

ماهنامه فرهنگ اجتماعی

مهر و ابان ماه ۱۴۰۴ / قیمت ۱۲۰ تومان

شماره ۲۰۴-۲۰۵

بیان
نتایج

سروان شهید جواد میرزا ایان

«عاقبت به خیری با سربندیا حسین»

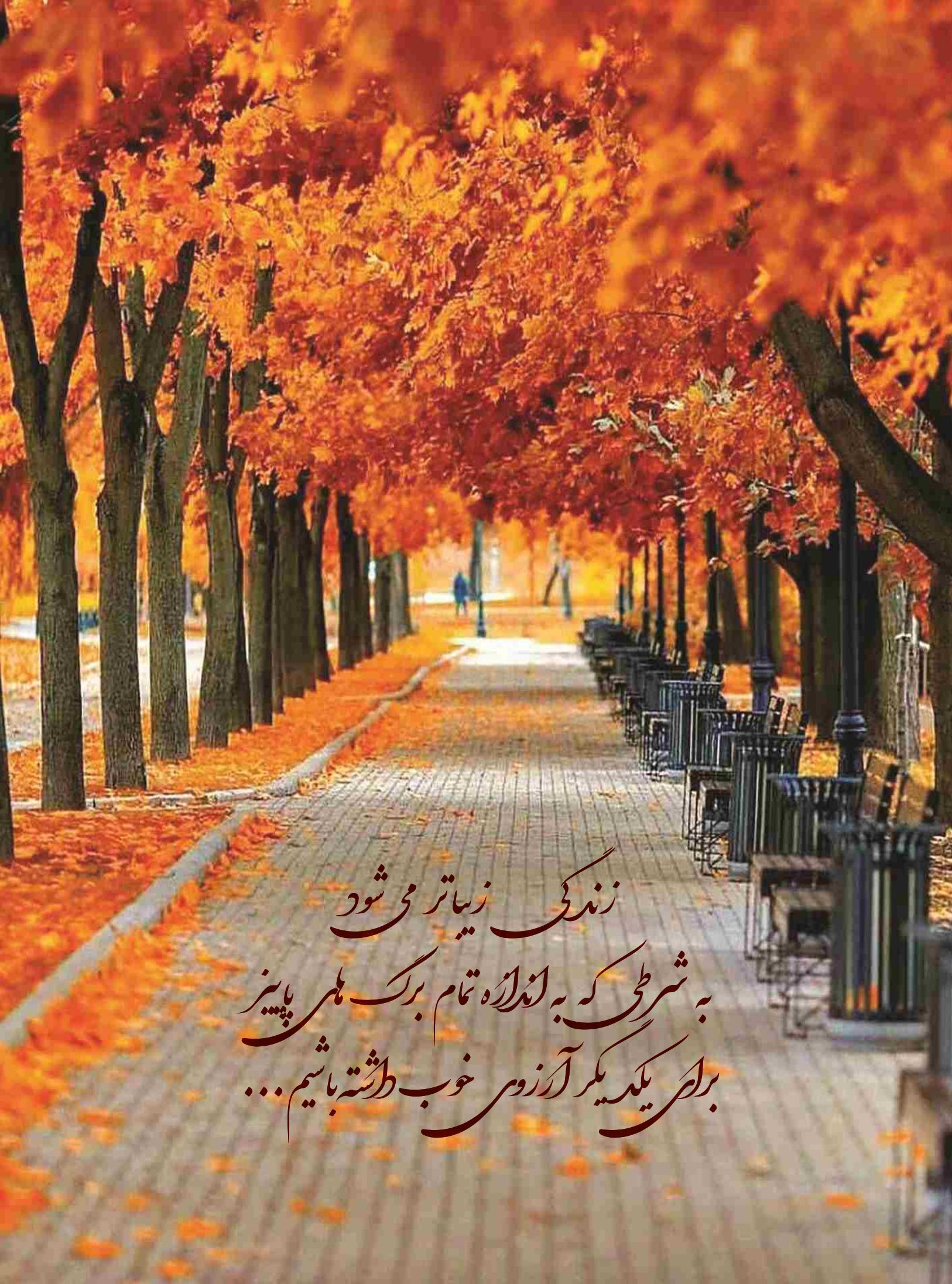
علی اصغر حاجی زاده، جانباز دفاع مقدس

«از جنگ تا افتخار پارالمپیک»

سرلشکر خلبان شهید «حاج ابراهیم یوردان»

خلبان ممتاز که فدایی ایران بود





زندگی زیاتر می شود
ب شرطی که به لذت از تمام برگ همراه باشیم
برای میکرد آرزوی خوب داشته باشیم...



شهادت جهان

ماهنشا
فرهنگی و اجتماعی
شماره ۲۰۵-۲۰۴ مهر و آبان ماه ۱۴۰۴

قیمت ۱۲۰,۰۰۰ تومان

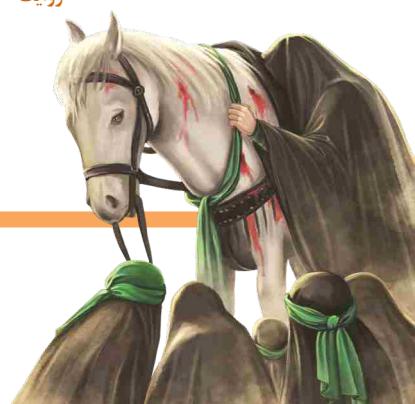
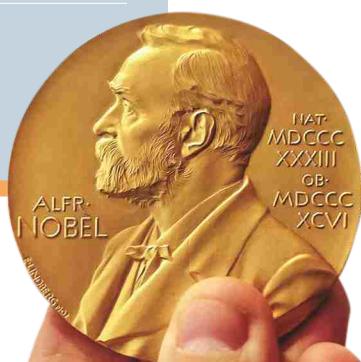
صاحب امتیاز: بنیاد شهید و امور ایثارگران
مدیر مسئول: سعید گنجی کرد قشلاقی
مدیر تولید: سیده فاطمه رضائی نوهدی
سردبیر: سیمیه خزانی پیر سرابی
دبیر تحریربریه: مریم حضرتی
ناظر فنی: پرستو سلیمانی

مدیر هنری و گرافیست: مهران بنا

آدرس: تهران، خیابان طالقانی، جنب کوچه غفارزاده، ساختمان بنیاد شهید و امور ایثارگران، طبقه ششم، اداره کل اسناد و انتشارات
تلفن: ۰۲۱-۸۳۲۳۲۶۵۰
آدرس الکترونیکی: mag.navideshahed.com
صندوق پستی: تهران ۱۵۹۳۶۴۷۷۱۱
چاپ: سازمان فرهنگی سیاحتی کوثر

* شاهد جوان، برای جوانان ۱۷ تا ۲۵ سال منتشر می شود
* مجله در تلحیص و پیرایش مطالب رسیده آزاد است
* مطالب رسیده بازگردانده نمی شود
* نقل مطالب مجله با ذکر مأخذ مجاز است

- ۲/ تखیر لانه جاسوسی **کلام رهبری**
- ۳/ پاییز جوانی، درس زندگی **یادداشت**
- ۴/ گامی امیدبخش در درمان ضایعات نخاعی و... **خبرها و نظرها**
- ۶/ هوش مصنوعی در صدا: از سرگرمی تا امنیت و اخلاق **از زندگی**
- ۸/ احترام به هویت قومی؛ پلی میان دلها **اجتماع**
- ۱۰/ حضرت زینب (س) بانوی صبر، دانایی و عزت **سیره**
- ۱۲/ فرزند ایثارگر، بیام آور امید و تلاش در مسیر علم **صاحبہ**
- ۱۴/ نوبل افتخار جهانی یا ایثار تبلیغاتی؟ **برداشت آزاد**
- ۱۶/ تصمیم‌های امروز، موفقیت‌های فردا **مهارت**
- ۱۸/ مارتین لوثر کینگ و رویای عدالت **بین‌الملل**
- ۲۰/ بینظیر بوتو **سیاست**
- ۲۲/ کاهش زباله و اهمیت آن در زندگی **سبک زندگی**
- ۲۴/ جنگ ۱۲ روزه ایران و رژیم صهیونیستی **آلیوم**
- ۲۶/ نشستن طولانی؛ دشمن خاموش **سلامت**
- ۲۸/ رازهای زمین و آسمان در دره ستارگان قشم **گردشگری**
- ۳۰/ سلامت؛ حقی که نباید با پول سنجیده شود **پرستمان**
- ۳۲/ کمپوت گیلاس **طنز**
- ۳۴/ اسفند؛ فیلمی صادقانه و انسانی **فیلم‌شناسی**
- ۳۶/ عاقبت‌به‌خیری با سریند یا حسین شهید **گفت و گو**
- ۳۸/ مهندسی ژئیک می‌تواند آینده زندگی ما را متحول کند **علمی**
- ۴۰/ پدل به ایران رسید **ورزش**
- ۴۲/ از جنگ تا افتخار پارالمپیک **قهرمانان**
- ۴۴/ از خیال تا گفت و گو **دریچه**
- ۴۶/ دودست کوچک **داستان**
- ۴۸/ شمس تبریزی **شعر**
- ۵۰/ داستانی از شهید مدافع امنیت حسین اجاقی و... **بازار کتاب**
- ۵۲/ جهان به روایت تصویر **دور و نزدیک**
- ۵۳/ جدول مقاطع **جدول**
- ۵۴/ خلبان ممتاز نیروی هوایی «لاکلند» که فدایی ایران بود **مردان آسمانی**
- ۵۶/ از خاطرات همسر شهید سرتیپ خلبان سیدموسی نامجو **روایت**



بیانات مقام معظم رهبری
در دیدار با دانشجویان
۱۴۰۲/۰۸/۱۰

تسخیر لانه جاسوسی

مشکل ما با آمریکا چیست؟ خود آمریکایی ها دشمنی های خودشان با ملت ایران را به مسئله سفارت منسوب می کنند—بینید، این [مطلوبی] که عرض می کنم از روی توجه و اطلاع از کارهایی است که دارد می شود و می خواهند بکنند؛ می خواهمن شما جوان های عزیز توجه داشته باشید—کسانی هم به تبع آنها همین را تکرار می کنند؛ یعنی چه؟ یعنی می گویند «آقا! علت اینکه آمریکا ایران را تحریم می کند، با ایران بدی می کند، در ایران اغتشاش راه می اندازد، مشکلات درست می کند، علت این دشمنی های آمریکا با ایران این است که دانشجویان شمار فتند سفارت آمریکا را تسخیر کردن»؛ این را، هم آمریکایی ها می گویند، هم من تبع آنها در داخل کشور می گویند. در دوره ریاست جمهوری بندۀ هم یک خبرنگار و مصاحبه گر معروف آن روز آمریکا در نیویورک با من مصاحبه کرد، او لین حرفش همین بود که اختلاف ما و شما از ورود شما به سفارت ما و تسخیر سفارت ما است. می خواهند این را جایندارند، در حالی که این دروغ بزرگی است؛ قضیه این نیست. ۲۶ سال قبل از حادثه سفارت، کودتای بیست و هشتم مرداد اتفاق افتاده؛ آن روز که دیگر کسی به سفارت نرفته بود. سال ۳۲، آمریکایی هادر ایران یک دولت ملی مستقل را که واپسی به آمریکا نبود، با کودتای مجرمانه ظالمناهای سرنگون کردند؛ این دشمنی آمریکایی ها است. پس مسئله دشمنی آمریکا با جمهوری اسلامی، با ملت ایران، با ایران اسلامی، ربطی به مسئله سفارت ندارد. اسنادی که از سفارت به دست آمد—می دانید دیگر؛ دانشجوها رفتند اسناد را اور دند، مقدار زیادی از این اسناد را آمریکایی هادر کاغذ خرد کر ریخته بودند، دانشجوها با حوصله تمام نشستند این کاغذ هارا به هم وصل کردن که این این یادداشت ها هفتاد هشتاد جلد کتاب است—نشان داد که از همان روزهای اول بعد از پیروزی انقلاب، سفارت آمریکا مرکز توطئه و جاسوسی علیه ایران بوده؛ حتی در سفارت آمریکا طراحی کودتایی شده که علیه انقلاب کودتا کنند؛ طراحی جنگ داخلی می شده؛ تلاش می کردند که در استانهای مرزی کشور، جنگ داخلی راه بیندازند؛ طراحی می شده که چگونه در حکومت جدید انقلابی نفوذ کنند؛ رسانه های ضد انقلاب را که در داخل بودند، مدیریت می کردند، هدایت می کردند: این را بنویسید، این را بگویید، این را جعل کنید، این شایعه سازی را بکنید؛ برای تحریم هم برنامه ریزی می کردند؛ یعنی سفارت، از اولین روزهای شروع انقلاب، مرکز توطئه علیه کشور و علیه انقلاب بوده. [لذا] دشمنی آمریکا [رابطی] تسخیر لانه جاسوسی ندارد؛ مذکور از آن، اینها فعالیت خودشان را علیه انقلاب شروع کرده بودند.

پس مسئله آن جوری نیست که آمریکایی ها و اندومد می کنند و آن جوری نیست که یک عده، یا ساده لوحانه یا به دلایل گوناگون و انگیزه های گوناگون، در داخل ترویج می کنند که «آقا! علت اینکه شمامی بینید یک قدرتی مثل آمریکا این قدر علیه جمهوری اسلامی فعالیت می کند، این است که شما فلان وقت رفتید سفارت این هارا گرفتید»؛ نه، قضیه این نیست.



پاداشر جوان در زندگانی

با فرار سیدن فصل پاییز، برگ‌ها آرام آرام از شاخه جدامی شوند و زمین را فرش می‌کنند؛ فصلی که در نگاه نخست شاید نشانی از پایان باشد، اما در عمق خود، آغاز تفکر و پختگی را در بر دارد. پاییز، همانند دوران جوانی است؛ زیبا، پر شور و در عین حال زودگذر.

دانشگاه‌ها در این فصل دوباره جان می‌گیرند. صدای قدم‌های جوانانی که با امید و انگیزه وارد کلاس‌ها می‌شوند، نوای آغاز فصل تازه‌ای از تلاش و دانایی است. در پاییز زندگی، یعنی در روزهای جوانی، باید کاشت؛ باید آموخت، جست و جو کرد، شکست را تجربه نمود و دوباره برخاست. زیرا آنچه در این فصل کاشته می‌شود، در سال‌های بعد به بار می‌نشینند.

تحصیل، تنها آموختن از کتاب‌ها نیست؛ بلکه شناخت خویشتن است. تجربه هم‌دلی، یادگیری صبر و درک تفاوت‌های است. جوانی و تحصیل، دو فرست طلایی‌اند که اگر با خرد و شور در کنار هم قرار گیرند، مسیر آینده را روشن می‌کنند.

پاییز یاد آور این حقیقت است که زیبایی همیشه در اوج ماندگار نمی‌ماند، اما دانایی و تجربه، مانند ریشه‌های درختان، در زمین وجود می‌باقی می‌ماند. پس بیایید در این فصل تفکر و رنگ، دوباره به یاد بیاوریم که هر برگ زرد، درسی است از گذر زمان و هر روز کلاس، فرصتی برای ماندگار شدن در مسیر رشد و دانایی.



گامی امیدبخش در درمان ضایعات نخاعی

● یوسف کامکار

در این طرح‌ها، تیم‌های تحقیقاتی با بهره‌گیری از روش‌های نوین سلول درمانی، مهندسی بافت، تحریک عصبی و توانبخشی هوشمند به نتایج چشمگیری در مدل‌های آزمایشگاهی و حیوانی رسیده‌اند. یکی از محورهای اصلی این تلاش‌ها، استفاده از سلول‌های بنیادی برای بازسازی بافت آسیب‌دیده نخاع و همچنین طراحی بسترهای زیستی (اسکافولد) برای هدایت رشد سلول‌های بوده است.

در کنار آن، استفاده از فناوری‌های تحریک الکتریکی و مغناطیسی برای فعال‌سازی مسیرهای عصبی باقیمانده، و تلفیق آن با برنامه‌های توانبخشی هدفمند، نشان داده که حتی در آسیب‌های شدید‌هم می‌توان بهبودهایی در عملکرد حرکتی ایجاد کرد.

البته محققان تأکید دارند که این نتایج هنوز در مرحله پیش‌بالینی است و برای کاربرد گسترده در انسان نیاز به زمان، حمایت و ارزیابی دقیق دارد. با این حال، نفس پیشرفت و خودبازی علمی در میان جوانان پژوهشگر کشور، امید تازه‌ای را برای بیماران و خانواده‌ایشان زنده کرده است.

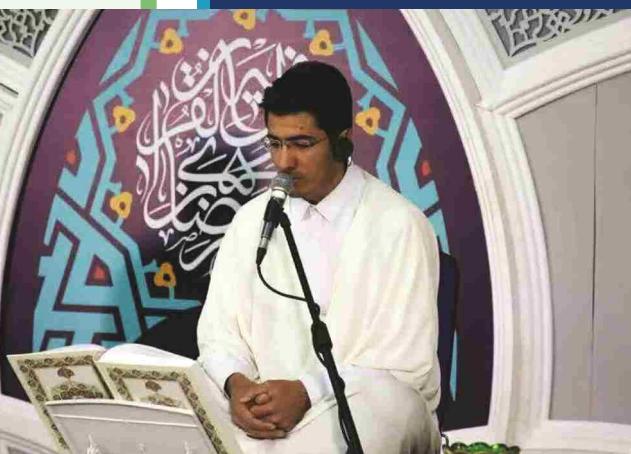
اگر این مسیر با حمایت نهادهای علمی، سرمایه‌گذاری هدفمند و همکاری بین‌رشته‌ای ادامه یابد، می‌توان انتظار داشت ایران در آینده نه‌چندان دور در حوزه درمان ضایعات نخاعی جایگاهی قابل توجه در منطقه و حتی جهان پیدا کند.

پژوهشگران این پژوهه‌ها با تمام سختی‌های تحقیقاتی، محدودیت‌های بودجه‌ای و چالش‌های فنی، با عشق و انگیزه‌ای مثال‌زنی مشغول کارند. صدای مشترک آن‌ها روش و امیدبخش است.



در سال‌های اخیر، گروهی از محققان جوان و پر تلاش ایرانی در مسیر دشوار و الهام‌بخش درمان ضایعات نخاعی گام‌های مهندسی برداشته‌اند. این پژوهش‌ها که در دانشگاه‌ها و مراکز دانش‌بنیان کشور انجام شده، نویدبخش روزی است که بیماران مبتلا به آسیب‌های نخاعی بتوانند بخشی از توان حرکتی یا حسی خود را بازیابند.

قاری حرم حضرت معصومه(س) به مسابقات قرآن روسیه اعزام شد



۵

تازه
بازیکنان
بازیکنان

اسحاق عبداللهی قاری اهل قم برای
حضور در مسابقات بین المللی قرآن

کشور روسیه انتخاب شد.

مسابقات بین المللی قرآن روسیه که
مهرماه در مسکو پایتخت این کشور
برگزار می شود و قاری و مؤذن حرم
معصومه(س) اسحاق عبداللهی نماینده
کشورمان در این رقابت‌ها بود. پیش از
این چهره‌هایی چون امین پویا و امیر لعل
اول به مقام نخست رشته قرائت و موسی
معتمدی مقام اول رشته حفظ کل قرآن را
در مسابقات قرآن روسیه کسب کرده‌اند.
چهره‌هایی چون سیدمصطفی حسینی و
امید حسینی نزد هم مقام‌های دوم و سوم
روسیه را در کارنامه دارند.

این مسابقات یکسال در رشته حفظ و
یکسال در رشته قرائت برگزار می‌شود.
سال گذشته محمد رسول تکبیری حافظ
کل قرآن کریم نماینده کشورمان در این
رقابت‌ها بود و به مقامی دست نیافت.



چرا بسیاری از فوتبالیست‌ها آذتر و زدی گیرند؟

بررسی جدید پژوهشگران نشان می‌دهد بازیکنان مرد بازنیشته فوتبال که در طول دوران حرفا‌ی خود آسیب‌دیدگی پاراگزارت داده‌اند، بیشتر در معرض ابتلابه آرتروز در دوران بازنیشته قرار گرفته‌اند. آسیب دیدن پا و ابتلابه آرتروز یک اتفاق رایج در فوتبال است و بازیکنان بازنیشته‌ای که به طور معمول برای آسیب‌های خود با تزیق کوتیزون درمان می‌شوند، حتی بیشتر هم در معرض ابتلابه آرتروز قرار دارند.

به نقل از مدیکال اکسپرس، فوتبال حرفا‌ی یک ورزش پربرخورد و پرسرعت با خطر بالای آسیب‌دیدگی است. آسیب پامچ پادر بازیکنان فوتبال شایع است. پیچ خودگی مچ پا شایع ترین آسیب مچ پا و شکستگی استخوان‌های کف پا شایع ترین آسیب پادر بازیکنان حرفا‌ی هستند. این آسیب‌ها به دلیل سرعت بالا پریدن، موارد مکرر تغییر جهت و ماهیت رقابتی بازی، بیشتر در طول مسابقات فوتبال نسبت به جلسات تمرین رخ می‌دهند. آسیب مفاصل می‌تواند به درد، تورم و آسیب رسیدن به غضروف مفصلی و سایر بافت‌های مفصلی منجر شود و در نتیجه، آرتروز پایامچ پاراگزارت همراه داشته باشد که به ناتوانی یادرباره مزمن می‌انجامد.

آسیب‌دیدگی در میان فوتبالیست‌های حرفا‌ی خود شایع است. تقریباً ۲۵ درصد از بازیکنان در طول دوران حرفا‌ی خود از آسیب‌دیدگی پایامچ پارنچ می‌برند. استفاده گستردۀ از درمان‌های تزریقی مانند کورتیکواستروئیدها، بی‌حسی موضعی، پلاسمای غنی از پلاکت و آسید هیالورونیک به دلیل نگرانی درباره عوارض جانبی بلندمدت آنها و شواهد محدود درباره اثربخشی چنین درمان‌هایی همچنان بحث برانگیز است.

تزریقات می‌توانند درد را تسکین دهند و به بازیکنان کمک کنند تا سریع تر به بازی بازگردند. با وجود این، درمان‌های تزریقی ممکن است آسیب مفصلی زمینه‌ای را پنهان کنند و به مرور زمان سرعت زوال ساختاری مفصل را فراشیز دهند. همچنین، استفاده مکرر از تزریقات ممکن است آسیب غضروف را بدتر کند؛ به ویژه وقتی با فشارهای فیزیکی بالا که در فوتبال حرفا‌ی مورد نیاز هستند، همراه شود. پژوهشگران در این پژوهش، بازیکنان مرد بازنیشته فوتبال را بین اوت ۲۰۲۰ و اکتبر ۲۰۲۱ از نظر مواردی که پوشک عمومی آرتروز پامچ پا تشخیص داده یا جراحی پامچ پاراپس از بازنیشته‌گی بازیکنان روی آنها نجات داده بود، بررسی کردند. پژوهشگران گزارش دادند از ۴۲۴ بازیکن بازنیشته فوتبال حرفا‌ی مورد بررسی، ۷۳ درصد از آنها که به آرتروز مبتلا بودند، آسیب‌های پامچ پاراگزارت داده‌اند و ۷۸ درصد آنها درمان با تزریق کورتیکواستروئید بالفراشیز میزان ابتلابه آرتروز را فراشیز می‌دهند زیرا تزریقات اغلب پس از معنی نیست که تزریقات، احتمال ابتلابه آرتروز را فراشیز می‌دهند زیرا تزریقات اغلب پس از آسیب‌هایی انجام می‌شوند که ممکن است آنها را به آرتروز مرتبط کرده باشند.



صنعت سرگرمی و رسانه

در صنعت فیلم، بازی‌های ویدیویی و پادکست‌ها، هوش مصنوعی امکان صدای مجازی شخصیت‌های افرادی را فراهم کرده است. برای مثال، با استفاده از AI می‌توان صدای یک بازیگر را بدون حضور فیزیکی او باز تولید کرد یا شخصیت‌های کارتونی و اینیمیشن‌هارا با صدای طبیعی تر تجهیز نمود. این فناوری همچنین در دوبله فیلم و سریال‌ها کاربرد دارد و باعث کاهش هزینه‌های زمان تولید می‌شود.

کمک به افراد دارای اختلالات گفتاری

هوش مصنوعی به افرادی که به دلایل پزشکی توانایی صحبت کردن را ندارند، امکان تولید صدای شخصی خود را می‌دهد. باضبط نمونه‌ای از صدای پیشین فرد و استفاده از الگوریتم‌های AI، می‌توان صدای طبیعی و منحصر به فرد ایجاد کرد تا افراد دتوانند دوباره با دیگران ارتباط برقرار کنند.

امنیت و احراز هویت

تغییر صدای AI کاربردهایی در امنیت و شبیه‌سازی نیز دارد. الگوریتم‌های پیشرفته می‌توانند صدای افراد را تقلید یا مزگذاری کنند، که برای تست سیستم‌های تشخیص گفتار و حتی شناسایی هویت در سیستم‌های بانکی و دستگاه‌های صوتی هوشمند مفید است.

موسیقی و هنر

در صنعت موسیقی، هوش مصنوعی به هرمندان امکان می‌دهد صدای خواننده را ویرایش یا با صدای دیگری تر کیپ کنند. علاوه بر این، AI می‌تواند صدای کاملاً جدید

هوش مصنوعی در صدا: از سرگرمی تا امنیت و اخلاق

میثم یزدان پناهی

هوش مصنوعی (AI) در سال‌های اخیر تحولات بزرگی در حوزه صوت و گفتار ایجاد کرده است. یکی از شاخه‌های جذاب آن، تغییر صدای است که توانسته کاربردهای متنوعی در صنایع مختلف پیدا کند. تغییر صدا با کمک الگوریتم‌های هوش مصنوعی شامل تبدیل صدای یک فرد به صدای دیگری، تغییر جنسیت صدا، تغییر سن یا حتی خلق صدای مصنوعی کاملاً جدید است.

۶

AI

قوانين و مقررات شفاف

- ✓ تدوین و اجرای قوانین ملی و بین‌المللی برای کنترل سوءاستفاده از صدای از صدای ای.
- ✓ تعیین مجازات برای جعل صدای تولید محتوای گمراه کننده.
- ✓ الزام پلیس مهاوش کت‌های شیوه و علامت‌گذاری صدای ای تولید شده توسط AI.

محافظت از حریم خصوصی

- ✓ جمع آوری نمونه های صوتی بارگذاری کامل کاربران.
- ✓ ذخیره سازی این داده های مزگذاری و دسترسی محدود.
- ✓ جلوگیری از استفاده غیر مجاز از صدای کاربران برای تولید محتواهای مصنوعی.

رہنمود کیفیت و شفافیت

- ✓ استفاده از الگوریتم‌های پیشرفته برای تولید صدای طبیعی و کاهش حس صنعتی‌بودن.
- ✓ علامت گذاری یادگار و اتومارک صوتی در صدای‌های تولید شده برای تشخیص اقایی یا مصنوعی بودن. صدا.

