

در آغاز یازدهمین سال بخوانید

- ۲ ده فانوس امید
- ۵ از کجا آغاز شد؟
- ۱۱ پشت صحنه بشری
- ۲۵ ناگفته‌های بشرایی
- ۳۱ فضیلت قرائت سوره مجادله
- ۳۲ ماه عشق‌بازان
- ۳۳ منافقان نیکوکار
- ۳۵ شاد کردن دوست
- ۳۶ حقایق کاری
- ۳۸ به دنبال نعمت
- ۳۹ تبرت را تیز کن
- ۴۱ حرف‌هایی که حرف ندارد
- ۴۲ توقف در زنجان
- ۴۴ پس از شنا
- ۴۶ لطایف نصرالدین

ده فانوس امید

به نام تو آغاز می‌کنم، ای بی نیاز بنده نواز! ای مهربان چاره ساز!
به نام تو که بی منت آفریدی و بدون توقع بخشیدی! عطا کردی و
ناسپاسی دیدی! چشم روی نمک خوردن و نمکدان شکستن
بندگان پوشیدی. پروردگار مهربانم سلام! سلام به تو که گفתי اگر
کسی در راه خدمت به بندگانم قدم بردارد، دستش را می‌گیرم و
چه زیبا به این وعده‌ات وفا کردی! خداوندا! فراموش نمی‌کنیم
ده سال پیش را که یک جمع کوچک اما با دل‌ها و فکرهای بزرگ،
کنار هم گرد آمدند و تصمیم گرفتند، خدمتی هرچند اندک را به
نابینایان و کم‌بینایان داشته باشند. تو هم به نیت خیر آنان پاداش
دادی اما نه یک پاداش بلکه هزاران هزار که هنوز سپاسی شایسته
یکی از آنها را هم به جا نیاورده‌اند.

خالصانه در درگاه با عظمت اعتراف می‌کنیم که شرمسار
این همه مهربانی و عنایت تو هستیم اما می‌خواهیم اگر اجازه دهی

با ادامه خدمت به اهالی سرزمین حافظ و سعدی، فردوسی و مولوی، ابن سینا و فارابی، قائم مقام فراهانی و امیرکبیر، دهخدا و بهار، خزائلی و هزاران چهره فرهیخته ایرانی، نعمت و رحمت تو را شکر بگزاریم اما یک از هزاران.

عزیزان! سروران! نیک گهران و ولی نعمتان! ده سال خدمت صمیمانه بشری و یارانش پیشکش محضر شما که وجود آن را به عنوان یک عضو خانواده نابینایان پذیرا شدید، سخنش را شنیدید و آوای مهر را در گوشش زمزمه کردید. اکنون این ماهنامه ده ساله در جشن تولد خود خدمت رسیده تا عرض ادب کند و عرضه بدارد: اگر یک دهه عمرم را با افتخار و سربلندی گذراندم، همه از برکت قبول و دعای خیر و راهنمایی‌های شما بود. آماده ادامه خدمت هستم و چشم به دستان گرم و مهر سرشار شما دارم.

آمده‌ام تا دفتر خاطرات ده ساله‌ام را برای شما بگشایم و از کسانی بگویم که به دور از نام و نشان و بدون هیچ توقع و

چشمداشتی مرا از جام محبت خود سیراب کردند. برخی کنارم ماندند و هنوز هم جرعه‌هایی از دانایی و مهر به من می‌نوشانند و برخی هم دستم را در دستان توانمند یاران جدید گذاشتند و خود در گوشه دیگری راه خدمت را در پیش گرفتند. از دوستانی بگویم که مخاطب نشریه نامیده می‌شوند اما در واقع یار همیشگی من هستند و با اظهار نظرهای مفید و دقیق، پیشنهادهای راهگشا و انتقادهای سازنده خود دستم را گرفتند و اجازه ندادند تصور تنهایی به سراغم بیاید. بعضی هم تنها پیگیر ارسال ماهنامه بودند که همین پیگیری‌ها نشان دهنده توجه آنان به نشریه خودشان بود. گفتنی بسیار است زیرا لحظه‌لحظه این ده سال سرشار از خاطرات شیرین و گاهی تلخ بوده که بیان آنها زمان بسیار می‌خواهد. به این امید دفتر خاطرات ده ساله خود را ورق می‌زنم تا همه بدانند که بودم؟ چگونه آمدم؟ چه کردم و برایم چه کردند؟ قرار است به کجا بروم و در آینده باید چه کنم که فرزندی خلف برای خانواده نابینایان باشم.

از کجا آغاز شد؟

اگر بگویم اندیشه انتشار یک نشریه برای نابینایان ایران در کشور یمن شکل گرفت، بیراه نگفته‌ام. در تابستان سال ۱۳۸۱ در یک کارگاه آموزشی با موضوع مدیریت و رهبری ویژه نابینایان در شهر صنعا پایتخت یمن شرکت کردیم که طرح اولیه انتشار یک نشریه بریل مخصوص نابینایان را به عنوان تمرین گروهی در کارگاه آموزشی مذکور پیشنهاد دادیم و با کمک همگروهان جنبه‌های مختلف این طرح را بررسی کردیم و در پایان کارگاه آموزشی، طرح گروه ما به عنوان طرح موفق معرفی شد. پس از بازگشت به ایران، آقای حسین یوسفی فرحزادی پیشنهاد کرد طرح انتشار یک نشریه بریل را به یک واقعیت عینی و عملی تبدیل کنیم لذا با همت و پشتکاری مداوم برای تحقق این هدف تلاش کرد.

بر اساس قانون مطبوعات ایران، هر شخص حقیقی یا حقوقی که مایل به انتشار یک نشریه اعم از روزنامه، هفته‌نامه، ماهنامه و مانند آن باشد، باید مراحل اداری دریافت مجوز انتشار نشریه

مورد نظر خود را از معاونت مطبوعاتی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی آغاز کند. در سال ۱۳۸۲ که نخستین تقاضای انتشار یک نشریه بریل با نام «بشری» در معاونت مطبوعاتی وزارت ارشاد ثبت شد، هیچ نشریه‌ای به جز روزنامه ایران سپید برای نابینایان ایران وجود نداشت. به همین دلیل مسئولان هیأت نظارت بر مطبوعات، کمال همکاری را برای صدور مجوز بشری داشتند. از آن هنگام تا کنون توجه و علاقه تک تک کارکنان معاونت مطبوعاتی و اداره کل مطبوعات و خبرگزاری‌های داخلی وزارت ارشاد همواره یار مهربان و راهنمای بشری بوده و هست.

در اوایل تابستان ۱۳۸۳ یک جمع ۷ نفره متشکل از شادروان هما بدر، خانم‌ها راضیه کباری، صفا فاضلی، الهام یوسفیان و بنده به همراه آقایان خواجه حسینی و یوسفی و با حمایت‌های پشت‌صحنه آقایان رفیعی و کربلایی، مقدمات انتشار اولین شماره از ماهنامه بشری را فراهم کردند. البته در طول عمر بشری مطلبی به قلم مرحومه بدر و آقای خواجه حسینی چاپ نشد اما نام آنان

همواره به عنوان دوتن از بانیان بشری در ذهن همه ما جاودان می ماند.

