

نوجوانان گلستان

هفته نامه نوجوانان ایران

سال اول - شماره ۲۵

پنجشنبه - ۹ تیرماه ۱۳۸۴

قیمت: ۲۵۰ تومان



حجه ای ای ای

صاحب امتیاز: مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام(ره)

- ٣ چاه کوفه
- ٤ چاه جمکران
- ٥ آثار خاتون
- ٦ نقشی از آینده
- ٧ تشبیه
- ٨ یک ساعت ویژه
- ٩ یار درست
- ١٠ تصمیم چاد
- ١١ نولن الحدایا
- ١٢ طلب
- ١٣ زر و زن
- ١٤ سحر
- ١٥ بخت سیاوش با
- ١٦ چاهداری
- ١٧ تجربه
- ١٨ فاصله نسلها
- ١٩ در روز کارناوال
- ٢٠ مریار خودمان را دیدیم این
- ٢١ داد آرایی را پذیرید
- ٢٢ بیشترین اختراعات بشر دو پا
- ٢٣ آسمانها
- ٢٤ قصه، کنیز فاطمه سلام الله علیها

الله اکبر
فیحیی

مدیر مسؤول: مهدی ارگانی

سردبیران: افشنین علاء، محسن وطنی

دبیر تحریریه: زهراسادات موسوی محسنی

مدیر هنری: حامد قاموس مقدم

سرویس عکس: لیلا بیگلری_ سارا قاموس مقدم

گروه هنری: شهربانو اختری، امیر آذری اجانی، نیلوفر صفری

محمد رضا شاه حسینی، شهاب شفیعی مقدم

مدیر اجرایی: اشکان قمیشی

حروفچینی: سپیده اسلامی

نشانی: تهران - خیابان انقلاب - خیابان فخر رازی - ترسییده

به خیابان روانمهر - بن بست ذکاء - دفتر مجله دوست نوجوانان

تلفکس: ۶۹۶۵۰۹۶

لیتوگرافی و چاپ: مؤسسه چاپ و نشر عروج

توزیع: فرخ فیاض

امور مشترکین: محمدرضا اصغری

فکس: ۶۷۱۲۲۱۱

تلفن: ۶۷۰۶۸۳۳

چاه کوفه

چاه جمکران

از کجا شروع می شوی؟

سرود بی کران ناگهان

در کجا طلوع می کنی؟

نشسته در نگاه آسمان

در کدام سوره؟

در کدام آیه؟

در بخوانمت، نماز کافران،

"ترانه پیغمبران!"

فصل، فصل بازی است.

بی تو روز و شب

مجازی است.

بی تو خالی است

هرچه سبز از بهار و

هرچه زرد از خزان.

شوق برگ و بر

و یا

تبر؟

به راهت ایستاده ایم.

خیل سرو هایی از یقین و

خیل بیدهایی از گمان.

من که خو گرفته با

نبدشت

نديدنت

نگفتن.

من که سالهای سال بوده ام

به این نشان بی نشان

از وجود من ترانه ای بساز

خسته ام

شکسته ام

بس که چشم دوختم

به شعرهای رنگ رنگ این و آن

حرفهای مانده نگفته را

بسی که صبر کرده ام

سینه جوش می زند

شبیه چاه کوفه

چاه جمکران.

علی داوودی





قسمت چهارم

انار خاتون

آفتاب وسط آسمان بود که از خواب بیدارشد. ننه مرتب قرمیزد و می‌گفت:

دختر، مگه کوه کندی؟ چه خبر ته، چقدر می‌خوابی؟ خوب بلندشوا! خمیازهای کشیدویه سختی از جایش بلندش. ناگهان مثل اینکه چیزی یادش آمده باشد، باعجله دوید به طرف تنور. خاکسترها را کنار زد و عروسک را از زیر آنها بیرون اورد. بعد با پارچهای پاکش کرد و خوب تماسایش کرد. خیلی عالی شده بود، یک عروسک واقعی. ننه با تعجب به او و عروسک گلی نگاه می‌کرد.

با خوشحالی، عروسکش را بغل کرد و دوید به طرف کوچه. بچه‌ها داشتند بازی می‌کردند. دخترها گلهای را توی

قوطی کبریت، قالب می‌گرفتند و زیر آفتاب کنار هم پهنه می‌کردند. پسرها

هم، خشتهای خشک شده را روی هم می‌چینند. سعید که سعی می‌کرد، مثل

ارباب حرف بزند گفت:

خیلی پول شده، این همه پول را که نمی‌شاینچا بذاریم. باید یه جای مطمئن پیدا کنیم.

رسول در حالی که خیلی ذوق

زده شده بود، گفت:

بچه‌ها فهمیدم! این

گنج ماست. بهتره

یواشکی، گنجمان

را ببریم کنار یه

درخت چال کنیم.

احسنه، احسنه

به بچه‌ها نزدیک

می‌شد. سولما

سرش را که بلند

کرد و چشمهاش

به او افتاد، با خوشحالی

گفت:

بچه‌هار عنان آمدا!

همه نگاهها به طرف او

برگشت. یک دفعه چشم

منیر به عروسکی که در

بغل او بود افتاد و با

تعجب جیغ زد:

بچه‌ها! بچه‌ها!

کنید، چه عروسکی!

همه بچه‌ها دور

او جمع شده

بودند. پسرها

هم خودشان را

رساندند. سولما با

احتیاط، عروسک

را نوازش می‌کرد.

منیر ناباورانه

گفت:

- رعناء، عروسکت را میدی ببینم؟
به آرامی گفت:

- بگیرش!
عروسوک تو بغل منیر بود و بچه‌ها هر کدام سعی می‌کردند او را در بغل بگیرند. گلنار با تعجب پرسید:

- خودت درستش کردی؟
قبل از اینکه رعناء چیزی بگوید، سعید گفت:

- خوب معلومه دیگه! نکنه فکر کردی اصلاح دایی، این قدر پول داره که برای دخترش عروسک بخره؟

بچه‌ها زیر درختی، نشسته بودند و عروسک بازی می‌کردند. پسرها هم که هیچ وقت اسباب بازی نداشتند، با عروسک سرگم شده بودند.

خانم کوچک، پشت شیشه‌ایستاده بود و با نگاه ماتش آنها را تماشا می‌کرد.

رسول در حالی که برای حرف زدن، مرتب خودش را تکان می‌داد، با صدایی شل و وارفته گفت:

- آگه راست می‌گی خودت درستش کردی، خوب یکی هم برای ما درست کن.

منیر با خوشحالی گفت:

- آره، آره راست می‌گه، رعناء جون! خوب برای ما هم درست کن. از آن روز به بعد، هر شب کارش ساختن عروسک، برای بچه‌های روستا بود. برای همه بچه‌ها، عروسک درست کرده بود. هر وقت که برای ساختن عروسک با مشکلی روپرتو می‌شد، می‌رفت جلوی آینه و شعر انار خاتون را می‌خواند و دنبال انارها راه می‌افتداد و می‌رفت به کلبه‌چوی و آنجا مشکلش را بر طرف می‌کرد.

یک شب دیگر که دنبال انارها رفت، در کلبه‌چوی پیرزن یاد گرفت که چطور با گلهای و بعضی از برگهای نرگ درست کند.

از آن شب به بعد بارگاهی زیبایی که درست می‌کرد، عروسکهاش را رنگ آمیزی می‌کرد.

خانم کوچک هم، عروسک بزرگش را بغل می‌کرد و غمگین از پشت شیشه آنها را تماشا می‌کرد.

توی میدانگاهی شلوغ بود. چند تا از پیرزنها دیگر عروسک نشسته بودند و گرم حرف زدن بودند. این طرف تر، دخترها داشتند با عروسکهاشان بازی می‌کردند و پسرها هم مثل همیشه، جار و جنجال را مانداخته بودند و داشتند سر تقسیم پولهای گلی دعوا می‌کردند.

خانم کوچک، غمگین پشت شیشه‌ایستاده بود. دیگر عروسک بزرگش را در بغل نداشت. با حسرت به آنها نگاه می‌کرد. چشم سعید که به او افتاد گفت:

- دختره لوس، دیگه، عروسک گنده‌اش را دوست ندارد. حتماً عروسک گلی می‌خواهد. رعناء نکنه از ارباب بترسی و بهشون عروسک بدی.

می‌خواست چیزی بگوید که منیر گفت:

- بچه‌ها، اصلاً باین عروسکها مونو بهش نشون بدیم تا دلش بسوزه!

با ناراحتی گفت:

- واسه چی؟ مگه خانم کوچک چه کار کرده؟ تازه من خودم خیلی هم دوشش دارم.

سعید که از تعجب چشمهاش گرد شده بود گفت:



-به به، چشم مام روشن ارعناخنوم را باش دختر ارباب را دوست
داره! ارباب بد جنسه، دخترش هم مثل خودش بد جنسه.

رعنا با ناراحتی پاهایش را روی زمین کوبید و گفت:
تختیر، هیچ هم این طور نیست. خانم کوچک بد جنس
نیست، خیلی هم مهریونه. به دفعه صبح که با نه، نون برد بودیم
خونه ارباب، خانم کوچک یواشکی منو صدا کرد و برآم دست تکان
داد و خندید. یه بار دیگه هم بهم گفت: میای بازی؟ اما تا خانم را
دید، فرار کرد.

سعید دوباره گفت:

-می خود سنگ خانم کوچک را به سینه نزن. گفتم که او هم مثل
باباش بد جنسه!

رعنا با ناراحتی گفت:

-هیچ هم بد جنس نیست. خانم کوچک دلش می خوابد ما بازی
کنه اون با ما دوسته. آگه ارباب بد جنسه به اون مربوط نیست. بعد
هم با ناراحتی راه افتاد به طرف خانه شان، ولی دخترها جلویش را
گرفتند و گفتند:

-رعنا، ناراحت نشوابیا با هم بازی کنیم، بیا عروسک بازی.
رعنا با ناراحتی گفت:

-نمی خوام ادیگه از این عروسکها بد می‌آید. می خوام یک عروسک
درست کنم که حرف بزنه بعد هم بفرستم پیش خانم کوچک تا
بیینم او نهم ما را دوست داره یانه؟
دیگر صبر نکرد، با عجله به طرف خانه دوید. زنهای همسایه، دور
مادر جمع شده بودند. مادر بزرگ با گوشة چارقد گلدارش اشکهایش
را پاک می‌کرد. مادر چشم‌های خسته‌اش را باز چمتو باز کرد و نگاهی
به زنهای همسایه‌انداخت و با صدایی آهسته گفت:

-چیزی نیست. ناراحت نباشید، من حالم بهتره! پاشید بروید
سرخانه و زندگیتان. الان مردها از صحراء برمی‌گردن، کسی نیست که
پیاله چایی درستشون بده. بروید به کارهاتون برسید.

گوشهای نشسته بود و زانوهایش را تویی بغلش گرفته بود. یاشار
روی کول ننه بود. همسایه‌ها به خانه‌هایشان رفته بودند، اما چند
تا از زنهای فامیل که نگران حال مادر بودند، همانجا مانده بودند.
مادر به سختی نفس می‌کشید. صدر و پدر از کوه بر گشته بودند. پدر
شکسته و غمگین، گوشة اتاق نشسته بود و نگاهش را به یک جا

دوخته بود. ننه که خیلی برای مادر ناراحت بود داد زد:

-آخه به کاری بکن. ناسلامتی، مردمی گفتن! برو! یقظه ظالماً را بچسب
و حق را ازش بگیر. می خوای همین طور دست رو دست بدزاری تا
زن جوانت جلوی چشمت تلف بشه؟
باباش که به طرف خانه ارباب به راه افتاد، او هم عروسک گلی اش
را بغل کرد و به طرف خانه ارباب دوید. ارباب روی ایوان چوبی
نشسته بود و به متكاهای بزرگی که روی هم چیده بودند، تکیه زده
بود. عروسک گلی اش را بغل کرده بود و گوشة کت پدرش را سفت
چسبیده بود. ارباب با عصبانیت داد زد:

-با این همه خوش خدمتی که می‌کنی، حتماً هم باید حق و
حقوقت را بخواهی، حق داری! اکی به تو اجازه داد، گوسفندهای مرا
از کوه بیاری؟

پدر با التمام می‌گفت:

-ارباب، الهی قربونتون برم. زنم داره می‌میره. مادر بچه‌های داره از
دستم می‌ره! ایه خورده پول بهم قرض بدید، بعده ازم کم کنید. ارباب
گفت:

-به درک که داره می‌میره، من پول مفت به کسی نمی‌دم.
پدرنا امید شده بود. التمام کردن فایده‌ای نداشت. گوشة کت
پدرش را می‌کشید. اما پدر متوجه نبود. دوباره گوشة کت پدرش را

محکم کشید. پدر نگاهی به او کرد و گفت:

-چیه بایاچون؟

اشارة کرد که سرش را پایین بیاورد. پدر کنار او نشست. دهانش

ربابه صورت
پدر چسبانده
بود و آرام
زیر گوش او حرف می‌زد. ارباب
با نکجاوی پرسید:
هادخترت چه می‌گه؟

پدر با التمام و خجالت دوباره گفت:

ارباب به خاطر خدا به خاطر این بچه‌ها! طفل معصوم می‌گه، به
ارباب بگو، عوض پول برای خانم کوچک عروسک درست می‌کنم.
ارباب با خشم گفت:

چه غلط‌های پرورهای بی چشم و رو. مثل اینکه بچه من بی کس
و کاره که عروسک تحفه این را بخواهد. تازه اگر هم بخواه مجبور تون
می‌کنم، بیارید تقدیم کنید. بچه‌ها شون هم مثل خودشون، نمک
نشناس و بی ادب هستن.

