



نوجوان زنداد

ماهنامه فرهنگی - اجتماعی ✦ سال ۱۳۹۸ ✦ قیمت: ۲۰۰۰۰ تومان

توصیه‌های مهم
رهبر عزیز انقلاب

امضای سرخ پدر

گفت و گو با بازیگران نوجوان
فیلم «بیست و سه نفر»

از «نه گفتن» نترس

دوست داریم خواننده‌ای مردمی باشم

گفت و گوی خواندنی با
پارسا خائف نوجوان
خوش صدای اردبیل



{۲}

حضور قلب در نماز یعنی چه؟

وقتی نماز می‌خوانید، بدانید دارید با کسی حرف می‌زنید. گاهی هم حواس انسان پرت می‌شود؛ عیبی ندارد، به‌مجربد اینکه باز حواس انسان جمع شد، همان احساسی داشتی مخاطب را در خودش احیاء کند.

www.azkhami.ir

{۴}

حضور قلب در نماز چه فایده‌ای دارد؟

اگر معانی این کلمات را بفهمید، آن وقت خواهید دید که نماز اصلاً کسالت‌آور نیست؛ بلکه شوق‌آور است. البته من نمی‌گویم که در سرتاسر نماز معانی آن را بفهمید، اما حداقل بخشی از نماز را با توجه بخوانید.

www.azkhami.ir

{۳}

از کجای می‌توانیم شروع کنیم؟

همین معانی اذکار نماز را که بلدید، اگر انسان از اول با توجه به معنا، بدون این که حواسش به چیزی برود واقعاً با خدا حرف بزند، کافی است.

www.azkhami.ir

{۱}

مخاطب داشتن در نماز به چه معناست؟

شما با یک آدم معمولی که حرف می‌زنید دائم متوجه او هستید، معنای حرفتان را می‌فهمید که چه دارید به او می‌گویید. در نماز هم با خدا همین‌طور حرف بزنید.

www.azkhami.ir

{۵}

چه طور می‌توانیم حضور قلب داشته باشیم؟

کسانی که معنای این جملات را نمی‌دانند، اگر در حال نماز، همین اندازه توجه پیدا کنند که با خدا حرف می‌زنند، این هم بهره خوبی است؛ ولی سعی کنید معنای نماز را بدانید.

www.azkhami.ir



پاسخ رهبر انقلاب به ۵ پرسش درباره حضور قلب در نماز

یک نماز شیرین

وقتی به نماز می‌ایستید، به یاد بیاورید که در مقابل خداوند متعال ایستاده‌اید و دارید با او حرف می‌زنید. در سرتاسر نماز سعی کنید این حالت حفظ بشود. آن وقت این نماز دل انسان را مثل اکسیر عوض می‌کند. دل ما از من هم که باشد، اکسیر ذکر آن راه به طاعت تبدیل می‌کند.

بسم الله الرحمن الرحیم
رهبر انقلاب



«امیرالمومنین علی (ع)»

«آرزو را راست میندازید که فریبنده است و آرزومند فریب خورده»



طرح: مجید خسرو انجم



ماهنامه فرهنگی و اجتماعی

شماره ۱۷۱-۱۷۰ سال ۱۳۹۸

قیمت: ۲۰۰۰۰ تومان

صاحب امتیاز: بنیاد شهید و امور ایثارگران

مدیر مسئول و سردبیر: رحیم نریمانی

مدیر اجرایی: خدیجه اکبری

دبیر تحریریه: معصومه ماه پیکر

همکاران این شماره:

مهدیه کاویان، سعید موسوی

آتنا آهنگری، امیر علی معمار

امیر بیگلری، الهه حسن پور،

عیسی محمدی، علی سیف الهی و ...

همکاران گرافیک:

مدیر هنری: امیر رضا ماهان

صفحه آرا: عباس رضایی عزت

تصویر گر: علیرضا باقری

فهرست

امور فنی: آتلیه نشر شاهد

ناظر فنی چاپ: علیرضا قاسمی

تلفن تحریریه: ۸۸۳۰۸۰۸۶

امور مشترکین: محمدرضا اصغری

تلفن امور مشترکین: ۸۸۸۲۳۵۸۴

دورنگار امور مشترکین: ۸۸۳۰۸۳۴۸



نشانی الکترونیکی:

mag.navideshahed.com

ناشر: انتشارات شاهد

تهران - خیابان طالقانی

خیابان ملک الشعرای بهار شمالی - شماره ۵

تلفن: ۸۸۸۳۵۱۰۸

صندوق پستی: تهران ۱۵۷۱۵/۱۹۴

چاپ: چاپخانه سازمان فرهنگی سیاحتی کوثر

* مجله برای نوجوانان ۱۱ تا ۱۶ سال منتشر می شود.

* مجله در تلخیص و ویرایش مطالب رسیده آزاد است.

* مطالب رسیده باز گردانده نمی شود

* نقل مطالب مجله با ذکر مأخذ مجاز است

سرمقاله

توصیه های رهبر

اخبار نوجوان

سفرنامه نور

راهنمای سفر

خاطره بازی

معرفی فیلم

گفت و گوی ویژه

گزارش مسجد

قهرمان من

گپ و گفت

مهارت زندگی

پیشنهاد ویژه

استارت آپ

طب سنتی

مهارت رفتار

شگفتی خلقت

داستان طنز

داستان مصور

دانستنی ها

تکنولوژی

قصه ها و مثل ها

جدول و سرگرمی

توصیه شهید

مناجات پاییز

خدایا... پروردگارا... ای آن که تمام
رنگ های زیبای این جهان از هنر و توانمندی تو شکل
گرفته ، دوباره پاییز از راه رسیده، پاییزی که کشور ما را، شهر ما را،
خیابان های ما را و حتی کوچه ما را مانند تابلوی نقاشی جذابی کرده که فقط
از دست تو توانمند تو ساخته است ، تابلویی که قدرت و عظمت بی کران تو را برای ما
آشکار می سازد. من در برابر این هنر بی مانند سر تعظیم فرود می آورم و شکر می کنم ، من
خود را در گوشه ای کوچک ، بله خیلی کوچک از تابلو هستی تو پیدا می کنم.
من در گوشه ای از این تابلوی زیبای پاییزی تو قدم می زنم و روی برگ های زرد و سرخ درختان،
آرامشی را حس می کنم که از تو دارم و در پناه تو آرام می گیرم، نوازش دستان پر محبت تو را از
وزش باد پاییزی بر پیشانی خود حس می کنم و وجودم از عشق و محبت تو پر می شود.
کاش می شد مانند پرندگان در آسمان آبی این تابلوی زیبا پر می کشیدم و بالا می رفتم
خیلی بالا ، آنقدر که به تو برسم و خود را به آغوش تو بسپارم، اما حیف که نمی شود.
بیشتر که فکر می کنم می بینم اصلا نیازی به پرواز نیست همین که چشمانم را ببندم و به تو
بیاندم ، کل مسیر را رفته ام و به تو رسیده ام. تو را در قلبم با تمام وجود حس می کنم ،
چشمانم را که باز می کنم و به هر گوشه این تابلو نگاه می کنم تو را می بینم، آری تو در
تمام زیبایی های این تابلوی زیبا در کنار ما هستی، فقط باید بیشتر و بهتر ببینیم.
خدایا سپاسگزارم از این پاییز زیبا، از این همه رنگ و این همه زیبایی و از این که در
کنار ما هستی و از ما مواظبت می کنی.

الهی آمین

کلام راهنما

توصیه‌های مهم
رهبر عزیز انقلاب

جهد علمی

اولویت اول شما
نوجوانان



رمز پیشرفت يك کشور، یعنی آن
محور اصلی برای اقتدار يك کشور،
پیشرفت همراه با اقتدار، علم است و
ما باید علم را با همه‌ی معنای کامل
آن به عنوان يك جهاد دنبال کنیم.

۱۳۸۸/۰۸/۰۶

بنی بر علم و تقوی است
و عین سعادت



امروز یکی از نیازهای اساسی و درجه‌ی یک کشور، نیاز علمی است. اگر چنانچه ما توانستیم در عرصه‌ی علمی، پیشرفت‌هایی را که تا امروز بحمدالله به دست آمده است، با همین سرعت دنبال کنیم، مطمئناً گره‌گشای مشکلات بزرگی خواهد بود. علم مسئله‌ی بسیار مهمی است.



فراموش نکنید فرزندانم که فرق می‌کند اینکه کسی برای پول، برای مقام، برای شهرت یا فقط برای خود علم کار کند؛ یا نه، به عنوان جهاد فی سبیل الله کار کند، در راه خدا تلاش کند. شما نوجوانان عزیز تکلیف بزرگی دارید در میدان جهاد و همانا جهاد شما جهاد در علم است چرا که آینده‌سازان اصلی این کشور شما هستید.



عقب‌ماندگی شرم‌آور علمی در دوران پهلوی‌ها و قاجارها در هنگامی که تمام دنیا موضوع علم را جدی دنبال می‌کردند، ضربه‌ی سختی بر ما وارد کرده و ما از این کشورها، بسیار عقب ماندیم. ما اکنون حرکت را آغاز کرده و با شتاب پیش می‌رویم ولی این شتاب باید با شدت بالا ادامه یابد تا آن عقب‌افتادگی جبران شود. اینجانب همواره به شما عزیزان توصیه می‌کنم که درس خواندن و دانش‌آموزی را جدی بگیرید، و از شما می‌خواهم که این راه را با احساس مسئولیت بیشتر و همچون یک جهاد در پیش گیرید. سنگ بنای یک انقلاب علمی در کشور گذاشته شده و این انقلاب، شهیدانی از قبیل شهدای هسته‌ای نیز داده است. به‌پاخیزید و دشمن بدخواه و کینه‌توز را که از جهاد علمی شما بشدت می‌ترسد ناکام سازید.

۱۵۰۰ دانش آموز از زائران اربعین پذیرایی کردند

در اربعین سال جاری حدود ۱۵۰۰ دانش آموز عضو انجمن های اسلامی با حضور در موبک ها پذیرایی از زائران امام حسین (ع) را بر عهده داشتند. سال گذشته یک هزار دانش آموز عضو انجمن اسلامی به کربلا اعزام شده بودند که امسال با استقبال نوجوانان این تعداد افزایش یافت. این دانش آموزان در موبک های سیار و ثابت در شهرهای نجف و کربلا و مسیر این دو شهر به زائران خدمات رسانی کردند.



د

ک



انیمیشن های کوتاه حوزه کودک و نوجوان در روز کودک نمایش داده شدند

چهار انیمیشن کوتاه ویژه نوجوان ۱۶ مهرماه همزمان با روز کودک با حضور کارگردان های این نمایش ها، مربیان، نوجوانان عضو مراکز فرهنگی و هنری کانون کودکان و نوجوانان در سالن غدیر مرکز آفرینش های فرهنگی و هنری به نمایش درآمد.

ایده کاپ برنامه ای برای ارائه نظرات نوجوانان شهر اصفهان:

ششمین برنامه ایده کاپ با محوریت نوجوانان اواخر شهریور ماه سال جاری در اصفهان برگزار شد. نوجوانان اصفهانی با شرکت در این برنامه ایده های خلاقانه خود درباره اداره شهر را بیان کردند. برنامه ایده کاپ زمینه حضور بیشتر نوجوانان در جامعه است که بتوانند نگاه ها و خلاقیت های درونی خود را شکوفا کنند و مدیریت شهری از ایده های آنها در اداره شهر استفاده کند.



موفقیت دانش آموزان شاهین دژی در اردوی ملی پیشتازان فرهنگی - قرآنی

با تلاش مربیان و دانش آموزان پیشتاز همچنین حمایت سازمان دانش آموزی گروه ۷ نفره دانش آموزان پیشتاز شهرستان شاهین دژ از توابع استان آذربایجان غربی توانستند با کسب مقام دوم کشوری و برترین مقام پسران آذربایجان غربی افتخار آفرین این استان باشند. این دانش آموزان به عنوان نماینده استان آذربایجان غربی به همراه گروه پیشتازان شهرهای نقده و سیلوانا در اردوی ملی فرهنگی - قرآنی شرکت کرده و نقش مهمی در کسب رتبه کشوری داشتند.



نوجوان موفق قرآنی با ۱۰۵ لوح خوش درخشید

علی قدسی نوجوان ۱۶ ساله قزوینی توانست با کسب ۱۰۵ لوح و رتبه برتر قرآنی، علمی، پژوهشی و ورزشی در عرصه های استانی و ملی همچنین جهانی بدرخشد. قدسی توانسته در ورزش کاراته مقام کشوری و در رشته های قرائت، حفظ قرآن و اذان هم رتبه های برتری کسب کند. این نوجوان موفق قزوینی همچنین رتبه اول جشنواره خوارزمی در بخش تحقیق را دارد.

کشتی گیران نوجوان ایرانی در مسابقات جایزه بزرگ آذربایجان گل کاشتند

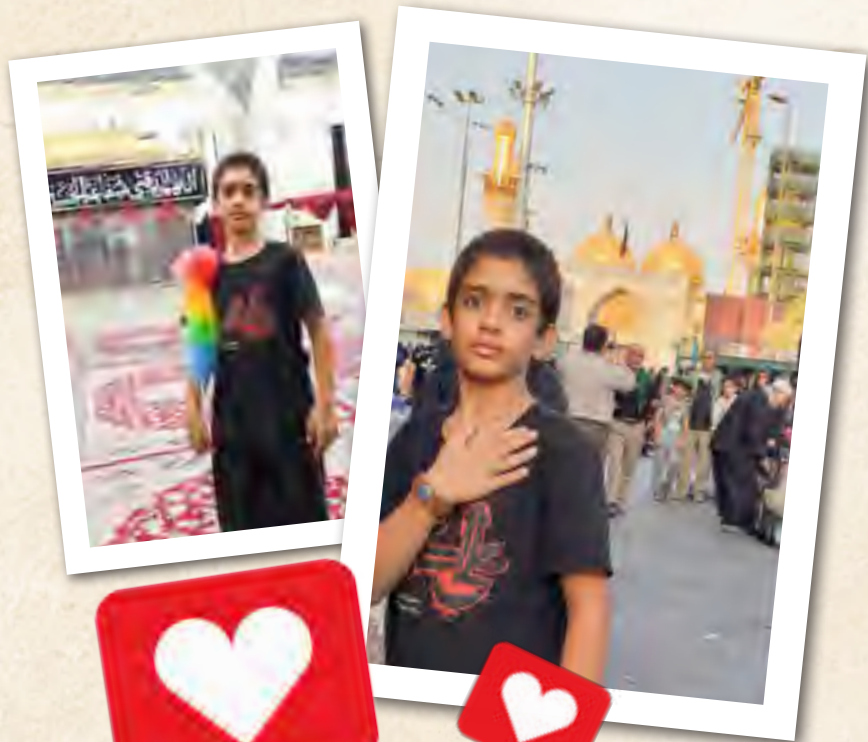
مسابقات بین المللی کشتی آزاد جمهوری آذربایجان در سال جاری با حضور ۳۴۰ کشتی گیر آزاد کار نوجوان از کشورهای روسیه، اوکراین، گرجستان، قزاقستان، قرقیزستان، جمهوری اسلامی ایران و جمهوری آذربایجان در روزهای ۱۳ و ۱۴ مهرماه در مجتمع المپیک شهر شماخی کشور آذربایجان برگزار شد. تیم ۲۱ نفره کشورمان در این مسابقات با کسب ۲ مدال طلا، دو مدال نقره و ۵ مدال برنز توانست دوم شود.



ساعت نزدیک یک ظهر بود که از مدرسه به خانه رسیدیم. مامان توی اتاق مشغول جمع کردن وسایل سفرمان بود. امسال هم مثل دو سال گذشته چند روزی زودتر سفرمان به کربلا را شروع کردیم. آخر بابا می گفت: «اگر دیر برویم تو شلوغی و ترافیک مرز معطل می شویم.» ۵ بار سفر به کربلا و شرکت در پیاده روی اربعین باعث شده بود تا مامان دیگر خوب بداند چه وسایلی نیاز داریم تا بارمان را زیاد نکند.

