بادنامه

تا آنحا که نگارنده از استادان خود خبر دارم تنها نشریه فرهنگی که این معلم سخت کوش و روزنامه نگار متعهد و شیرین زبان را ازیاد نبرد " جمله آئین بود که خبر درگذشت او را "۲۸ آذر ماه ۱۳۸۶ همراه با تصویر و زندگی نامه ای خود نوشته "دو سال پیش از مرگ "در صفحه ۱۹ جلد، ۱۵ زمستان ۲۸

شعر خوب برای کودکان گفتن نه تنها به ساده گویی برنمی آید اما نکته های باریکتری هست که رعایت آنها هم قریحه فطری می خواهد و هم دانستن فن و او سرآمد همه شاعرانی که برای کودکان شعر می سرایند بود. او زنده یاد "عباس یمینی شریف "است که سال ۱۲۹۸ شمسی در دربند "شمال شمیران " تهران پای به جها ن گذارد . عباس از همان کودکی با لا لای ، مادر و مادر بزرگ و شعرها و قصه های خواب آور انس گرفت. عباس با بازیهای گروهی کودکانه که با اتل متل تو توله ها و قصه های منظوم محلی مانند جم جمك برگ خزون ، عمو زنجير باف ، گرگم و گله شعرهای پند آموز ایرج میرزا ،مهدیقلی هدایت ، حاج آبادی و.... آشنا شد و چنانکه خود نوشته است: در آیام کودکی من ، خانواده و خویشانم همگی به شعر علاقه داشتند وعلاوه برخواندن اشعار حافظ به عنوان فال و برای شور حال پناه بردن به اشعار سعدی و مولوی از روزنامه ها و کتابها استفاده می کردند من نیز به برکت داشتن حافظه قوی در آن موقع این شعرها و تصنیف ها را یاد می گرفتم و می خواندم از رویدادهای جالب دوران کودکی وی آن است که زنده یاد "فرخی یزدی" که نسبت فامیلی نزدیکی با خانواده آنها داشت روزهای تعطیل به (دربند) می رفت و در باغ آنها ماندگار می شد . این شاعر آزاده و خستگی ناپذیر خوانند ه ای خوش آواز را اجیر کرده بود تا سرود های سیاسی انتقادی چاپ شده را در روزنامه " طوفان " یا دیگر روزنامه های آن روز را از فراز کوهی مشرف بر رودخانه ی در بند به گوش جمعیت انبوهی که از تهران به آن نواحی می رفتند

اما ازآنجا که خواننده ی خوش صدا سواد نداشت عباس ده ساله که چند سالی را در مکتب خانه و دبستان چهار کلاسه ی "تجریش"درس خوانده بود و با شعر الفتى داشت ،مامور مى شد در بلند ترين نقطه باغ کنار آو از خوان بنشیند و شعرها را از روی دست نویس مرحوم فرخی برای وی بخواند تا او با صدای رسایش به گوش مردم تشنه و مشتاق شنیدن این سرود های تند و بی پروا برساند. هر چند این جریان كوتاه مدت بود و با تبعيد فرخى بساط شعر خواني هم برچیده شد اماعباس هیچگاه دست از خواندن و نوشتن و سرودن دست برنداشت. درسال ۱۳۲۱با مطلع "سوسکه میگه جیر ، جیر -کرده گلوم گیر ، گير آ در روزنامه ى نونهالان چاپ شد . دكتر "عبداله فریار" استاد عباس بدون آگاهی وی در سال ۱۳۲۲ دو شعر از او با عنوانهای "ستاره" و " ماده غاز" در مجله سخن به مدیریت زنده یاد دکتر" ذبیح الله صفا"

اسبك هاى دريايى

گاو زبان یک گیاه علفی است ویکسا له

که گل برگ وسرشاخه های گلدار آن

به مصرف دارویی می رسد. گل گاوزبان

وبرگهای آن دارای لعاب زیادی می باشد

که دارای پتاسیم ، کلسیم ، منگنز ،

منیزیوم واسید فسفریک می باشد

طبع گل گاوزبان سرد می باشد

وخواص آن به شرح زیر است

١- كُلُ گاوز بان خون را تصفيه

مى كند ٢ - آرام كننده اعصا ب است

خواص دارویی:

٣ - عرق آور است

تژوهشی از فریدون دبیری "فراز"

نیست دگر سرود خوان نغمه سراي كودكان!



