



۱۴

با توجه به توصیه اطباء سنتی، چطور خواب باکیفیت را تجربه کنیم؟

## خواب خوبی داشته باش!

رواج استفاده از نسل پنجم اینترنت همراه چه تحولی در زندگی ما ایجاد می‌کند و آیا آن‌طور که برخی می‌گویند فناوری خطرناکی است؟

5G به زبان ساده

۱۵

۵ ماه پس از شیوع کرونا، چه برسر هتلداران و مراکز اقامتی آمده است؟

## خسارت ۷۴۰۰ میلیارد تومانی

# زندگی

سه‌شنبه ۷ مرداد ۱۳۹۹ :: شماره ۵۷۱۷



۱۶

## از سه‌شنبه‌های مهدوی تا شهادت

شهید امین آق‌بابا شیرازی  
۳۴ ساله، تهران



نیلووفر میخچی‌فر، هنوز با عشق از همسرش می‌گوید و زمان افعالش حال است، انگار امین در کنارش است و حالا با تنها دخترشان با هم زندگی می‌کنند. حقیقت اما این است که همسرش سه سال پیش در اوایل شهریور در جاده گیلانغرب به شهادت رسید. سال ۹۶ که امین شهید شد، پنج سال و هفت ماه از زندگی مشترکشان می‌گذشت. زمانی که یک دختر دو ساله هم داشتند. داستان آشنایی، خواستگاری و ازدواج آنها کاملاً سنتی بود، زمانی که یکی از دوستان مادر نیلووفر، امین را که یکی از اقوام دورشان بود به او معرفی کرد. نیلووفر می‌گوید: «از همان ابتدا، دغدغه حضور در کار خیر را داشت.» حضور در برنامه‌های سه‌شنبه‌های مهدوی، از لذت‌بخش‌ترین کارهایی است که امین در آنها شرکت می‌کرد. او تعریف می‌کند همسرش در کنار سرپرستی یک خانواده سه نفره و تمرکز روی شغل و مسائل اقتصادی، همیشه وقتی هم برای شرکت در برنامه‌های همیشگی سه‌شنبه‌ها می‌گذشت، در مراسم سراسری که غروب سه‌شنبه‌ها، جوان‌ها دور هم جمع می‌شدند تا به یاد امام مهدی (عج) به عابران و شهروندان، هدیه‌ای بدهند. امین کارهای خرید، بسته‌بندی و همه برنامه‌ریزی‌ها را با عشق انجام می‌داد تا یاد و خاطره امام غایب در غروب‌های شلوغ و پردغدغه سه‌شنبه‌ها در ذهن همشهری‌هایش زنده نگه دارد. نیلووفر می‌گوید: «آنرزی امین باعث می‌شد تا من هم با او همراه شوم. البته کارهای سه‌شنبه‌ها سنگین بود و خسته‌کننده بودند، اما حس خوشایندی داشت.» داستان زندگی آنها بین کارهای سه‌شنبه‌ها و دغدغه‌های روزمره در نوسان بود تا این که امین با یکی از گروه‌های جهادی آشنا می‌شود، زمانی که تصمیم گرفت در اردوی جهادی شرکت کند. تصمیمش را با نیلووفر در میان گذاشت. او تعریف می‌کند: «من مخالف بودم. نه این که نخواهم کار خیری انجام دهد، نه نمی‌خواستم حتی برای یک لحظه از او جدا باشم.» برق اشتیاق و علاقه‌ای که امین برای انجام کارهای خیر در چشمانش داشت، اما نیلووفر را راضی می‌کند و به حضور همسر در منطقه‌ای خیلی دور از خانه رضایت می‌دهد. نیلووفر تعریف می‌کند همسرش از رضایت او به شدت خوشحال می‌شود، آن قدر که انگار قرار بود به کرپلا برود. روزی که قرار بود امین به اردوی جهادی برود، کارهای سه‌شنبه‌ها را انجام داد و صبح پنجشنبه راهی کرمانشاه شد. قرار بود برای سه خانواده محروم، سرویس بهداشتی و حمام بسازند. داستان اما در غروب اولین روز هفته اتفاق افتاد، زمانی که بعد از یک روز کاری سخت، خودروی شان در جاده چپ کرد و او همراه یکی دیگر از دوستانش به آرزویش رسید؛ آرزویی که نیلووفر درباره‌اش می‌گوید: «یک بار در نامزدی به من گفت دوست دارم شهید شوم.»

