در ماه بهشتی بخوانید

کوهِ من استوار بمانی! ۲
باغ ۵
علی‌کوچولو درختی کاشت ۷
مثل اسبِ رستم ۹
چه کسی بهتر است؟ ۱۰
روباه و غاز ۱۴
کره‌ی زمین در خطر است! ۱۶
نیاز بدن به غذا ۱۸
پرندگان استرالیا ۲۱
فکر کن، جواب بده! ۲۲
لبخند بهاری ۲۴
پاسخ چیستان‌های فروردین ۲۶

کوهِ من استوار بمانی!

سلام! بچه‌ها می‌دانید که من یک کوه دارم؟ هر کدام از شما هم یک کوه دارید؟ باور نمی‌کنید؟! اگر بگویم یک روز از تقویم سال ما به‌نام این کوه‌های با شکوه و عظمت نامیده می‌شود، باور می‌کنید؟ کسانی که حواس‌شان جمع‌تر است، متوجه شدند منظورم چیست! بله، منظورم پدرهای مهربانی است که از صبح تا شب زحمت می‌کشند تا شاهد پیشرفت و موفقیت من و شما در تحصیل و در زندگی باشند.

مهر و محبت بعضی از پدرها برای ما بچه‌ها خیلی آشکار نیست و مثل مامان‌های عزیز، هر روز قربان‌صدقه‌ی ما نمی‌روند. دل پدرها مثل دریا است اما دریای آرام. این جمله مال من نبود بلکه عمه‌ی بزرگم یک‌بار این جمله را به من و خواهر و برادرهایم گفت.

روزی خواهرم داشت گله و شکایت می‌کرد که چرا بابا مـــا را دوست ندارد و مثل مامان به ما محبت نمی‌کند. مامـــان گفـــت: «مگر می‌شود پدری فرزندان خود را دوســـت نداشـــته باشـــد!» خواهرم گفت: «پس چرا رفتار بابا مثل شما نیســـت؟» عمـــه کـــه میهمان ما بود، خواهرم را بغل کرد و بوسید.

بعد رو به ما کرد و گفت: «گل‌های قشنگ من! وظیفه‌ی مـــادر در خانه، رسیدگی به امور منزل و درس و تحصیل بچه‌ها است و وظیفه‌ی پدر هم کار در بیرون خانه و تأمین هزینه‌های زنـــدگی خانواده. این دو نفر همدیگر را کامل می‌کنند. اگر مـــادر زیـــاد قربان‌صدقه‌ی شما می‌رود، برای این است که بیشتر در کنار شما است اما پدرتان شب که خسته به خانه برمی‌گردد، وقت کمتـــری برای ابراز محبت دارد. آیا روزهای تعطیل و جمعه هم محبـــت بابا را کمتر می‌بینید؟»

برادر کوچکم گفت: «نه عمه‌جان! بابا همیشه روزهای تعطیل با ما بازی می‌کند، ما را به پارک می‌برد و خیلی خوش می‌گذرد.» عمه دستی به سر او کشید و گفت: «عزیزان من! پدرها دل‌شان مثل دریا است اما دریای آرام. پدرها یک وظیفه‌ی دیگر هم دارند. آنان مثل یک کوه بلند و با عظمت پشت سر خانواده قرار دارند و گوش شنوا برای صحبت‌های همسر و فرزندان‌شان هستند.»

مادر در ادامه‌ی صحبت عمه گفت: «همه‌ی شادی پدرها این است که وقتی به خانه برمی‌گردند، فرزندان خود را شاد ببینند. اگر آنان این شادی را هر روز و هر ساعت بیان نمی‌کنند، دلیل بر این نیست که خوشحال نیستند یا بچه‌های خود را دوست ندارند. پدر شما همیشه رفتار و تحصیل شما را زیر نظر دارد. خدا به او سلامتی بدهد.»

خدای مهربان! پدرهای عزیز را برای ما حفظ کن.