عصر بابا که آمد گفت: «قرار شد با علی آقا، و محمد آقا اینا (دوستان بابا) ساعت ۵ صبح فردا به طرف مرز حرکت کنیم.» مامان روز گذشته مدرسه آمده بود و اجازه ام را از آقای امینی مدیر مدرسه مان گرفته بود. هر سال کوله پشتی ام را خودم می بستم. وسایلم را که داخل کوله گذاشتم چشمم به چفیه ای که اولین سال که کربلا رفته بودم بابا برایم خریده بود افتاد از روی چوب لباسی برداشتم و روی کوله ام گذاشتم تا صبح یادم نرود و جا بماند. آن شب مامان شام را زود داد. صبح با صدای بابا از خواب بیدار شدم.

امروز دوشنبه ۲۳ مهرماه بود و ما آماده شدیم تا همراه با دوستان بابا و خانواده هایشان سفرمان به سوی کربلا برای پیاده روی اربعین را شروع کنیم. ساعت ۶ صبح بود که با ماشین مان به طرف مرز مهران حرکت کردیم. مامان کالسکه زهرا را هم برداشته بود تا در طول مسیر پیاده روی اذیت نشود. ساعت نزدیک ۱۰ شب بود که به مرز مهران رسیدیم. با وجودیکه چند روزی تا اربعین مانده بود اما مرز شلوغ بود. بابا ماشین را در پارکینگ پارک کرد. شب را در حسینه ای که نزدیک مرز بود ماندیم و صبح از مرز عبور کردیم. ساعت ۸ صبح بود که وارد خاک عراق شدیم. با یک ون به طرف نجف رفتیم،



سفر عشق

خاطرات پیاده روی اربعین
از زبان نوجوان ۱۳ ساله تهرانی

معصومه ماه پیکر

حضور در مراسم پیاده روی اربعین، سفری اشتیاق ناپذیر است که هر ساله با نزدیک شدن به ایام اربعین سید و سالار شهیدان اباعبدالله الحسین (ع) آغاز می شود. سفری خستگی ناپذیر که پیر و جوان، حتی نوجوانان و کودکان شوق زیادی برای حضور در این عزیمت سفر را دارند. «ابوالفضل زجاجی» نوجوان ۱۳ ساله تهرانی یکی از همین افراد است که امسال هم همانند ۶ سال گذشته یکبار دیگر با خانواده اش در همایش پیاده روی اربعین حضور یافته است. با او تماس گرفتیم تا به دیدارش برویم و خاطرات سفر زیارتی اش را از زبان خودش بشنویم.





طبق برنامه ای که بابا و دوستانش چیده بودند قرار بود دو روز نجف بمانیم و بعد پیاده روی مان به سمت کربلا را شروع کنیم. در نجف به خانه ابومحمد رفتیم. ابومحمد هر سال اربعین خانه اش را در اختیار زائران امام حسین(ع) می گذارد. پسران ابومحمد سال قبل هم مرا دیده بودند و با هم دوست بودیم. وقتی من را دیدند با خوشحالی به سمتم آمدند و با زبان عربی خوش آمد گفتند. دو روزی که خانه ابومحمد بودیم هر روز عصر با پسران ابومحمد داخل حیاط خانه شان می نشستیم و من برایشان نوحه می خواندم. روز سوم بعد از صبحانه با خانواده ابومحمد خداحافظی کردیم و پیاده راه افتادیم به سمت کربلا.

دو سالی بود که نیت کرده بودم اگر آقا مرا دعوت کرد با پای برهنه به زیارتش بروم. کتانی هایم را توی کوله پشتی ام گذاشتم. تمام مسیر پر بود از زائران عراقی که به طرف کربلا می رفتند. موکب داران هم با چای و شربت و میوه و غذا از زائران پذیرایی می کردند. صدای اسپیکری که همراهم بود را زیاد کرده بودم و خودم هم همراه با مداحی که نوحه خونی می کرد همخوانی می کردم و سینه می زدم. توی مسیر تیرهای زیادی بود که زائران به آنها عمود می گفتند همه شان شماره داشتند. مامان قبلا بهم گفته بود که اگر گمشان کردم در تیر شماره مثلاً ۲۵ منتظرشان بمانم. دوستان بابا و خانواده هایشان برای اینکه مامان خسته نشود به نوبت کالسکه زهرا را هل می دادند یا فاطمه را بغل می کردند. کودکان و نوجوانان عراقی کنار مسیر طریق یا همان پیاده روی با گریه یا زور زائران را به خوردن شیرینی یا شربت دعوت می کردند بعضی از آنها هم به زور می خواستند کفش زائران را پاک کنند. دو روز بود که پیاده روی می کردیم. تا شب

راه می رفتیم و هر جا که خسته می شدیم ساعتی در جایی که برای استراحت زائران آماده شده بود استراحت می کردیم یا شب را در استراحتگاه ها می ماندیم. عصر روز دوم مسیر طریق شلوغ تر از روز قبل شده بود. دسته های عزاداری عراقی ها در حالیکه بر سر و سینه هایشان می زدند به طرف بین الحرمین می رفتند. نزدیک شهر کربلا و باب بغداد بودیم که کاروانی از زائران و دسته های عزاداری با شتر و ناقه را دیدم. نوع سینه زنی و نوحه ای که می خواندند عجیب به دلم نشست بود. شروع به نوحه خونی کردم. چند وقتی بود که در مراسم های هیئت محله نوحه خونی می کردم. ظهر روز سوم بالاخره به شهر کربلا رسیدیم و از باب البغداد وارد بین الحرمین شدیم. جمعیت زیادی آمده بودند و نمی شد خیلی جلو برویم از همان دور به امام حسین(ع) و آقا ابوالفضل(ع) سلام دادم و گوشه ای نشستم و شروع به زیارت نامه خواندن کردم. کمی بعد سرم را که بالا گرفتم بابا و مامان نبودند، گمشان کرده بودم. نمی دانم چرا برعکس وقتی که کوچک بودم مامان و بابا را گم می کردم، دلم نلرزید. مطمئن بودم امام حسین(ع) کمک می کنه و اونها رو پیدا می کنم. همانطور که کنار دیوار نشسته بودم برای خودم شروع به نوحه خونی کردم. چند نفری از بچه های عراقی و سه و چهار نفر ایرانی هم کنارم نشستند و مشغول سینه زدن شدند.

دو و سه ساعتی گذشته بود که یک دفعه دیدم بابا از دور می آید. غروب شب اربعین بین الحرمین حال و هوای دیگری داشت دسته های عزاداری از کشورهای مختلف دور هم جمع شده بودند و هر کدام گوشه ای عزاداری می کردند. تا آخر شب کربلا بودیم و آخر شب بابا گفت که با دوستانش هماهنگ کرده، برویم کاظمین. سوار

ماشین ونی که از قبل هماهنگ کرده بود شدیم و به طرف کاظمین به راه افتادیم. شنیده بودم کاظمین امنیت چندانی ندارد و ماندن در آنجا خطرناک است. یکی از پلیس های کاظمین وقتی فهمید زائر ایرانی هستیم به اصرار ما را به خانه اش برد تا شب را آنجا بمانیم. پسرهای شیخ احمد که پلیس بود تقریباً با من همسن بودند. آن شب من در خانه آنها نوحه خوانی کردم و بچه های شیخ احمد هم سینه زدند. صبح زود به طرف نجف راه افتادیم بابا می گفت زود برگردیم تا به ترافیک بازگشت زائران نخوریم. سفر یک هفته ای ما رو به تمام شدن بود سفری که حالا چند سالی می شود خیلی از عاشقان اهل بیت(س) هر ساله آن را تجربه می کنند. سفری که با نام سفر عشق به امام حسین(ع) از آن نام برده می شود.



رو به راه

نکات مهمی در مورد اربعین و پیاده روی اربعین که مقام
معظم رهبری روی آنها بسیار تأکید دارد

گردآوری از سایت مقام معظم رهبری
khamenei.ir



اهمیت راهپیمایی اربعین

- 

حرکت عاشقانه و مؤمنانه
۱۳۹۴/۰۹/۰۹
- 

حسنه و جزو شعائر الله
۱۳۹۴/۰۹/۰۹
- 

مشهود تر بودن دست خدا
۱۳۹۵/۰۹/۰۳
- 

عشق همراه با بصیرت
۱۳۹۵/۰۹/۰۳
- 

بزرگ‌ترین گردهمایی عالم
۱۳۹۳/۰۷/۲۹
- 

نشان دهنده اوج گرفتن آمادگی عمومی برای مبارزه در راه اسلام
۱۳۹۵/۰۸/۲۳

نعمت‌های پیاده‌روی اربعین

- ۱ مایه عزت و سربلندی و افتخار برای ملت ایران و عراق
۱۳۹۵/۰۹/۰۳
- ۲ عظیم بودن این حرکت علی‌رغم میل دشمنان
۱۳۹۴/۰۸/۲۹
- ۳ نمونه‌ای از ارتباط دوستانه دو ملت ایران و عراق
۱۳۹۵/۰۹/۰۳
- ۴ زنده نگه داشتن یاد شهدا در مقابل تبلیغات دشمن
۱۳۹۵/۰۹/۲۹
- ۵ صاف شدن دل‌های مسلمانان با هم و افزایش عزت اسلام
۱۳۹۳/۰۷/۲۹

توصیه‌هایی برای اربعین

- 

توجه به حضور امام
۱۳۹۲/۰۵/۰۵
- 

حرف زدن با امام با زبان زیارت‌نامه‌ها
۱۳۹۴/۰۹/۰۹
- 

خواندن زیارت پر مضمون اربعین
۱۳۹۸/۰۵/۲۱
- 

خواندن زیارت‌های ائمه مانند جامعه کبیره، امین الله و...
۱۳۹۲/۰۹/۰۹
- 

حرف زدن به زبان دل با ائمه همچون پدر و عزیز خود
۱۳۹۲/۰۹/۰۹
- 

رعایت مقررات و ضوابط سفر
۱۳۹۴/۰۹/۰۹
- 

شکر خدا بخاطر این حرکت عظیم که در اختیار ماست
۱۳۹۲/۰۹/۰۹

حفظ و نگه داشتن روحیه و حالات راهپیمایی

- 

توجه به ولایت
۱۳۹۲/۰۹/۰۳
- 

آمادگی بدن برای سختی کشیدن
۱۳۹۵/۰۹/۰۳
- 

برادری و مهربانی
۱۳۹۳/۰۷/۲۹
- 

ترجیح زحمت راه رفتن بر راحتی و تنبلی
۱۳۹۵/۰۹/۰۳

دکتر علیرضا اسماعیلی
از خاطرات دوران نوجوانی اش می گوید

با دستکاری شناسنامه ام جبهه رفتم

مهدیه کاویان ✨





ما بودیم پدافندی بود و ما باید برای عملیات بعدی تا پای تپه ای که طرف عراقی ها بود شیاری درست می کردیم. برای اینکه عراقی ها متوجه نشوند شب ها با تیشه های کوچکی که داشتیم شیارهای کوچکی می کندیم. هیچ وقت آن شب ها را فراموش نمی کنم، شب هایی که روبرویمان عراقی ها بودند و زیر پایمان رتیل و عقرب. اما عشق و علاقه بود که به ما انگیزه می داد تا کارمان را ادامه دهیم. با علاقه و عشق سینه خیز تا راس الخط برای دفاع از کشورمان می رفتیم.

نارنجکی که منفجر نشد

خلوص نیت بچه ها در جبهه باعث شده بود تا معجزه های زیادی را ببینیم. یک شب موقع تیشه زدن برای شیار، نارنجکی که عراقی ها پرت کردند داخل شیاری که کنده بودیم افتاد. با اینکه نارنجک باید منفجر می شد، هیچ اتفاقی رخ نداد و من به لطف خدا زنده ماندم. خاطره دیگری که از جبهه دارم باز می گردد به همان زمان که نوجوان ۱۶ و ۱۷ ساله ای بودم و جبهه بودم. حدود ۲۰ روز بعد از منفجر نشدن نارنجک، دوباره یک روز نصف شب با ۸ نفر از بچه ها برای شناسایی رقتیم سمت عراقی ها موقع نماز صبح تو یکی از کانال های عمیق برای نماز ایستادیم. همین که نمازمان را شروع کردیم یکدفعه دیدم توپ ۱۰۶ عراقی بالای سرمان است.

عراقی ها داشتند به طرف ایرانی ها توپ پرتاب می کردند. با شلیک توپخانه دشمن سنگ ریزه بود که می ریخت روی سرمان مادرست کف رودخانه پایین صخره ای بودیم که عراقی ها بالای آن داشتند توپ می زدند، همین تفاوت سطح باعث شده بود که عراقی ها ما را نتوانند ببینند و ما با کمک خدا جان سالم به در بردیم.

در دوران جنگ تحصیلی نوجوانان بسیاری برای دفاع از کشور سعی می کردند هر طور شده به

جبهه های جنگ بروند. بعضی از آنها برای اینکه به آرزویشان که رفتن به جبهه بود برسند حتی شناسنامه هایشان را با دستکاری بزرگ می کردند. «دکتر علیرضا اسماعیلی» استادیار گروه ترافیک جاده ای و دانشکده علوم پلیس، تهران و ایران هم از جمله کسانی بود که با تلاش بسیار و دستکاری شناسنامه اش توانست جبهه برود. گزارش زیر بخشی از خاطرات او از حضورش در جبهه های جنگ است.

شب هایی که خاطره شدند

دشمن به میهن مان حمله کرده بود. خیلی از بچه های محله برای دفاع از کشور جبهه رفته بودند. از اینکه می دیدم بچه ها چطور جبهه می روند ناراحت بودم. سنم کم بود و اجازه نمی دادند بروم. از دوستانم شنیده بودم خیلی ها با دستکاری شناسنامه هایشان توانسته اند به جبهه بروند. آن زمان شناسنامه ها را با روان نویس می نوشتند و دستکاری اش کار راحتی بود. و من که ۱۶ سال داشتم بالاخره شناسنامه ام را بزرگتر کردم تا توانستم جبهه بروم.

همه روزهای حضورم در جبهه برایم خاطره است. به یاد دارم اواخر سال تحصیلی با چند نفری از دوستان به طرف سر پل ذهاب و گیلان غرب رقتیم. آن زمان ما تنها سلاح شناسی و نحوه حرکت در مناطق جنگی و عملیات پدافند را آموزش دیده بودیم. شوق مبارزه با دشمن باعث شد تا خیلی چیزها را خودمان یاد بگیریم. منطقه ای که



فیلم ۲۳ نفر، فیلمی از دوران جنگ تحمیلی است که روزه‌های اسارت ۲۳ نفر از نوجوانان غیور سرزمین مان در زندان‌های بعثی صدام را به تصویر کشیده است. در این فیلم رشادت و امید حرف اول را می‌زند. نقش دیدنی بازیگران این فیلم بهانه‌ای شد تا قرار ملاقاتی با محمد رشنو (نقش موسی)، روزه سلطانی (نقش وحید کوهکن) و پیمان نوری (نقش ابراهیم) را در موزه شهدا بگذاریم تا برایمان از خاطرات و نقش‌شان در فیلم بگویند.



مسئولیتی که سخت بود

هر سه آنها قبل از نقش‌هایی هر چند کوتاه در فیلم‌ها بازی کرده بودند نقش‌شان در فیلم ۲۳ نفر اما کمی متفاوت است. باید سختی‌های دوران اسارت نوجوانانی را به تصویر می‌کشیدند که جو حاکم و شرایط باعث شده بود تا در بند بیافتند. پیمان نوری اهل تویسرکان همدان است. او از چگونگی ورودش به جمع بازیگران فیلم ۲۳ نفر می‌گوید: «دو سال قبل بازی در فیلم گروهان بلال (سریالی با موضوع دفاع مقدس) را تازه تمام کرده بودم که توسط آقای باقری دستیار این سریال متوجه شدم که برای بازی در فیلم ۲۳ نفر فراخوان داده شده است. آن زمان من ۱۶ سال داشتم. عده زیادی برای تست آمده بودند و من از بین آنها انتخاب شدم.» محمد رشنو اما می‌گوید: «توسط آقای حسن پور (دستیار کارگردان) که در کلاس‌های بازیگری با او آشنا شده بودم به تیم بازیگری ۲۳ نفر معرفی شدم و پس از تست انتخاب شدم.»