نخستین شماره از بشری همزمان با میلاد سرور بانوان عالم و به مناسبت روز خبرنگار منتشر شد. در سال ۸۳ سه شماره دیگر از بشری منتشر شد و به دلیل برخی مشکلات در چاپ فونت درشت نشریه، ۴ ماه در انتشار آن وقفه افتاد اما از فروردین ۱۳۸۴ تا کنون به لطف خدا و با همت همه یاران بشری هیچ وقفه ای در انتشار آن رخ نداده است. در ابتدا هیچ یک از همکاران بشری تجربه انتشار یک ماهنامه را نداشتند اما با پشتکار و عزمی راسخ راه جدید را باز کردند زیرا تعدادی از آنان در گذشته مقالات بسیار خوبی در صفحات معلولان بعضی نشریات مثل اطلاعات و همشهری داشتند.

در چند شماره نخست بشری تعداد مطالب کم و متن هر مقاله طولانی بود اما پس از چند ماه با توجه به نیازهای مخاطبان و بنا به پیشنهاد مرحوم محمد صحت، تعداد عناوین مطالب نشریه

افزایش یافت و از حجم مطالب کاسته شد تا مورد پسند مخاطبان باشد، آنان را خسته نکند و در عین حال بخش گسترده‌تری از نیازهایشان را برآورده سازد.

هرچه بر تعداد ماه‌های عمر بشری افزوده می‌شد، عده یاران او هم اضافه می‌شد. جالب این‌که بسیاری از مخاطبان بشری پس از مدتی شنونده و خواننده بودن، تصمیم گرفتند مهر سکوت را بشکنند، دست به قلم شده و به جمع نویسندگان ماهنامه ملحق شوند. افرادی هم به جمع هیأت تحریریه بشری پیوستند که نه نابینا هستند و نه مشترک ماهنامه اما به دلیلی با این نشریه آشنا شدند و افتخار همکاری با آنان، نصیب نشریه شد.

به تدریج ستون‌های جدیدی به نشریه اضافه شد مانند فضیلت قرائت سوره‌های قرآن که مورد توجه بسیاری از مخاطبان قرار گرفت و ستون گردشگری شامل معرفی جاذبه‌های گردشگری و تاریخی استان‌های مختلف کشور. اصل «کم‌گوی و گزیده‌گوی چون دُر» را هم در قالب چاپ سخنان کوتاه و پر معنای بزرگان

رعایت کردیم. توصیه‌های سلامت جسم را در بخش تغذیه، بهداشت و سلامت گنجاندیم و در کنار آن از سلامت روح و روان نیز غافل نشدیم. هر ماه سری به دنیای علم زدیم و برخی مطالب کوتاه و جالب را از میان یافته‌های دانشمندان به امانت گرفتیم. نگاهی هم به خانه شعرا انداختیم و تا حد امکان تعادل را بین اشعار شعرای قدیم و معاصر برقرار کردیم. خلاصه این‌که در حد بضاعت اندک خود به ۴ سرفصل اصلی کار ماهنامه یعنی علمی، فرهنگی، اجتماعی و ورزشی پرداختیم تا چه قبول افتد! در این میان چند تن از مدیران نشریات از جمله آقای احمد حلت مدیر مسئول دو هفته‌نامه موفقیت و مسئولان هفته‌نامه سلامت به بشری اجازه دادند مطالب نشریه آنان را با ذکر منبع به اطلاع نابینایان برساند.

البته در سال‌های نخست عمر بشری سفره‌خانه ماهنامه، هر ماه وعده‌گاه مخاطبان خوش‌ذوق بود که نوشته‌های خود یا مطالب گلچین شده را به عنوان یک خوراک فکری و فرهنگی مفید در

اختیار حاضران در سفره خانه قرار می‌دادند که ذکر نام تک تک دوستان سفره‌خانه‌ای امکان‌پذیر نیست اما چشم ما همچنان به دست‌های کریمانه شما دوخته شده تا به احسان فرهنگی خود ادامه دهید.

از آنجا که بشری یک نشریه عمومی است و می‌کوشد به نیازهای مختلف مخاطبان در سنین و تحصیلات و با علایق متفاوت پاسخ دهد، نمی‌تواند مطالب کاملاً تخصصی یک مقوله خاص را به مخاطبان ارائه کند و صد البته نبود نشریات تخصصی و حتی عمومی بریل، یک ضعف مهم در عرصه مطبوعات نابینایان است. به همین دلیل بشری از همان سال اول تولد خود، تهیه ویژه‌نامه‌هایی با موضوع‌های خاص را در اولویت کار قرار داد. چندین ویژه‌نامه ورزشی و سپس بهداشت و سلامت، یک ویژه‌نامه رایانه و یک ویژه‌نامه تحرک و جهت‌یابی از جمله این فعالیت‌ها بود. اقدام‌های بشری با انتشار چند ویژه‌نامه مخصوص کودکان نابینا به نقطه اوج

رسید و همین ویژه‌نامه‌های کودک، جرقه‌ای برای دریافت مجوز انتشار یک نشریه مستقل مخصوص نوگلان بوستان ایران شد.

پشت صحنه بشری

اگر بخواهیم اسامی تمامی عزیزانی را که طی ده سال اخیر، صفحات نشریه به زیور نوشته‌هایشان آذین بسته شد ذکر کنیم، یک ویژه‌نامه مستقل نیاز دارد اما از آنجا که همه این دوستان مهربان با کمال تواضع، چشمه‌های محبت خود را به سوی بشری و یارانش سرازیر و به رشد این کودک کمک کردند، کمترین حد تقدیر و تشکر از آنان ذکر نامشان و اشاره به مقوله خدمت آنان به ماهنامه است.

خانم صفا فاضلی مدتی وظیفه اضافه کردن چاشنی طنز به خوراک بشری را بر عهده داشتند و پس از ایشان، آقای حسن بهمنی آشپز ستون طنز ماهنامه شدند. خانم الهام یوسفیان مقالات حقوقی بسیار مفیدی را در سال‌های نخست تقدیم مخاطبان بشری کردند. چند مطلب فرهنگی و اجتماعی به قلم خانم راضیه کباری،

زینت بخش ماهنامه شد. خانم‌ها رقیه اشنویی و الهام کوهستانی با انتخاب کلمات قصار آموزنده و کاریکلماتورهای خود همراه خوانندگان بشری بودند. آقای رفیع رفیعی از پیشکسوتان آموزش نابینایان که از ابتدا راهنمای فنی برای چاپ ماهنامه بودند، در چند شماره از بشری خاطرات خود از قرنطینه سازمان سنجش همزمان با برگزاری کنکور را به عنوان یک تجربه دشوار اما شیرین یادآوری کردند.

در میانه راه، آقای ابراهیم کربلایی که تجربیات طولانی در ورزش نابینایان داشتند و از ابتدای کار در پشت صحنه یاور بشری بودند، پرده را کنار زدند و وارد میدان ورزش بشری شدند. ایشان قدیمی‌ترین عضو تحریریه بشری هستند که همچنان ماهنامه را زیر چتر لطف و مهر خود قرار داده‌اند. البته طی سال‌های اخیر مطالب ورزشی ایشان به سوی مطالب عمومی و نه موضوع‌های خاص نابینایان گرایش پیدا کرده است زیرا خوشبختانه

ایران سپید، مطالب تخصصی ورزش نابینایان را به روز منتشر می‌کند.

