

بیشتری

علمی، فرهنگی و اجتماعی - فصلی

• شماره ۲۰۲

• آبان ۱۴۰۳

• شماره ثبت علم الکترونیک ISSN 1735-3054

• اولین نشریه دولتی ویژه نامجویان و کاد نظامیان و ستاد فرماندهی



در این شماره بخوانید

- ۲.....آبان بهاری
- ۴.....مؤمنان از دیدگاه قرآن
- ۷.....جهان، شهر توست
- ۹.....به گوش جان شنیدیم
- ۱۰.....نه گفتن!
- ۱۳.....جذاب باشید
- ۱۴.....کاریکلماتور
- ۱۵.....خواب باشی بهتر است!
- ۱۵.....چشمه‌سار معرفت
- ۱۷.....بادکنک سیاه
- ۱۸.....سرسخت باشید
- ۲۰.....قوانین کلی معاشرت
- ۲۲.....آگاهی برتر
- ۲۵.....اولین پخش تلویزیونی
- ۲۶.....گردشگری در مسیرهای خاص
- ۲۹.....زغال‌اخته
- ۳۱.....فوت‌های شمعی
- ۳۲.....لبخند

آبان بهاری

ماه آبان امسال با ربیع الاول همزمان شده است. میلاد آخرین خورشید رسالت و ششمین ماه ولایت در این ماه، نویدبخش گشایش در زندگی انسان‌ها و سرازیر شدن خیرات و برکات الهی به سوی اهل زمین است. مهربان هستی‌بخش را هزاران سپاس می‌گوییم که به ما عمری دوباره داد تا یک بار دیگر ماه ربیع را به جشن بنشینیم و شکرگزار دو موهبت الهی متولد این ماه عزیز باشیم.

شادی ما در ماه آبان، یک دلیل دیگر هم دارد و آن فروکش کردن موج سرکش کرونا و کاهش تاخت و تاز و دست‌اندازی این ویروس طغیانگر به جان عزیزان و هموطنان ما است. ماه‌ها و روزهای بسیار تلخ و دردآوری بر مردم ما گذشت که عبرت همگانی آن، لزوم یکپارچگی و یک صدایی در برابر این دشمن مشترک بود. گرچه این وحدت مبارک طی ماه‌های اخیر بین مردم ما شکل گرفت اما وضعیت سلامت عمومی جامعه ما در برابر فرصت‌طلبی و کمین‌های مودیانه این ویروس یاغی، همچنان شکننده است و همواره باید این توصیه نظامی را در ذهن داشته

باشیم که انسان‌ها در جنگ، از نقاط ضعف خود ضربه می‌خورند!
وای به روزی که دشمن، نقاط ضعف ما را بداند!
کشور ما نه اولین کشوری است که مورد حمله کرونا قرار گرفت
و نه آخرین کشور؛ بنابراین، باید در این جنگ نابرابر از تجربیات
سایر کشورها به بهترین نحو البته با توجه به شرایط حاکم بر کشور
خود و توانمندی‌های داخلی و هوش بالای جوانان ایرانی استفاده
کنیم. از همان ماه‌های نخست شروع کرونا، دستیابی به واکسن
برای سرکوب این ویروس، اولویت اول بسیاری از کشورهای
پیشرفته در علوم پزشکی و صنعتی جهان بود و چندین واکسن در
کشورهای مختلف ساخته شد. ایران هم از این قافله جا نماند و به
مدد تلاش‌های خستگی‌ناپذیر جوانان خود در این راه به
موفقیت‌هایی دست یافت.

اکنون که زمان به بار نشستن این تلاش‌ها رسیده، نباید حتی
یک دقیقه را از دست داد زیرا اقتصاد بحران‌زده ایران طی حدود
دو سال گذشته متحمل ضربات کمرشکنی از جانب کرونا شد و اگر
قرار باشد با شیوع موج‌های ششم و هفتم و هشتم کرونا این ضربات
همچنان تداوم یابد، معلوم نیست این اقتصاد بیمار بتواند کمر

**راست کند. به همین دلیل ملت ما باید به عنوان یک دست قوی،
ضربه نهایی را بر پیکره کرونا وارد کند که اجرای
دستورالعمل‌های بهداشتی و صدا البته تزریق واکسن می‌تواند این
ویروس سرکش را بر زمین بزند.**

«سپیدار»

مؤمنان از دیدگاه قرآن

**«مؤمنان فقط آن کسانی هستند که چون یاد خدا شود، دل‌هایشان
ترسان شود و چون آیات او بر آنها تلاوت شود، ایمان‌شان را
ببفزاید و بر خدای خویش توکل می‌کنند. هم آنان که نماز را به پا
می‌دارند و از آنچه به ایشان روزی داده‌ایم انفاق می‌کنند. آنها
مؤمنان حقیقی هستند و ایشان را نزد پروردگارشان منزلت‌ها و
آمزش و روزی نیکو خواهد بود.»** [سوره انفال، آیات ۲-۴]

**در این آیات خداوند به پنج مورد از صفات برجسته مؤمنان
اشاره کرده است که سه مورد آن جنبه روحانی، معنوی و باطنی
دارد و دو مورد هم جنبه علمی و خارجی. سه مورد اول شامل
احساس مسئولیت، تکامل ایمان و توکل و دو مورد دیگر شامل
ارتباط با خدا و ارتباط و پیوند با خلق خدا است.**

خداوند نخست می‌فرماید مؤمنان تنها کسانی هستند که هر وقت نام پروردگارش برده شود، دل‌های آنها به‌خاطر احساس مسئولیت در پیشگاهش ترسان می‌شود. «وجل» در آیه فوق، همان حالت خوف و ترسی است که به انسان دست می‌دهد و سرچشمه آن یکی از این دو امر است: گاهی به‌دلیل درک مسئولیت‌ها و احتمال عدم قیام به وظایف لازم در برابر خدا است و گاهی به‌دلیل درک عظمت مقام خداوند و توجه به وجود بی‌انتهای او است.

