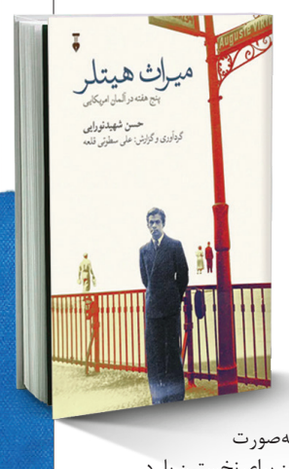
صفحه‌آرا: آرش شاه سمندی

پیشنهاد

سفری به سرزمین ویران‌شده پس از سقوط رایش

اگر تاریخ را فقط در کتاب‌های درسی و گزارش‌های رسمی جست‌وجو کنیم، بخش مهمی از آن را از دست داده‌ایم؛ تاریخ گاهی در خیابان‌ها، گفت‌وگوهای مردم، صف‌های طولانی، خانه‌های ویران و حتی ته‌سیگارهایی که آدم‌ها از روی زمین جمع می‌کنند، خودش را نشان می‌دهد.

«میراث هیتلر؛ پنج هفته در آلمان آمریکایی» از همین جنس است؛ سفرنامه‌ای از دل آلمانِ پس از سقوط هیتلر که حالا پس از حدود ۸ دهه، در قالب کتاب منتشر شده است.



حسن شهیدنورایی تابستان ۱۳۲۵، یک سال و چندماه پس از سقوط رایش سوم، به منطقه تحت اشغال آمریکا در آلمان سفر کرد. او در این سفر فقط تماشاگر خرابه‌ها نیست؛ می‌خواهد بفهمد چه بر سر جامعه آلمان آمده که اکنون با شکست، فقر، بی‌سامانی و ویرانی دست‌وپنجه نرم می‌کند. سفرنامه در نیمه دوم همان سال در ۲روزنامه تهران به‌صورت مسلسل‌منتشر شده بود و اکنون برای نخستین بار در قالب کتاب گردآوری شده است.شهیدنورایی در مسیر خود سراغ آدم‌های مختلف می‌رود و با آنان گفت‌وگو می‌کند؛ از مردم عادی گرفته تا کسانی که هریک تصویری متفاوت از آلمان شکست‌خورده دارند.

یکی از جذابیت‌های کتاب، نگاه جزء نگر نویسنده است. او برای توصیف وضعیت آلمان تنها سراغ آمار و ساختمان‌های ویران نمی‌رود؛ جزئیات زندگی روزمره را می‌بیند و حتی ماجرای کمبود سیگار و ارزش پیدا کردن ته‌سیگار در میان مردم، به تصویری تکان‌دهنده از وضعیت اقتصادی و اجتماعی آن روزگار تبدیل می‌شود.حسن شهیدنورایی خود چهره‌ای فراتر از یک سفرنامه‌نویس است. او که بیشتر به‌واسطه نامه‌نگاری‌هایش با صادق هدایت شناخته می‌شود، در دهه ۱۳۲۰ استاد حقوق دانشگاه تهران و نویسنده و مترجم بود و با انتشار مقاله‌های متعدد در مطبوعات، چهره‌ای شناخته‌شده در فضای فکری و مطبوعاتی آن دوره به شمار می‌رفت.

اما بازگشت این متن تاریخی به کتاب، فقط حاصل پیدا کردن یک نوشته قدیمی نیست. علی سطوتی‌قلعه، پژوهشگر و ویراستار شناخته‌شده‌ای که سابقه روزنامه‌نگاری نیز دارد، با گردآوری و گزارش این اثر، متنی پراکنده و مطبوعاتی را دوباره پیش چشم خواننده امروز قرار داده است. سابقه او در پژوهش، نقد و روزنامه‌نگاری و کار با متون ادبی و تاریخی، در چنین پروژه‌ای اهمیت ویژه‌ای دارد؛ به‌خصوص وقتی قرار است متنی متعلق به ۸۰ سال پیش از دل مطبوعات بیرون کشیده شود و به مخاطب امروز برسد.

«میراث هیتلر» در واقع فقط کتابی درباره آلمان پس از جنگ جهانی دوم نیست؛ کتابی است درباره پیامدهای یک رؤیا، درباره جامعه‌ای که پس از فروپاشی یک نظام سیاسی ویرانگر باید با نتایج گذشته خود روبه‌رو شود و درباره مردمی که در میان خرابه‌های تاریخ، زندگی روزمره‌شان را ادامه می‌دهند.اگر به تاریخ معاصر، سفرنامه، خاطرات جنگ و روایت‌هایی علاقه دارید که به‌جای شعار دادن، آدم‌ها و زندگی واقعی‌شان را پیش چشم شما می‌آورند.

