

۱۶۹ - ۱۶۸

شماره ۱۶۹ - ۱۶۸ پیاپی ۵۱۱ / سال ۱۳۹۸ / قیمت ۳۰۰۰۰ تومان

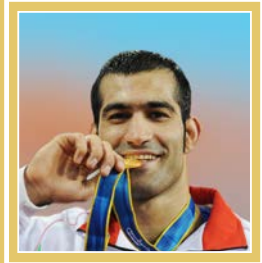
شاهد جوان

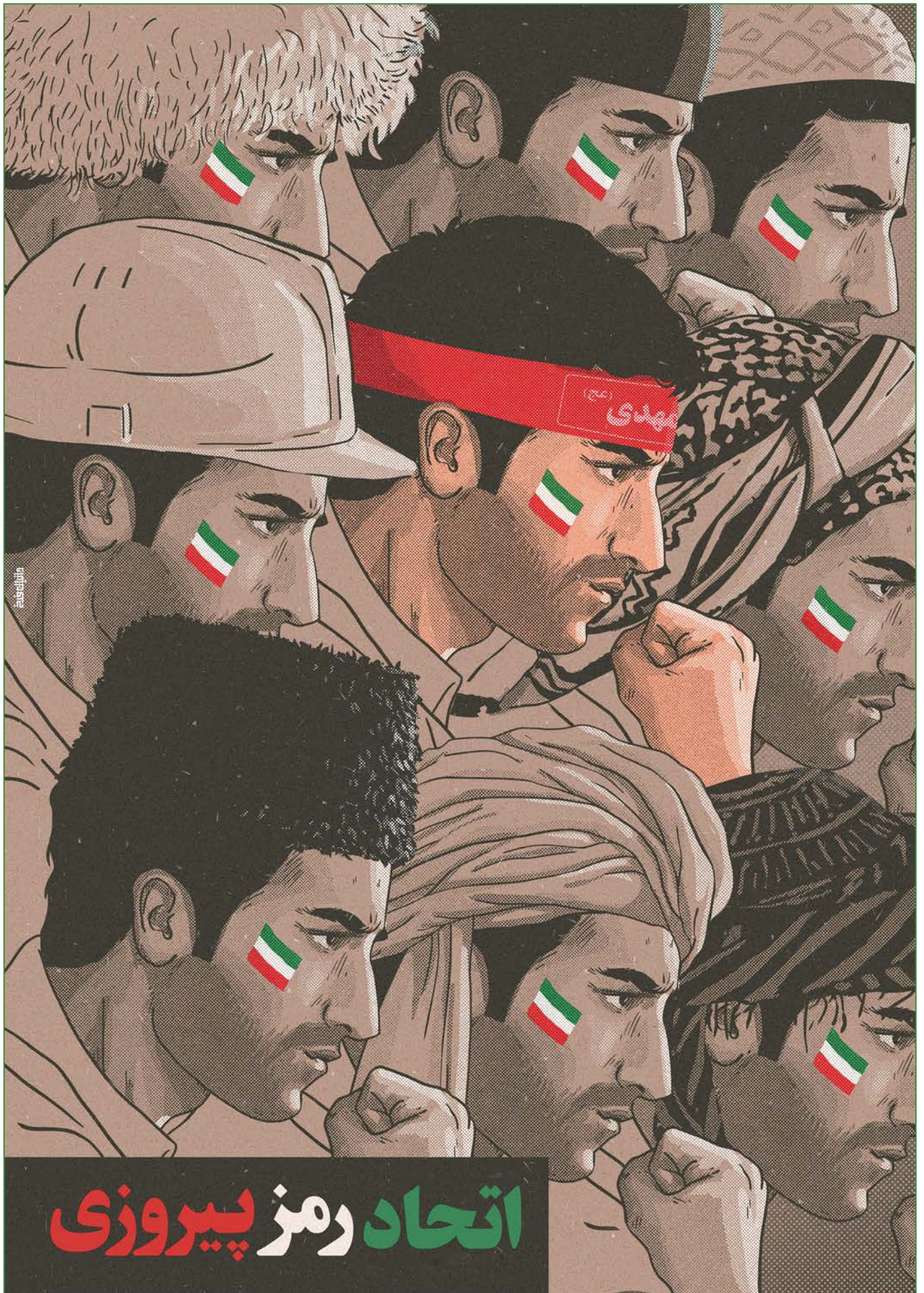
گفت و گوی ویژه شاهد جوان با
مژده لواسانی مجری موفق تلویزیون و رادیو
و شهلا کیان امیری فرزند شهید و بانوی جوان مخترع

دختران موفق ایران زمین

اعتماد به نفس ملی
توصیه مقام معظم رهبری به جوانان

پای صحبت های طالب نعمت پور
قهرمان کشتی و قهرمان اخلاق





اتحاد رمز پیروزی



« صلہ رحمہ، نعمت ہا را فراوان می کند و سختی ہا را از بین می برد - امام علی (ع) اغرہ الحکم »



(یلدا بہانہ ای برای شیرین تر شدن کانون گرم خانوادہ)





عکس : مقداد مددی

حضور جوانان در انتخابات مجلس

بسیاری از جوانان برای ثبت نام نمایندگی مجلس شورای اسلامی به حوزه های انتخابیه مراجعه کردند. جوانانی که هر کدام هدف مشخصی دارند، ولی تمامی شان در یک هدف مشترک هستند و آن هم اهمیت به آینده کشور عزیزمان ایران.



مهمترین رویدادهای
دو ماه گذشته در

قاب تصویر



عکس : محمد حسن زاده

جشنواره ملی اقوام و عشایر ایرانی

اقوام و عشایر ایرانی نمونه واقعی تمدن اصیل ایرانی اسلامی به شمار می روند. به منظور آشنایی بیشتر با سبک زندگی شگفت آور عشایر و اقوام ایرانی هر ساله مراسم های باشکوهی برگزار می شود.



عکس : کیوان فیروزه ای

حمایت از اقتدار و امنیت

راهپیمایی و تجمع مردم تهران در حمایت از امنیت و اقتدار ایران روز دوشنبه ۸ آذر با حضور اقشار مختلف مردم در میدان انقلاب و خیابان های اطراف برگزار شد.





عکس : محمد ملکی

ازدواج زوج جوان جهادگر در منطقه محروم

یک زوج جوان جهادگر و انقلابی تصمیم گرفتند شادترین لحظات ناب زندگی شان را با مستضعفان جامعه تقسیم کنند و جشن آغاز زندگی را به جای تالارهای مجلل این شهر، در کنار ایتم و فقرای ساکن کوره پزخونه‌های جنوب تهران برگزار کنند. در این مراسم، علاوه بر تقسیم گوشت گرم و سبب کالایی و ملزومات اولیه زندگی در میان نیازمندان، خطبه عقد این زوج جوان در حضور مردم حاشیه‌نشین منعقد شد.

گزارش این مراسم و گفت‌وگو با این زوج جهادگر را در شماره آینده نشریه بخوانید.



عکس : غلامرضا شمس ناتری



عکس : ناصر جعفری

نهالکاری برای «ایرانی سرسبز»

همزمان در سراسر کشور، تعداد ۵ هزار اصله نهال پهن برگ در محوطه پادگانهای کشور توسط سربازان جوان با حضور مسئولان و نیروهای انتظامی و با مشارکت منابع طبیعی کاشت شد.

سروها ایستاده می‌میرند

کنسرت سروها ایستاده می‌میرند عصر پنجشنبه ۷ آذرماه به رهبری حامد صقیری در تالار وحدت برگزار شد. این اثر روایت جانفشانی نیروی دریایی ارتش در خرمشهر است.

جوان

ماهنامه فرهنگی و اجتماعی
شماره ۱۶۹-۱۶۸ آبان و آذر ماه ۱۳۹۸

قیمت: ۲۰/۰۰۰ تومان

صاحب امتیاز: بنیاد شهید و امور ایثارگران

مدیر مسئول: رحیم نریمانی

شورای سردبیری: شاکر واثقی و سیده فاطمه رضایی نودهی

مدیر اجرایی: خدیجه اکبری

دبیر تحریریه: رضا ماه پیکر

همکاران این شماره:

معصومه ماه پیکر، زهره کریمی،

محمدصادق خسروی علیا،

زهرا اردشیری، نیلوفر جلالی،

نیره رضایی مطلق، زینب قمی و ...

مدیر هنری: امیر رضا ماهان

صفحه آرا: میثم علمی

دبیر عکس: مهدی کاویانی

تصویرساز: امیر رضا ماهان

کاریکاتور: علیرضا باقری

طراحی جلد: رضا ماه پیکر

امور فنی: آتلیه نشرشاهد

ناظر فنی چاپ: علیرضا قاسمی

تلفن تحریریه: ۸۸۳۰۸۰۸۶

امور مشترکین: محمد رضا اصغری

تلفن امور مشترکین: ۸۸۸۲۳۵۸۴

دورنگار امور مشترکین: ۸۸۳۰۸۳۴۸

ناشر: انتشارات شاهد

تهران - خیابان طالقانی

خیابان ملک الشعراء بهار شمالی - شماره ۵

تلفن: ۸۸۸۳۵۱۰۸

صندوق پستی: تهران ۱۵۷۱۵/۱۹۴

چاپ: چاپخانه سازمان فرهنگی سیاحتی کوثر

* شاهد جوان برای جوانان ۱۷ تا ۲۵ سال منتشر می شود.

* مجله در تلخیص و ویرایش مطالب رسیده آزاد است.

* مطالب رسیده بازگردانده نمی شود

* نقل مطالب مجله با ذکر مأخذ مجاز است

فهرست

۸	توصیه های راهبردی رهبر معظم انقلاب به جوانان
۱۰	مجرى باید صادق باشد
۱۲	ملاحظات فرا سیستمی زیاد بود
۱۶	رویای زیبایی که تعبیر شد
۱۸	این مرد آهنین
۲۰	کاسیان جوان از حضورشان در پاساژ مهستان تهران می گویند
۲۲	با مهارت ها و فوت و فن های زندگی دانشجویی آشنا شوید
۲۴	توصیه هایی برای زندگی بهتر در دوران دانشجویی
۲۶	دانشجویان دختر از زندگی در خوابگاه می گویند:
۲۸	حال و هوای دانشگاه شاهد در سال تحصیلی جدید:
۳۰	بانوی مخترع جوان از رمز موفقیتش می گوید
۳۲	برای دفاع از حرم و شهادت لحظه شماری می کرد
۳۴	محمد صالح عا از دوستی اش با مرحوم حسین آهی می گوید
۳۶	گذری کوتاه بر زندگی میرزا کوچک خان جنگلی
۳۸	فرزند کوچک ایران زمین
۴۰	فکر می کنید تخم مرغ در سلامت بدن ما چقدر تاثیر دارد؟
۴۲	چند دقیقه سکوت!
۴۴	اینجا قرآن آباد است!
۴۶	بحرالمیت کجاست؟ آیا قوم لوط در آن دفن شده اند؟
۴۸	ناگهان سنگ ریزه!
۵۰	معرفی کتاب
۵۲	مردانی که بیشترین طول عمر را در تاریخ داشتند
۵۴	کنترل خشم مهارت هایی لازم دارد که باید بیاموزیم
۵۶	۸ مورد باور نکرده ای از تکنولوژی های جدید

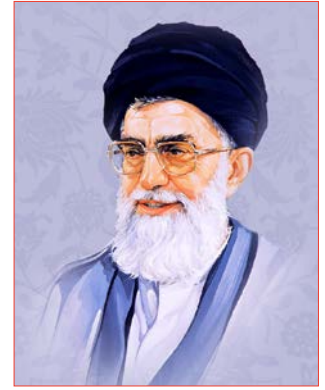




گفتگو با محمد حسین مهدویان
کارگردان فیلم رد خون ۱۲



گفتگو با مژده لواسانی مجری
برگزیده رادیو و تلویزیون ۱۰



توصیه های راهبردی رهبر
معظم انقلاب به جوانان ۸



گفت و گو با خانواده شهید مدافع
حرم محمد رضا دهقان امیری ۳۳



بانوی مخترع جوان
از رمز موفقیتش می گوید ۳۰



گفت و گو با جانبازی که یک روز
به عنوان شهید در سردخانه بود ۱۸



کنترل خشم مهارت هایی
لازم دارد که باید بیاموزیم ۵۴



پای صحبت های طالب نعمت پور
قهرمان کشتی آسیا و جهانی ۳۸



مرحوم آهی خود آموخته
و گنج باد آورده بود ۳۴

توصیه‌های راهبردی
رهبر معظم انقلاب به جوانان

اعتماد به نفس ملی

یکی از کلید واژه‌های پربسامد در بیانات مقام معظم رهبری مدظله العالی مفهوم «اعتماد به نفس» است. طی سالیان اخیر رهبر معظم انقلاب بارها در جلسات و نشست‌هایی که با جوانان داشته‌اند، ضمن برشمردن برنامه‌ها و راهبردهای رژیم طاغوت پهلوی در خشکاندن ریشه‌های خودباوری و اعتماد به نفس، به محورها و مولفه‌های انقلاب اسلامی در رفع آن اقدام منفی و ناجوانمردانه رژیم پهلوی پرداخته و جوانان کشور را سرمایه‌های معنوی این مرز و بوم و پرچمداران عزت و خودباوری و اعتماد به نفس و باور اصیل «ما می‌توانیم» خطاب فرموده‌اند. خطاب جسورانه، شفقانه و کاملاً هدف‌مند که ما را در تنگنای پیش رو در مسیر پیشرفت و آبادانی رهنمون خواهد بود.



امروز کشور به جوان هایی نیاز دارد که بتوانند بازوان پُر قدرت باشند برای پیشرفت کشور، سرشار از انگیزه‌ی ایمانی، بصیرت دینی، همت بلند، جرئت اقدام، اعتماد به نفس، اعتقاد به اینکه «ما می توانیم»، امید به آینده، افقهای آینده را روشن و درخشان دیدن، روح استغناء - نه به معنای اعراض از فراگیری از بیگانگان، که این را ما هرگز توصیه نکرده ایم و نمی کنیم؛ حاضریم شاگردی کنیم پیش دیگران که از ما بیشتر بلدند - روحیه‌ی استغناء از تحمیل و سوءاستفاده‌ی از انتقال دانش که امروز در دنیای دانشمند که دنیای قدرت استکباری است این معنا رایج است - این روحیه‌ی استغناء باید در جوان وجود داشته باشد - روحیه‌ی فهم درست از موقعیت کشور که ما در کجا هستیم و کجا می خواهیم برسیم و چگونه می توانیم این راه را طی کنیم.

دیدار با اساتید دانشگاهها - تیرماه ۱۳۹۴



آن روز در دوران پهلوی، یکی از ارکان دولت گفت که ایرانی باید برود لوله‌نگ بسازد! شماها نمیدانید لوله‌نگ چیست؛ لوله‌نگ آفتابه‌ی گلی است! آن هم نه آفتابه‌ی از جنس فلز. آن قدیم قدیم‌ها معمول بود که از جنس گل آفتابه درست می کردند. می گفت ایرانی لیاقتش همین است... امروز جوان ایرانی می گوید ما می توانیم. در بسیاری از موارد در پیشرفتهای علمی، جوانهای ما گاهی اوقات یک فکرهای نوبی را مطرح می کنند که دستگاههای مسئول توانایی ندارند اینها را جمع و جور کنند؛ جوان ایرانی اعتماد به نفس دارد. وقتی شعار «ما می توانیم» بود، توانایی هم می آید؛ کشور می شود توانا، ملت می شود توانا.

اجتماع زائران حرم مطهر رضوی - فروردین ۱۳۹۵



در یک دوران طولانی، ژن ناتوانی، ژن نمی توانیم، ژن وابستگی به دیگران را در ما تزریق کردند؛ از دوران قاجار تا دوران پهلوی، در ملت ما این احساس درونی عدم توانایی و عدم قدرت، ایجاد شد. انقلاب اسلامی یک تحوّل عظیم ایجاد کرد. آنچه من امروز تعبیر می کنم، می گویم در انقلاب، خودباوری و اعتماد به نفس، به جنگ وابستگی رفت؛ خدا هم کمک کرد. جوان های عزیز! اگر شما بتوانید کشورتان را از لحاظ علمی، اعتماد به نفس و ابتکارات پیشرفته کنید، در این دنیای سرشار از جهالت و ضلالت، یک کشوری سر بر خواهد آورد که از لحاظ شاخص های مورد قبول دنیا و در عین حال برخوردار از معنویت و شرافت و ایمان و اعتماد به خدا در سطح عالی قرار می گیرد.

دیدار با نخبگان علمی جوان - مهرماه ۱۳۹۵



با حضور ملت ایران در میدان های انقلاب و پیروزی این انقلاب، اعتماد به نفس ملی به وجود آمد؛ مردم ایران فهمیدند که کارهای هستند می توانند در اوضاع کشورشان اثر بگذارند، آن هم این جور اثری که ریشه‌ی سلطنت به قول آنها ۲۵۰۰ ساله را از اعماق زمین بکنند، بیندازند در مزبله؛ این، اعتماد به نفس داد به ملت ایران. این اعتماد به نفس ملی با نیروی ایمان همراه بود؛ ما مثل بعضی از کشورهای دیگری که انقلاب کردند، بی خدا، بی توکل، بی معنویت نبودیم که وسط راه بمانیم؛ ایمان، ما را نگه داشت، ما را حفظ کرد، ما را هدایت کرد، ما را پیش برد؛ این ایمان گوهر ذی قیمتی بود؛ روحی بود در کالبد این حرکت عمومی؛ روح امید را ایمان در ما زنده کرد.

مراسم دانش آموختگی دانشگاه امام حسین (ع) - تیر ماه ۱۳۹۷

برای هوشمندان عالم شگفت آور است که جمهوری اسلامی با اتکاء به خدای متعال و با تکیه به قدرت ملی توانسته است آمریکا را در عمده‌ی هدفهای خودش در این منطقه شکست بدهد. این حرفی نیست که ما اینجا بزنیم؛ این حرفی است که تحلیلگران سیاسی دنیا به آن اعتراف می کنند. قدرتهای استکباری بیش از آنچه در واقع توانایی و اقتدار داشته باشند، با تشر، با اخم، با ابراز قدرت، کار خودشان را پیش می برند. اگر ملتی از این تشر نترسید، از این اخم جا نخورد، اگر ملتی به قدرت خود اعتماد کرد، اطمینان کرد و با شجاعت قدم در میدان حق و عدالت گذاشت، ابر قدرت‌ها را به عقب‌نشینی وادار می کند و شکست می دهد.

بیانات در دانشگاه علوم دریایی نوشهر - شهریور ماه ۱۳۹۷



آدم های بی روحیه، مردّد، ترسو، فرصت طلب، خودکم‌بین، در این میدان هیچ هنری نمی توانند نشان بدهند، اگر مانع برای دیگران درست نکنند، خودشان که هیچ کاری نمیتوانند بکنند، گاهی مانع هم در مقابل دیگران به وجود می آورند؛ ما بوسند، دیگران را هم ما بوس می کنیم؛ قرآن کریم می فرماید: «لَوْ خَرَجُوا فِیْكُمْ مَا زَادُوكُمْ إِلَّا خَبَالًا وَ لَأَوْضَعُوا خِلَالَكُمْ» یعنی اینها اگر به میدان جهاد هم با شما بیایند، شما را به فساد می کشانند؛ در میان شما اختلال ایجاد می کنند. البته جوان های ما در همه‌ی آن جهادهایی که قبلا اسم آوردیم و گفتیم، به این بلیه مبتلا نبودند؛ اعتماد به نفس داشتند، شجاعت داشتند، تردید نداشتند، بزدل و ترسو نبودند؛ که اگر بودند، کارها پیش نمی رفت.

همایش «خدمت بسیجیان» ورزشگاه آزادی - مهرماه ۱۳۹۷



گفتگو با مزده لواسانی
مجری برگزیده رادیو و تلویزیون:

مجری باید صادق باشد

” امیر علی کاویانی

سن و سال زیادی ندارد، اما خیلی خوب توانسته با مخاطبان، بخصوص قشر جوان و نوجوان ارتباط برقرار کند. «مزده لواسانی» مجری محبوب و پرطرفدار رادیو و تلویزیون را بسیاری از جوانان و نوجوانان می شناسند. مجری که به گفته مخاطبان و تماشاگران تلویزیون حرف دل جوانان را خیلی خوب می فهمد و توانست سال گذشته عنوان مجری نمونه زن تلویزیون را در نظرسنجی ها از آن خود کند. موفقیتش به عنوان یک مجری خوب بهانه ای شد تا سرافش برویم و گفتگویی با او داشته باشیم.





رادیو و هنر زیستن

رادیو مرابزرگ کرد. خیلی‌ها الآن به من می‌گویند که در ۲۷ سالگی خیلی بزرگتر از سنم هستم و این کوله‌باری است که برای من در رادیو پر شد و به من و همه همکارانم تجربه شکست‌ها و پیروزی‌ها را داد. رادیو می‌آموزد که چطور زندگی کنید و چطور با مردم همراه شوید



معرفی کتاب



مژده لواسانی:

صادقانه می‌گویم شهدا بخشی از زندگی مرا تشکیل می‌دهند. وقتی می‌خواستم کتابم را منتشر کنم به من گفتند بگذار تنها شعرهایت باشد. یادداشت‌های شهدا را جدا کن، اما من در پاسخ گفتم من را نمی‌توانید از شهدا جدا بدانید، خوانندگان روحیات مرا با این نوشته‌ها می‌توانند بهتر بشناسند.



نگاهی گذرآبه کتاب خون انارگردن پاییز است نوشته مژده لواسانی



کتاب «خون انار گردن پاییز است» نوشته مژده لواسانی در سال ۱۳۹۶ توسط انتشارات نیستان به چاپ رسید. لواسانی درباره موضوع کتابش می‌گوید: «کتابم ۴ فصل دارد. فصل یک پاییز نگاری نام دارد که همان شعرهای سپید من است. فصل دوم با عنوان مرثیه‌ای برای آب و آبرو، که نوشته‌های مذهبی را در این فصل آورده‌ام و هدیه‌ای به معصومین (ع) است. در فصل سوم نوشته‌های کوتاه من برای تهران با عنوان حواس شهر یرت است به چاپ رسیده است و اما فصل چهارم کتابم که آن را مهم‌ترین فصل کتابم می‌دانم یادداشت ۴ شهیدی که ارادت خاصی به آنها دارم نوشته شده است. شهید همت، شهید کوه شهید جهان آراه و شهید آوینی. این فصل با عنوان روز واقعه رفته باشی نام دارد»

حرفی که می‌زند ایمان داشته و صادق باشد.

۱ گفتید مجری باید به حرف خود صادق باشد. چگونه مردم متوجه صداقت یک مجری می‌شوند؟

مردم دو رنگی را خوب می‌فهمند. مخاطبان من بخصوص دختران وقتی متوجه می‌شوند که من از جنس آنها هستم و مطابق با مقتضیات سنی آنها اجرا می‌کنم رابطه عمیق تری با من برقرار می‌کنند.

۲ سواد چقدر در موفقیت یک مجری می‌تواند موثر است؟

در اجرا سواد و اطلاعات عمومی خیلی مهم است. در واقع معتقدم اگر مطالعه داشته باشی و اطلاعاتت بالا باشد، مخاطب خوب می‌فهمد بر حرفی که می‌زنی اشراف داری.

۳ چقدر اهل مطالعه و کتابخوانی هستید؟

علاقه ام به مطالعه و کتاب به گونه ای است که جزء افرادی هستم که عضو کمیته کتابخوانی شده‌اند. معتقدم مطالعه کتاب و شعر و باعث شده تا دایره واژگانم بالا رود. اجرای برنامه «کتاب باز» را به دلیل موضوع کتابخوانی پذیرفتم. همواره سعی می‌کنم در نشست‌هایی که به منظور نقد و بررسی کتابخوانی برگزار می‌شود شرکت کنم. هنوز هم وقتی در نمایشگاه‌های کتاب حاضر می‌شوم دیدن یک کتاب شعر تازه مرا به وجد می‌آورد. در برنامه‌هایم سعی کرده‌ام به اندازه بضاعتم مخاطبم را با کتاب آشتی دهم.

۴ حضورتان در برنامه‌ها و یادواره‌های شهدا نشان از علاقه‌تان به فرهنگ ایثار و شهادت دارد. چقدر با این فرهنگ آشنا هستید؟

بدون اغراق می‌گویم ارادت خاصی به شهدا دارم. همیشه از شهدا حاجت گرفتم. من در خانواده‌ای بزرگ شدم که فرهنگ ایثار و شهادت را به خوبی لمس کردند. پدر بزرگم خود از جانبازان جنگ تحمیلی است و دایی‌ام جانباز شیمیایی است. از کودکی با خاطرات جبهه و جنگ که این دو عزیز برایم تعریف می‌کردند بزرگ شدم. دانسته‌های من از شهدا تنها با خواندن سرگذشت و دیدن فیلم نیست. خاطرات دایی‌ام از شهید همت باعث شد تا ایشان را بیشتر بشناسم. هر کجا برنامه‌ای در خصوص بزرگداشت و یادواره شهدا باشد با جان و دل حاضر می‌شوم. محال است به

۱ خانم لواسانی چه شد که سراغ مجری‌گری رفتید؟

اولین حضور من در رادیو وقتی بود که ۳ سال داشتم. در برنامه سلام کوچولو به تهیه‌کنندگی خانم وکیلی اجرا داشتم. حضور در این برنامه شروع کارهای رادیویی من بود و باعث شد تا در رادیو ماندگار شوم. وقتی ۹ سال داشتم در برنامه «بوی گل آفتاب» و در ۱۲ سالگی هم در برنامه‌ای برای نوجوان با عنوان «من هم می‌توانم» در رادیو اجرا داشتم. همان زمان اولین تجربه نویسندگی‌ام شکل گرفت. وقتی ۱۶ سال داشتم به عنوان جوان‌ترین سردبیر و نویسنده برنامه‌ای با عنوان «روزی برای ما و آسمانه» را در رادیو اجرا کردم.

۲ حضور شما با اجرا در برنامه‌های رادیویی شروع شد. چه شد که از عالم تلویزیون سر در آورید؟

من از همان زمان نوجوانی جسته و گریخته در برخی سریال‌های تلویزیونی بازی می‌کردم. حضورم در قلاب تلویزیون وقتی ۱۰ سال داشتم با بازی در سریال «پلاک ۱۴» آقای مدیری شکل گرفت. در فیلم‌ها و سریال‌های متعددی نقش داشتم. اما تجربه جدی‌ام برای اجرا در تلویزیون با برنامه «کبوتر دات کام» و «به خانه برمی‌گردیم» شبکه ۵، «روز از نو» در شبکه ۲ و «کافه سؤال» که شبها اجرا می‌شد، بود.

۳ چه شد که در اجرا و مجری‌گری ماندگار شدید و به این کار ادامه دادید؟

وقتی کوچکتر بودم مانند همه بچه‌ها بازیگری را دوست داشتم. اجرا برایم همیشه جدی بود. برای همین سعی کردم آن را ادامه دهم. معتقدم اجرا و بازیگری اگر چه خیلی به یکدیگر ربطی ندارند اما در همسایگی هم قرار دارند. من حقوق خواندم تصورم بر این است که حقوق و اجرا در تلویزیون نقطه مشترکی دارند. در محکمه من باید از حقوق فرد دفاع کنم و یک مجری هنگام اجرا در واقع دارد از حقوق تماشاگر دفاع می‌کند.

۴ مژده لواسانی، چه کار کرد که بین مخاطبین جوان خود محبوب شد؟

مردم و تماشاگران همیشه به من لطف داشتند که توانستم این راه سخت را ادامه دهم. دختران جوان و نوجوان همواره دایره مخاطب من بودند. معتقدم مجری خوب در درجه اول باید خودش باشد و ادعایی برای مردم نداشته باشد. یک مجری باید ابتدا به



گفتگو با محمد حسین مهدویان کارگردان فیلم ماجرای نیمروز ۲: رد خون

ملاحظات فراسینمایی زیاد بود

|| زهرا منصوری ||

این روزها مشغول ساخت فیلم سینمایی «درخت گردو» است تا احتمالاً پنجمین حضور بی‌دربی‌اش را در جشنواره فیلم فجر سی‌وهشتم تجربه ورکورد خاص خود در حضور مستمر وی وقفه در «فجر» را تثبیت کند. محمد حسین مهدویان خیلی زود جای خودش را در دل سینما دوستان باز کرد و به عنوان یک استعداد فیلمسازی شناخته شد. او اولین گامش را به صورت محکم با «بستاده در غبار» در سینما گذاشت و بعد با «ماجرای نیمروز» توانست مخاطبانی از اقصای مختلف را به سینمای خود جذب کند؛ موضوعی که خودش می‌گوید در ابتدا از آن هراس داشته و فکر می‌کرده مخاطب حتی تا دقیقه ۲۰ هم پای فیلمش نمی‌نشیند. حالا هم «ماجرای نیمروز: رد خون» را روی پرده سینماها دارد و اتفاقاً باز هم توانسته مخاطبان زیادی را به خود جذب کند.





