



✍ ادیس حسین پور

پشت این ویت‌رین فاطمی است!

گفتی : امشب خیلی خسته‌م نه نه . کسی جوابت را نداد ... نه نه سکینه . که ...مادرت اصرار نکرد و اجازه داد و اجازه اش از روی دلسوزی بود . می دانست که مش حشمت توی باغش از تو خیلی کار می کشد . مجبور بودی . می بایست روزها در آن کار می کردی تا



■ **توی سرم غلغله است . سرم داره درد می کنه . باید ببریم دکتر ... اما تو هزینه دوا و درمانش از کجا می آوردی؟! برای همین بود که تصمیم گرفتی بروی دزدی . مثل آتوقتهایی که با اصغرک می رفتی توی باغ مردم لیمو دزدی و خیلی راحت پول توی دستتانب می آمد**

حساب بدهی های مرحوم پدر را پاک میکردی و او این را خوب می دانست . آن شب توی کپر خوابت برد . صبح اول وقت بود که از خواب برخاستی . چشمهایت

خیره کرد سیاهی زیردرخت کنار بود ... با عجله خودت را به آنجارساندی و از آن چه دیدی سرچاپت خشکت زد . مادرت و فاطمی با دست و پای بسته دراز به دراز به روی زمین افتاده بودند . خدای من چه بلایی به سرشان آمده !

داد زدی چه شده...فاطمی ! من و من می کرد: دزد ... دزد... بعد فاطمی ماجرا را اینطور برایت تعریف کرد :...من خیلی ترسیده بودم .بهو از تو تاریکی پیداشون شد سر رویشان پوشیده بودن .تفنگ دستشون بود . تهدیدمون کردن که اگه چیزی بگیم بکشتمون . ما هم چیزی نگفتمیم ساکت ساکت بودیم . یواش یواش رفتن توی گاش وبزرا را بیرون آوردن بعد دست و پای ما را بستند و آوردنمون زیر درخت کنار انداختنمون . نه نه سکینه اجازه نمی داد . می گفت نباید دست به نامرحم بزنی . امام یکیشون اعتنا نکرد تفنگشو بلند کرد و محکم کوبید توی سر نه نه و بعد نه نه در همان حال سرش خم شد و افتاد به روی زمین مثل اینکه بیهوش شده بود ...

بعد از آن ماجرا مادرت سخت مریض شد. روز و شب دست می گذاشت رو سرش و آه و ناله می کرد . می گفت : توی سرم غلغله است . سرم داره درد می کنه . باید ببریم دکتر ... اما تو هزینه دوا و درمانش را از کجا می آوردی ؟! برای همین بود که تصمیم گرفتی بروی دزدی . مثل آتوقتهایی که با اصغرک می رفتی توی باغ مردم لیمو دزدی و خیلی راحت پول توی دستتانب می آمد ... اصغرک پول را فقط برای خودش می خواست . اما تو آن را به مادرت هم می دادی ... نه نه سکینه کنجکاو بود .

سؤال می کرد : از کجا ? می گفتی که: پیش مش حشمت کار می کنم . روزانه پولم را می دهی . اما بعد فهمید . با مش حشمت فهمیده بود و به مادرت گفته بود . این پسر تو دیدم یه روز داشت تویباغ مش احمد دزدی می کرد من رو که دید مثل برق پا به فرار گذاشت. جلوش رو بگیرو گرنه کار دست خودش می ده . مادرت این را به تو گفت و بعد از قول مش حشمت گفت: که می تونی بری تو باغ مش حشمت کار کنی و پول به دست آوری ولی اول باید حساب

پیچ و تاب این کوچه پس کوچه ها عرق پشمانی را سر می دهد . گرم است نه سرد است و تو آن را احساس نمی کنی . راهت به خیابان می افتد .

قدم به قدم جلو می روی و در هر قدم اطراف را می نگری . ناگهان پیراهن گلدار ی از پشت ویت‌رین چشمت را به خود خیره می کنی . شل می شوی . کوله پشتی ات را بر زمین می گذاری و دوباره خیره می شوی . این بار با چشمانی نمناک پیراهن چرخ می زند نه فاطمی است چرخ می زند . خود به خود فریاد می زنی : فاطمی و دوبار هم

تکرار می کنی : فاطمی با ترس و لرز گوشه چشمت را انحراف می دهی . جمعی به تماشايت نشستند . پچ ،پچ می کنند : دیبونه است دیبونه .

