

# بشری



علمی، فرهنگی، اجتماعی، ورزشی

شماره ۲۳۵

خرداد ۱۴۰۳

ISSN 1735-3658 شماره ثبت ملی

اولین نشریه دوگانه ویژه نابینایان و کم بینایان در خاورمیانه



## در خرداد خاطره انگیز بخوانید

- اطلاعیه ..... ۲
- دل‌گویه‌های مام میهن ..... ۲
- خلیل و جلیل ..... ۶
- با آیات اعراف، دعا کنیم! ..... ۱۰
- چه سود ..... ۱۱
- نگرانی فرشتگان ..... ۱۳
- پاسخ مسابقه قرآنی ..... ۱۶
- تجربه‌های شنیدنی ..... ۱۶
- آنان که تو را ندارند! ..... ۱۸
- قدر عافیت ..... ۱۸
- دوستی و دشمنی ..... ۲۰
- آنچه یک زن می‌خواهد! ..... ۲۳
- چپ دست یا راست دست ..... ۲۵
- بانک سخاوتمند ..... ۲۶
- استفاده از زیور آلات ..... ۲۷
- موم شمع چه می‌شود؟ ..... ۲۸
- پیشنهاد‌های گردشگری ..... ۳۰
- معرفی برخی از رنگ‌ها ..... ۳۱
- ملون ..... ۳۲
- نگهداری ماست، کشک و کره ..... ۳۴
- کاریکلماتور ..... ۳۵

## اطلاعیه

مخاطبان گرامی! از تأخیر در ارسال نشریه خردادماه پوزش می‌خواهیم. حق اشتراک ماهنامه در سال ۱۴۰۳ برای ماهنامه بریل مبلغ ۱۲۰ هزار تومان و برای ماهنامه دوگانه مبلغ ۱۸۰ هزار تومان تعیین شده است. لطفاً پس از واریز مبلغ به شماره کارت مندرج روی جلد نشریه تا پایان ماه مرداد، در تماس با دفتر بشری مبلغ، تاریخ و ساعت واریز را اطلاع دهید.

## دل گویه‌های مام میهن

سرزمینی که ما وطن بودنش را مایه افتخار خود می‌دانیم، هر چند زبانی برای سخن گفتن ندارد اما اگر پای درد دلش بنشینیم، حرف‌هایی دارد به درازای تاریخ زندگی بشر اما هوشیارانی دانا و گوش‌هایی شنوا می‌خواهد تا رازهای دلش را برای آنان فاش کند. اگر چنین مقدر شود که هم اینک سرزمین کهنسال اما آبدیده و سرد و گرم چشیده ایران زبان به سخن باز کند، به نظر شما چه می‌گوید؟ عاشقان وطن که دل به دل مام میهن داده‌اند، از او این سخنان را شنیده‌اند:

من ایرانم! در طول هزاران سال عمر خود، تلخی‌ها و رنج‌های فراوان دیده‌ام! بارها تکه‌هایی از پیکرم با شلاق بی‌لیاقتی حاکمان جدا شده و هزاران تن از جوانان رشیدم روی در نقاب خاک کشیدند تا نگذارند کسی به خاک من دست درازی کند و اگر کسی چنین حماقتی را مرتکب شد، او را با خفت و ذلت سر جایش بنشانند! بسیاری از فرزندانم در جنگ‌های ناخواسته و گاه نابرابر، قطرات گرانبهای خون خود را به جوی‌های خروشان تبدیل کردند تا ریشه درخت زندگی و تمدن من رو به خشکی نگذارد! ده‌ها سلسله از حاکمان شایسته یا بی‌لیاقت، زمام امور خانواده بزرگ مرا در دست گرفتند که برخی مایه افتخار و سرفرازی من شدند و بعضی هم به دلیل بی‌کفایتی، وطن فروشی و مزدوری برای بیگانگان، خون به دلم کردند؛ دامنم را به آتش کشیدند و روحم را خسته و آزرده کردند!

اما همه زندگی من رنج و درد و مصیبت نبوده و نیست! افرادی را در دامن پرمهرم پرورش دادم که عطر وجود پرخیر و برکت‌شان به مشام همسایگانم و حتی ساکنان دورترین نقاط جهان رسید! برخی از آنان بر بالاترین قلّه‌های علم، اختراع و

اکتشاف‌های تأثیرگذار، فرهنگ و ادب، هنر و ورزش ایستادند و گروهی هم در عرصه حفظ امنیت و آرامش خانواده‌ام الگوی ایثار و فداکاری شدند! آنان دشمن تاریکی، خاموشی، یأس، بی‌حرکتی و بی‌هدفی بودند. صد البته که این درخشش‌ها هرگز به مذاق حسودان کینه‌توز و حکومت‌های غیر مردمی و بی‌ریشه خوش نیامده و از هیچ دسیسه و توطئه‌ای برای کشاندن جوانانم به پرتگاه سقوط در بیهودگی و پوچی و ناامیدی فروگذار نکرده‌اند. مردان باصلابت و زنان باعظمت من در مصاف با این دشمنان، با امید به آینده روشن و زندگی سعادت‌مندانه، روح و جسم‌شان تلفیقی از ابریشم مهرورزی و آهن قدرت شده است.

