



شماره ۵۶۳



ضمیمه نوجوان روزنامه

www.gudsonline.ir

سه شنبه ۲۴ بهمن ۱۳۹۶ | ۲۶ جمادی الاول ۱۴۳۹ | ۱۳ فوریه ۲۰۱۸

باز هم که
دوب
شدی



تکه‌ای از ماه
کتاب و سماور
و چای
جامانده از قطار



کلاغ بدردم خدمت تو؟!

بهاره بهنام نیا

چگونه فاطمی زندگی کنیم؟

دلیل خلقت را کشف کن



خیلی از ما به دنبال این هستیم که هر چه بیشتر با ائمه(ع) انس بگیریم و تا می‌شود رابطه قلبی دلنشینی با آن‌ها پیدا می‌کنیم. راستش هر طور هم حساب و کتاب کنیم، راهورسم درخواست کردن از خدا را ائمه(ع) بهتر از ما می‌دانند و به همین خاطر بهتر است دعا کردن را از آن‌ها یاد بگیریم. برخی از دعاها در قالب یک کتاب حاضر و آماده به عنوان صحیفه جمع‌آوری شده‌اند که حسابی کار ما را راحت می‌کنند، می‌توانیم این دعاها را بخوانیم و برخی از عبارات آن را که دوست داشتیم انتخاب کرده و در قنوت نمازهایمان بخوانیم.

چگونه فاطمی زندگی کنیم؟

دلیل خلقت را کشف کن

تکتم دره‌کی | خیلی از ما به دنبال این هستیم که هر چه بیشتر با ائمه(ع) انس بگیریم و تا می‌شود رابطه قلبی دلنشینی با آن‌ها برقرار کنیم. یکی از این راه‌ها این است که سراغ دعاها یا آن‌ها گفته‌اند، برویم. وقتی سراغ دعاها می‌رویم علاوه بر برقراری ارتباط قلبی به گنجینه ارزشمندی هم دست پیدا می‌کنیم. راستش هر طور هم حساب و کتاب کنیم، راهورسم درخواست کردن از خدا را ائمه(ع) بهتر از ما می‌دانند و به همین خاطر بهتر است دعا کردن را از آن‌ها یاد بگیریم. برخی از دعاها در قالب یک کتاب حاضر و آماده به عنوان صحیفه جمع‌آوری شده‌اند که حسابی کار ما را راحت می‌کنند، می‌توانیم این دعاها را بخوانیم و برخی از عبارات آن را که دوست داشتیم انتخاب کرده و در قنوت نمازهایمان بخوانیم.

علاقه‌های کیلویی

وقتی در جایگاه انتخاب قرار می‌گیریم، اصلاً مهم نیست موضوع انتخاب چیست، موضوع انتخاب هر چه باشد یکی از تأثیرگذارترین دلایل انتخاب کردن یک راه یا انتخاب نکردن آن راه دیگر این است که به یکی علاقه داریم و به دیگری علاقه نداریم. ممکن است طبق این فراز از دعای حضرت زهرا(س) که گفته شد با خود بگوییم، پس باید بی‌خیال علاقه بشویم؟ مگر علاقه مهم نیست؟ چرا نباید خیلی روی علاقه حساب کنیم. یکی از دلایلی که نباید تنها به دنبال علاقه‌هایمان برویم این است که امکان دارد اصلاً استعداد لازم را نداشته باشیم. مثلاً سراغ کاری برویم که شرایط لازم برای آن را نداشته باشیم و تنها چون علاقه داشته‌ایم وارد آن شدیم، از طرفی منشأ علائق ما خیلی معلوم نیست، گاهی می‌بینیم که مثلاً یک رشته تحصیلی حسابی در کشور مطرح می‌شود و همین مطرح شدن باعث می‌شود خیلی‌ها به آن علاقه پیدا کنند، مثل علاقه‌ای که همه ما به شغل پزشکی داریم، ولی آیا همه ما استعداد آن را هم داریم؟ ضمن این‌که علاقه‌ها به راحتی تغییر می‌کنند.

