

۵

رشد

جوان



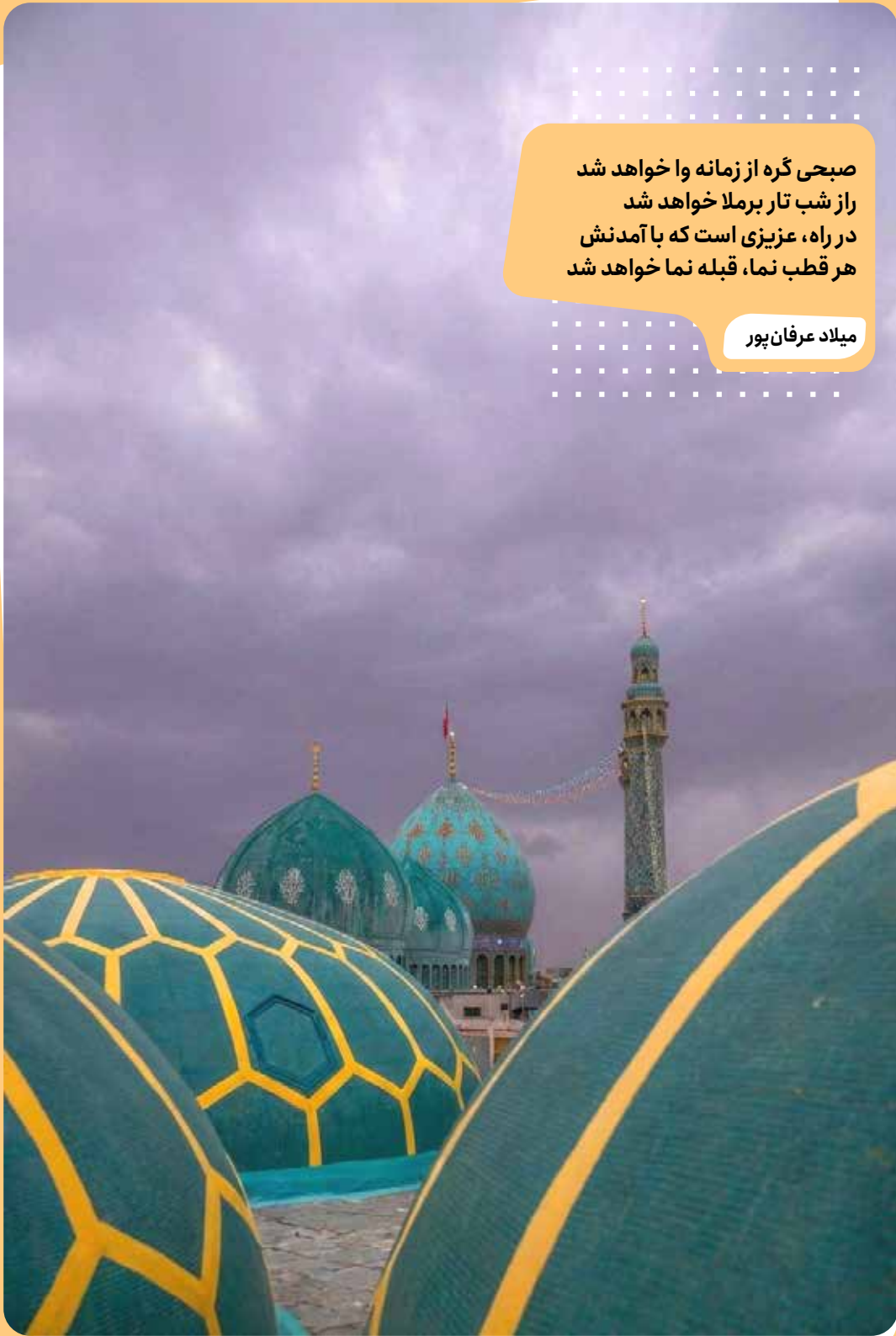
وزارت آموزش پرورش
سازمان پژوهش
و برنامه ریزی آموزشی
دفتر انتشارات
و فناوری آموزشی

ماهنامه آموزشی و تربیتی برای دانش آموزان دوره متوسطه دوم
| دوره چهل و یکم | بهمن ۱۴۰۴ | شماره پستی دربی ۳۴۴ | ۴۸ صفحه |



صبحی گره از زمانه وا خواهد شد
راز شب تار برملا خواهد شد
در راه، عزیزی است که با آمدنش
هر قطب نما، قبله نما خواهد شد

میلاد عرفان پور



۵

روان جوان

ماهانمۀ آموزشی و تربیتی برای دانش آموزان دورۀ متوسطه دوم | دورۀ چهل و یکم | بهمن ماه ۱۴۰۴ | شماره پی در پی ۳۴۴ | ۴۸ صفحه

مدیرمسئول: سید سعید بدیعی
 سردبیر: الهام مقیسه
 مدیر داخلی: محمدرضا رشیدی
 شورای برنامه ریزی: الهام مقیسه، سمیرا اسکندرپور،
 مجید کاظمی، مجید مجیدی، محمد علی ارجمند،
 محمدرضا رشیدی
 مدیر هنری: کوروش پارسائزاد
 دبیر عکس: اعظم لاریجانی
 ویراستار: بهروز راستانی
 طراح گرافیک: سید حامد الحسینی
 دبیر محتوای چند رسانه‌ای: علی ظاهری

پاتوق

ادبیات و فرهنگ

سخن سردبیر ۲
 شعر مقاومت ۴
 ننه آقا وارد می شود ۶
 مغز پفکی ها ۸
 به غذایت نگاه کن ۹
 آموزش نویسنده‌گی ۱۰
 سیمین دانشور ۱۲



خانوادۀ مجلات رشد همۀ تلاش خود را کرده است تا این مجله در دسترس عموم دانش آموزان قرار گیرد و همۀ کودکان و نوجوانان میهن عزیز اسلامی مان امکان تهیه آن را داشته باشند.

قیمت: ۳۰۰/۰۰۰ ریال

پاتوق

طنز

شعر طنز ۱۴
 آموزش طنز نویسی ۱۶
 خواهر گلم سلام! ۱۸
 روشی برای موفقیت ۱۹
 هوش مصنوعی تشنه است ۲۰

پاتوق

پیشرفت و فناوری

صنایع موشکی ۲۲
 اردو و مسابقه ۲۴
 یک مشت برنج با طعم هاشمی ۲۸
 در جستجوی و ارستگی علمی ۲۹
 غذاهای فوری دیجیتال ۳۲

پاتوق

هنر و رسانه

روایت روان شناسی غذا در تصویر ۳۱
 راز خوراکی های آقای جوزپه ۳۲
 عکس های خوش مزه ۳۴
 کات به وقت خوراک ۳۵
 خوراگانه ۳۶
 فیلم کاوی ۴۰

فکر و عمل

بهمن؛ ماه برکت نان و روشنایی جان ۴۱
 رسانه مکتوب ۴۲
 کتاب آدینه ۴۳
 عید، پانسیون، اردو و دیگران ۴۴
 قسمتی از یک جورچین بزرگ ۴۵
 شکم پرستان علیه مغزهای گرسنه ۴۶
 آتشبار ۴۷
 تقویم ۴۸



برای اشتراک مجلات رشد
 بوبیش کنید



نظرسنجی



نشانی کاتبی مجله روان جوان
 در بهارستان شاد

در برابر این بازی، سفره ساده ایرانی، چیزی بیش از یک میز غذاست؛ بیانیه آرامش است. یک کلاس کوچک برای یادگرفتن قناعت، احترام و برکت. لقمه‌ای که با یاد خدا پخته شود، بیشتر از تغذیه انرژی، تغذیه معناست.

اینجاسفره‌ی ایرانی، یک مقاومت آرام است؛ یک ایستادگی لطیف. مثل همان فلسفه‌ای که انقلاب اسلامی با آن دنیا را تکان داد: سادگی، ایمان، و شعور خدمت. آن نان سنگک ساده کنار دیگ برکت، هنوز بوی پیروزی می‌دهد؛ چراکه یادمان می‌اندازد انقلاب یعنی پختن آینده با حرارت محبت مردم.

و جوان انقلاب ۵۷، مثل حضرت علی اکبر (ع)، **دمنوش امید** و **ایمان** یک نسل بود! بود تا پدرش بماند، تا عطر حقیقت ایمان درد نیا بیچد.

جوان امروز هم همین‌طور؛ باید بلد باشد چای امید بسازد در آشپزخانه‌ی جهان.

تا روزی که صاحب اصلی از راه برسد و عطر عدالت هم خوراک جسم شود هم روح.

گاهی باید در حین پخت غذا، آدم به چیزهای جدی‌تر فکر کند؛ اینکه این قابلمه کوچک تمرین ساختن جهان است؛ جهانی که در آن هرکس برای دیگری به اندازه عشق خودش زحمت می‌کشد.

این شماره مجله گرچه ظاهراً درباره آشپزی و خوراک است، ولی در عمقش حرف از تربیت انسان دارد. درباره اینکه چطور غذا ممکن است ایمان بیاورد! درباره اینکه آشپز مؤمن، فقط طبخ جسم نیست، سازنده آرامش است.

خوشا کسی که بلد است با یک لبخند، سفره‌ای بچیند که در آن طعم برکت و معنا با هم چشیده شوند. شاید راز آشپزخانه همین باشد: «جایی که انسان هم پا به زمین دارد، هم دل در آسمان.» گمانم فقط تورشد جوانی حرفم را می‌فهمی و بس ...

آشپزخانه فقط چند قابلمه و بخار و صدای قل‌قل نیست، یک مدرسه کوچک زندگی است؛ جایی که آدم نظم را می‌آموزد و عشق به دیگران و فکر کردن به آنان را تمرین می‌کند و یاد می‌گیرد.

بوی نان تازه و صدای کتری جوش آمده، بیشتر از آنکه گرسنگی را سیر کند، دل را آرام می‌کند. شاید راز همین باشد که: «غذا فقط سوخت بدن نیست، پیوند انسان با جهان است.»

در دنیایی که ذهن‌ها مدام مشغول توردش (اسکرول کردن) یا همان بالا و پایین کردن اطلاعات هستند، بد نیست کمی به لقمه‌هایمان فکر کنیم. هر لقمه، یا شکر است یا غفلت؛ یا تو را به خدا نزدیک‌تر می‌کند، یا دورتر. خوردن یعنی انتخاب، و انتخاب یعنی شخصیت.

ما معمولاً خیال می‌کنیم آشپزی کار روزمره است، درحالی‌که پختن خودش نوعی «آفرینش» است؛ مثل خلاقیت در علم، هنر، یا حتی دوستی. وقتی با نیت محبت چیزی می‌پزی، انگار یک جهان کوچک پر نور می‌سازی در میان دود و طعم‌ها.

اما بیرون از خانه، در موج تبلیغات رنگارنگ، خوراک تبدیل شده به سلاح فرهنگی. از رنگ بشقاب تا مدل غذا خوردن، همه به دنبال عادت دادن ما هستند. بعضی نمانام‌ها (برندها) سلیقه را می‌فایند و ذوق را می‌مکند. آن‌ها نمی‌خواهند فقط خوراک بدهند؛ می‌خواهند ذهن بفروشند.

غذای جان در آشپزخانه معنا



الهام مقیسه
سردبیر مجله رشد جوان



صدای سردبیر

پاتوق

ادبیات و فرهنگ



سمیرا اسکندریور
دبیر پاتوق ادبیات و فرهنگ



تقی شجاعی



یوسف یزدیان وشاره



عباس حق خواه



محمد رضا زورندی



محمد حسین ملکیان



معصومه جراح زاده



شعر مقاومت

این وعده، صادق است

برخیز و مرگباری سجیل را ببین
بر بام شهر طیرا ابابیل را ببین

روشن شد آسمان و زمین از هجوم نور
دست خدا و یاری جبریل را ببین

موشک به موشک از دل شب رد شدیم ما
تیغ خدا به فرق اباطیل را ببین

وحشت زده، خموش و گرفتار هم شدند
نسلی شکست خورده قابیل را ببین

دست خدا نوشت که این وعده صادق است
تورات را مرور کن! انجیل را ببین

گفتی زدیم نیست جوابی برای ما!...
حالا بیا و غرّش سجیل را ببین



باصدای شاعر گوش کن!

معصومه جراحزاده

وارد می شود!

یوسف یزدیان و اشاره



از چشمی در که نگاه کردم، قلمب ریخت توی سینه! نه چیزی نیست؛ فقط ننه آقای عزیز خودم بود. مادربزرگ همیشه خندان پدری، اما همواره سخت گیرم!

بله پشت در، ننه آقای بلندبالا در جنبش بود، با یک ساک بزرگ و چشمانی که از پشت عینکش برق می زد. دست گذاشته بود بیخ دهانش و یواشکی داد می زد: «آهای فرزانه خانمی... شنیدم فرمانده کل خانه اینجا تنهاست، اومدم پشتیبانی و حمایتش کنم!»

وای!... معنای پشتیبانی و حمایتش را می دانستم. تعجب نکنید، شما هم اگر با ماجرای آمدن ننه آقای من و تبعات بعدی اش آشنا شوید، آن وقت می فهمید چرا آمدن ننه آقای جان جانی خودم را این قدر فاجعه انگیزناک قلمداد کرده ام.

معلوم است که در را باز کردم و بازار ماچ و بوسه و چاق سلامتی بین مادربزرگ نکته سنج و نوّه حساس دلبندهش رونق گرفت. ننه آقای عزیز با احترام تمام نشانده شد روی مبل راحتی و لیوان شربت خنک آلبالو تقدیم شد به دست های تپل تپل و پرچین و چروک علیا مخدره ای که قربانش بروم.

بگذریم از اینکه آب آلبالوی بازاری را پس دادند و امر فرمودند گوشه ساک دستی پروپیمانان را بکاویم، بطری حاوی سنگجبین مخصوص شخص شخیصشان را پیدا کنم، و دودستی پیشکش کنم به پیشگاه شریفشان.

- نوّه کلم، آخی ننه آقات از این آب شرخوهای مصنوعی کی خورده که بار دومش باشد. وای... چرا چراغها تا این وقت روز می سوزند. ورخیز خاموش کن که اسراف است!

- چشم ننه آقا جان از جان عزیزترم!

ننه آقا رفته بود دستی به آب بزند که کلید مینیاتوری توی هال را زدم. فی الفور دادش درآمد: «چرا برق رفت؟!»

با افکار درهم برهم نشستم پشت رایانه کیفی ام (لپ تاپم)... فکر کردم: حالا با سخت گیری هایش چه کنم؟! خودم به مامان مینا گفتم فرزند را بردارد، چند روزی برونند پیش خاله مریم تا دور از شیطنتهای فرزند درس بخوانم. حالا باید زیر دست ننه آقا تربیت شوم. زلزله بودم به صفحه مات رایانه و یادم نمی آمد می خواهم چه کنم، چه نکنم. هاج و واج شده بودم و کم کم داشتم جوش می آوردم که یک باره داغی لبهای مادربزرگ را پشت گردنم حس کردم.

- مادرجون، قریونت برم... به خورده ام به فکر آب و دون خودت باش. این قدر سر نکن تو این یارانه ها... رایانه ها... پوست و استخون شدی ننه جون... اصلاً بگو بینم صبحونه خوردی، این جور قوز کردی پشت این جعبه جادو؟!

- ننه آقا، جعبه جادو که به تلویزیون می گفتند!

- حالا جعبه جادو، نه، جعبه جارو...

دست ننه آقا را گرفتم و بوسیدم و برای اینکه خودم را خلاص کنم گفتم: «بچه که نیستم، معلومه که صبحونه می خورم!»

ننه آقا رفته بود توی آشپزخانه و صدایش بلند بود: «این اجاقتم

من، فرزانه، به خیال خودم چابک سوار عرصه های تابع و مشتق، و لگاریتم و انتگرال، در اوج تاخت و تاز در میدان تمرین های ریاضی، با یک مانع دور از انتظار برای جهانندن اسب مراد از موانع پیش رو مواجه شدم. مامان مینا، فرزند شلوغ کار را برداشته بود برای دو هفته رفته بود شهرستان، پیش خاله مریم که مریض شده بود و هیچ کس را نداشت. پدرم هم که تا شب اداره بود. خلاصه کلام اینکه: من و کتاب های مربوط به درس و آزمون سراسری و دفترهای پروپیمانم، تنها حکمرانان قانونی آپارتمان ۷۰ متری مان بودیم و برای خودمان خوش و خرم... تا اینکه ناگافل زنگ درواحدمان بلند شد!

که خاموشه... ای وای!... یخچالتونم که توش باد می‌وزه... آشپزخونه چقدر به هم ریخته‌اس... ورخیز بیا فکری به حال غذا ما کنیم دختر!»

ننه‌آقای آداب‌دان و مقرراتی‌ام معتقد بود دختر باید علاوه بر گرفتن دیپلم معمولش، «دیپلم آشپزی» هم داشته باشد. گوش‌هایم را گرفته بودم و با چشم‌های بسته فکر می‌کردم. حالا با درس‌های نخوانده‌ام باید چه کنم که دستی‌شانه‌هایم را تکان داد: -وا... این چه ادا و اطواریه دُخَمَلِم؟! «ننه‌آقا

با صدایی که به زور از حلقم بیرون می‌آمد التماس کردم: «ننه‌آقا به خدا من درس دارم!»

-مادر جون... اینکه دیلمه... سکتوراتم را که بگیری، بلد نباشی یک غذای مقوی برای خودت درست کنی، ول معطلی!

-غذای مقوی که همه‌اش کوفته‌تبریزی و آبگوشت بزباش نیست که!...

-این‌ها نیست، لابد سوسیس، کالپاس و هامورگر شماها... ورخیز ببینم دُخَمَل! خیالت رو راحت کنم... حالا که مادرت نیست چپ‌چپ نگام کنه، تا به میوه دلم آشپزی یاد ندم، از اینجا نمی‌رم!

-آخه من درس...

-آخی بی‌آخی!

ننه‌آقای حرفش را گرفته بود و با همان چهره خندان، نصیحت پشت نصیحت که: «درس هم بخوای بخونی باید انرجی بگیری بخونی عزیزجان...»

چشم‌هایم برق می‌زد و انگشت اشاره‌اش را جوری تاب می‌داد که کم مانده بود برود توی چشمم که: «اگه این دفعه آشپزی یاد نگیری، نه من نه تو!»

در یخچال را تندی باز کردم و دو تا تخم مرغ سفید و تپل چنگ زدم: «ننه‌آقا جان، غصه‌اش را نخور. نوه عزیز شما با همان خاکینه و نیم‌روی که اون دفعه یادش دادی، کلی انرژی می‌گیره.»

اما ننه‌آقای سرآشپز با حرکت چشم‌ها حالی‌ام کردند تخم‌مرغ‌ها را بگذارم سر جایشان و بیش از این لوس‌بازی درنیاورم که بفهمی نفهمی هوا پس است. گفتم: «خیلی خب ننه‌آقا... بذار امروز به درس و مشقم برسم، فردا صبح دست‌به‌سینه می‌ایستم کنار شما نخود و لوبیا پاک می‌کنم.»

جوابی داد که چشم‌هایم از تعجب چهارتا، بلکه هشت‌تا شدند. گفتم: «مته اینکه از دنیا عقبی گلم. تو روزگار مجازی همه چی رو پاک و پاکیزه بسته‌بندی می‌کنن!»

