

# بچه‌ها بختتري



• سال هفتم • بهمن ۹۷ • شماره ۸۳  
ماهنامه ویژه کودکان نابینا و کم بینا



## شادمانه بخوانید

- ۲ ..... رهایی از غم غربت
- ۴ ..... تو کوچه و خیابون
- ۶ ..... گم شده طفلک!
- ۷ ..... خروس پرحنایی
- ۱۰ ..... اشک ازدها
- ۱۳ ..... باز شو کنجد!
- ۱۷ ..... آبشش
- ۱۹ ..... چرک چیست؟
- ۲۰ ..... دانستنی‌های شگری
- ۲۳ ..... چه هستیم؟
- ۲۴ ..... لطیفه‌های لطیف
- ۲۶ ..... پاسخ چیستان‌های دی

## رهایی از غم غربت

از مدرسه که برگشتیم، کوچه را بسته بودند زیرا همسایه‌ی جدید در حال آوردن اثاثیه بود. شب هنگام بازگشت از مسجد، بزرگ‌ترها قرار گذاشتند برای آشنایی و خوشامدگویی به همسایه‌ی جدید، به خانه‌ی ایشان بروند. جمعه، ما و چند خانواده از همسایه‌ها با جعبه‌های شیرینی، شکلات و چند گلدان کوچک، به دیدن خانواده‌ی جهرمی یعنی همسایه‌ی جدید رفتیم.

آقا و خانم جهرمی بعد از تشکر زیاد از هدایای همسایه‌ها برای ما تعریف کردند که چند سال پیش، به یکی از کشورهای اروپایی مهاجرت کردند. در آنجا خدا سه فرزند به آنان داد. خانم و آقای جهرمی هر دو کار می‌کردند و زندگی خوبی هم

داشتند اما غمی بزرگ همیشه همراه آن دو بود، غم دوری از وطن و بستگان. خانم جهرمی گفت: «هر وقت خبر خوبی از ایران می‌شنیدم، شاد می‌شدم اما شادی همراه اندوه و هر وقت خبر ناگواری از کشورم می‌شنیدم، دلم از غم پر می‌شد؛ گاهی می‌خواستم همان لحظه به ایران برگردم اما این کار ساده‌ای نبود زیرا همه چیز را در ایران فروخته بودیم و حتی یک خانه‌ی کوچک هم نداشتیم.»

آقای جهرمی گفت: «گاهی دور از چشم خانواده، در تنهایی مثل یک کودک به خاطر دوری از خاک و میهنم گریه می‌کردم. بچه‌ها که به مدرسه رفتند، سؤال‌هایشان شروع شد: چرا شما مهاجرت کردید؟ ایران چه شکلی دارد؟ چرا ما پیش بستگان نیستیم؟ راستش هیچ جوابی نداشتیم زیرا همان شغلی را که در

ایران داشتیم، آنجا هم همان کار را انجام می‌دادم فقط با  
انبوهی از غم غربت و دوری از خانواده!»

پسر بزرگ خانواده ادامه داد: «ما موفق شدیم مامان و بابا را  
از این غم نجات دهیم. سر انجام آن دو به این نتیجه رسیدند که  
بہتر است به کشور خود برگردیم و به قول مولوی، از اصل خود  
دور نمانیم.» همه‌ی حاضران، با شور و شادی کف زدند! ہم برای  
این پسر با ذوق که شعر فارسی را می‌داند و ہم برای خانوادہی  
جہرمی کہ بہ وطن خود باز گشته‌اند! سپس بازار گفت‌وگو و  
تعریف از زندگی در ایران و در خارج داغ شد!

[[قاصدک]]

تو کوچه و خیابون

انار، دونه‌دونه

پلیس چه مہربونہ

شب تا سحر بیداره  
چه کار سختی داره  
شب که می شه تو کوچه ها می گرده  
دور و برِ خانه ی ما می گرده  
روز که می شه کجا می ره؟  
هی پایین و بالا می ره  
به فکر رفت و آمد ماشین هاست  
به این می گه برو به چپ  
به اون می گه برو به راست  
راه می ره و سوت می زنه  
دوست تو و دوست منه

[[مصطفی رحمان دوست]]

