



آنچه در این شماره می خوانید:

دوربین صدا معلم
(مصاحبه با خانم معصومه عابدی)

فوت و فن معلمی
انتخاب سرنوشت ساز

رستاخیز بهار
شمیم انتظار

فهرست

بسم الله الرحمن الرحيم

۳.....فراخوان همکاری

۴.....شناسه

۵.....سخن سردبیر

۶.....کلام فرمانده

۷.....رستاخیز بهار

۸.....مه فرودین و روز نو

۹.....شمیم انتظار

۱۰.....کاش بهار آمدنت سر برسد

۱۱-۱۰.....راز و رمز نقاشی کودکان

۱۲.....تربیت آینده سازان

۱۳.....دوربین، صدا، معلم

۱۴-۱۶.....آشپز باشی

۱۷.....فوت و فن معلمی

۱۸.....انتخاب سرنوشت ساز

۱۹.....پیامی به گل نرگس

۲۰.....بر لب، هنر خنده بیاموز

فراخوان همکاری

نشریه صبحدم از تمامی دانشجو معلمان ارجمند (واحد خواهران) که علاقه مند به فعالیت در زمینه نویسندگی، گویندگی، ویراستاری و صفحه آرایی هستند دعوت به همکاری می نماید.

علاقه‌مندان جهت کسب اطلاعات بیشتر می توانند از راه های ارتباطی زیر اقدام نمایند:

پیام رسان تلگرام: @Tchr-std

پیام رسان بله: @teacher-vr

شماره تماس: 09186312909

دانشجو معلمان گرامی می توانید برنامه ها و شماره های دیگر نشریه صبحدم را از طریق نشانی های زیر پیگیری نمایید:

آدرس کانال صبحدم: @Sobhdam-nahad

پیج اینستاگرام: Sobhdam-nahad



سخن سردیر

اسال بهار قدم های سبزتری دارد، بهار با قدم های مولای آید.
خوشایالی که بانام صاحب الزمان (عج) آغاز شود...
آقا جان!

سال باست منظر شما، ستیم، خودتان بهم خوب میدانید جهان دیگر محتاج شماست.
وقت آمدن نشد؟

نوروز مارنگ و بوی شمار دارد، بوی گل نرگس...
شاید این نوروز ممدوی، نوید آمدن شمار می دهد.
دل های باب امید آمدن شما خوش است، چشم های مادر انتظار شما به راه دوخته شده.
زمان پایان انتظار نرسید؟

دستان ما سمت آسمان است، تا برای شما دعا کنیم، می دانیم که شاعر شب دست به دعا بر می دارید و هدایت ما را از خدا می خواهید و حذر ما شرمزنده
ایم از اینکه قلب شما را سگتیم...
مولا جان!

ما جوانیم و جاہل
اما عاشق شما

تحويل بهار را تحول خودمان میکنیم تا دیگر جزئی از موانع ظهورتان نباشیم...
اللهم غل لولیک الفرج



شناسه

گاهنامه فرهنگی، اجتماعی و سیاسی صبحدم
سال اول، شماره پنجم، بهار ۱۴۰۰

صاحب امتیاز: نمایندگی مقام معظم رهبری دانشگاه فرهنگیان
همدان (پردیس شهید باهنر)

مدیر مسئول: زهرا وزینی راغب

سردبیر: پریناز درجزینی

طراح جلد و صفحه آرا: گروه هنری یگانه (یگانه زینتی-۰۹۹۰۶۵۵۲۳۱۹)

ویراستار: سمانه حسینی

هیئت تحریریه:

محدثه یاری فخر، فاطمه سادات طباطبایی، نگین رضا زاده،
الیکا جبری، الهه سلیمانی، نیکناز اتحاد، لیلا جوکار، فاطمه
احمدی، سیده فاطمه حسینی، دنیا عباسیان، مهیا ملکی، زهرا
وزینی راغب

با سپاس ویژه از همکاری دانشجو معلمان گرامی:
مژده اسدی، فاطمه هدایتی، مریم محمدی



رستاخیز بهار

نویسنده: محدثه یاری فخر

درست هنگامی که طبیعت در سرمای سوزان زمستان آخرین دانه های بلورین برف را نثار کوه و دشت می کند، بهار از راه می رسد و همچون مادری مهربان، دست نوازشگر و پر مهر خویش را بر روی پیکر بی جان زمین می کشد و همچون دم مسیحا، روح را در کالبد بی جانش می دمَد و شاخه های سرد و خشکیده اش را با مهر و عطوفت خویش لبریز از احساس گرما و لطافت می کند. با فرا رسیدن بهار طبیعت ردای زیبای خویش را بر تن می کند و برای شاخسار درختان شکوفه های سفید و صورتی به ارمغان می آورد و از غنچه های ریز برای آذین بخشیدن به درختان استفاده می کند.

بهار جشن طبیعت است فصل شکفتن و آغاز، نشانگر شروعی دوباره، با آمدنش خورشید پرتو های خود را پرفروغ تر از همیشه به کوه و دشت هدیه می کند، زمین نیز دانه های کوچک را در دل خود می پرورد و با پرورشش نهالی جوان را به جهان طبیعت تقدیم می کند. با آمدن بهار پرندگان بر روی شاخسار درختان نغمه سرایی می کنند و اینچنین نوید رسیدن بهار را به همگان می دهند. گویی پرندگان به ما می گویند سرمای زمستان از جهان رخت بر بسته و بهار پدیدار گشته است و فصل شادی و سرور فرا رسیده، در فصل بهار زمین این شاهزاده ی مخمل پوش آبی نگین، در مدار حلقه خود چنان دری گرانبها می درخشد و فصل رویش دوباره اش را با عروس فصل ها جشن می گیرد. طبیعت در هنگام بهار زیبایی های خاص خودش را دارد پرندگان چرخ زنان، آواز عشق و زندگی سر کنان، در هوای خنک و لطیف بهاری پر می زنند، درختان، شاخه هایشان را با شکوفه ها زینت می دهند و ریشه های خود را در دل خاک می پروارند. گل های زیبا روی سبزه ها را می گیرند، آسمان پر از ابرهای خاکستری می شود و شاید چندان طولی نکشد تا با شنیدن صدای غرشی از آسمان دانه های بلورین باران از دامن ابرها رها شوند و غلترزان بر روی گلبرگ ها یا روی خاک های خشکیده ای که شاید ماه ها انتظار آمدنشان را می کشیدند بیفتند و به آنها حباتی دوباره بخشند. دیدن این همه زیبایی با هم در یک قاب شگفت انگیز و جالب است و انگار چشم ها هیچگاه از تماشای آن سیراب نمی شود، همانطور که هیچ دوربین یا تابلو نقاشی نمی تواند حقیقت چیزی را که هست نمایان سازد و به تصویر کشد.

شاید تنها چیزی که در پس این همه زیبایی می توان گفت این است که جهان هستی با همه عظمتش آینه دار خداست و پرتوی از جمال و جلال پروردگارش را به تماشا گذاشته است. قُبَارِکَ اللهُ احسن الخالقین.

