

۲ | ماهنامه آموزشی، تحلیلی و اطلاع‌رسانی | برای دانش‌آموزان دوره متوسطه دوم |  
دوره سی و ششم | ۱۳۹۹ | شماره‌پی درپی | ۳۰ | صفحه | ۳۵۰۰۰ ریال |

# روشن‌بین جوان



## دیوار اشک‌ها

عملیات پاکسازی  
سفر به بنو  
آینه‌شعر  
مار کوپولوی ایران



در یکی از روزهای بهاری ۱۳۴۶، در محله «پامنار» قم، فرزندی متولد شد که وی را **محمدحسین** نامیدند. پایه‌های اول و دوم راهنمایی را به دلیل انتقال خانواده‌اش به شهر کرج در این شهر گذراند. او برای کمک اقتصادی به خانواده، در مغازه کوچکی که برایش تهیه شده بود، هندوانه می‌فروخت و در غیاب پدر انجام بسیاری از کارهای او را به عهده داشت. در همین دوران بود که حوادث انقلاب به اوج خود رسید و محمدحسین هم‌دوش مردم در صحنه‌های گوناگون مبارزه حضور می‌یافت. ۱۲ ساله بود که جنگ تحمیلی اتفاق افتاد. خود را به کردستان رساند، ولی به دلیل کمی سن، او را بازمی‌گردانند ولی او رضایت نمی‌دهد. روز ۸ آبان‌ماه ۱۳۵۹، حسین در حالی که تعدادی نارنجک به کمرش بسته و در دستش گرفته بود، به طرف تانک‌های دشمن حرکت می‌کند. در این لحظه تیری به پای او می‌خورد و از ناحیه پای مجروح می‌شود، اما زخم گلوله نمی‌تواند از اراده محکم او جلوگیری کند. بدون هیچ دغدغه و تردیدی تصمیم خود را عملی می‌کند و از لابه‌لای امواج تیر که از هر سو به طرف او می‌آمد، خود را به تانک پیشرو می‌رساند و آن را منفجر می‌کند و خود نیز تکه‌تکه می‌شود. افراد دشمن که گمان می‌کنند حمله‌ای از سوی نیروهای ایرانی صورت گرفته است، روحیه خود را می‌بازند و با سرعت تانک‌ها را رها می‌کنند و می‌گریزند. حلقه محاصره شکسته می‌شود و نیروهای کمکی هم می‌رسند و آن قسمت را از وجود متجاوزان پاک می‌کنند.

او در «کوت شیخ» در آن سوی شط کارون (در خرمشهر) شهید شد و در بهشت زهراي تهران دفن شد. به دنبال شهادت او، **امام خمینی** (ره) در پیامی چنین گفت: «... رهبر ما آن طفل سیزده‌ساله‌ای است که با قلب کوچک خود که ارزشش از صدها زبان و قلم بزرگ‌تر است، با نارنجک، خود را زیر تانک دشمن انداخت و آن را منهدم نمود و خود نیز شربت شهادت نوشید.» روز شهادت او به‌عنوان «روز بسیج دانش‌آموزی» نام‌گذاری شد و سازمانی به همین نام زیر نظر بسیج مستضعفین تشکیل شد. این سازمان با همکاری وزارت آموزش و پرورش ایران در بسیاری از مدارس واحدهای مقاومت بسیج تشکیل داد. اشیای بازمانده از محمدحسین فهمیده در موزه شهدا تهران نگهداری می‌شود. خانه پدری او نیز در کرج به موزه شهادت دانش‌آموز تبدیل شده است.

# روان ۲۰۱۲

## یادداشت سردبیر

### به نام خدا

را همراهی کنند و بر اندام حکومت ستم‌پیشه را پهلوی و طرفداران او به ویژه امریکالرز به بیندازند. ولی مأموران مسلح شاه با تیراندازی به این دانش‌آموزان بی‌دفاع، ۵۶ نفر از آن‌ها و دانشجویان همراهشان را شهید و تعداد زیادی را مجروح کردند.

پس یادتان باشد این دانش‌آموزان شهید، کاری بزرگ در تاریخ انجام دادند و برای همیشه روزی از تقویم را به نام خودشان ثبت کردند تا امروز کشور ما استقلال داشته باشد و هیچ کشور دیگری نتواند به ما زور بگوید و کشورمان را تحت استعمار خود درآورد.

شما می‌توانید درباره شهدای روز دانش‌آموز پژوهشی انجام داده و برای دفتر مجله ارسال کنید تا با نام خودتان در رشد جوان چاپ شود.

همیشه شنیده‌ایم که سنگ بزرگ علامت نزدن است. ولی به نظر شما این ضرب‌المثل واقعیت دارد؟ یعنی هیچ کار بزرگی انجام شدنی نیست؟ همین‌جا می‌توانم یک عالمه مثال نقض بیاورم که چه جریان‌ها و کارهای بزرگی که توسط افراد عادی ولی با اراده انجام شده‌اند. نمونه‌اش اینکه دربره‌های از تاریخ، دانش‌آموزان هم‌سن‌وسال خودتان کاری کردند که باعث شد، یک روز از تقویم همیشه به نام آن‌ها، یعنی «روز دانش‌آموز» نام‌گذاری شود. صبح روز ۱۳ آبان سال ۱۳۵۷، تعدادی از دانش‌آموزان، متحد با یکدیگر از مدرسه‌های خود به سمت دانشگاه تهران به راه افتادند تا همراه و همگام با مردم علیه رژیم طاغوتی و شاهنشاهی پهلوی، انقلاب اسلامی

دکتر زهرا باقری



## رضایت‌نامه

۱۲



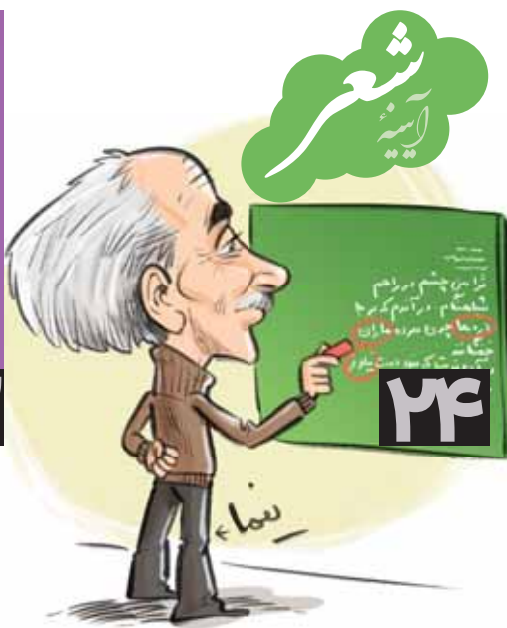
## حالا دیگه دست به کار شو

۰۴



## سلف‌نرین به بنو

۳۲



## شعر

۲۴

اللهم صلي على محمد وآل محمد

- ۲ این نه منم
- ۴ حالا دیگه دست به کار شو!
- ۶ دیوار اشک‌ها
- ۸ نفس‌کش
- ۱۰ نمایش زندگی
- ۱۲ رضایت‌نامه
- ۱۵ هندوانه فروش در آیینۀ شعر حافظ!
- ۱۶ مارکوپولوی ایران
- ۱۸ بهانه این شماره
- ۱۹ مغزیچ
- ۲۰ مستوری
- ۲۲ سرودن زندگی
- ۲۳ نم باران
- ۲۴ آیینۀ شعر
- ۲۶ مهرآبان
- ۲۷ قلمستون
- ۲۸ رایحه
- ۳۰ شکار جوزا
- ۳۲ سفر به بنو
- ۳۵ بحر طویل
- ۳۶ منظومۀ دهۀ هشتادی‌ها
- ۳۷ خودشیفتگی الکتریکی
- ۳۸ روزنامه دیواری
- ۴۰ کمی نمک، لطفا!

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

مدیرمسئول: محمدابراهیم محمدی  
سردبیر: دکتر زهرا باقری  
اعضای شورای برنامه‌ریزی: حبیب یوسف‌زاده، سعیده موسوی‌زاده، زهرا باقری، بهروز رضایی کهریز مدیر داخلی: اشرف‌سادات کلای مدیرهنری: کوروش پارسانزاد طراح گرافیک: مجید کاظمی دبیر عکس: پرویز قراگوزلی ویراستار: بهروز راستانی

نشانی دفتر مجله: تهران، خیابان ایرانشهر شمالی، پلاک ۲۶۶ صندوق پستی: ۱۵۸۷۵/۶۵۸۴ تلفن: ۸۸۸۴۹۰۹۶  
نمابر: ۸۸۳۰۱۴۷۸ پیامک: ۳۰۰۰۸۹۹۵۱۹  
آدرس پست الکترونیک: javan@roshdmag.ir  
نشانی مرکز بررسی آثار: تهران- صندوق پستی ۱۵۸۷۵/۶۵۶۷ تلفن: ۸۸۳۰۵۷۷۲  
www.roshdmag.ir  
صندوق پستی امور مشترکان: ۱۵۸۷۵/۳۳۳۱  
تلفن امور مشترکان: ۰۲۱-۸۸۸۶۷۳۰۸

# این نه منم

«عاطفه پالیزدار»

## اختلال تصویر بدنی چیست؟

برای دانستن معنای اختلال تصویر بدنی باید ابتدا بدانیم «تصویر بدنی» چیست. تصویر بدنی همان تصویری است که همه ما از شکل بدن یا صورت خود در مغزمان داریم. این تصور وقتی ایجاد می‌شود که به خودمان در آینه می‌نگریم و مغزمان اطلاعات دریافتی از انعکاسمان در آینه را تجزیه و تحلیل می‌کند و به شکل تصویری به ذهن می‌سپارد. تصویر ایجاد شده می‌تواند به من بگوید: «قد متوسطی دارم. کمی چاقم و موهایم فر است»؛ یا: «قد خیلی بلندی دارم، پوستم تیره است و کمی جوش روی صورتم دارم.»

تصویر بدنی ممکن است احساسات، افکار یا رفتارهایی مثبت یا منفی در ما ایجاد کند. ممکن است این تصویر به من بگوید: در مجموع ظاهر خوب و قابل قبولی دارم، یا چند عیب کوچک در ظاهرم وجود دارد، یا اینکه حس کنم عیب‌های زیادی دارم. مثلاً بینی‌ام خیلی بزرگ است، زیادی چاق یا زیادی لاغر، موهایم بیش از حد لخت است، یا خیلی جوش در صورت دارم.



## اختلال تصویر بدنی چه هنگام به وجود می‌آید؟

اختلال تصویر بدنی وقتی پیش می‌آید که فرد تصویری غلط از بدن خودش در ذهن داشته باشد. مثلاً پسری که فکر می‌کند اضافه‌وزن دارد، اما در حقیقت لاغر است، اختلال تصویر بدنی دارد.

## افراد مبتلا چه علائمی دارند؟

این افراد معمولاً احساس می‌کنند عیب یا نقص ظاهری خاصی در عضوی از صورت، بدن، موها، یا سایر قسمت‌های بدنشان وجود دارد. آن‌ها به نوعی وسواس فکری در مورد شکل آن عضو خاص دچار می‌شوند.

درواقع ممکن است عیب موردنظر، عیبی جزئی باشد یا اصلاً وجود نداشته باشد. اما برای فرد بیمار این عیب مهم و قابل توجه است.

این احساس نقص ممکن است نسبت به هر عضوی از بدن باشد. اما شایع‌ترین موارد آن، پوست، موها، بینی، پاها، چشم، وزن بدن، شکم و غیره است. مردان علاوه بر این ممکن است در مورد بدن‌سازی و عضلات سینه و شکم نیز وسواس پیدا کنند.

گاهی این احساس باعث کاهش اعتمادبه‌نفس فرد می‌شود؛ گاهی هم خود فرد از قبل اعتمادبه‌نفس پایینی داشته است و دو مشکل روی هم اثر هم‌افزایی دارند. فرد ممکن است مدام سعی داشته باشد، عیب خود را بپوشاند، یا مدام به تأیید شدن از سوی دیگران نیاز داشته باشد.

ممکن است فرد مبتلا در طول روز ساعت‌ها صرف فکر کردن و پرداختن به این نقص ظاهری کند. گاهی فرد برای رفع کردن آن بارها به پزشک مراجعه می‌کند و تحت عمل‌های جراحی زیبایی متعدد قرار می‌گیرد. متأسفانه ممکن است این افراد بعد از جراحی نیز همچنان حس کنند، نقص موجود در آن عضو از بین نرفته است. زیرا مشکل این افراد از ذهنشان منشأ می‌گیرد نه شکل ظاهری‌شان.

در عین حال در بسیاری از موارد نیز فرد برای رفع این عیب به روان‌پزشک یا روان‌شناس مراجعه نمی‌کند؛ زیرا از بیان آن احساس خجالت و شرم می‌کند.



### اختلال تصویر بدنی در چه افرادی بیشتر رخ می‌دهد؟

مطالعات جدید نشان می‌دهند که تمامی افراد از سن ۴ تا ۵ سالگی تا افراد مسن ممکن است دچار این بیماری شوند، اما معمولاً این اختلال در سن ۱۶ تا ۱۷ سالگی آغاز می‌شود. ابتلا به آن در مردان و زنان برابر است.

### اختلال تصویر بدنی چه مشکلاتی برای فرد ایجاد می‌کند؟

کاهش اعتماد به نفس و ایجاد انزوای اجتماعی از اثرات این بیماری است. فرد ممکن است در عملکرد اجتماعی یا شغلی‌اش دچار مشکل شود و به تدریج از محیط‌های اجتماعی فاصله بگیرد. درمان نشدن این بیماری می‌تواند باعث افسردگی در فرد بشود.

### علت زمینه‌ای ایجاد این بیماری

علت اصلی آن هنوز مشخص نشده است، اما قطعاً علل محیطی و ژنتیکی بی‌تأثیر نیستند. داشتن والدین یا اطرافیانی که نسبت به ظاهر یا وزن فرد عیب‌جو و سخت‌گیر باشند، احتمال ابتلا به این بیماری را افزایش می‌دهد.

### درمان

افراد مبتلا به اختلال تصویر بدنی ممکن است به علتهای متفاوت برای درمان اقدامی نکنند. علتهایی مثل احساس خجالت، ترس از قضاوت دیگران، یا ترس از این موضوع که روان‌پزشک یا روان‌شناس علت نگرانی آن‌ها را درک نکند، مانع مراجعه افراد به درمان‌گر می‌شوند. اما روان‌پزشک به راحتی می‌تواند این بیماری را درمان کند. پس اگر علائم بیماری مزبور را در خودتان یا افراد نزدیکتان مشاهده می‌کنید، حتماً در اولین فرصت به روان‌پزشک یا روان‌شناس مراجعه کنید.

### نکته آخر

همه ما با عیب و نقص‌هایی در ظاهرمان به دنیا می‌آییم. کامل بودن ظاهر بسیاری از افراد مشهوری که خود را با آن‌ها مقایسه می‌کنیم، حاصل جراحی‌های زیبایی، آرایش و فتوشاپ است. پس هیچ فردی بی‌نقص نیست. پذیرفتن شکل بدن، صورت و ظاهر خود به همان صورتی که هست، بهترین راه پیشگیری از اختلالات تصویر بدنی است.





# حالا دیگه دست به کار شو!

« حمیدرضا داداشی

بخشی از کار، تشخیص این موضوع است که می‌توان به سادگی مشکل را برطرف کرد یا باید آن را به یک متخصص سپرد. گاهی کارهای ساده‌ای وجود دارند که می‌توان انجام داد، اما برخی از کارها به متخصص نیاز دارند و قبل از انجام هر کاری بهتر است با بزرگترها مشورت کرد.

## طرز تهیه

۱. مقداری آب (بسته به وسعت خرابی موزاییک‌ها) در یک ظرف (سطل، لگن، استانبولی بنایی و ...) می‌ریزیم.  
 ۲. مقداری سیمان سیاه که در مصالح‌فروشی‌های ساختمانی یافت می‌شود، به صورت تدریجی به آب اضافه می‌کنیم و آن را هم می‌زنیم. اگر یک‌باره مقدار زیادی سیمان در آب بریزیم، ممکن است مخلوط به دست آمده بیش از حد غلیظ شود، نتواند به خوبی به زیر موزاییک‌ها و درزها نفوذ کند و کارایی خود را از دست بدهد. همچنین، اگر دوغاب بیش از حد رقیق باشد، بی‌اثر و کم اثر خواهد شد.  
 - در صورت تمایل می‌توانید مقدار کمی سیمان سفید به دوغاب اضافه کنید تا به استحکام آن کمک کند.

## ترکیب سحرآمیزی به نام دوغاب

موزاییک‌ها یا کاشی‌های خانه لق شده‌اند؟ دیوار حمام نم پس می‌دهد؟ این مطلب را با دقت بخوانید و راهکارهای آن را با حوصله به کار ببندید؛ به احتمال زیاد مشکلاتتان حل می‌شوند.

گاهی موزاییک‌های خانه حوصله‌شان سر می‌رود و منتظرند روی آن‌ها راه بروید تا برای خودشان بالا و پایین بروند و آهنگ بزنند. اما نمی‌دانند که ما از این آهنگ احساس خوبی نداریم؛ به خصوص وقتی که باران آمده و به محض اینکه پایمان را روی موزاییک‌ها می‌گذاریم، آب‌های گل‌آلود جمع شده لای درزهایشان به کفش و لباسمان می‌پاشند.

اما چاره کار چیست؟ یک محلول ساده و جادویی سراغ داریم که مشکل را حل می‌کند. پس دست به کار شو!

## مراحل کار

- دوغاب را به آرامی روی موزاییک‌های لق شده می‌ریزیم. می‌بینیم که دوغاب، راه خود را لابه‌لای درزهای موزاییک‌ها پیدا می‌کند و به خوبی پایین می‌رود.
- با یک فرچه، جارو، یا کاردک، دوغاب را به سمت درزهای موزاییک‌ها هدایت می‌کنیم تا به خوبی فضاهای خالی درزها را پر کند. شاید لازم باشد چند مرحله دوغاب اضافه کنیم تا درزها به خوبی پر شوند.
- صبر می‌کنیم تا دوغاب کمی سفت شود و به اصطلاح خودش را بگیرد (بسته به سرما یا گرمای هوا معمولاً بین ۱۵ تا ۳۰ دقیقه). سپس با استفاده از کاردک یا گونی کنفی و یا پارچه‌های زبر، مثل حوله‌های مستعمل، دوغاب اضافی را با دقت از روی موزاییک‌ها جمع می‌کنیم.

## مواد لازم

- آب
- سیمان سیاه

- توجه داشته باشید که چند ساعت زمان لازم است تا دوغاب به خوبی خشک و محکم شود. در این مدت از راه رفتن روی موزاییک‌ها یا گذاشتن جسم سنگین روی آن‌ها و ریختن آب در این قسمت خودداری کنید.  
 - همچنین بهتر است پس از چند ساعت، مقداری آب (به آرامی و به میزان کم) روی این موزاییک‌های ترمیم‌شده بریزید. این کار باعث استحکام سیمان می‌شود. به طور کلی ساختار سیمان به گونه‌ای است که در تماس با آب مستحکم می‌شود؛ برخلاف گچ که در برابر آب و رطوبت استحکام خود را از دست می‌دهد و از هم می‌پاشد.



## حمام و سرویس بهداشتی؛ کاشی‌ها، سنگ‌فرش‌ها

درزهای کاشی‌های کف حمام و سرویس بهداشتی باز شده‌اند و آب و رطوبت به کف ساختمان نفوذ کرده است؟ گاهی این اتفاق، مشکلی اساسی پیش می‌آورد و کار را باید به متخصص بسپاریم. اما گاهی نیز با یک درزبندی ساده، مشکل حل می‌شود. قدیمی‌ها درباره آب می‌گفتند: «آب مودی است!» واقعاً هم آب قدرت نفوذ زیادی دارد. شما با چشم نگاه می‌کنی، می‌بینی درزهای کاشی‌ها یا سنگ‌فرش‌های سرامیکی ایرادی ندارند، اما آب است دیگر! راه خود را از کوچک‌ترین منفذ پیدا می‌کند و کار دستتان می‌دهد؛ کف ساختمان را مرطوب می‌کند و با صدای همسایگان طبقه پایین را درمی‌آورد. (حق دارند بندگان خدا!) برای ترمیم و درزگیری کاشی‌های کف ساختمان چند راه‌حل وجود دارد:

- استفاده از دوغاب سنتی؛  
- استفاده از محلول‌های مخصوص درزگیری و آب‌بندی شیمیایی و صنعتی.  
محلول‌های صنعتی و کارخانه‌ای طریقه مصرفی دارند که روی برکه‌های راهنما و یا جعبه‌هایشان توضیح داده شده‌اند.  
دوغاب سنتی برای درزگیری و آب‌بندی کاشی‌ها و سرامیک‌های کف حمام و سرویس بهداشتی استفاده می‌شود. شبیه و درعین حال کمی متفاوت از دوغابی است که برای موزاییک‌ها استفاده می‌کنیم.

### طرز تهیه

### مواد لازم

- آب
- سیمان سفید
- پودر سنگ

مراحل آماده‌سازی دوغاب سیمان سفید شبیه آماده‌سازی دوغاب سیمان سیاه است.

۱. مقدار مناسبی آب در ظرف می‌ریزیم.
  ۲. مقدار متناسبی سیمان سفید و پودر سنگ (سه‌چهارم سیمان سفید و یک‌چهارم پودر سنگ) به‌صورت مرحله‌ای و تدریجی به آب اضافه می‌کنیم و آن را هم می‌زنیم تا به غلظت مورد نظر برسد.
- پودر سنگ حاوی قطعات درشتی است که به آسانی لای درزها نمی‌رود. بنابراین لازم است که قبل از افزودن به دوغاب الک شود. می‌توانید از الک آشپزخانه و پارچه‌های توری مثل پرده‌های مستعمل استفاده کنید. (برای استفاده از الک آشپزخانه از مادر تان اجازه بگیرید، وگرنه خونتان گردن خودتان است و بنده مسئولیتی به گردن نمی‌گیرم!)

### مراحل کار

### دیوارها

در صورتی که دیوار پشت حمام رطوبت پس می‌دهد، می‌توانید دوغاب غلیظتری شبیه خمیر (بدون افزودن پودر سنگ) درست کنید، آن را به خوبی روی درزهای کاشی‌ها بمالید. بعد از اینکه به خوبی خشک شد (در حدی که رطوبت نداشته باشد) هم با دستمالی خشک، کاشی‌ها را پاک کنید. (دقت کنید که خمیر از روی درزها کنده نشود.) می‌بینید که بعد از چند روز، رطوبت دیوار از بین می‌رود، البته به شرطی که مشکل اساسی در بین نباشد.