**گم شده طفلک!**

**این جوجه‌ی غازه**

**یا جوجه‌ی اردک**

**توی خیابون**

**گم شده طفلک**

**نشونی‌اش رو**

**خسته و غمگین**

**می‌پرسه از اون**

**می‌پرسه از این**

**یکهو پلیسی**

**می‌آد به پیشش**

**بین با خنده**

وا شده نیشش

پلیس خوش رو

که مهر بونه

اردک ما رو

می بره خونه

«رودابه حمزه‌ای»

خروس پرحنایی

خروس پرحنایی

نمی‌دونم کجایی

نمی‌شنوم صدای تو

صدای آشنای تو

صبح‌ها همش خواب می‌مونم

برای چی؟ نمی‌دونم

دلیم می خواد با صدای تو  
قوقولی قوقو قوقولی قوقو  
هر روز بیدارشم از خواب  
بزنم به صورتم آب  
سماورُ جوش بکنم  
صبحونه رو نوش بکنم  
به نام پروردگار  
پاشم برم سر کار  
اما تو این شهر شلوغ  
همش می آد صدای بوق  
رنگ آسمون کبوده  
پر از غبار و دوده  
آدما همه پر تب و تاب

ماشینا همه پر از شتاب  
وای که دلم می‌گیره  
بغض گلوم می‌گیره  
تو بگو باید چه کار کنم؟  
از شهر، چطور فرار کنم؟  
کاشکی می‌شد پر بزنم  
به آسمون سر بزنم  
برم به یک جای قشنگ  
پر از گلای رنگارنگ  
جایی که دود نباشه  
آسمون کبود نباشه  
گل‌های خوش‌بو بچینم  
پرنده‌هارو ببینم

با خنده و با شادی  
برم به یک آبادی  
بمونم توی روستا  
کار بکنم همون جا

[[مضری طهماسبی دهکردی]]

## اشک ازدها

در سرزمینی بسیار دور، ازدهایی درون یک غار در دل کوهی بلند زندگی می‌کرد. از درون غار، چشمان سرخ ازدها مثل دو چراغ پرنور می‌درخشید. مردمی که در آن اطراف زندگی می‌کردند، از ازدها می‌ترسیدند اما هیچ‌کس از او آزاری ندیده بود. پدر و مادرها برای آنکه بچه‌های شیطان را بترسانند، می‌گفتند: «اگر باز هم بازی‌گوشی کنید، شما را به غار می‌بریم تا ازدها شما را بخورد.»

پسرکی در آن منطقه بود که از اژدها نمی‌ترسید. سالگرد تولد پسرک نزدیک شده بود، مادرش از او پرسید: «پسرم! می‌خواهی برای جشن تولدت چه کسانی را دعوت کنی؟» پسرک گفت: «می‌خواهم اژدها را هم به جشن تولدم دعوت کنم.» مادر که چشمانش از تعجب گرد شده بود گفت: «حتماً شوخی می‌کنی!» پسرک گفت: «نه، اصلاً شوخی نمی‌کنم.» مادر چیزی نگفت و پسرک فردای آن روز به طرف غار اژدها رفت. پسرک وقتی به کوهی که اژدها در آنجا زندگی می‌کرد رسید، سرش را درون غار کرد و با صدای بلند فریاد زد: «سلام آقای اژدها! دوست عزیز، شما آنجا هستید؟» اژدها غرولندکنان به طرف در غار آمد و پرسید: «چه خبر است؟ چه کسی مرا صدا می‌کند؟!» پسرک که از نعره اژدها ترسیده بود، من من کنان گفت: «م... م... معذرت می‌خواهم آقای اژدها، فردا جشن تولد

من است، آنجا انواع خوردنی‌های خوب هم هست! لطفاً به جشن تولد من تشریف بیاورید و مرا خوشحال کنید چون من این همه راه را به خاطر شما آمده‌ام.» اژدها باور نمی‌کرد که گوش‌هایش چنین سخنانی را درست شنیده باشد. از پسرک پرسید: «ببینم پسر جان، تو این حرف را به من زدی؟ تو مرا به جشن تولدت دعوت می‌کنی؟!»

پسرک گفت: «بله، از شما خواهش می‌کنم قبول کنید.» اژدها که پاک گیج شده بود، با خودش گفت: «اژدها به جشن تولد یک انسان دعوت شود! نه! حتماً گوش‌هایم اشتباه می‌شنود.» پسرک که گویی فکر اژدها را خوانده بود، پرسید: «آیا قبول می‌کنید؟ خواهش می‌کنم بگویید دعوت مرا قبول می‌کنید.»

