

بشرى

علمی، فنی، اجتماعی و روزنامه

شماره ثبت بین المللی ISSN 1735-3658 • شهر فور ۱۴۰۲ • شماره ۲۲۶
اولین نشریه تخصصی ویرانه‌های علم و فناوری ایران



با احترام تقدیم می‌کنیم

- ۲..... ما شیعه هستیم؟!.....
- ۶..... مؤمنان و کافران در قرآن.....
- ۹..... دل، بحر خون در ماتمت.....
- ۱۰..... بی‌خردی.....
- ۱۱..... رهگذر و جوان آبله‌رو.....
- ۱۲..... خاص‌ترین.....
- ۱۳..... شجاعت معنوی.....
- ۱۴..... سگه مهر حسن.....
- ۱۶..... پذیرش هتل.....
- ۱۷..... گوهری به نام وقت.....
- ۲۱..... جاودانه.....
- ۲۲..... غذا خوردن در خانه متوفی.....
- ۲۳..... حکمت.....
- ۲۴..... آن که شنید!.....
- ۲۶..... ادب گفت‌وگو.....
- ۲۷..... اهر و بناب.....
- ۲۹..... اولین پیام رادیویی.....
- ۳۰..... ناهار دیابتی‌ها.....
- ۳۲..... سویا.....
- ۳۴..... دوستِ پاها.....

ما شیعه هستیم؟!

اگر ماه صفر را ماه «اهل بیت (ع)» توصیف کنیم، بی‌راه نگفته‌ایم زیرا در حالی که روزهای نخست آن با اندوه جانکاه فقدان دختر ۳ساله سالار شهیدان، رخت سیاه بر تن کرده، به روایتی هفتمین روز این ماه نیز یادآور سوگنامه دومین چراغ هدایت با زهر کین دشمنان علی است. روز بیستم این ماه معروف به «اربعین حسینی»، یکی از شاخص‌های معرفی مبانی دین تعالی بخش اسلام و مکتب امیرمؤمنان به جهانیان است. هرچند بیابان داغ کربلا در این روز با شنیدن رنج‌نامه اعضای کاروان سفیران عاشورا و پیامبران حماسه نینوا، شرمنده خاتم‌انبیا (ﷺ) و بانوی آب و آفتاب شد اما بانوان و کودکان این قافله با ایمان محکم و عزم آهنین خود چنان صبر و شکیبایی را در معرض نگاه جهانیان گذاشتند که عرق شرم را بر پیشانی حماسه و شجاعت نشاند.

هنوز انسانیت از زیر بار غم اربعین کمر راست نکرده است که سوگ جدیدی او را به زانو درمی‌آورد. آخرین پیام آور وحی در بستر سفر به دیار دوست قرار گرفته است. هرچند او برای این سفر لحظه شماری می‌کند و عرشیان برای عرض ادب به محضرش صف

کشیده‌اند ولی باران اشک پاره‌های تنش، راه رفتن او را سد کرده و فرشته قابض ارواح نیز شرم می‌کند شاهد یتیم شدن بشریت و وامانده شدن انسانیت در روزگار بدون پیامبر امین باشد. گرچه محبوبه خداوند و شهبسوار عرصه غدیر به مشیت الهی تن می‌دهند اما صد افسوس که حدود ۴۰ سال بعد درست در روز عروج روح بلند خاتم رسل، نور چشم و پاره قلب او نیز با دسیسه دشمنان، عازم گوی یار می‌شود.

ماه پرمصیبت صفر گویی خیال ندارد آخرین روز خود را بدون اندوه جدیدی برای بشریت بگذراند. این بار ایرانیان محب اهل بیت (ع) به سبب توطئه قدرت‌طلبان دنیا دوست، در برابر پیام‌آور مهربانی و خاندان عصمت و طهارت، سر افکنده و خجالت‌زده شدند زیرا هشتمین دسته‌گل امانت ایشان در خاک این سرزمین به سم معاندان کوردل مسموم و جهان از وجود پربرکتش بی بهره شد.

نگاهی گذرا به تاریخ زندگی و چگونگی شهادت تک تک اهل بیت امامت نشان می‌دهد که مردم معاصر آنان هرگز شیعه و پیرو واقعی ایشان نبودند هر چند گروهی از محبان آل رسول در

هر عصر و زمان در بین مردم زندگی کرده و می‌کنند اما مزین شدن نام کسی به واژه عمیق و پرمغز «شیعه» به این آسانی نیست. این امر بارها از سوی ائمه (Σ) در گفت‌وگو با مردم تأکید شده است.

رسول اکرم (ﷺ) فرمودند: «شیعه ما کسی است که از ما پیروی کند و پا جای پای ما بگذارد و اعمال ما را الگو قرار دهد و به آن اقتدا کند.» هر یک از امامان ما در دوران زندگی کوتاه اما پربرکت‌شان تلاش کردند شیعیانی را تربیت و به عقل و علم آراسته کنند. روزی مسلمانی به امام حسین (Σ) عرض کرد: «من از شیعیان شما هستم.» آن حضرت فرمودند: «تقوا داشته باشید و مراقب سخنان خود باشید. چیزی را ادعا نکنید که خداوند در روز قیامت به شما بفرماید که دروغ گفتید و گناه کردید.» آن حضرت افزودند: «شیعیان ما کسانی هستند که قلب سلیم دارند، از خیانت و فریب به دور هستند، خالص و ناخالص را در هم نمی‌کنند و اهل کینه و دشمنی و فساد نیستند.» امام به آن فرد تأکید کردند: «بگویند من یکی از دوست‌داران و محبان شما هستم.»

امام حسن (Σ) نیز در مورد مشابهی به شخص مدعی شیعه

بودن فرمودند: «ای بنده خدا! اگر تو در فرمانبری از دستورات ما صادق باشی و در دوری از نواهی ما مطیع باشی، راست گفتمی و شیعه ما هستی و اگر خلاف آن بودی و گوش به فرمان ما نبودی، با ادعای این مرتبه والا که اهلش نیستی، تنها بر گناهان خود می‌افزایی.»

