیشابور، پایه نهم، مدرسه نمونه و کیلی



۱. هویت ملی یعنی آنچه که باعث می‌شود ما بفهمیم اهل یک کشوریم و به آن تعلق داریم؛ یک جور شناسنامه بزرگ برای همه مردم کشور که نشان می‌دهد به هم مربوطیم و اگر آن شناسنامه نباشد، ما هویتی نداریم.
۲. به او می‌گفتم: «سلام! من از ایرانم؛ کشوری با تاریخ بسیار قدیمی، طبیعت زیبا و مردمی مهربان. ایران تاریخ طولانی دارد، از پادشاهی‌های باستان تا شاعران بزرگ مثل حافظ و سعدی. اگر روزی به ایران بیایی، مطمئنم از مهمان‌نوازی مردم خوش‌حال می‌شوی.»

● ایلیا ناصری، استان خراسان شمالی، شهر بجنورد، مدرسه شهید بهشتی تیزهوشان



۱. به نظر من هویت ملی مانند یک نقشه راه عاطفی و فرهنگی است که ریشه‌هایم را در خاکی ارزشمند، با تاریخی غنی و مردمی خاص تعریف می‌کند. این حس که من بخشی از داستانی بزرگ‌تر هستم، به من اعتمادبه‌نفس، تعلق و مسئولیت می‌بخشد و پایه‌های شخصیتم را استوار می‌کند. من می‌دانم یک فرد چقدر می‌تواند تأثیرگذار باشد و می‌خواهم همان فرد باشم.
۲. ایران را تصور کن؛ جایی که کویرهای طلایی با کوه‌های برافراشته دیدار می‌کنند؛



با پوشش این رمزبینه مطلب گفت‌وگو را بطور کامل بخوانید



همان جایی که پادشاهان باستانی زیر آفتاب با ستارگان گفت‌وگو می‌کردند و شاعرانش رازهای عشق و زندگی را در زیباترین شعرهای جهان روایت کرده‌اند. و من نویسنده ادامه این داستانم.



ریحانه بلوچ، از استان سیستان و بلوچستان، شهر سراوان، دانش آموز پایه هشتم دبیرستان دوره اول حضرت زینب (س) تیزهوشان

۱. از نظر من، هویت ملی احساسی است که مردم یک کشور را به هم پیوند می‌دهد. هویت ملی چیزی نیست که از ابتدا با ما متولد شده باشد، بلکه از دل زبان مشترک، فرهنگ، تاریخ و روابط اجتماعی شکل می‌گیرد. هویت ملی مثل یک آتشدان بزرگ است که همه ما دور آن جمع می‌شویم و هر کس چوبی برای روشن ماندنش می‌آورد. همین مشارکت کوچک و بزرگ است که آتش را روشن نگه می‌دارد و گرمایش به همه می‌رسد؛ چه نزدیک باشیم چه دور. این آتشدان همان زبان، فرهنگ و ارزش‌های مشترکی است که حس تعلق به خانواده بزرگ ایران را در ما ایجاد می‌کند.

در معنای لغوی، هویت ملی یعنی اینکه فرد خود را به‌عنوان عضوی از یک ملت بشناسد. انگار یک کارت شناسایی نامرئی همیشه همراه ماست و نشان می‌دهد به کجا تعلق داریم. هویت ملی همان گرمایی است که ما را با ریشه‌هایمان پیوند می‌دهد و در رشد شخصیت ما نقش مهمی دارد.

۲. ایران را می‌توان مثل یک ظرف بزرگ دید که تا لبه‌هایش از تاریخ پر شده است. داخلش چاشنی‌های شاعرانه‌ای مثل پروین اعتصامی و نیما یوشیج ریخته‌اند و کنار آن همیشه کمی طنز هم هست؛ چون ایرانی‌ها حتی در سختی‌ها هم بلد بوده‌اند لبخند بزنند. مردم ایران به مهمان‌نوازی مشهورند. جشن‌های باستانی مثل نوروز هنوز پس از هزاران سال پابرجاست. تخت جمشید مثل یک بازی ویدیویی با گرافیک فوق‌العاده است، فقط فرقی این است که در دنیای واقعی ساخته شده! ایران ترکیبی عجیب و دوست‌داشتنی است؛ هم تاریخی و جدی است، هم صمیمی و بازمه. اگر دوست داری بیشتر بدانی، کافی است کنار آتشدان ما بنشینی تا گرمایش را حس کنی.

مردی برای نجات او دوید اما گرفتنش کافی نبود؛ چون کودک از نیمه تپه گذشته بود. همه مردان و زنانی که آنجا بودند دست‌به‌دست هم دادند تا کودک را نجات دهند. این رفتارهای انسانی و همدلانه قطعاً به ما هم منتقل می‌شود و روی شخصیتمان تأثیر می‌گذارد.

۲. ایران سرای امید است؛ ایران مرز پرگهر است. آفتاب در شب‌ها هم پیداست؛ و این آفتاب برای من نماد امید است.



مریم حیدری دزفولی، استان خوزستان، شهر اهواز، دانش آموز پایه نهم، مدرسه اینثار

۱. شاید برایتان جالب باشد که بدانید من علاقه زیادی به فرهنگ‌ها و تاریخ کشورهای جهان، به‌ویژه کشور خودم دارم. این اطلاعات مثل گل در ذهنم شکوفا می‌شوند و اشتیاقم را برای دانستن چندبرابر می‌کنند. هویت ملی، آن ریشه دیرینه و تار و پود ناگسستی است که روح جمعی یک ملت را در تلاطم زمانه حفظ می‌کند. این هویت فقط مجموعه‌ای از مرزهای جغرافیایی نیست، بلکه جلوه‌ای از میراث هنری، باورهای فکری و رفتارهایی است که نسل‌به‌نسل منتقل می‌شوند و بر رشد شخصیت افراد تأثیر می‌گذارند. این هویت در ما احساس امانت‌داری نسبت به گذشتگان و مسئولیت نسبت به آیندگان ایجاد می‌کند؛ بالی برای پرواز و لنگری برای درمان مانند.

۲. ایران، سرزمین خورشید و فرهنگ، جایی است که هزارتوی تاریخ در کوچه‌باغ‌هایش نفس می‌کشد. سرزمینی با تاریخی عمیق و وصف‌ناپذیر. دوست دارم تو مشتاق شوی تا به قلب این تمدن سفر کنی. اسطوره‌ها، داستان‌ها و شگفتی‌های این سرزمین فراتر از تصورند. اگر می‌خواهی ناگفته‌ها را کشف کنی، بیا؛ این سفر تو را به هزاران داستان بی‌پایان می‌برد.



آراد اسکندری، همدان، مدرسه راه نو، پایه هشتم

۱. به نظر من هویت ملی یعنی میزان تعلق یک فرد به کشور و ملت خویش. این هویت بسیار تأثیرگذار است، چون باورها و ارزش‌های هر فرد در آن ریشه دارد. حتی معرفی شهر یا کشورمان به افراد غریبه نیز نوع رفتار آنان با ما را تغییر می‌دهد.

۲. کشور من یکی از قدیمی‌ترین و غنی‌ترین فرهنگ‌ها را دارد؛ مردمانی مهربان و مهمان‌نواز، و سرزمین چهارفصلی که هر فصلش بخشی از زیبایی‌های آفرینش است.



محمدطاها صالحی، از استان اصفهان، شهر کلیشاد، دانش آموز پایه هفتم، مدرسه شاهد فاضل

۱. هویت ملی یعنی مجموعه تاریخ، زبان، فرهنگ، هنر، آثار باستانی و سنت‌های سرزمین ایران؛ چیزهایی که به من احساس تعلق و پیوند با کشورم را می‌دهند. با شناخت این عناصر می‌توانم شخصیت خود را به‌عنوان یک ایرانی رشد بدهم و بدانم به کجا تعلق دارم.

۲. دوست من! من در کشوری به دنیا آمده‌ام که گذشته‌ای پر از موفقیت و سربلندی دارد و آینده‌ای روشن پیش‌رو. کشوری که مستقل ایستاده و پشتوانه‌اش ایمان، مردمش و تاریخش است.



آنوشا حسینی روزبهانی، از استان لرستان، شهرستان بروجرود، دانش آموز پایه هشتم، مدرسه فرزاتگان ۱

۱. هویت ملی یعنی احساس تعلق، افتخار و پایبندی به وطن؛ یعنی پاسداری از فرهنگ، تاریخ، زبان و ارزش‌های سرزمینم. هویت ملی در من حس مسئولیت ایجاد کرده و باعث شده است تلاش کنم نماینده‌ای شایسته برای ایران باشم.

۲. ایران سرزمینی است که شکوه تاریخ، ژرفای فرهنگ و مهربانی مردمانش به هم گره خورده و هر دل جویایی را به کشف رازهایش دعوت می‌کند.



رایان سلحشور، از استان هرمزگان، شهر بندرعباس، دانش آموز پایه هفتم، دبیرستان انرژی اتمی

۱. به نظر من هویت ملی یعنی مجموعه‌ای از ویژگی‌ها و خصوصیات مشترک مردم کشور؛ چیزهایی که با دیدن رفتار و فرهنگ آن‌ها می‌توان شناخت. در مورد رشد شخصیت باید بگویم که همین چند وقت پیش ویدیویی دیدم که کودکی حدوداً ۹ ساله از تپه‌ای در حال سقوط بود.

دنبال سرنخ‌ها

یاسمن رضائیان

کوچه
دوست

۶

نوجوان

شماره ۱ بهمن ۱۴۰۴

چرا موم است «نقد» کتاب بنویسیم؟

همه ما به هم نگاه کردیم. مثل اینکه کم کم داشتیم به کتاب‌خوان‌هایی حرفه‌ای تبدیل می‌شدیم که فقط کتاب نمی‌خوانند، بلکه درباره کتاب‌ها نقد هم می‌نویسند! بنابراین چشممان به خانم بود تا به این سؤال جواب بدهد.

تک‌بعدی نباش تا بتوانی نقد بنویسی!

خانم سیادت گفت: «یکی از دلایل مهم کتاب‌خواندن ما این است که مطالعه باعث می‌شود مهارت‌های ذهنی‌مان تقویت شوند و به‌اصطلاح، ذهن‌مان بازتر شود. یادتان هست جلسه پیش به عبارت تفکر انتقادی اشاره کردیم؟ تفکر انتقادی به ما کمک می‌کند موضوع‌ها را از زاویه‌های متفاوت ببینیم و تک‌بعدی نباشیم.»

وقتی کتاب می‌خوانیم، به‌مرور زمان توانایی این تفکر چندوجهی را پیدا می‌کنیم. اما زمانی این تفکر در ما به حد بالا می‌رسد که شروع کنیم به نوشتن نقد کتاب. چون زمانی که می‌خواهید نقد بنویسید متوجه می‌شوید که لازم است از زاویه‌های متفاوت به کتابی که خوانده‌اید نگاه کنید. نوشتن نقد کتاب اول خیلی سخت است؛ چون ذهنتان هنوز به آمادگی کافی برای نوشتن نقد نرسیده است. اما چندوقتی که نقدنویسی را تمرین کنید، می‌بینید که دیگر راحت می‌توانید این کار را انجام بدهید.»

اینجا بود که من پرسیدم: «خانم، نقد کتاب همان معرفی کتاب است؟ من گاهی در فضای مجازی ویدئوهایی از نوجوان‌ها می‌بینم که کتابی را که خوانده‌اند معرفی می‌کنند. یعنی این‌ها دارند کتاب نقد می‌کنند؟»

خانم گفت: «بچه‌ها، یاسمن سؤال خوبی کرد. شاید خیلی از افراد ندانند که نقد با معرفی فرق دارد. اگر شما بخواهید کتابی را معرفی کنید شاید اصلاً نیاز نباشد همه آن را بخوانید. مثلاً می‌توانید نیمی از کتاب را بخوانید تا متوجه شوید داستان چیست. گاهی همین کافی است، چون شما در معرفی کتاب فقط قرار است بگویید این کتاب درباره چیست و اطلاعاتی کلی بدهید. مثلاً بگویید اسم شخصیت‌ها چیست و کجا زندگی می‌کنند، چه اتفاقاتی دارد برایشان می‌افتد و حتی می‌توانید حدس خودتان را هم اضافه کنید که مثلاً حدس می‌زنید پایان داستان چه اتفاقی می‌افتد.»

اما وقتی بخواهید کتابی را نقد کنید، باید همه آن را به‌دقت

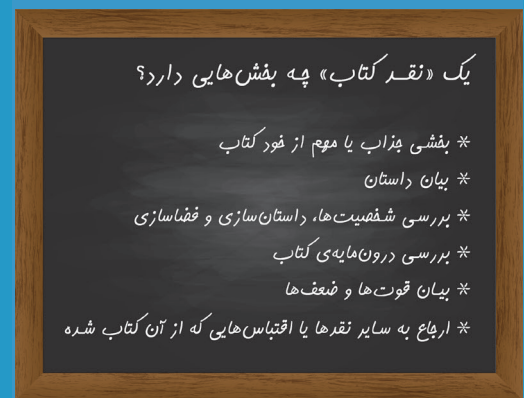
به محض اینکه خانم سیادت گفت: «خب بچه‌ها، درس فارسی این جلسه اینجا تمام شد»، همه کتاب‌هایمان را بستیم و منتظر شدیم تا وارد جلسه کتاب‌خوانی شویم. خانم بلند شد و پای تخته کلاس رفت و موضوع کتاب‌خوانی این جلسه را روی آن نوشت:





بخوانید تا هیچ‌یک از جزئیات از چشمتان دور نماند. چون زمان نقد کردن باید دربارهٔ شخصیت‌پردازی، داستان‌سازی، منطق داستان و درون‌مایهٔ آن صحبت کنید.»
ما با تعجب به هم نگاه کردیم. به نظر می‌آمد نوشتن نقد کتاب کاری کاملاً تخصصی است که به کلی مهارت و اطلاعات هم نیاز دارد.

خانم که احتمالاً از چهره‌های ما فهمیده بود سردرگم شده‌ایم گفت: «شاید عبارت‌های شخصیت‌پردازی یا منطق داستان برایتان خیلی پیچیده باشد، اما نگران نباشید. با جست‌وجو و مطالعه می‌توانید بفهمید که این‌ها چه هستند و چطور باید در یک کتاب آن‌ها را تشخیص بدهید.
اما یک موضوع دیگر: وقتی نقد کتاب می‌نویسید باید اصول و چارچوبی را رعایت کنید.»
بعد دوباره سراغ تختهٔ کلاس رفت. این بار روی آن نوشت:



«بخشی جذاب یا مهم از خود کتاب: خوب است در یادداشت‌تان بخشی از کتاب را بیاورید که فکر می‌کنید برای مخاطب جذاب است یا نکتهٔ مهمی را دارد می‌گوید.
بیان داستان: در یک یا دو بند دربارهٔ موضوع کتاب توضیح دهید. وقتی دارید دربارهٔ موضوع صحبت می‌کنید، نباید فقط کلیات را بگویید، بلکه باید جزئیات مهم داستان را هم بگویید.
بررسی شخصیت‌ها، داستان‌سازی و فضا‌سازی: دربارهٔ این موضوع بنویسید که شخصیت‌ها چقدر واقعی یا غیرواقعی از آب درآمده‌اند. دربارهٔ داستان بگویید که آیا باورپذیر است

یا نه. دربارهٔ فضا‌سازی هم بنویسید؛ مثلاً اینکه فضا‌سازی و تصویرسازی چقدر قوی یا ضعیف بوده و آیا داستان توانسته است مخاطب را با خودش همراه کند؟

بررسی درون‌مایهٔ کتاب: برخی از کتاب‌های داستانی درون‌مایه هم دارند. مثلاً خیلی از کتاب‌های داستانی نوجوان درون‌مایهٔ روان‌شناختی دارند. البته نوشتن این بخش کمی سخت‌تر است و زمانی که به یک نقدنویس کاربرد تبدیل شده باشید می‌توانید این بخش را بنویسید.

بیان قوت‌ها و ضعف‌ها: بچه‌ها، وقتی نقد می‌نویسید قرار نیست از کتاب فقط تعریف کنید! یک نقاد واقعی ضعف‌ها را هم نشان می‌دهد تا دیگری که می‌خواهند آن کتاب را بخوانند، تصویر درستی از آن داشته باشند.

ارجاع به سایر نقدها یا اقتباس‌هایی که از آن کتاب شده است: برای اینکه پادداشت‌نقدتان را پر بار کنید، خوب است به نقدهای مهم دیگری که برای آن کتاب نوشته شده‌اند اشاره کنید. البته باید مطمئن شوید نقدی که به آن اشاره می‌کنید، درست و حسابی باشد و یک آدم کاربرد آن را نوشته باشد. علاوه بر این، می‌توانید دربارهٔ فیلم‌ها یا پویانمایی‌هایی که براساس آن کتاب ساخته شده‌اند هم بنویسید.

در نهایت یادتان باشد شما برای یک کتاب نقد می‌نویسید تا دیگران بدانند آیا این کتاب برایشان مناسب است یا نه، و باید آن را بخوانند یا نباید سراغش بروند. علاوه بر این، دارید به آن‌ها سرنخ‌هایی می‌دهید تا بدانند زمانی که کتاب را می‌خوانند به چه نکته‌هایی توجه کنند.

پس وقتی نقد می‌نویسید مثل یک کارآگاه هستید؛ کارآگاهی که معمایی را قبلاً کشف کرده است و حالا دارد نشانه‌ها را به دیگران هم می‌گوید تا آن‌ها هم بتوانند معما را حل کنند و در لذت کشف کردن با او شریک شوند!



شب نارون

در شب نارون
ماه را دیده‌ای
هیچ از شاخه‌اش
روشنی‌ای چیده‌ای؟

دیده‌ای ماه را
مثل او ناگهان
در چمن زار شب
گوشه‌ آسمان

روشنی بخش شد
گوش دادن به ماه
شاخه‌هایی سفید
در سکوتی سیاه
مهدی مرادی

شوق پرواز

ما نوجوانان سرافراز
با میهن خود سربلندیم
فرقی ندارد از کجاییم
با هم به دور از هر گزندیم

گیلان و زنجان و مراغه
تهران و کردستان و اهواز
شیراز و آبادان و بوشهر
روییده در ما شوق پرواز

محکم تر از کوه دماوند
ما ریشه در این خاک داریم
جاری تر از ابروند هستیم
سرچشمه‌های پاک داریم

با دانش و ایمان و وحدت
سرزنده‌ایم و برقراریم
در هر کجا و هر زمانی
ایرانمان را دوست داریم

سبز و سفید و سرخ هستیم
با پرچمت ما می‌درخشیم
مانند سروی استواریم
تا هست دنیا می‌درخشیم
اکرم السادات هاشمی‌پور



خدای مهربان

ای خدای مهربان
چشمه‌ها را از زمین جوشانده‌ای
خاک‌های تیره را
با لباس سبزه‌ها پوشانده‌ای

در سکوت دشت‌ها
بادها سرشار از پیغام توست
در قنوت باغ‌ها
بر لب گل‌های زیبا نام توست

ماه یک آینه است
هر ستاره یک چراغ روشن است
از تو دارد رنگ و بو
هر گل سرخی که در این گلشن است

پرده‌ای از نقش توست
رنگ‌رنگ جنگل طاووس‌ها
چشمه‌ای از یاد توست
ذکر ماهی‌ها در اقیانوس‌ها

هر شب و روز ای خدا
روشن از یاد تو محفل‌های ماست
ای خدای مهربان
جای تو در خانه دل‌های ماست
زکریا اخلاقی

شاعرانه

۸

نوجوان

شماره ۵ بهمن ۱۴۰۴

حماسه

با سلام آفتاب
برف روی قله آب شد
از فرازها و از نشیبها گذشت
عاشق مسیر تشنه کویر شد
مانع عبور او نمی شدند
سنگها و ماسهها
در نگاه تشنه کویر
رود
رستم حماسهها
عبدالرضا صمدی



شروع پرزدها

آن روزها پرواز بی معنا
سار و پرستو در قفس بودند
در باغ انگاری هوا کم بود
گل‌های زیبا بی نفس بودند

گل‌ها همه پژمرده و غمگین
آن روزها ایران زمستان بود
ایران کویری تشنه و غمگین
در انتظار بوی باران بود

او آمد و با خود برای ما
حس خوش پرواز را آورد
هر بوته خار بیابان هم
از شوق هر لبخند او گل کرد

او آمد و خاک و وطن گل شد
بهمین شروع پر زدها شد
حتی کویر از دیدن آن مرد
مانند باغی سبز و زیبا شد
طیبه شامانی

گاهی چنان تلخ است و اخمو
حس می‌کنی که خورده دارو
خون می‌چکد از چشم‌هایش
چین می‌خورد پیشانی او

یک موقعی انگار فلفل
پاشیده باشی روی زخمش
آن قدر خلقت تندوتیز است
می‌ترسی از هر اخم و تخمش

باید حواست جمع باشد
وقتی که او ترش است و اخمو
یک هفت گنده می‌نشیند
در صورتش بین دو ابرو

با آنکه تلخ و تند و ترش است
اما نمی‌دانم چه رازی است
توی جهان در چشم‌هایم
خوش‌مزده‌تر از مادرم نیست!

