

گفت‌وگو با نویسنده‌ای که کتاب تاریخی‌اش درباره بهائیت برنده جایزه ادبی جلال آل احمد سال ۱۴۰۱ شد

### بهائیت زائیده یهود است!

دکتر حمیدرضا اسماعیلی دانش‌آموخته رشته علوم سیاسی و استاد دانشگاه آزاد اسلامی است که او را در یکی از روزهای سرد زمستانی در مؤسسه مطالعات و پژوهش‌های سیاسی ملاقات کردیم



تیرما

### فشنته‌های شنبه



۱۴

توصیه‌هایی برای والدین  
روزه اولی هادر ایام نوروز

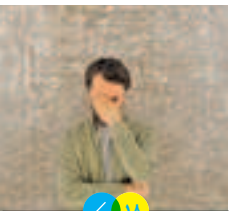
### نوروز با روزه اولی‌ها



۱۶

### چگونه در ماه رمضان هوشمندانه تر کار کنیم، نه سخت‌تر

بچه که بودم، ماه رمضان برای من چیزی شبیه به یک میهمانی بود که یک ماه ادامه داشت، دقیقاً مانند تعریفی که برای آن وجود دارد: ماه میهمانی خدا.



۱۸

گزارشی از چگونگی مدیریت  
اوضاع اقتصادی در همزمانی  
ماه رمضان و نوروز

### پای تورم در رمضان

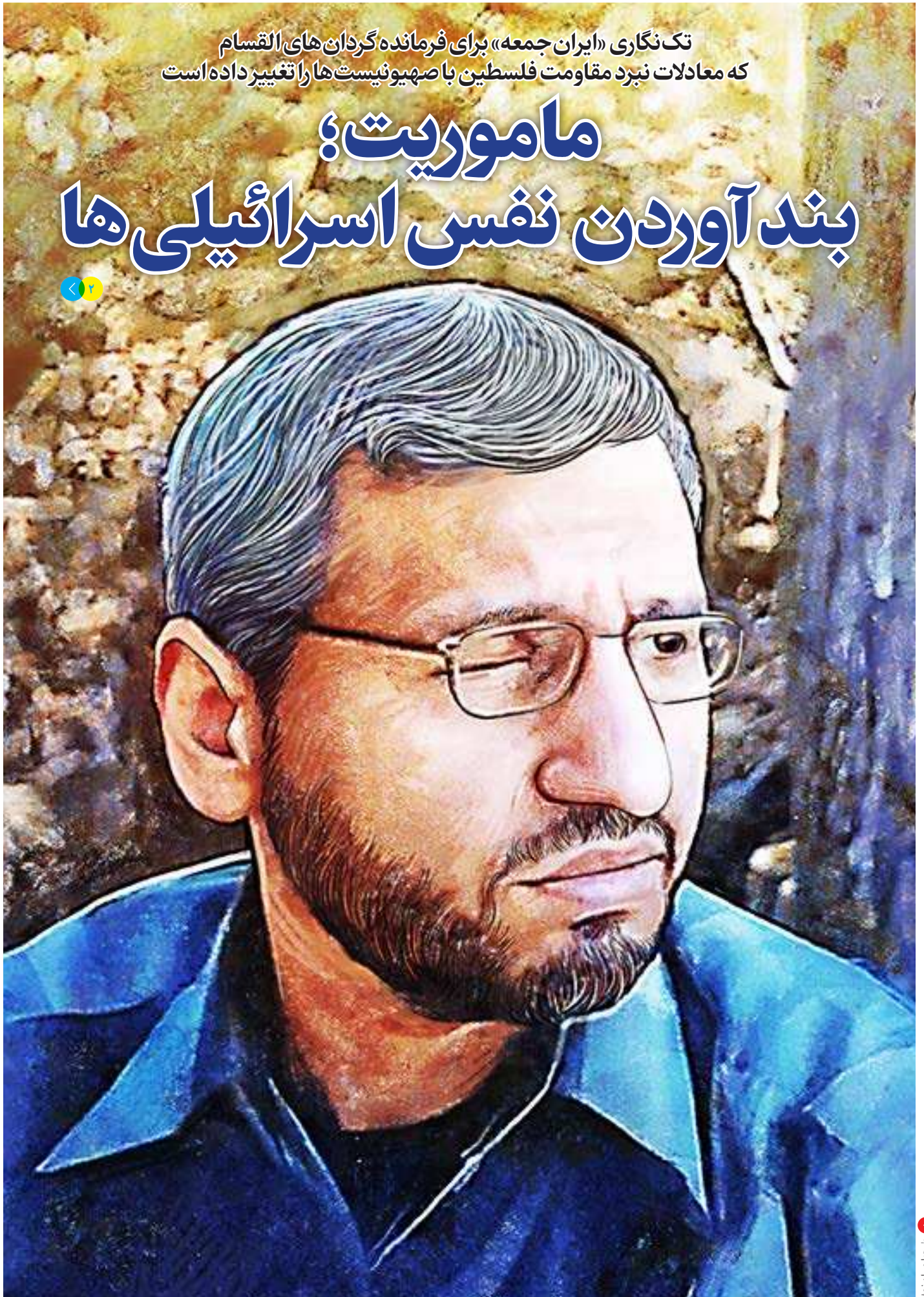


۲۰

تک‌نگاری «ایران جمعه» برای فرمانده گردان‌های القسام که معادلات نبرد مقاومت فلسطین با صهیونیست‌ها را تغییر داده است

# ماموریت؛ بند آوردن نفس اسرائیلی‌ها

۲





# گزارش

تک‌نگاری «ایران جمعه» برای فرمانده‌گردان‌های القسام که معادلات نبرد مقاومت فلسطین با صهیونیست‌ها را تغییر داده است

## ماموریت؛ بند آوردن نفس اسرائیلی‌ها

آرزو نوروز جم  
خبرنگار



پروژه حمله به غزه به دنبال عملیات طوفان الاقصی در حالی به یک گرداب برای اسرائیلی‌ها تبدیل شده که تیرانها برای پیدا کردن چهره پنهان حماس هم مثل همیشه به سنگ خورده است؛ مردی که می‌گویند مغز متفکر حمله ۱۷ اکتبر است و قرار است دودمان صهیونیست‌ها را به باد بدهد.

«اسرائیلی‌ها امشب راحت بخوابند، مهندس مرگ کشته شد»؛ جمله‌ای که صهیونیست‌ها با قطع برنامه‌های زنده خود با خوشحالی در بوق و کرنا کردند.

این لقب را «اسحاق رابین» نخست‌وزیر وقت اسرائیل به «یحیی عیاش» داده بود، چهره‌ای که کارشناسان یهودی او را به عنوان

مرد سال ۱۹۹۵ انتخاب کردند و او را معلم بسیاری از فرماندهان حال حاضر قسام می‌دانند.

آرامش تصنعی اسرائیلی‌ها بعد از ترور یحیی عیاش در سال ۱۹۹۶، چند روز بیشتر دوام نیاورد که دوست صمیمی او پا جای پای او گذاشت، مردی که سال‌هاست در سایه است و او را دست‌پرونده یحیی عیاش می‌دانند؛ فردی که سایه مرگ را برای سربازان رژیم صهیونیستی به ارمغان آورده است و نمی‌گذارد شبی بدون استرس برای ارتش صهیونیستی‌ها به صبح برسد.

دستگاه امنیتی اسرائیل او را تحت تعقیب‌ترین مردگردان القسام می‌داند؛ فرمانده‌ای ۵۸ ساله که می‌گویند طراح اصلی عملیات طوفان الاقصی در ۷ اکتبر ۲۰۲۳ است، نامش محمد دیاب ابراهیم المصری است، اما از آنجایی که برای پنهان شدن از دست صهیونیست‌ها دائماً در حال جابه‌جایی است به او لقب الضیف به معنی «همان» را دادند؛ لقبی که نشان می‌دهد پیدا کردن او برای یکی از پراوازه‌ترین دستگاه‌های امنیتی دنیا به یک کابوس تبدیل شده است.

**فرمانده نظامی اما هنرمند**

الضیف یکی از فرماندهان بلندپایه حماس است که در دانشگاه، زیست‌شناسی خوانده و در همان ایام دانشجویی، نخستین گروه تئاتر شهری را در غزه شکل داده است و حالا هنرش را به جای سکوی تئاتر، در طراحی عملیات برای آزادی غزه و قدس هزینه می‌کند. هنری که هر چند از کتاب‌های دانشگاهی آن راه دست‌نیاورده، اما در آن تبحر خاصی دارد که باعث شده لرزه به اندام ارتشی بندازد که تا قبل از حمله ۱۷ اکتبر، صهیونیست‌ها خیلی به قدرت آن می‌بالیدند؛ هر چند پیش‌تر هم این قدرت در کشور لبنان به سخره گرفته شده بود و سربازان حزب‌الله به راحتی به شکار سربازان اسرائیلی پرداخته بودند.

۲۴ ساله بود که بعد از آزادی‌اش از زندان‌های

اسرائیل به جرگه مبارزان گردان‌های عزالدین قسام پیوست، بعد از آن به دنبال شهادت صلاح مصطفی در سال ۲۰۰۲ به فرماندهی این گردان‌ها منصوب شد.

الضیف به دلیل داشتن هوش مهندسی عملیاتی و ذکاوت در طراحی و اجرای عملیات علیه رژیم اشغالگر قدس، به عنوان یکی از ۳ طراح اصلی راکت‌های قسام معرفی شد. اسرائیل همچنین او را یکی از طراحان عملیات‌های انتحاری فلسطینیان علیه اسرائیلی‌ها از سال ۱۹۹۶ می‌داند.

او که از مه ۲۰۰۰ تا آوریل ۲۰۰۱ تحت بازداشت تشکیلات خودگردان فلسطینی بود، به ندرت اظهارنظر می‌کند، در انظار عمومی ظاهر نمی‌شود و از فناوری دیجیتال مدرن مانند گوشی‌های هوشمند و رایانه شخصی هم استفاده نمی‌کند. سبک زندگی این مرد را به یکی از دست‌نیافته‌ترین مبارزان فلسطینی تبدیل کرده است.

### فرمانده سیال قسام، بلای جان اسرائیل

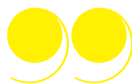
چهره‌ای مرموز که ثابت شده هیچگاه دو شب را یک جا سر به بالین نمی‌گذارد. همچنین معلوم نیست در این ۵ ماه جنگ غزه آیا در این باریکه و در میان تونل‌هایی که خودش از طراحان آن بوده، حضور داشته است یا خیر! زندگی در سایه‌ای که راه‌های نفوذ جاسوسان صهیونیستی را به صورت کامل بسته و همین هم موساد را به دردسر بزرگی انداخته است.

آن طور که خبرگزاری رویترز در گزارش





## طراحی موشک قسام، به عنوان سلاح ویژه حماس و حفر شبکه‌ای از تونل‌های زیرزمینی در غزه از جمله اقداماتی است که در دوران رهبری الضیف صورت گرفته است.



میان مردم غزه زندگی می‌کند اما کسی او را به راحتی نمی‌شناسد. مانند رفیق سال‌های گذشته‌اش که کسی نمی‌دانست حاج رضوان همنشین‌هایشان همان عماد مغنیه است، کسی نمی‌داند مردی که با کودکان بازی می‌کند و شبانه به مادران شهیداسر می‌زند همان محمد ضیف است.

شهید حاج قاسم سلیمانی در جریان ترور محمد الضیف در خصوص او گفته بود: محمد الضیف با رشادت و شجاعت مثال‌زدنی خودش یکی از شهدای زنده مقاومت اسلامی فلسطین در مسیر نابودی دشمن صهیونیستی به شمار می‌آید.

### اسرائیل می‌داند او یک تاز است

یکی از افسران شاپاک و مسئول تعقیب او هم درباره شخصیت محمد الضیف گفته: او بسیار متواضع بود و به خاطر شناخت خوبش از خودش، توانمندی شخصی بالایی دارد که همه اینها باعث شده او پنهان باشد و [مأموریت] شاپاک در رسیدن به او دشوار شده است.

ترس از سلامت محمد الضیف و حضورش برای فرماندهی عملیات‌های نظامی حماس علیه رژیم صهیونیستی تا جایی به جان اسرائیلی‌ها رخنه کرده که پایگاه خبری عبری زبان کبیه‌ا در تازه‌ترین گزارش خود اعلام کرد: نام محمد الضیف فرمانده کل گردان‌های قسام شاخه نظامی حماس جزو بیشترین کلمات جست و جو شده توسط کاربران اسرائیلی است.

در پایان باید گفت که محمد الضیف از نسل فرماندهانی است که توانسته اسرائیل را با چالشی جدی رو به رو سازد و در دیدگان مقامات این رژیم به عنوان یکی از دشمنان تراز اول شناسایی شود. نوع عملکرد فرماندهان مقاومت و ثبت پیشینه تاریخی از فعالیت‌های آنها این واقعبیت را نمایان می‌سازد که مقاومت متکی به فرد نبوده و در صورت به شهادت رسیدن هر یک از فرماندهان، فرماندهی دیگر دیده‌بان جبهه نبرد خواهد شد.

الضیف‌ها را باید استمرار یک جریان در قلب مقاومت دانست که هرروز با حضور خود بر سربازان جبهه مقاومت می‌افزایند.

کامل او را بر خلاف تصورات اسرائیلی تأیید کرد و نوشت: اطلاعات حساس تازه‌ای از سلامت او در دست است که نشان می‌دهد «ابو خالد» ملقب به محمد ضیف از سلامتی کامل برخلاف آنچه تصور شده، برخوردار است. در این گزارش آمده، «ضیف» در یکی از ویدیوها با پاهای خود در حال راه رفتن است و ویدیوی دیگری او را روی صندلی در حالی نشان می‌دهد که نشسته است. او با قدرت خود می‌تواند حرکت کند و نیازی به ویلچر ندارد و سلامت او بهتر از تصورات قبلی اسرائیل است.

تایمز اسرائیل هم در گزارشی نوشت: با وجود شواهد مبنی بر جراحات شدید الضیف از چشم، هر دو پا و یک دست و استفاده او از صندلی چرخدار، اما اخیراً ارتش اسرائیل به اطلاعاتی دست یافت که شدت جراحات این رهبر شاخه نظامی حماس را زیر سؤال می‌برد، بنا بر شواهدی که از ویدیوهای ارتش اسرائیل به دست آمده است، محمد ضیف می‌تواند بدون کمک دیگران، اما کمی لنگان راه برود.

### تحت تعقیب میلیون دلاری

مرد مخفی حماس، آنقدرها در سایه زندگی کرده که اسرائیلی‌ها حاضرند برای یافتن تصویر جدید و به روز از او میلیون‌ها دلار هزینه کنند تا کسی آمد و شد این فرمانده پرسابقه حماس را ثبت و ضبط کند.

پیش از این فقط سه تصویر از او وجود داشت، یکی در ۲۰ سالگی، دیگری با نقاب و تصویری از سایه او که هنگام پخش نوار صوتی استفاده می‌شد، حالا تصویری جدید از او منتشر شده که نشان می‌دهد زنده و سلامت است. ارتش اسرائیل در شبکه اکس تصویری از محمد ضیف، فرمانده شاخه نظامی حماس و مغز متفکر عملیات طوفان الاقصی را منتشر کرده و نوشته است: محمد ضیف با دلار در دست! تصویری که البته در راستی و درستی‌اش اما و اگر زیادی وجود دارد و قابلیت این را دارد که با تکنیک‌های عکاسی دستکاری شده باشد.

فرمانده ارشد القسام که پس از ناکام گذاشتن عملیات‌های متعدد اسرائیل برای کشتنش، با چهره‌های مخفی تردد می‌کند، سال‌هاست

اسرائیلی‌ها در کنار القاب مختلفی که به او داده‌اند، او را «مردی با ۹ جان» نیز بنامند! طی عملیات ترور علیه محمد الضیف، او یک چشم و یک پای خود را از دست داد. تابستان ۲۰۱۴، برای پنجمین بار اسرائیل تلاش کرد مرد در سایه گردان قسام را از سر راهش بردارد؛ عملیاتی که هر چند ناکام ماند اما باعث شد «وداد» همسر او (در ۲۷ سالگی) و پسر ۷ ماهه‌اش «علی» و دخترش «ساره» در یک حمله هوایی که یک خانه را در محله شیخ رضوان تخریب کرد، به شهادت برسند. چهره محبوب فلسطینی‌ها، آنقدر مرموز و محتاط عمل می‌کند که اگر کسی او را در خیابان ببیند، ممکن است نتواند او را به درستی بشناسد. در جبهه انتفاضه دوم که مرد گریزپای حماس در بند ارتش رژیم صهیونیستی بود، مردم یک صدا می‌خواندند: «با جان و خون خود تو را آزاد خواهیم کرد، ضی...»

### چهره پراز دنیای مبارزه

همچنین حمایت‌هایی که برای آقای فرمانده گره‌گشا شد و توانست او را از زندان اسرائیل فراری دهد و از آن روز رژیم صهیونیستی در به در به دنبال پیدا کردن محمد الضیف از این طرف به آن طرف می‌رود. لویت، ژنرال بازنشسته اسرائیلی معتقد است سیاست الضیف در پنهان ماندن از چشم اسرائیل اجتناب از ابزارهای مدرن است. او می‌گوید: اگر از تلفن و کامپیوتر استفاده نکنید، سرویس‌های جاسوسی مدرن به سختی می‌توانند مکان شما را پیدا کنند.

آن روز که یورش اسرائیلی‌ها پس از عملیات غافلگیرکننده طوفان الاقصی شروع شد، کابینه نتانیاهو آینده جنگ را اینگونه ترسیم کرد: پیروزی بر حماس با چاشنی آزادی گروگان‌های در دست حماس و البته از میان برداشتن فرماندهان تراز اول حماس یا تبعید آنها از خاک فلسطین.

در صدر این لیست بلندبالای اسرائیل نام چند نفر به چشم می‌خورد که یکی از آنها محمد الضیف بود؛ فرمانده‌ای که اسرائیل در سلامت جسمی‌اش شک و شبهه دارد. اما تردیدی که وب‌سایت اسرائیلی «والا»، سلامت

خود از شخصیت الضیف نوشته، او پس از حمله صهیونیست‌ها به مسجد الاقصی در ماه مه ۲۰۲۱، برنامه ریزی عملیات طوفان الاقصی را آغاز کرده است، بدون آنکه از خودش ردپایی بجا گذاشته باشد.

طراحی موشک قسام، به عنوان سلاح ویژه حماس و حفر شبکه‌ای از تونل‌های زیرزمینی در غزه از جمله اقداماتی است که در دوران رهبری الضیف صورت گرفته است.

آن طور که اسرائیلی‌ها مدعی شده‌اند، فرمانده ارشد گردان القسام برای مخفی شدن و فرار از حملات ارتش اسرائیل بیشتر وقت خود را در این تونل‌ها می‌گذراند و عملیات نظامی حماس را هم از همان جا رهبری می‌کند.

پیش از آغاز عملیات ۷ اکتبر، ویدیویی با صدای محمد الضیف در فضای مجازی منتشر شد که آغاز عملیات طوفان الاقصی را اعلام کرد. خیلی‌ها معتقدند الضیف مقدمات پشتیبانی و لجستیکی عملیات ۷ اکتبر را برعهده داشته است.

### دوئل حماس و اسرائیل با دو مغز متفکر قسام

برخی منابع مدعی شدند در جریان شکل‌گیری عملیات طوفان الاقصی، دو مغز وجود دارد اما یکی از آنها مغز متفکر است و تصمیم برای آماده‌سازی حمله که به طور مشترک از سوی محمد ضیف و یحیی سنوار، رئیس دفتر سیاسی جنبش مقاومت اسلامی حماس در نوار غزه، گرفته شده؛ اما مشخص است که معمار این حمله چه کسی بوده است.

میان دشمنان رژیم صهیونیستی، محمد الضیف در ردیف اول است که تا به حال قریب به ۷ بار از عملیات ترور این رژیم جان سالم به در برده و همین قدرت پنهان شدن و فرار کردنش باعث شده تا



ارتش اسرائیل در شبکه اکس تصویری از محمد ضیف، فرمانده شاخه نظامی حماس و مغز متفکر عملیات طوفان الاقصی را منتشر کرده و نوشته است: محمد ضیف با دلار در دست! تصویری که البته در راستی و درستی‌اش اما و اگر زیادی وجود دارد و قابلیت این را دارد که با تکنیک‌های عکاسی دستکاری شده باشد





# گفت و گو



گفت و گو با نویسنده‌ای که کتاب تاریخی‌اش درباره بهائیت برنده جایزه ادبی جلال آل احمد سال ۱۴۰۱ شد

## بهائیت زاییده یهود است!



از دهه ۷۰ شمسی یک تعداد بهائینی که با وقوع انقلاب از ایران رفته بودند دوباره به ایران برمی‌گردند. برگشت اینها لزوماً به این معنا نیست که بیایند مستقر شوند بلکه برای بیزینس و تجارت و راه اندازی شرکت وان جی اوو کسب و کارهای نوین و امثالهم به ایران بر می‌گردند

محمدصادق علیزاده  
سردبیر



را بر خود وظیفه و تکلیف می‌دانم. کتاب تمام شد اما پرونده بهائیت تازه برایم باز شده بخصوص که موازی با خواندن این کتاب، به تماشای فصل دوم سریال «سرزمین مادری» هم نشسته بودم و بخش‌هایی از آن اشارات مستقیمی به این مسأله داشت. همین هم باعث شد که بعد از خواندن

یهودیت را دارد. دو، دیگر آنکه در جایگاه یک روزنامه‌نگار حوزه کتاب مدت‌ها بود کتاب «سازمان سیاسی بهائیت» را در نوبت خواندن گذاشته بودم. نه به سبب اینکه محقق یا علاقه‌مند بهائیت هستم. نه! صرفاً به سبب اینکه در مقام یک روزنامه‌نگار حوزه کتاب، خواندن برنده جایزه جلال

همین اول کار و در جایگاه مصاحبه‌کننده و تنظیم‌کننده این مصاحبه این را بگویم که مقصودم از واژه یهود که در تیتراژ آمده، اصلاً و به هیچ وجه یهود در جایگاه یکی از ادیان ابراهیمی و الهی نیست. مقصود پروژه یهود سیاسی است که امروز در قالب تفکر صهیونیسم مدعی دفاع از

که سراغش رفتید؟ احتمالاً به دلیل تاریخ برای تاریخ که نبوده!

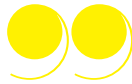
خوشحالم و تشکر می‌کنم از اینکه یک اهل نظر و صاحب فن، کار را پسندیده است. به هر حال شما خودتان هم نویسنده هستید. وقتی کار در حوزه تخصصی پذیرفته می‌شود، لذت آن مضاعف است. در پاسخ به سؤالتان باید عرض کنم که تاریخ برای تاریخ برای من خیلی معنا ندارد؛ تاریخ یک ابزار است برای فهمیدن. به عنوان کسی که علوم سیاسی

کتاب، گفت و گو با نویسنده و مؤلف را هم داخل فهرست کارها بگذاریم. دکتر حمیدرضا اسماعیلی دانش‌آموخته رشته علوم سیاسی و استاد دانشگاه آزاد اسلامی است که او را در یکی از روزهای سرد زمستانی در مؤسسه مطالعات و پژوهش‌های سیاسی ملاقات کردیم. آنچه در ادامه می‌آید مشروح گفت‌وگو با نویسنده و مؤلف کتاب «سازمان سیاسی بهائیت» است.

از اینجا شروع کنیم که اصولاً پرداختن به موضوع بهائیت چه ضرورتی داشت



## گفته می شد تعداد بهائی های ارتش در دوران قبل از انقلاب نهایتاً ۳۰ نفر بود اما بیش از ۱۲۰۰ نام استخراج شده. از درجه ارتشبد که بالاترین مقام است شروع می شود تا فرض کنید گروهان ها. سرباز ها که اصلاً در این آمار نبودند



کار می کنم، تأکید دارم کسی که علوم سیاسی می خواند اگر فلسفه و تاریخ نداند حتی نگاهش نسبت به علم سیاست هم درست نیست.

از زمانی که کار را شروع کردم ۱۰ سال می گذرد. اول اینکه برای من بهائیت مهم نبود. مسأله و پروژه اصلی ذهنی خودم در علم سیاست در ایران مسأله «دین و سیاست» است. من برخلاف آنچه که ادعا می شود در عصر سکولاریسم و... دین و سیاست جدای از هم بررسی شوند، معتقد به این گزاره نیستم. همین الان یک نماد بسیار روشن اش اسرائیل، انگلیس و امریکا است. هیچ وقت دین از معادلات سیاست در این کشورها حذف نشده است. نوع روابط و ارتباطات تغییر کرده اما اصلاً نمی توانیم دین را از معادلات سیاسی حذف کنیم. دین همچنان وجود دارد. عنصر بشر یک عنصر دینی است، جامعه هم همین طور است.

روی همین حساب یک بخشی از جنبش های اجتماعی ما هم جنبش های فرقه ای هستند. من معتقدم فرقه های مختلف را باید از مطالعات کلاسیک خودش بیرون آورد و براساس نگاه جدید با آن کار کنیم. خودم هم می خواستم روی فرقه ها

نیمی از این جمعیت با انقلاب از ایران می روند. کجا؟ کانادا، امریکای شمالی، اروپا، استرالیا و بعضی از کشورهای دیگر.

این جمعیت (بهائیان خارج از ایران) بنا به دستور سازمانی از دهه ۷۰، ۸۰ مکلف می شود کمک حال کسانی باشد که در ایران زندگی می کنند. یعنی بهائیان ایرانی خارج از کشور طبق دستور مرکز جهانی بهائیت باید در تحقق برنامه های سازمانی بهائیان در ایران کمک کنند. به هر حال مهاجرت و رفت و آمد اینها که عموماً هم مشکل خاص سیاسی ندارند، آزاد است. در همین راستاست که بسیاری از شرکت های مختلفی جهان راه اندازی کردند، وارد ایران می شوند و در ایران شعبه دارند و کار می کنند.

در همین راستاست که از دهه ۷۰ شمسی یک تعداد از اینها دوباره به ایران برمی گردند. البته برگشت اینها لزوماً به این معنا نیست که بیایند مستقر شوند بلکه برای بیزینس و تجارت و راه اندازی شرکت و ان جی او و کسب و کارهای نوین و امثالهم به ایران برمی گردند. عموماً هم در حوزه اقتصاد وارد می شوند تا ابلاغیه ها و دستورهای

### قصه این طوری ترسناک است.

نوع پژوهش های گذشته با موضوع بهائیت به جایی رسیده که جامعه ما را که اتفاقاً یک جامعه هدف هم هست دچار یک نوع حالت بی تفاوتی نسبت به اینها کرده است. جامعه سرشده انگار که مثلاً بهائیت چیزی نیست. چند خطای شناختی هم در همین بستر وجود دارد. یکی اینکه با وقوع انقلاب بهائیت نابود شد. بله! سازمان بهائیت ضربه خورد اما با توضیحی که دادم مشخص شده که آمده و خودش را ترمیم کرده است. چرا این باور اشتباه در یک باور اشتباه دیگر دارد که بهائیت یک پدیده ایرانی، محلی و معطوف به ایران است در حالی که بهائیت یک پدیده معطوف به ایران نیست بلکه یک پدیده جهانی است و در ۱۸۰ کشور شعبه دارد.

یک خطای شناختی دیگر این است که بهائیت را مستقل از یهود مورد مطالعه و بررسی قرار می دهند در حالی که این موضوع اصلاً مستقل از یهود نیست. بهائیت زاینده یهود است. نکته دیگر این است که اصرار دارند بگویند فرقه است در حالی که خیلی روشن است. هم رهبران قدیم، هم جدید به بهائیت سازمان

کار می کنم، تأکید دارم کسی که علوم سیاسی می خواند اگر فلسفه و تاریخ نداند حتی نگاهش نسبت به علم سیاست هم درست نیست.

از زمانی که کار را شروع کردم ۱۰ سال می گذرد. اول اینکه برای من بهائیت مهم نبود. مسأله و پروژه اصلی ذهنی خودم در علم سیاست در ایران مسأله «دین و سیاست» است. من برخلاف آنچه که ادعا می شود در عصر سکولاریسم و... دین و سیاست جدای از هم بررسی شوند، معتقد به این گزاره نیستم. همین الان یک نماد بسیار روشن اش اسرائیل، انگلیس و امریکا است. هیچ وقت دین از معادلات سیاست در این کشورها حذف نشده است. نوع روابط و ارتباطات تغییر کرده اما اصلاً نمی توانیم دین را از معادلات سیاسی حذف کنیم. دین همچنان وجود دارد. عنصر بشر یک عنصر دینی است، جامعه هم همین طور است.

روی همین حساب یک بخشی از جنبش های اجتماعی ما هم جنبش های فرقه ای هستند. من معتقدم فرقه های مختلف را باید از مطالعات کلاسیک خودش بیرون آورد و براساس نگاه جدید با آن کار کنیم. خودم هم می خواستم روی فرقه ها

کار می کنم. دلیلش هم شاید این بود که یکی از فعال ترین فرقه هایی که معروف بوده و در تاریخ معاصر نقش ایفا کرده است، بهائیت بود. تقریباً از سال ۹۲ من این کار را شروع کردم و الان نزدیک به ۱۰ سال می گذرد. نگاهم هم اول در مورد بابیت و بهائیت این نبوده و به مرور زمان تغییر کرده. ما باید وارد یک فاز جدیدی از حوزه مطالعات بهائیت بشویم. مطالعات امروز به خواننده ما در جامعه این طور القا می کند که مثلاً بهائیت یک پدیده تاریخی مربوط به زمان قاجار و پهلوی است و دیگر تمام شده در حالی که این طوری نیست.