آموزش و اطلاع رسانی

- ✓ آگاهسازی کاربران و سازمان هادر باره مزایا و خطرات تغییر صدای AI
- ✓ آموزش روش های تشخیص صدای های جعلی و مقابله با فریب های صوتی

ملاحظات اخلاقی

- ✓ تعیین استانداردهای اخلاقی برای کاربرد AI در تغییر صدا، به ویژه در صنعت رسانه، تبلیغات و موسیقی.
- ✓ محدود کردن کاربردهایی که می‌توانند به افراد آسیب برسانند یا باعث انتشار طلاقات نادرست شوند.

کنترل دسترسی به فناوری

- ✓ ارائه ابزارهای تعییر صداقت به شرکت‌ها، رسانه‌های افراد معتبر.
- ✓ توسعه پلتفرم‌های امن که قابلیت ثبت و پیگیری تعییرات صوتی را داشته و اشند.
- ❖ مهش مصنوعی در تعییر صدایک فناوری تحول آفرین است که کاربردهای گسترده‌ای در سرگرمی، پیشکشی، امنیت، موسیقی و تحقیقات علمی دارد. با توسعه الگوریتم‌های قریق تر رعایت ملاحظات اخلاقی، انتظار می‌رود این حوزه در سال‌های آینده فتوش شود و داشت هدایت متمایز انسان را مامگفتاری متعماً کند.

و مصنوعی پسازد، که در خلق موسیقی الکترونیک و تجربی بسیار کاربردی است.

کاربردهای تحقیقاتی و علمی

در تحقیقات روانشناسی، زبان‌شناسی و علوم‌شناسخی، هوش مصنوعی در تغییر صدا به محققان کمک می‌کند تا آثیر جنسیت، سن، لحن و حساسات روی ادراک شنونده را بررسی کنند. این ابزارها ممکن آزمایشات دقیق و کنترل شده را فراهم می‌کنند.

چالش‌ها و ملاحظات اخلاقی

با وجود مزایا، تغییر صدا با هوش مصنوعی مسائل اخلاقی و قانونی نیز به همراه دارد. سوءاستفاده از این فناوری برای جعل صدا، فریب افراد یا تولید محتوای گمراه کننده می‌تواند تهدیدی جدی باشد. بنابراین توسعه دهنده‌گان و کاربران باید چارچوب‌های قانونی و اخلاقی را رعایت کنند.

قطع‌ها و مصنوعی در تغییر صادرات هر چند کاربردهای گستردگی دارد، اما با چالش‌ها و انتقاداتی نیز مواجه است که در گزارش‌ها و مقالات علمی و رسانه‌ای مطرح شده‌اند.

مهم‌ترین انتقادات عبارت‌نداز:

۱- سوءاستفاده و جعل هویت یکی از بزرگ‌ترین نگرانی‌ها، امکان استفاده از فناوری تغییر صدابرای جعل هویت افراد یا تولید محتوای گمراه کننده است.

نمونه‌ها شامل تماس‌های تلفنی یا پیام‌های صوتی جعلی، جعل صدابرای فریب مالی، سیاسی یا شخصی است.

۲ تهدید حریم خصوصی

الگوریتم‌های تغییر صدا معمولاً برای تولید صدای واقعی نیاز به نمونه صوتی فرد دارند.

جمع اور و دخیره این داده هام تواند حریم خصوصی کاربران را به حفظ بیندازد و در صورت سوءاستفاده، پیامدهای جدی داشته باشد.

۴ مسائل اخلاقی و قانونی

استفاده از صدای تولید شده توسط AI برای تحریک، تهدید یا انتشار اخبار نادرست با مشکلات قانونی و اخلاقی روبه رواست. قوانین موجود در بسیاری از کشورها هنوز به طور کامل برای کنترل این فناوری تدوین نشده‌اند.

تأثیر بر اصالت و هنر ۵

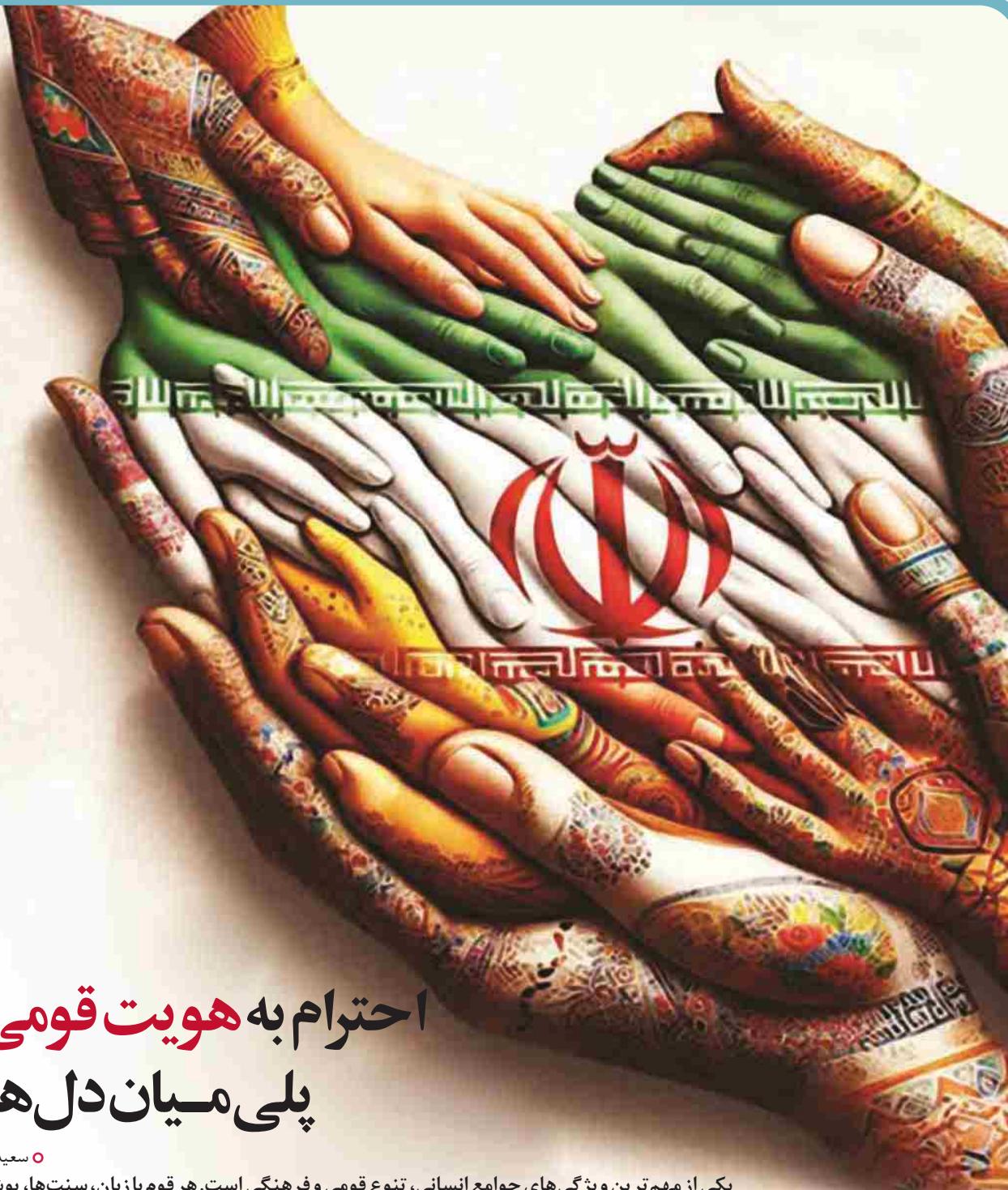
در موسیقی و هنر، تولید صدای مصنوعی می‌تواند ارزش هنری و اصالت آثار انسانی را کاهش دهد. برخی منتقدان معتقدند استفاده بیش از حد از AI برای تولید صدا، خلاقیت و اعیان هنر مند، اتحت تأثیر قرار می‌دهد.

برای مقابله با چالش‌ها و انتقادات هوش مصنوعی در تغییر صدا، می‌توان راهکارهای زیر را در نظر گرفت.

احترام به هویت قومی؛ پلی میان دل ها

سعید امانی

یکی از مهم ترین ویژگی های جوامع انسانی، تنوع قومی و فرهنگی است. هر قوم بازیان، سنت ها، پوشان، باورها و آداب خاص خود بخشی از میراث فرهنگی یک ملت را شکل می دهد. در جهانی که ارتباطات روز به روز گستردگی شود، احترام به تفاوت ها و پذیرش چند فرهنگی، ضرورتی انکار ناپذیر است. هویت قومی نه تنها بیانگر گذشته تاریخی و فرهنگی گروه هاست، بلکه به افراد احساس تعلق، امنیت و معنادار زندگی اجتماعی می دهد. با این حال، نادیده گرفتن یا تحقیر هویت های قومی می تواند منجر به بروز تعارض، تبعیض، نژاد پرستی و بی اعتمادی میان اقوام شود. از این رو، شناخت و احترام به هویت قومی، پیش شرطی برای برقراری عدالت، برابری و همبستگی ملی است.





۹

گسترش احترام کمک کنند. مثلاً وقتی در سریال‌ها یا برنامه‌های تلویزیونی شخصیت‌های مختلف قومی بالهجه‌های خود اما با احترام نشان داده شوند، حس غرور و دوستی میان مردم افزایش می‌یابد.

چالش‌ها

گاهی جامعه در مسیر احترام به هویت قومی بامانعی رو به روست. تبعیض‌های اقتصادی یا تمرکز امکانات در بعضی مناطق، می‌تواند باعث احسان نادیده گرفته شدن شود. همچنین، برخی کلیشه‌های درباره اقوام مختلف در گفتار روزمره یا رسانه‌ها، ناخواسته باعث بی‌احترامی می‌شوند.

برای رفع این مشکلات، باید آگاهانه رفتار کنیم، کلیشه‌ها را کنار بگذاریم و سعی کنیم از نگاه دیگران به دنیا بینگیریم. احترام به هویت قومی یعنی پذیرفتن این حقیقت ساده که «همه ماتفاوتیم، و همین تفاوت‌هاست که مارازیبامی کند». وقتی هر قوم بازبان و فرهنگ خود در کنار دیگران احسان امنیت و ارزش کند، هیچ نیروی نمی‌تواند پیوند ملی را ز هم بگسلد. همبستگی ملی، نه از یکدست شدن، بلکه از در کنار هم بودن متفاوت‌ها شکل می‌گیرد. ایران زمانی قوی تر و آرام‌تر خواهد بود که همه اقوامش احسان کنند، این کشور، خانه همه آن هاست.

ایران سرزمینی است پر از رنگ، صدا و فرهنگ، از شمال تا جنوب، از شرق تا غرب، مردمی زندگی می‌کنند که هر کدام زبان، موسیقی، لباس و سنت‌های خاص خود را دارند. این تنواع قومی، مانند تکه‌های زیبادر یک فرش ایرانی است؛ هر نقش و رنگی معنادارد و با کنار هم قرار گرفتن، تصویری باشکوه‌از «ملت ایران» می‌سازد.

اما این زیبایی زمانی کامل می‌شود که ماتوانیم به تفاوت‌ها احترام بگذاریم. احترام به هویت قومی یعنی پذیرفتن این که هیچ قوم و فرهنگی بر دیگری برتر نیست و همه ما، با وجود تفاوت‌ها، بخشی از یک خانواده بزرگ به نام ایرانیم. هویت قومی در واقع آن بخش از شخصیت ماست که از تعلق به یک قوم یا زاده می‌آید. زبان مادری، آداب و رسوم، غذا، موسیقی، لباس و حتی لهجه، بخش‌هایی از این هویت هستند. این عناصر ریشه در تاریخ، خاطره و تجربه جمعی یک قوم دارند. وقتی کسی به زبان مادری اش شعر می‌خواند یا آیین‌های سنتی اش را جرامی کند، در واقع دارد بخشی از وجود خود را زنده نگه می‌دارد. احترام به هویت قومی در واقع احترام به انسان‌هاست. وقتی ما تفاوت‌ها را بپذیریم، فضای جامعه امن تر و مهربان‌تر می‌شود. در ادامه چند بُعد از اهمیت را بررسی می‌کنیم:

تقویت همبستگی ملی

همبستگی واقعی زمانی به وجود می‌آید که همه مردم احساس کنند دیده می‌شوند و ارزش دارند. اگر هر قوم احساس کند فرهنگ محترم است، دل‌بستگی اش به کشور بیشتر می‌شود. احترام، پل ارتباطی میان اقوام است؛ پلی که سوءتفاهم‌های از بین می‌برد و اتحاد را جایگزین جدایی می‌کند.

پیشگیری از تبعیض و بی‌عدالتی

با احترامی به فرهنگ‌ها، باعث حس بی‌عدالتی و فاصله اجتماعی می‌شود. اما واقعی مردم ببینند زبان، لباس یا سنت‌شان در جامعه پذیرفته شده است، اعتماد و آرامش بیشتری احساس می‌کنند.

غنای فرهنگی و اجتماعی

هر قوم گنجینه‌ای از هنر، موسیقی، شعر و دانش بومی است. احترام به این گنجینه‌ها یعنی بهره‌بردن از همه ظرفیت‌های فرهنگی کشور. در واقع، تنوع قومی باعث رشد خلاقیت و افزایش توان فرهنگی جامعه می‌شود.

نقش آموزش و رسانه‌ها

اگر در مدارس از همان کودکی درباره فرهنگ‌های گوناگون صحبت شود، دانش آموزان یاد می‌گیرند که تفاوت‌ها طبیعی و ارزشمندند. همچنین، رسانه‌ها می‌توانند بانمایش درست و محترمانه اقوام، به

حضرت زینب (س) بانوی صبر، دانایی و عزت

ستایش ابراهیمی

ایمان و توحید عمیق

از کودکی ریشه‌های ایمان در دل زینب (س) شکل گرفت. او خدارادر همه لحظات زندگی حاضر می‌دید. در همان کودکی وقتی پدر از او خواست عدد «دو» بگوید، پاسخ داد: «زبانی که یک گفت، چگونه دو بگوید؟» این سخن نشانه معرفت ژرف او به یگانگی خدابود. در سخت ترین شرایط کربلائیز جز به خدا پنهان نمود و در میان داغ و مصیبت گفت: «مارأیت لا جمیلاً» من جز زیبایی نمیدم.

حیا و عفاف

زینب (س) نمونه کامل عفت بود. در سفر اسارت، با اینکه در میان دشمنان بود، با وقار و پوشش کامل حرکت کرد. حتی در مجلس بزرگ، در حالی که به اسارت رفته بود، حجاب و متناسب خود را حفظ کرد و اجازه نداد نگاه نپاکی اور ابیازارد.

به راستی حضرت زینب (س)
مظہر ایمان، علم، صبر و
عزت است؛ بانوی که پیام
عاشر ارازنده نگه داشت
و بارفتار و گفتاریش، معنی
واقعی انسانیت و بنده‌گی
خدارانشان داد.

چشم اهل مدینه روزی به جمال نوزادی روشن شد که پیامبر اکرم (ص) در سفر بودند. پس از بازگشت، جبرئیل نام او را از سوی خداوند «زینب» اعلام کرد؛ یعنی «زینت پدر».

حضرت زینب (س) در دامان حضرت فاطمه (س) بزرگ شد و از کودکی نشانه‌های ایمان، ادب و دانایی در او آشکار بود. او را «عقیله بنی هاشم» می‌نامند؛ یعنی بانوی بزرگ خاندان هاشم. لقب‌هایی چون «صدیقه صغیری» و «عصمت صغیری» نیز نشانه پاکی، صداقت و مقام معنوی اوست.

زینب (س) در زیبایی، وقار و حیا، یادآور مادرش فاطمه (س) بود؛ در شجاعت و بلاغت، مانند پدرش علی (ع) و در صبر و حلم، همچون برادرش حسن (ع). عشق او به امام حسین (ع) بی‌پایان بود؛ تا آنجا که در ازدواجش شرط کرد هر روز بتواند برادر را زیارت کند و در سفرها همراه او باشد.

حضرت زینب (س) بانوی دانا بود؛ زنان مدینه از درس تفسیر او بهره می‌بردند. دانش او آموخته کتاب نبود، بلکه الهامی الهی بود. عبادت و شب‌زنده‌داری اش در سخت ترین روزها، حتی در کربلا و شام، ترک نشد. فصاحت و شجاعتش در خطبه کوفه و شام زیانزد است؛ سخنانی که چون رعد در دل بزید و همراهانش افتاد. او در سیاست و بصیرت نیز نمونه بود و هرگز از گفتن حق و دفاع از حقیقت نهارسید. اما بزرگ ترین ویژگی اش صبر بود. صبری که در برابر مصیبت‌های کربلا کوهها را به لرده درمی‌آورد، اما او را نشکست. زینب کبری (س) با ایمان و شجاعت، پیام عاشر ارا تا همیشه زنده نگاه داشت.

دلسوزی و مهربانی

حضرت زینب (س) مادری برای کودکان کربلا بود. پس از شهادت امام حسین (ع)، سرپرستی کاروان اسیران بر دوش او بود. کودکان گربان و زنان خسته را دلداری می‌داد و خود را فراموش می‌کرد. در دل آن همه رنج، تنها به دیگران فکر می‌کرد.

عبدات و شب زنده داری

زینب کبری (س) عاشق عبادت بود. در هر شرایطی نماز شبیش ترک نمی‌شد. حتی در شب یازدهم محرم، پس از آن همه رنج و داغ او همواره قرآن می‌خواند و دلش با یاد خدا آرام می‌گرفت.

بصیرت و آگاهی سیاسی

زینب (س) زمانه خود را خوب می‌شناخت. می‌دانست رسالت‌ش پس از عاشورا تنها گریه نیست، بلکه رساندن پیام خون حسین (ع) به مردم است. سخنانش در شام، چهره واقعی حکومت یزید را برای مردم آشکار کرد و بیداری بزرگی در جامعه به وجود آورد.

عزت نفس

هیچ گاه خود را در برابر دشمن کوچک نکرد. حتی در اسارت، وقتی یزید باغرور گفت «دیدی خدا باش‌ما چه کرد؟» با آرامش پاسخ داد: «ما چیزی جز زیبایی ندیدیم.» اوعزت را از علی و فاطمه به اirth برد و هرگز سرخ نکرد.

دانایی و بیانش

حضرت زینب (س) زنی عالمه بود. زنان مدینه برای آموختن تفسیر قرآن نزد او می‌آمدند. دانش او آموخته‌ی کتاب نبود، بلکه نوری الهی بود که در دلش جاری بود. امام سجاد (ع) در باره‌اش فرمود: «تو، بحمدالله، دانشمندی هستی که تعلیم ندیده‌ای، و فهمیده‌ای که آموزگار نداشته‌ای.»

صبر و شکیبایی

هیچ صبری در تاریخ به صبر زینب نمی‌ماند. او در کربلا شاهد شهادت برادر، فرزندان و عزیزانش بود، اما تسلیم غم نشد. با چهره‌ای استوار، پیام عاشورا را رساند. اگر اندکی از بار مصائبش بر کوههای افتاد، از هم می‌پاشید، اما او استاد تحقیقت زنده بماند.

شجاعت و شهامت

زینب (س) نه تنها بانوی مؤمن، بلکه زنی دلیر و سختور بود. در کاخ این زیاد و بزید با شجاعت تمام سخن گفت و از حق دفاع کرد. خطبه‌هایش همچون خطبه‌های علی (ع) پرقدرت و بیدار کننده بود. با صدایی محکم و دلی آرام گفت: «ای پسر زیاد اما چیزی جز زیبایی ندیدیم، این کار خدا بود و اورا حکیم می‌دانیم.»

فصاحت و بلاغت

زبان زینب (س) آینه علم و ادب بود. سخنرانی اش در کوفه و شام نمونه اوج بلاغت است. سخنانش چنان شیوا و پرقدرت بود که ابن عباس گفت: «وقتی زینب سخن می‌گفت، گویی علی بن ابی طالب سخن می‌گوید.»

گفت و گو با آریانا پرست، فرزند جانباز
و دانشجوی پزشکی دانشگاه تهران

فرزند ایثارگر، پیام آور امید و تلاش در مسیر علم

● زهرا صمدی

در مسیر پر فراز و نشیب موفقیت، آریانا پرست با پشتکار، نظم و ایمان به تلاش توانست یکی از رتبه های بیتر کنکور سراسری ۱۴۰۳ را از آن خود کند. او که فرزند جانباز و دانشجوی پزشکی دانشگاه تهران است، باور دارد موفقیت حاصل اراده و کوشش مداوم است، نه صرفاً استعداد یا مهیا شدن. آریانا نگاه مسئولانه به جامعه و الگوی داری از فدایکاری های پدرش، رؤیای خدمت به مردم و ارتقای سلامت جامعه را در سرمی پروراند.





سهمیه برایم بیشتر نقش فرصتی نهایی داشت تا تضمینی برای موفقیت.

✓ آیا تاکنون با تصویرات خاصی درباره فرزندان جانبازان روبرو شده‌اید؟ چگونه با آن‌ها بخورد کرده‌اید؟

بله، متأسفانه برخی افراد تصور می‌کنند فرزندان جانبازان در مسیر تحصیلی خود مسیر آسان‌تری دارند. در دوران کنکور، بارها شنیدم که می‌گفتند: «توباسه‌میه حتماً پیشکی قبول می‌شی»! اما من اجازه‌دادم تلاش و نتیجه‌کنکورم به جای من صحبت کنند.

✓ به عنوان عضوی از نسل امروز، فکر می‌کنید جامعه باید چه درسی از فدایکاری‌های رزمندگان و جانبازان بگیرد؟

باید یاد بگیریم که در هر شرایطی از مردم و کشور خود دفاع کنیم و همیشه به ایثارگران و جانبازان احترام بگذاریم؛ چرا که آنان برای امنیت و آینده مالاز جان خود گذشته‌اند.

✓ اگر بخواهید پیامی برای جوانان همنسل خود بفرستید، آن پیام چیست؟

اگر به دنبال موفقیت هستید، هیچ گاه دست از تلاش برندارید، حتی زمانی که خسته‌اید. هر سرپالایی، سرانجام به سرازیری می‌رسد.

✓ چشم‌انداز شما برای سال‌های آینده چیست؟ تلاش‌م در جهت این است که به بالاترین سطح علمی در رشته پژوهشی برسم و در آینده پژوهش‌هایی مؤثر در زمینه ارتقای سلامت جامعه انجام دهم.

✓ لطفاً خودتان را به طور خلاصه معرفی کنید و بفرمایید در حال حاضر در چه زمینه‌ای فعالیت دارید (تحصیلی، شغلی یا پژوهشی).

من آریانی‌پرست هستم؛ رتبه ۶۲ منطقه ۳ و رتبه ۴ سهمیه ۲۵ درصد کنکور سال ۱۴۰۳. در حال حاضر دانشجوی رشته پژوهشی عمومی دانشگاه تهران هستم.

✓ چه کسی یا چه عاملی بیشترین تأثیر را در شکل گیری شخصیت و مسیر زندگی شما داشته است؟ قطعاً پدر و مادرم. از دوران کودکی تا مروز، آن‌ها در زمینه‌های تحصیلی، اخلاقی و رفتاری به من کمک کرده‌اند تا بتوانم به این مرحله از رشد و پیشرفت برسم.

✓ با توجه به مسئولیت‌های شخصی، تحصیلی و خانوادگی، چگونه بین رسیدن به اهداف خود و ایفای نقش به عنوان فرزند جانباز تعادل برقرار می‌کنید؟ پدرم در راه دفاع از مردم کشور عزیزمان تلاش کرده و اکنون نیز به عنوان پژوهشک، در مسیر نجات جان بیماران فعالیت می‌کند. من نیز بالگو گرفتن از ایشان، هدفم را بر خدمت به مردم و ارتقای سلامت جامعه متوجه کرده‌ام.

✓ آیا در مسیر تحصیلی خود از سهمیه مربوط به فرزندان جانبازان استفاده کرده‌اید؟ این سهمیه تا چه اندازه در موفقیت شما مؤثر بوده است؟ به نظر من، هر دانش‌آموز باید بر اساس استعداد و تلاش خود به موفقیت برسد. من بدون توجه به تأثیر سهمیه، تمام توان خود را کار گرفتم و با تلاش فراوان توانستم رتبه ۶۲ منطقه را کسب کنم.

نوبل افتخار جهانی یا ابزار تبلیغاتی؟

◦ علیرضا خزلی

اهداف جایزه

- تقدیر از نوآوری علمی و ادبی: افراد یا گروههایی که کشفیات یا آثار بر جسته‌ارائه‌می‌کنند، شناخته‌می‌شوند.
- تشویق به تلاش برای صلح جهانی: جایزه صلح نوبل به کسانی تعلق می‌گیرد که در کاهش خشونت و حل اختلافات انسانی نقش داشته‌اند.
- ایجاد انگیزه برای پیشرفت بشری: این جایزه الهام‌بخش دانشمندان، نویسنده‌گان و فعالان اجتماعی برای خدمت به بشریت است.

اهمیت جهانی

برندگان نوبل به دلیل تاثیر آثارشان در جامعه جهانی شناخته می‌شوند. جوایز نوبل نه تنها زندگی افراد را تغییر می‌دهد، بلکه موجب پیشرفت علوم، ادبیات و صلح در جهان می‌شود. برای مثال، کشفیات علمی برندگان نوبل، زندگی میلیون‌ها انسان را بهبود بخشیده و آثار ادبی و هنری، فرهنگ و اندیشه مردم را غنی کرده است.

- فیزیک
- آلبرت اینشتین (۱۹۲۱) - برای توضیح اثر فوتولکتریک و نقش آن در توسعه نظریه کوانتوم.

جایزه نوبل یکی از معتبرترین جوایز جهانی است که به افرادی اهدا می‌شود که در علوم، ادبیات، صلح و دیگر زمینه‌های دادستاوردهای بر جسته‌ای داشته‌اند. این جایزه هر سال توجه جهانیان را به نوآوری، تلاش علمی و انسان‌دوستی جلب می‌کند.

جایزه نوبل توسط آلفرد نوبل، مخترع دینامیت، در سال ۱۸۹۵ پایه‌گذاری شد. نوبل در وصیت‌نامه خود تأکید کرد که دارایی اش برای تقدیر از کسانی صرف شود که به بشریت خدمت کرده‌اند. جایزه‌های نوبل از سال ۱۹۰۱ شد و شامل رشته‌هایی مانند فیزیک، شیمی، پزشکی، ادبیات، اقتصاد و صلح است.





دلیل علاقه ترامپ به دریافت جایزه نوبل احتمالاً ترکیبی از چند عامل شخصیتی و سیاسی است:

تمایل به اعتبار و توجه جهانی: ترامپ همیشه به شدت به تصویر خودش در رسانه‌ها و اعتبارش در سطح جهانی اهمیت داده است. جایزه نوبل یک نشان بین‌المللی از موفقیت و نفوذ است که می‌تواند اعتبارش را افزایش دهد.

تائید دستاوردهایش: او معمولاً موفقیت‌ها و اقداماتش را بزرگنمایی می‌کند و دریافت نوبل می‌تواند به عنوان یک «تائید رسمی» از دستاوردهایش تلقی شود، حتی اگر واقعیت پیچیده‌تر باشد.

قدرت سیاسی داخلی: در سیاست آمریکا، داشتن افتخارات بین‌المللی می‌تواند حمایت داخلی را تقویت کند. ترامپ ممکن است دریافت نوبل را به عنوان یک ابزار تبلیغاتی برای جلب حمایت رأی دهندگان بداند.

