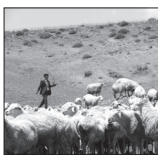


جمعیت دام مولد  
۲۰ درصد افزایش یافت



آتش نشانان  
تجهیز شدند



کاهش ۲۵ درصدی تماسهای  
قطعی آب در گلستان



## یادداشت اول

### غم نامه عاشورا

بامسولیت سردبیر

عاشوراست و عاشورا همواره به لحاظ سنتی، روز عزاداری و بازگشت به مرام و زندگی امام حسین (ع) برای بخش وسیعی از شهروندان ایران زمین است اما از آنجا که همواره مدیریت فضای عمومی به دست مداحان و خطیبان سپرده می شود و نه پژوهشگران و محققان، بنابراین آنها نیز به اقتضای توان علمی و فهم خود از غم نامه حسینی، درک خود را از نهضت حسینی در روح و روان مخاطبان بی شمار جا انداخته اند. در این فهم امام حسین (ع) شخصیتی است معهود به دهه محرم که به دست لشکریان یزید به شهادت می رسد. ابتدا و انتهای برای منظومه فکری آن امام تشریح نمی شود و عملاً یک امام متفاوت را به عزاداران معرفی می کنند که نیازمند سوگواری و تشنه آب است و شوربختانه در تمام این سالها نیز، جز استاد شهید مطهری و شاید تنی دیگر از روحانیون تلاش نکرده اند که اندیشه زلال عدالتخواهانه و صلح جوانانه امام را برای شهروندان تبیین کنند و از تمام زندگی شصت و چند ساله ایشان تنها به یک نیم روز بسنده کرده اند و تلختر آنکه کسی هم نپرسیده است، وقتی نزدیک به صد سال از شهادت امام در عاشورا تا کتابت آن حادثه در مقتل های معتبر گذشته است، چگونه می توان به آن مقاتل اطمینان کرد و این در حالی است که متون واضح و معتبری از فرمایشات امام در خطبه منا و تمام موقوف های سفر دو ماهه ایشان و یارانشان از مدینه تا کربلا وجود دارد و در آن سخنان امام (ع) گونه ای منظومه ای چارچوب های فکری و دلایل انتخاب راه را برای تاریخ بیان کرده است، با مطالعه این متون به عنوان یک شهروند امروزی و برخلاف تصور مداحان امروز و دیروز، امام را در قامت یک انسان اسطوره ای که برای نجات جامعه اش از جای برخاسته است می بینیم، امامی که برای زندگی برنامه معلومی دارد، برای انسانها حق انتخاب قائل است، امر به معروف و نهی از منکر و نقد حاکمان را واجب می داند و از فقر و فاقه جامعه اسلامی انتقاد می کند و جالبتر آنکه به شدت از بزرگان و علما به خاطر سکوت و همراهی با حکمرانی ناعادلانه انتقاد می کند و انسانها را به عدالت، برابری و اخلاق فرا می خواند. باری پیام امام یک پیام انسانی، اخلاقی و مومنانه برای همه بشر است، مشروط به آنکه آن را منظومه ای بازنامه کنیم و با تلیخیص امام (ع) به یک نیم روز، مظلومیت ایشان را مضاعف نکنیم.



بلوغ زودرس دختران  
با افزایش وزن مرتبط است  
« ۸ »



ادبیات  
کودک و نوجوان  
« ۴-۵ »



امام حسین (ع) و واقعه کربلا در شعر  
شاعران کهن سرزمین گرگان تشریح شد  
« ۳ »

# کشاورزی هنر است



برای ایجاد حداکثر فرصت برای رشد و شکوفایی غذای ما انسانها می باشد. بنابراین و به قطع یقین کشاورزی در واقع هنری متعالیست. ما احترام عمیقی برای هنر کشاورزی قائل هستیم و از کشاورزان جامعه خود که غذای پرورش یافته محلی را در اختیار ما قرار می دهند، بسیار بسیار سپاسگزاریم. کشاورزی یک هنرمند واقعی است که صاحب هیچ تریبون و کرسی و سکو و حزبی نیست و فقط یک هنرمند شگرف بی ادعاست. ما قادران و ستایشگر هنر زندگی بخش آنها هستیم. بنابراین، ما یک تشکر بسیار عمیق، صمیمانه و خالصانه به همه کشاورزان و شرکای تولید مواد غذایی خود مدیون هستیم و دوست داریم این را به اشتراک بگذاریم تا دیگران هم متوجه خلق آثار هنری کشاورزان گردند. زیرا کشاورزان خلاقیت های زیبا و خوشمزه خود را با جامعه ما به اشتراک می گذارند. سخن پایانی اینکه شما کشاورزان به ما کمک می کنید تا به سوی آینده ای با امنیت غذایی پایدارتر حرکت کنیم.

پژوهشگر بین المللی  
کشاورزی پایدار، استان گلستان

زنده و غیر زنده محیط زیست نظیر زمین، خاک، آب و آفتاب بر روی اجزای اصلی تولید غذای ما کار می کند. کشاورز نقاش زبردست و بی ادعایی است. خاک صفحه بوم نقاشی وی محسوب می گردد. آفتاب، آب، خاک و بذور ریز و درشت و رنگارنگ اجزای رنگهای متنوع وی هستند. غذای ما حتی زمانی که همه شرایط رشد عالی و مهیا باشد به طور خودکار ظاهر نمی گردد. ما هر روز سه وعده غذا در سفره و بشقاب خود داریم که همه مخلوق هنری کشاورزان و زارعین هستند زیرا کشاورزان می دانند که چگونه اجزای این عناصر را متعادل و هماهنگ نمایند تا اثری فاخر بر روی این بوم نقاشی یعنی خاک ایجاد نمایند. منظور، کار در هماهنگی با زمین و محیط زیست

محمد اسماعیل اسدی - کشاورز به مفهوم واقعی یک هنرمند است. اگر در ظاهر و بدون تعمق به زندگی کشاورزان بنگریم خیلی از آنها انسانهای عادی و معمولی به نظر می رسند، اما در باطن و واقعیت اینطور نیست که ما در مورد آنها فکر می کنیم. از سوی دیگر وقتی نگاه دقیق تری به نحوه خلق یک اثر هنری توسط یک هنرمند بیننازیم، متوجه می شویم که حرفه کشاورزی هنر بزرگیست و هر ذره و جزئی از کار یک کشاورز زحمتکش کم از خلق آثار هنری ندارد و کشاورز یک هنرمند بزرگیست. هنر هماهنگی است. یک نقاش هماهنگی بین اشکال، بافتها و رنگها را می بیند و آنها را در اثری زیبا می بافتد و به تصویر می کشد که چشمان ما را خوشحال می کند و روح ما را لمس می کند. یک نوازنده، به طور مشابه، با هارمونی کار می کند. هماهنگی صداهایی که جهان را پر از نواهای زیبا و خوش الحان می کند تا موسیقی ملودیک و هماهنگی ایجاد کند. یک نویسنده یا شاعر نیز با هماهنگی کار می کند. هماهنگی کلمات و زبان برای سیراب کردن و پر کردن قلب و ذهن و اندیشه ما. یک کشاورز همچنین با هماهنگی عناصر



بسیار



# جمعیت دام مولد ۲۰ درصد افزایش یافت



برای ذبح به کشتارگاه منتقل شوند. مدیرکل دامپزشکی گلستان ادامه داد: همچنین افزایش که به کشتارگاه دسترسی ندارند حتما هنگام ذبح دام مسائل بهداشتی مانند حداقل تماس با دام و استفاده از دستکش را رعایت کنند. کاووسی افزود: لاشه و آلابشات دام که در کشتارگاه و یا هیات‌های مذهبی قربانی می‌شود برای رعایت اصول اولیه بهداشتی حتما باید ۲۴ ساعت در یخچال نگهداری شده و سپس مصرف شود.