محمد دهریزی





جام جهانی دانشمندان

همه چیز دربارهٔ جایزهٔ نوبل

خاطره بهی

فناوری

۱۰

نوجوان

شمارهٔ بهمن ۱۴۰۴

آلفرد نوبل

مردی که دنیا را منفجر کرد و از نو ساخت!

آلفرد نوبل، طراح جایزهٔ نوبل، یک شیمی‌دان، مهندس و مخترع سوئدی بود. مهم‌ترین اختراع او دینامیت است! همان مادهٔ منفجره قوی که ابتدا برای کارهای سازنده، مانند حفر تونل‌ها و معدن‌کاری، از آن استفاده می‌شد. اما متأسفانه، خیلی زود در جنگ‌ها و تخریب‌ها نیز به کار رفت. داستان از این قرار است که روزی، آلفرد روزنامه‌ای خواند که به اشتباه خبر مرگ او را منتشر کرده بود و عنوان زده بود: «دلالت مرگ مُردا!»

آلفرد از اینکه نامش در تاریخ با چنین عنوانی گره بخورد، وحشت کرد. او می‌خواست میراثش چیزی باشد که به انسانیت کمک کند، نه اینکه آن را نابود کند. به همین دلیل، در وصیت‌نامهٔ خود اعلام کرد که تمام ثروت عظیمش صرف اهدای جایزه به افرادی شود که «بزرگ‌ترین خدمت را به بشریت» کرده باشند. اگرچه این روایت کمی با افسانه آمیخته است، اما پیامی واقعی در بر داشت و از آن پس، جایزهٔ نوبل در پنج رشتهٔ فیزیک، شیمی، پزشکی، ادبیات و صلح متولد شد. بعداً جایزهٔ نوبل اقتصاد نیز به این مجموعه اضافه شد. هر سال، برندگان بخش‌های علمی نوبل، نشان می‌دهند که مرزهای دانش تا کجا گسترده شده‌اند.

محرمانه‌ترین رأی‌گیری جهان!

انتخاب برندگان نوبل، فرایند فوق‌العاده جدی و محرمانه است. نامزدها هرگز نمی‌دانند که نامزد شده‌اند! هزاران استاد دانشگاه، دانشمند برندهٔ نوبل قبلی و متخصصان، به صورت محرمانه افراد را نامزد می‌کنند. کارگروه‌های نوبل در سوئد و نروژ سال‌ها وقت می‌گذارند تا تک‌تک کشف‌ها را بررسی کنند. جالب‌است بدانید تنها کشف‌هایی شایسته نوبل هستند که «اثرشان بر جهان ثابت شده باشد». به همین دلیل است که گاهی کشفیات بزرگ علمی، ۲۰ یا حتی ۳۰ سال بعد جایزهٔ نوبل می‌گیرند!

آیا تا به حال فکر کرده‌اید که بزرگ‌ترین رویداد علمی دنیا چیست؟ یک المپیک علمی؟ یا جام جهانی دانشمندان؟! بزرگ‌ترین گردهمایی مغزهای متفکر برای کشف ایده‌های درخشان، «جایزه نوبل» نام دارد. هر سال در ماه مهر، دنیا نفسش را در سینه حبس می‌کند تا ببیند کدام دانشمند، نویسنده یا فعال صلح، دنیا را جای بهتری برای زندگی کرده و به این افتخار بزرگ دست یافته است. جایزه نوبل فقط یک مدال طلای بارزش نیست، بلکه مسیر آینده را روشن می‌کند.



نوبل پزشکی؛

پرده برداری از رازهای بدن انسان

نوبل پزشکی شاید ملموس‌ترین جایزه نوبل باشد، زیرا مستقیماً با سلامت و طول عمر انسان در ارتباط است. برندگان این بخش، قهرمانانی هستند که بیماری‌های بزرگ را شکست می‌دهند. جایزه نوبل فیزیولوژی یا پزشکی سال ۲۰۲۵ مشترکاً به **مری برانکو، فرد رامسدل و شیمون ساکاگوچی** اهدا شد. این سه دانشمند سلول‌هایی در بدن کشف کردند که دستگاه ایمنی بدن را کنترل می‌کنند و مانع از حمله آن به بافت‌های خودی می‌شوند. این دستاورد درک ما را از بیماری‌های خودایمنی و سرطان بسیار تغییر خواهد داد.

نوبل شیمی؛

معماری در سطح مولکولی

شیمی هنر ساختن و تجزیه مولکول‌هاست. برنده نوبل شیمی غالباً کسی است که ابزارهای جدیدی برای «مهندسی زندگی» یا «ساخت مواد نوین» ارائه کرده باشد. جایزه نوبل شیمی سال ۲۰۲۵ به **سوسومو کیتاگاوا** از ژاپن، **ریچارد رابسون** از بریتانیا و **عمر یاغی** از اردن اهدا شد. این دانشمندان یک معماری مولکولی کاملاً جدید به نام چارچوب‌های فلزی-آلی را توسعه داده‌اند؛ با این ساختارهای اسفنجی و کریستالی می‌توان «تاق‌هایی» در مقیاس مولکولی ایجاد کرد که ظرفیت حل برخی از بزرگ‌ترین مسئله‌های بشریت، مانند برداشت آب از هوای بیابان و جذب کربن دی‌اکسید را دارند!

نوبل فیزیک؛

نظریه‌هایی که کیهان را می‌سازند!

نوبل فیزیک همیشه برای ذهن‌هایی است که قوانین بازی طبیعت را بازنویسی می‌کنند. این جایزه همیشه به دنبال درک عمیق‌تر از جهان، از اتم تا کهکشان‌هاست. جایزه نوبل فیزیک سال ۲۰۲۵ به سه دانشمند، **جان کلارک، میشل دووره و جان مارتینیز** اهدا شد. آزمایش این دانشمندان نشان داد که پدیده‌های عجیب و غریب دنیای کوانتومی فقط به ذرات زیراتمی محدود نمی‌شوند و می‌توان آن‌ها را در سیستم‌های فیزیکی بزرگ‌تر نیز مشاهده کرد. این کشف برای ساخت رایانه‌های کوانتومی بسیار حائز اهمیت است.

پایان یک فصل، شروع یک مسیر

جایزه نوبل پیامی قدرتمند برای نوجوانان دارد: «کنجکاوی مهم‌ترین ابزار بشر است! هر کشف بزرگی که امروز جایزه نوبل می‌برد، دیروز فقط یک پرسش در ذهن یک شخص کنجکاو بوده است.» شاید روزی شما هم با ایده‌های درخشان‌تان، در مسیر یک کشف بزرگ باشید. شاید نام شما سال‌ها بعد، از آکادمی سلطنتی سوئد به عنوان برنده این جایزه ارزشمند اعلام شود. دنیا منتظر شماست تا آن را به جای بهتری برای زندگی تبدیل کنید!

آینه‌ای به وسعت تاریخ

احسان خان محمدی
یاسمن رضائیان

روان
شناسی

۱۲

نوجوان

شماره ۴ بهمن ۱۴۰۴

دوستی داشتم که همیشه سعی می‌کرد در حرف‌هایش از کلمه‌های غیرایرانی استفاده کند و فکر می‌کرد این‌طوری می‌تواند به سبک فرهنگی دیگری رفتار کند. به‌جز این، رفتارها و لباس پوشیدنش هم شبیه ما نبود.

یادم هست یک‌بار معلم فارسی سر کلاس آمد و گفت: «بچه‌ها برگه در بیاورید، امتحان داریم.» معلممان از جلسه پیش اعلام نکرده بود که می‌خواهد امتحان بگیرد. دوستم که اتفاقاً صبح داشت می‌گفت من درس فارسی جلسه پیش را اصلاً یاد نگرفته‌ام، یک‌دفعه واکنش نشان داد: «با ابوالفضل!»

همه کلاس زدیم زیر خنده. حتی خودش هم خنده‌اش گرفت. راستش حرفی که زده بود اصلاً با سر و وضع همخوانی نداشت و همین باعث شده بود موقعیت خنده‌داری ایجاد شود. آنجا بود که فهمیدم حتی اگر موسیقی و فیلم غیرایرانی دوست داشته باشی یا سعی کنی از فرهنگ دیگری تقلید کنی، باز هم اثر فرهنگ ایرانی در زبان و رفتار ت پیدا می‌شود. این همان چیزی است که به آن «هویت ایرانی» می‌گوییم؛ هویتی که هر جای جهان هم که برویم، باز هم همراهمان است.

هویت، درس حفظ‌کردنی نیست، زندگی توست

هویت ایرانی فقط فهرستی از تاریخ و جغرافیا و آیین‌ها نیست که حفظ کنی. هویت چیزی است که زندگی می‌کنی: در کلمه‌هایی که ناخودآگاه بر زبانت می‌آیند، در رفتارهای جمعی خانه و مدرسه، و حتی در قصه‌ها و ضرب‌المثل‌هایی که به آن‌ها تکیه می‌کنی. وقتی این نشانه‌ها را ببینی و معنای هر کدام را برای خودت روشن کنی، آرام آرام تصویر دقیق‌تری از «من امروز» می‌سازی. از خودت بپرس: «به چه چیزهایی تکیه می‌کنم؟ کدام ارزش‌ها برایم جدی‌ترند؟ کجا عادت‌هایم با من سازگار نیستند و می‌خواهم تغییرشان بدهم؟» همین پرسش‌های ساده آغاز خودشناسی است.



- تکیه کلام‌های سرنخ‌های ساده خودشناسی هستند! یکی از موقعیت‌هایی که می‌توانی در آن هویت ایرانی را ببینی، لحظه‌های هیجان یا فشار است. در این لحظه‌هاست که تکیه کلام‌هایی بر زبان می‌آید که نشان می‌دهند هویت تو چیست؛ مثلاً:
- هنگام ترس یا خطر ناگهانی، بی‌اختیار می‌گویی: «یا ابوالفضل» یا: «یا علی».
 - پیش از شروع یک کار سخت یا امتحان، زیر لب می‌گویی: «ان شاءالله که خوب می‌شود».
 - بعد از گذشتن از موقعیتی دشوار یا شنیدن خبر خوب، می‌گویی: «خدا را شکر».
 - وقتی زحمت کشیدن کسی را می‌بینی، می‌گویی: «خدا قوت».
 - حالا سه موقعیت این‌چنینی را که اخیراً برایت رخ داده است، انتخاب کن و در کنار هر کدام بنویس:
 ۱. چه گفتم؟
 ۲. چه احساسی داشتم؟
 ۳. چرا چنین واکنشی نشان دادم؟
 ۴. پشت این تکیه کلام کدام ارزش پنهان است؟ (امید، قدردانی، احترام، همراهی و...)

نگاه دقیق یک هفته‌ای

یک موقعیت جمعی واقعی را آگاهانه دنبال کن (صف، کمک به هم‌کلاسی، یا هماهنگی برای انجام دادن یک کار کوچک). بعد در سه خط بنویس: «چه شد؟ من چه کردم؟ بعدش چه حسی داشتم؟»

یک جمله «دفعه بعد...» هم برای خودت یادداشت کن؛ مثلاً: «دفعه بعد من شروع می‌کنم به جمع کردن». یا: «آرام‌تر و محترمانه نوبت را یادآوری می‌کنم».

● **قانون‌های کوچک، قدم‌های بزرگ**
از کودکی کلی قصه و ضرب‌المثل شنیده‌ای. این‌ها فقط حرف قدیمی‌ها نیستند، راهنمایی‌های جیبی‌اند که می‌گویند «الان بهتر است چه کاری بکنی»؛ مثلاً:

● **عجله کار را خراب می‌کند:** قبل از فرستادن یک پیام مهم یا شروع یک کار، یک دقیقه مکث کن و دوباره آن را بررسی کن. ببین این کار واقعاً درست و لازم است؟

● **از تو حرکت، از خدا برکت:** به جای عقب‌انداختن کارها، همین حالا آن کار سخت را شروع کن که خدا کمکت خواهد کرد.

● **دروغ گو حافظه ندارد:** اگر اشتباهی کردی، راستش را بگو و یک فرصت برای جبران بخواه؛ به جای اینکه سعی کنی با دروغ گفتن ماجرا را رفع‌ر جوع کنی و بعداً شرمسار شوی.

این مثل‌ها می‌توانند قانون‌های ساده زندگی تو باشند؛ قانون‌هایی که کمک می‌کنند آدم بهتری شوی و جلو بروی. اینجاست که هویت ایرانی به تو کمک می‌کند خود واقعی و توانمندت را بسازی.

یک

موضوع آشنا را انتخاب کن، موضوعش را نام‌گذاری کن (مثل صداقت، پشتکار، آرامش) و امروز یک کار کوچک موضوع همان اصل انجام بده.

بعد در سه خط بنویس:

● چه کار کردم؟

● چه حسی داشتم؟

● چه چیزی یاد گرفتم؟

این جوری بیشتر می‌توانی به خودت فکر کنی و خودت را بهتر بشناسی. پس شروع کن!

هویت فقط در کلمه‌ها نیست، در رفتارهای جمعی هم خودش را نشان می‌دهد. صحنه‌های ساده هر روز، آینه‌ای از «من جمعی» تو هستند؛ مثلاً:

● وقتی وسایل هم‌کلاسی‌ات روی زمین می‌ریزد، چند نفر کمک می‌کنند تا آن‌ها را جمع کند.

● اگر کسی در صف بوفه بی‌نوبت بیاید، جمع یادآوری می‌کنند که نوبت را رعایت کند.

● در اردو یا هنگام تمرین، آب و خوراکی بی‌تعارف میان همه می‌چرخد.

این‌ها فقط عادت نیستند، نشانه ارزش‌هایی مثل مهربانی، همراهی و انصاف‌اند. دیدن همین نشانه‌ها کمک می‌کند خودت را بهتر بشناسی و بفهمی در جمع بیشتر پیش قدم هستی یا تماشاگر.

یادگیری عمیق

هدی ناصری

هوش‌واره

۱۴

نوجوان

شماره ۱۴ بهمن ۱۴۰۴

آیا تا به حال از خودت پرسیده‌ای که گوشی هوشمند چگونه چهره را تشخیص می‌دهد؟ یا چگونه یک نرم‌افزار می‌تواند فقط با شنیدن صدایت، حرفت را بفهمد و پاسخ دهد؟ امروزه همه این کارها به کمک یکی از پیشرفته‌ترین فناوری‌های هوش مصنوعی به نام «یادگیری عمیق» ممکن شده‌اند.

یادگیری عمیق شاخه‌ای از یادگیری ماشین است که بر پایه شبکه‌های عصبی مصنوعی ساخته شده است. شبکه‌های عصبی مصنوعی از ساختار و عملکرد مغز انسان الهام گرفته‌اند. همان‌طور که مغز ما از میلیاردها پی‌یاخته (نورون) تشکیل شده است و اطلاعات را با ارسال علامت (سیگنال) بین پی‌یاخته‌ها (نورون‌ها) پردازش می‌کند، شبکه‌های عصبی مصنوعی نیز از مجموعه‌ای از واحدهای کوچک‌تر به نام «گره» تشکیل شده‌اند که در چندین لایه روی هم قرار گرفته‌اند.

در این ساختار، اطلاعات از لایه ورودی وارد شبکه می‌شوند، در هر لایه پردازش می‌شوند و به لایه بعدی انتقال می‌یابند. هر لایه سعی می‌کند مفهومی ساده‌تری را استخراج کند و به لایه بعدی منتقل کند تا آن لایه بتواند به درک عمیق‌تری از داده‌ها برسد. این زنجیره چندلایه باعث می‌شود مدل بتواند «درک عمیق‌تری» از اطلاعات پیدا کند. به همین دلیل به این نوع یادگیری «یادگیری عمیق» می‌گویند. برای مثال، اگر به یک مدل یادگیری عمیق تصویر یک گربه بدهید، لایه‌های ابتدایی خطاها و رنگ‌ها را تشخیص می‌دهند، لایه‌های میانی شکل گوش و چشم‌ها را می‌فهمند، و در نهایت مدل می‌فهمد که این تصویر، تصویر یک گربه است.



روشن‌های مهم در یادگیری عمیق

شبکه‌های عصبی پیچشی: این مدل‌ها می‌توانند لبه‌ها، شکل‌ها، بافت‌ها و در نهایت کل شیء را در تصویر شناسایی کنند. در مواردی مثل تشخیص چهره، پلاک خودرو یا بیماری‌ها کاربرد دارند.

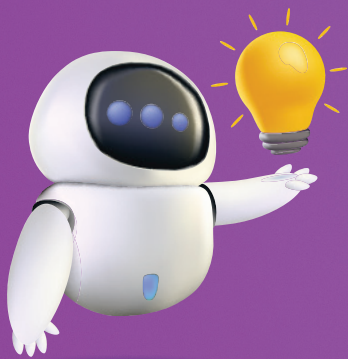
شبکه‌های بازگشتی: برای داده‌های دنباله‌ای مثل متن، موسیقی یا گفتار مناسب هستند. این مدل‌ها حافظه کوتاه‌مدت دارند و می‌توانند وابستگی زمانی بین اطلاعات را یاد بگیرند.

شبکه‌های مولد متخاصم: مدل‌هایی هستند که می‌توانند داده جدید تولید کنند. مثلاً عکس‌های جعلی بسازند که واقعی به نظر می‌رسند یا صدای یک فرد را تقلید کنند.

یادگیری انتقالی: در این روش به جای آموزش مدل از ابتدا، از مدلی استفاده می‌کنیم که قبلاً روی داده زیادی آموزش دیده است و آن را برای هدف خاصی بهینه می‌کنیم. این کار باعث صرفه‌جویی در زمان و منابع می‌شود.



۱۵



تبدیل صدا به متن

برخی نرم‌افزارها می‌توانند با استفاده از شبکه‌های عصبی، صدا را به متن تبدیل کنند. شبکه‌های عصبی یاد گرفته‌اند که کلمه‌ها را از میان صداهای متفاوت انسان‌ها تشخیص دهند.

خلق تصویر و موسیقی با هوش مصنوعی

شبکه‌های پیشرفته‌ای مانند شبکه‌های مولد متخاصم می‌توانند فقط با دریافت چند کلمه، یک نقاشی بکشند، آهنگ بسازند یا حتی داستان بنویسند. مثلاً اگر بنویسید «یک گربه در حال نواختن پیانو»، مدل هوش مصنوعی می‌تواند تصویری دقیق از آن خلق کند.

تشخیص بیماری‌ها در پزشکی

در برخی از بیمارستان‌ها، مدل‌های یادگیری عمیق می‌توانند با دقتی حتی بیشتر از پزشک، بیماری‌هایی مثل سرطان پوست یا مشکلات شبکیه چشم را در عکس‌های پزشکی تشخیص دهند. این یعنی تشخیص سریع‌تر و نجات جان بیماران.

ماشین‌های خودران

خودروهایی مثل تسلا که می‌توانند بدون راننده حرکت کنند، با استفاده از یادگیری عمیق، تابلوهای راهنمایی، خطوط جاده، و حتی عابر پیاده را تشخیص می‌دهند و تصمیم می‌گیرند که چه زمانی ترمز کنند یا بپیچند.

کاربردهای جالب یادگیری عمیق

تشخیص چهره در گوشی‌ها و دوربین‌ها

وقتی دوربین گوشی قفل صفحه را با تشخیص چهره باز می‌کند، در واقع از مدل‌های یادگیری عمیق استفاده می‌کند تا چهره شما را از دیگران تشخیص دهد؛ حتی اگر نور کم باشد یا عینک زده باشید.

ترجمه هوشمند زبان‌ها

نرم‌افزارهای ترجمه، مثل «گوگل ترنسلیت»، از یادگیری عمیق استفاده می‌کنند تا متن‌ها را از یک زبان به زبان دیگر ترجمه کنند. این مدل‌ها فقط واژه‌ها را ترجمه نمی‌کنند، بلکه معنای کلی جمله را درک می‌کنند تا ترجمه‌ای روان و دقیق ارائه دهند.



خود را به دست می‌آورم.