### یعنی الان هم حضور دارند؟

ببینید انقلاب که می شود سازمان یعنی ساختار اداری و نظم اداری بهائیت در ایران ضربه می خورد و عصر طلایی پهلوی برای بهائیت به پایان می رسد. در ادامه هم منافع و منابع قدرت اقتصادی و سیاسی شان به میزان بسیار زیادی از دست می رود و به قول خودشان بحرانی که از ابتدا برایشان بی سابقه بود، رخ می دهد. بعدش اینها چه می شوند؟ جمعیتی که فرض بگیریم ۱۰۰ هزار نفر بود - ممکن است یک مقدار بالا و پایین باشد ولی عمده همین است - حدود

برخلاف آنچه که ادعا می شود در عصر سکولاریسم و... دین و سیاست جدای از هم بررسی شوند، معتقد به این گزاره نیستم. همین الان یک نماد بسیار روشن اش اسرائیل، انگلیس و امریکا است. هیچ وقت دین از معادلات سیاست در این کشورها حذف نشده است. نوع روابط و ارتباطات تغییر کرده اما اصلاً نمی توانیم دین را از معادلات سیاسی حذف کنیم



تشکیلات بهائیت در اسرائیل ذیل وزارت دین اسرائیل فعالیت می کند. نکته دیگری که وجود دارد پیوستن تعداد زیادی یهودی به بهائیت در ابتدای قرن گذشته است. به نقل از خود یهودی ها ما می خوانیم که چند هزار یهودی در آن برهه بهائی شدند

### ویتترین سیاسی این کنفرانس که بوده؟ انگلیسی یا امریکا؟

جفت شان. ما در سطح تحلیل چنین مباحثی نباید دولت محور بحث کنیم. همان طور که در ایالات متحده کسانی که قدرت اصلی را به دست آوردند کسانی بودند که یک ریشه بریتانیایی داشتند اما در این موضوع از بریتانیایی مهم تر، یهود بودن است. این همایش را هم شبکه جهانی یهود و یهود بین الملل برگزار می کند و آن را می چرخاند.





این پروژه را طراحی و برنامه ریزی می کند.

### خب از دید شما فاعل کیست؟

ببینید امروز ما پذیرفته ایم که سازمان های جهانی حاکمیت کشورها را زیر سؤال می برند. اینها در قالب همین سازمان ها و تشکل ها اسناد بالادستی تنظیم می کنند که حکومتها ملزم به پیروی از آن باشند. این اسناد و تصمیمها در خود آن سرزمین و قلمرو تصویب نشده اند. ما خیلی ساده فکری کنیم که مثلاً یک کمیسیونی تشکیل شده و یک سند بالادستی را نوشته. الان شما ببینید در دایرةالمعارف های امروز آنلاین جهان در مورد نئولیبرالیسم چه چیزهایی گفته اند.

می گویند نئولیبرالیسم کوچک شدن اقتدار دولت و افزایش بازبگراں خارجی جوامع است. خب ما با یک پدیده ای مواجهیم که چند وجهی است. یک وجهش می گوید حکمرانی خوب است و یک بخشی هم می گوید حکمرانی جدید است، حکمرانی نوین است. این حکمرانی جهانی و نوین یک بخشی اش یعنی تضعیف حاکمیت که با معنا و ایدئولوژی نئولیبرالیسم هم سازگاری دارد، بعد خود این پدیده می گوید که جریان سرمایه داری دنیا است. این جریان سرمایه داری دنیا چه مشخصاتی دارد؟ اینها کیستند؟

### ویژگی مشترک شان چند ملیتی بودن آنهاست

اسم خاندان روتشیلد را زیاد شنیده اید. تا حالا دیده اید که وقتی سرمایه داران دنیا را لیست می کنند و معمولاً اسم بیل گیتس و امثالهم هم در این لیست

ادیان باید جریان بهائی تقویت می شد و بهترین راه برای این کار این است که این تعداد یهودی به آنها بپیوندند. اگر آن جمعیت یهودی، بهائی نمی شدند اساساً جمعیتی در بهائیت نمی ماند. وقتی قرار شد در آن پارلمان جهانی ادیان بهائیت تقویت شود، یکی از راهکارهایش این بود که یک عده ای از یهودیان به این قضیه بپیوندند.

### الان کار ویژه بهائیت چیست؟ نگاهتان نسبت به تحولات امروز جهان چیست.

سؤالتان خیلی کلی است. چون مسأله کلی است! چیزی که در ادامه می خواهم بگویم هم سیاسی است، هم فراسیاسی، هم اقتصادی، هم فرهنگی و هم اجتماعی. مسأله امروز بشر مسأله گلوبالیست ها هستند. دقت کنید که منظورم جهانی شدن نیست!

### گلوبالیسمی که جهانی شدن نیست یعنی چه؟

وقتی راجع به جهانی شدن صحبت می کنیم، ذهن مان سراغ یک فرایند و پروسه می رود. در ادامه این فرایند، فاعل را فراموش می کنیم.

### یعنی دارید از نوعی از جهانی شدن صحبت می کنید که پروژه یک جریان یا طبقه است و نه یک فرایند طبیعی خود جوش برخاسته از بطن جوامع؟

هم این و هم نوعی از جهانی شدن که دارد با محوریت خود فاعل انجام می گیرد. یک موقع ما می گوئیم پروژه است بعد انگیزه ای هم برای نشان دادن فاعل نداریم. قاعدتاً وقتی می گوئیم پروژه است باید در ادامه این راهم بگوئیم چه کسی

نکته های خیلی نابی به دست می آید. یکی اش این است که فضای تبلیغی سنگینی که مدعی است تعداد زیادی از زرتشتی ها بهایی شدند چنان درست نیست. به جز چند استثنا، جمعیت زرتشتی ها اقبالی به این جریان نشان ندادند. در کل جمعیت زیادی از زرتشتی های ایران به بهائیت نگروریده اند. همین موضوع در مورد مسیحیان هم صادق است. اهل سنت ایران هم که اصلاً به این نپیوستند. عموم بهایی ها در آن زمان همان بابی های اولیه بودند به علاوه همین یهودیانی که بهایی شدن. حالا سؤال پیش می آید چرا یهودی ها می آیند و بهایی می شوند.

در برابر این واقعیت یک ادعایی مطرح شده که که چون یهودیان تحت فشار بودند، بهایی شدند. به نظر من این ادعا نادرست است. یهودیان اگر تحت فشار بودند چرا مسلمان نشدند؟! اگر مسلمان می شدند که وضع خیلی بهتری داشتند. در ثانی اینها اگر یهود می ماندند، یکی از ادیان ابراهیمی بودند که پیامبران هم حضرت موسی است و علمای شیعه هم این موضوع را قبول دارند چرا بهایی شدند که یک جریان انحرافی است و همان موقع هم علما و هم حکومت با این فرقه مشکل داشتند و آن را به رسمیت نمی شناختند؟! اصالت یهود از جانب علما و مردم و حکومت زیر سؤال نبود ولی اصالت بهائیت همان موقع هم زیر سؤال بود. پس این ادعا که این جماعت از یهودیان برای کاهش فشار اجتماعی بهایی شدند، درست نیست. پس دلیل بهایی شدن این جماعت چیست؟ پاسخ این است که در پی تصمیم های گرفته شده در آن همایش بین المللی

سفارت ایالات متحده در ایران تأسیس شود، پیشنهاد سفیری را به او دادند که برو آنجا. پاسخ داد که نمی خواهم همین جایی که هستم مهم تر است. ۵۳ سال در منطقه شامات بود. مدرسه بیروت که امروز دانشگاه امریکایی بیروت نامیده می شود را همین آقا تأسیس کرده است. این آقا حدود دویار حداقل پیش از این ماجرا با عبدالبها دیدار دارد. در همین همایش شیکاگو هم نامه ای از هنری حساب به نفع بهائی ها قرائت می شود.

### یک مقدار راجع به داد و ستدی که اینها با یهودی های متأخر و مشخصاً بنیانگذاران اسرائیل داشتند بپرایمان بگوئید. داخل کتاب خیلی به این مسأله نپرداخته اید.

مسأله من در کتاب رابطه یهود یا صهیونیسم با بهائیت نیست. به خاطر همین هم خیلی در آن حوزه سعی نکردم اطلاعات نویی را ارائه دهم. اما در همین کلیات هم نکته های مهمی وجود دارد. تشکیلات بهائیت در اسرائیل ذیل وزارت دین اسرائیل فعالیت می کند. این خیلی مسأله مهمی است. نکته دیگری که وجود دارد پیوستن تعداد زیادی یهودی به بهائیت در ابتدای قرن گذشته است. مثلاً گفته می شد که تعداد بهائیان در ایران آن زمان حدود ۴ هزار نفر است. از آن طرف به نقل از خود یهودی ها ما می خوانیم که چند هزار یهودی در آن برهه بهائی شدند.

این نکته مهم است. یعنی کل بهائی ها در این مقطع ۴ هزار نفرند، بعد یک چهره یهودی هم می گوید در این مقطع چند هزار یهودی، بهایی شدند. همین جا

در همین همایش شیکاگو و پارلمان جهانی ادیان چهار جریان اصلی وجود دارند: یکی انجمن یهودیان شیکاگو به نمایندگی از انجمن یهودیان، دو فراماسونرها بویژه فراماسون های سوئد نبرگی، سوم هیأت های میسیونری پروتستان و چهارم هم تئوسوفی ها که آنها هم یک نحله ای از فراماسون است. این چهار جریان بیشترین نقش را در این همایش داشتند. جالب است که همین ها هم مؤسسان بهائیت هستند. عین این می ماند که شما مواد خام اولیه را بیاورید و وارد یک کارخانه تولیدی کنید و تولید را در آن کارخانه صورت دهید. شما که نمی روید از مواد خام اولیه شروع کنید. در این مرحله است که یک برند تولید می شود. بهائیت برندی است که در شیکاگو تولید شد. اولین سازمان بهائیت هم در شیکاگو تأسیس شد. جالب است که آن زمان در زبان عربی به لژ می گفتند محفل. این محفل سازی هایی که برای تشکیلات بهائیت در نظر گرفته شد، همان لژهایی بود که در فراماسون ها وجود داشت. فراماسون هایی که آمدند و بهائیت را ایجاد کردند، مدل ذهنی شان همان تجربه هایی بود که در لژهای فراماسونری داشتند. آن ساختارهای سازمانی را اینجا هم آوردند. عمده شان هم یهودی هستند.

### حلقه واسط بین این حلقه نخبگانی یهود و بهائیت چه کسی بوده است؟

آفرین سؤال بسیار خوبی بود. یک کشیش مسیحی پروتستان به نام هنری حساب که ۵۳ سال در منطقه شامات (سوریه و لبنان) زندگی کرد، زمانی که قرار بود اولین

با شروع جنگ جهانی اول، عبدالبهاء رهبر بهایی ها با انگلیسی هایی که برای اشغال فلسطین راهی این منطقه شده بودند همکاری و برای ارتش انگلیسی آذوقه تأمین کرد. پس از پایان جنگ و به پیشنهاد مقامات انگلیسی، نشان و لقب عالی امپراطوری به عبدالبهاء اهدا شد



بهائی هادر دهه ۹۰ تغییر فاز دادند. برخلاف دهه ۸۰ که طبق دستورهای سازمانی باید هر اتفاقی که می افتاد را علاوه بر گزارش کردن، رسانه ای هم می کردند و پاسخ می دادند هم اکنون دیگر این طور نیست





هستند اسم روتشیلد هم باشد؟ اینها خدایان کوه آلپ هستند. خیلی بالاتر از این حرف ها هستند که بیابند با بیل گیتس و امثالهم مقایسه شود. سرمایه و جریان های سرمایه در دنیای کارگزاران این جریان هستند.

جریان اصلی که امروز در دنیا وجود دارد جریان گلوبالیست هاست امروز شما اگر بخواهید در مورد تحولات آینده جهان و فهمیدن ماهیت اتفاقاتی که امروز در جهان می افتد، دقیق تر صحبت کنید، نمی توانید بدون در نظر گرفتن جریان گلوبالیست صحبت کنید. در این نگاه سطح تحلیل نمی تواند دولت باشد. شما نمی توانید براساس سازمان CIA و براساس MI6 صحبت کنید مسأله فراتر از اینها و سازمان های اطلاعاتی است. سازمان های اطلاعاتی هم بخشی از این جریان گلوبالیستی هستند.

### با این تفسیر، بهائیت کجای این پروژه است؟

سازمان جهانی بهائیت بخشی از این جریان گلوبالیست هاست که در ۱۸۰ کشور شعبه دارد.

### کما اینکه یک بخشی از آن هم اسرائیل یا سعودی است.

دقیقاً. اینها جدای از هم نیستند. محمدبن زاید امارات یکی است خاندان علی اف یکی از این خانواده است و قس علی هذا! ۱۳۹۲ تا ۱۴۰۰ ریل گذاری در راستای پیوستن ایران به آن اهداف گلوبالیستی بود. بهائیت هم یک بخش مهم از کارگزاران این پروژه است.

### با این نگاه دیگر بهائیت یک عقیده یا ایمان نیست. یک رویکرد سیاسی است.

بله. در همین قرن بیست و یکم هم این دعواها در خود مدیران و رهبران این سازمان شکل گرفت. دعوا شد و پیترو خان که یک چهره انگلیسی است و از این طریق بالا آمده و به بیت العدل رفت و چهره امنیتی هم است.

### در این نگاه این شبکه توده ای بهایی ها که هم اکنون در ایران مانده چه کارکردی برای این تشکیلات دارد؟

اینقدر هم که خودشان مدعی هستند سیستم به اینها حساس

نیست. خودشان می خواهند نشان دهند که سیستم حساس است در حالی که این نیست. مثلاً شما دقت کنید خودشان اسامی بهایی ها را بیرون می دهند. چرا اینها اسامی اسلامی که اسامی بهاییان را بیرون نمی دهد. خودشان به عنوان اینکه مدعیان حقوق بشر دارند و اینها حق شان ضایع شده و امثالهم این کار را می کنند. می دانید برای چه؟

برای اینکه شما را مشغول آن اسم ها کنند؛ فلانی را گرفتند خانم فلان را گرفتند آقای فلانی بازداشت شد. تمام اینهایی که در موردشان خبر تولید شده چقدر و چند نفرند؟! جمع شان را نگاه کنید فرض کنید طرف هر حرکتی که انجام می دهد برای او یک خبر مدام در نهادها و سایت های حقوق بشری و رسانه های متصل به آن تولید می شود. اصلاً این همه اسم که در این سال ها دیدیم کلاً چقدر است؟ خیلی نیست. این برای این است که شما فکر کنید بهائیت یعنی این در صورتی که این نیست. بهائیت یک عقیده نیست.

به کتاب برگردیم. متهم نشدید به اینکه درباره بهائیت روایت باب دل سیستم تولید کردید؟ جلوی خودم کسی به من چیزی نگفته ولی ممکن است گفته باشند هرچند من هم از این برجسبها نگرانی ندارم. هرکاری کنید به هر که اصلاً در این آمار نبودند.

طبق برآورد شما هم اکنون چند نفر بهایی در ایران داریم؟

خودشان که خارج از کشور این طرف و آن طرف می روند و آمار دویست و اندی هزار نفری می دهند که به نظرم یک اغراق است. عرض کردم که اول انقلاب حدود ۵۰ هزار بهایی از ایران رفتند و ۵۰ هزار نفرشان باقی ماند. به هر حال رشد جمعیت شان را هم در نظر بگیریم من فکرمی کنم می تواند جمعیت بین ۵۰ هزار تا ۱۰۰ هزار معقول باشد.

### سوال آخر هم اینکه باز خوردی هم در این مدت داشته اید؟

ببینید بهایی ها در دهه ۹۰ تغییر فاز دادند. برخلاف دهه ۸۰ که طبق دستورهای سازمانی باید هر اتفاقی که می افتاد را علاوه بر گزارش کردن، رسانه ای هم می کردند و پاسخ می دادند هم اکنون دیگر این طور نیست. امروز شیوه فعالیت هاییشان متفاوت شده است. قرار نیست پاسخ دهند. دوم اینکه اساساً حوزه تبلیغی شان متفاوت شده است. هم اکنون در حوزه های شبکه سازی و بحث های دیگر هستند. لذا حتی المقدور در این سال ها واکنشی نشان ندادند این از آن طرف ولی از این طرف و از سوی جریان های مختلفی که در حوزه بهائیت پژوهی فعال بودند خدا را شکر بازخوردها خوب بود. همه دوستانی که در این حوزه کار کرده بودند محبت داشتند و قوت قلبی بودند.



مرکز سازمان جهانی بهائیان که به بیت العدل اعظم معروف است و در حیفا واقع در سرزمین های اشغالی قرار دارد



# تاریخ



روایت مرحوم «محمود مرتضایی فر»  
نماز جمعه ۲۴ اسفند ۱۳۶۳:

## پیام به امام از دل نماز جمعه خونین

محمد مهدی اسلامی  
نویسنده و پژوهشگر



شاید بتوان مرحوم «محمود مرتضایی فر» را نماد نماز جمعه تهران قلمداد کرد. حتی بسیاری او را تنها یا سمتی که مرحوم حاج احمد آقا به او داد می شناختند، «وزیر شعار». با اینکه اسناد ساواک نشان می دهد او یکی از فعالان پیش از پیروزی انقلاب اسلامی بود، اما بیشتر مردم نخستین چهره‌ای که از او به یاد دارند مردی میانسال است که مجری برنامه ورود حضرت امام به ایران بود. همان که نخستین بار برای تأیید سخن امام تکبیر گفت و این سنت را رایج کرد. اما از جمله ماندگارترین تصاویر او، مربوط به روز ۲۴ اسفند ۱۳۶۳ است؛ روزی که انفجار یک بمب توسط سازمان منافقین در زمین چمن دانشگاه تهران، ۱۴ نمازگزار را به شهادت رساند و ۸۸ تن دیگر از آنان مجروح شدند. این گفت و گور ۱۴ سال قبل در فضایی صمیمی در ستاد نماز جمعه تهران با اوانجام دادم و اینک که جای او خالی است، خاطراتش از این حادثه خواندنی تر است.



حادثه  
بمب‌گذاری  
در نماز جمعه  
اسفند ماه  
سال ۶۳ یکی از  
فتنه‌های آمریکا  
بود تا مردم ما  
را به وحشت  
بیندازد تا دست  
از حمایت خود از  
امام خمینی (ره)  
و انقلاب اسلامی  
ایران بردارند



نماز گزاران با صلابت هر چه  
بیشتر و بدون هیچ وحشتی با  
مشست‌های گره کرده شعار «الله  
اکبر» را سر می دادند.

واکنش شما چه بود؟

از ایشان خواهش کردم اندکی به  
کنار جایگاه بیایند تا من مردم  
را به آرامش دعوت کنم. البته  
هدف دیگری هم داشتم. از قبل  
می دانستم که امام خمینی (ره)  
تمامی نمازهای جمعه تهران را  
به طور مستقیم از طریق رادیو  
گوش می کردند. اگر مشکلی  
هم بود تذکر می دادند، آن روز  
هم که این اتفاق افتاد، احساس  
کردم هم اکنون امام (ره) گمان  
می کنند که حتماً برای حضرت  
آیت الله خامنه‌ای اتفاقی افتاده  
است. سریعاً در جایگاه قرار  
گرفتم و سه بار این جمله را  
بیان کردم که: «لطفاً توجه کنید  
رئیس محترم جمهوری اسلامی  
ایران، هم اکنون به خطبه‌های  
عالمانه خود، ادامه می دهند.»  
این سخن علاوه بر اینکه آرامش  
را به نمازگزاران برگرداند، در واقع  
به امام (ره) هم این پیام را رساندم  
که آقا سالم هستند. چیزی که از  
آن روز برایم خیلی جالب است  
این بود که چنین حادثه‌ای، حتی  
در صدای آقا هم تأثیری برجای  
نگذاشت و ایشان با صلابت  
همیشگی و با همان عظمت  
ادامه خطبه‌ها را ایراد کردند. به  
گونه‌ای که ظاهراً هیچ اتفاقی  
نیفتاده است. مردم هم از جای  
خود تکان نخوردند و نماز جمعه  
برگزار شد. در این حادثه ۱۴  
نفر به شهادت رسیدند. بعدها  
خانواده‌شان گفتند برخی از آنها  
صبح به بهشت زهرا رفته بودند و  
از مجروحان در بیمارستان عیادت

یکی از برجسته‌ترین روزهای  
نماز جمعه امام خامنه‌ای، روز  
انفجار بمب در زمین چمن  
بود، از آن روز برایمان بگویید.

آخرین جمعه سال ۶۳ بود. روز  
پنجشنبه صدام اعلام کرده بود  
فردا نماز جمعه تهران را منفجر  
می کنیم و این بین مردم پیچیده  
بود. برخلاف معمول که جمعه  
آخر سال به علت گرفتاری‌های  
روزهای پایانی سال کمی خلوت‌تر  
است جمعیت موج می زد. مردم  
عاشق و انقلابی تهرانی بدون  
توجه به تهدیدات در نماز جمعه  
کودکان خردسال خود را نیز به  
همراه خود آورده بودند.

این نماز جمعه نیز به مانند دیگر  
نمازهای جمعه‌ها با حضور پرشور  
و انقلابی مردم در ساعت مقرر با  
قرائت قرآن آغاز شد و مردم در  
صفوفی منظم نشسته بودند با  
این تفاوت که به این مسأله علم  
داشتند که ممکن است شهید  
شوند. مقام معظم رهبری که  
خطیب نماز جمعه تاریخی سال  
۶۳ بودند، در حال ایراد خطبه‌ها  
بودند که انفجار صورت گرفت.  
موج و حرارت انفجار تا جایگاه هم  
رسید، ولی خوشبختانه به ایشان  
آسیبی نرسید. با وجود اینکه  
تمام فضای دانشگاه اثر گذاشته  
بود اما مقام معظم رهبری مکان  
سخنرانی را ترک نکرده بودند و من  
یک لحظه به اشتباه فکر کردم  
که منافقین ایشان را هدف قرار  
داده‌اند که خوشبختانه این طور  
نبود. ایشان در عین حال اصرار  
داشتند که به صحبت خود ادامه  
دهند. من هم می ترسیدم مبادا  
حادثه ادامه داشته باشد و ایشان  
هدف سوء قصد قرار گیرند.



کرده بودند و با غسل شهادت به  
نماز آمده بودند.

حادثه بمب‌گذاری در نماز  
جمعه اسفند ماه سال ۶۳ یکی  
از فتنه‌های آمریکا بود تا مردم  
ما را به وحشت بیندازد تا دست  
از حمایت خود از امام خمینی  
(ره) و انقلاب اسلامی ایران  
بردارند می بینید که امروز با وجود  
گذشت سال‌ها از این حادثه  
تلخ هنوز استکبار جهانی به  
وسیله دست نشانده‌های خود  
که منافقین هستند، نتوانسته به  
هدف خود دست یابد.

گفتید امام (ره) به دقت نماز

جمعه را گوش می دادند،

هیچ‌گاه تذکری هم به شما یا

دیگران دادند؟

بله، یک‌بار یکی از مداحان آمده  
بود و شعرهایی می خواند که  
ترجمه برانگیز بود و از مردم گریه  
می گرفت. آقای توسلی تماس  
گرفتند که امام (ره) فرمودند ما  
مرد جنگیم و نگذارید این گونه  
اشعار خوانده شود. تذکر دادند  
که مداحان باید اشعار حماسی  
بخوانند. به جز این مورد به یاد  
ندارم تذکری داده باشند.





# روزی که مردم با غسل شهادت نماز خواندند

«پراثر انفجار یک بمب دستی در محل برگزاری نماز جمعه تهران که در ساعت ۱۳/۲۹ دقیقه روز گذشته صورت گرفت، چند تن از نمازگزاران شهید و مجروح شدند. رژیم عراق که قبلاً اصابت موشک‌های دوربرد ایران به شهرهای کرکوک و بغداد را انفجار بمب توصیف کرده بود، در یک هماهنگی ناموفق با عوامل ضد انقلاب داخلی، قصد داشت به هنگام انفجار بمب در صفوف نمازگزاران تهران در دانشگاه تهران، هواپیمایش را در ارتفاع بالا به حریم هوایی تهران اعزام داشته و ادعا کند که صدای انفجار، ناشی از بمباران تهران بوده است. اما با تأخیر ورود هواپیمای عراقی به آسمان تهران و انفجار بمب، نیم ساعت قبل از آمدن هواپیماها، این توطئه تبلیغاتی با شکست مواجه شد و هواپیماهای عراقی نیز با آتش به موقع و قدرتمند پدافند هوایی متواری شدند.»

در این واقعه عده‌ای مجروح و عده‌ای به شهادت رسیدند. سید محمد شاه مرادی، سید مجید محمدی، لطفعلی عرفانی، ابراهیم سیاهی عروچی، سید مهدی رضوی نیا، محمد حاجی هاشمی، رجبعلی تلکانی، پرویز شعبانی، عباس رایگان، ذکریا فرجی بیگی، مهدی ابراهیمی، محمد غفاری، حاج مجتبی توانگر دهقان، علی احمدپور فیروزآبادی و محسن ظهیری از جمله این شهدا بودند. مجروحان واقعه نیز به بیمارستان‌های مصطفی خمینی، فیروزگر، سمیه، سینا،

امام خمینی و دکتر شریعتی منتقل شدند. «این بخشی از گزارش روزنامه کیهان در ۶۳/۱۲/۲۵ بود، بسیاری از نمازگزاران در مصاحبه با صداوسیما گفتند که حضورشان در این نماز، با علم به تهدیدات دشمن برای تعطیلی نماز جمعه تهران بود و با غسل شهادت آمده بودند. حاج فضل‌الله فرخ از اعضای ستاد اقامه نماز جمعه در این باره می‌گوید: «در آن زمان صدام هر هفته تهدید می‌کرد که نماز جمعه تهران را می‌خواهد بمباران کند. هر

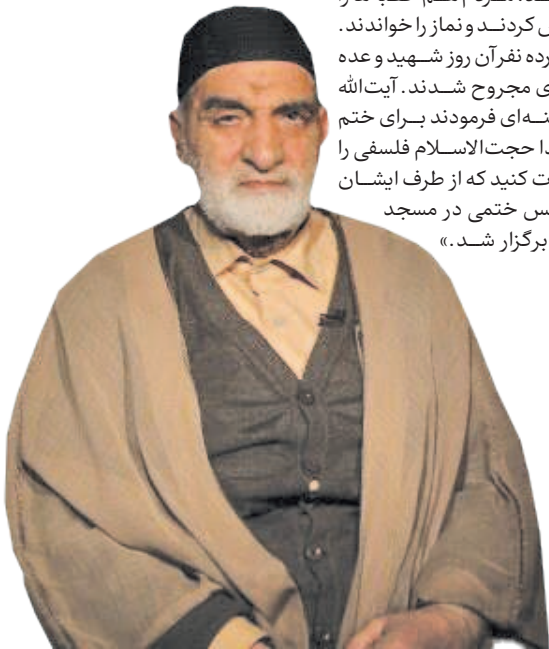


چون او که ترسی از این چیزها نداشت. بارها هم شده بود که هواپیماهایش اطراف نماز جمعه می‌آمد و ضد هوایی روی پشت بام‌ها و در میدان فلسطین و اطراف میدان انقلاب از نماز جمعه مراقبت می‌کرد. روز حادثه، روزی بود که صدام خیلی جدی گفته بود که ما نماز جمعه را می‌زنیم. من پشت جایگاه نشسته بودم که یک دفعه صدای یک انفجار مهیب آمد. بلند شدم بالا را نگاه کردم، دیدم که چیزهایی از بالا به پایین می‌ریزد. اول خوشحال شدم. حدس زدم که قطعات هواپیمای دشمن است که پایین می‌ریزد ولی وقتی روی زمین آمد، دیدم قطعات بدن انسان است و بمب چنان به شدت این بدن‌ها را هوا برده بود که به اطراف پخش می‌شد، اما بلافاصله فهمیدیم که این انفجار ناشی از بمب‌گذاری در محل نماز بوده است.

ما همیشه جلوی درهای ورود و خروج بازرسی کامل داشتیم. هیچ چیز را نمی‌توانستند با خودشان حمل کنند بنابراین بمب را به صورت جانماز به داخل آوردند چون فقط آوردن جانماز مجاز بود. البته سعی بمب‌گذار بر این بود که بمب را نزدیک جایگاه، که عده‌ای از مسئولان یا خود امام جمعه بود بگذارد که همگی صدمه ببینند. اتفاقاً امام جمعه آن هفته خود آیت‌الله خامنه‌ای بودند. ایشان غالباً از جبهه یکسره به نماز جمعه می‌آمدند.

چون بمب‌گذار از بازرسی دوم نتوانسته بود عبور کند و فاصله‌اش با جایگاه زیاد بود بمب را در قسمت انتهایی زمین چمن گذاشته بود. جالب است که آن روز کسی فرار نکرد و امام چند بار در صحبت‌هایشان به این مسئله اشاره کردند که من زمانی که تلویزیون را نگاه کردم، دیدم که با وجود اینکه بمب منفجر شد ولی یک نفر نرفت و همه نشستند و امام جمعه با صلابت صحبت‌هایش را ادامه داد و آهنگ صدایش نیز عوض نشد. مردم هم سر جایشان نشستند و فقط شعار دادند: حسین حسین شعار ماست، شهادت افتخار ماست. ما پس از انفجار به افرادمان گفتیم همه سر جایتان باشید و هیچ کسی دخالت نکند. فقط یک عده خاصی شروع به جمع‌آوری شهدا و مجروحان کردند. مردم هم خطبه‌ها را گوش کردند و نماز را خواندند. چهارده نفر آن روز شهید و عده زیادی مجروح شدند. آیت‌الله خامنه‌ای فرمودند برای ختم شهدا حجت‌الاسلام فلسفی را دعوت کنید که از طرف ایشان مجلس ختمی در مسجد ارگ برگزار شد.»

