

DOCUMENT RESUME

ED 185 857

FL 011 348

TITLE Persian Basic Course: Volume IX, Reader. Let's All Live Better.

INSTITUTION Defense Language Inst., Monterey, Calif.

PUB DATE Jan 67

NOTE 188p.: For related documents, see FL 011 334-350.

AVAILABLE FROM Defense Language Institute, Foreign Language Center, Nonresident Division, Presidio of Monterey, CA 93940 (\$3.20)

LANGUAGE Persian

EDRS PRICE MF01/PC08 Plus Postage.

DESCRIPTORS Advanced Courses: \*Audiolingual Methods; Communicative Competence (Languages); Cultural Education: Instructional Materials: \*Intensive Language Courses: \*Language Skills; Language Usage; \*Persian; Reading Comprehension: \*Reading Materials; \*Second Language Instruction: Standard Spoken Usage; Vocabulary Development

ABSTRACT

An advanced reading text designed for use with a basic course in Persian offered by the Defense Language Institute is presented. The course is an intensive program for native English speakers. The book, which is an adaptation of material originally developed in Iran, is used when the students have completed volumes one to eight. The material is idiomatic and covers a wide range of topics that are rich in cultural information and is basically conversational in style. The text is introduced around the 30th week of instruction and continues to the end of the 47-week course. It is presented to the students in 68 lessons, which require them to practice listening, speaking, reading, and writing, both in class and at home. A supplementary volume containing a glossary and cultural notes is published under separate cover. (SW)

\*\*\*\*\*  
 \* Reproductions supplied by EDRS are the best that can be made \*  
 \* from the original document. \*  
 \*\*\*\*\*

ED185857

PERMISSION TO REPRODUCE THIS MATERIAL HAS BEEN GRANTED BY

DLI

TO THE EDUCATIONAL RESOURCES INFORMATION CENTER (ERIC)

U.S. DEPARTMENT OF HEALTH  
EDUCATION & WELFARE  
NATIONAL INSTITUTE OF  
EDUCATION

THIS DOCUMENT HAS BEEN REPRODUCED EXACTLY AS RECEIVED FROM THE PERSON OR ORGANIZATION ORIGINATING IT. POINTS OF VIEW OR OPINIONS STATED DO NOT NECESSARILY REPRESENT OFFICIAL NATIONAL INSTITUTE OF EDUCATION POSITION OR POLICY.

P E R S I A N

Basic Course

Volume IX

Reader

Let's All Live Better

January 1967

REPRINTED MARCH 1978

DEFENSE LANGUAGE INSTITUTE

FL011 348

THIS PUBLICATION IS TO BE USED PRIMARILY IN SUPPORT OF TRAINING MILITARY PERSONNEL AS PART OF THE DEFENSE LANGUAGE PROGRAM (RESIDENT AND NONRESIDENT). INQUIRIES CONCERNING THE USE OF THE MATERIALS, INCLUDING REQUESTS FOR COPIES, SHOULD BE ADDRESSED TO:

DEFENSE LANGUAGE INSTITUTE  
FOREIGN LANGUAGE CENTER  
NONRESIDENT INSTRUCTION DIVISION  
PRESIDIO OF MONTEREY, CA 93940

TOPICS IN THE AREAS OF POLITICS, INTERNATIONAL RELATIONS, MORES, ETC., WHICH MAY BE CONSIDERED AS CONTROVERSIAL FROM SOME POINTS OF VIEW ARE SOMETIMES INCLUDED IN LANGUAGE TRAINING FOR DLIFLC STUDENTS, SINCE MILITARY PERSONNEL MAY FIND THEMSELVES IN POSITIONS WHERE CLEAR UNDERSTANDING OF CONVERSATIONS OR WRITTEN MATERIAL OF THIS NATURE WILL BE ESSENTIAL TO THEIR MISSION. THE PRESENCE OF CONTROVERSIAL STATEMENTS--WHETHER REAL OR APPARENT--IN DLIFLC MATERIALS SHOULD NOT BE CONSTRUED AS REPRESENTING THE OPINIONS OF THE WRITERS, OF THE DEFENSE LANGUAGE INSTITUTE, OR OF THE DEPARTMENT OF DEFENSE.

## PREFACE

The Persian Course, consisting of 124 lessons in 10 volumes, is one of the Defense Language Institute's Basic Course Series. The material was developed at the Defense Language Institute and approved for publication by the Institute's Curriculum Development Board.

The course is designed to train native English language speakers to Level 3 proficiency in comprehension and speaking and Level 2 proficiency in reading and writing Persian. The texts are intended for classroom use in the Defense Language Institute's intensive programs employing the audio-lingual methodology. Tapes accompany the texts.

## PREFACE

This book is an advanced text designed to be used in the Persian Basic Course at DLI after the students have completed books one to eight. It is an adaptation of material originally developed, in Iran, for native adult Iranians taking part in a government sponsored adult education program throughout that country.

By virtue of the fact that the material is idiomatic and covers a wide range of topics rich in cultural information, and yet is basically conversational in style, it was considered particularly suitable for students in the advanced phase of the Persian Basic Course.

The text is introduced around the thirtieth week of instruction and continues to the end of the 47 week course. It is presented to the students in 68 lessons, in such a way that they are required to practice on all four skills, namely: listening, speaking, reading and writing, both in class and at home.

A supplementary volume containing a glossary and cultural notes is published under separate cover.

## TABLE OF CONTENTS

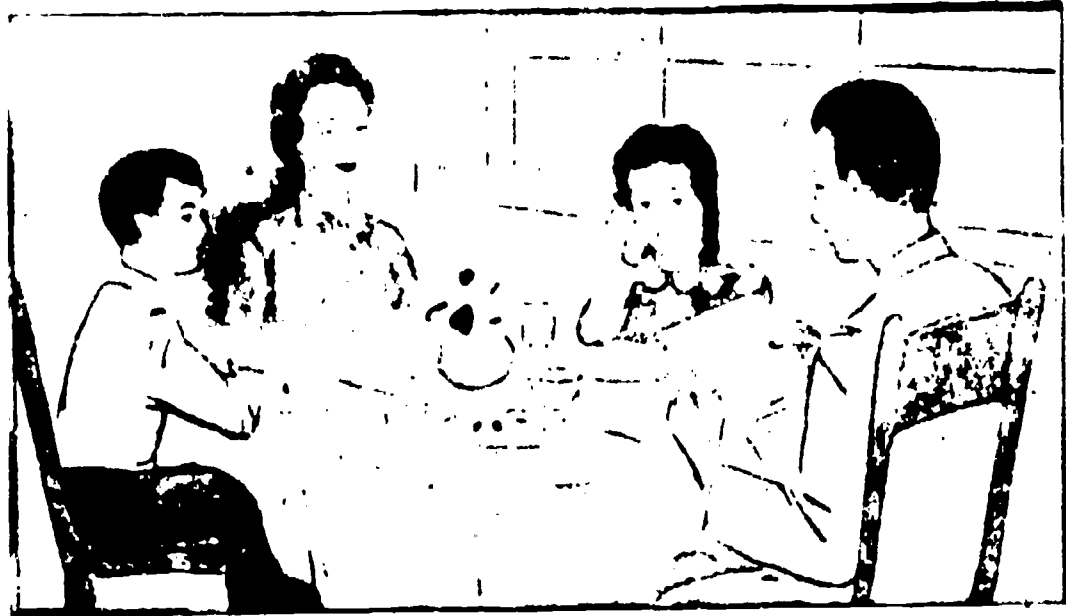
| Title  | Page |
|--|------|
| 1. Arrival of a Letter                                     | 2    |
| 2. How a Letter Goes From One Place to Another             | 4    |
| 3. Telegraph   | 8    |
| 4. Arrival of Guests From the Village                      | 13   |
| 5. Going Around in Teheran                                 | 17   |
| 6. The Home  | 26   |
| 7. Children's Conversation                                 | 31   |
| 8. The Government and Its Functions                        | 33   |
| 9. Going Around in Teheran: Continued                      | 41   |
| 10. The Home: Continued                                    | 68   |
| 11. Duties of Husband and Wife                             | 74   |
| 12. Divisions of the Country; Industries and Products      | 83   |
| 13. Personal Hygiene                                       | 91   |
| 14. Respecting and Observing the Law                       | 102  |
| 15. Only God Knows About the Unseen World                  | 107  |
| 16. Geography: of Iran and the World                       | 110  |
| 17. Kings of Iran  | 124  |
| 18. Great Poets of Iran                                    | 137  |
| 19. Adequate and Healthy Food                              | 150  |
| 20. The Harmful Effects of Smoking and Alcoholic Beverages | 157  |

## TABLE OF CONTENTS

| Title                          | Page |
|--------------------------------|------|
| 21. Returning to the Village   | 163  |
| 22. Contagious Diseases        | 168  |
| 23. The Moslem Religion        | 174  |
| 24. The System of Measurements | 180  |

Let's All Live Better





در کتاب اول با خانواده حسن آشنا شدیم. در کتاب دوم  
آشنایی ما با آنها زیادتر خواهد شد و سرگذشت شیرین  
زندگی آنها را خواهیم خواند.

و میگردن زارده

یک روز حسن و زینت با بچه ها نامهار می خوردند.  
در زدند. نادر رفت دم در. طولی نکشید که برگشت  
و گفت: باباجان! برای شما یک نامه سفارشی آمده حسن  
رفت دم در. نامه رسان باو گفت: شما یک نامه سفارشی از  
علی آباد دارید. این دفتر را امضا کنید تا آن را بنمایانم.  
حسن دفتر را امضا کرد. نامه را گرفت و آورد سر سرده.

روی پاکت نوشته شده بود: آقای حسن دانا خانه شماره

۱۲ کوچه زهره خیابان

بهار تهران.

زینت و بچه ها با

بی تابی پرسیدند نامه

از کجا آمده؟ حسن

گفت: پشت پاکت را

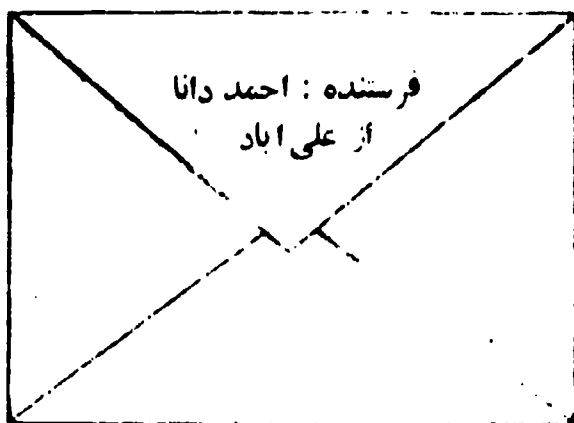
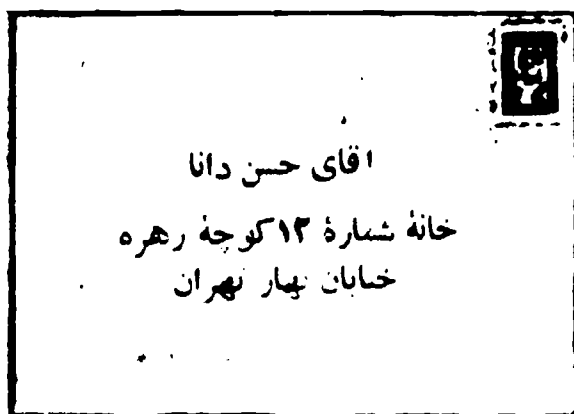
می خوانم معلوم میشود.

پشت پاکت را خواند.

نوشته شده بود:

فرستنده: احمد دانا

از علی آباد.



همه فهمیدند که نامه

عسوی بچه ها از سزاده است. در پاکت را باز کردند و آن را

خواندند. عسوی بچه ها که اسمش احمد دانا بود بعد از

سلام و احوال پرسشی نوشته بود: «هفته دیگر خیال داریم

برای دیدن شما به تهران میاییم و چند روزی در تهران

مانیم و با بچه ها که در آنجا هستیم».

بچه ها در آن روز خوشحال شدند و نامه را

پس ما هفته دیگر عمو و پسر عمو و دختر عموی خود را که تا حالا ندیده ایم می بینیم و با آنها آشنا می شویم. حکماً برای ما سوقات هم می آورند.

زینت گفت: از فردا باید تهیه پذیرایی دید و یک اطاق با چند دست رخت خواب و وسائل آماده کرد. مقداری هم باید برنج و روغن و چیز های دیگر خرید که هر وقت مهمانها آمدند چیز در خانه داشته باشیم.

حسن گفت: من هم باید پول تهیه کنم تا مهمانها که آمدند بی پول نباشیم. ما باید از مهمانهای خود خیلی خوب پذیرایی کنیم. چون از دو جهت عزیزند. یکی اینکه هر مهمانی عزیز و محترم است و مهمان نوازی همیشه در ایران پسندیده و خوب بوده است. دیگر اینکه مهمانها برادر و خویش نزدیک ما هستند.

زاده چطور از علی بپرسد دیگر بیرون؟

۲

بعد از همه صحبتها که کردند و بعد از قرارها که گذاشتند نادر رو کرد پدرش و گفت: بابا! این نامه را از علی آباد تا اینجا چطور آورده اند؟ این شخص که نامه آورد با عموی ما دوست بود؟

حسن گفت: نه، جانم. این شخص عموی شمارا نمی شناسد. اصلاً در علی آباد هم نبوده است. بلکه نامه بین

چندین نفر دست بدست گشته تا بدست ما رسیده است



عموی شما اول نامه را

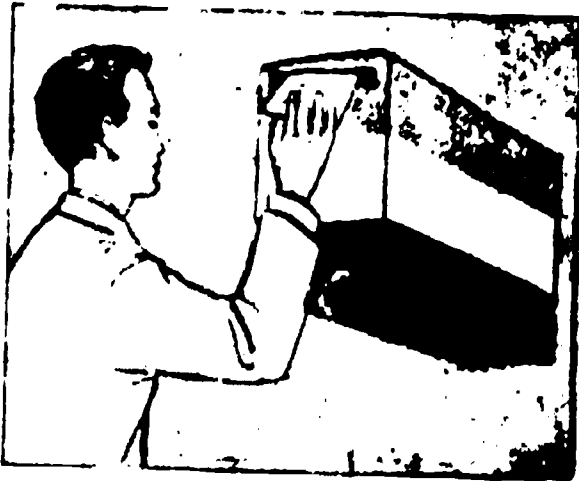
روی کاغذ نوشته و توی

پاکت گذاشته است. بعد

روی پاکت نشانی خانه

ما را نوشته و پشت آنهم

نشانی خودش را نوشته



است که اگر نامه رسان

خانه ما را پیدا نکرد

نامه را برگرداند تا

بعموی شما پس بدهند

بعد يك ريال پول داده و

يك نسیب خریده و آنرا

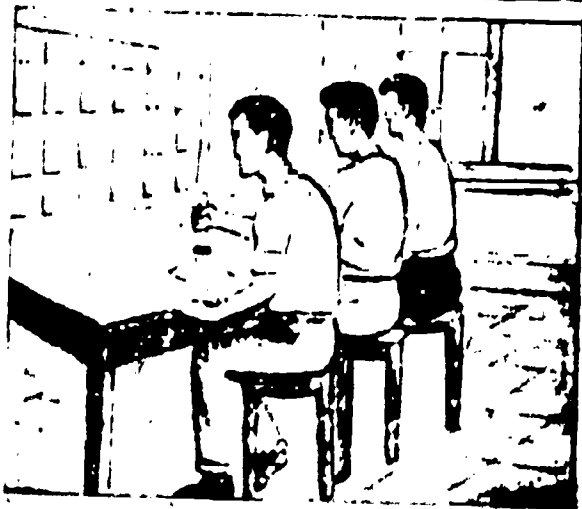
در طرف راست بالای

پاکت چسبانده. این

يك ريال مزد رساندن

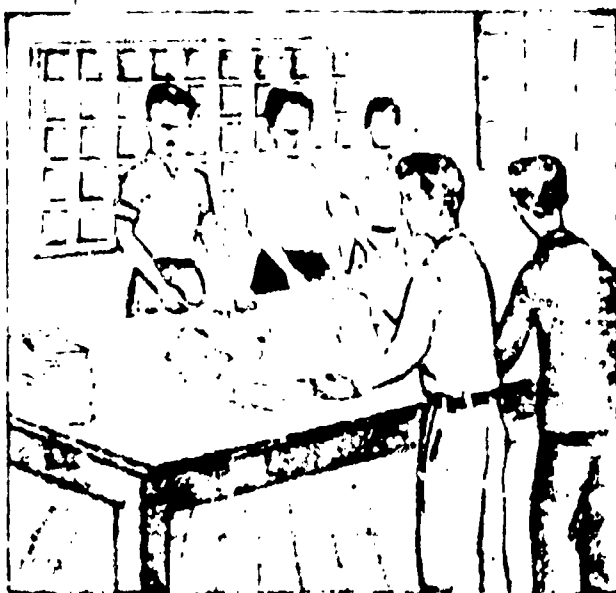
نامه است. بعد از این

کار نامه را در صندوق

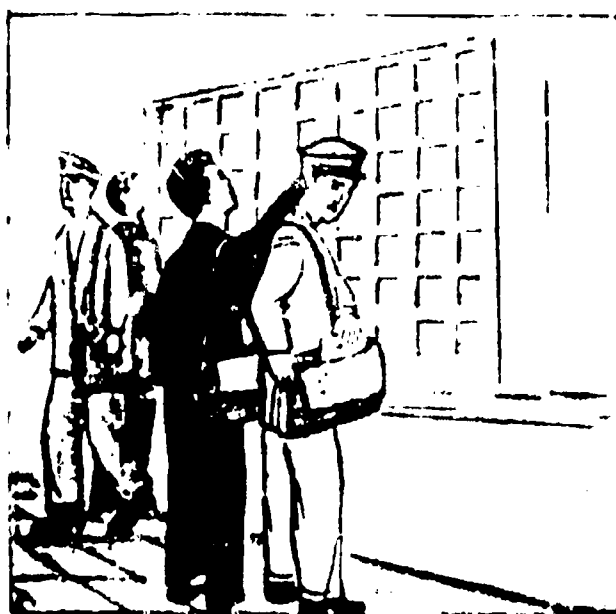


یست که بدیوار کوی کوییده شده انداخته است. از پستخانه

علی آباد یک مأمور رفته و تمام نامه های صندوق را خالی کرده  
و باداره پست برده. آنجا روی تمبرها را مهر زده و آنها



را باطل کرده اند.  
بعد نامه ها را از روی  
نشانی هایی که روی  
آنها نوشته شده سوا  
کرده اند. مال هر جا را  
بآنجا و مال تهران را  
بتهران فرستاده اند.



نامه های تهران را پس  
از رسیدن بتهران  
به پستخانه تهران  
برده اند. در پستخانه  
تهران نامه هر محل را  
جدا کرده و در جعبه  
مخصوص گذاشته اند.

نامه ما را هم با چند نامه دیگر در یک جعبه گذاشته اند.  
نامه رسان محل ما هم نامه های این محل را از جعبه  
برداشته و مال هر خانه را بآن خانه برده است. مال ما را

هم آورده و بماداده است.

پروین گفت: این نامه چقدر پیش این و آن رفته است!  
حسن گفت: درست است. این نامه خیلی دست  
بدست گشته و عده زیادی کار کرده اند آنهم بسرعت و با  
نظم و ترتیب تا آن را بدست مارسانده اند.

نادر گفت: اما نامه رسان می گفت نامه شما

سفارشی است. سفارشی یعنی چه؟

حسن گفت: روی نامه سفارشی بیشتر تمیز می چسبانند  
و آن را باید فقط بکسی بدهند که اسمش روی پاکت نوشته  
شده است و از او رسید بگیرند. پسر یا دختر یا زن او هم  
نمی دهند.

نادر گفت: چرا این کار را می کنند؟

حسن گفت: برای اینکه فرستنده نامه دلش می خواهد  
این نامه بدست صاحبش برسد و کسی جز او پاکت را باز نکند.  
نادر گفت: مگر میشود نامه کس دیگر را خواند؟

حسن گفت: هیچ کس حق ندارد نامه کس دیگر را  
بخواند و اگر کسی نامه دیگری را بخواند باید نشت پرست  
صحیح ندارد. اما چون گاهی اشخاص نادان پیدا میشوند و  
نامه دیگران را بخوانند یا بعضی ممکن است با اشتباه در

پاکت را باز کنند و آن را بخوانند، نویسندۀ نامه آن را  
سفارشی می کند تا بدست کس دیگر نرسد.

نادر و پروین هر دو از اینکه فهمیدند نامه چطور  
از کسی بکس دیگر می رسد خیلی خوشحال شدند.

تَلْگَرَاک

۳

حسن می خواست بلند شود و از اطاق بیرون برود  
که پروین گفت: باباجان! من هم یک سؤال دارم. اگر  
اجازه می دهید از شما پرسیم.

حسن گفت: چرا اجازه نمی دهم. پرس.

پروین گفت: نامه عموی ما تاریخ چهار روز پیش را  
دارد. عموی ما نمی توانست خبر آمدن خودش را در مدت  
کمتری بماند که مازودتر از آمدن او باخبر بشویم؟  
حسن جواب داد چرا نمی توانست. اگر بما تلگراف



میکرد دو روز هم  
طول نمی کشید.

پروین گفت:

تلگراف چیست؟

حسن گفت: اگر

در مسافرت هایی که

کرده ایم دیده باشی تیر هایی کنار جاده بفاصله های معین  
کار گذاشته اند و چند سیم آنها را بهم وصل می کند. این



سیمها یا مال تلگراف  
است یا مال تلفن. این  
سیمها از شهری بشهر  
دیگر میرود. و در  
هر شهر بدستگاهی  
وصل میشود. و کسی  
با آن دستگاه کار می-

کند. هر وقت که بخواهند با آن کار کنند برق وارد  
آن می کنند و با آن کار می کنند و آن را بصدای در می آورند.

کسی که در شهر دیگر پای دستگاه تلگراف  
نشسته است عین این صداها را می شنود و می فهمد که  
همکارش چه می گوید. حالا اگر مثلا من بخواهم بعموی شما  
تلگراف کنم که زودتر بیاید این طور روی کاغذ مینویسم:

علی آباد آقای احمد دانا

از خبر خوشوقت زودتر حرکت همه منتظر

حسن

این نوشته را می برم بتلگرافخانه که در میدان سپه



است و پول میدهم. تلگر افخانه تهران این کلمه‌ها را با دستگاه تلگراف به تلگر افخانه علی آباد مخابره می‌کند. در آنجا این کلمه‌ها را روی کاغذ می‌نویسند و کاغذ را در پاکت می‌گذارند و برای عموی شما می‌فرستند. این کار یک یا دو روز طول می‌کشد.

۴ نادر گفت: باباجان! کلمه‌هایی که تلگراف می‌کنند چرا مثل حرف زدن خودمان نیست؟ فقط چند کلمه است آنهم بریده بریده و کلمه‌هایی کم دارد. مثلاً گفتید مینویسیم: علی آباد، آقای احمد دانا، از خبر خوشوقت، زودتر حرکت، همه منتظر، حسن. دکی اینکه چرا احوال پرسشی و تعارف نمی‌کنیم؟ دیگر اینکه چرا می‌نویسیم از خبر خوشوقت و نمی‌نویسیم خوشوقت شدم؟ می‌نویسیم زودتر حرکت. و نمی‌نویسیم زودتر حرکت کنید؟ می‌نویسیم منتظر و نمی‌نویسیم منتظر شما هستم؟ حسن گفت: چون هر چه کلمه بیشتر باشد برای مخابره آن پول بیشتر می‌گیرند، اینست که هر کس سعی می‌کند تامی تواند با کلمه کمتر مقصود بیشتری را بفهماند. پروین گفت: باباجان! اگر میان دوشهر دریا باشد و نشود بین آنها سیم کشید دیگر بین آن دوشهر تلگراف رد و بدل نمی‌شود؟ حسن گفت: یک جور تلگراف هم داریم که سیم ندارد

و بان تلگراف بی سیم می گویند که کارش شبیه کار رادیو  
است. بشهرهای دور یا بان طرف دریاها با تلگراف بی سیم  
تلگراف می کنند

نادر گفت: بابا! تلگراف

را فهمیدیم که چیست.

برای ما شرح بدهید که

تلفن چگونه کار میکند.

حسن گفت: کار تلفن

هم اینست که بکمک برق صدای کسی را بگوش

دیگری می رساند. در تلگراف تلگرافچی کار می-

کند ولی در تلفن خود مردم کار می کنند. یعنی

با هم حرف می زنند. تلفن یک

گوشی دارد که آنرا بگوش می-

گذارند و محلی هم دارد که جلوی

مردمان می گیرند و موقع کار کردن

برق بان وارد می کنند. اگر مثلاً

من در اینجا و عموی

شما در علی آباد



هر دو گوشیه‌ها را برداریم و بگوش بگذاریم حرفهای  
 همدیگر را می‌فهمیم . اگر کسی خیلی عجله داشته باشد  
 بجای تلگراف زدن با تلفن حرف می‌زند . بشرط اینکه در  
 هر دو محل تلفن باشد .

نادر و پروین می‌خواستند باز هم از تلفن و تلگراف  
 حرف بزنند و سؤالیهای بیشتری بکنند ولی چون پدرشان  
 کار داشت و می‌خواست از خانه بیرون برود دیگر سؤال  
 نکردند و از او تشکر کردند . حسن هم بچه‌ها را بوسید و  
 از خانه بیرون رفت .





### روزد مهمانان

۵

ساعت سه بعد از ظهر بود. زینت و پروین و نادر در خانه منتظر رسیدن مهمانان بودند. چای حاضر بود. حسن به پیشو از مهمانان رفته بود. چیزی نگذشت که در زدند. نادر ادوید و در را باز کرد. حسن و مهمانها که چینیار نفر بودند وارد شدند. زینت و پروین هم آمدند جلو. حسن مهمانها را معرفی کرد و گفت: زینت! ایشان آقای احمد برادر من است و افسر خانم، خانم ایشان، شیرین و امیر هم برادرزاده‌های من هستند. بعد زینت و پروین و نادر را هم به مهمانان معرفی کرد. افسر و زینت و بچه‌ها همدگر را بوسیدند. زینت تعارف کرد. همه آمدند نوبی اطلاع.

زینت گفت: آب و حوله و صابون حاضر است. اول دست و رویتان را بشویید و چای و شربت بخورید. وقتی کسی خستگیتان در رفت حمام همین جانز دیک است، حمام بروید. يك ساعت به حرف و احوال پرسی و چای خوردن گذشت. بعد زینت گفت: تا شما حمام بروید من و حسن اسبابهای شمارا با طاق خودتان می بریم.

افسر گفت: زحمت نکشید. ما روز پیش از حرکت حمام رفتیم. زینت جواب داد درست است ولی بعد از گرد و خاک راه و گرمای هوا حمام لازم است. حمام نزدیک است. ضرری هم که ندارد. احمد خندهای کرد و گفت: راست و پوست کنده بگویم، افسر شنیده حمامهای شهر همه دوش دارد و خزینه ندارد. باین جهت می گوید پاك نیست و بدایش نمی چسبد.

زینت گفت: نه، خاطر جمع باشید. زیر دوش هم آدم می تواند خودش را آب بکشد. هر چه ناپاکی و کثافت است مال حمام خزینه دار است. افسر پرسید چطور؟ زینت جواب داد برای این که در حمام خزینه همه کس توی خزینه می رود. مسکن است کسی مریض باشد. مرض پوستی یا غیر پوستی داشته باشد. توی خزینه می رود و همه از نا خوشی او می گیرند.

خزینه بدترین جایی است که همه میکر بها در آن جمع می شود و آدم که در آب خزینه برود مثل این است که با دست خود چند جور ناخوشی برای خود خریده است. احمد گفت: این حرفها بنظر من درست می آید. من که از روز اولش هم حرفی نداشتم. افسر هم لابد راضی می شود. نادر مهمانان را تا در حمام همراهی کرد که راه را به آنها نشان بدهد.

شب بعد از شام زینت گفت: حالا بیاید تا من شمارا باطاق خودتان ببرم. میدانم از راه رسیده اید و خسته اید و باید زودتر بخوابید.

همه همراه زینت از پله ها بالا رفتند. زینت در اطاقی را باز کرد و به افسر گفت: این اطاق شماست. این دو تخت مال شما و آقای دانا است. بچه ها هم در آن دو اطاق دیگر می خوابند. شیرین و پروین در يك اطاق می خوابند و امیر و نادر در يك اطاق. بگذار تا یادم نرفته این گلدان را بیرون ببرم. شیرین گفت: چرا زن عموجان؟ این گلدان که خیلی قشنگ است چرا می خواهید بیرون ببرید؟ پروین گفت: شیرین شیرین! شب در اطاق خواب نباید گل و گلدان باشد. گل در شب هوای اطاق را خراب می کند و باعث سردرد



و سرگیجه می شود. گل و گلدان را باید شب از اطاق بیرون برد و صبح دوباره باطاق آورد. همین طور زیر درخت و جاهایی که درخت زیاد داشته باشد نباید خوابید. برای آدم خیالی بد است.

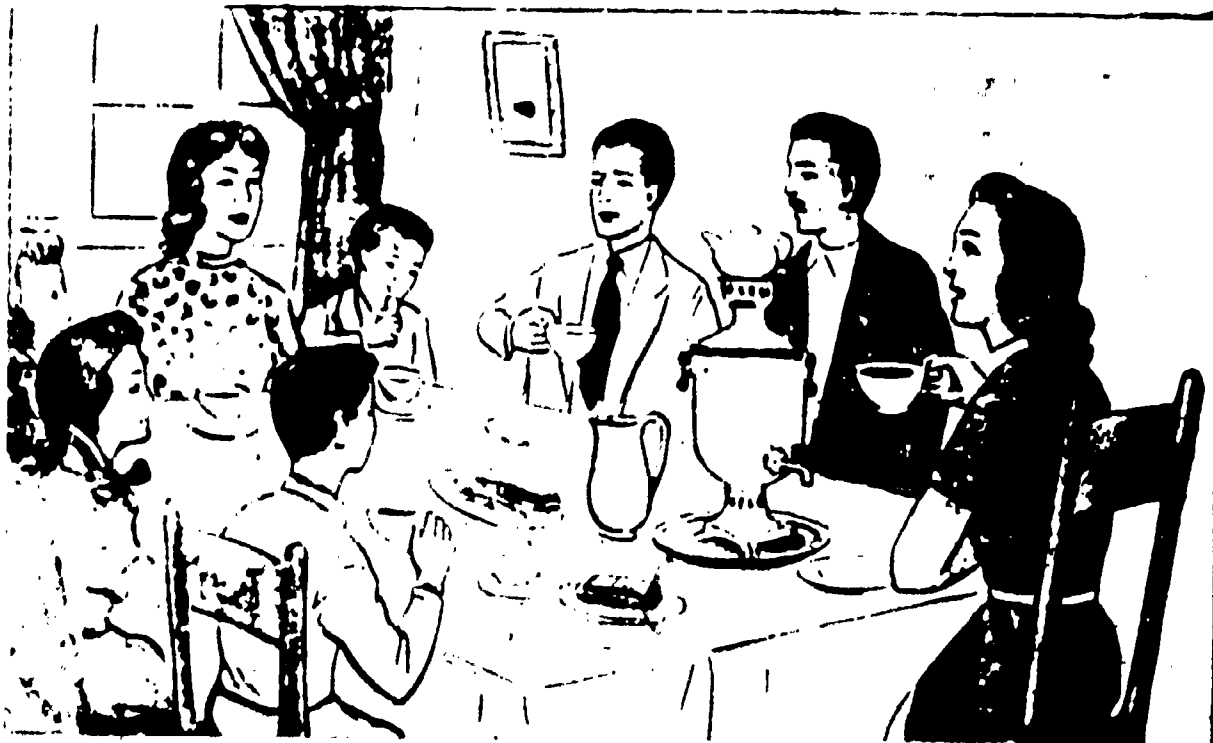
احمد گفت: افسر! یادت می آید که چند سال پیش پسر محمد علی گاودار شب زیر درخت خوابیده بود و صبح گفتند غشی شده؟ نگو که هوای بد او را مریض کرده بوده است.

