

نوجوان ۵



roshdmag.ir

ISSN: 1606-9072

ماهینامه آموزشی و تربیتی برای دانش‌آموزان دوره اول متوسطه
دوره چهارم و سوم بهمن ۱۴۰۳ شماره پیاپی ۳۴۲ صفحه ۴۸

وزارت آموزش و پرورش
سازمان دانش و فناوری آموزشی
دفتر انتشارات و فناوری آموزشی

قاب زیبا

◀ آخر تعزیه

◀ مهندسی از آن ورا

◀ خانواده خدا



نور نامت

«سعیده اصلاحی»

خدایا قلب کوچک من پنجره ایست
 که به سمت رؤیاهای رنگارنگ باز می‌شود
 و به جهانی پهن‌تر می‌رسد
 به دنیایی که ابرهایش گل می‌بارند
 و سنگ‌هایش آواز می‌خوانند.
 دنیایی که پر است از قصه‌های خیس باران در گوش زمین
 و خبرهای خوش گنجشک‌ها برای درختان
 و گفت‌وگوی دل‌های کوچک با خدای بزرگ...
 ای سرچشمه نور و روشنایی
 و ای آغاز دانش و دانایی
 قلب کوچک مرا
 به نور نامت چراغان فرما
 تا بتوانم در میان تاریکی‌ها
 بدرخشم و نور بیفشانم
 و از روشن‌ترین مسیر به آرزوهایم برسیم.
 «يَهْدِي اللَّهُ لِنُورِهِ»
 خداوند هر که را بخواهد به نور خویش هدایت می‌کند.
 سوره مبارکه نور- آیه ۳۵

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

شورای برنامه‌ریزی: مجید عمیق، حبیب یوسف‌زاده، بابک نیک‌طلب، مریم فردی، علی یوسفی، علیرضا ثبتي، عباس نورآبادی

نشانی دفتر مجله: تهران / صندوق پستی: ۱۵۸۷۵/۶۵۸۳ • تلفن: ۸۸۸۴۹۰۹۷ • پیامک: ۳۰۰۰۸۹۹۵۹۶

وبگاه: www.roshdmag.ir

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

● **ارتباط با ما:** اگر انتقاد یا پیشنهادی درباره شکل و محتوای مجله یا چگونگی توزیع آن دارید، با شماره تلفن ۱۴۸۲ یا ۸۸۳۰-۰۲ تماس بگیرید و پس از شنیدن صدای پیام گیر، کد مورد نظر را وارد کنید و بعد از شنیدن دوباره همان صدا پیام بگذارید. کد مدیر مسئول: ۱۰۲ / کد سردبیر: ۱۰۶ / کد امور مشترکین: ۴۱۴

● دفتر انتشارات و فناوری آموزشی، به جز رشد نوجوان، مجلات دانش‌آموزی زیر را نیز منتشر می‌کند:

رشد کودک: ویژه پیش‌دبستان و دانش‌آموزان پایه اول ابتدایی. رشد نوآموز: برای دانش‌آموزان پایه‌های دوم و سوم ابتدایی. رشد دانش‌آموز: برای دانش‌آموزان پایه‌های چهارم، پنجم و ششم ابتدایی. رشد جوان: برای دانش‌آموزان دوره متوسطه دوم / رشد برهان (نشریه ریاضی دوره دوم متوسطه) / رشد برهان (نشریه ریاضی دوره اول متوسطه).

آرای مندرج در مقاله‌ها، ضرورتاً مبنی نظر دفتر انتشارات و فناوری آموزشی نیست و مسئولیت پاسخگویی به پرسش‌های خوانندگان، با خود نویسنده یا مترجم است.

- مدیر مسئول: محمد صالح مذهب
- سردبیر: علی اصغر جعفریان
- مدیر داخلی: زهره کریمی
- ویراستار: بهروز راستانی
- مدیر هنری: کوروش پارسا نژاد
- طراح گرافیک: سید جعفر ذهنی
- دبیر عکس: اعظم لاریجانی

قیمت:
۱۸۰.۰۰۰
ریال

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

به نام خدای مهربان قاب زیبا

صبح روز بیست و دوی بهمن است. هوا آفتابی است. نرمة باد ملایمی صورت انبوه مردم حاضر در میدان آزادی تهران را نوازش می‌دهد. همیشه حضور در مراسم جشن سالگرد پیروزی انقلاب اسلامی برایم پر از خاطره است. چهل و هفت سال از پیروزی انقلاب اسلامی می‌گذرد. میدان آزادی مملو از جمعیت است. بسیاری خانوادگی در این جشن شرکت می‌کنند. زیر برج آزادی قدم می‌زنم. سرو صدا و جنب و جوشی توجهم را جلب می‌کند. خانواده‌ای با شور و حال زیاد دور هم جمع شده‌اند پسر نوجوانی می‌خواهد از خانوادهٔ نسبتاً بزرگش با برج آزادی خود عکس (عکس سلفی) بگیرد. تعداد افراد خانواده زیاد است. نوجوان به زحمت می‌تواند همهٔ افراد خانواده را در قاب عکس جا بدهد.

پدربزرگ‌ها و مادربزرگ، پسرها، دخترها، عروس‌ها و دامادها و نوه‌های قد و نیم قد تعدادشان به ۱۵ نفر می‌رسد. با تلاش فراوان عکس گرفته می‌شود. خانوادگی همه دست می‌زنند و هورا می‌کشند.

به خود می‌آیم. باورش سخت است، چهل و هفت سال از پیروزی غرورآفرین انقلاب اسلامی ایران گذاشته است.

چه‌ها که بر مردم این مرز و بوم نگذشته است! در دل، مردم کشورم را تحسین می‌کنم. اشک در چشمانم حلقه می‌زند.

آخر در این سال‌ها مردم سرزمینم جانانه در مقابل انواع توطئه‌ها و تهاجم دشمن داخلی و خارجی ایستاده‌اند. چه سختی‌ها که نکشیده‌اند. مردم ما در جادهٔ پریچ و خم انقلاب اسلامی پیچ‌ها و گردنه‌های خطرناکی را بین طوفان‌های سهمگین ابر قدرت‌های بی‌رحم پشت سر گذاشته‌اند. پیروز شده‌اند و به راه خود ادامه داده‌اند؛ طوفان‌هایی مثل کودتا، جنگ داخلی، جنگ تحمیلی، محاصره اقتصادی، تحریم‌های ویران کننده، وحشت افکنی (ترور) و تهاجم فرهنگی. در این بین نقش نوجوانان در تمام میدان‌ها پررنگ بوده است؛ از زمان انقلاب که نوجوانان شعار نوشته (پلاکارد) به دست در تظاهرات علیه رژیم پهلوی در صفوف اول حضور داشتند و در جنگ تحمیلی نیز با حضور خود جبهه‌ها را گرم می‌کردند، تا در زمان کنونی که با درس خواندن مدارج علمی را یکی پس از دیگری به دست می‌آورند و خود و کشور خود را به سلاح علم و دانش روز مجهز می‌کنند تا پرچم سرزمین‌شان در دنیا برای همیشه در اهتزاز باشد.

یاد شهیدان نوجوان همیشه ماندگار باد.

علی اصغر جعفریان



۱ قاب زیبا

۲ آخر تعزیه

۳ زندگی، طبق برنامه

۴ شاعرانه

۵ مهندسی از آن‌ور!

۶ ورزشکاری و ورزش دوست؛ مسئله این است!

۷ محبوبه هر روز می‌آید

۸ پروانگی

۹ چهارگوش خان گدا شده است

۱۰ جدول

۱۱ مشکلات صحیح نویسی

۱۲ جواب خواستگاری

۱۳ لغت نامهٔ شخصی!

۱۴ دیوان چتیا!

۱۵ خاطرات یک الاغ

۱۶ ساخت محصول اولیه

۱۷ گنج باارزش

۱۸ زبان محاوره

۱۹ مهرداد آوستا

۲۰ مهارت داشتن «نظم شخصی»

۲۱ شخصیت پردازی

۲۲ خانوادهٔ خدا

۲۳ نرمش ذهن

۲۴ زهر زیرآبی

۲۵ روزهای مانا

۲۶ در سرزمین ناشناخته

۲۷ نه! دوست ندارم!



برای اشتراک مجله
رمزبده را پویش کنید.



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



وبگاه نظرسنجی مجلات



آخر تعزیه

علی اکبر والایی

تصویرگر: سید مینم موسوی



طرف‌های عصر که به تکیه برگشتیم، بچه‌ها شروع کردند به در آوردن لباس‌هایشان. سبیل مصنوعی پرپشتی را که به پشت لبم چسبانده بودم، با احتیاط از صورتم کندم و با آب و صابونی که بچه‌ها آورده بودند، چهره‌پردازی (گریم) صورتم را شستم. در همین وقت دوستم، کاظم که سردسته و نوحه‌خوان تکیهٔ پایین امامزاده بود، چادر را بالا زد و آمد تو. بچه‌ها با دیدن او، من و کاظم را دوره کردند. **کاظم** دستی به شانه‌ام زد و گفت: «آقا ابراهیم کارگردان، شنیدم حارث شدی! بازیگر کم آوردی؟»
گفتم: «خب وقتی هیچ‌کس این نقش را قبول نکند، مجبورم خودم آن را بازی کنم.»

کاظم با خنده رو به من کرد و گفت: «خیلی دلم می‌خواهد یک روز بیایم و قاطی گروه نمایش تو بشوم.»
صادق، تعزیه‌خوان تکیه، گفت: «البته اگر نوحه‌خوانی را کنار بگذاری، تازه با صدایی که تو داری باید بیایی جای مرا بگیری.»
کاظم حرف را عوض کرد و گفت: «راستی، آمده‌ام دعوت‌تان کنم. به بچه‌های تکیه‌مان قول داده‌ام صبح تاسوعا، تعزیه‌خوانی کنیم.»

بچه‌ها به جنب‌وجوش افتادند. صادق با قیافهٔ جدی گفت: «آخر به تکیه‌ای که به میهمان‌هایش جای ندهد هم می‌گویند تکیه؟»

صدای اعتراض بچه‌های دیگر هم بلند شد. کاظم دستش را بالا آورد و گفت: «این دفعه از خجالت همه‌تان درمی‌آیم. به همه شربت می‌دهیم. تازه فردا، ناهار هم میهمان تکیهٔ ما هستید.»

بچه‌ها با تعجب به هم نگاه کردند. کاظم ادامه داد: «حق دارید تعجب کنید. چون تکیهٔ ما که نمی‌تواند ناهار بدهد، یکی از اهالی کوچه نذر کرده است به تکیهٔ بچه‌ها ناهار بدهد. من هم تعداد شما را به آن‌ها گفتم.»

در این وقت چادر تکیه کنار رفت و یکی از بچه‌های کم سن و سال کوچک، توی چادر سرک کشید و صدا زد: «ابراهیم، ابراهیم! آقایی آمده، با تو کار دارد.»

با تعجب از جا بلند شدم و رفتم بیرون. مردی کنار تکیه ایستاده بود و چشم به سر کوچکه دوخته بود. پرسیدم: «آقا شما با من کار داشتید؟»

برگشت و به من نگاه کرد. لبخندی زد و مؤدبانه پرسید: «شما آقا ابراهیم هستید؟»

گفتم: «بله، خودم هستم.»

— آمده‌ام یک قرار ملاقات با شما بگذارم.

به خودم آمدم و با ناباوری گفتم: «قرار؟!»

خیلی صمیمی گفتم: «تعریف تکیهٔ شما را خیلی شنیده‌ام. حرف‌های مهمی برای گفتن دارم. به من قول بده که ساعت ۹ امشب به حیاط امامزاده بیایی. من پشت امامزاده، جلوی گورستان قدیمی منتظرت هستم.»

مکثی کرد و ادامه داد: «خب، حالا قول می‌دهی بیایی؟»

بدون معطلی گفتم: «باشد؛ می‌آیم.»

دستی به شانه‌ام زد و با خوش‌حالی گفت: «پس ساعت ۹ امشب منتظرم؛ خداحافظ.»

تا شب از راه برسد، چند بار خودم را سرزنش کردم که چرا

روبه‌رو نگاه کردم. بی‌اختیار تنم به لرزه افتاد. چند نفری را دیدم که اطراف قبرستان در رفت‌وآمد بودند، اما باز جرئت نکردم جلوتر بروم. چند لحظه ایستادم و به دور و بر چشم دوختم. هر چند وقت یک بار از دل سیاهی گورستان، تک‌وتوک آدم‌هایی بیرون می‌آمدند، اما از آن مرد اثری نبود.

به فکر فرو رفتم. از اینکه تویی آن تاریکی با حرف یک مرد غریبه پا شده بودم و به قبرستان آمده بودم، پشیمان شدم. تصمیم گرفتم برگردم و پشت سرم را هم نگاه نکنم.

خواستم راه بیفتم که ناگهان سنگینی دستی را روی شانه‌ام حس کردم. وحشت‌زده سر برگرداندم. مردی که دستش روی شانه‌ام بود، وقتی ترسم را دید با عجله گفت: «ترس!»

با لحن تندی گفتم: «با من چه کار دارید؟»
گفت: «به‌جا نیوردی؟ مگر شما آقا ابراهیم نیستی؟ امروز عصر با هم قرار گذاشتیم!»

بازویم را گرفت و مرا به طرف تیر چراغ برقی برد که نزدیک دیوار پشتی امامزاده بود. زیر نور زرد لامپ صورتش را دیدم: عینک آفتابی به چشم نداشت و لباس‌هایش را هم عوض کرده بود؛ پیراهن مشکی ساده‌ای به تن داشت. قیافه‌اش هم ساده‌تر از قبل به نظر می‌آمد.

نگاهی طولانی به من انداخت و گفت:

«تو پسر با جرئتی هستی که به من اعتماد کردی و سر قرار آمدی.»

چیزی نگفتم. او از جیب پیراهنش کاغذ تاشده‌ای بیرون آورد و تاهای کاغذ را که شبیه برگه‌های امتحانی بود، از هم باز کرد و آن را گذاشت توی دست‌های من. با تعجب نگاهی به برگه انداختم و نگاهی به او. سر تکان داد و گفت: «تا حالا اسم اعلامیه به گوشت خورده؟»

با شنیدن این حرف یکه خوردم و تند، برگه را زیر نور چراغ برق تیر چوبی گرفتم. وقتی چشمم به خط اول برگه و کلمه **آیت‌الله خمینی (ره)** افتاد، همه چیز دستگیرم شد. هیجان‌زده سر بلند کردم و پرسیدم: «پس اعلامیه‌هایی که چند روز است توی خیابان‌ها بین دسته‌ها پخش می‌شود، از طرف شماست؟!»

لبخندی زد و گفت: «تنها من که نه، خیلی‌ها هستند. اگر بخواهی از حالا تو هم یکی از آن‌ها می‌شوی.»

با تعجب گفتم: «من؟!»

گفت: «بله، چرا که نه؟»

دست و پایم را گم کرده بودم و نمی‌دانستم چه جوابی بدهم. پرسیدم: «آقا اسم شما چیست؟»

مکشی کرد و گفت: «**حمید**، اما بین خودمان بماند. به کسی نگوئی که مرا می‌شناسی!»

گفتم: «خب آقا حمید، حالا کی اعلامیه‌ها را به من می‌دهید؟»
با خنده گفت: «قرار نیست من به شما اعلامیه بدهم.»

با دلخوری گفتم: «شما که گفتید ...!»

حرفم را قطع کرد و گفت: «من به شما هیچ قولی ندادم، اما شما باید به من قول بدهید که به ما کمک می‌کنید.»

با تعجب پرسیدم: «کمک؟ من؟!»

نپرسیدم با من چه کار دارد. چکاره است؟ اصلاً چرا برای شب قرار ملاقات گذاشته است؟

دو دل بودم بروم یا نروم. هنوز ۲۰ دقیقه‌ای به ساعت ۹ مانده بود که سفارش‌های لازم را به بچه‌های تکیه کردم و بی اینکه درباره قرارم به آن‌ها حرفی بزنم، دل به دریا زدم و راه افتادم طرف امامزاده.

خیابانی که به امامزاده می‌رسید، پر از جمعیت بود. همه در رفت و آمد بودند. از در اصلی وارد حیاط امامزاده شدم و با دیدن جماعتی که کپه کپه گوشه و کنار حیاط پردرخت امامزاده روی زمین نشسته بودند، برای چند لحظه از یاد بردم که چرا آنجا آمده‌ام.

امامزاده غرق در نور بود. پشت امامزاده که به قبرستان قدیمی می‌رسید، غرق در تاریکی بود. امامزاده را دور زدم و به طرف گورستان قدیمی راه افتادم. میان راه ایستادم و خوب به تاریکی



آقا حمید دست روی شانهم گذاشت و گفت: «بله، آقا ابراهیم! به کمک بچه‌های تعزیه شما احتیاج داریم. همه چیز بستگی به کمک شما دارد.»

از حرف‌هایش سر در نمی‌آورد. وقتی مرا حیران و توی فکر دید، گفت: «عجله نکن. کم‌کم همه چیز را برایت می‌گویم. شما فردا با بچه‌هایتان برای مردم تعزیه اجرا می‌کنید. محلش هم یک کوچه پایین‌تر، نزدیکی همین امامزاده است.»

بی‌آنکه از قصد او سر در بیاورم، گفتم: «آقا حمید، چرا وقتی طرف‌های عصر به تکیه‌مان آمده بودید، چیزی نگفتید؟ منظورم درباره همین موضوع است.»

با خونسردی جواب داد: «چون الان باید جای دقیق محلی را که تعزیه قرار است آنجا بر پا بشود، نشانت بدهم.» پرسیدم: «حالا چرا شب؟»

گفت: «ممکن است من تا حالا شناسایی شده باشم. برای همین روزها هر چه کمتر آفتابی بشوم، بهتر است.»

بعد به شوخی به سینه‌ام زد و گفت: «آقا ابراهیم، خیلی کنجکاو شده‌ای‌ها! حالا راه بیفت تا محل اجرای تعزیه را نشانت بدهم. بقیه حرف‌ها را همان‌جا برایت می‌گویم.» از امامزاده بیرون آمدیم و راه افتادیم. در این فکر بودم که نمایش تعزیه چه ربطی به اعلامیه پخش کردن دارد.

به خیابان فرعی بعد از امامزاده که رسیدیم، حمید آقا سر اولین کوچه ایستاد و گفت: «خب، همین جاست. همان‌طور که می‌دانی فردا تا سوعاست. شما فردا سر ساعت ۱۰، همین‌جا، سر این کوچه، تعزیه‌تان را بر پا می‌کنید. ما هم همان وقت از پشت بام آن مسجد، چند هزار برگه مثل همین اعلامیه‌ای که دیدی، روی سر مردم و دسته‌های عزادار می‌ریزیم.»

و با دست مسجدی را که ته کوچه بن‌بست بود، نشان داد. هیجان‌زده پرسیدم: «خب کار ما چه ربطی به اعلامیه پخش کردن شما دارد؟»

لبخندی زد و گفت: «خیلی ربط دارد. اگر شما کارتان را درست انجام بدهید، ما موفق می‌شویم؛ وگرنه جان همه بچه‌ها به خطر می‌افتد.»

با ناباوری به او نگاه کردم. سری تکان داد و گفت: «این را جدی می‌گویم. با این همه اعلامیه‌ای که این چند روز پخش کرده‌ایم، فردا صبح ساواکی‌ها عین مور و ملخ می‌ریزند توی خیابان‌ها. اگر ما دست از پا خطا کنیم، دستگیرمان می‌کنند. اما اگر شما خوب سر کوچه را شلوغ کنید و راه را بند بیاورید، آن‌ها نمی‌توانند وارد کوچه بشوند و ما فرصت پیدا می‌کنیم از محل دور شویم.»

بعد نگاهی به دور و بر انداخت و گفت: «فقط سفارش می‌کنم تعزیه‌تان را درست سر کوچه بر پا کنید؛ طوری که دست‌کم کسی نتواند راحت وارد کوچه بشود.»

گفتم: «از طرف ما مطمئن باشید، آقا حمید! برای خدا حافظی دستم را فشرد و گفت: «تا فردا صبح به هیچ‌کس چیزی نگوی! صبح، وقت اجرای تعزیه، فقط به بچه‌هایی که اطمینان داری، می‌توانی قضیه را بگویی.»

گفتم: «چشم، خیالتان راحت باشد.» او با عجله راه افتاد و رفت. موقع برگشتن، تازه یاد قولی افتادم که به کاظم داده بودم. راهم را کج کردم و رفتم طرف تکیه محله کاظم این‌ها.

به کوچه که رسیدیم، صدای نوحه کاظم را شنیدم که با دسته‌اش تمرین می‌کرد. گوشه چادر را بالا زدم و با اشاره، از کاظم خواستم بیرون بیاید. کاظم دفتر نوحه‌اش را به بغل دستی‌اش داد و از تکیه بیرون آمد.

از تکیه دور شدیم. گفتم: «کاظم! آمده‌ام بگویم فردا منتظرمان نباشید. صبح برای تعزیه نمی‌توانیم بیاییم.»

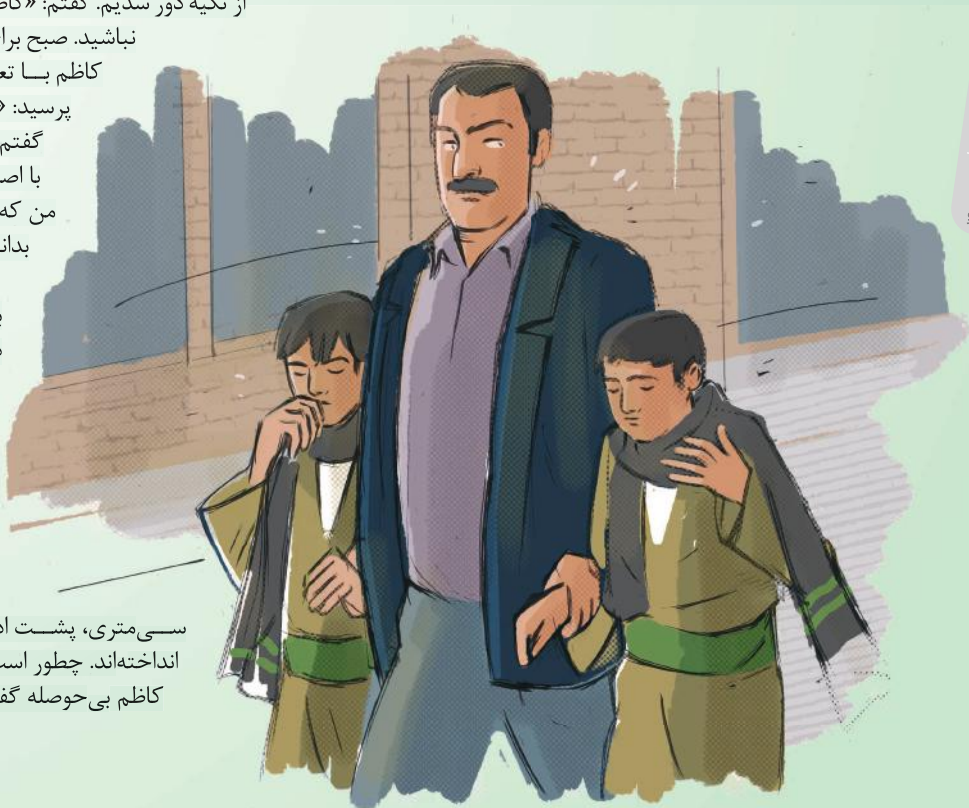
کاظم با تعجب نگاهی به صورتم انداخت و پرسید: «چرا؟!»

گفتم: «حالا چرایش را نپرس.» با اصرار گفت: «نه، باید بگویی. یعنی من که دوست هستم، نباید علتش را بدانم؟!»

دلم نمی‌آمد او را بی‌خبر بگذارم، اما قولی که به آقا حمید داده بودم، نگذاشت حرفی بزنم. گفتم: «نمی‌شود بعد از ظهر بیاییم؟»

گفت: «نه، قول صبح را داده‌ام. بعد از ظهر خودمان دعوتیم.»

فکری کردم و گفتم: «بین کاظم، شنیده‌ام بچه‌های محله سی‌متری، پشت اداره برق، مثل ما تعزیه‌خوانی راه انداخته‌اند. چطور است از آن‌ها دعوت کنی.» کاظم بی‌حوصله گفت: «مرا دست نینداز ابراهیم!





تکیه‌اش را هم با خودش آورده است. نگاهی به ساعت انداختم: عقربه‌ها درست ساعت ۱۰ را نشان می‌دادند. با عجله به صادق اشاره کردم که شروع کند. با اشاره من صدای شیپور و دُهل عباس و جعفر قطع شد و صادق تعزیه‌خوانی را شروع کرد.

کمی که گذشت، نوبت به من رسید. جلو رفتم و رَجَز خواندم و با خشم دست‌های علی و رضا را چنگ زدم و آن‌ها را میان جمعیت دنبال خودم کشاندم. علی و رضا، با حالتی مظلوم‌تر از طفلان مسلم، با سوز تمام مرثیه خواندند: «حارثا، مارا نکش! حارثا، ما را نکش! ما یتیمانییم؛ بر تو میهمانییم.»