تولید سال ۱۴۰۰
پشتیبانی، مانع زدایی

Made in Iran

Made in Iran

Made in Iran

ساخت ایران

ساخت

من شعار امسال را این جور تنظیم کردم: «تولید؛ پشتیبانی ها، مانع زدایی ها». ما بایستی تولید را محور کار قرار بدهیم و حمایت های لازم را انجام بدهیم و مانع ها را از سر راه تولید برداریم. امیدواریم ان شاء الله به لطف الهی این شعار تحقق لازم را پیدا کند. رهبر انقلاب اسلامی ۱۳۹۹/۱۲/۳۰



مه فرودین و روز نو

نویسنده: یاسی طباطبایی

جشن باستانی عید نوروز، آغاز بهار و در واقع شادی طبیعی از پایان فصل سخت سرما است. در این فصل، تمامی ناخوشی های مربوط به سرما از بین رفته و جای آن را سبزی و طراوتی وصف نشدنی فرا می گیرد. زمین لباس تازه بر تن می کند و زمینی دیگر می شود و شاید، آدمیان همین دید را نسبت به خود نیز داشته اند.

بمان تا بیاید مه فرودین
بدانکه که بر گل نشاندت باد
بگویم ترا هر کجا بیژن است
بجام اندرون این مرا روشن است

در شاهنامه می خوانیم که پس از طهمورث، جمشید پسر وی به تخت پادشاهی نشست و همه مرغان و دیوان و پریان به فرمان او درآمدند.

وی به ساختن آلات جنگی پرداخت، رشتن و تافتن و بافتن به مردم آموخت، طبقات چهارگانه کاتوزیان، نیساریان، نسوریان و اهتوخشی را پدید آورد، به دیوان دستور داد تا با آب و خاک، گل درست کرده، گرمابه و کاخ های بلند سازند و سپس از سنگ، گوهر بیرون آورد، بوی های خوش پدیدار ساخت، پزشکی را بوجود آورد و کشتیرانی را به مردم آموخت و بعد از تمامی این کارها، تختی ساخت که هرگاه اراده می کرد دیوان آن را برداشته و به آسمان می بردند و در روز هرمزد فروردین براین تخت نشست و بر آسمان رفت و جهانیان این روز را روز نو خواندند.

چو خورشید تابان میان هوا
نشسته بر او شاه فرمانروا
جهان انجمن شد بر تخت او
از آن بر شد قره بخت او
به جمشید بر گوهر افشاندند
مر آن روز را روز نو خواندند
سر سال نو هرمز فرودین
بر آسوده از رنج روی تن دل زکین
به نوروز تو شاه گیتی فروز
بر آن تخت بنشست فیروز روز
بزرگان به شادی بیاراستند
می و جام و رامشگران خواستند
چنین جشن فرخ از آن روزگار
بما ماند از آن خسروان یادگار

اغلب کتب قدیمی جمشید را پایه گذار نوروز دانسته اند. دلیل انتساب این جشن به جمشید به درستی بر ما معلوم نیست. اما با اطلاع به اینکه فردوسی شاهنامه را بر اساس روایت های قدیمی و کتاب خداینامه به نظم درآورده است، در می یابیم که نسبت دادن این جشن به جمشید از دوران بسیار قدیم معمول بوده است.

همه کردنی ها چو آمد بجای
ز جای مهی برتر آورد پای
به فرّ کیانی یکی تخت ساخت
چه مایه بدو گوهر اندر نشاخت
به جمشید بر گوهر افشاندند
مر آن روز را روز نو خواندند
سر سال نو هرمز فرودین
بر آسوده از رنج روی زمین

در هر حال نوروز در ایران چنان اهمیتی داشته است که با روی آمدن دین زرتشت به عنوان یک دین حکومتی در زمان ساسانیان، نه تنها از بین نرفت بلکه جایگاه خاصی نیز پیدا نمود. «در این عهد نوروز را در میان ملت ایران و نیز در دربار، مراسم مخصوص و تشریفات فراوان در کار بوده است و به تحقیق می توان گفت که در هیچ زمان نوروز را با این همه تکلفات بجا نیاورده اند.»

نوروز در شاهنامه، از آغاز کتاب تا سرانجام آن (یعنی تا زمان حمله اعراب به ایران) به صورت یک جشن ملی در دوره ساسانیان بشکل یک آیین مذهبی، برای ایرانیان گرامی بوده و جشن گرفته می شده است.

و با اینکه بعد از حمله اعراب به ایران مدتی برگزار نمی گردیده اما به دلایلی از جمله اشتیاق ایرانیان به اجرای این مراسم، باقی و برای ما به یادگار مانده است.

همه ساله بخت تو پیروز باد
همه روزگار تو نوروز باد



کار

و

شمیم انتظار

نویسنده: نیکناز اتحاد

یادگاری از نیمه شعبان است که خاطره آن روزها را زنده می کند.

او التماس دعا دادند و کلی سفارش کردند که دعاهایشان را فراموش نکند. مردم روستا یک به یک به خانه اش می آمدند و به او سفارشات شان را می گفتند. شب شده بود و ساک کهنه اش دم در، آماده بود صبح شود تا همسفر پیرزن شود. پیرزن شادی را بعد از سالها با تمام وجود حس می کرد. باورش نمی شد که بالاخره امام زمانش صدایش را شنیده و خواسته اش را قبول کرده. نیمه های شب در خانه اش به صدا در آمد. زنی با چهره ای گریان و مشوش انتظارش را می کشید. گویا نوزادش دچار بیماری سختی شده بود و نیاز به درمان داشت. زن بیچاره از تمام روستا طلب کمک کرده بود و هیچکس آنقدر پول نداشت تا کمک هزینه درمان نوزادش باشد. با ناامیدی به خانه پیرزن رو آورده بود. پیرزن که خودش فرزندی نداشت اما می دانست چه قدر فرزند عزیز است تمام پول های سفرش را به زن داد تا نوزادش را به دکتر برساند. اذان به اتمام رسیده بود. پادشاه آمد که وقتی آن نوزاد به سلامتی دست یافت، اسمش را مهدی گذاشتند. نوزادی که چند سال قبل با کمک پیرزن روستا رخت عافیت به تن کرد، امروز اطرافیانش به

آرام آرام قدم بر می داشت. باد خنکی می وزید و چادرش را جا به جا می کرد. خورشید وسط آسمان آمده بود و کم کم دیدار دوباره با خدا را مهیا می کرد. صدای دلنشین موذن از گلدسته های مسجد قدیمی، تمام فضای روستا را در بر گرفته بود. از دور پسر همسایه شان را دید که با توپ پلاستیکی اش غرق در دنیای کودکی خود بود. لیخنه کوچکی بر روی لبش نشست. هرگاه این بچه را می دید خاطره شیرینش را به یاد می آورد. مدتها بعد از اینکه همسرش او را ترک کرده و به دیدار خدا رفته بود؛ تصمیم داشت به جایی که همیشه آرزویش را داشت برود. همان جایی که دلش می خواست با همسرش برای ماه عسل دونفری بروند اما فقر اجازه نداد. همیشه وقتی آنجا را از تلویزیون می دید حسرت می خورد و نم اشک چشمانش را درخشان می کرد. از آن سالها تا الان که گرد پیری بر رویش نشسته بود و دیگر شوهرش را نداشت؛ تصمیم داشت امسال برای سالروز ولادت صاحب اش به آنجا برود. هر روز صبح که از خواب بیدار می شد با امام زمانش صحبت می کرد که اذن رفتنش به مسجد جمکران را بدهد. این بار تمام پس اندازهایش را جمع کرد. اولین و تنها از همسرش داشت را دوست



کاش بهار آمدنت سر برسد...