مثلاً شما تصمیم گرفته‌اید در کنکور دکتری شرکت کنید و علاقه هم دارید، اگر اطرافیان شما افرادی باشند که تشویق‌تان کنند شما هم به ادامه مسیر مطمئن‌تر شده و با جدیت همین راه را می‌روید، ولی اگر اطرافیان شما کسانی باشند که دائم در گوش‌تان آیه یا س بخوانند و بگویند اصلاً چه نیازی است به این‌که مدرک دانشگاهی داشته باشی؟ خیلی از آن‌ها که دکتری دارند هم بیکار هستند و تو تازه می‌خواهی مسیر اشتباه آن‌ها را طی کنی و چیزهایی از این قبیل، معلوم است کم‌کم تأثیرش را بر شما می‌گذارد و بی‌خیال می‌شوید. همه این‌ها باعث می‌شود که تنها روی علاقه خیلی حساب باز نکنیم و سراغ ملاک محکم‌تری برویم.

خط‌کش استعدادها

خوب است که دنبال استعدادهایمان باشیم و آن‌ها را کشف کنیم، ولی باز هم باید بدانیم چقدر روی آن حساب کنیم؟ راستش گاهی شرایط طوری پیش می‌رود که شما در مسیر زندگی در جایی قرار می‌گیرید که اصلاً تناسبی با استعداد شما ندارد، آدم‌هایی که زیادی روی استعدادشان حساب باز کرده‌اند این‌جا دچار سرخوردگی و افسردگی خواهند شد. کسی مانند حضرت امیرالمؤمنین(ع) آیا استعداد مدیریت بر جامعه اسلامی را نداشتند؟ آیا استعداد رهبری بر کل بشریت را نداشتند؟ اما می‌بینیم که با همه این‌استعدادها وقتی شرایط طور دیگری رقم می‌خورد ایشان ۲۵ سال خانه‌نشین می‌شوند، مگر استعداد نداشتند؟ با این‌همه استعدادهای مدیریتی و رهبری همه آن ۲۵ سال را کشاورزی کردند. راستش گاهی فکر می‌کنم اگر ما یک‌صدم آن استعداد را داشتیم و در چنین شرایطی قرار می‌گرفتیم، زمین و زمان را به هم می‌ریختیم، ولی سکوت و آرامش ایشان نشان می‌دهد که در مسیر زندگی و انتخاب‌هایشان ملاک مهم‌تری از استعداد را مدنظر دارند.

ضمن آن‌که گاهی وقت‌ها ممکن است در مسیری استعداد نداشته باشیم و کم‌کم اوضاع تغییر کند؛ مثل علامه طباطبایی که خودشان گفته‌اند در سال‌های اول طلبگی هر چه درس‌ها را می‌خواندم چیزی نمی‌فهمیدم، طبق این حساب و کتاب‌ها علامه طباطبایی نباید طلبه بودن را ادامه می‌دادند، ولی بعد از عنایتی که به ایشان می‌شود اوضاع خیلی تغییر می‌کند.

مکمل است در یک نگاه بالاتر با خودمان بگوییم ما فوراً مان بلویم ما می‌رویم دنبال آن چه جامعیم به آن نیاز دارد، اما به هم می‌ریختیم را طریقی نیست، چون علامه طباطبایی است اصلاً جامع ما را نخواهد؛ مثال این قسمت هم حضرت امیرالمؤمنین(ع) هستند، مگر جامعه به چنین مدیری نیاز نداشت؟ اصلاً این‌که جامعه به چه چیزی نیاز دارد کار چیست؟ نیازها هر روز تغییر می‌کنند و خیلی دلایل دیگر که باز هم ما را به سمت پیدا کردن ملاک مهم‌تری برای کارها و اعمالمان سوق می‌دهد.

نیاز جامعه

ممکن است در یک نگاه بالاتر با خودمان بگوییم ما می‌رویم دنبال آن چه جامعه به آن نیاز دارد، اما باز هم به همین راحتی‌ها نیست، چون ممکن است اصلاً جامعه شما را نخواهد؛ مثال این قسمت هم حضرت امیرالمؤمنین(ع) هستند، مگر جامعه به چنین مدیری نیاز نداشت؟ اصلاً این‌که جامعه به چه چیزی نیاز دارد کار چیست؟ نیازها هر روز تغییر می‌کنند و خیلی دلایل دیگر که باز هم ما را به سمت پیدا کردن ملاک مهم‌تری برای کارها و اعمالمان سوق می‌دهد.

