بچه‌های بشری

• سال پنجم • بهمن ۹۵ • شماره ۵۹
ماهنامه ویژه کودکان نابینا و کم بینا



شادمانه در بهمن بخوانید

شکلات خجالت..... ۲

زیارتنامه..... ۶

زنبیل مامان..... ۷

موش شیری..... ۸

بز دانا..... ۹

دعوت به عروسی..... ۱۴

جانوران قطب..... ۱۸

از غذا بگوییم..... ۲۰

همه نیازمند انرژی..... ۲۱

از هر جانور، یک جمله..... ۲۴

شیرین مثل قند..... ۲۵

شکلات خجالت

زنگ انشا بود، چند نفر انشاهای خود را خواندند. هنوز چند دقیقه تا زنگ تفریح باقی‌مانده بود. خسته شده بودم و توی دلم می‌گفتم: «چه می‌شد اگر خانم‌معلم می‌گفت خواندن انشا کافی است. می‌توانید این چند دقیقه را با هم صحبت کنید یا هر کاری دل‌تان می‌خواهد، انجام دهید.»

در همین فکرها بودم که خانم‌معلم گفت: «بچه‌ها! نزدیک زنگ تفریح است و به خواندن انشای دیگری نمی‌رسیم. بهتر است یک نفر خاطره‌ی خوب و آموزنده‌ای برای ما تعریف کند. اگر خاطره‌اش مطلبی آموزنده داشته باشد، امتیاز مثبتی پیش من دارد.»

جیرانی که امسال به مدرسه‌ی ما آمده، دستش را بلند کرد. خانم‌معلم اجازه داد تا خاطره‌اش را تعریف کند. جیرانی گفت: «خانم اجازه! هفته‌ی پیش با مادر و برادرم در مترو نشسته بودیم، خیلی شلوغ بود. در ایستگاهی چند خانم سوار شدند که بعضی از آن‌ها وسایل سنگینی در دست داشتند. چند نفر بلند شدند و جای خود را به آنان دادند.

خانم سالمندی که جا پیدا نکرده بود، جلوی ما ایستاد. من و برادرم برایش بلند نشدیم و سرگرم صحبت با هم شدیم. مادر با تعجب به ما نگاه کرد اما چیزی نگفت. چند دقیقه بعد، کنار مادر جایی خالی شد و آن خانم نشست. من و برادرم سعی می‌کردیم نگاه‌مان به آن خانم نیفتد زیرا خجالت می‌کشیدیم.

دعا می‌کردیم زودتر برسیم که خانم سالمند دست در کیفش برد و یک بسته شکلات درآورد و به ما و بقیه‌ی مسافران تعارف کرد. بعد با مهربانی از من و برادرم پرسید که چند سال‌مان است و در چه کلاسی تحصیل می‌کنیم. آن‌قدر احساس خجالت می‌کردم که نتوانستم جواب او را بدهم. برادرم هم مثل من از این بی تفاوتی خود نسبت به یک همشهری شرمنده بود.

هر دوی ما چند جمله با هم صحبت کردیم و تصمیم مهم خود را گرفتیم. بلند شدیم و روبه‌روی خانم سالمند ایستادیم و گفتیم: «لطفا ما را ببخشید! ما رفتار مؤدبانه‌ای با شما نداشتیم و باید احترام بزرگی شما را حفظ می‌کردیم. امیدواریم رفتار کودکانه‌ی ما را با بزرگی خودتان ببخشید.»

خانم مسافر با کمال محبت دستی به سر من و برادرم کشید و گفت: «فرزندان گلم! شما بسیار هم مؤدب هستید. من همه‌ی بچه‌ها را مثل نوه‌های خودم دوست دارم. خدا شما را برای پدر و مادرتان حفظ کند. خودتان را ناراحت نکنید.»

وقتی به خانه برگشتیم، مادر بدون این که کمک نکردن ما به آن خانم مسافر را بیان کند، به پدر و بقیه گفت که از ما راضی است زیرا امروز یک کار شایسته انجام داده‌ایم.»

جیرانی وقتی خاطره‌اش تمام شد نشست اما هر یک از ما در این فکر بودیم که می‌توانستیم به چه کسانی کمک کنیم و نکردیم. آن‌قدر غرق در محاکمه‌ی خودمان بودیم که متوجه زنگ تفریح نشدیم.