نویسنده: الیکا جسری

دلَم هوای تان را کرده..

در این روزهای سخت، در این روزهای پر از غصه و درد که هر از گاهی از جایی، خبری با شتاب دلمان را به درد می آورد و تاب و توان ادامه ی زندگی را از ما می گیرد.

دل من تو را می خواهد مولا جان ...
تورا که بی هیچ چشمداشت سعی در رفع بلا یا داری
دلَم روز ظهورت را می طلبد که با یاران
به جنگ بدی ها، دروغ ها و مصیبت ها می روی

آرامشی میخوایم از جنس تو ... آقا...
دل های ما ماتم زده است؛ بیا و نوید شبی
پرستاره به آسمان دل ها ده

هنگامی که سر به آسمان بلند می کنم و
به ماه تابان در میان سیاهی ها می نگرم
یا وقتی به خورشیدی که از پشت ابرها
پرتویی به من می تاباند می نگرم؛ روزنه ی
امید برای دیدار شما در دلَم جوانه می زند.

منتظریم تا بیایی ... ای منجی نجات در روز
های تاریکی ...



راز و رمز نقاشی کودکان



نویسنده: الهه سلیمانی

نقاشی کشیدن برای کودکان فرآیندی طبیعی بوده که همراه با لذت انجام می شود. این نقاشی ها به منظور بیان احساسات کودکان انجام می شوند. زیرا آن ها قادر به بیان احساسات مختلف خود از طریق صحبت کردن نیستند. آن ها ترس ها، شادی ها، رویا ها، امید ها و کابوس های خود را با نقاشی کشیدن بیان می کنند و همچنین دیدگاه خود نسبت به جهان پیرامون شان را به این طریق به شما نشان می دهند.
نقاشی یک راه برقراری ارتباط است و آثار هنری کودکان نمایانگر شخصیت آن ها است، به طوری که با بررسی آن ها خواهید توانست اطلاعات دقیقی در مورد کودک خردسال خود به دست آورید.

مراحل ترسیم

۱. خط خطی کردن (۲-۴ سال)

در این مرحله هیچ واقع گرایی در تصاویر وجود ندارد. شاید به نظر برسد که چیز خاصی در تصویر وجود ندارد اما گاهی اوقات کودکان در نقاشی های خود «واقع گرایی مستحکم» ایجاد می کنند و این بدان معناست که ممکن است کودک با خط خطی های خود تصویری شبیه ماشین و یا خانه کشیده باشد.

۲. نقاشی ساده (۴ تا ۷ سال)

در این مرحله کودکان سعی می کنند تصاویری که با چشم خود مشاهده می کنند را بر روی کاغذ پیاده کنند. آن ها ممکن است ساده ترین چیزها مانند چهره، اتوموبیل، کامیون، درخت و خانه را ترسیم کنند و معمولاً هیچ جزئیات واقعی از این نقاشی ها در دست نیست و در پایان مرحله، آن ها شروع به اضافه کردن موارد خاصی به نقاشی های خود می کنند، مانند گل هایی در جلوی منزل و یا لباس هایی آویزان شده بر روی طناب و غیره.

۳. طراحی کردن (بالای ۷ سال)

در این مرحله شواهدی از طرح های پیشرفته وجود خواهد داشت. به عنوان مثال نقاشی یک اقیانوس که ممکن است شامل آبشار ها، ستاره های دریایی، توپ ساحلی، افرادی که لباس غواصی به تن دارند و غیره باشد. نقاشی چهره های انسان دارای جزئیات بیشتری خواهد بود و عمق و واقع گرایی بیشتری در نقاشی کودک وجود خواهد داشت.

انتخاب رنگ

۱. رنگ سیاه و بنفش حاکی از تسلط است و مورد علاقه کودکانی که خواستار داشتن تسلط بیشتر هستند می باشند.
۲. رنگ آبی مورد علاقه کودکانی است از روحیه اجتماعی تری برخوردارند و از بودن در جمع دیگران لذت می برند.
۳. قرمز هیجان است و بیشتر مورد علاقه کودکانی است که نمی خواهند چیزی را از دست بدهند و این رنگ همچنین از محبوبیت بالایی در میان کودکان برخوردار است.
۴. رنگ صورتی، نیاز به عشق و قدردانی را نشان می دهد و معمولاً مورد علاقه دختران است.
۵. سبز، مورد علاقه کسانی است که متفاوت، هنرمند و باهوش هستند.
۶. رنگ زرد نیز نشان دهنده هوش سرشار است.

موقعیت ترسیم در صفحه

- سمت چپ تصویر معمولاً با گذشته و پرورش همراه است و این قسمت همچنین مرتبط به مادران نیز است.
- سمت راست تصویر علاقه به آینده و برقراری ارتباط را در کودک نشان می دهد که این بخش تصویر مرتبط به پدران است.
- کودکانی که در مرکز صفحه نقاشی می کشند، از شخصیت متعادل و با اعتماد به نفسی برخوردارند، در حالی که کودکانی که در گوشه های تصویر نقاشی می کشند، ممکن است احساس عدم امنیت و منزوی بودن کنند و از اعتماد به نفس کمتری برخوردار باشند.

احساسات کودک

- کودک تحریک شده: اندام های بزرگ، بدون گردن و عدم تقارن اندام ها.
- کودک مضطرب: ابر، باران، پرنده، چهره هایی بدون چشم.
- کودک خجالتی: افراد دارای قد کوتاه، بدون بینی و یا دهان، جثه های ریز و بازوهای چسبیده به تن بدن.
- کودک عصبانی: دست ها و دندان های بزرگ، بازوهای بلند، چشم های متقاطع.
- کودک ناامن: چهره هیولا، سرها کوچک، بدون دست، عدم تقارن صورت.

• به فرزندتان سختگیری نکنید. اجازه دهید او خودش در آرامش نقاشی بکشد. نقاشی دنیای خلاقیت کودکان است و باید لذت از آن سر جای باشد.

• او را وادار به کشیدن چیزی نکنید. به او اصرار نکنید که رنگ ها را تغییر دهد.

• در عین حال، بیش از حد بر تفسیر نقاشی کودک اصرار نکنید. گاهی نقاشی هیچ چیزی برای گفتن ندارد و صرفاً یک نقاشی است. *



تربیت آینده سازان

نویسنده: مهیا ملکی

همه والدین دوست دارند فرزندان شان خوشحال، خوش رفتار و قابل احترام از سوی دیگران و خوش اخلاق باشند. و همه افراد جامعه نیز دوست دارند با افراد شاد و پرانرژی و خلاق ارتباط داشته باشند.