ناگهان صدای فریاد و هیاهویی از پشت سر جمعیتی که دور ما حلقه زده بودند، بلند شد. همه سرها به عقب چرخید. در همین وقت، مردی که معلوم بود ساواکی است، با فشار خود را میان حلقه جمعیت انداخت. مرد که اسلحه هم داشت رو به من کرد و فریاد زد: «یاالله! زود باشید اینجا را خلوت کنید؛ زودتر!»

بعد نگاهی به کوچه انداخت و وقتی نگاهش به من افتاد، با خشم به طرفم برگشت و با پنجه دست به عقب هُلُم داد و غرید: «جمع کنید این بساط مزخرفتان را! زودتر! زود!»

بعد پرید و دست علی و رضا را گرفت و آن‌ها را به دنبال خود کشاند. علی و رضا که سعی می‌کردند دستشان را از دست او بیرون بیاورند، خود را عقب کشیدند و شروع کردند به خواندن همان مرثیه: «حارثا، ما را نکش! حارثا، ما را نکش! ما یتیمانییم؛ بر تو میهمانییم!»

مأمور ساواک با تعجب و خشم به علی و رضا چشم دوخت. ناگهان از میان جمعیت صدایی بلند شد: «بر حارث ملعون لعنت!» همه، با صدای بلند جواب دادند: «بیش باد!»

مأمور ساواک با شنیدن این حرف دست‌های علی و رضا را رها کرد و سر برگرداند و با نگاه دنبال کسی گشت که لعنت فرستاده بود. دو مأمور دیگر که بیسیم و اسلحه داشتند، به زحمت خودشان را میان حلقه جمعیت انداختند.

ناگهان از میان جمع صدای دیگری بلند شد: «بر یزید و یزیدیان زمان لعنت!»

همه یک‌صدا جواب دادند: «بیش باد!»

پشت بند آن، از گوشه و کنار و تک و توک، صدای تکبیر بلند شد و لحظه‌ای بعد، همه با هم یک‌صدا تکبیر گفتند.

ساواکی‌ها نگاهشان را به ته کوچه دوختند که مسجد بود. جمعیت آنجا مشتهایشان را بالا برده بودند و پشت هم الله‌اکبر می‌گفتند.

مأمورها که عرق از سر و پیشانی‌شان سرازیر بود، از میان حلقه بچه‌ها راهی باز کردند و بیرون رفتند.

تعزیه که به آخر رسید، کاظم آمد و گفت: «خیلی خوب بود ابراهیم؛ آفرین!»

بعد بازویم را گرفت و مرا کناری برد و دزدانه، گوشه برگه‌ای را نشانم داد و آهسته گفت: «ابراهیم، باورت نمی‌شود! من یک اعلامیه از آیت‌الله خمینی دارم؛ نگاه کن!»

هیجان‌زده آب دهانم را فرو بردم و به دست‌های که تازه وارد هشت‌متری شده بود و نوحه حضرت علی اکبر را می‌خواند، گوش سپردم.

آن‌ها فقط ادای تعزیه را درمی‌آوردند. چه می‌دانند که تعزیه چیست! بی‌تعارف بگویم کار تعزیه بچه‌های شما پیر و جوان را به گریه می‌اندازد. همه‌اش هم به خاطر این است که تو کارگردانش هستی؛ والا هیچ تکیه‌ای نداریم که واقعاً تعزیه کار کنند. خب ابراهیم‌جان! حالا دلم می‌خواهد بگویم فردا می‌آیی یا نه؟»

من و منی کردم و گفتم: «راسنتش کاظم، ما فردا توی هشت‌متری پشت امامزاده، تعزیه داریم. اگر خواستید بچه‌هایتان را بیاورید آنجا. دیگر نمی‌توانم بیشتر از این، چیزی بگویم.»

دیگر ناپستادم تا کاظم حرفی بزند. فوری خداحافظی کردم و راه افتادم. کاظم فریاد زد: «این کارت یادم می‌ماند ابراهیم! باشد!»

آن شب تا دیر وقت بیدار ماندم و به فردا فکر کردم. صبح تاسوعا جمعیت در خیابان‌های اطراف امامزاده موج می‌زد. هنوز چند دقیقه‌ای به ساعت ۱۰ مانده بود که بساط تعزیه را سر همان کوچه‌ای که به مسجد می‌رسید، پهن کردیم. بچه‌های تکیه از اینکه من اصرار داشتم بساط تعزیه را درست همان‌جا بر پا کنیم، تعجب کرده بودند.

پیش از همه، بچه‌های ریز و درشت همراه بزرگ‌ترهایشان دور بساط ما حلقه زدند. عباس شیپور می‌زد و جعفر که دُهل‌زن تعزیه بود، انگار که اعلام جنگ می‌کند، پشت هم با چوب روی پوست دُهل می‌کوبید.

با بلندشدن این صداها جمعیت بیشتری جمع شد. جلو رفتم و بچه‌هایی را که پراکنده دور ما روی زمین نشسته بودند، بلند کردم و همه را به سمت سر کوچه بردم.

همه منتظر شروع تعزیه بودند. علی و رضا که قد کوتاهی داشتند و نقش طفلان مسلم را بازی می‌کردند، لباس‌های عربی سفیدی پوشیده بودند و منتظر ایستاده بودند. من رفتم و از توی جعبه وسایل، آینه شکسته‌ای برداشتم و خودم را نگاه کردم. دست به سبیل پریشتم کشیدم و آن را مرتب کردم. بعد از جا بلند شدم و شال کمرم را دور دشداشام محکم کردم. ناگهان چشمم به کاظم افتاد که توی حلقه جمعیت جا گرفته بود و با تعجب به من نگاه می‌کرد. خوب که نگاه کردم، دیدم بچه‌های

زندگی، طبق برنامه



این کار بیشتر وقت شما را تلف می‌کند. بعضی از اندیشمندان و بزرگان معتقدند موفقیت در زندگی، مستلزم داشتن برنامه کاربردی و همه‌جانبه از یک‌سو، و اراده و انگیزه کافی برای انجام آن از سوی دیگر است. اگر علاقه‌مندید دوران طلایی خاصی را در ایام جوانی تجربه کنید، پیشنهاد می‌کنیم درباره این موضوع وقت بگذارید و مطالعه و تحقیق کنید. کتاب‌های زیادی در این باره به‌ویژه برای نوجوانان نوشته شده‌اند که می‌توانند به شما کمک کنند. برای اینکه با تأثیر این کار در دوران تحصیلی خود بیشتر آشنا شوید، گفت‌وگوی زیر را که تجربه‌های زیسته دوستان شما در «مدرسه شاهد ذوالانوار» شهر شیراز است، مطالعه کنید.

شما جزو کدام یک از دسته‌های زیر هستید؟
۱. کارهای خود را با هدف‌گذاری و برنامه‌ریزی انجام می‌دهید.
۲. برای کارهای خود برنامه می‌نویسید، اما آن را اجرا نمی‌کنید.
۳. برای درس خواندن، آن هم شب‌های امتحان، برنامه‌ریزی دارید.
۴. فکر می‌کنید برنامه‌ریزی کار سختی است و هر کسی نمی‌تواند آن را انجام دهد.
۵. دوست دارید برای انجام هر کاری در لحظه تصمیم بگیرید و آن را انجام دهید.
۶. اطلاعی از روش‌های برنامه‌ریزی ندارید. اگر آن را یاد بگیرید، علاقه‌مند هستید زندگی با برنامه را تجربه کنید.
۷. اصلاً اهل برنامه‌ریزی نیستید و حتی فکر می‌کنید

از نظر شما برنامه‌ریزی یعنی چه؟

دانیال یغمایی (پایه هشتم): برنامه‌ریزی چیزی است که همه ما دانش‌آموزان باید داشته باشیم، چون در ۲۴ ساعت، هفت هشت کار پشت سر هم انجام می‌دهیم و برای اینکه دقیق‌تر این کارها را انجام دهیم، باید برنامه‌ریزی داشته باشیم.
سپهر فروغی (پایه هفتم): برنامه‌ریزی یعنی در طول روز بانظم به همه کارهایی که می‌خواهیم انجام دهیم برسیم.
حسین کشش‌ورز (پایه هفتم): برنامه‌ریزی یعنی دسته‌بندی کارها و اینکه به انجام آن کارها نظم بدهیم و بتوانیم هر کار را سر وقت خودش انجام دهیم.
آرش پورعسکری (پایه نهم): برخلاف تصور عامه مردم که برنامه‌ریزی را ایجاد جدول برای کارهایشان می‌دانند، در یک بازه زمانی مشخص کارها را اولویت‌بندی کنیم تا در طول روز به ترتیب اولویت به همه کارها برسیم و همه کارها را آن طوری که دلمان می‌خواهد و وجدانمان آسوده می‌شود انجام دهیم.
فرزان حدادی (پایه نهم): از نظر من برنامه‌ریزی یعنی نظم‌دادن و مرتب‌کردن کارهایی که در یک روز باید انجام دهیم و ساعت

آرتین عربانی (پایه هشتم): یعنی داشتن برنامه‌ای که بر اساس آن بتوانی کارهایت را درست انجام دهی و به همه کارهایت برسی. مثلاً اگر در طول روز دو یا سه کلاس داری، به همه آن‌ها درست و هم‌زمان برسی. هم در کلاس‌هایت و هم در مدرسه موفق باشی.
امیرعلی ابوالحسن‌زاده (پایه هشتم): از نظر من برنامه‌ریزی یعنی تنظیم کردن زمانی که ما برای انجام کارهایمان صرف می‌کنیم. یک جورایی نظم‌دادن به زندگی است که ما بتوانیم به همه کارهایمان برسیم و ضرر نکنیم و همه کارهایمان را بتوانیم به‌موقع انجام دهیم.

تعیین کردن برای آن‌ها. کاری کنیم که به همه برسیم و همه را متوجه شویم.

امیرحسین حسام‌پور (پایه نهم): برنامه‌ریزی یعنی تقسیم کردن ساعت و زمان خودمان نسبت به موضوع‌های روزمره و اینکه به نسبت مهم بودن یا سخت بودن کاری، زمان بیشتری به آن اختصاص دهیم و اولویت‌بندی را در نظر داشته باشیم.

ایلیا بامداد (پایه نهم): برنامه‌ریزی یعنی اینکه بین کارها تفاوت بگذاریم. یعنی کارهای مهم‌تر و سخت‌تر را در زمان و موقع مشخصی انجام دهیم تا بتوانیم به نظم و ترتیبی در زندگی خودمان برسیم. **کیارش کوچکی** (پایه نهم): برنامه‌ریزی باید درست و دقیق باشد و ما ساعت و زمان درستی را تعیین کنیم تا ظرف چند سال آینده به آنچه که می‌خواهیم درست و دقیق برسیم.

حسین دهقان سعدی (پایه هشتم): ما دو نوع برنامه‌ریزی داریم: کوتاه‌مدت و بلندمدت. برنامه‌ریزی کوتاه‌مدت را برای یک روز یا یک هفته انجام می‌دهیم؛ مانند خواندن درس ریاضی برای روز سه‌شنبه. برنامه‌ریزی بلندمدت برنامه‌ریزی منظمی است که در یک مدت مشخص پشت سر هم انجام می‌شود و این کار نظم خاصی به زندگی ما می‌دهد؛ مانند برنامه‌ریزی برای آزمون‌های پایان سال. از الان طوری برنامه‌ریزی کنیم که از درس‌ها جا نمانیم. اگر این‌گونه برنامه‌ریزی کنیم بهتر می‌توانیم زندگی کنیم.

ماهان میرزائی (پایه هفتم): یعنی هر چیزی را به‌جا و به‌اندازه انجام دهیم. کاری را که بی‌فایده است زیاد انجام ندهیم و به کاری که مهم است، وقت کمی اختصاص ندهیم.

آرمین عوض‌زاده (پایه هفتم): برنامه‌ریزی یعنی ما به زندگی خودمان نظم بدهیم. این کار باعث می‌شود به موفقیت برسیم. در یک برنامه‌ریزی خوب باید انجام کارهای مهم در اولویت اول قرار بگیرند. برنامه‌ریزی برای همه خوب است، اما برای افرادی که در زمان بسیار کمی می‌خواهند کارهای بسیار زیادی انجام دهند، می‌تواند نقش خیلی زیادی در زندگی‌شان داشته باشد.

ابوالفضل گروئی (پایه هفتم): یعنی وقتی که داریم را بتوانیم برای انجام کارهایمان تقسیم کنیم. یعنی هر کاری را سر وقت خودش انجام دهیم. اگر برنامه‌ریزی داشته باشیم، می‌توانیم زودتر و

بهتر به هدفی که داریم برسیم.

امیرحسین شفیعی (پایه هفتم): برنامه‌ریزی کار بسیار واجبی است که همه ما در زندگی به آن نیاز داریم. اکثر افراد موفق با برنامه‌ریزی به جایگاه خود رسیده‌اند. برنامه‌ریزی نقش مهمی در زندگی ما دارد. اگر برنامه‌ریزی نداشته باشیم نمی‌توانیم در هیچ‌یک از کارهایمان پیشرفت کنیم. برنامه‌ریزی باید طوری باشد که هم به کارهای مهم برسیم و هم تفریح داشته باشیم.

طاها عبدالهی (پایه هفتم): به نظر من اگر برنامه‌ریزی نباشد ما به هیچ‌یک از کارهایمان نمی‌توانیم برسیم.

امیرحسین نوری (پایه هفتم): برنامه‌ریزی یعنی تقسیم زمان خودمان. یعنی پس از تعطیلی مدرسه، وقتی را برای استراحت و وقتی را برای مرور درس‌هایمان می‌گذاریم که این کار خیلی می‌تواند مؤثر باشد. **امیرعلی شکری** (پایه هفتم): برنامه‌ریزی یعنی به انجام همه کارهایمان به‌موقع برسیم و به‌اندازه انجام‌شان بدهیم. یعنی اگر کلاس فوق‌برنامه و تکالیف مدرسه را داشته باشیم و حتی بخواهیم استراحت کنیم، همه را سر جای خودش و به‌اندازه انجام دهیم.

محمدعلی یزدان‌پرست (پایه هفتم): به نظر من برنامه‌ریزی کردن یعنی غلبه بر وقت. اگر برنامه نداشته باشیم نمی‌دانیم چه کاری را در چه زمانی و چه ساعتی انجام دهیم. البته برنامه‌ریزی به شغل و مکان فرد بستگی دارد. مثلاً ما به‌عنوان دانش‌آموز ساده، وقتی به خانه می‌آییم، باید چهار کار را انجام دهیم: مرور تکالیف آن روز که در مدرسه خوانده‌ایم، بعد انجام تکالیف آن روز، سپس آماده‌شدن برای امتحانات و آزمون‌هایی که در آینده در پیش داریم، مانند همین آزمون جامع که دوشنبه داریم، و در آخر هم برنامه فردا را آماده کنیم و درس‌هایمان را بخوانیم. به نظر من نکته مهمی که بیشتر افراد در برنامه‌ریزی به آن توجه نمی‌کنند، کیفیت برنامه‌ریزی‌شان است. مثلاً اگر قرار است یک ساعت برویم در اتاق و ریاضی بخوانیم، در این یک ساعت پنج دقیقه نیاییم بیرون و کار دیگری نکنیم. این جور وقت زیادی از ما تلف می‌شود و برنامه‌ریزی به هم می‌ریزد.

رهام جعفری (پایه هفتم): برنامه‌ریزی یعنی نظم‌دادن به زندگی شخصی خودت. اگر برنامه‌ریزی نداشته باشی نظم زندگی‌ات به هم می‌ریزد و هر کاری را نمی‌توانی به‌موقع انجام بدهی.

آیا شما طبق تعریفی که ارائه کردید، برای خودتان برنامه‌ریزی می‌کنید و به آن تعریف پایبند هستید؟ اختصاص دادن زمان و نظم دهی به کارهای مهم! کارهای مهم از نظر شما یعنی چه؟ یعنی اگر من مطابق صحبت‌های شما این‌گونه متوجه شدم که کارهای مهم یعنی کلاس‌های مدرسه و کلاس‌هایی که می‌خواهید بروید. آیا درست متوجه شدم؟

ماتریس آیزنهاور

	غیر فوری	فوری
مهم	۲. برنامه‌ریزی کن کارهای مهم، اما نه چندان فوری باید برنامه‌ریزی شوند. (مهم و غیرضروری)	۱. اول انجام بده اول بر روی وظایف مهم که باید همان روز انجام شوند، تمرکز کن! (مهم و ضروری)
غیر مهم	۴. انجام نده کارهایی که نه فوری هستند و نه مهم را انجام نده! (غیرمهم و غیرضروری)	۳. به دیگری محول کن کارهایی که فوری، اما کم اهمیت هستند را به دیگران محول کن! (غیرمهم و ضروری)

اول ما را تشکیل می‌دهند. بعضی از کارها مهم هستند، اما فوری نیستند. این‌ها اولویت دوم را تشکیل می‌دهند.

بعضی کارها فوری‌اند و زیاد مهم نیستند. معمولاً می‌گویند این کارها را به دیگران محول کنید؛ مانند خریدن نان برای خانه که می‌توان از فرد دیگری خواش کرد که این کار را برای ما انجام دهد. بعضی از کارها هم نه فوری هستند و نه مهم که لازم نیست انجام شوند؛ مانند دیدن فیلم و مجموعه (سریال) تلویزیونی!

آرتین عربانی: بعضی وقت‌ها پیش می‌آید که تعداد کلاس‌ها زیاد است و برنامه درس خواندن را جابه‌جا می‌کنم. استراحت و خواب هم کارهای مهمی هستند که باعث استراحت مغز ما می‌شوند تا برای خواندن درس آماده شود. البته هر کدام از اجزای برنامه ما باید زمان مشخصی داشته باشد تا از وقت بقیه کم نشود.

امیرعلی ابوالحسن‌زاده: در برنامه‌ریزی می‌حس می‌شود که نام **ماتریس آیزنهاور** وجود دارد. بعضی از کارها مهم و فوری هستند که اولویت

۱. ماتریس آیزنهاور به ماتریس فعالیت‌های ضروری و مهم گفته می‌شود. این ماتریس ابزاری است که به شما در اولویت‌بندی و تعیین کارها و فعالیت‌ها بر اساس ضرورت و اهمیت آن‌ها کمک می‌کند و به‌راحتی پی می‌برد چه کارهایی را می‌توانید واگذار کنید و یا اصلاً انجام ندهید.



یعنی شما فکر می کنید نوجوانان می توانند درک درستی از مفهومی آینده و موفقیت داشته باشند؟ تشخیص می دهند چه کاری به صلاحشان هست و چه کاری به صلاحشان نیست؟

امیر حسین حسام پور: به هر حال هر دانش آموزی که یک سال به پایه بالاتر می آید، به همان نسبت هم درک و فهمش افزایش پیدا می کند و به همین نسبت اهمیت آینده را هم درک می کند. همین موضوع به مرور کم کم می کند تا موفق شود.

از نظر من کارهای مهم کارهایی هستند که ما را به موفقیت برسانند؛ از جمله خواب که زمانش مهم است. تحقیقات نشان داده اند، خواب از ساعت ۹ شب تا ۴ صبح، خواب مفید و با کیفیتی است که می تواند باعث افزایش انرژی بدن شود. تغذیه مناسب هم تأثیر زیادی در موفقیت دارد. مثلاً خوردن غذای فوری (فست فود) باعث کند شدن و کاهش کارایی مغز ما می شود. از طرف دیگر، تغذیه مناسب خیلی کمک می کند مغز به آرامش برسد و با انرژی زیاد به ما کمک کند.

ایلیا بامداد: برنامه می تواند ثابت یا متغیر باشد. ارجحیت را باید به کارهایی بدهیم که به ما کمک می کنند. مثلاً اگر در حال درس خواندن هستیم و خسته شده ایم و خوابمان گرفته است، انجام یک کار جسمی بعد از کار ذهنی خیلی اثر گذار است. خواب آلودگی هم برطرف می شود تا ذهن آماده دریافت اطلاعات جدید شود. البته اگر در برنامه پیش بینی موارد غیر مترقبه را داشته باشیم، زمانی که اتفاق جدیدی بیفتد، برای آن فضایی در برنامه پیش بینی شده است.

کیارش کوچکی: طبیعتاً همیشه برنامه مطابق میل ما پیش نمی رود. گاهی شرایطی پیش می آید که باید به مهمانی برویم یا کار دیگری انجام دهیم. ما دانش آموز هستیم و اولویت اول برای ما درس خواندن است. آینده برای ما خیلی اهمیت دارد و بهتر است چند سال سختی بکشیم، اما به نتیجه ای که می خواهیم برسیم.

حسین دهقان سعدی: هر کاری بیش از حد انجام شود باعث برهم خوردن روال اصلی زندگی می شود. شما فکر می کنید دانشمندان معروفی مانند انیشتین، تمام وقت زندگی شان را صرف علم می کردند؟ آن ها نمی خوردند؟ نمی خوابیدند؟ به نظر این تفکر اشتباه است. دانشمندان هم بیشتر وقت خودشان را صرف علم آموزی می کنند و اولویت اصلی شان این است، اما بقیه کارهای خود را هم به ترتیب و به موقع انجام می دهند. پس هر کاری به اندازه و در حد خود باید انجام شود. ماهان میرزائی: من به برنامه ای که ریخته ام عمل می کنم. چون

من بر اساس علاقه شخصی درباره این موضوع ها مطالعه کرده ام و سعی می کنم با توجه به این ماتریس برنامه ریزی ام را انجام دهم.

دانیال یغمایی: ما در دبستان معلمی داشتیم که توصیه می کرد برنامه هفتگی ننویسیم. شاید نتوانیم آن را اجرا کنیم و باعث کسالت ما شود. پیشنهادشان این بود که برنامه روزانه داشته باشیم. این کار برای ما اجرایی و عملی تر است. برنامه را هم روی کاغذ بنویسیم و هم در ذهن داشته باشیم. **سپهر فروغی:** من سعی می کنم برنامه داشته باشم، اما اتفاق می افتد که مطابق برنامه پیش نمی روم و در لحظه حس انجام آن کار را ندارم. اما تلاش می کنم خودم را با برنامه پیش ببرم. در هر صورت تمام کارهای زندگی باید به اندازه باشند: خواب، تفریح و درس خواندن. مثلاً کم خوابیدن و زیاد خوابیدن هر دوی آن ها انسان را کسل و بی حال می کند.

حسین کشت ورز: غالباً اگر امتحان داشته باشیم، روز قبل بیشتر درس می خوانیم و اگر امتحان نداشته باشیم، کمتر درس می خوانیم.

آرش پور عسکری: من برنامه ام را دو هفته یک بار تنظیم می کنم. کارهایی که دو هفته یک بار باید انجام دهم را می نویسم. این گونه، اگر کارهایی در این مدت ناگهانی اتفاق بیفتند، می توانم با در نظر گرفتن زمان کارها را جابه جا کنم. این موضوع کمک می کند که انجام کارها به تعویق نیفتد. چون تأخیر در کارها و انجام ندادن به موقع آن ها باعث عادت به «اجرا نکردن برنامه» می شود.

به نظر من هر کاری نیاز بدن باشد و بتواند انرژی لازم روزانه بدن را تأمین کند، و از طرف دیگر با توجه به اینکه پدر و مادر ما برای ثبت نام در کلاس هزینه کرده اند و باید برای آن درس تلاش کنیم تا آرامش داشته باشیم و وجدان راحتی در ازای انجام آن داشته باشیم، آن کار واجب و مهم است. در برنامه در ازای هر یک ساعت مطالعه، ۱۰ تا ۱۵ دقیقه استراحت می کنم. از ساعت شش صبح بدن آماده می شود که به مدرسه بیایم و فعالیت های روزانه خود را انجام دهیم. یک زمان کلی هم باید برای استراحت مغز در نظر بگیریم. در این زمان استراحت، نه باید فعالیت فیزیکی داشته باشیم و نه استفاده از گوشی و تلویزیون. چون خود این کارها مغز را درگیر می کند و محل استراحت مغز می شود. شاید فکر کنیم چون در این زمان درس نمی خوانیم در حال استراحت هستیم. در صورتی که این گونه نیست. من در زمان استراحت سعی می کنم واقعاً به مغزم استراحت بدهم. مثلاً در حیاط قدم می زنم و هوایی تازه می کنم یا میوه ای می خورم یا چند دقیقه روی تختم دراز می کشم.

پدر و مادرم توصیه کرده اند برای اینکه شب ها خواب راحتی داشته باشم، نیم ساعت تا یک ساعت قبل از خواب از گوشی استفاده نکنم تا ذهنم هنگام خواب کاملاً آرامش داشته باشد. اگر قبل از خواب از گوشی استفاده کنیم، ما می خوابیم ولی مغزمان درگیر پردازش اطلاعات است. بنابراین کیفیت خواب پایین می آید. فردای آن روز که به مدرسه می آییم مغزمان خسته است و درس را درست متوجه نمی شویم. همین طور یک ساعت بعد از خواب، اگر مطلبی را بخواهیم بخوانیم، مغز فراگیری مناسبی ندارد.

فرزان حدادی: اگر برای ما مهمانی بیاید یا کار دیگری اتفاق بیفتد، زمان انجام آن کار را با زمان استراحتم جابه جا می کنم. تمام کارهایی در طول روز باید انجام دهیم مهم و لازم هستند و مانند یک چارچوب می مانند که اگر یکی از آن ها را انجام ندهیم، یک طرف چارچوب سنگین می شود و چارچوب می شکند.