زینت گفت: امیدوارم خوب و خوش و راحت بخوابید و خستگی مسافرت از تنتان بیرون برود. شب بخیر.

## گردش در شهر

راه آهن - سیلو

پیش از بر آمدن آفتاب همه از خواب بیدار شدند.  
 نظافت کردند. وضو گرفتند و نماز خواندند. بعد از نماز  
 افسر گفت: چقدر هوای صبح زود لطیف و خراب است!  
 مثل این که روح آدم تازه می شود. حسن گفت: همین طور  
 است. سحر خیزی و نماز صبح روح و جسم آدم را پاکیزه  
 و روشن و شاداب می کند. آدم صبح زود بیدار می شود  
 خود را پاکیزه و طاهر می کند و پیش از این که بکار روزانه  
 بپردازد نماز می خواند و از خدا می خواهد که او را در راه  
 راست و درست هدایت فرماید و با توکل به خدا روزگار





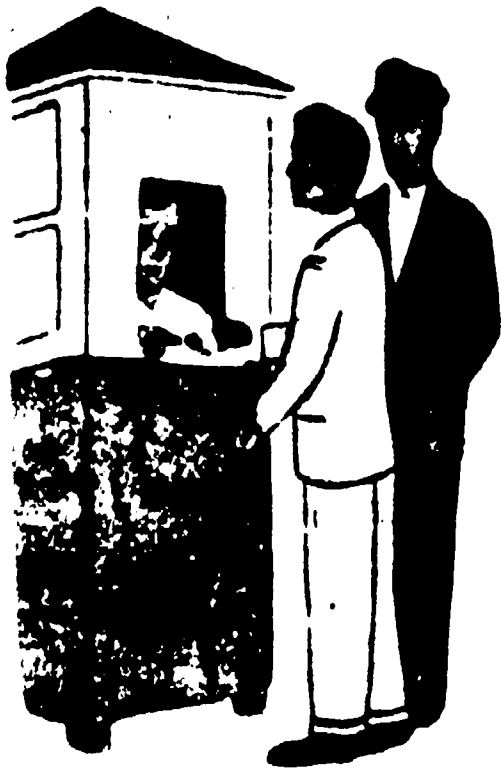
را شروع می کند.

صبحانه حاضر شد و همه با خوبی و خوشی آن را خوردند. بعد زینت گفت: بهتر است شما مردان بروید در شهر گردش کنید. من و افسر هم کمی بکار خودمان می رسیم.



حسن و احمد جواب دادند چه بهتر! بعد از چند دقیقه هر دو حاضر شدند و برآه افتادند. احمد پرسید: راه خیلی دور است؟ حسن خندید و گفت: البته. چون خیلی جاها را

می خواهیم به بینیم. اما در شهر از هر خیابان به خیابان دیگر اتوبوس می رود. ما مجبور نیستیم پیاده برویم. تا کسی هم می رود. احمد گفت: چه خوب!



در ضمن صحبت احمد  
و حسن نزد يك ايستگاه اتوبوس  
رسيدند. حسن رفت جلوی  
باجه بلیط فروشی. دو تومان  
داد. ده بلیط خرید. احمد  
برسید مگر قیمت بلیط برای  
هر کس چند است؟ حسن جواب  
داد دوریال. اما ممکن است

يك مرتبه ده بلیط بخریم تا هر دفعه برای خریدن بلیط  
معطل نشویم.

در این وقت اتوبوس از دور پیدا شد. احمد

گفت: زود برویم جلو و سوار شویم. حسن جواب داد:  
باید نوبت ما برسد. ما باید پشت سر انهایی که زودتر از  
ما آمده اند بایستیم. وقتی آنها سوار شدند نوبت ما  
می شود. احمد گفت: فهمیدم. پس این نرده ها برای  
این است که مردم در آن نوبت بایستند. حسن گفت:  
همین طور است. آدم باید در مسدود جا بماند و دست  
حق دیگران را بکند و بان احترام بگذارد. این همه  
رعایت حق هم را بکنند هر چه هم جمعیت زیاد باشد

باز زودتر و راحت تر کار خود را انجام می دهند.



حسن و احمد سوار شدند . حسن گفت : حالا می رویم ایستگاه راه آهن را تماشا می کنیم . در ضمن راه احمد قوطی سیگار خود را از جیب بیرون آورد و خواست سیگار بکشد . حسن با او گفت : بهتر است این جا سیگار نکشی . احمد پرسید چرا ؟ حسن جواب داد در اتوبوس و سینما و در جاهایی که سر بسته است نباید سیگار بکشیم برای این که هوا را کثیف و پر دود می کند و مردم دیگر ناراحت می شوند . بهمین جهت آن روبرو هم نوشته « خواهشند است در اتوبوس سیگار نکشید . » احمد گفت : اگر می دانستم سیگار قدغن است چپقم را می آوردم ، حسن گفت : می دانم شوخی می کنی و می دانی که مقصود از این یادآوری این است که در اتوبوس نباید هیچ دودی کشید .

اتوبوس ایستاد. حسن و احمد پیاده شدند. حسن  
ایستگاه راه آهن را به احمد نشان داد و گفت: این جا  
ایستگاه راه آهن است. در این قسمت بلیط می خرند  
و بانتظار ترن می مانند.



این هم ترن. این جا مسافرها سوار می شوند.  
ترن هایی که از شهرهای مختلف می آیند این جا  
مسافرین خود را پیاده می کنند. از تهران در روزهای

معین ترن به سمت شهرهای دیگر حرکت می کند. در روزهای معین هم از شهرهای دیگر به تهران می رسد. مثلاً در آن اطاق دیدی نوشته ترن چه روزی از تهران برای اهواز حرکت می کند و چه روزی به اهواز می رسد و برعکس.

احمد پرسید راستی به قم و مشهد هم راه آهن می رود؟ حسن جواب داد بلی. سال ها است که ترن به قم می رود. مشهد هم راه آهنش کشیده شده و تازه تمام شده است. احمد خیلی از این که ترن به قم و مشهد هم می رود خوش حال نشد. بعد پرسید دیگر راه آهن به کجاها می رود؟

حسن جواب داد راه آهن مهم ایران راه آهن سرتا-سری است. راه آهن سرتاسری از بندر خرمشهر که در جنوب غربی ایران است به بندر شاه که در شمال شرقی ایران است وصل می شود. و از خرمشهر، اهواز، اندیمشک، دورود، اراک، قم، تهران، شهرری، ورامین، گرمسار، فیروزکوه، شاهی و بندرگز می گذرد و به بندر شاه می رسد.

چون راه آهن سرتاسری ایران از کوه های بلند

لرستان و کوه‌های البرز می‌گذرد باین جهت بدنه  
کوه‌ها را شکافته و راه آهن را از داخل آنها گذرانده‌اند.  
راه داخل کوه را تونل می‌گویند. راه آهن سرتاسری  
از میان تونل‌های زیاد و از روی پل‌های زیاد  
می‌گذرد. یکی از پلهای معروف این راه پل ورسک است.



پل ورسک در ۲۰ کیلومتری راه آهن نیران شمال  
واقع است. درازای این پل بیش از ۷۱ متر می‌باشد.  
بزرگترین دهانه آن ۶۶ متر و دهانه کوچک آن کمی زیادتر

از ۲ متر است.

احمد گفت به نظر من کشیدن راه آهن از کارهای خیلی مهم و بافایده است. راستی این کار اثر فکر که بوده؟ حسن جواب داد راه آهن سرتاسری ایران هم مثل خیلی از کارهای بزرگ دیگر از قبیل آبادی شهرها و اسفالت کردن خیابان ها و ساختن راه های شوسه و تأسیس کارخانه ها و تأسیس دانشگاه و مانند این ها نتیجه فکر و همت رضاشاه کبیر است.

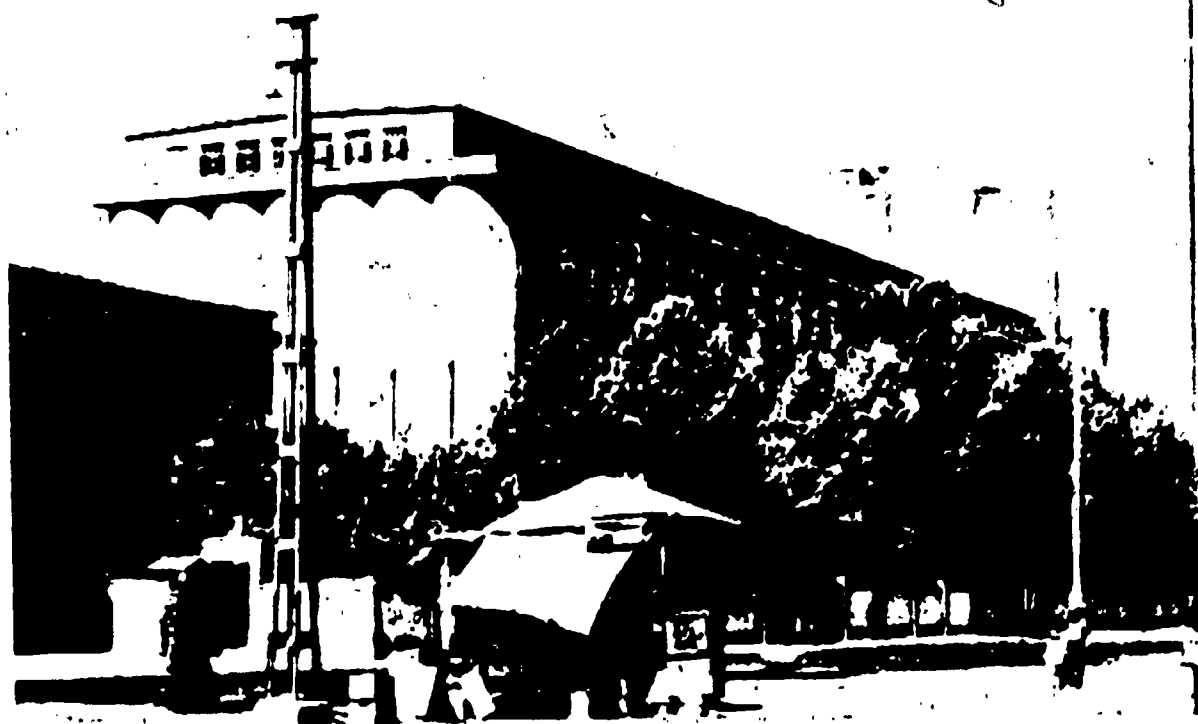
احمد پرسید کبیر یعنی چه؟

حسن جواب داد کبیر یعنی بزرگ. چون رضاشاه کبیر خدمات خیلی زیاد و گرانبها باین کشور و به مردم کرده است مردم بیاس خدمات پر قیمت او و برای قدرشناسی از این مرد بزرگ باولقب کبیر داده اند. وقتی دیدن ایستگاه راه آهن تمام شد حسن عمارت سیلورا را به احمد نشان داد.

احمد پرسید سیلو چیست؟ حسن جواب داد سیلو

انبار بزرگ و متحرکی است که بی شود مقدار زیادی گندم در آن انبار کرد و خوبی آن این است که می توانند خیلی زود گندم ها را در آن جا بجا کنند و هوا

بدهند. بیشتر گندم نان شهر تهران در سیلوانبار  
می شود.



عمارت سیلوی تهران

نام نیک

دولت جاوید یافت هر که نیکونام زیست  
کز عقیبش ذکر خیر زنده کند نام را  
بعد از هزار سال که نو شیروان بمرد  
گویند از او هنوز که بود ست عادل





## زینت و افسر در خانه

۱۰

بعد از اینکه احمد و حسن از خانه بیرون رفتند افسر گفت: خوب زینت! حالا چکار کنیم؟ آدم بچه دار صبح که بلند می شود از بس گرفتاری دارد نمی داند به کدام کارش برسد. زینت خندید و گفت: این بدست خودمان است. افسر گفت: چطور بدست خودمان است؟ زینت جواب داد من برای کار خودم برنامه دارم و کارهای خانه را از روی آن می کنم. افسر پرسید برنامه چیست؟ زینت جواب داد به بین افسر! بعضی کارها هست که ما باید هر روز بکنیم: نظافت روزانه، چای، نهار، شام و مانند این ها. اما بعضی کارهاست که هر روز نمی کنیم. در هفته یک یا دو دفعه می کنیم. مثل رخت شویی، حمام رفتن و نظافت کلی خانه. من این کارها را به روزهای هفته تقسیم می کنم بطوری که بهم دیگر نیفتد. نظافت کلی خانه به روز حمام نمی افتد

حمام رفتن به روز رخت شویی نمی افتد. می بینی که از این راه کار آسان می شود. من صبح که از خواب بلند می شوم می دانم چه کار هایی باید بکنم. چون در برنامه ام نوشته ام و از شب پیش فکرش را کرده ام.

افسر گفت: خوشا به حالت زینت! توجه زن فیسیده و خوبی هستی. حالا بعقیده تو من چه بکنم؟ زینت گفت: اول رخت خواب ها را مرتب می کنیم. افسر جواب داد من صبح تا از خواب بلند شدم رخت خواب را جمع کردم. زینت گفت: بهتر است وقتی از خواب بلند می شویم فوراً رخت خواب را جمع نکنیم. بگذاریم کسی هوا بخورد و بعد جمع کنیم. افسر خندید و گفت: زینت! این هوا خوردن چیست؟ از دیروز تا حالا که ما این جا هستیم تو همه اش حرف هوا می زنی. زینت جواب داد افسر! حق با تست. من خیلی از هوا حرف می زنم. اما تو می دانی در زندگی ماسه چیز خیلی مهم است: آب. هوا و نور.

آب مایه زندگی ماست. اما بشر طی که نسیر نماند. آب کثیف باعث خیلی از ناخوشی ها می شود. هوارا ما تنفس می کنیم. یعنی داخل ریئه ما می

شود. اگر هوا تمیز نباشد یعنی ذرات گرد و غبار/با آن باشد داخل ریه مامی شود و ما را مریض می کند. همین طور اگر مدتی در اطاق در بسته بمانیم هوا کثیف می شود و دیگر برای نفس کشیدن خوب نیست. به همین جهت هم هست که همیشه باید مواظب هوای اطاق خواب بود. حتی در زمستان هم باید گاهی پنجره را باز کرد که هوا عوض شود.

اهمیت نور آفتاب هم در زندگی ما خیلی زیاد است. می توانی امتحان کنی. اگر گلدان گلی را در جای تاریکی که نور ندارد بگذاری بعد از مدتی زرد و پژمرده می شود. آدم هم همین طور است. اگر نور و روشنی و هوا باو نرسد مریض می شود. زندگی کردن



در جاهای تاریک و کم نور انسان را مریض می کند.  
 علاوه بر این آفتاب خیلی از میکروب ها را می کشد. بهمین  
 جهت من هر چند روز یک مرتبه تشک و لحاف را در  
 آفتاب پهن می کنم و باد می دهم.  
 این خانه را هم ما خودمان ساخته ایم. حسن خیلی  
 سعی کرد اطاق ها رو با آفتاب باشد. تا نور و روشنایی لازم  
 را داشته باشد.

افسر گفت: زینت! تو خیلی چیزها می دانی که من  
 نمی دانم. من خیلی دلم می خواست که مدت زیادتری  
 این جا می ماندم و از تو این چیزها را یاد می گرفتم.  
 زینت جواب داد قدم شما بالای چشم. این جا خانه  
 خودتن است. هر قدر دلتان بخواهد بمانید. من هم  
 اگر کاری از دستم بر آید یا چیزی بدانم با جان و دل  
 به شما کمک می کنم. افسر از زینت تشکر کرد و بعد  
 گفت: راستی زینت! من در خانه شما زیر زمین نمی بینم.  
 یک سال من به شهر آمده بودم منزل دایی مادرم  
 آن جا زیر زمین های خنک خوبی داشت. دیوار زیر زمین  
 با آب انبار یکی بود و خیلی نم دار و خنک بود. بعد از  
 ظهر تابستان که آدم آن جا می خوابید از بس خنک بود

آدم سست می شد و تا غروب خواب بود.  
 زینت گفت: ما مخصوصاً زیر زمین گود نساختیم.  
 می دانی خوابیدن در زیر زمین های گود و مرطوب  
 چقدر برای سلامت ضرر دارد. انسان رماتیسم می-  
 گیرد و دردهای سخت در کمر و سر زانو حس می کند.  
 این دردها همیشه با آدم همراه است و گاهی آدم را  
 مدتی زمین گیر می کند. از من به تو نصیحت، هیچ وقت  
 روی زمین نمناک ننشین و نخواب. والا از دست رماتیسم  
 جان سالم بدر نخواهی برد. هم چنین سعی کن همیشه  
 در اطاق های روشن و آفتاب روزندگی کنی. مثلی است که  
 می گویند «اطاقی که آفتاب گیر باشد حکیم از در آن  
 وارد نمی شود.» برای این که نور آفتاب خیلی از میکروب  
 هارا می کشد و مارا سالم و تن درست نگه می دارد.

## گفتگویی بپه‌ها با هم

۱۲

پروین و نادر و شیرین و امیر شب تا دیر وقت با هم صحبت کردند. پروین و نادر برای مهمانان خود از شهر و زندگی آن، از تعطیل تابستان، از گردش و سینما و مانند این‌ها صحبت می‌کردند. شیرین و امیر هم از ده، از مزرعه، از شخم زدن، از مرغ و جوجه صحبت می‌کردند. چون شب خیلی دیر خوابیده بودند صبح بعد از نماز دوباره خوابیدند و خیلی دیر بیدار شدند. اول پروین و نادر بیدار شدند و رفتند شیرین و امیر را هم بیدار کردند. پروین گفت: امروز که من دیر بیدار شدم خسته‌ام. نادر گفت: حالا ورزش می‌کنی و خستگی از تنت بیرون می‌رود. بعد پروین به شیرین و امیر گفت: شما هم بیایید

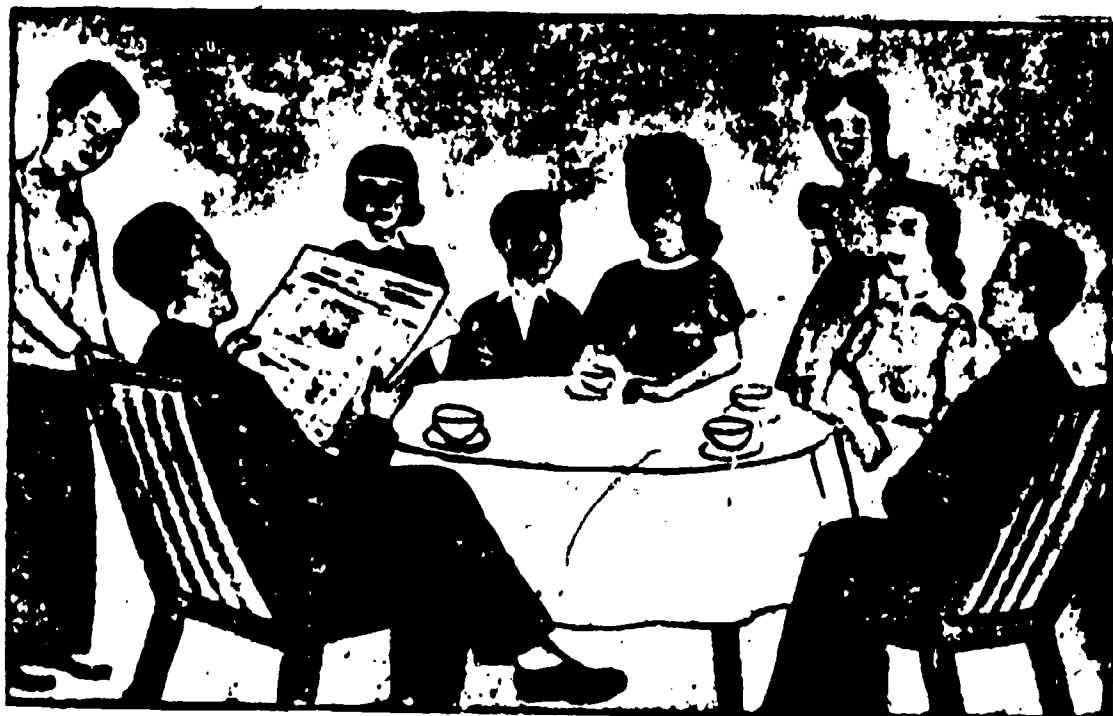


تا با هم ورزش کنیم. آن‌ها جواب دادند ما که بلد نیستیم. نادر گفت: ورزش کار مشکلی نیست. زود یاد می‌گیرید. بعد پروین و نادر و شیرین و امیر ایستادند و هر چهار نفر ده دقیقه ورزش کردند. بعد از شستن دست و رو و لباس پوشیدن نشستند و مشغول خوردن چای شدند. شیرین گفت: تهران چه رسم‌هایی دارد این ورزش برای چه خوب است؟ پروین جواب داد ورزش خستگی خواب شب را از تن بیرون می‌کند و آدم را دوباره برای حرکت و کار کردن آماده می‌سازد. ورزش همان طور که دیدی کار مشکلی نیست. چند حرکت دست و پا و سر و سینه و گردن است که بی‌حالی خواب شب را از بین می‌برد.

امیر گفت: چرا شما هر کدام یک حوله سوا برای خودتان دارید؟ مگر خواهر و برادر نیستید؟

نادر جواب داد درست است که ما خواهر و برادریم.

اما بعضی چیزها هست که هر کسی باید سوا برای خود داشته باشد. مثل حوله، شانه، مسواک و از این چیزها ما نباید شانه کس دیگر را بدهیم یا حوله و مسواک دیگری را بکار ببریم این کار برای تندرستی ما ضرر دارد.



### کارهای دولت

۱۳

یک روز زینت و حسن و احمد و افسر و بچه‌ها دور هم نشسته بودند و چای می‌خوردند. حسن بلند بانند برای همه روزنامه می‌خواند. در قسمت خبرهای داخله یک خبر از مجلس شورای ملی و مجلس سنا شرح گفتگوی نمایندگان بود.

خلاصه خبر این بود: نمایندگان مجلس شورا و مجلس سنا بودجه کشور را تصویب کردند. احمد پرسید بودجه را تصویب کردند یعنی چه؟ من نه معنی بودجه را می‌فهمم نه معنی تصویب را.

حسن گفت: بودجه یعنی درآمد و خرج کشور.



تصویب کردند یعنی قبول کردند و اجازه دادند پس مقصود از تصویب بودجه اینست که نمایندگان مجلس مقدار درآمد و محلهای خرج و مقدار خرج کشور را قبول کردند و بدولت اجازه دادند که مالیاتینای معینی را بگیرد و پولهای معینی را فراهم کند و پولینا و درآمدها را برای کارهای کشور بطوری که اجازه داده شده خرج کند.

احمد گفت: من می دانم که مالیاتها را وزارت دارائی از مردم می گیرد. اما نمی دانم این مالیاتینا را که خرج می کند و کجا خرج می شود.

حسن گفت: مالیاتها و درآمد دولت میان وزارتخانه ها تقسیم می شود. شما معنی وزارتخانه را لابد می دانید. وزارتخانه به آنجا می گویند که یک وزیر و عده ای کارمند در آن مشغول کارند و انجام دادن قسمتی از کارهای کشور را بعهده دارند. بشرح حال هر وزارتخانه سهم خود را بطوری که دو مجلس اجازه داده اند خرج می کند. البته وزارت دارائی که پول را فراهم می کند در خرج آن هم نظارت می کند.

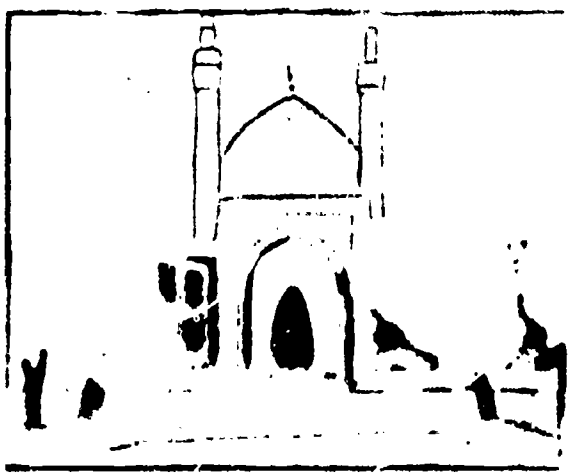
احمد گفت: مقصود شما از سهم هر وزارتخانه

پولی است که باسم حقوق بکارمندان آن می دهند؟  
 حسن گفت: سهم هر وزارتخانه از بودجه دولت  
 تنها پول لازم برای حقوق کارمندان نیست. برای  
 اینکه هر وزارتخانه کارهایی دارد که باید آن کارها را  
 برای آسایش و سلامت و خوشبختی مردم انجام بدهد.  
 احمد گفت: ممکن است چند مثل از کار هر  
 وزارتخانه برای من بزنید تا خوب روشن بشوم؟

۱۴

حسن گفت: البته

که ممکن است. من  
 از وزارت فرهنگ  
 شروع می کنم. چون  
 این سواد را که  
 دارم و می توانم بخوانم  
 و بنویسم از آن وزارت  
 خانه دارم پسر و  
 دختر من هم علم و  
 سوادشان را از آن  
 وزارتخانه دارند.  
 تشکیل کلاس اکابر  
 و نوشتن کتاب اکابر و



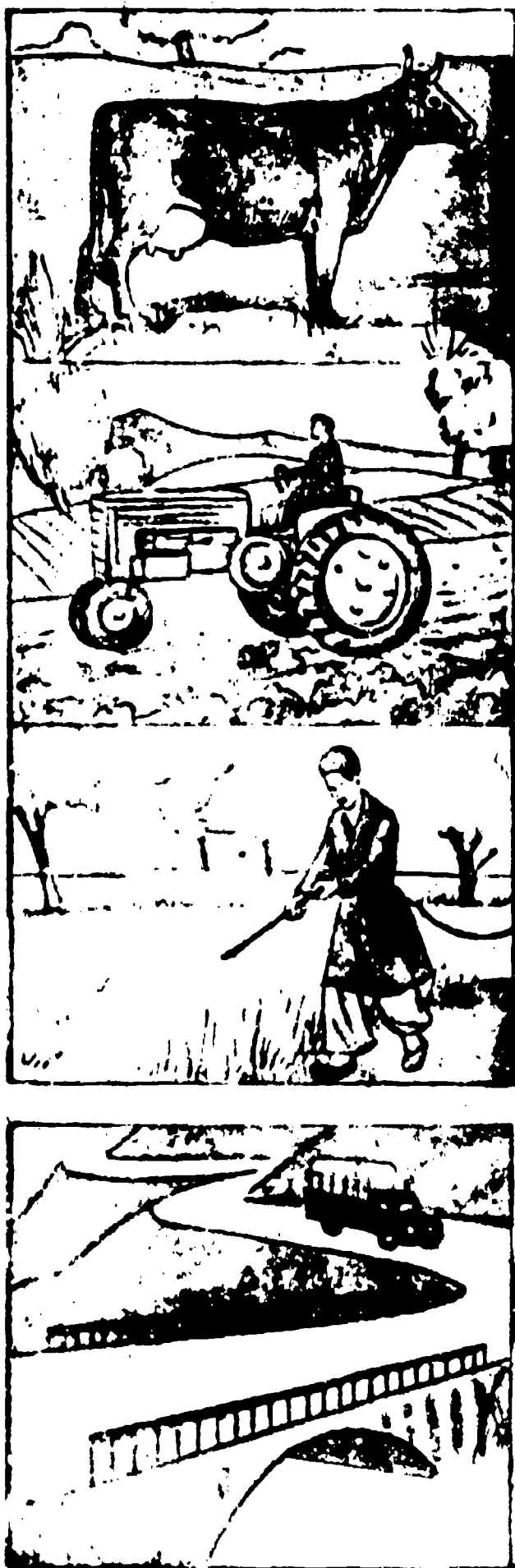
تربیت معلم برای اکابر و تشکیل دبستان و دبیرستان و دانشکده‌ها و تهیه کتاب و عمارت برای آموزشگاهها همه از کارهای وزارت فرهنگ است. وزارت فرهنگ قسمتی از پول سهم خود را خرج حقوق آموزگاران می‌کند. و قسمتی را برای تهیه کتاب و وسایل تحصیل و ساختن عمارت برای آموزشگاهها خرج می‌کند. مقداری را هم خرج نگهداری عمارتها و آثار قدیمی می‌کند.



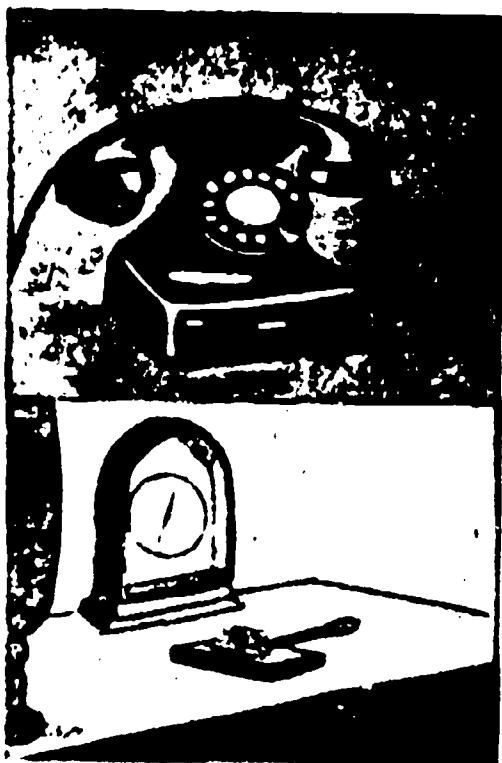
وزارت بهداشت از سهم خود دکتر و دوا و بیمارستان برای مردم تهیه می‌کند و از بروز ناخوشی بین مردم جلوگیری می‌کند.



وزارت کشور برای امنیت داخل کشور پاسبان و ژاندارم تربیت می‌کند و وسایل انتخابات نمایندگان دو مجلس و شهرداری را فراهم می‌کند.



وزارت کشاورزی  
 مقداری از سهم پول  
 خود را خرج اصلاح  
 نژاد حیوانات و پیدا  
 کردن راه اصلاح  
 نباتات می کند و به  
 کشاورزان نشان می  
 دهد که چطور می  
 توانند با طرز کشاورزی  
 جدید محصول خود  
 را بهتر و بیشتر کنند.  
 چطور می توانند  
 آفتهای نباتی و حیوانی  
 را از بین ببرند. از  
 زمین و حیوانات خود  
 بیشتر فایده ببرند.  
 وزارت راه برای  
 کشور راهها و پلهای  
 لازم را می سازد و  
 حادهها را همیشه بار و  
 قابل عبور نگاه می دارد.



## ۱۵ وزارت پست و تلگراف

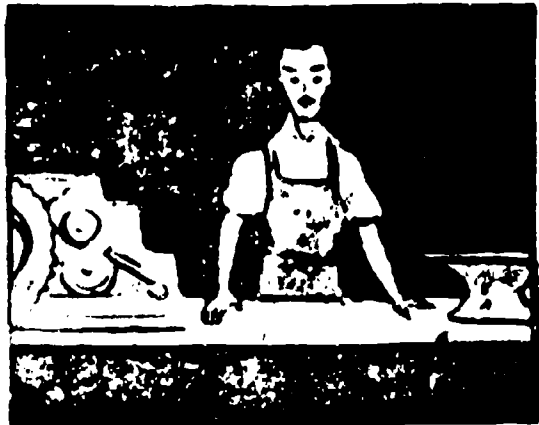
نامه‌های مردم را بدستشان می‌رساند و با سهم پول خود برای مردم دستگاه‌های تلگراف و تلفن تهیه می‌کند تا مردم بتوانند زودتر از حال هم با خبر شوند و کارهای خود را زودتر انجام بدهند.