در آن زمان صدام هر هفته تهدید می‌کرد که نماز جمعه تهران را می‌خواهد بمباران کند. هر وقت که این اعلان می‌شد، نماز جمعه شلوغ‌تر می‌شد و حتی از شهرستان‌های امن هم به نماز جمعه تهران می‌آمدند





# کتاب

## از کجا آمده ایم سؤالی است بسیار مهم و اساسی!

نگاهی به کتاب‌هایی با موضوع ریشه‌های نوروز

از معدود جمله‌های کلیشه‌ای که قبولش دارم این جمله است که «هر مملکتی که می‌خواهی نابود کنی، اول فرهنگش را دگرگون کن». بله، ما خیلی داعیه فرهنگ و تمدن داریم، از زمان کوروش کبیر گرفته تا حکومت‌های بزرگ دوران اسلامی و نادر افشار و کریم خان زند و که و که و که ما همواره معتقدیم که هنر- و خیلی چیزهای دیگر- نزد ما است و بس! البته که این سخن، حرفی است عبث و بس! اما، اگر قرار است هنر کماکان نزد ما ایرانیان هم باشد لازم است بدانیم ریشه‌های ما کجاست و این ریشه‌ها در لفاظی و خالی بندی در مورد تاریخ ایران پنهان نشده است. فرهنگ ایرانی یعنی نوروز، یعنی چله، یعنی چهارشنبه سوری، یعنی هفت سین. به همین دلیل یکی دو عنوان کتاب خوب برایتان معرفی می‌کنیم که به ریشه‌های نوروز، عید باستانی ما ایرانیان پرداخته‌اند.

### نوروز جمشید

نوروز جمشید را مرحوم «جواد برومند سعید» ادیب و استاد سابق دانشگاه تهران به رشته تحریر درآورده است. خود وی در مقدمه کتاب با چنان زبان پاکیزه و شیرینی به معرفی محتوای کتاب پرداخته است که من حیفم می‌آید چیزی جز آن را در اینجا بیاورم. «آن چه در این دفتر فراهم آمده است، در چهار بخش تنظیم شده است: بخش نخست مربوط به جشن‌هایی است که از دیرگاهان در فروردین ماه وجود داشته و سبب شده است که این ماه، مقدس و محترم باشد. بخش دوم نیز به آیین‌های قربانی فروردین ماه اختصاص یافته است. وجود این قربانی‌ها در فروردین ماه موجب دیگری برای قداست این ماه بوده است. بخش سوم پیرامون سبب و پیشینه پیدایی جشن نوروز و انقلاب جمشید و برپایی آیین داد جمشیدی است. بخش چهارم اختصاص به سنت‌ها و آیین‌های نوروزی دارد که در طول تاریخ پس از جمشید رواج گرفته و در فرهنگ ایرانی هنوز هم باقی مانده‌اند. در اوستا که تنها کتاب دوره باستانی ایران است سخنی از نوروز نیست، زیرا اوستا هنگامی نوشته شده که دین و فرهنگ زرتشتی بر کار و بر قدرت بوده است و دین زرتشت آن گونه که پیداست با دین و فرهنگ جمشید ناسازگار است، از این رو از نوروز که نهاد جمشید است نامی نبرده است. بهترین منابعی که در این زمینه مورد استفاده ما بوده است کتاب‌های تاریخی و دیگر آثاری است که بعد از اسلام نوشته شده‌اند. در دیوان‌های اشعار شاعران پارسی‌گوی نیز اطلاعاتی هسته و گریخته و اشاره گونه وجود دارد که ما از آنها نیز سود جستیم. تا آنجا که مقدور بود در رفع ابهامی که سالیان دراز نوروز را ناشناخته کرده بود کوشیده‌ایم.»

### ایرانیکا: نوروز

دانشنامه «ایرانیکا» دارای چند ویژگی منحصر به فرد است که یکی از آنها این است که به زبان انگلیسی تدوین شده و همین امر آن را میان سایر دانشنامه‌های مشابه، کاملاً متمایز کرده است. یکی از موضوع‌های مهم ایران باستان هم همین نوروز ما است و این کتاب دربرگیرنده هشت نوشتار درباره آیین باستانی نوروز است که از دانشنامه ایرانیکا توسط گروهی از مترجمان خوشنام ایرانی ترجمه شده است. نوروز «روز نو»، مقدس‌ترین و شادترین جشن در سال زرتشتی است. ضمناً نوروز نقطه کانونی سال زرتشتی است که تمامی روزهای مقدس و رفیع بدان پیوند دارند. بزرگداشت آن دو جنبه دارد: یکی دینی و دیگری غیردینی که هر دو آنها در سده‌های متمادی، یکی با گسترش مراسم و دیگری با انباشت سنت‌های مسحورکننده و شاعرانه که بیشترشان ویژه این روز هستند، آشکارا دچار تحول زیادی شده‌اند. در اولین نوشتار این کتاب که در واقع طولانی‌ترین نیز است، مری بویس به بررسی نوروز در قبل از اسلام پرداخته است و بعد سیر تحول نوروز و دیگر نکات مهم آن در مقاله‌های بعدی مدنظر قرار گرفته است.

## عید شما مبارک!

یک سال این گونه گذشت...

محمد علی یزدانیار  
دبیر گروه کتاب

hammadaliyazdanyar@gmail.com

یک سال گذشت، از یک سال پیش تا الان چیزهای زیادی برای من تغییر کرده است، یک فروردین که برسد من ۳۷۶ روز است که پدر ندارم، حاج علی - که هیچ‌گاه زیارت خانه خدا نصیبش نشد - حالا بیش از یک سال است که دنیا را با همه خوب و بدش رها کرده و به دیدار معبود شتافته است. رابطه من و پدرم هرچه که بود، حالا تازه جای خالی‌اش را حس می‌کنم. یک سال گذشت و در ۲۶۸ روز از این یک سال من کسی را داشتم که شدیدترین سختی‌ها در کنارش به راحتی خوردن یک لیوان آب می‌گذشت.

کمتر از یک سال است که فاطمه، همسرم و پاره تنم رسماً، شرعاً و عرفاً و حتی قانوناً پا به زندگی من گذاشته است. یک سال گذشت، زمانم هنوز منتشر نشده است، اما در عوض تا دلتان بخواهد و حتی اگر دلتان نخواهد در مجلات مختلف، به صد نشینی «ایران جمعه» خودمان نوشتیم. یک سال گذشت، در این یک سال من با ۹۰ دانش‌آموز مختلف سروکار داشتم و به نظرم هیچ سالی مثل امسال من و دانش‌آموزانم با هم کیف نکرده بودیم. بله یک سال گذشت و این «آنچه گذشت» را می‌توان مدت‌ها ادامه داد. یک سال گذشت و شما یک سال بیشتر در کنار ما بودید، یک سال ما را خواندید و یک سال ما را تحمل کردید، واقعاً دم شما گرم!

ما خودمان هم خودمان را یک سال تحمل نمی‌کنیم، شما چطوری این کار را کردید؟ امیدواریم در سال بعدی از امسال بهتر باشیم، مطالب بهتری بنویسیم، کتاب‌های بهتری معرفی کنیم، گزارش و مصاحبه بیشتر و بهتر بگیریم و خلاصه کاری نکنیم که شما از ما راضی باشید. شما همین که قول بدهید یک سال دیگر هم ما را تحمل کنید برای ما بس است! عیدتان مبارک عزیزان!



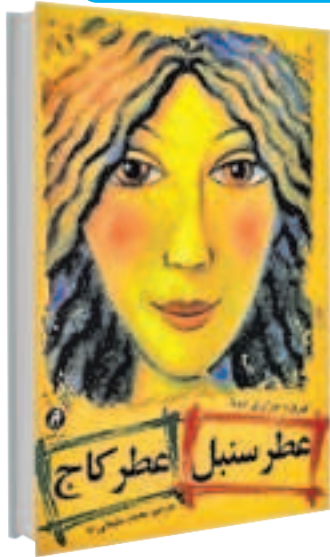
یک سال گذشت  
و شما یک سال  
بیشتر در کنار ما  
بودید، یک سال  
ما را خواندید و  
یک سال ما را  
تحمل کردید،  
واقعاً دم شما  
گرم! ما خودمان  
هم خودمان را  
یک سال تحمل  
نمی‌کنیم، شما  
چطوری این کار را  
کردید؟



در اوستا که تنها کتاب دوره باستانی ایران است سخنی از نوروز نیست، زیرا اوستا هنگامی نوشته شده که دین و فرهنگ زرتشتی بر کار و بر قدرت بوده است و دین زرتشت آن گونه که پیداست با دین و فرهنگ جمشید ناسازگار است







## درباره کتاب «عطر سنبل، عطر کاج» شب آغاز هجرت آن‌ها

الهام اشرفی  
نویسنده

سال ۱۳۸۴ که نه کپشن اینستاگرامی بود و نه پست‌های چند خطی توثیتر و تعداد وبلاگ‌های شخصی هنوز آنقدر زیاد نبود که ما هر روز روزمرگی‌های یک نفر را بخوانیم و در لابه‌لای خطوط و واژه‌های همین روزمرگی‌های بی‌ظاهر بی‌اهمیت، کلی حس‌های خنده، گریه، غم و چه‌وچه به روحمان نفوذ کند، کتابی منتشر شد که فقط و فقط با تبلیغ دهان‌به‌دهان و آندکی نوشته‌های مجله‌های آن موقع در دست اغلب کتابخوان‌ها و حتی کتاب‌نخوان‌ها دیده می‌شد. کتابی که اسم نویسنده‌اش هم تلفیق عجیبی بود از یک اسم ایرانی و فرانسوی (فرانسوی بودنش را به خاطر الکساندر دومای فرانسوی می‌دانستیم)؛ فیروزه جزایری دوما که گوید در دنیا به فیروزه دوما شناخته شده است. از عجایب دیگر کتاب برای آن سال‌ها این نکته هم بود که کتاب خاطرات یک ایرانی بود که در ایران «ترجمه» شده بود. کتاب «عطر سنبل، عطر کاج» با عنوان اصلی اش، «فارسی شکر



کتاب «عطر سنبل، عطر کاج» با عنوان اصلی اش، «فارسی شکر است»  
خاطرات فیروزه جزایری است از مهاجرت خودش و خانواده‌اش به آمریکا، کی؟ همان سال‌های قبل از انقلاب ایران

است» خاطرات فیروزه جزایری است از مهاجرت خودش و خانواده‌اش به آمریکا، کی؟ همان سال‌های قبل از انقلاب ایران است. کتاب «عطر سنبل، عطر کاج» با عنوان اصلی اش، «فارسی شکر است» خاطرات فیروزه جزایری است از مهاجرت خودش و خانواده‌اش به آمریکا، کی؟ همان سال‌های قبل از انقلاب ایران است. کتاب «عطر سنبل، عطر کاج» با عنوان اصلی اش، «فارسی شکر است» خاطرات فیروزه جزایری است از مهاجرت خودش و خانواده‌اش به آمریکا، کی؟ همان سال‌های قبل از انقلاب ایران است.



جلال احمد  
خبرنگار

شاید بتوان ادعا کرد که «دیدوبازدید» پرننگترین ترکیب واژگانی عبد نوروز است. پرننگ و پیرتکرار. اصلاً نوروز با این سنت است که جلوه و رونقی ویژه گرفته است. این ترکیب پر تکرار نوروزی علاوه بر هفت سین و ماهی و سبزه و آجیل و شیرینی، برای اهالی ادبیات یادآور عنوان کتابی از جلال آل احمد است. «دیدوبازدید» یکی از آثار معروف جلال است. مجموعه داستانی که در سال ۱۳۲۴ منتشر شد و اولین مجموعه داستان منتشر شده از جلال آل احمد است.

این اثر که در ابتدا با ۱۱ داستان و بعد از چاپ هفتم با ۱۲ داستان کوتاه به چاپ رسید؛ عنوان خود را از داستان اول وام گرفته است.

آل احمد در داستان اول این مجموعه به شرح احوال جوانی در یک میهمانی می‌پردازد. جوانی که در دیدوبازدیدهای نوروزی به محفلی وارد می‌شود که جمعی از بزرگان و معاریف و مشاهیر در آن حضور دارند. جلال در این داستان سعی می‌کند با دقت به شرح جزئی‌ترین وقایعی بپردازد که ممکن است در چنین شرایطی برای جوانی که تازه پا به عرصه اجتماعی گذاشته است رخ دهد.

این داستان که می‌توانیم آن را مهم‌ترین اثر این مجموعه بدانیم؛ داستانی گفت‌وگومحور است. ما با خواندن گفت‌وگوهای میان افراد حاضر در میهمانی به نکات مهمی که نویسنده سعی دارد به آنها اشاره کند، پی می‌بریم. به بیانی کامل تر اساس گفت‌وگوهایی که او در این داستان پی‌ریزی کرده؛ بیان مسائلی پیرامون وضعیت اجتماعی و سیاسی مملکت است و در حقیقت پیش‌روی پیرنگ در این اثر بردوش گفت‌وگوهاست.

جلال در این داستان و داستان‌های دیگر این مجموعه، مطابق سبک نویسندگی خاص خودش، که در آثار بعدی‌اش به بلوغ و تکامل می‌رسد؛ با زبانی ساده و کاملاً واقع‌گرایانه به نقد مسائل اجتماعی پرداخته است. زبان آل احمد را می‌توان امضای او دانست. اگرچه هر نویسنده‌ای زبان خاص خود را دارد که معرف سبک اوست؛ نشر جلال در این منحصر به فرد بودن شهره‌تراز سایر هم‌نسلاان‌ش است. در واقع هر کسی که چند تا از کتاب‌های او را خوانده باشد به راحتی می‌تواند اثر او را تشخیص دهد. این زبان و نثر ویژه در همان آثار ابتدایی او، که داستان‌های همین مجموعه را نیز شامل می‌شود، کاملاً بارز است. استفاده از اصطلاحات عامیانه، نیمه‌کاره‌ها کردن برخی جملات و عبارات، صراحت در بیان مسائل سیاسی و اجتماعی با لحنی طعن‌آلود؛ همه از ویژگی‌های نثر جلال است.

اما پیرایه نیست که اشاره کنیم؛ در این اثر، جلال شاید به دلیل خامی قلم و کمی تجربه‌گانه در شیوه بیان معضلات و مشکلات به راه اغراق رفته است. به این معنی که آنچه قصد بیان‌ش را در قالب داستان داشته، جایی بیرون داستان ایستاده است و در اثر، جای مناسب خود را پیدا نمی‌کند.

با این همه حرکت جلال در مسیر رئالیسم بر کسی پوشیده نیست. او با وجود خام دستی‌هایی که به آن اشاره کردیم؛ از همان آغاز راه نگارش داستان به واقعی‌ترین شکل ممکن به اصول واقع‌گرایی پایبند بود. داستان‌ها برش‌هایی از زندگی‌اند و آدم‌هایش جایی در جهان واقعی نفس می‌کشند. سوتیتر؛ در این اثر، جلال شاید به دلیل خامی قلم و کمی تجربه‌گانه در شیوه بیان معضلات و مشکلات به راه اغراق رفته است. به این معنی که آنچه قصد بیان‌ش را در قالب داستان داشته، جایی بیرون داستان ایستاده است و در اثر، جای مناسب خود را پیدا نمی‌کند.

# پایبند به اصول واقع‌گرایان

دیداری کوتاه با جلال آل احمد  
در «دیدوبازدید»





دی شد و بهمن گذشت فصل بهاران رسید  
 جلوه گلشن به باغ همچو نگاران رسید  
 زحمت سرما و دود رفت به کورو کبود  
 شاخ گل سرخ را وقت نثاران رسید  
 در این غزل می بینید که مولانا با چه ظرافت و  
 زیبایی رفتن فصل سرما را توصیف کرده و آمدن  
 بهار و نوروز را همراه با گل های سرخ و سرزندگی  
 مژده داده است. مولانا در یکی از رباعیات خودش  
 می گوید: شادند جهانیان به نوروز و به عید / عید  
 من و نوروز من امروز تویی. و در اینجا به کمک نوروز  
 و بهار، معشوق را می ستاید و می گوید همه در فکر  
 بهار و نوروز هستند ولی تمام فکر و ذکر من در پیش  
 یار است، این یکی دیگر از ویژگی هایی است که  
 شاعران بزرگ با کمک بهار و نوروز به شعر سرودن  
 مشغول می شوند.

اما نمی شود بی آنکه از حافظ و سعدی هم یادی  
 کنیم و بیت های زیبای آنها را بخوانیم راحت رد  
 شویم. در نظر سعدی بهار این گونه به تصویر کشیده  
 شده است: برآمد باد صبح و بوی نوروز / به کام  
 دوستان و بخت پیروز / مبارک بادت این سال و همه  
 سال / همایون بادت این روز و همه روز /  
 یادر جای دیگری گوید: برخیز که می رود زمستان /  
 بگشای در سرای بستان / برخیز که باد صبح نوروز /  
 در باغچه می کند گل افشان /.

در دیوان سعدی عید نوروز و فصل بهار در جای  
 جای آن دیده می شود و هر کدام به گونه ای زیبایی  
 خاص خود را دارد و به موضوعی جدید اشاره  
 می کند که پیشنهاد می شود حتماً سری به این  
 بیت ها بزنید. نفر بعدی که معرف حضور همه  
 شماست حافظ شیرازی است. خیلی از مردم  
 عزیز کشورمان در هنگامی که سال نو می شود تقاللی  
 به دیوان این شاعر محبوب می زنند و سال خود را  
 زیباتر شروع می کنند. حافظ می گوید: ز کوی یار  
 می آید نسیم باد نوروزی / از این باد از مدد خواهی  
 چراغ دل برافروزی / به صحرا رو که از دامن غبار غم  
 بیفشانی / به گلزار آبی کز بلبل غزل گفتن بیاموزی /  
 البته شاعران دیگری مانند فرخی، سنایی،  
 منوچهری، جامی و... هم شعرهایی درباره نوروز  
 گفته اند که این موضوع به اهمیت آن در شعر و ادب  
 فارسی طی سالها مختلف اشاره دارد.

### نوروزنامه خیام یک اثری بهاری

هر زمان که حرفی از نوروز، این عید باستانی  
 می شود امکان ندارد که یاد از نوروزنامه خیام  
 نشود. حکیم عمر خیام که نام و آوازه اش را با  
 رباعیات بسیار شیرین و پندآموزش می شناسید  
 یکی از خوش ذوق ترین و باهوش ترین شاعران دوره  
 سلجوقی است و در نیشابور به دنیا آمد. خیام آثار  
 فراوانی در زمینه های مختلف دارد ولی معروف ترین  
 آنها رباعیات اوست و بعد از آن می رسیم به نوروزنامه  
 که اثری است منسوب به او درباره جشن ها و آیین -  
 های نوروزی ایرانیان است. خیام نیشابوری با دقت  
 فراوان و ویژگی های چگونگی و شکل گیری آیین های  
 نوروزی را گفته است ولی چون این اطلاعات بر  
 پایه اساطیر ایرانی است ممکن است برایشان سند  
 تاریخی یا دلیلی قانع کننده پیدا نشود اما آنچه  
 که مهم است خود این کتاب است که می تواند  
 در تعطیلات عید نوروز نظر شما را به خودش  
 جلب کرده و با مطالعه آن سرگرم شوید و درباره  
 آیین های نوروزی بیش از پیش بدانید. نوروزنامه  
 چندین سرفصل دارد که هر کدام به موضوعی  
 خاص اختصاص پیدا کرده مانند آغاز کتاب، درباره  
 شمشیر، تیر و کمان، اسب، قلم، خاصیت روی  
 نیکو و... این کتاب را دکتر مجتبی مینوی تصحیح  
 و منتشر کرد و نشرهای بسیار زیادی آن را به چاپ  
 رساندند که می توانید تهیه کنید و از خواندن آن در  
 عید نوروز لذت ببرید.

باربای از خیام با شما خدا حافظی می کنم و عید  
 نوروز بر شما مبارک و خوش.  
 بر چهره گل نسیم نوروز خوش است  
 در صحن چمن روی دل افروز خوش است  
 از دی که گذشت هر چه گویی خوش نیست  
 خوش باش و ز دی مگو که امروز خوش است



# عید نوروز

## در شعر و ادب فارسی چه جایگاهی دارد؟

دی شد و بهمن گذشت فصل بهاران رسید

ریحانه میرحسینی  
 کارشناس ارشد ادبیات

است را در کنار یکدیگر انجام می دهند. این رسم هادر هر شهر و  
 منطقه ای با تفاوت هایی اجرا می شود و هر کدام از آنها آیین های  
 خاص خود را برای نوروز دارند ولی تمامی این اهمیت و جایگاه ویژه ای  
 که عید نوروز برای ایرانیان دارد به شاهنامه فردوسی باز می گردد.

جشن نوروز یکی از نمادهای فرهنگ ایرانی است که از گذشته های  
 دور تا به هم اکنون پابرجا مانده و آیین های آن از نسلی به نسل دیگر  
 انتقال پیدا می کند و از کودک، نوجوان، جوان و میانسال همگی برای  
 آن شور و هیجان دارند و رسم هایی که مربوط به این عید باستانی

فردوسی نسبت می دهند، اولی را به جمشید، یکی  
 از پادشاهان شاهنامه انتساب می کنند و می گویند  
 که او پایه گذار عید نوروز بوده است و با تلاش های  
 فراوانی که در راه بی مرگی خود انجام می دهد  
 سرانجام تسلیم مرگ می شود و تخت و تاجش  
 به دیگری می رسد. ولی بعضی از افراد نظر دیگری  
 دارند و عید نوروز را به سیاوش نسبت می دهند و  
 اعتقاد دارند که نوروز نماد گیاهی است که از خون  
 سیاوش به وجود آمده که در زمستان می میرد و به  
 زمین می رود و با آمدن بهار و سرسبز شدن گیاهان  
 جان دوباره گرفته و رشد می کند.

### عید نوروز میان شاعران بزرگ شعر و ادب

عید نوروز میان شاعران خوش ذوق فارسی  
 همیشه مورد توجه بوده و در دیوان اشعار آنها  
 حسابی جایگاه ویژه ای دارد. یکی از این شاعران  
 بزرگ مولانا است که چه در رباعی و چه در غزل از  
 عید نوروز یاد کرده است. در یکی از غزل هایش  
 می سراید:

فردوسی نسبت می دهند، اولی را به جمشید، یکی  
 از پادشاهان شاهنامه انتساب می کنند و می گویند  
 که او پایه گذار عید نوروز بوده است و با تلاش های  
 فراوانی که در راه بی مرگی خود انجام می دهد  
 سرانجام تسلیم مرگ می شود و تخت و تاجش  
 به دیگری می رسد. ولی بعضی از افراد نظر دیگری  
 دارند و عید نوروز را به سیاوش نسبت می دهند و  
 اعتقاد دارند که نوروز نماد گیاهی است که از خون  
 سیاوش به وجود آمده که در زمستان می میرد و به

**دورایت از شاهنامه درباره نوروز**  
 شاهنامه فردوسی، کتاب باستانی ایرانیان، که  
 شامل داستان های اساطیری بسیاری است،  
 اهمیت ویژه ای به عید نوروز باستانی داده است  
 و در اکثریت داستان های خودش به نوروز و  
 فصل بهار اشاره کرده است. مانند: همه ساله  
 بخت تو پیروز باد / همه روزگار تو نوروز باد. ولی  
 اصل جریان را برایتان بگویم: دو قصه از عید  
 نوروز تعریف می کنند و به داستان های شاهنامه



عید نوروز  
 میان شاعران  
 خوش ذوق  
 فارسی همیشه  
 مورد توجه بوده  
 و در دیوان اشعار  
 آنها حسابی  
 جایگاه ویژه ای  
 دارد





# کتاب بهاران!

کتاب‌هایی برای همنشینی‌های بهاری ما و بچه‌ها

زهرا بزرگ‌زاده  
روانشناس کودک



فصل سرما و آسمان ابری و برف دارد تمام می‌شود و جایش را به جوانه‌های نورسته درختان می‌دهد. تغییر فصل از بزرگ‌ترین پدیده‌های طبیعی جهان است که هر بار برای انسان شگفت‌آور است. بر پایه رویکردهای نوین آموزشی، آموزش پدیده محور از بهترین و ماندگارترین روش‌های آموزشی است که به علت درگیر کردن تجربه دانش‌آموزان می‌تواند بسیار مؤثر باشد. آموزش بر پایه پدیده‌ها یعنی وقتی در میانه یک اتفاق هستیم بهترین زمان برای آموزش در مورد آن است. مثلاً اگر می‌خواهیم درباره خلق رنگین کمان با کودکان حرف بزنیم بهترین زمان وقتی است که دارد یک رنگین کمان را می‌بیند! تغییر فصل هم که هم‌اکنون در شرف آن هستیم زمان خوبی برای آموزش مواردی از این دست است؛ فصل‌ها، گیاهان و نحوه رشد آنها، زودگذر بودن زندگی و روزها و...



برای این منظور در این نوشتار چند کتاب با موضوعاتی که آمد، معرفی می‌شود.

۱- صبحانه آفتاب خوردم! گرامیداشتی برای گیاهان سراسر جهان، انتشارات هوپا برای دانش‌آموزان دوم تا ششم دبستان.

این کتاب نگاه تازه و کودگانه‌ای به نقش کتاب در زندگی ما دارد و توضیح می‌دهد که هرآنچه در دسترس ماست از چه گیاهی به دست آمده و در واقع ما چطور با گیاهان همزیستی می‌کنیم؟ همچنین اطلاعات جالب و پروژه‌هایی نیز در کتاب تعریف شده تا فاصله کودکان و طبیعت را کم کند.

۲- دایرةالمعارف فصل‌ها، از سری دایرةالمعارف کوچک من، انتشارات محراب قلم برای سنین پیش دبستانی و اول و دوم دبستان.

دایرةالمعارف‌ها به خاطر متن‌کم و تصاویر زیادشان خیلی محبوب‌اند. از میان دایرةالمعارف‌ها، سری دایرةالمعارف کوچک من را حتماً می‌شناسید. از این سری در معرفی‌های قبلی نیز کتاب‌هایی را معرفی کرده‌ام. کتاب فصل‌ها به معرفی ویژگی‌های هر فصل می‌پردازد و شاید بهترین انتخاب برای این روزها باشد.

۳- بهار کی می‌آید؟ انتشارات نیستان. مناسب برای کودکان ۴ تا ۶ سال.

داستان بهار کی می‌آید؟ قصه خرس کوچکی است که با مادرش در آستانه زمستان هستند. آنها باید بخوابند تا بهار از راه برسد. خرس کوچک اما تاب تحمل یک فصل را برای دیدن بهار ندارد و هر چند وقت یک بار از خواب بیدار می‌شود و می‌بیند که بهار از راه نرسیده و هنوز زمستان است. مادرش با هر بار از جا برخاستن او، یک ویژگی دیگر از بهار را برایش توضیح می‌دهد. سرانجام بهار از راه می‌رسد اما خرس کوچولو...



آموزش بر پایه پدیده‌ها یعنی وقتی در میانه یک رویداد هستیم بهترین زمان برای آموزش در مورد آن است. تغییر فصل هم که هم‌اکنون در شرف آن هستیم زمان خوبی برای آموزش مواردی از این دست است؛ فصل‌ها، گیاهان و نحوه رشد آنها، زودگذر بودن زندگی و روزها و...



## سبزه دارم، گل دارم...

تجربه اجرای نمایشنامه‌های بهاری

در ایام نوروز

ریحانه عارف‌نژاد  
روزنامه‌نگار



اولین بار که مجموعه «آن، مان، نیاران» را در یکی از سایت‌های فروش کتاب دیدم، اسم کتاب‌ها توجهم را جلب کرد: «قصه باغ و باغبان»، «یک بابا و یک مامان»، «یک اخمو و یک خندان»، «قصه ابرو باران» و... اعتبار نویسنده هم شکی برای خرید باقی نمی‌گذاشت. می‌خواستیم برای کتابخانه‌ای در دشتیاری سیستان و بلوچستان کتاب بخریم. بدون تردید چند جلد از این مجموعه را هم در سبد گذاشتیم.

قبل از ارسال کتاب‌ها به مقصد نهایی‌شان، توانستم یکی از جلد‌هایش را بخوانم. لذتبخش بود و نشاط‌آور. دلم می‌خواست در کتابخانه خودم هم یک نسخه‌اش را داشته باشم. چند شب پیش نوبت رسید به خواندن «آن، مان، نیاران: بهار بود و زمستان» که از طاقچه خرید بودم. دلچسب و روان و کودک‌پسند بود؛ مثل اکثر کارهای جناب رحماندوست، نویسنده و شاعری که عاشق جهان بچه‌هاست و بزرگ و کوچک با آثار او خاطره دارند. عیدم و از راه می‌رسم...

«بهار بود و زمستان» گفت‌وگوی بین فصل بهار، فصل زمستان و عید نوروز است. بین بهار و زمستان بحثی در گرفته و هر کدام مصرانه دلیلی برای بهتر بودن خود می‌آورند. زمستان از سبزه و گل و بلبل خوشش نمی‌آید و بهار مخالف جدی سوز و سرماست. زمستان دوست دارد شب‌ها بلند باشند تا وقت بیشتری برای بازی و قصه وجود داشته باشد و بهار عاشق عید و عیدی گرفتن است. این دو تا خیال صلح و آشتی ندارند تا اینکه خود عید و وساطت می‌کند که با یادآوری زیبایی‌های مختص هر کدام، دعوا را بخواباند. عید، یادمان می‌آورد که اگر زمستان با همه سرما و سختی‌اش نیاید، بهاری هم پشت سرش نیست. وقتی خواندن این شعرهای کودگانه برای بزرگسالان لذتبخش و جالب است، برای خود بچه‌ها هزار برابر جذاب‌تر خواهد بود. طبق رده‌بندی سنتی اول کتاب، این نمایشنامه مناسب بچه‌های ۳ تا ۶ سال (و حتی بزرگ‌ترهايشان!) است. بچه‌ها می‌توانند این نمایش را در گروه‌های سه نفره اجرا کنند.