به طور عمده در شهرستان‌های شرق استان فعالیت می‌کنند. مدیرکل دامپزشکی گلستان ادامه داد: با ورود سرمایه‌گذار ۲ کشتارگاه صنعتی پیشرفته تا سال آینده در غرب استان افتتاح می‌شود. وی با اشاره به قربانی کردن دام در روزهای تاسوعا و عاشورا به طور معمول از سوی هیات‌ها، گفت: با توجه به گرمای هوا و فعالیت حشرات و احتمال انتقال بیماری‌ها مشترک انسان و دام به عزاداران توصیه می‌شود، دام‌های نذری

دلیل قیمت تمام شده و شرایط نگهداری مناسب، نقش مهمی در افزایش جمعیت دامی گلستان داشته است. وی افزود: ورود دام استان‌های دیگر هم با رعایت مسائل بهداشتی زیاد می‌شود و از فصل پاییز و زمستان حدود ۵۰۰ هزار راس دام عشایر به جمعیت دامی استان اضافه خواهد شد. وی با اشاره به فعالیت ۹ کشتارگاه دام در گلستان، افزود: ۶ مورد از این کشتارگاه‌ها سنتی و سه مورد هم صنعتی است که

مدیرکل دامپزشکی گلستان ظرفیت دام سبک استان را یک میلیون و ۴۰۰ هزار راس با جمعیت مولد زیاد اعلام کرد و گفت: این عدد در مقایسه با سال گذشته ۲۰ درصد بیشتر است. به گزارش روابط عمومی، علی کاووسی جمعیت دام سنگین گلستان را ۱۴۰ هزار راس برشمرد و اظهار کرد: کاهش قیمت نهاده، افزایش نزولات آسمانی و وضعیت خوب مراتع از نظر علوفه و تمایل کمتر دامداران به فروش به

منابع اعتباری شوند. فرماندار مراوه‌تپه هم در این نشست گفت: بخشی از روستاهای شهرستان با تنش آبی مواجه هستند و ضعف ولتاژ برق از عمده مشکلات مردم ساکن در غرب شهرستان است. امان‌محمد باشقره اظهار کرد: واریز حقوق آبداران در روستاها و رانندگان تاکر آب باعث کاهش مشکلات کم آبی در شهرستان می‌شود. وی به برخی مشکلات مراوه‌تپه که نیازمند پیگیری است اشاره کرد و افزود: ۶ روستای مستقر در کاسه سد چایلی ۱۸ سال است که از خدمات و اقدامات دولت بی بهره ماندند و نیاز است هرچه زودتر تصمیمات لازم گرفته شود. فرماندار مراوه‌تپه گفت: نیروگاه برق گازی شهرستان نیاز به ارتقا دارد و برای تقویت برق باید مراوه‌تپه به رینگ آشنخانه خراسان شمالی متصل شود. باشقره بیان کرد: حدود ۸۵ درصد از روستاهای مراوه‌تپه از امکانات اولیه مانند برق، گاز و آب بهره‌مند هستند و احداث جاده پست دره به جگرگان خراسان شمالی شهرستان را از بن بست خارج خواهد کرد.

است. ساخت سد چایلی از حدود ۲ دهه قبل با هدف کنترل سیلاب‌های فصلی و جلوگیری از خسارت جانی و مالی به مردم و همچنین تقویت آب موردنیاز ۱۲ هزار هکتار از زمین‌های کشاورزی مراوه‌تپه آغاز شد اما روند ساخت این سازه به دلایل مختلف از جمله کمبود اعتبار متوقف گردید. حسینی وحلت و همملی را مهمترین عامل توسعه منطقه دانست و افزود: نباید اجازه دهیم بر وحلت و رفاهت حاکم بر مردم منطقه کوچکترین خنثی‌های وارد شود. نماینده مردم شرق گلستان در مجلس شورای اسلامی ادامه داد: بخشی از مشکلات روستاهای چهار شهرستان شرق استان را با همکاری گروه‌های مشاور احصا کردیم و این روند ادامه دارد و خود را موظف می‌دانیم پیگیر حل مشکلات با اولویت اول و دوم باشیم. حسینی رفع مکاتبات با مدیران استانی و وزرا برای رفع مشکلات روستاها در دستورکار است و تمام نیازمندی‌ها را برای مدیران مرتبط می‌فرستیم تا بر اساس آن پیگیری جذب

نماینده مردم مینودشت، گالیکش، کاله و مراوه‌تپه در مجلس شورای اسلامی گفت: توسعه و رشد شهرستان محروم مراوه‌تپه به برنامه بلند مدت و همکاری مدیران و کارشناسان برای تدوین و اجرای آن نیاز دارد. به گزارش روابط عمومی، سیلنجیب حسینی در نشست شورای اداری مراوه‌تپه اظهار کرد: باید تلاش کنیم منابع اعتباری در طول چهار سال فعالیت مجلس به این شهرستان هدایت شود تا شاخص‌های توسعه مراوه‌تپه به میانگین استانی برسد. نماینده مردم شرق گلستان با تأکید بر اهمیت سرمایه‌گذاری برای توسعه اشتغال در منطقه، گفت: ظرفیت‌های شهرستان شناسایی و سرمایه‌گذاران را به سمت این ظرفیت‌ها هدایت خواهیم کرد. حسینی، تکمیل سد چایلی را از جمله پروژه‌های مهم مراوه‌تپه برشمرد و گفت: در رابطه با تامین اعتبار این پروژه با وزیر نیرو مذاکره شد چون تحول اقتصادی، رونق گردشگری و توسعه منطقه از مزایای به ثمر نشستن آن

## توسعه مراوه‌تپه به برنامه بلند مدت نیاز دارد

نماینده مردم مینودشت، گالیکش، کاله و مراوه‌تپه در مجلس شورای اسلامی گفت: توسعه و رشد شهرستان محروم مراوه‌تپه به برنامه بلند مدت و همکاری مدیران و کارشناسان برای تدوین و اجرای آن نیاز دارد. به گزارش روابط عمومی، سیلنجیب حسینی در نشست شورای اداری مراوه‌تپه اظهار کرد: باید تلاش کنیم منابع اعتباری در طول چهار سال فعالیت مجلس به این شهرستان هدایت شود تا شاخص‌های توسعه مراوه‌تپه به میانگین استانی برسد. نماینده مردم شرق گلستان با تأکید بر اهمیت سرمایه‌گذاری برای توسعه اشتغال در منطقه، گفت: ظرفیت‌های شهرستان شناسایی و سرمایه‌گذاران را به سمت این ظرفیت‌ها هدایت خواهیم کرد. حسینی، تکمیل سد چایلی را از جمله پروژه‌های مهم مراوه‌تپه برشمرد و گفت: در رابطه با تامین اعتبار این پروژه با وزیر نیرو مذاکره شد چون تحول اقتصادی، رونق گردشگری و توسعه منطقه از مزایای به ثمر نشستن آن

## خبر

### راهیابی ۱۳۸ نفر به مرحله دوم آزمون ملی حفظ قرآن



رئیس اداره امور قرآنی اداره کل تبلیغات اسلامی گلستان گفت: ۱۳۸ حافظ قرآن کریم گلستان به مرحله دوم شفاهی آزمون ملی اعطای مدرک تخصصی حفظ راه پیدا کردند. به گزارش روابط عمومی، محمد قادوسی زاده اظهار کرد: در پی اعلام نتایج مرحله اول کتبی آزمون نوزدهمین دوره ملی طرح «ارزیابی و اعطای مدرک تخصصی به حافظ قرآن کریم» در استان از مجموع ۳۱۱ نفر حافظ شرکت‌کننده ۶۷ نفر حافظ برادر و ۷۱ حافظ خواهر به مرحله دوم شفاهی راه یافتند. وی افزود: آزمون مرحله دوم به صورت شفاهی در مرکز استان و به میزبانی حوزه شهرستان گرگان در روزهای ۲۳ و ۲۴ مرداد ویژه خواران و در روزهای ۲۹ و ۳۰ مرداد ویژه برادران در سالن جلسات سردار شهید حاج قاسم سلیمانی اداره کل تبلیغات اسلامی برگزار خواهد شد. رئیس اداره امور قرآنی اداره کل تبلیغات اسلامی گلستان گفت: طرح ارزیابی و اعطای مدرک تخصصی به حافظان قرآن کریم، مصوبه شماره ۵۷۳ شورای عالی انقلاب فرهنگی بوده و بر همین اساس، قبول‌شدگان و دارندگان مدرک تخصصی حفظ می‌توانند از مزایایی همچون اعطای مدرک هم‌تراز کارشناسی، کارشناسی ارشد و دکتری، مزایای درجات هنری، امتیازات اداری، استخلامی و اعطای کمک‌هزینه تحصیلی برخوردار شوند.