در این حال، سیل اشک از چشمان اژدها جاری شد و رودخانه‌ای به وجود آورد. اژدها از پسرک خواست بر پشت او

سوار شود. پسرک با شجاعت بر پشت اژدها نشست و گفت: «پس قبول کردید! چقدر خوشحال هستم. منزل ما آن طرف کوه است.» اژدها که در اشک‌های خود شناور بود، به طرف خانه‌ی پسرک شنا کرد. همین‌طور که می‌رفت، ناگهان به شکل عجیبی قیافه و جثه‌اش تغییر کرد.

خوب، دوستان من! شما چه فکر می‌کنید؟ می‌توانید تصور کنید پسرک داستان ما سوار بر چه چیزی بود؟ من به شما می‌گویم. پسرک مثل یک کاپیتان شجاع، کشتی بخار خود را به طرف خانه هدایت می‌کرد و از امواج دریا نمی‌ترسید.

[[ترجمه محمد شمس]]

**باز شو کنجد!**

هیزمشکن فقیری به نام علی‌بابا در کلبه‌ی کوچکی زندگی می‌کرد. برادر ثروتمند و طمعکار او به نام قاسم، در خانه‌ی

بزرگ و زیبایی زندگی می‌کرد. روزی علی‌بابا پیش قاسم رفت و از او کمک خواست اما او علی‌بابا را بیرون کرد و چیزی به او نداد. علی‌بابا مجبور بود هر روز صبح به جنگل برود و هیزم جمع کند. سپس آن‌ها را به شهر بیاورد و در بازار بفروشد و با پول کمی که به دست می‌آورد، غذای اندکی برای خود بخرد. روزی در جنگل چوب می‌برید که از دور صداهایی شنید. ترسید و در گوشه‌ای پنهان شد.

دقایقی بعد، چهل دزد همراه رئیسشان، سوار بر اسب از راه رسیدند. آن‌ها که کیسه‌های پر از طلا همراه داشتند، به طرف صخره‌ی بزرگی در بین کوه‌ها رفتند. رئیس دزدان فریاد زد: «باز شو کنجد!» ناگهان صخره کنار رفت و غار بزرگی پیدا شد. دزدها کیسه‌ها را به داخل غار بردند و رئیس دزدها فریاد زد: «بسته شو کنجد.» فوراً در غار بسته شد.

علی بابا که پشت درختی پنهان شده بود، کمی منتظر ماند. صدای رئیس دزدها به گوشش رسید که می گفت: «باز شو کنجد!» در غار باز شد و دزدها خارج شدند و رئیسشان فریاد زد: «بسته شو کنجد.» در غار بسته شد و دزدها سوار بر اسبهایشان رفتند و از آنجا دور شدند.

علی بابا از پشت درخت بیرون آمد. با خود گفت: «چطور در غار باز می شود وقتی رئیس دزدها می گوید: باز شو کنجد؟» ناگهان در غار باز شد و او وارد غار شد. آنجا پر از طلا و جواهرات بود. علی بابا یک کیسه پر از طلا و جواهر برداشت، روی دوشش انداخت و از غار خارج شد و گفت: «بسته شو کنجد!» و در بسته شد.

علی بابا به کلبه اش برگشت و به جای آن خانه ی کوچک، قصر بزرگی برای خودش ساخت و مثل ثروتمندان به زندگی ادامه

داد. وقتی قاسم شنید علی بابا پولدار شده، به دیدن او رفت. علی بابا داستان غاری را که از آن طلا و جواهر آورده بود، برای قاسم گفت.

قاسم بلافاصله با ده شتر برای آوردن طلا به محل غار رفت و گفت: «باز شو کنجد.» در باز شد، قاسم وارد غار شد و گفت: «بسته شو کنجد.» در بسته شد. او به اطراف نگاه کرد، وقتی آن همه طلا و جواهرات را در غار دید، هوش از سرش پرید. شروع کرد به جمع کردن طلاها تا آنها را با خودش ببرد. کیسه‌ها را یکی یکی پر کرد و کنار در گذاشت تا از غار خارج کند. می‌خواست از غار خارج شود اما کلمه‌ی رمز به خاطرش نیامد. پس گفت: «باز شو جو! باز شو باقلا! باز شو ذرت!»