«قاصدک»

زیارتنامه

کوچک که بودم، در حرم
اصلاً نمی‌خواندم دعا
مامان دعا می‌خواند خوب
من می‌نشستم بی‌صدا
امسال اما چون خودم
بودم بزرگ و باسواد
از جای قرآن‌ها به من
مامان زیارتنامه داد
یک خط از آن را بی‌غلط
خواندم خودم من بارها

خواندم سه آیه بعد از آن
روی در و دیوارها

«طیبه شامانی»

زنبیل مامان

من نشسته‌ام تنها
در کنار داداشم
گریه می‌کند، باید
من مواظبش باشم
صبح زود، مامانم
باز هم شده بیدار
او دوباره با زنبیل
رفته تا دَمِ بازار

خوش به‌حال آن زنبیل
چون که در خیابان است
دست او همین الآن
توی دست مامان است

«افسانه شعبان‌نژاد»

موش شیری

امروز لکه‌ای شیر
بر روی میز دیدم
توی خیالم آن را
یک موش ریز دیدم
دادم به موش شیری
یک تکه از پنیرم

می‌خواستم برایش
یک لقمه هم بگیرم
او تازه داشت با من
نان و پنیر می‌خورد
مامان رسید و او را
با دستمال خود برد

«مریم اسلامی»

بز دانا

روزی یک بز، یک سگ، یک گوساله و یک برّه فرار کردند و به جنگل رفتند. حسابی خوردند و خوابیدند و چاق‌وچله شدند. شبی دور هم نشسته بودند و از این‌ور و آن‌ور صحبت می‌کردند

که روشنایی را از دور دیدند. بز گفت: «ای کاش می‌شد ما هم آتشی روشن کنیم!» بقیه گفتند: «این که کار سختی نیست.»

سگ و گوساله و برّه رفتند دنبال چوب. برّه رفت و رفت تا نزدیک روشنایی رسید. ناگهان چشمش به دوازده گرگ افتاد که خودشان را گرم می‌کردند. ترسیده بود اما سلام کرد. گرگ‌ها گفتند: «سلام برّه‌ی قشنگ! تو کجا این‌جا کجا؟» برّه ترسان و لرزان گفت: «آمدم از شما آتش بگیرم.» گرگ‌ها گفتند: «حالا بیا خستگی درکن.» برّه رفت و نشست. یکی از گرگ‌ها گفت: «معطّل چی هستیم؟ بیایید او را بخوریم!»

بقیه گفتند: «صبر کن، الآن دوستانش یکی‌یکی از راه می‌رسند.» بز هرچه صبر کرد، برّه نیامد. گوساله را دنبالش فرستاد. گوساله رفت و رفت تا به گرگ‌ها رسید. خیلی ترسید

اما به روی خودش نیاورد و به برّه تشر زد: «آمدی این‌جا چه کار! آتش بیاوری یا با این آقایان بنشینی و حرف بزنی؟ زود پاشو برویم، وقت تنگ است، بز عصبانی می‌شود.»

گرگ‌ها گفتند: «حالا بیا کمی بنشین و خستگی در کن.» گوساله از ترس چیزی نگفت و کنار برّه نشست. بز این‌بار سگ را دنبال آنان فرستاد. سگ فوری راه افتاد. رفت و رفت تا به گرگ‌ها رسید. دید دوازده تا گرگ، برّه و گوساله را دوره کرده‌اند. از ترس به خود لرزید اما به روی خودش نیاورد و فریاد زد: «آهای با شما هستم! چرا این جا نشسته‌اید؟ حیا نمی‌کنید؟ بز منتظر شماست. زود باشید راه بیفتید.»

گرگ‌ها گفتند: «عصبانی نشو! این بیچاره‌ها گناهی ندارند. ما از آن‌ها دعوت کردیم. حالا تو هم بیا بنشین و کمی خستگی در

کن.» سگ هم از ترس چیزی نگفت و رفت نشست کنار بقیه. بز وقتی دید از سگ هم خبری نشده، خودش بلند شد و راه افتاد. سر راه، لاشه‌ی گرگی را پیدا کرد. شاخ محکمی به لاشه زد و آن را روی سرش بلند کرد.

با این قیافه رفت و رفت تا نزدیک روشنایی رسید. دید دوازده گرگ، رفیق‌هایش را دوره کرده‌اند و آب از دهان‌هایشان سرازیر است. وقتی دید راه فرار ندارد، کمی فکر کرد و با صدای بلند به گرگ‌ها گفت: «خوب جایی گیرتان آوردم، پدرتان بیست گرگ به من بدهکار بود. هفت تا را خورده‌ام، یکی هم سر شاخ‌هایم است، شما را هم که بخورم، درست می‌شود. آهای سگ، مواظب باش فرار نکنند.»