## »»

### سازش پرونده ۸ میلیاردی با تالاش شورای حل اختلاف

پرونده اختلاف مالی ۸ میلیاردی با پادرمیانی اعضا شورای حل اختلاف و صلح یاران استان گلستان با رضایت و توافق طرفین پرونده به سازش ختم شد. طرفین این پرونده از حدود چهار سال قبل بر سر مالکیت یک دهانه مغازه به اختلاف خوردند و در این مدت ۵ پرونده بر علیه هم در محاکم تشکیل داده بودند. به دستور معاون قضایی رئیس کل دادگستری و رئیس مرکز حل اختلاف گلستان به منظور حل و فصل این اختلاف جلسه ای تشکیل و در همان جلسه طرفین پرونده با پادرمیانی معاون قضایی رئیس کل دادگستری، اعضا شورای حل اختلاف و صلح یاران و به عشق امام حسین (ع) با یکدیگر توافق و پرونده ختم به خیر شد.

## مصرف برق گلستان رکورد

## بالاترین مصرف سال گذشته را زد

خط‌نشان کرد: مجموع این اقدامات باعث شده است برای تامین برق مشترکان خانگی، مشکلی پیش نیاید. موسوی تصریح کرد: توان تولید برق در استان فعلاً ۱۰۰۰ مگاوات است و همه مشترکان باید در مدیریت مصرف، همراهی بیشتری داشته باشند تا برق پایدار برای همه فراهم باشد. وی همچنین از اهالی جایزه به مشترکان کم مصرف در قالب پویش «با انرژی» خبر داد.

خانگی، روزی ۵ ساعت برق چاه‌های کشاورزی و هفته‌ای یکبار برق واحدهای صنعتی در استان، قطع می‌شود. وی اضافه کرد: ادارات نیز موظف هستند در ساعات اداری ۴۰ درصد و در ساعات غیر اداری ۷۰ درصد صرفه جویی کنند تا برقرشان قطع نشود. مدیرعامل شرکت توزیع نیروی برق گلستان با بیان اینکه ۸۰ درصد برق مصرفی استان در اشتراکات خانگی است،

مدیرعامل شرکت توزیع نیروی برق گلستان گفت: گرمای شدید روزهای اخیر سبب شد، مصرف برق در این استان از پیک مصرف پارسال عبور کند. به گزارش روابط عمومی، سید احمد موسوی اظهار کرد: این روزها پیک مصرف استان به یکهزار و ۵۸۲ مگاوات رسید که در مقایسه با پیک پارسال ۷ مگاوات بیشتر است. موسوی ادامه داد: برای پایدار ماندن برق مشترکان

گلشهر

۰۱۷۳۲۲۴۴۳۰۲





خبر

### کاهش ۲۵ درصدی تماسهای قطعی آب در گلستان



مدیرعامل شرکت آب و فاضلاب گلستان از کاهش ۲۵ درصدی تماس های قطعی آب و افت فشار در شبکه آبرسانی گلستان خبر داد. به گزارش روابط عمومی، ابوالفضل رحیمی اظهار کرد: در سه ماه اول سال جاری ۱۳ هزار تماس با مرکز ارتباط مردمی شرکت آب و فاضلاب استان گلستان برقرار شد. وی افزود: از این تعداد تماس های انجام شده نسبت به مشابه سه ماه اول سال گذشته تعداد تماس ها ۵۰ درصد افزایش داشته است اما تماس های قطعی آب و یا افت فشار در شبکه آبرسانی کاهش داشته است. مدیرعامل شرکت آب و فاضلاب استان گلستان گفت: تعداد تماس های قطعی آب و افت فشار در سطح استان ۲۵ درصد کاهش داشته است و این شاخص در شهرستان گرگان نسبت به مشابه سال گذشته با کاهش ۵۰ درصدی روبرو بوده است. رحیمی در بخش دیگری اظهار کرد: با توجه به اقدامات صورت گرفته و ایجاد فرایندهای جدید و مهندسی معکوس در تجهیزات موجود و پایه گذاری روش اجرایی مدیریت دارایی ها (AM) تامین آب شرب بهداشتی پایدار با سرعت بیشتری پیگیری خواهد شد تا با توجه به پیگیری مجدانه همکاران این شرکت و همیاری و همکاری مردم شریف استان در طرح پوش هر خانواده گلستانی ۵۰ لیتر صرفه جویی آب در شبانه روز خدمات خوب و قابل قبولی به مردم شریف استان ارائه شود.



### گوشت ومرغ به قیمت تنظیم بازار در اختیار هیات های مذهبی قرار می گیرد

معاون توسعه بازرگانی سازمان جهاد کشاورزی گلستان گفت: با تمهیداتی که اندیشیده شد گوشت و مرغ به قیمت تنظیم بازار در اختیار هیات های مذهبی قرار می گیرد. به گزارش روابط عمومی، حسین پهلوانان از تأمین مرغ منجمد و گوشت مورد نیاز هیات های مذهبی و بازار استان خبر داد و اظهار کرد: گوشت قرمز در فروشگاه های استان گلستان به وفور یافت می شود و مشکلی در این زمینه نیست. وی با اشاره به اینکه ۵۰۰ تن مرغ در استان ذخیره شده است، افزود: با توجه به اینکه در ایام ماه محرم قرار داریم و مصرف مرغ در این روزها بسیار بالا است خوشبختانه هیچ مشکلی در این بخش برای استان وجود ندارد و از محل ذخیره سازی گوشت و مرغ لازم با همکاری سازمان تبلیغات در بین هیات ها توزیع می شود. معاون توسعه بازرگانی سازمان جهاد کشاورزی گلستان گفت: با توجه به تمهیداتی که اندیشیده شده گوشت و مرغ به قیمت تنظیم بازار در اختیار هیات های مذهبی قرار می گیرد و این طرح تا پایان ماه محرم و صفر ادامه دارد. وی خاطرنشان کرد: به همین مناسبت میزان ۳۴۰ تن برنج و ۱۴۰ تن شکر در استان ذخیره شده است.

گرگانی و علی بن زید فصیحی استرآبادی ازجمله شاعران عربی زبان اما شیعه مذهب منطقه ما هستند که در رثای امام حسین و واقعه کربلا اشعاری را سروده اند.