ویژگی شخصیتی: افراد با ویژگی‌های خودمحور و تمایل به مشهور بودن، معمولاً جذب جوایزی می‌شوند که نشان دهنده برتری و موفقیت آنهاست. ترامپ در بسیاری از مصاحبه‌ها و سخنرانی‌هانشان داده که به‌این نوع تقدیر ها علاقه‌مند است. در مجموع دلیل علاقه‌او به دریافت جایزه نوبل خودشیفتگی است.

صلاح

- مارتن لوتر کینگ جونیور (۱۹۶۴) - برای مبارزه بدون خشونت علیه نژادپرستی.
- مادر ترزا (۱۹۷۹) - برای خدمات بشردوستانه به فقرا و بیمارها.
- باراک اوباما (۲۰۰۹) - برای تلاش در دیپلماسی و تقویت همکاری بین‌المللی.
- سازمان ملل متحده و برنامه جهانی غذا - به دلیل فعالیت‌های انسانی و کمک به صلح و امنیت جهانی.

اقتصاد

- پل ساموئلsson (۱۹۷۰) - برای پیشرفت‌های نظری در اقتصاد.
- آمارتیاسن (۱۹۹۸) - برای تحقیقات درباره فقر و توسعه انسانی.
- ابراهیم الجعفری و دیگران (جایزه‌های اخیر) - برای کارروی رفاه اجتماعی و اقتصاد جهانی.

نکته جالب: ماری کوری تنها فردی است که در ۲ رشته متفاوت (فیزیک و شیمی) جایزه نوبل گرفته است. جایزه‌صلح نوبل تنها جایزه‌ای است که می‌تواند بسازمان‌های بین‌المللی تعلق بگیرد. برخی تحقیقات در زمینه‌های پژوهشی و علمی ایران به نوبل مرتبط بوده، ولی جایزه رسمی به نام فرد ایرانی ثبت نشده است. ایران تاکنون بیشتر در زمینه حقوق بشر و صلح در نوبل دیده شده و هنوز هیچ ایرانی در رشته‌های علوم فیزیک، شیمی، پژوهشی یا ادبیات جایزه رسمی نگرفته است. جایزه نوبل نماد تلاش، خلاقیت و انسان دوستی است. این جایزه به مایاد آوری می‌کند که تلاش برای علم، هنر و صلح ارزشمند و الهام‌بخش است و ممکن تواند دنیا را بهتر تبدیل کند.

- ماری کوری (۱۹۰۳) - به همراه همسرش پیر کوری، برای تحقیقات روی پرتوهای رادیوaktیو.
- ریچارد فاینمن (۱۹۶۵) - برای کارهای بنیادی در الکترودینامیک کوانتومی.

شیمی

- ماری کوری (۱۹۱۱) - برای کشف رادیوم و پولونیوم.
- لینوس پاولینگ (۱۹۵۴) - برای تحقیقات درباره پیوندهای شیمیایی و ساختار پروتئین‌ها.
- فرانسیس آرنولد (۲۰۱۸) - برای مهندسی آنزیم‌های ایام از انتخاب طبیعی.

پزشکی و فیزیولوژی

- الکساندر فلمنگ (۱۹۴۵) - کشف پنی سیلین.
- واتسون، فرانسیس کریک و موریس ویلکینز (۱۹۶۲) - کشف ساختار DNA.

هاروی آتر، مایکل هوتون و چارلز رایس (۲۰۲۰) - برای کشف ویروس هپاتیت C.

ادبیات

- ارنست همینگوی (۱۹۵۴) - برای آثار بر جسته ادبی و سبک نویسنده منحصر به فرد.
- گابریل گارسیا مارکز (۱۹۸۲) - برای رمان‌های جادویی و واقع گرایانه‌اش.
- توماس مان (۱۹۲۹) - برای آثار ادبی که انسان و جامعه را عمیق تحلیل کده است.

تصمیم‌های امروز، موفقیت‌های فردا

نرگس صفری

ویژگی‌های افراد دارای مهارت تصمیم‌گیری قوی

- ✓ تحلیل گر بودن: توانایی بررسی دقیق اطلاعات و پیامدهای احتمالی هر گزینه.
- ✓ خلاقیت: ارائه راه حل‌های نوآورانه در شرایط پیچیده.
- ✓ اعتماد به نفس: توانایی ایستادگی بر تصمیم خود و پذیرش مسئولیت آن.
- ✓ انتطاف پذیری: آماده بودن برای اصلاح تصمیم در صورت تغییر شرایط یا دریافت اطلاعات جدید.
- ✓ مدیریت ریسک: توانایی ارزیابی خطرات و سودهای احتمالی هر تصمیم.

فرآیند تصمیم‌گیری

- ✓ شناسایی مسئله یا فرصلت: دقیقاً مشخص کردن مشکل یانیاز به تصمیم.
- ✓ جمع آوری اطلاعات: بررسی داده‌ها، منابع و تجربیات مرتبط.
- ✓ تبیین گزینه‌ها: فهرست کردن تمام راه حل‌های ممکن.
- ✓ ارزیابی گزینه‌ها: تحلیل مزایا و معایب هر گزینه و پیامدهای کوتاه‌مدت و بلندمدت.
- ✓ انتخاب بهترین گزینه: انتخاب راه حل بهینه با توجه به اهداف و محدودیت‌ها.
- ✓ اجرای تصمیم: اقدام عملی بر اساس تصمیم اتخاذ شده.
- ✓ ارزیابی نتایج: بررسی تأثیر تصمیم و یادگیری از تجربه برای تصمیم‌های آینده.

تصمیم‌گیری یکی از مهم‌ترین مهارت‌های فردی و سازمانی است. توانایی اتخاذ تصمیم‌های صحیح و به موقع می‌تواند به موفقیت فردی، حرفه‌ای و اجتماعی کمک کند و از بروز مشکلات و اشتباهات جلوگیری کند. مهارت تصمیم‌گیری به توانایی فرد در شناسایی مشکل، جمع آوری اطلاعات، تحلیل گزینه‌ها و انتخاب بهترین راه حل گفته می‌شود. این مهارت شامل ترکیبی از تفکر منطقی، تحلیل انتقادی، خلاقیت و کنترل احساسات است.



اهمیت مهارت تصمیم‌گیری

یابد، ممکن است فرصت‌های اجتماعی، تفریح و تجربه‌های زندگی کاهش پیدا کند.
✓ **ترس از اشتباه:** تصمیم‌گیری بیش از حد محافظه کارانه یا ترس از انتخاب اشتباه ممکن است باعث شود فرد هیچ اقدامی نکند یا فرصت‌هارا از دست بدهد.

۳. راهکار تعادل

✓ **تعیین اولویت‌ها:** تحصیل مهم است، اما روابط اجتماعی، ورزش و سرگرمی هم نباید نادیده گرفته شوند.
✓ **تصمیم‌گیری منعطف:** برنامه‌ریزی تحصیلی باید قابل اصلاح باشد و به شرایط زندگی واقعی واکنش نشان دهد.
✓ **مدیریت زمان:** بین درس، تفریح و فعالیت‌های شخصی تعادل برقرار کردن، مانع دورشدن از زندگی می‌شود.
تصمیم‌گیری در تحصیل اگر هوشمندانه و متعادل باشد، کمک می‌کند زندگی بهتر و منظم تری داشته باشیم و مارا از زندگی دور نمی‌کند. اما تمرکز افراطی یا ترس از تصمیم‌گرفتن می‌تواند محدودیت ایجاد کند.

مهارت تصمیم‌گیری، برخلاف آنچه گاهی تصور می‌شود، یک توانایی جهانی و یکسان نیست؛ هر فرهنگ آن را به شکلی می‌سازد، می‌پروراند و در نهایت به آن معنا می‌دهد. کافی است از یک کشور به کشور دیگر سفر کنید تا بینیت تصمیم‌گیری چطور رنگ عوض می‌کند. در جایی تصمیم‌های مماثل ضریب زدن به یک کلید برق گرفته می‌شوند؛ روشنی با خاموش، تمام در جایی دیگر، تصمیم شبیه دم کشیدن چای است؛ آرام، محتاط، همراه با گفت و گو و تأمل.

در سیاری از کشورهای غربی، تصمیم‌گرفتن بیشتر شبیه یک حرکت فردی است؛ هر کس مسئول زندگی، مسیر شغلی و انتخاب‌های خود است و فرهنگ می‌این را تأیید می‌کند. مردم عادت دارند بین گزینه‌های متعدد بایستند، سبک و سنگین‌کنند و در نهایت مسئولیت انتخاب‌شان را برعهده بگیرند. این نوع تصمیم‌گیری معمولاً سریع‌تر است، اما نه لزوماً عمیق‌تر.

در شرق آسیا اما داستان جور دیگری پیش می‌رود. تصمیم‌گیری همان قدر که به فرد مربوط است، به گروه هم گره خورده؛ تصمیم خوب تصمیمی است که نه فقط بهترین نتیجه را بدهد، بلکه کمترین استهلاک را هم ایجاد کند. زمان بیشتری صرف جمع کردن نظرهای شود و سرعت فدای همراهانگی می‌گردد. آنچه اهمیت دارد این است که هیچ کس احساس بیرون ماندن از ورود تصمیم را نکند.

در کشورهای اروپایی نظام محور، تصمیم‌گیری بیشتر شبیه مهندسی کردن یک مسئله است. مسئله را تعریف می‌کنند، داده جمع می‌کنند، گزینه‌های را تحلیل می‌کنند و بعد، تقریباً همیشه، تصمیمی گرفته می‌شود که بیشتر منطق و ساختار دیده می‌شود. شاید همین است که نتیجه گیری در آنها کمتر احساسی است و بیشتر بر پایه پیش‌بینی پذیری بنا شده. اما در بخش‌هایی از خاورمیانه، از جمله ایران، تصمیم‌گیری رنگی انسانی تر به خود می‌گیرد. روابط، تجربه زیسته، احساسات، توصیه‌های شرایط بیرونی همه‌هم زمان روی میز می‌ایند. شاید تصمیم‌های همیشه ساختار مند نباشند، اما در عوض انعطاف‌پذیری بالایی دارند. تصمیم‌گرفتن در اینجا ترکیبی از منطق و دل است؛ گاهی عقل حکم می‌دهد، گاهی دل، و اغلب هر دو باهم چانه می‌زنند تا به توافق برسند. در خانواده‌های این تفاوت‌ها به خوبی دیده می‌شود. جایی استقلال اصل است، جایی گفت و گوی طولانی و مشورت، و جایی دیگر احترام به بزرگ‌ترها و تجربه‌شان. همین الگوهای بعده‌دار محل کار و مدیریت هم تکرار می‌شوند؛ مدیری که در کودکی تصمیم‌گیری جمعی دیده، در بزرگ‌سالی هم باصبر و مشوار کار می‌کند؛ مدیری که با استقلال تربیت شده، مسئولیت را بینگ به زیر دستش می‌دهد؛ و مدیری که در فرهنگی عاطفی رشد کرده، هنگام تصمیم‌گیری به اثر احساسی و انسانی انتخابش توجه می‌کند.

در نهایت، تفاوت تصمیم‌گیری‌ها تفاوت در فهم جهان است؛ اینکه هر جامعه چطور با آینده مواجه می‌شود، چطور باریسک کنار می‌آید و چقدر به عقل، جمع یا احساس اعتماد دارد. هیچ کدام بر دیگری برتری ندارد؛ فقط روابط‌های متفاوتی اند از اینکه انسان چگونه راهش را در پیچ و خم زندگی پیدا می‌کند.

- ✓ در زندگی شخصی: کمک به انتخاب مسیر تحصیلی، شغلی و روابط مؤثر.
- ✓ در محیط کاری: افزایش بهره‌وری، کاهش اشتباهات و ارتقای کیفیت عملکرد تیمی و سازمانی.
- ✓ در مدیریت بحران: تصمیم‌های سریع و مؤثر می‌توانند از آسیب‌های مالی، زمانی و اجتماعی جلوگیری کنند.

راهکارهای بهبود مهارت تصمیم‌گیری

- ✓ تقویت تفکر انتقادی و تحلیل منطقی.
- ✓ استفاده از تجربیات گذشته برای یادگیری از موفقیت‌ها و شکست‌ها
- ✓ مشورت بالافاد مطمئن و متخصص.
- ✓ تمرین تصمیم‌گیری در شرایط واقعی یا شبیه‌سازی شده.
- ✓ مدیریت احساسات و کاهش فشارهای روانی هنگام تصمیم‌گیری.

۱. تأثیر مثبت تصمیم‌گیری تحصیلی

- ✓ مسیر روش‌شن تر: انتخاب رشته، دانشگاه یا روش مطالعه مناسب می‌تواند باعث شود فرد مسیر زندگی اش را بهتر برنامه‌ریزی کند.
- ✓ **مهارت‌های زندگی:** تصمیم‌گیری تحصیلی به فرد مهارت‌هایی مثل برنامه‌ریزی، مدیریت زمان و حل مسئله‌ی آموزد که در زندگی واقعی هم کاربرد دارد.
- ✓ **اعتماد به نفس و استقلال:** وقتی فرد تصمیم‌های تحصیلی هوشمندانه می‌گیرد، حس کنترل بر زندگی و آینده خودش تقویت می‌شود.

- ✓ **۲. زمانی که تصمیم‌گیری تحصیلی ممکن است محدود کننده شود**

✓ تمرکز افراطی روی تحصیل: اگر تمام انرژی و زمان فقط به درس اختصاص



مهارت تصمیم‌گیری یک توامندی کلیدی برای رشد فردی و موفقیت حرفه‌ای است. با تمرین، تحلیل دقیق و استفاده از تجربیات، هر فرد می‌تواند تصمیم‌های بهتری بگیرد و در مسیر زندگی و کار خود مؤثر عمل کند.

مارتین لوتر کینگ و روایی عدالت

○ علی فدا

جنیش حقوق مدنی، حرکتی اجتماعی و تاریخی بود که هدف آن ایجاد برابری حقوقی و اجتماعی برای همه افراد، به ویژه اقلیت‌های نژادی بود. این جنبش در واکنش به تبعیض، جداسازی نژادی و بی‌عدالتی‌های اجتماعی شکل گرفت و با ابزارهای مسالمت‌آمیز، اعتراضات و نافرمانی مدنی سعی در تغییر قوانین و نگرش جامعه داشت.

از جمله روش‌های مهم این جنبش می‌توان به راهپیمایی‌ها، تحریم‌ها، سخنرانی‌ها و آموزش عمومی اشاره کرد. چهره‌های برجسته‌ای مانند مارتین لوتر کینگ جونیور و رز پارکس نقش حیاتی در پیشبرد اهداف جنبش داشتند.

دستاوردهای این حرکت تاریخی شامل تصویب قانون حقوق مدنی ۱۹۶۴ و قانون حق رأی ۱۹۶۵ بود که تبعیض قانونی و موافع رأی دهی را از بیان برداشت. جنبش حقوق مدنی نشان داد که ایستادگی مسالمت‌آمیز و آگاهی‌بخشی عمومی می‌تواند باعث تغییر واقعی و عدالت اجتماعی شود. این جنبش تنها تاریخ نیست: الگویی است برای هر حرکت عدالت‌خواهانه و مبارزه علیه تبعیض در هر جامعه‌ای.

جنیش حقوق مدنی آمریکا عمدتاً بین دهه ۱۹۵۰ تا دهه ۱۹۶۰ رخ داد، اما ریشه‌های پیامدهای آن گسترده‌تر است:

اواسط دهه ۱۹۵۰، با اقدام رز پارکس در سال ۱۹۵۵ و شروع تحریم اتوبوس‌هادر مونتگومری.

اوایل تا اواسط دهه ۱۹۶۰، شامل راهپیمایی واشنگتن (۱۹۶۳) و تصویب قانون حقوق مدنی ۱۹۶۴ و قانون حق رأی ۱۹۶۵.

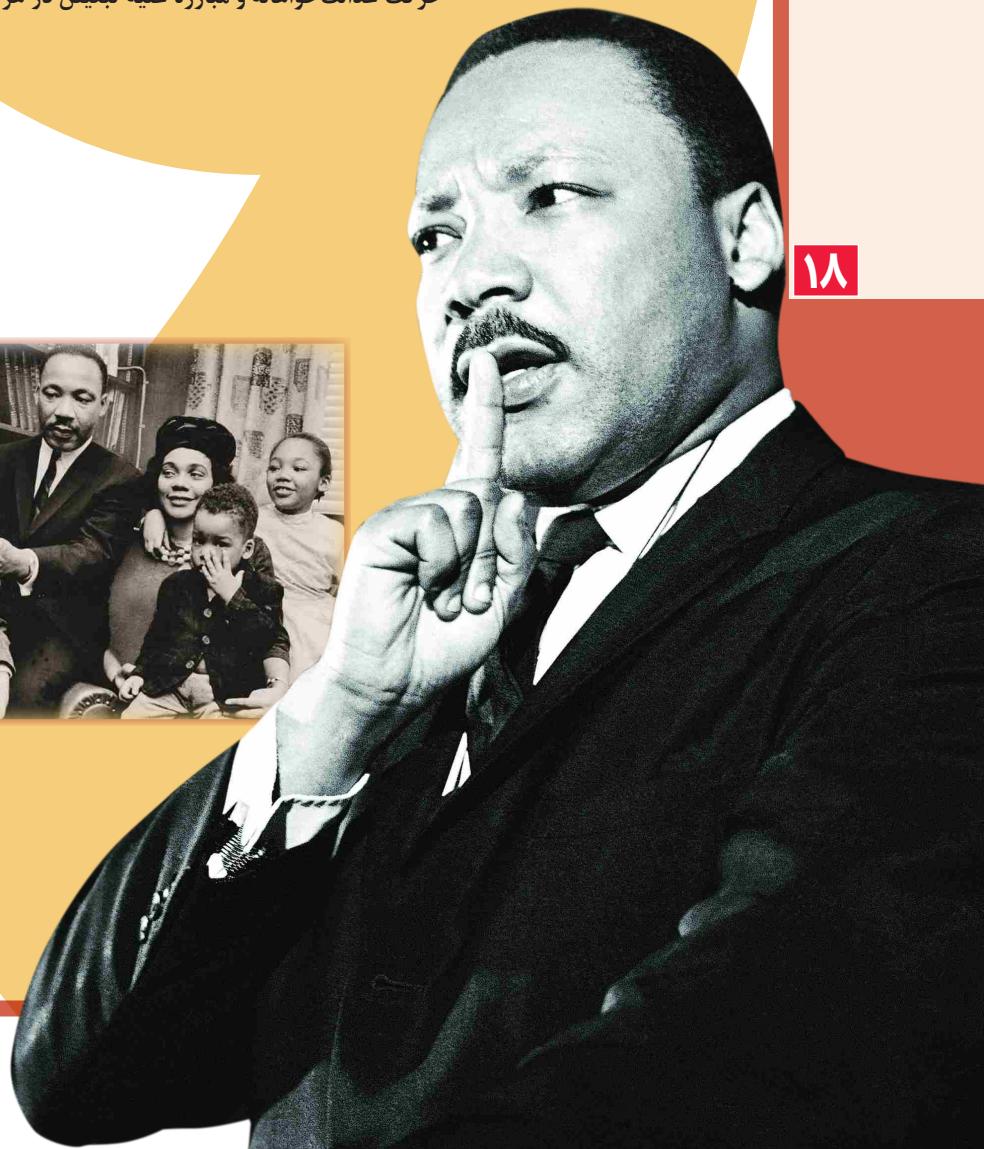
پایان رسمی قوانین جداسازی نژادی و گسترش دسترسی به حقوق اجتماعی و سیاسی برای آمریکایی‌های آفریقایی تبار.

جنیش حقوق مدنی به شکل تاریخی آن پایان یافته، اما مبارزه برای برابری و عدالت اجتماعی هنوز ادامه دارد.

امروز جنبش‌های دیگری مانند Black Lives Matter یا تلاش برای حقوق برابر زنان، اقلیت‌های مهاجران، ادامه مسیر عدالت‌خواهانه جنبش حقوق مدنی هستند.

یعنی اهداف اصلی جنبش تاریخی هنوز در قالب جنبش‌های مدرن دنبال می‌شوند، اگرچه شکل و ابزارهای آن تغییر کرده است.

جنیش اصلی بین ۱۹۵۰ تا ۱۹۶۰ بود، اما روح و اهداف آن همچنان زنده است و ادامه دارد.



بینظیر بوتو

۰ آتنا شمسایی

بینظیر بوتو (۱۹۵۳-۲۰۰۷) یکی از برجسته‌ترین شخصیت‌های سیاسی قرن بیستم در پاکستان و جهان اسلام بود. او اولین زن نخست‌وزیر در یک کشور مسلمان شد و با زندگی و فعالیت‌هایش الهام‌بخش جنبش‌های دموکراتی خواه و حقوق زنان گردید.



بینظیر

بوتو در خانواده‌ای سیاسی و برجسته در کراچی به دنیا آمد. پدرش ذوالفقار علی بوتو، نخست‌وزیر پیشین پاکستان، نقش مهمی در مسیر سیاسی او داشت و مادرش نسرین بوتو نیز در تربیت و آموزش او تأثیرگذار بود. در سال ۱۹۸۷، بینظیر بوتو با آصف علی زرداری ازدواج کرد، که بعدها رئیس جمهور پاکستان شد. این ازدواج علاوه بر جنبه خانوادگی، نقش مهمی در پیوندهای سیاسی او داشت. آنها دو فرزند داشتند: بیلا بوتو زرداری و بولان بوتو زرداری.

تحصیلات و زندگی شخصی

بوتو تحصیلات خود را در دانشگاه هاروارد و کالج آکسفورد گذراند. در دوران تحصیل، او به عنوان نخستین زن آسیایی رئیس اتحادیه دانشجویی آکسفورد انتخاب شد و توانست مهارت‌های رهبری و شبکه‌سازی خود را توسعه دهد. این تجربه‌ها بخش مهمی از زندگی خصوصی و شخصیتی او را شکل داد.

علاقه‌ها و شخصیت

بینظیر بوتو علاقه زیادی به ادبیات، سیاست و فعالیت‌های اجتماعی داشت. او شخصیتی با اعتماد به نفس، شجاع و مصمم بود، که در زندگی خصوصی نیز منعکس می‌شد. با وجود مسؤولیت‌های سیاسی و فشارهای امنیتی، تلاش می‌کرد نقش یک مادر و همسر فعال را نیز ایفا کند.





چالش‌ها و فشارها

در جامعه و سیاست را تقویت کند. از جمله دستاوردهای امنیتی که می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

- ✓ **اصلاحات اقتصادی:** تلاش برای کاهش بدیهی‌های خارجی و جذب سرمایه‌گذاری خارجی.
- ✓ **تقویت حقوق زنان:** افزایش مشارکت زنان در آموزش و سیاست و تصویب قوانین حمایت از حقوق زنان.
- ✓ **آزادی مطبوعات:** لغو سانسور و آزادی رسانه‌ها.

زندگی خصوصی او همواره تحت تأثیر سیاست و تهدیدهای امنیتی قرار داشت. دوران تبعید، بازداشت‌ها و تهدیدهای ترور باعث شد بتو سیاری از جنبه‌های خصوصی زندگی خود را مخفی نگه دارد و زندگی خانوادگی او با فشار و اضطراب همراه بود. زندگی و فعالیت‌های سیاسی او نمادی از مبارزه برای دموکراسی، حقوق بشر و برابری زنان در کشوری با تاریخ پیچیده سیاسی است. بینظیر بوتو در ۱۹۵۳ در کراچی به دنیا آمد. او تحصیلات خود را در دانشگاه هاروارد آغاز کرد و پس از آن در دانشگاه آکسفورد ادامه داد. در آکسفورد، او به عنوان نخستین زن آسیایی ریاست اتحادیه دانشجویی آکسفورد را بر عهده گرفت. این تحصیلات به او زمینه لازم برای ورود به عرصه سیاست را فراهم کرد.

چالش‌ها و تهدیدها

زندگی سیاسی بینظیر بوتو با چالش‌های فراوان همراه بود. او بارها تحت فشارهای سیاسی قرار گرفت، بازداشت و تبعید شد و با خطر ترور مواجه بود. تهدیدهای امنیتی و ترورهای متعدد علیه او، نمادی از مقاومت و شجاعت او در برابر تهدیدها شد. علی‌رغم این فشارها، بینظیر بوتو هرگز از مبارزه برای دموکراسی و حقوق مردم کوتاه نیامد و تلاش کرد صدای های محروم و سرکوب شده جامعه پاکستان را به گوش جهان برساند.

ورود به سیاست و رهبری حزب مردم پاکستان

پس از اعدام پدرش در سال ۱۹۷۹ و تبعید خانواده، بینظیر بوتو رهبری حزب مردم پاکستان را بر عهده گرفت. او توانت است حزب را از بحران و سرخوردگی نجات دهد و به یکی از اصلی ترین احزاب سیاسی کشور تبدیل کند. در سال ۱۹۸۸، بوتو با پیروزی در انتخابات عمومی به مقام نخست وزیری رسید و به اولین زن در تاریخ جهان اسلام شد که به مقام نخست وزیری رسید. بوتو دو دوره نخست وزیری (۱۹۹۳-۱۹۹۶ و ۱۹۹۰-۱۹۹۳) تلاش کرد تا اصلاحات اقتصادی و اجتماعی را پیش ببرد، فساد را کاهش دهد و نقش زنان در جامعه و سیاست پاکستان را تقویت کند. با وجود تهدیدهای امنیتی، کودتاها و فشارهای سیاسی، او به نماد ایستادگی در برابر دیکتاتوری و تلاش برای عدالت اجتماعی تبدیل شد.

تورو میراث

متأسفانه بینظیر بوتو در ۲۷ دسامبر ۲۰۰۷ در کراچی هدف ترور قرار گرفت و جان خود را از دست داد. با این حال، میراث او همچنان زنده است و الهام‌بخش جنبش‌های دموکراسی، حقوق بشر و مشارکت زنان در سراسر جهان باقی مانده است. زندگی و فعالیت‌های بینظیر بوتو نشان داد که حتی در شرایط سیاسی دشوار و تهدیدهای امنیتی، می‌توان برای عدالت و برابری تلاش کرد و تأثیر گذار بود. بینظیر بوتو نه تنها یک سیاستمدار موفق بود، بلکه نمادی از شجاعت، اراده و مبارزه برای دموکراسی و حقوق برابر در جهان معاصر به شمار می‌رود. او توانت است بارهایی و تصمیم‌های جسورانه خود، جایگاه زنان را در سیاست پاکستان تقویت کند و الهام‌بخش نسل‌های بعدی شود. میراث او یادآور اهمیت مبارزه برای عدالت، دموکراسی و حقوق بشر در هر جامعه‌ای است.

دوره‌های نخست وزیری و دستاوردها

بینظیر بوتو در دو دوره نخست وزیری خود (۱۹۹۳-۱۹۹۶ و ۱۹۹۰-۱۹۹۳) تلاش کرد اصلاحات اقتصادی و اجتماعی را پیاده کند، فساد را کاهش دهد و نقش زنان

کاهش زباله و اهمیت آن در زندگی

○ احمد حیدری

زباله و مدیریت نادرست آن یکی از بزرگ‌ترین چالش‌های محیط‌زیستی جهان امروز است. تولید بی‌رویه زباله نه تنها باعث آلودگی خاک، آب و هوا می‌شود، بلکه منابع طبیعی رانیز تخلیه می‌کند. کاهش زباله، علاوه بر حفظ محیط‌زیست، تأثیر مستقیم بر سلامت انسان، اقتصاد و کیفیت زندگی دارد.