روزی مردی وارد باغی شد و در میان باغ، امیر مؤمنان و سلمان را دید. از سلمان پرسید که باغ در دیگری هم دارد؟ سلمان گفت: «نه، فقط همین دری است که تو وارد شدی؟» آن مرد گفت: «اما من فقط یک جای پا دیدم! شما که دو نفر هستید؟» سلمان گفت: «من طوری قدم برمی‌داشتم که پایم را جای پای امیر مؤمنان قرار دهم.»

شیعه واقعی، کسی است که در حضور مولایش، او هیچ باشد همان گونه که امیر مؤمنان تا پیامبر (ﷺ) زنده بودند، هیچ نمی‌گفت مگر کلام مولایش را و هیچ نمی‌کرد مگر انجام فرمان مقتدایش را. تمام کلمات قصار و خطبه‌های عمیق و زیبای آن حضرت در نهج البلاغه، مربوط به پس از رحلت پیامبر (ﷺ) بود. اکنون خودمان قضاوت کنیم! چند نفر از ما پیرو بی چون و چرای امامان

خود هستیم تا ادعای شیعه بودن کنیم!

«سپیدار»

مؤمنان و کافران در قرآن

در این شماره از بشری، به عده دیگری از شخصیت‌های مؤمن یا کافری که در آیات قرآن کریم، نام و سرگذشت آنان ذکر شده اشاره می‌کنیم:

عزیز نام عمومی برای دومین مقام سیاسی مصر. در سوره یوسف به دو عزیز مصر اشاره شده است. اولی عزیزی که همسرش نیت پلیدی علیه حضرت یوسف (Σ) در سر داشت و موفق به عملی کردن آن نشد. عزیز دوم، خود حضرت یوسف (Σ) بود که پس از رهایی از زندان، عزیز مصر شد.

عمران نام پدر حضرت مریم (س) است که در سوره‌های آل عمران و تحریم به نام او اشاره شده است.

عیسی چهارمین پیامبر اولی‌العزم است که به دو شکل از آن حضرت در قرآن کریم یاد شده است: عیسی بن مریم ۲۵ بار و با عنوان مسیح ۱۰ بار. نحوه تولد و معجزات ایشان در سوره‌های گوناگون ذکر و تصریح شده که آن حضرت نمرده است.

قارون یکی از افراد قوم موسی (Σ) بوده و ۴ بار نامش در قرآن کریم آمده است. ۳ بار فقط نامش ذکر شده اما در سوره قصص، بخشی از شرح حال او هم یادآوری شده است.

لقمان سوره‌ای به نام او در قرآن است. طبق روایات، او انسان شایسته‌ای بود اما پیامبر نبوده است.

لوط نام وی ۲۳ بار ذکر شده است. لوط به ابراهیم (Σ) ایمان آورد اما خودش هم پیامبر بود. همسر آن حضرت جزو کافران بود.

محمد (ﷺ) آخرین پیامبر الهی است که نام مبارک ایشان ۴ بار در سوره‌های آل عمران، احزاب، محمد و فتح آمده است.

مریم ۳۱ بار نام این بانوی پاک در قرآن آمده و دختر عمران و مادر حضرت عیسی (Σ) است.

موسی سومین پیامبر اولی‌العزم و ناجی و پیامبر قوم بنی اسرائیل در برابر ستم‌های فرعونیان است. نامش ۱۳ بار در قرآن ذکر شده و شرح حال و وقایع زندگی ایشان بیش از سایر پیامبران در آیات متعددی از قرآن ذکر شده است.

میکال فرشته مقرب الهی است که نامش در آیه ۹۸ سوره بقره

ذکر شده و مسیحیان و یهودیان او را میشل می‌نامند و ما ایشان را میکائیل می‌نامیم.

نوح اولین پیامبر اولی‌العزم بود که در قرآن به عمر طولانی و نبوت ۹۵۰ ساله ایشان اشاره شده و هلاکت قوم کافر وی به همراه همسر و پسرش یادآوری شده است. یک سوره هم به نام آن حضرت است.

هاروت و ماروت دو فرشته بودند که در آیه ۱۰۲ سوره بقره به نام آن دو اشاره شده است.

هارون برادر بزرگ حضرت موسی (Σ) و از پیامبران بود و ۲۰ بار نامش در قرآن ذکر شده است. وی زبانی گویا و فصیح داشت و به همین دلیل و به درخواست حضرت موسی (Σ) دستیار و همراه ایشان در مواجهه با فرعونیان شد.

هامان ۶ بار نامش در قرآن آمده که ۴ بار بعد از کلمه فرعون است. وی وزیر فرعون بود و در تمام ستم‌های او مشارکت داشت.

هود پیامبر قوم عاد بود و یک سوره با نام او در قرآن هست.

یحیی نام آن حضرت به عنوان پیامبر ۵ بار در قرآن آمده است و مسیحیان، یحیی را پسر خاله حضرت مسیح می‌دانند.

یوسف نام آن حضرت ۲۶ بار در قرآن ذکر شده و یک سوره هم با نام ایشان و شامل بخش زیادی از سرگذشت آن حضرت است.

یونس نامش ۴ بار ذکر شده و در سوره‌های صافات و قلم به شرح حال ایشان اشاره شده و در سوره انبیا هم با عنوان «ذوالنون» از آن حضرت نام برده شده است. یک سوره قرآن هم مزین به نام ایشان است.