من به آرزو و داشتن هدف اعتقاد دارم، چون در داشتن هدف، امید رسیدن به آن وجود دارد. هر انسانی می‌تواند هدف و آرزوی خودش را داشته باشد. یکی از آرزوهای من داشتن شغل مناسب است. دوست دارم طراح پویانمایی و شخصیت‌های بازی ویدیویی، و طراح گرافیک باشم؛ چون هم نقاشی کشیدن را دوست دارم، هم طراحی را. پس در کل می‌توانم بگویم: من دوست دارم گرافیست شوم، چون این کار هم باعث آرامش من می‌شود و هم باعث موفقیت من است! پس من با امید به سمت هدفم پیش می‌روم. البته با تلاش در این مسیر، تا کنون رتبه‌های زیر را هم به دست آورده‌ام:

- رتبه شایسته تقدیر در مسابقه نقاشی بین‌المللی «آینده شهر من» در مجمع شهرداران آسیایی؛
- رتبه شایسته تقدیر در رویداد فرهنگی آداب و رسوم در کشورهای چین و ایران؛
- رتبه برگزیده کشوری جشنواره دوسالانه هنرهای تجسمی کانون‌های پرورشی فکری کودکان و نوجوانان؛
- رتبه برگزیده کشوری مسابقه نقاشی «جان‌فدا» به مناسبت سالگرد شهادت حاج قاسم سلیمانی که برگزارکننده آن امور مساجد کرمان بود؛
- رتبه کشوری مسابقه نقاشی به مناسبت عید غدیرخم؛
- رتبه برگزیده در مسابقه نقاشی مؤسسه تبلیغ و انفاق امام زمان (عجل‌الله تعالی فرجه الشریف)؛
- رتبه اول منطقه در مسابقه‌های فرهنگی هنری آموزش و پرورش، رشته هنرهای تجسمی.
- در ضمن آثارم را به این جشنواره‌ها هم فرستاده‌ام:
- جشنواره نقاشی لوئی فرانسوا در فرانسه با موضوع «رؤیاهای زندگی من»؛
- جشنواره «گنجینه‌های کشور من» در کشور پرتغال؛
- جشنواره «حفاظت از لایه ازن» که یونیسکو برگزارکننده آن است.

کشیدن نقاشی‌هایی با موضوع‌های مذهبی و یا در مورد آثار باستانی کشور عزیزمان ایران. می‌کوشم خود را از خطرهای جامعه دور نگه دارم، فریب نخورم و خود را حفظ کنم.

ایران نمادهای گوناگونی دارد

- تخت جمشید یا همان پرسپولیس که ۲۵۰۰ سال قبل، محل امپراتوری ایران زمین و سلسله هخامنشیان بود.
- یوز ایرانی که نماد ملی ماست. حیوان رسمی ایرانیان است که در گذشته ایرانیان از آن به عنوان سگ شکاری امروزی استفاده می‌کردند.
- رستم نماد قدرت ایرانیان است؛ نماد دلاوری و تنومندی، نماد پیروزی
- «پرچم ایران» یکی از نمادهای مهم ایران است. این پرچم نشان‌دهنده هویت دینی، ملی و تاریخی ماست.
- با نقاشی‌هایم زندگی را توصیف می‌کنم من ایده‌های نقاشی‌ام را از اتفاقات محیط پیرامونم می‌گیرم و با موضوع‌های جذاب و مورد علاقه‌ام پیوند می‌زنم. می‌کوشم به هر بیت شعر یا به هر جمله توجه کنم و آن را در قالب داستانی نقاشی کنم. یا اینکه داستان زیبایی مثل شاهنامه را روایت می‌کنم و روایت مورد علاقه خود را به صورت داستانی نقاشی می‌کنم و روی کاغذ می‌ریزم. در همین حین هیجانم را هم با نقاشی خالی می‌کنم و ذهن خود را از افکار پریشان‌کننده و تنش دور می‌سازم. نقاشی به من کمک می‌کند ایده‌ای از یک جمله را که در ذهنم نقش بسته روی کاغذ بریزم و افکارم را تعدیل کنم. نقاشی و نقاشی کردن برای من مثل این است که دو بال بر پشتم بگذارند و مرا به آسمان افکارم ببرند و مرا در دل ابرهای اندیشه‌هایم غرق کنند. از میان این ایده‌های در هم آمیخته‌ام، به تصمیم جامع و کاملی می‌رسم و ایده نقاشی



کماندار سپاه

آشنایی با زندگی
سرلشکر شهید حسین سلامی

اصغر فکور

فرمانده
من

۱۸

نوجوان

شماره ۱۸ بهمن ۱۴۰۴

سلام دوست خوبم!
این بار هم می‌خواهم یکی
دیگر از فرزندان دلیر ایران عزیزمان را
معرفی کنم؛ فرزندی که زادهٔ خاک پاک این
مرزوبوم است و تا آخرین لحظهٔ زندگی‌اش کماندار
سرزمین ما بود!

دیروز، وقتی داشتم زندگی بزرگان علم، هنر و
ادبیات و آن‌هایی را که هر کدام به طریقی در تاریخ
پرشکوه کشورمان از خود نامی به یادگار گذاشته‌اند
مطالعه می‌کردم، به بخشی به نام فرماندهان
تأثیرگذار در تاریخ ایران رسیدم.

عجیب بود!

تعداد مردان و زنان تأثیرگذار، در گذر بیش از چهار دهه، از
شروع انقلاب اسلامی ایران تا امروز، بیش از همهٔ دوره‌های پر
افتخار دیگر، در پیشانی کشور عزیزمان نقش بسته بود. در بین
این بزرگان، نگاهم به اسم حسین سلامی افتاد؛ مردی که در
طول عمر تا شهادتش، یک نفس با دشمنان این مرز پرگهر
در پیکار بود!

به نظرم آمد چقدر خوب است همه بدانیم چه کسانی برای سربلندی کشورمان از جان و هستی‌شان گذشتند؟ چه کسانی برای جان‌فشانی‌شان، بی‌اجر و مزد دنیوی، آرش کمانداری شدند و نفس آخر را در چله کمان غیرت قرار دادند تا مرزهای شرف و حیثیت ایرانی را تعیین و حفظ کنند!

دوست خوبم!

می‌دانی بعد از مطالعه زندگی‌نامه بزرگان کشور عزیزمان، به چه نتیجه‌ای رسیدیم؟ بله! فهمیدیم همه نوجوان‌ها و جوانان کشور ما ظرفیت‌های زیادی برای به‌دست‌آوردن جایگاهی والا در ایران عزیزمان دارند!

تلاش، پشتکار و مهم‌تر از همه ایمان و توکل به خداوند، هموارکننده مسیری است که آرزوی آن را دارید.

حالا بخش‌هایی از زندگی یک سردار شهید را با هم مرور کنیم؛ سرداری که در یکی از روستاهای دورافتاده کشور عزیزمان به دنیا آمده بود، اما توانست بر قله‌های رفیع خدمت و شجاعت بدرخشد؛

سرلشکر حسین سلامی!

حسین در سال ۱۳۳۹ در روستای وانشان از توابع شهرستان گلپایگان چشم به جهان گشود. دوران کودکی و تحصیلات ابتدایی و متوسطه‌اش را در زادگاهش سپری کرد و در سال ۱۳۵۷، با موفقیت در آزمون سراسری در رشته مهندسی مکانیک دانشگاه علم و صنعت تهران پذیرفته شد.

ورود او به دانشگاه، هم‌زمان با خروش انقلابی ملت ایران علیه رژیم پهلوی بود. فضای انقلابی حاکم بر دانشگاه‌ها بستر ورود حسین به فعالیت‌های دانشجویی و انقلابی شد؛ حضوری که سرآغاز راهی پرفراز و نشیب در خدمت به انقلاب اسلامی بود. پس از پیروزی انقلاب، مدتی در کمیته‌های مردمی مشغول فعالیت شد، اما با آغاز جنگ تحمیلی عراق علیه ایران در شهریور ۱۳۵۹، او نیز در آبان همان سال راهی میدان دفاع از میهن شد و به عضویت سپاه پاسداران انقلاب اسلامی درآمد. حسین در ابتدا به منطقه کردستان اعزام شد. سپس به جبهه‌های جنوب غرب کشور رفت؛ جایی که نخستین تجربه‌های نظامی‌اش را در ۲۰ سالگی آغاز کرد.

او مسیر نظامی خود را از رده‌های پایین آغاز کرد. به‌مرور در یگان‌های رزمی لشکر ۲۵ کربلا، لشکر ۱۴ امام حسین (ع) و قرارگاه دریایی نوح، مسئولیت‌های مهم‌تری بر عهده گرفت. رشادت و توانمندی‌هایش موجب شد به‌عنوان یکی از نیروهای تأثیرگذار در دوران دفاع مقدس شناخته شود.

پس از پایان جنگ، به‌منظور ارتقای علمی و حرفه‌ای، وارد دانشگاه افسری شد و در سال ۱۳۷۱، در سن ۳۲ سالگی، به فرماندهی دوره عالی جنگ منصوب شد. تا سال ۱۳۷۶ در این سمت فعالیت کرد و در همین سال‌ها دوره دانشکده فرماندهی و ستاد را با موفقیت گذراند. همچنین، با تلاش شخصی، تحصیلات نیمه‌تمامش در دانشگاه علم و صنعت را نیز به پایان رساند و مدرک کارشناسی ارشد مدیریت دفاعی را اخذ کرد. سردار سلامی از پایه‌گذاران دوره عالی فرماندهی جنگ (دافوس) در سپاه بود و از زمان تأسیس این مرکز در سال ۱۳۷۱ تا ۱۳۷۶ فرماندهی آن را بر عهده داشت. در سال‌های ۱۳۷۶ تا ۱۳۸۴، به‌عنوان معاون عملیات ستاد مشترک سپاه ایفای نقش کرد. سپس در همین سال به فرماندهی نیروی هوافضای سپاه پاسداران منصوب شد؛ مسئولیتی مهم که در آن دوران با توسعه چشم‌گیر توانمندی‌های موشکی و فضایی کشور عزیزمان همراه بود. مدتی بعد به عضویت هیئت‌علمی دانشگاه عالی دفاع ملی درآمد و در سال ۱۳۸۸ با حکم فرمانده معظم کل قوا، به‌عنوان جانشین فرمانده کل سپاه پاسداران انقلاب اسلامی منصوب شد. مدتی هم سرپرستی معاونت هماهنگ‌کننده سپاه را بر عهده داشت.

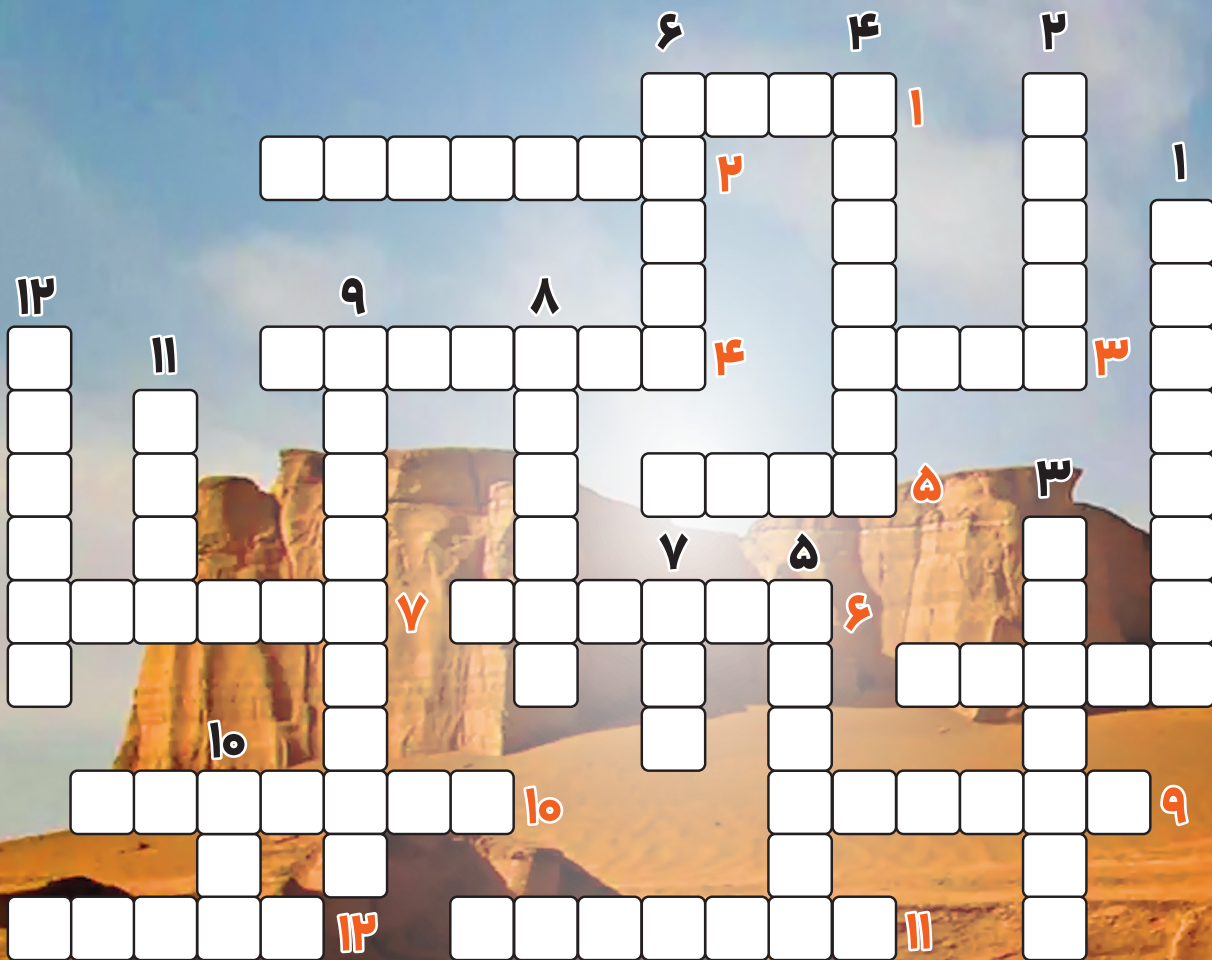
سردار سلامی در اول اردیبهشت ۱۳۹۸، با ارتقای درجه به سرلشکری، به فرماندهی کل سپاه پاسداران انقلاب اسلامی منصوب شد؛ مسئولیتی خطیر که نشان از اعتماد کامل رهبری نظام به توانمندی‌ها، تعهد و تجربه ارزشمند وی در عرصه‌های راهبردی و عملیاتی داشت. این سردار رشید، بعد از سال‌ها خدمت و سربازی برای کشور عزیزمان، عاقبت در ائتلاف شوم دشمنان این مرزوبوم که در رأس آن آمریکا قرار دارد، در توطئه‌های ناجوانمردانه، در سحرگاه بیست‌وسوم خرداد ۱۴۰۴ و در حمله هوایی رژیم جعلی صهیونیستی، به فیض عظیم شهادت نائل شد.

دوست خوبم!

یادمان باشد، سرزمین ما مثل آفتاب درخشانش، مردان و زنان بزرگ و درخشنده‌ای دارد؛ مردانی و زنانی که هرگز در پس ابرهای سیاه فرو نمی‌روند و خورشیدی هستند که هر روز متولد می‌شوند تا سرزمینمان را از سرمای شیطان‌ها حفظ کنند. بکوشید تا خورشیدهای آینده ایران عزیزمان باشید!

افقی

۱. به مسیر حرکت سیاره‌ها و دیگر اجرام آسمانی به دور خورشید گفته می‌شود؛ ۲. رنگدانه‌ای در گیاهان که نقش مهمی در فرایند فتوسنتز ایفا می‌کند؛ ۳. یکی از اعمال ده‌گانه در فروع دین؛ ۴. شاخه‌ای از کشاورزی که با پرورش دام سروکار دارد؛ ۵. رسوب‌هایی که به شکل مثلث در دهانه رود و در محل ورود به دریا تشکیل می‌شوند؛ ۶. دستگاهی که انرژی جنبشی یک سیال، مانند آب، باد، بخار و گاز را برای تولید برق به انرژی مکانیکی تبدیل می‌کند؛ ۷. تغییر حالت ماده از مایع به جامد؛ ۸. انشعاب‌های نای؛ ۹. نام رنگدانه طبیعی پوست و مو؛ ۱۰. انرژی ذخیره‌شده در جسم‌ها؛ ۱۱. نوعی بیماری انگلی شایع که بر اثر نیش پشه‌های آلوده به انسان منتقل می‌شود؛ ۱۲. قیام مردم این شهر در ۲۹ بهمن‌ماه سال ۱۳۵۶ راه را برای پیروزی انقلاب اسلامی هموارتر کرد.



جدول

نیرامانی

۲۰

نوجوان

شماره ۵ بهمن ۱۴۰۴

عمودی

۱. نام هورمون اصلی غده تیروئید؛ ۲. عزیزترین ماه اسلامی که به ماه پیامبر اسلام (ص) مشهور است؛ ۳. پهناورترین کویر ایران؛ ۴. به هر نوع ناهنجاری و نقص که از بدو تولد نوزاد با او همراه باشد، گفته می‌شود؛ ۵. واژه فارسی وبسایت؛ ۶. کسب بالاترین امتیاز در یک بازی یا ورزش؛ ۷. کلمه فارسی کد؛ ۸. یکی از سلاح‌های مخرب باستانی که برای پرتاب اشیا و بدون نیاز به مواد منفجره به کار می‌رفت؛ ۹. در تقویم جمهوری اسلامی ایران، سالروز ولادت امام حسین (ع) چه روزی است؟ ۱۰. یکی از فلزهای سنگین و سمی که نرم و چکش پذیر است؛ ۱۱. سخن‌چین؛ ۱۲. یکی از زیباترین گل‌های آپارتمانی که تنوع فراوان دارد.



برای دیدن جواب
رمزینه را پویش کنید.

نه کلاسی

مجید رحمانی صانع

تصویرگر: فرامرز گشتکار

دوست مصنوعی

از قدیم گفتن: «از هر چه بگذری، سخن دوست خوش تر است». در این شماره به موضوع دوستی و دوست یابی می پردازیم.

ببین! از قدیم گفته ن دوستان واقعی رو موقع احتیاج باید شناخت. الان باید کمکم کنی!



من که باور نمی کنم! هوش مصنوعیه؟

آره، ولی از قدیم به چیز دیگه هم گفتن. «دوری و دوستی»!



بالاخره یه دوست واقعی پیدا کردم!



می گن برای پیدا کردن دوست باید دنبال افرادی با علاقه ها و سلیقه مشابه خودت بگردی.

سعی کنیم به معنی ضرب المثل ها در این مورد بیشتر توجه کنیم.

کار از محکم کاری عیب نمی کنه! این طوری همیشه کنار می!

عاشق رمز کارتتم، تا پول داری کنارتم.



پیدا کردن دوست آسان است، اما نگهداری آن مشکل.

بعضی از ضرب المثل ها هم امروزه به روزرسانی شده اند.

والته باید از بعضی دوستان دوری کرد.





شوخی شوخی، دعوا

سعیده موسوی زاده

بزرگ‌ترهای فامیل داشتند درباره سردرگمی و بی‌هویتی نوجوانان امروزی حرف می‌زدند؛ درباره اینکه ما نمی‌دانیم کی هستیم و چه می‌خواهیم و سواد درستی نداریم و کتاب هم نمی‌خوانیم و فقط سرمان توی گوشی است. در حالی که تا چند دقیقه قبل از بحث، همه سرشان داخل گوشی بود و از روز تولدم در بیمارستان، تا الان، در دست هیچ کدامشان هیچ کتابی ندیده‌ام! بحث وقتی شروع شد که زن عمو خبری در مورد سرانه مطالعه در کشور خواند. البته منظورش بیشتر عمو بود که سه تا گوشی دارد و صبح تا شب دارد آن‌ها را پر (شارژ) می‌کند. زن عمو می‌گفت، یکی از دلایل کمبود برق، عموست. عمو هم برای اینکه سوپ را از زمین خودش پرت کند بیرون، خبری درباره بی‌هویتی نوجوانان امروزی خواند که بیشترش پرت‌وپلا بود. ولی با این کار، حواس همه، از برق و مصرف بی‌رویه‌اش، به ما بیچاره‌ها جلب شد. و دقیقاً همان موقع من و پسرعموهایم داشتیم بازی رایانه‌ای (پی‌اس) می‌کردیم. عمو گفت: «تو رو به خدا ببینیدشون! کارشون فقط همین. نه درسی، نه مشقی، نه

کتابی، نه هویتی، نه هدفی و نه آینده‌ای!» زن عمو که جوش آورده بود، گفت: «خوبه که ما از بچگی همسایه بودیم و من نوجوانی خودت رو دیدم! صبح تا شب تو کوچه بودی و بازی می‌کردی. تمام هیكلتم همیشه خاکی بود. تو همون عالم بچگی می‌گفتم کدوم بدبختی می‌خواد زن این بشه؟»

بابا پادرمیانی کرد و گفت: «درسته زن داداش، اما عوضش ما می‌دونستیم قراره چی کار کنیم. تکلیفمون روشن بود. می‌بایست می‌رفتیم دم دکون آقامون خدایامرز و ایستیم دیگه. فقط دو دو تا چهار تا بلد بودیم، بسمون بود.» مامان از فرصت استفاده کرد و گفت: «ولی ما همونم بلد نبودیم!»