بی‌خیال شویم؟

با این اوصاف پس همه علاقه و استعداد و نیاز جامعه را بگذاریم کنار؟ جواب این سؤال منفی است. علاقه و استعداد مهم هستند، ولی تعیین‌کننده نیستند. مهم این است که با توجه به همه این‌ها مسیری را انتخاب کنیم، ولی آخرش باید بگوییم خدایا هر چه تو تعیین کنی همان می‌شود. آخرش باید بگوییم خدایا توکل به خودت. گاهی با در نظر گرفتن همه این‌ها می‌بینیم که آن چه رخ می‌دهد اصلاً فکرش را نکرده بودیم، درست‌ترش این است که بگوییم انگار همان توکل و سپردن امور به خدا را فراموش کرده‌ایم، پس آن چه تابه‌حال گفتیم اصلاً به این معنی نیست که علاقه و استعداد و نیاز جامعه را در نظر نگیریم بلکه به این معنی است که به هر ملاک ضریبی بدهیم که مشخص‌کننده میزان اهمیت آن ملاک باشد.

آغاز آرامش

حالا تازه رسیدیم به آن نقطه‌ای که حضرت زهرا(س) در دعایشان اشاره کرده‌اند که خدایا من را برای آن چه مرا به خاطرش خلق کرده‌ای به کار بگیر. یعنی ممکن است اگر قرار باشد خودم انتخاب کنم راه‌های سرکاری بروم، اصلاً ممکن است دنبال نخود سیاه بروم و بعداً به اشتباه بودن مسیرم پی ببرم. پس دعا می‌کنم که خدایا خودت هوایم را داشته باش؛ یعنی این‌که خدایا کمک کن در هر شرایطی وظیفه‌ام را به‌خوبی تشخیص دهم، البته کشف کردن وظیفه هم کار آسانی نیست و تشخیص همیشه بین خوب و بد نیست، گاه بین چند کار خوب باید یکی را انتخاب کنیم و اتفاقاً یکی از حیل‌های شیطان هم این است که ما را به کار خوب غیر ضروری وسوسه می‌کند.

خدایا اشکالی ندارد

برای آن‌که خیالمان از بابت انجام دادن وظیفه‌هایمان راحت باشد، اول این‌که خیلی دعا کنیم. دعاها را از همین جنس که از خدا بخواهیم در همان جایی قرار بگیریم که باید باشیم، مضامین دیگری که خیلی شبیه این فراز دعای حضرت زهرا(س) است در تعقیبات بعد از نماز عشا هم آمده که گفته‌اند بسیار هم ثروت‌ساز است. دوم این‌که تقوا داشته باشیم، چون کسانی که تقوا دارند خدا از راه‌هایی که خودشان فکرش را هم نمی‌کنند به آن‌ها روزی و کمک می‌رساند. هر روز خودمان و زندگی‌مان را به خدا بسپاریم، همه سعی و تلاشمان را انجام دهیم و اگر باز هم آن چه می‌خواستیم نشد آرام باشیم و بگوییم: خدایا اشکالی ندارد.



دعاهای مادرانه

کتابی با عنوان «صحیفه فاطمیه» جمع‌آوری شده که در آن دعاهای حضرت زهرا سلام‌الله علیها گردآوری شده است. یکی از عبارت‌های دعایی که حضرت زهرا(س) به کار برده‌اند این است که خطاب به پروردگار عالم می‌گویند: «و استعملنی لما خلقتنی له». یعنی این‌که من را برای آن چه به خاطرش خلق کرده‌ای به کار بگیر. این عبارت را ممکن است خیلی راحت بر زبان بیاوریم، ولی وقتی خوب فکر کنیم کمی قضیه سخت می‌شود و وقتی قرار باشد عمل کنیم باز هم سخت‌تر و سخت‌تر خواهد شد.