خانواده بشری مدتی هم میهمان کاریکلماتورهای پرمغز آقای مهدی فرجاللهی بود. خانم نجمه ساداتی در چند شماره از ماهنامه، خاطرات بازدید خود از موزه‌ها را ارائه کردند. خانم زهرا پورباقر هم چند مطلب درباره برخی سنت‌های اصیل ایرانی پیشکش طبع زیباپسند شما کردند. خانم عرفان نظرآهاری به بشرای کوچک اجازه دادند گاهی کتاب‌های ارزنده ایشان را ورق بزنند و یارانش را هم از مطالب گرانبهای این کتاب‌ها آگاه کند. در ماه‌های سوگ حماسه آفرینان کربلا میهمان چند مرثیه سروده آقای فضل‌ا... وطن خواه شدیم.

آقای مرتضی هادیان در سال اول فعالیت بشری مطالبی درباره رایانه ویژه نابینایان در چند شماره تقدیم کردند و شماره‌های نخست ماهنامه را هم به صورتی هنرمندانه گویا و روی سیدی ضبط کردند. تحفه آقای علیرضا سلامی برای پذیرایی از

خوانندگان بشری چند قطعه طنز بود. خانم شیخ‌پور یکی از مشتریان قدیمی بشری هم گاهی با مطالب انتخابی خود، سفره ماهنامه را رنگین کردند. به خاطر دارم یک شعر زیبا هم از خانم محمدصالحی در وداع با رمضان تقدیم شما شد. آقای عبدا... دادخواه یار قدیمی ماهنامه که همواره حلال مشکلات رایانه‌ای بشری است، یک ویژه‌نامه با همین موضوع تهیه و پیشکش علاقه‌مندان کردند. چند سال پیش خانم فریبا نعیمی‌پور مراقبت از سلامت بشری و یارانش را بر عهده گرفتند، مطالب ستون سلامت و تغذیه نشریه را تهیه و چند ویژه‌نامه بهداشت و سلامت را هم برای اطلاع‌رسانی به مخاطبان بشری تهیه کردند.

بشری یک دوست بامحبت دارد که هر وقت نام او را می‌برم، احساس شغف و غرور می‌کنم زیرا نامش عظمت و شکوه میهن عزیزمان را به ذهن متبادر می‌کند. خانم ایران پرنده از یک سو در انتخاب و تدوین مطالب ماهنامه‌های بشری و بچه‌ها بشری نقش مهمی دارد و از سوی دیگر بارها نوشته‌های گوناگون خود شامل

جملات کوتاه پندآمیز، کاریکلماتور و داستان‌های کوتاه را در ظرفی از مهربانی در برابر بشری قرار داده‌اند. خانم حمیده ایمانی با دقت و موشکافی مثال زدنی به حساب و کتاب دخل و خرج نشریه رسیدگی می‌کند تا مبادا خرج بشری روی دست دخلش بزند که اگر چنین شود، او آرام و قرار ندارد تا ترازوی مالی را متعادل کند.

در این میان باید به نام یک بانوی فرهیخته اشاره کنم که از سال‌های نخست فعالیت بشری، دست محبت خود را بر سر این ماهنامه کشید و همچون معلمی دلسوز و کوشا قدم به قدم او را در راه رشد و پیشرفت یاری کرد. این یار گرامی مطالب متنوعی را در اختیار بشری قرار می‌دهد از سروده‌ها و دلنوشته‌های خود گرفته تا اشعار و مطالب منتخب در زمینه‌های فرهنگی، ادبی، اجتماعی و داستان‌های کوتاه، پیشینه ضرب‌المثل‌ها و آداب زیبا و کهن ایرانی. این یار همیشگی کسی نیست جز خانم

ناهیدقادری نسب که تقریباً در بیشتر شماره‌های ماهنامه، دست کم یک مطلب از ایشان درج شده است.

خانم الهه ثابتی یکی از یاران کم حرف اما پر کار بشری است که هر جا به مشکلی مخصوصاً در زمینه بهره‌گیری از فناوری‌های نوین و سایت برخورد کنیم، با سرعت دستان را می‌گیرد و مشکل‌گشا می‌شود. خانم سیده‌زهرآرامی هم املا و انشای بشری را تصحیح و ویزایش می‌کند زیرا نمی‌خواهد ماهنامه حتی با یک اشتباه نگارشی، محتوایی و املائی چاپ شود. در این‌جا باید از فرد دیگری هم نام ببرم که نمی‌توان گفت چه فعالیت مشخصی در بشری دارد زیرا او همه ساعات زندگی خود را به خدمت در امور نابینایان اختصاص داده است. تهیه همه ملزومات بشری، انجام کار چاپ نسخه‌های بریل و دوگانه، صحافی و ارسال ماهنامه‌ها و در یک جمله همه امور فنی، اجرایی و تدارکاتی بشری به همراه وظایف فراوان دیگری بر عهده آقای حسین یوسفی‌فرحزادی است. یادمان نمی‌رود که لوگوی ماهنامه را هم دوستان عزیز در

لیتوگرافی نوید طراحی کردند. آقای زنگنه هم طراح سایت ماهنامه با عنوان «www.kamna.ir» بود.

گرچه ماهنامه بشری یک نشریه مخصوص نابینایان است اما همکاران این ماهنامه از همان ابتدا مصمم بودند جلد این نشریه به گونه‌ای زیبا، هنرمندانه و شایسته نام نابینایان طراحی شود. افراد زیادی در این راه یاور بشری بودند. جلد‌های ماهنامه در سال‌های اول، اثر هنرمندی کارکنان لیتوگرافی نوید بود. سپس آقای یزدانی طراحی جلد را به عهده گرفت. آقای کیهانی مدیر مؤسسه کامپوگراف هم مدتی نشانه‌های ذوق و هنر خود را روی جلد‌های ماهنامه به یادگار گذاشت. از ماه مهر سال ۱۳۹۰ تا کنون آقای وحید ثابتی، جوان آرام اما دقیق، باهوش، هنرمند و مهربان قلم به دست گرفته و طرح‌هایی چشم‌نواز، آگاهی‌بخش و عمیق را برای جلد بشری درمی‌اندازد. یک نمونه از هنر او اینکه جلد «ماهنامه بچه‌ها بشری» از ابتدا تا کنون که حدود دو سال و نیم از عمر آن می‌گذرد نیز ماحصل اندیشه پویا و نوپرداز اوست.

ماهنامه «بچه‌ها بشری» هم با وجود عمر کم، یاوران خاص خود را دارد. خانم مونا آملی طرح اولیه لوگوی آن را ارائه کرد و آقای وحید ثابتی آن را نهایی کرد. اولین نویسنده «بچه‌ها بشری» خانم نرجس رحیمی‌نژاد بود که کودکان نابینا بارها از اشعار و مطالب زیبای او بهره‌مند شده‌اند. نزدیک دو سال است که یک دوست جوان و پر انرژی به جمع دوستان «بچه‌ها بشری» ملحق شده است. خانم شهرزاد احمدزاده که تدریس و آموزش به آینده سازان ایرانی افتخار اوست، مطالب گوناگونی را اعم از داستان، طنز، موضوع‌های علمی، سلامت و بهداشت از منابع مختلف گلچین و به کودکان بشری تقدیم می‌کند. خانم ایران پرنده هم در تنظیم و تدوین مطالب بچه‌ها بشری سنگ تمام می‌گذارد اما پیشرفت این ماهنامه نوپا و استقبال گسترده کودکان نابینا و خانواده ایشان از آن را مرهون نگاه دقیق و ریزبین کسی هستیم که با پذیرش ویراستاری ماهنامه بچه‌ها بشری، همه ما را به شاگردی‌اش مفتخر کرد زیرا ویراستاری نشریه کودکان کار هر

کسی نیست همان گونه که سرودن شعر و نوشتن مطلب برای این عزیزان نیز مهارت و دانش خاصی را اقتضا می کند. آقای محمد حسینی با وجود فعالیت های گسترده فرهنگی خویش نخستین نشریه کودکان نابینا را با نام خود به عنوان ویراستار و معلم مزیّن کردند.

