

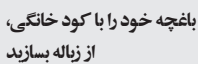
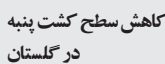
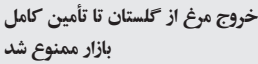


در خدمت همشهریان عزیز

شامل مانتو، شلوار ، مقنعه و انواع شومیز

شامل مانتو، شلوار ، مقنعه و انواع شومیز

سفرش همه روزه از ساعت ۹ الی ۱۴- میر مجیدی



جهانی سالمند

۹۱ میلیون و ۸۵۰ هزار نفر اعلام کرده است. بر پایه این گزارش زنان سالمند حدود ۵ میلیون و ۱۵۰ هزار نفر، ۵۲ درصد از کل سالمندان را تشکیل می دهند و مردان حدود ۴ میلیون و ۷۰۰ هزار نفر هستند که معادل ۴۸ درصد از جمعیت سالمندان کشور است. که این افزایش جمعت سالمندی کشور، هشدار جدی درباره پیری جمعیت در کشور است و پیش بینی می گردد این روند در سال های آینده نیز ادامه خواهد داشت؛ به طوری که انتظار می رود شمار سالمندان ایرانی در فاصله سال های ۱۳۹۴ تا ۱۴۱۰ دو برابر شده و طی ۳۰ سال آینده ۳۰ درصد جمعیت کشور، سالمند خواهد بود. طبق آمارها درصد زنان سالمند بیشتر از مردان بوده و در میان افراد ۸۰ ساله و بالاتر از حدود یک میلیون نفر سالمند، ۵۱۱ هزارنفر زن و ۴۵۵ هزار نفر مرد هستند. و تعداد زنان سالمندی که تنها زندگی می کنند بیشتر از مردان و همچنین تعداد زنان سالمندی که در خانه های مراقبتی نگهداری می شوند بیشتر از مردان هستند. این بدان معنی است..

در دورهمی چنارهای گرگان عنوان شد:

زندگی



هیچ چیز جز یک برگ پهن نمی تواند جلوی

سرعت باران را بگیرد. این برگ‌ها انرژی جنبشی قطرات باران را به صفر می‌رسانند و موجب نفوذ آن‌ها در دل خاک یا جاری شدنشان در رودخانه‌ها می‌شوند

است که به آن نسبت می دهند. در گذشته این گونه را قادی مقدس می شمردند. طوری که به شاخه هایش آسیبی نمی رساندند و از آن ها حاجت می گرفتند. درختان پهن برگ در جذب آب باران بسیار مؤثر هستند. حتماً دوم همراه امسال را به یاد دارید که ۶۹ میلی متر در النگرده و سطح شهر بارندگی داشتیم و شاهد سیلاب در مناطق مختلف شهری بودیم. در حالی که هرگز سیلابی در النگرده یا دیگر جنگل های هیرکانی مشاهده نکردیم. چرا که همین درختان پهن برگ مانند سرعت گیر باران عمل می کنند. هیچ چیز جز یک برگ

است که به آن نسبت می‌دهند. در گذشته این گونه را قدری مقدس می‌شمردند. طوری که به شاخه‌هایش آسمبی نمی‌رساندند و از آن‌ها حاجت می‌گرفتند. درختان پهن‌برگ در جذب آب باران بسیار مؤثر هستند. حتماً دوم همراه امسال را به یاد دارید که ۶۹ میلی‌متر در النگدره و سطح شهر بارندگی داشتیم و شاهد سیلاب در مناطق مختلف شهری بودیم. در حالی که هرگز سیلابی در النگدره یا دیدگر جنگل‌های هیرکانی مشاهده نکردیم. چرا که همین درختان پهن‌برگ مانند سرعت‌گیر باران عمل می‌کنند. هیچ چیز جز یک برگ

ثبت ملی چنارهای گرگان

محمد اسماعیل اسدی، پژوهشگر ارشد آب و خاک ضمن اشاره به یادداشتش با عنوان «چنارهای گرگان را ثبت ملی کنید» در شماره ۲۸۶ گلشن مهر، باری دیگر این مطالبه را مطرح کرد و گفت: ما با طبیعت یک رابطه هم‌زیستی داریم و در واقع نه حاکم بر آن، بلکه بخشی از آن هستیم. خنک شدن هوا، تصفیه آلاینده‌ها، افزایش تنوع زیستی و بهبود سلامت جامعه از مزایای درختان هستند. در نظر داشته باشید که هر درخت می‌تواند در طول سال تا ۱۵۰ کیلوگرم دی‌اکسیدکربن را جذب کند و در مقابل طیف هوا بسیار تأثیرگذار باشد. گونه چنار ایرانی از جمله گونه‌هایی است که در سرتاسر ایران وجود دارد. چرا که سازگاری بسیار بالایی دارد. به این گونه که به شاه درختان نیز شهرت دارد، مظهر نعمت می‌گویند. درخت مراد نیز از دیگر عناوینی

