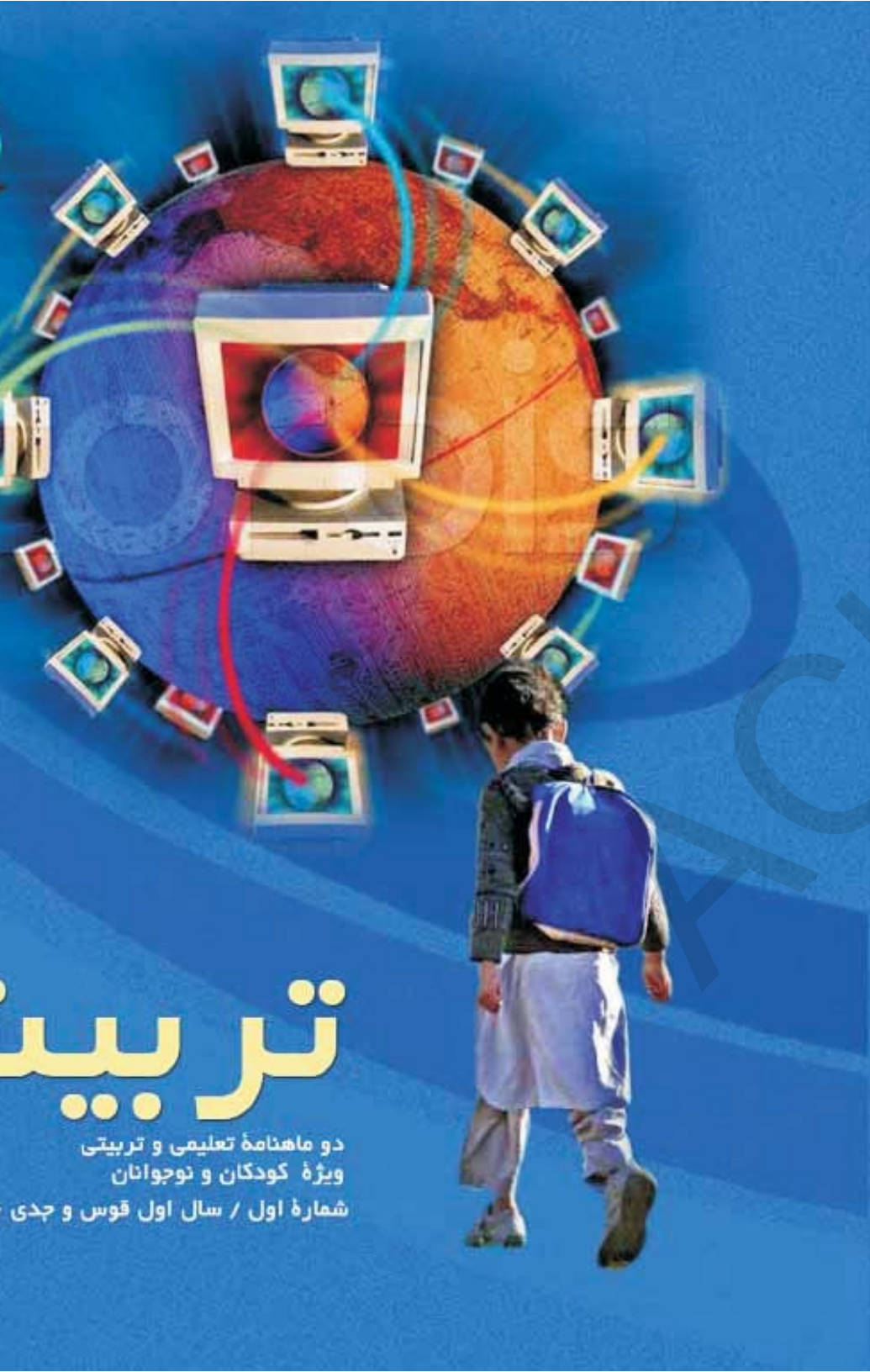




تربیت

دو ماهنامه تعلیمی و تربیتی
ویژه کودکان و نوجوانان
شماره اول / سال اول قوس و جدی

برای صلح

با سلام خوش، با سرود پاک
صبح می رسد؛ صبح تابناک
هرطرف بهار: دشت و کوه و باغ
آب ها: فروغ: برگ ها: چراغ
جوش نو بهار، جشن سال نو
نور زندگی، شور و حال نو
باد: قصه گو - وه چه خوشگوار!
کوه: لاله رو، دشت: لاله زار
لحظه: دلنشین، روز: دلنواز
آسمان: بلند، بی کرانه، باز!

باغ بارور، باغ نوجوان
بر زمین ما عطر و گل فشان
صلح جانفزا، صلح جاودان
در جهان ما، جاودان بمان!

نوذر الیاس



رمر موفقیت شما در چیست؟

ساره یوسف زی
اول نمره عمومی صنف دوازدهم
لیسه لامعه شهید؛
قدم اول تلاش خودم و بعد هم تشویق
والدینم و استادان مکتب



شفیقه اخلاص ۱۷ ساله
صنف دوازدهم لیسه بی بی سروری سنگ
اول نمره عمومی صنف دوازدهم؛
مطالعه مداوم، پیگیری در آموزش
و تشویق معلمین و فامیل



احمد فرزاد راسخ ۱۷ ساله
اول نمره عمومی صنف دوازدهم
لیسه سید النامری؛
اکتفا نکردن به کتاب درسی و افزایش معلومات
کورسها، انترنت و کتابهای مفید علمی تنظیم در
و استفاده درست از وقت.



منیژه رامزیور بنت محمد گل
اول نمره عمومی لیسه اریانا؛
استعداد ذاتی؛ تکرار دایمی آموز
علاقه خودم به درس
و استفاده درست از وقت



پیام وزیر معارف

اساس زنده گی اجتماعی را تشکیل می دهد. جامعه سالم جامعه بی
ن بر مبنای این دو امر پی ریزی شده باشد. پیشرفت، تکامل و مدنیت
دوامر به وجود می آید. افغانستان پس از عبور از مرحله جنگ، اینک
ت ثبات، رفاه و ترقی قرار دارد. دولت خدمت گذار، برای توسعه
سواد، گام های بزرگ و ارزنده یی را برداشته و می رود تا حیات
دگی مردم خود شاهد باشد.

به عنوان یک نهاد بزرگ علمی می کوشد تا از تمام امکانات استفاده
ن را در جهت دو اصل مذکور (تعلیم و تربیت) سوق دهد. بدین منظور
برنامه های توسعه ی دیگر، مجله یی را به نام "تربیت" ایجاد نمود تا
د از این طریق آسان تر با ما تماس حاصل نموده، به رشد و شکوفایی
ان پردازند. وزارت معارف، مجله "تربیت" را یکی از راه های تشویق
بستر مناسبی جهت پرورش افکار و اندیشه های نو رسته جوانان
ار است که اطفال و کودکان عزیز، با استفاده از آن، به بالنده گی ذهن
شان همت گمارند.

محمد حنیف اتمر
وزیر معارف جمهوری اسلامی افغانستان

فهرست مطالب

۲	سخن نخست
۳	هدف ما چیست
۴	نظافت سلامتی می آورد
۵	حفظ الصحة شخصی
۶	شری
۸	فایده زلزله
۹	ماین چیست و چند نوع دارد
۱۱	آیا خود سوزی یگانه راه حل است
۱۳	ورزش
۱۴	فوتبال چیست
۱۶	ادبیات چیست
۱۷	داستان کوتاه چیست
۱۸	دو قصه از مثنوی
۲۰	شعر و ضرب المثل
۲۱	وو، نه وو
۲۴	حکیم نظامی گنجوی
۲۵	فکاهی
۲۶	جهان آرزوها
۲۷	ادیسون
۲۸	نامه مادری به فرزندش
۲۹	از خوشنویسی تا فلم سازی
۳۰	مطالعه و کوشش
۳۲	چاه مکن بهر کی
۳۳	وقت طلاست
۳۴	شامگرد خوب کسی است
۳۵	خان خانی
۳۶	خلاقیت
۳۷	خاطره یک روز رخصتی
۳۸	جوانان موفق
۳۹	سلام امید
۴۰	دمور او پلار احترام
۴۱	احترام چیست
۴۲	حضرت محمد (ص)
۴۳	دوه با ادبه ماشومان
۴۴	با کشور خود آشنا شویم
۴۵	جلال آباد
۴۶	دردل شامگردان
۴۷	حل کنید جایزه بگیرید
۴۸	چند غزل

تربیت

دو ماهنامه تعلیمی و تربیتی

ویژه کودکان و نوجوانان

شماره اول / سال اول قوس و جدی ۱۳۸۶

صاحب امتیاز: ریاست امور تربیتی وزارت معارف.

مدیر مسئول: داکتور شفیقه یارقین.

معاون: محمد علی خوشحال زاده

سر دبیر: شاه محمود

اعضای هیات تحریر:

داکتور شفیقه یارقین، دکتور نیازی، سر محقق

نعمت الله اندر، ظهور افغان، عبدالواحد روان،

مظهر شاه اخگر و معصومه توسلی

طرح و دیزاین: ژکفر حسینی

تایپ: رمضان حسینی

آدرس: افغانستان، کابل، وزارت معارف،

ریاست امور تربیتی، مدیریت هنر و ادبیات

کودکان و نوجوانان.

شماره های تماس:

۰۷۷۲۰۱۷۱۸۱ - ۰۷۹۹۳۴۴۳۵۹ - ۰۷۷۳۸۱۶۹۳۸

E-mail: tarbiyat_magazine@yahoo.com



سخن نخست

دانش آموزان عزیز! می دانید که چند سال پیش، کشور ما به چه فاجعه بزرگی گرفتار بود؟ جنگ خائنانه سوز در هر گوشه یی از کشور جریان داشت. اطفال ما از صدای فیر گلوله ها خواب نداشتند. مکاتب یا به ویرانه تبدیل شده بود و یا هم کسی جرأت نمی کرد که درس بخواند خصوصاً دختران و قشر اناث جامعه از سواد محروم ساخته شده بودند، اما بحمد الله اکنون چند سال است که فضای مناسب ایجاد شده است تا همه اقشار جامعه به صورت یکسان از نعمت سواد بهره مند گردند. دولت خدمت گذار هم تلاش می ورزد تا مکاتب پیش تری را اعمار نماید و در هر نقطه ای از کشور، زمینه تحصیل و رشد استعداد های آینده سازان مملکت را فراهم سازد.

بنابر این، فرصت جدیدی پیش آمده است تا خود را به دانش روز مجهز سازید. ما هم شمارا در این راه یاری می رسانیم. ریاست امور تربیتی یکی از ریاست های وزارت معارف است که خود را در کمک به شما مسئول می داند. به همین خاطر مجله "تربیت" را ایجاد نمود تا از این طریق بتواند استعداد های متعلمین عزیز را شناسایی و به جامعه معرفی نماید و زمینه را برای شکوفایی بیش تر استعداد ها فراهم آورد. مجله "تربیت" با موضوعات متنوعی چون ادب، فرهنگ، هنر، تاریخ، جغرافیا، اخلاق، جالب و معلوماتی، سرگرمی، و... می خواهد شما را تا بلند ترین قله علمی هدایت نماید. پس با ما باشید و هرگز ما را از خود دور نسازید چرا که ما دوست خانگی و همیشگی شما هستیم.

سر دبیر



هدف ما چیست؟

معمومه توسلی



به مجموعه‌ی از انتظاراتی که می‌خواهیم در آینده به آن‌ها برسیم و برای رسیدن به آن تلاش می‌کنیم، هدف گفته می‌شود.

هدف با توجه به علایق، شرایط زندگی، امکانات، طرز فکر ما در زندگی یا تحصیل، در نظر گرفته می‌شود. تعیین هدف یا مشخص کردن هدف یک نیاز است. هدف ما در زندگی جهت حرکت ما را تعیین می‌کند و مشخص می‌کند که به کدام سو حرکت کنیم. پس با توجه به اهمیت و ارزشی که هدف در زندگی فرد دارد، باید سعی کنیم اهداف بزرگی را انتخاب و مشخص نماییم؛ یعنی مشخص سازیم که چه شغلی را انتخاب کنیم؟ و یا زندگی مان چگونه باشند...

در مورد چیزهایی که دوست داریم و می‌خواهیم در آینده به آن‌ها برسیم باید با بزرگ‌ترها صحبت کنیم؛ مثلاً با والدین، معلمین و یا با یک مشاور و از آن‌ها نظر خواهی کنیم و با تلاش زیاد سعی کنیم تا راه‌های رسیدن به هدف مورد نظر را بیابیم؛ میناجان می‌خواهد در آینده یک پرستار خوب شود، به نظر شما او باید چه راهی را انتخاب کند؟ او چگونه می‌تواند یک پرستار خوب گردد؟ کمی فکر کنید و جواب دهید.

جواب شما درست است. باید درس بخواند و به تحصیلات عالی راه پیدا کند.

مینا با توجه به علاقه‌ی بی‌که به پرستاری دارد، هدف خود را مشخص کرده است و راه‌های رسیدن به آن را هم پیدا کرده است. هدف او پرستار شدن است و راه‌های رسیدن به آن دو چیز می‌باشد:

۱- تحصیل

۲- سعی و تلاش

اما وضع مالی مینا زیاد خوب نیست. شاید در آینده نتواند به تحصیل ادامه بدهد. مینا برای مشکل آینده هم چاره‌ی بی را اندیشیده است. او می‌گوید: من برای این که خرج تحصیلم را پیدا کنم، قالین می‌بافم و یا در یکی از کورس‌های خصوصی معلمی می‌کنم تا بتوانم به هدف خودم که پرستاری است، برسم.

در این جا مینا با معلمی کردن در کورس می‌خواهد خرج تحصیل خود را تأمین کند. پس معلمی کردن در کورس هدف کوتاه مدت است که مینا از آن طریق می‌خواهد به پرستاری برسد و پرستاری که یکی از آرزوهای مینا است، هدف دراز مدت گفته می‌شود.



اهداف کوتاه مدت شما چه چیزهایی هستند و اهداف دراز مدت شما چه چیزهایی می‌باشند؟

حال شما فکر کنید. اهداف یا هدف شما چیست؟ می‌خواهید چگونه انسانی باشید؟ چه شغلی را دوست دارید؟ می‌خواهید زندگی شما چگونه باشد؟

یک نکته را هم باید توجه داشته باشید که وقتی هدف خود را مشخص کردید، حتماً با بزرگ‌ترها مشورت کنید و از نظرات آن‌ها هم استفاده نمایید، زیرا تجربه آن‌ها بیش‌تر از شماست و این نکته را هم متوجه باشید که مشخص کردن هدف در زندگی کار ساده نیست که ما بتوانیم در یک روز آن را انجام دهیم. پس، پیش از انتخاب هدف به این نکته‌ها توجه نمایید:

۱- در باره نواقص و کمبودهای زندگی خود فکر کنید

۲- به مطالعه زندگی افراد خلاق و نو آور بپردازید.

۳- از بزرگ‌ترها مثل والدین، معلمین و مشاورین، راهنمایی بخواهید.

نظافت، سلامتی می‌آورد

احمد و مسعود دوستانی بودند که سال‌ها باهم در یک مکتب درس می‌خواندند.

مسعود یک پسر خوب و منظم بود. پاکی و نظافت را در خانه و جامعه رعایت می‌نمود، لذا از صحت و سلامتی بر خوردار بود، اما احمد دوست مسعود به پاکی و نظافت توجهی نداشت.

یک روز احمد و مسعود به طرف مکتب می‌رفتند. احمد، مسعود را به خوردن آب گشمش و کشته دعوت کرد، ولی مسعود به او گفت: در این چیزها نظافت رعایت نمی‌شود، نباید از این کراچی‌ها چیزی بخوری؛ ولی احمد اعتنایی به حرف‌های مسعود نکرد.

فردای آن روز احمد در مکتب غیر حاضر شد وقتی مسعود به دیدن او رفت، دید که او مریض است. به او گفت: حرف‌های دیروز من راست بود، این عاقبت کسی است که از این کراچی‌ها مواد خوراکی بخرد؛ چرا که گرد و خاک سرک‌ها به روی این اجناس و نوشیدنی‌ها می‌نشیند و باعث آلوده‌گی می‌شود. خود داری از خوردن چیزهایی که در کراچی‌های کنار سرک فروخته می‌شوند، انسان را از مبتلا شدن به مرض‌های گوناگون حفظ می‌کند.





دوا با ماست

ماست؛

ماست بهترین دوا برای رفع اسهال و پندیده گی روده است. مخمرهای موجود ماست، باکتریای روده را از بین برده، از عفونت جلوگیری می کند. ماست غذایی است که به آسانی هضم می شود. برای اطفال، بعد از شیر، هیچ غذایی مناسب تر از ماست نیست.

چون ماست خواب آور است، لذا برای افرادی که دچار بیخوابی می شوند، مفید است. اگر ماست تنها را دوست ندارید، با شیره یی مربای خرما یا شیرینی انگور میل کنید تا به این وسیله هم سردردی را دفع کنید و هم مطبوع ترش ساخته باشید.

یکی از محاسن ماست آن است که نمی توان آن را به مقدار زیاد خورد. همین خاصیت موجب می شود تا از زیان های مختصری که ممکن است داشته باشد، مصون بمانیم.

نصیر احمد الکوزی

حفظ الصحة شخصی

انسان در قدم اول باید خود را محافظت نماید. مثلاً؛ اگر در زیر ناخن های تان چرک جمع شده باشد، این چرک ها باعث مریضی شما می گردد. برای این که مریض نشوید، ناخن های تان را به طور منظم کوتاه کنید و موهای خود را روزانه شانه نمایید تا گرد و خاک و جداره ها از آن ها دور گردیده، صحت شما تامین گردد. در وقت قدم زدن، بوت یا چپلی تان را بپوشید تا از داخل شدن میکروب ها به بدن و امراض جلدی جلوگیری گردد. بینی تان را با دستمال پاک کنید. لباس های ناپاک ممکن است باعث امراض جلدی گردد، لذا لباس های تان را به صورت منظم تبدیل کرده، بشویید و درشعاع آفتاب خشک کنید. ریزه های غذا در بین دندان های تان باقی می ماند و باعث خرابی آن ها می گردد. دندان های خود را بعد از هر وعده غذا برس نمایید.



د شري د ناروغۍ په وخت کې ښايي د ژامو لاندې او د غاړې لمفاوي غوټې غوټې شي او د هضمي سيستم ستونزې د نس ناستې او يا کانګو په ډول په ځانګړي ډول په شيدو خوړونکو ماشومانو کې را منځته شي. که چېرې د شري د دانو د راپيدا کېدو له وخته درې يا څلور ورځې وروسته بيا هم ماشوم تبه ولري نو د شري د ناروغۍ د يو اختلاط بايد په پام کې وګړو. د خپريدو لار:

د شري ناروغۍ يوه ډېره سرايت کوونکې ويروسي ناروغۍ ده. په دې ډول چې په شري اخته ماشوم د پرنجې او يا ټوخي په وخت کې د خپلې خولې او پوزې د ترشحاتو سره په خپل ځا پيريال کې ډير شمېر ويروسونه خپروي، نوموړي ويروسونه حتی تر ۳۴ ساعتونو پورې د ماشونو په وينه کې ژوندي او په فعال ډول پاته کېدای شي. که چېرې هر هغه ماشوم، چې د شري واکسين ورته نه وي پيچکاري شوی په شري باندې د اخته ماشوم سره په تماس کې راشي نوموړی ويروس به د هغه تنفسي لارې ته ننوځي او ۱۰-۱۲ ورځو په موده کې، چې د تفريخ دوره يې بولي په نوموړي ماشوم کې د ناروغۍ د نڅښو د را پيدا کېدو سبب شي.

