



وزیر آموزش و پرورش
سید محمد بطحایی



* هدف اصلی ما در آموزش و پرورش، تربیت است، دانش آموزان باید در مدرسه، کمک در حل مشکلات کشور و جامعه را یاد گیرند.

معاون وزیر و رئیس سازمان نهضت سوادآموزی
علی باقرزاده



* توسعه و پیشرفت فناوری، تعریف سواد را در دنیای امروز تغییر داده است.

فرصت دوم

نشریه‌ی ویژه‌ی نوسوادان

شماره پروانه انتشار نشریه:
۷۹۴۴۸

ماهنامه‌ی آموزشی و فرهنگی سازمان نهضت سوادآموزی

■ اسفند ۱۳۹۷ ■ جمادی‌الثانی رجب ۱۴۴۰ ■ سال پنجم ■ شماره ۵۳



امام خمینی (رحمت الله علیه):
برادران و خواهران ایمانی، برای رفع این
نقصیه‌ی دردآور (بی سوادی) بسیج شوید و
ریشه‌ی این نقص را از بن برکنید.

مقام معظم رهبری (مد ظله العالی):
حرکت سوادآموزی کاری خوب و صدقه‌ی
جاریه است.

هفتم اسفند
ولادت حضرت فاطمه زهرا (سلام الله علیها) و
روز زن مبارک



درس‌های تربیتی حاج آقا قرائتی صله‌ی رحم



خداوند در قرآن کریم می‌فرماید:

■ بهترین قدم‌ها، قدم‌هایی هستند که برای دیدار اقوام خود
بر می‌داریم.

«(فاسقان) کسانی هستند که پیمان خدا را پس از آنکه محکم
بستند، می‌شکنند و پیوندهایی را که خدا دستور به برقراری آن‌ها
داده است، قطع می‌کنند و در زمین فساد می‌کنند. به طور قطع
آنان زیان کارند.» (سوره‌ی بقره، آیه‌ی ۲۷)

- کسانی که صله‌ی رحم می‌کنند در بهشت جایگاه خاصی دارند.
- به دیدار خویشان خود بروید اگر چه به شما بی‌اعتنایی کنند.
- صله‌ی رحم انجام دهید، هر چند بستگان شما نیکوکار نباشند.
- صله‌ی رحم کنید، گر چه به اندازه‌ی سلام کردن باشد.
- صله‌ی رحم، مرگ و حساب روز قیامت را آسان می‌کند.
- کمک کردن به خویشان، بیست و چهار برابر کمک به دیگران،
پاداش دارد.
- صله‌ی رحم کنید، گر چه لازم باشد به مدت یک سال راه بروید.
- کسی که صله‌ی رحم را ترک کند، بویی از بهشت به او نمی‌رسد.

علامه‌ی مجلسی درباره‌ی این قسمت از آیه‌ی «و یقطعون ما امر الله
به‌ی أن یوصل...» ۱۱۰ حدیث در باره‌ی اهمیت صله‌ی رحم، ذکر کرده
است که برخی از نکته‌های مهم این حدیث‌ها را یادآوری می‌کنیم:

امام صادق (علیه السلام) فرموده‌اند: « پدرم به من سفارش کرد با
کسانی که با خویشان خود قطع رابطه کرده‌اند، دوست نشوم. »

- به دیدار بستگان خود بروید هر چند در حدّ نوشیدن آب باشد.
- صله‌ی رحم، عمر ما را زیاد و فقر را از ما دور می‌کند.
- صله‌ی رحم، روزی را زیاد می‌کند.



حضرت علی (علیه السلام):

به راستی که گرامی‌ترین مرگ، کشته شدن در راه خداست. (غررالحکم ودررالکلم، ج ۲، ص ۳۰۴)

برقرار کردن مردم با ایشان را نمی‌دادند. با وجود این محدودیت‌ها نه تنها از محبوبیت امام کم نمی‌شد؛ بلکه بیشتر هم می‌شد. دشمنان امام وقتی دیدند نمی‌توانند علاقه و ارادت مردم را به امامشان کم کنند، تصمیم گرفتند ایشان را مسموم نمایند. آنان با نقشه‌ای که از قبل طراحی کرده بودند، آن امام بزرگوار را در روز سوم ماه رجب سال ۲۵۴ هجری قمری به شهادت رساندند. امام هادی (علیه السلام) مانند امامان معصوم، همواره بیان‌کننده‌ی احکام اسلام و قرآن بودند.