مشکلات ناشی از تولید زیاد زباله

- آلودگی محیط‌زیست: زباله‌های پلاستیکی و شیمیایی خاک و آب را آلوده می‌کنند.
- تهدید سلامت انسان: گازهای سمی و میکروب‌های می‌توانند باعث بیماری‌های تنفسی، پوستی و گوارشی شوند.
- اتلاف منابع طبیعی: بسیاری از زباله‌ها قابل بازیافت هستند، اما به دلیل عدم مدیریت صحیح، منابع بالارش از دست می‌روند.

۲۲



انواع زباله

- زباله‌های خانگی: باقی‌مانده‌غذا، پلاستیک، کاغذ، شیشه و فلزات.
- زباله‌های صنعتی و تجاری: مواد شیمیایی، فلزات سنگین، بسته‌بندی‌های اضایعات کارخانه‌ها.
- زباله‌های کترونیکی: گوشی‌ها، کامپیوتراها و سایر تجهیزات الکترونیکی که حاوی مواد سمی هستند.
- زباله‌های کشاورزی و زیستی: بقایای گیاهی و حیوانی، کودها و مواد آلی.

دستگاه‌های بازیافت پیشرفته و کاهش حجم زباله‌ها.

تأثیر اقتصادی: جمع آوری، دفن و مدیریت زباله هزینه‌های سنتگینی بر دولت‌ها و جامعه وارد می‌کند.

نقش جامعه و سیاست‌گذاران

- سیاست‌های حمایتی: دولت‌ها باید قوانین سختگیرانه درباره تولید و مدیریت زباله وضع کنند.
- تشریف به مصرف پایدار: ارائه مشروق‌های مالی برای شرکت‌های شهر و ندانی که زباله را کاهش می‌دهند بایزیافت می‌کنند.
- برنامه‌های آموزشی: مدارس و دانشگاه‌ها باید آموزش‌های محیط‌زیستی و فرهنگ کاهش زباله را در برنامه‌درسی بگنجانند.

پیشگیری از تولید زباله

- خرید مسئولانه: خرید کالاهای کمتر بسته‌بندی شده و با کیفیت بالاتر.
- استفاده مجدد: استفاده از ظروف، کیسه‌های وسیله‌بندی‌های قابل چندبار مصرف.
- آگاهی و آموزش: آموزش شهر و ندان و کودکان درباره اهمیت کاهش زباله و سبک زندگی پایدار.

فواید کاهش زباله

- محیط‌زیست سالم تر: کاهش آلودگی خاک، آب و هوای سلامت بهتر انسان: کاهش خطر بیماری‌های مومنشکلات تنفسی و پوستی.
- صرفه‌جویی اقتصادی: کاهش هزینه‌های جمع آوری و مدیریت زباله برای دولت‌ها.
- ایجاد فرصت شغلی: توسعه صنعت بازیافت و فناوری‌های مدیریت زباله.
- چند کشور در جهان به دلیل مدیریت عالی زباله و کاهش تولید آن شناخته شده و زباند هستند. این کشورها غالباً از ترکیبی از قوانین سختگیرانه، فرهنگ محیط‌زیستی و فناوری‌های پیشرفته استفاده می‌کنند:

 - زبان: دلایل موافقیت: تفکیک دقیق زباله‌ها، فرهنگ مصرف پایدار و آموزش عمومی. ویژگی‌ها: زباله‌های خانگی به دهادسته تقسیم می‌شوند؛ بازیافت، کامپوست و انرژی از زباله‌های صورت گستردگی اجرامی شود.
 - آلمان: دلایل موافقیت: قوانین سختگیرانه و سیستم بازگشت ظروف و بطری‌ها (Deposit System).
 - ویژگی‌ها: بیش از ۶۰ درصد زباله‌های خانگی بازیافت می‌شوند؛ سیستم تفکیک در منبع بسیار پیشرفته است.
 - سوئد: دلایل موافقیت: استفاده از فناوری Waste-to-Energy و فرهنگ محیط‌زیستی. ویژگی‌ها: کمتر از ۱ درصد زباله‌های خانگی به محل دفن می‌رود؛ بقیه یا بازیافت می‌شوند. یا برای تولید انرژی استفاده می‌شوند.
 - کره جنوبی: دلایل موافقیت: قوانین سختگیرانه و تعریفهای سنتگین برای تولید زباله‌های تر. ویژگی‌ها: سیستم جمع آوری زباله بر اساس وزن؛ تشویق به کاهش مصرف پلاستیک و افزایش بازیافت.
 - سوئیس: دلایل موافقیت: آموزش عمومی و انگیزه‌های مالی برای کاهش زباله. ویژگی‌ها: تفکیک دقیق زباله‌ها و استفاده از سیستم‌های بازیافت پیشرفته؛ فرهنگ عمومی محیط‌زیست بسیار قوی است.
 - دانمارک و هلند: دلایل موافقیت: سیاست‌های سبز، انرژی از زباله و فرهنگ مصرف پایدار. ویژگی‌ها: برنامه‌های شهری برای کاهش پلاستیک و تشویق به استفاده مجدد؛ سرمایه‌گذاری در فناوری بازیافت و تبدیل زباله‌انرژی.

بازیافت و استفاده مجدد

- بازیافت پلاستیک، کاغذ و فلزات: کاهش مصرف منابع اولیه و صرفه‌جویی انرژی.
- کامپوست کردن مواد آلی: تبدیل زباله‌های غذایی و باغی به کود برای کشاورزی و باغبانی.
- تعمیر و بازسازی محصولات: افزایش عمر مفید وسایل و کاهش نیاز به تولید مجدد.

کاهش زباله یک مسئولیت جمعی است که نیازمند مشارکت فعال شهر و ندان، شرکت‌ها و دولت‌ها است. هر فرد می‌تواند با اقداماتی ساده مانند تفکیک زباله، استفاده مجدد و خرید مسئولانه نقش مهمی در حفظ محیط زیست و سلامت جامعه ایفا کند. تلاش برای کاهش زباله نه تنها باعث حفاظت از منابع طبیعی می‌شود، بلکه کیفیت زندگی امروز و نسل‌های آینده را تضمین می‌کند.

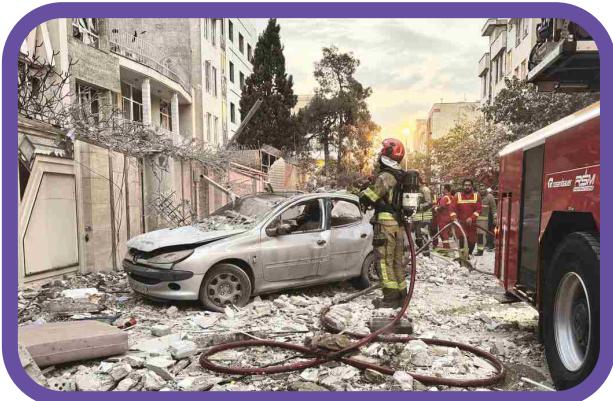
مدیریت حرفة‌ای زباله

- دفن بهداشتی: استفاده از سایت‌های دفن استاندارد با پوشش مناسب برای جلوگیری از آلودگی.
- تصوفیه زباله‌های صنعتی و شیمیایی: جلوگیری از رهاسازی مواد سی در محیط.
- استفاده از فناوری‌های نوین: تولید انرژی از زباله (Waste-to-Energy).

جنگ ۱۲ روزه ایران و رژیم صهیونیستی

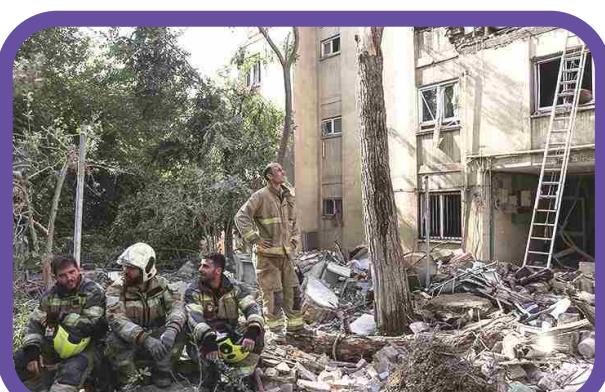
SARACADECI

جنگ ایران و اسرائیل در ۲۳ خرداد ۱۴۰۴ با حملات اسرائیل به ایران آغاز شد. در این جنگ شمار بسیاری از هموطنان شهید شدند و تأسیسات مختلف آسیب دیدند.



۲۴





نشستن طولانی دشمن خاموش

رکسانا محرم پور

زندگی مدرن بسیاری از ما را به سمت نشستن طولانی در محیط کار، تحصیل یا خانه سوق داده است. استفاده طولانی مدت از کامپیوتر، موبایل یا تلویزیون، اگرچه به ظاهر بی ضرر است، اما می‌تواند بیامدهای جدی برای سلامت جسم و روان داشته باشد. پرهیز از نشستن طولانی و ایجاد تحرک منظم، یکی از ساده‌ترین و مؤثرترین راهکارهای حفظ سلامتی است.

بیامدهای نشستن طولانی

- ✓ مشکلات قلبی و عروقی: کاهش جریان خون و افزایش ریسک بیماری‌های قلبی، فشار خون و سکته.
- ✓ چاقی و مشکلات متابولیک: کاهش سوخت و ساز بدن و افزایش احتمال چاقی، دیابت نوع ۲ و اختلالات هورمونی.
- ✓ دردهای اسکلتی و عضلانی: فشار بر سرتون فقرات، گردن، شانه‌ها و کاهش انعطاف عضلات.
- ✓ اختلالات روانی: افزایش استرس، اضطراب و کاهش تمرکز و انرژی ذهنی.
- ✓ کاهش طول عمر: مطالعات نشان می‌دهند افرادی که بیش از ۸ ساعت در روز می‌نشینند، ریسک مرگ زودرس بالاتری دارند.

راهکارهای پرهیز از نشستن طولانی

تحرک منظم در محیط کار با خانه

- ✓ تنفس عمیق و کشش بدن: هر ۳۰ تا ۶۰ دقیقه یک بار، از جای خود بلنگ شوید و بدن را بشید.
- ✓ پیاده‌روی کوتاه: قدم زدن در راهرو، دفتر یا حیاط به بهبود جریان خون کمک می‌کند.





درمان و اصلاح پیامدهای نشستن طولانی

اصلاح وضعیت بدنی (Posture Correction)

استفاده از صندلی و میز ارگونومیک برای حمایت از کمر و گردن. تمرینات تقویت عضلات کمر و شکم برای حفظ سiton فقرات سالم. رعایت زاویه ۹۰ درجه بین زانو و لگن هنگام نشستن.

ورزش درمانی

کشش گردن: کشش گردن، شانه، پشت و پاه برای کاهش درد عضلانی. تمرینات قدرتی و تعادلی: اسکات، لانچ، پل زدن (Bridge) برای تقویت عضلات پایین تنه و کمر.

ورزش هوازی سبک: پیاده روی، دوچرخه ثابت یا شناوری بهبود گردش خون.

فیزیوتراپی: در صورت درد مزمن کمر، گردن یا شانه، مراجعه به فیزیوتراپیست توصیه می شود. تکنیک های ماساژ، الکتروترابی و حرکات اصلاحی می تواند در راکاشه دهد و انعطاف را فراشی دهد.

مدیریت سبک زندگی

بلند شدن هر ۳۰-۶۰ دقیقه: حتی ۵ دقیقه پیاده روی یا کشش ساده. فعالیت روزمره بیشتر: استفاده از پله، پیاده روی هنگام تماس تلفنی، انجام کارهای خانه به صورت فعال.

هیدراتاسیون مناسب: نوشیدن آب کافی باعث بلند شدن های مکرر و افزایش حرک طبیعی بدن می شود.

استفاده از ابزارهای کمکی

میز ایستاده یا میز قابل تنظیم از پهلوانی کاهش فشار بر سiton فقرات. توبهای نشیمنگاهی یا بالشکهای طبی برای بهبود وضعیت نشستن و کاهش فشار روی کمر. نشستن طولانی می تواند باعث درد، اختلال گردش خون و کاهش متابولیسم شود، اما با ترکیب ورزش، اصلاح وضعیت نشستن، فیزیوتراپی و تغییر سبک زندگی می توان این اثرات را درمان و بیشگیری کرد. حتی اقداماتی کوچک مانند بلند شدن مرتب و کشش عضلات تاثیر قابل توجهی در کاهش درد و حفظ سلامت عمومی دارند. نشستن طولانی یکی از خطرات پنهان زندگی مدرن است که می تواند به تدریج سلامت جسم و روان را تهدید کند. با ایجاد تحرک منظم، ورزش کوتاه و استفاده از وسایل ارگونومیک، می توان از پیامدهای منفی نشستن طولانی بیشگیری کرد و کیفیت زندگی را بهبود بخشید. هر حرکت کوچک در طول روز، حتی پنج دقیقه، می تواند تأثیر بزرگی بر سلامت طولانی مدت داشته باشد.

استفاده از وسایل کمکی

میزهای ایستاده (Standing Desk): امکان کار کردن در حالت ایستاده و کاهش فشار روی ستون فقرات.

صندلی ارگونومیک: حمایت از کمر و گردن و جلوگیری از خستگی طولانی مدت.

ورزش های ساده و کوتاه

حرکات کششی: کشش گردن، شانه ها، پشت و پاه.

تمرینات سبک: اسکات، لانچ، بالا بردن دست ها و چرخش مچ ها. حتی ۱۰ تا ۱ دقیقه ورزش سبک در طول روز می تواند تأثیر چشمگیری بر سلامت داشته باشد.

ایجاد عادت های سالم

استفاده از زنگ هشدار یا پلیکیشن های یادآوری تحرک.

بلند شدن برای نوشیدن آب باعث تحرک طبیعی بدن می شود.

تشویق خود به فعالیت های روزمره مانند راه رفتن هنگام مکالمه تلفنی یا استفاده از پله به جای آسانسور.

فواید کاهش نشستن طولانی

سلامت قلب و عروق: کاهش ریسک بیماری های قلبی و فشار خون.

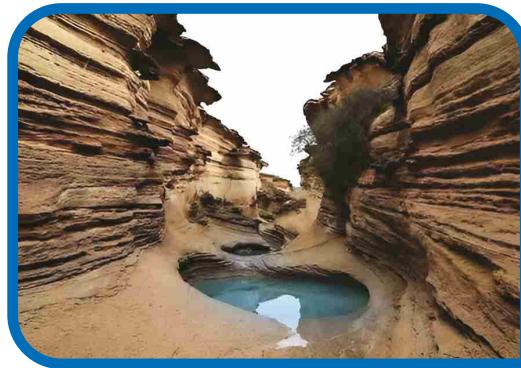
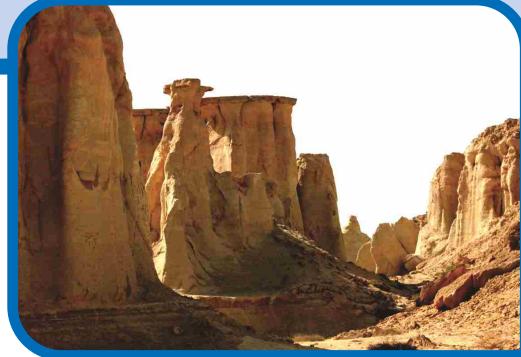
بهبود وضعیت اسکلتی و عضلانی: کاهش درد گردن، شانه و کمر.

افزایش انرژی و تمرکز ذهنی: بهبود خلاقیت و کارایی ذهن.

سلامت روانی: کاهش استرس، اضطراب و افسردگی.

کاهش وزن و بهبود متابولیسم: کمک به کنترل وزن و سوخت و ساز بدن.

پیامدهای ناشی از نشستن طولانی مدت معمولاً قابل پیشگیری و درمان هستند، به شرطی که اقداماتی مناسب و منظم انجام شوند.



در سکوت این سرزمین، تنها صدای باد است که میان حفره‌های پیچید و موسیقی را زالود طبیعت رامی نوازد. در هنگام غروب، هنگامی که نور نارنجی خورشید بر دیوارهای خاکی می‌نشیند، دره چنان درخشان می‌شود که گویی هنوز شعله‌های همان ستاره‌ی افسانه‌ای در دل خاک می‌سوزد. و با فرار سیدن شب، آسمان پرستاره‌ی جنوب، بر فراز این دره باستانی می‌درخشد؛ جایی که زمین و آسمان به هم می‌رسند. دره ستارگان نه فقط یکی از زیباترین پدیده‌های زمین‌شناسی قشم، بلکه تمادی از پیوند انسان با افسانه و طبیعت است؛ مکانی که هر بیننده را، از هر گوشه جهان، به سکوت و شفگتی وامی دارد. بازدید کنندگان دره ستارگان در قشم ترکیبی از گروههای مختلف هستند، اما می‌توان آن هارا به چند دسته اصلی تقسیم کرد:

۱. گردشگران طبیعت‌گرد

بیشترین بازدید کنندگان، علاقه‌مندان به طبیعت و زمین‌شناسی هستند. آن‌ها برای دیدن اشکال منحصر به فرد صخره‌ها، فرسایش‌های طبیعی، و سکوت اسرارآمیز دره به اینجامی آیند.

بسیاری از تورهای طبیعت‌گردی و اکوتوریسم قشم، بازدید از دره ستارگان رایکی از برنامه‌های اصلی خود قرار می‌دهند.

۲. عکاسان و فیلمبرداران

به دلیل نور خاص، سایه‌های متغیر، و فرم‌های عجیب سنگی، این دره یکی از بهترین لوکیشن‌های عکاسی و فیلمبرداری در جنوب ایران است. عکاسان حرفه‌ای، مستندسازان و حتی اینفلوئنسرهای سفر، اغلب برای ثبت تصاویر و دیدهای چشمگیر از آنجا بازدید می‌کنند.

۳. گردشگران داخلی و خانوادگی

بسیاری از خانواده‌ها و مسافران داخلی که به قشم سفر می‌کنند، در کنار بازدید از جنگلهای حرا، جزایر ناز و غار خربس، حتماً دره ستارگان را هم در برنامه خود دارند.

چون مسیر دسترسی آن آسان است (حدود ۲۰ کیلومتر از شهر قشم) و بازدید از آن زمان زیاد نمی‌خواهد.

۴. گردشگران خارجی

در سال‌های اخیر، با گسترش گردشگری ژئوپارک قشم، بسیاری از گردشگران خارجی - بهویژه از اروپا و شرق آسیا - به این منطقه می‌آیند. آن‌ها معمولاً جذب چشم‌اندازهای طبیعی و حس بکر بودن فضامی‌شوند، چون چنین منظره‌ای در دنیا کم نظری است.

۵. علاقه‌مندان به نجوم و سکوت شب

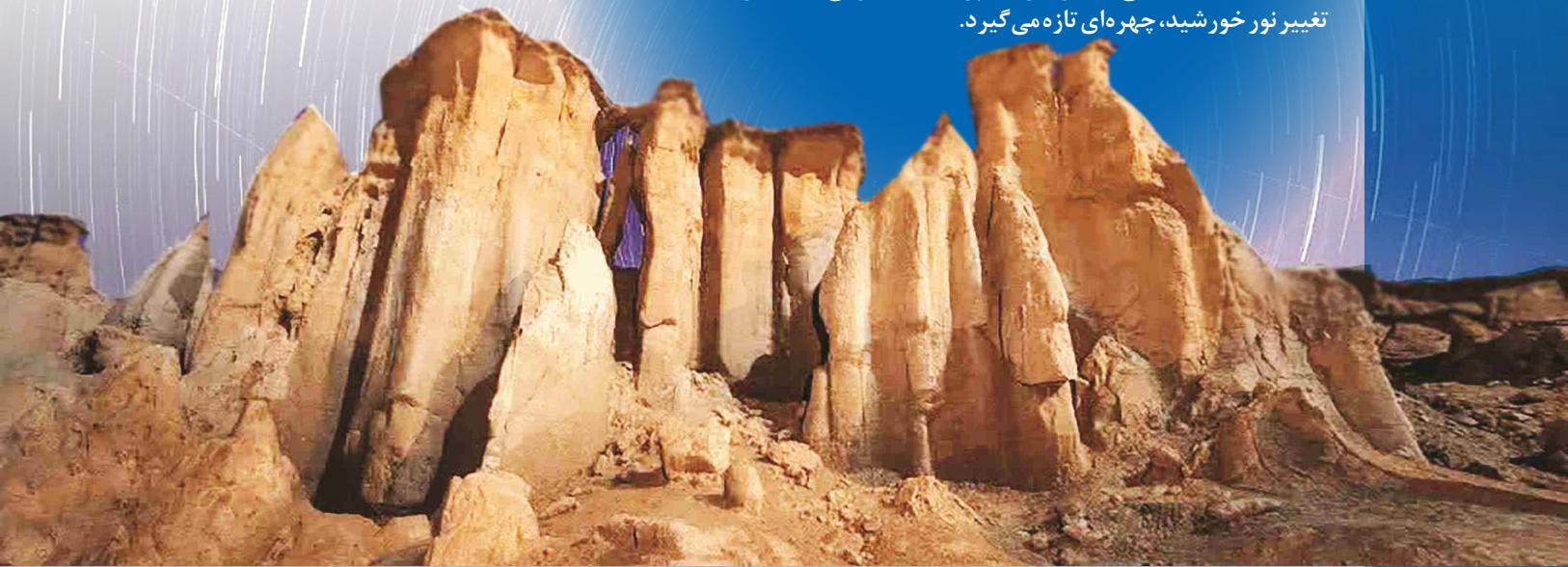
به دلیل آسمان صاف و بی‌ود آسودگی نوری، بعضی گروه‌های رصد ستارگان در شب به دره می‌روند.

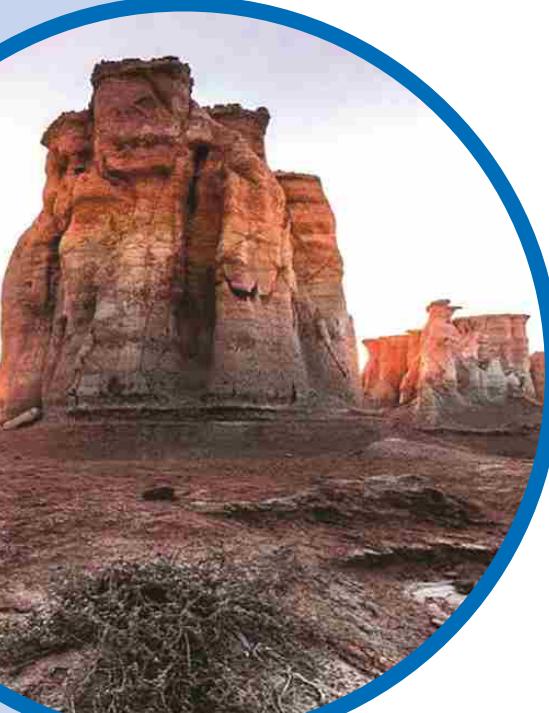
در سکوت و تاریکی شب، آسمان آن قدر پرستاره است که نام «دره ستارگان» را کاملاً توجیه می‌کند.

رازهای زمین و آسمان در دره ستارگان قشم

○ سارا صادقی

در قلب جزیره شگفت‌انگیز قشم، در جنوب ایران، جایی میان زمین و خیال، دره‌ای آرام و رازآلود گستردده است: دره ستارگان. این شفگتی طبیعی، حاصل میلیون‌ها سال فرسایش باد، باران و سیلاب‌های است: اما مردم محلی داستانی دیگر دارند می‌گویند شبی ستاره‌ای بر زمین فرود آمد و چهره جزیره را برای همیشه دگرگون کرد. دیوارهای بلند، ستون‌های صخره‌ای، و اشکال عجیب سنگی در سراسر دره پراکنده‌اند؛ فرمی که در هر لحظه، با تغییر نور خورشید، چهره‌ای تازه‌می‌گیرد.





فصل نامناسب

تابستان (خرداد تا شهریور)، گرمای هوا گاهی به 50°C درجه هم می‌رسد و رطوبت بالاست. بازدید در روزهای تابستان توصیه نمی‌شود، مگر در ساعت بسیار ابتدایی صبح یا نزدیک غروب.

بهترین زمان بازدید

فصل مناسب: پاییز تا اوایل بهار (آبان تا فروردین) این دوره بهترین زمان سفر به قشم است. هوا خنک، مطبوع و بادها ملایم‌اند. در زمستان، دمای هوام علاوه بر 18°C درجه است، که برای پیاده‌روی در فضای باز عالی است.

بازدید شبانه

اگر با گروه یارهای محلی باشید، بازدید شبانه بسیار خاطره‌انگیز است. آسمان فوق العاده پرستاره است و سکوت دره حس عرفانی دارد. با این حال، رفتن تنها در شب توصیه نمی‌شود چون مسیرها تاریک و سرگی‌اند. دره ستارگان با وجود زیبایی خیره کننده‌اش، یک محیط طبیعی و نسبتاً حساس است، بنابراین بازدید از آن باید بااحتیاط و اگاهی انجام شود.

بهترین زمان در طول روز

صبح زود (حدود ساعت ۶ تا ۹) نور ملایم و سایه‌های زیبا هستند. دماه‌نوز بالانرفت و گردشگران کمی حضور دارند، بنابراین دره خلوت و آرام است. برای عکاسی و فیلمبرداری عالی است. غروب آفتاب (حدود ساعت ۵ تا ۶:۳۰ در زمستان) دیواره‌های نور نارنجی و طلایی غروب می‌درخشنند. آسمان آبی و نور آخر روز جلوه‌ای رویایی به دره می‌دهد. بسیاری از تورها، بازدید دره را باغروب همانه‌گی می‌کنند.

خطرات احتمالی دره‌ی ستارگان قشم

است. گرم‌مازدگی، کم آبی یا آفات سوختگی از خطرات رایج هستند. همیشه کلاه، عینک افتابی، ضدآفتاب و آب کافی همراه داشته باشید.

۵. بازدید شبانه بدون راهنمای

شب‌ها مسیرها تاریک‌اند و تابلوهای راهنمای محدود است. احتمال افتادن یا گم شدن وجود دارد. اگر می‌خواهید ستارگان را تماساً کنید، حتماً با گروه اشنا به منطقه بروید.

۶. حیوانات کوچک یا خزندگان

دره معمولاً خطرناک نیست، اما ممکن است مارمولک‌ها، مارهای کوچک یا عقرب‌ها در برخی نواحی خشک زندگی کنند. بهتر است از پوشیدن صندل یا نشستن روی زمین بدون دقت خودداری کنید.

۷. آسیب به طبیعت و تخریب اثر

برخی بازدید کنندگان روی سنگ‌ها یادگاری می‌نویسند یا سنگ‌هارا می‌شکند، که باعث آسیب جدی به بافت زمین‌شناصی می‌شود. باید احترام طبیعت را حفظ کرد؛ دره ستارگان بخشی از زئوبارک جهانی قشم است و حفاظت از آن اهمیت زیادی دارد.