زن عمو هم از خدا خواسته، با سر تأیید کرد. شوخی شوخی داشت دعوا می‌شد. هر کسی چیزی می‌گفت. من با صدای بلند پرسیدم: «حالا این هویت چی هست که ما نداریم؟» همه ساکت شدند و به هم نگاه کردند. از مامان که معلم است، انتظار می‌رفت جواب مفصلی بدهد، اما یکهو از جایش بلند شد و گفت: «خاک به سرم، غدام سوخت.»

زن عمو هم بی‌معطلی برای کمک رفت. عمو هم به هوای سرویس بهداشتی از جایش بلند شد. بابا ماند و عمه و عمو کوچکم. بابا که مجبور بود کم نیاورد، گفت: مثلاً همین بازی شما. کجاش با هویت ایرانی جور در می‌یاد؟» عمه پشت حرفش را گرفت: «این همه قهرمانای خشن و تخیلی غربی‌ان که ذهن شما رو شست‌وشو می‌دن. خودتون نمی‌فهمید، ولی به آدمای کج خلق و عصبی و پرخاشگری تبدیل می‌شین.»

عمو کوچکم زبانش باز شد: «می‌دونین بچه‌ها، من خودم تا چند سال پیش نوجوون بودم. الان می‌فهمم چقدر الکی وقتم رو با این چیزا هدر دادم.»

بابا گفت: «حالا هدر نمی‌دادی، می‌خواستی موشک هوا کنی؟ تو هم یکی مثل من و داداش!»

عمه بحث را پوشش داد: «آخه مگه ما خودمون قهرمان کم داریم؟ آرش و رستم و...» هر چه فکر کرد، اسم دیگری یادش نیامد. مامان و زن عمو از آشپزخانه برگشته بودند. بابا از فرصت کمال استفاده را کرد: «خانم! شما که با معلمیت ما رو سرفراز کردی بگو دیگه!»

مامان گفت: «پاشین جمع کنید که شام سرد می‌شه. حالا فقط مونده بشینیم شاهنامه بخونیم.»

زن عمو تأیید کرد: «این بچه‌ها ما رو درس می‌دن، شماها بی‌خودی جوش نزنید! خودشون بلدن چه جویری هویتشون رو پیدا کنن.»

و ما نفس راحتی کشیدیم و شاممان را آوردیم پای بازی؛ کاری که همیشه ممنوع بود!



برسد به دست دوستم

عبدالله مقدمی

مجموعه‌ای از همه آداب و هنرها و سنت‌های مردم آن کشور است. یعنی همه آن چیزهایی که بقیه دنیا می‌توانند شما را با آن بشناسند.»

یکی از بچه‌ها با خنده گفت: «مثل قورمه‌سبزی.»
معلم گفت: «بله خب، قورمه‌سبزی هم بخشی از هویت ایرانی ماست؛ اما بخش کوچکی از آن است. می‌توانید بگویید بخش بزرگش چیست؟» من دوباره گفتم: «آبگوشت.»
این دفعه بچه‌ها خندیدند، اما معلم چشم‌غره‌ای به من رفت و گفت: «کشور ما که یکی از قدیمی‌ترین کشورهای جهان است، این همه تاریخ و تمدن و هنر و ادب و مشاهیر و دانشمند دارد، اما شما فقط گیر داده‌اید به غذایش.»

بعد هم کلی در مورد شناسنامه ملی ما ایرانی‌ها حرف زد و بهمان گفت در طول همه تاریخی که آدم‌ها تمدن شدند، ایرانی‌ها یکی از ستون‌های تمدنی بوده‌اند. به اینجا که رسید، یکی از بچه‌ها گفت: «بله، این را خیلی قبول دارم. چون توی تخت جمشید هم کلی ستون سنگی دراز هست که معلوم است ایرانی‌ها از همان اول توی کار ستون‌سازی بوده‌اند.»

معلم هم با خنده گفت: «درست است. ستون.»

سلام دوستم. دیروز معلم از بچه‌های کلاس پرسید «اینکه ایرانی هستید یعنی چه و اگر نبودید چه می‌شد؟» یکی از بچه‌ها گفت: «یعنی اینکه هفته‌ای یک‌بار ناهار قورمه‌سبزی می‌خوریم و اگر نبودیم، نمی‌خوردیم.»

بچه‌ها خندیدند، اما آن هم کلاسی‌مان گفت که خیلی هم جدی این را گفته و قورمه‌سبزی بخشی از هویت ملی ما ایرانی‌هاست. من که مطمئن بودم آن دوستم همان موقع کلمه هویت را از زبان معلم شنیده بود و از آن خوشش آمده، یکهو بدجنسی‌ام گل کرد و گفتم: «تو اصلاً می‌توانی بگویی هویت یعنی چه؟»

تازه می‌خواستیم بابت تکه‌ای که انداختم، به خودم افتخار کنم که یک‌دفعه معلم برگشت طرف من و گفت: «ولش کن، تو بگو هویت یعنی چه؟»
آب داخل گلویم خشک شد و خنده از روی لب‌هایم رفت. با تته‌پته گفتم: «هویت چیز است. یعنی چیز آدم... هویت آدم دیگر.»

کلاس باز هم خندید، اما من نخندیدم. معلم با یک نگاه که تویش «خسته نباشی با این تعریف کردنت» خاصی بود، به سمت بچه‌ها برگشت و گفت: «بچه‌ها، هویت ملی هر کشور



تأخیر دماوند

اعظم سبحانیان

۲۴

شماره ۵ بهمن ۱۴۰۴
نوجوان

(فوییا) دارم. نمی‌تونم فکرش رو کنم که رود باشم. مگه نه اینکه ما واقعاً باید حس بگیریم؟»
زهره گفت: «می‌خوای جنگل باشی؟»
یاسی گفت: «جنگل که پر از جک و جونور وحشیه. من فقط می‌خوام دماوند باشم.»

خانم شایق گفت: «لیلا، تو بشو جنگل، دماوند رو بده یاسی.»
روز نمایش، دماوند نیامد! مادرش زنگ زد و با نگرانی گفت که مریض شده. گفت از شب تا صبح هذیان می‌گفته. گاهی رود می‌شده و گاهی کوه.

چاره‌ای نبود. مجبور شدم دو تا نقش را بازی کنم. آخرهای نمایش در سالن باز شد و یاسی با صورتی برافروخته، در حالی که مقوایی لوله‌ای دستش بود، دوان دوان خودش را به محل نمایش رساند. مادرش هم با نگرانی پشت سرش می‌دوید. یاسی، بدون توجه به خانم شایق، همه ما را کنار زد و به من که شنل قهوه‌ای بلند دماوند را پوشیده بودم، با تعجب نگاه کرد. بعد مقابل بچه‌ها تعظیم کرد و مقوای لوله‌ای را باز کرد. روی مقوا نقشه ایران بود که رویش کوه دماوند و خلیج فارس و دیگر جاها پررنگ مشخص شده بود. یاسی نقشه را مقابل همه گرفت و با صدای بلند گفت: «من هم ایرانم، ایران.»

همه برایش دست زدند و او با لبخند به همه ما نگاه کرد.

من کوه دماوند بودم. یاسی کویر لوت بود. شیرین زاینده‌رود، و غسل با چشم‌مان آبی‌رنگش، دریای خلیج فارس. زهره هم جنگل‌های شمال. فرار بود در خلال نمایش، هر کدام اطلاعاتی درباره مکان‌های ایرانی در اختیار بچه‌ها بگذاریم. وقتی دور هم جمع شدیم، طبق معمول نق و نوق یاسی شروع شد: «چرا من کویر لوت؟ واسه چی لیلا دماوند باشه؟»
خانم شایق گفت: «دوباره شروع کردی؟ خوب لیلا قدش بلنده.»
- آره دیگه، منم بیابون لم‌یزرع. چه چیز من شبیه اون کویر داغ زشته؟!

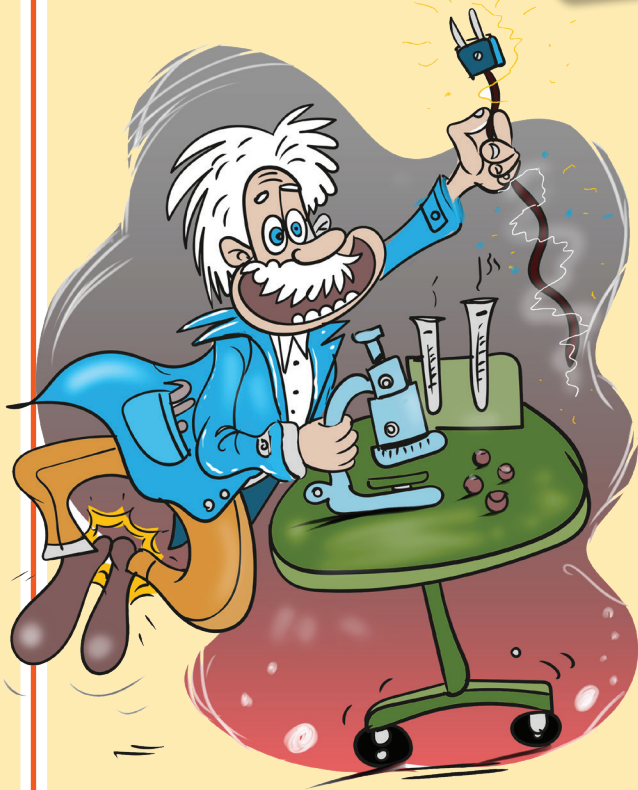
خانم شایق گفت: «چقدر تو بی‌سلیقه‌ای؟ می‌دونی همه خودشون رو می‌کشن یه شب برن تو اون کویر زیبا اتراق کنن؟»
- آره، پیش یه مشت سنگ سیاه و جونور بدتر کیب که با همه فک و فامیلشون لم‌دادن زیر اون‌ها.
عسل خپ‌خپ خندید: «لابد شباهتی داشتی که انتخاب شدی؛ البته شبیه عقرب‌ها، مارها!»

یاسی نگذاشت حرف عسل تمام شود. با آرنجش زد به بازوی عسل و صدای آخش را هوا برد. خانم شایق به شیرین گفت: «می‌شه رودخونه بدی، کویر بگیرن؟»

شیرین به یاسی پوزخند زد و گفت: «باشه، با کمال میل!»
یاسی فریاد زد: «وای، من از آب می‌ترسم. اصلاً ترس مرضی

برق گردویی

مهدی فرج‌اللهی



به‌حق چیزهای ندیده و نشنیده، دانشمندان توانستند با استفاده از پوست گردو و قطره‌های آب، برق تولید کنند. تصور کنید بتوانید یک ماشین حساب یا یک دستگاه الکترونیکی کوچک را با استفاده از پوست گردو و یک قطره آب روشن کنید. داستان از اینجا شروع شد که نازمول حسین، دانشجوی دکترای مهندسی مکانیک و مکاترونیک در «واترلو»، پوسته‌ی یک فندق را زیر ریزبین (میکروسکوپ) الکترونی از نزدیک بررسی کرد و گفت: «اوه اوه. سامانه‌ای طبیعی و بسیار پیچیده از کانال‌ها و منفذها که برای انتقال آب و مواد مغذی طراحی شده‌اند.»

وی با گروهش به آجیل‌فروشی سر کوچه رفت. از هر نوع آجیل یکی دو سیر گرفتند و یک دل سیر آن‌ها را به بدن زدند. سپس به‌به‌گویان پوسته‌ها را زیر همان ریزبین گذاشتند و متوجه شدند که گردو بهترین عملکرد را در تولید برق دارد. هنگامی که یک قطره آب از منفذهای گردو تبخیر می‌شود، آب در حال حرکت، ذره‌های باردار الکتریکی معروف به یون‌ها را با بفرما و استدعا می‌کنم و شما یون ما هستید، از طریق منفذهای ریز مشایعت و حمل می‌کند. با این یون‌ها، تعادل بار الکتریکی به هم می‌خورد و مثل الاکلنگ کج می‌شود. از این ماجرا با کمک الکترودها، سیم‌ها و یک محفظه‌ی چاپ سه‌بعدی، می‌شود برق تولید کرد. هر چند که میزان این برق کم است، اما با سه چهارم تا از این نیروگاه‌های فسقلی، برق کافی را برای راه‌اندازی یک ماشین حساب ال‌سی‌دی فراهم کردند. بعد از برق با طعم گردو، منتظر برق با طعم کرم کارامل و کاکائو هستیم.

فاش می‌گویم و از گفته‌ی خود خوش‌حالم
اهل ایرانم و بر بودن خود می‌بالم
عاشق کوفته و دلمه و ته‌دیگ و کباب
من سراپا سر هر نوع غذا چنگالم
سفر و گردش در موزه و ایرانگردی
کاش مفتی بشود این پلن هر سالم
عذرخواهم «پلن» بنده همان برنامه است
من از این خارجی‌گی گفتن خود و ایرالم
«همه‌بین» معنی و ایرال شدن خارجی است
من از این جور سخن گفتن خود بدحالم
فارسی حرف بزن بچه! مترسک شده‌ای
مثل سیم‌رغ بپرا! در برو از پوشالم
ای خود من! خود من، ملیتت ایرانی است
بچه رستم و رودابه و سام و زالم

عاشق کوفته و ته‌دیگ

سعیده موسوی‌زاده

تصور کن با عینک واقعیت افزوده، قطعه‌های یک روبات آموزشی را سر هم می‌کنی. روی هر قطعه که نگاه می‌کنی، راهنمای کوتاهی بعد، در کارگاه، یک چاپگر سه‌بعدی، روش درست را نشان می‌دهد. کمی ساده، قطعه اول ساخته می‌شود. عجیب است که همه چیز به هم پیچیدگی پیش برود؟ ولی واقعیت دارد، چون کسی از قبل «مسیر یادگیری» را روشن، گام‌های کوتاه، تمرین واقعی و باز خورد مؤثر. هدف به کسی که این مرحله‌ها را طراحی می‌کند، «طراح یادگیری» می‌گویند.

دنیای
رشته‌ها

۲۶

مهندس یادگیری

احسان خان محمدی

طراح یادگیری چه می‌کند؟

طراح یادگیری، «یادگیری» را از پیچیدگی خارج و آن را قابل اجرا می‌کند. او برای هر مهارت، یک مسیر یادگیری می‌سازد. یعنی این مرحله‌ها را طی می‌کند:

● **تعیین هدف:** مشخص می‌کند که قرار است چه چیزی یاد بگیرد.

● **چیدن گام‌ها:** مسیر را قدم به قدم می‌چیند تا بدانی از کجا شروع کنی و چه کارهایی انجام بدهی.

● **طراحی تمرین:** تمرین مناسب و قابل اجرا تعیین می‌کند.

● **سنجش و باز خورد:** همان‌جا کمک می‌کند بفهمی موضوع جدید را یاد گرفته‌ای یا نه.

تفاوت طراح یادگیری با معلم و تولیدکننده محتوا
کار معلم بیشتر ارائه کردن است. تولیدکننده محتوا هم مواد آموزشی می‌سازد. اما طراح یادگیری «تجربه یادگیری» را طراحی می‌کند تا یادگیری به نتیجه برسد.

نوجوان

شماره پنجم ۱۴۰۴

چرا این شغل مهم است؟

این شغل مهم است چون یادگیری را عملی می‌کند. یعنی به جای اینکه همه چیز را حفظ کنیم، تجربه می‌کنیم و این طور یاد می‌گیریم.

● همه چیز قابل فهم و قابل دسترس می‌شود: از چه نقطه‌ای باید یادگیری را شروع کنیم. خطاهایمان

در یادگیری به سرعت تشخیص داده می‌شوند و با بازخوردی کوتاه و دقیق می‌توانیم آن‌ها را اصلاح کنیم.

● طراحی‌های آن قابل تکرار و به‌روزشدنی هستند: متن‌ها، تصویرها یا ویدئوها به‌سادگی اصلاح می‌شوند و در جاهای دیگر هم مورد استفاده قرار می‌گیرند.

از چه رشته‌هایی می‌توان وارد این حوزه شد؟

دبیرستان و هنرستان، هر کدام به نحوی می‌توانند به تو کمک کنند تا در این رشته موفق شوی. چطوری؟ این طوری:

● ریاضی و فیزیک: از طریق این رشته می‌توانی الگوریتم و منطق را بهتر یاد بگیری تا مسیر یادگیری را طراحی کنی و محتوای تعاملی پایه خوبی بسازی.

● علوم تجربی: از طریق این رشته تجربه کار عملی و آزمایشگاهی به دست می‌آوری. این تجربه در طراحی آموزش‌های مرحله‌به‌مرحله و شبیه‌سازی‌ها کاربرد دارد.

● ادبیات و علوم انسانی: از طریق این رشته مهارت نوشتن، توضیح‌دادن و درک کردن روند یادگیری را فرامی‌گیری. این مهارت‌ها در ساختن محتوای آموزشی روشن و مؤثر به تو بسیار کمک می‌کنند.

● هنرستان (گرافیک یا رسانه): در این رشته‌ها یاد می‌گیری چطور محتوای دیداری قابل فهم و استاندارد بسازی.

● هنرستان (نرم‌افزار یا شبکه): در این رشته‌ها با سامانه‌های آموزش برخط آشنا می‌شوی و یاد می‌گیری ابزارها را به هم وصل کنی تا مسیر آموزشی کاملی ساخته شود.

برای اینکه طراح یادگیری ساده و سنجش پذیر بنویسی: نیاز داری؟

۱. یک مسیر یادگیری ساده و سنجش پذیر بنویسی: یعنی بتوانی یک موضوع را به چند قدم کوتاه و قابل فهم تقسیم کنی، هدف را دقیق افتاده است.

۲. با ابزارهای ساده، تصویر یا آزمون یا ویدئوی آموزشی بسازی و نرم‌افزارهای ساده، تصویر یا آزمون یا ویدئوی آموزشی بسازی و یا رایانک (تبلت) به راحتی دیده و از آن استفاده کنی (لپ‌تاپ).

۳. موضوع‌های ساخت را روشن و ساده توضیح بدهی: یعنی بتوانی با اصطلاحات پیچیده، موضوع را برای نوجوان یا بدون استفاده از اصطلاحات پیچیده، موضوع را برای نوجوان یا بزرگسال به روشنی توضیح بدهی.

۴. خطاهای یادگیرنده کجا اشتباه کرده است و چطور می‌شود راه بهتری برای یادگیری ساخت، مثلاً با تمرین‌های ساده‌تر یا بازخوردهای سریع.

طراح یادگیری در مدرسه‌های پیشرفته، برنامه‌های نوآفرین (استارت‌آپ‌ها)، طراحی آزمایشگاه‌ها حضور دارد. در واقع هر جا حضور دارد. او:

● در مدرسه‌ها و در مجموعه‌های طراحی، برنامه‌های کاربردی آموزشی، نرم‌افزارهای آموزشی و تمرین‌های تعاملی می‌سازد.

● در شرکت‌های نوآفرین شیوه کار دستگاه‌های پیچیده و کارگاه‌های فنی برای آموزش ایمنی و کاهش خطا حضور دارد.

● در فناوری‌هایی مثل واقعیت افزوده، واقعیت مجازی و آموزش‌های مبتنی بر داده، محیطی را شبیه‌سازی می‌کند تا تجربه‌ای نزدیک به واقعیت داشته باشی.

اگر این شغل برایت جالب است، از همین امروز می‌توانی تمرین‌هایی بکنی تا برای آن آماده شوی؛ مثلاً:

۱. یک موضوع کوچک انتخاب کن.
۲. سه قدم ساده برای یاد گرفتن آن بنویس.
۳. یک محتوای کوتاه (نمودار، فیلم یا راهنمای تصویری) بساز.
۴. محتوای خود را با دوست امتحان کن و بر اساس بازخورد او، مسیر را اصلاح کن.

توجه می‌کنی؟ آیا از اینکه بینی دیگران چیزی را یاد می‌گیرند، خوش حال می‌شوی؟ اگر بیشتر پاسخ‌هایت «بله» هستند، درباره این شغل بیشتر تحقیق کن، چون این مسیر می‌تواند انتخاب تو باشد.



@NOJAVAVN-PARVANEGI

نوشته‌های خود را
برای ما بفرستید.



امید آفرینان نوقلم، سلام! این صفحه پنجره‌ای
است که شما را به سرزمین رنگارنگ خیال
می‌برد؛ سرزمینی که واژه‌ها در آن پروانه
می‌شوند و پرواز می‌کنند. با ما همراه باشید و
دل به تماشای پروانگی بسپارید.

من از عهد آدم تو را دوست دارم
از آغاز عالم تو را دوست دارم

چه شب‌ها من و آسمان تا دم صبح
سرودیم نه‌نم: تو را دوست دارم

نه خطی، نه خالی، نه خواب و خیالی
من ای حس مبهم تو را دوست دارم

سلامی صمیمی‌تر از غم ندیدم
به اندازه غم تو را دوست دارم

جهان یک دهان شد هم‌آواز با ما:
تو را دوست دارم، تو را دوست دارم...