یکی از تأثیرگذارترین دلایل انتخاب کردن یک راه یا انتخاب نکردن آن راه دیگر این است که به یک علاقه داریم و به دیگری علاقه نداریم



باز هم که دپ شدی



رسانه‌ها مدعی شده‌اند که براساس پژوهش‌ها، افسردگی میان دانش‌آموزان بسیار بیشتر از دهه قبل شایع شده و آمارها نشان می‌دهند که یک‌پنجم دانش‌آموزان افسردگی دارند.

بیماری بزرگ‌ترها را گرفته‌ایم

راست و دروغش با خودشان، اما رسانه‌ها ادعا کرده‌اند که به طور کلی در دنیا دانش‌آموزان از دهه گذشته بیشتر دپ زده و این دپ‌زدگی باعث شده است که آمار خودکشی بین برویج دانش‌آموز بالا برود. اعداد و ارقام موجود این را نشان می‌دهند که یک‌پنجم دانش‌آموزان افسردگی دارند. طبق آخرین گزارش از مرکز بهداشتی روان‌شناسی، استرس و اضطراب مهم‌ترین دلیل درخواست دانش‌آموزان برای مشاوره است و ظاهراً این دو موضوع آن‌ها را عاصی کرده و باعث شده است که دست به دامان مشاوران و روان‌شناسان بشوند، در حالی که در دهه‌های گذشته افسردگی بیماری مخصوص دنیای بزرگسالان بود و هیچ‌کس تصور نمی‌کرد که بچه‌ها هم افسردگی بگیرند، اما مدتی است پژوهش‌ها نشان داده‌اند که بچه‌ها نه تنها مانند بزرگ‌ترهایشان افسرده شده و دپ می‌زنند بلکه به خاطر شرایط ویژه‌ای که دارند مشکلاتشان حادث‌تر هم خواهد بود. تازه این همه ماجرا نیست و آن‌طوری که آمارها می‌گویند این بیماری مدتی است با شدت میان ما نوجوانان و کودکان در حال افزایش است و ظاهراً هم به تعداد بچه‌های افسرده روزبه‌روز اضافه می‌شود. شاید برایتان جالب باشد که بدانید حدود ۲ تا ۵ درصد کودکان و نوجوانان علائم افسردگی دارند و حتی سال‌های تحصیل در مدرسه را با اندوه می‌گذرانند و این افسردگی روند پیشرفت تحصیلی‌شان را نیز کند می‌کند.

همیشه پای فضای مجازی در میان است

ظاهراً به تازگی محققان در کشور انگلستان در این خصوص تحقیقاتی انجام داده‌اند و براساس آن مدعی شده‌اند که دوباره هر بلایی سر ما می‌آید به گردن فضای مجازی است و رسانه‌های اجتماعی و فناوری متهم ردیف اول در ماجرای افسردگی در دانش‌آموزان هستند؛ به گفته آن‌ها بعضی از برویج دانش‌آموز در استفاده از فناوری و فضای مجازی شورش را درآورده‌اند که این ماجرا باعث بروز اختلال در تعاملات اجتماعی و افزایش احساس انزوا در آن‌ها شده است. متأسفانه منزوی شدن پایان کار ما نیست و آن‌طور که کارشناسان می‌گویند اگر همین‌طور آویزان گوشی‌های هوشمندمان باشیم، امروز و فرداست که دیگر تفاوت زندگی واقعی از مجازی را تشخیص ندهیم. ظاهراً ما برویج نوجوان خیلی نمی‌توانیم بین بودن در دنیای واقعی و دور دور در فضای مجازی تعادل برقرار کنیم و کفه ترازو آن‌قدر به سمت دنیای مجازی سنگین شده است که تعادل زندگی‌مان به هم خورده و همین موضوع منجر به ایجاد استرس در ما و در نهایت افسردگی خواهد شد. جالب این‌که نتیجه یک بررسی نشان داده است که ۵۰ درصد دانش‌آموزان در رختخواب علاوه بر این‌که گوشی دست می‌گیرند، پیام هم ارسال می‌کنند که این روند گاه چند ساعت طول می‌کشد و آن‌ها نیمه‌شب و گاه نزدیک صبح تازه به خواب می‌روند. موضوعی که خیلی احتیاج به تحقیق و بررسی ندارد و خود ما خیلی شفاف می‌دانیم که درگیرش هستیم، اما ظاهراً نمی‌خواهیم قبول کنیم که این عادت غلط می‌تواند بیمارمان کند.