«مؤسسه معهد قرآن و ولایت اصفهان»

دل، بحر خون در ماتمت

دل بی تو باشد مرده‌ای بهتر که در گورش کنم
چشمی که بیند جز تو را با خنجری کورش کنم
افتاده زار و منفعل، در چنگ دیو نفس دل
دستی بده کاین دیو را از این حرم دورش کنم
دل بحر خون در ماتمت، جان تشنه اشک غمت
باشد که در امواج غم، از گریه مسرورش کنم
ذکرت کلام... من، عشقت کلیم... من
خواهم دلی تا هم نفس با آتش طورش کنم
در سینه دارم آتشی، هرگز ندارد خامشی

پیوسته گرم سوختن با سوز عاشورش کنم
دارم دل دیوانه‌ای در سیل خون ویرانه‌ای
باشد که این ویرانه را چون بیتِ معمورش کنم
دردا که دیو نفسِ دون، جانم دریده از درون
با یک نگاهت می‌توان این دیو را حورش کنم
مارِ هوس چون اژدها، آورده به روزم چها
بر آن شدم کاین مار را پایمال چون مورش کنم
گر دیده از دود گنه، پرونده جرمم سیه
با مهرت این پرونده را آینه نورش کنم
من می‌شم کوی توام، دائم ثناگوی توام
هر حرف را در وصف تو، صد درّ منورش کنم
بی‌خردی

* بی‌خردی، بدترین درد؛ دردی بی‌درمان و مرضی لاعلاج
است.

* بی‌خردی، زیانبارترین همنشین، بدبختی و غریب بودن در
وطن است!

* کسی که عیب‌های دیگران را ببیند و آنها را زشت شمارد اما

همان عیب‌ها را در خود بیسندد، احمق واقعی است!
* حماقت آدمی از سه چیز شناخته می‌شود: از
بیهوده‌گویی‌هایش، از پاسخ دادنش به چیزی که از او سؤال
نمی‌شود و از تهورش در کارها.

* آدم احمق، هیچ‌گاه از عیب و زیانکاری جدا نیست!

* از نشانه‌های احمق، این است که هر دم به رنگی درمی‌آید!

* از احمق بر حذر باش! آدم احمق، خودش را اگر چه بدکار باشد
نیکوکار می‌داند، ناتوانی‌اش را زیرکی و شر و بدی‌اش را خیر و
خوبی می‌شمارد.

* احمق‌ترین مردم، کسی است که خوبی نمی‌کند و انتظار تشکر
دارد! بدی می‌کند و توقع پاداش نیک دارد.

[[میزان الحکمه]]

رهگذر و جوان آبله‌رو

مردی در حال رفتن به خانه‌اش بود که جوان آبله‌رویی دید با
چشمان چپ، سری بی‌مو و دهانی گشاد و لب‌های کلفت و پوستی
تیره. رهگذر ایستاد و با نفرت به جوان خیره شد و ناگهان فریاد
زد: «ای مردک! از اینجا برو! دیدن تو شوم است و آدم را ناراحت

می‌کند!» جوان بدون اینکه ناراحت شود، نگاهی به قبای پاره مرد انداخت و قبای نوی را که بر تن داشت، در آورد و به مرد گفت: «بگیر، مال تو! من قبایم را به تو می‌بخشم.»

مرد نگاهی به قبای خوش رنگ و نوی او انداخت و از کاری که کرده بود، شرمنده شد و کف دست راستش را روی سینه‌اش گذاشت و گفت: «مرا ببخش! رفتار بدی با تو کردم اما تو لباس را به من می‌دهی.» جوان با لبخند گفت: «ای دوست! بدان آدمی که ظاهر بد اما باطن و قلب پاک داشته باشد، به مراتب بهتر از کسی است که ظاهر خوب اما قلبی ناپاک و سیاه دارد!» چهره مرد رهگذر از خجالت سرخ شد و دیگر نتوانست حرفی بزند.

[[سعید گل محمدی]]

خاص‌ترین

چه فرقی می‌کند در کدام تاریخ سال هجری خورشیدی باشیم تا خاص‌ترین اتفاق زندگی‌ام را با آن هماهنگ کنم! مهم آن است که در سال‌ها، ساعت‌ها و دقیقه‌هایش این حقیقت را که شما خورشید جهانید و آفتاب درخشان از شما نور می‌گیرد، فراموش نکرده باشیم!

خاص‌ترین اتفاق زندگی‌ام را بودن در دولت شما و رسیدن به گرمای وجود شما می‌دانم. از شما پنهان نیست که همیشه برای من خاص‌ترین لحظات، نفس کشیدن در خانه پدری شما بوده و هست! من این روزها عجیب به هوای شما، خانه پدری شما، پناه و آغوش مهربان و دست نوازش شما محتاجم! برای من خاص بودن فقط با شما معنا پیدا می‌کند، ای خاص‌ترین معنای جهان!

«امید ارغوان»

شجاعت معنوی

شجاعت معنوی با شجاعت مادی تفاوت دارد. اگر در کاراته کمر بند مشکی بگیرید، شما را از لحاظ مادی شجاع می‌خوانند ولی چنین رویدادهایی همیشه و برای همه افراد رخ نمی‌دهد. شاید برای افراد پلیس، آتش‌نشان و نظامی در طول دوره کاری‌شان فقط چند بار اتفاق بیفتد که از نظر مادی شجاعت به خرج دهند. این در حالی است که همه ما به شجاعت معنوی بیش از شجاعت مادی نیاز داریم.

شجاعت معنوی به این معناست که وقتی شما در اقلیت هستید، همچنان به اعتقاد خود پایبند بمانید. شجاعت معنوی می‌تواند

ایستادن در برابر پیش داوری، بی‌عدالتی، تعصب و رفتار
زورگویانه باشد. شجاعت معنوی یعنی انجام آن چیزی که درست
است، بدون در نظر گرفتن پیامدهای آن! شجاعت معنوی می‌تواند
بخشش باشد در حالی که می‌توانید طرف مقابل را نبخشید!