■ سخن از نکو مردی است که با تکیه بر نیروی عشق به سرزمین مادری و مردم آن عمری را به خدمت آموزش و پروش و تربیت چند نسل از کودکان ایرانی کمر بست و هرگز چنانکه شایستگی داشت مورد ستایش و ارج شناسی قرار نگرفت. بسیاری از کودکان که در کتابهای دبستانی و دبیرستانی با نام وی آشنا بودند اما هیچگاه او را ندیدند تا بدانند خالق آن همه سرودهای جذاب و دننشین و آموزشی چه شکل و قیافه ای دارد این شایسته مرد خود ساخته و انسان دوست که در دهه نخستین آغاز به کار پیشگام و یکه تاز بود و شعرهایش همه جا زبان زد همگان ، تا آنجا که با عزت نفس و بی نیازی زیست و هیچگاه در مقام بهره برداری از نام و آوازه ی خود نیامد و گرچه فراوان بودند آنهائی که شعرهایش را بخاطر داشتند و لی نامش را نمی دانستند او نه تنها در دوران زندگی بلکه پس از مرگ نیز چنانکه در خور بود نصیب چندانی از بزرگداشت، یادواره، یاد نامه، سالگرد و... نداشت.

> و سر دبیری شادروان دکتر " ناتل خانلری " گذارد که چاپ شد و پس از آنکه مرحوم دکتر "خانلری" مدیریت مجله را برعهده گرفت به چاپ سروده های او ادامه داد. بید و باد " شعر ی آست بر گرفته از مجموعه "آوازفرشتگان ".

رفتار تولید مثلی خاص آنها اشاره کرده بود . (بسیار جالب است Pipefishes تولید مثل اسبک های دریایی

و گونه های وابسته به آنها مانند سوزن ماهیان وبا تولید مثل سایرجانوران تفاوت فاحشی دارد به این معنی

که ماده ها تخم هایشان را درون کیسه تخمی نرمی ریزند و لقاح و رشد و نمواولیه لارو ها درون این کیسه

انجام می شود در واقع دوره بارداری در این جانوران بر عهده نرها می باشد.

٤ - ادرار آور است٥ - كليه ها را تقويت مي كند ٦ - سرماخوردگي را از

ین می برد ۷ - در درمان برونشیت موثر است ۸ - بی اختیاری دفع

ادار را درمان می کند ۹ - التهاب و ورم کلیه را برطرف می کند

۱۰- برای ازبین بردن سرفه ، دمکرده گاو زبان بسیار مفید است

۱۱- برای درمان سرخک و مخملک مفید است ۱۲- ضماد برگ گا و زبان

برای رفع ورم مفید است ۱۳ - برگهای گاو زبان را بپزید ومانند اسفناج

ازآن استّفاده کنید ۱۶ - برگهای تازه گل گاو زبان دارای مقدار زیادی

ويتامين C مي باشد ودر برخي از كشورها آنرا داخل سالاد ريخته مصرف

می کنند گل گاو زبان برای زنان حامله وکودکان توصیه نمی شود

۱۵- کسانی که کمر درد شدید دارند یک زرده تخم مرغ سالم را با شکر

وکمی هل را با همزن به خوبی هم بزنید تا زرده تخم مرغ به رنگ کرم درآید

پس دمکرده گل گاوزبان رابه یک لیوان آب اضافه کرده ومیل نمایید این

کار را تا چند روز ادامه دهید تاثیربسیار خوبی در رفع کمر درد دارد

١٦- كساني كه به هر دليل استرس بالا دارند حتما از دمكرده كل گاوزبان

برسر هر بند بند

دانه به دانه نرده

اسبكهاجانوران شكفت انگيزي

هستند که انسان قرن ها مجذوب

زیبایی ورفتاراسرارآمیز آنها گشته است و از دیرباز آنها موضوع

افسانه های باستانی بوده موجوداتی

به صورت نیمی اسب و نیمی ماهی!

اما تشبیه آنها به اسب تنها به دلیل

شکل سر این ماهی و پوزه ی آن می باشد که ناخود آگاه تصویر اسب

را در ذهن بیننده تداعی می کند .