خودکشی در کمین نوجوان‌هاست

از طرف دیگر پژوهش‌های انجام‌شده در دانشگاه لندن نشان داده‌اند

که به طور میانگین دختران انگلیسی بیشتر در سن چهارده‌سالگی متوسط دچار افسردگی می‌شوند و متأسفانه استفاده از فضای مجازی باعث افزایش ۷۱ درصدی احتمال بروز این اختلال روانی در آن‌ها شده است. در تحقیق دیگری محققان دانشگاه سن‌دیگو آمریکا با بررسی بیش از ۱۲۳ هزار دانش‌آموز دختر چهارده‌ساله اعلام کرده‌اند استفاده مداوم نوجوانان دختر از شبکه‌های اجتماعی با اقدام به خودکشی در آن‌ها ارتباط مستقیم دارد. این حرف یعنی این‌که مدل استفاده ما از این فضا می‌تواند به آسانی کار ما را به جاهای باریک بکشاند و به جز دپ زدن ممکن است دور از جان، جوان‌مرگ هم بشویم. علاوه بر این‌ها کارشناسان بهداشتی مدام نسبت به آسیب استفاده بی‌رویه از فضای مجازی و شبکه‌های اجتماعی برای این گروه سن نوجوان که ما باشیم هشدار داده و اعلام کرده‌اند که اگر تغییری در شیوه استفاده دانش‌آموزان از شبکه‌های اجتماعی و به طور کل فضای مجازی ایجاد نشود، باید منتظر عواقب بدتری از مشکلات روانی مانند چندبرابر شدن آمار خودکشی در این دوره سنی باشیم. به همین خاطر از ما می‌شنوید از شرایط برویج اروپایی درس گرفته و اگر جزو افرادی هستید که از گوشی‌تان جدا نمی‌شوید، همین امروز تصمیم کبری گرفته و با تغییری اساسی در سبک زندگی خودتان تا می‌توانید از افسردگی و عواقب خطرناک بعدی‌اش دوری کنید، باور کنید این دور دورهای بیخود و بی‌جهت در دنیای مجازی اصلاً نمی‌ارزد که به پایش سلامت رواتنان را فدا کنید، نگید نگفتید!

افسردگی چه بلایی سرمان می‌آورد؟

شاید با دانستن بلاهایی که افسردگی می‌تواند به سر ما دانش‌آموزان بیاورد، موضوع را کمی بیشتر جدی گرفته و زودتر دست‌به‌کار شوید. آن‌طور که کارشناسان می‌گویند مشکلات جسمانی مداوم و بدون دلیل مانند ابراز شکایت از دل‌درد، سردرد و تهوع، چاق شدن زیاد یا لاغری تابو می‌توانند از علائم افسردگی باشند. بچه‌های افسرده به طور مدام غر زده و از زمین و زمان شاکی هستند و هی آه کشیده و در دریای ناامیدی دست و پا زده و مدام از جملاتی مانند «هیچ‌وقت نمی‌توانم کاری را درست انجام بدهم» یا «دیگر هیچ‌وقت خوشحال نخواهم بود» استفاده می‌کنند.

می‌دانید این حرف‌ها سنگ را هم آب می‌کند، چه برسد به شمای نوجوان. به همین خاطر کم‌کم عزت نفستان پایین آمده و در اضطراب به سر خواهید برد. اگر این حالت‌ها در شما ادامه پیدا کنند، امکان دارد که درگیر اختلالات خواب هم بشوید؛ برای مثال افراد افسرده نیمه‌های شب بیدار شده و نمی‌توانند دوباره بخوابند، عده‌ای دیگر نیز بیشتر صبح‌ها بیش از اندازه می‌خوابند و در طول روز چندان چرت می‌زنند. نوجوانان افسرده معمولاً خسته به نظر می‌رسند، خیلی آهسته حرکت می‌کنند و صبح‌ها به‌زور از خواب بیدار می‌شوند. دخترها بیشتر منزوی شده و پسرها بیشتر عصبی شده و به قول خودمان قاطی می‌کنند و داد و بیداد راه می‌اندازند، بی‌میلی نسبت به مدرسه رفتن و در ادامه آن افت تحصیلی و نمره‌های آن‌چنانی عواقب بعدی افسردگی خواهند بود. وقتی هم دوز افسردگی در فرد بالا می‌رود، فک‌های عجیب‌وغریب به سرش می‌زند و حتی ممکن است که برایش تلاش هم بکنند. به گفته کارشناسان این افکار مریض می‌توانند تا تمایل به خودکشی ادامه پیدا کنند.