وزارت دادگستری برای جلوگیری از تجاوز و تعدی مردم بهم و برای مجازات خطاکاران قاضی تربیت می‌کند و دادگاه تشکیل می‌دهد.

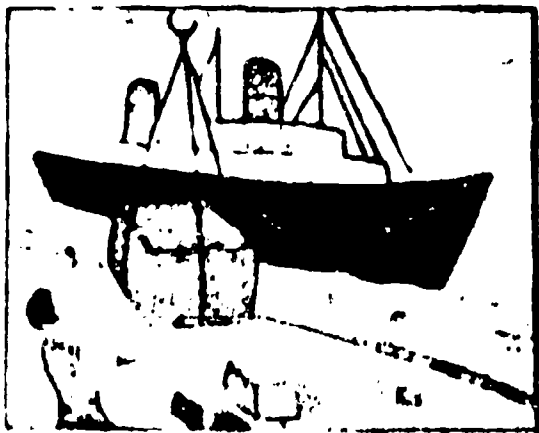
وزارت انحصارات و گمرکات وارد شدن جنس به کشور یا خارج شدن از آن را زیر نظر می‌گیرد. و حق گمرک وصول می‌کند. و از وارد شدن جنسهای ممنوع جلوگیری می‌کند و بعضی تجارتینا را که در انحصار دولت است اداره می‌کند.



وزارت جنگ برای  
نگاهداری سرحدات  
کشور و جلوگیری از  
تجاوز دشمن بخاک  
ایران سرباز تهیه  
می کند.



وزارت کار برای  
رسیدگی بحال کارگران  
و برای آسایش و راحت  
آنان اقدام می کند.



وزارت بازرگانی به  
کار تجارت اجناسی  
که به کشور وارد یا از  
آن خارج می شود  
رسیدگی می کند.

وزارت صنایع و معادن

برای تأسیس کارخانه ها و صنعتی کردن کشور و استخراج  
معدن های کشور اقدام می کند.

وزارت دارائی به خرج و دخل دستگاه های

دولتی نظارت می کند و مالیاتها را می گیرد و برای راه  
افزادن کارهای کشور پول در اختیار وزارتخانه ها می گذارد

این وزارتخانه‌ها که گفتیم هر کدام زیر نظریک  
 زیر اداره می‌شود. تمام وزیران با نخست‌وزیر هیئت  
 دولت را تشکیل می‌دهند



اَعلیٰحضرتِ هُمایونِ شاهنشاهی پر کارهای دولت  
 نظارتِ عالیہ دارند.

شاه

جهان را دل از شاه خندان بُود  
 که بر چیر او فرّ بزدان بُود  
 به شیری که دست اندر آن مهر شاه  
 نماند نیاز اندر آن بوم راه

### دنباله گردش در شهر

بعد از آن که حسن کار و وظیفه یکی یکی وزارتخانه‌ها را شرح داد احمد گفت: چقدر دلم می‌خواست محل این وزارتخانه‌ها را از نزدیک ببینم. چون ما مدت کوتاهی در این شهر هستیم و بزودی بده برمی‌گردیم حیف است که این جور جاها را نبینیم. کارهای ماهه بدست این وزارتخانه‌هاست. پس بهتر است که بیشتر با آنها آشنا شویم.

حسن گفت: دیدن محل این وزارتخانه‌ها اشکالی ندارد. پس فردا در شهر راه می‌افتیم و من همه جا را به شما نشان می‌دهم.

### روز گردش

دو روز بعد صبح زود حسن و احمد و بچه‌ها از خواب بیدار شدند و زودتر از هر روز لباس خود را پوشیدند و صبحانه خوردند و آماده گردش در شهر شدند. همه که آماده شدند از خانه بیرون رفتند. چند قدم که از خانه دور شدند حسن به احمد گفت: اگر ما بخواهیم خیلی جاها را ببینیم باید با تاکسی برویم.

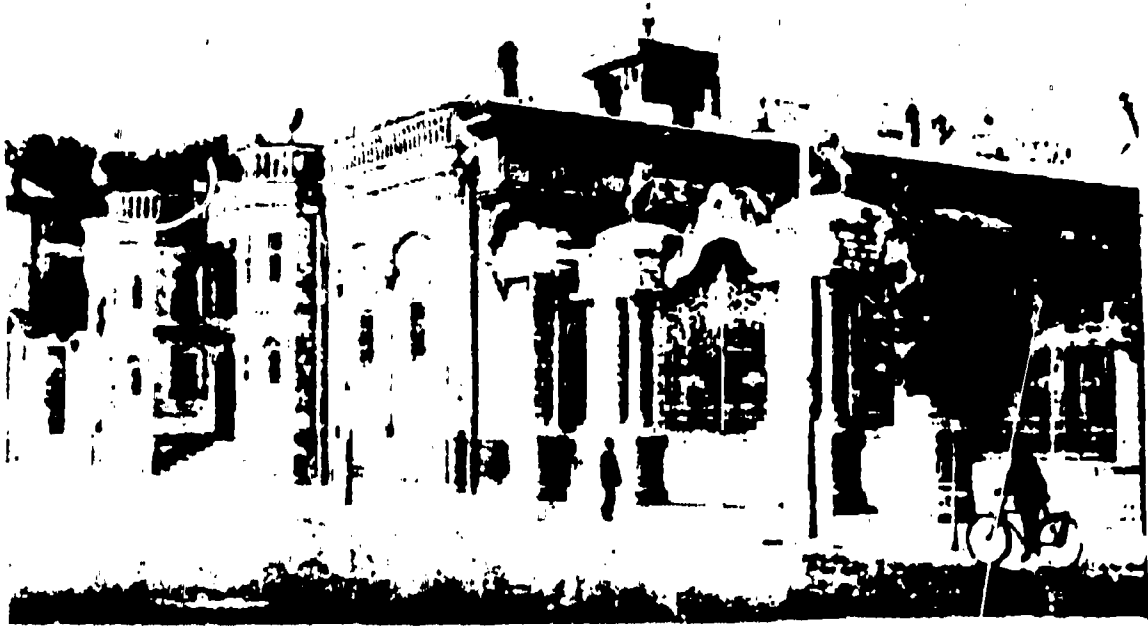




والا اگر پیاده  
برویم یکی دو  
جا را بیشتر  
نمی توانیم به-  
بینیم.

احمد حرف

او را تصدیق کرد و بچه ها هم از اینکه پیاده روی  
نمی کردند و خسته نمی شدند خوشحال بودند.  
چند قدم جلوتر که رفتند يك تاکسی رسید. آن را  
صدا زدند و به راننده گفتند: ما تاکسی شما را تا ظهر  
می خواهیم. چقدر به شما پول بدهیم؟ راننده گفت: از  
جالا تا ظهر سه ساعت است. کرایه تاکسی از قرار  
ساعتی شصت ریال تا ظهر می شود صد و هشتاد ریال  
حسن قبول کرد و همه سوار شدند و براه افتادند.  
اول رفتند به میدان بهارستان. در اهنی مجلس و  
دو شیری که در دو طرف بالای در بود و دایره ای که  
در وسط دو شیر بود همه را دیدند. روی دایره  
نوشته بود عدل مظفر.



احمد پرسید عَدْلٍ مُظَفَّرٌ رُوی این دایره چه  
معنی دارد؟

حسن گفت: از عَدْلٍ مُظَفَّرٍ مقصود اینست که فرمان  
مشروطه را مُظَفَّرُ الدین شاه امضا کرد و از زمان او  
حکومت ایران مشروطه شد. البته عدل مظفر یک معنی  
دیگر هم دارد و آن اینست که اگر حروف آنرا با حساب  
مخصوصی حساب کنند می شود ۱۲۲۴ یعنی همان تاریخ  
امضای فرمان مشروطیت که در سال ۱۲۲۴ هجری بود.  
احمد پرسید حکومت مشروطه یعنی چه؟ مگر  
اول حکومت ایران چه بوده است؟

۱۷

حسن گفت: حکومت مشروطه یعنی حکومتی که

مردم در کارها حق نظر و رای داشته باشند و بتوانند  
 در کارها شرکت کنند و برای خود نماینده تعیین کنند.  
 و نماینده از جانب آنها در کارها رای بدهد و به کارها  
 رسیدگی کند. قبل از مشروطه هم حکومت ایران  
 استبدادی بوده است یعنی از مردم کسی حق دخالت  
 به کارها و اظهار نظر نداشت.

عمارت مجلس شورای ملی و باغچه وسط میدان  
 بهارستان و مجسمه اعلیحضرت فقید رضاشاه کبیر تمام  
 زیبا و دیدنی بود



از میدان بهارستان وارد خیابان اکباتان شدند.

در این خیابان باغ زیبای وزارت فرهنگ را دیدند  
 که بسیار دیدنی بود. در این موقع چشم احمد به بالای  
 در باغ افتاد. از حسن پرسید این نوشته که بالای در  
 است چیست؟ حسن نوشته را این طور خواند:



هدیه حضرت اشرف سردار سپه رئیس الوزرا و  
 فرمانده کل قوا به معارف ایران.

احمد پرسید معنی این نوشته چیست؟  
 حسن گفت: رضاشاه علاقه زیادی به فرهنگ داشت

و می دانست که ترقی ملت و کشور باید از ترقی فرهنگ شروع شود. بنابراین پیش از دوره سلطنت یعنی آن وقت که نخست وزیر و سردار سپه بود برای نشان دادن علاقه خود به فرهنگ این باغ را خرید و بدفرهنگ بخشید. در اینجا از تاکسی پیاده شدند و وارد باغ شدند و به طبقه دوم عمارت آخر باغ رفتند و تالار آینه را با سقف آینه کاری دیدند. در آنجا گنج‌های زیادی پراز کتاب بود.



احمد پرسید این کتابها چیست؟ کتابدار وزارت فرهنگ جواب داد: این تالار کتابخانه

وزارت فرهنگ است و هر کس می تواند به این جا  
بیاید و از این کتابها بخواند.

احمد از اینکه شنید مردم می توانند به آن جا  
بروند و بدون دادن پول کتاب بخوانند خیلی تعجب  
کرد و خیلی هم خوشحال شد.

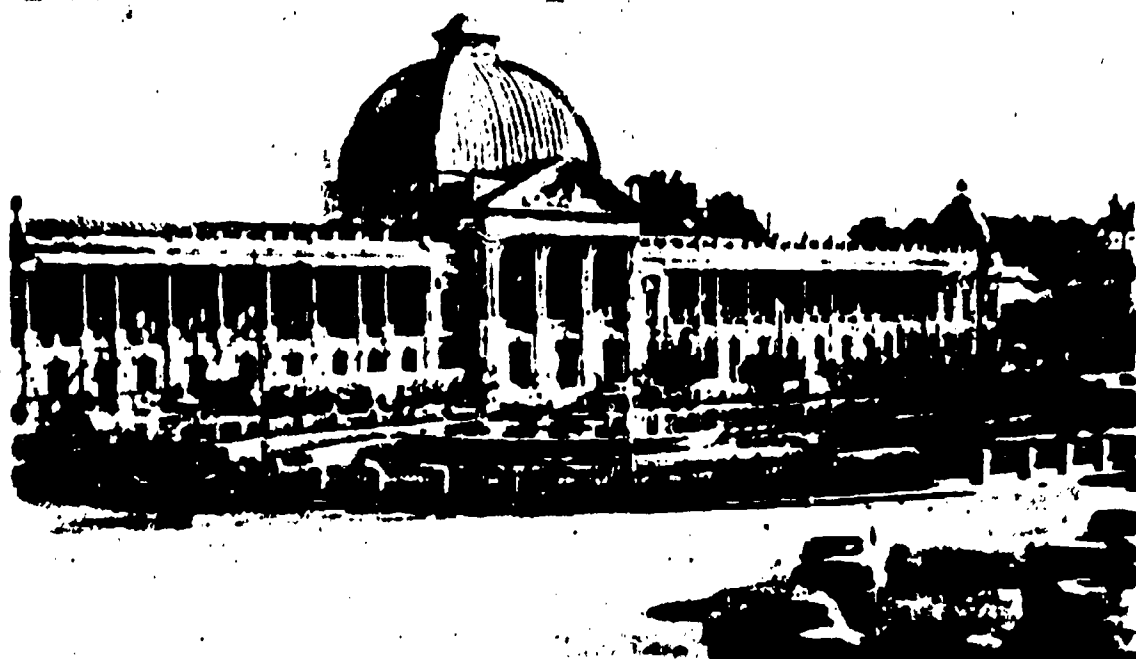
از وزارت فرهنگ بیرون آمدند و سوار تاکسی  
شدند و رفتند به سمت میدان سپه.

نرسیده به میدان سپه حسن عمارت شرکت تلفن  
را به احمد نشان داد و گفت: این جا مرکز تلفن شهر  
تهران است.

بعد از کمی به میدان سپه رسیدند. طرف شمال  
میدان، عمارت شهرداری را دیدند. روبروی آن  
عمارت تلگرافخانه و وزارت پست و تلگراف را دیدند.  
طرف مغرب میدان، اداره راهنمایی و رانندگی بود  
و طرف مشرق عمارت بانک بازرگانی.

احمد پرسید اداره راهنمایی و رانندگی چه  
کاری دارد؟ ۱۸

حسن گفت: اداره راهنمایی و رانندگی مواظب  
رفت و آمد ماشین ها و وسیله های نقلیه دیگر است و



عمارت پست و تلگراف

همیشه سعی می‌کند که رفت و آمد وسیله‌های نقلیه بی

خطر و راحت باشد. اما

اداره راهنمایی و رانندگی

وقتی می‌تواند به منظور

خود برسد که خود مأمور

به مأمورین آن اداره

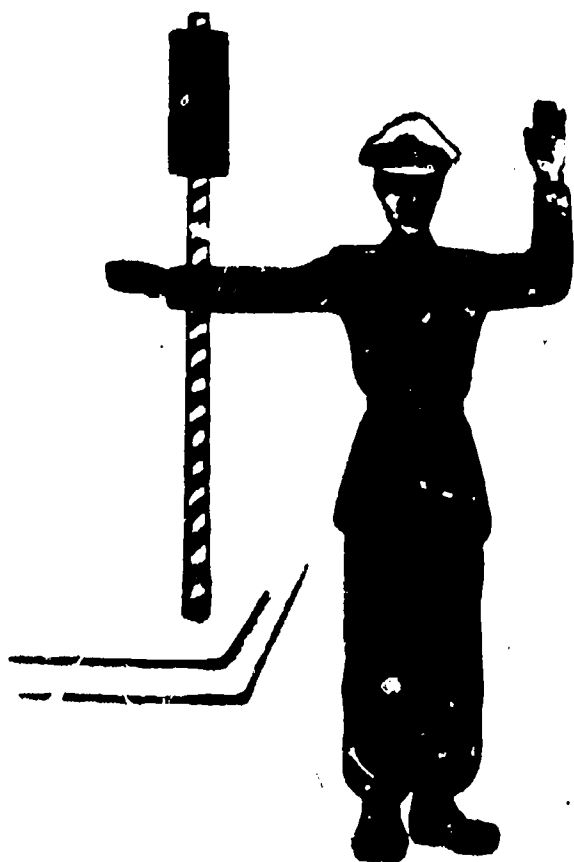
کمک کنیم و کارشان را

آسان کنیم. یعنی همیشه

از پیاده‌رو برویم. وقتی

می‌خواهیم از یک طرف

خیابان به طرف دیگر



برویم از میان میخکوبها برویم آنهم موقعی که  
 ماشینها حرکت نمیکنند.  
 از میدان سپه به خیابان ناصر خسرو رفتند. در  
 این خیابان وزارت دارایی را دیدند. عمارت بسیار  
 بزرگی بود. از خیابان ناصر خسرو وارد خیابان ارک  
 شدند و عمارت بزرگ و زیبای دادگستری را دیدند.



بعد از دادگستری محل جمعیت نسرو خوارسار  
 را تماشا کردند.

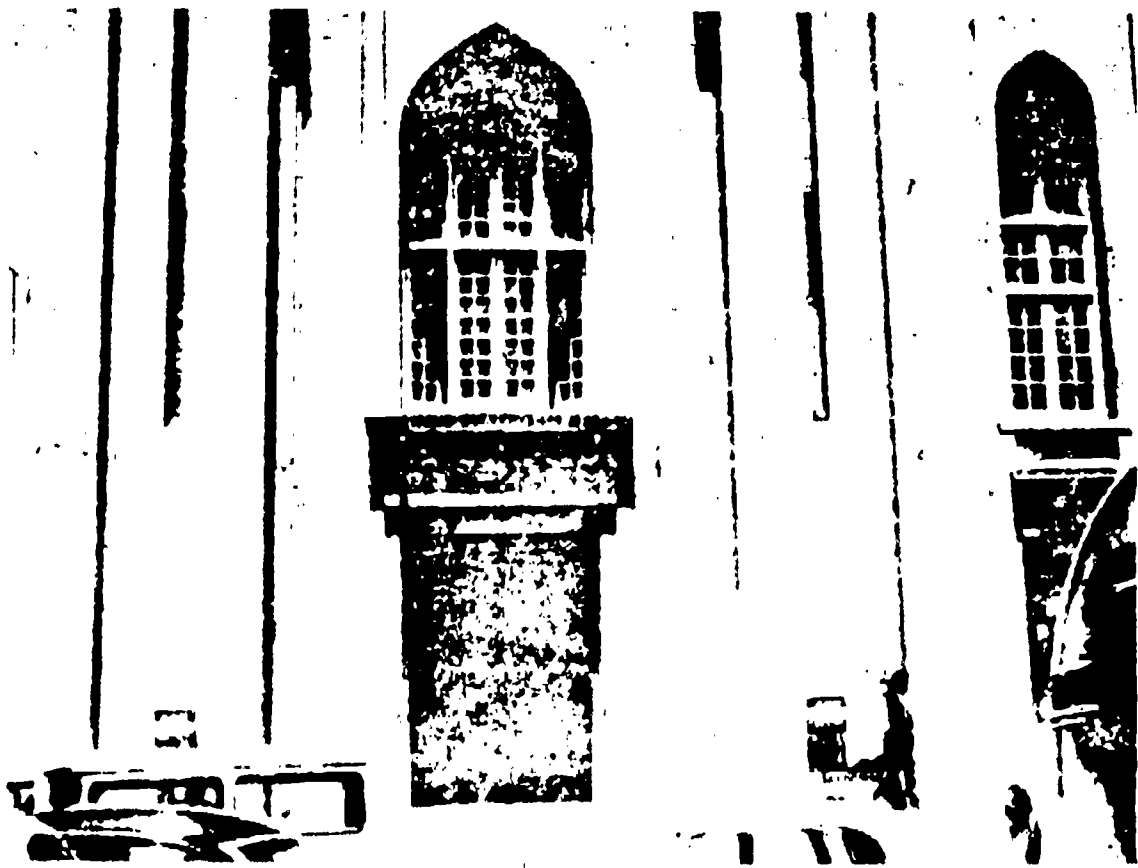


احمد گفت: من جمعیت شیر و خورشید سرخ را  
 کسی می‌شناسم. این جمعیت هر جا که سیل و زلزله بیاید  
 یا اتفاق‌های خطرناک دیگر بیفتد به مردم کمک می‌کند  
 و غذا و لباس برای آسیب دیدگان می‌برد.

حسن گفت: غیر از جمعیت شیر و خورشید سرخ  
 جمعیت‌های خیریه دیگری هم هستند که به مردم بیچاره  
 و درمانده کمک می‌کنند. مثل انجمن خیریه ثریا پهلوی  
 و سازمان شاهنشاهی خدمات اجتماعی، و چقدر جای  
 خوشوقتی است که ریاست این سازمان‌ها و جمعیت‌های  
 خیریه با شاهنشاه و علیاحضرت ملکه و خاندان جلیل  
 سلطنت است. علیاحضرت ملکه ثریا پهلوی ریاست  
 انجمن خیریه ثریا پهلوی را دارند و الاحضرت  
 شاهدخت شمس پهلوی ریاست جمعیت شیر و خورشید  
 سرخ را دارند. و الاحضرت شاهدخت اشرف پهلوی  
 سازمان شاهنشاهی خدمات اجتماعی را هدایت می‌کنند.  
 اعلیحضرت همایون شاهنشاهی بر تمام این جمعیت‌ها  
 ریاست عالی دارند. شاهنشاه و علیاحضرت ملکه  
 و خاندان جلیل سلطنت از محبتی که به مردم کشور  
 دارند، مدت زیادی از وقت خود را صرف رسیدگی بحال

بیماران و بی‌نوایان و محتاجان می‌کنند. این کار باید برای تمام ملت ایران سرمشق باشد و هر کس که توانایی دارد تا می‌تواند به آنها که احتیاج دارند کمک کند و از درد و ناراحتی دیگران کم کند (کمک هر طور و بهر راه که باشد ارزش دارد چه کمک مالی باشد چه کمک به قدم و قلم و زبان).

۱۹ از آن جا پایین‌تر کاخ گلستان بود. کمی پایین‌تر عمارت تبلیغات و رادیو تهران بود. بعد از آن عمارت وزارت کشور و پشت رزارت کشور وزارت بهداشتی



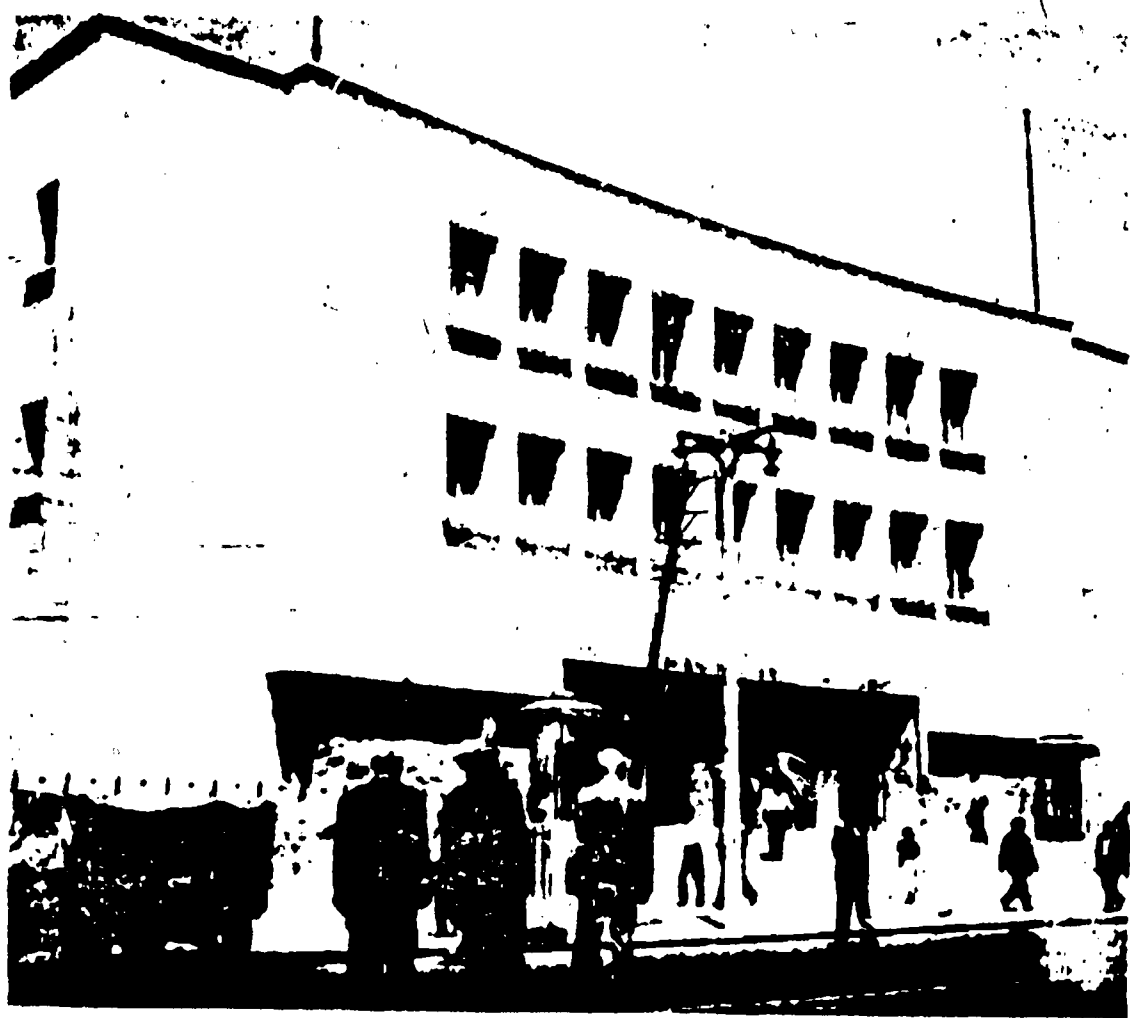
عمارت گلستان

را دیدند. وزارت بهداری در خیابان حیام بود در این خیابان به سمت شمال رفتند و وارد خیابان سپه شدند. در خیابان سپه عمارت پستخانه را دیدند و از آن جا به میدان سپه برگشتند.

آن روز می خواستند به خیابان فردوسی بروند و بانک ملی را به بینند و در خیابان سوم اسفند عمارت ستاد ارتش را به بینند و در خیابان ثبت اداره کل ثبت و شهربانی و بعد کتابخانه ملی و موزه آثار باستان را به بینند ولی چون ظهر شده بود و دیگر وقت نداشتند به خانه برگشتند.

### دنباله گردش در شهر

چون گردش احمد و حسن تمام نشده بود روز بعد باز برآه افتادند. و اول رفتند به خیابان فردوسی و وارد عمارت بزرگ بانک ملی شدند احمد دید در این عمارت غیر از همه درهاست. چهار پرده است و روی يك پایه می چرخد. و هر کس بخواند وارد بشود می رود در وسط یکی از این پرده ها و بدر فشار می آورد. در می چرخد و می رود تو احمد اول متوجه نشد که بین هر دو پرده باید



عمارت بانک ملی

يك نفر بایستد همین که حسن رفت و بین دو پرده  
ایستاد او هم رفت پشت سر حسن. در گیر کرد ولی با  
فشار بیشتر آن را چرخانند. تا توانستند بروند نو.  
وقتی که وارد عمارت شدند حسن به احمد گفت: برادر!  
همیشه باید فقط يك نفر وسط دو پرده در بایستد نه  
بیشتر. احمد کمی خندید بعد به تماشای ناچه‌ها رفتند.  
يك جا پول می دادند. جمعیت زیادی ایستاده بودند  
یا می خواستند پول بدهند یا می خواستند بگیرند

۲۰ احمد به حسن گفت: برادر! مگر مردم نمی توانند خودشان پول خودشان را نگه دارند که آن را به بانک می گذارند؟

حسن گفت: برادر! پول نگه داشتن آسان نیست. آدم همیشه باید شش دانگ حواش جمع پول باشد باز با همه مواظبت ها ممکن است آن را ببرند. چه بسیار اتفاق افتاده است که صاحب پول جان خودش را هم فدای نگهداری پول کرده است. اما بانک این حرفها را ندارد. اگر پولی به بانک گذاشته شد، هم کسی نمی تواند آن را ببرد هم اینکه هر وقت آنرا بخواهند حاضر است. غیر از اینها هر کس پول بیاورد بگذارد به آب و خاک خودش خدمت کرده است. چون که پول توی جیب و صندوق و جعبه و زیر تشک با سنگ و چوب فرق ندارد. اما به بانک که رفت کمک به پیشرفت کارهای کشور می کند.

احمد گفت: چقدر خوب است! با بودن بانک آدم عاقل پول زیاد با خودش نگاه نمی دارد.

حسن گفت: یک بانک دیگر هم به اسم صندوق پس انداز است که اگر کسی بخواهد از پولش منفعت

بگیرد می تواند در صندوق پس انداز حساب باز کند.  
 احمد گفت: پس چطور همه پول خودشان را  
 در صندوق پس انداز نمی گذارند؟ حسن جواب داد  
 که هر کس در بانک معمولی حساب باز کند برای  
 هر کس چک بکشد و بهر کس حواله بدهد باو پول  
 می دهند. اما برای گرفتن پول از حساب پس انداز  
 فقط صاحب حساب باید بیانک برود.

احمد از دیدن عمارت بزرگ بانک و سر -  
 در آوردن از کار بانک خیلی خوشحال بود. از عمارت  
 بانک بیرون آمدند و بعد از کمی راه رفتن به عمارت  
 صندوق پس انداز رسیدند.

احمد پرسید چطور در صندوق پس انداز  
 حساب باز می کنند؟ حسن جواب داد هر کس می -  
 تواند در صندوق پس انداز یک حساب باز کند و  
 دفترچه پس انداز داشته باشد. شما می توانید با دادن  
 صد ریال و دو قطعه عکس و نشان دادن شناسنامه  
 خود حساب باز کنید این صد ریال به اسم شما و  
 به حساب شما گذاشته می شود و بعد هر وقت هر چه  
 پول به دستتان رسید می توانید به آن حساب بگذارند.

۲۱ پس انداز برای هر کس لازم است. به خصوص برای آدم زن و بچه دار. احمد گفت: مگر با این یک شاهی و دو شاهی‌ها می‌شود حساب در بانک باز کرد؟ حسن گفت: البته. هر پول زیاد از پول کم درست شده. مگر نشنیده‌ای که «قطره قطره جمع گردد و انگهی دریا شود»؟ اگر آدم قدر شاهی و دینار را نداند هیچ وقت صاحب سرمایه نمی‌شود. در ضمن صندوق پس انداز هر سال برای پول‌هایی که به آن سپرده‌اند منفعت می‌دهد و سالی یک بار قرعه کشی می‌کند و به صاحبان حساب‌ها جایزه‌هایی می‌دهد که مقدار بعضی از آنها به سی هزار تومان می‌رسد.

از عمارت صندوق پس انداز بیرون آمدند و به سمت پایین رفتند و به خیابان سوم اسفند رسیدند. در خیابان سوم اسفند چشم احمد به محوطه بزرگی افتاد که جلوی آن یک توپ بزرگ بود. از حسن پرسید این جا کجا است؟

حسن گفت: این جا باشگاه افسران است. یعنی محل تفریح و جشن‌ها و مهمانی‌های افسران کشور. احمد گفت: عجب جای قشنگی! افسران ما



عمارت باشگاه افسران

چقدر خوشبختند!

حسن گفت: باید هم باشند. برای این که افسران و سربازان ما هستند که نمی گذارند دشمن به آب و خاک ما حمله کند و نمی گذارند اشخاص بیاد در خود کشور آشوب بپا کنند.

احمد گفت: درست است. این سربازان و افسران باید پیش ما خیلی عزیز باشند. چون هستند آماده خدمت و آماده دفاع از آب و خاک ما هستند. من خودم خدمت سربازی را انجام داده‌ام. حسن گفت: من هم به نظام و وظیفه ر فتمام پس هر دو خوب می دانیم سرباز یعنی چه.



۲۲ آخر خیابان سوم اسفند عمارت ستاد ارتش را  
 هم دیدند. بعد از خیابان سوم اسفند وارد خیابان  
 ثبت شدند. اول عمارت ثبت اسناد را دیدند.  
 حسن به احمد گفت: می دانی این اداره  
 چقدر مهم است؟

احمد گفت: درست نمی دانم.  
 حسن گفت: هر کس يك و جب خاك در کشور ایران  
 داشته باشد اسمش در دفترهای این اداره و شعبه های  
 این اداره نوشته شده است. هر کس ملکی بخرد یا  
 بفروشد یا گرو بگذارد یا اجاره بدهد، اسمش در  
 دفترهای این اداره یا شعبه های این اداره هست  
 الان اگر من و شما برویم در این اداره می توانیم  
 يك دفتری به بینیم که در آن اسم من و مساحت  
 خانه من و قیمت خانه و حدود خانه و اسم فروشنده  
 زمین خانه من در آن باشد.