بازیگران فیلم ۲۳ نفر از سینما،
نوجوانی و اسارت می‌گویند:

۲۳ نفر

معنای واقعی ایثار

سعید موسوی

اسامی واقعی این ۲۳ اسیر

۱. علیرضا شیخ حسینی ۲. محمد ساردویی ۳. ابوالفضل محمدی ۴. حمید تقی‌زاده ۵. منصور محمود آبادی ۶. عباس پورخسروانی ۷. سید عباس سعادت ۸. یحیی دادی نسب ۹. حسن مستشرق ۱۰. احمدعلی حسینی ۱۱. محمد باباخانی ۱۲. یحیی کسایی نجفی ۱۳. رضامام قلی‌زاده ۱۴. حمیدرضا مستقیم ۱۵. حسین قاضی‌زاده ۱۶. مجید ضیغمی نژاد ۱۷. جواد خداجوی ۱۸. محمود رعیت نژاد ۱۹. سید علی نورالدینی ۲۰. محمد صالحی ۲۱. حسین بهزادی ۲۲. احمد یوسف‌زاده مولایی ۲۳. سلمان زادخوش ۲۴. اکبر دانشی (جوانی که به علت شهادت از این گروه جدا شد)



روزبه سلطانی هم که اهل کرمان است و تأثیر بازی می‌کند توسط آقای مردانه برای بازی نقش وحید به گروه ۲۳ نفر معرفی شد. بچه‌ها اگر چه همگی سابقه بازیگری دارند اما بازی در فیلم ۲۳ نفر را متفاوت می‌دانند نوری معتقد است: در ۲۳ نفر ما باید نقش نوجوانانی را بازی می‌کردیم که اسارت را لمس کرده بودند. مسئولیت سنگینی بر عهده داشتیم. همه دانستنی‌ها بمان از جنگ و جبهه به خاطراتی برمی‌گشت که بهتر از دوستانش معنی جنگ را درک کرده است. او می‌گوید: «پدرم جانباز است و از همان کودکی با خاطراتش بزرگ شده‌ام. عکس‌ها و حرف‌های بابا همه درباره خاطرات دوران حضورش در جبهه است.»



درس همدلی و امید

برای اینکه بتوانند به خوبی از عهده نقش‌شان بر آیند از خود ۲۳ نفر واقعی کمک گرفتند. روزبه از روزی که ۲۳ نفر همراه با سردار قاسم سلیمانی به دیدارشان در صحنه فیلم برداری آمدند تعریف می‌کند: «روزی که ۲۲ نفر از آن افراد (یکی از ۲۳ نفر متأسفانه فوت شده بود) به دیدنمان آمدند برایم جالب بود که با وجودیکه سالها از آن روزها می‌گذشت اما آنها همچنان با هم دوست بودند. از حرف‌ها و خاطراتشان که برایمان تعریف می‌کردند دانستیم امید به خدا باعث نجاتشان شده بود. پیمان در ادامه حرف‌های دوستش می‌گوید: «اگر چه بیشتر آنها اهل کرمان بودند اما بعضی‌هایشان هم از شهرهای مختلف آمده بودند. برایم جالب بود که چگونه چند فرد با قومیت‌های مختلف با هم یک دل و همدل بودند. محمد اما کمی



نظر مقام معظم رهبری درباره کتاب «آن بیست و سه نفر»

کتاب «آن بیست و سه نفر» خاطرات خودنوشت آقای احمد یوسف زاده از دوران اسارت ۱۹ نوجوان کرمانی و ۴ نوجوان دیگر است که در عملیات آزادسازی خرمشهر توسط ارتش بعث به اسارت درمی آیند. نویسنده در این کتاب شرح هشت ماه ابتدایی اسارت و اتفاقاتی که برای این گروه بیست و سه نفره افتاده از جمله ملاقات با صدام در کاخ ریاست جمهوری عراق را روایت کرده است. این کتاب به قدری خواندنی و جذاب است که مقام معظم رهبری این کتاب را جزو کتاب های موفق حوزه دفاع مقدس و نوجوان معرفی کرده است و متنی را نیز در وصف این کتاب نوشته است که با هم می خوانیم.

در روزهای پایانی ۹۳ و آغازین ۹۴ با شیرینی این نوشته ی شیوا و جذاب و هنرمندانه، شیرین کام شدم و لحظه ها را با این مردان کم سال و پرهمت گذراندم. به این نویسنده ی خوش ذوق و به آن بیست و سه نفر و به دست قدرت و حکمتی که همه ی این زیباییها، پرداخته ی سرینجه ی معجزه گر اوست، درود میفرستم. یک بار دیگر کرمان را از دریچه ی این کتاب، آنچنان که از دیرباز دیده و شناختم، دیدم و منشور هفت رنگ زیبا و درخشان آن را تحسین کردم.

عماد

متفاوت تر از دوستانش فکر می کند. او می گوید: «همیشه فکر می کردم چگونه آنها این شرایط را تحمل کردند و تا در شرایط آنها قرار نگیرم نمی دانم مانند آنها می توانم عمل می کنم یا نه. با دیدن ۲۲ نفر واقعی فهمیدم افراد جنگ و رزمنده ها روح بلندی دارند که دفاع از کشور و ناموس شان بزرگ ترین هدف شان است.»



با این فیلم زندگی کردیم

بازیگران فیلم ۲۳ نفر معتقدند فیلم ۲۳ نفر، فیلمی واقعی است که مخاطب خاصی ندارد. آنها درباره فیلم می گویند: «این فیلم اگر چه لحظه های دفاع مقدس و جنگ و اسارت را روایت می کند اما صحنه های جالبی هم دارد که مخاطب را با واقعیت های دوران جنگ آشنا می کند. فیلم ۲۳ نفر روبرویت قرار نمی گیرد که تو را به تماشای آن دعوت کند. بلکه کنارت می نشیند و می خواهد با هم آن را ببینید. این فیلم، فیلمی است که مخاطب خود را در آن دوران و شرایط قرار می دهد. هر سه آنها تا قبل از اینکه در این فیلم بازی کنند اگر چه درباره ایشار و شهادت حرف های زیادی شنیده بودند اما معنای واقعی آن را درک نکرده بودند. می گویند: «از وقتی در این فیلم بازی کردیم بیشتر به روح بلند شهدا پی بردیم. آنها با انسان های معمولی فرق دارند. کسانی هستند که انگار از قبل برای اینار و شهادت انتخاب شده بودند حالا دیگر بیشتر در زندگی شهدا و اسرا یا رزمنده ها دقیق می شویم همه مراحل زندگی و تفکرشان با انسان های معمولی فرق دارد. با فیلم های دفاع مقدسی تنها می توان گوشه ای از رشادت و دلیرمردی آنها را نشان دهد.»



گفتگو با مهدی جعفری کارگردان فیلم ۲۳ نفر:

آقای جعفری چه شد به فکر ساخت فیلم ۲۳ نفر افتادید؟ موضوع فیلم را چطور پیدا کردید؟

حدود ۱۴ سال قبل مجموعه مستندی برای شبکه ۴ سیما با همین موضوع ساخته بودم. در این مدت با همه دوستان در تماس بودم، نزدیک به ۸ سال هم پیگیر این بودم که بتوانم فیلم سینمایی از روی واقعیت بسازم که خدا را شکر سال گذشته این امکان میسر شد.

بازیگران را چگونه انتخاب کردید؟

حدود یک ماه و نیم وقت صرف پیدا کردن این بچه ها از تهران و چند شهرستان کردیم. فراخوان های متعددی دادیم و نوجوانان بسیاری استقبال کردند. که پس از طی مراحل به این جمع رسیدیم. حدود یک ماه و نیم هم تمرین کردیم.

با این فیلم چگونه نوجوانان را با فرهنگ ایثار و شهادت آشنا می کنید؟

کاری که من و همکارانم برای جذب مخاطبان نوجوان در فیلم ۲۳ نفر انجام دادیم کار سخت و در عین حال ساده ای بود. ما تلاش کردیم تا با ساخت فیلمی روان و صادقانه و با رویکردی واقعگرایانه تماشاگران نوجوان را بدون هیچگونه پیشداوری با اصل یک رخداد مهم در دل دفاع مقدس آشنا سازیم و قضاوت درباره آن را به خودشان واگذاریم.



حماسه های بزرگ از مردان کوچک

سردار سلیمانی مدتی پس از انتشار متن رهبری بر کتاب «آن بیست و سه نفر» یادداشتی را نوشت که گوشه هایی از آن را می خوانیم: «احمد عزیزم! پیام و تحسین رهبر عزیزمان مرا تشویق به خواندن کتابت کرد و پس از قرائت آن به مقامت غبطه خوردم و افسوس در کارنامه ام یک شب از آن شبها و یک روز از آن روزهای گرفتار در قفس را ندارم. شما عارفان حقیقی و عابدان به عبودیت رسیده ای هستید که به عرش رسیدید. ای کاش در همان بالا بمانید. چه افتخار آمیز است.»

فیلمبرداری فیلم ۲۳ نفر هم با حضور سردار سلیمانی آغاز شد و ایشان در جریان مراحل تولید فیلم قرار گرفت و در حاشیه بازدید از محل فیلمبرداری گفت: «زمان جنگ بچه های کم سن و سالی در جبهه ها حضور داشتند که با گریه و التماس دوست داشتند در صحنه های نبرد حضور پیدا کنند. در آن زمان قرار بود نیروهایی را به منطقه اعزام کنیم. پسر بچه ای ۱۵ ساله که در آن جمع بود، فشنگ هایی را به سر و گردن خود بسته بود و پوتین هایش را که برای پاهایش بزرگ بود، به پا کرده بود و بند پوتینش را به شکلی دور مچ پاهایش بسته بود تا کفش از پایش در نیاید و کلاهی که برای سرش بزرگ بود و مدام روی چشمانش را می پوشاند را جابه جا می کرد و گریه کنان به سمت من آمد و گفت باید اجازه بدهی من هم به جبهه بروم.»





دختر شهید حجت الاسلام سید مجتبی صالحی خوانساری از معجزه امضای برگه امتحان بر ایمان می گوید

امضای سرخ پدر

برگرفته از سایت نوید شاهد
navideshahed.com



شهادتنامه

❓ خانم صالحی در ابتدا معرفی کوتاهی از خود و خانواده تان بفرمایید.

من سیده زهرا صالحی خوانساری، فرزند سوم شهید صالحی هستم. سال ۱۳۵۱ به دنیا آمدم و زمانی که پدرم در سال ۱۳۶۲ به شهادت رسید، دوازده سال بیشتر نداشتم.

❓ از شهید صالحی خاطرات بسیاری نقل می شود که بعضی از آنها به معجزه شباهت دارند، شاید مهم ترین آنها امضای برگه امتحانی شما بعد از شهادت باشد. به نظر شما شهید صالحی چه خصوصیتی داشت که بعد از شهادت صاحب چنین کرامتی شد؟

خداوند به پدرم نعمت های خوب و خصوصیات بزرگی داده بود. پدرم خوش سیما، خوش صدا، خوش استعداد و خوش قلب بود، همیشه لبخند می زد و با همه با مهربانی رفتار می کرد. به مردم کمک می کرد و بیشتر زمانش را برای خدمت به مردم می گذاشت. در هر جمعی که حاضر می شد، محال بود شادی و خنده آنجا نباشد. پدرم از صدای خوبی که داشت برای خواندن روضه اهل بیت (علیهم السلام) استفاده می کرد. مهارت بسیار بالایی در جذب جوانان و نوجوانان داشت. با خصوصیات رفتاری که داشت بیشتر افراد جذب او می شدند. پدرم در حوزه علمیه درس می خواند اما از آنجا که فعالیت های اجتماعی گسترده ای انجام می داد، فرصت نمی کرد در تمام کلاس های حوزه شرکت کند بنابراین شهریه حوزه را نمی گرفت.

❓ شغل ایشان چه بود؟

پدرم خیاط بود و از زمانی که در شهرستان خوانسار زندگی می کرده، این کار را انجام می داده است. از ۱۷ سالگی هم که برای تحصیل به تهران می آید، در کنار تحصیل همچنان به خیاطی ادامه می دهد. ایشان در خانه خیاطی می کرد و خرج و مخارج خانه را از طریق این شغل و همچنین روضه خوانی تأمین می کرد.

❓ از اتفاق عجیب و شبیه به معجزه امضای پدرتان بر روی برگه امتحانی بر ایمان بگویید؟

«یک هفته از شهادت پدرم گذشته بود، در زادگاه پدرم، شهر خوانسار، برای او مراسم ختم گرفته بودند. بنابراین مادر و برادر هم در خانه نبودند و من باید به مدرسه می رفتم، وقتی

شهید حجت الاسلام سید مجتبی صالحی خوانساری، مردی بزرگ و با خصوصیات خاصی بود، او به لطف خدا دارای کرامات زیادی بود، که شاید بعضی از آنها برای ما غیر قابل باور باشد، مردی خدا ترس، مردم دار، مردی که تمام توان و زمانش را در خدمت رسانی به مردم و نیازمندان صرف می کرد. برای این که با این شهید بیشتر آشنا شویم و از اتفاقات عجیبی که بعضی از آنها به معجزه شبیه هستند با دخترش به گفت و گو نشستیم، با ما همراه شوید.



می بینم. مردم به ما نیاز دارند. اگر روحانی در بین مردم نباشد، درد مردم را نمی فهمد. ایشان در خیریه «المهدی» قم ۴۰۰ نفر را تحت پوشش داشت. روحانی کاروان حج بود و به تک تک اعمال زائران با دقت نظارت می کرد تا اعمالشان را درست انجام دهند. بسیاری از کارهایی که انجام می داد را بعد از شهادت متوجه شدیم.

❖ در رابطه با محل دفن شهید صالحی، ابتدا قرار بوده که پدرتان در حرم حضرت معصومه (س) به خاک سپرده شود اما با تصمیم مادرتان در گلزار شهدا دفن می شود. چرا نظر ایشان تغییر کرد؟

پیکر پدرم ابتدا در تهران و بسیار با شکوه تشییع شد. بعد از آن پیکر ایشان را به قم آوردیم. در حرم حضرت معصومه (س) تشییع شد و قرار بود آنجا به خاک سپرده شود. از آنجا که کارهای اداری آن تمام نشده بود، گفتند که فردا شهید را در حرم به خاک بسپَریم. مادرم قبول نکرد زیرا نمی خواست مردم معطل شوند و می گفت: «همسر من مردمی بوده و باید جایی به خاک سپرده شود که مردم راحت بتوانند بر سر مزارش بیایند.» پیکر پدر را به گلزار شهدا بردند. آن روز هم روز عجیبی بود. بعد از آن که نماز ایشان را خواندند، عمویم از من خواست برای مردم درباره پدرم صحبت کنم. زود قبول کردم زیرا می دانستم چه باید بگویم. دو ماه قبل از شهادت پدر، انشایی درباره «پدرم» نوشته بودم. برای نوشتن آن، کتاب «شهید» شهید مطهری را خواندم و بخش زیادی از انشایم، خلاصه آن کتاب بود. از آنجا که انشا را بارها خوانده بودم در ذهنم تثبیت شده بود و آن انشا را در آنجا برای مردم خواندم.

❖ خانم صالحی اگر چیزی در مورد پدرتان مانده که باید بگویید برایمان تعریف کنید؟

ایشان سفر آخری که به حج رفت، به همراهانش گفته بود: «این آخرین سفر است و من شهادت نامه ام را از خدا گرفته ام» و شش ماه بعد شهید شد. پدرم با رفتار و کلام تاثیر گذارش، مسیحی را مسلمان و بی حجاب را با حجاب کرد. ایشان کارهایی از این دست بسیار انجام داد.

برنامه نوشته بود: «اینجانب رضایت دارم، سید مجتبی صالحی» و امضاء کرده بود. در مدرسه ماجرا را برای دوستم تعریف کردم، دوستم هم به من اطمینان داد که واقعیت دارد. او ماجرا را برای خانم ناظم تعریف کرد و گفت: که این اتفاق برای شهید صالحی افتاده، یعنی اسمی از من و پدر من به میان نیامد. بعدها این برگه به دست مرحوم آیت الله «خزعلی» رسید و سالها نزد ایشان بود. این برگه بعد از هفت هشت سال به دست ما رسید و ما هم آن را به موزه شهدا اهدا کردیم. به نظر من خداوند با «مضای سرخ» پدرم را به دل مردم بازگرداند.