اکنون به سراغ گروهی می رویم که ستون های خیمه بشری بوده و هستند یعنی نیکوکاران بی نام و نشان اما پر توان و ثابت قدم که حتی پیش از تولد بشری، راه خدمت به نابینایان را در پیش گرفتند. کسانی که ما از آنان با نام خیرین بشری یاد می کنیم، لزوماً افراد ثروتمندی نیستند که با اهدای زمین یا کمک مالی چند ده یا چند صد میلیونی شهرت یافته باشند بلکه هر کدام از این عزیزان در شغل خود کمکی به بشری کرده اند. یکی با کمک مالی حتی از جهت مادی اندک و از جهت معنوی فراتر از ارزش ریالی، دست ماهنامه را گرفته و دیگری در زمینه تهیه کاغذ، چاپ جلد، خدمات رایانه ای و خدمات باربری و ده ها لطف ارزشمند دیگر.

در ابتدا باید از برخی مسئولان پیشین وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی یاد کنیم که توجه ویژه آنان، به بشری توان فعالیت داد. آقایان صفی، مختارپور، ملکیان و محمدزاده معاونان مطبوعاتی وزارت ارشاد، تقی‌پور، ظهوریان، پرویزی، قاضی‌زاده و پاک‌آیین مدیران کل مطبوعات و خبرگزاری‌های داخلی، هر یک در طول حضور خود در این سمت‌ها با لطف و عنایتی خاص، اولین عضو نابینای غیر دولتی خانواده مطبوعات را همراهی کردند و هر یک از کارکنان این معاونت در هر شغل و وظیفه‌ای بوده‌اند، دست بشری را گرفته و با توجه به امکانات و توان خود گاهی از کار آن گشوده یا یک راهنمایی سودمند ارائه و این ماهنامه را مرهون لطف و محبت فراوان خود کرده‌اند.

و اینک یک صف طولانی از اسامی افراد و مؤسسه‌ها پیش روی ماست که در برابرشان دست ادب و تواضع بر سینه می‌گذاریم و از تک تک آنان قدردانی می‌کنیم. یادآور می‌شویم تقدم و تأخر در ذکر اسامی، نشانه کم یا زیادی عنایت این نیکوکاران نسبت به

بشری نیست و به هیچ وجه از ارزش والای لطف عزیزان نمی کاهد. آقایان احمد و محمود محبی از مؤسسه نگاررایانه، آقای اسماعیل محبی فرید از آریا سیستم، آقای سعیدی از چاپ مهتاب، آقای امیر روایی نیا از چاپ امیر علم، کارکنان لیتوگرافی نوید، آقایان شهبازی و پژمان از کاغذفروشی های گلبرگ و پژمان، مؤسسه رول و شیت حمید، کارکنان باربری قدس از جمله آقای مصطفی عامری. همچنین آقایان مصطفی امیدپور، حسین رضائیان، برادران خادم، برادران رضازاده، غلامرضا رستم خیاط، مهرداد هاشمی پناه، خانواده آقاجانزاده، حسن شیخی، آقایان گل محمدی و ملک محمدی در صنایع چوب، آقایان اخباری از شرکت صنعتی گام و مرادی که تلاش های فراوان آنان در تهیه قالب لوح و عصای سفید شایان توجه است و آقای پرور هم که در تولید قلم و عصا لطف زیادی به ما داشتند.

جایگاه کارکنان زحمتکش منطقه ۱۷ پستی در میان همکاران بشری جایگاه ویژه است زیرا آنان از هنگام ارسال نخستین شماره

از ماهنامه در صحنه حاضر بودند و هیچ‌گاه سنگر خدمت خود را ترک نکردند. گرچه برخی مشکلات کار ارسال نشریه برای شما را گاه دشوار کرده از جمله افزایش هزینه پست سفارشی اما هیچ چیز نمی‌تواند از ارزش والای خدمات کارکنان اداره پست منطقه ۱۷ تهران بکاهد و این عزیزان همواره مشمول دعای خیر ما و مخاطبان هستند.

عزیزان! اکنون زمان آن رسیده که برای بردن نام عده‌ای بایستیم و فاتحه و صلواتی را تقدیم روح بلند مسافرانی کنیم که روزی در جمع خانواده بشری حضور جسمانی داشتند و اینک از دیار باقی نظاره گر ما هستند و اطمینان داریم دعای خیرشان شامل حال بشری یاران و مخاطبان‌شان است. گرچه طی ده سال گذشته برخی نیکدلان و نیک اندیشان عازم سرزمین ابدیت شدند اما نام و خاطره خدمات آنان در حافظه بشری باقی می‌ماند. بشری با کمال تواضع در برابر روح والای خانم‌ها هم‌بدر و معصومه سرلک و آقایان ماشا... رضازاده، ماشا... آقاجانزاده و

احمد ناظم الحسینی ادای احترام می‌کند و متعهد می‌شود چراغی را که این عزیزان در صحنه مطبوعات روشن کردند، فروزان نگه دارد و از هیچ تلاشی برای خدمت خالصانه و بی‌توقع به نابینایان کوتاهی نکند.

گفتیم و گفتیم اما هنوز هیچ نگفتیم! ورق زدن دفترچه خاطرات ده ساله بشری نیاز به وقت و صفحات بسیاری دارد اما آنچه در سربرگ همه صفحات ماهنامه و خاطراتش همچون خورشیدی فروزان و گوهری نفیس خودنمایی می‌کند، نام یک خانواده به بزرگی ایران است که همه یاران بشری از جهت خدمت به این خانواده به خود می‌بالند. خانواده نابینایان ایران صاحب امتیاز، مدیر، سردبیر، هیأت تحریریه و آغاز و پایان بشری است و تک تک اعضای این خانواده، حق بزرگی بر گردن بشری دارند.

دوست نابینا، عزیز کم‌بینا! اگر بشری به ده ساله شدن و رشد و پیشرفت خود افتخار می‌کند، اگر همواره برای تنوع بخشیدن به

محتوایش تلاش می کند، اگر مصمم است هر ماه بهتر از ماه قبل در برابر شما ظاهر شود و صدها اگر دیگر همه به این دلیل است که شما سروران، او را پذیرفتید، مطالبش را با دقت و موشکافی خواندید، اشتباهاتش را تذکر دادید اما با کرامت از آن چشمپوشی کردید، راه درست را برای آینده نشان دادید. اگر قدری با تأخیر در خانه تان را زد، نگرانش بودید و سراغش را گرفتید.

