

نوجوانان گوست

هفته نامه نوجوانان ایران

سال دوم - شماره ۱۱

شماره پیاپی ۶۱

پنجشنبه - ۱۸ اسفند ماه ۱۳۸۴

قیمت: ۲۵۰ تومان



رسان

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

لمقاله چاده و اسب میباشد...

کتاب اگر من خلبان بودم

فل شعر و شعور و شیدایی

ماجراهای آقای قولی

بار اینجا چوپیار خاطرات

کتاب الله یزدگشت درست

پنج برتر

۱۰

۳۲

۳۳

۸

۱۰

۱۲

۱۳

۱۴

۱۵

۲۳

۲۴

۲۵

۲۶

۲۷

۲۸

۲۹

۳۰

۳۱

۳۲

آفریده تلح

آنلاین طلازیکار گالری

داستان آفرینش در کارگاه‌های هنر

یک شده از آستان

آنلاین بازار که صیغه

چارلز لایل
پدر علم زمین شناسی

قرمه‌زبانی برای عصبانی نشدن

بدون اتفاق شدن لغزش

جدول

به دعای مورچه
نمایز باران نخوانند



السلام عليك يا
موسى بن جعفر

مدیر مسؤول: مهدی ارجانی

سردبیران: افشنین علاء - محسن وطنی

دبیر تحریریه: زهراسادات موسوی محسنی

مدیر هنری: حامدقاموس مقدم hghm97@yahoo.com

دبیر بخش سوزه طلایی: علیرضا سلطانی

گروه هنری: لیلا بیگلری - سارا قاموس مقدم - کاوه کهن

شهنماز آقاعباسی

گروه ویراستاری: حسام الدین قاموس مقدم - علیرضا سلطانی

حروفچینی: لیلا بیگلری

مدیر اجرایی: هیرو نامداری

نشانی: تهران - خیابان انقلاب - خیابان فخر رازی - بن بست ذکاء

دفتر مجله دوست نوجوانان

تلفکس: ۶۶۹۶۵۰۹۶

تلفن دفتر هنری: ۸۸۸۳۶۷۹۲

پست الکترونیک: doost_nojavanian@yahoo.com

لیتوگرافی و چاپ: مؤسسه چاپ و نشر عروج

توزیع و امور مشترکین: محمدرضا اصغری

فکس: ۶۶۷۱۲۲۱۱

تلفن: ۶۶۷۰۶۸۳۳

جاده و ایمپ مهیا است...

لهمَّ مقال

«سامه بن لادن» که ساخته دست کثیف دین ستیزان است، پنهان کند و چهره‌ای دیگر گونه از مذهب علوی نشان دهد.

جهان از چهرهٔ پیامبر ما و خاندان مطهر او می‌هراسد چرا که این چهره‌های مهربان در طول تاریخ چشمان میلیونها عاشق حق بین را شیفت و مجدوب خود کرده است.

عقدة دشمنان دین اسلام به این راحتی‌ها فرو نمی‌نشینند. آنها از قدرت لایزال قائم منتقم هراس دارند و از بیم ذوالفاری که به دست وارث مولا امیر المؤمنین است، خواب به چشم‌انشان نمی‌آید. این کینه جان را به لب دشمنان رسانیده لذا با بی‌شرمی تمام، حرمتها را به باد فراموشی سپرده و با بمب به زیارت مزار مطهر پدر و مادر و پدر بزرگ امام زمان -عجل الله تعالى فرجه الشریف- می‌روند.

امروز روز عاشورا است و یزیدیان شمشیر خود را آخته‌اند. من و تو اگر بی تفاوت باشیم و یزیدی باشیم در امان خواهیم بود اما اگر حسینی هستیم، باید برای نبردی بزرگ آماده باشیم. چهرهٔ خورشید را سیاهی خفاش نخواهد پوشاند اما این من و تو هستیم که باید امتحان خود را پس بدھیم.

جهان آبستن اتفاقات جدیدی است. اتفاقاتی که مثل زالو به جان تاریخ معاصر افتاده تا خون غیرت پیکره تاریخ بیمار جهان را به کام نیستی ببلعد.

جهان آبستن اتفاقات عجیبی است. اتفاقاتی که شعار (کل بوم عاشورا و کل ارض کربلا) را روشنتر از تمامی روزهای تاریخ به چشم انسان می‌کشاند. امروز روز عاشورا است و در چنین روزی بی تفاوت بودن با یزیدی بودن فرقی ندارد.

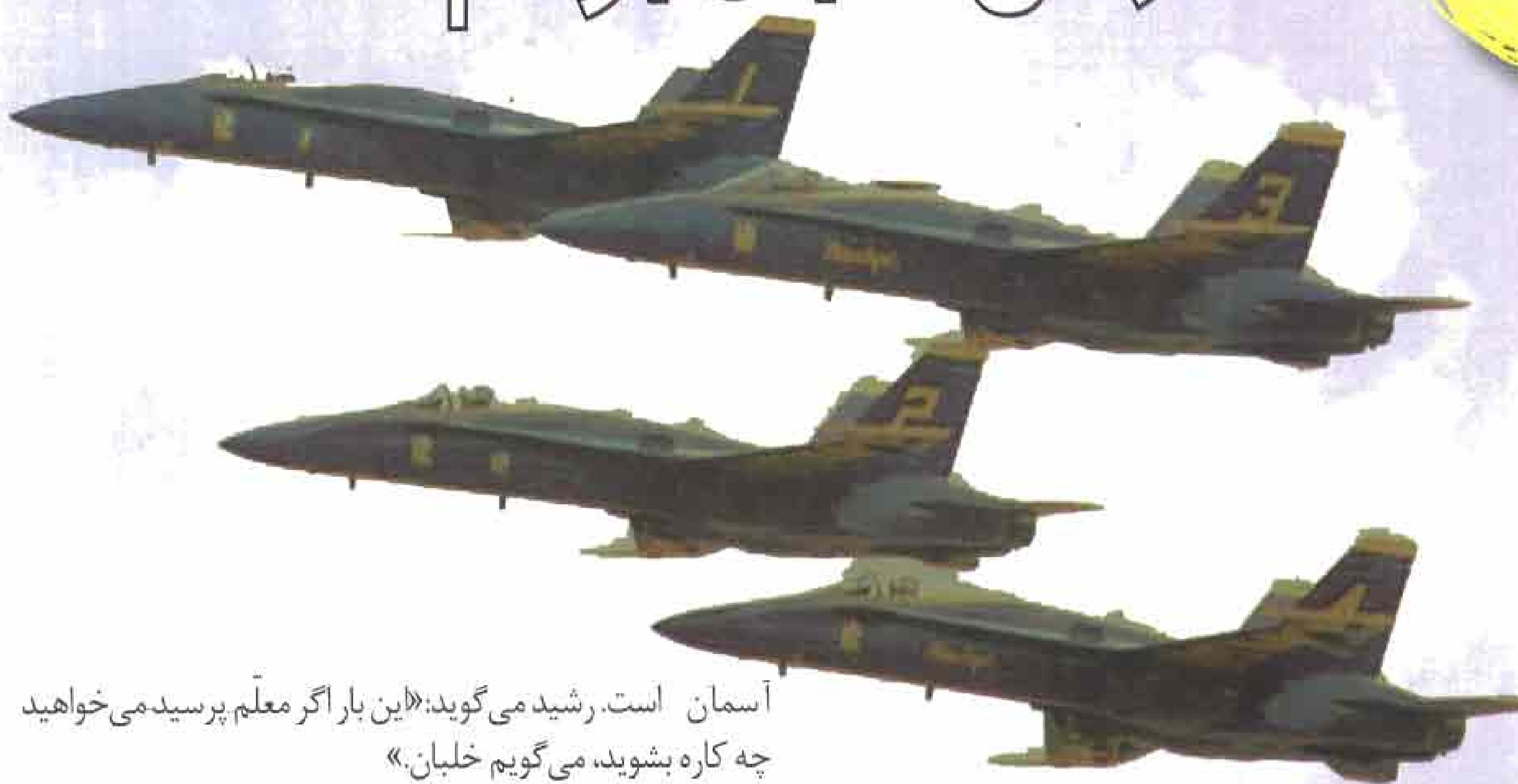
امروز به مدد پیشرفت تکنولوژی و گسترش وسائل ارتباط جمعی، تمام جهان به صحنۀ کربلا بدل شده است و تو در هر نقطه از این جهان که باشی به جز حسینی بودن چاره دیگری نخواهی داشت والا (خیز الدنیا والآخره).

امروز نورانیت چهرهٔ درخشان مذهب علوی به حدی چشمان تنگ خفash سیرتان سیه پوش را آزرده است که برای خاموش کردن خورشید، حتی لحظه‌ای دست از این تلاش بیهوده بر نمی‌دارند.

جهان به راحتی به خود اجازه می‌دهد که شخصیت والای پیام آور مهر و مهربانی را پشت چهرهٔ تروریستهای دست پوردهای چون



اگر من خلبان بودم



آسمان است. رشید می‌گوید: «این بار اگر معلم پرسید می‌خواهید چه کاره بشوید، می‌گوییم خلبان.»

وقتی توی هوا چرخ می‌خورند نور خورشید می‌افتد روی بالها و نوکهای باریکشان، عmad می‌گوید: «آسمان مال خدا و خلبانهاست.»

هوایماها خودشان را توی هوارها می‌کنند و خیلی پایین می‌آیند. این بار دلم نمی‌خواهد جیغ بزنم. هوایما نباید خیلی پایین بیاید. اگر من خلبان بودم می‌رفتم بالای بالا. همینطور که چشمان به آسمان است از میان سنگ و کلوخها راه می‌رویم. وقتی هوایماها از نوک کوه رد می‌شوند آن قدر پایین آمده‌اند که همگی جیغ می‌زنیم. می‌ترسیم که یک دفعه با نوک کوه تصادف نکنند.

رشید می‌گوید: «به خدا پرنده‌ها هم این طوری پرواز نمی‌کنند.» کهزاد می‌گوید: «بچه‌ها، شاید معلم ناراحت بشود ولی من هم خلبان می‌شوم.»

چند گل زرد و بنفش زیر صخره‌ای می‌بینم ولی من هم مثل بچمه‌ها به آسمان خالی نگاه می‌کنم. من اگر خلبان می‌شدم به همه جای دنیا می‌رفتم. به جاهای خیلی دور به کشورها، شهرها و روستاهای دوری که معلم‌مان گفته است.

هوایماها رفته‌اند ولی من هنوز می‌توانم جایشان را در آسمان نشان کنم. از همان جایی که مثل عقاب آمدند تا نوک کوهی که رفته‌اند.

همگی روی سنگ بزرگی می‌نشینیم. عmad می‌گوید: «قول بدھیم که همیشه با هم باشیم، مثل این چهار تا» کهزاد می‌گوید: «هیچ وقت از هم جلو نزنیم.»

ناگهان زمین زیر پایمان می‌لرزد و چند سنجک کوچک تا پایین دره پرت می‌شود به یکدیگر نگاه می‌کنیم دوباره و سه باره زمین می‌لرزد.

کهزاد می‌گوید: «نکند با هم‌دیگر تصادف کرده‌اند.»

رشید می‌گوید: «زلزله بود، زودتر برگردیم.»

عmad می‌گوید: «گلهای معلم یادمان رفت.»

اگر هوایمای من توی آسمان خراب شد با چتر نجات می‌برم پایین.

معلم امروز می‌آید و از فردا به ما درس می‌دهد. ما از صبح روز آمده‌ایم توی دره تابرايش گلهای بوته‌های وحشی بچینیم او آنها را خشک می‌کند. بعد اسماشان را کنارشان می‌نویسد و توی کلاس آوریان می‌کند.

من چند تا گل بنفسن چیده ام. بچه‌ها از بوته‌های وحشی گلهای زرد، قرمز و سفید چیده‌اند. توی کلاس همه دلمان می‌خواهد بدانیم چه کسی را بیشتر از همه دوست دارد. وقتی از ما می‌پرسید وقتی بزرگ شدید می‌خواهید چه کاره بشوید؟ همگی جواب می‌دهیم: «معلم.»

ناگهان صدایی توی دره می‌پیچد. همه به یکدیگر نگاه می‌کنیم. انگار صدای رعد و برق است. همگی به آسمان نگاه می‌کنیم. باورمان نمی‌شودا چهار هوایما باهم. آنها مثل عقاب از بالای کوه پیدایشان می‌شود. دوتا دوتا کنار هم پرواز می‌کنند. عmad و رشید و کهزاد گلهای زرد و سفید و قرمز را می‌ریزند روی صخره و به آسمان نگاه می‌کنند.

گلهای بنفسن معلم مثل گنجشکی توی دست من عرق کرده‌اند. دلم نمی‌خواهد گلهای معلم پژمرده شوند ولی چهار هوایما با هم! همه ما بعضی وقتها هوایمایی را دیده‌ایم که خودش تنها، بالای بالا پرواز می‌کرده است.

عmad می‌گوید: «چهار هوایما! اگر ما توی کوه نبودیم آنها را این قدر نزدیک نمی‌دیدیم» هیچ کس چیزی نمی‌گوید. همه داریم به آسمان نگاه می‌کنیم. وقتی مثل عقابها جایشان را با هم‌دیگر عوض می‌کنند، همگی جیغ می‌کشیم.

چهار هوایما! با خودم می‌گوییم حتماً می‌خواهند به کشورهای خیلی دور بروند. یکی از هوایماها مثل سردسته عقابها جلوتر از همه پرواز می‌کند. اگر من خلبان بودم همین طوری پرواز می‌کردم، نمی‌گذاشتمن هیچ کدامشان از من جلو بزنند.

دوباره همگی با هم جیغ می‌زنیم، هیچ کداممان تا حالا هوایمایی را ندیده‌ایم که مثل کبوتر توی هوا چرخ بزند. کهزاد می‌گوید: «دیدم، به خدا رانده‌اش را دیدم.» همگی می‌خندیم ولی نگاهمان به

چیزی را ببینم. ناگهان پدرم مرا توی بغل می‌گیرد. دارد گریه می‌کند. برایش می‌گوییم: «چهار تا بودند چهار تا، ما دیدیم.» اشکهایش را پاک می‌کند و می‌گوید: «خدا لعنتشان کند. چهارتا بودند چهار تا.»

رشید می‌آید کنارم و دستم را می‌کشد. می‌رویم جلو، خودشان را می‌کشند کنار، تا مارد شویم. همه‌شان دارند گریه می‌کنند. رشید می‌گوید: «می‌بینی، می‌بینی» معلم لای یک پتو روی زمین خوابیده است. موهاش سوخته است و صورتش قرمز قرمز است. سر و صدای بچه‌های ده توی گوشم می‌پیچد: «چهار تا بودند، چهار تا.» آن طرف تر صدای داد و فریاد مردها و گریه زنها قاتی همدیگر شده است. عmad از پشت سرم می‌گوید: «کاشکی امروز توی کوه نبودیم.» دلم می‌خواهد بروم جلو و از زیر پتو دستهای معلم را بگیرم. ناگهان چند نفر از مردها داد می‌زنند: «بچه‌ها بروید کنار» همگی می‌رویم یک طرف، وانتی آرام آرام می‌آید و کنار معلم می‌ایستد. وقتی می‌خواهند او را پشت وانت بگذارند همگی می‌رویم جلوتر. مردها دست می‌کنند زیر پتو و معلم را بلند می‌کشند. ناگهان چشمهاش را باز می‌کند. همگی برایش دست تکان می‌دهیم. دستهایش زیر پتو تکان می‌خورد. لبخندی می‌زنند و دوباره چشمهاش را می‌بندند. وانت می‌رود سراغ دایره‌های دیگر، توی دود و گرد و خاک دنبال وانت می‌رویم ولی مردها نمی‌گذارند. رشید می‌آید کنارم: «اگر هفته‌های دیگر معلم آمد دوباره می‌رویم کوه برایش گل می‌چینیم.» چیزی نمی‌گوییم و توی دود و گرد و خاک راه می‌افتم. کهرزاد می‌آید حتیا می‌خواهد چیزی بگوید. من دیگر نمی‌شنوم. صدای بچه‌ها و مردم لای هم گیر می‌کند که می‌گویند: «چهار تا بودند، چهار تا.» برای لحظه‌ای بر می‌گردم و به نوک کوهی نگاه می‌کنم که هواپیماها از آنجا رد شدند. با خودم می‌گوییم: «اگر من خلبان بودم...»

همگی از کوه بالا می‌رویم. دلمان می‌خواهد خیلی زود این خبر را برای بچه‌ها و مردم ده تعریف کنیم. وقتی بالای کوه می‌رسیم همگی نفس نفس می‌زنیم.

کهرزاد می‌گوید: «نگفتم تصادف کردند.»

رشید می‌گوید: «ناید این قدر با سرعت برویم.»

از کنار لوله‌های نفت دودهای سیاه می‌روند بالا، هی دودها بیشتر می‌شوند. انگار تمام لوله‌ها پر از دود بوده‌اند.

رشید می‌گوید: «مثل مار می‌روند توی آسمان.»

دود سیاه آرام می‌آید تا نزدیکی روستا، با سرعت از کوه پایین می‌آییم. دودها خم شده‌اند توی کوچه‌ها خانه‌ها، هر چه توی کوچه‌ها می‌گردیم کسی را پیدا نمی‌کنیم. حتی پیروزنهای توی ده نمانده‌اند. می‌رویم سراغ صدر افلیج، تا می‌رویم می‌گوید: «آب، کمی آب، برایم بیاورید.» از توی قممه‌ام کمی آب به او می‌دهم. بعد اشاره می‌کند به طرف دودها و می‌گوید: «ترس برتان ندارد. مینی بوس اسکندر آتش گرفته است.»

همگی می‌رویم. همه جا پر از دود شده است، دیگر دلم نمی‌خواهد از کسی جلو بزنم. هر چه نزدیک تر می‌شویم هوا تاریک تر می‌شود. من چند بار سوار مینی بوس اسکندر شده‌ام و حتی یک بار تا شهر معلم همراحت رفته ام. آب قممه‌هایمان تمام شده است. کهرزاد از همه جلو زده است. از روی تپه داد می‌زنند: «می‌بینم، می‌بینم.» راست می‌گوید: «مینی بوس از بالا پیداست که کنار جاده افتاده است و دارد می‌سوزد.»

مردم دهات اطراف هم آمدند. زنها گریه می‌کنند. توی دود و گرد و خاک همدیگر را گم می‌کنیم. می‌رویم طرف مردهایی که دور هم جمع شده‌اند. هر چه روی پا بلند می‌شوم چیزی را نمی‌بینم. آن طرف مینی بوس هم عده‌ای جمع شده‌اند، آنها هم نمی‌گذارند



فال شعر و شعور و شیدایی

«چگونه می توان با این همه تفاوت بی تفاوت ماند؟»
 «چه حاصل از سر بی فکرت و رای؟ چه سود از دیده بی روشنایی؟»
 در این فال ابتدامی توانید یک فال دسته جمعی بگیرید و البته انفرادی!

ابتدا به تمامی دوستان حاضر در مجمع شاعران بعد از این سفارش یک تکه کاغذ، یک وجب جا و سر سوزن ذوقی بدھید بعد بگویید که هر کس هر چه می خواهد دل تنگش بگوید روی کاغذ کوتاه و اندک.

کاغذها را پشت هم بخوانید و جمله ها، کلمه ها و حتی علامتها را زیر هم بنویسید. حالا متن را بخوانید، جالب است، این کار را می توانید از کنار هم گذاشتن عبارات خاص صفحه های دفتر خاطرات خود هم البته بدون خواندن آنها مثلا خطوط اول یک کلمه در دریف هفتم انجام دهید.

این فال راشما بگیرید و... فالگیری را تمرین کنید.

فال شعور

اشتباه نشود قرار نیست به میزان شعور کسی توهین شود در این بخش با کلماتی که در فن شعر به آنها بر می خورید و از انواع شعری که بر می گزینید به میزان شعف، عرفان، وقار و راست کرداری شما بی می بیریم.

کلفال شعر:

واج آرایی: گوینده شدن شما به علت آسیب گوش مخاطبین عرفا دارای اشکال است. به خصوص برای زدن سین، شین و مین! شش هشت به سراغ شما می آید پس خوردن مسکن را تعطیل کنید. به کشورهای همسایه سفر می کنید اما یادتان باشد تقليد نکنید. شاید در یک پروردگار سینمایی جزو عوامل پشت صحنه باشد، شیشه نوشابه را جدی بگیرید.

