



۱۷۳-۱۷۲

نقد و بررسی

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

توصیه‌های مهم
رهبر عزیز انقلاب

کرامات علامه

گفت و گو با آرین غلامی قهرمان شطرنج
که با حریف صهیونیستی روبرو نشد

**مراقب خطرات
فضای مجازی باشید**



تلاش می‌کنم به خواسته پدر برسم

گفتگو با کوچکترین
فرزند شهید حسن طهرانی مقدم
پدر موشکی ایران



توصیه‌های رهبر عزیزمان به نوجوانان

رمز سعادت و پیشرفت

در دیداری که تعدادی از نوجوانان و دانش آموزان با مقام معظم رهبری در حسینیه امام خمینی (ره) داشتند رهبر عزیزمان توصیه‌های مهم و کاربردی را به نوجوانان کردند و از آنها خواستند با برنامه‌ریزی درست و توجه دقیق به این نکات، آینده‌ای روشن برای خودشان و کشور عزیزمان رقم بزنند. چرا که ایشان اعتقاد دارند این نوجوانان عزیز هستند که آینده ایران عزیزمان را می‌سازند.



۱

«مأموریتی خدا به شما داده که اگر انجام بدهید در زندگی خوشبخت می‌شوید».

۲

نماز را اول وقت و با توجه بخوانید.

۳

رابطه خود را با خدا مستحکم کنید.

۴

سلامت معنوی خود را با توجه به خدا، نماز، دعا، توسل و یاد شهدا تأمین کنید.

۵

هر روز مقداری قرآن با توجه به معانی آن بخوانید.

توصیه‌های - معنوی



۶

احترام پدر و مادر را حفظ کنید و محبت هایشان را جبران کنید.

۷

سلامت جسمی خود را از طریق ورزش و تغذیه مناسب تأمین کنید.

۸

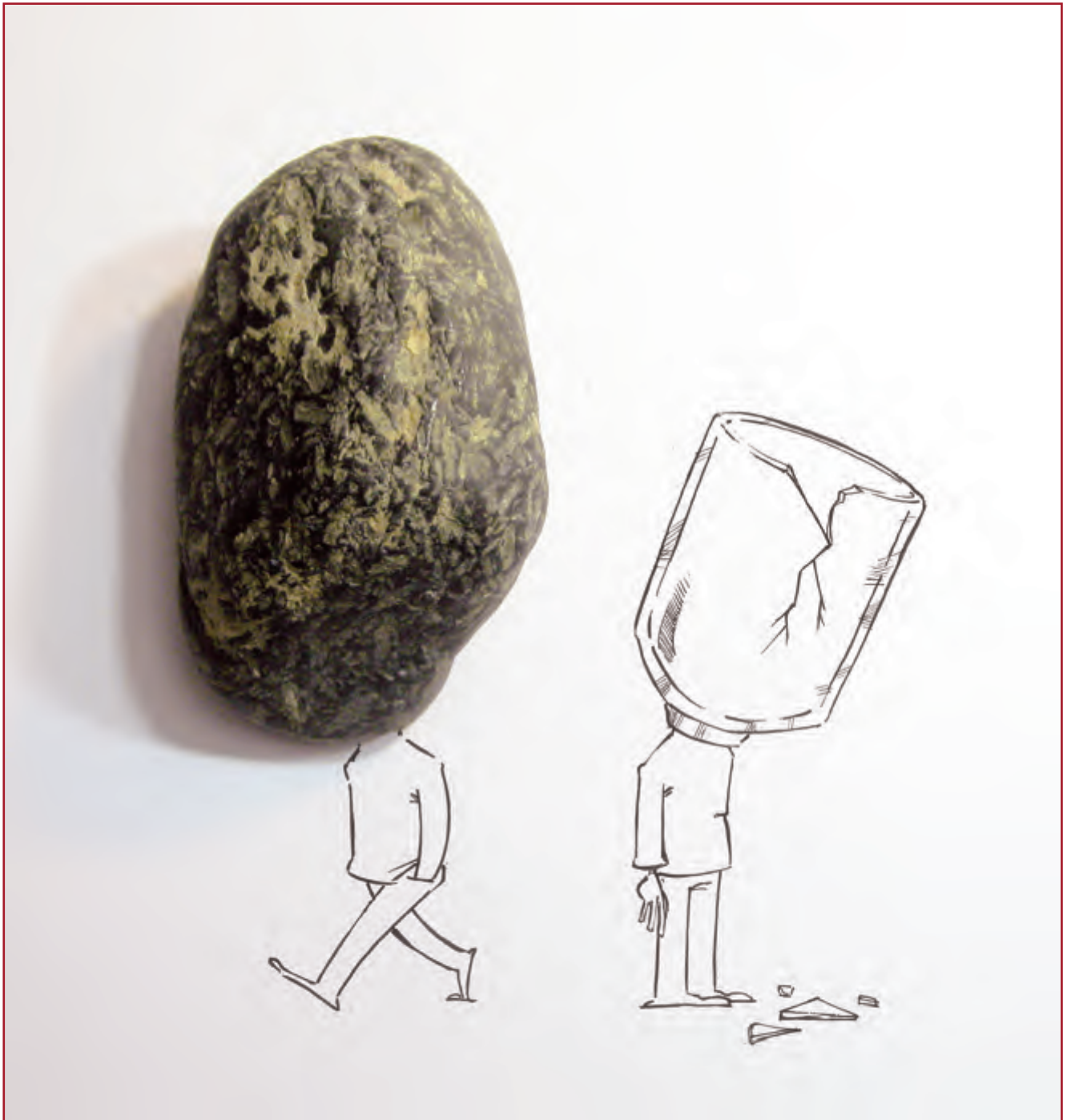
در زندگی با شجاعت و اعتماد به نفس حرکت کنید.

توصیه‌های - فردی



«رسول اکرم (ص)»

«همنشین خوب از تنهایی بهتر است و تنهایی از همنشین بد بهتر است.»



طرح: مجید خسرو انجم



ماهنامه فرهنگی و اجتماعی
شماره ۱۷۳-۱۷۲ 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

۵

کلام راهنما

۶

اخبار نوجوان

۸

خاطره بازی

۱۰

حکایت ها

۱۲

گپ و گفت

۱۴

پویانمایی

۱۸

گفت و گوی ویژه

۱۶

مدیران کوچک

۲۰

قهرمان من

۲۲

مهارت زندگی

۲۴

پیشنهاد

۲۶

نوجوان موفق

۲۸

طب سنتی

۳۰

مهارت رفتار

۳۲

شگفتی خلقت

۳۴

داستان طنز

۳۶

داستان مصور

۳۸

داستان مصور

۴۰

دانستنی ها

۴۲

صفحه شما

۴۴

تکنولوژی

۴۶

سفرنامه نوجوان

۴۸

جدول و سرگرمی

۵۰

توصیه شهید

۵۱

یک دوست خوب

کتاب همانند یک دوست خوب برای انسان می‌تواند باشد. همچون همدمی مناسب برای زمانی که تنهاست و آموزگاری برای یادگرفتن آنچه که نمی‌داند، کتاب خوب، راه و رسم خوب زندگی کردن را می‌آموزد. این دوست خوب، عیب‌ها و خوبی‌های آدم را به او می‌گوید. با مطالعه کتاب می‌توانیم از تجربیات دیگران و انسان‌های بزرگ درس بگیریم. ما باید با این یار دلسوز و مهربان حرف بزنیم، باید کتاب را بخوانیم تا او نیز با ما حرف بزند.

باید قدر این دوستی را بدانیم و سعی کنیم مراقب کتاب‌های خود باشیم تا مبادا با سهل‌انگاری از دستشان بدهیم. همانگونه که دوست خوب را از فکر و رفتارش می‌شود شناخت نه از ظاهر و لباسش، کتاب خوب را هم از محتوا و مطالبش می‌شود شناخت، نه جلد و نوع کاغذ. کسی که کتاب نمی‌خواند و مطالعه نمی‌کند، مثل آدم تنهایی است که دوستی ندارد. می‌گویند هر کسی را می‌توان با دیدن دوستانی که وی با آنها در ارتباط است بهتر شناخت و این در مورد کتاب‌هایی که شخص مطالعه می‌کند نیز صادق است و ما می‌توانیم دوستان خود را از روی کتاب‌هایی که مطالعه می‌کنند بشناسیم.

کتاب مانند راهنما و بزرگتری است که تجربیات بسیاری را در اختیار ما قرار می‌دهد، تجربیاتی که به راحتی و ارزان به دست نمی‌آید. تمام بزرگان و افرادی که به درجه و مرتبه بالایی رسیده‌اند قدر این یار مهربان را خوب دانسته‌اند و یکی از مهمترین دلایل موفقیت‌شان، همین دوستی با کتاب است.

پس سعی کنیم به دوستی با کتاب اهمیت بیشتری بدهیم.

و قدر این یار مهربان و دلسوز را بدانیم.

سخن سردبیر



کلام راهنما

توصیه‌های مهم
رهبر عزیز انقلاب

هدفمند زندگی کنید

منبع: khamenei.ir ✨



فردای این کشور متعلق به شما نوجوانان عزیز است، شماها هستید که این کشور و این ملت را و این حرکت را و این تاریخ را اداره خواهید کرد: خودتان را برای آن روز بزرگ آماده کنید

پیام پیرامون روح بزرگ
سید محمدعلی

بزرگی را انجام داده اید، چرا که عمرتان را در راه خدمت به مردم گذرانده اید.

اگر خدمت شما به فرهنگ باشد باز هم همینطور است، اگر خدمت به کشور و آینده کشور باشد، خدمت به بشریت باشد، در تک تک این موارد شما دستتان پر است و زندگی پرهرفی داشته اید.

هر کاری که خدای متعال از آن کار خشنود می شود را انجام بدهید، فراموش نکنید هر کاری وقتی ارزشمند است که برای رضای خدا انجام شود، آن وقت شما از زندگی و زندگی کردن لذت خواهید برد، دستتان پر خواهد بود و زندگی با ثمر و با هدفی خواهید داشت.

پس فراموش نکنید هدف زندگی باید خیلی بزرگ و متعالی باشد.

سرنوشت این کشور و آینده این مملکت و حرکت آن به دست شما خواهد بود، پس خودتان را برای این کار بزرگ آماده کنید.

ببینید بچه های عزیزم هدف زندگی باید چیزی فراتر از خود زندگی باشد.

وقتی شما یک چیزی را به عنوان هدف زندگی انتخاب می کنید یعنی زندگی وسیله و ابزاری است برای آن چیز، قطعاً غیر از این نیست. زندگی را انسان باید طوری انتخاب کند که هدفمند باشد.

باید چه طور هدفمان را انتخاب کنیم

اگر شما در برنامه ای که برای زندگی خودتان تهیه کرده اید، اولویت تان خدمت به مردم باشد هدف مهم و متعالی زندگی شما تأمین شده است، باید بدانید کمک و خدمت به مردم یکی از عالی ترین و با ارزش ترین کارهایی است که انسان می تواند بکند.

آن موقع است که اگر زندگی را تمام کنید، دستتان پر است، احساس خواهید کرد کار

نوجوانان کشورمان قهرمان کبدی شدند

نخستین دوره مسابقات کبدی نوجوانان جهان با قهرمانی تیم کشورمان به پایان رسید. ملی پوشان کبدی موفق شدند در فینال، تیم ملی کنیا را شکست دهند و به عنوان قهرمانی برسند. فینال این مسابقات با حضور چندین تیم در کیش برگزار شد. در این مسابقات تیم کشورمان با نتیجه ۴۲ بر ۲۲ مقابل کنیا به برتری رسید و عنوان قهرمانی نخستین دوره این مسابقات را از آن خود کرد. در این مسابقات تیم کشورمان اول، کنیا دوم و تیم های پاکستان و بنگلادش به صورت مشترک عنوان سومی در رقابت ها را از آن خود کردند.



گردآورنده: امیرحسین علمی



۱۴



رونمایی از کتاب های جدید کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان

کتاب های جدید کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان با نام های «شاید این کتاب منفجر شود» و «خوابم یا بیدار؟» و «عکس یادگاری بگیریم» با حضور فاضل نظری مدیرعامل کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان طی مراسمی رونمایی شد.

۸

راه یابی نوجوان نیشابوری به جشنواره بین المللی قصه گوین کشور

یکتاسادات بیدختی، نوجوان نیشابوری عضو کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان با قصه «توجه رنگی هستی؟» در جشنواره بین المللی قصه گوین کشور شرکت می کند. بخش ملی جشنواره بین المللی قصه گوینی در سه گروه دختران و پسران ۱۲ تا ۱۸ سال برگزار می شود.

قهرمانی استان البرز در مسابقات انتخابی تیم ملی کشتی آزاد ناشنوایان

چهل و چهارمین دوره مسابقات قهرمانی کشور و انتخابی تیم ملی کشتی آزاد ناشنوایان با قهرمانی البرز پایان یافت. در این مسابقات که در رده های سنی نوجوانان و امید در خانه کشتی شهر کرج برگزار شد، استان البرز با ۵۷۹ امتیاز بر سکوی نخست ایستاد و خراسان رضوی با کسب ۳۱۱ امتیاز نایب قهرمان شد. همچنین مازندران با کسب ۳۰۵ امتیاز رتبه سوم را از آن خود کرد.



هشدار! مراقب ویروس آنفلوآنزا باشید

معاون بهداشت و سلامت وزارت آموزش و پرورش درباره بیماری آنفلونزا گفت: «این بیماری حاد تنفسی به شدت واگیردار است و به وسیله چند ویروس در مناطق مختلف ایران مشاهده شده است. تب، سرفه، گلودرد، بدن درد، لرز و خستگی از علائم این بیماری است. استفاده از مایعات گرم، وسایل شخصی، استامینوفن ساده و استراحت در منزل از جمله توصیه هایی است که دانش آموزان باید آن را رعایت کنند.



گوشی های هوشمند بلای جان نوجوانان

طبق تحقیقات روان پزشکان در انگلیس حدود یک چهارم یا ۲۳ درصد از نوجوانان به قدری به گوشی های هوشمند خود وابسته هستند که شبیه به نوعی اعتیاد شده است. وابستگی به گوشی های هوشمند در برخی از نوجوانان به گونه ای است که نوجوان در صورت عدم دسترسی به گوشی خود ناراحت و وحشت زده می شود. این تحقیقات نشان می دهد که نوجوانان نمی توانند مدت زمانی را که صرف گوشی هوشمند خود می کنند کنترل کنند. وابستگی به گوشی همراه در نوجوانان مشکلاتی مانند استرس، روحیه افسرده، کمبود خواب و کاهش پیشرفت در مدرسه را به دنبال دارد.

صدام در روز اول جنگ خطاب
به خبرنگاران گفت که چند روز
دیگر در تهران مصاحبه خواهد



کرد اما نمی‌دانست که این خاک مردان و زنان با
غیرتی دارد که هرگز اجازه نمی‌دهند که متجاوز
بتواند در خاک پاک کشورشان حضور داشته باشد.
در این بین بسیاری از نوجوانان بودند که با وجود
سن و سال کم به هر طریق خود را به جبهه‌ها
رساندند و دوشادوش بزرگترها به جنگ دشمنان رفتند.
یکی از کسانی که توانسته بود با ۱۲ سال خود را به
جبهه‌ها برساند؛ علی عباسی است متولد ۱۳۵۳ که
برای ما از خاطرات دوران جنگ و جبهه می‌گوید.

جانباز شیمیایی علی عباسی
از خاطرات دوران نوجوانی اش
در جبهه و جنگ برایمان می‌گوید

ته ریش کشیدم تا جبهه بروم

مهدیه کاویان ✨

جنگی نابرابر و ناجوانمردانه

آن زمان من کوچک بودم که این بحث‌ها را می‌شنیدم،
۱۰ تا ۱۱ ساله بودم که هر روز می‌دیدم هواپیماهای
عراقی می‌آیند و شهر را بمباران می‌کنند، عراق تنها
نبود و با کمک و حمایت کشورهای اروپایی و آمریکایی
و منافقین از زمین و هوا به کشورمان حمله‌ور شده بود.
من که در ۷ تا ۸ سالگی در فضای این چنینی بودم و جنگ
و جبهه و بمب و اسلحه می‌دیدم در ۱۲ سالگی بزرگ شدم
و فهمیدم که نباید از جبهه و از آدم‌های بزرگ‌تر ترسید،
چرا که زور یک نوجوان ضعیف و لاغر اندام که یک
تفنگ در دست دارد برابر می‌کند با زور یک مرد قوی
هیكل که یک اسلحه دارد، توکل به خدا و عشق به
امام(ره) این قدرت را در وجود من چند برابر می‌کرد.
یادم است کلاس پنجم ابتدایی بودیم که در حین بازی
فوتبال در باند فرودگاه قدیم زنجان هواپیماهای عراقی را
دیدیم که در ارتفاع کمی پرواز می‌کرد، آمد و کوچه و
خیابان ما را و همچنین مدرسه ما را بمباران کرد و
رفت با دیدن این صحنه وحشتناک با دوستان و
همکلاسی‌هایمان قرار گذاشتیم که به جبهه برویم.





