



# سبک زندگی

سبک زندگی



قومی رکشت فاقد اخلاق مرونی است

اقوام روزگار به اخلاق، زنده اند

محمد تقی بهار



# آداب زندگانی



بدان که مردم بی هنر، مادام بی سود باشد، چون مغیلان که تن دارد و سایه ندارد؛ نه خود را سود کند و نه غیر خود را؛ جهد کن که اگر چه اصیل و گوهری باشی، گوهر تن نیز داری که گوهر تن از گوهر اصل بهتر بود؛ چنان که گفته اند: بزرگی، خرد و دانش راست نه گوهر را، اگر مردم را با گوهر اصل، گوهر هنر نباشد، صحبت هیچ کس را به کار نیاید و در هر که این دو گوهریابی، چنگ در وی زن و از دست مگذار که وی همه را به کار آید...

سخن، ناپرسیده مکوی و از گفتار خیره پرهیز کن. چون باز پرسند، جز راست مکوی. تا نخواهند، کس را نصیحت مکوی و پند مده؛ خاصه کسی را که پند نشنود که او خود او فتد. در میان جمع هیچ کس را پند مده. از جای تمت زده پرهیز کن و از یار بداندیش و بدآموز بگمیز. به غم مردمان شادی مکن تا مردمان نیز به غم تو شادی نکنند. داده تا دادیابی. خوب گوی تا خوب شنوی. اگر طالب علم باشی، پرهیزگار و قانع باش و علم دوست و بردبار و کم سخن و دوراندیش.

قابوس نامه، عنصر المعالی کیکاووس



آدمی باید که بسیار نگوید و سخن دیگری به سخن خود قطع نکند. اگر سؤال از جماعتی کنند که او داخل آن جماعت بود، بر ایشان سبقت ننماید و اگر کسی به جواب مشغول شود، او بر بهتر جوابی از آن، قادر بود، صبر کند تا آن سخن، تمام شود، پس جواب خود بگوید بر وجهی که در مقدم طعن نکند و در محاوراتی که به حضور او میان دو کس رود، خوض ننماید و اگر از او پوشیده دارند، استراق سمع نکند و تا او را با خود در آن مشارکت ندهند، مداخلت نکند.

اخلاق ناصری، خواجه نصیرالدین توسی

۱ هنگام سخن گفتن دیگران به چه نکاتی باید توجه کرد؟

۲ بیت زیر با کدام بخش درس، ارتباط معنایی دارد؟

بنی آدم اعضای یک پیکرند      که در آفرینش ز یک گوهرند

(گلستان، سعدی)

۳ یک زندگی موفقیت آمیز دارای چه ویژگی هایی است؟

۴

### گروه فعلی (۱) زمان حال (مضارع)

به فعل های جمله های زیر، توجه کنید:

■ پروانه اکنون به کتابخانه می رود.

■ شاید به دیدار شما بیایم.

■ اکنون داریم درس جدید را می خوانیم.

این فعل ها بر انجام کاری در زمان حال دلالت می کنند؛ از این رو، به آنها «مضارع» گفته می شود. فعل مضارع بر سه نوع است: **اخباری**، **التزامی** و **مستمر (جاری)**.

◀ **مضارع اخباری**، بر انجام گرفتن کاری و بیان خبری در زمان حال دلالت دارد. مانند: می خوانم.

ساخت مضارع اخباری:

نشانه	بن مضارع	شناسه
می	رو	دَ

◀ **مضارع التزامی**، وقوع کاری را در زمان حال با تردید، شک، شرط یا آرزو بیان می‌کند.  
مانند: شاید امروز نامه‌ای برایت بنویسم.

### ساخت مضارع التزامی:

نشانه	بن مضارع	شناسه
ب	خوان	مَ

■ **نکته ۱:** گاهی مضارع اخباری را به جای فعل آینده نیز به کار می‌برند.  
مانند: سال آینده، چیزهای تازه‌تری می‌خوانیم.