استعاره: شما به پیچاندن لقمه در اطراف گردن، چرخش گویه های قرعه کشی و برنده نشدن و برداشتن یک

جعبه از زیر خروار خروار جعبه عادت دارد.

کنایه: وای از این اخلاقهای بد شما. سعی کنید با دوستان جدید آشنا شوید. پول تلفن را کم کنید و به روحانی اکتفا نکنید. بلبل زبانی همیشه خوب نیست. در آینده جزو ده انسان بی خود بودن را ترجیح می دهید یا یکی از هزار میلیارد آدم با خود را؟!

قصیده: این سنتی بودن شما هنگام خوردن آبگوشت، رفتن به سیزده به در و... نمایان است پس به دنبال یک

شهر دنچ باشید. برای باقی عمر از شاعران بنام آنها را که می شناسید و دوستشان دارید، یکی را همچون استاد انتخاب کنید و سعی کنید جای او باشید اما در سال ۱۳۸۴ و بعد زندگی کنید.

غزل: اسم شما غزال نیست. فرق یک بیت پر

سلام ای آشنا من زیکس هستم
 که فال روت هار افیکس هستم
 این بار هنر شرق و به خصوص ایرانی از نوع مهد پر گوهرش کار دستمن داد و برای شما فالی به طبع رسید که به سعی و مجال و ذوق و کمال و طرح و جمال چون متن باحال و میوه کال و نقش نهال البته بی قال و مقال قرار است سنجش کند عطش شاعریت را نگه کن سرانجام کار خود را ببین چو کاری بیابی از این به، گزین

مواد لازم:

- 1- شرط اول قدم آن است که مجنون باشی!
 «آی نمی باید خفت / چشم بگشای که خورشید شکفت / باز کن پنجره را بادم صبح / باید از خانه دل گرد پریشانی رفت.»
- 2- «در شهر قدم می زنم در شهر / قدم زدنی بی مقصد در پیش / قدم زدنی بی بازگشت در خیال / اقبل از ساعت ۴ بعد از ظهرها بعد از ساعت ۸ صبح / وقت مال من است.»

فال شعر

تعجب نکنید که این هفته می خواهیم نگاهی نوبه فال و به شعر و هر دو اینها بکنیم اگر چه باید یک عذر خواهی خیلی بزرگ از شاعران گرامی هم بکنیم که زحماتشان را مثل توب چهل تکه به هم آمیخته که شاید طرحی نوبه اندازیم.

یک بیت شعر مورد علاقه خودتان را انتخاب کنید اما قبل از آن سعی کنید پاسخ این سوالها را بدھید. هر پاسخ مثبت یک شکلات دارد. تبلیغ نکنید شکر شکنان

«چه گویی تو اکنون، نوای تو چیست
 بدین کار، بیدار رأی تو چیست؟»



فهر کرده، مُنَت کش، مهربان، نازک دل، دسته گل، ژوت فرنگی
ستاره‌ای بدرخشد و ماه مجلس شد.
دل رمیده مارا ائیس و مونس شد.
کار درست، ملکوت، مکتب دار، پدر بزرگ / مادر بزرگ، نقل و نبات

فال شیدایی

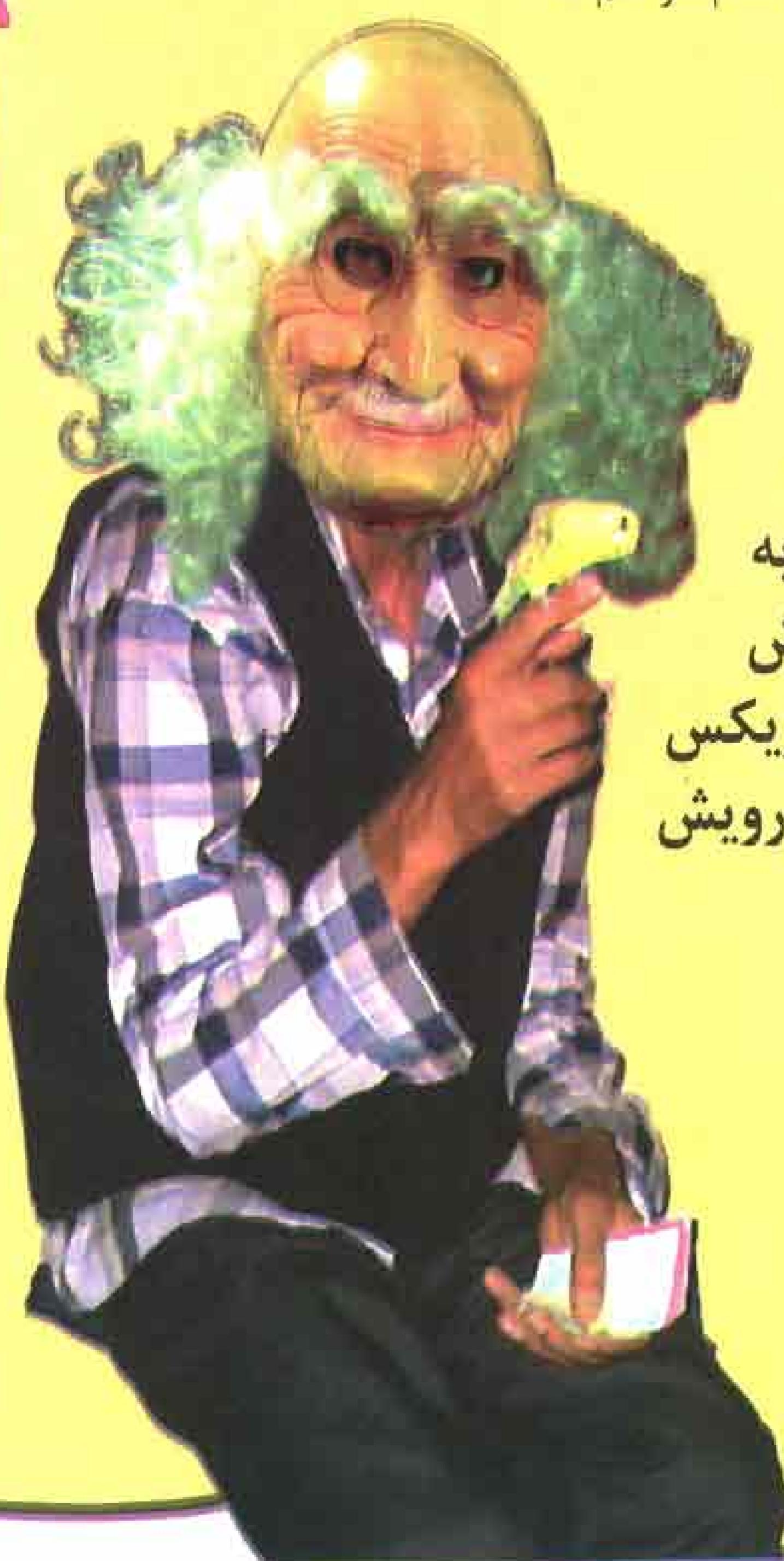
البته هنوز برای این فال نام مشخصی پیدا نشده است اما معادلهای غربی آن لاوی، سیراهازی، حبی و... است و در بین بروج شاعر فرزانه هنوز به رسمیت شناخته نشده است.

در این فال شما می‌توانید آن اشعاری را که بیشتر می‌فهمید و از خواندن و حفظ کردن آنها لذت می‌برید را به شرطی که از فال فروشهای دوره‌گرد نخریده باشید انتخاب کنید. استفاده از ترانه‌های زیبا بلا مشکل است.

برای گرفتن این فال تنها کافی است نوع شعر، قدمت شاعر، مفهوم جملات و کلمه‌ها و میزان درگیری خود با آن را کشف کنید بسته به میزان شدت از صفر تا بیست به خودتان برای این اشعار نمره بدھید.

مثالاً شاهنامه برای دانش آموز رشته ریاضی نمره بیست نیما برای شب امتحان هفده، باز باران زیر بارش برف سیزده و... این نمره‌ها به شما کمک می‌کند تا لطفات روح خودتان را و زمانی را که برای اندیشیدن می‌گذارید و نیز احساساتی بودن خود را سنجیده از مصرف شربت سکنجبین، آدامس و موادی که هوشیاری می‌آورند خیلی جدی دست نگه دارید.

فال شعر قرار است شمارا به این نکته رهنمون سازد که حاصل فال سه سخن بیش نیست:
فال‌گیر بدم، شاعر شدم سوختم تا...



ای فال که
می‌روی به
سویش
از جانب ژیکس
ببوس رویش

معزرا با یک دیوان هجو می‌دانید و این کمک می‌کند که کم گویی و گزیده فهم باشد.

پارک جای مناسبی برای شب شعر است به شرط اینکه از والدین اجازه داشته باشد.

دو بیتی: این پلاک زوج و فاشق و چنگال و کفش و ازدواج شما را حسابی گیر می‌اندازد! حالا که وقت دارید کمی به تک درختها و کشتی‌ها و کشتی‌ها و اینها فکر کنید و سر آخر از خودتان با جرأت بپرسید بعد از این همه شعر خواندن تکلیف سوات چه شد؟ تکنده می‌گویید:

فاس می‌گویم و از گفتة خود دلشادم
بنده عشقم و از هر دو جهان آزادم

لف و نشر: شما گاهی ماست را با عسل می‌خورید و گاهی شکر را توی دوغ می‌ریزید و برایش حکمتی متصور می‌شوید از جهت هنر مفهومی مدل موی شمانشانگر میزان ادب و نزاکت و هنر شعر شناسی شماست. بین شانه و موی شما یک ارتباط نامتناسب شکل گرفته است که منجر به ترغیب و تشویق مادرتان برای خرید یک کادو می‌شود!

شعر نیما یی: شما بعد از بارها تمرین متوجه شده‌اید که نه بور می‌شوید نه سفیدک می‌زنید و نه هوای دلتان غیر از مهتاب و آفتاب رنگ دیگری دارد. آی آدمهای وجودتان به میزان خرسنگهای تفته در جوش و خروش است. کمی به مردنی بودن پرندۀ نیز فکر کنید

فال پاسخ شاعران

این فال را با تشکر از شاعران پارسی به شما عزیزان تقدیم می‌کنم.

در این فال شما آنچه می‌خواهید به دوستان خود بگویید را باید در قالب شعر بگویید. مثلاً اگر می‌خواهید قبل از اینکه بهمند گذاشتن پونز روی صندلی معلم کار شما بوده است به بغل دستی و هم دست خود بگویید:

بر خیز که پر کنیم پیمانه ز می
زان پیش که پر کنند پیمانه ما
به عنوان دست گرمی از روی این اشعار به بعضی صفات شما اشاره می‌شود.

دل من مثل ابری گریه سر داد
سحر شد مثل خورشیدی شکفت
متکی، مرغ سحر، محیط زیست با تراکم محدود، نوشابه زیاد خور،
پرورزکتوری!

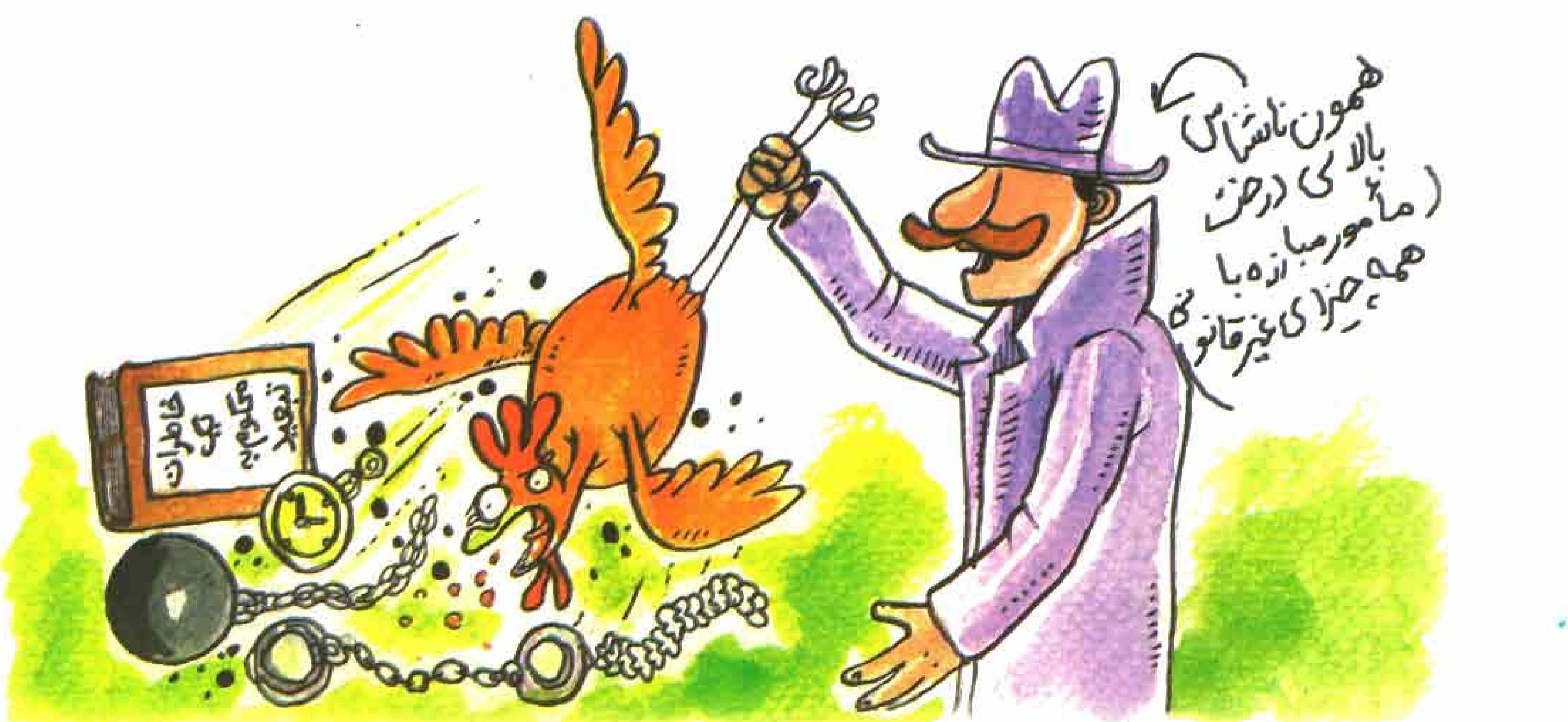
بارها گفته‌ام و بار دگر می‌گویم
که من دلشده این ره نه به خود می‌بیویم
مخالف، مشکل دار، بتن آرمه، پر چانه (به جهت تکرار گفته‌ها)

سال و مه رفت و ما همی خفتیم
خواب ما مرگ بود، خواب نبود
کمبود خواب، کنکوری، چوب شور دوست، پروین اعتمادی، وای
و هوار کن!

بیا تاقدر یکدیگر بدانیم
که تانا گه ز یکدیگر نمانیم

ماجراجوی قولی خان

نویسنده: کوهکهن

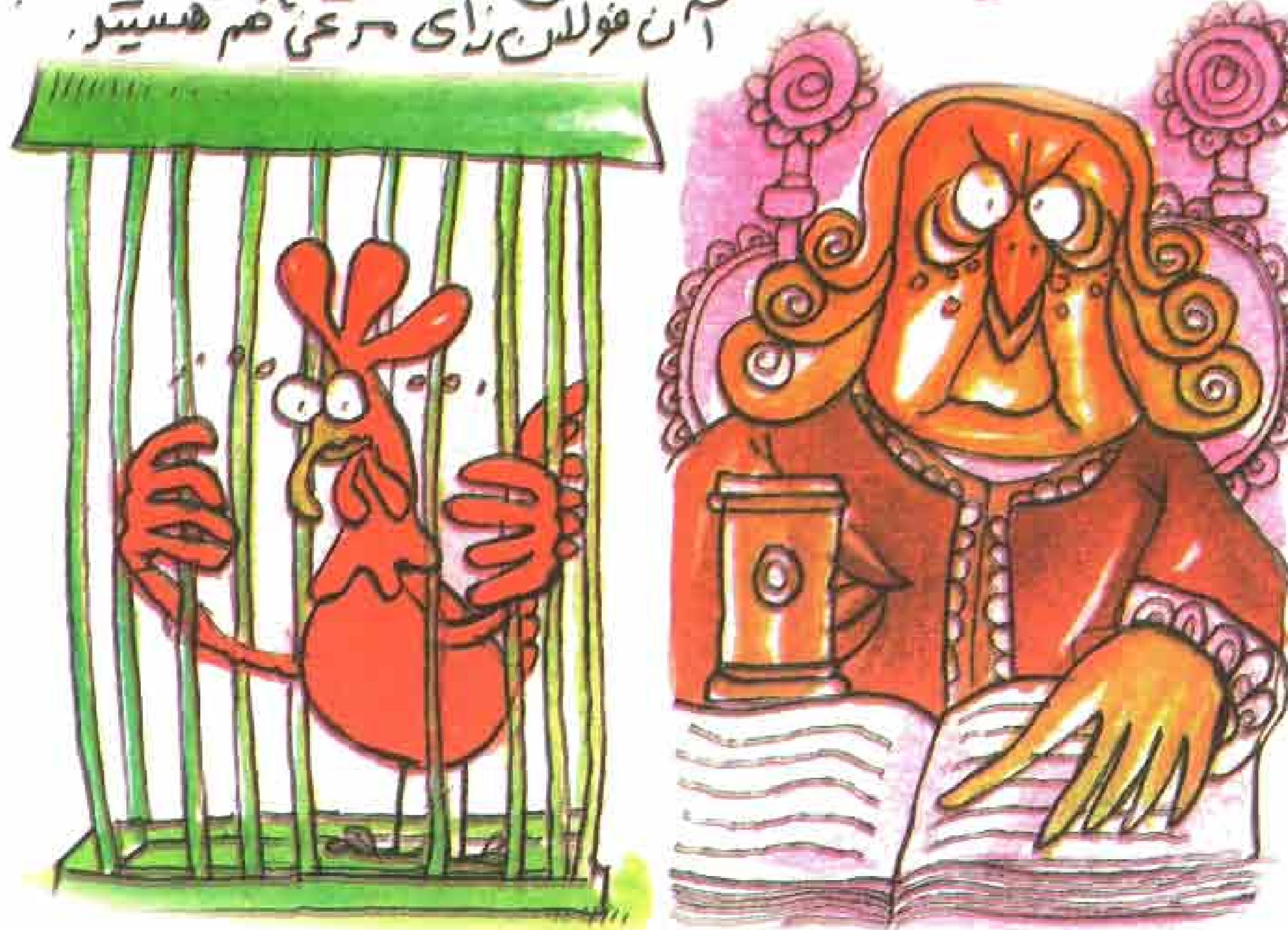




این دو نفر دادستان هستند و قویی را به خاطر
کارهای زشن قبلي محاکمه هی کشت.



سما برای همیشه از همه حاصل را می سوید چون مسلکو کرده
آن فوللزن زای هر عنی هم هستی.





چوپیا و خاطرات

در نجف کولرهایی را از کویت به عنوان هدیه برای ایشان فرستادند که برای خنک کردن هوا مناسب بود. هر چه کردند که آن را نصب کنند، امام اجازه ندادند و گفتند: «به صاحبانش برگردانید.»

از جمله خصوصیات امام که باید بدان اشاره شود در رابطه با فرزند شهیدشان مرحوم حاج آقا مصطفی خمینی(ره) بود که خود از بزرگان فضلا و بهترین شاگردهای درس امام بودند. ولی از نظر اقتصادی و مادی، زندگی مرحوم حاج آقا مصطفی و سایر طلاب در یک حد بود. یعنی منزلشان و شهریه‌ای که امام به ایشان می‌دادند با بقیة طلبه‌ها فرقی نمی‌کرد. و این امر مشهود بود، چیزی نبود که مخفی بماند. به طور کلی آن چیزی که در یک رهبر بخصوص رهبر مسلمانها باید باشد، زهد است، که امیر المؤمنین علی علیه السلام می‌فرماید: «باید مولايت خود و زندگی اش را در سطح ضعیف ترین مردم پایین بیاورد.» واقعا با بودن همه امکانات مادی و توجیه استفاده از همه آنها، امام و فرزندشان شهید حاج آقا مصطفی، خودشان را به حد یک طبله رسانده بودند؛ یعنی خانه‌شان خیلی قدیمی بود و هیچ تشریفات و تشکیلاتی نداشت. به طوری که در یک زمستان دیوار اتاق طبقه دوم منزل امام فرو ریخت و ایشان راضی نشدند که خانه‌شان را عوض کنند و باز آن دیوار را ساختند و در همانجا باقی ماندند.