هر وجب از خاک من سرشار از گنج‌های بی‌شمار است اما گنج‌هایی فراتر از زر و گوهر! گنج‌های من انسان‌های عاشقی است که هر روز و هر لحظه به من ثابت می‌کنند که آماده‌اند دست و پایشان در بند شود اما هیچ بند و زنجیری پیکر مرا نیازارد! آنان جسم خود را به دست طوفان مصیبت‌ها و بلاها می‌سپارند تا با خون‌شان مرا آباد کنند و تمدن و فرهنگ دیرپای ایرانی را زنده و سربلند نگاه دارند! این قهرمانان فداکار برای اینکه اشک‌هایم را

به خنده و حسرت‌هایم را به امید تبدیل کنند، بهترین داشته خود یعنی جسم و جان‌شان را پیشکش من کردند. آنان به جان خسته من و به بغض خفته در بلندای دماوند سوگند می‌خورند که شوق‌شان برای زنده ماندن، فقط و فقط در گروی شادی من است. زبان حال فرزندان و پهلوانان من این است:

وطنم ای شکوه پابرجا در دل التهاب دوران‌ها

کشور روزهای دشوار و زخمی سربلند بحران‌ها

ایستادی به جنگ رو در رو، خنجر از پشت می‌زند دشمن

گویی از ما و در نهان بر ما، وطنم پشت حيله را بشکن

شرم بر من اگر حریم تو پیش چشمان من شکسته شود

وای بر من اگر بینم چشم، رو به رؤیای عشق بسته شود

آری عزیزان! خاک مقدس وطن ما از این دست درد دل‌ها زیاد

دارد و هیچ روزی از تقویم او بدون حماسه و ایثار جگر گوشه‌هایش

رقم نخورده است! ابتدای خرداد با یکی از همین حماسه‌ها همراه

شده است. خون پاک ده‌ها عاشق وطن در نبرد آزادی خرمشهر

ریخته شد تا این شهر دوست داشتنی و نور چشم مادر میهن، خرمی

و شادابی گذشته را باز یابد. در روزهای میانی ماه خرداد در دهه

۴۰ هجری شمسی، هزاران گل باغ میهن به دست خفاشان خورشید  
گریز، پرپر شدند و سال‌ها بعد، باغبان هم آسمانی شد و نزد  
گل‌های عزیزش رفت.

البته این تقدیر و مشیت الهی است که زندگی انسان‌ها از ابتدای  
تولد تا لحظه بازگشت به سوی خانه ابدی و محضر آفریدگار، با  
رنج‌ها و شادی‌ها، دردها و لبخندها آمیخته باشد. مهم چگونگی  
گذر از راه‌های سنگلاخ زندگی است؛ همچنانکه ایرانیان با اراده و  
خستگی‌ناپذیر، در پایان اردیبهشت امسال با صبر و بردباری  
ستودنی خود ثابت کردند عروج چند خادم صادق به آسمان  
ملکوت، خللی در اراده آهنین آنان ایجاد نمی‌کند و تصمیم‌شان  
برای پیمودن جاده ترقی را محکم‌تر می‌سازد.

[[سپیدار]]

## خلیل و جلیل

کویر خشک حجاز است و سرزمین مناست  
مقام اشک و مناجات و سوز و شور و دعاست  
به هر که می‌نگرم در لباس احرامش  
دلش به جانب کعبه است، رو به سوی خداست  
یکی به جانب مسلخ برای قربانی

یکی روانه به دنبال یوسف زهر است  
یکی بهشت خدا را به چشم خود دیده  
یکی به یاد جهنم ز تابش گرم است  
یکی به خیمه، ندای «الهی العفوش»  
یکی دو دیده‌اش ز اشک شوق چون دریاست  
یکی به امر خداوند، سر تراشیده  
یکی دو دست دعایش به سوی حق بالاست  
سلام باد بر آن مُحَرَّمِ خداجویی  
که روح بندگی از اشک دیده‌اش پیداست  
سلام باد بر آن کاروانِ صحراگرد  
که لحظه لحظه به دنبال سیدالشهداست  
سلام باد به عباس و اکبر و قاسم  
که حج واجبشان در زمین کرب و بلاست  
سلام باد به اخلاص و صدق ابراهیم  
که بهر ذبح پسر همچو کوه پابرجاست  
سلام باد به ایثار و عشق اسماعیل  
که سر به دست پدر داد و خویش را آراست

وجود او همه تسلیم محض، پا تا سر  
که دست شست ز جان و سر و خدا را خواست  
کشید تیغ ولی آن گلو بریده نشد  
فتاده به حیرت که عیب کار کجاست  
به تیغ گفت ببر! تیغ گفت ابراهیم!  
خداست گفته ببر! گر برم خطاست خطاست  
«الخلیل یأمرنی والجلیل ینهانی»  
هو العزیز، همانا که حکم، حکم خداست  
چه امتحان عظیمی چه صدق و اخلاصی!  
تو از خدا و خداوند از تو نیز رضاست  
مباد تیغ کشی بر گلوی اسماعیل  
که این پسر، پدر بهترین پیمبر ماست  
درست اگر نگری در وجود این فرزند  
جمال نفس رسول خدا علی پیداست  
گذار خنجر و دست ذبیح خود بگشا  
که ذبح اعظم ما ظهر روز عاشورا است  
بدان خلیل! که تنها ذبیح ماست حسین

که پیکرش به زمین، سر به نیزه اعداست  
ذبیح ماست حسینی که جلوه‌گاه رخس  
تنور و نیزه و دیر و درخت و تشت طلاست  
ذبیح ماست شهیدی که تا صف محشر  
تمام وسعت ملک خداهش، بزم عزاست  
سلام خالق و خلقت به خون پاک حسین  
که زخم نیزه و خنجر به پیکرش زیباست  
گلوی تشنه، سرش را ز تن جدا کردند  
که بهر داغ لبش، چشم عالمی دریاست  
به جز از اشک غمش دل کجا شود آرام  
به غیر تربت پاکش، کدام خاک شفاست  
به یاد دست علمدارش، آه ماست علم  
برای آن لب خشکیده، چشم ما سقااست  
به غیر وجه خدا «کل من علیها فان»  
یقین کنید همانا حسین، وجه خداست  
به یاد خون گلوی حسین تا صف حشر  
سرشک «میثم» اگر خون شود همیشه رواست

## با آیات اعراف، دعا کنیم!

در این شماره از بشری به برخی آیات از سوره اعراف که در بر گیرنده دعا هستند، اشاره می‌شود:

آیه ۲۳: آدم و حوا گفتند: «پروردگارا! ما به خویشتن ستم کردیم! و اگر ما را نبخشی و بر ما رحم نکنی، از زیانکاران خواهیم بود!»  
آیه ۴۷: اصحاب اعراف «هنگامی که چشم‌شان به دوزخیان می‌افتد، می‌گویند: پروردگارا! ما را با گروه ستمکاران قرار مده!»