امیر حسین حسام پور: ما چه پایبند به برنامه باشیم و چه پایبند آن نباشیم، راه موفقیت همین است. اگر فردی آینده اش برایش مهم باشد، و بخواهد به موفقیت برسد، به برنامه ریزی اش پایبند است و آن را عمل می کند. و اگر فردی بخواهد در زمان حال و در لحظه، هر جور که خواست وقت بگذراند، آینده اش برایش مهم نیست و خودش در آینده متضرر می شود. البته برنامه ریزی ما باید منعطف باشد. یعنی ما کارهایمان را انجام دهیم و استثنائات را هم در نظر بگیریم. مثلاً اگر یک مهمانی پیش آمد، آن را در برنامه خود لحاظ کنیم.

[illegible]

دوستان عزیز، بسیار سپاسگزارم که در این گفت و گو، صادقانه و صمیمانه مجله قرار دادید. در اختیار همه مخاطبان ارزشمندی را قرار گرفتیم و از اینکه من از گفت و گو با شما نکات ارزشمندی به مدرسه می آید و با حس هدفمند، با انگیزه و با برنامه ریزی به مدرسه می خوانید خرسندم. خوب و رشد دهنده درخشانی که برای خود پیش بینی امیدوارم به اهداف آینده درخشان، دریایان اگر نکته ای در خصوص این گفت و گو دارید، بفرمایید:

آرمین عوض‌زاده: من در برنامه خودم، زیر کارهای مهم یک یادآوری می‌نویسم که: «وقت طلاست.» یعنی وقت خیلی ارزشمند است و اگر آن را از دست بدهیم، دیگر نمی‌توانیم آن را پس بگیریم. این جوری باعث می‌شود من برنامه‌ریزی‌ام را انجام دهم و به تمام کارهایم برسم. من برای برنامه‌ریزی از فن (تکنیک) پومودورو استفاده می‌کنم. در زمان‌های ۲۵ دقیقه‌ای فقط یک کار را با تمرکز کامل انجام می‌دهم. سپس پنج دقیقه استراحت می‌کنم. این استراحت شامل سراغ گوشه رفتن و تلویزیون دیدن نمی‌شود. چون در این شرایط مغزمان در حال استراحت نیست. بعد از آن ۲۵ دقیقه بعدی کار را آغاز می‌کنم.

ابوالفضل گروئی: از نظر من کارهایی مهم هستند که در پیشرفت تحصیلی، پیشرفت زندگی و نزدیک شدن به هدفمان تأثیر داشته باشند.

امیر حسین شفيعی: بعضی وقت‌ها واقعاً نمی‌شود مطابق برنامه پیش برویم، اما باید زمان‌هایی را که از دست داده‌ایم حتماً جبران کنیم. مثلاً برای درسی که سبک‌تر است زمان کمتری بگذاریم و درسی را که به زمان بیشتری نیاز دارد، در وقت کار قبلی انجام دهیم.

طاها عبداللہی: من سعی می کنم مطابق برنامه ریزی عمل کنم. اما اگر کاری پیش آید و از برنامه عقب بمانم، سعی می کنم در روزهای تعطیلی جبران کنم.

امیر حسین نوری: پابندی به برنامه ریزی کمک می کند در آینده شغل مناسبی داشته باشیم.

امیر علی شکر: برنامه‌ریزی من یک هفته‌ای است. برای تقسیم‌بندی زمان درس خواندن، زمانی را که به هر درس اختصاص می‌دهیم، بر اساس نیاز آن درس است و با زمان سایر درس‌ها یکسان نیست و فرق می‌کند. البته هیچ‌وقت نباید بیشتر زمان خودمان را به استراحت و تفریح بگذرانیم.

محمد علی بزدان پرست: کارمان درس خواندن است. مانند کارمندان که اگر یک روز به سر کار نمی‌روند باید غیبت خودشان را جبران کنند، ما هم اگر این درس را امروز نخوانیم، بعداً حتماً باید بخوانیم. پس چه بهتر که به جای اینکه سریع و هول‌هولکی درس بخوانیم، از ابتدا با نظم و برنامه درس بخوانیم.

رهام جعفری: اگر بعضی کارها را بیش از حد انجام دهیم، مثلاً از گوشی زیاد استفاده کنیم و درس را آخر شب فوری و سریع بخوانیم، از درس خیلی چیزی نمی‌فهمیم و فردا در امتحان یا آن درس احساس ضعف می‌کنیم.

● گفت‌وگوی بسیار جالب و خوبی بود. باعث شد از برنامه‌ریزی دوستانم آگاه شوم و مشکلات برنامه‌ی خودم را اصلاح کنم. هدف‌ها و اولویت‌های برنامه‌ی دوستانم را در زندگی بشناسم، از علاقه‌هایشان آگاه شوم، و به طرز فکر آن‌ها پی ببرم. این‌ها باعث می‌شوند دوستی من با دوستانم صمیمی‌تر شود و بتوانم برنامه‌ریزی بهتری داشته باشم.

● گفت‌وگوی خوبی بود و باعث شد که یادآوری بشود که برنامه‌ریزی جقدر می‌تواند روی آینده شغل، ما تأثیر گذار باشد.

● قطعاً اگر دانش‌آموز برنامه‌ریزی خود را بنویسد، بهتر به آن عمل می‌کند.

● ممنون از این مجله که به فکر نوجوان‌ها و کودکان است.
گفت‌وگوی بسیار مفیدی بود و چیزهای زیادی یاد گرفتم.

● جلسهٔ امروز واقعاً جلسه‌ای کاربردی و عالی بود. با برنامه‌ریزی بچه‌ها و مشکلات آن‌ها آشنا شدم. در برنامهٔ خودم این موارد را رعایت می‌کنم. واقعاً ممنونم.

● امروز برای من یک روز به نسبت جالب و به یادماندنی است و خواهد بود. با تشکر.

● برنامه‌ریزی ما به برنامه خودمان بستگی دارد، نه به پدر و مادرمان. همیشه حتی برای مستقل بودن خودمان، می‌توانیم خود را بسنجیم.

● این گفت‌وگو باعث شد تا به خود بیایم و نظامی اساسی به زندگی و درس‌هایم بدهم تا در آینده فرد موفق‌تر شوم.

● جلسه خوبی بود. من توانستم از دوستانم در هر پایه چیزهای جدیدی برای انجام روش برنامه‌ریزی یاد بگیرم و به اطلاعاتم افزوده شد.

● صحبت‌های خوبی بیان شدند. چیزهای زیادی یاد گرفتم. اعتماد به نفسم هنگام صحبت کردن بالا رفت و تنش (استرس) نداشتم.

ایران من سلام

ایران من سلام
خوب است حال تو؟
فرخنده تر شود
هر ماه و سال تو

در چشم من نشست
یک چکه از غمت
در مرگ آبها
هرگز نبینمت

با تو روانه باد
صفهای جویبار
در تو تپنده باد
پیوسته چشمه سار

کارون تو شود
پرجوش و پرخروش
زاینده رود تو
زیبا و موج پوش
مهدی مرادی

قصه چشیدنی

شاخه های کهنه درخت مو
بی شتاب
مثل قصه های یک کتاب
پیچ و تاب خورده اند
انتهای قصه شان چشیدنی است!
مژگان بقایی پور

بهار آفتاب انقلاب

سال های قبل
آفتاب مهربان
توی گوش سرزمین مان
صد هزار حرف جاودانه زد
بعد از آن
بین دشت ها
روی اضطراب کوه ها و صخره ها
غنچه غنچه ایستادگی جوانه زد
توی گوش کوچه ها
توی گوش شهر و روستا
آفتاب گفت
قصه بهار را
قصه شکست خار را
داستان روزهای سخت انتظار را
در جواب خنده سپید آفتاب
چند روز بعد
از دل زمین هزارها هزار حرف سرخ
صد هزار رود
عاقبت شدند یک سرود:

خاک
آب
زندگی
بهار
آفتاب
انقلاب

معصومه مرادی



پیامبر (ص)

آیه به آیه
باران به باران
وقتی خدا با او سخن گفت
او رازدار خلوت غار حرا شد.

مثل بهار آمد
با کوله بار عطر و لبخند و ترانه
دنیا شکوفا شد.

مثل بهار آمد
پیغمبر دل‌های عاشق
پیغمبر گل
پیغمبر پروانه‌ها شد.

مرضیه تاجری

شب میلاد

یاد تو رویده توی قلب من
در شبی زیبا پر از شعر و سرود
کوچه‌ها را ریسه‌بندان کرده‌اند
هست شهر ما پر از شعر و سرود

در شب میلادت آقا باز هم
قلب من لبریز از شادی شده
باید امشب پر بگیرد توی صحن
چون که امشب وقت آزادی شده

من کبوتر وار فوری می‌پریم
نور باریده است توی آسمان
شور و شوق این کبوتر دیدنی‌ست
چونکه دارد می‌رود تا جمران

زهره عراقی

مسافر

باد
می‌برد مرا
رود می‌برد مرا
توی دره‌ها و دشت‌ها
روی قله‌ها و کوه‌ها
پایه‌پای بره‌ها مسافر
دانه‌ای عشایرم
می‌روم به دور دست‌های ناشناس
نیست در دلم
از فراز و از فرود زندگی هراس

عبدالرضا صمدی زید

مهندسی از آن ۱۹۰۰!

فناوری

مجدد عمیق

شاید شنیدن کلمه «مهندسی معکوس» برایتان عجیب و غریب به نظر برسد. حتماً تا به حال مسئله حل کرده‌اید. صورت مسئله را دارید و سعی می‌کنید بر اساس داده‌های صورت مسئله جواب آن را پیدا کنید. در حوزه مهندسی هم یک محصول طراحی و ابداع می‌شود. راستی اگر جواب مسئله‌ای را به شما بدهند و از شما بخواهند صورت مسئله را بنویسید، چه کار می‌کنید؟ همین اتفاق در مورد مهندسی معکوس مصداق پیدا می‌کند.

در ریاضی موضوع وارونه‌سازی صورت و جواب مسئله، علم رسیدن از پاسخ به سؤال است و در مهندسی معکوس قرار است شما یک محصول را که طرح اولیه آن از بین رفته یا مفقود شده است، از نو بسازید. در حقیقت شما قرار است محصولی را که هیچ‌گونه اطلاعاتی از آن ندارید، یا فقط خود آن محصول را در اختیار دارید، از نو بسازید. یا بعضی وقت‌ها می‌توانید قطعه‌ای از یک محصول را که دیگر تولید نمی‌شود یا به بهینه‌سازی نیاز دارد، با استفاده از روش مهندسی معکوس بازآفرینی کنید. به عبارت دیگر هدف از مهندسی معکوس ساختن محصولی مشابه محصول قبلی است؛ در مواقعی که محصول اصلی گران‌قیمت است یا دیگر در دسترس‌تان نیست.

۱۲

نوجوان

شماره ۵ بهمن ۱۳۹۴

فرایندهای مهندسی معکوس

برای اعمال مهندسی معکوس هدفمند، مرحله‌های زیر طی می‌شوند:

۱

اطلاعات محصول یا کالایی که این فرایند روی آن انجام می‌گیرد، استخراج و تجزیه و تحلیل می‌شود.

۲

اطلاعات هر قسمت مدل سازی و به طرح تبدیل می‌شود و عملکرد هر مرحله از مدل بازسازی شده هم به طور روشن توصیف می‌شود. حتی در این مرحله، از فناوری نوین چاپ سه بعدی استفاده می‌شود.

۳

سرانجام مدل به دست آمده، بازبینی و مورد آزمایش قرار می‌گیرد و در نهایت محصول مورد نظر با پیاده سازی مدل مربوطه دوباره مهندسی می‌شود. حتی در این مرحله ممکن است محصول یا قطعه‌ای که ساخته می‌شود، بهسازی شود و عیب‌ها و نقص‌های احتمالی آن برطرف شود.

مزیت‌های مهندسی معکوس

۳



دستیابی به دانش فنی و تخصصی

برخی از شرکت‌ها و کشورهای در حال توسعه که از لحاظ زیرساخت‌های فناوری در سطح پیشرفته‌ای نیستند، به کمک این روش و با بررسی محصولات ساخته شده توسط کشورهای پیشرفته، می‌توانند به افزایش سطح علمی‌شان کمک کنند و با به دست آوردن اطلاعات و بهره‌گیری از مهندسی معکوس و در نهایت با استفاده از مهندسی مستقیم، قطعه‌های پیشرفته را تولید و «هم‌گذاری» (مونتاژ) کنند.

۲



صرفه جویی در زمان

در بازارهای رقابتی جهان امروز، با استفاده از روش مهندسی معکوس، می‌توان خیلی سریع‌تر به موفقیت دست یافت.

۱



۱. صرفه جویی در هزینه‌ها

با استفاده از مهندسی معکوس می‌توان با صرف کمترین هزینه، داده‌های به دست آمده را تجزیه و تحلیل کرد. این روش در انجام پروژه‌هایی که به سرمایه‌گذاری سنگین نیاز دارند، بسیار مقرون به صرفه است.

۱۳

نوجوان

شماره ۳۰۳

مهندسی معکوس و بومی‌سازی: یکی از روش‌های توسعه اقتصادی هر کشور بومی‌سازی صنایع آن کشور است. امکان تولید قطعات وارداتی می‌تواند به رونق اقتصادی و فرصت‌های شغلی فراوان منجر شود. کشور ما ایران که سالیان سال است توسط برخی از کشورهای استکباری، به‌ویژه آمریکا، آماج انواع تحریم‌ها قرار دارد، با تکیه بر جوانان دانشمند و متعهد خویش، به‌ویژه جوانان شاغل در شرکت‌های دانش‌بنیان، موفق به تولید محصولات و کالاهایی شده است که هرگز این کشورها در تصورشان نمی‌گنجید ملت مقاوم ایران بتواند از عهده آن بر آید.

اکنون متخصصان ما در حوزه‌های گوناگون صنعتی، کشاورزی، پتروشیمی، سدسازی، پزشکی، دانش هوا-فضا، جنگ الکترونیک، صنایع نفت و گاز، ساخت انواع شناورها، زیردریایی‌ها، هواپیماهای جنگنده و... به چنان فناوری و دانش بومی نوینی دست یافته‌اند که نگرانی این کشورها را به دنبال دارد. آن‌ها با انواع سنگ‌اندازی‌ها می‌خواهند راه پیشرفت کشور ما را سد کنند. حتی در زمینه مهندسی معکوس، نیروی هوا-فضای سپاه پاسداران انقلاب اسلامی، با ره‌گیری و شکار پهپاد بسیار پیشرفته آمریکا به نام «آر-کیو ۱۷۰» که به حریم هوایی کشورمان تجاوز کرده بود، موفق شد با انجام مهندسی معکوس آن را دوباره تولید کند و حتی با افزودن فناوری‌های به‌مراتب پیشرفته‌تر روی این پهپاد آن را بهینه‌سازی کند و ارتقای کیفی دهد.

بازتولید محصولات و کالاهای قدیمی و ارتقای کیفی آن‌ها با استفاده از فناوری‌های نوین نظیر چاپ سه‌بعدی، تولید قطعات محصولاتی که دیگر شرکت‌های تولیدکننده، تولید آن‌ها را متوقف کرده‌اند، ارزیابی عملکرد شبکه‌های امنیتی از طریق ردیابی نقاط ضعف شبکه، تولید محصولات مشابه سایر کشورها، حتی به‌مراتب پیشرفته‌تر از نمونه‌های اصلی و... از جمله کاربردهای مهندسی معکوس است.

سخن پایانی



ورزشکار یا ورزش دوست؟ مسئله این است!

یاسمن رضائیان

آشنایی با رشته تربیت بدنی

زنگ ورزش یکی از رنگ‌های مورد علاقه همه ما در مدرسه است. حتی شاید بتوان گفت ورزش تنها درسی است که هیچ‌کس با آن هیچ مشکلی ندارد. همه ما رنگ ورزش سر حال و شاداب هستیم، اما سوال اینجاست: «آیا به ورزش خیلی از ما حتی فعالیت عضو یکی از تیم‌های ورزشی داریم؟ هستیم، اما آیا واقعاً ورزشکار محسوب می‌شویم؟» ورزش هم مانند سایر رشته‌های ورزشی مدرسه هم اصولی که به همین راحتی هم نمی‌شود آن‌ها را یاد گرفت. در واقع، اگر می‌خواهید ورزشکاری حرفه‌ای شوید که اصول و استانداردها را هم می‌شناسد، باید سراغ رشته تربیت بدنی بروید.



چه کسانی در رشته تربیت بدنی موفق می‌شوند؟

برای ورود به رشته تربیت بدنی فقط پذیرش در هنرستان کافی نیست. قبل از آن باید با خودت ویژگی‌های زیر داری، پس می‌توانی رشته تربیت بدنی را برای ادامه تحصیل انتخاب کنی.

برای ورود به رشته تربیت بدنی فقط پذیرش در هنرستان کافی نیست. قبل از آن باید با خودت ویژگی‌های زیر داری، پس می‌توانی رشته تربیت بدنی را برای ادامه تحصیل انتخاب کنی.

برای ورود به رشته تربیت بدنی فقط پذیرش در هنرستان کافی نیست. قبل از آن باید با خودت ویژگی‌های زیر داری، پس می‌توانی رشته تربیت بدنی را برای ادامه تحصیل انتخاب کنی.

برای ورود به رشته تربیت بدنی فقط پذیرش در هنرستان کافی نیست. قبل از آن باید با خودت ویژگی‌های زیر داری، پس می‌توانی رشته تربیت بدنی را برای ادامه تحصیل انتخاب کنی.

برای ورود به رشته تربیت بدنی فقط پذیرش در هنرستان کافی نیست. قبل از آن باید با خودت ویژگی‌های زیر داری، پس می‌توانی رشته تربیت بدنی را برای ادامه تحصیل انتخاب کنی.

برای ورود به رشته تربیت بدنی فقط پذیرش در هنرستان کافی نیست. قبل از آن باید با خودت ویژگی‌های زیر داری، پس می‌توانی رشته تربیت بدنی را برای ادامه تحصیل انتخاب کنی.

برای ورود به رشته تربیت بدنی فقط پذیرش در هنرستان کافی نیست. قبل از آن باید با خودت ویژگی‌های زیر داری، پس می‌توانی رشته تربیت بدنی را برای ادامه تحصیل انتخاب کنی.

برای ورود به رشته تربیت بدنی فقط پذیرش در هنرستان کافی نیست. قبل از آن باید با خودت ویژگی‌های زیر داری، پس می‌توانی رشته تربیت بدنی را برای ادامه تحصیل انتخاب کنی.

برای ورود به رشته تربیت بدنی فقط پذیرش در هنرستان کافی نیست. قبل از آن باید با خودت ویژگی‌های زیر داری، پس می‌توانی رشته تربیت بدنی را برای ادامه تحصیل انتخاب کنی.

برای ورود به رشته تربیت بدنی فقط پذیرش در هنرستان کافی نیست. قبل از آن باید با خودت ویژگی‌های زیر داری، پس می‌توانی رشته تربیت بدنی را برای ادامه تحصیل انتخاب کنی.

برای ورود به رشته تربیت بدنی فقط پذیرش در هنرستان کافی نیست. قبل از آن باید با خودت ویژگی‌های زیر داری، پس می‌توانی رشته تربیت بدنی را برای ادامه تحصیل انتخاب کنی.

رشته تربیت بدنی چیست؟

تربیت بدنی یکی از رشته‌های هنرستان فنی و حرفه‌ای است که از سال ۱۳۲۲ فعالیتش را شروع کرده و تا امروزه دوره فایده‌انحصار به جامعه ورزشی کشور تقدیم کرده است. جالب است بدانید مزایای ورزش کردن فقط به سلامتی محدود نمی‌شود. کسانی که ورزش می‌کنند زندگی اجتماعی بهتر و متعادل‌تری دارند و از رفتارهای انحرافی دور می‌مانند.





در آینده چه کاره می‌شویم؟

پاییده چه کاره می‌شوم؟

کسانی که وارد این رشته می‌شوند، بسته به توانایی و تجربه‌های
که به دست آورده‌اند، می‌توانند در سطح ۱ یا سطح ۲ مشغول فعالیت
شوند. البته در این رشته سنج که صلاحیت حرفه‌ای خود را توسعه داده‌اند.
مختص کسانی هستند که صلاحیت حرفه‌ای خود را توسعه دادند.
ای اینکه بهتر متوجه شوی داریم از چه روندی صحبت می‌کنیم،
البت‌های هر سطح گاهی به این فعالیت‌ها مشغول شوی، بدن ساز
البت‌های توانایی به این فعالیت‌ها مشغول شوی، بدن ساز
البت‌های توانایی به این فعالیت‌ها مشغول شوی، بدن ساز

۱. شنیدن، بستن یا بستن
۲. شنیدن، بستن یا بستن
۳. شنیدن، بستن یا بستن
۴. شنیدن، بستن یا بستن
۵. شنیدن، بستن یا بستن
۶. شنیدن، بستن یا بستن
۷. شنیدن، بستن یا بستن
۸. شنیدن، بستن یا بستن
۹. شنیدن، بستن یا بستن
۱۰. شنیدن، بستن یا بستن

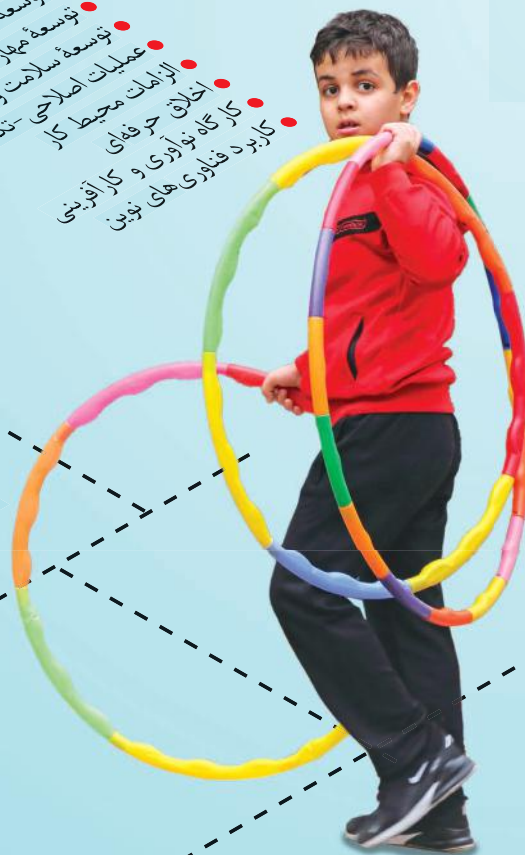
[illegible]

به عنوان های کتاب های
تربیتی می خوانید نگاه
این رشته آشنایان

در رشته تربیت بدنی
درس هایی می خوانیم که در هنرستان در
رشته تربیت بدنی می خوانند و گاهی بیندازی، حتی
ای که در این سه سال می خوانند شامل
استند.

● دانش فنی پایه
● پرورش مهارت‌های تخصصی
● توسعه مهارت‌های ارتباطی
● مهارت‌های حرکتی-موتوری
● مهارت‌های ذهنی-حرفی
● مهارت‌های زندگی-اجتماعی
● مهارت‌های ورزشی-هنری

کاربرد فناوری های نوین
کارگاه نوآوری و کارآفرینی
اخلاق حرفه ای
الزامات محیط کار
عملیات اصلاح
توسعه



حالا که با خواندن این مطلب تصویری کلی از رشته تربیت بدنی به دست آوردی، سوالات زیر را پاسخ بده تا بتوانی به خودت جواب دهی این رشته چقدر به دردت می خورد.

● ویژگی های شخصیتی تو هم چیست؟

● علاقه داری؟

[illegible]

محبوبه هر روز می آید

محمد علی قربانی

۱۶

نوجوان

شماره پهن ۱۴۰۱

می زند. کفش ها را می پوشد و شروع می کند در اتاق قدم زدن و از همه سؤال کردن که آیا این کفش به من می آید یا نه؟ رنگش چطور است؟ جنسش خوب است؟ می گوید برای اینکه با این کفش راحت باشد باید مدت زیادی تمرین کند و خلاصه بگویند راه می اندازد.

بعد از کلی بگویند، محبوبه برای خانواده توضیح می دهد: «احساس می کنم این روزا تحت تعقیبم. حداقل اگه هم تحت تعقیب نباشم، خطر برای ما که کار می کنیم و فعالیت های انقلابی داریم زیاده. جاهایی که با مأمورا روبه رو می شوم یا مأمورا به من شک می کنند، با این نوع پوشش می توانم رد گم کنم.»

محبوبه و خواهر بزرگ ترش در ماه رمضان در یک جلسه مذهبی شرکت کرده اند و مشغول شنیدن سخنرانی هستند. ناگهان مأموران ساواک حمله می کنند. یعنی چند نفر از مأموران ساواک از بین جمعیت بلند می شوند و چند نفر هم جلوی در ورودی را سد می کنند. هیاهویی به پا می شود و جمعیت از هر طرف شروع می کنند به فرار کردن. اما به نظر می رسد که هدف اصلی مأموران سخنران مجلس است. عده ای از جوانان دست به دست هم می دهند و کوچه ای درست می کنند تا سخنران از محل خارج شود.