گرگ‌ها تا این حرف را شنیدند، دو پا داشتند، دو پای دیگر هم قرض کردند و پا به فرار گذاشتند. وقتی گرگ‌ها کاملا از آن‌جا دور شدند، بز و دوستانش برگشتند. بز گفت: «گرگ‌ها امشب دوباره برمی‌گردند. بیایید بالای آن درخت سنجد قایم بشویم.»

همگی به‌طرف درخت رفتند. اول از همه، بز بالا رفت و روی بالاترین شاخه نشست. سگ زیر پای او و برّه زیر پای سگ نشست. گوساله هرچه کرد، نتوانست از درخت بالا برود و آخرش زورکی خود را به شاخه‌ای بند کرد. گرگ‌ها پس از مدتی دویدن، ایستادند. یکی‌شان گفت: «یعنی چه؟ کی تا حالا شنیده که گرگ از بز بترسد؟ برگردیم و حساب‌شان را برسیم.»

همه‌ی گرگ‌ها حرف او را قبول کردند و برگشتند امـا هرچـه گشتند، نتوانستند بز و دوستانش را پیدا کنند.

نشستند پای درخت سنجد تا مشورتی بکنند کـه یـک‌دفعـه گوساله لرزید و افتاد روی گرگ‌ها. بز تا دید کار دارد خـراب می‌شود، داد زد: «گوساله‌جان! جلوی‌شان را بگیر. نگذار فرار کنند.» گرگ‌ها باز پا به فرار گذاشتند. رفتند و دیگر برنگشتند. بز و دوستانش هم به‌خوبی و خوشی با هم زندگی‌کردند.

«محمدرضا شمس»

دعوت به عروسی

گرگ گرسنه‌ای سه روز را بدون غذا سپری کرده بود و به‌دنبال شکاری می‌گشت تا شکم گرسنه‌اش را سیر کند. از دور صـدایی شنید. پشت درختی پنهان شد و راه را زیر نظر گرفـت. گـرگ

متوجه شد حیوانی که به آن سمت می‌آید، خرگوشِ گوش‌دراز است. منتظر شد تا خرگوش نزدیک شود. بعد جستی زد و خرگوش را گرفت و گفت: «سر جایت بایست که سه روز است گرسنه‌ام. الآن تو را می‌خورم ای گوش‌دراز!»

خرگوش از ترس لرزید. فکری کرد و به گرگ گفت: «من داشتم پیش تو می‌آمدم! اگر مرا بخوری، نمی‌دانی چرا پیش تو می‌آمدم.» گرگ پرسید: «واضح حرف بزن وگرنه فوری تو را می‌خورم. بگو چرا به دیدن من می‌آمدی؟»

خرگوش گفت: «همان‌طور که می‌بینی، من از روستا می‌آیم. مردم روستا مرا فرستاده‌اند تا تو را به جشن عروسی دعوت کنم. حتما شنیده‌ای امشب عروسی پسر مزرعه‌دار است؟» گرگ گفت: «می‌دانم ولی چه ربطی به من دارد؟» خرگوش گفت:

«آن‌ها از من خواسته‌اند به تو بگویم تو را انتخاب کرده‌اند تا شاهد این ازدواج باشی. بعد هم تو را به ولیمه‌ی عروسی دعوت می‌کنند تا مرغ و گوسفند بریان بخوری.»

گرگ خوشحال شد، فریاد کشید: «راست می‌گویی؟ پس چرا منتظریم؟ بیا برویم، عجله کن.» خرگوش ادامه داد: «بعد از مراسم عروسی هم کشاورزان آواز می‌خوانند و می‌رقصند. تو هم با آن‌ها آواز می‌خوانی و می‌رقصی. بعد هرچه از مرغ‌ها و گوسفندها باقی بماند، به تو می‌دهند تا برای خانواده و دوستانت ببری.»

گرگ همراه خرگوش به طرف روستا به راه افتاد. خرگوش گفت: «وقتی به روستا برسیم، گروهی از بستگان عروس و داماد به استقبال ما می‌آیند. همان طور که معمولاً در مراسم عروسی

مرسوم است، بعضی از آن‌ها چوب‌دستی با خودشان می‌آورند، بعضی هم تبر و بعضی گرزهای بزرگ، هیاهو و سر و صدای آنان به آسمان بلند می‌شود. آن‌ها این‌طوری به میهمانان‌شان خوشامد می‌گویند. تو اصلاً نترس. می‌دانی که این‌کار، رسم آن‌هاست.» گرگ گفت: «خودم می‌دانم گوش‌دراز.»