نمی‌دانم چطور می‌توان حال خوب را تعریف کرد، اما دوست هم ندارم وقتی تماشاگر از سالن بیرون می‌آید، حالش بد باشد. ممکن است در جایی لازمه داستان این باشد که تماشاگر باحال خوب از سالن سینما بیرون نیاید. الان خیلی سخت است که بخواهم در این مورد خیلی دقیق صحبت کنم، چون تماشاگر ممکن است هر حسی را پس از دیدن فیلم داشته باشد



آقای مهدویان «ماجرای نیمروز» یک فیلم کامل بود؛ فیلمی که اتفاقاً مخاطبانی از اقصای مختلف دوستش داشتند و با کاراکترهای آن همراه شدند. چرا خواستید قسمت دومی برای آن بسازید؟

در «ماجرای نیمروز» ما ۲ کاراکتر به اسم صادق و کمال داشتیم که حضور خیلی کوتاه داشتند که اتفاقاً آدم‌های موثر و جذابی از آب درآمدند. آن موقع به این فکر کردیم که می‌شود در فیلمی با حضور جدی‌تر و پررنگ‌تر این ۲ کاراکتر یک قصه جدید تعریف کنیم. البته واقعیت این است که در ابتدا ساخت این فیلم برای من اصلاً جدی نبود، یعنی اصلاً تصور نمی‌کردم که قرار است قسمت دوم «ماجرای نیمروز» را بسازم ولی همان اوایل این موضوع مطرح می‌شد و گاهی با جواد عزتی و هادی حجازی‌فر درباره‌اش حرف می‌زدیم. به ویژه آقای رضوی به‌عنوان تهیه‌کننده مشتاق و علاقه‌مند به ساخت قسمت دوم بود. یک قصه‌های دیگر هم گاهی به ذهنمان می‌آمد تا اینکه قضیه شوخی‌شوخی جدی شد. در آن زمان اصلاً هیچ قصه‌ای هم نداشتیم یعنی اینطور نبود که «ماجرای نیمروز» درخون» را با برنامه ریزی عجیب و خاص بسازیم.



«ماجرای نیمروز» پر از جسارت بود. فکر نمی‌کنید در «ماجرای نیمروز» رد خون» به صورت محافظه‌کارانه‌تری عمل کردید؟

اتفاقاً در «ماجرای نیمروز» هم خیلی به مباحث ایدئولوژیک ورود نکردم. بلکه سعی کردم با فیلم مثل یک پدیده‌ای که باید به سنت‌های خود وفادار باشد، رفتار کنم. «ماجرای نیمروز» یک تریلر سیاسی با جنبه‌های نواز بود و فضای معماگونه حاکم بر آن دهه را داشت این موضوع برای این بود که خشونت را که در آن زمان وجود داشت، به تصویر بکشیم. «ماجرای نیمروز» یک لحن کاملاً مطلق دارد و تکلیف آدم‌ها در آن مشخص است ولی «ماجرای نیمروز» رد خون» لحن متکثرتری دارد و آدم نمی‌تواند درباره همه موقعیت‌ها یک قضاوت روشن داشته باشد. اگر منظورتان از محافظه‌کاری این است که اصلاً نخواستیم نزدیک به جنبه‌های ایدئولوژیک ماجرا

باشوم، ولی اینجا انگار تصمیم گرفتیم کمی ماجرا را توضیح بدهیم، بله ممکن است. این جنس از محافظه‌کاری مقداری در «ماجرای نیمروز» رد خون» وارد شده است. اما همین رویکرد اتفاقاً باعث شده فیلم در برخی جنبه‌ها و ایجاد یک تصویر انسانی و ملموس بی‌پروا باشد. در قسمتی از «ماجرای نیمروز» رد خون» می‌بینیم که اعضای سازمان مجاهدین خلق به قدری در ایدئولوژی ذوب شده‌اند که بیمارستان متعلق به هموطنان خود را بمباران می‌کنند، خودشان را منفجر می‌کنند، به نزدیکان خود رحم نمی‌کنند و... گویا می‌خواستید نشان دهید که خشونت تا کجا می‌تواند پیش برود.

دقیقاً همینطور است. اگر «ماجرای نیمروز» قصه شکل‌گیری خشونت است، «ماجرای نیمروز» رد خون» درباره این است که مرز خشونت کجاست؟ وقتی ایدئولوژی به خشونت‌زایی می‌رسد، تا کجا می‌تواند پیش برود؟ ما درباره مقطعی فیلم می‌ساختیم که به نظر می‌رسد این خشونت حد و مرزی ندارد، پایان ندارد و می‌تواند تا ابد ادامه داشته باشد. برای همین این موضوع هم یک لحن متفاوت نسبت به «ماجرای نیمروز» پیدا کرده است.



فکر نمی‌کنید فیلمتان به قدری خرده داستان و اطلاعات پراکنده دارد که باعث می‌شود همین حرف اصلی‌تان که اتفاقاً یک گزاره خوب و بجاست، گم شود؟

بله. ما هنوز در حال تجربه‌ایم. ما هنوز به یک جای ثابت و محکمی نرسیده‌ایم. سعی می‌کنیم مدام خودمان را در میان مخاطبان عام و جدی سینما پیدا کنیم از همین رو این فیلم هم برایمان یک تجربه منحصر به فرد بود.

در «ماجرای نیمروز» رد خون» می‌خواستیم ببینیم که آیا می‌شود فیلمی بسازیم که حرف جدی و بحث برانگیز در سطوح مختلف جامعه داشته باشد و در عین حال تماشاگر عادی هم از تماشای آن لذت ببرد؟ فیلم یک خط اکشن و یک خط ملودراماتیک دارد که تلاش شده در هم تنیده شود تا تماشاگری که به سینما می‌آید با حداقلی از سرگرمی مواجه شود. هر فیلم چنین جنبه تجربه‌ای برای من دارد. فیلم یک نگاه ماکرو و یک نگاه میکرو

دارد؛ اصلاً همان زمانی که فیلمنامه را می‌نوشتیم اینچنین تعبیر می‌کردیم که «ماجرای نیمروز» رد خون» همزمان یک قصه بزرگ و یک قصه کوچک تعریف می‌کند. البته اگر یکی از این‌ها را برای تعریف کردن انتخاب می‌کردیم، شاید نتیجه منسجم‌تر می‌شد ولی به هر حال این تصمیمی بود که ما گرفتیم چراکه احساس کردیم لازم است هر دوی این‌ها را به صورت همزمان ببینیم و وقتی با هم می‌بینیم جذاب است.



آقای مهدویان هرچند از تجربه‌گرایی مداوم در فیلم‌هایتان می‌گویید، اما مخاطب دیگر شما را به عنوان یک کارگردان جوان فیلم‌اولی نمی‌شناسد. فکر نمی‌کنید این تجربه‌گرایی می‌تواند آسیب‌زننده باشد؟

بله. البته من تقریباً فهمیده‌ام که مخاطب چه چیزهایی را در فیلم‌های من دوست دارد و چه جنبه‌هایی از آثارم برای مخاطب جالب است. از همین رو سعی کرده‌ام در همه فیلم‌هایم آن جنبه‌ها را حفظ کنم. یعنی از «ایستاده در غبار» تا الان فیلم‌های من لحن مخصوص خود را دارند. در نوع بازی‌ها، در مینی‌مال برگزار کردن صحنه‌ها، در عملکرد دوربین و... این حس را حفظ کرده‌ام. این تجربه‌گرایی بیشتر در جنبه روایی است تا بدانم چگونه قصه تعریف کنم و چاره‌ای هم ندارم چون هنوز این موضوع برای خودم روشن نشده است. برای مثال «ایستاده در غبار» یک نوع روایی خاص دارد، «ماجرای نیمروز» لحن روایی تخت و سردی دارد به طوری که واکنش تماشاچی برای خیلی جالب بود. همین الان آنقدر برای «درخت گردو» اضطراب دارم که حد ندارم. همه عالم هم که بگویند فیلم درجه یکی شده تا روزی که فیلم آماده نشود، روی پرده نرود و واکنش مخاطب را نبینم، این اضطراب با من است.



آقای مهدویان هرچند می‌خواهید در فیلم‌هایتان دست به تجربه‌گرایی بزنید اما گویا سعی دارید لحن آثارتان را حفظ کنید... هر فیلمنامه‌ای یک تجربه است، البته نه لزوماً



به معنی اینکه کار جدیدی در آن می‌کنیم؛ نه. با این حال همیشه سعی کرده‌ام لحن فیلم‌هایم را برای تماشاگر حفظ کنم چون به دست آوردن تماشاگر کار ساده‌ای نیست. در سینمای ایران فیلم‌ها به راحتی از دست می‌روند. کافی است تماشاگر رویش را از یک فیلم برگرداند. تماشاگر مثل سیل و طوفان است، در چند روز می‌تواند تو را ویران کند و همه اعتبار تو را از بین ببرد. ما فیلمسازان بزرگی را دیده‌ایم که این اتفاق برایشان افتاد یعنی مخاطب چنان به آنها پشت کرد که گفتنی نیست. اگر روزی احساس کنم تماشاگر با فیلم من ارتباط برقرار نکرده و می‌خواهد من را ندیده بگیرد، واقعا فرو می‌ریزم و حتما روش خودم را اصلاح می‌کنم. گاهی اوقات که پشت مانیتور دارم سکانس‌ها را نگاه می‌کنم همان لحظه سالن را تصور می‌کنم تا ببینم تماشاگر چه واکنشی نشان می‌دهد.



آنچه در فیلم شما مشخص است، این است که «ماجرای نیمروز؛ رد خون» یک فیلم ۲ پاره و از هم گسیخته است. هرچند همانطور که گفتید در پایان به یک وحدت می‌رسند اما این گسیختگی به وضوح در آن نمایان است... حتی می‌شود گفت یک فیلم چندپاره است. من با نفس چندپارگی در شروع فیلم مشکلی ندارم. اصلا تمام حرفم این است که یک فیلم این شکلی ساختم و تماشاگر از دیدن نسخه جدید پشیمان نمی‌شود، چون این نسخه مقداری منسجم‌تر است هرچند آن ساختار چندپاره را در ابتدا دارد. به هر حال بعضی فیلم‌ها می‌توانند این چنین باشند پس جای نگرانی ندارد.



یعنی آن را یک ضعف نمی‌دانید؟

نه، به نظر همه فیلم‌هایم همین گونه‌اند. مثلا در «ماجرای نیمروز» قهرمان نداشتیم و قصه‌های متنوع را می‌دیدیم، در «لاتاری» یکی از کاراکترهای مهم فیلم می‌میرد و یکی از کاراکترهای فرعی به کاراکتر اصلی تبدیل می‌شود. باید ببینیم آن چیزی که روی پرده می‌رود برای تماشاگر جذاب

است یا نه. اتفاقا من فکر می‌کنم ساختارهای تعریف نشده، فیلم را در ذهن تماشاگر پیچیده می‌کند که اگر نگاه کند این مسایل بیشتر با ذهن او گره می‌خورد. به خاطر همین خودم را با تماشاگران تطبیق می‌دهم.



آقای مهدویان شخصیت پردازی بعضی از کاراکترهای فیلم ضعیف است؛ شخصیت‌هایی که تکلیفشان مشخص نیست، اصلا انگیزه‌های آن‌ها معلوم نمی‌شود. سیما (به‌نوش طباطبایی) و افشین (محسن کیایی) از همین دسته هستند. چرا روی شخصیت پردازی آن‌ها بیشتر کار نکردید؟

بگذارید این موضوع را صادقانه توضیح بدهم. فیلم با تاخیری ۲ ماهه فیلمبرداری شد. یعنی ابتدا ساخت آن متوقف شده بود. ما پروانه ساخت داشتیم اما پروانه ساخت ما را باطل نمی‌کردند چون این کار شجاعت می‌خواهد که برخی مدیران ما این شجاعت را ندارند به این ترتیب که ابتدا پروانه ساخت می‌دهند و بعد با نهاد و تشکیلاتی به مشکل می‌خورند و دیگر جراتش را ندارند که آن را باطل کنند اما به تهیه‌کننده می‌گویند کار را شروع نکنید و فیلم عملا به وضعیت سکون می‌رسد.

مشکل عمده و مساله بزرگ این سازمان‌ها و نهادهای فراسینمایی، کاراکتر «سیما» بود. در مقطعی ما باید تصمیم می‌گرفتیم یا فیلم را نسازیم یا آن را با ملاحظاتی بسازیم. اگر تنها خودم در این مساله دخیل بودم و سرنوشت تعداد زیادی آدم و سرمایه یک آدم مطرح نبود، شاید تصمیم به «ساختن» می‌گرفتم یعنی درحالی

که وزارت ارشاد اجازه ساخت یک فیلم را داده یک وزارتخانه و یا نهاد بزرگتر دیگر این اجازه را نمی‌دهد.

سخت‌ترین دوران کاری‌ام از زمان ساخت مستندهایم تا الان مربوط به «ماجرای نیمروز؛ رد خون» می‌شود چون فشارهای روحی و جسمی زیادی تحمل کردم یعنی این حرف‌ها از طرف عده‌ای ممکن است ناسپاسی تلقی شود و از طرف عده‌ای مظلوم‌نمایی، برای همین حرف زدن درباره اینجور چیزها بی‌فایده است ولی واقعا نحوه نشان دادن کاراکتر سیما، رابطه‌اش با افشین و روند زندگی او، مثل دالان کوچکی بود که برایمان باز کرده بودند و می‌گفتند باید آن‌ها را از آن دالان عبور دهی. در این حالت معلوم است که کاراکترها آسیب می‌بینند.



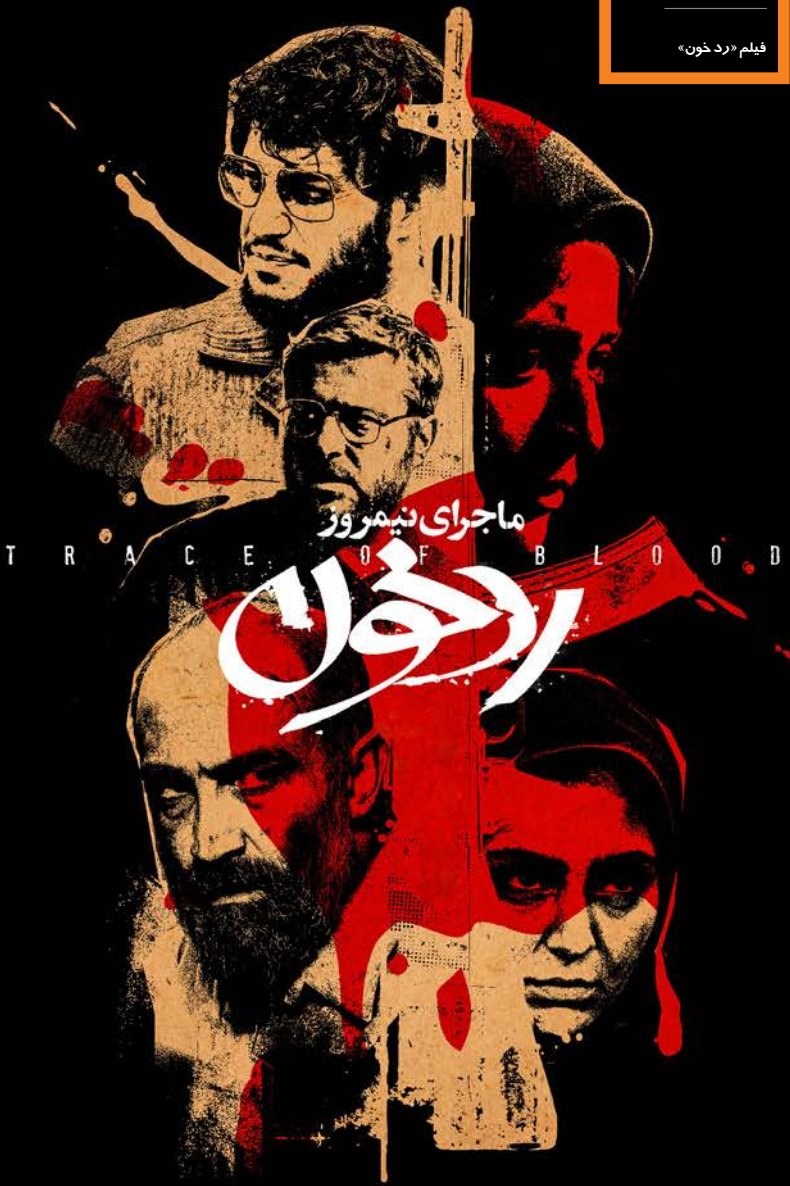
اما کمال (با بازی هادی حجازی‌فر) هم گویا درست شخصیت پردازی نشده، یعنی کاراکتری که پیش از این، او را در قامت یک فرد انقلابی می‌دیدیم حالا درگیر مسائل عاطفی و شخصی شده است. انگار دیگر آن هویت را ندارد و دچار زلزله شده است. سال ۶۷ و ۶۸ در تاریخ سیاسی ما دوران بسیار مهمی است. اتفاقا در همین سال‌ها یک دوران تازه در جمهوری اسلامی ایران شروع و جامعه ایرانی دچار تحولاتی می‌شود، در بین بدنه انقلابی جامعه هم همین اتفاق می‌افتد بنابراین این نکته‌ای که شما می‌گویید محصول همان دوران است. کمال دیگر کمال هفت سال پیش





نگاه

فیلم «رد خون»



نیست. درست است که همان گونه رفتار می کند ولی انگار کارش تبدیل به «شغل» شده است.



اگر «ماجرای نیمروز» رد خون» نبود کمال کامل نمی شد، یعنی ما یک کمال یک بُعدی می دیدیم که یک انسان آرمانخواه است و به خاطر آرمانش هر کاری می کند، ولی کمال باید با موقعیت موجود در فیلم، مواجه شود تا بفهمیم هر آدمی یک آستانه لغزش دارد. مثلاً در فیلم می بینیم که اعتبار کمال، برای خودش مهم شده است می گوید «موسی (خیابانی) را «من» زدم، چگونه بگوییم که خواهر «من» به مجاهدین پیوسته است.» انگار به گذشته خودش غرور می شود، فکر می کند که حالا دیگر قهرمان این جامعه است و باید به او توجه شود و این شاید نقطه‌ای برای سقوط کمال می شود.



آقای مهدویان شما همیشه یک تیم ثابت در پشت دوربین دارید. انگار برای خودتان گروهی درست کرده‌اید که تنها به آنها اعتماد دارید چرا همیشه از این گروه ثابت استفاده می کنید؟ اعضای این گروه خیلی حرفه‌ای هستند. من معتقدم هادی بهروز فیلمبردار آثار من، یکی از بهترین فیلمبرداران سینمای ماست. برخی از کارهایی که او کرده است دستاورد محسوب می شود از جمله همین کاری که در «درخت گردو» کرده است. او مثل یک تجربه ناب با فیلمبرداری برخورد می کند، او به یکباره سینما را پیدا نکرده بلکه کارهای ما محصول ۱۵ سال معاشرت است. وقتی می شود با یک فیلمبردار خوب کار کرد چرا این کار را نکنم. ما اصلاً فیلم‌هایمان را با هم می سازیم. کار ما خیلی گروهی است. ما از صبح که می آییم با کمترین گفتگو به بیشترین نتیجه می رسیم. کار ابراهیم امینی، حبیب خزایی فر و... نیز همین گونه است. واقعا این همکاری به ما کیفیت، سرعت و اعتماد به نفس می دهد. فقط روابط حرفه‌ای نمی تواند یک فیلم خوب و درجه یک را ایجاد کند بلکه این روابط حرفه‌ای و دوستانه است که این موضوع را به دنبال دارد. ما با هم رفاقت هم داریم که دلیل ندارد با هم کار نکنیم.

کارگردان محمدحسین مهدویان

نویسنده ابراهیم امینی - حسین تراب نژاد

تهیه کننده سید محمود رضوی

بازیگران محسن کیایی - بهنوش طباطبایی - جواد عزتی - هادی حجازی فر - هستی مهدوی

مهدی زمین پرداز - حسین مهري - احمد قزوینی - امیر حسین هاشمی - محمد عسگری

روایت کلی این فیلم پیرامون اتفاقات بعد از پایان جنگ ایران و عراق در سال ۱۳۶۷ و عملیات مرصاد است. نیروهای امنیتی ایران متوجه حضور نفوذی‌های سازمان مجاهدین خلق در جبهه می شوند. بار سال دوامور امنیتی به بغداد می خواهند قبل از شروع عملیات فروغ جاویدان، عباس زریباف فرمانده این عملیات را ترور کنند. اما داستان طور دیگری رقم می خورد.



۲۲

زهراسادات موسوی

سن: ۲۲ سال

تحصیلات: حسابداری



۲۲

محمد رضا نوروزی

سن: ۲۷ سال

تحصیلات: مهندسی خودرو

خوشبختی



این زوج جوان کنار مزار شهدای گمنام با هم پیوند زناشویی بستند

رویای زیبایی که تعبیر شد

علی جواهریان

ماجرای آشنایی زهراسادات و محمد رضا را که می‌شنوی ناخود آگاه یاد این شعر می‌افتی: «دلست را خانه‌ی ما کن، مصفا کردنش با من». جوانی که دلش را به خدا قرص کرد و در شب‌های ماه رمضان از خدا خواست همسری مومن و معتقد قسمتش کند، خدا بساط پیوند آسمانی‌اش را چید و دلش را مصفا کرد. وقتی خواهر زهراسادات چند ماه قبل آشنایی آن‌ها خواش را تعریف کرد، کسی چه می‌دانست رویای صادقانه‌اش این‌گونه عاشقانه، پاک و زیبا تعبیر شده و خطبه‌ی عقدش کنار مزار شهدای گمنام جاری شود. شاید همین رویای صادقانه بود که باعث شد زهراسادات خیلی سریع پیشنهاد برایی مراسم عقدشان در مزار شهدای گمنام را بپذیرد تا به گفته‌ی خودش توفیق همراهی شهدا نصیب او و همسرش شود؛ یک عاشقانه‌ی ساده و آرام.





رمز خوشبختی

قناعت مهم‌ترین ویژگی‌ای است که این روزها کمتر دیده می‌شود. عده‌ای فکر می‌کنند اگر مهریه زیاد داشته باشند یا مراسم عروسی مفصل بگیرند، خوشبخت می‌شوند در حالی که این چیزها خوشبختی نمی‌آورد. اگر انسان در زندگی با انصاف (ع) معامله کند، بدون شک در زندگی خیر می‌بیند و موفق می‌شود.



آرامش واقعی

اگر جوانان بدانند که آرامش در زندگی چه تاثیر مثبتی دارد سعی می‌کنند از حواشی برگزاری مراسم ازدواج بیرون بیایند و خیلی ساده ازدواج کنند. ملذذات و تجملات نه تنها آرامش نمی‌آورد بلکه گاهی اوقات با دردهایی همراه می‌شود که زندگی را برای انسان تلخ می‌کند.



مهریه سبک

این زوج جوان هیچ اعتقادی به مهریه سنگین ندارند و بین صحبت‌هایشان به این اشاره می‌کنند که مهریه خوشبختی نمی‌آورد. مهریه عروس خانوم ۱۴ سکه بهار آزادی و چند سفر زیارتی ممکن است.



برپایی مراسم عقد کنار مزار شهدای گمنام

محمدرضا نوروزی



برای داشتن همسری مومن دعا کردم

کردیم. این روزها مراسم‌های ازدواج با هزینه‌های غیر ضروری زیادی برپا می‌شوند در حالی که این هزینه‌ها فقط شادی لحظه‌ای فراهم می‌کنند. جوانان باید بدانند این هزینه‌ها ضامن خوشبختی نیستند. شاید نظرات اطرافیان نسبت به سبک ازدواج ما متفاوت باشد اما من هدفم کسب رضایت امام زمان (عج) و رهبر عزیزان است چون اعتقاد قلبی دارم رهنمودهای ایشان عالمانه و دلسوزانه و منطبق بر اصول اساسی دین اسلام است. ما هر دو دانشجو هستیم و اساس زندگی مان را روی سادگی و دور از چشم و هم چشمی گذاشته‌ایم. ان‌شاءالله که شهدای عزیز و ائمه اطهار علیهم السلام به ما کمک کنند.

محمدرضا نوروزی از پلر و ملرها می‌خواهد به جوانان بگویند که در گذشته ازدواج‌ها خیلی ساده انجام می‌شدند؛ «ازدواج سنت پیامبر است و بنابر روایات، انسان با ازدواج و تشکیل زندگی مشترک دین خود را کامل می‌کند. بنابراین نباید شرایطی فراهم شود که خیلی از جوانان از زیر بار مسئولیت شانه خالی کنند و خدای نکرده به گناه بیفتند».

انگار دل توی دل آقا امام نیست و اصلا نمی‌تواند خوشحالی‌اش را پنهان کند. هم دعایش مستجاب شده، هم همسری که از خدا خواسته نصیبش شده و هم زندگی مشترکشان را کنار مزار شهدایی برپا کرده که همیشه ارادت خاصی به آن‌ها دارد. محمد نوروزی ماجرای دعایش را این‌گونه تعریف می‌کند: «شب قدر امسال از خدا خواستم همسری مومن و همنام خانم فاطمه زهرا (س) را در مسیر زندگی‌ام قرار دهد. خوشبختانه این اتفاق افتاد و سرنوشت من و زهراسادات به هم گره خورد». زهراسادات را مادر آقای نوروزی در روز قدر امسال یعنی چند روز بعد از شب قدر در میان هزاران نفری که برای راهپیمایی آمده بودند دید و پسندید. او هم از انتخاب خوب و شایسته‌ی مادرش استقبال کرد. چند روز بعد هم برای خواستگاری به خانه‌ی زهراسادات رفتند. او می‌گوید: «ما باید پیرو ولی فقیه بوده و به رهنمودهای ایشان پایبند باشیم. من و همسرم تصمیم گرفتیم طبق فرمایشات رهبر معظم انقلاب عمل کنیم. از این روز ازدواج آسان را برای خودمان انتخاب

زهراسادات موسوی



برای داشتن همسری مومن دعا کردم

و پیمان ما باشند و هم به برکت وجود آن‌ها زندگی خوبی را آغاز کنیم». زهراسادات از دغدغه‌های جوانانی می‌گوید که نگران آینده هستند و دوست دارند همسری هم‌شان خود نصیب‌شان شود؛ «انتخاب همسر مناسب و صالح دغدغه‌ی هر جوانی است. چند ماه پیش از آشنایی با همسرم، در برنامه‌ی تلویزیونی «املازمان حرم» همسر یکی از شهدا می‌گفت همیشه از خدا می‌خواستم همسر مومن و باتقوایی را سر راهم قرار دهد که دعایم مستجاب شد. این صحبت او به دلم نشست. من هم آرزو کردم خدا همسر متدینی نصیبم کند».

او درباره‌ی برپایی یک مراسم عقد ساده می‌گوید: «این روزها مراسم ازدواج با هزینه‌های اضافی همراه است در حالی که بدون این هزینه‌ها هم می‌شود دختر و پسری به عقد هم درآیند. عده‌ای آنقدر مراسم ازدواج را سنگین می‌گیرند که جوانان رغبتی به ازدواج ندارند در حالی که بهتر است نگرش خود را به سنت پیامبر اکرم (ص) عوض کنیم تا جوانان بیشتری با ازدواج آسان به خانه‌ی بخت بروند».

چشمان زهراسادات از شادی برق می‌زند و در پوست خود نمی‌گنجد که نخستین لحظه‌ی زندگی مشترکشان را کنار مزار شهدا آغاز کرده؛ «خواهرم چند ماه پیش چنین لحظه‌ای را خواب دیده بود اما هیچ وقت فکر نمی‌کردم که رویای خواهرم این‌گونه تعبیر شود. هیچ وقت این لطف خدا را در حق خودم و همسرم فراموش نمی‌کنم و همیشه خدا را شکر می‌کنم که این توفیق را نصیبم کرد تا کنار مزار جوانانی که برای دفاع از اسلام و وطن جانشان را فدا کرده‌اند، مراسم عقد خود را برگزار کنیم. ما باید شهدا را الگویی راه خود قرار دهیم؛ شهدایی که در عنوان جوانی از خواسته‌های دنیوی خود گذشتند تا به وصال الهی برسند. در حال حاضر شهدای مدافع حرم بهترین الگو برای تک‌تک ما هستند. این شهدا در دانشکده‌ی محل تحصیل دفن شده‌اند. برای همین همیشه به زیارت این دو شهید گمنام می‌آمدم. من و همسرم تصمیم گرفتیم مراسم ازدواج خود را همین‌جا برگزار کنیم تا هم این بزرگواران شاهد عهد

با ارزش‌ترین هدیه‌ی ازدواج؛ تکه‌ای از سنگ مزار امام حسین (ع)

از سوی نهاد مقام معظم رهبری در دانشگاه‌ها به من و همسرم تکه‌سنگی از مزار امام حسین (ع) اهدا شد. این هدیه‌ی معنوی برای ما بسیار ارزشمند است. سعی می‌کنیم از زندگی شهدای مدافع حرم الگو بگیریم. ما ارادت خاصی به شهدای مدافع حرم به ویژه شهیدان مهدی نوروزی، محمدرضا دهقان، علی یزدانی و مصطفی صبرزاده داریم.



❓ آقاي بر خورداري! واقعا دوهزار ترکش در بدنتان هست؟!

بله دوهزار ترکش در بدنم هست که عکسبرداری‌ها این را می‌گویند. دو روز بعد از عملیات والفجر ۳ بود که مجروح شدم و از آن روز دوهزار یادگاری از بمب‌های خوشه‌ای در بدنم دارم و با آن‌ها زندگی می‌کنم. این یادگاری‌ها سختی‌های بسیاری را برای من ایجاد کرده‌اند که تحمل‌شان برای من راحت نیست اما این راهی بود که خودم با علاقه و اختیار انتخاب کردم و منتهی بر سر کسی ندارم.