توضیح اینکه گاهی اتفاق می‌افتد که یک انسان به دیدن شخص بزرگی می‌رود که از هر نظر شایسته عنوان عظمت است. شخص دیدار کننده گاهی آن چنان تحت تأثیر مقام باعظمت او قرار می‌گیرد که نوعی وحشت را در درون قلب خویش احساس می‌کند؛ تا آنجا که هنگام سخن گفتن، لکنت زبان پیدا می‌کند و حتی گاهی حرف خود را فراموش می‌کند؛ هرچند آن شخص بزرگ، نهایت محبت و علاقه را به او و سایرین ابراز می‌کند و کار خلافی نیز از این شخص دیدار کننده سر نزده است. این نوع ترس، بازتاب و عکس‌العمل درک عظمت است. به این ترتیب پیوندی میان آگاهی و خوف برقرار است. پس اشتباه است که ما

سرچشمه خوف و خشیت را فقط عدم انجام وظایف و مسئولیت‌ها بدانیم.

سپس خداوند دومین صفت مؤمنان را چنین بیان می‌فرماید:
آنان همواره در مسیر تکامل پیش می‌روند و لحظه‌ای آرام ندارند و هنگامی که آیات خدا بر آنها خوانده شود، بر ایمان‌شان افزوده می‌شود. تکامل و نمو، خاصیت همه موجودات زنده است و موجود فاقد نمو و تکامل، یا مرده یا در سراسیمی مرگ قرار گرفته است. مؤمنان راستین، ایمانی زنده دارند که نهالش با آیات خدا آبیاری می‌شود و روز به روز رشد بیشتر دارد و گل‌ها، شکوفه‌ها و میوه‌های تازه‌تری می‌دهد. آنها همچون مردگان زنده‌نما درجا نمی‌زنند و در حالت رکود و یکنواختی مرگبار نمی‌مانند. هر روز نو، فکر و ایمان و صفات آنها هم نو می‌شود.

سومین صفت بارز آنها این است که تنها بر پروردگار خویش تکیه و توکل می‌کنند. افق فکر آنها آن‌چنان بلند است که از تکیه کردن بر مخلوقات ضعیف و ناتوان هر قدر هم به ظاهر عظمت داشته باشند، ابا دارند. آنها آب را از سرچشمه می‌گیرند و هرچه می‌خواهند و می‌طلبند؛ از اقیانوس بی‌کران هستی، از ذات

پروردگار می خواهند. آنان روح‌شان بزرگ و سطح فکرشان بلند و تکیه‌گاهشان تنها خداست.

اشتباه نشود! مفهوم توکل آن چنان که بعضی از تحریف‌کنندگان پنداشته‌اند، چشم‌پوشی از عالم اسباب و دست روی دست گذاشتن و به گوشه‌ای نشستن نیست بلکه مفهومش خودسازی، بلند نظری و وابسته نبودن به این و آن است. استفاده از عالم اسباب جهان طبیعت و حیات، عین توکل بر خدا است زیرا هر تأثیری از سوی این اسباب، به خواست خدا و طبق اراده او است.

«گردآوری، دکتر مریم گوهری»

جهان، شهر توست
ای ملکِ جانوران، رایِ تو
وی گُهرِ تاجوران، پایِ تو
گر ملکی، خانه شاهی طلب
ور گهری، تاج الهی طلب
زان سوی عالم که دگر راه نیست
جز من و تو هیچ‌کس آگاه نیست
زان ازلی نور که پرورده‌اند

در تو زیادت نظری کرده‌اند
نقدِ غریبی و جهان شهر توست
نقدِ جهان یک به یک از بهرِ توست
مُلکِ بدین کارِ کیایی تو راست
سینه کن این سینه گشایی تو راست
دورِ تو از دایره بیرون تر است
از دو جهان، قدر تو افزون تر است
آینه دار از پی آن شد سحر
تا تو رخ خویش بینی مگر
جنبش این مهد که محرابِ توست
طفلِ صفت، از پی خوش خوابِ توست
مرغِ دل و عیسی جان هم تویی
چون تو کسی گر بود آن هم تویی
سینه خورشید که پُر آتش است
روی تو می بیند، از آن دلخوش است

به گوش جان شنیدیم

*** افراد بر حسب میزان حقارت‌شان توهین می‌کنند! به اندازه فرهنگ‌شان عشق می‌ورزند و بر اساس میزان کمبودهایشان آزارت می‌دهند. هرچه حقیرتر باشند، بیشتر توهین می‌کنند تا حقارت‌شان را جبران کنند! هرچه فرهنگ‌شان غنی‌تر باشد، بیشتر به دیگران عشق می‌دهند و هرچه هویت‌شان عمیق‌تر باشد، محترمانه‌تر رفتار می‌کنند. به اندازه درک‌شان می‌فهمند و به اندازه شعورشان به باورها و حرف‌های خودشان عمل می‌کنند.**

*** اگر غذا در یخچال منزل‌تان دارید و لباس بر تن شماست و سقفی بالای سرتان هست و جایی برای خوابیدن دارید، پس شما از ۷۵ درصد مردم جهان ثروتمندتر هستید. اگر اکنون پولی در کیف دارید تا هر جا بخواهید بروید، پس شما جزو ۱۸ درصد مردم پولدار دنیا هستید. اگر شما سالم و به دور از بیماری‌ها هستید، پس شما نسبت به میلیون‌ها انسانی که طی این هفته خواهند مرد، لطف بیشتری از جانب خداوند نصیب‌تان شده است. اگر شما می‌توانید این مطالب را به راحتی بخوانید و بفهمید، پس شما از سه میلیارد انسانی که در جهان زندگی می‌کنند و نمی‌توانند بخوانند یا از**

مشکل عقب ماندگی ذهنی رنج می‌برند، خوشبخت‌تر هستید! همه زندگی فقط شکایت و حسرت خوردن نیست. زندگی یعنی هزاران دلیل برای شاکر بودن به درگاه خداوند مهربان و لطیف.

