

بشری



علمی، فرهنگی، اجتماعی، ورزشی

● شماره ۳۰۲

● شهریور ۱۴۰۰

ISSN 1735-3658 شماره ثبت بین‌المللی

اولین نشریه دوگانه ویژه تابستانیان و کم بینایان در خاورمیانه

با احترام تقدیم می شود

- ۲..... از ما چه می خواهند؟
- ۶..... اولی الامر
- ۸..... چه هستیم و چه می کنیم؟
- ۱۰..... شرح بلای زینب
- ۱۱..... ما چقدر زودباور هستیم!
- ۱۲..... توصیه های آرامش بخش
- ۱۴..... دولت عشق
- ۱۶..... متوجه خود باشیم!
- ۱۷..... چشمه سار معرفت
- ۱۹..... هیچ چیز به چشم نمی آید!
- ۲۱..... خطر شکست را بپذیرید!
- ۲۲..... مرگ خوبی ها
- ۲۳..... مراسم بزرگداشت
- ۲۵..... سکونت در کاروانسرا
- ۲۶..... چتر نجات
- ۲۷..... هر دردی را درمانی هست!
- ۲۸..... اسطوخودوس
- ۳۱..... ترفندهای آشپزی

از ما چه می‌خواهند؟

یکی از سنت‌هایی که معمولاً در پایان مراسم عزاداری شهدای کربلا در ماه‌های محرم و صفر انجام می‌شود، دعا به درگاه الهی و واسطه قرار دادن سالار شهیدان و اهل بیت پاک ایشان در درگاه الهی برای اجابت خواسته‌ها و حاجات است. مداحان معمولاً فهرستی از حاجات را بیان می‌کنند که با درخواست فرج آخرین بازمانده زنجیره امامت آغاز می‌شود و با درخواست شفای بیماران، ادای دین بدهکاران و رفع گرفتاری‌های دنیوی پایان می‌یابد.

اما چند تن از ما عزاداران تا کنون به این امر فکر کرده‌ایم که سرور شهیدان از ما چه انتظاری دارد و ما در قبال خون پاک ایشان و فرزندان و یاران فداکارشان چه وظایفی داریم؟ بزرگی می‌گفت: «آفت دینداری، عجب و غرور است!» به نظر من این جمله را باید با طلا نوشت و همچون علامت هشدار و خطر بر سردر همه هیئت‌ها، حسینیه‌ها و تکایا آویزان کرد زیرا متأسفانه بعضی از مداحان و واعظان در مراسم عزاداری، به حاضران چنین القا می‌کنند که ریخته شدن اولین قطره اشک از چشم آنان در ماتم

سرداران کربلا، همه گناهان چند ده ساله آنان را می‌شوید و از بین می‌برد.

همین جمله به ظاهر ساده، بسیاری از ما را به این باور اشتباه رسانده که با شرکت در عزاداری، حقی بر اهل‌ییت (Σ) و حتی خداوند پیدا کرده‌ایم و به دلیل همین حق بزرگ می‌توانیم از آنان طلبکار باشیم اما آیا امام مظلومی که یاران و فرزندان و جان شیرین خود را در طبق اخلاص تقدیم درگاه دوست کرد و در بالاترین درجه بندگی و کمال جای گرفت، نیازی به اشک‌ها و سینه‌زنی و عزاداری ما دارد؟ آیا جز این است که فلسفه عزیمت نورچشم پیامبر (δ) به کربلا، جلوگیری از تحریف مبانی اسلام و دور نگاه داشتن بشر از افتادن در گرداب ذلت و گمراهی بود؟! آیا مبانی دین جدّ او چیزی جز مهربانی، انسان‌دوستی، احساس مسئولیت در قبال نوع بشر و ترجیح دادن دیگران بر خود بود؟! آیا همه جزئیات مراسم عزاداری محرم، کاملاً مطابق با اصول مورد نظر سیدالشهدا (Σ) است؟ و حق‌الناس که یکی از خطوط قرمز اسلام و سرور شهیدان بود، در این مراسم به‌درستی رعایت می‌شود؟

اگر این مراسم مطابق با دستورات اسلام و احادیث و سیره نبوی و اهل بیت (Σ) برگزار می‌شد، چرا پس از پایان محرم ما مردم دوباره همان افرادی می‌شویم که قبل از محرم بودیم؟ و چرا جرم و جنایت و تضییع حقوق عمومی و خصوصی همچنان در جامعه ما ادامه دارد و چیزی از انبوه پرونده‌ها در قوه قضائیه کم نمی‌شود در حالی که همه می‌دانیم اسلام، دینی انسان‌ساز و تعالی‌بخش است!

برگزاری مراسم عزاداری در ساعات پایانی شب، صدای ناهنجار و بعضاً آزار دهنده بلندگوهای مراسم، بی‌اعتنایی به حقوق همسایگان، ایجاد ترافیک به دلیل بی‌توجهی گروهی از میهمانان به اصول رانندگی، ایجاد مزاحمت برای اهالی محل به علت بستن کوچه و خیابان و ایجاد مشکل برای عابران به خصوص بیماران، آلوده کردن محیط زیست با ریختن ظروف یک‌بار مصرف و باقی‌مانده خوراکی‌های توزیع شده در مراسم که معمولاً با اسراف همراه است، فعالیت‌های موازی هیئت‌های متعدد در یک محل و خودداری آنها از تجمع در یک هیئت بزرگ‌تر و البته باشکوه‌تر، تنها چند نمونه از تضییع حقوق مردم در برخی از مراسم است.