قیصر امین‌پور

الهیة عزیز، سروده‌ات تصویرسازی لطیف و شاعرانه‌ای دارد؛ ترکیب
«لالایی مرگ» برای زمستان خیلی تأثیرگذار است و حس سردی
و خاموشی این فصل را به‌خوبی منتقل می‌کند. «ردای زرد خزان»
نیز استعاره‌های زیباست، اما پایان شعرت شکل توضیحی به خود
گرفته است. اگر تصویری تازه یا ضربه شاعرانه قوی‌تری به کار
می‌پردی شعرت اثرگذارتر می‌شد. سروده‌های جدیدت را چشم
در راهیم.

پروانگی

مربی و منتقد:

زمستان

الهه اسدی، پایه هفتم، کرمان
زمستان،

لالایی مرگ می‌خواند
بر گوش خسته خاک.

و خزان،

بر تن زمین،

ردای زرد خویش را

می‌کشد،

آرام و بی‌صدا.

۲۸

برفی و خانه آبنباتی

زهره اابدی، پایه هفتم، ملایر

برفی عاشق شکلات و آبنبات بود و آرزوی بزرگی داشت. او دلش می‌خواست یک روز بتواند
با تافی‌های رنگ‌وارنگ برای خودش یک خانه درست کند. برای همین دست به کار شد و از
مغازه شکلات فروشی دو بیست کیلو شکلات رنگین کمانی خرید و با شوق و ذوق زیاد برای
خودش یک خانه شکلاتی ساخت. خانه‌ای کوچولو که دیوارها، کف و سقفش از جنس
شکلات بودند. بالاخره وقتی شب از راه رسید، برفی که حسابی خسته شده بود، رفت تا
در خانه شکلاتی‌اش بخوابد، اما نتوانست؛ چون شکلات‌ها خیلی چسبناک بودند و به
دست و پای او می‌چسبیدند.

برفی غمگین و خسته بلند شد تا از خانه شکلاتی‌اش بیرون برود و جای دیگری
برای خوابیدن پیدا کند، اما پایش روی یکی از تافی‌های کف خانه سُر خورد و تالایی
افتاد روی زمین. خواست شکلاتی را که به پایش چسبیده بود بردارد، اما روی زمین هیچ
شکلاتی نبود. چشم‌هایش را مالید و با دقت به اطراف نگاه کرد، و بعد بی‌صدا خندید.
عجب خواب شیرینی بود!

نوجوان

شماره ۴ بهمن ۱۴۰۴



حدیثه جمالی، پایه نهم، تهران

ابری اومد تو آسمون
زیر زیرکی، آروم آروم
با خود می گفت زیر لبش
اینور برو، اینور بمون
گلدونی بود رو پشت بوم
خوشگل و زرد و باشگون
گفتش به ابر مهربون
بارون بیا پیشم بمون
بارون اومد چه بی امون
رو سر گلبرگای اون
گفت گل زرد قصه موم
ممنونم ابر مهربون
تو هستی عین باغبون
بارون که شد آروم آروم
دراومدش رنگین کمون

حدیثه عزیز، شعرت لطیف و کودک پسند است که با آهنگ (ریتم) روان و شاد، و زبان ساده و صمیمی به راحتی در ذهن کودک می نشینند. ابر، گلدان، باران و رنگین کمان تصویرهای زیبایی از طبیعت اند که پیام مهربانی و شکرگزاری را منتقل می کنند. البته در بعضی از بیت ها، قافیه کمی ناهماهنگ می شود؛ مثل: «زیر زیرکی، آروم آروم» یا: «با خود می گفت زیر لبش». اگر در بازنویسی، قافیه ها را کمی منظم تر کنی، ساختار شعرت محکم تر خواهد شد. منتظر سروده های تازه ات هستیم.

محمد رضا ناصری، پایه هفتم، تهران
تو مثل یک نور پاک
نشان دادی راه را
میان شب های تار
تو آوردی ماه را

آیه آیه حرف تو
گوارا بود مثل آب
نوشته شد خط به خط
میان جان کتاب

گفتی راه خداوند
هست راهی آرام و شاد
پر از گل و ترانه
به سرسبزی شمشاد

در آخر نماز
میان هر دعایم
اسم تو مهربانی
می آورد برایم

نظر مربی: زهرای عزیز، قصه ات بوی شکلات می دهد و در آن از تخیل زیبا و متناسب با دنیای کودک بهره گرفته ای. زبانت ساده و صمیمی است و اگر بعضی از جمله ها را کوتاه تر کنی، ضرب آهنگ کودکانه تری پیدا می کند. عنصر غافلگیری (بیدار شدن از خواب) قشنگ است و به باور پذیر شدن قصه کمک می کند. البته اگر قبل از آن حس و حال برفی را در خانه شکلاتی کمی بیشتر توصیف کنی، پایان اثر گذارتری خواهد داشت. در بعضی جمله ها، فاصله منطقی داستانی اندکی کم می شود. (مثلاً چرا خانه اش این قدر چسبناک بود؟ یا چرا در خواب حس واقعی داشت؟) اگر برای گروه سنی پایین است، همین میزان ساده سازی خوب است، اما برای گروه بالاتر، کمی توضیح یا طنز اضافه، آن را شیرین تر می کند. منتظر قصه های قشنگ و جدیدت هستیم.

محمد رضای عزیز، شعرت سرشار از لطافت و صفاست که در آن با زیبایی ساده و روشن از پیام مهربانی ها (ص) سخن گفته ای. وزن شعر روان است و مخاطب به راحتی آن را خواهد خواند. قافیه ها یکدست هستند و تصویرهای شاعرانه نیز ملموس و ساده اند. پیام ارزشمند شعرت نیز مهربانی و الهام بخشی است. سروده های جدیدت را چشم به راهیم.

هنرمندان نو قلم و
دوستان عزیز رشد نوجوان
شما هم می توانید دل نوشته های
زیبایتان را برایمان بفرستید تا
اولین پروازتان را در «پروانگی»
تماشا کنیم.

راه های ارتباطی شما برای فرستادن متن و داستان، رایانامه مجله است به نشانی:

nojavan@roshdmag.ir

یا شماره پیامک ۳۰۰۰۸۹۹۵۹۶



رودکی سرچشمه شعر فارسی

محمود پوروهاب

شاعران
نامی ایران

۳۰

نوجوان

شماره پنجم ۱۴۰۴

رودکی نخستین شاعر بزرگ ایرانی است. او را به خاطر شعرهای فراوان، و مهارت بی نظیری که در سرودن انواع شعر داشت، «پدر شعر فارسی» می‌گویند. سروده‌های رودکی بیش از ۱۰۰ هزار بیت بوده است، اما متأسفانه از آن همه شعر تنها هزار بیت باقی مانده است. درباره یکی از شعرهای بسیار معروف او، «بوی جوی مولیان»، همه پژوهشگران یک قصه را حکایت کرده‌اند و این قصه نشان می‌دهد که رودکی علاوه بر اینکه شاعر بزرگی بوده، خواننده و موسیقی‌دان چیره‌دستی هم بوده است.

بوی جوی مولیان آید همی
یاد یار مهربان آید همی

آب جیحون از نشاط روی دوست
خنگ ما را تا میان آید همی

ریگ آموی و درشتی‌های او
زیر پایم پرنیان آید همی

ای بخارا شاد باش و شاد زی
میر زی تو میهمان آید همی

میر ماه است و بخارا آسمان
ماه سوی آسمان آید همی

میر سرو است و بخارا بوستان
سرو سوی بوستان آید همی



نکته مهم

واژه «زی» در این بیت:

ای بخارا شادباش و شاد زی
میر زی تو میهمان آید همی

همچون برخی واژه‌های دیگر که دو یا چند معنی دارند، دارای دو معنی است که ما در یک جمله کامل متوجه معنای آن می‌شویم. نمونه این‌گونه واژه‌ها «باد» است که دو معنی دارد: هم به معنی باد و هواست هم به معنی باشد. جمله «تولدت مبارک باد»، یعنی تولدت مبارک باشد. یا کلمه‌هایی مثل شیر. آهو. باز. نوا و مانند این‌ها. شاعران در شعر این نوع کلمه‌ها را کنار هم می‌آوردند که به آن «جناس» می‌گویند. در اینجا نیز رودکی «زی» را در یک بیت آورده است که اولی «شاد زی» است، یعنی شاد زندگی کن و «زی» به معنای زیستن است، و در مصراع دوم، «زی» به معنای به‌سوی است و می‌خواهد بگوید امیر چون مهمانی عزیز به‌سوی تو می‌آید.

خلاصه زندگی رودکی

ابوعبدالله جعفر بن محمد رودکی در سال‌های ۲۵۰ تا ۲۶۰ قرن سوم هجری در یکی از روستاهای «رودک» سمرقند به دنیا آمد. او دارای هوش و استعداد بی‌نظیری بود. او در نوجوانی یا جوانی، هم حافظ کل قرآن بود و هم از موسیقی‌دان بزرگی به نام ابوالعبک بختیار نواختن برپت یا چنگ را یاد گرفت. شاید همین خواندن و نواختن بود که او را به باغ‌های رنگارنگ شعر و شاعری کشاند. تا اینکه بزرگ‌ترین شاعر دربار سامانی، و بزرگ‌ترین شاعر زمان خود شد.

بیشتر شاعران و محققان قدیم و جدید آورده‌اند که رودکی کور مادرزاد بود. حتی فردوسی هم در «شاهنامه» به کوری او اشاره می‌کند و می‌گوید کسی کتاب «کلیله و دمنه» را برای او می‌خواند و او آن‌ها را به شعر در می‌آورد. اما بعضی از پژوهشگران معتقدند او نباید کور مادرزاد بوده باشد، زیرا در شعرهایش نشانه‌های زیادی از رنگ و دیدن وجود دارد. بنابراین باید در آخر عمر نابینا شده باشد یا اینکه او را کور کرده‌اند.

شعرهای رودکی ساده، صمیمی و پر از احساس و معنی هستند. خودش هم در قصیده‌ای به آسان بودن شعرش اشاره کرده است:

«لفظ همه خوب و هم به معنی آسان

جز به سزاوار میر گفت ندانم»

آرامگاه رودکی هم‌اکنون در روستای بُنج رودک در نزدیکی پنجکنت در ۱۷۰ کیلومتری شمال شهر دوشنبه، و در خاک جمهوری تاجیکستان قرار دارد.

شرح قصه

همه در خانه بزرگی جمع شده بودند تا با هم مشورت کنند. وزیر گفت: «دوستان الان بیش از یک سال است که ما به همراه امیر سامانی به هرات آمده‌ایم. فکر می‌کردیم تنها تابستان را در اینجا خواهیم ماند، اما تابستان و پاییز و بهار هم گذشتند؛ گویی امیر بزرگ هیچ قصد بازگشت به بخارا را ندارد. باید چه کنیم؟»

یکی از بزرگان مجلس گفت: «بله، همه ما از دوری خانواده خود دل‌تنگ و نگرانیم. این سفر بیش از حد طول کشیده! واقعاً باید کاری کرد.»

یکی دیگر گفت: «درست است! چقدر باید صبر کنیم تا امیر بزرگ، نصر بن احمد سامانی از هوای پاک و دل‌نواز هرات دل‌بکند و به‌سوی بخارا به حرکت درآید؟! آه کسی را هم جرئت و شهامت این نیست که مستقیماً از امیر این موضوع را درخواست کند. تنها راه این است که به اتفاق هم تقاضای خود را با نثری شیوا و پر از احساس بنویسیم و به دست امیر بدهیم؛ شاید تأثیرگذار باشد.»

وزیر گفت: «فکر خوبی است، اما نثر و نامه به کار نمی‌آید.» آن وقت نگاهی به رودکی کرد که در گوشه مجلس نشسته بود و ادامه داد: «شعر تأثیرگذاری‌اش بیشتر است. اگر استاد رودکی بتواند شعری بگوید و امیر را برای رفتن به بخارا تشویق کند، جایزه بزرگی از طرف همه ما خواهد داشت.»

همه نگاه‌ها به طرف رودکی برگشت. یکی فریاد زد: «استاد یک شعر جادویی بگو و دلش را جادو کن!» همه خندیدند. رودکی نیز لبخندی زد و گفت: «حال که این‌طور است، من تمام سعی خودم را می‌کنم. امیدوارم بتوانم موفق شوم.» همان روز رودکی شعر بوی جوی مولیان را سرود و آن را با ساز و آواز در مجلس بزم امیر سامانی خواند. شعر و آواز او چنان تأثیرگذار بود که هنوز شعر به آخر نرسیده، امیر ناگاه از جا برخاست و بدون کفش بر اسب نشست و به‌سوی بخارا حرکت کرد.





رسم هم‌سایه‌گی

حسین امینی پویا

رسم زندگی

۳۲

نوجوان

شماره ۱۴ بهمن ۱۴۰۴

ارتباط با همسایه‌ها بخش مهمی از زندگی اجتماعی ماست. نباید تصور کنیم همسایه کسی است که بی‌هیچ ارتباطی با ما، برای خودش در همسایگی ما زندگی می‌کند! وی بخشی از زندگی اجتماعی و آرامش و امنیت فردی و خانوادگی ماست. همسایه‌ها در آرامش ساختمان، امنیت محله، نظافت کوچه و خیابان، و حتی در شکل‌گیری و تربیت بچه‌های محل نقش دارند.

محله‌ای که در آن زندگی می‌کنیم نیز فقط تعدادی کوچه و خیابان، و مغازه و ساختمان نیست. به‌نوعی خانه‌دوم ماست و اگر افرادی که کنار هم در آنجا زندگی می‌کنند، یعنی همسایگان، رابطه خوبی با هم داشته باشند و مهربان، همدل و دلسوز باشند، معلوم است که محله برای همه به یک خانه امن دوست‌داشتنی تبدیل می‌شود. بله همسایگی نوعی هم‌زیستی مسئولانه است. از همین رو در تعالیم اسلامی توصیه شده است، هنگام انتخاب خانه برای خرید و سکونت، ابتدا به همسایه‌ها توجه کنیم. به‌عنوان نمونه، **امام علی (ع)** فرموده است: «سَلِّ عَنِ الْجَارِ قَبْلَ الدَّارِ». پیش از خانه از حال و روز همسایه‌ها بپرس. یعنی پیش از خرید خانه ببین همسایه‌ها چه کسانی هستند (میزان الحکمه، جلد دوم: ۹۱۸). چه‌بسا شما با همسایه‌ای سال‌های سال باید در ارتباط باشید. پس لازم است به‌دنبال رابطه‌ای سالم و پایدار باشیم. چگونگی ارتباط سالم و درست با همسایه‌ها چیزی است که همه ما باید آن را بیاموزیم. می‌بینید که تعامل درست با همسایه‌ها فقط یک توصیه اخلاقی ساده نیست، بلکه راهی است برای سلامت زیستن و ساختن جامعه‌ای امن و با نشاط. ساکنان یک روستا یا یک شهر کوچک که معمولاً با نام و خصوصیات اخلاقی و روحی اطرافیان و همسایگان خود آشنا می‌باشند، با یکدیگر کم‌وبیش ارتباط نزدیک دارند و به هنگام لزوم به یاری یکدیگر می‌شتابند. اما در شهرهای بزرگ به نسبتی که جمعیت زیاد می‌شود، دایره ارتباط و آشنایی محدودتر و افراد از نظر روحی از هم دورتر می‌شوند؛ به‌طوری که می‌بینیم مردمانی هر روز از کنار هم می‌گذرند، بدون اینکه حتی به یکدیگر سلام کنند. متأسفانه تکاپوی سرسام‌آور زندگی شهری، بی‌توجهی به مسائل اخلاقی، خودخواهی‌ها و شدت رقابت‌ها فرصت

و امکان آشنایی و ارتباط درست را از بسیاری از آدم‌ها گرفته است؛ تا جایی که امروزه خانواده‌ها گاه همسایه دیواربه‌دیوار خود را نیز به‌زور می‌شناسند.

در این وانفسا به‌راستی رعایت حقوق انسانی و به‌ویژه توجه به حقوق همسایگی است که می‌تواند مانعی برای رشد چنین غربت و تنهایی فراگیری شود و به جامعه طراوتی دوباره ببخشد. همان حقوقی که دین ما به‌شدت بر آن تأکید کرده است؛ تا جایی که مردم‌داری و سلوک شایسته با دیگران، به‌خصوص همسایه‌ها، نشانه ایمان و از زمینه‌های فراوانی روزی و آبادانی خانه‌ها و از عواملی طول عمر شمرده شده است. پیامبر (ص) فرموده است: «با همسایه‌ها نیکو همسایه‌داری کن تا مؤمن باشی.» **امام رضا (ع)** فرموده است: «حسن همسایگی روزی را زیاد می‌کند» (میزان الحکمه جلد دوم: ۹۱۷). و نیز فرموده است: «حسن همسایگی، خانه‌ها را آباد و عمرها را زیاد می‌کند» (پیشین). حقوق همسایگی را باید پاس داریم و ارتباطی شایسته با همسایه‌ها پایه‌ریزی کنیم.

چند اصل مهم در ارتباط با همسایگان

● **احترام متقابل:** تعامل با همسایه‌ها همه‌جا باید محترمانه باشد. سلام کردن به بزرگ‌ترها، رعایت ادب در گفت‌وگو، همدلی و همراهی، گذشت و پرهیز از بگومگو با آن‌ها، و احترام به همسایه‌ها نشانه ارتباط سازنده با آن‌هاست.

● **حفظ امنیت و آرامش همسایه:** هر خانواده حق دارد در خانه‌اش آسایش و آرامش داشته باشد. این ابتداترین حق همسایه است. پس رعایت سکوت به‌خصوص در ساعت‌های استراحت و به‌ویژه شب‌ها وظیفه ماست. درست است که بازی و شادی نیز حق ماست، اما باید مواظب باشیم هنگام بازی، مهمانی و تفریح، سروصدای ما کنترل شده باشد و مزاحمتی برای همسایه‌ها به وجود نیآورد. به‌علاوه هر کس در خانه خودش راحتی و امنیت می‌خواهد، پس سرک کشیدن از پنجره در جست‌وجوی مسئله‌های شخصی و سردرآوردن از اسرار همسایگان درست نیست.

استفاده از فضاهای مشترک، مثل راه‌پله، حیاط یا آسانبر (آسانسور) در مجتمع‌های مسکونی حق همه است، پس نباید آن‌ها را اختصاصی بدانیم. باید نظافت را همه‌جا رعایت

کنیم. زباله را سر وقت و به شکل مناسب بیرون ببریم. حواسمان باشد که راه پله یا آسانبر را کثیف نکنیم. اگر جایی را ناخواسته کثیف کردیم خودمان آن را تمیز کنیم.

● **یاری و همدلی:** گاهی همسایه‌ها به کمک نیاز دارند. باید تا آنجایی که می‌توانیم به آن‌ها کمک کنیم؛ کمک‌هایی مثل خرید کردن برای پیرمرد یا پیرزنی تنها که در همسایگی ما زندگی می‌کند، آبدادن به گل‌های همسایه که به سفر رفته و این کار را به خانواده ما سپرده است، کمک به همسایه‌ای که کیسه خریدش سنگین است، یا باز نگه‌داشتن در برای همسایه، وقتی

با دست‌ان پر دقیقاً پشت سر شما وارد می‌شود. حتی این کار کوچک نیز ارزشمند است و می‌تواند رابطه‌ها را گرم‌تر کند.

● **حفظ حریم‌ها:** رابطه خوب با همسایه‌ها، یعنی دوستی بدون افراط و تفریط؛ یعنی دوستی با حفظ حریم‌ها. پس باید حریم شخصی و خانوادگی همسایه‌ها محترم شمرده شود و نباید وارد مسائل خصوصی زندگی همسایه‌ها شویم. اگر پسر یا دختر همسایه با ما درد دل کرده است، رازهای وی و خانواده‌اش را هیچ‌وقت برای دیگران بازگو نکنیم.