لطفاً نشه فراموش، عیدی بنده!

پیدا کردن و خواندن کتاب‌های مناسبی را خیلی دوست دارم. چه مناسبت‌های مذهبی باشد و چه ملی. این طوری روزهای سال فرق بیشتری با هم دارند و حال و هوای هر کدام را بیشتر حس می‌کنیم. اگر برای میهمانی‌های عید نوروز دنبال سرگرمی جذابی غیر از بازی‌های موبایلی برای بچه‌ها هستید، تهیه این کتاب شیرین و بهاری می‌تواند پیشنهاد خیلی خوبی باشد؛ چه برای اجرا در خانه، مدرسه و چه هر جای دیگری که مکان و زمان مناسبی برای بازی پیدا کنید. راستی! یادتان نرود این مجموعه خوش‌آب و رنگ برای عیدی دادن هم گزینه هیجان‌انگیزی است.



اگر برای میهمانی‌های عید نوروز دنبال سرگرمی جذابی غیر از بازی‌های موبایلی برای بچه‌ها هستید، تهیه کتاب «بهار بود و زمستان» می‌تواند پیشنهاد خیلی خوبی باشد



# زندگی

## فشنته‌ها مثل

سمیه ملاتبار  
نویسنده



از اولین ماه‌های رمضان که روزه کامل گرفته‌اید چه خاطره‌ای دارید؟ حال و هوای سفره افطار، خواب و بیداری سحر، نوشیدن آب و سلام بر حسین، روزه‌های بعد از روزه، ...

آی روزه اولی‌ها، آی نوسفران، در این ماه خدا، وقتی تشنه شدید، نام حسین دلتان را آرام می‌کند. زیاد بگویید سلام بر حسین. آی پدر و مادرها، فرشتگان نوسفرتان با روزه‌های کامل‌شان چطورند؟ هوایشان را چطور دارید؟ ما هم برای همه آقا پسرها و دخترخانم‌هایی که اولین سال روزه‌داری را با سختی‌هایش فقط به عشق دستور الهی سپری کردند، آرزوی سعادت و سلامت داریم.

که ممکن است رفاه زده هم شده باشند بسیار مفید است. خودم هم در غذاهای افطار تا سحر، سعی می‌کنم از زنجبیل و فلفل و سیرا استفاده نکنم و ترشی‌ها را کنار غذا نیاورم. شربت تخم ریحان و خاکشیر و سکنجبین را هم هر شب آماده می‌کنم و سعی می‌کنیم تا می‌توانیم سالاد کاهودر خانه داشته باشیم تا استفاده کنند.

- پسر من هم در آخر ماه رمضان و هم در طول ماه رمضان از طرف پدر و بستگانمان هدیه می‌گیرد. گاهی ما والدین فکر می‌کنیم که بچه‌ها هنوز خیلی کوچک و ضعیف هستند یا حتی از نظر روحی هم آمادگی روزه گرفتن ندارند اما لطف خدا باعث شده است که ما خودمان هم با شگفتی روبه‌رو شویم. من فکر می‌کنم نقش همسن و سال‌های احمد در گرایش‌های دینی‌اش خیلی تأثیرگذار بوده، حتی تا الان ندیده‌ام که روزه به احمد آسیبی بزند.

ما وقتی برای افطار به خانه پدر بزرگ و مادر بزرگ‌ها و عموها و دایی‌ها می‌رویم، سعی کرده بودند که به احمد هدیه هم بدهند. حواسشان بود. این رسم را پدر و مادرهای ما در خانواده‌ها و خواهرزاده‌هایمان همین کار را کرده بودیم. برای همین بچه‌ها تحت تأثیر این هدایا هستند و سبب هم شده که بیشتر به این ماه و میهمانی اهمیت دهند.

یک بار هم برای افطار سالاد آلوبه و نان گرم تهیه کرده بودم و دوستان احمد را دعوت کرده بودیم که در مسجد کنار هم به میزبانی ما افطار کنند. خوردن افطار در جمع دوستانه سبب شده بود که دو سه نفر از پسرهایی که روزه نمی‌گرفتند، آن روز را روزه باشند و ما اصلاً فکر نمی‌کردیم که این میهمانی یک عامل تشویقی هم بشود.

- من سعی می‌کنم دخترم باران در طول روز که روزه است را بیشتر بخوابد و شب‌ها بیدار باشد تا هم مواد غذایی و آب بیشتری تا سحر دریافت کند و هم باعث بشود که خواب روزش بیشتر شود. باران یک بار در طول روز گفت دلش می‌خواهد بعد از افطار به استخر برویم، من هم برای خوشحالی‌اش همه کارهای خانه و سحری را زودتر انجام داده بودم که بعد از افطار با دخترم به استخر بروم.

ماه رمضان و روزه گرفتن باران باعث شده که بیشتر به حرف ما گوش بدهد، مخصوصاً در مورد غذاها که وقتی می‌گوییم فلان غذا را نباید در وعده سحری بخوری، راحت می‌پذیرد. حتی در خوردن گوشت گوسفند، زرده تخم مرغ عسلی که قبلاً مقاومت زیادی نشان می‌داد، عاقل‌تر شده و صبرش هم بیشتر شده است.

- ساجده دوست دارد تمام روزه‌ها را کامل بگیرد با اینکه می‌گویم می‌توانی استراحت کنی با یک مسافرت یک روزه، ضعیف شده‌ای و... ولی نمی‌پذیرد، حتی ناراحت می‌شود وقتی از ما این حرف‌ها را می‌شنود که می‌گوییم نمی‌توانی، نگیر.

انگار ساجده معصومیت خاصی گرفته. انگار اعتماد به نفس بالایی هم پیدا کرده است. به روزه گرفتن به عنوان یک کار سخت افتخارآمیز نگاه می‌کند که انجام کاملش انگار برایش باعث پیروزی بزرگی می‌شود. در خانواده همسرم، دخترعمه‌ها و پسرعموهایش هم روزه کامل می‌گیرند و چون می‌خواهد با آنها از تجربه خودش صحبت کند، تحملش بالاتر رفته است.

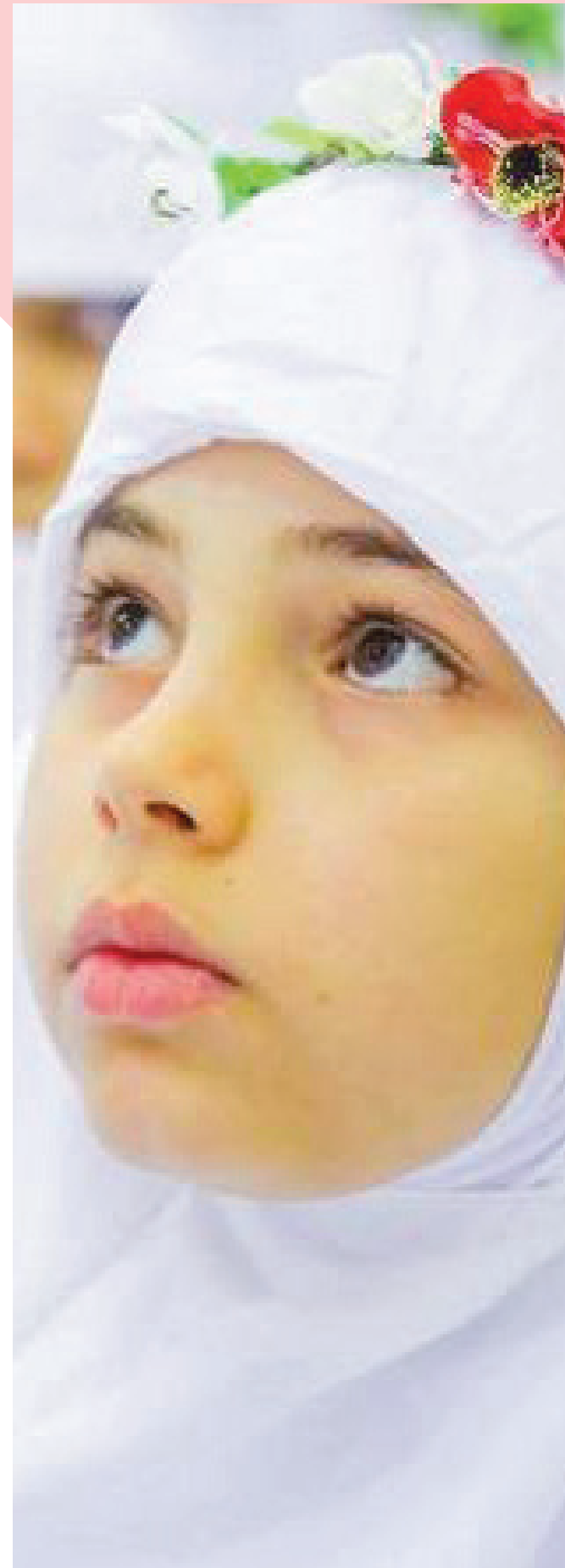
من و همسرم هم سعی می‌کنیم گاهی سر سفره افطار کنار پنیر و فرنی یا سوپ و آش، یک خوراکی که با پنیر پیتزا درست شده باشد هم بگذاریم چون ساجده عاشق هر غذایی است که با پنیر پیتزا درست می‌شود. در طول روز هم گاهی من و پدرش وقتی که از سر کار می‌رسد، برایش در رختخواب یا حالت استراحت کتاب می‌خوانیم، نوازش‌اش می‌کنیم یا در همان حالت استراحت با هم فیلم می‌بینیم. کلاً برای اینکه تحملش بیشتر شود، به همراهی ما خیلی نیاز دارد. پدرش این روزها بیشتر در خانه صدایش می‌زند «فرشته من» چون می‌گوید «مثل فرشته‌ها شده‌ای».

برای اینکه ساجده امسال را روزه کامل بگیرد، ما پیش متخصص تغذیه هم رفته‌ایم که دخترمان چه برنامه غذایی برای افطار و سحر داشته باشد، چون سبک غذایی درست برای روزه‌دار مخصوصاً در سال‌های اول روزه گرفتن خیلی مهم است. در فرهنگ ما روزه‌داری به این شکل جا افتاده است که فقط یک زمان‌هایی غذا نخوریم و در وقتی که مجاز به خوردن غذا هستیم، با بدترین شکل ممکن به بدن مان آسیب می‌زنیم. در حالی که روزه‌گیری روش تغذیه‌ای مناسب خودش را دارد که بهتر است روزه را با چه غذاهایی افطار کنی و چطور روزه گرفتن را شروع کنی تا بدن با روزه داشتن آسیب نبیند. روزه‌داری اگر به شکل صحیح نباشد و اصول تغذیه‌ای صحیح رعایت نشود، مشکلات گوارش و معده به وجود می‌آید. روزه گرفتن اصول دارد و علم تغذیه با پیشرفتی که دارد در این مورد هم صحبت‌های تخصصی زده است. خیلی‌ها به دلیل آسیبی که از روش ناصحیح در روزه‌داری خورده‌اند، در بزرگسالی نمی‌توانند روزه بگیرند. اما دکتر تغذیه گفت، ساجده مشکل خاصی ندارد، روزه گرفتن با این اصول درست هیچ آسیبی به جسمش نمی‌زند و گرسنگی و تشنگی به نحوی فلسفه روزه است. این صبر و گرسنگی حتی در اخلاق بچه‌ها هم تأثیر مثبتی دارد، مخصوصاً برای بچه‌های این زمانه

گزارشی درباره  
**نوسفران**  
این میهمانی مقدس



دخترم به  
روزه گرفتن  
به عنوان یک کار  
سخت افتخارآمیز  
نگاه می‌کند که  
انجام کاملش  
باعث پیروزی  
بزرگی می‌شود





من سعی می‌کنم دخترم در طول روز که روزه است را بیشتر بخوابد و شب‌ها بیدار باشد تا هم مواد غذایی و آب بیشتری را تا سحر دریافت کند و هم باعث بشود که خواب روزش بیشتر شود

دخترم سخت است. یک شب بورانی، یک شب فرنی شکلاتی. امسال از چند هفته پیش مدام سراغ ماه رمضان را می‌گرفت و می‌گفت مامان پس کی ماه رمضان می‌شود. خودم عاشق ماه رمضان‌های خانه پدری‌ام بودم. هر سال با چه شوقی منتظر ماه رمضان می‌شدیم و وقتی تمام می‌شد بسیار گریان بودیم. پدر و مادرم ما را عاشق ماه رمضان کرده بودند، با رفتارهایشان، ماه رمضان ما پر از هیجان و لذت و نور بود. برادر هم چون به تبعیت از ما از ۹ سالگی روزه گرفتن را شروع کرده بود، هر شب یک تخم مرغ شانسی هدیه می‌گرفت. تمام مدت سحر و افطار پدرم را سوار موتور می‌کرد و تا اذان در خیابان می‌چرخاند. یک دوربین عکاسی داشتم با تعداد فیلم محدود که به عکس گرفتن از من سرسفره افطار اختصاص داشت، همین تدابیر بود که باعث شد به لطف خدا از ۹ سالگی با وجود ضعف ظاهری بدنم، تمام روزه‌هایم را بگیرم.

تنها سختی باران این است که زمانی که روزه است، زمان آزاد بسیاری دارد ولی نمی‌تواند کار خاصی انجام دهد. معلم مدرسه باران هم در طول روز یک بار در گروه کلاس برای بچه‌ها صحبت‌های خوبی می‌کند و می‌گوید باعث افتخارشان هستند که توانستند بندگی کنند و کارهای خوب بیشتری انجام دهند. از ما هم می‌خواهد که حسابی بچه‌ها را تحویل بگیریم و در برنامه غذایی، خیلی هوایشان را داشته باشیم. دخترم به همراه دوستانش می‌خواهند یک شعر را به صورت فیلم از خودشان ضبط کنند و مدام در حال تمرین هستند و می‌خوانند: خوشبختی یعنی، روزه اولی باشی، عاشق علی باشی... دم معلم و مدرسه‌شان گرم.

باران عاشق چیزهای براق است، انگشتر، ریسه‌های لامپ و ستاره‌های آسمان. وقتی مادر بزرگش امسال به او گفت که قلب روزه‌دار هم مثل این چراغ‌ها، براق و نورانی می‌شود، برای روزه گرفتن مشتاق تر شده بود. همیشه به باران می‌گویم خودم وقتی کودک بودم دلم می‌خواست همه فکر کنند طاقت روزه گرفتن را دارم. موقع افطار، من سیر بودم چون من قبل از آن سراغ جعبه‌های خرما و زولبیا بامیه، رفته بودم و نصفه بود، اما هیچ‌کسی به رویم نمی‌آورد و همه می‌گفتند قبول باشد و شک هم ندارم که خدا هم با لبخندی پدران، روزه‌هایم را قبول کرد.

من سعی می‌کنم کنار دخترم یکسری از مواد اولیه غذاها را حاضر کنم. حتی برای زولبیا بامیه هم چند فیلم آموزشی دیده‌ایم و خودمان در خانه درست کرده‌ایم. قبلاً هم تمام لذت دخترم آشپزی بوده، برای همین سعی می‌کنم این روزها کمک بیشتری از دخترم بگیرم که هم احساس مفید بودن داشته باشد و یاد بگیرد و هم سرگرم بشود.

خودم وقتی روزه بر من واجب شده بود در یک روستا زندگی می‌کردیم. مادرم هم افطاری و خوراکی‌های بعد از افطار را ویژه می‌چید و هر روز یک شکلات متفاوت برایم جدا می‌گذاشت. در خانواده شلوغی که داشتیم، خوراکی‌ها با نظم و برنامه توزیع و خورده می‌شد و اگر من یک شکلات کامل را تنهایی می‌خوردم یعنی آن مناسب و اتفاق، بسیار ویژه بود. سحر که بیدار می‌شدیم، مامان و بابام به نوبت نان می‌پختند و بعد مامان، کیاب. بوی آن نان و کیاب تازه بسیار دل‌انگیز بود. ما آن زمان تلویزیون نداشتیم، اینترنت هم نبود. فقط اگر رادیو را بالای بخچال می‌گذاشتیم، با زاویه مشخصی و بانویز فراوان می‌گرفت. ولی افطاری‌هایمان فوق‌العاده بود. هر چند خانواده بانی می‌شدند و در تکیه محل افطار می‌دادند. هر روز هم به نوبت در خانه همسایه‌ها دوره قرائت قرآن بود. شب‌های احیا هم نهایت شادی ما بچه‌ها بود. نمی‌دانم چرا ولی تا سحر در تکیه محل می‌ماندیم و می‌خوابیدیم. برای سحر هم پدر و مادرهایمان با چشم‌های قرمز و براق بیدارمان می‌کردند.

یادم است که اولین ماه رمضان بعد از مکلف شدنم، کامل روزه گرفتم، با اینکه عید نوروز بود و لحظه تحویل سال، ما در مدرسه بودیم. ماه رمضان کودکی من در روستایی دور و بسیار شیرین و خوش طعم و پرهیجان گذشته بود، یک ماه تمام پرهیجان و دید و بازدید. برای همین تمام تلاش‌ها را همین است که بچه‌های خودم هم همین خاطره‌ها را همیشه بشنوند و خودشان هم همین طوری روزه‌شان را بگیرند. مادرم موقع نماز صبح در قوری استیل خانه آب را به جوش می‌آورد که من بهانه‌ای برای وضو گرفتن به خاطر سردی آب حیاط که گازکشی و آب گرم نداشتیم، نیاورم. پدر و مادر ما برای دین ما خیلی زحمت کشیدند. به نظرم ما هم باید این لذت‌ها و نگاه‌بانی از حس و حال زیبای ماه رمضان را برای کودکانمان جدی بگیریم.

دخترم من ۱۰ ساله است و از پارسال روزه می‌گیرد. ماه رمضان سال پیش کلی هدیه از طرف پدر مرحومم و خواهرم و مادرم گرفت. کلی ذوق داشت و عید فطر هم با همسرم به اسباب‌بازی‌فروشی رفت و برای اولین عید فطرش، هدیه انتخاب کرد. من کل ماه رمضان را، افطار و سحر را با نظر دخترم غذا می‌پزم و هر چیزی که بخواهد را آماده می‌کنم. سعی می‌کنم هر شب یک دسر برای سحر داشته باشم چون بیدار شدن برای سحر برای



سعی می‌کنیم گاهی سرسفره افطار کنار پنیر و فرنی یا سوپ و آش، یک خوراکی که با پنیر پیتزا درست شده باشد هم بگذاریم. چون دخترم عاشق هر غذایی است که با پنیر پیتزا درست می‌شود





با همکاری که متولد او خرد دهه هفتاد است درباره شروع ماه مبارک رمضان و تقارن آن با عید نوروز صحبت می کردم که تقارن نوروز و رمضان برای کارمندان و دانش آموزان اتفاق مبارکی است. او گفت وقتی به سن تکلیف رسیدید، ماه رمضان در تابستان بود. مادر و پدرش شرایط خاصی را برای اینکه بتوانند روزه بگیرند، فراهم می کردند. هم از لحاظ تغذیه و تقویت او، هم جنبه سرگرمی و فراهم آوردن شرایط خوب خواب.

شود چون آنزیم های گوارشی با حجم زیادی آب رقیق شدند. بهتر است مصرف آب را کم از افطار تا سحر به صورت حداقل ۶ لیوان آب تنظیم کنید.

مصرف انواع مختلف آجیل می تواند نقش مهمی در کمیت انرژی کودکان، بویژه کسانی که ضعیف هستند، ایفا کند. شما می توانید مغزهای متنوع، بادام، فندق، پسته و گردو را با کمی شکر مخلوط کرده، در سحر و افطار به فرزندانتان دهید یا آن را با شیر مخلوط کرده، یک حریره غنی از مواد مغذی و پروتئینی درست کنید. تهیه سبویک کامل و قاووت نیز می تواند در تأمین انرژی و ویتامین های لازم برای بدن روزه اولی مناسب باشد.

حتی اگر به نظرتان کودک شما ضعیف است و طاقت حداقل ۱۳ ساعت روزه داری را ندارد، به او مرتب این نکته را نگویید و او را دچار ترس از گرسنگی نکنید در عوض مدام به تقویت روانی و جسمی او بپردازید.

در طول ماه رمضان یک افطاری، دوستان روزه اولی را دعوت کنید و با کمک آنها سفره افطار را آماده کنید. در این سفره افطار غذاهای محبوب بچه ها را درست کنید تا لذت کنار هم افطار کردن را بچسبند. حالا که تعطیلات نوروز است و پدرها هم مانند بچه ها به اندازه کافی در روز استراحت دارند، قبل از افطار که ممکن است بچه ها به علت پایین آمدن قند خون کمی بد خلقی کنند، می توانند آنها را به پارک برای پیاده روی یا بازی ببرند. با بازی و سرگرم کردن آنها کمتر احتمال بی حوصلگی پیش می آید.

سپران نیز که در نوجوانی روزه اولی محسوب می شوند، تفاوت جزئی با دختران ۹ ساله دارند. نوجوان به تنهایی و اختیاری عمل بیشتری نیاز دارد. احتمالاً تا سحر بیدار و با دوستانش مشغول بازی آنلاین است. اولویت در این ماه، روزه داری را روی خوش است، در این مدت که بیشتر اعضا خانواده کنار هم هستند و هم تعطیلات و هم روزه را کنار هم می گذرانند، مدارا کردن با هم و اهمیت دادن به نیازهای کودک و نوجوان مان، احتمال تنش را در خانه کم و توان والدین را در روزه داری بیشتری کند. با توجه به تعطیلات نوروزی، رفت و آمد فامیل به منزل یکدیگر و در تکاپو بودن مادر خانواده برای تهیه افطاری و بودن پدر در خانه و فرزندانش روزه اولی، بهتر است جلسه هایی برای تقسیم وظایف در خانه داشته باشید تا همه امور منزل به دوش یک نفر و مادر خانه نیفتد.

ما یک بار به خاطر کرونا، مدت طولانی کنار یکدیگر ماندن را تمرین کردیم، یاد گرفتیم برای سرگرم کردن هم چه بازی هایی را انجام دهیم تا مسالمت آمیز کنار هم زندگی کنیم. حالا نیز با این تقارن، بیشتر از قبل کنار هم هستیم، البته افت قند و فشار خون ممکن است طاقت والدین را در مواجهه با بچه ها کم کند اما می توان با توجه به تجربه دوران کرونا برنامه ریزی کرد و با هم بودن در ماه مبارک را لذت بخش پیش برد.

خواندن قرآن کنار اعضای خانواده هم می تواند به عنوان یک فعالیت مشترک با روزه اولی منزل صورت گیرد، خصوصاً نوجوان ها. از آنها بخواهیم تا در هنگام خواندن آیات قرآن در ترجمه آن نیز تفکر کنند. برای این کار می توان قبل از شروع ماه مبارک، یک قرآن با ترجمه روان و مناسب نوجوان را انتخاب کرد تا از ابتدا سن تکلیف با تدبیر و تفکر در قرآن نیز همراه باشد.

دخترها معمولاً از ۹ سالگی و پسرها معمولاً از ۱۴ سالگی به سن تکلیف می رسند و باید روزه های خود را کامل بگیرند. علاقه به روزه گرفتن در کودکان خیلی به نحو رفتار، احساس و کلام مادر و پدر نسبت به این فریضه دینی بستگی دارد.

آنها شوق یا حرص والدینشان از انجام کار را متوجه می شوند. در آنها ابتدا احساسی نسبت به موضوع شکل می گیرد، در ادامه و بزرگسالی است که عقلانیت و استدلال را برای انجام کارها در نظر می گیرند. یک کودک تازه به سن تکلیف رسیده، دختر روزه اولی ۹ ساله مانیز با توجه به تماشای والدین و علاقه اش به زود بزرگ شدن، تمایل دارد که مانند آنها سحر از خواب بیدار شود، غذا بخورد و روزه بگیرد. حتی اگر مقدر نیست، به صورت کله گنجشکی و نصفه نیمه.

بچه ها از والدینشان تقلید می کنند. پس بهتر است ما کمتر از سختی روزه گرفتن و ناراحتی ها بگوییم و در دل بچه ها ضعف و نگرانی ایجاد نکنیم. در لحظات اذان صبح و مغرب، سحر و افطار بیان احساس داشته باشیم و ابراز کنیم که چقدر از انجام این عمل خداپسندانه و بندگی کردن احساس خوبی داریم.

در این مراحل که آماده سازی روانی نو مکلف صورت می گیرد، همزمان باید به تقویت قوا جسمانی او نیز بپردازیم. اگر شرایط در منزل مهیا است، با توجه به تعطیلات نوروزی، شب را بیدار بماند و بعد از خوردن وعده سحری بخوابد، حتماً آن را اجرایی کنید که تجربه جالب و عجیبی برای او خواهد بود، این گونه راحت تر می توانید از نظر جسمانی او تقویت و آب از دست رفته بدن را جبران کنید. می توانید اجازه دهید بعد از خواندن نماز صبح و طلوع آفتاب تا حدود وقت نماز عصر بخوابد تا انرژی کافی برای ادامه روز و روزه بودن را داشته باشد.

در این ماه نسبت به خواب و انجام تکالیف درسی سخت گیری نداشته باشید تا یک خاطره خوش از رسیدن به سن تکلیف و انجام امور دینی در ذهنش باقی بماند. از سوئی، مادرها در زمینه تغذیه آنها دقت لازم را داشته باشند و از مواد خوراکی مغذی برای بدن روزه اولی ها استفاده کنند. مصرف خرما در وعده های افطار و سحر، حلیم در وعده افطار و نوشیدنی های سنتی مثل ترکیب عرقیات کاسنی و شاتره، نعناع، سکنجبین با تخم شربتی در افطار و سحر به منظور رفع تشنگی و عطش توصیه می شود. گاهو دارای مقدار زیادی آب است و شما می توانید از شب تا صبح، برای بچه ها، یک دیس کنار بگذارید. اگر از سالاد استفاده می کنید، به یاد داشته باشید که سس ممنوع است! از آنجا که بچه ها تشنه ترمی شوند. یکی دیگر از نکات این است که به بچه ها یادآوری کنید که مصرف آب زیاد در سحر نه تنها تشنگی را در طول روز کاهش نمی دهد، بلکه می تواند باعث مشکلات گوارشی

توصیه هایی برای والدین  
روزه اولی هادر ایام نوروز

# نوروز با روزه اولی ها

الهام اسماعیلی  
نویسنده



اگر شرایط در منزل مهیا است، با توجه به تعطیلات نوروزی، شب را بیدار بماند و بعد از خوردن وعده سحری بخوابد، حتماً آن را اجرایی کنید که تجربه جالب و عجیبی برای او خواهد بود





موسیقی  
سرعت و قدرت  
یادگیری را در  
کودکان و نوجوانان  
بیشتر می کند

## زندگی در کودکی و نوجوانی با موسیقی آرام بخش ترمی شود

# اولین قدم های کودکی روی نت

علی حکیمی  
مدرس موسیقی / پیانو

امروز کودکان و نوجوانان به دنبال کشف دنیایی تازه پیرامون خود هستند. دنیایی که در آن صدایی دلنواز و موسیقی باکرامتی از آن دورها می آید، یافته های کودکان خلاق را دوچندان می کند. به نظر این نواها و موسیقی می تواند تحریک کننده عقل و هوش بچه های امروزی برای کنکاش دنیای علمی و خلاقیت های آنها باشد.

همین کودکانی که به دنبال پیشرفت و علم و آگاهی هستند، می توانند با درک موسیقی و شنیدن و یادگیری آن این تخیلات را جلا بخشیده و کشف کنند.

گوش کردن یا فراگیری موسیقی و نواها و صدا، می تواند همراه همیشگی کودکان باشد، چه از طریق رادیو و چه از طریق تلویزیون و ...

و آنان (کودکان و نوجوانان) با ابزارهای تولید موسیقی و آلات موسیقی، در حالی که آنها را همه جا به همراه دارند در معرض موسیقی قرار می گیرند. بدین ترتیب تا زمانی که موسیقی با این میزان در دسترس کودکان قرار می گیرد، بهترین کار این است که آنان تحت آموزش قرار بگیرند. نظم، انضباط و احساس پرشور درک هنرمی تواند از آموزش نت های موسیقی و سازهای موسیقی در دوران شکوفایی کودکان به دست بیاید و سرچشمه آغاز زندگی هنری این عزیزان مان باشد. نواختن یک ساز کافی است که کودک در زمینه آموزش روزمرگی و آموزش قدم های اولیه لازم زندگی را با درک بهتر و حس زیباتر تجربه کند. از بهترین نتایج تحقیقات دانشمندان و کارشناسان در عرصه خلاقیت های کودکان و فعالیت های آنان، همین بس که رشد و تقویت دو سویه مغز، رشد و تقویت تکلم و اجتماعی شدن کودک را حاصل می شود. شاد زیستن و لذت بخشیدن به فعالیت های دوران کودکی و نوجوانی می تواند با شنیدن یا فراگیری موسیقی حاصل شود و مهارت هایی را در جهت خوب قدم برداشتن در روزهای ابتدا زندگی آنان را به وجود آورد.

هیجان های دوران کودکی و مدیریت انرژی این سنین می تواند با موسیقی کنترل و سنجیده شود و کودک انرژی و طلب و گوشه گیر، افسرده و به دور از اجتماع نباشد. موسیقی حس همکاری گروهی با هم سالان خود و همراه شدن با خانواده در امور روزمرگی را برای آنان به همراه خواهد داشت.

روانشناسان برای این باورند که توجه به دوران کودکی امری ضروری است؛ این دوران، نقشی حساس در آینده کودک دارد. آنها تاکید دارند که در برنامه تربیتی و پرورشی فرزندانشان موسیقی را لحاظ کنند و با آموزش در این زمینه و نواختن سازهای این دوران، حتما در پرورش خلاقیت و شکوفاتر شدن آنها تأثیرگذار باشند. اگر به این موضوع توجه نشود، باعث وابسته شدن کودکان به اطرافیان و بزرگسالان می شود.