اسبک ها این گونه نوشت

شکاف های منقطعی در طول تولید

يثل براي آزاد كرين لاره ها ه جه

دارد در واقع این فیلسوف بزرگ به

۲۳۰۰ سال قبل ارسطو در مورد

برگ نربانه نرده مراه نشانش دهد

خم كندش انر ميان شكل كمانش دهد

به سال ۱۳۲۳ نخستین شماره از جمله ی " بازی . کودکان "که به مدیریت مرحوم" ابراهیم بنی احمد

سرود ها يي از او به همراه داشت و به خواست مرحوم "بنی احمد" در این مجله عنوان سر دبیری یافت. عباس پس از فراغت تحصیل از دانشسرای عالی کوتاه زمانی او را از تهران دور کرد ، ناچار چند زمانی در دبیرستان های اراک تدریس کرد اما همزمان با نشریات تهران همکاری نزدیک و پیوسته داشت. سروده های عباس در سال ۱۳۲۶ به کتابهای مدارس ابتدائی "اراک"

ماهی یاروت فیش یا طوطی ماهی

و به دنبال آن درتمامی کتابهای درس دوره اول چند بیت از سروده عباس که زبان حال زنبور عسل من گل شناس ماهرم دس امتحانش حا ضرم

گل داد تصدیق مرا تصديق تحقيق مرا

اكنون من انر دانش پرمر دىرگل شناسى دكترم ،کدم اگر مانری کنم

يكدم عسل سانرى كنم عباس در سال ۱۳۲۸ به مدیریت مجله های دانش آموز و سازمان جوانان شیر و خورشید که از سوی وزارت آموزش و پرورش منتشر می شد برگزیده شد و در سال ۱۳۳۵ نخستین شماره از مجله کیهان بچه ها را با همکاري جعفربديعي بنيان نهاد که تاسال لم ۱۳۵ " ۲۳ سال " با عنوان مدير اين نشريه را اداره

عباس على رغم تفاوت فاخر ميان يسر و دختر كه برتافته از دیدگاه های نادرست والدین به ویژه پدران نسبت به تولد دختر در قالب شعريا ضرب المثل: پسر به پسر قند عسل ، دختر به دختر ، کپه خاکستر اً و دو شعر زیبا به جای آن ساخت که سریعا رایج شد:این سروده های دلنشین خیلی زود جای خود را

خواننده ی خوش صدا سواد نداشت عباس ده ساله که چند سالی را در مكتب خانه و دبستان چهار كلاسه ي "تجریش"درس خوانده بود ، مامور می شد کنار آواز خوان بنشیند و شعرها را از روی دست نویس مرحوم فرخی برای وی بخواند

باز کردند، در کتابهای درس راه یافتند و سالیان دراز

مرحوم "یمینی شریف" در سال ۱۳٤۱ با همکاری توران میرهادی و لیلی ایمن " تنی چند از شیفتگان تعلیم و تربیت کودک " شورای کتاب کودک " را پایه گذاشت و ٔ انجمن پژوهشهای آموزشی ٔ نیز از دیگر بنیادهای آموزشی اوست. کتابهای منظومی چون آواز فرشتگان ،قصه های شیرین ، گربه های شیپور زن ، دو کد خدا و دیگر آثاری که تا ۲۷ عنوان شمرده می شود، از آثار به یاد ماندنی اوست که همواره برای نونهالان و کودکان و نوجوانان هرنسل تازگی ،شیرینی و آموزندگی ویژه دارند و هرگز کهنه

نخستین بار در اواخر دهه ۸۰ در

تايوان ايجاد (نه كشف !) گرديد .

بر اساس برخى گزارشها زمان دقيق

ظهور پاروت فیش سال ۱۹۸۶ است. به درستی مشخص نیست که نخستین

پاروت فیش از جفت شدن کدام دو

ماهى حاصل شده است. امروزه نيز

کسانی که به شغل پر منفعت تکثیر

ماهیان آبزی دانی مشغولند حاضر نمی شوند که اسرار تجاری خود را به

همگان بگویند اما به نظر می آید که

پاروت فیش را از هیبرید ماهی سیکلید

میداس نر با نام علمی citrinellus

Amphilophus و سیکلید سرقرمز

ماده با نام علمي Vieja synspila توليد

مى شود ار آنجا كه پاروت فيش ماهى

نسبتا خجالتی است و بین ماهیان گفته شده فقط سورم ها چنین رفتاری را از خود بروز می دهند ،

می توان تصور نمود که یکی از والدین پاروت فیش ها باید از گونه های سورم باشد .

٤ - سوء هاضمه را از بين مي برد.

٦ - برا*ي* رفع يبوست مفيد است.

۸ - رماتیسم را برطرف می کند.