گفتم: «گفتی روزگار مجازی ننه‌آقا؟... خب این یعنی چه؟!»

گفتم: «حرف دهن من نذار! گفتم فروشگاه مجازی... چه می‌دونم... لابد این ترنتی اون ترنتی... مهم نیست. بیا مته بچّه خوب و ایسا پیشم قورمه‌سبزی یادت بدم!»

چاره‌ای نبود. آن روز با به جفت ایستادم کنار ننه‌آقای سرآشپز و چشم دوختم به لب‌های چین و واچین و دست‌های تپل مپل و پررگ و ریشه‌اش، تا گام به‌گام بار گذاشتن قورمه‌سبزی را با ایشان

پیش بروم و رمز و رموز جاافتادن این غذای محبوبم را در وجود ذی‌وجودم نهادینه کنم.

ننه‌آقا موقع کار بیکار نبود. علاوه بر اینکه سیرتاپیاز قورمه‌سبزی را گوشزد می‌کرد، از چیزهایی می‌گفت که شاید تا آن وقت از هیچ‌کس نشنیده بودم. ننه‌آقا از خودش می‌گفت که در دهه ۱۳۴۰ خورشیدی دختر بچه‌ای توی روستا بوده است. به قول خودش، وقتی فوق دکتری دوره ابتدایی (تو بگو ششم ابتدایی قدیم) را گرفته، ازدواج کرده و دیگر نتوانسته بود درس بخواند. با این همه، شروع کرده بود درباره تاریخچه غذا و آشپزی و انواع غذاهای اصیل ایرانی می‌گفت که کم مانده بود از تعجب شاخ در بیاورم. از گوشت خوار شدن آدم‌ها با کشف آتش در چهارصد پانصد هزار سال پیش حرف می‌زد و از اختراع اجاق خانگی (تو بگو شومینه یا کباب‌پز) توسط زن‌ها که باعث شده بود، همه اعضای خانواده دور اجاق جمع شوند. مادر بزرگ قوم و قبیله (تو بگو ننه‌آقای عزیز در دانه‌شان) به زبان لال بازی (تو بگو زبان بدن یا اصلاً پانتومیم) قصه‌گویی می‌کرده و فلان و فلان.

خلاصه‌اش اینکه ننه‌آقا در سخنرانی بلیغ خودش توی دور تند افتاده بود و رسیده بود به دور و زمانه خودمان و از حرام و حلال، و غذای‌های متبرک تاسوعا و عاشورا و غذاهای نذری و شله‌زرد و سفره‌های افطاری می‌گفت که همه این‌ها باعث می‌شود به یاد یکدیگر باشیم. هم سفره شویم و هر چه داریم و نداریم با هم بخوریم و شکر خدا را به جا بیاوریم. این‌ها به کنار، ننه‌آقا از نان‌ونمک و قداست دوستی‌های بی‌غل و غش می‌گفت و از خورش فسنجان که غذای اصیل و شاهانه است و ایرانی‌جماعت آن سردنیا هم که برود، دلش برای خوردن فسنجان جاافتاده و پرروغن (تو بگو فسنجان ننه‌آقا) لک می‌زند.

چه در دست‌تان بدهم، نگاه به سخت‌گیری مادر بزرگ خوب من نکنید. در اصل، آن روز برایم یک روز تاریخی و به یاد ماندنی شد. وقتی برخلاف میل باطنی، دست‌تاری سرآشپز عزیز را پذیرفتم و دیگ قورمه‌سبزی را بار گذاشتم، ننه‌آقای مهربان کف دست‌هایم را (مثل همان وقتی که سرجنیان پشت در ایستاده بود) بلندگوی دهانش کرد و یواشکی فریاد زد: «آهای نوه کلم، فرزانه خانم نازنین من... حالا دیگر از هفت‌دولت آزادی تا چهارچنگولی، مثل چسبیدن یک بچه پاندای تنبل به پاندای مادر تنبل تر از خودش، بچسی به دفتر و کتاب‌های لوس و بی‌مزه خودت!»

عیب ندارد. بگذار صدای بلندگوی مخصوص ننه‌آقا را تمام فرزانه‌های عالم بشنوند. چه بهتر از آنکه بابا آن شب سر میز شام چندین و چند بار تکرار کرد: «چه قورمه‌سبزی دل چسبی!» ای کاش مامان مینا و داداش فرزند هم اینجا بودند، حتماً مثل من و بابا از شام خوردن در کنار ننه‌آقا لذت می‌بردند.

حالا دیگر می‌دانم آشپزی برای من هنری است که خنده‌های ناب مادر بزرگ در آن موج می‌زند. یاد گرفتم آشپزی با یاد حرف‌های شیرین ننه‌آقا، بین درس خواندن‌ها، روش مؤثر و کارایی است که از یکنواختی و کسالت ساعت‌های درس و مشقم می‌کاهد و لحظات زندگی‌ام را از شور و نشاط یادگیری سرشار می‌کند.

نقد فرهنگی

مغز پفکی‌ها

محمد رضا زروندی

رفقا، بیایید یک اعتراف دسته جمعی بکنیم. همه ما آن لحظه شکوهمند و کمی شرم‌آور را داشته‌ایم: یک پاکت گنده چیپس یا پفک جلویمان باز می‌شود و بلافاصله لحظه بعدش، با انگشت‌های خیس داریم پودرهای ته مانده پاکت را می‌لمبانیم! در این هنگام شکممان را حسابی پر می‌کنیم. عینهو بادکنک قشنگ باد می‌شویم. اما بدنمان با صدای زجرناکی دارد فریاد می‌زند: «داداش! من هنوز گرسنمه! اینا چی بود دادی به خورد من؟ من ویتامین می‌خوام!» به این نوع از خورد و خوراک می‌گویند: «کالری خالی».

در طول شبانه‌روز ما داریم دقیقاً همین کلک را به طبقه بالا، یعنی مغزمان می‌زنیم. بیایید فهرست (منوی) روزانه «هله‌هوله‌های فکری مان» را وارسی کنیم: پیش‌غذا: دویست تا ویدئوی ۳۰ ثانیه‌ای از گربه‌هایی که از خیار می‌ترسند.

غذای اصلی: دعوی دو چهره (سلبریتی) که تا دیروز نمی‌دانستیم اصلاً نفس می‌کشند.

پی‌غذا (دسر): حفاری اکتشافی (اکسپلور) و رسیدن به نفت؛ همان چرخ‌زدن ابدی در اقیانوس بی‌انتها. چیزی برای دیدن

نیست، ولی ولش هم نمی‌کنیم. نتیجه؟ یک مغز قشنگ «پف کرده»، مثل بادکنکی که فقط با هوای گرم پر شده. ظاهراً خیلی شلوغ است، کلی چیز دیده، اما در واقع... هیچی! به این پدیده می‌گویند: «عارضه مغز پفکی!»

مغز پفکی مغزی است که بعد از خواندن دو خط کتاب درسی، هنگ می‌کند و آب و روغنش قاطی می‌شود. مغزی که آستانه تحملش برای دیدن یک فیلم ۹۰ دقیقه‌ای به صفر رسیده است و می‌پرسد: «نمی‌شه خلاصه‌اش روتوسه دقیقه ببینیم؟»

این مغز دقیقاً مثل همان بدن پفک خورده است، فقط قندش بالا پایین می‌شود. یک دقیقه از شدت هیجان داغ می‌کند و سر کیف می‌آید، پنج دقیقه بعد، باتری‌اش تمام می‌شود و می‌رود روی حالت کم‌مصرف.

بیایید کمی آشپز مغزمان باشیم، نه فقط گرم‌کننده محتوای دیگران. قرار نیست مغزمان را فقط به کلم بروکلی فکری، مثل فرمول‌های خشک فیزیک ببندیم. لاقل کنار آن چیپس‌های ذهنی، یک استیک مغز (یک مستند خوب) یا یک سوپ مقوی (یادگرفتن یک مهارت جدید) هم بخوریم.

مراقب باشید! نگذارید مغزتان از شدت پف‌کردگی بترکد!

به غذایت نگاه کن

تقی شجاعی



جدا از ضرر یا فایده غذاهای مختلف، بعضی غذاها هستند که با عشق و حوصله و برای افراد خاصی پخته می‌شوند و در مولکول‌های آن‌ها محبت و صبر و این صحبت‌ها موج می‌زند. بعضی غذاها هم هستند - مثل همان غذاهای فوری (فست‌فودها) - که صرفاً از روی اجبار، با عجله و برای پرکردن جیب آشپزش پخته می‌شوند و خیلی از محبت و آن صحبت‌ها تویش خبری نیست. یا مثلاً بعضی غذاها در دل طبیعت ریشه دارند و زیبایی‌های آن را در ذات خود حمل می‌کنند، و بعضی غذاها از دست‌کاری و جنگ با طبیعت به وجود می‌آیند. خب شما الان فکر می‌کنید این دو نوع غذا تأثیر یکسانی روی جسم و روح شما دارند؟

بنابراین الان احتمالاً فهمیدیم، اینکه توی قرآن آمده باید به غذایمان نگاه کنیم (سوره مبارکه عبس، آیه ۲۴)، چیزی فراتر از جست‌وجوی مو یا کاه توی غذاست. حتی خیلی از مفسران معتقدند که در اینجا منظور خدا از غذا، غذای فکر و غذای روح است. یعنی ببینیم چه چیزی را داریم به خورد مغزمان می‌دهیم. یک موقع برنداریم این غذاهای فوری (فست‌فودها) مجازی دم‌دستی را که فقط ظاهر و شکم‌فکرمان را پر می‌کنند و به زور گازکربنیک یا همان نوشابه هضم می‌شوند و بعداً هم باعث پوکی استخوان‌اندیشه‌هایمان می‌شوند، توی مغزمان فروکنیم. حواسمان به محتواهای جعلی (فیک) و سطحی باشد که در رسانه‌های مجازی باز دیده‌های میلیونی دارند و توجه ما را به خود جلب می‌کنند و به مرور زمان توهم دانایی و سیری و بی‌نیازی به غذاهای فکری اصیل و مقوی را به ما می‌دهند. هر وقت فلافل یا همبرگر با تمام نوشابه‌هایش آمد جای فسنجان و قورمه‌سبزی مامان‌پز را گرفت، محتواهای اینستاگرامی و یوتیوبی هم جای کتاب و منظومه‌های فکری اصیل را خواهند گرفت. تا سخنرانی اصیلی دیگر بدرد.

آیه و روایت داریم که آدم باید به غذایش نگاه کند ببیند تویش مویی چیزی نباشد، برود وسط پیچ‌های گوارشی گیر کند. البته اینکه تویش مو نباشد را ما از خودمان درآورده‌ایم و توی آیه مدنظر خیلی رویش تأکید نشده است. ولی خب به هر حال شما که داری نوع غذا را نگاه می‌کنی، خوب است به این نکته هم توجه داشته باشی.

حالا جدا از موها، بعضی وقت‌ها بعضی از غذاها کلاً چیز هستند؛ یعنی کلاً تو مایه‌های غذا نیستند و فقط لباس غذا پوشیده‌اند تا خودشان را به آدم قالب کنند. آدم گرسنه هم که فقط به فکر پرکردن شکم در سریع‌ترین زمان ممکن است، خیلی نگاه نمی‌کند ببیند این چیست که دارد بهش چشمک می‌زند و دلش را می‌برد. معمولاً این نوع غذاها هم -لامصب- خوشمزه‌تر هستند و هم دم‌دست‌تر و هم زودتر آماده می‌شوند.

خب حتماً تصدیق می‌فرمایید که این غذا باب طبع انسان امروزی هم است. چون انسان امروزی دنبال زندگی‌های سه‌سوته‌ای است که خیلی تویش زحمت و رنج و تلاش نباشد و پشت‌بند آن روی زمین ولو شود و از خوردن و خوابیدن و خیره‌شدن به جهان مجازی لذت ببرد. (در راستای اثبات شیوع زندگی‌های سه‌سوته بیایید با خودتان روراست باشید: الان مثلاً اگر همین موضوع را که ما داریم زور می‌زنیم درباره‌اش بنویسیم، به شما می‌دادند تا درباره‌اش مطلب بنویسید، ناموساً نمی‌رفتید از هوش مصنوعی بپرسید و سر سردبیر را با محتوای آماده‌ای که خودتان زوری برای نوشتنش نرده‌اید، شیربه‌مالید؟!)

داشتیم درباره غذا صحبت می‌فرمودیم. غذا همان‌طور که نمی‌دانید دو نوع است: غذای جسم و غذای روح. خود این‌ها هم به دو نوع تقسیم می‌شوند: غذاهایی که روح دارند و غذاهایی که روح ندارند. اجازه دهید یک مقدار سخنرانی کنیم تا بیشتر متوجه افاضاتمان بشوید.

آموزش نویسندگی

گام پنجم

بدنه متن؛

جایی که حرف اصلی را باید زد

سمیرا اسکندرپور

بدنه متن چیست؟

بدون بدنه، نوشته به آبگوشت بدون گوشت می‌ماند. مهمان‌ها مچپورند فقط آب بخورند و شکمشان را با تیلیت پرکنند. توی بدنه باید حرف‌های مهم و تازه‌ای بزنی تا خواننده حس کند دارد به دانسته‌هایش اضافه می‌شود. این طوری بگویم که بدنه مثل یک مسیر پریچ و خم و جذاب است و تو در طول این سفر می‌خواهی به هم سفرهایت کمک کنی چیزهای جدیدی کشف کنند.

سلام به رفقای دقیق و نکته‌سنج! تا حالا شده است وسط حرف‌زدن یک دوست، سرت را بگیری بالا و بگویی: «بابا حرف اصلیت رو بزن دیگه؟!»، خب، بدنه متن دقیقاً همان جایی است که تو دیگر باید برای همه خواننده‌های اصل مطلب را بگویی!

چطور خواننده تا آخر سفر همراهت باشد؟

بدنه متن جایی است که خواننده می‌خواهد ببیند بعدش چه می‌شود. نویسنده‌های ماهر این قسمت را مثل پله بالامی برند، نه مثل آسانسور که یکهو تموم بشود. در واقع بدنه نوشته باید مدام یک سؤال توی ذهن خواننده بسازد: «خب بعدش چی می‌شه؟»

چند نکته طلایی

۱. بدان برای کی می نویسی:

خبرداری خواننده هایت چه کسانی هستند؟ چند سالشان است؟ دخترند یا پسر؟ در تهران زندگی می کنند یا شهر دیگری؟ چی دوست دارند؟ هرچه بیشتر بدانی کی هستند و چه کاری کنند، حرف های به درد بخورتری می توانی بزنی.

۳. از جمله های کوتاه و ساده استفاده کن:

یادت هست وقتی مامان می خواست چیزی به تو یاد بدهد، خیلی ساده و راحت برایت توضیح می داد؟ تو باید مثل مامان عزیز و مهربان، طوری بنویسی که همه خیلی زود بفهمند؛ با جمله های کوتاه، راحت و بی دردسر.



۲. خودت را جای خواننده بگذار:

یادت باشد هدف این است که نوشته ات مثل خوراکی خوش مزه، برای همه خوش هضم باشد. ببین آیا حرف هایت همه فهم و قابل درک هستند؟ می توانی از مثال، تشبیه و گاهی از توضیح دادن استفاده کنی.

راز موفقیت

بدنه متن فرصتی است برای آنکه سبک و شخصیت خودت را نشان بدهی. هرچه بیشتر تمرین کنی، بهتر و جذاب تر می نویسی. پس دست به کار شو و نترس از غلط و اشتباه! هر بار که می نویسی، بهتر می شوی.

تمرین امروز

موضوع تمرین «پیروزشدن» است. امروز سعی کن یک صفحه درباره این موضوع بنویسی و حتماً حداقل یک مثال و تشبیه بزنی. مثال می تواند از خودت باشد یا داستانی باشد که شنیده ای. یادت باشد جمله ها را کوتاه و ساده نگهداری و از اشتباه کردن نترس. در قسمت بعدی می توانی یک متن کامل بنویسی. **قرارمان یادت باشد.**

معرفی نویسنده



داستان نویس با احساسی که هیچ گاه آرام ننشست!

عباس حق خواه

داستان‌ها بیشتر شبیه آینه‌هایی هستند که هر از گاهی نور سرد یک آپارتمان تهرانی یا گرمای غریبه‌یک کوچه جنوبی را با تاب می‌دهند.

رمان‌های معروفش مثل «هفت‌بند»، «کوچه افاقیا» و «نرگس‌ها»، آن قدر «درس‌دانی» است که معلمان و مشاوران مدرسه‌ها هم می‌توانند از آن استفاده کنند. هر رمان عملاً بسته ادبی آماده‌ای برای کلاس‌های انشاست؛ از آن‌ها که دبیران ادبیات می‌گویند: «بچه‌ها، حالا یک صفحه از این رمان بخوانید و برداشت شخصی خودتان را بنویسید.»

در نگاه بسیاری از شاگردانش که تعدادشان از جمعیت یک کلاس متوسط دانشگاهی خیلی بیشتر است، تجار شبیه آن استادانی است که وقتی وارد کلاس می‌شوند، همه حس می‌کنند امروز قرار است یا چیزی مهم یاد بگیرند، یا حداقل با یک روایت تازه، یک مثال بامزه، یا یک تذکر پدرانه‌مدارانه کلاس تمام شود. او در جلسه‌های نقد معمولاً با چهره‌ای آرام و مطمئن ظاهر می‌شود، اما همه می‌دانند که اگر در ساختار داستان گرهی وجود داشته باشد، دقیقاً و بدون رودربایستی همان جا یادآور می‌شود؛ آن‌ها هم با دقت جراح و آرامش مربی‌یوگا.

شخصیت تجار ترکیبی است از روان‌شناس دقیق، داستان‌نویس احساسی، منتقد و فعال فرهنگی خستگی‌ناپذیر. یعنی اگر در یک نشست ادبی درباره اهمیت رفتار شخصیت‌ها در یک رمان حرف بزند، همان‌جا ناگهان می‌تواند از نظریات رفتاری فروید تا تجربه شخصی‌اش در متروی تهران مثال بیاورد و همه چیز را با هم در یک بسته مصرفی ارائه کند.

در حوزه مطبوعات هم که فعالیتش در مجلاتی مثل «زن روز»، «سروش» و روزنامه «جام جم» گسترش یافته بود، سبک نوشتنش همان خصلت آرام و طنزآمیز را دارد؛ انگار همیشه در حال گفت‌وگو با خواننده‌ای فرضی است که لجاجت‌آمیز است و نویسنده باید او را آرام‌آرام راضی کند تا ادامه متن را بخواند.

راضیه تجار همان قدر که نویسنده است، مدیر پروژه هم هست؛ پروژه‌ای به اسم «ادبیات معاصر» که ظاهراً قرار نیست هیچ‌وقت تعطیل شود.

در نهایت هرچه باشد، تجار یکی از آن چهره‌هایی است که اگر از ادبیات معاصر ایران حذف شود، جایی خالی می‌ماند که با هیچ رمان سه‌جلدی پر نمی‌شود. او یکی از بازماندگان نسلی است که ادبیات را نه فقط می‌نوشتند، بلکه زندگی می‌کردند. نسلی از نویسندگان که هنوز با دست می‌نوشتند، هنوز کتاب را بو می‌کردند و هنوز برای انتخاب نام قهرمان رمانشان یک روز کامل فکرمی‌کردند.

