

گام

Шаг

فصل نامه علمی دانشجویی زبان روسی دانشگاه الزهراء(س)
سال اول - شماره ی دوم - زمستان ۱۳۹۴ قیمت ۲۰۰۰۰ ریال

Новый год:

история, уходящая корнями в далекое прошлое

7 чудес России

Рассказы Л.Н.Толстого

Владимир Путин прибыл в Ираи



روزنامه علمی دانشجویی زبان روسی دانشگاه الزهراء(س)



فصل نامه علمی دانشجویی زبان روسی دانشگاه الزهراء(س)
سال اول - شماره ی دوم - زمستان ۱۳۹۴

صاحب امتیاز: انجمن علمی دانشجویی زبان روسی

مدیر مسئول: اعظم شیرازی

سر دبیر: مریم طالب پور

کارشناس نشریات: زهرا وزیری

استاد راهنما: زینب صادقی

هیئت تحریریه: محدثه چراغعلی، فهیمه دهقان زاده، اعظم شیرازی، مریم طالب پور

صفحه آرا: غلام رضا قدرتی

چاپ: چاپ خانه ی دانشگاه الزهراء(س)

تلفن: ۸۸۰۴۱۳۴۳

آدرس: میدان ونک- ده ونک- دانشگاه الزهراء(س)- اداره کل امور فرهنگی

وبلاگ انجمن علمی زبان روسی دانشگاه الزهراء: roosialzahra.mihanblog.com

Традиции Нового Года в России



7 чудес в России



Рассказы Л.Н.Толстого

Перевод стихотворения «Утёс»

Прибытие Путина в Иран

Учёная статья: Наши фрукты



Рецепт пицци «Рисовые капкейки»



Поиск слова

**Старайся стремиться
к вершинам!**

Однажды спросили Брюс Ли: «Вы любите быть вторым в своей отрасли?»

Он ответил: «Да! При условии, что не было первого места!»

У каждого человека есть вершина, на которую он хочет подняться и взлететь. На самом деле невозможно найти двух людей в мире, чтобы талант, способность и внутренние силы их были похожи подобно тому, что нет одинаковых отпечатков пальцев или зрачков: у любого человека они не только уникальны, но неповторимы. Один может быть стать прекрасным докладчиком (лектором, рассказчиком), другой - способным художником, а кто-то - умелым директором. Конечно, и докладчики могут рисовать и управлять, а художник, к примеру, может быть неплохим руководителем. На самом деле у каждого человека особый талант. Если способности развивать, то в своё время этот человек может сотворить такое чудо, какого никто и не ждал от него. Всем людям в ограниченный период их жизни, надо выполнить миссию, для которой он был создан. Это и будет вершина его творчества! Неважно, как много трудностей человеку в своей жизни приходится переносить, неважно, сколько плохих историй и ночью, и днём шепчат о нём нерадивые люди. Важно, не обращая внимания на тех, кто говорит, что вершины резервированы для особых людей, надо верить в свои способности и даже немного выше, и тогда человека ждут покорённые вершины. Каждый из нас имеет свою собственную вершину и никто не имеет права осуждать за его фантазии, стараясь тем самым унижить этого человека. Успешные и стремящиеся люди никогда не злятся на вершины других и в то же время никогда не отказываются от своих намерений. Как в поговорке: «И какой солдат не мечтает стать генералом?»

Главный редактор

به کمتر از قله راضی نشو!

روزی از بروس لی پرسیدند : « دوست داری در رشته خودت نفر دوم شوی؟! » او پاسخ داد : «بله به شرطی که جایگاه اول وجود نداشته باشد!»

هر کس قله ای برای صعود و اوج گرفتن دارد ؛ در واقع نمی توانی دو نفر را در عالم پیدا کنی که استعداد، توانایی و قدرت های درونیشان شبیه به هم باشد، همان طور که اثر انگشت و شکل مردمک چشم آدم ها با هم فرق می کند. یک نفر میتواند سخنرانی بی نظیر باشد و آن دیگری نقاشی زبردست و دیگری یک مدیر شایسته و خلاق ! البته سخنران ها هم میتوانند نقاشی کنند و هم مدیریت. درحقیقت هر کس حداقل در یک حوزه مشخص استعدادی ویژه دارد که اگر در زمان و مکان مناسب شکوفا شود، می تواند شگفتی بیافریند. هر کس حق دارد در مدت محدود عمرش ماموریتش را که برای آن خلق شده و آن، درخشش در قله خویش است، به انجام برساند.

