

بیسری

علمی، ادبی، تاریخی، اجتماعی، روزنامی



شماره ۱۵۳

مرداد ۹۶

شماره ثبت بین المللی ISSN 1735-3654

اولین نشریه دو کانه ویژه تابستانیان و آگهی بنامیان در خاور میانه

بسم الله الرحمن الرحیم
الحمد لله رب العالمین
والصلاة والسلام
على سيدنا محمد
والآله الطيبين
الطاهرين
الجعفرين
الرضا
الطه
المرسلين
أجمعين
وآلهم
صلواتك
على
سيدنا
محمد
والآله
الطاهرين
الجعفرين
الرضا
الطه
المرسلين
أجمعين

در مرداد دوست داشتنی بخوانید

۲	سیزده خوشه محبت
۴	سوره شرح
۵	شب در حرم قدس
۸	خوب بشنویم
۱۰	شکایت به خدا
۱۱	آزمون‌های تحمل
۱۳	مراقب روح خود باشیم!
۱۵	نگاه مثبت
۱۶	تخته باریک
۱۷	اعتماد به روزی
۱۸	بانوان بدانند
۲۰	دوگل و سلمانی
۲۱	نجاتبخش بردگان
۲۲	همیشه شادم
۲۳	کوهان شتر
۲۴	رضوان رضا(ع)
۲۷	یقه بینا
۲۸	توت
۳۰	حیوانات در سفر
۳۳	طنز و تأمل

سیزده خوشه محبت

دوستان گرامی! صدها سبد سلام و هزاران طبق درود بر شما! گذر شتابان توسن زمان را با افزایش سال‌های عمر ماهنامه بشری به خوبی درک می‌کنیم. برای ما دشوار است باور کنیم به همین سرعت، کودکی که در سال ۱۳۸۳ در جامعه مطبوعات متولد شد، به سن زیبای ۱۳ سالگی رسیده باشد. برای من لذتبخش است که برای هر عددی بهانه و مناسبتی بیابم تا آن را به فال نیک بگیرم، عدد ۱۳ که جای خاص خود را در میان اعداد دارد زیرا برکتش را از روز میلاد شهسوار بندگی و مولای مهربانی گرفته است. تفأل خیر خود را با این مژده تکمیل می‌کنیم که امسال سالگرد تولد بشری با ماه ذی‌القعدة تقارن یافته و این ماه هم متعلق به سلطان سریر ارتضا، شاه خراسان و خواهر و برادران گرامی‌شان است.

دوستان شما در ماهنامه بشری اگر نگوییم همه، دست کم بخش زیادی از خواسته‌های مخاطبان خود را می‌شناسند، هرچند که بیشتر مخاطبان صرفاً خواننده بشری هستند و به ندرت با خادمان خود گفت‌وگو می‌کنند. به یقین افزایش تعداد صفحات ماهنامه،

تنوع بخشیدن به مطالب آن، به موقع رسیدن نشریه و ارائه بشری به صورت نشریه گویا اصلی ترین درخواست های شما عزیزان است. باید بگویم مورد آخر در برنامه کاری ماهنامه قرار ندارد و همه ما اصرار داریم این ماهنامه تنها به خط بریل به مخاطبان ارائه شود زیرا نابینایان بیشتر اطلاعات خود را از راه کتاب های گویا و دسترسی به رادیو و به صورت خاص رایانه و حضور در شبکه اینترنت کسب می کنند اما مهارت مطالعه شخصی در بسیاری از عزیزان نابینا مخصوصاً نسل جوان ضعیف است. با ارائه نسخه بریل بشری، دست کم می توانیم دلخوش باشیم که مخاطب ما هر ماه یکبار، متنی را به بریل مطالعه می کند.

اما درباره دو خواسته اول یعنی افزایش تعداد صفحات و تنوع مطالب، همان گونه که طی چند سال گذشته هم متذکر شده ایم، کمبود امکانات مانع تحقق آن شده و جز شرمندگی برای ما چیزی باقی نمانده است. موضوع دیر رسیدن ماهنامه و گاهی متأسفانه نرسیدن آن، به اداره پست مربوط است اما پیشنهاد می کنیم شما با مأمور پست منطقه خود ارتباط مناسبی برقرار و او را درباره بشری

توجه کنید تا بدانند این نشریه با چه مشکلاتی تهیه می‌شود و چقدر می‌تواند برای شما مفید باشد.

در پایان، ضمن تبریک روز خبرنگار، تنها هدیه ما برای همکاران سختکوش و بی‌توقع‌مان در بشری، «خدا قوت و دست مریزاد» و تقدیر از زحماتی است که توان جبران آن را نداریم و باورمان این است که تنها خداوند مهربان می‌تواند با برکتی فراوان و سیل آسا به وقت و زندگی این خادمان آرام و بی‌سروصدا، دست لطف خود را بر سر آنان بکشد و شما مخاطبان محترم را نیز با عنایت و نگاه پر مهرش در راه پیشرفت و آرامش یاری فرماید.

«اطیابی»

سوره شرح

سوره الشرح که نام دیگرش الانشراح است، نود و چهارمین سوره قرآن کریم، مکی و دارای ۸ آیه است.

در فضیلت این سوره از رسول خدا (ص) روایت شده است: «هر کس سوره انشراح را قرائت نماید، مانند کسی است که رسول خدا را دیدار کرده و اگر غمگین و ناراحت باشد، خداوند ناراحتی‌اش را برطرف می‌کند.»