*** فقر و بی‌چیزی، بزرگ‌ترین ثروتی بود که خدای بزرگ به من ارزانی داشت. همت و اراده، مرا آن قدر بلند کرد که زمین و آسمان‌ها در نظرم ناچیز شدند. در شگفتم که سلام، آغاز هر دیداری است ولی در نماز، سلام به منزله پایان است! شاید بدین معناست که پایان نماز، آغاز یک دیدار است!**

*** بزرگی می‌گفت: صداقت در زندگی فقط این نیست که دروغ نگوییم؛ انسان باید آن اندازه صداقت داشته باشد که اگر پنهانی‌ترین اموری را که در اعماق دلش می‌گذرد روی تابلوی بزرگی بنویسند و به دیوار بزنند تا همه آن را ببینند، هیچ ترسی نداشته باشد!**

«گردآوری، ایران پرنده»

نه گفتن!

نه گفتن، لزوماً به معنای پاسخ منفی نیست! «داربی» کمی پس از فارغ‌التحصیلی از دانشگاه، تصمیم گرفت در فصل تابستان به

مزرعه عمویش برود تا در آنجا تجربه کاری خود را افزایش دهد. عموی او مزرعه بزرگی داشت که تعدادی کشاورز بومی در آن زندگی می‌کردند.

در ساعات بعدازظهر یکی از روزهای تابستانی، وقتی داربی به عمویش کمک می‌کرد تا در آسیاب قدیمی گندم آرد کند، در آهسته باز شد و دخترک کم سن و سالی به درون آمد. او دختر یکی از مستأجرها بود. دخترک نزدیک در نشست. عمو سرش را بلند کرد، دخترک را دید و با صدایی خشن از او پرسید: «چه می‌خواهی؟» دخترک جواب داد: «مادرم گفت ۵۰ سنت از شما بگیرم و برایش ببرم.»

عمو جواب داد: «ندارم، زود به خانه‌ات برگرد.» کودک جواب داد: «چشم قربان.» اما از جای خود تکان نخورد! عمو به کار خود ادامه داد. آن قدر سرگرم کار بود که متوجه نشد کودک هنوز سر جای خود ایستاده. وقتی سرش را بلند کرد، دختر را دوباره دید. بر سرش فریاد کشید: «مگر نگفتم برو خانه؟ زود باش!» دخترک گفت: «چشم قربان.» اما باز از جای خود تکان نخورد! عمو کیسه‌ی گندم را روی زمین گذاشت، ترکه‌ای برداشت و آن

را تهدیدکنان به دخترک نشان داد. منظورش این بود که اگر نرود، به دردسر خواهد افتاد. داربی، نفسش را حبس کرده بود و باور داشت که شاهد صحنه ناخوشایندی خواهد بود؛ زیرا می‌دانست عمویش عصبانی است. وقتی عمو به دخترک نزدیک شد، دخترک قدمی به جلو گذاشت و چشم در چشمان عمو، در حالی که صدایش می‌لرزید، فریاد زد: «مادرم ۵۰ سنت را می‌خواهد.»

عمو ایستاد و لحظاتی به دختر نگاه کرد. ترکه را روی زمین گذاشت، دست در جیب خود کرد و یک سکه ۵۰ سنتی به دخترک داد! دختر پول را گرفت و عقب عقب و خیره به چشمان مردی که شکستش داده بود، به سمت در رفت. وقتی دخترک از آسیاب خارج شد، عمو روی جعبه‌ای نشست و مدتی از پنجره به بیرون خیره شد. این نخستین بار بود که کودکی بومی به لطف اراده خود، توانسته بود مرد سفیدپوستی را شکست دهد.

نتیجه نه گفتن، لزوماً به معنای نه نیست! زندگی، متناسب با شجاعت انسان، منبسط یا منقبض می‌شود!

«امیرضا آرمیون»

جذاب باشید!

تنها راه داشتن یک دوست، یگانه بودن است: در دوستی با دیگران، طوری رفتار کنید که دل‌تان می‌خواهد دیگران با شما این‌گونه رفتار کنند. اگر می‌خواهید مردم‌پسند باشید و افراد جدیدی را به زندگی‌تان جذب کنید، لازم است مهارت‌های زیر را به‌کار ببندید:

II علایق خود را گسترش دهید تا شبکه ارتباطی شما رشد کند.
II به سخن دیگران خوب گوش کنید. مردم برای توجه خاص شما ارزش قائل هستند.

II به دیگران نشان دهید و تأکید کنید که سخن آنها را می‌فهمید.
II مهارت‌های حرف زدن را در خود افزایش دهید؛ به علایق شخصی دیگران توجه کنید و بدانید که افراد آرام با اشخاص راحت، هم صحبت می‌شوند.