آیه ۸۹: قوم حضرت شعیب (Σ) گفتند: «پروردگارا! میان ما و قوم ما به حق داوری کن، که تو بهترین داورانی!»

آیه ۱۲۶: ساحران فرعونی گفتند: «انتقام تو از ما، تنها به خاطر این است که ما به آیات پروردگار خویش هنگامی که به سراغ ما آمد، ایمان آوردیم. بارالها! صبر و استقامت بر ما فرو ریز! (و آخرین درجه شکیبایی را به ما مرحمت فرما) و ما را از مسلمانان بمیران!»

آیه ۱۵۱: «(موسی) گفت: پروردگارا! من و برادرم را بیامرز، و ما

را در رحمت خود داخل فرما و تو مهربان‌ترین مهربانانی!»  
آیه ۱۵۵: «موسی از قوم خود، هفتاد تن از مردان را برای  
میعادگاه ما برگزید و هنگامی که زمین لرزه، آنها را فرا گرفت (و  
هلاک شدند)، گفت: پروردگارا! اگر می‌خواستی، می‌توانستی آنها  
و مرا پیش از این هلاک کنی! آیا ما را به آنچه سفیهان مان انجام  
دادند، (مجازات و) هلاک می‌کنی؟! این، جز آزمایش تو چیز  
دیگری نیست؛ که هر که را بخواهی (و مستحق بدانی)، به وسیله  
آن گمراه می‌سازی؛ و هر کس را بخواهی و شایسته بینی، هدایت  
می‌کنی! تو ولی مایی، و ما را پیامرز، بر ما رحم کن و تو بهترین  
آمرزندگان!»

آیه ۱۵۶: «و برای ما، در این دنیا و سرای دیگر نیکی مقرر فرما  
چه اینکه ما به سوی تو بازگشت کرده‌ایم!...»

آیه ۱۸۹: «... (آدم و حوا) هر دو از خداوند و پروردگار خود  
خواستند اگر فرزند صالحی به ما دهی، از شاکران خواهیم بود.»  
«دانشنامه اسلامی»

**چه سود**

**بر مزار مردگان خویش نالیدن چه سود**

بی خبر از همدگر آسوده خوابیدن چه سود  
زنده را تا زنده است باید به فریادش رسید  
ورنه بر سنگ مزارش آب پاشیدن چه سود  
زنده را در زندگی باید به درد او رسید  
ورنه مشکی از برای مرده پوشیدن چه سود  
با محبت دست پیران را عزیز من ببوس  
ورنه بر روی مزارش تاج گل چیدن چه سود  
یک شبی ای جان من با زنده‌ها غمخوار باش  
ورنه بر روی مزارش زار نالیدن چه سود  
تا زمانی زنده‌ایم از همدگر بیگانه‌ایم  
در عزاها روی همدیگر بوسیدن چه سود  
گر توانی زنده‌ها را یک دمی تو شاد کن  
در عزا عطر و گلاب ناب پاشیدن چه سود  
از برای سالمندان یک گل خوشبو بپر  
تاج گل‌ها در کنار همدگر چیدن چه سود  
گر نرفتی خانه‌اش تا زنده بود  
خانه صاحب عزا تا صبح خوابیدن چه سود

زنده را در زندگی قدرش بدان  
ورنه مشکی را برای مرده پوشیدن چه سود

«شیخ بهایی»

## نگرانی فرشتگان

فرشتگان آگاه شدند که خداوند می‌خواهد نماینده‌ای روی زمین بیافریند و انسان سزاوارتر از سایر موجودات برای جانشینی خدا روی زمین است. چون فرشتگان آرزو داشتند خداوند آنان را شیفته خود قرار دهد، گمان کردند مبادا از سوی آنها سهل‌انگاری صورت گرفته باشد. آنان همچنین به‌عنوان پرسشی برای درک حقیقت و نه به‌عنوان اعتراض پرسیدند: «آیا در زمین آفریده‌ای را جای می‌دهی که فساد کند و خون بریزد؟ در حالی که ما تو را عبادت و تسبیح و ستایش می‌کنیم و تو را از آنچه شایسته ذات تو نیست، پاک می‌شماریم!»

در باره اینکه فرشتگان از کجا فهمیدند انسان در روی زمین فساد و خونریزی می‌کند، چند نقل قول وجود دارد: اول اینکه خداوند قبلاً آینده انسان را به‌طور مختصر برای فرشتگان بازگو کرده بود و آنها می‌دانستند انسان‌ها روی زمین سرکشی خواهند

کرد. دوم اینکه فرشتگان این موضوع را از زندگی انسان‌ها روی زمین دریافته بودند زیرا می‌دانستند انسان از خاک آفریده شده و روی زمین مادی زندگی کردن، خواه و ناخواه انسان زیاده طلب و حریص را سیر نمی‌کند و او کوشش می‌کند ثروت و قدرت خود را بیشتر کند و در نتیجه، جنگ و خونریزی پیش می‌آید. سوم اینکه آدم، نخستین آفریده خداوند روی زمین نبود بلکه پیش از او هم آفریده‌های دیگری روی کره خاکی زندگی کرده و به جنگ و خونریزی پرداخته بودند و همین کارهای ناشایست آنان سبب بدگمانی فرشتگان به نسل آدم شد؛ چنانکه پیش از حضرت آدم (ع)، گروهی به نام «نسناس» روی زمین زندگی می‌کردند که بازماندگان آنها با فرزندان آدم و حوا (ع) ازدواج کردند.

فرشتگان گمان می‌کردند با وجود عبادت‌هایشان دیگر ضرورتی ندارد آفریده دیگری خلق شود ولی در این تحلیل، دچار اشتباه شدند زیرا متوجه نبودند عبادت آنها با عبادت انسانی که همواره در معرض وسوسه‌های شیطانی و شهوات قرار دارد، متفاوت است و از نسل آدم (ع) پیامبران بزرگ، امامان معصوم (ع) و میلیون‌ها شهید و الامقام و مردان و زنان نیکوکار متولد می‌شوند که تنها

برای رضای خدا در راه حق حرکت می کنند. به همین دلیل، خداوند به فرشتگان فرمود: «من حقایق را می دانم که شما نمی دانید.»