#### برادرانی که برای امام حسین (ع) سرودند

وی افزود: خصوصاً جوهری جرجانی، شاعر دربار آل بویه و از شاعران نزدیک و محبوب صاحب بن عباد وزیر مشهور آل بویه که ۲ قصیده بلند و مشهور در مورد امام حسین (ع) و قیام کربلا دارد که در مقتل خوارزمی و لهوف سید بن طاووس ذکر شده است. شاعر و پژوهشگر گرگانی گفت: از قرن نهم هجری یعنی پیش از تسلط صفویان بر ایران شاعرانی چون هلالی جغتایی استرآبادی و نظام الدین استرآبادی در مورد امام شهدا شعر سروده اند. وی افزود: نظام الدین استرآبادی از قصیده سرایان بزرگ سده های نهم و دهم، شعر بلندی درباره امام حسین (ع) دارد. یک نکته جالب هم اینکه نظام الدین، دو برادر شاعر دیگر هم داشت، بهنام های طابری استرآبادی و مهدی استرآبادی که در تاریخ ادبیات فارسی بی نظیر است؛ یعنی ما در شهرهای دیگر ایران، سه برادر شاعر نداشتیم. همچنین سلطان محمد صدفی استرآبادی و فهمی استرآبادی هم از شاعران قرن دهم هستند که هر دو در مورد امام حسین شعر سروده اند. بایزیدی در پایان گفت: البته ناگفته نماند که اغلب شاعران شیعه، در ملح امام علی (ع)، امام رضا (ع)، امام مهدی (عج) هم اشعار بسیاری دارند اما خوب در مورد امام حسین (ع) که موضوع مورد بحث ما و البته تطبیق تاریخی با این ایام دارد، ما صحبت می کنیم و من به همین خاطر اشاره ای به آن مسائل نکردم. به گزارش ایبنا، علی بایزیدی، نویسنده، شاعر و پژوهشگر گرگانی، صاحب امتیاز و مدیرمسئول فصلنامه فرهنگی، هنری، ادبی و تاریخی استارباد، عضو هیئت تحریریه دانش نامه گلستان و دانشجوی دکتری مدیریت بازرگانی و راهبردی است. از وی افزون بر سیصد عنوان مقاله، مطلب و جستار مختلف و متعدد فرهنگی-تاریخی و نیز اشعاری در نشریات ملی و استانی منتشر شده و نیز کتاب هایی با عناوینی چون «پارس نگار؛ روزنامه رخدادهای تاریخی استان فارس»، «قصه های مادر بزرگ؛ حکایت های عامیانه مردم گرگان»، مجموعه شعر «دفتر اول: نقل آخر»، قابوس بن وشمگیر، میرسید شریف جرجانی، میرفندرسکی از مجموعه مفخر و مشاهیر گلستان، روانه بازار نشر شده است.

مبنای تمامی نوحه خوانی ها و مداحی ها، بر پایه شعر و سروده های شاعران و مداحان است. حداقل در ۵ سده اخیر؛ یعنی از زمان برپایی حکومت شیعه مذهب صفویه در ایران و تغییر فضا و محتوای عزاداری ها، این مسئله به خوبی پیدا و نمایان است. بایزیدی ادامه داد: البته این بدین معنی نیست که ما پیش از صفویه در این خصوص شعر و چکامه و سروده های نارنگ و بو و مؤلفه های سوگواری در این بانصود چند سال به طور کامل پایه و اساس شعر به خودش گرفته و خب تأثیر و اثرگذاری شعر نسبت به نثر چه در خصوص شادی و جشن چه در خصوص عزاداری و سوگواری مسلماً بیشتر است.

#### برخی نقل قول ها در هیچ منبعی دیده نمی شود

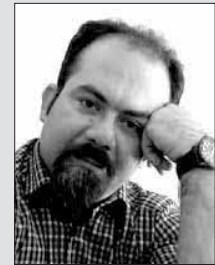
وی افزود: نکته دیگر اینکه تأثیر شعر در حوزه عزاداری تا بدان ها پیش رفته که متأسفانه برخی از روایات و منقولات تاریخی در مورد واقعه عاشورا و کربلا را تحت تأثیر قرار داده و حتی دخل و تصرف کرده و ما نقل قول هایی را می شنویم که در هیچ یک از منابع متقدم تاریخی و به اصطلاح مقاتل مشهور قرون اولیه اسلامی، دیده نمی شود. بایزیدی ادامه داد: مثلاً عبارت «هل من ناصر ینصرنی» از امام حسین (ع) یا «ان کان دین محمد لم یستقم الا بقتلی فیا سیوف خزینی» و یا «ان الحیة عقیده و الجهاد» همه این ها از دل شعر شاعرانی چون محب الهویزی اهوازی و احمد شوقی مصری از شاعران تقریباً معاصر بیرون آمده است.

#### شعر در گلستان ۱۲۰۰ سال قدمت دارد

وی در ادامه درباره شعر در سرزمین گرگان (جرجان) و امام حسین (ع) و واقعه کربلا در شعر شاعرانش گفت: سرزمین گرگان در حوزه شعر فارسی یکی از قدیمی ترین مناطق شاعر پرور ایران به حساب می آید. ابوسلیک گرگانی یا جرجانی از نخستین شاعران پارسی سرای ایران، متعلق به سده سوم هجری و دوره یعقوب لیث صفاری است. بایزیدی ادامه داد: پس تاریخ شعر سرایی در گلستان ۱۲۰۰ سال قدمت دارد و از آنجایی که در قرون اولیه اسلامی، گستره گرایش به اهل سنت بیشتر از تشیع است، ما شاعران کمتری در حوزه مورد بحثمان داریم؛ اما خوشبختانه چند تن از شاعران قدیمی این سرزمین از جمله ابوالحسن علی بن احمد جرجانی متخلص به جوهری، حکیم لامعی



### امام حسین (ع) و واقعه کربلا در شعر شاعران کهن سرزمین گرگان تشریح شد



علی بایزیدی، شاعر و پژوهشگر گرگانی با اشاره به اینکه سرزمین گرگان در حوزه شعر فارسی یکی از قدیمی ترین مناطق شاعر پرور ایران به حساب می آید، گفت: از قرن نهم هجری یعنی پیش از تسلط صفویان بر ایران شاعرانی چون هلالی جغتایی استرآبادی و نظام الدین استرآبادی در مورد امام شهدا شعر سروده اند. به گزارش خیرگزاری کتاب ایران در گرگان، علی بایزیدی، شاعر و پژوهشگر گرگانی شامگاه چهارشنبه و هم زمان با برپایی دومین شب از چهاردهمین سال برپایی تکیه هنرمندان استان گلستان در مدرسه تاریخی تقوی های گرگان، گفت: اساس و

# آتش نشانان تجهیز شدند



منازل مسکونی هستند و این امکان یکی از مکان های مهم و پرخطر محسوب می شوند، لذا رعایت موارد ایمنی آنها بسیار حائز اهمیت بوده و بر اساس استانداردهای ایمنی باید به تجهیزات و امکانات پیشگیری و مقابله با آتش سوزی مناسب مجهز باشند. صفری با اشاره به اینکه با

رئیس سازمان آتش نشانی و خدمات ایمنی شهرداری گرگان از خریداری جدیدترین تجهیزات عملیاتی و حفاظت فردی ویژه آتش نشانان مرکز استان گلستان خبر داد. به گزارش روابط عمومی، موسی الرضا صفری اظهار کرد: حفظ جان و مال شهروندان از جمله مهمترین وظایف سازمان های آتش نشانی است که می طلبد برای این مهم سازمان ها به ایمن ترین تجهیزات ممکن مجهز شوند. وی با بیان اینکه به همین دلیل سازمان آتش نشانی شهرداری گرگان در فاز نخست نسبت به خرید البسه و تجهیزات مورد نیاز اقدام کرد، افزود: البسه خریداری شده ۶۰ میلیارد ریال ارزش دارد. رئیس سازمان آتش نشانی و خدمات ایمنی شهرداری گرگان خاطرنشان کرد: لباس های عملیاتی درجه یک، فیس (ماسک) و کپسول های تنفسی، طناب استاتیکی، شیلنگ های آبرسانی و بسکت (سبد) مورد نیاز جزء مهمترین اقلام خریداری

## یادداشت دبیر صفحه

تا حالا بر سر دو راهی قرار گرفته اید؟ به ویژه از آن دو راهی ها که عقل و منطق در مقابل دل و آرزو قرار میگیرند. کدام را انتخاب کرده اید؟ از آنجایی که شاعر و نویسنده هستیید، حتی اگر تاکنون این مساله را تجربه نکرده باشید، احتمالاً گاهی به آن فکر کرده اید. یا ممکن است خود را به جای شخصیت داستان یا فیلمی بر سر دوراهی تصور کرده باشید. گاهی چیزی را در مسیر زندگی خود انتخاب می کنید و یا در مسیری مشخص پیش می روید و انتخاب ها به ترتیب پیش رویتان قرار می گیرند. اما مسیر زندگی همیشه هموار نیست و ناگهان در نقطه ای مشخص می بینیم که دو راه پیش روی ماست. در جا ماندن و انتظار و یا راه بازگشت هم می تواند جزو انتخاب باشد که چندان شایسته به نظر نمی رسد. در دو راهی ها باید سکوت محض باشد تا ذهن و دل در کشمکش های خود ما را هدایت کنند و از میان هیاهوی زمان، گوش بسپاریم به صدایی که در امتداد راه ما را به سوی خود می کشاند.