■ **نکته ۲:** فعل مضارع اخباری و التزامی، گاهی بدون نشانه آغازین (می، ب) به کار می‌روند.  
مانند: اگر در خانه‌ای شوی، روزگاری دراز، صفت آن **گویی**. (بشوی - می‌گویی)  
- در پیله تا به کی، بر خویشتن **تنی**? (می‌تنی)

◀ **مضارع مستمر**، جریان انجام کاری را در زمان حال بیان می‌کند.  
مانند: دارم می‌بینم.

### ساخت مضارع مستمر:

شناسه	بن مضارع	نشانه		شناسه	فعل کمکی
مَ	بین	می		مَ	دار

## گفت و گو

۱ دربارهٔ آداب معاشرت و تأثیر اخلاق نیکو در زندگی اجتماعی، بحث و گفت‌وگو کنید.

۲ دربارهٔ ابیات زیر و ارتباط آن با درس گفت‌وگو کنید.

کم‌گوی و به‌جز مصلحت خویش مگوی      چیزی که نپرسند تو از پیش مگوی  
دادند دو گوش و یک زبانت ز آغاز      یعنی که دو بشنو و یکی بیش مگوی  
اخلاق ناصری، خواجه نصیرالدین توسی

## نوشتن

۱ هم خانوادهٔ واژه‌های زیر را از متن درس بیابید و بنویسید.

**اتهام، اقناع، طعنه، مقدم، استماع، مقطوع، مطلب، مقتدر، مجتهد، اصیل**

۲ فعل‌های مضارع را مشخص کنید و نوع آنها را بنویسید.

« اینک دارم برای شما می‌نویسم، شاید بخوانید و به کار بندید؛ هرگاه ذهن‌تان را از کژاندیشی بپیرایید، دلتان را از احساس ناروا بشوید و از بی‌رسمی‌ها بپرهیزید، خداوند با شما همراه می‌شود؛ پست و بلند آوای درونتان را می‌شنود و رفتار شما را به سامان می‌آورد.»

۳ عبارت زیر را در یک بند، توضیح دهید.

« گوهرِ تن، از گوهرِ اصل، بهتر بود.»

## حکایت شو، خطر کن!

امیر خراسان را پرسیدند که تو فردی فقیر و بی چیز بودی و شغلی پست داشتی، به امیری خراسان چون افتادی؟

گفت: روزی دیوان «حَنْظَلَةُ بادغیسی» همی خواندم، بدین دو بیت رسیدم:

مهتری گر به کام شیر در است شو، خطر کن ز کام شیر بجوی  
یا بزرگی و عزّ و نعمت و جاه یا چو مردانت، مرگ رویاروی

داعیه‌ای در باطن من پدید آمد که به هیچ وجه در آن حالت که اندر بودم، راضی نتوانستم بود. دارایی‌ام بفروختم و اسب خریدم و از وطن خویش، رحلت کردم. به دولت صفّاریان پیوستم. هر روز برشکوه و شوکت و لشکر من افزوده می‌گشت و اندک‌اندک کار من بالا گرفت و ترقّی کرد تا جمله خراسان را به فرمان خویش درآوردم. اصل و سبب، این دو بیت بود.

چهار مقاله، نظامی عروسی



# پرتو امید



دیوان حافظ، نامه زندگی و زندگی نامه ماست. حافظ به ما خوب زیستن و شاد زیستن می آموزد. حافظ حکیمی متفکر و تفکر برانگیز است. فرزانه ای است با اندیشه های عمیق عرفانی و احساس ها و عواطف ژرف انسانی. در نگاه و نگرش حافظ، چند مشخصه برجسته دیده می شود: انتقادی بودن؛ حافظ از همه تباهی هایی که در روزگار او پدیدار شده بود، جسورانه انتقاد می کند.

