

امیرالمؤمنین امام علی علیه السلام:
قرآن را بفهمید، که آن بهار دل‌هاست
و از نور آن شفا جوید.
تحف العقول / ۱۵۰



شهادت

مولای متقیان

حضرت امام علی علیه السلام

تسلیت باد

۵ فرزند کعبه: حضرت امام علی علیه السلام

۵ مثل بابا

۴ مسجد جمکران

۲ بهترین ساعات برای اهدای خون در ماه مبارک رمضان

۳ چرا باید فرزندان را کمی آزاد بگذارید

ارتقای مهارت اجتماعی کودک با انجام بازی‌های گروهی



این روان‌شناس تربیتی در پایان گفت: کودک را به تشویق به بازی و انجام فعالیت‌های گروهی در جمع دوستان و هم‌سالانش کنید، زیرا این کار باعث افزایش اعتماد به نفس و تقویت روحیه همکاری همچنین افزایش مهارت‌های اجتماعی او می‌شود.
منبع: باشگاه خبرنگاران جوان

شرکت در جمع دوستان و بازی با همسالان، یکی از راه‌های ارتقای مهارت اجتماعی کودک است.

فرید منادی روان‌شناس تربیتی اظهار داشت: افراد باید از زمان کودکی با مهارت‌های اجتماعی و شیوه برقراری ارتباط با دیگران آشنا شوند و اگر چنین نشود در دوره بزرگسالی با مشکلات بیشتری روبه‌رو خواهند شد.

وی در ادامه تأکید کرد: انجام بازی‌ها و فعالیت‌های متناسب با جامعه و مناسب سن کودک در منزل موجب می‌شود تا هنگام ورود به مدرسه و یا محیط‌های جدید با حجم اطلاعات وسیع و ناشناخته روبه‌رو نشود و بدون ترس و فشار محیط، به کار خود ادامه دهد.

منادی گفت: کودک را تشویق به ورزش کردن برای داشتن اندامی سالم و متناسب و حفظ آراستگی ظاهریش کنید، زیرا گاهی بچه‌هایی که اندامی خیلی لاغر، چاق، کوتاه قد دارند و یا از نظر پوشش و آرایش ظاهری وضعیت مناسبی ندارند، از سوی دیگر کودکان مورد تمسخر قرار می‌گیرند.

بهترین ساعات برای اهدای خون در ماه مبارک رمضان



این شعار را احتمالاً شما هم بارها شنیده‌اید: «اهدای خون، اهدای زندگی»؛ این شعار از آن دست شعارهایی است که هیچ وقت کهنه نمی‌شود، چرا که هر روز و هر شب انسان‌هایی در این کره خاکی هستند که بر تخت بیمارستان آرام گرفته‌اند و زل زده‌اند به قطره خونی که ما اهدا کرده‌ایم، خونی که حالا در رگ‌های او سرازیر می‌شود تا زردی رخسارش را طراوتی دیگر بخشد.
در ماه مبارک رمضان، طبیعتاً روزه‌داری و خستگی کار و تحمل تشنگی و ضعف از نخوردن و نیاشامیدن، شاید باعث شود تا بسیاری از مردم ترجیح دهند که اهدای خون را بگذرانند برای بعد از این ایام؛ اما واقعیت این است که در این ماه، ذخیره و بانک خون کشورافت به شدت محسوس می‌کند و این نیاز بیش از پیش وجود دارد که ما به کمک هموطنان مان بشتابیم.
بر اساس اعلام سازمان انتقال خون ایران، مراکز اهدای خون در ماه مبارک رمضان آماده خون‌گیری از روزه‌داران هستند. فراموش نکنیم که در کنار همه عبادات رضوانی، نجات جان بیماران نیازمند هم در جزو برنامه و تکالیف الهی و انسانی ماست.
اگر شما هم قصد دارید که در این کار خیر در ماه پربرکت رمضان سهمی داشته باشید، این موضوع را هم به خاطر داشته باشید که بعد از افطار یا ۶ ساعت بعد از خوردن سحری، بهترین زمان برای اهدای خون است.

آزادی، افزایش خلاقیت و استقلال را در پی دارد

نفس در او می‌شود.

وی در ادامه افزود: داشتن استقلال کودک موجب می‌شود تا در برخورد با موقعیت‌های جدید، آمادگی استفاده از شیوه‌های مناسب برای انجام عکس‌العمل متناسب در وجودش افزایش یابد که البته تشویق والدین در این امر نیز بسیار مهم است.
توکلیان تصریح کرد: قاطعیت والدین در برخورد با آزادی‌های فرزند مهم است، چرا که به منزله یک پیام برای درک چیزهای قابل پذیرش و نادرست به کودک است.



این روان‌شناس در پایان گفت: اگر والدین در برخورد با آزادی‌های کودک خود تردید نشان دهند، به طوری که یک بار رفتاری را بپذیرند و بار دیگر آن را رد کنند، در این صورت او در موقعیت سرگردانی قرار می‌گیرد و در نتیجه رفتار مشخصی به عنوان عمل پسندیده و ناپسند نخواهد داشت و دچار اضطراب می‌شود.

فرید توکلیان روان‌شناس و مشاور کودک در گفتگو با باشگاه خبرنگاران جوان، اظهار داشت: آزادی دادن به کودک در حد متعارف باعث ایجاد روحیه استقلال‌طلبانه، کنجکاوی و در نتیجه تلاش و کوشش در تسلط بر محیط و افزایش اعتماد به

رازهایی که برای شاد کردن همسر خود باید بدانید



با انجام کارهای کوچک ولی مهم می‌توانید همسر خود را خوشحال کنید و صمیمیت میان شما نیز بیشتر شود.
ابراهیم غفاری حق روان‌شناس و مشاور در گفت‌وگو با باشگاه خبرنگاران جوان اظهار داشت: برای شاد کردن همسر نیازی به صرف هزینه‌های زیاد نیست، بلکه با استفاده از چند روش ساده می‌توانید او را حتی بیشتر خوشحال کنید و خستگی کارهای روزانه را از وی دور کنید.

وی در ادامه افزود: سعی کنید همیشه حتی زمانی که همسرتان بر اثر خستگی کارهای روزانه خسته و بی‌حوصله است، با خوش‌رویی و لبخند با او برخورد نمایید و در مورد اتفاقات روزانه با او صحبت کنید.

غفاری حق تأکید کرد: با خرید حتی یک شاخه گل و تقدیم آن به همسر خود، به او نشان دهید که قدرتان زحمات وی در منزل و رسیدگی به امور فرزندان هستید.