## شعر

خیام  
بخوانیم

آزاده حسینی

پیش از من و تو لیل و نهار بوده است  
گردنده فلک نیز به کاری بوده است  
هر جا که قدم نهی تو بر روی زمین  
آن مردمک چشم نگاری بوده است.  
پیش از من و تو، قبل از این که من و تو در این دنیا  
به وجود بیاییم، شب و روز وجود داشته اند و آسمان  
گردنده همچنان در حرکت و به کاری مشغول بود. آدم  
هایی که پیش از من و تو سال ها پیش زندگی می  
کردند، خاک شدند و زمین امروز از خاک آنهاست.  
گوئی هر جا که پا می گذاریم، چشم یار و نگاری  
است که  
حالا جزوی از خاک شده. حاصل سخن اینکه قدر  
این لحظه را بدانیم و آینده ما شبیه این گذشتگان  
خواهد بود.



مرضیه ملکیان

شکر خدا  
من یک درخت سیبم  
تو یک چنار هستی  
من این طرف نشستم  
تو آن طرف نشستی  
من قد شاخه هایم  
مثل تو نیست اما  
تو می روی همیشه  
سمت خدا، به بالا  
بد نیست اینکه قند  
خیلی بلند باشد  
لطف خدایست حتماً  
رویت گلی نباشد  
من را ببین که با این  
قد قواره شادم!  
شکر خدا، دلم را  
دست غمی ندادم  
من میوه دارم و تو  
صدها هزار بازو  
هر شاخه ی تو دارد  
صد کفهی ترازو!



فائزة رسولی

آدمیزادی تو یا زاده ی شیر زیان  
رفته ای اما تو هستی در میان  
بوسه را تکرار کن ای ماه صلح  
قهر را در چاه کن در راه صلح  
ناله کن بر طبل آتش تو بز  
رسم مردان را بیاور تو به تن  
چون سیاوش سر به آتش کن دوان  
تا نباشی بند در بند زیان



فاطمه مزنگی

دل از این سنگر بی رحم کجا سنگ زده  
دل از این جامه ی بی رنگ کجا رنگ زده  
دل از این واژه ی بیگانه مرا دوست نخوان  
به خدا خانه و کاشانه ما سنگ زده  
کز بر این شانه ی چوبی  
به کجا می روی؟  
درد این چوب سیاه از نگاهت  
به دل تنگ زده



سوغند خبیلی

آدم است دیگر!  
گاهی هزار دلیل عقل را نقض می کند  
تا به غم فرصت جولان بدهد  
بها به هوای دل غم زده خود بدهد  
تا به چشم فرصت باران بدهد

تقدیم به قهرمان صورت کربلا  
حضرت زینب

معصومه (سارا) رضائی کردمحل

صبر هم از صبر تو بی تاب گشت  
قامتش پیش تو اندر خاک گشت  
صبر تو صبر تمام انبیا  
حافظ دین خدا و نهضت کربلا  
صبر ایوب شمه ای از صبر توست  
خالق یکتا مات صبر توست  
صبر تو دین را دوباره زنده کرد  
کربلا را تا ابد پاینده کرد  
صبر تو دشمنان را خوار کرد  
نقشه هاشان را همه ناکار کرد  
دشمنت با صبر تو در هم شکست  
پایه های دولتت از هم گسست  
با صبوری در جواب دشمنان  
گفته بودی غیر زیبایی ندیدی تو نشان



محبوبه تیبیانیان

امسال دوباره دلم پُر امید می شود  
دیباچه های شعرم سپید می شود  
در هر طلوع و غروب آفتاب به مهر  
عشق تو در قلبم، نوید میشود  
در روزگار علم و حلم و معرفت  
از جان گذشته برای تو  
شهید می شود



مانده احمدی

نگاهت نور راهم،  
روح تو آرام جانم  
ما ملت امام حسینیم،  
شعار این جهانم  
دختری ایرانی ام، مهم است در وطن نظرم  
با افتخار امروز، یک رای اولی نوجوانم

## قرمزی

در یک روز کهکشانی ازدهایی به رنگ قرمز و با خال هایی  
مشکی در محله شان به خوبی و خوشی زندگی می کرد. اما  
یه مشکل کوچولو داشت و نمی توانست از دهانش آتش  
بدهد به خاطر همین همه مسخره اش می کردند و با او  
دوست نمی شدند. روزها گذشت و مادرش فکری کرد. با



فاطمه زهرا تریابی

## درخت پرتقال و نارنج

ویانا روح افزایی - توی روستای کوچک سرسبزی خانواده ای  
زندگی میکردند. این خانواده توی باغچه ی خوشنشین درخت میوه  
های خوشمزه و رنگارنگ داشتند. توی این درخت میوه ها یکی  
از درخت ها درخت نارنج بود. درخت نارنج همیشه ناراحت بود  
که من هیچ فایده ای ندارم، من ترشم هیچکس منو به عنوان یک

و گفت: «چرا از من دور شدی بچه! مگر نمی دانی  
که دور شدن از مادر می تواند بسیار بسیار دردسرساز  
باشد؟!» - «حالا بیا بریم خدا را شکر بخیر گذشت».  
آنها رفتند و رفتند مسیرهای طولانی را رد کردند مثل  
مسیرهای آتشفشانی، برفی، یا کوهستانی تا بالاخره  
به سختی تا بالای تپه رسیدند. ازدها کوچولو وقتی  
به روستای بالای تپه نگاه کرد همه خستگی اش  
را فراموش کرد. آنجا روستایی رنگارنگ بود، بازی

میوه ی خوشمزه نمیخوره. پرتقال شروع کرد و گفت  
بله درسته ولی من برعکس تو میوه خوشمزه ای هستم.  
هم شیرین و هم ترش خوشمزه و آبنا، خوش رنگ  
و پر ویتامینم همه منو دوست دارن و با اشتها میخورند.  
ولی تو چی بد مزه، تلخ بی خاصیت هیچ کسی تو رو  
دوست نداره. نارنج حرف های پرتقال را تایید می کرد.  
انگار نمی دونست این داره ازش بد میگه اینجها بود که



## سفر دلپذیر



سیده فاطمه اعقیلی

کوله پشتی ام را برداشتم و وسایل سفر را درونش جلی دلم. رو به آیماه کردم. با حسرت به من نگاه می کرد و با افسوس گفت: «ای کاش من هم با تو می آمدم!» لبخندی به او زدم و دستم را روی شانه اش انداختم، گفتم: «آن شاءالله قسمت می شود با هم میرویم». آیماه نگاهی به من انداخت، لبخند کوتاهی بر صورتش نمایان شد و زیر لب زمزمه کرد: «آن شاءالله». صدای مادر می آید: «آییدا! وسایلت رو جمع کردی؟! می گویم: آره. جمع کردم. مادر وارد اتاق می شود. نگاهی به کوله پشتی ام می کند و می گوید: «خوب دقت کن چیزی جا نذاری!» زیر لب «چشم» می گویم. وقت شام می شود. آرام از پله ها پایین می روم بوی خوش غذا به مشامم می رسد. ظرف ها را با کمک آیماه روی میز می چینم. مادرم غذا را به روی سفره می آورد. همه ی خانواده دور میز می نشینند. مادر رو به پدر می گوید: «فرذا باید صبح زود حرکت کنی تا آییدا زودتر برسد». پدر می گوید: «حتما!» پس از خوردن غذا در جمع کردن سفره به مادر کمک کردیم. شب، با ذوق چشمانم را روی هم گذاشتم. با طلوع خورشید چشمانم من هم گشوده شد. سراغ کوله پشتی ام رفتم و فهرست وسایلم را بررسی کردم. همه را برداشته بودم. لباس را پوشیدم و وسایلم را برداشتم. به پایین رفتم و سر سفره ی صبحانه نشستیم. با اشتیاق صبحانه ام را خوردیم و در جمع کردن سفره به مادر و آیماه کمک کردیم. تقریبا تا پانزده دقیقه دیگر باید راه می افتادیم. وسایلم را در صندوق عقب ماشین گذاشتم و به سمت مادر و آیماه رفتم. مادر گل بوسه ای بر پیشانی ام نهاد و آیماه مرا در آغوش گرمش رها کرد. با نام و یاد خدا سفر را شروع کردیم. به محل مورد نظر رسیدیم از خانواده خخلحافظی کردم و راه افتادم. سفر پر تجربه ای را پشت سر گذاشتم. بالاخره پس از چندین ساعت پیاده روی به کرپلا رسیدیم. به هتل رفتم و خود را روی تخت انداختم. با مادر تماس گرفتم و گزارش سفرم را با آنها به اشتراک گذاشتم. پس از آن همه خستگی به خواب عمیقی فرو رفتم. با آلام موبایل بیدار شدم. لباس هایم را پوشیدم و از هتل بیرون رفتم. با اشتیاق فراوان به سمت حرم حرکت کردم. در بین الحرمین ایستاده بودم. اشک شوق در چشمانم حلقه زده بود. در دل می گفتم: «امام مهربانم! پس از سال ها با برنده شدن در یک مسابقه ی علمی مرا به کرپلا آوردی! آن هم پیاده! چقدر دلم لک زده بود برای زیارتت!» چند ساعتی را در حرم گذراندم. روزها برایم مثل نسیم خنک بهاری می گذشت. پس از دو هفته به خانه برگشتم. سفرم را برای خانواده ام تعریف کردم و سوغاتی ها را به خانواده دادم. چه سفر دلپذیری!