د شري د سرايت دوره د ناروغۍ د لومړنۍ نڅښې دراپيدا کېدو (تبه، ريزش او ټوخي) سره پيل کېږي او د دانو دراپيدا کېدو څخه تر پنځو روځو پورې ساري دی. په دې موده کې بايد ماشوم ښوونځي ته ولاړ نه شي او د نورو ماشومانو څخه بايد کاملاً جلا واوسي.



د شري ناروغۍ د ويروسي حادو ساري ناروغيو له ډلې څخه ده. د ناروغۍ د واکسينو د کشفولو څخه ده.

وراندې ټول ماشومان په نوموړې ناروغۍ اخته کېدل نڅښې ښايي:

د شري ناروغۍ درې مرحلې لري. هغه مرحله، چې ويروس بدن ته ننوزي او په بدن کې تکثري کوي د لسو نه تر دولسو ورځو پورې دوام مومي. په دې مرحله کې ماشوم د ناروغۍ کومه نڅښه نه لري.

د رېزش مرحله په دې مرحله کې د ماشوم تبه لوړه وي، چې د سانتي گراد تر څلوېښتو (۴۰) درجو پورې رسېږي. په دې مرحله کې د ماشوم په خوله کې د ژړندې د غاښونو په څنګ کې په احمراري ځمکه باندې سپينې دانې (ټکي) چې د مالګې د دانو سره ورته والی لري را دوڅارېږي، چې د کوپليک د دانو په نامه يادېږي. نوموړې دانې (ټکي) د ۱۲ نه تر ۱۸ ساعتونو په موده کې له منځه ځي.

د شري د راوتلو مرحله شري لومړی د ورمې په پورتنۍ برخه او څنګونو او د غوړ شاته راوځي او بيا ټول مخ نيسي، وروسته بيا د ۲۴ ساعتو په موده کې سينه، شا او د ورنونو او په دريمه ورځ د پښو تر توندېو رسېږي، په دې وخت کې د ماشوم تبه له منځه ځي. کله چې د شري دانې له منځه ځي په ځای يې قهوه ای رنگ غوره کوي، چې وروسته بيا له منځه ځي.



ایا ماشوم مخکی له ۲-۷ میاشتنی څخه په شري اخته کېدای شي؟ شیدې خورنکې ماشومان د خپل عمر په لومړیو ۲-۴ میاشتو په موده کې د شري د ناروغۍ په مقابل کې خوندي (مصون) دي او په دې ناروغۍ نه اخته کېږي. ځکه چې د شري د ناروغۍ ضد ماده د مور په وینه کې شته، د پلاستیک لارې جنین ته رسېږي او د نوي زېږېدلي وینه د ولادت په وخت کې نوموړې ماده لري، دا حالت په داسې حال کې منځته راځي، چې مور د خپل ماشومتوب په دوران کې په شري اخته شوې وي. دغه مصونیت راوړونکې ماده، چې د مور نه ماشوم ته رسېږي په تدریجي ډول کمېږي او په یو کلنۍ کې بېخي له منځه ځي او کله چې نوموړي مصونیت بخښونکې ماده له منځه ولاړه شي باید د شري واکسین ماشوم ته تدبیر شي.

که چېرې روغ ماشوم په شري باندې د اخته ماشوم سره تماس پیدا کړي څه باید وکړو؟ که چېرې روغ ماشوم چې مخکې ورته د شري واکسین تزریق شوی دی په شري باندې د اخته ماشوم سره تماس پیدا کړي، هېڅ ډول اقدام ته اړتیا نشته، مګر که د شري واکسین ورته نه وي تزریق شوی، نو که د تماس په لومړنیو یو دوه ورځو کې وي د ډاکټر په لارښوونه ورته د شري واکسین تزریق کېدلای شي. که که لومړنیو ۵ ورځو په دوران کې یې تماس پیدا کړی وي باید، چې گاما گلوبولین د ناروغۍ د مخنیوي په منظور ورته پیچکاري شي او په پایله کې به ناروغ په شري اخته نه شي خو که د ۵ ورځو نه زیات د تماس شوی وي د گاما گلوبولینونو لوړ مقدار باید تزریق شي.

د شري د ناروغۍ نه د وقایې په خاطر که څه هم اخته ماشوم باید د سرایت په مرحله کې د نورو ماشومانو څخه کاملاً جلا وساتل شي، مګر اخته ماشوم حتی د ریزش په مرحله کې هم نورو ته ناروغي لېږدولای شي، نو په دې دلیل ډیر ښه کار د شري د واکسین پیچکاري کول دي، چې باید ټولو ماشومانو ته ورپیچکاري شي. اختلاطات:

شري یوه خطرناکه او په عذابوونکې ناروغي ده، چې ماشوم نه یوازې د ناروغۍ په وخت کې په عذابوي او د هغه خواب او هوساینه د دوه درې اوونیو لپاره ورڅخه اخلي بلکې ښایي ماشوم په یو شمېر اختلاطونو لکه سینه بغل، چې ښایي د ماشوم د مړینې لامل شي، یا د ماشوم د غوږ څخه روې راشي او درد پیدا کړي او تر ټولو بده یې لاداده، چې په دماغی اختلاطونو اخته شي او همیشنی (دایمي) اختلاط را منځته کړي، د شري د ناروغۍ یو مهم اختلاط هم د دماغ او ذهن او فکري استعداد د فعالیت کمېدل دي. په دې ډول چې کله چې ماشون ښوونځي ته داخل شي ځان را ښکاره کړي او ماشوم په زده کړه کې د ستونزو سره مخ کړي، نو د مور او پلار دنده ده، چې خپل ماشوم په خپل وخت کې د شري واکسین ورپیچکاري کړي. درملنه

څرنگه، چې نوموړې ناروغي یوه ویروسي ناروغي ده نو داسې درمل، چې د ناروغۍ دوران را کم کړي نشته، نو په دې دلیل د شري د ناروغۍ دروان باید تر سره شي او ناروغ ښه شي. مور او پلار باید د ماشوم تبه هر شپږ ساعته اندازه کړي او د تبه د را کمولو درمل کله چې د هغه تبه لوړه وي هغه ته ورکړي. په کوټه کې د اوبو بخار کول د ماشونو د وچ ټوخي په گمولو کې اغېزمن دي. په هغه وخت کې چې د ماشوم سترگې سرې او پر سپېدلې وي نو ډیره دېا هغه په عذابوي، نو ښه به دا وي، چې د ماشوم خونه تیاره وي او هغه د مایعاتو خنډ ته وهڅوو. مګر که ماشوم نور کوم ساده خواړه وغوښتل باید ورته ورکړل شي، د انټی بیوټیکونو ورکول د شري په ناروغۍ کې کومه ګټه نه لري او باید ورکړل شي. هغه ماشومان، چې د شپږو میاشتو نه تر یوه کاله پورې عمر لري د ویتامین A، ۱۰۰ زره واحدو او د یوه کاله نه د لویو ماشومانو ته ۲۰۰ زره واحدو ویتامین A باید ورکړل شي، چې د ناروغي اختلاطات را کم کړي، که چېرې ماشوم اختلاطي شي باید درملنه یې په روغتون کې تر سره شي.

آیا می دانید "اشک ریزش" چیست و چرا به وجود می آید؟

در گوشه هر چشم مجرای وجود دارد که به بینی راه دارد. وقتی این مجرا به هر علت بسته شود، «اشک ریزش» به وجود می آید که با ماده سفید رنگی به نام «قی» همراه است. در این صورت لازم است با قطره چشمی یا چای در ظرف تمیز چشم را بشویید. اگر با این کار مجرا باز نشد، به داکتر چشم مراجعه نمایید.

نرگس احمدی



ببر

ببر بزرگ ترین و درشت ترین و ترسناک ترین عضو گروه خانواده پشک ها است و از لحاظ نیرومندی و زیبایی مورد پسند آدمی است. اما به واسطه آدمخواری، این جانور سخت مورد تنفر مردمانی است که گاه مورد حمله قرار گرفته اند. با این حال ببرها از آدمی گریزان هستند. ببرهای نر بالغ منچوری یا سیبری بیش از ۳/۶ متر طول و ۳۵۰ کیلوگرم وزن دارد. ببرهای مناطق گرمسیر آسیا، کوچک تر و کم وزن تر می باشند. مثلاً ببر بنگال ۲۵۰ کیلو وزن دارد. ببرهای ماده کوچک تر از ببرهای نر می باشند. اجداد اصلی ببرها در جنگل های یخ زده سیبری و قسمت های شمالی چین و کریمیا زیستند.

فایده زلزله

محمد اسلم علوی

زلزله سنج دستگاه بسیار دقیقی است که امواج زلزله را ضبط و اندازه گیری می کند و کانون اصلی آن را مشخص می سازد. شدت هر زلزله با واحد «ریشتر» سنجیده می شود که از ۱ تا ۱۰ درجه تقسیم بندی شده است. «سی. اف. ریشتر» در سال ۱۸۸۲ یعنی بیش از یک قرن پیش، «سیسموگراف» یا زلزله سنج را عرضه کرد و به همین جهت درجه بندی را به نام خود نامید. هر قدر درجات ریشتر بیش تر باشد، زمین لرزه شدیدتر و مخرب تر است. از هنگام اختراع زلزله سنج، در طی مدتی بیش از یک قرن، هنوز زلزله بی به شدت ۹ درجه ریشتر ثبت نشده است و زلزله های بالاتر از هشت درجه هم به ندرت روی می دهد. اما کافی است شدت زلزله از شش درجه بیش تر باشد تا ویرانی ها و تلفات فراوانی به بار آورد.

و اما زمین لرزه در مقابل خسارات و ضایعات و تلفاتی که به آدمیان وارد می کند، یک حسن هم دارد و آن این که از هنگام اختراع و کاربرد زلزله سنج، بررسی امواج زلزله اطلاعات ارزشمندی درباره چگونگی ساختار درونی کره زمین در اختیار پژوهشگران قرار داده است. قبلاً جهان دانش از آنچه در اعماق زمین می گذرد، کاملاً نا آگاه بودند، اما اکنون امواج زلزله هنگام عبور از لایه های درونی زمین ماهیت آن ها را تا حدودی علنی می سازند و با بررسی این اطلاعات جدید روشن شده است که هسته مرکزی زمین، بر خلاف تصور پیشین به حال مذاب نیست، بلکه در شرایط فوق تراکم و در نوع حالت جامد است و از آهن و نیکل تشکیل می شود. پوششی که هسته رادر بر می گیرد، مذاب است و پس از آن لایه پوشش دیگری قرار دارد که به حالت نیمه مذاب و عسلی شکل در حدود ۲۹۰۰ کیلومتر ادامه دارد. ضخامت پوسته بیرونی زمین که شامل قاره ها و اقیانوس ها و زیستگاه انسان و موجودات زنده دیگر است، فقط در حدود ۳۲ کیلو متر است.



ماین ها و مهمات منفجرناشده اشیای بسیار خطرناک اند؛ از تماس به آنها خودداری نمایید!

اکثر ماین ها به منظور معلول ساختن انسان ها ساخته شده اند و حتمی نیست که باعث مرگ گردند. ماین ها سلاح های مروج اند که از جنگ جهانی اول به اینطرف در جهان استفاده می شوند. ماین ها در شهر کابل و اطراف آن، در مراکز ولایات و در دهات و قصبات افغانستان موجود می باشند.



مهمات منفجر نشده

مهمات منفجر نشده عبارت از سلاح ها و مهماتی اند که در جریان جنگ مورد استفاده قرار گرفته، اما منفجر نشده اند. مثلاً: راکت ها، بمب های دستی، مرمی های تانک، مرمی های مختلف تفنگ ها، راکت، بمب هایی که از طیاره پرتاب شده اند و غیره... جلوگیری از خطرات مهمات منفجر نشده آسانتر است، زیرا آنها اکثراً در روی زمین قرار دارند و به آسانی می توان آنها را دید، اما ماین ها در زیر زمین قرار دارند و انسان ها را غافلگیر می نمایند.

ماین چیست و چند نوع دارد؟

تهیه کننده: مطهر شاه اخگر

افغانستان از جمله آن ممالک جهان است که زیادهترین ماین ها و مهمات منفجرناشده در آن وجود دارد. بعد از دو و نیم دهه جنگ یکی از نشانه های واضح و نفرت انگیز منازعات در افغانستان استعمال زیاد و بی هدف ماین ها می باشد؛ چنانچه در حال حاضر قربانیان ماین ها هنوز هم بیشتر از ۵۰ نفر در هر ماه می باشد.

با وجودیکه فعلاً در سرتاسر افغانستان ماین ها وجود دارد، می توان از آنها جلوگیری نمود.

ماین ها به طور عموم به دو نوع تقسیم گردیده اند

۱- ماین های ضد پرسونل

۲- ماین های ضد تانک

ماین ها اشیای مخصوصی هستند که از پلاستیک، چوب و آهن ساخته شده و در بین آنها مهمات منفجرناشده جا داده شده است. این سلاح به اثر فشار دست، پا و یا چیز دیگری منفجر می گردد و هر چیزی را که در دور و پیش آنها باشد از بین می برد یا زخمی می سازد.

ماین ها دارای اشکال، اندازه ها و رنگ های مختلف می باشد، مثلاً: گرد و هموار مثل توتیه نل بخاری، توپ، صندوقچه یا بکس چرمی، رادیوی کوچک که دارای پایه های آهنی باشد و غیره...

علایم ذکر شده می تواند در دیوار ها، خانه های مخروبه، خطوط اول جنگ، خانه های متروکه، پهلوی سرک ها و غیره جاها دیده شود.

در بعضی جاها پایه های سمتی به رنگ های سفید و سرخ دیده می شود که طرف سرخ آن خطر و طرف سفید آن ساحه پاک شده را نشان میدهد.

۲- علایم و نشانه های غیر رسمی (محلی)

-کوت سنگ و خاک

-یک تیری که از چوب یا سنگ ساخته شده و به طرف ساحه خطرناک قرار داده شده باشد

-شاخچه های درختان، چوب و غیره که راه یا سرک را مسدود کرده باشد.

-سنگ هایی که در عرض جاده قرار داده شده باشد.

-علامه چلیپا که از چوب ساخته شده باشد.

-و غیره...

۳- علایم و نشانه های احتمالی موجودیت ماین ها و مهمات منفجر نشده.

-در منطقه یی که قبلاً جنگ اتفاق افتاده باشد.

-پوست یا استخوان حیوانات.

-موضع های نظامی و کمینگاه ها.

-نباتات خشک وحشی و اراضی که تغییر شکل نموده باشد.

-صندوق های مهمات، خول ها، مرمی ها و بقایای وسایل نظامی خراب شده.

-توته های سیم و سیم خاردار.

-راه ها، سرک ها، مزارعی که کشت نشده باشد.



شناخت نشانه ها و علایم ماین ها و مهمات منفجر نشده:

ماین ها و مهمات منفجر نشده می توانند در اکثر جاها پیدا شوند. اکثراً بسیار به مشکل و حتی غیر ممکن است که ماین ها را به چشم دید. در صورتیکه شما در یک محل زنده گی می کنید و یا در نزدیکی ساحات ماینزار سفر می نمایید، باید همیشه علایم و نشانه های خطر را در نظر داشته باشید که نشان دهنده ساحات خطرات ماین و مهمات منفجر نشده می باشد.



سه نوع علامت برای ساحات مختلف وجود دارد:

۱ - علایم و نشانه های رسمی که قرار ذیل اند:
-سنگ های رنگ شده سرخ که نشاندهنده خطر ماین می باشد.

-سنگ های رنگ شده آبی که نشان دهنده خطر مهمات منفجر نشده و ساحه جنگ زده می باشد.

-سنگ های رنگ شده سفید که نشان دهنده ساحه محفوظ و پاک می باشد.



آیا خود سوزی و خود کشی یگانه راه حل است؟



عباس پاینده نیک، کارشناس روان درمانی

خودکشی از زمان های قدیم در جامعه وجود داشته است و در طول زمان به شکل های متفاوت صورت می گرفته است، اما چرا امروزه به وسیله آتش انجام می شود؟ شاید علت این که افراد دست به خود سوزی می زنند، این بوده که فرد در همان لحظه تحت تاثیر بحرانی ترین حالات قرار دارد که نسبت به زنده بودنش حساس و عقده یی می گردد، می خواهد این عقده را هرچه زودتر فروکش نماید و از این لحاظ دست به خود سوزی، که خشن ترین نوع خودکشی و نیز تنها وسیله است که می تواند او را زودتر به هدف برساند- اقدام می کند.

در بسیاری از موارد خصوصاً در دختران خودکشی و خود سوزی متعلمین تقاضایی از جامعه یا والدین است و در حقیقت پیغامی است به دیگران. در این زمان هدف نوجوانان از بین بردن خود و خود سوزی نیست، بلکه به دنبال این است که بتواند خود و درخواست خود را بیان نماید. اما زمینه ساز خودکشی اختلافات خانوادگی است. بی شک خانواده در مورد خودکشی متعلمین جایگاه اول را دارد، چون کنترل و فشار در متعلمین دختر در خانه به طور مستقیم و شبانه روزی اعمال می گردد. بویژه در خانواده هایی که دارای تعصبات سنتی و مذهبی هستند، فشار بر دختران بیشتر است. درمکانی که ظاهراً باید جایگاه امن و آسایش باشد، گاه فشار روحی و روانی در افراد چنان افزایش می یابد که زندگی به جهنم خوفناک بدل می گردد و قربانی تنها راه رهایی از آن را در نابودی خود می بیند. اما زمینه های اصلی فشار خانوادگی از بیرون خانه بر اعضای فامیل وارد می شوند. باورهای سنتی جامعه و فامیل بر روی روابط خانواده گی تأثیری ویران کننده می گذارد، مفاهیمی همچون غیرت، احترام به بزرگسالان عقیده به روگیر بودن و خانه گی بودن دختران جلو تحصیل و آزادی دختران را گرفته و همگی باعث می شوند که زمینه های اصلی خود کشی و خود سوزی متعلمین در فامیل فراهم گردد.

پس از گذشتن سه سال تحقیق و فعالیت در حصة تعلیم و تربیه در افغانستان واقعیت های تلخ و شیرین اجتماعی بسیار برایم روشن شده است. حال موضوع خود کشی و خود سوزی را در این نوشته تحلیل می نمایم. اما قبل از آن به داستان واقعی زیر توجه نمایید:

«ملیحه دختری ۱۴ ساله بود که در خانواده اقتصادی متوسط زنده گی می کرد. پس از پایان صنف هفت مکتب، والدین ملیحه با رفتن او به مکتب مخالفت می کنند و مانع رفتن او به مکتب می شوند. در این شرایط ملیحه که دختری کوشا و درس خوان بود، با یک ضربه روانی روبرو می گردد. مشاجره های بسیاری بین ملیحه و والدین او صورت می گیرد که همگی آن ها بی حاصل بودند و والدین او همچنان پافشاری می کردند که دختر آن ها نیازی به درس خواندن ندارد.