❖ در صحبت هایتان به این موضوع اشاره کردید که پدرتان به مردم احترام می گذاشت و بیشتر وقتش را برای رفع مشکلات آنها می گذاشت. ایشان برای مردم چه کارهایی انجام می داد؟

بله شهید صالحی بسیار مردم دار بود و مشکلات مردم را مثل مشکلات خود می دید و تمام تلاشش را برای رفع مشکلات به کار می برد، به جرأت می توانم بگویم، پدر را می توان به عنوان یک الگو معرفی کرد. به پدر بارها پیشنهاد می دهند که نماینده مردم در مجلس شود و علاوه بر آن دیگر پست ها و سمت ها را پیشنهاد می دهند اما شهید صالحی این پست ها را به دوستانش واگذار می کند. شعارش این بود که نباید از مردم جدا شد بنابراین هر چیزی که قرار بود پدر را از مردم جدا کند، حتی درس و حوزه را نمی پذیرفت. پدرم هفته ای حداقل سه چهار مرتبه از تهران به قم می آمد. مادرم به ایشان می گفت: «ماشین بخر تا راحت تر رفت و آمد کنی.» پدرم می گفت: «اگر ماشین بخرم، از مردم جدا می شوم. ماشین برای من حکم قفس دارد. از تهران که به قم می آیم در اتوبوس مردم را

وارد مدرسه شدم، دیدم که برای تجلیل از پدرم مراسم تدارک دیده اند، پس از مراسم راهی کلاس شدم، خانم ناظم از راه رسید و برنامه امتحانی ثلث دوم را به من داد، در غیاب من همه بچه ها برنامه امتحانی شان را گرفته بودند و فقط من مانده بودم، ناظم از من خواست که حتما اولیایم آن را امضا کنند و فردا ببرم، به فکر فرورفتم چه کسی آن را برایم امضا کند. وقتی به خانه رسیدم چیزی خوردم و خوابم برد، در خواب پدر را دیدم که از بیرون آمده و مثل همیشه با ما بازی می کرد و ما هم از سر و کولش بالا می رفتیم. پرسیدم آقا چون ناهار خوردید، گفت: نه نخوردم، به آشپزخانه رفتم تا برای پدر غذا بیاورم. پدر گفت: زهر را برنامه ات را بیاور امضا کنم. گفتم آقا چون کدام برنامه؟ گفت: همان برنامه ای که امروز در مدرسه دادند. رفتم و برنامه امتحانی ام را آوردم اما هر چه دنبال خودکار آبی گشتم پیدا نشد، می دانستم که پدر هیچگاه با خودکار قرمز امضا نمی کند، بالاخره خودکار آبی ام را پیدا کردم و به پدر دادم و رفتم آشپزخانه. اما وقتی برگشتم پدرم را ندیدم، نگران به سمت حیاط دویدم دیدم باغچه را بیل می زند، آخر دم عید بود و بایستی باغچه صفایی پیدا می کرد، پدر هم که عاشق گل و گیاه بود. برگشتم تا غذا را به حیاط بیاورم ولی پدر را ندیدم این بار هراسان و گریان به دنبال او دویدم اما دیگر پیدایش نکردم ناگهان از خواب پریدم اما وقتی خاله برایم آب آورد دوباره آرام گرفتم و خوابیدم. صبح شد، موقع رفتن به مدرسه با عجله وسایلم را آماده می کردم، ناگهان چشمم به برنامه امتحانی ام افتاد که با دست خط پدرم امضا شده بود، خواب دیشب برایم تداعی شد، با تعجب ماجرا را برای خواهرم تعریف کردم و تاکید کردم که به کسی نگویند. پدر در قسمت ملاحظات

نگاهی به فعالیت نوجوانان در مسجد جامع فاطمه الزهراء (س)

آتنا آهنگری

در بیشتر مساجد اغلب این بزرگترها هستند که کارهای مسجد را انجام می دهند و نوجوانان تنها برای اقامه نماز یا شرکت در کلاس های فرهنگی و دینی در مسجد حاضر می شوند. در مسجد فاطمه الزهراء (س) واقع در خیابان استاد معین منطقه ۹ تهران نوجوانان کنار بزرگترها بخشی از کارهای مسجد را انجام می دهند و مانند بزرگترها مسئولیتی بر عهده دارند. در گزارش زیر سری به این مسجد زدیم تا از نزدیک با خادمین کوچک مسجد آشنا شویم.

نزدیک نماز مغرب است. نمازگزاران یکی یکی وارد مسجد می شوند. علی جلوی ورودی مسجد ایستاده و نمازگزاران را به داخل مسجد هدایت می کند. رضا هم با چند نفری از دوستانش مشغول پهن کردن سجاده های نماز هستند. داخل آبدارخانه مسجد هم زهرا با کمک مبینا و الینا سعی می کند شربت را داخل لیوان ها بریزند. در مسجد مثل همیشه مراسمی برپا است و تا ساعتی دیگر مراسم شروع می شود. خانم امیری یکی از مسئولان مسجد داخل





می شود. همانطور که مشغول کار است می گوید: «اینجا هر کس مسئولیتی دارد. من هر روز بعد از نماز یا مراسم ها مسئولیت مرتب کردن کتاب ها و قفسه ها را بر عهده دارم. کتاب ها را جمع می کنم و سرجایشان می گذارم. بعد از نماز هم با زهرا صدقی پذیرایی از نمازگزاران را بر عهده می گیریم.» دختران نوجوان مسجد فاطمه الزهراء (س) علاوه بر پذیرایی و تمیز کردن مسجد در کارهای فرهنگی هم فعال هستند. زهرا صدقی نوجوان ۱۰ ساله فعال مسجد دوباره مسئولیت هایی که دختران بر عهده دارند می گوید: «هر وقت سفره نذری پهن می شود سبزی ها را من و دوستان دیگرم با کمک هم پاک می کنیم. آخر برنامه هم مهدیه و فاطمه با زینب ظرف ها را می شویند. بعضی وقت ها هم دختر کوچک مری مان را نگه می داریم تا کارهایش را انجام دهد.

آموزش های رایگان

کلاس های آموزشی مسجد فاطمه الزهراء معمولاً با قیمت ناچیز یا رایگان برگزار می شود تا همه بتوانند در آن شرکت کنند. کیهانی یکی از مربیان بانوی مسجد می گوید: «اینجا کلاس های مختلفی برای مهارت آموزی به دختران و پسران نوجوان آموزش داده می شود. مثلاً کلاس راه شهدا که آموزش سیره و روش زندگی شهیدان است. معتقدیم بچه ها باید از همین سنین نوجوانی با دلیر مردان جبهه و جنگ آشنا شوند و کلاس آموزشی دعا خوانی را رایگان برگزار می کنیم. البته بچه ها بعضی وقتها هم اجرای کارهای فرهنگی مانند برگزاری سرود یا اجرای تئاتر یا تحویل کتاب به اعضا در کتابخانه مسجد را بر عهده می گیرند. خلاصه اینجا نوجوانان هم پای بزرگترها در انجام کارهای مسجد کمک می کنند.»

فعالیت نوجوانان مسجد فاطمه الزهراء (س) تنها به داخل مسجد ختم نمی شود. علی صدقی نوجوان ۱۲ ساله در حالیکه از به یاد آوردن خاطره درست کردن شربت در ایستگاه صلواتی خنده اش گرفته می گوید: «ولادت امام جعفر صادق (ع) بود قرار شد من با چند نفری از بچه ها شربت ایستگاه صلواتی را درست بکنیم، شکر و آبلیمو را هم خودمان از مغازه خریده بودیم. وقتی می خواستیم آبلیمو را داخل شربت بریزیم در آبلیمو باز شد و بیشتر آبلیمو به سر و صورت ما پاشید سر و روی همه مان آبلیمویی شد قیافه هایمان خیلی خنده دار شده بود. ما اینجا همه کار می کنیم از پذیرایی تا ایستگاه صلواتی تا خرید خانه مادران شهدا. با کمک آقای دهقان خونه مادران شهید محله مان می رویم و برایشان سبزی، ماست، شیر و چیزایی که لازم دارند می خریم. وقتی هم که در مسجد نذری می دهند ما مسئولیت پذیرایی و پهن و جمع کردن سفره را داریم.»

هر کس مسئولیتی دارد

الینا حیاتی ۱۳ ساله یکی دیگر از نوجوانانی است که در مسجد فعال است. او کتاب های دعایی را که نمازگزاران در گوشه و کنار مسجد گذاشته اند را از روی زمین جمع می کند و به طرف قفسه های گوشه شبستان مسجد می رود. کتابها را داخل قفسه می چیند و با دستمالی که در دست دارد مشغول گردگیری قفسه ها

آبدارخانه می شود تا ببیند کم کسری نیست خیالش که راحت می شود دوباره به شبستان مسجد باز می گردد. مهارت بچه ها در انجام کارها نشان می دهد که به خوبی با وظیفه شان آشنا هستند. نماز به امامت حاج آقا کافی امام جماعت مسجد شروع می شود. غیر از علی و زهرا و امیر علی که ۱۰ تا ۱۴ سال سن دارند و مسئولیت هدایت نمازگزاران به داخل مسجد را بر عهده دارند بقیه بچه ها برای نماز در صف نمازگزاران می ایستند. زهرا در قسمت کفشداری زنانه می ایستد، علی و امیر علی هم به قسمت مردانه می روند. علی چوب پری در دست می گیرد تا با تکان دادنش تازه واردین را به داخل راهنمایی کند. امیر علی هم کفش های روی زمین را جفت می کند تا زیر پا له نشوند. سخنرانی حاج آقا، امام جماعت مسجد که بعد از نماز است تمام شده و جشن شروع می شود و بچه ها دوباره سراغ مسئولیت هایی که دارند بر می گردند. سید حسن دهقان فرمانده بسیج مسجد که مدیریت فعالیت پسرها در مسجد را بر عهده دارد دوباره حضور نوجوانان در مسجد به ما می گوید: «اینجا بچه ها هم مانند بزرگترها مسئولیت هایی را بر عهده دارند و اغلب هم پای ما بزرگترها سعی می کنند کارها را بچرخانند. سعی می کنیم ارتباط صمیمی با بچه ها داشته باشیم و به نظراتشان احترام بگذاریم به همین دلیل اینجا نوجوانان بسیاری در کنار بزرگترها به امور مسجد رسیدگی می کنند.»

نگاهی کوتاه به زندگی
حضرت معصومه (س)

دختر دانشمند

❖ گردآوری: معصومه ماه پیکر

❖ ۱۰ بهار از زندگی حضرت
معصومه (س) نگذشته بود که
پدر بزرگوارش با زهر در زندان
هارون به شهادت رسید. در ایام
غم، تنها مایه تسلی او برادرش
امام رضا (ع) بود. از آن پس
سرپرستی خواهر به مدت ۱۷
سال به عهده برادر بزرگش افتد.



حضرت معصومه (س) دختر امام موسی کاظم (ع) و نجمه خاتون هستند درباره ی خوبی های حضرت فاطمه معصومه (س) حرف های زیادی گفته شده اما یکی از مهم ترین حرف ها، حرف امام کاظم علیه السلام است؛ وقتی که گروهی از شیعیان وارد شهر مدینه شدند و برای دریافت جواب سوالات علمی و دینی خود به خانه امام کاظم مراجعه کردند اما وقتی متوجه شدند امام در منزل نیستند خیلی ناراحت شدند، در این هنگام حضرت معصومه (س) به آنها فرمودند پرسش های خود را به من بدهید، حضرت معصومه پاسخ ها را با دقت تمام نوشت و تحویل آنها داد. کاروانیان از اینکه توانسته بودند به جواب سوالات شان دست پیدا کنند خیلی خوشحال بودند تصمیم به برگشت گرفتند در مسیر برگشت امام کاظم (ع) را در راه ملاقات کردند داستان پاسخگویی حضرت معصومه (س) را به امام گفتند. امام کاظم (ع) وقتی پاسخ ها را نگاه کرد لبخندی زدند و سه مرتبه فرمودند «پدرش فدایش باد» حضرت معصومه بعد از شهادت امام کاظم (ع) همواره در کنار امام رضا (ع) بودند تا اینکه مامون عباسی امام رضا علیه السلام را مجبور کردن که به خراسان بیاید حضرت معصومه (س) هم بعد از مدتی با گروهی تصمیم گرفتند که به سمت خراسان بروند و با امام رضا (ع) ملاقات کنند و در کنار امام باشند. در مسیر سفر به سمت خراسان و در نزدیکی شهر ساوه حضرت بیمار شدند و همانجا دستور دادند که ایشان را به شهر قم ببرند. وقتی حضرت معصومه (س) وارد شهر قم شدند؛ مردم قم به استقبال ایشان رفتند شخصی به نام موسی بن خزرج خانه شخصی خود را در اختیار حضرت معصومه (س) قرار داد که الان آن خانه در شهر قم به بیت النور معروف است حضرت معصومه (س) ۱۷ روز در آنجا ماندند و به عبادت می پرداختند و سپس از دنیا رفتند. مردم قم با برپایی مراسم باشکوهی حضرت را به خاک سپردند. از همان روز حرم حضرت معصومه (س) محل جمع شدن دوستداران اهل بیت علیهم السلام بوده است که امام جواد (ع) در این باره می فرماید هر کس فاطمه معصومه را بشناسد و زیارت کند وارد بهشت می شود.

امام کاظم (ع) و

نجمه خاتون تنها یک فرزند (امام رضا (ع)) داشتند اما بعد از ۲۵ سال در اول ذی القعدة سال ۱۷۳ هجری حضرت فاطمه معصومه (س) در مدینه منوره به دنیا آمد. امام رضا و حضرت معصومه بین فرزندان امام هفتم تنها خواهر و برادر «ابوینی» یا به قول معروف تنی بودند.

بنابر روایتی در سفر

حضرت فاطمه معصومه (س) به ایران پنج نفر از برادران به نام های فضل، جعفر، هادی، قاسم و زید و تعدادی از برادرزادگان و چندین نفر از غلامان و کنیزان او را همراهی کردند. در جنگی که بین کاروان ایشان و ماموران بنی عباسی در گرفت تعدادی از برادرانشان به شهادت رسیدند.

فاطمه معصومه

دوست دارم خواننده ای مردمی باشم

گفت و گوی خواندنی با پارسا خائف نوجوان خوش صدای اردبیل

امیر علی معمار ✨

نوجوانی با استعداد از استان اردبیل که افتخارات بزرگی در زمینه موسیقی کسب کرده . برگزیده جشنواره ملی موسیقی جوان و برگزیده جشنواره بین المللی شمس و مولانا بخشی از افتخارات پارسا خائف است. شاید تا قبل از برنامه عصر جدید کسی از استعداد بی نظیر این نوجوان ترک زبان خبر نداشت . می خواهیم بگویم این طوری نبوده که یک شب به تلویزیون بیاید، چندتا آواز بخواند و معروف شود. این پسر خوش صدای اردبیلی از سه، چهار سالگی خوانندگی را شروع کرده و حالا این همه طرفدار پیدا کرده است.



علاقه به فوتبال

پارسا می گوید: «حسابی اهل فوتبالم. حتی جزو بازیکنان آکادمی علی دایی هستم اما وقتی به عصر جدید آمدم فقط و فقط به یک چیز فکر کردم؛ این که آواز بخوانم و دوستانم را با موسیقی سنتی آشنا کنم».

از اینکه تبدیل به شخصیت معروفی بشوی چه حسی دارد؟

پارسا جواب می دهد: «از بچگی همیشه با خودم فکر می کردم که معروف شدن چقدر سخت است. به این فکر می کردم آدم معروف ها وقتی پای شان را از خانه بیرون می گذارند چطور رفتار می کنند که هم خودشان اذیت نشوند و هم مردم را ناراحت نکنند؛ حالا این چیزی است که این روزها خودم هم با آن درگیر هستم. مثلاً وقتی قبل از اجرای فینال به مشهد آمدم حجم محبت مردم به قدری زیاد بود که نمی توانستم سر موقع به برنامه های دیگرم برسم. شاید این هم یکی از بدی های شهرت باشد که همه زندگی آدم را تحت تاثیر قرار می دهد البته این چیزها برای من شگفت انگیز هم هست. معتقدم شهرت نباید باعث شود که شخصیتت تغییر کند. چون اگر هنری دارم، مخاطبش مردم هستند و آن ها باید من را دوست داشته باشند. پس سعی می کنم حالا همان رفتاری را داشته باشم که قبلاً داشتم».

مردم داری

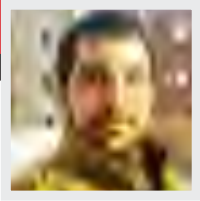
پارسا به نکته جالبی اشاره می کند: می گوید نظر مردم و اینکه مردم آدم را دوست داشته باشند بزرگترین افتخار است. افتخاری که به راحتی به دست نمی آید، پس باید در اوج افتخار مردم دار باشیم.