خداوند متعال همه اسماء را که عبارت از اسرار و حقایق جهان هستی بود، به انسان آموخت. سپس به فرشتگان فرمود: «اگر راست می گوید، اسماء اشیا و موجوداتی را که مشاهده می کنید و اسرار و چگونگی آنها را بگویند.» فرشتگان در برابر این آزمایش، سر فرود آوردند و در پاسخ گفتند: «خداوندا! تو منزّهی! جز آنچه به ما یاد داده ای، چیزی نمی دانیم؛ تو دانا و حکیمی!»

پس از اینکه فرشتگان درمانده شدند، نوبت به آدم ( $\Sigma$ ) رسید تا از آزمایش سربلند بیرون بیاید. خداوند فرمود: «ای آدم! فرشتگان را از اسماء و اسرار موجودات خبر بده!» هنگامی که آدم ( $\Sigma$ )، فرشتگان را از این اسماء آگاه کرد، خداوند فرمود: «آیا به شما نگفتم که از پنهان آسمان و زمین آگاهم! و آنچه را که آشکار یا پنهان انجام می دهید، می دانم.» فرشتگان در برابر دانش فراوان انسان سر فرود آوردند و بر آنها آشکار شد که انسان، سزاوار جانشینی خداوند روی زمین است.

«احمد بانپور»

## پاسخ مسابقه قرآنی

در مسابقه قرآنی که در شماره فروردین بشری ترتیب داده شد، ۱۰ پرسش مطرح شد که پاسخ‌های آنها بدین ترتیب بود:

۱. سوره مجادله ۲. سوره یس ۳. سوره جمعه ۴. سوره بقره ۵. ۱۲ بار ۶. پنج سوره (یونس، هود، یوسف، ابراهیم و حجر) ۷. سوره یس ۸. سوره‌های رعد، قیامه، واقعه، قارعه، نبأ، زلزال، جائیه، تغابن، حشر، انفطار، تکویر، مرسلات، معارج، الحاقه ۹. سوره‌های فلق و ناس ۱۰. سوره‌های لیل و تبّت.

برندگان این مسابقه، خانم‌ها زینت جهانگیری، ملیحه چراغی، نرگس عمروا...ی و آقای منصور ایران‌نژاد هستند که برای ارسال جوایز با آنها تماس گرفته می‌شود.






## تجربه‌های شنیدنی








✍ نیکو سخن بگو تا به نیکی از تو یاد کنند پیامبر اکرم (ﷺ)


✍ هرگز سخنی نگویند که از ارزش شما بکاهد. امام حسین (ع)

✍ ملتها وقتی فرزاندگی و سعادت می‌یابند که مطالعه، کار

همیشگی آنان باشد!

عزیزانت را با هدایای کوچک و غیر منتظره غافلگیر کن!   
ارزشمندترین دارایی انسان، اعتبار و آبرو است!   
از معاشرت با انسان‌های منفی‌باف پرهیز!   
هر پیشرفتی در زندگی، با یک ایده شروع می‌شود!   
تعریف از افراد را در میان جمع و انتقاد از آنان را در خلوت   
انجام دهید!

وقتی عصبانی هستی، دست به هیچ عملی نزن!   
هر چیزی را تجربه می‌کنی، قرار است درسی به تو بیاموزد!   
انسان‌ها را به عمل آنان امتحان کن نه به سخن‌شان!   
خوشرویی، نشانه هوش زیاد است!   
بهترین زمان برای تربیت اراده، دوران جوانی است!   
موانع و مشکلات را در ذهن خود بزرگ نکنید!   
اگر در راه بلغزید، هیچ اشکالی ندارد اما باید فوراً بلند شوید   
و ادامه دهید!

هر روز مسائل و مشکلات خود را فقط با خدا در میان   
بگذارید.

تفکر در باره عاقبت هر کار، موجب رستگاری می‌شود. 

✍ با افکار نو، بدون تعصب برخورد کنید!

✍ شما تبدیل به همان چیزی می‌شوید که بیشتر در باره آن فکر می‌کنید.

✍ نعمت‌های خود را بشمار نه محرومیت‌ها را!

**آنان که تو را ندارند!**

گاهی دلم می‌سوزد برای آنان که تو را ندارند! راستی آنان که تو را ندارند، چه دارند؟ به چه دلخوش و به چه امیدوار و پناهنده‌اند؟ در این روزهای ماه ذی‌الحجه که معطر به عطر گل محمدی و نفس‌های گرم علوی است، چقدر مشتاق استشمام بوی گل نرگس هستم، بوی خوش تو! مرا برای انتظار پرورانده و دعا برای سلامتی و فرج تو را سرمایه زندگی‌ام قرار داده‌ام! من هرگز از خواستن تو، گفتن از تو و بودن با نام و یاد تو خسته نخواهم شد و هیچ گاه از بیان ذکر شریف «ا...م، عجل لولیک الفرج» دست نخواهم کشید!

«امید ارغوان»

**قدر عافیت**

گاه سختی‌هایی که برای ما پیش می‌آید، تلنگرهای کوچکی

هستند برای دیدن نعمت‌های بزرگ.

تجربه چندی پیش، ناگهان قوه بلع من شدیداً دچار مشکل شد؛ نه سرما خورده بودم و نه به بیماری دیگری مبتلا شده بودم اما نمی‌توانستم چیزی را از گلویم فرو ببرم. این مشکل چند ساعتی زندگی‌ام را مختل کرد و دنیا پیش چشمم تیره شد. در آن چند ساعت، تنها آرزویم این شده بود که بتوانم جرعه‌ای آب را فرو بدهم. نمی‌توانستم به موضوعی جز آشامیدن و خوردن فکر کنم.

باور نکردنی است که تا آن زمان هرگز متوجه نعمت به این ارزشمندی نشده بودم. از بزرگی این مشکل و احتمال تداوم آن، چنان ترسیده بودم که خوردن و آشامیدن‌های گذشته، در نظرم بهترین لحظات زندگی می‌آمد! گویی دنیا و زندگی یعنی توانایی بلع! این مشکل همان‌طور که بی مقدمه آمده بود، بی مقدمه هم برطرف شد اما اثرش چنان پررنگ در وجودم ماند که در فهرست نعمت‌های زندگی‌ام از آن یاد می‌کنم.