وی تصریح کرد: احساسات و علائق خود را خصوصاً زمانی که دچار اختلاف با همسرتان می‌شوید، بر روی کاغذی نوشته و آن را در کیف یا جایی که متوجه شود، قرار دهید تا بخواند. این روان‌شناس در پایان بیان کرد: همسرتان را تشویق کنید؛ تا استعدادهای وی شکوفا شود و همچنین زمانی که اختلافی میان شما به وجود می‌آید، اگرچه مقصر شما هم نباشید؛ اما برای گذشت و آشتی پیش قدم شوید.

چگونه دوست‌یابی کودک را تقویت کنید؟

انجام فعالیت‌های فوق برنامه خارج از منزل برای کودک، باعث ارتباط بیشتر او با همسالان خود می‌شود.
خانم شیوا وکیلی روان‌شناس تربیتی بیان کرد: آموزش دوست‌یابی و برقراری روابط اجتماعی یکی از بزرگ‌ترین مهارت‌های زندگی است که باید از زمان کودکی به فرد آموزش داده شود.



وی در ادامه افزود: تشویق کودک به شرکت در فعالیت‌های گروهی و بازی با دوستانش

در مدرسه، مهد کودک و پارک موجب شده تا روحیه همکاری در او تقویت شود و هرگز وی را به صورت مداوم ملزم به ماندن در خانه و انجام تکالیف مدرسه نکنید.

خانم وکیلی تصریح کرد: اگر کودکی از شرکت در فعالیت و اجتماعات گروهی دوری می‌کند، هرگز او را وادار به انجام این کار نکنید، بلکه به تدریج از طریق بازی کردن و ایفای نقش‌های گوناگون او را برای حضور در جمع آماده کنید و ابتدا این کار را از گروه‌های کم جمعیت ۲ و ۳ نفره آغاز کنید.

این روان‌شناس تربیتی در پایان مطرح کرد: کودک را به صحبت کردن با دوستان خود تشویق کنید و بهتر است در تمام مراحل و لحظات کنار وی حضور نداشته باشید تا شما همیشه برای او به عنوان یک دلگرمی و منبع قدرت به حساب نیایید.

منبع: باشگاه خبرنگاران جوان

چرا باید فرزندان را کمی آزاد بگذارید

حال اقتضات زندگی امروز را هم باید در نظر گرفت و جایگزین‌هایی مثل پارک، باشگاه ورزشی و... را برای فعالیت‌های کودک فراهم کرد.

به جای امر و نهی کردن به فرزندان، الگوهای رفتاری را به او آموزش دهید، خودتان به این الگوها پایبند باشید و هر جا فرزندان از مسیر خارج شد، با تذکر دادن او را به مسیر برگردانید. محدود کردن پی در پی کودک و سرزنش و تحقیر او، باعث آسیب‌هایی می‌شود که در ادامه می‌خوانید:

دستوراتی که هر روز به فرزندان می‌دهید و «بکن، نکن»‌هایی که به او می‌گویید، می‌تواند فرزند شما را سرکش و کنترل‌نشده یا گوشه‌گیر و منزوی بار بیاورد. وقتی همه آزادی‌های او را در خانه می‌گیرید، وقتی اجازه نمی‌دهید به اقتضای سنش بازی و کنجکاو کند، فرزندش خواهد داشت که مطابق نیازهای رشدی‌اش بزرگ نشده و مهارت‌های کافی کسب نکرده است. البته منظورمان این نیست که فرزندان را کاملاً آزاد بگذارید تا رفتارهای تخریب‌گرانه یا آزاردهنده داشته باشد. به هر



نشان دادن این که من هم می‌توانم کاری که دوست دارم بکنم، در هر کاری ساز مخالف با شما را خواهد زد.

■ **در میهمانی‌ها غیر قابل کنترل می‌شود:** چرا که اجازه حرکت، بازی و کودکی کردن در خانه برایش فراهم نیست و به محض این که از جغرافیای تحت کنترل شما خارج می‌شود و به جایی می‌رود که امکان نظارت کمتری بر او دارید، شروع به جولان دادن می‌کند.

■ **افسرده می‌شود:** کودکی که مدام با سخت‌گیری و نه شنیدن از والدین رو به رو بوده، گاهی به جای رفتارهای مقابله‌ای (لج‌بازی، دروغ‌گویی و...) منفعل و منزوی شده و از پدر و مادر فاصله می‌گیرد. او به این ترتیب حفاظتی امن برای خود درست می‌کند تا در آن از سرزنش شنیدن و تحقیر شدن در امان بماند. در نتیجه افسرده و گوشه‌گیر می‌شود.

منبع: ایران بانو

■ **سعی در جلب توجه دارد:** کودکانی که همیشه محدود می‌شوند، تشنه توجه مثبت، تحسین و محبت‌اند. آن‌ها وقتی با افرادی بجز اعضای خانواده‌شان روبه‌رو می‌شوند (از مادر بزرگ و خاله گرفته تا همسایه و غریبه‌ها) شروع به رفتارهای عجیب برای جلب توجه می‌کنند.

■ **دروغ می‌گوید:** کودکی که همیشه تحت نظارت سخت‌گیرانه پدر و مادر بوده، برای فرار از این نظارت به دروغ متوسل می‌شود. او کاری که دلخواه خودش است انجام می‌دهد و برای فرار از تنبیه و سرزنش، آن را پنهان می‌کند. دروغ‌گویی با دروغ‌های کوچک و بی‌اهمیت آغاز می‌شود و کم‌کم از فرزندان شخصیتی فریب‌کار می‌سازد که در بزرگسالی هم تغییران بسیار دشوار است.

■ **لج‌باز می‌شود:** شاید در سال‌های اولیه کودکی، بتوانید فرزندان را با سخت‌گیری مهار کنید؛ اما همین که کمی سن و سال او بالا رفت، شروع به رفتارهای لج‌بازانه می‌کند. او برای

مهم‌ترین علت‌های ناتمام یا نیمه تمام ماندن کارها

افزایش می‌شود و خواهی‌نخواهی ما را آزار می‌دهد. وقتی زندگی انسان‌های بزرگ را بررسی می‌کنیم، متوجه می‌شویم که یکی از بزرگترین ویژگی‌های این افراد، سرعت در انجام کارها و وظایف است. انسان‌های بزرگ، حتی در سختی‌ها و موارث، با فاصله و مستقیم سراغ کارها و وظایف خود می‌روند و خود را ملزم می‌کنند که قبل از هر کار دیگری، پیگیرانه و خستگی‌ناپذیر به انجام کارشان پرداخته و آن را به اتمام برسانند. اهمیت این موضوع تا بدانجا پیش رفته که اغلب محققان و کارشناسان، به تعویق انداختن کارها را دلیل اصلی شکست و عدم موفقیت در زندگی معرفی کردند.