گروه‌های جهادی این روزها در کنار تلاش برای رفع محرومیت در مناطق محروم وارد عرصه مقابله با کرونا نیز شده‌اند / عکس: مهر



داستان‌های شنیدنی ۴ شهید جهادگر از زبان دوستان و خانواده

شهادتی که ماجرای شهادت‌شان خاص است

# از جهاد تا شهادت



لیلا شوقی

جامعه

داستان‌شان درست بعد از انقلاب اسلامی شروع شد، از زمانی که گروه‌های جهادی، بار و بنه‌شان را جمع کردند و رفتند به مناطق محروم برای کمک. برای هر کمکی، از درس دادن به بچه‌های روستا تا خواندن کتاب و حتی دروی گندم یا ساختن مدرسه و مسجد برای روستاییان. یک سال بعد، زمانی که جنگ تحمیلی شروع شد، همان جوان‌ها دوباره بار و بنه را بستند برای حضور در جبهه دفاع. حالا بیش از ۴۰ سال از آن روزها می‌گذرد و دوباره جوان‌هایی به جنگ رفته‌اند، به جنگ و مبارزه با محرومیت. بار و بنه‌شان را برداشته و سفر کرده‌اند به دورترین نقطه سرزمین مادری تا جهاد کنند و از نو، خانه‌ای بسازند، جاده‌ای، مدرسه‌ای یا مسجدی. در این راه اما خیلی از این جهادگران، نفس‌شان به تنگ آمده و به مقام شهادت رسیده‌اند. در ادامه داستان زندگی، منش و ماجرای شهادت چهار شهید جهادگر آمده‌است. کسانی که بی‌ادعا در هر نقشی از دانش‌آموز گرفته تا فرزند، پدر، همسر و دانشجو، پاشنه همت و رشیدانه‌اند تا ایرانی برابر برای همه ایرانیان بسازند.



### شهید فداکار

شهید سید محمدعلی شاهزندی، ۱۷ ساله، اصفهان

بعد از ۱۴ سال، یاد و خاطره محمدعلی، برای سید مهدی شاهزندی، پدر شهید سید محمدعلی، هنوز زنده است. سال ۶۹ بود که اولین فرزند پسر و دومین فرزند خانواده شاهزندی به دنیا آمد. پسری که به قول پدرش، خیلی راهبوش بود و از همان سن کم، به همراه پدر در مسجد و حسینیه نوربازار شهرستان، اصفهان رفت‌وآمد می‌کرد. همین باعث شد تا او از سن نوجوانی، جذب پایگاه بسیج محل شود. پدر این شهید می‌گوید که محمدعلی، به‌شدت به رایانه علاقه داشت و از همان دوران کودکی، خودش بدون این که در کلاس آموزشی شرکت کند، کار با رایانه را آموخت. او تعریف می‌کند همین علاقه به رایانه پسرش را به این فکر برده که حتما در دانشگاه، مهندسی رایانه بخواند. اما ورق زندگی، این پسر به شکل دیگری برمی‌گردد، آن هم در نقطه اوج زندگی او یعنی در ۱۷ سالگی. یعنی زمانی که تازه دیپلم گرفته بود. سید مهدی می‌گوید او آخر خرداد بود و سید محمدعلی درحالی که تازه امتحاناتش را با موفقیت به پایان رسانده بود، در مسجد محل، اطلاعیه‌ای را مشاهده کرد. اطلاعیه‌ای که باعث شد تا چشم سید محمدعلی ۱۷ ساله برق بزند، انگار این اطلاعیه مخاطب خاص داشت و از او خواسته بود تا در اردوی جهادی محرومیت‌زدایی در روستای کاهدان شرکت کند. دل او به تپش افتاد و از پدر و مادرش خواست تا برای رفتن به اردو رضایت دهند. هرچند که پدرش تعریف می‌کند مادر اول راضی نبود تا