❓ مجروحیت شما در آن روز چگونه اتفاق افتاد؟

خوب به خاطر دارم که یک روز بعد از انجام عملیات والفجر ۳ با ماژرم تماس گرفتم تا خبر بدهم که حالم خوب است غافل از این که چند دقیقه دیگر حادثه‌ای برایم اتفاق می‌افتد. در جبهه مسئولیت تعاون را به عهده داشتم و باید به وضع شهدا و هویت‌شان رسیدگی می‌کردم. باید پیکر شهدا را به بیمارستان نزدیک خط منتقل می‌کردیم. خیلی از خط دور نشده بودیم که هواپیماهای دشمن بالای سرمان ظاهر شدند. یکی از آن‌ها دور زد و با انداختن بمب نزدیک اتومبیل ما قیامتی به پا کرد. وقتی بمب به سمت ماشین ما رها شد ناخودآگاه صورتم را به داشبورد چسباندم. صدای پرتاب ترکش را به سمت اتومبیل شنیدم و چند ثانیه بیشتر طول نکشید که احساس کردم داغ شده‌ام. بیرون آمدم و به جایی که راننده سنگر گرفته بود رفتم و روی زمین خوابیدم. هنوز روی زمین جابه‌جا نشده بودم که بمب خوشه‌ای دیگری در فاصله‌ی چند متری من منفجر شد. آن زمان از هوش رفتم و دیگر نفهمیدم چه اتفاقی افتاد.

❓ هم‌رزم دیگری که همراه شما بود هم دچار مجروحیت شد؟

هم‌رزمی که همراهم بود ۵۰۰ ترکش به او اصابت کرد و او هم بر اثر مجروحیت، جانباز شد.

❓ وقتی به هوش آمدید...؟

وقتی به هوش آمدم دیدم در سردخانه هستم. برای چند لحظه احساس کردم تمام بدنم یخ بسته خیلی سردم بود. چشمانم را که باز کردم دیدم درب سردخانه مدام باز و بسته می‌شود تا پیکر شهیدی را داخل بیاورند. خودم را میان پیکرها دیدم. ماهیچه‌های صورتم پر از ترکش شده بود و

گفت و گو با جانبازی که دوهزار ترکش از روزهای دفاع مقدس در بدنش به یادگار دارد و یک روز به عنوان شهید در سردخانه بوده است

این مرد آهنین

سعید کاویانی |

دوهزار ترکش از سال‌های دفاع مقدس در جای جای بدنش به یادگار مانده. باورش سخت است که کسی این همه زخم در بدن داشته باشد اما

خود را به جریبان زندگی سپرده باشد و عجیب‌تر این که خم به ابرو نیابد از رنجی که به واسطه‌ی مهمانان ناخوانده در بدنش می‌کشد. ۳۰ سال از زمانی که علیرضا بر خورداري بر اثر بمباران خوشه‌ای دشمن دچار مجروحیت شد و ترکش‌ها همدم بدن او شده‌اند، می‌گذرد اما او بی‌توجه به ترکش‌هایی که آزاددهنده‌ی جسمش شده‌اند با روحی بلند از حضور در همه‌ی میدان‌ها سخن می‌گوید. او لایه‌لای صحبت‌هایش از ماجرای مجروحیتش در منطقه‌ی گیلان غرب می‌گوید؛ مجروحیتی که شهادت به نظر رسید و موجب انتقال او به سردخانه شد.





نمی‌توانم به همه بگویم در بدنم ترکش دارم

گاهی اوقات که به مسجد می‌روم و صندلی برای نشستن نیست، مجبور می‌شوم باهلام را دراز کنم. این جور مواقع نگاه کسانی که با سرزنش به من نگاه می‌کنند و فکر می‌کنند بی‌ادبی می‌کنم، آزارم می‌دهد. نمی‌توانم هر جا می‌روم بگویم به دلیل داشتن ترکش در بدنم نمی‌توانم چهارزانو بنشینم.



روایت

حقوق آن‌چنانی ندارم

بر خلاف تصور و باور عموم مردم درباره‌ی شرایط زندگی و اوضاع اقتصادی جانبازان دوران دفاع مقدس، علیرضا برخوردار توانسته سال ۸۴ بعد از نزدیک به ۲۰ سال مدیریت و جانبازی ۵۰ درصد، با وام و قرض خانگی بخرد خودش می‌گوید: «هیچ وقت حقوق آن‌چنانی نداشتم. الان حقوقی که می‌گیرم کمتر از ۵ میلیون تومان است. با کسر وام و... کمتر از ۲/۵ میلیون تومان دریافتی دارم. از گرفتن یارانه هم انصراف داده‌ام. حاضرم هزار ترکش دیگر را سهم خودم بکنم تا انقلابی که بابت آن تلاش زیادی شده پابرجا بماند».



پوسه‌ی مادر بر پیشانی فرزند مجروحش در بیمارستان



علیرضا برخورداری در سال‌های دفاع مقدس در جبهه

من هم گفتم بیایند و بررسی کنند ببینند چند ترکش در بدن دارم. از وقتی گفته‌ام آماده‌ام حرفم را ثابت کنم، آن‌ها دیگر حرفی نزدند. از سال ۶۲ تاکنون به خاطر وجود دوهزار ترکش در بدنم قادر به نشستن دوزانو و چهارزانو نیستم و باید حتماً بخوابم. شدت درد در بدنم اوایل جانبازی به قدری بود که چهار قرص والیوم می‌خوردم.

؟ اگر موافق باشید کمی از دوران قبل از اعزامتان به جبهه بگویید و این که چگونه زندگی‌تان را می‌گذرانید؟

من مثل همه‌ی جوانان سرباز شدم و دو سال خدمت کردم. تازه از سربازی برگشته بودم که دشمن به کشور حمله کرد. مانند خیلی از همسن و سال‌هایم به هر شکلی که بود خودم را به جبهه رساندم چون سربازی رفته بودم، می‌دانستم چگونه باید با اسلحه‌ی ۳ که خیلی هم گیر می‌کرد کار کنم. بچه‌های رزمنده برای کار کردن با آن مشکل داشتند و این کار را دوطرفه به بچه‌ها آموزش می‌دادم. یادم هست روزی که قرار بود برای رساندن خبری به یکی از فرماندهان به مقر فرماندهی بروم وقتی وارد اتاق فرماندهی شدم، نه‌از میز خبری بود و نه‌از منشی. همه پتو پهن کرده و روی زمین نشسته بودند و در حال کار و برنامه‌ریزی بودند. همین سلاگی‌ها من را بیشتر دلخاسته‌ی جبهه و جنگ می‌کرد. با این که سال‌ها از پایان جنگ گذشته اما هنوز وقتی دلتنگ می‌شوم یاد آن روزها می‌افتم و دلم هوای بچه‌ها را می‌کند. حال و هوای جبهه را که لبریز از خلوص و دل‌های آسمانی رزمندگان بود، با همه‌ی سختی‌هایش با هیچ چیز دیگری نمی‌شد عوض کرد.

نمی‌توانستم حرف بزنم. تنها دست راستم کمی توان داشت. دستم را به زحمت بالا بردم، به امید این که کسی متوجه شود من زنده‌ام. تکان‌های دستم را یک پرستار دید و با فریاد او نجات پیدا کردم بلافاصله من را از سردخانه بیرون بردند و به گیلان غرب منتقل کردند. پزشکان می‌گفتند امکان ندارد زنده بمانم. با این وجود من را به اتاق عمل بردند و در نهایت بعد از شش ماه بستری شدن در بیمارستان دوباره به زندگی برگشتم.

؟ در این سال‌ها برای بیرون آوردن ترکش‌ها و بهبود وضعیت جسمی‌تان چه کردید؟

تا به حال ۱۱ بار تحت عمل جراحی قرار گرفته‌ام اما هیچ کدامشان جوابگو نیست چرا که اگر پزشکان بخواهند ترکش‌ها را از بدنم بیرون بیاورند باید تمام بدنم را تکه‌تکه کنند. لذا تا آخر عمرم باید با آن‌ها زندگی کنم.

؟ مشکلی در فعالیت‌های روزانه ندارید؟

شاید برای‌تان جالب باشد که بدانید وقتی زیاد پیاده‌روی می‌کنم برخی ترکش‌ها خودشان درمی‌آیند. مدت‌ها بود ترکش‌هایی را که از بدنم بیرون می‌آمد در ظرفی در خانه نگه می‌داشتم. وقتی اسباب‌کشی کردیم ترکش‌هایی را که درآورده بودم گم کردم. کار همسرم در خانه این شده که هر چند وقت یکبار وقتی حس می‌کنم وقت درآوردن یکی از ترکش‌هاست با باند و پنبه‌ی ضد عفونی‌کننده مثل یک پرستار بالای سرم می‌آید و کمک می‌کند دردم کم شود. خدا را شکر می‌کنم که خانواده‌ی خوب و همراهی دارم. سال ۵۹ ازدواج کردم که حاصل آن سه دختر و یک پسر است. همسر و فرزندانم بسیار به من کمک کرده‌اند. همسرم یکسال به بیمارستان رفت و آمد داشت و غمخوار من بود و فرزندانم را طوری تربیت کرده‌ام که الحمدلله مرید واقعی امام و رهبری هستند.

؟ گویا داستان مجروحیت‌تان بازتاب‌هایی نیز در میان شبکه‌های ضد انقلاب و معاند داشته. درست است؟

شبکه‌های ضد انقلاب و رادیو آمریکا برای تخریب من اعلام کردند کسی که مدعی است دوهزار ترکش در بدنش دارد دروغ می‌گوید. بعضی از خودی‌ها هم گاهی با کنایه حرف‌هایی می‌زنند.





کاسبان جوان از حضورشان در پاساژ مهستان تهران می گویند

اینجا آرامش هست

میثم علومی

پاساژ مهستان تهران واقع در خیابان کارگر جنوبی را بیشتر افرادی می شناسند. نه به خاطر قدیمی بودنش بلکه برای محصولات فرهنگی، دینی و قرآنی که در آنجا می فروشند. پیدا کردنش کار چندان سختی نیست از پرچم ها و بنرهایی که در ورودی پاساژ آویزان است می فهمیم که درست آمده ایم. هنگام مناسبت ها به خصوص ماه محرم و صفر پاساژ شلوغ تر از هر زمان دیگری است، همیشه جمعیت زیادی داخل پاساژ دیده می شود از پیر و جوان تازن و مرد و حتی نوجوانان ۱۳ تا ۱۴ ساله ای که برای خرید وسایل مورد نیاز خود آمده اند، چرا که اینجا علاوه بر پرچم و بیرق کالاهای تبلیغاتی و تزئینی مذهبی و هنری هم به فروش می رسد. قصدمان از حضور در پاساژ مهستان گفتگو با فروشندگان جوان دهه هشتاد و هفتاد است. پیدا کردنشان کار سختی نیست چرا که بیشتر فروشندگان پاساژ را جوانان و نوجوانان تشکیل می دهند. سراغ تعدادی از فروشندگان جوان پاساژ مهستان رفتیم تا برایمان از فعالیت هایشان و کسب و کارشان در پاساژ بگویند.



است، می گویند: «این گونه کارها چون کارهای مذهبی و دینی هستند برکت زیادی دارند، از برکت نوع کارم، شکر خدا در آدم خوب است و تا حالا لنگ نمانده ام.» از پدر یاد گرفته ام همیشه با وضو باشم. حرف هایش را ادامه می دهم: «آن زمان که کوچک بودم هر بار که با پدرم به مغازه می آمدم می دیدم قبل از شروع کارش وضو می گیرد. پدرم همیشه به من می گفت: «ما با قرآن و مفاتیح و اسم ائمه در ارتباط هستیم پس حواست باشد که بدون وضو نباشی.» بر خلاف برخی از افراد که در حرفه شان مدام از این شاخه به آن شاخه می پرند و شغل عوض می کنند محمد میلاد شغلش را دوست دارد و می گوید: «عاشق کارم هستم، از بچگی با این کار بزرگ شده ام و اثرات آن را در زندگی ام دیده ام. آرزویم این است که کارم را گسترش دهم و در نقاط مختلف شعبه های زیادی بزنم.»

تیپ و مد ملاک نیست

بیرون مغازه با دستگه برش مشغول برش زدن بخش های اضافی بنر است. کمتر از ۲۰ سال به نظر می رسد. ظاهر و تیپش برخلاف بیشتر جوانانی که در پاساژ کار می کنند به قول بعضی امروزی تر است. موهای کوتاهش را پشت سر با کش بسته و تی شرت آستین کوتاهی به تن دارد. حضورش در آن فضا که بیشترش را به قول جوانان همانجا، بچه هیئتی ها تشکیل می دهند کمی تعجب آور است. خود را مهدی دامن سوز معرفی می کند متولد ۱۳۸۲ است. همچنان که مشغول کار است به دوستانش در مغازه اشاره می کند و می گوید: «مغازه دایی ام است و با دوستانت کار چاپ بنر انجام می دهیم.» رضا عرفانی و محمد فتاحی که هر دو ۲۲ و ۲۳ ساله هستند داخل مغازه مشغول

معرفی کرد. از وقتی در اینجا مشغول کار شده ایم به قول بچه ها انگار به خدا نزدیک تر شده ایم. همه می گویند رفتارمان هم حسینی شده است.» وقتی می پرسیم دوستان تان درباره حضور شما در این فضا چه می گویند؟ هر دو همزمان با خنده در پاسخ می گویند: «خیلی از دوستان و اطرافیانمان حرف شنیدیم اما عشق به امام حسین (ع) و اهل بیت (س) همچنین آرامشی که اینجا است باعث می شود تا به هیچ کدام از آنها اهمیت ندهیم.»

کاری که پر برکت است

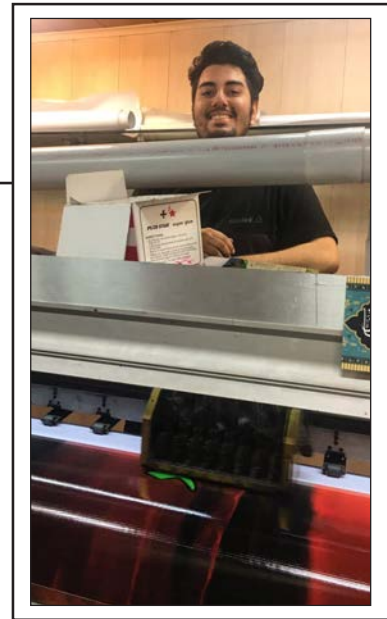
مغازه اش طبقه بالای همکف قرار دارد. برخلاف مغازه های پیراهن و پرچم یا بنر فروشی که بیشتر مناسبت های مذهبی شلوغ هستند. خلوت است در مغازه اش جانماز، قرآن، مفاتیح، تسبیح و کتب مذهبی می فروشد. خود را محمد میلاد و نارچی معرفی می کند. متولد ۱۳۷۷ است می گوید: «از کودکی همراه پدرم به اینجا می آمدم. پدرم در پاساژ ۵ باب مغازه دارد که حالا ۶ سالگی می شود که این مغازه را من می چرخانم.» از شغلش راضی

رفتارمان حسینی شده است

مشغول تا کردن پرچم هایی هستند که رویشان با خطی درشت «یا حسین (ع)» نوشته شده است. در مغازه شان پرچم و کاشی و ... می فروشند. وارد مغازه که می شوم به گمان اینکه خریدار هستم سراغم می آیند وقتی می فهمند برای تهیه گزارش آمده ام ابتدا کمی مردد هستند تا حرف بزنند ولی سرانجام راضی می شوند. علی رحیمی ۱۷ سال و حسن هداوند ۱۸ سال دارد هر دوی آنها سال هاست دوست هستند و حالا مدت هاست همکار هم شده اند. علی دو سالی بیشتر از حسن است که در آنجا کار می کند، می گویند: «اولین بار ماه محرم بود که برای کمک به اینجا آمدم آن روز فکر نمی کردم اینجا ماندگار شوم.» علی در ایام مدرسه هم اغلب بعد از کلاس و درس برای فروشندگی به فروشگاه می آید. حرف هایش را ادامه می دهد: «فضای اینجا با روحیاتم سازگار است. (با خنده) به قولی خودم بچه هیئتی هستم و اینجا هم که فضا، فضای هیئتی و مذهبی هست.» حسن که تا آن زمان تنها به حرف های ما گوش می کرد در ادامه حرف های دوستش می گویند: «علی مرا به صاحب کارم

جوانان باید از فرصت‌ها استفاده کنند

«حجت الاسلام عباس فخری» روحانی و یکی از کاسبان پاساژ مهستان حضور جوانان در عرصه‌های دینی و مذهبی را امیدوار کننده می‌داند و می‌گوید: «جوانان برای رسیدن به موفقیت باید از تجربه‌های دیگران و اهل فن در زمینه‌های دینی و مذهبی استفاده کنند. شاهد هستیم برخی از افراد تا خود تجربه‌ای را کسب نکرده‌اند دست‌از‌تلاش نمی‌کنند. حال آنکه تجربه دیگران بدون هزینه و صرف وقت در اختیار جوانان قرار دارد و جوانان می‌توانند با کمک این افراد به رشد و شکوفایی خود برسند. جوانان با توکل بر خدای می‌توانند مسیر درست را پیدا کنند. جوان، جوانی دارد و ما به عنوان بزرگترها باید دست‌آنها را بگیریم و راه را به آنها نشان دهیم. جوانی آمده برای کسب درآمد کار می‌کند، کسب درآمد خود نوعی جهاد است همان گونه که امام صادق (ع) فرموده‌اند: کسی که جهت کسب رزق برای خانواده تلاش می‌کند گویی جهاد کرده است. یاد روایاتی آمده است که عبادت ۷۰ جزء دارد که ۶۹ تای آن تلاش برای کسب حلال است و هیچ چیز بهتر از این نیست که رزق حلال کسب کنند. افرادی که در زمینه‌های مختلف تخصصی دارند باید تلاش کنند تا آموخته‌ها و تخصص خود را به جوانان یاد بدهند و زمینه اشتغال به کار جوانان را هم فراهم کنند.»



اینجا کسب می‌کنم آن چیزی که فکر می‌کنم نیست بیشتر به خاطر اخلاق خوب صاحب‌کارم و اطرافیانم در پاساژ، اینجا مانده‌ام.» دانیال معتقد است در پاساژ مهستان اخلاق مداری حرف اول را می‌زند او در ادامه می‌گوید: «برای من اخلاق و رفتار خیلی مهم است. فضای معنوی و مذهبی پاساژ روی اخلاق و رفتار کسانی که اینجا کار می‌کنند تاثیر می‌گذارد. همه اینجا همدیگر را داداش صدا می‌کنند و با رفتاری مهربانانه و دینی با یکدیگر رفتار می‌کنند.» مشتری بعدی که می‌آید دانیال مجبور می‌شود برای پاسخگویی سرافش برود و ما هم از مغازه خارج می‌شویم.

حرفه‌ای که حاشیه ندارد

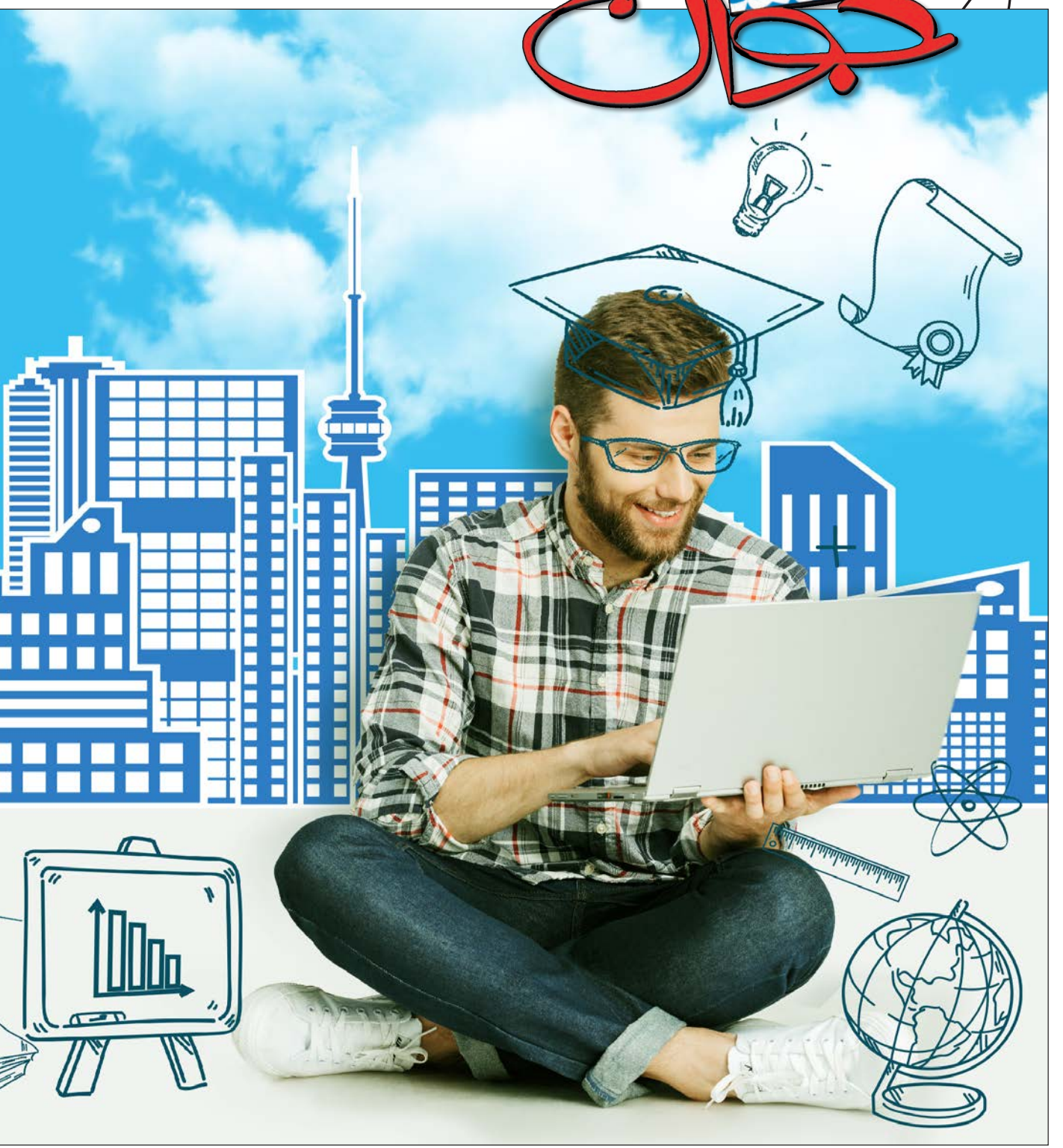
در گوشه‌ای از طبقه دوم پاساژ، بیرون مغازه میزی گذاشته و پرچم و کتیبه می‌فروشند. امیرعلی دزی دانشجوی عمران و متولد ۱۳۷۸ است. می‌گوید: «چند ماهی می‌شود که پرچم می‌فروشم فضای دینی و مذهبی پاساژ مهستان باعث شد تا اینجا را برای کسب و کار انتخاب کنم.» امیرعلی از کار در پاساژ خیلی راضی است. حرف هایش را ادامه می‌دهد: «در برخی جاها وقتی کاری را شروع می‌کنی قدیمی ترهای آن کار حاشیه‌هایی برایت درست می‌کنند. اینجا اما عضو قدیمی با جدید فرقی ندارد چه تازه وارد باشی چه سال هاست اینجا کار می‌کنی همه با تو صمیمی و دوستانه رفتار می‌کنند انگار سالهاست که تو را می‌شناسند.» امیرعلی بچه هیئتی است و اغلب اوقاتش را در هیئت محله‌شان سپری می‌کند. او می‌گوید: «آرامشی که اینجا دارم را با هیچ چیز عوض نمی‌کنم. نمی‌دانم شاید نوع شغل من که ترویج فرهنگ امام حسین (ع) است، باعث شده تا آرامش داشته باشیم.»

طراحی بنری هستند. سید حسام میرزایی هم که ۲۹ سال دارد و بزرگترین عضو گروهشان است کار اپراتوری مغازه را بر عهده دارد. مهدی درباره دلیل حضورش در این فضا می‌گوید: «اوایل برای کسب درآمد اینجا آمدم اما ماندگار شدم فضای صمیمی و دوستانه اینجا با روحیاتم سازگار است برای همین ۲ سالی است که همچنان اینجا کار می‌کنم.» سوالی که در ذهنم را مشغول کرده به زبان می‌آورم: «اینجا بیشتر فروشندگان تیپ‌های مذهبی دارند شما با این تیپ اذیت نمی‌شوید؟ مهدی با خنده جوابم را می‌دهد: «معتقدم تیپ و مد نمی‌تواند مانع ارتباط آدم‌ها با خدا و اطرافیان‌شان شود. من هم تیمم را می‌زنم هم به خدا نزدیک هستم.» رضا که همچنان داخل مغازه مشغول کار است وارد بحث مان می‌شود. از همان ابتدا می‌گوید: «من اما از سر ناچاری در این حرفه هستم. فضای کارم را دوست دارم اما اگر شرایط فراهم شود دوست دارم حرفه‌ای مطابق با تحصیلاتم پیدا کنم.» رضا دانشجوی حقوق است. حرف که به گلایه می‌رسد انگار دل پری دارند که ترجیح می‌دهند ساکت بمانند از من خداحافظی می‌کنند و سراغ کارشان می‌روند.

اخلاق مداری شرط اول است

دانیال عقباپی یکی از جوانان ۱۹ ساله فروشنده پاساژ نفر بعدی است که سرافش می‌رویم. او هم مشغول راه انداختن مشتری در مغازه‌شان است. دانیال چند ماهی می‌شود که در پاساژ مشغول کار شده است. وقتی درباره کار در پاساژ مهستان می‌پرسیم، در پاساژ می‌گوید: «حقیقتاً برای اینکه درآمدی داشته باشم به دنبال کار بودم که دوستم اینجا را معرفی کرد. البته درآمدی که از

دوران



- توصیه هایی برای زندگی بهتر در دوران دانشجویی
- دانشجویان دختر از زندگی در خوابگاه می گویند
- حال و هوای دانشگاه شاهد در سال تحصیلی جدید
- بانوی مخترع جوان از رمز موفقیتش می گوید



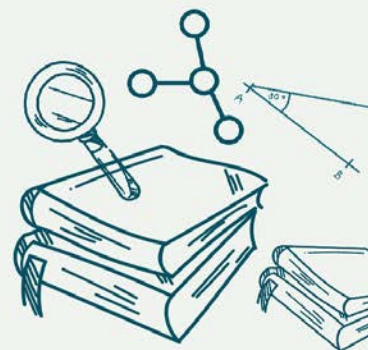
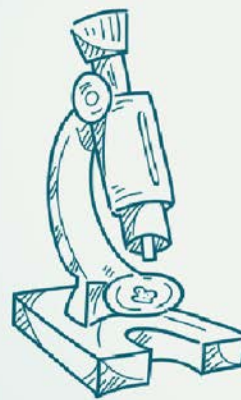
■ شاکرواثقی

از روزی که پا به عرصه گیتی می گذاریم و والدین عزیز راهی ثبت احوال می شوند و نام ما به عنوان یک نفر به جمعیت چند میلیونی کشور اضافه می شود تا روزی که بعد از صد و بیست سال راهی دیار باقی می شویم، زندگی به بهانه های مختلف ما را درگیر فرار و فرودهایی می کند، بالا و پست هایی که به قول قدیمی ها «آش خاله است و بخوری یا نخوری...» در مواجهه با روزگار، ممکن است کام ما تلخ شود و زمین و زمان را به هم بدوزیم که چرا چنین شد و چنان؟ خلقت انسان به گونه ای است که عجز است و جنبه های پنهان ولایه های زیرین اتفاق های زندگی را نمی بیند به تعبیر قرآن کریم «عسی ان تکرهوا شیئا و هو خیر لکم». در تجربه های زیسته ما هم فروان است مواردی که رخ دادهایی را در زندگی تجربه کرده باشیم و ماه ها و شاید سال ها بعد حلاوت و شیرینی نتیجه نهایی آن را چشیده باشیم. یکی از همین دست اتفاق های زندگی هر جوانی انتخاب رشته، کنکور و قبولی در رشته مورد علاقه است. پروسه ای که نه تنها یک جوان که خانواده های بسیاری را درگیر خود می کند. بسیاری از دختران و پسران جوان ایران زمین بنا به اقتضای شرایط بعد از پذیرفته شدن در یک رشته دانشگاهی بایستی شهر و دیار خود را ترک نموده و راهی شهر و دیاری شوند که قرار است چند سالی ساکن آن شهر باشند. بالطبع تنوع زیستی، قومیتی، فرهنگی و اجتماعی پهنه وسیع کشور ما ایجاد می کند جوان عزیز دانشجوی قبل از عزیمت به شهر مقصد، اطلاعات دقیق تری از جمعیت، فرهنگ، گویش زبانی و سایر موارد به دست بیاورد. از رهگذر این جستجو زمینه های جامعه پذیری و انطباق بهتر با شرایط جدید فراهم خواهد شد. گام دیگر بعد از این تحقیق مختصر، آمادگی برای شروع یک زندگی جدید با سبک خاص خود است: «زندگی دانشجویی». زندگی که آغازش با غربت و دل‌تنگی است و بعضا تعارض و ناهمسانی و کشمکش با هم اتاقی ها یا دیگر ساکنان خوابگاه؛ ولی رفته رفته تبدیل می شود به یک اتفاق خوب و دوست داشتنی که خاطرات تلخ و شیرین آن تا سالیان سال همراه شماست. این مقطع از زندگی، نام و نشانش با مکان نام آشنایی به عنوان خوابگاه گره خورده است و از کم و کیف آن جستجو و گریخته از دوستان و آشنایان چیزهایی شنیده‌اید. این سبک زندگی، آداب و مختصاتش دارد که به مرور زمان باید آنها را آموخت ولی شاه بیت آنها «مدارا» است. اگر صبر و مدارا رفیق راه ما شود، زمانه آموزگار خوبی است و با تعامل و گفتگو و رفاقت با دیگران بسیار خواهید آموخت و رفقایی پیدا خواهید کرد که سختی دوری از خانواده را برای شما آسان کرده و شاهد اتفاق های شیرین تری خواهید بود. در پرونده پیش رو قصد داریم مطالبی جذاب و خواندنی از پیچ و خم زندگی دانشجویی، حال و هوای دانشگاه و راهکارهای لذت بردن از این دوران خوش زندگی را برای شما بازگو کنیم.