سید محمد سجادی
اصفهانی

قرآن لازم دیدگاه امام

قرآن مجید و سنت، شامل همه دستورات و احکامی است که بشر برای سعادت و کمال خود احتیاج دارد. در کافی فصلی است به عنوان «تمام احتیاجات مردم در کتاب و سنت بیان شده است» و «کتاب» یعنی قرآن، تبیان کل شیء است. روشنگر همه چیز و همه امور است. امام سوگند یاد می‌کند (طبق روایات) که تمام آنچه ملت احتیاج دارد در کتاب و سنت هست و در این شکی نیست.

ولایت فقیه، چاپ دهم، ص ۲۹

امام در سفر نماز

حضرت امام به انجام نماز جماعت بسیار مقید بودند و همواره در آن شرکت می‌کردند. چه به صورت مأمور، در زمانی که بزرگانی چون مرحوم آقای خوانساری نماز را اقامه می‌کردند و امام به نماز ایشان تشریف می‌بردند و چه به عنوان امام. به گونه‌ای که در دوران مبارزه، نماز جماعت جزو برنامه‌های ایشان قرار داشت و بیشتر وقتها در همان منزل شخصی امام مخصوصاً موقع مغرب و عشاء نماز جماعت به امامت ایشان تشکیل می‌شد. افراد فاضل و مؤمن نیز از موقعیت کمال استفاده را کرده، فضای منزل امام را با حضور خود پر می‌کردند.

صادق خلخالی

الله بزرگ است و رسان

وقتی برگشت تاجر مس هنوز خوابیده بود. بعد که تاجر مس بیدار شد تاجر روغن به او گفت: «به نظرم یک کشتی مسافری آمده است، نمی‌خواهی برویم روی عرشه کشته تماسا کنیم؟» تاجر مس گفت: «چه تماسایی دارد؟ من که در آن کشتی با کسی آشنا نیستم.»

تاجر روغن گفت: «من هم همین طور، اینک همه دارند تماسا می‌کنند ولی من هم حوصله این چیزها را ندارم.» اما تاجر روغن دل توی دلش نبود که با این کسادی بازار روغن چه کند و کم کم فکر کرد که اگر بشود روغنهای را با مساهای همکارش عوض کند و خیال خودش آسوده کند. بعد از اینکه

کشتی راه افتاد تاجر

روغن سر صحبت را

باز کرد و به تاجر مس

گفت: «من پارسال هم

روغن برد بودم و در

آنجا هم پارچه خریدم و

بدنبود ولی شما پارسال

چه داشتید؟» تاجر مس

گفت: «من سالهای است که

از این راه نرفته‌ام و حالا هر

چه دارم ظرف مس است.

کارهای من همیشه بی

حساب و کتاب است.

هیچ وقت نمی‌فهمم

چه کار می‌کنم.

حالا که داریم

می‌رویم، نمی‌دانم

چه می‌شود، هر چه

باید بشود می‌شود.»

تاجر روغن گفت: «البته آدم باید

امیدش به خدا باشد ولی بی فکری هم با کار تجارت

جور در نمی‌آید حالا که این را گفتید بهتر است بگوییم شهری

که ما عازم آن جا هستیم خودش ده تا معدن مس دارد و

خودش صادر کننده مس است.» تاجر مس قدری ناراحت شد و

گفت: «عیبی ندارد اگر هم بازار مس خوب نبود مس یک چیزی

است که می‌شود آن را ده سال نگه داشت، نه خشک می‌شود، نه

کم می‌آید، نه بید می‌زند، نه موریانه می‌خورد. نه کرم می‌گذارد،

نه می‌سوزد، نه می‌گندد، مس است و همیشه مس است و یک

کاری می‌کنیم. فقط اینش بد است که من نمی‌توانم زیاد آن

جا بمانم و در ولايت کارهای زیادی دارم که باید زود برگردم.»

تاجر روغن گفت: «به این ترتیب حقش این بود که روغنهای من

مال شما بود، برای این که من می‌خواهم مدتی آن جا بمانم و

زبان یاد بگیرم و اگر هم بازار مس کساد بود، می‌گذاشتم هر

روزی روزگاری دو تاجر همشهری که اکثر سفرهای آنان از راه دریا بود برای معامله عازم سفر شدند. در این سفر دو تاجر جنس زیادی خریده بودند، کشتی باری بزرگی بار کرده بودند و خودشان در یکی از اتاقهای کشتی به هم رسیدند و آشنا در آمدند. بعد از احوال پرسی و گفت و شنید و معلوم شد یکی شان مقدار زیادی روغن خریده و یکی مقدار زیادی ظرفهای مسی و هر دو به امید خدا جنسهای را می‌بردند که بفروشند و عوض آن هر چه را می‌پسندند بیاورند و نفع ببرند. کشتی حرکت کرد و چند هفته در راه دریایی پیش رفت. وقتی کشتی به وسط دریا رسید یک کشتی مسافری مهم از طرف مقابل پیدا شد که از کنار آنها می‌گذشت. ناخداهای کشتی رسمشان بود که وقتی در سر راه

خود به کشتیهای دیگر
می‌رسیدند لنگر
می‌انداختند
و با همکاران
خودشان از
کارهای کشتی
و وضع دریا و
مقصد صحبت
می‌کردند و اگر
کاری داشتند به
یکدیگر کمک
می‌کردند. وقتی
کشتی‌ها ایستادند
و ناخداها مشغول
دید و بازدید بودند.
تاجر روغن رفت
و خواهش کرد به
او اجازه بدهند تا در
کشتی دیگر گردش بکند

تا شاید خویشان خود را بیابد. تاجر روغن مرد زیرک و حسابگری بود و از هر فرصتی برای به دست آوردن مظننه بازار و در آوردن ته و توی کارها استفاده می‌کرد و برعکس تاجر مس به این حرلفهای بی‌اعتنای بود و همیشه می‌گفت وظیفه ماست که چیزی بخریم و بفروشیم ولی هر چه باید بشود خودش می‌شود.

تاجر مس خوابیده بود که تاجر روغن رفت به قایق سوار شد و به کشتی دیگر رفت و از مسافران قیمت اجناس را در شهرهای آن طرف دریا تحقیق کرد و فهمید که بازار روغن خیلی کساد است و قیمتش پایین است و برعکس مس گران شده و قیمتش خیلی بالا رفته است. این را فهمید و برگشت. در راه با خود حساب کرده و دید اگر این همه روغن را به مقصد برساند، از قیمت مایه کاری هم چیزی ضرر می‌کند. خیلی ناراحت شد و برگشت.



وقت قیمت شیرین می‌شد می‌فروختم، ولی روغن چیزی است که فوری فروش می‌رود. تاجر مس گفت: «می‌بینی! کارهای دنیا همیشه برعکس است.» تاجر روغن گفت: «اما من با این که پارسال از روغن خیلی خیر دیدم حاضرم مایه به مایه روغنها را با مسها معامله کنیم، توکل بر خدا، هر چه باداید. شاید خیر دیدیم، شاید خیر هر دو در این باشد، نمی‌دانم چرا این حرف به زبانم آمد.» تاجر مس گفت: «من حرفی ندارم، ولی عیب کار این است که روغن نگه داشتنش مشکل است و اگر زود توی بازار آب نشود نمی‌شود آن را زیاد نگه داشت ولی مس، خداوند همیشه این سنگهای معدنی را عزیز کرده است. آهنش، مسش، ذغالش، نقره اش، طلاش، هر چه برکت هست توی این زمین است.»

تاجر روغن خندید و گفت: «خوب بازار گرمی بلدی، ولی کاسبی ما کاری به این حرفها ندارد. همین را می‌دانم که هرجا آدم هست، همیشه روغن مصرف دارد، معدن هم ندارد که هر روز استخراج کنند، حاصل زحمت مردم است و شیره جان گوسفندان و گاویان و مایه زندگی است.»

تاجر مس خنده بلندی کرد و گفت: «بسیار خوب؛ اگر خیلی دلت می‌خواهد معامله کنیم من حاضرم، ناگهان به دلم برات شد که پیشنهاد تو را قبول کنم.»

تاجر روغن دلش از خوشحالی لرزید و گفت: «انشاء الله مبارک است. خداوند به شما برکت بدهد، در بازار تبریز، می‌گویند: «الله برکت ورسن» چه خوب است که آدم همه زبانها را بلد باشد.»

تاجر مس گفت: «بله، زبان یادگرفتن خوب است اما من زبان خودم را هم زورکی بلدم، به هر حال بگذار عقد قرار داد کنیم. تو هم خیرش را ببینی. نگفتم؟ من همیشه این طورم، زود معامله می‌کنم و اصلاً نمی‌دانم که چه کار دارم می‌کنم.»

تاجر روغن گفت: «قبول کردم، حالا بیاییم صورت خرید جنسها را حساب کنیم.»

گشتند و دفتر و دستکها را آوردند و سیاهه خرید اجناس را نگاه کردند و بعد معامله را به صورت پایاپای ختم کردند. تاجر مس خودش هم به درستی نمی‌دانست چرا این کار را می‌کند اما تاجر روغن می‌دانست که روغن ضرر خواهد کرد و مس فایده خواهد داشت. اما یک پیشامد ساده بعد از آن اتفاق افتاد که همه حسابها را به هم زد. چند دقیقه بعد کشتی گرفتار امواج خروشان و طوفانی دریا شد و در خطر قرار گرفت. ناخدای کشتی از همه مسافران خواست که برای سبک شدن کشتی،

هر چه که بار دارند به دریا ببریزند. اما برای آن دو تاجر ریختن اموال در دریا همانند مردن بود. بالاخره پس از اصرار ناخدا و دیگر مسافران که نگران جان خود بودند دو تاجر راضی شدند که اموال خود را در دریا ببریزند، خیک‌های روغن و عده‌های مس و بار و اثاث مسافران همه را به دریا ریختند و کشتی سبک شد و دیوار شکسته کشتی بالاتر از آب قرار گرفت و ناخدا کشتی را به سرعت به طرف ساحل هدایت کرد و صبح روشن به مقصد رسیدند.

دو نفر تاجر روغن و مس دیگر از ناراحتی و پریشانی رمک نداشتند که حرف بزنند. در ساحل از کشتی پیاده شدند و نتیجه تجارتشان برعکس شده بود. مسها یی که تاجر روغن خریده بود معلوم است که به اعماق دریا فرو رفته بود. اما خیک‌های روغن که مال تاجر مس شده بود همه روی دریا شناور بود و موجهای دریا آنها را به طرف ساحل می‌راند. تاجر روغن با همه زرنگی و زیرکی همه مسها خریداری را از دست داده بود و تاجر مس با همه سادگی و صداقتش تمام روغنها را به بازار رساند و به قیمت مایه کاری فروخت. فکری که تاجر روغن کرده بود، از روی زیرکی و هوشیاری بود

چون در اینجا روغن خیلی ارزان بود و مس خیلی گران، ولی با شکستن کشتی کار برعکس شده بود.

تاجر ساده دل گفت: «با این پیش‌آمد اگر چه من نفعی نبردم، ضرر هم نکردم. ولی برای تو خیلی متأسفم. آیا تقصیر من بود؟ من که نمی‌دانستم چه می‌شود، خودت پیشنهاد کردی که جنس‌ها را عوض کنیم.»

تاجر زیرک گفت: «نه برادر، هیچ کس تقصیری ندارد، من هم درست حساب کرده بودم و حواسم به کارم جمع بود ولی این یکی را دیگر نخوانده بودم که کشتی سنگین بود حالا ما اینجا نبودیم. تقصیری نداشت که اگر کشتی سنگین بود حالا ما اینجا نبودیم. این طور پیشامد‌ها در زندگی بسیار است، اسم آن را می‌گذارند شانس بد یا خوب ولی شانس یعنی تصادف. من به بخت و اقبال و سرنوشت هم عقیده ندارم، ولی این طور پیش آمد و به نفع تو تمام شد. در زندگی همان طور که نقشه و حساب هست پیشامدهای حساب نشده هم هست، مثل زلزله، صاعقه، مثل غرق شدن یا دریک قرعه کشی برنده شدن. من هم گلهای ندارم و خدارا شکر که خودمان هستیم. آدم جانش سالم باشد. زندگی را می‌شود دوباره ساخت.»



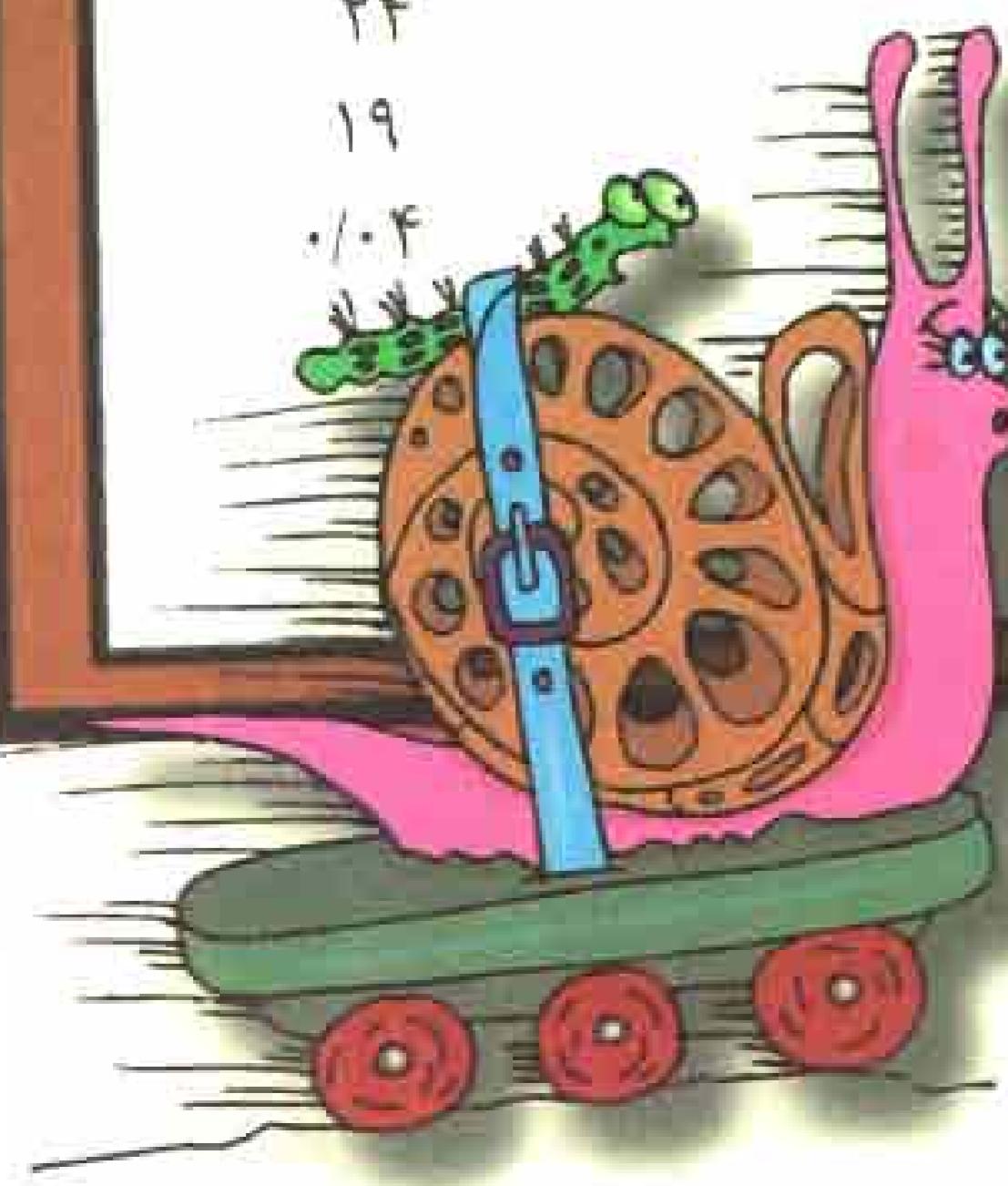


خرچه
خوب با بازی



66

نام حیوان	کیلومتر بر ساعت
۱- چیتا	۱۰۵
۲- آنتلوب (چارپایی شبیه گوزن)	۹۶
۳- شیر	۸۰
۴- گوزن الک	۷۲
۵- گور خر	۶۴
۶- خرگوش	۵۶
۷- گوزن شمالی	۵۱
۸- گربه	۴۸
۹- فیل	۴۰
۱۰- بوقلمون وحشی	۲۴
۱۱- سنجاب	۱۹
۱۲- حلزون	۰.۱۴



طمع زیاد

پادشاهی بیشتر مال و دارایی خود را صرف شکوه و زیبایی پایخته کرده بود. وقتی که به سن پیری رسید و دانست که زمان مرگش فرا رسیده، دستور داد بر بالای یکی از دروازه‌ها، قبری برای او بسازند و این عبارت را بر آن نقش کنند که هر گاه یکی از پادشاهان بعد از من بی پول شود، می‌تواند گورم را بشکافد و آنچه می‌خواهد بردارد.

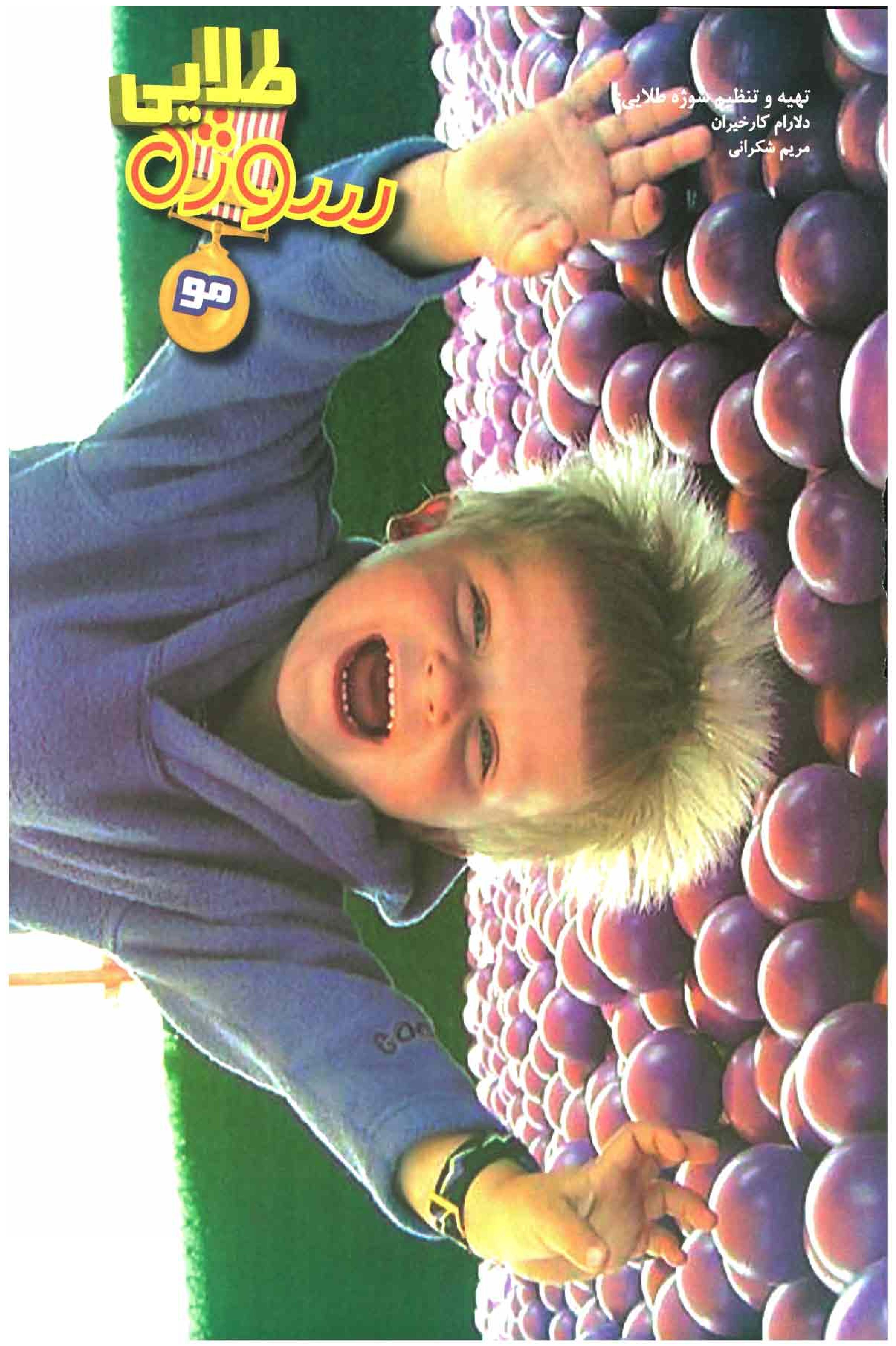
از قضا پس از مرگ وی، پادشاه غارتگری به کشور او حمله کرد و به این گمان که گنجی در قبر آن پادشاه باشد، دستور داد گور را گشودند.