دوستی می گفت: «روز بعد از عاشورا هنگام حضور در یکی از بقاع متبرکه، با صحنه‌ای مواجه شده که نه در شأن صاحب آن بقعه مبارکه و نه در شأن عزاداران حسینی بود. کسانی که مدعی برگزاری شام‌غریبان خاندان عصمت و طهارت بودند، روی سنگ‌های اطراف این بقعه شمع گذاشته و آسیب جدی به این مکان وارد کرده و در کمال بی‌مسئولیتی، فضای سبز آنجا را به محل تجمع زباله تبدیل کرده بودند.

اینکه گفته شده هنگام ظهور آخرین گوهر گنجینه امامت، مردم فکر می‌کنند ایشان دین جدیدی متفاوت از مبانی دینی رایج در جامعه آورده است؛ با توجه به مطالب یاد شده، امری غریب یا دور از ذهن نیست زیرا بعضی از تعالیم اسلام در گذر زمان به دلایل متعدد از جمله ناآگاهی مردم و برخی از برگزارکنندگان جلسات مذهبی، مداحان و سخنرانان با بدعت‌هایی آمیخته شده و تعدادی از اصول هم به دلیل محافظه‌کاری و مصلحت‌اندیشی گروهی کنار گذاشته شده است. اکنون ما مانده‌ایم و چهره‌ای از اسلام که در مواردی مطابق نص قرآن و سنت اهل بیت (ع) نیست. اگر باور داشته باشیم که ذره و مثقال خیر و شر این دنیا در آخرت حساب و کتاب دارد، به سادگی نمی‌توانیم خود را شیعه و

پیرو سالار شهیدان معرفی کنیم و به نام مذهب، حقوق افراد یا جامعه را زیر پا بگذاریم. بیایید امسال در کنار همه حاجت‌هایی که در مراسم عزاداری طلب می‌کنیم و شهدای دشت‌نینوا را برای محقق شدن آنها واسطه قرار می‌دهیم، دست‌کم به یکی از دستورات سالار شهیدان که رعایت حق‌الناس بود، پایبند و متعهد باشیم.

«سپیدار»

اولی الامر

یکی از مفاهیم والای مورد اشاره در تعالیم پیامبر اکرم (ص) و اهل بیت (ع)، موضوع «اولی الامر» است که در آیه ۵۶ سوره نساء به آن اشاره شده است. خداوند در این آیه فرموده است: «از خدا و پیامبر و اولی الامر اطاعت کنید.» اینکه اولی الامر چه کسانی هستند و باید چه شرایطی داشته باشند، موضوع مهمی است که طی قرن‌ها مورد بحث‌های گسترده محافل شیعه و اهل سنت بوده است زیرا اطاعت آنها در راستای اطاعت از خداوند و پیامبر (ص) قلمداد شده است.

فخر رازی، مفسر معروف اهل سنت، در آغاز سخنش در ذیل آیه ۵۶ سوره نساء به این حقیقت اعتراف می‌کند: «کسی که خدا اطاعت او را به طور قطع و بدون چون و چرا لازم بشمارد، حتماً باید معصوم باشد زیرا اگر معصوم از خطا نباشد و مرتکب اشتباهی شود در حالی که خداوند اطاعت او را لازم شمرده، نوعی تضاد در حکم الهی بروز می‌کند زیرا از یک طرف، خطا و گناه برای او ممنوع است و از طرف دیگر، پیروی از او لازم است و این موجب اجتماع نقیضین یعنی امر و نهی کنار هم می‌شود.»

با توجه به مطالب یاد شده، اولی الامر که در آیه فوق به آنها اشاره شده، حتماً باید معصوم باشند. فخر رازی با اینکه معروف به اشکال تراشی در مسائل مختلف علمی است، دلالت آیه را بر اینکه اولی الامر باید معصوم باشند، پذیرفته است اما از آنجا که آشنایی با مکتب اهل بیت (Σ) و امامان معصوم نداشته؛ این احتمال را که اولی الامر، اشخاص معینی از امت باشند، نادیده گرفته و ناچار شده اولی الامر را به معنی مجموع امت یا نمایندگان عموم طبقات مسلمانان تفسیر کند.

این در حالی است که احتمال مورد نظر او قابل قبول نیست زیرا همان طور که گفته شد، اولی الامر باید رهبر جامعه اسلامی باشند و حکومت اسلامی و حل و فصل مشکلات مسلمین به وسیله آنان انجام شود. می دانیم حکومت دسته جمعی عموم و حتی نمایندگان آنها به صورت اتفاق آرا عملاً امکان پذیر نیست زیرا در مسائل مختلف اجتماعی، سیاسی، فرهنگی، اخلاقی و اقتصادی که مسلمانان با آن روبه رو هستند، تحقق اتفاق آرای همه امت یا نمایندگان آنها میسر نیست و پیروی از اکثریت نیز، پیروی از اولی الامر محسوب نمی شود. بنابراین، لازمه سخن فخر رازی و بعضی از دانشمندان معاصر که عقیده او را دنبال می کنند، این است که اطاعت از اولی الامر عملاً تعطیل یا یک موضوع بسیار نادر و استثنایی شود.