طنز ظریف و کارساز؛ برای آنکه انتقادش به طعن و لعن و هجو، شباهت نیابد، انتقادها را با طنز می آمیزد و آن را دلپذیر می کند. مهم ترین آموزش غیر مستقیم حافظ این است که به ما شیوه درست نگاه کردن به زندگی را می آموزد؛ نه اینکه به ما چند رهنمود و پند تحویل دهد.

حافظ، خرّمشاهی





اکنون یکی از غزل‌های حافظ را می‌خوانیم:

کعبه احزان شود روزی گلستان، غم مخور  
 وین سر شوریده باز آید به سامان، غم مخور  
 دائماً یکمان نباشد حال دوران، غم مخور  
 باشد اندر پرده، بازی‌های پنهان، غم مخور  
 چون تورانوح است کشتیمان، زتوفان، غم مخور  
 سرزنش‌هاگر کند خار منیلان، غم مخور  
 هیچ راهی نیست کان را نیست پایان، غم مخور  
 تا بود وردت دعا و درس قرآن، غم مخور

۱ یوسف گم‌گشته باز آید به کنعان غم مخور  
 ای دل غمیده، حالت به شود، دل بد کن  
 دور گردون گردو روزی بر مراد ما نرفت  
 خان مژومید! چون واقف نه ای از سزغیب  
 ۵ ای دل ار سیل فنا بنیاد هستی بر کند  
 دریبان گر به شوق کعبه خواهی زد قدم  
 گرچه منزل بس خطرناک است و مقصد بس بعید  
 حافظا! درکنج فقر و خلوت شب‌های تار



## خودارزیابی

- ۱ چه چیزی پذیرش سختی‌ها را برای حافظ، آسان کرده است؟
- ۲ انسان عاقل در برابر حوادث و مشکلات زندگی، چگونه باید رفتار کند؟
- ۳ بیت زیر با کدام یک از بیت‌های درس ارتباط بیشتری دارد؟  
غَوَاصٌ إِنْ كَانَتْ لَمْ تَكُنْ كَامِئَةً هَرَّكَتْ دُرَّ كَرَانِمَايَهْ بِهْ چَنگ (سعدی)
- ۴ .....

## نکته ادبی

معمولاً شاعران در پایان شعر، نام شعری خود را می‌آورند. به این نام، «تخلص» می‌گویند. تخلص به معنای رهایی یافتن و خلاص شدن است. گویی شاعر با سرودن بیت تخلص، از بند سخن آزاد می‌شود. تخلص مانند امضا و نشان است که در پایان شعر می‌آید. مثلاً اسم اصلی حافظ، «شمس‌الدین محمد» و نام اصلی شهریار، «محمدحسین بهجت تبریزی» است؛ ولی این دو شاعر در شعر خویش «حافظ» و «شهریار» تخلص کرده‌اند؛ البته امروزه، شاعران کمتر از تخلص، استفاده می‌کنند.

نمونه‌های زیر، بیت تخلص را نشان می‌دهد:

غم‌دل به دوست گفتن، چه خوش است شهریار!	ز نوای مرغ یا حق، بشنو که در دل شب
هر کجا نور است ز انوار خداست	این سخن پروین نه از روی هواست
راستی کن که به منزل نرسد کج رفتار	سعدیا، راست روان گوی سعادت بردند

## گفت‌وگو

- ۱ غزلی دیگر از دیوان حافظ انتخاب کنید و دربارهٔ پیام‌های آن در کلاس، گفت‌وگو کنید.
- ۲ چهار نمونه تخلص از شاعران دیگر انتخاب کنید و بیت کامل آنها را در کلاس بخوانید.

گاهی یک واژه ممکن است، دو شکل نوشتاری کوتاه شده، داشته باشد؛ مانند کلمه «اگر» که به دو شکل «گر» و «ار» معمولاً در شعر به کار می‌رود.