پس اگر خواستی او را در یک جمله توصیف کنی، جمله‌ات این باشد:

«راضیه تجار: زنی که آن قدر لطیف و زنانه حرفش را به خواننده رساند که ادبیات معاصر تصمیم گرفت او را جدی بگیرد.»

اگر روزی تصمیم گرفتید فهرستی از زنانی تهیه کنید که در دنیای ادبیات ایران هیچ‌وقت آرام ننشسته‌اند، احتمالاً اسم راضیه تجار با مایک قرمز و یک خط دورش نوشته می‌شود؛ زنی که اگر کسی نداند، خیال می‌کند کارخانه‌ای خصوصی برای تولید رمان و جلسه‌های نقد و کارگاه داستان‌نویسی دارد، و البته چند مجله و روزنامه هم‌زمان به نام او ثبت شده‌اند.

تجار - به‌عنوان نویسنده، پژوهشگر، کارگردان پشت‌صحنه جلسه‌های ادبی، و گاهی اوقات «مامای ادبیات داستانی» - جزو آن معدود افرادی است که اگر یک روز کامل از او خبری نرسد، احتمالاً مشغول نوشتن رمانی تازه است یا در گوشه دیگری از تهران دارد درباره ساختار شخصیت‌پردازی با ۱۰ نفر بحث می‌کند. یا شاید هم آرام ننشسته و دارد یادداشت‌های تازه‌ای برای نسخه جدید «داستان‌های کارگاهی» می‌نویسد.

تولد؟ در تهران.

تحصیلات؟ روان‌شناسی.

فعالیت‌ها؟ هر چه فکر کنید؛ از تأسیس «انجمن قلم ایران» گرفته تا تدریس داستان‌نویسی، همکاری با نشریه‌ها، سردبیری ادبیات داستانی، عضویت در شوراهای هنری، و نقد تقریباً هر اثری که زیردستش رسیده باشد.

در جهان رمان‌های تجار، همیشه ردی از زندگی روزمره پیدا می‌شود: زنانی که درگیر کشمکش‌های عاطفی‌اند؛ خانواده‌هایی که نه‌تنها ساده نیستند، بلکه گاهی چنان پیچیده‌اند که حتی یک جامعه‌شناس هم ترجیح می‌دهد درباره‌شان سکوت کند؛ و مردانی که زخم می‌خورند اما قرار نیست قهرمان سینمایی باشند.

پاتوق

طنز



نسیم عرب امیری
دبیر پاتوق طنز



صدای دبیر پاتوق



اسماعیل امینی



مهدی استاد احمد



مهدی فرج اللهی



عبداللہ مقدمی



معصومه پاکروان

شعر طنز

در شکایت از پایین آمدن مصرف غذای روح و روان در نسل جوان

نسیم عرب امیری

سال‌ها پیش‌تر خرید کتاب
بود مرسوم و بین مردم باب

گرچه آن وقت‌ها نبود زیاد
آدم اهل درس و علم و سواد

ولی از بین صد نفر آدم
یک نفر بود اهل فکر و قلم

که نمی‌رفت توی بستر خواب
تا نمی‌خواند چند صفحه کتاب

این جماعت که در زمان قدیم
شده بودند مشتهر به حکیم

بوده‌اند آشنا به کل علوم
شعر و طب و ریاضیات و نجوم

حال دیگر نمانده وقت و زمان
تا بخواند کسی کتاب و رمان

شده محدود علم و دانش فرد
به دو تا پست و چند مطلب زرد

که شود طی روز طبق روال
توی گوشی هرکسی ارسال

متن‌هایی که می‌شود تولید
روز و شب در رسانه‌های جدید

نیست فرقی میان یک کفاش
با هنرمند و شاعر و نقاش

کارشان نیست جز کپی‌کاری
انتشار متون تکراری

نیست دیگر کتاب خواندن باب
رفته در گنجۀ اتاق کتاب

کم ندیدیم شاعری دانا
که به عمرش نخوانده حافظ را

یا نویسندۀ‌های شهیر و بنام
که ز بر نیست بی‌تی از خیام

بین یک عده روزنامه‌نگار
دارد اصلاً کتاب خواندن عار

نیست دیگر ز علم و فضل اثر
شده ارزان غذای روح بشر!



تصویرگر: حسین یوزباشی

نون و سس اضافه

جاتون خالی خوردم یک فلافل
بایه دونه ژامبون مرغ کامل

شعر نوشتن توی سیری سخته
برای بنده بزین به تخته

حقیقتش ساندوچیو دوس دارم
بال واسه ساندویچ ها درمیارم

تامی بینم به ساندویچ فروشی
می شم اسپیراین بی عقل وهوشی

رژیم دارم، اما می شم کلافه
می رم پی نون و سس اضافه

خلاصه که تامی بینم ساندویچ
قولایی که به خودم دادم همه شون می شن هیچ

وزن خودمونقش برآب می کنم
و وزن شعر رو هم خراب می کنم

مهدی استاد احمد

آشنایی با

بی معنی گوویی

اسماعیل امینی

«بی معنی نوشتن» آسان به نظر می‌رسد؛ انگار خیلی به فکر کردن و تمرین نیازی ندارد. همین طوری تصادفی کلمه‌ها را کنار هم می‌چینیم و جمله‌های بی معنی می‌سازیم. حتی می‌توانیم با کمی حوصله و جابه‌جایی کلمه‌ها، جمله‌های موزون و قافیه‌دار بنویسیم و شعر بسازیم.

- آقا اجازه! به نظر ما، بی معنی حرف زدن آسان‌تر از بی معنی نوشتن است. چون ما از حرف‌های شما چندان سر در نمی‌آوریم، اما خجالت می‌کشیم که بگوییم حرف‌های شما بی معنی است.

اینکه ما از حرف‌های دیگران چیزی دستگیرمان نمی‌شود، همیشه به خاطر نارسایی آن حرف‌ها نیست، گاهی ممکن است ایراد از گیرنده باشد. این جمله را ببینید: «مستجاب تناسب زیرا میان عقل روان شد»

«تزییق گویی». این تزییق البته به معنای تزییق آمبول نیست، بلکه به معنای شعر دروغین است؛ چون «ازرق» یعنی رفتار و گفتار دروغین.

برخی از این نوع شعرها خیلی آشکارا نشان می‌دهند که شاعر قصد شوخی دارد؛ مثلاً:

اگر عاقلی بخیه بر مومزن به جز پنبه بر نعل آهو مزن
سوی مطبخ افکن ره کوچه را منه در بغل آش آلوچه را
که نعل از تحمل مربا شود به صبر آسیا کهنه حلوا شود
ز افسار زنبور و شلوار ببر قفس می‌توان ساخت اما به صبر
اما بعضی از شعرها آن قدر شبیه شعرهای واقعی و معنادارند که اگر کسی دقت نکند، متوجه بی‌معنایی جمله‌ها نمی‌شود؛ مثلاً این بیت‌ها:

گفتی سکوت گریه صدای کتاب هاست
گفتم ورای غنچه ره‌آورد خواب هاست
گفتی کجای تلخی ویرایش است این
گفتم بشارت هیجان در نقاب هاست
گفتی کلاغ، سایه قاشق به خواب رفت
گفتم گلاب، گریه سرخ سراب هاست

این نوع بی‌معنی سرودن برای سربه‌سر گذاشتن کسانی است که شنونده خوب و دقیق شعر نیستند، اما الکی قیافه متفکرانه می‌گیرند و جوری سرتکان می‌دهند که انگار لایه‌هایی از معنای عمیق شعر را درک کرده‌اند.

بعضی از طنزنویس‌ها از این روش برای شوخی با شعرهای مشهور استفاده می‌کنند؛ یعنی کلمه‌ها، وزن و قافیه و سبک شعری را تقلید می‌کنند، اما جمله‌های بی‌معنایی می‌نویسند.

من از چند صفحه کتابی که روی میز بود، اولین کلمه را انتخاب کردم و آن‌ها را پشت سر هم نوشتم که این جمله شد. می‌بینید که این جمله معنای مشخصی ندارد.

-آقا اجازه! این جمله نه بانمک است و نه طنز!

بله همین‌طور است؛ جمله‌ای بی‌نمک و بی‌معنی ساخته‌ایم برای حرف زدن از شگرد بی‌معنی‌نویسی در طنز. حالا بیایید این جمله را در میان یک متن جدی و معنادار قرار بدهیم و ببینیم چه می‌شود: «عقلانیت منفعت‌محور مبتنی است بر انتظاراتی که ما از رفتار دیگران و کاربرد اشیا در محیط پیرامون داریم. بنابراین می‌توانیم نتیجه بگیریم که مستجاب تناسب زیرمیان عقل روان شد.»

کمی بهتر شد، اما هنوز بی‌نمک است؛ اگر چه غافلگیری دارد و به خواننده چراغ می‌زند که این متن دست‌کاری شده است. متن را ادامه می‌دهیم و باز از این اختلال بی‌معنا در آن وارد می‌کنیم: «انتظاراتی که ما را به هدف خاص و نهایی از پیش محاسبه شده و عاقلانه‌ای می‌رساند، زیرا عقل مستجاب، میان تناسب روان شد.»

این شیوه شوخی با نوشته‌ها، خیلی قدیمی است و بعضی از نویسندگان و شاعران گاهی وسط حرف‌های جدی و معمولی از این شگرد استفاده می‌کردند؛ برای ایجاد شگفتی و البته خندانند خوانندگان.

این راهم بدانیم که بی‌معنی‌نوشتن همیشه با کنار هم نشاندن کلمه‌های کتاب‌ها حاصل نمی‌شود، گاهی با درآمیختن کلمه‌های چند نوع متن شکل می‌گیرد؛ مثلاً یک متن تربیتی و مشاوره، یک متن پرورش گل و گیاه، و یک گزارش هواشناسی: «سنجش هوش هیجانی ابرهای باران‌زا نشان می‌دهد که کود مناسب و آبیاری به موقع، موجب رشد شخصیت برگ‌های تازه و پیشرفت تحصیلی قطرات درشت باران می‌شود.»

در قدیم یک‌جور شعر طنز بی‌معنی هم رایج بود به نام

هم می‌توانی فکر کنی که پختن غذاهای جسمی را به همان مامان خانم جان بسیاری و شما بشوی مسئول تأمین غذای روحی خانواده. یعنی این طوری که هر روز صبح وارد گروه شبکه اجتماعی خانواده بشوی و یک برچسب «سلام صبح به خیر» مهربانانه بفرستی. بعد همه که جواب دادند و قلب و شست فرستادند، این دفعه یک برچسب نان بربری یا سنگک بفرستی و بگویی بفرمایید نان تازه گرفتم.

بعد هم پشت سرش برچسب چایی شیرین و پنیر و این طور چیزها... بعد هم تا آخر شب هی برچسب‌های گل بفرستی و روحیه ماراهی بالا ببری. آخر شب هم یک عکس از دم‌نوش گیاهی بگذاری و به خواص آن در درمان همه بیماری‌هایی که بشر تا امروز داشته است اشاره کنی و به همه شب به خیر بگویی و بخوابی.

راستش تا الان به عقلم نرسیده بود که بهت بگویم: «گلم»، اما بالاخره آدم زمانی عقلش به یک چیزهایی می‌رسد که قبلاً لابد نمی‌رسیده دیگر. به هر حال امروز من این نامه را برایت نوشتم و شما را «گلم» هم صدا کردم که یک خواهش داشته باشم. من البته می‌دانم که شما خواهر بزرگ من هستی و احترامت خیلی واجب است، اما اگر می‌شود بیا و به حرف برادر کوچک‌تر گوش کن و برای مدتی از صنعت آشپزی و غذا فاصله بگیر. برو دنبال یک کار و حرفه دیگر، شاید در آن استعدادهای خیلی بیشتری داشته‌ی و بکوه شکوفاشدی.

لااقل از الان بهتر است که شما هی برای ما غذاهای جدید می‌پزی و ما هی می‌رویم -گلاب به رویتان. یا اگر هم خیلی روی مهارت‌های پخت‌وپز تأکید داری و می‌خواهی در آینده سرآشپز مشهوری بشوی، دست کم فعلاً سراغ غذاهای پیچیده نرو. از همین آب‌دوغ خیار شروع کن که غذا را نسوزانی. شما که نمی‌خواهی در آینده یک سرآشپز مشهور به «سرآشپز غذاسوز» بشوی که. وقتی با آب‌دوغ خیار و نان و پنیر شروع کنی، مثل فوتبالیستی هستی که از زمین‌های خاکی شروع کرده است. حتی به این



**خواهر گلم
سلام!**

عبدالله مقدمی

تصویرگر: حسین یوزباشی

روشی برای موفقیت



معصومه پاکروان

باباجان اعتراض کند؛ چرا که معتقد است دوتا خواهر زندگی را خیلی شل و راحت گرفته‌اند، اما مسئلهٔ آزمون سراسری بسیار جدی است.

و این تازه شروع فاجعه است. فامیل‌های دیگر هم به نوبت نظر می‌دهند: برخی توصیه می‌کنند صبح زود بیدار شوم، برخی سفارش می‌دهند که شب‌ها درس بخوانم، چون شب‌ها همه جا ساکت است و تمرکز بیشتری خواهم داشت؛ البته اگر از خروپف‌های آقا جان صرف نظر کنیم. برخی خلاصه‌نویسی و رنگی کردن متن را پیشنهاد می‌کنند و بعضی دیگر تنها راه موفقیت را در حل کردن سؤال‌های چند گزینه‌ای مکرر می‌دانند. بعضی از آن‌ها هم که خیلی جذاب حرف می‌زنند می‌گویند که اصلاً آزمون سراسری می‌خواهم چه کار؟!

مثلاً پسر بزرگ عمو که در بازار کار می‌کند، معتقد است اگر او هم وقتش را مثل من صرف در اتاق نشستن و شنیدن حرف این و آن کرده بود، الان در بازار حرف اول را نمی‌زد. بعد هم آرام زیر گوشم می‌گوید: «... پدرش اگر زورش می‌رسید که به پسر خودش می‌توانست زور بگوید!»

و بعد من می‌مانم و نگاه‌های آقا جان که به من زل می‌زند که پسرعمویت در گوشت چه می‌گوید، و من لبخند می‌زنم.

و من که از این همه نظر متضاد گیج می‌شوم، درمی‌یابم که هیچ روشی به تنهایی کافی نیست. بنابراین تصمیم می‌گیرم روشی شخصی بسازم: فهرستی از درس‌ها تهیه می‌کنم، زمان‌بندی مشخصی برای مطالعه و حل سؤال‌های چند گزینه‌ای تعیین می‌کنم، و با در نظر گرفتن توصیه‌های مامان خانم و خان‌دایی، استراحت کوتاه و تماشای فیلم را هم در برنامه‌ام جا می‌دهم.

و این است داستان من و فامیل مشاورم؛ جایی که همهٔ حرف‌ها از باباجان و مامان خانم آغاز می‌شوند و تا خان‌دایی، خان‌عمو و سایر اقوام ادامه دارند. هرکدام با دیدگاه خاص خود، و من در میان این همه تضاد، مشغول ساختن روشی برای موفقیت هستم.

هر روز صبح زود، باباجان قبل از شستن دست و صورت خودش با همان قدم‌های سنگین و چهره‌ای که هنوز نیمه خواب است، وارد اتاق من می‌شود و بدون مقدمه می‌گوید: «پسرم، بیداری؟» و وقتی می‌بیند من زودتر از خودش بیدار هستم، خیالش راحت می‌شود و حالت مهربانی می‌گیرد و می‌گوید: «زمان به سرعت می‌گذرد و آزمون سراسری نزدیک است، باید برنامه‌ریزی کنی.»

مامان خانم هم هر روز پشت سرش با لیوان چای می‌رسد و با نگاهی آمیخته به اضطراب و محبت مرا نگاه می‌کند و به باباجان می‌گوید: «درست است، اما نباید خودش را خسته کند، کمی استراحت هم لازم است.»

من درحالی‌که میان این دو نظر متضاد گیر افتاده‌ام، آهی می‌کشم و می‌گویم: «مشکل من این است که حجم درس‌ها زیاد است و نمی‌دانم از کجا شروع کنم!»

و همین‌جاست که کمک خواستن از اقوام و دوستان شروع می‌شود. خان‌دایی که به ایده‌های غیرمعمول و طنزآمیزش مشهور است، با لبخندی از سر شوخ طبعی می‌گوید: «هر فصل را بخوان و بعد برای گربه‌های حیاط توضیح بده. این طوری مطمئن می‌شوی یاد گرفته‌ای.»

باباجان با این ایده مخالف است، چون از گربه بدش می‌آید، اما توضیح دادن به طوطی **آقاناصر** طبقهٔ سوم وارد نمی‌کند. تازه معتقد است که طوطی آقاناصر حرف هم می‌زند و حرف آدم را هم تأیید می‌کند و مدام بله‌بله می‌گوید. اما خان‌عمو که همیشه رسمی و منطقی است، مخالفت می‌کند: «بهتر است جدول زمان‌بندی دقیقی بسازی و به آن پایبند باشی. این تنها راه واقعی قبولی در آزمون سراسری است.»

خاله با سینی کیک و شیرینی وارد می‌شود و درحالی‌که لبخند می‌زند می‌گوید: «درس مهم است، اما انرژی و روحیه هم اهمیت دارد؛ کمی تنوع به برنامه بده.»

این تقریباً به نظر مامان خانم نزدیک است و باعث می‌شود

هوش مصنوعی تشنه است

مهدی فرج‌اللهی



تصویرگر: حسین یوزباشی

رایانه‌ای، گرما را جذب و سپس آن را از طریق یک سامانه بسته، بدون نیاز به تبخیر، آزاد می‌کند.

جالب است بدانیم، هوش مصنوعی برای هر گفت‌وگوی کوتاه با کاربر، حدود نیم‌لیتر آب مصرف می‌کند که معادل یک بطری آب یک نفره است. آن‌ها برای نوشتن یک متن ۱۰۰ کلمه‌ای هم تقریباً به همین میزان آب نیاز دارند.

حالا شما حساب کنید به خاطر یک سلام و احوال‌پرسی معمولی با هوش مصنوعی، چقدر بی‌خودی و الکی آب و برق مصرف می‌شود! این عدد شامل آبی است که برای خنک‌کردن سرورهای مرکز داده استفاده می‌شود و آبی که مستقیم یا غیرمستقیم در نیروگاه‌های تولیدکننده برق برای راه‌اندازی این سامانه‌ها به مصرف می‌رسد.

حتی فرستادن یک کلمه «ممنونم» ساده کلی هزینه روی دست هوش مصنوعی می‌گذارد. این سرورها برای هر بار درخواست، حتی اگر فقط یک کلمه مؤدبانه باشد، برق زیادی مصرف می‌کنند. البته تحقیقات نشان می‌دهند که لحن مؤدبانه می‌تواند پاسخ‌های دقیق‌تر، بی‌طرفانه‌تر و ساختاریافته‌تری از هوش مصنوعی دریافت کند. این یعنی اگر درخواست خود را با جمله‌ای مثل «لطفاً یک مقاله دقیق بنویس» شروع کنید، احتمال زیادی وجود دارد که خروجی بهتر و حرفه‌ای‌تری تحویل بگیرید. حتی هوش مصنوعی هم ادب، احترام و محبت را می‌فهمد.