۱. ریزش سنگ و خاک از دیواره‌ها

دیواره‌های جنس رس و ماسه‌سنگ نرم هستند و در اثر باد و باران به تدریج فرسایش پیدامی کنند. در برخی نقاط، سقف‌ها یا سوتون‌های ناپایدار وجود دارد. نباید زیاد به دیواره‌ها تکیه داد یا زیر طاق‌ها و حفره‌های سست ایستاد، مخصوصاً در روزهای بعد از بارندگی.

۲. احتمال سیلاب در فصل بارندگی

دره باریک است و اگر ناگهان باران بیارد، آب از بالادست وارد مسیر می‌شود و خطرناک است. در روزهای بارانی بالا فاصله پس از آن، بازدید به هیچ‌وجه توصیه نمی‌شود.

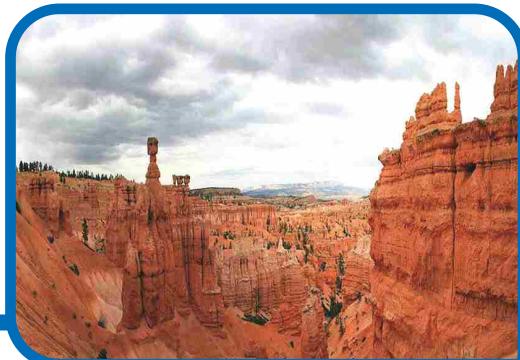
۳. گم شدن در مسیرهای مشابه

دره مسیرهای پیچ در پیچ و شاخه‌دار دارد؛ دیواره‌ها بلندند و دید محدود است. اگر تنها سفر کنید، ممکن است مسیر بازگشت را پیدا نکنید.

بهتر است بارهای محلی یا تور رسمی همراه شوید.

۴. گرم‌آبی

در روزهای گرم، دمای هوای دره بسیار بالا می‌رود و تهویه طبیعی محدود





سلامت: حقی که نباید با پول سنجیده شود

○ سپیده حسینی

ما انسان‌ها گاهی فراموش می‌کنیم که سلامت یک موهبت فردی نیست؛ بلکه یک حق جمعی و اجتماعی است. وقتی کودکی در روتاستایی دور دست به دلیل نبود دارو چانش را از دست می‌دهد، یا کارگری در کارخانه‌ای آلوده نفس می‌کشد و بیمار می‌شود، یعنی جامعه‌ای نتوانسته از حق سلامت دفاع کند. سلامت، فقط برای قوی ترها یا ثروتمندترها نیست؛ حق همه است از نوزاد تا زه متوالد شده تا سالم‌مند تنها در گوشه‌ای از شهر. اما حق سلامت، فقط با بیمارستان و دارو تأمین نمی‌شود.

سلامت در هوایی که تنفس می‌کنیم است، در غذایی که می‌خوریم، در استرسی که تحمل می‌کنیم و در محیطی که در آن کار و زندگی می‌کنیم.

وقتی خیابان‌های شهر پراز دود است، وقتی خوراکی‌های ناسالم در دسترس تراز میوه و سبزی اند، وقتی اضطراب جای آرامش رامی‌گیرد، یعنی بخشی از سلامت از ما گرفته شده است. مسئولین وظیفه دارند برای حفظ سلامت مردم بکوشند، اما ما هم در این مسیر نقش داریم. هر کدام از ما می‌توانیم مدافع حق سلامت باشیم حتی با کارهای ساده‌ای مثل رعایت بهداشت، کاهش مصرف پلاستیک، پرهیز از آلودگی محیط، یا دلسوی نسبت به بیماران و نیازمندان. گاهی یک رفتار کوچک، می‌تواند سلامت جامعه را تقویت کند.

سلامتی، شاید در ظاهر واژه‌ای ساده باشد؛ چیزی که معمولاً وقتی از دستش می‌دهیم، تازه می‌فهمیم چقدر ارزشمند بوده. اما حقیقت این است که سلامت فقط یک وضعیت جسمی نیست، بلکه ارامش روح، امنیت روانی و حس رضایت از زندگی را هم در بر می‌گیرد. حق سلامت، یعنی حق زندگی با کرامت. یعنی هر انسان، فارغ از ثروت، موقعیت یا محل تولدش، باید بتواند از خدمات درمانی، آب سالم، غذای کافی، هوای پاک و حمایت روانی برخوردار باشد.

بیمه سلامت عمومی برای همه اجباری است و تقریباً هیچ کس بدون پوشش درمانی نیست. تفاوت در استان‌ها وجود دارد، اما اصل عدالت در سلامت حفظ شده است.

۴. ژپن

همه شهروندان باید بیمه سلامت عمومی با خصوصی داشته باشند. هزینه‌های درمان نسبتاً پایین است و دولت بخشی از آن را پرداخت می‌کند. تمرکز بر پیشگیری، تغذیه سالم و فعالیت بدنی است. به همین دلیل مردم ژپن از طولانی ترین امید به زندگی در جهان برخوردارند.

۵. ایالات متحده آمریکا

وضعیت سلامت در آمریکا بسیار متفاوت از کشورهای دیگر است. سلامت به عنوان «خدمت» و نه ازما «حق انسانی» تلقی می‌شود. بیمه خصوصی گران است و بیمه دولتی (مثل Medicaid و Medicare) فقط برای گروه‌های خاص است. بسیاری از مردم بدون بیمه یا بابدهی‌های سنگین درمانی زندگی می‌کنند. این کشور از نظر فناوری پزشکی پیشرفته است، اما از نظر عدالت بهداشتی عقب‌تر از اروپا و کانادا است.

۶. کشورهای در حال توسعه (مثل هند، مصر، ایران، بربزیل)

تلاش‌هایی برای گسترش عدالت سلامت در جهان است. ایران مثلاً با طرح‌هایی مثل بیمه سلامت همگانی و طرح تحول نظام سلامت، گام‌هایی برای پوشش اقشار ضعیف برداشت. در هند و بربزیل نیز طرح‌هایی برای خدمات بهداشتی رایگان در مناطق روستایی و فقیر وجود دارد.

۷. کشورهای آفریقایی و فقیرتر

در بسیاری از کشورهای آفریقایی، سلامت هنوز چالشی اساسی است. نبود زیرساخت، کمبود پزشک، بیماری‌های واگیردار و هزینه‌های سنگین درمان مانع دسترسی مردم به خدمات سلامت است. با کمک سازمان جهانی بهداشت (WHO) و نهادهای بین‌المللی، پروژه‌هایی برای همین دو قطبیت در حال اجراست. هنوز در این کشورها، سلامت بیشتر «ویا» است تا «حق واقعی». در کشورهای توسعه‌یافته، سلامت به عنوان حق انسانی و اجتماعی پذیرفته شده و دولت‌ها مسئول اجرای آن هستند. اما در کشورهای فقیرتر، هنوز راهی طولانی در پیش است تا هر فرد بتواند بدون تعیین، به خدمات درمانی و محیط سالم دسترسی داشته باشد. سلامت، همان‌طور که سازمان جهانی بهداشت می‌گوید، فقط نبود بیماری نیست؛ بلکه رفاه کامل جسمی، روانی و اجتماعی است - و هیچ انسانی نباید از آن محروم بماند.

سلامت، فقط نبود بیماری نیست

سلامت یعنی ذهن آرام، بدن متعادل، روابط انسانی سالم و امید به فرد. یعنی بتوانی با خیال راحت بخندی، بخوابی و از زندگی لذت ببری.

حق سلامت، همان حق زندگی است

زندگی واقعی زمانی معنادارد که همه بتوانند در آن سالم، آزاد و با کرامت باشند. حق سلامت و بهداشت در کشورهای مختلف جهان به شکل‌های متفاوتی اجرا و حمایت می‌شود - چون به سطح توسعه، منابع اقتصادی، سیاست‌های اجتماعی و فرهنگ هر کشور بستگی دارد.

۱. کشورهای اسکاندیناوی (مثل سوئد، نروژ، دانمارک)

این کشورها از پیشرفت‌های ترین نظام‌های سلامت جهان برخوردارند. خدمات درمانی تقریباً رایگان یا بسیار ارزان است. مالیات بالا باعث شده دولت بتواند هزینه‌های سلامت را برای همه شهروندان تأمین کند. در این کشورها، سلامت حق انسانی و نه کالای اقتصادی است. تمرکز بر پیشگیری از بیماری، سلامت روان و کیفیت زندگی دارد. مثال: در سوئد، هر شهروند بدون در نظر گرفتن درآمد، به خدمات پزشکی، دارو و مراقبت‌های بارداری و سالم‌نده دسترسی دارد.

۲. بریتانیا (انگلستان)

سیستم NHS (خدمات سلامت ملی) یکی از معروف‌ترین مدل‌های عدالت بهداشتی دنیاست. همه شهروندان، بدون توجه به وضعیت مالی، از خدمات درمانی رایگان استفاده می‌کنند. با وجود کمبود نیروی انسانی در سال‌های اخیر، همچنان سلامت به عنوان حق عمومی شناخته می‌شود. مردم انگلستان مالیات می‌پردازند تا هیچ کس به دلیل فقر از درمان محروم نماند.

۳. کانادا

مدل مشابهی با بریتانیا دارد، به نام Medicare. دولت‌ها (فدرال و ایالتی) هزینه درمان را از مالیات تأمین می‌کنند.

کمپوت گیلاس

• اکبر صحرائی



۳۲





- مزه نریز! خودت رومعروفی کن. نشوونی ای چیزی بدنا
- جمشید، اعزامی از شیراز پیام به پدر و مادرم...
- بی سیمچی گروه، اینم آتن شلاقی بی سیم.
- برو پس. چادر.
- ک کاظم فرزند... گ گل محمد. متولد شیراز... ت
تازه ررفته ام ات توب بیست سال...
- هووووه! شجرنامه تون نمی خوام که... پنج.
- اصغر، آر. پی. جی زن دسته.
- جلو... خوبه... شش.
- نوکرت کرامت. تیربارچی و بار تیزانی.
- خوبه... هفت.
- موسلیم. بلدچی. دست بزار رو موهای زبرم؛ کارت
شناساییه.
- اف! امشب هم سیر خوردی. برو عقب! هشت.
- صاحب منصب هستم، سید میر افغان.
- شماره نه... نه! چرا جواب نمی دی؟ ها! - آجا زمزمه ای ...
وای... نکن... دست نزن!
- چرامیل بز بالا و پایین می پری! قلقلکی هستی؟
- اجازه... دست نزن بهم!
- غریبه تویی؟
- اجازه، بعله.
- حرکات ناموزونت و صدات آشناست. چرا دزدکی راه
افتدای پشت سر مون؟
- اجازه، بذار بیام. گناه دارم.
- می دونی باید زد به قلب دشمن؟
- اجازه، می دونم.
- دلش رونشکونین فرمانده.
- انگار همه تو جریان بودن، غیر از من! باشه. بیا!
- مرسی خدا که من رو صورت و سیرت نیکو دادی!
- لوس نشو و به خدا دروغ نبند! چی داری می لنبوونی؟
- اجازه، کمپوت گیلاس شاپور!
کتاب «آمبولانس شتری» حاوی ۱۹ داستان کوتاه
از مجموعه طنز دار و دسته علی در حوزه دفاع
مقدس است که به قلم اکبر صحرایی و با تصویر
سازی مسعود کشمیری به چاپ رسیده است. طنز
کمپوت گیلاس از این مجموعه است.

- بشمار یک.
- دو.
- سه...
- بازده!
- یازده؟! پدرتون تو بهشت ای کی زیادیه. خودش اعتراف
کنه.
- فرمانده خبری نیست. شکر خدا زیاد او مده!
- ساکت!
- اول شب و بد مستی؟
- کوتاه بیا فرمانده!
- اصلاح خودت کی هستی؟
- شاپورم.
- تودا طلبانبودی؟! نکنه خودت...
- یادت نیست فرمانده، سپاه آبادان، دو تا کمپوت گیلاس
دادم مراد، جاش رو داد به من.
- مراد! کدم مراد؟!
- برادر چاقه، همونی که مثل کمباين می خورد.
- خودت هم باز روزور او مددی تو حمله، برو کنار!
- چشم آمرتضی.
- رضا، کجا یی؟ همه رو کنترل کن بلکه غریبه پیدا بشمه.
چشم فرمانده، اما تو تاریکی نیمه شب، چشم چشم رو
نمی بینه. ماه هم زده به چاک.
- نمی خواه. خودم چک می کنم. با شماره صدامی زنم، دونه
دونه میابین جلو. از شکاف خاکریزد می شین می رین تو
کانال. به شماره یک.
- فرمانده، شماره خودتنه.
- پدرت تو بهشت، دو. دار علی ام قربون! بیا جلو. باید
صورت رو لمس کنم.
- نشوونی بدم قربون، دست بمال فرق کله ام، عین کف
دست، مونداره. اینجا... آخ کورم کردی فرمانده!
- کولی بازی در نیار.
- دست رفت تو چیشام قربون!
- بازده هنست بوسیگار می دهاسه.
- جمشیدم.
- بیا پیش!
- نه، نکن! داره قلقلکم می شه. قد بلند هم شد در دسر.



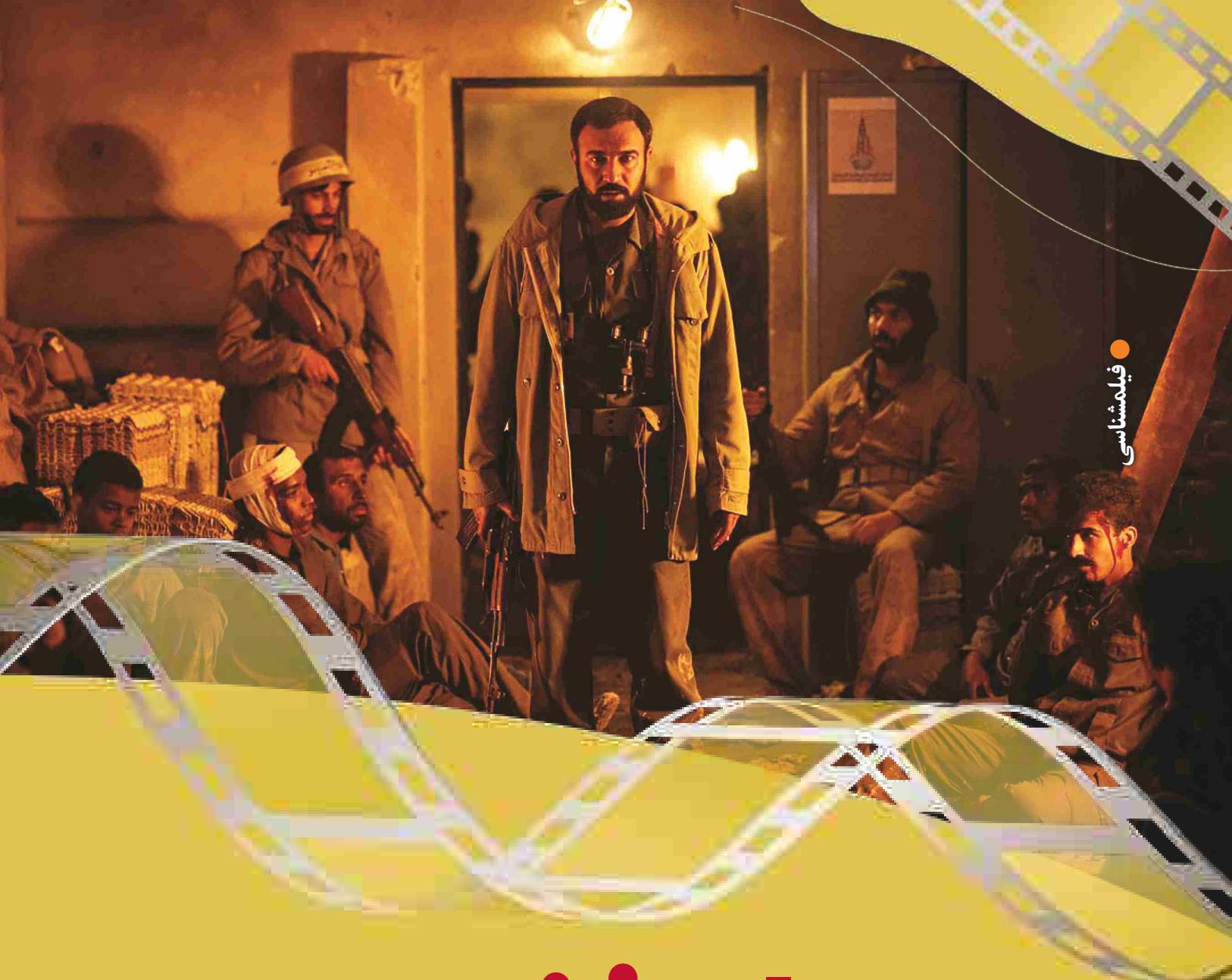
اسفند

فیلمی صادقانه و انسانی

● آرش عصمتی

«اسفند» پر ترهای تازه‌نفس از شهید علی هاشمی است؛ فرماندهای عرب از دل خوزستان که این بار در سینما چهره‌ای واقعی تر و باوری‌تر پیدا کرده. جالب اینجاست که بازیگری که نقش او را ایفا می‌کند، اجرایی به‌مراتب گرم‌تر و مؤثرتر از تصویری ارائه‌می‌دهد که پیش‌تر در فیلم «اشک هور» دیده بودیم. فیلم از همان ابتدا با معرفی دقیق فضای اقلیمی و فرهنگی منطقه، مخاطب را بی‌واسطه وارد جهان خودش می‌کند؛ عروسی‌ها، عزایها، آیین‌ها و حتی شیوه صحبت کردن آدم‌ها به خوبی تصویر شده و جغرافیای هور هم با جزئیاتی زنده روی پرده جان می‌گیرد. نتیجه‌این است که علی هاشمی و نیروهایش از بستر روایت جدامی شوند و تبدیل به انسان‌های قابل لمس و همدادات پنداری برای تماشاگر می‌گردند.

- کارگردان: دانش اقبال‌شاوی
- تهیه‌کننده: جلیل شعبانی، مهاجر توحید پرست
- نویسنده: دانش اقبال‌شاوی
- بازیگران: رضا مسعودی، مهدی زمین پرداز، سعید آل بو عبادی، خیام و قار کاشانی، محمد رضا عقدائی، بیزدی، یاسین مسعودی، محمد عسگری
- موسیقی: کارن همایونفر





۳۵

مسئله این است که اهمیت عملیات در هور چنان که باید برجسته نشده و جایگاه آن در کلیت جنگ برای مخاطب روشن نیست. نبود ضرب الاجل هم باعث شده ریتم روایت گاهی شل شود؛ اتفاقات بدون یک فشار زمانی مشخص پیش می‌روند و همین موجب می‌شود بعضی نقاط داستان آن‌قدری که باید در امایتیک و ضروری حس نشونند. در نقطه عطف اولی، یعنی لورفتن فعالیت‌های سری‌هاشمی و بازداشت موقت او، اساساً مسیر روایت تغییر جدی نمی‌کند و همین باعث می‌شود فیلم در ده دقیقه بعد از آن دچار افت شود. «اسفند» تا حالی دقيقه چهل کاملاً سری‌پیش می‌رود، اما از آنجا به بعد فراز و فرودهایش کم‌رنگ‌تر می‌شود... هر چند هنوز لحظات تأثیرگذار و احساسی برای درگیر نگه داشتن تماشگر دارد.

دانش اقباشاوی کارگردان اسفند تلاش کرده حجم زیادی از اطلاعات، شخصیت‌ها و جزئیات را در فیلم بگنجاند و همین باعث شده بعضی اجزا کامل باهم چفت نشوند. امادر مجموع نمی‌توان نادیده گرفت که او کوشیده شخصیت‌هایش را با تمام ارزش‌ها، اعتقادها و آشیانی‌های درونی‌شان به مخاطب معرفی کند و همین تلاش، فیلم را صادقانه تر و انسانی تر از بسیاری نمونه‌های مشابه جلوه می‌دهد.

یکی از ارزش‌های «اسفند» همین است که علی‌هاشمی رانه در قامت چهره‌مانی دست‌نیافتنی، بلکه شبیه انسانی از جنس گوشتش و بوست نشان می‌دهد. او خسته می‌شود، تحت فشار قرار می‌گیرد، گاهی در تنها بی اشک می‌ریزد و حتی پیش مادرش در دل می‌کند. با این حال ایمانش به مسئولیت و مأموریتش لرزش ندارد. همین انسانی‌سازی است که فیلم را نسبت به بسیاری از آثار دفاع مقدسی متمایز می‌کند؛ آثاری که معمولاً فرماندهان را به شکل اسطوره‌هایی بی‌خط و خدشه تصویر می‌کنند. بازی رضا مسعودی در این میان برگ برنده فیلم است؛ به خصوص در صحنه‌های ساکت و لحظاتی که تنها از دل نگاه او باید احساس را دریافت کرد «مثل صحنه دریافت پیام امام» که نقطه اوج باورپذیری شخصیت محسوب می‌شود.

به نظر می‌رسد به جز سکانس افتتاحیه، چند صحنه دیگر هم از آن‌هایی است که بعد از دیدن فیلم در ذهن می‌ماند: مذاکره باروئسای قبایل عرب، مراسم عزاداری، و هروله رزم‌مندگان پیش از عملیات. این‌ها همان لحظاتی‌اند که اقباشاوی کارگردان نشان می‌دهد قدر در اجرا و فضاسازی مسلط است.

با همه این‌ها، «اسفند» در فیلم‌نامه کاملاً بی‌نقص نیست. مهم ترین



عاقبت به خیری با سر بند یا حسین شهید

○ آتنا ابراهیمی

سروان شهید جواد میرزائیان از نیروهای بگان و بیمه فرایا، در دوم تیرماه و بر اثر حمله هوایی رژیم صهیونیستی به محل خدمتش در افسریه تهران، به شهادت رسید؛ شهادتی که با سالروز عقدش مصادف شد. با همسر شهید به گفتگونشته ایم که ماحصل آن رامی خوانید:

شهید در خانه چه ویژگی‌هایی داشت؟
معتقد نبود کارهای خانه فقط وظیفه زن است. خیلی کمک می‌کرد و الگویش حضرت علی(ع) بود. رفاه من و بچه‌ها اولویت‌ش بود.

چه زمانی وارد کار نظامی شد؟
زمان ازدواج هنوز نظامی نبود و در بنیاد تعاون ناجا کارمند بود. پس از سه چهار سال، وارد ناجا شد. ابتدا من مخالف بودم چون سختی‌های زندگی با مرد نظامی را می‌دانستم، اما با اصرار او قبول کردم.

آن شب را چگونه به خاطر دارید؟
نیمه شب خبر حمله اسرائیل رسید. همکارش تماس گرفت و او سریع آماده شد. پرندۀ‌های مان بی قرار بودند. من گفتم حیوانات هم استرس گرفتند. او خندید و گفت: «اگر روزی من شهید شدم پگو این عروس هلندی‌ها نگذاشتند بروم!» و مثل همیشه بالخند به من آرامش داد.



از آخرین روزها و آخرین مکالمه بگویید.
بیماری قلبی و فشارخونش شدید شده بود. برای برداشتن دارو آمد خانه و یک روز کنارش ماند. بچه‌هار بغل کرد و نصیحتشان کرد. آخرین بار ساعت ۱۰ صبح تلفنی صحبت کردیم. همیشه آخر مکالمه می‌گفت: «اول مراقب خودت باش.»

نگاه او به شهادت چه بود؟
آرزوی شهادت داشت. می‌گفت پدر شهید دنیای فرزندانش را تضمین می‌کند. از من می‌خواست دعا کنم شهید شود اما من قبول نمی‌کردم.



الگوهای معنوی اش چه کسانی بودند؟
شهید ابراهیم هادی، شهید پلارک و شهید سجاد زبرجدی را خیلی دوست داشت. دو ماه قبل از شهادت، بعد از ترخص از بیمارستان به گلزار شهدارفت و سر مزار شهید زبرجدی خیلی گریه کرد.

برای خودش و خانواده چه دعاها‌ی داشت؟
همیشه بعد از نماز با صدای بلند دعای کرد: برای مردم، جوانها و بیماران. برای بچه‌ها عاقبت‌به‌خیری و برای خودش «مرگ با عنزت».

نیوایشان برای شما و فرزندان چه معنایی دارد؟
بسیار سخت است، اما اطیینان داریم به آرزویش رسید. دخترم بیشتر آسیب دیده چون وابستگی زیادی داشت. همان شب حمله، خواب شهادت پدرش را دید.

درباره همان خواب بیشتر بگویید.
فاطمه پدرش را کنار خانه کعبه با سریند «یا حسین شهید» دیده بود. وقتی بیکش را در معراج شهدا نشان دادند، همان سریند روی سرش بود و اکنون امانتی نزد ماست.

لطفاً خودتان را معرفی کنید و از شهید میرزائیان برایمان بگویید.

همسرم سروان شهید جواد میرزائیان از نیروهای مخلص یگان ویژه فرایاجا بود که در دوم تیرماه در حمله هواپی رژیم صهیونیستی به محل خدمتش در منطقه افسریه تهران به شهادت رسید. او پدر دو فرزند خردسال مان، فاطمه و محمدطها بود.

از آشنایی تان با شهید بگویید.
همسرم متولد شهریور ۱۳۶۵ بود و من بکمال از او کوچکترم. در پایان ماه صفر و در جوار حرم امام رضا(ع) با هم آشنا شدیم. پس از بازگشت از مشهد، خانواده‌شان برای خواستگاری با ما تماس گرفتند.

مراسم ازدواج و آغاز زندگی تان چگونه بود؟
۱۳۸۹ اردیبهشت جلسه خواستگاری بود. پس از تحقیقات مثبت، نامزدی و عقد در تیرماه انجام شد. ۱۵ سال زندگی مشترک ثمره‌اش دو فرزند است. جالب اینکه روز شهادتش با سالگرد عقدمان مصادف شد.

مهندسی ژنتیک می‌تواند آینده زندگی ما را متحول کند

مارال رحیمی

مهندسی ژنتیک یکی از جذاب‌ترین و پرچالش‌ترین شاخه‌های علم زیست‌شناسی است که امکان تغییر و دستکاری DNA موجودات زنده را فراهم می‌کند. این علم می‌تواند آینده زندگی ما را متحول کند؛ از درمان بیماری‌ها گرفته تا تولید غذا و حتی حفظ گونه‌های در حال انقراض.

مهندسی ژنتیک چیست؟

در ساده‌ترین شکل، مهندسی ژنتیک به معنی برداشت، تغییر یا منتقال ژن‌هایین موجودات زنده است. این کار با بارهای پیش‌رفته انجام می‌شود و هدف آن، اصلاح یا بهبود ویژگی‌های خاص موجودات است.