وقتی آن دو به روستا رسیدند، خرگوش با صدای بلند فریاد زد: «سلام بر خانواده‌های خوب عروس و داماد، ما این‌جاییم. ما آمدیم. عموگرگ آمد! عموگرگ آمد!» خرگوش به‌سرعت به طرف اهالی روستا دوید گرگ هم به دنبالش راه افتاد. مردم خرگوش را رها کردند اما از هر طرف به گرگ حمله کردند. یکی او را با چوب‌دستی می‌زد، یکی با کلنگ و دیگری با یک گرز بزرگ. خرگوش از دور این منظره را نگاه می‌کرد و

می‌گفت: «ولیمه‌ی لذیذی است عموگرگ، نوش‌جان، گـــوارای وجود.»

«ترجمه احمد خواجه‌ایم»

جانوران قطب

فیل دریایی پستانداری گوشتخوار و آبزی است. این جـــانور در سواحل قطبی زندگی می‌کند و به کمـــک بازوهـــای بالـــه مانندش شنا می‌کند. لایه‌ی ضخیم چربـــی زیـــر پوســـت فیـــل دریایی، گرمای بدن این جانور را هنگام غوطه‌ور شدن در آب سرد دریا حفظ می‌کند.

دندان‌های نیش فیل دریایی، بسیار تیز و بلند هستند. طـــول آن‌ها تا ۶۰ سانتیمتر می‌رسد. فیل دریایی نر بسیار بزرگ‌تـــر از فیل دریایی ماده است و دندان‌های نیش بلنـــدتر و قطـــورتری

دارد. فیل‌های دریایی در گلّه‌های صدتایی زندگی می‌کنند. آن‌ها اغلب یکدیگر را به سمت سواحل سنگی یا کوه‌های یخ، هل می‌دهند تا در گرمای ضعیف خورشید قطب شمال آفتاب بگیرند.

فُک شمالی این جانوران در اقیانوس اطلس شمالی و اقیانوس منجمد شمالی زندگی می‌کنند و به ندرت به خشکی می‌آیند. آن‌ها حتی روی یخ‌های شناور، استراحت و جفت‌گیری می‌کنند. این فک‌ها برای صید ماهی، خرچنگ و میگو به مدت چند دقیقه تا عمق بیش از ۱۰۰ متری فرو می‌روند. این جانوران تا یک متر و ۸۰ سانتیمتر رشد می‌کنند.

«صدیقه ابراهیمی و مهرزاده مینانژاد»

از غذا بگوییم!

چه چیز باعث گرسنگی می‌شود؟ هنگامی که بدن به غذا نیاز دارد، به مغز پیام می‌فرستد که شما گرسنه هستید. در این زمان شما به دنبال چیزی برای خوردن می‌گردید. بینی بوی غذا را حس می‌کند و بوی غذا به شما می‌گوید آن غذا خوب است یا بد و شما به آن غذا علاقه دارید یا خیر. گاهی حتی وقتی بدن‌تان به غذا نیاز ندارد، ممکن است با دیدن یا حس کردن بوی غذایی که به آن علاقه دارید، احساس گرسنگی کنید. گاهی حتی فکر کردن به غذا نیز باعث گرسنگی می‌شود.

چه چیز باعث راه افتادن آب دهان می‌شود؟ هنگامی که غذای مورد علاقه‌تان را می‌بینید یا بوی آن را حس می‌کنید،

بدن شما برای خوردن آماده می‌شود. در این لحظه، دهان شما آب می‌افتد. این آب، بزاق است که در دهان ترشح می‌شود تا غذایی که می‌خورید، به‌خوبی نرم شود.

قارو قور شکم **گاهی اوقات که معده‌ی شما آماده‌ی غذا خوردن است، به قارو قور می‌افتد. این صدا که خود شما هم آن را می‌شنوید، صدای جا به‌جا شدن هوا و شیره‌های گوارشی داخل معده است.**

«امیر صالحی طالقانی»

همه نیازمند انرژی

هر چیز به انرژی نیاز دارد **برای انجام هر نوع فعالیتی به انرژی نیاز دارید. بدون وجود انرژی نمی‌توانید راه بروید،**

بدوید، تنفس کنید یا حتی فکر کنید! ما انرژی مورد نیازمان را از طریق خوردن غذا به‌دست می‌آوریم.

سایر چیزها نیز برای حرکت یا کار کردن به انرژی نیاز دارند. گیاهان انرژی مورد نیازشان را از خورشید به‌دست می‌آورند. اتومبیل انرژی خود را از سوخت بنزین به‌دست می‌آورد. تلویزیون نیز با نیروی الکتریسیته کار می‌کند. کشتی بادبانی هم برای پیش رفتن در آب از انرژی باد استفاده می‌کند.