ادامه یادداشت اول

به بهانه

روز جهانی سالمند

که ما شاهد زنانه شدن سالمندی در سالهای آتی هستیم و چالشهای پیش روی آنان نه تنها به لحاظ جنسیتی بلکه در جهات مختلف بهداشتی، اجتماعی و روانی بیشتر خواهد بود و میزان کیفیت زندگی در زنان سالمند از مردان سالمند کمتر است. در رابطه با مباحث سالمندی باید بگوییم زنانه شدن سالمندی در ایران پیچیده تر میباشد چرا که نسبت بزرگی از زنان در ایران غیر شاغل بوده و فاقد هر نوع منبع درآمد فردی میباشند. همچنین مالکیت اموال غیر منقول، خصوصاً مسکن، بیشتر امری مردانه است و از این رو یک نابرابری اقتصادی بزرگ به وجود آمده که زندگی سالمندان زن ایران را تحت تاثیر قرار میدهد. سالمندی و پدیده پیر شدن ناگزیر و اجتناب ناپذیر است اما تحقیقات نشان داده است که سبک زندگی در دوره پیش از سالمندی، ارتباط مستقیم با کیفیت زندگی در دوران سالمندی داشته و با تغییر مناسب در سبک زندگی، می توان دوران پیری مطلوب تری را سپری کرد و آسیبها و چالشهای این دوران را چه برای افراد سالمند و چه برای دولت، کاهش داد. سبک زندگی بخش های مختلفی؛ همچون فعالیتهای فراغتی، فرهنگی، مدیریت بدن، الگوی خرید، الگوهای مصرف غذا را شامل می شود و نظریه پردازان علوم اجتماعی معتقدند سبک زندگی متاثر از سرمایه های اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی است. در واقع افراد با توجه به دارایی های خود سبک زندگی خود را بر می گیرند که سرمایه فرهنگی یکی از این دارایی هاست. مهم ترین بعد سرمایه فرهنگی، مصرف رسانه ای مانند مطالعه روزنامه، استفاده از رادیو و تلویزیون است که ارتباط مستقیم با سبک زندگی داشته و یکی از عوامل موثر بر ارتقاء سبک زندگی در زنان سالمند است. با توجه به زنانه شدن سالمندی در ایران، در صورتی که برنامه ریزی های استفاده از رسانه به گونه ای آینده نگرا نه صورت نگیرد، چالشهای بیشتری را برای زنان سالمندان و به طبع آن برای دولت به دنبال خواهد داشت. لذا پیش نهاد می گردد، قانونگذاران و برنامه ریزان توجه مضاعف و بیشتری را در تقویت و ارتقاء سرمایه فرهنگی در دوران قبل از سالمندی و سالمندی داشته باشند. از آنجایی که مصرف رسانه ای (روزنامه، رادیو، تلویزیون و...) مهم ترین عامل در تغییرات سبک زندگی می باشد و امروزه بعنوان یکی از ضروریات زندگی بشر قرار گرفته است، توجه به رسانه ها و محتوای رسانه ای می تواند به شکل گیری سبک زندگی مطلوب و نهایتاً کاهش چالشهای دوره سالمندی کمک شایانی نماید.

دکتری جامعه شناسی

ادامه تیتراول

چنار به مثابه شناسنامه

محلته میرحسینی، عضو شورای راهبردی دانشنامه گلستان جایگاه اجتماعی چنارها در تاریخ استرآباد را زیر ذره بین برد و عنوان کرد: ریچارد ویلیام هولمز، مأمور کنسولگری بریتانیا در عثمانی که سال ۱۸۴۴ میلادی در دوران سلطنت محمدشاه قاجار به سواحل جنوبی کاسپین سفر کرد، در سفرنامه خود نوشته است: «حاکم استرآباد در گوشه یکی از معابر شهر تنه یک چنار عظیم را که با سفال سختی پوشیده شده و به مغازه تبدیل شده بود، به ما نشان داد. این عجیب ترین چیزی است که می توان در استرآباد دید. درختان بسیار بزرگ زیادی از این دست در نقاط مختلف شهر وجود دارد.» چنارهای محلات قدیمی شهر گرگان، به نوعی شناسنامه آن محله به حساب می آمدند. این چنارها کارکردهای مختلفی داشتند. به طور

چنارهای محلات قدیمی شهر گرگان، به نوعی شناسنامه آن محله به حساب می آمدند

مثال، در محله سرپیر درخت چنار تنومندی وجود داشت که شاخه های بالایی اش را هرس می کردند و پلکان هایی روی تنه آن درست کرده بودند تا بر بالای آن فانوس هایی پیایوزند که در شب راه را بهتر نمایان سازند. از آنجا که محله سرپیر نزدیک دروازه شمالی شهر واقع شده بود، نور فانوس ها نشانه هایی برای مسافرانی بودند که قصد پیدا کردن شهر را داشتند. در محله سرپیر فانوس را با قرقره ای به بالا هدایت می کردند. از این رو، چنار این محله به «چنار قرقره» شهرت یافته بود. در دهه ۵۰ آن چنار را قطع کردند. در حال حاضر نیز ساختمانی دوطبقه در همان مکان وجود دارد. از دیگر چنارهای معروف گرگان، چنار محله سرچشمه است که به چنار پیر نیز شهرت دارد. در وقف نامه یکی از مغازه های اطراف این درخت ذکر شده که تمام عواید مغازه مذکور صرف نگهداری و حفاظت از درخت چنار و قنات سرچشمه شود. کوچه ای نیز به نام گذر سوخته چنار وجود داشت که تکیه سرپیر را به تکیه سبزه مشهد متصل می کرد. امروز این کوچه لاله هجدهم نام دارد و مزار محمدرضا لطفی در آن واقع شده است. گویا سر این کوچه در دوره قاجار تنه سوخته چناری واقع شده بود. این درختان علیرغم ویژگی های سمبلیکشان، نقشی هویتی برای شکل گیری تعاملات اجتماعی اهالی محلات داشتند. همچنین در بسیاری از موارد، باورها و آیین هایی در ارتباط با آن ها وجود داشت که موجب حفظشان می شد. گفتنی است که این چنارها کارکرد دیندانی نیز داشتند.