احمد گفت: این اداره چه اداره مهمی است!  
 اگر این اداره نبود هیچ کس نمی توانست ملك داشته  
 باشد. هر کس زور داشت تمام ملك ها را ضبط  
 می کرد. راستی این اداره جزو کدام وزارتخانه است؟

حسن گفت: این اداره جزو وزارت دادگستری  
است. راستی این را هم نگفتم که سند مالکیت را  
هم این اداره می دهد.



عمارت شهرداری کل کشور

از آن جا رد شدند و به عمارت شهرداری  
رسیدند.

احمد گفت: من خودم می دانم کار این اداره  
چیست.

حسن گفت: چیست؟

احمد گفت: حفظ امنیت شهر، حفظ جان مردم و

۲۳ حفظ مال مردم. اگر مال کسی را دزد ببرد، این جا دزد را پیدا می کنند و مالهارا از او می گیرند. اگر کسی بخواهد مردم را آذیت کند، پاسبانهای این اداره جلوی او را می گیرند و از کتک کاری و دعوا و زد و خورد جلوگیری می کنند. در رفت و آمد ماشین ها هم نظارت می کنند.

حسن گفت این اداره کار خیلی دارد. اما یکی از کارهای مهمش را نگفتی که برای خودت هم آنرا انجام داده اند.

احمد گفت: چرا حالا یادم آمد. وقتی می خواستم بروم کربلا، گذرنامه را از این جا گرفتم. حسن گفت: حالا درست شد.

از آن جا جلوتر رفتند. به عمارت بزرگی رسیدند که جلوی آن فاصله به فاصله پایه زده بودند و پایه هارا بازنجیر برنجی بهم وصل کرده بودند.

احمد پرسید این جا کجاست؟

حسن گفت: این جا وزارت امور خارجه است. این وزارتخانه رابطه ما را با کشورهای دیگر حفظ می کند و منافع ایرانیانی را که با کشورهای دیگر

تجارت دارند حفظ می کند. این وزارتخانه در کشور  
 های دیگر هم نماینده دارد و دستگاه ها و اداره های این  
 وزارتخانه در رفت و آمد خارجیان به ایران یا رفت و آمد  
 ایرانیان به کشورهای خارج رسیدگی می کند. خلاصه هر  
 جور رابطه ای که بین ما و کشور های دیگر باشد  
 به وسیله این وزارتخانه است.

از این جا جلوتر رفتند و به سمت جنوب  
 پیچیدند و وارد خیابان دیگری شدند. در این خیابان  
 اول کتابخانه ملی بود

حسن به احمد گفت: این جا کتابخانه ملی است.  
 هر کس بخواهد کتاب بخواند می رود به این عمارت و  
 بدون دادن پول کتاب می خواند.

احمد گفت: عجب خوب است! من دلم می -  
 خواهد آن را به بینم.

حسن و احمد و بچه ها وارد عمارت شدند و  
 سالن بزرگی را دیدند که عده زیادی پشت میزها  
 نشسته بودند و آرام و بی صدا کتاب می خواندند.

از آن جا بیرون آمدند و پایین تر رفتند و رسیدند  
 به موزه آثار باستان.



اطاق مطالعه کتابخانه ملی

حسن به احمد گفت: این جا موزه آثار باستان

۲۴

است

احمد گفت: موزه آثار باستان یعنی چه؟

حسن گفت: موزه به محلی می گویند که یک مقدار چیز برای منظور معینی در آن جا جمع می کنند و به مردم اجازه می دهند که به تماشای آنها بروند. این جا هم موزه آثار باستان است یعنی موزه آثار قدیم. احمد گفت: مثل این که خوب فهمیدم! هر چه



عمارت موزه ایران باستان

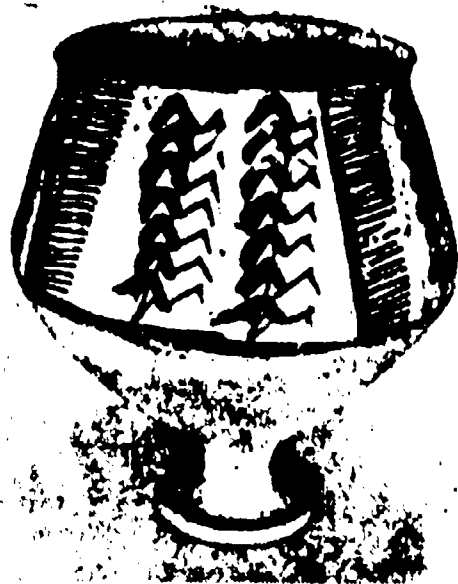
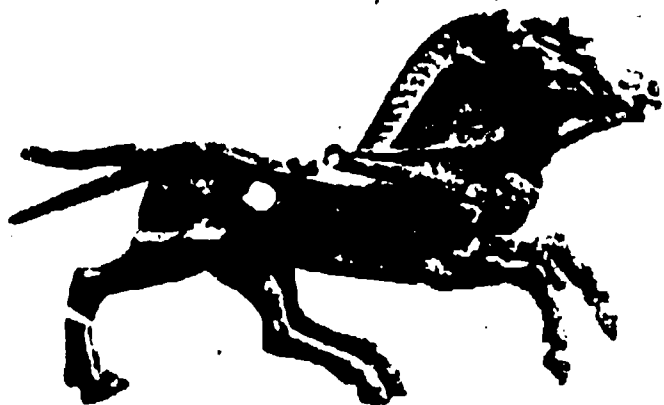
ظرف و اسباب و چیزهای دیگر از قدیم مانده در این  
جا جمع کرده اند.

حسن گفت: درست است. یاد شما هست کلاه  
چند نفر مذتهلانز دیک ده شما پای یک تپه را می کنند  
و می گفتند تپه کنی می کنیم؟

احمد گفت: بلی یادم است. گاهی از زیر خاک  
کاسه و بشقاب و عروسک های فلزی، گوشواره، کارد و

از این چیزها در می آوردند  
 حسن گفت : همان چیزها و خیلی چیزهای  
 دیگر در این جا جمع شده است  
 احمد گفت : ما می توانیم برویم تو و این چیزها  
 را به بینیم ؟

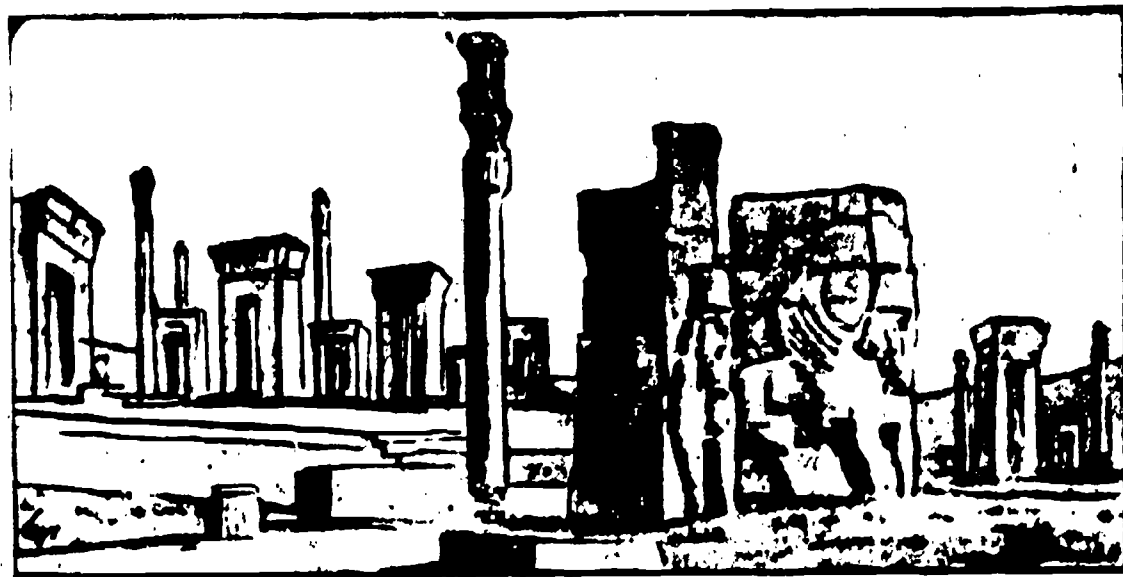
حسن گفت : هر کس بخواهد می تواند در روزهای  
 معین به این عمارت برود و چیزهای دیدنی را به بیند.  
 مثل این که ما هم حالا می رویم تو و تماشا می کنیم.  
 همه وارد عمارت بزرگ موزه شدند. در آن  
 عمارت بزرگ چقدر چیزهای دیدنی دیدند! در آن جا  
 از قدیم ترین دوره چیز دیدند تا دوره خودمان. از زمان  
 هائی که در تاریخ نوشته شده است ، از زمان کوروش  
 هخامنشی ، از زمان داریوش کبیر ، از زمان اسکندر ،  
 از زمان انوشیروان عادل و بهرام گور و خسرو پرویز ،  
 از زمان پیغمبر اسلام ، از زمان شاه عباس کبیر ، از  
 زمان نادرشاه ، از زمان کریمخان زند ، از زمان آغا  
 محمد خان قاجار و فتحعلی شاه و ناصرالدین شاه و  
 مظفرالدین شاه و احمد شاه و از زمان رضا شاه کبیر  
 تا زمان اعلیحضرت همایون شاهنشاه محمد رضا شاه



چند نمونه از آثار جلی قدیمی

پهلوی چیزها دیدند و تماشاها کردند چیزهای خوبی  
 از تخت جمشید دیدند. چیزهای دبدئی از شیراز  
 و همدان و اصفهان و مشهد دیدند  
 موقعی که حسن و احمد از موزه سرهون آمدند  
 احمد گفت: من روزی خوشتر از امروز نبوده‌ام و  
 هیچ روز این‌قدر چیز ندیده‌ام. اینها جد چیزهای





تخت جمشید

قشنگ و خوب و دیدنی بود.  
 حسن گفت: با اینکه چیزهایی که دیدیم مربوط  
 به چند هزار سال به این طرف بود باز هم همه خوب و  
 قشنگ و ظریف بود از این جا معلوم می شود که کشور  
 ما از چند هزار سال پیش تمدن و صنعتش خیلی خوب  
 بوده و مردم ایران همیشه، بخصوص در زمان پادشاهان  
 بزرگ هنر زیادی از خود نشان می دادند و در صنعت  
 و هنر مهارت زیادی داشتند. ما که این سابقه خوب  
 را داریم امروز که دنیا در تمدن و صنعت خیلی  
 جلو رفته است باید سعی کنیم با کار و کوشش پیشرفت  
 کنیم و از کشورهای دیگر عقب نمانیم و مثل روزگار  
 گذشته در ردیف ملت های بزرگ دنیا در آییم.

حسن و احمد و بچه ها از موزه بیرون آمدند  
و چون جای دیگری را نمی خواستند به بیند به خانه  
رفتند و گردش شهر تهران را تمام کردند.

دنباله زینت و افسر در خانه  
جلوگیری از مگس = آب تمیز

۲۵

زینت و افسر در آشپزخانه بودند. برای ناهار  
سبزی پاک می کردند.



جلوگیری از مگس

افسر گفت: زینت! چه خوب است که در خانه  
شما مگس پیدا نمی شود. ما در ده خیلی از دست  
مگس ناراحتیم. زینت خندید و گفت: این جا هم مگس

خیلی هست ولی راه جلوگیری هم دارد. اول بهار  
د.د.ت به در و دیوار می‌زنیم و مگس‌ها را از بین  
می‌بریم.

افسر - لابد د.د.ت خیلی خرج دارد؟  
زینت - نه. بعکس خیلی هم ارزان است اگر  
شما به اداره بهداشت خبر بدهید به‌خانه شما د.د.ت  
می‌زنند و شما فقط قیمت نفتی را که با د.د.ت مخلوط  
می‌کنند می‌دهید. تازه افسر جان! اگر د.د.ت گران هم  
بود باز ارزش داشت. می‌دانی مگس روی کثیف‌ترین  
چیزها می‌نشیند روی زباله، خاک‌روبه، لجن، کثافات  
و نجاست انسان می‌نشیند. و دست و پایش به آنها آلوده  
می‌شود. بعد می‌آید روی سفره، روی ظرف غذا و  
خوراکی‌ها می‌نشیند و همه را آلوده می‌کند.

افسر - اگر در يك جا د.د.ت نباشد چه می‌شود کرد؟  
زینت - اگر به د.د.ت دسترسی نباشد باز هم  
می‌شود جلوی مگس را گرفت. من سال‌های پیش  
هم که از د.د.ت زدن خبر نداشتم باز نمی‌گذاشتم  
مگس روی خوراکی و سفره و ظرف غذا به نشیند.  
هیچ وقت روی خوراکی‌ها را باز نمی‌گذاشتم جلوی

پنجره های آشپزخانه توری سیمی آویزان می کردم .  
 جلوی اطاق ها هم حصیر آویزان می کردم حالا هم این  
 تورهای سیمی و حصیرها را می بینی . توی اطاق هم  
 امشی می زدم . از این راه از آمدن مگس به اطاق یا  
 نشستن مگس روی خوراکی و ظرف غذا جلوگیری  
 می کردم . ولی يك چیز را باید به خاطر بسپاریم .  
 اولین شرط از بین بردن مگس پاکیزگی است . در  
 خانه نباید چیز کثیف باشد . زباله و خاکروبه نباید در  
 خانه جمع شود . وقتی خانه تمیز بود و کارهایی را هم  
 که گفتم کردی دیگر مگس در خانه پیدا نمی شود .

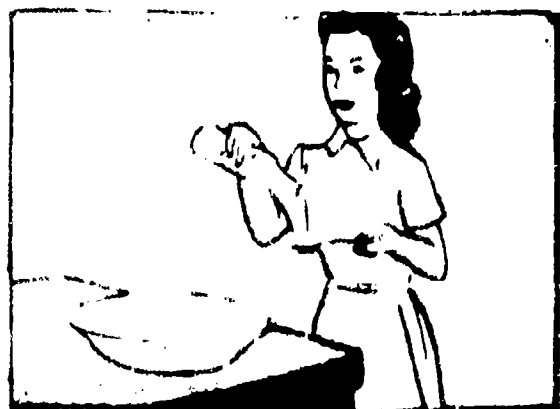
شمستن سبزی خوردن

۲۶

در ضمن صحبت پاک کردن سبزی تمام شد .  
 زینت لگن را از زیر شیر آشپزخانه آب کرد . سبزی ها  
 را چند مرتبه در آب شست . بعد دوباره در لگن آب کرد  
 و از يك بطری چهار قاشق چای خوری دوائی در آن  
 آب ریخت و بهم زد و قسمتی از سبزی ها را در آن  
 آب گذاشت .

افسر پرسید این دوا چیست و چرا سبزی ها را  
 در آن ریختی ؟

زینت جواب داد اسم این دوا پرکلرین است



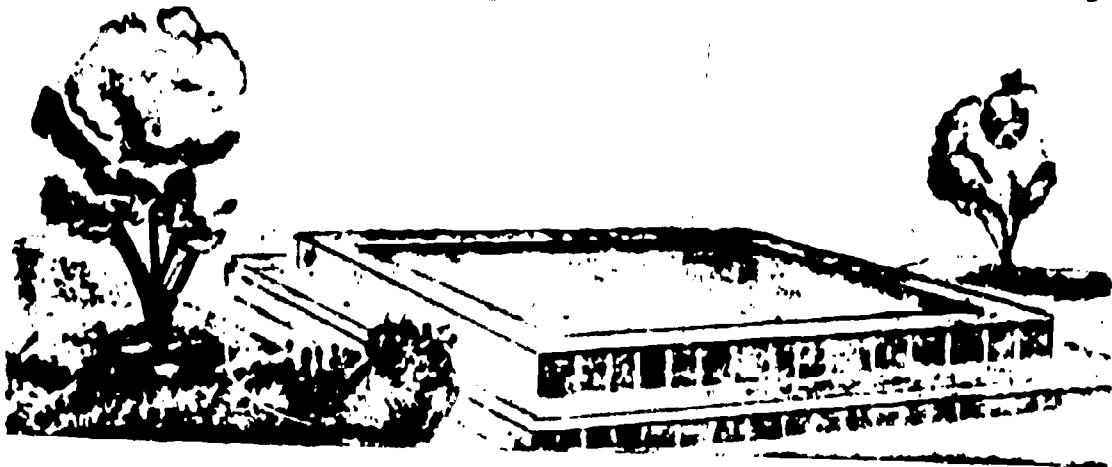
و میکرب را می کشد.  
 با این که من سبزی را  
 تمیز شستم ولی باز  
 ممکن است میکرب -  
 هایی در آن باشد  
 سبزی خوردن را که  
 خام سر سفره می خوریم  
 در این دوا می ریزم  
 و بیست دقیقه می -  
 گذارم بماند . بعد  
 بیرون می آورم دیگر  
 خاطر م جمع است که  
 میکرب ندارد . افسر  
 پرسید چطور این دوا  
 را درست می کنی ؟  
 زینت جواب داد :  
 پر کلرین را از هر  
 دواخانه که دارد می  
 خرم و یک قاشق آش -  
 خوری پر از آن را در

يك بطری می ریزم و بطری را پر آب می کنم و بهم می زنم  
اگر رنگ بطری سیاه باشد بهتر است برای اینکه دوا که  
در آن می ماند خراب نمی شود. بعد هر دفعه که بخوام  
سبزی خوردن را تمیز کنم چهار فاشق چای خوری  
از این محلول را در يك لگن آب می ریزم و سبزی را  
در آن می گذارم که بیست دقیقه تا نیم ساعت بماند آن  
وقت سبزی را با خاطر جمعی سرسفره می برم.

### آب تمیز

۲۷

بعد از چند دقیقه افسر گفت: زینت! این حوض  
وسط حیاط برای چیست؟ شما که اصلاً به آن دست  
نمی زنید. آب به این خرابی وسط حیاط است. دست و  
صورتان را بشوید، رخت و ظرفتان را بشوید. سبزی



را بشوید. زینت گفت: افسر! اشتباه می کنی. تمیزی و  
خوبی این حوض برای این است که ما چیزی توی آن

نمی‌زنیم اگر همه چیز را توی آن بشویم که آبش کثیف می‌شود و بو می‌گیرد و باعث جمع شدن پشه و مگس می‌شود و همه را ناخوش می‌کند.

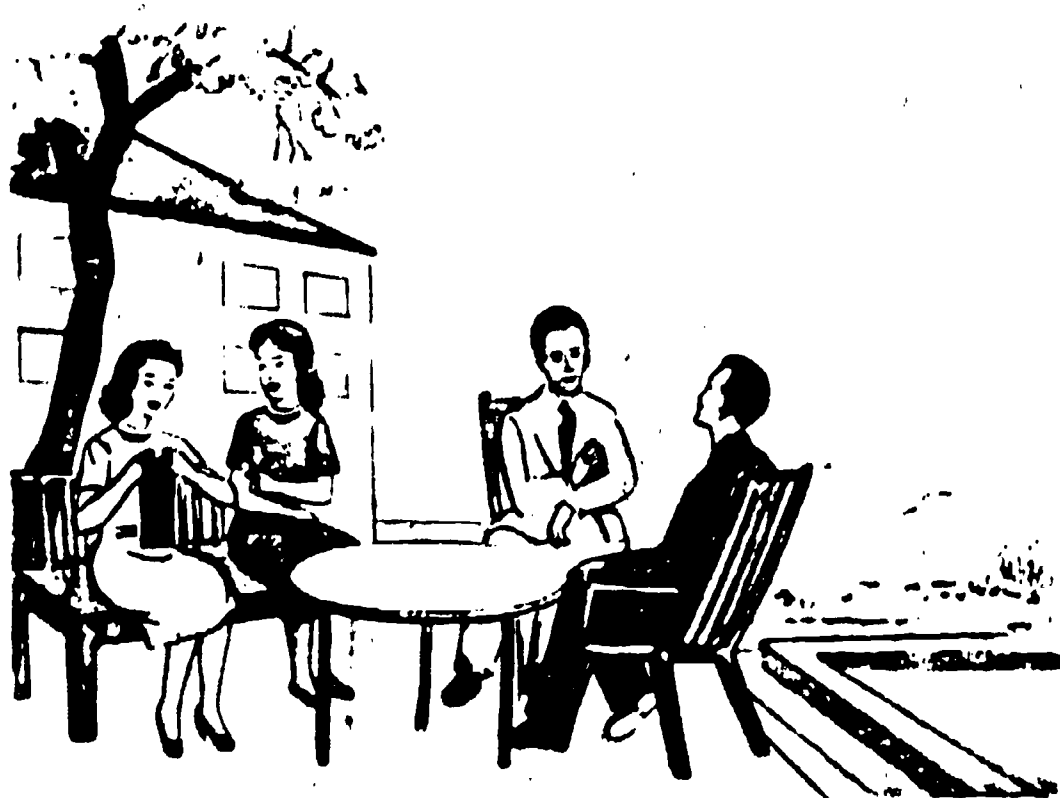
در این قسمت شهر، ما آب لوله‌کشی داریم، آب لوله‌کشی تمیز و بدون میکروب است. ما این آب تمیز را از شیر می‌گیریم. آب حوض برای صفای حیاط است به باغچه هم می‌دهیم. اما چون روی آن باز است گرد و خاک و میکروب‌های هوا در آن داخل می‌شود. برای خوردن و دست و رو شستن خوب نیست.

جاهایی که آب لوله‌کشی ندارند آب حوض خیلی بدتر است. هیچ وقت نباید با آن دست و صورت بشویم یا چیزی در آن برنند. خیلی از ناخوشی‌ها مثل حساسیت، اسهال خونی، چشم درد و ناخوشی‌های دیگر از آن آب کثیف پیدا می‌شود. خوردن آب کثیف یا سبزی کثیف یا سبزی که در آب کثیف شسته شده باشد باعث حساسیت و اسهال خونی می‌شود. آب کثیف برای طهارت کروب هم خوب نیست. برای این که میکروب از هر راهی که نتواند وارد بدن می‌شود استعمال آب کثیف برای طهارت گرفتن ممکن است باعث ناخوشی شود.



## ۲۸ اهمیت زن و مرد در اجتماع و وظیفه هر کدام

يك روز عصر خانواده حسن و احمد در حیاط نشسته بودند. تازه اسباب چای را جمع کرده بودند. حسن و احمد از کارهای خود باهم صحبت می کردند. زینت مشغول بافتن بود. افسر نزدیک او نشسته بود و به دقت نگاه می کرد. بعد از چند دقیقه او رسید:

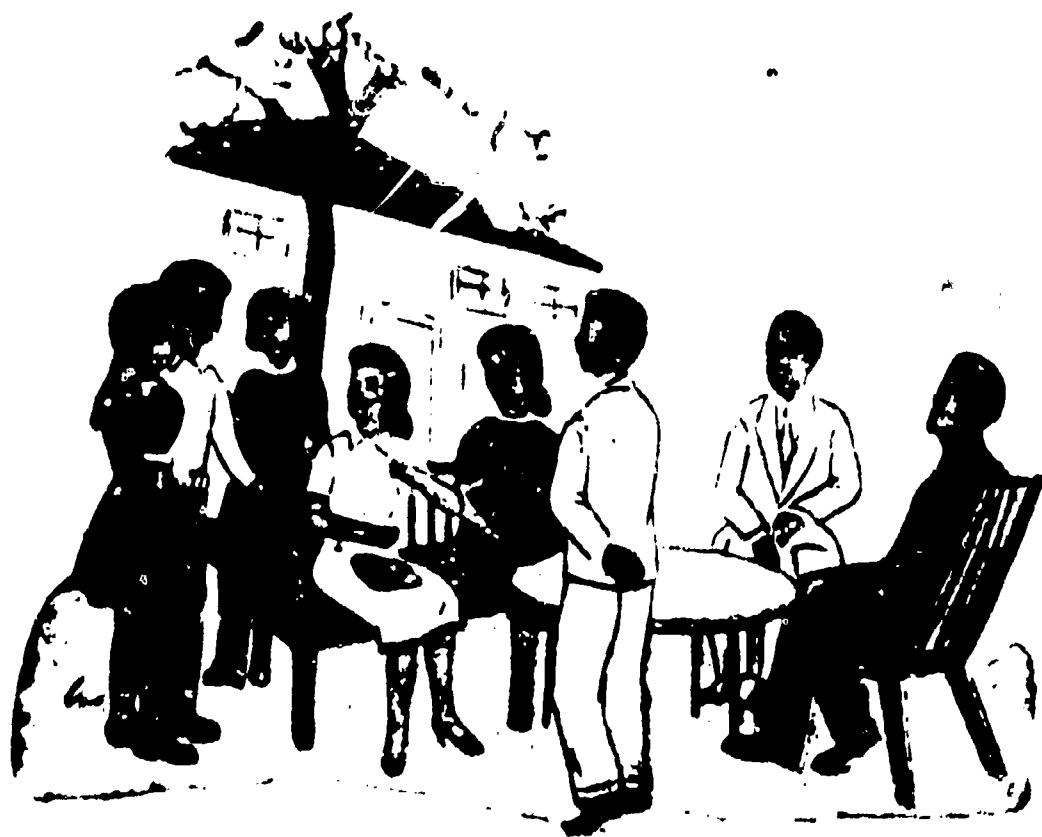


زینت! حالا که فصل تابستان است، تو این لباس پشمی را چرا می بافی زینت در جواب گفت. زمستان روزها کوتاه و سرد است. من همیشه در تابستان پیش بینی

زمستان را می‌کنم. لباس‌های زمستانی را در تابستان  
حاضر می‌کنم. اگر احتیاج به شستن یا دوخت و دوز  
و رفو داشته باشد در تابستان می‌کنم. چند بلوز پشمی  
و جوراب و شال گردن برای حسن و نادر و پروین  
می‌بافم که در زمستان آماده باشد. خیلی از کارهای  
زمستان را باید در تابستان پیش‌بینی کرد و انجام داد.  
افسر جواب داد درست است. ماهم در ده مثلا  
تابستان سبزی خشک می‌کنیم. ترشی و این چیزها برای  
زمستان درست می‌کنیم.

در این ضمن بچه‌ها دوان دوان از اطاق بیرون  
آمدند. امیر می‌خندید. نادر و پروین قدری عصبانی  
بودند. شیرین سعی می‌کرد آنها را آرام کند.

پدر و مادرها همه با هم گفتند: بچه‌ها! چه خبر  
است؟ چه شده؟ شیرین گفت: همیشه شیطنت ریر سر  
امیر است. ما داشتیم مشاعره می‌کردیم. من و پروین  
باک طرف بودیم. نادر و امیر یک طرف. وسط مشاعره  
امیر گفت: هر چه باشد شما دخترها بیای من و نادر  
سعی رسید. پروین گفت: چرا نمی‌رسیم؟ می‌رسیم. بالاتر  
می‌رسیم. نادر به پروین جواب داد. امیر از نادر



طرف داری کرد و گفت اصلا مرد از زن بهتر است  
 حالا این ها سر این که زن بهتر است یا مرد يك و دو  
 می کنند. پروین از زن طرف داری می کند و نادر  
 از مرد. و این امیر که آتش را روشن کرده خودش  
 می خندد. من بهتر دیدم این جا بیاییم تا شما این  
 مشکل را حل کنید و بگوئید زن بهتر است یا مرد و  
 حق بطرف کدام است.

حسن گفت: من خیلی خوشحالم که شما می خواهید

در این موضوع مهم صحبت کنید. زن و مرد هر دو انسان و آفریده پروردگارانند. این که بگوییم زن بهتر است یا مرد، مرد بالاتر است یا زن، حرف غلطی است. خوبی و بدی هر کس بسته به اعمال و رفتار اوست. خداوند در قرآن فرموده است که عزیزترین کس نزد خدا کسی است که پرهیزکارتر باشد و اسی به خصوص از زن و مرد نبرده. زن خوب و وظیفه شناس و مرد خوب و وظیفه شناس هر دو خوب و هر دو برابرند. و زن وظیفه شناس و مرد وظیفه شناس هیچ کدام خوب نیستند.

کم کم احمد هم وارد صحبت شد و دست: حسن! من هم خیلی به این مطلب علاقه دارم و می خواهم سوالی کنم. اگر زن و مرد ناهم برابرند چرا خلقتشان فرود دارد؟

حسن جواب داد زن و مرد در زندگی شریک و همسیر و برابرند تفاوت ساختمان جسمی یا تکلیفی که هر کدام در زندگی دارند باعث این نمی شود که بگوییم یکی بالاتر است یا یکی پایین تر. مرد در بیرون خانه زحمت می کشد. زن در داخل خانه. اگر داخل

خانه منظم نباشد مرد در خارج خانه دست و دلش  
 به کار نمی‌رود. من و زینت در زندگی دو دوست  
 صمیمی هستیم. هیچ چیز را از هم پنهان نمی‌کنیم. اگر  
 گله و شکایتی داشته باشیم با هم می‌گوئیم و آن را  
 بر طرف می‌کنیم. نه این که پیش این و آن از یکدیگر  
 گله و شکایت کنیم. بعضی مردها با زن خود رفتار  
 ناپسندی دارند. به زن خود احترام نمی‌گذارند حتی  
 جلوی بچه‌ها به او حرف درشت می‌گویند یا دشنام  
 می‌دهند. این کار خیلی زشت و برخلاف انسانیت است  
 و بعلاوه احترام مادر را در مقابل بچه‌ها از بین می-  
 برد. من و زینت با کمک هم بار زندگی را به دوش  
 گرفته‌ایم و به همین جهت هم هست که خسته و کسل  
 نمی‌شویم و خوش و خرم به طرف مقصود پیش می‌رویم.  
 میل داریم پروین و نادر هم با همین فکر بزرگ شوند.  
 دلمان می‌خواهد آن‌ها هم در زندگی همین فکر را  
 داشته باشند. بین يك مرد و خلیفه شناس و يك زن  
 و خلیفه شناس هیچ تفاوتی نیست. هر دو با هم برابر و  
 مساوی هستند.

۳. احمد گفت: این حرف‌ها که درست است اما

تو فکر نمی کنی که همه بار زحمت زندگی به دوش مرد است و زن چندان کاری ندارد؟ حس جواب داد به عکس من فکر می کنم کار و وظیفه زن در زندگی از مرد کمتر نیست. فقط ما باید در نظر داشته باشیم که هر کس در زندگی وظیفه ای دارد. مرد نسبت به زن، به بچه و نسبت به خانواده خود وظیفه هائی دارد که باید انجام دهد. انجام دادن وظیفه منت ندارد. من همان طور که گفتم در خارج کار می کنم. زن من در داخل خانه کار می کند. خانه را پاکیزه نگه می دارد. از بچه ها مواظبت می کند. آسایش و راحت همه را فراهم می کند. چه بسیار شب ها که من تا صبح خوابیده بودم و او بیدار بالای سر پروین یا نادر نشسته بود و از آن ها مواظبت می کرده است. این ها همه کار است. اگر ما مردان بگوئیم که چون در خارج کار می کنیم و پول در می آوریم اختیار همه چیز باید به دست ما باشد خیلی دور از انصاف است. زندگی شرکتی است که دو طرف دارد. یک طرف آن زن و یک طرف آن مرد است سهم هیچ کدام در این شرکت، زیادتر از دیگری نیست.

وقتی صحبت حسن تمام شد زینت گفت: همین -

طور که حسن می گوید هر کس در زندگی وظیفه هائی دارد. زن هم در خانه و نسبت به شوهر و بچه های خود وظیفه هائی دارد. زن باید فضای خانه را پاکیزه و پر محبت و شادی بخش کند. اگر محیط خانه خوش آیند باشد مرد آن جا را به همه جا ترجیح می دهد. بعضی زن ها شکایت می کنند که شوهر شان به خانه علاقه ندارد و وقت بیکاری خود را بیرون خانه می گذرانند. من فکر می کنم شاید این مردان از داخله خانه خود دل تنگ هستند. اگر داخل خانه رضایت بخش باشد هیچ مرد فهمیده ای بیرون از خانه را به آن ترجیح نمی دهد.