آیا شما پرونده‌های باز و کارهای ناتمامی دارید که مایل باشید آن‌ها را تکمیل کنید؟ آیا در زندگی یا کارتان، امور عقب افتاده‌ای دارید که دلتان بخواهد آن‌ها را انجام دهید؟ بسیاری از افراد عادت کرده‌اند کارهایشان را ناتمام و نیمه کاره رها کنند. کارهای ناتمام ماندن پرونده‌های باز هستند. پرونده‌های باز بالاخره باید بسته شوند وگرنه در طول زندگی، انرژی انسان را هدر می‌دهند. چون به هر حال بخشی از توجه ما را به خود اختصاص می‌دهند. حتی این امکان هست که وقتی کارهایمان را بلا تکلیف می‌گذاریم، هدر رفتن انرژی زیادتر از زمانی باشد که کار را کامل می‌کنیم. چون احساس ناکامی و عدم موفقیت نیز به احساسات مان

■ اول سخت‌ترین کار را انجام دهید!

حتماً شما شنیده‌اید که اگر تعداد زیادی کار داشته باشید، بهتر است اول سخت‌ترین کار را انجام دهید و بعد به کارهای دیگران بپردازید. وقتی کار سختی در پیش دارید، معمولاً نگران هستید و همین نگرانی باعث می‌شود انرژی‌تان هدر برود. از طرفی انجام ندادن کارها صدمات و زیان‌های بسیار دارد، گام‌های بعدی به تعویق می‌افتند. به هدف نمی‌رسیم، فردی بی‌مسئولیت تلقی می‌شویم، اعتماد پذیری مان پایین می‌آید و ده‌ها نتیجه منفی دیگر عایدمان می‌شود. پس بهتر است اول اول سخت‌ترین کار را انجام داده و خیال‌مان را راحت کنیم و پس از آن به سراغ کارهای دیگرمان برویم. بنابراین شواهد، اولین اقدام (جسورانه) افراد موفق این است که قبل از انجام هر کاری فوراً به سراغ مهم‌ترین کار خود می‌روند و آن را هرچقدر که به ظاهر ناگوار باشد، به اتمام می‌رسانند.

■ مبارزه با عقب انداختن کارها!

فهرست کارهای عقب افتاده خود را یادداشت کنید، یعنی فکرتان را متمرکز کنید و فهرست کارهای‌تان را هر قدر هم که طولانی باشد، یکی یکی روی کاغذ بیاورید. نوشتن کارها و برنامه‌ها کمک می‌کند فکرتان بازتر و منظم‌تر شود و کمی هم فضای خالی برای کارهای جدید در ذهن خود ایجاد کنید. چرخش کارها در ذهن و نوشتن آن‌ها اغلب به سادگی منجر به



سردرگمی، ابهام و اشتباهات عجیب و متعدد می‌شود. کارها را بنویسید و به جای مشغول کردن ذهن‌تان با آن‌ها و گاه فراموش کردن‌شان، آن‌ها را دسته‌بندی کنید و یکی یکی به انجام‌شان بپردازید.

■ کارها را رنگ آمیزی کنید!

وقتی کارها را یادداشت کردید، آن‌ها را به ترتیب از مهم‌ترین تا بی‌اهمیت‌ترین، مرتب و دسته‌بندی کنید و برای هر دسته رنگ متناسب اختصاص دهید.

۱. رنگ قرمز را برای کارهای بسیار مهم قرار

دهید: کارهایی که باید حتماً و هرچه زودتر انجام شوند وگرنه با پیامدهای جدی مواجه خواهید شد.

۲. رنگ نارنجی را برای کارهایی قرار دهید که پیامد انجام ندادن آن‌ها زیاد شدید نیست، یعنی اگر این کارها را انجام ندهید، ناراحتی و مشکل ایجاد می‌شود، اما تأثیر آن به شدت موارد قرمز رنگ نیست. یادتان باشد که هرگز نباید قبل از انجام تمامی رنگ‌های قرمز و نارنجی سراغ رنگ‌های دیگری بروید.

۳. رنگ زرد را برای کارهایی قرار دهید که انجام دادن آن‌ها خوب است، اما ترک آن‌ها پیامدی ندارد.

۴. از رنگ سبز، برای کارهایی استفاده کنید که می‌توانید انجام دادن آن‌ها را به اشخاص دیگر محول کنید. پس این کار را بکنید و شخص دیگری را مأمور انجام دادن آن‌ها نمایید و خودتان هم با خیال راحت به سراغ کارهایی بروید که فقط از عهده شما برمی‌آید.

۵. رنگ سیاه را برای کارهایی در نظر بگیرید که باید آن‌ها را به کلی حذف کنید؛ (این کارها معمولاً همان‌هایی هستند که از روی عادت و یا چون از آن‌ها خوشتان می‌آید انجام می‌دهید و دلیل خاص دیگری برای انجام دادن‌شان ندارید) همچنین می‌توانید هر دسته از کارها را با توجه به اولویت‌شان روی کارت‌هایی به رنگ‌های ذکر شده بنویسید و به ترتیب به انجام

■ آن‌ها مشغول شوید.

■ امروز شروع کنید!

بعد از تعیین رنگ فهرست کارها، همین امروز با گروه قرمز شروع کنید. برای هر یک از کارهای قرمز، زمان و مهلت مشخص تعیین کنید. کار بدون تعیین مهلت انجام نمی‌شود. چرا که هیچ اضطراب و یا انگیزه‌ای برای انجام شدن در شما ایجاد نمی‌کند، پس به احتمال قریب به یقین مرتباً آن را پشت گوش می‌اندازید و فراموشش می‌کنید. بنابراین زمان بندی کارها را هم بلافاصله بعد از رنگ‌آمیزی آن‌ها انجام دهید. سعی کنید زمان بندی‌تان واقع بینانه باشد، نه خیلی کم و نه بسیار زیاد. اینک نوبت به برنامه‌ریزی ساده و عملی برای انجام کارهاست. برنامه متوسطی که بسیار خوب اجرا شود، خیلی بهتر از یک برنامه عالی، اما غیر اجرایی است. کارها را به ترتیب براساس رنگ‌ها و با توجه به مهلت انجام‌شان برنامه‌ریزی کنید. کار را به قسمت‌های کوچک‌تر تقسیم کنید. گام‌های اجرایی هر قسمت را مشخص کنید و یکی یکی به انجام آن‌ها بپردازید. برای هر کار به خود پاداش بدهید. حتی اگر این پاداش، یک «آفرین» درست و حسابی باشد که به خودتان می‌گویید! از همین امروز شروع کنید. نمی‌دانید لذت تمام و کامل کردن کارها چقدر بیشتر از کارهای تلنبار شده و انجام نداده است.