«قاصدک»

باغ

گل، گل، گل، گل اومد

کدوم گل؟

همون که توی خاک بود

بهار که شد از تو خاک

سر زد و غنچه داد زود

کدوم خاک؟

همون که بود خشک و سرد

بهار رسید و یک مرد

اومد و زیرو روش کرد

کدوم مرد؟
همون که باغبونه
دوستش دارند بچه‌ها
از بس که مهربونه
کدوم باغ؟
اون باغ سبز و دلگشا
خوب و قشنگ و باصفا
غنچه داره هزار هزار
سبزه داره قطار قطار
شاپرکا، قناریا
میان سراغش تو بهار

«شکوه قاسم‌نیا»

علی‌کوچولو درختی کاشت

علی‌کوچولو یه باغچه داشت
تو باغچه‌اش نهالی کاشت
نهال او جوونه زد، جوونه
جوونه، دونه، دونه
علی‌کوچولو، با سطل آب آبش می‌داد
باد می‌اومد، تابش می‌داد
خورشیدخانم، نور می‌پاشید برایش
پرنده‌ها ساز می‌زدند
میون شاخه‌هایش
تا کم‌کمک نهال زیبای علی درخت شد
محکم‌و سفت‌و سخت شد

بزرگ شد و قد کشید
رفت‌و به خورشید رسید
وقتی بیاد فصل بهار
جوانه‌ها رو شاخه‌ها
صف می‌کشند قطار قطار
درخت زیبای علی
پر می‌شه از جوونه
رو شاخه‌هاش می‌سازه
پرنده آشیونه
شب که می‌شه همیشه
چندتا پرنده‌ی ناز
از او تشکر می‌کنند با آواز

«اسدا... شعبانی»

مثل اسب رستم

کدخدای دهِ ما

پیرمردی خوب است

یک عصا دارد که

جنس آن از چوب است

آن عصا را امروز

زد به پای اسبش

غصه خوردم آن‌وقت

من برای اسبش

کاش می‌شد یک روز

بخرم اسبش را

بنشینم پشتش

بروم تا صحرا

اسم اسبش رخش است

مثل اسب رستم

در دلم می‌گویم

کاش رستم بودم

«حسین احمدی»

چه کسی بهتر است؟

«خدا متکبران و فخرفروشان را دوست ندارد.» قرآن مجید، سوره نساء آیه ۳۶

به دوره‌ی پیش از اسلام، «جاهلیت» می‌گویند. در دوره‌ی جاهلیت، عادت‌ها و سنت‌های بدی وجود داشت. مردم به بسیاری از کارهای ناشایست عادت کرده بودند و به چیزهای

نادرستی اعتقاد داشتند. پیامبراکرم (ﷺ) با قرآن مجید به راهنمایی مردم پرداختند. سپس بسیاری از عادت‌های زشت، از بین رفت و روش‌های خوب، جای آن‌ها را گرفت.

در میان مردم عرب، رسم شده بود که به خود و به قوم و قبیله‌ی خود و هرچه که داشتند، می‌نازیدند. گاهی آن‌ها حتی به اسب و شتر خود هم افتخار می‌کردند. آنان فکر می‌کردند بهترین موجودات روی زمین هستند و کسی مثل آن‌ها نیست. دو قبیله‌ی «عبد مناف» و «بنی سهم» همیشه به تعداد زیاد افراد خود می‌نازیدند. کم‌کم بحث بین آنان بالا گرفت و هر قبیله به زیادی تعدادشان افتخار می‌کردند.

یک روز دو قبیله، تمام افرادشان را شمردند. می‌خواستند معلوم شود جمعیت کدام قبیله بیشتر است. آن‌ها برای این‌کار

داورانی انتخاب کردند. داوران، تمام افراد قبیله و فرزندان عبد مناف را به صف کردند و یکی‌یکی شمردند. بعد، نوبت به افراد قبیله بنی سهم رسید. داوران آن‌ها را هم یکی‌یکی شمردند. بالاخره برنده‌ی مسابقه‌ی خودخواهی دو قبیله معلوم شد: قبیله‌ی عبد مناف.

فرزندان عبد مناف شروع به شادی و پایکوبی کردند و گفتند: «ما بزرگ‌ترین قبیله‌ی عرب هستیم.» افراد قبیله‌ی بازنده خشمگین شدند. آن‌ها حکم داوران را رد کردند و گفتند: «این داوری، ارزشی ندارد. اگر راست می‌گویید باید تمام ما را بشمارید.»

یکی از داوران گفت: «یعنی چه؟ ما همه را شمردیم.» بنی‌سهم گفتند: «اما خیلی از اعضای قبیله‌ی ما مرده‌اند، باید

مرده‌ها را هم بشمارید!» پس قرار شد مردگـــان دو قبیلـــه هـــم شمرده شوند. افراد هر دو قبیله راه افتادند و به‌سوی قبرســـتان رفتند. گردو خاک از پشت سرشان به هوا بلند شده بود.