ته ریش کشیدیم تا جبهه برویم

در آن زمان پدرم در جبهه بود، آخر هفته بود که با بچه‌ها هماهنگ کرده بودیم که برای ثبت نام برویم، رفتیم و در آن روز دو نفر از دوستان ما به نام‌های اباذر خسروی و عین‌الله بابایی را ثبت نام کردند ولی بقیه هم‌کلاسی‌ها را ثبت نام نکردند و ما برگشتیم و هر دفعه سعی می‌کردیم با چهره‌ها و لباس‌های مختلف شانس خود را برای ثبت نام امتحان کنیم اما هر بار به دلیلی از ثبت نام ما جلوگیری می‌شد و دلیل اصلی آن هم سن کم ما بود. آن زمان ما برای اینکه نشان دهیم که بزرگ شدیم صورت خود را گریم می‌کردیم تا نشان دهیم که ته ریش و سبیل در آورده و بزرگ شده‌ایم و از شناسنامه‌هایمان کپی می‌گرفتیم و تاریخ تولد خودمان را جابه‌جا می‌کردیم. بالاخره آقایی به نام نجفی در کارگزینی سپاه به خاطر اینکه ورزشکار و تند و تیز بودیم، ما را قبول و برای اعزام ثبت نام‌مان کرد، من آن زمان ۱۲ سال سن داشتم که ما را به پادگان مالک اشتر اعزام کردند و کمتر از یک ماه تحت آموزش قرار گرفتیم.

مرصاد، عملیاتی که جزو جنگ نبود

بعد از جنگ ما به عملیات مرصاد اعزام شدیم عملیاتی که برخی‌ها اعتقاد دارند چون بعد از تصویب قطعنامه بود جزو جنگ محسوب نمی‌شود؛ ولی باید این را دانست که عملیات مرصاد جنگ و حتی بدتر از جنگ بود و حداقل در جنگ می‌دانستیم که عراقی‌ها در مقابل ما قرار دارند ولی در این عملیات منافقین کوردل در همه جا پخش شده بودند و یک جنگ واقعی بود و اگر این عملیات انجام نمی‌شد آنها تصرف مهران تا تهران را در پیش گرفته بودند.



شب یلدا در جبهه

توصیه به نوجوانان عزیز

من به نوجوانان عزیز این سرزمین، دختران و پسران توصیه می‌کنم قدر این انقلاب را بدانند چرا که برای حفظ این انقلاب اسلامی نوجوانان و جوانان بسیاری که هم سن آنها بودند جان خود را فدا کرده‌اند و برای حفظ پرچم مقدس این کشور و حمایت از امام (ره) دست از تمام خواسته‌ها و آرزوهای خود کشیدند می‌خواهم سفارش کنم تا می‌توانند خوب درس بخوانند و سعی کنند قله‌های افتخار را یکی پس از دیگری فتح کنند و تمام تلاش خود را برای سربلندی کشور عزیزمان بکنند، پشتیبان رهبر معظم انقلاب باشند و به حرف‌ها و خواسته‌های ایشان خوب گوش کنند، چرا که کلام ایشان روشنی بخش مسیر و زندگی آنها خواهد بود.

مرخصی بعد از ۹ ماه جبهه

بعد از ۹ ماه برگشتیم، هر کسی مرا می‌دید با تعجب اول نگاه می‌کرد و بعد من را در آغوش می‌گرفت و می‌گفت مگر تو شهید نشده بودی و یا اینکه ما فکر می‌کردیم که مفقودالثر شدی، وقتی به مدرسه رفتیم تا دوستان و معلمان خود را ببینیم همه می‌پرسیدند که چرا رفتیم و کلاس و درس و ورزش را رها کردم و اینکه من باید درس بخوانم و پشت جبهه باشم و ورزش خود را که در آن زمان شو تونکان و کان دن ریو کاراته بود ادامه دهم و اینگونه بحث‌ها پس از چند روز دوباره به جبهه بازگشتم.

چند روایت معتبر درباره‌ی
علامه سیدعلی قاضی نقل شده

کرامات علامه

گردآوری: مرجان خسروی
erfanvahekmat.com
طرح: علیرضا باقری



به اذن خدا بمیر!

آیت‌الله محمدحسین حسینی تهرانی نویسنده کتاب معروف «روح مجرد» تعریف کرده: «یکی از بزرگان و مدرسین نجف می‌گفت درباره‌ی کرامات علامه قاضی بسیار شنیده بودم ولی نسبت به او شک بزرگی داشتم. تا اینکه یک روز که به مسجد کوفه می‌رفتم، مرحوم قاضی را دیدم. همین‌طور که با او صحبت می‌کردم در جایی نشستیم تا بعد از رفع خستگی به مسجد برویم. علامه داستان‌هایی از اسرار الهی و از کراماتی که خداوند به ایشان داشتند تعریف کرد. هنوز در شک و شبهه بودم و نمی‌دانستم با این شکی که نسبت به او در دل خود دارم چه کار کنم. در این حال، مار بزرگی از سوراخی بیرون آمد. همین که مقابل ما رسید من ترسیدم. مرحوم قاضی به مار اشاره کرد و گفت: «موت باذن الله/ به اذن خدا بمیر!» مار فوراً در جای خود خشک شد. علامه بدون اینکه اعتنایی بکند به صحبت‌های قبلی‌اش ادامه داد و سپس به مسجد رفتیم. همین‌طور که اعمالم را بجا می‌آوردم ناگهان از خاطرم گذشت که آیا واقعا مار مرده یا کار علامه سحر و جادو بوده. بعد از اتمام عبادات خود، فوراً سراغ مار رفتم. دیدم مار خشک شده و روی زمین افتاده و با اینکه به آن پا زدم، اِدا حرکتی نکرد. منقلب و شرم‌منده برگشتم دوباره به علامه قاضی برخورد کردم. او لب‌خندی به من زد و فرمود خب آقا جان! امتحان کردی؟»

سحر بیدار می‌شوی!

شخصی به نام قاسم به انجام کارهای زشت معروف بود اما با تمام این خصوصیت‌های بد، علاقه خاصی به مرحوم قاضی داشت. علامه او را دلسوزانه نصیحت می‌کرد اما او به حرف‌های علامه توجه نداشت. تا اینکه یک‌بار علامه قاضی به او گفت امشب برای خواندن نماز شب بیدار شو. قاسم گفت من که اصلاً نماز نمی‌خوانم. شما به من سفارش نماز شب می‌کنید! علامه فرمود نگران نباش! من نیمه‌های شب تو را بیدار می‌کنم. قاسم نیمه‌های شب با حالتی عجیب از خواب بیدار شد و به قصد گرفتن وضو به حیاط رفت. وقتی چشمش به آب حوض افتاد، حس عجیبی به او دست داد و از آن به بعد کارهای زشت خود را کنار گذاشت، توبه کرد و زاهد و عابد شد.

دعایی که مستجاب بود

آیت‌الله سیدعباس کاشانی از شاگردان علامه قاضی درباره‌ی کرامتی که از استادش دیده، این‌گونه می‌گوید: «خانم یکی از علما مریض شد و روز به روز حالش بدتر می‌شد. تا اینکه یک روز صبح حالش به قدری بد شد که از هوش رفت. دیدند او که بسیار ناراحت بود سراسیمه پیش علامه قاضی آمد. علامه گفت حال خانم‌تان چطور است؟ مرد گریه کرد و گفت دارد از دستم می‌رود. اگر او بمیرد من هم می‌میرم. ما ۳۷ سال با هم زندگی کرده‌ایم و بچه هم نداریم، علامه قاضی یکی از خصوصیت‌های ویژه‌اش این بود که به صورت کسی نگاه نمی‌کرد. همین‌طور که سرش پایین بود تند تند دعا می‌خواند و چشمانش را هم بسته بود. بعد علامه دستش را بلند کرد و گفت شما بفرمائید منزل. خدا ایشان را به شما برگرداند. آن‌ا‌قا که خیلی به علامه اعتقاد داشت و می‌دانست هرچه بگوید حق است به خانه‌اش رفت و همسرش را که صبح حالش بسیار بد بود را دید که خوب و سر حال است. خانمش به او گفت ممنون که پیش آیت‌الله قاضی رفتی. من همان موقع از دنیا رفته بودم. چند دقیقه‌ای بود که نفس نمی‌کشیدم اما صدایی شنیدم که می‌گفت عالم بزرگی از خداوند درخواست کرده که به شما عمر دوباره بدهد. همان موقع من را به این دنیا برگرداندند.»

به قرآن ادب کن

آیت‌الله شیخ محمدتقی آملی حکایت جالبی از علامه قاضی می‌کند: «یک‌بار در تب می‌سوختم. ناگهان متوجه شدم در اتاقی که هستم بین کتاب‌ها قرآنی وجود دارد. از ذهنم خطور کرد اینکه پاهایم را دراز کرده‌ام شاید درست نباشد اما در همان حال دوباره به ذهنم رسید که حال من خوب نیست و بیمارم و خدا عذرم را می‌پذیرد و همان‌طور ماندم. بعد از چند روز که خوب شدم و پیش علامه قاضی رفتم گفت قرآن کتاب خداست و معجزه‌ی پیامبر و گرامی داشتن آن بر همه‌ی مسلمانان واجب است و عذر انسان در عدم احترام به آن به خاطر بیماری و مسائل دیگر پذیرفته نیست.»



آرین خیلی کوچک بود که خانواده اش متوجه علاقه اش به بازی شطرنج شدند. او برایمان از آن روزها می گوید: «پدرم شطرنج بازی می کرد همیشه با دقت به بازی اش نگاه می کردم و بعضی وقت ها با وجودیکه می دانستم پدرم برنده می شود اما با او مسابقه می دادم. خوب به یاد دارم وقتی ۵ ساله بودم خانواده ام متوجه علاقه ام به ورزش شطرنج شدند.» آرین در ادامه از اتفاقی که باعث شد تا رشته شطرنج را به شکل حرفه ای دنبال کند می گوید: «وقتی ۵ ساله بودم ورزش ژیمناستیک را آموزش می دیدم در یکی از تمرین ها دستم شکست به ناچار مجبور شدم ژیمناستیک را کنار بگذارم. در باشگاهی که ژیمناستیک آموزش می دیدم کلاس شطرنج هم برگزار می شد وقتی دستم شکست مجبور شدم در کلاس شطرنج ثبت نام کنم این شروعی شد تا شطرنج را حرفه ای دنبال کنم.»

آرین غلامی نوجوان قهرمان شطرنج
از رمز موفقیتش برایمان می گوید

از شکست نترسید

آتنا کاویانی ✨

“

همین چند وقت پیش بود که اسم آرین غلامی نوجوان ۱۸ ساله قهرمان شطرنج کشورمان به خاطر انصراف از مبارزه با حریف اسرائیلی بر زبان ها افتاد. آرین از رسیدن به جام قهرمانی چشم پوشی کرد تا به همه جهانیان نشان دهد که اسرائیل را قبول ندارد. کار بزرگ این نوجوان قهرمان باعث شد سراغش برویم تا برایمان از آن روز بگوید.



آرین غلامی توانسته ۶ مدال طلای جهانی و آسیایی را به دست آورد
او توانسته به درجه استاد بزرگی که بالاترین درجه در شطرنج است دست یابد.



دیدار دو عزیز

آرین بهترین خاطراتش را دیدار حضرت خامنه ای (مدظله العالی) و حاج آقا قاسم سلیمانی می داند. او از آن دیدارها می گوید: «اسفند ماه سال ۹۷ بود که به دیدار رهبر عزیزمان رفتم. باورم نمی شد که کنار حضرت آقا هستم. آن روز حضرت آقا از من پرسید که به تیم ملی بازگشتین؟ این جمله ایشان برای من جالب بود چرا که نشان می داد رهبر عزیزمان پیگیر مسائل مربوط به نوجوانان است. پس از این دیدار حضرت آقا انگشتی خود را به عنوان هدیه برایم فرستادند. ۳ روز قبل از دیدار مقام معظم رهبری آرین به دعوت شخص حاج قاسم سلیمانی برای حضور در مراسم یادواره شهدای گمنام در شهر بابل به این برنامه دعوت شد و حاج قاسم انگشتی اش را به یادگار به او داد. نوجوان موفق کشورمان به همسن و سالانش توصیه می کند از هیچ چیز نترسند و در هر شرایطی راه درست و حق را انتخاب کنند.



می گرفتند و باعث می شدند تا از درسهایم عقب بمانم. گاهی اوقات ممکن بود در طول سال تنها یک ماه به مدرسه بروم. سعی می کردم با برنامه ریزی عقب ماندگی درسهایم را جبران کنم. البته معلمانم هم در این مدت با من همکاری می کردند و در ساعات غیر استراحت کمکم می کردند.»

حمایت از مردم مظلوم فلسطین

آرین ۲ بار مقابل حریف اسرائیلی قرار گرفت و هر بار از ادامه مسابقه انصراف داد. او از آن مسابقات برایمان می گوید: «۲ بار مقابل حریف اسرائیلی قرار گرفتم یکبار دی ماه سال گذشته در مسابقات بین المللی کشور سوئد بود و یکبار هم همین یک ماه پیش که مسابقات در کشور هند برگزار شد. اولین بار من تنها شرکت کرده بودم و کسی از خانواده ام یا فدراسیون پیشم نبودند. در ۲ دقیقه باید تصمیم می گرفتم که مسابقه را ادامه دهم یا انصراف بدهم که من از دستیابی به قهرمانی انصراف دادم و نایب قهرمان شدم.» قهرمان شطرنج کشورمان در حالی که از یادآوری آن روزها لبخندی بر لب دارد حرف هایش را ادامه می دهد: «دومین بار حدود یک ماه قبل بود. این مسابقه در کشور هند برگزار می شد و ۱۱ دور بود. خوب به یاد دارم که دور چهارم مسابقه بود، باید با حریف اسرائیلی مسابقه می دادم. در این مسابقه هم برای حمایت از مردم مظلوم فلسطین انصراف دادم و ناچار به کشور بازگشتم.» پس از اینکه از مسابقات برگشتم از بیت مقام رهبری با من تماس گرفتند و گفتند که حضرت آقا از این تصمیم خوشحال شدند.»

شطرنج ورزشی برای تقویت حافظه

برای موفقیت در ورزش شطرنج باید مانند خیلی از ورزش ها دقت و تمرکز داشته باشید. آرین در تعریف شطرنج می گوید: «شطرنج بازی فکری است که باعث تقویت تمرکز و حافظه می شود. برای اینکه ذهنتان آماده باشد باید بدنی قوی هم داشته باشید، پس فراموش نکنید اگر می خواهید در شطرنج موفق شوید باید تغذیه ای مناسب و مقوی استفاده کنید.» نوجوان قهرمان شطرنج کشورمان در دورانی که ورزش شطرنج را به شکل حرفه ای شروع کرد، می دانست برای حضور در مسابقات ممکن است نتواند هر روز مدرسه برود به همین دلیل اغلب با برنامه ریزی و کمک معلمانش سعی می کرد تا تمرانش پایان نیابد.»

از اول سعی می کردم برنده شوم

آرین از همان اولین باری که در مسابقات بین المللی شرکت کرد، سعی می کرد تا برنده باشد. او از اولین موفقیتش در مسابقات بین المللی می گوید: «اولین مسابقه ای که شرکت کردم مسابقات بین المللی در شهر ارومیه بود. در آن مسابقات توانستم درجه رتینگ ۲۰۳۶ را کسب کنم. (این درجه به قهرمانان زیر ۶ سال داده می شد). دومین بار هم موفقیت در مسابقات جهانی زیر ۸ سال کشور ترکیه بود که شطرنج بازانی از ۱۸۰ کشور در این مسابقه حضور داشتند. کسانی که در نوع خود بی نظیر بودند. در این مسابقات هم تنها به برنده شدن فکر می کردم که سرانجام با توکل بر خدا و دعای مردم عزیز کشورمان توانستم نفر اول مسابقات شوم.» سفر به شهرهای مختلف یا برخی از کشورها که مسابقات در آنجا برگزار می شد باعث می شد تا آرین نتواند در کلاس های درس حضور یابد. او از نحوه ادامه تحصیلش در آن روزها می گوید: «سفرها همه ی وقتم را



گفتگو با کوچکترین فرزند
شهید حسن طهرانی مقدم پدر موشکی ایران:



❓ **زهرا جان برای خوانندگان نشریه می گویی که چند سال داری؟**

من زهرا طهرانی مقدم فرزند چهارم و کوچکترین فرزند شهید طهرانی مقدم هستم. ۱۳ سال دارم و کلاس هشتم درس می خوانم.