II به‌عنوان شخصی که خطری ندارد و حامی دیگران است، شناخته شوید. به این ترتیب، ارتباطات جدیدی پیدا خواهید کرد.
«سپیده خلیلی»

کاریکلماتور

- ✍ برای رهایی از مرگ، جانم را به عزرائیل رشوه خواهم داد!
- ✍ حق نفس کشیدن را از ماهی سلب کردند تا زنده بماند.
- ✍ بعضی‌ها مرگ به سراغ‌شان می‌آید، بعضی‌ها هم خودشان به سراغ مرگ می‌روند.
- ✍ در هر سکوتی را که بگشایی، یک دنیا حرف از آن بیرون می‌ریزد.
- ✍ این چه حکایتی است که پلک‌هایم روزها با هم قهر می‌کنند و شب‌ها یکدیگر را در آغوش می‌کشند.
- ✍ اضطراب آورترین بازی در دنیا، بازی مرگ و زندگی است!
- ✍ منزل چشمانم هر لحظه میزبان روی یار است.
- ✍ کمتر کسی است که دلش برای دل سوختگان آتش بگیرد!
- ✍ محبت با اینکه زهر نیست، همواره از زهر قوی‌تر است و زودتر اثر می‌کند.
- ✍ قطب، مردم خونگرمی دارد!
- ✍ دریای توفانی، در امواج خود غرق می‌شود!

خواب باشی بهتر است!

یاد دارم در دوران کودکی، بسیار عبادت می‌کردم و شب را با عبادت به صبح می‌رساندم و در زهد و پرهیز، جدیت داشتم. یک شب در محضر پدر نشسته بودم. همه شب را بیدار بودم و قرآن می‌خواندم. گروهی در کنار ما خوابیده بودند و حتی برای نماز صبح برنخاستند.

به پدر گفتم: «از این خفتگان، یک نفر هم برنخواست تا دو رکعت نماز به جای آورد. به گونه‌ای در خواب غفلت فرو رفته‌اند که گویی نخوابیده‌اند بلکه مرده‌اند!» پدر رو به من کرد و گفت: «تو نیز اگر خواب باشی، بهتر از آن است که به نکوهش مردم زبان بگشایی.»
[[اباصط‌ رسولی]]

چشمه‌سار معرفت

ای مردم! مرگ نزدیک‌تر از دنیا است و قوی‌سازی قبل از سستی و فرسودگی و حسابرسی قبل از عقوبت بهتر است. اکتفا و مصرف به اندازه بهتر از اسراف کردن است و به حد کم قانع بودن بهتر از دست‌درازی. هر کس به راحتی به او داده نشده است، به سختی نیز به او داده نخواهد شد.

بی‌نیازی و فقر را فقط باید به خداوند سبحان عرضه کرد. همه به سرعت اجل‌شان فرا خواهد رسید ولی درخواست مهلت می‌کنند. به همه مهلت داده می‌شود اما بدون هیچ عذری مهلت‌شان را از بین می‌برند. کوری چشمان بهتر از زیاد نگاه کردن است.

اگر هر بنده‌ای اجل و سرنوشت خود را ببیند، از امید و آرزوهای خود نفرت پیدا می‌کند. تا آنجا که می‌توانید کار خیر انجام دهید چرا که انجام دهنده کارهای خیر، از خود کارهای خیر بهتر است و از کار شر دوری کنید که انجام دهنده کار شر، از خود عمل شر بدتر است. جود و بخشش، نگهبان و حافظ ناموس و آبرو است و صبر و تحمل، لجامِ کوتاه فکران و دیوانگان است و عفو و بخشش، زکات پیروزی است و شیرین‌کرداری تو برای کسی که به تو تلخی کرده است و مشورت کردن عین هدایت است و خوش‌بینی در ترک کردن بدبینی‌هاست و روزگار، حاصلش تجربه‌هاست و شفاعت کننده، بال‌های درخواست کننده است.

کسی که مصیبت‌های کوچک را بزرگ بشمارد، خداوند او را به مصیبت‌های بزرگ مبتلا خواهد کرد. صبر مدافعی است برای

سختی‌های روزگار و بی‌صبری از یاران زمانه است. چاره‌جویی کاربردش بیشتر از وسیله است و اهمیت دادن به هر امری نشانگر نکته‌های ظریف چاره اندیشی است. کسی که راضی است به آنچه برایش مقدور شده، او فرمانبر اوامر است.

[[بخشی از خطبه‌الوسیله]]

بادکنک سیاه

در یک شهر بازی، پسرکی سیاهپوست به مرد باکنک‌فروش نگاه می‌کرد. بادکنک‌فروش برای جلب توجه مردم، یک بادکنک قرمز را رها کرد تا در آسمان اوج بگیرد و بدین وسیله جمعی از کودکان را که برای خرید بادکنک به والدین‌شان اصرار می‌کردند، جذب خود کرد. سپس یک بادکنک آبی و یک بادکنک زرد و بعد از آن یک بادکنک سفید را رها کرد. بادکنک‌ها سبکبال به آسمان رفتند، اوج گرفتند و ناپدید شدند.

پسرک سیاهپوست هنوز به تماشا ایستاده و به یک بادکنک سیاه خیره شده بود! پس از لحظاتی به بادکنک‌فروش نزدیک شد و با تردید پرسید: «بخشید آقا، اگر بادکنک سیاه را رها می‌کردید، باز هم بالا می‌رفت؟» بادکنک‌فروش به او لبخندی زد و نخی که

بادکنک سیاه را نگه داشته بود، برید. بادکنک به طرف بالا اوج گرفت. او پس از لحظاتی گفت: «پسرم! آن چیزی که سبب اوج گرفتن بادکنک می‌شود، رنگ آن نیست بلکه چیزی است که در درون خود بادکنک قرار دارد.»