«گردآوری، دکتر مریم گوهری»

چه هستیم و چه می کنیم؟

بعد از ظهر یک روز تعطیل و آفتابی، «بابی» از دوستان من که پدری خوب برای دو پسرش است؛ فرزندانش را برای بازی گلف به باشگاه برد. او پس از توقف در برابر باجه بلیت رویی، از مسئول

باجه پرسید: «آقا، ورودیه چقدر است؟» مرد جوانی که داخل باجه نشسته بود، پاسخ داد: «سه دلار برای شما و سه دلار برای هر کودکی که سنش از شش سال بیشتر باشد. برای کودکان شش ساله و کمتر از آن، ورود آزاد است و بلیت لازم نیست. آقا پسرهای شما چند سال دارند؟»

بابی پاسخ داد: «وکیل سه ساله است و دکتر هفت سال. با این حساب، می شود شش دلار، بفرمایید!» بلیت فروش گفت: «آقا، مگر پول مفت گیر آورده اید» می توانستی سه دلار برای خودت ذخیره کنی. می توانستی بگویی شش ساله است! من که نمی توانستم فرقس را تشخیص بدهم.» بابی گفت: «بله، درست است؛ اما بچه ها که فرقس را تشخیص می دهند.»

در روزگاری که پابندی به اصول اخلاقی بیش از هر زمان دیگر، از اهمیت والا برخوردار است؛ اطمینان حاصل کنیم که رفتار و گفتارمان سرمشق خوبی برای افرادی است که با آنان کار یا زندگی می کنیم.

رالف والدو امرسون می گوید: «به قدری بلند حرف می زنی که حرف هایت را نمی شنوم.»

«مترجم، راستکار محمودزاده»

شرح بلای زینب

ماجرای کربلا شرح بلای زینب است
عصر عاشورا، شروع کربلای زینب است
شرح صدرش در نمی آید به فهم اهل دل
صبر زینب، آیت صبر خدای زینب است
رُو «الم نشرح لک صدرک» بخوان کاین آیه را
عشق گفتا بعد پیغمبر، ثنای زینب است
باغبان گلشنِ سرخ ولایت، اشک اوست
حافظ خون شهیدان، گریه های زینب است
پرچم سرخی که عاشورا به خاک و خون فتاد
بر سر پا باز با صبر و رضای زینب است
کوفه و روز اسیری دیدن زینب دریغ
چون در و دیوار کوفه، آشنای زینب است
نی همین در شام و کوفه بلکه اندر کوی عشق
هر کجا پا می گذاری جای پای زینب است
کودکی زان کاروان افتاد از محمل به خاک
شب کنار بسترش زهرا به جای زینب است

خطبه او افتخار ملت اسلام شد
بانگِ الاسلامِ یعلوا در ندای زینب است
پرچمش سرهای هفتاد و دوتن بر نیزه‌هاست
ای دریغا در کف دشمن، لوای زینب است
چون توانایی به ترک جان نبودش، سر شکست
قتلگاه کوچک محمل، منای زینب است
ای «مؤید» ما کجا و مدح آن شرم آفرین
آل عصمت را سخن در اعتلای زینب است

«احمد احمدی بیرجندی»

ما چقدر زودباور هستیم!

یک دانشجوی سال آخر دانشگاه، به دلیل موفقیت در پروژه‌ای که انجام داده بود، جایزه اول را گرفت. او در پروژه خود از ۵۰ نفر خواسته بود دادخواستی مبنی بر لزوم کنترل شدید یا حذف ماده شیمیایی «دی‌هیدروژن مونوکسید» توسط دولت را امضا کنند. این دانشجو برای این خواسته خود، دلایلی را عنوان کرده بود از جمله: مقدار زیاد این ماده باعث عرق کردن زیاد و استفراغ می‌شود و یک عنصر اصلی باران اسیدی است. وقتی به حالت گاز

در می آید، بسیار سوزاننده است و استنشاق تصادفی آن باعث مرگ و نیز باعث فرسایش اجسام می شود. روی ترمز خودروها هم اثر منفی می گذارد و در تومورهای سرطانی هم یافت شده است. از ۵۰ نفر شرکت کننده در پروژه، ۴۳ نفر دادخواست را امضا کردند. شش نفر هم علاقه ای به این موضوع نشان ندادند اما تنها یک نفر می دانست ماده شیمایی دی هیدروژن مونوکسید، در واقع همان آب است. عنوان پروژه دانشجوی فوق، «ما چقدر زودباور هستیم» بود.

«سعید گل محمدی»

توصیه های آرامش بخش

* بر جسم و روح خود مسلط شو! برای اینکه شاد باشی، باید شادی آفرین شوی!

* در زندگی به جای «شناور بودن» «شناگر باش»!

* اندوه روز نیامده یعنی فردا را بر مشکلات روز آمده اضافه نکن!

* هرگز سعی نکن دیگران را قانع کنی که حرفت درست است!

* قبل از انجام کار یا گفتن سخنی، در باره ضرورت آن اندیشه کن!

- * بی‌احترامی دیگران را با بی‌اعتنایی جواب بده!
- * به جای بیزاری از انسان‌ها، از رفتارهای بد آنها متنفر باش!
- * بگذار دیگران از تو به‌عنوان فردی آرام و خوشرو یاد کنند!
- * یگانه داروی آرامبخش روح و جان، یاد خدا است!
- * خود را از اسارت زنجیرهای بدبینی، منفی‌نگری و ناامیدی آزاد کن!
- * به‌خاطر اشتباهات گذشته، خود را سرزنش نکن!
- * به دیگران کمک کن آنچه را می‌خواهند، به‌دست آورند!
- * در فرهنگ لغت خود، «شکست» را «تجربه» معنا کن!
- * با شرایط زندگی، سازگار باش!
- * هنگام از دست دادن، ناراحت نشو و هنگامی که چیزی به‌دست آوردی، خوشحال نباش!
- * در مقابل گفتار و خواسته‌های دیگران، انعطاف‌پذیر باش و نخواه که حرف، حرف خودت باشد!
- * برای کشف حقایق، زیاد تفکر کن؛ به‌خصوص در باره جهان آخرت!
- * به اندازه توانت تلاش کن و نتیجه را هرچه هست، به‌خدا بسپار!