شرایط خاص چنارها

نوروزعلی حسن عباسی، پژوهشگر و عضو سابق هیئت علمی دانشگاه منابع طبیعی گرگان به ارائه توضیحاتی درباره شرایط خاص کاشت چنار پرداخت و اظهار داشت: درختستان به زیست بومی گفته می شود که جمعیت درختی آن از نظر تراکم جمعیت بیش تر است. یک درختستان هم می تواند ساخته دست بشر باشد و هم ممکن است طبیعی به وجود آمده باشد. اگر مردم بدانند که این درختستان ها چه نقشی در حیات ما و در پایداری اکوسیستم کره زمین دارند، هرگز هیچ شاخه درختی را نمی شکنند. هرگز در پای درختان زباله ای نمی ریزند و آتشی روشن نمی کنند. روی هم رفته، مانند موجوداتی مقدس با آن ها برخورد می کنند. در واقع زندگی ما مدیون درخت است و درختان بنیان زندگی



است، خواستار مطالبه گری هرچه بیش تر شهروندان برای ادامه دادن این تونل شد و عنوان کرد: درخت چنار شاید از زمان هخامنشیان مورد احترام ایرانیان بوده است. درختانی که در مسیر گرگان-ساری و گرگان-گنبد وجود دارند، با دستان من بین سال های ۱۳۴۷ تا ۱۳۴۹ کاشته شده اند. من به عنوان کارشناس جنگل کاری برای اجرای این پروژه معرفی شدم. بنا بود تا این جنگل کاری به مسافت ۱۲۰ کیلومتر از گرگان تا ساری، ۸۰ کیلومتر از گرگان تا گنبد و روی هم رفته، ۲۰۰ کیلومتر انجام شود که با توجه به دوردیفه بودن آن ها، این عدد به ۴۰۰ کیلومتر می رسید. اگر این کار تحقق پیدا می کرد، زیبایی آن چندین برابر می شد. اما متأسفانه این چنین نشد و با تمام تلاش های ما، از سمت غرب تا یساقی و از شرق نیز تا تقی آباد پیش رفتیم. اولین اقدام من گرفتن استعلام از اداره راه برای اطلاع از حریم جاده بود. آن زمان جاده این چنین عریض نبود و شاید ۲۰ متر عرض داشت. پیش بینی ما چنان دقیق بود که جاده با وجود عریض تر

درختانی که در مسیر گرگان-ساری و گرگان-گنبد وجود دارند، با دستان من بین سال های ۱۳۴۷ تا ۱۳۴۹ کاشته شده اند

شدنش همچنان به چنارها نرسیده است. چاله های این درختان از شرایط استاندارد برخوردارند و اگر کسی به آن ها آسیبی نرساند، تا هزار سال دیگر نیز آسیبی نخواهند دید. این درختان چوب بسیار خوبی دارند و سایه خوبی نیز ایجاد می کنند. افراد زیادی در سایه این درختان امرار معاش می کنند و مسافران زیادی در سایه آن ها به استراحت می پردازند. درختانی که در این مسیر ساختیم، یک درمیان سوزنی برگ و پهن برگ هستند. اما چرا ما تمامی شان را از یک دسته نکاشتیم؟ علت این است که درخت سوزنی برگ همیشه سبز است. اما درخت پهن برگ خزان می کند و برگ های آن بهترین کود است. این درخت ها علاوه بر ریشه های عمیق، ریشه های جانبی سطحی ای هم دارند. از این رو، کاشتن این درختان در معابر شهری موجب خرابی پیاده روها می شود. این درختان برای پیاده روها مناسب نیستند. مگر اینکه فواصل اطراف آن ها رعایت شود. همان طور که گفتم، بنا بود که تونل سبزی به مسافت ۲۰۰ کیلومتر از دو طرف گرگان با درخت های چنار احداث شود که با تلاش های ما بین سال های ۱۳۴۷ تا ۱۳۴۹، ۲۵ کیلومتر از آن محقق شد. پیشنهاد من این است که مطالبه ادامه یافتن این پروژه را داشته باشیم. من نیز حاضرم شخصاً از نظر علمی، فنی و اجرایی در این طرح مشارکت کنم. گفتنی است که در پایان این نشست، تربیون آزادی برگزار شد و تعدادی از حضار به ارائه پیشنهادشان جهت حفظ چنارهای گرگان پرداختند.

ما را فراهم می کنند از میان این درختان، درخت چنار به چندین دلیل به عنوان درخت مراد یا درخت برکت شناخته می شود. ابتدائاً به این خاطر که درخت بومی این منطقه است. رویشگاه این گیاه محدوده ایتالیا تا کشمیر و هند است. به طوری که آن را به چنار خاوری می شناسند. چنار ایرانی زیرگونه ای از همین چنار خاوری است. چنار ایرانی در برابر آب و هوای گرم و خشک کشور ما مقاوم است. اگرچه که این چنار رشدی سریع و قامتی رعنا دارد، اما باید بپذیریم که هیچ مخلوقی بدون عیب نیست. چنار ایرانی نیز از این قاعده مستثنی نیست و از این رو، ما باید شرایط کاشت و مراقبت از آن را بدانیم. چنار برای پارک های بین راهی و بین شهری، کمربندی ها، جاده های بین شهری و بین روستایی بسیار مناسب است. اما همین درخت در اماکن بادگیر، معابر تنگ، پیاده روهای کم عرض، اماکن آموزشی و درمانی که محل تردد کودکان و زنان باردار هستند، مشکل ساز خواهد بود. این گونه گیاهی از آنجا که در برابر باد تاب آوری زیادی ندارد، ممکن است شاخه هایش بشکند و روی خانه یا ماشین مردم بیفتد. همچنین ریشه های سطحی آن موجب خرابی موزاییک های پیاده روها می شود. ورودی و خروجی شهر گرگان محل خوبی برای کاشت چنار بود. باید از چنارهای این مسیرها به خوبی مراقبت شود. همچنین جای دارد که دو یا سه ردیف چنار در این مسیر به وجود آید. علاوه بر این، باید یک جوی میانی بین آن ها وجود داشته باشد. چرا که برای این گونه بسیار حیاتی است. آموزش همگانی نیز یکی از ملزومات برای حفاظت از این درختان است. از این رو که حفاظت از آن ها وظیفه ملی همه ماست. هیچ جای دنیا مرسوم نیست که چناری چندصدساله را از بین ببرند. در حالی که چندی پیش در خیابان گلشهر چناری دویست ساله را به سادگی از بین بردند. ما نفس هایی که می کشیم را مدیون همین درختان هستیم و باید در حفظ آن ها کوشا باشیم. متأسفانه آموزش ما در این زمینه کم است و شهرداری ها باید در این مورد بهتر عمل کنند.