به طور خلاصه شده از این مقوله، این نتایج می تواند حاصل شود:

- موسیقی سرعت یادگیری را در کودکان بیشتر می کند.
- یادگیری موسیقی به کودکان کمک می کند تا مهارت هایشان در تشخیص خوب و بد در فعالیت های روزمرگی را افزایش دهد.
- فراگرفتن سازهای دوران کودکی مثل ارف و ... ارتباط مستقیم با بهره هوشی کودکان و بالا رفتن سطح درک و آگاهی آنان دارد.
- بچه هایی که موسیقی را آموزش می بینند، در حل مسائل ریاضی و علوم قوی تر عمل می کنند و از پس این امور بهتر برمی آیند.

آموزش موسیقی  
روی مهارت های  
زندگی کودکان  
اثرات خوبی دارد



# چگونه در ماه رمضان هوشمندانه تر کار کنیم، نه سخت تر

روژه گرفتن در ماه رمضان به معنای کاهش بهره‌وری نیست!

اینکه خیلی خسته شویم کارهای مهم زیادی انجام دهیم. فرقی نمی‌کند که شما در یک محیط اداری کار می‌کنید یا دورکار هستید. این ترغدها به کمک شما خواهند آمد.

## ۱ برای روزهای خود از قبل برنامه‌ریزی کنید

حفظ تمرکز گاهی اوقات می‌تواند در ماه رمضان یک چالش جدی باشد، به خصوص در انتهای روز که گرسنگی به عنوان عاملی باعث حواس پرتی می‌شود به شما غلبه می‌کند. با برنامه‌ریزی دقیق برای روزهایتان و تصمیم‌گیری زودتر از موعد برای اینکه زمان و توجه خود را روی کدام کار متمرکز کنید، بهتری می‌توانید کارهای خود را مدیریت کنید. بیشتر مردم صبح‌ها بیشترین میزان انرژی را دارند. شاید در ایام عادی سال این موضوع در مورد همه صدق نکند، اما در طول زمان روزه‌داری همه گیرتر می‌شود. بنابراین می‌تواند به عنوان یک ابزار برای برنامه‌ریزی و اولویت‌بندی استفاده شود. هنگام برنامه‌ریزی سعی کنید جلسات، تماس‌ها و سایر تعاملات بین فردی که نیاز به انرژی بالایی دارند در ساعات صبح قرار دهید. کارها و موارد با اولویت بالا را در ابتدای روز قرار دهید تا اطمینان حاصل کنید که در موارد فوری دچار مشکل نمی‌شوید. کارهای کم‌فشار، بدون چالش و جلسات غیرضروری را می‌توان در بعدازظهر که سطح انرژی، بهره‌وری و تمرکز کاهش می‌یابد، انجام داد. این اولویت‌بندی به شما کمک می‌کند از زمان خود بهترین استفاده را ببرید و نگران عدم اتمام کارهای مهم نباشید.

## ۲ به اندازه کافی بخوابید و استراحت کنید

داشتن خواب آرام و کافی در طول شب در ماه رمضان بسیار مهم است. شاید از کنار این جمله به سادگی عبور کنید و به نظراتان بدیهی باشید، ولی مهم است زیرا بسیاری از افراد در این مدت الگوهای خواب و بیداری معمول خود را تغییر می‌دهند و دیرتر می‌خوابند. حفظ ۷ تا ۸ ساعت خواب عمیق در طول شب

نوشین تقی‌لی  
نویسنده

بچه که بودم، ماه رمضان برای من چیزی شبیه به یک میهمانی بود که یک ماه ادامه داشت، دقیقاً مانند تعریفی که برای آن وجود دارد: ماه میهمانی خدا. خوشبختانه زمانی که به سن تکلیف رسیدم، ماه رمضان مقارن شده بود با زمستان و کوتاهی روزها باعث می‌شد چندان متوجه گرسنگی و بی‌حالی نشوم. طبیعتاً از صبح تا ظهر را در مدرسه می‌گذرانیدیم و بعد از برگشتن به خانه، کمتر از ۳-۴ ساعت تا افطار مانده بود که آن مدت زمان هم با نگاه کردن به تلویزیون و گاهی نوشتن تکالیف به سرعت می‌گذشت. در دوران دانشجویی اما کمی ماجرا سخت‌تر شد. ماه رمضان هم‌زمان با تیر و خرداد شد. طولانی شدن روزها و فصل امتحانات، تحمل گرسنگی و تشنگی در روزهای گرم سال را دشوارتر می‌کرد. اما بعد فارغ‌التحصیلی، اوضاع کمی سخت‌تر هم شد. سخت‌ترین ایام روزه‌داری برای من، زمانی بود که کارمند بودم. از طرفی بهار بود و بعد از اذان صبح فرصت چندانی برای خوابیدن نداشتم. از طرف دیگر بعد از اذان ظهر تا ساعت ۵ که به خانه برسم، گویی هر دقیقه یک ساعت طول می‌کشید تا بگذرد. بی‌حالی و گرسنگی و کم‌خوابی، ترکیبی ساخته بودند که عملاً بازدهی ام را به زیر ۵۰ درصد رسانده بود. هرچقدر هم ماه رمضان برایمان عزیز باشد، اما برای روزه‌داران در محیط‌های اداری یک ماه چالش‌برانگیز نیز هست. بدون دریافت غذا و نوشیدنی برای مدت زمان طولانی، بدن ما شروع به از دست دادن انرژی می‌کند. کمبود انرژی اغلب منجر به خستگی و عدم تمرکز در طول روز می‌شود. نه تنها خسته هستیم، بلکه بهره‌وری و انگیزه هم در ما کاهش پیدا می‌کند. با این حال، با چند تغییر هوشمندانه و تنظیمات استراتژیک در زمان بندی وظایف، کارها و اولویت‌هایمان، می‌توانیم قبل از



هرچقدر هم  
برابر گرسنگی  
پر طاقت باشید،  
بعد از ظهر و اوایل  
عصر می‌تواند  
سخت‌ترین  
زمان‌ها برای  
انجام کارهای  
طول روزه‌داری  
باشد



هرگز از خوردن  
سحری غافل  
نشوید. ولی  
دنبال غذاهای  
چرب و پر حجم  
مانند پلو و  
خورشت نباشید.  
به جای آن  
وعده‌های غذایی  
سالم و متوسط را  
انتخاب کنید





### ۷ برگزاری جلسات به شکل آنلاین

رفت و آمد و پیاده روی در ماه رمضان می توانند انرژی شما را کاهش دهد. در صورت امکان، به دنبال فرصت هایی باشید تا جلسات حضوری را به تماس های تلفنی یا ویدیویی تغییر دهید. اغلب اوقات، می توانید به همان اندازه جلسات حضوری کار مفید انجام دهید، بدون اینکه نیازی به استفاده از انرژی برای رفتن به یک مکان دیگر باشد.

### سخن آخر

داشتن بهره‌وری بالا و با انرژی ماندن در ماه رمضان مستلزم ترکیبی از آمادگی جسمانی و ذهنی همراه با نگرش مثبت است. مدیریت کارها، تغذیه سالم، کم‌آب نشدن بدن و خواب کافی می‌توانند به شما کمک کنند تا از وقت خود بهتر استفاده کنید و به اهداف خود برسید. وقتی نوبت به مدیریت زمان، زمان بندی و اولویت بندی کار براساس ضرب الاجل‌ها می‌رسد، ابزارها و سیستم‌های فنی زیادی در دسترس هستند که به شما کمک می‌کنند وظایف خود را مدیریت کنید تا کارها را به بهترین شکل ممکن انجام دهید. اپلیکیشن‌هایی مانند Eegenda، todoist و Trello می‌توانند برای انجام این کار به شما کمک زیادی کنند.

بیحالی تمرکز کنیم یا هر روز را به عنوان یک چالش ارزشمند ببینیم. غلبه بر چالش‌ها ما را قوی‌تر و با اعتماد به نفس‌تر می‌کند. با انتخاب تمرکز بر فواید روزه‌داری مانند افزایش معنویت، انضباط نفس و همدلی با دیگران، گذراندن روزها آسان‌تر می‌شود.

### ۶ تمرکز خود را حفظ کنید

هنگام روزه‌داری، نحوه گذراندن ساعات استراحت خود را عاقلانه انتخاب کنید. از آنجایی که چیزی نمی‌خورید یا نمی‌نوشید، انتخاب‌های زیادی دارید که در زمان استراحت نهار خود چه کاری انجام دهید. اینکه چگونه آن زمان را بگذرانید به این بستگی دارد که در آن روز چقدر احساس ضعف و خستگی می‌کنید. برخی روزها ممکن است احساس کنید انرژی بالایی برای ادامه روز دارید. در این روزها می‌توانید یک پیاده‌روی کوتاه، یک ورزش سبک، مدیتیشن، حرکات کششی یا یک بازی با همکاران خود انجام دهید. هر چیزی که انگیزه و انرژی شما را در ادامه روز حفظ کند. از طرف دیگر، اگر انرژی داشتید می‌توانید از ساعت اضافی به عنوان یک فرصت برای انجام برخی از وظایف کاری عقب افتاده استفاده کنید. همچنین می‌توانید در هنگام احساس خستگی، یک چرت کوتاه برای افزایش انرژی بزنید.

سریع انرژی هستند، باید از مصرف آنها اجتناب کرد زیرا در درازمدت منجر به کم‌آبی بدن، اختلال در هضم و خواب می‌شوند.

### ۵ از کار تیمی غافل نشوید

کارمندان که روزه می‌گیرند باید طبق معمول در ساعات کاری در محل کار حاضر شوند. اگرچه روزه نباید بهانه‌ای برای عدم انجام بهترین عملکرد در محل کار باشد، طبیعی است که احساس خستگی کنید و گاهی اوقات کمی بیش از حد افت انرژی و بازدهی داشته باشید. مهم است که در این زمان‌ها از همکاران خود خجالت نکشید و زمانی که واقعاً توان ادامه دادن کار را ندارید به آنها اطلاع دهید (البته که نباید روزه گرفتن به بهانه‌ای برای از زیر کار در رفتن تبدیل شود!). زمانی که در تلاش برای به اتمام رساندن یک کار خاص هستید یا برای انجام کارها نیاز به حمایت دارید به آنها اطلاع دهید. یک ارتباط مثبت با همکارانتان نه تنها به شما کمک می‌کند روز را راحت‌تر سپری کنید، بلکه کار تیمی و همکاری را بهبود می‌بخشد که همیشه یک امتیاز مثبت است. یک عامل مهم در این دوره، نگرش مثبت و اراده است. ما باید انتخاب کنیم چگونه هر روز را بگذرانیم. می‌توانیم روی خستگی و

برای داشتن احساس شادابی و حفظ انرژی در طول روز ضروری است.

هرچقدر هم برابر گرسنگی پرقاوت باشید، بعد از ظهر و اوایل عصر می‌تواند سخت‌ترین زمان‌ها برای انجام کارها در طول روزه‌داری باشد. بنابراین اگر این امکان برای شما وجود دارد، از چرت زدن برای شارژ کردن ذهن و بدن نترسید. براساس پژوهش‌های بنیاد ملی خواب، ۲۰ دقیقه استراحت می‌تواند به بازیابی توان ذهنی، افزایش عملکرد و افزایش ۵ برابری عملکرد حافظه کمک کند. به خصوص اگر تصمیم گرفته‌اید بعد از وعده سحری بیدار بمانید، این استراحت خیلی مفید خواهد بود. یک چرت کوتاه در اوایل بعد از ظهر به شما انرژی خوبی می‌دهد و می‌تواند به کم کردن اثرات کاهش بهره‌وری ناشی از استراحت ضعیف شبانه کمک کند.

### ۳ غذای سالم بخورید و سحری را حذف نکنید

در طول ساعات غیر روزه‌داری، از یک رژیم غذایی متعادل و مغذی استفاده کنید که شامل مقدار کافی میوه، سبزیجات، فیبر و پروتئین و همچنین کربوهیدرات باشد. این تعادل غذایی به حفظ سطح انرژی در طول روز کمک می‌کند. بهتر است از پرخوری در طول سحری و افطار پرهیز کنید زیرا می‌تواند منجر به مشکلات گوارشی، مشکلات خواب در طول شب و احساس خواب‌آلودگی یا بی‌حالی در روز شود. وعده‌های غذایی چرب و شیرین نیز همین تأثیر را دارند. اگرچه مقاومت برابر خوردن زولبیا و بامیه واقعاً دشوار است، ولی وقتی به تریش کردن معده و احساس خستگی واقف قند خون در طول روز فکر کنید، این مقاومت راحت‌تر می‌شود.

هرگز از خوردن سحری غافل نشوید. ولی دنبال غذاهای چرب و پرچگم مانند پلو و خورش نباشید. به جای آن وعده‌های غذایی سالم و متوسط را انتخاب کنید و غذاهایی را در این وعده بگنجانید که شما را برای روز پرانرژی نگه می‌دارد. جودوسر، تخم‌مرغ، مرغ و ماهی آبپز یا کباب شده و انواع سبزیجات از جمله غذاهای سالمی هستند که خوردن آنها خوب است. غذاهای غنی از فیبر و پروتئین شما را برای مدت طولانی‌تری سیر نگه می‌دارند و انرژی را به آرامی آزاد می‌کنند. این دو وعده غذایی سطح انرژی شما را مجدداً افزایش می‌دهند و به آماده شدن برای روز بعدی کمک می‌کنند. بنابراین توجه بیشتر به غذای مناسب و مواد مغذی مورد نیاز بدن شما ضروری است. حتی می‌توانید بعد از ماه رمضان نیز به این عادات غذایی خوب ادامه دهید.

### ۴ حواستان به کم‌آبی بدن باشد

مصرف مایعات فراوان در هر دو وعده از جمله آب، آب میوه‌های تازه و شیر برای جلوگیری از کم‌آبی بدن در طول روز ضروری است. نوشیدن‌های خیلی سرد که در آنها یخ است را اصلاً مصرف نکنید زیرا به دستگاه گوارش آسیب وارد می‌کند. تعدادی از بهترین نوشیدنی‌هایی که می‌توانید در وعده سحر استفاده کنید عبارتند از: آب به همراه دانه چیا، آب ولرم، شربت سکنجبین، شربت آبلیمو، شیرموز بدون شکر، شربت گلاب، شربت عسل و شربت خاکشیر.

نوشیدن آب ولرم قبل از غذا (نه در حین آن) مفید است. در حالی که نوشیدن‌های قندی و کافئین‌دار مانند نوشابه، قهوه و انرژی‌زا گزینه‌های محبوب برای افزایش

**حفظ تمرکز گاهی اوقات می‌تواند در ماه رمضان یک چالش جدی باشد، به خصوص در انتهای روز که گرسنگی به عنوان عاملی باعث حواس پرتی می‌شود به شما غلبه می‌کند**





گزارشی از چگونگی مدیریت اوضاع اقتصادی در همزمانی ماه رمضان و نوروز

# پای تورم در رمضان

می کنیم. درونش سیب زمینی نگینی می ریزیم. ماهی و گوشت و مرغ گران شده، ما هم خیلی کم می خریم. مثلاً وقتی چرخ کرده می خرم، در بسته های خیلی کوچک فریز می کنم، هر بسته تقریباً یک توپ هفت سنگ، شاید هم کوچکتر. مهم این است که پروتئین قرمز به بدن برسد، مگر بدن چقدر از آن را می تواند جذب کند؟ خودم هم مدتی است که یاد گرفته ام تن ماهی درست کنم. ماهی را تکه تکه بخارپز می کنم و استخوانش را می گیرم و در ظرف شیشه ای با روغن و آب نمک در یخچال نگه می دارم. شاید چهارماه یکبار نیاز است که بخیریم.

خیلی وقت ها به جای گوشت از سویا و گاهی هم به جای مرغ کامل، فقط چند تکه ران می خریم. اتفاقاً بچه های ما ران را بیشتر هم دوست دارند. اگر سینه مرغ داشته باشیم هم، با نصف یک سینه دمپختک درست می کنیم. نخود را هم همسرم همیشه خیس می کند و برای فلافل می پزد، که شبیه همان کتلت است. گاهی هم با نخود خام، کتلت درست می کنیم. با یک کیلو عدس می شود چند وعده عدس پلو یا عدسی درست کرد. آش هم که خیلی پربرکت است، از هر حیوانی یک مشت می ریزی ولی ۱۰ نفر را سیر می کند.

پنیر سفید را با دبه می خرم، دبه های ۱۰ کیلویی، دبه را هم زیر پله و در جای خنک نگه می داریم، پس پنیر به اندازه کافی هم پیش تر برای صبحانه و هم الان برای افطار داریم. به جای پنیرهای بسته بندی که خیلی گران درمی آید خیلی خوب است. زب را هم با دبه چهار کیلویی می خرم.

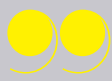
داریم به استقبال نوروز می رویم در حالی که پای سفره افطار و سحر رمضان نشسته ایم. تقارن این دو مناسبت مذهبی و ملی، بسیار مبارک و زیباست، عید در عید شده است. می دانم که ممکن است به دلیل مشکلات اقتصادی خیلی از سرها در لاک خودش باشد و ممکن است شرایط اجازه نداری ها و افطاری های کمتری دهد. مطمئناً راهکار خانواده ها مثل همیشه برای این تقارن بسیار مبارک و زیبا، شنیدنی و کاربردی است. شما چه مدیریت اقتصادی خواهید داشت که از این تقارن برای دید و بازدیدهای نوروزی و بهره مندی از ثواب افطاری دادن استفاده کنید؟ راستی، عیدتان مبارک.

آقاسید موسوی، پدر سه فرزند است، می گوید ماه رمضان برای ما شرایط بهتری است، همین که ناهار حذف می شود انگار ماه کم خرج تری نسبت به ماه های دیگر هست. با حساب و کتابی که من و همسرم در این دو سه سال اخیر داشتیم، همواره سیب زمینی خیلی ارزان تر از نخود است، کتلت یا کوکوی سیب زمینی برای همه قابل تهیه است. من سیب زمینی را ارزان می خرم، زیرا فروشندگانش درشت ها را سوا می کنند و در کیسه هایی ارزان تر می فروشند.

سیب زمینی را زیاد می خرم، معمولاً هفته ای پنج کیلو مصرف داریم. خیلی هم خوب سیر می کند و انرژی می دهد. یا حتی چند ماه است که پیاز نخریده ایم، اتفاقی هم نیفتاده است. به جا لوبیا چیتی یا لوبیا چشم بلبلی هم، لوبیا قرمز را که ارزان تر است در قرمه سبزی استفاده می کنیم. ما حتی قرمه سبزی بدون گوشت هم درست







### در این دوره می های

#### خانوادگی تعطیلات

#### باید بیشتر حواسمان به

#### مدل رابطه با همسران

#### وپدرانمان باشد، اینکه

#### تحت فشار اقتصادی

#### بیشتری قرار نگیرند

مادربزرگم می گوید پیش ترها هم رمضان و نوروز با هم افتاده بودند و شادی و غم برای همه بود، به عنوان خیرات به اصطلاح احسان آش می پختند و بین همه پخش می کردند. ماهم قرار است این شبها با بچه ها نذری نان و پنیر و سبزی خوردن تازه آماده کنیم. من به بچه هایم گفته ام که برای نذری فقط مهم این است که با قلبی پاک نیت کنند. مادرشوهرم هم هر ساله شبی از ماه مبارک را نذری شیربرنج یا فرنی می پزد. ما حتی نان بیات شده را هم دور نمی ریزیم و از آن برای ته دیگ استفاده می کنیم.

از سفره رمضان چه بگویم. برای ما غذاهای نفاخ مانند حبوبات و بادمجان به طور کل در این یک ماه باید حذف شوند چون بشدت در طول روز به معده مان آسیب می زند و برای خانواده ما حساسیت زاست. در عمل فقط گزینه گوشت و مرغ را داریم و هزینه بالاتر رفته، بار روی بار شده. فقط می توانم در چلو مرغ و چلو گوشت ها، گوشت کمتری پیزم و یاریش ریش کنم میان برنج قرار بگیرد که کمتر مصرف بشود و دیرتر، تمام. برای ماکارونی و کتلت هم از سویا استفاده می کنم.

الان دو سه سال است که آجیل عید را به اندازه خانواده چهار نفره مان می خریم، که برای ماه رمضان هم قوت بگیریم. ولی برای پذیرایی از میهمان، آجیلی نداریم. امسال به اندازه یک کاسه نخود کشمش و کمی تخمه در سفره هفت سین برای میهمان قرار داده ایم. خیلی از اطرافیان که هیچ نوع آجیلی ندارند.

این حرفها تکراری است و غرور خیلیها اجازه نمی دهد کسی متوجه بشود ولی گرانی، میهمان سفره افطار و سحر خیلی از خانواده ها شده است.

اگر بخواهیم به خانه پدر و مادر و برادر و خواهرمان برویم، چون واقعاً خودم میهمانی افطار را خیلی دوست دارم، سعی می کنیم با غذای خودمان برویم و اینطور دور هم باشیم که فشار مضاعفی بر کسی وارد نشود و سفره های افطاری مان مانند نخعی نامرئی همه را به هم وصل کند. علتش در اعماق جیب مردم است.

اما جای گرم و خرما که اولین چیزی است که دم افطار باید دست باشد در همه خانه ها هست، فقط نرخ خوردنی های هر مناسبت به بهانه افزایش تقاضا گران می شود که ما آش و حلیم و شله در ماه رمضان نمی خریم.

به نظر من شرط داشتن یک سفره خوب، فقط وفور نعمت نیست، برکت هم لازم است.

که گرانیها بیشتر شده است، ما از ابتدا میهمانی های سبک برگزار می کردیم، با سوپ و نان و پنیر.

راستش به نظرم که همیشه سبب خرید ماه رمضان با تنوع مقتصدانه خوبی دسته بندی شده است تغییر زیادی پیش نیامده که غافلگیر شوم.

از هفته های پیش هم به خاطر روزه های قضا و روزه پیشوازی که داشتم می گرفتم، بچه ها ناخودآگاه سحری را با من بیدار می شوند و سر سفره افطار کنار من غذای کامل می خورند.

از برنامه های رمضان و خانه تکانی و گردگیری مسجد و گرفتن نذری در محل خوششان می آید.

ما هم خانه را برای آمدن ماه رمضان و سال نوترین کردیم، با هروسویه ای که داشتیم یک میز قرآن و هفت سین درست کرده ایم. ماه رمضان برای خود من هم همیشه حس عجیبی داشت. دعای اللهم انی استلک... هر سحری توی سرم می پیچد.

من بدون استئنا چه میهمان داشته باشم و چه خودمان میهمان باشیم، همیشه فقط یک غذا درست می کنم. وقتی هزینه سبزی خوردن بدهم، دیگر برای رنگی شدن سفره، وسایل سالاد نمی خرم.

آن خانواده ای که سفره اش را با غذاهای رنگی پیش می برد، الان هم می برد، خانواده ای هم که با قناعت سفره پهن می کرد، همچنان قناعت، پیشه کارش است. با اینکه مدل من این است که حساب و کتاب نمی کنم و خرید گوشت با همسر هست، برای همین مدیریتش هم با خودش است.

ولی صرفه جو به حساب می آیم و آنقدر قانع هستم که دیگر به حساب و کتاب کردن فکر نمی کنم.

برای عید نوروز هم به جای خرید شیرینی و زولبیا و بامیه از بیرون، خودم در خانه یک دیس از پشت زیک کنجیدی و بهادانه و رنگینک برای میهمان ها حاضر کرده ام. راستش در خانه هر شمالی را که بزنی، این شیرینی های خانگی را دارند.

خودمان تصمیممان این است که بعد از افطارها به دیدن اقوام برویم. چون بچه ها به همان اندازه ای که عاشق ماه رمضان هستند، عاشق دید و بازدید عید هم هستند. از فردا هم که به خانه مادرشوهرم می رویم و تا ۱۰ روز آنجا کنارشان هستیم.

به نظرم در این دوره می های خانوادگی تعطیلات باید بیشتر حواسمان به مدل رابطه با همسران و پدرانمان باشد، اینکه تحت فشار اقتصادی بیشتری قرار نگیرند.

چشممان را از زندگی بقیه به مسیر زندگی خودمان بیاوریم.

حالا در هردو قشر هم باید از آجیل و شیرینی عید بگذریم و هم برای افطاری دادن در محدودیت هستیم.

فشار اقتصادی نه تنها بر سلامت جسمانی، بلکه بر سلامت روانی هم بشدت تأثیر می گذارد.

بعد اگر دیدید که یک میهمانی به یک دعوی بزرگ بین زن و شوهر هم تبدیل شده است نباید تعجب کنید.

شاید مسئولان به راحتی بگویند که ساده بگیرد ولی کسی که تا دو سال قبل جلوی میهمانش، چلو گوشت می گذاشت، امسال که نمی تواند فقط کوکوسبزی بگذارد.

دختر من مجرد است، خرج خانواده هم ندارد، خوابگاهی است، اجاره هم نمی دهد ولی هر بار برای خرید مایحتاج ضروری اش که به سوپرمارکت می رود، می گوید مامان استرس می گیرم که بقیه ماه را چطور بگذرانم.

ما قشر متوسط وارد مشکلات خیلی جدید و عجیبی شده ایم که واقعاً چاره ای هم برای حل آنها نمی بینیم.

بی رودبایستی کفگیر درآمد مردم به ته دیگ خورده است. کاش از ماهها قبل حفظ قدرت خرید مردم برای نوروز و رمضان در اهمیت بالایی قرار می گرفت.

ما مانده ایم و صبوری و خلاقیت که کیفیت زندگی را با چنگ و دندان نگه داریم.

در دعاهای ماه مبارک رمضان هر روز تکرار خواهیم کرد «اللهم غیر سوء حالنا بحسن حالک» و در دعاهای همیشگی دیگرمان در روز و شب اصرار می کنیم که «یا الله ثبت قلوبنا علی دینک»، من این دستاوردها را تا الان حفظ کرده ام، برای من اینها دستاوردهای معنوی معمولی نیستند.

کاش مشکلات کوچک دنیا و بازی های سختش ما را از حفظ کردن نشان عقب نیندازد و بتوانیم به فکر سیرکردن شکم گرسنگان هم باشیم که در این ماه چقدر چشم انتظار داریم و چقدر اعمال خیر ما در این ماه و سال مبارک، ضریب پیدا می کند.

من به عنوان کسی که با یک روحانی زندگی می کنم، از ابتدای زندگی مشترکمان قانونی داشتیم که میهمانی ها را فقط با یک نوع غذا برگزار کنیم.

همه کسانی که با ما رفت و آمد دارند این موضوع را می دانند. نه تنها امسال

بچه های ما که عاشق ماه رمضان هستند چون ما یکسری غذاها را برایشان به حالت نوستالژیک فقط در ماه رمضان درست می کنیم.

مثلاً چای کاکائو از پودر کاکائو و گلاب و شکر، گاهی هم زعفران، ابداعی همسرمان است، بچه ها خیلی دوستش دارند.

ما با درآمد کمی که داریم همچنان داریم زندگی را می گذرانیم، انواع غذاها را هم می خوریم. می گردیم ببینیم کجاها قیمت مناسب تری دارند.

همسرمان خیلی کیک خانگی درست می کند، برای همین همیشه یک دبه بزرگ آرد داریم. شکر و روغن را هم تعاونی می خریم. داشتن تدبیر اقتصادی برای زن و مرد خانه خیلی مهم است. تعدیل مخارج غذا اصلاً سخت نیست.

قبلاً گاهی شیراب، شیردان و پاچه می خریدم و در خانه می پختیم، حالا که گران شده دیگر نخردیم، ما با بچه ها صحبت کردیم که این روزها باید بیشتر مراقبت کنیم و واقعاً توانستیم با مدیریت، مخارج را تا حد امکان کاهش دهیم. سحر خیلی نزدیک است. هر چه هست عالم از ناله عشاق مبادا خالی...







گیاه کالانکوهه یک گیاه گرمسیری و گلدار از نواحی ماداگاسکار است که احتمالاً در این روزها به وفور در بازار و مغازه های گل فروشی خودنمایی می کند

آغاز فصل بهار، تجدید پیمان و دوستی انسان با طبیعت است. طراوت و شادابی بهار از آخرین روزهای اسفند، خودش را میهمان دل های ایرانیان می کند.

گیاه کالانکوهه یک گیاه گرمسیری و گلدار از نواحی ماداگاسکار است که احتمالاً در این روزها به وفور در بازار و مغازه های گل فروشی خودنمایی می کند. این گیاه همیشه سبز بوده و از خانواده ساکولنت است. خانواده ساکولنت دارای گیاهانی با ساقه یا برگ های گوشتی است که می توانند آب را در خودشان ذخیره کنند.

کالانکوهه تا ارتفاع ۳۰ سانتیمتر رشد و گسترش دارد. کالانکوهه گیاهی با برگ های تخم مرغی شکل و سبزرنگ و گوشتی است.

کالانکوهه به واسطه تنوع فراوان در رنگ گل هایش بسیار مورد توجه است. رنگ های قرمز، صورتی، نارنجی، زرد و سفید هر کدام زیبایی و جذابیت منحصر به فردی را به کالانکوهه می دهند.

گل های کالانکوهه حالت لوله ای شکل دارند و به صورت خوشه ای ظاهر می شوند. این گیاه به نور متوسط تا زیاد نیاز دارد. البته نور مستقیم خورشید برای این گیاه مضر بوده و باعث سوختن برگ های کالانکوهه است. پس اگر نگهداری این گیاه در بیرون خانه صورت می گیرد، بهتر است به این نکته توجه ویژه ای شود.

دریافت نور کم، از گل دادن گیاه جلوگیری می کند. پس برای داشتن گل های زیبا و رنگارنگ کالانکوهه، باید گیاه نور کافی دریافت کند.