از سیر تا پیا

ملیحه محمودخواه | «مسعود» معمولاً نه یک‌بار، نه دوبار بلکه سه‌بار پشت‌سر می‌کند. وارد ماشین که می‌شود عطسه‌هایش شروع می‌شود و هوای آفتابی هم او به عطسه می‌اندازد؛ البته فقط مسعود این‌طوری نیست پدرش هم همین‌طور است. کافی است که آدامس داخل دهانش بگذارد تا عطسه‌هایش شروع شود. خیلی‌ه وضعیت را دارند؛ یعنی در شرایط مختلف عطسه‌شان می‌گیرد، گاهی بعد از ورزش آفتاب یا با آمدن یک باد کوچک. امروز تصمیم داریم که شما را با رازهای عطسه خرافاتی که در مورد آن وجود دارد، آشنا کنیم.

عطسه

عطسه به‌خودی‌خود بد نیست و در واقع مکانیسم به‌جز مواردی که یک لیوان نوشیدنی گرم در دست است که بعد از عطسه باید جای سوختگی را درمان عطسه برای خیلی مواقع خوب است به‌خصوص وقت وارد بینی شما می‌شود و شما با عطسه می‌توانید آن در واقع می‌توانید بگویید که وجود یک جسم خارجی و برخورد با مژه‌های داخل بینی پیمای به مغز شما عطسه می‌شود در واقع این‌جا حس لامسه کار کند زمانی که فردی عطسه می‌کند قفسه سینه‌اش می‌شود و کلی هوا از مجرای بینی عبور می‌کند و ه اگر جسمی در آن‌جا قرار داشته باشد بیرون بپرد.

عطر سریع اتفاق می‌افتد.

عطسه با سرعت ۱۰۰ مایل

در ساعت حرکت می‌کند. یک

عطر می‌تواند ۱۰۰،۰۰۰ مایل بر

اثر هوا کند.



عطسه در همه آدم‌ها یکسان نیست

سیستم عصبی در بدن همه آدم‌ها به طور یکسان سیم‌کشی شده است، اما دستورها و پیام‌هایی که این عصب‌ها باید جابه‌جا کنند هر کدام در هر فردی راهی را برای رسیدن به مغز طی می‌کنند و همین باعث می‌شود که عادت عطسه کردن در افراد مختلف، متفاوت باشد. بعضی در پاییز و بهار مدام عطسه می‌کنند و بعضی‌ها در برابر نور خورشید. عادت‌های مختلف نتیجه راه‌های رسیدن مختلف به مغز است، اما هرچه باشد عطسه می‌تواند به ایمنی بدن شما کمک کند.

در واقع می‌توان گفت عطسه مجاری بینی شما را از باکتری‌ها و میکروب‌ها پاک می‌کند. وقتی میکروب یا شیء خارجی در بینی شما قرار می‌گیرد مرکز عطسه که در ساقه پایین مغز قرار دارد فعال می‌شود و فوری مغز به اندام‌هایی مثل گلو، چشم و دهان دستور می‌دهد که بسته شوند و سپس عضلات سینه منقبض می‌شود و در نتیجه حجم زیادی هوا به همراه براق و ماده مخاطی از دهان و بینی بیرون می‌رود و همین می‌شود که عطسه می‌کنید.