مطالبه گر کاشت چنار باشیم

وشنگ امیرلطیفی، پژوهشگر، مدرس سابق دانشگاه و مسئول سابق اجرایی سازمان منابع طبیعی که خود بانی کاشت تونل چنارهای ورودی و خروجی گرگان بوده

اگر مردم بدانند که این درختستان ها چه نقشی در حیات ما و در پایداری اکوسیستم کره زمین دارند، هرگز هیچ شاخه درختی را نمی شکنند. هرگز در پای درختان زباله ای نمی ریزند و آتشی روشن نمی کنند

• ۱۷۳۲۲۴۱۱۹۵

رسم بوده که شاعران، کتاب های خود را با نام و ستایش خداوند آغاز می کردند. در مدرسه هم می بینید که همیشه ابتدای کتاب سپاس و نیایش است. پهلوانان شاهنامه هم هر کاری را با یاد و ستایش خداوند آغاز می کنند و در پایان به سپاسگزاری و نیایش می پردازند. بیایید اینجا با هم در قرارهای گلشن مه‌ری، مانند پاییز پارسال، سپاس و نیایش آغاز مهر را بنویسیم و در پایان مهر و شروع آبان نگاهی به پرونده مهر بیاندازیم. کارها و هدف های خود را بنویسید و برای رسیدن به آن گام نخست را بردارد. به هر کدام که رسیدید از خود و خدا سپاسگزاری کنید. حالا در مرحله چندم تلاش خود هستید؟ ده نکته مثبت در مورد خود بنویسید و ادامه دهید! پیشنهاد ما برای مطالعه ماه مهر این است که با هم آغاز کتاب برخی شاعران و نویسندگان ایران را بخوانیم. مثلاً مولانا که می گوید: «بشنو از نی چون شکایت می کند؛» فردوسی: «به نام خداوند جان و خرد؛» گلستان سعدی: «منت خلای را عز و جل؛» بوستان سعدی: «به نام خداوند جان آفرین!» منتظر آثار شما در سپاس و ستایش هستیم.



آزاده حسینی



شمع‌های شیری



زینب (آذین) شهاب‌الدین

کار کلاسی با حرف «شین»
معلم وارد کلاس ششم می‌شود و نفس‌ها به مدت شش ثانیه در سینه محبوس می‌ماند. دانش‌آموزان با شهامت تمام، سعی خود را به کار می‌برند تا شلوار شتری رنگ خود را خیس نکنند. «سلام! من خانم شهلا شیلات معلم جدیدتون هستم». دانش‌آموزان سرتاپایش را برانداز می‌کنند و از فرم اداری شرابی رنگ فوق‌العاده شیک و شکیل او به وجد می‌آیند. سپس نام دانش‌آموزان را می‌خواند و جهت حضور و غیاب می‌کند. شیدا- شهلا- شیرین- شیم- شادی- شقایق- شیوا- شیدا- شیدا- شکوفه..... شانزده دقیقه بعد مادرشقایق که او را خاله شراره صدا می‌زدند با کیک تولد شکلاتی که با شاه توت تزیین شده بود، وارد کلاس شد و تولدی کوچک و به یاد ماندنی را برای دخترش شقایق ترتیب داد. پس از روشن کردن شمع های شیری رنگ، شقایق با تشویق دیگران مشتاق و خوشحال منتظر شمارش بقیه برای فوت کردن شمع بود: یک، دو، سه!

تولد شیدا



جام خورشید

کار کلاسی با حرف «شین»
یک روز زیبا تولد شیدا بود. شیدا خواهری به نام شیرین داشت و برادری به نام شایان. شیرین و شایان تصمیم گرفتند که شیدا را خوشحال کنند و برایش کادویی زیبا و خوشگل بخرند. از مادرشان اجازه گرفتند تا با هم بروند و از فروشگاه شیوا کادو بخرند. فروشگاه شیوا فقط ساعت شش و شش دقیقه باز است. مادرشان اجازه داد. شیرین ششصد و شصت و شش هزار تومان پول داشت و شایان شصت و شش هزار تومان. پول های خود را روی هم گذاشتند و

می دانم محبوب من اینجا
پشت همین اتاق‌ها
باز هم پنهان شده
سر به سرم می‌گذارد
تک خنده ای می‌کنم
کارش شیرین است
آری محبوبم از این عادات ناز دارد
بلند می‌شوم
صدایش می‌کنم
جانان؟ کجایی پس؟
به اتاق می‌روم
جانانم؟ شوخی جالبی نیست‌ها
به اتاق دیگر سر می‌زنم
جانان من که بی‌تو نمی‌توانم، باز هم شوخی‌های دلهره‌آور؟
همه‌جا را گشتم، پس‌او کجاست
به اطراف نگاه می‌کنم
پس، پس‌او کجاست؟
من می‌دانم
جانانم باید همین اطراف باشد
شک و ترس‌ها به قلبم هجوم می‌آورند
نکند او رفته؟
نکند جان‌جانانم مرا تنها گذاشته؟
می‌خندم
نه بابا او که از این رفتارها نداشت.
مادرم را می‌بینم که با گریه به سمت می‌آید
می‌گویم
چه شده؟ گریه چرا؟
اشک‌هایش بیشتر می‌شوند
می‌گویم
مادر؟ تو او را ندیدی؟ خانم را می‌گویم؟
گویا لب‌هایش به سکوت دوخته شده
بالاخره ص
بالاخره لب‌باز می‌کند
رفته!