یک شب مشاجره طولانی بین ملیحه و والدین او صورت گرفت. ناگهان او در یک تصمیم نا سنجیده و غیر منطقی اقدام به خود کشی نمود و با ریختن یک گالن تیل بر روی خود، آتش بزرگی را در حویلی خانه شان برپا نمود. والدین ملیحه با عجله اقدام به خاموش کردند آتش نمودند، سپس ملیحه را -که تماماً سوخته بود- به منظور تداوی به پاکستان بردند، اما در میانه راه ملیحه چشم از جهان بریست و فامیل و دوستان خود را در ماتم و سوگواری گرفتار ساخت.»

وقتی چنین داستان های واقعی را می شنوم که انسانی به دردناک ترین شکل ممکن به زنده گی خود خاتمه داده است، اولین سوآلی که به ذهنم می رسد، این است که چه چیزی باعث می شود که فردی دست به خود کشی و یا خود سوزی بزند؟ آیا او به این حدی از نا امیدی رسیده است که چنین فاجعه یی را به وجود آورده است؟ فامیل، جامعه، ایمان، عقیده، حکومت، آداب، رسوم و فرهنگ چه نقشی را در خود کشی افراد دارند؟



آیا خود سوزی و . . .



انسان ها برای داشتن روانی سالم، نیاز به احساس امنیت، آرامش و همچنین آزادی دارند، زیرا امنیت و آرامش در محیط آزاد، انسانی و برابر، فراهم می گردد. امید به آینده، داشتن شغل مناسب، آزادی درحریم خصوصی و احساس آرامش زمانی به جوانان و نوجوانان خصوصا دختران دست می دهد که ظلم و ستم در همه اشکال آنها چه از جانب خانواده، چه از جانب جامعه و دولت از بین رفته باشد.

در پایان به والدین محترم سفارش می کنم که محیط سالم و آرام را برای رشد و شکوفایی استعدادهای فرزندان خود درخانه فراهم نمایند و کوشش کنند که فرزندان خود را درک نموده، بین فرزندان خود تفاوت قابل نباشند.

متعلمین عزیز! هیچ گاه در زمانی که دچار بحران های کوتاه مدت و زودگذر شدید، تصمیم نگیرید و هرگز تحت تاثیر ناملایمات موقتی و احساسات خود نشده، کوشش کنید که معقولانه و منطقی تر فکر کنید. همیشه این نکته را در نظر داشته باشید که خودکشی و خودسوزی هرگز نمی تواند پاسخی درست در مقابل بحران های روحی و روانی شما باشد. همیشه راه حل منطقی وجود دارد که باید آن را اختیار کرد.

دوستان عاقل، همدل و همفکر! مشغول شدن با فعالیت هایی مانند مطالعه کردن، ورزش و حرفه هایی که هم درآمد اقتصادی برای شما داشته باشد و هم اوقات فراغت شما را پر نماید، می تواند شما را در تصمیم گیری بهتر کمک نماید. ایمان به خداوند، امید به آینده، بهتر شدن تدریجی شرایط را به دنبال دارد، مشوره با معلمان راهنما، دوکتوران روانشناس و افراد خیرخواه همیشه می تواند شما را در حل مشکلاتتان کمک کند.

پس در هنگام بروز بحران های شدید روانی و مقابل شدن با بن بست های فکری، با چند تن از دوستان و نزدیکان مشوره نمایید. کوشش کنید که خود را به مطالعه، شنیدن موسیقی های آرام کننده، ورزش و سایر سرگرمی های مفید و سازنده مشغول سازید و همواره خداوند را به یاد داشته باشید و از انجام گناهان بزرگ و نابخشودنی مانند خودکشی و خود سوزی خودداری کنید. روانشناس مجله تربیت همواره حاضر است تا پیرامون مشکلات شما با شما مشوره نموده، گره از مشکل تان بگشاید. پس قبل از این که تصمیمی بگیرید که باعث پشیمانی شما گردد، یکبار با روانشناس مجله تربیت به تماس شوید.

از دیگر عوامل زمینه ساز خودکشی متعلمین، تفاوت بین دو نسل است. با پیشرفت جوامع و صنعتی شدن، نیاز اجتماعی انسان ها با دانش و تغییر تفکرات نسل جدید باعث گردیده است که دو نسل جدید و نسل قدیمی در مقابل هم قرار گیرند و این باعث می شود که هر دو نتوانند خواسته های خود را برآورده سازند. این که اندیشه کدام یک معقول می باشد، باعث می شود که فرزندان در مقابل والدین خود برخیزند و این مخالفت خود را به وسیله خودسوزی نشان دهند که در واقع نه دوايي برای درمان خود است و نه مرهمی برای جراحات های دیگران و بر عکس سبب اندوه و پشیمانی می گردد. خودکشی به هر نوعی که باشد از دیدگاه اسلام ممنوع است و نوعی قتل نفس محسوب می شود و فرد مورد مجازات الهی قرار می گیرد، چه انسان خود و چه دیگری را به قتل برساند، جرم آن ها یکسان است و در زمره گناهان کبیره محسوب می شود.

حال چطور می توان از خودکشی و خودسوزی نوجوانان و جوانان جلوگیری کرد؟ باز یکدیگر مشکل ریشه یابی عوامل خودکشی تنها معضله اقتصادی و فقر نیست، بلکه ظلم و ستم بر دختران، منجر به از بین رفتن حقوق آنان گشته و شرایط زنده گی را برای آنان دشوار ساخته است. این ظلم و ستم در کنار خودخواهی انسان ها منجر به ایجاد بحران های عمیق روحی و روانی آنان گردیده، خود به عاملی برای خودکشی مبدل شده است.

ورزش

مسابقات دوش دختران در کابل

شرکت کنندگان این مسابقه فاصله حدود ۱۵ کیلومتری را در نزدیک به یک ساعت پیمودند.

این مسابقه تحت عنوان - بیا بید، به مواد مخدر نه، به صلح و وحدت، بلی، بگوئیم - به منظور تشویق جوانان برای دوری از مواد مخدر، راه اندازی شد.

مسابقه از قصر دارالامان در غرب کابل آغاز شد و صدها جوان شرکت کننده، تلاش کردند تا از همه جلوتر خود را به استادیوم غازی در مرکز شهر - که خط پایان مسابقه اعلام شده بود - برسانند.



پنجاه دختر جوان نیز در یک دور چهار کیلومتری، جدا از پسران به رقابت پرداختند که در پایان، محبوبه ۱۴ ساله، از ولایت کابل با پیمودن این مسافت در ۲۳ دقیقه، برنده شناخته شد.

سال گذشته نیز محبوبه مقام اول را در مسابقات دوش دختران در کابل از آن خود کرده بود.

در میان پسران، احمد نواب، ۲۱ ساله از ولایت بغلان به مقام اول رسید.

عبدالرؤف، ۲۰ ساله از ولایت ننگرهار موفق شد در این مسابقه مقام دوم را از آن خود کند و به همین ترتیب، غلام شارق ۲۱ ساله از کابل برنده مقام سوم شد.

این مسابقات به ابتکار شرکت افغان بی سیم و به کمک بخش خصوصی راه اندازی شده بود.

پیش از این، در چهار ولایت دیگر افغانستان نیز چنین مسابقاتی با شرکت صدها جوان به راه انداخته شده بود.



تیم کریکت افتخار آفرید

تیم ملی کریکت افغانستان قهرمان جام بیست - بیست و شش شورای کریکت آسیا شد.

این مسابقات با شرکت تیم های افغانستان، عمان، کویت، امارات متحده عربی، عربستان، قطر، مالدی، نیپال، سنگاپور و هنگ کنگ در کشور کویت برگزار شد.

در پایان، دو تیم افغانستان و عمان به دیدار فینال این مسابقات راه یافتند که این دیدار روز ۲ نوامبر در کویت و در حضور هزاران تماشاگر که تقریباً همگی شان طرفدار تیم افغانستان بودند، برگزار شد.

این اولین قهرمانی یک تیم افغانستان در تورنمنت بین المللی است.

کریکت در سال های اخیر طرفداران زیادی در افغانستان پیدا کرده است، اما گفته می شود که هنوز یک زمین مناسب کریکت در کشور وجود ندارد.



منم جان معلم منم چهارم مکتب ابتدایه افشار و دختر صحت مند و مودب است و راز کامیابی و موفقیت خود را ورزش می داند و می گوید، ورزش باعث می شود که انسان صحت مند باشد و ورزش برای پیر و جوان و طفل ضروری است و باید بطور منظم ورزش کرد. من چون علاقمند ورزش هستم روزانه از طرف صبح با پدر جانم ورزش می کنم. هر روز پدر جانم برایم بازی جدید را می آموزاند و بعد از این که تمرینات ختم گردید، من و پدر جانم شیر می نوشیم و از این تمرینات من ثمر بسیار خوب گرفته ام. من می توانم درس های خود را درست بیاموزم. روزم به خوبی سپری شود، و قدرت کار کردن در وجودم پیدا شود. چون که می گویند عقل سلیم در بدن سالم است و بدن سالم کسی دارد که ورزش می کند. پیام به اطفال اینست که بعد از این ورزش را بخشی از تقسیم اوقات روزانه خود سازند.



فوتبال چیست؟

ترتیب کننده: رمضان حسنی

مقدمه:

در طول قرون گذشته، بازی های توپی بخشی از سنت های محلی را تشکیل می داد که عموم مردم به عنوان یکی از بهترین تفریحات به آن می پرداختند. مردم در گذشته با پا و دست و یا سایر قسمت های بدن با توپ به بازیهای هدفدار و جدی می پرداختند. بعد از گذشت سالها اولین قوانین فوتبال در سال ۱۸۴۸ توسط دانشجویان دانشگاه کمبریج نوشته شد. اولین باشگاه فوتبال شفیلد در سال ۱۸۵۵ تأسیس گردید و در سال ۱۸۶۳ اولین انجمن فوتبال در انگلستان شکل گرفت و فوتبال مدرن متولد شد. این بازی فعال، خیلی زود به سراسر اروپا کشیده شد. بعد ها در سراسر دنیا فراگیر شد و به صورت آنچه که امروز مشاهده می کنید درآمده است که مطمئناً امروزه بصورت مشهورترین و عمومی ترین ورزش در جهان مطرح است. به خاطر آن که انجام دادن این بازی نیاز به امکانات و وسایل خاصی ندارد (بصورت ابتدایی) در محله و کوچه بازی کردن، به خاطر هیجان بسیار بالایی که به وجود می آورد و به خاطر نشاطی که به هر کس که به آن می پردازد می دهد و به خاطر جذابیتی که برای بازیکنان حرفه ای به سبب پول دار شدن دارد. در سال ۱۹۰۴ فدراسیون بین المللی فوتبال تأسیس شد. این فدراسیون از جمله مشهورترین فدراسیون های بین المللی است که خیلی زود راه پیشرفت را هموار کرد، به طوری که امروزه به عنوان پر درآمد ترین و محبوب ترین و جذاب ترین و هیجان آورترین رشته ورزشی در بین جوامع و کشورهای مختلف مطرح می باشد.



نکات و قوانین فوتبال!

فوتبال ورزشی است جمعی که پیروزی در آن به تلاش و کوشش همه یاران یک تیم بستگی دارد و کاربرد مهارت های فردی نیز تا آن جاکه به کار گروهی لطمه نزنند، بر زیبایی و کارایی این ورزش می افزاید. تماشای بازی فوتبال برای همه علاقه مندان به ورزش می تواند لذت بخش باشد، چرا که آگاهی بر قوانین و مقررات فوتبال چندان مشکل نیست. هرتیم از یازده بازیکن تشکیل می شود که تلاش می کنند توپ را در دروازه حریف جای دهند، محیط توپ فوتبال بین ۶۸ تا ۷۱ سانتی متر (۲/۵ سانتی متر کوچکتر از توپ بسکتبال) است، ولی برای بازیکنان خردسال توپ ها کوچکتر نیز ساخته شده است. یکی از بازیکنان هرتیم یعنی دروازه بان از دروازه ۷ متر در ۲/۵ متری آن تیم نگهداری می کند و اجازه دارد توپ را در منطقه هجده قدم خودی با دست بگیرد یا بزند، ده بازیکن دیگر به هیچ وجه نمی توانند توپ را با دست بزنند یا بگیرند. اندازه های زمین فوتبال از ۹۰ تا ۱۲۰ متر طول و ۴۵ تا ۹۰ متر عرض، می تواند در تغییر باشد. در هر گوشه زمین یک پرچم نصب می شود که گاهی با دو پرچم دیگر خط میانی را نیز مشخص می سازد. سایر اندازه ها ثابت است:

- منطقه دروازه: ۵/۳۰ متر عمق در ۱۸/۳۰ متر پهنا
- دروازه: ۷ متر پهنا در ۲/۵ متر عمق
- منطقه پنالتی: ۴۰ متر پهنا در ۱۶/۵ متر عمق
- منطقه پنالتی: به فاصله ۱۱ متر از دروازه
- قوس پنالتی: باشعاعی به اندازه ۹/۱۵ متر از نقطه میانی
- منطقه کرنر: به شعاع یک متر از گوشه زمین



گرم کردن منجر به آمادگی ذهنی و بدنی می شود و بازیکنان را برای ارائه حداکثر تلاش در بازی یا تمرین آماده می سازد. به هر حال در پایان برنامه گرم کردن بازیکنان باید آمادگی پذیرش و تمرینات تکنیکی، تاکتیکی و با برنامه آمادگی جسمانی را داشته باشند.

دلایل حرکات کششی

۱. آمادگی بدنی و آرامش ذهنی
۲. کمک به افزایش انعطاف پذیری و بهبود اجرای حرکتی
۳. کمک به هماهنگی با افزایش دامنه حرکتی مفصل
۴. پیشگیری از آسیب دیدگی مفاصل و عضلات

انواع حرکات کششی:

۱. کشش بعد از خستگی موضعی و یا عدم فعالیت
۲. کشش زیر (تاه ۳ ثانیه - یک تا دو نوبت)
۳. کشش که به تدریج به حد خود می رسد و زمان بیش تری نیاز دارد.
- یک یا دو نوبت در هفته و بعد از یک روز استراحت به دنبال فعالیت شدید انجام می گیرد.
- عضلات مورد توجه هنگام کشش:
۱. قسمت پا بین پا، عضلات دو قلو در پشت پا...
۲. عضلات بالای زانو، چهار سر ران و سه سر ران
۳. عضلات باسن، سرین بزرگ و کوچک
۴. عضلات بالا تنه، ستون فقرات

...ادامه دارد

با یاد گرفتن قوانین فوتبال می توانید با آگاهی کافی، باهمبازی های خود بازی کنید، ولی در نظر داشته باشید که برای یادگیری مهارت های اساسی فوتبال کافی است فقط یک اصل رعایت شود: هیچ گاه دست ها را به کار نگیرید، فوتبال با داشتن این قانون در میان دیگر ورزش های تیمی بی مانند است. به این معنی که باید چگونگی مهار کردن توپ گرد، جهنده، گریزنده و فریبنده را فقط به کمک پا های تان یاد بگیرید و بتوانید توپ را به دلخواه خود تان جا به جا و مهار کنید ولی این کار باید فقط و فقط به کمک پاها، بدن و سر، انجام گیرد. نخستین نشانه چالاکي در فراگیری فوتبال همین است. پیش از آن که در اندیشه برتری جستن بر حریفان باشید، باید طرز مهار کردن و بازی با توپ را یاد بگیرید. تاکنون کسی با چنین مهارت هایی متولد نشده است و فقط پس از سالها تمرین پیگیرانه فردی می توان آن ها را آموخت و کامل کرد. بهترین راه یاد گرفتن این مهارت ها بازی کردن در شرایطی است که زیر فشار رقابت آمیز مسابقه ها نباشید، لازم نیست عضلات و قد استثنایی داشته باشید، چرا که بیش تر بازیکنان بزرگ فوتبال معمولاً اندامی متوسط داشته اند. بازیکنان بزرگ، بزرگی شان نه از لحاظ درشتی آن هاست بلکه به خاطر مهارت هایشان بزرگ هستند.

گرم کردن ویژه فوتبال:

قبل از تمرین یا مسابقه، گرم کردن صحیح، یک نیاز مهم و اساسی است. متأسفانه بازیکنان اغلب آنرا جدی و سیستماتیک انجام نمی دهند. این نگرش و برخورد ناشیانه می تواند نتایج بد و ناگواری داشته باشد. برای نمونه ممکن است عضلات گیامنت ها و یا تندون آسیب ببینند و یا عدم تمرکز فکری منجر به از دست دادن فرصت ها و اشتباهات زیادی در خلال بازی شود. طول زمان گرم کردن، بستگی به شرایط آب و هوای، میزان آمادگی بدنی، شرایط تمرین یا مسابقه و غیره دارد.

وظیفه ادبیات:

وظیفه ادبیات در واقع شکل دادن به اندیشه، رفتار و خلق و خوی انسانی، و تربیت انسان برای زنده گی اجتماعی است.

ادبیات همواره به شکافتن فکر و احساس و زنده گی انسان و تضادهای آن پرداخته، از دید ارزشهای پایدار انسانی به مسایل نگریسته است و هرگز آموزش را هدف قرار نداده، گذاشته است تا واقعیت ها و حقایقی که از عمق اثر تراوش می‌کند، خود آموزنده باشد. سعی نداشته است، برای هر مسئله راه حلی را عنوان کند و مدعی ارائه طریق نبوده، بلکه با اصالت خود خواننده را به تفکر و تعمق و جستجو واداشته، نیروهای او را به حرکت در آورده است. با تازه گی خود چه در محتوای و چه در قالب، دید و شناخت خواننده را گسترش داده است.

ضرورت و توجه به ادبیات کودکان و نوجوانان:

۱. وجود میل و نیروی کنجکاوی در کودکان برای کسب تجارب و اطلاعات تازه درباره مسایل مختلف
۲. کمک به آموزش و یادگیری زبان ملی
۳. پرورش و گسترش توانایی تعبیر و بیان گفتاری و نوشتاری و ذوق هنری
۴. رهبری، تقویت، تربیت نیروی اندیشه به وسیله خواندن، گفتن و داستان های مختلف
۵. آشنا ساختن غیر مستقیم کودک با دنیای خویش و محل زنده گی
۶. رشد و گسترش رغبت های کودکان
۷. راهنمایی اخلاقی کودک بدون این که اجباری در میان باشد یا به تشویق و تنبیهی نیازمند شویم

۸. تربیت شخصیت کودک در اثر ایجاد اعتماد به نفس و استقلال شخصی هنگامی که شرح حالی را می خواند، یا خود بازگویی داستانی رابه عهده می گیرد.
۹. ارضای بعضی از نیازهای ذهنی و عاطفی
۱۰. کمک به ایجاد و گسترش عادت به مطالعه در دوران طفولیت.



محمد علی خوشحال زاده



ادبیات چیست؟

زبان که افکار و عواطف مردم را به همدیگر انتقال می دهد، به شکل های مختلف از قبیل: نثر، نظم و انشا، و خطابه به کار می رود که مجموع آنها را متخصمان، « ادبیات » یا « ادب » نامند.

پس می توان گفت: ادب یا ادبیات، بطور کلی عبارت است از چگونگی تعبیر و بیان احساسات و عواطف و افکار به وسیله کلمات در اشکال و صورت های مختلف از قبیل: انشا، و خطابه، نثر و نظم. گاهی نیز ادبیات را وسیله دوری از خطا در خواندن و نوشتن تعریف می کنند. هدف ادبیات این است که شخص را در درست گفتن، درست خواندن، و درست نوشتن یاری کند و به وی مهارت بخشد.