قبل از هر چیز باید بدانیم تربیت به چه معناست؟

تربیت یعنی آموزش رفتارهای خوب و نشان دادن رفتارهای بد برای جلوگیری از انجام آن به کودک است. به عبارت دیگر، « تربیت » به کودک پیروی از مجموعه قواعدی را می آموزد و شامل روش های تنبیهی و تشویقی است.

حال با توجه به تعریف فوق ، باید در نظر داشته باشیم که تربیت ابتدا در خانواده ی کودک صورت میگیرد و نوع تربیت به چگونگی رفتار والدین با کودک وابسته است. لذا

والدین باید خواسته های

واضحی از کودک داشته باشند و به سلیقه و علایق او هم توجه کنند .

اما متأسفانه همه والدین شیوه های تربیتی را به درستی نمی دانند یا عمل نمی کنند ؛ در اینجا با نفوذ ترین فردی که می تواند به او کمک کند معلم است. دانش آموز معلم را الگوی خود قرار می دهد و از رفتار و اخلاق معلم سرمشق می گیرد.

هر دانش آموز در محیط خانواده رفتارهایی آموخته و شخصیت او تا حدودی شکل گرفته است اما هنوز شکل ثابتی ندارد و انعطاف پذیر و قابل تغییر می باشد. دانش آموز پس از خانواده وارد اجتماع جدید مدرسه می شود. او در این اجتماع رفتار و عادات خود را مورد بازنگری قرار داده و شخصیت خود را تکمیل و تثبیت خواهد کرد.

معلم مسئول تمام افرادی است که زیر دست او تربیت می شوند. دانش آموز تمامی اعمال و رفتار معلم را زیر نظر دارند. رفتار معلمان با یکدیگر، رفتار آن ها با مدیر مدرسه، با سرایدار و دانش آموزان بر تربیت تک تک دانش آموزان تاثیرگذار خواهد بود. دانش آموز از تمامی رفتارهای معلم از جمله نحوه ی اداره ی کلاس، اخلاق و رفتار معلم، وقت شناسی، رعایت عدالت، رعایت نظم، مهربانی، خوشرویی، ادب، خیرخواهی و... نیز درس می گیرد.

چند راهکار:

تشویق رفتارهای مثبت

پذیرش رفتارهای مثبت و تشویق او بهترین کار برای ادامه رفتارهای مثبت است. به عبارت دیگر وقتی کار مثبتی می کند کار خویش را مورد تحسین قرار دهید.

محرومیت

گاهی اوقات یک رفتار بد نتیجه طبیعی یا منطقی به همراه

ندارد و یا فرصتی برای تبیین آن ها نداشته اید. بنابراین محرومیت می تواند به کودک ناپسند بودن رفتارش را نشان دهد. این شیوه به شرطی موثر است که محرومیت با نوع کار ناپسند کودک همخوانی داشته باشد.

شیوه تربیتی خود را با خلق و خوی کودک مطابقت دهید

کلید اصلی شیوه تربیتی مناسب درک شخصیت خلق و خوی کودک است تا در کنار آن بتوانید استعدادها و تمایلات او را بهتر شناسایی کنید.

در مورد شیوه تربیتی خود تا حد امکان با کودک مشورت کنید.

به شخصیت کودک احترام بگذارید

حتی زمانی که قصد تربیتی دارید به او احترام بگذارید اگر کمی سخت گیری کردید یا عصبانی شدید از او عذرخواهی کنید. همان طور که دوست دارید او با شما رفتار کند با او رفتار کنید.

صبور باشید

هر شیوه ای اگر عجولانه و با انتظارات نا بجا پیاده شود، نتیجه نخواهد داد. اگر با یک شیوه نتیجه نگرفتید مایوس نشوید و آن را ادامه دهید. قواعدی را که خود تعیین کرده اید هرگز زیر پا نگذارید و هرگز در مقابل دیگران از رفتارهای نادرست او صحبت نکنید.

وقتی حرکتی ناشایست از او سر زد پس از اعمال شیوه تنبیهی مناسب از او نخواهید عذرخواهی کند یا درباره آن کار سخنرانی نکنید. به او کمک کنید پس از تنبیه به روال عادی برگردد.

به دنبال ریشه بعضی رفتارها باشید

اگر رفتار نا مناسبی به تکرار از او سر زد، بخشی از تلاش خود را برای علت یابی آن معطوف کنید. شاید کودک از واقعه یا حادثه ای متأثر شده و در واکنش به آن دست به رفتارهای نادرست و غیرقابل توجیه می زند. شاید تحت استرس قرار دارد و نمی تواند از آن به کسی بگوید. بنابراین با شناسایی ریشه این مشکلات سعی کنید بهتر به او کمک کنید.

دوربین صدا معلم

مصاحبه با سرکار خانم معصومه عابدی

مصاحبه گر: لیلا جوکار

۱) لطفا خودتان را معرفی بفرمایید .

سلام ، عید باستانی نوروز را به همه شما عزیزان تبریک عرض میکنم من معصومه عابدی هستم آموزگار پایه سوم و چهارم دبستان و دبیر ریاضی پایه هفتم و مدرس دوره های تحلیل کتب پایه چهارم دبستان ، در دانشگاه فرهنگیان و در حال حاضر دانشجوی ارشد رشته مهندسی برق _ الکترونیک دیجیتال هستم .

۲) انگیزه شما برای انتخاب حرفه معلمی چه بود ؟

حرفه معلمی برای من واقعا با عشق و علاقه درونی همراه هست و اعتقاد دارم باید عاشق این شغل بود تا با وجود سختی های این حرفه باز هم بانشاط و پرانرژی وارد کلاس درس بشی و این حرفه باعث شده من روز به روز بخوام اطلاعاتم رو بالاتر ببرم و از لحاظ شخصیتی اول خودم رو ارتقا بدهم چون باور دارم که بچه ها قبل از اینکه من درسی بدهم به این توجه میکنند که معلم چقدر این درس رو خودش تو زندگی عملی میکنه .

۳) از معضلات آموزش مجازی که با آن مواجه شدید کمی برایمان بگویید .

مهمترین معضل نداشتن ارتباط مستقیم و نزدیک معلم و دانش آموزان هست و همچنین نداشتن ارتباط بچه ها با هم کلاسی هاشون و کارهای گروهی و

۴) روش خاص و منحصر به فردی در تدریس خود دنبال میکنید ؟

من بیشتر تدریس هام با بازی و قصه گویی هست و بعضی دروس رو باهم تلفیق میکنم چون معتقدم بازی برای بچه ها یعنی زندگی و چه خوبه که بازی هاشون هدفمند و در جهت آموزششون باشه . قصه گویی بیشتر در درس ریاضی است که بچه ها با علاقه تا آخر تدریس بامعلم پیش میرن و همزمان لذت هم میبرن و درس ریاضی

براشون خسته کننده هم نمیشه چون برای تدریس ریاضی از یک عروسک چوبی بنام سارا استفاده میکنم که همسن خود بچه هاست و سارا کنجکاو ، پرتلاش و دارای روحیه همکاریه که هدفم اینه که بچه ها تلاش کنن و این ویژگی ها رو در خودشون تقویت کنند .

۵) در امر آموزش چه مسائلی میتواند مانع پیشرفت تحصیلی دانش آموزان

خوندم و میخونم و از نظر من معلمی موفق است که خودش از شاگردانش بیشتر دنبال علم و آگاهی باشد و در تلاش برای بهتر کردن خودش از همه لحاظ باشد .