باور نمی‌کنم
می‌خندم و با اشک می‌گویم نه! نه! دروغ می‌گویی
به اطراف نگاه می‌کنم
اما! اما حتی وسیله‌هایش، عکس‌هایش، هیچ‌کدام نیستند!
کم‌کم
همه چیز مثل آوار بر سرم فرود می‌آید
دست به دیوار می‌زنم
او، او واقعا رفته!



آرزو دارم



سیده زهرا علوی نژاد

آرزو دارم
آرزوی بوسه‌ای بر گیسوانت
آرزو دارم
نگاهی به چشمان پریشان
آرزو دارم
آرزوی شیرین دستانت
بوسه‌ای بر چشمانت
تمنا دارم
تمنای یک بوسه از تو
تمنا دارم زیبایی من
بوی زیبای موهای شب‌بو
آرزو و تمنا
همه تویی زیبای من
یار شیرینم
آغوش تو تعریف وطن

او رفته

چشمانم خیره به او
گویا تمام هستی با نبودش فرو خواهد ریخت
بیراه که نمی‌گویم
تمام هستی، بی‌او معنایی دارد؟
برای من که نه
اما اوی بی‌من
اوی بی‌من معنای هستی را در چه می‌بیند؟
تمام جان من در خنده‌های او خلاصه می‌شد.
حال
حال فقط سکوتی سنگین
سکوتی مرگبار میان ما
پلک می‌زنم
پس کجا رفت؟
اولین قطره‌ی اشک از چشمانم فرو می‌ریزد
او که اینجا بود
جان‌جانانم کجا رفت؟
نفس‌هایم سنگین
دستانم لرزان
چشم‌ها حیران
نگاهم این سو و آن سو
دیوارهای خانه فریاد می‌کشند
به خودت بیا! او رفته!
نه! دروغ است.



هدف

از زندگی چه می‌خواهیم؟ گلی، صبحی پر از امید. زندگی بدون هدف مانند راه رفتن در دل شب بدون نور است. هدف همانند قطب نما است. بدون هدف ممکن است به سمت های مختلفی برویم از مسیر اصلی دور شویم. اما تنها با یک هدف روشن میتوانیم به مقصد برسیم. اهورامزدا برای خلقت یکایک موجودات زنده هدفی مشخص کرده است. از جمله گیاهان و درختان که هدف آنان اکسیژن و تامین مواد غذایی است. حیوانات هم به اکوسیستم و نقش های مختلفی در زنجیره غذایی کمک می کنند. هر کدام از اشیا هم هدف خاصی انجام می دهند که اهورامزدا برای آنان قرار داده است. از مورچه که کوچک ترین حشره روی کره خاکی است تا سیارات و کهکشان ها، همه به اراده اهورامزدا در حرکت و جریان هستند. همه از نور هستی بخش او سرچشمه میگیرند. و اما انسان ها موجوداتی پیچیده و شگفت انگیز هستند با جنبه های متنوع روحی، جسمی و عاطفی. احساسات دارند. مانند سایر موجودات نیستند که به صورت غریزی و یا با یک هدف مشخص زندگی خود را طی کنند؛ بلکه اهورامزدا انسان را اشرف مخلوقات قرار داد و به آنها عقل داد که به عنوان دستگاه تفکر شناخته میشود و با استفاده از عقل خود میتواند درست را از غلط تشخیص دهد. استعدادهای خود را شکوفا کند. هدف زندگی خود را با استفاده از ابزارهای شناختی که اهورامزدا به او داده است، کشف کند. حقایق هستی را کشف کند و از همه مهم تر خود و اهورامزدا را بشناسد زیرا اهورامزدا ریشه در قلب و وجود انسان دارد. پس هر کسی میخواهد او را بشناسد اول باید خود را بشناسد. درون هر انسانی جهانی کشف نشده است. تو بهترین مخلوق دمیورژ هستی هیچوقت از خواسته و اهداف دست نکش برای هدفی که داری فقط نیاز به پشتکار داری انگیزه فقط برای مقدمه و شروع هدفت لازم است. همانند ادیسون که یکی از موفق ترین افراد جهان شد با اینکه او دچار مشکل شنوایی شد باز هم دست از تلاش برنداشت و پس از سال ها تلاش توانست اختراعاتی به نام خود ثبت کند. میخواهم این را بگویم که هرگز دست از تلاش برندار حتی اگر شکست خوردی زیرا شکست ها بخشی از فرایند یادگیری و موفقیت هستند. هرگز نباید از تلاش برای تحقق رویاهات دست بکشی!



خدا و حال می رسد. می بینیم که را کتابش به جای نام خدا که در آثار برخی از شاعران می بینیم، طور دیگری شروع می کند: بشنو از نی چون شکایت می کند از جدایی ها حکایت می کند از نیستان تا مرا ببریده اند در نفیرم مرد و زن نالیده اند»

شور و هیجان در شعرهایش موج می زند. آرامش و شتاب در شعرهایش به هم آمیخته اند. در بعضی نسخه ها نوشته شده: «بشنو از نی چون حکایت می کند؛ از این نی بشنو که چگونه از دوری و فراق سخت می گوید و از جدایی ها و روزگار دوری و هجران شکایت می کند. در این شعر، «نی» رمزی از وجود انسان است. درد و سوز نی هم حال و احوال انسان است. انسانی که از نیستان یعنی از عالم بالا، خاستگاه اصلی اش بریده و جدا شده و به این دنیا آمده است. از دیدگاه مولانا وقتی روح لطیف آدمی از مرتبه الهی به این جهان مادی هبوط می کند و فرود می آید، بسیار غمگین است و مشتاق بازگشت به سوی خداست.