مسجد خالی، به هم ریخته و شیشه پنجره های بزرگ آن شکسته است. محبوبه بین چند دمپایی و کفش کهنه که آنجا افتاده، کفش های ساق بلند خودش را پیدا نمی کند. بعد با لبخندی از که از ناامیدی اش از پیدا کردن کفش

محبوبه کیسه ای در دست دارد؛ کیسه پلاستیکی دسته دار. وارد خانه می شود. اهالی خانه را خبر می کند که بیایید ببینید من خرید کرده ام. کفش ساق دار خیلی شیک قهوه ای رنگی را که قلاب طلایی رنگی هم دارد و جزو کفش های گران قیمت و خیلی جدید و شیک آن دوره به حساب می آید، از توی جعبه درمی آورد و به خواهرها و مادرش نشان می دهد. آن ها تعجب می کنند از اینکه محبوبه هوس کرده چنین کفشی برای خودش بخرد. محبوبه هم برای اینکه با آن ها شوخی کرده باشد، به این تعجب دامن



حکایت دارد، رو به خواهرش می‌کند و می‌گوید: «انگار یه نفر پرونده‌اش از ما سنگین‌تر بوده و باید زود خودش رو ناپدید می‌کرده!»

و خواهرش می‌پرسد: «حالا چرا برای فرار کردن کفش ساق‌بلند رو انتخاب کردی؟!»

در راه محبویه و خواهرش از کوجه‌ها و پس کوجه‌هایی با خانه‌های گلی و بسیار قدیمی می‌گذرند. خواهر محبویه می‌گوید: «این جاها رو خوب بلدی؟ از جلوی اداره ساواک سر در نیاریم!»

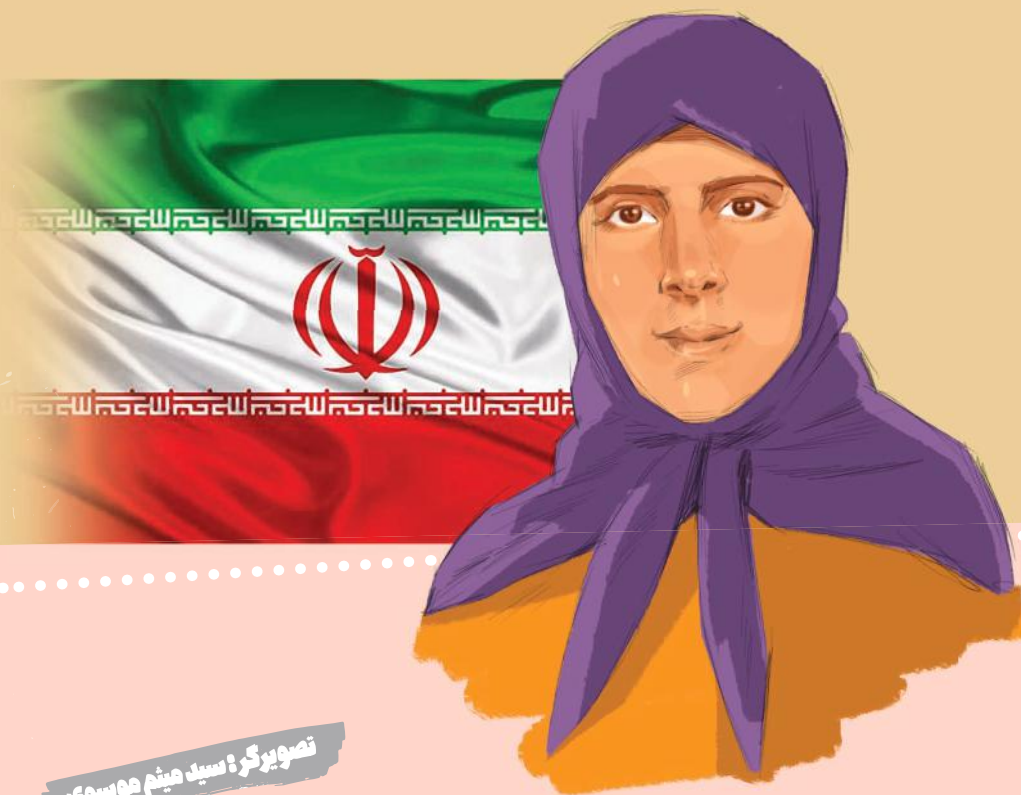
محبویه که یک جفت دمپایی پاره به پا دارد می‌گوید: «یه بار دیگه هم از اینجا فرار کردم.»

خواهر نگاهی به دمپایی‌ها می‌اندازد و می‌گوید: «دیدی؟!»

... اون کفش‌ها آخر با پاهای تو رفیق نشدن! دو مأمور ساواک درباره کفش‌های قهوه‌ای رنگ ساق‌بلند روی میز صحبت می‌کنند. مأمور ساواک برای همکارش توضیح می‌دهد که در چنین جلسه‌هایی با چنین شرکت‌کنندگانی، معمولاً چنین کفش‌هایی پیدا نمی‌شود. همکارش می‌گوید: «با برای رد گم کردنه، یا اینکه به زودی یه ژینگول تصمیم می‌گیره چادری بشه!»



مأمور جوان چاقوی جیبی‌اش را درمی‌آورد و مشغول پاره کردن آستری کفش‌ها می‌شود، تا شاید اعلامیه‌ای در آن مخفی شده باشد.



تصویرگر: سید میثم موسوی

شهیده محبویه دانش‌آشتیانی

زندگی شهیده محبویه دانش‌آشتیانی که در ۱۶ سالگی و قبل از انقلاب به شهادت رسیده است، بیان می‌شود. این شهیده در ۱۷ شهریور یا به تعبیری جمعه خونین یا جمعه سیاه سال ۱۳۵۷ به درجه رفیع شهادت رسید. محل اتفاق این داستان کلاس درسی در یک مدرسه است. معلم تدریس می‌کند و دانش‌آموزان هم در حال نوشتن جزوه هستند. کسی در می‌زند و بلافاصله در باز می‌شود. مدیر دبیرستان به همراه مأمور ساواک وارد کلاس می‌شوند و ...

شهیده محبویه دانش‌آشتیانی یکی از شهدای سرخ هفده شهریور خونین سال ۱۳۵۷ است. او در سنین نوجوانی به عنوان یک دختر مبارز و مسلمان به صفوف فشرده مردم مسلمان ایران پیوست و در تظاهرات پرشکوه علیه رژیم پهلوی به شهادت رسید. محبویه در یک خانواده روحانی و مذهبی متولد شد. پدرش شهید دانش‌آشتیانی روحانی بود و در حادثه انفجار حزب جمهوری اسلامی به شهادت رسید. «محبویه هر روز می‌آید»، عنوان داستانی است که در آن

گزینش، نقد و تدوین مطالب از:

سعیده اصلاحی

عمر به خشنودی دل‌ها گذار
تا ز تو خشنود شود کردگار
سایه خورشیدسواران طلب
رنج خود و راحت یاران طلب
گرم شو از مهر و زکین سرد باش^۱
چون مه و خورشید، جوانمرد باش^۱
در سایه گلبرگ‌های پرطراوت احساس، به تولد
پروانه‌هایی می‌اندیشیم که قرار است تار و پود تنهایی
را بشکافند و دنیا را با کلمه‌ها نقاشی کنند. «پروانگی»
آسمانی امن و وسیع برای رهایی پروانه احساس
شماست. پس بال بگشایید و اوج بگیرید.

۱. ابیاتی از مخزن الاسرار نظامی

تردید

سروده فاطمه کوشکی، پایه نهم - شیراز

اسیر در دل شب‌های رنج و بیماری
ز خوف خواب ندارم، ز شوق بیداری
ز شوق دیدن رویای وصل در دل خواب
ز خوف دیدن کابوس کوچ اجباری
ستاره‌های دل خسته و پریشانم
نمانده‌اند کنارم برای دل‌داری
در این زمان عجیب و غریب، این احوال
کسی نبود پیرسد: عزیز... غم داری؟
شب است گم شده‌ام در سکوت این کوچه
سکوت کوچه تردید در وفاداری
اگر که پرتو نوری ز حق کند جلوه
مسیر این دل حیران شود پدید... آری

نظر مربی: فاطمه عزیز! غزل زیبا و روانی
سروده‌ای و رعایت وزن و موسیقی کناری نشان
می‌دهد که تمرین‌های شاعرانه فراوانی داشته‌ای.
تصویرها و کلمه‌های شعرت حامل اندوهی
توأم با امیدواری‌اند که نشان می‌دهد در ضمیر
ناخودآگاهت منتظر اتفاق درخشانی هستی.
مشتاقانه منتظر شعرهای زیبایت خواهم ماند.

خواب دل‌نشین

سروده نیایش پوربر خورداری، پایه نهم - استان یزد

شب را خیالت بر سرم آوار کرده
غصه تمام قصه را تبار کرده
چیز مهمی نیست اما شهر می‌گفت:
دیشب کسی با چشم تو دیدار کرده
باید ببارم دانه‌دانه مثل اینکه
گردوغبار آینه‌ها را تار کرده
عشق و طلب، فقر و فنا، توحید... حیرت
تاریخ این زنجیره را تکرار کرده
دل‌خسته‌ام چون کودک کاری که باران
او را ز خوابی دل‌نشین بیدار کرده

نظر مربی: نیایش عزیز! غزلت ساختار منسجم و
زبان روانی دارد. سعی کرده‌ای با قافیه‌های ساده و
تکراری، حرف‌هایی تازه‌تر بیان کنی. توانایی‌ات در
صحیح‌سرایی و شناخت قالب غزل کاملاً مشهود
است. آخرین بیت غزلت نیز تصویری ملموس و
ضربه‌ای زیبا دارد. چشم به راه شعرهای خواندنی‌ات
خواهم ماند.

پناهم تو هستی

سروده علی صفایی، پایه هفتم - تهران

خدایا سراسر پناهم تو هستی
نگاهم تو کردی چو ماهم تو هستی
به اسم بزرگت امیدی که دارم
به هر جا رسیدم نگاهم تو هستی
ستایش نمودم که الله و اکبر
ندیدم به جز تو که ماهم تو هستی
سپردم به مهرت، تمام خودم را
منم بنده زیرا که پناهم تو هستی

نظر مربی: علی عزیز! در این غزل با هدف نیایش و گفت‌وگو با آفریدگار، موضوعی ارزشمند را انتخاب کرده‌ای و روی کاربرد وزن نیز تسلط خوبی داری. اما جای عبارتهای شاعرانه و نگاه هنرمندانه در این شاعران موفق را به عنوان یک تمرین روزانه در این بگیری تا بتوانی پیشرفت کنی و غزل‌های قوی‌تری بسرایي.

رنگ بنفش

نوشته محمدحسین اصغر زاده، پایه ششم - تهران

در سرزمین رنگ‌ها همه چیز مثل همیشه بود به جز صف نانوايي.
صف خیلی شلوغ بود و رنگ‌ها منتظر بودند تا نوبت‌شان برسد.
قرمز داد زد: هی! کجا؟ الان نوبت منه
و آبی صدایش را بلند کرد و جواب داد: نه خیر من از همه زودتر اومدم.
نانوا صدای بگو مگوی رنگ‌ها را شنید و دست از کار کشید و آمد و گفت: رنگ‌های
زیبا، دعوا نکنید، با هم مهربان باشید. یکی یکی نوبت به همه می‌رسد.
اما قرمز و آبی گوش ندادند و با عصبانیت به طرف هم رفتند. قرمز، آبی را هل داد
و هر دو افتادند روی زمین.
رنگ‌هایشان روی هم ریخت و رنگ جدیدی متولد شد. رنگ زیبای بنفش.

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

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

nojavan@roshdmag.ir

یا شماره پیامک ۳۰۰۰۸۹۹۵۹۶



@NOJAVAN-PARVANEH

نوشته‌های خود را
برای ما بفرستید.

نظر مربی: محمدحسین عزیز و هنرمند
توانایی یک نویسنده زمانی آشکار می‌شود که بتواند از
دل جزییات ساده و روزمره یک ماجرای شنیدنی و جدید
خلق کند و داستانی تولد بنفش هم نتیجه نگاه هنرمندانه
شما به عناصر تکراری ست. اما باید به سیر منطقی داستان
شما توجه داشته باشی. به نظر شما اگر رنگ‌ها به جای
اینکه در صف نانوايي بایستند در صف رنگ آمیزی یک
دیوار می‌ایستادند منطقی‌تر نبود؟ مطمئنم با مطالعه و
تمرین می‌توانی ایده‌های خلاقانه‌ات را پرورش دهی و
قصه‌هایی خواندنی‌تر بنویسی. منتظر قصه‌های قشنگ
بعدی شما هستیم.

چهارگوش خان گراشده است

مجید ملامحمدی

تصویرگر: سید هیم موسوی

قصه‌های
افای
چهارگوش خان

۲۰

بچه‌خوان

شماره ۵ بهمن ۱۳۹۴

چهارگوش خان می‌خواست تا لنگِ ظهر بخوابد. مادرش
ننه‌ثریا او را تکان تکان داد.

«بلند شو پسر! آفتاب آمد وسط حیاط! پاشو برو
کاری بکن. نانی به خانه بیاور.»

چهارگوش خان از رختخواب گرم و نرم خود
پا نشد. ننه‌ثریا آن قدر او را صدا زد تا اینکه از
جای خود برخاست. چشم‌هایش را مالید و
گفت: «ننه مگر پدر خدایامر زمان برایمان پول
زیادی نگذاشته تا خرج زندگی‌مان بگذرد؟!»

ننه‌ثریا لب ورچید. چشم غره رفت و گفت:
«خجالت هم خوب چیزی است. پاشو پاشو پسر
تنبل.»

چهارگوش خان از جا برخاست. کلاه بر سر گذاشت. لباس
بلند خود را بر تن کرد. لقمه نان و پنیری به دهان گرفت و
راه افتاد. ننه‌ثریا گفت: «آن قدر در بیرون خانه بمان تا کار
خوبی گیر بیاوری. بعد مزدت را بگیر و دم غروب برگرد
خانه.»

چهارگوش خان به بازار رفت. او خواست شاگرد نانوا بشود؛
دید کار سختی است. ممکن است از گرمای تنور حالش
بد شود. رفت سراغ خیاط. دم دکان خیاطی فکر
کرد ممکن است توی دستش سوزن برود. از آنجا
هم دور شد و رفت سراغ چاه‌کن. به چاه‌کن گفت: «شاگرد
نمی‌خواهی؟»

چاه‌کن جواب داد: «بلدی توی چاه بروی؟ بلدی با کلنگ
چاه بکنی؟ بلدی با سطل، از چاه آب بکشی؟ بلدی توی
خاک و خل، پول حلال دریاوری و خدا را شکر کنی؟»

چهارگوش خان دو دستی توی سر خود زد و گفت:
«وووووه این همه کار را چطوری یک‌تنه انجام بدهم؟!»

به فکرش آمد برود به محله دوردست شهر، سر گذر
بنشینند و گدایی کند. کار پردرآمدی بود. رفت و سر گذر آن
محله نشست. دست دراز کرد و با عجز و ناله گفت: «بده در
راه خدا. فقیرم، علیم، بیچاره‌ام! بی‌خانه‌ام!»

هیچ کس به او پولی نداد. فقط پیرزنی یک تکه نان خشک
کف دست او گذاشت و گفت: «ماشاءالله جوانی به این هیکل،
با این لباس‌های مرتب، کجایش فقیر و غلیل و بیچاره است؟!»

چهارگوش خان به خودش نگاه کرد و زیر لب گفت: «خب
نمی‌شود فقیرها دل داشته باشند و لباس نو بپوشند؟!»
ناگهان سایه یک نفر را بالای سر خود دید. میرزا بُرزو
دوست پدرش بود. چهارگوش خان از خجالت سر به زیر
انداخت. میرزا اخم‌هایش را درهم کرد و گفت: «بابای
خدایامرزت بزرگ شهر بود. شرم‌آور است که تو گدایی کنی.
پاشو پاشو پسر!»
چهارگوش خان از جا برخاست. از خجالت حرفی نزد و

امام علی (ع) فرموده‌اند:
چه بسیار است پندها
و چه اندک‌اند پند پذیرندگان!
منبع: کلمات قصار نهج البلاغه



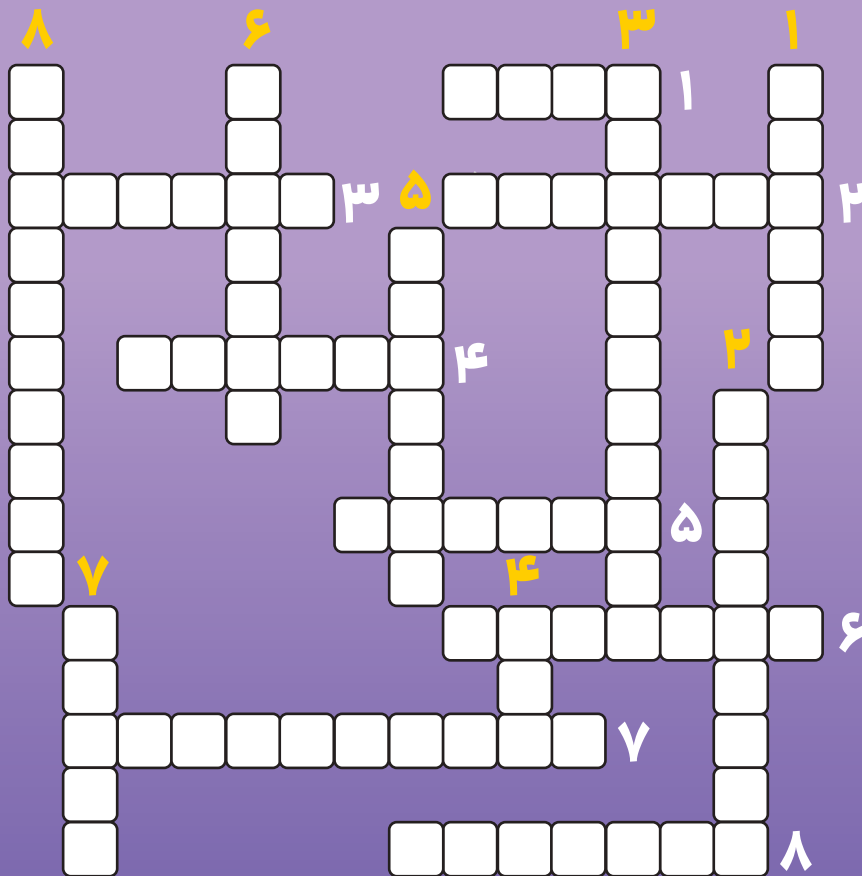
دنبال او راه افتاد. میرزا بُرزو گفت: «پسر جان! کار که عار نیست. تنبلی و بی‌عرضگی بد است. جوان باید چابک و چالاک باشد. حالا به من بگو بلدی قاصد شوی؟»
چهارگوش خان پرسید: «یعنی چه کار کنم؟»
میرزا بُرزو گفت: «نامه‌ها و امانت‌های مرا از این سر شهر به آن سر شهر ببری.»
چهارگوش خان گفت: «بله بلدم. فقط یک اسب تیزرو و زیبا...»

میرزا بُرزو گفت: «اسب که نه، اما یک الاغ به تو می‌دهم، به شرطی که دیگر به سراغ کار گدایی نروی.»
چهارگوش خان گفت: «خدا شما را از پدری کم نکند. حالا مُزدم را بده ببرم خانه تا ننه‌ثریا را خوش‌حال کنم.»
میرزا بُرزو شکم خود را گرفت، قاه قاه خندید و گفت: «انگار نه انگار من تو را نصیحت کردم. حقا که هنوز هم فکر می‌کنی کار کردن یعنی خوردن و خوابیدن و تنبلی. یالا بیا دنبالم پسر تا عصبانی نشده‌ام.»

افقی

۱. داغ‌ترین سیاره منظومه شمسی. ۲. خودداری کردن. ۳. در یک‌جا جمع‌شده
۴. واکنش شیمیایی گرمازا بر اثر ترکیب یک ماده سوختنی با اکسیژن.
۵. زائیده‌های رشته‌ای شاخه‌مانندی که به جسم سلولی پی‌یافته‌ها (نورون‌ها)
متصل هستند. ۶. برگه‌ای که شرکت‌های حمل‌ونقل کالا برای گیرنده کالا
ارسال می‌کنند و روی آن نوع و مشخصات کالا و... درج می‌شود. ۷. قطعه
الکترونیکی بسیار کوچک ساخته‌شده از مواد نیمه‌هادی که کار آن تنظیم
جریان یا ولتاژ است.
۸. مکانی که در آن ستاره‌شناسان به کمک تلسکوپ درباره ستارگان و
کهکشان‌ها تحقیق می‌کنند.

نیروامانی



عمودی

۱. بخش مایع خون را می‌گویند. ۲. روز میلاد امام حسین(ع) در تقویم جمهوری اسلامی ایران
با عنوان روز ... نام‌گذاری شده است. ۳. یکی از لقب‌های مشهور امام سجاد(ع). ۴. طولانی‌ترین
رود جهان است و رگ حیاتی این کشور به شمار می‌رود. ۵. در علم فیزیک به انرژی ذخیره‌شده
در یک جسم اطلاق می‌شود. ۶. یکی از انواع پوشش‌های بیمه‌ای تأمین اجتماعی که به معنی
دل‌خواه هم هست. ۷. این شهر به نام شهر اولین‌ها در ایران معروف است. ۸. روز نیروی هوایی
در تقویم شمسی ایران که در این روز شگفتی‌آور در سال ۱۳۵۷، کارکنان نیروی هوایی بیعت
خویش را با امام خمینی(ره) و آرمان‌های انقلاب اسلامی اعلام کردند.



برای دیدن جواب جدول
رمزینه را پویش کنید.



لطفاً آگه کسی از افراد زیر نشانه یا اطلاعی در دست داره، به ما دانش آموزان اعلام کنه تا جایزه خوبی هم بگیره!

مسکلات صحیح نویسی

مجید رحمانی صانع



کسی که با یک «ز» کارش راه نیفتاد و تصمیم گرفت «ذ»، «ض» و «ظ» رو هم اختراع کنه و ۹۰ میلیون نفر رو به دردسر بندازه! راجع به «ق»، «ح» و «ت» دیگه چیزی نمی‌گم!



اون بیکاری که سه ماه تعطیلی با خانواده به کشور همسایه مسافرت کرد و وقتی برگشت، «فلسطينيه»، رو به کتاب‌های درسی اضافه کرد!



اولین نفری که با خواهرش دعوا کرد و از اون به بعد تصمیم گرفت «خاهر»، رو «خواهر» بنویسه!



اون کسی که واحد شمارش «آدم» و «شتر» رو «نفر» گذاشت! آخه یه ذره ادب هم خوب چیزیه!



اون نابغه‌ای که به جای اینکه بشینه واکسنی، چیزی اختراع کنه، «الف مقصوره» رو اختراع کرد و به ثبت رسوند! آخه من چرا باید «مر تضي» بنویسم و «مر تضا» بخونم؟!



جواب خواستگاری

اعظم سبحانیان

عمه ذوق زده گفت: «وای چه با احساس!» نوشتم: «همچون کبوتری که آشیانه‌اش را بر فراز قله اورست درست می‌کند.»

عمه گفت: «حالا چرا اورست؟ کجا هست؟»

گفتم: «عمه بلندترین قله جهان. می‌دونی اگه اونجا خونه درست کنی، هیچ بشری مزاحمتون نمی‌شه.»

عمه ذوق زده گفت: «وای از این زاویه بهش نگاه نکرده بودم، راست می‌گی. ولی خب پا درد دارم، چطوری برم اون بالا؟»

عمه این نامه ادبیه! فقط باید طرف تو دلش قیلی ویلی بشه. ادامه دادم: «جواب من به خواستگاری شما بله است. من بی‌سبرانه منتظر شما هستم تا با قدوم مبارکتان زندگی من را مضمین و گلباران کنید.»

عمه کمی ساکت شد و گفت: «حالا فکر نکنه دارم التماس می‌کنم؟»

گفتم: «نه خیالت راحت باشه. دوره زمونه عوض شده. الان همه آگاهانه ازدواج می‌کنن.»

عمه مرا مأمور کرد نامه‌ای را که نوشته بودم به دست خواستگارش برسانم.

آقای ادبی نامه را که گرفت چشمانش برق زد و گفت: «باعث خرسندی و فخر و مباهات من شدید. التفات شما مستدام. فردا تشریف بیاورید تا پاسخ عمه‌جان را به شما تقدیم کنم.»

من که دستپاچه شده بودم گفتم: «خرسندیم، مباهاتیم، مستدامیم!»

فردای آن روز جواب نامه را گرفتم و رفتم پیش عمه. عمه با شادی تمام نامه را باز کرد. جواب پایین متنی بود که خودم نوشته بودم.

خدمت خانم محترم امیری، درود و عرض ادب. نامه شما را خواندم. متأسفانه به هشت دلیل ادامه راه ازدواج با شما برایم امکان‌پذیر نیست. ساغدوش احساس اجاغ لحزه‌های باغی فراز بی‌سبرانه مضمین. فکر کنم همین هشت دلیل برای نداشتن تفاهم کافی باشد.

به سقف زل زدم. بدجوری خراب کرده بودم. عمه یک کلمه حرف نمی‌زد. رنگش پریده بود. احساس کردم نفس هم نمی‌کشد. می‌ترسیدم بلایی سرش بیاید. بعد از چند لحظه دهانش را باز کرد و به سختی گفت: «چطوری می‌شه رفت قله اورست؟»

عمه لایلا از پشت تلفن گفت: «واقعاً بلدی بنویسی؟»

گفتم: «چه جورم. ولی بهتر نیس برایش پیامک کنیم؟ دوره نامه‌نگاری گذشته.»