دنیال پدر از خانه ارباب خارج می‌شد. برگشت پشت سرش را
نگاه کرد. خانم کوچک روی پله چوبی نشسته بودو با غصه به اونگاه
می‌کرد. مثل اینکه می خواست چیزی بگوید، اما نمی‌توانست. دلش
برای خانم کوچک بیشتر سوخت با خودش فکر کرد؛ اگر ارباب باز نش
در خانه آنها بیایند و بگویند، یک عروسک هم برای خانم کوچک
درست کن، می‌گوید: من عروسک‌های را با پول نمی‌فروشم، عروسکهای
من فروختنی نیستند. فقط به یه شرط حاضرم عروسک بدم. آنهم
اینه که بذارید خانم کوچک بیاد با بچه‌ها بازی کنه. انوقت حتما
خانم ناراحت می‌شود و با عصبانیت می‌گوید:

چه فضولی‌ها، دختره بی تربیت، واسه من آدم شده! اچه غلط‌های
گنده، گنده می‌کنه. حال‌ایگه باید دختر نازنینم را بفرستم قاطی این
بچه‌های بی پدر و مادر با آنها بازی کنه. همش تقصیر این دختره
نادانه. هوش عروسک گلی کرده و گزنه من چه کار داشتم بیام به‌این

دختره پررو، رو بیاندازم؟

مادر به سختی نفس می‌کشید. صورتش کبود شده بود، مشت
خانم راهم آورده بودند، بالای سرش ننه تند و تند با قاشق، جوشانده
را توی گلوی مادر می‌ریخت ولی فایده نداشت. چشم‌هایش که به
یاشار افتاد، بغض راه گلویش را گرفت. یاشار با آرامش، گوشه اتاق
خوابیده بود. انگار نمی‌دانست که چه مصیبتی در انتظار آنها است.
پدر آنقدر ناراحت بود که به بهانه‌ای از خانه بیرون رفت. نمی‌توانست
شاهد زجر کشیدن مادر باشد. از صدر هم کاری ساخته نبود. با
غصه به مادر نگاه می‌کرد.

ادامه دارد...

نقشی از آینده

دستش گرفته است. او زنگ ادبیات را بیشتر از زنگهای دیگر دوست دارد.

الناز نگاهی به کتاب شعر می‌کند "من عاشق شurm و دوست دارم بزرگ‌تر که شدم شاعر بشم"

او بعضی وقتها شعرهایش را سر کلاس می‌خواند و همه همکلاسیهایش او را یک شاعر جوان می‌دانند. الناز می‌داند که

شاعری یک شغل نیست. اما می‌گوید "شعر هدف من است."

در این میان پدر و مادرها در انتخاب شغل آینده فرزندانشان نقش بسیار مهمی دارند.

آنها می‌توانند با راهنماییهای درست و معرفی شغلهای مختلف و حتی بردن نوجوانان به سرکارهای مختلف و نشان دادن آنها به فرزندانشان، به آنها کمک کنند. رفتن به سرکار و از نزدیک دیدن باعث می‌شود که آن شغل برای نوجوانی که برای تحقیق رفته است تا حدودی آشکار شود.

بعضی از نوجوانان با دیدن فیلمهای سینمایی و تلویزیونی، درست یا غلط شیوهٔ شغلهایی می‌شوند که ستاره‌های سینمایی آن نقشه‌ها را ایفا می‌کنند.

اما دیدن یک فیلم نباید باعث شود که نوجوان بدون تحقیق و پرس و جو، شغلی را برای خودش انتخاب کند.

چون این کار باعث می‌شود که در آینده، وقتی با سختیهای آن شغل آشنا شود از آن شغل دلزده شود و نتواند از انجام دادن

هر شب قبل از اینکه خواب چشم‌هایش را پر کند به فکر فرو می‌رود.

او پرواز را دوست دارد و همیشه آزو می‌کند، وقتی که بزرگ شد خلبان یک هواپیمای مسافرتی شود. بعضی شیخهای خودش را کنار پنجره می‌کشد، تا رفتگران شهرداری را که در حال جمع کردن آشغالها هستند، ببیند.

در همان حین به یاد پدرش می‌افتد که در قسمت دیگری از شهر آشغالهایی را که ساعت ۹ شب بیرون گذاشتند، جمع می‌کند. او پدرش را دوست دارد و به او افتخار می‌کند و خوب می‌داند که برای رسیدن به هدفش باید تلاش کند.

ناصر تصمیم دارد آرزویش را عملی کند.

۱۵ سال دارد. او دوست دارد، وقتی که بزرگ شد، معلم شود. دبیر ریاضی اش را خیلی دوست دارد. او می‌گوید "آقای ملکی خیلی مهربونه و از همه معلمها بهتر درس می‌دهد".

فکر کردن به آینده چیزی است که هر انسانی، چه بزرگ و چه کوچک، خواه ناخواه با آن روبرو می‌شود. اینکه ما برای آینده‌مان تصمیم بگیریم و از حالا فکر این باشیم که بتوانیم نقشی را که بر عهدهٔ ما می‌گذارند، خوب عمل کنیم؛ بهترین چیز ممکن است.

الناز اول دبیرستان است. او به همراه مادرش برای تهیه لوازم تحریر به معازه آمده است. الناز کتاب شعری را محکم توی

آن حرفه لذت ببرد.

کاظم از دست پدرش ناراحت است. او می‌گوید: "پدرم همیشه از من می‌خواهد که مهندس شوم" کاظم مهندسی را دوست ندارد. او دوست دارد که یک روز بتواند لباسهای مختلف را طراحی کند: "طراحی لباسهای رنگی مختلف خیلی جالبه، من دوست دارم یک روز بتونم لباسهای ورزشی را طراحی کنم؛ بیشتر وقتها هم مجله‌های مد روز ببینم".

اما یکی از مشکلاتی که بعضی از نوجوانان با آن رو برو هستند، انتخاب شغل از طرف والدین آنهاست. بعضی از پدرها و مادرها به دلیل اینکه نتوانسته‌اند شغل دلخواه خودشان را انتخاب کنند، دوست دارند فرزندانشان به دنبال آن شغل بروند. از نظر پدر و مادرها وقتی فرزندانشان فلان شغل را انتخاب می‌کنند، به خواسته‌های آنها احترام می‌گذارند و در این حین آنها خودشان را می‌بینند که به آرزوهایشان رسیده‌اند. اما چیزی که باید اینجا یاد آوری شود این است که مهمتر از خود شغل علاقه‌ای است که پشت آن قرار دارد.

اگر شخصی به یک کار علاقه نداشته باشد، نه می‌تواند آن کار را درست انجام بدهد و نه می‌تواند از انجام دادن آن شغل لذت ببرد. محمود هم کلاس سوم راهنمایی است. او وقتی‌ای آزادش را روی صندلی سبز پارک سپری می‌کند. او به شغل آینده‌اش فکر نکرده است. پدر محمود، فروشنده آهن آلات است "شاید همان کار پدرم را دنبال کردم."

محمود هنوز فکری در مورد آینده‌اش نکرده است و مشخص

فرم اشتراک مجله دوست نوجوانان برای جهان و حومه ! می‌لای اشتراک تا پایان سال ۱۴۰۲ - هر ماه ۱۳ شماره - هر شماره ۲۷۵۰ ریال

مبلغ اشتراک را به حساب شماره ۵۲۵۲ بانک صادرات میدان انقلاب کد ۷۶

به نام موسسه تنظیم و نشر اثار امام (ره) واریز کنید

(قابل پرداخت در کلیه شعب بانک صادرات در سراسر کشور)

فرم اشتراک را همراه با رسید بانکی به نشانی

تهران، خیابان انقلاب چهار راه حافظ پلاک ۹۶۲ امور مشترکان مجله دوست ارسال فرمایید

قابل توجه متخصصان خارج از کشور

بهای یک شماره متفاوت دوست

خاور میانه (کشورهای همچوار) ۱۰۰۰ ریال

آرژانتین ۱۱۰۰ ریال

امریکا، کانادا، استرالیا ۱۲۵۰ ریال

تا شماره

نام
نام خانوادگی
تاریخ تولد
تحصیلات
نشانی
کد پستی
تلفن
شروع اشتراک از شماره
امضاء

بستگان هر یک از افراد ساکن در خارج از کشور که در ایران سکونت دارند، می‌توانند مبلغ فوق را به حساب اعلام شده واریز نمایند و سپس نشانی فرد خارج از کشور را به امور مشترکان مجله دوست ارسال نمایند

هرماه به قید قرعه به یکی از مشترکین نیم سکه بهار آزادی اهدا می‌شود

بیماریهای مزمن ورزشی

تشبّاگ

پچه‌هاتحالا استادیوم رفتید؟ باورزشکاران از نزدیک برخورد داشتید؟ خودتان اهل ورزش هستید؟ فرقی نمی‌کند حرفه‌ای یا غیر حرفه‌ای.

از این شماره می‌خواهیم شما را با بعضی بیماریهای شایع در حوزه ورزش آشنا کنیم و راهکارهای درمان را به شما نشان دهیم. به همین منظور از دکتر درمانیان دعوت به عمل آوردیم!! تا هر جلسه یک بیمار را معرفی کرده و راههای درمان را تشریح کند.

یکی از بیماریهای رایج در میان فوتبالیست‌ها (حرفه‌ای و غیر حرفه‌ای) تغییر شخصیت بعد از "گل" می‌باشد. در این بیماری فرد بیمار بعد از زدن گل (چه مرده خوری چه اکتیو) دچار تغییر شخصیت می‌شود. بعضاً دیده شده است، مبتلایان به این بیماری بعد از زدن گل به گوشش زمین می‌روند و چهار زانو می‌نشینند "ای کی یوسان" می‌شوند و با مالش دو تا شقیقه خود به خلسه می‌روند و یا مورد دیگر که در برخی بیماران بروز می‌کند با در آوردن کشf(کتانی) خود شروع می‌کنند به صحبت با موبایل!! البته نوع حاد این بیماری، لخت شدن نیم تنه بالاست.

بعضی از بیماران، بعد از زدن گل، دچار شخصیت زورو می‌شوند و سریع یک نقاب در می‌آورند و می‌زنند به چشمان و یا شروع می‌کنند به درآوردن حرکات عجیب و غریب با دستهایشان مثل باد زدن کباب یا بلال و یا حرکاتی شبیه پرواز هوایپیما. این بیماری در کتاب "دم موش" (دایره المعارف مرضهای ورزشی شناسی) به نام "تشبّاگ" ثبت شده است. این بیماری جزو بیماریهای مسری است و سریعاً همه فورواردهای تیم را در بر می‌گیرد.

"وقت شادی پر زده تا آسمان شاهد مثل:

بعد گل تغییر کرده ناگهان
گاه مثل هاج زنبور عسل
گه زورو! گشته گهی ای کی یوسان!"

و اما راههای درمان:

درمان شماره یک:
مقداری سریشم را در آب گرم حل می‌کنیم و در کفش بیمار می‌ریزیم تا در شرایط شادی نتواند کفشش را در بیاورد و با موبایل!! خود صحبت کند. تذکر: از هم تیمی‌های بیمار بخواهید تا موبایل (بخششید کفش کتانی) خود را در اختیار بیمار قرار ندهند.

درمان شماره ۲:

آقا آمپورهای!! بی حس کننده فراموش نشود. ۳۰ ثانیه قبل از بازی ۸۰ تا آمپور بی حس کننده در دو تا دست بیمار تزریق کنید تا ضمن شادی نتواند حرکات عجیب و غریب در بیاورد.

ترجمه: ساراطهرانیان

یک ساعت ویژه

مردی، دیر وقت، خسته و عصبانی، از سر کار به خانه بازگشت. دم در، پسر پنج ساله اش را دید که در انتظار او بود.

بابا! یک سؤال از شما بپرسم؟
حتماً. چه سؤالی؟

بابا، شما برای هر ساعت کار، چقدر پول می‌گیرید؟
مرد با عصبانیت پاسخ داد: "این به تو ارتباطی ندارد. چرا چنین سؤالی می‌کنی؟"

فقط می‌خواهم بدانم. بگویید برای هر ساعت کار، چقدر پول می‌گیرید؟

- اگر باید بدانی خوب می‌گوییم، ۲۰ دلار.