منبع: مؤسسه مادران امروز

سیره خوبان

بوی بهشت



... پشت تریبون رفت و درباره انتخاب رئیس جمهور و این که باید روحانی باشد یا غیر روحانی، اندکی صحبت کرد و گفت: در هر صورت، تعیین و معرفی رئیس جمهور به عهده این جلسه است؛ منتها اول باید هیئتی را تعیین کنیم که خدمت امام بروند و نظرایشان را درباره روحانی بودن یا نبودن رئیس جمهور آینده جویا شوند. ده دقیقه‌ای از آغاز نطقش می‌گذشت و ساعت ۸/۲۰ را نشان می‌داد. دکتر مکتبی کرد و به مستمعین دور تا دور جلسه نگاه کرد و وقتی از همراهی ایشان با بحث مطمئن شد، یک باره گفت: بوی بهشت می‌آید. آیا شما هم این بو را استشمام می‌کنید؟ در همین لحظه انفجار مهیبی حزب جمهوری اسلامی را لرزاند و ساختمان فروریخت.

منبع: منبرک، برگرفته از کتاب «نگاهی به زندگی و مبارزات شهید دکتر بهشتی»

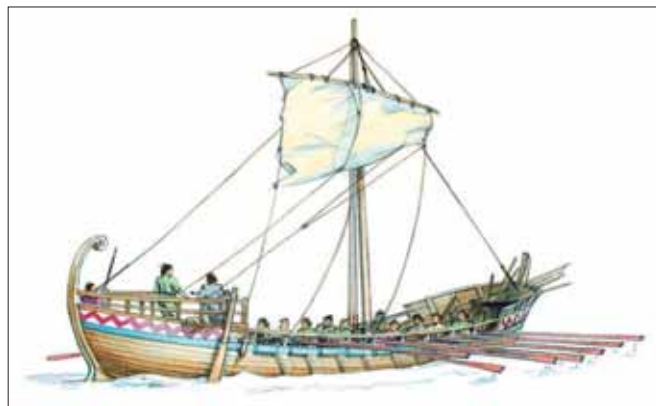
قصه‌های قرآنی

سرزمین شگفتی‌ها

بخش چهارم: شکستن کشتی

خلاصه بخش‌های قبل:

موسی علیه السلام در محل رسیدن دو دریا با خضر علیه السلام دیدار کرد و از او خواست از دانش‌های فراوانی که خداوند به او آموخته، به او یاد دهد. خضر گفت: تو تحمل آن چه را خداوند به من آموخته نداری و نمی‌توانی صبر کنی. حالا ادامه داستان:



موسی علیه السلام لحظه‌ای به این جمله خضر علیه السلام فکر کرد: نمی‌توانی. با این که هوش و ذکاوت بالایی داشت؛ اما حس کرد دانشی که خضر می‌داند با دانش‌های دیگر بسیار متفاوت است و یادگیری آنها صبر و حوصله فراوان می‌خواهد. به خضر گفت: به خواست خداوند، برای یادگیری صبر خواهم کرد. خواهی دید که حوصله من برای یادگیری فراوان است. خضر علیه السلام سری تکان داد، لبخندی زد و گفت: در این راه ماجراهای شگفت‌انگیزی خواهی دید. باید قول بدهی در باره هر چه می‌بینی هیچ سؤالی نکنی تا بعداً خودم برایت توضیح بدهم. - قول می‌دهم. خضرو موسی هر دو به راه افتادند.

موسی هر قدم که بر می‌داشت منتظر اتفاقی شگفت‌انگیز و تازه بود. ساعتی که راه رفتند به نزدیکی دریایی ساحلی دیگر رسیدند. لحظه‌ای ایستادند و به دریا نگاه کردند. چند کشتی چوبی و چند قایق کنار ساحل لنگر انداخته بودند. ماهی‌گیران تورها را آماده می‌کردند و مسافران هم آماده رفتن می‌شدند. خضر نگاهی به موسی کرد و اشاره کرد که برویم. موسی خواست پرسد کجا؟ یادش آمد که اجازه سؤال کردن ندارد. برای همین اطاعت کرد و راه افتاد. هر دو پیش قایق سواران رسیدند و سلام کردند. قایق سواران خضر را دیدند و شناختند. جواب دادند و با او گرم گرفتند. خضر درباره کرایه با قایقران گفت و گو کرد. قایقران گفت: من از شما کرایه نمی‌گیرم.

شما کرایه نمی‌گیرم.

بادی از ساحل به سمت دریا می‌وزید. قایقران بادبان را بالا برد. قایق کم کم از ساحل فاصله گرفت و به بخش عمیق دریا رسید. مسافرانی که خسته بودند و یا کمی از دریا می‌ترسیدند به بارهایشان تکیه دادند و به خواب رفتند. جوان‌ترها درباره شهر و کار و بارشان گفت و گو می‌کردند. یکی از آنها ماجرابی را درباره دزدان دریایی تعریف می‌کرد که چگونه همه بار مسافران را با لباس‌هایشان برده بودند. یک دفعه صدای تق تقی شنیده شد. موسی نگاهش به خضر افتاد. دستش را به دیواره قایق گرفته بود و سعی داشت تکه چوبی را از آن جدا کند. موسی نتوانست دلیل کار خضر را بفهمد. با تعجب گفت: می‌خواهی کشتی را بشکنی و سرنشینانش را غرق کنی؟ آن هم کشتی کسی را که از ما کرایه نگرفته است؟

مسافران متوجه گفت و گوی موسی و خضر شدند. آنها هم حرف موسی را تأیید کردند.

ادامه دارد...

منبع: مجمع‌البیان فی تفسیر القرآن، ج ۶، ص ۳۴۷
مرتضی دانشمند



مسجد جمکران

آن چه می‌دید عجیب و شگفت‌انگیز بود؛ آن قدر عجیب که حتی در خواب هم ندیده بود. جوانی نورانی، همچون فرشته‌ای زیبا...

همان طور که محو تماشای آن همه زیبایی و شکوه شده بود، با خود گفت: شیخ حسن! این جا کجاست، این‌ها کیستند و تو این جا چه می‌کنی؟ به یاد دقایقی افتاد که گروهی در خانه‌اش را کوبیدند و گفتند: ای شیخ حسن مثله جمکرانی! برخیز و با ما بیا که امام زمان علیه السلام تورا به حضور می‌طلبد.

دوباره با خود گفت: چه سعادت نصیب شد شیخ حسن! این آقا، امام زمان علیه السلام است که غرق در نور و زیبایی مقابل تو نشسته است.