۳۸

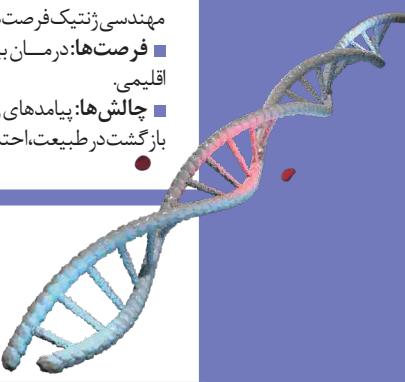
مثلًا:

- تولید گیاهان مقاوم به خشکی و آفت
- تولید داروهای اکسن‌هاباکمک باکتری‌ها
- اصلاح ژن در انسان برای پیشگیری یا درمان برخی بیماری‌های ژنتیکی کاربردها
- پزشکی: تولید انسولین انسانی، درمان سرطان، تحقیقات روی بیماری‌های ژنتیکی.
- کشاورزی: افزایش مقاومت محصولات کشاورزی، بهبود کیفیت میوه و سبزیجات.
- محیط‌زیست: تولید باکتری‌هایی که آلودگی را تجزیه می‌کنند یا پاکسازی نفت‌از محیط‌زیست.
- دام و حیوانات: اصلاح ژنتیکی برای افزایش مقاومت و تولید بهتر محصولات لبنی و گوشتی.

فرصت‌ها و چالش‌ها

مهندسی ژنتیک فرصت‌هایی بی‌نظیری دارد، اما با خطرات و مسائل اخلاقی نیز همراه است:

- فرصت‌ها: درمان بیماری‌های ژنتیکی، تولید غذای سالم‌تر، کاهش اثرات تغییرات اقلیمی.
- چالش‌ها: پیامدهای زیست‌محیطی، نگرانی‌های اخلاقی، دستکاری‌های غیرقابل بازگشت در طبیعت، احتمال سوءاستفاده از علم.



در کدام کشورها بیشتر کاربردی دارند؟

مهندسی ژنتیک در دنیا بیشتر در کشورهایی با فناوری پیشرفته، سرمایه‌گذاری قوی در علوم زیستی و زیرساخت‌های تحقیقاتی مدرن کاربرد دارد. این کشورها معمولاً هم در پژوهشی، کشاورزی و صنعت از آن استفاده می‌کنند. در ادامه مهم‌ترین کشورهای ابررسی می‌کنیم:

۱. ایالات متحده آمریکا

سرمایه‌گذاری کلان در بیوتکنولوژی، دانشگاه‌ها و شرکت‌های خصوصی مثل Moderna و CRISPR Therapeutics کاربردها:

- درمان بیماری‌های ژنتیکی و سرطان
- تولید واکسن و داروهای زیستی
- اصلاح محصولات کشاورزی

۲. چین

برنامه ملی بیوتکنولوژی و حمایت دولتی برای تحقیقات ژنتیکی کاربردها:

- درمان بیماری‌های با ویرایش ژن
- تولید محصولات کشاورزی مقاوم به خشکی و آفات
- تحقیق در زمینه ژن انسان و CRISPR

۳. زاین

فناوری‌های پیشرفته پزشکی و تحقیقاتی کاربردها:

- تولید دارو و واکسن

تحقيق‌ات در زمینه سلول‌های بنیادی و مهندسی ژنتیک حیوانات

کشاورزی هوشمند و محصولات اصلاح شده

۴. آلمان و کشورهای اروپایی

دانشگاه‌ها و شرکت‌های تحقیقاتی قوی، قوانین حمایتی و نظام سلامت پیشرفته.

کاربردها:

- تحقیقات پزشکی و دارویی
- مهندسی ژنتیک گیاهان و محصولات غذایی
- استفاده صنعتی در بیوتکنولوژی

۵. هند و بریتانیا

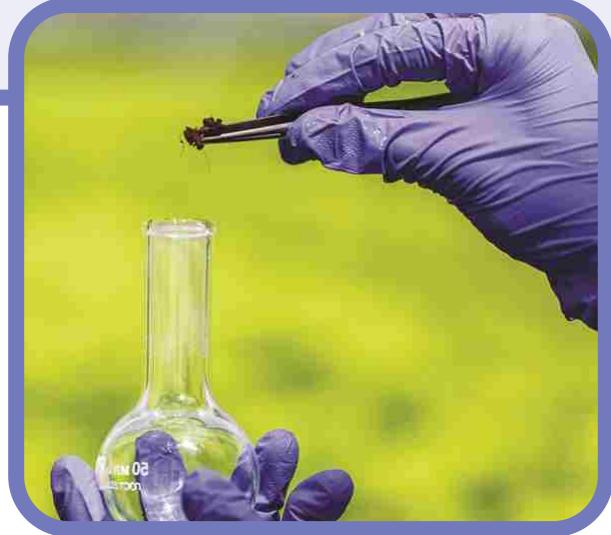
تلاش برای توسعه علوم زیستی و استفاده از مهندسی ژنتیک برای کشاورزی و دارو.

کاربردها:

- تولید گیاهان مقاوم
- تولید واکسن و داروهای زیستی
- پرورش‌های محیط‌زیستی

مهندسی ژنتیک، پای میان علم و زندگی واقعی است. این علم می‌تواند بیماری‌ها را درمان، محصولات غذایی را بهتر و حتی به حفظ محیط زیست کم کند. اما هم‌زمان نیازمند دقت، مسئولیت‌پذیری و توجه به مسائل اخلاقی است.

در نهایت، مهندسی ژنتیک فرصتی بی نظیر برای پیشرفت پشر است، به شرطی که با آگاهی، اخلاق و داشت کافی استفاده شود.



اخلاق و آینده

یکی از مهم‌ترین بحث‌های در مهندسی ژنتیک، حد و مرز اخلاقی استفاده از علم است. آیا انسان حق دارد ژن‌هارا تغییر دهد؟ چه محدودیت‌هایی باید وجود داشته باشد؟ پاسخ این پرسش هابهه تضمیم گیری‌های جامعه، قوانین بین‌المللی و آموزش عمومی بستگی دارد. مهندسی ژنتیک تأثیر بسیار گسترده و عمیقی بر زندگی انسان دارد و می‌توان گفت تقریباً در جنبه‌های مختلف زندگی مانفولد کرده است. بیایید قدم به قدم به بررسی کنیم:

۱. سلامت و پزشکی

■ درمان بیماری‌ها: با اصلاح ژن‌های اشنازی جهش‌های ژنتیکی، می‌توان بیماری‌های ارثی و ژنتیکی مثل تالاسمی، هموفیلی یا برخی سرطان‌هارا پیشگیری یاد ران کرد.

■ تولید دارو: انسولین انسانی، هورمون‌های واکسن‌های جدید با مهندسی ژنتیک ساخته می‌شوند.

■ پزشکی شخصی (Personalized Medicine): داروهای درمان‌های اساس پروفایل ژنتیکی هر فرد ارثی می‌شوند و دقت درمان افزایش می‌یابد.

۲. کشاورزی و غذا

■ گیاهان مقاوم: محصولات کشاورزی مقاوم به خشکی، شوری یا آفات با مهندسی ژنتیک تولید می‌شوند.

■ کیفیت بهتر غذا: میوه‌ها و سبزیجات با رژیم غذایی بالاتر، ماندگاری طولانی ترو طعم بهتر.

■ امنیت غذایی جهانی: با فرازیت تولید کاهش ضایعات، مهندسی ژنتیک به مقابله با کمبود غذا کمک می‌کند.

۳. محیط‌زیست

■ پاکسازی آلودگی‌ها: با کتری‌ها و گیاهان مهندسی شده، می‌توانند آلاینده‌های نفت را تجزیه کنند.

■ حفظ گونه‌های در خطر: استفاده از تکنولوژی ژنتیک برای حفظ تنوع زیستی و جلوگیری از انقراض گونه‌ها.

۴. زندگی روزمره و صنعتی

■ مواد و محصولات جدید: تولید مواد زیست تخریب پذیر، پلاستیک‌های قابل بازیافت و سوخت‌های زیستی.

■ حیوانات اصلاح شده: برای تولید شیر و گوشت بهتر، مقاوم به بیماری یا افزایش تولید در دامداری.

پیامدها و محدودیت‌ها

با وجود همه فواید، مهندسی ژنتیک می‌تواند خطراتی هم داشته باشد:

■ تغییر ژن‌های ممکن است اثرات غیرقابل پیش‌بینی بر محیط‌زیست داشته باشد.

■ نگرانی‌های اخلاقی در برآورده اصلاح ژن انسان و دستکاری نسل‌های آینده.

■ احتمال سوءاستفاده از علم برای اهداف تجارتی یا ناظمی.



پدل‌ها از آن دید

○ علیرضا محبی

مزایای پدل علاوه بر سرگرمی، شامل تقویت عضلات بالاتنه و پا، بهبود هماهنگی چشم و دست، افزایش استقامت و انعطاف‌پذیری است. همچنین به دلیل فضای کوچک‌تر زمین وریتم سریع بازی، برای ورزشکاران با سطح انرژی متوسط نیز مناسب است.

با توجه به تجهیزات کم و یادگیری آسان، پدل به سرعت در باشگاه‌ها و مراکز ورزشی جهان و ایران در حال گسترش است و بسیاری از علاقمندان به ورزش‌های راکتی، آن را به عنوان یک گزینه هیجان‌انگیز و کم‌دردسر انتخاب می‌کنند.

ورزش پدل در حال حاضر در بسیاری از کشورهای محبوبیت پیدا کرده است، به ویژه در اروپا و آمریکای لاتین. مهم‌ترین

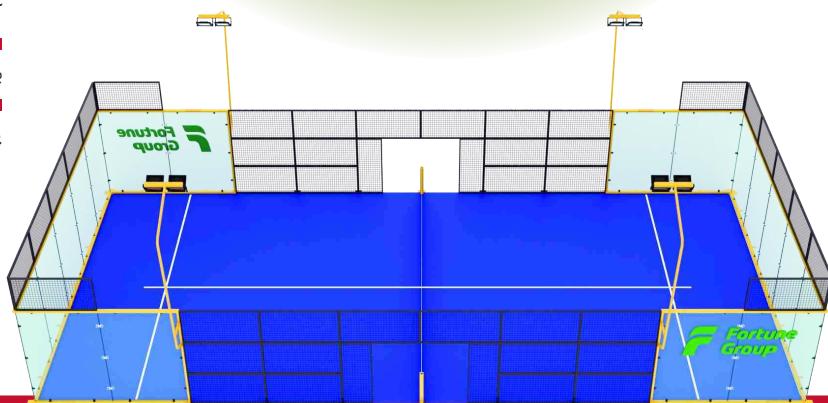
کشورهایی که این ورزش در آن‌ها راچ است عبارتند از:

■ اسپانیا: بزرگ‌ترین و فعال‌ترین جامعه پدل جهان را دارد و بیشترین تعداد زمین و بازیکن را دارد.

■ آرژانتین: یکی از کشورهای پیشرو در توسعه و مسابقات پدل است و ورزش ملی محور محسوب می‌شود.

پدل یک ورزش راکتی نسبتاً نوظهور است که ترکیبی از تنیس و اسکواش می‌باشد و در سال‌های اخیر محبوبیت زیادی در جهان پیدا کرده است. این ورزش معمولاً در زمین‌های کوچک‌تر از زمین تنیس انجام می‌شود و دارای دیوارهای شیشه‌ای یا شبکه‌ای است که بازیکنان می‌توانند توپ را از آن‌ها منعکس کنند، درست مانند اسکواش.

یکی از ویژگی‌های جذاب پدل این است که یادگیری آن آسان و برای تمام سینین مناسب است. بازی به صورت دونفره یا دونفره دوبل انجام می‌شود، بنابراین بعد اجتماعی و گروهی بالایی دارد. سرعت توپ و استفاده از دیوارها، نیاز به دقت، تمرکزو مهارت‌های فیزیکی بازیکنان را فیزیکی می‌دهد.



کشورهای فعال درورزش پدل

ورزش پدل در بیش از ۱۵۰ کشور جهان بازی می‌شود و در حال حاضر بیش از ۷۰,۰۰۰ کشورهای پیش رو در این ورزش:

- **اسپانیا:** با بیش از ۲۰,۰۰۰ زمین و ۵ میلیون بازیکن، پدل دومین ورزش محبوب در این کشور است.
- **آرژانتین و مکزیک:** کشورهای پیشگام در توسعه پدل با سابقه طولانی در این ورزش.
- **سوئیس:** باشد سریع و بیش از ۴,۰۰۰ زمین پدل.
- **فرانسه و بریتانیا:** در حال توسعه سریع زیر ساختها و افزایش تعداد بازیکنان.
- **امارات متحده عربی:** با سرمایه گذاری های کلان در این ورزش

وضعیت ورزش پدل در ایران

ورزش پدل در ایران در سال های اخیر رشد قابل توجهی داشته است. اولین زمین پدل در باشگاه انقلاب تهران تأسیس شد و اولین دوره آموزشی آن در سال ۱۳۹۶ توسط ۲ مدرس اسپانیایی برگزار شد.

در حال حاضر، فدراسیون تئیس ایران مسئول توسعه این ورزش در کشور است و عضو فدراسیون بین المللی پدل (FIP) می باشد.

در تهران، مجموعه هایی مانند «Next Level Padel» و «FGB Padel Cup» به عنوان مراکز اصلی فعالیت در این ورزش شناخته می شوند.

اینده ورزش پدل در ایران

با توجه به استقبال روزافزون از ورزش پدل در ایران، بیش بینی می شود که این ورزش در سال های اینده به یکی از ورزش های محبوب در کشور تبدیل شود.

سرمایه گذاری در ساخت زمین های جدید، برگزاری مسابقات ملی و بین المللی، و توسعه آموزش های تخصصی می تواند به رشد بیشتر این ورزش کمک کند.

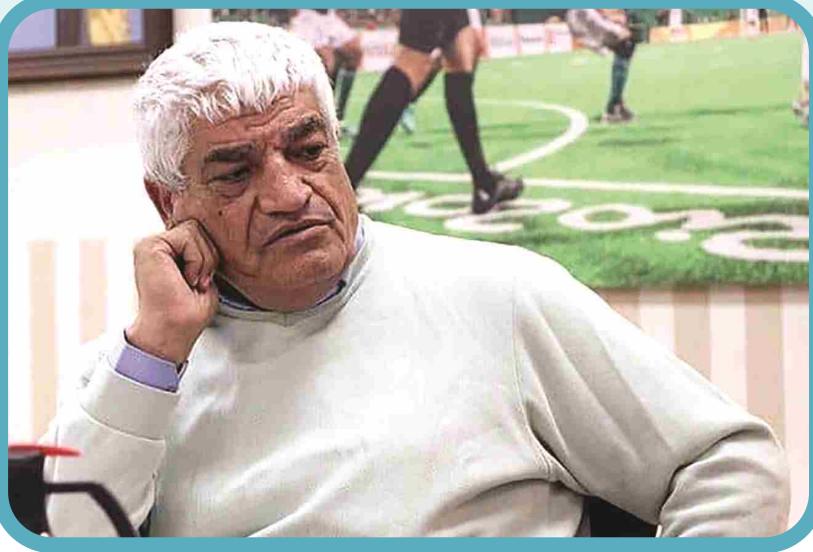
- **مکزیک:** پدل به سرعت در حال گسترش است و باشگاه های متعددی در شهرهای بزرگ دارد.
- **ایتالیا:** رشد زیادی در محبوبیت این ورزش داشته و مسابقات ملی برگزار می شود.
- **سوئیس و فرانسه:** ورزش پدل در این کشورهای ویژه در شهرهای بزرگ در حال رواج است.
- **انگلستان و پرتغال:** هر دو کشور در سال های اخیر به جمع کشورهای فعال در پدل پیوسته اند.
- **امارات متحده عربی:** پدل به عنوان ورزش لوکس و تفریحی در هتل ها و باشگاه ها راه یافته است.
- **علاوه بر این، برخی کشورهای آسیایی و آمریکایی شمالي نیز به تدریج به جمع بازیکنان پدل پیوسته اند، هر چند هنوز در سطح اسپانیا و آرژانتین نیستند.**
- **چند بازیکن و تیم در ورزش پدل، به عنوان قهرمانان بر جسته جهان شناخته می شوند، به ویژه در مسابقات حرفه ای جهانی که توسعه World Padel Tour (WPT) برگزarmi شود. مهم ترین آن ها عبارتند از:**

- **فرناندو بلانکو (Fernando Belasteguín) – آرژانتینی، یکی از پرافتخارترین بازیکنان تاریخ پدل با چندین سال قهرمانی در WPT.**
- **دیگو آکوستا (Diego "Sanyo" Gutiérrez) – بازیکن برجسته آرژانتینی که بارهادر رده اول جهان قرار گرفته است.**
- **پابلو لیما (Pablo Lima) – بازیکن حرفه ای بربزیلی آرژانتینی با چندین قهرمانی بین المللی.**
- **آلیانا سلواگنی (Alejandra Salazar) – اسپانیایی، یکی از ستارگان بزرگ پدل با نوو با چندین عنوان جهانی.**
- **گابریلا بروگنیا (Gabriela Bruzzone) – بازیکن مطرح آرژانتینی و قهرمان مسابقات بین المللی.**
- **مارتا اورتگا (Marta Ortega) – اسپانیایی، همواره در صدر رده بندی WPT بانوان قرار دارد.**

ویژگی مشترک قهرمانان:

- **حرفه ای بودن و حضور مداوم در تور جهانی پدل (WPT).**
- **تسلط کامل بر بازی های دویل و استفاده بهینه از دیوارها.**
- **تمرینات فیزیکی و تاکتیکی شدید که شامل استقامت، سرعت و دقت بالاست.**





از جنگ تا افتخار پارالمپیک

◦ زهرا صمدی

ورزشکاران پارالمپیک افتخارشان این است که بتوانند پرچم بر افتخار جمهوری اسلامی که حاصل خون شهیدان ماس است را به اهتزاز در آورند تا سرود جمهوری اسلامی در میادین مختلف نواخته شود و این انگیزه‌ای است که بچه‌های پاراداشته و دارندو حتماً این به بعد هم خواهند داشت. علی اصغر حاجی‌زاده، جانباز دفاع مقدس و ورزشکار پارالمپیک، از سختی‌های جبهه، لحظه‌های دردناک جانبازی و مسیر پرانگیزه خود در ورزش معلولین می‌گوید. او باور دارد که ورزش نه تنها در مان جسم است، بلکه روح را هم تقویت می‌کند و معتقد است که افتخار ورزشکاران پارالمپیک، به اهتزاز در آوردن پرچم ایران و ادامه راه شهده است.

آشناشدم. در سال ۱۳۵۷ همراه مردم شریف ایران در راهپیمایی‌ها و برنامه‌های انقلاب شرکت فعال داشتم و تلاش می‌کردیم تا در پیروزی انقلاب سهمی کوچک داشته باشیم؛ سهمی که قطراهای بود در دریای خروشان ملت ایران. بعد از انقلاب وظیفه خود داشتیم که از خون شهداء و حمات مردم برای حفظ انقلاب و نظام دفاع کنیم. با شروع جنگ تحمیلی، حضور در جبهه را جهاد و وظیفه دینی و ملی خود می‌دانستیم و در کنار سایر رزمندگان تلاش کردیم که دشمن نتواند در خاک ایران نفوذ کند.

لطفاً خودتان را معرفی کنید و کمی درباره حال و هوای آن روزها و انگیزه‌تان برای حضور در جبهه‌ها صحبت کنید.
علی اصغر حاجی‌زاده هستم، متولد ۱۳۳۴ در شهرستان محلات. در خانواده‌ای مذهبی بزرگ شدم و از کودکی با مسجد و قرآن آشنا بودم. این آشنایی باعث شد از همان کودکی با رژیش‌های دینی و اخلاقی رشد کنم و آموزش دیدن قرآن و حضور در فعالیت‌های مسجدی، یا بهای برای شکل‌گیری شخصیت من شد. در سال ۱۳۵۶ به استخدام آموزش و پرورش در آمد و با افکار امام خمینی (ره)





جمهوری اسلامی رادر جبهه بالامی بردند، در میادین بین المللی شرکت می کنند. افتخار آنها این است که پرچم ایران را به اهتزاز در آورند و سرود ملی کشورمان را در جهان نواخته شود. این انجیزه باعث می شود که آنها همواره با نگیزه تلاش فراوان به میدان ورزش وارد شوند.

مهمنه ترین موانع در مسیر کسب مدال پارالمپیک چه بودند؟ همیشه همه چیز آماده نبود و امکانات کافی در گذشته وجود نداشت. نبود زیرساخت و مریبیان متخصص از چالشها بود، اما اراده و پشتکار ورزشکاران باعث شد از کمبودهای عبور کمیم و موفق شویم. ماز مسئولین می خواهیم با توجه به افتخارات پارالمپیک، مشکلات ورزشکاران را برطرف کنند تا بتوانند نتایج بهتر و عالی تری کسب کنند.

لحظه‌ای که مدال را به گردن آویختید، چه حسی داشتید؟ اولین حضور در پارالمپیک سئول بود و توانستم اولین مدال پارالمپیک ایران را کسب کنم. این مدال نتیجه تلاش جمعی ورزشکاران، مریبیان و همه کسانی بود که در مسیر موفقیت مازحمت کشیدند. برای من، مدال نماد تلاش، مقاومت و خدمت به وطن بود. احساس غرور و خوشحالی عمیقی داشتم و خوشحالی مردم ایران برای مادر شمندترین لحظه بود.

پیام شما برای مردم، به ویژه جوانان و کسانی که دچار آسیب‌های جسمی شده‌اند، چیست؟ انسان با حرکت، تلاش و امید زندگی می کند. حتی در بدترین شرایط جسمی، ورزش را ترک نکنید. ورزش بسک داروی بدون هزینه و درمانی مؤثر برای روح و جسم است. توصیه من به همه، به ویژه معلولان و جانبازان، این است که هیچگاه از غافلگیت، کوشش و ورزش دست نکشند تا هم سلامت جسم و هم روح خود را تقویت کنند.

آن لحظه‌ای که دچار جراحت شدید و به درجه جانبازی رسیدید، چگونه بود؟ آیا در همان لحظات به آینده فکر می کردید؟ سال ۱۳۶۰ در جبهه دارخوین جنوب جانباز شدم. این اتفاق برای من افتخاری بزرگ بود، هر چند لایق شهادت نبودم و خداوند عمر دوباره ای داد تا بیشتر از گذشته آزمایش شویم. در آن لحظات بیشتر به حفظ روحیه و امید می اندیشیدم و تلاش می کردم زندگی و برنامه هایم طوری باشد که رضایت خداوند را جلب کند. گرچه جراحت جسمی در دنک بود، امامید و انگیزه ام برای خدمت به وطن و ادامه راه شهدا بیشتر شد.

پس از جانبازی، مهم ترین چالش روحی یا جسمی برای پذیرش شرایط جدید بود و چگونه بر آن غلبه کردید؟ بعد از جانبازی، ماین شرایط را یک نقص نمی دیدم؛ بلکه جانبازی را مالی برای افتخار می دانستیم. نگرانی و ناراحتی نداشتیم، بلکه احساس می کردیم که حالا که نمی توانیم در خط مقدم باشیم، باید به هر شکل ممکن از میهن ورزشندگان حمایت کنیم. بنابراین وارد عرصه ورزش معلولین شدیم و جانبازان تازه از بیمارستان مرخص شده را جمع می کردیم تا از نظر جسمی و روحی حمایت شوند. هدف ماین بود که آنها بتوانند با ورزش سلامتی جسم و روح خود را حفظ کنند. انگیزه ما چند برا بر شد و فعالیت ورزشی به عنوان راهی برای خدمت به میهن و ادامه مسیر جبهه ها دنبال شد. با تلاش های مداوم، به عضویت تیم ملی پارادو و میدانی درآمد و فعالیت ورزشی برای من تبدیل به میدانی دیگر برای دفاع از کشور شد.

چگونه وارد دنیای ورزش قهرمانی شدید؟ آیا قبل از جانبازی به ورزش علاقه داشتید؟ قبل از جانبازی، من از سال ۱۳۵۶ به عنوان معلم ورزش فعالیت می کردم و در کشتی، فوتبال و دو میدانی در سطح شهرستان و کشور مطرح بودم. علاقه به ورزش از قبیل وجود داشت، اما جانبازی مسیر ورزش قهرمانی را برای من شکل داد و باعث شد تلاش و انگیزه ام چند برابر شود. ورزش را به عنوان راهی برای تقویت روحیه جانبازان و خدمت به کشور دنبال کردم.

از نظر شما، ورزشکاران پارالمپیک چه ویژگی متمایزی نسبت به ورزشکاران پارالمپیک دارند؟ ورزشکاران پارالمپیک، با وجود نقص جسمی، روحیه و اراده ای فوق العاده قوی دارند. آنها هیچگاه احساس کمبود نمی کنند و با نگاهی مانند سربازانی که پرچم



از خیال تا گفت‌وگو

میثم یزدان پناهی

(با c.ai) یک پلتفرم گفتگو محور مبتنی بر یادگیری ماشین است که به کاربران امکان می‌دهد با شخصیت‌های مجازی (تولیدشده یا تعریف شده توسط خود کاربران) ارتباط برقرار کنند. بنیان گذاران آن افراد پیشین پروژه LaMDA در گوگل هستند: نوام شازر و دانیل د فریتا. کاربران می‌توانند شخصیت‌هایی بسازند، شخصیت آن‌ها را با ویژگی‌ها، توضیحات و مثال‌هایی تعریف کنند، سپس آن را منتشر کرده با تنها برای خودشان استفاده کنند. مخاطبان این پلتفرم عمدتاً در رده سنی نوجوان تا جوان هستند.

و محتوای تولیدشده توسط کاربر قرار دارد و تعاملات اجتماعی شبه‌روانی (parasocial) را تقویت می‌کند. در تحقیق دیگری، رابطه عاطفی کاربران با ربات‌های اجتماعی (از جمله در Character.AI) مورد واکاوی قرار گرفت؛ الگوهای مانند هم‌ترازی احساسی، وابستگی عاطفی و برخی دینامیک‌های ناسالم مشاهده شده‌اند.

نقاط قوت

- **تنوع و خلاقیت**
امکان ساخت شخصیت‌های بسیار متنوع (شخصیت‌های تخیلی، تاریخی، مدرن، الهام‌گرفته از فاندوم‌ها و غیره) به کاربران فرصت می‌دهد تجربه‌های منحصر به‌فردی داشته باشند.
- **بینایی از مهارت فنی زیاد**
کاربران بدون داشتن برنامه‌نویسی پیچیده می‌توانند شخصیت‌های را بسازند و با آن‌ها تعامل کنند.
- **عامل طبیعی تراز چتبات‌های سنتی**
طرایحی بر اساس مکالمه و تحلیل زمینه باعث می‌شود پاسخ‌ها طبیعی تر به نظر برسند.
- **پتانسیل افزایش محتوا توسط کاربر**
چون شخصیت‌ها عمدتاً ساخته دست کاربران هستند، رشد و تنوع محتوا در پلتفرم ممکن است سریع باشد.

نحوه کارکرد فنی و مکانیسم‌ها

هر شخصیت دارای یک کارت شخصیت (Character Card) است که شامل نام، توضیحات و ویژگی‌های شخصیتی، پیام خوش آمدگویی و مثال‌هایی از تعامل است. هنگام مکالمه، این کارت همراه با سایه گفت‌وگو به مدل زبانی ارسال می‌شود تا پاسخ تولید شود. کاربر می‌تواند پس از دریافت پاسخ، آن را ز ۱ تا ۴ ستاره ارزیابی کند. این امتیازدهی به بهبود رفتار شخصیت کمک می‌کند. محدودیت حافظه مکالمه وجود دارد: شخصیت ممکن است بخش‌هایی از مکالمه‌های دورتر را فراموش کند. نسخه پایه رایگان است، و نسخه اشتراک پولی (AI+) امکانات اضافی مانند سرعت بیشتر، دور زدن صفات انتظار و پشتیبانی بهتر را به می‌دهد.