● **ملاحظه‌های اخلاقی در ارتباط با همسایگان:** ما نوجوانان در ارتباط با همسایگان باید پاره‌ای ملاحظه‌های احتیاطی و اخلاقی ویژه را نیز در نظر داشته باشیم. این درست است که امکان دارد با بعضی همسایه‌ها به‌نوعی احساس صمیمیت کنیم، اما حواسمان باشد که نباید به همه آن‌ها اعتماد کامل و بی‌قید و شرط داشته باشیم. به‌رحال ما از همه آن‌ها شناخت کافی نداریم. غیر از این است که ما آن‌ها را در ارتباط‌های کوتاه و روزمره می‌بینیم و با آن‌ها رفت‌وآمد محدودی داریم؟ این‌ها مگر برای شناخت آدم‌ها کافی است؟ ما از گذشته آن‌ها چه می‌دانیم؟ خصوصیات اخلاقی آن‌ها را مگر می‌شناسیم؟ حتماً بعضی از همسایه‌ها واقعاً خوب و قابل اعتمادند، اما ما که همه همسایه‌ها را نمی‌شناسیم، پس چه لزومی دارد که به همه آن‌ها از هر جهت اعتماد کنیم. اعتماد مثل کلید خانه است. مگر این کلید را به هر کسی می‌دهید؟ اگر فقط دست اعضای خانواده و افراد نزدیک قابل اعتماد، مثل خاله، عمو و... باشد، خیالتان راحت است، اما اگر این کلید به دست افراد غریبه و ناجور بیفتد، معلوم است که امنیت خانه و خانواده به خطر می‌افتد. اعتماد مثل همین کلید است. نباید آن را به هر کسی بدهیم. پس در ارتباط با همسایه‌ها نباید به‌راحتی به همه اعتماد کنی. من نمی‌گویم به همه بی‌اعتماد باشی و به آن‌ها با چشم بدبینی نگاه کنی،

می‌خواهم بدانی چه کارهایی انجام دهی که از خطرهای احتمالی مثل سوءاستفاده، مزاحمت و آسیب‌های دیگر در امان بمانی.

● **پرهیز از اعتماد بی‌جا:** همه همسایه‌ها محترم‌اند، اما این دلیل نمی‌شود که همه حرف‌ها و یا خواسته‌هایشان را چشم‌پسته قبول کنی. اعتماد باید بر اساس تجربه‌های مثبت و در گذر زمان شکل بگیرد، نه صرفاً به دلیل همسایگی.

● **راز نگه‌داشتن‌های خطرناک:** رازداری حدومرز دارد. گاهی نگه‌داشتن یک راز خطرناک است. اگر همسایه‌ای گفت این موضوع بین خودمان بماند، اگر مسئله‌ای بوده است که به تو هم مربوط می‌شد، این پیشنهاد مشکوک است. باید این موضوع را به سرعت به پدر و مادرت بگویی. بدت باشد حرف‌ها و رازهایی را که باعث ترس، نگرانی و تهدید تو می‌شوند، نباید پیش خودت نگه‌داری.

● **حساسیت نسبت به تماس بدنی یا شوخی‌های زشت و ناجور:** ارتباط صمیمی همه‌جا بد نیست، اما حفظ حدومرز در رابطه‌ها نیز همه‌جا لازم است. پرهیز از شوخی‌های بد یا حساسیت‌داشتن نسبت به تماس بدنی، باید مرز رفتاری تو باشد. اگر همسایه‌ای چنین رفتاری داشت معلوم است که باید از او فاصله بگیری. کسی حق ندارد بدن تو را بی‌دلیل لمس کند یا تو او را به کاری وادار کند که دوست نداری.

● **ارتباط و ملاقات در مکان‌های عمومی:** بهتر است ملاقات، بازی و هر نوع ارتباط دیگر را در حیاط به این بهانه که می‌خواهد مورد جالبی را به تو نشان بدهد، بدون رودربایستی رد کنی. یا اگر از تو پول یا کلید جایی را خواست، نباید قبول کنی. باید رک بگویی در این کار باید از پدر و مادر اجازه بگیری. بدت باشد هر پیشنهاد مشکوک و غیرمعمول دیگر را نیز باید رد کنی و نپذیری. باید هوشیار باشی و بدانی درست است که همسایه‌ها محترم‌اند و با آن‌ها باید خوش‌رفتار بود، اما هر ارتباطی با آن‌ها باید همراه با حدومرز، آگاهی و احتیاط باشد.





آشنای مریم (س) گفت و گو با زکریا نبی (ع)

مطهره طاهری

صبح شده است. آفتاب کم‌رنگی از پنجره‌های غبارگرفته مسجد می‌آید تو، تلفن همراهم را نگاه می‌کنم. ساعت هشت است و گوشی دو درصد بیشتر شارژ ندارد. هر چه شارژ گوشی کم‌تر می‌شود، ضربان قلبم تندتر می‌شود. گرسنه و تشنه‌ام. از دیروز راهم را گم کرده‌ام و به این مسجد پناه آورده‌ام. می‌ترسم اگر گوشی خاموش شود که تا چند دقیقه دیگر این اتفاق می‌افتد، کسانی که به دنبالم می‌آیند پیدا می‌نکنند. تا کی باید اینجا صبر کنم؟ باید منتظرشان بمانم یا پیاده راه بیفتم تا برسیم به جایی؟ نکند در بیابان گم شوم؟! دیشب صدای پارس سگ می‌آمد. نکند گیر آن‌ها بیفتم؟! قرآن خطی وقف مسجد را می‌چسبانم به سینه‌ام و شروع می‌کنم به خواندن تا آرامم کند. به سوره آل عمران رسیده‌ام. در عالم خیال حضرت زکریا (ع) را می‌بینم.

من: درود خدا بر شما جناب زکریا. خیلی خوش‌حالم که امروز در خدمت شما هستم. خیلی دوست دارم از سرگذشت افراد تأثیرگذاری مثل شما با خبر شوم. می‌توانید کمی از خودتان برایم بگویید؟

زکریا (ع): درود بر شما. من سال‌های طولانی در خانه خدا، یعنی مسجدالاقصی، خدمت می‌کردم. کتاب تورات را می‌خواندم و با خدا راز و نیاز می‌کردم. حتی ندای فرشته وحی را شنیده بودم. ولی مهم‌ترین اتفاق زندگی من آشنایی با مریم (س) پاک بود.

من: این آشنایی چطور شروع شد؟

زکریا (ع): ما فامیل بودیم. همسر و مادر مریم خواهر بودند (بحار الانوار، ج ۱۴: ۲۰۲). مادر مریم وقتی باردار بود نذر کرد، بچهاش را وقف خدمت به خدا کند (آل عمران / ۳۵). یعنی وقتی بزرگ شد، برای عبادت و خدمت به مسجد بیاید. خدا هم نذرش را قبول کرد. آنجا بود که من سرپرستش شدم (آل عمران / ۳۷).

من: چه کسی شما را انتخاب کرد؟ خود مریم (س) یا مادرش؟

زکریا (ع): راستش هیچ کدام. از آنجایی که مریم، دختر عمران، بزرگ یهودیان بود، خیلی‌ها دوست داشتند سرپرست مریم بشوند تا جای عمران را در معبد بگیرند. من هم داوطلب بودم، ولی علتش این بود که فرزندی نداشتم و مریم را مثل دختر خودم می‌دانستم. خلاصه بحث و جدل بین کاهن‌ها بالا گرفت و قرار شد قرعه بیندازند. همه قلم‌هایشان را توی آب انداختند. مال همه به عمق آب رفت و قلم من ماند. این شد که به خواست خدا من سرپرست مریم شدم (آل عمران / ۴۴).



مریم توی اناقکی کنار مسجد زندگی می کرد. آنجا را تمیز می کرد و بیشتر وقتش را به عبادت و یادگیری می گذراند. من سرپرست و معلمش بودم، تا اینکه یک روز جایمان عوض شد.
من: واقعا؟ چطور؟

زکریا (ع): مدتی بود که هر بار به دیدن مریم می رفتم، خوراک خاصی پیشش بود (آل عمران / ۳۷). میوه و چیزهایی که به راحتی آن اطراف پیدا نمی شد (تفسیر المیزان، ذیل آیه ۳۷ سورة آل عمران). یک بار از او پرسیدم: «این غذاها از کجاست؟» جوابش تکلم داد. گفت: «از جانب خدا. خدا به هر کس که بخواهد بی حساب روزی می دهد.»

فکرش را بکنید! من سالها تورات خوانده بودم، ولی خدا را آن جور که مریم شناخته بود، نشناخته بودم. مثل مریم صدایش نکرده بودم. همان وقت از پیش مریم رفتم به محل عبادتم و از ته دل خدا را صدا زدم (آل عمران / ۳۸).

من: به خدا چی گفتید؟

زکریا (ع): من و همسرم هردو پیسر بودیم. از وقتی جوان بودیم بچه دار نشده بودیم. از نظر معیارهای طبیعی، داشتن فرزند برای ما ناممکن بود (آل عمران / ۴۰). من هم چون فکر می کردم نمی شود، از خدا نمی خواستم. ولی وقتی دیدم مریم گفت خدا بی حساب روزی می دهد و آن میوه ها را پیشش دیدم، تازه فهمیدم که خدا اگر بخواهد کاری کند، معطل این حساب و کتابها نمی ماند (اشاره به غیر حساب در آیه ۳۷ سورة آل عمران). این شد که من هم از ته دلم خواستم که خدا فرزند پاکیزه و همانجا در محراب که بودم، مژده یحیی به من داده شد (آل عمران / ۴۰).

من: پس به نظر شما حضرت مریم (س) مقدمه ولادت یحیی پیامبر را فراهم کردند؛ درست است؟

زکریا (ع): بله، همین طور است. حتی می خواهم جلوتر بروم. تولدمعجزه گون یحیی، از زن و شوهری پیر و نازا، کمک کرد به پذیرش تولد عیسی (ع) در جامعه. یعنی خداوند با تولد یحیی کمی ذهن مردم را برای پذیرش معجزه بزرگتر که تولد عیسی (ع) بود، آماده کرد.^۱

من: خب به جای جذاب ماجرا رسیدیم. کمی از ماجرای تولد عیسی (ع) برایم می گویند؟ برای شما سخت و سنگین نبود؟

۱. تفسیر المیزان به شباهت های داستان حضرت عیسی و یحیی اشاره می کند. خود قرآن هم شهادت می دهد: «كَذَلِكَ اللَّهُ يَفْعَلُ مَا يَشَاءُ» (آل عمران / ۴۰) و «كَذَلِكَ اللَّهُ يَخْلُقُ مَا يَشَاءُ» (آل عمران / ۴۷).

زکریا (ع): من می دانستم که مریم برگزیده الهی است. مدتی قبل از آن، روزی مریم وارد نمازخانه بیت المقدس شد و بین نمازگزاران آمد. خب شاید از نظر شما چیز عجیبی نباشد، ولی آن زمان یهود زن ها را ناپاک می دانست و اجازه نمی داد هیچ زنی وارد عبادتگاه بشود. مریم که وارد شد، خیلی از کاهن ها عصبانی شدند. ولی مریم گفت که فرشته ها با او صحبت کرده اند و گفته اند خداوند او را از میان زنان عالم برگزیده و به او امر کرده است که در معبد عبادت کند (آل عمران / ۴۴). من باور کردم (آل عمران / ۴۳). چون سرپرست مریم بودم، می شناختمش و می دانستم که جز راست نمی گوید. به همین خاطر وقتی مریم با عیسی به اورشلیم برگشت، من تعجب نکردم؛ چون مریم به من یاد داده بود که برای خدا هر چیزی شدنی است.

من: پس شما از اول به پاکی مریم ایمان داشتید. اما واکنش مردم و کاهنان چطور بود؟ در قرآن آمده است که حضرت مریم خیلی ناراحت بودند.

زکریا (ع): بله، متأسفانه واکنش مردم و به خصوص همان کاهنانی که روزی دنبال سرپرستی اش بودند، خیلی خوب نبود. می دانید، مریم پیش از تولد عیسی، از مردم کناره گرفت (مریم / ۲۲). و بعد از مدتی با یک نوزاد برگشت. بعضی ها به او تهمت زدند و چیزهایی گفتند که قطعاً شنیدنش برای هر کسی سخت است (مریم / ۲۷).

من: در آن شرایط سخت، مریم چطور توانست پاکی خودش را ثابت کند؟

زکریا (ع): خب خدا بنده هایش را تنها نمی گذاشت. به مریم فرمان داد ساکت باشد و هر کس سؤالی از او پرسید به نوزاد اشاره کند (مریم / ۲۹). مردم مسخره کردند. گفتند: «آخر چطور با نوزاد حرف بزنیم؟! ولی عیسی کوچک زبان باز کرد! من: و چی گفت؟»

زکریا (ع): گفت: «بی تردید من بنده خدایم. به من کتاب عطا کرده و مرا پیامبر قرار داده است. هر جا که باشم بسیار بابرکت و سودمندم و مرا تا زنده ام به نماز و زکات سفارش کرده است. مرا نسبت به مادرم نیکوکار گردانیده و گردنکش و تیره بختم قرار نداده است» (مریم / ۳۳-۳۰).
من: از آن قسمتی که درباره مادرش صحبت می کند، خیلی خوشم آمد.

زکریا (ع): بله این طوری هم به مادرش دلگرمی داد و هم پاسخ گوی کسانی شد که به مریم پاک توهین کرده بودند.

من: خیلی ممنون. با نوجوان ها صحبت پایانی دارید؟
زکریا (ع): از خدا بخواهید. فکر نکنید اینکه نمی شود. هر چیزی برای خدا ممکن است. از او بخواهید. اگر به صلاحتان باشه انجامش می دهد. هیچ کاری برای خدا سخت نیست.

صدای ویریه کوتاه گوشه خبر می دهد که خاموش شده است. دکمه کنارش را فشار می دهم. بله، خاموش است. دیگر راه ارتباطی ندارم. چشمانم را می بندم و می گویم: «خدایا خودت کمکم کن. می دانم که هر کاری می توانی بکنی؛ با اسباب یا بی اسباب.»

عبور از سرما و گرما

حبیب یوسفزاده

بدنمان پوشیده باشد. پیراهن آستین کوتاه می‌تواند موجب آفتاب‌سوختگی بازوها و دست‌ها شود. همچنین باید با استفاده از کلاه مخصوص یا دستمال، سر و گردن را خوب بپوشانیم؛ و گرنه پس از بازگشت باید منتظر یک پوست‌اندازی دردناک باشیم.

عینک آفتابی مقاوم در برابر اشعه ماورای بنفش در کوهستان از واجبات است. به‌ویژه در زمستان که برف نور خورشید را بازتاب می‌دهد، اگر عینک مناسب نداشته باشید، می‌تواند به آسیب‌های جدی منجر شود. به‌علاوه هر کوه‌نوردی باید در کوله‌اش کرم ضد آفتاب داشته باشد و هر دو ساعت یک‌بار صورت خود را عایق‌کاری کند.

لازم است کوه‌نورد یک جفت جوراب یدکی همراه داشته باشد. چون پس از مدتی راه‌پیمایی جوراب‌ها در اثر تعریق نمناک می‌شوند و ادامه راه با جوراب خیس می‌تواند باعث تاول و زخم شود.

تجربه ثابت کرده است که در سرما، دستکش‌هایی که انگشتی‌های آن‌ها سوا نیستند و در آن‌ها چهار انگشت دست کنار هم قرار می‌گیرند، مناسب‌ترند. در هوای برفی استفاده از دستکش دولایه، که لایه بیرونی آن ضدآب باشد، گزینه بهتری است.

یکی دیگر از تجهیزاتی که ارزش حیاتی دارد، یخ‌شکن‌های مخصوصی است که باید زیر کفش بسته شوند. در شیب‌های یخ‌زده که امکان سر خوردن و به فنا رفتن زیاد است، یخ‌شکن‌ها می‌توانند جانتان را نجات دهند. البته بهتر است نحوه بستن و استفاده از آن‌ها را قبلاً در خانه تمرین کنید تا در صورت نیاز، سرعت عمل داشته باشید.

فراموش نکنید که چه در سرما و چه در گرمای موقع راه رفتن بدن عرق می‌کند و آب از دست می‌دهد. بنابراین حتی اگر احساس تشنگی نمی‌کنید، هر از گاهی باید جرعه‌ای آب بنوشید؛ چون موقع عرق کردن املاح بدن نیز کم می‌شوند. بهتر است در یک لیتر آب چهار قاشق غذاخوری شکر و یک

در ادامه چند نکته مهم برای مقابله با گرما و سرما در طبیعت را مرور می‌کنیم:

یکی از نکته‌های مهم طبیعت‌گردی، جنس و طرز پوشیدن لباس است. اگر موقع کوه‌نوردی زیرپیراهن پنبه‌ای به تن داشته باشید، طولی نمی‌کشد که خیس عرق می‌شود و لباس خیس در معرض باد سرد می‌تواند در دسرساز باشد. پس لازم است اولاً به جای یک یا دو پوشاک ضخیم، لباس‌تان چند لایه باشد:

- لایه اول (بیس‌لیر) باید از جنس مخصوصی باشد که رطوبت بدن را به بیرون انتقال دهد و سریع خشک شود.

- لایه میانی باید یک پیراهن ضخیم‌تر باشد که هر وقت خواستید از تن درآوردید یا بپوشید.

- لایه بیرونی بهتر است از جنس خاصی موسوم به «گورتکس» باشد. این نوع پارچه‌ها از نفوذ باران جلوگیری می‌کنند، اما بخار بدن را به بیرون انتقال می‌دهند.

- همچنین داشتن یک بادگیر برای مواقع طوفانی و باران‌گیر (پانچو) برای هنگام بارندگی را نباید فراموش کرد.

یکی دیگر از چیزهایی که در ارتفاعات خودش را بیشتر نشان می‌دهد، اشعه ماورای بنفش (یو وی) است. در ارتفاعات به دلیل رقیق‌تر شدن هوا، شدت این اشعه مضر خورشید بیشتر می‌شود. بعضی‌ها خیال می‌کنند در هوای ابری خبری از این پرتوهای آسیب‌زا نیست، اما باید بدانید که اشعه ماورای بنفش از ابرها هم عبور می‌کند. پس لازم است در طبیعت تمام

خیلی وقت‌ها در هوایی آفتابی و دلپذیر از خانه بیرون می‌زنید تا گشتی در کوهستان بزنید و از هوای خوب و منظره‌های روح‌بخش آن لذت ببرید. اما همین‌که مقداری بالا می‌روید و ارتفاع می‌گیرید، ناگهان ورق برمی‌گردد. لشکری از ابرهای خشمگین با شمشیرهای صاعقه از راه می‌رسند و صحنه آرام کوهستان تبدیل می‌شود به میدان نبرد. رگبار باران، کولاک برف یا حتی بارش تگرگ حالتان را جا می‌آورد و از خودتان می‌پرسید: «چرا یکهو این‌جوری شد؟!» واقعیت این است که موقع طبیعت‌گردی باید برای هر شرایط آب‌وهوایی آماده باشید. فکر نکنید چون در شهر هوا خوب است، در طبیعت هم مشکلی نخواهد بود! خیلی از کوه‌نوردانی که به دماوند صعود کرده‌اند، شاهد بوده‌اند که در هوای گرم مردادماه، وقتی در شهر دمای هوا بالای چهل درجه سانتی‌گراد بوده، نزدیکی قله چنان کولاک و سرمای پدید آمده که موجب عقب‌نشینی کوه‌نوردان شده و آن‌ها را از رسیدن به قله باز داشته است.

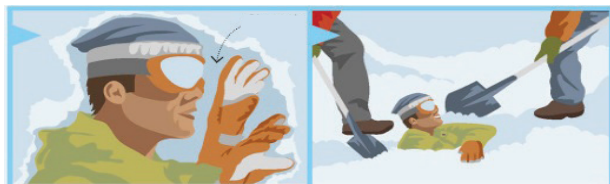


یکی دیگر از خطرات زمستان، ریزش بهمن و غرق شدن در برف است. باید تا جای ممکن از شیب‌های تند برف‌گیر و جاهایی که احتمال ریزش بهمن وجود دارد، فاصله بگیریم. لازم است بدانید که سروصدا و ارتعاش می‌تواند چاشنی ریزش بهمن شود. بنابراین از سوت‌زدن و ایجاد سروصدا (مثلاً پخش آهنگ از بلندگوهای بلوتوث و غیره) خودداری کنید. اما اگر به هر دلیلی گرفتار شدید و زیر برف ماندید، خون سردی خود را حفظ کنید. قبل از هر چیز با دست‌های خود مقابل صورتتان را گود کنید تا جای نفس کشیدن داشته باشید. آن زیر ممکن است جهت خود را گم کنید و ندانید کدام سمت رو به بالاست. برای جهت‌یابی می‌توانید یک ترف بیندازید. چون آب دهان در اثر جاذبه به پایین می‌افتد و خلاف آن رو به بالاست. ضمن تقلا برای بالا کشیدن خود، بهتر است فریاد بزنید یا در سوتی که همیشه باید از بند کوله آویزان باشد، بدمید و کمک بخواهید.

قاشق چای‌خوری نمک اضافه کنید. البته ترکیب چندان خوش‌مزه‌ای نیست، اما کارساز است.

یکی از خطرهایی که در زمستان ممکن است سراسر راه کوه‌نوردها کمین کند، وجود «نقاب‌های برفی» در مسیر است. به این صورت که در اثر باد، لایه نازکی از برف روی شیارها و لبه پرتگاه‌ها را می‌پوشاند، غافل از آنکه زیرشان خالی است. پس گام‌نهادن در این جور جاها همان و سقوط و سر درآوردن از دیار باقی، همان! در این محل‌های مشکوک لازم است یک چوب‌دستی یا باتوم را مرتب در برف فرو کنیم و عمق آن را بسنجیم. گرچه همیشه بهتر است تا حد امکان لکه‌های برفی را دور بزنیم و از راه رفتن روی آن‌ها خودداری کنیم.

