

مسیرهای دوچرخه سواری و وظیفه ما



عباسعلی سباهی یونس‌ی شاعر و روزنامه‌نگار

در چند سال اخیر بیش از هر زمانی ذهنم درگیر موضوع دوچرخه و دوچرخه سواری در شهر شده است. یادم می آید تا چند سال قبل، فکرمی کردم اگر فصلی برای دوچرخه سواری مناسب باشد، فصل بهار و بخشی از فصل پاییز است

که هوانه یاد گرم است و نه سردی آن آزار دهنده است، اما بعد از مدتی به اینجای رسیدم که دیگر برای دوچرخه سواری دنبال فصل و روز مناسب نگردم. این تفکر باعث شد حتی در روزهای سرد و یخ‌زدان سال های برقی مشهدودر روزهایی که شهر بی نهایت گرم شده بود، باز هم بادوچرخه در شهر رفت و آمد کنم. رکاب زنی ده روزه ام از قم تا مشهد آن هم در مرداد سال قبل و در گرمای شدید، بیش از فیض کمک کرد تا اجرای روز خوب و ساعت مناسب برای دوچرخه سواری را فراموش کنم، هر چند می دانم که بهار یکی از فصل های خوب برای دوچرخه سواری است و باید از آن استفاده کرد و این چیزی است که این روزها در خیابان های مشهد شاهدش هستیم. شهروندان زیادی را می بینم که به جای به کارگیری خودروی شخصی، از دوچرخه استفاده می کنند که پاک ترین وسیله نقلیه است. دیدن شهروندان دوچرخه سوار، بیش از هر چیزی حال را خوب می کند، زیرا در این سال ها دریافت ام که دوچرخه سواری یعنی حال خوب، یعنی استفاده نکردن از بنزین، آلوده نکردن شهر، کم کردن استهلاک ماشین، سهجند آشتن در ایجاد ترافیک و ده ها منفعت دیگر که شاید بازگو کردن آن ها خارج از حوصله این نوشته باشد، با این همه نمی توانم از کنار رفتارهای نادرست شهروندانی که دوچرخه سوار نمی شوند و حتی بعضی از آن هایی که دوچرخه سوار می شوند، بگذرم. نمونه خیلی ابتدایی آن، راه بردن هایی است که در مسیر دوچرخه شاهدش هستیم، از پارک ماشین ها گرفته تا موتورسیکلت ها و عابران پیاده که باعث می شوند

الف، لام، میم؛ معلم ششم

غلامرضایی اسدی

صدایت هنوز- پس از سال های پر شمار- تاب ترین و امیدبخش ترین صداست و کلاست. برهان قاطع حقیقت به احترام برمی خیزم شنیدن صدایت را معلم کلاس اولم آموزگار آلفای زندگی! دوست به سینه می گذارم به پاس «بابا آب ده ای، که آموختی ام و امروز مرا به معرفت شآن بابا و آب رسانده است. چقدر تشنه ام صدایت را معلم کلاس دومم، وقتی فراتر از درس رسمی، رسم درس آموختن معرفت و عاشق شدن و ایمان را به ما تعلیم می کردی! هنوز صدایت در جانم جاری است و جهانی تازه می سازد که از علی^(ع) می گفتی و از لیلِه المیبت که مولا جانش را به مسلخ آورد تا جان جهان رسول...^(ص) که سلامت ببرد و به سلام خدا، جهان را به زدودن از جهالت برانگیزد. تـواز لیلِه المیبت گفـتی و من امروز در بامداد لیلِه القدر از تو می گویم و از علی^(ع) که نام از او داشتی و مرا مـنیز، معلم کلاس سومم! درس های انقلاب که به جای «تعلیمات اجتماعی» بر این می خواندی،

هنوز در دفتر خاطر اتم پر رنگ مانده است و نقاشی تصویر اام که پرچم کلاس ما بود، یادگاری ارزشمندی است از کلاس تو. همیشه یادم هست درس های کلاس چهارم و تویی که مادرانه تعلیم را با تربیت دو بال می کردی برای پرواز ما و صداقت، رفاقت و معرفت، درس های کلاس پنجم توبود که ما را جمعه هم به مکتب می آورد.