آمار و تحلیل داده‌ای

در یک مطالعه جدید (سال ۲۰۲۵)، پژوهشگران داده‌های بیش از ۲.۱ میلیون پیام خوش آمدگویی (greeting prompts) از کاربران انگلیسی این پلتفرم را تحلیل کرده‌اند. آنها دریافتند شخصیت‌های محبوب، الگوهای موضوعی غالب و تأثیر جنسیت و قدرت را در تعاملات بررسی کردند. طبق همین مطالعه، AI در نقطه تلاقی میان هوش مصنوعی تولیدی



■ مسیر کسب درآمد و پایداری مالی
اپارهای پولی محدود و بخش بزرگی از کاربران رایگان هستند؛ پاید مدل اقتصادی پایداری وجود داشته باشد.

۴۵



فرصت‌ها و پیشنهادها

■ توسعه مدل‌های ایمن تر برای نوجوانان
ادامه بهبود مدل مخصوص زیر ۱۸ سال و کنترل‌های دقیق‌تر در زمینه محتواهای حساس.

■ همکاری با دارندگان کپی‌رایت
ایجاد توازن با شرکت‌های رسانه‌ای برای استفاده رسمی از شخصیت‌ها، که هم حقوق قانونی را عایت کند و هم تجربه کاربری را غنی تر سازد.

■ ابزارهای کنترل‌والدین پیش‌رفته تر
علاوه بر گزارش‌ها، امکان محدود کردن زمان استفاده، محدود کردن نوع موضوعات گفتگو و نظرات پیشتر.

■ افزودن زمینه و حافظه قوی تر
بهبود الگوریتم‌هایی که بتوانند زمینه مکالمه را در طول جلسات طولانی تر حفظ کنند.

■ تنوع در آمد
افزونه‌های ویژه، امکانات ویژه برای خالقان شخصیت، بازار درون‌اپلیکیشنی برای شخصیت‌های ایکس‌ها و ابزارهای پیش‌رفته تر برای کاربران حرفه‌ای.

■ آموزش کاربران درباره مخاطرات عاطفی
ارائه هشدارها و راهنمایی درباره وابستگی عاطفی به شخصیت‌های مجازی، مخصوصاً برای کاربران جوان.

چالش‌ها و مخاطرات

■ مسائل ایمنی و محتوا
برخی ریات‌ها ممکن است وارد موضوعات حساس شوند (خودآزاری، سلامت روانی، محتوای جنسی) که نیاز به فیلتر و نظارت دارد. آخرین اعلام کرده است که مدل‌های جداگانه‌ای برای کاربران زیر ۱۸ سال طراحی کرده‌اند تا باسخهای حساس تر کنترل شوند. همچنین قابلیت جدیدی به نام Parental Insights معرفی شده که به والدین گزارش هفتگی تعاملات فرزندشان را بدون اشتراک‌گذاری چت‌های کامل می‌دهد.

حقوق معنوی و کپی‌رایت

یکی از نگرانی‌های مهم، استفاده از شخصیت‌های دارای کپی‌رایت (فیلم، کتاب، کارتون) توسط کاربران بدون مجوز است. اخیراً یزئی نامه اخطار ارسال کرده است. استفاده غیرمجاز از شخصیت‌هایش متوقف شود.

■ اعتماد و واقع‌نمایی
کاربران ممکن است شخصیت‌های را به عنوان موجوداتی واقعی بینند یا به آن‌ها وابسته شوند، مخصوصاً در بین نوجوانان یا افراد آسیب‌پذیر این امر می‌تواند خطرات روانی ایجاد کند.

■ محدودیت در حافظه و ماندگاری مکالمه
شخصیت ممکن است جزئیات مهمی را در مکالمات طولانی فراموش کند که تجربه کاربری را کاهش دهد.



دو دست کوچک

◦ اصغر استاد حسن معمار

مرد چشم به تصویر روی دیوار اشک می‌ریخت. حس می‌کرد، آتش از درونش زبانه می‌کشد...
صدای دهل و سنج را از دور شنید. چشم به سوی دخترش گرداند.
-پنجه را باز کن دخترم.

صدای یا حسین عزاداران به درون اتاق ریخت. مرد به تصویر اسب زخمی و چشم‌هایی که گریه او را در بر گرفته بودند، خیره شد و گفت: دخترم زن‌ها و بچه‌ها ایستادند و نگاه می‌کنند؛ فقط نگاه. تشنگی را فراموش کردند و همه چشم به آمدن سقا هستند، نه آب...

آقا امام حسین(ع) با گام‌هایی که می‌آمد و نمی‌آمد، وارد خیمه شد. چشم‌هایش پر از اشک بود.

کودکی جلو آمد و گفت: بابا، عمو جانم کجاست؟ چرا نیامد؟
آقا به طرف خیمه عباس(ع) رفت و دست بر عمود آن گرفت. همه بی‌صدا به او نگاه می‌کردند.

خیمه روی زمین افتاد. آقا با گخصه زمزمه کرد؛ عزیز بابا، دخترم...
دخترک که روسربی سفید‌گلدار به سر داشت و به تخت پدر تکیه داده بود، با دیدن چشمای خیس پدر، خم شد و گوشش روسربی اش را با اشک او مرتکب کرد. مرد خواست تبسم کند، اما

چشمانش او را به راهی دیگر کشاندند. با غضن ادامه داد:

-این رسم بین عرب‌های است، یعنی که این خیمه بی‌صاحب شده و امیدی به برگشتن صاحب‌ش نیست. یعنی بچه‌ها، دیگر منتظر عمو نباشید. پیکر بی دستِ عمو، کنار نخلستان، غرق در خون افتاده...

نگاه دختر از چشمان پدر، به روی آستین‌های خالی اش لغزید. پرچم‌های سیاه در مقابلش در دست باد تکان می‌خوردند. مرد خود را می‌دید: علامت در روشنایی آفتاب، با تیغه‌های بلند و پرهای سپید، با شال‌های ترمه پر نقش و نگار و با کبوتر و شیر آهنه اش، در میان دست‌های بلندش، آرام گرفته بود.

مردان سیاه‌پوش در سرتاسر خیابان به سر و سینه می‌کوبیدند. پیش قراولان علامت کشان عزادار به هم رسیدند. مرد زانو زد و تا کمر خم شد. رگ پیشانی اش برآمد. بلندترین تیغه علامت، با جنبشی که در آن انداخت، سر فرود آورد و به علامت مقابلش سلام داد. جمعیت صلوات فرستاد. مرد پا به زمین کوخت.

-حسین جان! حسین جان! حسین جان!
حالا تیغه علامت‌ها بود و پرچم‌ها و کتل‌ها و دست‌های سینه زن‌ها که به جای سینه، بر سر خود

می‌کوفتند و زنجیرها که بر سر و صورت نقش می‌زد...
با صدای اذان، علامت بر پایه‌اش در روی زمین، قرار گرفت.

مرد روی تخت دراز کشیده بود. موها و محاسن سیاهش، چون بستانی باران خورده می‌نمود که جوی آب زلال چشمانش، در آن جاری شده بود. بوی عطر در مشامش پیچید. سر بالا آورد. انگشتان کوچک دخترش، بر شاخه گل، حلقه شده بود.

-قصدات توم شد بابا؟
-این قصه هیچ وقت تمام نمی‌شود دخترم. همیشه تازه‌ست! دخترک شانه بالا انداخت. مرد گفت:

-عزم، کاش تمام وجودم اشک می‌شد و امروز بر زمین می‌ریخت.
دخترم، بابا را با دست‌های کوچک یاری می‌کنی؟

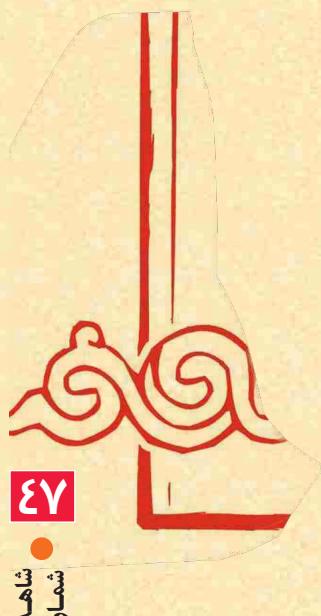
دختر لبخند زد و به دست‌هایش نگاه کرد. چشمان روشنش درخشید.

-تشنه‌ای بابا، می‌خوای آب بیارم؟
-نه، امروز آب نمی‌خورم، اما دوست دارم دخترم کاری برایم انجام بدهد. ببین زهرا جان! من

می‌خونم، تو هم دست من باش. فهمیدی بابا؟

-بله، چشم. هرچه شما بگویی!

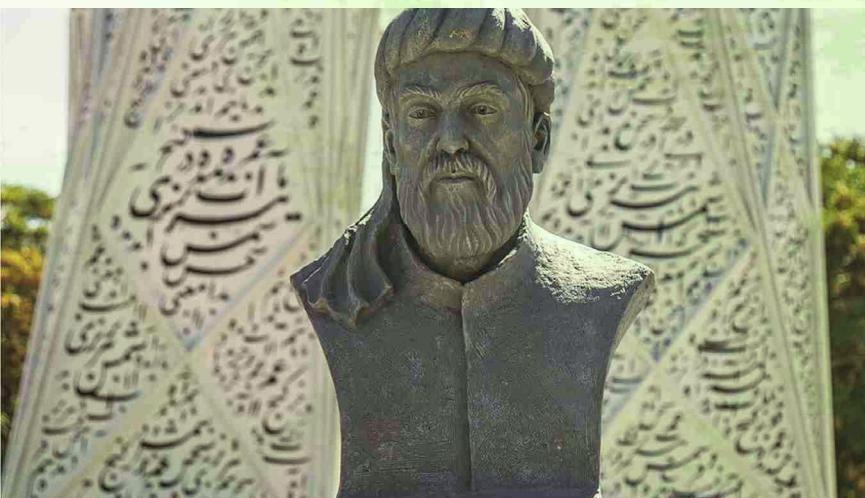
۲- دستی باید بزنی. محکم!
 - اخه دردت میاد بابا جون. من دلم می سوزه.
 - عیبی نداره دخترم. امروز عاشوراست. روز سوختن... تو فقط محکم بزن، همین
 مرد سر بالا آورد و نالید:
 - «تو ای شیر کربلا، که شیر از تو بیمناک
 دو دست از بدن جدا، فتادی چرا به خاک
 تو عباسی ای عزیز! تنت گشت چاک، چاک
 چه سان جسم پارهات، برم من سوی حرم»
 صدای مرد در همه‌مه دور و نزدیک صدای‌ها گم شد. سررش را بالا آورد و به دست‌های کوچک
 دخترش خیره شد.
 اتاق، با پنجره بزرگ سبز و دیوارهای سفیدش، گرد سر مرد به دوران افتاده بود. دخترک دلش
 می خواست سر روی سینه پدر بگذارد، نوای قلب او را با تمام وجود بشنود و پدر موهای او را
 نوازش کند، اما نگاه مرد پر از التماش بود و پی در پی دست‌های خسته دختر را طلب می کرد.
 - کو اصغرم؟ کو اکبرم؟ کو عباس؟ کو قاسم؟ حسین وای، حسین وای، ای تشنه لب... حسین
 وای، غریب وای!
 باد تندي پنجره را بر هم زد و صدای اذان در اتاق پیچید.
 - حالا وقتی که بر سرم بزنی!
 دست‌های دختر، به نوازش روی سر پدر نشست.
 - حسین وای! حسین وای!
 بعض دخترک هم ترکید. دست‌هایش را دور گردن پدر حلقه کرد و لب‌های تشنه او را بوسید.





شمس تبریزی

شمس الدین محمد بن علی بن ملک داد تبریزی، مشهور به شمس تبریزی، از بزرگ‌ترین و رازآلودترین عارفان قرن هفتم هجری است. بیشتر شهرت او به خاطر تأثیر عمیقی است که بر مولانا جلال الدین محمد بلخی گذاشت.



۸۸

تولد و دوران کودکی

تاریخ دقیق تولد او روشن نیست، اما بیشتر پژوهشگران تولدش را حدود ۵۸۰ هجری قمری (۱۱۸۴ میلادی) در تبریز می‌دانند. او از کودکی روحی نازارم و جویای حقیقت داشت. از همان آغاز در جسم و جوی استادی بود که بتواند عطش درونی اش را فرو نشاند، اما کمتر کسی می‌توانست با عمق اندیشه و تجربه‌های معنوی او هم‌سخن شود.

تحصیلات و سیر سلوک

شمس در شهرهای مختلف ایران و سرزمین‌های اسلامی سفر کرد؛ از جمله تبریز، بغداد، دمشق، و قونیه. او شاگرد رسمی کسی نبود، بلکه بیشتر از عارفان گمنام یا «پنهان‌روان» (اویای مستور) بهره می‌برد. در برخی منابع آمده که مدتی نزد بابا کمال جندی یا شیخ ابیکر سلاطین نیز کسب معرفت کرده است. شمس اهل طواهر و رسوم خانقه‌ای نبود و با تعصبات صوفیان زمانش می‌ستیزید. او راهی سخت و غیرمتعارف را در سلوک عرفانی پیش گرفت.

دیدار تاریخی با مولانا

در سال ۶۴۲ هجری قمری (۱۲۴۴ میلادی)، شمس در شهر قونیه با مولانا جلال الدین محمد بلخی دیدار کرد. این دیدار از بزرگ‌ترین رویدادهای تاریخ عرفان ایران است. مولانا، که تا آن زمان فقیهی بر حسته و استاد شریعت بود، با ملاقات شمس دگرگون شد و از عالم ظاهر به دنیا عشق و عرفان قدم گذاشت. در «مناقب‌العارفین» آمده که شمس در نخستین بروخورده از مولانا پرسید: «محمد بزرگ‌تر است یا بایزید بسطامی؟» مولانا پاسخ داد: «پیامبر برتر است، زیرا بایزید گفت "سبحانی ما اعظم شانی" ولی پیامبر گفت "ما عرفناک حق معرفتک."» شمس گفت: «آفرین! اما بدان که بایزید از جامی نوشید و سیراپ شد، پیامبر هر دم در پی عطش تازه‌ای بود.» این گفت و گو سرآغاز پیوند روحی عمیقی میان آن دو شد.

آثار شمس

شمس خود کتابی ننوشت، اما سخنانش در کتابی به نام «مقالات شمس تبریزی» گردآوری شده است. این کتاب از مهم‌ترین متون عرفان فارسی است و در آن می‌توان اندیشه‌های عمیق، صریح و گاه تند شمس را درباره خدا، عشق، انسان و حقیقت دید.

میراث جاوید

شمس تبریزی با وجود آن که خود کمتر سخن نوشته، الهام‌بخش هزاران بیت شعر در دیوان شمس مولانا شد. مولانا عشق به شمس را به عشق خدا تعبیر کرد، و نام او را با جاویدانگی در هم آمیخت.

ای نوبهار عاشقان داری خبر از یار ما
ای از تو آبستن چمن، وی از تو خندان باغها

ای بادِ نای خوش نفس، عشاق را فریادرس،
ای پاک تراز جانِ جان، آخر کجا بودی کجا؟

ای فتنه روم و حبش، حیران شدم کاین بوی خوش
پیراهن یوسف بود یا خود ردای مصطفی؟!

ای جویبار راستی از جوی یار ماستی
بر سینه‌ها سیناستی بر جان‌هایی جان فزا

ای قیل و ای قال تو خوش، و ای جمله آشکال تو خوش
ماه تو خوش سال تو خوش ای سال و مه چاکر تورا

اندک اندک جمعِ مستان می‌رسند
اندک اندک می‌پرستان می‌رسند

دلنوازِ نازنوازان در ره‌اند
گل‌عذاران از گلستان می‌رسند

اندک اندک زین جهان هست و نیست
نیستان رفتند و هستان می‌رسند

جمله دامن‌های پرزر همچو کان
از برای تنگ‌دستان می‌رسند

لاغرانِ خسته از مرعای عشق
فریهان و تندرستان می‌رسند

جان پاکان چون شعاع آفتاد
از چنان بالا به پستان می‌رسند

خرم آن باغی که بهرِ مِریمان
میوه‌های نوزستان می‌رسند

اصلشان لطف است و هم واگشت لطف
هم زستان سوی بستان می‌رسند



داستانی از شهید مدافع امنیت حسین اجاقی



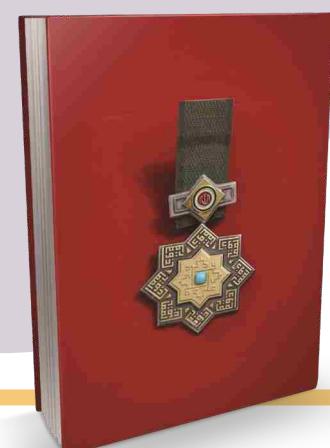
کتاب «شهید حسین اجاقی» به قلم الهه مهدوی و راضیه وجودی، بازتابی از ایمان، خیرت و فداکاری جوانی است که در اغتشاشات سال ۱۴۰۱ در تبریز به شهادت رسید و الگویی ماندگار برای نسل امروز ایران شد. کتاب «شهید حسین اجاقی» اثری مستند - داستانی از زندگی شهید مدافع امنیت حسین اجاقی است، جوانی مؤمن و شجاع که در جریان اغتشاشات سال ۱۴۰۱ در تبریز به فیض شهادت نائل آمد. این کتاب به قلم الهه مهدوی و راضیه وجودی نوشته شده و با تکیه بر روایت برادر شهید، به اکاوای ابعاد شخصیتی، اخلاقی و اجتماعی او می پردازد.

نویسنده‌گان در این اثر با نشیری روان و نگاهی انسانی، تصویری روشن از مکتب شهدا را ره می‌دهند و مخاطب را به تأمل در معنای حقیقی امنیت، مسئولیت و ایمان فرامی‌خوانند. کتاب یادآور این حقیقت است که آرامش امروز جامعه، مرهون ایثار مردانی است که با قلبی طمئن و روحی بزرگ، از مردم و میهن خود پاسداری کرند. این اثر به عنوان روایتی الهام‌بخش برای جوانان، می‌تواند پلی میان نسل امروز و ارزش‌های اصیل انقلاب اسلامی باشد؛ روایتی از زندگی و شهادتی که همچنان زنده و جاری است.

کتاب «شهید حسین اجاقی» در سال ۱۴۰۴ توسط انتشارات گل همیشه بهار به چاپ رسیده است. این اثر در نخستین نوبت چاپ خود، با ۱۲۱ صفحه و به بهای ۲۰۰ هزار تومان منتشر شده است. گفتنی است شهید حسین اجاقی از بسیجیان تبریز بود که در سال ۱۴۰۱ برای مقابله با فتنه‌گران مقابل مصلای تبریز با ضربه چاقوی اغتشاشگران به شهادت رسید و در صف شهدای مدافع امنیت قرار گرفت.

«نشان سرخ ذوالفقار»

داستانی از زندگی حاج قاسم



«نشان سرخ ذوالفقار» عنوان جدیدترین اثر اصغر استاد حسن معمار است که از سوی نشر شاهد منتشر شد. این کتاب تولد تا شهادت سردار دلها را شامل می‌شود. کتاب داستانی با محوریت شهید سلیمانی با نام «نشان سرخ ذوالفقار» که چندی پیش تحويل نشر شاهد شده بود، منتشر شد.

این کتاب دو بخش دارد؛ اول بخش داستانی از زمان تولد تا انقلاب اسلامی و بخش دوم از سال ۱۴۰۱ تا ۹۸ و زمان شهادت ایشان را بیان می‌کند. البته در بخش دوم خاطرات و روایت‌هایی از خانواده شهدا، سرداران و همزمان ایشان درج شده است. موارد مطرح شده در کتاب با قید حوالی زمانی آن درج شده و خاطرات با رعایت زمان خاطره بیان شده است.

«نشان سرخ ذوالفقار» در مدت یک سال تالیف شده و اکنون در ۱۷۲ صفحه روانه بازار کتاب شده است.

«انیس»

کتاب «انیس» روایت داستانی از زندگی کشته‌گیر شهید «قربان رضا فضلعلی»، به قلم «فاطمه بگزاده» و با حمایت فدراسیون کشتی جمهوری اسلامی ایران منتشر شد.

شهید «قربان رضا فضلعلی»، از کشتی گیران جوان و بالخلاق کشور، در کنار موقیت‌های ورزشی، به روحیه پهلوانی و اخلاق انسانی شهرت داشت. او در دوران دفاع مقدس، با ترک میادین ورزشی، به جبهه‌های جنگ پیوست و سرانجام در راه دفاع از میهن به درجه رفیع شهادت نائل شد.

این کتاب با نگاهی احترام‌آمیز به زندگی شهید «قربان رضا فضلعلی»، داستان زندگی او را روایت می‌کند و به خانواده‌های معظم شهدا و مردم صبور و دلاور ایران عزیز تقدیم شده است.

کتاب انیس تلاش می‌کند تا یاد و نام شهید فضلعلی را، که نمونه‌ای از تلفیق روحیه ورزشی، اخلاقی و ایثارگری است، در ذهن نسل‌های آینده زنده نگه دارد. این اثر نشان‌دهنده پیوند ناگسستنی ورزش، اخلاق و ارزش‌های دفاع مقدس است.

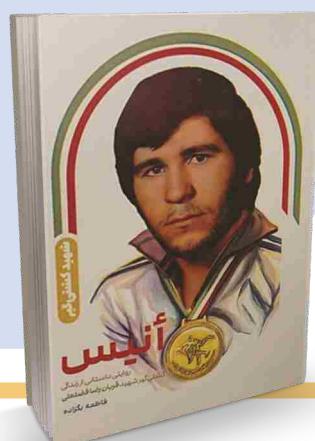
اولین جاذبه‌ای که درمورد این شهید وجود دارد این است که او در عید قربان به دنیا آمد و در عید قربان نیز به شهادت رسیده‌اند. نکته دیگر هم این است که این کتاب به روایت نامادری شهید فضلعلی است که بعد از بیماری و فوت مادر واقعی ایشان، مسئول تربیت شهید بوده است. تمام تربیت شهید قربان رضا فضلعلی مدیون نامادری او است.

در بخشی از این کتاب آمده است: بچه‌ها دورم حلقه زندن. نایب با گچ، دایره بزرگی روی زمین کشید. سنگ‌های اضافه را هم جمع کرد که اگر زمین خوردیم، کمتر اسیب ببینیم. هنوز پاییم از کشیده شدن روی سنگ درد می‌کرد، حالا که دوبنده تنم بود، حتما بیشتر اسیب می‌دیدم. بچه‌ها همگی دست کشیدند روی دوبنده. برق شادی توی چشمانشان موج می‌زد. نایب انگشت روی دهان گذاشت و سوت کشید. بچه‌ها دور تا دور دایره ایستادند. صدای سوت و جیغ و هورا دوباره بلند شد. قندعلی عزمش زا جزم کرده بود ببرد. حالا که دوبنده تنم بود، اصلا اهل کوتاه آمدن نبودم. دوبنده شوق عجیبی توی تم انداخته بود....

گفتنی است ۱۰ صفحه پایانی این کتاب به تصاویری از این شهید اختصاص یافته است.

کتاب «انیس» در قطع رقعی، ۱۸۸ صفحه، شمارگان یک‌هزار نسخه و با حمایت فدراسیون کشتی جمهوری اسلامی ایران منتشر شده است. علاقه‌مندان می‌توانند این کتاب را از طریق فدراسیون کشتی جمهوری اسلامی ایران تهیه کنند.

روایت قهرمانی تا شهادت در زندگی قهرمان کشتی ایران

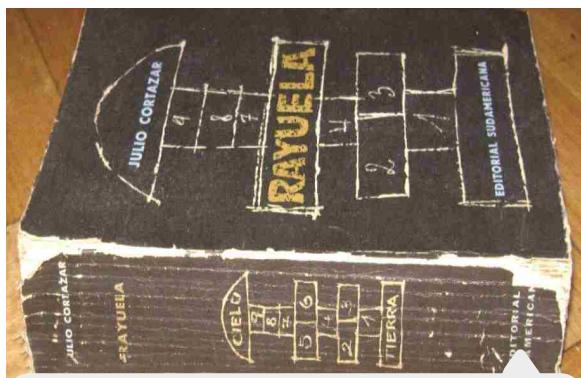




این گل‌های عجیب و غریب در سیبری تا جنوب ژاپن وجود دارند و به دلیل شباهت به قلبی که آن خون می‌چکد، «قلب خونریزی شده» نام دارد.



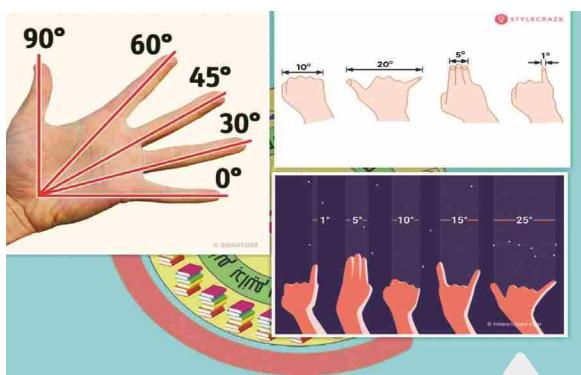
به گفته محققان این حیوان گوشتخوار در زمان خود، به عنوان شکارچی برتر دشت‌های آفریقا با جنگهای بزرگ تراز خرس قطبی و دندان‌های نیش غول آسا، احتمالاً اجداد کرگدن هاویل‌های امروزی را شکارمی کرده است.



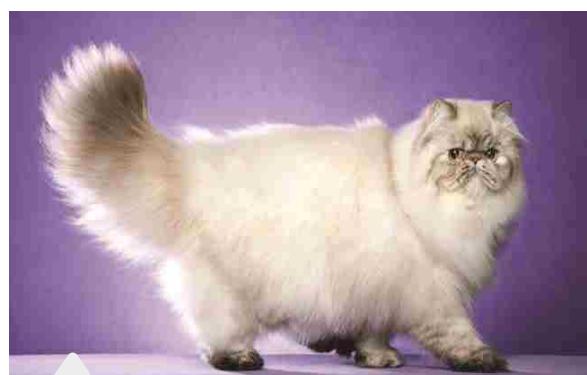
رایولانم عجیب‌ترین و خلاقانه‌ترین رمان دنیاست که ۱۵۵ فصل دارد و حتی اگر فصل‌های آن را به صورت به هم ریخته و نامرتب بخوانید باز هم داستان کامل و منطقی‌بنظرمی آیدا.



شرکت کانزاس بعد از اینکه فهمید مردم فقیر از کیسه گندم برای فرزندانشان لباس میدوزند، کیسه‌هارا طرح دار کرد و آرم شرکت را طوری طراحی کرد که بعد از یکبار شستن آبین برود.



بالنگشت‌هایتان می‌توانید زوایا را اندازه بگیرید. انگشت‌های را باز کنید، زوایه بین انگشت شست و انگشت کوچک ۹۰ درجه است. زوایه بین انگشت کوچک و دیگر انگشت‌های بهتر تریب ۴۵، ۳۰ و ۰ درجه است.