پسر کوچک در حالی که سرش پایین بود، آه کشید. سپس به مرد نگاه کرد و گفت: "می‌شود لطفاً ۱۰ دلار به من قرض بدھید؟"

مرد بیشتر عصبانی شد و گفت: "اگر دلیلت برای پرسیدن این سؤال، فقط این بود که پولی برای خریدن یک اسباب بازی مزخرف از من بگیری، سریع به اتفاق برو، فکر کن و بین که چرا این قدر خودخواه هستی من هر روز سخت کار می‌کنم و برای چنین رفتارهای کودکانهای وقت ندارم."

پسر کوچک، آرام به اتفاق رفت و در را بست.
مرد نشست و باز هم عصبانی تر شد: "چطور به خودش اجازه می‌دهد برای گرفتن پول از من چنین سؤالی بپرسد؟" بعد از حدود یک ساعت مرد آرام تر شد و فکر کرد که شاید با پسر کوچکش خیلی تند و خشن رفتار کرده است. شاید واقعاً چیزی بوده که او برای خردیدش به ۱۰ دلار نیاز داشته است. به خصوص اینکه خیلی کم پیش می‌آمد پسرک از پدرش درخواست پول کند.

مرد به سمت اتفاق پسر رفت و در را باز کرد.

- خواب هستی پسرم؟
نه پدر، بیدارم.

فکر کردم شاید با تو خشن رفتار کرده‌ام. امروز کارم سخت و طولانی بود و همه ناراحتی‌هایم را سر تو خالی کردم. بیا، این ۱۰ دلاری که خواسته بودی.

پسر کوچولو نشست، خندید و فریاد زد: "متشکرم بابا!" بعد دستش را زیر بالشش برد و چند اسکناس مچاله شده در آورد.
مرد وقتی دید پسر کوچولو هم پول داشته است، دوباره عصبانی شد و غرولند کنان گفت: "با اینکه خودت پول داشتی، چرا باز هم پول خواستی؟"

پسر کوچولو پاسخ داد: "برای اینکه پولم کافی نبود، ولی الان هست. حالا من ۲۰ دلار دارم. می‌توانم یک ساعت از کار شما را بخرم تا فردا زودتر به خانه بیایید؟ دوست دارم با شما شام بخورم..."

تذکر ۱: قطع کردن دست، می‌تواند از درمان فوق موثرتر باشد.

تذکر ۲: این درمان عیبهایی هم دارد. یکی از این عیبهای است که بازیکن مورد نظر دیگر نمی‌تواند اوت دستی پرتاگ کند!!

تذکر ۳: چاپیدن و پخشیدن جزووهای پیشکشی در مورد مضرات نشستن روی چمن خیس و بو کردن جوراب و کفش می‌تواند موثر واقع شود تا بیمار دیگر کفش را به شیوه موبایل دم دهنش نگیرد و یا مثل ای کیوسان روی چمنها چهار زانو نزنند!!

درمان شماره ۴:

هزارتا سنجاق قفلی دم دست داشته باشید و لباس بازیکن را به شورت ورزشی اش بدوزید تا هنگام شادی نتواند پیراهنش را دربیاورد.

تذکر: به خانواده بیمار بگویید قبل از خواب هزار سنجاق را از لباسش جدا کنند مبادا در تنفس فرو ببرود.

درمان شماره ۵:

خواص نیمکت ذخیره در این مورد بی‌نهایت است. این بازیکن را در پنجاه بازی لیگ روی نیمکت بنشانید حتی موثر واقع خواهد شد.

علی حاجتیان فومنی

[دم موش]

جویبار خاطرات

خواب عجیب مصطفی

آن شب، امام و مصطفی - فرزند بزرگش - در خانه یکی از دوستان مهمان بودند. بیرون خانه، هوا سرد بود. آنها زیر گرسی نشسته بودند و باهم حرف می‌زدند. ناگهان یکی از مهمانها رو به مصطفی کرد و گفت: "آقا مصطفی! شنیده‌ام خواب عجیبی دیده‌ای برای حاج آقام تعریف کرده‌ای؟" مصطفی که نوجوانی لاغر اندام بود، لبخندی زد و گفت: "نه." امام به چهره فرزند خود خیره شده بود و چیزی نمی‌گفت. همان مرد گفت: "برای بعضیها تعریف کرده‌ای. حالا بگو حاج آقام بشنوند."

مصطفی باز به چهره امام نگاه کرد، ولی باز امام چیزی نگفت. تا اینکه یک دیگر از دوستان به حرف آمد: "حاج آقا! اجازه بدھید بگوید. خواب عجیبی است شنیدن دارد."

امام نفس عمیقی کشید و گفت: "چیه مصطفی؟! بگو!"

مصطفی به آرامی تعریف کرد: "چند شب پیش خواب دیدم در مجلسی هستم که همه دانشمندان در آنجا نشسته‌اند: فارابی، ابن سینا، بیرونی، فخر رازی، خواجه نصیر طوسی، علامه حلی، ملاصدرا و حاج ملاهادی سبزواری..."

دوستان امام با تعجب به دهان مصطفی چشم دوخته بودند. اوبعد از مکثی ادامه داد: "مجلس بسیار بزرگی بود. من هم خوشحال بودم که همه این دانشمندان در یک جا جمع شده‌اند و آنها را می‌بینیم."

مصطفی سکوت کرد و به صورت مهربان پدر نگاه کرد. امام پرسید: "حُب بعد چه شد؟"

مصطفی کمی جا به جا شد و گفت: "در همان وقت دیدم که شما داخل شدید. همه دانشمندان بلند شدند و به استقبال شما آمدند و شما را در بالای مجلس نشاندند."

حرف مصطفی که به اینجا رسید، امام با لحن جدی پرسید: "این خواب را تو دیده‌ای؟" مصطفی خندید و گفت: "بله."

امام فوری گفت: "تو بیخود چنین خوابی دیده‌ای!"

با این حرف امام همه خندیدند و لحظه‌ای بعد، خود امام هم لبخندی زد.



کلام کامل نیست

به نمازی قامت می‌بستم

که امامتش را

تو به قامت ایستاده بودی

ای قامت قیامت:

چگونه روزهای قیامت را

در قامت تو نمی‌دیدم؟

که سرود رسای پارسائی را

در گوش خاک و خاطره می‌خواندی

و عدالت را

سلامی دوباره می‌دادی

می‌خواستم شعری بهنام تو بنویسم

دیدم کلام کامل نیست

و دستهای کوتاه واژه‌ها را

از نخل بلند نامت

نصیبی نه...

بگذار،

تا با سکوت بگوییم؛

بسیار برتر از آن بود

که واژه‌ها بتوانند

تصویر چشمها دلش را

در قاب شعر بگنجانند.

سر شاخه‌های نور

امید است که این انقلاب، جرقه و بارقه‌ای
الهی باشد که انفجاری عظیم در توده‌های
زیر ستم ایجاد نماید و به طلوع فجر انقلاب
مبارک حضرت بقیه‌الله- ارواح‌المقدمه‌الفاء-
منتهی شود.

صحیفه امام؛ ج ۱۵، ص ۶۲

مجله دوست‌نوجوانان برگزار می‌کند:

مسابقه بزرگ یاد دوست

علاقه‌مندان به شرکت در مسابقه می‌توانند آثار خود را با موضوع
امام خمینی(قدس سرہ الشریف) در رشته‌های:

- . شعر
- . داستان
- . مقاله
- . خاطره
- . عکس
- . قطعه ادبی
- . فیلم کوتاه
- . نقاشی

. هنرهای تجسمی و حجمی

تا پایان تابستان سال ۱۳۸۴ به آدرس دفتر مجله دوست نوجوانان
ارسال کنند.

هیأت داوران پس از بررسی آثار، به برگزیدگان هر رشته جوایز
نفیسی اهدا خواهد کرد.

ضمناً آثار قابل چاپ در مجله دوست‌نوجوانان به چاپ خواهد
رسید و از آثار تجسمی و حجمی برگزیده نیز جهت بازدید
علاقه‌مندان، نمایشگاهی دایر خواهد شد.



تصمیم چاد

ری هیلیگوس
ترجمه: دلارام کارخیران

پت نامه را موقعی به من داد که تازه از راسیده بودم و هنوز پالتویم را از تنم در نیاورده بودم. او آنقدر عصبی بود که نمی‌توانست تا به پایان رساندن خواندن متن نامه به من فرصت دهد. پت با گریه می‌گفت: کاپیتان بوروگ احترام زیادی برای پدر چاد قائل است و می‌خواهد خانه‌ای مستقل با یک پرستار خوب برای او بگیرد و او را به کشورش بازگرداند.

مادربزرگ چاد زن مسن و بیماری است که با پرستارش زندگی می‌کند. چاد حتی به مادربزرگ پیر و بیمارش فکر خواهد کرد. یعنی او ما را ترک می‌کند؟ من سری تکان دادم و گفتم: نمی‌دانم، او هیچ اقوامی ندارد، شاید دوست داشته باشد پیش ما و دوستانش بماند.

- ولی پت او پسر واقعی ما نیست. کاش بود ولی نیست. او فقط وانمود می‌کند. به هر حال بیا هرچه زودتر با او حرف بزنیم.

چاد روی شکم کوچکش خوابیده بود و کتاب می‌خواند. وقتی ما را دید فوراً از جایش بلند شد و با من دست داد. کاری که همیشه می‌کرد. او پرسید:

بازار بورس چطور بود عمو بیل؟
من نامه را به طرفش دراز کردم. چشم‌های آبیش به سرعت نامه را وارسی کرد و بعد از لحظه‌ای آن را باز کرد و خواند. او به سرعت فکر کرد و من و پت بر قرق تصمیم را در چشمانش دیدیم. من به زحمت به هیجانم غلبه کردم و پرسیدم: می‌روی؟ چاد سر تکان داد و گفت: باید بروم عمو بیل. من ادامه دادم: بمباران هنوز تمام نشده. چاد لبخندی زد و گفت: می‌دانم، به خاطر همین می‌خواهم بروم.
- من نمی‌فهمم

حتی بعد از گذشت یک سال، هنوز من و شوهرم را خاله پت و عموبیل صدا می‌زد. این در حالی بود که ما نهایت تلاشمان را در نقش پدر و مادر برای او ایفا کرده بودیم. این ماجرا تا روزی که نامه‌ای راجع به "چاد" دریافت کردیم، ادامه داشت. چاد به عنوان یک پناهندۀ وارد کشور ما شده بود. در واقع او یکی از صدھا بچه‌ای

بود که در جریان جنگ به صورت گروهی از کشورشان خارج شده بودند تا به همراه خانواده‌های مردمان کشورهای دیگر تا پایان جنگ، اینجا زندگی کنند.

پدر او آقای جالیسون در اثر حمله تانک در صحرای آفریقای شمالی کشته شد.

چاد، این خبر را شنید و هیچ واکنشی نشان نداد

ولی من و پت درد عمیقی که در قلب کوچکش به وجود آمده بود را درک می‌کردیم. او می‌دانست که

اکثر همسالانش، پدرانشان را از دست داده بودند و کودکانه سعی می‌کرد

برای مشکل فردی‌اش گریه و زاری راه نیاندازد. او با صدای ظریف و لحن

جدی‌اش می‌گفت: «من باید خیلی سخت کوشش

کنم تا بتوانم مثل یک پسر خوب برای شما باشم.» با چنین طرز فکری من و پت نمی‌توانستیم جلوی محبت فزاینده‌مان را نسبت به او بگیریم و در دل آرزو می‌کردیم که او حتی پس از پایان جنگ نیز کنار ما باقی بماند. حتی دوستان مدرسه‌ای چاد بعد از اینکه از خنديدين به لهجه نامتعارف او خسته شدند، او را دوستی قابل اعتماد و مهربان یافتند. در واقع همه‌چیز عالی پیش می‌رفت تا وقتی که نامه‌ای که اسمش را بردم از کاپیتان بوروگ رسید. کاپیتان بوروگ مسئول رسته‌ای بود که پدر چاد در آن می‌جنگید.

- منظورم این است که... همیشه وقتی کشورت در خطر است، بیشتر از وقت‌های دیگر به تو احتیاج دارد.

من از ترس واکنش احساسی پت فوراً جواب دادم: خیلی خوب. من متأسفم اما آنکه تو...

- من هم متأسفم. واقعاً عمومیل، ولی باید بروم.

پت با صدای بعض کرده‌ای گفت: بهتر است من شام را آماده کنم و قبیل از اینکه اشک‌هاش سرازیر شوند ما را ترک کرد.

چاد بلافصله به حمام رفت. او درباره رفتنش حرف دیگری نزد ولی وقتی او با

یک پرستار به استرالیا برود، دیگر به من احتیاجی ندارد.

پت می‌خندید و گریه می‌کرد و من هم به زحمت احساسم را

کنترل می‌کردم. پس از گذشت سال‌ها، چاد جالیسون هنوز با ما

زنگی می‌کند و پسر ماست.