*** هرگز خودت را با دیگران مقایسه نکن زیرا تو چیزهایی داری
که دیگران در حسرت آن هستند!**

«گردآوری، ایران پرنده»

دولت عشق

خانمی از منزل خارج و جلوی در حیاط با سه پیرمرد مواجه شد.
به آنها گفت: «شما را نمی‌شناسم ولی باید گرسنه باشید! لطفاً به
داخل بیایید و چیزی بخورید.» پیرمردها پرسیدند: «آیا همسرت
منزل است؟» زن گفت: «خیر، سرکار است.» آنها گفتند: «ما
نمی‌توانیم داخل شویم.» بعد از ظهر که همسر آن زن به خانه
بازگشت، خانم ماجرا را برای او تعریف کرد. مرد گفت: «حالا برو
به آنها بگو من در خانه هستم و آنها را به داخل دعوت کن.»

زن آنها را به داخل خانه دعوت کرد. آنها گفتند نمی‌توانند باهم
داخل خانه شوند. زن علت را پرسید، یکی از آنها توضیح داد:
«اسم من ثروت است.» بعد به دوستانش اشاره کرد و گفت: «یکی
موفقیت است و دیگری عشق. حالا برو موضوع را با همسرت در
میان بگذار. با هم تصمیم بگیرید طالب کدام یک از ما هستید.»

زن ماجرا را برای شوهرش تعریف کرد. شوهر که بسیار

خوشحال شده بود، با هیجان خاصی گفت: «بیا ثروت را دعوت کنیم و منزل مان را پر از دارایی کنیم.» اما زن مخالفت کرد و گفت: «چرا موفقیت را نپذیریم؟» در این لحظه، دختر خانواده که شاهد گفت و گوی آنها بود، این گونه نظر داد: «بهتر نیست عشق را دعوت کنیم و خانه را سرشار از عشق کنیم؟» سپس شوهر به زن نگاه کرد و گفت: «بیا به حرف دخترمان گوش کنیم. برو عشق را به داخل خانه دعوت کن.»

زن نزد پیرمردها رفت و پرسید: «کدام یک از شما عشق هستید؟ لطفاً داخل شوید و میهمان ما باشید.» عشق برخاست و قدم زنان به طرف خانه راه افتاد. سپس دو نفر دیگر هم بلند شدند و او را همراهی کردند. زن با تعجب به موفقیت و ثروت گفت: «من فقط عشق را دعوت کردم.» عشق گفت: «اگر ثروت یا موفقیت را دعوت می کردید، دو نفر دیگر مجبور بودیم بیرون بمانیم اما زمانی که مرا دعوت کردید، چون آنها همیشه همراه من هستند، باید با من بیایند.»

مرده بدم زنده شدم، گریه بدم خنده شدم

دولت عشق آمد و من دولت پاینده شدم

«مولوی»

به رغبت بر همه کس مهربان باش

همه کس را چو خورشید جهان باش

در زندگی فقط یک سعادت وجود دارد، دوست داشتن و دوست داشته شدن.

«مسعود لعلی»

متوجه خود باشیم!

آرام بجوید موقع غذا خوردن، اگر هر لقمه را به آهستگی بجوید، نه تنها به تجدید قوای فکری خود کمک می کنید بلکه احساس آرامش هم خواهید کرد. این کار به خصوص در محیط هایی که باید به سرعت کار کرد، ضروری است.

ابروهای خود را لمس کنید پس از گذراندن یک روز سخت، اثرات خستگی و نگرانی ها در ناحیه صورت شما جمع می شوند. برای رهایی از این وضع، با نوک انگشتان خود در حالی که به شدت فشار وارد می کنید، از پیشانی تا پشت سرتان را لمس کنید. به حرکت شکم خود توجه کنید وقتی نفس عمیق می کشید، پرده دیافراگم متورم می شود و شما احساس می کنید شکمتان بالا می رود. در طول روز به این حرکت توجه کنید و به آسانی احساس

آرامش کنید.

گذشته را دور بریزید در پشیمان شدن از حقایق و وقایع گذشته، دلایل منطقی وجود ندارد زیرا گذشته رفته و دیگر بر نمی گردد و تنها خاطره آن بر جا مانده است. وقتی به این باور رسیدید، می توانید آرامش پیدا کنید.

«سپیده خلیلی»

چشمه سار معرفت

ای مردم! بدانید کسی که عاقل است هیچ گاه نفرت پیدا نمی کند از سخن زوری که به او نسبت داده شده است و هیچ حکیمی نیست که از مدح و ستایش یک جاهل راضی شود. مردم فرزندان کارهای نیک شان هستند و قیمت هر کس به مقدار نیکی های اوست. با سکوت زیاد، انسان هیبت پیدا می کند و عدالت در کلام، موجب جلال و شکوه اوست و با انصافی نیز رفت و آمد را زیاد می کند و بخشش، ارزش های انسان را بالا می برد و اخلاق خوب و صالح نیز اعمال را تزکیه می کنند و فروتنی، نعمت ها را به کمال می رساند و با توشه گیری، قدرت و توانایی افزایش می یابد و با روش و سیره عادلانه، دشمن مخالف انسان مغلوب می شود.