گربه ایرانی معروف به «PersianCat» یکی از کهن‌ترین و اصیل‌ترین نژادهای گربه در جهان است. خاستگاه این گونه در فلات ایران بوده جایی که خیزبریشمی و بلندشان آنها در برابر سرما محافظت می‌کرده است. بازگانان ایتالیایی و فرانسوی در قرن ۱۷ این نژاد را به اروپا بردن و تاقیل آن، این گربه‌بومی ایران بوده است.

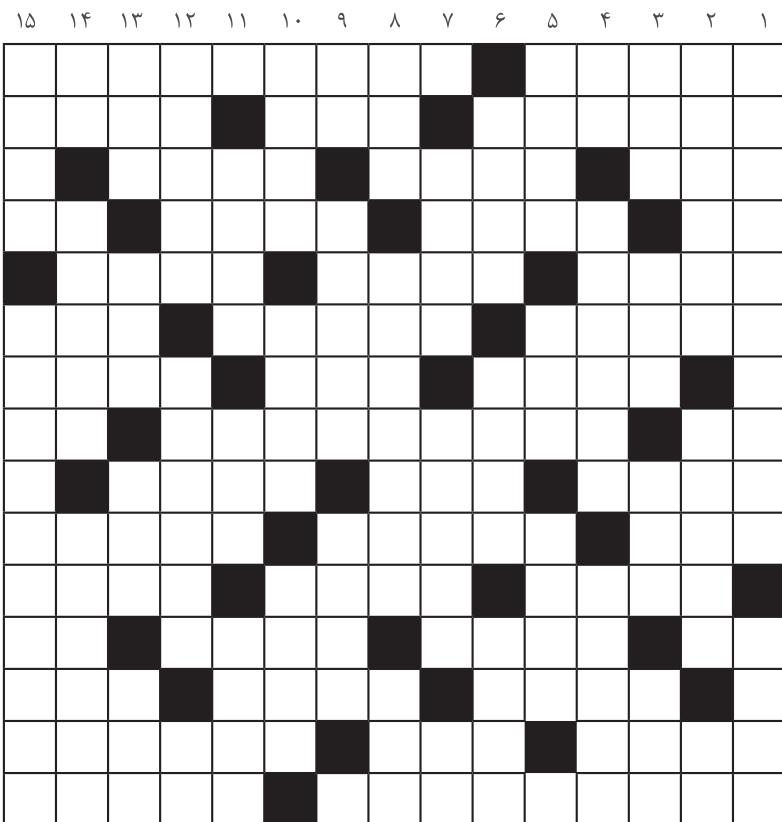
جدول کلمات متقاطع

شماره ۶

جدول

۵۳

جهانی ادبیات



افقی:

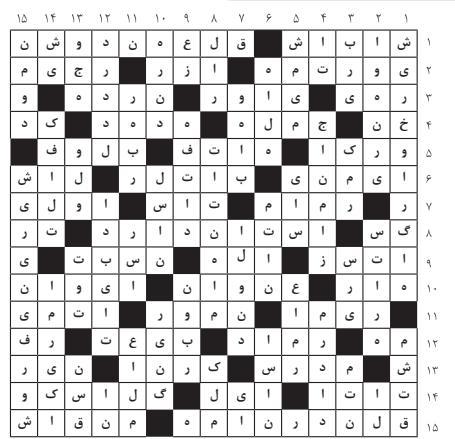
- یکی از شهرهای استان اصفهان- حرکتی در کاراته
- توان و قدرت- زادگاه نیما- قسمت ملودیک اپرا
- عدسی- شهری در استان گیلان- مارکی بر خودرو
- سنگین
- سکسکه- از جانوران تک یاخته‌ای- بدکار- تلخ
- وقت و هنگام- پشمیان- گل دندان
- پادگان- تکیه کلام خودستا
- آفریده شدگان- نوبت بازی- سکوی شیرجه
- رودی در فراسنه- مفصل شناسی- هرگز نه
- نامید- در خاک پنهان کردن- حرکتی در جودو
- اهلی، مطیع- خبرگزاری انگلیسی- مهمانی ازدواج
- تفریق- جزیره- آکنده و پر
- روداروپایی- آتشگیر- زمین هموار- بلی در مکالمه
- فکر و اندیشه- آمده و فراهم- بندۀ راز آن کلاهی نیست
- ماه تام- ظرف- از نیروهای سه گانه ارتش
- ایری از «پرل. س. باک» خانم نویسنده
- آمریکایی- حرکتی در کاراته

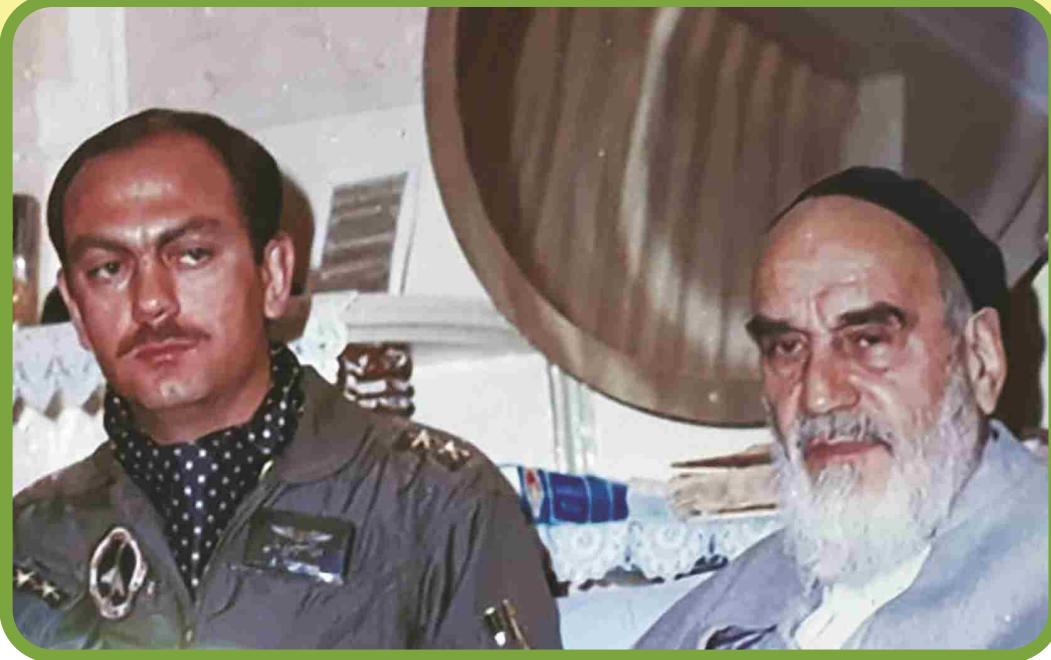
عمودی:

- نام شبی که در آن جنگ سختی میان امیرالمؤمنین و سپاه معاویه واقع شد- منزل بزرگ
- نمک نشناس- بدون امنیت- عدد پیشتر
- شکاف دیوار- مقابل- کشواری در آسیا- اسفنج مصنوعی
- یازده- میوه‌ای سرشار از ویتامین- شعر چاپنی
- غلاف شمشیر- آتش- دوری از مسابقه
- سمت راست- قطارزیرزمینی- فصل شکفتان
- جامه- چوپان- از حروف یونانی
- صدای ناراحتی خانمانه!- خرید و فروش، معامله از جنوب
- ضمیر فرانسوی- تفنگ سرپر قدیمی- لقب هندو
- سرزمینی بستانی- موزه پاریس- یار قفل
- از مرکبات- مقر صلیب سرخ بین المللی- محافظین و پیژه
- نصرت و مدد- چای تلخ- تصدیق آلمانی
- در رهن بودن- روکار ساختمان- کاهگل- از زندان‌های مسعود سعد
- افزونی و برکت- مرکز فیلیپین- جنس بعضی از طروف آشپزخانه
- یاری دهنده- پایتخت اروگوئه

پاسخ جدول کلمات متقاطع

شماره ۵





خلبان ممتاز پایگاه نیروی هوایی «لاکلند» که فدایی ایران بود

◦ مائد حضرتی

آسمان ایران، عقبابان تیزپا و خلبانان دلیر مرد بی شماری را به خود دیده است که برای حفظ خاک و وطن، جانانه تا پایی جان ایستادند بی آنکه دلبسته جایگاه و مقام خود باشند. شهید سرلشکر خلبان «حاج ابراهیم پوردان» از رسته خلبانان پر افتخار و جان برکفی است که اگرچه بارتبه ممتاز از پایگاه نیروی هوایی «لاکلند» آمریکا فارغ التحصیل شد و بارها پیشنهاد خدمت در ایالت متحده را داشت اما بر حسب وظیفه به کشور بازگشت، پای آرمان‌های خود استاد و بعد از کسب دو مرتبه نشان پر اقتدار جانبازی، در دوم دی ماه سال ۱۳۹۰ به همراه مانش شهیدش بیوست. در این شماره از «شاهد جوان» با آقای «امیر رضا پوردان»، فرزند شهید سرلشکر خلبان «حاج ابراهیم پوردان» به گفت و گو نشسته‌ایم تا این شهید فرهیخه و نخبه را بیشتر بشناسیم.

ابتدا ای پرواز را در «دوشان تپه» به همراه جمعی از دانشجویان پشت سرمه گذار دو سال ۱۳۵۴ به کشور آمریکا الگام می‌شود.

ایشان دوره آموزشی خود را با هواپیماهای پیشرفته «تی ۴۱» و «تی ۳۸» و «تی ۳۷» با موقوفیت‌طی کرده و چندین مرتبه بارتبه ممتاز را کسب و نشان دانشجویی ممتاز از ریاست دانشکده «لاکلند» در ایالت تگزاس دریافت می‌کنند و سال ۱۳۵۶ به ایران بر می‌گردند. پس از پیروزی انقلاب اسلامی دوره کابین عقب و سپس دوره کابین جلو را در سال ۱۳۵۹ می‌گذراند و از نخستین فارغ‌التحصیلان پس از انقلاب اسلامی می‌شود. «حاج ابراهیم» دوره‌های خلبان از مایشی و لیدریک F4 «فایر‌اکت» می‌کند و در مورد پرواز در ایران که در پرواز شب با ۴۵۰ ساعت را که در این قسمت را به دست می‌آورد. ایشان تخصص ویژه‌ای در پرواز ارتفاع پایین داشته و از اولین خلبانان شکاری بوده که موفق به انجام سوختگیری هوایی در شب می‌شود و به همراه مان و دانشجویان خود آموزش می‌دهد. سال ۱۳۵۹ در مسابقات «گانری» که در سطح پایگاه شکاری برگزار شده است، در ماده تیراندازی با مسلسل با هواپیمار تبدیل نخست را کسب می‌کند.

بعد از بازگشت از آمریکا، با مادرم که بانویی از قشر فرهنگی بوده، ازدواج می‌کند که تمره ازدواج‌شان چهار فرزند است. ایشان پس از بایان جنگ ادامه تحصیل می‌کند و سال ۱۳۷۳ قبل از اخذ درجه سرهنگ تمامی، در آزمون ورودی دانشگاه «دافوس» پذیرفته شده و سال ۱۳۷۶ با معدل عالی فارغ‌التحصیل می‌شود و مدرک دکترا میریت دفاعی را خذ می‌کند.

✓ آقای پوردان، در ابتدای شهید سرلشکر خلبان «حاج ابراهیم پوردان» برای مخاطبان معرفی می‌گیرد.

شهید پوردان سوم اردیبهشت ماه سال ۱۳۳۰ در شهرستان خوی از توابع استان آذربایجان غربی در خانواده‌ای متولد می‌شود. از آنجا که پدر ایشان نظامی و در کردستان مأمور بوده است، تحصیلات خود را در سنندج ادامه می‌کند و سال ۱۳۵۱ موفق به اخذ دیپلم در رشته ریاضی می‌شود. همان سال در آزمون ورودی دانشگاه افسری شرکت و با حراز نمرات بالا، رتبه سیزدهم را کسب می‌کند و از ابتدامورد توجه فرماندهان وقت دانشکده قرار می‌گیرد.

«حاج ابراهیم» همان سال در آزمون ورودی نیروی هوایی هم شرکت کرده و پس از قبول می‌شود اما فرمانده دانشگاه نیروی زمینی با منتقال ایشان به نیروی هوایی مخالفت می‌کند و عالم‌مند به حضوری در مجموعه خودشان بوده است. پس از ورود به نیروی هوایی در رسته پدافند قرار گرفته و با کسب نمرات بالا به پدافند موشکی «هاؤک» که تازه وارد کشور شده بود، می‌رود. او ایل دوره آموزشی در پادگان مهر آباد با تعدادی از خلبان شکاری آشنا می‌شود و پس از قبولی در آزمون و معاینات پزشکی و نظامی، مراحل





در دانشگاه عالی دفاع ملی تدریس می کرد.

✓ عکس معروفی از دیدار خلبان‌ها با امام خمینی (ره) ثبت شده که

شهید پوردان در کنار امام (ره) نشسته است...
بله، این عکس بعد از یکی از عملیات‌های موفق نیروی هوایی گرفته شده است. یکی از عملیات‌های در خشان، غور و آفرین و بین‌المللی در دوران دفاع مقدس، عملیات حمله به «آج ۳» در پانزدهم فروردین ماه ۱۳۶۰ بود که سه پایگاه هوایی عراق مورد هدف قرار گرفت. رژیم بعثی برای آن که هوایی‌ها خود را از معرض بمباران از سوی نیروی هوایی ایران دور نگذارد، در صدای یگان رزمی هوایی و حتی تانک‌های خود را به جنوب کشور خود منتقل کرده بود. در این صورت نیروی هوایی ایران برای بمباران این تجهیزات باید از آسمان عراق عبور می کرددند یا آن را دور می‌زندند.

برای دور زدن، بنزین هوایی‌ها کافی نبود و اگر از آسمان بغداد عبور می کرددند، مورد حمله پدافند قرار می گرفتند. در یک عملیات محیر العقول، دونفر از خلبان‌های وقت، طرحی را منی بر بمباران این ۳ پایگاه آماده کرددند که شامل دور زدن عراق از مزاردن و بادو مرحله سوختگیری بود. هشت فروند هوایی‌ها فاتنوم آماده می شوند، طبق برنامه ۳ پایگاه را بمباران می کنند و با درصد تخریب امکانات در این پایگاه‌ها، بدون هیچ صدمه‌ای برای هوایی‌ها خودی، به وطن باز می گردند. بعد از این عملیات خلبان‌های حاضر، به همراه شهید فکوری، شهید چمن و عزیزان دیگر، محضر امام خمینی (ره) رسیدند. حضرت امام (ره) در آن دیدار می فرمایند: «شما معجونی از نیروی الهی و نیروی هوایی هستید و اگر من از دعا چیز بیشتری داشتم، هدیه می کردم به شما».

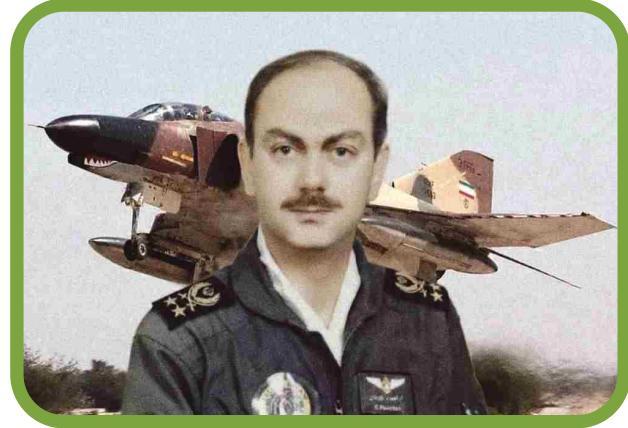
در عکس معروفی که خلبان‌ها به دیدار امام خمینی (ره) رفته‌اند، سمت راست سرمهنگ گلچین، فرمانده وقت پایگاه او و اولین خلبان کنار امام (ره)، پدر ام است. بیشتر خلبان‌ها بعد از این عملیات و در ماموریت‌های دیگر به شهادت رسیدند. در

مورد این عملیات فیلم «حمله به آج ۳» ساخته شده است. جالب است بدانید، پدر قبیل از این عملیات، نامه‌ای از نیروی هوایی آمریکا و از طرف استاد خود دریافت می کند که دعوتنامه حضور ایشان در کشور آمریکا بوده و نام تضمین‌های امنیتی را می داده است. تنها جواب پدر ستن نامه و کنار گذاشت آن بوده است. حتی به مادر در مورد آن چیزی نمی گوید. بعد از سال‌ها دوباره ایشان را به آمریکا دعوت می کنند که این در خواست را باز هم اجابت نمی کند.

✓ اگر بخواهید پدر را در یک جمله توصیف کنید، درباره ایشان چه می گویید؟

ایشان خالصانه و تمام و کمال در خدمت میهن و به عمارتی دیگر، فدایی مردم و کشور بود. پدر یک جمله معروف داشت و می گفت خلبان‌ها به خداوند نزدیکترند و از آن بالا، قدرت الهی را بیشتر در ک می کند.

روحش شاد و یادش گرامی باشد



✓ درباره نحوه جانبازی شهید پوردان برایمان بگویید.

پدرم دو مرتبه «بیجکت» می کند. مرتبه اول در عملیاتی که برای بمباران بالاشگاه کرکوک اعزام می شود، این اتفاق می افتد و مرتبه دوم، بعد از جنگ تحمیلی و در حال پرواز آموزشی که یکی از خلبانان جوان آموزش داده است، دچار سانحه می شود که عوارض جانبازی ازین پروازهای زمان شهادت همراه پدر بود. با این که در کمرش پلاتین داشت اما باز هم به آموزش خلبان‌های جوان اهتمام می ورزید که قشر زیادی از آن‌ها در حال حاضر از فرماندهان نظامی و ارشد در نیروی هوایی، ستاد کل نیروهای مسلح و حتی در بخش ابرلاین و هوایی‌مای مسافربری هستند.

✓ همان‌طور که می دانیم، در دوران دفاع مقدس به ویژه در آغاز جنگ تحمیلی، خلبانان دلبر بسیاری به شهادت رسیدند. آیا شهید پوردان از آن روزه‌ها شهادای خلبان صحبت می کردند؟

پدر همیشه می گفت مازا قافله شهداجانبدی، شهیدان «عباس دوران»، «عباس بایابی»، «حسین خلعتبری»، «علی اقبالی دوگاهه» و «حسین دل حامد» از جمله شهدای عزیز، هم دوره‌های باشان بودند. شهید دوران در ناوگان نیروی هوایی خدمت می کردو هوایی‌مایش «فانتوم اف ۴» بود. این هوایی‌ها معمولاً در نقاط محروم کشور مانند امیدیه، چابهار بوشهر و درزوفول هستند. پدر در زمان جنگ تحمیلی در پایگاه ششم شکاری بوشهر خدمت می کرد و بیشترین شهیدان دوران از این پایگاه بودند. بعداز جنگ تحمیلی، هوایی‌ها می‌شندند تا به ناوگان نیروی هوایی کشور بازگردند. پرواز اول با هوایی‌ها تعمیر شده، جرأت زیادی می خواست و از افتخارات «حاج ابراهیم» این بود که با شجاعت پروازهای آزمایشی این هوایی‌ها را بینجامی داد. شغل خلبانی، سختی‌های زیادی دارد. برای مثال زمانی که پدرم صحیح پرواز داشت، دیگر معلوم نبود آیا شب به خانه بر می گردد؟! اگر در خلیج فارس سقوط می کرد، شاید خروارک کوسه‌هایم شد. در قطعه ۵ بهشت زهره (س)، بسیاری از خلبان‌ها سانگ یاد بودند و هنوز مفهودالجسد هستند. از همسران خلبانان دوران دفاع مقدس تشکر می کنم زیرا آنها هم روزه‌ای سختی را سپری کرندند. در پایگاه‌ها و در مناطق محروم زندگی می کرند. صحیح همسر خود را در قلعه برای مثال هنگامی که صدای بازگشت ۳ هوایی‌ماری شنیدند، امکان داشت از گردن پرواز تماس گرفته و خبر شهادت همسرشان را بدهنند.

✓ چطور می شود که شهید پوردان بعد از گذراندن دوره آموزشی در آمریکا به ایران بازمی گردد؟

پدر در آمریکا هم در حوزه آکادمیک و هم در حوزه پرواز رتبه ممتاز دوره خود را کسب می کند. به ایشان پیشنهاد اقامت می دهدند اما پدر از آنجا که اعقاد داشته برای او هزینه شده است، وظیفه خودمی داند که بزرگ‌ددوبه کشورش خدمت کند.

✓ از آنجا که شهید «پوردان» جانباز ۷۰ درصد بودند، سال‌های آخر زندگی ایشان چطور گذشت؟

پدر در آن سال‌ها بیشتر به مطالعه و پژوهش و همچنین انتقال تجربه‌های خود مشغول بود



مترجم: فرزاد فایده

نمایز شبر که لرزه به اتاق مراند را خفت

(از خاطرات همسرش هیدر سرتیپ خلبان سید موسی نامجو)

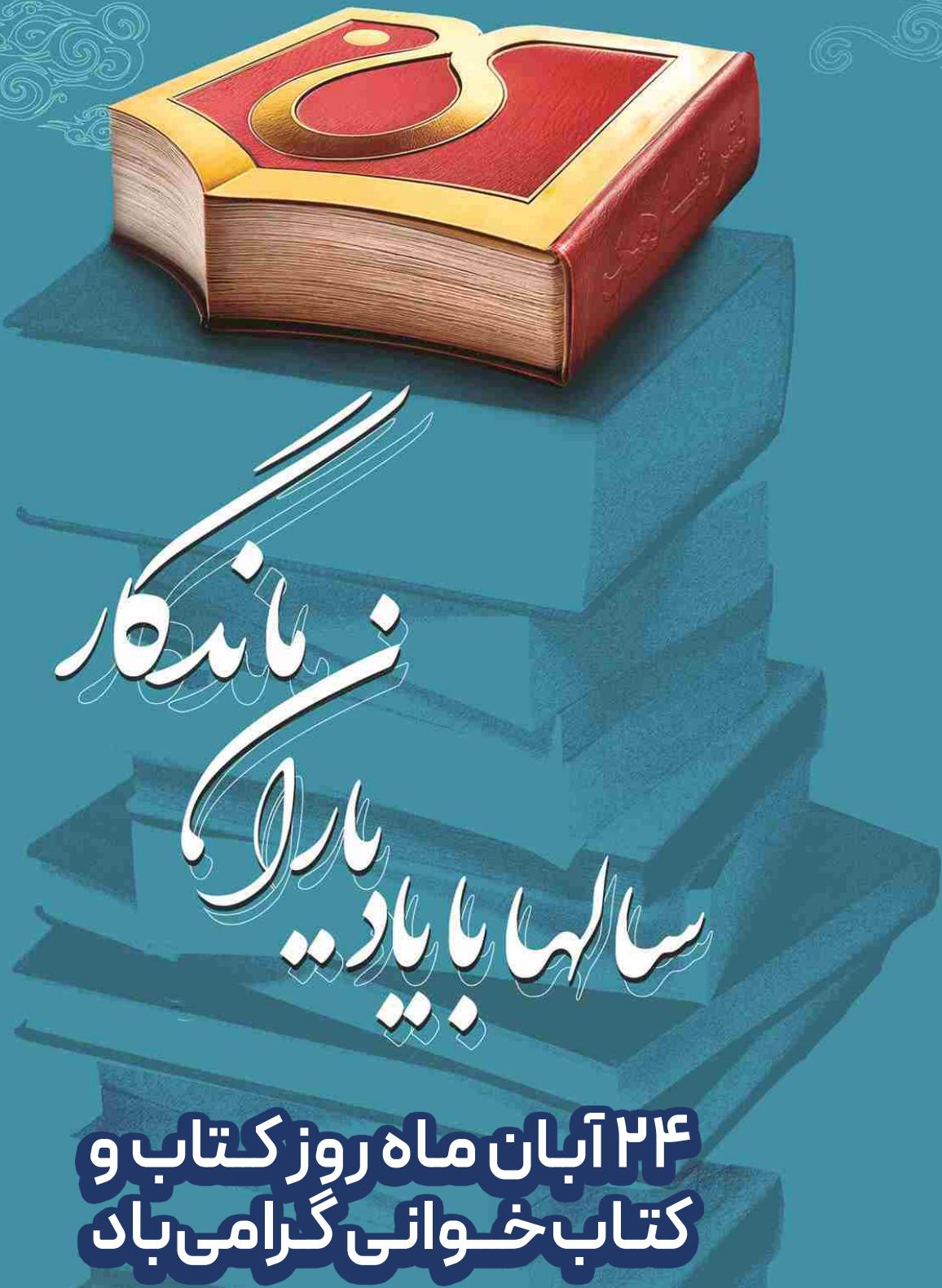
از نظر ابعاد مذهبی، ایشان هیچ کم و کسری نداشت. مرتب روزه می گرفت و خیلی وقت‌ها نماز شب می خواند. نماز شب او نماز معمولی نبود؛ طوری گریه می کرد که اتاق به لرزه می افتد. ماگاهی از صدای گریه او بیدار می شدیم. او هیچ وقت دوست نداشت مرفه زندگی کنیم و از روز اول زندگی مان در منزل اجاره‌ای زندگی می کردیم. در آن زمان ارتش به پرسنل خانه سازمانی می داد و وقتی من از او خواستم که منزل سازمانی بگیرد، گفت بگذار کسانی که نیاز دارند بگیرند. فامیل خود را با وضع سیاسی مملکت آشنا کرده بود و در زمانی که امام (ره) دستور دادند که شب‌ها مردم به پشت بام‌ها بروند و تکبیر بگویند، او بی محابا از ایوان منزل تکبیر می گفت. او مرتب در راه پیمایی‌ها شرکت می کرد و از هیچ کمکی برای مردم انقلابی دریغ نمی کرد.

The night prayer that shook the room

(From the memoirs of the wife of martyr Brigadier General Pilot Seyed Mousa Namjoo)

In terms of religious devotion, he had no deficiencies. He regularly fasted and often performed the night prayer. His night prayer was not an ordinary prayer; he wept so intensely that it would shake the room. Sometimes we would wake up from the sound of his crying.

He never wanted us to live a luxurious life, and from the very first days of our life together, we lived in a rented house. At that time, the army provided personnel with official housing, and when I asked him to take an official residence, he said, 'Let those who need it take it.' He familiarized his family with the political situation of the country, and when Imam Khomeini ordered the people to go to their rooftops at night and recite Takbir, he fearlessly recited Takbir from the porch of our home. He regularly participated in demonstrations and never withheld any help from revolutionary people.



۱۴ آبان ماه روز کتاب و
کتاب خوانی گرامی باد

درسامانه الکترونیک محله شاهد جوان باماه مراه باشید

آموزش مهارت های
رفتاری و اجتماعی

مطالب متنوع
سرگم کننده و جذاب



محله شاهد جوان را می توانید از سامانه الکترونیک
مجلات شاهد به آدرس ذیل دانلود نمایید.



کیو آر کد درج شده را به وسیله
دوربین تلفن همراه خود
اسکن کنید

شاهد
جوان

| mag.navideshahed.com |