١١- فشار خون را پائين مي آورد.

گیاه استفاه کنند.

خواص برگ زرشک

طرز استفاده :

اسكوربوت اثر مفيد دارد .

زنان حامله مناسب نیست.

٥ - بي اشتهايي را برطرف مي كند.

۷ - در درمان یرقان وزردی موثر است .

۱۰ - برای برطرف کردن سوزش ادرار مفید است

۱۲-براي افرادي كه واريس دارند مفيد است.

۱ - اسهال های مزمن را برطرف می کند.

٩ - أنهايي كه مبتلا به ورم طحال هستند مي توانند براي معالجه از اين

۲ - در موقع آنژین وگلودرد دمکرده برگ زرشک را غرغره کنید.

۳ - برگ زرشک دارای مقدار زیادی ویتامین C می باشد که در درمان

جوشانده زرشک مقدار ۲۰-۱۰ گرم پوست ریشه یا ساقه ویا میوه زرشک

را در یک لیتر آب ریخته و آنرا بجوشانید سپس ازروی اجاق برداشته و به

مدت ۱۰ دقیقه بگذارید بماند، آن را صاف کرده با عسل ویا شکر شیرین

کنید و روزانه ۳ فنجان از آن را درفواصل وعده های غذا بنوشید.

به مقدار دلخواه زرشک در ظرفی ریخته و به آن آب اضافه کنید به اندازه ای

که روی زرشکها را آب بگیرد آن را به مدت ۱۰-۱۰ ساعت در یخیال قرار

داده سپس آنرا صاف کرده شیرین کنید ومیل نمائید. این شربت برای

افرادی که طبع آنها گرم است بسیار مفید است . مصرف زیاد زرشک برای

۳ - اعمال دستگاه گوارش را منظم می کند.

🔷 کودکی سرگردان و خیره به آینده نامعلوم

📕 امروزه نیز کسانی که به شغل پر منفعت تکثیر ماهیان آبزی دانی مشغولند حاضر نمی شوند که اسرار تجاری خود را به همگان بگویند اما به نظر می آید که پاروت فیش را از هیبرید ماهی سیکلید میداس نر با سیکلید سر قرمز ماده تولید می شود



= عکس:علیرضا بهاری

🔷 کودك کار تهیه قوت روزانه را به بازی کودکانه ترجیح می دهد



📦 جستجو در پی چه چیز؟

📤 کودکان پرتلاش امروز ، مردان فردا





📦 دیگر درس و تحصیل معنایی نخواهد داشت وفتی دست یدر تهی است

طرز استفاده: دمکرده گل گاوزبان:مقداری از گل گاوزبان راشسته و آن را بامقداری آب بگذارید در حرارت کم بجوشد وپس از غلیظ شدن صاف

> درختچه ای ست دارای ساقه ای خاردار كه ارتفاع آن تا ٤ متر مي رسد . چوب این درختان قهوه ای ، قرمز ویازرد می باشد .برگهایآن بیضی شکل بادندانه های اره ای وگلها ی آن خوشه ای وزرد رنگ است. شاخه های زرشک تیغ زیادی دارد . میوه زرشک قرمزرنگ گوشتی، بیضوی شکل و دارای طعمی ترش است . تقریبا از تمامی قسمتهای این درختچه از قبیل ریشه، پوست ریشه ساقه ، برگ وگل وميوه أن مي توان

خواص درمانی زرشک: ١ - تقويت كننده قلب وكبد است. ۲- بواسیر خونی را درمان می کند. ۳ - خونریزی را برطرف می کند. ٤-برای برطرف کردن بیماریهای کبدی مفید است. ٥- صفرا براست.

استفاده نمود وطبع آن نیز سرد وخشک



۱-دم کرده زرشک را برای برطرف کردن ناراحتی های دهان غرغره کنید. ۷- 'کسانی که طبع گرم دارند ازآب زرشک استفاده کنند . خواص ریشه وپوست ساقه زرشک ۱ - صفرا برومسهل است. ۲- كبد راپاك وتقويت مي كند.

فشار خون و خطر ابتلاء به بیماری فشار خون بالا و

استعمال دخانيات باعث افزايش ضربان قلب ، بالا رفتن گرفتگی عروق و نهایتا ایجاد حمله قلبی و سکته می شود

روابط عمومي دانشگاه علوم پزشكي و خدمات بهداشتی درمانی هرمزگان (کمیته آموزش

همگانی سلامت)