در بسیاری موارد، رطوبت ساختمان به دلیل ترکیبگی آب لوله‌کشی، ایراد در سیستم دفع فاضلاب، یا ایراد در زیرسازی و عایق‌بندی ساختمان است که این کار در تخصص ما نیست و باید آن را به متخصص بسپاریم. اما توصیه می‌کنم پیش از مراجعه به متخصص، روش‌های بالا را امتحان کنید و اگر مشکل همچنان باقی بود، کار را به کاردان بسپارید.

دوغاب را به آرامی روی کاشی‌ها یا سرامیک می‌ریزیم، به گونه‌ای که تمام درزهای کاشی‌ها و زاویه‌های دیوار و کف را بپوشاند و آغشته کند.

صبر می‌کنیم تا دوغاب کمی سفت شود و به اصطلاح خودش را بگیرد (بسته به سرما یا گرمای هوا، معمولاً بین ۱۵ تا ۳۰ دقیقه). سپس با استفاده از گونی کتفی و یا پارچه‌های زیر، مثل حوله‌های مستعمل، دوغاب اضافی را از روی کاشی‌ها جمع می‌کنیم.

- توجه داشته باشید که هنگام پاک کردن کاشی‌ها، دوغاب از روی درزها برداشته و کنده نشود، چون زحمتتان هدر می‌رود. این کار به حوصله و دقت نیاز دارد.

- همچنین توجه داشته باشید که چند ساعت زمان لازم است تا دوغاب به خوبی خشک و محکم شود. در این مدت از راه رفتن روی کاشی‌ها و ریختن آب روی آن‌ها خودداری کنید.

- بهتر است با استفاده از اضافه دوغابی که از روی کاشی‌ها جمع‌آوری کرده‌اید، زاویه‌های دیوار و کف را بندکشی کنید. این کار به حوصله، دقت و سلیقه نیاز دارد. (شلخته نباشید!)

### نکته مهم:

هنگام کار با سیمان و سایر مصالح ساختمانی حتماً از دستکش استفاده کنید.





## دیس

« نوید استاد رحیمی »

## یک سرزمین و چند حکومت

برای قرن‌ها، سرزمینی که امروز به نام «چین» می‌شناسیم، از چندین پادشاهی مختلف تشکیل شده بود که همگی با یکدیگر جنگ داشتند و هر یک تلاش می‌کرد دیگران را تحت سلطه داشته باشد. علاوه بر تمام مشکلاتی که این پادشاهی‌ها با هم داشتند، هر چند وقت یک بار شاهد حمله اقوام بیابان‌گرد به سرزمین‌های خود بودند؛ حمله‌هایی که خسارت‌های مالی و جانی زیادی به مردم و دارایی‌های پادشاهی وارد می‌کردند. سرانجام سال ۲۴۷ قبل از میلاد، مردی به نام **چین شی هوآنگ** به قدرت رسید.

## یک سؤال و جواب اشتباه

یک سؤال معروف که هر چند وقت یک‌بار در مسابقه‌های تلویزیونی، اینترنت و مجله‌ها می‌بینید و احتمالاً به جواب نادرست (دقت کنید نادرست!) آن هم عادت کرده‌اید، این سؤال است: «تنها بنای دست‌ساز بشر که از ماه هم قابل رؤیت است، چیست؟»

حتماً شنیده‌اید که می‌گویند: «دیوار چین». لابد اگر این جواب را بدهید، خوش‌حال می‌شوید که جوابی درست داده‌اید. اما زود قضاوت نکنید! وقتی عرض چیزی کم باشد، از ارتفاع زیادی قابل رؤیت نیست. مثلاً شما از پشت‌بام خانه‌تان نمی‌توانید یک کرم خاکی را روی زمین ببینید. حتی اگر طول آن کرم چند متر باشد! پس به دنبال دیدن دیوار چین از کره ماه نباشید. چون عرض این دیوار نسبت به محیط کره زمین بسیار کوچک است.

با این حال، دیوار چین نمادی از عظمت هنر انسان و البته نمادی از کشور و تاریخ چین است. اما چنین اثر عظیمی برای چه ساخته شد؟

## سرزمینی به نام «چین»

**چین شی هوآنگ** ابتدا کاری را انجام داد که تمام پادشاهان در آرزویش بودند، اما توانایی آن را نداشتند. او دیگر پادشاهی‌ها را شکست داد و برای اولین بار، همه پادشاهی‌ها را زیر تسلط خود درآورد. به این ترتیب نام این سرزمین یکپارچه نیز مشخص شد. کلمه «چین» از نام **چین شی هوآنگ** گرفته شد.

## اهمیت چرخ‌های ارابه و گاری

قدم بعدی این پادشاه، یکسان کردن قوانین در سراسر چین بود. او حتی اندازه ثابتی برای تمام ارابه‌ها در نظر گرفت و اگر کسی اندازه ارابه‌اش با اندازه‌های مورد نظر او تفاوت داشت، قانون شکن بود و مجازات می‌شد. اما یکسان بودن اندازه ارابه‌ها چه فایده‌ای داشت؟ پاسخ ساده است. راه‌ها و مسیرها مسطح نبودند و لازم بود مسیر حرکت چرخ‌ها صاف شود. وقتی اندازه‌ها یکسان باشد، به مرور از جای چرخ ارابه‌ها، مسیری مشخص و ثابت در تمام راه‌ها به وجود می‌آید. بعد از یکسان شدن قوانین نوبت به قدم مهم بعدی رسید.



# سوار اشک‌ها

## دیواری روی کوه‌های سنگی

حالا زمان برقراری امنیت در مرزهای شمالی بود و محافظت از بخش‌های شمالی در برابر اقوام بیابان‌گرد. اما از آنجایی که این مرزها هزاران کیلومتر بودند، هیچ وقت امکانش نبود که ارتش امپراتوری، تمام وقت از تمام نقاط مرزی دفاع کند. پس لازم بود که سدی بزرگ و همیشگی ساخته شود؛ دیواری ممتد که اقوام مهاجم نتوانند از آن عبور کنند و اگر هم به قسمتی از آن حمله کردند، سایر بخش‌ها به سرعت خردار شوند. دیواری آن قدر عریض که اسب‌سواران به راحتی بتوانند از روی آن بگذرند. قبلاً در بخش‌هایی از نواحی مرزی چنین دیوارهایی ساخته شده بودند، اما هرگز به هم متصل نشده بودند.

با توجه به اینکه بسیاری از مناطق شمال چین کوهستانی و سنگی بودند، یکپارچه کردن دیوار غیرممکن می‌رسید. اما غیرممکن‌تر از آن، نافرمانی از امپراتور بود!

## مجازات در کنار دیوار

برای ساخت دیوار از مجرمان و زندانیانی استفاده شد که قرار بود در زندان مجازات شوند. حالا مجازات آن‌ها به کنار دیوار انتقال یافته بود و آن قدر در ساخت دیوار کار می‌کردند که جان خود را از دست می‌دادند و لای سنگ‌های دیوار دفن می‌شدند! البته از آنجا که تعداد مجرمان برای ساخت دیوار کافی نبود، بسیاری از مردم عادی نیز ناچار شدند در ساخت دیوار بیگاری کنند. هزاران نفر جان خود را از دست دادند و این دیوار به «دیوار اشک‌ها» معروف شد. در همان حال، بنای دفاعی شمال چین هم روزه‌روز کامل‌تر می‌شد.

## دیواری نفوذناپذیر

وقتی دیوار سنگی تکمیل شد، ارتفاع آن در بعضی نقاط به ۱۰ متر، و عرض تمام بخش‌های آن نیز به حدود ۵ متر می‌رسید. به این ترتیب چهار اسب‌سوار می‌توانستند در کنار هم روی دیوار حرکت کنند. در طول این دیوار ۲۱ کیلومتری هم ۲۵ هزار برج دیده‌بانی ساخته شد. به این ترتیب، اگر به بخشی از دیوار حمله می‌شد، به سرعت در برج‌های نزدیک به آنجا آتش روشن می‌کردند. برج‌های دیگر که آتش را می‌دیدند، متوجه خطر می‌شدند و آن‌ها هم آتش روشن می‌کردند. به این ترتیب در مدتی کوتاه، سراسر چین متوجه حمله دشمن می‌شد.

## امنیت و تکمیل قوانین

برای ساخت دیوار بزرگ آن قدر کارگر تلف شد که گفتند یک نسل از چینیان فدای ساخت این دیوار شدند. اما بعد از تکمیل دیوار، مرزهای شمالی نسبتاً امن شدند. حالا چینی‌ها می‌توانستند در نهایت آرامش، قوانین داخلی خود را بهبود بخشند. قانون آزمون استخدامی در سراسر کشور اجرا شد و از همان زمان، تمامی اداره‌های دولتی برای استخدام نفرات مورد نیاز باید از همه واجدین شرایط آزمون می‌گرفتند و بهترین نفرات را برمی‌گزیدند! امپراتوران و سلسله‌های حکومتی نیز برای تاریخ‌نگاران اهمیت فراوانی قائل شدند. هر حکومتی که روی کار می‌آمد، از تاریخ‌نویسان می‌خواست تا دلایل سقوط حکومت قبلی را بررسی کنند. هدف آن‌ها این بود که دیگر اشتباهات گذشتگان را تکرار نکنند. چین به سرعت به سرزمینی رویایی برای تاریخ‌نویسان تبدیل شد. این وضعیت بیش از هزار سال دوام آورد. هیچ دیواری این چنین تاریخ یک کشور را تغییر نداد. اما باز هم دلیل نمی‌شود که از روی کره ماه بتوان آن را دید!

# نفس کش

راه‌هایی برای تقویت ریه‌ها با ورزش

«مهدی زارعی»

«عکاس: اعظم لاریجانی»

## «دم و بازدم»

همه ما معنای «دم و بازدم» را می‌دانیم و چه بخواهیم و چه نخواهیم، هنگام ورزش، بارها و بارها در طول روز با آن مواجه هستیم. بدن بیشتر می‌شود، دم و بازدم حرکت اندام‌ها و سوخت‌وساز می‌کند. اما تنفس هنگام ورزش اصول خود را دارد و هرگز نباید اشتباه تنفس کنیم!

## فرصتی برای جذب اکسیژن

ساده‌ترین کار در تنفس این است که هوا را با بینی به داخل بدن بکشیم و عملیات «دم» را انجام دهیم. پس از آن هم با دهان نفس را بیرون دهیم و «بازدم» کنیم. این را همه می‌دانید. اما تا حالا در ظاهر ممکن است فکر کنید هنگام نفس کشیدن با دهان، می‌توانیم اکسیژن بیشتری جذب کنیم. اما فراموش نکنید که این اکسیژن پس از ورود به بدن، با واکنش‌های مختلفی روبه‌رو می‌شود تا جذب بدن شود. به همین خاطر، وقتی با بینی نفس می‌کشیم، میزان بیشتری اکسیژن وارد بدن می‌شود و بدن فرصت بیشتری دارد که واکنش‌های لازم را برای جذب اکسیژن انجام دهد. تبدیل دی‌اکسید کربن به اکسیژن از جمله واکنش‌هایی است که به زمان نیاز دارد و ما با تنفس از بینی، چنین فرصتی را ایجاد می‌کنیم.

## از جاذبه کمک بگیرید

«هر وقت جاذبه زمین شما را به سمت خود کشید، عمل دم را انجام دهید و وقتی برخلاف جاذبه حرکت می‌کنید، نوبت بازدم می‌رسد.» این بیان ساده همان صحبت‌های قبلی بود؛ به همین راحتی! مثلاً فرض کنید در حال انجام حرکتی مثل دراز و نشست هستید. حالا ببینیم بخش مثبت و منفی حرکت شما چه زمانی انجام می‌شود. وقتی پشتتان به زمین نزدیک می‌شود، فاصله اندام‌های بدنتان از هم بیشتر می‌شود. پس عضله‌هایتان منبسط می‌شوند و حالا باید حرکت دم را انجام دهید. اما وقتی دارید از زمین فاصله می‌گیرید، اندام‌هایتان به هم نزدیک می‌شوند. یعنی عضله‌ها منقبض می‌شوند و به بخش مثبت حرکت می‌رسید. نوبت چه حرکتی است؟ درست است؛ بازدم با دهان باز!

## زمان دم، زمان بازدم

هنگام ورزش، هرگز نفستان را حبس نکنید. شاید خیلی‌ها عادت نداشته باشند موقع ورزش نفس عمیق بکشند، اما باید سریع این عادت خود را تغییر دهند. حالا ببینیم در ورزش، چه زمانی باید عمل دم را انجام داد و چه زمانی عمل بازدم را.

اگر می‌خواهید ببینید کی باید هوا را جذب کنید، لازم است که به انقباض و انبساط عضله‌های خود در حال حرکت دقت کنید. اگر روزی در باشگاه مربی به شما گفت: «در بخش منفی حرکت و وقتی طول عضله افزایش پیدا می‌کند، عمل دم انجام می‌شود و در بخش مثبت حرکت، یعنی وقتی عضله منقبض می‌شود و طول آن کاهش پیدا می‌کند، عمل بازدم انجام می‌شود»، اصلاً از این عبارتهای پیچیده نترسید. چیزی نفهمید؟ حق دارید! بیایید ساده‌تر صحبت کنیم.

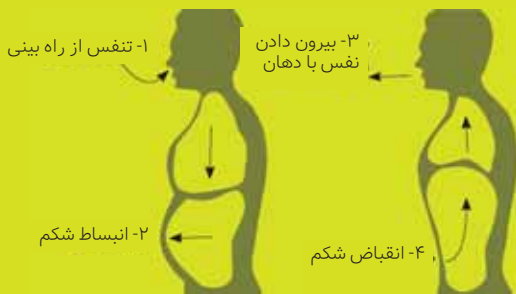


به همین سادگی با اصول تنفس هنگام ورزش آشنا شدید و باید آن را در تمام تمرین‌ها رعایت کنید. مثلاً دو وزنه در دستانتان دارید و می‌خواهید آن‌ها را بالا ببرید. وقتی دستانتان خم است و هنوز وزنه‌ها را بالا نبرده‌اید، باید عمل دم را انجام دهید. اما وقتی نیرو وارد می‌کنید و دستانتان صاف و عضله‌هایتان منبسط شده‌اند و وزنه‌ها را بالای سر می‌برید، باید نفستان را بیرون بدهید. در حرکت پروانه هم شرایط همین است. وقتی پاهایتان روی زمین است و دستانتان پایین می‌آید، زمان دم است و زمانی که به هوا می‌پرید و دستانتان به بالای سرتان می‌رود، باید هوا را بیرون بفرستید.



تنفس درست

تنفس کشیدن درست اهمیت بسیار زیادی دارد؛ نه فقط در ورزش، بلکه در زندگی. هر قدر عمیق‌تر عمل دم و بازدم را انجام دهید، حفره سینه شما بازتر می‌شود و ریه‌ها هم فرصت پیدا می‌کنند که با دفع دی‌اکسید کربن، اکسیژن را بهتر در بدن توزیع کنند. پس تنفس درست را از لحظه بیدار شدن آغاز کنید. این کاری است که چه نشسته و چه در حال دراز کشیدن می‌توانید به راحتی انجام دهید. ابتدا با یک دم عمیق، شکمتان را کاملاً به داخل بکشید و بعد از لحظاتی مکث، هوا را بیرون بفرستید. بهترین حالت این است که نفس را دو تا هفت ثانیه نگه دارید.



کاهش اسیدلاکتیک

خیلی وقت‌ها هنگام ورزش و بازی، توانایی خود را از دست می‌دهید و فکر می‌کنید نفس کم آورده‌اید. اما مگر مقدار اکسیژن هوا در این مدت کم شده است؟ قطعاً نه. پس چرا کار تنفس برای شما دشوار شده؟ جواب ساده است. در بدن شما «اسیدلاکتیک» تولید شده است که امکان جذب اکسیژن و تولید انرژی را کم می‌کند. پس اگر می‌خواهید اسیدلاکتیک دیرتر در بدن تولید شود، باید جذب هوا توسط ریه‌هایتان را بیشتر کنید. چگونه؟ با ورزش‌های هوازی مثل دویدن‌های آرام، شنا و ...



تخلیه ریه‌ها

به‌عنوان آخرین تمرین هم صاف بایستید. سپس سعی کنید تا می‌توانید خم شوید و سرتان را به پاهایتان نزدیک کنید. در همین حالت، هوا را بیرون بدهید. شاید ابتدا چنین کاری برایتان دشوار باشد، اما به مرور شرایط بهتر می‌شود؛ البته به یادتان باشد، آدم‌های کم‌تحرك تنها از بخش کمی از ریه‌های خود استفاده می‌کنند. پس فعالیت خود را بیشتر کنید و به خوبی از اندامی که خداوند به شما هدیه کرده است، استفاده کنید.



# نمایش زندگی

«روح الله مالمیر»

یکی از فعالیت‌های دانش‌آموزان که به صورت غیررسمی در مدرسه‌ها انجام می‌شود، اجرای نمایش‌های دانش‌آموزی است. دانش‌آموزان با عضویت در گروه‌های نمایشی مدرسه، هنر تئاتر و خاطره خوش روی صحنه رفتن را تجربه می‌کنند و با تمرین دوباره زندگی از جنبه‌های متفاوت، به رشد بیشتری دست پیدا می‌کنند. تشکیل گروه‌های نمایشی در مدرسه اثرات مثبتی دارد که نمی‌توان آن‌ها را نادیده گرفت؛ اثراتی همچون: مسئولیت‌پذیری، تقویت همکاری، اعتماد به نفس، توجه به نظم و انضباط، آمادگی برای پذیرش نقش‌های اجتماعی و...

نمایشی باشند، مثلث نمایش دانش‌آموزی کامل نمی‌شود مگر با ضلع سومی به نام «نمایشنامه». اینکه دانش‌آموزان و یا مربیان و معلمان گرامی چه متنی را برای تمرین و بازی کردن انتخاب کنند و آن را محور تمرینات خود قرار دهند، یکی از نکات مهم و حساس نمایش دانش‌آموزی است که نباید از آن غافل ماند.

نیاز خود به نمایشنامه‌های خوب و مناسب که در راستای هدف‌های تربیتی و آموزشی آنان نیز باشند، به چه کسی و یا چه مرجعی می‌توانند مراجعه کنند؟ سامانه کنترل کیفیت منابع آموزشی و تربیتی مکتوب سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی وزارت آموزش و پرورش به نشانی <https://samanketab.roshd.ir> مرجعی مطمئن برای آشنایی با کتاب‌های آموزشی و تربیتی، از جمله متون نمایشی مناسب برای اجرا در مدرسه است. در ادامه به معرفی چند نمونه از نمایشنامه‌های دانش‌آموزی که به تأیید کارشناسان این سامانه رسیده‌اند، می‌پردازیم.

تشکیل این گروه‌ها گاهی توسط معلمان و مربیان، و گاه به صورت خودجوش با تلاش و همت خود دانش‌آموزان علاقه‌مند به نمایش، صورت می‌گیرد. اگر مربیان و معلمان تشکیل‌دهنده این گروه‌ها را مدیر گروه و یا کارگردان گروه فرض کنیم و دانش‌آموزان نیز عوامل اجرایی و بازیگران گروه‌های

## راه‌های دستیابی به متن‌های نمایشی مناسب در عرصهٔ تعلیم و تربیت کدام است؟

در دورهٔ دوم متوسطه، از آنجا که مسیر نگاه برخی از دانش‌آموزان و متأسفانه تعدادی از معلمان تغییر کرده و در رقابت‌های سخت، به دنبال کسب مقام‌ها و موفقیت‌هایی کاذب در عرصهٔ مسابقه‌های منطقه‌ای، استانی و کشوری هستند، دست به نگارش و یا انتخاب نمایشنامه‌هایی می‌زنند که تعدادی از آن‌ها با ردهٔ سنی و هدف‌های آموزشی و تربیتی جاری در مدرسه متناسب نیستند. حال سؤال اینجاست که گروه‌های نمایش دانش‌آموزی برای رفع

## الف) معرفی نمونه نمایشنامه‌های مناسب برای دانش‌آموزان پسر دورهٔ دوم متوسطه



### ۱ تازه‌وارد

نویسنده: کاوه مهدوی

ناشر: مؤسسه فرهنگی منادی تربیت

خلاصه: این نمایشنامه دربارهٔ جوانی به نام احسان است که برای اولین بار به تهران می‌آید تا مسابقهٔ فوتبال تیم مورد علاقه‌اش را ببیند. احسان در ساک دستی‌اش چیزی به همراه دارد که درصد است با قربانی کردن آن، لذت سفرش را دوچندان کند. او با هزار زحمت بلیت تهیه می‌کند و وارد ورزشگاه می‌شود، ولی همه چیز آن‌طور که او فکر می‌کند نیست!

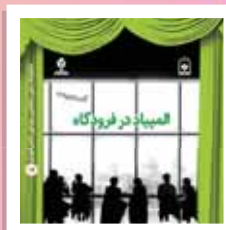


### ۲ المپیاد در فرودگاه

نویسنده: امیر قیطاسی

ناشر: مؤسسه فرهنگی منادی تربیت

خلاصه: این نمایشنامه دربارهٔ تیم المپیاد دانش‌آموزی ایران است که به دلیل ندادن ویزا، نمی‌توانند در بیستمین المپیاد جهانی رایانه در «قاهره»، شرکت کنند. نمایش با صحنه‌ای از فرودگاه «دوحه» و گفت‌وگوی دانش‌آموزانی که راهی المپیاد هستند، شروع می‌شود. به آن‌ها اجازه ورود به مصر را نمی‌دهند. پس از پیگیری زیاد مشکل حل می‌شود، اما فرصت بسیار کم است و بچه‌ها مجبور می‌شوند غیرحضوری در مسابقه شرکت کنند.





### ۳ قاضی بُست

**نویسنده:** مهرنوش جعفرناری  
**ناشر:** مؤسسه فرهنگی منادی تربیت

**خلاصه:** صحنه، میدانی است پر از زباله. دو نفر با لباس‌های کارگران شهرداری و با جارو وارد می‌شوند. این دو، پیرمرد و مرد جوانی هستند که در سفری خیالی به زمان حکومت مسعود غزنوی سفر می‌کنند. آن‌ها از طرف شهرداری مأمور پاک‌سازی مناطق تاریخی هستند. نمایش به شکل طنز است و باعث انبساط خاطر تماشاچیان می‌شود.



نمایشنامه‌های «تازه‌وارد»، «المپیاد در فرودگاه» و «قاضی بُست» از جمله متن‌های نمایشی مناسبی هستند که برای اجرا به صورت صحنه‌ای و یا نمایشنامه‌خوانی در مدرسه‌های پسرانه دوره دوم متوسطه پیشنهاد می‌شوند.