کالانکوهه از آنجایی که یک ساکولنت است، پس در ساقه و برگ هایش آب ذخیره می کند و به آبیاری زیادی نیاز ندارد، مگر زمانی که خاک گلدان کاملاً خشک شود. در این صورت باید گلدان به طور کامل آبیاری شود و آب اضافی از انتهای آن خارج شود.

توجه به داشتن سوراخ های زهکش در انتهای گلدان و تعویض زیرگلدانی به حفظ و عمر بیشتر کالانکوهه کمک می کند. کالانکوهه بچه بساز خانواده ساکولنت هاست؛ پس در دمای اتاق به رشد و زندگی اش ادامه می دهد. اگرچه در مرحله گل دهی، که تقریباً این دوره از اواخر پاییز تا اوایل فصل تابستان ادامه دارد، دمای بالاتری احتیاج دارد. محدوده دمای مناسب برای کالانکوهه، تقریباً ۱۳ تا ۲۹ درجه سانتیگراد است. در فصل های زمستان و سرما و یخبندان بهتر است با ملایمت هر چه تمام گیاه را به داخل خانه هدایت کنید و حتی در کنار پنجره هایی که باد سرد از خودش عبور می دهد، هم قرار نگیرد.

کالانکوهه گیاه سختگیری در انتخاب بسترو خاک نیست. می توان از بستر مناسب برای ساکولنت یا خاک گلدان به همراه پرلیت استفاده کرد. همچنین می توان از یک لایه کمپوست جهت کمک به تغذیه گیاه استفاده کرد.

این گیاه نیاز چندانی به تغذیه کمکی ندارد. در صورت تمایل به کود دهی، بهتر است از انواع کود محلول در آب استفاده شده و در فصل بهار و تابستان در اختیار گیاه قرار گیرد.

در فصل های پاییز و زمستان گیاه در حال استراحت است و کود دهی نباید انجام شود. هرس کردن به زیبایی کالانکوهه کمک کرده و از افتادگی ساقه جلوگیری می کند. بهتر است گل و ساقه های مرده کالانکوهه حذف شده تا



دریافت نور کم، از گل دادن گیاه کالانکوهه جلوگیری می کند. پس برای داشتن گل های زیبا و رنگارنگ کالانکوهه، باید گیاه نور کافی دریافت کند

ساقه انتخاب شده باید هیچ گلی نداشته باشد تا همه انرژی آن صرف ریشه دهی شود. قلمه کالانکوهه باید دارای حداقل دو برگ باشد و محل قطع آن باید بالای گره برگ و ساقه باشد.

خاک آماده شده برای قلمه باید زهکش خوبی داشته باشد، چرا که گیاه جوان به خاک خیس نیاز ندارد. بعد از آماده سازی بستر، ساقه ها به طور ایستاده در خاک قرار می گیرند.

رطوبت عامل مورد علاقه گیاه جوان و قلمه کالانکوهه است. پس می توان با یک پلاستیک روی گلدان را پوشاند تا رطوبت مورد نیاز قلمه فراهم شود. توجه به این نکته ضروری است که باید روی این پلاستیک چند سوراخ جهت عبور جریان هوا ایجاد شود. از زمان قرار دادن قلمه در خاک تا ریشه دهی، لازم نیست برنامه آبیاری خاصی برای آن در نظر گرفت. تنها زمانی که خاک خشک شد می توان با اسپری سطح خاک را نمناک و مرطوب کرد. پس از اطمینان از ریشه دهی کامل قلمه ها، می توان این گیاه جوان را مثل یک گیاه بالغ نگهداری کرد و شرایط محیطی مناسب برای آن فراهم شود. کالانکوهه زیبایی ما، یک سری حساسیت هایی نسبت به شرایط محیطی اش دارد که در صورت تداخل یا کمبود و بیش بود یک عامل، ممکن است آسیب ببیند. کالانکوهه بسیار به دما و تغییرات آن حساس است. دمای پایین باعث نرم شدن برگ و حتی گل های آن می شود. البته این گیاه نباید از محدوده دمایی مجازش خارج شده و در دماهای خیلی بالا قرار گیرد، چرا که در این صورت هم دچار پژمردگی برگ می شود.

مشکل اتیلن، حساسیت بعدی این گیاه است. اتیلن همان چیزی است که در دود سیگار و اگزوز ماشین است. قرار گرفتن در معرض این گاز، باعث مردن گل های کالانکوهه شده یا از شکوفایی گل ها جلوگیری می کند. یکی از دلایل زرد شدن و ریزش برگ های این گیاه می تواند وجود گاز اتیلن بالا در محیط نگهداری آن باشد.

در زمان آبیاری باید دقت کرد تا آب مستقیم روی برگ ها نریزد، چرا که باکتری و قارچ ها از این محیط جهت رشد استقبال می کنند. زرد شدن رگبرگ های کالانکوهه و پیچ خوردگی برگ ها، به علت کمبود عنصر روی است. همچنین کمبود روی می تواند باعث ایجاد ساقه صاف با برگ های زیاد شود.

پوسیدگی ریشه حالتی است که ریشه در آب غوطه ور مانده و به ندرت از بین رفته و پوسیده می شود. از آنجایی که این اتفاق زمانی می افتد که آبیاری بیش از حد صورت گرفته و زهکش خاک و گلدان به درستی صورت نگرفته، پس توجه به میزان آبیاری کالانکوهه و زهکش آن مهم است.

پوسیدگی ریشه باعث زرد شدن و پژمردگی و حتی مرگ گیاه می شود. اگر گیاه گرفتار این مشکل باشد، می توان ریشه گیاه را چک کرد. باید به آرامی خاک های اطراف ریشه جدا شده و اگر حالت له شدگی یا تغییر رنگ نداشته باشد و بوی نامطبوعی ندهد، می توان آن را مجدداً در خاک جدید با زهکش بالا کشت کرد.

حضور بعضی از حشرات هم می تواند به زرد شدن برگ های کالانکوهه منجر شود. به این ترتیب شپشک آردآلود و شپشک نرم تن قهوه ای، از حشرات مکنده هستند که شیره گیاهی را می مکند و باعث ضعیف شدن گیاه می شود.



درباره گیاه کالانکوهه و شرایط نگهداری آن

## بچه بساز خانواده ساکولنت

نسرین تقی خانی

مهندس کشاورزی و مشاور نگهداری گیاهان آپارتمانی



و برای تکثیر کالانکوهه روش قلمه معمول تر است.

بهترین فصل برای قلمه زدن کالانکوهه، فصل بهار و تابستان است. برای قلمه زدن کالانکوهه باید از ساقه های بالغ و سالم انتخاب کرد.

انرژی گیاه صرف رشد گل های بیشتر شود. هرس ساقه های مرده به نوعی کالانکوهه را به گل دهی بیشتر تشویق می کند. کالانکوهه را می توان به روش های کشت بذر و قلمه تکثیر کرد. البته کشت بذر روشی معمول نیست





## آموزش یک شیرینی سنتی و قدیمی

# سوهان عسلی

فائزه صدیقی  
نویسنده

تاریخچه اولین سوهان به دوره قاجار در شهر قم نسبت داده شده و در واقع نوعی حلوا بوده است. درست است که خاستگاه اصلی سوهان شهر قم است اما در بقیه شهرهای ایران مثل اصفهان، کرمان و یزد هم از قدیم سوهان تولید می شده است. معروفترین سوهان اصفهان، سوهان عسلی است که در این آموزش یاد می گیرید. سوهان عسلی نیازی به همزن و فر نداشته، ماندگاری بالایی دارد و برای کسانی که منع مصرف کلوتن، لاکتوز و تخم مرغ دارند هم قابل مصرف است.

### سوهان عسلی یا پولکی؟

محصولی مشابه سوهان عسلی به نام پولکی وجود دارد که نباید با سوهان عسلی اشتباه بگیرید. ماده اصلی پولکی هم مثل سوهان عسلی، شکر است و برای تهیه هر دو، مواد جوشانده می شود تا به غلظت دلخواه برسد، اما پولکی در غلظت و دمای کمتری پخته می شود و به همین دلیل نازک تر و روشن تر است. پولکی زیر دندان به راحتی خرد و در دهان مثل قند آب می شود، ولی سوهان نیازی به جویدن دارد. میزان مواد (خلال بادام، کنجد و...) سوهان عسلی بسیار زیاد است ولی در پولکی از مقدار کمی مواد برای مخلوط کردن با آبنبات استفاده می شود و بیشتر طعم آبنبات در دهن احساس می شود.

### مواد لازم (همدمای محیط)

کره: ۴۰ گرم  
شکر: ۷۵ گرم  
عسل: ۷۵ گرم  
خلال بادام: ۷۵ گرم  
زعفران دم کرده غلیظ: یک قاشق چایخوری

### چند نکته در خصوص مواد اولیه

از عوامل موفقیت در شیرینی پزی، عدم تبدیل واحدها و استفاده از ابزار گفته شده در دستور پخت است، پس برای این دستور از ترازوی آشپزخانه به جای پیمانه ها استفاده کنید.

برای این دستور می توانید از کره حیوانی (کره صبحانه) یا کره گیاهی سوپرمارکتی (مارگارین) یا مخلوط هر دو استفاده کنید. دقت کنید برای این دستور، کره سنتی، کره لاکتیکی، کره کم چرب، روغن جامد و روغن صاف قابل استفاده نیستند.

به جای خلال بادام می توانید از همین مقدار کنجد، بادام زمینی یا بادام هندی استفاده کنید. مغزها نیازی به بودادن ندارند.

در این دستور می توانید از یک چهارم قاشق چایخوری زعفران پودر شده به جای زعفران دم شده استفاده کنید. اگر از زعفران دم شده استفاده می کنید این را بدانید که غلظت زعفران در دستوره های شیرینی پزی بسیار پراهمیت است، چراکه در صورت رقیق بودن، رنگ و طعم مورد نظر به محصول داده نمی شود و از آن مهم تر آب و رطوبت اضافی باعث کم شدن عمر سوهان اصلی و چسبندگی آن می شود. برای تهیه یک قاشق چایخوری زعفران غلیظ به یک چهارم قاشق چایخوری زعفران سابیده، یک قاشق چایخوری آب جوش اضافه کنید، هم بزنید، ۱۰ دقیقه روی بخار آب بگذارید و بعد استفاده کنید.

قبل از شروع کار کتری را پر از آب کرده و روی حرارت بگذارید تا زمان آماده شدن سوهان عسلی به جوش بیاید.

سوهان عسلی باید سریع بعد از آماده شدن روی صفحه دلخواه ریخته شود، پس قبل از شروع کار صفحه مورد نظر را روی میز کار قرار دهید. برای ریختن سوهان عسلی می توانید از

### ورق

تقلون (کاغذ

نسوز)، مت سیلیکونی، قالب

سیلیکونی پولکی یا سینی فلزی استفاده

کنید. اگر از سینی فلزی استفاده می کنید،

سینی را با برس قنادی و روغن مایع چرب

کنید، اما برای باقی سطوح نیازی به چرب

کردن نیست. اگر هیچ کدام را ندارید روی

یک سینی آلومینیوم فویل بکشید و روی آن

را با برس قنادی و روغن مایع چرب کنید.

برای تهیه سوهان عسلی می توانید از تابه یا

شیرجوش با جنس استیل، چدن، گرانیت

یا تقلون استفاده کنید. نکته مهم در انتخاب

ظرف، نازک نبودن آن و داشتن رنگ روشن

است. در صورت استفاده از تابه یا شیرجوش

با روکش تیره (مثلاً تقلون سیاه) امکان

تشخیص رنگ وجود ندارد و ممکن است

سوهان عسلی مزه سوختگی بگیرد.

### طرز تهیه سوهان عسلی

کره را در شیرجوش ریخته، روی حرارت متوسط پایین قرار دهید تا کاملاً آب شود، بعد شکر سفید و عسل را به کره اضافه کرده و یک دور با قاشق چوبی یا لیسک سیلیکونی هم بزنید.

نکته مهم: شما مجازید سوهان عسلی را گاهی هم بزنید، اما برای هم زدن باید از قاشق غیر فلزی (چوبی، سیلیکونی، تقلون و...) استفاده کنید. قاشق فلزی رسانای حرارت است و تغییر دما ایجاد می کند. بعد از اضافه کردن شکر و عسل و هم زدن مواد، شعله را بیشتر یعنی متوسط کنید. سوهان عسلی نوعی کارامل است و کم بودن شعله باعث ته نشین شدن شکر و عدم یکنواختی بافت سوهان می شود. بعد از چند دقیقه مواد شروع به قل زدن می کند، در این مرحله رنگ مواد عسلی است.

### نکته

مهم: در تهیه

سوهان عسلی مجاز به مدام هم

زدن نیستید چراکه هم زدن زیاد باعث افت

دمای مواد شده و روند پخت را طولانی و

سوهان عسلی را بسیار سفت و دندان شکن

می کند، همچنین زیاد هم زدن باعث به

روغن افتادن مواد می شود.

اگر دماسنج مخصوص دارید از آن استفاده

کنید، اگر نه در همین مرحله یک لیوان

را پر از آب و یخ کنید و کنار شیرجوش

بگذارید. تمام مدت بالای سر مواد باشید

و گاهی شیرجوش را بچرخانید، بعد از چند

دقیقه رنگ مواد از عسلی به قهوه ای تبدیل

می شود. حالا یک قاشق از مواد در مخلوط

آب و یخ بریزید، اگر به طور منسجم ته لیوان

رفت و بافتش کاملاً سفت و شکننده بود،

یعنی سوهان آماده است، اگر نه همچنان

ادامه دهید. اگر دماسنج دارید باید دما

۱۶۰ تا ۱۶۵ درجه سانتی گراد را نشان بدهد.

حالا خلال بادام و زعفران غلیظ را اضافه

کرده، هم بزنید و بعد ۳۰ ثانیه دیگر روی

حرارت بگذارید.

اکنون شیرجوش را روی بخار کتری بگذارید،

دقت کنید بخار آب به هیچ وجه نباید به

مواد سوهان بخورد چون باعث چسبندگی

شدن سوهان می شود. اگر از کتری

استفاده نکردید و در حین کار مواد

سفت شد، به هیچ وجه مجدداً آن را

روی حرارت مستقیم نگذارید، بلکه

روی کتری در حال جوش قرار دهید

تا مواد دوباره روان شوند، فقط دقت

کنید بخار وارد مواد نشود.

با کمک دو قاشق چایخوری روی سطح

دلخواه از مواد بریزید و بعد در صورت دلخواه روی

### سوهان

عسلی ها را با خلال

پیسته خرد شده یا بادام پرک تزئین کنید.

دقت کنید که تزئین باید درجا انجام شود

وگرنه مواد به سوهان نمی چسبند. موقع

ریختن سوهان حواستان باشد که ضخامت

سوهان عسلی ها نباید زیاد باشد. مواد را به

همان صورت روی میز کار به مدت بیست

دقیقه استراحت بدهید و بعد حتماً در ظرف

در بسته چهارقله بگذارید.

### شرایط نگهداری

سوهان عسلی در ظرف در بسته در یخچال یک

ماه ماندگاری دارد.

از اینکه این آموزش را تا انتها با من همراه

بودید از شما سپاسگزارم. امیدوارم لحظات

شیرین زندگیتان هر روز بیشتر از روز قبل

باشد.



سوهان عسلی باید سریع بعد از آماده شدن روی صفحه دلخواه ریخته شود، پس قبل از شروع کار صفحه مورد نظر را روی میز کار قرار دهید





# فناوری و رسانه

## فیلترشکن وصل، امنیت سایبری پر

سوق دادن کاربر به مصرف وی پی ان در وضعیتی ادامه دارد که هر روز در اخبار با هک شدن و حملات سایبری به گوش می رسد. فیلترشکن ها مجموعه ای از روش ها و نرم افزارهای مختلف هستند که برای عبور از فیلتر آن استفاده می شود. بعضی از فیلترشکن ها کاربرد امنیتی دارند، یعنی با عوض کردن آی پی آدرس فرد مورد نظر، جلوی هک شدن را می گیرند اما از طرفی بعضی از نرم افزارهایی که در قالب فیلترشکن عرضه می شوند، بد افزارهایی هستند که توسط مجرمان سایبری و جهت سوء استفاده از کاربران ارائه شده اند.

سایر برنامه ها و سرویس های موجود در دستگاه شما نیز داده های رمزگذاری شده یا بدون رمزگذاری را منتقل می کنند.

### رد پای کاربر ناآگاه بر جای می ماند

در مقررات حریم خصوصی سایفون همچنین اشاره شده است که «برای سرویس های رمزگذاری نشده، این امکان برای ارائه دهنده وی پی ان وجود دارد که محتوای داده های شما را ببیند، جمع آوری و اصلاح کند (به عنوان مثال، تبلیغات را به آن تزیق کند).

برای داده های رمزگذاری شده، هنوز هم برای یک وی پی ان امکان جمع آوری ابر داده درباره سایت های بازدید شده یا اقدامات انجام شده وجود دارد. همچنین باید نگران این باشید که ارائه دهنده وی پی ان شما داده های شما را با اشخاص ثالث به اشتراک می گذارد.

اما بعد از اخطارهایی که ذکر آن رفت سایفون در خصوص حفظ حریم خصوصی کاربران این نوید را داده است که «هیچ داده وی پی ان که در اینجا ذکر نشده است جمع آوری یا ذخیره نمی کنیم، محتوای داده های وی پی ان شما را تغییر نمی دهیم و هیچ گونه داده حساس یا خاص کاربر را با اشخاص ثالث به اشتراک نمی گذاریم.» سایفون چه نوع داده های کاربری را جمع آوری می کند؟

### داده های فعالیت کاربر

در حالی که دستگاه کاربر از طریق سایفون تونل می شود، اطلاعاتی در مورد نحوه استفاده از آن جمع آوری می شود و اینکه چه پروتکلی برای اتصال استفاده شده ضبط می شود، مدت زمان اتصال دستگاه، چند بایت در طول اتصال منتقل شده است و برخی از اطلاعات جغرافیایی و ISP برای برخی از دامنه ها (اما تعداد بسیار کمی و فقط آنهایی که محبوب هستند) یا آدرس های IP سرور (به عنوان مثال، سرورهای بد افزار شناخته شده) که بازدید می شوند، همچنین تعداد بایت هایی که

سایفون که یکی از موارد پر مصرف است و مانند اپلیکیشن نصب می شود، تمامی قوانین مرتبط با نشر اطلاعات را در سایت خود منتشر کرده است.

پیشتر مایک هال، بنیانگذار و رئیس شرکت فیلترشکن سایفون در گفت وگویی با بی بی سی اعلام کرده بود که: «روزانه حدود ۵ میلیون نفر به شبکه ما وصل می شوند و در شرایط اوج هم روزانه تا ۱۱.۵ میلیون کاربر را که به سایفون وصل شده اند، تجربه کرده ایم. به طور متوسط هر هفته حدود ۳۵ میلیون نفر یعنی اکثریت

بزرگسالان در ایران یک زمانی را از سایفون برای دور زدن فیلترینگ استفاده می کنند.» او البته این ادعا را هم دارد، آماری که می دهد، کاملاً مستند و شفاف و روی سامانه هایشان قابل رصد است. سایفون در سایت خود آورده که به حقوق تمام کاربران اینترنت برای حفظ حریم خصوصی اعتقاد دارد و تمام اطلاعات جمع آوری شده توسط این شرکت، از آنجایی که به کاربران مربوط می شود، قابل شناسایی نیستند.

همچنین آورده است که «هنگام استفاده از وی پی ان یا پروکسی، باید نگران این باشید که ارائه دهند هوی پی ان چه چیزی را می تواند در داده های شما ببیند، آن جمع آوری کند و با آن چه کاری انجام دهد. وقتی از وی پی ان استفاده می کنید، تمام داده ها به دستگاه شما ارسال و از طریق آن می رود. اگر از وب سایتی بازدید می کنید که از HTTP رمزگذاری نشده استفاده می کند، تمام داده های آن سایت برای وی پی ان قابل مشاهده است. اگر از وب سایتی بازدید می کنید که از HTTPS رمزگذاری شده استفاده می کند، محتوای سایت رمزگذاری شده است، اما برخی از اطلاعات سایت ممکن است برای وی پی ان قابل مشاهده باشد.

مصرف وی پی ان در کشور را نشان می دهد. با توجه به اینکه کاربر ایرانی به بسیاری از سایت ها و درگاه های مطرح خارجی نیز دسترسی ندارد، مصرف

وی پی ان برای این درگاه ها نیز باید به آمار کاربران پلتفرم ها اضافه شود. طبق آمار یکتانت، ۸۰ درصد کاربران در گروه های سنی مختلف برای ورود به شبکه های اجتماعی و پیام رسانی از وی پی ان استفاده می کنند. این باعث شده تا گردش مالی خرید و فروش وی پی ان در سال ۱۴۰۱ به یک بازار ۲۵ تا ۳۰ هزار میلیارد تومانی تبدیل شود. تمام این آمار نشان از تمایل بالای مردم به استفاده از بستری فیلترشکن دارد.

آرمان ملی نیز در گزارشی گفته است در همین حال که کمیسیون صنایع مجلس از آمار ۹۶ درصدی میزان استفاده کنندگان از فیلترشکن می گوید، آمارهای دیگری نیز این موضوع را بررسی و گزارش کرده اند. برای نمونه، بر اساس گزارش مرکز آمار، ۶۰ میلیون نفر از ایرانی ها از شبکه های اجتماعی فیلتر شده استفاده می کنند. دنیای اقتصاد نیز ۲۱ آبان ۱۴۰۲ نوشت: «برآورد مرکز پژوهش های مجلس نیز حاکی از آن است که حدود ۹۰ درصد ایرانیانی که از اینترنت استفاده می کنند، فیلترشکن پولی یا رایگان دارند.» همچنین انجمن تجارت الکترونیک تهران هم تیرماه گذشته در گزارشی که از وضعیت اینترنت منتشر شده، اعلام کرد که ۹۶ درصد مردم از فیلترشکن استفاده می کنند.

### سایفون چه اطلاعاتی از کاربر ذخیره می کند؟

مصرف قابل توجه وی پی ان ها در ایران خود به یکی از تهدیدات سایبری تبدیل شده است. تا جایی که حتی بهترین فیلترشکن ها نیز از امنیت کامل برخوردار نبوده و ممکن است اطلاعات کاربر را ذخیره و منتشر کنند. به عنوان مثال وی پی ان

بیشتر فیلترشکن ها از نوع وی پی ان هستند و VPN مخفف کلمه Virtual Private Network به معنای شبکه اختصاصی مجازی است و از یک پورت و پروتکل خاص استفاده می کند. عمده استفاده وی پی ان در دنیا برای حفظ امنیت است؛ مثلاً اگر یک کاربر یا مسئولی به خارج از کشور رفته باشد و بخواهد از آنجا با حفظ امنیت، به اینترنت بانکش و یا سرویسی در داخل ایران وارد شود، اگر به شبکه آن کشور اطمینان نداشته باشد، از وی پی ان استفاده می کند.

### وضعیت استفاده از وی پی ان توسط کاربران ایرانی

مشتریان اصلی وی پی ان ها افرادی هستند که قادر به دستیابی به سایت خاصی نبوده و مجبورند فیلتر را دور بزنند. در وضعیت فعلی بیشتر از تحقیق و پژوهش عموم مردم ایران از وی پی ان برای دور زدن سیاست فیلترینگ سه پلتفرم تلگرام، اینستاگرام و واتس آپ استفاده می کنند. از این رو که بر اساس نتایج آخرین نظرسنجی ایسپا در سال ۱۴۰۲، ۴۶/۵ درصد مردم از «اینستاگرام»، ۳۵/۳ درصد از «واتس آپ»، ۳۴/۶ درصد از «تلگرام»، ۲۵/۲ درصد از «ایتا»، ۲۴/۱ درصد از «روبویکا» و ۸/۷ درصد نیز گفته اند از «بله» استفاده می کنند. میزان استفاده از سایر پیام رسانی ها و شبکه های اجتماعی کمتر از ۷ درصد بوده است.

به گزارش ایسپا، میزان استفاده مردم از پیام رسانی ها و رسانه های اجتماعی خارجی از قبیل اینستاگرام، واتس آپ و تلگرام در دو سال اخیر با نوسان همراه بوده است، به طوری که استفاده از پیام رسانی واتس آپ از ۷۱/۱ درصد در خرداد ۱۴۰۱ به ۳۵/۳ درصد در دی ماه ۱۴۰۲ کاهش یافته است. رسانه های اجتماعی داخلی مثل روبیکا و ایتا از اسفند ۱۴۰۱ تاکنون، میزان استفاده آنها، تغییر قابل توجهی نداشته است.

این میزان کاربر در واقع درصد نسبی



**۸۰ درصد کاربران در گروه های سنی مختلف برای ورود به شبکه های اجتماعی و پیام رسانی از وی پی ان استفاده می کنند. این باعث شده تا گردش مالی خرید و فروش وی پی ان در سال ۱۴۰۱ به یک بازار ۲۵ تا ۳۰ هزار میلیارد تومانی تبدیل شود**



## زکام مجازی کاربر ایرانی

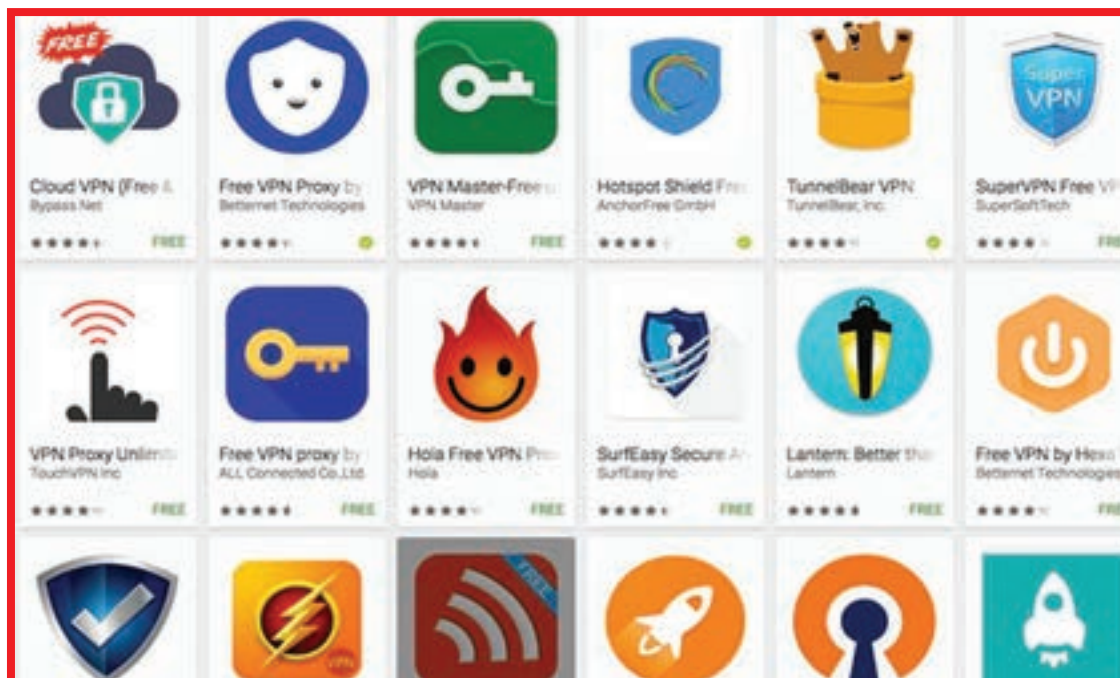
و نویسنده  
خبرنگار

دنیای مجازی بر زندگی واقعی ما سایه انداخته است. آن دوستی‌ها و رابطه‌های فیزیکی، امروز بقای چندانی ندارد و به شکل جدیدی در قالب چتی که از فیبرهای نوری و دکل‌های رادیویی منتقل می‌شود به دست مخاطب می‌رسد، اما آیا آنچه در شبکه‌های اجتماعی شکل گرفته فهم مشترک همه ماست؟

شبکه‌های اجتماعی بعد از تولد خود به ضرورت پایش محتوا و دقت در انتشار توجه نشان دادند و درست بعد از اینکه بوی آسیب‌هایی از محتواهای مخرب پیچید، قوانین و مقرراتی نوشته شد؛ موضوعی که برای کاربران ایرانی همچنان در اولویت آخر بوده و در انتشار مطالب و محتواها به ندرت کاربری با علم و سواد رفتار می‌کند. رسوب محتواهایی که مغایر عرف و فرهنگ بومی و حتی مغایر تربیت اخلاقی جامعه است، موجب شده فضای مجازی برای کاربر ایرانی دنیایی به مراتب متفاوت از واقعیت زندگی‌اش باشد.

به غیر از محتواها، اطلاعات نادرست و پروفایل‌های کاذب، موضوع جدی دیگر همان بی‌دقتی است که ویروس محتواهای نامناسب را فعال می‌کند و این سرگیجه و آبریزش اعصاب و روان، نتیجه دست به دست هم دادن در تولید، بازتولید و بازنشر محتواهای نامناسب است. اما محتوای نامناسب چیست؟ گروهی بر این باورند که فلسفه وجودی شبکه اجتماعی و رسانه یعنی تولید آزادانه محتوا. در مقابل زمانی که از همان گروه سؤال می‌شود آیا حاضرند خانواده و فرزندانشان فلان ویدیو و تصویر را ببینند پاسخشان منفی است. حتی در کشورهای غربی که تصور می‌شود آزادی رسانه بیشتر است، افراد در انتخاب محتوا دقت کرده و مطابق نیاز خود رژیم مصرفشان را می‌بندند. در چنین شرایطی باید گفت فضای مجازی فهم مشترک همه ماست و اگر چهار سرگیجه‌ایم و در همه‌موضوعات قلابی و دست‌اندازها گرفتار شده‌ایم و حتی سبک زندگی را به هیچ‌بخته‌ایم به دلیل همان بی‌دقتی‌هاست.