يك زن كدبانو و خوب خانه را همیشه تمیز نگه می دارد. غذا را از روی سلیقه و دقت درست می -

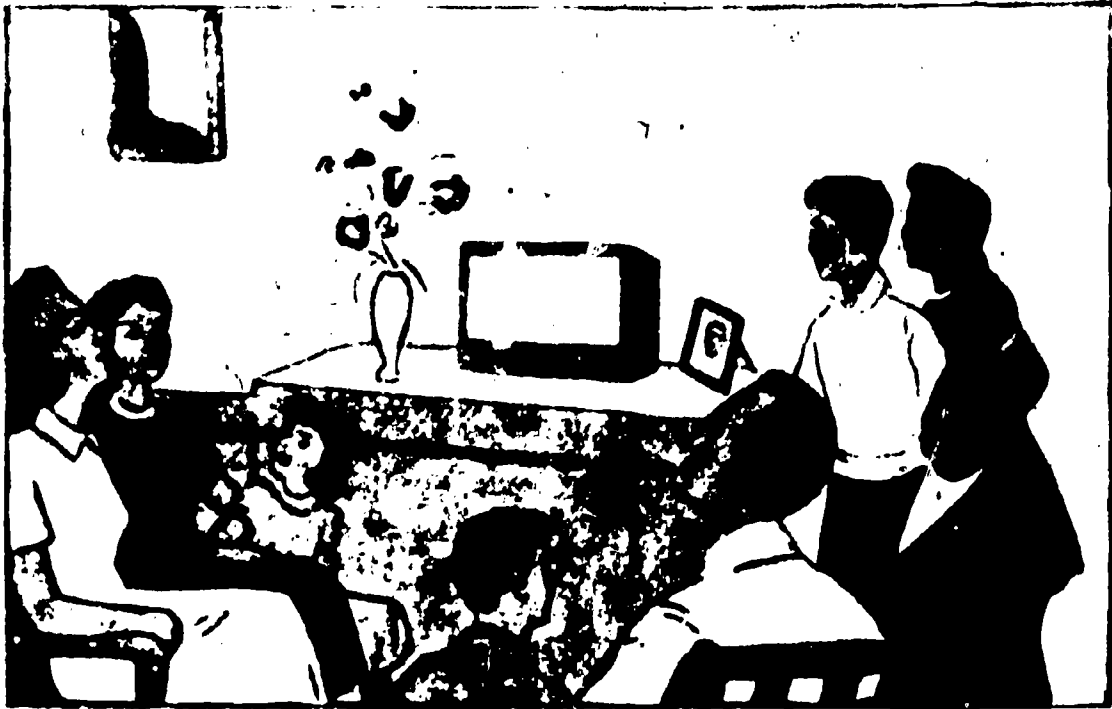
۳۱

کند. در خانه همیشه موهایش مرتب است. دست و صورتش  
 تمیز است. بعضی زن ها فقط وقتی می خواهند به مهدانی  
 بروند دست و صورتشان را صابون می زنند و موهایشان را  
 مرتب می کنند. در صورتی که یک زن کدبانو و باسلیقه  
 در خانه هم خود را مرتب و تمیز نگه می دارد. زن  
 با تدبیر و فهمیده اگر ناراحتی و شکایتی هم داشته باشد  
 شوهرش خسته به خانه آمد اوقات تلخی و بد اخلاقی  
 نمی کند. با روی خوش با حرف های زنند و مثل مریخی  
 مهربان با او رفتار می کند. بعد کم کم در ضمن صحبت  
 حرف های خود را می گوید. از شرح غای زن خوب  
 این است که صرفه خو باشد. بولی که شوهرش با  
 سختی بدست می آورد به آسانی خرج نکند یعنی ناان  
 خرج های بیهوده نکند و همیشه خرج های لازم را  
 پیش نظر داشته باشد و تا می تواند از خرج های غیر لازم  
 کم کند. از عایدی شوهر اگر چه به مقدار کم هم باشد  
 برای روز مبادا پس انداز کند. در جلوی دیگران از  
 شوهرش شکایتی نکند. به او ایرادی نگیرد و بی احترامی  
 نکند قوم و خویش و دوستان شوهر را محبت و احترام  
 کند و به خلاف آنچه بعضی ها فکر می کنند با قوم و



خویش شوهر خود بد رفتاری نکند زن خوب و فہمیدہ  
 در بارہٴ بچہ ہایش نیز مادری و وظیفہ شناس و فداکار  
 است. در تربیت آنها سعی می کند. از مواظبت آن ہا  
 کوتاہی نمی کند. بہ آن ہا وظیفہ شناسی، ادب و احترام  
 و محبت و کمک بہ دیگران را یاد می دہد. محبت و  
 صمیمیت نسبت بہ افراد خانوادہ و ہمسکاری با آنان را  
 یاد می دہد.

احمد گفت: من فکر می کنم شما خانوادہٴ خوشبختی  
 هستید و البتہ زن و مردی کہ تا این اندازہ وظیفہ-  
 شناس باشند ہر دو در خوب و بد زندگی شریک و  
 برابرند. نادر ہم گفت: پروین! حالا می قہسم کہ ما  
 بی خود بگو نگو کردیم. کاش این صحبت ہا را اول  
 شنیدہ بودیم تا بر سر بہتری یا بدتری زن و مرد  
 حرفمان نشادہ بود.



### تسمیات کشور

۳۲

### صنایع و محصولات کشور

يك روز حسن و احمد و زینت و افسر و بچه‌ها در اطاق نشسته بودند و به خبرهای رادیو گوش می‌دادند. گوینده رادیو وضع محصول هر استان را شرح می‌داد و آنرا با وضع محصول سال‌های پیش می‌سنجید. مثلاً می‌گفت: امسال وضع محصول چای و مرکبات استان دوم بسیار خوبست. در استان اول محصول برنج بواسطه کم آبی چندان خوب نشده است. اما وضع صید ماهی بهتر از سال گذشته است. در استان پنجم غله فراوان و قیمت آن نسبت به پیش ارزان‌تر است.

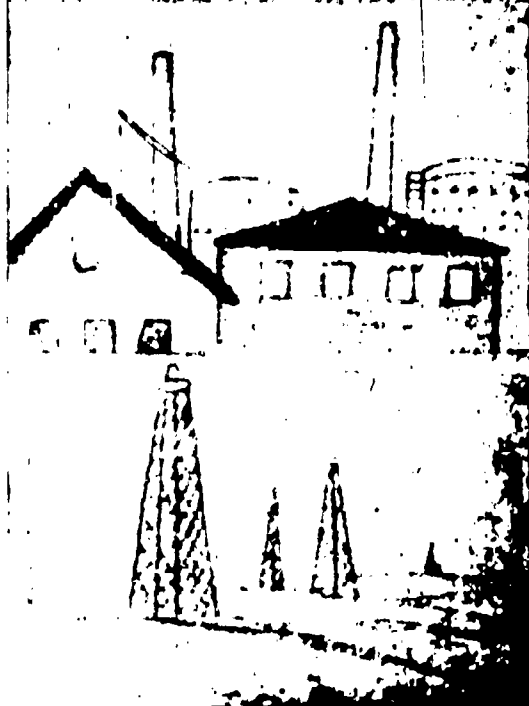
احمد گفت: در قدیم هیچ اسمی از استان و شهرستان نبود و به جای آن‌ها ایالت و ولایت می‌گفتیم. حالا من معنی این اسم‌ها را نمی‌دانم چیست و کسی هم آن‌ها را به من خوب حالی نکرده است.

حسن گفت: برادر جان! یاد گرفتن این اسم‌ها هیچ سخت نیست. حالا من آن‌ها را برای شما می‌گویم تا خوب یاد بگیرید. نمی‌دانم معنی کلمه کشور را می‌دانی یا نه؟

احمد گفت: خوب می‌دانم. به تمام خاک ایران کشور ایران می‌گویند و می‌دانم که کشور ایران خیلی بزرگ است.

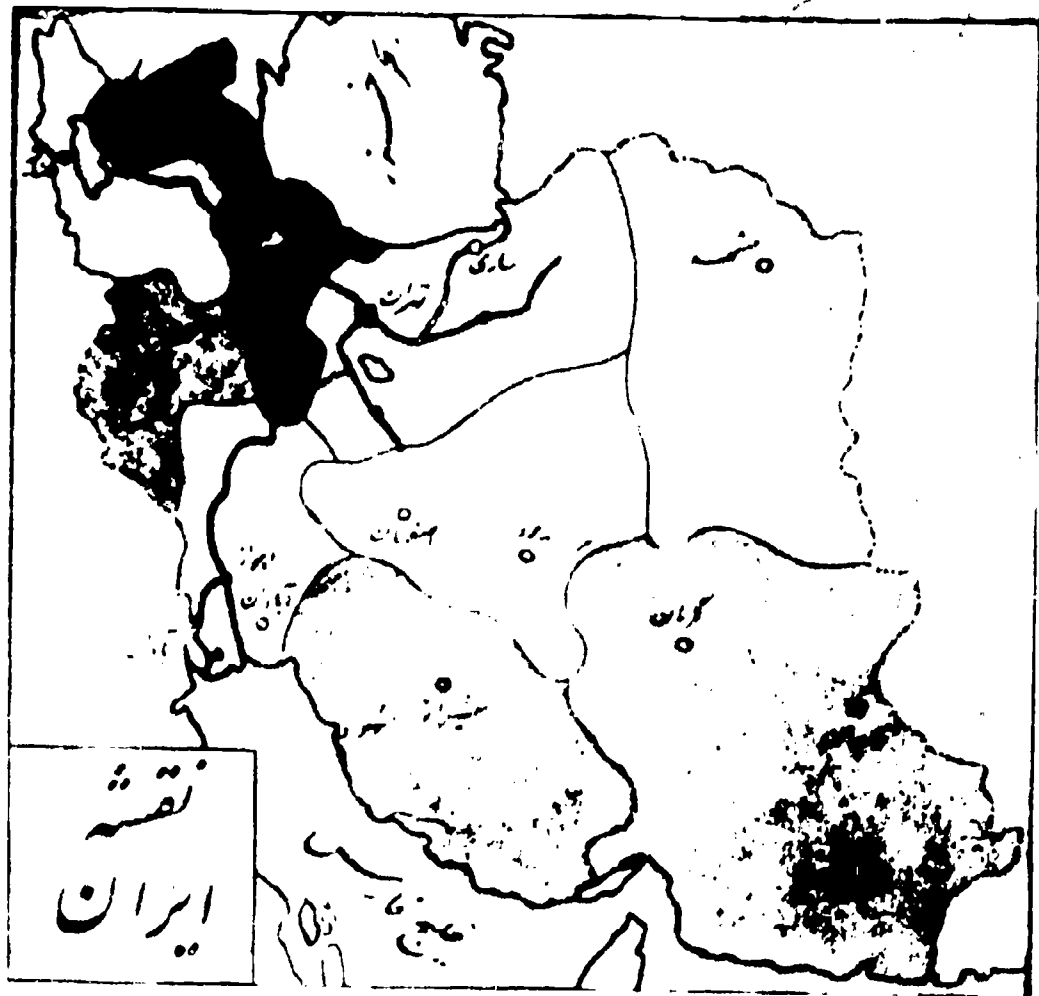
حسن گفت: دیگر از ایران چه می‌دانی؟

احمد گفت: می‌دانم که آب و هوای ایران در هر جایك حکم می‌کند. هر چه به سمت شمال برویم هوا ملایم‌تر و هر چه به سمت جنوب برویم هوا گرم‌تر می‌شود. بطوری که اهواز و آبادان و بندرعباس در زمستان سرد نمی‌شود و تابستان هم خیلی گرم است اما در بعضی جاهای آذربایجان و خراسان زمستان خیلی سرد و طولانی است و تابستان زیاد گرم نمی‌شود.



حسن گفت : دیگران  
ایران چه می دانی ؟  
احمد گفت : می دانم که  
در ایران هم معدن زیاد  
است هم محصول کشا -  
ورزی فراوان است و هم  
نگاهداری حیوانات معمول  
است .

کارخانه قند و پارچه -  
باغی و صابون سازی و  
سیمان و کارخانه های  
دیگری هم در ایران هست .  
نفت ایران بسیار پر در -  
آمد و بسیار مینم است .  
قالی ایران در دنیا  
شهرت دارد . خشکبار



ایران هم بسیار معروف است .  
 حسن گفت : بسیار خوب . حالا که این چیزها را  
 از ایران می دانی ، پس بدان که چون ایران کشور  
 وسیعی است برای اینکه اداره کردنش آسان باشد  
 آن را به چند قسمت بزرگ تقسیم کرده اند و اسم هر  
 قسمت را استان گذاشته اند . و چون تهران شهر  
 بزرگی است و پایتخت کشور است و با اطرافش خیلی  
 وسعت و اهمیت دارد طهران و اطراف آن را هم يك

استان کرده اند. هر استان را يك استان دار اداره می کند.

این شهرها مرکزهای مهم تقسیم بندی کشور است  
تهران رشت ساری تبریز رضائیه کرمانشا  
اهواز شیراز کرمان مشهد اصفهان سنندج  
زاهدان.

احمد گفت: من کلمه شهرستان هم شنیده ام.  
شهرستان به کجا می گویند؟

حسن گفت: هر استان را به چند قسمت کوچک تر  
تقسیم می کنند و اسم هر قسمت را شهرستان می گذارند  
بنابراین هر استان چند شهرستان دارد مثل شهرستان  
قم و شهرستان قزوین و شهرستان دماوند که جزو  
استان تهران است. هر شهرستان را هم يك فرمان دار  
اداره می کند.

احمد گفت: از شهرستان کوچک تر چه داریم؟  
حسن گفت: هر شهرستان را به قسمت های کوچک تر  
قسمت می کنند و هر قسمت را بخش می گویند. پس هر  
شهرستان چند بخش دارد. هر بخش را يك بخش دار  
اداره می کند. از بخش کوچک تر دهستان است. لا بد

شما بهتر می دانید که هر دهستان يك كدخدا دارد .  
 احمد گفت آنطور که شما گفتید باید محصولات  
 استان ها خیلی با هم فرق داشته باشد .

حسن گفت: البته در آب و هوای مختلف ایران  
 همه جور محصول پیدا می شود گندم و جو و غلات  
 در تمام شهرستان های ایران به عمل می آید . در  
 شهرستانهای مرطوب و پر آب برنج به دست می آید .  
 در قسمت های بسیار گرم خرما به عمل می آید . بطور  
 کلی خرمای بم و اهواز، حنا و ریره کرمان ، زعفران  
 و میوه خراسان ، گندم سیستان ، پنبه گرگان ، مرکبات  
 مازندران و شیراز ، برنج رشت ، چای لاهیجان ، غله  
 و خشکبار و عسل و لبنیات آذربایجان ، روغن کرمانشاه ،  
 بنشن قزوین ، پسته دامغان و میوه اصفهان معروف است .  
 از صنعت هم خاتم کاری شیراز ، نقره کاری و پارچه بافی  
 و قلمکار اصفهان ، قالی کرمان و کاشان و تبریز و خراسان  
 و اراک ، گلیم کردستان ، پارچه های دستی یزد ، نفت  
 خوزستان ، پارچه های بهشهر ، حریر چالوس شهرت  
 دارد

احمد گفت: به کارهای دستی ایران هنوز اهمیت



می دهند یا اینکه بی ارزش شده و به آنها هیچ توجهی  
نمی شود؟

حسن گفت: بر عکس حالا به صنعت ها و کارهای  
دستی ایران خیلی اهمیت می دهند و آن ها را به قیمت  
گران می خرند. دولت هم صنعت های دستی را تشویق  
می کند. در تهران يك اداره هست به اسم اداره کل  
هنرهای زیبا. این اداره هم صنعت های دستی را تشویق  
می کند هم آنها را به مردم یاد می دهد. و برای شناساندن  
آن ها و تشویق صنعت گران نمایشگاه درست می کند.  
احمد گفت: آدم وقتی فکر می کند می بیند که  
صنعت گران و کشاورزان کشور چه مردمان مهم و بر

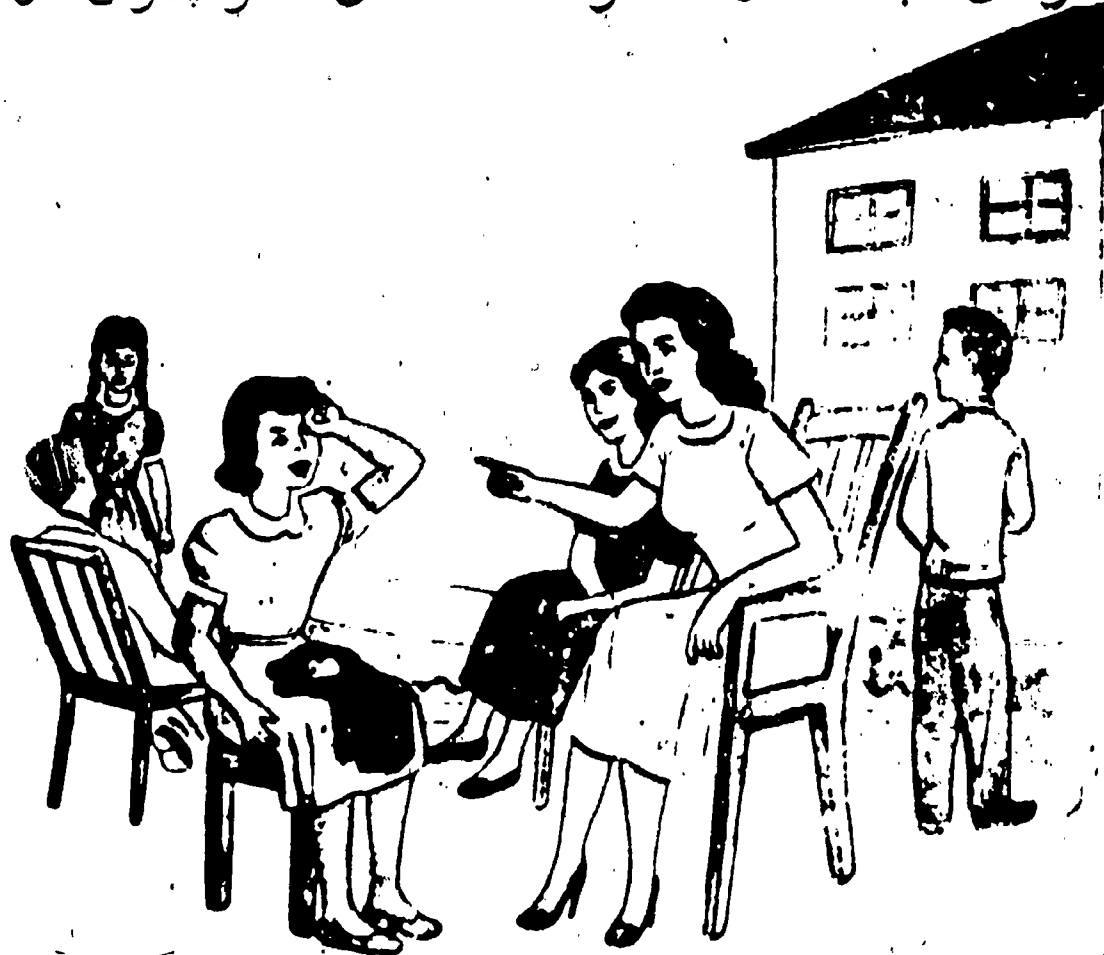


فایده ای هستند. همه باید قدرشان را بدانند و به آنها احترام بگذارند. برای این که تمام چیزها و وسایل زندگی را اینها بوجود می آورند؛ اگر کشاورز نباشد همه مردم از گرسنگی می میرند و اگر صنعتگر نباشد همه مردم باید مثل هزارها سال پیش بدون لباس و خانه و وسایل بمانند حیوانات زندگی کنند. چه خوب است که هر کس سعی کند خودش جزو دسته کشاورز یا صنعتگر شود و با تولید چیزهای لازم برای زندگانی به کشور و هم میهنان خود خدمت کند.

صحبت آن روز حسن و احمد که بسیار شیرین بود. به همین جا ختم شد.

۳۴ مواظبت از چشم و دندان و گوش و بینی

يك روز شیرین مشغول خیاطی بود. ناگهان سوزن را زمین گذاشت و گفت: نمی دانم چرا چشمم يك دفعه به سوزش افتاد. مثل این که چیزی توی آن رفته. بعد با انگشت چشم خود را خاراند. زینت گفت: شیرین. صبر کن. چشمت را با سرانگشت نمال. اگر چیزی در



آن رفته باشد بدتر می شود. من الان جای کم رنگ با آب جوشیده در استکان می ریزم. وقتی سرد شد چشمت را در آن باز کن. اگر چیزی توی چشمت رفته باشد



بیرون می آید. یادت باشد  
 ابعاد از این هم اگر چیزی در  
 چشمت رفت آن را بادت  
 نمال. اگر چشم شوی داری  
 چای کم رنگ را در آن بریز  
 و چشمت را در آن باز کن.  
 اگر نداری دستت را با آب  
 تمیز و صابون بشوی. بعد چای  
 کم رنگ و ولرم را در کف  
 دستت بریز و چشمت را در  
 آن باز کن.

امیر گفت: من يك راه دیگر هم بلدم که خیلی  
 خوب است. زینت گفت: امیر جان بگو ما هم یاد بگیریم.  
 امیر گفت:

دو دوست به هم رسیدند

اولی - حالت چه طور است؟

دومی - هیچ حال ندارم. چشمم درد می کند.

دیشب تا صبح از درد آن نخوابیدم.

اولی - غصه نخور علاجش آسان است.

دومی - چه طور؟

اولی - چند وقت پیش دندان من درد می کرد.  
رفتم پیش طبیب. آن را کند. راحت شدم.

همه از این قصه امیر خندیدند. شیرین گفت: به  
این حساب من باید این چشمم را که درد می کند مثل  
دندان آن شخص بکنم.

در این ضمن زینت برای همه چای ریخت. امیر  
قند بزرگی از قنددان برداشت و با دندان شکست.  
نادر با ملایمت گفت: امیر! این چه کاری است که تو  
می کنی؟ مگر دشمن سلامت خودت هستی؟

امیر گفت: چه طور؟ نادر جواب داد آخر دندان  
که قند شکن نیست که با آن چیزهای سخت بشکنند.  
اگر تو چند دفعه دیگر این کار را بکنی دندان  
تو بکلی خراب می شود.

وقتی دندان آدم خراب شد هر روز ناخوش است.  
راستی بابا تازه جزوه ای خریده است که در آن بعضی  
دستورهای بهداشتی دازد. درباره دندان هم در آن  
نوشته است. اگر تو بخوای آن را بیاوریم و با هم  
بخوانیم. امیر گفت: عیبی ندارد. اما به سه شرط:

یکی این که بعد از این تا من حرفی زدم شما جزوه و کتاب برآیم نخوانید. از این حرف همه خندیدند. شیرین گفت: پروین جان! مبادا تو از حرفهای امیر برنجی. امیر همیشه دلش می خواهد شوخی کند و چیزی بگوید. نادر گفت: هرگز. تو و امیر مثل خواهر و برادر ما هستید و ما می دانیم که امیر شوخی می کند.

امیر گفت: من که هنوز حرفم تمام نشده. دوم این که من می ترسم اگر فردا هم دست به گوشم بزنم شما جزوه ای هم برای گوش داشته باشید و بخواهید بخوانید. زینت گفت: اتفاقا در این جزوه تنها درباره دندان نوشته نشده درباره چشم و گوش و بینی هم نوشته شده. بگذار نادر آن را بیاورد و بخواند تا همه گوش کنیم. امیر گفت: صبر کنید. قسمت سوم شرط من مانده است. من قصه قشنگی برای دندان بلدم. شما باید قصه مرا گوش کنید تا من هم جزوه شما را گوش کنم. پروین و نادر گفتند: بگو. ما از خدا می خواهیم. امیر گفت: يك روز دو نفر شرط کردند کلمه هایی بگویند که هم وزن و هم صدا و متناسب باشد. هر کس نتوانست جواب دیگری را بدهد شرط را باخته است. جمعیت

زیادی هم دور آن ها بود

اولی گفت : آبان

دومی گفت : باران

اولی گفت : ایوان

دومی گفت : میدان

اولی گفت : رو

دومی گفت : مو

همین طور هر چه اولی می گفت دومی لغتی متناسب می آورد. تا اولی گفت : دندان. دومی بی معطلی گفت : کباب بره. اولی گفت : شرط را باختی. کباب بره را که نمی شود با دندان آورد. دومی گفت : پس چه چیز را می شود با دندان آورد. اولی جواب داد مثلا دندان دندان و دندان با هم متناسبند. دومی رو به جمعیت کرد و گفت : شما همه عاقلید. انصاف بدهید دندان با دندان بیشتر مناسبت دارد یا با کباب بره ؟

پروین و نادر و شیرین خیلی خندیدند بعد نادر جزوه بهداشت را آورد و چنین خواند :

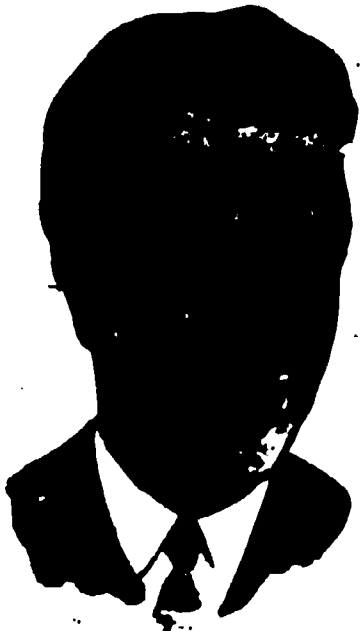
دندان

دندان برای سلامت بدن و زیبایی صورت خیلی



۳۶ اهمیت دارد اگر دندان سیاه یا کرم خورده باشد هم بد نما است هم نمی توانیم غذا را درست بجویم و در نتیجه خوردن غذایی که درست جویده نشده مریض می شویم. روی دندان را جسم سفید و سختی پوشانده که به آن مینا می گویند. مینا دندان را از سرما و گرما و میکروب های موزی حفظ می کند.

برای سلامت دندان ما شرط اول این است که آن ها را پاکیزه نگه داریم. یعنی بعد از هر غذا آن ها را بشویم. اگر دندان ما را بعد از غذا نشویم ریزم های غذای آن ها می ماند و رفته رفته فاسد و گندیده



دندان سالم و دندانها

دندان سالم و قشنگ

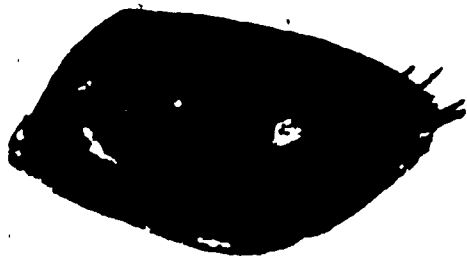
می شود و دندان را سوراخ می کند. در این حال می گویند دندان کرم خورده است. از دندان کرم خورده سعی ترشح می شود. این سم وقتی با غذا مخلوط و وارد معده شود انسان را مریض می کند. چه بسیار اشخاصی که ناخوشی های سخت داشته اند و آخر معلوم شده که سبب آن ناخوشی ها فقط خرابی دندان بوده است. پس باید دندان ها را مرتب بعد از غذا بشویم مخصوصاً شب پیش از خوابیدن زیرا چندین ساعت دهان بدون حرکت می ماند و خزرده های غذا چنان که گفتیم لای دندان می ماند و فاسد می شود. مسواک را باید تمیز نگه داریم و جایی نگذاریم که گرد و غبار روی آن به نشیند. هیچ وقت نباید مسواک شخص دیگری



را به کار به بریم . نباید چیز های سخت مثل فندق و پسته و بادام و قند را با دندان بشکنیم که مینای دندان خرد می شود و می ریزد . چیز هایی که زیاد سرد و یا زیاد گرم است نباید بخوریم . بهتر است سالی یک بار دندان هایمان را به طبیب نشان دهیم . نا اگر گرم - خوردگی مختصری داشته باشد علاج کند

چشم

۳۷



همه ما اهمیت چشم را می دانیم بیشتر آشنائی ما با چیز های دنیا از راه چشم

است . نابینایی یکی از بدترین دردهاست . چشم عضو بسیار لطیف و حساسی است و با کوچک ترین غفلت ممکن است صدمه به بیند . برای مواظبت از چشمان باید هیچ وقت چشم خود را با انگشت نمالید . زیرا ممکن است سر انگشتان کثیف پا آلوده به میکرب باشد و باعث تراخم یا مرض های دیگر شود . در روشنائی کم چیز نخوانید . سر را زیاد به کاغذ نزدیک نگیرید . اگر چشمتان از دور یا نزدیک درست نمی بیند نزد طبیب بروید تا عینک برای شما معین کند . با آب کثیف دست

و صورت نشوید. برای خود حوله جدا داشته باشید  
گوش



گوش از اعضای مهم بدن  
است. گوش تنها وسیله شنیدن  
نیست. بلکه ما حرف زدن را هم  
اول از راه شنیدن یاد می‌گیریم.  
قسمتی از گوش که از خارج دیده  
می‌شود لاله گوش نام دارد

قسمت اصلی گوش پشت لاله قرار دارد.  
میان لاله گوش مجرای است که آن را سوراخ گوش  
می‌گویند. در آخر این سوراخ پرده گوش است. از  
گوش باید خیلی مواظبت کرد و همیشه آن را تمیز  
نگه داشت. در موقع شستن باید احتیاط کنیم آب داخل  
سوراخ گوش نشود. هم چنین نباید گوش را با چوب یا  
سنباق پاک کرد زیرا ممکن است گوش را زخم کند  
یا پرده گوش پاره شود و انسان را کر کند.

بینی

۳۸

بینی هم عضو مهمی است. هم با آن نفس می‌-  
کشیم. هم بوها را حس می‌کنیم. داخل بینی موهای

ریزی هست. وقتی ما با بینی نفس می کشیم این موها مانع می شود که گرد و غبار داخل ریه ما شود پس همیشه باید از بینی نفس بکشیم. برای این که هم گرد و غبار هوا گرفته

می شود و هم اگر هوا سرد باشد از سردی آن کم می شود و بنابراین سرما نمی خوریم و سینه درد نمی گیریم. سرما خوردگی های سخت و پشت سر هم ممکن است حس شامه را ضعیف کند یا از بین ببرد.

شیرین گفت: راستی دانستن این چیزها برای همه کس لازم است تا بتواند سلامت خود را حفظ کند. زینت گفت: همین طور است. آدم باید برای سلامت خود بکوشد یعنی از اعضاء بدن خود مواظبت کند. چشم و گوش و دست و دهان و سایر اعضاء را سالم و پاکیزه نگه دارد. اما می دانید که بدن یا جسم را با آب پاکیزه می کنیم، ولی پاکیزگی و سلامت روح و اخلاق در کردن کارهای خوب و نکردن کارهای زشت و ناپسند است.

برای سلامت و پاکیزگی اخلاق و روح باید چشم

و گوش و دست و زبان را از کار های ناشایست باز  
داریم . مثلاً :

با زبان غیبت نکنیم . دروغ نگوئیم . حرف زننده  
و تلخ یا دشنام بر زبان نیاوریم . با گوش حرف های  
ناشایست و غیبت و حرف های محرمانه مردم را  
نشنویم .

بلاست کار نادرست و کاری که به ضرر دیگران  
باشد نکنیم

چشم را از دیدن چیز های حرام و مال دیگران  
بپوشیم .

به این ترتیب رضایت خداوند متعال را حاصل  
کرده ایم و شکر نعمت بینایی و شنوایی و سایر حواس  
را ادا کرده ایم .