## ب) معرفی نمونه نمایشنامه‌های مناسب برای دانش‌آموزان دختر دوره دوم متوسطه

### ۱ چراغی در باد

**نویسنده:** آمنه داوطلب  
**ناشر:** مؤسسه فرهنگی منادی تربیت

**خلاصه:** این نمایشنامه درباره دختری به نام ستاره است. او بسیار با استعداد است و به دوستش عاطفه کمک می‌کند تا برای کنکور آماده شود. عاطفه با موفقیت کنکور را پشت سر می‌گذارد، اما ستاره تصمیم گرفته است برای ادامه تحصیل به خارج از کشور برود؛ چون معتقد است در ایران نمی‌تواند به آرزوهایش برسد. اتفاقاتی که در ادامه رخ می‌دهند، ستاره را از تصمیمش منصرف می‌کنند.



### ۲ همه آگرهای من

**نویسنده:** اکرم ابوالمعالی  
**ناشر:** مؤسسه فرهنگی منادی تربیت

**خلاصه:** دختر نوجوانی دستگاهی اختراع کرده است که می‌تواند آگرهای او را برآورده کند. مادر دختر بسیار تمیز و مرتب است و همیشه در حال نظافت. دختر دوست ندارد مادرش تمام وقت در حال تمیز کردن باشد. او برای اولین بار دستگاه را آزمایش و آرزو می‌کند که مادرش این‌قدر تمیز و مرتب نباشد و در کمال ناباوری و البته خوش‌حالی، می‌بیند مادرش به آدمی بی‌نظم و شلخته تبدیل می‌شود؛ ولی همه چیز آن‌طور که او می‌خواهد پیش نمی‌رود.



### ۳ آخرین گره

**نویسنده:** حسن دشتبان  
**ناشر:** مؤسسه فرهنگی منادی تربیت

**خلاصه:** در روستای صبورا همه در حال مهاجرت هستند؛ چون بر اثر خشک‌سالی، گاوها و گوسفندان اهالی روستا از بین رفته‌اند. صبورا در حال بافتن یک قالی است که برای بارش باران نذر کرده است. خانواده‌اش اصرار دارند که روستا را ترک کنند، اما صبورا نذر کرده که قالیچه را در روستا تمام کند و بالاخره با ادای نذرش، به خواسته‌اش می‌رسد.



نمایشنامه‌های «چراغی در باد»، «همه آگرهای من» و «آخرین گره» از جمله متن‌های نمایشی مناسبی هستند که برای اجرا به صورت صحنه‌ای و یا نمایشنامه‌خوانی در مدرسه‌های دخترانه دوره دوم متوسطه پیشنهاد می‌شوند.

# رضایت‌نامه

«علی اصغر کلاکی»

قنبرعلی علیزاده یکی از بچه‌محل‌هایمان بود که با هم دوست بودیم. بیشتر روزهای تابستان را با هم می‌گذراندیم. قد کوتاهی داشت، سبزه‌رو و خیلی تیز و چابک بود و مثل یک گربه از دیوار راست بالا می‌رفت. ما بیشتر اوقات توی زمین‌های خاکی فوتبال بازی می‌کردیم. قنبرعلی علاوه بر فوتبال نسبتاً خوبش، از سرعت دویدن بالایی هم برخوردار بود. یادم می‌آید در بازی هفت‌سنگ همیشه دلم می‌خواست قنبرعلی یکی از یارهایمان باشد. قنبرعلی دومین پسر خانواده بود و برادر بزرگ‌ترش توی تصادف کشته شده بود.

سال ۱۳۵۹ که حمله عراق به ایران شروع شد، من کلاس سوم راهنمایی بودم و در مدرسه‌ای در «نازی‌آباد» درس می‌خواندم. قنبرعلی هم به دلیل علاقه‌نداشتن به درس، ترک تحصیل کرده بود و توی کارگاهی کار می‌کرد که لیوان بستنی تولید می‌کردند. اما برنامه فوتبال و بازی‌های محلی‌مان با او و بقیه بچه‌ها مثل سابق ادامه داشت. شب‌هایی که حملات هوایی عراق در تهران انجام می‌شد، من و قنبرعلی و بچه‌ها تا آخرهای شب توی کوچه می‌ماندیم و برای خودمان رویاهای بزرگی تصور می‌کردیم و جنگ همچنان ادامه داشت.

یک سال بعد که به کلاس اول دبیرستان رفتیم، در میانه‌های سال تحصیلی تصمیم گرفتم برای رفتن به جبهه اقدام کنم. اما موانع متعددی بر سر راهم بود. از سن کم تا پند و نصیحت دوستان و همسایگان. ولی من گوشم شنوای هیچ‌کدام از این حرف‌ها نبود. موضوع رفتن به جبهه را به بچه‌های محل گفتم. چند نفر

مسخره کردند و چند نفر دیگر گفتند نشدنی است، چون سن ما کم است. تنها کسی که حرفم را جدی گرفت، قنبرعلی بود. ولی جلوی بچه‌ها حرفی نزد. بعداً که مرا تنها دید، پیشم آمد و گفت: «علی از تو چه پنهان که من هم بدجوری می‌خواهم به جبهه بروم، ولی نمی‌دانم چه کار کنم.»

چند ماهی گذشت و ما همچنان رفتن به جبهه دغدغه ذهنمان شده بود که متوجه شدم یکی از هم‌کلاسی‌هایم به نام حیدر امانی دارد عازم جبهه می‌شود. موضوع را به قنبرعلی گفتم و شبانه سراغ حیدر رفتیم. یک سال ونیم از ما بزرگ‌تر بود. مشکل سنی نداشت. پدر و مادرش هم مخالفتی نداشتند. از حیدر سراغ پایگاهی را که برای

و یاد لحظه‌ای افتادم که داد زدم: حیدر به زودی من هم می‌آیم پیشت، و او هم با خنده گفته بود: ان‌شاءالله.

دو روز بعد به مراسم تشییع پیکر حیدر رفتم. مراسم سوم و هفتم شهادتش خیلی باشکوه برگزار شد. اکثر هم‌کلاسی‌ها هم آمده بودند. از شهادت حیدر خیلی حالم گرفته بود و همه‌اش خاطراتش در ذهنم تداعی می‌شدند. شهادت حیدر، عزم و اراده‌ی مرا برای رفتن به جبهه بیشتر کرده بود. هر روز امیدوارتر از روز قبل به این موضوع فکر می‌کردم. تا اینکه یک روز قنبرعلی پیشنهاد وسوسه‌انگیزی به من داد که اصلاً به آن فکر نکرده بودم.

آن روز بعد از ظهر خواب بودم که سراغم آمد و خنده‌کنان گفت: «علی راهی پیدا کرده‌ام برای جور کردن مدارک.» او پیشنهاد دست‌کاری توی شناسنامه را داد و برق از کلام پرید. قرار گذاشتیم که سال تولدمان را بالاتر ببریم تا مشکل سنی نداشته باشیم. زیر رضایت‌نامه هم امضای باباها را جعل کنیم! امضای بابا خیلی هم سخت نبود، اما دست بردن در شناسنامه به این سادگی نبود و دعا کردیم که موقع تحویل مدارک اصل شناسنامه را نخواهند. بعد از نوشتن یک رضایت‌نامه و جعل امضای بابا زیر آن و تهیه‌ی عکس و بقیه‌ی مدارک، قرار گذاشتیم فردا با هم به پایگاه برویم.

وقتی نزدیک پایگاه شدیم، از ترس و دلهره رنگمان پریده بود. همه‌اش نگران بودیم نکند بفهمند و آبرویمان جلوی همه برود. بالاخره با حالی زار جلوی میز متصدی تحویل مدارک رسیدیم. نگاهی نافذ داشت. همان‌طور که مدارک را می‌گرفت، قد و قامتمان را برانداز کرد. ما قدرت گفتن هیچ کلمه‌ای نداشتیم. وقتی مدارک را نگاه می‌کرد، قلب ما داشت از سینه در می‌آمد.

با خودم گفتم: «عجب غلطی کردم! کاش این کار را نمی‌کردم. خدایا خودت به خیر کن!» قنبر هم ترسش کمتر از من نبود، ولی ناقل خودش را پشت من پنهان کرده بود. با همه‌ی این اوصاف، در کمال تعجب متصدی همه‌ی مدارک را به هم منگنه کرد و درون یک پوشه قرار داد. باورم نمی‌شد که به مدارک اشکال نگرفت. دیگر خیال هر دویمان راحت شد. انگار کسی دستش را از روی دهنم برداشته باشد، چند نفس عمیق کشیدم.

به هر کدام از ما یکی یک فرم داد که پر کنیم و بعد یک عکس به بالای فرم منگنه کرد و یک تکه کاغذ کوچک به‌عنوان رسید به ما داد که در آن، تاریخ و ساعت جمع شدن در پایگاه ابوذر نوشته شده بود. آن روز برای من یک روز به یادماندنی شد و هیچ‌وقت از یادم نمی‌رود: بیست و ششم مردادماه ۱۳۶۱.

من و قنبرعلی سر از پا نمی‌شناختیم. در راه بازگشت به خانه، تازه به این فکر افتادیم که خانواده را چطور در جریان قرار دهیم که مخالفتی نداشته باشند. تصمیم گرفتیم که به آن‌ها بگوییم از طرف پایگاه بسیج ما را برای آموزش نظامی به پادگان امام حسین(ع) اعزام می‌کنند و

ثبت‌نام اقدام کرده بود، گرفتیم و فردای همان روز با قنبر به آن پایگاه رفتیم. از متصدی امور اعزام، شرایط را جویا شدیم و او هم با اشاره به نوشته‌ای که روی دیوار زده بود، ما را متوجه شرایط کرد.

### حداقل سن ۱۷ سال تمام

و رضایت‌نامه کتبی به امضای پدر و مواردی دیگر که کار را برای ما سخت می‌کرد.

ناامید از پایگاه ابوذر به خانه برگشتیم. چند روزی از این قضیه گذشت. در خانه پای تلویزیون نشسته بودم که زنگ خانه به صدا درآمد. فوری خودم را به دم در رساندم. حیدر بود. از دیدنش خیلی خوش‌حال شدم، اما وقتی از قصدش خبردار شدم، کلی به هم ریختم. حیدر برای خداحافظی آمده بود و گفت که فردا از پایگاه محل به پادگان امام حسین(ع) می‌رود و بعد از طی دوره آموزشی، عازم خط مقدم جبهه می‌شود. کلی با هم حرف زدیم و موقع خداحافظی همدیگر را در آغوش گرفتیم. وقتی حیدر در حال دور شدن از من بود با صدای بلند گفتم: «حیدر به زودی من هم می‌آیم پیشت.» او هم برگشت و با خنده گفت: «ان‌شاءالله.» عید شده بود و دید و بازدید و مسافرت و خوش‌گذرانی و تکالیف عید. چند ماهی بود از حیدر خبر نداشتیم. اصلاً نمی‌دانستم به کدام منطقه اعزام شده است. قنبرعلی هم دیگر حرف جبهه را نمی‌زد. اما من هنوز سودای رفتن به جبهه در سرم بود. مدتی بود که عضو بسیج مسجد محل شده بودم تا بلکه از این طریق راهی برای رفتن به جبهه پیدا کنم. توی پایگاه بسیج خبر شهادت یا مجروح شدن رزمندگان محل زودتر از هر جای دیگر می‌رسید.

یک شب که پایگاه بودم، دیدم دو تا از بچه‌های تعاون پایگاه ابوذر به آنجا آمدند و با چند تا از مسئولان و بچه‌های پایگاه صحبت کردند. همگی غرق اندوه و ماتم بودند. ظاهراً بچه‌های تعاون از بچه‌های پایگاه می‌خواستند خبر شهادت یکی از رزمندگان را برای خانواده‌اش ببرند. من هم کنجکاو شدم و نزدیک‌تر رفتم تا ببینم شهید مورد نظر چه کسی است. یک بسته اعلامیه بسته‌بندی شده روی میز بود. اصلاً به نوشته‌های اعلامیه توجه نکردم. تنها چیزی که به سرعت چشم‌هایم را پُر کرد، عکس حیدر بود. بغض گلویم را گرفته بود. باورم نمی‌شد. نمی‌دانستم چه بگویم. یکی از اعلامیه‌ها را برداشتم و خواندم:

«شهید حیدر امانی»

«محل شهادت، گیلان‌غرب»

یاد قرآن خواندنش سر صف مدرسه افتادم و عکس‌هایی که توی زمین ورزش با هم انداختیم. همه‌ی خاطرات خوبی که با هم داشتیم، از نظرم گذشتند. به مسئول پایگاه مسجد گفتم: «این هم‌کلاسی من است!» و همان‌جا زدم زیر گریه. یکی دو تا از اعلامیه‌ها را برداشتم و آمدم خانه. یاد روز آخری افتادم که برای خداحافظی آمده بود پیشم



خواندن نماز به نمازخانه رفتیم. بعد از نماز هم ما را به سالن غذاخوری بردند. تعداد زیادی بسیجی آنجا بودند که لباس نظامی بر تن داشتند، ولی ما همه با لباس شخصی بودیم. از میان آن بسیجی‌های قدیمی، مرد سالخورده‌ای با صدای بلند فریاد زد: «برای سلامتی آش‌خورهای جدید اجماعاً صلوات!» همه صلوات فرستادند و به ما خوشامد گفتند. همه توی سینی‌ها، غذا گرفتیم و شروع به خوردن کردیم.

یک هفته سپری شد و پنج‌شنبه بعدازظهر به خانه برگشتیم. مادرم وقتی مرا دید گفت: «چقدر سپاه و لاغر شدی!» او را جانانه در بغل گرفتم و حسابی از دلتنگی در آمدم. شب هم وقتی بابا آمد، او را در آغوش گرفتم و غرق بوسه کردم. چهرهٔ خندانش را که دیدم، خیلی خوش‌حال شدم، اما عذاب وجدان اذیتم می‌کرد. با این حال، باز هم نمی‌توانستم حرفی بزنم. آن شب در کنار پدر به خواب راحتی رفتم و از اینکه صبح زود مثل پادگان از بیدارباش صبحگاهی خبری نبود، خیلی خوش‌حال بودم. فردا صبح، بعد از خوردن صبحانه وارد حیاط خانه شدم و صحنه‌ای دیدم که به بزرگی عشق پدر و مادر به فرزند پی بردم. هیچ‌گاه تصویر آن صحنه را فراموش نمی‌کنم. مادرم لباس‌های نظامی مرا در ماشین لباس‌شویی قرار می‌داد و پدرم پوتین‌هایم را واکس می‌زد. آه خدای من! نمی‌دانم چرا شرمندگی‌ام بیشتر شد. کنار پدرم آمدم و از او خواستم اجازه بدهد خودم واکس بزنم که قبول نکرد. گویی از این کار لذت می‌برد. به ناچار در کنارش نشستم و مشغول پاک‌کردن کفش‌های دیگرم شدم تا بعد بابا واکس بزند.

یک جورهایی، انگار هر دو راضی شده بودند و با این موضوع کنار آمده بودند. ظاهرهم خوش‌حال و باطنم اندوهگین بود. تصمیم گرفتم آن جمعه را لحظه به لحظه در کنارشان باشم تا در طول دورهٔ آموزشی کمی از دلتنگی‌ام کم بشود. شنبه صبح به اتفاق قنبرعلی، مصطفی و محمدرضا به پادگان امام حسین (ع) برگشتیم و دوباره آموزش را از سر گرفتیم. در شماره‌های بعد، اتفاق‌های خواندنی دوران آموزشی را برایتان نقل می‌کنم.

پنج‌شنبه‌ها و جمعه‌ها به خانه می‌آییم. بابا و مامان، با وجود اینکه در چشمانشان می‌دیدم حرف مرا باور ندارند، اما با رفتنم مخالفتی نکردند. شاید به خاطر اینکه فصل تابستان بود و آن‌ها هم این موضوع را یک اردوی تابستانی فرض کرده بودند، موافقت کردند.

یک روز قبل از اعزام، یعنی همان تاریخی که روی آن تکه کاغذ کوچک قید شده بود، به پایگاه رفتیم و مسئول کارگزینی پایگاه برایمان توضیحات زیادی داد که چه وسایلی با خودمان ببریم.

شب که پدرم به خانه آمد، وقتی ساک بسته و آمادهٔ مرا دید و متوجه شد که فردا عازم هستم، مخالفتی نکرد، اما چهرهٔ درهمی داشت؛ چهره‌ای که پر از سؤال بود.

صبح، موقع بیرون آمدن از خانه، پدرم مقداری پول به من داد و مادرم هم کلی سفارش کرد که مواظب خودم باشم. قنبرعلی در کوچه منتظر من بود. انگار شب گذشته، او هم شرایطی مثل من داشت. هر دو خوش‌حال به پایگاه رفتیم. دو اتوبوس آمدند و ما سوار شدیم و به سوی پادگان امام حسین (ع) رفتیم.

توی راه موضوعی وجدانم را بدجوری عذاب می‌داد؛ اینکه چگونه از طرف پدر و مادرم رضایت‌نامه جعل کردیم. خیلی با خودم کلنجار رفتم تا خودم را آرام کنم، اما نتوانستم و موضوع را به قنبرعلی گفتم. متوجه شدم او هم مثل من دچار عذاب وجدان شده است. توی همین افکار، به خیابان‌هایی که از آن‌ها رد می‌شدیم، خیره شدم. بعد از چهل پنجاه دقیقه به پادگان امام حسین (ع) رسیدیم. صدای اذان ظهر از بلندگوی پادگان پخش می‌شد.

از اتوبوس پیاده و به خط شدیم. آمار گرفتند و برای





## هندوانه فروش در آیین شعر حافظ!

◀◀ علی‌علی زاده آملی

راست گفته‌اند که شعرهای حافظ آیین‌های درون‌نماست و هر که آن را بخواند، حقیقت خویش را در آن می‌بیند. اما من این بار دیگری را، یعنی پیرمرد هندوانه‌فروش محله را، در آیین شعر حافظ دیدم و احوالش را شنیدم. حافظ ادعای عجیبی کرد و گفت که خوشی و آرامش این پیرمرد را کسی ندارد:

«به جز آن‌رگس مستانه که چشمش مرصاد  
زیر این‌طارم فیروزه کسی خوش نشست»  
گفتم: «هندوانه‌فروشی و آسایش؟!»  
پاسخ داد:

«کمر کوه کم است از کمر مور اینجا  
نامید از در رحمت مشو ای باده‌پرست»  
بدان که همه خودپسندان و آن‌هایی که تکیه بر کوه ثروتشان زده‌اند و جز خود را نمی‌شناسند، مقامی بسیار پست در مقایسه با این هندوانه‌فروش عاشق‌وش دارند که برای خشنودی معشوق، آتش حراج به اندک مالش زده‌است!

این لحظه را ببین که پیرمرد چگونه به نماز قیام کرده و پشت به هندوانه‌ها در حال تکبیرگفتن است و با زبان دل می‌گوید:

«من همان‌دم که وضو ساختم از چشمه عشق  
چار تکبیر زدم یکسره بر هرچه که هست»  
آیا لذت و آرامشی برتر از ترک ماسوا می‌شناسی؟ و آیا کسی را این چنین دیده‌ای؟ پس بیا تا با تواضع و مریدانه در برابر او بخوانیم:  
«غلامِ همتِ آنم که زیر چرخ کبود  
ز هر چه رنگِ تعلق پذیرد آزاد است.»



# مارکوپولوی ایران

«بابک نبی»

عرفان فکری نامی آشنا برای طبیعت‌گردان و جهان‌گردان ایران و جهان است. به او لقب «مارکوپولوی ایران» هم می‌دهند. عرفان فکری سال‌های زیادی است که مشغول جهانگردی است و جهانگردی شغلش محسوب می‌شود. در این سفرها تجربه‌های حیرت‌آوری به دست آورده که در این گفت‌وگو بخشی از آن‌ها را با ما در میان گذاشته است.

زمانی که در دوران کودکی و نوجوانی هستی، ارزش این شیوه تربیت و اینکه بچه‌ها مستقل بار بیایند را زیاد درک نمی‌کنی. هرچه به جوانی نزدیک می‌شوی، متوجه می‌شوی که چقدر این روش تربیتی کمک کرده است تا تو نسبت به هم‌سن و سالانت کارهایی را انجام دهی که آن‌ها هنوز برای انجامشان به خانواده متکی هستند. هر قدر اعتمادبه‌نفس بیشتری پیدا می‌کنی، انجام کارهای بزرگ‌تری را در سر می‌پروانی. ذات سفر هم مخاطراتی را دارد که اگر اعتمادبه‌نفس لازم را نداشته باشی، نمی‌توان وارد آن شوی.

## ایران سفر چه تأثیری در کیفیت زندگی شما گذاشته است؟

یکی از بزرگ‌ترین دستاوردهایی سفر این است که در سفر شرایط مختلفی ایجاد می‌شود و این موضوع انعطاف و صبر فرد را خیلی زیاد می‌کند. هر سفر یک دانشگاه است و هر آدم و هر منظره، یک مسئله جدید به شما می‌آموزاند. با انعطاف‌پذیری ناملاپمات را بیشتر تحمل می‌کنی و با صبر و تلاش می‌کوشی موفقیت‌های بیشتری را در زندگی کسب کنی.

## ایران اولین سفر خارجی‌تان به کجا بود؟

اولین سفر حرفه‌ای‌ام ابتدا از ایران به نوار ساحلی شمالی ترکیه بود که تا استانبول رفتم و از نوار جنوبی برگشتم تا مرز سوریه. سپس سوریه را از شمال تا جنوب رفتم تا به شهر «بصری» رسیدم. سپس از دمشق به ایران بازگشتم.

## ایران خطرناک‌ترین سفر شما به کجا بوده است؟

خطرناک‌ترین سفر من در آبان ۱۳۹۳ به ۶۰ کیلومتری اقامتگاه داعش بود. آن زمان اوج حملات داعش بود و آوارگان سوری در شرایط بسیار وخیمی به سر می‌بردند. ۸۰۰ بچه در یک کمپ در منطقه‌ای بین «سلیمانیه» و «ارییل» عراق، از میان کوه‌های سوریه فرار کرده بودند. من به صورت انفرادی و بدون هیچ سلاحی از ایران با مقداری پول به آنجا رفتم و مقداری آب

## ایران از چه زمانی و چطور به سفر علاقه‌مند شدید؟

علاقه‌مندی من به طبیعت از پنج سالگی آغاز شد. از خانه به باغچه‌مان سفر می‌کردم، آتش درست می‌کردم و گل بازی می‌کردم. در دوران کودکی و نوجوانی در «لواسان» زندگی می‌کردیم و آنجا طبیعت زیبایی داشت. این طبیعت در علاقه‌مندی من بی‌تأثیر نبود. اولین قله‌ای که من به آن صعود کردم، قله «ورجین» در لواسان بود که سه هزار متر ارتفاع داشت. در نوجوانی سوارکاری، کوه‌نوردی و شنا می‌کردم که با طبیعت سر و کار داشتند. اولین سفرم بدون خانواده، سفر به شیراز بود. یعنی اولین تور من در ۱۵ سالگی بود که به شیراز سفر کردم. ۱۷ تا ۱۸ سال است که جهانگردی می‌کنم و تا الان ۲۵۰ سفر به ۶۵ کشور دنیا داشته‌ام.