❓ **شنیده ایم حافظ قرآن هستید، چند جزء از قرآن را توانستید حفظ کنید؟**

۲۷ جزء از قرآن را با توکل بر خدا و دعای پدرم توانستم حفظ کنم. البته سعی می کنم تا حافظ کل قرآن شوم. حفظ قرآن را از سوم ابتدایی شروع کردم، سال سوم ابتدایی مدرسه ام را عوض کردم در مدرسه جدید بچه ها از مهد حفظ قرآن را شروع کرده بودند و هر کدام ۲ یا ۳ جزء از قرآن را حفظ بودند. من هم حفظ قرآن را شروع کردم، همان سال توانستم ۳ جزء را حفظ کنم.

❓ **سخت نبود که هم درس می خواندی و هم سعی می کردی قرآن را حفظ کنی؟**

معلمان مدرسه ام خیلی مرا کمک کردند. از طرف مدرسه معلم قرآنی هر هفته به دیدنم می آمد و برنامه ای برای حفظ قرآن برایم می نوشت. مثلاً اینکه در روز باید ۳ ساعت قرآن می خواندم و تمرین داشتم باشم. وقتی خیلی کوچک بودم مادرم آیات کوچک و دعاهای مفاتیح و شعر را به من یاد می داد از همان وقت من روزی یک ساعت قرآن می خواندم و برای همین حفظ آیات قرآن برایم خیلی سخت نبود.

❓ **چه شد که تصمیم گرفتی حفظ قرآن را جدی بگیری؟**

پدرم دوست داشت من حافظ قرآن شوم. خودم هم هر زمان قرآن تلاوت می کنم احساس آرامش می کنم. شکر خدا با دعای پدر و کمک خدا توانستم ۲۷ جزء قرآن را حفظ کنم. به نظرم اگر کلاس های قرآنی نباشد بچه ها شاید نتوانند قرآن را راحت حفظ کنند. حفظ قرآن به

تلاش می کنم به خواسته پدر برسم

معصومه ماه پیکر ✨



فرزندان شهدا یادگار عزیزی هستند که پدرانشان جان خود را در راه حفظ امنیت و آرامش کشور دادند. آنها رفتند تا آرامش و امنیت را به ما هدیه دهند. «شهید حسن طهرانی مقدم» شهید هسته ای کشور که به پدر موشکی ایران شهرت دارد از جمله این شهدا است. زهرا طهرانی مقدم کوچکترین فرزند و دردانه شهید هنگام شهادت پدر تنها ۵ سال داشت. اگر چه خیلی کوچک بود اما خاطرات زیادی از پدر دارد. خاطراتی که هر کدامش درسی برای زهرا خانم است. در گفتگوی زیر خاطرات او با پدر شهیدش را مرور می کنیم.





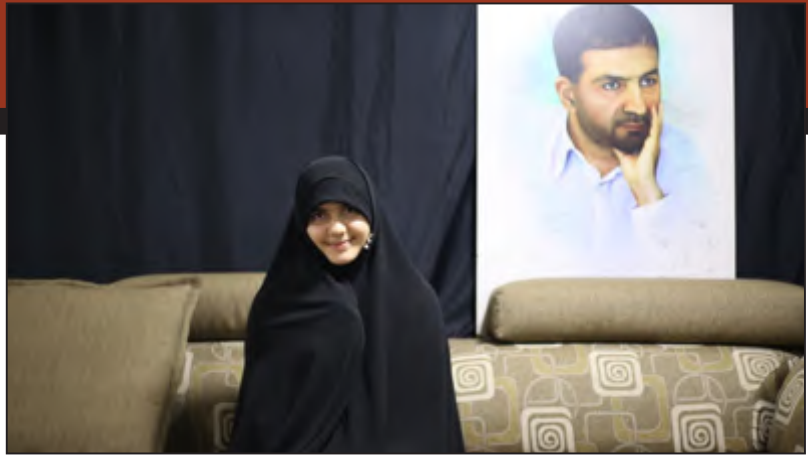
بار اول که حضرت آقا به خانه ما آمد چند روز بعد از شهادت بابا بود. همه در حسینیه خانه مان پذیرای آقا بودند. خجالت می کشیدم بروم و هر گوشه‌ای که به فکرم می رسید قایم می شدم تا مرا نزد آقا نبرند. بالاخره خاله‌ام که می‌دانست من پیتزا دوست دارم گفت اگر به دیدار آقا بیایی برایت پیتزا می‌خرم من که از ۳ سالگی همیشه چادر سر می‌کردم از شوق پیتزا بدون روسری یا چادر پیش حضرت آقا رفتم. امام خامنه‌ای با دیدنم گفت: به به زهرا خانم آمدند. دیدار دوباره ما با حضرت آقا چند ماه بعد بود که به ملاقات خصوصی آقا رفتیم. آن روز من چادر سر کرده بودم که حضرت آقا فرمودند: چقدر چادر به شما می‌آید.



توصیه فرزند کوچک شهید تهرانی مقدم به نوجوانان دختر هم سن و سالش: خیلی‌ها تصور می‌کنند حجاب یا چادر چیز اضافه‌ای است که افراد باحجاب از روی اجبار آن را سر می‌کنند. چادر پوششی است که زنان و دختران را از دید نامحرمان حفظ می‌کند. افراد چادری با اشتیاق و شوق چادر را به عنوان حجاب برتر انتخاب کرده‌اند تا با آرامش خیال در همه جا حاضر شوند.



زهرا تهرانی مقدم تا کنون در مسابقات قرآنی بسیاری شرکت کرده است و رتبه‌های برتری بسیاری کسب کرده است. او توانسته رتبه اول چندین دوره از مسابقات اوقاف را از آن خود کند. وی همچنین نفر سوم بخش حفظ مسابقات اوقاف در سال ۹۶ شده است.



از او می‌خواست برایش دعا کند.

۱ می‌دانستی شغل پدرت چه بود؟

من تا مدت‌ها بعد از شهادت بابا نمی‌دانستم شغلش چه بود. ما در شهرکی زندگی می‌کردیم که در ورودی اش دژبان بود. هر بار با دیدن سرباز دژبانی به بابا می‌گفتم دوست دارم شما هم از این لباسها بپوشید. یک روز که به طور اتفاق کلاه بابا را در کمد دیدم خیلی خوشحال شدم که پدرم هم از همان کلاه‌ها دارد.

۲ از روزی که پدر شهید شد برایمان بگو.

کلاس چهارم یا پنجم بودم که فهمیدم چه اتفاقی برای بابا افتاده است. روز شهادت پدر مامان گفت باید خانه یکی از اقوام برویم. وقتی آنجا رفتیم من کلی با دختر آن خانواده بازی کردم. مامان جایی رفت و حتی شب هم بازنگشت. من که عادت داشتم کنار مامان بخوابم شب بی‌تابی می‌کردم خانمی اغلب برای کمک به مادر به خانه‌مان می‌آمد رفتم خانه آنها و با او خوابیدم. صبح همراه او به خانه مان رفتیم طبقه پایین خانه مان حسینیه بود و اغلب شب‌های شهادت مراسم برگزار می‌کردیم. دیدم همه اهل خانه لباس مشکی پوشیده‌اند. فکر کردم حتماً باز مراسم داریم. همان روز همه جلوی تلویزیون نشستند سعی داشتند خبرهایی را از اخبار بشنوند. با وجودی که تلاش می‌کردند من متوجه نشوم، اخبار خبر شهادت بابا را گفت و من اخبار را دیدم. از شنیدن این خبر شوکه شدم به اتاقم دویدم و در را پشت سرم بستم تنها در اتاق خوابم برد قبل از اینکه بخوابم نور زرد رنگی را در اتاق دیدم. وقتی بیدار شدم مریض شده بودم و مامان تا یک ماه درگیر درمان من بود.

نظر در ابتدا کمی سخت می‌آید اما با کمک خدا این سختی آسان می‌شود.

۳ زهرا جان می‌خواهیم از خاطرات پدرت صحبت کنیم. برایمان از پدر بزرگوارت بگو؟

۵ ساله بودم که بابا شهید شد. خوب به یاد دارم بابا هر وقت از سرکار به خانه می‌آمد بعد از سلام و احوال‌پرسی با مامان قبل از هر کاری چند دقیقه‌ای با من بازی می‌کرد و بعد استراحت می‌کرد. بعدها که شنیدم شغل بابا چه بود برایم جالب بود که مرد بزرگی مانند او چگونه مثل بچه‌ها با من قایم باشک بازی می‌کرد. یا ما هر وقت با بابا برای خرید فروشگاه می‌رفتیم بابا دست مرا می‌گرفت و به طرف قفسه خوراکی‌ها می‌برد هر بار چندین کیسه خوراکی جدا برای من می‌خرید.

۴ از مهم‌ترین خصوصیات پدر کدام بیشتر در یادت مانده است؟

آن چیزی که خیلی یادم مانده است این است که بابا همیشه با رفتار و کارهایش سعی می‌کرد که به ما یاد دهد به نماز اول وقت اهمیت بدهیم. بابا در صندوق ماشینش سجاده‌ای بزرگ داشت، وقتی بیرون یا مسافرت می‌رفتیم اذان که می‌گفت ماشین را گوشه‌ای پارک می‌کرد تا نماز بخوانیم. بابا به نماز اول وقت خیلی تاکید داشت. یکی دیگر از خاطراتم از بابا رفتن به نماز جمعه بود. یادم می‌آید بابا هیچ وقت تنها نماز جمعه نمی‌رفت، همیشه جمعه‌ها خانوادگی به همراه مادر بزرگم به نماز جمعه می‌رفتیم. در خاطراتم همه جا مادر بزرگ با ما بود. بابا وقتی می‌خواست ماموریتی برود پیش مادر بزرگ می‌رفت و دستش را می‌بوسید و



درباره انیمیشن ایرانی که با داستان اصیل و
جذابش کلی سر و صدا کرده بیشتر آشنا شوید

آخرین داستان

صغری ایزدی ✨



از همان دوران نوجوانی آرزویم این بود اگر
روزی خواستم کاری بزرگ و آبرومندی برای
کشورم بکنم، فیلم یا انیمیشنی درباره
شاهنامه بسازم. داستان ضحاک هم برایم
بسیار جالب بود. همیشه این شخصیت
را در تصوراتم می‌دیدم و از نوجوانی
نقاشی‌هایش را می‌کشیدم تا بالاخره در
بزرگسالی شرايطی فراهم شد که بتوانم
کاری انجام دهم؛ بنابراین ترجیح دادم روی
شاهنامه و داستانی که همیشه دوستش

کارگردان انیمیشن آخرین داستان
می‌گویند: از نوجوانی به واسطه خانواده
و پدر و مادرم که بسیار کتابخوان
و علاقه‌مند به ادبیات بودند به
شاهنامه علاقه‌مند شدم. آن روزها
پدر و مادرم کتاب هزار و یک شب
یا شاهنامه را برای من می‌خواندند و
من با آن‌ها بزرگ شدم. روز به روز به
داستان‌ها و افسانه‌های
ایرانی علاقه‌مند شدم.

اشکان رهگذر
کارگردان انیمیشن
از دوران نوجوانی
خود می‌گوید



نگاهی کوتاه به انیمیشن آخرین داستان

انیمیشن آخرین داستان در مورد دوران پادشاهی جمشید است، دوران طلایی تاریخ اساطیری ایران. در مورد زمانی است که مردم دیگر گرسنه و تشنه نیستند، جمشید اسطوره‌ای است که از قدرت ماورایی برخوردار است. زندگی جمشید را غرور و خودخواهی پر کرده است، او به دیوها حمله می‌کند و این موضوع که برخلاف عهد و پیمان میان او و این موجودات است، باعث می‌شود جنگ بزرگی اتفاق بیافتد. سربازان جمشید و دیوها با یکدیگر می‌جنگند و در نهایت جمشید از سرزمین خود می‌رود و فرمانروایی را به مرداس می‌سپارد. مرداس اما چند روز بعد می‌میرد و فرزندش ضحاک پادشاه ایران می‌شود و تنها دختر جمشید به اسم شهرزاد را در قصر محبوس نگه می‌دارد چرا که به او علاقه خاصی دارد. ضحاک با اهریمن عهد و پیمان می‌بندد و به واسطه این پیمان، دیوهای تحت امر اهریمن سربازانش می‌شوند.

او دستور می‌دهد تا مالیات را دو برابر کنند و اگر مردم نمی‌توانند این مالیات را بپردازند، پس باید جوانان خود را برای کار به قصر بفرستند. این کار او باعث اعتراضات مردم شده و زمانی که او از سربازانش می‌خواهد که فرزندان نوزاد مردم را برای خوردن مغزشان به کاخ بیاورند، اعتراضات گسترده‌تر می‌شود. در آن زمان فردی به نام کاوه آهنگر بود که در برخی روایات ۱۷ فرزند پسر داشته و شانزده تا از آنها به دربار رفته بودند و خبری از زنده ماندن یا نماندشان نداشت، در یک مراسم خیابانی علیه ضحاک قیام می‌کند و مردمان زیادی هم با او متحد می‌شوند. آفریدون هم که یکی دیگر از معترضین است از سوی دیگر با عده‌ای شورشی بر علیه ضحاک قیام می‌کنند. ضحاک اما با دیوهایی که حالا سرباز او هستند جلوی مردم ایستادگی می‌کند اما کاوه به همراه آخرین فرزندش کارن (یا همان قارن) و آفریدون و بسیاری از مردم جلوی او ایستادگی می‌کنند. در نهایت در طی نبردی نهایی، آفریدون می‌تواند ضحاک را شکست دهد ولی هنگامی که می‌خواست او را بکشد سروش ایزدی بر او ظاهر شده و به او می‌گوید که با کشتن ضحاک، تمام شیطان‌ها و خبائث‌هایی که درون این مرد و مارهایش جمع شده در دنیا آزاد می‌شود و نباید او را کشت. به همین دلیل آفریدون تصمیم می‌گیرد با کمک کاوه آهنگر او و مارهایش را به غل و زنجیر ببندد و او را در دل کوه دماوند به زنجیر بکشند و ادامه ماجرا...



داشتم کار کنم. داستان ضحاک را دوست داشتم. چون همیشه به نظرم می‌آید هر کدام از ما می‌توانیم یک ضحاک یا یک فریدون باشیم من تمام نوجوانان و جوانان را دعوت می‌کنم تا بیشتر در مورد تاریخ فرهنگ و ادبیات این مرز و بوم مطالعه کنند و با قهرمانان خودمان بیشتر آشنا شوند متأسفانه با فرهنگسازی غلطی که غربی‌ها انجام داده‌اند بچه‌ها با قهرمان‌های توخالی آنها بیشتر آشنا هستند.



مدیران کوچک



آتنا آهنگری

شاید شنیدن اینکه مدرسه ای توسط دانش آموزان اداره می شود چندان تعجب آور نباشد، اما اینکه دانش آموزان مدرسه ای هم پای معلمان و مسئولان مدرسه در اداره مدرسه شان نقش دارند کمی جالب باشد. مدرسه هیئت امنایی دور اول پسرانه شهید چمران در منطقه ۱۷ شهر تهران از جمله این مدارس است که با داشتن بیش از ۲۳۰ تشکل دانش آموزی این فرصت را به دانش آموزان می دهد تا در کنار درس، مدیریت و مهارت را هم یاد بگیرند. فعالیت های مختلف دانش آموزان باعث شد تا ساعاتی در کنار دانش آموزان نوجوان این مدرسه حاضر شویم تا بر ایمان از برنامه ها و فعالیت شان در مدرسه بگویند.



از اداره مدرسه تا پاسخ به سئوالات دینی

داخل اتاق معاونت سه- چهار نفر از دانش آموزان حضور دارند. هر کدام کاری انجام می دهند. محمد پشت میزی نشسته و پاسخ چند نفر از اولیاء را می دهد. مشخص است که برای موجه کردن غیبت فرزندشان آمده اند. امیرحسین هم در حالی که میکروفن در دست دارد بچه ها را برای ایستادن در صف دعوت می کند. در گوشه ای از اتاق حسین در حال مرتب کردن تعدادی برگه است. مهارت بچه ها در انجام مسئولیت هایی که بر عهده دارند به گونه ای است که نشان می دهد درسشان را خوب بلدند. از اتاق معاونت خارج می شوم و به طرف نمازخانه در طبقه دوم می روم. از محمد صالح حاجی علیزاده مسئول تشکل نمازخانه شنیده ام بچه هایی که مورد تأیید امام جماعت مدرسه هستند به عنوان کارشناسان دینی پاسخگوی سئوالات دینی دیگر دوستانشان می شوند. محمد صالح می گوید: «تشکل اسوه هم یکی دیگر از تشکل ها است که مردان بزرگ و ماندگار تاریخ را به دانش آموزان معرفی می کند.» در نمازخانه مهدی امانی مسئول تشکل قرآن را می بینم او می گوید: «با چند نفری از دوستانم قرآن ختم می کنیم سعی می کنیم هر ماه یک ختم قرآن داشته باشیم.»