درس تو معلم، زمزمه محبت بود و هنوز- پس از چهار دهه- وقتی از محبت می نویسم، چهره تو معلم عزیز در جانم جامی گیرد. مهر، محبت، معرفت، مردانگی و... همه از جنس میم توست. میم، معلم و یگدار به الف قامت که در پیروی هم سرونشان است. در دوبرستم و به لایبی که در برابر همه باطل گذاشتی، تعظیم کنم در شکوه حروف مقطعه الم، الف، لام، میم؛ معلم و به آواز بلند بگویم من همه ز بیایی های زندگی ام را همین منت تویم. معلم از اول ابتدایی تا امروز تا هر روزی که خدا روزی کند زندگی را، باز مدیون تویم که دینم را چنان تحریر کردی که به احرار عالم، ادای دین کنم. امروز اگر از قدر می نویسم و مولا علی، رویش گل هایی است که تو بذرش را در قلم نهادی، با احترام دست هایت را می بوسم ای معلم!

چند نکته

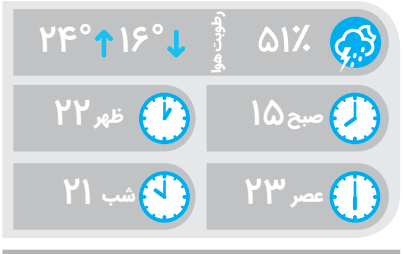
- **با این حال، باید بدانیم این واژه ها خیلی زی یاد نیست.**
- **تا جایی که ممکن است معنا و مفهوم جمله مشخص است، باید از مفرد و جمع اصلی آن استفاده کرد مانند: «دزد با سلاح به بانک حمله کرد.» یا «جواهر به سرقت رفته به صاحبش بازگردانده شد.»**
- **اما ظاهراً برای برخی واژه ها مانند: طلبه، عملیات و انتخابات در فارسی به صورت جمع در معنای مفرد به کار می رود و جا افتاده است.**

#زین_قند_یارسبی

حدیث روز

نصیحت پذیر از رسوایی ایمن خواهد ماند.

امام علی^ع



اذان ظهر ۱۲:۲۸:۳۰ نیمه شب شرعی ۲۳:۴۱:۰۸
غروب آفتاب ۱۹:۱۹:۵۹ اذان صبح فردا ۰۴:۰۰:۵۳
اذان مغرب ۱۹:۳۹:۳۲ طلوع آفتاب فردا ۰۵:۳۵:۵۷

تجرب

شاید دغدغه مهم ما این باشد که شب های قدر را که سرنوشت یک ساله انسان در آن مقدر می شود، چگونه بگذرانیم مخصوصاً که حیالشب زنده داری در این شب های عزیز از مستحبات است. تصاحب چه کنیم و چه بگوییم؟ بزرگان ما چه می کردند؟ سیره عالمان دین در این شب ها چه بوده است؟ آیا فقط باید دعا کرد و نماز خواند؟ کار دیگری هم می شود کرد؟ جالب است بدانیم مذاکره علمی و یادگیری احکام و علوم اسلامی و مطالعه کتاب های علمی و دینی از بافضیلت ترین اعمال شب قدر است که در سیره عالمان دین و فقهای شیعه فراوان دیده شده است. از این رو برای بهره گیری بیشتر از شب های قدر این سه گانه را حتما بخوانیم.

۱- قرآن کریم

قرآن کتاب زندگی است. کتابی است از جانب خدا برای انسان سازی و اینکه انسان چگونه باید در دنیای مادی، زندگی خود را تنظیم کند و پیش برود و رعین تنظیم امور ماده زندگی خود، چگونه زندگی اش را رنگ خدایی بزند و هم دنیای خود را بر اساس فطرت خویش و خواست خدا آباد کند و هم آخرت خود را قرین رضایت پروردگار عالم سازد. با این منطق شب قدر، قرآن کریم را با نگاه خودسازی و تنظیم زندگی فردی، خانوادگی و اجتماعی و بهره گیری از دستورهای نورانی اش برای زندگی بهتر و سعادت دنیا و آخرت بخوانیم.