این امام بزرگوار، علاوه بر برخورداری از دانش و معنویت، پارساترین مردم زمان خود بودند. ایشان مانند پدران بزرگوارشان، روزها به کارهای مردم رسیدگی می‌کردند و شب‌ها به عبادت خالق یکتا مشغول بودند.



پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) احساس خطر می‌کردند. به خصوص امامانی که از محلّ خلافت آنان دور بودند، بیشتر اذیت می‌شدند. خلفای ستمگر عباسی، امام هادی (علیه السلام) را همیشه زیر نظر داشتند و اجازه‌ی ارتباط

شهادت امام هادی (علیه السلام)

امام هادی (علیه السلام) پیشوای دهم شیعیان جهان است. آن امام بزرگوار ۴۲ سال بیشتر نداشت که در شهر سامرا به شهادت رسید. شهادت مظلومانه‌ی ایشان همه‌ی مردم شهر سامرا را عزادار کرد. در آن روز، همه‌ی دوستان اهل بیت (علیهم السلام) در غم از دست دادن آن گوهر تابناک به ماتم نشستند، به طوری که آن سال، سال اندوه شیعه نامیده شد.

خلفای عباسی از توجه مردم به خاندان پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) می‌ترسیدند. آنان حتی از علاقه‌ی قلبی مردم به خاندان

ولادت مولود کعبه

تاکنون برای هیچ کسی حاصل نشده است. حضرت علی (علیه السلام) شخصیتی بزرگ است. ایشان در طول تاریخ همیشه مورد ستایش بزرگان قرار گرفته است. حتی کسانی که به امامت حضرت علی (علیه السلام) معتقد نیستند، او را شخصیتی یگانه و بی‌نظیر می‌دانند.

رسول خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) فرمودند: «هر کسی مرا اطاعت کند، خدا را اطاعت کرده است و هر که مرا نافرمانی کند، خدا را نافرمانی کرده است و کسی که علی (علیه السلام) را اطاعت کند، مرا اطاعت کرده و هر که حضرت علی (علیه السلام) را نافرمانی کند، مرا نافرمانی کرده است.

حضرت علی (علیه السلام) الگوی کامل انسانیت در همه‌ی زمینه‌های زندگی فردی و اجتماعی است.

بر من آسان کن.» ناگاه خانه‌ی کعبه شکافته شد و فاطمه به درون آن رفت و از نظرها پنهان شد. دوباره دیوار کعبه به هم آمد.

فاطمه پس از چهار روز از درون کعبه بیرون آمد، درحالی که نوزادی در آغوش داشت. در آن حال به دیگران فرمود: «من درون کعبه رفتم و در آن جا از میوه‌های بهشتی تغذیه کردم. چون خواستم بیرون آیم، ندا آمد ای فاطمه! نام او را علی بگذار. خداوند می‌فرماید: من نام او را از نام خود گرفتم و او را به علم خود آگاه می‌کنم. اوست که در بام خانه اذان می‌گوید و مرا بسیار عبادت می‌کند. خوشا! به حال کسی که او را دوست دارد و فرمانش را اطاعت کند و وای بر کسی که او را دشمن دارد و به فرمانش توجه نکند.»

افتخاری که برای حضرت علی (علیه السلام) با ولادت در داخل کعبه حاصل شده است،

حضرت علی (علیه السلام) در روز جمعه، سیزدهم رجب سال سی‌ام عام الفیل در خانه‌ی خدا به دنیا آمد.

نام پدر آن حضرت، ابوطالب و نام مادرش فاطمه بود. حضرت علی (علیه السلام) هم از جانب پدر و هم مادر هاشمی نَسَب است.

ولادت ایشان مانند ولادت سایر کودکان، ساده و عادی نبود. مادرش که خدا پرست و پیرو دین حضرت ابراهیم (علیه السلام) بود، به هنگام وضع حمل به درگاه خدا دعا کرد که وضع حمل او را آسان کند. او متوجه شده بود که حمل این طفل، با سایر فرزندان بسیار فرق دارد.

در روایتی آمده است که مادر امیر مؤمنان در حالی که نُه ماه باردار بود و درد داشت، به سمت خانه‌ی خدا رفت و گفت: «خدایا! من به تو ایمان دارم. ای خدا! ولادت این طفل را



نوروز فرصت مناسبی برای آشنا کردن فرزندان با سبک زندگی اسلامی - ایرانی است. در این ایام خانواده‌ها فرصت دارند فرزندان خود را با آداب و رسوم کشور ایران آشنا کنند. در این شماره درباره‌ی آداب عید نوروز و صله‌ی رحم در این ایام بیشتر خواهیم آموخت.