اما در غار باز نشد که نشد. چند لحظه بعد، صدای دزدها را شنید که به آن طرف می‌آمدند. ترسید و خودش را پشت یک

بشکه‌ی بزرگ مخفی کرد. دزدها و رئیسشان وارد شدند، کیسه‌های جواهرات را کنار در غار دیدند و فهمیدند غریبه‌ای وارد غار شده است. همه‌جا را گشتند و قاسم طمعکار را پیدا کردند. رئیس دزدها گفت: «تو همان کسی هستی که می‌آیی و طلاها را می‌دزدی! سزای تو مرگ است! او را بکشید!» به این ترتیب، قاسم سزای طمعکاری خودش را دید.

[[احمد خواجه‌ایم]]

## آبشش

به‌نظر می‌رسد ماهی‌های ششدار به گذشته‌ای دور تعلق دارند، به زمانی که ماهی‌های ماقبل تاریخ از آب بیرون خزیدند باله‌هایشان تبدیل به دست و پا شد. هوا تنفس کردند و به‌عنوان دوزیستان در خشکی شروع به زندگی کردند. ماهی‌های

ششدار، جزو گروهی از ماهیان قدیمی هستند که ۳۰۰ میلیون سال پیش می‌زیسته‌اند.

آن‌ها به مرور زمان، تغییر یا تکامل یافته و امروزه به خوبی با زندگی در رودخانه‌های گل‌آلود و دریاچه‌های پر علف و باتلاق‌های کم عمق سازگار شده‌اند. آن‌ها مانند سایر ماهی‌ها می‌توانند با آبشش‌هایشان اکسیژن موجود در آب را تنفس کنند اما اگر اکسیژن آب کافی نباشد و آب کم عمق و گرم باشد، این ماهی‌ها می‌توانند با استفاده از شش‌هایشان تنفس کنند.

ماهی ششدار آفریقایی این ماهی شبیه مارماهی است و تا دو متر رشد می‌کند. ماهی ششدار آفریقایی، موجودات آبی کوچک‌تری مانند ماهی‌ها، قورباغه‌ها، خرچنگ‌ها، مارمولک‌ها و پرندگان آبی را شکار می‌کند. در فصل تولید مثل، ماهی نر در

میان شن یا گل، سوراخی حفر می کند تا ماهی ماده در آن تخم گذاری کند. ماهی ماده از تخمها مراقبت می کند تا بچه ماهی ها از آن بیرون بیایند.

[[صدیقه ابراهیمی و مهرزاده میناثراد]]

## چرک چیست؟

وقتی بدن تان زخم می شود، مایعی سفید از آن بیرون می آید. این مایع سفید، «چرک» نام دارد. بعضی از جوشها هم چرک دارند. وقتی زخم ایجاد می شود، باکتری های هوا وارد محل زخم می شوند. در این لحظه، گلبول های سفید و کوچک خون که سربازان بدن هستند، آمادهی جنگ با آنها می شوند. تعداد بسیار زیادی از گلبولها در محل زخم جمع و تکثیر می شوند. در این جنگ نیز مانند هر جنگ دیگری، تعدادی از افراد هر

دو طرف، تلف می‌شوند. گلبول‌های سفید بدن می‌توانند بسیاری از باکتری‌ها را بکشند اما در این میان، بعضی از گلبول‌ها هم می‌میرند. این گلبول‌های مرده، چرک را به وجود می‌آورند. گاهی باکتری‌ها قوی‌تر از گلبول‌های سفید هستند و تعداد فراوانی از آن‌ها را نابود می‌کنند. در این صورت، پزشک برای کمک به بدن بیمار برای مقابله با عفونت، داروهایی مانند آنتی‌بیوتیک تجویز می‌کند.

[[سپیده عنده و حسین یاسینی]]

## دانستنی‌های شکر

\* بر خلاف تصور همگان، این شکر است که کلسترول بد خون (LDL) را به شدت بالا می‌برد و کلسترول خوب خون را پایین می‌آورد در حالی که بسیاری معتقدند روغن حیوانی، کلسترول

را بالا می‌برد.

\* شکر سبب ترشح بیش از اندازه‌ی هورمون آدرنالین در بدن می‌شود. احساس اضطراب بیش از اندازه، آشفتگی و بد خلقی، از نتایج افزایش این هورمون در بدن است.

\* شکر سبب بی‌حوصلگی است و کسانی که شکر مصرف می‌کنند، میلی به ورزش و فعالیت‌های بدنی ندارند.