نکته زندگی مثل بادکنک است و چیزی که باعث رشد انسان‌ها می‌شود، رنگ و ظاهر آنها نیست. مهم چیزی که درون افراد است و تعیین کننده مرتبه و جایگاه‌شان است و هر قدر ذهنیات ارزشمندتر باشند، جایگاه والاتر و شایسته‌تری نصیب افراد می‌شود.

[[سعید گل محمدی]]

سرسخت باشید!

سرسخت یعنی می‌خواهید محکم بایستید، حتی وقتی ذهن و بدن شما دلایلی برای ناامید شدن نشان می‌دهند، ادامه دهید. این طور سرسخت بودن کاملاً مشخص است ولی اگر بخواهید بهتر نگاه کنید، سرسخت بودن را می‌توانید هر روز مشاهده کنید. سرسخت می‌تواند بیماری سرطانی باشد که تحت درمان است و یا مادری که به تنهایی سختی بزرگ کردن کودکانش را به جان می‌خرد.

سرسخت می‌تواند فرد معتادی باشد که قبول می‌کند اعتیادش را ترک کند یا ورزشکاری که روی ویلچر نشسته است. سرسخت می‌تواند کسی باشد که از تعریف و تمجید دروغین می‌پرهیزد و واقعاً خودش و خانواده‌اش را آن‌طور که هستند قبول می‌کند.

سرسخت یعنی شما بتوانید بهترین حد ممکن را از چیزی که به شما داده شده به دست آورید. سرسخت یعنی تصمیم بگیرید اتکا به نفس، استقلال و عمل را جایگزین حسرت، گله و تکیه به دیگران کنید. شما باید در زندگی سرسخت باشید تا بتوانید کارهای بزرگی مثل خطر کردن، پذیرفتن اشتباهات و تغییر عادات بد را انجام دهید. باید سرسخت باشید تا بتوانید کارهای کوچکی مثل گازگرفتن زبان‌تان وقتی که حرف خوبی نمی‌زنید، رعایت نوبت یا صبر در برابر انسان‌های ابله را انجام دهید. اعتماد به نفس، سرسختی شما را بالا می‌برد. آن وقت باید سرسختی را با مهربانی هماهنگ کنید. بعضی اوقات، مهربان بودن، خیلی سخت است ولی در هر صورت مهربان باشید.

[[مترجم، فائزه درگاهی]]

قوانین کلی معاشرت

در جامعه متمدن ایران از روزگاران کهن تا به حال همیشه به آداب و نزاکت اجتماعی بهای زیادی داده شده است اما افسوس که جامعه امروز دستخوش تحولات گوناگونی شده است و توجه به این امر مهم قدری کم رنگ شده است. مقصود آن نیست که مردم باید همانند ربات، آداب معاشرت را یک به یک و مو به مو رعایت و اجرا کنند بلکه رعایت برخی آداب پسندیده به شما کمک می کند تا شأن و منزلت اجتماعی خود را ارتقا دهید. شما با رعایت نکات ضروری و ساده در زمره افراد اصیل و فرهیخته قرار خواهید گرفت و به عنوان شخصی شناخته می شوید که دیگران آرزوی معاشرت و هم صحبتی با او را دارند و فردی قابل اعتماد و احترام محسوب می شوید.

همیشه مؤدبانه رفتار کنید اگر از کسی خوشتان نمی آید، نیاز نیست که شأن و منزلت خودتان را تا سطح اجتماعی او تنزل دهید. مؤدب و بانزاکت باشید تا برتری خود را نسبت به آن شخص ثابت کنید.

هیچ گاه دشنام ندهید ناسزاگویی به هیچ وجه مجاز نیست زیرا نشان می‌دهد شما قادر نیستید برای بیان عقاید خودتان از واژه‌ها و کلمات مناسب بهره بگیرید.

با صدای بلند صحبت نکنید هنگامی که با صدای بلند صحبت می‌کنید، باعث بالا رفتن سطح استرس در وجود اطرافیان می‌شوید. بلند صحبت کردن، بیانگر آن است که شما قادر به بحث منطقی و آرام با دیگران نیستید و نشان دهنده ناتوانی شما در استدلال است. این کار همچنین نشانه آن است که می‌خواهید حرف خود را با توسل به زور و خشونت به کرسی بنشانید. همچنین بلند صحبت کردن سبب جلب توجه منفی افراد می‌شود.

کنترل خود را از دست ندهید زمانی که کنترل اعصاب خود را از دست می‌دهید و از کوره در می‌روید، به همه نشان می‌دهید قادر به کنترل احساسات و هیجانات خود نیستید. وقتی از کنترل رفتارتان ناتوان باشید، چگونه می‌توانید چیزهای دیگری را کنترل کنید؟ همواره خونسردی خود را حفظ کنید؛ البته این کار آسانی نیست اما به زحمتش می‌ارزد.

«خسرو امیرحسینی»

آگاهی برتر

«شانس و تصادف، نام‌های مستعار خداوند است در مواقعی که نمی‌خواهیم اعتراف کنیم حوادث با امضای او به وقوع پیوسته‌اند.»
[ساموئل تیلر کالریج]

حیات بزرگی را به صورت انباری تصور کنید که پر از میلیون‌ها قطعه اسکناس کهنه و بی‌ارزش به طور اتفاقی در آنجا افتاده‌اند. سیم‌های مسی، خرده فلز، لاستیک‌های فرسوده، صندلی خودرو، ماشین‌های الکتریکی، پیچ، توپ، شیشه و هر چیزی که بتوانید تصور کنید، به طور تصادفی در گوشه‌ای از این انبار قرار دارد.