این کتاب را نشر نو به‌تازگی در ۲۰۸ صفحه با جلد شومیز منتشر کرده است.

تقدیر از مریوان حلبچه‌ای



شهرکتاب دروس همزمان با روز مترجم، نشست «ترجمه، پلی میان فرهنگ‌ها» را با محوریت ترجمه ادبیات کرد برگزار می‌کند. در این برنامه، ضمن گفت‌وگو درباره ترجمه ادبیات کردی از مریوان حلبچه‌ای، مترجم و نویسنده، قدردانی خواهد شد. این نشست چهارشنبه ۸ مهر ساعت ۱۸و۳۰ دقیقه برگزار می‌شود.

مدیر انتشارات معین درگذشت



لیما صالح رامسری، مدیر و بنیانگذار انتشارات معین، پس از یک دوره بیماری درگذشت. او متولد ۱۳۳۵ در رامسر بود و انتشارات معین را در سال ۱۳۶۴ تأسیس کرد. این ناشر طی سال‌ها آثار نویسندگان و مترجمان شناخته‌شده‌ای همچون احمد محمود و هوشنگ مرادی کرمانی را منتشر کرده بود.

گزارش

نفس جهان در دست ایران

واکنش کاربران شبکه‌های اجتماعی به مدیریت ایران بر گلوگاه انرژی جهان

علی‌الله سلیمی | روزنامه‌نگار | هشدار اخیر سخنگوی ارشد نیروهای مسلح جمهوری اسلامی ایران به مقامات وارتش آمریکا درباره تنگه هرمز، یک‌بار دیگر نگاه استراتژیک ایران به این آبراه حیاتی در جنوب کشورمان را به رخ جهانیان کشید. در هشدار اخیر تأکید شده که ایران به‌عنوان قدرت جهانی اجازه بازگشت واشنگتن به جایگاه قبلی در نظم نوین جهانی را نمی‌دهد و خروج آمریکا از غرب آسیا اجباری است؛ هر تجاوزی با فناوری نوین پاسخ کوبنده می‌گیرد. ابتکار عمل در تنگه هرمز در اختیار جمهوری اسلامی است؛ هر کشتی‌ای که خارج از مسیر تعیین‌شده از سوی ایران عبور کند، امنیت نخواهد داشت. این جمله سخنگوی ارشد نیروهای مسلح، نه یک تهدید گذرا، بلکه اعلام رسمی تغییر معادلات در حیاتی‌ترین گلوگاه انرژی جهان است. کاربران شبکه‌های اجتماعی به این موضوع واکنش نشان داده‌اند که بخشی از این واکنش‌ها را مرور می‌کنیم.



محمدصالح سلطانی
@MsalehSoltani

عقب‌نشینی ناوگان آمریکا به پشت دریای عرب یک نشانه است؛ نشانه زوال هژمونی دریایی غرب. وقتی #تنگه_هرمز برای متجاوز خط قرمز می‌شود و دشمن به التماس می‌افتد، یعنی نظم جغرافیایی و سیاسی منطقه غرب آسیا به نفع دکترین #مقاومت بازتعریف شده است.

Mahdi
@MhdySlgy48236

وضعیت تنگه‌هرمز هرگز به حالت پیش از جنگ باز نخواهد گشت و طبق رهنمودهای مقام معظم رهبری، مدیریت ایرانی بر این منطقه اعمال خواهد شد.
#تنگه_هرمز
#ایران_مقتدر
#نظم_نوین_جهانی
#خروج_آمریکا_از_منطقه

izd_1991
@izadpanah_2896

تنگه هرمز میدان قدرت‌نمایی آمریکا نیست؛ خط قرمز ایران است. همانطوری که سخنگوی ارشد نیروهای مسلح هشدار داد، هر تجاوزی با پاسخی سخت، سریع و غیرقابل‌محاسبه روبه‌رو می‌شود. آمریکا دیگر نمی‌تواند اراده‌اش را بر منطقه تحمیل کند؛ معادله قدرت تغییر کرده است.
#تنگه_هرمز
#نظم_نوین_جهانی

panah. abed
@panah6613

دوران کدخدایی ایالات متحده به پایان رسیده و این کشور به شکل اجباری مسیر خروج از غرب آسیا را در پیش گرفته است. امروز ایران مقتدر با اتکا به فناوری‌های جدید نظامی و بومی خود، آماده است تا به هرگونه تجاوز یا حماقت احتمالی دشمنان، پاسخی کوبنده، پشیمان‌کننده و ویرانگر بدهد.
#تنگه_هرمز