از پارسا می پرسیم چرا همسنگ و سال هایش با موسیقی سنتی غریبه اند؟

می گوید: «بیشتر نوجوان ها حتی بزرگ ترها هیچان دوست دارند و شاید برای همین موسیقی پاپ بیشتر با سلیقه شان جور است. از طرفی به نظر من موسیقی سنتی از فرهنگ اصیل خودمان سرچشمه می گیرد و نباید فراموش شود و در این راه خیلی چیزها تاثیر دارد. مثلاً برنامه عصر جدید می تواند در این زمینه کمک کند. وقتی دوستان من می بینند که یک نفر همسنگ خودشان با ابزار موسیقی فاخر و اصیل به فینال برنامه رسیده علاقه مند می شوند که به سمت موسیقی اصیل ایرانی بیایند. خیلی ها می پرسند ممکن است در آینده پاپ بخوانی؟ همین جا اعلام می کنم که برای من همه سبک های موسیقی قابل احترام هستند ولی به خاطر علاقه ای که به ترانه های سنتی دارم، سبک موسیقی ام را تغییر نمی دهم».

معروف شدن چه حالی دارد؟

صحبت مان به سمت عصر جدید می رود. از حس و حال اجرا در یکی از پربیننده ترین برنامه های تلویزیونی می پرسیم. پارسا می گوید: «عصر جدید، مسابقه هیچان و استرس بود. از یک طرف برای اجرا در این برنامه هیچان داشتم و از طرف دیگر موقع اعلام نتیجه داوران، استرس زیادی را تحمل می کردم. در چند مرحله آخر هم که رای گیری مردمی به برنامه اضافه شد، کار ما سخت تر شد. چون باید چند روز هم برای رای گیری صبر و باز هم استرس تحمل می کردم. سخت ترین لحظه برنامه هم هنگام اعلام نتیجه آرای مردمی بود که نمی دانستم قرار است چه اتفاقی بیفتد».



مصطفی تشویقی

مشاور نوجوانان و روان درمانگر و مشاور خانواده

مهارت زندگی

کارشناس مشاور نوجوانان از چگونه نه گفتن می گوید :

از «نه گفتن» ترس



دوران نوجوانی دوران حساسی است. به گفته کارشناسان و روانشناسان دوره ای است که کودک با ورود به آن خواسته ها و نیازهایش تغییر می کند. این تغییرات حتی تضادهایی را بین والدین و بچه ها به وجود می آورد. با ورود بچه ها به دوره نوجوانی تقریباً دیگر شیوه های تربیتی والدین زیاد کارساز نیست و نوجوان دوست دارد با تجربه کردن همه چیز را بیاموزد. اینکه کجا یک نوجوان باید نه بگوید، راههایی دارد. گفتگویی با مصطفی تشویقی مشاور نوجوانان و روان درمانگر و مشاور خانواده انجام دادیم تا راههای نه گفتن را به نوجوانان بیاموزد.





به عنوان اولین سؤال فکر می کنید چرا باید نوجوانان مهارت نه گفتن را بیاموزند؟

همان طور که مهندس یک شرکت یا معلم یک کلاس نیاز به اسباب و وسیله هایی دارد تا کارش را به نحو احسن انجام دهد. انسان هم نیاز به وسیله هایی به عنوان مهارت زندگی دارد تا بتواند زندگی راحت تری داشته باشد. هر چقدر افراد این مهارت ها را یاد بگیرند خودشان را بهتر شناخته و با دیگران راحت تر ارتباط می گیرند و به راحتی با مشکلات و دشواری های زندگی مواجه می شوند. یکی از این مهارت های مهم و اساسی مهارت جرات داشتن و قاطعیت نه گفتن است.



برخی از نوجوانان از اینکه بخواهند در برابر کار نامعقولی که به آنها پیشنهاد می شود نه بگویند خجالت می کشند. جرات داشتن چقدر می تواند در نه گفتن تاثیر داشته باشد؟ جرات داشتن ابزاری است که به نوجوان توانایی می دهد تا صادقانه و مستقیم نظر و عقیده و احساسات خود را بدون احساس اضطراب بیان کند. نوجوان با آموزش این

مهارت می تواند به راحتی نه بگوید. جرات داشتن باعث اعتماد به نفس بیشتر، کاهش افسردگی و اضطراب می شود و فرد راحت می تواند نظر و عقیده خود را بیان کند.



فکر می کنید چرا برخی از نوجوانان آن گونه که باید قاطع باشند، نیستند و نمی دانند کجا باید نه بگویند؟

دلایل زیادی برای قاطع نبودن وجود دارد. مانند: عوامل فرهنگی (فرهنگ های غلط که مرسوم است)، یادگیری (نوجوان بواسطه سبک زندگی خانواده و اولیاء خود از آنها الگو برداری می کند)، عوامل شخصیتی و خیلی چیزهای دیگر که باعث می شود نوجوان نداند که کجا و چگونه باید نه بگوید.



یک نوجوان کجا باید نه بگوید؟

یک نوجوان برای اینکه بتواند به دیگران نه بگوید. ابتدا باید به خود نه بگوید. یعنی به خواسته ها و امیال غلط خود که او را از اهدافش دور می کند نه بگوید.



در چه شرایطی فرد به خود و دیگران باید نه بگوید؟

به فکرهای اشتباه خود، به افرادی که هیچ شناختی از آنها ندارد و احتمال دروغگویی در آنها زیاد است. به حسادت و تعصب های شخصی خود، به افرادی که همیشه یا اکثر اوقات خلاف اخلاق حسنه و قوانین جامعه و واقعیت ها عمل می کنند. به افرادی که قصد خراب کردن شخصیت او را داشته و اعمالشان نیز از روی عقل و منطق نیست. به افرادی که از روی تنهایی یا صرفا برای شریک شدن در غمشان یا ناامیدی شان درخواست می کنند، به کارهایی که اهمیتی برای فرد ندارد و برخلاف میل و تمایل باطنی آنها است و باعث تلف شدن وقتشان می شود و به درخواست هایی که غیر اخلاقی و غیر قانونی و غیر شرعی است.



به عنوان آخرین سؤال، یک نوجوان چگونه باید نه بگوید؟

ابتدا باید بفهمد که می خواهد بله بگوید یا خیر، اگر مطمئن نیست بهتر است ابتدا بگوید نیاز به زمان دارم و باید فکر کنم و بعد جواب بدهد. اگر متوجه درخواست طرف مقابل نشد بهتر است از او بخواهد توضیح بیشتر دهد و تا جاییکه امکان دارد حداقل یک دلیل منطقی برای رد کردن درخواست ارائه دهد. البته مشورت با بزرگترها را هم فراموش نکند.





پیشنهاد گردشگری



استان سمنان

امامزاده نورالله (علیه السلام)



در حاشیه‌ی کویر و روستایی در جنوب شاهرود، امامزاده‌ای روی قله‌ی کوه قرار دارد که به پیرمردان معروف است. امامزاده نورالله (ع) در ارتفاعات روستای سرتخت منطقه‌ی طرود، زیارتگاهی است که برای رسیدن به آن باید به بالای کوه رفت. مزار این امامزاده‌ی منحصربه‌فرد بالای یکی از قله‌های کوه «زر» در منطقه‌ای در جنوب شاهرود قرار گرفته و مهم‌ترین امامزاده‌ی این منطقه‌ی است. به همین دلیل هر سال و مخصوصاً در مناسبت‌های مذهبی، اهالی منطقه از شاهرود گرفته تا معلمان و طرود برای زیارت به آن‌جا می‌روند. زیارت این امامزاده برای اهالی هم زیارت است و هم تفرجی با یک کوهپیمایی نه چندان سخت است؛ امامزاده‌ای که وقتی بر مزارش می‌ایستید، چشم‌اندازی به وسعت کویر مرکزی ایران زیر پای شماست. به گفته‌ی اهالی روستای سرتخت، امامزاده نورالله (ع) از نوادگان حضرت ابوالفضل (ع) است اما اداره‌ی کل اوقاف استان سمنان نام امامزاده را «نورالله بن احمد حسین بن موسی بن جعفر (ع)» آورده. بنابراین نسب این امامزاده به امام کاظم (ع) می‌رسد.

مکان: شاهرود

موقعیت مکانی: جنوب شاهرود، روستای طرود، کوه پیرمردان



پیشنهاد



در این دو صفحه سعی داریم در هر شماره بسته پیشنهادی جذاب و متنوعی برای شما آماده کنیم، کجا بروید؟ چه فیلمی ببینید؟ چه کتابی بخوانید؟ بازی‌های جدید کدامند؟ با نرم افزارهای کاربردی شما را آشنا کنیم و... کلی برنامه‌های جذاب که اوقات فراغت شما را می‌تواند به بهترین شکل پر کند، این صفحات را از دست ندهید.



گردشگری

فیلم

کتاب

بازی



پیشنهاد بازی



بازی ایران ۵۷



در ایران ۵۷ با ایلوشن همراه خواهیم شد تا بیش از ۱۲ واقعه تاثیر گذار در پیروزی انقلاب اسلامی را در طول یک داستان جذاب و گیرا بررسی کنیم.

«ایران ۵۷» یک بازی اکشن ماجراجویی است که قصد دارد از طریق داستانی گیرا در شکلی مستند و جذاب به روایت انقلاب اسلامی بپردازد. این بازی با تکیه بر روایت جذاب و مستند خود، شما را به تهران در سال ۵۷ می‌برد، درست در دل روزهای قبل از پیروزی انقلاب اسلامی.

روایت معمایی و پیچیده، اکشن، تیراندازی و ماشین سواری، بیش از ۴۰ کارکتر و شخصیت داخل بازی با نزدیک به چندین ساعت دیالوگ‌های هدفمند و ده‌ها سند تاریخی تلاش دارند تا مخاطب را کاملاً درگیر بازی ایران ۵۷ کنند.



«عقاب‌های تپه ۶۰» داستانی کتابی است که دارای روای اول شخص است. این سرباز قصه ما که روای داستان نیز هست احمد نام دارد که از اتفاقاتی که برای خود و دوستان هم سنگرش پیش می‌آید روایت می‌کند. تپه شصت تپه ای است که سال قبل دست عراقی‌ها افتاده و خط مقدم کمی جلوتر از آن تپه است. این تپه لانه عقاب‌هایی است که هر شب بر روی سنگرها می‌آیند و در آسمان این منطقه پرواز می‌کنند داستان همچنان ادامه پیدا می‌کند. این کتاب را از دست ندهید

عقابهای تپه ۶۰

نویسنده: بایرامی محمدرضا
نام انتشارات: سوره مهر
سال انتشار: ۱۳۸۸

پیشنهاد کتاب



پیشنهاد فیلم



قهرمانان کوچک

نویسنده و کارگردان:
حسین قناعت
تهیه کننده: بیتا منصوری

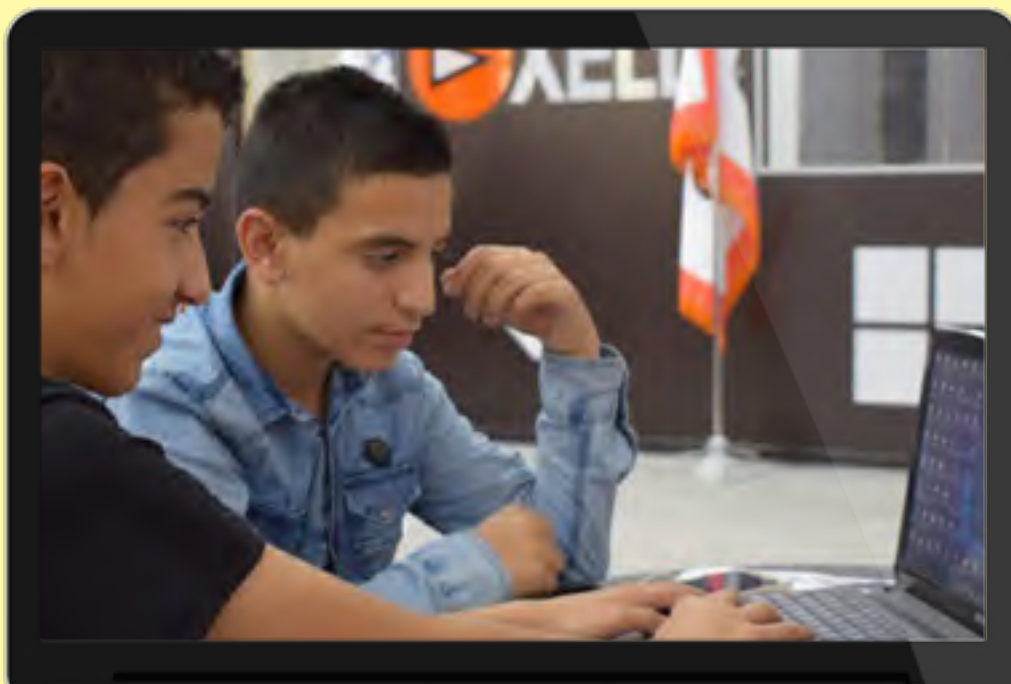
بازیگران: برزو ارجمند - بهنوش بختیاری
بیژن بنفشه‌خواه - آناهیتا همتی - ارژنگ امیرفضلی
نادر سلیمانی - شهرام قاندي - عباس محبوب
رامین ناصر نصیر - فرهاد بشارتی

ماجرای فیلم درباره چهار کودک و نوجوان هشت تا سیزده ساله تکواندوکار، که پدرانشان، کارگران یک کارخانه تولید لوازم التحریر در شرف تعطیلی هستند، برای جلوگیری از بی‌کاری پدرانشان و گیر انداختن قاچاقچیان این کالا، به تعقیب آنها می‌پردازند. این فیلم داستانی مهیج و جذاب دارد.

گفت و گو با دو نوجوان موفق و برنامه نویس

دوست داریم افتخاری برای ایران باشیم

امیر بیگلی ✨



اکثر نوجوانان ۱۵-۱۶ ساله وقتی نامی از موبایل یا رایانه می آید به یاد بازی های رنگارنگ آن می افتند، اما مانی و حامد، دو نوجوان اصفهانی، پا را از سن خود فراتر گذاشته و از همین دوران نوجوانی برای ساختن آینده ای بهتر تلاش خود را آغاز کرده اند. راه اندازی کسب و کار بر مبنای علم و فناوری شاید برای عموم مردم در کشور بحثی تازه باشد، اما مانی و حامد، نوجوان های ۱۶ ساله ای هستند که این راه را با همین سن کم، با سرعت و به خوبی طی کرده اند.



به کارهایی که انجام داده ایم اشاره کنیم، بازی های مثل « ویروس سیروس »، « آخرین خشاب »، « ف مثل فراری »، البته ناگفته نماند در کنار کار بازی سازی مشغول آموزش زبان های برنامه نویسی نیز به هم سن و سال های خود هستیم. ما در قالب تیم دو نفره خودمان در حوزه برنامه نویسی کامپیوتر مشغول به کار هستیم که جوایزی مثل « امید فردا » را در رویداد نوآفرین های اصفهان کسب کرده ایم.



از هدف ها و آرزوهایی که برای آینده خود دارید بر ایمان بگویید؟

مانی: من و حامد تصمیم داریم حوزه برنامه نویسی کامپیوتر را جدی دنبال کنیم و از این مسیر به درآمذایی نیز برسیم، البته ما در حال حاضر در قالب تیم های برنامه نویسی مشترک درآمذایی می کنیم و در کنار آن نیز به تدریس نیز مشغول هستیم. ما می خواهیم شرکت خود را تاسیس کنیم و در قالب یک استارت آپ به درآمذایی مشغول شویم، ما می خواهیم همسن و سال های با استعداد خود را نیز شناسایی کنیم و تیم قدرتمندی را تشکیل دهیم. آرزو داریم مانند برنامه نویسان بزرگ و مطرح دنیا رشد و پیشرفت کنیم و افتخاری برای ایران باشیم.



چه پیامی برای هم سن و سال های خود دارید؟

ما به تمام نوجوانان همسن و سال خود تاکید می کنیم که قدر وقت و انرژی خود را بدانند و بیشترین استفاده را از لحظه لحظه زندگیشان ببرند، مطمئن باشند هر نوجوانی با توکل به خدا و پشتکار و تلاش بسیار به آرزوهایی که از نظرشان محال است دست پیدا می کند و این مهمترین نکته ای است که ما نوجوانان ایرانی به آن نیاز داریم، امید و باور خودمان.