پژوهشگران در یک مطالعه جدید نشان دادند که سامانه‌های هوش مصنوعی تشنه هستند. هوش مصنوعی از تجهیزات الکترونیک استفاده می‌کند. این تجهیزات گرم‌سرگرم کردن می‌شوند و در اثر عبور جریان از پردازنده و قطعات الکترونیکی، گرما آزاد می‌شود. رفته‌رفته تجهیزات داغ می‌شوند و اگر خنک نشوند، دود از سر قطعات و صاحب‌آن‌ها بلند خواهد شد.

برای مثال کارسازهای (سرورهای) مرکز داده هوش مصنوعی، برای خنک‌شدن از برج‌های خنک‌کننده تبخیری استفاده می‌کنند. آنجا حرارت با این جمله‌ها دست‌به‌دست می‌شود: «بغلی بگیر، چی کارش کنم؟ بده بغلی.» در نهایت مولکول‌های آب حرارت را بخل می‌کنند و سر به آسمان می‌گذارند؛ می‌روند و پشت سرشان را هم نگاه نمی‌کنند و آن آب عملاً از منبع آب محلی، مانند رودخانه، مخزن یا سفره آب، حذف می‌شود!

میزان مصرف آب به عوامل متفاوتی بستگی دارد؛ از جمله محل قرارگرفتن مرکز داده. مثلاً اگر مرکز داده در سرمای «سیبری» ساخته شود یا وسط گرمای «کویر لوت»، ماجرا متفاوت خواهد بود.

دانشمندان برای صرفه‌جویی در مصرف آب روی روش‌های تازه‌ای کار می‌کنند. یک فناوری جدید از «مایکروسافت» برای خنک‌سازی از هیچ آبی استفاده نمی‌کند. این فناوری با چرخاندن مایعی مخصوص، به‌طور مستقیم از طریق لوله‌ها در تراشه‌های

پاتوق

پیشرفت و فناوری



مجید مجیدی
دبیر پاتوق پیشرفت و فناوری

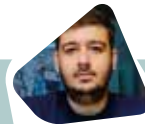


صدای دبیر پاتوق

آیا تا به حال به این فکر کرده‌اید که مرزهای دانش کتاب‌های درسی خود را در نوردید؟ وارستگی علمی صرفاً به معنای کسب نمره‌های عالی نیست، بلکه اشتیاق به کشف، پژوهش و نوآوری است. برای دانش‌آموز دبیرستانی یا هنرستانی که در آغاز مسیر بزرگ‌سالی قرار دارد، فرصت‌های بی‌نظیری در کشور وجود دارند که می‌توانند سکوی پرتاب او به سوی این وارستگی باشند. اما پیش از هر گام بیرونی، باید سفری را به درون خود آغاز کرد: سفر کشف خویشتن.

در جست‌وجوی «من» حقیقی: «ظرفیت‌های درونی شما کجاست؟»

قبل از آنکه لباس یک قهرمان علمی را بپوشید، باید بدانید که در کدام میدان توانمندتر هستید. شرکت در المپیادها، جشنواره‌ها و پروژه‌های پژوهشی، پیش از آنکه راهی برای کسب مدال باشد، ابزاری قدرتمند برای خودشناسی و واقعی‌سازی استعدادها محسوب می‌شود.



مهران مداج



مسعود آذرباد



سیده فاطمه حسینی



زهره احمدی



منصوره مصطفی‌زاده

اولش چطور بود؟

وقتی رژیم بعث عراق به ایران حمله کرد، سلاحی داشت که ایران نداشت: موشک! البته آن را هم خودش نداشت، از کشورهای دیگر می‌خرید! اما ایران در وضعیتی بود که حتی امکان خریدن موشک را هم نداشت. کشورهایی که موشک داشتند، همگی یا متحد آمریکا بودند و یا از آن می‌ترسیدند. این طوری شد که ما هیچ موشکی نداشتیم و عراق موشک‌های آلمانی و فرانسوی را به جنگنده‌های آمریکایی می‌بست و آن‌ها را روی شهرهای ما می‌ریخت و ما هیچ دفاعی نداشتیم. البته این اول ماجرا نبود...

اول ماجرا چطور بود؟

اول ماجرا زمان شاه پهلوی بود. وقتی که **محمد رضاشاه** با کشورهای دیگر (به خصوص آمریکا) قرارداد بست و به آن‌ها پول داد و از آن‌ها سلاح خرید. حتی آمریکایی‌ها گفته بودند برایمان در ایران کارخانه تولید موشک می‌زنند و ایران هم پول خوبی به آن‌ها داده بود. انقلاب که شد، آمریکا و انگلیس و بقیه همدستانشان زدند زیر معامله و دیگر سلاح‌ها و جنگنده‌ها را تحویل ندادند. شاید فکر کنید لابد پولی را که گرفته بودند، پس دادند؟ معلوم است که نه! پول‌ها را هم بالا کشیدند!

بعدش چطور شد؟

حالا جنگ شده بود و عراق داشت با سلاح‌های همه دنیا با ایران می‌جنگید. ایران دنبال این بود که از چند کشور دوست، مثل سوریه یا لیبی، موشک وارد کند، اما این اصلاً کار راحتی نبود. موشک را که نمی‌شود توی چمدان گذاشت و جابه‌جا کرد! آمریکا هم اگر می‌فهمید سلاحی دارد به ایران می‌رسد، آن را قبل از رسیدن می‌زد. وقتی با هزار جور سختی و هزینه موشک‌ها از لیبی به ایران رسیدند، لیبیایی‌ها گفتند: «ما فناوری ساخت و حتی پرتاب موشک‌ها را به شما یاد نمی‌دهیم! موشک‌هایمان را خودمان برایتان پرتاب می‌کنیم و هر جا هم صلاح بدانیم می‌فرستیم!»

این طوری نمی‌شد. ایرانی‌ها قبول نکردند. لیبیایی‌ها هم قهر کردند و وقتی داشتند برمی‌گشتند، چند تا از قطعات موشک‌ها را هم دزدکی برداشتند که ایرانی‌ها نتوانند شلیکشان کنند!

اینجا تمام شد؟!

معلوم است که نه. گروهی به فرماندهی **حسن طهرانی مقدم** مشغول بازکردن و کشف موشک‌ها شدند. آن‌ها به این نتیجه رسیدند که به جای اینکه همین چند موشک را پرتاب کنیم، بهتر است آن‌ها را باز کنیم و قطعاتشان را یاد بگیریم تا خودمان بتوانیم

روایت پیشرفت

منصوره مصطفی‌زاده
نویسنده روزنامه نگار

صنایع موشکی



موشک بسازیم. این وسط خیلی‌ها می‌گفتند: «چی؟! ما موشک بسازیم؟! فکر کردین اسباب‌بازی؟! مگه هر کسی می‌تونه موشک بسازه?!»

بعد هم می‌گفتند همین چند تا راشلیک کنید که اقلان چند بار هم ما دشمن رازده باشیم. ولی تیم حاج حسن طهرانی مقدم تسلیم این حرف‌ها نشدند. بالاخره «ایران ۱۳۰»، اولین موشک کاملاً ایرانی، ساخته شد. می‌دانید چرا اسمش عدد ۱۳۰ داشت؟ چون بُرد آن ۱۳۰ کیلومتر بود؛ یعنی می‌توانست از زمین بلند شود، این مقدار جلو برود، فرود بیاید و منفجر شود. قدرت انفجار و دقت اصابتش هم زیاد نبود. یعنی این طوری نبود که دقیقاً در همان نقطه‌ای که می‌خواستیم فرود بیاید. ممکن بود چند صد متر دورتر منفجر شود. با این حال «اولین» بود و اولین‌ها همیشه قدم اول هستند برای رسیدن به «بهترین»!

فکر می‌کردند چطور بشود؟

وقتی هشت سال دفاع ایران تمام شد و حتی یک وجب از خاک ما هم به دست دشمن نیفتاد، خیلی‌ها گفتند خب دیگر... کار روی موشک‌ها بس است! بعد از این می‌توانیم سلاح از کشورهای دیگر بخریم و لزومی ندارد خودمان بسازیم! این موشک‌ها هم که به خوبی موشک‌های خارجی نیستند... پس چرا برایشان وقت بگذاریم؟! اما تیم موشکی ایران راهی را که شروع کرده بود تا همین امروز ادامه داده است.

یعنی چطور شد؟

موشک‌های ایرانی یکی بعد از دیگری آزمایش می‌شدند و قدرت انفجار کلاهک‌های موشکی هم هی بالاتر و بالاتر می‌رفت. بُرد موشک‌ها از ۱۰۰ کیلومتر به ۱۰۰۰ و ۲۰۰۰ کیلومتر و بیشتر از این‌ها رسید. دقت اصابت موشک‌ها به جایی رسید که می‌توانست از ایران شلیک شود و نصف یک قاره را طی کند و در انبار کوچکی در یک پادگان مخفی فرود بیاید. ایران به یکی از ۱۰ کشور اصلی تولیدکننده موشک در جهان تبدیل شد!

واقعاً این طوری شد؟

تا همین چند وقت پیش هر قدر مسئولان موشکی ایرانی می‌گفتند که موشک‌هایمان چه توانایی‌هایی دارند، دشمنان ما می‌گفتند دروغ می‌گویید! هر قدر می‌گفتم موشک‌هایی داریم که هیچ راداری نمی‌تواند آن‌ها را ردیابی کند، با سرعتی چند برابر صوت حرکت می‌کنند، از جو زمین خارج می‌شوند، و موشک‌هایی داریم چنین و چنان، کسی باور نمی‌کرد! بالاخره موقعیت آزمایش این موشک‌ها پیش آمد و وقتی اسرائیل به خاک ایران جسارت کرد، با واقعیت قدرت موشکی ایران روبه‌رو شد. واقعیتی که سال‌ها

تلاش کردند آن را تکذیب کنند، اما وقتی مستقیم روی منطقه‌های مهم نظامی‌شان فرود آمد و آن‌ها را با خاک یکسان کرد، دیگر قابل تکذیب نبود.

چند نکته درباره صنایع موشکی ایران

موشک‌های ایرانی کاملاً ایرانی هستند! شاید این جمله مسخره به نظر برسد، اما در واقع جمله مهمی است. دلیلش این است که بیشتر کشورهای دنیا خودشان سازنده سلاح و صنایع جنگی نیستند. اغلب کشورها سلاح‌هایشان را از چند کشور اصلی تولیدکننده سلاحه (مثل آمریکا، روسیه، چین، آلمان و فرانسه) می‌خرند. یا حتی وقتی خودشان سازنده سلاح هستند، فناوری‌اش را از همان کشورهای اصلی می‌گیرند، یا قطعاتش را از آن‌ها می‌خرند. ایران، چون از همان ابتدا در تحریم کامل بود و هیچ کشوری حاضر نبود فناوری یا قطعه‌ها را به ما بفروشد، همه چیز را به جوان‌های نخبه و باانگیزه ایرانی سپرد و نتیجه‌اش هم عالی شد. حالا ما سلاح‌هایی داریم که جز خودمان، هیچ‌کس فناوری‌اش را نمی‌داند.

موشک دزفول: موشکی که می‌تواند ۱۰۰۰ کیلومتر دورتر درست روی یک نقطه مشخص فرود بیاید. قدرت نقطه‌زنی این موشک فوق‌العاده است!

موشک سجیل: یکی از موشک‌های بالستیک ایرانی که با سوخت جامد کار می‌کند و بین دوهزار تا دوهزار و پانصد کیلومتر برد دارد. برای اینکه دستتان بیاید داریم از چی حرف می‌زنیم: فاصله ایران تا سرزمین‌های اشغالی حدود ۱۴۰۰ کیلومتر است!

موشک عماد: موشکی است با برد حدود ۱۷۰۰ کیلومتر که یک قابلیت خیلی جالب دارد: تا لحظه آخر و قبل از اصابت، مسیرش قابل کنترل است و می‌شود آن را هدایت کرد.

موشک فتاح: یکی از خفن‌ترین موشک‌های ایرانی که در لحظه اصابت به هدف بین ۱۳ تا ۱۵ ماخ سرعت دارد. یک ماخ معادل سرعت صوت است! تازه ایران یک فتاح ۲ هم دارد که هنوز از آن روزنمایی نکرده است!

سوخت جامد: موشک‌ها ممکن است با سوخت مایع کار کنند یا سوخت جامد. خوبی سوخت جامد این است که در عرض چند دقیقه می‌شود موشک را برای پرتاب آماده کرد.

بالستیک و کروز: بالستیک به موشک‌هایی می‌گویند که در ابتدای مسیر با قدرت بالایی پرتاب می‌شوند و بعد از طی فاصله خیلی زیادی روی هدف فرود می‌آیند. بعضی از موشک‌های بالستیک حتی از جو زمین خارج می‌شوند! موشک‌های کروز موتوری مثل موتور جت دارند و نزدیک به زمین پرواز می‌کنند تا به هدف برسند.

قسمت دوم:

اردو و مسابقه!

داستان فناوری

خلاصه داستان: بعد از اردوی بازدید از پایگاه فضایی و آغاز مسابقه ساخت روبات، من و حسام و سهراب هم یک تیم شدیم. تصمیم گرفتیم روبات‌های گروهی کشاورز را بسازیم. اما این وسط حسام برای موفقیت تیم نقشه‌ای کشید که من و سهراب موافقش نبودیم.

نویسنده: مسعود آذرباد

خب، آقا مرتضی! درباره چی می‌خواستی بامن صحبت کنی؟

راوی: نقشه‌ای که سهراب کشیده بود، از نظر من درست نبود. منم نمی‌تونستم به اون بی‌تفاوت باشم. عقل خودم به هیچ جا نرسید. تصمیم گرفتم بریم پیش مشاور مدرسه مون.

۲۴

پوشه
جوان

پهمن ۱۴۰۴



من تو مدرسه مشاور
شما هستم. هر چی رو که
لازمه، می‌تونم به من بگی.
خیالت راحت باشه که
نباید به کسی چیزی بگیم.



آقا اجازه؟ گفتنش
خیلی برای ما سخته؛ هم
عذاب وجدان دارم و هم
احساس خیانت!



تو مجبور نیستی با
من حرف بزنی. منم تو رو
مجبور نمی‌کنم، ولی...!

ولی چی آقا؟



حالا واقعاً برای من
خیلی سخته که اینا رو بگم.
من با سهراب و حسام
دوستم. نمی‌خوام دوستانم
روز از دست بدم. هیچ‌کس
از خبرچینی خوشش
نمی‌یاد.



خبر دارید که من و حسام
و سهراب به تیم مسابقه هستیم.
سهراب نقشه کشیده به هر روشی که
شده، بقیه بچه‌ها رو از راه به در کنیم.
با هدیه دادن یا ترسوندن، از ادامه
مسابقه منصرفشون کنیم تا تیم ما
کارش برای برنده شدن
راحت باشه.



ولی به این فکر نکن. اگر
حرف دلت رو نزنی و از بزرگ‌تر
کمک‌گیری، ممکنه اتفاقاتی
بدتری بیفته. من مطمئنم،
با گفتن حرف دلت، هیچ
خدشهای به دوستی تو با حسام
و سهراب وارد نمی‌شه.



یعنی چی آقا؟

حالا دوست داری
منم تو این ماجرا
قدمی بردارم و به شما
کمک کنم یا نه؟



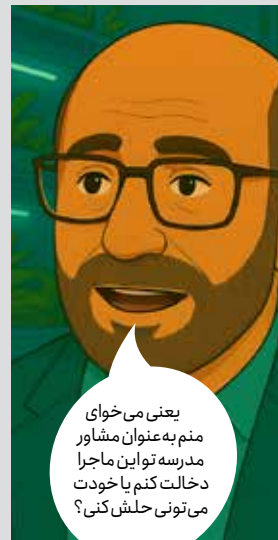
دیدی که گفتن حقیقت
حالت رو بهتر کرد! تو کار
درستی کردی. شجاعت
یعنی همین.



شما پروسر
کلاست. من به
فکری به حالش
می‌کنم.



لطفاً به ما کمک
کنید آقا. من واقعاً
نمی‌دونم باید چی کار
کنم!



یعنی می‌خوای
منم به عنوان مشاور
مدرسه تو این ماجرا
دخالت کنم یا خودت
می‌تونی حلش کنی؟



توجه! توجه!
دانش‌آموزانی که در
مسابقه روایات‌های گروهی
ثبت نام کرده‌ان، بعد از
پایان کلاسشون، تو مدرسه
بموتن و به نمازخانه برن.



یه موضوع به ذهنم اومد، گفتم تا زیاد درگیر مسابقه نشده‌اید، به شما هم بگم.



پس نصفش کن که منم ضعف کردم!

من یه ساندویچ توی کوله‌ام دارم. قرار بود بخورمش، نخورده‌ام.

چرا یهو جلسه گذاشته‌ان. من بد جور گشتم‌ام!



آره شک دارم، وگرنه چرا یهو آقای همتی باید این حرفا رو بزنه؟

یعنی تو به من و مرتضی شک داری؟

این حرفای آقای همتی بوداره. انگار یکی رفته از نقشه ما به آقای همتی گفته. نظرتون چیه؟



بچه‌ها، آینده این مملکت تو دستای شماست؛ نه فقط با ساختن روبات‌های پیشرفته، بلکه با ساختن آدم‌های درست. تو این مسابقه، فقط برنده شدن مطرح نیست، یادگیری و همکاری مهمه. اجازه ندید هیچ رقابتی، این ارزش‌ها رو از بین ببره. هیچ مسابقه‌ای قرار نیست ما رو وادار کنه از مسیر درستی و حقیقت جدا بشیم.



معدر خواهی قبوله رفیق جان. مهم اینه که فهمیدی ما برای برنده شدن و ساختن روبات کشاورزمون به تقرب نیاز نداریم.



وقتی آقای همتی این حرف‌ها رو زد، از هردو نفرتون عصبانی شدم. ولی با حرفای الان فهمیدم حق با شماست. معذرت می‌خوام.



البته که آقای همتی حرفای پدی هم نمی‌زنه. اگر قرار بود یکی نقشه تو رو علیه ما عملی کنه، خودت چه حالی پیدا می‌کردی؟



سیده فاطمه حسینی
نویسنده و پژوهشگر روایت پیشرفت

همان لحظه بود که ایده‌ای در ذهن آقای هاشمی جرقه زد. او این برنج‌ها را جداگانه برداشت کرد و به عنوان بذر برنج تا سال بعد نگهشان داشت. سال بعد آن‌ها را در خزانه‌ای جداگانه نشاکاری و بعد به مزرعه منتقل کرد. این روند برای پنج سال ادامه داشت و او با صبر و حوصله برنامه‌ای را پیش می‌برد که از نظر بعضی‌ها نشدنی یا خیالی بود.

وقتی برنامه پنج‌ساله آقای هاشمی به بار نشست که در کل مزرعه‌هایش برنج جدید را نشا کرد. وقتی برنج‌ها خوشه زدند و خودی نشان دادند، آن وقت بود که فامیل و همسایه‌ها متوجه تفاوت برنج‌های خودشان با برنج‌های مزرعه آقای هاشمی شدند. کم‌کم بقیه هم برای کاشت از او بذر برنج گرفتند. آوازه این برنج جدید، اول در روستای «چاپارخانه» پیچید و بعد روستاهای اطراف و همین‌طور روند مشهور شدن برنج جدید ادامه پیدا کرد.