تحلیل بیشتر اوقات، آن قدر به داشته‌هایمان عادت کرده‌ایم که دیگر آنها را نمی‌بینیم و قدرشان را هم نمی‌دانیم.

**سعدی می‌گوید: «قدر عافیت کسی داند که به مصیبتی گرفتار آید.» پس تا مصیبتی گریبان ما را نگرفته، دست‌کم قدر همین عافیت کنونی را بدانیم و با خوشی و دلگرمی، بهترین استفاده‌ها را از آن ببریم.**

**«سببها! ثقی»**

## **دوستی و دشمنی**

**یکی از وظایف والدین در روند تربیت فرزندان خود، بیان دقیق و کامل دوستی‌ها و دشمنی‌ها چه در قالب گفتار و چه در لابه‌لای رفتارهای‌شان است. وقتی خداوند فرزندی را به خانواده‌ای هدیه می‌کند، از همان ماه‌های نخست زندگی، این نوزاد با کلماتی مثل دوست داری، دوست دارم و مانند آن آشنا می‌شود. قربان صدقه‌های پیاپی والدین، مادر بزرگ‌ها و پدر بزرگ‌ها، بستگان و دوستان، نشان از علاقه آنان به این نوگل زندگی دارد.**

**هنگامی که کودک زبان باز می‌کند و کلمات و جملاتی را بر زبان می‌آورد، دوست داشتن مادر و پدر، اسباب‌بازی‌ها، خوراکی‌ها و مانند آنها نیز در گفت‌وگوهای هر روزه او با خانواده تکرار می‌شود. از این مرحله به بعد، وظیفه اعضای خانواده در**

قبال این کودک، بسیار مهم و دقیق می‌شود. اینکه آنان چه چیزی یا چه کسی را به‌عنوان علاقه خود مطرح می‌کنند، نقش بسیار مهمی در ترسیم آینده فرزند خواهد داشت. تجزیه و تحلیل صحبت‌های روزانه بعضی خانواده‌ها به روشنی نشان می‌دهد که پول، شهرت، آشنایی با افراد صاحب نفوذ در جامعه و تمایل به جلب توجه دیگران از هر راه ممکن، آرزوی اصلی و اولویت اول آنان است و برای رسیدن به این آرزو هر کاری را با هر وسیله‌ای انجام می‌دهند. تکرار کلمات یاد شده، همچون نقشی بر لوح وجود کودک حک می‌شود و تا پایان عمر همراه او خواهد بود.

نقطه مقابل خانواده‌های یاد شده، خانواده‌هایی هستند که لزوم آموختن افزایش دانش و عمل به آن، مطالعه و پیشرفت، مهم‌ترین اولویت آنان است و همین مفاهیم زیبا و ارزشمند را هر روز همچون چشمه‌ای زلال و گوارا به وجود کودک‌شان سرازیر می‌کنند. چنین کودکی پس از رسیدن به سن حضور در جامعه و قرار گرفتن در معرض امتحان‌های زندگی، درست‌ترین و منطقی‌ترین راه‌ها را انتخاب می‌کند. او بارها از والدینش شنیده که با افراد عاقل، راستگو، مهربان و مسئولیت‌پذیر دوستی کند و به

سراغ همنشینی و هم‌صحبتی با افراد خشن، حسود، ناامید، منفی‌باف، بی‌مسئولیت و افراد مغلّ پیشرفت خودش نرود. خانواده‌ای که علاوه بر امور زندگی خودشان، دغدغه زندگی بستگان، خویشاوندان، همسایگان، دوستان و سایرین را داشته باشد، فرزندی را تربیت می‌کند که بدون چشمداشت به دیگران مهر می‌ورزد، کمک می‌کند و برای حل مشکلات آنان چاره می‌اندیشد اما اگر حد و مرز دوستی‌ها و دشمنی‌ها در خانواده مشخص نشود، کودک هنگام حضور در جامعه زود فریب می‌خورد، بسیار اشتباه می‌کند، مسئولیت اعمال و رفتارش را نمی‌پذیرد و به سرعت سرخورده و ناامید می‌شود. همین کودک حتی ممکن است والدین سالمندش را از خود دور کند زیرا اولویت ذهنی او جمع کردن پول می‌شود و حضور پدر و مادر در کنار خود را مانعی بزرگ در راه نیل به اهداف خویش می‌داند. اگر مطالعه کتاب، از همان سنین کودکی در برنامه روزانه افراد قرار داده شود، آنان در بزرگسالی هم برای حل مشکلات خود ابتدا به سراغ مطالعه و کسب نظرات و افکار بزرگان می‌روند.

«حسین یوسفی»

## آنچه یک زن می‌خواهد!

روزی پادشاه جوانی به نام آرتور توسط پادشاه کشور همسایه‌اش دستگیر و زندانی شد. پادشاه می‌توانست آرتور را بکشد اما تحت تأثیر جوانی آرتور و افکار و عقاید او قرار گرفت و از کشتن وی صرف‌نظر کرد و برای آزادی او شرطی گذاشت که باید به پرسش بسیار مشکلی پاسخ می‌داد. او برای یافتن پاسخ آن، یک سال زمان داشت اما اگر پس از یک سال، پاسخ را پیدا نمی‌کرد، باید کشته می‌شد. سؤال این بود: «زنان چه چیزی می‌خواهند؟» این سؤال که اکثر افراد اندیشمند و باهوش را سرگشته و حیران کرده بود؛ به نظر می‌رسید برای آرتور جوان، یک پرسش غیر قابل حل باشد!

از آنجا که پذیرش این شرط، بهتر از مردن بود؛ آرتور پیشنهاد شاه را پذیرفت. وی به سرزمین خودش بازگشت و شروع به نظرخواهی از همه افراد کرد؛ از شاهزاده‌ها گرفته تا کشیش‌ها، از مردان خردمند تا دلک‌های دربار. او با همه صحبت کرد اما هیچ‌کس نتوانست پاسخ رضایت‌بخشی برای این سؤال به او بدهد.