اگر هنگام راه‌پیمایی در طبیعت ذخیره آب تمام شد، گرما طاقتمان را برید، و آب سالم در اختیار نداشتیم، چه خاکی به سرمان بریزیم؟! در این شرایط برای تهیه آب باید کمی مغزتان را به کار بیندازید و از خاصیت تبخیر آب استفاده کنید. به این صورت که یک ظرف کوچک را داخل یک ظرف بزرگ‌تر یا حتی گودال آب قرار دهید و روی آن را با یک تکه پلاستیک ببوشانید. وسط پوشش پلاستیکی هم یک تکه سنگ قرار دهید تا شکل قیف به خود بگیرد. حالا باید پارچه‌ای را در آب آلوده یا حتی آب دریا بخیسانید و توی ظرف بزرگ‌تر در اطراف ظرف کوچک‌تر بگذارید. باید صبر کنید آب پارچه خیس کم تبخیر شود و با جمع شدن روی لایه نایلونی، توی ظرف کوچک‌تر بچکد. این کار ممکن است طول بکشد، ولی می‌تواند نجات‌بخش باشد.



اگر ناگهان هوا شروع کرد به غرش، یعنی رعد و برق شروع شده است. پس هر چه زودتر رو به پایین راه بیفتید و ارتفاع کم کنید. اگر رعد و برق شدید شد، اشیای فلزی، مثل باتوم‌ها، سه‌پایه دوربین و کوله‌هایی را که قاب (فریم) فلزی دارند، از خودتان دور کنید. تلفن همراه را خاموش کنید یا در حالت پرواز قرار دهید. زیر درخت‌ها، مخصوصاً تک‌درخت‌های بلند، پناه نگیرید. در صورت امکان از صخره‌ها و شکاف‌های کم‌عمق استفاده کنید. غارهای کوچک امن هستند، اما نباید جلوی ورودی آن‌ها بایستید. روی زمین دراز نکشید. سطح تماس بیشتر، امکان خطر را بیشتر می‌کند. روی کفش‌های لاستیکی یا کوله‌پشتی خشک به صورت چمباتمه بنشینید و بدن را جمع کنید. پاشنه‌ها را به هم بچسبانید تا اگر صاعقه نزدیک شد، انتقال برق بین پاها رخ ندهد. از رودخانه‌ها، چشمه‌ها و برکه‌ها دور شوید. آب رسانای برق است. اگر یک گروه هستید، پراکنده شوید، تا اگر صاعقه به یکی اصابت کرد، بقیه در امان باشند. تا نیم‌ساعت پس از آخرین رعد و برق، در جای امن بمانید و بعد به حرکت خود ادامه دهید.





گنج مخفی

مجید ملا محمدی

چهارگوش خان

۳۸

نوجوان

شماره پنجم ۱۴۰۴

«دیشب آقا صفدرخان، دوست مرحوم پدرم می گفت: هر کجا که بروی زیر پایت گنج است. فقط باید با تلاش به آن گنج برسی. البته من خودم یک گنج بارزش دارم که می توانم آن را به تو تقدیم کنم.» چشم های ننه ثریا چهارتا شد. نوک دماغش قرمزی زد. دستش را به عصایش گرفت و توی حیاط قدم زد و پرسید: «آقا صفدرخان گنج دارد؟! او می خواهد گنجش را به تو بدهد؟! خب تا به کسی نداده، برو از او بگیر!»
چهارگوش خان گفت: «یک ایرانی دست گدایی به سوی کسی دراز نمی کند. آقا صفدرخان گفت: خودتان هم توی خانه تان گنج دارید.»

ننه ثریا که داشت وا می رفت، لب پایینی اش را به دندان گزید و پرسید: «ما گنج داریم؟! پناه بر خدا! کو آن گنج؟! کجاست؟!»

در قسمت های قبل خواندیم که: «زمان قدیم بود. مردم سوار بر اسب و الاغ و شتر، به این سو و آن سو می رفتند. چهارگوش خان، پسر میرزا قلندر خان، مردی تنبل بود. به قول خودش به او چهارگوش خان می گفتند، چون انگار به جای دو گوش، چهار گوش داشت. یعنی گوش هایش برای شنیدن حرف آدم ها و فضولی در کار آن ها، خیلی تیز بود. او بیکار و بی خیال، در محله های شهر پرسه می زد و هر بار برایش اتفاقی می افتاد...» ننه ثریا یک مشتت عناب و سنجد ریخت توی دست چهارگوش خان. بعد گفت: «بخور خون بدنت زیاد شود تا بی رمق نباشی!»

چهارگوش خان که لب ایوان غمبیرک زده بود گفت: «من با این چیزها قوی نمی شوم. من یک ایرانی بی عرضه هستم!» بعد برخاست و کلاه نمدی اش را روی سرش جابه جا کرد و گفت:

امام علی (ع) فرموده‌اند:
 «دانا کسی است که قدر خود را بشناسد و در نادانی
 انسان این بس که ارزش خود را نداند»
 (از خطبه ۱۰۳ نهج البلاغه)



گفت: «می‌روم ببینم آن گنج که قرار است دوست صمیمی
 مرحوم پدرم به من بدهد، چه شکلی است؟»
 رفت و به خانه آقا صفدرخان رسید. سلام و تعظیم کرد و
 گفت: «من آمده‌ام آن گنج را از شما بگیرم. چون شما دیروز
 گفتید ایرانی‌ها همه در خانه خود گنج دارند. من که گنج
 خانه‌مان را پیدا نکردم، اما...»

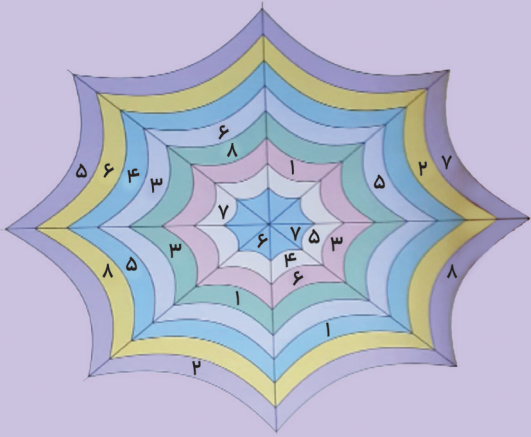
بر لب‌های آقا صفدرخان لبخند تازه‌ای نشست. پوفی کرد و
 گفت: «الان به تو می‌گویم که چرا نتوانستی گنج را پیدا کنی.»
 چهارگوش خان زد به صورت او. آقا صفدرخان گفت:
 «ایرانیان از قدیم‌الایام آدم‌های باهوش و بااستعدادی بوده‌اند.
 فکرشان هم خوب کار می‌کرده است. دست‌ودلشان به کارهای
 بزرگ و باارزش بوده. گنج هر ایرانی فکر بکر و هنر اوست. اگر
 از فکرش به‌درستی استفاده کند، آن وقت خواهد فهمید که
 چقدر توانمند است و نابغه!» چهارگوش خان غرق در فکر شد.
 آقا صفدرخان ادامه داد: «تو باید قدر خودت را بدانی. من خوب
 می‌دانم که تو مثل پدرت بلد هستی قلم‌به‌دست بگیری و خط
 خوب بنویسی. یک استاد خوش‌نویس به تو معرفی می‌کنم تا
 پیش او بروی و تمرین کنی. چه گنجی بالاتر از داشتن خط
 خوب! مطمئنم خیلی زود یک خوش‌نویس ماهر خواهی شد.»
 چهارگوش خان فقط گوش تیز کرده بود، اما حرفی نمی‌زد.
 آقا صفدرخان گفت: «خب اگر این کار برایت سخت است،
 بیا پیش خودم. من یک هنر دارم که مثل گنج است؛ هنر
 مسگری! من یادت می‌دهم که چگونه روی ظرف‌های مسی،
 نقش و نگار بکشی؛ کاری که از ایرانیان چند هزار سال پیش
 به ما رسیده است.» چهارگوش خان فوری گفت: «من آماده‌ام!
 زودتر مسگری را یادم بده آقا صفدرخان!»

چهارگوش خان جواب داد: «به خاطر همین، از سپیده صبح
 تا لنگ ظهر تمام سرداب و دیگر سوراخ‌سمبه‌های خانه را
 گشتم، اما به گنجی نرسیدم. من اول باید آن گنج را پیدا
 کنم، بعد یک قصر بخرم. بعد یک تاج طلا برای خودم سفارش
 بدهم تا بسازند! آقا صفدرخان می‌گفت: همه ایرانی‌ها صاحب
 گنج هستند و اگر آن را پیدا کنند، هیچ‌کس در دنیا به قدر
 و منزلت آن‌ها نخواهد رسید.» ننه‌ثریا هنوز هاج و واج بود.
 رفت و سرآستین او را گرفت و کشید. گره ابروانش را باز کرد
 و گفت: «حالا که خانه را گشتی و آن گنج را پیدا نکردی، برو
 پیش آقا صفدرخان و همان گنج خودش را بگیر. زود باش
 پسر. عجله کن پسر!»

چهارگوش خان از جا کنده شد. خیز گرفت و از روی ایوان
 پایین پرید. بعد در حالی که سرگردانی در نگاهش موج می‌زد

۲

هر یک از بخش‌های هشت‌گانه این تار عنکبوت را باید طوری با عددهای از ۱ تا ۸ پر کنید که هر کدام از حلقه‌های این شبکه تار عنکبوت هم شامل عددهای از ۱ تا ۸ باشند. بخش‌ها از بیرونی‌ترین قسمت تار به مرکز تار منتهی می‌شوند و حلقه‌های تار هم پیرامونشان را احاطه کرده‌اند. قبلاً تعدادی از عددها برای کمک به شما نوشته شده‌اند. آیا می‌توانید جاهای خالی را پر کنید؟



رقم‌های ۱ تا ۹ را طوری در خانه‌های سفید قرار دهید که هر رقم در سطرها، ستون‌ها و مربع‌های ۳ در ۳ فقط یک بار تکرار شود.

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

بازی ذهن

مجید عمیق

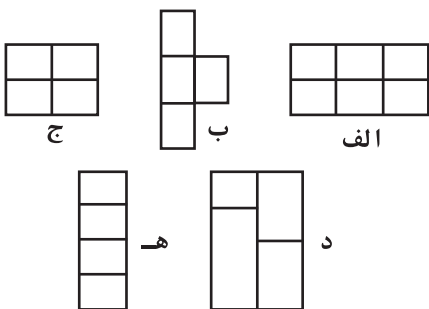
۴۰

نوجوان

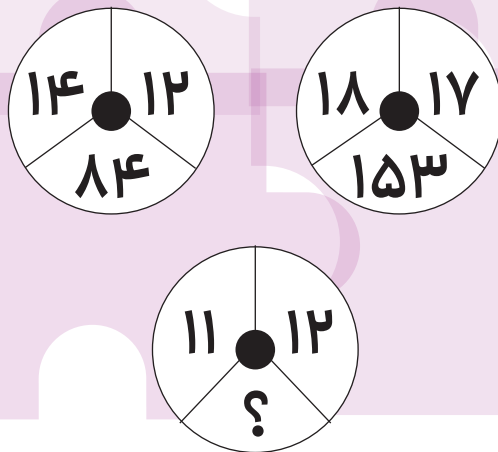
شماره ۴ بهمن ۱۴۰۴

۴

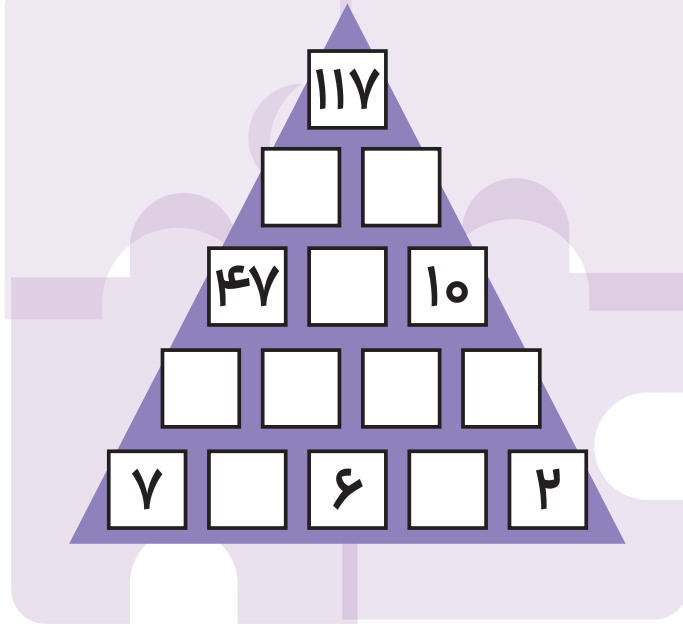
از میان این پنج شکل هندسی، یکی از آن‌ها با بقیه تفاوت دارد. آیا می‌توانید آن را تشخیص دهید؟



با توجه به رابطه عددهای دو دایره اول و دوم، آیا می‌توانید جای علامت سؤال در دایره سوم عدد درست را حدس بزنید؟

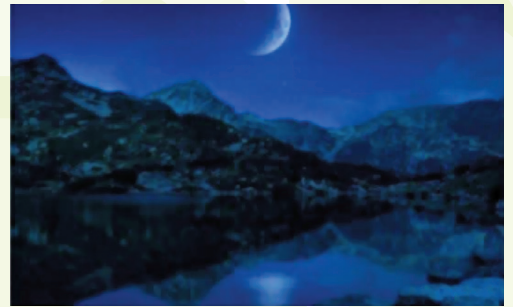


۶



۵

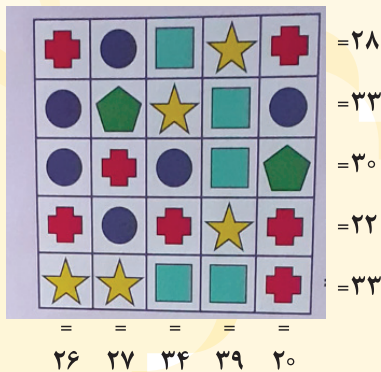
شخصی برای شرکت در مسابقه عکس، عکسی از کره ماه را برای دبیرخانه جشنواره فرستاد، اما داوران این عکس را جعلی تشخیص دادند. آن‌ها چگونه به این موضوع پی بردند؟



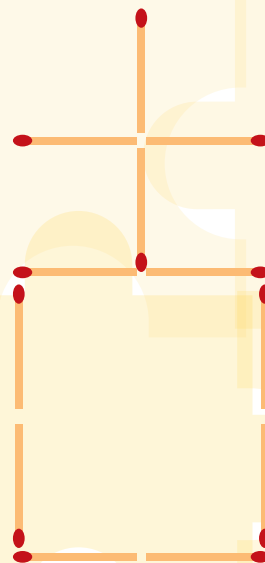
۴۱

۸

ارزش عددی نمادهای بعلاوه، ستاره، پنج ضلعی، دایره و مربع را در هر ردیف و ستون که باید معادل عددهای نوشته شده در انتهای هر ردیف و ستون باشند، محاسبه کنید.



۷



آیا می‌توانید با جابه‌جا کردن پنج چوب کبریت، سه مربع هم‌اندازه درست کنید؟

نیوجوان

شماره ۵ بهمن ۱۴۰۴



برای دیدن جواب
رمزیننه را پویش کنید.





ولادت امام حسین (ع)

۳ بهمن

آن روز حسین(ع) در گهواره گریه می کرد. فاطمه(س) دیدند گهواره تکان خورد. بعد هم صدای لالایی شنیدند. وقتی ماجرا را برای پیامبر(ص) تعریف کردند، ایشان گفتند: «جبرئیل بوده است که کودک را آرام می کرده.» پیامبر(ص) فرموده اند: «قسم به کسی که مرا به پیامبری مبعوث کرد، مقام حسین(ع) در آسمان ها برتر از زمین است.» امام حسین(ع)، سومین امام ما، در سوم شعبان سال چهارم هجری در مدینه به دنیا آمدند.

روزهای ما

نازنین مشایخ

۱۴۲

نوجوان

شماره ۵ بهمن ۱۴۰۴



قیام بهار در بهمن

بازگشت امام خمینی(ره) به ایران و آغاز دهه فجر

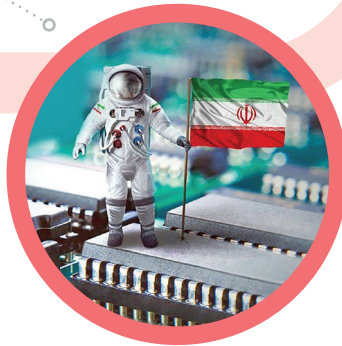
۱۲ بهمن

بالاخره صدای سرود فضا را پر کرد. من در ردیف آخر ایستاده بودم و احساس می کردم صدایمان از فرودگاه به همه ایران می رسد. معلممان محمدعلی رجایی بود و ما سرود «خمینی ای امام» را با تمام انرژی می خواندیم. آن روز ۱۲ بهمن ۵۷ بود؛ روزی که با خطی درشت در ذهنم نوشته شده است: «امام به ایران برگشت.»

روز فناوری فضایی

۱۴ بهمن

فناوری فضایی به دانش ها و فناوری هایی گفته می شود که درباره فضای اطراف کره زمین هستند. توانایی پرتاب ماهواره به فضا، جزو فناوری های فضایی است و توانایی مهمی است که همه کشورها آن را ندارند. کشور ما در ۱۴ بهمن ۱۳۸۷ با پرتاب ماهواره امید به فضا، به مجموعه کشورهای پیوست که فناوری فضایی دارند. از آن سال به بعد، هر سال در این روز از محموله های جدید فناوری فضایی رونمایی می شود.



پیروزی انقلاب اسلامی ایران

۲۲ بهمن

آن روز امام خمینی(ره) از تبعید از فرانسه به ایران برمی گشتند. شاید شنیده باشید، وقتی خبرنگاری از ایشان پرسید: «چه احساسی دارید؟» ایشان گفتند: «هیچ.» اما این هیچ به این معنا نبود که انقلاب و اسلام و مردم ایران برایشان مهم نبودند، این هیچ از وسعت روح و افق دید ایشان نشان داشت. امام، رهبری انقلاب و مردم را وظیفه خود می دانستند. برای همین، پیروزی در آن باعث نشده بود احساس شخصی شان بروز کند.





ولادت حضرت ابوالفضل (ع)

حضرت ابوالفضل (ع) در چهارم شعبان سال ۲۶ هجری قمری در مدینه به دنیا آمدند. امام سجاد (ع) که خود در واقعه عاشورا حضور داشتند درباره حضرت ابوالفضل (ع) گفته‌اند: «خداوند، عمویم عباس را رحمت کند که با ایثار و جانبازی، در راه برادرش جانبازی کرد تا آن که دست‌هایش قطع شد و خداوند به جای آن، دو بال به او داد که با آن‌ها به همراه فرشتگان در بهشت پرواز کند.» به همین دلیل است که روز ولادت حضرت ابوالفضل (ع) را روز جانباز نام‌گذاری کرده‌اند.

۴
بهمن

ولادت امام سجاد (ع)

امام سجاد (ع) در روز پنجم شعبان در مدینه به دنیا آمدند. پدر ایشان، امام حسین (ع)، به خاطر علاقه فراوانی که به پدرشان داشتند، نام حضرت را علی گذاشتند. مادر ایشان، شهربانو، در همان روزهای اول تولد امام سجاد (ع)، به دلیل تب شدید از دنیا رفتند و امام تنها از محضر پدرشان بهره‌مند شدند. امام سجاد (ع) را به دلیل سجده‌های طولانی، سیدالساجدین و سیدالعابدین می‌گویند. صحیفه سجادیه یکی از کتاب‌های باارزش ما مسلمانان و مجموعه دعاها و نیایش‌های امام سجاد (ع) با خداست.

۵
بهمن

سجاد

ولادت امام زمان (عج)

حضرت مهدی (عج) در ۱۵ شعبان سال ۲۲۵ قمری در سامرا به دنیا آمدند. پدرشان امام حسن عسگری (ع) و مادرشان نرجس خاتون هستند. حضرت مهدی (عج) دو نوع غیبت داشته‌اند که به یکی صغرا (کوچک‌تر) و به دیگری کبرا (بزرگ‌تر) گفته می‌شود. غیبت صغرا در همان دوران اولیه امامت ایشان اتفاق افتاد. امام در آن دوره از طریق وکیل‌های خود با مردم ارتباط داشتند. دوران غیبت کبرا بلافاصله بعد از پایان غیبت صغرا، یعنی در سال ۳۲۹ قمری شروع شد و تا امروز هم ادامه داشته است. امام زمان (عج) در مکه ظهور خواهند کرد و اگر چه هیچ‌کس از تاریخ ظهور مطلع نیست، اما همه چشم‌انتظار آن روز زیبا هستیم.