اسم برنج هم به احترام کاشفش بین مردم به برنج هاشمی معروف شد. کشاورزی روستایی و پرتلاش که تنها با یک مشاهده دقیق و بعد فکر خوب و ایده کاربردی‌اش، توانست در صنعت برنج ایران تحولی ایجاد کند؛ تحولی که در خیلی از پژوهشکده‌های به‌روز برنج هم پیدا نمی‌شود. برنج هاشمی نمانام (برند) معروف برنج گیلانی شد و برای سال‌ها به‌عنوان یکی از بهترین برنج‌های گیلان باقی ماند.

خیلی از اوقات، بین همه چالش‌های روزانه زندگی ما، فرصت‌هایی در حال عبور هستند، ولی ما به خاطری حواسی و یا به خاطر فکر و خیال‌هایمان به آن‌ها توجهی نمی‌کنیم. گاهی هم آن‌ها را کم می‌دانیم و منتظر یک ایده بی‌عیب و نقص نشسته‌ایم. بعضی‌ها اما حواسشان به فرصت‌های کوچکی که خدا لایه‌لای مشغله‌ها قرارداده، جمع است و مثل تیراندازی ماهر، فرصت را روی هوا می‌زنند.

چه کسی فکرش را می‌کرد کشاورزی اهل یکی از روستاهای کوچک گیلان، فقط با پیدا کردن چند خوشه برنج، کاری کند که تمام ایران اسمش و محصولش را بشناسند؟ حتماً اسم برنج هاشمی به گوشتان خورده است و یا آن را حداقل در یک وعده از غذاهای تان نوش جان کرده‌اید. اما هیچ وقت از خودتان پرسیده‌اید که چطور و چرا برنج هاشمی این قدر معروف است؟ فکر نکنم یوسف هاشمی، روزی که خوشه‌های متفاوت برنج را در شالیزار پیدا کرد، خودش هم این معروف شدن و زبانزد شدن به ذهنش رسیده باشد.

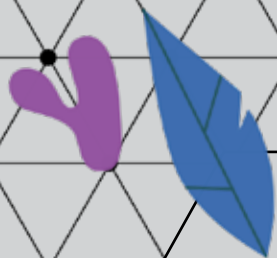
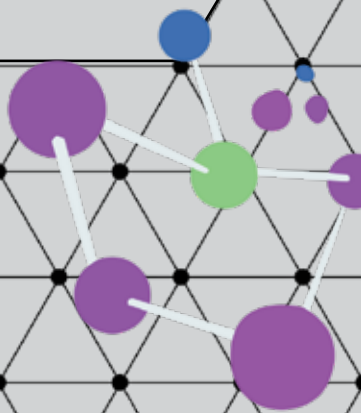
تابستان سال ۱۳۶۴ خانواده هاشمی مشغول برداشت محصول آن سال شالیزارهایشان بودند که آقای هاشمی متوجه وجود چند بوته برنج پرمحصول‌تر شد. بوته‌ها رشد بیشتری نسبت به برنج‌های اطرافشان داشتند و دانه‌های برنج درشت‌تری داشتند.



در جست و جوی وارستگی علمی

کشف ظرفیت های درونی و پرواز
به سوی آینده

مهران مداح



فرصت های علمی، محورهای چالش و پرورش مهارت های درونی

ردیف	فرصت علمی	محور چالش	پرورش دهندۀ مهارت های درونی
۱	المپیادهای علمی باشگاه دانش پژوهان جوان	عمق دانش نظری (تئوری) و حل مسئله های پیچیده	تمرکزگرایی، تفکر تحلیلی، پشتکار فردی
۲	جشنواره علمی پژوهشی پژوهش سراهای دانش آموزی	نوآوری کاربردی، کار تیمی و تحقیق میدانی	همکاری و رهبری، مهارت های فنی، جست و جوگری فعال
۳	جشنواره جوان خوارزمی	اختراع، توسعه طرح و ارائه نوآوری	خلاقیت ساختاری، مدیریت پروژه، توانایی دفاع از طرح

کشف علاقه پنهان: آیا واقعاً عاشق فرمول ها و محاسبه ها هستید (المپیادهای مثل ریاضی و فیزیک)؟ آیا از ساختن یک روبات یا کدنویسی برای حل یک مشکل لذت می برید (المپیادها و جشنواره های فناوری)؟ یا شاید ذهن شما در تحلیل های عمیق انسانی و فلسفی قدرت می گیرد (المپیادها و جشنواره های علوم انسانی)؟ این رویدادها آینه های بزرگ استعدادهای شما هستند.

سنجش ظرفیت تحمل چالش: آیا می توانید برای یک هدف بزرگ، ماه ها تلاش بی وقفه داشته باشید؟ المپیادها شما را به عمق یک علم می برند و پشتکار، صبر و انضباط فردی شما را به سختی می آزمایند. این آزمون ها نشان می دهند که ظرفیت روانی و فکری شما برای مواجهه با چالش های پیچیده چقدر است.

تبدیل ایده به عمل: جشنواره هایی مانند جشنواره جوان خوارزمی و جشنواره علمی-پژوهشی، بهترین بستر سنجش توانایی شما در تبدیل دانش نظری به راه حل عملی هستند. آیا می توانید ایده ای خام را به یک نمونه ساخته شده، یک مقاله علمی یا یک اختراع کاربردی تبدیل کنید؟ این همان بلوغ فکری یک پژوهشگر است.

سکوی پرواز: فرصت های پرورش خود

فرصت های علمی موجود در کشور صرفاً محیط رقابت نیستند، بلکه امکانی برای رشد شخصیت هستند. آن ها ابزار تقویت ابعاد وجودی شما در مسیر وارستگی علمی به شمار می روند. در جدول به سه نمونه از این فرصت های علمی پرداخته ایم.

برای آنکه سفر کشف خویشتن در این بسترها به بهترین شکل پیش برود، این نکته های کلیدی را در نظر بگیرید:

۱. **ورود به عمل:** تنها خواندن در مورد جشنواره ها کافی نیست، باید وارد عرصه شوید؛ حتی با یک پروژه کوچک در پژوهش سرای دانش آموزی یا در آزمایشگاه مدرسه.

۲. **خروج از منطقه امن:** همیشه در رشته ای شرکت کنید که کمی برای شما چالش برانگیز باشد.

۳. **بهره گیری از مربیان:** معلمان مدرسه یا مربیان را نه به عنوان مدرس، بلکه به عنوان راهنما در مسیر کشف توانایی های پنهان خود ببینید.

۴. **تعادل میان علم و مهارت:** وارستگی علمی تنها داشتن اطلاعات نیست، بلکه تلفیق آن با مهارت های نرم، مانند برقراری ارتباط، کار گروهی و توانایی ارائه است. المپیادها و جشنواره ها فضایی عالی برای پرورش هم زمان هر دو بعد هستند.



براساس پژوهش‌های انجام شده، تا ۳۸ درصد از حقایقی که هوش مصنوعی ارائه می‌کند، جانب‌دارانه و دارای سوگیری هستند. این محققان روی دو پایگاه داده هوش مصنوعی مطالعه کردند. پایگاه‌های مزبور داده‌ها را به دستگاه می‌دهند تا بتواند مثل انسان فکر کند.

بسیاری از گزاره‌ها مثل: «زمین گرد است»، گزاره‌های علمی و ثابتی هستند که همه در مورد آن‌ها توافق دارند، اما در مورد مسئله‌های اجتماعی این‌طور نیست. این داده‌ها به‌عنوان محتوا در اختیار گپ‌بات‌ها و دستیاران مجازی، مانند گوگل، قرار داده می‌شوند تا به جست‌وجوگران ارائه شوند. بیش از یک سوم این اطلاعات جانب‌دارانه‌اند. این اطلاعات در خصوص موضوع‌های انسانی و اجتماعی، مانند نژاد، جنسیت یا ملیت، کاملاً غیرمنصفانه ارائه شده‌اند. برخی از این نتایج به‌قدری تکان‌دهنده و ناراحت‌کننده هستند که محققان از قراردادن آن‌ها در مقاله خود دچار تردید شدند!

زندگی در دنیای ما بدون اینترنت، و در سال‌های اخیر بدون هوش مصنوعی، تقریباً غیرممکن خواهد بود. بنابراین استفاده از این فناوری‌ها ناگزیر و اتفاقاً ضروری است. کسی که نتواند از فناوری‌های به‌روز استفاده کند، طبیعتاً از مسیر روبه‌رشد آن باز خواهد ماند. اما ما باید بتوانیم از خوراکی‌های مغزمان با آگاهی استفاده کنیم. پس پیش از آنکه به مغزتان غذا بدهید، حتماً خوراکی‌های خوب را شناسایی کنید و مراقب غذاهای فوری مسموم دیجیتالی باشید!

فست‌فود! ترکیب دو واژه فرنگی «فست» به معنای «سریع» و «فود» به معنای «غذا» است؛ غذایی که سریع آماده و سریع هم میل می‌شود! فقط کافی است کمی احساس ضعف و گرسنگی بر شما چیره شود تا یک غذای فوری مثل یک معجزه ظاهر شود و همه چیز را حل و فصل کند.

اما این غذاهای فوری و خوش‌مزه آن‌قدرها هم که فکرش را می‌کنید دوست‌دار شما نیستند! به هر حال وقتی که خیلی گرسنه می‌شویم، شاید دیگر حواسمان نیست که چه می‌خوریم؛ سالم است یا نه! فقط آن لحظه دوست داریم یک غذای خوش‌مزه، ما را از گرسنگی نجات دهد. اتفاقی که برای مغز ما هم می‌افتد دقیقاً همین است.

مغز ما وقتی گرسنه می‌شود به غذا نیاز دارد. ما معمولاً با پرسیدن، شنیدن یا جست‌وجو کردن، غذای مغزمان را فراهم می‌کنیم. این وسط غذاهای فوری دیجیتالی هم هستند که مغز ما را سریع‌تر سیر می‌کنند.

این روزها هوش مصنوعی برای خیلی از ما به یک همه‌چیزدان همیشه در دسترس تبدیل شده است که هیچ وقت از «پرسیده شدن» خسته نمی‌شود. آن‌قدر در زندگی ما نفوذ کرده است که دیگر حتی گاهی درباره اینکه «برای مهمانی خانوادگی چه لباسی بپوشیم؟» هم از او می‌پرسیم.

اما تا به حال به این فکر کرده‌اید گپ‌بات‌ها چگونه می‌توانند با ما صحبت کنند؟ آن‌ها به پایگاه‌های داده‌ای متصل هستند که اطلاعات را از منابع متفاوت جمع‌آوری کرده‌اند. وقتی شما از یک چت‌بات سؤالی می‌پرسید، او به وسیله الگوهای زبانی از پیش‌آمخته، با ارتباط و قراردادن کلمه‌ها کنار هم، پاسخی به شما ارائه می‌دهد.

اما آیا همه چیز دقیق و درست پیش‌بینی شده است؟

منبع:

<https://viterbschool.usc.edu/news/2022/05/thats-just-common-sense-usc-researchers-find-bias-in-up-to-38-6-of-facts-used-by-ai/>

غذاهای فوری دیجیتال!

زهرا احمدی
پژوهشگر



پاتوق هنر ورسانه

روایت روان شناسی غذا در تصویر

در دنیای فیلم و پویانمایی، غذا حضور پررنگی دارد؛ از غذاهایی که **هایائو میازاکی** با دقت فراوان در انیمه‌هایش به نمایش می‌گذارد، تا پویانمایی‌هایی مثل راتاتویی و فیلم‌هایی مثل «ویلی وانکا و کارخانه شکلات‌سازی» که به دور غذا می‌چرخند، غذا به روایت داستان کمک فراوانی می‌کند. حضور غذا در این آثار فراتر از یک ابزار داستان‌گویی است. غذا ما انسان‌ها را به یکدیگر متصل می‌کند و باعث می‌شود ارتباط عمیقی با هم داشته باشیم؛ به طوری که تماشای غذا خوردن در فیلم، باعث می‌شود احساس باورپذیری قوی‌تری شکل بگیرد و با دنیای تخیلی (فانتزی) فیلم‌ها و پویانمایی‌ها ارتباط برقرار کنیم. وقتی غذایی را در تصویر می‌بینیم، مغز ما که به لطف دوره پارینه سنگی برای جمع‌آوری غذا برنامه‌ریزی شده است، می‌تواند میزان انرژی تهیه غذایی را که در تصویر می‌بیند تخمین بزند و آن را طلب کند. تصویر غذا برای ما جذاب است. غذا در تصویرهای متحرک، بیشتر برای ما جذاب می‌شود، وقتی فردی را در فیلمی می‌بینیم که ساندویچ بزرگ و خوش‌مزه‌ای را برمی‌دارد و به سمت دهانش می‌برد. در این حالت مغز انسان مزه‌های آشنای مربوط به تصویر غذا را به سرعت حساب می‌کند و در انتظارشان می‌ماند؛ چون مغز انسان برای یافتن غذا درست شده است و غذا را به خوبی می‌شناسد. غذا ما را به خاطرات متصل می‌کند. وقتی غذایی را در تصویر می‌بینیم، خاطرات آدم‌ها، زمان‌ها و مکان‌ها به یادمان می‌آید. در تصویرهای سینمایی و پویانمایی، غذا فراتر از یک تصویر جذاب است. در واقع عاملی است برای یادآوری گذشته و خواسته‌هایمان.

مجید کاظمی
دبیر پاتوق هنر



محمد علی ارجمند
دبیر پاتوق رسانه



محمد نیک افروز



جواد حسینی نصر

محمد حسینی نصر
کارشناس روانشناسی

بازی ذهنی یا توهم بصری؟

آرچیمبولدو در آثار خودش تنها به خلق تصویرهای عجیب و سرگرم‌کننده بسنده نکرد، بلکه به نوعی جهان بینی فلسفی خاص خودش را بازتاب داد. استاد با کنار هم گذاشتن میوه‌ها، سبزی‌ها، گل‌ها و جانوران برای ساختن چهره‌های انسانی، نشان داد که انسان و طبیعت از هم جدایی ناپذیرند و هویت انسانی از دل عنصرهای طبیعی شکل می‌گیرد. این نگاه ریشه در اندیشه‌های دوران رنسانس داشت که انسان را «جهان کوچک» در برابر «جهان بزرگ» می‌دانست و معتقد بود هر فرد بازتابی از کل هستی است. به درستی و غلطی این جهان بینی کار نداریم، ولی چیزی که ذهن ایشان را مشغول کرده بود، حقیقت جهان در ظاهر یا در باطن بود و آن قدر در این جهان بینی غرق شد که به زبانی نمادین دست پیدا کرد.

نقاش در زمان خودش

استاد در زمان خودش از این دربار به آن دربار هجرت می‌کرد و طراح اول دکوراسیون کاخ‌ها، جشن‌ها و مراسم گوناگون در وین، پراگ و رم بود. اما واژه‌ای که منتقدان به آثار او داده‌اند، «غریب» و «شگفت‌انگیز» است. آثارش دارای اغراق، پیچیدگی و شگفتی بود و هم‌تراز نقاشان برجسته آن دوره. البته درست است که او هم عصر نقاشانی چون میکلائو و رافائل بود، ولی در زمان خودش بین هنرمندان دیگر چندان جریان ساز نبود و شهرتش در قرن‌های بعد و در زمان ظهور نوگراها مدرنیست‌ها اتفاق افتاد.

چهار فصل

مهم‌ترین نمونه نقاشی جوزیه، مجموعه چهار تابلو به اسم «چهار فصل» است. اهمیت مجموعه این است که چرخه کامل زندگی و طبیعت را بازنمایی کرده است؛ تولد، شکوفایی، فرسودگی و مرگ. از نظر بصری هر تابلو، هم یک چهره انسانی است و هم مجموعه‌ای از اشیای طبیعی؛ این دوگانگی همان بازی ذهنی و فلسفی آرچیمبولدو با مفهوم ظاهر و باطن است. از نظر نمادین این آثار به دربار هابسبورگ هدیه شدند و حامل پیامی مهم نیز بودند: «انسان همچون طبیعت، بر چرخه زندگی و عنصرهای جهان تسلط دارد.»

در تصویر بهار، چهره انسانی از گل‌های تازه، برگ‌های سبز و جوانه‌ها ساخته شده است. گونه‌ها از گل‌های رنگارنگ شکل گرفته و موها با شکوفه‌ها پوشیده شده‌اند. این تصویر نماد تولد دوباره، سرزندگی و آغاز چرخه طبیعت است.

تابستان با میوه‌های رسیده، سبزی‌های تازه و خوشه‌های گندم ساخته شده است. پوست صورت از هلو و گیلاس، و موها از خوشه‌های گندم و برگ‌های سبز شکل گرفته‌اند. این پرتبه نماد فراوانی، بلوغ و شکوفایی طبیعت است.

پاییز صورت انسانی از انگور، سیب، کدو و میوه‌های این فصل است. موها از برگ‌های خشک و خوشه‌های انگور شکل گرفته‌اند.

راز خوراکی‌های آقای جوزیه

نگاهی به نقش خوراکی‌ها در شکل‌گیری نقاشی‌های جوزیه آرچیمبولدو

مجید کاظمی



قصه از اینجا شروع می‌شود که خاندان «هابسبورگ» که در میلان، ناپل و سیسیل، زمین و کارگر و اسم و رسم و برو و بیایی داشتند، تصمیم گرفتند بیشتر از خاندان‌های همسایه از هنرمندان حمایت کنند. آن‌ها به جوانی جویای نامی برخوردند به نام جوزیه آرچیمبولدو که در نقاشی مذهبی چیره دست بود و نقاشی‌های خیلی جذابی بر شیشه‌های کلیساها ترسیم می‌کرد. از آن نقاشی‌هایی که عبادت‌کنندگان با خیره شدن به آن‌ها به یاد آخرت می‌افتادند و خلاصه این نقاشی‌ها حرص مال دنیا را کم می‌کردند.

خاندان هابسبورگ به دنبال هنرهایی شگفت‌انگیز و متفاوت برای نمایش قدرت و ذوق خودش بودند و جوزیه داستان ما آثار جالبی با کنار هم قرار دادن میوه‌ها و خوراکی‌ها خلق می‌کرد. این سبک برای دربار هم جنبه سرگرمی و اعجاب داشت و هم حامل پیامی فلسفی درباره پیوند ناگسستنی انسان و طبیعت بود. درباره چه سالی صحبت می‌کنیم؟ قرن ۱۶ در کشور ایتالیا.



بهار



تابستان



پاییز



زمستان



آن زمان هنوز رسم نشده بود که بعد از ترحیم استاد، بزرگداشت بگیرند. صد البته مردم آثارش را به چشم عجایب و سرگرمی‌های شگفت‌انگیز می‌دیدند تا شاهکارهای فلسفی. جوزپه در دربار هابسبورگ بسیار محبوب بود، اما در میان هنرمندان هم عصرش چندان جدی گرفته نمی‌شد و بیشتر به عنوان نقاشی «غریب‌پسند» شناخته می‌شد. تک‌چهره‌های (پرتره‌های) عجیب‌ابو برای دربار نشانه‌هایی از شکوه و قدرت بودند و بسیاری از نقاشان و منتقدان آن زمان، آرچیمبولدو را بیشتر یک خالق تصویرهای طنزآلود و عجیب می‌دانستند تا یک استاد بزرگ هم‌ردیف رافائل یا میکل‌آنژ. آثار او در مقایسه با نقاشی‌های مذهبی و کلاسیک، بیشتر جنبهٔ تفریحی داشتند.