شود. می بینم، می فهمم اما سوخته ام. تمام روح و شالوده ام مانند صورت بی نوایم سوخته است. دلتنگ خواب های بدون کابوسم هستم. خواب هایی که با فشار دانش آرامش از آنها سرازیر می شود. فکر میکنم. نه! خسته شده ام، از فکر کردن های بی ثمر خسته شدم. بانم بی حس است. صورتم می سوزد، ذهنم در حال خالی شدن است. فکر میکنم و به هیچ چیزی نمیروم جز یک کلمه، چرا من؟! چرا باید کسی که نمیشناسم به من آسیب بزنم؟ کاری کردم؟ به فرد بی گناهی آسیب رساندم؟ سرم سنگین است، درد می کند. تیر می کشد و قرار نبود فکر و خیال کنم. اما نمی توانم! با فکر به این که چرا کسی باید به صورتم آسیب بپاشد، خود را دیوانه کرده ام. دلتنگ خانواده ام شده ام. اما روی دینشان رو ندارم. بله براستی من دیگر واقعا روی دینشان را ندارم. می خواهم قوی باشم، امید داشته باشم. اما حالا نه، حالا که دیگر توان باز نگه داشتن چشمانم را ندارم نه! شاید بعدا. شاید وقتی از خواب بیدار شدم.

بود خخلحافظی ما. چهار روز بعد در بین الحرمین بودم. اصلا نفهمیدم که کی آمدم اینجا هنوز در شک بودم. نه خنده ای، نه گریه ای. حالا شش ماه از بازگشتم می گذرد. از اینجا برای امام حسینم گریه می کنم. امیدوارم امام حسین دوباره مرا بطلبند.



آیدین منوچهری

دلم تنگ است. تنگ روزهای خوشم. روزهایی که با فکر به بلند پروازی ام صبحش را شب می کردم. روز هایی قبل از آن اتفاق شوم. دلتنگ زیبایی هایم، خنده هایم، دلتنگ تعریف های دیگران از نوشته هایم. نوشته هایی که ذره ای درونش از نامیلی، سختی و دلتنگی نبود. افسوس و صد افسوس که دیگر هرگز آن آدم قبلی نخواهم شد. دلم نگاه های ماتم زده اطرافیانم را نمی خواهد. آن چشمان همیشه خیس، چشمانی که هر زمانی سنگینی نگاهش را بر روی صورتم حس میکنم، دلم پر پر می

## عمه ای که باعث بهترین لحظات عمرم شد



سارا عابدی فر

عمه ام از کرپلا آمده بود در مسجد بودیم. پدرم در قسمت مردانه، من و مادرم قسمت زنانه. همیشه رسم است که اول به آقایان شام بلهند بعد به خانم ها. شام را آوردند. خوردیم و به احترام سفره چند دقیقه نشستیم و کمی بعد رفتیم در خیابان تا آقایان بیشتر از این خسته نشوند. در مسجد پدرم کنار سرکاروان کرپلا نشسته بود و با او کمی صحبت کرد. پدرم: «سلام! شما سرکاروان کرپلا هستی!» سرکاروان کرپلا که من بعد از آشنایی به او عمو سید می گویم، پاسخ داد: «بله!» پدرم: «نفری چند میلیون تومان؟! عمو سید!» نفری شش میلیون و پانصه. پدرم رو به عمو سید گفت: «اگر خدا بخواد ما میایم کرپلا سه نفر هستیم. عمو سید!» شما چه نسبتی با محمد باقر دارید؟! پدرم: «امام ما هستند.» عمو سید: «پس فامیل هم شدیم.» هر دو خندیدند. بیرون مسجد در خیابان منتظر بودیم. پدرم ماشین ندارد و خیلیی دردسر است که وقتی جایی می رویم باید منت کشی کنیم تا کسی ما را به خانه برساند. خدا را شکر اینبار برادرم بود و ما را رساند. در ماشین روی صندلی عقب، مادرم، و دو تا زنلاداش هایم نشسته بودند. در صندلی جلو من روی پای پدرم نشسته و تقریبا له شده بودم. رسیدیم و خخلحافظی کردیم. پدرم موضوع گفتگو با عمو سید را برای ما تعریف کرد و من کلی ذووووووووو کردم. گفتم: «کی؟! پدرم: «معلوم نیست. بیست روز بعد در مدرسه بودم که مادرم آمد دنبالم که برویم گذرنامه بگیریم. چندین ساعت طول کشید. مادرم دوباره مرا به مدرسه برد. یک هفته بعدا مادرم گفت: «سارا! گذرنامه آمده است.» من: «هووووووووو!» به عمو سید گفتم و او باید تاریخ حرکت را اعلام می کرد. عمو سید هی نظرش عوض می شد. اول گفته بود بیست و دوم آذر بعد از چند روز گفت این آخرین تصمیم من است. هجده دی. حالا نگو که امروز دوازده دی است. وسایلمان را جمع کردیم و مامان دوستم آمد آش پشت پایی پخت. خوردیم و به به عجب آشی. هجده دی ساعت هفت صبح بود. عمو سید گفت ده دقیقه دیگه ده دقیقه شد نیم ساعت. نیم ساعت شد یک ساعت و یک ساعت شد دو ساعت. عمو سید گفت: «سریع بیاین دور میدون!» گفتم چشم و راهی شلیم. رسیدیم به اتوبوس اشک دور چشمانم را گرفته بود. بخاطر اینکه کسی نیامده

می کردند. پرندهها پرواز می کردند. همه شاد بودند. ازدها کوچولو تو حال خودش بود که یک دفعه مادرم دستش را گذاشت روی شونه اش و گفت: «مواظب باش بچه اینجا روستای شلوغی هست نباید دست من را ول کنی چشم رو هم بناری رسیدی اونجا برگشتیم.» رفتند و رفتند تا رسیدند به یک کلبه شگفت انگیز. آن کلبه بسیار رنگارنگ و جذاب بود که ازدها کوچولو بدو بدو وارد کلبه

این ماجرا سر در بیاورند. دکتر ازدها وقتی دید که دوست های ازدها کوچولو در حال تماشا هستند به قرمزی و مادرش گفت: «گونه قرمزی بسیار بسیار کمباب هست باید مواظب اینگونه باشم من می توانم خوبش کنم ولی این گونه بسیار منحصر به فرد است و شما باید مواظبش باشید. آنها با خوبی و خوشی به سمت خانه به راه افتادند.