ناگهان نام خودش را از زبان امام شنید:

- شیخ حسن مثله جمکرانی!

جلوتر رفت و مثل خدمتکاری مقابل امام ایستاد و به حرف آن حضرت گوش سپرد:

- برو به "حسن مسلم" بگو که این زمین شریفی است و خدای تعالی این زمین را از زمین‌های دیگر برگزیده است. همچنین نزد "سید ابوالحسن" برو و بگو این زمین را از حسن مسلم بگیرد تا مسجدی بنا کند و به مردم بگو تا به این مکان توجه کنند و آن را عزیز بشمارند.

سپس امام زمان علیه السلام به خواندن نماز مخصوص و ذکر و عبادت خدا در آن مسجد سفارش کردند.

این گونه بود که مسجد جمکران ساخته شد و محل رفت و آمد شیعیان و دوستداران امام زمان علیه السلام قرار گرفت.

منبع: کتاب خورشید پنهان، نوشته‌ی حسین صالح

مثل بابا



منتظر ماندم من آن شب پشت در

تا بیایی اخم من را وا کنی
باز هم مانند هر شب سفره را
تو پر از نان و پر از خرما کنی

منتظر ماندم بیایی پیش من
تا که بنشینم کنارت شادمان
مثل بابایم بخندانی مرا
تا بخندد ماه هم در آسمان

منتظر ماندم، نیامد آن شب از
پشت در، دیگر صدای پای تو
در میان کوچه تاریک ما
آه! خالی بود آن شب جای تو

پیش چشمم آسمان تاریک شد
ناگهان رفتی تو از پهلو ما
پر کشیدی با دو بال زخمیات
مثل کفترهای روی نخلها

قلب من مانند بال تو شکست
باز من همسایه با غمها شدم
مثل بابا مهربان بودی، ولی
یا علی! رفتی و من تنها شدم

افسانه شعبان‌نژاد / منبع: نسیم و قاصدک

معرفی کتاب

فرزند کعبه: حضرت امام علی (ع)

در مقدمه کتاب آمده است:

سخن گفتن درباره‌ی حضرت علی (ع) کار آسانی نیست. در این کتاب کوشش می‌کنیم تا گوشه‌هایی از زندگی پرفراز و نشیب و سراسر ایثار و فداکاری آن حضرت را مرور کنیم. حضرت علی (ع) پس از پیامبر اکرم (ص) بزرگ‌ترین شخصیت جهان اسلام و در عبادت، علم، شجاعت و همه‌ی صفات برجسته‌ی انسانی سرآمد روزگار است. نویسنده در حد توان ناچیز خود کوشیده است تا با استفاده از منابع مهم، گوشه‌هایی از زندگی سراسرافتخار آن حضرت را به زبان ساده بیان کند. ذکر این نکته ضروری است که برای آشنایی با شخصیت والای حضرت علی (ع) لازم است کتاب‌های بسیاری را بخوانید...

داستان محراب، یکی از داستان‌های کتاب فرزند کعبه است که با هم می‌خوانیم:

■ محراب ■

خداوند او را به سوی خود می‌خواند. دوست داشت چون پرنده‌ای سبک‌بال به سوی پر بکشد. نگاهش به آسمان دوخته شد و اذانش در کوفه طنین‌انداز شد:

الله‌اکبر، الله‌اکبر، الله‌اکبر، الله‌اکبر

اشهد ان لا اله الا الله...

پس از آن پایین آمد. لحظاتی گذشت، تکبیر نماز صبح را گفت. محراب بوی بهشت می‌داد و یک دنیا آرامش و صفا را به قلب‌های نمازگزاران می‌ریخت. علی (ع) به سجده رفت. هنوز سر از سجده بر نداشته بود که ضربت شمشیری فرق مبارکش را شکافت. صدای

مظلومانه‌ی علی (ع) محراب را لرزاند.

به خدای کعبه رستگار شدم.

لیخند شوق بر چهره‌ی علی (ع) نقش بست. گویا درد شمشیر را بر فرقش احساس نمی‌کرد. خون محاسنش را سرخ کرد (همان‌گونه که پیامبر (ص) فرموده بود) و محراب به خون نشست.



شهر کوفه، طلوع خورشید روز نوزدهم ماه رمضان را انتظار می‌کشید. صدای پای علی (ع) دل کوچه‌ها را لرزاند. مرغابی‌ها به صدا درآمدند.

نسیم چهره‌ی نورانی علی (ع) را نوازش کرد. هنوز تا اذان صبح اندکی مانده بود.

علی (ع) به مسجد کوفه نزدیک شد. چند گنجشک میان شاخه‌های نخلی که آن‌جا بود، جیک جیک کردند. صدای بانگ خروسی از خانه‌ای برخاست و در صدای مرغابی‌ها گم شد. مرغابی‌ها، گویی از حادثه‌ای خبر می‌دادند. آن‌ها از لحظه‌ای که علی (ع) قدم

به کوچه گذاشته بود، یک‌ریز فریاد می‌زدند. علی (ع) قدم به مسجد گذاشت و به نماز ایستاد. پس از آن خود را به بام مسجد رساند. کوفه آرام و بی‌صدا در خواب بود. هیچ‌گاه سپیده صبح چشمان خفته‌ی علی (ع) را ندیده بود. امام علی (ع) سینه‌اش را از هوا پر کرد، احساس کرد که این آخرین اذانی است که می‌گوید. گویی در آن لحظه

نویسنده: حسین صالح - ناشر: انتشارات حضور

تلفن ناشر: ۰۲۵۳۷۷۴۴۶۵۱ - www.hozur.ir

نیایش



خداوندا!

درخت دوستی علی (ع) را در دلم بنشان

و مرا از پیروان او بگردان

آمین!

ای آفریننده‌ی علی (ع)!

بر پدر و مادر امامان درود بفرست

و مرا با او دوست بگردان

خداوندا!

اگر خطایی کرده‌ام

به خاطر علی (ع) که دوست توست

که دشمن دشمنان توست

خطاهای مرا ببخش!

منبع: کتاب خدای من، نوشته‌ی فریبا کلهر

دانش‌آموزان ممتاز



بنیامین الهائی



دانیال زبید



مهدی زبید



محمد زبیدفر



مهدی زبید



محمد جواد ملاین



فاطمه تاج‌گردون



محمد تاج‌گردون



علی عقابی



علی زبید



علی اسدی



حسین زبید



زینب زبید دیلمی



زینب زبید



فائزه بهروزه



فاطمه نیمدار



فاطمه زبید



نادیا زبید



فاطمه زبید



کثوم دواسی



زینب دیلمی نژاد



فاطمه بهروزیان زاده

والدین گرامی، تصاویر دانش‌آموزان ممتاز و نقاشی‌های کودکان خود را به صورت حضوری به دفتر نشریه (قم، بلوار جمهوری اسلامی، کوچه ۲، پلاک ۱۵) یا از طریق ایمیل (khanevade@ofoghawzah.ir) و پست (قم، صندوق پستی ۴۳۸۱-۳۷۱۸۵) برای ما ارسال نمایید تا به صورت رایگان درج شود.