سبک زندگی اسلامی - ایرانی

آداب عید نوروز

لحظه‌ی تحویل سال، دعا کردن و به یاد خدا بودن مهم است. در آداب دعا سفارش شده است که در اماکن مقدّس به دعا بپردازیم.

نوروز فرصتی مناسب برای آشنا کردن فرزندان با سبک زندگی اسلامی - ایرانی است. در این ایام خانواده‌ها فرصت دارند فرزندان خود را با آداب و رسوم کشور ایران آشنا کنند.

یکی از این سنت‌های نیکو، دیدار از دیگران به ویژه فامیل و افراد سالمند در نخستین روزهای سال است.

در هنگام نوروز، کدورت‌ها و ناراحتی‌ها از بین می‌رود، فاصله‌ها به مهر و محبت تبدیل می‌شود. دیدار با فامیل موجب آرامش روح و روان می‌شود و افسردگی را دور می‌کند.

متأسفانه در عید نوروز که باید روابط خانوادگی را محکم‌تر کنیم، بیشتر اسیر تشریفات و اسراف می‌شویم. باید به این نکته توجه داشته باشیم که اگر به کالایی نیاز نداریم، از خرید آن بپرهیزیم؛ با این کار می‌توانیم در هزینه‌ها صرفه‌جویی کنیم.

حضرت امام علی (علیه السلام) می‌فرمایند: «روزی که در آن معصیت خدا نشود و گناهی انجام نگیرد، عید است.»

روزی حضرت امام صادق (علیه السلام) از یکی از یاران خود پرسید: «آیا می‌دانی امروز چه روزی است؟»

گفت: نه؛ ولی می‌دانم روزی است که ایرانی‌ها این روز را به هم تبریک می‌گویند و آن را بزرگ می‌دانند.



امام صادق (علیه السلام) به او فرمود: «این عید تنها برای ایرانیان نیست»؛ بلکه نوروز سابقه‌ی زیادی دارد.

آدابی که امامان معصوم (علیهم السلام) برای ما نقل کرده‌اند باعث شد که عید نوروز رنگ و بوی دینی به خود بگیرد. امام صادق (علیه السلام) می‌فرماید: «برای اینکه بتوانیم نوروز را با بهترین آداب شروع کنیم در این روز غسل می‌کنیم.»

از آداب دیگر در این روز، روزه گرفتن است. روز نوروز چهار رکعت نماز دارد که برای چگونه خواندن آن می‌توانیم به مفاتیح مراجعه کنیم. در



تهیه‌ی لباس و موادّ غذایی برای محرومان و یتیمان، از کارهای پسندیده در عید نوروز است. اگر برای فرزندان خود لباس نو تهیه می‌کنیم، برای بچه‌های فامیل و همسایگان محروم هم لباس و خوراک فراهم نماییم تا در شادی عید بزرگ ملی و اسلامی با ما شریک باشند.

در پایان، یادمان باشد که در ایام نوروز و همچنین روزهای دیگر با نگاه کردن به زیبایی‌های طبیعت، به بزرگی و توانایی خداوند متعال بیشتر بیندیشیم و شکرگزار نعمت‌های او باشیم.





مصرف آن برای کاهش تب و جمع نشدن خون در کبد مفید است. خوردن نارنگی از سرطان پیشگیری می‌کند.

نارنگی، سلطان مرکبات

نارنگی دارای انواع گوناگون شیرین، ترش، بزرگ و کوچک است. خواص آن مانند سایر مرکبات است. علاوه بر آن‌ها، ماده‌ای در نارنگی وجود دارد که برای لطیف کردن پوست دست و صورت، مفید است. نوع شیرین آن، آرام‌بخش اعصاب است. عده‌ای آن را به جای پرتقال، سلطان مرکبات و شاه میوه‌ی زمستانی می‌نامند.

نارنگی، ویتامین‌های فراوانی دارد. این میوه باعث تقویت حافظه و هوش می‌شود.

برای رفع بی‌اشتهایی نیز مفید است. اگر دچار بی‌خوابی هستید و شب‌ها خواب آرام و راحتی ندارید، یکی دو ساعت قبل از خواب، نارنگی میل کنید. این میوه ادرار آور است و از این رو می‌تواند سم‌های بدن را دفع کند. پزشکان خوردن نارنگی را به بیمارانی که سرگیجه دارند، توصیه می‌کنند. نارنگی، برای درمان بسیاری از بیماری‌ها، از جمله فشارخون بالا مفید است.