بسیاری از مردم از آرتور خواستند با پیرزن جادوگر گفت‌وگو کند. به نظر می‌رسید این زن تنها کسی بود که می‌توانست جواب سؤال را بدهد اما احتمال می‌دادند دستمزد جادوگر بسیار بالا باشد.

وقتی آخرین روز مهلت آرتور فرا رسید، او چاره‌ای جز مشورت با جادوگر پیر برای خود ندید. پیرزن موافقت کرد که جواب را بدهد البته به این شرط که دستمزدش ازدواج با «لُرد لنسلوت»، نزدیک‌ترین دوست آرتور و نجیب‌زاده دلاور آن سرزمین باشد. آرتور از شنیدن این درخواست، وحشت‌زده شد زیرا پیرزن جادوگر، گوژپشت و زشت بود! فقط یک دندان داشت و بوی گنداب می‌داد و صدایش هم ترسناک بود!

آرتور نپذیرفت که بهترین دوستش را برای این ازدواج تحت فشار قرار دهد اما لنسلوت به محض آگاهی از این پیشنهاد، گفت که هیچ فداکاری قابل مقایسه با جان بهترین دوستش یعنی آرتور نیست. تاریخ مراسم ازدواج آنان اعلام شد و جادوگر پاسخ پرسش را چنین بیان کرد: «زنان می‌خواهند خودشان مسئول انتخاب نوع زندگی‌شان باشند!» پاسخ جادوگر یک حقیقت را در باره زندگی زنان فاش کرد و جان آرتور به او بخشیده شد.

زمان شروع زندگی نسلوت و جادوگر نزدیک می‌شد و نسلوت خودش را برای یک تجربه وحشتناک آماده می‌کرد. در روز موعود، وی با نگرانی فراوان وارد اتاق جادوگر شد اما تصور می‌کنید چه کسی منتظر او بود؟ زیباترین زنی که به عمر خود دیده بود! زن گفت: «از آنجا که لرد جوان با من به‌عنوان پسرزن جادوگر با مهربانی برخورد کرد، از این به بعد می‌توانم نیمی از روز، خودم را زیبا کنم و نیم دیگر، همان زن وحشتناک و زشت باشم. حالا شما انتخاب کنید زیبا در طول روز باشم و زشت در شب یا برعکس آن؟»

نسلوت اندکی فکر کرد و به یاد پاسخ جادوگر به آرتور افتاد. سپس این‌گونه پاسخ داد که حق انتخاب را به خود زن می‌دهد تا خودش در این باره تصمیم بگیرد. با شنیدن این پاسخ، زن اعلام کرد که برای همیشه و در همه اوقات، زیبا خواهد ماند زیرا نسلوت به این حق زن که مسئول انتخاب در زندگی خودش باشد، احترام گذاشته است.

«امیرضا آرمیون»

**چپ دست یا راست دست**

بسیاری از مردم بر این باورند که چپ دست‌ها نسبت به راست

دست‌ها باهوش‌تر هستند. دانشمندان دریافته‌اند که افراد معمولاً از یک بخش مغزشان بیشتر استفاده می‌کنند اما چپ دست‌ها از هر دو بخش مغزشان استفاده می‌کنند. بیشتر وسایل در جهان، برای راست دست‌ها ساخته می‌شود و چپ دست‌ها ناچار می‌شوند برای استفاده از این وسایل، بیشتر فکر کنند و راهی بیابند تا بتوانند از وسایلی که برای راست دست‌ها است، به بهترین شکل بهره ببرند. همین استفاده دائمی از مغز، موجب می‌شود مغز چپ دست‌ها فعال‌تر از راست دست‌ها شود.

«زهرآ خراسانی»

## بانک سخاوتمند

فرض کنید بانکی وجود دارد که هر روز صبح مبلغی معادل ۸۶ هزار و ۴۰۰ دلار به حساب شما واریز می‌کند و بدون اینکه این مبلغ در روزهای مختلف تغییر کند، به شما اجازه می‌دهد به میزان دلخواه از آن برداشت کنید و در پایان روز، هر آنچه از این مبلغ باقی مانده باشد؛ از شما می‌گیرد. با این پول، چه کاری انجام می‌دهید؟ یقیناً از تمام موجودی حساب بانکی خود استفاده می‌کنید.

هر شخصی چنین بانکی را دارد! نام این بانک، «وقت» است. هر روز صبح به شما ۸۶ هزار و ۴۰۰ ثانیه اعتبار می‌دهد و هر شب، این اعتبار از دست می‌رود حتی اگر نتوانسته باشید از آن به شکل مفیدی استفاده کنید. بانک هر روز برای شما حساب جدیدی باز می‌کند و هر شب تمام سوابق روزی را که سپری شده می‌سوزاند. اگر شما نمی‌توانید از سپرده روزانه خود استفاده کنید، اشکال از خودتان است و هیچ راه بازگشتی وجود ندارد. شما باید با سپرده امروزتان و در زمان حال زندگی کنید! آن را به گونه‌ای سرمایه‌گذاری کنید که بیشترین سلامتی، شادابی و موفقیت را به دست آورید. پس تمام فکر و تلاش خود را به کار بگیرید و بیشترین استفاده را از امروزتان ببرید.

[[مسعود لعلی]]

## استفاده از زیور آلات

زیور آلات، هم وسیله‌ای برای برقراری ارتباط است و هم می‌تواند عامل جدایی باشد. اگر به اندازه و با رعایت شأن و موقعیت و با توجه به مکان و زمان باشد و با نیت به رخ کشیدن و تحقیر دیگران نباشد، مناسب است و می‌تواند موجب برقراری و تقویت ارتباط و

معشرت باشد اما اگر در استفاده از آن زیاده‌روی با قصد خودنمایی و فخرفروشی باشد و شأن و منزلت سنی، اجتماعی و حتی جنسیتی رعایت نشود و هدف استفاده کننده از آن، جلب توجه باشد، نکوهیده و وسیله‌ای برای قطع رابطه و خدشه‌دار کردن معاشرت خواهد شد.