■ در بیابان گر به شوق کعبه خواهی زد قَدَم

■ ای دل ار سیل فنا بنیاد هستی برکند

۱ واژگانی را که نشانه جمع دارند، مشخص کنید و مفرد هر یک را بنویسید.

**کنعان، گلستان، دودمان، احزان، پیروان، کشتیبان، پایان، آزادگان**

۲ در بیت زیر، قافیه‌ها را مشخص کنید و سه واژه هم قافیه با آنها بنویسید.

همای اوج سعادت به دام ما افتد      اگر تو را گذری بر مقام ما افتد

(حافظ)

۳ بیت زیر، با کدام یک از بیت‌های درس، ارتباط معنایی دارد؟ دلیل ارتباط آن را بنویسید.

عزیز مصر به رغمِ برادرانِ غیور      ز قعرِ چاه، برآمد به اوجِ ماه رسید

(حافظ)

## همزیستی با مام میهن



**لحن میهنی**، گونه‌ای از لحن خوانش متن است که در آن، خواننده می‌کوشد با شور و حرارتی برانگیزاننده، غیرت ملی و حسّ همدلی را بیدار سازد و با بهره‌گیری از عاطفه و حسّ و حال مناسب، شنونده را به احترام و دوستی میهن، فراخواند.

مادران، دل به مهر فرزندان، گرم و تپنده می‌دارند و فرزندان در پرتو گرم و گوارای مادر، جان می‌گیرند و می‌پرورند و می‌بالند. این دو را پیوندها و آوندهایی به سرچشمه‌های یکتایی می‌رساند و خوشی و ناخوشی یکی را به دیگری پیوند می‌زند.

مادر، گرامی‌گوهری است که در کارگاه آفرینش خدای مهربان، همتایی ندارد. از این روست که هر چیز گرانبیایه را اگر بخواهند از راه همانندی، بزرگ بشمارند و عزیز بدانند، به مام یا مادر مانند می‌کنند.

ترکیب «مام میهن» را شنیده‌اید؛ از همان دست ترکیب‌های زبانی است که میهن را در پرورندگی و همزیستی به مام یا مادر همانند و هم‌نشین کرده‌است. از این دید، میهن، با همه هم‌پیوندان و باشندگانش، مادرانه رفتار می‌کند. در چشم میهن، همه فرزندان این

آب و خاک، که زاد و بودشان و ریشه وجودشان در خاک اینجاست، یکسان اند و هیچ رنگ و نژاد و لهجه و گویش و زبانی به دیده این مادر، بر آن دیگری برتری ندارد.

اگر به گلستانی درآید، نمونه این گونه کونی و یگانگی را به چشم می بینید و به عقل درمی یابید که به قد و قامت و رنگ و رخسار، اگرچه بسیارند؛ اما رنگ و ریشه همه در یک خاک نهاده شده است و از یک آبشخور، مایه ور و سیراب می شوند. گلستان، مام میهن و گاهواره گل های رنگین است و خارها و گل ها، فرزندان این مادرند.

ایران ما با همه فراخنای فرهنگی و گسترگی جغرافیایی و گوناگونی گویش ها و رنگارنگی لهجه ها، به گلستانی می ماند که در دل و دامن خود، عزیزکانی را بی توجه به رنگ و چهره، نوا و ناله می پروراند و شیرۀ جان خویش در کامشان می دارد.

این سند و دادِ مادر - فرزندی و جان فشانی یکی برای دیگری، دوسویه است. اگر فرزند را ناخوشی و کزندی روی نماید، مادر بی خویش و ناخوش و ناآرام است و هرگاه مادر را اندوه و آسیمی فراگیرد، فرزندان نیز آرام و قرار ندارند و بی شکیب و به جان می کوشند تا آرام جای خانه را به آرامش بازآورند و خفاش خویان را از مهر رخ مادر، دور بدارند.