مانی رضازادگان و حامد توکلی، دو دانش آموز اصفهانی در دبیرستان استعدادهای درخشان شهید اژه ای، با فعالیت های درخشان خودشان توانستند نظر متخصصان زیادی را در رویداد نوآفرینی شتاب دهنده آکسل اصفهان به خود جلب کنند و تحسین و تشویق آنها را از آن خود کنند. با این دو نوجوان توانمند و با استعداد ایرانی به گفت و گو نشستیم، با ما همراه شوید.



برای ما بگویید که از کی شروع به این کار کردید و چه چیزی باعث شد که در این عرصه ورود کنید؟
مانی: از کودکی علاقه بسیاری به کامپیوتر و تکنولوژی های مدرن داشتم. پدر و مادرم هم از همان دوران کودکی وقتی علاقه و کنجکاوی بسیار من را دیدن، برایم یک کامپیوتر شخصی تهیه کردند که خودم هم از طریق سی دی های آموزشی که بیشتر توسط پدرم تهیه می شد آموزش هایی در زمینه کامپیوتر و نرم افزارهای تخصصی را شروع کردم. **حامد:** من نیز علاقه بسیاری به کامپیوتر داشتم فیلم ها و سریال هایی که در زمینه برنامه نویسی و کامپیوتر وجود داشت را به دقت دنبال می کردم. وقتی ده سال داشتم در یک کانون آموزشی که نزدیک منزلمان بود دوره های ابتدایی کامپیوتر را آغاز کردم و در کنار آن نیز با کنجکاوی بسیار و علاقه ای که داشتم روز به روز به اطلاعات کامپیوتری ام اضافه کردم. بعد از آشنایی با مانی بود که تصمیم گرفتیم کارهای بزرگی در زمینه کامپیوتر و نرم افزار انجام بدهیم، به خاطر همین سعی کردیم ساعات زیادی را صرف آموزش کنیم.



از کارنامه درخشان این روزهایتان بر ایمان بگویید؟ چه کارهایی کرده اید و می کنید؟

ما در حال حاضر در حوزه برنامه نویسی بازی های کامپیوتر بیشترین فعالیت را داریم و اگر بخواهیم





توصیه هایی برای جلوگیری از ابتلا به پدیکولز:

کشته شپش

شپش کش شش پا را



الیه حسن پور

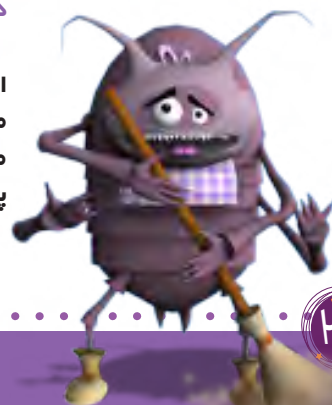
مشاور سلامت و بهداشت مدارس

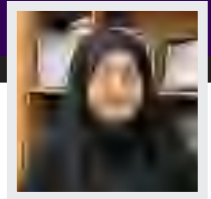
شپش سر معمولاً به شکل فرد به فرد و با تماس با سر افراد سرایت پیدا می کند. حدود ۳۰ ثانیه طول می کشد که یک شپش از یک سر به سر دیگر انتقال پیدا کند. سرایت از طرق دیگر شیوع کمتری دارد مثل کلاه، شانه یا بالش.



شپش سر در بین دختران بیش از پسران است و دختران به دلیل سرکردن مقنعه و روسری و ایجاد فضای تاریک و مرطوب بیشتر در معرض شپش قرار دارند. حدود ۲۰ درصد از نوجوانان و کودکان دختر حداقل یکبار به شپش سر مبتلا شده اند.

اولین علامت ابتلا، خارش است و زمانی اتفاق می افتد که شپش شروع به حرکت می کند که معمولاً از حاشیه دو طرف سر شروع می شود و به طرف مرکز سر گسترش می یابد. به تدریج خارش افزایش می یابد و خراشیدگی با ناخن در اثر خارش در سر پیش می آید. گاهی در موارد پیشرفته، عوارضی در ناحیه گردن مشاهده می شوند.





دکتر الهه حسن پور:

با رعایت بهداشت مانع ابتلا به شپش سر شوید

شپش سر آلودگی و انگلی است که از خون انسان تغذیه می کند و به دلیل اینکه در بزاق خود ماده ضد انعقاد خون دارد مانع لخته شدن خون می شود و در نهایت خارش شدید و تورم محل گزیدگی را به دنبال دارد. این انگل جهش و پرش ندارد و روی پوست فرد می لغزد. شپش سر عارضه ای است که به فرد و قشر خاصی محدود نمی شود و ممکن است همه افراد به ویژه دانش آموزان به آن مبتلا شوند. این عارضه بیشتر در اثر تماس با موی سر یا وسایل هم کلاسی ها و یا دوستان مبتلا منتقل می شود. شپش سر را با چشم غیر مسلح هم می توان دید. محل زندگی شپش سر بیشتر در پشت سر و پشت گردن یا پشت گوش ها است. این انگل در جاهایی که تاریک است و رطوبت بیشتری دارند رشد و نمو می کند. برای درمان این عارضه بهتر است ابتدا به حمام رفته و سر خود را تمیز شسته و تا حدودی خشک کنیم، سپس موها را به مقدار کافی از شامپوهای مخصوص ضد شپش آغشته کرده و پس از ۱۰ دقیقه تمیز آبکشی کنیم در پایان با شانه دندان ریز آغشته به سرکه موها را شانه بزنیم. توصیه می کنم برای از بین بردن شپش سر به هیچ عنوان از اسپرهای حشره کش یا سس مایونز یا درمان های خانگی استفاده نکنید چون ممکن است عوارضی را به دنبال داشته باشد. برای جلوگیری از شیوع شپش در خانواده بهتر است وسایل شخصی فرد مبتلا را جوشانده و درز لباس ها را اتو کنید. برای وسایلی هم که قابل شستشو نیستند می توانید از پودر شپش کش استفاده کنید. شپش سر معمولاً پس از تعطیلات طولانی شیوع پیدا می کند به همین دلیل مسئولان بهداشت مدارس هر ساله پس از تعطیلات با اجرای طرح پدیکولز (مبارزه با شپش) سعی می کنند تا مانع شیوع این عارضه شوند. شپش سر بیماری نیست و با آموزش و رعایت بهداشت قابل پیشگیری است پس نگران ابتلاء به آن نباشید ولی احتیاط کنید.



شپش موی سر در واقع حشرات انگلی کوچک و خاکستری رنگی هستند که بر روی پوست سر انسان زندگی می کنند، این شپش های بالغ دارای طول بدن حدود ۱ تا ۳ میلی متری هستند.

عمر متوسط شپش ماده که تخم ریزی می کند ۳۰ روز است و طیف رنگ آن از خاکستری تا قرمز رنگ متغیر است.

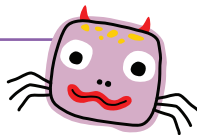


اندازه هر شپش سر ۱ تا ۲ میلی متر است و با چشم غیر مسلح هم می توان دید.



شپش سر هر ۴ ساعت یک بار با خونخواری از بدن فرد مبتلا تغذیه می کند.

شپش ماده ۴ تا ۶ تخم می گذارد که در شرایط مناسب پس از ۷ روز نوزاد آن از تخم خارج می شود.



شپش سر از ۲ راه مستقیم از فرد آلوده یا غیر مستقیم استفاده و تماس با وسایل فرد مبتلا به شخص منتقل می شود.



درمان شپش سر در ۲ مرحله در فاصله زمانی ۸ تا ۱۰ روز باید انجام شود تا در صورت رسیدن تخم ها به بلوغ از بین بروند.

اسلام درباره‌ی حقوق متقابل معلم و دانش آموز چه دیدگاهی دارد؟

به تو مدیونم همیشه

عیسی محمدی ✨

معلمی در قرآن از ویژگی‌های مقدس خداست که در اولین آیاتی که بر پیامبر اکرم نازل شد نمونه آن را می‌توانیم مشاهده کنیم. آنجا که در سوره‌ی علق می‌خوانیم: «بخوان. پروردگارت کریم‌ترین است. همان که با قلم، آموخت. به انسان آنچه را که نمی‌دانست یاد داد». دومین معلم هم پیامبر است که فرموده: «من معلم برانگیخته شده‌ام». شاید زیباترین روایتی که درباره‌ی حقوق معلم وجود دارد حدیث معروف امام علی (علیه السلام) است که فرموده: «کسی که به من یک حرف بیاموزد مرا بنده‌ی خود کرده». اگر می‌خواهید درباره‌ی حقوق معلم و شاگرد بیشتر بدانید در این مطلب با ما همراه شوید.





شاگرد چه حقی دارد؟

در دین اسلام همان‌طور که برای معلم حقوقی در نظر گرفته شده، دانش آموز نیز به نوبه‌ی خود از حقوقی برخوردار است که اساتید و معلمان در برخورد با شاگردان باید با پیروی از انبیاء الهی رفتار آنان را مدنظر قرار بدهند و با صبر و تحمل سختی‌ها، جویندگان علم و دانش را از نعمتی که خداوند به آنها داده بهره‌مند کنند. امام سجاده (ع) هم به مهربانی با دانش آموز تاکید کرده و فرموده: «حق دانش آموز مهربانی به او در آموزش و گذشت از وی و عیب پوشی و همراهی اوست».

استاد در کلام امام سجاده (ع)

امام سجاده (ع) درباره‌ی حقوق معلم می‌فرماید: «حق کسی که عهده‌دار تعلیم توسط آن است که او را بزرگ بشماري و مجلس او را سنگین بداری و نیکو به او گوش دهی، روی خود را به او کنی و با او بلند سخن نگویی و به کسی که از او چیزی می‌پرسد پاسخ ندهی و بگذاری خود او پاسخگو باشد، در کلاس او با هیچ‌کس به صحبت ننشینی و در محضر او از کسی بدگویی نکنی و اگر از او در نزد تو بدگویی شد از او دفاع کنی و عیب او را بیوشانی و فضایل و اخلاق نیکوی او را آشکار کنی، با دشمنش همنشینی نکنی».

طلب آموزش همه‌ی موجودات

پیامبر گرامی اسلام (ص) در حدیثی درباره‌ی جایگاه معلم و استاد فرموده: «تمامی جنبندگان روی زمین و ماهیان دریا و هر موجود زنده‌ای در فضا و همه‌ی اهل آسمان و زمین برای معلمی که نیکی به مردم پیاموزد طلب آموزش می‌کنند. معلم و دانش آموز در پاداش با یکدیگر برابرند و در روز قیامت بدین سبب، بسان دو اسب مسابقه با یکدیگر به رقابت می‌پردازند».

در خواست عمر طولانی

در کتاب «کشف الخطاء» آمده که پیامبر اکرم (ص) چنان برای معلمان و مقام ارجمند آنان ارزش قائل بود که در دعاهایش می‌فرمود: «خداوندا! معلمان را بیامرز و عمر طولانی به آنان عطا فرما و کسب و کارشان را مبارک گردان».

حق معلم چیست؟

امام علی (ع)، همواره در مورد احترام معلم و آموزگار، سفارش می‌فرمود، و دیگران را به ارزش و اهمیت احترام نمودن به آموزگاران، متوجه می‌ساخت. تا جایی که خود، با آن دریای علم و دانش که داشت همیشه می‌فرمود: «کسی که به من یک کلمه بیاموزد، تا پایان عمر، غلام و بنده او خواهم بود.» یک نمونه در خشان و با شکوه دیگر، برای آن که بدانیم اسلام چه احترام شایانی برای معلم و آموزگار قائل شده است، توجه به وضع اسیر جنگی در صدر اسلام است. در آن جنگ‌ها، پیامبر اکرم (ص)، به کسانی که تا ساعتی پیش، شمشیر بر دست، با سپاه مسلمانان جنگیده بودند، اجازه می‌فرمود که هر کدام، به ده نفر از مسلمانان سواد خواندن و نوشتن بیاموزند، به پاداش این سواد آموزی از اسارت آزاد شوند.

می‌گیریم همان‌گونه که احترام به پدر و مادر واجب است احترام به معلم نیز واجب است



درباره‌ی ویژگی‌های شگفت‌انگیز اسب چه می‌دانید؟

مرکب بهشتی

چهارپایان از سال‌های دور، نزدیک‌ترین حیوانات به انسان‌ها بوده‌اند؛ حیواناتی که هر کدام از آنها برای خانواده‌های ما فایده‌ای داشتند و نبودنشان می‌توانست کار و زندگی ما را النگ کند. اگرچه این روزها زندگی شهری وابستگی انسان‌ها را به چهارپایان کم کرده اما هنوز چهارپایانی مثل «اسب» جایگاه ویژه‌ای در زندگی بعضی از ما دارد.



نکته دینی

اسب در آینه‌ی احادیث و روایات

طبق احادیث و روایات اسب حیوانی است که در جایگاه‌های مختلف مورد تمجید قرار گرفته. خدا در آیه‌ی ۶۰ سوره‌ی انفال به رزمندگان اسلام دستور می‌دهد همیشه اسب‌های جنگی را آماده نگه دارند: «واعدوا لهم ما استطعتم من قوه و من رباط الخیل ترهبون به عدو الله و عدوکم/ هرچه در توان دارید، از نیرو و اسب‌های آماده، بسیج کنید تا دشمن خدا و خودتان را بترسانید».

در آیه‌ی دیگری اسب، قاطر و الاغ وسیله‌ی سواری و زینتی مناسب معرفی شده‌اند: «و الخیل و البغال و الحمیر لتركبوها و زینة/ اسب‌ها، استرها و خرها را آفرید تا بر آنها سوار شوید و برای شما زینت باشند».

پیامبر گرامی اسلام (ص) اسب را یک مرکب بهشتی دانسته و فرموده: «اسب‌های رزمندگان اسلام در بهشت نیز اسب‌های آنها خواهند بود».

رفیق باهوش

اسب‌های وحشی به صورت گله‌ای زندگی می‌کنند و هر اسب در گله یک رتبه دارد. فرماندهی گله معمولاً یک اسب ماده است. این اسب‌ها ذاتاً سریع، چابک، هشیار و بااستقامت هستند. اصلاً نژاد اسب‌ها آنها را به حیواناتی فرمانبردار تبدیل کرده.

چهارپای خوش اندام

اسب‌ها براساس نژاد و رژیم غذایی‌شان قد و جثه‌ی متفاوتی دارند. قد اسب را از محل اتصال گردن به پشت او اندازه می‌گیرند. اسب‌های مخصوص سواری کم‌وزن، قدی بین ۱۶۳ الی ۱۷۲ سانتی‌متر دارند و قد اسب‌های سواری بزرگ‌تر بین ۱۷۳ تا ۱۸۷ سانتی‌متر است. وزن اسب‌های سواری کوتاه‌تر و سبک‌تر بین ۳۸۰ الی ۵۵۰ کیلوگرم است و اسب‌های سواری قدبلندتر بین ۵۰۰ الی ۶۰۰ کیلوگرم وزن دارند. یک گروه اسب‌های سنگین‌وزن هم وجود دارد که قدشان بین ۱۶۳ الی ۱۸۳ سانتی‌متر است و وزنشان از ۷۰۰ کیلوگرم شروع می‌شود و به ۱۰۰۰ کیلوگرم هم می‌رسد. مجموعه‌ی کشیده، گوش‌های دراز، گردن کلفت و دم بلند ویژگی‌های ظاهری همه‌ی اسب‌هاست. اسب‌ها از خانواده‌ی چهارپایان فرد سُم هستند. یعنی در هر کدام از پاهایشان فقط یک انگشت دارند که به یک سم بزرگ ختم می‌شود. شکل خاص سم اسب‌ها به آنها کمک می‌کند خیلی درست و دقیق قدم بردارند؛ قدم برداشتن و شکل دوپدنی که این حیوان را نسبت به چهارپایان دیگر مثل گور خریا الاغ متفاوت می‌کند. برای آسیب‌نندیدن سم‌ها اسب را نعل می‌کنند.

حس بینایی

اسب در مقایسه با گاو یا الاغ حواس قوی‌تری دارد. قوی‌ترین حس اسب‌ها بینایی آنهاست. اسب‌ها بزرگ‌ترین چشم را بین پستاندارانی که روی خشکی زندگی می‌کنند دارند؛ چشم‌هایی که دو طرف سرشان قرار گرفته و می‌توانند با زاویه‌ی ۳۵۰ درجه دور و بر را ببینند. ۶۵ درجه از این ۳۵۰ درجه را با هر دو چشم و ۲۸۵ درجه‌ی باقیمانده را با یک چشم می‌بینند.