پس ادبیات به مفهوم عام آن، این بود که عرض نمودم. لکن اگر به چیزی اضافه شود، در آن صورت معنای خاص پیدا می کند. مثل ادبیات روانشناسی، جامعه شناسی، فلسفه، آموزش و پرورش و ...

اما ادبیات کودک و نوجوان نیز در تعاریف دوم می‌گنجد چون به چیزی اضافه شده است تعریف های که در این مورد صورت گرفته است، بدین شرح است:

۱. ادبیات مجموع فرهنگ، رفتار، گفتار و نوشتار یک ملت است.
۲. ادبیات کودکان به مجموعه آثار و نوشته هایی (کتابها و مقالات) گفته می شود، که به وسیله نویسندگان متخصص برای مطالعه آزاد کودکان تهیه می‌شود و در همه آن ها ذوق و سطح رشد و نضج کودکان مورد توجه است.



داستان کوتاه چیست؟

محمود جعفری

برای داستان کوتاه تعریف های زیادی صورت گرفته است. این تعریف ها نمی توانند جامع و مانع بوده باشند، چرا که هر کس به جهتی از زوایای آن نگاه کرده است.

در تمامی این تعریف ها دو چیز به صورت مشترک وجود دارد:

الف. کوتاهی: همه تعاریف برمدار همین امر می گردند. شخصیت ها محدود می شوند، حوادث دامن کوتاه تری پیدا می کنند. سطح تأثرات پایین می آید. زمان تا حد دوساعت تقلیل می یابد. درحقیقت می توان گفت: داستان کوتاه فشرده داستان بلند است. از این جهت آن را برشی از زندگی لقب داده اند و یا گفته اند: "همان چیزی است که در چین مشاهده و عبور از گوشه چشم دیده می شود."

ب. وحدت: در داستان کوتاه همه چیز کوتاه می شود تا آجا که برخی از موضوعات در "یک" خلاصه می گردد؛ مثل وحدت تأثیر، وحدت شخصیت اصلی، وحدت موضوع، وحدت زمان، وحدت مکان، وحدت حادثه مرکزی، و...

می بینید که تعریف ها بر اساس توجه به خصوصیات داستان کوتاه به وجود آمده اند. اگر ما بخواهیم مطابق این قانون به تعریف داستان کوتاه بپردازیم طبعاً صدها تعریف به دست آورده می توانیم.

تاریخچه پیدایی داستان کوتاه:

داستان کوتاه به شکل امروزی آن در اوایل قرن نوزدهم میلادی با داستان های ادگار آلن پو در امریکا و نیکلای گوگول در روسیه به وجود آمد. برخی معتقدند که نخستین بار داستان کوتاه در قرن چهاردهم میلادی شکل گرفت، سپس در اوایل قرن نوزدهم به همین نام و عنوان در امریکا ظهور نمود. در کتاب مبانی داستان نویسی می نویسد:

"نخستین داستان های کوتاه اوایل قرن نوزدهم خلق شدند. در اوایل قرن نوزدهم بود که ادگار آلن پو (۱۸۴۹-۱۸۰۹) در امریکا و نیکلای واسیلی یوویچ گوگول (۱۸۵۲-۱۸۰۹) در روسیه چیزی را بنیاد نهادند که اکنون داستان کوتاه نامیده می شود. با این حال رد پای داستان کوتاه را دیرتر هم می توان یافت: قرن چهاردهم میلادی و در دکامرون اثر بوکایو و نیز قصه های کاتر بری نوشته چاسر.

گوگول را پدر داستان کوتاه و آلن پو را نخستین نظریه پرداز این طریقه خوانده اند. بعد از این دو، گی دوموپاسان (۱۸۹۳-۱۸۵۰) فرانسوی و آنتوان چخوف (۱۹۰۴ - ۱۸۶۰) روسی، داستان کوتاه را به اوج و تکامل رساندند و با تأثیر بر دیگر داستان نویسان نام شان را بلندتر ساختند. کاترین منسفیلد (۱۹۲۳-۱۸۸۸) انگلیسی و شرود اندرسن (۱۹۴۱-۱۸۷۶) آمریکایی و ارنست همینگوی (۱۹۶۱-۱۸۹۹) با پیروی از چخوف، و آ. هنری یا ویلیام سیدنی پورتر (۱۹۱۰-۱۸۶۲) با الهام از موپاسان آثار بزرگی را پدید آوردند. همچنان هنری جیمز (۱۹۱۶-۱۸۶۳)، دی. اچ. لارنس (۱۹۳۰-۱۸۸۵) ویلیام فاکنر (۱۹۶۲-۱۸۶۷)، جیمز جویس (۱۹۴۱-۱۸۸۲)، و ویرجینیا وولف (۱۹۴۱-۱۸۸۲) نقش بسزایی را در اوج و شکوه داستان کوتاه ایفا نمودند.

در آغاز قرن بیستم داستان کوتاه تنوع و اوج بیشتری یافت. نهضت مینمالیستی به وجود آمد که ویلیام فاکنر (۱۹۶۲-۱۸۶۷)، جیمز جویس (۱۹۴۱-۱۸۸۲) و ویرجینیا وولف (۱۹۴۱-۱۸۸۲) از بنیانگذاران آن محسوب می شوند و داستان نویسان چیره دست دیگری چون جان آپدایک (۱۹۳۲-)، ریموند کارور (۱۹۸۸-۱۹۳۸)، کازوا ایشی گورو (۱۹۵۴-)، دونالد بارتملی (۱۹۳۳-) بر شدت کوتاه نویسی افزودند و داستان مینمال را وارد عرصه زندگی ساختند.



بازرگان کارهای تجارتش را تمام کرد و از هند به شهر و خانه خود بازگشت. اهالی خانه دورش جمع شدند و هرکس سوغاتش را طلب کرد. بازرگان سوغات همه را داد. طوطی به او گفت: سوغات من کجاست؟ پیغام مرا به طوطیان هندوستان رساندی؟ به من بگو آنها چه جواب فرستادند؟

بازرگان گفت: پیغام تو را به آنها رساندم، اما از این کار پشیمان شدم. کاشکی آن حرف‌ها را به آنها نمی‌گفتم. طوطی گفت: بگو که چرا پشیمان شدی و چرا اینقدر از آن ناراحت هستی؟ بازرگان گفت: وقتی حرف‌های تو را به آن طوطی‌ها گفتم، یکی از آنها از شدت غصه و غم از روی درخت افتاد و مرد. به این سبب از آن کار پشیمان هستم.

طوطی تا قصه را شنید، به لرزه افتاد و بی حرکت در داخل قفس افتاد. بازرگان که این اتفاق را دید، باز هم از کارش پشیمان شد. کلاهش را از سر برداشت و بر زمین زد و شروع کرد به تأسف خوردن که نتوانسته زبانش را ننگه دارد و باعث مرگ طوطی خوش آوازش شده است. بازرگان از ناچاری طوطی را از قفس بیرون انداخت. ناگهان طوطی پرواز کرد و بر شاخه بلندی نشست. بازرگان که فکر کرده بود طوطی مرده است، با دیدن این اتفاق حیران ماند و از طوطی پرسید: این چه کاری بود که کردی و تو چگونه این کار را از آن طوطی دیگر یاد گرفتی؟ طوطی به بازرگان گفت: که آن طوطی که در جنگل بود، با عملش به من نشان داد که چه باید بکنم. او به من فهماند که اگر می‌خواهی از قفس آزاد شوی، باید خود را به مردن بزنی و مدتی مردن را تجربه کنی و از آواز خواندن و حرف زدن چشم‌پوشی. من نیز پند او را فهمیدم و به کار بستم و حالا هم از اینجا می‌روم. سپس طوطی پرواز کرد و رفت و بازرگان با خود فکر می‌کرد که از این پیشامد می‌تواند پندهای خوبی بگیرد.

دوقصه از مثنوی معنوی

بازنویسی: سید ضیاء قاسمی

قصه بازرگان و طوطی

بازرگانی، طوطی زیبا و سخنگویی داشت که آن را در قفس نگاه می‌داشت. در یکی از روزها بازرگان قصد سفر به هندوستان کرد و به جمع کردن اسباب سفر مشغول شد. او از اهالی خانه و غلامان و کنیزهای خود پرسید که از هندوستان چه چیزی برای آنها سوغات بیاورد. آنها هر کدام چیزی از او می‌خواستند. بازرگان از طوطی هم پرسید که چه می‌خواهد تا از هند برایش بیاورد. طوطی گفت: من خواسته دیگری ندارم. فقط پیغامی برای طوطیان هند دارم. می‌خواهم وقتی به هندوستان رسیدی و طوطی‌های آزاد و رها را در جنگل‌های آنجا دیدی پیغام مرا به آنها برسانی و حال و روز مرا برای‌شان قصه کنی و بگویی که در قفس هستم. بگو من هم دوست دارم که مانند آنها آزاد باشم و بر سبزه‌ها و درختان بنشینم و به هر طرف پرواز کنم. از آنها بخواه تا راه چاره‌یی به من نشان بدهند و مرا راهنمایی کنند. آنها هرچه جواب گفتند، آن را برای من سوغات بیاور.



بازرگان خواسته طوطی را قبول کرد و عازم سفر شد. در هندوستان اتفاقاً روزی تعدادی طوطی را دید که بر درختی نشسته بودند. بازرگان تا آنها را دید، به یاد پیغام طوطی خودش افتاد. اسب خودش را ایستاد کرد و حرف‌های طوطی را با صدای بلند به آنها گفت. همین که حرف‌هایش تمام شد، یکی از آن طوطی‌ها از بالای درخت افتاد و روی زمین بی حرکت ماند. بازرگان از کاری که کرده بود، پشیمان شد و مدام خود را سرزنش می‌کرد که چرا با گفتن آن پیغام باعث مرگ آن طوطی بیچاره شده است. اما کاری نمی‌توانست بکند. او آن حرف‌ها را گفته بود و حرف وقتی که از دهان خارج شود، دیگر برنمی‌گردد.

قصه ایاز و اطاق مخصوصش



ایاز غلام سلطان محمود غزنوی، بوت و بالاپوش چرمی کهنه‌یی داشت که آن را در اتاقی گذاشته و دروازه آن اطاق را قفل کرده بود. او هر روز آن دروازه را برای مدتی باز می‌کرد و به تنهایی داخل آن می‌رفت. عده‌یی از درباریان که گمان می‌کردند ایاز حتماً در آن اتاق جواهرات و چیزهای با ارزشی پنهان کرده، این خبر را به سلطان محمود رساندند که ایاز چنین اتاقی دارد و در آن سکه‌های طلا و جواهرات قیمتی را پنهان کرده است. سلطان به آنها گفت: بروید در اطاق را باز کنید و هر چیزی که یافتید، آن را بردارید. آنها خوشحال شدند که می‌روند و از اطاق مقداری از جواهرات را هم برای خودشان می‌گیرند.

سلطان محمود هم از شنیدن این خبر بسیار شگفت زده شده بود. او به ایاز بسیار اعتماد داشت و آنطور که ایاز را می‌شناخت، برایش قابل باور نبود که ایاز این کار را کرده باشد. باز با خودش فکر می‌کرد که اگر هم این کار را کرده باشد، اشکالی ندارد و او ایاز را به خاطر خوبی هایش می‌بخشد.

از طرفی آن عده از درباریان که حدود سی نفر می‌شدند، نیمه شب، مشعل‌های شان را روشن کردند و با تیشه و بیل و کلنگ به طرف آن اطاق رفتند. قفل را با سختی فراوان باز کردند و به اطاق داخل شدند. آنها با تعجب دیدند که در اطاق، از سکه‌ها و جواهرات خبری نیست و تنها یک بوت و بالاپوش کهنه آنجا است. گفتند حتماً ایاز سکه‌ها و جواهرات را در یکی از گوشه‌های اطاق زیر خاک پنهان کرده است. با این فکر با بیل و کلنگ به جان اطاق افتادند. جاهای کنده شده را پر کردند و جاهای دیگر را کردند تا اینکه تمام کف اطاق کنده شد، اما هیچ چیز دیگری در اطاق نبود و آنها به ناچار با شرمندگی نزد سلطان برگشتند.

سلطان از آنها پرسید: در اطاق چه یافتید و سکه‌ها و جواهرات کجا هستند؟ آنها همه به عذر و زاری شدند و گفتند: اگر ما را ببخشی بسیار بزرگواری کرده‌ای و اگر نه هرچه، شما فرمان می‌دهید، ما اطاعت می‌کنیم و هر مجازاتی را می‌پذیریم چون گناه از ما هست و ما درباره‌ی ایاز گمان بد کرده بودیم.

سلطان به آنها گفت: چون شما به ایاز تهمت زدید، حال او باید درباره‌ی شما تصمیم بگیرد و شما را مجازات کند. سلطان ایاز را به حضور خود طلب کرد و ضمن تعریف کردن قضیه از او خواست که درباره‌ی آن عده تصمیم بگیرد که آیا آنها را می‌بخشد یا مجازات می‌کند.

ایاز به سلطان گفت: هرچه شما تصمیم بگیرید، همان درست است. سلطان گفت: حالا به اینها و به من بگو که چرا آن کفش و بالاپوش کهنه را با آن دقت نگهداری می‌کنی؟ ایاز گفت: به این خاطر که فراموش نکنم که من در اصل خود چه کسی هستم و چه مقامی داشتم و به حال موجود خودم هیچ وقت مغرور نشوم.



شعر از حنیفه فریور

همزاد روح دریا

ما کودکان افغان
تابنده تر ز نوریم
چون مرغان آزاد
زاییده غروریم
خندیده و شتابان
تا شهر ماه تابان
سیر و سفر نماییم
سرشار و شاد و خندان

عاشق تر از پرستو
پرنده تا به اوجیم
همزاد روح دریا
بالنده تر ز موجیم
ماییم نو نهالان
در باغ این زمانه
لطف بهار آریم
با شور کودکانه

ضرب المثل ها

انسان از گل نازکتر و از سنگ سخت تر است .
آب که از سر پرید، چه یک نیزه، چه صد نیزه .
امانت را خاک خیانت نمی کند .
مار گزیده از ریسمان ابلق می ترسد .
برادر با برادر، حسابش برابر .
با ماه نشینی ماه شوی، با دیگ نشینی سیاه شوی .
بز در غم جان، قصاب در غم چربی .
نزن به در کسی به انگشت، که نزن به در ت به مشت .



یوه ټکلې کیسه

لیکوال: نعمت الله اندې

وو، نه وو

یو ورځ یوه کچره راغله اوښ ته یې وویل: گرانه یوه پښتنه لرم راغلی. یم له تانه یوه موضوع وپښتم اوله تاسی نه پند واخلم او خپل عیب اصلاح کړم.

اوښ وویل: اختیار لرې، زه خو هوښیار نه یم مگر داچی څوک وغواړي په ریښتیا سره له چا نه پند واخلي په اسانۍ سره کولای شي له هر شي نه عبرت او پند واخلي.

کچرې وویل: هوکی زه پوهیږم نیکمرغې دهغه چا نصیب ده چی مغرور او ځان غوښتونکی نه وی، کوم وخت چی په خپل کارکی عیب اونیمگر تیا وويني له خپل ځان نه له هوښیار سره مشوره اوسلاکوي او خپل ځان اصلاح کړی چی نور هم ښه او غوره سړی ورڅخه جوړ شي او سوچ مې وکړ چې یوازینی سړی یې چې له ماسره مرسته وکړی.

اوښ وویل: هیله کوم مامه خجالت کوه زه هوښیار نه یم ولی به ځینو کارونوکې تجربه لرم ښایي گټوره وی.

کچرې وویل: نه خیر ته زما مشر یی او ټول ستا دهوښیاری خبرې کوې ته له چا سره غرض نه لری، زه پوهیږم هر څوک چی له تاسره سلا اومشوره وکړی هرڅه چی وایی ریښتیا وایی زه پوهیږم چی ته ډیر محترم یې اوزما دعییونو داصلاح لپاره راته ښه راهنمایی کولای شی.

اوښ وویل: تاسی خپله ښه شخصیت لری، مگردنوروپه اړه نظر ورکول ستونزه من کاردی، هیڅوک د انتقاد اوریدلو توان نه لری، دهرچا عیب چی هغه ته ووايي درنه خفه کیږی او که هرڅومره ریښتیا ووايي، بیا هم خیال کوی چې کوم مطلب یا غرض لری دښمن کیږی دسرره.

کچرې وویل: ښایي نادانه او ځان غوښتونکي کسان دغه عیب اونیمگر تیاوی ولری، مگرزه دخپل عیب به اوریدوهیڅ نه خفه کیږم بلکې خوشحاله کیږم ځکه په دغه توگه ځان اصلاح کولای شم.

اوښ وویل: ډیر ښه، زه په ظاهره په تا کې کوم عیب اونیمگر تیا نه وینم، ووايه، وگوروڅه ستونزه لری؟

کچرې وویل: زما ستونزه دادی چی کوم وخت ځم ډیر نوک وهم او په مخ لویږم، نن ورځ چی بار مې وور، پښه می له ډبرې سره ولیگیده اوولیدم. هغه وخت هغه څوک چې راسره و، ډیر بد رد یې راته وویل، اوس غواړم پوهه شم چی زما دلاری تگ څه عیب لری، زما دلویدوعلت څه شی دی؟ ولی اوښ هیڅکله نوک نه وهی اوپر مخ نه لویږی مگرزه ډیره لویږم.



په ډیر دقت وضع تر نظر لاندی نیسو او غاړه مو لوړه وي، ولی هوا ته نه گورو، زما په نظر که کچره هم دور اندیښي ولري اولاره ښه وڅاری، کولای شی به ښه توگه په لاره ولاړه شي او پوهه شي چی پښه چیری کیږدي چی پښه یی غبرگه نه شي او په ډبره ونه لگيږي او لوړه اوتیتیه په سلامتي سره طی کړي کوم وخت چې څوک په لاره ځی باید یوی اوبلی خواته ونه گوري وانه اویانی له یاده وباسی اوتول فکری لاری ته متوجه وی، په احتیاط سره ولاړه شی لږه بی ناپامی ډیر مشکلات رامنځته کوي.

کچرې په خفه زړه وویل: نه خیر، ښایي ته کوم غرضولري چې دا ډول انتقادونه کوی. زه هم کوم وخت چې په لاره ځم لاره څارم پنده خونه یم، اصلي ستونزه باید پیدا کړو، زما لویدل باید یو بل علت ولري.

اوبن ځواب ورکړ: نه پوهیږم دا هم یوه خبره وه چې نظره مې راغله مقصد مې عیب لټولنه وو که مې ته خواشني کړی یی ښه غواړم یو بل شی هم شته چې د لویدلو او غورځیدلو سبب کیږی. وگوره گرانی څوک چې یو کار اودنده غوره کړی اونشي کولای چې خپل کار اودنده بدله کړي باید خپل فکر له کار سره برابر کړي زما اوستا کار په لاره تلل دي موږ نه شو کولای دبیزو په شان بازي اولوبی وکړو یادسپی په شان دچا څارنه یاساتنه وکړو او یا د زمري او ډیرانگ په شان ښکار وکړو اوبن هغه کار چې لري له هغه سره ځان برابر کړی دی او هڅه کوي چې خوشحاله او بردباره واوسي.