ناگهان باد بسیار شدیدی در این انبار شلوغ می‌وزد و قطعه‌های اجناس بی‌ارزش را به هوا پرتاب می‌کند. آنها در هوا به یکدیگر برخورد می‌کنند و هر کدام به جایی پرت می‌شوند و می‌شکنند. ناگهان باد فرو می‌نشیند و در انباری که قبلاً پر از اجناس کهنه و بی‌ارزش بود، یک هواپیمای بویینگ ۷۴۷ در حال پرواز ظاهر می‌شود.

بر حسب اتفاق، شانس یا جادو، این قطعات با یکدیگر ترکیب شده‌اند تا هواپیمای بی‌نظیری از میلیون‌ها قطعه کهنه ساخته شود.

فقط بر حسب یک اتفاق یا تصادف از آن اجناس کهنه، نوعی کمال به وجود آمده است. در حالی که به پوچی چنین اتفاقی می‌اندیشیدم، با خود فکر کردم که چطور من درباره جهانی با این هماهنگی و نظم تصور نادرستی داشتم. در جهانی که اجزای بی‌شمار آن در هماهنگی کامل، با یکدیگر برخورد می‌کنند و بر یکدیگر اثر می‌گذارند؛ فقط به مدد فرصت یا اتفاق نمی‌توان حرکت آرام و منظم جهان را تفسیر کرد. عقیده‌ام را اصلاح کردم و پی بردم که بدون شک، یک انرژی خلاق و بی‌همتا در همه جا حضور دارد و بر همه چیز ناظر است.

این جهان، نظامی هوشمند دارد که همه ما جزئی از آن هستیم. یک نیرو، یک قدرت و یک آگاهی وجود دارد که این جهان را آفریده است و از آن حمایت می‌کند. این نیرو در همه جا حضور دارد پس در درون شما نیز هست. جسم‌تان بخشی از این نظام را تشکیل می‌دهد در حالی که خود جسم نیز دارای اجزای کاملاً هماهنگی است.

اگر تصور کنید چنین جهان هماهنگی بر حسب تصادف به وجود آمده است، نهایت گستاخی و ساده‌لوحی ما را نشان می‌دهد

همان طور که غیر ممکن است نیرویی به صورت تصادفی این نظام
هوشمند را که ما فقط بخشی از آن هستیم، به وجود آورده باشد.
این تمثیل، ذهن مرا باز کرد و فهمیدم که جهان توسط نیرویی
هوشمند اداره می شود. او نام های بی شماری دارد اما ضرورتاً
شامل هماهنگی، تناسب، آرامش، پویایی و عشق است؛ عشقی که
منبع و منشأ همه چیز به شمار می رود. با تأمل در انرژی این
هماهنگی، تناسب و آرامش ما همیشه با این نیرو که من آن را
«معنویت» یا «خداوند» می نامم، در ارتباط قرار می گیرد. می دانم
که می توانم در هر لحظه، زندگی ام را به این نیرو بسپارم.
هنگامی که متوجه می شوم به من اجازه داده شده است تا افکارم
را بر این نیروی یگانه و خلاق متمرکز کنم، عشق را فرا می خوانم تا
جایگزین توهم و مشکلات شود.

«برای هر مشکلی، راه حل معنوی وجود دارد.» «وین دایر»
«معلم به شاگرد گفت: اگر تو به من بگویی خدا کجاست، یک
پرتقال به تو می دهم. شاگرد: اگر شما بگویی خدا کجا نیست، من
به شما دو تا پرتقال می دهم.»

[[مسعود لعلی]]

اولین پخش تلویزیونی

اولین پخش تلویزیونی عمومی به وسیله مخترع انگلیسی به نام جان ال بارد در سال ۱۹۲۶ در انستیتوی سلطنتی لندن انجام شد. بیست سال قبل از آن، بارد یک لابراتوار کوچک در هستینگز ایجاد کرده بود تا در باره مشکل «دیدن از طریق امواج رادیویی» مطالعه کند. پخش تلویزیونی به صورت آزمایشی بین سال‌های ۱۹۲۹ تا ۱۹۳۵ به وسیله بنگاه سخن پراکنی بریتانیا انجام شد. تصاویر فقط از ۳۰ تا ۱۰۰ خط تشکیل شده بود و لرزش‌های زیادی داشت.

پژوهش در ایالات متحده این امکان را فراهم کرد که خطوط تصاویر تا ۳۴۳ خط افزایش پیدا کند و اصلاحات دیگر با سرعت به دنبال آن انجام شد. اولین پخش تلویزیونی دنیا با کیفیت بالا در نوامبر ۱۹۳۵ با افتتاح ایستگاه بی‌بی‌سی واقع در الکساندرا پالاس لندن، با استفاده از تصاویر ۴۰۵ خطی شروع شد. تلویزیون بریتانیا تا سال ۱۹۶۴ کارش را با پخش تصاویر ۴۰۵ خطی ادامه داد اما حالا از تصاویری با ۶۲۵ خط که استاندارد بین‌المللی است استفاده می‌کند.

ایالات متحده آمریکا پخش عادی تلویزیونی را در ۱۹۴۱ شروع کرد اما جنگ جهانی دوم باعث شد بقیه کشورها از این قافله عقب بمانند و سرویس‌های تلویزیونی تا سال ۱۹۵۰ جهانی نشد. با وجود اینکه اولین پخش تلویزیونی رنگی در سال ۱۹۲۸ به وسیله بارد انجام شد اما استفاده از آن تا سال ۱۹۵۴ در آمریکا، ۱۹۶۰ در ژاپن و ۱۹۶۷ در بریتانیا، آلمان، فرانسه، روسیه و دیگر کشورها عمومیت پیدا نکرد.

