

روزی روزگاری...

 نویسنده و تصویرگر:
حسین گشتکار

راز لباس های مجید



با آمدن ماه مهر و شروع سال تحصیلی جدید، من آماده رفتن به کلاس هشتم شدم. شب قبل کتاب دفتر و لوازم التحریر تازه خریداری شده را یک بار دیگر با دقت نگاه کردم تا چیزی از قلم نیفتاده باشد. وسایل رنگارنگ نو در کنار هم شوق و هیجانی داشت. اغلب کسانی که دوران مدرسه را گذرانده‌اند این اشتیاق را تجربه کرده‌اند. دفترها، خودکار، خط کش، پاک کن، مداد و مدادتراش را درون جعبه مخصوص و درون کوله مدرسه گذاشتم. ذوق و شوق رفتن به مدرسه بیش از آنکه برای تحصیل باشد بیشتر به خاطر داشتن لباس، کیف، کفش و وسایل نو بود. صبح روز اول مهر با صدای مادرم بیدار شدم. رادیو روشن بود و سرود: همشگرتی سلام و باز آمد بوی ماه مدرسه را پخش می کرد. بعد از صرف صبحانه فوراً لباس هایم را پوشیدم و بند کفش های نویم را که بستم، کوله ام را بر پشتم گذاشتم و بعد از خداحافظی از مادرم به سمت مدرسه راه افتادم. سر تا پایم نو بود. احساس خاصی به من دست می داد. احساس می کردم مثل لباس هایم آدم تازه ای شدم. موقع راه رفتن صدای قیژ قیژ کفش های نو هیجانم را بیشتر می کرد. در کوچه و خیابان با شوق قدم می زدم تا هر چه زودتر به مدرسه برسم. دوست داشتم هر چه زودتر بچه های مدرسه مخصوصاً همکلاسی های قدیمی تیمم را ببینند. سر کوچه منتهی به مدرسه دانش آموزی را جلوتر از خودم دیدم. لحظه ای احساس کردم آشناست. خودش بود، مجید سعیدی همکلاسی سال گذشته. او را از روی فرم و رنگ لباسش شناختم. قبل از اینکه وارد مدرسه شود، صدایش زدم: مجید، مجید و بلافاصله به سمتش دویدم. مجید به طرف من برگشت و متوجه من شد. دستی تکان داد و ایستاد تا به او برسم. بعد از احوالپرسی معلوم شد امسال هم مانند سال قبل هر دو در یک کلاس هستیم.

بعد از انجام مراسم بازگشایی مدارس و صحبت های مدیر مدرسه، دانش آموزان مدرسه صف به صف به سمت کلاس ها حرکت کردند. در کلاس تعداد

دیگری از دانش آموزان سال قبل را که همکلاسی بودیم، دیدم و خوشحالی ام بیشتر شد. مجید پسر درسخوانی بود و ما سال قبل بیشتر وقت ها با هم درس می خواندیم. او اغلب در رفع اشکالات درسی به من کمک زیادی می کرد، به همین خاطر برای نشستن در کلاس صندلی ام را کنار صندلی مجید انتخاب کردم. معلم به کلاس آمد و درس را شروع کرد و خواستم از همان لحظه شروع درس تمام حواسم به درس باشد اما یک چیز ذهنم را درگیر کرده بود. برایم خیلی عجیب بود که چرا مجید از لحاظ ظاهری مثل دیگر همکلاسی ها که لباس،

کیف و کفش نو دارند، نبود؛ با اینکه می دانستم مجید از خانواده متوسطی است و برای تهیه لباس و پوشاک نو دچار مشکل نیست. زنگ اول تمام شد و صدای زنگ استراحت بچه ها را به حیاط مدرسه کشاند. با مجید در حیاط مدرسه قدم می زدم و دنبال بهانه ای بودم تا موضوع پوشش او را ببرسم. سر صحبت را با مجید باز و بی مقدمه از لباسش سؤال کردم. مجید که کنجکاو ای ام را دید، گفت که به دلیل خاصی از پوشیدن لباس های نو خودداری کرده است. بیشتر کنجکاو شدم و اصرار کردم تا راز لباسش را برایم بگوید. مجید که پافشاری ام را دید، از جیب لباسش

رهبر معظم انقلاب در مدرسه

خاطره آقا از روز اول مدرسه



تصویر کودکی مقام رهبری - منبع: khamenei.ir

روز اولی که ما را به مدرسه و دبستان بردند، روز خوب و شلوغی بود و بازی می کردیم. کلاس بزرگی داشتیم و تعداد بچه های کلاس اول زیاد بود. شاید ۳۰ یا ۴۰ نفر بودیم. روز پرشور و پرشوقی بود و خاطره بدی از آن روز ندارم. من چشمم ضعیف بود و کسی نمی دانست،

خودمم نمی دانستم و درست نمی دیدم و بعد از چندین سال متوجه شدم که چشمم ضعیف است و بعد پدر و مادرم متوجه شدند و برای من عینک تهیه کردند. آن موقع ۱۳ سالم بود. تخته سیاه و معلم رانمی دیدم و این مشکلات زیادی را در دوران تحصیل برای من به وجود