همیشه به یاد می مانند ؟ دانش آموزانی که عزت نفس و اعتماد به نفس خوبی دارن و در کلاس از معلم زیاد سوال میپرسن و کنجکاو هستن

۸) چه اقدامات و برنامه هایی برای آینده حرفه معلمی خود دارید ؟

من هر سال تلاش میکنم با توجه به تجربیاتی که کسب میکنم چه در تدریس چه رفتار اصولی و صحیح با دانش آموزان برای بهتر شدن و پیشرفت شغلم استفاده کنم ، کتاب های زیادی در ارتباط با بچه ها خوندم و میخونم و از نظر من معلمی موفق است که خودش از شاگردانش بیشتر دنبال علم و آگاهی باشد و در تلاش برای بهتر کردن خودش از همه لحاظ باشد .

۹) توصیه شما به دانشجو معلمان چیست ؟

حرف آخرم به شما عزیزان عاشقانه وارد کلاس درس بشین ، اطلاعاتتونو هر روز بالا ببرین و در اصل خودتونم مثل شاگردتون بدویند که احتیاج به یادگیری در همه زمینه ها رو دارین و بچه ها شدیداً معلم رو الگوی خودشون قرار میدن پس یه الگو خیلی خوب برای دانش آموزانتون باشین ، از لحاظ اعتقادی و دینی ، علمی و مطالعه کتاب ، نظم ، خوش اخلاقی ، توکل و ایمان به خدا ، تلاش کردن ، روحیه همکاری داشتن و

و همیشه این نکته رو به یاد داشته باشید بچه ها باهم فرق دارن و این دلیل بد بودن و خوب بودن هیچکدوم نیست فقط با هم متفاوتند چه در یادگیری و چه از نظر اخلاقی .

برای همه شما عزیزان موفقیت روزافزون و صبر و حوصله فراوان در حرفه آینده تون و نور ایمان حقیقی به خدا و عشق و شادی را در زندگیتان از خداوند مهربان خواستارم .

ارادتمند عابدی



آشپز باشی

نویسنده: نگین رضا زاده

شیرینی بهشتی

پودر شکر	۱۲۵ گرم
آرد	۲۵۰ گرم
روغن صاف قنادی	۱۰۰ گرم
پودر کاکائو	۲ قاشق غذاخوری
پودر هل	۱ قاشق مربا خوری
دانه سیاه یا کنجد	برای تزئین شیرینی

دستور تهیه:

ابتدا روغن قنادی و پودر شکر را در کاسه ای بریزید و حدود ۱ دقیقه با همزن برقی هم بزنید تا با هم ترکیب شوند. آرد و پودر هل را با هم ترکیب کرده و در چند مرحله با مواد افزوده و با دست شروع به مخلوط کردن خمیر کنید. خمیر کنید. خمیر به دست آمده را داخل چرخ گوشت بریزید تا خمیر یک دست و نرم شود. خمیر را به دو قسمت تقسیم کرده و به یکی از آن ها پودر کاکائو را اضافه کنید و با دست کمی ورز دهید تا یک دست شود. هر بار به اندازه یک گردو از خمیر بردارید و به آن شکل دهید، سپس روی شیرینی ها را به شکل دلخواه تزئین کنید. همچنین می توانید خمیر را با وردنه باز کرده و با قالب و کاتر دلخواه آن را قالب بزنید. سینی فر را با کاغذ روغنی بپوشانید و شیرینی ها را با فاصله از هم بچینید. روی شیرینی ها کمی کنجد یا دانه سیاه بپاشید و برای ۱۲ الی ۱۵ دقیقه با دمای ۱۶۰ درجه در فر قرار دهید.

نوشیدنی لیموناد و اسطوخودوس

آب	۲ لیوان
آب لیمو ترش	۲ قاشق مربا خوری
اسطوخودوس	۲ برگ خورده شده
توت فرنگی	۱ پیمانه

دستور تهیه:

برای درست کردن این نوشیدنی خنک و پرفایده کافی است ۵ دقیقه زمان بگذارید و توت فرنگی های تازه و خورده شده را با آب لیمو ترش و یخ های خنک و برگ های خورده شده اسطوخودوس مخلوط کرده سپس با کمی آب ترکیب کنید. نوشیدنی را به مدت ۱۲ الی ۲۴ ساعت در یخچال نگهدارید تا طعم بگیرد، سپس نوش جان کنید..



شیرینی شکلاتی

کیک یا بیسکویت یا شکلات پودر شده	۲۵۰ گرم
کره	۵۰ گرم ذوب شده
شکلات	۲۰۰ گرم ذوب شده
گردو خرد شده	۵۰ گرم
آب پرتغال	۱ قاشق سوپ خوری
میوه های خشک	۵۰ گرم خرد شده
پودر کاکائو	به میزان لازم
پودر نارگیل، پودر پسته، پودر بادام	به میزان لازم

دستور تهیه:

ابتدا بیسکویت یا کیک را در مخلوط کن بریزید تا پودر شود، سپس آن را به کاسه ای منتقل کرده و با سایر مواد مخلوط کنید. روی کاسه را با لایه ای از سلفون بپوشانید و برای نیم ساعت در یخچال نگهداری کنید. در این فاصله سینی را با فویل بپوشانید و پودر نارگیل، پودر پسته، پودر بادام یا پودر کاکائو و شکلات خرد شده را در کاسه ای ریخته و هر بار به اندازه یک گردو از مواد بردارید و آن را در داخل کاسه مواد پودر شده بغلطانید و سپس در سینی بچینید. شیرینی ها را به مدت ۳۰ دقیقه در یخچال بگذارید تا خودش را بگیرد.

کاهو سکنجبین

سرکه	۱ لیوان
عسل یا شکر	به مقدار لازم
آب	۲ لیوان
گلاب و نعنا	به مقدار لازم
کاهو	به مقدار لازم

دستور تهیه:

عسل یا شکر و آب را باهم مخلوط کنید و بگذارید باهم بجوشند تا کاملاً در هم حل شوند. پس از مخلوط شدن آب و عسل، نعناع پاک کرده و شسته شده را به چند دسته تقسیم می کنیم و داخل شربت آب و عسل قرار دهید. وقتی عطر نعنا به شهد نفوذ کرد و شهد به قدر کافی قوام پیدا کرد، زمان اضافه کردن گلاب و سرکه به ترکیب است. شهد باید همچنان روی گاز بماند تا با سرکه و گلاب نیز کمی بجوشد. وقتی که شهد به حد کافی غلیظ شد و ترکیب عسلی مانند پیدا کرد سکنجبین شگفت انگیز آماده شده است. شهدی که آماده کرده اید را از صافی رد کنید و بگذارید خنک شود. سپس در ظرف در بسته ریخته و در یخچال نگهداری کنید.