عمه آهی کشید و گفت: «بعد یه عمری بالاخره شاهزاده سوار بر اسب اومده خواستگاریم. خودت هم که می‌دونی، عاشق ادبیاته. می‌خوام جواب خواستگاری رو به صورت نامه برایش بنویسم. تو هم که می‌گی سواد ادبیت خوبه.»

نوشتم و خواندم: «سلامی چو بوی خوش آشنایی. دیرزمانی نیست که ساغدوش احساس شما شده‌ام.»

عمه گفت: «ساقدوش احساس یعنی چی؟»

گفتم: «به جایی خوندم. عمه تمرکز به هم می‌خوره. دوره نامه که می‌روی به سویش گذشته، همه چی فرق کرده.»

نوشتم و خواندم: «امید که اجاغ زندگی‌مان پر از هیزم‌های ترو تازه باشد و پزیز سوختن لحزه‌های عمر باغی‌مانده‌مان، آن قدر دل‌نشین شود که همه به تماشایش بنشینند.»



کشفیات اتاق مشاوره: سحیح نویسی

لغت نامه سخسی!

فرزانه مصیبی

همین کلمه موقدم را شما ببیند این قشنگ تر است یا آنکه بقیه می گویند: موقتم؟ هان؟ خدایش کشف من زیباتر است. البته اینکه گفتم کشف، حمل بر خود سطایی نشود. خب این قظیه ربط دارد به حمان حقیقتی که تا به حال به کسی نگفتم و الان در این نامه برای شما فاش می کنم.

من یک فرهنگ لغت جدید نوشتم و یک زبان نوشتاری جدید کشف کردم. اسم آن را هم گذاشتم لغت نامه عمید. البته مامانم می گوید امید درست است و من حتا اسم خودم را قَلَط می نویسم. اما از نظر قوانین فرهنگ لغت من، امید با عین تلفض می شود و با حمان هم باید نوشته شود. اصلاً هم فکر نکنید قسَد تقلید از جناب حسن عمید در کار بوده، نخیر. من با سلیغۀ خودم و کشفیات خودم کلمات را می نویسم. اینجا یک صری کلمح از لغت نامه خودم را برای شما می نویسم تا شما که انسان فرحیخته ای هستید، مامان مرا متقاعد کنید من سحیح نویسی را بلام و پذیرد که من متفاوت هستم و همیشه تفاوتها در آغاز پذیرفته نمی شوند. مثل گردی زمین و گاليله. بلخره یک روزی حمه مرا باور خواهند کرد. نمونه ها:

با ارض سلام خدمت خانوم مشاوره عیض. من عمید قلامی هستم. مادرم از بچگی مرا به سحیح ننوشتن کلمه ها مَتَحَم می کرد و می گفت: «تو کمالات را اشتباه تلفظ می کنی و برای همین هم مُقَع املا نوشتن زیاد غلت داری.»

به روش های مختلفی تلاش کرد این به اسطلاح مشکل مرا حل کند. حتی پیشنهاد داد مرا بیاورد پیش شما، خانم مشاور. چون مادر محصن بهش گفته بود، شاید پسرط استرس دارد که کلمه ها را اشتباح می نویسد. برایه همین من این نامه را برایتان نوشتم که متوحج بشوید من مشکلی ندارم و قظیه چیز دیگری است؛ تا اگر مادرم از شما وقط گرفت و مرا آورد برایه مشاوره اصل مَتَلَب را بدانید.

راستش مامانم چند روز پیش گفت دفتر املا می عاورد شما ببینید. برای همین پیش پیش یک حقیقتی را باید به شما بگویم. حقیقتی که تا به حال رو نکرده بودم. خب من گاهی املا می بَغزی کلمات را متفاوت می نویسم. من مَوَقَدَم که شکل بعضی از کلمات طوری که من می نویسم قشنگ تر است. خب اصلاً کی از روز اول گفته کلمات باید این شکلی نوشته شوند.

نوبت: نُبت
نمی توانی: نه می توانی
مهتاب: محطاب
اجازه: عجازه
جانورانی: جانه ورائی
گوسفندان: گوس فندان

بسیار: بس یار
خروس: خوروس
بخورد: به خورد
قهوه ای: غه وه ایی
محکم: موهکم
اسفند: اسوند

عروسک: آروسک
عینک: اینک
روشن: رُشن
تعداد: ته داد
مریض: مریز
جوجه تیغی: جوجح تیقی



دیوان چتبات!

سعیده موسوی زاده

۲۶

دیوان

شماره ۵ بهمن ۱۳۹۵

مادرم اخم کرد و گفت: «ادبیات!»

دوباره سؤالی گفت: «پس ادبیاته؟»

همین جوری که بیرون می‌رفت، زیر لب می‌گفت: «ادبیات، ادبیات!»

در را بست و صدای قرچ قرچی روی در شنیده شد.

کمی که گذشت در را باز کردم و دیدم با مائیک سبز فسفری روی

خاندن و خواهشاً را خط کشیده و زیرشان نوشته: «خواندن، خواهشاً».

با مشت کوبیدم توی کله‌ام: «آخه تو چقدر پوکی! چرا یاد نمی‌گیری

کلمه‌ها رو درست بنویسی! ها؟»

خودم را روی تخت انداختم که صدای دیرینگ گوشی‌ام آمد. بر و

بچه‌های کلاس داشتند توی گروه، جوک و چرت و پرت می‌نوشتند.

همه می‌دانستیم که کلمه‌ها را غلط حروف‌نگاری (تایپ) می‌کنیم، ولی

برایمان مهم نبود. بالاخره حرف همدیگر را که می‌فهمیدیم.

بعد رفتیم سراغ بازی بر خط گروهی‌مان.

آن شب در خواب دیدم که سن و سالی دارم و پدر شده‌ام. پسر

عین خودم بود. شب امتحانش بود و داشت از روی یک کتاب شفاف

که توی هوا معلق بود، درس می‌خواند. معلوم بود که فناوری حسابی

پیشرفت کرده. از پسرم پرسیدم: «چه امتحانی داری؟»

گفت: «تاریخ ادبیات».

گفتم: «چه جالب! اسم این کتابی که توی هواست چیه؟»

گفت: «دیوان چتبات نسل دیروز».

نگاهی به کتاب انداختم و از خواندن چت‌ها و چرت و پرت‌های

نوجوانی نسل خودم خجالت کشیدم.

از خواب پریدم و از فکر و خیال نسل آینده و آینده ادبیات، خوابم

نبرد. نشستیم به خواندن کتاب ادبیاتم.

هفته بعد که معلمان برگه‌های امتحان را آورد، من فقط یک اشتباه

داشتم. معلم زیر کلمه «خواهشاً» را خط کشیده و نوشته بود: «کلمات

فارسی تنوین نمی‌پذیرند».

هم‌زمان که یک مشت کوبیدم توی کله‌ام، زنگ مدرسه هم خورد و

من بی‌اختیار تا نانوائی دویدم تا نان داغ دو رو کنجدی بخرم.

فصل امتحانات بود. حوصله درس خواندن نداشتم، اما حال نان خریدن

هم. روی یک برگه درشت نوشتم: «مشغول درس خاندنم. خواهشاً

مزا هم نشوید».

فقط پنج دقیقه از چسباندن برگه روی در اتاقم گذشته بود که مادر

چند تقه به در زد و وارد شد. دستش را به کمرش زد و گفت: «هر

دفعه باید بگم نون بخور؟ خودت می‌دونی که برای شب و صبح نون

لازم داریم».

پرسیدم: «مگه نوشته روی در اتاقم رو نخوندید؟»

گفت: «نبود. اگر هم بود نمی‌خوندم. اگر هم می‌خوندم، باید نون

می‌خردی».

با نک و ناله گفتم: «خب به بابا بگو سر راهش نون بسته‌بندی بخره؛

من امتحان دارم».

چانه‌اش را پایین کشید و ابروهایش را بالا داد و با چشم‌های پر از

سؤال سخت امتحانی نگاهم کرد که یعنی پس کتاب و دفترت کو؟!

بعد گفت: «اول اینکه بابا اومده و خسته است. دو اینکه نون یعنی

داغ و تازه. سه اینکه اسمش نون‌واییه نه نون بسته‌ای. حالا هم

بدو که تموم می‌شه. نون نخوری مغزت همین قدرم کار نمی‌کنه،

امتحان دادن که هیچ...»

از نانوائی که برگشتم دیدم برگه روی در اتاقم را غلط‌گیری کرده‌اند

و زیرش هم نمره گذاشته‌اند. کار پدر بود، می‌دانستم. زیر کلمه‌های

اشتباه، با مائیک قرمز، خط پهن کشیده بود.

برگه را کندم و بردم توی اتاق. به کلمه‌های اشتباهی که پدرم زیرشان خط

کشیده بود دقت کردم و روی یک برگه دیگر دوباره نوشتم: «مشغول

درس خاندنم، خواهشاً مزاحم نشوید» و آن را سر جایش چسباندم.

هنوز چند دقیقه نگذشته بود که مادر باز هم در زد و آمد توی اتاقم.

نگاهی به دور و بر انداخت و پرسید: «خب امتحان چی داری؟ چقدر

خوندی؟ آماده‌ای ازت پیرسم؟ بیسن دوره (میان‌ترمه) یا همین

جوریه؟ چند صفحه است؟ تا کجای کتاب امتحان می‌گیرند؟»

بالاخره نفسی کشید و من تند تند گفتم: «آزمایشیه، ادبیات».



خاطرات یک الاغ

عبدالله مقدسی

۲۷

بخوان

شماره ۵ بهمن ۱۳۹۳

شدم کمی از نوشته‌های آن بچه را بخوانم. نوشته بود: «سلام صیاوش. من امروز به روستا آمده‌ام و همین الان دارم در کنار یک خر برای تو پیام می‌فرستم. چیزی که می‌فرستم راجب درسه من. حتماً بخوان و نذرت را بگو. مرسی.»

همین دو خط را خواندم و سرم گیج رفت! مگر می‌شود یک نفر توی دو خط این‌قدر غلط املایی داشته باشد؟ می‌خواستم بهش بگویم: «بچه‌جان! سلام نه و سلام. صیاوش نه و سیاوش. روستا نه روستا. همین نه و همین. راجب نه راجع به. نذر نه و نظر! آخر این چه وضعی است؟! در ضمن از خدایت هم باشد که در کنار یک خر باسواد و ویراستار نشسته‌ای که دارد راهنمایی‌ات می‌کند.»

من همه این‌ها را گفتم اما آن بچه خیلی ترسید و دمش را گذاشت روی کولش و فرار کرد. بعد از توی حیاط خانه صدایش را می‌شنیدم که به بزرگ‌ترهایش می‌گفت: «خر آمد نزدیک گوشه‌ی و بعد از چند ثانیه، عرعرش عصبانی شد. من از صدایش خیلی ترسیدم.» بزرگ‌ترها هم می‌خندیدند. یعنی لجم درآمده بود. یکی نبود بهش بگوید: «من که عرعر نمی‌کردم، داشتم اشتباه‌هایت را به تو گوشزد می‌کردم.» اما حیف که کسی نیست زبان خرکی بلد باشد؛ همان‌طور که کمتر کسی هست که املای آدمیزادی بنویسد.

من الاغم و احتمالاً کسی از من توقع ندارد موقع نوشتن غلط املایی نداشته باشم. اصلاً حالا که فکرش را می‌کنم، می‌بینم حتی کسی این توقع را از من ندارد که بنویسم؛ حالا با غلط یا بی‌غلط. اما خب این دلیل نمی‌شود که من بخواهم نوشته‌هایم را خرچنگ قورباغه و غلط‌غلو بنویسم. برای همین است که من از خیلی وقت پیش، بعد از تمام‌شدن کارهای مزرعه کتاب «درست بنویسیم» را می‌خوانم و حواسم هست که درست بنویسم.

اما چند روز پیش اتفاقی افتاد که واقعاً از ته دلم ناراحت شدم. یکی از بچه‌های فامیل صاحبم از شهر آمده بود. برای اینکه به آن بچه خوش بگذرد، او را آوردند پیش من. اولش خیلی خوش‌حال شدم. چون هم کار تعطیل شده بود و هم بساط بازی و جفتک چارگش به راه بود. اما خیال کرده بودم! آن بچه به جای بازی با من، از اول تا آخر سرش توی گوشه‌ی همراهش بود.

اولش من تلاش کردم با جست‌وخیز و خرغلت‌زدن حواسش را به خودم جلب کنم، اما موفق نشدم. برای همین آخر سر تسلیم شدم و خودم هم سرم را توی گوشه‌ی آن بچه کردم. او داشت در یکی از شبکه‌های مجازی با هم‌کلاسی‌اش گپ‌زدن (چت) می‌کرد. راستش من نمی‌خواستم فضولی کنم، اما آن لحظه‌ها هیچ سرگرمی دیگری نداشتم و برای همین مجبور

قدم چهارم کسب و کار ساخت محصول اولیه

سعی کنید چگنی

در کارآفرینی، توجه و تمرکز ما بر روی «حل مساله» است، نه مشکل. به این معنا که با تفکر عمیق تر و تحلیل جوانب مختلف یک موضوع یا نیاز، و در ادامه با شناسایی فرصت‌ها، ایجاد ارزش و تقویت نوآوری، می‌توانیم به پایداری و موفقیت بلندمدت برسیم.

دریافت بازخورد سریع از کاربران: با ارائه یک نسخه ابتدایی از محصول، می‌توان نظرات و پیشنهادهای کاربران را دریافت کرد.

کاهش احتمال خطر (ریسک): با آزمون (تست) ایده در بازار واقعی، خطرهای مربوط به توسعه محصول کامل کاهش می‌یابد.

توسعه تدریجی: براساس بازخوردها می‌توان ویژگی‌های جدیدی را اضافه کرد و محصول را بهبود بخشید. در قدم بعدی، با توجه به بازخورد و دریافت نظرات کاربران، می‌توان با اضافه کردن ویژگی‌ها و امکانات جدید و رفع مشکلات و حذف زائدها، نسخه‌های جدیدی از محصول پدید آورد و با کاربرهای قبلی و جامعه بزرگ‌تری از کاربران به اشتراک گذاشت و این کار را آن قدر تکرار کرد که به یک محصول با امکانات بیشتر، جذاب‌تر و کاربری آسان‌تر رسید.

فرض کنید که نوجوانی به نام **سارا** می‌خواهد برنامه‌ای کاربردی (اپلیکیشنی) برای کمک به هم‌مدرسه‌ای‌هایش در یادگیری زبان انگلیسی بسازد. سارا می‌تواند از مفهوم حداقل محصول قابل عرضه برای ساخت این برنامه استفاده کند.

مرحله‌های ساخت

۱. شناسایی نیاز

سارا متوجه می‌شود که بسیاری از هم‌کلاسی‌هایش در یادگیری زبان انگلیسی مشکل دارند و به دنبال روشی ساده و جذاب برای تمرین هستند. او تصمیم می‌گیرد برنامه‌ای کاربردی بسازد و به آن‌ها کمک کند.

۲. تعریف ویژگی‌ها

سارا باید ویژگی‌های اصلی برنامه مورد نظر خود را مشخص کند. به جای اینکه تمام ویژگی‌های ممکن را در برنامه قرار دهد، تصمیم می‌گیرد فقط چند ویژگی اصلی را در حداقل

در چهار شماره گذشته گفته شد که یکی از راه‌های کسب درآمد، ایجاد کسب و کار یا کارآفرینی است که در این سلسله مطالب، قرار است با روش خلق کسب و کار نوآفرینی (استارت‌آپ) آشنا شویم.

اولین قدم طرح ایده‌های متنوع و رسیدن به یک ایده جذاب است. سپس ایده را به روش‌های گوناگون اعتبارسنجی می‌کنیم و با تحقیقات بازار، نیاز بازار به این راه حل را می‌سنجیم و متوجه می‌شویم که آیا مشتری یا بازار برای این راه حل حاضر است پول پرداخت کند یا خیر! وقتی به این جمع‌بندی رسیدیم که ایده مناسب است، باید آن را به محصول تبدیل کنیم. چه محصولی؟ «حداقل محصول قابل عرضه». حداقل محصول قابل عرضه به محصولی اطلاق می‌شود که با حداقل ویژگی‌ها و قابلیت‌ها طراحی شده است تا بتواند نیازهای اولیه کاربران را برآورده سازد و در عین حال، امکان جمع‌آوری بازخوردهای ارزشمند از کاربران را فراهم کند. به زبان ساده‌تر، ما باید ایده را به محصولی تبدیل کنیم که:

🥁 بسیار ساده و با کمترین ویژگی‌ها باشد (فقط شامل ویژگی‌های ضروری و حذف جزئیات اضافه)؛

🥁 کم‌هزینه باشد (که در صورت استقبال نشدن و شکست محصول، هزینه هنگفتی را از دست ندهیم)؛

🥁 در مدت زمانی کوتاه آماده شود؛

🥁 قابلیت توسعه داشته باشد (قابلیت اضافه کردن جزئیات و ویژگی‌های جدید)؛

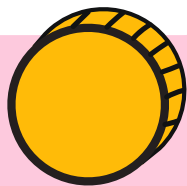
🥁 از طریق آن بتوان داده‌ها را جمع‌آوری کرد (امکان جمع‌آوری و ثبت بازخورد کاربران، مانند نظرات، میزان استفاده و رفتار کاربران)؛

به‌سادگی بتوان از آن استفاده کرد (ایجاد محیط کاربرپسند همراه با تجربه کاربری قابل قبول برای سهولت استفاده کاربران متفاوت). در صورت مناسب بودن محصول اولیه به این مزیت‌ها می‌توان دست یافت:





در کارآفرینی توجه و تمرکز ما باید بر روی مهارت‌های حل مسئله معطوف شود. به این معنا که تفکر انتقادی و خلاق یکی از مهم‌ترین عناصر مهارت حل مسئله است که کمک می‌کند تا ضمن شناسایی تهدیدها آن‌ها را به فرصت تبدیل کنیم. برای این منظور باید همه داده‌ها را جمع‌آوری و تجزیه و تحلیل و دست به نتیجه‌گیری زد. در این شرایط است که کسب و کارتان در مسیر موفقیت قرار خواهد گرفت.



۵. بهبود و توسعه

براساس بازخوردهایی که سارا دریافت می‌کند، متوجه می‌شود که کاربران به این موارد علاقه دارند:

بخش صوتی: کلمه‌ها و عبارت‌ها با تلفظ صحیح ارائه شوند.

تمرین‌های بیشتر: تمرین‌های بیشتری برای یادگیری وجود داشته باشند.

سارا تصمیم می‌گیرد این ویژگی‌ها را به برنامه خود اضافه کند و نسخه جدیدی از آن بسازد.

این مثال نشان می‌دهد که چگونه یک نوجوان دانش‌آموز می‌تواند با استفاده از مفهوم حداقل محصول قابل عرضه، ایده‌ای را به واقعیت تبدیل کند. با تمرکز روی ویژگی‌های اصلی و جمع‌آوری بازخورد، سارا می‌تواند برنامه خود را بهبود بخشد و در نهایت محصولی ایجاد کند که نیازهای هم‌مدرسه‌ای‌هایش را برآورده کند. این فرایند به او کمک می‌کند مهارت‌های برنامه‌نویسی و کارآفرینی خود را نیز تقویت کند و حتی محصول خود را با جامعه‌ای بزرگ‌تر از مدرسه خود به اشتراک بگذارد؛ اتفاقی که برای بسیاری از محصول‌های جهانی رخ داده است.

با استفاده از همین مثال، بیایید برای تمرین، یک مسئله را در مدرسه خود شناسایی کنید و برای آن ایده‌ای بیابید و یک محصول اولیه برای آن بسازید. نتیجه کار را با ما در «رشد نوجوان» به اشتراک بگذارید.

1. Minimum Viable Product
2. App Inventor
- 30 Thunkable

محصول قابل عرضه خود بگنجاند:

کلمه‌ها و عبارت‌های روزمره: فهرستی از کلمه‌ها و عبارت‌های پرکاربرد در زبان انگلیسی.

تمرین‌های ساده: تمرین‌های چندگزینه‌ای برای یادگیری و مرور کلمه‌ها.

نظام (سیستم) امتیازدهی: امتیازدهی به کاربران براساس پاسخ‌های صحیح‌شان تا انگیزه بیشتری پیدا کنند.

۳. طراحی و توسعه

سارا با استفاده از ابزارهای ساده‌ای مانند «اپ اینونتور»^۲ یا «تانک‌ابل»^۳ که به‌منظور ساخت برنامه‌های کاربردی برای تلفن همراه طراحی شده‌اند، شروع به طراحی و توسعه حداقل محصول قابل عرضه خود می‌کند. او برنامه را به گونه‌ای طراحی می‌کند که کاربر به راحتی بتواند به کلمه‌ها و تمرین‌ها دسترسی پیدا کند.

۴. آزمایش و جمع‌آوری بازخورد

پس از ساخت حداقل محصول قابل عرضه، سارا برنامه کاربردی خود را به چند نفر از هم‌کلاسی‌هایش معرفی می‌کند و از آن‌ها می‌خواهد برنامه را بیازمایند. او از دوستانش می‌خواهد نظرها و پیشنهادهای خود را درباره طراحی، کارایی و ویژگی‌های برنامه به او بگویند.



داستان زندگی ابوعلی سینا (قسمت دوم)

گنج با ارزش

هدی ناصری

تصویرگر: سید هیم موسوی



بهار بود. درخت‌های خانه از شکوفه‌های سفید و صورتی رنگین شده بودند. **بوعلی و محمود** در ایوان نشسته بودند و به یاد دوران کودکی نان کنج‌دی می‌خوردند. محمود آهی کشید و گفت: «چقدر جای مادر و پدر خالی است! هیچ نانی مثل نان کنج‌دی‌های مادر نمی‌شود.»

بوعلی به شکوفه‌ها نگاه کرد. او از مرگ پدر و مادرش خیلی غمگین بود، اما مرگ را پذیرفته بود. لبخند کم‌رنگی لب‌هایش را پوشاند: «یادت هست چقدر کنار این حوض دنبال هم می‌دویدیم؟»

محمود خندید: «مگر می‌شود یادم برود؟!»

همان موقع کسی به در خانه کوبید: «باز کنید! باز کنید!»

بوعلی به طرف در دوید: «الان می‌آیم!»

دو مرد چاق با سبیل‌های تاب‌خورده به داخل خانه پریدند. یکی از آن‌ها گفت: «شیخ‌الرئیس! **امیرنوح سامانی** مریض شده است. سریع به دربار بیایید.»

بوعلی آن قدر عجله کرد که نفهمید چطور به دربار رسید. **امیرنوح** روی تخت بزرگش دراز کشیده بود و درباریان او را احاطه کرده بودند. بوعلی به طرفش رفت و گفت: «اگر اجازه می‌دهید، شما را معاینه کنم.»

امیرنوح چشم‌هایش را باز کرد و سرش را تکان داد. بوعلی نبضش را اندازه گرفت و با دقت چشم‌هایش را نگاه کرد. بعد چند داروی گیاهی از کیفش بیرون آورد و آن‌ها را با هم ترکیب کرد. دو خدمتکاری که کنار تخت **امیرنوح** ایستاده بودند، با تعجب به بوعلی خیره شده بودند. بوعلی گفت: «روزی دو بار از این دارو به پادشاه بدهید. تا چند روز دیگر حالشان خوب می‌شود.»

امیرنوح با صدای آهسته‌ای گفت: «تو به من خدمت بزرگی می‌کنی. هر قدر سکه و طلا بخواهی به تو می‌دهم.»

بوعلی سرش را پایین انداخت: «من سکه و طلا نمی‌خواهم، اما تعریف کتابخانه شما را بسیار شنیده‌ام. فقط می‌خواهم به من اجازه بدهید که از آن استفاده کنم.»

امیرنوح پرسید: «کتابخانه؟! فقط همین را می‌خواهی؟» بوعلی گفت: «آن کتابخانه برای من با ارزش‌تر از هر گنجی است.» **امیرنوح** که پادشاه خردمند و بخشنده‌ای بود، از این درخواست تعجب نکرد و گفت: «بسیار خوب ... هر وقت خواستی از کتابخانه‌ام استفاده کن. غیر از این اداره بیمارستان بخارا را به تو می‌سپارم.» بوعلی از خوشحالی سر از پا نمی‌شناخت. رفتن به کتابخانه دربار بخارا بزرگ‌ترین رؤیایش بود.

پاییز بود. برگ‌های زرد و نارنجی از شاخه‌های خشک درخت‌ها روی زمین می‌افتادند. بوعلی برای تحمل سرما به گرمای کتابخانه

پناه می‌برد. او تمام روز را در کتابخانه و بیمارستان می‌گذراند. همان جا بود که با **بوسهل مسیحی** آشنا شد. بوسهل بوعلی را مثل برادر دوست داشت و چیزهای زیادی به او یاد داد.

هر بار که بوعلی به کتابخانه می‌رفت، مثل بار اول هیجان‌زده می‌شد. کتابخانه در خیلی بزرگی داشت که نقش زیبایی روی آن حکاکی شده بود. آنجا پر از کتاب‌هایی بود که در قفسه‌های چوبی چیده شده بودند و تا سقف گنبدی شکل بالا رفته بودند. دیوارهای کتابخانه آن قدر بلند بودند که بوعلی نردبان را به قفسه‌ها تکیه



با پوش این رمزبینه قسمت
اول داستان را بخوانید.