با تحمل کردن شخص سبک عقل و دیوانه، یاران انسان زیاد می‌شوند. با مدارا و گذشت، مستحق نام بزرگ می‌شوی و با ترک آنچه به تو مربوط نیست، فضیلت برایت تکمیل می‌شود. اولین نتیجه صبر و تحمل این است که مردم در مقابل دشمنان جاهل شخص صبور، یاران او می‌شوند. بی‌نیاز بودن در غربت، یک نوع وطن است ولی فقیر بودن در وطن، یک نوع غربت و غریبی است. همیشه همراه حکمت، عصمت است و ترس همیشه همراه ناکامی است و خجالت زیاد همراهش محرومیت است و در اجتهاد نیز وجدان نهفته شده است. قلب، کتاب و نوشته چشم و دیدگان است و شخص خلافکار، نظر او همیشه باطل است. اگر سخن کم شد، درستی و صواب افزایش می‌یابد و اگر پاسخ زیاد و شلوغ شد، درستی ناپیدا می‌شود. اگر زمانه فاسد شد، پست‌فطرتان زیاد می‌شوند. هنگامی که پست‌فطرتان زیاد شوند، بزرگواران در معرض اذیت قرار می‌گیرند. ابزار ریاست، سعه‌صدر و گشایش سینه‌هاست و بزرگی و بخشش، مهربان‌تر از خویشاوندان است. فرصت‌ها به مانند ابرها می‌گذرند؛ پس از فرصت‌های خیر تا آنجا که می‌توانید استفاده کنید که اگر استفاده نکنید، پشیمانی آن به

شما باز می‌گردد.

«بخشی از خطبه الوسیله»

هیچ چیز به چشم نمی‌آید!

از آن دم که یارم کس خویش خواند

دگر با گسَمِ آشنایی نماند

به حقش که تا حقِ جمال نمود

دگر هر چه دیدم خیالم نمود

«سعدی»

جوانی گمنام، عاشق دختر پادشاهی شد. رنج این عشق، او را

بیچاره کرده بود و راهی برای رسیدن به معشوق نمی‌یافت. مردی

زیرک از ندیمان پادشاه که دلباختگی جوان ساده و خوش‌قلب را

دیده بود، به او گفت: «پادشاه، اهل معرفت است! اگر احساس کند

تو بنده‌ای از بندگان خدا هستی، خودش به سراغ تو خواهد

آمد.» جوان به امید رسیدن به دختر شاه، گوشه‌گیری پیشه کرد و

به عبادت و نیایش مشغول شد به طوری که اندک‌اندک مجذوب

پرستش گردید و آثار اخلاص در او تجلی کرد.

روزی گذر پادشاه به مکان او افتاد و احوال جوان را جویا شد و

دانست که جوان، بندهای با اخلاص از بندگان خداست. در همان جا از وی خواست به خواستگاری دخترش بیاید و با او ازدواج کند. جوان فرصتی برای فکر کردن طلبید و پادشاه به او مهلت داد. همین که پادشاه از آن مکان دور شد، جوان وسایل خود را جمع کرد و به مکانی نامعلوم رفت.

ندیم پادشاه از رفتار جوان تعجب کرد و به جست و جوی او پرداخت تا علت گریزان شدن او را جویا شود. بعد از مدت ها جست و جو او را یافت و به او گفت: «تو در شوق رسیدن به دختر پادشاه آن گونه بی قرار بودی! چرا وقتی شاه به سراغت آمد و خواست تا به خواستگاری دخترش بروی، فرار کردی؟» جوان گفت: «از زمانی که خدا را یافتم، دیگر هیچ چیزی به چشم نمی آید جز حق تعالی.»

«اگر تنها ترین تنها باشم، باز هم خداوند هست. او جانشین همه نداشته هاست. نفرین ها و آفرین ها بی ثمر است. اگر تمام خلق، گرگ های هار شوند و یا از آسمان کینه بر سرم ببارد، تو مهربان آسیب ناپذیر من هستی.» (دکتر علی شریعتی)

«به من روی بیاور، با همه رنج ها و بار سنگینی که بر دوش داری و

من به تو آرامش می‌دهم، آرامشی ربانی و نه دنیوی.» (انجیل)

«صابر قاسمی»

خطر شکست را بپذیرید!

آماده باشید! هیچ زمانی بهتر از همین الان برای انجام یک کار مثبت نیست. شما تحقیق می‌کنید و به آمادگی خود ایمان دارید. به خودتان اجازه نمی‌دهید به خاطر یک تصمیم اشتباه، دیگر دست به هیچ کاری نزنید. به این نتیجه خواهید رسید که زمانی خواهد رسید که باید تصمیم بگیرید و عمل کنید. اگر برای مدت طولانی از پذیرش شکست به عنوان مقدمه حرکتهای بعدی، خودداری کنید؛ شک شما تبدیل به ترس می‌شود.

بله، شاید صدای شما بلرزد! شاید به سینه شما دست زده شود یا شکست بخورید. زندگی همین است! کسانی در زندگی برنده می‌شوند که وقتی در تلاش برای به دست آوردن چیزی هستند، بعضی اوقات خود را با موقعیت وفق می‌دهند حتی دوباره و دوباره شروع می‌کنند. تفاوت اشخاص موفق با بقیه در این نیست که شاید مرتکب اشتباه شده‌اند یا به صورت موقت شکست خورده‌اند؛ بلکه در این است که چطور نسبت به مسائل عکس‌العمل نشان

می‌دهند.