اگر این ماهنامه مطابق طبع مشکل پسند شما بوده و اگر مایلید شاهد بیستمین جشن تولد بشری باشید، همچون والدینی باشید که فرزند ۵۰ ساله خود را کودک می دانند و پیگیر امور زندگی اش هستند، ماهنامه را از سخاوت اندیشه های عمیق خود برخوردار سازید و اجازه دهید چشمه های دانش و مهر تک تک شما در پیکری به نام بشری به یکدیگر پیوندد و رودخانه ای از دانایی و دریایی از مهربانی را به جریان اندازد.

ناگفته‌های بشرایی

به مناسبت دهمین سال انتشار بشری از همکاران خواستیم به دور از مطالبی که هر ماه تقدیم می‌کنند، قدری خودمانی‌تر با شما سخن بگویند، نحوه آغاز همکاری خود با ماهنامه را بیان کنند و در یک کلام، هرچه دلشان می‌خواهد به دوستان ندیده بگویند.

خانم ایران پرنده درباره نحوه آشنایی خود با ماهنامه چنین می‌گوید: «اوایل سال ۹۰ بود، آقای بسیار موقر و مؤدب گهگاه به دبیرخانه می‌آمد و نامه یا قراردادی را ثبت می‌کرد. و چند روز بعد هم برای پیگیری می‌آمد. من در دبیرخانه معاونت فرهنگی وزارت ارشاد شاغل هستم. بنا بر روحیه و اعتقادات خاصی که دارم، چند سالی است که از نوشته‌های کوتاه و پر معنی در دبیرخانه استفاده می‌کنم یعنی آنها را روی کاغذهای کوچک به صورت درشت تایپ می‌کنم و روی وایت بردی که پشت سرم است قرار می‌دهم تا ارباب رجوع موقع ثبت نامه کمی به آن توجه کند و زمان برایش کسل کننده نباشد.

یک روز همان آقای محترم که بعد فهمیدم جناب آقای یوسفی است، به من گفت: میشه خواهش کنم این نوشته‌ها را در اختیار ما هم قرار بدهید تا در نشریه بنویسیم؟ گفتم: حتما. تعداد زیادی از این نوشته‌ها را تهیه و تایپ کردم و برایشان ارسال کردم. خلاصه از همین جا با نشریه بشری و خانم اطمینانی عزیزم آشنا شدم و کم‌کم با درخواست آنها فعالیت را در نشریه شروع کردم.

همیشه از نزدیک شاهد تلاش این دو بزرگوار بودم که چطور با وقت اندک و گاهی با خستگی زیاد سعی دارند نشریه و کتاب‌هایی را که به صورت بریل چاپ می‌کنند، به موقع به دست شما دوستان خوبم برسد. همیشه از خدا سپاسگزارم که مرا در راهی قرار داده که با همه مشغله‌ای که دارم، حضور در نشریه به من احساس خوبی می‌دهد. از خدای بزرگ خواستارم به من توان و قدرت زیاد بدهد تا گوشه‌ای از کار را به عهده بگیرم و به این دو بزرگوار عمری طولانی به همراه سلامتی کامل عطا فرماید. همه شما را دوست دارم و برایتان آرزوی صبر و سرفرازی می‌کنم و دست

**تک تک کسانی را که بی توقع برای بشری خدمت می کنند
می بوسم. پرنده کوچک شما، ایران»**

**اکنون پای صحبت پیشکسوت بشرایی ها می نشینیم: «وقتی در
سال ۸۱ مدیر مجتمع خزائلی بودم، به واسطه حضور سرکار خانم
شایسته خزائلی دختر مرحوم خزائلی، پای خیلی از افراد
علاقه مند به ایشان و نابینایان و همچنین دوستداران دکتر
محمد خزائلی به مدرسه باز شد. از جمله این افراد، مسئولان فعلی
ماهنامه بشری بودند که علاوه بر کمک به مدرسه و انتقال هدایای
خیرین به دانش آموزان نیازمند، قدم های اولیه تأسیس تشکیلاتی
برای خدمت رسانی به نابینایان سراسر کشور با تأکید بر امور دینی
و فرهنگی را برداشتند.**

**آنان با استفاده از تجربیات کارکنان مدرسه و تشویق آنها،
مراحل خدمت به جامعه هدف از جمله رفع نیازهای قرآنی و کتب
ادعیه، اطلاع رسانی و هدایت فرهنگی نابینایان و همچنین تهیه و
ابداع وسایل اساسی آنان از جمله عصا، قلم و لوح بریل را یکی**

پس از دیگری طی کردند و در تابستان ۸۳ که ماهنامه بشری آغاز به کار کرد، ویژه نامه‌های مختلفی را هم برای نابینایان منتشر کرد.

از آنجا که جمعی از نیکوکاران و خیرین پشتیبان خانم اطمینانی و آقای یوسفی در این مسیر بودند، من هم مثل هر فرد دیگری که دنبال انسان‌های مخلص می‌گردد، سعی کردم در کنار آنها قرار گیرم تا همراه با آنان بخشی از تلاش و فعالیت‌ها را برای جلب رضایت الهی در خدمت به آسیب دیدگان بینایی بجای بیاورم. لذا با آنان همسو شدم اما با وجود کاهش همراهی در سال‌های اخیر، سعی کردم ارتباط خود را با این مؤسسه حفظ کنم و بویژه در تهیه مطالب ورزشی بشری در کنارشان باشم. البته هر از چند گاهی از نعمت همصحبتی و مشورت با یک دوست نیز بهره می‌برم. امیدوارم خدای متعال همه خدمت‌گزاران واقعی را تأیید نماید.

ابراهیم کربلایی»

خانم سیده زهرا آرامی ویراستار بشری هم گفتند: «حدود ۷-۸ سالی که با بشری همکاری می‌کنم، بهترین سال‌های عمر من است. هر وقت نسخه ویراستاری شده ماهنامه را تحویل می‌دهم، گویی دوباره متولد شده‌ام چرا که احساس می‌کنم یک کار نیک در زندگی‌ام انجام داده‌ام که توشه معنوی‌ام را سنگین‌تر می‌کند. ای کاش زودتر از این با ماهنامه بشری آشنا می‌شدم تا زندگی‌ام زودتر رنگ و بوی جدید به خود می‌گرفت.

خانم راضیه کباری یکی از قدیمی‌ترین اهالی نابینای رسانه هم به مناسبت دهمین سال تولد بشری گفتند: «بشری، نهالی که ۱۰ سال پیش با هم نهاده بودیم، امروز نوجوانی است که از پسِ طوفان‌ها، همچنان برپا ایستاده و سال‌های باروری خود را می‌گذراند. آن روزها که بار و بُنه حرکت را می‌بستیم، امید داشتیم این قطار همواره در حرکت باشد و در فضای مطبوعاتی کشور، آبرویی باشد برای نابینایان این مرز و بوم. هر چند من در اولین ایستگاه‌های مسیر از آن پیاده شدم اما امروز شیرینی

رسیدن به این آرزو را می‌چشم زیرا شاهد رسیدن قطار بشری به ایستگاه دهم هستم.»