«مترجم فائزه درگاهی»

سکه مهر حسن

جوهر مدحیهام در شرف زر شدن است
با تو هر لحظه مرا روی به بهتر شدن است
بنویسید مرا قابل نوکر شدن است
بنویسید گاماده قنبر شدن است
سکه مهر حسن نقش دل و خاطر ماست
یا الهی به حسن، حرف دم آخر ماست
نمک سفره تو طعنه به دنیا می‌زد
خنده‌هایت به گدا زود بفرما می‌زد
دل جبرئیل به نام تو به دریا می‌زد
بر سر خان تو، خود را جای گدا جا می‌زد
دل سائل به سر خان تو جا می‌آید

چقدر لفظ کریمی به شما می آید
پسر شیر خدا مثل علی کرار است
مجتبی آمده و دشمن او فرار است
کربلا دید که عبدالله او سردار است
قاسمش روح «اشدء علی الکفار» است
طرز جنگ آوری ات به که به حیدر رفته
بنویسید که سقا به برادر رفته
زیر پای تو میدان جمل می لرزید
جنگ در قبضه شمشیر شما می چرخید
آفرین های علی جان به تنت می بخشید
یاد زهرا شتر فتنه گران پی گردید
شتر سرخ که سر بر قدم خاک نهاد
همه آرزوی اهل جمل رفت به باد
وقت معراج، حسن دوش نبی را دارد
مادری طاهره چون حضرت زهرا دارد
یوسف هاشمیان بس که تماشا دارد
کوچه از حسنِ حسن بند شود، جا دارد

نور پیشانی او روشنی آفاق است
غم به پابوسی چشمان حسن مشتاق است
صبر، حیرت زده صبر تماشایی تو
زخم خورده است غرورِ دل دریایی تو
آسمان، مرد ندیده است به تنهایی تو
دشمن و دوست گذشتند ز آقایی تو
غم اگر هست در عالم، غم تنهایی توست
کوچه و اشک، فقط محرم تنهایی توست
لحظه لحظه همه زندگی ات ماتم بود
محرم خانهات افسوس که نامحرم بود
غالباً قوتِ دلت سفره به سفره غم بود
چشم‌های تو پذیرای غم عالم بود
آخر این خاطره‌ها کشت تو را آقا جان
کوچه و مادر و طوفان خدانشناسان

«حسن کردی»

پذیرش هتل

مردی نامه‌ای به هتلی کوچک در شهری که قرار بود تعطیلات خود

را در آنجا بگذراند، نوشت. متن نامه او چنین بود: «بنده بسیار مایلم سگم را همراه خود به آنجا بیاورم. سگ بنده بسیار زیبا، آراسته و خوش رفتار است. آیا شما اجازه می‌دهید سگ بنده نیز شب‌ها در اتاق من بخواهد؟»

پاسخ نامه سریع‌تر از حد تصور مرد رسید که متن آن چنین بود: «بنده چندین سال است که در این هتل مشغول به کار هستم. طی این سال‌ها هرگز ندیده و نشنیده‌ام که سگی حوله، لباس‌های خواب، ظروف نقره و تصاویر روی دیوارهای اتاق را بدزدد! بنده هرگز به دلیل بی‌نظمی و مستی، ناگزیر از بیرون کردن سگی از هتل در ساعات نیمه‌شب نشده‌ام! همچنین هرگز با سگی برخورد نکرده‌ام که بدون پرداخت صورت حساب، از هتل فرار کند! بله، سگ شما به هتل ما خوش آمده است و اگر سگ‌تان ضمانت شما را بکند، شما نیز به هتل ما خوش آمدید!»

«راستکار محمودزاده»

گوهری به نام وقت

حتماً در طول زندگی خود بارها از دیگران شنیده یا خودتان گفته‌اید: «اسلام، کامل‌ترین دین الهی است اما چرا بسیاری از غیر

مسلمانان در زندگی مادی خود به پیشرفت‌های قابل ملاحظه‌ای رسیده‌اند اما بخش زیادی از جمعیت مسلمانان در فقر مادی و فرهنگی و در شرایط نامناسب زندگی می‌کنند؟» پاسخ به این پرسش هم بسیار آسان است و هم دشوار و برای رسیدن به این پاسخ باید به نکات مهمی توجه کرد.

بسیاری از نعمت‌هایی که خداوند در اختیار همه بندگان خود قرار داده، تجدید پذیر هستند و به عبارتی تمام نمی‌شوند. کشاورز هر سال در کشتزار خود محصول می‌کارد و در فصل درو، حاصل زحمت خود را برداشت می‌کند. سپس با شور و شوق، بار دیگر زمین را برای کشت جدید آماده می‌کند. درختان هر سال در یک فصل مشخص، بار می‌دهند و سال بعد هم همین‌طور.

پس از هزاران سال از خلقت انسان و زندگی بشر روی کره زمین، هرگز مواد غذایی مورد نیاز برای ادامه بقا یا آب که مایه حیات است، تمام نشده و همچنان از چشمه رحمت و فیض الهی می‌جوشد اما یکی از نعمت‌هایی که هر لحظه، تمام می‌شود و دیگر باز نمی‌گردد؛ وقت است. هیچ یک از سال‌ها، ماه‌ها، روزها، ساعات و دقیق زندگی ما دوباره تکرار نمی‌شوند. در

واقع، از روزی که پای به این دنیا گذاشته‌ایم؛ هر لحظه به ایستگاه آخر زندگی نزدیک‌تر می‌شویم. بنابراین، کسی موفق است که تا حد ممکن از گوهر تکرار نشدنی وقت، بهترین استفاده را بکند. گرچه در احادیث و روایات اهل بیت (Σ) بارها بر زودگذر بودن وقت و عمر تأکید شده اما بسیاری از ما هنوز این واقعیت حتمی و انکار ناپذیر را باور نکرده‌ایم هرچند می‌توانیم در باره قطعی بودن آن ساعت‌ها سخنرانی کنیم.