بسیاری از مردم قبل از تصمیم‌گیری و انجام کار، به دنبال تضمین می‌گردند. با اینکه به دنبال اطمینان هستند، همواره منفی‌نگری می‌کنند که همین موضوع می‌تواند به راحتی بهانه‌ای باشد برای انجام ندادن آن کار. بدانید کسانی که شما را از همه بیشتر دوست دارند، ممکن است از بقیه بیشتر به شما هشدار دهند که ریسک نکنید.

«مترجم، فائزه درگاهی»

مرگ خوبی‌ها

پیرمردی را به دلیل دزدیدن نان به دادگاه احضار کردند. پیرمرد به اشتباهش اعتراف کرد ولی کار خودش را این‌گونه توجیه کرد: «خیلی گرسنه بودم و نزدیک بود بمیرم.» قاضی گفت: «خودت می‌دانی که دزد هستی و من تو را ده دلار جریمه می‌کنم و می‌دانم توانایی پرداخت آن را نداری. به همین دلیل، من جای تو جریمه را پرداخت می‌کنم.» در آن لحظه، همه سکوت کرده بودند و دیدند قاضی، ده دلار از جیب خود درآورد و درخواست کرد به خزانه بابت حکم جریمه پیرمرد پرداخت شود.

سپس ایستاد و خطاب به حاضران در جلسه گفت: «همه شما محکوم هستید و هر کدام از شما باید ده دلار جریمه پرداخت کنید زیرا در شهری زندگی می‌کنید که فقیری مجبور می‌شود تکه‌ای نان را بدزدد.» در آن جلسه دادگاه، ۴۸۰ دلار جمع شد و قاضی آن را به پیرمرد بخشید و گفت: «مرگ انسانیت، مرگ خوبی‌هاست!»

مراسم بزرگداشت

حضور در مراسم بزرگداشت افراد در گذشته اعم از مراسم تشییع و خاک‌سپاری، ترحیم و روز چهارم و سالگرد، آداب و عرف خاصی دارد که باید به آن پایبند باشیم.

در این گونه مجالس، حضور به موقع، نداشتن توقع زیاد برای یافتن جای خاص نشستن، خودداری از تقاضای غذا و میوه و چای بیشتر از حد عرف یا جای خواب و استراحت، از وظایف میهمانان است. هر چند میزبان هم موظف است راحتی و آسایش میهمان را تا حد مقدور در نظر داشته باشد. هنگامی که اتفاق ناگواری برای شخصی رخ می‌دهد، دوستانش موظف هستند از لحظه مطلع شدن، با شخص مصیبت دیده دیدار و برای همکاری اعلام آمادگی

کنند. خانواده مصیبت دیده در صورتی که به دلیل تألم شدید، قادر به پذیرایی نباشند؛ اطرافیان با خودداری از رفت و آمد زیاد به منزل آنان، به تقدیم کارت تسلیت بسنده کنند و از صاحبان عزا توقع پذیرایی‌های پرتجمل نداشته باشند.

افرادی که وارد منزل متوفی می‌شوند، باید با متانت کامل، از صحبت‌های زیاد و با صدای بلند در باره شخص متوفی پرهیز کنند و در عین حال که خودشان متألم هستند، به سخنان خانواده عزادار گوش کنند. البته مطابق اقتضای زمان، گاهی با آنان هم صحبت شوند. شخص صاحب‌عزا هم هنگامی که تسلیت‌دهندگان میهمان او شدند، سیمای حاکی از تألم و تأثر داشته باشد. عبارت معمول برای تسلی دادن، «تسلیت عرض می‌کنم، بقای عمر شما را از ایزدمتعال خواستارم» و جملاتی از این قبیل است.

در محافل عزا، ضمن رعایت آداب و رسوم اجتماعی و خانوادگی، از ریخت‌وپاش و تراشیدن خرج‌های اضافی برای بازماندگان خودداری شود. صاحب‌عزا ضمن توجه به وضعیت اقتصادی خود، به وضعیت اقتصادی اقوام و آشنایان نیز توجه کند. بی‌تردید هر اندازه این مراسم ساده‌تر و کم‌هزینه‌تر برگزار شود و

هر قدر همکاری در آن بیشتر باشد، معاشرت و زندگی اجتماعی را پایدارتر خواهد کرد.

«خسرو امیر حسینی»

سکونت در کاروانسرا

کاروانسرای قصر بهرام در استان تهران واقع شده و در تمامی فصول به جز تابستان برای رسیدن به آن باید مسافتی حدود ۱۵۰ کیلومتر را از تهران تا ورامین و سپس کاروانسرا طی کنید و دو روز زمان برای این سفر اختصاص دهید. آشنایی با کویر و سبک زندگی مردم قرون گذشته، دستاورد شما از حضور در کمپینگ این کاروانسرا است. در این سفر باید نوشیدنی و غذا را همراه خود ببرید.

دیر گچین در استان تهران و در پارک ملی کویر واقع شده و تمام ویژگی‌های آن درست شبیه کاروانسرا قصر بهرام است.

ده نمک برای رسیدن به این کاروانسرا باید ۱۱۰ کیلومتر را از تهران تا گرمسار طی کنید و دو روز وقت اختصاص دهید. بقیه ویژگی‌های آن شبیه دو کاروانسرای یاد شده است.

کاروانسرای مورچه خورت برای رسیدن به این کاروانسرا باید ۵۵ کیلومتر از اصفهان تا مورچه خورت طی کنید و از امکاناتی همچون کمپینگ و رستوران و سرویس‌های خدماتی بهره‌مند شوید.