مولوی بخوانیم

هشتم مهر در ایران به نام روز بزرگداشت مولوی ثبت شده است. او از مشهورترین شاعران زبان پارسی است. پس از دیدارش با شمس، به شناخت تازه ای از خود،



شد یک میلیون و سیصد و سی و دو هزار تومان. با این حال، ساعت شش و شش دقیقه به فروشگاه شیوا رفتند. مشغول تماشا و انتخاب کادو بودند که چشمشان به شاهزاده عروسکی افتاد. شاهزاده عروسکی شرابی رنگ بود و هشتصد هزار تومان قیمت داشت. شیرین و شایان آن شاهزاده را خریدند. پانصد و سی و دو تومان از پول هایشان ماند و تصمیم گرفتند گل بخرند. به گلفروشی شادی رفتند و شش شاخه گل با شبنم شیری خریدند که شاخه ای شصت هزار تومان بود. صدو هفتادو دو هزارتومان از پول هایشان باقی ماند. شیرین با خستگی گفت: «من که خیلی گشتمه بیا با باقی پولمان شکلات بخریم» و رفتند شش تا شکلات خریدند و خوردند و به خانه برگشتند و جشن تولدی شاد و شیرین گرفتند.

سفر شاه شیرو و ملکه شیرا به شیلی

کار کلاسی با حرف «شین»



مینا کوه کن

شاه شیرو و ملکه شیرا میخواستند به کشور شیلی بروند اما نمی دانستند چه باید با خود ببرند. پس از کارشناس پرسیدند؛ کارشناس گفت: مدارک (شماره شناسنامه) خوراکی(شکلات، شیرینی خامه و شله زرد) پوشاک: (شومیز، شلوار، شال و کت و شلوار) و لوازم شخصی مانند (شانه، شامپو، شمع و بالش) میتوانید همراه خود داشته باشید. شاه شیرو و ملکه شیرا از کارشناس تشکر کردند و راهی شیلی شدند. در مسیر به شهربازی رفتند و شیرینی خامه و شکلات خوردند. شاد و شنگول به مسیر خود که کشور شیلی بود ادامه دادند. ملکه شیرا آتقدر زیاد شیرینی و شکلات خورد که مریض شد دکتر گفت: «باید آزمایش شکم بدی!» بعد از آزمایش شکم، ملکه شیرا موهای شرابی خود را شانه زد و صورتش را آرایش کرد تا کمی آرامش گرفت. و راه سفر به شیلی را ادامه دادند تا به شرکت شیپور رسیدند. در شرکت شیپور فرش های ماشینی تولید میشد. فرش هایی به رنگ شرابی، شیری، شتری و مشکی». ملکه شیرا رو به شاه شیرو گفت: یک فرش رنگ شیری-شتری برای آشپزخانه بخریم. فرش شیری و شتری را از بخش فروشگاه شرکت خریدند و به سفرخود ادامه دادند.

در مسیر با شاعری شاد و خوشحال آشنا شدند که شاه شیرو گفت برای ملکه شیرا شعر بخواند. «چشمان مشکی تو ای ملکه شیرا! تاریکی شب را برایمان

به روشنایی روز تبدیل می کند!

همچون پروانه به دور شمع به دور تو می گردیم

ملکه شیرا!

شاید شاخه ها از شادی تو شکوفه می زنند!»

ملکه شیرا از شاعر تشکر کرد و گفت: «همیشه خوشبخت و شاد و شنگول باشید!»

شاه شیرو و ملکه شیرا وقتی به شیلی رسیدند، شب بود. فرش رنگ شیری و شتری را پهن کردند و شاپرک و شکوفه ها دور آنان حلقه زدند. شمع را روشن کردند و شام شیر ماهی خوردند.

دو اثر از سیده فاطیما عقیلی



ستارگان پراکنده

از شمردن ستارگان دست برمی دارد. همان کریستال های نقره ای که مدت ها یافتنشان در آسمان دشوار بود. هنوز هم نبض ها همنا با قلب کوچکش نواخته نمی شدند! و او سولاتی داشت که پاسخشان مبهم است! هر بار که در کنار مادرش می نشیند انگار مادر نگران است! انگار از آینده هراس دارد. و اضطراب در ژرفای وجودش بانگ سر می دهد. حق هم داشت! چطور به کودکش از بی رحمی موشک ها بگوید؟ چطور از خانه های ویرانی بگوید که کالبد انسان ها زیر آن خفته؟! او جز نوازش کودکش سخنی نداشت که برایش بگوید. در دنیای معصومانه و رویایی دخترکش جنگ مانند سنباده ای تیز بر روح لطیفش کشیده می شد.

ماجرای دانشجو

کار کلاسی با حرف «شین»

کلافه از درب خروجی دانشگاه گذشتم. و بی حوصله نگاهی گذران بهش انداختم «دانشگاه شیراز». پشت فرمان ماشین ششصد و شصت و شش میلیونی ام نشست. -دینگ

خب حالا شد ششصد و شصت و شانزده میلیونی! با اکراه نگاهی به جزوه های شیمی سلخته ام انداختم. که خود انیشتین هم نمی تونست حفظش کند! ناگهان شانا با جیغی فرابنفش وارد ماشین شد! -چی شده؟

-موش دیدم!