امام صادق (ع) فرمودند: «هر کس سوره انشراح را در شب و روز زیاد قرائت کند، هیچ چیزی از اعضای بدن او و اطراف او نیست مگر اینکه در روز قیامت به سود او شهادت می‌دهند.»

امام باقر (ع) نیز فرمودند: «هر کس سوره انشراح را در شب و روزش تلاوت نماید، شهید از دنیا می‌رود؛ شهید بر انگيخته می‌شود و شهید زنده می‌شود و او مانند کسی است که با شمشیرش در کنار رسول خدا (ص) در راه خدا مبارزه کرده است.»

شبی در حرم قدس
دیده فرو بسته‌ام از خاکیان
تا نِگرم جلوه افلاکیان
شاید از این پرده، ندایی دهند
یک نفسم، راه به جایی دهند
ای که بر این پرده خاطر فریب
دوخته‌ای دیده حسرت نصیب
آب بزن، چشم هوسناک را
با نظر پاک بین، پاک را

آن که در این پرده گذر یافته است
چون سحر از فیض، نظر یافته است
خوی سحر گیر و نظریاک باش
راز گشاینده افلاک باش
خانه تن، جایگه زیست نیست
درخور جان فلکی نیست، نیست
آنکه تو داری سر سودای او
برتر از این پایه بود جای او
چشمه مسکین نه گهر پرور است
گوهر نایاب به دریا در است
ما که بدان دریا، پیوسته‌ایم
چشم ز هر چشمه، فرو بسته‌ایم
پهنه دریا چو نظر گاه ماست
چشمه ناچیز نه دلخواه ماست
پرتوی این کوب رخشان نگر
کوبه شاه خراسان نگر
آینه غیب نما را بین

ترک خودی گوی و خدا را بین
هر که بر او نور «رضا» تافته است
در دل خود، گنج رضا یافته است
سایه شه مایه خرسندی است
مُلک رضا ملک رضامندی است
کعبه کجا؟ طوف حریمش کجا؟
نافه کجا؟ بوی نسیمش کجا؟
خاک ز فیض قدمش زر شده
وز نفسش، نافه معطر شده
من کیم؟ از خیل غلامان او
دست طلب سو ده به دامان او
ذره سرگشته خورشید عشق
مرده، ولی زنده جاوید عشق
شاه خراسان را، دربان منم
خاک در شاه خراسان منم
چون فلک آیین کهن ساز کرد
شیوه نامردمی، آغاز کرد

چاره‌گر، از چاره‌گری باز ماند
طایر اندیشه، ز پرواز ماند
با تن رنجور و دل ناصبور
چاره از او خواستم از راه دور
نیمشب، از طالع خندان من
صبح بر آمد، ز گریبان من
رحمت شه، درد مرا چاره کرد
زنده‌ام از لطف، دگر باره کرد
باده باقی، به سبو یافتم
و این همه از دولت او یافتم

[[رهی معیری]]

خوب بشنویم

- * رفتارهایی را که می‌خواهید ترک کنید، با رنج و رفتارهایی را که می‌خواهید داشته باشید، با لذت همراه کنید.
- * مهم‌ترین عقیده‌ای که مانع موفقیت و پیشرفت افراد می‌شود، این است که فکر کنند ممکن است شکست بخورند.

*** انسان‌های شجاع فرصت می‌آفرینند، افراد ترسو و ضعیف منتظر فرصت می‌مانند.**

*** باور داشته باش، پیروزی آن نیست که هرگز زمین نخوری، بلکه آن است که بعد از هر زمین خوردن برخیزی.**

*** هنگامی که مصمم به انجام کاری شدید، باید درهای تردید را محکم ببندید.**

*** پیروزی، حق کسانی است که از شکست‌های خود درس می‌گیرند.**

*** اگر در کار ما «اگر» نباشد، به یقین پیروز خواهیم شد.**

*** همیشه به خود اعتماد داشته باشید! اگر یک‌بار کاری را با موفقیت انجام داده باشید، باز هم می‌توانید.**

*** اگر بتوانی خواسته‌ات را در ذهن تصور کنی، می‌توانی آن را در واقعیت متجلی سازی.**

*** به آرزوهای خویش ایمان بیاورید و آن‌گونه نسبت به آنها بیندیشید که گویی به‌زودی رخ می‌دهند.**

*** موفقیت، روی ستون‌های شکست بنا می‌شود.**

*** هر موفقیت بزرگ، نتیجه هزاران تلاش کوچک و عادی است که مورد توجه دیگران قرار نگرفتند.**

*** اعتماد به نفس همیشه ضامن موفقیت نیست اما نبود اعتماد به نفس به یقین باعث شکست می‌شود.**

*** هر روز سپاسگزارم برای شب‌هایی که به صبح می‌رسند، دوستانی که بخشی از خانواده می‌شوند، رؤیاهایی که محقق می‌شوند و علاقه‌هایی که به عشق تبدیل می‌شوند.**

«گردآوری، ایران پرنده»

شکایت به خدا

روزی به خدا شکایت کردم که چرا من پیشرفت نمی‌کنم؟! دیگر امیدی ندارم و می‌خواهم خودکشی کنم! ناگهان ندا آمد: «آیا درخت بامبو و سرخس را دیده‌ای؟» گفتم: «بله دیده‌ام.» ندا آمد: «موقعی که درخت بامبو و سرخس را آفریدم، به‌خوبی از آنها مراقبت کردم. خیلی زود سرخس سر از خاک بر آورد و تمام زمین را گرفت اما بامبو رشد نکرد و من از او قطع امید نکردم! در دومین سال، سرخس‌ها بیشتر رشد کردند اما از بامبو خبری نبود. در سال‌های سوم و چهارم نیز بامبوها رشد نکردند. در سال پنجم،