فوت و فن معلمی

نویسنده: دنیا عباسیان

* یک الگوی مناسب گفتاری، کرداری، برای دانش‌آموزان ایجاد کنید.
* به نقاط قوت و ضعف آنها آگاهی پیدا کنید و در جهت رسیدن به خود شکوفایی، آنها را یاری کنید.
* میزان یادگیری دانش‌آموزان را بر اساس محتوای ارائه شده در کلاس ارزیابی کنید.
* علاقه خود را به دانش‌آموزان نشان دهید و از آنها حمایت کنید
* شرایط بحث و گفتگو را فراهم آورید و از بیراهه کشیده شدن بحث جلوگیری کنید.

و در این صورت است که هرچه کلاس درس دوست داشتنی تر و جذاب تر باشد، انگیزه دانش‌آموزان برای یادگیری بیشتر خواهد بود.

مفاهیم استفاده کنند.
* شیوه تدریس خود را متناسب با محتوای مورد نظر انتخاب کنید و از یک روش تکراری استفاده نکنید.
* هنگام تدریس از دانش‌آموزان سؤالاتی جهت کنترل و جلوگیری از حواس پرتی آنها بپرسید.
* به شرایط فیزیکی کلاس از نظر (نور، صدا، گرما، چینش صندلی ها، ...) توجه کنید و محیطی مناسب و جذاب و درعین حال آرام فراهم کنید.
* رفتارهای مطلوب را در جمع تشویق کنید ولی پیش از اندازه به آن رفتار *تاکید نکنید. نوع تشویق را براساس نوع رفتار، سن، ...انتخاب کنید و آن را بلافاصله بعد از رفتار درست ارائه دهد.

* در برخورد با رفتارهای نامطلوب در ابتدا به دنبال علت بگردید و سپس در تنهایی به دانش‌آموز تذکر دهید و در صورت تکرار از تنبیه های متناسب با عمل او استفاده نمایید.

به تمام دانش‌آموزان به طور یکسان توجه کنید. آنها به اسم کوچک در سر کلاس صدا بزنید و با آنها ارتباط برقرار کنید.

* تکالیفی جهت تمرین مطالب، متناسب با محتوای ارائه شده و شکوفا کردن حس خلاقیت در آنها ارائه دهید.

* دانش‌آموزان را به فعالیتهای گروهی ترغیب کنید و یک روحیه رقابتی مثبت بین آنها به وجود آورید.

* به نظرات دانش‌آموزان و مشکلات آنها با دقت تمام و در کمال صبر گوش فرا دهید و بعد راهنمایی های لازم را انجام دهید.

* چطور در کلاس معلمی کارآمد باشیم؟

معلم کارآمد و اثربخش فردی است که علاوه بر دانسته‌های علمی، توانایی مدیریت کلاس درس خود را داشته باشد و با توجه به موقعیت و ویژگیهای دانش‌آموزان شیوه مدیریتی متناسب با آن را انتخاب می‌کند. در بعضی از مواقع شرایط کلاس ایجاب می‌کند جوی دوستانه و صمیمی حاکم شود و در زمان دیگر اقتدار معلم و سخت‌گیری های او زمینه مناسب برای پر بار بودن کلاس خواهد بود. معلم با ذکاوت و توانمند در عین حالی که در کلاس جوی آرام فراهم می‌کند در جهت رسیدن به هدفهای آموزشی خود گام موثری بر می‌دارد و رعایت نکات زیر می‌تواند در کارآمدی او موثر باشد. نکات زیر می‌توانند راهکار هایی برای یک معلم موفق باشند:

* قبل از شروع کلاس هدف خود را از ارائه محتوای درس مشخص سازید.

با یک برنامه‌ریزی دقیق و داشتن طرح درس مناسب وارد کلاس شوید.
* دانش‌آموزان را از هدف آموزشی خود آگاه سازید.

* از دانسته‌های دانش‌آموزان خود نسبت به محتوای آماده برای تدریس آگاه شوید و متناسب با آن تدریس خود را شروع کند.

* در مطالب جذاب جهت از مباحث علمی تفهیم



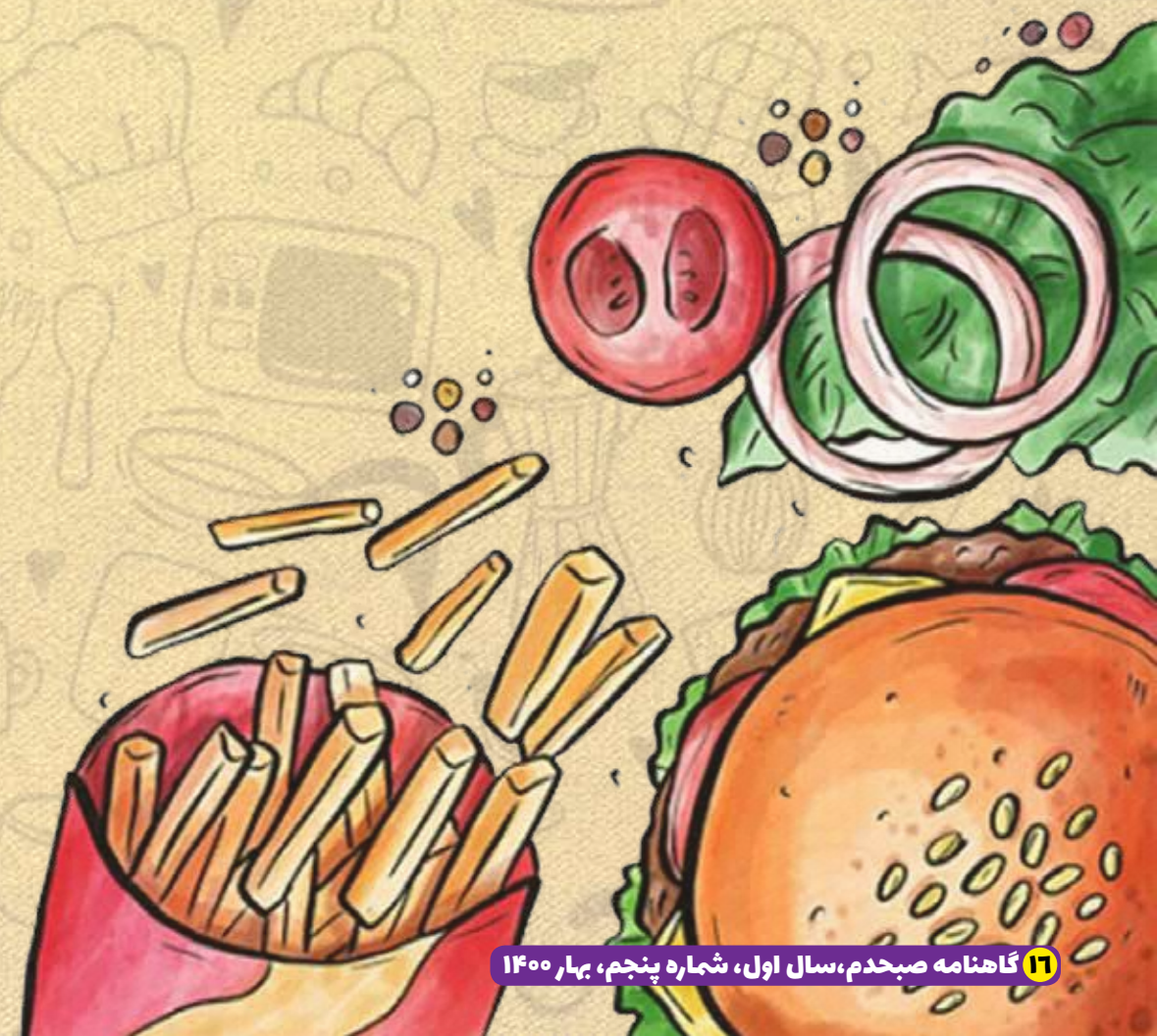
سالاد نودل چینی

مرغ آپیژ خرد شده	۱ لیوان
جعفری خرد شده	۱ لیوان
هویج رنده شده	۱ لیوان
پیاز خرد شده	۲ قاشق غذاخوری
مایونز	۲ قاشق غذاخوری
نودل (رشته چینی)	۱ بسته