منابع انرژی **منابع انرژی فراوان هستند و حتی در اطراف خانه‌ی شما نیز وجود دارند. البته شما همیشه نمی‌توانید منبع انرژی را ببینید. هر چیزی که حرکت می‌کند یا تغییر حالت**

می‌دهد، به نحوی از منبع انرژی استفاده می‌کند. کودکان غذا می‌خورند تا انرژی لازم برای بازی و دویدن خـــود را تـــأمین کنند.غذا به وسیله‌ی انرژی حاصل از سوزاندن زغال‌سنگ پخته می‌شود اما مهم‌ترین منبع انرژی، خورشید است که همه چیز را گرم نگه می‌دارد و موجب رویش گیاهان می‌شود.

اتم‌های حیرت‌آور با انرژی حاصل از مصرف یک لیتر بنزین، یک اتومبیل می‌تواند مسافتی معادل ۱۶ کیلومتر را طی کنـــد. اگر شما همین مقدار انرژی را بـــرای دوچرخـــه‌تـــان مصـــرف می‌کردید، آن وقت می‌توانستید با دوچرخه‌تان مسافتی بیش از ۵۰۰ کیلومتر را رکاب بزنید.

«مجید عمیق»

از هر جانور، یک جمله

* خرس، ۴۲ دندان دارد.
* سگ‌های کوچک عمری طولانی‌تر از سگ‌های نـــژاد بـــزرگ دارند.
* کوسه‌ها سرطان نمی‌گیرند.
* خط‌های روی پوست گورخرها هرگز شبیه هم نیست.
* چهارپنجم جانوران را حشره‌ها تشکیل داده‌اند.
* زنبور عسل در یک نوبت پرواز به ۷۵ گل سر می‌زند.
* شیرها تا دو سالگی قادر به غرش کردن نیستند.
* پشه‌ها برای گزیدن، افراد جوان را به اشخاص پیـــر تـــرجیح می‌دهند.

* گاوها می‌توانند از پله بالا بروند ولی نمی‌توانند پایین بیایند.
* فقط ۳۰ درصد مارها در دنیا سمی هستند.
* بزرگ‌ترین مار زنده‌ی جهان به نام پایتون در کشور اندونزی حدود ۱۵ متر طول و ۴۴۳ کیلوگرم وزن دارد.
* اگر شنیده‌اید که فیل از موش می‌ترسد، بدانید درست است.

«ناصر نثار»

شیرین مثل قند

☺ اولی: «چرا ناراحتی؟» دومی: «سه روز است منتظرم تا باران تمام شود. باید بروم به باغچه آب بدهم!»

☺ مریض به دکتر گفت: «آقای دکتر، هر وقت چای‌شیرین می‌خورم، چشمم درد می‌گیرد. باید چه‌کار کنم؟» دکتر گفت: «قاشق چایخوری را از توی لیوانت بردار!»

☺ آقایی پیش دکتر رفت و گفت: «من خیلی لاغرم، دارویی بدهید که پله‌پله چاق شوم.» دکتر گفت: «برای شما یک نردبان می‌نویسم!»

☺ مردی می‌خواست به خانه برود اما راننده‌ی تاکسی خیلی خیلی آهسته می‌رفت. مرد گفت: «داریم می‌رسیم. لطفاً دوشنبه‌ی هفته‌ی بعد بپیچید سمت راست.»

☺ در کله‌پاچه فروشی، فروشنده به مشتری گفت: «برای‌تان زبان بگذارم؟» مشتری گفت: «نه، زبان نمی‌خورم، دهنی است!»

☺ معلم: «مامان ده تا کلوچه می‌پزد. یازده تا کلوچه‌ی دیگر می‌پزد. حالا چند تا کلوچه داریم؟» کیوان: «هیچی! چون مامان همیشه کلوچه‌ها را قایم می‌کند!»



ماهنامه ویژه کودکان نابینا و کم بینا
صاحب امتیاز و مدیر مسئول : نسرین اطیابی
امور فنی : حسین یوسفی فرخزادی
ویراستار: سید محمد حسینی
نشانی : ایران ، تهران صندوق پستی ۱۳۷۷۵/۳۳۸

چاپ، پریش، تهران، خیابان ایران، خیابان مهدوی پور، پلاک ۴۸
تلفن: ۳۳۵۱۱۸۸۴-۴ / ۳۳۱۰۳۴۶۸
تلفکس: ۳۳۱۰۲۴۶۶ همراه: ۰۹۱۲ ۳۰۷۰۳۲۸
ایران چند، واحید ثانیه

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