جوانه کوچکی از بامبو نمایان شد و در مدت ۶ ماه ارتفاعش از سرخس بالاتر رفت! در این مدت بامبو داشت ریشه‌هایش را قوی می‌کرد! آیا می‌دانی در این سال‌ها که تو درگیر مبارزه با سختی‌ها بودی، در حال محکم کردن ریشه‌هایت بودی؟ زمان تو نیز فرا خواهد رسید و تو هم پیشرفت خواهی کرد. نا امید نشو!»
«امیرضا آرمیون»

آزمون‌های تحمل

روزی حضرت موسی (ع) از حضرت خضر (ع) که خداوند او را از دریای علم خود سیراب کرده بود، خواست بخشی از علوم را برایش فاش سازد و درس‌هایی از علوم را به او بیاموزد. حضرت خضر (ع) فرمود: «ای موسی! تو تحمل نخواهی کرد.» موسی (ع) گفت: «تحمل خواهم کرد.» آن دو راه افتادند و خضر (ع) از موسی (ع) پیمان گرفت هر عملی که انجام داد و به او نیاموخت، موسی (ع) از او چیزی نپرسد.

آن دو سوار بر کشتی شدند و کشتی به حرکت درآمد. خضر (ع) کشتی را سوراخ کرد. موسی (ع) با دیدن این عمل به او گفت: «چرا کشتی را سوراخ کردی؟ مگر می‌خواهی مسافران غرق

شوند؟» خضر(ع) گفت: «دیدی گفتم تو تحمل نخواهی کرد.»
موسی(ع) گفت: «دیگر سکوت خواهم کرد.»

زمانی که به مقصد رسیدند و پیاده شدند، کشتی غرق نشد ولی آسیب جدی دیده بود. کمی جلوتر دو پسر بچه مشغول بازی بودند که خضر(ع) یکی از آنها را کشت. موسی(ع) که تعجب کرده بود، گفت: «چرا او را کشتی؟ او که گناهی نکرده بود و حتی به سن بلوغ هم نرسیده بود؟» خضر(ع) در جواب حضرت موسی(ع) گفت: «می دانستم تحمل نمی کنی.» بار دیگر حضرت موسی(ع) قول داد که سکوت کند.

کمی بعد آنان به دهی رسیدند و از اهالی طلب غذا کردند ولی روستاییان به آن دو غذا ندادند. دو حضرت به راه خود در روستا ادامه دادند تا اینکه دیواری را در حال فرو ریختن دیدند. خضر(ع) گفت: «باید این دیوار را مرمت کنیم.» آن دو ساعت ها به تعمیر دیوار پرداختند. موسی(ع) گفت: «اگر این کار را جای دیگری انجام می دادیم، می توانستیم با مزد آن غذایی تهیه کنیم.» خضر(ع) گفت: «دیگر وقت جدایی است اما دلیل کارهایم را برای تو می گویم. پادشاهی ستمگر، کشتی های سالم و بدون عیب را به

بیگاری می‌گرفت. آن کشتی را سوراخ کردم که شاه آن را به بیگاری نگیرد. آن پسر بچه را کشتم زیرا اگر بزرگ می‌شد، به کفر کشیده می‌شد. پدر و مادر او اهل ایمان بودند، او را کشتم تا از کفر نجاتش دهم. آن دیوار را که تعمیر کردیم، حصار باغ دو فرزند یتیم بود که پدرشان مبلغ زیادی زیر آن دیوار برای‌شان پنهان کرده بود. اگر دیوار خراب می‌شد، پیش از بزرگ شدن دو یتیم، آن پول به‌دست غیر می‌افتاد.» برگرفته از قرآن کریم

حافظ اسرار الهی کسی نمی‌داند خموش
از که می‌پرسی که دُور روزگاران را چه شد؟

«صابر قاسمی»

مراقب روح خود باشیم!

بیش از حد معمول آب بنوشید خیلی بیشتر از آنچه که فکر می‌کنید، به آب احتیاج دارید. پس آب بنوشید! نوشیدن آب نه تنها به حفظ سلامتی شما کمک می‌کند بلکه در ایجاد احساس آرامش نیز مؤثر است.

دست از کار بکشید در پایان روز کاری خود، کمی استراحت کنید. آرام باشید و خود را رها کنید. این مسئله بسیار طبیعی است اما بسیاری از مردم چنین کاری را نمی‌کنند.

لحظه‌های آرامش را بازسازی کنید لحظات آسودگی خود را به یاد آورید. فکرتان را در آن لحظات متمرکز کنید و خوش باشید. هر بار که احساس کردید به آرامش نیاز دارید، ذهن‌تان را روی آن لحظه‌ها متمرکز کنید.

با محرک‌ها مقابله کنید محرک‌های مختلف روی اعصاب ما تأثیر می‌گذارند. پس با وجود این همه محرک، ما نمی‌توانیم آرامش داشته باشیم ولی می‌توانیم ورزش کنیم، چای بنوشیم و غذای سالم بخوریم تا به کمک آنها با محرک‌ها مقابله کنیم و به آرامش برسیم.

آرام نفس بکشید تنفس آرام و عمیق، عامل همه پیروزی‌ها در هنرهای رزمی، تئاتر و تحقق آرامش است. عمیق و آرام نفس بکشید و به صدای نفسی که می‌آید و می‌رود گوش کنید. به این ترتیب آرامش پیدا خواهید کرد.