اعتنا نمی کنی . نگاهت را از آنها می گیری و بار دیگر خیره می شوی . می شماری ۱،۲،۳،۴...نه دیر وقت است که در آن اتاقک خوابیده ای . درست نمی دانی . چیزی به یاد نمی آید . می روی و در گوشه ای به فکر می روی که یک آن در ذهننت جرقه ای می زند و تمام آنچه از یادت رفته بود به یادت می آید... آه فاطمی انگار همین دیروز بود پاهای کوچیکت را بر روی زمین

می کوبیدی و شاخی شدن بزغاله ها را برابم می گفتی . خودم به تو قول داده بودم همین که بزغاله ها بزرگ و شاخی شدند . آن ها را بفروشم و برایت یک دست پیراهن نو خرم . آن روز که با هم به شهر آمدم . درست یادم هست دستم را به زور کشیدی و رویروی همین ویت‌رین مکت کردی . گفتی: ببین چقدر قشنگه نگاهش کردم . عجب سلیقه ای داشتی ! پیراهن قشنگی بود با گل های درشت قرمز-ها قشنگه - برام می خریش؟ها برات می خرم ولی باید صبر کنی تا بزغاله ها بزرگ شن... این را که گفتم تو خیلی خوشحال شدی . دست از پا نشناختی . دستاهیت را به هم کوبیدی و این طرف و آنطرف دویدی... ناگهان اشکت سرازیر می شود . نه نباید بگری.

مادرت همیشه می گفت : مرد هیچ وقت گریه نمی کند . اما تو گریه امانت را بریده و حق ق گریه هایت همه جا پیچیده است. به یاد آن شب می افتی که مادرت و فاطمی را جلوی گاش تنها گذاشتی .

ماهی (puffer) بادکنکی:

بطور گسترده و در هر گونه شرایط آبی در جهان یافت می شود. ماهیان بادکنکی از نظر شکل ظاهری از سایر گونه های زینتی متفاوت هستند. ماهیان بادکنکی نام خود را به دلیل داشتن قدرت دفاعی در برابر تهدیدات شکارچی از طریق متورم شدن بدنشان، گرفته اند. آنها با عنوان ماهی بالونی یا بادی نیز شناخته شده اند. به دلیل توانایی آنها به باد کردن بدنشان، همانند توپ گلف با بدنی بزرگ و بدون مقیاس و طرح خاصی در داخل جوشه‌هایشان شناور می شوند و اغلب روی سطح بدنشان خارهایی است که تا ماهی باد نشود قابل مشاهده نیستند.

بر خلاف سایر ماهی ها، بادکنکی هاباله های لگنی ندارند و بجای استفاده از باله های دمی که یک اندام اصلی برای شنا است، آنها از باله های سینه ای شفاف به همراه باله های پشتی و مخرجی کمک می گیرند. چشمان ماهیان بادکنکی قادر به حرکت به طور مستقل از یکدیگر بوده که دید نو چشمی را مقدور می سازد.ماهیان بادکنکی طول عمر بالایی حتی در شرایط اسارات دارند و نگهداری آنها نسبتاً آسان است. آنها به راحتی می توانند خودشان را با نوسانات شرایط آب ووق بدهند (در طول مدت زمانیکه شرایط آب تغییر می یابد) تعداد کمی از وارته های بادکنکی ها برای تکثیر به آب شیرین مهاجرت می کنند اگر چه از اصل دریایی هستند. این ماهیان با وجود گوشتخوار بودن به غذای آماده نیز به سرعت سازگاری پیدا می کنند. آنها ترجیحاً از نرم تنان، میگو و krill تغذیه می