بسیاری از دانشمندان، محققان و ادیبان گذشته، کتاب‌های فراوانی را تألیف کرده‌اند که اگر تعداد و صفحات این کتاب‌ها را به تعداد سال‌ها و روزهای عمر آنان تقسیم کنیم، میانگین بسیار قابل توجهی حاصل می‌شود در حالی که چنین افرادی در حال حاضر در جامعه ما زیاد نیستند. بعضی از ما در طول روز، ساعات فراوانی را صرف اموری می‌کنیم که نه سودی به حال دنیای‌مان دارد و نه منفعتی را در آخرت برای ما حاصل می‌کند اما حتی یک ساعت وقت برای تأمل در آیات نور و کتاب وحی صرف نمی‌کنیم. جالب اینکه همواره از کمبود وقت، گله و شکایت می‌کنیم.

عده‌ای می‌کوشند علت عقب ماندن برخی جوامع مسلمان از

قافله پیشرفت علمی و فناوری را دین و اعتقادات دینی معرفی کنند در حالی که تعالیم اسلام به همه جنبه‌های زندگی انسان حتی جزئی‌ترین امور توجه کرده و برای حل همه مشکلات زندگی، راهکارهای مناسب و عملی ارائه کرده است و اگر مشکل و ضعفی در بعضی کشورهای اسلامی وجود دارد، در اجرای این تعالیم است نه در اصل آنها!

این روزها جملاتی از قبیل: «خدا ما را فراموش کرده، خدا دیگر کاری به کار ما ندارد، امام زمان (⊖) دیگر توجهی به ما ندارد!» در گفت‌وگوهای مردم زیاد به گوش می‌رسد اما کمتر کسی این جمله را بیان می‌کند که: «من چند ساعت یا چند دقیقه در روز با خدا صحبت می‌کنم؟ من چه اندازه متوجه حضور دائمی حجت دوازدهم در کنار خود هستم؟» اگر هر یک از ما از عمق وجود به نزدیک بودن خداوند به خودمان و توجه همیشگی و لطف بی پایان او نسبت به ما و نیز حضور امام زمان (⊖) باور داشته باشیم؛ از هر لحظه عمرمان برای گفت و شنود با خدا از طریق نماز، تلاوت قرآن و دعا و هم گامی با امام حاضر استفاده می‌کنیم. روزی که به ایستگاه پایانی زندگی دنیا برسیم، حسرت یک روز یا

یک ساعت برای انجام امور خیر و هم صحبتی با خداوند بر دل‌مان
می‌ماند پس چه بهتر که گوهر وقت را غنیمت بشماریم!

«حسین یوسفی»

جاودانه

ثبت است بر جریده عالم دوام ما

زندگی خود را به صورت شاهکاری بی‌همتا در آورید.

«آتونی ابینز»

یکی از بزرگان تعریف می‌کرد که در جوانی، شاهد گفت‌وگوی
پدرش با عارفی بود. عارف به پدر وی گفت: «نگران کارهای شما
هستم! فکر می‌کنید چه تأثیری بر نسل‌های آینده بگذارید؟» پدر
پاسخ داد: «من چه کار به نسل‌های آینده دارم. من که هیچ‌وقت
آنها را نمی‌بینم! وقتی بمیرم، همه چیز تمام می‌شود.»

آن جوان تا زنده بود، این گفت‌وگوی پدرش با عارف را از یاد
نبرد و در تمام عمرش سعی کرد کارهای خیر انجام دهد، به
دیگران کمک کند و کارهایش را با عشق انجام دهد. همه
می‌دانستند او همواره نگران سایر مردم است. وقتی درگذشت،
آثار زیادی از خود بر جای گذاشت که در بهبود وضعیت شهرش
بسیار مؤثر بود. او وصیت کرده بود بر سنگ مزارش این جمله را

حک کنند: «عمری که با مرگ تمام شود، به هیچ نمی‌ارزد!»
[[مسعود لعلی]]

غذا خوردن در خانه متوفی

غذا خوردن در خانه مصیبت‌زدگان با خرج آنان، از رفتارهای ناپسند است و سنت بزرگان، فرستادن غذا برای صاحبان عزا است. پیامبر اکرم (ﷺ) دستور دادند به خانه متوفی غذا بفرستند تا خانواده‌اش جز مصیبت از دست دادن عزیز خود، دغدغه دیگری نداشته باشند. بعد از این دستور پیامبر (ﷺ)، بین مردم رسم شد که وقتی کسی دچار مصیبت می‌شد، همسایگان و خویشان او برای خانواده عزادار غذا می‌بردند. پیامبر (ﷺ) معتقد بودند برای ابراز همدردی با خانواده مصیبت زده و کاهش فشار روحی و روانی او، باید شرایط به گونه‌ای فراهم شود که در مدت عزاداری، نگرانی نداشته باشند.

پیامبر در جایی فرمودند که خویشان و نزدیکان متوفی در تهیه غذا و سایر ملزومات، به خانواده غم دیده که دچار تألمات روحی شده‌اند، یاری برسانند و از آنان مراقبت و با ایشان مهربانی کنند. از همان زمان، این کار به صورت سنت، در جامعه اسلامی رواج

یافت اما متأسفانه آداب مجالس عزا امروزه از مسیر اصلی خود خارج شده و مصیبت سنگین دیگری را بر بازماندگان تحمیل می‌کند؛ زیرا افزون بر هزینه‌های سنگین خرید قبر، هزینه‌های خاکسپاری و برگزاری مجالس ترحیم، خانواده صاحب عزا باید پذیرای افرادی باشند که برای تسلی خاطر و تعزیت به خانه آنان وارد می‌شوند. خانواده شخص متوفی باید متحمل هزینه‌های گزاف و بی‌موردی شوند در حالی که بر اساس آموزه‌های پیامبر اسلام (ﷺ) تحمیل هزینه پذیرایی از مردم بر مصیبت‌زدگان، غیر عقلانی است.