دستور تهیه:

(لیوان به عنوانه پیمانه در نظر گرفته شده و قابل تغییر است).
سس مایونز و خامه را در یک ظرف جداگانه با یکدیگر مخلوط کنید.
در یک کاسه بزرگ مرغ ، جعفری ، پیاز و هویج را مخلوط می‌کنیم. سپس مخلوط مایونز و خامه را به آن اضافه کنید.
در آخر رشته چینی (نودل) را طبق دستورالعمل روی پاکت (در حدود ۳ تا ۴ دقیقه) در آب جوش قرار داده و آن را آبکش کرده و به مخلوط سبزیجات و مرغ اضافه نمایید.
برای جلوگیری از خمیر شدن رشته چینی بهتر است قبل از سرو کردن سالاد به مخلوط اضافه شود.



انتخاب سرنوشت ساز

نویسنده: فاطمه احمدی

سخنم را با حدیثی از شهر علم، محمد مصطفی (ص) آغاز می کنم که می فرمایند: هر کس شخصی را مامور رسیدگی به امور مسلمانان کند در حالی که می داند در میان مردم فرد دیگری بهتر از او و آگاه تر از او وجود دارد. همانا به خدا و رسول و همه مسلمانان خیانت کرده است.

این روزها هرچه به انتخابات نزدیک تر می شویم تنور انتخابات داغ و داغ تر می شود؛ و هرچه ایام می گذرد، شور و شوق این پدیده مهم اجتماعی که تأثیرات آن بر تمامی عناصر و شاخصه ها و مؤلفه ها است، نمایان تر می شود. مسئله انتخاب و انتخابات که همیشه از ویژگی های خاصی برخوردار بوده است واگذاری امانت به کسانی است که از عهده این مسئولیت خطیر شانه خالی ننمایند، و با تمام توان خدمتگزار مردم باشند.

برطرف نمودن نیازهای مردم و همراهی و ایجاد بستر های مناسب برای اقشار جامعه یکی از اولویت های مهم می باشد. که درایت و توان بالا می خواهد. و باید به دور از هرگونه حزب گرایی و تعصب شخصیتی با هوشیاری و آگاهی، انتخاب سرنوشت خویش را به گونه ای رقم بزنیم که حاصل آن، فردی مخلص، متعهد، متخصص، شجاع و با درایت باشد.

شخصی که به دنبال منافع و قدرت شخصی و فامیلی نباشد و فساد موجود در جامعه را ریشه کن نماید و با آگاهی به وضعیت امروزی مردم بتواند گوشه ای از آلام مردم را تسکین دهد. سوالی که این روزها در بین بیشتر افراد جامعه مطرح است این است که به چه کسی رای بدهیم؟ و کدام فرد اصلح است؟ پرسش دشواری است که پاسخ گفتن به آن چنان

آسان نیست. واقعاً چه کسی می تواند از میان این همه نامزد انتخاباتی بهترین و برترین افراد را مشخص کند؟

به نظر می رسد برای پاسخ به این پرسش باید سراغ ملاکهای برتری رفت و با تکیه بر ملاک ها و معیارهای معینی نامزد اصلح را تشخیص داد؛ فرد اصلح در نظام اسلامی است کسی است که در پایندی به اسلام و عدالت و منافع ملی مثال زدنی و مرز آن با دشمن نیز مشخص باشد یا به عبارت دیگر می توان گفت که باید دارای ویژگی «تعهد باشد».

اما جای دارد از رهنمود های رهبر فرزانه انقلاب نیز بهره ای ببریم و ویژگی هایی را که ایشان برای منتخب مردم بر شمردند بیان کنیم.

رهبر انقلاب در سخنرانی نوروزی ۸ خصوصیت رئیس جمهور کشور در انتخابات پیش رو را بر شمردند ایشان همچنین در ۲۹ بهمن ۹۹ تأکید کرده بودند: گر شرکت پرشور مردم در انتخابات همراه شود با یک انتخاب درست نور علی نور است.

۱) دارای مدیریت و کفایت
۲) با ایمان باشد: اگر بی ایمان بود نمی شود به او اعتماد کرد، آدم بی ایمان منافع کشورش را به راحتی میفروشد.

۳) معتقد به جوانان باشد. جوان ها را به عنوان پیشروان حرکت عمومی کشور بشناسد و به آنها اعتماد کند و حمایت شان کند.

۴) عدالتخواه و ضد فساد یکی از مهم ترین خصوصیات است که باید در رئیس جمهور وجود داشته

باشد به معنای واقعی کلمه به دنبال به دنبال اجرای عدالت باشد و بخواهد که با فساد مبارزه کند.

۵) مردمی
۶) امیدوار باشد: انسانی نا امید و با نگاهی تلخ به آینده نباشد.

۷) معتقد به توانمندی های داخلی؛
به توانمندی های کشور مطمئن و معتقد باشد.

۸) دارای عملکرد انقلابی و جهادی؛
با عملکرد اتو کشیده نمی شود برای کشوری با این همه مسائل اساسی کار کرد. حرکت جهادی و انقلابی لازم است.

بر این اساس هرچه این شاخصه ها در نامزدی بیشتر باشد شایستگی برای حضور در پست مهم و پر مسئولیت ریاست جمهوری را بیشتر دارا خواهد بود.

در حدیثی از امام علی (ع) میخوانیم: با بصیرت کسی است که بشنود و ببیند، نگاه کند و ببیند، از عبرت ها بهره گیرد، آن گاه راه روشنی را پیماید که در آن از افتادن در پرتگاه ها به دور ماند.

بنا بر این حدیث ارزشمند باید در جامعه امروزی با بصیرت کافی در مواجهه با انتخابات رو به رو شد تا موانع و مشکلات پیش روی پیشرفت از بین برداشته شود و دولتی جوان، مومن و انقلابی کشتی این کشور را به سوی جزیره سعادت و پیشرفت پیش ببرد.