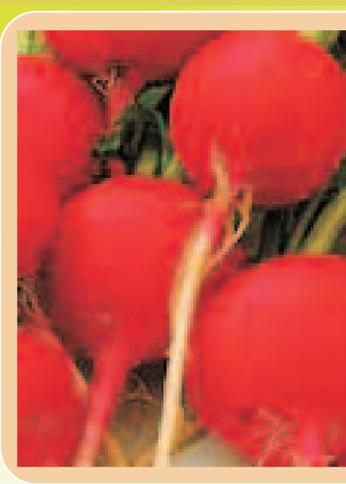
کنند.بادکنکی ها در مقابل بیماریها و عفونتها بسیار حساس هستند. آنها با داشتن خارهای گزنده در مقابل سایر ماهیان بادکنکی و ماهیان دیگری که آنها را نگه داشته و تکه تکه آنها را می خورند، به زحمت می توانند از خود حفاظت کنند. با وجود این ماهیان بادکنکی کوتوله یا کوتاه قد در مقایسه با سایر بادکنکی ها کمتر گزنده هستند. بعضی از ماهیان بادکنکی متعلق به گونه های Tetraodon هستند که گونه های لب شور می باشند در حالیکه سایر گونه ها بطور کل مربوط به آب شیرین هستند و تعداد کمی حد واسط هر دو آب شیرین و آب شور قرار می گیرند.

ماهی T. fluviatilis با نام رایج بادکنکی Ceylon بومی کشورهای سری لانکا، هند، بنگلادش، میانمار و برونئی است. آنها در بین گونه های تجاری ماهیان رایجی هستند و دارای باله های گزنده، خارهای مشخصی در دوران بزرگسالی هستند. غذای آنها شامل سخت پوستان کوچک، کره‌ها، نرم تنان، جلبکها و خرده ریزه ها در حیات وحش می باشد. Biocellatus Tetraodon با نام ماهی بادکنکی (یا بادکنکی spot eye بومی کشورهای هندوچین، مالزی و اندونزی هستند. اینها دراصل گونه های لب شور بوده و پرخاشگر هستند. فاکتورهای مناسب آنها شامل PH بین ۶ / ۷ تا ۷ / ۷ و سختی آب ۱۲ - ۵ است. اندازه این گونه بطور معمول کمی بیش از ۵ سانتی متر است. T. leurus با نام رایج بادکنکی نشانه یا بادکنکی دو خال یک puffer آسیایی است.

این ماهی می تواند هر گونه شرایط آب، شیرین تا لب شور با

PH= ۷ و سختی آب ۱۲ در تحمل کند. این ماهی پرخاشگر و دارای باله گزنده است. T. lineatus با نام بادکنکی fahaka با بادکنکی نیل، بومی رودخانه های نیل، حوزه آبریز چاد، ولتای نیجر، گامبیا و سنگال در جنوب افریقا است. آنها به puffer خطی نیز معروفند. آنها به شرایط آب شیرین و لب شور سازش دارند و فاکتورهای آن برای این ماهی PH= ۷ و سختی آب ۱۰ می باشد.

اندازه این ماهی ۳۵ سانتی متر است. T. mbu – ماهی بادکنکی غول پیکر آب شیرین با نام mub puffer بومی آفریقا بوده و بطور وسیعی در دریاچه Tanganyika و رودخانه basin Congo گسترش یافته است. این گونه یکی از بزرگترین ماهیان بادکنکی آب شیرین است و به عنوان puffer واقعی آب شیرین به حساب می آید. شرایط آب شامل PH متوسط با درجه حرارت ۲۴ تا ۲۶ درجه سانتیگراد است. حداکثر اندازه این گونه ۷۵ سانتیمتر است. T. nigroviridis – ماهی بادکنکی خال سبز به دلیل داشتن رنگ سبز زمردی که موجب کنتراست زینا با خالهای سیاه شده است، بومی نواحی گرمسیری کشورهای آسیای شرقی شامل نواحی ساحلی هندوچین و فیلیپین تا هند می شود. آنها در آبهای شیرین و لب شور یافت می شوند و ماهی رایج در تجارت گونه های اکواریومی است. حداکثر اندازه این گونه ۱۵ سانتی متر است. این ماهیان پرخاشگر بوده و اغلب به تنهایی نگهداری می شوند. شرایط آب متوسط سخت با PH= ۸ تا ۸ / ۸ ، سختی آب ۹ و درجه حرارت ۲۴ تا ۲۸ درجه سانتیگراد می باشد.



بگذارید - دم کرده ترب ادرار آور است و برای درمان حبس البول بکار می رود .

-تخم ترب ادرار آور است .

-اگر دست یا پای شما سرما زده است ترب را در آب بجوشانید و بگذارید تا کمی سرد شود بطوریکه دست را نسوزاند سپس عضو سرما زده را چند بار در روز در این جوشانده قرار دهید .

-دم کرده ریشه ترب تقویت کننده بدن است .