لایک کردن هر آنچه می‌بینیم و برده‌وار کامنت گذاشتن زیر هر پستی و بی‌تدبیر بازنشر کردن هر محتوایی، برآیند ضعف سواد رسانه‌ای ماست و اینکه هنوز مصرف درست را نمی‌دانیم و در مجازی فضایی ساخته‌ایم که با دنیای واقعی و حتی با خود ما آنچه می‌خواستیم زمین تا آسمان فرق دارد.



اطلاعات کشورهای را که فقط چند کاربر سایفون در روز دارند به اشتراک نمی‌گذاریم. ما مطمئن می‌شویم که داده‌ها ناشناس هستند. ما همچنین هرگز اطلاعات مربوط به دامنه را با اشخاص ثالث به اشتراک نمی‌گذاریم. نمونه‌ای از داده‌های انبوه قابل اشتراک گذاری ممکن است این باشد: در یک روز خاص، ۵۰۰ نفر از شهر نیویورک متصل شدند و در مجموع ۸۰۰ گیگابایت انتقال دادند. نمونه‌ای از داده‌هایی که قابل اشتراک گذاری نیستند: در یک روز خاص، دو نفر از لس‌آنجلس وصل شدند. این افراد در آمار کل ایالات متحده گنجانده می‌شوند، اما تعداد افراد کمی است که بتوان به‌طور ناشناس داده‌های شهر را به اشتراک گذاشت.

نرخ استفاده از فیلترشکن در حالی روبه افزایش است که کاربران بی‌محابا نسبت به مصرف آن اقدام کرده و حتی هزینه‌های قابل توجهی برای تهیه فیلترشکن پرداخت می‌کنند. این در حالی است که سیاست فیلترینگ نه تنها نتوانسته کاربران ایرانی شبکه‌های اجتماعی را کاهش دهد بلکه کاربر را به سمت در دسترس قرار دادن اطلاعات محرمانه خود سوق داده است.

### داده‌های جمع شده

داده‌ها با گرفتن بسیاری از داده‌های حساس فعالیت کاربر و ترکیب آن‌ها با یکدیگر برای تشکیل داده‌های آماری درشتی که دیگر مختص کاربر نیست، «تجمیع می‌شوند». پس از تجمیع، داده‌های فعالیت کاربر حذف می‌شود.

نمونه‌ای از داده‌های جمع‌آوری شده ممکن است این باشد: در یک روز خاص، ۲۵۰ نفر از شهر نیویورک با استفاده از Comcast متصل شدند و ۲۰۰ گیگابایت از youtube.com و در کل ۵۰۰ گیگابایت انتقال دادند.

در خصوص داده‌های جمع‌آوری شده نیز سایفون مدعی است «بسیار کمتر از داده‌های فعالیت حساس هستند، اما همچنان با آن‌ها به عنوان بالقوه حساس برخورد می‌شود و آن‌ها را به این شکل به اشتراک نمی‌گذاریم.»

### داده‌های جمع شده قابل اشتراک‌گذاری

سایفون اعلام کرده است که هنگام به اشتراک‌گذاری داده‌های انبوه با اشخاص ثالث، ما مطمئن می‌شویم که داده‌ها را نمی‌توان با منابع دیگر ترکیب کرد تا هویت کاربر را آشکار کند. به عنوان مثال، ما

به آن منتقل شده است.

در استفاده از سایفون احتمالاً شما نیز با این تجربه مواجه شده‌اید که از شما آدرس موقعیت جغرافیایی‌تان درخواست می‌شود و در غیر این صورت نمی‌توانید به فیلترشکن متصل شوید. شهر، کشور و ISP کاربر از آدرس IP کاربر مشتق شده است. هر چند سایفون در سایت خود اعلام کرده که این سؤال به صورت اختیاری است و آدرس IP بلافاصله حذف می‌شود. اما در واقعیت کاربر نمی‌تواند بدون اعلام موقعیت مکانی خود به وی‌پی‌ان متصل شود.

نمونه‌ای از داده‌های فعالیت کاربر ممکن است این باشد: در یک زمان مشخص، کاربر از شهر نیویورک با استفاده از Comcast متصل شد و ۱۰۰ مگابایت از youtube.com و در مجموع ۳۰۰ مگابایت انتقال داد.

سایفون مدعی است که «داده‌های فعالیت کاربر را حساس‌ترین دسته داده‌ها در نظر می‌گیرد و هرگز و هرگز این داده‌ها را با اشخاص ثالث به اشتراک نمی‌گذارد. داده‌های فعالیت کاربر را حداکثر تا ۹۰ روز نگه می‌دارد و سپس آن‌ها را جمع‌آوری و حذف می‌کند. پشتیبان‌گیری از آن داده‌ها برای مدت زمان معقولی نگهداری می‌شود.»





# فرااتهران

روایتی از نماهنگ برای شهید سلیمانی

## سوز غم «سردارم»

شد این نماهنگ تولید شود، (در طول چند سال اخیر بالای ۲۰ نماهنگ را کارگردانی و تولید نموده‌ام) و با توجه به همه‌های رسانه‌ای که در اذهان عمومی و تصویرسازی‌های غلطی که دشمن از مردم غیور، ولایتمدار، مؤمن، متدین و با اصل و نسب قوم بختیاری ایجاد کرده بود باعث شد اهمیت این کار دوچندان گردد.

این محتوا به مخاطب این نکته را یادآوری می‌کند که بختیاری حقیقی و بختیاری واقعی این جوانان و آینده‌سازانی هستند که با افتخار مسیر سرداران شهیدشان را ادامه خواهند داد.

وی در خصوص تجربیات تولید این نماهنگ و پیامی که به مخاطب انتقال می‌دهد، متذکر شد: از جدی‌ترین و به یادماندنی‌ترین تجربیاتی که مادر تولید این نماهنگ داشتیم همراهی و غیرت و شور و نشاطی بود که این بچه‌ها در مراحل تولید داشتند این همه شور و اشتیاق برای ما بسیار جذاب بود و با وجود اینکه گاهی عوامل بزرگسال خسته می‌شدند لیکن جوان‌ها، نوجوانان و کودکانی که همراه ما بودند با انگیزه مضاعف زیر آفتاب و در هوای نامطلوب ما را همراهی و ساعت‌ها سرپا ایستادند و مقاومت کردند و گویا حضورشان در این نماهنگ میدان مبارزه آنها بود؛ مخاطبان و دیگر اقشار مختلف جامعه، تا حقیقت این قومیت را از زبان آینده‌سازان این قوم بهتر بشناسند و بدانند که جوانان باصفای این منطقه و این قومیت همیشه پای آرمان‌هایشان در سخت‌ترین شرایط ایستاده‌اند.

### پیام ما، پایبندی به ارزش‌ها

این کارگردان معتقد است پایه و اساس نماهنگ سردارم این پیام را به مخاطب می‌رساند که سردار سلیمانی همچون دیگر شهیدان این خطه به ارزش‌ها پایبند بود. موضوعات بسیار متعدد دیگری نیز وجود دارد، به خصوص در حوزه‌های اجتماعی که متأسفانه بخش‌های مختلفی از مبانی اصیل این قوم تحت الشعاع تبلیغات سوء دشمن قرار گرفته است و در نظر داریم با موضوع پوشش و حجاب در قوم بختیاری کارهایی را تولید کنیم.

وی در خصوص انتخاب هادی احمدی نیز تصریح کرد: هادی احمدی به عنوان یک جوان مستعد در برنامه عصر جدید حضور داشت و با شناختی که من از هشت سالگی از ایشان دارم این قید پایبندی به ارزش‌ها در تولیدات و آثارش موج می‌زد. این موضوع باعث شد که با افتخار برای حمایت از این هنرآمو کام بردارم و در آینده کارهای بهتر و قوی‌تری از ایشان خواهیم دید. مهدی پور محل تولید این اثر را این‌طور عنوان کرد که آهنگ‌سازی کار، توسط علی هاشمی و تصویربرداری و تدوین اثر را مسیح بیگدلی انجام داده است. این نماهنگ در سه نقطه با حضور ۱۲۰ نفر از جوانان و نوجوانانی که با لباس بختیاری بودند تصویربرداری شد.

نخستین تصویربرداری این نماهنگ در تپه شهدای گمنام شهرستان ایذه، دومین تصویربرداری در «اشکفت سلمان» که به عنوان یک مکان معنوی، باستانی و تاریخی در شهرستان ایذه می‌باشد انجام شد و مکان سوم تصویربرداری در منطقه گردشگری تقریچی «آرپناه شهرستان لالی» ضبط شده که نمای سیاه چادرهای محلی متعلق به آن منطقه است.



الهی که جان دادن در این مسیر همان جان دادن در مسیر حق و حقیقتی است که حضرت سیدالشهدا علیه‌السلام در این راه جانشان را فدا کردند.

وی اضافه کرد: طبیعتاً آنهایی که این مسیر را دنبال می‌کنند و در این مسیر جان فشانی می‌کنند چه آنهایی که پایه و اساس این مسیر را تشکیل دادند و چه آنهایی که رهرو این مسیر هستند همه برای ما ارزشمندند.

به گفته مهدی پور نماهنگ سردارم از اینجا شروع شد که تصمیم گرفتیم این پیام زیبایی که آقای احمدی در برنامه عصر جدید به مخاطب منتقل کرده بودند، در قالب یک سرود عرضه شود به صورتی که جوانان و نوجوانان مختلف قوم بختیاری یک سرود را زمزمه کنند و این پیام یک پیام همگانی از جانب آینده‌داران این قوم و این مملکت خطاب به مخاطبان داخلی و خارجی باشد که اعتقاد راسخ و حقیقی این قوم، ادامه دادن مسیر این سرداران بزرگوار است.

وی تصریح کرد: ایده اولیه این کار را با مدیریت حوزه هنری استان خوزستان مطرح کردم، ایشان با توجه ویژه و استقبال بسیار خوب پذیرفتند که این کار را حمایت و پشتیبانی کنند و با حمایت مشترک حوزه هنری و اداره کل ارشاد استان خوزستان این نماهنگ مراحل تولیدی را طی کرد. فارغ از مباحث و حمایت‌های مالی از لحاظ میدانی هم بچه‌های مسجدی و جوانان و نوجوانان شهرستان ایذه چه آنهایی که روبه‌روی دوربین قرار گرفتند و چه بخشی از عوامل که پشت صحنه، ما را حمایت کردند قطعاً در تولید این اثر نقش جدی و مؤثری داشتند.

به گفته این کارگردان، مهم‌ترین عاملی که باعث

جامعه، توانایی خلق آثاری را دارند که در دل افراد قرار می‌گیرد و آنها را به هم پیوند می‌دهد.

«نماهنگ سردارم» نشان داد که در میان همه چالش‌ها و مشکلات، هنرمی توان راهی برای ارتباط و اتحاد ایجاد کند و جامعه را به سمت پیشرفت هدایت نماید.

در این میان گفت‌وگویی با کارگردان این اثر داشتیم. تا از ایده و هدف تولید این اثر هنری فاخر به ما بگوید.

### مشارکت پرشور جوانان بختیاری

مجتبی مهدی پور، کارگردان نماهنگ سردارم گفت: با توجه به اینکه سردار سلیمانی یک نسب لرحم داشت و ایشان هم با دستخط خودشان نوشته بودند که «با افتخار من نسب لرحم» بین سردار سلیمانی و سردار علیمردان خان بختیاری یک ارتباط وجود دارد و بالاخره این ایده بعد از اجرا در صحنه عصر جدید مورد توجه بسیاری از مردم قرار گرفت و بخصوص در مناطق بختیاری واکنش‌های بسیار مثبتی داشت.

بعد از آن اجرا، نماهنگ سردارم را در قالب یک نماهنگ اختصاصی از زبان جمع کثیری از جوانان و نوجوانان قوم بختیاری در لباس و پوشش اصیل این قوم به نمایش گذاشتیم. سعی کردیم در این کار با یک زاویه نگاه جدید و متفاوت‌تر اعتقادات راسخ و ارادت این قوم به ارزش‌ها و سرداران دفاع از کبان اسلامی را به نمایش بگذاریم.

مهدی پور در خصوص شروع این ایده گفت: ایده این کار در واقع در شعر و ملودی کار مشخص است که همان ادامه مسیر سردار شهید علیمردان خان بختیاری از سرداران شهید مشروطه و مسیری که سردار سلیمانی در ادامه آن شهید شد و آن هم راهی نیست جز مسیر احیای امراهل بیت و احیای معارف دین و ارزش‌های

فاطمه کاظمی

نویسنده



در سایه آفتابی شهر ایذه در دیاری پراز فرهنگ و هنر، نماهنگ «سردارم» به بهانه بزرگداشت سردار حاج قاسم سلیمانی با همراهی جوانان مستعد و عاشق هنر و ادب، شور و نشاطی خاص خلق کرد.

این نماهنگ، در قالب یک اجرای زنده، در برنامه عصر جدید به اجرا درآمد. هادی احمدی، در این برنامه با حرکتی هنرمندانه در آغاز برنامه با شعر زیبایی از «سیروس بدایعی»، شاعری از شهرستان ایذه که از همشهریان آقاهادی بود، این چنین با صدای غم‌سوزش شروع کرد.

«شیرزرد من، حاج قاسم/ سردار بی باک شب و روز جنگ می‌کند/ به عشق این خاک دشمن‌های کافر را/ زمین گیر کرده است مثل برادرش/ علی مردان/ مثل شیر می‌جنگد»

شعری که انتخاب شده، شعری است که با موسیقی و محتوا، پیوندی زیبا ایجاد کرده بود. از یک سو به یادشدهای و الامقامی که در راه حفظ اعتلای مردم و آزادی کشور به شهادت رسیدند و از سوی دیگر به یاد سردار علیمردان خان بختیاری، الگویی از شهامت و بزرگواری می‌پردازد.

در نماهنگ سردارم، نقش هنر و ادب به عنوان نیرویی انکارناپذیر در ایجاد ارتباطات عمیق و پایدار درون جامعه، به خوبی مشهود بود.

نماهنگ سردارم، نمادی از همزیستی میان روح و هنر است. این هماهنگی نشان می‌دهد که هنر و هنرمندان، با قدرت، خلاقیت و متأثر از نیازهای روحی





نگاهی به نمایش «شیزوفرنی»

## دور از ایده آل نزدیک به متلاشی

نمایش «شیزوفرنی» به کارگردانی، نویسندگی و طراحی حامد رحیمی نصر، پیام هنر متعالی تئاتر را در پیشگاه فروش بالای خود ذبح کرد.

سالن پردیس شهرزاد مملو از افرادی است که شنیده اند اجرای «شیزوفرنی» پرفروش شده و حالا می خواهند از دلیل آن سر در بیاورند. موضوعی که اصل ماجرای درام در فضای نمایشی این روزهای ما شده است و به نظر می رسد اگر بزرگان هنر نمایشی و فرهیختگان و همچنین اصحاب رسانه در مقابل یورش بی اخلاقی مقاومت نکنند، هنری فاخر از دست می رود.

شیزوفرنی که مطابق اظهارات کارگردان تنها یک اسم است که می بایست لاجرم بر نمایشنامه گذاشته شود، این تصور را به وجود می آورد که مخاطب با گروهی از بیماران شیزو و دنیای آنها مواجه خواهد شد و یا از زبان آنها نا شنیده ها را خواهد شنید. تصویری که روان درمان های متعددی را به دیدن این نمایش ترغیب کرده است اما در نهایت با ذهنی خالی و خسته و متشنج به حال خود رهایشان می کند.

### داستانی که روایت دارد اما پیام ندارد

به اعتقاد نویسنده و کارگردان حتی «اسم این نمایش می توانست هر چیزی باشد اما ما باید بدانیم که این نام اهمیت چندانی ندارد آنچه رخ می دهد حائز اهمیت است. بر این باور هستیم هر آن که ما دست از رؤیای باقی و ذهنیت مان برداریم، لحظه ای است که عملاً در جهانی که در آن سیر می کنیم کاری برای انجام دادن نداریم. انسانی که دست از ذهنیت و رؤیا بردارد با یک سنگ هیچ تفاوتی ندارد؛ ما آدمیم که ذهنیت و رؤیا داشته باشیم.»

سیالیته ذهن و سپرو سفری که می تواند آدمی را از چارچوب ها و حصارهای زندگی روزمره بیرون بکشد، در اثر رحیمی نصر هدف خاصی را دنبال نمی کند. نمایش از درون مایه طنز کوچکی آغاز می شود و در ادامه تمامی فضای آن، به طنزی بی پرده و نگران کننده از گفت و گوهای دو بیمار یا شخصیت های خیالی خود می انجامد. بسیاری از ارزش ها به سخره گرفته می شود و موضوعات موازی بی ربطی در طول این گفت و گوها بیشتر به بزرگ ماجرامی ماند. کسی نمی داند چرا زنی دوبار لباس عوض می کند و سماع می کند و کسی نمی داند که چرا با وجود تأکید کارگردان در بومی سازی آثار هنری، برک دنس به اجرا درمی آید.

چرا اجرا با تأخیر و با کنسرت واره ای از عوامل موسیقی نمایش شروع می شود و چرا موسیقی و آواز انتخاب شده برای این اثر، آش شله قلمکاری از موسیقی ایرانی و اروپایی است و به نوعی خواننده و نوازنده هر چه دل تنگ شان می خواهد، می گویند.

کارگردان، نه تنها از ترس و وحشت ذهن پیچیده شیزوفرنی ها می کاهد بلکه آنها را آدم های مضحکی که باید به کارهایشان خندید، تبدیل می کند. در نهایت ما نه می دانیم که تجربه زیست ۷۰ دقیقه ای با بازیگران شیزوفرنی چه به ما آموخته و نه می دانیم که جز انفجار خنده ها از صحبت های بی پرده و مأیوس کننده بازیگران چه تربیتی به چشم ها و گوش هایمان داده است.

### روایت طنز یا لودگی

کارگردان نمایش شیزوفرنی پیش از این اعلام کرده است که «شاید ما یک سری دایره وازگان را تعریف می کنیم تا بخواهیم دسته بندی

کارها را مشخص کنیم اما این نمایش به دسته بندی گروتسک نزدیک می شود. آنجایی که درام مخاطب را بین خنده و گریه معلق نگه می دارد و در نهایت او را محکوم به تفکر می کند. اگر این تعریف را برای گروتسک در نظر بگیریم، قطع به یقین نقطه جذاب هنرهای دراماتیک برای من است.»

رحیمی نصر درباره شیوه اجرایی نمایش گفته است: «قطعاً سبک رئال را دوست ندارم؛ رئال فضای پراز رخوتی است که هر روز آن را تجربه می کنیم. من سفر ذهنم را دوست دارم و می خواهم بدانم در ذهنم چه اتفاقی رخ می دهد.»

وی تأکید کرد: «زمانی که ما متون خارجی گروتسک را در ایران روی صحنه می آوریم به دلیل آنکه مخاطب ایرانی در آن فضای زیست نکرده و انسان ها را نمی شناسد و همچنین نوع آداب، پوشش و... برایش غریب است؛ آن نوع گروتسک را نمی پذیرد اما زمانی که هنرمند از دل جامعه خود گروتسک را خارج کند، مردم به آن علاقه مند خواهند شد. اگر بخواهیم از دل جامعه، سخن مان را بیان کنیم، ذهن، به خودی خود فصل مشترک ها را پیدا می کند. به همین علت کار کردن در این سبک به هیچ عنوان برای من ترسناک نبوده و نیست و همواره کار می کنم تا تجربه و رشد کنم.»

اما گروتسکی که کارگردان این نمایش از آن می گوید در لغت به معنی عجیب پردازی و نوعی از طنز در ادبیات و هنر است که بسیار به طنز سیاه شباهت دارد ولی دارای تفاوت هایی با آن نیز هست. در لغت هر چیز تحریف شده، زشت، غیرعادی، خیالی یا باورنکردنی را «عجیب پردازی/گروتسک» یا «صُورٌ عجیب یا عجیب و غریب» می گویند.

هر چند به نظر می رسد که گروتسک دوستی کارگردان باید درون مایه غنی در این اثر نمایشی به جای می گذاشت اما اغلب مخاطبان بیشتر از طنز سیاه، لودگی را لمس کرده و با ناامیدی سالن را ترک می کنند.

### سوژه قربانی کارگردان یا تماشاگر

تئاتر هنر فرهیختگان است اما نه به منزله خط خوردن عموم مردم. بلکه این هنرمی تواند فرهیختگی را در جامعه بارور سازد. در چند سال گذشته پرفروش شدن آثاری که رنگ ابتذال و لودگی به خود زده اند و جامعه ایرانی را جامعه ای فاقد فکر، فاقد اندیشه و صرفاً در جست و جوی تفریحات دم دستی تصویر می کنند، این نگرانی را به وجود آورده است که آیا این خوراک توقع مخاطب است یا ماهیگیری از آب گل آلود تولیدکننده و سازنده آثار هنری؟

این موضوع نه تنها در تئاتر بلکه در هنرهای نمایشی نیز لمس شده، در حالی که سوژه های مورد توجه کارگردان ها می توانسته بسیار فاخرتر ارائه شود.

افزودن لعاب رقص و آواز بانوان، توهین های غیراخلاقی، دیالوگ هایی که بی شک پدر و مادرها تمایل ندارند فرزندان شان بشنوند و لعاب و بزرگ دستاویزهای جدید گیشه است و در کمال تأسف، همین دستاویزها بسیاری را به تماشای اثری نازل تشویق می کند.

در چنین آثاری، توهین اصلی متوجه مخاطب است و در عین حال، سازنده اثر هنری نیز مبرا از ملغمه تاریک حاصل از بی اخلاقی رایج در اثر هنری نیست. کمندی است به گردن جامعه و روز به روز جایگاه مخاطب و جایگاه اثر هنری را تنزل می دهد. آیا فروش در گیشه می تواند بعداً اثرات سوء تربیتی چنین آثاری را جبران کند؟



نمایش «شیزوفرنی» به کارگردانی، نویسندگی و طراحی حامد رحیمی نصر، پیام هنر متعالی تئاتر را در پیشگاه فروش بالای خود ذبح کرد



نگاهی به حواشی لغو کنسرت علیرضا قربانی در اصفهان

# تهران آزاد، شهرستان ممنوع!



مریم اسدزاده

نویسنده و پژوهشگر

در هفته گذشته بارها شاهد خبر لغو کنسرت علیرضا قربانی در اصفهان و تأیید اجرای کنسرت از طرف وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی بودیم.

البته سرانجام این کنسرت برگزار شد اما این عدم هماهنگی چرا به وجود آمد و آیا تبعاتی خواهد داشت یا خیر را بعد از خواندن این مطلب به عهده قضاوت شما می گذاریم.

زمانی که مردم، آماده برای حضور در کنسرت علیرضا قربانی بودند، فضای مجازی با خبر لغو کنسرت این خواننده پر شده بود اما این خبر از کجا آمده بود؟

ما چرا از این قرار است که ستاد امر به معروف و نهی از منکر استان اصفهان بیانیه‌ای را از قول دبیر ستاد امر به معروف این استان درباره لغو کنسرت علیرضا قربانی در فضای مجازی قرار داد. بخشی از محتوای این بیانیه در ادامه می‌آید:

نوشت: «برای بار سوم کنسرت علیرضا قربانی لغو شد.» صدای امریکا هم که خوراک خبری یافته بود، تیت‌رزد: «بیانیه نویسی ستاد امر به معروف» اصفهان، احتمال لغو دوباره کنسرت علیرضا قربانی را افزایش داد.»

بی بی سی فارسی هم نوشت: «حمله ستاد امر به معروف اصفهان به وزارت ارشاد بر سر یک کنسرت.»

آنچه از تیت‌رهای رسانه‌های معاند در نوع پرداختن به این موضوع مشخص می‌شود این است که چونگی مسأله لغو کنسرت در روز ۱۴ اسفند ماه بزرگ‌نمایی شده و هماهنگی دستگاه‌های اجرایی و عدم توجه به قانون مسأله آنها نبوده و بیشتر روی مسائل شرعی و بردن موضوع به سمت دگماتیست نشان دادن متولیان ستاد امر به معروف و هجمه به نظر علما بوده تا دین را مورد خدشه و به تبع آن چهره نظام جمهوری اسلامی ایران را مخدوش کنند.

**باز خورد مثبت و منفی خوانندگان و اهالی موسیقی**

اما باز خورد درست برخی از خوانندگان و قبل از همه شخص علیرضا قربانی در شب اول اجرای کنسرتش در اصفهان باعث شد نقشه رسانه‌های بیگانه نقش بر آب شود. در این میان می‌توان از همراهی مثبت خوانندگانی

«بحث آوردن نوازنده زن طبق فتوای علما اگر امکان مفسده باشد نباید صورت بگیرد چرا که ترویج موسیقی و الگوسازی نوازندگی بنا به حکم شرع جایز نیست.

توصیه به عوامل اجرایی به همین شکل بوده است. ما پذیرای آقای قربانی هستیم و برای ایشان احترام ویژه قائلیم.

از خودشان برای اجرای برنامه دعوت می‌کنیم، اما با توجه به نظر علما اصفهان، این اجرا باید با رعایت اقتضای ارزش‌های اصفهان برگزار شود و در ادامه پس از توضیحاتی گفته‌اند:

باز یادآور می‌شوم اصفهان آمادگی دارد جشن پیروزی مردم عزیز را در انتخابات با حضور خواننده خوب‌مان آقای قربانی برگزار کند البته با رعایت اقتضات ارزشی این شهر شهید پرور.

به امید بازگشت وزارت ارشاد موسیقی و سلبریتی به وزارت ارشاد اسلامی و ارزشی.»

اینکه موضوعی در تهران آزاد و بی‌مسأله است و در شهرستان‌ها باعث ممنوعیت می‌شود، تفاوت فرهنگی بین پایتخت با کل کشور را اثبات می‌کند.

**ضریب دادن رسانه‌های غربی**  
رادیو فردا با شروع شایعات درباره لغو کنسرت علیرضا قربانی در روز ۱۴ اسفند ماه، بدون اشاره به اینکه نوبت قبلی که کنسرت قربانی در اصفهان اجرا نشد پاییز امسال بوده و دلایلی دیگر داشته است،

نظام اسلامی سخن گفت و با بهانه دفاع از قربانی، نظرات گذشته خودش را تکرار کرد.

اما محمد علیزاده در کنسرت خود روی استیج درباره ماجرای لغو کنسرت اصفهان گفت: «به محبت وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی این کنسرت برگزار می‌شود. من هم انتقاداتی دارم و البته که گل بی‌عیب خداست اما از وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی تشکر می‌کنم که پای تک‌تک ما ایستاده و برای ما می‌جنگد و با جنگش ما را روی استیج می‌آورد... ممنونم آقای اسماعیلی!» او هم واکنشی به این مطلب داشت اما برعکس همکار خود باعث آرامش فضا بود و از اقدام درست دولت سخن گفت.

اما پیروز ارجمند موسیقیدان با سابقه کشورمان که خودش زمانی مدیرکل دفتر موسیقی ارشاد بوده و با این مشکل دست و پنجه نرم کرده بوده، در این باره در مصاحبه‌ای توضیحات کاملی می‌دهد که مسأله را کاملاً روشن می‌کند. وی بیان داشت: «در کشوری که سابقه نوازندگی زنان و همچنین هنرستان‌های موسیقی برای دختران وجود دارد و از سویی در قانون ممنوعیتی برای فعالیت موسیقی زنان با رعایت اصول و چهارچوب‌ها وجود ندارد به وجود آمدن چنین اتفاقاتی آن هم برای اجرای موسیقی اصیل ایرانی شایسته نیست و ضرورت بازنگری دقیق بر قانون وجود دارد تا از اعمال سلاقی شخصی و گروهی جلوگیری شود.»

صحنه کنسرت باشد. درود به شرف علیرضا قربانی که پای عهدی که با نوازنده‌های خود بسته بود، ماند.» او هم بر آتش ایجاد تنش با زیرمتن زن، زندگی، آزادی دمید و در راستای رسانه‌های غربی برای هجمه به

چون محمد علیزاده و واکنش‌های منفی خوانندگانی چون رضا صادقی مصداق آورد؛ رضا صادقی در واکنش به حواشی پیش آمده برای کنسرت علیرضا قربانی گفت: «نباید هیچ بهانه‌ای برای حذف خانم‌ها از

**پیروز ارجمند موسیقیدان با سابقه کشورمان که خودش زمانی مدیرکل دفتر موسیقی ارشاد بوده و با این مشکل دست و پنجه نرم کرده بوده، در این باره در مصاحبه‌ای توضیحات کاملی می‌دهد که مسأله را کاملاً روشن می‌کند.**

**وی بیان داشت: «در کشوری که سابقه نوازندگی زنان و همچنین هنرستان‌های موسیقی برای دختران وجود دارد و از سویی در قانون ممنوعیتی برای فعالیت موسیقی زنان با رعایت اصول و چهارچوب‌ها وجود ندارد به وجود آمدن چنین اتفاقاتی آن هم برای اجرای موسیقی اصیل ایرانی شایسته نیست و ضرورت بازنگری دقیق بر قانون وجود دارد تا از اعمال سلاقی شخصی و گروهی جلوگیری شود.»**







دارد و خواهان اعتماد بیشتر به جامعه هنرمندان شد. همین اظهارات و موضع گیری او تشویق حاضران را به دنبال داشت. بین حاضران از خانواده معظم شهدا هم حضور داشتند و از این موضع گیری قربانی استقبال کردند. «  
و این گونه بود که ماجرای لغو کنسرت تبدیل به غائله ای جدید نشد.

فرهنگ و ارشاد اسلامی در این ایام با پافشاری بر اجرای قانون و حمایت از هنرمندان موسیقی اصیل ایرانی نشان دادند می شود با حفظ قانون، عرف اجتماعی و حفظ ارزش ها فعالیت موسیقایی درستی انجام داد که حقیقتاً این کار وزیر شایسته تقدیر است.»