اما به جای گنج این نوشته را در گور یافتند که: اگر در به دست آوردن مال از راه نادرست، زیاد طمع نمی‌کردی گور مرده‌ای را نمی‌گشود!

تهیه و تنظیم سوزه طلای
دلارام کارخیران
مریم شکرانی

طلایی رودخانه

90



مو و علصرها

برای تشکیل مو عناصر زیر لازم است:

کربن ۵۰ گرم

هیدروژن ۶-۷ گرم

اکسیژن ۱۹-۲۳ گرم

نیتروژن ۱۷-۱۸ گرم

گوگرد یا سولفور ۴-۵ گرم.



ساختار مو

بخشی از مو در زیر پوست مخفی است و بخش دیگر آن در بینون بدن قابل رویت است. آن بخش از مو که در زیر پوست است، فولیکول مو نامیده می‌شود. رگهای بسیار ریزی در پایه فولیکول مو وجود دارد که منبع تغذیه مو را فراهم می‌کند. غده چربی، مادهای به نام سبوم، ترشح می‌کند که مو را درخشنده کرده و از بعضی جهات، عایق آب می‌گردد. فولیکول مو، زمانی که بچه هنوز در رحم مادر است، تشکیل می‌شود و بعد از تولد، فولیکول جدیدی تولید نمی‌شود. هر رشته مو از ۳ لایه تشکیل شده است. خارجی ترین لایه، کوتیکل یا پوشش مو و نازک ترین لایه مو است. لایه میانی کورتکس یا

رشد مو

مو با سرعت ۱۲ میلی متر در ماه رشد می‌کند و در ساعت ۰ تا ۱۱ صبح و بین ۴ تا ۶ بعد از ظهر، بیشترین رشد را دارد. همینطور، گفته می‌شود که رشد مو در تابستان، سریع تر از زمستان است. رشد مو در سنین ۱۵ تا ۳۰ سالگی بیشتر است و از ۴۰ سالگی به بعد، سرعت آن کمتر می‌شود. کاهش طبیعی مو، در هر دو جنس زن و مرد از ۵۰ سالگی شروع می‌شود.

چه کسی موهای بلندتری دارد؟!

یک مرد تایلندی به نام «هو ساتیو Hoo sateaw» صاحب بلندترین موی جهان است. او در سال ۱۹۹۷ م رکورد پنج متر و پانزده سانتی متر موهای سر خود را در کتاب رکوردهای گینس به ثبت رساند. «هو ساتیو» از سن هجده سالگی یعنی از سال ۱۹۲۹ م موهای خود را کوتاه نکرده است. برادر او «بی» نیز در زمان ثبت رکورد «هو» دارای موهایی به طول چهار متر و هشتاد و هشت سانتی متر بوده است.

*سابقی بهارادهوا مردی پنجاه ساله و هندی است که چهل سال تمام موهایش را کوتاه نکرده است. طول موهای او هم اکنون چهار متر و سی و دو سانتی متر است. رادهوا بلند کردن موهایش را نوعی سرگرمی برای خودش تلقی کرده است! او هفتنهای یکبار موهایش را می‌شوید و هر بار نیم کیلو روغن مو به آنها می‌زند تا شادابی و درخشش شان حفظ بشود. رادهوا هیولایس عظیم موهایش را با کمک دیگران تمیز می‌کند و می‌بندد.

*دای یوکین «Dai Yueqin» زنی چهل ساله و چینی تبار است که موهایی به طول چهار متر و بیست سانتی متر دارد. یوکین ساکن آمریکاست و در سفر اخیری که به زادگاهش شهر تائیک شیانگ داشت موهایش را باز کرد و به دیگران نشان داد. او از سن چهارده سالگی تاکنون موهایش را کوتاه نکرده است.



ریزش مو

باریزش مو عالیم بیماریهای تیروئید هم مشاهده می‌شوند. کم خونی حاد با شرایطی که فردی به دنبال بیماری، یا بر اثر حادثه، مقدار نسبتاً زیادی خون را ناگهان از دست بدهد، ممکن است دچار ریزش مو شود.

دارو: تعدادی از داروها، در برخی از افراد ریزش مو ایجاد می‌کنند. این نوع ریزش مو هم اغلب برگشت ناپذیر است. فشارهای روحی و روانی با بیماری سخت یا جراحی می‌تواند عامل بروز این فشارها و در نتیجه این نوع ریزش مو باشد.

ریزش موی ناحیه ای

این بیماری نوعی طاسی سر است که باعث ریزش سریع و کامل مو در یک یا دو ناحیه گرد سکه‌ای شکل به اندازه‌های متفاوت می‌شود. در مواردی موی کل سر می‌ریزد و در حالت نادرتری، این ریزش به موی نقاط دیگر بدن مثل مژه‌ها و ابروها هم سرایت می‌کند. اکثر بیماران کمتر از ۴ سال سن دارند. رشد مجدد مو، ممکن است در عرض ۱ تا ۳ ماه بعد رخ دهد. اما در مواردی دیده شده است که موی منطقه دیگری شروع به ریزش می‌کند. موهای تازه در

ابتدا بسیار کم رنگ و نازکند، اما به تدریج حالت طبیعی خود را باز می‌یابند. علت دقیق این بیماری نامشخص است. بعضی از متخصصان، فشارهای شدید جسمی و روحی را در به وجود آمدن آن دخیل می‌دانند و برخی دیگر آن را ناشی از عوامل یمنی در بدن می‌دانند. این بیماری عفونی نیست و سرایت نمی‌کند و درمان آن باید زیر نظر پزشک متخصص، صورت بگیرد.



در هر شبانه روز، حدود ۳۰-۵۰ تار مو می‌ریزد که مجدداً رشد خواهند کرد. رشد مو سه مرحله دارد:

الف: آناژن که مرحله رشد مو است.

ب: کاتاژن که نشانه پایان آناژن است و ۲ یا ۳ هفته طول می‌کشد.

ج: تلوژن که حدود ۱۰۰ روز طول می‌کشد و روزانه بین ۱۰۰ تا ۲۵۰ مو که در مرحله تلوژن هستند، می‌ریزند.

یکی از راههای ساده و عملی که افزایش ریزش مو و شدت آن را نشان می‌دهد، کشیدن مو است. در این روش، یک دسته

مو، شامل حدود ۵۰ تا ۱۰۰ تار را می‌گیریم و به ملایمت می‌کشیم. اگر فرد روز قبل استحمام نکرده باشد، در حالت طبیعی، حداقل ۴ تا ۵ تار کنده می‌شود. اگر پیش از این تعداد باشد، می‌توان گفت ریزش مو غیر طبیعی است. ریزش مو، دلایل متفاوتی دارد. برخی از عوامل موجب می‌شوند که مرحله رشد مو، پایان زودرس پاید و در نتیجه، تعداد زیادی از تارها، پیش از موعد معمول وارد مرحله استراحت می‌شوند. در این حالت، کمتر از ۵۰ درصد تارها دچار ریزش می‌شوند. شایع‌ترین علل این نوع ریزش مو را می‌توان به این ترتیب عنوان کرد.

تب بالا: به طور متوسط، ۶ هفته تا ۳ ماه پس از هر بیماری همراه با تب بالا ممکن است، ریزش مو مشاهده شود. این ریزش مو معمولاً گذر است و رشد موهای با گذشت چند هفته تا چند ماه به حالت عادی باز می‌گردد.

کم کاری و پر کار غده تیروئید

هر دو این بیماری‌ها، می‌توانند سبب ریزش مو شوند. همراه

جلوگیری از ریزش مو

رعایت بهداشت مو، شست و شو با شامپوی مناسب نوع مو، برس کشیدن ملایم و منظم (نه زیاد از حد) مو با برس نرم و فاقد دانه‌های نوک تیز و خود داری از برس کشیدن مو در زمان خیس بودن آن را نکاتی است که مانع ریزش بی مورد مو می‌شود. همچنین هر نوع کششی از جمله محکم بستن موهای یا یافتن سفت، می‌تواند از عوامل ریزش مو باشد. استفاده مکرر از سشوار هم برای موهای مضر است.



ساختمان اصلی مو از کراتین تشکیل شده که نوعی پروتئین است. پس مصرف غذاهای پروتئین دار، برای رشد و نمو مو و جلوگیری از ریزش آن، لازم است. بسیاری از غلات و حبوبات، تخم مرغ، ماهی، گوشت، لبیات و سویا حاوی پروتئین هستند. مصرف ویتامین‌ها و مواد معدنی هم که علاوه بر سبزیجات در بعضی از غلات و حبوبات وجود دارند، در رشد مو تأثیر بسزایی دارند. با توجه به اینکه مصرف زیاده از حد بعضی از این مواد مانند ویتامین آ، اثر معکوسی بر رشد و نمو مو دارد.

روش رایانی تقویت مو

ژاپنی ها برای اینکه

موهای سالمی داشته باشند

و از ریزش آنها جلوگیری کنند سبکی

ساده اماً مؤثر دارند که به سبک ژاپنی مشهور

است. متخصصان پوست و مو استفاده از این سبک

را توصیه می کنند. اماً این سبک به چه حالتی است: بعد

از حمام موهای سرتان را کاملاً خشک کنید. بعد اندکی به

جلو خم بشوید و مقداری از موهایتان را از قسمت نزدیک

به پوست سر میان دستها گرفته و کمی

محکم بکشید. این کار را چندین بار

و در نواحی سر تکرار کنید زیرا

این عمل باعث می شود خون

زیادتری به پوست سر و

پیاز موهایتان برسد و در

نتیجه تارهای مو از مواد

مغذی بیشتری بهره

مند بشوند.



رابطه روش‌گری و مو ابرو!

یکی از غیرعادی ترین

موها در عصر رنسانس این بود که زنها موی ابروهاشان

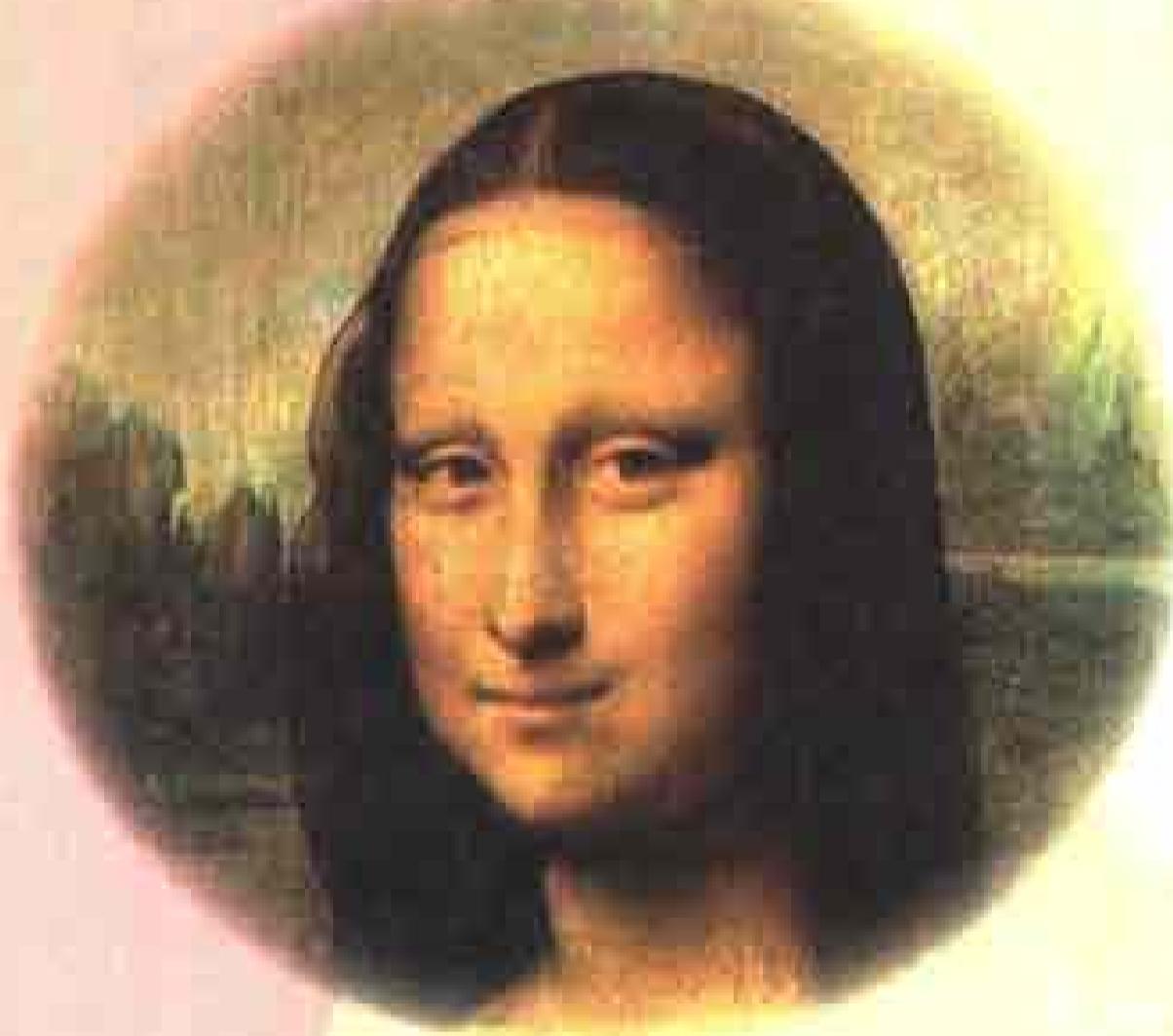
را به طور کلی بتراشند. می‌دانید چرا؟ ... چون خانمهای آن دوره و زمان

معتقد بودند بدون ابرو چهره شان باهوش تر و متفکر تر به نظر می‌آید.

تابلوی لبخند ژوکوند یا مونالیزا داوینچی را دیده اید؟ ... اگر دقیق کنید

می‌بینید که مونالیزا (همان خانمی که بالاخره معلوم نشد لبخند می‌زند یا نه!

(ابرو ندارد. آخر او هم یک زن پیرو مُد عصر رنسانسی است!

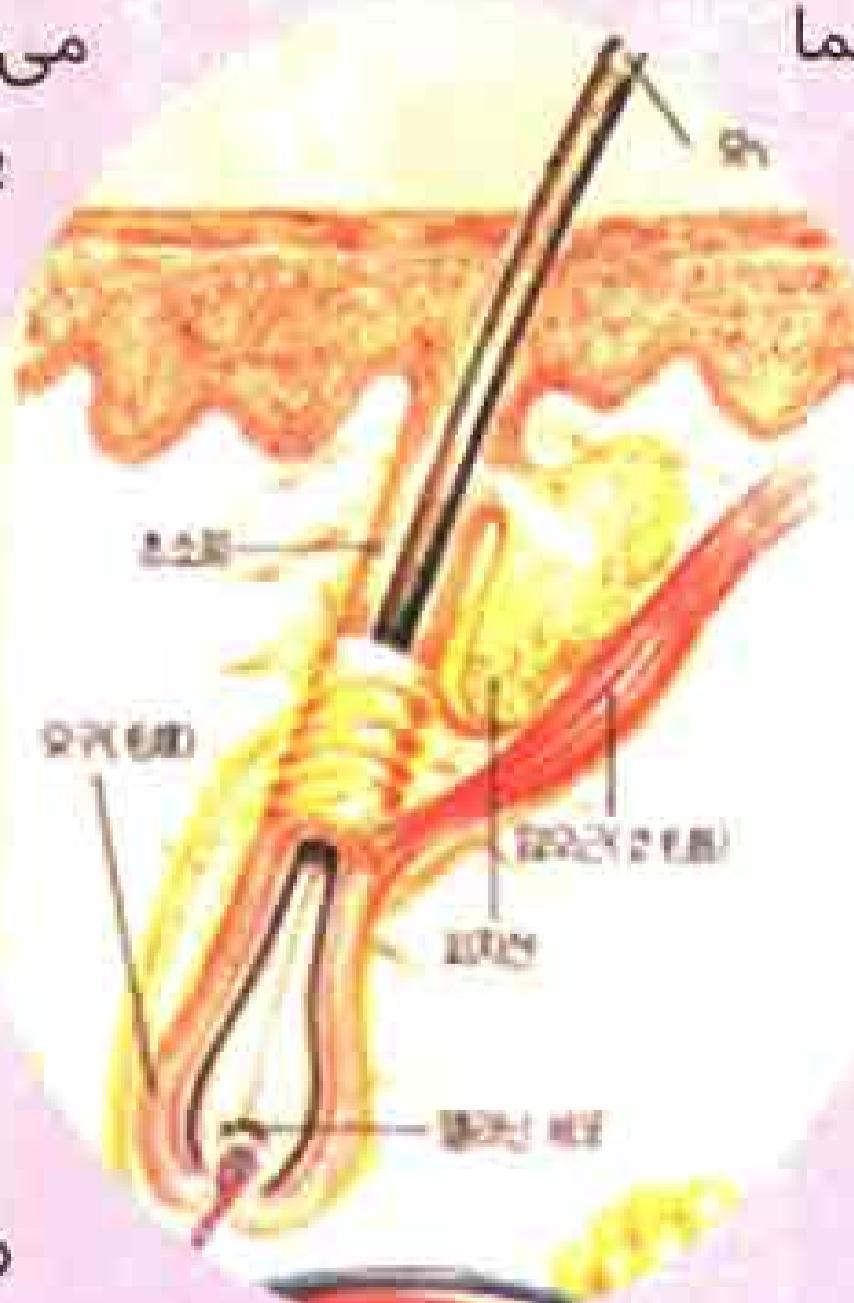


خطه خطه

باشد بهتر است پوست سر خود را به صورت روزانه و با حرکات آرام انگشتان ماساژ بدنهند تا خون و مواد غذایی بهتر بتواند به پوست سر برسد و برای حالت دادن موهایتان هم توصیه می‌شود از کثیرای طبیعی که در مغازه‌های عطاری پیدامی شود استفاده کنند.»

۳- غذاهای خیلی چرب ریزش مو را به خصوص در مردان تسريع می‌کند. به گفته متخصصان وجود چربی زیاد در غذا باعث افزایش فعالیت برخی از غده‌های چرب زیر پوست می‌شود و در نتیجه ریزش مو را سرعت می‌دهد. البته با این تبصره که اسیدهای چرب امکاً ۳ و امکاً ۴ که در روغن ماهی و تخمه آفتانگردان وجود دارند نه تنها این قاعده مستثنی است بلکه روی سلامت مو هم کلی تأثیر مثبت دارد.

۱- به هوش باشید تا گول نخورید! کارشناسان بهداشت فرموده‌اند پروتئین و ویتامین نمی‌تواند از راه پوست کله انسان جذب بشود بنابراین شامپوهای پروتئینه و ویتامینه تنها یک کلک تبلیغاتی است و قرار نیست برای موهای شما معجزه کند.



۲- دکتر احمد فاتح رئیس انجمن پوست و موی سازمان نظام پزشکی استان اصفهان گفته است: «یکی از عمدۀ ترین دلایل ریزش مو در سالهای اخیر و بین جوانها و نوجوانها استفاده زیاد از ژل مو و سشوار است. استفاده مکرر از این دو عامل علاوه بر ریزش مو باعث خشکی مو، نازکی تارهای مو و شکنندگی آن و همچنین مو خورده شده است. با این وجود اگر قشر جوان و نوجوان هنوز هم علاقمند است که موهای خوش حالت و زیبایی داشته

چرا مو کوتاه کردن اصلاح و حشمت نیست؟!

خون شدن ناشی از مو کوتاه کردن مجبور بشوید سرم و کیسه خون وصل کنید استراحت آرایشگری برایتان تجویز بشود و در حین استراحت هم به خاطر از بین رفتن اثر مواد بی حس کننده قرص مسکن بالا بیندازید آن هم چه جوری؟!... مثل نقل و نبات! وا...ی! اینکه مثل فیلمهای تخیلی و ترسناک هالیوودی شد.