## ایران خانواده چه نقشی در پرورش روحیه ماجراجویانه شما داشته است؟

من مدیون روش تربیتی پدر و مادرم هستم. وقتی بچه بودم، این موضوع را متوجه نمی‌شدم و گاهی حتی ناراحت می‌شدم. در کلاس سوم دبستان که بودم، پدرم برای من ۳۰ عدد جوجه خرید و یک کتاب «مرغ‌داری نوین» به من داد که ۳۰۰ صفحه بود. شروع کردم به پرورش این جوجه‌ها. ابتدا بعضی از جوجه‌ها تلف شدند و تعداد آن‌ها رسید به ۲۵ عدد. اما آن‌ها پرورش یافتند و مرغ تخم‌گذار شدند. با این تعداد، هفته‌ای دو شانه تخم مرغ رسمی محلی داشتم که آن‌ها را می‌فروختم. پول تو جیبی من از این کارها درمی‌آمد.

این روش تربیتی در آن زمان کمی برای من ناراحت‌کننده بود. خودم را با دوستانم مقایسه می‌کردم که چگونه من باید پول تو جیبی خودم را دربیابم، در حالی که آن‌ها پول تو جیبی می‌گرفتند. اما این روش تربیتی مسئله اعتمادبه‌نفس را در من پرورش داد و حس اتکا به خود را در من تقویت کرد. البته از طرف والدینم کنترل از راه دور هم وجود داشت، اما من فکر می‌کردم که همه کارها را خودم به تنهایی انجام می‌دهم.



و غذا برای آن‌ها تهیه کردم. در آن سفر مرگ را به چشم دیدم، چون در فاصله کمی با داعش قرار داشتیم. خطرناک‌ترین سفر من این سفر بود.

اما خطرناک‌ترین سفر ورزشی‌ام سفر اکتشاف غار در شمال شرق هند در ایالت «مگالایا» بود. در این غار عنکبوت‌های بزرگی به نام عنکبوت سیاه و به اندازه کف دست بودند که می‌توانستند ظرف سه دقیقه انسان را از پا دریاورند. محققان فکر می‌کردند که نسل آن‌ها سال‌های پیش منقرض شده است، اما غار به قدری بکر بود که این عنکبوت‌ها سال‌ها در آن زندگی می‌کردند. سال ۱۳۸۸ به این سفر رفتیم و سال ۱۳۹۰، شبکه چهار صدا و سیما فیلم مرا از این سفر با نام «کاوش در تاریکی» پخش کرد. من این عنکبوت را در آن فیلم نشان داده‌ام که سیاه، پشمالو و دارای خال‌های زرد است.

غارهای اکتشاف نشده حفره‌های فراوان کوچکی دارند که باید به زور از آن‌ها رد شد. در این حفره‌ها جانورانی مانند ماهی‌های کور یافت می‌شوند که سمی هستند. ماهی کور آن قدر در غار مانده که روی چشمش پوست درآمده است و دیگر نمی‌بیند. این ماهی‌ها بدنی سمی دارند و باید از میان آن‌ها با شنا بگذری تا غار را کشف کنی.

### جوان یک سالی است که شیوه زندگی‌تان را به «ون‌لایف» زندگی در ون تغییر داده‌اید. از این موضوع کمی برایمان بگویید؟

یکی از هدف‌های جهان‌گردان این است که همیشه در سفر باشند. من سال‌های زیادی در سفر بوده‌ام و هیچ شغل دیگری جز جهان‌گردی نداشته‌ام. البته خیلی‌ها نمی‌دانند که جهان‌گردی خودش یک شغل است.

چون همیشه در سفر بودم، تصمیم گرفتم خودروپی بخرم، صندلی‌هایش را برداشتم، و لوازم سفر را در آن گذاشتم. من اصلاً نمی‌توانم یک جا بمانم. وقتی زیاد سفر می‌کنی، سبک زندگی‌ات طوری می‌شود که دو سه روز نمی‌توانی در یک جا بمانی. آپارتمان برای من مانند زندان است. برای من که در جنگل‌های آمازون، قبایل آفریقا و بسیاری جاهای دیگر بوده‌ام، یک جا ماندن بسیار سخت است. خیلی‌ها که به صورت حرفه‌ای سفر می‌کنند، آخرش به این پرسش می‌رسند که: چه کنیم تا همیشه سفر کنیم؟ یکی از راه‌های رسیدن به این آرزو، ون‌لایف است. یک سالی است که من به این هدفم رسیده‌ام.

### جوان دورنما و برنامه‌تان برای یک سال آینده چیست؟

هیچ وقت همه چیز در دنیا ثابت نیست و این روزها هم می‌گذرند. در هر شرایطی، حتی شرایط تهدید کرونا، می‌توان یاد گرفت که بهترین لذت را برد. برنامه من بعد از عادی‌شدن شرایط، سفر جهان‌گردی یک ساله به چند کشور آمریکای جنوبی با ون است. برزیل را قبلاً دیده‌ام و می‌خواهم بقیه کشورهای آمریکای جنوبی را با ون خودم بگردم. بیش از یک سال است که برای این کار برنامه‌ریزی می‌کنم.

### جوان در پایان حرفی برای گفتن دارید؟

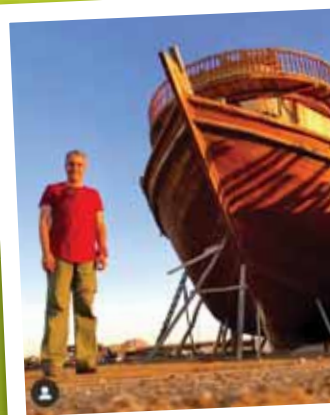
در پایان فقط می‌خواهم یک جمله را بگویم که من آن را زندگی کرده‌ام. بزرگی گفته است: «زندگی یک کتاب است و کسی که سفر نمی‌کند، فقط صفحه اول آن کتاب را می‌خواند.» این جمله را من با گوشت و پوست و استخوان لمس کرده‌ام. وقتی سفر می‌کنی، صفحه‌های دیگر زندگی را هم می‌بینی. ولی وقتی سفر نمی‌کنی، فکر می‌کنی زندگی همین است که دیده‌ای. هرچه بیشتر سفر می‌کنی، صفحه‌های جدیدی در زندگی برایت باز می‌شوند.

### جوان محبوب‌ترین مقاصد گردشگری کدام‌ها هستند؟

سؤال سختی است، چرا که به عقیده من، هر جایی جذابیت خودش را دارد. نمی‌توان برای همه افراد نسخه واحدی پیچید. هر کسی سلیقه خود را دارد و انتخاب نیز برای من خیلی سخت است. چرا که ۲۵۰ سفر انجام داده‌ام و در هر سفری یک نقطه را دیده‌ام و از آن لذت برده‌ام. من ده‌ها بار به کویر «مرنجاب» رفته‌ام، اما هر بار از یک چیز آن لذت برده‌ام. خیلی مهم نیست که به کدام نقطه ایران یا خارج از آن می‌روی، خاطره‌ای که از سفر ساخته می‌شود، جذاب است و هر جای ایران جذابیت خود را دارد.

### جوان چه توصیه‌ای برای بچه‌ها دارید و چگونه می‌توانند سفر را آغاز کنند؟

مهم‌ترین موضوع برای شروع سفر این است که مهارت‌های لازم برای سفر را یاد بگیرند. این مهارت‌ها می‌توانند شامل مهارت‌های کاربردی عملی در سفر، مهارت‌های برنامه‌ریزی و غیره باشند که بسیار هم گسترده‌اند. اما هرچه مهارت‌های سفر را پیش از سفر بهتر یاد بگیرند، هم سفر حرفه‌ای‌تری دارند و هم سفر ارزان‌تری. کلاس‌های آموزشی که در آن‌ها، مدرسان گردشگری، سفر ارزان، سفر همراه با کسب درآمد، ترفندهای طبیعت‌گردی، آشپزی در طبیعت، و غیره را آموزش می‌دهند، می‌توانند برای آمادگی پیش از سفر بسیار مفید و کاربردی باشند. هر قدر مهارت‌های سفر را بیشتر یاد بگیرید، سفر حرفه‌ای‌تری از هر نظر خواهید داشت. آموزش، تحقیق، مشاوره، و یادگیری مهارت‌های سفر پیش از سفر، بسیار اهمیت دارند.





### داستان ساده رفیق شفیق

مجید کاظمی

به نظرم آدم‌ها در طول و عرض حیات خودشان، مثل یک گربه در کمین موقعیت و یک شکار خوب هستند. همیشه منتظرند زندگی آن لبخند زیبایش را بزند تا شیرجه بزنند. یا حداقل فکر می‌کنم، آدم‌ها می‌باید این طوری باشند. این اتفاق و این لبخند و این موقعیت زمان ندارد. کی و کجا ندارد.

داستانی که می‌خواهم تعریف کنم، مربوط به یک هم‌دانشگاهی و یک رفیق شفیق با استعداد است که روزگار طفولیتش را بین چادر و عشایر و زمین گل‌شده و آسمان بهشتی فارس، بدون پدر و مادر گذرانده بود. و حالا که از زیر دست این عمو و آن عمه و این خاله و آن دایی درآمده بود و سر از دانشگاه تهران و بهترین معلم‌ها درآورده بود، دیگر استادان حلوا حلوا می‌کردنش و در مسابقات فلان و بهمان صاحب رتبه و اعتبار بود.

ولی این پایان ماجرا نبود. این لبخند اصلی زندگی نبود. مجید مجیدی، فیلم‌ساز خوب و کاربلد سینما، فیلم «محمد(ص)» را شروع کرده بود و در ابتدای کار، چند طراح صحنه و فیلم‌بردار و طراح لباس خارجی و کاردرست را به ایران دعوت کرد. گروه خارجی به این نتیجه رسید که دستیار ایرانی و کاردرست پیدا کنند و رفیق ما به خاطر آشنایی خوبش با مواد و متریال، و اینکه در قالب‌گیری برای خودش حرف‌ها داشت، شد انتخاب اصلی گروه.

فیلم محمد(ص) ابعاد عجیب و پنهان زیادی داشت و دوست گرامی، اخبار ساخت پیچیده و جالب‌توجه شمشیرها و بت‌ها را می‌آورد.

ساخت درب و قالب‌گیری دیوارها را به ما توضیح داد و هزاران اتفاق دیگر را. بحث همیشه دوست ما شد محمد(ص). ولی یواش یواش صحبت‌هایش از فضای فیزیکی رسید به خود خود حضرت رسول(ص). روح و احساسات دوست عزیز، شیرجه رفت در وجود نازنین حضرت؛ مرحله به مرحله، بحث به بحث، و گفت‌وگو به گفت‌وگو. زندگی لبخند زنده بود در یک موقعیت استثنایی روحی. از این موقعیت‌ها مشخص نیست در چه زمانی و چه مکانی اتفاق می‌افتد، ولی اتفاق می‌افتد و ما آدم‌ها شکارشان می‌کنیم یا شکارشان می‌شویم.

### هر کس بخواهد می‌یابد

مهدی زارعی

شنیده‌اید که می‌گویند: «نگر که می‌گوید، بنگر چه می‌گوید.» ما هم امروز می‌خواهیم این کار را بکنیم. کاری نداشته باشیم که حدیث «من طلب و جد، وجد» از کیست، ببینیم چه کاربردی در زندگی ما می‌تواند داشته باشد.

خیلی وقت‌ها تصمیم می‌گیریم کاری را انجام دهیم. با کلی انرژی و انگیزه کار را آغاز می‌کنیم و به رؤیاهای بزرگ فکر می‌کنیم. اگر ورزش می‌کنیم، ابتدا خودمان را قهرمان مسابقات بزرگ می‌بینیم، و اگر به موسیقی روی می‌آوریم، در خیالمان، خود را یک نوازنده یا خواننده محبوب و پرطرفدار تصور می‌کنیم. اما وقتی کار به تلاش شبانه‌روزی می‌رسد، وقتی سختی‌های مسیر را با تمام وجود حس می‌کنیم، و وقتی ناچار می‌شویم از خیلی تفریحات و خوشی‌های زندگی‌مان صرف‌نظر کنیم تا به هدفمان برسیم، کم‌کم سرد می‌شویم. یادمان می‌رود با چه انگیزه‌ای می‌خواستیم کارهای بزرگ انجام دهیم. کم‌کم هدف و رؤیایمان را فراموش می‌کنیم و خلاص!

یکی دو سال که می‌گذرد، با حسرت می‌گوییم: «حیف! اگر در این مدت پشتکار داشتیم و کارم را ادامه داده بودم، الان کلی پیشرفت کرده بودم. فقط حیف که کار را ادامه ندادم!» اما واقعیت این است که از سختی‌ها ترسیدیم و در حقیقت فرار کردیم. «من طلب» را انجام دادیم، اما «جد» (جدیت به خرج دادن) را اجرا نکردیم و به «وَجَد» (رسیده به هدف) ترسیدیم. شاید لازم باشد سال‌های سال برای هدفمان تلاش کنیم. پس بهتر است این حدیث را فراموش نکنیم. حدیثی که پیامبر ۱۴۰۰ سال قبل بیان کرد و حکایت همه ماهاست در همه زمان‌ها. مهم نبود که این جمله از چه کسی بود، مهم این بود که جمله‌ای بود پرکاربرد و مفید برای همه ما.

\* هر کس چیزی بخواهد و بکوشد، می‌یابد و هر کس دیری را بکوبد و اصرار ورزد، در گشوده شود.

در روایات اهل سنت، از دوازدهم ربیع‌الاول به‌عنوان روز تولد حضرت محمد(ص) یاد شده، در حالی که راویان شیعه، روز هفدهم ربیع‌الاول را ذکر کرده‌اند. تفاوت زمان تولد پیامبر(ص) در روایات شیعه و سنی، در ظاهر می‌تواند بین مسلمانان اختلاف ایجاد کند، اما بهترین فرصت برای اتحاد مسلمین است. ایده شکل‌گیری هفته وحدت اسلامی از قبل از پیروزی انقلاب اسلامی و در دورانی شکل گرفت که رهبر معظم انقلاب، امام خامنه‌ای در ایرانشهر تبعید بودند. بعد از پیروزی انقلاب اسلامی، با تأیید امام خمینی(ره)، هفته وحدت اسلامی در تقویم کشور ثبت شد تا هرساله یادآور اتحاد تمامی مسلمانان کشورمان باشد؛ چه شیعه و چه سنی.



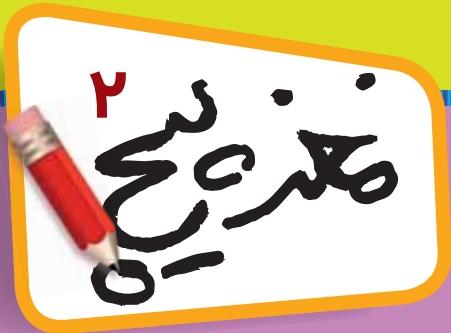
### مسیر و نتیجه

زهرا ابراهیم‌پور

به نظرم آدم‌های چندوجهی، ناشناخته می‌مانند. چون معیارشان رسیدن به سکوی اول نیست. کمی بی‌انصافی است که فقط موفقیتشان را ببینیم و فقط موفقیت را تشویق کنیم. مثلاً نفر اول کنکور همیشه توی چشم است و برای این می‌ستاییم‌اش که توانسته در درس خواندن پیشی بگیرد.

چندوجهی بودن کار ساده‌ای نیست. چون این آدم‌ها برای سکوی اول تلاش نمی‌کنند. این‌ها برای خوب زندگی کردن می‌کوشند؛ کارهایی مهم‌تر از درس خواندن. به نظرم این‌ها با خوب زندگی کردن ناخودآگاه روی سکوی اول قرار می‌گیرند؛ با محبت کردن، رشد دادن و «امین» ماندن. شما می‌توانید در شخصیت رسول‌الله(ص) ببینید که بزرگ و محبوب است، به خاطر اینکه بزرگوارانه زندگی کرد. مردم تحسینش می‌کنند، چون «امین» ماند. به همین خاطر است که به نظرم هنوز «غریب و ناشناخته» است! ما در پیامبر، شاهد «نتیجه» هستیم و «مسیر» رشد فردی او را ندیده‌ایم. آیا مسیرهای خودمان را با نتیجه او مقایسه می‌کنیم؟ آیا در این مسیرها که ما می‌رویم، به چنان نتیجه‌ای می‌توان رسید؟

درس خواندن تنها کار مهم ما در دنیا نیست. مهم‌ترین کار ما «زندگی کردن» است! و زندگی، مثل پازلی است پر از قطعه‌های ریز که همه‌شان برای رشد و تکمیل ما لازم‌اند.



« پریسا پرمور

« کیمیا هاشمی

### پازل سودوکو جمعی

تصویر پایین یک سودوکوی جمعی را نشان می‌دهد. سعی کنید قبل از خواندن قوانین پازل آن‌ها را حدس بزنید:

۷	۵	۲	۱۱	۶	۳	۱	۱۲	۴	۳
۱۳	۳	۶	۵	۲	۱	۴			
۴	۹	۳	۶	۱	۵	۱۹	۶	۲	
۱	۵	۷	۳	۴	۱۲	۶			
۸	۲	۵	۱	۱۰	۴	۶	۳	۵	
۶	۴	۵	۲	۳	۵	۱			

۷		۱۱	۳	۱۲					
۱۳									
	۹	۶		۱۹					
		۷		۱۱					
۸	۵	۱۰							
		۵							

#### قوانین پازل:

در یک سودوکوی جمعی  $n \times n$  هم مانند پازل سودوکوی معروف، باید عددهای ۱ تا  $n$  را طوری در جدول بنویسید که هر عدد در هر سطر و هر ستون دقیقاً یک بار ظاهر شود. در هر ناحیه‌ای که با خط‌های پررنگ مشخص شده است، مجموع عددهای نوشته شده باید برابر با عددی باشد که در گوشه ناحیه نوشته شده است.

حالا چند نمونه از این پازل را حل کنید.

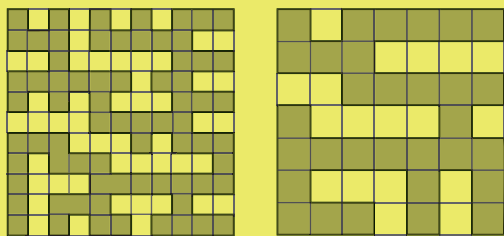
۷		۷		۷					
۱۱				۱۲			۷		
۴	۷	۷							
		۹	۶			۷			
۱۱				۶					
۷		۱۱							

۱۲		۱۲	۱۰						
۴						۱۱			
	۷	۱۱		۵					
۱۸		۳					۷		
				۱۱	۱۰				
		۵							

۱۸	۲۷				۱۴	۹		۸	
	۱۰					۱۴			
	۸		۱۵		۶	۷		۱۱	
۹	۱۱	۱۲	۱۷	۱۰					
					۱۴	۱۳		۱۴	
۱۱		۱۱		۱۱		۱۱	۲۱		
۷	۸								
	۱۴				۱۴		۷		
۷		۱۱		۱۴			۱۱		

### باسخنامه مغزیج ۱

#### پازل GRAND TOUR



#### معما ۱: فرماندهی سربازها

ج		ب		الف	
۳	۳	۲	۱	۲	۱
		۱		۱	
۳	۳	۲	۱	۲	۱

#### معما ۲: سطل‌های شیرفروش

در هر کدام از مراحل زیر، به ترتیب از چپ به راست وضعیت دو سطل ۱۰ لیتری، ظرف ۵ لیتری و ظرف ۴ لیتری نمایش داده شده است. همان‌طور که می‌بینید در پایان در دو سطل پنج لیتری و چهار لیتری، دو لیتر شیر وجود دارد.

ظرف ۴ لیتری	ظرف ۵ لیتری	ظرف ۱۰ لیتری	ظرف ۱۰ لیتری
۰	۰	۱۰	۱۰
۰	۵	۵	۱۰
۴	۱	۵	۱۰
۰	۱	۹	۱۰
۱	۰	۹	۱۰
۱	۵	۴	۱۰
۴	۲	۴	۱۰
۰	۲	۸	۱۰
۴	۲	۸	۶
۲	۲	۱۰	۶

#### معما ۳: معادله چوب کبریتی

$$34 + 89 = 400$$

$$311 + 89 = 400$$

## ادیب جوان



## مستوری

داستان پسری که در جستجوی خودش بود

◀◀ نگار موقرمقدم

## درباره کتاب

کتاب «مستوری»، نوشته صادق کریمیار، آمیخته خیال و واقعیت هویت اصلی پسر جوانی به نام سیامک است که با زندگی شهید مهدی زین‌الدین گره خورده است. روایتی که نه می‌شود آن را زندگی‌نامه خواند و نه کاملاً داستانی است، بلکه در هم تنیدگی تاروپود واقعیت با بازیگوشی‌های راوی، از آن داستان پر رمز و رازی ساخته است.

ماجرای از زبان دختری عاشق‌پیشه روایت می‌شود. سپیده دختر دانشجویی است که مجلس عروسی‌اش با نامزدش با هم می‌خورد و این شروع داستان مستوری است. با اینکه داستان از زاویه نگاه یک دختر احساساتی، توسط یک نویسنده مرد نوشته شده است، به نظر می‌رسد کریمیار به خوبی توانسته است از عهده زیر و بم این قضیه بر بیاید.

داستان زندگی سپیده و سیامک، دو جوان امروزی که در جهان نابسامانی‌ها، آدم‌های سفارش‌شده، دروغ‌ها و نقاب‌ها، وضعیت اقتصادی نامطلوب و باورهای اشتباه به سر می‌برند، به واقعیتی محض گره می‌خورد. این واقعیت که سیامک فرزند خانواده‌اش نیست. همین موضوع مسئله اساسی داستان است و بازکردن این گره، تا پایان کتاب، خواننده را با خود همراه می‌کند. «مستوری» از آن دسته داستان‌هایی است که سعی دارند، انسان‌های نیک و پاک‌سرشتی را که برای رسیدن به هدفی، خالصانه جنگیدند و جان خود را از دست دادند، مجدداً یادآوری کنند. کریمیار، با توجه به پرداختن به مشکلات اقتصادی و پنهان بودن برخی روابط و نسبت‌های انسانی، با نگاهی به زندگی اکنون رزمندگان جنگ ایران و عراق، سعی در نشان دادن ارزش و اهمیت والای انسان‌های درستکاری را دارد که فراموش شده‌اند؛ تا بتواند آن‌ها را دوباره در یادها زنده کند.