«دکتر محمد شریف ملک زاده»

چتر نجات

تا این اواخر همه فکر می‌کردند که «لئوناردو داوینچی» دانشمند، نقاش، موسیقیدان و مخترع ایتالیایی (۱۴۵۲-۱۵۱۹)، اولین کسی بود که طرح چتر نجات را ارائه داد اما اخیراً طرح‌هایی یافت شده که پنج سال قبل از طرح‌های آزمایشی داوینچی، احتمالاً به وسیله یک مهندس در سنینای ایتالیا کشیده شده بودند.

به هر حال، اولین کسی که چتر نجات را ساخت و با موفقیت از آن استفاده کرد، یک فرانسوی به نام «آندره گارنر» (۱۷۷۰-۱۸۲۵) بود. او یک پارچه را دور یک چارچوب خیزران کشید و در سال ۱۷۹۷ در پاریس با آن از یک بالن به بیرون پرید. به دلیل اینکه پارچه به کار رفته در این چتر، ضخیم بود و هوا خوب در آن جریان پیدا نمی‌کرد، فرود او راحت نبود و چتر نجات مانند

یک پاندول با نوسانات شدیدی پایین آمد. او تا پیش از اینکه در مونسو فرود بیاید، در یک سبد کوچک بود که آن را محکم نگه داشته بود.

بعد از آن چترهای نجات پیشرفته‌تری از جنس کرباس زمخت ساخته شد که از بالن‌های پر شده با هوای داغ به پایین فرستاده می‌شدند. چترهای امروزی از ابریشم خالص یا نایلن با کیفیت بالا در تکه‌های کوچک ساخته می‌شوند و یک چتر کوچک دارند که اول باز می‌شود و کمک می‌کند تا چتر اصلی بدون دردسر بیرون بیاید.

«مترجم، محمد و محمدرضا شمس»

هر دردی را درمانی هست!

پیامبر اکرم (ﷺ) فرمودند: «هر دردی را درمانی هست؛ پس چون دارو به درد برسد، به اذن خداوند بهبود می‌یابد.» ایشان همچنین فرمودند: «آنکه دردها را آفریده، برای آنها درمان نیز آفریده است. خود را مداوا کنید؛ چون خداوند، هیچ دردی را فرو نفرستاده مگر اینکه همراهش درمانی نیز نازل کرده است جز مرگ که آن را هیچ درمانی نیست.»

در روزگار پیامبر اکرم (ص)، مردی مجروح شد. ایشان فرمودند: «برایش طبیبی بخوانید.» کسی گفت: «ای پیامبر! آیا طبیب، او را سودی می‌بخشد؟» آن حضرت فرمودند: «آری، خداوند تعالی هیچ دردی فرو نفرستاده، مگر اینکه همراهش شفای نیز فرو فرستاده است.» امام علی (ع) فرمودند: «هر زنده‌ای را دردی هست و هر بیماری را درمانی!» امام رضا (ع) فرمودند: «خداوند، بدن را به هیچ بیماری گرفتار نساخت مگر آنکه برایش دارویی قرار داد که به آن درمان شود؛ و برای هر دردی، نوعی درمان هست و چاره‌ای و نسخه‌ای.»

«مترجم، دکتر حسین صابری»

اسطوخودوس

اسطوخودوس در بیشتر نقاط دنیا به صورت خودرو می‌روید. این گیاه در جنوب فرانسه، مناطق مدیترانه و تورنتوی کانادا به مقدار زیاد یافت می‌شود و بسته به شرایط محیط و خاک به شکل‌های مختلف ظاهر می‌شود. اسطوخودوس، گیاه چندساله به ارتفاع حدود نیم‌متر با برگ‌های متقابل، باریک، دراز، سبز رنگ و پوشیده از کرک‌های سفید پنبه‌ای است. گل‌های آن به صورت سنبله و به

رنگ بنفش است. قسمت مورد استفاده این گیاه، گل‌ها و سرشاخه‌های گلدار آن است.

اسطوخودوس بوی بسیار مطبوعی دارد اما طعم آن تلخ است. به علت بوی مطبوعش در عطرسازی کاربرد دارد. اسانس آن که از تقطیر گل و سرشاخه‌های گلدار آن به دست می‌آید، مایه‌ای زردرنگ مایل به سبز است. این گیاه مقوی معده، ادرار آور و معرق است و تب را پایین می‌آورد. صفرابر و ضد تشنج و برای تقویت عمومی بدن مفید است. انگل‌های معده و روده را از بین می‌برد، برطرف کننده بیماری سینه و سرفه است، در درمان زکام مؤثر است و به عنوان مسهل کاربرد دارد. برای تقویت حافظه و رفع فراموشی، دمکرده آن مفید است. برای رفع مشکل خواب رفتن دست و پا و نیز رفع حالت تهوع و سرگیجه و سردرد سودمند است. تپش قلب را از بین می‌برد و برای درمان آسم مفید است.

برای رفع بی‌خوابی، یک قاشق چایخوری پودر اسطوخودوس را با یک قاشق چایخوری پودر سمبل الطیب مخلوط کنید و در یک لیوان آب جوش به مدت ده دقیقه دم کنید. این دمکرده را یک ساعت قبل از رفتن به رختخواب میل کنید تا بی‌خوابی شما

برطرف شود. همچنین می‌توانید یک قطره روغن اسطوخودوس را روی یک تکه پنبه بچکانید و آن را داخل بالش خود قرار دهید تا خواب مطبوعی برای شما بیاورد.