یک آرایشگاه رفتن و این همه در دسر بدیختنی؟! بعله...! می‌توانست اینطور باشد ولی نیست. ما خیلی راحت و بسیار دغدغه‌مند رویم آرایشگاه و موهايمان را کوتاه می‌کنیم. تازه غیر از کوتاه کردن کلی بلای دیگر هم سر موهايمان می‌آوریم و آخ نمی‌گوییم. می‌دانید چرا؟ آخر ماتوی ساختمان موهايمان از ریشه تا نوک مو به هیچ وجه رگ خونی و عصب نداریم. و گرنه همان بلایا که گفته‌ایم دانه به دانه سرمان نازل می‌شد!

تصور کنید برای اصلاح و کوتاه کردن موهايتان به آرایشگاه می‌روید. روی صندلی منشی‌بینید و آرایشگر چند آمپول بی حس کننده توی پوست کله تان فرو می‌کند. بعد مثل مطب دندانپزشکی چند دقیقه منتظر می‌شوید تا کله تان کاملابی حس بشود. وقتی سرتان سنگین و کرخ شد. تازه خانم یا آقای آرایشگر تشریف می‌آورد و پیش بند را دور گردتنان می‌بندد و چیک و چیک شروع به کوتاه کردن موهايتان می‌کند. آه...! خون هست که قلب قلب از موهای چیده شده تان جاری می‌شود و توی سر و صورت و گوش و چشم... آخر سر هم که موهايتان به مدل دلخواه در آمد باز جراح آرایشگری تان می‌آید و تمام سرتان را یک پانسمان گنده می‌گیرد و اینجاست که شما باید چند روز تمام صبر کنید تا پانسمان برداشته شود و مدل جدید موهايتان را بینید. تازه قبل از آن احتمال دارد به خاطر کم



باطریهای باریک تر از مو

محققان شرکت ژاپنی NEC به تازگی موفق شدند باطری قابل شارژ و انعطاف پذیری تولید کنند که ضخامتی کمتر از موی انسان دارد. این باطری تنها $\frac{1}{3}$ میلی متر قطر دارد و در مدت زمان ۳۰ ثانیه شارژ می‌شود. همچنان مواد اوپلیهای که در ساختار این باطری استفاده شده است در مقایسه به مواد مورد استفاده در سایر انواع باطریهای قابل شارژ خطرات کمتری برای محیط زیست دارد. اما این باطریهای فوق العاده نازک به چه دردی می‌خورند؟! به گفته مسئولان شرکت NEC باطری مذکور می‌تواند برای وسایل الکترونیکی نصب شده روی لباسها استفاده بشود. در حال حاضر مهندسین کاربرد این باطریهای تأمین انرژی کارتهای شناسایی هوشمند است. این کارت‌های جدید RFID موسومند و به لباس متصل می‌شوند. کارت‌های هوشمند جدید می‌توانند بسیاری از کارها را سریعتر انجام بدهند. مثلاً به محض ورود فرد به ایستگاه مترو هزینه بلیط او از اعتبار مالی اش کم کنند و یا.. علاوه بر آن ساخت این باطری‌های فوق العاده ظرفی امیدها را برای رواج رایانه‌های پوشیدنی بیشتر کرده است. با یکبار شارژ کردن این باطریهای باریک تر از مو می‌توان انرژی مورد نیاز کارت‌های هوشمند را به مدت چند هفته تأمین کرد. هنوز قیمت نهایی و زمان ورود این باطریها به بازار، اعلام نشده است.

ده ضرب المثل مو دارا



کنایه از تکرار و تأکید زیاد روی مسئله‌ای است.

کف دستی که مو ندارد از کجاش می‌کند؟! کنایه از اصرار بیهوده در مورد کاری محال و نشدنی است.

کنایه از وحشت کردن است.

کنایه از با تجربه بودن است.

کنایه از نکته سنجری است.

کنایه از اشتباه نکردن و تیز بین بودن است.

کنایه از کنگکاوی زیاد و جستجوی دقیق چیزی است.

کنایه از شرح دادن تمام جزئیات است.

کنایه از مزاحمت است.

کنایه از ناپایداری و تزلزل است.

زبان مو در آوردن.

کف دستی که مو ندارد از کجاش می‌کند؟!

مو به تن سیخ شدن.

مو در آسیاب سپید کردن.

مو شکاف بودن.

مولای درز کسی نرفتن.

مو را از ماست بیرون کشیدن.

مو به مو گفتن.

موی دماغ شدن.

به یک مو بند بودن.

چند تار مو

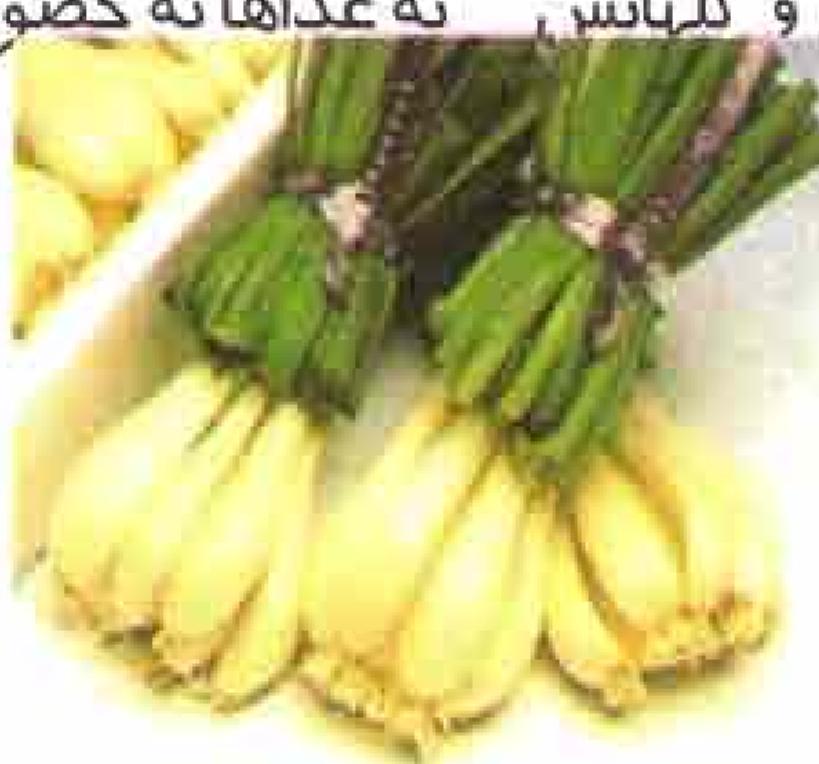
چند تار مو، عنوان دومین فیلم بلند آفای ایرج کریمی است. تصویر برداری این فیلم، در تهران و اطراف آن، شهرکرد، تورنتو و اطراف بروجن انجام شده است. ساخت این فیلم در ۲۸ اسفند سال ۸۱ به پایان رسید. ماجراهای این فیلم، ماجرای زنی به نام هما است که به دلیل مشکلی که برای پسر دانشجویش پیش می‌آید، ناچار از تماسهای تلفنی گوناگون، به دوستان و بستگانش می‌شود.



مو سیر

کرده می‌سایند و با ادویه و غذا مخلوط می‌کنند. گرد مو سیر فقط یک پیاز درشت است. بر گهایش باریک و دراز و گلایش به غذاها به خصوص به سس‌های بی مزه طعم خوبی می‌دهد و آنها را لذیذتر می‌کنند. از جمله خواص مو سیر می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

مو سیر هضم را آسان کرده و اشتها آور است. سنگ کلیه رادفع می‌کند و باعث از بین رفتن انقباضات در دنک معده و روده می‌شود. همچنین مصرف مو سیر معده را تقویت می‌کند.



بصل الیز-اشقدوین و بلبوس از دیگر اسامی مو سیر است.

مو سیر گیاهی است از تیره سوسنی‌ها و شبیه سیر که ریشه‌اش به غذاها به خصوص به سس‌های بی مزه طعم خوبی می‌دهد و آنها را لذیذتر می‌کنند. از جمله خواص مو سیر می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

که همه در نواحی معتدل می‌رویند. برخی از گوشهای مو سیر را در باغ به عنوان گل زینتی نیز می‌کارند. پیاز این گیاه خوراکی است و در ترشی‌ها و اغذیه به کار می‌رود. بویش از سیر کمتر بوده و نرم تر از آن است. بهترین نوع مو سیر نوعی است که رنگ قرمز مسی دارد و آن را خشک

است که بر روی آنها انجام شده است ولی اینطور نبود. و طی تحقیقات بعدی متوجه شدیم که سلمانی رفتن مو شهای یک نوع بیماری ژنتیکی (جهش زنی) است بیچاره مو شهای که با کلاس و مرتبی شان هم مرض تشخیص داده می‌شود...

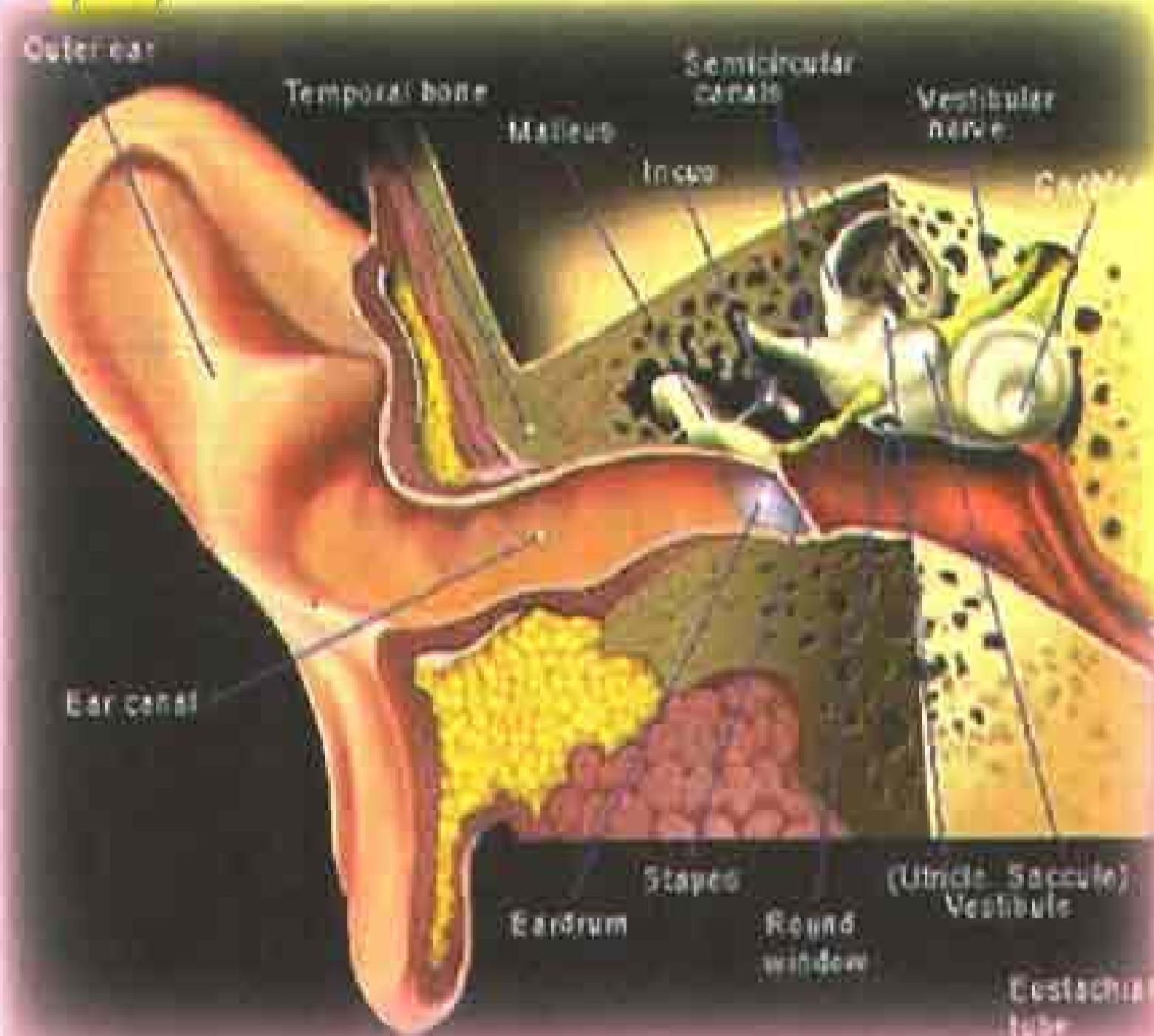
سلمانی مو شهای

مو شهای هم سلمانی می‌روند. آن هم به صورت دسته جمعی و گروهی. موش آرایشگر مو شی است که نسبت به همه هیکل بزرگتر و وزن سنگین تر دارد. آرایشگر شروع به کنند مو های بدن مو شهای دیگر می‌کند و مو شهای زیر دست او نه تنها در مقابل این عمل در دنک مقاومت نمی‌کنند، بلکه از موش غالب می‌خواهند که بیشتر، آنها را سلمانی کنند. طوری که گاه به طور کامل تمام مو های گونه‌پیشانی، چانه و پشت کمرشان کنده می‌شود. البته به گفته دکتر کورین (بزو هشگر مؤسس تحقیقات پزشکی) این سلمانی رفتن مو شهای در عین جالب بودن تاحدودی نگران کننده است! دکتر کورین که سالهای است بر روی این موضوع تحقیق و جستجو می‌کند و در این زمینه می‌گوید: ما ابتدا فکر می‌کردیم سلمانی کردن مو شهای نتیجه و تأثیر آزمایشها بی



فرستندهای مویی

۲۱



در بخشی از گوش داخلی که حلقه گوش نامیده می‌شود موهای ریزی قرار دارد که به موهای حسی معروفند. این موها روی پایه مسطوحی که در طول حلقه گوش امتداد دارد واقع شده‌اند. موهای حسی به شکل V کنار هم قرار گرفته‌اند. و توسط مایع احاطه شده‌اند. وقتی که ارتعاشها (لرزهای صدایی) از گوش میانی به این مایع منتقل می‌شوند این موها به جلو و عقب خم و راست می‌شوند و صدای را به صورت پالسیا (فرکانس‌ها)ی عصبی به مغز می‌ منتقل می‌کنند تا مغز آن صداها را مورد شناسایی قرار بدهد.

شامپو

را افزایش می‌دهد.

کثیرا: کثیرا خاصیت تقویت کننده‌گی برای پوست و مو را ندارد و به منظوری غیر ضروری مثل غلیظ شدن شامپو به آن اضافه می‌شود.

شامپوهای بر اساس نوع مو به چرب، خشک و معمولی تقسیم می‌شوند شامپو برای موهای چرب، باید دارای قدرت پاک کننده‌گی بیشتر و روغن کمتر باشد. شامپو برای موهای خشک دارای مقداری نرم کننده است. موهای چرب باید هر روز به موهای معمولی یک روز در میان و موهای خشک، دو سه روز در میان شسته شوند.

برخی از شامپوهای ساختمانهای متفاوتی دارند و کاربردهای مخصوصی دارند مثل شامپوهایی که جنبه دارویی و طبی دارند.

مثل شامپوهای که جنبه دارویی و طبی دارند. مثل شامپوهای ضد التهاب و ضد جوش، شامپوهای ضد قارچ و ضد شوره، شامپوهای درمان کننده جوش سر، شامپوهای التیام دهنده پوست و شامپوهای تسريع کننده ایجاد بافت.

همه شامپوهای از اجزای زیر تشکیل شده‌اند

عامل پاک کننده با عامل پاک کننده باعث جدا شدن ذرات چرک و کاهش چربی از سطح مو می‌شود.

عامل تقویت کننده کف، که باعث ایجاد کف غلیظ و مقاوم می‌شود.

عامل حالت دهنده مو، که این عامل باعث می‌شود که مو به آسانی شانه شده و هنگام شانه کردن به هوا بلند نشود.

عامل نگهدارنده، که این عامل باعث محافظت از مو در برابر مواد ضد عفونی کننده و میکروب کش است.

مواد جانبی تشکیل دهنده شامپوهای هم به دو بخش تقسیم می‌شوند:

عامل صدفی کننده، که این عامل به شامپو حالت و شکل صدفی می‌دهد.

عامل غلیظ کننده، که باعث غلیظ شدن شامپو می‌باشد.

به جز این مواد، گاهی مواد دیگری هم به شامپوهای زده می‌شود که چند نمونه از این مواد را می‌توانیم نام ببریم:

حناء: حنا، خاصیت ضد میکروبی دارد و برای رفع بیماریهای پوستی سر مناسب است.

بانوونی: بانوونی، خاصیت ضد میکروبی و ضد قارچی دارد. باعث طلایی جلوه دادن مو می‌شود و تقویت کننده پوست و مو است.

سدر: سدر برای تقویت مو دفع شوره سر مناسب است. سدر ضد عفونی کننده است و مقاومت عفونت های پوستی

شوره سر

ذرات کوچک و سفید رنگی که روی شانه‌های شما می‌ریزند، صرفاً ذرات کوچک پوست مرده سر هستند. شایع ترین است این عارضه التهاب پوستی سبورئیک است. شوره سر، عارضه وحیمی نیست ولی اگر پوست سر قرمز و همراه با احساس سوزش و خارش باشد، باید به پزشک مراجعه کرد.



موی غیر قابل شانه شدن



تعجب نکنید، در برخی از افراد، نقصی که در ساقهٔ مو وجود دارد، باعث می‌شود که موها به طور نامرتب و در جهت‌های مختلف قرار گیرند. به طوری که شانه کردن معمولی آنها، غیر ممکن است. این عارضه ارثی است و هیچ درمانی برای آن، به جز کوتاه کردن موها یا پیدا کردن یک آرایشگر ماهر، وجود ندارد.

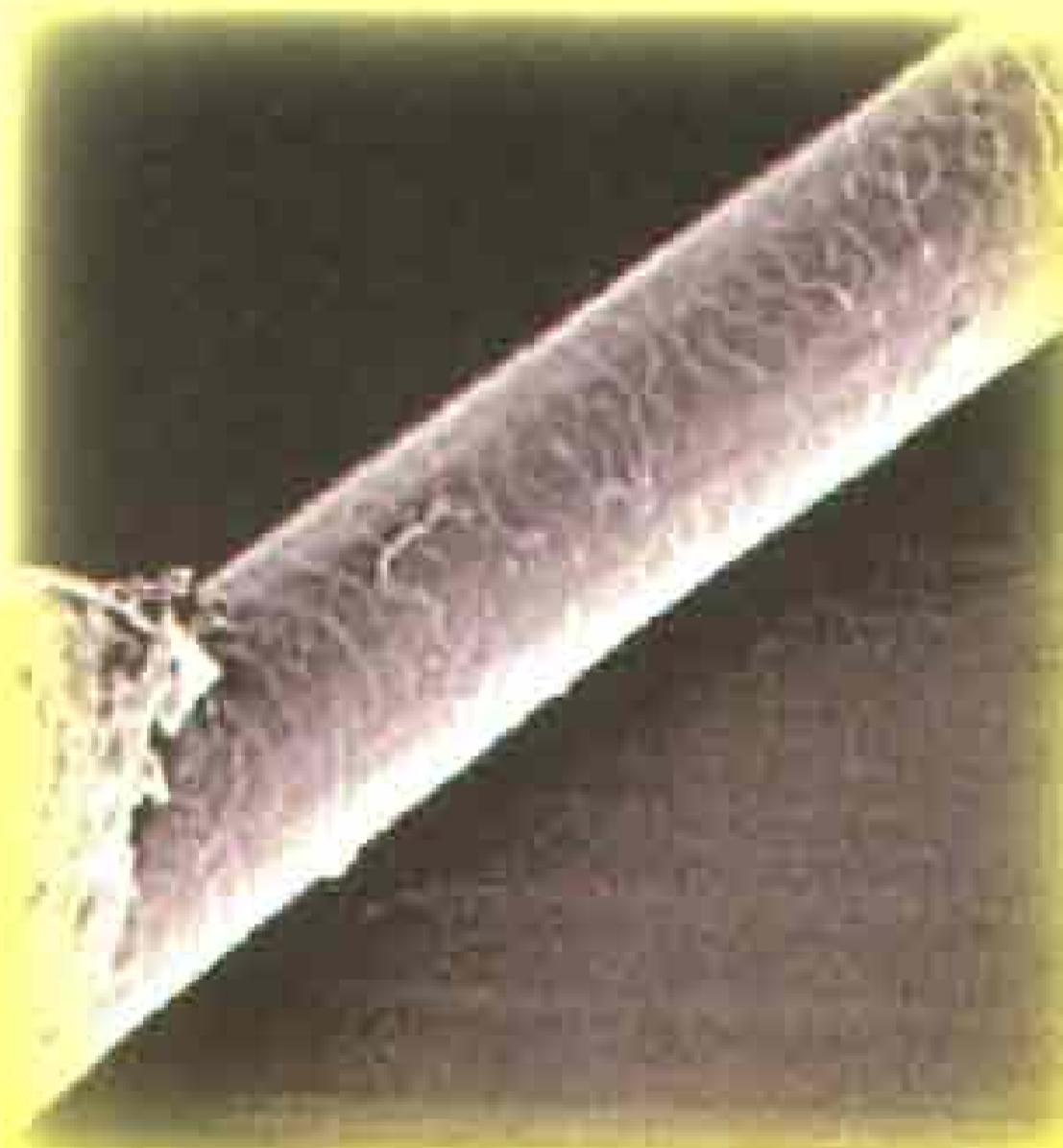
ارتبط رنگ مو با

یک مطالعهٔ اروپایی با حضور تقریباً ۵۰۰۰ داوطلب، نشان داده است که کسانی که به طور مرتب موهاشان را رنگ می‌کنند، بیش از سایرین در معرض خطر ابتلاء به سرطان لیمفوما هستند. با این حال کارشناسان تأکید کردند که برخی عوامل سرطان زا از دههٔ ۱۹۷۰ به این سو، از رنگها، حذف شده است. سرطانهای لیمفوما، در سیستم لنفاوی روی می‌دهند. سیستم لنفاوی شبکه‌ای از رگهای است که بخشی از سیستم دفاعی بدن را تشکیل می‌دهد و سلولهای ضد عفونت به نام لیمفوسیت را جابه جا و سلولهای مرده را از بافتها، تخلیه می‌کند. بر اساس این مطالعه، خطر ابتلاء به سرطان لیمفوما در میان افرادی که به طور مرتب از رنگ استفاده می‌کرده‌اند در مقایسه با کسانی که پیش از سال ۱۹۷۰ هرگز موهاشان را رنگ نکرده بودند، ۲۰ درصد افزایش یافت.