پسر ارشدش چند هفته‌ای از خانواده دور باشد، اما بعدا به خاطر کار خیری که پسرش نیت کرده بود، به خواسته سید محمدعلی، رضا داد. پدر می‌گوید: ۳۱ خرداد، راهی اردو شدند. قرار بود برای منطقه محرومی که نه جاده درست و درمانی داشت و نه امکانات اولیه، مدرسه و مسجد بسازند. همه چیز خوب پیش می‌رفت و سید محمدعلی هم مانند دوستانش، آجر بالا می‌انداخت و تلاش می‌کرد تا حدودی، محرومیت را از بین ببرد. اما ناگهان ۵ تیر ۸۶ حادثه‌ای تلخ اتفاق افتاد. داستان از رودخانه خروشان روستای کاهدان شروع شد. زمانی که یکی از دوستان سید محمدعلی، در رودخانه افتاد و در حال غرق شدن بود. پسر ۱۷ ساله تا دید دوستانش در آب‌های خروشان افتاده، یک لحظه هم تأمل نکرد، سریع داخل رودخانه پرید تا دوست جهادی‌اش را نجات دهد. اتفاقاً سید محمدعلی رفیقش را نجات می‌دهد و به لب ساحل رودخانه می‌رساند، اما خود او در جنگ با آب خروشان سرد که توان را از او گرفته بود، کم می‌آورد، پایش لیز می‌خورد و آب رودخانه دست او را می‌گیرد و به درون خود می‌کشانند. آب، پیکر سیدمحمدعلی را با خود می‌برد و با این که محلی‌ها و غواصان، روزها به دنبال پیکرش می‌گردند، اما خبری از پسر ۱۷ ساله پیدا نمی‌کنند. پدرش می‌گوید، ۱۵ روز بعد، درست در زمانی که ماه کامل شده و ایام فاطمیه بود، پیکر بی‌جان سیدمحمدعلی را سالم، بدن هیچ آسیبی، پیدا می‌کنند. سید محمدعلی اولین شهید جهادگری است که در راه محرومیت‌زدایی به شهادت رسیده‌است.



### عشق اردوی جهادی

شهید مهدی بهامیری، ۲۱ ساله، چهارمحال و بختیاری

آه می‌کشد و می‌گوید: «همین چند روز پیش ۲۶ سالگرد شهادتش بود.» این را منوچهر بهامیری، پدر شهید مهدی بهامیری می‌گوید. جوانی که سال ۹۱، زمانی که تازه ۲۱ سال داشت به مقام شهادت رسید. کسی که در کودکی همیشه به انجمن خیریه‌ای که پدرش به همراه دوستان و یستگان تشکیل داده بودند، سر می‌زد. پدر شهید می‌گوید از همان ابتدا کمک به محرومان را در این خیریه آموخت. بعدها که پشت لبش سبز شد، شرکت در هیات‌ها و حسینیه‌ها، جز جدایی‌ناپذیر زندگی‌اش شد. زمانی که در مراکز مذهبی به عنوان مسئول روابط عمومی فعالیت می‌کرد، سیم و سیمچین به دست می‌گرفت و مسوول صوت و تصویر بود و حتی به دلیل علاقه‌ای که به رایانه و وب داشت، در فضای مجازی برای هیات‌ها و حسینیه‌ها تبلیغات می‌کرد و سایت می‌ساخت. علاقه به کارهای صوتی، تصویری و ساخت سایت، اما دلیلی نشد که او نخواهد در اردوهای جهادی شرکت کند و اتفاقاً پایش برای ورود به اردوهای جهادی قریص تر هم شد.