اوبن وویل: سمه ده، علت ډیر ژر او آسانه علاج کیدای شي. گوره گرانی! د پرمخ لویدلو علت عجله اوتلوار دی، تلوار او گړندیتوب ډیر کارونه ویجاړوي، زه نه غواړم دیو ساعت لاره به نیم ساعت کې طی کړم که ته هم په آرامه ولاړه شي لکه اوبن غوندې به سالمه خپل منزل ته ورسېږی دا هغه تفاوت دی چې د اوبن او کچرې تر منځ شته.

کچرې وویل: تاسی مهرباني نه لری، علت یی دانه دی تاسی اشتباه کوی، داڅه خبره ده چې کوی یی، تاسی خیال کوی چې کچره په لاره تللو بلده نه ده په داسی حال کی چې دالس کاله کیږي زه په لاره ځم اوبارونه وړم، گړندی تگ خو کوم عیب نه دی.

اوبن زیاته کړه نه پوهیږم دا یوه خبره وه چې زما خیال ته ورسیده، مقصد مې د عیب لټولنه وو، که ته مې خفه کړی یی ښه غواړم هو، یو بل شی مې یاد ته راغی او هغه < دقت او پاملرنه ده > گوره گرانی موږ اوبنان چې به تللو باندی پیل کوو تر کوم ځایه چې توان لرو لاره تر خپل نظر لاندی نیسو، سوچ کوو چې کوم ځای لاره لوړه ده او کوم ځای لاره ټیټه ده، چیرې ډبرې دي کوم لاره هواره ده.



اوبن و پوهیده چې کچره حاضر نه ده چی خپل عیبونه قبول کړي او د خپل چلند د اصلاح په سوچ کې شي. نه ده راغلي چی نصیحت واورې او پند واخلي بلکې راغلی ده چی د خپلو لویدلو لپاره بهانه او عذر پیدا کړي او دخپل بام واوره د نورو په بام واچوي او خپل ځان بی عیبه وگني. اوبن له ځانه سره وویل راځه چې خوشحاله یی کړم ترڅو خوشحاله لاړه شي او خوشحاله و اوسي اوله ما سره دښمنه نه شي ناچاره شو خواب یی ورکړ.

کچرې، نه مې غوښتل چی ستا د نیمگړتیاؤ پلټنه وکړم دا هم یوه خبره وه چې فکر کې مې وگرځیده که ته مې خفه کړې یې بښنه غواړم.

یو اوبن له دغه غټ والي سره سره چی لري یی تل هڅه کوي چی په لاره سم لاړشي او خپل کار سرته ورسوي همیشه شکایت نه کوي او ناشکري هم نه کوي اوله خاوند نه سرغړونه هم نه کوي، مگر کچره ناراضه او ناسپاسه ده او هڅه هم نه کوي چی خپل کاری بڼه راشي اوله هغه سره ځان عیار کړي کله سوچ کوي چی گنی زمري او پرانگ ده غواړي چی حمله اویر غل وکړي کله خیال کوي چی اس ده غواړي تیزه منډه وکړي اوله خنډ او مانع څخه ټوپ ووهی همدا علت دی چی ځان غوښتونکی او مغروره په نظرخاڅی ځکه نو لویدل ورته نه بښي خو که کومه ورځ یو اوبن ولویږی ټول وایی بې گناه دي، پوهیږي چی اوبن نارامی نه کوي، ولی کوم وخت چی کچره لویږي وایی نامردي او ناغیري کوي، ځکه دانا غیږي یې کوم وخت پکی لیدلی وي زما په نظر باید یوه څه برده باري او حوصله ولرو چی بیا زموږ کار عیب او نیمگړتیا نه پیداکوي د کچرې په دغو خبرو اوقات تریخ شو او وی ویل: "نورولي توهین اوسپکاوی کوی؟" ناغری او ناراسته خپله یی، ولی داوبن کینه او داوبن مست بازی نه یادوی داهم خبره شوه چی ځان عیارول او برده باري زده کړم بس ته وایی چی هر څوک راباندی سپورشي پښې اولاسونه یی مچ کړم. البته زه له بار وړلو بیزاره یم، مگر څرنگه خپل کار کوم. پس څه کار وکړم؟ ته پوهیږی نه څه غرض له ماسره لری غواړی زما په هر شي نیوکه وکړی ووايه نه پوهیږ ولی بی معنی خبری کوی؟

نظامی در قالب های گوناگون شعر، چون: غزل، قصیده، رباعی، قطعه و غیره طبع آرمایی های استادانه دارد، اما شهرت فرا زمانی و فرامگانی او در مثنوی سرایی، به ویژه در مثنوی های داستانی، علمی، فلسفی، اخلاقی، تربیتی و عاشقانه «خمس» است. خمس سه اساسا شامل پنج مثنوی بزرگ می باشد که عبارت اند از: مخزن الاسرار، خسرو شیرین، لیلی و مجنون، هفت پیکر و اسکندرنامه.

نظامی را اساس گذار یک نوع ادبی تازه در زبان و ادب دری می دانند که به نام «خمس» یا «پنج گنج» شهرت عالمگیر کسب نموده و با پیروی و استقبال گرم شاعران نام آور سده های بعد از او و ترجمه آن به زبان های دیگر، بخش بزرگ و ارزشمند تاریخ ادبیات دری را به خود اختصاص داده است.

اختتام سرایش مثنوی «مخزن الاسرار» در سال ۵۷۰ هـ. ق. و اختتام آخرین مثنوی «خمس» یعنی «اسکندرنامه» در سال ۵۹۹ هـ. ق. و تعداد مجموعی ابیات پنج مثنوی خمس در حدود ۲۵ هزار بیت می باشد. بدینگونه میتوان گفت که نظامی سی سال و اندی از عمر خویش را برای آفرینش «خمس» اش صرف نموده و حقا که اثری بی بدیل از خویش به یادگار گذاشته است. اهمیت «خمس» را می توان چنین خلاصه کرد:

۱. خمس حاوی شیرین ترین داستان های اخلاقی، تربیتی، اجتماعی، عاشقانه و تراژیدی های عاطفه برانگیز است.
۲. اکثر این داستان ها و حکایات، تازه و دست اول است.
۳. در قالب وزن های مطبوع و گوش نواز سروده شده است.
۴. از نظر فنون بلاغت و زیبایی های کلام در حد شاهکار است.
۵. نکات بسیار ارزنده اخلاقی، اجتماعی، فلسفی، علمی و تربیتی در آن گنجانیده شده است.
۶. نمونه های ناب از آفریده های ذهن خلاق مردم یعنی «فولکلور» در آن گرد آمده است و بسی نکته های دیگر.

نویسنده: ش. ی. دیباج

حکیم نظامی گنجوی



حکیم جمال الدین بن یوسف متخلص به نظامی گنجوی یکی از مشاهیر زبان و ادب دری است. نظامی به سال ۵۴۳ هـ. ق. در شهر گنجه - که یکی از شهرهای معمور و با مدنیت آن زمان بود و امروز در جمهوری آذربایجان موقعیت دارد - چشم به دنیا گشود. او هنوز کودکی بیش نبود که دست قضا و قدر او را نخست از سایه پدر و بعد از مدتی از مهر مادر جدا کرده، درین جهان پر مشقت تنها و بی یاور رها کرد.

نظامی دوران کودکی و نوجوانی خویش را با کار و آموزش خسته گی ناپذیر پشت سر گذاشت و در مدتی کوتاه به دانشهای مروج و متداول زمانش احاطه لازم را کسب نمود، به ویژه از علم نجوم - که از علوم قابل قدر و اعتنای آنروزگار بود - آگاهیهای کافی حاصل کرد. او خودش درین مورد چنین اشاره می کند:

هر چه هست از دقیقه های نجوم

یا یکایک نهفته های علوم

خواندم و هر ورق که می جستم

چون ترا یافتم، ورق شستم

نظامی با صنعت های معماری، موسیقی و نقاشی آشنایی داشت و به زبان های دری، عربی و پهلوی، همچنان تاریخ و فلسفه تسلط لازم را حاصل نمود. دیری نگذشت که برازنده گی های او چون نوری درخشان در چشمهای مشتاقان دانش به جلوه آغازید و شهرت دانش و شعر شکوهنده اش از پرویز زمان و مکان گذشت و نام او را جاودانه گی بخشید.

نظامی را اساس گذار یک نوع ادبی تازه در زبان و ادب دری می دانند که به نام «خمس» یا «پنج گنج» شهرت عالمگیر کسب نموده و با پیروی و استقبال گرم شاعران نام آور سده های بعد از او و ترجمه آن به زبان های دیگر، بخش بزرگ و ارزشمند تاریخ ادبیات دری را به خود اختصاص داده است.

فکاهی

فرد بی سواد

مرد احمقی در همسایگی بهلول خانه داشت. روزی نامه‌ی بی به این مرد رسید و وی چون سواد نداشت، نامه را نزد بهلول آورد و گفت: یاشیخ! دو خواهش دارم؛ اول این که این نامه را برای من بخوانی، دوم این که نامه محرمانه است، گوش هایت را بگیر تا نشنوی.

ماهگیری

یک نفر در کنار دریا مشغول ماهی گیری بود. ناگهان نگهبان منطقه ظاهر شد و با عصبانیت گفت: مگر نمی دانید فصل ماهی گیری تمام شده؟ مرد که می خواست ماهی بگیرد، قیافه تعجب آوری به خود گرفت و گفت: آه! پس برای همین است که موفق نمی شوم، ماهی بگیرم.



جواب بی ربط

مردی سرگرم تماشای تلویزیون بود. در این هنگام فرزندش که پهلوی او نشسته بود، کنجاوانه از پدرش پرسید: پدر جان! کوه بابا در کجا قرار دارد؟ پدر که حواسش جای دیگر بود، جواب داد: از مادرت بپرس که هر چیزی را که بر می دارد، سر جایش نمی ماند.

در دیوانه خانه

رئیس یک دیوانه خانه که از پنجره اتاقش به بیرون نگاه می کرد، متوجه شد که یکی از دیوانه ها مشغول خوردن روزنامه می باشد. بلافاصله یک پرستار را فرستاد تا جلو کار او را بگیرد، ولی بعد از مدتی پرستار در حالی که روی دست هایش آثار دندان های دیوانه بود نزد رئیس برگشت و گفت: متأسفانه دیر رسیدم؛ چون او روزنامه را بلعیده بود! داکتر با ناراحتی گفت: ولی این که خیلی بد شد! پرستار جواب داد: زیاد هم ناراحت نباشید، چون روزنامه مال دیروز بود.

گدا

گدای اولی:
باز که این جا پیدا شدی، مگه جایب
چوک بالا نبود؟
گدای دومی:
چرا، ولی دیشب آن جا را به نواسه
ام هدیه دادم.

جهان آرزو ها



ذکی فرزند شیرزی صنف دهم لیسه محمود طرزی ۱۷ ساله:
آرزوی من این است است که ژورنالیست شوم. می خواهم همه را در خشان و شاد ببینم و در هر جایی که افغان ها هستند کامیاب باشند.



احمد فرید: من آرزو دارم محتاج کسی نباشم. درس بخوانم و به جایی برسم . بعد هم کار پیدا کنم و به بهترین و جه خانواده ام را نان بدهم. همراه فامیل خود زندگی خوشی را داشته باشم. این را برای همه مردم خود می خواهم. خدا کند روزی ببایید که همه در کنار خانواده و دوستان شان به خوشی زندگی کنند.

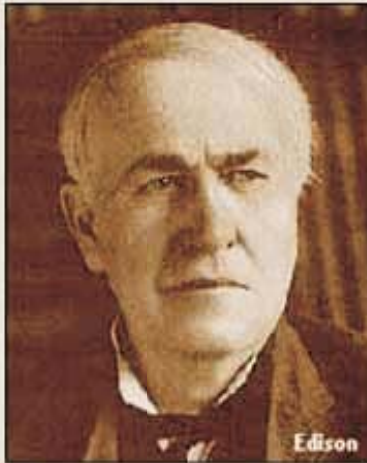


نصیر احمد فرزند عبدالولی صنف هشتم لیسه عالی محمود طرزی ۱۶ ساله:

آرزو دارم در آینده انجیر شوم و می خواهم به مردم خود خدمت کنم. خدمت به وطن و مردم یک وظیفه میهنی است. از همه جوان تقاضا دارم که با همین هدف درس بخوانند تا کشور ما محتاج دیگران نباشد.



احمد فهیم: دوست دارم پول داشته باشم و به فقرا و مساکن کشور کمک کنم. البته درس خواندن و کسب دانش را از همه پیش تر ضروری می دانم ولی برای زندگی کردن پول هم ضرورت است. پول به انسان توان می دهد. انسان می تواند به دیگران هم کمک کند. کمک به دیگران ثواب دارد.



ادیسون

صبح یکی از روزهای سال ۱۸۶۲ م. بزرگانی که در کشتزارهای گندم نزدیک یکی از شهرهای آمریکا کار می کردند، شاهد منظره شگفت آوری بودند. قطاری که به شتاب در حرکت بود، دریکی از گوشه های راه ناگهان آتش گرفت. دود سیاهی از یک واگن بارکشی به هوا برخاست. صوت خطر به هوا کشیده شد و قطار ایستاد. بی درنگ راننده لوکوموتیو از همان جایگاه خود پایین جست و به سوی واگنی که آتش گرفته بود، دوید تا مأمور اطفاییه را که سطل آبی در دست داشت، یاری دهد. از پشت قطار هم نگهبان با سطلهای آب رسیدند و آن ها پس از چند دقیقه کوشش و تلاش آتش را فرو نشانند. سپس منظره شگفت آورتری پدیدار شد: از درون واگن آتش گرفته اسباب و چیزهای گوناگون چون زنبیل های سبزی، لوله های آرمایش، کتاب، باطری های عجیب، یک جعبه پر از حروف چاپ، بسته های روزنامه و سرانجام یک دستگاه کوچک چاپ باهمه لوازمش یکی پس از دیگری بیرون پرتاب گردید و در کنار خط آهن به روی هم انباشته شد. دیری نگذشت که پسری پانزده ساله نیز از درون واگن به شدت بر روی تمام اشیاء پرتاب شده نگاه راننده لوکوموتیو با چهره یی که از خشم چون آتش برافروخته بود، از واگن پایین جست و به سوی پسرک آمد. سیلی محکمی به گوش وی نواخت و فریاد زنان گفت: این همه دستمزد تو، برای آتش زدن قطار!

پس از مدتی قطار به حرکت در آمد و توده اشیا ی شگفت انگیز و پسرک گریان را که از درد گوش می نالید، پشت سر گذاشت.

ادیسون که دوستانش او را آل نامیدند به همین جابه پایان رسید شاید هرکس دیگر به جای او بود، در این لحظه مایوس و دل شکسته به نزد پدر و مادر خود بازمی گشت یا ناگزیر، دردگانی شاگرد یا فروشنده میشد، اما آل کسی نبود که به این زودی دست از کوشش هایش بردارد. او در روزهای سرد و تاریک زمستان ۱۸۴۷ به دنیا آمد هفت سال بیش نداشت که به مدرسه می رفت مادرش فکر می کرد او را در خانه بیاموزاند و او را از رفتن به مدرسه بازداشت.

هارمونی



هارمونی برای اولین بار توسط یک شخص انگلیسی به شکل ابتدایی اختراع گردید که بعداً آهسته آهسته در کشورهای آسیایی مثل افغانستان، پاکستان، ایران، هندوستان، تاجیکستان و ازبکستان توسعه و گسترش پیدا کرد. هارمونی از نگاه ساختمان فیزیکی شکل صندوقی را دارد که دارای سی و هفت پرده، سی و دو پرده و چهل پرده می باشد. هارمونی دارای یک پکه است که پکه آن از چرم گوسفند ساخته شده و قسمت تحتانی آنرا بنام مشک یاد می کنند توسط مشک هوا داخل و از آن خارج شده، به پرده های برنجی که در زیر تخت نصب شده، هوا را می رساند و از پرده ها صدا خارج می گردد. در قسمت هارمونی سازی کشور هندوستان در جه اول را دارا می باشد و در افغانستان هارمونی سازان چیره دست چون، مرحوم استاد ایوب، استاد قربانعلی و استاد نوروز بودند که بعداً پسران شان همین پیشه را پیش می بردند و همچنان هارمونی نوازان، محمد هاشم، غلام سرور، مرحوم زار خیل، استاد جیلانی بودند.

تهیه کننده: زرافشان متعلم ابتدایه افشار



می بینم که هر روز بر معلومات و دانش تو افزوده می شود و همراه با آن شخصیت و رفتار تو تعالی و تکامل می یابد؛ می بینم که به مسایل جاری کشور علاقه می گیری؛ کتاب های سودمند می خوانی؛ در گزینش دوستان سختگیری و دقت می کنی؛ به دانش و تکنالوژی جدید دلبستگی داری؛ برای خواب، مطالعه، ورزش و آموزش های نوین وقت خویش را تنظیم کرده ای؛ موسیقی و هنر را گرمی می داری؛ به وطن و وطندارانت عشق می ورزی و از یاری رساندن به دیگران شاد می شوی. **دیروز دیدم که در میان دوستان خوب تو یک نابینا هم بود و تو با او مثل سایر دوستان سلامت رفتار می نمودی. این عمل تو مرا بی نهایت خوشحال کرد؛** زیرا می بینم که گاهی عده یی از مردم با ترحم و عده یی با هم با رفتار و سخنان ناشایسته، قلب پاک و بی آلائش آنان را می آزارند و نمی دانند که آنان هم مانند ما هستند؛ توانایی ها و شایستگی های ویژه خویش را دارند؛ حقوق و مسؤولیت های شان مانند ماست؛ تنها اینقدر هست که آنان اندکی بیش تر از ما به مراقبت و همکاری نیازمندند.

فرزند مهربانم!

می خواهم بعد ازین دوست نزدیک من باشی؛ غم و شادی هایت را با من قسمت کنی و در هنگام بروز دشواری ها و ناراحتی های بزرگ و کوچک به یاری و غمگساری من تکیه و باور کنی، همچنان که من نیز چنین خواهم کرد. **دلم می خواهد همه آن آزادی ها، حقوق و نعمت ها را - که خدا و قانون شرعی و مدنی کشور به تو و همسالان تو داده است - داشته باشی و از آن به نیکویی و شایستگی استفاده نمایی.** نمی خواهم خواسته های خویش را یا به زور یا به زاری بر تو تحمیل کنم و تو را به انجام کاری یا گرفتن تصمیمی وادارم که نمی خواهی، اما دلم می خواهد که به عنوان مادر و دوست خویش در تصمیم گیری های مهم زندگی ات مرا شریک کنی تا به یاری و رایزنی همدیگر به بهترین راه و تصمیم برسیم. برایت گامیابی های روزافزون، سلامتی، خوشبختی و بهروزی آرزومندم. پروردگار مهربان همیشه مددگار و دعای خیر من همیشه یارت باد!

مادرت - که ترا بیش تر از جان خویش دوست می دارد.

نویسنده: ش.ی دیباج

نامه مادری به فرزندش

فرزند دلبندم!

سلام های گرم و مهر بی پایان مادرت را بپذیر. شاید برای تو تعجب آور باشد که چرا با آن که از هم فاصله مکانی نداریم و هر روز همدیگر را می بینیم، برایت نامه نوشته ام. اگر نامه ام را با حوصله مندی تا آخرش بخوانی، دلایل این کارم را درخواهی یافت.

فرزند به جان پیوندم!