پیامی به گل نرگس

گردآورنده: فاطمه سادات حسینی

ای منجی
عالمیان!
جهان در انتظار توست مسافر من!
جهانیان منتظرند که بیایی و جهان را پر از عدل و داد کنی، بیایی و همه را از خواب غفلت بیدار کنی!
مردم همانطور که برای روز میلادت روز شماری می کنند، کوچه ها و خیابان ها را آذین می بندند و چراغانی میکنند، بدان برای روز ظهورت بیشتر غوغا میکنند و منتظرند تا کوچه های تاریک ظلمت را با نور بودنت چراغانی کنند.
اینان منتظر بهار واقعی اند آقای من...
کجایی ای ربیع الآثام و نضره الآبام...
بیا و این جهان سیاه را پایان بده، بیا و جهان را آباد کن. بیا و از آمدنت جهان را شاد کن.
* صبا روزبهانی

روزگار سختی است، روزگاری که حق و باطلش را خدا می داند و بس...
روزگاری که همه سعی بر اثبات خود دارند، درست یا نادرست!
کاش این را بدانیم، حداقل کاری برای آمدنت نمی کنیم،
ای کاش و ای کاش دلیلی برای غربت نباشیم...
* زهرا یوسفیان

السَّلامُ عَلَیکَ یا رَبِّیعَ الْآثامِ وَ نَضْرَه
الْآثامِ
سلام بر بهار مردمان و شادایی و طراوت ایام...
فخر آل یاسین!
اینکه تو را هم بهار می نامند بی دلیل نیست؛ نبض طبیعتِ مرده، با بهار دوباره می زند و نبض جان به انزوا رفته با دمِ مسیحایی تو...
* زهرا وزینی راغب

گل زهرا، سلام!
آقا جان، بهار ۱۴۰۰ هم از راه رسید اما بوی بهار دل ها نیامد...
مهدی فاطمه، ای فخر زمان! قرن هاست که عالم به آمدنت چشم انتظار نشسته است برگ و بار دل ها بی تو غمگین و پژمرده شده
زمین را حال و هوای اهریمنی غبار آلود کرده
منجی جهان بشری، ظهور سبزت را بر عالم خزان مان برسان که جهانم بی تو الف ندارد...
* نازنین ساعی

سلام امام زمانم
هوايت را به سمت من راهی کن
این روزها بدجور نفس تنگی گرفته ام
می گویند هوا آلوده است، هر هوایی که تو در آن نباشی آلوده است.
سلامتی و ظهور حضرت عشق صلوات اللهم عجل لولیک الفرج
* مریم موسوی

اکنون که در ایام شعبانیه هستیم جور دیگری انگار دلنگم
این همه زمان کافی نیست برای غیبت؟
ظهور کن دل ها همه هوایی اند. همه تو را صدا میزنند. دلم می خواهد بیایی و با آمدنت جهان روشن شود و نور رحمت خدا درخشان تر..
غنچه ها منتظرند تا زیر قدم هایت شکوفا شوند و قرشی شوند زیر گام هایت
هر چه از اشتیاقم برای دیدارت بگویم کم گفته ام پس بیا و به این انتظار پایان بده
* بهناز اسدی



بر لب، هنر خنده بیاموز

نویسنده: زهرا وزینی راغب

حالا که به رستاخیز طبیعت نزدیک می شویم، خوب است از خود پرسیم از فصل بهار چه می توانیم بیاموزیم؟ بهار یادآور زیبایی و نشاط و سرزندگی است. در بهار خلق و خوی انسان بهتر است چرا که زیبایی شکوهمند فصل بهار بعد از زمستان سرد و خشک به انسان روحیه ای مضاعف می دهد. از بهار می توان درس تحول و نو شدن آموخت. می توان در شیوه زندگی و تفکر خود تجدید نظر کرد و قضاوت نکردن را آموخت، همان گونه که طبیعت به اشکال مختلف خلاقیت را به منصف ظهور می رساند و به هر ریشه و ساقه ای اجازه رشد و تکامل می دهد. خوب است متفاوت شدن را با بهار تجربه کنیم، شاید پوشیدن یک رنگ جدید به ما و اطرافیان مان حس و حالی دیگر ببخشد. کودکان می توانند نسبت به ما متفاوت باشند. آن ها علایق و توانایی های دیگری دارند و نیازی نیست کاری را بکنند که ما دوست داریم.

با تحول طبیعت به کودکان اجازه دهیم با تمرین، زندگی کردن را بیاموزند. به آن ها اجازه و حق انتخاب بدهیم و کمتر به جای آن ها فکر کنیم و بگذاریم خودشان باشند. با شروع بهار انرژی منفی را از خود دور کنیم. کمتر شکوه و شکایت کرده و سعی کنیم دنبال بهبود اوضاع باشیم. این جمله زیبا را با خود مرور کنیم که « به جای لعنت

فرستادن بر تاریکی، بهتر است شمعی روشن کنیم». یکی دیگر از درس های طبیعت این است که همه چیز در گذر است؛ روز های بد و خوب هر دو می گذرند، پس در روز های ناامیدی به خود این نوید را بدهیم که سختی پایان پذیر است و در روز های آرامش به فکر این باشیم که زمستان در راه خواهد بود. از ارمغان های دیگر طبیعت برای انسان، آموزش گذشت و بزرگواری است. در فصل بهار ما شاهد شکوفایی زمین و زمان هستیم. هر درخت و بوته ای با توجه به بضاعت خود از بهار هدیه اش را دریافت می کند. طبیعت از هیچ موجودی کینه به دل نمی گیرد و او را به خاطر بد رفتاری اش تنبیه نمی کند. باد و باران های زیبای بهاری با بخشش و بزرگواری بر سر هر کوی و برزن وزیدن و سرایش خوش ترنم را عاشقانه آغاز می کنند.

از دیگر آموزه های این فصل زیبا آن است که بیاموزیم بدون توقع به دیگران نیکی کنیم. در زندگی روزمره شاهد آن هستیم که در بسیاری از مواقع انسان ها در ازای محبت خود به دیگران انتظار دریافت پاداش دارند. در حقیقت غالب افراد نمی توانند فقط به قصد و نیت خوب بودن به دیگران عشق بورزند و منتظر دریافت پاداش نباشند. بار ها دیده ایم که آدمی در مواجهه با معضلی رو به آسمان کرده و

می گوید: «خدا یا چرا من؟ این انصاف نیست، من که هیچ وقت به کسی بدی نکرده ام یا این پاسخ آن همه خوبی بود که به دیگران کردم؟» در حقیقت در این نگرش نوعی خطا وجود دارد زیرا افراد فکر می کنند در مقابل کار های خودشان شایسته دریافت نیکی و خیر هستند. با این طرز تفکر نمی توانند بدون هیچ چشم داشتی به دیگران نیکی کنند.

در ادبیات ما اشعاری وجود دارد که از همین تفکر سرچشمه می گیرند: تو نیکی می کن و در دجله انداز که ایزد در بیابانت دهد باز در بهار درس های آموختنی بسیاری نهفته است؛ مانند درس تنوع، تحول، طراوت بخشیدن، سخاوت مندی، شادابی، امیدواری به آینده ای بهتر و مایوس نشدن در سختی ها نیز وجود دارد که می توان آن ها را آموخت. بهار یعنی آغازی دوباره بر پایان شیرین سختی ها، یعنی امیدواری به شکفتن مجدد. به قول شاعر شیرین سخن، سعدی پر آوازه:

« بر گ درختان سبز در نظر هوشیار هر ورقش دفتری است معرفت کردگار

بی آقا همان سامان بگیرد

که از عطر حضورت جان بگیرد

المعراج