گذشت و ایثار حضرت زهرا (سلام الله علیها)

بود و آن را به مرد نیازمند داده بود، اشک از چشمان مبارکش جاری شد. اما چیزی نفرمود و فقط برای مرد فقیر دعا کرد.

عمّار یاسر، یکی از اصحاب پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم)، وقتی ماجرا را شنید، نزد آن مرد رفت و با دادن غذا، لباس، مرکب و هزینه‌ی سفر، آن گردن‌بند را از او خرید. پیامبر اسلام (صلی الله علیه و آله و سلم) از مرد فقیر پرسید: «آیا راضی شدی؟»

او با اظهار شرمندگی از پیامبر تشکر کرد و از مسجد خارج شد.

آن گاه عمّار گردن‌بند را در پارچه‌ای پیچید. آن را معطر کرد و به غلامش داد تا به پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) هدیه دهد. غلام نزد رسول خدا رفت و جریان را تعریف کرد. حضرت رسول (صلی الله علیه و آله و سلم) غلام و گردن‌بند را به فاطمه (سلام الله علیها) بخشید. غلام به خانه‌ی فاطمه (سلام الله علیها) رفت. حضرت زهرا (سلام الله علیها)، گردن‌بند را گرفت و غلام را در راه خدا آزاد کرد.

غلام لبخند زد. وقتی علت را از او جویا شدند، گفت: «چه گردن‌بند با برکتی بود! گرسنه‌ای را سیر کرد. برهنه‌ای را پوشانید. پیاده‌ای را صاحب مرکب کرد و غلامی را در راه خدا آزاد کرد.»

کرد. حضرت فاطمه (سلام الله علیها) با اینکه سه روز بود خود و همسرش چیزی برای خوردن نداشتند، گردن‌بندی را که به ایشان هدیه داده شده بود، از گردن باز کرد و به مرد فرمود: «این را بگیر و بفروش؛ امید است که خداوند بهتر از آن را نصیب تو کند.»

مرد گردن‌بند را گرفت و نزد پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم) بازگشت و ماجرا را بیان کرد. رسول خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) با دیدن آن گردن‌بند که تنها دارایی دخترش

همه‌ی زندگی حضرت فاطمه (سلام الله علیها)، سرشار از گذشت و ایثار و رفتارهای انسانی است. این بانوی بزرگوار بارها مورد عنایت خاص فرشتگان آسمانی قرار گرفته بودند.



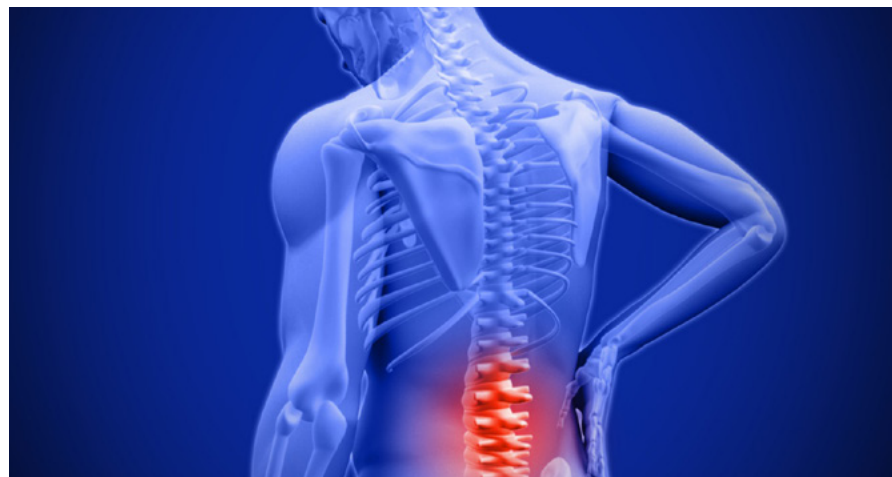
یکی از یاران پیامبر نقل می‌کند: «یک روز مرد نیازمندی پس از نماز عصر از رسول اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم) کمک خواست. حضرت فرمود: «من چیزی ندارم.» سپس او را به خانه‌ی حضرت فاطمه (سلام الله علیها) که در کنار مسجد و در نزدیکی خانه‌ی ایشان قرار داشت، راهنمایی کرد. آن مرد به خانه‌ی حضرت فاطمه (سلام الله علیها) رفت و تقاضای کمک