Mohadese
@farzane863729

تنگه هرمز، قلب تپنده انرژی جهانه و مدیریتش در اختیار ایرانه. هرگونه تلاش برای بازگشت آمریکا به نقش‌های سابقش تو این منطقه، با پاسخ کوبنده و سیلی‌های محکم ایران روبه‌رو میشه.
#تنگه_هرمز
#خروج_آمریکا_از_منطقه

دختر ایران
@hajkhanooomm

اقتدار ایران در تنگه هرمز، نقطه پایان توهمات آمریکاست. ایران به‌عنوان قدرت جهانی، بازگشت نظم قدیمی را ناممکن می‌کند. فناوری‌های جدید نظامی ما، پاسخ هر جسارتی خواهد بود. خروج اجباری آمریکا از منطقه، آغاز یک عصر جدید است.
#تنگه_هرمز
#خروج_آمریکا_از_منطقه

Hoseyn
@H__azadi

تنگه هرمز دیگر میدان بازی شما نیست. ایران به‌عنوان قدرت جهانی، اجازه بازگشت آمریکا به جایگاه قبلی‌اش در نظم نوین جهانی را نمی‌دهد. خروج اجباری از غرب آسیا نتیجه همین معادله است و هر تجاوزی با فناوری‌های نوین نظامی، پاسخی کوبنده خواهد گرفت.
#تنگه_هرمز
#ایران_مقتدر

Zahra mahdinezhad
@Zahragfgd

پیام ایران روشن است: دوران یکه‌تازی قدرت‌های فرامنطقه‌ای در غرب آسیا به پایان رسیده است. آنگونه که سخنگوی ارشد نیروهای مسلح تأکید کرده، ایران خود را قدرتی جهانی می‌داند و اجازه بازگشت آمریکا به جایگاه قبلی‌اش در نظم نوین جهانی را نخواهد داد. اقتدار ایران در تنگه هرمز دائمی است.
#تنگه_هرمز
#ایران_مقتدر

مریم
@mryaa8m

آمریکا باید بداند دوران تحمیل اراده‌اش بر منطقه به پایان رسیده است. تنگه هرمز بخشی از معادلات قدرت ایران است و هر تجاوزی با پاسخی کوبنده و متناسب روبه‌رو خواهد شد؛ ایران اجازه بازگشت آمریکا به جایگاه سابقش در نظم نوین جهانی را نمی‌دهد.
#تنگه_هرمز

آرزو
@arezo_1992

دشمن فکر می‌کرد زیردریایی‌های هدایت‌پذیرش (Mk ۲۱۸Mod) نامرئی هستند؛ اما در تنگه هرمز که تحت کنترل و هدایت ایران است، تبدیل به «غنیمت فناوری» شدند. پیام روشن است: تردد غیرمجاز در تنگه هرمز، به قیمت نابودی است.
#ایران_قوی
#تنگه_هرمز

نگاه

مرجان آقبلاغی؛ روزنامه‌نگار

وقتی کتاب چند دقیقه آرامش می‌دهد

در زندگی امروز، اضطراب فقط نتیجه یک اتفاق بزرگ نیست. گاهی انبوهی از پیام‌ها، خبرها، کارهای نیمه‌تمام، نگرانی‌های مالی و فشارهای روزمره، ذهن را حتی در لحظه‌هایی که ظاهرا کاری نداریم، مشغول نگه می‌دارد. در چنین شرایطی کتاب می‌تواند چیزی فراتر از سرگرمی باشد: فرصتی برای فاصله گرفتن از جریان بی‌وقفه زندگی.

پژوهش‌های سال‌های اخیر نیز از این ایده حمایت می‌کنند. یک مرور پژوهشی منتشرشده در سال ۲۰۲۵ که ۴۳ مطالعه درباره «مطالعه برای لذت» را بررسی کرده، نشان می‌دهد کتاب خواندن می‌تواند از راه‌هایی مانند ایجاد فاصله از عوامل استرس‌زای روزمره، تحریک ذهن، افزایش خودشناسی و ایجاد ارتباط با دیگران، به بهزیستی روانی کمک کند. پژوهشگران البته تأکید می‌کنند که اثر مطالعه به شرایط فرد و شیوه استفاده از آن بستگی دارد.