طراح: امیر رضا ماهان

با مهارت ها و فوت و فن های
زندگی دانشجویی آشنا شوید

دانشجو هستم پس زندگی می کنم





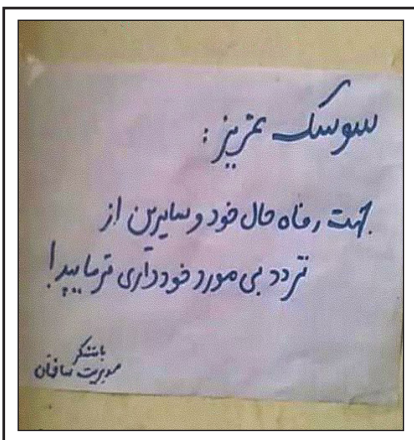
توصیه‌هایی
برای زندگی بهتر
در دوران
دانشجویی

مصائب شیرین دانشجو شدن

اگر به تازگی دانشجو شده‌اید مطالبی که در ادامه می‌خوانید بسیار
برایتان مفید و آموزنده است، علاوه بر اینکه مدیریت یک زندگی دانشجویی
را برایتان سهل الوصول تر خواهد کرد. اگر هم در دسته دوم قرار می‌گیرید
و سال هاست از دوران دانشجویی فاصله گرفته‌اید، توصیه می‌کنیم
برای زنده شدن خاطرات شیرین گذشته باز این مطلب را بخوانید.



همکاری و رفاقت در خوابگاه خوبه ولی نه اینطوری دیگه. رفیق گفتن نردبان نگفتن که... کجایی مسئول محترم خوابگاه که ساختمان به فنا رفت و عن قریب تیرت یک خبر می‌شوی!



دانشجو باید اهل گفتگو باشه و منطقی مسائل را حل کنه. حتی وقتی طرفش سوسک محترم خوابگاه باشه. حالا آقا سوسکه هم نخونه، لبخند که روی لبای رفقای خوابگاه می‌نشونه



شب نشینی‌های خوابگاه هم برای خودش عالمی داره. ساده و باصفا و بی‌ریا. جالبه وقتی غذا کم هست، این قدر برکت داره که همه سیر میشن و کلی هم بگو و بخند چاشنی اون غذا میشه

دانشگاه کعبه آمال نیست

برخی از دانشجویان تازه وارد از دانشگاه انتظارهای زیادی دارند؛ مثلاً اینکه سامانه انتخاب واحد بدون دردسر کار کند یا اینکه غذای سلف سرویس و خوابگاه همه چیز تمام باشد. با این رویکرد ترم اول تمام نشده دچار افسردگی و ناامیدی و سرخوردگی خواهید شد.

مدیریت دخل و خرج‌ها

حساب و کتاب دخل و خرج‌تان را داشته باشید. شوخی بردار نیست. سعی کنید در کنار درس خواندن کار نیمه‌وقتی دست و پا کنید تا هم کمک هزینه باشد و هم کسب تجربه در محیط کار. در حساب دخل و خرج‌تان از هزینه‌های غیرمنتظره هم غافل نشوید. اگر هم می‌توانید بخشی از پول‌تان را برای چنین مواقعی پس‌انداز کنید.

مراقب سلامتی خود باشید

ممکن است به دلیل تغییر شرایط اقلیمی یا تغییر عادت‌های غذایی، دچار بیماری شوید. لذا ضمن رعایت نکات بهداشتی از قبیل شستن به موقع ظروف غذا در خوابگاه و حمام منظم، در صورت بیماری حتماً به نزدیکترین درمانگاه مراجعه کرده و از نسخه پیچی دوستان دوری کنید.

اهل مدارا باشید

به‌طور طبیعی در دانشگاه و خوابگاه به افرادی بر می‌خورید که از فرهنگ‌ها و قومیت‌های مختلفی هستند و قرار است چند صبحی در کنار هم باشید. لذا سعی کنید اهل صبر و مدارا و رفاقت باشید تا سرسختی و لجاجت بدین ترتیب راه را برای خود و دیگران هموارتر نموده‌اید.

سؤال پرسیدن عیب نیست!

هرکسی وقتی در محیط جدیدی وارد می‌شود، با ابهامات و سوالاتی مواجه می‌شود. اینکه آدرس خوابگاه یا کتابخانه دانشگاه کجاست یا شرایط وام دانشجویی به چه نحوی است؟ همه دانشجویهای سال بالایی هم روزی شرایط شما را داشته‌اند و با پرسش از آگاهان شرایط را تغییر داده‌اند.

اول تحقیق کنید

بعضی افراد، گروه‌ها و جناح‌ها از ذوق فعالیت‌های دانشجویان تازه‌وارد سوءاستفاده و از ناآگاهی آن‌ها به نفع خودشان بهره‌برداری می‌کنند. در این باره با احتیاط گام بردارید. بدون تحقیق به عضویت هر تشکل و انجمنی در نیایید و پای هر بیانیه‌ای را امضا نکنید.

در انتخاب دوست احتیاط کنید

با ورود به دانشگاه دوستی‌های تازه شکل می‌گیرد و این دوستی‌ها به نسبت دوران مدرسه قرار است که عمیق‌تر باشد. برای انتخاب این دوستان احتیاط جدی لازم است. همان قدر که دوستان خوب سرمایه‌اند، دوستان بد آفت جان و مال هستند و می‌توانند آتش بزندند به جان بهترین روزهای زندگی‌تان.

فراغت و استراحت

دوران دانشجویی که فقط نشستن در کلاس درس و خواندن کتاب‌های درسی نیست، برای آخر هفته‌ها و روزهای تعطیل می‌توانید برنامه‌های متنوعی تدارک ببینید. می‌توانید به گردش در شهر بپردازید یا به سینما بروید یا تئاتر تماشا کنید یا در کنج یک کتابخانه رمان بخوانید.



دانشجویان دختر از زندگی در خوابگاه می‌گویند:

خوابگاه دانشجویی خانه اول دانشجو

” معصومه ماه پیکر |



۵ دقیقه تا کلاس‌ها

خوابگاه دانشگاه شاهد هم مانند بسیاری از دانشگاه‌ها برای دانشجویان غیر بومی ساخته شده است. این دانشگاه دو خوابگاه دارد. خوابگاه پسران که در بیرون از دانشگاه قرار دارد و خوابگاه دختران که چند وقتی می‌شود به داخل محوطه دانشگاه منتقل شده و در انتهای دانشگاه قرار دارد. البته خوابگاه دانشجویان دختر پزشکی و دندانپزشکی این دانشگاه بیرون از دانشگاه و در نزدیکی دانشکده پزشکی قرار دارد. زهرا دانشجوی کارشناسی دانشگاه شاهد سه سالی می‌شود که با شروع درس و دانشگاه در خوابگاه زندگی می‌کند. از اینکه خوابگاه به داخل محوطه دانشگاه منتقل شده است راضی به نظر می‌رسد و می‌گوید: «قبلاً برای حضور در کلاس‌ها باید مسیر خوابگاه که در نزدیکی پارک ملت قرار داشت تا دانشگاه را طی می‌کردیم. بعضی وقتها ترافیک باعث می‌شد تا به موقع سر کلاس حاضر نشویم. البته هزینه رفت و آمد خوابگاه تا دانشگاه هم خود یکی از معضلات بود که با انتقال خوابگاه به محوطه دانشگاه این موضوع حل شد.» داخل سالن مطالعه خوابگاه چند نفری از دختران دانشجو مشغول مطالعه هستند. زینب که از دانشجویان تازه وارد به دانشگاه است درباره زندگی در خوابگاه دانشجویی می‌گوید: «زندگی در خوابگاه باعث شده تا خیلی چیزها یاد بگیرم. اینجا با چند نفر از شهرهای مختلف با فرهنگ‌های متفاوت باید زندگی می‌کنم پس باید خیلی چیزها را رعایت کنم. هر کدام از ما در سئوئیت مان وظیفه‌ای داریم. حالا مثل چند خواهر هوای همدیگر را داریم و مراقب یکدیگریم.»



زندگی در خوابگاه دانشجویی در کنار برخی محاسن و معایبش لحظات خوشی را برای دانشجو به یادگار می‌گذارد، که حتی پس از فارغ التحصیل شدن هم با یادآوری آن روزها لبخند بر لب بیشتر دانشجویان می‌نشیند. خوابگاه دانشجویی که از آن با عنوان خانه اول دانشجو نام برده می‌شود برای دخترانی که ناچارند مدتی را به دور از خانواده سپری کنند مکانی امن به شمار می‌آید که بیشتر خانواده‌ها ترجیح می‌دهند دخترانشان در آنجا زندگی کنند. در کنار دانشجویان خوابگاه دختران دانشگاه شاهد حاضر شدیم تا برایمان از محاسن و معایب زندگی در خوابگاه بگویند.



سختی زندگی در حاشیه شهر

زندگی در خوابگاه در کنار امنیت و لحظات شاد و خوش دور همی های دوستانه مشکلاتی هم دارد. مریم از جمله دانشجویان دانشگاه شاهد است که از یکی از شهرهای جنوبی کشور برای ادامه تحصیل به تهران آمده است. او را هنگام صحبت با یکی از دوستانش در محوطه دانشگاه می بینیم. مریم زندگی در خوابگاه را پر از لحظات ماندگار می داند و می گوید: «اوایل از اینکه می خواستم دور از خانواده زندگی کنم ترس و اضطراب زیادی داشتم حالا اما دوستانی دارم که مانند یک خانواده در کنار هم زندگی می کنیم.» او از اینکه خوابگاه شان در حاشیه شهر تهران قرار دارد گلّه مند است و می گوید: «انشجوی کارشناسی ارشد هستم برای پایان نامه ام باید از کتابخانه های دانشگاه های داخل شهر استفاده کنم. موقعیت فیزیکی خوابگاه که در محوطه دانشگاه در حاشیه شهر قرار دارد اغلب برایم دردسر ساز است. فقط کافی است به سرویس دانشگاه نرسم و مجبور می شوم مسیر مترو حرم تا دانشگاه را که بیش از یک ساعت پیاده روی است، طی کنم. تازه خطر حمله سگ های ولگرد و افراد مزاحم را هم باید به جان بخرم.» مبینا دوست مریم در ادامه حرف های دوستش می گوید: «خوابگاه مان پر خلاف برخی خوابگاه ها امکانات خوبی دارد. ما در اینجا سالن مطالعه، اینترنت، سایت، نمازخانه و کتابخانه و... داریم. تنها مشکلمان همان موقعیت فیزیکی خوابگاه و دور بودن آن از شهر است که تردد برای دختران به داخل شهر را سخت کرده است. البته گاهی اوقات هم وقتی هوا ابری و طوفانی است برق خوابگاه قطع می شود و شوری آب آشامیدنی را هم باید در کنار بعضی معایب خوابگاه تحمل کرد.»



تجربه زندگی جدید

شاید یکی از مهم ترین ویژگی های زندگی در خوابگاه این باشد که دانشجو حمایت مسئولان دانشگاه را در کنار خود حس می کند. فاطمه دانشجوی کارشناسی ارشد مهندسی زندگی در خوابگاه را تجربه جدیدی می داند و می گوید: «اوایل همراه با چند نفر از دوستانم اتاقی اجاره کرده بودیم. زندگی خارج از خوابگاه آن هم برای یک دختر تنها خیلی سخت بود. از وقتی به خوابگاه آمده ام نه تنها احساس امنیت و آرامش می کنم بلکه همواره حمایت مسئولان دانشگاه را حس می کنم.» امنیتی که محیط خوابگاه دانشجویی برای دختران دارد راه دخترانی که از شهرستان برای تحصیل به دانشگاه شاهد آمده اند هیچ کجا نمی توانند به دست بیاورند. فاطمه در ادامه حرف هایش از امنیت فضای خوابگاه تعریف می کند: «اگر چه خوابگاه مان حاشیه شهر قرار دارد اما همین که داخل محوطه دانشگاه است و دیگر نگران تردد به دانشگاه نیستیم خود نعمتی است. خدمات و امکاناتی هم که مسئولان دانشگاه در خوابگاه برایمان فراهم کرده اند را هم نباید نادیده گرفت. من در اینجا دوستانی دارم که بیشترشان همکلاسم هستند و اغلب در درس ها به یکدیگر کمک می کنیم. با وجود آنها دوری از خانواده برایم قابل تحمل تر شده است.» معصومه هم اتاقی فاطمه هم زندگی در خوابگاه را به دلیل هزینه کمترش برای دانشجویان مناسب می داند. او می گوید: «اجاره خانه آن هم در تهران هزینه بسیاری می خواهد تازه هزینه بهای قبض ها را هم باید به آن اضافه کرد. شاید زندگی در خوابگاه و کنار آمدن با افرادی که از نظر فرهنگ و حتی زبان با ما فرق دارند به نظر سخت بیاید اما شیرینی خودش را دارد.»





حال و هوای دانشگاه شاهد در سال تحصیلی جدید:

روزهای خوش دانشجویی

» نفیسه خانلری |

نقش دانشگاه در پیشرفت علمی دانشجویان و شکل گیری مسیر زندگی آنها بر هیچ کس پوشیده نیست. دانشگاه شاهد از جمله دانشگاه های سراسری در استان تهران است که در امتداد اتوبان خلیج فارس و مجاورت حرم مطهر حضرت امام خمینی (ره) قرار دارد. این دانشگاه با داشتن دانشکده های فنی و مهندسی، پزشکی و دندانپزشکی و مامایی و پرستاری همچنین علوم انسانی و علوم پایه و کشاورزی هر ساله زمینه تحصیل هزاران دانشجو در مقاطع مختلف کارشناسی، ارشد و دکترا را فراهم می آورد. ۱۶ آذر ماه و روز دانشجو بهانه ای شد تا سری به این دانشگاه بزنیم و حال و هوای دانشجویان در سال تحصیلی جدید را از نزدیک ببینیم.

❁ روزی برای دانشجویان

سه و چهار روزی تا روز دانشجو مانده است. داخل دفتر مرکزی بسیج که روبروی دانشکده کشاورزی و مجاورت بلوار ولایت در محوطه دانشگاه قرار دارد، عده ای مشغول برنامه ریزی برای هر چه بهتر برگزار شدن روز دانشجو هستند. علیرضا فرهمند نیا دانشجوی مهندسی پزشکی و مسئول بسیج دانشگاه برابمان از برنامه هایشان در روز دانشجو می گوید: «ما در دانشگاه برای هر مناسبت و ولادت یا شهادتی برنامه ای داریم. روز دانشجو که خوب از اسمش هم پیداست روزی برای ما است. هر ساله در این روز با شاخه گلی از دانشجویان استقبال می کنیم، غذای سلف هم در این روز ویژه تر است. امسال طبق برنامه ریزی با همکاری معاونت دانشگاه، مسئولان

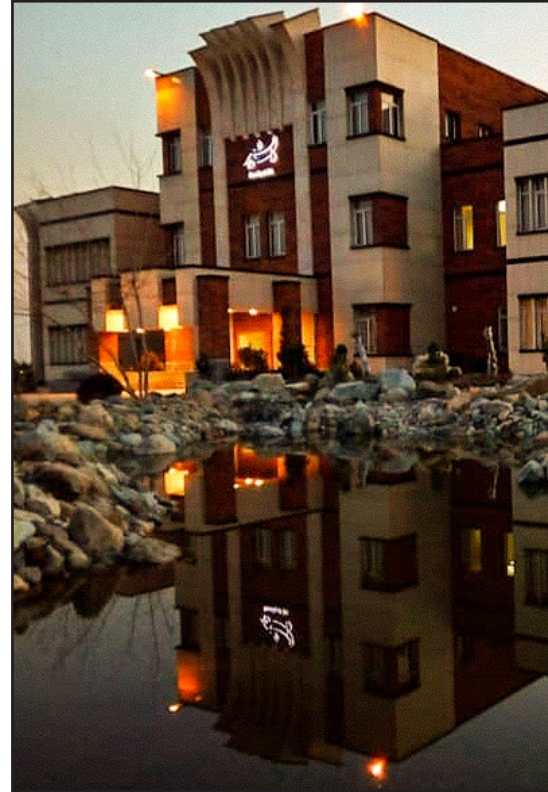
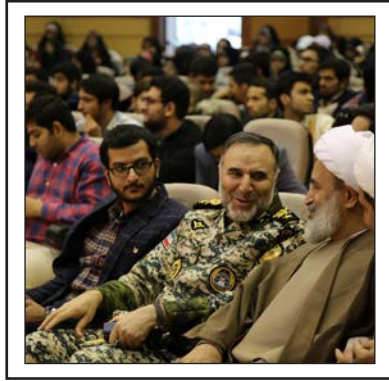
و معاونان دانشگاه برای پاسخ دادن به سئوالات دانشجویان در خوابگاه ها حاضر می شوند. همچنین برنامه سخنرانی آقای روح الامینی که از دانشجویان پیرو خط امام و از جمله کسانی بود که در تسخیر لانه جاسوسی آمریکا حضور داشت را برگزار می کنیم.» در دانشگاه شاهد مانند بسیاری از دانشگاه ها معمولاً اجرای بسیاری از برنامه های مناسبتی را گروه بسیج دانشگاه بر عهده دارد. محمد یکی از دانشجویان تازه وارد به این دانشکده است. او برابمان از حمایت اعضای بسیج از دانشجویان جدید الورد می گوید: «اولین روز بازگشایی دانشگاه وقتی به اینجا آمدم چون دانشگاه خارج شهر قرار داشت، فکر می کردم هیچ برنامه ای برابمان اجرا نمی شود، اما وقتی

ایستگاه های صلواتی را دیدم و اعضای بسیج را که به استقبالمان آمدند تا در فرآیند ثبت نام کمکمان کنند خیلی خوشحال شدم.»

❁ دیدار خانواده شهید او کمک به محرومان

از روزی که سال تحصیلی در دانشگاه شروع شده است. در دانشگاه شاهد حال و هوای دیگری برپاست. در بین دانشجویان این دانشگاه اعضای بسیج فعالیتی خاص دارند. آنها در کنار درس و دانشگاه سعی می کنند تا با اجرای برخی برنامه ها ساعاتی را در کنار محرومان جامعه شان سپری کنند. فرهمند نیا در حالیکه به برنامه های بسیج دانشگاه اشاره می کند، می گوید: «علاوه بر برگزاری همایش ها و کرسی های آزاد اندیشی، برنامه دیدار از خانواده شهید هم از دیگر





دانشگاه شاهد گلخانه‌ای عطر آگین

نزدیک ظهر است و مسئولان سلف در حال تدارک ناهار برای دانشجویانی که خسته از ساعاتی حضور در کلاس به سلف می آیند تا غذایی نوش جان کنند، هستند. کبابی یکی از دانشجویان درباره کیفیت غذای دانشگاه می گوید: « خوشبختانه غذای سلف ما بر خلاف برخی جاها کیفیت و تنوع خوبی دارد. رعایت بهداشت در سلف توسط مسئولان سلف اجباری است، به همین دلیل کمتر دانشجویی را می توانید پیدا کنید که در اثر مصرف غذای سلف بیمار شده باشد.» مزار شهدای گمنام دانشگاه آخرین جایی است که سری به آنجا می زنیم. علیرضا محمدی دانشجوی دکترا را کنار مزار شهدای گمنام می بینیم. می گوید: «هر وقت حاجتی داشته باشم به شهدا متوسل می شوم. همیشه از شهدای گمنام حاجت گرفته ام. این بار هم آمده ام تا برایم دعا کنند.» ۹ سال پیش بود که دو شهید گمنام را در محوطه دانشگاه شاهد دفن کردند. همان زمان رهبر معظم انقلاب در توصیف فضای دانشگاه شاهد با ورود شهدای گمنام فرمودند: دانشگاه شاهد خود گلخانه ای عطر آگین است. به راستی این دو شهید عزیز بدون هیچ جایگاهی عطر و بوی دیگری به فضای دانشگاه شاهد داده است. مسئول بسیج دانشگاه می گوید: «مزار این دو شهید عزیز غربت خاصی دارد. بچه ها از این بزرگواران حاجت های بسیاری گرفته اند. بارها برای ساخت جایگاه و فضا سازی برای این عزیزان برنامه ریزی شده اما در اجرای آن غفلت شده است. کاش جایگاهی در خور شان این عزیزان برای مزارشان ساخته شود.» از فرهنگدنیا خداحافظی می کنم و در حالیکه همچنان به شهدای گمنام فکر می کنم به طرف درب ورودی دانشگاه به راه می افتم.

را انجام می دهند. این گروه تصمیم دارند پنجشنبه‌های هر هفته را به درمان مشکلات دندانپزشکی خانواده‌های شهدای محروم اختصاص دهند.»

برنامه‌هایی ویژه انجمن اسلامی

به طرف سلف دانشگاه حرکت می کنم قبل از آنکه به غذاخوری یا همان سلف برسیم، کانکس فرهنگی ققنوس یا دفتر انجمن اسلامی توجه ام را جلب می کند. از دانشجویان شنیده ام که انتخابات اعضای انجمن اسلامی نزدیک است از لیست کاندیداها که بر در و دیوار دانشگاه چسبانده شده است هم می شد این را فهمید که انتخاباتی در دانشگاه در راه است. جلوی در کانکس با محمد جواد مداح دبیر انجمن اسلامی دانشگاه روبرو می شوم. او در پاسخ به سؤال ما که درباره فعالیت انجمن اسلامی می پرسیم، می گوید: «انجمن اسلامی حدود ۲۲ سال پیش با هدف کار برای جامعه مهدوی در دانشگاه شکل گرفت. اعضای این انجمن در پی انتخابات توسط دانشجویان انتخاب می شوند که ۷ نفر عضو اصلی و دو نفر علی البدل هستند. با انتخاب اعضا، شوراهای تشکیل می شود. شورای مرکزی هم از بین اعضای شوراهای انتخاب می شوند. کار ما در بخش آموزشی و تشکیلاتی متمرکز می شود.» آن طور که از صحبت های مداح مشخص است بیشتر برنامه ها مانند جشن شب شاهد، جشن مهندس، اردوی مشهد در غدیر، اردوی کوثرانه ویژه خاوران توسط انجمن اسلامی برگزار می شود.



برنامه هایمان است. اعضای بسیج دانشگاه سعی می کنند با دیدار خانواده های عزیز شهدا از آنها قدردانی کنند. دیدار از شهدای تیپ فاطمیون از برنامه های است که در چند روز آینده اجرا می کنیم.» سعید دانشجوی پزشکی در ادامه سخنان فرزند نیا می گوید: «با توجه به موقعیت فیزیکی دانشگاه که در جنوب شهر تهران قرار دارد، بچه های گروه پزشکی با عنوان گروه شهید کاظمی آشتیانی و کارگروه درمان با حضور در مهدکودک ها، مدارس، و مساجد در مناطق حاشیه ای شهر تهران به معاینه و درمان رایگان بیماران نیازمند می پردازند. البته گروه دندانپزشکی هم با عنوان گروه شهید شکر با حمایت خیرین در تهیه تجهیزات با برگزاری اردوی ۳ و ۲ روزه خدماتی مانند ترمیم، جرمگیری، عصب کشی





بانوی مخترع جوان از رمز موفقیتش می گوید:

باتوکل برخدا می توان مشکلات را به زانو درآورد

” آتنا کاویان |

علاقه به تحقیق و کمک به

پیشرفت فناوری کشور از مهم



ترین دلایل اختراع بسیاری از جوانان مخترع در

حوزه نانو تکنولوژی است. - شهلا کیان امیری

- بانوی جوان مخترع از جمله این افراد است

که سعی کرد با اختراع - تامین انرژی سردخانه

نانو با اتمسفر کنترل دی ای شده به وسیله

سلول های خورشیدی - گاهی در جهت

نگهداری میوه ها به مدت طولانی بردارد. وی

در حال حاضر بر درمان سرطان کبد توسط

گیاه زردچوبه تحقیق می کند. موفقیت این

بانوی جوان مخترع بهانه ای شد سرانجام

برویم تا برایمان از رمز موفقیتش بگویند.





فرزند شهید بهمن کیان امیری متولد ۱۳۶۰، مخترع و محقق. وی مجری طرح های: کاربرد نشانگرهای ریز ماهواره جهت شناسایی و ثبت پایه های پاکوتاه کننده سیب، تهیه پروتکل تکثیر انبوه پایه های پاکوتاه کننده بومی سیب و تولید نیمه انبوه آنها با استفاده از کشت بافت و ردیابی ویروس های بیماری زای سیب در مناطق مهم کشت سیب کشور و در اجرای ۶ طرح همکاری داشته است.



تلاش برای ثبت اختراع جدید

بانوی مخترع روزی را که اختراعش به ثبت رسید، بهترین روز زندگی اش می داند و می گوید: «برای ثبت اختراع خیلی سختی کشیدم. روزی که لوح ثبت اختراع را گرفتم باورم نمی شد بالاخره تلاشهایم نتیجه داد و توانستم موفق شوم. معتقدم با توکل بر خدا می توان سختی ها را به زانو در آورد.»

کیان امیری این روزها برای تولید اختراع جدید خود تلاش می کند. او که شیفته تحقیق و تلاش برای ثبت اختراعات جدید است می گوید: «در حال حاضر مشغول تحقیق بر روی آثار گیاه زردچوبه در درمان سرطان کبد هستم. متأسفانه بیماری سرطان کبد به دلیل تغذیه نامناسب و عدم اصلاح شیوه زندگی در حال گسترش است. تامین دارو برای درمان بیماران سرطان کبد هزینه های بسیاری را در پی دارد، بنابراین سعی می کنم با اختراع جدید به درمان سرطان کبد در بیماران کمک کنم.»

این بانوی موفق علاوه بر تحقیق و اختراع در هنر نقاشی هم مهارت دارد. کیان امیری از علاقه اش درباره نقاشی می گوید: «از کودکی نقاشی کردن همه تفریحم بود. هر وقت فرصتی پیدا می کردم سعی می کردم نقاشی کنم.»



منتظر حمایت هستیم

اگر چه کیان امیری توانسته اختراع خود را به ثبت برساند اما برای ساخت انبوه آن به کمک و حمایت مسئولان نیاز دارد. او با اشاره به این موضوع می گوید: «اختراعم سال ۹۱ به ثبت رسید، اما از آن زمان تا کنون با همه تلاش هایم هنوز موفق نشده ام آن را بسازم. با توجه به نوع اختراع برای ساخت این سردخانه سرمایه بسیاری نیاز دارم که امیدوارم با حمایت مسئولان بتوانم آن را بسازم.» کیان امیری در ادامه از کمبود امکانات آزمایشگاهی برای محققان نانو می گوید: «متأسفانه بیشتر جوانانی که در زمینه نانو تحقیق می کنند برای ساخت اختراعات خود آزمایشگاه مناسبی ندارند و دانشگاه ها هم به راحتی اجازه استفاده از آزمایشگاه را به این افراد نمی دهند. البته هزینه سنگین اختراعات هم یکی دیگر از دلایلی است که بیشتر جوانان مخترع ساخت و ثبت اختراعاتشان را نیمه رها می کنند.»



دعای پدرم بدرقه راهم است

کیان امیری فرزند شهید بهمن کیان امیری است. او از پدر شهیدش می گوید: «وقتی یک سال و نیم داشتم پدرم در دشت عباس آبادان در عملیات والفجر مقدماتی به شهادت رسید. آن طور که شنیده ام پدر سنگرساز بی سنگران بود. همه دانسته هایم از بابا به شنیده هایم از اطرافیان باز می گردد. اگر چه خاطره چندان از پدر ندارم، اما همیشه وجودش را در کنار خود حس می کنم. می دانم که دعای خیر بابا بدرقه راهم است و موفقیت هایم را مدیون دعای پدرم هستم. هنوز هم هرگاه دلم می گیرد بر سر مزارش حاضر می شوم. حس می کنم از آسمان با همان لیخندی که همه می گویند همیشه بر لب داشت، مرا نگاه می کند و هوایم را دارد.»



کشوری بامیوه های چهار فصل

آب و هوای کشورمان باعث شده است تا در تمام فصول سال میوه های متنوعی از باغات و زمین های کشاورزی برداشت شود. اما نگه داری از این میوه ها به مدت طولانی نیاز به سردخانه های پیشرفته ای دارد. همین موضوع باعث شد تا شهلا کیان امیری به دلیل رشته تحصیلی اش به فکر اختراع سردخانه ای شود که با کمک علم نانو بتواند این میوه ها را به مدت طولانی سالم نگه دارد. بانوی مخترع درباره اختراعش می گوید: «فارغ التحصیل رشته نانو بیوتکنولوژی از دانشگاه تربیت مدرس هستم. در دوران دانشجویی تحقیقاتم بیشتر روی سیب های بومی ایران بود. از اینکه می دیدم در شهرهای زیادی سیب برداشت می شود اما شرایط سردخانه ها برای نگهداری آنها مناسب نیست ناراحت می شدم. به همین دلیل تصمیم گرفتم سردخانه ای برای نگهداری میوه ها اختراع کنم.»