از شب اولی که وارد خانه ما شد تا اولین هفته و شادی فراوانی که با حضور او به خانه ما آمده بود. من با دلتنگی، مقدمات

سفر بی‌خطری را برای چاد فراهم می‌کردم. آخرین شبی بود

که چاد پیش ما بود. نیمه‌شب، وحشتزده با صدای گریه او از

خواب پریدم و به اتاق کناری دویدم البته صدای

گریه، صدای پت بود. پت نمی‌توانست

خانه بدون چاد را تحمل کند. روز بعد من در خانه ماندم تا چاد را به ایستگاه

برم. پت ما را همراهی نمی‌کرد. او به سادگی اعلام کرده بود که طاقت

لحظه‌هایی را ندارد. همه ما جلوی

در ایستاده بودیم و حرفی برای گفتن نداشتیم. چاد همان لباس‌هایی را به

تن داشت که با آنها به خانه ما آمده بود. بالاخره چاد سکوت را شکست:

من اینجا خیلی

خوشحال بودم.

در همین لحظه پستچی نامه‌ای به

پت داد. پت نامه

را به من داد و با

صدای ضعیفی به چاد گفت:

خداحافظ

چاد، همیشه

به یاد داشته

باش که من...

من تقریباً

فریاد

کشیدم: صبر

کن، این نامه

از کاپیتان

بوروگ

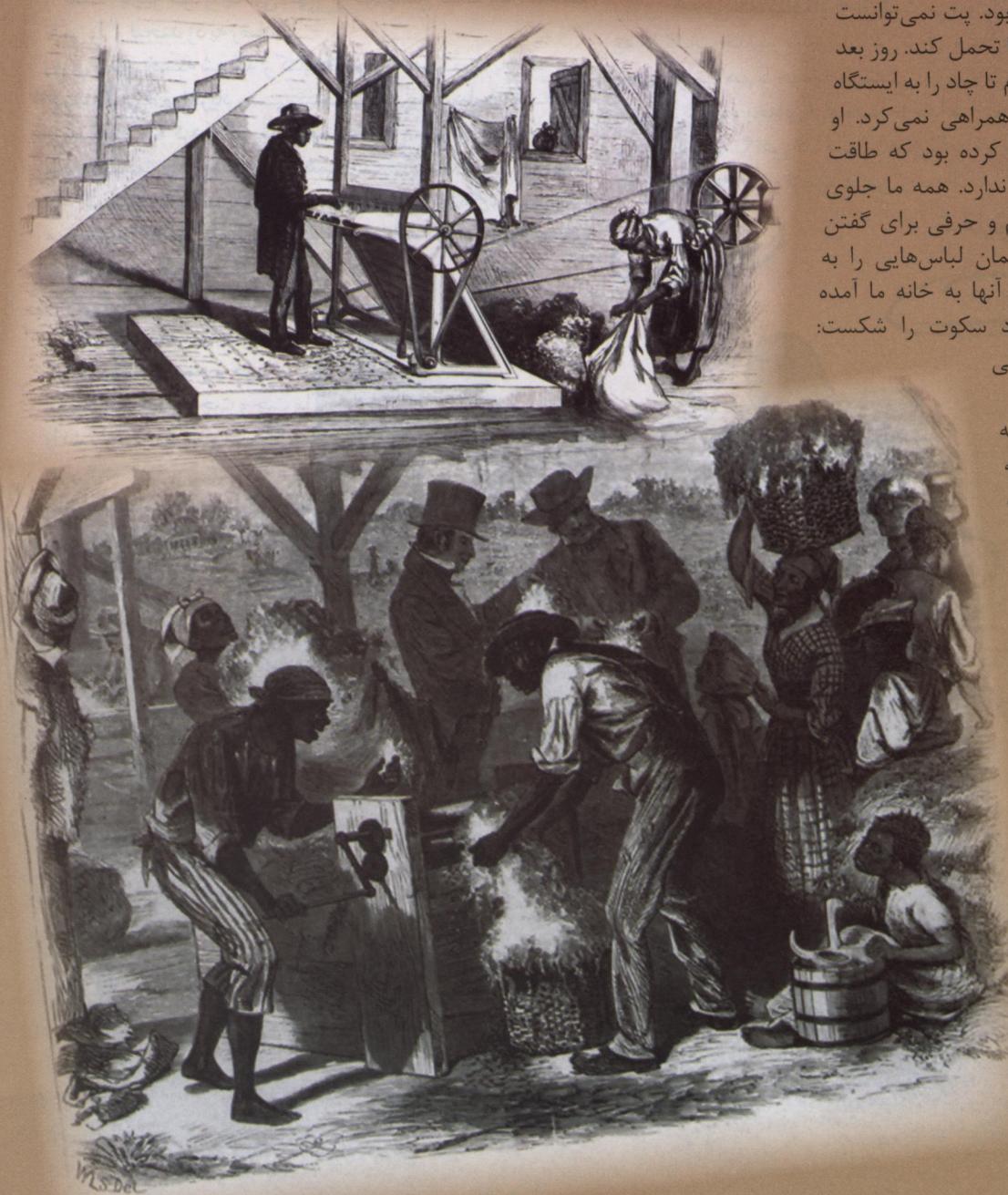
است.

مادربزرگ

چاد به

استرالیا

منتقل



اندر حکایت کنکوریان...

علی حاجتیان

مردی، صاحب بلندترین نردبان دنیا بود. هر جا قدم می‌گذاشت، نردبان را هم به دنبال خود می‌کشید؛ از این سو به آن سوابه همگان فخر می‌فروخت که این نردبان از آن من است و از عجایبی که این نردبان باعث آن بود برای همه می‌گفت. می‌گفت: این نردبان قادر است آدمی را به آسمانها ببرد. آنجا که حتی پرنده‌گان هم نمی‌توانند پرواز کنند. آن قدر تو را بالا می‌برد که بتوانی با خدا هم دست بدھی، آنجا که عطر گلهای بهشتی را استشمام کنی؛ آنجا نسیمی را که حاصل به هم خوردن بال فرشته‌هاست بر پوست احساس می‌کنی؛ و هم چنان می‌گفت و در وصف این نردبان بر همگان سخن می‌راند.

روزی کودکی که کنگکاو به او گفت: می‌شود این بار که خواستی به ملاقات خدا، در باغ زیباییش بروی و غذایت را با فرشته‌ها بخوری مرا هم با خود به مهمانی ببری؟ قول می‌دهم آزاری به کسی نرسانم و بچهای آرام باشم تا خدا مرا دوست بدارد.

مرد به کودک نگاهی انداخت، اما هیچ نگفت! او تا به حال از نردبان بالا نرفته بود؛ آخر او از بلندی می‌ترسید!!!

شقایق قره گوزلو



پیرما را روزی گذری بر کتابخانه افتاد. جمعی دید سر به جیب فرو برده و خموش که لب می‌جنbandند اما سخنی و صوتی بر نمی‌آمد. سوال کرد: "اینان کیانند و در چه حالت؟" گفتند: "اینان نهاییان هستند و کنکوریان هستند. به سالی ریاضت کشند تاریخی، نمره‌ای و چیزی بر آرند."

پیر را خوش آمد گفت: ما به عمر خود دو سه چندی به چله نشسته‌ایم اما به ساله نه! خوب است ما هم بدین کسوت در آئیم. پس برفت و دفتر چهای خرید بھر کنکور، پرید و پستید و پشت کنکوری شد. هر روزی بر سبیل عادت به کتابخانه شدی و درس همی خواندی تا غروب و آنگاه بر شدی و به خانه آمدی. روزی خود را گفت: یا پیر خود را چه می‌کنی؟ و خود پاسخ گفت: "ریاضت دهم نفس را" و لبخند زد به رضایت.

روزی چنان خسته شد که از کتابخانه بیرون جست و فریاد زد: "چت کردم مرا فریاد رسی نیست. قومی به گرد او فراشند و پرسیدند" چه کردی ای پیر؟" گفت: چت کردم از پس درس خواندم. بیهوده نیست، این روزها، جوانان، همه چت می‌کنند و خل می‌شوند. قوم گرد آمده خندیدند. پیر ما گفت: زهر هلاهل، چتیدن مرا می‌خندید؟ گفتند: "یا پیر ما گفت: "معامله را به کسرهای و فتحهای به هم نزنید و این وسط بُل نگیرید که زندگی من بازی و سطی نیست"

و قوم در دم ماست ها کیسه کردن و لب ها جمع و جور. و پیرما فرمودند: "چت و چت ما را نشاید که پیریم و مرید داریم هزار تا".

و این بگفت و کنکور فرو گذاشت و به کسوت خویش فرو شد و این ببود تابود.

طلا بیجا رررر رز

بدن انسان

زنگ انشا

موضوع انساب: بدن انسان

من از بی پولی پدرم ازاب می کشیدم تا اینکه یکبار ریازی ام سفر شد و با پروری به بایام گفتم که آنکه او هم مسل ببابی دوستم کارفانه دارد و برايم معلم فسوس می گرفت من ۲۰-می شدم بعد بایام گفت که تو فودت کارفانه داری و اسم کارفانه ات بدنت است که مثل یک ماشین کار می کند و ثرمایه ازیمی است من به هرچهاری پدرم خوب گوش کردم و دیدم راست می گویر چون من بھای درزکید پشم دارم و به بھای ماشین هساب مغز دارم و به بھای جاده و ریل رک دارم و به بھای اسکلت آهني استفوان دارم و به بھای آبر نما پوست دارم فقط هر چیز که درم نفهمیدم کارفانه من هم تولیدی دارد چون مثلا کارفانه بایابی دوستم سیمان تولید می کند ولی کارفانه بدن من فقط کار بد تولید می کند و بقاطر همین است که ریازی سفر شده ام!



ما چگونه می‌شنویم؟

چگونه بوهای مختلف را تشخیص می‌دهیم

بینی، اندام حس بویایی است، به هنگام نفس کشیدن ممکن است گازهای مخصوص همراه هوا وارد بینی شوند، این گازها همین که با یاخته‌های مخاطی سطح درونی قسمت بالای بینی، مجاور می‌شوند، باعث تحریکاتی می‌شوند، که به وسیله یک جفت عصب به مغز می‌رسند و در آنجا به عنوان بو تعییر می‌شود.

چگونه مزه‌های گوناگون را می‌فهمیم؟

اعضای حس چشایی که غده‌های چشایی نامیده می‌شوند، در زیر سطح زبان و در سه نقطه‌ی قرار دارند بعضی مواد باعث می‌شوند که این غدها مزه‌ها را احساس کنند. اینکه چگونه این احساس به وجود آید، هنوز شناخته نشده است. طعم هم مثل بو شاید تیجه واکنشهای شیمیایی ملایمی باشد. این حسها، شوری، تلخی، شیرینی و ترشی هستند.

چرا نفس می‌کشیم؟

می‌دانیم که یاخته‌های بدی به اکسیژن نیاز دارند پس برای به دست آوردن اکسیژن باید با نفس کشیدن هوا را وارد کنیم، در بدی انسان زیر ششه ماهیچه پهن و نیرومندی به نام دیافرالگم است. هنگامی که این ماهیچه‌ها به سوی پایین کشیده می‌شوند، دندنهای بالا می‌روند و حجم قفسه سینه زیاد می‌شود. حالا فشار هوای خارج که بیشتر از فشار هوای درون ششهاست باعث ورود هوا به حلق و نای و سپس به ششها می‌شوند.



ترکیبات خون

خون از دو بخش مایع و جامد تشکیل یافته است، قسمت مایع خون پلاسما نام دارد، قسمت جامد عبارت است از گلوبولهای سرخ، گلوبولهای سفید و پلاکتها.

امواج صوتی سبب ارتعاش پرده گوش و در نتیجه استخوان چکشی که به آن پیوسته است می‌شوند. در اثر این استخوان چکشی ضربه‌هایی به استخوان سندانی وارد می‌آورد. استخوان سندانی این ضربه‌ها را به هم به نوبه خود باعث مرتعش شدن مایع درون گوش می‌شود. ارتعاش مایع درون مجراه، اعصاب شنوایی را تحریک می‌کند. این اعصاب تحریک را به مغز می‌برند و در قسمت مربوط به شنوایی مغز این تحریک به عنوان مبدأ تفسیر می‌شود.

قلب ما در چهار مرحله کار می‌کند

قلب ماهیچه‌ای است که اندازه آن معادل مشت بسته صاحب آن است. این ماهیچه در چهار مرحله کار می‌کند.

۱- دهلیز منقبض می‌شود و خون را با فشار به بطن می‌فرستد.

۲- بطن منقبض می‌شود. دریچه سه لختی بسته شده و دریچه میترال گشوده می‌شود و خون به سرخرگها میریزد.

۳- بطنها به حالت آزاد در می‌آیند و دریچه‌های میترال بسته می‌شوند و دریچه‌های سه لختی باز می‌شوند، خون وارد بطنها می‌شود.

۴- خون وارد دهلیزها و بطنها می‌شود. قلب به حالت آزاد در می‌آید و لحظه‌ای بسیار کوتاه استراحت می‌کند.