نقاشی‌های شما



مهرانه سلیمانی



مهدی سلیمانی علی



حسین دهقانی دولت‌آبادی

راه سعادت

حضرت علی علیه السلام از نگاه پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله

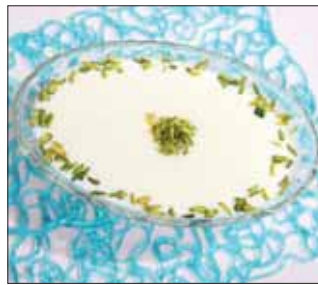
پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله:

- قرآن با علی و علی با قرآن است. **ینابیع الموده: ج ۲، ص ۲۴۵**
- آسایش و راحتی، کام‌یابی و رستگاری و پیروزی، برکت و گذشت و تندرستی و عافیت، بشارت و خرمی و رضایت‌مندی، قرب و خویشاوندی، یاری و پیروزی و توانمندی، شادی و محبت، از سوی خدای متعال، بر کسی باد که علی بن ابی‌طالب را دوست بدارد، ولایت او را بپذیرد، به او اقتدا کند، به برتری او اقرار نماید، و امامان پس از او را به ولایت بپذیرد. بر من است که آنان را در شفاعتم وارد کنم. بر پروردگار من است که خواسته مرا در باره آنان اجابت کند. آنان پیروان من هستند و هر که از من پیروی کند، از من است. **بحارالانوار (ط-بیروت): ج ۲۷، ص ۹۲**
- من و علی از یک نور آفریده شده‌ایم. پس، دوست‌دار من دوست‌دار علی و دشمن من، دشمن علی است. **بحارالانوار: ج ۳۹، ص ۲۶۶**
- علی از من است و من از علی‌ام؛ و بار مسئولیت را از دوشم، کسی جز خودم یا علی بر نمی‌دارد. **سنن ابن‌ماجه: ج ۱، ص ۴۴**
- علی با حق است و حق با علی. خدا یا! حق را همیشه بر مدار علی بگردان! **الجمال: ص ۸۱**

فرنی خوشمزه سرد برای ماه رمضان گرم

زمان بدهید تا ریزجوشد و کمی غلیظ شود.
طرز تهیه فرنی:

ابتدا شیر و شکر را با هم مخلوط کنید. مقداری از آن را بردارید (به اندازه نصف لیوان) و نشاسته را درونش حل کنید و کنار بگذارید. باقی شیر و شکر را روی حرارت قرار دهید تا جوش بیاید، سپس محلول شیر و نشاسته را اضافه کرده و مرتب هم بزنید. کمی که غلیظ شد، خامه و گلاب را اضافه و خوب مخلوط کنید و اجازه بدهید تا ۵ دقیقه روی حرارت ملایم بماند و آن را مرتب هم بزنید. آخرین مرحله ریختن در ظرف سرواست، فقط فراموش نکنید که تمام مواد بالا گرم باشند، نگذارید سرد بشوند. ظرف سرو می‌تواند تک‌نفره باشد یا بزرگ. به ترتیب مواد را در ظرف قرار دهید. نان تست را در کف ظرف و بعد شهد را روی نان‌ها بریزید و سپس فرنی، همین‌طور لایه لایه بریزید تا ظرف پر شود، آخرین لایه فرنی بریزید و با پودر پسته و غنچه گل محمدی تزئین کنید. روی ظرف را کاور کنید و داخل یخچال بگذارید تا سرد شود. فرنی سرد شما با نان تست و شهد کاراملی آماده است؛ می‌توانید بر سفره افطار گذاشته و به همراه خانواده نوش جان کنید.



طرز تهیه شهد:

یک لیوان آب ولرم و یک لیوان شکر را با هم مخلوط کنید تا شکر کاملاً در آب حل شود. نصف دیگر لیوان شکر را داخل ظرف ریخته، روی حرارت ملایم قرار دهید تا شکر کارامل شود. سپس محلول آب و شکر را اضافه کنید. ابتدا ممکن است کارامل سفت بشود، نترسید اجازه بدهید روی حرارت ملایم بماند تا دوباره گرم و ذوب شود. وقتی شروع کرد به ریزجوشیدن، آبلیمو را اضافه کنید و ۵ دقیقه بگذارید با حرارت ملایم بجوشد و سپس زیر آن را خاموش کنید و گرم نگه دارید. اگر این روش سخت است، آب و شکر را با هم مخلوط کرده و روی حرارت بگذارید تا شکر آب بشود و جوش بیاید. سپس آبلیمو را اضافه کنید و کمی

سفره‌خانه

مواد لازم:

- نان تست: نصف بسته
- شیر: ۴ لیوان
- شکر: یک چهارم پیمانه
- خامه: یک بسته
- گلاب: ۳ قاشق غذاخوری
- نشاسته: ۵ قاشق غذاخوری
- پودر پسته: به اندازه لازم
- مواد لازم برای شهد:**
- آب: یک لیوان
- شکر: یک و نیم لیوان
- آب لیمو تازه: یک قاشق غذاخوری

طرز تهیه:

ابتدا اطراف نان تست که قهوه‌ای است را بگیرد و مکعبی برش بزنید. البته می‌توانید آن را درسته هم برشته کنید بعد خرد کنید. یا این که داخل فر بگذارید تا طلایی شود، یا درون ماهیتابه ریخته مرتب هم بزنید تا برشته شود. می‌توانید اصلاً آن را تست و ترد هم نکنید. یکی از غذاهای ویژه ماه رمضان انواع فرنی است؛ اما اگر موافق باشید، نوع خاصی از فرنی را که با نان تست و شهد ترکیب می‌شود تهیه کنید و افطاری جدیدی را برای ماه رمضان آن هم در فصل گرم تدارک ببینید.

طب ناب

میوه‌های پرخاصیت تابستانی را بیشتر بشناسیم

چند روزی است که تابستان با هوای گرم و البته تنوع میوه‌های خوشمزه از راه رسیده است. میوه‌هایی که مسلماً خواص فراوانی بر سلامتی دارند.



وزن دارند. دانه‌های هندوانه را نیز دور نریزید زیرا منبع غنی از ویتامین C هستند.