## احترام به قانون و سنجش آن

۳۹

### دور راه سینما

یک روز عصر حسن و خانواده اش با مهمان های خود برای رفتن به سینما از خانه بیرون رفتند. پروین و نادر گفتند: چون هوا خوب است و وقت هم داریم پیاده برویم. همه قبول کردند و صحبت کنان به راه افتادند تا به سر چهار راهی رسیدند. امیر خواست از وسط خیابان رد شود. نادر بازوی او را گرفت و گفت: صبر



کن. حالا ما نباید رد بشویم. می بینی که حالا اتومبیل ها رد می شوند. هر وقت آن چراغ قرمز شد اتومبیل ها می ایستند و ما رد می شویم. وقتی می خواهیم از وسط خیابان رد شویم باید مواظب خود باشیم. اول طرف دست چپ را نگاه کنیم

تا به وسط خیابان برسیم . بعد مواظب دست راست باشیم .

همین طور که صحبت کنان می رفتند احمد از حسن پرسید این میخ کوب های وسط خیابان برای چیست؟  
حسن - نگاه کن ! مردمی که می خواهند از يك طرف خیابان به طرف دیگر بروند از میان این میخ کوب ها عبور می کنند .

احمد - چرا نباید هر کس آزاد باشد که از هر جا بخواهد عبور کند؟

حسن - در زندگی اجتماعی دهکده یا شهر یا مملکت باید هر کس تا حدی آزاد باشد که مانع آزادی دیگران نشود . بهتر بگوییم آزادی فرد در جامعه حدی دارد . این حد را قانون معین می کند و آن را حفظ می کند . پس آزادی یعنی عمل کردن به آنچه قانون اجازه داده است . قانون و مقررات اجتماعی برای جلوگیری از بی نظمی و هرج و مرج است .

بیشتر مردم به معنی کلمه آزادی به خوبی پی نبرده اند و تصور می کنند آزادی حد و اندازه ندارد و هر کس هر کاری بخواهد می تواند بکند و حال آن

۴۰ که آزادی عبارت از رعایت حال دیگران و احترام به حق آنان است. مثلاً من نمی‌توانم بنام آزادی هنگام عبور از خیابان داد و فریاد راه بیندازم. آواز بخوانم. مردم را ناراحت و بی‌خواب کنم. یا در خانه خود صدای رادیو را آن قدر بلند کنم که همسایگان خود را از آسایش محروم سازم. یا برای کوتاه کردن راه خود از وسط کشتزارها و باغ‌ها و مزرعه‌های مردم عبور کنم. آیا من می‌توانم بنام آزادی این کارها را بکنم؟ هرگز. هیچ کس به من این حق را نمی‌دهد. بلکه برای این که راحتی دیگران را از بین برده‌ام سرا سرزنش و مجازات خواهند کرد.

به سینما رسیدند و بلیط خریدند و داخل شدند. در وسط سینما شیرین از پروین چیزی پرسید. پروین گفت: شیرین! عذر می‌خواهم که حالا نمی‌توانم جواب ترا بدهم. وقتی از سینما بیرون رفتیم به تو جواب می‌دهم.

فیلم قشنگی بود. همه خیلی تفریح کردند. وقتی بیرون آمدند پروین گفت: شیرین! حرف زدن در سینما اسباب زحمت دیگران می‌شود و نمی‌توانند فیلم را



بفهمند. فکر کن در سالن سینما چند صد نفر نشسته-  
اند. اگر هر کس يك کلمه حرف بزند سر و صدای  
زیادی پیا می شود. در سالن سینما غیر از حرف زدن  
چند چیز دیگر هم ناپسند است. سیگار کشیدن، تخمه  
شکستن، سر و صدای صندلی ها را در آوردن، جلوی  
مردم را گرفتن و هر کار دیگری که باعث زحمت مردم  
(شود)

حالا اگر سؤالی داری پرس تا با کمال میل



جواب بد هم . شیرین گفت : من از سینما خیلی خوشم می آید! حیف که در ده سینما نیست و ما هر وقت به شهر برویم می توانیم سینما به بینیم . در این وقت زینت گفت : البته سینما یکی از صنعت های مهم و مفید است که انسان به وسیله آن هم تفریح می کند هم چیز های خوب می بیند و یاد می گیرد . فیلم هایی هست که مطالب تازه ، چیز هایی مربوط به تاریخ ، جغرافیا یا مطالب اخلاقی و غیره به آدم یاد می دهد . اما ضمناً باید بدانیم که هر فیلمی هم برای دیدن خوب نیست . پس برای سینما رفتن باید دقت کنیم و فقط برای دیدن فیلم های خوب و مفید برویم

## فقیر خدا از خبیر خبر دارد

۴۱

يك روز زينت و افسر برای خرید چیزی به  
 خیابان رفته بودند. افسر چشمش به يك زن افتاد که  
 کنار خیابان نشسته بود و يك دستمال سفید جلوی خودش  
 پهن کرده بود و چند دانه نخود روی آن چیده بود.  
 همسر که زينت و افسر به او نزدیک شدند، آن زن  
 گفت: فال می گیرم، سرگذشت می گویم، سر کتاب  
 باز می کنم، بفرمایید جلو.

افسر به زينت گفت: بیا برویم يك فال بگیریم.  
 من می خواهم از آینده خودم با خبر بشوم.

زينت از حرف افسر خنده ای کرد و گفت: خیال  
 می کنی این زن از آینده ما خبر دارد؟ مگر این زن  
 خداست که از آینده خبر داشته باشد. اگر ما عقیده  
 داشته باشیم که این زن بی سواد می تواند با چند نخود  
 از آینده کسی خبر بدهد گناه کرده ایم برای این که  
 او را شريك خدا دانسته ایم.

افسر گفت: پس شما می خواهید به گوید فال  
 گرفتن و سر کتاب باز کردن هیچ کدام فایده ندارد.

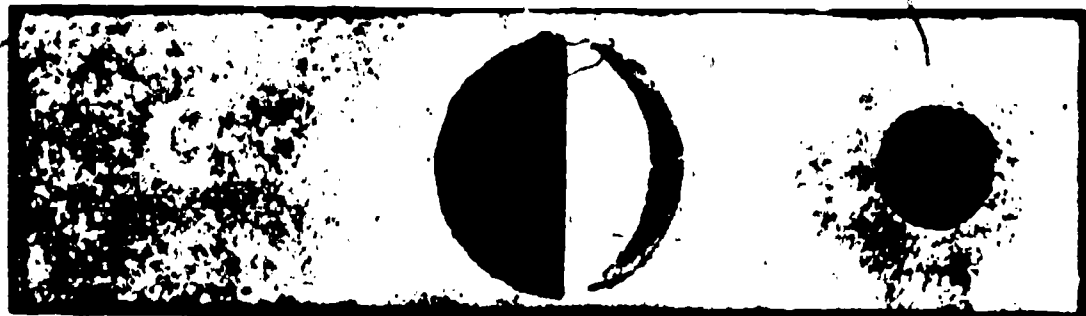
و درست نیست و ما نباید به آنها اعتقاد داشته باشیم؟  
 زینت: گفت البته که نباید اعتقاد داشته باشیم.  
 خداوند فرموده است که هیچ کس جز او از غیب خبر  
 ندارد. فال گیر و رمال می خواهند پول پیدا کنند و  
 زندگی کنند اما راه درست و خوب برای پول پیدا کردن  
 را نمی دانند. بد نیست که يك داستان برایت بگویم:  
 به فال گیری گفتند که خانه ات را دزد زده است.  
 فال گیر سراسیمه به سمت خانه خود می دوید و می گفت:  
 نمی دانم کدام بی انصاف به خانه من دستبرد زده است.  
 کاش صبح خبر داشتم و خانه را به دست کسی می سپردم.



یکی از راهکدرها حرف او را شنید و به او  
گفت: تو که سرنوشت امروز خود را نتوانستی پیش بینی  
کنی از کجا می دانی که فردا بر سر این و آن چه  
خواهد آمد؟

افسر گفت: راست می گویی. چرا من تا بحال به این  
چیزها پی نبرده بودم؟ انسان نباید خوش باور باشد و  
گول زبان چرب و نرم فال گیر و سر کتاب باز کن و  
آینه بین را بخورد و پولش را که به زحمت پیدا می-  
کند به آن ها بدهد.

زینت گفت: حالا خوب متوجه شدی و حکماً  
دیگر گول این جور اشخاص را نمی خوری. بدبختی  
و خوش بختی هر کس از گفتار و رفتار خود اوست نه  
از چیز دیگر. اگر انسان گرفتاری دارد باید بدینند  
علت این گرفتاری چیست و از کجا ریشه می گیرد.  
آن علت را رفع کند و گرفتاری را از بین ببرد نه  
این که دست به دامن فال گیر و رمال بشود. اگر  
خودش یا بچه اش ناخوش است باید پیش دکتر برود  
و باد را و غذا او را معالجه کند. این وظیفه را انجام  
بدهد رضناً از خداوند هم سلامت و عافیت طلب کند



۴۲

روز و شب چگونه پیدا می شود؟ روز و ماه و  
 ستاره ها کجا هستند؟ زمین که ما نخیال می کنیم بی حرکات  
 است زایم حرکت می کند. دریاها و خشکی ها  
 شب مهتابی بود. همه بعد از خوردن شام در  
 ایوان نشسته بودند. بچه ها کمی دور تر از بزرگ تر-  
 ها نشسته بودند. امیر آهسته صحبت می کرد صحبتش  
 که تمام شد نادر و پروین و شیرین به صدای بلند  
 خندیدند. حسن گفت: شیطان ها! چرا هر وقت حرف  
 خنده داری می زنی بلند نمی گویند که ما هم بشنویم.  
 پروین گفت: بابا جان! نمی دانید این امیر چه قصه های  
 خنده داری بلد است. حسن گفت: امیر! خواهش می-  
 کنم یک دفعه هم آنچه را برای بچه ها گفتم برای  
 بزرگ ها بگو.

امیر گفت: چیز ساده ای بود. خنده نداشت.  
 تقصیر خود پروین و نادر است که زود به خنده می



افتند من دیدم همه خیلی از مهتاب خوششان آمده  
و تعریف آنرا می کنند. حکایتی از ملا نصرالدین به یادم  
آمد که این طور است:

از ملا پرسیدند ماه بهتر است یا خورشید. ملا  
جواب داد ماه. گفتند چرا؟ جواب داد برای این که  
خورشید روز که همه جا روشن است و احتیاجی بدان  
ندارند در می آید. اما ماه شب تاریک که آدم به  
روشنی احتیاج دارد در می آید.

پروین و نادر و شیرین دوباره خندیدند. پدر

و مادرها هم به خنده افتادند. بعد شیرین و پروین گفتند: راستی چه خوب بود که آدم می‌توانست از همه چیز در دنیا سر در بیاورد. حسن پرسید مثلاً از چه چیز؟ شیرین گفت: من خیلی وقت‌ها فکر کرده‌ام که چرا روز روشن است و شب تاریک؟ روزها ماه و ستاره‌ها کجا هستند؟ شب خورشید کجاست؟ یا وقتی خیلی بچه بودم فکر نمی‌کردم غیر از ده جای دیگری هم باشد و مردم دیگری وجود داشته باشند. کم‌کم بزرگ‌تر که شدم فهمیدم که تیران و شهرهای دیگری هم هست. اما نمی‌دانم باز هم روی زمین شهرهای دیگری هست یا نیست؟

حسن گفت: شیرین! تو دختر فله‌سیده‌ای هستی که فکر این چیزها را می‌کنی ان شاء الله به کلاس‌های بالاتر می‌رسی و همه چیز را می‌فهمی. شیرین گفت: کاش زودتر به کلاس‌های بالاتر می‌رسیدم و این چیزها را یاد می‌گرفتم. پس چرا حالا فقط به ما خواندن و نوشتن یاد می‌دهند. حسن جواب داد برای این که خواندن و نوشتن مقدمه است. اول در دبستان خواندن یاد می‌دهند تا به وسیله آن چیزهای دیگر یاد بدهند.

در دبستان بجز خواندن و نوشتن حساب، بهداشت  
مطالب دینی، جغرافی، تاریخ و چیزهای دیگر یاد می  
دهند. این چیزهایی را که تو الان می خواهی بفهمی  
مربوط به جغرافی است.

در این موقع احمد گفت: من هم خیلی علاقه دارم  
که این چیزها را بفهمم. حسن گفت: بسم الله بفرمایید  
شما هم گوش کنید.

اولین مطلبی که باید این جا بدانیم این است  
که زمینی که ما بروی آن زندگی می کنیم مانند توپ  
بزرگی است که در فضا به سرعت به دور خود می  
چرخد.

امیر - اگر زمین گرد است چرا ما گردی  
آن را نمی بینیم؟



حسن - چون ما  
به اندازه کافی از زمین  
دور نیستیم نمی توانیم  
همه آن را به بینیم یا  
گردی آن را حس  
کنیم. ولی اگر سوار



هواپیمایان شویم و از زمین خیلی دور بشویم گردی آن را به چشم می بینیم . دلیل این که ماه و خورشید به نظر ما گرد می رسند این است که ما از آن ها خیلی دوریم و آن ها را به شکل حقیقی خودشان که گرد است می بینیم

پروین گفت : بسیار خوب . باور کردم که زمین گرد است . دلیل این که به دور خودش می چرخد چیست ؟

حسن جواب داد : ثابت کردن این مطلب آسان است . شما می دانید در هر شبانه روز که بیست و چهار ساعت است مدتی هوا روشن است که به آن روز می گوئیم و مدتی هوا تاریک است که به آن شب می گوئیم . امیر گفت : این را که همه می دانیم که روز هوا روشن است و شب هوا تاریک است . اما این چه ربطی به گردش زمین دارد ؟

حسن جواب داد : می دانیم که خورشید هم مثل زمین گرد است و از زمین بسیار بزرگ تر است و در فاصله بسیار زیادی از زمین فرار دارد . و مثل زمین به دور خود می گردد . خورشید مثل یک کلوله بزرگ

آتشی است که هیچ وقت خاموش نمی شود و دایم به

اطراف نور و حرارت

پخش می کند. قسمتی

از این نور و حرارت

هم به زمین می رسد

شیرین پرسید پس

چرا خورشید شب

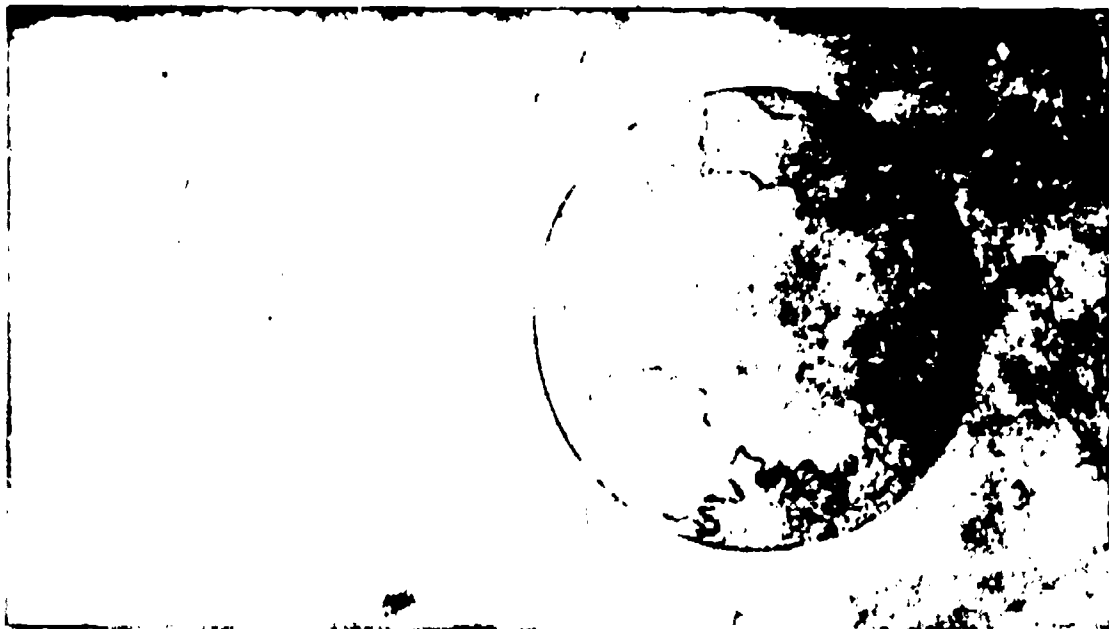
به ما روشنی نمی دهد؟

امیر هم گفت: من هنوز نفهمیدم دلیل این که زمین به

دور خود می چرخد چیست؟

حسن در جواب گفت: هر وقت قسمتی از زمین

که ما بر آن قرار گرفته ایم در ضمن چرخیدن مقابل



خورشید رسید روز آغاز می شود و چون این قسمت  
از مقابل آفتاب خارج شود شب خواهد شد

در هر بیست و چهار ساعت زمین يك بار به دور  
خود گردش می کند و يك دور تمام گردش زمین را  
بدور خود شب و روز می نامیم .

احمد - خوب . این زمین که گرد است پس  
این آب ها یعنی آب دریاها و دریاچه ها چطور روی  
آن می ماند ؟

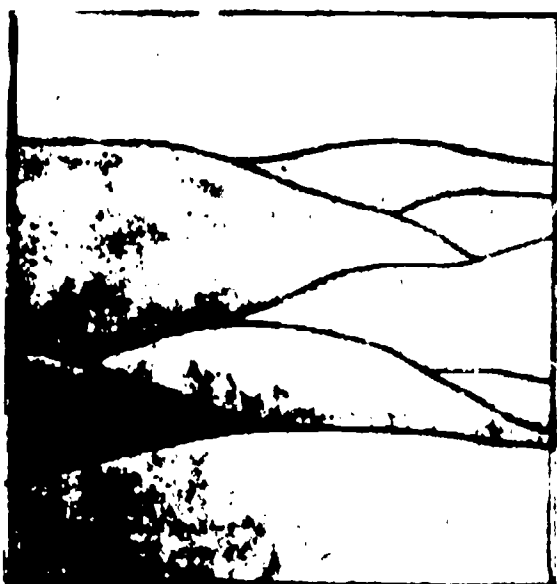
حسن - درست است که زمین مثل توپ گرد است .  
اما روی آن مثل توپ صاف نیست . بلکه پستی و بلندی  
دارد . آب ها در جاهای گود و پست جمع می شود .  
بلندی ها هم همان کوه و تپه است که ما می بینیم .

احمد - بسیار خوب . اما من تعجب می کنم وقتی  
زمین می گردد چطور آب ها سر جای خود می ماند و  
به این طرف و آن طرف نمی پرد .

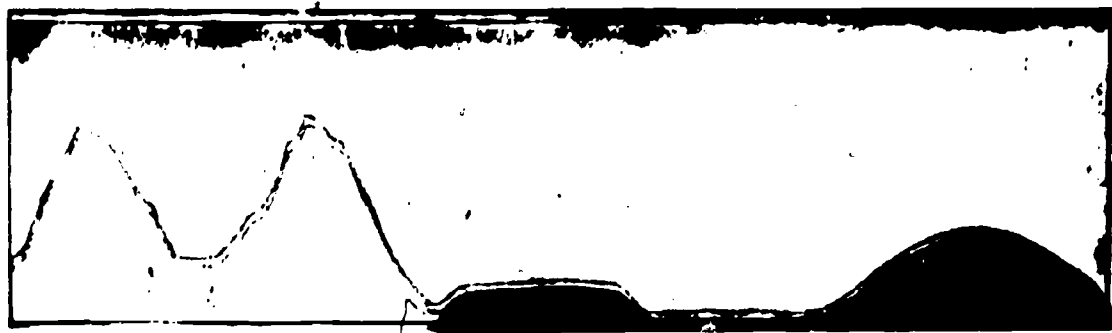
حسن - زمین يك قوه ای دارد که همه چیز را به  
سمت خودش می کشد و نمی گذارد از آن جدا شوند .  
اگر این قوه نبود چیزی روی زمین نمی ماند و به اطراف  
پرتاب می شد .

شیرین - راستی روی زمین آب خیلی زیاد است  
 حسن - اگر روی زمین را به چهار قسمت تقسیم  
 کنیم روی سه قسمت آن را آب گرفته است و یک  
 قسمتش خشکی است .

گودی های روی زمین که آب در آن ها جمع  
 می شود چندین اسم دارد . یکی از آن ها دریاچه است .  
 دریاچه گودال آبی است شبیه یک استخر ولی از  
 استخر بسیار بزرگ تر است . آب بسیار وسیع را دریا  
 می گویند . دریای بسیار بزرگ را اقیانوس می گویند  
 قسمتی از زمین که از آب بیرون است خشکی  
 نامیده می شود . هر جا خشکی بلند باشد آن را کوه یا  
 تپه می گویند .



آن جاها که خشکی پست تر و هموارتر است، جلگه یا دشت و دره نام دارد. بعضی از جلگه ها را که سطحشان از سطح دریاها خیلی بالاتر است فلات می نامند. قسمتی از ایران فلاتی است که بیش از هزار متر ارتفاع دارد.



هر جا از سطح زمین کم باران به اندازه کافی نبارد جانوران و گیاهان در آن جا نمی توانند زندگی کنند و آن جا را صحرا یا گویر می نامند. مانند گویر لوت که شهرهای یزد و کاشان و سمنان در نزدیکی آن قرار دارد.

در جاهایی از زمین که گرم است و باران زیاد می بارد درخت و گیاه فراوان می روید. این جور جاها را جنگل می گویند. بعضی از جنگل ها آن قدر درخت دارد که آدم نمی تواند از میان آن ها عبور کند و غالباً در آن ها جانوران و حشرات و مارهای فراوان وجود دارد.

جاهای دیگری از زمین به اندازه‌ای سرد است که هیچ جانور یا گیاهی در آن جا پیدا نمی‌شود و جز برف و یخ چیزی در آن جاها وجود ندارد. کوه‌های بلند به اندازه‌ای سرد است که چیزی در آن‌ها نمو نمی‌کند. اگر کوه بسیار بلند یا تصویری از آن را دیده باشید، لابد متوجه شده‌اید که برقله آن جز سنگ‌های برهنه و یخ و برف چیزی دیده نمی‌شود.

اگر بنا باشد که شما جایی را از سطح زمین برای زندگی انتخاب کنید کجا را انتخاب می‌کنید؟ اگر شما آدم عاقلی باشید، نه جایی را انتخاب می‌کنید که مانند کویر گرم و خشک باشد، و نه جایی که مانند جنگل گرم و پر رطوبت باشد، و نه آن قدر بلند و سرد مانند قلّه کوه‌ها که همیشه از یخ و برف پوشیده باشد.

اگر به کره جغرافیایی یا به نقشه جغرافیا نگاه کنید در آن جاها خواهید دید که بزرگ‌ترین تکه‌های خشکی کجا قرار گرفته است.

در این موقع حسن از روی نقشه پنج قطعه عالم که آورده بود خشکی‌ها را به این اسم‌ها خواند و نشان داد:



آسیا - اروپا - افریقا - امریکا - استرالیا  
 احمد - راستی آب و هوای همه روی زمین یک  
 جور است ؟

حسن - نه . دو قسمت از زمین بسیار سرد است  
 و همیشه پوشیده از برف و یخ است .

قسمت وسط زمین همیشه  
 خیلی گرم است . بین این دو  
 قسمت به زیاد گرم است نه  
 زیاد سرد .



اگر بخواهید بدانید شمال  
 و جنوب کدام طرف است  
 این طور کنید :

در يك روز آفتابی ساعت ۱۲ ظهر طوری بایستید  
 که پشت شما به طرف خورشید باشد. در این صورت  
 درست رو به شمال ایستاده اید. جنوب هم درست پشت  
 سر شما قرار دارد.



اگر در این حال دو  
 دست را از دو طرف  
 باز کنید، دست راست  
 شما رو به مشرق است  
 و دست چپ شما رو  
 به مغرب. مشرق همان  
 جا است که صبح

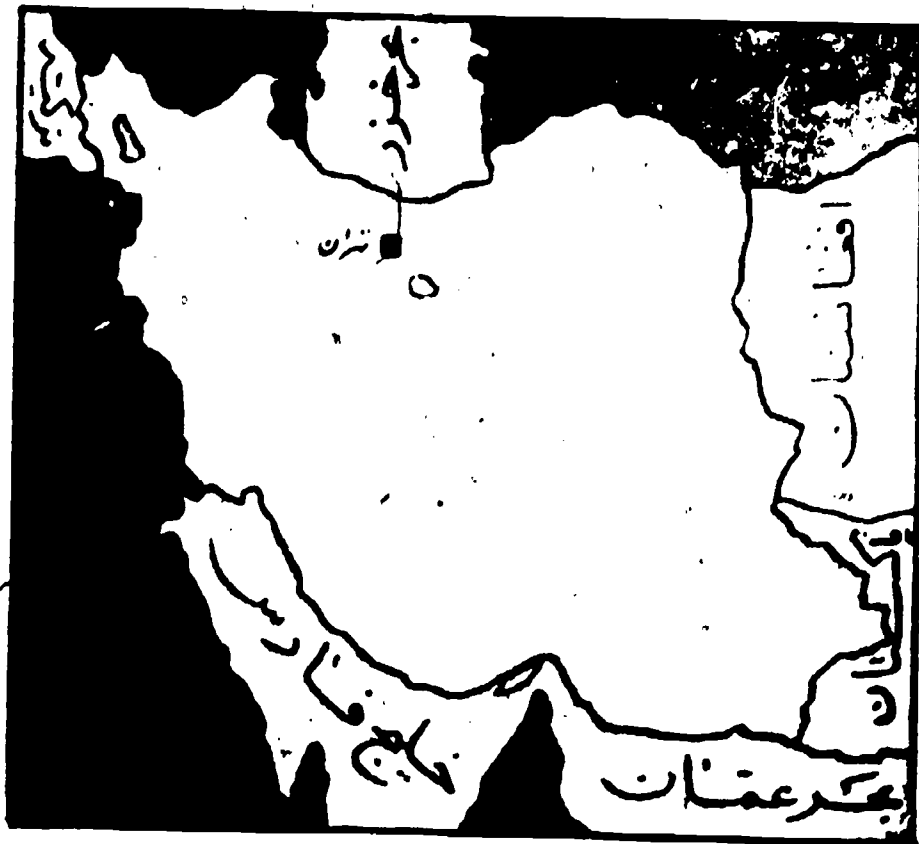
خورشید در آن جا دیده می شود. مغرب آن طرفی است  
 که هنگام غروب خورشید از نظر پنهان می شود.

۴۶ احمد - ما اسم چند خشکی روی نقشه دیدیم

ایران در کدام يك از این خشکی هاست ؟

حسن - ایران در قطعه آسیا است. در مشرق  
 ایران کشورهای افغانستان و پاکستان واقع است. کشور  
 روسیه از طرف شمال همسایه ایران است. از طرف  
 مغرب کشورهای ترکیه و عراق با ما همسایگی دارند

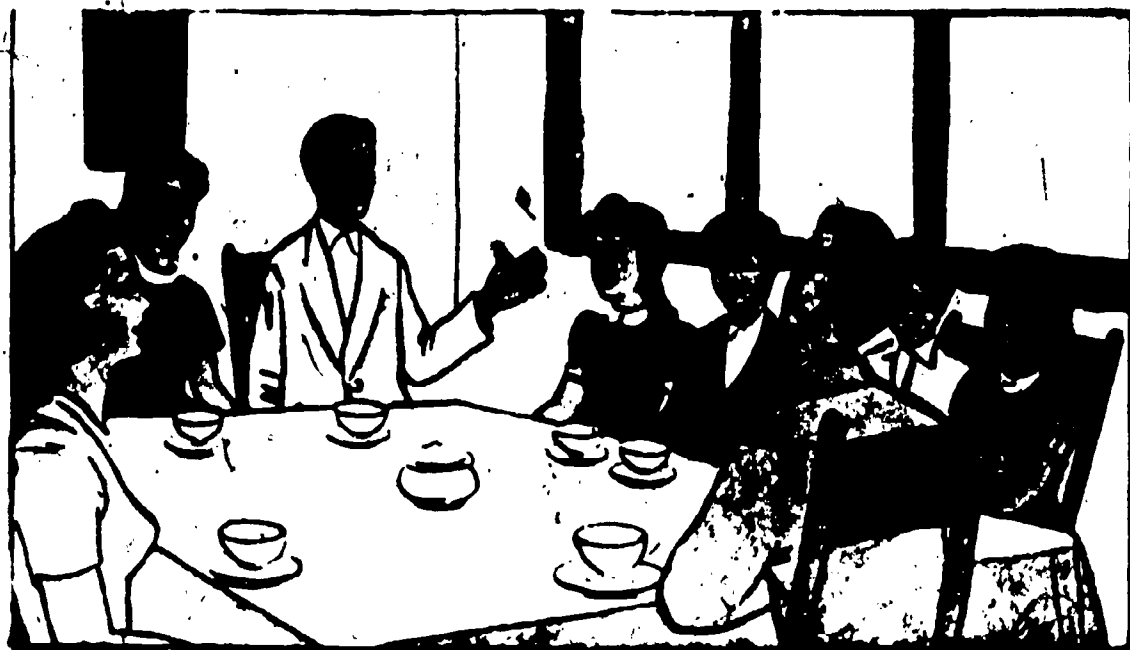




جنوب ایران دریای عمان و خلیج فارس است که به اقیانوس هند راه دارد و از آن جا کشتی های بزرگ به همه جای دنیا می رود. دریای خزر که در شمال ایران واقع است دریاچه بزرگی است و به اقیانوس راه ندارد.

کشور ما همان طور که چند شب پیش هم صحبت کردم به ده قسمت تقسیم می شود که هر قسمت را یک استان می نامند. هر استان دارای چند شهرستان است و هر شهرستان چند بخش دارد و چندین دهکده یک بخش را تشکیل می دهد.

احمد گفت: واقعاً چقدر خوب است که آدم درس خوانده باشد و این چیزها را بداند. وقتی تو حرف می‌زنی مثل این که همه چیز به نظر انسان روشن می‌شود و مخصوصاً صحبت‌های تو این قدر شیرین و خوب است که تا این ساعت شب همه بیدار مانده‌اند و با وجود این من اگر از ترس خستگی تو نبود راجع به تاریخ هم سؤال‌هایی از تو می‌کردم. ولی منی دانم امشب دیگر خسته شده‌ای. باشد برای فردا شب. اما یادت نرود که فردا شب از تاریخ برای من صحبت کنی. شیرین هم از حسن تشکر کرد و گفت شما این چیزهایی را که من خیال می‌کردم هیچ وقت نمی‌فهمم این قدر ساده گفتید که من فهمیدم. لابد تاریخ هم همین قدر شیرین است ما هم همه فردا شب حرف‌های شما را در باره تاریخ گوش می‌کنیم.