سخن خانم ناهید قادری نسب یکی از همکاران پر کار بشری خطاب به مخاطبان چنین است: «دفتر زندگی‌ام را که ورق می‌زنم، می‌بینم که هیچ خاطره‌ای دور نیست و خاطره، همان زندگی است با سرفصل‌های دیروز، امروز و آینده. ماهنامه بشری که امروز دهمین سالگرد تولدش را جشن گرفته‌ایم، یکی از فصل‌های همیشه بهار من است و می‌خواهم در قاب آینده بماند با واژه‌های امیدوار و رنگ‌های روشن و پر نور. نمی‌دانم چند سال و چند ماه و چند روز با هم بودنِ ما تا چه اندازه مهم است اما پیوستن آغاز شد و همراهی تا کنون ادامه دارد. این یعنی فرصتی برای بودن که تمام احساس من، عاشقانه تولد ثانیه‌های دوباره را بخواهد برای صدمین سالگرد بشری.»

خانم الهه ثابتی هم در یک یادداشت کوتاه، نظر خود و برادر گرامیشان آقای وحید ثابتی را درباره بشری چنین یادآور

شده‌اند: «من و برادرم، بشری را از طریق مادرم شناختیم. روز اول که به دفتر مجله آمدم، حس کردم وارد دنیای جدیدی شده‌ام دنیایی که در آن بدون چشم می‌توان دید. متأسفانه نتوانستم همکار دائمی بشری باشم. فقط یک بار غرفه بشری در نمایشگاه مطبوعات را طراحی کردم ولی از نظر من بشری یک عزم به بار نشسته است و بابت تداومش آن را تحسین می‌کنم.»

فضیلت قرائت سوره مجادله

سوره مجادله، پنجاه و هشتمین سوره قرآن کریم و نام دیگرش «قد سمع»، مدنی و دارای ۲۲ آیه است. در تمام این سوره نام مبارک «ا...» تکرار شده است.

از رسول گرامی اسلام (ﷺ) روایت شده که فرمودند: «هر کس سوره مجادله را قرائت کند، از افراد حزب خدا نوشته می‌شود.»
امام صادق (علیه السلام) فرمودند: «هر کس سوره حدید و مجادله را در نماز واجب قرائت کند و بر انجام آن مداومت ورزد، خداوند

او را تا زمان مرگش هرگز عذاب نمی‌کند و نه در خودش و نه در خانواده‌اش هیچ بدی نمی‌بیند و هرگز فقیر و نیازمند نمی‌شود.»
در روایت دیگری از ایشان نقل شده است: «هر کس شب جمعه سوره مجادله را قرائت کند، تا صبح از بلاها در امان می‌ماند.»

ماه عشق‌بازان

هزاران آفرین بر جانت ای ماه
روانِ عاشقان قربانت ای ماه
مبارک باد ماه عشق‌بازان
که بنشینند در ایوانت ای ماه
مبارک باد عید روزه داران
نکویان جهان مهمانت ای ماه
مبارک باد شهر... اعظم
همایون طالع رخسانت ای ماه
همه مهمان سلطان وجودیم
خوشا بر سفره احسانت ای ماه
نزول دفتر عشق و صعودش

شب قدر است در دورانت ای ماه
نصیب روزه‌داران، دیدن یار
در ایوان عظیم الشانت ای ماه
دو شادی، روزه‌داران را فرستند
ز لطف حضرت سبحانت ای ماه
یکی هنگام افطار اندر این دار
دگر در جنت رضوانت ای ماه
مبارک باد عشق روزه‌داران
که گفت: «الصوم لی» در شانت ای ماه
دل از روزه شود آینه دوست
در او پیدا رخ جانانت ای ماه
سلام سید سجاد و عباد
نثار طلعتِ رخسانت ای ماه

«حسین الهی قمشه ای»

منافقان نیکوکار

«منافقان می‌خواهند خدا را فریب دهند، حال آن‌که خدا آنها را
فریب می‌دهد و چون به نماز برمی‌خیزند، با اکراه و کاهلی

برمی خیزند و برای خودنمایی نماز می خوانند و در نماز، جز اندکی، خدا را یاد نمی کنند.»

سوره نساء آیه ۱۴۲

خدایا! تو همه را به کارهای خوب دعوت کرده ای کارهای خوبی که راه رسیدن به تو را آسان می کند. نماز، روزه، کمک کردن به دیگران و خیلی چیزهای دیگر اما آدم هایی هستند که کارهای خوب انجام می دهند ولی نه برای تو نه برای این که به تو نزدیک تر شوند برای این که دیگران ببینند و از آنها تعریف کنند. آنها نمازهایشان را برای دیگران می خوانند، روزه هایشان را هم برای دیگران می گیرند. هر کاری می کنند، برای دیگران است و تصور می کنند می توانند فریت دهند.

امروز که این آیه را خواندم، در دل به آنان خندیدم به آنها که فکر می کنند می توانند تو را فریب دهند و خبر ندارند که تو از همه چیز باخبری و نمی دانند که خودشان فریب خورده اند. اسم این کار آنان، ریاکاری و دورویی است. تو هم از افراد منافق و دورو متنفری. چقدر اشتباه می کنند آنها که نظر دیگران برایشان از نظر تو مهم تر است. روراستی و صداقت چیزی است که تو از ما

توقع داری. خدایا! ما را ببخش که اینقدر برای چشم‌ها و حرف‌های دیگران زندگی می‌کنیم.

«عرفان نظرآهاری»

شاد کردن دوست

روزی پسری غمگین نزد درختی خوشحال رفت و گفت: من پول لازم دارم! درخت گفت: من پول ندارم ولی سیب دارم. اگر بخواهی، می‌توانی تمام سیب‌های مرا بچینی و به بازار ببری و بفروشی تا پول به دست آوری. آن وقت پسر تمام سیب‌های درخت را چید و فروخت. هنگامی که پسر بزرگ شده و تمام پول‌هایش را خرج کرده بود، نزد درخت باز گشت و گفت: می‌خواهم یک خانه بسازم ولی پول کافی ندارم که چوب تهیه کنم. درخت گفت: شاخه‌های مرا قطع کن، آنها را ببر و خانه‌ای بساز. پسر تمام شاخه‌های درخت را قطع کرد. آن وقت درخت شاد و خوشحال شد.

پسر بعد از چند سال، بدبخت‌تر از همیشه برگشت و گفت: من از همسر و خانه‌ام خسته شده‌ام و می‌خواهم از آنها دور شوم اما وسیله‌ای برای مسافرت ندارم. درخت گفت: مرا از ریشه قطع کن

و میان مرا خالی کن و روی آب بینداز و برو. مرد درخت را از ریشه قطع کرد و به مسافرت رفت اما درخت هنوز خوشحال بود. دوستان! آیا شما هم حاضرید دوستانان را شاد کنید یا برای شاد کردن دیگران بهایی بپردازید؟ آیا پرداخت این بها، حد و مرزی دارد؟ آیا حاضرید به خاطر خوشبختی و شادی کسی حتی جان خود را فدا کنید؟ منظورم این نبود که باید چنین کنید منظورم این بود: «آیا کسی را بی قید و شرط دوست دارید؟ چند نفر را؟»

عیب دنیا این است که همه می خواهند فرد مهمی باشند ولی هیچ کس نمی خواهد انسان مفیدی باشد. درختان، میوه خود را نمی خورند، ابرها باران را نمی بلعند، رودها آب خود را نمی نوشند. بزرگی گفت: همه آنچه که جمع کردم، بر باد رفت و همه آنچه که بخشیدم، مال من ماند. در واقع انسان جز آنچه با دیگران تقسیم می کند، چیزی ندارد. عشق، پول و مال نیست که بتوان آن را جمع کرد. عشق، عطر و طراوتی است که باید با دیگران تقسیم کرد.

