

الهی فنده‌مون اسیر غم نشه  
سفره‌ی دلمون الهی جمع نشه  
وقتی که دلتنگی امیرت کم نشه  
فرا همون لفظه دلتنگ بنده‌شه

سلام. اینجا «جوانه»، صفحه‌ای ویژه نوجوانان باحال و پرنرژیه!  
حرف‌های ما رو دنبال کنید و باهامون حرف بزنید.  
تلفن ما: ۰۵۱-۳۷۳۴۰۰۰۰  
شماره پیامک ما: ۰۹۹۹۰۲۰۰  
و آدرس تلگرامی مون: @zendegisalam

#حال خوب



تصویر ساز: مریم سادات منصور ی

حال خوب، یعنی جوانه‌های ریز و سبز امید در دل. یعنی دلگرمی‌های کوچک در این روزهای سرد زمستونی!

## فانوس دریایی، برای لحظات توفانی!

سمانه علویان-روانشناس

ارزش‌ها، رولوش می‌دارم. در نهایت اینارو انتخاب می‌کنه: ۱- خانواده شاد ۲- سلامتی ۳- آرامش درون ۴- موفقیت ۵- دوست داشته شدن. به لبخند می‌شینم روی لیم. می‌پرسه: چی شد؟ چرا می‌خندی؟ می‌گم: «دارم به اولین و مهم‌ترین انتخاب فکر می‌کنم: «خانواده شاد». ارزشمندترین نکته‌ای که به زندگیت معنا می‌ده؛ یادت باشه دریای زندگی همیشه صاف و آروم نیست، وقتی توفانی می‌شه و ساحل رو گم می‌کنی، ارزش‌ها مثل فانوس دریایی می‌مونن و راه رو بهت نشون میدن. خانواده برای تو خیلی مهمه، پس باید بتونی رابطه خوبی باهاش برقرار کنی تا از زندگیت راضی باشی و لذت ببری. معنی رابطه خوب هم لزوماً یک رابطه بدون تعارض نیست. بلکه رابطه‌ای است که آدم‌ها در مورد تعارضات گفت‌وگو می‌کنند. پشت تمام سختگیری‌های والدین، به جور نگرانی به خاطر محبت و احساس مسئولیتی که نسبت به تو دارن. تو می‌تونی هر انتخابی که می‌خوای داشته باشی، به شرطی که بتونی مامان و بابا رو قانع کنی و در اون‌ها احساس امنیت به وجود بیاری که اتفاقی برات نمی‌افته!»



بهم می‌گه: «گاهی خیلی احساس تنهایی می‌کنم؛ دروغ چرا؟ همیشه! انگار تو هفت آسمون خدا، یه ستاره هم ندارم. بعضی وقتا فکر می‌کنم من مال یه سیاره دیگه هستم و مامان و بابا مال یه سیاره دیگه، پس که زبون همدیگه رو نمی‌فهمیم. به همین خاطر برای رسوندن منظور مون به هم، باید کلی وقت بذاریم و تهش هم معمولاً به دلخوری می‌کشه. بیشتر مشکلات ما هم سر یک کلمه پنج حرفیه؛ یک کلمه ساده که ما هنوز نتونستیم به یک تعریف مشترک ازش برسیم: آزادی! من فکر می‌کنم اونقدر بزرگ شدم که بتونم در مورد زندگی خودم، اینکه کجا برم یا نرم؟ چی بپوشم؟ با کی دوست باشم؟ چقدر غذا بخورم؟ کی درس بخونم؟ و... تصمیم بگیرم اما از نظر اون‌ها من صلاحیت تصمیم‌گیری درباره هیچ کدوم اینارو که اتفاقاً خیلی هم برام مهمه، ندارم.»

بهش می‌گم: «تا حالا به این فکر کردی که اگه قرار باشه پنج آیتم ارزشمند که به زندگیت معنا می‌ده رو انتخاب کنی، چیا هستن؟ اصلاً فکر کن می‌خوای به یه جزیره خیلی دور بری و برای همیشه اونجا بمونی، چی رو با خودت می‌بری؟ و برای اینکه کمکش کنم، مجموعه «کارت

اهممم. یک دوسه. امتحان می‌کنیم. یک دوسه. تن تن صحبت می‌کنه. سلام به همگی. امیدوارم حالتون خوب باشه، حال من که خیلی خوبه. چون از روزی که «جوانه» به دنیا اومده تا الان، کلی دوست در جه یک پیدا کردم. اگه از همه اهان همیشه جوانه‌هاشین، می‌دونین که من توی این

مدت با نوجوانان با استعداد زیادی آشنا شدم. و همین‌جا به شما معرفی‌شون کردم. از این به بعد هم قراره شما رو با آدمای موفق آشنا کنم اما فرقی اینه که این آدم‌ها نوجوان نیستن بلکه نوجوانان و دوست‌دارن، یعنی فعالینشون مرتبط با شما و برای شماست.