ابرویی بالا انداختم و با لحنی شماتت بار گفتم: «انگار شهرتون، رشت موش نداره؟»!!!

با سرعت شصت حرکت کردم و شادمان آهنگ می شنیدم:

باغچه خود را با کود خانگی، از زباله بسازید

نکات مهم در استفاده از مواد خانگی در پاییز

ترکیب متنوع: استفاده از ترکیب چند نوع مواد غذایی باقی مانده، تعادل بهتری در مواد مغذی خاک ایجاد می کند و گیاهان سالم تر خواهید داشت. مقدار مناسب: استفاده بیش از حد از برخی مواد مانند ضایعات ماهی یا تفاله قهوه ممکن است به گیاهان آسیب برساند بنابراین اندازه و مقدار را رعایت کنید. زمان بندی مناسب: پاییز بهترین زمان برای افزودن مواد مغذی است تا خاک آماده زمستان و رشد بهاره شود. توجه به سرعت تجزیه: پوست سبزیجات سریع تر تجزیه می شود، اما ضایعات ماهی یا پوست موز زمان بیشتری نیاز دارند تا مواد مغذی آزاد شود. رعایت بهداشت: هنگام دفن ضایعات، از دستکش استفاده کنید و مراقب باشید که بوی مواد جذب محیط نشود یا حشرات را جذب نکند.

مزایای استفاده از کود خانگی در پاییز

کاهش هزینه ها: با استفاده از مواد خانگی، نیاز به خرید کود شیمیایی کمتر می شود و می توانید با حداقل هزینه، خاکی غنی داشته باشید. سلامت گیاهان: خاک غنی باعث رشد سالم و مقاوم گیاهان می شود و کیفیت سبزیجات و گل ها افزایش می یابد. دوستدار محیط زیست: استفاده از مواد باقی مانده خانگی به کاهش زباله ها کمک می کند و باعث کاهش آلودگی محیطی می شود. روش آسان و در دسترس: مواد مورد نیاز تقریباً در هر خانه ای یافت می شوند و نیازی به تجهیزات خاص نیست.

سخن پایانی

استفاده از مواد غذایی باقی مانده در خانه به عنوان کود طبیعی، راهکاری ساده، اقتصادی و دوستدار محیط زیست برای آماده سازی خاک در پاییز و تقویت گیاهان در زمستان است. با کمی برنامه ریزی و خلاقیت، می توان باغچه ای سرسبز و سالم داشت و در عین حال هزینه ها و ضایعات غذایی را کاهش داد. این روش به خانواده ها اجازه می دهد بدون صرف هزینه زیاد، سلامت خاک و گیاهان را تضمین کنند و محیط زیست را نیز حفظ کنند.



روش های کاربردی استفاده از مواد خانگی

کمپوست سازی: این روش بهترین راه برای استفاده از مواد غذایی باقی مانده است. با جمع آوری پوست میوه ها، سبزیجات و تفاله قهوه، می توان «کمپوست خانگی» تولید کرد. کمپوست پس از تجزیه خاک را غنی می کند و رشد ریشه ها را تقویت می نماید. استفاده از کمپوست در پاییز باعث می شود خاک تا بهار مواد مغذی کافی داشته باشد. استفاده مستقیم در خاک: برخی مواد مانند پوست موز و ضایعات ماهی را می توان مستقیم در خاک دفن کرد تا مواد مغذی به تدریج آزاد شوند. برای بهترین نتیجه، این مواد را کمی زیر خاک قرار دهید تا از دسترسی حیوانات خانگی و پرندگان محفوظ بماند و تجزیه یکنواخت داشته باشد. تهیه کود مایع: با مخلوط کردن تفاله قهوه یا سایر مواد غذایی با آب می توان کود مایع خانگی تهیه کرد. این کود را می توان هفتگی به گیاهان داد و رشد سریع تر و سبزی بیشتری را تضمین کرد. کود مایع برای گیاهان گل دانی و سبزیجات خانگی در پاییز بسیار مفید است و استفاده از آن راحت و بدون دردسر است.

کمک می کند، به ویژه در شرایط سرد و خشک پاییزی. روش استفاده: پوست موز را خرد کرده و به خاک اضافه کنید یا مستقیم دفن کنید تا مواد مغذی به تدریج آزاد شوند. **تفاله قهوه:** تفاله قهوه سرشار از نیترژن است و رشد سبز گیاهان را افزایش می دهد. روش استفاده: تفاله قهوه را خشک کرده و به خاک اضافه کنید یا با آب مخلوط کرده و کود مایع تهیه کنید. این کود برای گیاهان گل دانی و باغچه های کوچک بسیار مناسب است و می تواند در طول پاییز استفاده شود. **پوست سبزیجات:** پوست سبزیجات مانند هویج، سیب زمینی و کدو حلوانی سریعاً تجزیه شده و مواد معدنی ارزشمندی را به خاک اضافه می کنند. روش استفاده: پوست ها را مستقیم در خاک دفن کنید یا در کمپوست خانگی قرار دهید تا خاک برای زمستان غنی شود. **ضایعات ماهی:** استخوان ها و پوست ماهی حاوی فسفر و نیترژن هستند که برای رشد گیاهان مفیدند. روش استفاده: ضایعات ماهی را در خاک دفن کنید تا به تدریج مواد مغذی خود را آزاد کنند و خاک را برای زمستان آماده کنند.