موبایلش را در آورد و عکسی را نشان داد و گفت: ببین. به عکس نگاه کردم. تصویر چند پسر همسن و سال خودمان بود که داخل چادر سفید رنگ هلال احمر نشسته بودند و به معلمی که مشغول درس دادن بود، نگاه می کردند. با تعجب گفتم: حالا این عکس کجاست؟ مجید گفت: خوزستان و بعد ادامه داد: تو میدونی پدرم نظامی است؟ گفتم: آره. مجید گفت: اوایل امسال که در مناطق جنوب بارندگی و سیل راه افتاد، پدرم مأموریت گرفت تا برای کمک به سیل زدگان به خوزستان برود. یک ماه بعد که از مأموریت برگشت، از اتفاقات و خرابی هایی که سیل برای مردم به وجود آورده بود، خیلی چیزها تعریف کرد و عکس هایی گرفته بود که نشان می داد سیل چه بلایی بر سر مردم آورده است. مردمی که به شدت در سیل گرفتار شده و در یک روز تمام هستی و داروندارشان را از دست داده بودند. عکس ها واقعا آدم را تکان می داد اما این عکس خیلی روی من تأثیر گذاشت. گفتم: این عکس چه ربطی به نوع لباس پوشیدن تو دارد. مجید نگاه معناداری به من کرد و گفت: می خواهی رطبتش را بدانی؟ گفتم: خُب معلومه و گر نه اینقدر سسیریش نمیشدم تا بهم بگی چرا مثل بچه های دیگه لباس و کفش نو نخریدی؟ مجید گفت: اتفاقاً پدرم برایم لباس، کفش و چیزی دیگه هم خرید اما اونها را نپوشیدم چون دیدم هنوز لباس های سال گذشته ام کهنه نشده و قابل استفاده است. کفشم هم نو نبود اما کهنه هم نبود. واکنش زدم و دیدم هنوز خوب و قابل استفاده است. کیفم هم سالم و خوب بود، بنابراین همان کیف پارسلمو آوردم. فقط چیزایی که مجبور بودم مثل دفتر، کتاب و مداد و همین چیزها رو که نمیشد مال سال گذشته رو استفاده کنم، عوض کردم. پرسیدم: پس لباسایی که خریدی چه کار کردی؟ مجید گفت: میخوام هدیه بدم. با تعجب گفتم: به کی؟! مجید لیخندی زد و گفت: به سیل زده ها!

فردای آن روز وقتی با مجید از کمیته امداد امام خمینی (ره) برمی گشتم، دیگر احساس تازگی نداشتم در عوض نوعی آسودگی وجدان تمام وجودم را فرا گرفته بود. آن روز خوشحالی ام بیشتر از روز قبل بود و این را مدیون مجید بودم. حالا دیگر کفش هایم قیژ قیژ نمی کرد.

بیاموزیم

چگونه صبح زود راحت بیدار شویم؟

با پایان تعطیلات تابستانی و آغاز سال تحصیلی جدید، دیگر از بیدار ماندن شبها و خواب های طولانی تابستان خبری نیست و به نظر می رسد دانش آموزان باید زودتر از خواب بیدار شوند تا به موقع در کلاس درس حضور یابند اما مشکل خیلی از بچه ها این است که تغییر در ساعات خواب برایشان کمی سخت است و صبح ها نمی توانند به راحتی خودشان را از رختخواب جدا کنند. حالا برای اینکه شما دانش آموزان عزیز یک وقت بیدار نشوید و بپینید دیرتان شده و مجبور شوید برق آسا لباس پوشیده و بدون صبحانه و با صورتی آب زده و موهایی ژولیده، با عجله وسایل و کتابها را برداشته و دوان دوان به سمت مدرسه نروید، چند راه حل برای این موضوع می آوریم:

* هر روز زنگ بیدار باش ساعت را کمی زودتر از روز قبل تنظیم کنید.

همان طوری که زمان خوابیدنتان را عقب بردید باید با زمان بیدار شدنتان هم همین کار را انجام دهید. با افزایش منظم یک ساعته آن را زودتر کنید.



* در زمان بیداری خودتان را در معرض نور قرار بدهید.

پرده ها را کنار بزنید، چراغ های اتاقتان را روشن کنید یا حتی خارج از منزل بروید. روشنایی نور به مغز شما القا می کند که وقت آن است از خواب بیدار شوید و دیگر احساس خواب آلودگی نکنید.



* به محض بیدار شدن رختخوابتان را جمع و مرتب کنید.

این یک کار بسیار ساده است، اما بسیاری از مردم آن را نادیده می گیرند، چون بعد از مرتب کردن رختخواب باور می کنند که خواب آلودگی ندارد. این کار را به اندازه کافی انجام بدهید تا عادت کنید.



* یک لیوان آب بنوشید.

بدن شما می تواند در طول شب خشک شود و این کم آبی خستگی شما را در صبح افزایش می دهد. نوشیدن یک لیوان آب علاوه بر جبران خشکی باعث رفع خواب آلودگی و نشاط می شود.



* ورزش کنید و دوش بگیرید.

هیچ چیز به اندازه یک استحمام مطبوع بعد از انجام ورزش صبحگاهی نمی تواند به شما نشاط دهد. اگر قبول ندارید، امتحان کنید.



داستان تصویری: عوارض کم خوابی

۱. بیستم ناصر بالاخره دیشب کی خوابیدی؟
وقتی فیلم تموم شد حدود ساعت ۲

۲. چقدر بگم این قدر شبها تا دیر وقت بیدار نمون. آخه مرد فیلم دیدن هم شد کار و زندگی؟! این همه فیلم دیدی آخرش چی شد؟ برو تو آینه به نگاه به خودت بنداز بین صورتت چقدر خواب آلوده.

۳. راستی دیشب یادت رفت به سعید پول بدی پول واسه چی؟

۴. پول بلیت مسابقه فوتبال. طلفک از ترس اینکه بلیت تموم نشه صبح زود رفت تو صف جایگیره زودتر صبحونتمو بخور پروپول رو بهش برسون و گر نه بلیط گیرش نمیداد باشه میرم

۵. من یه سر میرم تا باز ارو برگردم یادت نره زودتر بری سعید منتظره ها باشه خیالت راحت

۶. ای وای مامان دیدی بابا نیومد؟ بلیت تموم شد هان... چیییی شددددده خواب مونده