[[ترجمه، محمد و محمدرضا شمس]]

گردشگری در مسیرهای خاص

گردشگری در گستره ایران زمین می‌تواند به شیوه‌های مختلفی صورت گیرد که گردشگری در مسیرهای خاص یکی از آموزنده‌ترین و جذاب‌ترین آنها است.

آستارا تا ماکو مبدأ این سفر چهار روزه با مسافت ۴۵۰ کیلومتری، شهر آستارا است و برای رسیدن به مقصد یعنی شهر ماکو باید از نمین، اردبیل، گرمی، بيله سوار، پارس آباد اصلاندوز، جلفا و پلدشت، عبور کنید. فصل مناسب برای این سفر، بهار تا پاییز و امکانات گردشگری کامل در شهرهای مسیر سفر در خدمت

شما و تجربه مسیر مرزی، زیبایی‌های طبیعی، آثار فرهنگی، تاریخی و معماری و زندگی عشایری، دستاورد شما از این سفر جذاب و لذت‌بخش است.

گرگان تا سرخس مبدأ این سفر ۷۵۰ کیلومتری چهار روزه، شهر گرگان است و باید از آق‌قلا، اینچه‌برون، مراوه‌تپه، آشخانه، بجنورد، شیروان، قوچان، باجگیران، درگز و کلات عبور کنید تا به شهر سرخس برسید. فصل مناسب برای این سفر خاطره‌انگیز، بهار و پاییز است و شما می‌توانید در طول سفر ضمن بهره‌مندی از تمامی امکانات گردشگری در شهرهای مسیر، یکی از مسیرهای مرزی را با همه زیبایی‌های طبیعی آن تجربه کنید و آثار فرهنگی شهرها را ببینید و با شیوه زندگی و آداب و رسوم مردم خراسان و ترکمن آشنا شوید.

چابهار تا زابل پیشنهاد ما یک سفر ۹۰۰ کیلومتری و پنج‌روزه البته در زمستان بین چابهار و زابل است. در این سفر از شهرهای گواتر، بریس، نکور، پیشین، راسک، سرباز، سراوان، جالق، فره‌نو، روتک، کلات‌مسجد، تلخ‌آب، میرجاوه، زاهدان، دشتک و شهر

سوخته عبور کنید تا به زابل برسید. در این مسیر هم امکانات کامل گردشگری موجود است. تجربه مسیر مرزی، آشنایی با اقوام بلوچ و سیستانی، دیدار از قلعه‌ها و آثار باستانی و آشنایی با سبک زندگی مردم این مناطق، از جمله جذابیت‌های این سفر آموزنده است.

لازم به توضیح است که جاده این مسیر مرزی مشکلاتی دارد و برای پیمودن آن باید بسیار محتاط و هوشیار باشید.

خرمشهر تا ارومیه مسیر این گردشگری مرزی بالغ بر ۱۲۰۰ کیلومتر است و باید برای انجام آن، دست کم هفت روز وقت اختصاص دهید. پاییز و زمستان، بهترین زمان برای این سفر است. پس از ترک خرمشهر، باید از شهرهای سوسنگرد، موسیان، دهلران، مهران، ایلام، سومار، گیلان‌غرب، قصر شیرین، سرپل‌ذهاب، نوسود، مریوان، بانه، سردشت، پیرانشهر و اشنویه عبور کنید تا به ارومیه برسید. گرچه این سفر طولانی است اما در جریان آن با طبیعت متنوع و اقلیم‌های گوناگون در شهرهای مسیر و نیز صنایع دستی و غذاهای محلی آشنا می‌شوید. البته این جاده

نیز خیلی مناسب نیست و باید در پیمودن آن محتاط و مراقب باشید.

«دکتر محمد شریف ملک زاده»

زغال اخته

زغال اخته در اواخر تابستان در بازار موجود است و اغلب به صورت توده‌ای در جنگل‌ها، مرداب‌ها و نقاط مرتفع و حتی کم ارتفاع رشد می‌کند. گل‌های آن زرد و خوشه‌ای است و شهد فراوانی برای زنبور عسل دارد. میوه آن به شکل بیضی و به اندازه آلبالوی درشت با طعم ترش و شیرین و رنگ میوه آن قرمز بسیار خوش رنگ است. درختچه آن حدود ۳۰۰ سال عمر می‌کند و در ۲۵ سالگی ارتفاع آن تا هشت متر می‌رسد. زغال اخته در بخش گسترده‌ای از اروپا و آسیا به خصوص ایران، ارمنستان و قفقاز می‌روید و محل رویش آن در ایران جنگل‌های ارسباران، کوه‌های البرز، منطقه الموت، قزوین و جنگل‌های بین مازندران و گیلان است.

زغال‌اخته در صنایع غذایی، شکلات‌سازی و لواشک کاربرد دارد. این میوه خوشمزه کم‌کالری است و باعث اضافه وزن نمی‌شود. قند فروکتوز و گلوکز زغال‌اخته کم است و مصرف آن برای افراد چاق و بیماران دیابتی مشکل‌ساز نیست. این میوه، منبع خوبی از فیبر است و در رفع عفونت‌های ادراری مؤثر است و آب آن به دفع سنگ‌های کلیه از جنس کلسیمی کمک می‌کند.

ابوعلی سینا دانشمند و پزشک مشهور ایرانی، آب زغال‌اخته را برای شست‌وشوی زخم‌های جلدی و گرد ریشه آن را برای التیام زخم‌ها به کار می‌برد. مصرف این میوه از بیماری‌های قلبی، سرطان و دیابت جلوگیری می‌کند.