اما چرا خواندن می‌تواند ذهن را آرام‌تر کند؟ یکی از پاسخ‌ها تمرکز است. وقتی مشغول خواندن یک داستان هستیم، توجه ما باید جمله‌ها، شخصیت‌ها، اتفاق‌ها و روابط میان آنها را دنبال کند. همین درگیری ذهنی می‌تواند برای مدتی توجه را از نگرانی‌های تکرارشونده جدا کند. به بیان ساده، کتاب به ذهن «موضوع دیگری برای فکر کردن» می‌دهد.

البته هر مطالعه‌ای الزاما آرامش‌بخش نیست. خواندن یک گزارش کار، متن درسی دشوار یا خبری اضطراب‌آور ممکن است حتی فشار ذهنی را بیشتر کند. آنچه در بسیاری از پژوهش‌ها مورد توجه قرار گرفته، مطالعه برای لذت است؛ یعنی خواندن متنی که فرد با میل خودش انتخاب می‌کند و از آن لذت می‌برد. یک مطالعه روی ۲۳۱ دانشجوی دانشگاه نیز نشان داده مطالعه تفریحی در طول سال تحصیلی با کاهش پریشانی روان‌شناختی همراه بوده است.

برای استفاده روزمره از این ویژگی لازم نیست از همان ابتدا روزی یک ساعت کتاب بخوانیم. می‌توان از ۱۵ تا ۲۰ دقیقه مطالعه بدون تلفن همراه شروع کرد؛ ترجیحا در ساعت مشخصی از روز. انتخاب کتابی که واقعا جذاب باشد، کنار گذاشتن اعلان‌های تلفن و خواندن در محیطی آرام می‌تواند این زمان کوتاه را به یک «وقفه ذهنی» تبدیل کند. کتاب البته درمان اضطراب بالینی نیست و نباید جایگزین کمک تخصصی در موارد جدی شود اما برای بسیاری از آدم‌های گرفتار در ریتم تند زندگی می‌تواند یک عادت ساده و کم‌هزینه باشد: چند دقیقه نشستن، ورق زدن و اجازه‌دادن به ذهن برای اینکه دست‌کم موقتا از شتاب روزمره فاصله بگیرد.

منبع:

Sirisena ،M. et al. ،«Reading for wellbeing: a realist review of evidence» ،Perspectives in Public Health.2025 ،PubMed



جدول اعداد | ۵۴۱۱

اعداد ۱ تا ۹ را طوری در خانه‌های سفید قرار دهید که هر رقم در سطرها، ستون‌ها و مربع‌های کوچک ۳ در ۳ یک‌بار دیده شود. پاسخ‌ها در ادامه آمده است.

ساده

					۱	۲	۷	۹
۵	۴		۹				۳	
		۹	۷	۶				۸
	۲			۹		۶		۱
	۸		۳		۶		۲	
۷		۵		۱			۹	
۶				۳	۲	۷		
	۷				۵		۱	۴
۱	۵	۸	۴					

سخت

					۳	۶		
۶					۹		۳	۱
۸								
	۱					۴		
		۹	۵		۸	۲		
		۵					۱	
								۶
۲	۵		۸					۹
		۴	۷					

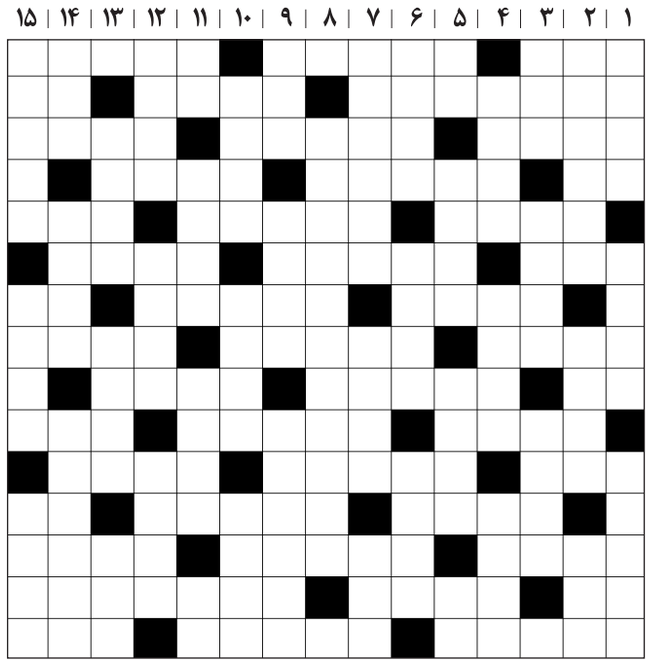
متوسط

	۲				۸		۳	۱
۱		۷		۶				
					۴	۷		۸
۶	۵					۹		
		۱					۵	۷
۲		۹	۵					
				۹		۲		۶
۳	۶		۷				۱	