آیا می دانید

■ ستون فقرات بدن ما، شش دشمن دارد:

- (۱) شکم بزرگ
- (۲) بد خوابیدن
- (۳) بغل کردن بچه به شیوهی نادرست
- (۴) نشستن بر روی دو زانو
- (۵) ایستادن به مدت طولانی
- (۶) بلند کردن جسم سنگین



■ هرگز به سه چیز نمی‌رسیم:

- (۱) بستن دهان مردم
- (۲) جبران همه‌ی شکست‌ها
- (۳) رسیدن به همه‌ی آرزوها

■ به سه چیز حتماً می‌رسیم:

- (۱) نتیجه‌ی کارهایمان
- (۲) رزق و روزی
- (۳) مرگ

■ اشتباه‌های گذشته را فراموش کنیم، اما از آن‌ها پند بگیریم.

■ در برابر سختی‌ها صبور، در برابر ترس، قوی و در برابر خشم، فروتن باشیم.

■ برای رسیدن به آرامش، دو چیز را ترک کنیم:

- (۱) همیشه درباره‌ی دیگران قضاوت کنیم.
- (۲) بخواهیم همیشه دیگران ما را تأیید و از ما تعریف کنند.

حکایت

از فروشنده‌ای دوره گرد پرسیدند: چگونه در این کوچه‌ی خلوت و بدون عابر، روزی خود را به دست می‌آوری؟! گفت: آن خدایی که فرشته‌ی مرگش مرا، در هر جای خلوتی که باشم، پیدا می‌کند، فرشته‌ی روزی‌رسانش هم مرا گم نمی‌کند!



آشپزی آسان

قارچ سوخاری

ابتدا قارچ‌ها را تمیز بشویید و بگذارید خشک شوند. بعد آن‌ها را در آرد بغلتانید. سپس تخم مرغ، شیر و نمک را به آن اضافه کنید و هم بزنید. آن گاه قارچ‌های آغشته به آرد را در مخلوط شیر و تخم مرغ بگذارید و در روغن زیتون داغ شده در ماهی‌تابه سرخ کنید تا رنگ آن‌ها قهوه‌ای شود، قارچ‌ها را به صورت گرم میل کنید.

مواد لازم	
قارچ	۵۰۰ گرم
آرد سوخاری	نصف پیمانه
تخم مرغ	یک عدد
شیر	یک قاشق غذاخوری
نمک	نصف قاشق چای خوری
روغن زیتون	به مقدار لازم





بانوی بی سوادی که در ۸۲ سالگی باسواد شد

خانم فریبا سلاطی، معلم منطقه‌ی ۱۱ تهران درباره‌ی آموزش به مادرش اظهار داشت: «برای اینکه به مادرم خواندن و نوشتن بیاموزم، آموزش و پرورش منطقه کتاب‌های نهضت سوادآموزی را در اختیارم گذاشت و من در مدت کوتاهی باتوجه به علاقه‌ی شدیدی که مادرم به باسواد شدن داشت، به سرعت توانستم خواندن و نوشتن را به او بیاموزم. لذت نوشتن و خواندن باعث بهبود بیماری مادرم شده است؛ به طوری که وی اکنون مشکل عضلانی ندارد و تکلم او نیز تا حد زیادی بهبود یافته است. آن گونه که می‌تواند راحت بخواند و قلم را در دست بگیرد و بنویسد. حتی به گفته‌ی پزشکان معالج، این یک معجزه‌ی الهی است که بیمار با وجود سکتته‌ی مغزی و کهولت سن می‌تواند از سلول‌های آسیب دیده مغزی خود به خوبی استفاده کند و جالب اینکه پزشکان خواندن و نوشتن را بیشتر از مصرف دارو در بهبودی او مؤثر دانسته‌اند. این معلم تلاشگر همچنین متذکر شده است: «تنها چیزی که باعث شد مادرم رنج دوری از زادگاهش را تحمل کند و نیز از این

بانوی بی‌سواد در ۸۲ سالگی با ۱۸ سال سابقه‌ی معلولیت بر اثر سکتته‌ی مغزی؛ به کمک دخترش باسواد شد و از نظر جسمی نیز تا حد زیادی سلامت خود را به دست آورد.

به پدر و مادر خود نیکی کنید

(قرآن. کریم)

به گزارش روابط عمومی آموزش و پرورش منطقه‌ی ۱۱ تهران، خانم مرصع حسینی بانوی بی‌سواد لرستانی ۸۲ ساله که مدت ۱۸ سال است بر اثر سکتته‌ی مغزی معلول شده است، خواندن و نوشتن را آموخت.