با یک نویسنده حوزه نوجوان آشنا شوید

## هوشوی خیال‌پرداز!

اهم‌توان

**شناخته‌شده:** هوشنگ مرادی کرمانی، شهریور ماه ۱۳۲۳ در روستای سیرج کرمان به دنیا آمد. او تنها فرزند خانواده بود و مادرش را خیلی زود از دست داد، آن قدر زود که هیچ تصویر و خاطره‌ای از او ندارد. پدرش هم بابت این قضیه از لحاظ روانی اوضاع و احوالش به هم ریخت و هوشنگ - که خودمانی‌ترها هوشو صدایش می‌کردند - تا مدتی با پدر بزرگ و مادر بزرگش زندگی کرد. او از همان بچگی، ذهن خلاق داشت و برای هر چیزی قصه‌ای می‌ساخت. مثلاً خودش در جایی گفته: «گاهی هواپیمایی از بالای روستای ما رد می‌شد و من تصور می‌کردم خلبان شیشه‌ای پایین می‌کشد و ستاره می‌چیند و به کمک خلبان تعارف می‌کند». این علاقه به قصه‌گویی هیچ وقت تحت تأثیر شرایط دشوار زندگی، کم‌رنگ نشد بلکه روز به روز قوی‌تر شد. هوشنگ در جوانی، به تهران مهاجرت کرد و وارد دانشگاه هنرهای دراماتیک شد و همزمان در رشته ترجمه زبان انگلیسی تحصیل کرد. هوشوی خیال‌پرداز رفته رفته یاد گرفت هزاران قصه‌توی ذهنش را نظم و ترتیب بدهد و شروع کرد به نوشتنشان و به نویسنده‌ای بزرگ برای مخاطب کودک و نوجوان تبدیل شد.

**نقل قول:** «من سختی‌های زیادی کشیدم تا توانستم نویسنده شوم؛ گاهی خبرنگاران از من می‌پرسند سمرت چگونه گذشت و من می‌گویم آن بچه در کویر افتاده، سختی زیادی کشید تا بزرگ شود و به جایی برسد که برایش کف و هور آبکشند». **آثار:** قصه‌های مجید، شما که غریبه نیستید، تنور، ته‌خیار، آب انبار، نخل، لبخند انار و...

**جایزه‌ها:** کتاب‌های هوشنگ مرادی به زبان‌های هندی، عربی، انگلیسی، آلمانی، اسپانیایی، هلندی و فرانسوی ترجمه شده است. جایزه هانس کریستین آندرسن، جایزه حوزه مارتینی و جایزه کتاب سال اتریش برخی از افتخارات اوست. آقای کرمانی برعکس خیلی از نویسندگان دیگر، فقط در بین اهالی ادبیات شناخته شده نیست بلکه علاقه‌مندان تلویزیون و سینما هم دوستش دارند. «قصه‌های مجید» و «مهمان مامان» را که دیده‌اید؟ هر دو به قلم هوشنگ مرادی کرمانی است.



تق‌ن فن  
در شهر



فیلم نوجوان

## کابوس پیش از کریسمس

جذاب، ترسناک، خلاقانه، بامزه و کمی چندان‌آور؛ اگر شما هم فکر می‌کنید یک پویانمایی باحال باید این ویژگی‌ها را داشته باشد، «کابوس پیش از کریسمس» را ببینید. اگر هم تیم‌سازنده پویانمایی برایتان مهم است باید بگویم کابوس پیش از کریسمس را، هنری سلیک کارگردانی کرده و تیم برتون معروف، نویسندگی و تهیه‌کنندگی‌اش را برعهده داشته است. ماجرا از شهری شروع می‌شود که ساکنانش هیولاها، ترسناک‌ها، بی‌آزاری‌اند که عاشق‌ها لووین هستند و جک، سردار کدوتنبیل‌ها، مسئول برگزاری این جشن است. او هر سال این کار را به بهترین شکل ممکن انجام می‌دهد، اما یک روز خسته می‌شود و دلش می‌خواهد کار متفاوتی انجام بدهد. او خیلی تصادفی وارد شهر کریسمس می‌شود و بعد از دیدن جشن کریسمس و برف‌شادی و هدایای رنگارنگ، حسابی هیجان زده می‌شود و تصمیم می‌گیرد کریسمس را خودش برگزار کند. او با شعار «امسال کریسمس از آن ماست»، تمام تلاشش را می‌کند تا هوشی‌های چندان‌آورش هم کمک می‌گیرد تا کریسمس را به بهترین شکل برگزار کند، اما... این پویانمایی، سال ۱۹۹۳ ساخته شده و جدید نیست؛ ضمن این‌که برای بچه‌های کم‌سن و سال توصیه نمی‌شود.



کتاب نوجوان

## نمایشنامه‌های آسان

مهسا فارسی

- یعنی من دوباره پیرزن باشم؟

- من نقش پدر رو بازی می‌کنم. همیشه دوست دارم پدر باشم.

- کی می‌خواه قاضی باشه؟

- پنجره کلاس برای نگاه کردن به دور دست خوبه

- برای قایم شدن هم که میز معلم هست

- خوبه پس شروع کنیم!

شما هم علاقه‌مند به اجرای یک نمایش آسان در کلاس یا خانه با جمع دوستان هستید؟ دوست دارید تئاتر بازی کنید اما چیزی از آن نمی‌دانید و به دنبال امکانات می‌گردید؟ «حسن دولت آبادی» نویسنده کتاب «نمایشنامه‌های آسان» از علاقه شما با خبر بوده و برایتان نمایشنامه‌های شیرینی با ساده‌ترین امکانات برای اجرا نوشته است. با داشتن این کتاب، می‌توانید به معلم‌تان پیشنهاد بدهید زمانی را برای اجرای نمایش قرار دهد تا با این هنر آشنا شوید و از آن لذت ببرید. این کتاب ۵ نمایشنامه دارد و برای هر کدام از نمایش‌ها، توضیح داده شده که چه چیزهایی لازم

است و چه کسی، چه زمانی باید، چه چیزی بگوید و چه کار بکند. این یعنی هم می‌توانید تهیه‌کننده باشید، هم کارگردان، هم بازیگر، هم طراح صحنه. «نمایشنامه‌های آسان» در ۳۰ جلد برای نوجوانان نوشته شده و از انتشارات سور مهر است.



کمیک

تفاوت‌های  
بنیادین  
والدین!