۱۵
بهمن



روز نیروی هوایی

کشورها علاوه بر مرزهای زمینی، مرزهای هوایی نیز دارند. نیروی هوایی یا نهاجا، همان‌طور که از اسم آن پیداست، وظیفه حفاظت از مرزهای هوایی کشور را بر عهده دارد. نیروی هوایی ایران در سال ۱۳۰۳ پایه‌گذاری شد و اکنون نیز با شعار «بلندآسمان جایگاه من است»، از مرزهای هوایی ایران محافظت می‌کند. دانشگاه علوم و فنون هوایی شهید ستاری، هر ساله با پذیرش دانشجو در رشته‌های مرتبط، افرادی را که به خدمت در این نهاد علاقه‌مندند، جذب می‌کند.

۱۹
بهمن



تبر دتا آخرین نفس!

آشنایی با ورزش کبدي

مهدي زارعي

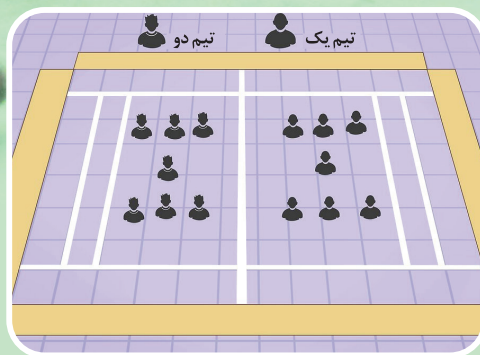
ورزشي

۴۴

نفس کش!

کبدي يك لغت «تاميل» (زباني هندي) به معنای «نگهداشتن با دست» است. ورزش کبدي علاوه بر سادگي، کم هزینه و در عين حال پرتحرک است. اگر قوانين آن را به درستي بدانيد، به راحتی می توانيد آن را انجام دهيد.

ضرورت «سرعت عمل» در اين ورزش آن را به حرکت های ورزش کشتي شبيه می سازد و «درگيري های قدرتي» آن بادآور ورزش راگبي است. حمله به بازیکنان حريف يا فرار از دست رقيب نیازمند سرعت عمل، حضور ذهن، جسارت و انعطاف پذيري است. به سبب بي نیابودن به امکانات خاص، مسابقه های کبدي راه هم در سالن، و هم در فضای آزاد می توان برگزار کرد.



۱-۳			
۱.۷۵ متر	۱ متر	۳.۷۵ متر	
۱-۳			
۱۳ متر			

زمین^۱

زمین کبدي مستطیلی به اندازه‌های ۱۰ × ۱۳ متر (برای مردان)، ۸ × ۱۲ متر (برای زنان) و ۸ × ۱۱ متر (برای نوجوانان دختر و پسر) است. جنس سطح زمین از فوم (تاتامی) است. اگر نمی‌دانید تاتامی چیست، باید بگوییم که محوطه زمین کبدي از جنس تشک‌های ورزش‌های رزمی است.

1. Ground

تعداد بازیکنان

هر تیم دارای هفت بازیکن اصلی و پنج بازیکن ذخیره است. تعویض بازیکنان محدودیتی ندارد. نیمکت‌نشینان روی سکویی به اندازه‌های ۱ × ۸ متر (برای زنان ۱ × ۶ متر) می‌نشینند که دو متر عقب‌تر از خط انتهایی زمین قرار گرفته است.

یونا

اگر تیمی موفق شود تمام بازیکنان حریف را از میدان بیرون کند، دو امتیاز پاداش می‌گیرد که به آن «یونا» می‌گویند. در این صورت، بازیکنان بیرون‌رفته حریف حق دارند وارد میدان شوند.

هر بازی از دو نیمه ۲۰ دقیقه‌ای تشکیل شده است و تیم‌ها بین دو نیمه پنج دقیقه فرصت استراحت دارند. در صورتی که مسابقه به تساوی کشیده شود، چون تیم حتماً باید برنده شود (مثلاً در مرحله نیمه‌نهایی یک مسابقه چندجانبه (تورنمنت) که حتماً یک تیم باید به فینال برسد)، هر تیم پنج حمله انجام می‌دهد و اگر باز هم نتیجه مساوی شد، تیم‌ها به نوبت یک حمله انجام می‌دهند. این کار تا زمانی که یک تیم برنده شود، ادامه پیدا می‌کند.

خط‌ها

خط‌های مرزی: دو خط طولی و دو خط عرضی مشخص‌کننده محدوده زمین را خط‌های مرزی می‌گویند. ضخامت این خط‌ها پنج سانتی‌متر است. خط میانی^۱: خطی است که زمین را به دو قسمت مساوی تقسیم می‌کند (در بخش مردان به دو نیمه ۱۰ × ۶/۵ و در بخش زنان به دو نیمه ۸ × ۶ متری). این خط را «خط شروع حمله» نیز می‌نامند. لوبی^۲: دو خطی که به فاصله یک متری از خط طولی زمین کشیده شده‌اند. بالک: خطی عرضی که در فاصله ۳/۷۵ متری از خط میانی برای مردان و ۳ متری از خط میانی برای زنان کشیده شده است و هر نیمه زمین را به دو بخش مساوی تقسیم می‌کند. خط امتیاز^۳: خطی که در فاصله ۱/۵ متری از خط عرضی انتهایی زمین رسم شده است.

1. mid line
2. looby
3. bonu

در کبدي هر تیم به نوبت یک بازیکن خود را به نیمه زمین حریف وارد می‌کند. این بازیکن باید با صدایی بلند و واضح به طور پیاپی کلمه «کبدي» را تکرار کند و هم‌زمان، برای لمس کردن بازیکن تیم حریف بکوشد. هر گاه مهاجم در مدت زمان تعیین شده (۳۰ ثانیه) موفق به لمس یکی از بازیکنان حریف شود و به نیمه زمین خود بازگردد، یک امتیاز برای تیمش به ارمغان آورده است. اما اگر در این مدت نتواند بازیکنی را لمس کند، امتیاز به تیم مدافع خواهد رسید. پس از آن، نوبت تیم مدافع است که حمله به خود بگیرد و یکی از بازیکنانش را به نیمه زمین حریف بفرستد. اگر مهاجم موفق به لمس بیشتر از یک بازیکن حریف شود، به تعداد بازیکنانی که لمس کرده است، برای تیم خود امتیاز کسب خواهد کرد. بازیکنان مدافعی که مهاجم حریف آن‌ها را لمس کرده است، باید از زمین خارج شوند.

مهارت‌ها

مهارت‌های مورد نیاز هنگام حمله و دفاع در کبدي عبارت‌اند از: قدرت تنفس بالا؛ قدرت حمله ناگهانی؛ توانایی و چابکی لازم برای جاخالی دادن؛ حرکت دادن دست و پا؛ شروع سریع برای حمله کردن؛ سازمان‌دهی تیمی هنگام دفاع؛ فریب‌دادن حریف با حرکات پا؛ تکان دادن دست‌ها به صورت افقی و عمودی برای لمس کردن حریف (هنگام حمله).

تیم‌ها هنگام دفاع باید به صورت زنجیره‌ای عمل کنند؛ یعنی دست مدافعان آن‌ها از هم جدا نشود. اگر این زنجیره از هم بپاشد، یکی از مدافعان از زمین بیرون خواهد رفت. مهاجم نیز در صورتی از زمین بیرون خواهد رفت که: - عبارت «کبدي» را به صورت مداوم بر زبان نیاورد. - بخشی از بدن او از زمین خارج شود.

دست‌های سنگی باد

رویا رضایی نسب

ایران جان

۱۴۶

نوجوان

شماره ۱۴۶ بهمن ۱۴۰۲

آسباد

سرزمین بادهای صدویست روزه، مردمان این سرزمین با هوشمندی خود ساختمان‌هایی ساخته بودند که می‌توانستند این باد چموش را رام کنند و بادی که روزگاری کاری جز خراب‌کاری نداشت، به دوستی مهربان تبدیل شد. این ساختمان‌های شگفت‌انگیز آسبادهایی بودند که به احترام این دوست مهربان «آسباد» نامیده شدند. بادخانه یا برج بادگیر بادخانه در بالاترین قسمت آسباد قرار دارد تا باد را از هر طرف که می‌آید، به سمت داخل آسباد هدایت کند. در این قسمت پره‌هایی وجود دارد که با باد می‌چرخند. بادخانه‌ها طوری ساخته می‌شدند که در برابر بادهای تند و طوفان‌های کویری مقاوم باشند. بدون بادخانه آسباد نمی‌تواند کار کند.

زندگی در سرزمین بادها کار آسانی نیست. سخت است بتوانی با دوست چموشی که همیشه در زندگی‌ات سرک می‌کشد هم‌زیستی کنی؛ دوستی که همیشه مهربان نیست. گاهی شاخه‌ها را می‌شکند، گاهی گل‌های تازه را می‌خشکاند، گاهی لباس‌های روی بند را می‌دزدد، و گاه آسمان را پر می‌کند از نقاشی‌های ترسناکی که با ماسه‌ها کشیده است. روزهایی که از همیشه عصبانی‌تر است، تمام تلاشش را می‌کند که هر چه را بر سر راه می‌بیند بردارد و به طرفت پرتاب کند؛ تا مجبور شوی صورتت را بیپوشانی و برای کمتر دیدنش چشمانت را تنگ کنی؛ دوستی که دیگر نمی‌توانی به او دوست بگویی. اینجا سیستان است،

سنگ روی سنگ

هر آسباد دو سنگ اصلی داشت: سنگ زیرین که ثابت و محکم روی زمین نصب می‌شد و سنگ رویین که با نیروی پرها می‌چرخید و دانه‌های گندم را خرد می‌کرد. بین این دو سنگ شیارهای ظریفی کنده می‌شد تا دانه‌ها بهتر حرکت کنند و آرد زودتر از لابه‌لای آن‌ها خارج شود. تراش این سنگ‌ها کار هر کسی نبود. استادکاران ماهر با ابزارهای خاص، سطح سنگ را صاف و شیارها را دقیق می‌تراشیدند. حتی زاویه شیارها حساب‌شده بود تا گندم آرام‌آرام از مرکز به لبه برود و به شکل یکنواخت آرد شود.

استان سیستان و بلوچستان

یکی از خشک‌ترین و بادخیزترین منطقه‌های ایران است. این استان تابستان‌های بسیار گرم و زمستان‌هایی سرد دارد. آب در این استان بسیار کم است، اما بادهای دائمی در این استان به بادهای صدوبیست روزه مشهورند. مردم این سرزمین با هوشمندی فراوان برای آسیاب کردن گندم، به‌جای استفاده از آب، از باد استفاده می‌کردند و ساختمان‌هایی می‌ساختند با بادگیرهای بلند که می‌توانستند با نیروی باد، گندم را به آرد تبدیل کنند؛ ساختمان‌های شگفت‌انگیز که به آن‌ها «آسباد» می‌گفتند.

هر آسباد چند پره بزرگ چوبی داشت که طول آن‌ها گاهی به چند متر می‌رسید. روی اسکلت چوبی پره‌ها، حصیر، بوریا یا پارچه‌های ضخیم می‌بستند تا باد بیشتری بگیرند؛ درست مثل بادبان‌های یک کشتی. گاهی در فصل‌های پر باد، پوشش پره‌ها سبک‌تر بود تا سرعت خیلی زیاد نشود. در بادهای ضعیف اما، لایه‌های حصیر را ضخیم‌تر می‌کردند تا بیشترین انرژی باد ذخیره شود. پره‌های آسباد مثل پره‌های فرفره کاغذی به یک محور مرکزی وصل هستند. وقتی باد این پره‌ها را می‌چرخاند محور هم می‌چرخد. چرخش این محور باعث چرخش سنگ آسباد می‌شود. نکته جالب اینکه جهت پره‌ها قابل تغییر است، تا باد از هر طرفی وزید، این پره‌ها به سمت آن متمایل شوند و بهتر و بیشتر بچرخند. تنوره، قلب آسباد تنوره معمولاً در طبقه پایین آسباد قرار داشت؛ جایی که نور کمی وارد می‌شد و دیوارهای کاهگلی و ضخیم، فضای اتاق را در تابستان خنک و در زمستان معتدل نگه می‌داشتند. این خنکی کمک می‌کرد آرد تازه گرم نشود و کیفیتش تغییر نکند. وسط تنوره دو سنگ بزرگ آسباد قرار داشت و به‌وسیله آن‌ها گندم به آرد تبدیل می‌شد. تنوره یعنی گرداب یا چرخش. علت نام‌گذاری تنوره این است که گندم بین دو سنگ مانند گرداب می‌چرخد تا آرد شود.

آسبادها برای نگهداری گندم و آرد انبارهای ویژه‌ای داشتند. برای آنکه این انبارها خنک بمانند، دیوار آن‌ها را بسیار ضخیم و با کاهگل می‌ساختند که به‌راحتی گرم و سرد نشود. حتی کف این انبارها از سطح زمین بالاتر بود تا رطوبت زمین باعث خرابی گندم و آرد نشود. در قسمت بالایی دیوارهای انبار هم روزنه‌هایی وجود داشت تا هوا در انبار جریان پیدا کند و گندم و آرد تا ماه‌ها بتواند بدون خراب شدن حفظ شود.



چاق یا لاغر؟

اسداله زارع

تا حالا دقت کرده‌ای افرادی که کمی تپل هستند، چقدر مهربان و خوش‌خنده‌اند؟ یا افرادی که لاغرند و اندامی کشیده دارند، به رفتار خود زیاد دقت می‌کنند و کمی جدی هستند؟ آیا تا حالا به ارتباط بین اندام و هیکل ظاهری افراد با رفتارشان پی برده‌ای؟ شاید فکر کنی قصد مزاح و شوخی دارم، یا اینکه متوجه شدی تاکنون به این ارتباط فکر نکرده‌ای! به‌ویژه آنکه در ایام نوجوانی، تناسب اندام و ظاهر خوش برای بعضی از بچه‌ها خیلی مهم می‌شود. بعضی تپلی‌ها دوست دارند لاغر شوند. بعضی‌ها که خیلی لاغرند، دوست دارند چاق شوند. می‌خواهیم با آگاهی این موضوع را بررسی کنیم تا از اندام خود رضایت داشته باشیم.

سلامت

بنابراین هدف‌های مطلب این شماره چنین خلاصه می‌شود:

۱. آگاهی‌بخشی درباره ارتباط ظاهر اندام با طبیعت ذاتی هر انسان.
۲. دادن پیشنهادهایی برای رفع چاقی یا لاغری غیرطبیعی.

برای رفع این نوع لاغری پیشنهادهاتی ارائه و در جدول زیر خلاصه می‌شود:

موضوع	توصیه عملی
غذای گرم مقوی	خوردن غذاهایی مثل شیر برنج، آش با گوشت، حلیم، کله‌پاچه و آبگوشت غلیظ
ترکیبات سنتی جذاب	خوردن شیربادام، ترکیب خرما و شیر پس از انجام حرکت‌های صبحگاهی، انجیر خیسانده در عرق انیسون
بهبود اشتها	مصرف خوراکی‌های مزاج گرم و پراثرژی مانند فرنی و سوپ‌های غلیظ
سبک‌زندگی	ورزش ملایم، دوش نیم‌گرم، استفاده از روغن‌های مرطوب‌کننده، خوردن عسل بعد از غذا
خواب کافی	حفظ ساعت منظم خواب به‌منظور بهبود هضم و رشد

۴۸

نوجوان شماره ۴۸ بهمن ۱۴۰۴

در سن نوجوانی، بخش زیادی از مواد غذایی صرف رشد قدی و تکامل اندام‌ها می‌شود و فرصت زیادی برای ذخیره چربی و عضله باقی نمی‌ماند؛ مگر اینکه تغذیه و استراحت کافی باشد. اگر فرد به‌طور ذاتی مزاج گرم و خشک یا سرد و خشک داشته باشد، بافت بدنش معمولاً کم‌گوشت و لاغر است. در این حالت، سوخت‌وساز بدن زیاد است و رطوبت کافی برای ساخت گوشت فراهم نیست. پس این حالت لاغری کاملاً طبیعی است و نوجوانانی که این حد از لاغری را دارند، بسیار پرتحرک و پر جنب و جوش هستند. اما لاغری بیش از حد یا ضعف جسمانی می‌تواند عوامل متعددی داشته باشد؛ از جمله:

۱. ضعف قوه هاضمه (گوارش ناکامل)؛
۲. کم‌خونی یا خون کم کیفیت؛
۳. دفع بیش از حد رطوبت؛
۴. بیماری‌های مزمن یا زمینه‌ای مانند عفونت‌های پنهان، کرم‌های گوارشی، و...؛
۵. عوامل روحی و روانی مانند اضطراب، غم، فشار روانی (استرس)، وسواس یا حتی کم‌خوابی.

البته چاقی غیرطبیعی هم می‌تواند عوامل متعددی داشته باشد؛ از جمله:

۱. نبود تعادل در مزاج‌ها؛
۲. مصرف زیاد غذاهای پراثرژی و فست فود؛
۳. ورزش نکردن و فعالیت‌نداشتن؛
۴. نوع غذا و عادت‌های غذایی نادرست مثل پرخوری؛
۵. فشار روانی و اضطراب.

موضوع	توصیه عملی
غذای مناسب	خوردن سبزی‌ها، میوه‌های طبیعی، و غذاهای سبک که مزاج فرد را توازن می‌دهد.
ترکیبات سنتی گیاهی	مانند کندر، زعفران، و عرق بیدمشک که به تعادل بدن کمک می‌کنند.
ورزش منظم و تحرک کافی	پیاپیاده‌روی، ورزش‌های سبک و روزانه برای سوخت‌وساز بهتر.
عادات صحیح غذایی	زمان‌بندی مناسب غذا، کم‌کردن خوراکی‌های پراثرژی، و غذای زیاد نخوردن هنگام شب‌ها.
درمان‌های روحی و روانی	کنترل فشار روانی و اضطراب که در بعضی موارد می‌تواند مؤثر باشد.

دوست نوجوانم! پذیرش «نعمت تن» به صورت طبیعی و آنچه خدای مهربان به هر کدام از ما عنایت کرده است، عین شکرگزاری است و رعایت نکته‌های لازم برای حفظ و مراقبت از آن عین امانت‌داری است. امیدوارم با مطالعه دقیق مطلب این شماره، بتوانی آگاهی لازم در خصوص نوع اندام خود داشته باشی و با هوشیاری و پذیرش، در صورت لزوم (برای رفع لاغری زیاد یا چاقی غیرطبیعی) به پزشک طب سنتی مراجعه کنی.

املت گوجه فرنگی

معصومه شیخان



املت گوجه فرنگی یکی از ساده‌ترین غذاهاست که می‌شود به عنوان صبحانه، میان وعده و حتی شام روی سفره گذاشت

می‌کنیم. در ظرفی دیگر تخم مرغ‌ها را می‌شکنیم و هم می‌زنیم. بعد از تبخیر آب گوجه و سرخ شدن مواد، ابتدا نمک و فلفل سیاه، و بعد تخم مرغ‌های هم‌زده را به آن می‌افزاییم. کمی مواد را در تابه مخلوط و سطح آن را یک دست می‌کنیم تا املت آماده شود. به همراه املت گوجه فرنگی خوردن پیاز فراموش نشود. نوش جان!

طرز تهیه

● پیاز را به صورت نگینی خرد می‌کنیم. پوست گوجه فرنگی‌ها را می‌گیریم و گوجه فرنگی‌ها را خرد می‌کنیم. در تابه روغن می‌ریزیم و آن را روی حرارت مستقیم اجاق گاز قرار می‌دهیم. پیازهای خردشده را به آن اضافه می‌کنیم. بعد از کمی تفت دادن پیازها در روغن، به آن زردچوبه می‌زنیم. بعد از سرخ شدن پیازها، گوجه خردشده را به آن اضافه

مواد لازم

● گوجه فرنگی متوسط: سه عدد
● تخم مرغ: دو عدد
● پیاز: یک عدد
● روغن سرخ کردنی
● نمک، فلفل سیاه و زردچوبه: به میزان لازم و دلخواه



طرز تهیه



مراحل پخت را با پویش رمزینه ببینیم

می‌توان تخم مرغ‌ها را تک‌تک در لیوانی شکست و در صورت سالم بودن از آن‌ها استفاده کرد. علامت‌های خرابی و فاسد بودن تخم مرغ عبارت‌اند از: سفیده مات و غیر شفاف، و زرده له شده.

فوت
آشپزی

پیکر افشار

برای عید انقلاب

در دهه‌ی فجر بر سر در هر خانه‌ای پرچم بزیند
پرچم جمهوری اسلامی را در سطح شهرها و روستاها
به اهتزاز در بیاورید. نشان بدهید که ملت این
خاطره را گرامی می‌دارد.

حضرت آیت‌الله خامنه‌ای | ۱۳۵۹/۱۱/۱۷

چهل و هفتمین
سالگرد پیروزی انقلاب
اسلامی ایران مبارک باد