کتاب، زبان ساده و روانی دارد. زاویه دید داستان اول شخص است، اما گاهی به دانای کل تبدیل می‌شود و ممکن است برای خواننده آزاردهنده باشد. اگر چه راوی (سپیده) معتقد است، داستان را براساس شنیده‌ها، دیده‌ها و اندکی روایت‌پردازی روایت می‌کند، اما خیال‌پردازی‌های بیش از حد این راوی بازیگوش همراه با توصیفات مکانی و زمانی، و همچنین گفتن از شخصیت‌هایی که ندیده، سؤال‌برانگیز است! اما هر چه هست، داستان پررمز و راز زندگی شهید مهدی زین‌الدین و هم‌زمانش آن‌قدر فراز و فرودهای داستانی دارد که سبب می‌شود، هر خواننده‌ای به ادامه داستان تا پایان راغب شود.

در اغلب داستان‌ها، نویسنده‌ها از روش «فلش‌بک»، یعنی «برگشت به گذشته»، برای تعلیق در داستان استفاده می‌کنند، ولی در این داستان نویسنده از روش «فلش‌فوروارد»، به معنی نگاهی به آینده جهان داستانی استفاده کرده است. راوی در پایان هر فصل خبری از اتفاقات آینده می‌دهد و موجب تعلیق در داستان می‌شود.

هدف این کتاب، نه تنها بازکردن شخصیت‌هایی همچون دکتر خسروی و نشان دادن نقاط منفی و پنهان شخصیت آن‌ها، بلکه یادآوری انسان‌های پاک‌نیتی، چون شهید زین‌الدین و همچنین آیت‌الله مدنی بوده است.



◀◀ تصویرگر: موسی ربانی

داستان درباره چیست؟

زندگی‌اش پیوندی با شهید زین‌الدین دارد؛ به‌خصوص که در عکس چهارماهگی خودش را در آغوش مرد دیگری می‌بیند. همین اتفاق سبب می‌شود از زندگی با سپیده سر باز بزند، تا تکلیفش با خودش مشخص شود. اما سپیده عاشق سیامک است و مشکل همسر آینده‌اش را مشکل خودش می‌داند. برای همین پابه‌پای سیامک، به او جرئت روبه‌رو شدن با حقیقت را می‌دهد. برای پیدا کردن مادر و پدر حقیقی‌اش با او به اهواز و قم سفر می‌کند و به جست‌وجو در گذشته او می‌پردازد. اما غزاله، همسر دکتر خسروی، تمام هم و غمش سیامک است. حس مادرانه او باعث ایجاد عشق مادر و پسری بین او و سیامک می‌شود. سرانجام سیامک به کمک سپیده به هویت اصلی خودش دست پیدا می‌کند و همین موضوع به بر ملا شدن بسیاری از اتفاقات منجر می‌شود.

داستان پرپیچ و تاب مستوری از آنجا شروع می‌شود که درست چند هفته مانده به عروسی سیامک و سپیده، آن‌ها متوجه می‌شوند که سیامک فرزند تنی خانواده‌اش نیست. این موضوع آغازی برای کندوکاو درباره گذشته سیامک است. آقای خسروی، پدر سیامک، یک کارخانه غذای طیور دارد و از این طریق ثروت کلانی برای خودش دست و پا کرده است. اما با مشغول کردن پسرش در کارخانه، تمام نقشه‌هایش نقش بر آب می‌شوند. چرا که سیامک از رگ و ریشه او نیست، برای همین وقتی از بازی‌های پنهانی و نقشه‌های پدرش برای پیش بردن امور کارخانه و حتی دخالت در ازدواجش باخبر می‌شود، دیگر تن به بازی او نمی‌دهد. سیامک که درستی کار را به هر چیز دیگر ترجیح می‌دهد، رفته‌رفته متوجه می‌شود،

درباره شخصیت‌ها

**سیامک:** پسر دکتر خسروی که فارغ‌التحصیل رشته حقوق است. اما پدرش سعی دارد، از توانایی‌های سیامک در کارخانه استفاده کند و همین امر موجب دردسر برای او می‌شود. چرا که سیامک راستی و نادرستی را از هم سوا می‌کند. سیامک که گذشته‌ای نامعلوم دارد، با کمک نامزدش سپیده، به این راز مهم زندگی‌اش پی می‌برد که او فرزند خانواده‌اش نیست.



**سپیده:** راوی داستان است. دختر دانشجویی از یک خانواده معمولی که پدرش معلم و مادرش خانه‌دار است و برادر نوجوانی به اسم آرش دارد. او نامزد سیامک است و در تمام مشکلات پا به پای سیامک او را همراهی می‌کند و با دیده‌ها و شنیده‌هایش داستان را روایت می‌کند.



**فرشید:** رفیق سیامک است. پدرش شهید شده و در منطقه‌های پایین شهر زندگی می‌کند. او در بر ملا کردن مسائل پنهانی کارخانه به سیامک کمک می‌کند.

**دکتر خسروی:** کارخانه‌داری است که سیامک را بزرگ کرده است. اما در بازی روزگار دچار خطاهای جبران‌ناپذیری برای به دست آوردن ثروت کلانش شده است.



**غزاله:** زن فداکاری که سیامک را بزرگ کرده و همسر دکتر خسروی است. او در زندگی‌اش سختی‌های بسیاری کشیده است.

درباره نویسنده

صادق کریمیار (متولد ۱۳۳۸ در تهران) کارگردان و نویسنده شناخته شده کتاب «نامیرا» است. او این بار با نگاهی به جنگ و مقایسه آن با زمان حال، کتاب مستوری را نوشته است. کتاب مستوری همان‌طور که از نامش پیداست، داستان برملاپی بسیاری از رازها و اتفاقات پنهان گذشته و حال است. این کتاب علاوه بر ارزش ادبی، ارزش فرهنگی هم دارد، زیرا گذری به زندگی شهید مهدی زین‌الدین و خانواده او دارد.



**آقای خسته:** مرد درستکاری که از جانبازان جنگ ایران و عراق است و همه عمرش را به یافتن جنازه شهدای گمنام در شلمچه گذرانده است. او نقش بسزایی در مشخص کردن هویت اصلی سیامک دارد. او با پدر تنی سیامک هم‌زرم بود.

درباره شهید مهدی زین‌الدین

مهدی زین‌الدین متولد ۱۳۳۸ در تهران است. او فرمانده لشکر علی‌بن ابی‌طالب (ع) در جنگ تحمیلی عراق علیه ایران بود. مدتی در نوجوانی در کتاب‌فروشی پدرش کار کرد. پس از اخذ مدرک دیپلم تجربی، رتبه پنج کنکور را کسب کرد و سپس به جبهه رفت. همسرش پابه‌پای رشادت‌های او، هر لحظه آمادگی داشت که مهدی به خانه برنگردد. آن‌ها تنها دو سال و چند ماه زندگی کردند و مهدی زین‌الدین به همراه برادرش مجید، در درگیری با دشمن در شهرستان «سردشت»، در سال ۱۳۶۳ به شهادت رسیدند.

# سرودن زندگی

اسماعیل امینی

دلَم می‌خواهد شعر بگویم و بنویسم. دوست دارم هم‌کلاسی‌ها، معلم‌ها و پدر و مادرم بدانند که من شاعرم. دوست دارم شعرم را بخوانم و منتشر کنم و در مسابقات شرکت کنم و جایزه بگیرم.

از کجا شروع کنم؟ از جان و جهان و کاروان و ساریان بنویسم خوب است؟

از بی‌وفایی دنیا بنویسم جالب است؟ شعرم را جدی می‌گیرند؟

اگر از حماسه‌های قدیم و جدید بنویسم، سریال‌ها، بازیگران و خوانندگان مشهور، چطور است؟

اگر شعرم را پرکنم از اسم فیلم‌ها، سریال‌ها، بازیگران و خوانندگان مشهور، چطور است؟

راستش را بخواهید، شعر ساختن با تصمیم قبلی و برنامه‌ریزی، فایده‌ای ندارد. بهترین راه شروع شاعری این است که خوب شعر بخوانیم و شعرهای مجازی مطمئن‌تر است.

اگر می‌خواهی شاعر بشوی، هم کتاب بخوان و هم به اطراف خودت خوب بخوانیم. راستی اگر شعر را از اتفاقات شاعرانه فقط در کتاب‌ها، در تاریخ و در افسانه‌ها نیستند. بسیاری از اتفاقات ساده، می‌توانند جرقه‌ی اولیه‌ی شعر باشند.

پاره‌شدن توپ وسط بازی بچه‌ها، ورود یک بچه گنجشک به کلاس درس، پیدا کردن پول خرد در خیابان، ایستادن هر قدر هم که ساده باشد، بیدار شدن در هوای خنک صبح پاییز، و ...

هر اتفاق دیگری در صفت هم و حال انسان‌هایی را که در آن اتفاق حضور دارند بازگو کنید. حالا سؤال این است: حس و حال انسان‌هایی را که در آن اتفاق حضور دارند بازگو کنید. خیلی ساده است: حس و حال انسان‌هایی را که در آن اتفاق حضور دارند بازگو کنید. مثلاً پکر شدن بچه‌هایی که گرم بازی هستند و توپشان می‌ترکد. حتی می‌توانید حس و حال اشیا، گیاهان و حیوانات را بیان کنید؛ یعنی به حرف‌های آن‌ها گوش بسپارید و حرف‌های آن‌ها را ثبت کنید.





شعر افغانستان

مسافر

از تو عبور کردم  
مثل مسافری از روی پل  
که مدام بر می‌گشت  
پشت سرش را نگاه می‌کرد  
انگار  
به یکی  
همه حرفش را نگفته بود

سلفی

در آینه سلفی می‌گرفتم  
پرنده بیتابی  
که زیر پیراهنم بود  
در عکس دیده نمی‌شد  
مردم  
دندان هایم را می‌دیدند  
هیچ کس  
برق چشم‌ها  
ترانه‌ای در گوشم  
کلمات گلوگیر  
و پرنده را نمی‌دید  
جای دندان عقلم تیر می‌کشید

« دو شعر از «عاصف حسینی»

آواز عشق

هر نفس آواز عشق می‌رسد از چپ و راست  
ما به فلک می‌رویم عزم تماشا که راست  
ما به فلک بوده‌ایم یار ملک بوده‌ایم  
باز همان جا رویم جمله که آن شهر ماست  
خود ز فلک برتریم وز ملک افزون‌تریم  
زین دو چرا نگذیریم منزل ما کبریاست  
گوهر پاک از کجا عالم خاک از کجا  
بر چه فرود آمدیت بار کنید این چه جاست  
بخت جوان یار ما دادن جان کار ما  
قافله سالار ما فخر جهان مصطفاست  
از مه او مه شکافت دیدن او برنتافت  
ماه چنان بخت یافت او که کمینه گداست  
بوی خوش این نسیم از شکن زلف اوست  
شعشعه این خیال زان رخ چون والضحاست  
در دل ما درنگر هر دم شق قمر  
کز نظر آن نظر چشم تو آن سو چراست  
خلق چو مرغابیان زاده ز دریای جان  
کی کند این جا مقام مرغ کز آن بحر خاست  
بل که به دریا دریم جمله در او حاضریم  
ور نه ز دریای دل موج پیاپی چراست  
آمد موج الست کشتی قالب بیست  
باز چو کشتی شکست نوبت وصل و لقااست

« جلال الدین محمد بلخی

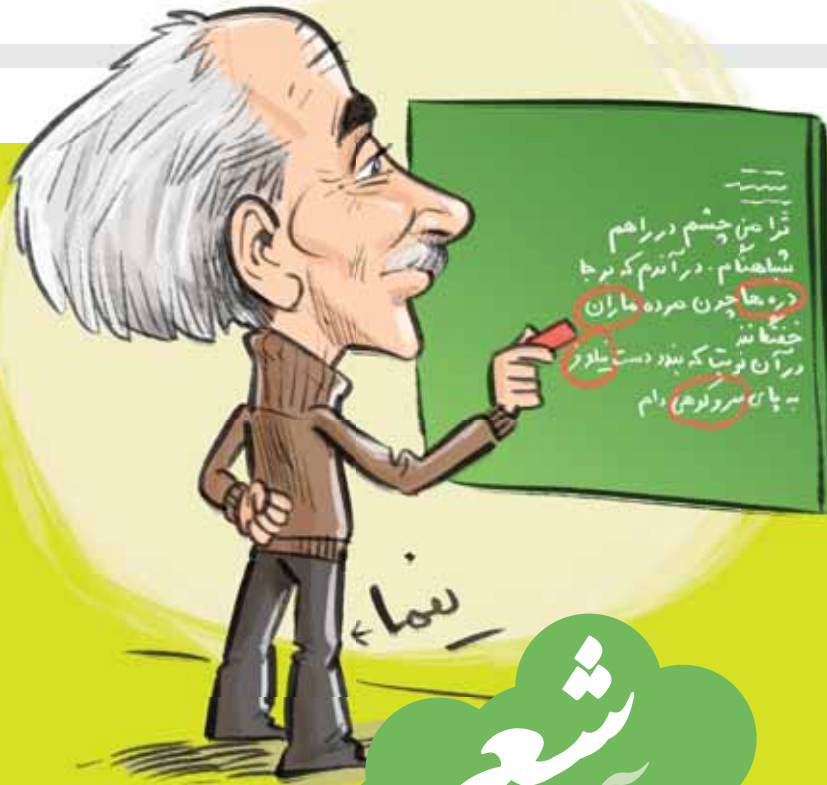


قتلگاه پاییز

از خاطر عزیزان، گردون سترد ما را  
هر کس به یاد ما بود، از یاد برد ما را  
خوبان گنه ندارند گر یاد ما نکردند  
چون شعر بد به خاطر نتوان سپرد ما را  
با اصل کهنة خویش دلبستگی نداریم  
آسان توان شکستن چون شاخ ترد ما را  
ما برگ‌های زردیم افتاده بر سر هم  
در قتلگاه پاییز نتوان شمرد ما را  
سرجوش عمر خود را چون گل به باد دادیم  
در جام زندگانی مانده‌ست دُرد ما را  
کودک‌مزاجی ما کمتر نشد ز پیری  
بازیچه می‌فریبد چون طفل خرد ما را  
گردون چو دایه پیر، بی‌مهر بود و بی‌شیر  
شد زهر خردسالی زین سالخورد ما را  
باقی نماند از ما جز مشت استخوانی  
از بس که رنج پیری در هم فشرد ما را  
چون شاخه‌های سرسبز از سردمهری دهر  
آبی که خورده بودیم، در رگ فسرد ما را  
خون شهید عشقیم، بر خاک ره چکیده  
پامال اگر توان کرد، نتوان سترد ما را  
ما قطره‌های اشکیم بر چهره یتیمان  
چون دانه‌های باران نتوان شمرد ما را  
با این دغل‌حریفان، بازی به دست‌خون است  
وز نقش کم نمانده است امید برد ما را  
گو جان خسته ما با یک نفس برآید  
اکنون که آتش عشق در سینه مرد ما را  
چون سایه در سفرها پابند دیگرانیم  
هر کس به راه افتاد، با خویش برد ما را

« محمد قهرمان





محمد کاظم کاظمی

تصویرگر: محمدرضا اکبری

یکی از ویژگی‌های شعر امروز فارسی، رنگ و بوی اقلیمی آن است؛ اینکه در شعر شاعر، نشانه‌هایی از محیط زندگی، طبیعت، لهجه و دیگر خصوصیات بومی آشکار باشد. شعر کهن فارسی غالباً ارتباط بسیاری با خصوصیات بومی و محیط زندگی شاعران نداشت. شاعران نواحی گوناگون و اقلیم‌های متفاوت معمولاً شعرهایی یکسان می‌گفتند.

شعرهای اجتماعی و توصیف‌های طبیعت. مثلاً رخ می‌دهد که بیدل در شعری، از «برشکالی»، یعنی همان باران‌های موسمی هند، نام می‌برد و با در شعری می‌گوید: «خانه بر آب است یکسر مردم بنگاله را». ولی این‌ها به نسبت در شعر کهن ما زیاد نیستند.

ولی در شعر فارسی پس از نهضت مشروطه، ناگهان رنگ و بوی اقلیمی در شعر شاعران بیشتر می‌شود. پیشگام این حرکت نیز نیمایوشیج است. در واقع پیشنهاد نیمایوشیج به شاعران فارسی، تنها شکستن وزن و قافیه نیست. این شکستن وزن و قافیه خیلی معروف شده است، ولی نیما پیشنهادهای دیگری هم داشته است. از جمله اینکه شاعر در هر فضایی و هر محیطی که زندگی می‌کند، محیط زندگی خود را در شعر بازتاب دهد. اگر در شمال کشور زندگی می‌کند، طبیعت جنگلی و عناصر آن در شعرش احساس شوند، اگر در مرکز کشور زندگی می‌کند، طبیعت کویری را در شعرش بتوان یافت، و اگر در جنوب کشور زندگی می‌کند، خصوصیات

در شعر کهن فارسی، نوع گل‌ها و گیاهان، پرندگان، عناصر طبیعت و امثال این‌ها ثابت و شناخته شده بود. گیاهان معمولاً سرو و سمن و سنبل و نرگس بودند و پرندگان معمولاً کبک و طاووس و جانوران آهو و شیر و پلنگ؛ صرف نظر از اینکه شاعر کجا زندگی می‌کند و در محیط زندگی او چه گیاهان و جانورانی حضور دارند. نه تنها خود عناصر، که حتی مناسبات آن‌ها هم ثابت بود. مثلاً سرو، همیشه نماد بلندی و رسایی قد دانسته می‌شد و بید نماد بی‌حاصلی و در مواردی جنون و پریشانی. چشم به نرگس تشبیه می‌شد و دستۀ موی به سنبل.

از همین روی، شاعری مثل امیر خسرو دهلوی یا عبدالقادر بیدل در محیط هندوستان، در شعرهای تغزلی خویش همان گونه فضا و صحنه را توصیف می‌کنند که حافظ و سعدی در شیراز توصیف می‌کنند و عبدالرحمان جامی در هرات. البته نمی‌توان انکار کرد که در آثار بعضی شاعران این رنگ و بوی محلی و بومی کمابیش دیده می‌شود؛ به خصوص در

آیند سعیم  
او به دستی بستم بله  
به سر درون پیام



بومی آن مناطق در شعرش جلوه داشته باشند. شعر خود نیمایوشیچ سرشار است از عناصر بومی. این عناصر بومی گاهی جانوران و گیاهان هستند، گاهی ابزارها و وسایل معیشت مردم، و گاه هم واژگان محلی گویش مازندرانی. شعر «کار شب‌پا» از این شاعر، گنجینه‌ای خوب از این عناصر محلی است. مثلاً در دو بند اول این شعر از «اوجا» گفته می‌شود که درختی جنگلی است و «تیرنگ» که نوعی پرنده است. هم‌چنین از «شب‌پا» سخن می‌رود که همان کسی است که مزارع را در شب نهبانی می‌کند تا جانوران اهلی و وحشی به آن‌ها آسیب نزنند. و این شب‌پا یک بوق (شاخ) دارد که در آن می‌دمد و طبلی دارد که بر آن می‌کوبد برای راندن جانوران.

ماه می‌تابد، رود است آرام،  
بر سر شاخهٔ اوجا، تیرنگ  
دُم بپاویخته، در خواب فرو رفته، ولی در آیش  
کار شب‌پا نه هنوز است تمام.  
می‌دمد گاه به شاخ  
گاه می‌کوبد بر طبل به چوب،  
واندر آن تیرگی وحشت‌زا  
نه صدایی است به جز این، کز اوست  
هول غالب، همه‌چیزی مغلوب.

اما این خصوصیات بومی در شعر تا چه حد سودمندند و در مقابل چه زبان‌هایی دارند؟ اولین کاری که بومی‌گرایی مورد بحث ما می‌کند این است که به شعر شاعر تشخیص می‌دهد. شعر به این وسیله متفاوت و متمایز می‌شود. علمای زیبایی‌شناسی شعر، تمایز و برجستگی کلام را یکی از ابزارهای رسیدن به شعر می‌دانند. ببینید، در حالی‌که همهٔ شاعران دیگر از سرو و سمن و لاله و نرگس و کبک و آهو می‌گویند، اینکه شاعری از خوابیدن پرنده‌ای

به نام تیرنگ بر سر شاخهٔ درختی به نام اوجا می‌گوید، یک کار خارج از هنجار تلقی می‌شود و شعر در واقع دایرهٔ همین کارهای خارج از هنجار است.

البته این را هم فراموش نکنیم که عناصر و اصطلاحات بومی گاهی برای خوانندگان شعر در مناطق دیگر، مبهم و ناشناخته است و امکان دارد باعث شود که آن‌ها با این شعر ارتباط خوبی برقرار نکنند. به‌خصوص اگر شاعر در استفاده از عناصر بومی افراط کند، این خطر بیشتر می‌شود. یک شاعر خوب طبیعتاً

باید در این موارد هم تعادل نشان دهد. اگر از عناصر بومی استفاده می‌کند، بهتر است که آن‌ها را با عناصر عمومی و آشنا همراه سازد، به گونه‌ای که به هم کمک کنند. در شعرهای نیمایوشیچ این خصوصیت غالباً دیده می‌شود. شعر «تورا من چشم در راهم» یکی از شعرهای خوب نیمایوشیچ است. در این شعر عناصر بومی حضور دارند، ولی نه به حدی که شعر را از دسترس فهم و درک مخاطب دور سازند. با هم این شعر را می‌خوانیم:

تو را من چشم در راهم  
تو را من چشم در راهم شباهنگام  
که می‌گیرند در شاخ تلاجن سایه‌ها رنگ  
سپاهی  
وز آن دل خستگان راست اندوهی فراهم؛  
تو را من چشم در راهم.  
شباهنگام، در آن دم که بر جا درّه‌ها چون  
مرده‌ماران خفتگان‌اند؛  
در آن نوبت که بندد دست نیلوفر به پای سرو  
کوهی دام  
گرم یادآوری یا نه، من از یادت نمی‌کاهم؛



# مهرآبان؛ مهر آن مهربان

رشته خیال

لیلا اسکویی

تعمیر تور نیامد که نیامد!