میان‌روی و اعتدال در هر کاری، بهترین و عاقلانه‌ترین انتخاب است. بنابراین، استفاده از زیورآلات هم باید کاملاً متعادل و مطابق با عرف جامعه و متناسب با محفل و مجلسی باشد که شخص با این زیورآلات در آن حاضر می‌شود.

«خسرو امیر حسینی»

**موم شمع چه می‌شود؟**

وقتی شمع روشن می‌کنیم، موم آن به کجا می‌رود؟ به هیچ جا نمی‌رود زیرا موم شمع تبدیل به عناصر دیگری می‌شود. این پدیده، با سوزاندن هر چیز دیگری هم رخ می‌دهد. زمانی که آتش کبریت را به فتیله شمع می‌رسانید، با تبدیل موم جامد به مایع، تغییر آغاز می‌شود. موم مایع، خود را طی فرایندی غیر قابل مقاومت به فتیله می‌رساند.

ساده‌ترین مثال در این مورد، عمل جذب مرکب یا آب توسط کاغذ خشک کن است که کاغذ خشک، آب را می‌مکد. موم مایع نیز به گازی که می‌سوزد تبدیل می‌شود؛ یک واکنش شیمیایی که انرژی را به صورت روشنایی و حرارت آزاد می‌کند. حضور گاز حاصل از فرایند سوختن را با آزمایش زیر می‌توان اثبات کرد. چنانچه شمع را خاموش کنید و کبریت مشتعل را  $2/2$  سانتی‌متر بالاتر از فتیله شمع بگیرید؛ بدون اینکه شعله کبریت، فتیله را لمس کرده باشد، بخار حاصل از موم مذاب آتش می‌گیرد و فتیله شمع روشن می‌شود. سایر تغییرات هم هنگام سوختن شمع انجام می‌شود.

موم، یک ترکیب شیمیایی پیچیده از کربن و هیدروژن است. فرایند سوختن به زبان ساده به این ترتیب است: ترکیب موم با اکسیژن هوا. اگر یک حباب شیشه‌ای را روی یک شمع مشتعل قرار دهید، اکسیژن زیر حباب شیشه‌ای به سرعت مصرف می‌شود و شمع را خاموش می‌کند. در مدتی که شمع می‌سوزد، کربن با اکسیژن هوا ترکیب شده و مونواکسید و دی‌اکسید کربن تولید می‌شود و با ترکیب هیدروژن و اکسیژن با یکدیگر، آب تولید می‌کند. هنگامی

که این تغییرات در عناصر شمع روی می‌دهد، شمع کوتاه‌تر می‌شود اما مقدار شمعی که سوخته و مصرف شده، هیچ جایی نرفته بلکه مواد آن به صورت ساده به سایر عناصر تغییر شکل داده است.

[[محمد شمس]]

## پیشنادهای گردشگری

اگر به استان زیبای آذربایجان شرقی سفر کردید، پیشنهاد می‌کنیم به این اماکن تاریخی در شهرهای مختلف استان سری بزنید:

کلیسای سن‌استپانوس این کلیسا که بین قرن‌های چهارم و ششم ه.ق. ساخته شده، در ۱۶ کیلومتری غرب جلفا بر یک بلندی قرار دارد.

مسجد جامع خروانق یکی از کهن‌ترین بناهای تاریخی است که در قرن‌های ششم و هفتم هجری قمری ساخته اما بارها تعمیر شده است.

سنگ نبشته سراب در حومه شهر سراب، دو سنگ نبشته میخی اوراتوئی (معاصر دوره مادها) وجود دارد که حاکی از فتحنامه شاهان اوراتوئی این سرزمین است.

**مسجد جامع تسوج** تاریخ ۹۸۹ هجری قمری برای ساخت آن ذکر شده است. این مسجد، ۲۴ ستون و ۳۵ گنبد آجری و طاق‌هایی با شیوه ایلخانی دارد که چندبار از جمله در سال ۱۲۵۲ ه.ق. تعمیر شده است.

**مسجد شاه تسوج** در مرکز شهر قرار دارد. خواجه نشین‌ها و دو پنجره چوبی بزرگ، آن را به سه قسمت تقسیم می‌کند. تاریخ بنای مسجد معلوم نیست؛ برخی آن را به دوره صفویه نسبت می‌دهند. مسجد سه گنبد ضربی آجری به قطر ۴ متر دارد. قبر علمدار و تسوج کهن، از جمله آثار دیدنی شهر تسوج است.

[[مهندس محمدرضا فرخو]]

## معرفی برخی از رنگ‌ها

در این بخش از روانشناسی رنگ‌ها، به معرفی برخی رنگ‌ها و ترکیبات تشکیل دهنده آنها می‌پردازیم:

ترکیب آبی و زرد می‌شود سبز؛ زرد و قرمز می‌شود نارنجی؛ سبز و قرمز می‌شود قهوه‌ای یا فندقی؛ آبی و قرمز می‌شود بنفش؛ آبی و سبز می‌شود آبی زنگاری یا زنگالی؛ زرد و سبز می‌شود سبز روشن؛ سفید و قرمز می‌شود صورتی یا یاسی؛ سفید و کمی آبی

می‌شود آبی آسمانی؛ سفید و کمی لاجورد می‌شود سفید  
مخصوص سقف؛ آبی و سیاه می‌شود سرمه‌ای؛ زرد و کمی آبی  
می‌شود فسفری که بسته به میزان افزایش زرد یا آبی می‌شود زرد  
فسفری یا سبز فسفری؛ سفید و کمی قهوه‌ای می‌شود کرم؛ ترکیب  
یکسان سفید و قهوه‌ای می‌شود شکلاتی؛ سفید و کمی گل‌ماش  
می‌شود استخوانی روشن؛ نارنجی پر رنگ و سفید می‌شود گلبهی؛  
سبز تیره و کمی زرد می‌شود سبز مغز پسته‌ای؛ سفید و کمی مشکی  
می‌شود فیلی؛ سفید و مقدار زیادی مشکی می‌شود طوسی سیر؛  
هرچه مشکی آن بیشتر شود، آن را به نوک مدادی و بعد هم با  
کمی رنگ سبز به زغالی تبدیل می‌کند، این رنگ در بین رنگ‌های  
خودرو معروف است؛ نارنجی و زرد و قرمز می‌شود پرتقالی؛  
قهوه‌ای روشن و سیاه می‌شود قهوه‌ای سیر؛ آبی و قرمز می‌شود  
سرخابی.