داوران مدتی عرق ریختند و تمام مرده‌ها را شمارش کردند. خورشید چهره‌ها را سرخ می‌کرد اما کسی تـــوجهی بـــه گرمـــا نداشت. عاقبت معلوم شد مجموع افراد زنده و مرده‌ی قبیلـــه‌ی بنی‌سهم از قبیله‌ی عبد مناف بیشتر است. این‌بار نوبـــت قبیلـــه‌ی بنی‌سهم بود که به خود بنازد و قبیله‌ی عبدمناف را حقیر بشمارد.

خداوند بزرگ در سوره‌ی تکاثر، به این داستان اشاره کـــرده است. دین اسلام، ارزش انسان‌ها را به مال یا زیاد بودن تعـــداد نمی‌داند بلکه اعمال نیک و ذکر و یاد خدا را باعث بزرگ بـــودن آدمیان می‌داند.

«نقی سلیمانی»

روباه و غاز

روباه گفت: «سلام!» غاز گفت: «از این‌جا برو! به من نزدیک نشو!» روباه با تعجب ایستاد و گفت: «مگر چه شده؟» غاز گفت: «فکر نکن من احمق هستم. خوب می‌دانم که آمدی من را بخوری.» روباه گفت: «چی؟ اصلاً فکرش را هم نکردم.» غاز گفت: «دروغگو! روباه غاز می‌خورد. تو هم روباهی.»

روباه گفت: «خوب، درست است ولی من نمی‌خواهم تو را بخورم.» غاز گفت: «باور نمی‌کنم. اگر راست می‌گویی حرفت را به من ثابت کن.» روباه پرسید: «به تو ثابت کنم؟ چطوری؟» غاز گفت: «دیدی گفتم! حق با من بود!» روباه نمی‌دانست چه بگوید. چطور می‌توانست چیزی را ثابت کند که نمی‌خواست انجامش دهد؟ سرش را پایین انداخت، به سنگی خیره شد تا بیشتر فکر

کند. چطور می‌توانست غاز را قانع کند؟ شاید باید پا بـــه فـــرار می‌گذاشت اما آن‌وقت چطور می‌فهمید که غاز، حرفش را بـــاور کرده یا نه؟ باید برای مدتی طولانی بی‌حرکت می‌ایستاد ولـــی چقدر لازم بود بایستد تا غاز قانع شود؟

غاز گفت: «پس چه شد؟ به من ثابت کن که نمی‌خواهی من را بخوری.» روباه گفت: «متأسفم، نمی‌شود، نمی‌توانم ثابت کـــنم.» غاز گفت: «می‌دانستم!» روباه با صـــدای ریـــزی گفـــت: «ولـــی می‌توانم قسم بخورم که فقط می‌خواستم کمی با تو حرف بـــزنم، همین.» غاز فریاد کشید: «دروغگو!» روباه دیگر نمی‌دانست چه بگوید.

خوب روباه‌ها هم گاهی دوست دارند با کسی گَـــپ بزننـــد و خوش باشند! غاز هنوز فریاد می‌کشید: «دروغگـــو! همـــه‌تـــان

دروغگویید!» اوضاع خیلی خراب بـــود. روبـــاه دیگـــر دلـــش نمی‌خواست گپ بزند. یک‌دفعه بدون خـــداحافظی گذاشـــت و رفت. همین‌طور که دور می‌شد، با خودش گفت: «چقدر کلّه‌شَق بود! شاید بهتر بود از همان اول، یک لقمه‌ی چربش می‌کردم.»

«ترجمه کلر ژوبرت»

کره‌ی زمین در خطر است!

کره‌ی زمین در معرض تهدیدهای جدی است اما این تهدیدها از جانب موجودات فضایی نیست بلکه ناشی از فعالیت‌های انســـان در طبیعت است! بسیاری از کارهایی که ما انجام می‌دهیم، سبب صدمه دیدن محیط زیست می‌شود. مردم با قطع بـــی‌رَویـــه‌ی درختان و استفاده‌ی بیش از حد سوخت‌های فصیلی، انواع مواد شیمیایی زیان‌آور را وارد جَو می‌کنند. این فعالیت‌های تخریبی

در محیط زیست، شرایط زندگی حیوانات و گیاهان را به خطر می‌اندازد و همین‌طور موجب آلودگی هوا و منابع آب‌های مصرفی ما می‌شود.