### بیش فعالی در حمایت از فرهنگ و تبعات آن!

طبق سخنان پیروز ارجمند، تقابل مدیریت استان ها با دستور وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی در سنوات قبل هم مسبوق به سابقه بوده است، اما بالاخره قانون فصل الخطاب ماجرای اصفهان شد و وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی روز ۱۶ اسفند ماه در این باره گفت: «سند موسیقی از سوی رئیس جمهور ابلاغ شده و این اتفاق بسیار مبارکی برای حوزه هنر است. ۴۵ سال بود این حوزه قانون بالادستی نداشت. سند به تصویب شورای عالی انقلاب فرهنگی رسیده و سندی بسیار متری است و هم اکنون منتشر کرده ایم و در معرض استفاده همه عزیزان قرار دادیم.»

### نظرات ارشاد بر اجرای قانون از سوی دو طرف

در ادامه اما وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی درایت دیگری هم داشت و آن فرستادن سید محمد هاشمی جانشین خود به اصفهان بود. خود سید محمد هاشمی در این باره یادداشتی منتشر کرد و به صورت ضمنی به مردم گزارش داد: «سه شنبه شب با تدبیر دکتر اسماعیلی، وزیر محترم فرهنگ و ارشاد اسلامی به همراه مدیر محترم مرکز روابط عمومی وزارتخانه، راهی اصفهان شدم تا به عنوان مستمع از اجرای صحنه ای هنرمند عزیز کشورمان آقای علیرضا قربانی حظ و بهره ای ببرم. دغدغه ها و نگرانی هایی در این بین وجود داشت که قانون تمکین نشود یا ارزش های اصیل و همیشگی مردم انقلابی و شهید پرور اصفهان نادیده گرفته شود. این حضور لازم بود تا از همه نظر خیال آسوده باشیم؛ هم ما، هم مردم عزیز اصفهان و هم هنرمندان.»  
وی در ادامه نوشت: «علیرضا قربانی حین اجرا از تعهد همیشگی اش به اعتقادات و هنجارها گفت و اشاره کرد که همواره حرمت ارزش ها و اعتقادات دینی و ملی مردم رادر نظر

می شد. این جریانات که خود را مدافع ارزش ها می دانستند در عمل دست به رفتارهای غیرقانونی و غیرعرفی می زدند که بیش از اینکه دفاع از ارزش ها باشد به ضد خود تبدیل می شد. وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی به عنوان نهاد حاکمیتی که طبق قانون و اسناد بالادستی وظیفه صدور مجوزهای موسیقی را دارد در طول این سال ها با توجه به خلأیی که در قانون وجود داشته یعنی تفویض برخی از بخش ها به شوراهای استانی مصوب سال ۹۳، موجب شد در فرایندهای برگزاری رویدادهای موسیقی خللی وارد شود و این امر سبب شد با وجود طی مراحل قانونی بسیار مفصل و طولانی که در دفتر موسیقی ارشاد صورت می گرفت، باز هم شاهد تصمیمات و سلاقی شخصی در برگزاری رویدادهای موسیقی در استان ها باشیم.»  
ارجمند در نهایت هم به اقدام وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی اشاره کرد و گفت: «شخص آقای دکتر اسماعیلی وزیر

اسلامی تا اوایل دهه ۸۰ مصرف موسیقایی مردم بیشتر از طریق تلویزیون و نوارهای کاست بود ولی از اوایل دهه ۸۰ با تغییرات تکنولوژی و افزایش تولیدات موسیقی و همچنین تغییرات اجتماعی و توجه بیشتر مردم به گونه های دیگر موسیقی، کنسرت ها رونق بیشتری گرفت که از سوی برخی از جریانات مخالفت

### شلوغ کاری رسانه های خودی! از ساسی نامعین

اما در این میان دایه های دلسوزتر از مادر برای فرهنگ کشور، متأسفانه بی درایت و با دوستی خاله خرسه شان به جای آرام کردن ماجرا به نقدهایی تند پرداخته و این ماجرا را باعث دیده شدن بیشتر افراد ضد فرهنگی چون ساسی مانکن دانسته و به جای ایستادن پشت وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی و قانون، کلام گذشته ایشان را به سخره گرفتند و





«ساسان حیدری» چگونه «ساسی مانکن» شد؟

## ساسی

## قمارخانه

عائیه شجاعی زند  
حیرنگار

ساسی مانکن یا ساسان حیدری، پسری که تمام هنرش در حاشیه سازی خلاصه می شود؛ خواننده ای زیرزمینی که در اواسط دهه هشتاد جزو خوانندگان نوظهور موسیقی زیرزمینی سبک رپ بود؛ اولین هایی که به واسطه نبودن توانست طیف وسیعی از نوجوانان و جوانان را با خود همراه کند. آهنگ های شیش و هشت او در سال هایی که در ایران جزو نخستین های رپ ساختار شکن محسوب می شد، توانست مخاطبان زیادی را جمع کند.



ساسی مانکن با دعوت از فعالان صنعت پورن در اجراهای خود و تغییر مسیر از بی محتوایی به محتوای انحرافی تلاش کرد تا بازار مخاطبان خود را داغ تر کند

# EXCLUSIVE

شد از روحیه فرصت طلبی و منفعت خواهی او برای کسانی که هنوز خود را طرفدارش می دانستند پرده برداشته شود و بازار از رونق افتاده کنسرت های ساسی پیش از پیش مخاطبانش را از دست بدهد؛ بخصوص آنکه کنسرت مشترک این خواننده با خواننده ای دیگر که یک ماه پیش در دوبی برگزار شد نیز با استقبال چندانی مواجه نشد و مخاطب امروز فقط آهنگ های هایپرا و را برای مواقع شادی خود به صورت رایگان می خواهند، وگرنه این استقبالی که از کنسرت های چند سال اخیر او شد، خود گویای میزان محبوبیت اندک او میان جوانان و خانواده هاست.

ساسی برای کسب منافع مادی از هیچ مسیر انحرافی فروگذاری نکرد. از اجرا با بازیگران شبکه های پورن تا راه اندازی سایت های قمار که با همراهی رسانه های خارجی، هنرنمایی اش میان جوانان و نوجوانان و ایرال می شود.

آنچه مسلم است اینکه محتوای ناپهنجار اجراهای ساسی مانکن پیش از آنکه دیگران را به انحراف بکشاند و نوجوانان را تحت تأثیر خود قرار دهد، زندگی خودش را تحت الشعاع قرار داده است. او که بعد از ازدواج دومش پدر شدن را تجربه کرد، از پذیرفتن فرزند خود سرباز زد و به بهانه تولد اولین و تنها فرزندش، برای بار دوم خانواده خود را رها کرد.

اهمیت حافظه ذهنی مخاطب در جذب طرفدارانش پی برده، به گونه ای که برای پرکردن سالن های کنسرت نوری خود تک آهنگ هایش را پیش از کنسرت منتشر می کند تا بر حافظه مخاطب بنشیند و به عبارتی حسی از همزاد پنداری قبل از اجرای کنسرت در مخاطبش شکل بگیرد. با همین نگاه تقریباً بیشتر کارهای ساسی مانکن در اسفند ماه منتشر می شود تا در کنسرت های نوری مخاطبان بیشتری جذب کند.

مثلاً «جتلمن» را ۱۵ اسفند ماه ۹۷ منتشر کرد، «دکتر» را ۱۳ اسفند ماه ۹۸ و «تهران، توکیو» را در ۱۳ اسفند ماه ۹۹ به بازار فرستاد. وی در سال ۱۴۰۰ قطعه «مامان منو بخش» را در ۱۳ اسفند ماه ۱۴۰۰ به بازار عرضه کرد. این خواننده برای هنری که روی تنور حواشی بنا کرده با عملکردش در سال گذشته، نیت منفعت طلبی خود را علنی کرد؛ علنی شدنی که سبب شد مخاطبانش بشدت ریزش کنند و سالن های کنسرتش خالی بماند.

### نهایت فرصت طلبی

در حالی که در حوادث سال ۱۴۰۱ همه خوانندگان به ظاهر خود را داغدار اغتشاشگران نشان می دادند، ساسی مانکن با هدف بهره برداری از این بازار از رونق افتاده، کنسرت خود را برگزار کرد؛ اجرایی که با توهین حضار همراه شد و به اذعان برخی، همین تصمیم سبب

با انتخاب مدل ها و بازیگران فیلم های غیر اخلاقی و استفاده از تکه هایی از فیلم های پرمخاطبی چون «ابد و یک روز» با برانگیختن حس کنجاوی تلاش کرد مخاطب بیشتری را جذب کند. این خواننده هایپ هاپ بعدها در آهنگ «نرو سمیه» بار دیگر از دل فرامتن ها تلاش کرد خود را بنمایاند؛ ترفندی که این روزها به آهنگ و موزیک ویدیوی «تک اردک» داریوش فرضیایی متوسل شده است تا از خاطره جمعی مردم به نفع خود بهره برداری کند. این خواننده در تقلید هایش به فیلم ها و برنامه ها اکتفا نکرده است و در کارنامه اش گذری هم به تاریخ دارد؛ اجرایی که دوران ناصرالدین شاه و امیرکبیر را به تمسخر و توهین می کشاند.

### ترفندی برای شلوغ کردن کنسرت ها

ساسی مانکن برای دیده شدن و حفظ هنر نداشته اش مجبور است حواشی را داغ نگه دارد؛ حواشی ای که امروزه به مدد فضای مجازی به بمب خبری تبدیل شده است. دست به دست شدن آثار ساسی مانکن در فضای مجازی یکی از عوامل اصلی دیده شدن کارهایش بوده است. آثاری مانند «جتلمن»، «دکتر» و «تهران، توکیو» از طریق تبلیغات رسانه ای و تکیه بر ریتم های ماندگار در ذهن مخاطب، توانست در صف مدارس نفوذ یابد. ساسی با تمام انحرافات اخلاقی اما هوشمندانه بر

بعد از مهاجرت ساسی به آمریکا، محتوای آثارش به مؤلفه های جدید و البته ممنوعه و ناهنجار تغییر کرد. هرچند پدیده ساسی مانکن از همان ابتدا هنرش را در مسیری قرار داد که مسائلی مانند جوانی و نادانی یا حتی از دید برخی، گناه یا بزه محسوب می شد اما با مهاجرتش و آزادی عمل بیشتر او، نمایش بزه هایش از خط قرمزهای اخلاقی هم عبور کرد تا آنجا که امروزه از او به عنوان یکی از عناصر مخرب فرهنگی نام می برند.

### گرایش به هنر هزله گری

بعدها این رپر فراری به خارج، در آمریکا اساس کار و تجارت خود را در عرصه موسیقی روی هنر هزله گری بنا کرد. ساسی مانکن با دعوت از فعالان صنعت پورن در اجراهای خود و تغییر مسیر از بی محتوایی به محتوای انحرافی، تلاش کرد تا بازار مخاطبان خود را داغ تر کند. استفاده صریح و بی پرده از عبارات هایی که مصداق عینی «لغات ارو تیک» شناخته می شوند در کنار نمایش تصاویر مثبت ۱۸، باعث شده جامعه ایرانی کم کم نسبت به آن واکنش منفی نشان بدهد.

این رپر از مثلث شعر، موسیقی و صدا هیچ بهره ای نداشت و تنها نقطه قوت کارهای او از همان ابتدا ریتم بود که بعد از مهاجرت این خلاقیت هم کنار رفت و





# سیر نزولی «تتلو» به سوی ابتذال



شهرت و طرفداران او می افزود. سرو صدای تتلو در فضای مجازی باعث شد تا این خواننده به درآمد های میلیاردی دست پیدا کند.

## پایانی که در ترکیه کلید زده شد

تتلو بعد از مهاجرت به ترکیه از سیر هیپوپی شگفت آور خود به سوی ابتذال رفت و رفتارهای هنجارشکنانه اش تا جایی ادامه یافت که امیرحسین مقصدلو معروف به تتلو در صفحه عمومی خود در اینستاگرام اقدامات غیر اخلاقی داشت که با حجم زیادی از شکایت همراه شد و در انتها اینستاگرام او بسته شد و توسط پلیس ترکیه به زندان رفت.

در حقیقت پایان تتلو در ترکیه کلید زده شد. پایانی با ظاهری جدید از انواع رنگ ها و تئوهای اغراق شده ای که با تمام وجود فریاد می زد که: «لطفاً مرا ببینید.»

دنیای تتلو در حاشیه سازی و قبح شکنی و تحقیر و توهین و الفاظ رکیکی خلاصه می شد که نثار طرفدارانش می کرد. نکته جالب آنجاست که با وجود تحقیر زنان و بی احترامی و توهین های تتلو همچنان تعداد زیادی از دختران و زنان طرفدار او بودند.

## درآمدهای میلیاردی از سایت های شرط بندی

سرو صدای تتلو در فضای مجازی و سایت های شرط بندی برای او درآمدهای میلیاردی را به دنبال داشت. درآمدی که برای او حسی از قدرت را به دنبال داشت. بعد از این بود که تتلو هر روز از خط قرمزهای بیشتر عبور می کرد. هیچ ارزشی نمانده بود که تتلو زیر پا نگذارد تا شهرتش را بیشتر کند. او حتی از اهانت به امامان معصوم (ع) و باورهای دینی نیز دریغ نکرد. نوشیدن مشروبات الکلی و مصرف انواع مواد مخدر و توهم زرا روی سکوی کنسرت های پر جمعیت، حاشیه هایی بود که تتلو آنها را ایجاد کرد تا از این طریق کاسبی خود را رونق بخشد. تتلو زمانی که مسیر درست دیده شدن را نیافت، تلاش کرد تا جریان آب را برعکس شنا کند و تمام تلاش خود را کرد تا مرزهای ادب را در دیده و افسار اخلاقی را پاره کند و حتی تبدیل به یک چهره کریه ولی معروف شود. دیده شدنی که سبب شد تمام زندگی خود را به پایش قربانی کند.

عمومی این سلبریتی مورد توجه دولت روحانی قرار گرفت و برای اولین بار تتلو با انتشار متن تشکر از دولت برای امضای برجام وارد دنیای سیاست شد. روند حمایتی ای که چند روز بعد با حضور این خواننده زیرزمینی روی نا ارتش جمهوری اسلامی ابعاد تازه تری پیدا کرد. او در یک پادگان و روی ناو نظامی نیروی دریایی ارتش کلیدی ضبط کرد که در آن سربازان ارتش نیز حضور داشتند. اتفاق عجیبی که حتی رسانه های خارجی هم نسبت به در اختیار داشتن این همه تجهیزات توسط یک خواننده غیرمجاز ابراز تعجب کردند.

## صدای محمد علیزاده هم درآمد!

همه این حمایت ها از تتلو یک اسطوره ساخت؛ اسطوره ای که از درگاه های مختلف رسانه ای هر روز ضریب انسانی می گرفت. به شهرت رسیدن سرسام آور و بی دلیل تتلو صدای هنرمندان راهم در آورد تا جایی که علیزاده در کنسرتش از جریان حمایتی که برای تتلو در کشور به راه افتاده شوکه می کند و می گوید: چرا هنرمندی که ادعای زیرزمینی بودن دارد تا این حد مورد حمایت وزارت ارشاد وقت است در حالی که خوانندگانی مانند شجریان... همین فضای استقلال را در موسیقی طلب می کردند اما به دست نیاوردند؟ مشخص است که رویکرد مسئولان به تتلو در الگوسازی از این خواننده زیرزمینی است.

## کنسرتی برای الواطی

تتلو سال ۱۳۹۷ از تهران به سمت ترکیه مهاجرت کرد و در اولین کنسرتش در ترکیه توانست ۶۳۰۰ صدایی در سالن کنسرت پر کند. او برای هر صدایی به طور میانگین چهار میلیون تومان هزینه گرفت. کنسرتی که در آن تنوزدن تا مصرف مشروبات الکلی و انواع اقسام مواد مخدر از جمله حواشی این کنسرت بود. در کنار همه این الواطی، محتوای شعر تتلو حیرت انگیزتر است. این خواننده در نمایش از توحش، انواع و اقسام الفاظ رکیک را در این کنسرت ردیف می کرد. از همه تعجب برانگیزتر علاقه جوانان ایرانی است که به سمت این خواننده جذب می شدند. جذب شدنی که با رونق هر چه بیشتر فضای مجازی و دست به دست شدن حواشی این خواننده در اینستاگرام بر

هائنه شجاعی زند

خبرنگار

امیرحسین مقصدلو که اتفاقاً از یک خانواده معمولی وارد اجتماع شد، چگونه تبدیل به امیر تتلویی شد که حتی اینستاگرام هم او را گردن نمی گیرد؟! در آن زمانی هایی که تازه موسیقی پاپ به عنوان یک موسیقی مدرن شناخته می شد و هنوز هیچ مجوزی برای خواندن رپ صادر نشده بود و تمام خواننده های رپ، به اصطلاح زیرزمینی، فعالیت های بدون مجوز داشتند در همان زمان با تولد نسل اول رپ خوان های ایرانی، امیرحسین مقصدلو پا به عرصه خوانندگی گذاشت.



سبک جدید او در خواندن و شیوه اعتراضی او در اجراهایش آنقدرها برایش طرفدار به همراه نداشت که با رونق شبکه های اجتماعی توانست در فیس بوک و اینستاگرام برای خود حاشیه و جنجال به بار بیاورد.

این خواننده، اولین کارش را با نام «زیر همکف» شروع کرد و در همان اوایل کارش در سال ۱۳۹۲ خیلی زودتر از آنچه توقع می رفت پایش به زندان باز شد. تتلو به اتهام ساخت آثار زیرزمینی و پخش آنها در شبکه های خارجی زبان به زندان رفت. هر چند بازداشت او بیشتر از دو روز طول نکشید و با انتشار ندامت، قول داد که تلاش کند برای کارهایش مجوز بگیرد. قول و قرارهای که نه تنها به عمل نرسید بلکه بعد از این ماجرا، سلبریتی هایی مانند بهنوش بختیاری در فضای مجازی به تحسین او پرداختند.

## موج حمایت ها از تتلو

بهنوش بختیاری پس از شنیدن یکی از آثار تتلو برای او نوشت: «موسیقی کشور به شما نیاز دارد.» تبلیغات بازیگران برای این خواننده غیرمجاز در فضای مجازی تنها به اینجا ختم نشد و چند ماه بعد تتلو سر از تمرین تیم فوتبال پرسپولیس در آورد و صفحات اول روزنامه های پرطرفدار به این خواننده اختصاص پیدا کرد. اما دایره دعوت از این خواننده زیرزمینی و غیرمجاز تنها به اینجا ختم نشد. کم کم با شهرت تتلو در میان افکار



چرا هنرمندی که ادعای زیرزمینی بودن دارد تا این حد مورد حمایت وزارت ارشاد وقت است در حالی که خوانندگانی مانند شجریان... همین فضای استقلال را در موسیقی طلب می کردند اما به دست نیاوردند



جمعه

ایران

• مدیر مسئول: محمدحسن روزی طلب  
• سردبیر: محمدصادق علیزاده  
• معاون فنی: محمدملاعلی اکبری  
• دبیر تحریریه: ونوس بهنود  
• دبیران:  
• سید پویا هاشمی (گزارش و گفت‌وگو)  
• صادق رخ‌فرد (تاریخ)

• محمدعلی یزدانپار (کتاب)  
• آیه طائبی (زندگی)  
• فاطمه سادات رضوی (طنز)  
• فرناز اینانلو (زنان)  
• زینب فروزنده (زوم)  
• فاطمه کهربایی (فرهنگ)

• تلفن: ۸۸۷۶۱۷۲۰ • شماره: ۸۸۷۶۱۲۵۴ • ارتباط مردمی: ۸۸۷۶۹۰۷۵  
• پیامک: ۳۰۰۴۵۱۲۱۳ • روابط عمومی  
• نشانی: تهران خیابان خرمشهر، شماره ۲۰۸  
• صندوق پستی: ۱۵۸۷۵-۵۳۸۸  
• انتشارات مؤسسه فرهنگی مطبوعاتی ایران: ۸۸۵۴۸۸۹۲-۵

به بهانه پخش برنامه «زندگی پس از زندگی»

# زیست‌دائمی با اعمال پیام‌دالان‌های برزخ

ونوس بهنود  
روان‌نگار

برنامه «زندگی پس از زندگی» یکی از تولیدات چالش برانگیز تلویزیون بوده است که منتقدان و موافقان بسیاری به خود دیده و با این وجود بسیاری از علمای دینی از آن با رعایت شروطی به عنوان یک حقیقت کمتر دانسته یاد می‌کنند. گروه ادب و هنر شبکه چهار سیما از سال ۱۳۹۹ برنامه‌ای را میهمان ماه‌های رمضان ساخت که هم‌تکان دهنده و هم سؤال برانگیز بود. در شرایطی که بشر همواره در مواجهه با ماوراء الطبیعه با شک و دودلی و تردید قدم برداشته است، در این برنامه افرادی از تجربه مرگ و سپس بازگشت به زندگی خود می‌گفتند. تجربه نزدیک به مرگ این افراد به منزله خروج موقت جسم از کالبد و ورود آن به دنیای دیگر بود و طبیعتاً چنین تجربه‌ای از سوی گروهی پذیرفته نبود و تصور می‌شد که شاید این افراد واقعاً چنین تجربه‌ای نداشته‌اند و اظهاراتشان بیشتر شبیه به خواب و رویا بوده و واقعی نیست. از جمله سؤالات این بود که به راستی انسان قادر به سفر به برزخ و بازگشت به این دنیا است؟ آیا با ورود به دنیای دیگر، اعمال خود را نزدیک خود لمس می‌کند و چرا از تجربه عناصری مانند نورها و رنگ‌ها که متعلق به این دنیای مادی است سخن می‌گوید؟ در پاسخ به این سؤالات با حجت‌الاسلام والمسلمین سید محمدباقر علم‌الهدی، مدرس حوزه و دانشگاه و کارشناس مذهبی به گفت‌وگو نشستیم.

به عنوان مثال، تصور کنید فردی در اتاقی نشسته است. او صرفاً قادر است داخل اتاق، اشیای آن و محدوده آن را ببیند و پشت دیوار را نمی‌بیند. عالم مادی نیز به همین ترتیب است. زمانی که انسان وارد عالم مجردات می‌شود، حجاب‌ها برداشته می‌شود. قرآن هم به این موضوع تأکید دارد و در آیه هشت سوره جمعه، بیان می‌کند که: «بگو عاقبت مرگی که از آن می‌گریزد شما را البته ملاقات خواهد کرد و پس از مرگ به سوی خدایی که دانای پیدای و پنهان است بازگردانیده می‌شوید و او شما را به آنچه می‌کرده‌اید آگاه می‌سازد.» در واقع خداوند با این آیه می‌گوید که این مرگ حلقه وصل شما است به حقیقتی بالاتر.

یکی از سؤالات مخاطبان این است که ادعای برخی از تجربه‌گرها مبنی بر ورود به برزخ درست است و اینکه مطابق آموزه قرآن این امکان وجود دارد که فردی وارد برزخ شده و دوباره به این دنیا بازگردد؟

به اعتقاد بنده، این افراد وارد دالان‌های برزخ می‌شوند و نه خود برزخ. ما داستان‌های اصحاب کوف و غزیر پیامبر که به خواب رفتند و سال‌ها بعد بیدار شدند را شنیده‌ایم. اما اینها افراد خاصی بودند و ممکن است برزخ را تجربه کرده باشند. به اعتقاد بنده، تجربه‌گرهایی که از دنیای دیگر روایت می‌کنند، فقط وارد دالان‌های برزخ می‌شوند و افراد خاص به آن وارد می‌شوند. خدا ممکن است به برزخ رفته و بازگردند. بر اساس آموخته‌های خودم، کسی نمی‌تواند برهان بی‌ورد که این افراد وارد برزخ شده‌اند و بازگشته‌اند و به این راحتی نیست و چنین ظرفیتی در وجود هر انسانی وجود ندارد.

برخی تجربه‌گرهایی گویند در عالم دیگر اعمال خود را نزدیک خود حس می‌کنند. اگر خوب بوده باید، تحت تأثیر آن هستند. آیا چنین روایتی صحیح است؟

بله. واضح است که افراد با شخصیت خود مواجه می‌شوند. ما شاهد شیرین‌کمک به همنوع و همچنین تأثیرات منفی کاری بدارالمس می‌کنیم. شما زمانی که به خواب می‌روید، تحت تأثیر رویاها ممکن است بشدت خوشحال یا منقلب شوید چرا که انسان همه جا با اعمال خود زندگی می‌کند و گاهی بیداری در دنیا موجب می‌شود که عباری روی وجدان وی بنشیند. به مانند اینکه اگر فردی را برای اولین بار وادار

برخی مخاطبان برنامه «زندگی پس از زندگی» به روایت‌های مشابه افراد تجربه‌گر از زندگی پس از مرگ به دیده شک و تردید می‌نگرند و تصورشان بر این است که این شباهت از استناد موضوع می‌کاهد. نظر شما در این خصوص چیست؟

گذاره‌های دینی ما از آهنگ واحدی برخوردار است. آنچه در رابطه با ویژگی‌ها و نوع برخورد با بهشتیان و جهنمیان، افراد صالح و گنهکار در قرآن و احادیث مطرح شده، از آهنگ خاص و یکسانی حکایت دارد و به همین دلیل روایت‌های مشابه تجربه‌گرها پذیرفتنی است. از سویی این افراد قبل از شرکت در برنامه از طریق مصاحبه و آزمون‌های مختلف سنجش می‌شوند و نوع تجربه آنها محک می‌خورد. به عنوان مثال اینکه همه از یک نور خاص حرف می‌زنند یا رنگ‌های خاصی را که شفاف‌تر و غیرقابل توصیف است به زبان می‌آورند و مهم‌ترین آنکه از پیوستن به یک حقیقت می‌گویند، همگی درست است.

خود بنده تاکنون هر چه از این برنامه دیدم و بارها نیز تلاش کردم با نگاه انتقادی آن را بررسی کنم اما نتوانستم از اظهارات تجربه‌گرها خرده بگیرم.

همین موضوع رؤیت نور و آنچه بخشی از اجزای عالم مادی است، محل سؤال است و اینکه آیا افراد بعد از مرگ می‌توانند عناصری را که اساساً مادی تلقی می‌شود تجربه کنند؟

بر اساس آموزه‌های دینی ما، عالم دنیا یک نمونه کوچکی از عالم قیامت است. آنچه از اجسام، اشکال، نورها و هندسه نظام هستی می‌بینیم در آن عالم کامل‌تر، قوی‌تر و شفاف‌تر می‌شود. عالم ماوراء به تعبیری عالم رفع حجاب‌ها است.



به سیگار کشیدن کنیم شروع به سرفه می‌کند اما همان فرد به مرور زمان عادت کرده و حتی از سیگار کشیدن لذت می‌برد. تکرار گناه هم به همین ترتیب است. افراد تجربه‌گر با اعمالشان محسوس می‌شوند و تأثیرات آن را در دنیای دیگر بیشتر هم لمس می‌کنند.

**آیاد شرایط کنونی جامعه که به نظر می‌رسد گرایش به دین و اعتقاد به خدا کم‌رنگ‌تر شده است، برنامه‌هایی از این دست خود استنادی به وجود خدا و آخرت و معاد است؟**

بنده موافق نیستم که امروز جوانان و مردم کمتر به خدا و معاد اعتقاد دارند و اعتقادها ضعیف شده است. نمونه بروز و ظهور آن در شب‌های قدر است که با وجود برنامه‌های متنوع تلویزیون، مردم در خیابان‌ها و مساجد حاضر شده و عزاداری می‌کنند. اینکه چند نفر آدم اظهار بی‌دینی کنند، به مصداق شرایط کلی جامعه نیست و اگر به عنوان مثال فردی در یک اتاق کار بدی انجام دهد به منزله بد بودن تمامی افراد حاضر در آن اتاق است. اما این گونه برنامه‌ها هر چقدر مستند تر و برهانی‌تر باشد در فرایند تقویت ایمان مردم مؤثر است و حتی می‌تواند برای افراد خاکستری جامعه نیز مفید باشد.

**به اعتقاد شما چنین برنامه‌هایی چه تأثیراتی در تربیت معنوی جامعه دارد؟ اگر پیشنهادی برای روند برگزاری آن دارید بفرمایید.**

توجه دادن مردم به زندگی پس از زندگی، تلنگری است که در ادبیات دینی ما مورد توجه بوده و آیات قرآن به کرات به آن پرداخته است. تصور گویایی که قرآن از مردم در برزخ و بهشت و جهنم ارائه می‌کند، در صورتی که از طریق چنین برنامه‌هایی مطرح شود، تأثیرات بسزایی خواهد داشت. افراد تجربه‌گر در این برنامه نیز عموماً روایت‌هایی منطقی با ادبیات دینی ما دارند و باید از عوامل برگزاری و مجری توانمند برای طرح چنین موضوع مهمی تقدیر کرد. به اعتقاد بنده در صورتی که پیش از ضبط برنامه از تجربه‌گرها مصاحبه‌های فنی و پیچیده صورت گیرد تا بعداً به دلیل بی‌منطقی و بی‌برهانی زیر سؤال نرود، می‌تواند به غنای برنامه بیفزاید.

همچنین پیشنهاد دارم که کارشناسانی به برنامه دعوت شده و به فراخور روایت تجربه‌گرها مستندات از قرآن و سنت پیامبر و آموزه‌های امام صادق (ع) را بعد از روایت آنها مطرح کنند تا بار استنادی برنامه ارتقا یابد.



تجربه‌گرهایی که از دنیای دیگر روایت می‌کنند، فقط وارد دالان‌های برزخ می‌شوند و افراد خاص به اذن و اراده خدا ممکن است به برزخ رفته و بازگردند. بر اساس آموخته‌های خودم، کسی نمی‌تواند برهان بی‌ورد که این افراد وارد برزخ شده‌اند و بازگشته‌اند و به این راحتی نیست و چنین ظرفیتی در وجود هر انسانی وجود ندارد