از کمک دوستان خود استفاده کنید تنها بودن، هیچ امتیازی ندارد. وقتی مشکلات خود را با دوستان و نزدیکان مطرح می‌کنید، سنگینی و فشار مشکلات کم می‌شود. دوست یعنی کسی که در چنین لحظاتی شما را یاری کند.

[[سپیده خلیلی]]

نگاه مثبت

پروفسور حسابی می‌گفت: «در دوره تحصیل در آمریکا، برای عضویت در یک کارگروه، با دختری به نام کاترینا و پسر به نام فیلیپ که نمی‌شناختمش هم‌گروه شدم. از کاترینا پرسیدم: فیلیپ را می‌شناسی؟» گفت: «بله، همان پسر که موهای بلوند قشنگی دارد و ردیف جلوی کلاس می‌شیند.» گفتم: «نمی‌دونم چه کسی را می‌گی.» گفت: «همون پسر خوش‌تیپ که معمولاً پیراهن و شلوار روشن و شیکی تنش می‌کنه.» گفتم: «باز هم نفهمیدم منظورت کیست.» گفت: «همون پسر که همیشه کیف و کفشش را با هم ست می‌کنه.» باز هم نفهمیدم، منظورش کی بود. کاترینا صدایش را کمی پایین آورد و گفت: «فیلیپ دیگه، همون پسر مهربونی که روی ویلچر می‌شیند.»

این بار فهمیدم منظورش چه کسی است ولی به شدت به فکر فرو رفتم. انسان باید چقدر نگاهش به اطراف مثبت باشد که بتواند از ویژگی‌های منفی و نقص‌ها چشمپوشی کند! چقدر خوب است مثبت دیدن! با خودم گفتم: «اگر کاترینا از من درباره فیلیپ می‌پرسید، چه می‌گفتم؟ حتماً سریع می‌گفتم: همون معلوله دیگه! وقتی نگاه کاترینا را با نگاه خودم مقایسه کردم، خیلی خجالت کشیدم.» ما چه دیدگاهی نسبت به اطرافیان خود داریم!

تخته باریک

دو دوست، در حال شرط‌بندی با هم بودند. جان، لاری را تشویق کرد تا روی تخته‌ای به عرض ۳۰ سانتیمتر و به طول ۶ متر راه برود. جان ابتدا تخته را کف اتاق قرار داد و اسکناسی ده دلاری در انتهای تخته گذاشت و از لاری خواست از ابتدا تا انتهای تخته برود و اسکناس را بردارد. این کار مثل آب خوردن بود و لاری توانست به راحتی از روی تخته عبور کند.

سپس جان گفت: «حالا بهتر است این تخته را بین پشت بام دو آپارتمان ۱۵ طبقه بگذاریم. من یک چک هزار دلاری روی یک سر

تخته می گذارم و سنگی روی آن قرار می دهیم تا باد چک را بلند نکند. اگر موفق شدی، هزار دلار مال خودت اما اگر زیر بار نروی، باید به من ۱۰۰ دلار بدهی.»

اصل موفقیت فکر می کنید چه کسی شرط را برد؟ اطمینان داریم که لاری هیچ وقت جانش را برای هزار دلار به خطر نمی اندازد. تخته دوم همان تخته اول با همان عرض و طول بود اما یک عامل جدید وارد ماجرا شده بود: «ترس!» لاری خودش را می دید که سقوط می کند. در هر برهه از زمان، تنها یک فکر در سر شماست: «باور» یا «ترس» برای دستیابی به موفقیت، باید باور خود را تقویت کرده و همواره ترس را از ذهن تان بیرون کنید.

«مرجان توکلی»

اعتماد به روزی

حضرت سلیمان (ع) از مورچه ای پرسید: «در مدت یک سال چقدر دانه می خوری؟» مورچه گفت: «سه دانه.» حضرت سلیمان (ع) مورچه را در جعبه ای قرار داد و سه دانه در کنارش گذاشت. یک سال بعد آن حضرت در جعبه را باز کرد و دید فقط یک و نیم دانه خورده شده است. با تعجب از مورچه علت را پرسید. مورچه

گفت: «وقتی من آزاد بودم، اطمینان داشتم خداوند روزی مرا می‌دهد و مرا فراموش نمی‌کند ولی وقتی تو مرا در جعبه گذاشتی، بیم آن داشتم که مرا فراموش کنی. پس در خوردن احتیاط کردم تا بتوانم یک سال دیگر تغذیه کنم.»

خداوند می‌فرماید: «هیچ موجود زنده‌ای روی زمین نیست مگر اینکه بر خداست روزی او.» ماهیان از آشوب دریا به خدا شکایت بردند. دریا آرام شد و آنها در تور صیادان گرفتار شدند. آشوب‌های زندگی، حکمت خداست. از خدا دل آرام بخواهیم نه دریای آرام.