دیپلم را که گرفت، راهی خدمت سربازی شد و سربازی را در شهر یزد گذراند؛

### منش شهیدگونه

شهید محمدحسین محرابی، ۲۵ ساله، البرز



نیما نیازمند، دوست، هم‌دانشگاهی و مسؤول قرارگاهی است که محمدحسین محرابی، زیرپرچم آن به مناطق محروم زیادی از استان‌های خوزستان، ایلام و کردستان رفته‌است. داستان پیوستن محمدحسین به گروه‌های جهادی از دانشگاه آزاد واحد تهران مرکز و زمانی که در رشته مکانیک درس می‌خوانده‌است، شروع شد. همان زمان هم با نیازمند، دست رفاقت می‌دهد و برای ساختن ایرانی بهتر با هم عهد و پیمان می‌بندند. در همان روزهای دانشجویی، مدام به مناطق محروم سفر می‌کنند. شیرینی شرکت در اردوهای جهادی برای محمدحسین این قدر لذت‌بخش بود که بعد از فارغ التحصیلی از دانشگاه هم در موسسه دیگری با نیازمند همراه می‌شود. او تعریف می‌کند: «هر زمانی که در اردوهای جهادی شرکت می‌کرد، به خانواده‌اش می‌گفت که در اردوهای راهیان نور شرکت کرده‌است. لباس‌های خاکی‌اش را هم در زیرزمین خانه پنهان می‌کرد و بعد از چند روز، لباس‌ها را خودش می‌شست. دوست نداشت خانواده‌اش بدانند که او در اردوهای جهادی شرکت می‌کند و بعد از شهادتش خانواده فهمیدند در تمام مدت زندگی‌شان در اردوهای جهادی شرکت می‌کرد.» نیازمند از خصوصیات رفتاری محمدحسین، خاطره‌ها دارد. از زمان‌هایی که محمدحسین غذای نمی‌خورد، چون در آن روز، کم کار کرده بود یا به دلیل بیماری و خستگی، نتوانسته بود آجری روی آجر دیگری بگذارد و دیواری بسازد. نیما می‌گوید: «هر وقت از او می‌پرسیدیم که چرا امروز ناهار نمی‌خوری، می‌گفت که ناهار از پول بیت‌المال است و زمانی که من امروز خوب کار نکرده‌ام، پس نباید غبت‌های هم بپریم.»

معمولاً گروه‌های جهادی روزهایی را برای استراحت، گردش و تفریح در نظر می‌گیرند تا هم اعضای گروه استراحت کنند و هم رانندگان کارشان را بالا ببرند. ولی به گفته نیازمند، محمدحسین در هیچ‌کدام از برنامه‌های تفریحی گروه‌شان شرکت نمی‌کرد. او می‌گفت که نیامده اردوی جهادی تا استراحت و تفریح کند، بلکه آمده‌است تا کاری انجام دهد. ماجرای تیر ۹۰ نیز همین‌طور بود. زمانی که یک روز قبل از شهادتش، برنامه تفریحی شان در سد وحدت روستای محل استقرارشان، یعنی روستای سراب‌قامیش از توابع شهر سنندج، برنامه‌ریزی شده بود و در این برنامه تفریحی هم محمدحسین شرکت نکرد. روز بعد اما حادثه عجیبی رخ داد. روز محمدحسین با سرگیجه و خون دماغ شروع شد. همین باعث شد تا آن روز را به او مرخصی دهند که استراحت کند. هرچند برای محمدحسینی که نمی‌توانست بیکار بنشیند، استراحت کردن سخت بود، همین شد که نزدیک سد رفت تا لباس‌هایش را بشوید. چند ساعت بعد اما پیکرش را بی‌جان از آب بیرون کشیدند. بعد از گذشت ۹ سال، نه خانواده و نه نیما هیچ‌کدام دلیل شهادتش را نمی‌دانند. نیازمند می‌گوید: «واقعاً دلیل شهادتش را نمی‌دانیم، شاید لب آب رفته بود تا شخص یا حیوانی را نجات دهد، به هر حال هیچ وقت مشخص نشد.»