در طول تاریخ، بارها دیده ایم که هرگاه دشمنان و بدخواهان، دست ستم به سوی این مهرآشیان وطن دراز کرده اند، همه فرزندان، از همه سوی ایران به هر رنگ و نشان، هم صدا فریاد برآورده اند و مشت ها را گره کرده اند و پشت به پشت هم بر بیگانه تاخته اند! در دوران هشت ساله دفاع مقدس، ایرانیان همه برای وطن، تن را سپر کرده اند.

مسلمان، مسیحی، زردشتی و دیگران از چهار سوی ایران چون آذری، بلوچ، ترک، عرب،

فارس، کرد، کیلک، لر، مازندرانی و... ایستاده‌اند و فریاد برآورده‌اند:

همی خواهم از کردگار جهان      شناسه آشکار و نمان  
که باشد ز هر بد، نگهدارتان      همه نیک نامی بود یارتان

(شاهنامه، فردوسی)

یکی از جلوه‌های مهربانی و همدلی را در رفتار شوق‌انگیز رهبر نظام اسلامی با خانواده شهدای اقلیت‌های مذهبی می‌بینیم؛ ایشان در دیدار با وابستگان شهدای مسیحی می‌فرمایند: « ما در ایران، عرب ایرانی داریم، ترک ایرانی داریم، فارس ایرانی داریم، کرد ایرانی داریم، آشوری ایرانی داریم، ارمنی ایرانی داریم و... همه ایرانی هستیم... ایرانی بودن، اصل است. جمهوری اسلامی، مال همه است... یعنی شهروندان، آن کسانی که در زیر پرچم جمهوری اسلامی هستند، اینها با هم فرقی نمی‌کنند... »\*.



این همزیستی و همدلی اقوام ایرانی، پشتوانه‌ای بسیار شگوهمند برای وطن است و سدی

\* نقل از کتاب «مسیح در شب قدر» بخشی از روایت حضور مقام معظم رهبری در منازل شهدای ارمنی و آشوری از سال ۱۳۶۳ تا ۱۳۸۹، ص ۳۵۷ و ۳۵۸.

استوار به بلندای ارادهٔ پولادین ایرانیان پدید می‌آورد و میهن را در آوردگاه‌ها، از گزند دشمنان و اهرمن‌خویان می‌رهاند.

به هر روی، ایران از آن همهٔ ایرانیان است؛ همهٔ اینان که در خاکش بزرگ شده‌اند و از آتش نوشیده‌اند و در هوایش پرورده‌اند؛ با آرامش آن آرمیده‌اند و در آشوبش بی‌قراری کرده‌اند؛ در صحنه‌های رزمش، دلاورانه، پیکار کرده‌اند و در جشن‌هایش، صف‌های میلیونی بسته‌اند و دشمنان را انگشت به دهان گذاشته‌اند.

امروز همین حس مشترک، هم‌جوشی و هم‌کوشی، همزیستی ما را معنا می‌بخشد. به همین سبب است که ملت ایران، یک‌صدا چونان شیر می‌غرند و ندای واحدی برمی‌آورند که:

ندانی که ایران نشست من است؟	جهان سر به سر، زیر دست من است؟
همه یکدلانند، یزدان شناس	به نیکی ندارند از بد، هراس
دریغ است ایران که ویران شود	کنام پلنگان و شیران شود
چو ایران نباشد، تن من مباد	در این بوم و بر، زنده یک تن مباد
همه سر به سر، تن به کشتن دهیم	از آن به که کشور، به دشمن دهیم

(شاهنامه، فردوسی)

## خودارزیابی

- ۱ چرا میهن را به مادر تشبیه می‌کنند؟
- ۲ به نظر شما منظور از دو سویه بودن رابطهٔ مادر و فرزند چیست؟
- ۳ یک جامعهٔ همدل چه ویژگی‌هایی دارد؟
- ۴ .....