حس شنوایی

شنوایی یک اسب آن‌قدر قوی است که می‌تواند به او کمک کند از اوضاع دور و برش باخبر شود. گوش‌های بزرگ اسب می‌تواند ۱۸۰ درجه بچرخد. به همین دلیل یک اسب همه‌ی صداهای ۳۶۰ درجه‌ی دور و برش را مستقیم می‌شنود.

حس بویایی

بویایی اسب از انسان قوی‌تر است اما اسب بیشتر بر بینایی‌اش تکیه می‌کند و برای تشخیص موقعیت خود از خطر، مراقب تمام ۳۵۰ درجه زاویه‌ی دید خود است.

حس لامسه

حس لامسه‌ی اسب‌ها قوی‌تر از هر چهاربای دیگری است. اسب‌ها در دور چشم‌ها، گوش‌ها و بینی خود حس لامسه‌ی قوی‌ای دارند. این حس آن‌قدر قوی است که اگر یک پشه روی هر قسمت بدن اسب بنشیند، این حیوان بلافاصله متوجه آن می‌شود.



دندان‌های هشداردهنده

دندان‌های اسب علاوه بر عمل جویدن کارکرد دیگری هم دارند. دندان‌های پیشین اسب سن اسب را نشان می‌دهند. کسانی که سروکار آنها با اسب است با دیدن شکل ظاهری دندان و ساییدگی آنها متوجه شرایط اسب و وضعیت جسمانی آنها می‌شوند.

گردآوری: علی سیف‌الهی

این قسمت

پل قاطرکش

داود امیریان
برگرفته از کتاب رفاقت به سبک نازک





فاضل لابه لای جیغ هایش صدا زد:
«به خودت مسلط باش!» سعی کن
تکان نخوری!

اما مگر می شد؟ من اگر می خواستم
تکان نخورم، پل تکانم می داد.

کم کم حرکات تاب مانند پل، کند
شد و بعد پل آرام گرفت. من و
فاضل مسیر آمده را با ترس و لرز و
هزار مصیبت برگشتیم. تا پایمان به
زمین سفت رسید. ولو شدیم و تا
چند دقیقه تند تند نفس کشیدیم.
بعد هر دو زدیم زیر خنده. گفتم:
«پس قاطر سر ترس دارد و از بلندی
نمی ترسد!» فاضل لبخندی زد. خنده
خنده گفتم: «طفلک قاطر بدبخت.
دیدنی چه جور سخته کرد؟» از طرفی
هر دوی ما برای قاطر بدبخت دلمان
می سوخت و از طرفی به حرفی که
زده بودیم خنده مان می گرفت.

اما روز های بعد فکر چاره افتادیم.
وقتی با قاطر به پل می رسیدیم.
من یا فاضل با چفیه چشمهای قاطر را
می بستیم تا سخته نکند! و خودمان
با هزار بار خواندن دعای امن یجیب
از پل رد می شدیم. چه رد شدنی!
یک بار گفتم: «فاضل بیا برویم
اسیر عراقیها بشویم، لااقل اگر
زنده ماندیم، موقع آزادی از یک راه
درست و حسابی برمی گردیم!»
از آن به بعد، اسم آن پل
شد، «پل قاطر کش!»

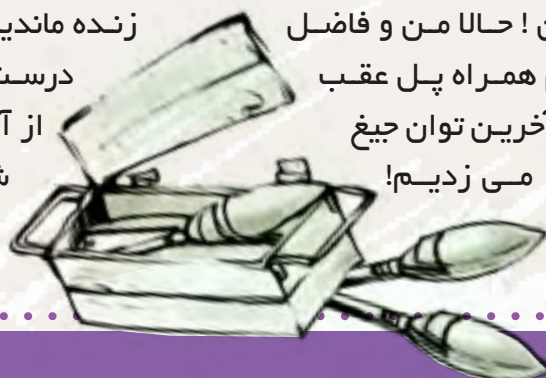
فاضل گفت: «حالا این همه بار را چطور ببریم. نه
جانش را داریم و نه زورش را!»

گفتم: «جان فاضل من یکی که حسش را اصلا
ندارم. همین که از این قله بروم بالا شاخ دیو را
شکسته ام. خوددانی.» فاضل چشم گرداند. یک هو
چشمش برق زد. قاطری را دید که برای خودش نان
خشکی پیدا کرده بود و مشغول خوردنش بود.



با هزار مکافات قاطر را گیر انداختیم و بارمان را
پشت قاطر بسته و از کوه بالا رفتیم، بین راه قاطر!
چند بار بدقلقی کرد و چند جفتک ناقابل مهمانمان
کرد و حتی یک بار بازوی فاضل را هم گاز گرفت!
اما مجبور بودیم نازش را بکشیم تا سرگردانمان
نکند. رسیدیم به پل معلقی که بین کوهی که ما
بودیم با کوهی که باید می رفتیم وصل شده بود.
اما چه پلی. صد رحمت به پل صراط. چند رشته
طناب زهوار در رفته که الوارهای فرسوده و پوسیده
و نازک را نگه داشته و مثلاً پل شده بود!

فاضل گفت: «خوبی قاطر این است که سر ترس
دارد و از بلندی نمی ترسد. خودت هم برای اینکه
این دره وحشتناک را نبینی و سرت خیلی خیلی نره
زیر پات را نگاه کن.» به زحمت آب دهنم را قورت
دادم و افسار قاطر را کشیدم. چند قدم روی پل جلو
نرفته بودیم که ناگافل قاطر جیغی کشید و شروع
کرد به لرزیدن. من و فاضل و پل فرسوده هم مثل
منارجنبان افتادیم به لرزیدن. من و فاضل جیغ
می کشیدیم و دو دستی طناب دیوار پل را گرفته
بودیم. ناگهان قاطر سخته کرد و جا به جا مرد و
با کله از پل پرت شد پایین! حالا من و فاضل
انگار سوار تاب شده باشیم همراه پل عقب
می رفتیم و جلو می آمدیم و با آخرین توان جیغ
می کشیدیم و خدا را صدا می زدیم!



داستان مصور



عباس: من دیگه راه
برگشت ندارم، خدا خودش
کمک می کنه خوب می شوم



این آب هر دردی و زخمی را
درمان می کنه، شک نکن
این آب شفا می ده



عباس: به جریان آب نگاه کن
این رودخانه انشعابی از فراته،
جایی که حضرت عباس (ع)
دستاش را توان شسته



السلام علیک یا اباعبدالله (ع)
السلام علیک
یا قمر بنی هاشم



حق با تو بود عباس جان
واقعاً اون آب شفا می ده
زخم هات داره بهتر می شه



عباس: من ایمان دارم همین
آب زخم هام را خوب می کنه
و شفا می ده



تصویرگر: علیرضا باقری
برگرفته از زندگی شهید عباس بابای

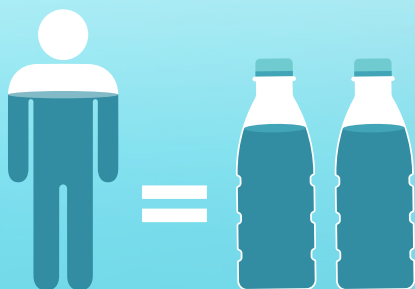


کی تشنه می شویم؟

طبق نظر متخصصین، بدن هنگامی که یک تا دو درصد مقدار کلی آب خود را از دست می‌دهد، این بی‌آبی را از طریق حس تشنگی و تمایل برای نوشیدن جبران می‌کند. تمایل برای نوشیدن به موقع ایجاد می‌شود. زیرا مغز، کلیه‌ها، غدد و هورمون‌های مختلف برای تنظیم میزان آب از دست داده و میزان آب دریافتی به درستی عمل می‌کنند. در شرایط معمولی نوجوانان ۱۵ درصد آب بدن خود را از دست می‌دهند که این اتفاق از طریق دفع ادرار، مدفوع، عرق کردن و تنفس انجام می‌گیرد. آب از دست رفته با حس تشنگی و تامین آب مورد نیاز به بدن برمی‌گردد.

۲ لیتر آب بنوشید

متخصصین توصیه می‌کنند روزانه حدود دو لیتر آب مصرف کنید تا بدنتان دچار کم‌آبی نشود اما با این حال تامین آب مورد نیاز بدن همیشه توسط شما به درستی صورت نمی‌گیرد و بدون این که بدانید با کم‌آبی روبه‌رو می‌شوید که در این هنگام نشانه‌هایی بروز می‌کند. به همان اندازه که وجود آب در بدن یک انسان ضروری است، رعایت آداب نوشیدن آن نیز برای تامین سلامتی اهمیت دارد. چه بسا که بزرگان دین توجه زیادی به نحوه نوشیدن آب داشته و توصیه‌هایی در این زمینه برای ما کردند.



۷۰ درصد وزن بدنمان
را آب تشکیل می‌دهد

مجمع الجزایر اعضا

❖ گردآوری: علی سیف الهی

شاید در ظاهر اصلاً نشان ندهد و کمی عجیب باشد اما این هم یکی از عجایب خلقت است که ۷۰ درصد از کل وزن ما آدم‌ها را آب تشکیل می‌دهد؛ مایعی که هر گونه تغییر جدی در میزان آن می‌تواند به بیماری‌های مختلف و حتی مرگ منجر شود. استخوان بدن هم که ماده‌ای کاملاً سخت است بیش از ۲۰ درصد آب دارد. درواقع آب در تمام اجزای بدن از جمله ماهیچه‌ها، استخوان‌ها، ریه‌ها، قلب، خون و... در جریان است.



عوارض کم آبی چیست؟

پوست اولین قربانی

پوست اولین قربانی کم آبی است. وقتی دچار کم آبی می شوید، بدن اولویت بندی می کند و آب را به مهم ترین جای ممکن می فرستد که به همین خاطر پوست در اولویت های بعدی قرار می گیرد و کم آب ظاهر می شود.

سردرد و گیجی

کم آبی باعث می شود مغز آب خود را از دست بدهد و از طرف مجسمه تحت فشار قرار بگیرد که این مسئله نتیجه ای جز سردرد و سبکی سر نخواهد داشت.

خستگی و بی حالی

وقتی بدن آب کافی دریافت نکند مقدار جریان خون کاهش پیدا کرده و همین موضوع باعث می شود قلب بیشتر کار کند. زیرا بدن نیاز به اکسیژن و سایر مواد مغذی دارد و قلب باید این بار را بر دوش بکشد که این نیز خستگی و بی حالی را به همراه دارد.

درد مفاصل

وقتی بدن کم آب می شود، غضروف ها آب کافی برای خیس بودن خود را ندارند و این باعث می شود حالت چروک خورده پیدا کنند که منجر به درد مفاصل می شود.

تمرکز ضعیف

مغز ما گاهی اوقات به هوشیاری و تیزی همیشگی اش نیست. این پدیده به نام «خستگی مغز» شناخته می شود و اغلب اوقات به علت کم آبی رخ می دهد. از آن جا که ۷۰ درصد مغز را آب تشکیل می دهد، پس خیلی از کارکردهای درست مغزی به آب مربوط می شود.

دهان خشک و بدبو

وقتی آب بدن تامین نشود بزاق دهان کاهش پیدا می کند و دهان خشک می شود. این مسئله صحبت کردن و قورت دادن را سخت می کند و در مواردی باعث مشکلات دندان و بوی بد دهان می شود.

نوشیدن آب در اسلام چه آدابی دارد؟

بزرگان دین توجه زیادی به نحوه ی نوشیدن آب داشته و توصیه هایی در این زمینه مطرح کرده اند.

❁ **پیامبر اکرم (ص):** «اگر کسی آب بخورد و در میان آن سه نفس بکشد، از عوارض به یکباره سرکشیدن آب درمانان است».

❁ **امیرالمومنین (ع):** «آب بهترین نوشیدنی در دنیا و آخرت است. از آب آسمان بنوشید چرا که بدن را پاکیزه و بیماری ها را رفع می کند».

❁ **پیامبر اکرم (ص):** «آب را بمکید و آن را به یکباره سر نکشید. زیرا درد جگر از آن برمی خیزد».

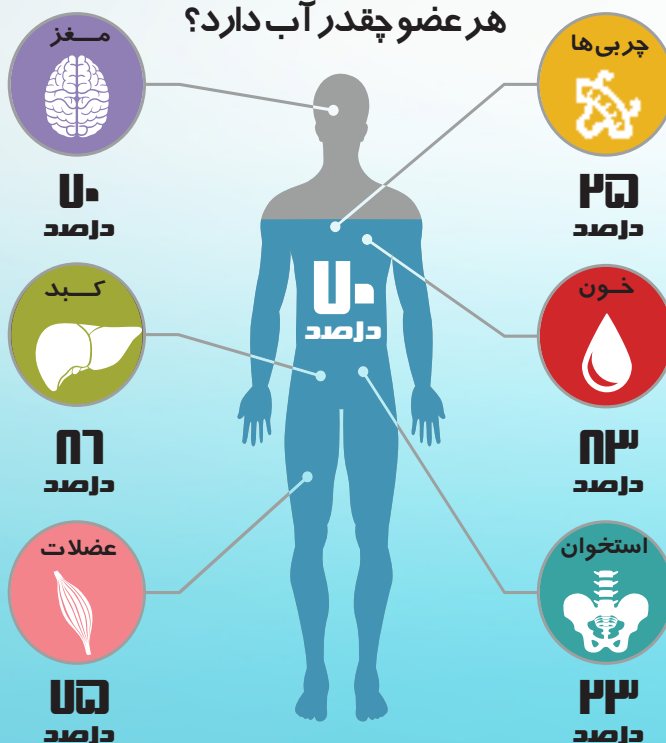
❁ **امیرالمومنین (ع):** «از لبه ی شکسته ی ظرف و از کنار دسته ی آن آب نخورید. زیرا شیطان (میکروب) بر دسته و لبه ی شکسته ی ظرف می نشیند».

❁ **امام رضا (ع):** «هر کس می خواهد معده اش او را آزار ندهد، میان غذا خوردن آب ننوشد».

❁ **امام صادق (ع):** «از نوشیدن آب خیلی سرد اجتناب کنید. آب جوشیده ی ولرم سودمند است و هیچ ضرری ندارد».

❁ **امام صادق (ع):** «سه نفس آب خوردن بهتر از یک نفس آب خوردن است. پس انسان نباید همانند شتر و چهارپایان آب بنوشد».

هر عضو چقدر آب دارد؟



تکنولوژی

AIR TAXI

تاکسی‌پرنده

تاریخچه

در حال حاضر شرکت انگلیس Avcen (اوسن) این تاکسی‌ها را در دست ساخت دارد. اولین پرواز آزمایشی آن هم حدود یک و نیم سال بعد انجام خواهد شد. به گفته مسئولان شرکت، این تاکسی‌ها می‌توانند با سرعتی معادل ۵۶۰ کیلومتر در ساعت و در ارتفاع ۲۲۰ متری از سطح زمین پرواز کنند. به عبارتی، این خودروها می‌توانند مساحتی به طول ۵۰ کیلومتر را در مدت ۵ دقیقه بپیمایند.

گردآوری: مهدی کاویانی ✨

آیا می‌دانید تاکسی‌پرنده چیست؟ اگر می‌خواهید با مفهوم تاکسی‌پرنده یا تاکسی‌هوایی و همچنین مزایای این مدل از تاکسی‌ها آشنا شوید، با ما همراه شوید و این مطلب را بدقت بخوانید.

منظور از تاکسی‌های پرنده خودروهایی هستند که قادرند پرواز کنند. این خودروها با سرعتی تقریباً معادل سرعت هواپیما می‌توانند مسافرین را جابه‌جا کنند و احتمالاً تا پنج سال آینده در کشور انگلستان آغاز به کار خواهند کرد. این خودروها که جت باد نام دارند، اکنون مراحل پایانی ساخت را طی می‌کنند.

فعالیت اولین تاکسی‌هوایی ایران در بجنورد

کشورمان ایران با داشتن حدود ۳۱۹ فرودگاه، رتبه بیست و دوم جهان را از نظر تعداد فرودگاه به خود اختصاص داده است. همین موضوع، به عنوان مهم‌ترین عامل، شرایط استفاده از تاکسی‌پرنده را در ایران فراهم می‌کند. موضوع دیگری که استفاده از تاکسی‌هوایی را برای خطوط هوایی ایران مقرون به صرفه می‌کند، عدم امکان نشست و برخاست بسیاری از هواپیماهای ایرانی در فرودگاه‌های واقع در مناطق محروم کشور است، که تاکسی‌های پرنده می‌توانند این مشکل را حل کنند.