در این چند سال دیده بودم که باباسرخوش یک روز قبل از سیزده آبان و یک روز بعد سیزده آبان حال دیگری دارد. گاهی غمگین است و گاهی انگار گریه می‌کند. وقتی از ته دل فریاد می‌زند: «مرگ بر آمریکا!» کم مانده رگ‌های گردنش از زیر پوست چروکش بترکند.

دیده بودم که چطور زل می‌زند به کاریکاتورهای رئیس‌جمهورهای آمریکا که به دیوار می‌زنند و زیر لب چیزهایی می‌گوید، اما همیشه نامفهوم. هر سال غروب سیزدهم آبان آب‌نبات می‌داد به همان‌ها که تا آخر وقت می‌ماندند تا حیاط مدرسه را از خاکستر آتش زدن پرچم آمریکا پاک کنند.

کم‌کم مدرسه داشت حال و هوای روز دانش‌آموز را می‌گرفت. یک هفته‌ای می‌شد که با بچه‌ها سه یا چهار ساعت بعد از تعطیلی مدرسه می‌ماندیم تا هر چه بهتر حال و هوای سیزده آبانی به مدرسه بدهیم. از برش کاغذ رنگی گرفته تا بسته‌بندی هدیه‌های آن روز و پیداکردن آهنگ‌های انقلابی و خلاصه هر چیزی که این روز را خاص‌تر و جالب‌تر کند. آن سال، محسنی از زیرزمین خانه پدربزرگش چند روزنامه قدیمی پیدا کرده بود که از قضا متعلق به همان روزها بود! قرار شد عکس‌ها و مطالب روزنامه‌ها را با دقت بگردیم و هر چه را که جالب بود، برداریم و در یک بنر جداگانه چاپ کنیم.

بعد از بررسی ده یا دوازده روزنامه، مطلب دندان‌گیری پیدا نکردیم. ناامید روزنامه‌ها را تا کردم که گوشه‌ای بگذارم که چشمم به عکس تار مردی افتاد که با اخم به دوربین نگاه می‌کرد و دست پسر بچه فوتبالیستی را گرفته بود.

هر چه بیشتر و بیشتر در اخم مرد غرق می‌شدم، صدای تعجبم بالاتر می‌رفت. بچه‌ها هاج و واج نگاهم می‌کردند تا بالاخره در حالی که پشت سر هم و بی‌وقفه انگشت سبابه‌ام را روی عکس روزنامه می‌زدم، فریاد زدم: «باباسرخوش!»

آن مرد باباسرخوش بود با ریش و سیبیل مشکی و همان اخم همیشگی که به دوربین زل زده بود. دست پسری تقریباً سیزده چهارده‌ساله را در دست داشت.

چه برنامه‌خاطره‌انگیزی می‌شد اگر می‌توانستیم او را راضی کنیم که بیاید و خاطره آن روز را برای همه مدرسه تعریف کند. می‌دانستیم که فعلاً باید در نگاهت بماند تا سوزش شکم و دستش برطرف شود. این بود که به پیشنهاد محسنی، یک دوربین فیلمبرداری تهیه کردیم تا از باباسرخوش فیلم مستند بگیریم. بعد از کلی خواهش و اصرار باباسرخوش با صدای خشن‌دارش این‌طور تعریف کرد: «اینجانب ماشاءالله سرخوش، سرایدار یک مدرسه. روز سیزده آبان سال پنجاه و هفت به پسریم گفتم نرو به فوتبال، شهر شلوغ شده، اما رفت. من فهمیدم، عصبانی شدم، رفتم به دنبالش. وقتی اونو پیدا کردم، دستش رو گرفتم که یه عکاس از ما عکس گرفت. من حواسم پرت شد، اما پسریم دوید به طرف خیابان که یک بچه را نجات بدهد، ماشین زد ... پسریم ...»

بابا سرخوش هق‌هق می‌کرد، من و محسنی فین‌فین می‌کردیم. آقای پورمدرس داشت پیامک تعمیر تور دروازه می‌زد و تمام فرزندان ایران فریاد می‌زدند:

«مرگ بر آمریکا!»

بابا سرخوش پاهایش را لولق‌کنان روی موزاییک‌های کهنه راهرو کشید و جاروی بلندش را مثل دست استخوانی یک پسر بچه سرتق محکم گرفت و با تشر گل‌درشتی گفت: «خب! حالیت شد؟!» و پسر که تمام خون بدنش به صورتش دویده بود، با شرمندگی وارد کلاس شد.

بابا سرخوش، بابای مدرسه‌مان بود که برعکس اسمش خیلی هم عبوس بود، ولی نگاه نافذی داشت. از آن نگاه‌هایی که حتی آقای پورمدرس، یعنی ناظم‌مان را هم سر جایش می‌نشاند.

وقتی بین ما و معلم واسطه می‌شد، بی‌برو و برگرد بخشیده می‌شدیم! حالا سر هر خطایی؛ از درس نخواندن گرفته تا دیر رفتن سر جلسه و چیزهای دیگر ...

اما هیچ‌وقت برای تور پاره دروازه ما قدمی برداشتم. مثلاً یکبار قرار شد آقای پورمدرس بعد از رفت و آمدهای بی‌وقفه ما و دبیر ورزشمان، آقای جوانرود، تور جدیدی برای چارچوب دروازه‌های فوتبال بخرد.

روزی که قرار شد از تور جدید رونمایی بشود، دل توی دلمان نبود. خدا می‌داند که چطور آن یک ساعت و نیم سرکلاس نشستیم. یک خط در میان اجازه گرفتیم تا به بهانه‌ای برویم حیاط و خبرهای جدیدی از نصب تور بیاوریم، اما هر بار دست از پا درازتر برمی‌گشتیم!

تور دروازه عوض نشد. آقای پورمدرس عقیده داشت که مدرسه خرج‌های مهم‌تری دارد. تا اینکه یک روز علی محسنی، یعنی کاپیتان تیم «امید» جوگیر شد و یک شوت سهمگین وارد دروازه کرد. توپ از گره‌های شل و وارفته تور زهوار دررفته گذشت و محکم خورد به سینی چایی دست باباسرخوش که برای دفتر می‌برد.

سینی چایی داغ برگشت روی پلیور بورشده و نخ‌نمای باباسرخوش و بعد محکم خورد به دیوار. صدای خرد شدن استکان‌ها با «یا ابالفضل» بابا قاطی شد. نفس همه‌مان حبس شده بود. فقط شانس با ما یار بود که باباسرخوش پرت نشد روی زمین که اگر زانم لال، شکستگی هم به سوختگی اضافه می‌شد، دیگر نمی‌دانم چه بلایی بر سر محسنی می‌آمد.

البته محسنی بی‌تقصیر بود، کار از جای دیگری خراب بود. هیچ‌کس جرئت نمی‌کرد به طرف باباسرخوش برود که با اخم غلیظی همه‌مان را نگاه می‌کرد و گاهی زیر لب چیزی می‌گفت. به گمانم ناسزا می‌گفت. بعد از مکتی نسبتاً طولانی، بالاخره از شوک در آمدیم و همه به سمت باباسرخوش دویدیم. کسی اهمیت نمی‌داد که الان ممکن است باباسرخوش عنان از کف بدهد و اتفاق بدتری بیفتد؛ یعنی هول شود و حرف‌های زیر لبش را بلندتر تکرار کند.

بالاخره آقای پورمدرس و آقای جوانرود پیدایشان شد و با کمک چند نفر دیگر از دبیران، باباسرخوش را به بیمارستان رساندند. شکم و قسمتی از دستش با چای داغ و آب جوش سوخته بود و باید پانسمان می‌شد.

برخلاف چیزی که فکر می‌کردم، باباسرخوش ابداً محسنی را مقصر نمی‌دانست، اما با چند جمله خرمش را خالی کرد:

- الان خرج تعمیر تور بیشتره یا تعمیر شکم من؟!  
- فوتبال! فوتبال! آخه دنبال توپ کردن شد نون و آب؟!  
آقای پورمدرس هم ترجیح داد به خاطر دل پیرمرد گذشت کند و چیزی نگوید و بگذارد تا او حسابی دلش را خنک کند. اما کسی برای



# قلمستون

«کبری بابایی»

تعدادی از دوستان شما شعرهای زیبایشان را برای مجله خودتان، «رشد جوان» ارسال کرده‌اند. شعرهای آن‌ها را به همراه نظر کارشناس مجله بخوانید و اگر شعر، داستان یا نظری داشتید به رایانامه ما ارسال کنید. نام و نام خانوادگی، سن، نشانی و شماره تلفن خودتان را هم برایمان بنویسید. بی‌صبرانه منتظر آثار زیبای شما هستیم.

[barresiasar@roshdmag.ir](mailto:barresiasar@roshdmag.ir)



قدم می‌زنم با کفش‌های آهنی طول خیابان را  
پر از چراغ و دود و دروغ‌اند خیابان‌ها  
خیال کرده‌اند می‌شود نبودنت را با دود پوشاند  
بی تو نمی‌شود تحمل کرد این خیابان را  
این کوچه‌ها پر از نماد و نقاشی و علامت‌اند  
هیچ نام و نشانی از تو نمی‌بینم درین خیابان‌ها .  
دلیم شبیه پرندهای ست که در کنج قفسی به وسعت زمین  
در جست‌وجوی بی‌هوده کلید است این خیابان را  
تو نمی‌دانم در کدام گوشه‌ای و درگیر چه کار  
ای دوست کودکی، من تا ابد مشغول توأم در خیابان‌ها  
و آن لحظه‌ای که به شانهم می‌زند کسی:  
که جای آدم حواس‌پرت نیست در این خیابان‌ها ...

مبینا غیاثوند کلاس یازدهم از تهران

مبینا خانم غیاثوند، تلاش کرده است شعری با قالب غزل بگوید. شعرش حال و هوا و تصویرهای یک غزل احساس‌برانگیز را دارد. او به خوبی توانسته است فضای یک خیابان را با تنهایی راوی شعر پیوند بزند و نشانه‌هایی قابل درک را در اثر بیاورد. همه این‌ها در شعر به لحاظ عاطفی تأثیر خوبی روی مخاطب می‌گذارند و به زبان و حال و هوای شعر امروز هم نزدیک است. البته بعضی از تصویرها، با بیان و زبانی قدرتمندتر، می‌توانستند تأثیرگذاری بیشتری داشته باشند. مثل بیت چهارم که به خاطر ضعف زبان و مشکل جمله‌بندی، خوب فهمیده نمی‌شود. از لحاظ تصویری هم با سایر بیت‌ها تفاوت فراوان دارد. شعر با بی‌توجهی قابل توجه تمام می‌شود. بی‌توجهی که تک‌گویی درونی شاعر را قطع می‌کند و او را از خیالاتش بیرون می‌آورد و به فرود شعر کمک می‌کند. اما در کنار همه این نقاط قوت، مبینا خانم باید به وزن و قافیه‌ها در شعرش توجه ویژه داشته باشد. فراموش نکنیم که اگر در شعری از کلمات ردیف استفاده کردیم، کلمه قبل از آن حتماً باید قافیه باشد. مثل در این خیابان‌ها/ همین خیابان‌ها ... وزن شعر هم نکته بسیار مهمی است که باید در همه مصراع‌ها رعایت شود. خواندن و حفظ کردن شعرهای قدرتمند از شاعران می‌تواند برای درک و رعایت وزن شعر به ما کمک کند.



مثل یک دفتر شعر که پر از نقاشی‌ست  
مثل یک نقاشی که پر پروانه است  
مثل یک پروانه که پر است از نفس ناز دنیا  
مثل یک باغ پر از مهر و صفا  
زندگی مثل همین پروانه است  
مثل همین دفتر شعر  
مثل لبخند زمین بر خورشید  
مثل گل، مثل چمن، مثل سرخی سببی تازه  
مثل طعم گس خوب انار  
مثل بوسه مادر به چشم کودک  
زندگی شادی بی پایان نیست  
لیک آنچنان می‌گذرد که ندانی غم چیست ...

فرزانه جودی، کلاس یازدهم از تهران

فرزانه خانم جودی شعرش را با یک تصویر شروع کرده است. او این تصویر را با کلمات ساخته، چون وقتی ما سطرهای آغازین شعرش را می‌خوانیم، ناخودآگاه توی ذهنمان تصویر ساخته می‌شود و مثل یک عکس یا فیلم جان می‌گیرد. در همان دو سطر اول تصویر یک دفتر پر از نقاشی در ذهنمان شکل می‌گیرد. دفتری که نقاشی‌هایی پر از پروانه دارد. البته ناگفته نماند که در مصراع اول کلمه شعر اضافه است. چون گویا ما با دفتر نقاشی روبه‌رو هستیم. خوب این تصویر قابل تجسم در ذهن ما احساس لطیفی ایجاد می‌کند. احساسی که دوست داریم ادامه پیدا کند و با تصویرهای بیشتری کامل شود. اما در ادامه تصویرها دیگر قابل تجسم نیستند. چون پروانه‌ای پر از نفس ناز دنیا، ترکیبی تصویر نیست. ساده‌تر بگوییم: نفس ناز دنیا یک ترکیب انتزاعی است نه تصویری. البته شاعران می‌توانند از ترکیب‌های انتزاعی استفاده کنند، اما لازم است به این نکته توجه کنند که تصویرهای انتزاعی هم باید روشن و قابل درک باشند. اصلاً بهتر است برای خلق تصویر از عناصر ملموس استفاده کنیم و از این عناصر قابل تجسم، تصویر خیالی بسازیم. مثلاً دفتر نقاشی که پر از پروانه است و پروانه‌هایش پرواز می‌کنند و روی گل‌های پرده می‌نشینند. اگر یک تصویر خوب، تازه و متفاوت در شعرمان بسازیم، ساختار شعر قدرتمندتر می‌شود. آن وقت می‌توانیم بعضی از مصراع‌ها را که حرف و نگاه و تصویر تازه‌ای ندارند، حذف کنیم. شاید این‌طوری شعر کوتاه‌تر شود، اما در نتیجه‌اش اثری قوی‌تر خواهیم داشت.

# دانشمند جوان

همه چیز در مورد علم بوها

## رایحه

« زهرا ابراهیم‌پور » طراح اینفوگرافیک: محمدحسن فدای حسین

بویدن، برای بسیاری از افراد از دیدن و شنیدن خاطر انگیز تر است. برای همین است که بعضی‌ها می‌گویند با بویدن ادویه در عطاری یا عطری قدیمی، یاد گذشته‌های دور می‌افتند. وقتی کلی را می‌بینیم، اولین کاری که می‌کنیم این است که آن را زیر بینی‌مان می‌گیریم تا بوی آن را حس کنیم. گرچه حس بویایی در انسان در مقایسه با بسیاری از حیوانات ضعیف‌تر است، باز هم تیز و حساس است. در این مطلب، از زبان علم، چند جمله‌ای درباره‌ی عطر و بو و حس بویایی خواهیم خواند.

### عطرهای دلخواه شما از کجا می‌آیند؟

بعضی بوها را بیشتر ما خیلی دوست داریم. مثل بوی خاک باران‌خورده، عطر قهوه یا بوی چمنی که تازه آن را زده باشند. عطر سازان ممکن است از بوی چوب، دود، قهوه و چیزهای دیگر در ترکیب عطرشان استفاده کنند. شاید فکر کنید مثلاً بوی چوب را از کجا می‌آورند؟ ترکیب عطر قهوه چیست؟ شیمی‌دان‌ها برای این سؤال‌ها پاسخ‌هایی دارند.

حس بویایی چه کار می‌کند؟



مغز انسان می‌تواند حدود ۱۰۰۰۰ بوی متفاوت را تشخیص دهد. و پردازش همه‌ی این بوها در ناحیه‌ای از مغز، به اندازه‌ی یک تمبر پستی رخ می‌دهد.

۶۵%

بویایی حساس‌ترین حس از حواس پنج‌گانه است. انسان می‌تواند رایحه‌ها را با دقت ۶۵ درصد، حتی بعد از یک سال به خاطر بیاورد.

۲۸

هر ۲۸ روز حس بویایی تازه می‌شود. سلول‌های بویایی در بینی هر ۲۸ روز یک‌بار بازسازی می‌شوند. بنابراین بوها را طوری حس می‌کنیم که انگار برای اولین بار است آن‌ها را می‌بویم.

بینی



مردها از بینی زن‌ها بزرگ‌تر است. زیرا ماهیچه‌ی بدن مردان جرم بیشتری دارد و غذای آن اکسیژن است.



عطر و بو مسئول ایجاد ۷۵ تا ۹۵ درصد یک طعم است.

اگر بینی بعضی افراد را هنگام چشیدن سیب‌زمینی و سیب معمولی بگیرد، تفاوت این دو را سخت متوجه می‌شوند.

قدرت بویایی



بعد از ورزش بیشتر می‌شود. به دلیل اینکه رطوبت بیشتری در مخاط بینی وجود دارد.

بویایی



اولین حسی است که در ما شکل می‌گیرد. حتی قبل از اینکه به دنیا بیاییم، حس بویایی ما کاملاً شکل گرفته است و کار می‌کند.



## ● بوی کتاب

کتاب‌ها، چه کهنه و چه نو، چند صد ترکیب فزّار از خود متصاعد می‌کنند. این ترکیبات منشأهای متفاوتی دارند: بعضی از آن‌ها حاصل فرسودگی کاغذ هستند و بعضی دیگر از نوع کاغذ، چسب به کاررفته در شیرازه کتاب، و جوهر چاپ ناشی می‌شوند.

### کتاب‌های کهنه

تولون

بوی شیرین

وانیلین

عطر شبیه وانیل

اتیل هگزانول

شبیه عطر گل‌ها

اتیل بنزن

بوی شیرین

فور فورال

بنز آلدهید

عطری شبیه بادام



به مرور زمان از تخریب سلولز و لیگنین موجود در کاغذ، تعداد زیادی ترکیب ارگانیک تولید می‌شود. نوع کاغذ و عمر کتاب در ترکیبات تولیدشده و غلظت آن‌ها تأثیر دارد. برای مثال، کتاب‌های خیلی قدیمی در مقایسه با کتاب‌های مدرن لیگنین بیشتری دارند.

## ● بوی باران

بوی خاص باران از ترکیب چند عامل به وجود می‌آید: یکی روغن‌هایی که در طول دوره خشکی از گیاهان ترشح می‌شوند، و دیگری ترکیبات شیمیایی که از باکتری‌ها تولید می‌شوند و شکستن ترکیبات جوّی و تشکیل ازون هنگام بارش‌های شدیدتر.

### روغن‌های فزّار ترشح‌شده از گیاهان

گیاهان در دوران خشکی از خود روغن‌هایی ترشح می‌کنند که در سنگ‌ها و خاک جمع می‌شوند. باران به دلیل اکسیداسیون چربی‌ها، باعث آزاد شدن ترکیبات فزّار کوچک‌تری می‌شود. کلمه «پتری کور»، «petrichon» در سال ۱۹۶۴، برای نامیدن این عطر ابداع شد. دانشمندان فکر می‌کنند، دلیل وجود این ترکیبات آن است که در طول دوره خشکی، جلوی رشد گیاه را بگیرند و تلاش آن را برای یافتن آب محدود کنند.

### ترکیبات باکتریایی

باکتری‌هایی به نام آکتینومیسیت که محل زندگی آن‌ها در خاک است، ماده ژئوسمین تولید می‌کنند که بویی مانند بوی خاک دارد. باران از طریق خاک وارد این ترکیب می‌شود و در نهایت آن بوی خاص را تولید می‌کند. بینی انسان قادر است بوی آن را در اندازه‌ای کمتر از پنج دریک تریلیون هم حس کند؛ یعنی معادل یک قاشق چای‌خوری در دو بیست استخسر شنای مسابقات المپیک!



### تولید ازون

در هوای توفانی بار الکتریکی می‌تواند نیتروژن و اکسیژن موجود در جو (اتمسفر) را به اتم‌های تنها تبدیل کند. این دو عنصر می‌توانند با هم ترکیب شوند و نیتریک اکسید (NO) بسازند و سپس با مواد شیمیایی دیگر در جو واکنش بدهند. یکی از موادی که ممکن است ساخته شود، ازون است. ردوبرق این ماده را از ارتفاعات بالا به پایین می‌آورد و بوی «پیش از باران» را ایجاد می‌کند.

### کتاب‌های نو

وینیل استات اتیلن

آلکیل کتین دیمر

باعث ضد آب بودن می‌شود

پراکسید هیدروژن

ماده سفیدکننده

چسب‌ها

کاغذ و جوهر



عطر کتاب‌های نو بسیار گوناگون است. ترکیباتی که این بو را ایجاد می‌کنند، در چسب، جوهر و موادی که در تولید کاغذ استفاده می‌شوند، موجودند. چسب‌های مدرن اغلب بر پایه کوپلیمرها، از جمله وینیل استات اتیلن هستند. در فرایند تولید کاغذ از مواد شیمیایی متفاوتی استفاده می‌شود تا ویژگی‌های مطلوب را داشته باشد. هر چند ممکن است بعضی از این مواد خودشان بی‌بو باشند، در اثر واکنش با مواد دیگر ممکن است ترکیب فزّار آزاد کنند. مواد پتروشیمیایی که به عنوان حلال جوهر از آن‌ها استفاده می‌شود نیز می‌توانند در ایجاد این بو مؤثر باشند.

## ● بوی قهوه

دانه‌های قهوه برشته شده بیش از ۱۰۰۰ ترکیب شیمیایی دارند.



در خلال دم کردن قهوه موادی از آن خارج می‌شوند:  
ترکیبات غیر قطبی: ۱۰ تا ۲۵٪  
ترکیبات قطبی: ۷۵ تا ۱۰۰٪



### برخی ترکیبات عطری در قهوه دم کرده

راهنما

● ترکیبات حاوی سولفور

● آلدئیدها و کتون‌ها

● فنول‌ها ● فوران‌ها ● پیرازین‌ها

فور فوریل تیول	متیل . بوتن . تیول	مرکاپتو. متیل بوتیل فورمات
بوی قهوه برشته شده	بوی شبیه گوگرد	بوی برشتگی
متان اتیول	متیل پروپانال	تری متیل بوتانال
بوی کلم گندیده	بوی گل - تند و معطر	بوی میوه و مالت
استالدهید	بتا داماسنون	گایاکول
بوی تند میوه‌ای	بوی عسل - میوه‌ای	بوی دود تند
فورانئول	ایزوبوتیل. متوکسی پیرازین	دی متیل پیرازین
بوی شیرین - کاراملی	بوی خاک	بوی خاک، برشتگی

قهوه از چند صد ترکیب شیمیایی متفاوت تشکیل می‌شود، اما تنها بخش کوچکی از این ترکیبات در ایجاد عطر و بوی آن سهم دارند. تأثیر این ترکیبات در عطر قهوه، هم به میزان غلظت آن‌ها بستگی دارد و هم به آستانه‌ای که در آن انسان می‌تواند بوی آن را بچهره استشمام کند. ضمناً دانه‌های گوناگون قهوه ترکیبات متفاوتی دارند. بنابراین طعم و عطر هر قهوه با قهوه دیگر فرق دارد.