کمک به صادرات بیشتر

کیان امیری نه تنها با اختراع خود دوست داشت به خودکفایی کشور در استفاده از سردخانه پیشرفته کمک کند بلکه هدفش کمک به توسعه صادرات میوه هم است. او می گوید: «مدل سردخانه ای که اختراع کرده ام به گونه ای است که با حفظ و تازه نگه داشتن میوه ها در این سردخانه می توان به صادرات آنها کمک کرد.» بانوی مخترع در اختراع خود همه جوانب را سنجیده و برای صرفه جویی در مصرف برق، انرژی برق مورد نیاز سردخانه خود را با کمک نور خورشید تامین می کند او در ادامه می گوید: «امروزه تولید برق در کشور هزینه گزافی را به دنبال دارد به همین دلیل هنگام ساخت اختراعم سعی کردم تادر تامین برق سردخانه از انرژی خورشیدی کمک بگیرم.»



خانواده شهید مدافع حرم محمدرضا دهقان امیری
از خاطرات فرزند شهیدشان می‌گویند

برای دفاع از حرم و شهادت لحظه شماری می‌کرد

عیسی محمدی

«شهید محمدرضا دهقان امیری» شهید ۲۰ ساله مدافع حرم درست روزهایی که بیشتر همسن و سالانش به دنبال بازی کلش آف کلنز بودند جنگ واقعی با دشمن را انتخاب کرد و برای دفاع از حرم اهل بیت (س) به سوریه رفت. محمدرضا ۴۰ روز دلبرانه و عاشقانه در کنار رزمندگان در مقابل دشمن ایستاد و سرانجام توسط ترور بست های تکفیری داعش به شهادت رسید. در گزارش زیر خاطرات این شهید ۲۰ ساله مدافع حرم را از زبان خانواده اش می‌شنویم.

تعطیلات نوروز در مناطق جنگی

خانواده دهقان امیری با حضور در مجالس مذهبی و هیئت های عزاداری و مسجد از همان کودکی فرزندان شان را با این راه آشنا کردند. فاطمه طوسی مادر شهید که خود خواهر دو شهید هم است می‌گوید: «محمدرضا فرزند دوم من است. دخترم بزرگتر از اوست و یک پسر کوچکتر از محمدرضا هم دارم. ما همیشه تعطیلات نوروز را بر نامه می‌چیدیم و خانوادگی به راهبان نور و مناطق جنگی می‌رفتیم. می‌خواستیم بچه ها از نزدیک مناطق جنگی را ببینند. محمدرضا علاقه بسیاری به این سفرها داشت. هر بار که به این مناطق می‌رفتیم حس و حال غریبی پیدا می‌کرد انگار روی زمین نبود.

کمک به برگزاری مراسم ندبه

وقتی دوره راهنمایی را تمام کرد. مدیر مدرسه اش که با روحیات محمدرضا به خوبی آشنا بود به او پیشنهاد کرد در آزمون ورودی دبیرستان علوم و معارف امام صادق (ع) ثبت نام کند. محمدرضا همزمان در دو رشته معارف و ریاضی در دانشگاه پذیرفته شد اما در نهایت رشته معارف در دانشگاه عالی شهید مطهری را برای ادامه تحصیل انتخاب کرد. علی دهقان امیری پدر شهید که بازنشسته نیروی انتظامی است می‌گوید: «بعد از شهادت محمدرضا دوستانش از فعالیت های او در دانشگاه پرابمان تعریف می‌کردند که همواره در مراسم مذهبی و هیئت های مذهبی دانشگاه حضور داشت. محمدرضا اغلب شب ها در دانشگاه می‌ماند و برای برگزاری مراسم دعای ندبه کمک می‌کرد.»





مرا در امام زاده علی اکبر (ع) چیذر دفن کنید

محمد رضا محل دفنش را از یک سال پیش تعیین کرده بود. مادرش می گوید: «هر پنج شنبه برای دعای کمیل با محمدرضا به امام زاده علی اکبر (ع) چیذر می رفتیم. روز عاشورای سال قبل از شهادتش در حیاط امام زاده علی اکبر (ع) بودیم که روبه من کرد و گفت: مادر مرا اینجا دفن کنید.»



شهید محمدرضا دهقان امیری

تاریخ تولد ۱۳۷۴
تاریخ شهادت ۲۱ آبان ماه ۱۳۹۴
محل شهادت حومه حلب سوریه
مزار امام زاده علی اکبر (ع) چیذر

فرازی از وصیت نامه شهید دهقان امیری

با سلام بر همه دوستان و آشنایان و اقوام این حقیر از همه شما عزیزان تقاضای حلایت دارم و تشکر می کنم از پدر و مادر عزیزتر از جانم که تمام تلاش خود را برای نشان دادن راه سعادت به فرزندشان انجام دادند و این حقیر نتوانستم قدر کوچکی از این فداکاری ها را پاسخ دهم. بر اساس آیه مبارکه ۱۵۶ سوره بقره «الذین اذا اصابتهم مصیبه قالوا ان الله وانا الیه راجعون» آن ها که هرگاه مصیبتی به آن ها رسد صبوری کنند و گویند ما از آن خداییم و به سوی او باز می گردیم. صبر را سر لوحه خود قرار دهید و مطمئن باشید که هر کسی از این دنیا خواهد رفت و تنها کسی که باقی می ماند خداوند متعال است که اگر دلتان گرفت یاد عاشورا کنید و مطمئن باشید غم شما از غم ام المصائب خاتم زینب کبری (س) کوچک است. روضه اباعبدالله (ع) و خانم زینب کبری (س) فراموش نشود و حقیقتا مطمئن باشید که تنها با یاد خداست که دل ها آرام می شود.

و من الله توفیق

محمدرضا دهقان امیری ۱۴ شهریور ۹۴ تهران



دعا کن شهید شوم

مادر شهید دهقان امیری در ادامه سخنانش به پیامک هایی که محمدرضا اغلب برایش می فرستاد اشاره می کند و می گوید: «همیشه از ما می خواست دعا کنیم شهید شوم. حتی وقتی دانشگاه بود برایم پیامک می زد: مامان یادت نرود دعا کنی شهید شوم.» موحدی نژاد یکی از دوستان و همکلاس محمدرضا درباره ویژگی های اخلاقی دوست شهیدش می گوید: «دست و دلبازی اش به گونه ای بود که وقتی می خواست سوریه برود موتورش را که خیلی به آن علاقه داشت به یکی از بچه ها داد.»



چفیه ای که در حرم سید الشهداء (ع) گم شد

یک سال قبل از شهادتش همراه با پدر و مادرش در پیاده روی از بعین شرکت کرد. محمدرضا در کربلا چفیه مشکی اش را به مادرش داد تا در حرم سید الشهداء (ع) متبرک کند اما چفیه در ازدحام جمعیت گم می شود. شهید دهقان امیری گم شدن چفیه را به حاجت روا شدن تعبیر می کند و از مادرش می خواهد در حرم امام حسین (ع) و حرم حضرت عباس (ع) برایش دعا کند که در سوریه شهید شود. خلم طوسی مادر شهید می گوید: «محمدرضا برای اینکه مرا راضی کند تا به عنوان مدافع حرم به سوریه برود می گفت: اگر فردای قیامت حضرت زینب (س) از شما سؤال کند چرا فرزندتان را برای دفاع از حرم من نفرستادید چه پاسخی داری بدهی؟ این حرفش باعث شد تا من سرانجام به رفتنش رضایت بدهم.»



دلگواهی می داد محمدرضا شهید شده است

مادر شهید درباره روزی که خبر شهادت فرزندش را دادند بر ایمان تعریف می کند: «شب قبل از شهادت پرواز کردن محمدرضا را احساس کردم. مهر محمدرضا از دلم جدا شده بود. آن روز نیمه شب از خواب بیدار شدم حال غریبی داشتم. احساس کردم خانه پر از نور است. منبع نور از قاب عکس های دوبرادر شهیدم بود. آن شب برادر شهیدم در خواب به من گفت: «فاطمه جان نگران نباش محمدرضا پیش من است. صبح که از خواب بیدار شدم حالم منقلب بود. خبر دادند که محمدرضا زخمی شده است اما من می دانستم فرزندم به آرزویش رسیده است.»



مرحوم حسین آهی از شاعران و پژوهشگران برجسته کشور به شمار می‌رود که ۷ مرداد امسال در سن ۶۶ سالگی پس از تحمل سال‌ها رنج بیماری، چشم از جهان فرو بست. وی در دوران حیات خود بیش از ۲۵ کتاب پژوهشی و تصحیحی در حوزه شعر و ادبیات منتشر کرد. آهی در بین اهل قلم محبوبیت بسیاری دارد. محمد صالح علاء بار دیرینه استاد آهی او را فرد خودآموخته و گنج‌باد آورده‌ای می‌داند که همه دانش خود را با تلاش به دست آورده بود. ساعتی با استاد صالح علاء مستند ساز، شاعر، مجری تلویزیون، نویسنده و ترانه سرای قدیمی کشورمان هم کلام شدیم تا برابمان از مرحوم حسین آهی بگویید.

۱ به عنوان اولین سؤال می‌خواهیم بدانیم دوستی و رفاقت شما با استاد آهی به چه زمانی بر می‌گردد؟ در واقع استاد آهی را از چه زمانی می‌شناختید؟ دوستی ما به دوره دانش آموزی و مدرسه باز می‌گردد. هر دو در دبیرستان علمیه شماره یک و دو در بهارستان درس می‌خواندیم. بعدها شعر زلف ما را به یکدیگر گره زد. استاد آهی از همان نوجوانی و دانش آموزی از بزرگان شعر و ادبیات بود. مرحوم آهی حوالی ۱۶ سالگی کتاب عروض با دیباچه علامه جلال الدین را منتشر کرد.

۲ کمی درباره ویژگی‌ها و خصوصیات اخلاقی استاد آهی برابمان بگویید؟

استاد آهی مبادی ادبیات بود. آهی شعر را و عروض را که در آن تخصص داشت رفتار می‌کرد. مهربانی و انسانیت ردیف و قافیه اخلاق آهی بود. حسین آهی خود آموخته به کمال رسید، او انسانی فرهیخته و با کمال بود. من دائماً از حسین آهی می‌آموختم، او فردی گشاده دست بود که پنج شنبه‌ها را به من بخشید شب جمعه‌های من هدیه آهی به من است. استاد آهی اهل مدارا بود، او مشق انسانیت و ادب و انسانی با معرفت بودن را به من آموخت.

۳ چه ویژگی خاصی در مرحوم آهی دیدید که شما را شیفته او کرد؟

آهی فردی شاد و انسان کم‌مانندی در این دوران بود، او در معرفت، دوستی و تواضع و

محمد صالح علا از دوستی اش با مرحوم حسین آهی می‌گوید

آهی خودآموخته و گنج‌باد آورده بود

” زهرا فراهانی |





اغلب درباره مسائل فکری و ادبیات گذشته و امروز با هم صحبت می کردیم. با هم شوخی می کردیم و گاهی هم بحث های جدی. ولی من همچنان از دوستداران او بودم. همیشه از آهی یاد می گرفتم. هنوز هم کتاب هایی که به امانت به من داده بود کنار خاطراتش نگه داشتم و با آنها در کنار آهی زندگی می کنم.



شعر

خاطرات ماندگار صالح علاء با استاد آهی

رسم مهمان نوازی در برنامه رادیو

خاطراتی که با استاد آهی دارم همه ماندگار است. انسان های باهوش و نخبه مانند استاد آهی افرادی طنز و شوخ طبع هستند و شوخی را رفتار می کنند. شوخی هایشان هم مانند دانش شان ماندگار است. به یاد دارم یک بار با هم در میدان پانزده خرداد برنامه مشترکی اجرا می کردیم. در آن برنامه، مرحوم استاد شهری را به خاطر انتشار کتاب فرهنگ تهران ایشان به برنامه دعوت کرده بودیم. استاد شهری که سن و سال زیادی داشت بین من و مرحوم آهی جلوی میکروفون نشسته بود. استاد شهری که فراموش کرده بود فضای پخش برنامه رادیویی است گاه گاهی بر روی میکروفون می زد. آهی آنقدر بزرگ بود که به استاد شهری تذکری در این باره نمی داد یا مثلاً آن زمان مردم به رادیو زنگ می زدند و درخواست هایشان برای پخش را می گفتند. هر چند ساعت بر گه ای از قسمت ضبط برنامه به ما می دادند که در آن نوشته شده بود مردم می خواهند چه کسی شعر بخواند. به یاد دارم آن روز لیستی به ما دادند که دختران دانشسرای عالی تقاضا کرده بودند صالح علاء شعر بگوید. آهی در آنجا با دیدن برگه رسم مهمان نوازی را به جا آورد و به جای نام من، نام استاد شهری را بر زبان آورد و گفت دانشجویان دانشسرای عالی از استاد شهری می خواهند تا برایشان بخواند.



یکی دیگر از خاطراتم باز بر می گردد به دوران اجرا. آن زمان من فیلم های زیادی بازی می کردم اغلب شب تا صبح کار می کردم و صبح خسته در برنامه رادیو حاضر می شدم. یک روز که با استاد آهی در رادیو برنامه داشتیم شعری از مرحوم منوچهری خواندیم. یکی از همکاران ما در آنجا به اشتباه گفت کاش منوچهری خود حضور داشت و شعر را خودش می خواند حال آنکه استاد منوچهری سالیان سال بود که فوت شده بود. استاد آهی در آن برنامه با توضیحات اشتباه همکاران را جبران کرد. آهی پر از دانش بود و هر اشتباهی را می توانست به موقع اصلاح کند.

در آنجا یکدیگر را می دیدیم و گفتگو می کردیم یا کتاب و شعر می خواندیم. او قبل از فوتش شعری بر اینم نوشت که هنوز آن را باز نکرده ام. معمولاً هر زمان شعری می نوشت آن را برایم می فرستاد اغلب درباره مسائل فکری و ادبیات گذشته و امروز با هم صحبت می کردیم، با هم شوخی می کردیم و گاهی هم بحث های جدی، ولی من همچنان از دوستداران او بودم همیشه از آهی یاد می گرفتم. هنوز هم کتاب هایی که به امانت به من داده بود کنار خاطراتش نگه داشتم و با آنها در کنار آهی زندگی می کنم.

۴ برخی از شاعران جوان امروزی برخلاف استاد آهی که در حوزه فعالیتش زیاد تحقیق و پژوهش می کرد، اهل پژوهش و غور کردن نیستند چه صحبتی با این افراد دارد؟

من همین جا دست جوانانی که در این مشرب هستند و با کتاب و شعر آشنا شده اند را می بوسم. رسالتی که دارند بسیار دشوار است و کار یک عمر تلاش کردن است. قلم به همین سادگی در دست کسی اهل نمی شود. برای اینکه فردی نویسنده شود یک شبه یا یک هفته ای نمی شود. بلکه سالیان سال باید تلاش کند. دانشگاه ها امثال آهی بیرون نمی آید. تلاش و پشتکار فرد است که از او مثال آهی می سازد.

۴ به عنوان آخرین سوال، مهم ترین درسی که از مرحوم آهی آموختید چه بود؟ رفتار آهی همیشه شبیه خودش بود. این نگاه انسانی او به هستی و عدالتخواهی و آزادی، من را اسیر کرده بود. من از آهی بخشنده گی، گذشت، اهل مدارا بودن، رفتار مسئولانه داشتن نسبت به ادبیات، انسانیت و اخلاق یاد گرفتم.



نجابت حرف اول را می زد. انسانی پاک دست و پاکی اندیش بود. استاد آهی مثل استاد اخوان ثالث استاد اخلاق من بود. او انسانی بود که زلفش با کتاب گره خورده بود.

۴ همکاریتان در رادیو و تلویزیون با استاد آهی از کی آغاز شد؟

من از نوجوانی با تلویزیون و رادیو همکاری داشتم. بعد از اتمام تحصیلاتم در فرانسه و بازگشت به کشور دهه ۸۰ بود که استاد آهی هم که از آلمان بازگشته بود، به تلویزیون آمد. همان دوران هم همه استاد آهی را می شناختم، او در کارش یگانه بود. ما دوران مدرسه با هم بودیم وقتی به تلویزیون آمد اتفاقی دوباره در کنار هم قرار گرفتیم و من وارث یادهای آهی شدم.

۴ در جایی گفتید آهی گنج باد آورده است، منظورتان از این سخن چه بود؟

حسین آهی انسانی فرزانه بود در واقع می توان گفت خودش از آثارش مهم تر بود. او شعر را رفتار می کرد. معتقد نیستم کتاب از ما انسان بهتری می سازد اما به نظرم کتاب از استاد آهی انسان بهتری ساخته بود. استاد آهی ارزش های بی شماری داشت که برخی بر جامعه ادبی ما پنهان مانده است و می تواند برای آیندگان آموزگاری کند. تا یک نفر حسین آهی شود جامعه باید هزینه های هنگفتی صرف کند. استاد آهی از این نظر گنج باد آورده بود که هیچ هزینه ای برای جامعه نداشت او انسان خودآموخته ای بود که همه را با تلاش خود به دست آورده بود و به این جایگاه رسیده بود.

۴ به نظر شما آهی چه داشت که او را از برخی شاعران امروزی متمایز می کرد؟

استاد آهی همیشه یک چیزی بیشتر از همه داشت. ما برای اینکه انسان بهتری باشیم کتاب می خوانیم و تحصیل می کنیم یا شعر می گوئیم. آهی یک چیزی مضاعف بر دیگران داشت. او به حق انسانیت رسیده بود.

۴ به عنوان دوست و یار نزدیک مرحوم آهی فکر می کنید چگونه می توان افرادی مانند حسین آهی پرورش داد؟

من اگر پاسخ را می دانستم اول سعی می کردم خودم را مثل آهی کنم. من و استاد آهی برنامه های مشترک بسیاری با هم داشتیم. آخرین برنامه ما قرار بود به مناسبت روز قلم باشد که با آسمانی شدن آهی نیمه تمام ماند. استاد آهی دفتری در وسط شهر داشت که اغلب



گذری کوتاه بر زندگی میرزا کوچک خان جنگلی

رهبر نهضت جنگل

منبع: سردار جنگل، نوشته- ابراهیم فخرائی

پس از پیروزی انقلاب،

میرزا کوچک فرزند میرزا



بزرگ در سال ۱۲۵۷ ه. ش. در محله قدیمی استادسرا شهر رشت در خانواده‌ای متوسط چشم به جهان گشود. پدر و مادر وی از خاندان رشوندهای الموت قزوین بودند. وی سنین آغاز عمر را در مدرسه حاجی حسن واقع در صالح آباد شهر رشت و مدرسه جامع به آموختن صرف و نحو و تحصیلات دینی گذراند. پس از آن به قزوین رفته و در مدرسه صالحیه تحصیل دروس حوزوی را ادامه داد و چندی هم در مدرسه محمودیه تهران به همین منظور اقامت گزید. پایه آموزش حوزوی، می توانست وی را در سلک یک روحانی تربیت کند، اما حوادث و انقلابات کشور مسیر افکارش را تغییر داد و او را به راهی دیگر کشاند.

میرزا کوچک خان دارای دو خواهر به نامهای کربلایی خانم و سارا خانم و دو برادر به نامهای میرزا محمدعلی خان و میرزا رحیم خان بود، که هر دو بعد از میرزا وفات یافتند. بنا به گفته اطرافیان، او مردی قوی بنیه، زاغ چشم و دارای سیمایی متبسم بود و از نظر اجتماعی مردی با ادب، فروتن، خوش برخورد، مومن به اصول اخلاقی، صریح اللهجه، طرفدار عدل و آزادی و حامی مظلومان بود. میرزا کوچک خان اهل ورزش بود و از مصرف مشروبات الکلی و دخانیات خودداری می کرد. میرزا در سنین آخر عمرش همسری برگزید.



ما در دوران مبارزه‌ی خودمان، هر وقت نام میرزا کوچک خان را به یاد می آوردیم و شرح حال او را می خواندیم، نیرو می گرفتیم. او از همت و اراده و شخصیت و هویت خود خرج کرد، برای اینکه به یک نسل هویت و شخصیت و نیرو و اراده ببخشد. این بسیار ارزش دارد.

۱۳۸۰/۰۲/۱۲



شهید میرزا کوچک‌خان و شهدای والامقام روحانی استان گیلان که جان خود را در راه رضای خدا و دفاع از دین مبین اسلام و تمامیت ارضی ایران اسلامی تقدیم نمودند و خاطره جاودان خود را همچون مشعلی فروزان، در ذهن و دل و واقعیت زندگی بشریت تا همیشه‌ی تاریخ باقی گذاشتند.



نقش وی در انقلاب مشروطه

دلایل فراوانی مذاکرات به شکست انجامید. یکی از این دلایل این بود که تعدادی از جنگلی‌ها بمانند دکتر حشمت و یارانش قبلاً با سردار سپه توافق کرده بودند که عملاً به کشته شدنشان انجامید. در نهایت قوای قزاق از فرصت استفاده کرده و طی شبیخونهای فراوانی، نیروهای جنگل را وادار به عقب نشینی کردند و بعضی از سران تسلیم یا کشته شدند. میرزا همراه با تنها یار وفادارش، گائوک آلمانی معروف به هوشنگ، جهت رفتن به نزد عظمت خان فولادلو، که همیشه از میرزا حمایت می‌کرد، به طرف کوه‌های خلخال حرکت کردند ولی دچار بوران و طوفان گردیده و سرانجام زیر فشار سرما و برف در ۱۱ آذر ۱۳۰۰، هنگامی که میرزا هوشنگ را به کول گرفته بود، از پای در آمدند. فردی به نام کرم که از خلخال عازم گیلان بود آن دو را در میان برفها دیده و شناخت. پس خبر ماجرا را به روستای نزدیک آنجا رساند. اهالی به آنجا شتافتند و تن یخ زده آنها را به روستا آوردند که فایده‌ای نداشت.



مقبره جدید میرزا کوچک جنگلی در رشت

خبر درگذشت میرزا، به گوش محمدخان سالار شجاع برادر امیر مقتدر طالش که از بدخواهان میرزا بود، رسید. نامبرده همراه با شماری تفنگچی به خانقاه رفت و اهالی را از دفن اجساد منع کرد. سپس دستور داد یکی از طالبی‌های همراه وی که رضا اسکستانی بود، سر یخ زده میرزا را از بدنش جدا کند. محمدخان سپس سر را نزد برادرش امیر مقتدر در ماسال برده و آنگاه به رشت برده و تسلیم فرماندهان نظامی کرد.



سرکوب نهضت جنگل

سر میرزا کوچک خان را در مجاورت سربازخانه رشت، در جایی که معروف به انبار نفت نوبل است، تا مدت‌ها در معرض تماشای مردم قرار داده و سپس خالو قربان که از یاران سابق میرزا و از هواداران سردار سپه بود، سر میرزا را به تهران به نزد سردار سپه فرستاد. سر میرزا را به دستور سردار سپه در گورستان حسن آباد دفن کردند. بعد یکی از یاران قدیمی میرزا بنام کلس آقا حسام سر میرزا را محرمانه از گورکن تحویل و به رشت برده و در محلی موسوم به سلیمان داراب بخاک سپرد. در شهریور ۱۳۲۰ و هنگام استعفای رضاشاه آزادخواهان گیلان قصد داشتند جسد بدون سر میرزا را با تشریفات شایسته از خانقاه طالش به رشت حمل کنند ولی ماموران جلوگیری کردند. در نتیجه به جهت پیشگیری از برخورد جسد میرزا را بطور عادی به رشت حمل و در جوار سر دفن کردند. از آن تاریخ هر سال در روز ۱۱ آذر مراسمی سلاطه در مزار او در سلیمان داراب رشت برگزار می‌شود.



پای صحبت های طالب نعمت پور، دارنده چندین مدال طلای قهرمانی کشتی آسیا و جهانی

فرزند کوچک ایران زمین

» الهام کاویانی |

طالب نعمت پور، دارنده چندین مدال طلای قهرمانی کشتی آسیا و جهانی متولد سال ۱۳۶۳ است. زندگی این کشتی گیر جوان ایرانی فراز و فرودهای بسیاری دارد؛ اقبال و بداقبالی شانه به شانه هم. اما همه اش این نیست؛ تصمیمی که او به آن می گوید «ارزشی و آرمانی» جوانمردی و فتوت این کشتی گیر را در ذهن مردم ثبت کرد؛ نعمت پور سال ۲۰۱۰ در مسابقات جهانی روسیه درست وقتی از او به عنوان بخت مسلم طلا یاد می کردند، حاضر نشد مقابل حریف اسرائیلی کشتی بگیرد. تصمیمی به معنای به رسمیت نشناختن رژیم غاصب صهیونیستی. او سال ۲۰۱۳ در مسابقات جهانی بوداپست مجارستان، خوش درخشید و طلائی شد و ثابت کرد در مسابقات ۲۰۱۰ هم از نظر فنی چیزی برای قهرمانی کم نداشت. سال ۲۰۱۴ اما یک ماجرا که او از آن به عنوان «شتاب» و «عتماد نابجا» یاد می کند، سرنوشت کشتی گیر دلاور ایرانی را تغییر داد. متأسفانه تست دوپینگ او مثبت اعلام و موجب محرومیت او از دنیای کشتی شد. او در نامه خداحافظی خود از کشتی در خط پایانی نامه، خود را «فرزند کوچک ایران زمین» عنوان کرد.





ساده زیستی

نعمت پور از خانواده ساده زیست و باصفاش می گوید:
«مادرم زن بساز و قاعی است. تا به این سن رسیده‌ام یک‌بار هم از او نشنیده‌ام که زندگی خودش را با دیگران مقایسه کند. آن قدر که به اعتقادات ما کار داشت به هیچ چیز دیگری کار نداشت.»



روایت

از خون این جوان بگذرید

کشتی گیر کشورمان مدال طلا کم نداشت اما شاید بتوان طلایی ترین نقطه کارنامه نعمت پور را میانه گیری اش برای جلوگیری از قصاص یک جوان دانست: «سال ۱۳۹۲ یا ۱۳۹۳ بود. چند روز قبل از اردوی رسمی تیم ملی کشور از یک شماره ناشناس چندبار با تلفن همراه تماس گرفته شد. از زندان بود. خودش را معرفی کرد؛ همکلاسی ام در پایه چهارم ابتدایی بود. ظاهراً در یک درگیری مرتکب قتل غیر عمد و ناخواسته شده بود. از من خواست برایش حلالیت و رضایت بگیرم. گفت حتی اگر نتوانم رضایت بگیرم این کارم در ذهنش می ماند. برای آرامش او هم که شده همان شب از مربی اجازه گرفتیم و همراه حمیدرضا سوریان، بابک اسدی و غلامرضا محمدی راهی شدیم. لطف خدا همراهمان بود و توانستیم رضایت بگیریم.» قصد یک مقایسه می کنم؛ پاسخ جالبی می دهد وقتی می پرسیم اگر مدال های طلای ورزشی اش را بگذارند یک کفه ترازو و دوندگی و تلاشش برای عفو آن جوان را در کفه ای دیگر، می گوید: «هر دو کفه به یک اندازه برابرم سنگین است. مدال ها برای خودم، خانواده و ملت عزیزمان شرف و افتخار آورد اما آن لغو قصاص و عفو، آرامش زیادی به زندگی ام آورد.» از احوال آن جوان بی خبر نیست: «گاهی تماس می گیرد. جوان باهوشی بود، شکر خدا ادامه تحصیل داده و به مدارج خوبی هم رسیده است. آن ماجرای ناخوشایند واقعاً یک اتفاق تلخ بود و تعمد قبلی نداشت است. من که کاری نکردم باید ممنون خانواده مقتول بود که سنگ تمام گذاشتند با گذشته که داشتند. روی همراهان ورزشکارم را زمین نینداختند. کار بزرگ را آنها انجام داده اند که قلباً رضایت دادند تا آن جوان از زندگی محروم نشود و مسیر زندگی را پیدا کند.»



درست در نخستین قرعه!

ایران در رقابت های جهانی کشتی سال ۲۰۱۰ روسیه، ۲ مدال طلا کسب کرد که انتظار می رفت نعمت پور هم طلا کسب کند. ماجرا اما در همان مرحله وزن کشتی جور دیگری رقم خورد. طبق جدول قرعه کشتی، نخستین مسابقه و رقابت نعمت پور در برابر نماینده ورزشی رژیم صهیونیستی بود. طبق مواضع جمهوری اسلامی ایران مبنی بر به رسمیت نشناختن این رژیم غاصب، نعمت پور حاضر به شرکت در این مسابقه نشد. او می گوید: «تا عصر همان روز به دلیل دل درد شدید در بیمارستان بودم و صحبت از احتمال «آپاندیسیت» بود. وقتی جدول و قرعه ها اعلام شد، واقعاً ناراحت بودم که نمی توانم در مسابقات جهانی که برای رسیدن به آن سختی های بسیاری کشیده بودم، کشتی بگیرم حتی یک کشتی! مسابقات جهانی سال ۲۰۰۹ را به دلیل جراحی از دست داده و به برد ۲۰۱۰ چشم دوخته بودم. مربی هم بارها از من به عنوان «شانس طلا» یاد کرد. قرعه ها طبق یک برنامه نرم افزاری انجام و اعلام شد. تا مدت ها به این فکر می کردم که احتمال شیطنت در این قرعه کشتی وجود داشته؛ اینکه من دقیقاً در نخستین کشتی باید رویه روی چنین رقیبی قرار می گرفتم. نماینده وزن پنجم کشور بودم. اگر قرعه طوری نبود که در نخستین رقابت مقابل ورزشکار اسرائیلی قرار نمی گرفتم، مدال هایی که کسب می کردم می توانست در رتبه نهایی تیم ملی کشور اثر بگذارد.» حرف هایش کاملاً با تحلیل های ورزشی رسانه های روز مطابقت دارد با اعلام جدول فیلا اما این فرصت از کشتی ایران سلب شد با این حال نعمت پور تصمیمی ارزشمند گرفت و در تاریخ کشتی ما ثبت شد.