ساعاتی در مدرسه هیئت امنایی شهید چمران

دانش آموزان همه فن حریف



تشکل ورزشی و روی سپیدان

اتفاق ورزش هم در گوشه ای از حیطه مدرسه قرار دارد. محمدمانی مشتاقی مسئول تشکل ورزش دربارۀ فعالیت این تشکل می گوید: «ما زیر نظر معلم ورزشمان فعالیت می کنیم. وظیفه تشکل ورزشی برگزاری مسابقات و المپیادهای ورزشی است. البته نگهداری از وسایل ورزشی و آموزش ورزش را هم بر عهده داریم.» نام تشکل روی سپیدان را که می شنوم برایم جالب است که بدانم کارشان چیست؟ متین علی قارداش رئیس تشکل روی سپیدان پاسخ سؤال مرا دربارۀ فعالیت این تشکل اینگونه می دهد: «تشکل روی سپیدان از حدود ۱۰ دانش آموز معتمد مدرسه تشکیل شده است. اگر دانش آموزی از نظر اخلاقی یا رفتاری کاری انجام دهد که مورد پسند مدرسه نباشد. در ابتدا به ما معرفی می شود، ما به وی تفهیم موضوع می کنیم و فرصت می دهیم از خود دفاع کند. اگر اعتراضش مورد تایید قرار نگیرد طبق آئین نامه انضباطی مدرسه با وی برخورد می شود و در پایان اگر به رای صادره اعتراض شود پس از بررسی رای نهایی صادر و بین نیم تا دو نمره انضباط از دانش آموز خاطی کم می شود.

اداره مدرسه توسط دانش آموزان

سعید جداخانلو معاون پرورشی مدرسه دربارۀ فعالیت تشکل های دانش آموزان در مدرسه می گوید: «اینجا برای حضور در برنامه ها و فعالیت های مدرسه اجبار نداریم. ارتباط ما با دانش آموزان دوستانه و صمیمانه است. هر تشکل در مدرسه کاری انجام می دهد و مسئولیتی دارد. برای عضویت در تشکل در ابتدا بچه ها آموزش دیده سپس عضو می شوند.» مراسم ها و مناسبت ها در مدرسه شهید چمران توسط تشکل مناسبت ها انجام می شود. جداخانلو دربارۀ فعالیت این تشکل می گوید: «در هر مناسبت ملی و مذهبی تشکل مناسبت ها مسئولیت اجرای برنامه ها را بر عهده دارد. از سخنرانی تا مولودی خوانی و مداحی و پذیرایی همه را اعضای تشکل مناسبت ها انجام می دهند.» از این همه کار در مدرسه تعجب می کنم. وقتی از آقای جداخانلو می پرسم نظارت و اجرای این همه کار سخت نیست در پاسخ می گوید: «بچه ها با علاقه و اشتیاق در اجرای برنامه های مدرسه شرکت می کنند به همین دلیل چون تقسیم کار شده و بخشی از کار را خود بچه ها انجام می دهند پس کار چندان هم سخت نیست.»

بزرگترین تشکل مدرسه

شورای دانش آموزی در مدرسه شهید چمران وظیفه ای سنگین بر عهده دارد و می توان گفت بزرگ ترین تشکل به شمار می رود. علی تیموری رئیس شورای دانش آموزی دربارۀ فعالیت این تشکل می گوید: «تشکل شورای دانش آموزی بررسی نظرات دانش آموزان آن را به مدیر مدرسه اعلام می کنند.» جلسات شورا هر هفته ۲ بار برگزار می شود و در مواقع ضروری حتی به ۳ بار در هفته هم می رسد. در طبقه دوم، اتاق تشکل ها قرار دارد که اعضای تشکل ها در آنجا جلسات خود را برگزار می کنند و تصمیم گیری ها را اجرا می کنند. تشکل کتابخانه هم یکی دیگر از فعالترین تشکل ها است. کتابخانه مدرسه شهید چمران با ۴۲۰۰ جلد کتاب و ایجاد فضایی مناسب برای مطالعه دانش آموزان است و فرهنگ کتابخوانی را رواج می دهد. کتابخانه هم مانند بسیاری از بخش های مدرسه توسط دانش آموزان اداره می شود. دانش آموزان مدرسه معتقدند عظیم گل محمدی مدیر مدرسه مانند یک پدر مهربان و دلسوز حواسش به بچه ها است. او نام بیشتر دانش آموزانش را می داند و در مناسبت های مختلف به آنها هدیه می دهد. در مدرسه چمران مسئولان مدرسه با دانش آموزان دوست هستند و هوای آنها را دارند. عظیم گل محمدی مدیر مدرسه شهید چمران دربارۀ دلیل تصمیمش بر ایجاد مدرسه ای مهارت آموز و تشکل محور می گوید: با توجه به شرایط کنونی جامعه، ما باید دانش آموزی تربیت کنیم که اگر نتواند پشت میز بنشیند، اعتماد به نفس و انگیزه اش را از دست ندهد و با توانایی های خود مسیر پیشرفتش را پیدا کند. در طرح مهارت محوری، دانش آموز با شیوه اجرای امور مختلف آشنا می شود و نقش های آینده خود در جامعه را امروز و در مدرسه تأمین می کند. چنین نسلی در جامعه کمتر آسیب می بیند و دچار بزهکاری نمی شود.

۵۳ اردوی علمی و تفریحی و زیارتی و خانوادگی سال تحصیلی گذشته در مدرسه شهید چمران برگزار شد.

۴۲۰ دانش آموز در پایه های مختلف در دبیرستان دور اول پسرانه هیئت امنایی شهید چمران تحصیل می کنند.

قهرمان من

ناگفته هایی از
محمد حسین فهمیده
نوجوانی که با شجاعتش
درس بزرگی به همه ما داد

قهرمان ۱۳ ساله

امیرحسین علومی ✨

زمانیکه از حضرت امام (ره)

سوال کردند چه کسانی می توانند پشتیبان شما باشند و از دین دفاع کنند؟ آنها چه افرادی هستند؟ ایشان فرمودند سربازان من در گهواره ها هستند و همین حس درونی حضرت امام باعث شد شخصی چون شهید فهمیده عاشق امام (ره) شده و در سن نوجوانی با فرمان امام بسیج شده و به سمت جبهه ها برود.

قطعه ۲۴

چهلمین روز شهادت محمد حسین به بهشت زهرا(س) رفتیم تا سنگ قبرش را برای مراسم بگذاریم مادرم گفت این نوشته روی سنگ را برای من بخوانید ببینم چه نوشته؟ من اشعار و ... را خواندم و گفتم قطعه ۲۴ ردیف ۴۴ شماره ۱۱! مادرم گفت بگردید ببینید آقای طالقانی اینجا به خاک سپرده شده؟ نگاه کردم و گفتم بله مادر اتفاقا چند قدمی اینجا است. مادرم شروع به گریه کردن کرد. از او سوال کردیم جواب نداد. چند روزی که گذشت مادرم گفت: مشغول جارو کردن بودم دیدم کسی داخل آشپزخانه شد صدای در را که شنیدم صدا زدم حسین؟ جواب نداد. در آشپزخانه را که باز کردم پرید بغلم و گفتم محمد حسین کجا بودی؟ گفت: سر قبرم. خندیدم و گفتم مگر قبر تو داخل آشپزخانه است؟ گفت: نه مادر قبر من بهشت زهراست قطعه ۲۴ کنار قبر آقای طالقانی. گفتم حسین جان اینقدر بهشت زهرا بهشت زهرا می کنی یکبار مرا بهشت زهرا ببر ببینم چه شکلی است؟ گفت مادر آنقدر بهشت زهرا بروی که خسته شوی.



خانواده ما افتخار داشت سه سال پس از شهادت محمد حسین دسته گل دیگری تقدیم انقلاب کند. برادرم داوود هم به جمع شهدا پیوست و تقریباً دو سه قدمی محمد حسین به خاک سپرده شد. ماه هر هفته به همراه پدر و مادر سر قبر آنها می رفتیم. اما الان بواسطه کهنسالی نمی توانند هر هفته بروند. مادر می گوید: یاد حرف محمد حسین می افتم که می گفت: آنقدر بهشت زهرا بروی تا خسته شوی.



شجاعت و شهادت

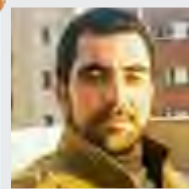
اتفاقاتی که قبل از شهادتش رخ داده بود را دوستان محمد حسین برای ما تعریف کردند و می گفتند در یک خیابان ۸ متری و کوچک بودیم، باید از آن معبر مراقبت می کردیم تا مبادا عراقی ها عبور کنند و خرمشهر به دست نیروهای عراقی بیفتد، وقتی عراقی ها آمدند شروع به دفاع کردیم. ناگهان تانکی نزدیک شد، افرادی که آنجا بودند می گفتند ما محمد حسین را دیدیم که با شجاعت تمام نارنجک به دست به سمت تانک رفت، چون نارنجک حتما باید به زیر تانک زده می شد تا موجب انفجار شود. زمانی که محمد حسین به طرف تانک عراقی می دوید چند گلوله نیز به سمت او شلیک شد، او به زیر تانک رفت و در یک لحظه تانک عراقی منفجر شد، ما تصور کردیم که محمد حسین توانسته خودش را نجات بدهد. شهید بختیاری می گفت به دوستانم گفتم، بگردید و حسین ریزه را پیدا کنید، چون کوچک و خیلی زبل بود در جبهه به او حسین ریزه می گفتند، می گفت: بعد از مدتی گشتن پیکر او را زیر تانک پیدا کردیم که کاملاً سوخته بود. شهید بختیاری می گفت: محمد حسین برای این کار لحظه ای حتی فکر نکرد، این کار را از روی عشق به میهن و امام (ره) انجام داد، همیشه در جمع همزمانش می گفت: «من آرزویم این است که جانم را فدای انقلاب و امام (ره) بکنم.

فرشته فهمیده خواهر شهید محمد حسین فهمیده ناگفته های زندگی این شهید دانش آموز را اینگونه برایمان بیان می کند: سال ۵۷ حسین فعالیت های انقلابی خود را آغاز کرد. دو روز قبل از بازگشت امام خمینی (ره) به ایران محمد حسین با وجود اینکه در شلوغی ها به علت تصادف در بیمارستان بستری بود، با اصرار فراوان و بدون گوش کردن به حرف های پزشک از بیمارستان مرخص شد و با برادر دیگرش شهید داوود به تهران آمدند تا از این موضوع اطمینان پیدا کنند. همیشه سخنرانی های امام (ره) را با دقت و علاقه ای خاص گوش می کرد.



احترام به پدر و مادر

محمد حسین مثل یک معلم خوب برای من و خواهرم بود، همواره سعی می کرد به ما احترام گذاشتن به پدر و مادر را بیاموزد. اخلاق و رفتار او برای من و خواهرم الگو شده بود. شهید بختیاری یکی از هم زمانش از عشق و علاقه محمد حسین به مادرم خاطره ای را برایمان تعریف کرده بود، می گفت: شب قبل از شهادت اصرار کرد روی دستش بخوابد، چفیه اش را روی دست شهید بختیاری پهن کرده بود و سرش را روی دست او گذاشته بود و گریه می کرد. شهید بختیاری می گفت از او پرسیدم: حسین جان تو که مرد هستی چرا گریه می کنی؟ اما حسین گفت: دلم برای مادرم خیلی تنگ شده و دوست دارم برگردم و یکبار دیگر دستش را ببوسم و از او خداحافظی کنم. این موضوع باعث شد شهید بختیاری پس از شهادت محمد حسین ما را پیدا کرده و همان چفیه را به دست پدر و مادرم برساند.



✦
مصطفی تشویقی
مشاور نوجوانان و روان درمانگر

سخاوت و بخشندگی درست را یاد بگیریم

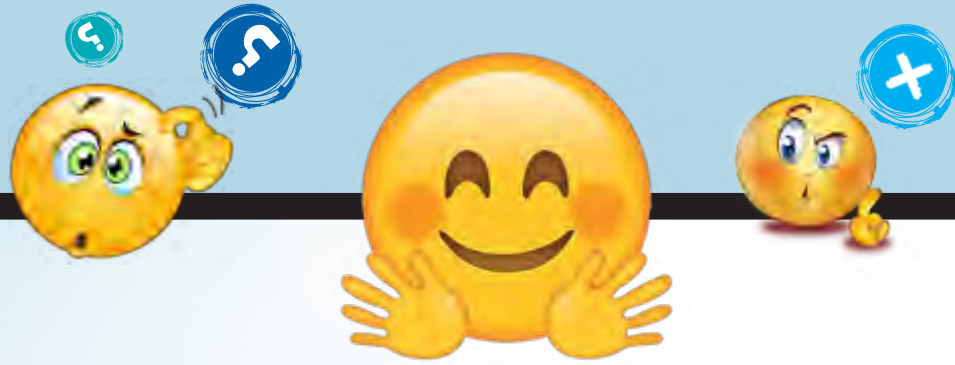
این هم مال تو!

✦ معصومه ماه پیکر



دوران نوجوانی دوران حساسی است. به گفته کارشناسان و روانشناسان دوره ای است که هر کدام از شما عزیزان شاید در تصمیم گیری هایتان دچار شک و تردید بشوید، برایتان سوال پیش بیاید این کار درست است یا غلط، یکی از بهترین و متعالی ترین خصوصیت و رفتار انسانی بخشندگی و سخاوت است، شاید شما هم شنیده باشید خدا بچه هایی را که بخشنده هستند بیشتر دوست دارد. بخشندگی و سخاوت یکی از صفاتی است که اسلام به آن بسیار توصیه می کند. کودکانی که بخشندگی و کمک به هم نوع را در محیط خانواده یاد می گیرند، احساس تعهد و مسئولیت پذیری آن ها در برابر جامعه بیشتر است. اما چطور می توانید بخشندگی را یاد بگیرید و راه و رسم درست آن را بدانید، این مطلب را به دقت بخوانید.





به نکته مهمی اشاره کردید «آداب کمک کردن»، می شود بیشتر توضیح بدهید؟

بله ببینید وقتی ما مصمم شدیم که کمک کنیم و از کمک کردن خود مطمئن شدیم باید سعی کنیم به نحوی برخورد کنیم که شخصیت دوست و یا هم کلاسی ما و هر شخصی که ما به او کمک می کنیم صدمه نبیند و شخص کمک گیرنده دچار سرخوردگی و افسردگی نشود، باید به شکلی کمک کنیم که هدف ما، حس محبت و انسان دوستی، برای آنها مشخص باشد و با این کمک، جایگاه انسانی او حفظ شود. البته فراموش نکنید طوری برنامه ریزی کنید که با این کمک کردن لطمه ای به خود شما وارد نشود.



کمک کردن چه تاثیری در شخصیت و روح هر فرد دارد؟

ببینید اگر بخواهیم به نوجوان های عزیز شفاف تر بگوییم، کمک کردن یکی از والاترین صفات انسان است، از همین جمله معلوم می شود که هر چقدر روحیه کمک کردن در آنها تقویت بشود، قطعاً آرامش روحی و فکری بیشتری خواهند داشت و همین آرامش به آنها کمک خواهد کرد زندگی بهتری داشته باشند. نوجوانی که به دوستان و اطرافیان خود کمک می کند گذشت و سخاوت را یاد می گیرد و این یادگیری زندگی آینده او را در بسیاری از جهات تقویت و تضمین می کند.



پیامبر صلی الله علیه و آله:

خداوند کمک به اندوهگین و یاری خواه را دوست دارد.

امام علی علیه السلام:

خوشابه حال آن کسی به دیگران نیکی کند و برای آخرت خود توشه ببرد.