طالبی

طالبی مانند بسیاری از مرکبات حاوی سوربیتول است. این ماده قند طبیعی میوه محسوب می‌شود و مقدار زیادی از آن خاصیت ملینی را به همراه خواهد داشت. به همین دلیل طالبی میوه مطلوبی برای بهبود یبوست است. برگه‌ی هلو و آلوخشک نیز چنین تأثیری دارند. طالبی همچنین سرشار از آب و ویتامین C است و توصیه می‌شود در مواقع خستگی و مشکلات قلبی عروقی مصرف شود. مقدار بالایی بتاکاروتن موجود در آن نیز برای پیشگیری از پیری به خصوص پیری پوست بسیار مفید است.

انبه

انبه، میوه خوشمزه گرمسیری و سرشار از بتاکاروتن است. هر ۱۰۰ گرم انبه ۳۰۰۰ تا ۴۰۰۰ میلی‌گرم بتاکاروتن دارد. البته هویج، آب‌هویج و سیب‌زمینی کبابی نیز دیگر خوراکی‌های سرشار از بتاکاروتن محسوب می‌شوند.

منبع: قدس آنلاین

مفید باشد.

توت فرنگی

توت فرنگی گل سرسبد میوه‌های بهار و تابستان است که معمولاً همه از طعم دلپذیر آن لذت می‌برند. شیرینی کمی دارد، پرآب و اشتهاآور است و میوه‌ای عالی برای انواع دسرها و بستنی‌ها خواهد بود.

توت فرنگی منبع غنی از ویتامین‌ها و مواد معدنی محسوب می‌شود؛ به طوری که هر ۱۰۰ گرم آن حاوی ۶۰ میلی‌گرم ویتامین C، ۱۲ میلی‌گرم منیزیم، ۰/۴ میلی‌گرم آهن و ۲۰ میلی‌گرم کلسیم است.

هندوانه

مشهورترین میوه تابستان بی‌شک هندوانه است که احساس خنکی و رفع تشنگی را به همراه دارد. البته این تنها ویژگی هندوانه نیست و رنگ قرمز آن نشانگر مقدار بالای لیکوپن است. لیکوپن آنتی‌اکسیدانی است که از بدن در برابر بسیاری از بیماری‌ها به خصوص سرطان پروستات محافظت می‌کند. به علاوه این میوه بسیار کم‌کالری است و هر ۱۰۰ گرم آن فقط ۳۰ کیلوکالری دارد. به همین دلیل انتخاب مناسبی برای افرادی است که قصد کاهش

زردآلو

زردآلو حاوی مقدار زیادی بتاکاروتن است که این ترکیب باعث تشکیل ویتامین A در بدن می‌شود. ویتامین A نقش مهمی در سلامت بینایی دارد و همچنین سلامت پوست و به طور کلی رشد سلولی را تسهیل می‌کند. زردآلو همچنین منبع غنی از ویتامین‌های C و B محسوب می‌شود. ویتامین C در حفظ بافت‌های ارتباطی نقش دارد و ویتامین B نیز متابولیسم سیستم ایمنی را تقویت می‌کند.

علاوه بر ویتامین‌ها، زردآلو سرشار از آنتی‌اکسیدان، مواد معدنی، عناصر کمیاب به‌ویژه پتاسیم، آهن و مس و فیبر است که برای عملکرد دستگاه گوارش عالی خواهد بود.

موز

با توجه به توصیه سازمان سلامت جهانی، مصرف منظم پتاسیم خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی عروقی را کاهش می‌دهد و این در حالی است که موز می‌تواند یک چهارم نیازهای روزانه بدن به پتاسیم را تأمین کند. به علاوه موز میوه‌ای بی‌ظنیر برای کاهش فشار خون است. یک عدد موز متوسط حدود ۲۵۰ گرم لوبیا سفید یا ۱۷۵ گرم سیب زمینی کبابی می‌تواند در این باره

هوای پوستتان را داشته باشید

اگر در فصل گرما یعنی از اواخر بهار تا پایان تابستان، شما هم نگران وضع سلامت پوست خود و خانواده‌تان هستید، به چند نکته کلیدی درباره سلامت و زیبایی پوست توجه کنید.

■ استفاده از کرم ضدآفتاب خطری هم دارد؟

استفاده از کرم ضدآفتاب، خطر ایجاد سرطان پوست را کم می‌کند و جلوی آفتاب سوختگی را می‌گیرد. توجه داشته باشید که منافع استفاده از آن بسیار بیشتر از ضرر احتمالی و ثابت نشده آن است.

■ چه نوع ضدآفتابی مناسب پوست شماست؟

کرم‌ها معمولاً برای پوست‌های خشک، لوسیون‌ها برای پوست‌های چرب و ژل‌ها برای نواحی مودار بدن مناسب هستند. اگر پوست شما چرب و مستعد آکنه است، از ضدآفتاب‌های فاقد چربی (oilfree) استفاده کنید. برای پوست‌های حساس و بچه‌ها هم ضدآفتاب‌های مخصوص وجود دارد.

ضدآفتاب‌های رنگی علاوه بر حفاظت از آفتاب، جنبه پوشاننده دارند و می‌توانند برای خانم‌ها مناسب باشند. اگر علاوه بر ضدآفتاب، از کرم‌های مرطوب‌کننده استفاده می‌کنید، باید ضدآفتاب را بعد از مرطوب کننده به کار ببرید. فاکتور حفاظتی ۳۰، می‌تواند ۹۷ درصد از اشعه خورشید را بلوک کند. فاکتورهای حفاظتی بالاتر اندکی مؤثرتر هستند، ولی هیچ‌کدام صد درصد اشعه را بلوک نمی‌کنند. بنابراین تفاوت‌شان زیاد نیست. طول مدت اثر ضدآفتاب با فاکتور حفاظتی بالا هم بیشتر نیست و باید دو ساعت یک بار و بعد از شنا و تعریق تجدید شود.

دکتر سهیلا علی محمدی / پزشک

منبع: جام جم



باید ۱۵ دقیقه قبل از بیرون رفتن استفاده شود. باید هر دو ساعت یک بار آن را تجدید کرد. بعد از شنا کردن یا تعریق هم باید دوباره استفاده شود.

توصیه می‌شود برای حفاظت پوست لب‌ها از سرطان، روی لب‌ها هم از فاکتور حفاظتی ۳۰ یا بیشتر استفاده شود. در اطراف چشم هم می‌توان با احتیاط از کرم ضدآفتاب استفاده کرد. البته استفاده از عینک آفتابی برای حفاظت پوست حساس این ناحیه مناسب‌تر است. علاوه بر استفاده از ضدآفتاب، لباس‌های پوشیده، کلاه لبه‌دار، سایبان هم به حفاظت بیشتر کمک می‌کنند. نور آفتاب در فاصله ۱۰ صبح تا ۲ بعد از ظهر بیشترین شدت را دارد. در این فاصله حتی الامکان از نور آفتاب پرهیز کنید.