لب‌های آن‌ها می‌دید، از ته دل خوشحال می‌شد.
همان لحظه خدمتکاری با عجله وارد کتابخانه شد و در حالی که
گریه می‌کرد، گفت: «شیخ‌الرئیس! خبر خیلی بدی دارم!»
بوعلی از جایش بلند شد: «چه اتفاقی افتاده؟»
خدمتکار به حق افتاد: «امیرنوح ... امیرنوح سامانی در جنگ
کشته شد!»
بوعلی خدمتکار را در آغوش کشید و آرام آرام اشک ریخت.
چشمش به پرندۀ تنهایی افتاد که پشت پنجره نشسته بود.

بوعلی و بوسهل قدم‌زنان به طرف کتابخانه دربار می‌رفتند. آن‌ها
درباره کتاب‌هایی که تازه خوانده بودند، حرف می‌زدند. ناگهان
بوسهل دود سیاهی را دید که در آسمان آبی می‌پیچید و بالا
می‌رفت. بوسهل داد زد: «آتش! آتش! انگار جایی آتش گرفته!»
بوعلی رنگش پرید و با صدای لرزانی گفت: «خدای من! کتابخانه
... دود از آنجاست! کتابخانه آتش گرفته!»
هر دو به طرف کتابخانه دویدند. هر چه به آنجا نزدیک‌تر
می‌شدند، بوی دود و صدای همهمۀ مردم بیشتر می‌شد. مردم
جلوی کتابخانه جمع شده بودند. بوعلی شتاب‌زده آن‌ها را کنار زد
و به طرف کتابخانه دوید.

مردی فریاد زد: «جلویش را بگیر! الان می‌سوزد.»
بوعلی اعتنا نکرد. از بین شعله‌های آتش کتابی را برداشت تا
جلوی سوختنش را بگیرد. اما کتاب تا نیمه سوخته بود. تمام
وجودش می‌لرزید. کتاب‌ها در شعله‌های آتش می‌سوختند و این
قلب بوعلی را آتش می‌زد.
بوسهل به طرفش دوید و فریاد زد: «چه کار می‌کنی حسین؟ مگر
دیوانه شده‌ای؟ الان می‌سوزی!»

چشم‌های بوعلی غرق اشک بود. بوسهل دستش را گرفت و به
زحمت او را از کتابخانه بیرون کشید. آن وقت هر دو ایستادند و در
سکوت، سوختن رؤیاهایشان را تماشا کردند. همان موقع یکی از
درباریان در گوش بوسهل گفت: «درباریان می‌گویند ابوعلی سینا
کتابخانه را آتش زده تا هیچ‌کس به جز خودش کتاب‌ها را نخواند.»
بوعلی صدای او را شنید. سرش را برگرداند و به مرد نگاه کرد.
چقدر حقیر بود. بوسهل به سمت مرد برگشت. چشم‌هایش از
خشم و اندوه قرمز شده بود: «چطور آتش‌زدن کتابخانه کار ابوعلی
سینا است؟ ما تا الان در بیمارستان بودیم!»

بوعلی که از مدت‌ها قبل متوجه حسادت درباریان شده بود، به
تلخی گفت: «از وقتی امیرنوح از دنیا رفت و پسرش منصور ابن
نوح بر تخت پادشاهی نشست، درباریان نمی‌خواستند که من از
کتابخانه دربار استفاده کنم. حتماً منصور ابن نوح هم فکر می‌کند
آتش‌زدن کتابخانه کار من بوده ...»

بوسهل گفت: «اما تو دو سال پیش جان پدرش را نجات دادی.
حتی سکه‌های امیرنوح را قبول نکردی و فقط خواستی که از
کتابخانه استفاده کنی. او می‌داند تو این قدر به مطالعه و علم علاقه
داری که کتابخانه‌ای به این ارزشمندی را آتش نمی‌زنی!»
بوعلی گفت: «باید هر چه زودتر به دربار بروم و واقعیت را بگویم.»
بوسهل گفت: «من هم همراهت می‌آیم.»

مدتی بعد آتش خاموش شد، اما دیگر کتابخانه‌ای باقی نمانده
بود. منصور می‌دانست که آتش‌زدن کتابخانه کار بوعلی نبوده است.
برای همین به او اجازه داد که به کارش در بیمارستان ادامه بدهد.

می‌داد و بالا می‌رفت تا دستش به دورترین کتاب‌ها برسد. آنجا
می‌توانست هر کتابی را که می‌خواست پیدا کند. گاهی شمع روشن
می‌کرد و در سکوت کتاب می‌خواند. گاهی هم برای خودش آوازی
را زمزمه می‌کرد.

یکی از روزها در کتابخانه نشسته بود و ناگهان نور آفتاب که
از پنجره‌های رنگی کتابخانه روی زمین می‌افتاد، او را به یاد
کودکی‌اش انداخت و به یاد مادرش که حالا جای خالی او را بیشتر
از همیشه احساس می‌کرد. حالا که مادر و پدرش را از دست
داده بود، فقط از کمک‌کردن به مردم لذت می‌برد. بوعلی جوان
زیبا و قدبلندی بود که قلب مهربانی داشت. وقتی مریض‌ها درد
می‌کشیدند، او هم غمگین می‌شد. در عوض وقتی لیخن را روی

زبان محاوره

کمال شفیعی

کوچه
شاعر

نوشتاری از همان ویژگی‌های زبان گفتار روزمرهٔ تهرانی برخوردار است.

لالایی‌ها هم به زبان محاوره سروده می‌شوند؛ به عنوان نمونه:

لالا لالا گل خشخاش
باباش رفته
خدا همراهش
باباش رفته به هل چینی
بیاره قند و دارچینی...

خاستگاه و شاعر بیشتر لالایی‌های قدیمی شناخته‌شده نیست و غالباً در طول تاریخ سینه‌به‌سینه از مادرانمان به ما رسیده‌اند. اما شاعران کودک و نوجوان امروز نیز لالایی‌های تازه‌ای با همان زبان شکسته و محاوره سروده‌اند. نکتهٔ مهم اینکه اگر دقت کرده باشید، بیشتر ترانه‌ها و تصنیف‌ها چه در حوزهٔ بزرگسال و چه در حوزهٔ شعر کودک و نوجوان همین ویژگی زبانی را دارند.

برای نمونه در شعر استاد محمدعلی بهمنی، می‌توان به بهره‌گیری از زبان محاوره اشاره کرد:

ساده بگم
ساده بگم
:
اهل همین نزدیکی
ساده بگم ساده بگم
...

ترانه‌های خردسالان نیز به همین زبان محاوره هستند؛ به عنوان نمونه:

کولی قزک
بارون کن
بارون بی‌پایون کن
گندم به زیر خاکه
از تشنگی هلاکه
گل‌های سرخ لاله
از تشنگی می‌ناله...

همان گونه که تا اینجا بر شمردیم، زبان محاوره نیز یکی از ظرفیت‌های سرودن شعر و نوشتن داستان و رمان است. البته در بخش زبان معیار گفتیم که برای سرودن شعر کودک و نوجوان حتماً باید از زبان معیار یا همان زبان نوشتاری و رسمی استفاده کرد. شما هم می‌توانید با دقت در آثاری که به زبان محاوره سروده شده‌اند، نمونه‌های بیشتری را بشناسید. تا رازهای شاعری بعدی شاعر باشید و سربلند.

زبان محاوره همان زبان عامیانه است؛ زبانی که مردم کوچه و بازار با آن سخن می‌گویند و در اصطلاح به آن ادبیات «عامیانه» یا «فولکلوریک» می‌گویند. هرگاه سروده یا داستانی با ویژگی‌های زبان گفتاری مردم منطقه‌ای نوشته شود، به آن شعر یا داستان محاوره گویند. مثلاً شعرهایی که به زبان‌ها، لهجه‌ها و گویش‌های اقوام ایرانی سروده شده باشند، شعر فولکلوریک و یا محاوره‌ای هستند. البته در ادبیات فارسی از آنجا که زبان رسمی کشور فارسی است، بیشترین توجه به لهجهٔ فارسی تهرانی شده است و بسیاری گمان می‌کنند شعر محاوره باید به لهجهٔ تهرانی سروده شده باشد. اما این گونه نیست و زبان محاوره بسیار فراتر از لهجهٔ تهرانی است.

نکتهٔ مهم پیرامون ادبیات محاوره این است که به دلیل آزادبودن هر چه بیشتر دست شاعر و نویسنده و به منظور ایجاد صمیمیت بیشتر با مخاطب، بسیاری از ترانه‌ها، لالایی‌ها، سرودها، شعرهای خردسالان و... به این زبان سروده شده‌اند. با هم چند نمونه از آثاری را می‌خوانیم که به زبان محاوره سروده شده‌اند:

محاوره در شعر خردسال

جیک و جیک و جیک حنایی‌ام
جوجهٔ پرتلائی‌ام
دنبال کرما می‌کنم تو باغچه
نوک می‌زنم به برگای تربچه
همیشه دنبال غذا و آبم
زیر پرای مامانم می‌خوابم

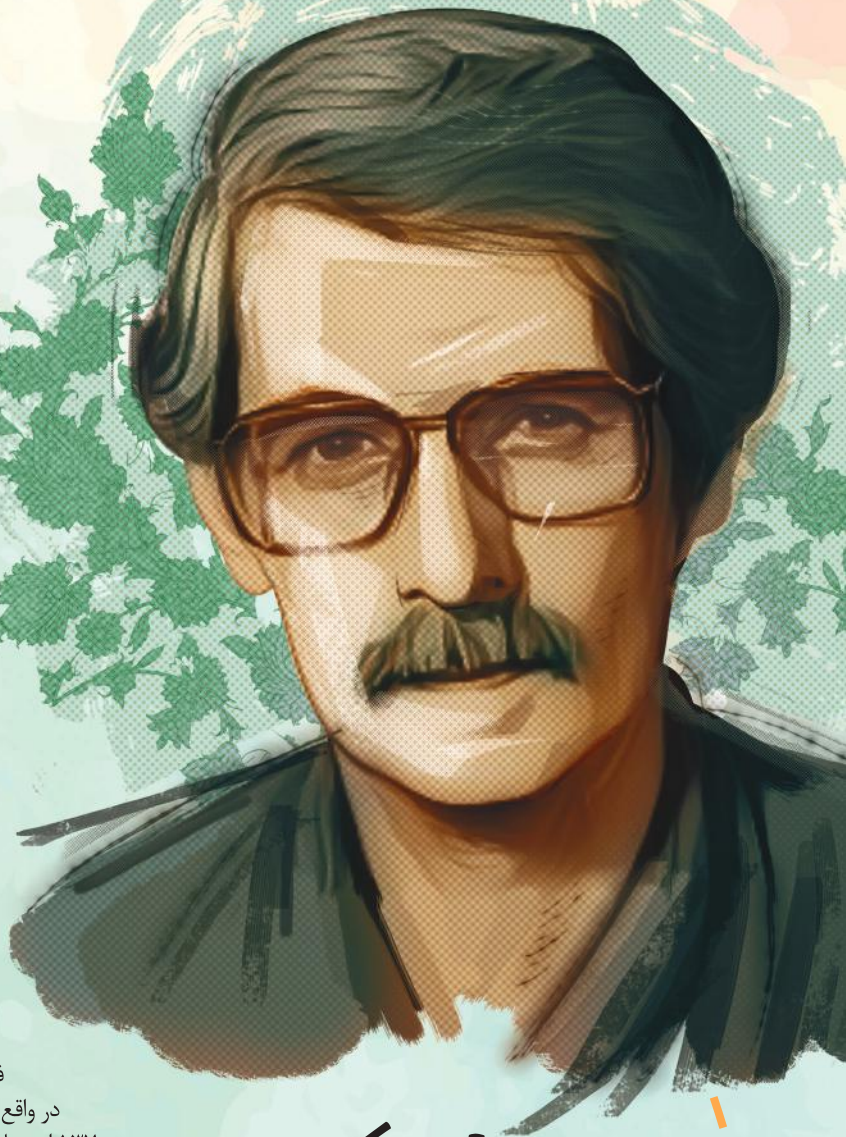
اگر دقت کنیم می‌بینیم که در این شعر خانم مهری ماهوتی، از زبان محاوره برای خردسالان استفاده شده و شکل زبان



۳۶

نوجوان

شماره ۴ بهمن ۱۳۹۴



مهر رار اوستا

محمود رمشایه

تصویرگر: سید مینم موسوی

باد برگ‌ها را از سر و دوش درختان جدا می‌کند و بر زمین می‌ریزد. انبوهی از برگ‌های سرخ و زرد و طلایی فرش راه شده‌اند. پدر جلوتر از من می‌دود و من دنبالش. من و پدر هر جمعه صبح‌ها به پارک محله می‌آییم. می‌دویم و ورزش می‌کنیم. پدرم سرانجام روی نیمکتی گوشه پارک می‌نشیند. من هم نفس‌نفس زنان به او می‌رسم و کنارش می‌نشینم. کلاغی بالای سر ما قاروقار می‌خواند. پدر به اطراف نگاه می‌کند و می‌گوید: «پاییز اگر چه مثل یک شعر غم‌انگیز است، اما زیباست. نگاه کن همه جا فرشی از رنگین کمان پهن است. نمی‌دانم یادست هست یا نه؟ دو سه سال پیش بود، ناهار درست کردیم با مادر بزرگت آمدیم توی همین پارک. یادش بخیر آن موقع مادر بزرگ حالش خوب بود. پاییز بود و پارک به زیبایی همین امروز بود. فرش

پهن کردیم. مادر بزرگ با دیدن این همه برگ شعری خواند که هنوز یادم هست.»

باز آی که چون برگ خزانم رُخ زردی ست»
می‌گویم یادم می‌آید. آن آخرین باری بود که مادر بزرگ با ما به این پارک آمد. بعد از آن حالش بد شد و ...

قطره اشکی از چشم‌های پدر سرازیر می‌شود و دوباره زیر لب می‌خواند:

«باز آی که چون برگ خزانم رُخ زردی ست.»

می‌گویم: «راستی همه این شعر را بلدی؟»

- نه، ولی مقدار زیادش را حفظم. یعنی آن موقع گشتم توی گوشی پیدایش کردم. شعر زیبایی است از مهرداد اوستا. من تا آن موقع اسم اوستا را نشنیده بودم. بعد درباره او بیشتر مطالعه کردم. اما مادر اهل مطالعه بود. عاشق شعر و داستان بود. انگار همه شاعرها و نویسندگانش را می‌شناخت. معتقد بود بی‌اخلاقی‌هایی که در جهان زیاد شده، به خاطر این است که مردم دیگر با ادبیات زندگی نمی‌کنند. کلاغ چاق و پیری پیش پای ما می‌نشیند و بعد با قارقار بلندی به هوا می‌پرد. ماشینی کمی دورتر از ما می‌ایستد و خانواده‌ای از آن پیاده می‌شوند، وسایلشان را به آلاچیق پارک می‌برند.

می‌گویم: «این آقای اوستا کی هست؟ من هم تا حالا اسمش را نشنیدم.»

- مهرداد اوستا متولد شهر بروجرد است؛ استاد فلسفه، موسیقی‌شناس و یکی از شاعران بزرگ معاصر. در واقع تا همین سی و چند سال پیش زنده بود. در سال ۱۳۷۰ از دنیا رفت. شهرت او به خاطر شعرهایش است. چند شعر معروف دارد؛ مثل:

با من بگو تا کیستی؟ مهربی؟ بگو، ماهی؟ بگو
خوابی؟ خیالی؟ چیستی؟ اشکی؟ بگو، آهی؟ بگو
یا شعر:

وفا نکردی و کردم، خطا ندیدی و دیدم.

شکستی و نشکستم، بریدی و نبریدم.

اما من این شعرش را بیشتر دوست دارم؛ شاید به خاطر این است که از آن همان‌طور که گفتم، خاطره دارم:

باز آی که چون برگ خزانم رُخ زردی ست

با یاد تو دمساز دل من، دم سردی ست

گر رو به تو آورده‌ام از روی نیازی ست

ور دردسری می‌دهمت از سرِ دردی ست

غم‌خوار به جز درد و، وفادار به جز درد

جز درد که دانست که این مرد چه مردی ست؟

از درد سخن گفتن و از درد شنیدن

با مردم بی‌درد ندانی که چه دردی ست!

بعد پدرم می‌گوید: «خُب، خیلی صحبت کردیم.» و بلند می‌شود و

شروع می‌کند به دویدن. من هم دنبالش.

مهارت داشتن «نظم شخصی»

حسین امینی پویا

رسم
زندگی

۳۴

نوجوان

شماره پهن ۱۴۴۱

مزیت‌های داشتن نظم

از مزیت‌های مهم نظم بهبود بهره‌وری است. بدانیم نظم کلید بهره‌وری است. بهره‌وری یعنی انجام کار با سرعتی بیشتر و در زمانی کمتر، و نظم این هر دو را برای ما فراهم می‌آورد. فایده دیگر نظم کاهش تنش (استرس) است. وقتی شما نظم دارید و کارهایتان را به‌موقع انجام می‌دهید، معلوم است که تنش کمتری را تجربه خواهید کرد. زیرا همه چیز تحت اختیار (کنترل) است.

به‌علاوه با نظم از انباشت کارها جلوگیری می‌شود و همین نیز از تنش و فشار می‌کاهد و می‌توان با آرامش بیشتری به انجام بقیه کارها پرداخت.

بله افرادی که نظم دارند در مدیریت زمان تواناترند و به وظایف خود توجه دارند. می‌توانند با برنامه‌ریزی مناسب و تنظیم برنامه‌های روزانه، وظایف خود را به بهترین شکل انجام دهند.

انواع نظم

نظم محیطی

نخستین مرحله از داشتن نظم شخصی، ایجاد نظم محیطی است که گستره وسیعی دارد؛ از آراستگی ظاهر و لباس گرفته تا ترتیب چیدمان وسایل منزل، مثل چینش کتاب‌های قفسه کتاب، قراردادن لباس‌ها در کمد، و حتی رعایت نظم در قراردادن وسایل درون کوله و کیف مدرسه.

افراد منظم محیط اطراف خود را مرتب و منظم نگه می‌دارند و این عمل دسترسی آن‌ها را به وسایل مورد نیازشان آسان‌تر

می‌کند. باید سعی کنید زندگی‌تان را مرتب نگه دارید. هر چیز را در جای مناسب نگه دارید. این کار باعث می‌شود احساس بهتری داشته باشید و بهتر بتوانید روی کارها تمرکز کنید. بی‌نظمی محیطی آشفتگی ذهنی را به دنبال خواهد داشت.

باید بدانید نظم چه شکلی است. در محیط‌های منظم، وقتی هر وسیله‌ای برای خودش جای مخصوصی دارد، معلوم است که به راحتی می‌توان از هر چیزی استفاده کرد. البته شرط مهم تداوم چنین وضعیت مطلوبی آن است که هر چیزی را بعد از استفاده، به جای خودش برگردانیم. به این کار باید عادت کرد. مشکل بسیاری از ما که نمی‌توانیم نظم را حفظ کنیم این است که بعد از استفاده از وسیله، آن را روی میز آشپزخانه یا روی مبل رها می‌کنیم و به دنبال کار خود می‌رویم. نباید پس از ورود به خانه، در همان ابتدا کيفتان را گوشه‌ای پرت و لباس‌هایتان را روی مبل رها کنید. معلوم است که با این کار هر روز حرص

همه می‌دانیم، داشتن نظم شخصی در زندگی بسیار اهمیت دارد. امروزه دیگر نمی‌توان به‌سادگی داشتن نظم در زندگی را به عنوان مهارت و اولویتی مهم نادیده گرفت. اگر بخواهیم به همه کارها و مسئولیت‌های خود برسیم، نظم شخصی است که به عنوان یک مفهوم کلیدی و مهم می‌تواند در این مسیر به ما کمک کند.

مثلاً ما به عنوان دانش‌آموز باید در زمان مشخصی به انجام تکلیف‌های درسی خود بپردازیم. مطالب درسی را به‌موقع و کامل یاد بگیریم. در ضمن زمانی را برای استراحت و تفریح کنار بگذاریم و نیز بتوانیم به کارهای دیگرمان برسیم. در حالی که اگر با بی‌نظمی مدام، با یک بهانه انجام تکلیف‌های خود را به تأخیر بیندازیم و در انجام دیگر کارها، به‌دلیل بی‌نظمی، کاهلی و تنبلی کنیم، معلوم است با چه وضعیت نابسامانی روبه‌رو خواهیم شد.

البته نظم تنها مخصوص درس و مدرسه نیست، بلکه در جنبه‌های گوناگون زندگی ما اهمیت دارد.

علی (علیه‌السلام) در واپسین ساعات عمر خویش به‌شدت توصیه کرده است: «شما را و همه فرزندان و خاندانم را هر که این وصیت به او می‌رسد، به تقوای الهی و نظم در کارها سفارش می‌کنم» (نهج‌البلاغ، نامه ۴۷).

اینکه در آن حالت خاص، حضرت پس از سفارش به پرهیزکاری، به نظم در امور توصیه کرده است، از جایگاه نظم در تعالیم دینی ما نشان دارد.

شروع کنیم. هستند افرادی که این‌گونه‌اند. ممکن است اول انرژی زیادی داشته باشیم و فکر کنیم می‌توانیم چند کار را با هم پیش ببریم. اما غالباً بعد از مدتی خسته می‌شویم و ادامه نمی‌دهیم. یعنی هر کار را تا جایی ادامه می‌دهیم که توان داریم و این است که در ادامه، اغلب کارها را ناتمام رها می‌کنیم و در نتیجه کارها هیچ‌کدام به سرانجام نمی‌رسند.

چه زیباست که می‌بینیم **امام علی (ع)** به مجموعه‌ای از این نکات اشاره کرده‌است: «مبادا هرگز در کاری که وقت آن نرسیده است، شتاب کنی یا در کاری که وقت آن رسیده، سستی‌ورزی یا در چیزی که حقیقت آن روشن نیست، ستیزه‌جویی نمای، یا در کارهای واضح و روشن کوتاهی کنی. بکوش هر کاری را در جای خود و در زمان مخصوص به خود انجام دهی» (نهج‌البلاغ، نامه ۵۳).

برای اینکه تمرکز خود را بالا ببرید، سعی کنید عوامل حواس پرتی را تا حد امکان کاهش دهید. استفاده بی‌موقع از تلفن همراه و اینترنت را برای خود ممنوع کنید. حین کار رایانامه (ایمیل) خود را وارسی (چک) نکنید. تمرکز خود را روی تکمیل کار و وظیفه‌تان قرار دهید.

اما نکته مهم پایانی اینکه بدانیم آموختن داشتن نظم فرایندی تدریجی است که به صبر و مقاومت نیاز دارد. باید کم‌کم عادات‌های منظم را در زندگی خود شکل دهیم.

نظم را نمی‌توان با یک تصمیم‌گیری خشک و خالی در زندگی خود ایجاد کرد. نظم باید در طول زمان، در اثر تمرین و تکرار، به صورت یک عادت آگاهانه در ما شکل بگیرد. در این صورت است که از ثبات و دوام برخوردار خواهد بود. اینکه همه دوست دارند منظم باشند و موفق نمی‌شوند به همین خاطر است. البته خیلی‌ها به تصور اینکه داشتن نظم کار پیچیده و سختی است، به آن تن نمی‌دهند. بعضی نیز پشتکار لازم را در این زمینه ندارند. در حالی که می‌توان با کارهای ساده، مهارت داشتن نظم در زندگی را آموخت و آن را در همه جا به کار گرفت. باید با تکرار کارها به صورت منظم و انجام مرتب کارها، نظم را به خورد ناخودآگاهتان بدهید. به‌فرض اگر جاکفشی دارید، تصمیم بگیرید وقتی وارد خانه شدید، کفش‌هایتان را داخل جاکفشی قرار دهید. چند روز که این کار را تکرار کنید، پس از مدتی می‌بینید به این کار عادت کرده‌اید و به صورت ناخودآگاه آن را انجام می‌دهید. برای دیگر کارها نیز همین شیوه را در پیش بگیرید. برای خود و رفتارهایتان عادات‌های خوب بسازید. این بخش مهمی از نظم شخصی است.

مادران را در می‌آورد.

در چیدمان وسایل مورد نیاز نیز باید دقت داشته باشید. بعضی چیزها لازم است در معرض دیده باشند. بهتر است هر چند وقت یکبار این وضعیت را مجدداً بررسی کنید و وسایل اضافی را کنار بگذارید. وجود نظم در محیط به افزایش بهره‌وری شما کمک خواهد کرد. پس پیش از شروع کار، میز خود را مرتب و وسایل مورد نیاز را آماده کنید.

نظم رفتاری

برنامه‌ریزی: یکی از بهترین راه‌های ایجاد نظم

رفتاری برنامه‌ریزی است. اگر نمی‌توانید برنامه هفتگی یا ماهانه بریزید، حداقل آن است که هر چند روز، صبح یا شب قبل از خواب، برنامه فردای خود را مشخص کنید. یعنی بدانید که روز بعد چه کارهایی باید انجام دهید.