دلاور لرستانی

طالب نعمت پور کشتی گیر طلایی لرستان و اصالتاً اهل کوهدشت ساکن تهران است اما خانواده پدری اش همچنان در همان شهرستان زندگی می کنند. علاقمندان دوآتشفه کشتی احتمالاً هنوز مصاحبه تلویزیونی مادرش همزمان با حضور او در مسابقات جهانی ۲۰۱۳ را به یاد دارند که می گفت: «به نیت پیروزی پسرم در این مسابقات به پلبوس امام هشتم رفتم و خواستم کمکش کند.» آن شب وقتی دست نعمت پور به نشانه برد بالا رفت و پرچم کشورمان به عنوان قهرمان این مسابقات به اهتزاز درآمد، شب خوش کوهدشتی ها و ملت ایران رقم خورد. نعمت پور، هستی بر آتش کشتی دارند و طالب نعمت پور می گوید: «آخرین نفر از اعضای خانواده بودم که دوبنده پوش شدم. مشوق من خانواده ام بودند.» برای کشتی گیرها زمان جور دیگری رقم می خورد. خاطرات را بیشتر با وزن مرور می کنند تا سال و ماه مثل نعمت پور که وقتی قرار است از نخستین تجربه جدی کشتی گرفتن عمرش بگوید، می گوید: «خوب یادم هست، ۲۶ کیلو بودم با پسرعمویم رفتم کشتی و با همسن سال هایم مسابقه دادم. بچه ته تغاری خانواده بودم و همیشه مورد حمایت هم حواسشان به درسم بود هم ورزش اما خودم متوجه می شدم که در ورزش آینده بیشتری برایم می دیدند.»

خانه ساده، باصفا و مهمان پذیر

ورزش و ورزشکار محصول همت خودش و دلسوزی مربی است اما مراسم را باید از زمانی دورتر از دامن خانواده جست و جو کرد. نعمت پور از خانواده ساده زیست و باصفاش می گوید: «مادرم زن بساز و قاعی است. تا به این سن رسیده‌ام یک‌بار هم از او نشنیده‌ام که زندگی خودش را با دیگران مقایسه کند. آن قدر که به اعتقادات ما کار داشت به هیچ چیز دیگری کار نداشت.» حرف های کشتی گیر نامی کشور را که می شنوی، خوانه ناخواه مادری در ذهن متجسم می شود که اگر با چشم های او به دنیا نگاه کنی، فقیر از نظرت کسی است که محبت خدا در دل و خانه اش جایی نداشت باشد. پسر خانواده نعمت پور درباره پدر می گوید: «کم باشد اما حلال باشد، جمله معروف پدرم است. خانه پدری باصفا و دوست داشتنی ای داریم. ساده و تمیز که به جای تزئینات اضافی دست و پاگیر همیشه برای مهمان ناخوانده سهم غذا و سفره ای باز است، روی خوش پدر و مادرم بهترین استقبال برای مهمان هاست. در خانه ما کسی غریبی نمی کند.»



پوسته را دور نریزید

بیشتر ما عادت داریم، بعد از مصرف تخم مرغ پوسته آن را دور بریزیم. در صورتی که پوسته تخم مرغ منبع غنی‌ای از کلسیم است. پوسته تخم مرغ در کنار اینکه ۹۰ درصد کلسیم در خود جا داده، یک لایه پوششی دارد که به حفظ تازگی و سلامت تخم مرغ کمک می‌کند. کلسیمی که داخل پوسته تخم مرغ ذخیره شده از شکستگی ناخن، ریزش مو، پوکی استخوان، یبوست، آسم و خونریزی لته جلوگیری می‌کند. همین ارزش غذایی باعث شده تا متخصصین راهکارهایی برای استفاده از پوسته تخم مرغ پیشنهاد کنند. یک روش این است که پوست تخم مرغ را بکوبید و آن را داخل لیوان بریزید و روی آن را با سرکه یا آبلیمو بپوشانید. بعد از پنج یا شش ساعت آن را صاف کرده و مصرف کنید. البته هرچه زمان طولانی‌تر باشد، غلظت محلول بهتر خواهد شد. روش دیگر این است که خود تخم مرغ را در لیوانی پر از سرکه یا آبلیمو قرار دهید و آن را در یخچال بگذارید. سرکه و آبلیمو به دلیل خاصیت اسیدی بودن کلسیم را در خود حل می‌کنند. یعنی بعد از ۲۴ یا ۴۸ ساعت پوست تخم مرغ در لیوان حل خواهد شد. بعد از آن می‌توانید تخم مرغ را درآورید و به‌صورت معمولی استفاده کنید. شربت کلسیمی که باقیمانده را هم می‌توانید با سالاد میل کنید یا داخل غذا بریزید.

فکر می‌کنید تخم مرغ در سلامت بدن ما چقدر تاثیر دارد؟

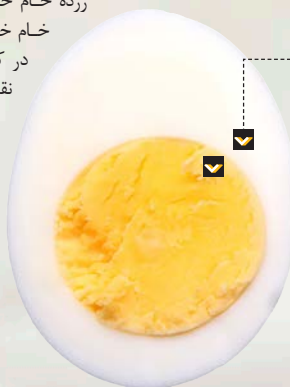
نیمرو، آب‌پز و عسلی بزن تا حالت جابجاء!

گردآوری: حنا کیهان دوست



خاصیت بیشتر زرده تخم مرغ

هرچند بیشتر پروتئین تخم مرغ در سفیده آن است اما ۴۰ درصد آن در زرده ذخیره شده. زرده مواد معدنی، چربی و ویتامین‌های A، B12 و D بدن را که برای سلامت پوست و چشم ضروری و مفید هستند می‌تواند تامین کند. همچنین چربی داخل زرده تخم مرغ برای رشد ذهنی و مغزی به‌خصوص برای کودکان بسیار مفید است. البته اکثر متخصصین این خواص را بیشتر در زرده تخم مرغ می‌دانند و معتقدند همان اندازه که زرده خام خوردن مفید است، سفیده خام خوردن زیان‌آور خواهد بود. در کتاب «مکارم‌الاخلاق» به نقل از امام صادق (ع) آمده: «زرده تخم مرغ سبک و زود هضم اما سفیده آن سنگین و دیر هضم است».



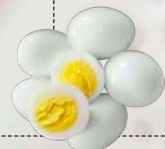
تحقیقات کارشناسان غذایی نشان می‌دهد تخم مرغ آنقدر خاصیت دارد که به راحتی می‌توان آن را جزو کالاهای اساسی سبب غذایی گذاشت. از فواید و ارزش غذایی بالایش که بگذریم تخم مرغ کاربردهای فراوان دیگری هم دارد که شاید تاکنون به گوش تان نخورده: از محلولی به‌عنوان پاک‌کننده گرفته تا حاصلخیز کردن خاک و تولید مواد غذایی برای پرندگان. مهم‌تر از همه اینکه کلی روایت و حدیث داریم که درباره خواص غذایی آن گفته شده. اگر می‌خواهید درباره این ماده غذایی بیشتر بدانید در این مطلب با ما همراه شوید.

کامل‌سفت و پخته شود

بیشتر وزن تخم مرغ را سفیده تشکیل می‌دهد. سفیده برعکس زرده فاقد چربی و کلسترول است و بیشتر آب موجود را تامین می‌کند. به همین دلیل سفیده، کم‌کالری (۱۷ کالری در مقایسه با ۷۰ کالری تخم مرغ کامل)، فاقد کربوهیدرات، قند، چربی اشباع شده و کلسترول است. همچنین سفیده بیشترین پروتئین تخم مرغ را دارد که البته باید کاملاً سفت و پخته شده آن را مصرف کرد. به گفته کارشناسان، سفیده تخم مرغ غذایی ایده‌آل برای دیابتی‌ها یا بیماران قلبی - عروقی به‌شمار می‌آید.



پیامبر اکرم ﷺ: «از خوردن تخم مرغ با ماهی به‌طور همزمان پرهیز کنید».



پختن تخم مرغ در آب برای مدتی طولانی باعث می‌شود زرده تخم مرغ پس از سرد شدن رنگی متمایل به خاکستری یا سیاه پیدا کند. این رنگ مربوط به سولفور آهن است و زبانی ندارد.



۲۰

مصرف فراورده‌های دامی خاص باعث کاهش احتمال بروز حمله قلبی می‌شود. یعنی تخم مرغ، محصولات لبنی و ماهی به‌طور غیرمستقیم ۲۰ درصد خطر فوت در اثر حمله قلبی را کم می‌کنند.

۱۱

تخم مرغ به محض تولید باید در محیط سرد بین ۸ تا ۸ درجه سانتیگراد نگهداری شود. هر یک‌ربع که تخم مرغ خارج از یخچال باشد، هفت روز از عمر مفید آن کم می‌شود و اگر چهار تا پنج روز بیرون از یخچال باقی بماند، عمر مفید آن به پایان می‌رسد.

۳

بیشتر کارشناسان تغذیه مصرف سه عدد تخم مرغ در هفته را توصیه می‌کنند و مناسب می‌دانند.

۴۴

نتایج پژوهشی که در سال ۲۰۰۳ در دانشگاه هاروارد انجام شده نشان می‌دهند دخترانی که زیاد تخم مرغ مصرف می‌کنند در بزرگسالی کمتر به سرطان سینه مبتلا می‌شوند. همچنین زنانی که در هفته شش عدد تخم مرغ می‌خورند ۴۴ درصد کمتر از زنانی که در هفته دو عدد یا کمتر تخم مرغ استفاده می‌کنند به سرطان سینه مبتلا می‌شوند.



طبق آمار اعلام شده، مصرف سرانه تخم مرغ در

ایران برای هر فرد حدود ۱۹۱ عدد است.



افزایش نسل

شخصی نزد پیامبر(ص) می‌رود و از کم بچه‌دار شدن خودش شکایت می‌کند. آن حضرت در جواب او را به خوردن تخم مرغ توصیه می‌کند. امام باقر(ع) نیز فرموده: «هر کس فرزند ندارد، تخم مرغ بخورد و فراوان از آن بهره ببرد.»

گوشت ارزان قیمت بخورید

امام صادق(ع) می‌فرماید: «تخم مرغ غذایی سبک و هضم آن آسان و جانسین مناسبی برای گوشت است و زیان گوشت را ندارد.» از این حدیث این گونه می‌توان استنباط کرد که تخم مرغ هوس گوشتخواری را از بین می‌برد و می‌تواند غذایی ارزانتر به جای گوشت باشد.



تشخیص تخم مرغ سالم

برای تشخیص تخم مرغ تازه و سالم از تخم مرغ کهنه آن را در برابر نور قرار دهید. تخم مرغ تازه زرده آن شفاف و تخم مرغ کهنه کدر و تیره است. همچنین تخم مرغ تازه سفیده غلیظ و کشنداری دارد.

تخم مرغ چه عوارضی دارد

امام رضاع) فرموده: «مداومت در خوردن تخم مرغ باعث بیماری طحال می‌شود و پادهایی در سر معده ایجاد می‌کند.» آن حضرت در جای دیگری فرموده: «خوردن همیشگی تخم مرغ سبب پیدایش کک مک در صورت می‌شود.»



تخم مرغ سنتی مناسب نیست

از نظر کارشناسان تغذیه، تخم مرغ‌های سنتی به دلیل آلودگی‌های سالمونلایی مورد تایید نیستند و آنچه مورد تایید است تخم مرغ شناسنامه‌دار (محل، زمان، نشانی تولید و مجوز سازمان دامپزشکی) است.

کدام گروه سنی باید بیشتر بخورند؟

خانم‌های باردار و شیرده، کودکان و نوجوانان در حال رشد، ورزشکاران، سالمندان و کسانی که دوران نقاهت پس از بیماری را طی می‌کنند نیاز بیشتری به تخم مرغ دارند. بیماران مبتلا به دیابت، فشار خون بالا و بیماری‌های قلبی - عروقی نیز باید در مصرف تخم مرغ زیاده روی نکنند.





کارشناس: حجت الاسلام سید محمد قائم مقامی

سکوت همان قدر که به قول شاعر سرشار از ناگفته‌هاست، سرشار از فایده هم هست. همان اندازه که می‌تواند آرامش را برای صاحبش به همراه بیاورد، می‌تواند لغزش و بدی‌هایی را هم از او دور کند. اما در دین اسلام سکوت در همه موارد و در همه عرصه‌های زندگی توصیه نشده. گاهی سکوت ضرورت دارد و گاهی بالعکس، باید با صدای رسا درباره موضوعی سخن گفت. پس همان قدر که تبدیل شدن به یک آدم پر حرف در خاطره آدم‌ها بد و زننده است، تبدیل شدن به عکس صامت و ساکت هم خوب نیست. اگر می‌خواهید تصویر شما در ذهن آدم‌ها خوب و پسندیده باشد و بدانید کجاها سکوت کنید و کی حرف بزنید در این مطلب با ما همراه شوید.

نکات و ظرافت‌هایی در خصوص اینکه کجا حرف بزنیم و کجا حرف نزنیم؟

چند دقیقه سکوت!

زهره کریمی - کارشناس ارشد مشاوره

سکوت نشانه دانایی است

درست است که بسیاری از مواقع با حرف زدن می‌توان حقی را ادا کرد یا از پامال شدن حقی ممانعت به عمل آورد و این کار به‌عنوان مسئولیت مهمی برعهده مسلمانان گذاشته شده اما توجه به مسائل اخلاقی و نکاتی درباره کم حرف زدن یا حتی سکوت در شرایطی می‌تواند بهترین وسیله برای زنده کردن مکارم اخلاقی باشد. حجت‌الاسلام سید محمد قائم مقامی در این خصوص می‌گوید: «کسانی که مدام در حال حرف زدن هستند به‌طور طبیعی فرصت شنیدن را به مقدار زیادی از دست می‌دهند و بدین ترتیب چون گوش آنها از حرف‌های خودشان پر شده، زمانی برای بهره‌مند شدن از فرصت‌های خوب را نخواهند داشت. در واقع انسان باهوش و خردمند بیشتر مشغول اندیشیدن است و کمتر او را در حال حرف زدن می‌بینید. بنابراین بیشتر اوقات ساکت است. چون بسیاری از سخنانی را که می‌خواهد بگوید بعد از فکر کردن به این نتیجه می‌رسد که نگفتن آنها بهتر است. امیرالمومنین (ع) در کتاب «غررالحکم» فرموده: «خاموشی نشانه هوشمندی و میوه خرد است». بنابراین می‌توان گفت کسی که کمتر حرف می‌زند و بیشتر سکوت می‌کند، انسان دانا و البته صبوری است. آن حضرت در حدیث دیگری فرموده: «خاموشی زینت دانش و نشانه بردباری است». انسان نادان چون قبل از حرف زدن فکر نمی‌کند، به همین دلیل زیاد حرف می‌زند و انسان کم‌صبر هم چون نمی‌تواند بر سکوت صبر کند زیاد حرف می‌زند اما انسان عالم و حلیم به‌خاطر علم و حلمش سکوت می‌کند».





سکوت همیشه مجاز نیست

بعضی وقت‌ها نه تنها نباید سکوت کرد بلکه لازم است به تفصیل درباره مطلبی حرف زد. حجت‌الاسلام قائم‌مقامی در این خصوص می‌گوید: «اگر انبیا و اوصیاء الهی سکوت می‌کردند و با زبان و بیان خویش مردم را هدایت نمی‌کردند، درب تمام خوبی‌ها روی بندگان بسته می‌شد. در حالی که در دین این همه به سکوت توصیه شده اما چه بسیار حرف‌هایی که واجب هستند مانند تعلیم دستورات دینی، اخلاق نیکو و سفارش دیگران به صبر و نیکی. مصداق بارز و مستند این مطلب ماجرای است که در کتاب «الاحتجاج» نوشته شده با این مضمون که عده‌ای از مردم از امام سجاد(ع) در مورد فضیلت سکوت پرسیدند و آن حضرت فرمود: «هر کدام آفاتی دارند ولی اگر از آفات سالم بمانند، سخن گفتن بهتر از سکوت کردن است. برای اینکه خدا انبیا و جانشینان آنها را با سکوت مبعوث نفرمود بلکه با کلام مبعوث کرد و با سکوت کسی استحقاق بهشت را پیدا نکرد و کسی با سکوت مستحق ولایت و سرپرستی خدا نشد و کسی با سکوت از آتش جهنم حفظ نشد بلکه همه اینها با کلام انجام شد.»

سکوت واجب

🌟 **آنچه نمی‌دانی:** امیرالمومنین(ع) فرمود: «چیزی را که نمی‌دانی نگو بلکه هر آنچه را می‌دانی هم نگو». در واقع انسان باید قبل از گفتن چیزی فکر کند و آن را بسنجد و ببیند اگر گفتن آن فایده دنیوی یا اخروی داشت بگوید و گرنه سکوت کند. هر چند حرف او درست باشد ولی ممکن است مصلحت نباشد.

🌟 **آنچه دوست نداری بشنوی:** امام علی(ع) فرمود: «آنچه را که دوست نداری در موردت بگویند نگو». پس انسان برای حرف زدن در مورد دیگران باید خودش را جای آنها قرار دهد و بدین ترتیب حسن و قبح کلام خودش را درک کند.

🌟 **حرف ناپسند:** در نهج‌البلاغه حدیث دیگری به نقل از امیرالمومنین(ع) درباره موارد سکوت کردن نوشته شده با این مضمون: «به‌درستی که زبان مومن پشت قلبش است و قلب منافق پشت زبانش. زیرا مومن وقتی بخواهد صحبت کند اول فکر می‌کند. اگر حرفش خیر باشد آن را آشکار می‌سازد و اگر شر باشد آن را مخفی می‌دارد و سکوت می‌کند». پس حرف ناپسند ممنوع!

🌟 **حرف نامربوط:** حرف نامربوط یکی از مواردی است که باید در قبال آن سکوت کرد. همان‌طور که راوندی در کتاب «دعوت» نوشته که امام صادق(ع) فرموده: «در مورد آنچه به تو مربوط نیست سخن نگو و حتی صحبت کردن در مورد بسیاری از چیزهایی را هم که به تو مربوط است رها کن.»

🌟 **تمسخر دیگران:** امام علی(ع) ماجرای را تعریف کرده که شرح آن در کتاب «بحار الانوار» نوشته شده: «از پیامبر اکرم(ص) شنیدم که فرمود کلام سه گونه است: سودآور، سالم و پژمرده». کلام سودآور سخن کسی است که خدا را یاد کند اما کلام سالم سخن کسی است که آنچه بگوید مورد رضایت خدا باشد و سخن پژمرده سخن کسی است که به تمسخر مردم بپردازد.»

۲

ایمانت را محکم می‌کند

بی‌ربط نیست اگر بگوییم سکوت رابطه مستقیمی با ایمان دارد. یعنی هر اندازه بیشتر، عمیق‌تر و پرپراتر سکوت کنیم، احتمال داشتن ایمان محکم‌تر بیشتر خواهد شد و به همان نسبت لغزش‌ها و خطاها کم می‌شود. حجت‌الاسلام قائم‌مقامی یکی از فواید خاموشی و سکوت را راندن شیطان می‌داند و می‌گوید: «پیامبر اکرم فرموده: «بر تو باد خاموشی بسیار که آن موجب رانده شدن شیطان است و در کار دین یاور توست». به عبارت دیگر انسان زمانی که ساکت است و حرفی نمی‌زند، فرصت دارد فکر کند و همین زمان است که دریچه‌های حکمت به رویش باز می‌شود. به همین دلیل است که باعث رانده شدن شیطان می‌شود. حجت‌الاسلام قائم‌مقامی در این زمینه به نکته دیگری اشاره می‌کند و می‌گوید: «امیرالمومنین(ع) فرموده: «هیچ عبادتی همانند سکوت نیست. در واقع سکوت علاوه بر اینکه انسان را از بسیاری از گناهان زبان محفوظ می‌دارد، زمینه عبادت را هم فراهم می‌کند». پس اگر کسی با خودش فکر کند که زبان چند مثقالی‌ای که در دهان دارد می‌تواند بسیاری از گناهان را برای او رقم بزند یا بالعکس موجب جلوگیری از بسیاری از گناهان و خطاها شود، حتما سعی می‌کند تا حد امکان جلوی چرخیدن‌های بی‌مورد زبان و حرف‌های بیهوده‌اش را بگیرد تا لغزش و گناهانش به حداقل برسد. زیرا یکی از بهترین راه‌های مقابله با شیطان، کنترل زبان در زمان حرف زدن است.»

۳

در مسجد و هیات سکوت کنیم

یکی از محل‌های پررفت و آمد مسلمانان، مساجد و هیئات مذهبی است. در این اماکن مقدس که ذکر خدا و اهل بیت در آنها جریان دارد، باید با رعایت آداب از سوی مردم همراه باشد تا حرمت این گونه مکان‌ها هم حفظ شود. یکی از این آداب، پرهیز از حرف زدن بی‌مورد و زیاده از حد است که حجت‌الاسلام قائم‌مقامی درباره آن می‌گوید: «مساجد، هیئات و مجالس مذهبی محل عبادت و تقویت روحیه معنوی و بندگی هستند. پس انسان در چنین مکان‌هایی باید تا حد امکان صحبت نکند و بیشتر به نماز و ذکر یا گوش دادن به سخنران مشغول باشد». حرف زدن در قبل از اقامه نماز یا بین دو نماز یکی از مواردی است که حجت‌الاسلام قائم‌مقامی مردم را از آن نهی می‌کند و می‌گوید: «برای ادای نماز باید با حواس جمع و تمرکز رو به قبله ایستاد. کسی که تا بعد از تکبیر الاحرام امام جماعت هم در حال حرف زدن یا دیگری است چطور می‌تواند به یکباره الله‌اکبر بگوید و به هزار جا فکر نکند؟ شاید شنیده باشید که بعضی‌ها می‌گویند سر نماز خیلی چیزها یادشان می‌آید. سکوت نه تنها در نماز بلکه در هر عبادتی توجه قلب می‌آورد. در هیات‌ها زمانی که سخنران در حال سخن گفتن از اهل بیت یا بیان احکام است، سکوت کردن باعث می‌شود مطالب را بهتر به یاد بسپاریم و درک کنیم.»



در این روستا بیش از ۶۳ حافظ کل کلام الهی زندگی می‌کنند

اینجا قرآن آباد است!

معصومه ماه پیکر |

قرآن آباد روستایی در دهستان خیر، از توابع شهرستان استهبان و در ۱۷۵ کیلومتری شرق شیراز با ۱۲۰۰ نفر جمعیت، ۶۳ حافظ قرآن دارد و ۴۰ طلبه؛

روستایی که سال‌ها قبل نامش محمدآباد بود اما سال ۱۳۷۵ بود که رحمت الهی شامل حال این روستا و اهالی آن شد و به همت جمعی از روحانیون، نخستین جرقه‌های توسعه‌ی فرهنگ قرآنی خوانی در این روستا زده شد؛ جرقه‌هایی که به برکت قرآن تا حد اعلی پیش رفت و باعث شد هم خود اهالی به شکل گسترده در راه قرآن قدم بگذارند و هم واسطه‌ای باشند برای تمام کسانی که در جست‌وجوی حقیقت هستند.



۱۷۵ KM شرق شیراز

۱۲۰۰ نفر جمعیت

۶۳ حافظ قرآن

مدرسه‌ای با ۲۰۰ حافظ



دوره‌ی حفظ کل قرآن در مدرسه‌ی محمدآباد یک ساله است و تمام حافظان نیز طی همین مدت موفق به حفظ کل قرآن شدند به طوری که از سال ۱۳۸۰ تا به امروز، ۲۰۰ نفر افتخار حفظ کل قرآن را به دست آورده‌اند که ۶۳ نفر آن‌ها از اهالی خود روستای محمدآباد بوده‌اند. البته این موفقیت در حالی حاصل شده که مدرسه‌ی قرآن محمدآباد طی این سال‌ها به سبب محدودیت مکانی، با فراز و نشیب‌هایی مواجه بوده. مثلاً این مدرسه از سال ۱۳۸۶ تا سال ۱۳۸۹ به خاطر مشکلات مکانی، به روستای لای‌خرمی منتقل شد و در سال ۱۳۸۹ بود که به علت استقبال بالای علاقه‌مندان، بار دیگر به محمدآباد بازگشت و این بار حسینیه‌ی محمدآباد به مدرسه‌ی شبانه‌روزی تبدیل شد.

۳۰۰ هزار ختم قرآن



در حالی که امروزه بسیاری از حسینیه‌های واقع در شهرهای کوچک و بزرگ کشور، کم‌کار یا بلااستفاده مانده‌اند، حسینیه‌ی صاحب‌الزمان (عج) روستای محمدآباد به برکت قرآن و نام مبارک حضرت قائم (عج)، به مکانی کاملاً کاربردی و مفید برای حافظان قرآن تبدیل شده و توانسته در قالب مدرسه‌ای شبانه‌روزی، تعداد زیادی از علاقه‌مندان که تا سال ۸۹ با مشکل مکانی مواجه بودند تحت پوشش قرار دهد. چه بسا در شرایط فعلی به طور سالانه، حدود ۳۰۰ هزار بار ختم قرآن در این حسینیه انجام می‌گیرد و قرآن‌آموزان در شرایط مساعدتری نسبت به گذشته، قادر به حفظ قرآنند. لازم به توضیح است که شرایط سنی فعلی برای حفظ قرآن در این مدرسه از ۱۴ تا ۲۲ سال تعیین شده.

قطب قرآنی کشور



سال ۱۳۷۵ با تلاش و پیگیری تعدادی از روحانیون دهستان خیر برای برگزاری کلاس‌های روخوانی و روان‌خوانی قرآن در روستای محمدآباد، مؤسسه‌ی قرآنی فرهنگی بیت‌الاحزان حضرت زهرا (س) راه‌اندازی شد. ابتدا بسیاری از مردم حتی روخوانی قرآن را نمی‌دانستند و استهبان حتی یک حافظ قرآن هم نداشت اما این مؤسسه آن‌قدر موفق عمل کرد که روستای محمدآباد سال‌ها بعد به قطب قرآنی کشور تبدیل شد و مؤسسه‌ی بیت‌الاحزان که امروزه از موفق‌ترین‌ها به ویژه در بحث حفظ قرآن به شمار می‌رود، به ۱۶۵ شعبه در نقاط مختلف کشور ارتقا پیدا کرد.





مدرسه‌ی قرآن محمدآباد با عملکرد ایده‌آش در ۱۵ سال گذشته به شهرت قابل توجه بین‌المللی دست یافته و امروزه با استقبال مراجعه‌کنندگان از کشورهای همسایه روبه‌روست. به عنوان مثال طی سال‌های اخیر جوانانی از کشورهای اندونزی و افغانستان برای حفظ قرآن به این مدرسه آمده‌اند. همچنین به تازگی خانواده‌ای از نیویورک که اصالتاً افغانستانی و پاکستانی هستند، فقط برای حفظ قرآن به ایران آمده و در روستای محمدآباد ساکن شده‌اند که یک فرزند پسر، دو فرزند دختر و مادر این خانواده در حال حفظ قرآن هستند.



دارنده‌ی رتبه‌ی بین‌المللی

آیات الهی مرا صبورتر کرده

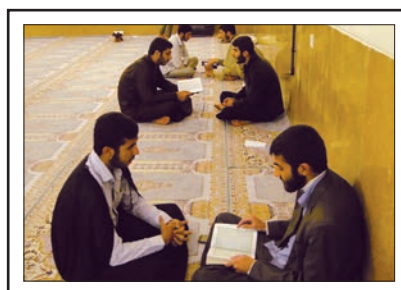


اعظم محمدی از نخستین حافظان روستای محمدآباد و صاحب عنوان نخست بین‌المللی در مسابقات اردن است که فعالیت خود را با تدریس در عرصه‌های قرآنی دنبال می‌کند. او در مورد چگونگی ورودش به عرصه‌ی حفظ قرآن و اهدافش می‌گوید: «فعالیت‌های قرآنی در خانواده‌ی ما جایگاه ویژه‌ای دارد و من هم از کودکی در این زمینه فعال بودم اما اصلی‌ترین برنامه‌هایم از ۹ سالگی آغاز شد. وقتی به سن تکلیف رسیدم، با قرآن انس پیدا کردم و در مدت پنج سال موفق به حفظ هشت جزء قرآن شدم. همیشه دوست داشتم حافظ کل قرآن باشم اما هیچ امکاناتی در روستای ما وجود نداشت. تا این‌که بالاخره با تلاش آقای شاهشونی که خودش حافظ کل قرآن بود، شرایط برای این کار مهیا شد و من هم در همان سال‌های اول فعالیت بیت‌الاحزان یعنی زمانی که اول دبیرستان بودم، توانستم به آنچه می‌خواهم برسیم. ثمره‌ی حفظ قرآن را در زندگی‌ام دیده‌ام و معتقدم آیات الهی مرا صبورتر و مسئولیت‌پذیرتر کرده و ضمناً تاثیر مثبتی در حافظه‌ام در زمینه‌ی تحصیل داشته است.»