## نکتهٔ ادبی

به بیت‌ها و جمله‌های زیر، دقت کنید:

■ همه‌ی خواهم از کردگار جهان      شناسندهٔ آشکار و نهان  
که باشد ز هر بد، نگهدارتان      همه نیک‌نامی بود یارتان  
(فردوسی)

■ خوشی و ناخوشی یکی را به دیگری پیوند می‌زند.

■ سست و داد مادر- فرزندی و جان‌فشانی یکی برای دیگری، دوسویه است.

در بیت‌ها و عبارت‌های بالا به ترتیب کلمه‌های «آشکار و نهان»، «نیک و بد»، «خوشی و ناخوشی» و «سست و داد» به کار رفته است. شما با نوع رابطهٔ بین این کلمه‌ها آشنا هستید. این کلمه‌ها با هم «متضاد» هستند. هرگاه دو یا چند کلمه از نظر معنایی در **تضاد** باشند به آنها کلمات «متضاد» می‌گویند. تضاد یک عنصر معنایی است و نوع رابطهٔ دو کلمه از این دید، **رابطهٔ معنوی** خوانده می‌شود. بهره‌گیری از این ویژگی، سبب گسترش دامنهٔ معنا و جذابیت فضای معنایی سخن می‌شود.



- ۱ شعری با محتوای همدلی و اتحاد، انتخاب کنید و درباره آن، گفت‌وگو کنید.
- ۲ نمونه‌هایی از همزیستی و همدلی اقوام ایرانی را در کلاس مطرح کنید.

- ۱ ده واژه مهمّ املائی متن درس را بیابید و بنویسید.
- ۲ در گروه‌های اسمی مشخص شده، هسته، وابسته و نوع آنها را بنویسید.  
الف) فرزندان در پرتو گرم و گوارای مادر، جان می‌گیرند.  
ب) در همین دوران دفاع مقدّس، ایرانیان همه برای وطن، تن را سپر کرده‌اند.
- ۳ پیام عبارت زیر را بنویسید.  
«ایران ما به گلستانی می‌ماند که در دل و دامن خود، عزیزکانی را می‌پروراند و شیره جان خویش در کامشان می‌دارد».
- ۴ جمله و بیت‌های زیر را از نظر رابطه تضاد معنایی واژه‌ها بررسی کنید و نتیجه را بنویسید.
  - تا کی آخر چو بنفشه، سر غفلت در پیش حیف باشد که تو در خوابی و نرگس بیدار  
(سعدی)
  - گر تکبر می‌کنی، باخواجگان سفله کن ور تواضع می‌کنی، با مردم درویش کن  
(شمس الدّین محمّد جوینی)
  - به نزد مِهان و به نزد کِهان به آزار موری، نیرزد جهان  
(فردوسی)
- ... با آرامش آن آرمیده‌اند و در آشوبش بی‌قراری کرده‌اند.

## دوراندیشی

شعرخوانی

رفت برون با دوسه همزادگان  
پویه همی کرد و درآمد به سر  
مهر دل و مهره پشتش شکست  
تنگ تر از حادثه حال او  
«در بن چاهش باید نخت  
تا نشویم از پدرش شرمسار»  
دشمن او بود از ایشان یکی  
صورت این حال مانند نخان  
تتمت این واقعه بر من نختد  
تا پدرش چاره آن کار کرد  
بر همه چیزش توانایی است  
بمهر از آن دوست که نادان بود

کودکی از جمله آزادگان  
پای چو در راه نهاد آن پسر  
پایش از آن پویه درآمد دست  
شد نفس آن دوسه همسال او  
آن که ورادوست ترین بود گفت:  
تا نشود راز چو روز آشکار  
عاقبت اندیش ترین کودک  
گفت: «همانا که در این همرحان  
چون که مرا زین همه دشمن نختد  
زی پدرش رفت و خبردار کرد  
حرکه در او جوهر دانایی است  
دشمن دانا که غم جان بود

مخزن الاسرار، نظامی گنجینه ای