فهرستی از کارهایی که قرار است روز بعد انجام دهید تهیه کنید و چه بهتر که زمان مورد نیاز برای انجام هر کدام از آن‌ها را از قبل تخمین بزنید. این فهرست را حتماً جایی یادداشت کنید. یادتان باشد که کم‌رنگ‌ترین نوشته‌ها، از پررنگ‌ترین حافظه‌ها ماندگارتر است.

اولویت‌بندی کارها: پس از آنکه برای روز خود برنامه‌ریزی کردید، انجام کارهای مهم را در اولویت قرار دهید؛

نکته مهم دیگر آن است که باید هر کاری را در زمان مناسب خود انجام دهیم. تأخیر دشمن نظم است. معمولاً اگر کاری در زمان مناسب خود انجام نشود، چندان فایده‌ای ندارد. گاه حکایت نوشدارو پس از مرگ **سهراب** است. هر کار باید در زمان خودش انجام گیرد.

اگر در زندگی افراد موفق دقیق شویم، می‌بینیم که آن‌ها برای هر زمان از شبانه‌روز خود برنامه‌ای داشته‌اند و همه کارها را سر وقت انجام می‌داده‌اند.

روی انجام یک کار تمرکز کنید: نباید چند کار را باهم

شخصیت‌پردازی

عباس جهانگیریان

نویسندگان تفاوت بسیار دارد. آنچه این تفاوت را به وجود می‌آورد، وجه نمایشی (دراماتیک) شخصیت‌های داستانی است. نویسندگان داستان‌های خود را به وسیله شخصیت‌ها روایت می‌کنند یا خود این شخصیت‌ها دستمایه اصلی داستان هستند. هر شخصیتی (چه داستانی چه غیرداستانی) ویژگی‌ها و ابعاد خود را دارد. نویسنده باید به تمامی این ابعاد اشراف داشته باشد: یک: وجه روان‌شناسی / دو: کاراندام‌شناسی (فیزیولوژی) / سه: اجتماعی / چهار: جهان‌بینی.

قرار است بار روایت بر شانه چه کسانی باشد؟ چه کسانی داستان را به پیش می‌برند؟ شخصیت، ابعاد و ویژگی‌های آن «شخصیت» اصولاً به اشخاصی گفته می‌شود که نویسندگان خلق می‌کنند. به آن‌ها «کاراکتر» و «پرسوناژ» هم می‌گویند. شخصیت داستان (کاراکتر) هم می‌تواند انسان باشد، هم طبیعت، حیوان، گیاه یا اشیا. در گفت و گوهای روزانه، ممکن است کلمه شخصیت را زیاد بشنویم. گاه می‌گویند فلانی آدم باشخصیت، یا بی‌شخصیتی است، اما این شخصیت با شخصیت مخلوق

راست‌گویی و صداقت، مهربانی و مهرورزی، پررویی و بی‌شرمی، خجالت و کم‌رویی، پرخاشگری، عصبانیت، فرصت‌طلبی، سوءظن و بدبینی، خودخواهی، بدخواهی، خودشیفتگی، بی‌رحمی، و... صفتهایی هستند که جنبه‌های متنوع شخصیت هر انسانی را می‌سازند و نسبت آن‌ها در هر کسی بستگی دارد به دو زمینه ارثی و زیستی او.

ما اگر به خانه و محیط پیرامونمان دقت کنیم، درمی‌یابیم که هر آدمی رفتار خاص خود را دارد. ما آن‌ها را گاه به زبان و گاه به ذهن داوری می‌کنیم. مثلاً می‌گوییم فلانی وسواس دارد. چیزی را بارها می‌شوید! وقتی از خانه بیرون می‌آید، مدام از خود می‌پرسد: «اجاق گاز را خاموش کردم؟!» یا: «در را قفل کردم؟!» یا مدام به تعداد رکعت‌های نمازهایی که می‌خواند شک می‌کند و دوباره می‌خواند! یا می‌شنویم: «فلانی با چاپلوسی و فرصت‌طلبی خودش را به اینجا رسانده است... فلانی با کوچک‌ترین حرف و بهانه‌ای با این و آن دست به یقه می‌شود... فلانی آدم ناخن‌خشک و چشم‌تنگی است، و...». نویسنده اگر به رفتار آدم‌ها دقت نکند، هنگام خلق شخصیت نمی‌تواند این‌ها را در بافت شخصیتی که می‌آفریند بتند. ما در همین کلاس‌ها و کارگاه‌ها باید چشم و گوش هنرجو را به رفتار آدم‌های اطرافش حساس کنیم تا توجه و تحلیل رفتار اطرافیان در او به صورت عادت و امری عادی درآید.

۲. بعد فیزیکی یا جسمی (کاراندام‌شناسی شخصیت)

هر انسانی یک صورت، بدن، ظاهر و کالبدی منحصر به خود دارد و همین تفاوت باعث تشخیص آدم‌ها از یکدیگر می‌شود. ساختار و فرم صورت، استخوان‌بندی، بلندی و کوتاهی قد، چاقی و لاغری، ویژگی‌های اعضا و اندام، صورت، رنگ و فرم موی سر و صورت، تن صدا، نوع راه رفتن، وجود لک و خال در صورت، و... وجه تمایز و تشخیص ظاهری آدم‌ها هستند و همین‌طور

آنچه شخصیت‌های داستانی را از دیگران متمایز می‌کند، بعد پنجم، یعنی وجه نمایشی و داستانی آن‌هاست؛ مجموع قابلیت‌ها و ظرفیت‌هایی که در او برای روایت و پردازش در داستان، فیلم‌نامه و نمایشنامه وجود دارد. ما قبل از نوشتن داستان و پرداخت شخصیت‌هایمان، باید این پنج ویژگی را در دفتری که به همین منظور تهیه می‌کنیم بنویسیم. تا زمانی که ما خودمان این شخصیت‌ها را نشناسیم و با آنان اخت و صمیمی نشویم و نتوانیم آن‌ها را تجسم و تصور کنیم، بی‌گمان نمی‌توانیم آن‌ها را برای خواننده و مخاطبانمان، آشنا و باورپذیر کنیم. پس قبل از نوشتن داستان، این پنج بعد شخصیت را برای خودمان تجزیه و تحلیل و کامل کنیم:

۱. بعد روحی، روانی و رفتاری (بحث روان‌شناسی شخصیت)

هر انسانی کنش‌ها و رفتارهای خاص خود را دارد. حتی دوقلوها هم از نظر رفتارهای فردی و اجتماعی، کاملاً شبیه به هم نیستند، چون منشأ بخشی از ویژگی‌های روحی و روانی، ژنتیکی و ارثی است و بخشی تربیتی که از کودکی تا بزرگسالی تحت تأثیر شرایط اجتماعی شکل می‌گیرد. خانواده و مدرسه بیشترین نقش را در شکل‌گیری و بافت روحی و روانی فرد دارند؛ به خصوص از تولد تا هفت سالگی.

شخصیت هر انسانی را شیوه رفتار و گفتار او می‌سازد و می‌نماید. کودکی که در محیطی پر اضطراب زیسته است، از تعادل روحی و روانی مناسبی برخوردار نیست. کودکی که در محیط امن و شادی زندگی کرده است، بی‌گمان چهره و رفتاری آرام، شاد و طبیعی دارد.

صفتهایی چون ترسو یا شجاع بودن، دوست‌داشتن، نفرت، خشم، بخشندگی، خساست، وسواس، جاه‌طلبی، مردم‌آزاری، شوخ‌طبعی، ساده‌لوحی و شیرین‌عقلی، چاپلوسی، بزرگ‌منشی، عزت‌نفس، دروغ‌گویی،

نوع لباس پوشیدن آن‌ها، خواننده باید بتواند شخصیت‌های مخلوق نویسنده را تصور کند. ساخت بصری شخصیت، هم او را باور پذیرتر می‌کند، هم بر رفتار او سایه می‌اندازد.

روان‌شناسان اعتقاد دارند، زشتی و زیبایی، نقص عضو، و فیزیک صورت، اندام و بدن می‌تواند در شکل‌گیری ویژگی‌های روحی و روانی انسان تأثیر قابل توجهی داشته باشد. یک انسان اخمو و بد اخلاق، غیر از زمینه‌های ارثی و تربیتی، ممکن است از نقص جسمی رنج ببرد که ما به آن توجه چندانی نکنیم و صرفاً او را آدمی بدخلق داورى کنیم. داشتن یا نداشتن اعتمادبه‌نفس یک ویژگی روحی و روانی است، اما امکان دارد منشأ آن جسمی باشد.

پسر یا دختری که نشانه‌های غیر عادی در صورت خود دارد، همیشه فکر می‌کند دیگران از او به عنوان آدمی زشت‌روی یاد می‌کنند و آینه بهترین شاهد و داور در گفتمان این گونه افراد با خویش است. گاه خدا را هم در «خود سخنی» و واگو به‌ها به مشارکت می‌گیرند و به عنوان مسبب آنچه در آینه می‌بینند، همراه با گلابه‌های نرم یا تند، با خدای خود سخن می‌گویند. ما باید به تمامی ویژگی‌های جسمی و ظاهری شخصیت‌های داستان دقت و توجه کنیم تا خواننده بتواند آن‌ها را تجسم کند و به خاطر بسپارد. از این روی است که ما بسیاری از شخصیت‌های داستان‌هایی را که خوانده‌ایم، همیشه به خاطر داریم؛ مثل ژان والژان و کوزت در بینوایان اثر ویکتور هوگو، پینوکیو اثر کارلو کلودی، مجید از مجموعه قصه‌های مجید اثر هوشنگ مرادی کرمانی، هری پاتر و...

۳. بعد اجتماعی (جامعه‌شناسی شخصیت)

هر انسانی افزون بر ویژگی‌های روانی و رفتار فردی، یک بعد اجتماعی دارد. میزان تحصیلات، شغل، موقعیت طبقاتی، جایگاه اجتماعی فرد و خانواده‌اش، و... جنبه‌های گوناگون بعد اجتماعی انسان را نشان می‌دهند. شرایط و موقعیت‌های اجتماعی آدم‌ها تأثیر زیادی بر گفتار و رفتار آن‌ها دارد. واژگان، ادبیات، گفتار و شیوه سخن کارگر، کارفرما، لمپن و زورگیر، نویسنده، آموزگار، کارگردان، کشاورز، پزشک، استاد دانشگاه، فروشنده، شهری، روستایی و... با هم فرق دارد و ما وقتی این تفاوت‌ها را بدانیم و با شیوه و نوع سخن گفتن آن‌ها آشنایی داشته باشیم، در گفت‌وگونیسی آدم‌ها کمتر دچار خطا می‌شویم.

شخصیت‌های مخلوق ما هر کدام ریشه در فرهنگ و موقعیت‌های اجتماعی و طبقاتی خود دارند. بخش عمده‌ای از عادت‌ها، خلق و خو، و رفتار شخصیت‌های ما، در خانواده و جامعه شکل می‌گیرند و ما در خلق شخصیت داستان نمی‌توانیم مجموعه شرایط زیستی شخصیت‌های داستان را در ساخت و پرداخت آن‌ها نادیده بگیریم.

۴. بعد جهان‌بینی (جهان‌بینی شخصیت)

هر آدمی از منظر دینی و فلسفی بینش و نگرش متفاوت خود را نسبت به جهان هستی دارد. حتی پیروان ادیان هم ممکن است دیدگاه‌های مشترکی نسبت به باورهای دینی، جهان هستی و خالق آن نداشته باشند. از این رو گاه به ده‌ها شاخه انشعاب پیدا می‌کنند. دین و باورهای مادی و ماورایی تأثیر زیادی بر شکل‌گیری شخصیت انسان دارند. انسان معتقد واقعی به اصولی که باور و ایمان دارد، پایبند است و این خدامحوری، تصمیم‌ها و رفتارهای او را تحت تأثیر قرار می‌دهد. منتها نوع تفسیر و انحراف از دین هم ممکن است انسان را به کژراهه بکشد. هنگامی که گروه

داعش در سوریه و عراق انسان‌های بی‌گناه را سلاخی می‌کرد، دو برادر کاملاً برخلاف هم عمل می‌کردند: یکی فرمانده آدم‌کشان داعش در سوریه بود و دیگری جراح و فوق تخصص قلب که در بیمارستانی در دمشق هر روز جان ده‌ها نفر را از مرگ نجات می‌داد. این دو برادر هر کدام خود را پیرو واقعی دین اسلام می‌پنداشتند. دو برداشت و تفسیر متفاوت از دین می‌تواند دو انسان یا دو برادر را این‌گونه در دو جایگاه کاملاً متضاد و متفاوت اجتماعی در مقابل یکدیگر قرار دهد.

باورها و اعتقادات افراد بخش دیگری از وجوه شخصیت را می‌سازند. در ادبیات پایداری یا دفاع مقدس، باورهای مذهبی و ملی در شخصیت‌های داستانی پررنگ‌تر از گونه‌های (ژانرهای) دیگر است، چون اعتقاد به خدا، بهشت، میهن و تعلق خاطر به این باورها ایمان، جسارت و شجاعت بیشتری به یک رزمنده در میدان جنگ می‌دهد.

۵. بعد نمایشی (دراماتیک) شخصیت (برخورداري شخصیت از ظرفیت‌های داستانی و نمایشی)

در بحث ابعاد شخصیت، روان‌شناسان بیشتر از همان چهار وجه شخصیت سخن گفته‌اند. بعد پنجم را که منشأ خلق و ساخت شخصیت‌های داستانی است، به ابعاد چهارگانه شخصیت اضافه کردیم تا بهتر بتوانیم از ویژگی‌های آدم‌های برخوردار از شخصیت (کاراکتر) داستانی بگوییم.

همه انسان‌ها از چهار بعد روانی، جسمی، اجتماعی و جهان‌بینی برخوردارند، اما آیا هر انسانی می‌تواند داستانی ناگفته و نانوشته باشد؟ به باور من، نه؛ چون بسیاری از انسان‌ها زندگی متعادل و بی‌حادثه‌ای دارند. از کودکی تا پیری‌شان را اگر مرور کنید، چیز خاصی پیدا نمی‌کنید که کسی برای شنیدنش از خود اشتیاق نشان دهد. همه عمر آسه رفته‌اند و آسه بازگشته‌اند؛ نه چالشی، نه سفری، نه حادثه‌ای، نه جسارتی، نه تجربه جدال و مبارزه‌ای...

با مثال و نمونه شاید بهتر بتوانم بعد نمایشی (دراماتیک) آدم‌ها را شرح دهم. زمانی قرار بود فیلم‌نامه‌ای با فضای جاده، رانندگان کامیون، خوب و بد زندگی این آدم‌های راه، شب، خطر و تنهایی بنویسم. پاتوق‌هایشان را پیدا کردم و به سراغشان رفتم و جز رنج مشترک چیزی پیدا نکردم. اما رنج و سختی کار به‌تنهایی نمی‌تواند دستمایه‌ای برای نگارش داستان یا فیلم‌نامه باشد. تا اینکه دوست نمایش‌نامه‌نویس و گران‌قدم، خسرو حکیم رابط که می‌دانست به‌دنبال چنین موضوعی هستم، خبر داد در یک قهوه‌خانه با مردی آشنا شده که ۵۰ سال با کامیون، در جاده‌های ایران بار جابه‌جا کرده و سینه‌اش پر از داستان‌های شنیدنی است.

به کرج رفتم و از نزدیک او را دیدم. بلند قامت، چهارشانه، با سیمایی اسطوره‌ای و خطوط بسیار بر صورت و نمونه کامل یک شخصیت بالقوه داستانی. من داستان‌های زیادی از او شنیدم که جای طرح اینجاست.

و اما حرف آخر درباره بعد نمایشی این است که به هنجاریان کارگاه داستان بگوییم: شما به نسل مجازی متعلق هستید. شاید تجربه‌هایتان هم بیشتر مجازی هستند، در حالی که هنجاری داستان‌نویسی باید زندگی واقعی را تجربه کند، با مردم معاشرت داشته باشد و... در غیر این صورت در دنیای مجازی، آرام‌آرام تحلیل خواهد رفت؛ درست مثل غرق شدن در اقیانوس کم‌عمق!





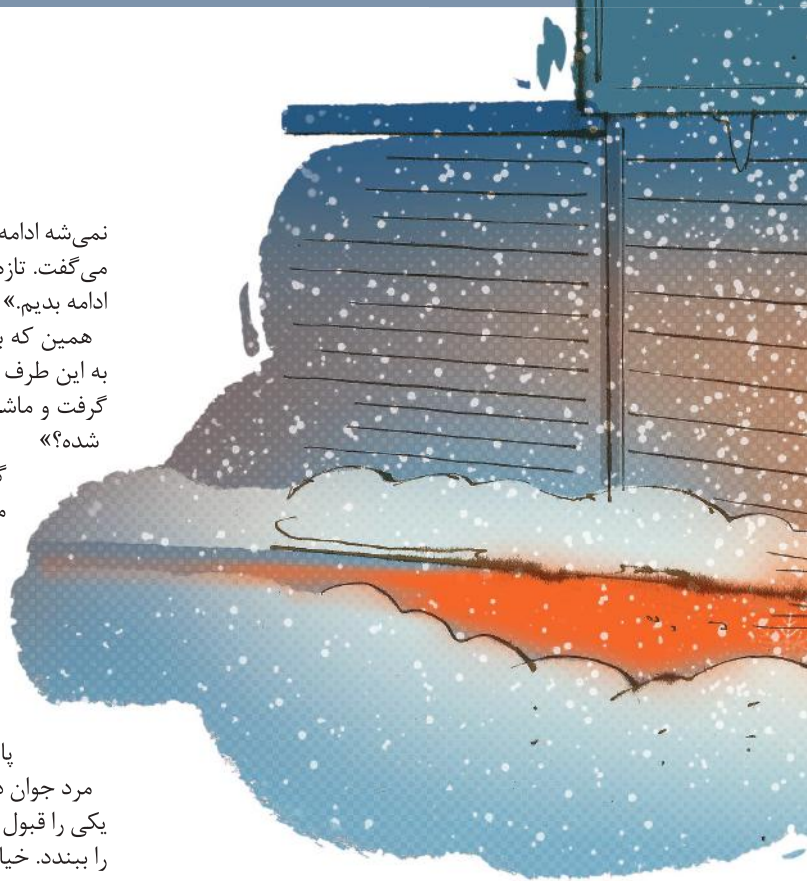
خانواره خرا

محمود پوروهاب

تصویرگر: سید میثم موسوی

روز هم خانه دوست بابا، آقای رحیمی باشیم. من تا حالا اصفهان نرفته بودم. خیلی دوست داشتم جاهای دیدنی آن را ببینم. از قم که، به طرف اتوبان کاشان حرکت کردیم. همین که چند کیلومتر از جاده کاشان رد شدیم، باران نهم شروع شد. کمی جلوتر کم کم باران تبدیل شد به برف. بابا گفت: «وای برف! خداکنه...» مامان گفت: «چقدر بهت گفتم زنجیر چرخ بخر، آخر هم نخریدی.» بابا گفت: «مگر گرفتاری می‌ذاره! اصلاً حواسم نبود. خدا کنه برف شدت نگیره، وگرنه نمی‌دونم چه باید بکنم.» اما هرچه جلوتر می‌رفتیم بارش برف شدیدتر می‌شد.

نزدیک یازده شب وسایل سفر را توی ماشین گذاشتیم. من و بابا و مامان به طرف اصفهان حرکت کردیم. هوا سرد بود. باد زوزه‌کشان گاهی خودش را به شیشه‌های ماشین می‌کوبید، اما از باران خبری نبود. بابا گفت: «لباس گرم که برداشتید، چیزی که یادتون نرفته؟» مامان جواب داد: «آره، پالتوت رو هم توی ساک جا دادم.» تقریباً یک ماه پیش بود که بابا تلفنی از یک درمانگاه چشم پزشکی اصفهان برای مامان نوبت گرفت. آخر چشم راست مامان کمی تار شده بود. به خاطر همین بابا با دوست قدیمی‌اش در اصفهان تماس گرفت و او پزشکی را معرفی کرد که در آن درمانگاه کار می‌کرد. قرار بود فردا ساعت یازده صبح به درمانگاه برویم. یکی دو



نمی‌شه ادامه بدیم. خطرناکه. مگر نشنیدی مأمور پلیس چی می‌گفت. تازه فکر نکنم پلیس اجازه بده بدون زنجیر چرخ ادامه بدیم.»

همین که به طرف ورودی شهر پیچیدیم، بابا که حواسش به این طرف و آن طرف و مغازه‌ها بود، یک‌دفعه آهسته ترمز گرفت و ماشین را کنار خیابان نگه داشت. پرسیدم: «چی شده؟»

گفت: «مثل اینکه مغازه‌ای بازه و وسایل جانبی ماشین داره.»

کمی دنده عقب گرفت و درست مقابل مغازه نگه داشت. درست بود، یک مغازه وسایل ماشین باز بود. پیاده شدیم و به داخل مغازه رفتیم. جوانی روی صندلی در حال چرت‌زدن بود. با دیدن ما بلند شد و سلام کرد. من و بابا هم سلام کردیم. بابا گفت: «زنجیر چرخ پژو پارس می‌خواستیم، دارید؟»

مرد جوان دو سه نوع زنجیره چرخ آورد و نشان داد. بابا یکی را قبول کرد. بعد آمد و به بابا کمک کرد که زنجیر چرخ را ببندد. خیالمان راحت شد. بابا گفت: «خوب شد این موقع شب باز بودید، وگرنه نمی‌دونستیم چه کار باید بکنیم.»

مرد جوان خندید و گفت: «واقعیت رو بخواین، من ساعت ده و یازده شب می‌بندم، ولی امشب وقتی دیدم برف می‌یاد، با خود گفتم تا صبح بمونم شاید یکی مثل شما به زنجیر چرخ احتیاج داشته باشه. توی این یکی دو ساعت هم شما ششمین نفرید که اومدید و زنجیر چرخ خریدید.»

وقتی برای حساب کردن دوباره توی مغازه‌اش رفتیم، نگاهم به نوشته توی تابلوی کوچک بالای پیشخوانش افتاد که نوشته بود: «مردم خانواده خدا هستند. پس محبوب‌ترین کس نزد خدا کسی است که به خانواده او سود برساند و خانواده‌ای را خوش حال کند.» پیامبر اسلام (ص)*. وای چه جمله زیبایی! فوری گوشی‌ام را در آوردم تا از تابلو عکس بگیرم. بابا پرسید: «چه کار می‌کنی؟»

بعد وقتی متوجه تابلو شد، شروع کرد به خواندن آن و لیخندی زد و به صاحب مغازه گفت: «آفرین! معلومه که جوون فهمیده و با ایمانی هستی. آدم درستکار و با ایمان هر شغلی که داشته باشه، به مردم صادقانه خدمت می‌کنه.»

پی‌نوشت

* میزان الحکمه، محمد ری شهری، ج ۳، ص ۲۵۷.

۳۰ کیلومتری کاشان برف تازه همه جا را سفید کرده بود و ماشین‌ها آرام آرام حرکت می‌کردند. یک‌جا نیروهای امداد و ماشین‌های پلیس را دیدیم. بابا آهسته ماشین را کناری زد و از مأمور پلیسی پرسید: «جناب سروان وضع جاده چگونه؟ می‌خوایم به اصفهان برویم.»

آقای پلیس گفت: «بعد از کاشان حتماً زنجیر چرخ ببندید. منطقه کوهستانی نطنز کاملاً برفیه و جاده لغزنده‌اس.» بابا آرام حرکت کرد. مامان گفت: «حالا چه کار کنیم؟! تو که زنجیر چرخ نداری!»

بابا گفت: «راستش نمی‌دونم. تا فردا صبح حتماً باید به اصفهان برسیم. ساعت یازده فردا نوبت دکتر داری.» دوراهی کاشان که رسیدیم، بابا به طرف شهر پیچید. مامان گفت: «عه! چرا داخل شهر شدی؟»

- باید زنجیر چرخ تهیه کنیم.
- اونم این وقت شب؟! الان ساعت دوی شبه، مغازه‌ای باز نیست!

- حالا می‌ریم شاید باز باشه، وگرنه با این وضعیت که

۲



دو حلقه مارپیچ می بینید. یکی از آن‌ها از یک رشته طناب یکپارچه که سرهایشان در انتها به یکدیگر وصل شده، تشکیل شده است. اما مارپیچ دیگر از دو رشته طناب جداگانه تشکیل شده است که در انتها سرهایشان به یکدیگر وصل هستند. آیا می‌توانید حدس بزنید کدام یک از یک رشته طناب و کدام یک از دو رشته طناب تشکیل شده است؟

هر یک از بخش‌های این تار عنکبوت را که با رنگ‌های متفاوت مشخص شده‌اند، باید با عددهای یک تا هشت طوری پر کنید که هر کدام از حلقه‌ها هم دارای عددهای از یک تا هشت باشند. بخش‌ها از بیرون به سمت قسمت مرکزی تار عنکبوت، و حلقه‌ها پیرامون تار عنکبوت را تشکیل می‌دهند. برای کمک به شما، تعدادی از عددها در جاهای صحیحشان نوشته شده‌اند. بقیه عددها را هم فکر کنید و سر جاهای درستشان قرار دهید.