کار کلیه‌ها در بدن انسان چیست؟

هر کلیه از میلیونها لوله مارپیچ بسیار کوچک تشکیل شده است. خون در درون این لوله‌ها جریان می‌یابد و مواد زاید آبکی را به بیرون ترشح می‌کند. این مواد از کلیه به کیسه‌های میریزد و موقعتاً در آن ذخیره می‌شود. این کیسه‌های مثانه نام دارد. هنگامی که مثانه به اندازه کافی پر می‌شود، انسان نیاز به تخلیه آن را احساس می‌کند. این عمل را دفع ادرار می‌نامند.

چگونه اشیاء را احساس می‌کنیم؟

اعضای اصلی این حس دنباله آزاد اعصابی است که در یاخته‌های پوششی بدن پراکنده‌اند. در بخش خارجی بدن، پوست عضو حس لامسه است و در درون بدن یاخته‌هایی بافت پوششی همهٔ حفره‌های را مانند دهان، گلو، معده، روده‌ها، گوشها و نظایر آنها را می‌پوشانند. همهٔ احساسات مربوط به حس لامسه از یک نوع عصب پدید نمی‌آید. در پوست بدن ۱۶۰۰ عصب، حس گرما و سرما را متنقل می‌کند و بیش از ۴ میلیون عصب هستند که در را احساس می‌کنند.



عاطفه چیست؟

انسان دارای عواطف گوناگون است. عشق، نفرت، اندوه، شادی، خشم و مهربانی در زمرة عواطف به حساب می‌آیند. همهٔ افراد انسان نیازهای عاطفی دارند. نیاز به‌اینکه عواطفی را تجربه کنند. هر کس نیاز دارد که دوستش بدارند، نیاز دارد که به او اهمیت بدهند و دیگران به او نیاز داشته باشند. کوشش در برآوردن چنین نیازهایی محرك اصلی انسان در تمام کارهایی است که انجام می‌دهد.



صرف غذا

می‌دانیم که خون مواد غذایی را به یاخته‌های بدن می‌رساند. روشن است که غذا به آن صورتی که در دهان می‌گذاریم نمی‌تواند در خون جریان یابد. بیش از اینکه غذا به شکلی در آید که بتواند در بافتها مصرف شود تغییر بسیار می‌کند. این جریان تغییر و تحول گوارش خوانده می‌شود. دهان، حلق، مری، معده، روده، کوچک و روده بزرگ، لوله‌ای به نام لوله گوارش تشکیل می‌دهند. این لوله در حدود ۹ متر طول دارد و غذا در جریان هضم از این لوله می‌گذرد. دو غده بزرگ یعنی جگر و طحال نیز در هضم غذا اهمیت بسیار دارند. این دو غده و لوله گوارش با هم دستگاه گوارش انسان را تشکیل می‌دهند.

ماهیچه‌ها

استخوان بندی بدن انسان خود به خود نمی‌توانند حرکت کنند و این ماهیچه‌ها هستند که باعث حرکت استخوانها می‌شوند. در بدن انسان ۶۰۰ ماهیچه وجود دارد و این ماهیچه‌ها بیشتر از نیمی از وزن بدن انسان را تشکیل می‌دهند. ماهیچه‌ها از مجموع بافت‌های ماهیچه‌ای ترکیب یافته‌اند. بافت ماهیچه‌ای بافتی بسیار مستحکم است و هر ماهیچه چیزی است شبیه یک دست نولار لاستیکی که کنار هم قرار گرفته‌اند.



وظیفه پوست ما

پوست پوششی است که بدن را در برابر هوا، آب و میکروبها محافظت می‌کند. ماده رنگین پوست حایلی است میان بدن و بعضی از پرتوهای زیان بخش آفتاب پوست حرارت بدن را تنظیم می‌کند. مثلاً وقتی قسمت سطحی بدن سرد می‌شود، رگهای خونی پوست منقبض می‌شوند و خون بیشتری را به بدن می‌رسانند. این کار مانع می‌شود که بدن از طریق تشعشع حرارت زیادی را از دست بدهد.

یاخته یا سلول

همه موجودات زنده از واحدهای کوچکی به نام یاخته ساخته شده‌اند. فیل هم مثل انسان از میلیونها یاخته تشکیل شده است. یادمان باشد که بدن برخی از جانوران تنها از یک سلول ساخته شده است. به این جانوران موجودات تک سلولی گفته می‌شود. برای دیدن برخی از سلولها کافی است از ذره بینهای قوی استفاده کنیم، ولی برخی از آنها آنقدر ریزند که مثلاً ۲۵ هزار تای آنها با اندازه نقطه پایان این جمله است. بعضی از سلولها هم آنقدر بزرگ‌اند که می‌توانیم آنها را با چشم غیر مسلح بینیم.

هر سلول از اجزایی مثل پرده سیتوپلاسم و هپسته تشکیل شده است.

بنز-پراید-بدن انسان!

بدن انسان نه تنها از بنز و پراید، بلکه از همه ماشینهای دست ساز آدمها پیچیده تر است. شاید از تعمیرکار اتومبیل شنیده باشید که مثلاً سیستم ترمز یا احتراق نیاز به تعمیر دارد. هر یک از این دستگاه‌ها از چند قسمت ساخته شده است و هر دستگاهی در حرکت اتومبیل وظیفه‌ای خاص

دارد. انسان ماشینهای حساب الکترونیکی عظیمی ساخته که می‌توانند مسافت پیچیده‌ای را حل کنند. اما نمی‌توانند تشخیص دهنند چه مسأله‌ای را حل کنند. یا حل این مسأله به چه دردشان می‌خورد کارهایی که برای مغز ما به سادگی در یک جعبه کفش جا می‌شود، اصلاً سخت نیست!!!

ما چقدر پوست داریم؟

وقتی به بدن انسان نگاه کنیم، اولین چیزی که می‌بینیم پوست آن است. بدن هر انسان بالغ متوسط تقریباً از ۱/۶۲ متر مربع پوست بدن یکسان نیست. پوست پلکها بسیار نازک و پوست پاشنه پا و کف دست کاملاً ضخیم است.

تعداد استخوانهای بدن ما

تعداد استخوانها در کودکان ممکن است به ۳۵۰ عدد برسد. اما به هنگام رشد بسیاری از این استخوانها با هم نمو کرده و استخوان واحدی را می‌سازند. در بدن یک انسان بالغ به طور متوسط ۲۰۶ استخوان وجود دارد بعضیها چون ممکن است در دوران کودکی استخوانهایشان به خوبی با هم رشد نکرده و جفت نشده باشند. ممکن است یکی، دو استخوان بیشتر داشته باشند.

ساختمان استخوانهای ما

وقتی به برشی از استخوان نگاه کنیم، می‌بینیم که از نوع ماده اصلی ساخته شده است. یک بخش بسته بیرونی و یک قسمت درونی که اسفنجی و سوراخ سوراخ است. قسمت سخت بیرونی که بیشتر از دو عنصر کلسیم و فسفر ساخته شده است. آن بخش نرم درونی استخوان را مغز استخوان غالباً زرد رنگ است و از یاخته‌های چربی ساخته شده و محل ذخیره چربی است. در استخوانهای دراز مثل استخوان بازو و ساق پا و عموماً در سرتاسر قسمت درونی استخوانهای پهن مثل استخوانهای جمجمه و ستون مهره‌ها تکه‌ها و رگه‌هایی از بافت قرمز رنگ وجود دارند که رنگ خود را از گلولهای قرمز خون می‌گیرند. استخوانهای کوتاه مثل مج پا از یک قلم کلفت که قابل ارجاع و اسفنجی است تشکیل شده‌اند و

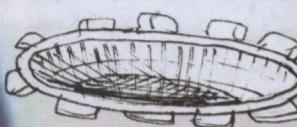


ماهیچه‌های حرف گوش کن و ماهیچه‌های حرف گوش نکن

ما دو نوع ماهیچه داریم، ماهیچه‌هایی که باعث حرکت استخوانها می‌شوند همان ماهیچه‌هایی هستند که می‌توانیم به میل خود آنها را حرکت دهیم. ماهیچه‌های چشم، زبان، کام نرم و قسمت بالای حلق از این نوع هستند و به آنها ماهیچه‌های ارادی می‌گویند. ماهیچه‌هایی هم هستند که ما نمی‌توانیم آنها را به میل خود حرکت دهیم. اینها را ماهیچه‌های غیر ارادی می‌نامند. ماهیچه‌های دیواره سیاهرگها و سرخرگها، معده، روده‌ها، کیسهٔ صفراء، بخش پایین حلق و چند عضو داخلی دیگر از این نوع هستند. هزاران ماهیچه بسیار کوچک غیر ارادی هستند که باعث راست شدن موى بدن می‌شود. وقتی می‌ترسید یا سرداشتن می‌شود بر پوستتان برآمدگیهای بسیار ریزو کوچکی شبیه پوست مرغ پدید می‌آید و این ماهیچه‌های بسیار کوچک زیر پوست هستند که سبب پدید آمدن بر جستگیها و در نتیجه راست شدن موى بدن می‌شوند.

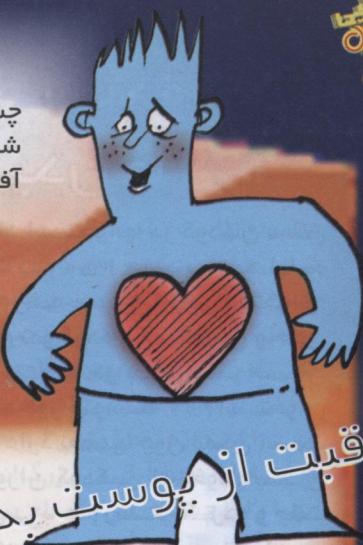
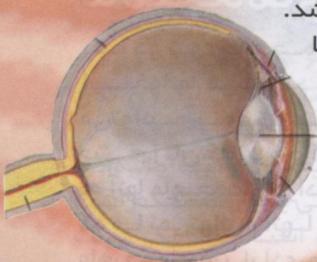
چه عاملی حرکات بدن را هدایت می‌کند؟

فرض کنید مدادی از دستان بر زمین می‌افتد و شما می‌خواهید آن را بردارید. این کار بسیار آسان است، کاری که بدون هیچ فکر یا اشکالی می‌توان آنرا انجام داد. اما همین عمل ساده سبب می‌شود که چندین ماهیچه ارادی به کار می‌افتد. اول، باید بینید مدادکجا افتاده. حالا باید خم بشوید تا دستان را مداد برسد آنرا بردارید و دوباره بنشینید. ماهیچه‌های ارادی نه تنها سبب وقوع این کارها می‌شوند بلکه باید آنها را درست انجام دهند. مغز انسان به وسیله اعصابی که در سراسر بدن پراکنده‌اند بر حرکات ماهیچه‌ای بدن نظارت می‌کند. مغز و سلسله اعصاب بر روی هم دستگاه عصبی بدن انسان را تشکیل می‌دهند.



مراقبت از چشمها

چشم را شاید بتوان گرانیهاترین اندام حسی در بدن انسان دانست. نور شدید آفتاب برای چشم زیان آور است. در چنین مواقعي باید لز عینکهاي آفتابي استفاده کرد. هنگام خواندن و نوشتن نور باید کافي باشد.
گاهي با چشم دوختن به دوردست و يا بستن چشمها، به آنها استراحت دهيد. هرگز دست کثيف را به چشم نماليد و يادتان باشد دست کم سالی يك بار پيش چشم پزشک برويد.



مراقبت از پوست بدن نذرها

مراقبت از موها و ناخنها

كسانی که پوست سالمی دارند. احتمالاً از سلامتی مو و ناخن هم بر خوردارند. مو تنها با شستن تمیز می شود و کافی است که در هفته یکبار شسته شود. البته موهاي چرب را باید بیشتر شست. برس کشیدن مرتب به موها باعث تحریک پوست و تسريع در جریان خون می شود. خشکي و شکنندگی ناخنها گاهي به علت آن است که رژیم غذایی فاقد عنصر لازم غذایی است. در چنین حالتی يك رژیم مرتب غذایی باعث بهبودی می شود.



مراقبت از گوشها

هرگز چيزی را در گوش فرو نبريد چون باعث پاره شدن پرده گوش می شود. غدههای گوش مایعی ترشح می کنند که سبب نرمی پرده گوش می شود. گاهي مقدار ترشح غدهها بیش از اندازه است به طوری که سوراخ گوش بسته می شود و به حس شنوایی آسیب می رساند. گوشها را همیشه با آب و صابون بشویید و برای پاک کردن سوراخ گوش تنها از انگشت خود استفاده کنید.

پوست بدن ممکن است به بیماریهای گوناگونی مبتلا شود که پارهای از آنها میکروبی هستند و برخی هم نتیجه حساسیت شدید پوست نسبت به بعضی مواد به وجود می آیند مثلًا دمل در نتیجه نوعی باکتری است که معمولاً روی پوست وجود دارد. قارچها هم ممکن است باعث بیماری پوستی شوند. وقتی پوست کثیف باشد و آنرا مراقبت و نظافت نکنیم جای مناسبی برای حشراتی از قبیل شپش خواهد بود. وقتی پوست بدن تمیز نگاهداشته شود، چنین بیماریهایی یا اصلاً به وجود نمی آید، یا عامل به وجود آمدن آنها تقلیل خواهد یافت. تاحدی خود بدن و دستگاههای محافظت کننده آن این بیماریها را دفع خواهد کرد.