باران اسیدی **اتومبیل‌ها و دودکش کارخانه‌ها گازهایی را آزاد می‌کنند که پر از مواد شیمیایی زیان‌آور هستند. این گازها در جَوِ زمین پراکنده و با قطرات آب معلّق در فضا مخلوط و سرانجام موجب بارش باران‌های اسیدی می‌شوند. وقتی باران اسیدی بر زمین می‌بارد، گیاهان و درختان را می‌خشکاند و سبب آسیب دیدن بناها می‌شود.**

اگر از سوخت‌های فُسیلی کمتر استفاده کنیم، می‌توانیم از روند افزایش دمای کره‌ی زمین و بارش باران‌های اسیدی جلوگیری کنیم. برای این‌کار، به جای استفاده از سوخت‌های

فسیلی آلاینده می‌توانیم از سایر انرژی‌های جایگزین مانند انرژی باد استفاده کنیم.

گرم شدن کره‌ی زمین هوایی که کره‌ی زمین را احاطه کرده است، روز به‌روز آلوده‌تر و کثیف‌تر می‌شود. این آلودگی ناشی از مصرف بی‌رویه سوخت‌های فسیلی است. با این کارها هوا را با مواد سمی و زیان‌آور انباشته می‌کنیم و ماهیت هوا تغییر می‌کند. لایه‌ی هوای کثیف اطراف کره‌ی زمین، مقدار گرمای بیشتری از پرتوهای خورشید را جذب و محبوس می‌کند و سبب افزایش دمای کره‌ی زمین می‌شود.

«ترجمه مجید عمیق»

نیاز بدن به غذا

بزرگ و قوی شدن بعضی از مردم می‌گویند: «غذا بخورید تا

بزرگ و قوی شوید.» این جمله درست است چون قسمت‌های مختلف بدن از غذایی که می‌خورید، ساخته شده‌اند. بدن شما تا سن ۱۸ سالگی در حال رشد است. اگر غذا نخورید، احساس ضعف می‌کنید چون بدن شما، انرژی خود را از دست می‌دهد. بچه‌هایی که مقدار کافی غذا نمی‌خورند، خوب رشد نمی‌کنند. آن‌ها معمولاً ضعیف و ناتوان هستند و خیلی زود بیمار می‌شوند.

غذای خیلی زیاد **اگر بیشتر از مقداری که بدن‌تان نیاز دارد غذا بخورید، مواد غذایی به‌صورت چربی در بدن شما ذخیره می‌شود. این چربی‌ها وزن شما را زیاد می‌کند و تحرک‌تان کمتر می‌شود. بعضی از افراد که می‌خواهند وزن‌شان زیاد شود، بیشتر از اندازه‌ی لازم غذا می‌خورند. برای مثال، ورزشکاران**

یک نوع از کشتی ژاپنی باید برای مبارزه، بدن سنگینی داشته باشند.

ترمیم و اصلاح بعضی از مواد غذایی که می‌خورید، به بدن شما کمک می‌کنند تا قسمت‌های آسیب دیده‌ی خود را ترمیم کند. علاوه بر این، زمانی‌که بیمار هستید، کمک می‌کنند حال‌تان بهتر شود. هنگامی که جایی از بدن شما زخم می‌شود، غذایی که می‌خورید، کمک می‌کند این زخم زودتر ترمیم شود.

آب آب، بدن شما را مرطوب نگه می‌دارد و باعث می‌شود خون به‌صورت مایع در قسمت‌های مختلف بدن جاری شود. بدون آب، بدن شما خشک می‌شود و از کار می‌افتد. شما می‌توانید چند هفته غذا نخورید اما بیشتر از چند روز نمی‌توانید بدون آب زندگی کنید. برخی افراد ممکن است نیاز بیشتری به

آب پیدا کنند. برای مثال، کسانی که در محیط‌های گـرم کـار می‌کنند. نانواها باید آب بیشتری بنوشند زیرا مقدار زیـادی از آب به‌صورت عرق از بدن آن‌ها خارج مـی‌شـود. گذاشـتن و برداشتن نان در تنور داغ باعث عرق زیاد آنان می‌شود. کسانی که کشتی آن‌ها غرق می‌شود، بیشتر از تشنگی می‌میرنـد تـا از گرسنگی زیرا آنان نمی‌توانند آب دریا را بنوشند.