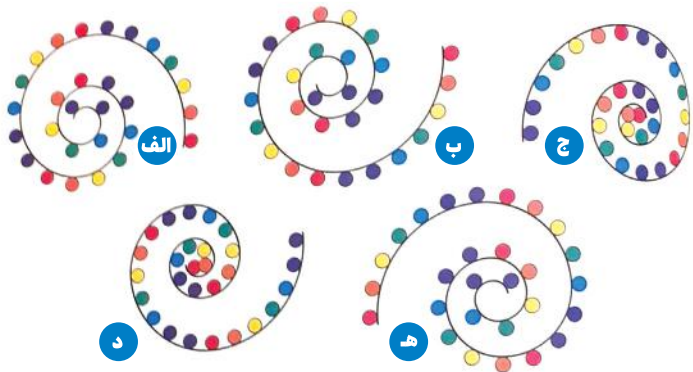
نورمش
ذهن

۴

معما

ماجرای این اتفاق در کشور تایوان روی داده است و واقعی است. شخص شروری فرزند یک تاجر ثروتمند را گروگان می‌گیرد و سپس از پدرش می‌خواهد که یک قطعه الماس را در ازای آزاد شدن فرزندش داخل کیوسک تلفن همگانی واقع در پارکی که نشانی‌اش را هم می‌دهد بگذارد. پدر از بیم آن که آسیبی به فرزندش برسد مو به مو خواسته گروگانگیر را انجام می‌دهد. هر چند پلیس از قبل پیرامون محل را زیر نظر گرفته بود با این وصف نه تنها الماس از کیوسک تلفن خارج می‌شود بلکه گروگانگیر هم دستگیر نمی‌شود. چگونه این کار امکان‌پذیر است.

راهنمایی: به موارد متعددی باید فکر کنید و فکر این که گروگانگیر در محل حضور داشته است را از سر بیرون کنید تا به ترفند او پی ببرید.



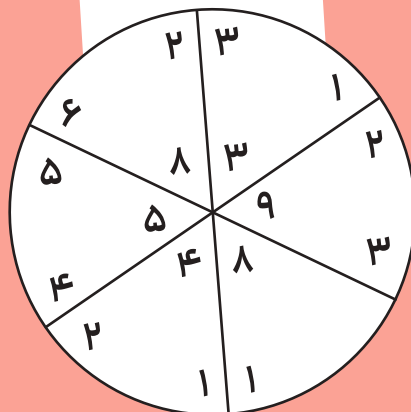
یکی از این تصویرها با بقیه همخوان نیست. آیا می‌توانید آن را تشخیص دهید؟

۳

۴۰

نوجوان

شماره ۵ بهمن ۱۳۹۴



چه عددی را باید در جای خالی قرار دهید تا عددهای این چرخ کامل شوند؟

۵

۶

با محاسبه کردن ارزش عددی هندوانه، آناناس، توت و توت فرنگی جای علامت سؤال عدد درست را بنویسید.

$$\begin{aligned}
 \text{Pineapple} \times \text{Watermelon} &= 36 \\
 \text{Pineapple} + \text{Strawberry} &= 11 \\
 \text{Grape} \times \text{Watermelon} &= 144 \\
 \text{Grape} + \text{Pineapple} \times \text{Watermelon} \times \text{Strawberry} &= ?
 \end{aligned}$$

۹	۴
۲۲	۱۴
۷	۲

۴	۵
۱۴	۳
۲	۴

۳	۷
?	۲۰
۴	۵

۸	۴
۲۰	۳
۴	۳

آیا می‌توانید حدس بزنید جای علامت سؤال چه عددی را باید قرار دهید؟

۷



برای دیدن جواب
رمزینه را پویش کنید.

۴۱

بچه‌ها

شماره ۵ بهمن ۱۴۰۳

زهر زیر آبی

مهدی زارعی

ورزشی

این روزها در شهرهای کشورمان مکان‌های زیادی را می‌بینیم که در آن‌ها می‌توان قلیان کشید. اکثر کسانی هم که از قلیان استفاده می‌کنند، معتقد هستند که این وسیله ضرری ندارد و اگر هم ضرر داشته باشد، هرگز به اندازه سیگار نیست. اما آیا این‌طور است؟ راستی قلیان روی کسانی که ورزش می‌کنند، چه اثری می‌گذارد؟

«دم و بازدم» تنفس یکی از اولین مسائلی است که هنگام ورزش، بیشتر از قبل احساس می‌کنیم. هر قدر بیشتر و منظم‌تر ورزش کنیم، توان تنفسی‌مان بالاتر می‌رود؛ درست برعکس کسانی که ورزش نمی‌کنند و با کوچک‌ترین فعالیتی از نفس می‌افتند (در اصطلاح نفس کم می‌آورند).

قلیان خطرناک‌تر است یا سیگار؟

همه ما از خطرهای سیگار و سرطان‌زاد بودن آن اطلاع داریم. اکنون هر هشت ثانیه یک نفر در دنیا به دلیل مصرف سیگار می‌میرد. این عدد تا چند سال دیگر، یک مرگ در هر ثانیه خواهد شد. با این حال، مصرف‌کنندگان قلیان، در هر بار مصرف، دود بسیار زیادتری را در مقایسه با کشیدن یک نخ سیگار دریافت می‌کنند. مصرف یک نخ سیگار بین ۵۰۰ سی‌سی تا یک لیتر دود تولید می‌کند، اما یک‌بار استفاده از قلیان ۱۰ تا ۲۰ لیتر دود تولید خواهد کرد. همچنین زمان کشیدن قلیان خیلی بیشتر از کشیدن یک پاکت سیگار است و به این ترتیب، اثرات مخرب بیشتر و بیشتر می‌شوند. ضمن اینکه مرطوب‌بودن راه‌های هوایی و مجرای خروج دود، عاملی است برای رشد میکروب‌ها و قارچ‌ها.

آثار مخرب در درازمدت

اوایل استفاده از دخانیات شخص متوجه ضررهای کار خود نمی‌شود. البته به‌مرور زمان و با ناتوانی هنگام ورزش می‌توان اثر مخرب را روی شخص مشاهده کرد. در سال‌های بعد، به دلیل نفوذ این قارچ‌ها و میکروب‌ها در لایه‌های ریه، بیماری‌هایی مثل «برونشیت» و «آسم» ایجاد می‌شوند. شخص هنگامی به بیماری خود پی می‌برد که چاره‌ای جز تحمل بیماری تا آخر عمر نخواهد داشت.

۴۶

بخوان

شماره پنجم سال ۱۴۰۱



اثراتی که گفتیم، هر کدام به تنهایی می‌تواند چنان اندام‌های داخلی بدن را از بین ببرد که عمر دوران درخشش ورزشکار را کم کند.

دود قلیان همچنین موجب سفت شدن رگ‌های حیاتی بدن (مانند رگ‌های خون‌رسان به مغز، قلب و سایر اندام‌های بدن) می‌شود. سفت شدن رگ‌ها سبب اختلال در خون‌رسانی رگ به اندام‌ها می‌شود و این موضوع می‌تواند به سگته‌های مغزی و قلبی بینجامد. گاهی هم افراد قلیانی، دردهای بسیار شدیدی در اندام‌های بدن خود احساس می‌کنند. این اندام‌ها همان اندام‌هایی هستند که خون کافی به آن‌ها نرسیده است.

استنشاق دود قلیان باعث بیماری‌های ریه می‌شود؛ بیماری‌هایی نظیر «برونشیت مزمن». همچنین این دود با تخریب دیواره‌های ریه، توان و ظرفیت تنفسی ریه را کاهش می‌دهد. اگر هم کسی مدت زیادی با چنین مشکلاتی مواجه شود، مجبور است از دارو استفاده کند؛ داروهایی که عوارض بسیاری دارند و در درازمدت اثرات مخرب خود را نشان می‌دهند.

یکی از اولین آثار کشیدن و حتی استنشام دود قلیان این است که زمان بازدم انسان طولانی‌تر می‌شود. طبیعتاً انسانی که ورزش می‌کند، هر چه بتواند با سرعت بیشتری اکسیژن محیط را جذب و دی‌اکسید کربن را دفع کند، به مدت بیشتری و با کیفیت بهتری می‌تواند به ورزش بپردازد. اما قلیان کشیدن با طولانی کردن زمان بازدم، سبب می‌شود که میزان اکسیژن دریافتی و دی‌اکسید کربن دفع شده کمتر شود و این موضوع از توانایی ورزشکار برای ورزش به مدت طولانی می‌کاهد.

آیا می‌دانستید؟

دود حاصل از مصرف قلیان ترکیبی از مواد خطرناک است که خطر جدی برای اطرافیان، خصوصاً کودکان محسوب می‌شود و یک ساعت در معرض دود قلیان ماندن، معادل مصرف شش تا هشت نخ سیگار است.

بیماری‌های دیگر

از جمله بیماری‌هایی که با کشیدن قلیان و سیگار، احتمال مبتلا شدن به آن‌ها افزایش می‌یابد، عبارت‌اند از: سرطان ریه، سرطان لب، دهان و حنجره، سرطان مری و معده، سرطان لوزالمعده، و سرطان روده بزرگ. دود قلیان، نه تنها همه مواد سرطان‌زای دود سیگار را داراست، بلکه مونوکسید کربن بیشتری هم دارد. به علاوه، دود قلیان مجموعه‌ای از مواد سرطان‌زای دیگر را دارد که ناشی از سوختن زغال است و خطر انتقال بیماری‌های عفونی مانند سل را نیز افزایش می‌دهد.

یک آزمایش ساده

از کسی که مدتی طولانی است به کشیدن و استفاده قلیان یا سیگار مشغول است، بخواهید که مدتی همراه با شما در فعالیت‌های ورزشی شرکت کند؛ خواه دویدن یا فوتبال. تفاوت او را با کسانی که مدتی است به صورت منظم ورزش می‌کنند، احساس نمی‌کنید؟



۷

۹

۱۲

۱۴

۷ بهمن: شهادت امام موسی کاظم (ع)

امام موسی کاظم (ع) همیشه خشم خود را فرو می‌بردند و به جای انتقام، بخشش را انتخاب می‌کردند. وقتی مردم ایشان را اذیت می‌کردند، به جای عصبانیت، با صبر و آرامش واکنش نشان می‌دادند. ایشان به ما یاد دادند که در لحظات عصبانیت هم می‌شود کنترل خود را حفظ کرد و با حکمت و آرامش پاسخ داد.

۱۲ بهمن: دهه فجر

دهه فجر سال ۱۳۵۷ روزهای تاریخ‌سازی بودند. در این دهه، با بازگشت امام خمینی (ره) به ایران، فصل جدیدی از انقلاب اسلامی آغاز شد. در این ایام امید و اتحاد به اوج رسید و کشوری که سال‌ها در بند استبداد بود، سرانجام آزاد شد. دهه فجر یعنی روزهای شجاعت، مبارزه و رُباهایی که با ایمان و پیروزی به حقیقت تبدیل شدند. هر سال در طول دهه فجر مردم ایران پیروزی خود را بر ظلم و فساد جشن می‌گیرند.

۹ بهمن: مبعث پیامبر (ص)

مبعث پیامبر (ص) آغاز انقلابی بزرگ بود؛ روزی که پیام خدا از آسمان‌ها به زمین رسید. در غار حرا، جبرئیل به پیامبر (ص) خبر داد که باید مردم را به سوی راه راست هدایت کند. این روز یک نقطه عطف و یک تغییر بزرگ در تاریخ بشر بود. روزی که پیامبر (ص) با رسالت خود دنیای جدیدی را برای مردم دنیا ساختند.

۱۴ بهمن: میلاد امام حسین (ع)

امام حسین (ع) که سوم شعبان سال چهارم هجری قمری در خانه حضرت علی (ع) و حضرت فاطمه (س) متولد شد، سرچشمه‌ای از نور، شجاعت و عشق الهی است. او با زندگی پربرکت خود، برای بشریت راهنمای آزادگی، کرامت و عدالت شد و پرچم‌دار حق و ایمان باقی ماند.

۴۴

خبرخوان

شماره ۵ بهمن ۱۴۰۴



۱۵

۱۶

۱۹

۲۲

۲۶

۱۵ بهمن: ولادت حضرت ابوالفضل (ع)

حضرت ابوالفضل العباس (ع)، دلاور کربلا و نگهبان وفادار امام حسین (ع)، با شجاعت و فداکاری بی‌نظیر خود در هر میدان، نمونه‌ایثار و اراده برای دفاع از حق و عدالت بود. روز جانباز هم فرصتی است برای گرامیداشت این الگوی بی‌نظیر وفاداری و تعهد به آرمان‌های بزرگ انسانی و دینی.

۱۶ بهمن: ولادت امام سجاد (ع)

امام زین‌العابدین (ع)، با عبادت عمیق و دعا‌های شریفشان، همچون «صحیفه سجادیه»، به انسان‌ها درس عشق، تقوا و توکل به خدا آموختند. در دورانی سخت و ظلمانی، ایشان با صبر و بردباری، نگهبان پیام و اصول اهل بیت (ع) شدند.

۱۹ بهمن: روز نیروی هوایی

روز نیروی هوایی، به‌عنوان یادواره‌ای از رشادت‌ها و فداکاری‌های دلاوران این نیرو، فرصتی است برای گرامیداشت تلاش‌های بی‌وقفه کسانی که در آسمان‌های وطن، با اقتدار و شجاعت از امنیت و استقلال کشور دفاع می‌کنند.

۲۲ بهمن: روز پیروزی انقلاب اسلامی

روزی بود که مردم ایران با همدلی و اتحاد، انقلاب اسلامی را به پیروزی رساندند. در این روز، مردم به خیابان‌ها آمدند و با شور و شوق، به سمت آزادی و استقلال حرکت کردند. این روز، نماد پایان سلطنت و آغاز یک دوره جدید در تاریخ ایران است. مردم با شعارهای خود، خواسته‌هایشان را فریاد زدند و نشان دادند که وقتی اراده‌ای قوی وجود داشته باشد، می‌توان بر مشکلات غلبه کرد. این روز یادآور قدرت مردم و اهمیت اتحاد در رسیدن به اهداف بزرگ است.

۲۶ بهمن: ولادت امام زمان (عج)

ولادت امام زمان (عج) در نیمه شعبان، آغازگر نور و امید در دنیای تاریک و پر از چالش‌هاست. او که مهدی موعود است، با ظهور خود به عنوان منجی بشریت، عدالت و صلح جهانی را به ارمغان خواهد آورد و به وعده‌های الهی تحقق خواهد بخشید.

۴۵

بهار

شماره ۱۴۰۳ بهمن ۱۴۰۳



در سرزمین تاشناخته

ایران ما

نویسنده: فاطمه یزدی

عکاس: محمد مهدی بهمنی



از عجایب کویر

روستای پلکانی رضآباد در میان دشت‌های خشک و در آستانه کویر، از عجایب استان سمنان است. رضآباد روی یکی از ارتفاعات منطقه شکل گرفته است. با بالا رفتن از کوچه‌ها و پله‌های این روستا و رسیدن به مرتفع‌ترین قسمت روستا می‌توان تمام منطقه را زیر نظر گرفت. اما آنچه نام رضآباد را در تمام جهان سر زبان انداخته است، حضور یک پرندۀ زیبا به اسم «زاغ بور» است. نزدیک روستا می‌توان حیوانات نادر دیگری، از جمله یوزپلنگ و گور ایرانی را دید.

هنر خشت و آجر

مسجد تاریخانه دامغان از آن مسجدهای اسرارآمیز سال‌های ابتدایی ورود اسلام به ایران است. ستون‌ها و دیوارهای ضخیم، طاق‌های ساده هلالی و بدنه خشتی بدون تزئینات مسجد که در تاریکی و سکوت مرموز فرو رفته، شما را به بیش از ۱۳۰۰ پیش می‌برد. البته که تاریخانه شناخته‌شده‌ترین بنای تاریخی شهر دامغان است، اما نباید مجموعه زیبای آجری «چهل اختران» و امامزاده جعفر (ع) را نادیده گرفت و به این راحتی‌ها از شهر تاریخی دامغان گذشت. استان سمنان شهرهای تاریخی بسیاری دارد.

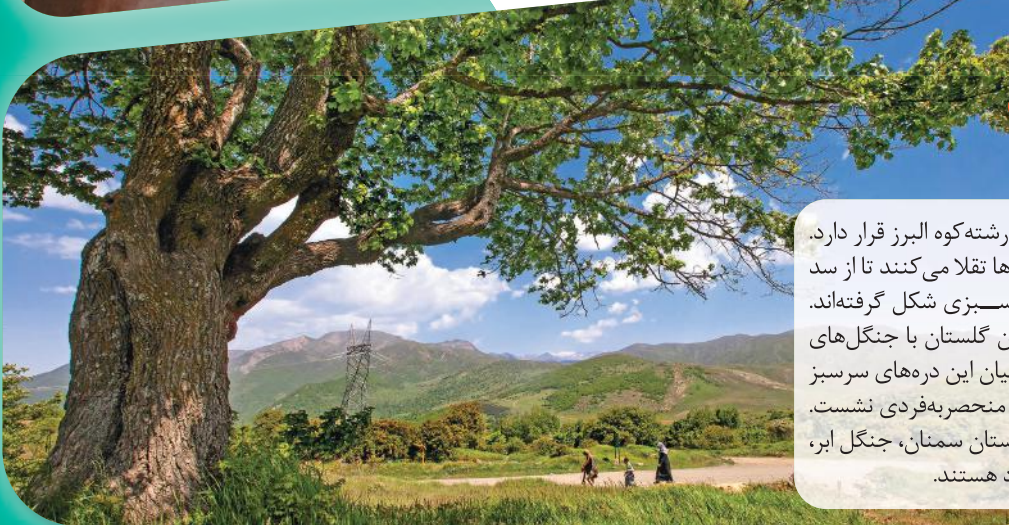
۴۶

بخوان

شماره ۵ بهمن ۱۳۹۴

پیش به سوی جنگل و ابر

استان سمنان در حاشیه جنوبی رشته کوه البرز قرار دارد. در شمال استان، یعنی جایی که ابرها تقلا می‌کنند تا از سد البرز بگذرند، دره‌ها و ارتفاعات سرسبزی شکل گرفته‌اند. اگر چه آن سوی این ارتفاعات استان گلستان با جنگل‌های زیبا و دریای خزر قرار دارد، اما در میان این دره‌های سرسبز هم می‌توان به تماشای زیبایی‌های منحصربه‌فردی نشست. معروف‌ترین سرسبزی‌های شمال استان سمنان، جنگل ابر، اولنگ و قطری نزدیک شهر شاهرود هستند.





استان سمنان آسمان و زمین متنوع و متفاوتی دارد. با طی کردن فقط ۲۰ کیلومتر در این استان می‌توان از کویر خشک کم‌رمق به جنگل سرسبز بارانی رسید. در این مسیر کوتاه حتی می‌توان دشت‌های وسیع و کوه‌های سر به هوا را هم دید. از طرف دیگر بناها و محوطه‌های تاریخی خاص و کمتر شناخته‌شده‌ای در شهرهای کوچک و بزرگ استان پراکنده هستند که روایت‌ها و داستان‌های بسیاری برای گفتن و شنیدن دارند. استان سمنان برای آن‌هایی که از مقصدهای تکراری خسته شده‌اند و علاقه‌مند به کشف و تماشای مکان‌های جدید هستند، یکی از بهترین گزینه‌هاست.

منابع:

● نشریه علمی منظر، شماره ۳۳

● بزرگسال جامع گردشگری اداره کل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی استان فارس

جاذبه‌های
شهر یک عارف



زمانی مردم دور و اطراف شهر «بسطام» به هوای هم‌نشینی با عارفی بزرگ و آموختن از او به این شهر می‌آمدند و حالا **بایزید بسطامی** به هوای دیدن مجموعه آرامگاهی که در مرکز شهر به نام اوست، علاقه‌مندان و گردشگران را به بسطام می‌کشاند. این مجموعه که عمری ۷۰۰ ساله دارد، مجموعه‌ای از بناهای تاریخی را شامل می‌شود. در همسایگی مزار بایزید، بنای یک امامزاده، عبادتگاه بایزید بسطامی، یک مسجد تاریخی زیبا و مدرسه شاهرخیه وجود دارد. مردم شهر دامغان بایزید را شاگرد **امام جعفر صادق (ع)** می‌دانند.

آفریقای کوچی

رشته‌کوه البرز آن‌قدر در سد کردن مسیر ابرهای بارانی به سمت مرکز ایران سرسخت و جدی است که درست پشت این رشته‌کوه، کویرهای گرم و تپه‌های شنی شکل گرفته‌اند. مساحت بزرگی از استان سمنان در تصرف دو بوستان ملی «کویر» و بوستان ملی «توران» و زمین‌های خشک و کم‌رمق آن‌هاست. با این حال علاوه بر اینکه پای انسان به این مناطق باز شده، در میان تپه‌های شنی می‌توان انتظار حیوانات و بافت گیاهی متنوعی را داشت. این تنوع آن‌قدر زیاد است که به استان سمنان «آفریقای کوچک» می‌گویند.

در مغازه و فروشگاه‌ها بمانند، در تهیه آن‌ها از مواد غیرطبیعی نگه‌دارنده‌ها استفاده می‌شود.

با خوردن چنین خوراکی‌هایی، بخشی از این سم‌های غذایی از طریق خون وارد سلول‌ها می‌شوند و عملکرد آن‌ها را ضعیف می‌کنند. مثلاً عضو بسیار حساس چشم را در نظر بگیرید. به‌جای اینکه از خوراکی‌هایی مانند هویج، سیب و ... استفاده کنیم، به‌عنوان میان وعده، انواع پاستیل‌ها، چیپس‌ها و تنقلات بازاری را می‌خوریم! آیا سلول‌های چشم به‌مرور دچار ضعف بینایی نمی‌شوند؟

اگر اندکی تأمل کنیم و در مورد خاصیت‌های خوراکی‌های سالم و خوراکی‌های ناسالم تحقیق کنیم، شاید بتوانیم برای استفاده از هر کدام انتخاب آگاهانه‌تری داشته باشیم.

تنها نکته‌ای که باید به آن توجه کنیم، نه گفتن؛ به این خوراکی‌های جذاب و پررنگ و لعاب‌به‌ظاهر خوش‌مزه است. گاهی طعم جذاب آن‌ها بسیار وسوسه‌انگیز است. باید بتوانیم قدرت انتخاب‌نکردن آن‌ها را تمرین کنیم تا زندگی خوب، راحت و به‌دور از اضطراب و بیماری را تجربه کنیم.

در مسیر این جاده، خانه‌های سلولی پاک و شریفی وجود دارند که منتظرند از این طریق، مواد لازم برای ادامهٔ زندگی‌شان را دریافت کنند و زباله‌های خود را تحویل دهند. تعداد این خانه‌های سلولی، عددی باورنکردنی است.^۲

۱۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰ سلول

اگر گفتی این عدد خیلی بزرگ چقدر است؟^۲ پس مسئله خیلی پیچیده‌تر از این حرف‌هاست. به نظر تو آیا مهم است بدانیم موادی که خانه‌های سلولی نیاز دارند چه موادی هستند؟

در سراسر بدن در شبکه‌ای از رگ‌های خونی، حدود پنج لیتر مایع خون جاری است که توسط گلبول‌های قرمز شناور در آن، قند، مولکول‌های غذایی و اکسیژن را با هر تپش قلب به سلول‌های بدن می‌رساند. داخل سلول قند می‌سوزد و انرژی تولید می‌کند. حاصل این سوختن، غیر از انرژی، آب و دی‌اکسید کربن است که باقی می‌ماند. البته اتفاق‌های عجیب و جالب دیگری هم داخل سلول‌ها رخ می‌دهند که فرایند آن‌ها بسیار پیچیدگی دارد، اما لازم است بدانیم برای اینکه سلامت باشیم، باید هر سلول وظیفه خودش را به بهترین شکل انجام دهد. این خوش خدمتی هم مدیون غذاهای مناسب هر سلول^۴ است.

در جهان صنعتی امروز و دنیای اطراف ما، شرکت‌های غذایی، با تبلیغات بسیار گسترده‌ای که دارند، بیشتر به فکر فروش محصولات و تجارت و سود بیشتر خود هستند. معمولاً نوع تبلیغات مصرف‌کننده را تحت تأثیر قرار می‌دهد و بدون تحقیق در خصوص امتیازات خاص آن محصول، به استفاده از آن اقدام می‌کند. در صورتی که اکثر این خوراکی‌ها از رنگ‌ها و طعم‌دهنده‌های غیرطبیعی تهیه شده‌اند و برای اینکه به‌مدتی طولانی هم

فرزانه نورا الهی

حلوای نارنگیلی

آشپزی

البته شنیده‌اید که می‌گویند: «چرا هر چیز خوش‌مزه‌ای ناسالم است؟!» در این شماره می‌خواهیم خوراکی بسیار ساده، بسیار خوش‌مزه و بسیار مفیدی برای سلول‌ها را به شما معرفی کنیم!



مواد لازم

- خرمای عسلی پوست و هسته گرفته: ۷۰۰ گرم
- ارده: ۱۴۰ گرم
- پودر کاکائو: ۲۰ گرم
- پودر نارگیل: ۵۰ گرم
- هل ساییده: ۱ قاشق چای خوری
- گل محمدی: نیم قاشق چای خوری
- برای تزئین آن می‌توان از انواع مغزها و غنچه‌های گل استفاده کرد.

- همهٔ مواد را کاملاً با هم مخلوط می‌کنیم و در ظرف مناسب می‌ریزیم و روی آن را تزئین می‌کنیم. این حلو را درون یخچال نگهداری کنید. مراحل کار به ترتیب عکس‌ها



روش
تهیه