امام صادق علیه السلام:

هر مؤمنی که گرفتاری و مشکلات دوست و برادر مومن خود را بر طرف کند، خداوند هفتاد گرفتاری دنیا و آخرت را از او دور می سازد



به عنوان اولین سؤال نوجوانان چه طور باید یاد بگیرند بخشنده باشند؟

ببینید اولین و مهم ترین تفاوت انسان با سایر مخلوقات در این است که انسان صفات متعالی و بزرگی دارد، این صفات همان نعمت های بی کرانی است که خداوند متعال به تک تک ما داده است، هر چقدر ما این صفات را بیشتر پرورش بدهیم و در مورد آنها بیشتر مطالعه کنیم و الگوهای درستی در بین بزرگان دین و علم برای خودمان پیدا کنیم، قطعاً هم به خدا نزدیک تر خواهیم شد و هم روح و شخصیت آرام تر و بزرگتری خواهیم داشت، اما برای اینکه بدانیم چه طور باید یاد بگیریم بخشنده باشیم، اول باید بدانیم اصلاً معنی بخشنندگی و سخاوت چیست، بخشنندگی یعنی کمک به هم نوع ولی همیشه شاید این جمله کاربرد نداشته باشد، ما در برابر هر نوع کمکی نباید سریع واکنش نشان بدهیم، بلکه باید خوب در مورد آن فکر کنیم و آن را با ارزش های دینی و قانونی مقایسه کنیم بعد کمک کنیم، حتی می توانیم از بزرگتر ها در مورد کمک کردن و موقعیت هایی که به کمک ما احتیاج است مشورت بگیریم، فراموش نکنیم کمک کردن خوب است خیلی خوب، ولی اگر کسی از ما درخواست غلط و کمکی نادرست کند امکان دارد که هم به جسم و هم روح ما و حتی زندگی ما لطمه وارد کند، بنابراین در این مواقع باید یاد بگیریم به صراحت و بدون تعارف پاسخ نه بدهیم و از کمک کردن به این افراد دوری کنیم



توصیه شما به نوجوانان برای اینکه الگوی مناسب کمک کردن را پیدا کنند چیست؟

پدر و مادر و بزرگترهایی که نقش تاثیر گذاری در زندگی هر فرد دارند می توانند بهترین الگو باشند، البته بین بزرگان و علمای دینی و حتی شخصیت های اجتماعی به خصوص شهدای ما داستان ها و روایت های بسیاری در مورد سخاوت و کمک وجود دارد که با مطالعه تک تک آنها بچه های عزیز می توانند راه و رسم کمک کردن را یاد بگیرند، چرا که کمک کردن خود نیز آدابی دارد.





پیشنهاد گردشگری



استان لرستان



به تماشای گنبد آجری



گنبد مخروطی شکل امامزاده روستای امامزاده قاسم (ع) در استان لرستان بهترین نشانی برای غریبه و آشناست. گنبد آجری امامزاده از دور دست‌ها دیده می‌شود. این مکان مقبره دو امامزاده به نام‌های زید و قاسم است. اهالی این‌جا می‌گویند حدود ۸۰۰ سال قبل شخصی به نام سید میر نظام‌الدین مدنی در مسیر سفر حرم مطهر امام رضا (ع) گذرش به این روستای کهن می‌افتد و شبی را مهمان اهالی روستا می‌شود. در خواب، امامزادگان به خواب او می‌آیند و مکان دفن خود را به او نشان می‌دهند. او اگر چه اول به آنچه در خواب می‌بیند اعتنایی نمی‌کند اما با تکرار خواب بر خود واجب می‌بیند که به دستور دو امامزاده برای ساخت آرامگاه عمل کند. مخارج ساخت این بنای عظیم از گنجینه‌ای که اطراف محل دفن آن دو امامزاده یافت شد تامین می‌شود. برای زیارت این امامزاده مسیر سختی در پیش ندارید. کافی است از جاده اصلی شهر ازنا - اراک پس از ۱۴ کیلومتر جدا شوید و راه مومن آباد را در پیش بگیرید. پس از مومن آباد به روستای امامزاده قاسم (ع) خواهید رسید.



مکان: روستای امامزاده قاسم (ع)
موقعیت مکانی: ۵۰ کیلومتر از جاده اراک - ازنا در استان لرستان



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.



امیر حسین علومی ✨

گردشگری

فیلم

کتاب

بازی

۲۶

بچه‌جوان

پیشنهاد بازی



هشتمین حمله



بازی موبایلی و ایرانی «هشتمین حمله»
بازی جدیدی است که به موضوع جنگ
تحمیلی ایران و عراق پرداخته است.

در طول مراحل بازی، شما در نقش
سربازی قرار گرفته‌اید که پشت
یک سنگر پناه گرفته و تک و تنها
سعی در جلوگیری از نفوذ دشمن را
دارد. شما در این بازی ۳ مدل اسلحه
در اختیار دارید. کنترل بازی با دو
روش امکان پذیر است هم می‌توانید
با تکان دادن گوشی موبایل خود
و هم با حرکت انگشت خود روی
صفحه‌ی نمایش به سمت دشمن
هدف‌گیری کنید. سنگری که پشت
آن پناه گرفته‌اید هم فقط جنبه‌ی
ظاهری دارد و کوچکترین فرصت به
دشمن باعث اصابت تیر به شخصیت
شما می‌شود و در تمام مدت باید از
سرعت عمل بالایی برخوردار باشید.



قصه کتاب از لحظه حمله
عراقی‌ها به قرارگاه ایران و
رفتن چهار شخصیت داستان
برای شناسایی محل و قرارگاه
عراقی‌ها قبل از شب حمله
آغاز می‌شود. در شب شناسایی
مسائل و مشکلات فراوانی
پیش پای آنها قرار می‌گیرد
و لحظات نفس‌گیری را تجربه
می‌کنند، اما حاضر به بازگشت
نمی‌شوند و تا قلب دشمن
پیش می‌روند و سرانجام در
این عملیات موفق و پیروزمانده
از هم رزمان استقبال می‌کنند.
این کتاب را از دست ندهید

گردان ۴ نفره

نویسنده: احمد دهقان

نام انتشارات: سوره مهر

سال انتشار: ۱۳۹۶

پیشنهاد کتاب



پیشنهاد فیلم



پرواز ممنوع

نویسنده و کارگردان:
امیر داسارگر

تهیه‌کننده: حامد بامروت نژاد

بازیگران: هادی حجازی فر - محمد فیلی

متین پاکزاد - متین کرمانی - علیرضا اکبری

علی زکریایی - زین العابدین تقی‌پور

این فیلم ماجراجویانه، داستان
سه نوجوان است که در حین
آماده شدن برای مسابقه ساخت
پهپاد، با پیدا شدن یک پوزپلنگ
در حوالی محل زندگی‌شان، وارد
مسائل و درگیری‌های مختلف
و مهیجی می‌شوند. این سه
نوجوان در حین آمادگی برای
مسابقه با افرادی مواجه می‌شوند
که از سایت موشکی برای
اسرائیل جاسوسی می‌کردند و...

نوجوان مخترع و رتبه اول جشنواره خوارزمی از رمز موفقیتش می گوید:

نوجوانان را باور کنید

میثم علمی



نوجوانی دوره ای است که فرد دوست دارد خود را به دیگران ثابت کند. جشنواره نوجوان خوارزمی از جمله جشنواره هایی است که نوجوانان با حضور در آن دانش و آگاهی و اختراعاتشان را به رخ می کشند. داوران این جشنواره با شناسایی مخترعین و نخبگان تلاش می کنند تا راه را برای پیشرفت آنها هموار سازند. «عرفان مرادی» نوجوان ۱۵ ساله از جمله نوجوانان تلاشگر و مخترعی است که توانسته با اختراع ساعت هوشمند رتبه اول استانی جشنواره خوارزمی را از آن خود کند و به مرحله کشوری راه یابد. پای صحبتش نشستیم تا برایمان از رمز موفقیتش بگوید.





بازارچه راهی بری شرکت در جشنواره

دانش آموز مخترع نمی دانست ساعتی که ساخته است می تواند یک اختراع باشد. او می گوید: «هر سال در مدرسه مان بازارچه ای برگزار می شود تا دانش آموزان دست سازه های خود را برای فروش بگذارند. من هم ساعتی که ساخته بودم را برای فروش به بازارچه آوردم. دبیر کار و فن آوری مان وقتی ساعت را در بازارچه دید گفت ساعت را ببر دفتر دبیران تا با هم صحبت کنیم. تصور می کردم می خواهد آن را بخرد. قیمتی که برای ساعت گذاشته بودم همان ۵۰ هزار تومان و قیمت تمام شده ساخت ساعت بود. وقتی آقای محمدی دبیر کار و فن آوری با من درباره ساعت صحبت کرد فهمیدم این دست سازه یک اختراع است. با کمک آقای گل محمدی مدیر مدرسه و آقای محمدی دبیر کار و فن آوری توانستم در جشنواره خوارزمی شرکت کنم و با کسب رتبه اول به مسابقات کشوری که چند ماه دیگر برگزار می شود راه پیدا کنم.»



نباید به بیگانه محتاج باشیم

نوجوان مخترع کشورمان از اینکه طرحش در جشنواره پذیرفته شده است خوشحال است. او می گوید: «جوانان و نوجوانان ایرانی افراد باهوش و مستعدی هستند که می توانند نیازهای خودشان را بسازند. تنها باید امکانات فراهم باشد. آن طور که از بزرگترهایم شنیده ام شهیدایمان با جان فشانی های خود نگذاشتند تا کشور ما زیر سلطه بیگانه و دشمن برود ما هم باید تلاش کنیم با اختراعات جدید هر چند کوچک راه آنها را ادامه دهیم و برای نیازهایمان به بیگانگان محتاج نشویم.»

اغلب دانش آموزان به ویژه آن هایی که صبح زود به مدرسه می روند نگران به موقع بیدار شدن هستند. ترس از خواب ماندن و به کلاس درس نرسیدن به خصوص هنگام امتحانات باعث می شود تا دانش آموز در طول شب هم نتواند خواب راحتی داشته باشد. همین موضوع باعث شد تا عرفان مرادی دانش آموز پایه نهم به فکر اختراع ساعت هوشمند بیافتد. عرفان از دلیل اختراعش برایمان می گوید: «ایده و پیشنهاد اختراع ساعت که اسمش را ساعت هوشمند گذاشته ام از طرف پدرم بود. با پیشنهاد پدر که گفت: باید ساعتی داشته باشی که هنگام بیدار شدن از خواب سطح هوشیاری فرد را بسنجد، مرا به فکر ساخت این ساعت انداخت.» ساخت ساعت هوشمند برای عرفان تنها دو هفته زمان برد.



اختراعی که تنها ۵۰ هزار تومان هزینه داشت

عرفان ساعتش را با ۵۰ هزار تومان ساخته است. او به هزینه صرف شده برای اختراعش اشاره می کند و می گوید: «ساخت ساعت هوشمند برایم ۵۰ هزار تومان تمام شد. بعضی افراد فکر می کنند برای اینکه اختراعی داشته باشند باید هزینه زیادی صرف کنند و همین موضوع باعث می شود تا برای ایده هایی که در ذهن دارند قدم جلو نگذارند حال آنکه گاهی اوقات با کمترین مبلغ هم می توان اختراع کرد.» ساعت هوشمندی که عرفان ساخته است تا سطح هوشیاری فرد همچنان زنگ می زند. او درباره کارکرد اختراعش می گوید: «یکی از کارهای ساعتی که ساختم این است که وقتی زنگ می زند فرد باید تا چندین ثانیه کلیدی را همچنان نگه دارد تا زنگ ساعت قطع شود در غیر این صورت ساعت با تغییر صدا و آلام همچنان زنگ می زند. نگه داشتن کلید ساعت باعث می شود تا فرد به سطح هوشیاری کامل برسد یا به قول خودمان خواب از سرش بپرد.» او حرف هایش را ادامه می دهد: «از دیگر کاربردهای ساعت این است دمای محیط را نشان می دهد.»





کارشناس:

محمد ابراهیم ابراهیمی

تحصیلات:

دکترای طب سنتی



کارشناس طب سنتی مجله از عوامل و درمان بیماری
واگیردار آبله مرغان به شما بچه های عزیز می گوید

تاوول های خارش دار

گردآوری: میثم علومی ✨



با آغاز فصل سرما بیماری آبله مرغان بین نوجوانان شیوع پیدا می کند. این بیماری نوعی بیماری عفونی و واگیردار است که اگر شما تا به حال نگرفته باشید امکان ابتلا به آن را دارید. دوره پنهان این بیماری یعنی زمان ورود عامل بیماری زا در بدن شما تا زمان بروز علائم بیماری معمولاً بین ۱۴ تا ۲۱ روز است که نشانه های خفیفی دارد. بعضی از بیماران ممکن است سردرد و تب داشته باشند در حالی که در بیشتر موارد علامت خاصی به جز جوش های قرمز رنگ پوستی خارش دار دیده نمی شود. این جوش ها ممکن است در تمام بدن شما حتی روی زبان و داخل چشم شما هم دیده بشود. تا زمانی که این جوش ها هستند احتمال انتقال بیماری به افراد دیگر هم وجود دارد. پس باید حواستان جمع باشد که از هم سن و سال های خود که دچار این بیماری شده اند تا بهبودی کامل فاصله بگیرید.





مراقب التهاب جوش های قرمز باشید

اگر به آبله مرغان دچار شدید سعی کنید تا می توانید استراحت کنید، از خارش جوش های خود به نحوی که زخم شوند خودداری کنید چون جای این جوش ها شاید برای همیشه بماند و از بین نرود. سعی کنید داروهای خود را منظم بخورید.



توصیه هایی برای پیشگیری از مبتلا شدن به آبله مرغان

برای اینکه به آبله مرغان مبتلا نشوید باید همیشه مراقب سلامتی و بهداشت محیط تان باشید، قبل از هر چیز مطمئن شوید که واکسن مربوط به این بیماری در دوره های زمانی مشخص به شما تزریق شده است. وقتی که یکی از دوستان شما مشکوک به آبله مرغان است و جوش های قرمز رنگ در تمام بدن او دیده می شود سعی کنید از او فاصله بگیرید زیرا این بیماری از طریق تماس تنفسی به سرعت پخش می شود و افرادی که قبلاً آبله مرغان نگرفته اند را به سرعت به این بیماری دچار می کند. سعی کنید هر روز به دفعات دست ها و صورت خود را با مایع شست و شوی مخصوص و آب ولرم بشویید و خوب خشک کنید. از وسایل دوستان و همکلاسی های خود سعی کنید کمتر استفاده کنید و در صورت استفاده دستان خود را به دقت بشویید. از غذاها و خوراکی هایی که نسبت به سلامتی و بهداشتشان شک دارید خودداری کنید.



نسخه های سنتی

۱ روش های درمانی در آبله مرغان با استفاده از روش های طب سنتی بسیار ساده و در دسترس است. دکتر ابراهیمی به افرادی که مبتلا به این بیماری می شوند توصیه می کند از داروهای گیاهی استفاده کنند. اولین توصیه ی متخصص طب سنتی مجله استفاده از جوش شیرین است؛ «یک و نیم قاشق غذاخوری جوش شیرین را در یک لیوان آب بریزید و هم بزنید. سپس با استفاده از یک لیف حمام نرم محلول را روی نقاطی که خارش دارد بمالید و اجازه دهید خشک شود. جوش شیرین می تواند به کنترل خارش و سوزش ناشی از آبله مرغان کمک کند. یکی دیگر از روش ها ترکیب نصف یا یک فنجان جوش شیرین در آب وان حمام و قرار گرفتن بیمار به مدت ۳۰ دقیقه در آن است.

۲ دکتر ابراهیمی به روش های دیگر درمانی که یکی از آن ها استفاده از سرکه است اشاره می کند و می گوید: «برای درمان محل زخم های آبله می توانید روی سرکه ی قهوه ای حساب کنید. این سرکه خارش پوست را برطرف می کند و زخم های ناشی از جوش های آبله مرغان را به سرعت بهبود می بخشد. فقط کافی است یک دوم فنجان سرکه ی قهوه ای را به آب ولرم وان حمام اضافه کرده و به مدت ۱۰ تا ۱۵ دقیقه در آن حمام کنید یا این که پنبه را به سرکه آغشته کنید و روی محل زخم ها قرار دهید. عسل هم به کاهش خارش و التیام تاول های ناشی از آبله مرغان کمک می کند. عسل خالص را روی تاول ها قرار دهید تا خارش و التهاب کاهش پیدا کند. این کار را دو تا سه بار در روز می توانید انجام دهید.

۳ سوپ تهیه شده از هویج و گشنیز در درمان آبله مرغان بسیار مفید است. این ها سرشار از آنتی اکسیدان هستند و خوب شدن بیماری شما را سرعت می بخشند. برای تهیه ی این سوپ یک فنجان هویج خرد شده را با یک و نیم فنجان برگ گشنیز تازه در دو و یک چهارم فنجان آب جوشانده بریزید و یک ساعتی اجازه دهید جوش بخورد. این سوپ را یکبار در روز به مدت یک ماه مصرف کنید.