### پادشاهان ایران

۴۷

شب بعد همه دور حسن جمع شدند و از او خواستند که از تاریخ برای آن ها صحبت کند .  
 حسن گفت : من چون به تاریخ علاقه زیادی دارم امشب از این مجلس بسیار خوشحالم . تاریخ شرح کارها و اتفاقات و زندگانی و طرز فکر یک ملت در زمان های مختلف است . تاریخ ما شرح زندگانی اجداد ما ، شرح جنگ ها و کارهای پادشاهان و بزرگان ماست . تاریخ به ما می گوید موقعی که اجداد ما قدرت داشتند و در جنگ ها و کارها موفق می شدند هتلیش چه بود . و موقعی که قدرشان کم می شد و شکست می

خوردند علتش چه بود. پس تاریخ گذشته پند و عبرت و راهنمای مردم حال و آینده است. بهمین جهت است که من تاریخ را دوست دارم. تنها من نیستم که شرح زندگانی و کارها و اقدامات پادشاهان و گذشتگان ایران را دوست دارم بلکه همه ایرانیان پاک نژاد به تاریخ کشور خود علاقه دارند، کدام ایرانی است که در هر عید نوروز از یادآوری این که عید نوروز از یادگارهای جمشید است افتخار نکند و خوشحال نباشد که این رسم هزارها سال باقی مانده است و سر بلند نباشد که ایرانیان از هزارها سال پیش از گردش زمین و تغییر سال و ماه خبر داشته‌اند و چنان با هوش و با سلیقه بوده‌اند که بهترین موقع سال را برای گرفتن عید انتخاب کرده‌اند. و در این موقع همان طور که گل و گیاه و باغ و صحرا نو و تازه می‌شود لازم دانسته‌اند که ایرانیان هم خود و خانه خود را نو و تمیز کنند و سال را با شادی و خوشی و زیبایی شروع کنند. کیست که از شنیدن نام کوروش پادشاه بزرگ ایران افتخار نکند؟ کوروش پادشاهی بود که در دوره‌ای که همسایگان ما و کشورهای دیگر کارشان

قتل و غارت و کشت و کشتار بود به عدل و داد و  
 مهربانی با مردم رفتار کرد و بعد از گرفتن کشور  
 همسایه، یهودیان را از زندان پادشاهان آن کشور آزاد  
 کرد و به آن‌ها پول و کمک داد تا به کشور خود بروند  
 و برای خود عبادتگاه بسازند. اسم این پادشاه بزرگ  
 در تورات کتاب کلیمیان هست و او را بنام پادشاهی  
 مهربان و بزرگ ذکر کرده‌اند.  
 کدام ایرانی است که نام داریوش کبیر را بشنود



و حس سر بلندی  
 نکند؟ داریوش کبیر  
 پادشاهی است که  
 ایران را بزرگ و  
 وسیع کرد. در زمانی  
 که مردم معنی پول را  
 نمی‌دانستند سکه زد  
 تا مردم بجای معامله  
 جنس به جنس بتوانند  
 با پول خرید و فروش

کنند. این پادشاه طرز گرفتن مالیات را منظم کرد. برای

برقراری ارتباط در قسمت های ~~مختص~~ کشور چایار -  
 خانه را که بجای پستخانه امروزی بود درست کرد.  
 عمارت های زیاد ساخت. هنوز تخت جمشید که از  
 ساخته های اوست از قدرت و بزرگی آن پادشاه  
 حکایت می کند.

انوشیروان عادل مایه افتخار ما ایرانیان است.  
 عدل این پادشاه بآن پایه بود که پیغمبر اسلام حضرت  
 محمد بن عبدالله بزمان تولد خود که در عهد او بود فخر  
 کرد و گفت من در زمان پادشاهی عادل دنیا آمدم.  
 این پادشاه در زمان خود ظلم و ستم را از کشور  
 ایران ریشه کن کرد. می گویند انوشیروان عادل برای  
 این که از حال مردم با خبر شود و درد دل آن ها را  
 بداند دستور داد تا از بیرون قصر او ریسمانی بداخل  
 قصر کشیدند و بسر آن زنگی بستند تا هر کس ظلمی  
 دیده باشد آن ریسمان را بکشد و زنگ به صدا درآید  
 و خود پادشاه به شکایت او رسیدگی کند.

انوشیروان پادشاه بزرگی بود پشت و پناه مردم  
 دانا و فرزگان بود. دانشمندان کشورهای دیگر هم اگر  
 از پادشاهان خود بی مهری می دیدند به او پناه می -

۴۹ آوردند. انوشیروان آنقدر به علم و دانش اهمیت می- داد که برای آوردن يك كتاب شخصی را از ایران به هندوستان فرستاد.

کشور ایران در زمان این پادشاه آنقدر آباد بود که يك جای خراب یا يك خشت کهنه در هیچ جا پیدا نمی شد.

این پادشاه عده‌ای را معین کرده بود که به تمام کشور بروند و مواظب کارهای مردم باشند و به بینند که مأمورین او با مردم چه می کنند و بشنوند که مردم در باره این مأمورین چه می گویند. به این عده چشم و گوش پادشاه می گفتند. این عده تا می دیدند که کسی به کسی ظلم می کند زود به پادشاه خبر می دادند تا ظالم به مجازات خود برسد.

نادر گفت: باباجان! پس از تعریف های شما معلوم می شود که ایرانیان همیشه خوش و خرم بوده اند و هیچ وقت پیش آمده‌ای بدی برای آن ها نکرده است

حسن گفت: نه باباجان. همیشه این طور نبوده. ایرانیان گرفتاری ها و جنگ های سخت هم زیاد داشته اند. زمانی اسکندر به ایران حمله کرد و ایران را

گرفت. در زمانی که یزدگرد ساسانی پادشاه ایران بود عرب‌ها به ایران حمله کردند و سپاه ایران را شکست دادند. و پایتخت و قصرهای سلطنتی ایران را غارت کردند و مردم را بدین اسلام دعوت کردند. يك وقت مغول‌ها به ایران حمله کردند و شهرهای ایران را خراب کردند.

نادر گفت: پس چطور شد که ایران از چنگ اسکندر و عرب‌ها و مغول‌ها نجات پیدا کرد؟  
 حسن گفت: پدران ما هر وقت به بلایی دچار شده‌اند تا جان در بدن داشته‌اند سعی کرده‌اند که آن بلا را از بین ببرند و خود را نجات بدهند و موفق هم شده‌اند. در این مواقع مردم هست می‌کردند. کوشش می‌کردند. يك شخص بزرگی هم از بین مردم پیدا می‌شد و مردم را راهنمایی می‌کرد تا می‌توانستند بیگانگان را از کشور بیرون کنند.

مثلا عرب‌ها که ایران را گرفتند ایرانیان مدتی مشغول آماده کردن خود بودند. تا عاقبت عرب‌ها را از ایران بیرون کردند و ایران را مستقل کردند. یا ایرانیان چنان در روح قوم مغول نفوذ کردند و چنان



آنها را تربیت کردند که قوم مغول از وحشی گری و خونخواری دست برداشتند. بعد هم ایرانیان آنها را از بین بردند.

البته هر چند وقت به چند وقت هم يك پادشاه بزرگ در ایران پیدا شده که کشور ایران را قوی و بزرگ کرده است. و مردم به راهنمایی او بردشمنان غلبه کرده و فتح های نمایانی کرده اند یکی دیگر از پادشاهان بزرگ هم شاه عباس کبیر بود.

اسم شاه عباس را همه شنیده اید. کاروانسراهای شاه عباسی معروف است. آب انبار های شاه عباسی مشهور است. شهر اصفهان پر است از بناها و آثار شاه عباس. این پادشاه دشمنان ایران را از ایران دور کرد. تجارت و زراعت را رونق داد. راه های خوب، پل های بزرگ، کاروانسراهای بزرگ و آب-انبارها ساخت. بطور خلاصه این پادشاه خدمت های بزرگی به ایران کرد.

معروفست که شاه عباس ملت خود را خیلی دوست داشت. و شبها با لباس درویشی یا لباس مردم

معمولی در شهر راه می افتاد و بامردم نشست و برخاست می کرد و از جالبان باخبر می شد و اگر عیبی در کار مأمورینش بود آن را بر طرف می کرد.



نادر شاه هم موقعی

به داد ایران رسید که

بیشتر ایران را دشمنان

گرفته بودند. در کشور

ناراحتی و ناامنی

بود. همه پریشان و

ناراحت بودند. نادر

شاه دشمنان ایران را

از بین برد و کشور

را امن و آرام کرد

یک لشکر کشی به

هندوستان کرد و از آنجا جواهرات بسیاری به ایران

آورد که هنوز مقداری از آن ها در میان جواهرات

سلطنتی دیده می شود.

رخانشاه کبیر

پادشاه بزرگ دیگری که در وضع آشفته و روزگار

سخت و موقعی که دشمنان ایران مشغول تقسیم این



کشور بودند ظهور کرد و کشور و مردم را نجات داد  
رضاشاه گبیر بود

رضاشاه گبیر اصلاحات کشور را از همه جا شروع  
کرد و از سال ۱۳۰۴ تا ۱۳۲۰ هر سال وضع کشور بهتر  
و کارها بیشتر اصلاح می شد .  
رضاشاه گبیر وضع خزانه دولت و گرفتن مالیات  
را مرتب کرد . سپاه منظمی فراهم کرد و با آن کشور  
را امن و آرام کرد . فرهنگ کشور را ترقی داد و دبستانها  
و دبیرستانها و دانشکدهها تأسیس کرد  
زراعت و صنعت و تجارت کشور را رونق داد .

کارخانه های مهم ایجاد کرد . راه های خوب برای کشور ساخت . راه آهن بوجود آورد . بطور خلاصه اقدامات رضاشاه کبیر آنقدر زیاد است که شرح تمام آن ها بسیار طولانی است . فقط می توانیم بگوییم که پایه های ترقی جدید ایران در زمان آن پادشاه بزرگ گذارده شده است و ایران از آن زمان به زندگانی جدید آشنا شد .

به مناسبت خدمات مهمی که آن پادشاه بزرگ به ایران کرد به او لقب کبیر دادند .

### اعلیحضرت همایون محمد رضا شاه پهلوی

۵۱

در شهریور ۱۳۲۰ رضاشاه کبیر از سلطنت کناره گیری کردند و اعلیحضرت همایون محمد رضا شاه پهلوی به پادشاهی ایران رسیدند . این پادشاه دانا و مهربان در این مدت پانزده سال سلطنت که در مشکترین روزگار عالم بود نشان دادند که در کشورداری و سلطنت کفایت و لیاقت و دانایی فراوان دارند و می توانند ملت خود را به ترقیات بزرگی برسانند . این پادشاه مهربان پول و مال خود را در راه آسایش مردم و ترقی کشور صرف کرده و می کنند . برای ساختن بنای دستان ها و



دبیرستان‌ها و دانشکده‌ها، برای لوله‌کشی آب شهرها  
و ساختن بیمارستان‌ها و محل‌های عمومی کمک‌های  
بسیار بزرگی کرده‌اند.

تقسیم املاک سلطنتی بهترین نشان رعیت دوستی  
و بهترین دلیل علاقه این پادشاه بزرگ به آسایش و  
خوشی مردم و آبادی کشور ایران است.

مبارزه با بیسوادی یکی از بزرگترین اقداماتی  
است که در زمان این پادشاه دانا شده است. چون  
اعلیحضرت همایون شاهنشاه خود تحصیل کرده و  
دانشمند هستند اهمیت سواد را در ترقی سطح زندگانی



مردم و پیشرفت امر کشور بخوبی می دانند. بهمین جهت مبارزه با نادانی را تحت راهنمایی خود شروع کرده اند و به آن ادامه می دهند. در زمان اعلیحضرت همایون محمدرضا شاه اقدامات مهمی در آبادی کشور و آسایش مردم شده است که هر روز نتیجه آن بهتر و بیشتر ظاهر می شود.

احمد گفت: از شنیدن تاریخ ایران انسان پی می برد که همیشه ترقی و بزرگی کشور ایران و آسایش و خوشی مردم بستگی به وجود پادشاهان بزرگ و خوب داشته است. و همیشه وجود کشور آباد و مردم آسوده

به وجود پادشاه بزرگ و خوب بستگی داشته است.

به قومی که نیکی پسندد خدای

دهد خسرو عادل نیک رای

حسن گفت: همین طور است. پادشاه همیشه در

کشور ایران مرکز امید و اعتماد ملت بوده است و

ایرانیان به پادشاه خود اعتقاد و پشتگرمی و علاقه

زیادی داشته و دارند.

## ۵۲ چند نفر از شعرای بزرگ ایران

شب بعد افسر گفت: يك شب شما برای خاطر شیرین از جغرافی حرف زدید. دیشب هم از تاریخ صحبت کردید. امشب هم من خواهشی دارم. حسن گفت: بفرمایید. افسر پرسید شما کتاب حافظ در خانه دارید؟ زینت گفت: بلی، آیا آن را لازم داری؟ افسر گفت: نه، می خواستم از رویش برای من فالی بگیرید. نادر رفت کتاب حافظ را آورد. از روی آن فالی گرفتند. حسن شعرهای آن را بلند خواند. توجه همه بیشتر به این شعر جلب شد:

دهقان سالخورده چه خوش گفت با پسر

کای نور چشم من! بجز از کشته ندروی  
افسر گفت: جواب بهتر از این نمی شود. من برای پیشرفت کار و زراعتمان در ذه فال گرفته بودم.

زینت گفت: من شعرهای حافظ را خیلی دوست دارم. البته هیچ وقت با آن فال نمی گیرم. برای این که اصلا من به فال و این چیزها عقیده ندارم. اما مثل این که شعرهای حافظ طوری است که با فکر و احساسات



همه کس ارتباط دارد. هر کس می تواند هر چه در دلش هست در آن پیدا کند.

حسن گفت: شاید هم برای همین است که مردم با آن فال می گیرند.

احمد گفت: حسن! پریشب تو از شاهنامه فردوسی اسمی بردی. امشب هم صحبت حافظ است. آیا در کشور ما از این مردان شاعر زیاد بوده اند؟

حسن گفت: احمد! سؤال خیلی مهمی کردی. کشور ما همین طور که تاریخ مهم و مفصلی دارد در علوم و ادبیات نیز سابقه درخشانی دارد. در کشور ما دانشمندان و شعرائی بوده اند که در همه دنیا معروف اند و کتاب ها و شعرهای آنها به زبان های دیگر ترجمه شده است. احمد گفت: من خیلی میل داشتم که اسم چند نفر از این شعرا را می دانستم.

حسن گفت: ممکن است من اسم چند نفر از آنها را با شرح زندگی آنها برای تو بگویم:

فردوسی

۵۳

یکی از بزرگ ترین و نامدارترین شعرای ایران ابوالقاسم فردوسی است. فردوسی تقریباً هزار سال

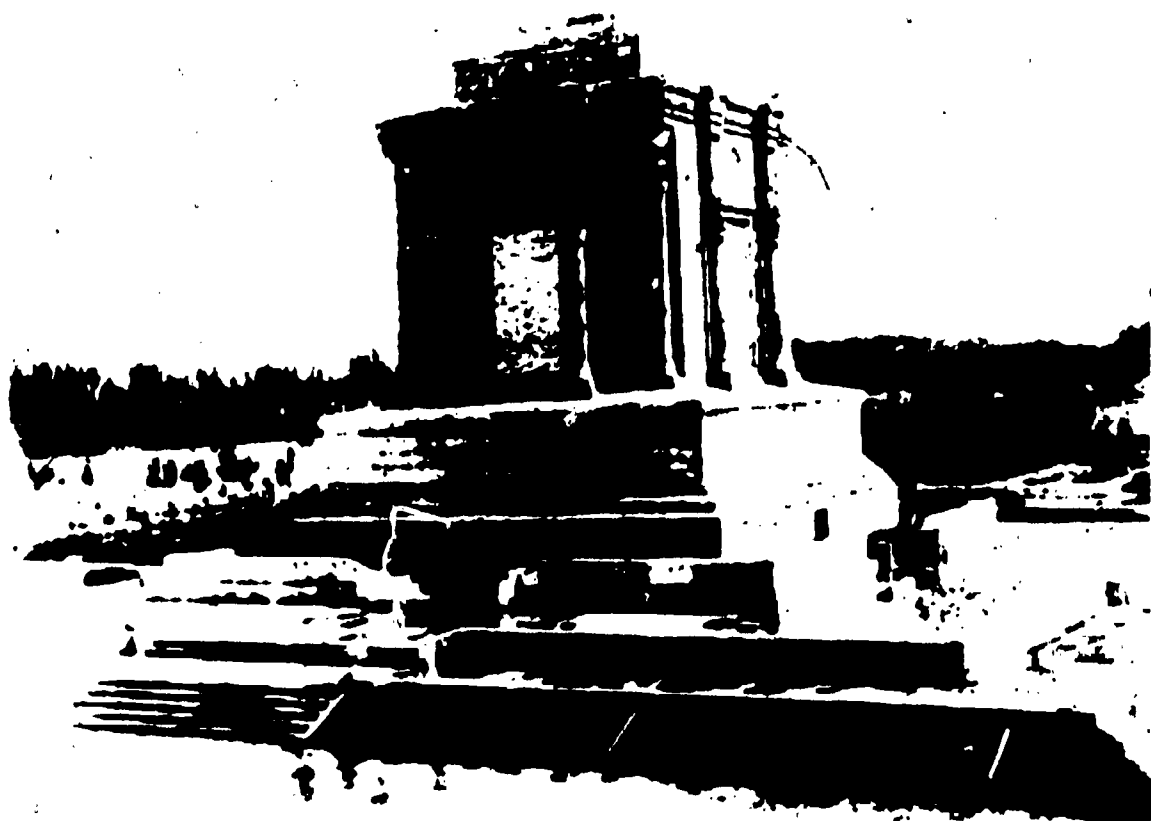


پیش در طوس از شهرهای خراسان زندگی می‌کرد.  
 تاریخ ایران قدیم و زبان فارسی بواسطه حمله  
 عرب‌ها نزدیک بود از میان برود. فردوسی که مردی  
 میهن پرست بود به فکر افتاد که تاریخ کشور خود را  
 به شعر درآورد تا تاریخ ایران و زبان فارسی زنده  
 بماند. این شاعر میهن پرست سی سال تمام در این  
 راه زحمت کشید تا بیش از شصت هزار بیت شعر فارسی  
 ساخت و تاریخ و افسانه‌های قدیم ایران را برای  
 همیشه زنده و جاوید نگه داشت. نام کتاب فردوسی

شاه نامه است . شاه نامه سرگذشت پادشاهان و بزرگان  
 قدیم ایران و ستایش پروردگار و ستودن کارهای خوب  
 پادشاهان و بزرگان و یاد آوری فداکاری ها و میهن-  
 دوستی و شاه پرستی ایرانیان است . فردوسی در ضمن  
 این سرگذشت همیشه مردم را به خدا شناسی و شاه  
 دوستی و میهن پرستی و راست گویی و شجاعت خوانده  
 است .

امروز بیشتر مردم ایران شعرهای شاه نامه را  
 از حفظ می خوانند . در ورزشگاه های ایرانی هنگام  
 ورزش شعرهای شاه نامه با آهنگ مخصوص خوانده  
 می شود و یکی از سرگرمی های ایلات و عشایر ایرانی  
 خواندن شعرهای فردوسی است .

مقبره فردوسی در طوس و زیارت گاه اهل دل  
 و اهل کمال و فضل است



آرامگاه فردوسی در طوس

چو ایران نباشد تن من مباد  
 بدین بوم و بر زنده يك تن مباد  
 همه سر بسر تن به کشتن دهیم  
 از آن به که کشور بدشمن دهیم

سعدی

۵۴

یکی دیگر از شعرا و سخن‌وران نامدار ایران  
 شیخ سعدی است شیخ سعدی در هفتصد و شصت و  
 پنج سال پیش در شیراز تولد یافت. پدر شیخ سعدی  
 از دانشمندان بود. سعدی از ابتدای جوانی هوش



شیخ سعدی

شیراز

زیادی داشت. پادشاه فارس که اتابک سعد نامیده می شد سعدی را برای یاد گرفتن علم و دانش به بغداد فرستاد. شیخ سعدی در بغداد نزد استادان بزرگ تحصیل کرد و دانش های مختلف یاد گرفت و به شیراز بازگشت. در این موقع طایفه وحشی مغول در ایران تاخت و تاز و کشت و کشتار می کردند. سعدی با دلی پر درد از ایران سفر کرد و بنای جهان گردی را گذاشت. در سفر های خود پیوسته با دانشمندان معاشرت می کرد و دانشی تازه و تجربه ای گران بها می آموخت. بعد از سال ها جهان گردی به میهن خود بازگشت و

خوش بختانه آن را امن و امان دید.  
 سعدی دو کتاب معروف دارد. یکی گلستان است  
 که دارای حکایاتی شیرین و عباراتی ساده و پرمعنی  
 و پندها و دستورهای زندگی است. بر همه ایرانیان  
 لازم است که این کتاب را بخوانند و از پندهای  
 گران بها و سخنان شیرین آن استفاده کنند. دیگر  
 کتاب بوستان است که تمام آن به شعر نوشته شده است  
 و آن نیز گنجینه گران بهایی از پند و اندرز و اشعار  
 شیرین و پرمعنی است. علاوه بر این سعدی دیوان  
 غزلیاتی هم دارد که در زبان فارسی کم نظیر است.



ارامگاه سعدی در شیراز

سعدی قریب نود سال عمر کرد و در هشتصد و پنجاه  
سال پیش وفات نمود آرامگاه او اکنون در شیراز و  
زیارت گاه مردم دور و نزدیک است  
(از اشعار سعدی)

بنی آدم اعضای یکدیگرند  
که در آفرینش ز یک گوهرند  
چو عضوی بدرد آورد روزگار  
دگر عضوها را نماند قرار  
تو کز محنت دیگران بی غمی  
نشاید که نامت نهند آدمی  
نابرده رنج گنج میسر نمی شود  
مزد آن گرفت جان برادر که کار کرد  
بود مرد هنرور را هر انگشت  
کلیدی بهر قفل رزق درشت  
از آن دستی که ناید هیچ کاری  
بود بر تن عجب بیهوده ناری

شعر اوجه مازنی

۵۵

خواجۀ بزرگوار حافظ شیرازی هم یکی دیگر  
از شعرای نامدار ماست . خواجۀ حافظ تقریباً در

ششصد و شصت سال پیش در شیراز بدنیا آمده است و در جوانی نزد استادان بزرگ آن زمان تحصیل کرده و بسیاری از علوم را یاد گرفته است. خواجه حافظ تمام قرآن را از حفظ می دانسته است و به این جهت لقب حافظ گرفته است. خواجه حافظ از شعرای بلند قدر ایران است. شعرهای او بقدری عالی و با روح است که نه تنها در ایران مورد علاقه و توجه همه است بلکه در بعضی از کشورهای اروپا نیز مورد توجه و علاقه است و شعرای زیادی از کشورهای خارجی حافظ را سرمشق خود قرار داده اند. در ایران مردم از اعتقاد زیادی که به حافظ دارند با دیوان یعنی کتاب شعر او راز و نیاز می کنند و از روح بزرگ او کمک می طلبند. خواجه حافظ بجز چند سفر کوتاه باقی عمر را در شیراز گذرانده و در پانصد و هفتاد و پنج سال پیش در گذشته. بارگاه او در شیراز زیارت گاه اهل علم و اهل دل و خودی و بیگانه است.

### از اشعار حافظ:

دهقان سالخورده چه خوش گفت با پسر  
کای نور چشم من! بجز از کشته ندروی



شکر آن را که دگر بار رسیدی به بهار  
تخم نیکی بفشان و گل توفیق ببوی



آرامگاه حافظ در شیراز

البته بغیر از این شعرای بزرگ در ایران شعرای  
عالی مقام زیاد دیگری نیز زندگی می کرده اند که می  
نمی توانم شرح حال همه را برای شما بگویم.  
خیام که شعرهای او به بیشتر زبان های دنیا  
ترجمه شده فرخی منوچهری مولوی نظامی خاقانی

ناصر خسرو مسعود سعد و غیره از شعرای بزرگ ایران  
هستند

در ایران علما و دانشمندان بی مانندی نیز  
زندگی می کرده اند مخصوصاً در طب و در رشته های  
دیگر علمی که اسم آن ها در دنیا معروف است. از جمله  
ابو علی سینا و محمد زکریای رازی

بعد از این که صحبت حسن تمام شد زینت گفت:  
اجازه بدهید من هم چند کلمه حرف دارم. احمد و  
حسن گفتند: البته بگو. زینت گفت: می خواستم بگویم  
با وجودی که در زمان گذشته در ایران زن ها خیلی  
محدود و مقید بوده اند باز هم از بین آنان زنان شاعر  
و دانشمند زیاد پیدا شده اند.

من نام رابعه و مهستی و چند نفر دیگر را از زمان-  
های گذشته می دانم و اهم چنین نام چند زن شاعر بزرگ  
که هم دوره خودمان بوده اند می دانم. راجع به زنان شاعر  
در ایران کتاب های جداگانه نوشته شده است. حیث  
است که وقتی ما اسم شعرای ایران را می بریم از زنان  
شاعر اسمی نبریم. حسن گفت: درست است. درست  
است در ایران زنان شاعر و دانشمند زیاد بوده اند

که همیشه اسم آن‌ها زینت دهندهٔ صفحه‌های تاریخ ادبیات ایران خواهد بود.

زینت گفت: اجازه می‌دهید چند خط شعر از بانو پروین اعتصامی که یکی از شعرای نامدار هم دورهٔ ما بوده بیاوریم؟

احمد پرسید پروین اعتصامی که بوده است؟

زینت جواب داد:

پروین اعتصامی در

سال ۱۲۸۵ شمسی در

تبریز متولد شده. پدر

او مردی دانشمند به

نام یوسف اعتصامی

(اعتصام الملك) بود

پروین در تبریز

دبستان و دبیرستان را تمام کرد و نزد معلمین سرخانه

دانش‌های دیگری یاد گرفت. بعد به تهران آمد و در

مدرسهٔ امریکایی‌ها تحصیل کرد و زبان انگلیسی را

یاد گرفت و بعد خود معلم شد.

پروین اعتصامی شعرهای بسیار خوب دارد.  
بدبختانه این بانوی شاعر و دانشمند عمر کوتاهی داشت  
و در شانزدهم فروردین ۱۳۲۰ در سن سی و پنج سالگی  
به ناخوشی حصبه درگذشت. این شعرهای پر معنی  
از اوست.



## غذای کافی و سالم

۵۷

يك روز سر سفره صحبت از تفاوت بين ده و شهر بود. احمد گفت: زندگی در ده با شهر خیلی فرق دارد. کوچه ها، خیابان ها، لباس پوشیدن، مهمانی رفتن و حتی غذا خوردن هم فرق دارد.

زینت پرسید مثلا غذای ما چه فرقی با ده دارد؟ احمد - شماها سبزی خام خیلی می خورید. گوجه فرنگی خام می خورید. ما در ده گوجه فرنگی خام نمی خوریم. شما میوه زیاد می خورید، تخم مرغ می خورید، پنیر و ماست و شیر زیاد می خورید. ما در ده بیشتر تخم مرغ و پنیر و ماست خود را می فروشیم. شما مثلا چای کم درست می کنید، سیگار و چاق خیلی کم می کشید.

زینت - درست است. اما می دانید که غذا را نباید فقط برای سیر شدن خورد؟ بلکه باید فکرفایده.

های آن هم بود دکترها می گویند چون بدن ما از پوست و گوشت و استخوان یعنی قسمت های مختلف درست شده، غذاهایی هم که می خوریم باید جورا جور باشد تا به رشد و سلامتی این قسمت ها کمک کند.

بعضی اشخاص را می بینیم که زود ناخوش می شوند و وقتی ناخوش شدند بزودی بنیه آن ها برنسی - گردد. بعضی اشخاص مثل این که همیشه کسل و پژمرده اند یا میل به کار کردن ندارند بعضی ها را می بینید که شب چشمشان نمی بیند یعنی شب کور هستند. یا از لثه دندانان خون می آید. دندان هایشان زود خراب می شود و مانند این ها. دکترها می گویند این اشخاص غذاهای لازم را به بدن خود نمی رسانند. یک ماده مهم و اصلی که باید از راه غذا خوردن به بدن ما برسد ویتامین است. ناراحتی ها و ناخوشی هایی که که گفتم بیشتر از کم بود ویتامین بدن است.

این ویتامین چند قسم است. هر قسم آن که در بدن کم بشود یک جور ناراحتی یا ناخوشی می آورد. بعضی ویتامین ها برای این است که قوه کار کردن به ما بدهد. بعضی ها برای این است که بنیه ما را زیاد

کند تا زود ناخوش نشویم. یا اگر ناخوش شدیم زودتر خوب شویم. بعضی ها برای محکمی استخوان ها و دندان ها لازم است.

۵۸ ما ویتامین های لازم را باید از راه خوردن غذا بگیریم. یعنی غذاهایی بچوریم که این ویتامین ها را داشته باشد. مثلاً سبزی خام بشرطی که خوب با آب تمیز شسته شده باشد، میوه خام، گوجه فرنگی، شیر، ماست، پنیر، تخم مرغ و مرکبات بخصوص پرتقال و لیموترش از چیزهایی است که خیلی ویتامین دارد. من الان برای شما يك لوحه ای می آورم که از روی آن بهتر بتوانید این چیزها را به پینید.

برای این که از این ویتامین ها به قدر لازم به بدن ما برسند این هفت جور غذایی که در این لوحه نوشته شده برای بدن ما لازم است.

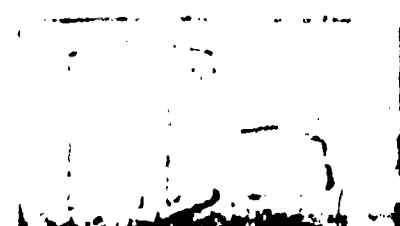
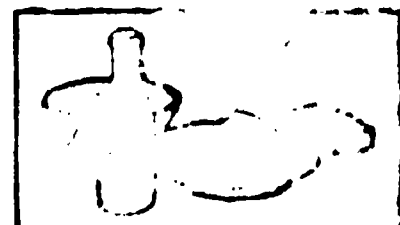
اگر سعی کنیم غذای روزانه ما مرکب از این خوراکی ها باشد سالم، قوی و با نشاط خواهیم شد. تهیه این غذاها کار مشکلی نیست. دانستن و بلدی می خواهد. از غذاهایی هم که می خوریم گران تر تمام نمی شود. ما الان می توانیم خوراکی ها را طبقه بندی کنیم:



۱- سبزی هایی مانند ریحان، شبت، جعفری،  
 گشنیز، شنبلیله، تره، اسفناج، کاهو، هویج، برگ چغندر،  
 باقلا، لوبیای سبز یا خشک را همه کس می تواند روزی  
 یک یا دو بار بخورد. خوردن این سبزی ها برای بدن  
 کاملا لازم است.

۲- مرکبات مانند لیمو، پرتقال، نارنگی، لیمو





ترش و میوه‌ها و سبزی‌های دیگر مثل گوجه فرنگی، کلم خام، خربزه و یا آب گوجه-فرنگی چیزهایی است که برای سلامت بدن لازم است.

این دو دسته از خوراکی‌ها بدن را قوت می‌دهد که در مقابل ناخوشی‌ها زود از پا نیفتد.

۳- از میوه‌ها و سبزی‌ها و ساقه‌ها و ریشه‌هایی مثل چغندر، گل کلم، کرفس، ذرت، خیار، بادنجان، پیاز، گوجه-فرنگی، تر بچه، شلغم، انار، سیب، زردالو، توت، توت فرنگی، تمشک، گیلاس، آلبالو، خرما، انجیر، هلو، شلیل، انگور، آلو، گلابی و کشمش باید روزی دو بار خورد. البته مقصود این نیست که

از همه این خوراکی ها در روز دو بار بخوریم . بلکه سعی کنیم در غذای روزانه ما از بعضی از این چیزها باشد چون این خوراکی ها قوت ما را برای کار کردن زیاد تر می کند .

۵۹ ۴- شیر و آنچه از شیر ساخته می شود از غذا- های لازم برای بدن است . شیر مخصوصاً برای بچه ها خیلی لازم است و برشد آن ها کمک می کند . بچه های کوچک باید اقل از روزی چهار فنجان شیر بنوشند . زن های آبستن و شیرده هم باید روزی تا چهار فنجان شیر بنوشند .

چیزهایی که از شیر ساخته می شود مثل پنیر و ماست نیز غذاهایی خوب و سالم و قوت دار است و نباید خوردن آن ها را فراموش کنیم . این غذاها برای محکمی استخوان ها و سلامت دندان ها لازم است . ه- گوشت های مختلف مثل گوشت گوسفند ، گاو ، گوساله ، بره ، مرغ ، ماهی و هم چنین تخم مرغ و بقولات و نخود فرنگی و عدس و بادام و گردو و فندق باید جزو غذای روزانه ما باشد .

این غذاها برای رشد بچه ها لازم است و برای

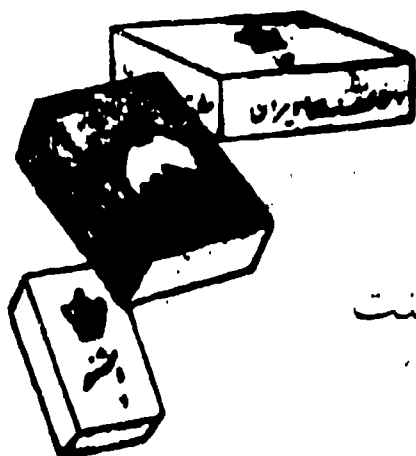
بزرگ سالان هم لازم است تا قوتی را که در ضمن کار -  
 کردن از دست می دهند با آن ها دو باره بدست آورند  
 ۶- نان گندم یا جو هر روز به مقدار لازم باید  
 خورده شود .