بانوان بدانند

بانوان باید بدانند، پیروی از مد به تنهایی برای شیک بودن کافی نیست بلکه مد همراه برازندگی است که آنان را جذاب، منظم و زیبا جلوه می‌دهد. در پوشیدن لباس از رنگ‌هایی استفاده کنید که با رنگ پوست شما بیشترین تناسب را داشته باشد و هماهنگی رنگ لباس با کیف و کفش را هیچ‌گاه فراموش نکنید. همیشه قبل از پوشیدن لباس، دکمه و زیپ آن را امتحان کنید چون ممکن است

هنگامی که آن را بر تن دارید یا هنگام در آوردن لباس با مشکل مواجه شوید. اگر به میهمانی دوستانه می‌روید، به لباسی ساده، زیبا و برازنده اکتفا کنید. در میهمانی‌های شب از کیف کوچک و اگر می‌توانید کفش پاشنه‌دار استفاده کنید. استفاده از عطر به اندازه‌ای که سبب ناراحتی دیگران نشود نیز مفید است. در میهمانی‌های شب می‌توانید از جواهرات در حد دستبند و انگشتر استفاده کنید اما همراه داشتن تمام جواهرات، نه تنها نشانه زیبایی نیست بلکه شما را به شکل جواهر فروشی متحرک نشان می‌دهد. هیچ‌گاه از تعداد زیاد النگو استفاده نکنید.

موی خود را طوری بپارایید که به جای زیبا و جذاب کردن ظاهر شما، شکل زنده‌ای نداشته باشد. آرایش در میهمانی‌های شب به اندازه‌ای که صورت شما را زیبا جلوه‌گر سازد، مفید است اما برای خرید یا رفتن به محل تحصیل یا کار چنین آرایشی شایسته نیست. در عروسی‌ها لباس زیبا و شیک بپوشید اما نباید لباس شما شبیه لباس عروس باشد.

در مراسم سوگواری لباس و روسری مشکی بپوشید. در صورتی که از نزدیکان صاحب عزرا هستید یا عزادار از دوستان صمیمی

شماست، به هیچ وجه آرایش نداشته باشید. در اداره و اماکن عمومی از کفش‌های منزل یا سرپایی استفاده نکنید چون این کفش فقط مخصوص منزل است و استفاده آن در کوچه و بازار از وقار شما می‌کاهد. در محیط کار از پوشیدن لباس تنگ و بدن‌نما خودداری کنید. می‌توانید از لباس شیک و تمیز در نهایت سادگی و متانت برای محل کار خود استفاده کنید. هنگام ورزش و در باشگاه‌های ورزشی، لباس ساده و راحت بپوشید و زینت‌آلات همراه نداشته باشید. هر ورزشی لباس خاص خود را دارد که ورزشکاران باید در تمرینات هم همان لباس را بر تن داشته باشند.

[[مضین حاجیان]]

دوگل و سلمانی

ژنرال دوگل، رئیس‌جمهور فرانسه، روزی برای حل مشکل بالا بودن دستمزد آرایشگاه‌ها، در سندیکای آنان حاضر شد و نطقی طولانی ایراد کرد. این سخنرانی جالب، تأثیر زیادی بر اعضای سندیکا داشت به‌طوری‌که رئیس سندیکا از جای خود برخاست و با صدای بلند گفت: «آقای رئیس‌جمهور! من تحت تأثیر حرف‌های شما قرار گرفتم و برای همین شخصاً حاضرم سر شما را با هفت

فرانک بتراشم.» همه حاضران شروع به خنده کردند و دوگل که بیشتر از همه می‌خندید، گفت: «شما بهتر است سر مردم را با این قیمت اصلاح کنید. سر من احتیاج به سلمانی ندارد برای اینکه من طاس هستم!»

«محمود برآبادی»

نجاتبخش بردگان

هریت تابمن، در سال ۱۸۲۰ میلادی. در مریلند آمریکا به دنیا آمد و از آنجا که والدینش سیاه پوست بودند، از کودکی مجبور به بیگاری در مزارع شد. هریت پس از ازدواج در ۲۵ سالگی، از ترس فروخته شدن و جدایی از خانواده به فکر فرار افتاد. شوهرش جان تابمن که سیاه آزاد بود، در مریلند ماند و هریت با کمک همسایه‌ای خیرخواه از طریق جاده‌ای مخفی که راه آهن زیرزمینی خوانده می‌شد، خود را به کانادا رساند و آزاد شد؛ اما کمی بعد برای نجات خواهر و برادر و خواهرزاده‌های خود باز گشت.

هریت در دومین سفر شجاعانه خود، پدر و مادر کهنسالش که توانایی فرار با پای پیاده را نداشتند، به سختی فراری داد ولی

وقتی سراغ همسرش آمد، متوجه شد او با زن دیگری ازدواج کرده است. از آن پس هریت تابمن تمام تلاش خود را برای نجات بردگان متمرکز کرد. او ۱۹ سفر آزادی بخش و خطرناک را ترتیب داد و حدود ۳۰۰ برده را رهایی بخشید. دولت برای سر هریت، ۴۰ هزار دلار جایزه قرار داده بود ولی هیچ کس نتوانست این جایزه را کسب کند.

«ناهیید قادری نسب»

همیشه شادم

از بزرگی پرسیدند: «راز همیشه شاد بودن چیست؟!» گفت: «دل بر آنچه نمی ماند نمی بندم. فردا یک راز است و نگرانش نیستم، دیروز یک خاطره بود و حسرتش را نمی خورم و امروز یک هدیه است که قدرش را می دانم. از فشار زندگی نمی ترسم چون می دانم فشار، توده زغال سنگ را به الماس تبدیل می کند. می دانم خدای دیروز و امروز، خدای فردا هم هست. ما اولین بار است که بندگی می کنیم ولی او هزاران سال است که خدایی می کند پس به او اعتماد داریم. برای داشتن چنین خدایی همیشه شادم.