۲- نهج البلاغه

رابطه نهج البلاغه با قرآن، رابطه ای تنگاتنگ و نزدیک است و از همین رو نهج البلاغه را برادر قرآن (اخ القرآن)، نامیده اند. نهج البلاغه کلمات بلند امیر المومنین علی^(ع)

روزنامه شهر امید و زندگی



ميثاق نامه اخلاق حرفه ای

سه گانه ای برای خواندن در شب های قدر



علی اکبر سبزیان مدیرکل نهاد کتابخانه های عمومی خراسان رضوی

باسه موضوع اصلی است؛ ۱- اعتقادات که علی^(ع) آن را با یک بینش و ذوق معنوی و عرفانی بیان کرده است ۲- مسائل اجتماعی و سیاسی مربوط به زمان خود، کل جامعه و کل تاریخ ۳- اخلاق، سبک زندگی و تربیت نفس و تزکیه انسان این کتاب برای هر نوع سلیقه، سواد و جایگاه، مطالب مفید و معارف بلندی دارد. توصیه می کنم در شب های قدر برای انس بیشتر با این کتاب ارزشمند، کلمات قصار آن را که بسیار کوتاه، گویا، شیرین و زندگی ساز است، حتما بخوانید.

۳- صحیفه سجاده

این کتاب شریف، دومین کتاب تدوین شده در صدر اسلام است و از نظر اهمیت، بعد از قرآن کریم و نهج البلاغه قرار دارد و «اخت القرآن»، «زبور آل محمد، و «انجیل اهل بیت، لقب گرفته و در لباس دعا، معارف اسلامی، مفاهیم اخلاقی و سبک زندگی را بیان کرده است. صحیفه سجاده یه درس حکمت، عبرت و راهنمای زندگی سعادتمندان است و شامل ناله های عاشقانه «انسان ساز، و جامعه ساز، است. اگر فرصت خواندن همه دعاها ی این کتاب ارزشمند را پیدا نکردید، حتما دعاها ی یکم، هفتم، دوازدهم و بیستم آن را در این شب ها بخوانید. حرف آخر اینکه این روزها به شدت به روشنگری راه، طوفان فکری برای پیدا کردن مسیر و تغییر ادبیات نیایش برای رسیدن به محبوب هستی نیازمندیم. خواندن این سه گانه در شب های قدر و تدبیر در آن هاو عمل به آن ها تا پایان مسیر زندگی، برپمان راهگشا و روشنگر است. ان شاء الله...

هنر مبارزه با سرطان

درباره بیماری سخت و کارهایی که چهره های سرشناس برای آگاهی سازی در این زمینه انجام می دهند

محبوبه عظیم زاده

سوز و غم

سرطان، وقتی نامش هم به زبان می آید و آوای حرف هایش در گوش آدم طنین انداز می شود، حس ناخوشایندی به انسان دست می دهد، حسی شبیه به یک قدرت جبری ترسناک و پرنفوذ که مثل یک عقرب، چنگ می اندازد به جسم آدم و آن قدر این جسم تحیف را در خود می فشارد تا ذره ذره امکان حیاتش را ببلعد و به کام خود بکشد. در خوش بینانه ترین حالت، یک دوئل پیش می آید، یک جنگ تبه تن با یک حریف قدر که اگر او یک مشت حواله آدم می کند، طرفش هم بیکار نمی نشیند و تمام زور و قوایش را متمرکز می کند تا او هم به جوابی درخور، ضربتی نتاش کند.

انواع و اقسام داروها که مقدار و دوز آن در دوره های زمانی مختلف تغییر می کند، شیمی درمانی ها و به خاک افتادن موهایی که تا همین چند وقت پیش، پر پشت و بوز و بیایی شگفت آوری را به صاحب چهره اش می بخشید، همه و همه از عوارض دست و پنجه نرم کردن با سرطان است که شاید هیچ کس مثل کسی که با این بیماری گلاویز است، نتواند به عمق آن بی ببرد. انی بویر، یکی از جستار نویسان موفق آمریکایی، در مقاله ای که وب سایت تازه ده علوم انسانی آن را ترجمه کرده، در جایی در باره تجربه اش از رویارویی با یک سرطان بدخیم نوشته است و می گوید: «هیچ بیمار سرطانی ای، حتی اگر کاملاً بهبود یابد، دیگر به همان آدم قبلی تبدیل نمی شود. سایه مرگ و رنج بی حساب درمان، او را خرد می کند و از نوعی می سازد. کسی می شود که انگار دوباره متولد شده است؛ البته اگر جان به در ببرد...» این، همان دلیلی است که بیشتر از هر چیزی ضرورت رفتار درست با بیماران سرطانی را آشکار می کند و از آن