«مترجم، حمیدرضا بلوچ»

## ملون

ملون، یک میوه بسیار خوش طعم است با خواص و فواید فراوان از  
جمله جلوگیری از حمله قلبی، تسکین معده و کاهش حالت تهوع.

ملون از ۹۰ درصد آب تشکیل شده است و این مقدار زیاد آب می‌تواند احساس جوانی به افراد بدهد. همچنین کالری، چربی و کلسترول کمی دارد. ملون با بتاکاروتن فراوان خود، برای افزایش بینایی و حفظ سلامتی چشم مفید است. بتاکاروتن به ویتامین ب تبدیل می‌شود و به بدن برای ترمیم عملکرد چشم به خصوص در شرایط کم نور کمک می‌کند. این میوه همچنین سرشار از لیکوپن است و برای جلوگیری از سرطان و حمله قلبی مفید است.

ملون، نیروگاه سلامت است و با مواد مغذی زیادی پر شده و تقریباً شبیه قهرمان میوه‌ها به نظر می‌رسد. در تابستان می‌توانید این میوه را به آسانی و فراوانی پیدا کنید. درصد بالای آب موجود در ملون باعث خنک شدن و آبرسانی به بدن می‌شود. بنابراین، با فرا رسیدن تابستان، بیشتر به سراغ این میوه بروید. ملون علاوه بر عطر و رایحه عالی، طعم شگفت‌انگیزی هم دارد. تخم ملون دارای مزایای فراوانی برای سلامتی است. پیشگیری از دیابت، سرطان‌ها، سلامت قلب و دستگاه گوارش، و بهبود ایمنی بدن، از مهم‌ترین خواص آن است.

**کلاژن برای حفظ بدن و سرعت بخشیدن به روند بهبودی لازم است. این ماده برای جلوگیری از پیری زودرس مفید است و می‌توانید کلاژن را در یک ملون خرد شده پیدا کنید. ملون نه تنها سرشار از مقدار زیادی ویتامین بلکه دارای آب فراوان و فیبر است. این میوه همچنین به تقویت سیستم هضم کمک می‌کند. بنابراین، برای کسانی که مشکلات اسهال یا یبوست دارند، بسیار مفید است.**

## **نگهداری ماست، کشک و کره**

**\* کشک را هنگام مصرف باید ۱۰ دقیقه بجوشانید.**

**\* مایه ماست اگر ترش باشد، آن را در یک دستمال بگذارید تا آبش بچکد. سپس آن را به شیر ولرم اضافه کنید تا ماست شیرین شود. (مایه ماست نباید خیلی ترش باشد)**

**\* زدن ماست در ظرف سفالی، طعم آن را بهتر می‌کند.**

**\* کره را در جاگره‌ای یا در ظروف دردار قرار دهید که زود تند نشود.**

**\* کره را در ظرفی بجوشانید و یک پیاز پوست کنده در داخل کره**

در حال آب شدن بیندازید. کف آن را بگیرید و پس از آنکه خنک شد، کره را در شیشه یا ظرف چینی بریزید.

«پریا گوهریان»

## کاریکلماتور

† وقتی «دست و پایم» را گم می‌کنم، آدمِ «بی دست و پای» می‌شوم!

† «گرفتاری»، ناشی از ناشی‌گری «رفتاری» است!

† پرنده، آن قدر «بال بال زد» تا «بال زد»!

† برای «نقد کردن» دیگران، «دست به نقدیم»!

† در «حرف»، «حرفه‌ای» هستیم!

† «کشکی» زندگی می‌کرد، دنیایش «کاشکی» بود!

† با کمی مداومت، به «کمال» رسید!

† «کم خریدن» فرصت‌ها، «کم خریدی» است!

† وقتی «کار دست» خود نداد که «دست به کار» شد!

† تصمیم گرفت به جای اینکه «غر بزند»، «گل بزند»!

† هیچ کس به اندازه قطره چکان، اشک نریخته است!

† زیر بغل اتفاق را گرفتم تا نیفتد!

✚ برای اینکه آدم خوشبینی شود، تصمیم گرفت بینی‌اش را عمل کند!

✚ روزی که دو چشمش با هم قهر کردند، دوبین شد!

✚ تخم مرغ‌ها همه توزرد هستند!

✚ برای اینکه کفش‌هایش را برق بیندازد، بندهای آن را در پریز برق فرو کرد!

«علی درویش»



# BOSHRA

A Scientific, Cultural, Social & Sports Monthly

International ISSN: 2788-5858

استان گلستان، شهرستان گرگانه، پارک جنگلی التگدره

Managing Director: Nasrin Atyabi  
Address: P.O.Box 17775/338 Teh.Iran  
Fax: +9821 33102466  
Cell Phone: +98 912 307 0328  
Website: www.kamna.ir

شیراز، نوید • چاپ: مجله، چاپ امیر ایمن  
چاپ: تبریز، تهران، خابان، ایران، خابان مهدی پور، پلاک ۴۸  
تلفن: ۳۳۱۱۸۸۶-۴ / ۳۳۱۱۸۸۶-۳  
تلفنکسی: ۳۳۱۰۴۴۵۵ - همراه: ۳۳۱۰۷۰۳۳۸ - ۹۱۲ ۳۰۷۰۳۲۸  
ایران، مجله، وحید تاجی

ماهنامه ویژه نابینایان و کم بینایان  
مناصب: انتشار و مدیر مسئول: نسرین ایتیابی  
ویراستار، مجله زهرا آگاهی  
آموزش، رفیع رفیعی - حسین یوسفی فرحزادی  
نشر: ایران، تهران، سنه ۱۳۸۷ پستی ۱۷۷۷۵/۳۳۸