مادران و پدران همواره فرزندانشان خویش را - حتی اگر بزرگ شده، و خود، پدر و مادر شده باشند - مانند دوران کودکی آنان تصور می کنند و همواره می کوشند تا آنان را اندرز دهند؛ تنبیه نمایند و به فرمانپذیری وادارند. شاید دلیل چنین تصور این باشد که والدین همیشه در آرزوی برگشت به دوران سعادتباری اند که فرزندانشان هنوز کودکی شیرین بودند و هر حرکت تازه آنان باران شادی و سعادت را بر در و دیوار خانه و بر سر اعضای خانواده می بارید. من از خدای خود و از توسپاسگزارم. از خدای مهربان که فرزندی چون تو برایم عنایت کرد و از تو که با بودن خویش همه لحظه های زنده گیم را با عطر شادی ها، سعادت ها و گلخوشه های خاطره های لذت آفرین و فراموش ناشدنی پر کرده ای.

وقتی با گریه نخستینت، ورود خویش را به زنده گیم اعلام کردی، ستاره های روشن سعادت، خانه ام را ستاره باران و خورشید مهر تو، هستی ام را گرم و تابان ساخت. آن زمان خود را چنان سعادتمند می یافتم که حتی رنج های بیدارخواهی ها و تیمارداری ها نیز در گام شیرین می شد. از تو سپاسگزارم، زیرا چه بسا رنج های ناشناخته را که با شناخت تو آموختم. با تو با معنای راستین ایثار، مهربانی، مواظبت، حمایت، بخشایش و عشق آشنا شدم و هنوز هم از این حس ها لبریزم. عشق تو چنان در قلمم جای گرفته که دیگر برای هیچ کینه و دشمنی جایی باقی نمانده است.

فرزند عزیزم!

اگر دیروز کودکی ناتوان و نیازمند بودی، امروز به لطف پروردگار مهربان به جوانی رسیده ای؛ دیروز اگر من دست های کوچکت را می گرفتم و در راه رفتن ترا یاری می رساندم، امروز دستان تو یاری رسان من هستند؛ دیروز اگر از تو مراقبت و غمخواری می نمودم، امروز تو مواظب و غمگسار من هستی؛ دیروز اگر من در کارها رهنمایی ات می کردم، امروز تو به مرحله یی از دانایی و تجربه دست یافته ای که نه تنها می توانی در مورد پدیده های اجتماعی، گزینش دوستان، رشته تحصیلی و کار، مشغولیت ها و مصروفیت های روزانه و انتخاب شریک آینده زندگی ات به درستی قضاوت کنی و تصمیم بگیری؛ بلکه می توانی به من - که مادرت هستم - مشوره های خردمندانه بدهی.



از خوشنویسی تا فلم سازی

ترتیب کننده: رمضان حسنی

فلم سازی کار ساده یی نیست. هرکس نمی‌تواند در این جاده گام بردارد. وقتی یک جوان می‌آید در این راه گام‌هایی را برمی‌دارد، نشان از تلاش و استعداد او می‌نماید. مجله تربیت گفت و گوی کوتاهی دارد با جوان با استعداد کشور، بصیر سیرت که باهم می‌خوانیم:

تربیت: از چه وقت به کار سینما و تهیه فلم روی آوردید؟

بصیر سیرت: من از زمانی که شامل دانشگاه کابل شدم، به ساختن فلم روی آوردم و با دوستان فلمساز که در این عرصه تجربه‌های خوب داشتند، کار را آغاز کردم و آن‌ها مشوق خوب من در کار فلم سازی بودند.

تربیت: تا حال چند فلم ساخته اید و چند فلم را کارگردانی نموده اید؟

سیرت: باهمکاری دوستان، در فلم‌های قالین بافان کوچک (به عنوان دستیار)، در فلم کاندید نورستان (به عنوان تصویر بردار)، در فلم یک روز دانشجو (به عنوان تصویر بردار) و در فلم بلند سینمایی سمیرا مخملباف به نام اسپ دو پا (به عنوان دستیار صحنه) کار کرده‌ام. همچنان یک فلم را به نام "مدای شهر فلو" با همکاری مالی اتحادیه اروپا و بنیاد فرهنگ و جامعه مدنی کارگردانی نموده‌ام که در بین ۲۶ فلم کوتاه بهترین فلم شناخته شد.

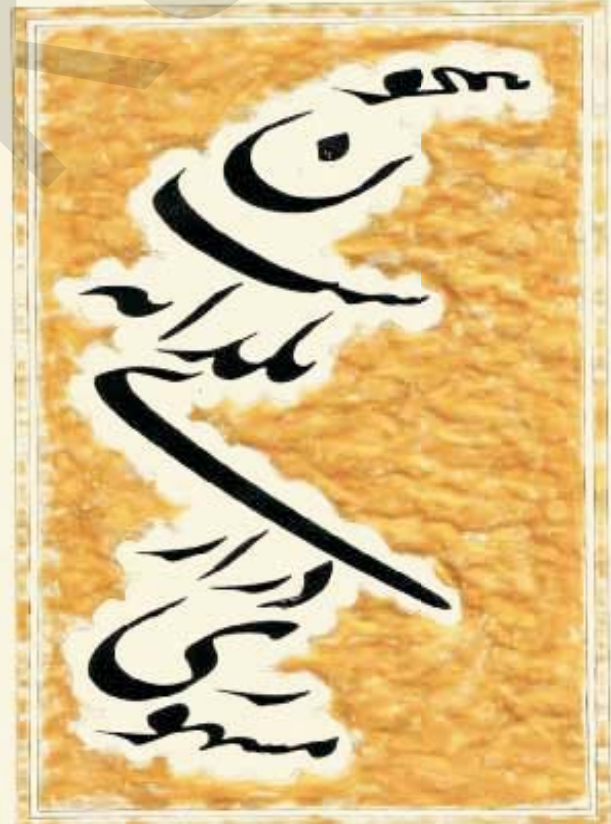
تربیت: آیا فلم شما به نمایش درآمده است؟

سیرت: همین فلم "مدای شهر فلو" در جشنواره فلمی که از سوی بنیاد فرهنگ و جامعه مدنی برگزار گردیده بود، به نمایش درآمد. همچنان یکبار در دانشکده هنرهای زیبای کابل به نمایش گذاشته شد و نیز همین فلم در جشنواره دیدار تاجکستان که در کابل برگزار می‌شود، کاندید می‌باشد.

تربیت: چه چیزی برای شما در صحنه جالب بوده است؟

سیرت: کارگردانی یک فلم برایم بسیار جالب بوده است. وقتی سمیرا مخملباف می‌خواست تا بازیگر، نقش خویش را خوب بازی کند و بر او فریاد می‌زد، فکر می‌کردم که وظیفه یک کارگردان چقدر دشوار می‌باشد!

تربیت: از اینکه وقتان را در اختیار ما قرار دادید تشکر. امیدوارم همیشه در زنده گی خود موفق باشید.



تربیت: چه چیزی شما را واداشت تا به طرف فلم سازی و سینما بروید؟

سیرت: وقتی وارد دانشگاه شدم، رشته اصلی ام گرافیک و خوشنویسی بود. چون دیدم استاد خوب در رشته گرافیک و خوشنویسی وجود ندارد تا مرا راضی کند، تیاتر و سینما را انتخاب کردم.

مطالعه و کوشش؛ تنها رمز موفقیت

تربیت: شما اول نمره صنف دوازدهم این لیسه هستید، خود را چه اندازه موفق احساس می کنید؟
مومند: طوری که گفته می شود، علم را هر قدر بیاموزیم مثل آن است که قطره یی از بحر را برده ایم، لذا باید از علم و دانش هرچه زیاد تر بیاموزیم و توان مان را از این طریق بالاتر ببریم.
تربیت: به نظر شما یک شاگرد چه باید بکند تا به موفقیت برسد؟

مومند: به نظر من اولین چیزی که بسیار مهم است، کوشش و تلاش است؛ مثلاً کسی نا بغه باشد، ولی اگر مطالعه و تلاش نداشته باشد، هیچ وقت نمی تواند موفق شود. هیچ کس نمی تواند بدون مطالعه و کوشش به جایی برسد.

تربیت: شما قبل از این که اول نمره صنف باشید، آرزو می کردید موفقیت هایی نصیب تان شود؟
مومند: همیشه این احساس برایم بود تا اول نمره باشم. و وقتی که در مکتب متوسطه عزیز افغان بودم آن جا هم اول نمره صنف بودم و وقتی که این جا هم آمدم، تلاش کردم تا اول نمره باشم و همانطور هم اول نمره شدم.

تربیت: چه کسانی شما را در راه پیشرفت درس های تان بیش تر تشویق و کمک می کنند؟
مومند: بیش تر پدرم مرا تشویق کرده است. پدرم همیشه کوشش کرده تا من موفق باشم. در کل، ابتدا فامیل و در قدم دوم تمام استادانم مرا تشویق کردند و این تشویق ها سبب شد تا از دیگران پیشی گیرم.

تربیت: پیام تان به عنوان یک جوان افغان برای سایر جوانان بخصوص شاگردان مکاتب چیست؟
مومند: پیام من برای تمام جوانان افغانستان این است که در هر نقطه یی از کشور که باشند، کوشش نهایی خود را انجام دهند. چون کوشش است که انسان را موفق می سازد و در هر جایی که هستند، کتاب مطالعه نمایند؛ زیرا کتاب بهترین دوست انسان است. همیشه کوشش کنند تا زمینه هایی را خودشان برای خود فراهم نمایند. در مناطق دور افتاده حتما کسانی هستند که چیزی را می فهمند، نزد آن ها بروند و از تجربه های آنان استفاده نمایند. جدیshi از حضرت محمد (ص) است که می فرماید: "علم را بیاموزید، ولو که در چین باشد". پس انسان باید کوشش و تلاش نماید.

تربیت: تشکر از شما

تهیه کننده: عبدالواحد روان

شما همیشه آرزو می کنید که اول نمره باشید. آیا فکر کرده اید که از چه طریق می توانید اول نمره شوید؟ بیایید پای صحبت یکی از شاگردان اول نمره لیسه افغان- ترک بنشینیم و ببینیم که او چگونه اول نمره شده است؟
تربیت: خودتان را معرفی نمایید!



شمس الله مومند هستم، از ولایت کنر. فعلاً اول نمره صنف دوازدهم لیسه آریانا افغان-ترک می باشم. ۱۸ سال دارم و فرزند اول خانواده خویش هستم.

تربیت: شما بیشتر به کدام مضامین علاقه دارید؟

مومند: از ابتدا تا به حال به مضمون ریاضی علاقه داشته ام و تا به حال در این مضمون نمرات عالی را به دست آورده ام.

تربیت: شما از اول نمره گی خود چه احساس دارید؟

مومند: من خود را خوشچانس می بینم و خداوند را شکر می کنم که توانستم در این مکتب بیایم و موفقیت هایی کسب کنم. من می فهمم که ممکن است جوانان دیگری باشند که از من بالاتر و دارای استعداد های خوبی باشند ولی زمینه برای شان مساعد نیست تا در این لیسه بیایند و درس بخوانند. امیدوارم که برای جوانان دیگر نیز زمینه

مقام اول در المپیاد ریاضی، تنها با کوشش به دست آمد

زعیم : طبعاً یک احساس خوشی برایم پیدا شده بود، چون در المپیاد موفق شدم و توانستم کشور خود را از نظر علمی در سطح جهان معرفی نمایم .

تربیت : قبل از این که در چنین المپیادی شرکت کنید و موفقیت هایی نصیبتان شود، آروزی چنین روزی را می کردید ؟

زعیم : قبلاً هم آرزوی چنین موفقیت هایی را می کردم، ولی حالا می خواهم از این هم بیش تر به موفقیت برسم .

تربیت : چه کسانی در موفقیت شما رول مهم را داشته اند؟

زعیم : رول عمده ی را در تشویق ما تمام استادانم و به خصوص استاد ریاضی ما (استاد حلمی) و همچنین پدر و مادرم داشتند که همیشه مرا تشویق می کردند تا درس بخوانم .

تربیت : به نظر شما یک جوان موفق چگونه شخصی است؟

زعیم : جوان کسی است که است که وضعیت کشور خود را درک کرده بنابر مسئولیتی که دارد، برای پیشرفت مملکت کوشا باشد .

تربیت : از مسئولین معارف کشور چه تقاضایی دارید ؟

زعیم : با نظر داشت وضعیتی که دولت ما در آن قرار دارد، فقط همان قدر از مسئولین وزارت معارف خواهشمندم که با ایمان داری وظایف خود را اجرا نمایند .

تربیت : پیامتان به سایر جوان ها بخصوص شاگردان مکاتب چیست؟

زعیم : زحمت زیاد بکشند، چون چیزی که برای پیشرفت یک کشور ضرور است کوشش و تلاش، است. که کشور هایی مثل جاپان بعد از آسیب های جنگ جهانی ، فقط توسط کوشش و زحمت کشی پیشرفت کردند و ما هم در چنین شرایطی قرار داریم. تنها زحمت و کوشش جوانان ما می تواند این خالیگاه را پر کند.

تربیت از شما و از همه جوانان افتخار آفرین کشور از مصمیم قلب سپاسگزاری می نماید.



تربیت: لطفاً خودتان را معرفی نمایید.
اسم من احمد زعیم یک تن از متعلمین لیسه عالی آریانا افغان- ترک می باشم.
تربیت: قراری که معلومات داریم، شما حایز مقام اول در المپیاد ریاضی در سال ۲۰۰۶ شده بودید. می شود که در این مورد معلومات دهید؟

احمد زعیم : در سال ۲۰۰۶ یک المپیاد در شهر آلماتای کشور قزاقستان برگزار شده بود. در این المپیاد چهار نفر از افغانستان اشتراک کرده بود که دو نفر آن از صنف یازدهم لیسه آریانا افغان - ترک (کابل) بود و یک نفر از لیسه افغان - ترک (قندهار) و یک نفر از لیسه افغان - ترک (مزار شریف) که من شخصا مقام اول را کسب کردم و مدال طلا به دست آوردم .

تربیت : شما چگونه و از کدام ارگان دولتی در المپیاد اشتراک ورزیده بودید؟

زعیم : البته از طریق لیسه آریانا افغان- ترک به خصوص از طریق استادان ترکی معرفی شدیم با به اجازه وزرات معارف توانستیم اشتراک نماییم .

تربیت : هنگامی که این موفقیت ها نصیب تان شد، چه احساسی داشتید ؟



گل آغا دو پسر داشت به نام های عشرت و نصرت. عشرت پسر بزرگ تر و نصرت پسر خردتر بود. نصرت زمانی که کوکنار را جمع می کرد، کمی می کشید. آهسته - آهسته عملی شد. روز به روز لاغر و ضعیف می شد و رنگ چهره این تیره تر می شد، تا این که یک روز احمد میرزا برای گل آغا گفت:

پسرت نصرت چرا لاغر و ضعیف شده می رود؟ نکند تریاک می کشد؟

پدرش به سخن احمد میرزا توجه نکرد تا وقتی که پسرش به بستر افتاد و پدرش او را به شفاخانه برد. بعد از سه ماه نصرت از شفاخانه برگشت و احمد میرزا برای گل آغا گفت: دیدی، کشت کوکنار چقدر ضرر دارد؟ تو هزاران کس دیگر را همین طور بد بخت کردی. گل آغا اظهار پشیمانی کرد و تعهد کرد تا زنده است کوکنار کشت نکند.

چاه مکن بهر کسی؛ اول خودت، دوم کسی

تهیه کننده: نصیر احمد الکوزی

گل آغا زمین زیاد داشت. او زمین های خود را گندم کشت نمی کرد. به جای آن مواد مخدر می کاشت، از کشت کوکنار لذت می برد. او خودش از کوکنار استفاده نمی کرد، ولی برای مردم آن را می فروخت و به کشورهای همسایه صادر می کرد. احمد میرزا برایش چندین بار گفت: تو هم مثل من گندم و جواری کشت کن، کشت کوکنار هم در این دنیا مفاد ندارد و هم در آن دنیا، ولی گل آغا چون پول زیاد به دست می آورد، از کار خود دل کنده نمی توانست.



صفات کودکان خلاق

کودکان خلاق به کودکانی گفته می شود که همیشه در پی یافتن چیزی اند. هرچه را می بینند، سعی می کنند تا به طور دقیق آن را بشناسند؛ مثلاً اگر سامان بازی به دست شان بیفتد، کوشش می کنند پیچ های آن را باز کنند تا ببینند که از چه چیزهایی ساخته شده است. همینطور هرچه به دست شان برسد. کودکان خلاق ذهن ناقراری دارند. هرچه را می بینند، سؤال هایی در ذهن شان ایجاد می گردد. اگر کسی در پهلوی شان باشد، در باره آن چیز از او سؤال می کنند. پشت سرهم علت آن را می پرسند. پدر، مادر یا هر فرد دیگری که از سوی کودک مورد سؤال قرار می گیرد، نباید باخشونت جواب دهد یا از سؤال های کودکان خود ناراحت گردد، بلکه باید دلیل آن ها را قانع سازد.





مختار متعلم صنف دهم لیسه قلعه بختیار می گوید: در رخصتی ها در یک ورکشاپ نجاری کار می کنم و به آموختن نجاری مشغولم؛ چون به نجاری و ساختن وسایل زیبا و زینتی علاقه دارم. او می گوید: متعلمین نباید فرصت هایی را که برایشان مهیا می شود، از دست بدهند آنان باید از این رخصتی ها خوب استفاده کنند.



صدف متعلم صنف هشتم در منطقه دارالامان می باشد. او می گوید: در رخصتی هادر کورس های خوشنویسی (خطاطی) و آرایشگری می روم؛ چون به این نوع هنرها علاقه مند می باشم.

وقت طلاست

تهیه کننده: معصومه توسلی

سه ماه رخصتی فرصت کمی نیست که آن را به راحتی از دست بدهیم. سه ماه رخصتی برابر است با نود روز و هر روز برابر است با ۲۴ ساعت. کمی فکر کنید و ببینید که برای کارهایی که در مدت سال تحصیلی به دلیل حجم درس ها از آن عقب مانده اید و نتوانسته اید انجام دهید، چقدر فرصت دارید؟ تعطیلات سه ماه هر سال تحصیلی در بعضی ولایات در تابستان می باشد و در بیشتر ولایات به دلیل سردی هوا به شمول کابل در زمستان می باشد.

شما متعلمین عزیز در مورد این رخصتی ها چه فکری کرده اید؟ در این رخصتی ها چه پلان هایی دارید؟ برنامه ریزی شما چگونه است و چه کارهایی انجام می دهید؟ ببینیم این شاگردان از رخصتی خود چگونه استفاده می کنند؟



امتحان را چگونه سپری کنیم؟

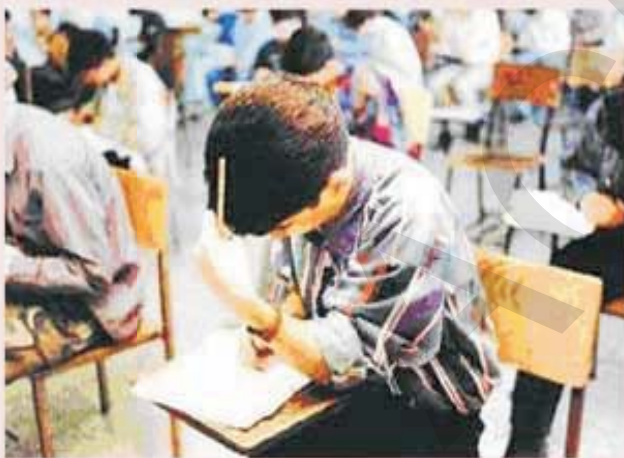
احمد جان متعلم صنف ۱۱ مکتب رابعه:
من امتحان خود را به بسیار موفقیت سپری کردم،
چون همیشه بعد از استاد، درس را تشریح
می کردم. و بعد در خانه یک یا دو بار درس گذشته
و نو را تکرار می کردم. به همین علت بود که من در
امتحان ها هیچ نوع مشکلی نداشتم.
در شب امتحان صرف یکبار مرور می کردم و در
وقت امتحان بسیار به آرامی و خوشی امتحان می
دادم.