«تو تویی، امیررضا آرمیون»

حقایق کاری

*** هموار کردن راه زندگی خودتان کار هوشمندانه‌ای است به شرط این که هیچ کس دیگری دقیقاً از همان مسیر عبور نکند.**

*** کاری که هر روز انجام می‌دهید، از کاری که گاهی به آن می‌پردازید مهم‌تر است.**

*** کاری که امروز آغاز نشود، فردا به پایان نخواهد رسید.**

*** اگر برای دست به کار شدن منتظر شرایط، ایده‌ها و برنامه‌های مناسب بمانید، هرگز موفقیتی کسب نخواهید کرد.**

*** اگر دست به کاری بزنید و اشتباه کنید، ده‌ها بار بهتر از این است که هیچ کاری نکنید.**

*** امروز و فردا کردن در انجام یک کار، آن را دشوارتر و ترسناک‌تر خواهد کرد.**

*** شما نمی‌توانید چیزی که جرأت مواجهه با آن را ندارید تغییر دهید.**

*** اگر همان کاری را انجام دهید که تا کنون انجام می‌دادید، به همان چیزی می‌رسید که تا کنون داشته‌اید.**

*** هر چه بیشتر تلاش کنید، خوش شانس تر خواهید بود.**

*** مهربانی و تلاش فراوان در کنار یکدیگر همیشه شما را از مرزهای هوش و ذکاوت فراتر می‌برند.**

«سولماز فروتن، مجله موفقیت»

به دنبال نعمت

نعمت زیاد و کامیابی ایجاد کنید عبارت تأکیدی: «همه نعمت‌های جهان برای من است» را به خود بگویید. مهم نیست که اول به آن معتقد نبودید. بگذارید تصورات منفیتان از بین بروند، منفی بافی مانع کامیابی شما خواهد شد. اگر به دنبال نعمت و کامیابی بگردید، آن را در همه جا پیدا می‌کنید. نعمت‌های جهان را تجربه کنید. از هر چیز به قدر وفور در جهان وجود دارد، این ما هستیم که تعادل را بر هم و کامیابی را دامن می‌زنیم. هر قدر بیشتر به دنبال نعمت‌های خداوند بگردید، بیشتر آنها را به دست می‌آورید.

ارزش‌های ذاتی خود را کشف کنید موفقیت برای شما چه معنایی دارد؟ آیا دنبال شهرت، ترفیع، خرسندی، امنیت و آرامش ذهنی هستید؟ فهرستی از تمام ارزش‌های شخصی که برایتان مهم

است، تهیه کنید. ممکن است این کار به شما کمک کند در مورد صفات شخصیتی که برایتان ارزش دارد، فکر کنید صفاتی مانند: صداقت، زیبایی، مثبت بودن، هوش، صبر، اشتیاق، بخشندگی و کامل بودن. هر چند صفت را انتخاب کنید، همان ارزش‌های ذاتی شماست. اگر می‌خواهید احساس موفقیت کنید، باید این ارزش‌ها با زندگی خصوصی و کاری شما آمیخته شوند. اگر این ارزش‌ها از بین بروند، زندگی شما هرگز معنایی نخواهد داشت.

«روانشناسی ساده، ترجمه سپیده خلیلی»

تبرت را تیز کن

آلن هیزم شکن، ده سالی می‌شد که به استخدام یک کارخانه چوب درآمده بود اما ترفیع نگرفته بود. پس از مدتی، رئیس کارخانه ریچارد را برای همان شغل استخدام کرد. ریچارد توانست در همان سال اول ترفیع بگیرد. آلن که بسیار ناامید شده بود، نزد رئیس رفت و گله کرد. رئیس به او گفت که تولیداتش ظرف ده سال گذشته افزایش نداشته و این در حالی است که ریچارد در مدت یک سال، بیش از او درخت انداخته و تحویل کارخانه داده است.

مدیر کارخانه به آلن قول داد اگر بازده کاری اش را بالا ببرد، به او نیز ترفیع بدهد. آلن سر کار خود برگشت و سخت تر از پیش تلاش کرد ولی تلاشی بی نتیجه بود. روزی به طور اتفاقی ریچارد را ملاقات کرد و تصمیم گرفت راز موفقیت او را بپرسد. ریچارد در جواب گفت که بعد از بریدن هر درخت، اندکی استراحت و در همان حال تبر خود را تیز می کند. ناگهان آلن دریافت آن قدر سرگرم انداختن درخت می شود که فرصتی برای دست از کار کشیدن و تیز کردن تبرش پیدا نمی کند.

بسیار مهم است که به دنبال فشار ناشی از کار سنگین، دست از کار بکشیم و هر از چند گاهی استراحت کنیم. برای مدتی در کارتان وقفه بیندازید و از جسم و ذهن خود مراقبت کنید. زمانی را صرف رشد شخصیتی خود کنید تا هم پیشرفت و هم در افکار خود تجدید نظر کنید. به اطراف خود بنگرید، خواهید دید که سمینارهای زیادی برگزار می شوند، کتاب های زیادی چاپ و مواد آموزشی فراوانی وارد بازار می شوند. عادت کنید که در جست و جوی کتاب های مفید و خواندنی باشید.

«داستان هایی به کوتاهی زندگی، ترجمه مرجان توکلی»

حرف‌هایی که حرف ندارد

- ♣ «هم‌همه» را دوست دارم، «هم سکوت» را.
- ♣ «حرفِ کسی» را نزن، با «حرف، کسی» را نزن.
- ♣ رودخانه برای «رسیدن به خانه»، «دل به دریا زد».
- ♣ «جرم سنگینش»، «خواب سنگینش» بود!
- ♣ «بسته» فکر نکن، تا رویت حساب «باز» کنند.
- ♣ «خودپسند»، «خوش پسند» نمی‌شود.
- ♣ با «زبون خوش»، سکوتم را راضی به «شکستن» کردم!
- ♣ «زمینه» باشد، «انگیزه» آدرس را بلد است.
- ♣ پس از «دست‌انداز»، «چشم‌اندازِ چشمنوازی خواهی یافت».
- ♣ وقتی از تلاش «دست نکشید»، دستش را به عنوان موفقیت «بالا کشید».
- ♣ «تنهایی» گاهی نه تنها بد نیست بلکه «تنها» راه حل است.
- ♣ وقتی به نقاش گفتم «دردم را بکش»، «خجالت کشید».
- ♣ قلمِ «سر به زیر»، «پر رنگ و خوانا» می‌نویسد.
- ♣ وقتی ابر، «ابرو در هم کشید» مشخص شد چی «بارش» است!

♣ زبان خوش «سرمایه» است، زخم زبان «سرمایه» است!

♣ «روزانه» با «روزنه‌ای» نو دیدار دارم.

♣ تجربه‌ای که «اندوختی»، چرا دور «انداختی»!

♣ شنیدن، «تحمل» می‌خواهد گفتن، «تأمل» می‌خواهد.