زغال‌اخته دارای ویتامین‌های C و B است و مقدار زیادی آهن، کلسیم و منیزیم دارد. این میوه حاوی تانن، قند، پکتین، اسیدهای آلی، رنگدانه، فیبر و مقادیر زیادی ملاتونین است. هورمون ملاتونین موجود در آن، خواب انسان را راحت و عمیق می‌کند.

میوه، برگ، پوست و ریشه زغال‌اخته در تغذیه درمانی مصرف دارند. جوشانده برگ زغال‌اخته با گل توت‌فرنگی، برای درمان

دیابت مؤثر است. برای درمان اسهال بهتر است یک قاشق سوپخوری زغال اخته را با یک فنجان آب سرد مخلوط کنید و آن را ۵ دقیقه بجوشانید. پس از دم کشیدن، آن را صاف کنید و هر روز دو تا شش فنجان بنوشید. میوه زغال اخته به صورت تازه مصرف می شود و در تهیه لواشک، ترشی و انواع شیرینی کاربرد دارد. عصاره زغال اخته مصرف خوراکی دارد. شربت زغال اخته، ضد عطش است و در تابستان برای جلوگیری از گرمازدگی، نوشیدن این شربت بسیار مفید است.

توصیه ها مصرف بیش از اندازه این میوه باعث تهوع، اسهال، دل به هم خوردگی و سردرد می شود. زغال اخته نمی تواند در رفع عفونت، جایگزین آنتی بیوتیک شود اما مصرف میوه و آب آن می تواند اثر داروهای مصرف شده را تقویت کند.

«فاطمه مصفا کارآموزیان»

فوت های شمعی

پاک کردن موم و لکه شمع موم شمع را می توانید با گرم کردن کارد روی شعله شمع از روی سطوح بردارید. اگر موم شمع لکه ای از خود برجا گذاشت، با پارچه آغشته به الکل روی لکه بمالید.

پاک کردن موم شمع از شمعدان فلزی برای انجام این کار، آب جوش را با دقت روی شمعدان بریزید. این کار باعث ذوب شدن موم می شود. راه دیگر، استفاده از سشوار است. آن را روی موم بگیرید تا موم را ذوب کند.

جلوگیری از ایجاد اشک شمع کافی است انتهای شمع را مانند نوک مداد تیز کنید. این کار از ایجاد حوضچه و چکه کردن شمع جلوگیری می کند.

بهتر سوختن شمع برای اینکه شمع ها بهتر بسوزند، قبل از استفاده، آنها را در فریزر قرار دهید.

کاهش بوی تند آشپزخانه اگر هنگام آشپزی در آشپزخانه شمع روشن کنید، بوی تند آشپزخانه به حداقل می رسد.

[[مترجم، سوسن افشار]]

لبخند

✚ امیری با نوکرهای خود به دیدن یکی از دانشمندان رفت. دید آن شخص، خودش کارهایش را انجام می دهد و هیچ خادم و نوکری ندارد. امیر گفت: «متعجبم که شما بدون نوکر چگونه

زندگی می‌کنید؟» دانشمند: «تعجب من بیشتر است که شما با این همه نوکر چگونه زندگی می‌کنید؟»

✚ انوشیروان ساسانی، باغبان سالخورده‌ای را دید که نخلی را می‌کاشت. به او گفت: «آیا آرزو داری از میوه این درخت بهره‌مند شوی حال آنکه می‌دانی سال‌ها طول می‌کشد تا این درخت ثمر بدهد؟» باغبان: «دیگران کاشتند و ما خوردیم! ما هم می‌کاریم تا دیگران بخورند!» انوشیروان او را تحسین کرد و گفت هزار دینار به او بدهند. باغبان گفت: «چه زود ثمر داد!» شاه بار دیگر به او آفرین گفت و دستور داد هزار دینار دیگر به او بدهند. باغبان: «یاللعجب که این نهال به این زودی بیش از یک بار ثمر داد!» انوشیروان باز هزار دینار دیگر به او داد.

✚ شخصی وارد شهری شد و از یک نفر پرسید: «راه زندان نظمیّه از کدام طرف است؟» عابر جواب داد: «راه زندان آن است که وارد این جواهرفروشی شوی، هرچه یافتی برداری، در جیبیت بگذاری و فرار کنی. بیش از ده دقیقه طول نمی‌کشد که به زندان خواهی رسید.»



A Scientific, Cultural, Social & Sports Monthly

International Reg. No. 155N 1735-3658

از جاذبه‌های گردشگری در پاییز

استان مازندران، شهرستان نور، روستای یوش

Managing Director: Nassim Atiyeh
Address: P.O. BOX 17775/938 Tel-Aviv
Fax: +9821 33502406
Cell Phone: +98 912 507 0378
Website: www.karran.com

انستوگر الطوبه نوريه ● چاپ: ۱۳۸۵ - چاپ: غير اشباع
چاپ: سويين نوريه - فريمان ديوان - فريمان نوريه پور - پلانک ۳۸
تلفن: ۳۳۱۰۴۶۵۸ / ۳۳۵۱۱۸۵۴
تلفن: ۳۳۱۰۴۶۵۹ - همدان ۳۳۱۰۴۶۵۸ - ۳۳۱۰۴۶۵۹
۱۳۸۵ - چاپ: ۱۳۸۵ - چاپ: ۱۳۸۵

ماهنامه ویژه نمایندگان و گم بینان

صاحب الكوثر و حيدر حسيني، المصنفين الهجريين
والمستشارين، صمد و هرا تراني
كثير قرائن و فخر و غريبي - كسينيون يوسف و غريبي
مطبع: دار الفکر - طهران، سنة ۱۳۳۸ هـ - ۱۳۳۹