انسان به ورزش نیاز دارد

هر کس برای حفظ سلامتی عضلات بدن به ورزش نیاز دارد و قتنی به یاد بیاوریم که چه مقدار از بدن انسان از ماهیچه‌ها ساخته شده است به اهمیت این موضوع پی میریم. منظور از ورزش این است که قلب خون بیشتری به مویرگهای بافتها برساند و بهماین ترتیب تمام بخش‌های بدن به خوبی تغذیه شده و مواد زاید خود را دفع کنند ورزش مناسب و کافی نه تنها باعث خستگی نمی‌شود بلکه در انسان احساس تندrstی را به وجود می‌آورد.

مراقبت از دندانها

ریزه‌های غذا که پس از خوردن غذا در دهان باقی می‌مانند برای رشد و نمو باکتریها محل مناسبی به وجود می‌آورند. باکتریها ماده‌ای ترشح می‌کنند که به مینای دندان آسیب می‌رساند و در نتیجه، دندان را سوراخ می‌کند بهاین دلیل لازم است که در صورت امکان پس از هر غذا دندانها را مسواک کنیم. از آنجاکه حتی با مسواک کردن مرتب دندانها هم ممکن نیست که از فساد آن جلوگیری کنیم لازم است هر سال دوبار نزد دندان پزشک برویم.

انسان به استراحت نیاز دارد

حرکات ورزشی‌تند یا ورزش به مدت طولانی ممکن است باعث خستگی شود. علت خستگی جمع شدن مواد زاید در بدن است. هنگامی که ماهیچه‌ها به طور مداوم در حرکت یا زیر فشار باشند مواد زایدی بیشتر از آنچه بتوانند فوراً دفع کنند تولید می‌شود. در این هنگام بدن نیاز به استراحت پیدا می‌کند تا این مواد از بدن دفع شوند. خواب بهترین شکل استراحت است و همه آدمها باید در شبانه روز به اندازه کافی بخوابند.

ساختمان پوست بدن ما

پوست از دو لایه ساخته شده است. لایه بیرونی یا بشره که از سلولهای پهن و مرده ساخته شده و سلولهای زیر لایه بشره که زنده‌اند و رفته رفته می‌میرند و جای سلولهای مرده سطحی را که می‌ریزند می‌گیرند. لایه جلد در زیر بشره است که تماماً زنده است. در جلد رگهای خونی فراوان و اعصاب حسی و حرکتی پراکنده‌اند. لوله‌های کوچک مارپیچی که در این لایه جای دارند وارد لایه بشره می‌شوند. این لوله‌ها غده‌های عرق‌اند. موهایی که روی پوست بدن می‌رویند ریشه در جلد دارند.



بصل النخاع چیست؟

قسمت کوچکی از مغز که در بالای نخاع قرار دارد و به حرکات ماهیچه‌های غیر ارادی نظارت می‌کند. این قسمت کوچک بصل النخاع نام دارد. طول آن در حدود ۳۰ سانتیمتر و در واقع کلفت تر از نخاع است. بصل النخاع بر کار ضربان قلب، شمارش تنفسی، حرکات معده و روده‌ها، حرکات مری هنگام بلع غذا و فعالیتهای حیاتی دیگر بدن نظارت می‌کند.

نخاع چیست؟

نخاع از بصل النخاع رو به پایین امتداد می‌یابد و از میان مهره‌های استخوان ستون فقرات می‌گذرد. نخاع به شکل لوله است، سطح خارجی آن را یاخته‌های پوششی پوشانده‌اند و در درون آن رگهای خونی پراکنده‌اند و در وسط آن تارهای عصبی به شکل H قرار گرفته‌اند. طول نخاع چهار پنج میلی‌متر است. متوسط عرض نخاع برابر با 14 mm است. حدود $31 / 35 \text{ g}$ است. جفت عصب از نخاع منشعب شده که از قسمت تحتانی جمجمه می‌گذرند و وارد مغز می‌شوند. جفت عصب دیگر در تمام طول نخاع از آن به تمام اعضاً بدن کشیده می‌شوند و در این اعضاً همچنان شاخه‌های می‌شوند تا به آن اندازه که کوچکترین شاخه را با چشم غیر مسلح نمی‌توان دید.

حواس انسان

انسان به وسیلهٔ حواس گوتاگون از جهان پیرامون خودش آگاهی می‌یابد، قرنهای بود که انسان خود را صاحب حس‌های بینایی، لامسه، بویایی، شنوایی و چشایی می‌دانستند. برخی از دانشمندان معتقدند حس‌های گرما، سرما، فشار و درد را هم باید به این حواس‌ش افزود. احساس طی چند مرحلهٔ جریان کاملی را سپری می‌کند. اول اینکه حرکتی بر روی عصب یکی از اعضاً حواس اثر می‌کند و این تحریک عصبی از عضو به سوی مغز می‌رود. در مغز این تحریک به عنوان احساسی خاص تفسیر می‌شود و آن حس را درک می‌کنیم.

مخ

بزرگترین قسمت مغز است. همان جا که خیلی وقتها فکری می‌کنیم معیوب است. مخ از دو نیمکره ساخته شده و چین خودگیهای عمیقی دارد و هر نیمکره در یک طرف سر قرار گرفته است. مغز بر همه فعالیتهای آگاهانه ذهنی انسان نظارت می‌کند.

مخچه

بچه مخ - مخ کوچک؟ نه بابا! بی‌خیال، مخچه یکی از اعضا سلسه عصبی است که در پیش چشم مجممه قرار دارد و مغز روی آن را پوشانده است. مخچه فعالیت ماهیچه را هماهنگ می‌کند و به وسیله این بخش از مغز است که انسان عادتها را کسب می‌کند و مهارتها را پرورش می‌دهد.



مکانیسم دیدن

در پشت عینیهٔ چشم، عدسی دایرهٔ شکل شفافی است که از بافتی محکم ساخته شده است. ماهیچه‌هایی که به لبه این عدسی متصل شده‌اند می‌توانند آن را برای اشیای دور و نزدیک میزان کنند. شعاع نوری که از این عدسی گذر می‌کند، وارونه شده از سوی راست به چپ و به حالت معکوس در می‌آید پس از گذشتن از عدسی، نور از حفره بزرگ کروی که بخش عدهٔ چشم را می‌سازد عبور می‌کند. سطح درونی این حفره را لایه‌ای پوشانده است که شبکیه نام دارد و اعصاب ویژه‌ای که در برابر نور حساس‌اند در این لایه پراکنده‌اند. این شاخه‌های عصبی به عصب بینایی که به مغز می‌روند متصل شده‌اند. نوری که از یک جسم منعکس می‌شود وارد چشم می‌شود، عدسی آن را میزان می‌کند و تصویر معکوس آن بر شبکیه می‌افتد و از طریق





گمشده

در بگشائید
شمع بیارید
عود بسوزید
پرده به یکسو زنید از رخ مهتاب...
شاید
این از غبار راه رسیده
آن سفری همنشین گمشده باشد.

فریدون مشیری

ای مرغ سحر عشق ز پروانه بیاموز
کان سوخته را جان شد و آواز نیامد
این مدعیان در طلبش بی خبرانند
آن را که خبر شد خبری باز نیامد

سعدی

کز چه من گردم اینچنین و تو دراز
چاره‌ای نیست با زمانه بساز
این حقیقت مپرس ز اهل مجاز
کس دراین پرده نیست محروم راز
نهد قدر، چرخ شعبده باز
هر دو گردیم جفت سوز و گدار
نتوان کرد بهر گیتی ناز
سر این کیسه، گردد آخر باز
بخروشیم لیک بی آواز
آتش آمد من و تو را دمساز
که به ما نیز خلق راست نیاز
هم تو بر کار خویشن پرداز
چه پلاس و چه جامه ممتاز
چه توانیم گفتن از آغاز

نخودی گفت لوپیابی را
گفت ما هر دو را بباید پخت
رمز خلقت کسی نگفت به ما
کس بدین رزمگه ندارد راه
به درازی و گردی من و تو
هردو روزی در او فتیم به دیگ
نتوان بود با فلک گستاخ
سوی مخزن رویم زین مطبخ
برویم از میان و دم نزنیم
این چه خامی است چون در آخر کار
گرچه در زحمتیم باز خوشیم
دهر بر کار کس نپردازد
چون تن و پیرهن نخواهد ماند
ماکز انجام کار بی خبریم

پروین اعتصامی





شهاب شفیعی مقدم

قسمت سوم

جنگ سیاوش با تورانیان

مروری بر گذشته:

کیکاووس، شاه ایران صاحب پسری به نام سیاوش شد، اختر شناسان زندگی او را کوتاه و پر فراز و نشیب پیش بینی کردند. سودابه، یکی از همسران کیکاووس، عاشق سیاوش می‌شود. چون سیاوش به او اهمیتی نمی‌دهد به سیاوش تهمت خیانت به پدرش را می‌زند. سیاوش نیز برای اینکه ثابت کند، سودابه دروغ می‌گوید، مجبور می‌شود از آتشی بزرگ عبور کند. چون در آن زمان مردم اعتقاد داشتند هر کسی که بیگناه است؛ اگر خود را به آتش بزند، صحیح و سالم از میان آتش عبور می‌کند و فرد گناهکار در آتش می‌سوزد. سیاوش نیز صحیح و سالم از میان آتش ببرون آمد، بدین ترتیب بی‌گناهیش را به پدر ثابت کرد. در این میان افراسیاب با سپاهی گران از توران به طرف ایران حمله می‌کند. کیکاووس تصمیم می‌گیرد خودش به جنگ افراسیاب برود. اما پهلوانان و بزرگان موافق نبودند که شاه پیشاپیش سپاه حرکت کند و اینک ادامه ماجرا...



وقتی سیاوش مطلع شد که پدرش تصمیم گرفته است پیشاپیش سپاه به جنگ افراسیاب برود نزد پدرش رفت و به او گفت: "ای شاه دلیر، شایسته نیست که شما به جنگ افراسیاب بروید. اگر اجازه بدھید من فرماندهی سپاه را بر عهده می‌گیرم و دمار از روزگار افراسیاب در می‌آورم. کاکوس شاه نیز سخنان سیاوش را پذیرفت و از رستم دعوت کرد تا به بارگاه او بیاید.

وقتی رستم به بارگاهش آمد به او گفت:

بدو گفت: همزور تو پیل نیست
چو گرد پی رخش تو فیل نیست
همی خواهد او جنگ افراسیاب
تو با او برو، روی از او بر متاب

هیچ فیلی، زور تو را ندارد و حالا که سیاوش می‌خواهد به جنگ افراسیاب برود. تو همراه او باش و از او حمایت کن.

_RSTM نیز درخواست پادشاه را اطاعت کرد و همراه سیاوش با هزار مرد جنگی به نبرد با افراسیاب رفت. وقتی که تورانیان از آمدن سپاه ایران همراه سیاوش و رُستم و دیگر پهلوانان آگاه شدند، یکی از سرداران سپاه توران نزد افراسیاب رفت و به او گفت:

که آمد ز ایران سپاهی گران
سپهبد سیاوش و با او سوان
از ایران سپاهی گران به سمت توران در حال حرکت است که
پیشاپیش سپاه، سیاوش و رستم دستان حرکت می‌کنند.
سپاه ایران در نزدیکی بلخ با سپاه توران درگیر شد. در طول سه
روز، جنگ سختی میان دو سپاه درگرفت. در روز چهارم، سپاه توران
تاب نیاورد و به طرف توران عقب نیشینی کرد. سپاه ایران وارد بلخ
شد. سیاوش نامه‌ای به پدرش کاکوس شاه نوشت و به او گفت:
به بلخ آمدم شاد و پیروز بخت
به فر جهاندار با تاج و تخت



کنون شهر توران تو را بنده‌اند
همه دل به مهر تو آکنده‌اند
پدر وار پیش تو مهر آورم
همیشه پُر از خنده چهر آورم

همه مردم توران بنده تو هستند و همگی مهر تو را در دل دارند و من مثل یک پدر به تو علاقه دارم. سپس دستور داد تا کاخ سیاوش را آماده کنند، سیاوش در کنار افراسیاب روزگار خوبی می‌گذراند. روزی از روزها وزیر افراسیاب، پیران به سیاوش گفت:

تو در نظر افراسیاب جوانی نیکو هستی و اگر با افراسیاب پیوند خویشاوندی بیندی جایگاهت محکم تر خواهد شد. یکی از دختران افراسیاب که فرنگیس نام دارد شایسته توست، اگر راضی باشی او را برای تو خواستگاری کن.

اشک در چشمان سیاوش جمع شد و به پیران گفت: اکنون که سر نوشت من این است که دور از پدرم زندگی کنم و از دیدار پهلوانانی مثل رستم، بهرام، گیو و شاپور بی بهره باشم هر چه که صلاح می‌دانی همان کار را بکن.