# عکاسی آسمان شب

میان بر



۱

به دو شاخه عکاسی نجومی و عکاسی منظره شب تقسیم می‌شود.

**عکاسی منظره شب**  
(Nightscape) شاخه‌ای از عکاسی است که زیبایی‌های آسمان شب را با زیبایی‌های طبیعت و زمینی تلفیق کرده و در یک کادر قرار می‌دهد و جذابیت دو چندان به تصویر می‌بخشد.

در شاخه عکاسی منظره شب، سفر، بخش جدانشدنی است. زیرا عکاسان آسمان شب برای دسترسی به آسمان‌های تاریک، باید از شهرهای بزرگ که منابع آلودگی نوری هستند، کیلومترها دور شوند.

## عکاسی نجومی

یا عکاسی اعماق آسمان (deep sky) توسط تلسکوپ‌ها انجام گرفته و حتی گاهی از داده‌های تصاویر آن در تهیه گزارش‌ها و تکمیل پروژه‌های علمی استفاده می‌شود.

به دلیل مسیر حرکت خورشید، مرکز کهکشان راه شیری در آسمان شب دیده می‌شود که جذابیت بسیاری را ایجاد می‌کند. بارش شهابی برساوشی نیز در تابستان قابل عکاسی است.



## در شش ماهه اول سال

در این‌گونه (ژانر) از عکاسی، در کنار اهمیت استفاده از ابزار و تجهیزات مناسب، برنامه‌ریزی و ایده اهمیت فراوانی دارد.

## برنامه‌ریزی

## در شش ماهه دوم سال

صورت‌های فلکی در آسمان جذاب‌تر از صورت‌های فلکی شش ماهه اول هستند. همچنین می‌توانیم از هوائاب‌ها عکاسی کرده و یا ستاره‌شیا هنگ (شعرا ی پمانی) را که پر نورترین و درخشان‌ترین ستاره آسمان شب است، ثبت کنیم. بارش شهابی جوزایی نیز در پاییز رخ می‌دهد. همچنین سحابی‌های نشری در بازوهای راه شیری نیز، در شش ماهه دوم سال، تصاویر زیبایی را خلق می‌کنند.

سحابی‌های نشری (گسپلشی) گونه‌ای از سحابی‌های گازی بوده و در واقع ابری از ماده هستند که در آن‌ها ستارگان درخشانی قرار دارند. نور این ستارگان باعث برانگیختگی اتم‌های گاز موجود در سحابی شده و در نتیجه نور فراوانی از سحابی گسیل می‌شود.

در تابستان، مناطق کوهپایه‌ای گزینه بهتری هستند و در زمستان ارتفاعات پایین‌تر مثل نوارهای ساحلی جنوب ایران و همین‌طور مناطق کویری.



گذر سیارات از مقابل خورشید، خسوف و کسوف نیز پدیده‌هایی هستند که در هر زمان از سال ممکن است رخ دهند و چون پدیده‌های نادری هستند، عکاسان آسمان شب برای ثبت آن‌ها، ساعت‌ها و روزهای فراوانی را صرف برنامه‌ریزی می‌کنند.

باید بدانیم در کل سال عکاسی نجومی ممکن است ولی به دلیل شرایط اقلیمی ایران، ابری، بارانی و برفی بودن در شش ماهه دوم سال می‌تواند مشکل‌ساز باشد. پس در برنامه‌ریزی‌های سفرمان به این نکته مهم دقت کنیم.

## کی برویم؟

۳

# شکار جوزا

زهر باقاری



## ۴ کجا برویم؟

سایت‌ها و مکان‌های تاریخی همیشه جذاب بوده‌اند و دیدن تایم لپس (مروور زمان) طلوع ماه یا پس ز مینه میدان نقش جهان اصفهان، هیچ‌گاه تکراری نخواهد بود.

زیبایی‌های طبیعی مثل منظره درخشش فیتوپلانکتون‌ها در آب‌های جنوب، یا زمین‌های پوشیده از تافونی یا خیلی از مناظر بکر دیگر، تصاویر زیبایی برای ما به ارمغان می‌آورند.

تافونی همان هوازدگی حفره‌ای در سنگ‌ها می‌باشد که اشکال لانه زنبوری زیبایی را به وجود می‌آورد.



پلانکتون‌ها مجموعه‌ای از ارگانیزم‌های آبی هستند که نوع فتوسنتزکننده آن (فیتوپلانکتون‌ها) بیش از ۵۰٪ اکسیژن اتمسفر را تأمین می‌کنند و در تاریکی در آب به صورت نقاط درخشانی دیده می‌شوند.



## ۵ چی بدونیم؟

تمام ژانرهای دیگر عکاسی که اطلاعات اولیه‌ای از سوژه دارند، ما هم باید حداقل اطلاعات نجومی لازم را داشته باشیم، و همان‌طور که یک عکاس پرتره، رنگ پوست‌های مختلف را می‌شناسد، ما هم باید آسمان و صورت‌های فلکی مختلف را بشناسیم و زمان رخ دادن پدیده‌های نجومی را بدانیم.



باید اهله ماه را بلد باشیم و بدانیم که در ابتدای ماه‌های قمری، نور ماه را در آسمان برای عکاسی نداریم.

در زمان بارش‌های شهابی، باید کانون بارش را بشناسیم تا بتوانیم در زمان عکاسی، کادربندی مناسبی داشته باشیم.

بدانیم در کدام صورت‌های فلکی، سحابی‌های نشری وجود دارند که تصاویر زیبایی را فراهم می‌کنند.

در هنگام کسوف، باید نقطه طلوع خورشید را در آسمان بدانیم. در ابتدای راه عکاسی آسمان شب، می‌توانید از اپلیکیشن‌های نجومی برای پیدا کردن موقعیت ستارگان و صورت‌های فلکی در آسمان استفاده کنید.



سایت‌های حیات وحش حفاظت شده هم که در آن‌ها حیوانات وحشی آزاد هستند بسیار هیجان‌انگیزند. ولی سفر به این مناطق نیازمند تهیه مجوز ورود است و باید آمادگی و آشنایی کافی با محیط زیست و حیوانات این منطقه داشت. در صورت نداشتن اطلاعات کافی بهتر است از سفر به این مناطق بپرهیزیم. ولی خیلی هم نگران نباشید. در نهایت هیچ عکاس آسمان شبی تا حالا توسط گرگ‌ها خورده نشده است.



پیشنهاد ما عکاسی از معروف‌ترین صورت فلکی آسمان یعنی جبار یا همان شکارچی است که از زمان باستان شناخته شده است. هیچ یک از صورت‌های فلکی دیگر تا این حد به نامش شباهت ندارد و این صورت فلکی در نیمه دوم سال در آسمان قابل رؤیت است.

## ۶ چی ثبت کنیم؟

پیشنهاد ویژه ما در آذرماه، ثبت بارش شهابی جوزایی در صورت فلکی جوزا (دوپیکر) است که اوج بارش آن در تاریخ ۲۳ آذرماه است و نسبت به بارش شهابی برساوشی، شهاب‌های پر نورتری دارد. در شرایط رصدی مناسب در بازه زمانی یک ساعته در تمام پهنه آسمان، موفق به رؤیت حدود ۱۲۰ شهاب خواهیم بود.



# سلف‌ریشه بنو

آشکارسازی رازهای یک سیارک

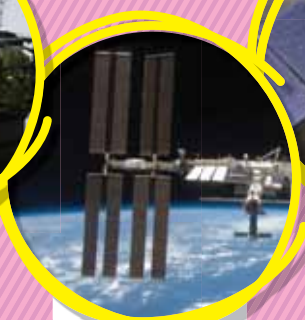
«آریابوری»

سیارک‌ها یادگارهایی از حدود چهار و نیم میلیارد سال قبل هستند؛ یعنی زمانی که منظومه شمسی در حال شکل گرفتن بوده است؛ روزهایی پر از برخوردهای فضایی و اجرامی که رازهای زیادی را به گفته دانشمندان در دل خود جای داده‌اند. سیارک‌ها از جمله اجرام آسمانی هستند که در چند سال اخیر تحقیقات گسترده‌ای برای شناسایی آن‌ها از نزدیک در حال انجام است. فضایی‌های «سپیده‌دم» مدت‌هاست که در میان کمر بند سیارک‌ها، در مرز بین سیاره مریخ و مشتری، و به خصوص در کنار دو جرم بزرگ این مجموعه، در حال کاوش و جمع‌آوری اطلاعات است. به نظر می‌رسد سازمان‌های فضایی دولتی و خصوصی در سراسر جهان در دهه پیش رو برنامه‌های بسیاری را برای کشف، استخراج مواد، سوخت‌گیری فضایی، و حتی انتقال این اجرام به مدارهایی دیگر در پیش دارند.

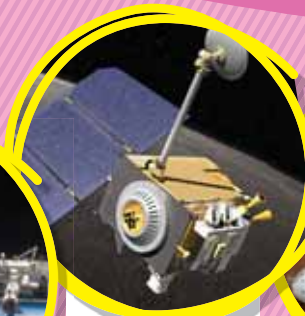
«رباتیک» و «هوش مصنوعی» از زمین تا فضا کاربرد دارند. یکی از کاربردهای مهم ربات‌ها کمک به کشف جهان از طریق کاوش‌های فضایی است. انواع ربات‌ها در مأموریت‌های فضایی کاربرد دارند؛ از جمله:



**فضانوردان رباتیک:**  
در حال طی مراحل و تست‌های اولیه هستند و دستیاران آینده فضانوردان خواهند شد؛ به خصوص در سفرهای آینده به ماه و مریخ.



**کیهان‌نوردان:**  
به نقاط گوناگون منظومه شمسی سفر می‌کنند و با ثبت تصویرها و سنجش از دور، رازهای بسیاری را برای دانشمندان آشکار می‌سازند.



**مدارگردها:**  
مانند ماهواره‌ها به دور سیاره می‌گردند و از راه دور سنجش انجام می‌دهند.



**سیاره‌نشین‌ها:**  
دارای چرخ نیستند و جایی فرود می‌آیند و از اطراف خود نمونه‌برداری می‌کنند.



**سیاره‌نوردها:**  
بر سطح سیاره فرود می‌آیند و به جست‌وجو می‌پردازند.



سیارک بنو

ساختمان امپایر استیت

برج میلاد

برج ایفل

تقریباً ۵۱۰ متر

۴۴۳ متر

۳۷۴ متر

۳۲۵ متر



**۲۰۱۶ - پرتاب**  
اسپریس سفرش را با پرتاب شدن توسط موشک اطلس در شهر فلوریدا آغاز کرد.

**۲۰۱۹ - نقشه برداری**  
اسپریس بررسی جامعی از سطح بنو انجام داد و مشخصات طبیعی، دمایی و جغرافیایی آن را تعیین کرد.

**۲۰۲۰ - جمع آوری نمونه**  
سازو کار جمع آوری نمونه اسپریس، به این صورت است که، حداقل ۶۰ گرم و حداکثر ۲۰۰۰ گرم از سنگپوش سیارک را جمع آوری خواهد کرد.

**۲۰۲۳ - بازگشت**  
دو سال بعد از ترک بنو، کیسول جمع آوری نمونه در تاریخ ۲۴ سپتامبر ۲۰۲۳ به زمین باز می‌گردد و با سرعتی که پیشینه آن به ۲۷۷۰۰ متر بر ساعت می‌رسد، به جو زمین وارد می‌شود.



اطلس پنج» به فضا پرتاب شد و بدین صورت مأموریتی هفت ساله را در فضا آغاز کرد.

سیارک‌ها دارای شکلی نامنظم و در اصطلاح سیب‌زمینی مانند هستند. سیارک بنو در بزرگ‌ترین بخش حدود ۴۹۰ متر طول دارد. اما ویژگی خاصی که باعث شده است، این سیارک به‌عنوان گزینه مناسبی برای مأموریت فضایی مزبور انتخاب شود، مدل تراکم آن است. بنو از سنگ یکپارچه تشکیل نشده، بلکه مجموعه‌ای از خاک و سنگ‌های ریز است که تراکم زیادی ندارد و به راحتی از روی آن قابل جدا شدن است. این ویژگی باعث راحت شدن نمونه برداری از روی بنو می‌شود.

اما در سال ۲۰۲۰م، یک مأموریت رباتیک فضایی بسیار خاص وارد مراحل جدی فعالیت خود شد. این مأموریت را شاید بتوان سرآغازی بر معدن کاری فضایی و آغاز عصر جدیدی در کشف و استخراج منابع ارزشمند از فضا نامید.

«اسپریس رکس» بیستم شهریور ۱۳۹۵ از پایگاه فضایی «کیپ کاناورال»، زمین را به سمت سیارک «بنو»، ترک کرد. این فضاپیما رباتیک در سال ۲۰۱۸م با بنو دیدار کرد و امسال در حال نزدیک شدن به آن برای انجام نمونه برداری بود. اگر همه چیز خوب پیش برود، در سال ۲۰۲۳م با محموله ارزشمندی از نمونه‌های سنگ این سیارک به زمین باز خواهد گشت. میزان سنگی که در این مأموریت به زمین انتقال خواهد یافت، حدود ۶۰ گرم پیش‌بینی شده است. این فضاپیما توسط «موشک



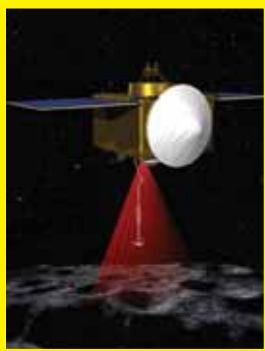
بازو به محل نمونه برداری فضاپیما وارد شدند.

به دلیل ممکن نبودن فرود روی بنو، نمونه‌های آن برای بررسی ساختار شیمیایی این جرم آسمانی باید به زمین انتقال

یابد تا با بررسی دقیق شاید بتوان رازهای مهمی از چگونگی شکل‌گیری منظومه شمسی را آشکار کرد. در صورت موفق بودن این مأموریت، برای اولین بار نمونه سنگی از یک سیارک به زمین منتقل می‌شود. بسته حمل مواد این فضاپیما، براساس محاسبات در منطقه «یوتا» فرود خواهد آمد.

اسپریس رکس یک بازوی رباتیک ۳/۴ متری دارد. این فضاپیما رباتیک بعد از رسیدن به بنو، به سنجش آن از راه دور پرداخت. و بدین وسیله با کمک ابزاری که در اختیار داشت، تراکم مواد، وضعیت هسته، ساختار و میزان جرم و جاذبه بنورا به دقت بررسی و مشخص کرد. با توجه به جرم بسیار کم بنو، این فضاپیما طی یک حرکت مداری پیچیده، به همراهی سیارک در فضا پرداخت و در نهایت با نزدیک شدن به چند متری آن، با روشی خلاقانه به نمونه برداری دست زد.

این بازوی رباتیک از یک دمنده گاز و یک مکندده یا به نوعی جاروی فضایی تشکیل شده است. با دمیدن گاز نیتروژن با فشار بالا به سطح بنو که ساختار منسجمی هم ندارد، بخش‌هایی از خاک و سنگ روی آن جدا شدند و در همان لحظه توسط مکندده روی



انرژی این فضاپیما توسط پنل‌های خورشیدی تأمین می‌شود. پنل‌های خورشیدی دارای قابلیت ویژه‌ای هستند که می‌توانند تا حدود ۴۵ درجه به سمت پشت فضاپیما خم شوند و بدین صورت در زمان نمونه‌برداری و نزدیک شدن احتمالی فضاپیما به سیارک، از برخورد گرد و غبار با سطح این پنل‌ها و صدمه‌های

احتمالی جلوگیری می‌شود. به غیر از محفظه نمونه‌برداری و بازوی رباتیک، ابزارهای سنسگر جذابی هم در این فضاپیما به کار برده شده‌اند تا بتواند به کمک آن‌ها به نقشه‌برداری دقیق از سیارک کربنی بنو پردازد و مشخصات فیزیکی و محل دقیق نمونه‌برداری از آن را مشخص کند. در این بخش نمونه‌هایی از ابزارهای مورد استفاده در این فضاپیما را بررسی می‌کنیم.

اسیریس رکس نام این مأموریت است که براساس اهداف آن و همچنین با الهام گرفتن از نام خدای دنیای مردگان در مصر باستان نام‌گذاری شده است.

سیارک بنو که این مأموریت بر روی آن انجام می‌شود، از مدل سیارک‌های از جنس کربن است. هزینه مأموریت رسیدن به آن حدود ۸۰۰ میلیون دلار پیش‌بینی شده است. این مأموریت سومین مأموریت از مجموعه برنامه‌های علوم سیاره‌ای ناسا در بخش مأموریت‌هایی با عنوان «مرزهای نوین» است که پس از مأموریت فضاپیماهای «افق‌های نو» و «جونو» اجرا می‌شود. سازنده این فضاپیما کمپانی «لاکهد مارتین» بوده و ساخت آن به سفارش دانشمندان سازمان فضایی ناسا و به رهبری محققانی از دانشگاه آریزونا انجام شده است. «مؤسسه پروازهای فضایی گودارد»، ناسا و همچنین دانشمندیانی از کشورهای آمریکا، کانادا، آلمان، بریتانیا و ایتالیا از اعضای تیم مطالعاتی این پروژه هستند.



**REXIS**

نقشه‌برداری اشعه ایکس از سیارک به عهده این وسیله است.



**OCAMS**

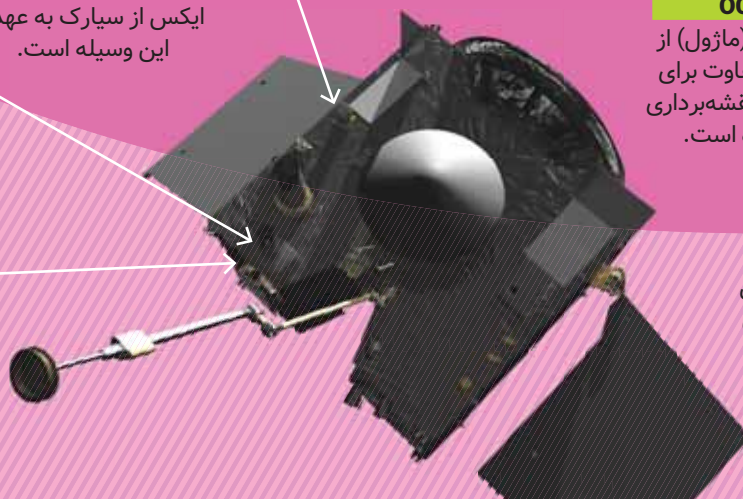
این مجموعه (ماژول) از سه دوربین متفاوت برای بررسی دقیق و نقشه‌برداری تشکیل شده است.

**OTES**

سنسگری گرمایی است که بازتابش‌های گرمایی سیارک‌ها را مورد بررسی قرار می‌دهد.

**OVIRS**

طیف‌سنج مادون قرمز و نور مرئی است که به بررسی بازتابش‌ها از روی سیارک و تهیه نقشه مواد آلی موجود روی آن کمک می‌کند.



**OLA**

نقشه‌بردار و رادار لیزری موجود روی فضاپیماست که کمک می‌کند، اطلاعات دقیقی از وضعیت توپوگرافی عوارض سیارک مشخص شود.

دیدار کرد و بخش اصلی مأموریت خود را آغاز کرد. نکته جالب این است که بنو از جمله سیارک‌هایی است که از کمربند سیارک‌ها فاصله زیادی گرفته و در مداری نزدیک زمین در حال گردش است. این سیارک در سال ۱۹۹۹ میلادی با نام کامل «Bennu ۱۰۱۹۵۵» و معروف به «RQ۳۶ ۱۹۹۹» در فهرست سیارک‌هایی که به زمین بسیار نزدیک هستند و احتمال برخورد با آن را دارند، دسته‌بندی شده است.

بازوی رباتیک نمونه‌بردار فضاپیماست. اسیرس رکس برای رسیدن به این سیارک مسیر عجیبی را طی کرد. دو هفته بعد از پرواز، ابزارهای علمی آن توسط ناسا روشن شدند و اکنون به خوبی در حال کار است. این فضاپیما طی مسیر حرکت خود در مداری بیضوی و کشیده به دور زمین چرخید و در سال ۲۰۱۷ به کمک جاذبه زمین خود را در مدار بیضوی دیگری به سمت سیارک بنو شلیک کرد. در سال ۲۰۱۸ نیز با آن



**TAGSAM**

بررسی این سیارک اطلاعات ارزشمندی را از روزهای نخستین به وجود آمدن منظومه شمسی برای دانشمندان به همراه داشت. رؤیای پردازان علمی و متخصصان در سال‌های آینده اهداف جذابی را در سیارک‌ها دنبال می‌کنند. فرود روی سیارک‌های بزرگ برای سوخت‌گیری و انجام سفرهای فضایی سرنشین‌دار و دور دست، استفاده از منابع یخ و آب احتمالی در زیر آن‌ها و تفکیک هیدروژن و اکسیژن برای استفاده به عنوان سوخت، و همچنین تأمین نیاز هوای تنفسی برای فضانوردان، استخراج مواد ارزشمند احتمالی در برخی از سیارک‌ها و جابه‌جا کردن آن‌ها در فضا برای جلوگیری از برخورد احتمالی با زمین، از جمله هدف‌ها و مأموریت‌های رباتیک فضایی است که در دهه‌های پیش‌رو امکان دارد از آن‌ها بیشتر بشنویم.

OSIRIS-REX: Origins, Spectral Interpretation, Resource Identification, Security, Regolith Explorer

# لبخند جوان



بحر طویل

سعید طلایی

جای شک نیست اگر دل بدهی مدرسه چون خانهٔ ثانیست و تا می‌نگری هر طرفش گنج معانیست و الحق والانصاف که آن‌گونه که دانیست و البته بدیهیست که اندیشه و علم است که زاینده و باقیست و پول و پله فانیست، چنان چرک کف دست ولی وسوسه‌انگیز! همین‌طور چه حاجت به بیان است که ناگفته عیان است، معلم همه نور است و چنان تُنگ بلور است که در عمق دلش ماهی اندیشه و شور است و هنرها همه در کالبدش یکسره جور است و در او اغلب اوصاف کمالی به وفور است و اگر قدر بدانیم سزاوار غرور است و از این ماه درخشنده به‌جز عشق به‌دور است؛ ولی کاسهٔ صبریست بشر را که اگر پر بشود قاعدتاً خیس شود میز!