### آرنیکا روح افزایی

نمی تواند از دهانش آتش بیرون بیاورد». دکتر ازدها گفت: «خوب اینکه چیز بدی نیست!» «نه می دانم ولی بچه های محله ما به خاطر این تفاوت قرمزی، او را مسخره می کنند. به خاطر همین آمدیم پیش شما تا بدانیم آیا شما می توانید مشکل ما را حل کنید؟» بعد از این حرف دکتر ازدها سرش را به معنای بله تکان داد و دنبال دارویی گشت. ناگهان چند تا چشم را از پشت پنجره دید. متوجه شد که آنها دوستان قرمزی هستند، تا آمده اند از

شد. مادرش گفت: «وایسا بچه مگه نگفتم که از من دور نشو!» آنها روی صندلی نشستند. ازدها کوچولو گفت: «مامان مامان این همون ازدهای بالای تپه است!» مادرش زمزمه کرد ساکت باش بچه زشته حتما این آقای محترم اسمی دارد. ازدهای بالای تپه خندید و گفت: «اشکالی ندارد!» می توانید من را دکتر ازدها صدا کنید.» و به قرمزی یک شکلات قرمز خوشگل داد. دکتر ازدها گفت: «حالا چه شده که آمدید به اینجا؟» مادر قرمزی با ناله گفت: «آقا دکتر این قرمزی ما

### نازنین زهرا خانقلی



تا برای دخترک که سرما خورده بود سوپ درست کن. نازنج آنقدر خوشحال شد که نگو نازنجی هم گفت نازنج دیلی، دیلی توهم فایده های داری وایستا تو هنوز قشنگ نرسیدی هر وقت که برسی بهت میگم چقدر مفیدلی! نازنج گفت: یعنی اینقدر مفیدم؟! نازنجی گفت اونقدری مفید هستی که وقتی تمیز رسیدی میگی که ای کاش من همون میوه ی بی خاصیت بودم.

نازنجی افتاد وسط و گفت دارین در مورد چی صحبت می کنید؟! نازنج گفت در مورد بی خاصیتی من! نازنجی گفت نه نازنج تو خیلی پرخاصیتی آکه تویی خاصیت بوی خانواده دختر چرا تو رو در حیاط شون کاشتن؟! نازنج گفت: ببخشیدا ولی منو به عنوان لیمو شیرین کاشتن. نازنجی دیگه حرفی برای دل داری نداشت که همان هنگام پدر بزرگ دخترک اومدن هفتا نازنج چیدن

آیا معنی دوست داشتن را میدانی؟ دوست داشتن به معنای واقعی این است که قادران باشی و مهربان و در کارهایت ابراز علاقه کنی تا آن شخص بفهمد که واقعا بخاطر دوست داشتن به اوست. البته این ابراز علاقه حلی دارد که باید رعایت شود تا سوتفاهمی پیش نیاید.







# بلوغ زودرس دختران با افزایش وزن مرتبط است

درمورد دختران، بلوغ و چرخه قاعدگی معمولاً بین سنین ۱۰ تا ۱۵ سالگی شروع می شود



برای کودکان و خانواده ها، تأثیر مستقیم بلوغ زودرس ممکن است اتخاذ رفتارهای پرخطر از طریق تماس با افراد بزرگتر و تأثیرات منفی بر عملکرد در مدرسه باشد

کودکان خردسالی با خطر بالای بلوغ زودرس، ممکن است با بهبود سبک زندگی یا به کارگیری برخی دستورالعمل های رفتاری یا پزشکی ساده به کاهش این خطر کمک کنند. در مورد دختران، بلوغ و چرخه قاعدگی معمولاً بین سنین ۱۰ تا ۱۵ سالگی شروع می شود، اما کارشناسان می گویند که این امر در دهه های اخیر بسیار زودتر شده است. محققان توضیح دادند که کمتر از نیمی از واریانت های ژنتیکی تحت نظارت این مطالعه، یا ۴۵ درصد، بلوغ را به طور غیرمستقیم، از طریق افزایش وزن در اوایل کودکی، تحت تأثیر قرار می دهند. تحقیقات قبلی نشان داده است که یک جزء گیرنده در مغز وجود دارد که وضعیت تغذیه بدن را کنترل می کند و زمان بلوغ و سرعت رشد را در کودکان تنظیم می کند.

## بلوغ خیلی زود یا خیلی دیر

کاترین کنتیستو، محقق ارشد این مطالعه گفت: این اولین بار است که می توانیم انواع ژنتیکی نادر را در این مقیاس تجزیه و تحلیل کنیم و ۶ ژن را شناسایی کرده ایم که به شدت بر بلوغ تأثیر می گذارند. وی گفت: اگرچه این ژن ها در دختران کشف شده اند، اما اغلب تأثیر یکسانی بر زمان بلوغ در پسران دارند. همچنین مکانیسم های جدیدی که ارائه می کنیم می تواند مبنای مداخلات برای افرادی باشد که در معرض خطر بلوغ زودرس و چاقی زودرس هستند. در مطالعه جدید که نتایج آن در مجله Nature Genetics منتشر شد، محققان مجموعه ای از نکات ژنتیکی را مشخص کردند که پیش بینی می کند احتمال بلوغ دختر در سنین بسیار پایین یا بسیار دیررس وجود دارد. نتایج نشان داد که دخترانی که در ۱ درصد از این امتیازات ژنتیکی حضور داشتند، تقریباً ۱۱ برابر بیشتر احتمال دارد که بعد از ۱۵ سالگی خیلی دیر به بلوغ برسند. از سوی دیگر، دخترانی که در ۱ درصد پایین نمرات ژنتیکی قرار گرفتند، حدود ۱۴ برابر بیشتر احتمال داشت که خیلی زود، قبل از تولد ۱۰ سالگی، به بلوغ برسند. اونگ، محقق و متخصص اطفال، گفت: در آینده، ممکن است بتوانیم این امکان را فراهم کنیم که از این نقاط ژنتیکی در کلینیک ها برای شناسایی دخترانی که خیلی زود یا خیلی دیر به بلوغ می رسند استفاده کنیم.

محققان به این نتیجه رسیده اند که ژن ها ممکن است به طور غیرمستقیم بر سن دختران با تسریع افزایش وزن در دوران کودکی که عاملی برای خطر بلوغ زودرس است، تأثیر بگذارند. بر اساس این مطالعه، ژن های دیگری نیز وجود دارند که می توانند به طور مستقیم بر بلوغ تأثیر بگذارند. به گزارش ایرنا زندگی، طبق یک مطالعه در بریتانیا، بلوغ زودرس منجر به نرخ بالاتر اضافه وزن و چاقی در بزرگسالی می شود. خانواده ها و پزشکان می توانند با پیش بینی اینکه چه کسی با خطر بلوغ زودرس مواجه می شود، اقداماتی را برای کاهش این خطر انجام دهند، که با افزایش خطر ابتلا به تعدادی از بیماری ها در سنین بالاتر از جمله دیابت نوع ۲ و بیماری قلبی مرتبط است. بر اساس این مطالعه، بلوغ دیررس با سلامتی در بزرگسالی و طول عمر بیشتر همراه است. یک تیم بین المللی به رهبری محققان واحد اپیدمیولوژی در شورای تحقیقات پزشکی در دانشگاه کمبریج DNA در بزرگترین مطالعه در نوع خود تا به امروز، حدود ۸۰۰ هزار زن از اروپا، آمریکای شمالی، چین، ژاپن و کره را مورد مطالعه قرار دادند. محققان به این نتیجه رسیدند که بیش از ۱۰۰ متغیر تغییرات محدودی در (DNA) وجود دارد که بر سنی که برای اولین بار قاعدگی اتفاق می افتد تأثیر می گذارد. در این مطالعه، حدود ۶۰۰ مورد از این انواع برای اولین بار مشاهده شد. پروفیسور جان بری، یکی از نویسندگان این مطالعه و مسئول ارتباطات، گفت: بسیاری از ژن هایی که ما پیدا کردیم، ابتدا با تسریع افزایش وزن در نوزادان و کودکان خردسال، بر بلوغ اولیه تأثیر می گذارند. وی افزود: این می تواند بعداً منجر به مشکلات بالقوه جنی سلامتی شود زیرا بلوغ زود هنگام منجر به افزایش نرخ اضافه وزن و چاقی در بزرگسالی می شود. پروفیسور کن اونگ از دانشگاه کمبریج، یکی از محققان شرکت کننده در این مطالعه، گفت: ارتباط با خطرات مربوط به بیماری های جنی در مراحل بعدی زندگی، اهمیت بهداشت عمومی اجتناب از بلوغ زودرس را برجسته می کند. وی افزود: برای کودکان و خانواده ها، تأثیر مستقیم بلوغ زودرس ممکن است اتخاذ رفتارهای پرخطر از طریق تماس با افراد بزرگتر و تأثیرات منفی بر عملکرد در مدرسه باشد. او گفت: پیش بینی مواجهه