پیران نیز نزد افراسیاب رفت و از قول سیاوش گفت:

پس پرده تو یکی دختر است
کهایوان و تخت مرا در خور است
فرنگیس خواند و را مادرش
شوم شاد اگر باشم اندر خورش

تو دختری داری که فقط او لیاقت تخت و کاخ مرا دارد، نام او فرنگیس است و من شادمان می‌شوم. اگر او را به همسری من در آوری و بدین ترتیب پیران، فرنگیس را برای سیاوش خواستگاری کرد.

افراسیاب هم از پیشنهاد سیاوش شاد شد و با ازدواج سیاوش و فرنگیس موافقت کرد و دستور داد هر چه زورتر مجلس عروسی را به پا کنند.

سیاوش بعد از مراسم عروسی به همراه فرنگیس به منطقه‌ای خوش آب و هوا در بیرون شهر رفتند. سیاوش در آنجا شهری زیبا بنا کرد و نامش را "سیاوشگر" گذاشت و با فرنگیس در آنجا مانند. روزی افراسیاب از برادرش، گرسیوز خواست تا به سیاوشگرد برود و به سیاوش و فرنگیس سری بزند. گرسیوز که قبلاً به توجه و علاقه افراسیاب به سیاوش حسودی می‌کرد، وقتی که به سیاوشگرد رفت، با دیدن آن همه عظمت و شکوه و زیبایی، دلش آتش گرفت و آتش حسد در دلش شعله ور شد و با خودش گفت: اگر چندین سال دیگر بگذرد، سیاوش آقدر نزد افراسیاب محبوب می‌شود، که دیگر من جایگاهی نزد شاه ندارم. بهتر است فکری کنم تا او را از چشم افراسیاب بیاندازم. سرنوشت این جوان پاک و دلاور و هنرمند چه خواهد شد؟ آیا گرسیوز موفق می‌شود به اهداف شیطانی اش دست یابد؟ ادامه ماجرا را در هفته آینده برایتان می‌گوییم.

ادامه دارد...

سپاه ایران بلخ را به خوبی و خوشی گرفت. اکنون اگر شاه اجازه دهد، جنگ را ادامه دهیم و به آنسوی جیحون برویم و دمار از روزگار افراسیاب در آوریم.

کاووس شاه نیز در جواب سیاوش نامه‌ای به او نوشته و گفت: در جنگ عجله نکن. اگر افراسیاب خودش به سراغ شما آمد، به او مهلت ندهید و او را نابود کنید. از آن طرف، گرسیوز برادر افراسیاب برای افراسیاب خبر آورد که سپاه از سیاوش شکست خورده است. وقتی که افراسیاب تعریف جنگاوری ایرانی را از گرسیوز شنید، تصمیم گرفت که با آنها آشتبایی کند. سپس هدایاتی فراوانی برای سیاوش فرستاد و از او خواست که با تورانیان آشتبایی کند. سیاوش نیز صد گروگان از سپاه توران گرفت. او شههایی را که تورانیان گرفته بودند را باز پس گرفت و سپس با افراسیاب صلح کرد.

اما وقتی که خبر آشتبایی ایران و توران به گوش کاووس شاه رسید، کاووس بسیار خشمگین شد و نامه‌ای به سیاوش نوشته و از او خواست تا گروگانهایی که سیاوش گرفته است را به او بدهد تا آنها را بکشد و از سیاوش خواست که به جنگ ادامه دهد.

اما سیاوش که با افراسیاب پیمان دوستی بسته بود و پیمان شکنی را بدور از جوانمردی می‌دانست، از فرمان پدرش سر پیچی کرد. از آن طرف افراسیاب وقتی شنید که سیاوش به خاطر پیمانی که با او بسته است، از فرمان پدرش سر پیچی کرد. نامه‌ای به او نوشته و گفت:

همه شهر توران بَرَندت نماز
مرا خود به مهر تو آمد نیاز
تو فرزند باشی و من چون پدر
پدر پیش فرزند بسته کمر
سپاه و زر و گنج و شهر آن توست
به رفتن بهانه نباید بُست

همه مردم توران به تو احترام می‌گذارند و تو مثل فرزند من هستی. همه سپاه و گنج و سرزمین من متعلق به توست. اگر به توران بیایی به تو تخت و تاج خواهم داد.

سیاوش که از فرمان پدرش سر پیچی کرده بود، چاره‌ای جز اینکه دعوت افراسیاب را بپذیرد و به توران برود، نداشت. او سپاه را به یکی از پهلوانان سپرد و به طرف بارگاه افراسیاب حرکت کرد.

افراسیاب وقتی که از آمدن سیاوش به توران مطلع شد، به پیشوازش رفت و او را در آغوش کشید و به او گفت:



ین بازکنی سودمندانه!

برای

آب کردن یخ خوارکی منجمد شده، آنها را در یخچال بگذارید. این کار علاوه بر اینکه باعث می‌شود مواد غذایی با سرعت کمتری از حالت انجماد خارج شوند، در انرژی مصرفی توسط یخچال نیز صرفه جویی خواهد کرد.



یخچال را کجا بگذاریم؟

هرگز یخچال را در نزدیکی اجاق گاز یا آبگرمکن قرار ندهید، زیرا حرارت ناشی از پخت و پز اجاق گاز، باعث کاهش عمر دستگاه می‌شود. محل استقرار یخچال باید بین ۱۵ تا ۲۰ سانتی متر از دیوار فاصله داشته باشد.



لکه ناشی از زنگ زدگی

اثر زنگ فلزات، به خصوص رگه‌های فلزی بر روی لباس را می‌توان با لیمو ترش از بین برد. لیمو ترش را از وسط به دونیم کنید و آن را روی لکه مورد نظر فشار دهید و آب آن را روی لک زدگی ببرید. سپس یک لایه نمک روی آن ریخته و لباس را در مقابل افتاد آویزان کنید.

بسنتی کمی سنتی!

۰۵۰ گرم شکر را با هم مخلوط کرده مقداری گلاب و دو قاشق غذا خوری زعفران دم کرده، را به یک لیتر شیر اضافه کرده مرتب هم بزنید تا مواد سفت شود بعد ۱۰۰ گرم خامه و خلال پسته را اضافه کنید و بستنی را در یخچال بگذارید.



پردا مربا کپک می‌زند؟

یکی از دلایل کپک زدن مربا این است که کاملاً پخته نشده است. اگر مربا ی شما کپک زده، یک لایه از روی آن را با قاشق بردارید. و بقیه مربارا دوباره بپزید. هنگام تهیه مربا، از قاشق چوبی استفاده کنید.



پرداز این!

نوشته: الن دلینگ

ترجمه: محسن رخش خورشید

پیرزنی

آمریکایی در حال گذراندن

تعطیلات در انگلستان فوت می‌کند. دولت

انگلستان او را برای تدفین به آمریکا می‌فرستد.

زمانیکه نوء او در تابوت را باز می‌کند به جای جنازه

مادربزرگش، با جنازه ژنرالی انگلیسی مواجه می‌شود که با

لباس رسمی و تشریفات و تزئینات کامل، در تابوت خوابیده بود. بعد

از تماس های کارد و پیگیری ماجرا در انگلستان نامه‌ای به دستش

می‌رسد با این مضمون: لطفاً جنازه ژنرال را کاملاً محروم‌انه دفن کنید.

مادر بزرگ شما چند روز قبل با تشریفات کامل‌آ رسمی در حالیکه

دسته موزیک ارتش او را همراهی می‌کرد، در اوج شکوه و جلال در

گورستان ارتش به خاک سپرده شد.

نکته: انسان جایز الخطا است.
باور کنید!

نیز

یک روز تابستانی، پسرکی

در حال قدم زدن در کنار دریا، هزار، هزار

صاحبه گر گفت: کارکنان اینجا هم درست

همینطور هستند.

دماغ روی ساحل انداخته بود. پسرک روی شنها نشست

و آنها را تک-تک برداشت و توی آب انداخت.

پیرمردی که از آنجا می‌گذشت با دیدن این صحنه‌ایستاد و گفت:

پسر جان! این چه کار بی فایده‌ای است؟ فکر می‌کنی چندتا از آنها

را می‌توانی از مرگ نجات دهی؟ کاری از دست تو ساخته نیست!

پسرک همانطور که به کارش ادامه می‌داد گفت: می‌دانید آقا، همان

چندتایی که توی آب می‌افتنند، همه چیز برایشان دگرگون

می‌شود. من دارم برای آنها تلاش می‌کنم.

نکته: کارهای کوچک هم گاهی به حساب می‌آیند و

قابل توجه‌اند.

دندان پیش‌گاهی ما اسرا

متقاضی جواب داد: هیچ کدام از آنها را

نمی‌توانست تحمل کنم!

صاحبه گر گفت: کارکنان اینجا هم درست

همینطور هستند.

روز بعد متقاضی دیگری از راه رسید. صاحبه

گر با هوش دوباره پرسید: همکاران قبلی تان

چه نوع آدمهایی بودند؟

متقاضی پاسخ داد: عالی بودند، واقعاً

متأسفم که دیگر نمی‌توانم با آنها

کار کنم.

صاحبه گر گفت: کارکنان اینجا

هم درست همینطورند!

نکته: ما دنیا را همانطور که

"هست" بلکه آنطور که

"هستیم" می‌بینیم.





فاصله نسلها

در روز کارنامه

مرجان خوارزمی



صلح و خوشی بیانجامد.
در فیلم روز کارنامه
انتقادهایی به بزرگترهای کم
حصوله و بد اخلاق هم وارد شده
مثلًا در فصل اول فیلم مدیر مدرسه
آراد را سرزنش می‌کند اما خود او بسیار
تنبل و بی‌حصوله به نظر می‌رسد نکته بعدی
در مورد روز کارنامه تلاش آن برای ایجاد رابطه و شناخت
پدر و مادرها از بچه‌هایشان است در جایی از فیلم پدر و مادر آراد
ماجرای انتشار این فیلم می‌کنند و آنچه می‌گویند آنقدر با واقعیاتی که
در صحنه‌های فیلم دیده‌ایم تفاوت دارد که همه تماشاگران هر
چقدر که اخمو باشند به خنده می‌افتدند.

کارگردان روز کارنامه تلاش زیادی کرده تا از یک قصه منسجم برای
پیشبرد فیلمش استفاده کند. می‌دانید چرا؟ چون اکثر فیلمهایی که
برای بچه‌ها ساخته می‌شوند دچار یک مشکل خیلی مهم‌اند و آن
مشکل این است که به سمت واقعیت گرایی مستند گونه رفتارهای
و بیشتر از آنچه قصه در اختیارشان قرار داده به ثبت معصومیت
و لطفات کودکان بسنده کرده‌اند که صرف نظر از نکات مضمونی
فیلم روز کارنامه از بازیهای خوبی برخوردار بود و نمایای آن خیلی
ساده و صمیمی فیلمبرداری شده بودند.

واما مهمترین نکته‌ای که درباره روز کارنامه وجود دارد این است
که این فیلم حدیث نفس کارگردان و یا یادآوری خاطرات گذشته
او نیست چرا که آراد یک بچه کاملاً امروزی است که به جای
خانه بزرگ حیاطدار، اتاقی کوچک در اختیار دارد و به جای بازی با
طبعیت با بازیهای رایانه‌ای سرگرم است.

فیلم روز کارنامه از
فیلمهای آقای مسعود
کرامتی است. فیلمبرداری
این فیلم از اواسط مرداد
سال ۸۱ شروع شده و مهدی
هاشمی، متین عزیزی‌پور، شهرام
قائدی و محمد حمزه‌زاده در آن بازی
کرده‌اند. آقای کرامتی به جاین فیلم کارگردانی
فیلمهایی چون پاتال و آرزوهای کوچک و مرغابی و حشی را بعهده
داشته است. این فیلم قصه پسری ۸ ساله است که بعد از تجدید
شدن در درس دیکته، خانواده مرفه‌ش را ترک می‌کند و با مردی
به نام امیر که می‌خواهد از شریک سبقتش انتقام بگیرد همراه
می‌شود.

آقای کرامتی بیش از همه انواع سینما به سینمای کودک و
نوجوان علاقمند است، او در فیلم روز کارنامه سعی کرده از قدرت
قصه برای پیشبرد کارش نهایت استفاده را بکند و تا حدود زیادی
موفق عمل کرده است و به خوبی با مخاطب کودک و نوجوان
ارتباط برقرار می‌کند.