بیچہ ہا مواظب باشید

[illegible]



کارشناس:

سمیه سادات لوح موسوی

نویسنده و پژوهشگر
حوزه سلامت نوجوان



راهکارهای کاربردی و مفید

پسران و دختران عزیز قبل از هر کاری سعی کنید برای استفاده از موبایل و تبلت یا کلا فضای مجازی و شبکه‌های اجتماعی اطلاعات کافی و مفید از معلمان، بزرگترها به خصوص پدر و مادر و حتی برادر یا خواهر بزرگتر خود کسب کنید.



اگر دوستان و هم کلاسی‌های شما کانال، محیط‌ها و یا صفحه‌های مشخصی را به شما معرفی کردند در مورد آن‌ها تحقیق کنید، با بزرگترهای خود در میان بگذارید تا آن‌ها راهنمایی دقیق و درستی بکنند، شاید این صفحه‌ها و یا فضاها برای شما خطرناک و مضر باشد.



سعی کنید برنامه و زمان‌بندی مشخص و جامعی برای استفاده از اینترنت و یا شبکه‌های اجتماعی و فضای مجازی داشته باشید، عادت کردن و به نحوی اعتیاد به این فضاها شما را از دنیای واقعی دور خواهد کرد، پس نگذارید بیشتر ساعت شما را بگیرند و به درس و زندگی شما لطمه وارد نکنند.



از بزرگترهای خود بخواهید که محیط‌های مناسب با سن و سال شما را به شما معرفی کنند محیط‌هایی که هم بی‌خطر باشند و هم اطلاعات مفید و کاربردی به دست بیاورید.



سعی کنید بیشتر وقت خود را به مطالعه درس‌ها و کتاب‌های مفید بگذرانید و اولویت اصلی شما مطالعه و یادگیری باشد، استفاده از فضای مجازی و کلا موبایل و تبلت شما را تنبل می‌کند و صدمات جسمانی نیز به شما وارد می‌کند، به خاطر همین ما توصیه می‌کنیم استفاده از کلاس‌های ورزشی را فراموش نکنید.



به جای اینکه دوستان مجازی پیدا کنید با دوستان و هم‌کلاسی‌های واقعی خود وقت بگذرانید چرا که شما افرادی که در فضای مجازی هستند، نمی‌شناسید و نمی‌دانید آنچه که خود را معرفی می‌کنند اصلاً واقعی است یا نه، شاید حتی آن‌ها افرادی باشند که سنشان خیلی بیشتر از شما باشد و به دروغ قصد فریب شما را داشته باشند.

امروزه با ورود وسایل ارتباطی گوناگون مثل تبلت، موبایل و ... در زندگی همه ما مخصوصاً نوجوانان عزیز و فضای مجازی و شبکه‌های اجتماعی که بیشتر ما درگیر آن شده‌ایم و ساعاتی را در طول روز در اینترنت و شبکه‌های مجازی می‌گذاریم باید خیلی مراقب باشیم و در تمام لحظاتی که مشغول استفاده از این فضاها و برنامه‌ها هستیم احتیاط لازم را به عمل بیاوریم. این وسایل مانند چاقوی دو لبه‌ای هستند که می‌توانند هم مفید باشند و هم خطرناک. فضای مجازی و شبکه‌های اجتماعی شاید کاربردی باشند ولی فراموش نکنید خطرانشان بیشتر از منفعتشان است، مهمترین آسیبی که شاید نوجوانان عزیز را تهدید کند سلامت روان است. ما برای راهنمایی شما اینجا نکاتی را گوشزد می‌کنیم که مفید و کاربردی هستند. با ما همراه شوید.



تنهایی، افسردگی، اضطراب و وابستگی بیش از حد از مشکلات اولیه و اساسی استفاده نادرست و زیاد از فضای مجازی است که علاوه بر مشکلاتی که گفته شد می‌تواند اعتماد به نفس شما را هم پایین بیاورد.



وقتی که شما بیش از اندازه به این فضاها و شبکه‌های اجتماعی عادت کنید قطعاً انگیزه تان برای گذراندن وقت با دوستان خود کمتر خواهد شد و به نحوی معتاد به این شبکه‌ها خواهید شد، در نتیجه به مرور تنها می‌شوید.



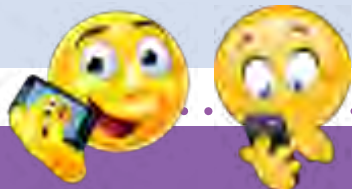
در فضای مجازی افراد و محیط‌هایی هستند که اطلاعات و تصاویری برای شما ارسال می‌کنند که بسیار خطرناک هستند و به سلامت ذهن و روح شما آسیب می‌رسانند و شما را به مسیرهای اشتباه و پرخطری می‌کشند.



اطلاعات و آمار غلط توسط دشمنان شما و این سرزمین باعث می‌شود به مرور نسبت به آموزه‌های دینی و اعتقادات مذهبی تان سست تر بشوید و به قول معروف در دامی که آنها برای نوجوانان ما پهن کرده اند بیافتید.



محیط اینستاگرام به نحوی است که هر کسی با هر نیتی تصاویر و فیلم‌های خود را به اشتراک می‌گذرد و افرادی هم هستند که با نیت دوستی به شما نزدیک می‌شوند و بسیار خطرناک هستند، مراقب باشید از شما سوءاستفاده نکنند.



درباره‌ی ویژگی‌های
شگفت‌انگیز طاووس چه می‌دانید؟

عروس مرغان

گردآوری: مهدی کاویانی ✨



ویژگی‌های افسانه‌ای و زیبایی کم‌نظیر این پرنده همیشه باعث شگفتی کسانی شده که او را از دور و نزدیک تماشا کرده‌اند. در این مطلب کمی بیشتر درباره‌ی ویژگی‌های جالب این پرنده خواهیم خواند.

پرنده‌های هندی

طاووس‌های نر پره‌ای زیبایی روی دمشان دارند. آن‌ها به صورت وحشی در طبیعت ایران امروز دیده نمی‌شوند اما در روزگار قدیم، ساکن جنوب شرق ایران بودند. گونه‌ای از طاووس با نام طاووس هندی، طاووس بومی شبه‌قاره‌ی هند است. طاووس درواقع از مرغان خاص آسیاست. این پرنده‌ی زیبا لااقل دو نوع مختلف دارد که یکی اهلی شده و دیگری غیراهلی است. در برخی از نقاط هند، این پرنده مقدس شمرده می‌شود. در انتهای بدن آن یک دسته پر خیلی بلند و بسیار زیبا قرار دارد که می‌تواند آن را به دلخواه خود مانند چتر باز کند. باید توجه کنید که علاوه بر این، طاووس نر پره‌ای تاج‌مانندی هم دارد.





پرنده‌ی رنگارنگ در نهج البلاغه

امیرالمومنین (ع) در خطبه‌ی ۱۶۵ نهج البلاغه درباره‌ی طاووس فرموده: «از شگفت‌انگیزترین پرنده‌گان در آفرینش، طاووس است که قدرت و هنرمندی بی‌همتای خداوند را در آن می‌بینی. رنگ‌های پر و بالش را مانند یک هنرمند نقاشی کرده با بال‌های زیبا که پرهای آن به روی یکدیگر قرار گرفته و دم کشیده‌اش که چون به سمت پرنده ماده می‌رود، آن را مثل چتری باز می‌کند و بر سر خود سایبان می‌سازد، گویا بادهان کشتی است که ناخدا آن را برافراشته. طاووس به رنگ‌های زیبای خود می‌نازد و خوشحال دم زیبایش را به این سو و آن سو می‌چرخاند. اگر رنگ‌های پر طاووس را به گل‌های روی زمین تشبیه کنی، خواهی گفت دسته گلی است که از شکوفه‌های رنگارنگ گل‌های بهاری به وجود آمده و اگر آن را با پارچه‌های پوشیدنی تشبیه کنی، مانند پارچه‌های زیبای پر نقش و نگار یا پرده‌های رنگارنگ است و اگر آن را با جواهرات مقایسه کنی مانند نگین‌های رنگارنگی است که در نواری از نقره با جواهرات بی‌همتا تزیین شده». درباره‌ی روانشناسی طاووس‌ها هم مطالبی در نهج البلاغه آمده با این موضوع: «طاووس مغرور راه می‌رود و دم و بال‌های خود را نگاه می‌کند. پس با توجه به زیباییش و رنگ‌های گوناگون پر و بالش قهقهه سر می‌دهد اما چون نگاهش به پاهایش می‌افتد، فریاد می‌زند، انگار گریان است. طوری که شکایت دارد و انگار دردی دارد. زیرا پاهای طاووس مثل ساق خروس دورگه‌ی هندی و ایرانی باریک و زشت و در یک سوی ساق پایش ناخنکی مخفی دارد». شگفتی رنگ آمیزی پرهای طاووس از بخش‌های دیگر این گفته‌ها در نهج البلاغه است؛ «روی گردن طاووس به جای یال، کاکلی سبزرنگ و پر نقش و نگار روییده و برآمدگی گردنش مثل آفتابه‌ای نفیس و رنگارنگ است و از گلویش تا روی شکمش به زیبایی رنگ آمیزی شده یا مثل پارچه‌ی حریر براق یا آیینهای شفاف که پرده روی آن انداخته‌اند. در اطراف گردنش انگار چادری سیاه افتاده که چون رنگ آن شاداب و بسیار جذاب است فکر می‌کنی با رنگ سبز تندی ترکیب شده.

دم ۱/۵ متری طاووس نر



سر و گردن، سینه و وسط دم اصلی طاووس معمولاً آبی‌رنگ است و بقیه‌ی قسمت‌های آن بلوطی‌رنگ. طول طاووس نر با احتساب دم غیر حقیقی‌اش به ۲۱۰ سانتی‌متر می‌رسد. طاووس ماده چنین پرهایی ندارد. پشت و دم آن قهوه‌ای کمرنگ، زیر سینه‌اش سفید، بالای سینه و زیر گلویش سبز و خاکستری و منقارش قرمز است. طاووس‌های ماده دم‌های کوتاهی دارند و پرهایشان تیره‌تر از نرهاست. پره‌های دم طاووس، سبز یا آبی درخشان است که نقش‌های زیبایی به شکل چشم دارند. طاووس نر درازترین پر را بین پرنده‌گان دارد که طول آن به بیش از ۱/۵ متر می‌رسد. طاووس نر اندام زیبا و پرهای بسیار جالبی دارد و طاووس ماده اغلب کوچک‌اند و دارای پرهای ساده است. بین طاووس‌ها هم طاووس‌های نر با دیگر طاووس‌ها رقابت می‌کنند و در برابر آن‌ها بال و پر می‌کشایند و با زیبایی رنگ خودشان دل رقیب را می‌سوزانند!



هیچ وقت کوچ نمی‌کند



این پرنده در مواقع خطر از بال‌های خود برای پرواز کمتر استفاده می‌کند. برای این که در امان باشد، بیشتر به محل‌های انبوه جنگل پناه می‌برد. طاووس آبی برای پرواز احتیاج به دویدن ندارد و این عمل را در یک لحظه و بدون مقدمه انجام می‌دهد. بال زدن طاووس آبی در آسمان بسیار آهسته است و با سایر پرنده‌گان تفاوت دارد. از خصوصیات جالب طاووس آبی این است که با وجود این که وطن اصلی‌اش مناطق گرمسیری و حاره است ولی زندگی در سرما را به خوبی تحمل می‌کند و حتی می‌تواند شب‌ها روی درختان پوشیده از برف به سر ببرد. این حیوان به محل زندگی خود کاملاً وفادار است و هرگز از آن جا به جای دیگری کوچ نمی‌کند.



این قسمت

می‌رم حلیم بخورم!

داوود امیریان

برگرفته از کتاب رفاقت به سبک تانک





جلوی در خانه قابلمه را زمین گذاشتم و یا علی مدد. رفتم که رفتم. درست سه ماه بعد از جبهه برگشتم. در حالی که این مدت از ترس، حتی یک نامه برای خانواده ام نفرستاده بودم. سر راه از حلیم فروشی یک کاسه حلیم خریدم و رفتم طرف خانه. در زدم برادر کوچکم در را باز کرد و وقتی حلیم را دید با طعنه گفت: «چه زود حلیم خریدی و برگشتی!» خنده ام گرفت.

داداشم سر برگرداند و فریاد زد: «نور علی بیا که احمد آمده!» با شنیدن اسم نور علی چنان فرار کردم که کفشم در خانه جا ماند! و من بودم که می دویدم و نور علی بود که به دنبال من می دوید ...



آن قدر کوچک بودم که حتی کسی به حرفم نمی‌خندید. هر چی به بابا ننه‌ام می‌گفتم می‌خواهم به جبهه بروم محل آدم بهم نمی‌گذاشتند. حتی تو بسیج روستا هم وقتی گفتم قصد رفتن به جبهه را دارم همه به ریش نداشته‌ام هرهر خندیدند. مثل سریش چسبیدم به پدرم که الا و بالله باید بروم جبهه. آخر سر هم کفری شد و فریاد زد: «به بچه که رو بدهی سوارت می‌شود. آخر تو نیم‌وجبی می‌خواهی بروی جبهه چه گلی به سرت بگیری.» دست آخر که دید من مثل کنه به او چسبیده‌ام رو کرد به طویله‌مان و فریاد زد: «آهای نورعلی، بیا این را ببر صحرا و تا می‌خورد کتکش بزن و بعد آن قدر ازش کار بکش تا جان‌ش دربیاید!»

قربان خدا بروم که یک برادر غول پیکر بهم داده بود که فقط جان می‌داد برای کتک زدن. یک بار الاغ‌مان را چنان زد که بدبخت سه روز صدایش گرفت! نورعلی حاضر آماده دوید طرفم و مرا بست به پالان الاغ و رفتیم صحرا، آن قدر کتکم زد که مثل نرم تنان مجبور شدم مدتی روی زمین بخرم و حرکت کنم. به خاطر اینکه توده، مدرسه راهنمایی نبود. بابام من و برادر کوچکم را که کلاس اول راهنمایی بود، آورد شهر و یک اتاق در خانه فامیل اجاره کرد و برگشت. چند مدتی درس خواندم و دوباره به فکر رفتن به جبهه افتادم. رفتم ستاد اعزام و آن قدر فیلم بازی کردم و التماس کردم تا اینکه مسئول اعزام،

جان به لب شد و اسمم را نوشت. روزی که قرار بود اعزام شویم. صبح زود به برادر کوچکم گفتم: «من می‌روم حلیم بخرم و زودی برگردم.» قابلمه را برداشتم و

داستان مصور

هر روز که دانشگاه شکاری می آمد لباس ساده و معمولی می پوشید برایم همیشه سوال بود، تا اینکه دل را زدم به دریا و دلیلش را سوال کردم؟



عباس جان دلیل اینکه انقدر ساده لباس می پوشی چیه؟ اصلا ندیدم لباس گرانتیست بپوشی؟

تمام جوان های هم سن و سال تو این روزها با مد روز پیش میرند و لباس شیک می پوشند!



عباس: تنسی کرد و یا الیچند جوابم را داد



عباس: ای بابا چی فکر کردی لباس شیک که به ما نمیداد من که آدم امروزی نیستم!!!



عباس: ببین واقعا دوست نداشتم راجب این موضوع حرف بزنم، ولی چون اصرار داری بیست می گم

عباس جان واقعا برام عجیبه چون تا بحال ندیدم به لباس و کلا چیزهایی که برای بقیه مهمه اهمیت بدی!

بگو، شاید تونستم قانعیت کنم به عنوان یه افسر خلبان یه مقدار شیک تر باشی!!

عباس: انسان باید غرور و منیتهای خود را از میان برداره و نفسش را تنبیه کنه و از هر چیزی که او را به رفاه و آسایش بی نتیجه می کشه و عادت می ده پرهیز کنه، تا نفس اون پاک باشه. ما نباید فراموش کنیم که هر چه در این دنیا به انسان سخت بگذره در آن دنیا راحت تر است. فراموش نکن دین ما دین ساده زیستی است

عباس: همین باعث می شه که کمتر به این دنیا دل ببندم و در برابر سختی ها مقاوم تر و آماده تر باشم

حالا که فکر می کنم، می بینم تقریبا حق با تو هست، اصلا توصیه زندگی کردن آست. جالبه تو من را قانع کردی!!