کارگاه شعر «هشت»

قافیه در شعر نیمایی

مهدی آخرتی | سلامی چو بوی خوش آشنایی، حالتان چطور است؟ هنوز هم مثل همیشه مشتاق خواندن کارگاه‌های شعر هستید؟ من که شکی ندارم که شما دوستان من، مثل خود من عاشق ادبیات و فرهنگ کشور عزیزمان هستید. شما هم خوب می‌دانید که خواندن و سرودن شعر نه تنها قلب را رقیق می‌کند بلکه در یادگیری مطالب هم کمک زیادی به ما می‌کند، چون ما برای دریافت ادبیات باید از ذهنمان استفاده کنیم و هر قدر که از ذهنمان بیشتر استفاده می‌کنیم، ظرفیت یادگیری‌اش بیشتر می‌شود. عزیزان! تا این‌جا در مورد آرایه‌ها و تکنیک‌های زیادی صحبت کرده‌ایم، قسمتی از این آرایه‌ها مربوط به همه انواع شعر می‌شود و برخی از آن‌ها در شعر کهن و نو، شکلش فرق می‌کند. خودم تأکید زیادی دارم که در کنار شعر کلاسیک، شعر نو هم آموزش داده شود، ما همه انسان‌های معاصر هستیم و باید با شعر معاصرمان به‌خوبی آشنا باشیم. از بحث اصلی دور نشویم، گفتیم بعضی از چیزها در شعر کلاسیک و نو، شکلشان فرق می‌کند. یکی از این موارد، «قافیه» است. قبلاً با قافیه در شعر کلاسیک آشنا شده‌ایم (کلماتی که در آخر مصرع‌ها می‌آیند و دو، سه حرف مشترک در آخرشان وجود دارد و شکل موسیقایی یکسان دارند)، اما در مورد شعر نو این داستان کمی متفاوت است، با من همراه شوید تا مسئله را بیشتر روشن کنیم.

کتاب و سماور و چای

سماور سوت می‌کشید. سوتش کم کم تبدیل به جیغ شد تا شاید مرا وادار کند سراغش بروم، اما من از خواندن کتاب دست برنمی‌داشتم. نویسنده‌اش می‌گفت از رنگ کتابش خوشش نمی‌آید، من هم. زیادی شاد است و من این زیادی شاد بودن را دوست ندارم. نمی‌دانم چرا؟ شاید چون زیادی شاد بودن، همه فضاهای توخالی ذهنت را پر می‌کند و خلئی برایت باقی نمی‌گذارد و این چیزی است که همیشه مرا می‌ترساند؛ زیادی پر شدن. از این که روزی زیادی پر شوم می‌ترسم... از این اقتاع سنگین‌کننده که وزنه‌ای می‌شود روی بال‌های خیال... خیالی که تنها دستاویز من است... بالاخره کتاب را بستم و سراغ سماور رفتم. برای خودم چای ریختم، طبق معمول... پررنگ.

زیتون عزیز!

بیخش که متنم تقلید بیجانهای از متن‌های تو شد. تو هر چقدر هم اصرار کنی، آن‌قدرها هم سیاه نمی‌نویسی و این خوب است. من که امروز دارم برای تو یا شاید واقعاً دل خودم این یادداشت را می‌نویسم، می‌دانم سیاه‌نمایی به معنای دقیق کلمه یعنی چه... مضحک است اگر بدانی رو شدن تبحرم در این سیاه‌نمایی، کار کافه‌ای دنج در یک روز بارانی نبود... کار از کار افتادن رادیاتورهای مدرسه در یک روز زمستانی بود!

حتی نمی‌دانی چقدر از به کار بردن علامت تعجب در این متن احساس ناخوشایندی دارم... چون این یعنی احساس... چیزی که من این روزها، سخت کمر به قتلش بسته‌ام.

زیتون دیار شرقی‌ترین چشمان دنیا!