حکمت

مثل حکمت، مثل آفتاب است که بر همه مردم از سفید و سیاه، کوچک و بزرگ می‌تابد. هر که بخواهد از آن بهره‌مند شود، نورش را از او منع نمی‌کند و از دور و نزدیک هر که باشد، او را از روشنی خود محروم نمی‌کند. اگر کسی بخواهد از آفتاب بهره‌مند شود، هیچ بهانه‌ای برای محروم ماندن از آن ندارد زیرا هیچ‌کس در طول تاریخ از فیض آفتاب، محروم نشده است. بهره‌مندی مردم از آفتاب به سه گونه است: بعضی دیده روشن دارند و از

تابش آفتاب به شکل کامل استفاده می‌کنند و اشیا را با کمک نور آن می‌بینند، بعضی احساس نور نمی‌کنند و بعضی ضعیف‌بینا هستند.

سخن حق و کلام حکمت نیز آفتابی است که بر دل‌ها می‌تابد. بعضی که صاحب بصیرت هستند و دیده دل ایشان روشن است، آن را می‌یابند و به آن عمل می‌کنند. بعضی دیده دل‌شان کور است و سخن حق را قبول نمی‌کنند و از آفتاب حقیقت بهره نمی‌برند. بعضی که دل‌هایشان به آفت‌های نفسانی گرفتار و دیده دل‌شان ضعیف شده، از نور علم و حکمت بهره ضعیفی می‌برند. علم آنها پست و عمل‌شان اندک است و نمی‌توانند بین نیک و بد و حق و باطل تشخیص درستی بدهند.

«اباصلت رسولی»

آن که شنید!

مردی حس کرد گوش همسرش سنگین شده و شنوایی‌اش کم شده است. به نظرش رسید همسرش باید از سمعک استفاده کند ولی نمی‌دانست این موضوع را چگونه با او در میان بگذارد. نزد دکتر خانوادگی‌شان رفت و مشکل را مطرح کرد. دکتر گفت: «برای

اینکه بتوانی دقیق‌تر به من بگویی میزان شنوایی همسرت چقدر است، آزمایش ساده‌ای را انجام بده. ابتدا در فاصله ۴ متری او بایست و با صدای معمولی، مطلبی را به او بگو. اگر نشنید، این کار را در فاصله ۳ متری تکرار کن. اگر نشنید، در فاصله دو متری و همین‌طور ادامه بده تا جواب بدهد. این آزمایش را انجام بده و جوابش را به من گزارش بده!»

آن شب همسر مرد در آشپزخانه سرگرم تهیه شام بود و خود او در اتاق پذیرایی نشسته بود. مرد با خودش گفت: «الآن فاصله ما حدود ۴ متر است. باید امتحان کنم.» سپس با صدای معمولی از همسرش پرسید: «عزیزم، شام چی داریم؟» جوابی نشنید، پس بلند شد و یک متر به سمت آشپزخانه جلو رفت. همان سؤال را دوباره پرسید ولی باز هم جوابی نشنید. باز جلوتر رفت و به در آشپزخانه رسید و سؤالش را تکرار کرد. وقتی باز جوابی نشنید، این‌بار آن‌قدر جلو رفت که درست پشت سر همسرش قرار گرفت. آن وقت پرسید: «عزیزم، شام چی داریم؟» همسرش گفت: «مگه نمی‌شنوی! برای چهارمین بار می‌گویم! خوراک مرغ داریم!»

نتیجه ممکن است مشکل، آن‌طور که ما فکر می‌کنیم، در دیگران

نباشد! حقیقت به همین سادگی و صراحت است!

«امیررضا آرمیون»

ادب گفت‌وگو

پیش از شروع گفت‌وگو ابتدا ظرفیت طرف گفت‌وگوی خود را ارزیابی کنید. به طرف مقابل لبخند بزنید، تماس چشمی برقرار کنید و دست بدهید. خودتان را معرفی کنید و با دقت، نام مخاطب را بشنوید. نام او را با خود تکرار کنید تا یادتان نرود. می‌توانید گفت‌وگو را با بیان چیزی در باره خودتان، کارتان، خانواده و مانند آنها شروع کنید. لازم نیست از اعتراف به اینکه خجالتی هستید، نگران باشید. می‌توانید بگویید: «میهمانی‌های بزرگی مثل این، مرا می‌ترساند» یا «دل‌م می‌خواهد با افراد تازه آشنا شوم ولی شرم حضور، مانع می‌شود که سر صحبت را باز کنم!»

تمرین کنید که از گفتن کلمه «اما» در میان صحبت دیگران خودداری کنید و با شکیبایی سخن دیگران را گوش کنید و به آن دل بدهید. سعی کنید سؤالات باز پرسید تا گفت‌وگو ادامه پیدا کند مثل اینکه: «چه شد که چنین تصمیمی گرفتید؟» یا «چطور

توانستید خلاص شوید؟» از بیان پرسش‌هایی مثل «آیا خلاص شدید؟» پرهیز کنید. پاسخ پرسش‌های بسته می‌تواند بله یا خیر باشد و مانع از تداوم گفت‌وگو شود.

مردم دوست دارند نظرشان را در باره مسائل اساسی بپرسید. اگر می‌بینید موضوع گفت‌وگو کسالت‌آور شده، به شکلی درست عنوان بحث را تغییر دهید. در مکالمه عجله نکنید! شتاب‌زدگی نشان می‌دهد نگرانید که فرصت اظهار نظر پیدا نکنید. صحبت‌های تان کشدار و با مکث‌های زیاد نباشد و مخاطب را وادار نکنید به جای شما جمله را تمام کند. این حق شماست که با موضوعی مخالفت کنید. فقط مراقب باشید کار به جر و بحث نکشد.

«زهره زاهدی»

اَهْر و بُنَاب

بقعه شهاب‌الدین بقعه شیخ شهاب‌الدین، عارف نامدار در بخش جنوبی شهر اَهْر در محوطه بسیار باصفایی بنا شده که در حال حاضر گردشگاه مردم شهر محسوب می‌شود.