«ترجمه امیر صالحی طالقانی»

پرندگان استرالیا

منقار قاشقی رویال **این پرندگان در نـواحی مردابـی و در سواحل دریاچه‌ها و رودخانه‌های سراسر استرالیا یافت می‌شوند. منقار قاشقی رویال، منقار پهنش را در آب به هر طرف حرکـت می‌دهد و جانوران کوچکی مانند میگو، کرم و بچه ماهی‌هـا را**

می‌گیرد. سپس نوک منقارش را با قدرت روی بدن شکار فشار می‌دهد تا شکار را له کند و آن را ببلعد. این پرندگان در فصل تابستان، تولید مثل می‌کنند.

حواصیل شبگرد **این پرنده‌ی مرموز روی درختی استراحت می‌کند و شب‌ها برای به‌دست آوردن غذا، میان آب‌ها جست‌وجو می‌کند. این حواصیل‌ها از قورباغه‌ها، ماهی‌ها، حشرات آبی و خرچنگ‌ها تغذیه می‌کنند. آن‌ها در مقایسه با سایر حواصیل‌ها پاها و گردن کوتاه‌تری دارند. طول این پرندگان از منقار تا دُم حدود ۶۰ سانتیمتر است.**

«ترجمه صدیقه ابراهیمی و مهرزاده مینانژاد»

فکر کن، جواب بده!

*** قلبش یه‌ریزه سنگ است**

با صدتا شکل و رنگ است
بو می‌دهد دهانش
نارنجی است زبانش
هر کس که دست به او زد
خدا کند نسوزد
* محل گردشش تخته‌ی سیاه است
ولی روی سفیدش مثل ماه است
* صدتا قِزی، لب قرمزی
در یک اتاق، پای چراغ
* می‌رن با هم به سلمونی
چند تا داداش جون جونی
بیرون می‌یان، ردیف می‌شن
رنگین‌کمونِ کیف می‌شن

*** بسته می‌شم، وا می‌شم**
مثل معمّا می‌شم
رفیق من کلیده
کسی اونو ندیده؟
*** ماره ولی نیش نداره**
آب داره آتیش نداره
ببین چقدر درازه!
اسمش چیه؟ یه رازه.
پاسخ‌ها در ماه بعد

لبخند بهاری

☹ پسر: «پدر! می‌تونی توی تاریکی چیزی بنویسی؟» پدر: «بله! چی می‌خواهی بنویسم؟» پسر: «اسمت را پایین این کارنامه!»

☹ اولی: «چرا روح نمی‌تواند دروغ بگوید؟» دومی: «چون توی دلش دیده می‌شود.»

☹ پسر: «مامان! یک لطیفه تعریف کن!» مادر: «حرف نزن! بیا کمکم کن ظرف‌ها را بشویم.» پسر: «ها ها ها ها، چه لطیفه‌ی قشنگی.»

☹ اولی: «توی دو ثانیه، ۵۰۰ کالری از دست دادم.» دومی: «چطوری؟» اولی: «همبرگر از دستم افتاد زمین.»

☹ پسر همان‌طور که دوچرخه‌سواری می‌کرد گفت: «مامان! مامان! من را ببین! بدون دست، بدون دست!» یک‌هو با صورت زمین خورد و گفت: «مامان! مامان! من را ببین! بدون دندون!»

☹ معلم: «چرا پلیکان‌ها ماهی را توی نوک‌شان نگه می‌دارند؟» شاگرد: «چون یخچال ندارند.»

☹ پیرمرد: «آقای دکتر! پای چپم خیلی درد می‌کنـــد.» دکتـــر: «چیز خاصی نیست، مال سن‌و سال است پدرجان!» پیرمرد: «پس چرا پای راستم که درست هم سن پای چپم است، درد نمی‌کند؟»

پاسخ چیستان‌های فروردین

کبریت، عدد ۷۰، نفر دوم، سه عدد فرد متوالی به ترتیـــب ۱۹ ۲۱ و ۲۳ هستند که مجموع آن‌ها عدد ۶۳ می‌شود، سبز، نقشه، در لوزالمعده انسان قرار دارند.