با شروع پاییز و آماده شدن باغچه ها برای فصل سرد، بسیاری از خانواده ها به دنبال روش هایی هستند تا خاک و گیاهان خود را تقویت کنند و آن ها را برای زمستان آماده کنند. استفاده از مواد غذایی باقی مانده در خانه، مانند پوست میوه ها، سبزیجات و تفاله قهوه، می تواند جایگزین مناسبی برای کودهای شیمیایی باشد. این روش نه تنها هزینه ها را کاهش می دهد، بلکه خاک را غنی کرده و گیاهان را سالم و مقاوم نگه می دارد. به گزارش ایرنا زندگی، کم کم با آمدن بوی پاییز، زمان آن رسیده تا باغچه ها و گیاهان خانگی خود را برای فصل سرد سال آماده کنید. آیا می دانستید که بسیاری از مواد غذایی که روزانه در آشپزخانه دور ریخته می شوند، می توانند نقش یک کود طبیعی و پرقدرت را ایفا کنند؟ بر اساس مقاله ای منتشر شده در وبسایت Dagens.com، پوست میوه ها، سبزیجات و حتی تفاله قهوه می توانند خاک را غنی کرده و رشد گیاهان را در فصل سرد تقویت کنند. این روش ساده و اقتصادی، هم هزینه های شما را کاهش می دهد و هم محیط زیست را محافظت می کند. اهمیت استفاده از مواد خانگی به عنوان کود در پاییز استفاده از مواد غذایی باقی مانده برای تقویت خاک در فصل پاییز اهمیت زیادی دارد، زیرا خاک در این فصل آماده است تا مواد مغذی مورد نیاز گیاهان برای زمستان و رشد بهاره را جذب کند. مزایای استفاده از مواد خانگی در پاییز عبارتند از: صرفه جویی در هزینه ها: دیگر نیازی به خرید کودهای شیمیایی گران قیمت نیست. حفظ محیط زیست: کاهش ضایعات غذایی و جلوگیری از آلودگی خاک با مواد شیمیایی. تقویت گیاهان: مواد خانگی حاوی عناصر مهمی مانند نیترژن، فسفر و پتاسیم هستند که برای رشد سالم گیاهان حیاتی اند. با استفاده از این روش، خاک باغچه برای فصل سرد آماده می شود و گیاهان در زمستان سالم باقی می مانند و در بهار رشد بهتری خواهند داشت.

مواد خانگی مناسب برای کوددهی

پوست موز: پوست موز منبع غنی پتاسیم و فسفر است و به تقویت ریشه ها و افزایش مقاومت گیاهان

رئیس اداره پنبه جهاد کشاورزی گلستان از کاهش ۳۰ درصدی کشت پنبه نسبت به سال گذشته در استان خبر داد و گفت: برداشت امسال بین ۱۵ تا ۱۶ هزار تن پیش بینی می شود. به گزارش روابط عمومی، علی موسی خانی با بیان اینکه امسال هشت هزار و ۶۰۰ هکتار از سطح اراضی استان به کشت پنبه اختصاص یافته است، گفت: برای تحویل این میزان محصول، ۶ کارخانه پنبه پاک کنی در سطح استان فعالیت می کنند. وی افزود: قیمت خرید تضمینی پنبه امسال ۴۴ هزار تومان بود، اما در ابتدا پنبه با قیمت ۶۰ هزار تومان خریداری می شد و در حال حاضر این رقم به ۵۵ هزار تومان کاهش یافته است. رئیس اداره پنبه گلستان درباره روند برداشت پنبه، گفت: برداشت پنبه در استان طی سه مرحله انجام می شود و هم اکنون در مرحله چین اول قرار داریم که بین ۱۵ تا ۲۰ درصد محصول برداشت شده است. موسی خانی اظهار کرد: امسال میزان برداشت پنبه در استان بین ۱۵ تا ۱۶ هزار تن خواهد بود. وی همچنین افزود: سال گذشته ۱۲ هزار و ۵۰۰ هکتار پنبه کشت شده بود که از آن ۲۱ هزار تن و ش برداشت شد. این آمار نشان دهنده کاهش سطح کشت نسبت به سال گذشته است.

کاهش سطح کشت پنبه در گلستان



خروج مرغ از گلستان تا تأمین کامل بازار ممنوع شد



معاون هماهنگی امور اقتصادی استانداری گلستان از ممنوعیت خروج مرغ از استان تا زمان تأمین نیاز داخلی خبر داد و خواستار شفاف سازی و کنترل دقیق بازار شد. به گزارش روابط عمومی، عبدالعلی کیانمهر، در جلسه ای که به منظور تنظیم بازار استان گلستان برگزار شد از وضعیت مطلوب ذخایر کالاهای اساسی در استان خبر داد و بر لزوم تشدید نظارت ها بر بازار و مقابله جدی با تخلفات تأکید کرد. وی در این جلسه با اشاره به اهمیت حفظ تعادل در عرضه و تقاضا، افزود: نظارت های دقیق و مستمر بر انبارهای کالا، جلوگیری از احتکار و برخورد قاطع با تخلفات بازار، ضروری است تا هیچگونه کمبودی در عرضه کالاهای اساسی به ویژه مرغ و نهاده ها به وجود نیاید. کیانمهر در ادامه، با انتقاد از برخی تخلفات صورت گرفته در زمینه کشتارگاه ها و مرغداری ها، اظهار کرد: هیچ گونه مجوزی برای خروج مرغ از استان تا زمان تأمین کامل نیاز داخلی صادر نخواهد شد. وی همچنین تأکید کرد: دستگاه های نظارتی موظف اند با هرگونه جعل آمار تولید و فروش نهاده های دولتی در بازار آزاد به شدت برخورد کنند. کیانمهر اظهار کرد: برای اطمینان از شفافیت بیشتر و حفظ آرامش بازار، تیم های مشترک نظارتی به صورت دوره ای وضعیت مرغداری ها و مصرف نهاده ها را مورد بررسی قرار خواهند داد.