خاطرم هست که یک‌بار سر درس ریاضی شده بودیم من و چند نفر از رفقا گرم جوک و خنده و بازی و کمی چرخ زدن در دل دنیای مجازی و کمی پشت سر چند نفر شایعه‌سازی و خلاصه که یکی یک جوک بی‌مزه فرستاد و من از خنده چنان بمب شدم منفجر و بعد هم استاد به من گفت که پاشو برو دفتر که من از دست تو باید بروم سر به بیابان بگذارم که دگر با توی بی‌فایده و بی‌سر و پا حوصلهٔ بحث ندارم که تو انگار نه‌انگار که شاگرد کلاسی و فقط گوشه‌ای این‌گونه پلاسی و نداری سر سوزن ادب و هوش و حواسی و خود از روی تو و موی تو و حالت ابروی تو و خنده و سوسوی تو پیداست که داری به گمانم صد و پنجاه مدل مشکل و ایراد اساسی؛ برو بیرون که شده کاسهٔ صبرم ز تو لبریز.

از آن لحظه مداوم عرق شرم، مرا روی جبین است و چنان شد که چنین است و از آن روز کمی بیشتر از پیش مراعات نمودیم و دگر با خِر شیطان سواری، کات نمودیم و سرانجام چنین بحر طویلی بسرودیم که باشد که بدانید شما نیز.

شمایی که گل سرسبد نسل جوانید و پر از شوق و توانید و به‌جز تست زدن وقت شده رشد جوان نیز بخوانید، چه خوب است اگر بحر طویلی بنویسید و به تحریریهٔ رشد جوان هم برسانید، چه از رشت و چه شیراز و چه تبریز و چه جاهای دگر.

تصویر برگرفته از: نشر چشمه



هر ماه سه گیگ می‌خوری تو  
می‌گیری و باز دلخوری تو  
بنگر که هزینه‌ی وایرلس  
ما را به‌خدا نموده مفلس  
گور پدر تو: ای‌دی‌اس‌ال (ADSL)  
گیرم پدر تو بوده فاضل!  
هشدار از این فضا حذر کن  
کم خون به دل من پدر کن  
جز پرسه به وب، هنر نداری  
تو برده شدی خبر نداری  
هشدار که این فضا مجازی‌ست  
هیئات که این نه بچه‌بازی‌ست  
پا بر مکش از حریم شخصی  
برگرد به این گلیم شخصی!

لعنت به تو باد ای «زاکربرک»  
ای مالک فیسبوک، ای چرک!  
با گوشی خویش ای جوانک  
بفرست یکی دو تا پیامک  
یک زنگ و دو تا تماس ساده  
این است اصول استفاده  
با این همه ای جوان مشتکی  
هی در پی اندروید هشتکی  
ای بچه‌پاک و انقلابی  
بازی نکنی نهنگ آبی!  
از بس پسرم توئیت کردی  
دیگر مخ خود تیلیت کردی  
از بس تو نت استفاده کردی  
این جیب مرا پیاده کردی!  
من جای کباب و مرغ و شیشلیک  
باید بخرم فقط ترافیک

«یا رب نظر تو برنگردد»  
این بنده به دور شر نگردد  
...

بابا به فدای عقل و هوش  
قربان دماغ پر ز جوش  
تا چند سرت میان گوشی‌ست  
برخیز نه موقع چموشی‌ست  
کم پرسه بزن درون پی‌وی  
کم خیره شو بچه جان به تی‌وی  
تا چند در این فضا پلاسی  
دیگر تو مرا نمی‌شناسی  
من پیشی‌ام و تو مثل هاپو  
همواره به چالش و تکاپو  
جفتک نزن و بگیر آرام  
کمتر برو داخل تلگرام



لبخند فیزیکی



# خودشیفتگی الکتریکی



مهدی فرج‌اللهی



اصولاً بار الکتریکی احساسات خود را به هر سطح فلزی ای که مقابلش بایستد، القا می‌کند و نیروی جاذبه‌ای بین بار و سطح فلزی شکل می‌گیرد که بیا و ببین!  
محاسبه این نیرو هم به این سادگی‌ها نیست. اما می‌توان آن را ساده کرد. مثلاً اگر آن سطح، یک صفحه بزرگ فلزی باشد، می‌شود به جای آن، یک بار الکتریکی مخالف با همان اندازه و به همان فاصله، آن طرف صفحه در نظر گرفت و انگار که صفحه بزرگ فلزی آیینه بارهای الکتریکی است.

وقتی بار الکتریکی می‌خواهد به مهمانی، محفلی، جایی برود، جلوی همین آیینه ایستاده، شیتان‌پیتان کرده و قر خود را قاشق می‌کند. اما همین‌که تصویر خودش را می‌بیند، دچار «قربون دست و پای بلوریم» شده، «تو کجا بودی تا حالا؟» را زیر لب زمزمه می‌کند و یک دل نه صد دل دچار خودخفن‌پنداری می‌شود. بار الکتریکی باری می‌شود بر دوش خودش و باید «دست به زانو شود تا بتواند خودشیفتگی را به زانو در بیاورد.»  
به بیانی ساده‌تر، نیروی لازم برای دست به زانوشدن و دل‌کنندن از خودشیفتگی، از رابطه زیر محاسبه می‌شود:

$$F = \frac{kq^2}{r^2}$$

F = نیروی الکتریکی    k = عدد ثابت    q = اندازه بار الکتریکی    r = فاصله

پیامک



- آنقدر بدم می‌یاد، وقتی بچه‌های رشته ریاضی به خودشون می‌گن مهندس! مگه تا حالا دیدید بچه‌های رشته تجربی به خودشون بگن دکتر؟ یا هنری‌ها به خودشون بگن بی‌کار؟!
  - دیروز با کتابای قدیمی مدرسه‌ام خودم را باد می‌زدم. هیچ‌وقت تو زندگی‌م آنقدر روح‌بخش به نظر نرسیده بودند.
  - این فاصله‌گذاری اجتماعی تو آمریکا خیلی خوب بوده. تیراندازی دسته‌جمعی تو مدارسشون صددرصد کاهش پیدا کرده. ولی متأسفانه تیراندازی تو مدارس خانگیشون صد در صد افزایش یافته!
  - امروز دوستم بهم گفت: تو مثل مدرسه‌ها تو تابستون می‌مونی؛ خیلی بی‌کلاسی!
  - یکی از بچه‌ها تکالیفش رو خورد، چون معلمون گفته بود مثل آب خوردنه!
  - سؤال: به نظرتون چرا کتاب ریاضی آنقدر غمگین به نظر می‌رسه؟
- جواب: چون کلی مسائل حل نشده داره!

# روزنامه



آرمانس خبری مدرس

عبدالله مقدمی

خبر: «برای مراقبت از آزمون‌های مجازی، از روش‌های جدید استفاده می‌شود.»



## طل‌آنگال

عبدالله مقدمی

بشنو از من چون حکایت می‌کنم  
با کمی غرغر شکایت می‌کنم

چشم‌پوشی کردن آخر تا کجا؟  
هر کجا هستم نمی‌بینی مرا

گرچه بوی بد نشسته در کلم  
بوی خوب پاکی آید از دلم

در خیابان‌ها، کنار بوستان  
گوشه گوشه ایستادم بی‌زبان

چون که از شوق زباله پُر شدم  
دور از جانت، زباله‌خور شدم

**حدس اولیه:** طرح «هر دانش‌آموز، یک پهباد» برای مراقبت از امتحان‌های مجازی راه‌اندازی خواهد شد.

**حدس ثانویه:** دانش‌آموز دوربین گوشی یا رایانه‌اش را روشن می‌کند و مراقب از راه دور زل می‌زند به او.

**آگهی معلم‌ها:** به یک کارشناس «روش‌های جدید» نیازمندیم.

**آگهی دانش‌آموزها:** به یک کارشناس «روش‌های جدیدتر» نیازمندیم. پیشنهاد: همان روش قدیمی بهتر نبود؟ مثلاً مامان یا بابا را به عنوان مراقب امتحانی استخدام کنید.

**سؤال:** برای کسب نمره‌های خوب در امتحان‌های مجازی چه کار کنیم؟

(الف) روش‌های جدید را بشناسیم.

(ب) رایانه معلم را هک کنیم.

(ج) مراقب مراقب باشیم.

(د) خواهش می‌کنم برای گزینه «درس بخوانیم» اصرار نکنید.





## درس زندگی و برازندگی

مهدی استاد احمد

در درس ریاضی دل من را غم نیست  
بی شبهه و شک هوش و حواسم کم نیست  
هرچند که مثل یک ریاضی دانم  
افسوس! حساب زندگی دستم نیست

در درس فیزیک می شوم دائم بیست  
در هوش و حواس بنده هم شکی نیست  
هرچند که نخبه‌ام نمی دانم که  
این شیر که چکه می کند عیبش چیست

هرچند زبان فارسی می خوانم  
هرچند زبان فارسی می دانم  
در موقع گپ با پدر و مادر خویش  
چون لنج شکسته توی گل می مانم

# دوره‌اری



به دنیای  
اسرار آمیز ما  
خوش آمدید!

برای ورود باید  
توسط تمام کسانی  
که جان آن‌ها را  
گرفته‌ای، بخشیده  
شوی.

من هیچ وقت  
کسی را نکشته‌ام،  
پس ...

شامل  
بازی‌های  
رایانه‌ای هم  
می‌شود

کیسه مشکی همیشه در برَم  
یک کلاه ناز و خوشگل بر سرم

می‌کشم ساکت کناری انتظار  
«در هوایت بی‌قرارم بی‌قرار»

تا بیاری آشغالت را ... همین!  
تا نریزی آشغالت را زمین

تا بماند جوی‌هامان ترمیز  
آشغالت را به من بسپُر عزیز!

تا که شهر ما بماند پاک‌تر  
هر کجا هستی ببین ما را پسر!

خاطرت باشد «تمیزی»، یک کلام؛  
بنده سطل آشغال ... والسلام!

# کمی نمک، لطفاً!

حرفات به دلم

زهرافرنیا



نظراتان را برای ما بفرستید!

مجله که کلاً به شما تعلق دارد، اما این بخش، دیگر شور به شما تعلق داشتن را درآورده و یکباره هرچه را شما برای ما بفرستید، می‌خواند، پاسخ می‌دهد و چاپ می‌کند. شاید برایتان این سؤال پیش بیاید که کجا بفرستید؟ آن قدر که راه ارتباطی داریم. این از ایمیلان: javan@roshdmag.ir، این هم از سامانه پیامکی مان: ۳۰۰۰۸۹۹۵۱۹، در صفحه‌های مجازی هم برایتان کلی مطلب به روز و دست اول، نظرسنجی، مسابقه و ... می‌گذاریم. با مطرح کردن پیشنهادهای، حرف‌ها و درددل‌هایتان، هم خودتان سبک می‌شوید، هم به ما کمک می‌کنید که بهتر شویم!

## سلام مجله‌تون به درد شیشه پاک کردن هم نمی‌خوره.

ما می‌خواستیم این پیام را امتحان کنیم، منتها این پیام را وقتی فرستادید که خبری از خانه‌تکانی نیست و بهانه‌ای برای انجامش وجود ندارد. یعنی اگر یک حرکت در جهت تمیز کردن خانه بزنیم، ممکن است یکدفعه مادر جارو و دستمال هم دستمان بدهد و با یک خانه‌تکانی ناگهانی مواجه شویم. به خاطر همین حرف شما را تأیید یا رد نمی‌کنیم. عید امتحان می‌کنیم و خیرش را می‌دهیم.

## سلام! باید بگم در کل بد نیستین، ولی یکم نمک می‌تونه مجله رو بهترش کنه! از بخش میان‌برم خوشم اومد. لایک دارین (یاشاسین) علی جوادی، از مدرسه نمونه امام آذرشهر (یازدهم انسانی)

از ارفاقت ممنونیم. اینکه ما نمکش را زیاد نمی‌کنیم، به خاطر سلامتی خودتان است. از مضرات نمک چیزی می‌دانید؟ می‌دانید باعث افزایش فشار خون می‌شود؟ می‌دانید با کلیه‌ها چه می‌کند؟ می‌دانید خطر سکته مغزی را تا چند درصد افزایش می‌دهد؟ می‌دانید جریان فرسودگی باتری موبایلتان را تا چه حد تشدید می‌کند؟ پس همین الان بروید و هر چه نمک‌دان در خانه دارید بشکنید. بعد هم این صفحه از مجله رشد جوان را پاره کنید تا مادران هیچ‌وقت نفهمد چه کسی به شما چنین توصیه‌ی مضحکی کرده.

## سلام. من از ابتدایی تا الان که دهم می‌خونم، مجله‌های شما خیلی دیر به دست ما می‌رسه. مثلاً ۲۵ دی هست و ما مجله سوم شما رو که متعلق به آذر، دریافت کردیم. لطفاً بخش طنز مجله رو بهتر کنید. خیلی ممنون.

یک لطیفه بامزه‌ای بود که می‌گفت طرف برای دوستش نامه می‌نوشت، دستش خورد زیر کاغذش پاره شد. پابینش اضافه کرد که نامه تا آخرین لحظه صحیح و سالم بوده و پارگی انتهای نامه کار پستی است! (تا به حال آن قدر بامزه برایتان لطیفه گفته بودند؟! خیلی بامزه بود، الان باید بخندید!) خلاصه ما به موقع متن‌هایمان را تحویل می‌دهیم. اینکه دیر دست شما می‌رسد، هیچ ربطی به لطیفه بالا ندارد و نمی‌دانم چرا فکر کردم به این پیام مربوط است!

## سلام جگ‌های شما خیلی بی‌مزه‌اند. بی‌نام از اصفهان

سلام بی‌نام. خوبی بی‌نام؟ چه خبر از اصفهان بی‌نام؟ درس‌ها چطورند بی‌نام؟ راستی بی‌نام ... ثبت احوال اصفهان چطور اجازه داد والدینت اسمت را بگذارند بی‌نام؟ اسمت بی‌نام است دیگر؟ مثل بهنام، مهنام و این‌ها؟ یعنی در بازی اسم و فامیل، اسم از حرف ب می‌توانیم بنویسیم بی‌نام؟ نکند منظورت این است که اسم نداری؟ یعنی جای اسم در شناسنامه‌ات خالی است؟ یا می‌خواستی اسمت اینجا نوشته نشود؟ (که نه البته. آن وقت اصلاً لازم نبود بی‌نام و بی‌نام بنویسی، ما خودمان نمی‌دانستیم چه کسی پیام فرستاده، اسم نمی‌بردیم.) ولی کاش بگویی و مجله‌ای را از نگرانی خلاص کنی!

## سلام من مامان شایان هستم و چند صفحه از مجلنتون را خوندم. طنز جالب و بامزه‌ای داشت؛ مثل منظومه دهه هشتادی‌ها و شوخی‌ها. با امید موفقیت.

سلام بر مامان شایان. مامان شایان چرا مجله ما را خواندید؟ شاید ما یک حرف خصوصی در گوشی داشتیم با منفی ۱۸‌های مجله‌مان و نمی‌خواستیم شما بخوانید. چطور همین‌طور روی فیلم و سریال و این چیزها می‌زنید +۱۸ اما این مجله را که دقیقاً برای ۱۸- است، خودتان می‌خوانید؟ از شماره بعد به زبان رمزی دهه هشتادی می‌نویسیم، تا اگر خواندید متوجه نشوید چه نوشته‌ایم. با این حال ممنونیم که نظراتان را گفتید و دوست داشتید!

## سلام و خسته نباشید. من می‌خواهم مجله‌تان را کمی جذاب کنید. اسما راموز از تبریز.

سلام. تعدادی آدم‌ریا سفارش داده‌ایم که قرار است آدم‌ها را در جا ببینند و به مجله جذب کنند؛ مثل آهن‌ریا که آهن را می‌بندد و جذب می‌کند. آهن‌ریا اساساً چیز جذابی است. ما هم می‌خواهیم مجله‌مان به جذابیت آهن‌ریا باشد. فعلاً منتظر آدم‌ریاها هستیم. البته دیروز تلفن زده‌اند، یکی از نویسندگان‌هایمان را آزمایشی جذب خودشان کرده‌اند و برای اینکه رهایش کنند، مبلغ زیادی پول می‌خواهند. قرار نبود برای نویسندگان‌ها هم جذاب باشد که! حالا شما فعلاً جذابیت بی حد و مرز همین قسمت را بپذیرید تا برای دفعه بعد مثلث برمودا را برای مجله بیاوریم. تعریفش را در جذب و جاذبه زیاد شنیده‌ایم!

## سلام خ.

الان دقیقاً دو ماه و ۱۳ روز و ۸ ساعت است که منتظر نشسته‌ام ببینم بعد از سلام، چه چیزی می‌خواسته بگوید. اصلاً به قدری ذهنم را درگیر کرده است که دیشب از خواب بیدار شدم و بلند بلند می‌گفتم: «سلام خ سلام خ خ خ و ...» که بیهوش شدم. از فکر اینکه خ می‌تواند اول چه چیزهایی باشد و چرا فرستنده پیام، متنش را کامل نفرستاده، الان چند روز است که غذا از گلویم پایین نمی‌رود. شما اگر فرستنده این پیامید و این قسمت را می‌خوانید، ما را از گمراهی نجات دهید و خانواده‌ای را از نگرانی برهانید. باتشکر خ.



اوقات خوش آن بود که با دوست گذشت

اینجا که روش فرود آمدن رو یاد نذاده

فکر نمی کردم اینقدر واسه بالا بردن تمرکز مفید باشه!

بهتر شده اینجوری راحت تر زبون به دهن می گیره...

از شکل، فکر کردی اینم پیشه... تو گلوت بگیر می کنه

چقدر دارم احساس نسبی می کنم، انگار تو آسمون هام...

!!?

ای شیطون گوشه ای؟ یا کتاب؟

چه پیری... چه درمی عجب کتابی... فب حالا یه دهن بخون

صبر کن به جاهای حساسش برسیم و است تعریف می کنیم...

درسته کاغذ گرون شده ولی هنوز من یار مهر بایم

چهار حرف از خودت در میاری من کی گرفتیم کتاب؟

چهار حرف حساب از تو اون کتابت محبت کن

اینجا داره میله اول کتاب بعد کتاب...

بلو... بلو... داغ داغ بخور و بیرون بخور...

کتاب؟

1385

# فراخوان یازدهمین جشنواره عکس رشد



دانشگاه فرهنگستان  
مجلس شورای اسلامی  
مراکز تحقیقات و بررسی آموزشی

الف) گروه سنی بزرگسال

۱. فرهنگیان
۲. عکاسان آزاد

موضوع

۱. «مدرسه، خانواده دوم»
  - «آموزش مجازی (کرونا) و آموزش، آموزش در قرنطینه، مشارکت خانواده‌ها و ...»:
  - «معلم (تدریس، رفاقت، مشاوره، بازی با دانش آموز و ...):»
  - «دانش آموز (درس خواندن، مشارکت در فعالیت‌های مدرسه، دوستی، کار گروهی و ...):»
  - «فضای مدرسه (کلاس، معماری، کتابخانه، بوفه، نمازخانه، حیاط، آب‌خوری، آزمایشگاه، اتاق بهداشت، گرافیک محیطی، دفتر معلمان و ...):»
  - «هنرستان (کار عملی، کارگاه، هنرآموز و هنرجو، اشتغال و ...):»
  - «در راه مدرسه (سرویس مدرسه، پیاده به سوی مدرسه، گروه دوستان و ...):»
  - «انواع مدرسه (حوشمند، ماندگار، چندبایه، روستایی، عشایری و شهری):»
  - «برنامه‌های مدرسه (جشن شکوفه‌ها، روز معلم، صبحگاه، پرچم، کتاب‌خوانی، زنگ تفریح، جشن، مناسبت‌های مذهبی، راهپیمایی، آغاز سال تحصیلی، نمایشگاه‌ها، دوستی‌ها و قهرها، شورای دانش‌آموزی، شورای معلمان، جلسات اولیا و مربیان و ...):»
  - «برنامه‌های جنبی (انجام تکلیف، والدین و مدرسه، گردش علمی، اردو، نماز و ...):»

۲. ایران، سرزمین پرگهر

- «حجاب و عفاف» «عباد مذهبی و ملی» «سبک زندگی ایرانی، اسلامی» «آیین‌های قومی و منطقه‌ای» «محیط زیست»: «شرایط ویژه کرونا (شامل: بهداشت، درمان، ایثار و فداکاری، کادر درمان و گردشگری (اماکن گردشگری به ویژه در شرایط بیماری کرونا)» «طبیعت (جنگل‌ها، پارک‌ها، رودخانه‌ها، دریاچه‌ها و ...):»
- «اجتماعی: تعاملات مردم با هم، حاشیه‌نشینی، اعتیاد، کودکان کار و ...:»
- «فرهنگی: اماکن فرهنگی، فعالیت‌های فرهنگی و ...» «خانواده: فرزندان، در پارک، در منزل و ...» «پوشش‌ها و بازی‌های محلی (به ویژه استان‌های مرزی)»
- «بناهای ملی و مذهبی (مسجد، آرامگاه، قلعه، موزه و ...):»

۳. بخش جنبی (گام دوم انقلاب)

- «دستاوردها» «معنویت» «الگوها» «محروریت زدایی» «نیایش» «کارآفرینی» «خدمات اجتماعی» «پژوهش» «ایثار و عدالت» «کار جهادی» «کمک‌های مؤمنانه»

ب) گروه سنی دانش‌آموزی

«موضوع آزاد»: این بخش به دانش‌آموزان دوره متوسطه اول و دوم تعلق دارد.

- «گاه‌شمار»: آخرین مهلت ارسال آثار: ۳۰ آذر ماه ۱۳۹۹
- «انتخاب و داوری آثار: دی ماه ۱۳۹۹»
- «افتتاح نمایشگاه: بهمن ماه ۱۳۹۹»
- «اهدای جوایز و برگزاری مراسم اختتامیه: بهمن ماه ۱۳۹۹»

برای مقررات، جوایز و امتیازات به وب سایت جشنواره مراجعه نمایید.

- «نشانی دبیرخانه جشنواره: تهران، خیابان ایرانشهر شمالی، پلاک ۲۷۰، دفتر انتشارات و فناوری آموزشی، طبقه دوم، دبیرخانه جشنواره عکس رشد. صندوق پستی ۱۵۸۷۵-۳۳۳۱»
- «برای کسب اطلاعات بیشتر به وبگاه جشنواره، به نشانی <http://ax11.rosd.ir> مراجعه کنید یا با شماره تلفن‌های ۸۸۴۹۰۴۱۴ و ۸۸۸۳۹۲۳۲ تماس بگیرید.»