ممکن است بسته به جنسیت متفاوت باشد. به طور کلی، مردان محیط های خنک تر را ترجیح می دهند در حالی که زنان اغلب محیط های گرم تر را ترجیح می دهند. پس چرا زنان بیشتر از مردان احساس سرما می کنند؟ در مطالعه علمی که در سال ۱۹۹۸ منتشر شد، مشخص شد که دمای پوست زنان به خصوص در دست هایشان، پایین تر است. همین موضوع باعث می شود آن ها نسبت به آقایان بیشتر احساس سردی بکنند. این مطالعه که در مجله انگلیسی The Lancet منتشر شد، نشان داد که در بین ۲۱۹ شرکت کننده، دست های شرکت کننده زن حدود ۳ درجه فارنهایت سردتر از دست های شرکت کننده مرد بود. با سرد شدن دست ها، زمانی که اعصاب پوست در مورد دمای پوست به مغز تکانه هایی می فرستند، احساس سرما به طور خودکار به بقیه بدن منتقل می شود. بنابراین، وقتی زنان احساس سرما می کنند، اغلب به دلیل کاهش دمای انگشتان دست و پا یا به طور کلی اندام هاست. فایزر، شرکت جهانی تحقیقات دارویی و پزشکی، فاش کرده است که زنان ۵ برابر بیشتر در معرض ابتلا به بیماری رینود هستند. در این بیماری کاهش دما، باعث بی حس شدن برخی از قسمت های بدن مانند انگشتان دست و پا می شود، زیرا رگ های خونی در آنها دچار اسپاسم می شوند. این رگ ها خون را به اندام ها می رسانند و در پاسخ به سرما یا استرس بیش از حد منقبض می شوند. انگشتان دست و پا به دلیل کمبود خون و اکسیژن می توانند سفید و سپس آبی شوند. پس از گرم شدن قسمت های سرد بدن، جریان خون طبیعی در عرض حدود ۱۵ دقیقه باز می گردد. بر اساس مطالعه ای که توسط دانشکده پزشکی دانشگاه مریلند انجام شد و در وب سایت تحقیقات پزشکی JAMA منتشر شد، زنان بیشتر احساس سرما می کنند، اما میانگین دمای بدن آنها بیشتر از مردان است. این اختلاف بین دمای اولیه و احساس سرما توسط مشاور بیماری های قلبی

عروقی، مارگاریتا پردا، توضیح داده شده است که اگر بدن به گرما عادت کرده باشد، ممکن است هوا سردتر از حد معمول به نظر برسد. پردا در مقاله ای که در وب سایت پزشکی "Guys & ST Thomas Specialist Care" منتشر شد، گفت که برخی از تفاوت های بیولوژیکی بین زن و مرد می تواند بر دمای بدن تأثیر بگذارد که به نایبیری در درک گرما بین جنس ها کمک می کند. این عوامل عبارتند از:

**سطح هورمون ها:** تغییر سطح هورمون های زنانه باعث می شود زنان احساس سرما کنند و استروژن باعث گشاد شدن رگ های خونی می شود و اجازه می دهد گرمای بیشتری از طریق سطح پوست از دست برود. هنگامی که یک زن از داروهای ضد بارداری هورمونی استفاده می کند، سطح استروژن افزایش می یابد. زیرا بسیاری از داروهای ضد بارداری هورمونی حاوی استروژن هستند. همچنین در طول تخمک گذاری نیز استروژن افزایش می یابد که این تغییرات معمولاً ۲۴ ساعت طول می کشد و حدود ۱۴ روز پس از چرخه قاعدگی رخ می دهد.

**نرخ متابولیک:** که به فرآیند شیمیایی اشاره دارد که در آن بدن غذا را به انرژی تبدیل می کند. افزایش سرعت سوخت و ساز بدن به این معنی است که بدن غذا را سریعتر می سوزاند و در طی این فرآیند دمای بدن افزایش می یابد. در حالی که میزان متابولیسم زنان در مقایسه با مردان پایین تر است و همین موضوع باعث می شود احساس سردی بیشتری داشته باشند.

**توده عضلانی و توزیع چربی بدن:** اکثر زنان معمولاً کوچکتر از مردان هستند و بافت عضلانی کمتری برای تولید گرما دارند، در حالی که مردان توده عضلانی بیشتری دارند که به آنها اجازه می دهد احساس گرما

کنند. در عین حال، چربی بدن زنان بیشتر از مردان است. برخلاف ماهیچه، چربی بدن را گرم نگه نمی دارد.

## چگونه بر سرما غلبه کنیم؟

گاهی اوقات تفاوت دمای بدن و احساس سرما باعث ایجاد مشکلاتی بین مردان و زنانی که باهم زندگی می کنند، مانند زوج ها و یا همکارانی که باهم در یک دفتر کار می کنند، ایجاد می کند. مطالعه ای در ژورنال Nature Climate Change نشان داد که بیشتر ساختمان های اداری دما را بر اساس فرمول چند دهه ای تنظیم می کنند که از نرخ متابولیک مردان به عنوان استاندارد استفاده می کنند. این مطالعه که در سال ۲۰۱۵ منتشر شد، به این نتیجه رسید که ساختمان ها باید نگاه جنسیتی را در آسایش حرارتی کاهش دهند. برای غلبه بر تفاوت هایی که ممکن است به دلیل دما و احساس سرما ایجاد شود، می توان مراحل زیر را دنبال کرد:

۱- پتوهای مجزا: استفاده از پتوهای جداگانه برای زن و شوهر راه خوبی برای غلبه بر تفاوت در ترجیحات دما است.

۲- گرم کردن پاها و دست ها: احساس سردی از این اندام ها شروع می شود، یعنی گرم نگه داشتن دست ها و پاها گرما را به کل بدن می فرستد.

۳- سیستم های گرمایش شخصی: در محیط کار می توان از سیستم های راحتی شخصی استفاده کرد. منظور سیستم های حرارتی ای است که مکانی را که در آن قرار می گیرند بدون تأثیر بر محیط اطراف گرم یا خنک می کنند و فرد می تواند با گرم کردن پاها یا سر، گرمی آنها را کنترل کند. این وسایل کوچک فردی را می توان روی میز و صندلی یا نزدیک پاها قرار داد. این دستگاه ها ممکن است راه حلی برای غلبه بر سرما در محیط کار برای زنان باشد. به خصوص اگر محل کار متکی به دستگاه های خنک کننده مرکزی باشد که البته باید در نظر داشت که کنترل این موضوع بدون تغییر کل سیستم بسیار دشوار است.

## چرا زنان بیشتر از مردان سرما را احساس می کنند؟



دمای پوست زنان به خصوص در دست هایشان پایین تر است، که ممکن است باعث شود احساس سردی بیشتری نسبت به مردان داشته باشند. به گزارش ایرنا زندگی، حتماً برای شما هم پیش آمده که در یک اتاق، در یک زمان، ممکن است آقایان بخواهند کولر را راه اندازی کنند، در حالی که خانم ها ترجیح می دهند از سیستم های گرمایشی استفاده کنند. در یک مطالعه علمی این موضوع بررسی شده که طی آن دریافته است که ترجیحات دما