بُنَاب: مسجد مهر آباد از بناهای جالب توجه شهر است با مناره‌ای

بلند که دیده هر گردشگری را جذب می‌کند. این مسجد در سال ۹۵۱ هجری قمری احداث شد. کتیبه مرمرین که در گوشه‌ای از دیوار شمالی آن نصب شده نشان می‌دهد، بنای مسجد در روزگار سلطنت شاه طهماسب اول صفوی پایان یافت. مسجد مهرآباد دارای دیوارهای آجری، سقف چوبی و ۳۶ ستون چوبی است و مناره مسجد و سردر آن با کاشی پوشیده شده است.

نمای خارجی مسجد در کنار میدان از شمال به جنوب تشکیل شده است از: یک سردر متوسط و ساده ورودی با قوس تیزه‌دار، یک مناره با روکشی از نرده کاشی و ۵ پنجره نورگیر در بالا و ۵ در کوتاه ورودی در زیر آن. شبستان وسیع ستوندار مسجد، دارای طرحی شبیه چهارگوش در دو جانب شرقی و غربی بالکن سراسری برای استفاده بانوان. بر طبق کتیبه موجود در مسجد مهرآباد، هزینه بنای مسجد توسط بی‌بی‌جان خانم، دختر منصوربیگ پرداخت شده است.

مسجد میدان در کنار میدان تربار بناب که به میدان «گزاوشت» معروف است، مسجدی قرار دارد که اهالی، آن را به نام «مسجد میدان» می‌نامند. در نمای خارجی مسجد، عامل چشم‌گیری وجود

ندارد. این مسجد گذشته از اندازه‌های جالب طول و عرض محوطه آن، از نظر ارتفاع نیز شاید چشمگیرترین بنای مرکز بناب باشد. شبستان مسجد تشکیل شده است از: یک قالار مستطیل شکل که سقف آن روی ۱۲ ستون در سه ردیف چهارتایی قرار دارد. ورودی شبستان در وسط ضلع شمالی و در امتداد خیابان قرار دارد. کف شبستان حدود ۲ متر از سطح خیابان بلندتر است و ۸ پله، این دو سطح را به هم مربوط می‌کند. ارتفاع شبستان حدود ۵ متر است و از پنجره‌های تعبیه شده در دو دیواره شرقی و غربی نور می‌گیرد.

«گردآوری مهندس محمدرضا فرخو»

اولین پیام رادیویی

چه کسی اولین پیام رادیویی را مخابره کرد؟ جوجلیلمو مارکونی را به‌عنوان اولین مخابره کننده پیام رادیویی می‌شناسند. مارکونی در بولونیای ایتالیا متولد شد. در سال ۱۸۹۶ م. به انگلستان رفت و برای سیستم تلگراف بدون سیم خود موفق به دریافت حق اختراع از انگلستان شد. او در سال ۱۸۹۷، فرستنده رادیویی خود را روی پشت بام اداره پست «سن مارتین لوگران»

لندن نصب و پیغامی را به مسافت چند کیلومتری مخابره کرد. او کارش را برای بهبود دستگاه فرستنده‌اش ادامه داد و در سال ۱۸۹۸، رادیوی او روی یک کشتی به نام «ایست گودوین لایتشپ» در ساحل جنوب شرقی انگلستان نصب شد. در سال ۱۸۹۰ پیغام‌های بیسیم به آن سوی کانال انگلستان مخابره شد. اولین پیغام رادیویی به آن سوی آتلانتیک در ۱۲ دسامبر ۱۹۰۱ از ایستگاه صخره‌ای در پولدهو در کورن‌وال شامل نمایش حروف اس در الفبای مرس، مخابره و در سنت جاندر نیوفاندلند دریافت شد. وجود امواج رادیویی را اولین بار دانشمند آلمانی به نام اینریش هرتس، در سال ۱۸۸۷ به اثبات رسانده بود و مارکونی آزمایش‌های خود را بر پایه تحقیقات هرتس بنا نهاد.

[[محمد شمس]]

ناهار دیابتی‌ها

برای کنترل دیابت نوع ۲ یعنی دیابت بزرگسالان، رژیم غذایی و فعالیت بدنی بسیار با اهمیت است. در برنامه غذایی دیابتی باید اصول رژیم سالم مانند تنوع و تعادل رعایت شود. وعده صبحانه برای همه افراد، وعده مهم غذایی است و نباید آن را حذف کرد.

وعده نهار نیز برای افراد دیابتی مهم است زیرا فرد باید در میانه روز، غذا بخورد تا قند خونش افت نکند. در برنامه غذایی افراد دیابتی، هیچ غذایی حذف نمی‌شود اما مقدار مصرف غذا مهم است و نباید بیشتر از حد مجاز باشد. در اینجا چند نوع غذا معرفی می‌شود که می‌تواند در وعده نهار دیابتی‌ها باشد.

سالاد سالاد سبزیجات، انتخاب مناسبی برای جلوگیری از پرخوری در وعده نهار است. شما می‌توانید نیم‌ساعت قبل از خوردن غذا، یک بشقاب سالاد البته بدون سس میل کنید.

گوشت، مرغ، ماهی می‌توانید انواع گوشت‌ها را در وعده نهار داشته باشید. بهترین روش پخت این مواد غذایی برای افراد دیابتی، گریل کردن در فر یا آب‌پز کردن است. سرخ کردن غذا باعث افزایش کالری می‌شود و ممکن است منجر به چاقی شود. پس در روش پخت غذاها تجدید نظر کنید تا کنترل وزن بهتری داشته باشید.

انواع سوپ یا آش انواع سوپ یا آش به علت آبکی بودن، معده را پر می‌کنند و مانع از پرخوری و دریافت کالری اضافی نمی‌شوند. البته آش رشته به علت وجود رشته، کالری بالایی

دارد. بهتر است هنگام پخت، رشته کمتری را به آش اضافه کنید. در پخت سوپ، از روغن و خامه استفاده نکنید. مصرف جو در غذاهایی مانند سوپ، به کنترل قند خون کمک می‌کند. فراموش نکنید که غذای خانگی بسیار بهتر از غذای بیرون است. به سلامتی خود احترام بگذارید و زمان مخصوصی را برای تهیه غذا اختصاص دهید.