«علي درویش»

توقف در زنجان

غار کتله‌خور این غار که از زیباترین غارهای ایران است، در ۱۶۵ کیلومتری زنجان و در ۵ کیلومتری گرماب از توابع شهرستان خداوند قرار دارد. مسیر معمول برای بازدید از این جاذبه طبیعی، جاده زنجان به خداوند در امتداد زرین آباد به گرماب است. غار کتله‌خور غاری آهکی که در برخی نقاط آن گل رس قابل مشاهده است. زیبایی این غار به دلیل وجود استالاکتیت‌ها و استالاگمیت‌های زیبا در آن است که در تمام گذرگاه‌های غار دیده می‌شوند. خالص بودن آهک موجب شفافیت آنها و در نتیجه عبور نور از قندیل‌ها می‌شود. یکی دیگر از زیبایی‌های این غار، تعدد طبقات آن است که از نمونه‌های کم نظیر در جهان است.

گنبد سلطانیه این گنبد عظیم در مرکز سلطانیه واقع شده است. گنبد سلطانیه به خاطر ارتفاع ۴۸ متری و یک هزار و ششصد تن وزن، می‌تواند یکی از عجایب دنیا باشد. زمانی که مغول‌ها به ایران سرازیر شدند، هر ساله دشت سلطانیه شاهد برافراشتن چادرهایی بود که مسکن شاه و سرداران او در تابستان به حساب می‌آمد تا این که ارغون تصمیم به ایجاد شهری در آنجا گرفت. پس از مرگ او، اولجایتو قلعه‌ای در مرکز این شهر ساخت و سرانجام سلطان محمد خدابنده معماران و مهندسان را جمع کرد و گنبد سلطانیه ساخته شد. قصد سلطان محمد خدابنده این بود که مرقد حضرت علی (علیه السلام) را به این مکان انتقال دهد ولی چون با مخالفت علما مواجه شد، این بنا را به آرامگاه خود اختصاص داد. نمای ساختمان، تقلیدی از معماری سلجوقی و معماری آن الهام‌بخش بناهای مهم رنسانس بوده است. گنبد سلطانیه پس از کلیسای سانتا ماریا دلفیوره ایتالیا و مسجد ایاصوفیه استانبول، سومین گنبد بزرگ جهان است. این بنا در طبقه همکف و طبقه اول دارای شکل نزدیک به مستطیل و در طبقات دوم و سوم شکل هشت

ضلعی منظم است. گنبد از نظر تزیینات، اوج معماری ایران است. عمده‌ترین تزیینات آن شامل تزیینات آجری، گچبری و کاشیکاری است که به منزله دانشگاه هنرمندان آن دوره به شمار می‌آید. هشت مناره آجری این بنا نیز نیروی رانش گنبد را خنثی می‌کنند.

«جاذبه‌های گردشگری ایران، مسعود سنوبری»

پس از شنا

تمام مواد شیمیایی موجود در آب، علاوه بر لباس می‌توانند به سطح پوست شناگران هم بچسبند و ناراحتی‌های پوستی مختلفی را ایجاد کنند. احتمال ابتلا به ناراحتی‌های پوستی بر اثر تماس مکرر با آب استخر در افرادی که زمینه ابتلا به حساسیت‌های پوستی، خشکی پوست و اگزما را دارند، بیشتر از سایر افراد است. ممکن است پوست چنین افرادی به دلیل وجود کلر یا مواد شیمیایی موجود در آب استخر، دچار خارش و التهاب شود. به همین دلیل لازم است افراد بلافاصله پس از خروج از استخر و پیش از پوشیدن لباس، بدنشان را به خوبی آبکشی کنند تا کلر و مواد شیمیایی موجود در آب استخر از بدن آنها پاک شود. به این ترتیب احتمال ابتلا به تحریک پوستی در شناگران کم می‌شود.

اگرما الزامی در شستن بدن با مواد شوینده مختلف پس از شنا وجود ندارد. توصیه ما به افرادی که دچار خشکی پوست هستند و احیاناً از اگزماهای پوستی هم رنج می‌برند، این است که پس از شنا پوست خود را تنها با آب بشویند و تا جایی که می‌توانند از مواد شوینده و پاک کننده استفاده نکنند تا خشکی پوستشان تشدید نشود. اگر شما وسواس دارید و حس می‌کنید که حتماً باید از یک شوینده برای پاک کردن پوست استفاده کنید، این کار را پس از دوش گرفتن در استخر و خارج شدن از آن، در حمام منزلتان انجام دهید زیرا بیشتر شوینده‌های موجود در استخرها با کیفیت و مرغوب نیستند و باعث خشکی بیشتر پوستتان می‌شوند. البته افراد دارای پوست خشک می‌توانند شوینده‌های مخصوص پوست خود را به استخر ببرند و بدنشان را با آنها شستشو دهند تا دچار حساسیت و خشکی بیشتر پوست نشوند.

«دکتر بهروز باریکبین، مجله سلامت»

لطایف نصرالدین

😊 روزی عده‌ای از افراد شهر پیش نصرالدین آمدند و از او پرسیدند: دنیا چه اندازه می‌ارزد؟ نصرالدین تا خواست جواب

دهد، جنازه‌ای را از آنجا عبور دادند. او به تابوت اشاره کرد و گفت: این موضوع را باید از این شخص پرسید که دنیا را ترک کرده است.

😊 روزی نصرالدین خری را با خود به بازار برد تا بفروشد. هر کس برای خرید می‌آمد، اگر از جلو به خر نزدیک می‌شد، خر دهانش را باز می‌کرد و می‌خواست او را گاز بگیرد. اگر از پشت سر خر می‌آمد، به او لگد می‌زد. در این حال شخصی جلو آمد و به نصرالدین گفت: نمی‌توانی با این وضع خر را بفروشی. او گفت: من نیز قصد فروش آن را ندارم، فقط می‌خواهم مردم بدانند من از دست این خر چه می‌کشم.

😊 روزی نصرالدین قوری زیبایی خرید و به طرف خانه‌اش به‌راه افتاد. در راه با خود فکر کرد: اگر قوری در خانه شکست، چینی بندزن از کجا بیاورم تا آن را بند بزنند؟ آن قدر با خود فکر کرد تا به این نتیجه رسید: بسیار خوب است حالا که در بازار هستم و چینی بندزن نیز اینجا است، خودم قوری را بشکنم و بدهم بند بزنند.

☺ نصرالدین نصف شب از خانه‌اش خارج شد و در خیابان می‌گشت. داروغه او را دید و پرسید: این وقت شب در کوچه و خیابان چه می‌کنی؟ نصرالدین گفت: خدا مبتلایت نکند، سر شب خوابیدم ولی یک‌دفعه خوابم پرید، چند ساعت است که به دنبالش می‌گردم ولی به گردش نمی‌رسم.

☺ روزی نصرالدین در حال عبور از کوچه‌ای بود که ناگهان چشمش ندید و به یک مرد گردن کلفت تنه زد. مرد برگشت و به او ناسزا گفت. نصرالدین اندکی ایستاد و به مرد نگاه کرد. دو قدم جلو رفت و گفت: به من ناسزا می‌گویی؟ مرد یک قدم جلو آمد و گفت: نخیر، به پدر و مادرت ناسزا می‌گویم. نصرالدین دو قدم عقب رفت و گفت: ببخشید، خیال کردم به من ناسزا گفتید؟

«قادرینسب»