برای دفع سنگ کبسه صفرا و سرفه های تشنج آور از ترب بصورت زیر استفاده کنید:

در یک ترب بزرگ حفره ای ایجاد کرده و همچنین در ته آنهم سوراخ ریزی بوجود آورید بطوریکه آب قطره قطره از آن خارج شود . سپس مقداری شکر در حفره ریخته و آنرا با آب پر کنید و ترب را در دهانه شیشه یا استکانی قرار دهید که آب آن قطره قطره از سوراخ ریز ته ترب خارج شده و در داخل شیشه یا استکان پر شود .

این آب را چند بار در روز بنوشید .

-خوردن تخم ترب ترشح شیر را زیاد می کند .

-جوشانده ترب برای درمان اسهال خونی مفید است .

تخم ترب اشتها آور است.برای از بین بردن تب، تخم ترب را دم کرده و به بیمار بدهید. تخم ترب بصورت ضماد برای ورم پستان در مادران شیرده استفاده می شود .

توضیحات: اسراف در خوردن ترب موجب دل پیچه شده و برای دندان و گلو مضر است

۹۹گام طلایی به سوی موفقیت

◀آموزش بوسیله کتاب فقط یک نوع هوشمندی را پرورش می دهد، بزرگترین روشنفکران آتهایی بودند که ابتدا با عمل کردن چیز آموختن.

◀**هفت کلمه** را در صدر ذهن خود جای دهید و به منق و هوشیاری که در ژرفای آنها نهفته است توجه کنید و آن هفت کلمه را که فرشته صلح به شما ندا می دهد بشنوید :
شما همان چیزی خواهید بود که فکر می کنید .

◀ این حقیقت کهن را بنویسید و هر روز آن را بخوانید که `وقتی در جستجوی خوشبختی خویش هستید خوشبختی همیشه از نزدیک شدن به شما سرباز می زند .ولی اگر به دنبال خوشبختی دیگران برآیید خودتان هم خوشبختی را خواهید یافت .`

◀ در میان کسانی باشید که اهل عمل هستند و بی باکی نشان می دهند و برعکس از افرادی که شما را به غرق شدن در بهانه ها و توجهات رهنمون می سازند ، دوری کنید . منبع انرژی های خود را از هر نوع الودگی حفظ کنید .

◀ تنها چیزی که برای رسیدن به مقصد مفید است اراده و خواست شماس، کافی است چیزی را بخواهید .

◀ در کسب و کار ،امل همکاری و خدمت را مقدم بر هر چیز بدانید . اول هر ماه جمله را شعار خود قرار دهید و سعی کنید تا پایان ماه پایبند آن باشید .

◀ ایمان دید شما را روشن می کند

◀ وجود شک در زندگیمان مانند داشتن یک خیانتکار در زندگی است. شک خانن است زیرا از محدودیتها و کمبودها جهت تاثیر گذاشتن بر زندگی شما استفاده می کند .

◀ به چیزهای پیش پا افتاده و کم ارزش زندگی زیاد توجه نکنید بلکه یاد بگیرید به دورن بنگرید و سلوفا بالاتر آگاهی را بشناسید .

◀ زندگی خویش را در مسیر دلخواه هدایت کنید و به آنچه می خواهید برسید .

◀ سعی کنید هر کسی را به نحوی در صحنه زندگی شما ظاهر می شود به چشم یک آموزگار بنگرید و از او چیز بیاموزید .

◀ برای امروز زندگی کنید . از تمام وابستگی های گذشته خود به عنوان بهانه ای برای شرایط امروز خود دست بردارید .

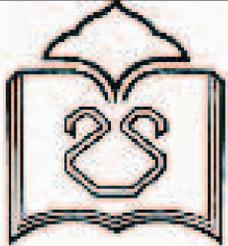
◀ هنگامی که ما خود شایستگی برگزیدن شیوه ابتکاری خویشتن برای برخورد با جهان خویش و مردمان آن را داریم ، هیچ نژومی ندارد اجازه دهیم اعمال دیگران افکار ما را کنترل کند .

قاب هفته

عکس: علیرضا بهاری



پرواز کن! آسمان مال توست...



کوچکترین خراش و جراحی می تواند سلامتی شما را به خطر اندازد

◉ روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی هرمزگان (کمیته آموزش همگانی سلامت)