خانم فریبا سلاطی

معلولیت رهایی یابد، علاقه‌ی او به نوشتن و کتاب خوانی بوده است.»

فریبا سلاطی می‌گوید: «مادرم همواره آرزو دارد همه‌ی فرزندان کشورمان، پدر و مادر خود را در هر سنی که هستند با کتاب و قلم آشنا کنند تا هیچ وقت احساس تنهایی نکنند و هوش و حافظه‌ی خود را از راه خواندن و نوشتن تقویت کنند و به فراموشی دچار نشوند.»

لازم است یاد آور شویم که این بانوی ۸۲ ساله مادر جانباز هشت سال دفاع مقدس است که اکنون در آسایشگاه اعصاب و روان جانبازان به سر می‌برد و فرزند دیگری نیز یکی از ایثارگران است.

خواص گیاهان و مواد غذایی

خاصیت‌های هل

تندتری دارد. در کشور ما برای معطر و خوش طعم کردن غذا، شیرینی یا مربا بیشتر از هل استفاده می‌کنند.

اگر هنگام دم کردن چای، چند دانه هل بریزید، چای شما هم خوشمزه‌تر می‌شود و هم خاصیت درمانی دارد. دانه‌ی هل، تقویت‌کننده‌ی معده، قلب، اعصاب و ضد نفخ است و به هضم غذا کمک می‌کند. از هل برای معالجه‌ی سرفه، سرماخوردگی و تب نیز استفاده می‌کنند.

دم کرده‌ی هل، برای درمان استفراغ و تهوع مفید است. اما مصرف زیاد آن، هم تپش قلب را زیاد می‌کند و هم برای بیماری‌های روده و ریه زیان‌آور است.

در بعضی موارد از هل برای کاهش حمله‌های بیماری صرع و بعضی سردردها نیز استفاده می‌شود.

هل، یکی از چاشنی‌های خوش بو است که در بعضی از غذاهای نان‌ها، شیرینی‌ها و به ویژه مرباها استفاده می‌شود.

هل میوه‌ی گیاهی از گروه زنجبیل‌هاست و انواع مختلفی دارد، مانند: هل سیاه، هل سفید و هل سبز که نوع سبز آن عطر و بوی



نکته‌های خانه‌داری

نکته‌هایی درباره‌ی لباس و لباس‌شویی

- برای تمیز کردن ماشین لباس‌شویی، از سرکه و پودر شست و شو استفاده کنیم. برای از بین بردن جرم آن از یک فنجان مایع سفیدکننده یا یک فنجان سرکه‌ی سفید استفاده کنیم.
- به هنگام شستن لباس‌هایی که دکمه‌ی چرمی دارند، دکمه‌ها را با کاغذ آلومینیومی بپوشانیم تا خراب نشوند.
- برای اطمینان از پاک شدن لباس‌ها، کمی سرکه به پودر رخت شویی اضافه کنیم.
- برای از بین بردن لکه‌های شمع از روی لباس قبل از شستن از اتوی داغ و کاغذ، استفاده کنیم.
- برای از بین بردن لکه‌های به وجود آمده از عرق بدن روی لباس، قبل از شستن از آب و سرکه استفاده کنیم.
- قبل از شستن لباسی که آدامس به آن چسبیده است، ابتدا آدامس را از لباس جدا کنیم. برای این کار لباس را در نایلونی قرار دهیم و در فریزر بگذاریم.
- برای ثابت ماندن رنگ لباس مشکی، از آب اسفناج پخته استفاده کنیم.



مناجات زیبای شهید دکتر چمران

خدایا! از بدی بعضی از افراد به درگهت شکایت داشتم. اما شکایت خود را پس می‌گیرم. من فهمیدم! فراموش کرده بودم که بدی وجود دارد تا هر زمان که دلم گرفت، نگاهم به تو باشد. گاهی فراموش می‌کنم که وقتی کسی کنار من نیست، معنایش این نیست که تنها هستم. معنایش این است که همه را کنار زدی تا خودم باشم و خودت. با تو تنهایی معنا ندارد! مانده‌ام تو را نداشتم چه می‌کردم؟ دوستت دارم ای خدای خوب من!