شاگرد خوب کسی است که:

۱. شاگرد خوب باید با یونیفورم باشد.
 ۲. شاگرد خوب باید پایبند به وقت باشد؛ یعنی به وقت در صنف خود حاضر باشد.
 ۳. شاگرد خوب باید به همه اعضای مکتب احترام کند به از مدیر و معلمان تا همصنفیها، و به کسی سخن سخت و تلخ نگوید.
 ۴. شاگرد خوب همیشه با همصنفی های خود رویه نیک داشته باشد؛ یعنی در مشکلات با آنان همکاری نماید.
 ۵. شاگرد خوب در پهلوی تعلیم، اخلاق حمیده نیز داشته باشد.
 ۶. شاگرد خوب در وقت درس، هوش و حواس خود را به سوی معلم بگیرد؛ یعنی بازی گوشه نکند.
 ۷. شاگرد خوب باید همیشه آماده امتحان باشد؛ یعنی درس های خود را هر روز تکرار نماید.
 ۸. شاگرد خوب باید کاری که برایش سپرده می شود، در آن صادق باشد.
 ۹. شاگرد خوب باید آداب امتحان و آداب صنف را مراعات نماید.
- با انجام دادن کارهای فوق، شاگرد، لقب شاگرد خوب را می گیرد.

چگونه درس را یاد بگیریم؟



این مساله سه راه حل دارد:

- ۱ - پایبند حاضری باشیم.
 - ۲ - درس هایی را که در صنف می خوانیم، به بسیار توجه ودقت بخوانیم.
 - ۳ - درس را دو یا سه بار مرور کنیم تا یاد بگیریم.
- تهیه کننده: ذکيه احمدی





اورنگ مختار

خان خاني

گرانو او نازولو کمکیانو! تاسو پوهیږئ، چې دخو نسیو او کړانو ټولګه (مجموعه) ده یانې هر انسان په ژوند کې له ستونزو او جنجالو سره مخامخ کېږي، چې باید ورسره مبارزه وشي او انسان باید دستونزو پر وړاندې کلک هوډ ولري تاسو به د ادبپنښورې دامقوله اوریدلي وي، چې وایي:

(هر سړی دوست او دښمن لري) په دې باید پوهیږو، چې همدا دښمن دی، چې موږ په جنجال او ستونزو کې اچوي خوا د ټول هله کېږي، چې کله موږ د داسې دښمن پر وړاندې کمزوري او ورسره دمقا بلې توان ونلرو، نو له همدې امله دښمن تل هڅه کوي، چې موږ له یو بل څخه لېږي او د ځان پر وړاندې مونږ ته ګرځي. نازولو کو چینیانو! تاسې وګورئ، چې زموږ گران هیواد افغانستان د دښمنانو د دسیسو په وجه په څه ډول وران شو.

ګورئ نازولو ماشومانو! تاسو که دنن ورځې کوچنیان یاست خو په دې هم باید پوه شئ، چې همدا تاسې د سبا ورځې لویان او مشران یاست او زموږ دوران او کنډر هیواد مسولیت سبا ستاسو کوچنیانو په غاړه دی خو پوهیږئ، چې دغه مسولیت هغه وخت تاسو ښه ترسره کولی شئ، چې په خپلو منځو کې په اتفاق او اتحاد واوسئ او د ځان ځانۍ روحیه موله زړه او ذهنونه وتلي وي.

ګلالیو کمکیانو راځئ، چې د هغه بوډا سپین ږيري کیسه واورو، چې د څنګدن په وخت کې یې خپلو ځامنو ته کړې وه.

یو بوډا هوښیار سپین ږيري د څنګدن (مړ کېدو) په وخت کې خپل اووه (۷) واړه زامن راووغوښتل او ورته یې وویل، چې هر یو باید ما ته یوه، یوه لښته راوړئ، کله چې یې زامنو یوه یوه لښته خپل سپین ږيري پلار ته راوړه، نو پوهیږئ، چې څه وشوه. هوښیار بوډا دغه اوو (۷) واړه لښتې سره یو ځای ګلکې وتړلې او بیا یې په وار-وار خپلو زامنو ته ورکړې، چې ماته یې کړي خو دا چې دغه لښتې یو له بل سره تیرېږي وې او ږيري هم وې نو دغو ځوانانو یو هم ونه شو کړی، چې دغه د لښتو ګیډۍ ماته کړي، کله چې سپین ږيري هغه اووه واړه لښتې بېرته یو له بله جلا کړې نو هر ځوی یې په ږيري اسانۍ سره وکړی شو، چې دغه لښتې ماتې کړي.

هوښیار بوډا خپلو زامنو ته مخ راوگرځاوه او ورته یې وویل، چې ددې تنکیو او نازکو لښتو په یو ځای والي سره تاسو هیڅ یوه هم ونشو کړای، چې دغه لښتې ماتې کړئ خو کله چې یو له بله سره جلا او ځان ځان له شوې نو ماغوندي کمزوري سړي هم وکړی شوه، چې دغه لښتې ماتې کړي.

گرانو ماشومانو! سپین ږيري سړي خپلو زامن ته وویل، که چېرې تاسو یو له بله سره جلا شئ نو یو کمزوری دښمن به په ږيري اسانۍ وکړي شي، چې تاسې مات کړي او که چېرې ټول سره یو ځای وئ او په اتفاق او اتحاد کې وئ سره نو ږيري قوي او غښتلي دښمنان به هم ونه شي کړي، چې تاسې مات کړي.



خلاقیت

چشم دل باز کن که جان بینی آن چه نا دیدنیست آن بینی

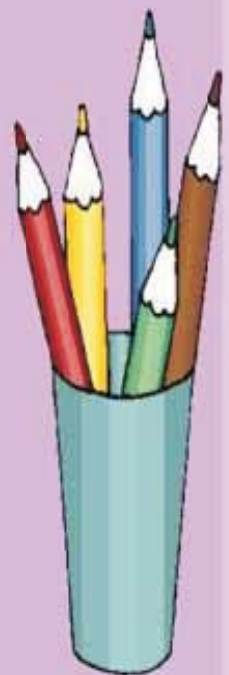


متعلمین عزیز! از این تصویرها چه چیز هایی را می فهمید؟



آیا تا حال از دیدن کدام برگ چیزی را فهمیده اید؟

شما می توانید مهارت ها و خلاقیت های خود را در این زمینه امتحان کنید و از همین حالا شروع کنید؛ مثلاً شما می توانید با استفاده از برگ ها و گیاهان یا اشیای دیگر، شکل های زیبایی را بسازید و برای ما ارسال نمایید تا در شماره های بعدی مجله به نشر برسانیم.





خاطره یک روز رخصتی

روزجمعه بود. پدرم، من و برادربزرگم سعید را به کتابفروشی برد. در آن جا کتاب های بسیار را دیدیم. سعید از پدرم پرسید: پدرجان! چرا ما را به این جا آورده اید؟ پدرم گفت:

می خواهم که خود شما کتاب ها را ببینید و انتخاب کنید.

سعید پرسید:

در این جا کتاب ها فراوان است. ما چگونه انتخاب کنیم؟

پدرم گفت:

بسیار آسان است. شما بگویید که چه نوع کتابی را دوست دارید. آنگاه فروشنده به شما چند جلد کتاب خوب را نشان خواهد داد.

من گفتم:

پدرجان! من می خواهم کتاب های قصه را بخوانم.

برادرم گفت:

من کتاب های تاریخی را دوست دارم.

پدرم پرسید:

تاریخ کدام کشور را می خواهی بخوانی؟

برادرم گفت:

اگر درباره تاریخ کشور خود ما افغانستان باشد، بهتر است.

پدرم به فروشنده گفت:

لطفا چند جلد کتاب خوب قصه های کودکان و تاریخ افغانستان را به ما نشان بدهید.

فروشنده پنج جلد کتاب رنگی بسیار قشنگ را به دست من داد و چهار جلد کتاب تاریخ را هم پیش روی برادرم سعید گذاشت. من از دیدن کتاب های قصه آنقدر خوشحال شدم که به پدرم گفتم:

پدرجان! همه این کتاب ها بسیار قشنگ و جالب اند. آیا اجازه دارم تا همه را داشته باشم؟

پدرم گفت:

اگر وعده بدهی که کتاب ها را خوب مطالعه کنی و پاک و سالم نگه داری، همه را برایت می خرم. من با شادی گفتم:

البته، پدرجان! کتاب ها را بار - بار خواهم خواند و همه را خوب نگهداری خواهم کرد.

برادرم سعید نیز کتاب ها را ورق زد و یک کتاب را انتخاب نمود. آنگاه پدرم پول کتاب ها را پرداخت و ما خوش و خندان به خانه برگشتیم. من از این قصه ها بسیار چیز ها را فرا گرفتم. کلمات تازه، نام شهرها و مملکت های جدید را آموختم. انواع حیوانات اهلی و وحشی، انواع پرندگان، گل ها و دریاها را شناختم. حالا کتاب بهترین دوست من است. من کتاب هایم را به همصنفان و دوستانم خواهم داد تا آنان هم از خواندن آنها لذت ببرند. من می دانم که دوست من کتاب، برای من دوستان تازه خواهد آورد.

نویسنده: ش.ی. دیباج



جوانان موفق در عرصه هنر

رسمی

رامین جان متعلم صنف دهم آرت یک تن دیگر از جوانانی است که در رشته رسمی آثار قشنگی را آفریده است. اینک گفت وگویی ما را با او می خوانید:

تربیت: از چند سالگی علاقمند رسمی شدید؟
رامین: از سن ۱۵ سالگی.

تربیت: در رسمی از چه وسایلی بیشتر استفاده می کنید؟
رامین: قلم رنگه، آب رنگ و پتسل.

تربیت: برای کشیدن یک منظره طبیعی از طبیعت زنده الگو می گیرید یا این که از تخیلات خود استفاده می کنید؟
رامین: برای کشیدن یک منظره هم از طبیعت استفاده می کنم و هم از فکر خود.

تربیت: چه چیزهایی بیش تر مورد علاقه شما است؟

رامین: دوست دارم چهره و مناظر طبیعت را رسمی کنم.

تربیت: چند ساعت از وقت تان را صرف نقاشی می کنید؟
رامین: روزانه سه ساعت.

تربیت: چه پیامی برای هم سالان خود دارید؟

رامین: پیام من به جوانان این است که به هنر مورد علاقه خود بپردازند، چرا که گفته اند:

فرزند هنر باش، نه فرزند پدر

فرزند هنر زنده کند نام پدر

تربیت: آرزوی شما در آینده چیست؟

رامین: در آینده می خواهم هنر مند بزرگ شوم و به کشور خود خدمت کنم.

تربیت: تشکر از اینکه وقت گرانبهای تان را در اختیار ما قرار دادید موفقیت روز افزون شما را آرزو مندیم.



تهیه کننده: ذکيه احمدی

جوانان کشور ما از استعداد های خوبی برخوردار می باشند. آنان تاکنون توانسته اند، این استعداد های خویش را به خوبی نشان دهند، از جمله، دو تن از متعلمین عزیز در دو رشته هنر که اینک گفت وگویی کوتاه ما را با آن ها می خوانید:

موسیقی

فرشته ۱۸ ساله یک تن از جوانی است که در عرصه موسیقی درخشیده است. از او پرسیدیم که از چه زمانی به این کار شروع کرده است؟ وی در جواب اظهار داشت: مدت یک سال است که رسمی کار می کنم. چون علاقمند بودم و در چند سال پیش زمینه موسیقی مهیا نبود، اما ما حالا می توانیم به راحتی به هنر خویش ادامه دهیم.

تربیت: چه کسانی مشوق شما در این راه بوده اند؟

فرشته: بیشتر اعضای خانواده و دوستانم بودند.

تربیت: در این راه مشکلی هم داشته اید؟

فرشته: در آغاز هر کاری مشکل است، مثلاً: نوت مشکل بود، اما حالا بر ایم راحت و آسان شده است.

تربیت: شما با یادگیری موسیقی در پی چه چیز هایی هستید؟

فرشته: موسیقی عشق و علاقه ام هست و اگر خانواده ام اجازه بدهد، در کنار درس به کنسرت ها بروم، موسیقی ام را در مقابل دیگران اجرا می کنم.

تربیت: تا حال کنسرت اجرا کرده اید؟

فرشته: بلی، در رادیو تلویزیون ملی و در محافلی مانند روز معلم و غیره.

تربیت: چه پیامی برای همسن و سالان خود دارید؟
فرشته: برای دختران قبلاً زمینه موسیقی مهیا نبود و حال که امکان وجود دارد، کوشش کنند که به این هنر رو بیاورند.

تربیت: شنیدن موسیقی برای انسان چه فایده یی دارد؟
فرشته: وقتی که انسان غمگین می باشد، با شنیدن موسیقی شاد می شود و غم هایش از بین می رود.

تربیت: در آینده چه آرزو هایی دارید؟

فرشته: آرزوی من این است که هنرمند مشهور شوم و افتخارات زیادی برای کشورم کسب نمایم.

آنقدر عصبانی بودم که اگر جوانک را به چنگ می‌آوردم، خدا میداند که با او چه می‌کردم؟ اما خوش به حال او- یا من - که از چنگم بدر رفته بود. راستش را بگویم، چند ناسزا تارش کردم و برای رسیدن به رستورانی یا پناه دیواری که هم از باران و هم از شر چنین راننده‌های تازه به دوران رسیده در امان باشم، چشمم را به این سوی و آن سوی سرک گرداندم.

خدای من! چه می‌دیدم؟! روشنی درخشان امید در جلوی چشمم بودو من به این آسانی تسلیم ناامیدی و یأس شده بودم؟ امید، خورشیدی شد و همه تیره گی‌ها روانم را شست، دستی شد و غبار اندوه و افسرده گی را از تنم سترد؛ ربابی شد و با نوای خوش آهنگش خستگی‌هایم را التیام بخشید. می‌دانید چرا آنچنان مایوس و دلتنگ بودم و جهان در نظرم چنان تنگ و تاریک شده بود؟ به شما می‌گویم: من یکی از هزاران فارغ التحصیلی بودم که آن روز بار، بار و ساعت‌ها لست برنده گان کانکور دانشگاه‌ها را از نظر گذرانده، نام خویش را نیافته و بالاخره ناکامی ام را با اندوهی بزرگ و ناامیدی بی‌پایان پذیرفته بودم.

شاید پیش خود بگویید که هیچگاه، ناگهانی نام کسی را در تابلو نوشته و کامیابی‌اش را کنار سرک عمومی نمی‌آویزند، پس علت امیدواری و خوشحالی او چیست؟ تامل داشته باشید، خواهی گفت، آنچنان که گفته اند: «در ناامیدی بسی امید است پایان شب سیه سپید است.»

در جلو چشمان من در تابلوی بزرگ و روشن نیون چنین نوشته شده بود:

«کالج مسلکی و حرفوی محصل میپذیرد.»
پس چرا نومید و دلگرفته باشم؟ آیا نگفته اند که: اگر دری بسته شود، در دیگری گشوده میشود؟ من هنوز خیلی جوانم و میتوانم با زحمتکشی و امیدواری به آینده، بیشتر مطالعه کنم، درس‌های سه سال گذشته را یک بار- دوبار- چند بار دیگر مرور نمایم و به کانکور یکی از کالج‌های مسلکی و حرفوی شرکت نموده، تحصیل نمایم. آیا کشور ما به دستان نیرومند و دانش مسلکی و حرفوی ما فارغان آینده این کالج‌ها بیشتر نیاز مند نیست؟ پس ناامید و اندوهگین نباید بود، بلکه با امید و باور کامل به پیش باید رفت! یاس و اندوه، خدا حافظ! امید، شادی و پیروزی، سلام!

ش.ی. دیباج



سلام، امید!

سخت اندوه زده و از درون شکسته بودم. دلتنگیم گویی به آسمان نیز سرایت کرده بود که با چهره ترش و پیشانی پرچین و صدایی غضب‌آلود بر فراز سرم دامن خویش را می‌گسترانید. راه می‌رفتم، راه می‌رفتم. گامهایم استوار، اما سرمنزل نامید نبود. نمیدانستم چرا راهی میروم و میروم راه رفته را دوباره و سه باره می‌پیمایم. بغض آسمان ترکیب و صدا های غضب‌آلودش به گریه یک نواخت تبدیل شد. هی گریست و گریست. از فرق سرم تا درون کفش‌هایم را با قطره‌های ناگسستنی و درشت اشک‌هایش تر کرد. سردی ناخوشایندی در تنم دويد، اما آتش دلم هنوز زیانه می‌کشید و زیانه می‌کشید. کاش من هم میتوانستم مثل آسمان فریاد بزنم، اشک ببارم، دلم را خنک کنم! اما این کار هم از دستم برنیامد. هوا هنوز روشن بود، اما سیاهی اندوهم دنیای پیرامون مرا در چشمم سیاه و تاریک جلوه میداد.

امروز، همه چیز با من سر ناسازگاری داشت، زیرا هنوز از کوچه به سرک عمومی پای نهاده، جوانک بی‌پروانی موترش را با سرعتی گیج‌کننده از کنارم راند و هر چه گل و لای سرک بود، بر سر و لباسم پاشید.





دمور او پلار احترام

نازولو او گرانو ماشومانو!

دمور او پلار احترام په هر انسان واجب دی او هغه ځکه چې همدا مور او پلار دي، چې موږ له کوچنيوالي څخه رالویه وي، په ژمي کې مو تاوده ساتي او په گرمۍ کې مو يخ همدا مور او پلار دي، چې موږ ته له وړکوالي څخه تربيه را کوي، ښې جامې او ښه خواړه راکوي، د ناروغۍ پر وخت مو معالج ډاکټر ته رسوي، که موږ خپه يو نو دوی هم را سره خپه کېږي او که موږ خوشاله و نو دوی هم راسره خوشاله وي. نو ځکه خو د مور او پلار په حق کې الله (ج) په قران عظيم الشان کې فرمايي:

ژباړه: تاسو دمور او پلار په مخ کې اوف قدرې هم مه کوئ. همدا ډول په احاديثو کې هم دمور او پلار داحترام په رابطه ديري خبري راغلي دي.

گرانو او نازولو کوچنيانو! دا خو مو اوريدلي دي، چې دمور او پلار تر پښو لاندې جنت دی. معنا دا چې که چا دمور او پلار احترام وساته او دهغوی قدر او عزت يې وکړ نو الله (ج) به ورته دغه جنت نصيب کړي او خدای مه کړه که چا دمور او پلار احترام ونه ساته او دهغوی يې احترام يې وکړه او په ژوند کې يې خدمت ونه کړ، نو پوهيږئ چې څه به وشي؟ دداسې خلکو ژوند به په دې دنيا کې هم خراب وي او په هغې دنيا کې هم.