کوهان شتر

شتر از کوهان خود به عنوان مخزن متحرکی برای حمل چربی استفاده می کند تا وقتی که غذا کمیاب است، از آن استفاده کند. یک واکنش شیمیایی در بدن شتر به او کمک می کند که مقداری از این چربی را به آب تبدیل کند و از این طریق می تواند مدت هفده روز در صحرا بدون آشامیدن آب زنده بماند. شترهای عربی یا شتر جمازه که در کشورهای عرب مدیترانه ای یافت می شوند، فقط یک کوهان دارند اما شترهای باختری آسیای غربی دارای دو کوهان هستند و همین دو کوهان، قدرت تحمل آنها را هنگام بی غذایی بیشتر می کند.

شتر روش مخصوصی برای دویدن دارد که یورتمه نامیده می شود و شبیه دویدن آرام است. او این کار را برای ذخیره انرژی انجام می دهد. عامل دیگری که باعث زنده ماندن شتر در مناطقی که غذا کمیاب است می شود، این است که می تواند شاخه های کوچک و گیاهان خاردار را به عنوان غذا بخورد، گیاهانی که حیوانات دیگر حتی نمی توانند به آنها نزدیک شوند.

شتر مانند همه موجودات زنده و انسان، بخش عمده بدنش را آب تشکیل می‌دهد اما شتر یا «کشتی صحرایی» بر خلاف ما انسان‌ها وقتی بدنش به آب احتیاج دارد، فقط یک چهارم آب بدنش را از دست داده و آماده سفر است.

[[محمد و محمد رضا شمس]]

رضوان رضا(ع)

حرم حضرت امام رضا(ع)، مهم‌ترین مجموعه تاریخی زیارتی نه تنها در شهر مشهد و استان خراسان بلکه در کشور ایران است و چونان آهنربا، دل‌های سخت و انسان‌های مشتاق را به سوی خود جذب و آنها را به طلای خالص بدل می‌کند. حرم مطهر امام رضا(ع) در طول قرن‌ها گسترش یافته و بارها نوسازی و مرمت شده است.

حرم مطهر شامل ضریح چهارگوش، گنبد طلا، گلدسته‌ها، رواق‌ها، مسجد، مدرسه و صحن‌ها است که از شاهکارهای معماری ایرانی-اسلامی به‌شمار می‌رود. مشخص‌ترین نماد حرم، گنبد طلای آن است. این گنبد طلایی که بیش از ۳۱ متر ارتفاع دارد، در زمان شاه‌عباس صفوی ساخته شده و به خورشید خراسان

معروف است. نفیس‌ترین کاشی‌های ایرانی معروف به سنجری در دیوارهای داخلی بقعه به‌کار رفته است. طلاکاری روی گنبد و ساقه آن، صحن عتیق و کاشیکاری آن و گنبد... وردیخان مربوط به دوره صفوی است. آینه‌کاری حرم در سال ۱۲۷۵ انجام شد. در زیر طاق گنبد، سوره جمعه با خط ثلث توسط علیرضا عباسی نوشته شده است.

درهای سه‌گانه حرم نیز از آثار با ارزش هنری محسوب می‌شود. ساخت ضریح فعلی حرم مطهر با طرحی از استاد فرشچیان هفت سال به‌طول انجامید و در ۱۶ اسفند ۱۳۷۹ در حرم نصب شد. گلدسته مجاور ایوان عباسی، طلاکاری آن و ایوان نادری و سقاخانه نیز یادگار دوره نادرشاه افشار است. کتابخانه بزرگ آستان قدس، موزه فرش و موزه تمبر نیز از جاذبه‌های این مجموعه به‌شمار می‌رود.

آرامگاه نادرشاه افشار این بنا در مرکز شهر مشهد و در چهارراه نادری واقع شده است. طراح این آرامگاه هوشنگ سیحون است که آن را در باغ موقوفه خود نادرشاه ساخت. طراح

سعی کرده تا روحیات نادر را با نمادهای هنری نشان دهد. طرح خطوط راست و شکسته مانند روحیه نادر، صریح و خشن به نظر می‌رسد. آرامگاه نادر، شکل خیمه دارد. نماد گور در گوشه‌ای گذاشته شده که قطعه سنگی به شکل منشور ناقص است. شاید این نماد می‌خواهد به زندگی نادر اشاره کند که اغلب در خیمه‌ها یا روی زین اسب زندگی را می‌گذراند. در کنار مقبره و موزه، برجی با مجسمه مفرقی از نادر دیده می‌شود که سوار بر اسب است و سه سرباز پیاده در رکاب او ایستاده‌اند.

این مجسمه را استاد صدیقی ساخته است. در این برج، منبع آبی وجود دارد که باغ را آبیاری می‌کند. در کنار برج، لوله توپی در محفظه شیشه‌ای قرار دارد که سردار شاه‌عباس پس از بیرون راندن پرتقالی‌ها از دژ آلبوکرک آن را غنیمت گرفته و بعدها به توپخانه کریم‌خان زند منتقل شده است. شکل تبرزین سلاح خاص نادر، روی نرده‌های اطراف ساختمان دیده می‌شود. ساختمان فعلی شامل دو قسمت مقبره و موزه است.

«جاذبه‌های گردشگری ایران، مسعود سنوبری»

یقه بینا

به تازگی ابزاری به شکل یقه برای نابینایان ساخته شده که به آنها در تجسم محیط اطرافشان کمک می‌کند. این ابزار به نابینایان کمک می‌کند تا در مکان‌هایی مانند فرودگاه و فروشگاه به راحتی حرکت کنند. یقه بینا با وجود چند دوربین، بلندگو و موتورهای لامسه از طریق تشخیص صدا و لرزش می‌تواند با کاربر در تعامل باشد و با جمع‌آوری اطلاعات از ابزارهای خودکار مانند سیستم‌های هشدار پرواز هواپیما در فرودگاه به کاربر کمک کند. همچنین با مشاهده پله برقی، تابلوها و سردر فروشگاه، نقشه مکان‌هایی را که کاربر به آنجا قدم می‌گذارد، در حافظه خود برای استفاده‌های بعدی ذخیره می‌کند. این ابزار اکنون مراحل آزمایشی خود را می‌گذراند.