کارهای او تا مدت‌ها از چشم منتقدان پنهان بود تا اینکه در قرن بیستم اهمیت واقعی او آشکار شد. در قرن بیستم، سوررئالیست‌هایی مانند سالوادور دالی و رنه ماگریت، او را دوباره کشف کردند و به عنوان پیشگام هنر سوررئالیستی ستودند. از آن زمان نگاه به آثارش تغییر کرد و از «سرگرمی درباری» به «بیانیه‌ای فلسفی و هنری» ارتقا یافت.

از نقاشی تا شگفتی

یکی از روایت‌های جالب دربارهٔ آرچیمبولدو این است که او در سال‌های پایانی عمرش، پرتره‌ای از امپراتور رودولف دوم کشید که به شکل خدای رومی، ورتومنوس، ساخته شده بود. در این تابلو، چهرهٔ امپراتور از میوه‌ها، سبزی‌ها و گل‌های گوناگون ساخته شده بود. گفته می‌شود رودولف دوم چنان از این اثر شگفت‌زده شد که آن را همچون گوهری بی‌همتادر مجموعهٔ شخصی‌اش نگه داشت و به اطرافیان نشان می‌داد تا قدرت و شکوه انسانی را در قالب طبیعت به رخ بکشد. صد البته این نقاشی بعدها به یکی از مشهورترین آثار آرچیمبولدو بدل و باعث شد که نام آرچیمبولدو در تاریخ هنر به عنوان نقاشی «جادوگر» و متفاوت ماندگار شود.

این تصویر نماد فصل برداشت، گذر زمان و آغاز فرسودگی طبیعت است.

زمستان تیره‌تر و خشن‌تر است. تنهٔ خشکیدهٔ درخت به جای گردن و پوست، شاخه‌های خشک به جای مو و مرکباتی مانند پرتقال و لیمو برای اجزای صورت به کار رفته‌اند. این تک‌چهره (پرتره) نماد پیری، سکون و پایان چرخهٔ طبیعت است.

اهمیت استاد در دوران معاصر

یکی از مهم‌ترین نقاشان دوران معاصر که تحت تأثیر کارهای آرچیمبولدو قرار گرفت، نقاش اسپانیایی، سالوادور دالی است. دالی را اهل هنر به آثار عجیب و غریبش می‌شناسند. دالی بارها به آرچیمبولدو اشاره کرده و او را پیشگام سوررئالیسم یا پیشاسوررئالیسم دانسته است. تک‌چهره‌های ترکیبی دالی که در آن‌ها اشیای پراکنده از دور تصویری واحد می‌سازند، مستقیم‌ترین وام‌گیری از آرچیمبولدو و آثار بی‌نظیر او هستند. سوررئالیسم همان «فراواقع‌گرایی» است و نقاشان آن با تکیه بر ناخودآگاه انسانی، رؤیا و خیال، می‌کوشند واقعیت پنهان و شگفت‌انگیز جهان را آشکار کنند.

نقاشان بزرگ دیگری هم هستند که تحت تأثیر آرچیمبولدو قرار دارند؛ نقاشانی چون رنه ماگریت، ماکس ارنست و پابلو پیکاسو. هرچند پیکاسو مستقیماً به آرچیمبولدو ارجاع نمی‌دهد، اما در کوبیسم و تک‌چهره‌های (پرتره‌های) چندوجهی‌اش، ایدهٔ شکستن و دوباره ساختن چهرهٔ انسانی با عناصر پراکنده، یادآور تجربه‌های آرچیمبولدو است. در ضمن نباید فراموش کنیم که طراحان گرافیک هم در بسیاری از پوسترها و یا تصویرگری‌هایشان تحت تأثیر آثار استاد، کارهای جالبی را خلق کرده‌اند.

نگاه مردم

زمانی که جناب آرچیمبولدو در قید حیات بودند، مردم و درباریان او را قدر می‌دانستند و خلاصه بر صدر می‌نشانند. گویا



چگونه با گوشی هوشمند از غذا عکس حرفه‌ای بگیریم؟



محمد نیک‌افروز

مقدمه

در عصر دیجیتال امروز، شبکه‌های اجتماعی تنها به یک سکو (پلتفرم) برای ارتباط محدود نشده‌اند، بلکه به یک نگارخانه (گالری) هنری مجازی تبدیل شده‌اند که در آن، عکاسی از غذا به یک هنر نوین (مدرن) و پرطرفدار تبدیل شده است. آیا تا به حال برای شما پیش آمده که غذایی زیبا و خوش طعم آماده کنید، اما وقتی عکس آن را می‌گیرید، آن جذابیت و اشتها برانگیزی را منتقل نکند؟ این دقیقاً همان نقطه‌ای است که بسیاری از کاربران با آن مواجه می‌شوند.

اما نگران نباشید! گوشی‌های هوشمند با قابلیت هوشمند خود این چالش را تا حد زیادی از میان برداشته‌اند. بسیاری از گوشی‌های هوشمند، حالت‌های خاصی برای عکاسی دارند. یکی از این حالت‌ها، «فود» است. این حالت پیشرفته به شما امکان می‌دهد بدون نیاز به تجهیزات حرفه‌ای یا دانش تخصصی عکاسی، عکس‌هایی خیره‌کننده از غذاهای خود ثبت کنید.

چرا گرفتن عکس زیبا و جذاب از غذاها اهمیت دارد؟

شاید این سؤال برای شما پیش بیاید که چرا باید برای عکاسی از غذا وقت و انرژی بگذاریم؟ پاسخ این سؤال فراتر از یک عکس ساده است. یک عکس خوب از غذا می‌تواند داستان پشت آن غذا، عشق و احساس آشپز، و هنر نهفته در مرحله‌های پخت و پز را به بیننده منتقل کند. اما اهمیت این موضوع تنها به جنبه هنری محدود نمی‌شود:

- حفظ خاطرات لذیذ: عکس‌های باکیفیت از غذاهایی که آماده می‌کنید یا در رستوران‌ها میل می‌کنید، می‌توانند خاطرات شیرین این لحظه‌ها را برای همیشه زنده نگه دارند.

- ابزار بازاریابی قدرتمند: برای صاحبان رستوران‌ها، کافه‌ها و کسب‌وکارهای غذایی، عکس‌های جذاب از غذاها می‌توانند به ابزار بازاریابی بسیار مؤثری تبدیل شوند و به میزان قابل توجهی فروش را افزایش دهند. نمایش هنر آشپزی: عکس خوب می‌تواند ظرفیت، تازگی و خلاقیت به کاررفته در تهیه غذا را به بهترین شکل به نمایش بگذارد...

معرفی حالت فود در عکاسی

حالت فود در برخی از گوشی‌های هوشمند، به خصوص با سامانه (سیستم) عامل اندروید، یک حالت تخصصی عکاسی است که به طور خاص برای عکاسی از غذا، پی‌ذاها (دسرها)، نوشیدنی‌ها و میوه‌ها طراحی شده است. این حالت با بهره‌گیری از الگوریتم‌های پیشرفته پردازش تصویر، رنگ‌ها را به گونه‌ای تنظیم می‌کند که طبیعی‌تر و جذاب‌تر به نظر برسند. این حالت با تشخیص هوشمندانه سوژه اصلی، تضمین می‌کند که هیچ عنصر مزاحمی در اطراف غذا به وضوح دیده نشود.

در مقایسه با حالت معمولی و خودکار (اتوماتیک) عکاسی که ممکن است رنگ‌ها را کمی مات، بی‌جان یا غیرواقعی ثبت کند، حالت فود، با پردازش هوشمندانه خود، غذا را در بهترین و اشتها برانگیزترین حالت ممکن به تصویر می‌کشد. همچنین در حالت فود برخلاف پرتره، هم پس‌زمینه و هم اطراف موضوع محو می‌شوند. این ویژگی باعث می‌شود تمرکز بیننده کاملاً روی غذا باشد.

ویژگی‌های کلیدی حالت فود

اما راز موفقیت این حالت چیست؟ چه ویژگی‌هایی باعث می‌شوند عکس‌های غذا این قدر خاص و حرفه‌ای به نظر برسند؟ در ادامه با چهار قابلیت اصلی و مخفی این حالت آشنا می‌شوید:

۱. افزایش اشباع انتخابی رنگ‌ها: این ویژگی هوشمند تنها رنگ‌های مربوط به غذا را تقویت می‌کند. برای مثال، قرمز گوجه‌فرنگی، نارنجی هویج و سبزی‌سبزی‌ها را پررنگ‌تر و جذاب‌تر می‌کند.
۲. بهبود هوشمند کنتراست: حالت فود، با تنظیم دقیق سایه‌ها و هایلایت‌ها، به غذا عمق و بعد می‌بخشد تا بافت‌های غذا به خوبی قابل تشخیص باشند.
۳. تمرکز (فوکوس) هوشمند پیشرفته: سامانه فوکوس هوشمند در این حالت، به طور خودکار روی نزدیک‌ترین و جذاب‌ترین بخش غذا قفل می‌کند؛ این ویژگی تضمین می‌کند که مهم‌ترین بخش غذای شما همیشه در کانون توجه قرار دارد.
۴. کاهش نویز هوشمند: در شرایط نوری کم، مانند نور ملایم، این

حالت با کاهش نویز تصویر، کیفیت عکس را بهبود می بخشد؛ بدون اینکه بافت های مهم غذا از بین بروند.

فن عکاسی قدم به قدم

آماده آید تا از نظر (تئوری) به سوی عمل حرکت کنید؟ این شش مرحله ساده را دنبال کنید تا مانند عکاسان حرفه ای از غذاهای خود عکس بگیرید:



۱. فعال سازی حالت فود:

- اپلیکیشن دوربین را باز کنید.
- به نوار پایین صفحه بروید.
- گزینه «مور» را انتخاب کنید.
- حالت فود را انتخاب کنید.

۲. تنظیمات اولیه:

- با توجه به شرایط نوری و جنس موضوع، از فلش دوربین استفاده کنید.
- برای جلوگیری از لرزش دست زمان سنج (تایمر) دو ثانیه ای را فعال کنید.
- جهت و ابعاد کادر عکس را انتخاب کنید.
- از سه پایه یا تکیه گاه ثابت استفاده کنید.

۳. فاصله یابی بهینه:

- برای عکس های معمولی: ۲۰-۳۰ سانتی متر از موضوع فاصله بگیرید.
- برای عکس هایی با جزئیات بیشتر: ۵-۱۰ سانتی متر فاصله مناسب است.
- برای عکس های گروهی از غذاها: ۵۰-۷۰ سانتی متر فاصله بگیرید.

۴. ترکیب بندی و زاویه های خلاقانه:

- نمای ۹۰ درجه از بالا: برای بوفه صبحانه، پیتزا و غذاهای مسطح؛
- نمای ۴۵ درجه: برای همبرگر، ساندویچ و غذاهای چند لایه؛
- نمای بسیار نزدیک: برای جزئیاتی مانند دانه های قهوه یا شکلات رنده شده.

۵. تنظیم تمرکز (فوکوس) دقیق:

- صفحه نمایش را لمس کنید.
- کادر انتخاب محدوده وضوح را روی سوژه اصلی قرار دهید.
- می توانید اندازه کادر تمرکز را تنظیم کنید.

۶. عکاسی نهایی:

- دکمه شاتر را فشار دهید.
- گوشی را ثابت نگه دارید تا پردازش تصویر کامل شود.
- نتیجه را در گالری بررسی کنید.

ملاحظات فنی و هنری

حالا که با اصول اولیه آشنا شدید، بیایید کمی حرفه ای تر شویم!

تنظیمات پیشنهادی برای عکاسی حرفه ای:

- نورپردازی آرمانی (ایدئال):
- از نور طبیعی استفاده کنید.
- ساعت طلایی (یک ساعت پس از طلوع آفتاب و یک ساعت قبل از غروب) است.

- در نور مستقیم خورشید عکاسی نکنید.
- از بازتابگر (رفلکتور؛ مقوای سفید یا فویل آلومینیومی) برای پرکردن سایه ها استفاده کنید.
- از نورهای مصنوعی زرد و گرم بپرهیزید.

انتخاب پس زمینه:

- از رنگ های مکمل ظرف غذا بهره بگیرید.
- پس زمینه های ساده و یکدست انتخاب کنید.

ترکیب بندی حرفه ای:

- خط ها و شبکه راهنما یا همان گرید را فعال کنید.
- سوژه اصلی را روی نقطه های طلایی قرار دهید.
- از قانون یک سوم استفاده کنید.

می خواهید یک قدم جلوتر بروید؟ اینترفندهای ساده اما حرفه ای را امتحان کنید.

ترفندهای خلاقانه:

- بخار مصنوعی: یک تکه پنجه را هشت ثانیه در مایکروویو گرم کنید و پشت ظرف قرار دهید. از یخ خشک هم می توانید استفاده کنید.
- اسپری روغن خوراکی: برای درخشش سبزی ها و گوشت از مخلوط آب و روغن زیتون بهره بگیرید.
- نمک و ادویه های ترشینی: برای اضافه کردن بافت و رنگ از ادویه های رنگی استفاده کنید.

نتیجه گیری

عکاسی از غذا با گوشی های هوشمند دیگر یک چالش پیچیده و دست نیافتنی نیست. با استفاده از حالت فود در گوشی های سامسونگ و به کارگیری فن های ساده اما مؤثر شما می توانید عکس های حرفه ای و اشتها برانگیزی از غذاهای خود ثبت کنید. به یاد داشته باشید که تمرین مستمر، صبر و خلاقیت، مهم ترین عامل ها در خلق عکس های منحصر به فرد و خیره کننده هستند. البته کیفیت نهایی عکس به نور، ترکیب بندی، رنگ شناسی و ویرایش وابسته است و هیچ حالت خودکاری (اتوماتیکی) نمی تواند جای دانش فنی و هنری عکاس را بگیرد. فراموش نکنید که تجربه های جدید را امتحان کنید و از اشتباه های خود درس بگیرید. هر عکس می تواند یک گام به سوی حرفه ای تر شدن باشد. موفق باشید!

پی نوشت ها

1. food
2. More



لوح های گلی:

لوح گلی سومری کشف شده در عراق (اولین رسانه آشپزی تاریخ با ۴۰۰۰ سال قدمت)



خوراكانه

تأثیر

رسانه بر خوراک و آشپزی

نویسنده: محمد علی ارجمند
طراح: محمدرضا رشیدی

ز دست دیده و دل هر دو قریب
که هر چه دیده بیند دل کند یاد
بمزام خنجری تیش ز قولاد
ز تم بر دیده تا دل گردد آزاد
این شاهکار باطنی، حکایت با انسان‌ها
و رسانه است. دیده‌ها به رسانه دوخته
شده‌اند و دل‌ها همان‌ها را که در رسانه
هست می‌خواهند. غذا و آشپزی از آن
موضوع‌های دلخواه همه انسانهاست.
اینکه رسانه در دوره‌های متفاوت، چگونه بر
این دلخواه‌ها اثر گذاشته، موضوع
داده‌نگاشت این شماره مجله است.



جامعه‌های

اولیه

نقاشی‌ها و تصویرهای روی
ظرف‌ها و دیوارها



گفت و گوی شفاهی

انتقال تجربه تهیه انواع غذاها، خوردنی‌ها و نوشیدنی‌ها
از طریق سینه به سینه از والدین به فرزندان و استادان به
شاگردان یا در قالب داستان‌ها، افسانه‌ها و ترانه‌ها (مثل
کشف آتش، افسانه پادشاهی هوشنگ و دستورالعمل‌های
غذایی او، نقل شده در شاهنامه).



اولین تلاش‌های رسانه‌های حفظ میراث تغذیه و آشپزی

- قسمتی از رسالهٔ خسرو کواتان (قبادیان) و ریتک (خدمتکار شخصی پادشاه) به زبان پهلوی، دورهٔ ساسانی.
- کارنامه در باب طبخ‌های و صنعت آن، تألیف حاجی محمدعلی باورچی بغدادی از عصر شاه‌اسماعیل صفوی.
- «مادة الحیوة» از نورالله، آشپز شاه‌عباس صفوی
- «کارنامه»، تألیف نادر میرزا.

اروپا رفته‌ها و سبک آشپزی و تغذیه در ایران

آثار نقاشان، نویسندگان و شاهزاده‌های غرب‌رفتهٔ دورهٔ قاجار، نقطهٔ شروع تغییر سبک زندگی ایرانی؛ نشستن پشت میز، غذا خوردن با قاشق و چنگال، ورود مواد غذایی جدید، مانند سیب زمینی، گوجه فرنگی، ذرت و... به ایران.



۲

عصر کاغذ

(نسخه‌های خطی)

عصر رسانه‌های نوین

(ماشین چاپ،

رادیو و تلویزیون)

۳



تجربیات متنوع آشپزی در اختیار عموم

- «سفرهٔ اطعمه»، اولین کتاب آشپزی چاپ‌شده نوشتهٔ میرزا علی‌اکبر خان کاشانی، آشپز مخصوص ناصرالدین شاه.
- کتاب‌های آشپزی، درجه‌ای به غذاهای ملل جهان.
- مجله‌های آشپزی؛ پلی به سوی سرزمین سلیقه‌ها.
- برنامه‌های آشپزی در رادیو و تلویزیون، افزایش روحیهٔ تنوع‌طلبی در غذاها و خوراکی‌ها.

آغاز تبلیغات در رسانه‌ها، تغییر تدریجی سبک زندگی

- تبلیغ انواع مواد غذایی در مجله‌ها و شبکه‌های تلویزیونی.
- رقابت نشان‌های تجاری برای فروش بیشتر، و رشد سریع روحیهٔ مصرف‌گرایی.



اینترنت، همگانی شدن هنر آشپزی، همه گیر شدن آماده خوری

- وب‌نوشت‌ها (وبلاگ‌ها)، جایی برای آشپزهای گمنام با تجربیات شگفت.

- وبگاه‌ها (وبسایت‌ها)، سکوی پرتاب صنعتی شدن غذا.

- ترغیب بشر به غذاهای آماده، آغاز تهدید سلامتی.



عصر دیجیتال

تحولی جذاب و فریبنده



شبکه‌های اجتماعی؛ خلاقیت، سرعت و ادامه ماجرا

- از ترکیبات لذت بخش تا ادعای خوراکی‌های شفابخش.
- از غذاهای محلی و سنتی تا به روزترین غذاهای فوری (فست فودها).
- نمایش جذابیت‌های غذاخوری‌ها و کافه‌ها.
- خودنمایی‌های پر زرق و برق ثروتمندان.
- مزه‌سنج‌ها (تسترها)؛ وسوسه‌گران مشهور.
- ایجاد نیازهای کاذب و عادت‌های غذایی نامناسب در بستر سکوهای مجازی.



غذاهای سفارشی، پشت پرده‌های رازآلود

- چاپگرهای سه بعدی غذا، و طعم، رنگ، شکل و مواد دلخواه.
- هوش مصنوعی، طراحی غذای شخصی بر اساس «دنا» (دی ان ای)، خلق و خو و... با آثار خاص مثبت و منفی.
- روبات‌های هوشمند، آشپزی سفارشی طبق الگوی شرکت‌های سازنده با هدف‌های خاص.