■ ضدآفتاب

آن‌طور که بررسی‌های پژوهشگران نشان داده است، تجمع اشعه‌ی ماورای بنفش خورشید در طول سال‌ها می‌تواند زمینه‌ساز ابتلا به سرطان پوست در بزرگسالی شود، بنابراین نخستین توصیه این است در ساعت‌هایی که تابش آفتاب شدید است، ساعت ۱۲ تا ۱۳ در روزهای گرم تابستان و از ساعت ۱۱ تا ۱۵ در دیگر روزها، از حضور غیرضروری در فضاهای باز خودداری کنید. استفاده از پوشش‌های مناسب فیزیکی، پوشیدن لباس‌های آستین بلند، شلوار بلند و استفاده از دستکش و کلاه کمک بزرگی به پیشگیری از ابتلا به سرطان پوست است.

همچنین استفاده از ترکیبات ضدآفتاب که به اشکال مختلف لوسیون، کرم و پماد موجود است، برای تمامی گروه‌های سنی توصیه می‌شود. البته واقعیت این است که ضد آفتاب‌ها نمی‌توانند تمامی این اشعه‌های زیان‌بار را پوشش دهند، ولی استفاده از آنها مفید است. بسیاری از ضدآفتاب‌ها نسبت به آب مقاومت کمی دارند و با شست‌وشو و عرق کردن از بین می‌روند. برای پوشش کافی باید هر دو تا سه ساعت یک بار از ضدآفتاب در نواحی صورت و دست‌ها استفاده شود، در زمان مصرف نیز باید یک لایه نازک روی سطح پوست را بپوشاند و نباید بعد از مصرف ضدآفتاب آن را زیاد ماساژ دهند که جذب پوست شود، زیرا دیگر محافظت کافی از

پوست را نخواهد داشت.

■ از چه نوع ضدآفتابی باید استفاده کرد؟

آکادمی متخصصان پوست آمریکا توصیه می‌کند، از ضدآفتابی استفاده کنید که مشخصات زیر را داشته باشد:

۱. وسیع‌الطیف (broad spectrum) باشد. یعنی پوست را از هر دو نوع اشعه فرابنفش مضر محافظت کند: (UVA-UVB)
۲. فاکتور حفاظتی (SPF) آن ۳۰ یا بیشتر باشد.

۳. مقاوم در برابر آب (water resistant) باشد.

■ چه مقدار و چندبار باید از ضدآفتاب استفاده کرد؟

ضدآفتاب باید تمام قسمت‌هایی از پوست را که توسط لباس پوشیده نیستند، به طور کامل دربرگیرد.

تازه‌های علمی

از این رو شرکت ال جی، در جدیدترین تلویزیون خود از فناوری فراصوتی استفاده کرده که به وسیله آن، حشرات را بدون بوی و صدا مسموم می‌کند. در واقع حشرات به وسیله امواج صوتی به نوعی غیرفعال می‌شوند.

مسئولین ال جی اعلام کردند، به کارگیری این شیوه در واقع گامی برای بیشتر سالم نگه داشتن فضای خانه است و در این فناوری هیچ تشعشع مضر از تلویزیون متصاعد نمی‌شود؛ ضمن این که ماده شیمیایی خطرناکی هم در آن استفاده نشده است.

این تلویزیون‌های منحصربه‌فرد در اندازه ۳۲ اینچ و ۴۲ اینچ تولید شده‌اند و قیمت ۳۲ اینچ آن در حدود ۴۰۰ دلار و ۴۲ اینچ هم تقریباً ۷۰۰ دلار است.

قرار است عرضه تلویزیون‌های مسموم‌کننده حشرات، به زودی در هند آغاز شود.



ضریب اتلاف بالای انرژی باد در شهرها و عدم امکان استفاده از توربین‌های بادی در محیط‌های شهری مشخص می‌شود. به طوری که انرژی باد به علت بزرگی و آلودگی صوتی توربین‌های بادی در شهرهای بزرگ تلف می‌شود.

در این فناوری به جای استفاده از ساختار مکانیکی یا توربین، از انرژی برق مالشی ناشی از اصطکاک مولکول‌های هوا استفاده می‌شود. هنگامی که مولکول‌های دو ماده متفاوت متناوباً به هم برخورد کرده و جدا می‌شوند، الکترون‌ها از یک سطح به سطح دیگر منتقل می‌شوند. محققان چینی برای ساخت پنل‌های خورشیدی هیبرید از سلول‌های خورشیدی سیلیکون با قطر ۱۲۰ میکرومتر و در پهنا ۲۲ میکرومتر استفاده کرده‌اند.

با استفاده از فناوری سلول‌خورشیدی دوگانه می‌توان علاوه بر هشت میلی‌وات برق از خورشید حدود ۲۶ میلی‌وات انرژی از باد به دست آورد که در صورت مقایسه توان تولیدی، اهمیت این دستاورد بهتر مشخص می‌شود.

■ تلویزیون مسموم‌کننده پشه ساخته شد

یک شرکت کره‌ای تلویزیون‌هایی را تولید کرده که قادر به غیرفعال کردن پشه‌ها است.

به گزارش خبرگزاری مهر، زمانی که شخص در حال تماشای تلویزیون است و توجه زیادی به صفحه نمایشگر می‌کند، در حقیقت یکی از زمان‌هایی است که نسبت به گزیده شدن توسط پشه بسیار آسیب‌پذیر خواهد بود.



■ تولید برق از انرژی باد و خورشید به طور همزمان

محققان چینی دستگاهی ساخته‌اند که می‌تواند به طور همزمان انرژی باد و خورشید را جذب و به برق تبدیل کند.

به گزارش ایسنا، دانشمندان مؤسسه نانوانرژی و نانوسیستم‌های پکن با همکاری محققان مؤسسه فناوری جورجیا موفق به ساخت اولین نمونه مبدل‌های دوکاره انرژی پاک باد و خورشید شدند.

محققان با ترکیب فناوری سلول خورشیدی سیلیکونی با ژنراتور تریبول‌الکتریک برای اولین بار توانستند انرژی موجود در نور خورشید و باد را به طور همزمان جذب و به برق تبدیل کنند. با استفاده از این فناوری می‌توان تحولی در صنایع تولید برق پاک ایجاد کرد و همچنین نیاز سیری‌ناپذیر آسمان‌خراش‌ها به برق را کاهش داد.

محققان معتقدند که اهمیت این دستاورد با توجه به