عباس: تازه اینجوری همرنگ و هم شکل مردم عادی تر هستم، مردمی که وضع مناسبی ندارند

تصویرگر: علیرضا باقری
برگرفته از زندگی شهید عباس بابای

عاقبت غرور و نادانی

تصویرگر: روزه سخاوتی

برگرفته از مجموعه حکایت کهن

در روزگار قدیم، دو مرد زندگی می کردند که با هم دوستی و آشنایی داشتند. یکی از آنها خداترس و مهربان بود. اگرچه از مال دنیا چیز زیادی نداشت ولی به رحمت خدا امیدوار بود و با توکل بر او زندگی اش را می گذراند. اما مرد دیگر ثروتمند بود و دو باغ پر از درختان انگور داشت که دور آنها به جای دیوار، درختان خرما قرار داشت. مرد ثروتمند در اثر دارایی زیاد، کم کم دچار غرور شد و یک روز وقتی دوست فقیرش را دید...

ای بیچاره! تو چقدر فقیری.
خوش به حال من که ثروت
بسیاری دارم و افراد زیادی
برایم کار
می کنند.



این باغ ها و افرادی
که برای تو کار
می کنند، نعمت هایی
هستند که باید خدا
را به خاطر آنها
شکر کنی.



شکر گزار باشم؟ چه حرف هایی می زنی.
باغ های من همیشه سرسبز خواهند بود.
نیازی به شکر گزاری نیست.

چه گفتی؟
قیامت؟ من هر
کاری بکنم چون
در طول زندگی
ثروتمند بوده ام،
پس از مرگ هم
قدرتمند و پولدار
خواهم بود.



همه اینها با قدرت خدا فراهم شده است. از خدا
طلب آمرزش کن تا در قیامت آمرزیده شوی.





بالاخره ناسپاسی ها و غرور مرد نادان کار دستش داد. یک روز که به باغش رفت دید که همه درخت ها شکسته و میوه ها نابود شده اند.



مرد نیکو کار در حالی که به شدت از دست مرد جاهل و ثروتمند ناراحت بود از باغ خارج شد؛ در حالی که دلش به حال او می سوخت و نگران عاقبتش بود.



بیچاره شدم! همه چیز از بین رفت!





جلوگیری از آنفلوآنزا

این روزها باید مراقب آنفلوآنزا باشید. دانشمندی در اسپانیا ثابت کرده که مخلوط عسل و دارچین دارای مواد مفید طبیعی است که از میکروب‌های آنفلوآنزا و سرماخوردگی جلوگیری به عمل می‌آورد.



درمان سرطان

تحقیقات انجام شده در ژاپن و استرالیا نشان داده که سرطان‌های پیشرفته معده و استخوان به طور موفقیت‌آمیزی درمان شده‌اند. بیماران مبتلا به این سرطان‌ها سه بار در روز و به مدت سه ماه یک قاشق غذاخوری عسل و یک قاشق چایخوری دارچین را مخلوط و مصرف می‌کنند.

درمان درد دندان

اگر دندان خراب در دهانتان دارید و دندان دائمی است. مخلوطی از یک قاشق چایخوری پودر دارچین و پنج قاشق چایخوری عسل تهیه کنید و روی دندان خرابتان بمالید. این عمل را سه بار در روز تکرار کنید تا درد آن تسکین یابد.

از بین بردن خستگی زیاد

مصرف نصف قاشق غذاخوری عسل و مقداری پودر دارچین در یک لیوان آب اول صبح و بعد از ظهر که بدن انرژی خود را از دست داده، نیروی از دست رفته را برمی‌گرداند و خستگی را از بین می‌برد.

درمان سرماخوردگی

به مدت سه روز از مخلوط یک قاشق غذاخوری عسل با یک چهارم قاشق چایخوری پودر دارچین استفاده کنید. این روش برای درمان سرفه مزمن، سرماخوردگی و سینوزیت به کار می‌رود.

برطرف کردن جوش صورت

قبل از خواب مخلوط سه قاشق غذاخوری عسل و یک قاشق چایخوری دارچین را روی جوش‌ها قرار دهید و روز بعد با آب ولرم بشویید. تکرار روزانه این کار به مدت دو هفته جوش‌ها را از بین می‌برد.

از بین بردن بوی بد دهان

می‌توانید هر روز صبح بعد از بیدار شدن از خواب با محلولی از یک قاشق چایخوری عسل، مقداری پودر دارچین و آب گرم غرغره کنید تا در طول روز مشکل بوی بد دهان نداشته باشید.

از بین بردن اثر خارش نیش حشرات

مخلوطی از یک سوم عسل، دو سوم آب ولرم و یک قاشق چایخوری پودر دارچین را روی قسمتی از بدن که احساس خارش می‌کنید قرار دهید تا خارش و درد در عرض یک یا دو دقیقه فروکش کند.



ائمه اطهار (ع) درباره خوردن
عسل توصیه‌های فراوانی دارند

نسخه‌های عسلی

✨ گردآوری : مهدی کاویانی



بهترین منبع برای ثابت کردن فواید فراوان عسل کلام خدا در قرآن است. آنجا که می‌فرماید: «خوردن عسل برای مردم شفاست». مفسرین قرآنی معتقدند واژه شفا در قرآن درباره هیچ خوردنی‌ای به کار نرفته مگر برای عسل. مهم‌تر از همه اینکه نام یک سوره از قرآن به زنبور عسل اختصاص دارد (نحل).

توصیه‌نامه در باره خوردن عسل

نبی مکرم اسلام(ص)
«هیچ مریضی‌ای نیست که با
نوشیدن عسل شفا پیدا نکند».
(بحار الانوار، ج ۶۶)

امام رضا(ع)
«خدا برکت را در عسل
قرار داده، درمان دردها در
آن است و ۷۰ پیامبر دوام
سودمندی آن را از خدا
خواسته‌اند».
(مکارم الاخلاق، ج ۱)

نبی مکرم اسلام(ص)
«عسل چه نوشیدنی خوبی
است چراکه از قلب مراقبت
می‌کند و درد سینه را از
میان می‌برد».
(مکارم الاخلاق، ج ۱)

امام رضا(ع)
«هر کس می‌خواهد در همه
زمستان از سرماخوردگی
دور بماند، هر روز سه لقمه
عسل بخورد».
(طب الامام الرضا (ع))

حضرت علی (ع)
«سه چیز حافظه را زیاد
می‌کند: قرائت قرآن،
عسل و کندر».
(اخبار و آثار حضرت امام رضا (ع))



عسل چطور ساخته می‌شود؟

تولید عسل از جمع‌آوری شهد گیاهان شروع می‌شود. بدین ترتیب که زنبور عسل شهد شیرین را از گل‌ها جمع‌آوری کرده و آنها را تغییر شکل داده و به شکل محلولی غلیظ و مقوی درمی‌آورد. زنبور عسل شهد گیاهان را در موقع جمع‌آوری به‌طور موقت در عسل‌دان خود جمع‌آوری می‌کند و در هر نوبت پرواز برای جمع‌آوری شهد حدود ۴۰ میلی گرم شهد را به کندو می‌برد. زنبور عسل موقع برگشتن و حمل شهد به کندو در بین راه مقداری از آب شهد را جذب کرده و بعد از کلیه‌هایش دفع می‌کند. زنبور این شهد یا به اصطلاح عسل نرسیده را در داخل بخش‌هایی از کندو که به شکل سلول است قرار می‌دهد و دوباره برای جمع‌آوری به‌سوی گل‌ها برمی‌گردد. هنوز ثابت نشده که زنبور عسل می‌خواهد. بنابراین در طول شب شهدهای ذخیره شده را مجدداً از انبارهای سلول‌ها می‌مکند و به سلول‌ها برمی‌گرداند. در هر نوبت مکیدن و برگرداندن مقداری مواد دیگر به شهد اضافه کرده و به عکس کمی از آب اضافی شهد را به کمک عسل‌دان جذب می‌کنند. این عمل توسط زنبورهایی که این وظیفه را به‌عهده دارند آنقدر ادامه می‌یابد تا شهد به دست آمده به عسل غلیظ که معمولاً دارای ۱۷ تا ۱۸/۶ درصد آب است تبدیل شود.

مواد تشکیل دهنده عسل معمولی

مالدوز	آب	گلوز	فروکتوز	ساکاروز
۷/۲ درصد	۱۷/۱ درصد	۳۱ درصد	۳۸/۲ درصد	۵/۱ درصد

تصمیم گرفتیم در این دو صفحه مطالبی را چاپ کنیم که خود شما عزیزان نوجوان برای ما ارسال می کنید - شعر، داستان یا هر مطلب جذابی که شما برای ما ارسال کنید

صفحه شما

دانشته های شما

داستان کوتاه

از توی خرابه های شام صدای گریه کودکی به گوش می رسد. همه اسرا می دانستند که این صدای دردانه امام حسین (ع) است صدای گریه های رقیه (س)، دردانه حسین (ع) از خواب بیدار شده و بهانه پدر را می گیرد. انگار خواب دیده بود که پدرش دیگر نیست، یزید که دستور داده بود امام حسین (ع) و یارانش را به شهادت برساند، با شنیدن صدای گریه حضرت رقیه (س) نهایت سنگدلی اش را نشان داد. او به یارانش دستور داد سر بریده امام حسین (ع) را برای دختر کوچکش بیاورند. رقیه (س) با دیدن سر بریده پدر در حالیکه فریاد می زد و ناله می کرد خود را روی سر پدر انداخت ناگهان دیگر صدایی به گوش نرسید رقیه (س) کوچک هم به پدرش پیوسته بود.

آیسان حسین زاده از تهران

شعر کوتاه

لبخند خدا

به ریل های مضطرب تایید
و تو آمدی به خلوت نیازم
رنگی تازه زدی!
ای ضامن یا کریم ها...
یارضا (ع) مراهم نزد پروردگارم ضمانت کن

کسری فرامرزی ۱۴ ساله

آرزویی که برآورده شد

دوباره یکی از روزهای زمستان شروع شده بود. کوچه های خاکی اهواز گل شده بود و چاله هایش پر از آب.

صدای زنگ مدرسه که بلند شد بچه ها با سر و صدای زیاد از کلاس هایشان خارج شدند و به طرف خانه هایشان به راه افتادند. فواد و جلال هم که سال ها با هم دوست بودند راه خانه را در پیش گرفتند. فواد مثل همیشه رو به جلال کرد و گفت: «بیا تا خانه با هم مسابقه بگذاریم.» شروع به دویدن کردند و با هم به خانه رسیدند. کیف هایشان را گوشه ای از خانه گذاشتند و توپ پلاستیکی دو لایه شان را برداشتند مثل هر روز مسابقه فوتبال دو نفره شان را شروع کردند. قرارشان این بود هر کدامشان می باخت باید تکالیف دیگری را می نوشت. هر دویشان عاشق فوتبال بودند و در هر شرایطی حتی وقتی باران می بارید فوتبال بازی می کردند. در یکی از روزها که با شوق و ذوق مشغول بازی بودند ماشین سفید رنگی وارد کوچه شد و مرد جوانی از آن پیاده شد. مرد گوشه ای ایستاده بود و بازی آنها را تماشا می کرد. بازیشان که تمام شد مرد جوان نزدیک شان آمد. هر دو بلند به او سلام کردند. مرد از آنها پرسید فوتبال را کجا یاد گرفته اند؟ آنها گفتند: چون در آمد بابا هایمان کم است نمی توانیم کلاس فوتبال برویم. فواد ادامه داد: ما حتی نمی توانیم مسابقات فوتبال را از نزدیک ببینیم. مرد چند دقیقه ای کنار آنها ماند و از درس و مدرسه شان پرسید. در حالی که می گفت چقدر خوب بازی می کنید از آنها خداحافظی کرد و رفت. بعد از چند روز آن مرد دوباره پیش آنها آمد. این بار لبخندی بر لب داشت، به بچه ها گفت که خبر خوبی برای آنها دارد.

بعد از کمی صحبت بچه ها دانستند که او کارمند بانک است و حقوق متوسطی دارد. کم کم رابطه ی او و فواد و جلال صمیمانه تر شد. مرد جوان که حالا بچه ها می دانستند نامش محمد آقا است تصمیم گرفته بود با پس انداز کمی که جمع کرده بود با اجازه ای که به سختی از پدر و مادر فواد و جلال گرفت آنها را به استادیوم ببرد. امانه در شهر خودشان بلکه به استادیوم آزادی تهران، وقتی بچه ها با محمد آقا وارد استادیوم

شدند جمعیت زیادی را دیدند که برای تماشای فوتبال آمده بودند. بچه ها از دیدن آن همه تماشاگر با تعجب به اطرافشان نگاه می کردند. آنها حالا می توانستند از نزدیک بازی دو تیم پر طرفدار قرمز و آبی را ببینند و آنها را تشویق کنند. محمد آقا آنها را غافل گیر کرده بود. بعد از بازی محمد آقا به بچه ها قول داد به آنها کمک کند تا در کلاس های آموزشی فوتبال شرکت کنند. حالا که ۱۰ سال از آن روزها می گذرد جلال و فواد که در دو تیم پر طرفدار بازی می کنند موفقیت خود را مدیون محمد آقا هستند.

متین باقری ۱۴ ساله از تهران

شعر کوتاه

شب یلدا

امشب شب یلداست
شب سرخ انار و هندوانه
پدر بزرگ فال حافظ می خواند
و مادر بزرگ دست نوازش بر سر
نوه ها می کشد
لبو، آجیل و هندوانه، انار دانه دانه
ننه سرما در راه است، میان برف های
زمستان نشسته ساکت پشت در
خانه ها
پاییز آرام آرام می بندد کوله اش را
می کنم از پنجره آسمان را نگاه
ستاره ها در سوزند و می چرخند
ماه هم منتظر است
همه نشسته ایم به پیشواز زمستان
سلام زمستان سلام سپیدی

محمد علی میرزا حسینی
کلاس هشتم

virtual reality

واقعیت مجازی

گرددآوری: مهدی کاویانی

“

واقعیت مجازی فناوری است که در آن محیطی مجازی در جلوی چشمان شما قرار می‌گیرد و براساس حرکت سر و بدن خود با محیط مجازی ارتباط برقرار می‌کنید. به عبارت دیگر هنگامی که یک هدست یا عینک واقعیت مجازی را بر روی سر خود قرار می‌دهید، در جلوی چشمان خود محیطی را مشاهده می‌کنید که براساس تغییر موقعیت بدن شما تغییر می‌کند و ذهن شما پس از مدتی به شکلی درگیر آن محیط می‌شود و شما تصور می‌کنید واقعا در آن محیط و فضا هستید.





استفاده در صنعت تورسیم

امروزه بسیاری از موزه‌ها و مکان‌های
زیارتی با تهیه عکس‌های ۳۶۰
درجه و ضبط فیلم‌های مخصوص
این دستگاه این امکان را برای شما
به وجود می‌آورند تا ظرف چند
ثانیه به این مکان‌ها سفر کنید،
تصورش را کنید که در منزل خود
نشسته‌اید و خود را میان خیل
زائران امام هشتم و یا کربلای معلی
می‌بینید، لذتی که به لطف علم و
تکنولوژی برای ما محیا می‌شود.

تصورش را کنید شما در فضاها و مکان‌هایی هستید که شاید به خواب هم
نمی‌دیدید، وسط میدان جنگ، میان یک جنگل بزرگ، روی کره ماه، داخل یک
مکان زیارتی که آرزویش را داشته‌اید، خلاصه رویاها و آرزوهای شما شاید با این
هدست‌ها و عینک‌های واقعیت مجازی تا قدری برآورده شود. البته این عینک‌ها
کاربردهای بسیار زیادی دارند و در بسیاری از زمینه‌ها استفاده می‌شوند، مانند:

**صنایع نظامی - خرید الکترونیکی از سایت‌ها - آموزش‌های مختلف
مانند رانندگی و خلبانی - صنایع - موزه‌ها و فضانوردی - سرگرمی.**

نحوه کار چیست؟

یک محیط مجازی در هدست، توسط اپلیکیشن‌های مخصوص آن به وجود می‌آید. برخی
از این محیط‌ها بصورت گرافیک رایانه‌ای و سه بعدی هستند و برخی دیگر نیز ویدئوها
یا تصاویری ۳۶۰ درجه از محیط‌های واقعی هستند که از قبل فیلمبرداری شده‌اند. با
قابلیت فناوری واقعیت مجازی می‌توان این امکان را فراهم کرد تا افراد بتوانند بدون
سفر کردن و هزینه کردن محیط‌ها و فضاها را مورد نظر را ببینند. امروزه با اضافه شدن
فرمت‌های مختلف ضبط صدا و پخش به وسیله این هدست‌ها، حواس مختلف شما
درگیر خواهد شد، مخصوصاً حس بینایی و شنوایی و تجربه نسبتاً واقعی را خواهید کرد.