عصر آینده

دوره انسان‌نمای مشکوک

رسانه‌ها، چه نمونه‌های اولیه و چه پیشرفته‌ترین آن‌ها، آثار مثبت و منفی زیادی بر نوع غذا، سلیقه، عادت‌های غذایی، و کسب‌وکار تغذیه گذاشته‌اند. باید دید پیشرفت سرسام آور رسانه‌های دیجیتال بشر را به کدام سمت و سو خواهد کشاند.



خوراگان



تأثیر

رسانه بر خوراک و آشپزی



- مزه‌سنجی غذا از راه دور با فناوری‌های انتقال بو و مزه.

- واقعیت افزوده و واقعیت مجازی، لذت‌آفرینی برای مواد غذایی نامتعارف مانند حشرات.

...و...



فیلم کاوی

میم. مهربان

تَلِّ ماسه

قسمت دوم

امام حسین (ع) هم با خانواده‌اش برای کمک به عراقی‌ها به آنجایی رود.

قبل از هر اقدامی، دشمنان خاندان آتریدیس حمله می‌کنند، محل اقامت آن‌ها را آتش می‌زنند، همه را می‌کشند، سر از تنش جدا می‌کنند و خانواده را اسیر می‌گیرند (صحنه آتش‌زدن این اقامتگاه با سوختن نخل‌ها و غبار زیاد نمایش داده می‌شود).

یعنی همان اتفاقی که در کربلا افتاد!

پل فرزند پادشاه، در مکاشفه‌ای محل کشته شدن پدرش را به شکل زیارتگاهی می‌بیند که تعداد زیادی از طرفداران پدرش با پرچم‌هایی برای زیارت او به آنجا می‌روند.

بله خودش است: همه‌ساله در ایام اربعین، شیعیان برای زیارت امام حسین (ع) به عراق می‌روند.

پل در مکاشفه فریاد می‌زند: «کسانی که برای زیارت پدرم آمده‌اند، یک جنگ بزرگ را فریاد می‌زنند؛ جنگی به نام من» (اهالی آراکیس او را **مهدی** صدا می‌زنند).

شیعیان زیارت اربعین را مقدمه ظهور **امام زمان** (عج) می‌دانند و ایشان را صدا می‌زنند.

فیلم با این شبیه‌سازی‌ها، موضوع ظهور حضرت مهدی و اینکه ایشان خود را وارث و منتقم جدشان حسین معرفی می‌کنند، در ناخودآگاه مخاطب حک می‌کند؛ اما با چه هدفی؟

در گفت‌وگوهای فیلم مشخص می‌شود اهل آراکیس بر اساس خرافه‌ای قدیمی پل را منجی خود می‌دانند. پل خودش هم این موضوع را می‌فهمد، اما به کمک قدرت‌های ماورایی مادرش، غیب‌گویی‌هایی می‌کند که **فرمن‌ها**، یا همان اهالی آراکیس، به او ایمان می‌آورند و او با کمک آن‌ها انتقام می‌گیرد. بنابراین موضوع ظهور و منجی به عنوان یک خرافه معرفی شده است و هر اقدامی در این زمینه صرفاً یک انتقام‌جویی شخصی قلمداد می‌شود.

هالیوود تا به حال به‌طور غیرمستقیم دست به تخریب و تحریف چهره منجی حقیقی می‌زد، اما در چند سال گذشته، با ساخت آثاری مثل تل ماسه، به شکل صریح‌تری به عقاید شیعه حمله می‌کند. در شماره بعدی یکی دیگر از آثار سینمایی هالیوود را که با هدف فوق ساخته شده است، بررسی خواهیم کرد.



سلام دوستان جوان. اگر یادتان باشد در شماره قبل فیلم «تل ماسه» را به این سبب معرفی کردم که در این فیلم، هالیوود برای اولین بار از نام مبارک **مهدی** (عج) استفاده کرده بود. در ادامه به شبیه‌سازی‌هایی اشاره کرده‌ام که جزئیاتش را می‌خوانید.

کلمه عراقی‌ها را به مترجم گوگل بدهید و با استفاده از پخش صوتی آن، ترجمه انگلیسی‌اش را بشنوید. بله کاملاً شبیه کلمه «آراکیس» (محل وقوع داستان فیلم، صحرایی خشک و بی‌آب و علف) تلفظ می‌شود. پادشاه **آتریدیس** با خانواده و یارانش برای کمک به مردم آراکیس به آنجا می‌روند (مردم آراکیس پوشش عربی دارند).

۴۰

جوان

پهمن ۱۴۰۴

پاتوق

فکر و عمل

مأنده عسکرزاده
علیرضا عبدی
سویلائی ارجمندراد
سیده میترا امیری
زهره احمدی
علی ظاهری



محمد رضا رشیدی
دبیر پاتوق فکر و عمل



بهمن؛ ماه برکتِ نان و روشنایی جان

خوراکِ پاک؛ سرچشمهٔ روشنایی جان
و استواری زندگی

هلیا خانزاده

دانش آموز پایهٔ دوازدهم رشتهٔ علوم انسانی
دبیرستان دخترانهٔ شاهد کوثر

دایره نمادِ وحدت بود. در آن سفره، احترام به بزرگ‌تر طعم غذا بود، دعا جزئی از لقمه بود، و قناعت خودِ برکت محسوب می‌شد. این روح را هیچ آشپزخانهٔ مدرنی نمی‌تواند پدید آورد؛ چون ریشه‌اش در جان است، نه در چیدمان.

سفره در نگاه دینی جایی است که آسمان و زمین به هم می‌رسند. لحظه‌ای که مادر نان را با حرمت روی سفره می‌گذارد، برکتِ خداوند را بر خانه می‌نشانند. خانواده سکوت می‌کنند، حمد می‌گویند، و نور الهی در لقمه‌ها جاری می‌شود. چنین نگاهی است که غذا را از ماده به معنا می‌رساند.

ما آموخته‌ایم نان را حرمت بگذاریم و اسراف نکنیم، چون هر ذره‌اش یادگارِ نعمتی الهی است. حتی ساده‌ترین غذا، اگر با نیت پاک خورده شود، هزاران برابر ارزش دارد.

اما انسان تنها با نان زنده نیست؛ روح نیز محتاج غذاست؛ غذایی از جنسِ فکر، ایمان و زیبایی. همان‌گونه که غذای ناسالم بدن را بیمار می‌کند، اندیشه‌های ناسالم نیز روان را فرسوده می‌سازند. پس باید مراقب «خوراکِ ذهن» خود باشیم؛ چه می‌خوانیم، چه می‌شنویم، و چگونه می‌اندیشیم.

در روزگاری که خبرها و تصویرها شتاب زده ذهن‌ها را پر کرده‌اند، این پالایشِ درونی از همیشه ضروری‌تر است. هر ذهن خسته نیاز دارد با نور معرفت، کتاب، سخن سالم و یاد خدا تغذیه شود تا جان دوباره روشن گردد.

بهمن یادمان می‌اندازد که گرچه برف بر بام‌ها نشسته، اما گرمای جان از دل‌ها برمی‌خیزد؛ نان از خاک، و روشنایی از ایمان. خوراکِ پاک سرچشمهٔ استواری زندگی است؛ چیزی که نه فقط برای بدن که برای دل و فرهنگ ما، برکت و آرامش می‌آورد.

بهمن ماهی است که با برف و سرمای می‌آید، اما در درگ‌هایش روح بهار جریان دارد. سرمای هوا تندتر می‌شود، ولی گرمای زندگی در خانه‌های ایرانی شعله‌ورتر است. بوی نان داغ، صدای قل خورش‌های خانگی و بخار اجاق‌ها، خاطره‌ای کهن را بیدار می‌کنند؛ یاد سفره‌هایی که تنها محل خوردن نبودند، محل مهر، ایمان و همدلی بودند.

در این فصل نسیم برکت بردل‌ها می‌وزد. هر لقمهٔ نان داستانی دارد؛ از دشت‌هایی که دانهٔ گندم را پرورده‌اند تا دستان مردانی که با تلاشی پاک آن را روزی خانواده کرده‌اند. و از هنرِ مادرانی که با عشق و صبر، سفره را به بهشتی کوچک بدل ساختند. سفرهٔ ایرانی فقط مجموعه‌ای از غذاها نیست؛ آینهٔ فرهنگ و تمدن ماست، جایی که احترام به نعمت و شکرگزاری، مهمان‌نوازی و حرمتِ نان معنا می‌یابد.

هیچ ملتی چون ایرانیان، ایمان را در کنار غذا ننشانده است. ما باور داریم هر لقمه، اگر از راه حلال باشد و با یاد خدا برداشته شود، روشنایی در جان می‌نشانند. از همین روست که پیش از خوردن «بسم‌الله» و پس از آن «الحمدلله» بر لب‌ها جاری است؛ چون خوراک تنها تغذیهٔ جسم نیست؛ آیین ارتباط با نور الهی است.

در فرهنگ ما، آشپزی کارِ روزمره نیست؛ آیینی است از جنس مهر. مادری که در سکوت آشپزخانه پیاز را تفت می‌دهد، در حقیقت آرامش و ایمان را می‌پزد. پدری که نان گرم را با لبخند خسته به خانه می‌آورد، چراغ برکت را روشن نگه می‌دارد. همین همدلی‌های کوچک است که سفره را از عملی خوردن به لحظه‌ای مقدس از عشق و حضور بدل می‌کند. در خانه‌های قدیمی سفره روی زمین گسترده می‌شد و خانواده دور آن حلقه می‌زدند. این

روبه روشن نویسنده با خودش و واژه‌هایش

مآئده عسکرزاده

شوید برای تأثیر خوب گذاشتن روی دیگران و محیط اطرافتان، فکرهایتان را بهتر و بهتر کنید.

چون وقتی واژه‌ها را از عمق وجودتان بیرون می‌کشید، چیزی بیشتر از یک متن خلق می‌شود؛ خودتان هم تغییر می‌کنید. نوشتن درست مثل آینه‌ای است که تصویر واقعی شما را نشان می‌دهد؛ با تمام تناقض‌ها و ضعف‌ها و شور و شوق‌هایتان. هر جمله‌ای که می‌نویسید، شما را مجبور می‌کند با خودتان روبه‌رو شوید؛ با فکرها و احساس‌هایی که شاید تا پیش از آن جرئت نکرده بودید نگاهشان کنید. و شاید در دنیا کمتر حرفه‌ای پیدا شود که به این شجاعت و حرکت جسورانه نیاز داشته باشد.

احتمالاً الان ذهنتان پر از مجهول و سؤال باشد. باید بگویم که: بله! نوشتن سخت است، چون اگر با خودتان روراست نباشید، جمله‌ها فوراً دودلی و تردیدتان را لوم می‌دهند. اگر چیزی را تقلید کنید، نوشته شما به کلمه‌هایی توخالی و بدون جان تبدیل می‌شود. حتی اگر چت جی‌پی‌تی کاری کرده باشد که با متن‌های ویکتور هوگو موزنند!

هر واژه‌ای که خلق می‌کنید، انعکاسی است از نگاه، دقت و صداقت شما. این کار سختی است و در عین حال جذابیت نویسندگی از همین جا ناشی می‌شود. وقتی بالاخره واژه‌ها با صداقت کامل روی کاغذ می‌نشینند، می‌بینید که هیچ تقلید، هیچ قاعده و هیچ ترفندی نمی‌تواند جای این لحظه را بگیرد.

چون چیزی که خلق کرده‌اید حالا یک موجود زنده است که برخلاف چیزهای دیگر، می‌تواند تا صدها سال زندگی کند و رد پای محکمی از شما روی کره زمین به جا بگذارد. جنگ‌ها، سیاست‌ها و تاریخ‌ها نابود و دست‌خورده می‌شوند، اما قدرت جادویی کلمه‌ها را هیچ تفنگی نمی‌تواند از بین ببرد. چون ذهن‌های تازه، در هر بار خواندن، از پنجره‌هایی عبور می‌کنند که شما ساخته‌اید. در کوچه‌های جمله‌هایتان قدم می‌زنند و حقایقی را کشف می‌کنند که شاید خودتان هرگز متوجه آن‌ها نبوده‌اید!

و این است همان قدم پنجم؛ یعنی روبه‌رو شدن با خودتان و واژه‌هایتان. حتی وقتی قلمتان روی صفحه نشریه دانش‌آموزی حرکت می‌کند، هر گزارش کوتاه، هر ستون ثابت، هر داستانی ساده فرصتی است تا چیزی از عمق فکر و نگاه خودتان بیرون بکشید و به آن جان ببخشید. شاید مخاطب نتواند تمام زحمت و دقت شما را ببیند، اما همین که واژه‌ها واقعی و صادقانه باشند، متن نفس می‌کشد و تأثیرش را می‌گذارد. و شما تبدیل می‌شوید به خالقی که اثرش برای همیشه زنده می‌ماند.

به نظرم یکی از عجیب‌ترین سبک‌های زندگی متعلق به نویسنده‌هاست. مثلاً آقای مارسل پروست شب‌ها تا صبح را می‌نوشت و اتاق کارش را با چوب‌پنبه عایق صدا کرده بود تا کسی مزاحم نوشتنش نشود! یا یک نفر دیگرشان هر روز یک اتاق در هتل اجاره می‌کرد و همه کارکنان آنجا را تهدید می‌کرد تا مبادا کسی موقع نوشتن موی دماغش شود!

البته هدفم از موشکافی در زندگی نویسنده‌ها و عادت‌های عجیبشان این نیست که شما هم از فردا گوشه اتاقتان را با چوب‌پنبه بپوشانید و برای نوشتن، اعلام منع ورود کنید! اگر این‌طور بود که اکثریت قریب به اتفاق آدم‌های دنیا نویسنده می‌شدند. راستش را بخواهید خیلی‌ها فکر می‌کنند نوشتن به همین آسانی است؛ یک اتاق عایق‌شده با چوب‌پنبه، قلم، کاغذ و بووووم!

اما واقعیت ماجرای نوشتن بیشتر شبیه آن است که همه یا بخش زیادی از درونتان را در معرض دیگران قرار بدهید. این چیزی است که دانستنش خیلی‌ها را فراری می‌دهد. چون با این اوصاف، نویسنده‌ای از متنی که می‌توانید خیلی راحت برای «چت جی‌پی‌تی» بفرستید و او هم در کسری از ثانیه متنی با شیوه نوشتار ویکتور هوگو یا هر کسی که شما اراده کنید را تحویل‌تان می‌دهد، تبدیل می‌شود به واژه‌هایی که باید از درونتان بیرون بکشید و واقعاً آن‌ها را زنده کنید.

البته شما مثل «خیلی‌ها» فرار نکنید! چون باز هم چیزی که آن‌ها نمی‌دانند این است که رسالت نوشتن نه چاپ کتاب‌هایی است که یک‌دفعه توی فضای مجازی «ترند» شوند و همه آن‌ها را بخوانند، نه جشن امضاهایی که آن قدر زیاد شوند که دیگر فرصت حضور در آن‌ها را نداشته باشید! اصلی‌ترین و شاید تنها رسالت نویسندگی این است که با بیرون کشیدن کلمه‌ها از عمق وجود و افکارتان از شما آدم بهتری بسازد و کاری کند که مجبور



کرمان، دیار کریمان

در مصلاهی امام علی (علیه السلام) شهر کرمان دوستان دیگری داریم که اهل کتاب و کتاب خوانی هستند. دوستم این گونه برایم نقل می کند: «مسئول غرفه کتاب نبود. ایستادم تا ببیاید. مشغول پوشه های منظمی شدم که فهرست کتاب های موجود در غرفه را، به تفکیک موضوع، دسته بندی شده نوشته بود. از دیدن اسم استادانم ذوق زده بودم و با انگشت روی اسمشان می کشیدم که مسئول غرفه آمد. سلام و حال احوالمان که تمام شد، رد نگاهش رسید به دستم که روی کتاب درگاه این خانه بوسیدنی است مانده بود. معذرت خواهی کرد که فقط یک جلد از آن داشته اند و الان به امانت رفته است.

یک غرفه کتاب کوچک با قفسه های محدود بود که به نمونک (ماکت) یک کتابخانه عمومی در حاشیه سالن مصلی می ماند. کارت های عضویت، شماره بندی کتاب ها، دفتر امانات، همه مهر و نام ستاد نماز جمعه را داشتند. دفتر را که ورق می زد، دو صفحه خیلی پر بودند. یک نفر تا امروز کلی کتاب به امانت برده بود. سراغش را گرفتم. با دست جایی را نشان داد.

خانمی با روسری مشکی با گردن آویز سبز خادمی کنار ستون بیست و چندم ایستاده بود. خودش و هر دو دخترش خادم بودند و این فرصت را غنیمت شمرده بودند و هر هفته، کتاب می گرفتند و شراکتی کتاب ها را می خواندند و پس می آوردند. خانواده ای اهل آگاهی و مطالعه، اهل دل و با مرام خدمت، به یک تیر چند نشان می زدند. هم خدمت خلق خدا را در نماز جمعه می کردند، هم به سهم خود کتاب می گرفتند و توی خانه، احوالشان را با مطالعه خوش می کردند.

روحیه شادشان آدم را شاد می کرد و نشاط توی حرکات و آرامش توی کلامشان خیلی به دل می نشست. دلم خواست برایشان آرزو کنم در آن روزهای جمعه ای که فوج فوج جمعیت وارد مصلی می شوند و اقامه نماز جمعه واجب شده است هم خادم المهدی مصلی باشند.»

پی نوشت

۱. برگرفته از یادداشت های دانش آموزانی که در عهد آدینه (نماز جمعه) حضور دارند.

صدای ما را از دانشگاه تهران می شنوید:

خانم زمانی بالبختی بر لب، کتاب ها را با نظمی خاص روی میز فلزی می چید. نسیم ملایم آبان ماه برگ های زرد را در حیاط دانشگاه تهران به این سو و آن سو می بُرد. او هر جمعه این میز کوچک را برپا می کرد؛ کتابخانه ای سیار که هم کتاب امانت می داد و هم کتاب می فروخت. ما دوستانمان عهد بسته ایم که روزهای جمعه کتاب هایی را که خوانده ایم برای هم تعریف کنیم. جالب است بدانید برخی نذرو کمک های خود را به صورت فرهنگی اهدا می کنند. مثلاً در اینجا دیدم که فردی چند جلد کتاب می خرید و به دیگران هدیه می داد و یا کتاب ها را برای مطالعه عموم در مکان های پر رفت و آمد قرار می داد. بر خلاف تصور عموم مردم که نذری را فقط شامل خوراکی ها و آشامیدنی ها می دانند، نذری می تواند از نوع خوراک فکری هم باشد. کتاب یکی از آن هاست.

کتاب آدینه

داستان من و دوستانم در روزهای جمعه

عید اقامتکده شبانه‌روزی اردو و دیگران!

علیرضا عبدی



شروع این کلاس‌ها برای ما، نه از اینکه اول عید باشد، نه؛ مسئولان مدرسه گفته بودند، از روزی که مدرسه از آن‌ور سال تعطیل شود، شروع می‌کنیم. خودشان هم نمی‌توانستند تعطیل کنند، پس فشار روی ما بود. ما هم این فشار را می‌آوردیم روی بچه‌های دهم و یازدهم که نیابند مدرسه، ولی آن‌ها باز می‌آمدند. می‌ترساندیمشان که اگر خواستند بیایند با خودشان است، ولی رفتنشان با خداست، باز می‌آمدند. قول جزوه حاشیه‌نویسی و خلاصه‌نویسی شده مربوط به فلان و بهمان می‌دادیم، باز می‌آمدند. پس منتظر بودیم عین همیشه و به خصوص در مسئله‌های فیزیک، زمان مسئله را حل کند که همین هم شد.