طرز کار تاکسی پرنده

از این تاکسی‌ها برای جابجایی مسافری درون شهری استفاده خواهد شد. این تاکسی‌ها می‌توانند مسافران را از حومه شهر به مناطق اداری در مرکز شهر در مدت ۱ یا ۲ دقیقه جابجا کنند. برخی از مناطق حومه‌ای انگلیس به دلیل شلوغ بودن آزادراه‌های مرتبط با آنها در اوایل صبح یا در زمان تعطیلی ادارات کاملاً مسدود شده و رانندگان چندین ساعت در ترافیک سنگین می‌مانند. به گفته مسئولان شرکت Avcen، هزینه هر یک از این خودروها یک میلیون دلار یا ۵۴۳ هزار پوند بوده است.

در طراحی این خودروها از دو موتور جت استفاده شده است و همچنین به دلیل فناوری پیچیده‌ای که در ساخت آنها بکار رفته است، مدت زمان برخاستن آنها از زمین بسیار کمتر از زمان برخاستن یک جت از روی زمین است. متخصصان طراح این وسیله نقلیه معتقدند که این خودروهای هوایی بسیار کم صدا بوده و میزان آلودگی صوتی آنها حتی از موتور یک خودرو معمولی نیز کمتر خواهد بود. یکی از مزیت‌های این خودروها این است که توانایی فرود در مناطق بسیار باریک و کم عرض و کوچک را دارند و برای فرود تنها به یک خیابان مستقیم به عرض یک خودروی معمولی و به طول ۱۰۰ متر احتیاج دارند.

فعالیت اولین تاکسی هوایی ایران در بجنورد

مدیر فرودگاه بجنورد گفته است: «مجزو نخستین تاکسی پرنده کشور برای فعالیت در استان خراسان شمالی صادر شده است.» مهدی رزار گفته این اولین بار است که مجوز فعالیت تاکسی هوایی یا تاکسی پرنده در ایران صادر می‌شود و برای فعالیت تاکسی هوایی در فرودگاه بجنورد، دو فروند هواپیما خریداری شده است. خرید این هواپیماها در مرحله انجام تشریفات گمرکی است و با ارائه آموزش‌های لازم به خلبانان، تا یکی دو ماه آینده اقدام به خدمات‌رسانی می‌کنند.





داستانی برگرفته از ضرب المثل‌های پارسی

این طور نمی‌ماند





شرایطت خیلی خوب شده.»
حاکم خیلی خونسرد، پاسخ همیشگی را داد: «فریب این اوضاع را نخور، این طور نمی ماند!»
چند روزی، مهمان حاکم بود و پذیرایی مفصلی از او شد. سپس خداحافظی کرده و رفت.

چند سالی گذشت. یک روز مرد به یاد رفیق چندساله اش افتاد که او را آخرین بار بر تخت حکمرانی دیده بود. از این رو اسباب و اثاثیه اش را جمع کرد و راهی آن شهر شد تا به دوستش سری بزند و احوالش را بپرسد. وقتی به شهر رسید به او گفتند که روز قبل حاکم از دنیا رفته است. آن مرد خیلی ناراحت شد و با خود گفت: «بهتر است سر قبر او بروم و فاتحه ای برایش بخوانم.»
وقتی سر قبر آن دوست قدیمی رفت و فاتحه ای خواند، ناگهان یاد جمله معروف او افتاد که همیشه می گفت: «این طور نمی ماند!»
با صدای بلند پرسید:

«رفیق جان، تو که مردی حالا چه طوری؟»

ناگهان صدایی از قبر بلند شد: «این طور هم نمی ماند!»
آن مرد از شنیدن این صدا وحشت کرد و در حالی که با خود حرف می زد فرار را بر قرار ترجیح داد، یکی دو سال گذشت. روزی از روزها باز هم گذرش به شهر دوستش افتاد و یاد دوست قدیمی اش افتاد، دوباره سری به قبرستان زد اما دید سیلی از کوه آمده و قبر او را به کلی ویران کرده و با خود برده است. دانست این که دوستش همیشه می گفت: «این طور نمی ماند!» راست می گفت.

این مثل، کنایه از آن است که انسان و همه چیز در حال تغییر و دگرگونی است، زندگی فراز و نشیب های بسیار دارد و این که آدم ها تصور می کنند همیشه در یک شرایط می مانند اشتباه بزرگی است، پس در سختی ها و خوشی ها همیشه باید منتظر تغییرات بزرگ و کوچک بود. زندگی مثل آب روانی است که جریان دارد و در این مسیر اتفاقات گوناگونی برای انسان می افتد.

روزی روزگاری، یوغی را به گردن شخصی انداخته بودند تا زمین را شخم بزند. مردی از راه رسید و وقتی آن شخص را دید ناراحت شد و جلورفت و نزدیک گوش او گفت: «ای مرد، چرا به این روز افتاده ای؟ حالت چه طور است؟»
مرد تنها پاسخ داد:
«این طور نمی ماند!»

یک سال از این ماجرا گذشت، آن رهگذر باز به آن روستا بازگشت و سراغ آن مرد بیچاره را گرفت، به او گفتند که وی دشتیان آبادی شده است. سپس به سراغ آن مرد رفت و از او پرسید: «رفیق، چه طوری؟»
آن مرد پاسخ داد:
«این طور هم نمی ماند!»

سال بعد باز رهگذر به سراغ آن مرد رفت و متوجه شد کدخدای آبادی شده است، از او پرسید: «چه طوری؟ حال و احوالت چگونه است؟»
مرد پاسخ داد:

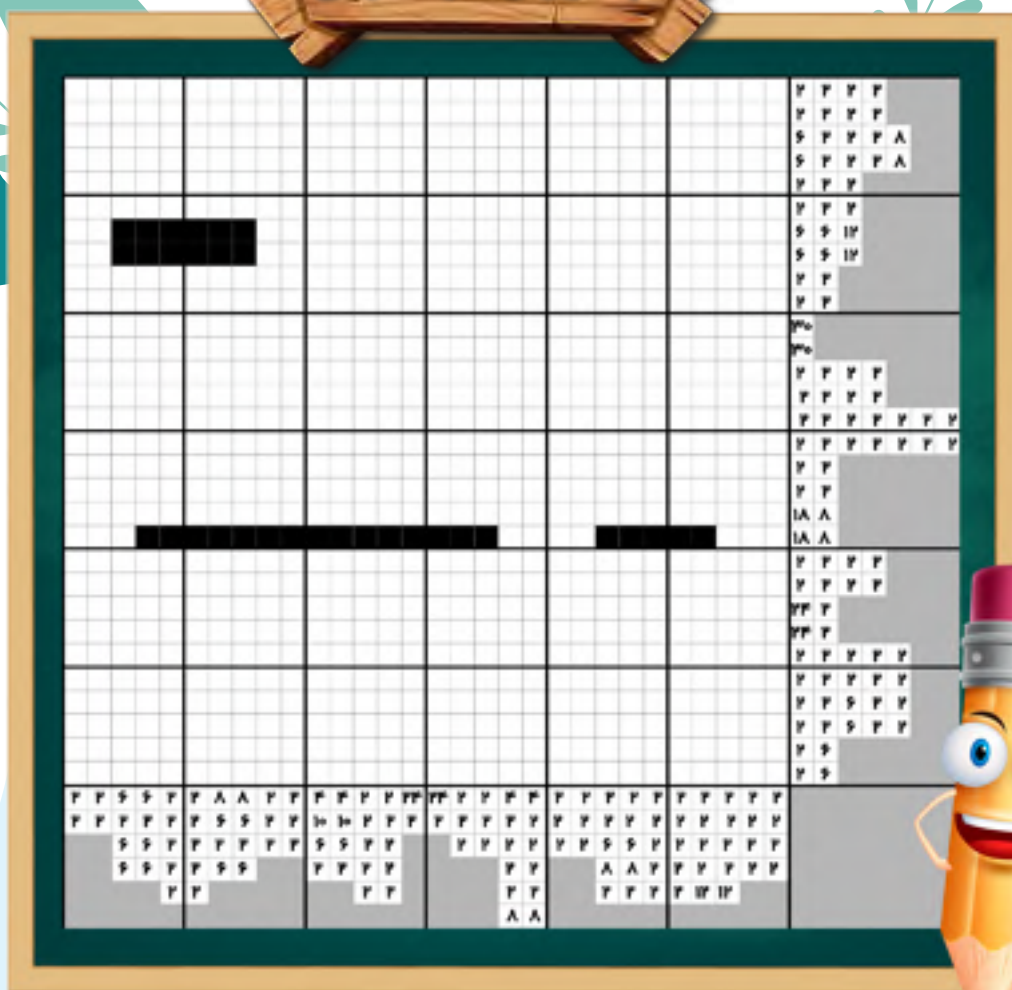
«هر چه باشد این طور نمی ماند!»

خلاصه، هر سال که آن رهگذر، سراغ آن مرد می رفت می دید که وضعیتش تغییر کرده و همیشه در جواب احوالپرسی اش فقط می گوید: «این طور نمی ماند!»

روزها پشت سر هم گذشت تا این که آن مرد، حاکم شهر شد و رهگذر نزد او رفت و با ادب و احترام پرسید:
«رفیق، حالا چه طوری؟ می بینم که



جدول و سرگرمی



تصویر داخل جدول را کشف کنید

علامت‌گذاری کنید تا طی عمل کشف تصویر، به شما کمک کنند. برای درک بهتر این سرگرمی، یک نمونه حل شده کوچک را هم برای شما درج کرده‌ایم. ضمناً بعضی از خانه‌های دیگر جدول را هم برایتان سیاه کرده‌ایم تا بتوانید از آنها به‌عنوان نقطه شروع استفاده کنید.



سیاه متصل به هم و ۸ خانه سیاه متصل به هم دیده شود و بین هر دو دسته از این خانه‌های سیاه حداقل یک خانه سفید واقع شده است. مجموع این دو عدد ۲۶ است و می‌دانیم حداقل یک خانه سفید هم باید بین این دو دسته واقع شده باشد که ما را به مجموع ۲۷ می‌رساند. پس ۳ خانه سفید اضافی هم در این سطر داریم که ممکن است متصل به خانه سفید وسطی یا در طرفین دو دسته کناری پخش شده باشند. با کمی دقت می‌توان این نتیجه را از اعداد سطر بیستم گرفت که سیاه بودن بعضی از خانه‌های دسته ۱۸ تایی و بعضی از خانه‌های دسته ۸ تایی از همین الان قطعی است. ما این خانه‌های «قطعا سیاه» را برای شما در سطر بیستم مشخص کرده‌ایم تا بیشتر با چگونگی حل این سرگرمی آشنا شوید.

شما باید با همین روش به سراغ سطرها و ستون‌های دیگر بروید و همین کار را انجام دهید. به هیچ‌وجه سعی نکنید جای خانه‌های سیاه و سفید را حدس بزنید و فقط با دلایل منطقی علامت‌گذاری کنید. پیشنهاد می‌شود خانه‌های «قطعا سفید» را با نقطه

در این صفحه، یک تصویر پنهان شده است که می‌توانید با کمک گرفتن از اعداد سمت راست و پایین، خانه‌هایی از آن را سیاه کنید و در نهایت تصویر را کشف کنید. اعدادی که در سمت راست جدول قرار دارند، به شما می‌گویند در هر سطر به ترتیب چند دسته خانه سیاه چندتایی وجود دارد. همین‌طور اعداد پایین جدول هم نشان می‌دهند که به ترتیب چند دسته خانه سیاه چندتایی در هر ستون قرار دارد.

دقت به اطلاعات بعضی از سطرها و ستون‌ها، از همین ابتدای کار شمارامطمئن می‌کند که بعضی از خانه‌ها قطعاً باید سیاه باشند و بعضی از خانه‌ها قطعاً باید سفید بمانند. در مرحله اول، شما باید سعی کنید در هر سطر و ستون به این خانه‌های «قطعا سیاه» یا «قطعا سفید» دست پیدا کرده و آنها را علامت‌گذاری کنید. سپس در مرحله دوم با کمک وجه اشتراک‌های سطرهای افقی و ستون‌های عمودی، محل خانه‌های سیاه بعدی را هم مشخص کنید.

مثلاً در کنار سطر بیستم، اعداد (۸-۱۸) نوشته شده‌اند. تفسیر حضور این اعداد در کنار سطر آخر این است: در این سطر، به ترتیب از چپ به راست، ۱۸ خانه



شهید رضا پناهی

سال ۱۳۴۹ در کرج بدنیا آمد. در خانواده ای مذهبی؛ اما بیشتر از ۱۲ سال نتوانست سنگینی جسم کوچکش را بر روح بزرگش تحمل کند و به اصرار، پدر و مادر خود را راضی کرد تا سرانجام در دوازدهمین سال زندگیش ابدی شود. وصیت نامه اش را قبل از اعزام مخفیانه در نواری ضبط کرد و در گوشه ای پنهان کرد؛ که بعد از شهادتش بدست خانواده اش رسید.

فرازهایی از وصیتنامه شهید ۱۲ ساله، شهید رضا پناهی

بسم الله الرحمن الرحيم

مَنْ طَلَبَنِي وَجَدَنِي وَمَنْ عَرَفَنِي وَجَدَنِي عَرَفَنِي وَمَنْ عَشَقَنِي عَشَقَنِي وَمَنْ عَشَقْتُهُ قَتَلْتُهُ وَمَنْ قَتَلْتُهُ فَعَلِي دِيَّتُهُ وَمَنْ عَلَي دِيَّتُهُ وَأَنَا دِيَّتُهُ

هر کس من را طلب می کند می یابد مرا و کسی که مرا یافت می شناسد مرا، و کسی که من را دوست داشت، عاشق من می شود و کسی که عاشق من می شود، من عاشق او می شوم و کسی که من عاشق او بشوم، او را می کشم و کسی که من او را بکشم، خون بهایش بر من واجب است؛ پس خون بهای او من هستم.

هدف من از رفتن به جبهه این است که، اولاً به ندای «هل من ناصر ينصرني» لبیک گفته باشم و امام عزیز و اسلام را یاری کنم و آن وظیفه ای را که امام عزیزمان بارها در پیام ها تکرار کرده، که هر کس که قدرت دارد واجب است که به جبهه برود، و من می روم تا به پیام امام لبیک گفته باشم. آرزوی من پیروزی اسلام و ترویج آن در تمام جهان است و امیدوارم که روزی به یاری رزمندگان، تمام ملت های زیر سلطه آزاد شوند و صدام بدانند که اگر هزاران هزار کشور به او کمک کند او نمی تواند در مقابل نیروی اسلام مقاومت کند. من به جبهه می روم و امید آن دارم که پدر و مادرم ناراحت نباشند، حتی اگر شهید شدم، چون من هدف خود را و راه خود را تعیین کرده ام و امیدوارم که پیروز هم بشوم.

پدر و مادر مهربان من! از زحمات چندین ساله شما متشکرم. من عاشق خدا و امام زمان (عج) گشته ام و این عشق هرگز با هیچ مانعی از قلب من بیرون نمی رود، تا اینکه به معشوق خود یعنی «الله» برسم.

بحق که مایه رویم که این حسین زمان و خمینی بت شکن را یاری کنیم و بحق که خداوند به کسانی که در راه او پیکار می کنند پاداش عظیم می بخشد.

من برای خدا از مادیات گذشتم
و به معنویات فکر کردم، از مال و اموال
و پدر و مادر و برادر و خواهر چشم
پوشیدم، فقط برای هدفم یعنی الله ...



نوجوانان عزیز، پیامبر اسلام
امید را رحمت الهی می‌داند و می‌فرماید :

«امید و آرزو، رحمتی است برای پیروان من.
اگر امید نمی‌بود، هیچ مادری فرزند خود
را شیر نمی‌داد و هیچ باغبانی درختی را
نمی‌نشاند». خداوند در قرآن مجید، با تأکید
بر ناامید نشدن از رحمت الهی، انسان‌های
امیدوار را می‌ستاید پروردگار
مهربان، افراد امیدوار را پر نشاط و
مشمول رحمت الهی می‌بیند.