نو گرانو کمکيانو! تل به کوبښ کئ، چې دمور او پلار خدمت، احترام، قدر او عزت به کوئ او دژوند تر اخري شېبو پورې به يې نه خپه کوئ، چې په هر ډول وي نو مور او پلار به خوشاله ساتئ.

احترام چیست؟

■ معصومه توسلی



آیا تا به حال دیده اید که مادرکلان تان تکه نانی را - که در زیر پای افتاده است - گرفته و در گوشه ای بگذارد تا زیر پای نشود؟ آیا در مورد حرمت دسترخوان چیزی شنیده اید؟ اگر به این گونه مثال ها برخورد کرده اید خوب بیندیشید. آری این کار به خاطراین است که ما به نعمات خدادادی مان بی احترامی می نکرده باشیم.

احترام به قانون نیز جهت برقراری نظم جامعه ضروری می باشد. به عنوان مثال: احترام به قانون مکتب، احترام به قانون ترافیک، احترام به قوانین شرعی و...

ترحم به حیوانات بدین معناست که باید با حیوانات برخورد ناشایسته نداشته باشیم و آن ها را آزار و اذیت نکنیم.

درست است بی احترامی به دیگران جز بی احترامی به خود نیست و ممکن است کسی که به دیگران بی احترامی می کند به عنوان فرد بی ادب یا بی نزاکت شناخته شود و در میان دوستان، معلمین، همکلاسی ها محبوبیت نداشته باشد و در کارها، طرفدار یا همکاری نداشته باشد. به این مثال توجه کنید: اجمل و نذیر هردو صنف یازده و شاگردانی لایق و درس خوان می باشند اما نذیر محبوبیت بیشتری دارد. مدیر، معلمان، همصنفی ها همه نذیر را دوست دارند و در مراسم و جشن ها همیشه نذیر را شریک می کنند و نذیر چهره ای سرشناس در مکتب می باشد.

به نظر شما چرا نذیر این همه محبوبیت دارد اما اجمل.....؟

اشتباه فکر نکنید!

مدیر مکتب در این باره این گونه می گوید: نذیر به همه احترام می گذارد و دیگران هم به او احترام می گذارند. با همه رفتار و گفتار نیک دارد و همه از او راضی هست و در میان دوستانش از محبوبیت خاصی برخوردار است. به گونه ای که نذیر را می توانیم ستاره مکتب گفت چون مثل یک ستاره در مکتب می درخشد.

پس نتیجه می گیریم که برای زندگی در اجتماع به همه احترام بگذاریم تا مورد احترام واقع شویم. بیاییم برای حفظ آرامش خود و دیگران و اندیشیدن به یک زندگی زیبا در کشور آباد و سربلند، بهم دیگر با احترام رفتار نماییم.

احترام گذاشتن چیست؟ به چه کسانی باید احترام بگذاریم؟

وقتی شخصی با ادب باشد و با رفتار و گفتار مؤدبانه نسبت به اطرافیان خود رفتار نماید، در حقیقت به اطرافیان خود احترام گذاشته است. وقتی به دیگران احترام گذاشتیم در واقع به خود احترام گذاشته ایم. حتی اگر در مورد دیگران فکر بد کنیم به آن ها بی احترامی کرده ایم. گرچه کسی که نسبت به او فکر بد و ناشایست کرده ایم، شاید او متوجه نشود اما گناه بزرگی را مرتکب می شویم. پس باید همیشه علاوه بر این که رفتار و گفتار مؤدبانه داریم، فکر و اندیشه مؤدب داشته باشیم چرا که در اسلام در رابطه با دوری از فکر و گمان بد توصیه هایی شده است.

به چه کسانی باید احترام بگذاریم؟

شما دانش آموزان عزیز باید توجه داشته باشید که آینده سازان کشور هستید و علاوه بر این که باید استعداد های خود را در جهت ترقی و انکشاف کشور شکوفا می سازید، باید تمامی نزاکت های اجتماعی را مراعات نمایید.

احترام به همه واجب است؛ حتی پیامبر در زمان خود با اسیران جنگی رفتار نیک می کردند و دستور می دادند تا دیگران هم نسبت به آن ها رفتار خوب داشته باشند. ما علاوه بر این که به بزرگ ترها احترام بگذاریم باید به همسالان خود و حتی کوچک ترهای مان نیز احترام بگذاریم. علاوه بر احترام به انسان ها، باید حرمت چیزهایی که برای ما محترم هستند را نیز داشته باشیم.

حضرت محمد (ص): کودکان پروانه های بهشت اند.

ترتیب کننده: عبد الواحد روان

هدف تعلیم و تربیه باید پرورش شخصیت طفل، استعدادها و قابلیت های فردی باشد. تعلیم و تربیه باید طفل را برای یک زنده گی فعال در یک جامعه آزاد آماده کرده، درافزایش احترام به والدین طفل، به هویت فرهنگی، زبان و ارزشهای معنوی او و ارزشهای فرهنگی دیگران نیز بکوشد. (کنوانسیون حقوق طفل ماده ۲۹)

اگر کسی دارای طفل خرد سالی باشد، باید با او در بازی های طفلانه اوهمکاری و هماهنگی نماید و همچنان برسه چیز تاکید نماید، طفل حق دارد نام زیبا و نیکو داشته باشد، علم بیاموزد و زمانی که بالغ شد، همسری برای او بگیرند.

(حضرت محمد «ص»)

اطفال مختلف از قانون، در مراکز اصلاح و تربیت اطفال، از طرف روز طبق برنامه تنظیم شده مراکز اصلاح و تربیت تحت آموزش و پرورش قرار گرفته و از طرف شب به خانواده های شان سپرده شوند. (فرمان رئیس دولت).
کودک انسانی است که سن ۱۸ سالگی را هنوز تمام نکرده است، مگر این که سن بلوغ از نظر حقوق جاری در کشور های مربوطه زود تر تعیین شده باشد.

(کنوانسیون حقوق کودک ماده اول).

دولت ها حق برخورداری از آموزش و پرورش طفل را به رسمیت می شناسند، و خود را موظف می دانند تا امکان آموزش ابتدایی رایگان و اجباری را برای همگان فراهم آورند و دسترسی به شکل های مختلف آموزشی متوسط و آموزشی عالی بر اساس توانایی ها را تضمین کنند. نظم و انضباط مکاتب باید مطابق با حقوق و شئون طفل باشد. دولت ها برای تحقق این موضوعات به همکاری بین المللی اقدام خواهند کرد.

(کنوانسیون حقوق طفل، ماده ۲۸)





خلور ماشومان

خلورو ماشومانو ملاصیب سره سبق وایه، په دوی کې احمد نامی ډیر هوښیار او زیرک ماشوم و. ملاصیب غوښتل دوی وازمويي، نو یې یوه ورځ خلور داني مني دځان سره راوړې او هر یو ماشوم ته یې یوه یوه مڼه ورکړه او ورته ویې ویل: هلکانو! دغه مڼې واخلي په داسې ځای کې یې وخوړئ، چې هلته تاسو هیڅوک ونه ویني. هلکانو مڼې واخیستلې، یو ولاړ پر بام پټ کیناست مڼه یې وخوړه، بل ولاړ ښي ته هلته یې مڼه وخوړه، درېیم ولاړ دښتي ته هلته یې مڼه وخوړه خو احمد مڼه په خپل جیب کې دځان سره وساتله. ټول بېرته ملاصیب ته راغلل، ډیر خوشحاله وو ځکه مڼې یې په داسې ځایونو کې خوړلې وې، چې هیڅ انسان نه وو لیدلې. ملاصیب له ماشومانو څخه پوښتنه وکړه: مڼې مو چیرې وخوړلې؟ هر یو خپله کیسه ورته تېره کړه، یو ویل ما به ښي کې وخوړه، بل ورته ویل ما پر بام وخوړه او درېم ورته ویل ما په دښت کې وخوړه. ملاصیب له احمد څخه هم پوښتنه وکړه، احمد په ډیرې عاجزۍ سره ورته ویل: مڼه زما په جیب کې ده، زه ډیر وگرځیدم خو داسې ځای مې ونه موند، چې هلته څوک نه وي، هر ځای ته چې تللم هلته الله سبحانه و تعالی شته، تاسو ویل په داسې ځای کې یې وخوړه، چې هیڅوک تا ونه ویني، نو ما داسې ځای ونه موند، چې هلته الله سبحانه و تعالی ما نه ویني.



دوه با ادبه ماشومان

یوه ورځ دوه واړه ماشومان په جومات کې ناست وو، ناڅاپه یو لاروی راغی ژر ژر یې اودس تازه کړ او دوه رکعت له منځ یې شروع کړ. واړه ماشومان ده کړو وړو ته ښه خیر وو، کله چې سړي له منځ وکړ یوه ماشوم بل ماشوم ته په لور او زوویل:

ته اودس کولی شې؟ هغه ځواب ورکړ: هو، زما اودس کول زده دي دسړي فکر یې ځان ته کړ او ویې ویل، زما نیکه به د اودس کاوه

اول به یې بسم الله الرحمن الرحيم وويلي، بيا به يې دواړه لاسونه تر بندونو پورې داسې پريولل، په خوله به يې درې واړې اوږه تېرې کړې، بيا به يې بزه پاکه کړه او درې واړه به يې پريمينځله، بيا به يې مخ درې ځلې داسې پريمينځله، چې دغوړو تر نرميو او تر زني لاندې وچ پاتې نشي او بيا به يې اول ښي ورپسې کيڼ لاس تر څنگلو پورې پريمينځل، گوره: لاسونه به يې داسې په اوبو لاندې کړه او ددواړو لاسونو د گوتو سرونه به يې سره ونيول او مسح به يې وکړه. بيا به يې ښي پښه تر بجلکو پورې پريمينځله او بيا به يې کيڼه پښه هم تر بجلکو پورې.

يو ماشوم خپل ورور ته اودس زده کول وروښودل خو په اصل کې يې لاروي ته اودس ورزده کړ، بې له دې چې لاروي ته ووايي، چې ستا اودس کول نه دي زده، لاروي اودس زده کړ، خپل پتويي پر اوږه واچاو او لاړ.

کوچنی عبد الله

با کشور خود افغانستان بیش تر آشنا شویم

دریاها:

دریای کابل، دریای هلمند، دریای هریرود، دریای مرغاب، دریای آمو و دریای فرارود، دریای کوچک و...

کوه ها:

هندوکش شرقی، هندوکش غربی، کوه بابا، فیروزکوه، سیاه کوه، تیربند ترکستان، سپین غر و کوه سلیمان.

تقسیمات ملکی:

در اوایل افغانستان هفت ولایت و هشت حکومت داشت، اما بعداً به ۳۲ ولایت تقسیم شده ولی اکنون ۲ ولایت دیگر اضافه شد، و اکنون دارای ۳۴ ولایت است و هر ولایت ولسوالی های زیادی دارد.

زراعت:

افغانستان کشور زراعتی است و موادی مانند پنبه و پوست به خارج صادر می کند و گندم، جو، جواری و برنج از حبوبات افغانستان است سبزیجاتی، مانند: کچالو، پیاز، بادنجان و غیره در کشور ما تولید می شود.

صنعت:

صنایع دستی از زمانه های قدیم در کشور ما رواج است، اما صنایع عصری و پیش رفته عبارت اند از: منسوجات، سمیت، کود کیمیاوی، روغن نباتی، سیلوها، شکر، بوت پلاستیکی.

معادن:

معادن عینک مس در لوگر، معدن آهن در بامیان، معدن نمک در تخار، معدن زمرد در پنجشیر، معدن لاجورد در بدخشان و معدن طلا در زابل.



جلال آباد



په جلال آباد کې د یو بی سر پناه ښوونځي له زده کوونکي سره د زړه خواله لرو، چې د ښوونځیو د بی سر پناه گۍ له ستونزو سره ټکوي.

ستا نوم؟
زما نوم سبا وون دی. چې ښوونځي کې شامل شوی یې؟
خو مړه وخت کېږي، چې مکتب کې شامل شوی یم.
دوه کاله کېږي، چې مکتب کې شامل شوی یم.
په دې دوو کلونو کې دې څو مړه شيان زده کړي دي؟
دیر شيان مې زده کړي دي، خپل نوم او د پلار نوم لیکلی
دیر شيان مې حساب زده کړي دي، د جمعې او منفي
شم، سلو پورې مې یاد کړي دي او داسې نور.
سوالونو ځوابونه مې یاد کړي دي، شپاس.
ښه گرانه دا خو تا دیر شيان زده کړي دي، شپاس.
استادانو مو ټکړه دي؟

هو.
په راتلونکي غواړې څه شی شي، یانې ډاکټر، انجنیر، او.....؟

زه غواړم په راتلونکي کې انجنیر شم.
زه غواړم په راتلونکي کې (صنفيان) څنگه ټکړه دي؟
ستا نور هم ټولگي وال (صنفيان) څنگه ټکړه دي؟
هو ټکړه هم شته او ناپوه هلکان هم شته.
ستا په نظر ناپوه کوچنیان باید څه وکړي؟
زما په نظر ناپوه کوچنیان باید څواري وکړي، په کور کې
باید له مور او پلار سره د مکتب درسونه ووايي، کورنۍ
وظیفه باید په کور کې وليکي او نور درسونه هم باید
ووايي.

په ښوونځي کې څه ستونزې لری؟
گوره همدا اوس موږ په ځمکه باندې ناست یو، کوټې نه
لرو، موږ چې کله سبق وایو او په لاره څوک تېریږي زموږ
ذهن هغې طرف ته اوږي، استاد غریب لگي او درس وای
موږ بل خوا مصروف یو، که چېرته موږ کوټې وی نو دا
مشکل به موندلرلو.
سباوون جان له تا ډېره مننه، چې له موږ سره دې مرکه وکړه
له تا سې هم مننه کوو.



درد دل شاگردان

شاگردان عزیز! شما هم مشکلاتی دارید که می خواهید برای آن راه حلی پیدا شود. پس فرصت را غنیمت شمرده نامه های تان را برای ما ارسال نمایید و ما را از مشکلات تان باخبر سازید، تا اگر راه حلی وجود داشت، برای تان بگوییم. در این شماره نامه یی را دریافت کرده ایم از حسنی جان؛ یکی از شاگردان مکتب بی سروری سنگری که باهم می خوانیم: سلام! شنیدم مجله "تربیت" آغاز به کار می کند و در آن ستونی به درد دل شاگردان اختصاص داده شده است. از شما می خواهم که این درد دل مرا هم به نشر برسانید تا معلمین عزیز هم از درد ما با خبر شوند.

روزی، معلم، درس روز گذشته را می پرسید. نوبت به من رسید، من درست جواب داده نتوانستم. راستش اصلاً درس دیروز را نفهمیده بودم. معلم مرا به پای تخته ایستاد کرد. در پیش روی همه شاگردان چه چیز هایی که نگفت حتا از کلمه "بی تربیت" استفاده کرد. در نزد دوستان چنان شرمزده و خجالتی شدم که از آن به بعد تصمیم گرفتم که دیگر به مکتب نروم، ولی پدرم با قهر و خشم مرا به مکتب فرستاد. من دیگر از مکتب دلسرد شده ام. نمی دانم چه کار کنم؟ در هر امتحان نمراتم کم شده می رود. شما مرا راهنمایی کنید.

* * *

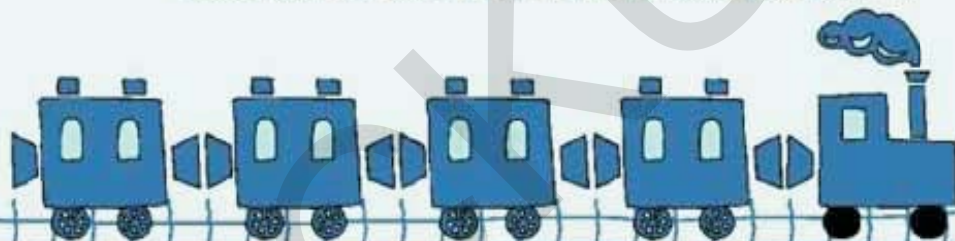
حسنی جان! هیچ وقت دلسرد نشوید. شما که می خواهید، در آینده یک شخص باسواد و دانشمند شوید، چطور به همین زودی از درس دست می کشید؟ خوب! البته کار معلم تان هم درست نبوده. او نباید پیش روی شاگردان این گونه شما را تنبیه می کرد، او می توانست در تنهایی، پدرانه یا مادرانه، به شما توصیه هایی داشته باشد. شما هم فکر نکنید معلم تان با شما دشمن است. او از روی دلسوزی به شما گپ هایی را زده است. پس با هدف بلند به درس های تان ادامه دهید. موفق باشید.



حل کنید و جایزه بگیرید

شاگردان عزیز! این سوال ها را حل کرده، همراه بایک قطعه عکس و شماره تلفون خودتان برای ما ارسال دارید. ماهم شمارا به عنوان شاگرد تیزهوش معرفی کرده، جایزه خوب برای تان می دهیم.

- ۱ - از کدام تاریخ وتوسط کدام پادشاه نام افغانستان بر کشور ما نهاده شد؟
- ۲ - افغانستان در کدام سال استقلال خود را رسماً به دست آورد؟
- ۳ - اولین جریده یی که در افغانستان به چاپ رسید، چه نام داشت؟
- ۴ - دو بت مشهور بامیان چه نام دارد و ارتفاع هریک چند متر است؟
- ۵ - مشهور ترین بند طبیعی افغانستان چه نام دارد و در کجا موقعیت دارد؟
- ۶ - بزرگ ترین رود در افغانستان کدام رود است؟
- ۸ - بلندترین کوه در کشور ما چه نام دارد وارتفاع آن به چند متر می رسد؟
- ۹ - مولانا جلال الدین محمد در کجا و در کدام تاریخ به دنیا آمد و مشهور ترین اثرش چه نام دارد؟
- ۱۰ - اولین قانون اساسی در زمان کدام پادشاه افغانستان به تصویب رسید؟





www.chimtal.blogfa.com

چند غزل از ابراریمینی

یک لکه بسید به پیراهنت نشست
یعنی که ماه آمد و بر دامنیت نشست

مانند چشم‌ها ت شبی آسمان شدی
یک یک ستاره‌ها همه گی برتت نشست

یک مرد مرد این طرف دیده اتش زبس
در هر کنار منتظر دیدنت نشست

گفتی که یک دقیقه... خدا گفتن بمان
یک عمر هم برای خدا گفت نشست

آن نکته‌ها که با بکه تو اشاره شد
ما را چی می کنی به دل دشمنت نشست

دو روز پیش شنیدم که نامزد شده ای
همان که باز مرا فحش میدهد شده ای

هزار مرتبه می میرم اینکه می خندی
تو رمز کشتن ما را عجب بلد شده ای

چه سان نشان بدهم که چقدر زیبایی
ز چشم «بدره» و اسپند هم حسد شده ای

چگونه گریه کنم بغض چشم هایم را
بری خوشگل من مال دیو و دد شده ای

به هم رسیدن مان مصلحت نخواست، چرا
دچار پاسخ پوچ نمی شود شده ای

بگذار سر بخود بهنم این سبیل را
این دل که هیچ گاه نپذیرد دلیل را

غم آمده که خانه خرابم کند خدا!
تکرار کن تو قصه اصحاب فیل را

بخت فرشته‌ها چقدر شام و تیره است
شیطان شکسته شاهپر جبریل را

نمرود من جهنمی آماده ساخته
امدفعه تا که ختم دهد این خلیل را

در روزنامه ها خبرش نیست! دختری
در بلخ کشته مسلم ابن عقیل را