در "روز کارنامه" بیش از همه سعی شده تا به ارتباط کودکان و
بزرگسالان پرداخته شود و یکی از نکات مثبت دیگر فیلم تحلیلهای
عمیقی است که در مورد دلایل فاصله‌های بین نسلها ارائه می‌شود.
منظور از فاصله نسلها تفاوت‌های معیارهای ارزشها و رفتارهای شما با
پدر و مادرتان و مادر بزرگ و پدر بزرگ‌تان است. در روز کارنامه لطفات
نگاه پسرک ۸ ساله با روح خشمگین و آزده‌امیر تقابل دارد و
در نهایت معصومیت کودکانه آراد باعث می‌شود تا همه چیز به

آرزو رضوی هرجار خودمان را دیدیم این جار آینه را ببینیم

علی

با الماس می‌برند سپس با ماشینهای مخصوصی لبه آنها را با ماسه و آب پرداخت می‌کنند و بعد پشت هر یک از این شیشه‌ها را با ماسه سنگ نرم خوب صیقل می‌دهند. حالا باید شیشه‌ها را کاملاً تمیز کنند و آنها را برای آب نقره دادن روی میز گرم و آسترداری بخوابانند. در این حال محلول آمونیاک، اسید تارتاریک و نیترات نقره را بر روی آنها می‌ریزند بر اثر حرارت میز، این محلول فوراً به شیشه‌ها می‌چسبد. حالا برای آنکه نقره از چیزی آسیب نمی‌رسد روى آن را با اندکی لاک صدفی و نوعی رنگ که فاقد مواد روغنی و اسیدی است می‌پوشانند. آینه در موارد زیادی به کار می‌آید و مصرفش منحصر به کنترل کردن وضعیت تمیزی دماغمان نیست مثلاً آینه‌های کوچک اتومبیل برای ایجاد امنیت بیشتر در رانندگی به کار می‌روند. آینه‌های کوچک دسته بلند را دندانپزشکان برای معاینه دندان به کار می‌برند به علاوه در تلسکوپها، چراغ قوه، نور افکنها، چراغهای جلوی اتومبیل و فانوس دریابی هم از آینه‌های کروی که از فلزهای بسیار شفاف ساخته شده‌اند، استفاده می‌شود.

آدمها همیشه دوست داشتنند بتوانند خودشان را ببینند. قبل کنید خیلی سخت است که آدم همیشه نگران کشیف بودن دماغ یا گوشة چشمش باشد و مجبور بشود با دیدن رفتارهای آدمهای دیگر حدس بزند چه وضعیتی دارد. راستش را بخواهید آدمها از هزاران سال پیش از فلزهای براق مثل برنج، برنز، نقره و طلا مثل آینه استفاده می‌کردند اما آینه به شکل نزدیک به آنچه امروزه سراغ داریم در حدود سال ۱۳۰۰ میلادی و به دست یک صنعتگر و نویزی اختراع شد.

او جیوه و قلع را بر پشت شیشه‌ای مالید و اینطوری آینه جدیدی را به مردم عرضه کرد. خیلی زود این آینه جدید جایگزین آینه‌های فلزی شد که تا آنزمان رایج بود. البته آینه‌های شیشه‌ای در ابتدا نواقص زیادی داشتند، بعدها در سال ۱۶۹۱ صنعتگران فرانسوی به طرز تهیه شیشه به صورت ورق یا لوح پی بردنند.

قدم بعدی در صنعت آینه سازی این بود که به جای محلول جیوه و قلع بر پشت شیشه لایه‌ای از نقره مالیدند. نقره از جیوه بهتر بود چون اولاً کارگران را از دود خطرناک جیوه رهایی می‌داد و ثانیاً نقره، نور، بهتر از جیوه منعکس می‌کرد. امروزه بهترین آینه‌ها را از شیشه‌های مسطح و به کلفتی ۵ میلی متر می‌سازند: اول شیشه را در ابعادی که دوست دارند



۲۹

دیوار



دیوار



زبان

زبان وسائل ارتباط آدمیان از ابتدای خلقت بوده و امروزه نقش مهمی در ارتباط آدمهای مختلف با یکدیگر دارد. زبان همانقدر که متنوع است و موجب دسته بندی آدمها در مناطق گوناگون می‌شود، به همان اندازه قابل بررسی و توجه است.

در دنیای امروز، تقریباً پنج هزار زبان و لهجه گوناگون وجود دارد که در این میان هند، با داشتن ۸۴۵ نوع زبان و لهجه مربوط به فرهنگهای ساکن در این سرزمین پیشو و دارنده رتبه اول است.

عبارت «اطلاعات عمومی» را حتماً زیاد در مسابقات شنیده اید. اطلاعات عمومی همانطور که پیداست به معنی آگاهیهای جمعی و مجموعه شنیده‌ها، دیده‌ها و باورهای یک گروه از آدمهای ارتباطی مختلف به ما منتقل می‌شود. اطلاعات عمومی معمولاً خبرهای کوتاه و پراکنده‌ای است که به ما منتقل می‌شود و چنانچه منبع قابل اطمینانی داشته باشد، به وسعت شناخت ما از محیط و دنیای پیرامون ما کمک می‌کند. اما چند نکته جالب و کوتاه:



AFP PHOTO/FILE

مقلدان صدای انسان

طوطی سخنگو و مرغ سخنگو شنیده بودیم، اما دلفین سخنگو؟! چه عرض کنم.

حتماً بارها شده که شنیده‌اید مثلاً فلانی یک طوطی سخنگو یا مرغ سخنگو دارد. جالب است بدانید که تمام حیوانات قادر به صحبت کردن هستند اما در این میان تنها بخشی از آنها شناسایی شده‌اند. حیوانات به صورت غریزی به زبان خود و جامعه خود را به خوبی بلدند. گاهی زبان آنها ساده و گاهی مانند زنبور عسل پیچیده است. دلفینها هم از آن دسته هستند که می‌توانند صدای انسان را تقلید کنند. جانور شناسان تحقیقات گسترده‌ای را برای اثبات این قضیه، انجام داده‌اند. مثلاً روزی در استودیوی دریایی ناوریدا، طی آزمایشاتی، یک دلفین صدای یک نفر را مکرراً تقلید کرد و این صدا ثابت و ضبط شد. محققان معتقدند که دلفینها هم مثل برخی از پرندگان قادرند تا با هوش سرشار خود، صدای انسان را تقلید کنند. پس اگر یک روز به دلفینی برخوردید که از شما پول خواست تا بستنی بخرد، تعجب نکنید!

دریای مرد

شاید اگر از شما بپرسند که نام دریاهایی را که می‌شناسید، بگویید، کمتر به سراغ دریای مرد بروید. این دریا که در منطقه خاورمیانه قرار دارد، پست‌ترین و کم ارتفاع‌ترین منطقه‌ای در جهان است این دریا از لحاظ جغرافیایی میان دو کشور فلسطین و اردن قرار گرفته است که ۱۵۰۰ متر طول و بین ۱۸۰۰ تا ۳۹ کیلومتر پایین‌تر از سطح دریاهاست و به دلیل نداشتن راههای ارتباطی به دیگر منابع آبی جهان، مملو از آب و نمک و موادمعدنی است، چرا که به دلیل عدم جایگایی آب و تبیخیر فراوان آب، حجم فراوانی از املاح و نمک را در خود نگه می‌دارد، به این علت دریا شش برابر شورتر از اقیانوس هند است و شما می‌توانید بدون نگرانی با حالت شناوری روی آب شنا کرده و از غرق شدن نترسید. البته موقع شنا سر و گردن خود را بالای آب نگه دارید و گرنه شما هم به سرنوشت موجوداتی دچار می‌شوید که به خاطر شوری بیش از حد آب این دریا، از بین رفته‌اند و این دریا را به دریا مرد مشهور کردند.



سرامیک‌های معروف

ایران از زمانهای قدیم، مهد معماریهای اعجاب انگیز، با استفاده از کاشیها و سرامیکهای منحصر به فرد است. به خصوص با ظهور اسلام در ایران و تلفیق هنر ایرانی با هنر اسلامی، این خصوصیت با آراستن مکانهای مذهبی و عمومی، بیشتر از پیش چشم جهانیان را متوجه خود کرد «مسجد کبود» تبریز

که به لحاظ داشتن زیباترین کاشیهای اسلامی در دنیا از شهرت خاصی برخوردار است، از زمرة این آثار است. اگر چه در سالهای اخیر اقدامات مرمتی فراوانی بر روی این بنا انجام شده، اما هنوز هم نقشهای به جا مانده از سالها پیش منحصر به فرد است. جالب است بدانید آمریکایی‌ها هم با دیدن «مسجد کبود» ضمن ستایش ارزش‌های هنری و زیبایی سرامیکهای این مسجد، کارخانه‌ای ساخته‌اند

که مشغول تولید نمونه‌هایی مشابه سرامیکهای به کار رفته در مسجد کبود است.



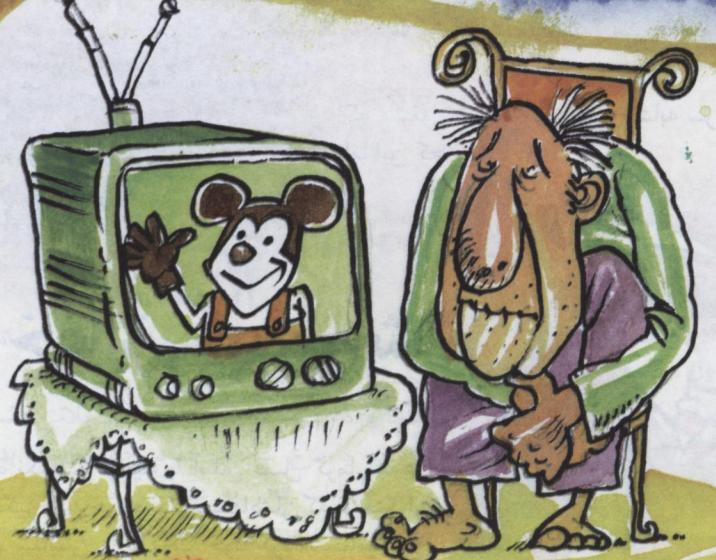
خفاش خون آشام

نه! اشتباه نکنید. اگر چه با آمدن فصل گرما، پشه‌های اعجاب انگیز با آن خرطومها و نیشها یشان که صنعتگران و حشره شناسان را مبهوت خود کرده‌است، موضوع جالبی هستند اما، خفاش خون آشام، پرنده‌ای عجیب و غریب است که هنگام خواب، به سراغ موجودات زنده رفته و با مکیدن خون آنها، خودش را سیر می‌کند. این حیوان خون جانورانی چون اسب، گاو و خوک را ترجیح می‌دهد. اما اگر بر حسب اتفاق راهش به انسانی برسد و گرسنه هم باشد، بدش نمی‌آید کمی تنوع غذایی داشته باشد. خفاش خون آشام خلیل آرام در موقع خواب نزدیک شده و با دندانهای تیز و تیغ مانند خود خراش‌هایی روی پوست ایجاد می‌کند و بدون آنکه دردی را متوجه طعمه خود کند، قدری از خون وی را از همان خراشها می‌مکد.



برهترین اختراقات پسر ۹۰ پار

طرح و ایرا: مجید صالحی



۳۲
گوشه

دارویی که می‌شد مرغ گو به محسن
خوردنش تا آخر عمر شناخت
طلایی گذاشتند



آدم آهنی که صحیح فایجای شما ورزش خطا کرد
و شنا همچنان درخواست از خطا هید بود!



در موقع ترافیک راه کش خطاه بود.

فضه، کنیز فاطمه سلام الله علیها

با تولد زینب کبری خانه علی دارای سه کودک ۴ و ۳ ساله و یک نوزاد شد. حالا دیگر وقت آن رسیده بود که یکی برای کمک به کارهای خانه پیش حضرت فاطمه‌سلام‌الله‌علیها بماند. فضه در اصل، کنیزی هندی بود که نجاشی فرماتراوی جبشه او را به حضرت رسول‌صلی‌الله‌عیّه‌هدیه داده بود. فضه زنی دانا و با معرفت و حق پرست بود. با خاندان پیغمبر همنشین شده بود و فاطمه زهراسلام‌الله‌علیها را بیش از همه دوست می‌داشت به تقاضای خودش از پیغمبر خواست که در خدمت فاطمه باشد و تا آخرین لحظه عمر پربرگت حضرت زهراء، با او بود. مردم او را کنیز فاطمه می‌دانستند و حضرت زهراسلام‌الله‌علیها وی را دوست خود می‌نامید. فضه با سواد و اهل مطالعه بود. آیات قرآن را از برداشت و در طاعت و عبادت در میان زنان غیر اهل بیت همتا نداشت. فضه، به طوری که معروف است، بیست سال آخر عمر خود را جز با آیات قرآن سخن نمی‌گفت.

چندی پس از اینکه فضه یکسره در خانه علی‌السلام خدمت می‌کرد، یک روز سلمان فارسی بر آنها وارد شد. سلمان می‌گوید دیدم حضرت فاطمه‌سلام‌الله‌علیها قدری جو در دستاس ریخته تا آرد کند. چند پاره لباس در تشت گذاشته تا بشوید. کودک شیر خوارش بی تابی می‌کند و آثار خستگی از احوال فاطمه آشکار است. به او گفتم: "ای دختر پیغمبر! فضه، خدمتکار شما، حاضر است، چرا به او دستوری نمی‌دهید تا کاری انجام دهد؟" حضرت زهراسلام‌الله‌علیها فرمود: "فضه در نوبت خود کار می‌کند. امروز نوبت من است. اینک وقت مطالعه و تفکر و عبادت اوست که نباید از آن محروم باشد. پدرم به من سفارش کرده است که یک روز فضه کار کند و یک روز من."

مهدی آذریزدی