موقوفات قرآنی اهالی روستا

موقوفات مردمی در سطح کشور معمولاً اهل بی‌تی هستند و موقوفات قرآنی کمتر به چشم می‌خورند اما در روستای محمدآباد، اهالی روستا تمام تلاش شان را برای پیشبرد اهداف قرآنی به کار گرفته‌اند و ۱۷ مورد وقف قرآنی وجود دارد. در واقع اهالی این روستا از زمین کشاورزی گرفته تا باغ و منزل مسکونی خود را وقف قرآن کرده‌اند تا این امکان به فعالیت‌های قرآنی و توسعه‌ی این فرهنگ اختصاص پیدا کند. در میان این موقوفات، زمینی به مساحت دو هکتار وجود دارد که برای ساخت حوزه‌ی علمیه در نظر گرفته شده. نکته‌ی جالب این‌که تا به امروز تمام اقدامات قرآنی صورت گرفته در روستای محمدآباد، بدون کمک دولتی به انجام رسیده و همیشه پای خیرین در میان بوده است. در حال حاضر با همت مدیریت مرکز بیت‌الاحزان، دو مدرسه حفظ قرآن در پایتخت راه‌اندازی شده که کاری بسیار ارزشمندی است و می‌تواند نقش مؤثری در افزایش شمار حافظان شهر تهران ایفا کند.



تربیت هفت حافظ کل در آغاز فعالیت

پس از مهیا شدن فرهنگ قرآن‌خوانی در روستای محمدآباد، نهایتاً در سال ۱۳۸۰ مدرسه روزانه‌ی حفظ کل قرآن در این روستا راه‌اندازی شد و یک‌سال بیشتر طول نکشید که این مدرسه، هفت حافظ کل قرآن را به جامعه هدیه کرد؛ اتفاق ارزشمندی که بسیار مورد توجه همگان قرار گرفت و نتیجه‌ی آن ورود طلاب حوزه علمیه برای حفظ قرآن، استقبال بیشتر نوجوانان و جوانان برای ثبت‌نام در این مدرسه و آغاز کار روخوانی، روان‌خوانی و حفظ برای خانم‌ها بود. علاوه بر این مدرسه‌ای که تا آن روز به شکل روزانه فعالیت می‌کرد، به دلیل این استقبال به مدرسه‌ای شبانه‌روزی تبدیل شد که عملاً یک خانه‌ی قدیمی بود و خوابگاه آن هم منزل دیگری برای اسکان حافظان قرآن.





شورترین دریاچه

در مورد طول و عرض این دریاچه اعداد و ارقام مختلفی عنوان شده به طوری که طول آن را از حدود ۵۰ تا ۸۰ کیلومتر و عرض آن را از ۱۵ تا ۱۸ کیلومتر دانسته‌اند. عمق دره‌ای که بستر این دریاچه را تشکیل می‌دهد ۹۰۰ متر برآورد شده اما سطح آب آن از هر دریای دیگری روی زمین پایین‌تر است و بیشترین عمق آب تاکنون از ۳۷۸ متر تجاوز نکرده. میلیون‌ها سال پیش سطح دریای مرده بسیار بالاتر از موقعیت کنونی بوده و جانوران آبی در آن زندگی می‌کرده‌اند اما ناگهان با وقوع خشکسالی، آب دریاچه تبخیر شده و شرایط زیستی آن به صورت کنونی درآمده. بسته بودن این دریاچه، کاهش آب رود اردن به عنوان تنها رود منتهی به دریای مرده و تبخیر شدید آب موجب شده مقدار نمک و کاتی‌های محلول در آب این دریاچه بی‌وقفه افزایش یابد و این دریاچه با ۳۳۷ درصد غلظت مواد محلول به یکی از شورترین دریاچه‌های دنیا تبدیل شود. اگرچه میزان نمک دریاها به طور عادی ۴ تا ۶ درصد است اما گفته می‌شود که میزان نمک این دریاچه ۲۰۰ درصد است که این رقم تفاوت عجیبی با شرایط نرمال دیگر دریاها دارد. چه بسا اگر آب این دریا را بچشید حسایی شگفت‌زده خواهید شد. زیرا احساس می‌کنید که آب آن شور نیست بلکه تلخ است. محققین معتقدند میزان زیاد نمک در آب (۳۵۰ گرم در لیتر) به اندازه‌ای است که شوری آن حس چشایی را دچار اشتباه کرده و ما به جای شوری، این آب را تلخ احساس می‌کنیم. با این شرایط و البته وجود برخی مواد سمی در آب، دریای مرده مانع از زنده ماندن هر موجود زنده‌ای در آب می‌شود. حتی ماهی‌ها و دیگر موجودات آبی از طریق رود اردن به این دریاچه راه می‌یابند نیز به محض رسیدن به بحرالْمیت می‌میرند. البته لازم به توضیح است که روی سنگ‌های اعماق این دریاچه، بیوفیلم‌های سبز و باکتری‌های سولفیدخوار زندگی می‌کنند و گاهی که وضعیت آب مساعد باشد، رویش آغازیان باعث سرخ‌رنگ شدن آب دریاچه می‌شود. نکته‌ی جالب این‌که غلظت و جرم حجم زیاد آب دریای مرده باعث شده انسان در این آب شناور بماند. لازم به توضیح است که این دریا به نام «دریاچه‌ی بدبو» نیز شناخته می‌شود. درصد بالای گوگرد و مواد معدنی موجود در آب این دریا موجب تولید و پخش سولفید هیدروژن در هوا و بوی بسیار بد آن می‌شود.



بحرالْمیت کجاست؟ آیا قوم لوط در آن دفن شده‌اند؟

مردده‌ی بدبو

گردآوری: مهدی علومی |



بحرالْمیت

مرکز فلسطین اشغالی و اردن در کرانه باختری رود اردن

رودهای اصلی	رود اردن
طول	۵۰ تا ۸۰ کیلومتر
عرض	۱۵ تا ۱۸ کیلومتر
مساحت	۶۰۵ کیلومتر مربع
عمق	۲۰۰ متر (۶۶۰ فوت)
حجم آب	۱۱۴ کیلومتر مکعب
طول ساحل	۱۳۵ کیلومتر

صاحب پست‌ترین ساحل جهان است که هیچ موجود زنده‌ای در آن زندگی نمی‌کند؛ دریاچه‌ای نمکی که درست در غرب اردن و شرق فلسطین قرار دارد. بحرالْمیت که به «دریای مرده» معروف است به دلیل ویژگی‌های منحصر به فردش، علاوه بر این‌که عنوان یکی از شگفت‌انگیزترین مکان‌های دنیا را به خودش اختصاص داده ابهامات زیادی درباره‌اش مطرح است. عده‌ای معتقدند قوم لوط در این دریا مدفون شده‌اند و مجسمه‌های سنگی داخل دریا مربوط به همین قوم است. در این مطلب بررسی کرده‌ایم که آیا این دریا و قوم لوط ارتباطی با یکدیگر دارند یا هر آنچه در مورد ارتباط این دو گفته می‌شود فقط احتمالات است.

هلاکت زیر بارانی از سنگ و گل

بحرالمیت به خودی خود از اماکن جالب و شگفت‌انگیز به شمار می‌رود اما این دریا از آن جهت بیشتر مورد توجه قرار گرفته که در برخی منابع، بحث مدفون شدن قوم لوط در این دریا مطرح شده و این موضوع از آن جا به وجود آمده که قوم لوط در سدوم نزدیک بحرالمیت زندگی می‌کرده‌اند. سدوم شهری بود که حضرت لوط (ع) برای هدایت مردمان آن‌جا مبعوث شد. مردمان این سرزمین گناه کبیره‌ی لواط انجام می‌دادند و تلاش‌های حضرت لوط برای منع آن‌ها از این گناه بی‌نتیجه ماند. نام حضرت لوط (ع) ۲۷ بار در قرآن آمده و در ۹ سوره‌ی توبه، قمر، اعراف، حجر، شعراء، نمل، عنکبوت، هود و فرقان نیز از قوم لوط و عذاب آن‌ها سخن گفته شده. خدا در آیات ۲۸ تا ۳۰ سوره‌ی عنکبوت فرموده: «لوط را فرستادیم هنگامی که به قوم خود گفت شما عمل بسیار زشتی انجام می‌دهید که هیچ‌یک از مردم جهان پیش از شما آن را انجام نداده‌اند. آیا شما سراغ مردان می‌روید و راه تداوم نسل انسان را قطع می‌کنید و در مجلس‌تان اعمال ناپسند انجام می‌دهید؟! اما پاسخ قومش جز این نبود که گفتند اگر راست می‌گویی عذاب الهی را بر ما نازل کن! لوط گفت پروردگارا! مرا در برابر این قوم تبه‌کار یاری فرما». در واقع قوم لوط در نهایت مورد عذاب الهی قرار گرفتند به طوری که خدا در آیه‌ی ۷۴ سوره‌ی حجر فرموده: «فَجَعَلْنَا عَلَيْهِمْ سَافِلَهَا وَأَمْطَرْنَا عَلَيْهِمْ حِجَارَةً مِّن سِجِّيلٍ / شهر را کاملا زیر و رو کردیم و سنگ‌های سجیل بر آن‌ها باریدیم». همچنین در آیه‌ی ۸۲ سوره‌ی هود آمده: «فَلَمَّا جَاءَ أُمَّرُنَا جَعَلْنَا عَلَيْهِمْ سَافِلَهَا وَأَمْطَرْنَا عَلَيْهِمْ حِجَارَةً مِّن سِجِّيلٍ مَنْضُودٍ / پس چون فرمان ما آمد، آن شهر را زیر و رو کردیم و سنگ‌پاره‌هایی از نوع سنگ گل‌های لایه‌لایه بر آن فرو ریختیم». از این آیات می‌توان فهمید که قوم لوط بر اثر بارانی از گل و سنگ به هلاکت رسیده‌اند اما در مورد این که بقایای این قوم اکنون کجاست اطلاعاتی وجود ندارد. هرچند که عده‌ای معتقدند این قوم در دریای مرده مدفون شده‌اند اما این اعتقاد پایه و اساس محکمی ندارد و هیچ سندی برای آن موجود نیست.



اگرچه در مقالات و گزارشات موجود به سنگ شدن قوم لوط و البته پیدا شدن بقایای این قوم به شکل انسان‌های سنگی اشاره شده اما این موضوع با تناقضاتی روبه‌روست. مهندس علیرضا فتحی‌پور کارشناس علوم قرآنی در این خصوص می‌گوید: «در آیات الهی صحبتی مبنی بر سنگ شدن این قوم به میان نیامده و صرف باریدن باران گل و سنگ نمی‌تواند دلیل بر سنگ شدن انسان‌ها باشد. ضمناً انسان‌های سنگی پیدا شده که عکس‌های آن‌ها در اینترنت موجود است اصلاً ارتباطی با شهر سدوم ندارد. این انسان‌های سنگی مربوط به شهر پمپی واقع در ایتالیا هستند که دچار آتشفشان شده‌اند. مقاله‌ای که در اینترنت موجود است و قصد دارد قوم لوط و مردم پمپی را به هم نسبت دهد حتی در مصادیقی که آورده نیز دارای ایراداتی است. مثلاً از عمل قوم لوط به عنوان «زنا» نام برده که این کاملاً اشتباه بوده و نشان از عدم صلاحیت مقاله دارد. ضمناً ارتباط دادن قوم لوط با مردم پمپی مثل این است که حادثه‌ای از یک جای دنیا را با حادثه‌ای از یک جای دیگر دنیا وفق دهید که این کاملاً اشتباه است. بنابراین مباحثی چون سنگ شدن قوم لوط و مباحثی چون مدفون شدن این قوم در بحرالمیت کلاً غلط است و کسی نباید به این باورها دامن بزند. شهر سدوم دارای موقعیت جغرافیایی مشخصی است و براساس ابتدایی‌ترین شواهد کاملاً واضح است که قوم لوط نه سنگ شده و نه در دریای مرده مدفون شده».

شهر آدم‌های سنگی

اما بخوانید از شهر پمپی ایتالیا که انسان‌های سنگ شده در آن پیدا شده‌اند و عده‌ای آن را بقایای قوم لوط می‌دانند. شهر پمپی که نمایشی از انحطاط و سقوط اخلاقی امپراتوری روم بود به وسیله‌ی انفجارهای آتشفشانی کوه «وزوو» نابود شده. حادثه آن قدر ناگهانی روی داده که همه چیز در شهر به همان حالت دست نخورده و دقیقاً به همان گونه که دو هزار سال پیش بوده باقی مانده. در واقع هیچ‌کس نتوانسته از فوران آتشفشان وحشتناک کوه «وزوو» زنده بماند و هر کس در حال انجام هر کاری بوده، به همان حالت سنگ شده. صورت برخی از اجساد سنگ شده که از داخل زمین کشف شده‌اند همچنان صحیح و سالم باقی مانده‌اند که حکایت از حالت گیجی و منگی آن‌ها دارد. اگرچه این حادثه نشان می‌دهد که نابودی و محو شهر پمپی دقیقاً مشابه همان حوادث ویرانگری است که در قرآن به آن‌ها اشاره شده و قطعاً یک عذاب الهی بوده اما با این حال به هیچ‌عنوان نمی‌توان این شهر و بقایای آن را به شهر سدوم و قوم لوط نسبت داد. زیرا نه به لحاظ جغرافیایی و نه به لحاظ نوع حادثه این دو قابل قیاس با یکدیگر نیستند.





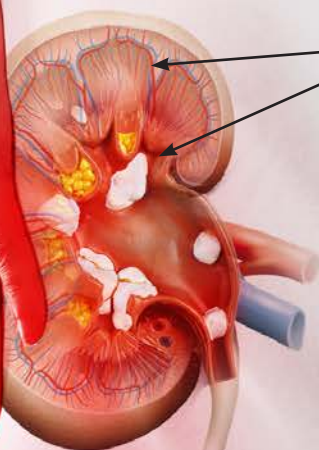
کارشناس طب سنتی مجله از راهکارهای
پیشگیری و درمان سنگ کلیه می گوید

ناگهان سنگریزه!

گردآوری: سعیده کاویانی

برگردیم به ۴۸۰۰ سال قبل از میلاد مسیح. آن طور که در کتابهای پزشکی آمده همان زمان هم بعضی افراد از وجود سنگ در عضو لوبیایی شکل بدن خود رنج می بردند و هنوز هم با همه‌ی پیشرفت‌های پزشکی و علمی انسان‌ها با این بیماری دست و پنجه نرم می کنند. نخستین جراحی‌های تاریخ پزشکی به خارج کردن سنگ کلیه از بدن برمی گردد. البته اکنون با کمک اشعه‌ی لیزر کار کمتر به جراحی‌های باز کشیده می شود. سنگ کلیه علائم خاصی ندارد و اگر ریز باشد بدون هیچ مشکلی دفع می شود اما وقتی اندازش از سه میلی‌متر بزرگ‌تر باشد با درد بسیار شدیدی همراه خواهد بود. در واقع درد چنان ناگهانی سراغ فرد می آید که حتماً کارش به اورژانس کشیده می شود. در این مطلب می‌توانید با راهکارهای طب سنتی برای پیشگیری و درمان بیماری سنگ کلیه بیشتر آشنا شوید.

سنگ کلیه



حکمای طب سنتی معتقد بودند یکی از روش‌های دفع سنگ کلیه، قی (استفراغ) کردن است. متخصص طب سنتی مجله در این خصوص می‌گوید: «منشأ فیزیولوژیکی معده و کلیه یکسان است. بنابراین به نظر می‌رسد سنگ کلیه در بعضی افراد با قی کردن از بین می‌رود. چون فشار و اسپاسمی که زمان بالا آوردن به معده وارد می‌شود، همزمان به کلیه هم تحمیل می‌شود.»



درمان های دارویی که در منابع طب سنتی به آن اشاره شده بسیار متنوع و براساس انواع سنگ ها و مزاج بیمار متفاوتند اما دکتر ابراهیمی به درمان هایی اشاره می کند که ساده و قابل اجرا بوده و روی انواع سنگ ها مؤثرند.

نسخه اول دوسین

۱۰۰ گرم سیاهدانه را آسیاب کنید و بلافاصله با یک کیلو عسل مخلوط کنید. به این ترکیب «دوسین» می گویند. به مدت دو تا سه ماه روزی سه قاشق چایخوری از آن بخورید. این ترکیب فوق العاده، یک سنگ شکن قوی برای سنگ های کلیوی و صفراوی است. البته خواص دیگری مثل باز کردن رگ های بسته قلبی و تنظیم فشار خون هم دارد.

نسخه دوم سنگدان

پوسته درونی سنگدان مرغابی یا مرغ خاصیت سنگ شکنی فوق العاده ای دارد. پوسته داخلی سنگدان را تمیز کنید و بعد از خشک کردن آن را آسیاب کرده و روزی دو بار و هر بار نصف قاشق چایخوری میل کنید. البته به علت تلخی بهتر است آن را با کمی عسل مخلوط کند خمیر نسبتاً سفتی بسازید و این خمیر را در یخچال بگذارید تا خودش را بگیرد. حالا به راحتی می توانید از این خمیر قرص هایی تهیه کنید و میل کنید. راه مناسب دیگر، ریختن این پودر در کیسه سول است.

نسخه سوم ترب سیاه و عسل

مصرف ترب سیاه در درمان سنگ های کلیوی بسیار مفید است. یک راه ساده این است که ترب سیاه را آبگیری کرده و روزی یک یا دو استکان مصرف کنید اما با توجه به طعم نامطلوب، ایجاد نفخ شدید بهتر است آب ترب را کاملاً با عسل شیرین کنید، که البته این روش هم در بسیاری از موارد نمی تواند مشکل را حل کند و برای همین خیلی ها از خیر مصرف آن می گذرند. روش متفاوت دیگری برای مصرف ترب سیاه وجود دارد. ترب سیاه را به ورقه های نازک برش دهید، دو طرف هر ورقه را کمی عسل بمالید (مثل مالیدن کره روی نان)، سپس این ورقه ها را در سبزی قرار دهید تا این عسل ها کم کم به درون ظرفی که در زیر سبزی قرار می دهید بچکند. عسلی که جمع می شود علاوه بر دارا بودن بودن عصاره ترب سیاه، برای مصرف کننده هم مشکل چندانی ایجاد نمی کند.

نسخه چهارم معجون سنگ شکن

آب پیاز، آب شلغم، آب ترب و آب کلم قمری از هر کدام به میزان ۴۰۰ سی سی تهیه کرده، آن ها را با هم ترکیب کنید و روی حرارت بگذارید تا کمی بجوشد. سپس ۱۰۰ گرم شکر سرخ را به آن اضافه کنید و روزی دو نصف استکان از آن بخورید. این نوشیدنی ترکیبی، خاصیت فوق العاده ای در از بین بردن سنگ کلیه دارد.



۴۰ درصد

۴۰ درصد بیماران مبتلا به اولین حمله سنگ کلیه، بعد از درمان در مدت دو تا سه سال دچار یک حمله مجدد می شوند و ۷۵ درصد مبتلایان نیز در عرض حداقل هفت سال، یکبار دیگر کلیه های شان سنگساز می شود.



۳۰ سال

۱۸ تا ۴۵ سالگی بیشترین سن شیوع بیماری سنگ کلیه است. معمولاً بزرگسالان بالای ۳۰ سال از هر دو جنس (زن و مرد) به این بیماری مبتلا می شوند اما شیوع سنگ کلیه در مردان تا ۱۰ برابر بیشتر از زنان است.



چه علائمی دارد؟

هر دردی در ناحیه ی پهلوها نمی تواند دلیلی بر وجود سنگ در کلیه ها باشد. اگر خدای نکرده مبتلا به بیماری سنگ کلیه شوید علائمی در پدنتان به وجود می آید که با اطلاع از آن ها بهتر می توانید نسبت به درمان اقدام کنید. متخصص طب سنتی مجله در خصوص علائم وجود سنگ کلیه، ابتدا به نوع درد در کلیه ها اشاره می کند و می گوید: «دوره های درد شدید و بیخوشی (متناوب) به فاصله ی هر چند دقیقه اولین نشانه ی سنگ کلیه است. درد معمولاً ابتدا در ناحیه ی پشت، درست پایین دنده ها ظاهر می شود. طی چند ساعت یا چند روز، ناحیه ی درد از مسیر حرکتی سنگ از کلیه به طرف کشاله ی ران تغییر می کند. با دفع سنگ درد بیمار متوقف می شود. بد نیست بدانید سنگ های بزرگ معمولاً در کلیه مانده و بدون علامتند، هر چند که می توانند به کلیه آسیب بزنند. سنگ های کوچک به آسانی همراه ادرار دفع می شوند اما سنگ های بین این دو اندازه را که از ظرفی قابلیت ورود به هالب را داشته و از طرف دیگر به اندازه ی کافی کوچک نیستند تا عبور آن ها از هالب به آسانی صورت گیرد درد شدید را ایجاد می کنند. این سنگ ها معمولاً طی چند روز دفع می شوند.» دکتر ابراهیمی تهوع مکرر را از نشانه های دیگر وجود سنگ در کلیه ها می داند. دفع مقدار کم خون در ادرار یا تیره و کدر شدن ادرار هم می تواند از نشانه های دیگر وجود سنگ کلیه باشد.

سردمزاج ها ماءالشعیر نخورند

حتماً شما هم شنیده اید که وقتی شخصی مبتلا به بیماری سنگ کلیه می شود اطرافیان او را به خوردن ماءالشعیر توصیه می کنند. متخصص طب سنتی مجله در استفاده از ماءالشعیر به نکات مهمی اشاره می کند و می گوید: «آنچه به عنوان ماءالشعیر در شیشه های نوشابه در مغازه ها عرضه می شود، نسبتی با ماءالشعیر طبی ندارد. ماءالشعیر طبی به زبان ساده، لعاب حاصل از جوشاندن جو پوست کنده است که کاربردهای درمانی بسیاری دارد. جو طبعی سرد و خشک دارد.



«چشم روشنی»
کوثر لک
انتشارات شهید احمد کاظمی
صفحه ۱۶۸

معرفی کتاب



چشم دلش روشن

معرفی کتاب «چشم روشنی» درباره‌ی کسانی که آدم باور نمی‌کند در عصر ما زیسته‌اند

ماجرای شدن

حالا که دارم این حرفها را می‌زنم، یاد رستم می‌افتم. یاد پهلوان افسانه‌ای که ظاهری امروزی به خود گرفته. حالا این که ببینی خانم طالبی پهلوان این ماجراست یا آقای کمال با تو! کافی است چشم باز کنی تا چشمت روشن شود. داستان «چشم روشنی» ماجرای بودن است. ماجرای شدن، با وجود تمام نبودن‌ها. ماجرای کسی که می‌تواند به کار خیلی‌ها بیاید؛ خاصه آن‌هایی که مدام غرولند می‌کنند که نمی‌شود و موانع نمی‌گذارند. وقتی یکی مثل او می‌تواند، این می‌شود حجت موجه ما که شدن، می‌تواند اتفاق بیفتد، حتی با وجود همه‌ی موانع ریز و درشت.

شاید چنین باشد...

لنگار این زندگی را ساختند، برای این که چشم همه را روشن کنند بی‌پروبرگرد چشم دلت روشن تر می‌شود، وقتی «چشم روشنی» را می‌خوانی و مزه مزه می‌کنی! هدیه‌ی شیرینی است، چه برای خودت و چه آن‌هایی که دستشان داری

نشان به آن نشانی که سیدجواد کمال میان ما، توی این دنیا نفس کشید و قدم زد، همه چیز راست بود و شدنی.

یک عمر آقای کمال

حرف یکی دور روز که نیست، ماجرای یک عمر آقای کمال است. آن‌هم از زبان کسی که لحظه‌به‌لحظه کنارش بود. عمر بیست سال و اندی زندگی مشترک سیدجواد کمال و خانم طالبی، هنوز شیرینی‌اش به چهل روز نرسیده بود، که تومور مغزی میان زندگی‌شان پا گذاشت. می‌خواست مزه‌ی زندگی‌شان را عوض کند. اثرات گازه‌های شیمیایی جنگ بود، که داشت همه چیز را زیرورو می‌کرد. ولی سیدجواد آدم روزهای سخت زندگی بود. سعی کرد همه چیز را مثل روز اول برگرداند، با هر سختی که داشت. حتی وقتی سوری چشم‌هایش رفت، آدمی نبود که یکجا بنشیند و دست روی دست بگذارد. همان آقای کمال همیشگی بود. سرزنده و شاد. توی همه‌ی این لحظات خانم طالبی مثل کوه پای زندگی‌اش ایستاد. حتی وقتی که آقای کمال از او خواست برود دنبال زندگی راحت و...

مثل آدم‌هایی که به نقطه‌ی آخر رسیده باشند از همه چیز بریده بود، آن‌هم سر هیج و پوچ! می‌خواست لب از لب باز کنم، دیدم گوشش، حال شنیدن ندارد. فقط توی چشم‌هایش زل زد. خودش باید توی خلوتش، همه‌ی بهم ریختگی‌های زندگی‌اش را مرتب می‌کرد. «چشم روشنی» را گذاشتم میان دستان حیرانش. دوباره زل زد توی چشم‌هایش. یعنی بخوانش!

سرم درد می‌کند برای تعریف کردنش

دیدم قبل از خواندنش باید یک مقدمه‌چینی داشته باشم. وگرنه چطور بفهمد که اگر این کتاب را بخواند حسابی روشن می‌شود دست‌ب‌عقلم گرفتم و برایش روی کاغذ نوشتم: «سرم درد می‌کند که برایت داستانش را خودم، لحظه‌به‌لحظه تعریف کنم. آخر برای هر کس، سر بسته جریان را گفتم، چشم‌هایش از تعجب گرد شد. یک جور‌هایی راست می‌گفتند. حق داشتند طفلی‌ها، باور کردنی نبود ولی



داستان غربت

«همسایه‌ی دیوارها» / غلامرضا علیزاده

سوره‌ی مهر

خاطرات سرهنگ خلیبان آزاده غلامرضا مرادی فر توسط سرهنگ خلیبان غلامرضا علیزاده مصاحبه و در کتابی با عنوان «همسایه‌ی دیوارها» توسط انتشارات سوره‌ی مهر به چاپ رسیده است. وقتی تابستان ۱۳۶۹ مبادله‌ی بزرگ اسیران جنگی ایران و عراق آغاز شد و اسیران ایرانی به خانه‌هایشان بازگشتند، در میانشان اسیرانی حضور داشتند که در اسارت هم مظلوم و غریب بودند؛ اسیرایی که عراقی‌ها، تا روز مبادله، آن‌ها را از چشم صلیب سرخ جهانی پنهان کرده بودند. همین موضوع باعث شده بود این اسیران از حداقل حقوق قانونی یک اسیر جنگی هم محروم باشند.



از مدرسه تا اسارت

«یک بعلاوه‌ی پنج» / جلال توکلی

انتشارات پیام آزادگان

خاطرات قاسم قناعتگر، آزاده‌ی ایرانی (یک بعلاوه‌ی پنج) به اهتمام جلال توکلی به نگارش درآمده است. قاسم قناعتگر وقتی هنوز نوجوانی بیش نبود از کلاس درس به مدرسه‌ی جبهه‌های جنگ پیوست. در عملیات‌های مهمی چون عملیات والفجر ۸ مردانه جنگید و در بهمن ۱۳۶۴ و در حالی که فقط شانزده سال داشت، در جزیره‌ی ام‌الرصاص به اسارت نیروهای بعثی در آمد و سال‌های سال در غربت با مقاومت زندگی کرد. این آزاده‌ی صبور یزدی نیز مانند دیگر آزادگان، لحظه‌های تلخ و شیرینی را در آن سوی دیوارهای سرد و سنگی اردوگاه سپری کرد.



بچه های دارالفنون

نویسنده: معصومه فرّخی
قیمت: ۲۵۰۰۰۰ ریال

این کتاب نگاهی متفاوت و جذاب به زندگی شهید محمدباقر رحمانی دارد. نویسنده کتاب سعی کرده تصویر واضح و درستی از زندگی این دلاورمرد دفاع مقدس با قلم شیوا و روانش به تصویر بکشد، تا مخاطب با زندگی این شهید بهتر آشنا شود.

تازه های نشر شاهد



برف می بارد گل سرخ

نویسنده: اصغر فکور
قیمت: ۱۶۰۰۰۰ ریال

این کتاب در ستایش جنگ نیست، زمزمه های عاشقانه زنانی از سرزمین من است که مردان شان برای نابودی جنگ به دفاع مقدس شتافته بودند. داستان زنانی که شجاعانه همچون مردان شان با مشکلات و سختی های زندگی جنگیدند، استقامت و صبوری کردند.



آواز غم زده خاک

نویسنده: نسرين چراغی - تورج صیادپور
قیمت: ۱۵۰۰۰۰ ریال

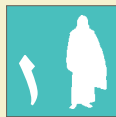
این کتاب برگرفته از خاطرات جانباز سرافز «کاکه عزیز ملکی» است که برای نوشتن آن گروهی از بهترین مصاحبه کنندگان بنیاد شهید و امور ایثارگران ساعت‌ها با وی گفت‌وگو کرده‌اند. شما با خواندن این کتاب همسفر او به خاطرات دوران دفاع مقدس می‌شوید.