جدول ۹۷۷۵

افقی:
۱- سوگند- تئاتر- پایتخت بحرین
۲- زبان رسمی برزیل- چند وزیر- دهان
۳- کج و خمیده- قسمت‌های پایانی- از القاب اشرافی زنان اروپا
۴- گرداگرد دهان- حق کسی را ضایع کردن- عبادت کننده
۵- واحد پول بلژیک- نسل سوم انسان- پسر عرب
۶- واحد شمارش پنبه- پیشامد- زمینی مثلثی‌شکل که از آبرفت رودخانه پدید می‌آید
۷- دنباله‌رو- ترازنامه- باد سرد
۸- پل دوزخ- از محلات قدیمی شمال تهران- چیدمان صحنه
۹- بله آلمانی- زیبا و دلپسند- واحدی برای اندازه‌گیری مقدارهای خیلی کوچک
۱۰- یار همایون- ناپاکی- تعداد نامعلوم
۱۱- آداب و رسوم- از غذاهای خیابانی تایلند- زاپاس
۱۲- شیدا- به‌هنجار- رنگ موی فوری
۱۳- آبشار دیدنی لرستان- حسرت، دریغ- ورزش گوش شکسته‌ها
۱۴- زیر پا مانده- نوعی طرح لباس زنانه- نفیس
۱۵- پهنه و گستره- مذهب بومی ژاپن- ستاره‌ای در دب اکبر

عمودی:
۱- از اسباب توزین- گناهکار- فراوان‌ترین کربوهیدرات در طبیعت
۲- موعد پرداخت بدهی- رهن دهنده- مهم‌تر
۳- از انجیل‌های معتبر- مخترع پیل الکتریکی- درخشان
۴- گرد و خاک- خاموش کردن- ژانری در سینما
۵- بوی رطوبت- پاسخ- از ارزهای دیجیتال- سودای ناله
۶- دریانورد- تجاوز به حقوق دیگران- دروازه بدن
۷- نمایشنامه کمدی اثر آنتوان چخوف- آدم ماشینی- پیکان
۸- حرکتی در ورزش ژیمناستیک
۹- بذله‌گو- ایمان قلبی- پایتخت ارمنستان
۱۰- مرکز استان نیمروز در افغانستان- دانش ذاتی- شادمانی
۱۱- تلخ- هدیه دادن- جمع شیء- باغ وحش خارجی
۱۲- فرومایه- میزبان المپیک ۲۰۱۲- جالب توجه
۱۳- چند نکته- بزرگ نیست- سوره نود و یکم قرآن
۱۴- رایگان- قسمتی از دست- لباس کوتاه جلوباز که روی لباس‌های دیگر می‌پوشند
۱۵- مانند هم- ارادتمند- واله و عاشق



حل جدول شماره ۹۷۷۴

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱	ش	ا	ه	ج	ه	ا	ن	■	ل	ی	ل	■	ی	ب	م
۲	ا	ب	ی	■	ف	ر	ا	چ	ا	■	و	ل	■	ک	د
۳	ق	ب	ا	ح	ت	■	ر	ز	ب	ا	ن	■	■	ر	ج
۴	■	ن	ت	ر	س	■	س	ی	د	ی	■	ا	ی	■	ب
۵	ق	د	■	ا	ن	ه	ا	ر	■	ز	ی	ا	د	ه	■
۶	ه	■	ا	ر	ک	ن	■	ه	ش	د	ا	ر	■	ک	چ
۷	و	ح	ش	ت	■	د	ی	س	ک	■	ب	ا	ل	ن	گ
۸	ه	س	ت	■	ف	ل	و	ر	ا	ن	■	س	ا	ب	و
۹	ا	ن	ی	م	ه	■	ن	ک	ر	ش	■	ت	م	د	ن
۱۰	ی	ی	■	س	ر	ا	س	ر	■	ا	م	ح	ا	■	ک
۱۱	■	ز	ب	ر	ج	د	■	د	ی	ن	ا	م	■	د	ی
۱۲	ن	د	ا	■	ف	ب	س	ا	ک	■	س	ی	ا	ر	■
۱۳	د	ا	ر	■	ب	ی	و	ن	د	■	ی	ل	م	ا	ن
۱۴	ر	ن	چ	و	ر	■	م	ی	ل	ا	د	ش	م	ه	■
۱۵	ت	ی	■	ی	ک	ر	و	■	ه	م	ن	و	ا	ز	ی