نسل بعدی فناوری‌های ردیابی، ابزارهای هضم‌شدنی به شکل قرص هستند و می‌توانند بدن‌مان را از درون نظارت کنند. قرص‌های «ای-سلسیوس» که شرکتی فرانسوی آن را تولید کرده، شبیه قرص استامینوفن معمولی است. این قرص همراه

حسگر دما، باتری و حافظه درون پوسته‌ای از جنس پی بی سی زیست پزشکی قرار گرفته است.

زمانی که فرد این قرص را بلعد، با استفاده از آنتن فرکانس رادیویی، هر ۳۰ ثانیه یکبار اطلاعاتی درباره دمای درونی بدن به رایانه ارسال و در نمایشگر نشان داده می‌شود که مریض ورزشی می‌تواند از آن استفاده کند. این داده‌ها به مدت ۱۶ ساعت در قرص باقی می‌مانند. این قرص در بیمارستان‌ها به کمک پزشکان می‌آید و آنها پس از عمل جراحی یا شیمی‌درمانی می‌توانند وضعیت تب بیماران خود را کنترل کنند. ورزشکاران هم می‌توانند دمای بدن و اثرات تمرین‌ها یا رقابت‌های ورزشی‌شان را در شرایط مختلف بررسی کنند.

«ابراهیم کربلایی»

توت

توت میوه‌ای خوشمزه، شیرین و مطبوع و دارای مواد مفیدی مانند پتاسیم، منیزیم، کلسیم، فسفر، آهن و مواد قندی است که ارزش دارویی آن را چند برابر می‌کند. توت خشک شده نیز از تنقلات مفید محسوب می‌شود. توت برای افرادی که مبتلا به قندخون

هستند، ضرری ندارد و افراد چاق نیز می‌توانند این میوه را میل کنند البته به شرط اینکه توت را قبل از غذا با یک لیوان آب یا یک استکان چای میل کنند تا مانع پراشتهایی آنان شود.

توت حاوی فسفر و یک میوه عالی برای افرادی است که به کارهای فکری مشغول هستند. به مادران شیرده توصیه شده است برای افزایش شیر و تکمیل مواد غذایی بدن خود، این میوه را مصرف کنند. توت مدر، ملین، انرژی‌زا، ضد سوءهاضمه، تصفیه کننده خون، مقوی کبد و طحال است و از خشکی مغز نیز جلوگیری می‌کند. توت خستگی را برطرف می‌کند و اشتها آور و بهترین خوراکی برای کودکان کم‌اشتها و زودرنج است.

خوردن توت برای افراد مسن نیروبخش است و در فعالیت سلول‌ها نیز اثر حیاتبخش دارد. مصرف توت در موارد زیر تأثیر درمانی دارد: تشنگی زیاد، ضعف اعصاب، مسمومیت، زخم معده، زخم روده، ضعف حافظه، حصبه، آبله و ناراحتی ریه. خوردن توت علاوه بر رفع حساسیت بدن و نارسایی کبد، به دفع سموم بدن، اسیداوریک، اوره و درمان نقرس و کلسترول نیز کمک می‌کند.

خواص توت خشک در توت خشک مقداری ویتامین آ، ب۱، پپ و مقدار قابل ملاحظه‌ای پتاسیم، کلسیم و فسفر وجود دارد که می‌تواند در رفع اوره، اسیداوریک و چربی خون نقش داشته باشد.

مضرات توت خوردن توت بعد از غذای مفصل، موجب سوءمزاج می‌شود. اشخاص دارای طحال ضعیف، در مصرف توت احتیاط کنند. زیاده‌روی در مصرف توت موجب ناراحتی معده، قلب، اسهال و تولید صفرا می‌شود.

«کاظم کیانی»

حیوانات در سفر

هنگامی که در سفر هستید، در برخورد با تمام حیوانات، چه سمی و چه غیر سمی احتیاط کنید. به محدوده زندگی آنها احترام بگذارید و با فاصله، از دیدن آنها لذت ببرید. در شب و موقع خواب تمام بدن خود را بپوشانید. به کندوی زنبورها نزدیک نشوید.

درمان نیش زنبور در صورت نیش‌زدگی زنبور، نیش آن را با ناخن یا انبرک خارج کنید و از کرم بی‌حس کننده موضعی و

آنتی‌هیستامین یا کمی خمیر دندان استفاده کنید.

جلوگیری از نیش زدن حیوانات: نیش انواع مارها و عقرب‌ها می‌تواند کشنده باشد. به یاد داشته باشید که نیش زدن، وسیله دفاعی حیوانات است پس آنها را تحریک نکنید. همه حیوانات سمی، ترسو و خجالتی هستند. بیشتر اوقات ترسیدن شما باعث تحریک حیوانات می‌شود. اگر ناگهان احساس کردید یک حیوان سمی روی بدن شما قرار دارد یا راه می‌رود، به هیچ عنوان تکان نخورید و برای لحظاتی بی حرکت بمانید.