\* تقریباً ۹۵ درصد افراد، با درجات مختلفی به مصرف شکر معتاد هستند.

\* از زمان تولد نوزاد که در غذای تکمیلی او شکر می‌ریزیم، اثرات منفی شکر بر جسم او شروع می‌شود.

\* شکر سبب کاهش هوش و پایین آمدن نمره‌های درسی کودکان می‌شود.

\* شکر باعث ضعف سیستم دفاعی بدن در برابر بیماری‌ها

می‌شود.

\* شکر به کلیه‌ها آسیب می‌زند و عامل اصلی ایجاد سنگ کلیه و مثانه، مصرف شکر است.

\* مصرف شکر، مقدار عناصر کروم و مس بدن را کاهش می‌دهد.

\* شکر در جذب کلسیم و منیزیم در بدن، اختلال ایجاد می‌کند یعنی اگر شیر را با کیک یا شکلات میل کنید، هیچ کلسیمی در استخوان‌های شما ذخیره نخواهد شد.

\* شکر عامل اصلی سرطان‌ها از جمله سرطان‌های سینه، پروستات و کلون است.

\* شکر باعث باریک شدن رگ‌های خونی و در نتیجه، سکته می‌شود.

[[ناصر نثار]]

**چه هستم؟**

**\* قدم بلند، سر به هوا**

**خورشید توی علفا**

**دارم هزار چشم سیاه**

**روز که می شه می خندم**

**شب چشامو می بندم**

**\* قُلْ قُلْ آب می خورم**

**با دست تو تاب می خورم**

**رو گلدونا بچرخونم**

**خیلی شبیه بارونم**

**\* بال های من خال خالی و قشنگه**

**خونه ی من گل های رنگارنگه**

پر می‌زنم رو گل‌های گلخونه  
جای بوسه رو لپ‌گل می‌مونه  
\* بال می‌زنم، پر ندارم  
سرفه و درد سر دارم  
وول می‌خورم شب و روز  
تو دودکش و تو اگزوز  
\* دلش صاف و بلوری  
تنش لباس توری  
کنار اون می‌شینم  
منظره رو می‌بینم  
لطیفه‌های لطیف

[[پاسخ‌ها را در ماه بعد بخوانید]]

☺ روزی یکی از مسئولان فرانسه به تیمارستان رفت. در آنجا

مردی را دید که آثار دیوانگی در ظاهر او مشاهده نمی‌شد. از رئیس تیمارستان پرسید: «این مرد را برای چه اینجا آورده‌اید؟ او که دیوانه نیست!» رئیس گفت: «چون او فکر می‌کند ناپلئون است.» آن مقام مسئول پرسید: «شاید راست بگوید!» رئیس: «اختیار دارید قربان، بنده خودم ناپلئون هستم!»

☺ نیمه‌شب وقتی مرد به منزلش می‌رفت، صدایی توجهِش را جلب کرد. سر برگرداند، مردی که پشت سرش ایستاده بود گفت: «آقا، خواهش می‌کنم به من رحم کنید و پولی به من بدهید چون هم گرسنه‌ام و هم عیالوار و از مال دنیا جز این اسلحه که پشت سر شما گرفته‌ام، چیزی ندارم.»

☺ یکی از خوانندگان معروف اپرا مشغول اجرای برنامه بود. جوانی از بین تماشاچیان هم با صدای بلند، همان آواز خواننده را زمزمه می‌کرد. شخصی که نزدیک او بود، گفت: «عجب

نادانی است!» جوانی که زمزمه می کرد، با لحنی خشم آلود گفت: «مقصودت که بود؟» آن شخص گفت: «آقای خواننده را می گویم، نمی گذارد آواز شما را گوش کنیم!»

😊 جنگلبان اولی: «شنیدم از آن درخت ۲۵ متری وسط جنگل افتادی پایین! چقدر خدا رحم کرده که حتی پایت هم نشکسته!»  
جنگلبان دومی: «نه بابا، از آن درخت ۳۰ متری افتادم پایین!»  
جنگلبان اولی: «عجیب است! پس چطور حتی یک خراش هم برنداشتی!؟» جنگلبان دومی: «زیرا تنها یک متر از درخت بالا رفته بودم که افتادم.»

**پاسخ چیستان های دی**

قیچی، فنر، سوزن و نخ، گاو صندوق، عنکبوت، زیپ.