مو خوره

موخوره، شایع ترین اختلال ناشی از صدمات فیزیکی و شیمیایی وارد شده به شاخهٔ مو است. مو خوره در اثر کم شدن و خشک شدن مایع کورتکس، (آب داخل مو) و به صورت دو یا چند شاخهٔ شدن نوک موها به وجود می‌آید. شکنندگی و خشکی بیش از حد مو و موخوره، زمانی در مو ظاهر می‌شود که تمامی چربی روی مو از بین رفته باشد. بهترین راه برای رفع مو خوره، کوتاه کردن موهای آسیب دیده است. علاوه بر این استفاده از شامپوهای ملایم به همراه زردۀ تخم مرغ هم برای درمان موخوره توصیه می‌شود. ضمناً تا می‌توانید آب بنوشید!



نکات مویی!

موهاشان را پس از شستشو با شامپو، با سرکهٔ سبب آبکشی کنید و سپس دوباره با شامپو بشویید. برای باز کردن گره‌های مو از شانه هایی با دندانه‌های درشت استفاده کنید. ابتدا قسمت پایینی مو را کمی شانه کنید و به تدریج به ریشه مو برسید. به این شکل علاوه بر باز شدن گره‌ها به مو آسیبی نمی‌رسد.

درجهٔ تند و گرم سشووار، دشمن مو است. اگر به استفاده از ششووار عادت دارید، حتماً از درجهٔ متوسط آن استفاده کنید و در انتهای مقداری باد سرد، به موهاشان بدھید تا درخشنندگی و حالت مو حفظ شود.

اگر موهاشان چرب است، می‌توانید با گذاشتن کف شامپو به مدت چند دقیقه روی موها، این عارضه را در مدت زمان طولانی برطرف کنید، استفاده از شامپوهای مخصوص موی چرب هم مناسب است. یادتان باشد که از آب ولرم برای شستشوی موی چرب استفاده کنید، نه آب داغ.

استفاده از محصولاتی مثل ژل، موس و کرم‌های مو، درخشنندگی مو ازین می‌برد و موها را کدر می‌کند. استفاده از نرم کننده‌ها، برای موها ضروری است. چون موها بعد از استفاده از شامپو، خشک و شکننده می‌شوند اما به خاطر داشته باشید که نرم کننده را فقط به ساقهٔ مو بمالید، نه به ریشهٔ مو.

هنگام شستشو در حمام، ریشه موها سست می‌شوند و ریزش مو به راحتی صورت می‌گیرد، پس سعی نکنید با شانه و برس به جان موهاشان بیفتد. چون باعث کند شدن مقدار زیادی مو خواهد شد. مشکل شما با استفاده از مقدار کمی نرم کننده، قابل حل است. با استفاده از نرم کننده، موهاشان به راحتی شانه می‌شود و نیازی به برس کشیدن های سخت نیست.

برای درخشنندگی موها، آبکشی مو با سرکهٔ سبب، به طور هفتگی توصیه می‌شود. به این صورت که هفته‌ای یکبار،



آفریده تلخ

ببین زمانه چه دیده دریده تلخی است
ببین که ماه چه قرص جویده تلخی است

به هر چه خیره شوی یاد مرگ می‌افتی
چقدر برگ درختان جویده تلخی است

به هر که دل بسپاری دل از تو می‌گیرد
ببین چقدر جهان آفریده تلخی است

من و تو مسئله آن دو چشم غمگینیم
که هر یکی دگری را ندیده تلخی است

من و تو رود شدیم و جدا شدیم از هم
جدا شدیم، جدایی پدیده تلخی است

من و تو کوه شدیم و نمی‌رسیم به هم
من و تو کوه شدیم این عقیده تلخی است

شدیم سنگ و شکایت نمی‌کنیم از هم
که صبح تلخ، جواب سپیده تلخی است

من و تو از شب و روز جهان چه می‌دانیم
جز اینکه قصه رنج کشیده تلخی است

پیاله‌ای است که هر کس «نمی» چشیده از آن
چشیده‌ایم جهان را، چشیده تلخی است

به فصلهای کتاب زمین امیدی نیست
که داستان به پایان رسیده تلخی است

فاضل نظری

نقش

نشسته بر لب دریا ولی هوایش نیست
چگونه گریه کند او که چشمهاش نیست
هوس نموده که آوازهای دورش را
برای باد بخواند ولی صدایش نیست
در ابتدای افق گم شده ست خورشیدش
کرانه‌های زابر و مه رهایش نیست

به نقش نام کسی روی ماسه‌ها مشغول
نشسته است و به جزر و مد اعتمایش نیست
پر است سینه‌اش از جستجوی ماهی‌ها
به شوق بوسه به اسمی که ابتدایش نیست
دلش ادامه دریا شده ست و می‌داند
که بعد از این دگر این خاک تیره جایش نیست

نیامده ست به ساحل از ابتدای انگار
که هیچ سمت نشانی زرد پایش نیست.

سید ضیاء قاسمی





الله از طراحت پیش

مسلم است که تمام موسیقی های مورد علاقه بشریت تنها روی دارید و آن چیزی نیست جز یک فیش میکروفونی. فیش میکروفونی سیمی است که به هر طرف آن یک فیش صدای استریو متصل است. این فیش را می توانید از فروشگاه لوازم الکتریکی خریداری کنید. خب ابتدا یک سر فیش میکروفونی را به خروجی line out یا headphone ضبط صوت متصل کنید(اگر خروجی ضبط صوت شما Audio out است که قدری بزرگتر است باید یک رابط تبدیل از فروشگاههای الکتریکی بخرید.) و سر دیگر را به ورودی line in در پشت کیس کامپیوتر وصل کنید(پشت هر کامپیوتر معمولاً سه درگاه ورودی و خروجی صدا قرار دارد که خروجی هدفون بارنگ سبز، ورودی میکروفون بارنگ صورتی یا قرمز و ورودی line in بارنگ آبی مشخص شده است.) نوار مورد علاقهتان را روی ضبط صوت بگذارید و این بار سراغ آمده سازی کامپیوتر بروید. ابتدا روی علامت بلندگوی زرد رنگی که پایین صفحه دسکتاپ کامپیوتر واقع شده دوبار کلیک کنید. کادر تنظیمات صدا باز می شود. از منوی option کادر گزینه properties را انتخاب کنید و از کادر properties گزینه Recording را فعال کرده و سپس در قسمت پایین گزینه line in را فعال کنید و دکمه ok را کلیک کنید. تا یک فایل خالی برایتان آماده شود. اکنون همه چیز آمده است ابتدا دکمه play ضبط صوت را فشار بدهید و سپس روی دکمه Record در برنامه cool edit pro (به شکل مثلثی است که وسط یک دایره واقع شده است) کلیک کنید با این کار ضبط صدا شروع می شود و نگاره های صدا روی صفحه نقش می بندد.

اگر نگاره ها را ندیدید فوراً ضبط را قطع کنید و اتصالات را مجدداً بررسی کنید. پس از پایان ضبط صدا روی دکمه stop کلیک کنید و دکمه stop ضبط صوت را هم فشار بدهید. (دققت کنید که برای ضبط فایلهای طولانی باید فضای خالی

copy دادن بتوانیم آنها را روی کامپیوتorman بزیم! در ضمن paste شاید دوست داشته باشیم صدای خود و افراد خانواده مان را به کامپیوتorman منتقل کنیم آن وقت تکلیف چیست؟! تکلیف خواندن مقاله کامپیوتری ماست! چون ما هم می خواهیم امروز راه حل این کارها را به شما بیاد بدهیم. اما قبل از آن باید شما را با یک نرم افزار که برای کارهای صوتی از این قبیل مورد نیاز است آشنا کنیم. نام این نرم افزار cool edite pro هست که شما باید آن را تهیه کرده و روی کامپیوتutan نصب کنید.

البته نرم افزارهای معروف زیادی برای این کار وجود دارد مثل sound forge و یا cake walk اما نرم افزار cool edit pro یک جوایی نسبت به بقیه ارجح است، چون تواناییهای بیشتر و کاربردی ساده تر دارد. اما چطور می توان صدا را از نوار کاست به کامپیوت منتقل کرد؟!

برای این کار نیاز به یک ابزار جانبی ساده



برنامه از منوی File گزینه open را انتخاب کنید. فایل wav مورد نظرتان را بپدا کرده و آن را باز کنید. گراف یا نمایش تصویری فایل روی صفحه اصلی نمایش داده می شود. از منوی file گزینه save as گزینه save as را انتخاب کرده و پس از اسم گذاری برای این فایل دکمه save را کلیک کنید. کار تمام شد و شما توانستید با موفقیت موسیقی مورد علاقه‌تان را از کاست به کامپیوتر منتقل کنید.

می‌رسیم به ضبط صدای خودمان در حافظه کامپیوتر، اینجا روش کار کمی متفاوت است. اولاً برای ایجاد یک فایل صوتی از صدای خود یا اطراف ایمان نیاز به یک میکروفون داریم. میکروفون را با قیمت نازلی می‌توانید از فروشگاه‌های کامپیوتر یا لوازم برقی تهیه کنید. پیشنهاد می‌کنیم به جای خرید یک هدفون و یک میکروفون یک عدد head set را که مجموعه‌ای از دو ابزار است خریداری کنید. برای فعال کردن میکروفون در کامپیوتر باز هم روی همان بلندگوی زردرنگ پایین صفحه دسکتاپ دوبار کلیک کنید تا قادر تنظیمات صدا باز شود از منوی properties گزینه recording را از منوی

نکته بعدی این است که ممکن است صدای ایمان را که ذخیره می‌کنیم کیفیت لازم را نداشته باشد یعنی اصطلاحاً هوا گرفته یا پارازیت دار باشد. امکان دارد زمانهای سکوتی ابتدای فایل وجود داشته باشد که بخواهیم آنها را حذف کنیم یا بخشی از صدای ضبط شده را نیاز نداشته باشیم. برای اینجور مسایل هم راه وجود دارد. ما این راه را در مبحث ویرایش صدا و در شماره‌های آینده وبا احتمالاً در سال آینده برایتان مطرح می‌کنیم. منتظر باشیدا

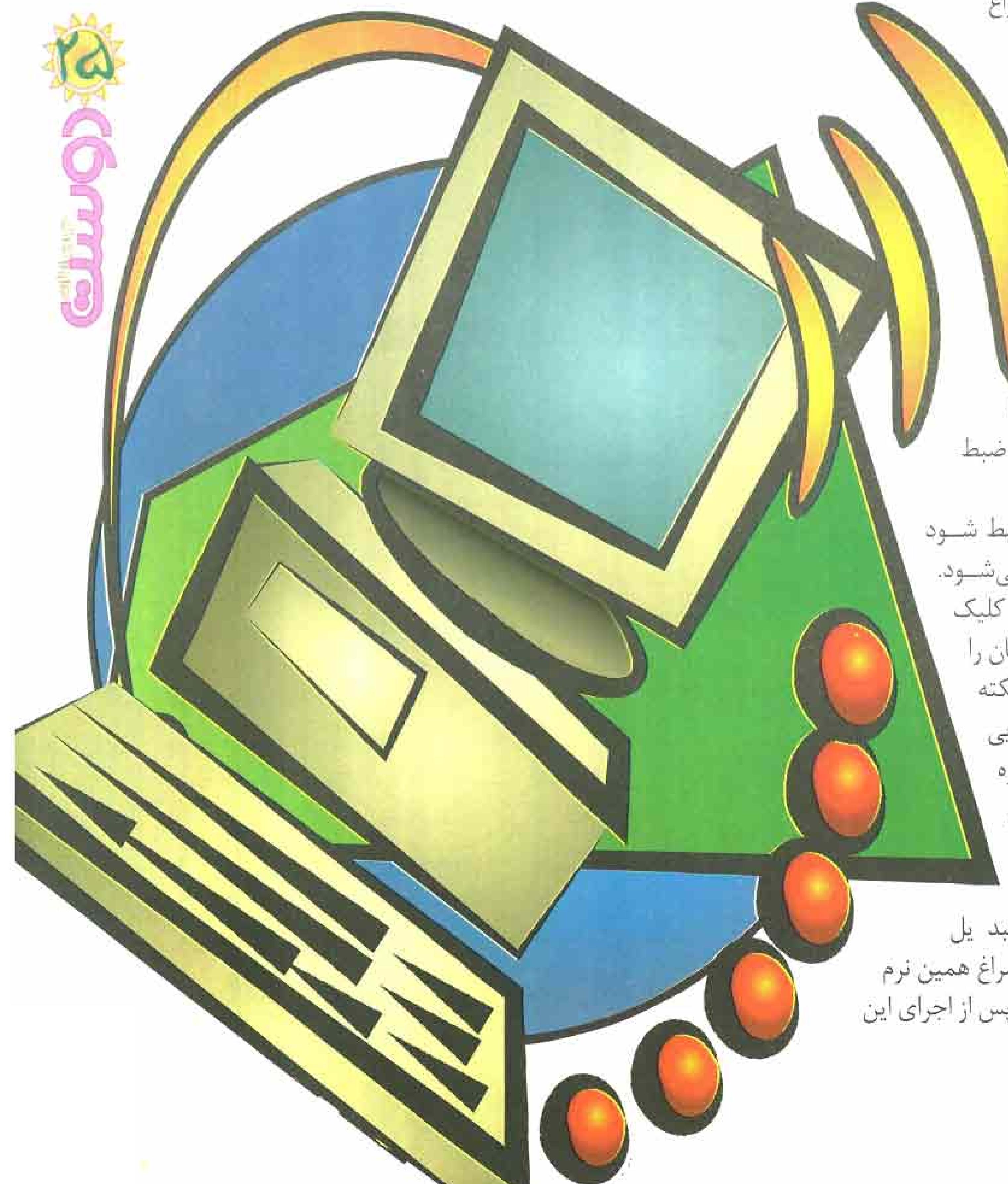
روی هارددیسک داشته باشد و گرنه برنامه cool edit pro را کار کنید (آنرا اضطراب نمی‌نماید) و اینها را ضبط کنید. همین برنامه بروید و تان را ذخیره کنید پس روی منوی file گزینه save را انتخاب کرده و پس از این گذاری برای این فایل دکمه save را کلیک کنید. کار تمام شد و شما توانستید با موفقیت موسیقی مورد علاقه‌تان را از کاست به کامپیوتر منتقل کنید.

می‌رسیم به ضبط صدای خودمان در حافظه کامپیوتر، اینجا روش کار کمی متفاوت است. اولاً برای ایجاد یک فایل صوتی از صدای خود یا اطراف ایمان نیاز به یک میکروفون داریم. میکروفون را با قیمت نازلی می‌توانید از فروشگاه‌های کامپیوتر یا لوازم برقی تهیه کنید. پیشنهاد می‌کنیم به جای خرید یک هدفون و یک میکروفون یک عدد head set را که مجموعه‌ای از دو ابزار است خریداری کنید. برای فعال کردن میکروفون در کامپیوتر باز هم روی همان بلندگوی زردرنگ پایین صفحه دسکتاپ دوبار کلیک کنید تا قادر تنظیمات صدا باز شود از منوی properties گزینه recording را از منوی

بالای این کادر گزینه Recording را فعال کنید. این بار قادر تنظیمات ضبط باز می‌شود در این کادر هم گزینه Microphone را فعال کرده و ok را کلیک کنید. حالا به سراغ برنامه cool edit pro بروید و آن را اجرا کنید از منوی

ok گزینه New و سپس File را برای داشتن یک فایل خالی کلیک کنید. میکروفون را در صورت داشتن دکمه خاموش و روشن، روشن کنید و دکمه Record را در برنامه cool edit pro کلیک کنید. بفرمایید! همه چیز آماده است تا شما صدایتان را در کامپیوترتان ضبط کنید...

اگر صدای شما به درستی ضبط شود نگاره‌های صدا در صفحه دیده می‌شود. بعد از پایان کار دکمه stop را کلیک کرده و به ترتیب قبل فایل صدایتان را ذخیره کنید. اما در اینجا چند نکته نیز باقی می‌ماند. اول اینکه صدای ایمان که با فرمت یا پسوند wav ذخیره می‌شوند جای زیادی اشغال می‌کنند پس بهتر است از فرمت رایج و محبوب mp3 استفاده کنیم برای این منظور یعنی تبدیل سایر فرمتها به mp3 دوباره به سراغ همین نرم افزار cool edit pro می‌رویم. پس از اجرای این



داستان آفرینش در کارگاه‌های هنر



بعد از این که اثر کامل شد شما می‌توانید گوشه‌هایی از زندگی، اندیشه و دغدغه‌های هنرمند را لای گره‌های قالی، ترکیب رنگهای یک نقاش و گوشه‌هایی از بنایهای قدیمی و دست ساز پیدا کنید. این دقیقاً مثل آن است که هنرمند تکه‌ای از خود را جدا کند و در نهاد یک اثر هنری امانت بگذارد تا این تکه جدا شده برای سالهای سال ضامن ماندگاری یک اثر هنری شود.

اگر به خاطر داشته باشید بارها این جمله را از امام خمینی (ره) خوانده‌ایم که «هنر دمیدن روح تعهد در انسانهاست».

کسی که با کار طاقت فرسا روزها و شبها به خلق یک اثر هنری مثل تابلوی نقاشی، مجسمه، سفال و... می‌پردازد یقیناً باید انسانی باشد که نسبت به کاری که انجام می‌دهد متعهد است. این تعهد هم فقط از انسانی ساخته است که از

نظر اعتقادی به جایگاهی ویژه رسیده باشد. بسیار

هستند هنرمندانی که حتی ریشه‌های اعتقادی

خود را در اثر خود به یادگار می‌گذارند. خیلی

از هنرمندان ایرانی قبل از

انجام کار وضو می‌گیرند و بعد شروع به کار می‌کنند.

یا در کشورهای شرقی می‌بینیم که هنرمندان

قبل از انجام کار، مناسک

مذهبی خاصی را برگزار



می‌کنند و بعد دست به کار می‌شوند. پس می‌بینید که فقط

تغییرات فیزیکی نیست که یک شیء بی‌جان را به یک اثر هنری

تبديل می‌کند. بلکه این وسط کنشهای عاطفی، اعتقادی، حسی و چیزهای پر رمز و رازی هم هست که اتفاق می‌افتد و پشتونهای

برای اثر می‌شود که سالهای سال و قرنها مثل موجودی زنده در ذهن و ضمیر بازدید کنندگان جاودانه شود.