کمک به فرد مارگزیده در موارد مارگزیدگی، از بریدن محل گزیدگی و مکیدن آن خودداری کنید مگر در مواقع اضطرار. به فرد مارگزیده دارو و الکل ندهید و از اسپری یا یخ استفاده نکنید. از بستن شریان‌بند به صورت سفت خودداری کنید. شریان‌بند باید به گونه‌ای بسته شود که بتوان دو انگشت را زیر بند قرارداد. نیش بعضی از مارمولک‌ها نیز سمی است.

برخی تجهیزات مورد نیاز در طبیعت گردی: وزن سنگین، اولین دشمن شما در سفر طبیعت گردی است. وسایل خود را داخل

کوله پشتی قرار دهید. در داخل جیب‌های خود چیزی نگذارید یا چیزی از خود آویزان نکنید به‌ویژه چیزهایی مثل تبر یا چاقو که موقع افتادن، می‌تواند آسیب‌رسان باشد. وسایل ضروری را بر حسب نیاز برنامه سفر خود انتخاب کنید. تجهیزات اساسی عبارت است: آینه فلزی برای علامت دادن، سوت، چاقوی جیبی، سنگ یا فلز چخماق، شمع کوچک، مداد کوچک، قطب‌نمای مغناطیسی، کبریت ضد آب، نخ دندان و قمقمه یک لیتری.

این وسایل را هم اگر مایل بودید همراه ببرید: بادکنک‌های رنگی، باند کمک‌های اولیه، قرص‌ید، فنجان، دستمال گل‌دار و نقشه منطقه.

این وسایل هم می‌توانند مفید باشند: تور نازک با رنگ روشن، شیرینی خشک، فویل آلومینیومی، قلاب کوچک ماهیگیری، نمک، انبرک، تیغ ریش‌تراشی، ظرف آب پلاستیکی، نایلون، سوزن با سوراخ بزرگ، نخ پینه‌دوزی کتان، ریسمان (سیم تله)، شانه، کیت مارگزیدگی، صابون کوچک، اره چوب‌بر، وسیله تیزکننده چاقو و کتابچه راهنمای نجات یافتن.

[[سعیده یراقی]]

طنز و تأمل

☺ یکی از خاصان خلیفه از جایی رد می‌شد که بهلول تنه‌ای به او زد. آن فرد بر آشت و گفت: «می‌دانی من کیستم؟» بهلول گفت: «بله، می‌دانم چون قبلاً هم تو را دیده‌ام.» فرد گفت: «در کجا؟» بهلول گفت: «در دارالمجانین.» او فریاد زد: «دیوانه، من در بارگاه خلیفه هستم و از خاصان درگاه اویم.» بهلول گفت: «من هم همین را گفتم.»

☺ بهلول روزی بر در خانه خود نشسته و دخترک چهارساله او پیشش بود. ناگهان جنازه‌ای از دور روی دوش مردم پیدا شد، دخترک که تا آن وقت جنازه ندیده بود، گفت: «ای پدر، این چیست؟» بهلول گفت: «آدمی مرده است.» دختر گفت: «به کجا می‌برندش؟» بهلول گفت: «آنجا که نه شمع و چراغ است، نه فرش و گلیم، نه خورش و پوشش، نه آب و نان.» دخترک گفت: «پس به خانه ما می‌آورند!»

☺ شاعری یاهو سرا در حضور بهلول غزلی خواند و گفت: «می‌خواهم این غزل را به دروازه شهر آویزان کنم تا شهرت یابم.»

بهلول گفت: «مردم از کجا بدانند که آن شعر توست! مگر آنکه تو را نیز پهلوی شعرت بیاویزند.»

😊 **شاعری مهمل گو پیش بهلول رفت و گفت: «وقتی به خانه کعبه رسیدم، دیوان شعر خود را برای تبرک بر حجرالاسود مالیدم.»**
بهلول گفت: «اگر آن را بر آب زمزم می‌مالیدی بهتر بود.»

😊 **روزی بهلول در مجلس طرب حاضر بود که فردی بدآواز خوانندگی می‌کرد و اهل مجلس در عذاب بودند. بهلول گفت:**
«در کتب حکمای قدیم دیده‌ام که آواز جغد، دلیل هلاک آدمی است. اگر این سخن راست باشد، آواز این خواننده دلیل هلاکت جغد است.»

😊 **از بهلول پرسیدند: «وقت خوردن طعام چه وقت است؟» گفت:**
«غنی را وقتی که گرسنه شود و فقیر را وقتی که طعامی بیابد.»



BOSHRA

A Scientific, Cultural, Social & Sports Monthly

International Reg. No. ISSN:1735-3658



استان خراسان رضوی، شهر مشهد، آرامگاه نادر شاه

Managing Director: Nourin Agha
Address: P.O. Box 17771/368 Tehran
Fax: +9821 83101466
Cell Phone: +98 912 307 0328
Website: www.kamra.ir

ایران: تهران، خیابان ولیعصر، پلاک ۳۸
تلفن: ۰۲۱-۸۳۱۰۱۴۶۶ / ۰۲۱-۸۳۱۰۱۴۶۶
تلفن همراه: ۰۹۱۲ ۳۰۷ ۰۳۲۸
ایران: مشهد، خیابان ولیعصر، پلاک ۳۸

ماهیانه ویژه دانشجویان و کیم بینایان
مسابقات علمی و هنری دانشجویان / نشریه علمی
ویراستار: سیدرضا زهرآ آذری
تألیف: دکتر علی، ویراستار: سیدرضا زهرآ آذری
مسابقات: ایران، تهران، خیابان ولیعصر، پلاک ۳۸