شاید این اولین محفل ادبی واقعی بود که من را به آن راه دادند و چه خوب که تو آن‌جا بودی. چه خوب که تو اولین کسی در همه طول عمرم بودی که روی تن یار مهربانان که من حتی ندیده بودمش، امضا انداختی و من هیچ‌وقت آن را فراموش نمی‌کنم. فراموش نمی‌کنم که گفתי تترس و هرچه می‌خواهد دل تنگت بنویس. از هیچ‌چیز تترس و من چه سبز شدم آن شب سرد پاییزی... به مردم لبخند زدم... پشت شیشه مغازه گل‌سرای بیجان را تماشا کردم. با جیب خالی به مغازه آبنبات‌فروشی رفتم تا پاستیل‌های قرمز، یک دل سیر چشمم را نوازش کنند. از کنار فرش‌فروشی بزرگی رد شدم. چشمم به زیباترین آن‌ها افتاد و این‌بار از بر گشتن و از نزدیک لمس کردن آن تترسیدم و تازه کشف کردم فرش‌فروشی چقدر از مغازه عطر و ادکلن‌فروشی خوش‌بوتر است... چقدر آرام‌تر است و چه کیفی دارد وقتی لایه‌لایشان قایم می‌شوی و آن‌ها را نفس می‌کشی...

زیتون عزیز!

الان باید خودکار روی میز می‌کوبیدم و وزن پیدا می‌کردم... اما اگر این‌ها را نمی‌نوشتیم، فراموشی دست‌به‌کار می‌شد و می‌دزدیدشان... این اولین‌بار است فاصله بین خطوط را دوبار می‌کنم، شاید راحت‌تر فهمیده شوند... بغضشان گرفته، دوست دارند مثل همیشه تنگ هم بنشینند، ولی خب... یک‌بار باید جور خلاقیتم را بکشند. چایم سرد شد؛ طبق معمول!

کیمیا عبدالتیان عقیلی

عضو نوجوان انجمن ادبی آفتاب کانون پرورش فکری خراسان رضوی

جا مانده از قطار

(۱)
آواره‌ام
مثل سر بازی که از قطار جا مانده باشد
مثل دخترکی که چادر مادرش را با زنی دیگر
اشتباه گرفته باشد
مثل ساعتی که موقع سال تحویل
خواب مانده باشد

(۲)
چشمانت معجزه‌گرند
هر گاه به من نگاه می‌کنی
غزلی در من سروده می‌شود
آه ای پیامبر!
من به نگاه تو مسلمان شدم

لیلا جوان

عضو نوجوان انجمن ادبی آفتاب کانون پرورش فکری خراسان رضوی

خانوم! رفتم به این موش سر کوچه
نون خشک بدم، شاکی شد.
سلام رسوند، گفت لازانیا می‌خواد!!

https://telegram.me/khosroanjom_majid

قرمه‌سبزی رو گرم می‌کنی خوشمزه است، سرد می‌خوری
خوشمزه است، قاطیش می‌کنی خوشمزه است، جدا
می‌خوری خوشمزه است، یادش می‌آفتی خوشمزه است...
آخه این قدر با کمالات؟! این قدر بزرگوار؟

##خیل خان

می‌گن چرا دل کندن از پتو و تخت سخته، شما خودت
منطقی حساب کن ببین کسی که روزی هفت، هشت
ساعت وقت رو داری باهاش می‌گذرونی اصلاً می‌شه
وابسته‌اش نشد؟

##تیل خان

فرق من با بقیه در زمان انتخاب واحد در اینه که اونا صبح
زود بیدار می‌شن تا با استاد‌های خوب کلاس بردارن، ولی
من صبح زود بیدار می‌شم تا کلاسی رو که هشت صبح
ارائه شده بردارم تا دیگه در طول ترم مجبور نشم صبح
زود بیدار شم.

##تیل خان

بدبینی اولش یه نقطه سیاه کوچیکه که بعدها دریا می‌شه و
غرقت می‌کنه.

##استاد بزرگ

عکس خودتون رو بزرگ چاپ می‌کنین می‌زنین روی دیوار
خونه‌تون؟ من آئینه‌های خونه رو با پارچه می‌پوشونم که
زیاد خودمونبینم.

##قای همساده

این ترم از واحدهام خیلی راضی بودم، ترم بعدم همینا رو
برمی‌دارم!

##تیل خان

سیستم خونه ما این جوریه که اگه از یه غذا خوشت نیاد
این قدر گشتگی می‌کشی که دیگه خوشت بیاد.

##قای همساده

#هشتکو

جایی برای خندیدن، شاد بودن و
حرف‌های خوشمزه زدن است.