انواع عینک واقعیت مجازی

براساس نوع کارکرد هدست واقعیت مجازی می‌توان آنها را به دو مدل تقسیم
نمود. اول هدست‌هایی که برای نمایش تصویر از نمایشگرهای اختصاصی درون خود
استفاده می‌کنند و دوم هدست‌هایی که برای نمایش تصویر از نمایشگر تلفن
همراه شما استفاده می‌کنند، یعنی شما تلفن همراه خود را داخل آن قرار می‌دهید.

خودتان قهرمان بازی باشید

شما نوجوانان عزیز تصور کنید
یکی از شخصیت‌های بازی مورد
علاقه خود باشید، نه در اندازه
هدایت آن به وسیله دسته بازی،
بلکه به لطف واقعیت مجازی در
میان میدان خودتان قدم بزنید،
شلیک کنید، فرار کنید، خلاصه
حس واقعی آن فضا را تجربه کنید.

دنیای غیرقابل باور!

در پاسخ به این سؤال می‌توان گفت که واقعیت مجازی یکی از مهمترین
تکنولوژی‌های روز است که ساختار ذهن انسان را تا حدودی بهم می‌ریزد. از زمانی که
تلویزیون و سینما اختراع شدند و به دسترس مردم رسیدند، همیشه ما فقط می‌توانستیم
به یک صفحه نگاه کنیم و اگر صورت‌مان را از روبروی آن صفحه برمی‌گردانیم اشیا
و محیط اطرافمان را مشاهده می‌کردیم ولی در فناوری واقعیت مجازی، زمانی که این
دستگاه را بر روی سرمان قرار دهیم و هنگامی که سر خود را حرکت دهیم براساس آن
حرکت، تصویر نمایش داده شده نیز تغییر می‌کند گویی که دقیقاً در آن محیط قرار داریم.



چند سالی می شود که طرح راهیان نور در غالب سفر به مناطق جنگی در مدارس اجرا می شود. دانش آموزان دور دوم متوسطه با ثبت نام در این طرح، همراه با مسئولان مدرسه به مناطق جنگی جنوب می روند. راهیان نور سفر به سرزمین های مقدسی است که شهدای بسیاری در آنجا شهید شده اند و چه بسا بسیاری از آنها هنوز هم زیر خاک های همان سرزمین های مقدس مدفون هستند. گزارش زیر سفر «سماء صیادی» دانش آموز ۱۶ ساله مدرسه حجاب منطقه ۹ تهران به این سفر معنوی است.

زنگ تفریح که خورد قبل از اینکه سر کلاس برویم خانم مدیر پشت بلندگو برایمان از سفر راهیان نور گفت این که هر کس دوست دارد در این سفر شرکت کند باید رضایت نامه و هزینه سفر را که ۱۲۰ هزار تومان می شود را تا فردا با خود به همراه بیاورد. اولین سال بود که می شنیدم مدرسه می خواهد ما را برای سفر به مناطق جنگی ببرد. قبلا از دوستانم شنیده بودم که به این سفر رفته اند من هم دوست داشتم که این سفر را تجربه کنم. ظهر که به خانه آمدم موضوع را با مامان و بابا در میان گذاشتم. صبح روز بعد با خوشحالی رضایت نامه و پول را مدرسه بردم، مامان و بابا رضایت داده بودند که به این سفر بروم.

مقصد اصلی دوکوهه

امروز سه شنبه قرار است سفرمان را شروع کنیم. بعد از تعطیلی مدرسه ۳۵ نفری می شدیم که همراه با خانم مدیر

خاطرات سفر راهیان نور
از زبان دانش آموز ۱۶ ساله

سفر معنوی

معصومه ماه پیکر ✨





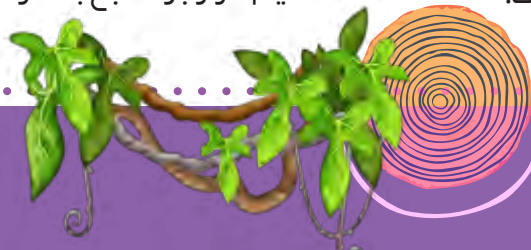
خرمشهر شهر نخل های سر به فلک کشیده

امروز پنج شنبه و دومین روز از سفرمان بود. صبح بعد از صبحانه به طرف سد کرخه به راه افتادیم. سدی که حالا می دانستیم پس از پایان جنگ توسط جوانان بسیجی در کمتر از چند ماه بازسازی و وسیع تر شده بود. از آنجا به طرف خرمشهر به راه افتادیم هنوز تا خرمشهر مانده بود که نخل های سر به فلک کشیده توجه مان را جلب کرد. اگر چه سال ها از جنگ می گذشت اما هنوز بر در و دیوار شهر می توانستی آثار جنگ را ببینی. نماز ظهر را در خرمشهر خواندیم در آنجا به هر کدام مان دوستی شهید معرفی کردند. نام شهید حسن جنیس بر ایام افتاد. راوی کاروان می گفت می توانید با این شهدا درد و دل کنید، اینها حاجت می دهند. بعد به بازار رفتیم و در بازار دستبندی از دخترکی خریدم. عصر بود که سری به گردان شهید باکری که مکانی نظامی بود زدیم امشب شب ولادت حضرت محمد(ص) بود. در حسینیه حضرت محمد(ص) گردان شهید باکری از ما با شیرینی و شام پذیرایی شد.

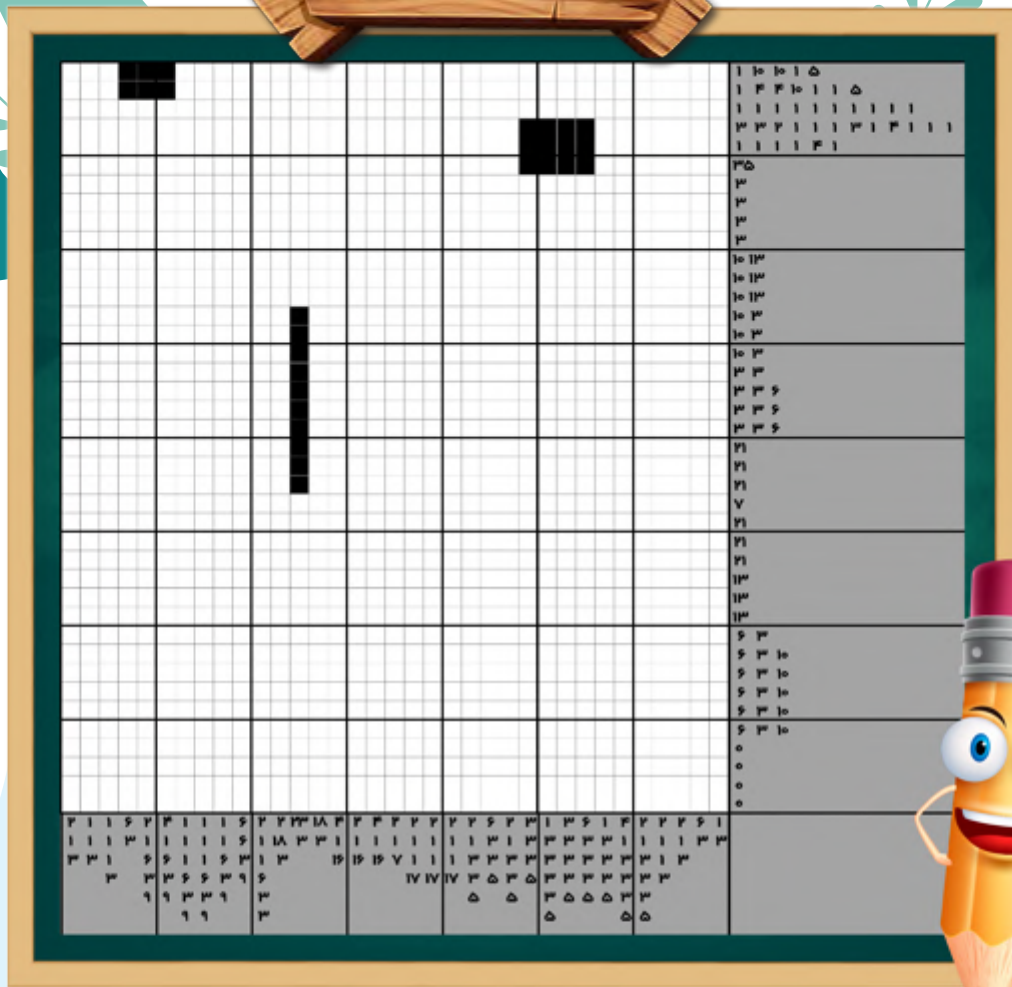
اروند رود، یادآور خاطرات شهدای غواص

امروز جمعه و آخرین روز سفرمان است. ساعت حدود ۱۰ صبح بود که کنار اروند رود رفتیم. رود پر از آب بود و لنج شناوری روی آن دیده می شد. از همان فاصله هم شهرهای مرزی کشور عراق دیده می شد. آقای سلامی در کنار اروند رود از عملیات والفجر ۸ و شهدای غواص تعریف کرد. از اینکه در آن هوای سرد چگونه سیم خاردارهای داخل آب بدن غواصان را زخمی می کرد و آب شور رود، مانند نمک بر روی زخم اذیتشان می کرد. آقای سلامی از اینکه چگونه یکی از بچه های رزمنده خود را بر روی سیم خاردار انداخت تا بقیه بتوانند از رود عبور کنند، برایمان گفت. بعد از آنجا به سمت تپه سلام رفتیم روی تپه تابلویی با این مضمون دیده می شد تا کر بلا فقط یک سلام. تانک های زیادی در آنجا دیده می شد. آقای سلامی با اشاره به تانک ها گفت تانک هایی که به سمت دشمن هستند ایرانی و تانک هایی هم که رو به ما هستند برای عراقی ها است. برای ناهار دوباره به دوکوهه بازگشتیم بعد از ناهار به منطقه ذوالفقاری که منطقه ای جنگی بود و هنوز مین هایش خشی نشده بود رفتیم. یادمان شهدا آخرین جایی بود که سر زدیم. صدای نوحه خوانی بلند بود. در گوشه ای جمعیتی دور هم جمع بودند نزدیک که رفتیم متوجه شدیم پیکر ۳ شهید گمنام به تازگی پیدا شده است. بعد از یادمان شهدا به خوابگاه مان در دوکوهه بازگشتیم تا وسایلمان را آماده کنیم قرار بود صبح بعد از صبحانه به سمت تهران حرکت کنیم.

سوار اتوبوس شدیم و به طرف یکی از مدارس اطراف حرکت کردیم. آخر قرار بود همه از آنجا به طرف راه آهن حرکت کنند. قطار ساعت ۵ به سمت جنوب حرکت کرد. شب توی قطار با دوستان خیلی خوش گذشت بعضی از بچه ها دومین سالشان بود که به این سفر می آمدند و سعی می کردند از تجربه سفر قبل بگویند. ساعت حدود ۸ صبح بود که به دوکوهه رسیدیم. جایی که قرار بود ۳ روزی آنجا بمانیم. خوابگاه همان ساختمانی تقریباً مجهز بود که کنارش حسینیه ای قرار داشت. بعد از صبحانه به طرف شیارهای فتح المبین به راه افتادیم. داخل شیارها پرچم های زیادی دیده می شد، صدای مداحی بلند بود. آقای سلامی راوی کاروان برایمان گفت که اینجا رزمندگان زیادی شهید شدند و هر کدام از این پرچم ها برای یک شهید است. کمی که در منطقه فتح المبین گشتیم برای ناهار دوباره به دوکوهه بازگشتیم. عصر آن روز خانم مدیر ما را به حسینیه حاج همت برد. در حسینیه آقایی از شهید همت و رشادت هایش برایمان گفت. چند ساعتی تا شام مانده بود که تصمیم گرفتیم به سمت گردان تخریب برویم. آقای سلامی می گفت: در اینجا نوجوانانی هم سن و سال شما به عنوان تخریبچی مین ها را خشی می کردند. او برایمان تعریف کرد که این نوجوانان چگونه برای خود گور هایی کنده بودند و گاهی اوقات در آنها می خوابیدند تا وابستگی به دنیا نداشته باشند و فراموش نکنند پایان هر زندگی مرگ است.



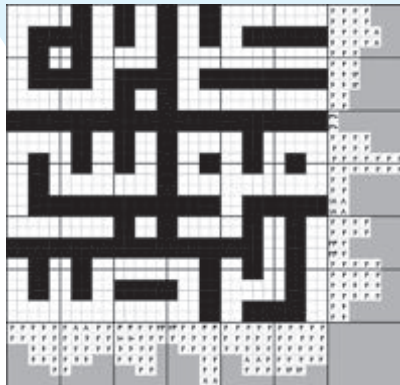
جدول و سرگرمی



تصویر داخل جدول را کشف 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 به عنوان نقطه شروع استفاده کنید.

پاسخ جدول شماره قبل (۱۷۱-۱۷۰)



سیاه متصل به هم و ۸ خانه سیاه متصل به هم باید 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 هیچ وجه سعی نکنید جای خانه‌های سیاه و سفید را حدس بزنید و فقط با دلایل منطقی علامت گذاری کنید. پیشنهاد می‌شود خانه‌های «قطعا سفید» را با نقطه علامت گذاری کنید

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 چند تایی وجود دارد. همین‌طور اعداد پایین جدول هم نشان می‌دهند که به ترتیب چند دسته خانه سیاه چند تایی 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 علامت گذاری 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

طراح جدول: حسین عبادی

توصیه شهید



شهید علی رضا محمودی پارسا ۲۳ تیر سال ۱۳۴۸ به دنیا آمد. او در تاریخ ۲۶ دی ماه سال ۶۱ عازم جبهه اندیمشک شد و از آنجا به منطقه عملیاتی فکه رفت. ایشان در سن ۱۳ سالگی و در تاریخ ۲۹ بهمن سال ۱۳۶۱ به شهادت رسید.

فرازهایی از وصیتنامه شهید

برادران خوبم من امروز بسیار خوشبخت و خوشحال هستم که خود را در جایی می بینم که شاید لیاقتش را ندارم. جایی که مملو است از جوانان عاشق، عاشق الله، عاشقانی از پیرمرد و جوان و کوچک و بزرگ که در راه فداکاری برای اسلام، از همه چیز خود گذشته اند و برای خدمت به اسلام در این جا گرد هم آمده اند و بهترین سرمایه زندگی شان یعنی جان شان را در کف گرفته اند و حاضرند بدون هیچ چشم داشتی آن را در راه خدای خود فدا نمایند.



برادران عزیزم! من هر چه که بگویم اینجا چه خبر است باز هم کم گفته ام چون واقعیت امر این است که در تعریف جبهه و احوالات آن، هر زبانی کوتاه و هر قلمی عاجز است و هر چه من بگویم باز هم نخواهم توانست قطره ای کوچک از این دریای بزرگ معرفت و عشق را برای شما توضیح بدهم و با کمال اطمینان مجبورم اعتراف کنم که برادران اگر می خواهید بفهمید در جبهه چه خبر است فقط باید خودتان در جبهه حضور یابید تا این مسئله مهم را درک کنید.



بله برادران عزیز! همه ما مسئولیم و اگر خوب فکر کنیم مسئولیتی به سنگینی یک کوه بر دوشمان حس می کنیم. آیا تاکنون فکر کرده اید که چگونه و با چه رویی می خواهیم در مقابل این یتیمان و خانواده های شهدا بایستیم و به چشمانشان نگاه کنیم؟ برادران! اگر هیچ کاری از دستتان بر نمی آید، لااقل از خدا بخواهیم و بگوییم خدا یا زندگی ما که به اسلام و انقلاب خدمتی نمی کند، لااقل از عمر ما بکاهد و بر عمر امام عزیزمان بیفزاید و به ما مرگی با عزت عطا کند.



مگر نه اینکه درخت اسلام همیشه از خون عزیزانی چون فرزندان زهرا (س) آبیاری شده و اگر در جامعه ای خون نباشد، آن جامعه رو به خشکی و انزوا خواهد رفت و به قول استاد مطهری، شهادت تزریق خون است بر پیکر جامعه، همانطوریکه خون به انسان حیات می بخشد، شهادت نیز باعث حیاتی جدید و جاودانه برای جامعه ما می شود. خداوند انشاءالله به ما هم این نعمت را عطا نماید.



یلدیز

پیامبر خدا (ص) فرمود: هر فرزند نیکوکاری که بامهربانی به پدر و مادرش نگاه کند در مقابل هر نگاه، ثواب يك حجّ کامل مقبول به او داده می شود، سؤال کردند حتی اگر روزی صد مرتبه به آنها نگاه کند؟ فرمود: آری خداوند بزرگتر و پاکتر است.

[بحار الأنوار، ج ۷۴، ص ۷۳]