یکی از آخرین روزهای سرد و برفی سال که هیچ موجود زنده‌ای رانمی‌شد با هیچ سلاح گرم و سردی از لانه بیرون کشید، مصادف بود با حوالی چهارشنبه‌سوری و انفجارها به حدی رسیده بودند که می‌توانست هر اف‌فلان از آمریکا را زمین گیر کند. از همان روز، بچه‌ها دیگر نیامدند ببینند که چه کسی آمده و چه کسی نیامده! پس کلاس‌های ما هم شروع شدند و رفتیم اردو!

کلاس اول برای حل سؤال‌های چندگزینه‌ای، تمرین خوابیدن بود. یعنی شما اگر نتوانی بخوابی، نمی‌توانی خوب آن‌ها را حل کنی. اگر نتوانی خوب سؤال‌های چندگزینه‌ای را حل کنی، نمی‌توانی خوب بخوابی. چرخه مرغوب درس خواندن همین است. برای هم‌کلاسی‌ها هم مرز مشخص کردیم که موقع حل سؤال‌های چندگزینه‌ای کسی اجازه ندارد از خواب بیدارمان کند.

حالا بعد از موفقیت در این مرحله، مرحله دوم را طرح‌ریزی کردیم: فرار از دست مری شبانه‌روزی (پانسیون). فرار که نه، قایم باشک. قایم باشک که نه، بازی «اگه می‌تونی من رو بگیر!» تمرینش را در بازی‌های رایانه‌ای انجام داده بودیم. فکر می‌کردیم مری، فرمانده ارتش دشمن است و الفرار... به جز موقع حضور و غیاب!

یعنی اولین خط قرمزی که به آن برخوردیم، حضور و غیاب بود. البته اول‌ترینش درس بود و سؤال‌های چندگزینه‌ای و آزمون سراسری. ولی خب این هم بود. غذا هم بود. خواب هم بود... خلاصه خیلی چیزها بودند، ولی باید جوری می‌شد که در روزهای درسی غیبت نمی‌خوردیم؛ باقی را خدا جور می‌کرد. یعنی خواست خدا بود که مری بیرون باشد و ما را نشناسد و جای سه چهار نفر از دوستانمان حضور بزنیم و مرام و معرفت را به حد اعلا برسانیم.

خوب هم پیش آمدیم. یعنی رسیدیم به روزهای اول و دوم عید و نمی‌توانستند برایمان غیبت بزنند، چون تعطیل بود! فقط اگر برای دید و بازدید نمی‌رفتیم خانه پدری‌ها، آنجا غیبت می‌خوردیم و شاید از ارتش هم محروم می‌شدیم!

روزهای دیگر هم همین‌جوری گذشت. درس و درس و خواب و خواب و خواب! شاید بگویید که چقدر تند و چرا خواب یکی بیشتر از درس شد؟ چون ما درس‌هایمان را بلد بودیم و برای پیشرفت در خواب رفته بودیم اردو! آخرش هم پیشرفت خوبی کردیم و الان کمبود خواب نداریم. این بود اردوی عیدانه کنکور ما.

ایام طلایی عید آن روزهایی نبود که می‌نشستیم پای مجموعه تلویزیونی «پایتخت» و آجیل می‌خوردیم و عصرها هم تا لنگ شب می‌خوابیدیم و همه را می‌انداختیم گردن هوای بهار و عید و آخرش هم می‌رفتیم سیزده‌به‌در و سبزه گره می‌زدیم تا در امتحانات نتیجه بگیریم، نه؛ ایام طلایی عید برای من و شما اردوی علمی و طلایی‌عیدانه درون مدرسه است که با کلاس‌ها به آن «پانسیون» می‌گویند. اردویی که رفتنی نیست، بیشتر آمدنی است. می‌آیی و درس‌ها را عین چی می‌خوانی و بعد یکهو موفق می‌شوی. این‌جا دیگر خبری از امتحانات و گره سبزه نیست، آزمون سراسری است... می‌فهمید؟! آزمون سراسری!

نوشتن لازمش داریم.

همان موقع زینب شروع کرد به صحبت کردن: «سلام وقتتون بخیر، مایک گروه نویسنده هستیم...»

گروهی از بچه‌ها که مسئول پیدا کردن موضوع بودند، به سایر موبک‌های فعال مشهد زنگ می‌زدند تا شاید موضوعی برای نوشتن پیدا شود. بعضی از این موضوع‌ها آن قدر عجیب و جالب بودند که همان‌جا دوان‌دوان خودمان را می‌رساندیم به خانم شگری. آن شب قبل از خواب همه دور هم نشسته بودیم و موضوع‌هایمان را مثل قصه‌های قبل از خواب برای هم تعریف می‌کردیم.

روزهای آخر یکی از موضوع‌های نوشتنم، شده بود داستان پشت بام وورنگ کردن پرچم فلسطینی که می‌خواست روز اختتامیه خودش را نشان دهد. البته از نوشتن که گریزی نبود! کار کلمه‌ها را که تمام می‌کردیم، تازه از نصف شب رنگ کردن پرچم شروع می‌شد. قلمو به دست می‌رفتیم کمک بچه‌های نقاشی باشگاه آرتین؛ دوستانمان در گروه «نقشین». البته هنوز هم در رنگ‌های زمین ساختمان مانده است؛ آخر هر موقع می‌روم چند ثانیه‌ای نگاهش می‌کنم و می‌خندم. حاصل نوشتن‌هایمان هنوز در کانال‌ها دیده می‌شود؛ حاصل رنگ کردن هم همین‌طور. روز آخر پرچم نقاشی شده فلسطین را در محوطه ساختمان موبک رسانه رونمایی کردیم. آن قدر از دیدن دسترنج روزهایمان ذوق‌زده بودیم که یادمان رفت با پرچم عکس یادگاری بگیریم. ای کاش همان‌جا عکس می‌گرفتم و در کانال موبک رسانه‌ای امام رضا (ع) منتشر می‌کردم و برای ترنوشت (کپشن) می‌نوشتم: «امروز ما هم قسمتی از این جورچین بزرگ بودیم.»

گالری تلفن همراهم را باز می‌کنم. عکس‌های موبک را یکی یکی رد می‌کنم و به هرکس می‌رسم، برایش از تجربه جذابیم تعریف می‌کنم. برای خودم بارها تعریف کرده‌ام که فراموش نکنم. روزهایی که هر کدام از مایک قطعه از جورچینی بودیم که هنوز تکمیل نشده بود؛ پراکنده و هر کدام در گوشه‌ای. در «باشگاه آرتین» این قطعه‌ها کنار هم جمع شدند، اما در ایام شهادت امام رضا (ع)، جریان پیاده‌روی به سمت مشهد جورچین‌را ساخت.

سخت بود؟ بله سخت بود. از روی زمین خوابیدن در نمازخانه سرد سالن موبک رسانه گرفته تا بیداری‌هایی که با بقیه بچه‌ها برای آماده کردن روایت موضوع‌ها کشیدیم و کارهای زیادی که باید انجام می‌دادیم. آن قدر کار داشتیم که من خودشیفته، وقت نمی‌کردم خودم را در آینه نگاه کنم!

ما گروه جوجه نویسنده‌ها، از همان اول شده بودیم ترنویس (کپشن‌نویس) رسانه موبک؛ با کلمه‌ها و جمله‌هایی که با همان نوشتن‌های سرکلاس‌های «نگارین» باشگاه آرتین یاد گرفته بودیم.

عکس‌ها که از تیم عکاسان می‌رسید، موضوع‌های جذاب مسیر پیاده‌روی تا مشهد را می‌ریختیم روی میز. با باقی بچه‌ها یکی یکی عکس‌ها و تکه فیلم‌ها (کلیپ‌ها) را نگاه می‌کردیم و برایشان روایت مناسب رسانه می‌نوشتیم. حالا آن وسط ممکن بود برسیم به یک مصاحبه که پیرمردی بود با لهجه غلیظ مشهدی. ایسا به شانام زد: «بیابین برای این چی بنویسم!»

هرکار کردیم صدای رایانه کیفی (لپ‌تاپ) از یک حدی بیشتر نشد. آخر سر گوش‌هایمان را چسبانیم به رایانه. سعی می‌کردیم کلمه‌ها را از لابه‌لای لهجه غلیظ پیرمرد داخل تکه فیلم بیرون بکشیم و برسیم به نقطه طلایی روایت؛ چیزی که سرکلاس‌ها یاد گرفته بودیم برای

سوایلی ارجمندراد

دانش آموز پایه دهم از مشهد مقدس

قسمتی از یک جورچین بزرگ



شکم پرستان علیه مغزهای گرسنه

خوراک فکر و جسم؛ داستانی درباره شکم، مغز، و چیزهایی که نمی‌خوریم!

قسمت پنجم: بدن هم مظلوم است!

حالا برویم سراغ جسم. بدن ما هم مظلوم است. اگر فقط بخورد، بخوابد و بنشیند، تبدیل می‌شود به موجودی بی‌حال که با بالا رفتن از پله، نفس نفس می‌زند؛ انگار کوه دماوند را فتح کرده است!

بدن غذا می‌خواهد، ولی ورزش هم می‌خواهد. آب می‌خواهد، ولی خواب درست هم می‌خواهد. نه اینکه تا ساعت سه صبح توی گوشی باشی، بعد صبح با قیافه زامبی بروی مدرسه!

قسمت ششم: خوراک فکر و جسم، مثل دو بال پرنده‌اند

اگر فقط به شکمت برسی، ولی مغزت گرسنه باشد، مثل ماشینی هستی که بنزین دارد، ولی راننده‌اش خواب‌آلوده است. اگر فقط به فکر برسی، ولی بدنت ضعیف باشد، مثل نویسنده‌ای هستی که نمی‌تواند قلم را بلند کند! تعادل مهم است. هم لقمه نان، هم لقمه اندیشه. هم ورزش صبحگاهی، هم مطالعه شبانه. هم دویدن، هم فکر کردن.

قسمت هفتم: پیشنهاد های عملی برای نوجوانان باحال

اگر می‌خواهی هم مغزت قوی باشد هم بدنت، این‌ها را امتحان کن:

- هر روز ۱۵ دقیقه کتاب بخوان (نه فقط جزوه امتحانی!)
- دفتري داشته باش برای نوشتن فکرهايت، سؤال‌هايت و ایده‌هايت؛
- هفته‌ای یک بار با یک آدم بزرگ‌تر درباره موضوعی جدی حرف بزن؛
- هر روز یک حرکت ورزشی ساده انجام بده (مثلاً ۱۰ تا دراز و نشست)؛
- شب‌ها قبل از خواب گوشی را کنار بگذار و یک صفحه کتاب بخوان یا یک سؤال از خودت بپرس.

قسمت هشتم: نتیجه‌گیری با طعم طنز

در نهایت اگر فقط شکمت را سیر کنی، تبدیل می‌شوی به آدمی خوش‌خوراک ولی کم‌فکر. اگر فقط مغزت را تغذیه کنی، شاید فیلسوف بشی، ولی با یک سرماخوردگی ساده ممکن است از پا بیفتی! پس لطفاً، لطفاً، لطفاً:

- هم به شکمت برس، هم به مغزت؛
- هم لقمه نان، هم لقمه معنا؛
- هم ورزش، هم اندیشه.

چون آدم بودن فقط خوردن نیست، فهمیدن هم هست.

قسمت اول: سلام بر شکم پرستان عزیز!

بگذار از یک واقعیت شروع کنیم: «بعضی از ما شکم دوست هستیم.» از صبح که بیدار می‌شویم، اولین سؤالمان این است: «صبحونه چی داریم؟» و آخر شب، قبل از خواب، با یک لقمه نان و پنیر یا یه مشت تخمه، به زندگی لبخند می‌زنیم. اما یک سؤال مهم: «آیا فقط شکممان است که گرسنه می‌شود؟ مغز چی؟ دل؟ روح؟ آن‌ها هم غذا می‌خواهند یا فقط با دیدن عکس پیتزاتوی اینستاگرام سیر می‌شوند؟»

قسمت دوم: مغز گرسنه، خطرناک‌تر از شکم گرسنه!

شکم گرسنه غر می‌زند، صدا درمی‌آورد و آدم را بی‌حال می‌کند. ولی مغز گرسنه چی؟ مغز بی‌صداست. آرام آرام ضعیف، تنبل و سطحی می‌شود، و آخرش با یک جمله قشنگ توی شبکه‌های اجتماعی فکر می‌کند فیلسوف شده است! مثل این جمله: «اگه کسی رفت، بذار بره، چون اگه مال تو بود، می‌موند!»

خب این جمله قشنگ است، ولی اگر مغزت فقط با همین‌ها تغذیه بشود، یک روز می‌بینی که نمی‌توانی متنی جدی را تا آخر بخوانی؛ چون مغزت عادت کرده به لقمه‌های آماده و سبک.

قسمت سوم: رژیم فکری، مثل رژیم غذایی!

همان‌طور که نمی‌توانی هر روز فقط چیپس و پفک بخوری، نمی‌توانی هر روز فقط تکه فیلم‌های (کلیپ‌های) ۱۵ ثانیه‌ای ببینی و انتظار داشته باشی مغزت رشد کند. مغز هم رژیم می‌خواهد:

- صبح‌ها یک لقمه کتاب.
- ظهرها یک قاشق گفت‌وگوی واقعی.
- عصرها یک بشقاب سؤال فلسفی.
- شب‌ها یک پی‌غذا (دسر) از تأمل و مرور روز.

اگر این رژیم را رعایت کنی، مغزت عضلانی می‌شود. نه اینکه وسط امتحان تاریخ، یادت نیاید **ناصرالدین‌شاه** کی بود و فکر کنی ناصرالدین‌نمانام (برند) بستنی است!

قسمت چهارم: گفت‌وگوی واقعی از زندگی یک نوجوان گرسنه فکری

مادر: چرا همه‌اش تو گوشی‌ای؟
پسر: دارم اطلاعات جمع می‌کنم.
مادر: چی یاد گرفتی؟
پسر: اینکه اگه توی چالش «بخور یا پاش» بیازی، باید سس فلفلی بخوری با بستنی!
مادر: خب اینم یه جور اطلاعاته، ولی آیا مغزت با اینا رشد می‌کنه؟ آیا اینا باعث می‌شن بهتر فکر کنی، تصمیم بگیری، یا دنیا رو بفهمی؟ نه عزیزم، اینا مثل نوشابه هستن: شیرین، هیجان‌انگیز، ولی تهش فقط نفخ فکری می‌بارن!

بازی رومیزی

اگر بازی نکنی می بازی!

زهرا احمدی

● بازی آتشبار محصول «گروه دایورژن»، یک بازی رومیزی کارت‌ای جذاب است که شما می‌توانید با دوستانتان به صورت سه تا هشت نفره آن را بازی کنید. در این بازی شما نقش فرمانده یک عملیات موشکی را بر عهده دارید که باید از طریق رونمایی موشک‌هایی با قدرت بالاتر، موشک‌های دیگر را از دور خارج سازید و شایستگی خودتان را برای انجام عملیات قریب‌الوقوع اثبات کنید.

● **ظفر، قدیر، رعد، سجیل، فتاح، خیبر و** ده‌ها موشک تمام‌ایرانی دیگر را در اختیار دارید. آیا آماده‌اید برای یک دفاع جانانه از ایرانمان؛ سرزمین نجیب‌زادگان؟! پس بدون معطلی وارد دنیای «بازی آتشبار» شو تا با هم در یک عملیات موشکی همه‌جانبه، دست دشمن را از خاک سرزمینمان کوتاه کنیم.

● آتشبار یک بازی رقابتی، سرعتی و همراه با راهبرد و راهکار است که در آن بازیکنان در شرایطی می‌توانند با رقیبان متحد شوند، قدرت موشک‌های خود را به صورت گروهی بالا ببرند و به این صورت هیجان ناشی از رقابت را بین خود افزایش دهند.

● روی کارت‌های این بازی، تصویر موشک‌های ایرانی با قدرت‌های متفاوت دیده می‌شود. هرکدام از بازیکنان تعدادی از این کارت‌ها را در دست دارند. افراد باید در هر دور یکی از کارت‌های دست خود را رو کنند. کارت موشکی که قدرت آن از همه بیشتر باشد، موشک‌های دیگر را کنار می‌زند و از دیگران جلو می‌افتد.

● اگر به دنبال یک بازی جمع‌وجور و سبک هستید که به راحتی بتوانید آن را با خود به هر جا که می‌خواهید ببرید، «آتشبار» گزینه بسیار خوبی است. مزیت دیگر آتشبار این است که طولانی و خسته‌کننده نیست و می‌توانید در مدت زمان کم و در موقعیت‌های متفاوت لذت بازی کردن همراه با دوستان و خانواده را تجربه کنید.



بهمن



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

این روز سالروز بازگشت امام به کشور و شکست آمریکا و غرب در برابر ملت و تیر خلاص رژیم شاهنشاهی بود.



پوشش کن ببین!



ولادت حضرت امام حسین (ع) و روز پاسدار

امروز مردی به دنیا آمد که با خون و جان خود از اسلام واقعی پاسداری کرد و الگوی پاسداران جهان شد.



پوشش کن ببین!



روز فناوری فضایی

ماهواره «طلوع-۱» ایران را به سمت دروازه جدیدی از پیشرفت به نام فناوری فضایی سوق داد تا روز به روز در این زمینه پیشرفت کند.



پوشش کن ببین!



ولادت حضرت ابوالفضل العباس (ع) و روز جانباز

وفاداری و تواضع در برابر امام زمان (عج)، دو ویژگی مهم علم‌دار کربلاست که الگوی جانبازان میهن عزیزمان شد.



پوشش کن ببین!



ولادت حضرت قائم (عج) و روز جهانی مستضعفان

امروز تولد امید تمام مستضعفان جهان است؛ کسی که می‌تواند همه سطح عالم را از نعمت عدل و داد بهره‌مند کند.



پوشش کن ببین!



ولادت حضرت امام زین العابدین (ع) و روز صحیفه سجادیه

صحیفه سجادیه کتاب ارزشمندی از امام سجاد (ع) است که تأثیر دعا بر هدایت جامعه را هنرمندانه به نمایش می‌گذارد.



پوشش کن ببین!



۲۲ بهمن: روز پیروزی انقلاب اسلامی ایران و سقوط نظام شاهنشاهی

ملت ایران به رهبری امام بزرگوار توانستند نظام اسلامی پویا و بی‌سابقه‌ای را در ایران مستقر کنند.



پوشش کن ببین!



ولادت حضرت علی اکبر (ع) و روز جوان

ثروت واقعی هر کشور نیروی جوان آن، به عنوان پیشران کشور است که با عزم و پاک‌کاری خود کارها را جلو می‌برد.



پوشش کن ببین!

انقلاب مستمر

انقلاب اسلامی نخستین انقلاب بزرگ قرن های اخیر است که توانسته خط مستقیم و جهت گیری خود را در یک چنین مدت طولانی حفظ کند؛ این سابقه ندارد.

سید علی خامنه ای
رهبر انقلاب