این دفعه که پا به یک گالری نقاشی گذاشتید یا یک مجسمه را دیدید یا از یک بنای قدیمی بازدید کردید به این فکر کنید

که سازنده این اثر چقدر وقت صرف ساختن آن کرده است و چقدر از روح هنرمند در آن باقی مانده است. دنبال رنگها،

بافتها، نشانه‌ها و علامتها بایی باشید که می‌تواند به شما کمک کند تا بفهمید که وقتی هنرمند روی قسمتی از اثر کار می‌کرده

چه حسی داشته و به چه چیزی فکر می‌کرده است و اصلاً در تمام مدتی که برای خلق آن وقت صرف کرده به چه چیزهایی

اندیشیده و به چه باورهایی رسیده است. کار سختی نیست فقط کافی است که کمی دقت کنید و سعی کنید که با اثر هنری

کمی ارتباط برقرار کنید تا به رازهای درون کائنات پی ببرید.

در افسانه‌های یونانی آمده است که روزگاری مجسمه سازی زندگی می‌کرد که تنها بود. این مجسمه ساز طی سالها مجسمه‌ای را با دقیق فراوان ساخت، روزها و شبها وقت صرف کرد تا مجسمه حاضر شد. تنها بی مجسمه ساز باعث شده بود که وقت زیادی را صرف ساختن این مجسمه کند، به اندازه‌ای که زندگی خود را با این مجسمه آمیخته می‌دید. وقتی مجسمه کامل شد روزها و شبها روبروی مجسمه می‌نشست و به آن نگاه می‌کرد این جریان ادامه داشت تا اندازه‌ای که مجسمه ساز، عاشق مجسمه خود شد. بعد از مدت‌ها بر اثر شدت علاقهٔ مجسمه ساز روزی رسید که الهه عشق پا به زمین گذاشت و سراغ مجسمه ساز و مجسمه‌اش رفت. از روح خود در مجسمه دمید و مجسمه جان گرفت.

این افسانه که ریشه در باورهای یونانی دارد اشاره‌ای است به ذات هنرهای کارگاهی و دستی. تا به حال فکر کرده‌اید که چرا فرشهای دستباف ارج و قرب بیشتری نسبت به فرشهای ماشینی دارند؟ یا به این اندیشیده‌اید که چرا درها و پنجره‌های قدیمی و دست ساز بیشتر از در و پنجره‌های امروزی که با ماشینهای صنعتی و انواع ابزارآلات ساخته می‌شوند مورد توجه مردم هستند؟

یا چرا بنایهای قدیمی با تمام سادگی جذاب تر و دیدنی تر از بنایهای امروزی هستند؟

گذشته از اینکه اغلب اینها دارای ارزش تاریخی هستند، چیزی عمیق تر با خود دارند که قابل توجه و تأمل است. فکر کنید کسی که فرشی را می‌بافد چه مدت زمان صرف می‌کند تا فرش تمام شود و به این نکته توجه کنید که فرشباف تمام وقتی را که صرف بافتن فرش می‌کند با این فرش نفس می‌کشد. یعنی با هر گرهای که می‌زند خواه نا خواه نفس خود را هم نثارگرهایی می‌کند که می‌زند. یا مثلاً یک نجار که با وسایل اوتیله تکه‌های چوب را سر هم می‌کند خواه نا خواه نفس خود را در بافت‌های چوب جا می‌دهد. اگر بیشتر دقیق کنید و نفس یک هنرمند را روح تصور کنید، می‌بینید که هنرمند به اشیاء مرده و بی جان با نفس‌های خود روح می‌دمد و حاصل این کارها اگر چه در مقابل محصولات ماشینی از ظرافت و دقیق کمتری برخوردارند ولی در عوض دارای روحی هستند که هنرمند در تمام لحظات کاری خود در آنها دمیده است، اساس هنرهم همین است؛ یک هنرمند با اثر هنری خود زندگی می‌کند، نفس می‌کشد، بزرگ می‌شود و

(نیمیز)

مرجان خوارزمی

پادکاستی بر اینیمیشن جوچه کوچولو

یک شد از آسمان

زیادی برخوردار است که سازندگان این اثر، سعی کرده‌اند این ضعفها را با اتفاقات شاد و پر انرژی و هجوم رنگها و نورهای مختلف، جبران کنند. جوچه کوچولو با پدرش زندگی می‌کند و مادر ندارد. نبودن مادر در زندگی این شخصیت کارتونی، کار سازندگان و نویسندهای فیلم‌نامه را راحت کرده است. استودیوی دیزنی در پرداختن به شخصیت‌هایی که مادرشان را از دست داده‌اند، سابقه طولانی دارد. مثلاً هیچ یک از شخصیت‌های اصلی نمود، پری دریابی، سیندرلا، سفید برقی و... مادر ندارند و برای نویسندهای فیلم‌نامه‌های این کارتونها، شخصیت پردازی چنین افرادی از قبل آماده و قابل دسترسی است. یکی دیگر از ویزگیهای کارتونی جوچه کوچولو، رگبار شوخيهای آن است، طوری که مخاطب قبل از اينکه لبخند مبارکش از شوخی قبلی را جمع کرده باشد، باید به شوخی بعدی، قاه قاه بخندد.

جوچه کوچولو در مجموعه اینیمیشن قابل قبولی است ولی بهاندازه سایر اینیمیشن‌های دیزنی، جهانی نیست. به هر حال اگر دوست دارید با آرامش کمی بخندید، حتماً جوچه کوچولو را ببینید.



جوچه کوچولو یکی از آخرین کارهای استودیویی دیزنی است که آقای مارک دیندال، زحمت کارگردانی اش را کشیده است. قصه جوچه کوچولو برای همه بچه‌های دنیا آشنا است. این قصه، اقتباسی از قصه معروف چوپان دروغگوی خودمان است و البته با تفاوت‌های بسیار. ماجرا از این جا شروع می‌شود که جوچه کوچک افتادن یک بلوط را با افتادن قطعه‌ای از آسمان اشتباه می‌گیرد و شهر را به هم می‌ریزد و تصمیم می‌گیرد بلوای بپاشد. جوچه کوچک جور کند، این بار راستی راستی یک تکه از آسمان روی سرش می‌افتد و او نه می‌تواند حرفش را به دیگران ثابت کند و نه می‌تواند به این راحتی‌ها از خودش دفاع کند. جوچه کوچولو باید بگیرد که انتقاد پذیر باشد و اعتماد به نفسش را بالا ببرد...

این فیلم در اواخر سال ۲۰۰۵ برای اولین بار به نمایش در آمد و روش ساخت آن کاملاً کامپیوتراست. گویی استودیوی بزرگ دیزنی، کم کم از موضع خود نسبت به اینیمیشن‌های سه بعدی کامپیوترا کناره گرفته و تنها به دنبال ایجاد تفاوت‌های اصولی با استودیوی بزرگ پیکسار است. رنگها، نورها و بافت‌های شخصیت‌های جوچه کوچولو با شخصیت‌های پیکسار تفاوت‌های زیادی دارند و استودیوی دیزنی به دنبال بر جای گذاشتن رد پای هویت خود در آثار کامپیوتراست.

فیلم جوچه کوچولو نقاط قوت بسیاری دارد. مثلاً بسیار پر انرژی و شاد است و شخصیت‌های فیلم تا دلتان بخواهد با نمک هستند. جوچه کوچولو برای کودکان و نوجوانان مناسب است ولی لحظاتی که در فیلم‌ها برای بزرگترها گنجانده می‌شوند در این فیلم کمرنگ است. بگذارید یک مثال بزنم، مثلاً در اینیمیشن خارق العاده (یا شگفت‌انگیزان) مشکلات اداری، مسائل خانوادگی، حسادت همسر به شوهرش عناصری هستند که فیلم را برای بزرگسالان مقبول می‌کنند و آنها را هم با شوخيهای مخصوص به خودشان سرگرم می‌کنند. جوچه کوچولو اما به کلاسیکهای اولیه دیزنی و به طور خاص سه بچه خوک شبیه است. یعنی دنیا، زد و خوردها، جنگها و مسائل بیشتر برای کودکان و نوجوانان طراحی شده‌اند نه برای بزرگسالان.

فیلم‌نامه جوچه کوچولو نسبت به فیلم‌نامه‌های کلاسیک دیزنی مثل پری دریابی و سفید برقی و هفت کوتوله و... از ضعفهای



نوشته: تد لاول

ترجمه: محسن رخش خورشید

صدایی باران مثل صدای دست زدن بود آخرین باری که دیدمش

صدایی که از حنجره این دختر بیرون می‌آمد مرا مسحور و میخکوب کرد. انگار صدایش از دنیایی دیگر، از بهشت می‌آمد. وقتی به خود آدمد دیدم که همه اعضای گروه دورمان حلقه زده‌اند و گوش می‌دهند. «فون» آوازهایی به زبانهای تایلندی، چینی، زبانی، لائوسی و انگلیسی خواند و ما را بیشتر از قبل متحریر و شگفت زده کرد. وقتی آوازش تمام شد چند لحظه سکوت کامل بر سالن حکم‌فرما شد و بعد یکباره همه با هم دست زدیم.

مادر من هم در سالن حضور داشت. او اشکهایش را پاک کرد و به من گفت: «صدایش خیره‌کننده است». تقریباً در چشمان همه‌مان اشک حلقه زده بود. دخترک در حالیکه لبخند می‌زد گفت: «سلام.

من «فون» هستم و خیلی دلم می‌خواهد در گروه شما باشم و آواز بخوانم. دوست دارم با شما دوست باشم و در کنارتان چیزهای زیادی یاد بگیرم. امیدوارم مرا بپذیرید.»

«فون» به گروه ماراه پیدا کرد و خیلی زود خودش را در دل همه جا داد. بیشتر دوستان او، اعضای نابینای گروه بودند. آنها چهره نازیبای او را نمی‌دیدند. فقط مهربانی و معصومیتش راحس می‌کردند و صدای بینهایت زیبایش را می‌شنیدند.

«فون» شعر هم می‌گفت و چقدر هم خوب از عهده‌اش بر می‌آمد. باورش

اشارة: این مقاله را «تدلاول» سرپرست یک گروه نوازنده‌گان نابینا نوشته است. گروه او سالها است که در کشورهای مختلف به اجرای برنامه می‌پردازند.

اوایل سال ۱۹۹۵ روزهای بسیار پر مشغله‌ای داشتم. قرار بود در جشنواره بزرگ «بانکوک» کنسرت برگزار کنیم و به طور شبانه روزی تمرین می‌کردیم. دویست نوازنده از افشار گوناگون جامعه را دور هم جمع کرده بودم و تصمیم داشتم آنها را به بهترین حالت ممکن در کنار هم قرار دهم. دلم می‌خواست گروهم بدرخشد و این برایم خیلی مهم بود.

روزی از این روزهای پر گیرودار، خانمی جوان به طرفم آمد و بازویم را گرفت و گفت: به من گفته‌اند قرار است کنسرت بزرگی

اجرا کنید و سرتان شلوغ است. می‌خواهم از شما خواهش کنم به صدای دختر من گوش کنید. او خیلی آواز خواندن را دوست دارد و می‌تواند به پنج زبان بخواند. لطفاً به صدایش گوش کنید. می‌ترسم خیلی دیر شود!

قبول کردم که دخترک را بینم. در همان دیدار اول به دلم نشست. حدوداً ده ساله بود. صورت بسیار رنگ پریده‌ای داشت و گونه هایش به شکل عجیبی متورم بود. صدایش واضح نبود و حرفهایش را به خوبی نمی‌فهمید خودش را «فون» معرفی کرد. از او خواستم بخواند و او خواند.

چشمهاش را بست و شروع به خواندن کرد و من زیبایی محض را با گوشهای خودم شنیدم.



می شد شادمانی را در چشمهایش دید. ناگهان جمله مادرم به یادم آمد که گفته بود باید به او فرصت بدهم. تصمیم گرفتم بخشی از زمانی را که در جشنواره تایلند در اختیار داشتم به «فون» اختصاص بدهم تا به تنها بی آواز بخواند. خیلی ها با این تصمیم مخالف بودند ولی من این کار را کردم.

در شب بارانی ۱۸ اکتبر ۱۹۹۷، در سالن فرهنگی بانگکوک، بیش از دو هزار نفر شاهد هنرنمایی بی نظری «فون» بودند. وقتی چراغهای سالن خاموش شد و فقط یک نور ملایم روی دخترک کوچک که بر روی سن ایستاده بود افتاد، جمعیت به هیجان آمدند و یکپارچه تشویق کردند.

وقتی «فون» شروع به خواندن کرد هیچ صدای دیگری در سالن نبود. نه کسی همراهی اش می کرد و نه موزیکی زده می شد. فقط صدای معصومانه و زیبای دخترکی به گوش می رسید که با یک درد طاقت فرسای جسمانی، در مقابل صدها نفر ایستاده بود و از صمیم قلب آواز می خواند. همه تماشچیان با دهان باز از تعجب، در سکوت کامل نشسته بودند و به آواز دخترک گوش می دادند که می خواند: «طاقت بیاورید، به زودی باد می وزد و بذر عشق را در تمام دنیا می پراکند». بعد از اجرای تک نفره «فون»، دویست نوازنده گروه هم روی



سن رفتند و با او همراه شدند.

در جشنواره تایلند، خیلی بیشتر از چیزی که فکر می کرم در خشیدیم. بعد از پایان جشنواره از سراسر آسیا برای «فون» نامه می رسید و از او ستایش می شد. قدر شناسی و شادمانی را در چهره اش می خواندم. روزی به من گفت: «شما به من فرصت دادید. هرگز فراموش نمی کنم.»

کمتر از یک سال بعد برای آخرین بار به دیدن فون رفتم. تقریباً پنجاه نفر بودیم و هیچکدام جرف نمی زدیم. همه در خود فرو رفته بودند. نه آوازی خوانده می شد و نه صدای سازی به گوش می رسید. در آن فضای غمناک سکوت مطلق حاکم بود. چهره «فون» در قاب عکسی که در کنار تابوت شنیده بودند، مثل همیشه امیدوار و خندان بود. در ذهنم برای چندمین بار، نامه آخرش را مرور می کرم: «خیلی درد دارم. ولی بیشتر نگران مادرم هستم. او هر کاری می توانست برایم انجام داد و من هرگز جبران نکرم. نمی توانم احساسی را که در بین ما هست روی کاغذ بیاورم. او همه چیز و همه کس من است و من طاقت دیدن اشکهایش را ندارم. اما به زودی همه چیز تمام می شود.»

از خانه بیرون آمدم و زیر بارانی که بی وقفه می بارید ایستادم. صدای باران مثل صدای دست زدن بود.

سخت بود که این شعرهای زیبا و پر احساس را این دخترک گفته است. روزی به من گفت: خیلی خوشحالم که این همه دوست دوست پیدا کرده ام. من توی مدرسه هیچ دوستی نداشتم. همکلاسیهایم طوری نگاهم می کردند که انگار هیولا دیده اند. من تالاسمی دارم. این بیماری پوستم را خاکستری رنگ کرده و بدنم متورم شده است. همیشه درد دارم و مجبورم هر شش ماه خونم را عوض کنم. یک روز با یکی از همکلاسیهایم دوست شدم. من در درسها به او کمک می کرم و بعد از کلاس در مورد موسیقی صحبت می کردیم. اما یک روز بچه های کلاس جلوی من از او پرسیدند که آیا با من دوست است. او خندید و گفت: «هرگز!» از آن روز او را هم از دست دادم. من همیشه بهترین نمرات کلاس را می آوردم ولی در پیدا کردن دوست کاملا ناموفق بودم. مادرم تنها دوستم بود. او شبانه روز کار می کرد تا خرج درمان مرا بدهد، و البته هیچ وقت از پس هزینه های بیمارستان بر نمی آمدیم. یک روز به یک رستوران رفته بودیم و من داشتم برای خودم می خواندم که چند نفر صدایم را شنیدند و از من خواستند بلندتر بخوانم و من هم خواندم. آن شب دو ساعت آواز خواندم و صاحب رستوران ۷۵ سنت به من مزد داد. خیلی ناراحت شدم. و از مادرم پرسیدم واقعاً صدای من فقط ۷۵

سنت ارزش دارد؟ اما زیاد هم برایم مهم نبود. من از خواندن لذت می بردم.

«فون» صدای شادی بخشی داشت و در این مدت کوتاه حسابی طرفدار پیدا کرده بود. روزی که مادرم می خواست به آمریکا برگردد. او را هم با خودم به فرودگاه بردم. در فرودگاه بانگکوک، مادر «فون» را در آغوش گرفت و بوسید، سپس انگشتی را که از مادر بزرگم به ارث برد بود از انگشتیش بیرون آورد و به او داد. باشگفتی گفت: «مادر، من بیست سال است که این انگشت را از شما می خواهم.» مادرم گفت: «مراقب این دخترک باش و فراموش نکن که باید به او فرصت بدهی.»

«فون» در لحظاتمان با ما شریک شد. قبل از جشنواره تایلند به چین رفتیم و چند برنامه اجرا کردیم. مردم چین هم صدای خیره کننده فون را شنیدند و بی نهایت تشویقش کردند. در «شانگهای» بعد از پایان کنسرت، «فون» را در آغوش گرفت. تالاسمی، بدن نحیف و رنجورش را تخریب کرده بود. به من گفت: «شما اولین مردی هستید که مرا در آغوش می گیرید. من هرگز پدرم را ندیدم.»

او علاوه بر خوانندگی، نقش مترجم گروه را هم بازی می کرد. در این مدت دوستان زیادی از ملیتهای مختلف پیدا کرده بود.

پاکستانی عالم



لایل سلهای زیادی را صرف کشف آتشفشانهای خاموش،
غارهای بزرگ، کوهها و بستر دریاچه‌های خشک
کرد و هر سنگوارهای که می‌توانست پیدا
کند را گرد آورد. او متوجه شد که بر
خلاف نظر هم‌عصرانش عمر زمین
هزاران سال نیست بلکه میلیون‌ها
سال است و دگرگونیهای پوسته
زمین در اثر تکان عظیم به وجود
نیامده بلکه نتیجه میلیون‌ها
سال دگرگونی آرام طبیعت
است.

لایل در سال ۱۸۳۰ جلد اول کتاب بزرگ خود به نام «اصول زمین شناسی» را منتشر کرد و دو جلد دیگر آن در سالهای ۱۸۳۲ و ۱۸۳۳ بیرون آمد. این کتاب‌ها درباره عمر زمین و طرز دگرگونی آن در طول سالها، شامل دارک متقادع کنندهای بود. او در سال ۱۸۴۱ برای ۱۲ سخنرانی به بوستون

دعوت شد و از بس ده تعداد مردم مشتاق برای
شنیدن صحبت های او زیادبود او مجبور شد هر کدام از
سخنرانی هایش را دو بار ایراد کند.

وقتی چارلز لایل در سال ۱۷۹۷ در اسکاتلند به دنیا آمد،
آدم‌های کمی در کره زمین به موضوع زمین
شناسی علاقه‌مند بودند. مردم می‌دانستند که
زمین کروی شکل است و لی فکر می‌کردند
این کره، تو خالی است. در سال ۱۸۳۰
لایل کتابی به نام اصول زمین
شناسی نوشت که مجموعه‌ای از
حقایقی که در اثر مطالعات منظم
و آزمایشات او به دست آمده بود
را فاش می‌کرد.

چارلز لایل فرزند خانواده‌ای ثروتمند بود که در یکی از بهترین مدارس خصوصی اسکاتلند درس می‌خواند. پدرش آرزو داشت چارلز جوان حقوقدان شود بنابراین لایل به لندن رفت و در دانشگاه آکسفورد درس حقوق خواند اما دو سال پس از فارغ التحصیلی به این نتیجه رسید که بیهتر است به کار دیگری بپردازد. او شیفته کوهنوردی بود و دوست داشت سنگهای غیر معمولی را آزمایش کند. او در حین جستجوهایش به فسیلهایی بر می‌خورد که می‌خواست بداند چقدر قدمت او سوالهای بی‌انتهایی راجع به کوهها، دره‌ها داشت و پاسخ‌های معمولی آن زمان او را قانع نمی‌کردند. لایل معتقد بودند زلزله بزرگی زمین را لرزانده و باعث به قللها و دره‌ها و دهانه‌های آتشفسان‌ها شده است.