نکته‌های مفید در درمان برخی از بیماری‌ها

- لب بسیاری از افراد در فصل سرما ترک می‌خورد. برای درمان آن، چکاندن دو قطره روغن زیتون در ناف به هنگام خواب در چند شب موثر است.
- بیشتر شب‌ادراری‌های کودکان و حتی بزرگسالان، با نخوردن دوغ و ماست در شب درمان می‌شود. همچنین اگر به پیاز رنده شده کمی نمک و دارچین اضافه کنیم و به مدت پانزده دقیقه آن را زیر ناف بمالیم، تأثیر زیادی در معالجه‌ی این افراد دارد.
- خوردن عسل و آب تَرَب یا شلغم و مصرف عسل و سیاه دانه، بدترین و بزرگ‌ترین سنگ کلیه را دفع می‌کند.
- برای درمان بواسیر، مصرف خاکشیر بسیار مفید است.
- کسانی که پوستشان خشک است یا شوره‌ی سر دارند، بهتر است خاکشیر مصرف کنند.
- برای درمان تب خال، دو عدد سیب را رنده کنید. یک قاشق عسل به آن اضافه کنید و آرام آرام آن را میل نمایید.



- کسانی که ناراحتی پروستات دارند، کافی است به مدت نیم ساعت در وان آب ولرم که کمی حنا به آن اضافه شده است، بنشینند.

استفتائات حضرت آیت‌الله العظمی سید علی خامنه‌ای (مد ظله العالی)

سؤال: در سجده و رکوع، بعد از قرائت ذکر واجب، گفتن چه ذکر افضل است؟
جواب: تکرار همان ذکر واجب و بهتر است که به عدد فرد ختم شود و در سجده علاوه بر آنچه گفته شد، صلوات و دعا برای حاجت‌های دنیا و آخرت مستحب است.

سؤال: آیا جواب سلام کودکان اعم از دختر و پسر واجب است؟
جواب: جواب سلام کودکان ممیز، اعم از پسر و دختر، مانند جواب سلام زنان و مردان واجب است.

سؤال: اگر شخصی به گروهی سلام کند و بگوید: «السلام علیکم جمیعاً» و یکی از آنان مشغول نماز باشد، آیا بر او هم جواب سلام واجب است، حتی اگر دیگران جواب سلام را داده باشند؟

جواب: اگر شخص دیگری جواب آن را بدهد، نمازگزار اقدام به جواب گفتن نکند.

فرصت دوم

ماهنامه‌ی آموزشی، فرهنگی و خبری
سازمان نهضت سوادآموزی
اسفند ۱۳۹۷ ■ سال پنجم ■ شماره ۵۳

صاحب امتیاز: سازمان نهضت سوادآموزی

مدیرمسئول: علی باقرزاده

سردبیر: اسماعیل برقی

شورای نویسندگان: عابدین بازگیر، عبدالحسین حیدری تفرشی، لیلا رضایی، رسول سیف، مصطفی عطاران، عبدالرضا کریمزاده، ابوالفضل معصوم پور، منیرالسادات موسوی

پیگیری: علی شفق گلستان | ناظر چاپ: محمد فتاحی زاده
طراح و صفحه آر: یحیی حسین مردی

لیتوگرافی و چاپ: مجتمع چاپ ایماژ | شمارگان: ۱۰۰۰۰ نسخه

نشانی: تهران، خیابان شهید دکتر فاطمی، بعد از سه راه کاج، پلاک ۱۲۷، صندوق

پستی ۶۳۷۸ ۱۴۱۵۵ / تلفن: ۰۲۳ ۸۳۷۸۲۰۰۲۱ / نمابر: ۰۲۱ ۸۸۱۶۳۳۸۰

نشانی پایگاه اطلاع رسانی سازمان نهضت سوادآموزی: www.Lmoiran.ir/fa

■ نشریه فرصت دوم آماده دریافت مقاله‌ها و نقد صاحب نظران است.

■ نشریه در اصلاح، ویرایش و تلخیص مقاله‌ها، تا جایی که به اصل دیدگاه مؤلفان خدشه وارد نشود، آزاد است.

■ مطالب به صورت تایپ شده و از طریق پایگاه اطلاع رسانی سازمان ارسال شود.

■ مطالب تا حد امکان کاربردی و ساده سازی شده، باشد.