«دکتر مهدی یدا...ی موحد»

سویا

سویا دارای ویتامین‌های ب۱، ث، ای، ک، مواد معدنی، آلبومین، مواد چربی، هیدرات‌های کربن، لیستین، ویتامین‌ها و نمک‌های معدنی است. سویا علاوه بر حفظ سلامتی بدن، قدرت روده برای جذب مواد پروتئینی را افزایش می‌دهد. مصرف این گیاه روغنی برای مبتلایان به بیماری‌هایی همچون سنگ کیسه صفرا، لاغری، نازایی، ضعف حافظه و اعصاب، واریس، حساسیت و تپش قلب سودمند است. خوردن سویا برای رفع کسالت بانوان باردار و خانم‌های یائسه، اثر قابل توجهی دارد و شیر مادر را نیز افزایش می‌دهد.

مصرف این خوراکی برای تقویت قلب و اعصاب مفید است و می‌تواند از بروز آب مروارید و ضعف حافظه جلوگیری کند. این گیاه دارای ارزش غذایی قابل توجهی برای کودکان و مبتلایان به دیابت است. تحقیقات نشان داده مواد غذایی که با آرد یا روغن سویا تهیه می‌شود، کلسترول خون را پایین می‌آورد. سویا می‌تواند خون را رقیق‌تر کند و خطر حمله قلبی را کاهش دهد.

از سویا علاوه بر صنایع غذایی، در صنایع داروسازی به‌دلیل داشتن لیپیدها به‌عنوان دانه روغن دار و لیستین استفاده می‌شود. در صنعت نیز از آن سزائین، چسب و مواد پلاستیکی تهیه می‌شود و روغن آن در ترکیبات لاک، صابون و سایر لوازم آرایشی مورد استفاده قرار می‌گیرد. زنبورداران، از آرد سویا به‌عنوان کمک تغذیه در نگهداری زنبورها استفاده می‌کنند. شیر سویا که از له کردن دانه گیاه سویا به‌دست می‌آید، مصارفی مانند شیرهای حیوانی دارد.

طی تحقیقی که برای مقایسه مواد غذایی گوشت و مواد تشکیل دهنده سویا انجام شده، ثابت شده که مواد پروتئینی سویا بیش از یک و نیم برابر و مواد چربی آن بیش از ۷ برابر گوشت گاو است و

این امر به خوبی ارزش غذایی سویا را مشخص می‌کند. در اروپا از آرد دانه سویا نوعی نان تهیه می‌شود که مناسب‌ترین غذا برای افراد مبتلا به قند خون است زیرا مواد پروتیدی و چربی فراوانی دارد و چون گلوئیدهای قابل تبدیل به گلیکوژن آن کم است، بهترین رژیم غذایی برای بیماران دیابتی محسوب می‌شود. سویا که سوژا نیز گفته می‌شود، گیاهی است علفی و یک ساله و از تیره نخود که ساقه‌های آن پوشیده از تارهای سفید است.

مضرات مصرف بی‌رویه سویا ممکن است موجب افزایش اسیداوریک خون، فشارخون و نقرس شود. خوردن سویا به صورت خام موجب می‌شود برخی ویتامین‌ها مثل آ و ب_{۱۲} جذب بدن نشوند.

«کاظم کیانی»

دوستِ پاها

رفع چسبندگی درون کفش اگر درون کفش شما حالت چسبندگی پیدا کرده، کمی پودر تالک درون آن بپاشید. برطرف کردن لیزی تخت کفش اگر تخت کفش شما لیز است، با یک کاغذ سنباده روی آن بمالید و یا یک ورق سنباده را زیر هر

تخت بچسبانید.

خوشبو کردن کفش برای خوشبو کردن کفش‌ها، اسپری آب پاشی به گیاهان را پر از آب و مقداری عطر یا اسانس کنید و به کفش بپاشید.

پاک کردن کفش ورزشی برای تمیز کردن فضای لاستیکی کفش یا کفش‌های ورزشی، از خمیردندان استفاده کنید. برای تمیز کردن کفش‌های ورزشی، می‌توانید خمیر دندان را با برس حمام روی کفش بمالید، سپس با یک دستمال روی کفش را تمیز کنید. همچنین می‌توانید از شیر پاک‌کن‌های صورت هم استفاده کنید.

پاک کردن کفش‌های کتانی کفش‌های کتانی اغلب به سرعت کثیف می‌شوند. با شامپوی فرش و یک برس کوچک، آن را تمیز کنید.

جلوگیری از خراش کفش برای محافظت کفش‌ها از خراش، یک لایه لاک ناخن بی‌رنگ را روی پاشنه و میخ‌های کفش بزنید.

«سوسن افشار»



BOSHRA

A Scientific, Cultural, Social & Sports Monthly

International Reg. No. ISSN 1735-8658

۱۵ شهریور، اربعین حسینی (۲۰ صفر)

Managing Director: Nasim Ahyari
Address: P.O. BOX 17775/388 Teh. Iran
Fax: +9821 33102466
Cell Phone: +98 912 307 0328
Website: www.kamna.ir

انتوگرافی: نوید • چاپ: جلد: چاپ: ایران کام
چاپ: تهران، خیابان ایران، خیابان مهدوی پور، پلاک ۳۸
تلفن: ۳۳۱۰۲۴۶۶ / ۳۳۱۰۳۸۳۰
تلفنکس: ۳۳۱۰۳۳۵۵ همراه: ۰۹۱۲ ۳۰۷۰۳۲۸
ایران: جلد: ویژه: تابشی

ماهنامه ویژه ناپیتایان و کم پیتایان
مدیر: امیر و مدیر مسئول: نسرین اقبالی
ویراستار: سیده زهرا آرزانی
انور قلی: رفیع رفیعی - حسین یوسفی، فرزندانی
پیتایی: ایران - تهران صندوق پستی: ۱۷۷۷۵/۳۳۸