اسانس و روغن اسطوخودوس را می‌توانید از فروشگاه‌های گیاهان دارویی و بعضی از داروخانه‌ها تهیه کنید. یک قطره از روغن آن را با یک قاشق روغن بادام یا روغن زیتون مخلوط کنید و برای ماساژ استفاده کنید یا یک قطره آن را روی یک حبه قند یا با یک قاشق عسل مخلوط کنید و بخورید.

برای برطرف کردن بوهای نامناسب در منزل، چند قطره روغن اسطوخودوس را در آب بریزید و بگذارید به آرامی بجوشد، عطر مطبوعی در هوا پخش می‌کند. کمپرس اسطوخودوس، درمان‌کننده رماتیسم، آرتروز و نقرس است. دو قطره روغن آن را با یک قاشق روغن بادام یا روغن زیتون مخلوط کنید و عضو دردناک را با آن ماساژ دهید. برای درمان بیماری‌های ریوی، دو یا سه قطره روغن آن را با یک قاشق غذاخوری روغن بادام یا روغن زیتون مخلوط کنید و سینه و پشت بیمار را با آن ماساژ دهید. پماد اسطوخودوس نیز زخم‌ها را ضد عفونی می‌کند و التیام

می‌بخشد. برای رفع سرگیجه و رعشه، پنج گرم پودر اسطوخودوس را با کمی عسل مخلوط و شب‌ها میل کنید.

اسطوخودوس گیاهی بی‌ضرر است و همه می‌توانند از آن استفاده کنند. فقط مصرف این گیاه برای افراد صفاوی مزاج خوب نیست. این افراد باید اسطوخودوس را با سکنجبین یا کتیرا مصرف کنند.

«فاطمه مهسا کار آموزیان»

ترفندهای آشپزی

* برای جلوگیری از بریدن انگشتان‌تان هنگام رنده کردن پنیر، از انگشتانه استفاده کنید.

پاک کردن رنده بعد از رنده کردن پنیر، برای پاک کردن رنده، می‌توانید یک سیب‌زمینی خام را با آن رنده کنید. سیب‌زمینی پنیرهای چسبیده به سوراخ‌های رنده را پاک می‌کند.

استفاده بهتر از تخته خردکن از دو طرف تخته خردکن، برای خوراکی‌های مختلف استفاده کنید. یک طرف مخصوص خرد کردن خوراکی‌های دارای بوی زیاد و طرف دیگر برای خوراکی‌های کم‌بو باشد. روی هر طرف تخته بنویسید که مخصوص چه خوراکی‌هایی است.

چشیدن غذا و رعایت بهداشت برای رعایت بهداشت، قاشق چشیدن غذا باید جدا از قاشق هم زدن غذا باشد.

* برای بهتر شدن طعم پوره سیب زمینی، یک سفیده تخم مرغ را خوب هم بزنید، با پوره مخلوط کنید و در فر قرار دهید.

تشخیص کنسرو فاسد اگر در کنسرو به طرف بیرون برآمدگی پیدا کرده، آن را دور بیندازید زیرا مواد داخل آن فاسد شده است.

کاهش طعم سیر در سس یا خورشت اگر از سیر به مقدار بیش از حد لزوم در تهیه سس یا خورشت استفاده کردید، مقداری جعفری به آن اضافه کنید.

رفع بوی ماهی سرخ کرده برای جذب بوی ماهی سرخ کرده، هنگام پخت کمی کرفس به آن اضافه کنید، مزه خوبی پیدا می کند.

طریقه پخت ماهی برای پخت خوشمزه ماهی، آن را در نایلون محافظ بپیچید و در آب جوش قرار دهید. به این ترتیب، مزه طبیعی ماهی از بین نمی رود.

جلوگیری از چسبیدن پوست ماهی به تابه برای اینکه ماهی هنگام سرخ شدن به تابه نچسبد، آن را به نمک آغشته کنید و بگذارید ۱۵ دقیقه بماند. سپس آن را بشوید، خشک و سپس سرخ کنید.

جلوگیری از چسبیدن لازانیا و سوفله به ظرف برای جلوگیری از چسبیدن غذاهایی مانند لازانیا و انواع سوفله‌ها، ته ظرف پیرکس را با کره چرب کنید و نان خشک روی آن بپاشید.

جلوگیری از چسبیدن نیمرو و خاگینه به تابه برای جلوگیری از چسبیدن این دو غذا به تابه، دو قاشق بزرگ آب سرد به آن اضافه کنید.

«سوسن افشار»



BOSHRA

A Scientific, Cultural, Social & Sports Monthly

از جاذبه‌های گردشگری در فصل تابستان
استان کردستان، شهرستان کامیاران، روستای بالنکان

Managing Director: Nahid Atyabi
Address: P.O. BOX 17775/395 Tbl. Iran
Fax: +9821 33102466
Cell Phone: +98 912 307 0336
Website: www.kanra.ir

ایجادکننده: ناهید ایتیابی
آدرس: پ.م.خ ۱۷۷۷۵/۳۹۵ تهران
تلفن: +۹۸۲۱ ۳۳۱۰۲۴۶۶
تلفن همراه: +۹۸ ۹۱۲ ۳۰۷ ۰۳۳۶
وبسایت: www.kanra.ir

مهاجرت و ریشه‌های تابستان و کم‌بستان
عناصیر و سبب‌های مهاجرت
ویژگی‌های روستای بالنکان
آدرس: تهران - میدان ولیعصر - پلاک ۱۷۷۷۵/۳۹۵