معرفی شهدای سوادآموزی



شهید: عبدالله نوری

تاریخ و محل تولد: ۱۳۴۴ | تبریز

تاریخ شهادت: ۱۳۶۵

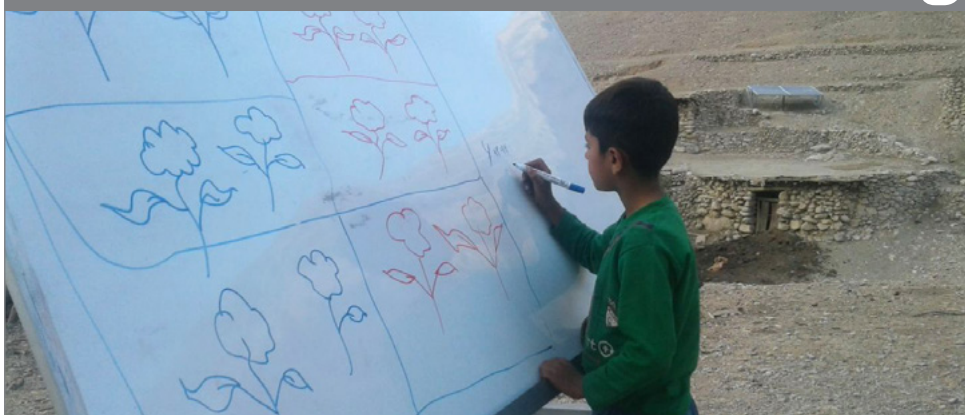
محل شهادت: زاهدان

شغل قبل از شهادت: آموزشیار

شهید عبدالله نوری در سال ۱۳۴۴ در شهر تبریز و در خانواده‌ای مذهبی به دنیا آمد. با آن که وضع مالی خانواده زیاد خوب نبود، توانست با تلاش و کوشش، تحصیلات خود را تا دیپلم به پایان برساند. وی همزمان با کار کردن در کنار پدر و رسیدگی به مادر مریض و برادر معلول خود، در یکی از مساجد به عنوان معاون پایگاه خدمت می‌کرد. به ورزش فوتبال علاقه‌ی زیادی داشت. شب‌ها تا نیمه شب نماز و قرآن می‌خواند. با آنکه سنش کم بود، مسئول انجمن اسلامی مسجد صاحب الزمان شد. در کارهای خیر شرکت می‌کرد. به مستضعفان محلّه رسیدگی می‌کرد. سپس در نهضت سوادآموزی به عنوان آموزشیار در یکی از روستاهای تبریز مشغول خدمت شد. سوادآموزان او را بسیار دوست داشتند. او برای سواد آموزان مسابقه‌ی قرآن و ورزش برگزار می‌کرد. سرانجام هنگام خدمت سربازی در شهر زاهدان به درجه‌ی عالی شهادت نائل شد.

نامش جاودان و راهش پرهرو باد

تصویر



پاسخ جدول شماره‌ی ۵۲

۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
خ	ر	و	س	م	ی	س	ی	۱
ی	ا	ر	ک	و	د	س	س	۲
ا	ه	ی	ا	س	م	و	و	۳
م	ج	گ	ر	د	ش	ت	ت	۴
ر	ب	ا	ا	و	ا	س	د	۵
ا	ر	ن	د	س	و	د	د	۶
ب	ن	ه	س	ت	ر	ا	ا	۷
ر	ش	د	ت	ا	ب	س	س	۸
ی	ا	ر	ی	ر	و	ش	س	۹



۹ ۸ ۷ ۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱

افقی (از راست به چپ):

- برای رسیدن به آن باید تلاش کرد - لقب امام ششم (علیه السلام) است.
- اگر به آن «م» اضافه کنیم یکی از فن های کشتی است - دعوت به سکوت
- استفراغ - سود حرام پول - ماده‌ی کشنده
- وسيله‌ی اعدام - دورویی (۵) مرکز استان گیلان - آزاد
- به معنای فریاد و عدل است - قسمتی از پا (۷) اشاره به دور - برکت سفره - چه کسی؟ (۸) ماده‌ای که زنبور عسل در ساختن خانه‌های کندوی عسل از آن استفاده می‌کند - طریقه، چگونگی انجام دادن کار (۹) قبر - صدمه، ضرر

عمودی (از بالا به پایین):

- نسیه نیست - وسیله‌ی درو کردن (۲) دوستان
- دهمین ماه سال - پرورش یافتن و نمو کردن - درخت انگور
- اندیشه - روشنایی (۵) مفرد اخبار - اهلی
- نام کشور عزیزمان (۷) واژه‌ای که به هنگام رنج و اندوه به کار می‌بریم - نوعی فلز - نوعی خاک
- غذا را در آن می‌ریزند و روی سفره می‌گذارند - محلّه
- سرنوشت - شب گذشته

جدول