نشر شاهد



مردانی که بیشترین
طول عمر را در تاریخ داشتند



حضرت آدم (ع)

طول عمر: ۹۳۰ سال

آرامگاه: نجف اشرف

نام حضرت آدم ۲۵ بار در قرآن کریم آمده ولی تفصیل آفرینش او در سوره‌های بقره، اعراف، حجر، اسراء، طه و «ص» ذکر شده موضوع آدم و آفرینش وی در دین اسلام از اهمیت زیادی برخوردار است حضرت آدم از دیدگاه اسلام نخستین پیامبر است و چون مسلمانان بخواهند آغاز و پایان نبوت را نشان دهند عبارت «از آدم تا خاتم» را به کار می‌برند. حضرت آدم (ع) ابتدا با همسرش حوا در بهشت زندگی می‌کرد و پس از خوردن میوه ممنوعه از بهشت اخراج شدند و به زمین هبوط کردند. پس از آن، نخستین توبه انسان از گناه در پیشگاه خداوند انجام شد. آدم ابوالبشر عمری طولانی داشت که همه آن را به عبادت و زراعت پرداخت و صاحب فرزندان زیادی شد. عمر آن حضرت را براساس روایات ۹۳۰ سال می‌دانند. حضرت آدم (ع) در مکه درگذشت و همانجا دفن شد اما بعدها پیکرش را به نجف بردند و حالا در نزدیکی امام علی بن ابیطالب (ع) آرامیده.

یک قدم تا جاودانگی



حضرت ادریس (ع)

طول عمر: ۳۶۵ سال

عروج به آسمان

خدا در دو سوره قرآن دو بار از حضرت ادریس (ع) یاد کرده و او را پیامبری صدیق، صابر، صالح و دارای منزلتی والا دانسته و از داخل شدن او در رحمت الهی خبر داده. آن حضرت نخستین کسی است که جامه دوخت و بر تن کرد. زیرا تا پیش از او جامه مردم از پوست حیوانات بود. او نخستین کسی است که از قلم برای نوشتن استفاده کرد و به دانش ستاره‌شناسی و حساب پرداخت. بنابراین می‌توان ادریس را نخستین مدرس انسان و اصول هر علم را منتهی به او دانست. در واقع انسان‌ها در رشته‌های نجوم، هندسه، فلسفه، حساب، منطق و حکمت مدیون این پیامبر هستند. حضرت ادریس (ع) ۳۶۵ سال عمر کرد و بین علمای شیعه اختلافاتی درباره سرنوشت او وجود دارد، عده‌ای معتقدند او به آسمان چهارم عروج کرد و برخی دیگر این نظر را رد می‌کنند.



حضرت نوح (ع)

طول عمر: ۱۰۰۰ تا ۲۵۰۰ سال

آرامگاه: نجف اشرف

حضرت نوح(ع) نَبیره ادریس نبی(ع) و نسل نهم از حضرت آدم(ع) است که مدت پیامبری او ۹۵۰ سال طول کشید. خدا در قرآن در ۱۲۰ آیه سرگذشت حضرت نوح و برخورد او با قومش را بیان کرده، علاوه بر قوم نافرمان حضرت نوح (ع) از جمله کسانی که با او مخالفت می کردند، همسر و فرزندش (کنعان) بودند. در زمان طوفان، نوح با پیروان صدیق خود و تعداد برگزیده‌ای از حیوانات سوار کشتی شدند تا از طوفان جان سالم به در ببرند اما در این هنگام پسر و قوم نافرمان او در آب غرق شدند. پس از چند روز به فرمان خدا باران قطع شد و کشتی آن حضرت بر دامنه کوه جودی به گل نشست و نوح و پیروانش از کشتی خارج شدند و زندگی جدیدی را آغاز کردند. مورخین عمر حضرت نوح(ع) را بین ۱۰۰۰ تا ۲۵۰۰ سال تخمین زده‌اند. آن حضرت سه فرزند دیگر به نام‌های سام، حام و یافث داشت که هر کدام اقوام و نژادهای مختلفی را در سراسر جهان پایه‌گذاری کردند.



حضرت صالح (ع)

طول عمر: ۲۸۰ سال

آرامگاه: نجف اشرف

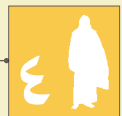
حضرت صالح(ع) از جمله پیامبران الهی بود که برای هدایت قوم ثمود مبعوث شد. قوم ثمود مردمی بودند که در سرزمینی بین یهودیه و حجاز می‌زیستند و حضرت صالح تلاش می‌کرد آنها را از پرستش بت‌ها بازدارد و به یکتاپرستی دعوت کند اما آنها سخن وی را نپذیرفتند و تهمت‌های ناروایی به او زدند. حضرت صالح(ع) برای اثبات نبوت خود معجزه‌ای نشان داد و از دل کوه شتری بیرون آورد اما قوم ثمود باز هم ایمان نیاوردند و شتر را کشتند و با این کار، نهایتاً گرفتار عذاب شدند. حضرت صالح ۲۸۰ سال عمر کرد و سرانجام در نجف اشرف به خاک سپرده شد.



حضرت عیسی (ع)

هنوز زنده است. ۳۳ سال در دنیا زیست و سپس به آسمان عروج کرد.

حضرت عیسی(ع) از پیامبران اولوالعزم و صاحب شریعت است که نام و داستان او به کرات در قرآن و احادیث اسلامی آمده. مسلمانان برای آن حضرت معجزاتی از جمله سخن گفتن در گهواره در دفاع از مادر، زنده کردن مردگان، شفای بیماران و کوره‌ها مادرزاد و دمیدن حیات در گل بی‌جان را عنوان می‌کنند. اگرچه گفته می‌شود که حضرت عیسی(ع) ۳۳ سال عمر کرده اما طبق گفته خدا در قرآن عیسی مصلوب نشده. بنابر روایتی خدا صورت او را بر یکی از دشمنان آن حضرت افکند و او به جای عیسی به صلیب کشیده شد. حضرت عیسی(ع) پس از آن به آسمان عروج کرد و از نظرها غایب شد. به اعتقاد شیعیان، آن حضرت در آخرالزمان همراه امام زمان(عج) ظهور خواهد کرد و پشت سر آن حضرت نماز می‌خواند و نهایتاً دجال به دست عیسی(ع) کشته می‌شود.



حضرت هود(ع)

طول عمر: ۴۶۰ سال

آرامگاه: نجف اشرف

حضرت هود(ع) از نسل چهارم حضرت نوح(ع) بود و ۴۵۰ سال زندگی کرد. خدا در قرآن در ۵۰ آیه سرگذشت آن حضرت و قومش را بیان کرده. قوم هود که مردمانی تنومند و اهل زراعت بودند، راه بت‌پرستی را پیشه کردند. آنها در سرزمین احقاف می‌زیستند. آن حضرت بارها آنها را از بت‌پرستی باز داشت اما کمتر کسی به سخنانش گوش می‌داد. تا اینکه سرانجام عذاب الهی فرا رسید. باد شدیدی وزیدن گرفت و تمام آن قوم بت‌پرست از بین رفتند. حضرت هود(ع) و یارانش به سرزمین حضرموت هجرت کردند و دیار ویران شده قوم عاد برای عبرت آیندگان به یادگار ماند. قبر او هم‌اکنون در وادی السلام نجف است.



حضرت خضر (ع)

هنوز زنده است

حضرت خضر(ع) از پیامبران الهی معاصر حضرت موسی(ع) بود که به هر زمین خشکی وارد می‌شد، سبز و خرم می‌شد. براساس روایات، این پیامبر طولانی‌ترین عمر را در میان فرزندان آدم دارد و هنوز هم در قید حیات است و زندگی‌اش تا آخرالزمان ادامه خواهد یافت. امام رضا(ع) در مورد آن حضرت فرموده: «حضرت خضر(ع) از آب حیات خورد. او زنده است و تا دمیده شدن صور از دنیا نمی‌رود. خدا به وسیله او در زمان غیبت، از قائم ما رفع غربت و به وسیله او وحشتش را تبدیل به انس می‌کند». گفته می‌شود که حضرت خضر جزو ۳۰ نفری است که همواره در محضر بقیه‌الله الاعظم(عج) هستند و به فرمان امام زمان رتق و فتق امور را برعهده دارند. نقل شده که حضرت خضر و حضرت الیاس(علیهم السلام) که خیلی به یکدیگر شبیهند، هر سال به حج می‌روند ولی مردم آنها را نمی‌شناسند.



حضرت مهدی (عج)

هنوز زنده است

حضرت مهدی (عج) یگانه فرزند امام حسن عسکری(ع) است که در سحرگاه نیمه شعبان ۲۵۵ قمری در سلمرا چشم به جهان گشود و پس از پنج سال زندگی تحت سرپرستی پدر و ملایر بزرگوارش در سال ۲۶۰ هجری و با شهادت پدرش در سنین کودکی به املمت رسید. از همان موقع غیبت صغری آن حضرت آغاز شد و تا سال ۳۲۹ هجری ادامه پیدا کرد. امام زمان (عج) در این دوره از طریق چهار نایب خود به امامه امور مردم می‌پرداخته. غیبت کبری آن حضرت از سال ۳۲۹ هجری شروع شد و تا زمانی که خدا مصلحت بداند ادامه خواهد یافت. در این دوره پاسخ به پرسش‌ها و احکام مردم برعهده نایبان امام آن حضرت است و حضرت مهدی (عج) نایب خاصی را برای این دوره معرفی نکرده. آن حضرت پس از سپری شدن دوران غیبت کبری و ظهورش، با تشکیل حکومت عدل الهی، احکام الهی را در سرتاسر کره زمین حاکمیت می‌بخشد و عالم را سرشار از عدل و داد خواهد کرد.



کنترل خشم
مهارت هایی
لازم دارد که باید
بیاموزیم

عصبانی نشویم

زهره کریمی - کارشناس ارشد مشاوره

مهارت های کنترل خشم به درون ریزی منجر نمی شود بلکه موجب می شود تا شما بتوانید مسایل را به نوع دیگری تعبیر و تحلیل کنید تا خشم کمتری در شما ایجاد شود. افکار ما در هیجانات ما نقش بسزایی دارد. لذا اگر افکار ما تعدیل شود و به نوع دیگری در مواجهه با مسایل فکر کنیم هر گونه هیجان ما تغییر می کند. راهکارهای زیر به صورت کاربردی بوده و می تواند کمک زیادی به شما داشته باشد.

گفتن عبارت «ایست»

زمانی که عصبانی هستید، می توانید به خودتان بگویید «ایست». این فرمان باعث می شود که شما بتوانید تا حدودی از اسیر بودن در دست احساسات رهایی پیدا کنید و موقعیت را بهتر ارزیابی کنید.





خواندن یک بیت شعر یا یک جمله

به خاطر آوردن یک بیت شعر یا یک جمله نیز می تواند از شدت فشار روانی حاکم بر شما بکاهد: «زندگی جویبار خاطره هاست تلخ و شیرین زندگی زیباست»

تکنیک چراغ راهنما

این روشی بسیار ساده و فوری برای کاهش احساس خشم است. این روش به طور خلاصه به افراد کمک می کند تا میزان زیادی از خشم خود را کنترل نمایند.

چراغ قرمز:

ایست، چند نفس عمیق بکشید، سعی کنید خود را آرام سازید.

چراغ زرد:

به معنی احتیاط است. این علامت بیانگر آن است که شما هنوز کاملاً بر خود مسلط نشده اید و باید مواظب باشید که به خود و دیگران صدمه نزنید. پس در این مرحله فقط باید خوب فکر کنیم، چرا ناراحتیم؟ چرا غمگین هستیم؟ چرا عصبانی شده ام؟ و چه طور می توانم ناراحتی خود را به شکل صحیحی ابراز کنم. علاوه بر این، در این مرحله می توانیم درباره راه حل های متعدد فکر کرده و قبل از عملی کردن هر راه حل پیامدهای آن را در نظر بگیریم.

چراغ سبز:

نشان می دهد که ما آرام هستیم و می توانیم با کسی که ما را عصبانی یا آزرده خاطر و غمگین کرده صحبت کنیم و ناراحتی خود را ابراز نماییم. به عبارت دیگر چراغ سبز بدین معناست، که شما می توانید حرکت کنید و بهترین نقش های خود را عملی سازید.



تغییر ریتم تنفس



عموماً خشم و عصبانیت یک پدیده ی روانی صرف نیست، چرا که اجزای جسمانی و فیزیولوژیک نقش مهمی در بروز آن دارند. فشار خون، ضربان قلب، تعداد نفس ها، دمای بدن و سرعت سوخت و ساز، متغیرهای جسمانی ای هستند که هنگام عصبانیت به علت فعالیت دستگاه سمپاتیک، افزایش می یابند. از بین متغیرهای فوق، تنفس فعالیتی است که می توان سریعتر بر آن تمرکز کرد و به وسیله دم و بازدم عمیق (تنفس عمیق) فعالیت آن را کنترل کرد. معمولاً تنفس عمیق باعث می شود که ضربان قلب کاهش یافته و در نتیجه فشار خون هم پایین بیاید و بدین ترتیب می توان با تنفس عمیق، عوامل فیزیولوژیک موثر در تشدید خشم و عصبانیت را کنترل کرد. هر گاه فرد بتواند هیجاناتش را تا حدودی کنترل نماید، آن گاه بهتر می تواند در خصوص پاسخ های مناسب و راه حل های مناسب بیاندیشد.

شمردن اعداد



زمانی که عصبانی هستید توصیه می شود از ۱ تا ۱۰ بشمارید. شمارش اعداد باعث می شود که شما کمی از موقعیت فاصله گرفته و شدت ارزی منفی حاصل از عصبانیت در وجود شما کاسته شود.

تلقین برخی جمله ها



در حین مقابله با یک وضعیت ناخوشایند می توانیم به خود گوشزد کنیم که: «آرام باش و آرام باقی بمان»، «موضوع را زیاد بزرگ نکن»، «این را درس عبرتی بدان»، «فکری مثل «منصفانه نیست، می خواهم به وی آسیب برسانم»، باید جای خود را به جمله های «نفس عمیق و آهسته بکش، صداقت را بلند نکن، آنها همیشه طبق میل من نباید رفتار کنند، با عصبانیت نمی توان آنها را تغییر داد، خشم را با نفس بیرون بده، عصبانی شدن کمکی به من نمی کنه» بدهد. در این میان یادمان باشد که اگر موفق شدیم، پاداشی برای خود در نظر بگیریم. این پاداش بهتر است به شکل خرید هدیه ای هر چند ناچیز مثل یک شاخه گل باشد. اما حتی با گفتن جمله ای به خود نیز، می توانیم خودمان را تشویق کنیم. مثلاً «بلد نیستم، ولی از عهده ی این کار خوب برآمدم. آن قدرها هم که فکر می کردم سخت نبود. دارم روز به روز بهتر می شوم. وقتی قادرم احساساتم را کنترل کنم احساس خوبی نسبت به خودم پیدا می کنم»

ترک موقعیت



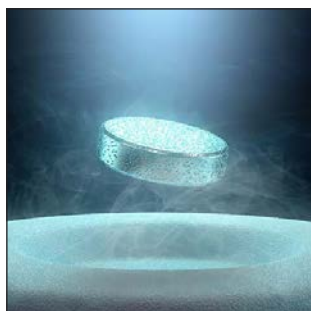
یکی از راه های کنترل عصبانیت ترک موقعیت برانگیزاننده عصبانیت است. با ترک موقعیت، شما به خود فرصت فکر کردن می دهید و می توانید به موقعیت فراسوی نیازها و خواسته های خود توجه کنید. در چنین شرایطی، اگر مخاطب شما فرد خاصی است، می توانید از او بخواهید تا در زمان دیگری در مورد مسأله تان صحبت کنید. اما در پاره ای اوقات هنگام رویارویی با موقعیت های برانگیزاننده عصبانیت، شما نمی توانید موقعیت را به طور کامل ترک کنید، ولی می توانید برای چند دقیقه ای از موقعیت خارج شده، هوایی تازه کنید، قدمی بزنید، در صورت امکان آب نوشیده و سپس به موقعیت باز گردید. به طور کلی تکنیک های رفتاری کوتاه مدت کنترل هیجان ها را می توان به ساختاری شبیه چراغ راهنمایی تشبیه نمود و آن را «تکنیک چراغ راهنما» نامید. این تکنیک گامهای لازم برای کنترل و مهار احساس ها را به صورت برجسته نشان می دهد.

۸ مورد باورنکردنی از تکنولوژی های جدید

دنیای صفر و یک



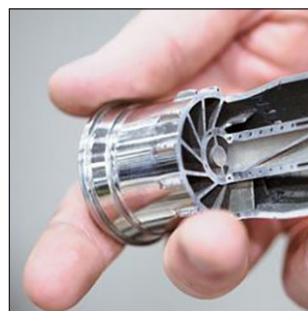
گردآوری: حسین حسینی زاده - irancontent.net



03

متریال های جدید

محققان دانشگاه هاروارد با استفاده از یک کامپیوتر کوانتومی هفت کیبیت طراحی شده توسط کمپانی IBM، شبیه سازی کامل یک مولکول ساده را انجام دادند. مولکول - پرلیوم هیدرید - بزرگترین محاسبات کوانتومی شبیه سازی شده است که تا به حال در جهان انجام گرفته است. وعده این است که دانشمندان می توانند از رایانه های کوانتومی برای طراحی انواع جدید مواد استفاده کنند و دقیقا خواص آنها را خلق کنند. این امر می تواند باعث ایجاد انواع مواد معجزه گر مانند سلول های خورشیدی کارآمدتر، کاتالیزورهای بهتر برای تولید سوخت های پاک و پروتئین هایی باشد که به عنوان داروهای موثرتر عمل می کنند.



01

پرینت ۳ بعدی فلزات

همه ما در طول چند سال گذشته به چاپ پلاستیکی سه بعدی عادت کرده ایم و این امر در کشور های در حال توسعه و توسعه یافته انجام می شود. سهولت آن برای طراحی و نمونه برداری به ارمان آمده است. پیشرفت در تکنولوژی پرینت ۳ بعدی فلزات به این معنی است که ساخت فلز فوری، به سرعت تبدیل به یک واقعیت می شود، این امر باعث می شود دنیایی جدید از امکانات در اختیار بشر قرار بگیرد. بلکه درست متوجه شدید یکی از تکنولوژی های جدید سال ۲۰۱۹ پرینت ۳ بعدی فلزات می باشد که توانایی ایجاد ساختار های فلزی بزرگ و پیچیده بر اساس تقاضا را ممکن می سازد. و این پیشرفت، صنعت تولید قطعات فلزی را متحول خواهد کرد.



04

امنیت در فضای آنلاین

یکی از تکنولوژی هایی که بسیار پیچیده و تقریبا نفوذ ناپذیر است سیستم های امنیتی مبتنی بر بلاکچین است. این سیستم با بررسی معاملات دیجیتال در حال انجام و تایید لحظه به لحظه اطلاعات خصوصی و هویت های مبادلاتی از تبادل کدها و اطلاعات شخصی محافظت می کند. امنیت همیشه یکی از بحث های بسیار مهم بوده و بدیهی است که این تکنولوژی طرفداران بسیاری خواهد داشت. استفاده از این تکنولوژی باعث خواهد شد که تبادل اطلاعات و معاملات بدون قرار گرفتن در معرض تهدیدات مانند تقلب یا سرقت هویت، انجام شود.



02

شهری که حس می کند

یکی دیگر از مهمترین تکنولوژی های جدید سال ۲۰۱۹ که متعلق به کشور کانادا و شهر تورنتو است، طراحی شهری است که حس می کند. این تکنولوژی توسط شریک گوگل «الفبا»، طراحی شده نحوه کار به این شکل است که سنسورها و سیستم هایی طراحی شده که با تلفیق زندگی واقعی و امکانات دیجیتالی و مجازی محیط های ویژه ای را به وجود می آورد که امکانات جدید و مدرنی را برای زندگی فراهم می کند. به طور مثال شما می توانید تمام دستگاه های خانه خود را از راه دور کنترل کنید و بسیاری از این دستگاه ها نسبت به احساسات شما و شرایط محیطی و جوی واکنش نشان می دهند.

2019



07

پیشگویی ژنتیکی

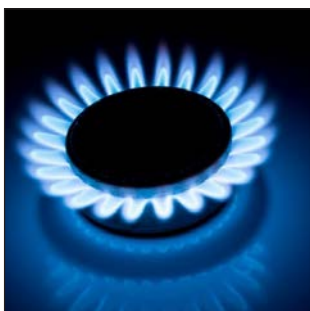
در تکنولوژی های جدید سال ۲۰۱۹، پیشرفت های بزرگی در تجزیه و تحلیل پیش بینی شده با استفاده از داده های ژنومی توسط موسسه Broad انجام شده است. این امر می تواند برای پیش بینی شانس بیماری هایی مانند سرطان، یا حتی IQ، با تجزیه و تحلیل داده های ژنتیکی باشد. این وعده به جهش کوانتومی بعدی در حفاظت از سلامت عمومی است، اما همچنین موجب نگرانی های اخلاقی بزرگ، از جمله خطر تبعیض ژنتیکی می شود. پیشگویی ژنتیکی میزان سطح هوش شما و تغییرات آن در آینده را پیش بینی می کند. همچنین امکان پیش بینی صفات رفتاری را فراهم می آورد. اما چگونه از این اطلاعات استفاده خواهد شد؟ آیا این تکنولوژی باعث بهبود سیستم رشد و یادگیری کودکان و نوجوانان ما می شود یا خیر؟



05

هوش مصنوعی ابری

صدر نشینان و مقتدرین دنیای تکنولوژی و مخصوصاً تکنولوژی های جدید سال ۲۰۱۹، در اینجا شامل آمازون، گوگل، آی بی ام و مایکروسافت هستند که همه تلاش خود را برای افزایش دسترسی به آموزش دستگاه و تکنولوژی شبکه عصبی مصنوعی انجام می دهند تا بتوانند آن را ارزان تر و آسان تر از چیزی که الان در دسترسی هست، استفاده کنند. در دسترس بودن ابزار هوش مصنوعی در فضای ابری به معنای آن است که یادگیری ماشین پیشرفته به طور گسترده ای برای بسیاری از کسب و کارهای مختلف قابل دسترس باشد. این امر همه چیز را از تولید تا تدارکات تغییر خواهد داد، ساخت بانک های اطلاعات دیجیتال بسیار ارزان تر و راحت تر برای کسب و کارها خواهد بود.



08

گاز طبیعی بدون کربن

روش های جدید مهندسی در تکنولوژی های جدید سال ۲۰۱۹ می تواند کربن را که در اثر سوختن گاز طبیعی آزاد شده است بگیرد و از انتشار گازهای گلخانه ای جلوگیری کند و فرصت های جدیدی برای ایجاد انرژی پاک فراهم آورد. در حال حاضر ۳۲ درصد از برق مورد استفاده در ایالات متحده با سوختن گاز طبیعی تولید می شود. تکنولوژی تمیز گاز طبیعی، وعده ای برای تولید برق از یک سوخت فسیلی ارزان و راحت است. این تکنولوژی امید بخش تولید گاز طبیعی بدون کربن را به جامعه بشری می دهد تا محیط زیست آسیب کمتری از انتشار این گازها ببیند.



06

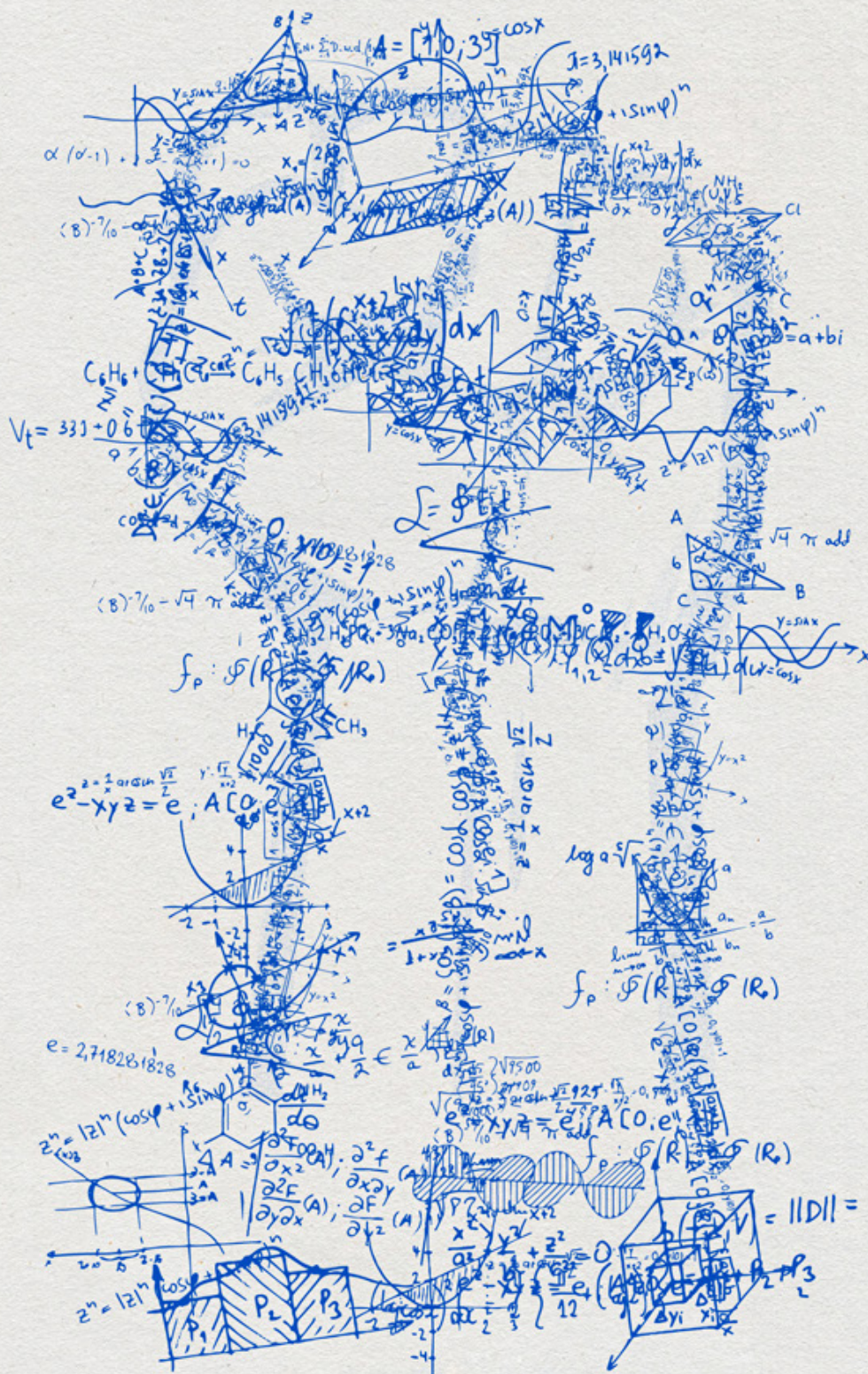
تبل گوش پیشرفته

این مفهوم کم‌مدی علمی-تخیلی پیشتر توسط داگلاس آدامز استفاده شده بود، تکنولوژی تبل گوش پیشرفته استفاده از ترجمه آنلاین را به طور موثری در اختیار انسانها در هنگام برقراری ارتباط در زبانهای مختلف در زمان واقعی را ممکن می سازد. یعنی به صورت لحظه ای زبان های مختلف برای شما ترجمه می شود و اینچنین است که انسان های مختلف با زبان های مختلف می توانند با هم صحبت کنند و حرف های یکدیگر را به لطف این دستگاه که در آینده تولید خواهد شد، بفهمند.

زاد سب برابر آید

«ادب» به زندگی محبت می بخشد
#ادب_و_محبت





امید یک کشور

دانشجویی مورد امید یک کشور است، دانشجو است که میتواند در مقابل مشکلات بایستد؛ دانشجو، هم جوان است، هم عالم است؛ او است که فردای کشور را باید اداره بکند، او است که باید آگاه باشد تا سنگر ایستادگی را در مقابل زیاده خواهان و فرصت طلبان و دیگران تقویت بکند، این باید محکم باشد.

عبدالله
۹۵/۴/۱۲

فرهنگ ایشار

معاونت فرهنگی و آموزشی بنیاد شهید و امور ایثارگران برگزار می کند

فراخوان نخستین دوره جشنواره بین المللی کتاب ایشار و شهادت

تاریخ شفاهی و مستندنگاری
در بخشهای ادبیات داستانی بزرگسال و کودک و نوجوان
موضوعات داوری: ژانر ایشار و شهادت ۱۳۹۷-۱۳۹۵

اهداف:

- ارزیابی علمی و پژوهشی محتوای کتاب های ژانر ایشار و شهادت
- حمایت از آثار فاخر و کیفی ناشران و نویسندگان حوزه ایشار و شهادت
- انگیزه دهی به نویسندگان نو قلم برای تولید محتوای در این حوزه
- تدوین نقشه راه و سند راهبردی برای تحقق منویات مقام معظم رهبری (مدظله العالی) در بیابانه گام دوم انقلاب اسلامی

شعار جشنواره:

ادبیات ایشار و شهادت
محور توسعه فرهنگی

مهلت ارسال آثار:

کلیه ناشران و نویسندگان می توانند دو نسخه از آثار خود را تا سی ام دی ماه ۱۳۹۸ به دبیرخانه جشنواره به نشانی: تهران، خیابان آیت الله طالقانی خیابان ملک الشعراء

ثبت نام الکترونیکی به آدرس: www.navideshahed.com الزامی است.
تلفن دبیرخانه: ۸۸۸۴۲۲۴۷

بهار شمالی • پلاک ۵ • طبقه سوم • اداره کل اسناد و انتشارات • ارسال نمایند.