مهم تر، ضرورت ایجاد یک فضای توام با آرامش و جدای از هر گونه تشویش و اضطراب، به خصوص اگر این میان پای کودکان در میان باشد، کودکانی که دوست داریم چهره آن ها را همیشه بشاش و سر زنده ببینیم یا سرگرم بازی و لذت بردن از تک تک لحظات دوران کودکی شان، اما دست بر قضا سرطان، کاری می کند ک تمام این بدیهیات و حقوق و تنبیل شود به رؤیاهایی که شاید در آینده به آن ها برسند، رؤیاهایی که گذر از این بیماری و رنج آن محققش می کنند و



ميثاق نامه اخلاق حرفه ای

بیزنس تایمز

روزنامه بیزنس تایمز انگلیس در مطلب اصلی صفحه نخست خود، از اقدامات قانونی کمپسیون اروپا علیه شرکت آسترانکا به دلیل تحقق نیافتن وعده آن ها درباره تولید انبوه واکسن برای اروپا و ارتباطات آن ها با واحدهای نظارتی آمریکا نوشته است. در این مطلب آمده است: «پاسکال سوریوت، مدیر اجرایی آسترانکا، با رد این اتهام ها، دفاع پرشوری از فعالیت های این شرکت را آغاز کرده است.»

واشنگتن پست

این روزنامه آمریکایی در مطلبی با تیتر «نزاع بر سر سر حق انحصار واکسن کرونا»، به اختلاف نظر ها در کاخ سفید درباره چگونگی واکسیناسیون کشورهای جهان پرداخته است. واشنگتن پست گزارش می دهد که «بسیاری از فعالان و ترقی خواهان کاخ سفید، طرفدار لغو حق انحصار شرکت ها برای واکسن های کرونا هستند تا از این طریق، کشورهای درحال توسعه نیز بتوانند واکسن را تولید کنند.»

ایندپیندنت

این روزنامه بریتانیایی در مطلب اصلی خود از انتقاد به نتیجه مذاکرات پسارگزیت درباره «دسترسی صنعت این کشور به آب های دریای نروژ» نوشته است. ایندپیندنت می نویسد: «سقوط مذاکرات پسارگزیت درباره دسترسی به دریاهای نروژ، با پایان صنعت ماهیگیری در آب های دور انگلیس پس از صدها سال بود. با این اتفاق، صدها ماهیگیر و خدمه کشتی که به امید نتیجه مثبت مذاکرات بودند، حالا بیکار خواهند شد.

نشنال پست

آمار مبتلایان به کرونا در موج سوم این همه گیری در کانادا نشان می دهد که جوانان بیشتر در معرض خطر هستند. در همین زمینه روزنامه کانادایی نشنال پست در مطلبی با تیتر «معمای کرونای جوانان» نوشته است: «در موج سوم، جوانان سالم نسبت به دیگر مردم، زودتر به کرونا مبتلا می شوند و در مدت کوتاهی بیماری شان وخیم می شود، اما دلیل این اتفاق هنوز مشخص نیست.»

مجله عصر مژگر هجده شصت

برای خواندن مجله عصر شهر آرا کد را اسکن کنید



- روزنامه فرهنگی- اجتماعی- اطلاع رسانی
- صاحب امتیاز: شهرداری مشهد
- مدیر مسئول: سید هادی فیاضی
- سردبیر: آرزو زنگ جاتمی
- نشانی: میدان شهدا
- دبیر مرکزی: ۰۵ - ۳۷۲۸۸۸۸۱
- نمابر: ۰۳۷۲۳۸۱۰
- روابط عمومی: ۰۳۷۴۴۳۱۰
- شماره چاپ: ۷۲۸۹
- چاپ: شهر چاپ خراسان