فیلم اکشن اسکرین ریزیت نیز معرفاتی برای جهان و حوزه‌ها

بهاي اشتراك تا پيان سال ۱۳۸۱ - هر ماه ۲۰ شماره ۲۷۵۰ ریال

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

ستگان هر یک از افراد ساکن در خارج از کشور که در ایران سکونت دارند ممکن است توانند مبلغ فوق را به حساب اعلام شده واریز و سپس نشانی قردم خارج از کشور را به امور مشترکان محله دوست ارسال کنند.

شترکیں صحرم استان اصفهان میلچ اشتراک خود را به شمارہ حساب ۱۰۱۱۸۷۵۰۱۰۰۴ قابل برداخت در کلیہ شعب دانگ
پرداخت کرنے والے گند

ادرس: اصفهان - خیابان شیخ بهایی - مقابل بیمارستان بیهو گان - تماشده‌گی چاپ و نشر عروج - تلفن: ۰۳۱۱۲۲۶۴۵۷۷
واحد انتراک محله دوست لوجه ایان

هر ماه به قیمت قریب به یکی از مشترکین ثیم سوکه بیار آزادی اهدای می‌شود.

چه طوری عصبانی نشویم

فرمولهایی برای عصبانی نشدن

زمانی که انسان عصبانی می‌شود و شروع به داد و هوار و منفی بافی می‌کند هورمونها و ترشحات مغزش از حالت عادی خارج شده و به حالت فوق العاده‌ای در می‌آید. این شخص تا مدت زیادی که ممکن است چند ساعت طول بکشد نمی‌تواند کاری را درست و با دقت کامل انجام دهد. ممکن است خود شما این مسئله را بازها تجربه کرده باشید و همین طور کسی که زیاد حرف می‌زند مغزش انرژی خود را صرف حرف زدن وی می‌کند، در نتیجه این شخص هم نمی‌تواند خیلی خوب حرف بزند و هم در آن زمان نمی‌تواند کار را به خوبی انجام دهد پس برای داشتن یک زندگی بهتر دو چیز خوبی لازم است:

اول اینکه زیاد حرف نزنیم.

دوام اینکه عصبانی نشویم.

۶- خودت بخواه

یعنی خودت باید بخواهی که عصبانی نشوی و آن را کنار بگذاری. نباید توقع داشت که دیگران رفتار و شرایط فوق العاده‌ای را فراهم کنند و به نوعی آرامش را برقرار سازند. نباید توقع داشت که دیگران کمکی به ما بکنند حتی نباید به آنها بگوییم که تصمیم گرفته‌ایم عصبانیت را کنار بگذاریم. باید اجازه بدید که رفتار روزمره آنها تکرار شود و شما در این شرایط معمولی و عادی خود را بسنجید و پیشرفت کنید. چرا که اگر به شرایط خاص عادت کنید شما همیشه در شرایط به خصوص قرار ندارید و تحمل شرایط عادی برایتان سخت می‌شود پس در حالت عادی تلاش کنید.

از فرماندهی پرسیدند چطور به این مقام رسیدی؟ گفت: «روزی از چنگ دشمنان فرار کرده به خرابه‌ای پناه برده بودم. مورچه‌ای را دیدم که قصد داشت دانه‌ای را به لانه‌اش برساند اما همین که مقداری راه

می‌رفت و به لانه نزدیک می‌شد، دانه می‌افتاد. شمردم، مورچه هفتاد و دو بار آن دیوار را بالا و پایین رفت تا به لانه رسید. همانجا تصمیم گرفتم که تا زمانی که به هدفم نرسیده‌ام دست از تلاش بر ندارم.

در شماره قبل راجع به عصبانیت صحبت کردیم و گفتیم رفتار ما هنگام عصبانیت مثل یک میخ و قلب دیگران مثل دیوار است. اگر میخ به دیوار فرو رود دیوار را خراب می‌کند پس بهتر است که از همان اول جلوی میخ را بگیریم و از بزرگترها هم دعوت کنیم که همراه ما باشند:

۱- من خودم و ذهنم را دوست دارم.

این قانون بی خود راه حل اول شناخته نشده است. شما اگر کسی یا چیزی را دوست داشته باشی علاوه بر این که علاقه‌ات را نشان می‌دهی مراقبش نیز هستی و هرگز نمی‌خواهی که او ناراحت شود و ساعاتی از عمرش با ناراحتی سپری شود، حالا اگر آن شخص مورد علاقه‌ات خودت باشی، خودت برای خودت مهم می‌شود و نمی‌خواهی که روح و ذهن خود را ناراحت کنی و انرژی ات را که می‌تواند برای رسیدن به پیشرفت هایت مصرف شود صرف کوبیدن میخهای بی خود کنی. پس این تنها یک راه حل نیست، این یک شاهراه است برای جلوگیری از عصبانیت شما اگر تنها به همین مسئله پایبند باشید می‌توانید بزرگترین موقفيت‌ها را مال خود کنید.

۲- من فقط اجازه می‌دهم چیزهای خوب وارد زندگی ام شود.

تابه حال کسی را دیده‌ای که هر چه برایش دردرس درست کنند، چیزی نگوید و به کارش ادامه دهد؛ انگار که کسی مزاحم او نشده باشد. بله! او یک دیوانه نیست او انسانی است که اجازه نمی‌دهد چیزهای بد زندگی قشنگش را خراب کنند. پس تو هم دست به کار شو. لباس کار پوش و با بیل و کلنگ و تیر آنهای بزرگ و سنگهای زیاد قلعه‌ای بساز. دیواری بزرگتر از دیوار چین دور زندگی ات بساز تا دیگر هیچ کس نتواند وارد زندگی ات شود و همه چیز را خراب کند. درست است که کمی سخت است ولی ارزش دارد. وقتی کارت تمام شد یک دز محکم داری که بزرگترین گنج دنیا را در آن نگهداری می‌کنی؛ زندگی را.

۳- هیچ کس نمی‌تواند من را عصبانی کند

هیچ کس نمی‌تواند باعث شود که من داد و فریاد بکنم و خلاصه اینکه هیچ کس نمی‌تواند من را وادر به کاری کند که خودم نمی‌خواهم. اگر قرار باشد که هیچ کس نتواند تو را تبدیل به یک آتش‌شان و یا حتی یک چوب کبریت کند حتماً نمی‌تواند. اگر قرار باشد هیچ کس نتواند تو را وادر به کاری بکند که نمی‌خواهی انجام دهی خوب حتماً نمی‌تواند، بحثی هم در آن نیست، همه هم قبولش دارند. من هم همین طور.

۴- من آدم بزرگی هستم با روحی بزرگ.

گاهی وقتها عصبانیت دلایل کاملاً منطقی دارد و ما مقصراً نیستیم. به عنوان مثال زمانی که دیگران دست به کار می‌شوند و ما را مورد آزار خود قرار می‌دهند اما این را بدانید که می‌توان با سمعه صدر و صبر و تاکتیکهای به موقع، مشکلات را طوری له کرد که حتی کفشهای آدم هم کثیف نشود.

۵- هماهنگی و نظم و سکوت و آرامش برقرار است.





دکتر دلارام

پذیرش افقی شدن لاغر شویک

۴- داروهای گیاهی مؤثر در لاغری از جمله داروهایی هستند که اصطلاحاً چربی سوزنده، میزان مواد به کار رفته در داروهای گیاهی در هیچ آزمایشگاه معتبری کنترل نمی‌شود و در سوزاندن چربیها به هیچ بافت چربی، حتی چربیهای اطراف قلب مارحم نمی‌کنند. داروهای گیاهی ممکن است با افزایش زیاد فشار خون حتی منجر به مرگ انسانها شوند و مصرف آنها درست به اندازه مصرف داروهای شیمیایی خطرناک است.

بهترین و عاقلانه ترین روش برای کاهش وزن، کم کردن میزان کالری وارد شده به بدن از یک سو و افزایش طبیعی سوخت و ساز بدن از سوی دیگر است. برای رسیدن به راه اول، خیلی ساده باید جلوی شکم مبارکتان را بگیرید و بهاندازه بخورید!

رزیمهای سریع و فوق سریع اغلب عوارض بازگشت ناپذیری مثل افت فشار خون، صدمه زدن به قلب و کلیه‌ها، سرگیجه، عصبانیت، ریزش مو و کاهش طراوت پوست را به همراه دارند. به جای تحمل اینها، بهتر است به ورزش کردن بپردازید و بازرسی، پیاده روی سریع و دویدن، سوخت و ساز بدنستان را بالا ببرید و به خاطر داشته باشید که چاقی بیش از هر عامل دیگری به خوردن زیاد مربوط است، بنابراین برای حفظ سلامت خودتان و جیب پدرتان، لطف بفرمایید کمتر بخورید و بیشتر ورزش کنید تا با خیال راحت و بدون افقی شدن لاغر شوید.

یا کم بخورید یا ورزش کنید و گرنه...!

این روزها، چاقی بلای خانواده شده است. هر طرف را که نگاه می‌کنی، دکانهای غذاهای سریع (fast food) گرم است! از این بودن سوسیس و کالباس و همبرگر و سیب زمینی سرخ کرده از یک طرف و در دسترس بودن و عامه پسند بودن تنقلاتی مثل چیزی و پیک و نوشابه و انواع بیسکویتها و شکلاتها، نوجوانهای امروز ما را بیشتر از دوران نوجوانی پدرانشان با مسائلی به نام چاقی مواجه کرده است. و نظام اقتصادی، در همه جای دنیا نظام عرضه و تقاضاست، بنابراین وقتی تعداد آدمهای تپل میل و چاق و چله زیاد می‌شود، انواع و اقسام قرصها و پودرهای لاغری در بازار می‌ریزد و عده زیادی، از این تجارت پرسود، بار خود را می‌بندند و به راه خود می‌روند. قرصها و پودرهای لاغری در جعبه‌ها و شیشه‌های رنگارنگ و خوشگل خودنمایی می‌کنند و وعده‌های طلایی می‌دهند، مثلاً «تا دلتان بخواهد بخورید ولی چاق نشوید.» و اینجا من باید یک تبصره به این مثال اضافه کنم و بگویم؛ تا دلتان بخواهد بخورید ولی چاق نشوید اما به چه قیمتی؟!

داروهای لاغری، داروهایی هستند که یا از شیر خشک و سایر مواد بی خطر و البته بی اثر ساخته شده اند و یا اینکه باعث لاغری می‌شوند که نوع اول همانطور که گفتم بی اثر است و نوع دوم پر از خطر و دردسر. داروهای نوع دوم یعنی داروهایی که باعث لاغری وقت می‌شوند ولی خطرناکند، اینها هستند:

۱- داروهایی که بازیاد کردن ادرار باعث از دست رفتن آب بدن می‌شوند، به این داروها اصطلاحاً دیورتیک می‌گویند و تمام عوارض کم آبی و اختلال را بر بدن ماتحیل می‌کنند

۲- داروهایی که بازیاد کردن مواد دفعی بدن باعث لاغری می‌شوند. همانطور که اغلب شما می‌دانید، عمدۀ جذب مواد غذایی در روده کوچک ما صورت می‌گیرد و آب اضافی مدفعه هم در روده بزرگ دفع می‌شود. با مصرف داروهای ملین، موادی که در معده گوارش یافته، قبل از جذب مواد لازم برای بدنمان دفع می‌شود و ما با کمبود ویتامین و مواد معدنی مواجه می‌شویم، ضمن این که دائم دل پیچه داریم و مکانیزم طبیعی بدنمان حسابی به هم می‌خورد

۳- داروهایی که باعث پر کاری غده تیروئید مامی شوند. غده تیروئید هورمونی ترشح می‌کند که باعث افزایش سوخت و ساز سلولهای بدن مامی شود.

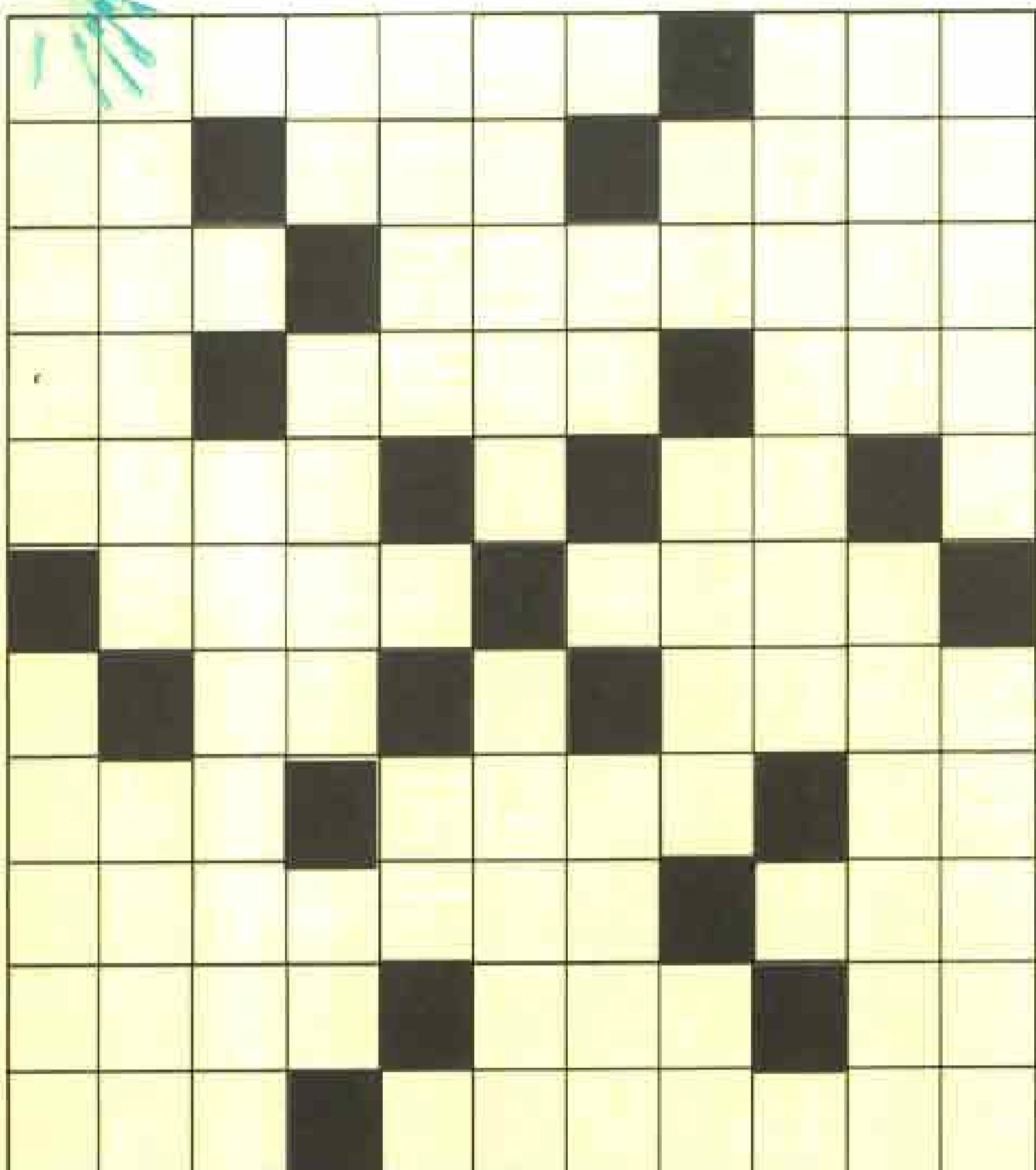
این داروها با افزایش این سوخت و ساز به طور مصنوعی، باعث می‌شوند تا سلولهای بدن ما، مواد غذایی بیشتری را سوزانند و اجازه تبدیل این مواد به چربی را ندهند. این داروها تمام عوارض پر کاری غده تیروئید را به همراه دارند و جزو خطرناک ترین داروهای لاغری هستند.



طراح جدول: مسعود اختری

لسرگرمی

۱۰ ۹ ۸ ۷ ۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱



دستورالعمل

و	ر	ک	ر	ا	ن
ک	ر	ا	ن	ر	ا
ر	ا	ن	ر	ک	ر
ا	ن	ر	ک	ر	ا
ر	ک	ر	ا	ن	ر
ک	ر	ا	ن	ر	ک
ر	ک	ر	ا	ن	ر
ک	ر	ا	ن	ر	ک
ر	ک	ر	ا	ن	ر
ک	ر	ا	ن	ر	ک
ر	ک	ر	ا	ن	ر
ک	ر	ا	ن	ر	ک

شخصی نزد قاضی رفته و از کسی شکایت کرد. قاضی پرسید
که: آیا شاهدی داری؟

آن مرد بهلوول را به عنوان شاهد معرفی کرد.
قاضی از بهلوول پرسید: قرآن خوانده ای؟ بهلوول گفت: تمامی
قرآن را از حفظ هستم.

قاضی پرسید: مسائل شرعیه را می دانی؟ بهلوول جواب داد:
بیشتر از آنکه لازم است می دانم.

قاضی گفت: تا به حال مرده شویی کرده ای؟ بهلوول گفت: این
کار آیا و اجدادی من است.

قاضی سؤال کرد: وقتی مردہای را شستی و در قبر گذاشتی،
چه می گویی؟

بهلوول پاسخ داد: می گویم خوشا به حالت که مردی و تو را برای
شهادت نزد قاضی نبرند!

افقی

- نار- اختراع برادران رایت
- خواب- سیم اتصال زمین- رها
- محلول تقویتی برای بالا بردن فشار خون- قایق
- مادرم به عربی- سخن چین- ویتامین انعقاد خون
- ذکل بی انتهای- ناله و زاری
- واحد پول آلمان- زرنگ و تلاش گر
- ورزشکاران در آنجا وزن کم می کنند- دل وارونه
- خاندان- زندان انفرادی- کافر
- مهره مکعب خالدار در بازی منج- فضولی مؤبدانه
- درخت زبان گنجشک- متضاد جزیی- مراد است ولی به هم ریخته
- علامت ریشه در ریاضی- موی گردن اسب

عمودی

- فرستادن- وسیله کار قصاب
- باد کردن- خالق مثنوی معنوی
- کیمیاگر
- ضمیر اشاره به دور- نوعی موتور سیکلت- چه کسی
- سه کیلو- مرغ ماهی خوار
- ضبط همراه- وسیله‌ای هندسی
- نژاد ایرانی- یک دندگی
- یکی از شخصیت‌های کارتونی- چراغ قوه قدیمی- متضاد زیاد
- هدیه پا بر جا و ماندنی
- کوچکترین ذره شیمیابی- پایه گذار یکی از مذاهب شرقی
- کشور اروپایی- فیلم چند قسمتی

اطباء

آموزگار پس از اینکه شرح مفصلی درباره انواع دندانها بیان داشت، رو به دانش آموزان کرد و گفت: «حالا بگویید ببینم آن کدام دندان است که آخر از همه در دهان پیدا می شود؟»
یکی از شاگردان بلاfaciale گفت: «دندان مصنوعی»



آیه‌های عاشقانه!

چشمه‌ها را سرشار می‌کند و خیلی پیشتر از آنکه گرسنگی‌مان را اظهار کنیم از شاخه‌ها رنگارنگ‌ترین و خوشمزه‌ترین میوه‌ها را می‌آویزد. از یک دانه کوچک گندم معجزه وار طلایی‌ترین مزرعه‌ها را می‌رویاند و چهارپایان اهلی را به تأمین شیر و لبنیات‌مان موظف می‌کند. این طبیعت سالخورده بی آنکه هرگز خسته و کم کار شود هزارها سال است در تأمین نیازهای انسان می‌کوشد... هر روز جمع بزرگ ساکنان زمین بر سر سفره گسترده و پر نعمت خداوند میهمان می‌شوند و او آن قدر سخاوتمندانه و بی متّ پذیرایمان می‌شود که اغلب اوقات تصور می‌کنیم خودمان صاحب خانه ایم!...

مریم شکرانی

به دعای مورچه نماز باران نخواندند

حضرت سليمان عليه السلام با اصحاب خویش به سوی خواندن نماز باران می‌رفتند؛ حضرت مورچه‌ای را دید که یکی از دستهای خود را به سوی آسمان بلند کرده و عرضه می‌دارد که خدای ما آفریده‌ای از آفریدگان توبیم که از روزی تو بی نیاز نیستیم، ما را به خاطر گناهان بنی آدم نابود مکن.

حضرت سليمان به همراهانش فرمود: برگردید! با دعای دیگری سیراب شدید.

یکی از نمازهای مستحب «نماز باران» است، که با شرایطی بروگزار می‌شود و در آن مردم از خداوند باران می‌طلبند، تا خشکسالی و قحطی برطرف شود و برای زراعتها و پر کشتزارها باران ببارد. به این نماز، نماز «استسقاء» نیز گفته می‌شود.