۷- کره . روغن و یاروغن نباتی هر روز به مقدار  
 لازم باید خورده شود .

بجز این غذاها غذاهای دیگری هست که به  
 بدن گرما و قدرت می بخشد و خوب است با هفت  
 قسم غذای اصلی خورده شود . نه این که به جای آن ها  
 خورده شود . این غذاها عبارت است از : چربی ها ،  
 شیر ، شکر ، عسل ، برنج و شیرینی ها و غیره .

مطلب دیگری که خیلی مهم است این است که  
 غذا را باید به حد اعتدال خورد . زیاده روی در غذا  
 خوردن هم مثل نخوردن یا کم خوردن مضر است و  
 به انسان صدمه می زند . بقول شاعر  
 نه چندان بخور کز دهانت در آید

نه چندان که از ضعف جانت بر آید  
 هم چنین غذایی که می خوریم باید حجمش کم  
 باشد و غذایتش زیاد تا به معده فشار وارد نکند و  
 باعث ناراحتی نشود و مواد لازم را هم به بدن ما برساند .



۶. ضرر هشربات الکلی و سیگار

و چپق و فیه

بعد از این که صحبت زینت

تمام شد حسن گفت :

اما این که ما چرا سیگار کم می کشیم

یا اصلاً نمی کشیم تعجبی ندارد. برای این که کشیدن

سیگار و چپق و قلیان برای آدم خیلی ضرر دارد.

افسر پرسید چه ضرری دارد؟ حسن جواب داد

در بوتون زهری است به اسم نیکوتین. اگر نیکوتین

یک سیگار را در بدن یک آدم وارد

کنند فوراً حال او بهم می خورد و

ممکن است سخته کند و بمیرد. اگر یک

قطره نیکوتین را در شیشدای بریزیم

و آن را نزدیک نوک یک پرنده نگاه

داریم، آن پرنده فوراً می میرد. اثر

نیکوتین در بدن آدم کم کم پیدا

می شود و آدم اول ملتفت نیست که

باجست خود چه زهری به

بدن خود وارد می کند



کشیدن سیگار و چپق و قلیان بیشتر اعضای بدن را خراب می‌کند. لب‌ها را تیره رنگ و زشت، دندان‌ها را خراب، گلو را خشک و ناراحت می‌کند. حسی که با آن طعم غذا را می‌فهمیم و حس بویایی را ضعیف و نور چشم را کم می‌کند. آدم دودی تنگ نفس می‌گیرد، اشتهايش کم می‌شود و غذايش هضم نمی‌شود. بدتر از همه این‌ها مدتی است که دکترها پی برده‌اند که سیگار باعث سرطان می‌شود که ناخوشی‌کشنده‌ای است. در صورتی که من حساب کردم که با پول دو بسته سیگار در روز می‌شد سه تنم مرغ یا دو پر تقال یا مقداری گوگرد-فرنگی یا مقداری شیر و ماست خرید. این‌ها ضرر که ندارد هیچ، همان طور که زینت گفت فایده زیاد هم دارد. پس آدم عاقل چرا پولش را بدهد و چیزی بخرد که او را مریض کند در صورتی که می‌تواند با همان پول چیزی بخرد که هم غذايیت داشته باشد و هم فایده و مزه‌اش خوب باشد.

اشخاص جاهل و بدبختی هستند که علاوه بر این که سیگار می‌کشند مشروب‌های الکلی نیز می‌خورند. کسانی که مشروبات الکلی می‌خورند نمی‌دانند

با دست خود چه اتشی به خرمن هستی خود می زنند  
و چه سم کشنده ای را با پول خرنند و در حلق خود  
می ریزند. مشروبات الکلی قلب، ریه، جگر سیاه، معده  
و اعصاب و خلاصه سرا پای آدم را صدمه می زند و  
مریض می کند. اشخاصی که مشروبات الکلی می خورند  
ممکن است دیوانه شوند. صدمه مشروبات الکلی ممکن  
است به بچه های آنها نیز برسد. آدم عاقل چرا باید  
بولی را که با زحمت به دست می آورد بدهد و چیزی  
بخرد که در مذهب اسلام حرام است و به علاوه تا  
این درجه برای سلامت خود و فرزندانش ضرر دارد.

۶۱  
 به همین جهت هم بوده که مذهب مقدس اسلام  
 که دستور هایش باعث سعادت دنیا و رستگاری آخرت  
 است خوردن مشروبات الکلی را نهی کرده است.  
 یعنی به ما امر کرده که نخوریم. واقعا هم مشروبات الکلی  
 سرچشمه شر و فساد است. پس چیزی که خوردنش در

مذهب حرام، در اجتماع، اسباب فساد و در بدن ما  
سبب هلاکت است چرا باید خورد؟

در باره چای نیز ما ملاحظه می کنیم که زیاد  
نخوریم. چای پررنگ هم به قلب و ریه صدمه می زند  
و دندان را خراب می کند. چای کم رنگ که زیاد داغ  
هم نباشد روزی یکی دو فنجان ضرر ندارد.

این صحبت ها که تمام شد احمد گفت: زینت! من  
يك سوالی دارم. آیا تو همه این چیزها را از کلاس  
اکابر یاد گرفته ای؟ من می بینم که در باره هر چیزی  
که در زندگی لازم است تو اطلاعات خوب و کافی  
داری. زینت خندید و گفت: بلی، من آنچه را می دانم  
از کلاس اکابر یاد گرفته ام.

احمد با تعجب گفت: مگر چند سال به کلاس  
اکابر زفته ای؟ زینت جواب داد مقصود مدت و سال  
نیست. این که من می گویم هر چه می دانم از کلاس  
اکابر یاد گرفته ام به این دلیل است که من خواندن  
و نوشتن را که پایه معلومات است در کلاس اکابر یاد  
گرفتم. اما در کلاس اکابر دیگر وقت این نیست که  
همه این چیزها را به ما یاد بدهند. ولی راهنمایی می-



کنند که ما کتاب و روزنامه و مجله بخوانیم و به وسیله  
 آن‌ها چیزهای خوب یاد بگیریم. من بعد از این که  
 خواندن را در کلاس اکابر یاد گرفتم دیگر دست از  
 کتاب خواندن نکشیدم و زیاد کتاب می‌خوانم و به  
 وسیله کتاب و مجله و روزنامه چیزهای مختلف یاد می-  
 گیرم. پس حق دارم بگویم همه چیز را از کلاس  
 اکابر یاد گرفته‌ام. زیرا پایه آن را که سواد است از  
 کلاس اکابر بدست آورده‌ام.

## بازگشت به ده

۶۲

دو هفته از آمدن مهمانان گذشته بود. شبی بعد از شام احمد به حسن گفت: حقیقت این است که من از زندگی در ده خسته شده‌ام. آمدن من به شهر فقط برای گردش نبود. می‌خوانستم شاید طوری بشود که بتوانم کم‌کم به شهر بیایم و این‌جا زندگی کنم.



حسن گفت: چرا؟ زندگی در ده نباید خسته‌کننده باشد. هوای آزاد، آفتاب، فضای وسیع، کار در مزرعه. این‌ها چیزهایی است که هیچ وقت آدم را خسته نمی‌کند.

احمد: گفت تو از دور چیزی شنیده‌ای و چیزی می‌گویی و الا زندگی در ده تعریفی ندارد. من از کوچه‌های گلی و کثیف، آفت هر ساله محصول، مرغ مپری، گوسفند مپری، دیگر واقعاً خسته شده‌ام. حسن گفت: عجب! اما دو سال پیش تابستان به دهی که عموی زینت زندگی می‌کند رفته بودیم. ده آنها خیلی آبادی است مردم آن سالم و تندرست هستند. حمام و مدرسه و مسجد دارند. کوچه‌های دهشان پاکیزه است. آب انبارهای خوب دارند. هر سال اول بهار برای جلوگیری از حشرات و مگس به همه جای ده د.د.ت می‌زنند. خانه و کوچه‌های خود را خیلی تمیز نگه می‌دارند. محصولشان خوب است. یاد گرفته‌اند چه طور آفت‌های محصولات را از بین ببرند. گاوها و گوسفند‌های آنها سالم و پر به‌اند و شیرشان فراوان است. خروس‌های چاق و مرغ‌های درشت و تخم‌کن دارند.

احمد گفت: خوشا به حالشان! معلوم می‌شود آنها بختشان بلند است و خوش‌روزی هستند. راستی این کارها را که برایشان کرده است؟ حسن لبخندی زد.

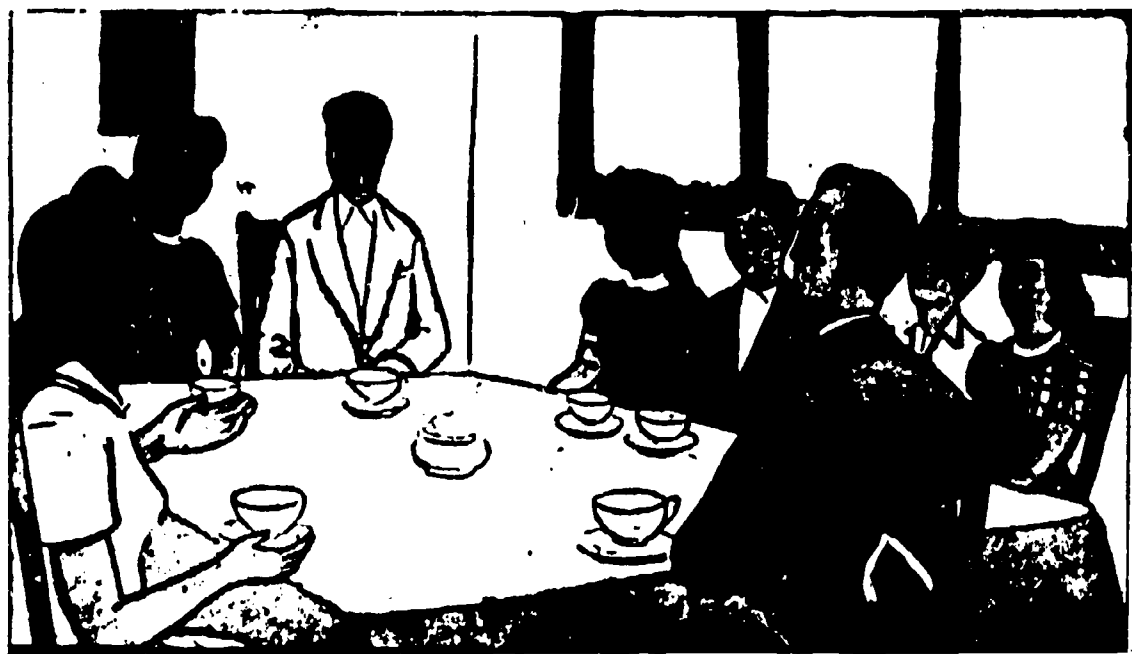
و جواب داد احمد جان! اول این که این کارها را  
 آن‌ها خودشان برای خودشان کرده‌اند. دوم این که  
 خوش بختی و بد بختی هر کس به دست خود اوست.  
 اگر آدم همت کند، سعی کند و امید داشته باشد  
 خوشبخت می‌شود. آن دهی که من می‌گویم اول همین  
 طور خراب و کثیف بود، حمام و مدرسه نداشت،  
 مسجد نداشت، هر سال گوسفند میری بین گوسفندها  
 می‌افتاد، مرغ‌ها آبله و شپه می‌گرفتند و می‌مردند.

۶۳

اما پنج سال پیش ما مورین بهداشت و کشاورزی  
 به آن ده آمدند. مردم تا چند وقت به حرفشان گوش  
 نمی‌دادند. کم‌کم دیدند حرف‌های آن‌ها همه خوب  
 و حسابی است. دورشان جمع شدند، با آن‌ها هم‌کاری  
 کردند با کمک و هم‌کاری یکدیگر حمام و مدرسه و مسجد  
 ساختند. ده را پاکیزه و تمیز کردند.

احمد گفت من که هر چه فکر می‌کنم عاقل به  
 جایی نمی‌رسد. چند دقیقه همه ساکت بودند.

يك مرتبه زينت گفت: من فكر خوبي به نظر  
 رسیده. چند می‌دهید تا بگویم؟ احمد و حسن پرسیدند  
 چه فکری؟ زينت گفت: به این سادگی نمی‌گویم. حسن



گفت: اگر تو فکر خوبی کرده باشی که به درد احمد بخورد، احمد شرط می کند وقتی کار و بارش در ده خوب شد يك تابستان همه ما را آن جا دعوت کند. احمد گفت: قدم روی چشم. زینت خندید و گفت: بد شرطی نیست. حالا گوش کنید:

حسن! آقای اکبر همسایه ته کوچه را می شناسی؟ حسن گفت: بلی، خیلی هم با او آشنایی دارم. زینت گفت: من هم با خانمش دوست هستم. خانمش پارسال يك دفعه که با هم صحبت می کردیم می گفت شوهرش اصلا در ده به دنیا آمده و در ده درس خوانده و مدرسه کشاورزی را تمام کرده. حالا هم در وزارت کشاورزی کار می کند و دهیار است. بیشتر ایام سال را از طرف

وزارت کشاورزی به شهرستان‌ها و دهات می‌رود و به مردم برای کشاورزی و کارهای ده کدک و راهنمایی می‌کند.

هفته پیش خانمش را در کوچه دیدم. می‌گفت شوهرش يك ماه مرخصی گرفته و می‌خواهد به ده برود. تو هم که با او دوست هستی. قرار بگذار با احمد برو منزلش و در ضمن خواهش کن اگر می‌تواند به احمد راهنمایی کند.

احمد گفت: زینت! واقعاً تو خانم فهمیده و دانایی هستی بعد. رو کرد به حسن و گفت: بیا فردا به دیدن آقای اکبر برویم. من حاضرم او را دو هفته به ده مهمان کنم. اگر لازم باشد مزد هم بدهم بلکه مشکلات ما را حل کند.

دو روز بعد احمد و حسن با اکبر قرار گذاشتند که هر سه با هم به ده بروند.

## ناخوشی های واگیر

۶۴

روز دیگر کد خدا دهیار و حسن و احمد و چند نفر از اهل ده را به خانه خود دعوت کرد. یکی از اهل ده گفت: آقای دهیار! ما خیلی ممنون هستیم که شما زحمت کشیدید و به ده ما آمدید و دستورهای با فایده ای به ما دادید. اما من مشکلی دارم که می خواهم برای حل آن با ما کمک کنید. در ده ما ناخوشی خیلی زیاد است. وقتی هم ناخوشی آمد دیگر دست از سر ما بر نمی دازد. همین که يك نفر در ده ناخوش شد همه ناخوش می شوند. ما نمی دانیم سبب این چیست؟ دهیار گفت: سبب این به خوبی معلوم است. خیلی از ناخوشی ها واگیر است. یعنی از آدم بیمار به آدم سالم سرایت می کنند. همان طور که چند روز پیش هم گفتم مگس باعث انتشار بیماری می شود. آب کثیف باعث بیماری می شود. وقتی شخصی مریض است و لباس او را در آب نهر یا رودخانه می شویند هر کس از آن آب بخورد یا دست و صورت بشوید بیمار می شود. در دهاتی که در کنار نهر آب ادرار یا پهلای

حاجت می کنند، کثافت داخل اب می شود و همه را  
مریض می کند.

کد خدا گفت: به نظر شما ما باید چه کنیم که کمتر  
بیمار شویم و یا اگر کسی بیمار شد دیگران از او  
نگیرند؟

دهیار گفت: برای جلوگیری از بیماری و سرایت  
آن باید چند کار بکنید:

۱- دستور های بهداشتی را بکار برید. اولین  
دستور بهداشتی پاکیزگی است. دست و صورت و  
بدن و موی سر خود را پاکیزه نگه دارید. خانه خود  
را پاکیزه نگه دارید. از جمع شدن زباله و کود و  
پهن در خانه یا در کوچه های ده جلوگیری کنید.  
آب تمیز بخورید. حمام خزینه را خراب کنید و به  
جای آن حمام دوش بسازید و آن را پاکیزه نگه دارید.  
پیش از غذا خوردن دست خود را با آب و صابون  
بشوید.

۲- اگر بدن شما قوی باشد کمتر ناخوش می-  
شوید.

کد خدا- بدن را چطور قوی کنیم.



دهیار - راه مهم قوی کردن بدن خوردن غذا -  
 های لازم است . باید در غذای خود دقت بسیار کنید .  
 در خانه های شما زمین های وسیع خالی افتاده . آن ها  
 را سبزی خوردن و گوجه فرنگی یا صیفی بکارید و با  
 غذای خود بخورید . همه شیر و ماست و پنیر و تخم  
 مرغ خود را فروشید . مقداری از آن را برای خوراک  
 خود و خانواده تان نگه دارید . در عوض جای کمتر  
 بخورید و دود کمتر بکشید . پولی را که با آن توتون  
 می خرید و آتش می زنید و به هوا دود می کنید نگه  
 دارید یا با آن شیر و ماست و سبزی و میوه تهیه کنید .

۶۵ ۲ - من جزوه ای دارم که در آن اسم بعضی از  
 ناخوشی های واگیر و خطرناک و راه انتشار و طرز  
 سرایت و راه جلوگیری از آن ها نوشته شده است .  
 به شما می دهم آن را بخوانید و به دیگران هم بدهید  
 تا بخوانند

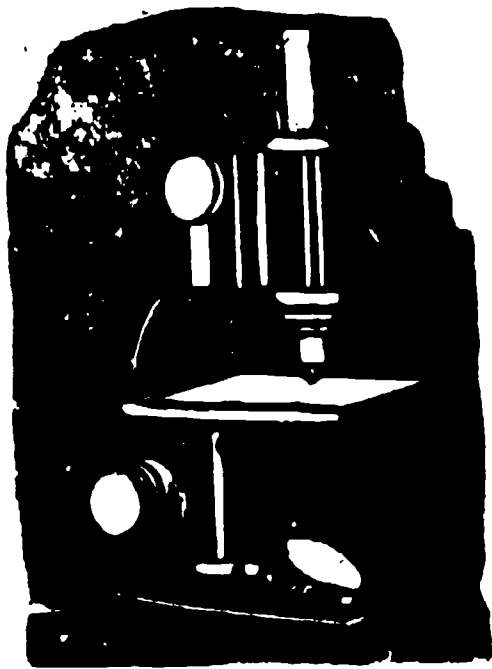
کد خدا فکری کرد و گفت: آقای دهیار! اگر شما  
 حاضر باشید فردا به تکیه تشریف بیاورید من هم همه  
 مردم ده را خبر می کنم بیایند و شما خودتان این  
 جزوه را بلند بخوانید تا همه بفهمند و اگر مشکلی

دارند پرسند

دهیار گفت: من با کمال میل حاضریم.  
روز بعد همه در تکیه حاضر شدند. آقای دهیار  
جزوه بهداشت را در دست گرفت و چنین خواند:

### میکروب

بسیاری از ناخوشی‌ها از میکروب پیدا می‌شود.  
میکروب موجود کوچکی است که جان دارد و به چشم  
نمی‌آید. برای دیدن میکروب اسباب مخصوصی به کار

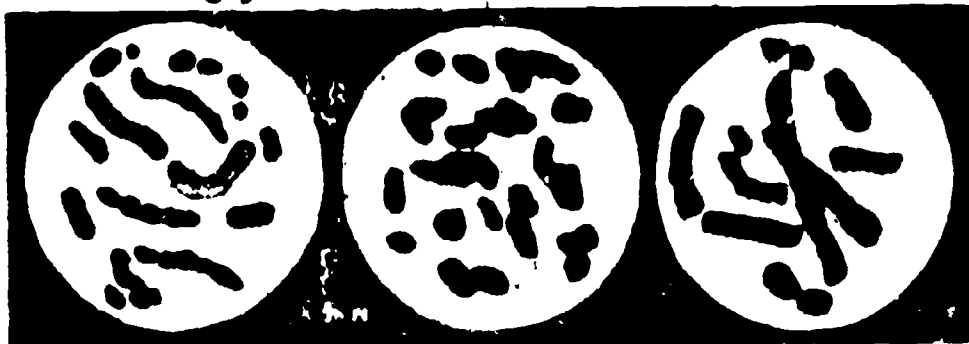


رژین

می‌برند. اسم این اسباب  
رژین است. شکل میکروب  
ها ساده است. بعضی گرد،  
بعضی دراز و بعضی مارپیچ  
هستند.

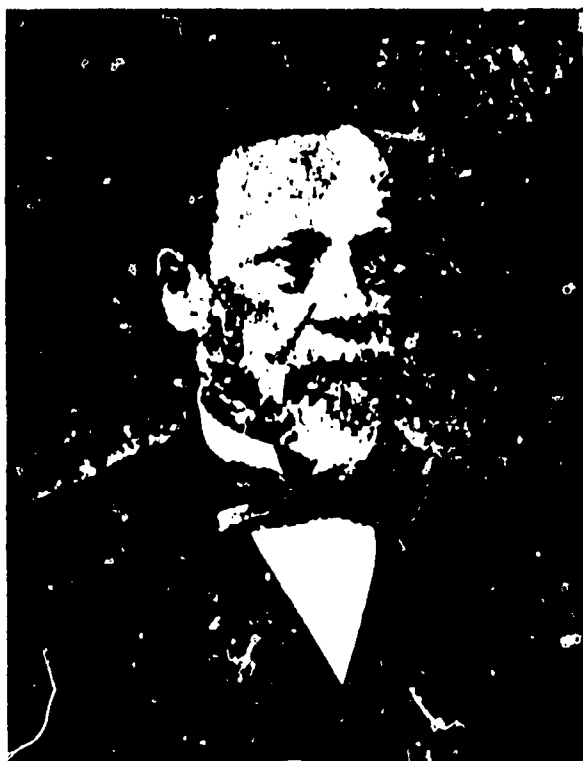
سال‌های دراز مردم

از وجود میکروب خبر



شکل بعضی میکروب‌ها زیر رژین

نداشتند. تا این که چند سال پیش يك نفر دانشمند  
بنام پاستور از اهل فرانسه فهمید که بیشتر ناخوشی‌ها  
از میکرب پیدا می‌شود پیش از آنکه مردم از میکرب خبر  
نداشتند و راه معالجه



خیلی از ناخوشی‌ها  
مثل خناق و سیاه زخم  
و آبله رانمی دانستند  
پاستور به گردن همه  
اهل دنیا حق دارد.  
به این جهت در بیشتر  
کشورهای دنیا بنگاه  
طبی به اسم بنگاه  
پاستور دایر شده

است. در تهران نیز بنگاه پاستور در خیابان پاستور  
است و مردم برای آبله کوبی و کوبیدن واکسن حمه  
و خناق به آن جا می‌روند. بنگاه پاستور کارهای مهم  
دیگری هم دارد. خیلی از ناخوشی‌ها مثل حصیه  
آبله، سرخک، مخمک، زکام و غیره و اگر دارد. یعنی  
از آدم ناخوش به آدم سالم سرایت می‌کند. میکرب‌ها

سبب واگیری ناخوشی می شوند. یعنی از تن آدم ناخوش  
 به تن آدم سالم می روند و او را بیمار می کنند.  
 چگونه ناخوشی از آدم بیمار به آدم سالم  
 می کند؟ در آب دهان یا ترشح بینی، در خلط سینه،  
 در ادرار و مدفوع آدم مریض ( بسته به نوع مرضی  
 که دارد) میکروب هایی وجود دارد. اگر آدم سالم از  
 قاشق یا ظرف غذاخوری یا مانده غذای مریض بخورد  
 یا از لیوانش آب بخورد مریض می شود.

## دین اسلام

۶۶

اگر انسان در خلقت خود و سایر موجودات بی-جان و جاندار کمی فکر کند یقین می‌کند که دنیا را آفریننده دانا و بینایی آفریده است. جهان آفرین ما را بی‌هوده نیافریده. بلکه ما را برای انجام دادن وظیفه‌ها و کارهایی خلق کرده است. ما باید دستورهای آفریدگار خود را که به وسیله پیغمبر خود برای ما فرستاده اطاعت کنیم. پیغمبر ما محمد بن عبدالله (ص) و دین ما اسلام است. قرآن کتاب مذهبی ما دستور کامل زندگی است که برای راهنمایی بشر بر پیغمبر نازل شده. پیروان اسلام را مسلمان گویند.

## واجبات مذهب اسلام

### نماز

مسلمان باید در شبانه روز پنج بار نماز بخواند. وقت نماز باید کاملاً متوجه خدا بود. لباس و بدن نماز گزار باید پاک باشد. اگر جایی که نماز خوانده می‌شود یا لباسی که با آن نماز می‌خوانند بزور از کسی گرفته باشند نماز باطل است. مالی که با سعی و کوشش

بدست آمده باشد برای ما حلال است ولی اگر بدستم  
یا از راه ناروا بدست آمده باشد غصبی است و حرام  
است. نماز با لباس غصبی یا در زمین غصبی باطل است.  
مسلمان حقیقی چون در هر شبانه روز وظیفه دار  
است پنج بار متوجه پاکی بدن و لباس و حلال بودن  
مال خود باشد همیشه بهداشت را رعایت می کند و  
هرگز به مال دیگران تجاوز نمی کند. و در هر حال و  
هر کار خدا را در نظر دارد.

در نماز دو سوره حمد و قل هو الله که از سوره -  
های قرآن است خوانده می شود. برای آشنایی با عبارات  
قرآن مجید سوره های حمد و قل هو الله را یاد می گیریم.  
سوره حمد:

بسم الله الرحمن الرحيم . الحمد لله رب العالمين .  
الرحمن الرحيم . مالك يوم الدين . اياك نعبد و اياك  
نستعين . اهدنا الصراط المستقيم . صراط الذين انعمت  
عليهم غير المغضوب عليهم و الضالين .

سوره قل هو الله :

بسم الله الرحمن الرحيم . قل هو الله احد . الله .  
الصمد لم يلد و لم يولد و لم يكن له كفوا احد .

خلاصه ترجمه فارسی سوره های حمد و قل هو الله  
را نیز یاد می گیریم تا در موقع نماز به معنی آن متوجه  
باشیم :

ترجمه حمد : بنام خداوند بخشنده مهربان  
ستایش خدای را که پرورگار جهانیان است . پادشاه  
روز جزا است . تو را می پرستیم و از ته یاری می -  
جوئیم . ما را راه راست بنما راه کسانی که به ایشان  
نعمت دادی نه راه آنان که بر ایشان خشم گرفتی و نه  
راه گمراهان :

ترجمه قل هو الله : بنام خداوند بخشنده مهربان  
بگو اوست خدای یگانه و بی نیاز . نه کسی فرزند او  
و نه او فرزند کسی است . هیچ کس همتا و مانند  
او نیست

### روزه

هر مسلمان باید در ماه رمضان که ماه نهم از  
ماه های قمری است روزه بگیرد . روزه سلامت بدن را  
حفظ می کند . کسانی که بواسطه ناتوانی بدن نتوانند  
روزه بگیرند و روزه برای سلامت آنان ضرر داسد  
باشد از روزه گرفتن معاف هستند و اگر توانایی مالی

دارند باید بجای روزه به مردم فقیر و بی چیز مطابق دستور شرع کمک مالی کنند.

خمس و زکوة

۶۷

در دین اسلام مقرر شده که هر کس باید قسمتی از درآمد خود را بنام خمس و زکوة برای احتیاجات عمومی و آبادانی کشور و نگاهداری اشخاص ناتوان و بی چیز بدهد. دادن خمس و زکوة واجب است و اگر مسلمانی از پرداخت آن خودداری کند باید بزور از او گرفت و به خرج های لازمی که گفتیم رساند هم چنین به مردم ثروتمند تاکید شده که به فقرا و بیچارگان به خصوص اگر قوم و خویش فقیری داشته باشند دستگیری کنند. اگر همسایه فقیر و محتاجی داشته باشند از او دستگیری بنند.

جهاد

اگر از طرف بیگانگان بر مسلمانان تجاوز شود بر همه مسلمانان واجب است از خود و کشور خود دفاع کنند. اگر مسلمانی در جنگ بامتجاوز کشته شود شهید مرده و در پناه رحمت خدا است.

حج



پیغمبر اسلام (ص) در شهر مکه بدنیا آمده . در مکه مسجد بزرگی است که خانه کعبه در آن واقع است . خانه کعبه قبله مسلمانان است و همه مسلمانان در هر کجای دنیا باشند باید موقع نماز رو به سوی کعبه کنند . در ماه ذی الحجه که ماه دوازدهم سال قمری است مسلمانانی که توانایی مالی و بدنی دارند برای زیارت کعبه به مکه می روند . این عمل را حج می گویند .

### اسر به معروف و نهی از منکر

کار خوب را به زبان عربی معروف می گویند و کار زشت را منکر . هر مسلمان گذشته از آن که باید خود نیکو کار باشد وظیفه دار است دیگران را نیز به کار خوب و آداب کند و از کار های ناپسند و زشت باز دارد .

### مستورهای اخلاقی اسلام

همه مسلمانان باید کار کنند . آدم بیکاره که سر بار دیگران باشد مسلمان واقعی نیست . دروغ گفتن ، دزدی ، آدم کشی ، پشت سر مردم بدگفتن ، تهمت زدن ، نوشیدن مشروبات الکلی و این جور کار های زشت از

گناهان بزرگ شمرده می شود و هر کس مرتکب این کارها شود مورد خشم خدا واقع خواهد شد.

بر هر مسلمان طلب دانش واجب است. مرد و زن و پیر و جوان باید همیشه قسمتی از وقت خود را در راه یاد گرفتن علم و دانش صرف بکنند. رهبران اسلام دستور داده اند که «زگهواره تا گور دانش بجوی» علم را باید عمل کرد. دستورهای اخلاقی مذهب را باید بکار برد و عمل کرد و الا اگر آنها را فقط یاد بگیریم اما عمل نکنیم فایده ای ندارد.

مسلمان حقیقی کسی است که مردم از دست و زبان او در امان باشند. مسلمانان همه با هم برادرند و هر شخص مسلمان باید هر چه را بر خودش نمی پسندد بدیگران هم نه پسندد.

## بعضی چیزها که باید بدانیم

۶۸

### کیلو

یک من ۲ کیلو است. هر کیلو سیزده سیر و نیم است. هزار کیلو می شود یک تن. اگر کیلو را هزار قسمت کنیم هر قسمت می شود یک گرم. یک سیر ۷۵ گرم است.

### متر

اگر یک متر را صد قسمت کنیم هر قسمت می شود یک سانتی متر. دو متر ۲۰۰ سانتی متر است. یک متر و نیم ۱۵۰ سانتی متر است.

یک متر و نیم را این طور می نویسیم: ۱/۵

دو متر و نیم را این طور می نویسیم: ۲/۵

سه متر و نیم را این طور می نویسیم: ۳/۵

یک متر و ده سانتی متر را این طور

می نویسیم: ۱/۱۰

یک متر و بیست سانتی متر را این

طور می نویسیم ۱/۲۰

یک متر و چهل و پنج سانتی متر را

این طور می نویسیم  
 آن خطی که میان يك و ۴۰ می گذاریم برای  
 جدا کردن متر از سانتی متر گذاشته می شود و به آن  
 ممیز می گویند.

هزار متر می شود يك کیلومتر  
 يك فرسخ شش کیلومتر است.

**پول**

ده شاهی ۰۰ دینار است. يك ریال صد دینار  
 است.

يك ریال و نیم را این طور می نویسیم: ۱/۰۵ . دو  
 ریال و نیم را این طور می نویسیم: ۲/۰۵ . پنج ریال و نیم  
 را این طور می نویسیم: ۵/۰۵ ریال.