مهم نیست سختی های زندگی چقدر زیادند، مهم نیست چقدر داستان برای راضی کردن ما به کوتاه آمدن و پذیرش دشت های پست شب و روز در گوش مان نجوا می شود . مهم این است که بی اعتنا به همه کسانی که می گویند قله ها فقط متعلق به اشخاص خاص هستند، به توانایی های خودمان ایمان بیاوریم و حتی ذره ای به کمتر از قله ای که سزاوار آنیم ، رضایت ندهیم . هر کس نقطه اوج خاص خود را دارد و هیچ کس حق ندارد او را به کمتر از آن محکوم کند. موفق ها هرگز چشم طمع به قله ی دیگران نمی دوزند و درعین حال حتی ذره ای از قله خویش نیز کوتاه نمی آیند .

سردبیر

НОВЫЙ ГОД:

история, уходящая корнями в далекое прошлое
Марьям Талебпур



История Нового Года стара, как этот мир. И это во- все не преувеличение! Новый Год праздновали ещё 4000 лет назад, в Вавилоне и Месопотамии.

Правда, много тысячелетий назад Новый Год выпадал вовсе не на 1 января. Язычники поклонялись разным богам. Но главным из них был Бог Солнца. Именно он посылал людям щедрый урожай, одаривал теплом и светом. Без него продолжение жизни было просто невозможно! Поэтому и наступление Нового Года приурочивали к весне, тому периоду времени, когда Солнышко полностью вступало в свои права. Отмечали праздник 1 марта. По поверьям, именно в этот день Бог Солнца спускался на Землю, чтобы проверить, как там идут дела у его сыновей да дочерей и помочь им в их благих начинаниях.

تاریخچه ی سال نو و ریشه ی آن در گذشته های دور

تاریخچه ی سال نو همانند جهان آفرینش قدمت بسیاری دارد. این یک اغراق نیست! چهار هزار سال پیش نیز سال نو را در سرزمین های بابل و بین النهرین جشن می گرفتند.

حقیقت این است که هزاران سال قبل ، سال نو با اول ژانویه مصادف نبوده است. بت پرستان خدایان مختلفی را پرستش می کردند که یکی از مهم ترین آنها الهه ی خورشید بوده است . او بود که برای مردم محصول پربار و گرما و نور هدیه می داد که بدون آن ادامه ی زندگی ممکن نبود. بنابراین فرا رسیدن سال نو همزمان با آغاز بهار- دوره ای که خورشید به طور کامل به اندازه ی خود می رسد- بود. سال نو در اول مارس جشن گرفته می شد. براساس اعتقادات، دقیقاً در همین روز است که الهه ی خورشید به زمین می آمد تا کارهای دختران و پسرانش را بررسی کند و در امورات خیر به آنها کمک کند.



Почему Новый Год принято отмечать 1 января?

1 января Новый Год стали отмечать благодаря Юлию Цезарю, который был не только великим полководцем, но и реформатором. Именно он, основываясь на расчетах знаменитого звездочета Созигена, провел в 46 году до н.э. реформу календаря, который до сих пор известен как юлианский.

В календарь добавили ещё 2 месяца, чтобы их число было равно 12, по количеству знаков Зодиака. Тогда же появилось деление на чётные и нечётные месяцы. А почему же Новый Год назначили на 1 января? Цезарь утверждал, что именно в этот день был основан Рим, поэтому всеми любимый праздник вначале просто был чем-то типа «Дня Вечного Города».

Правда, есть и ещё одно мнение. Январь – это месяц, названный в честь двуликого бога Януса, которого Цезарь считал своим покровителем. Может быть, гениальный Юлий посвятил этот праздник тому, кто поддерживал его во всех начинаниях.



چرا سال نو اول ژانویه جشن گرفته می شود؟

همزمانی جشن سال نو با اول ژانویه به لطف ژولیوس سزار بود که نه تنها یک فرماندهی بزرگ بلکه یک اصلاح طلب بود. او براساس محاسبات ستاره شناس معروف به نام ساسیگینس که ۴۶ سال پیش از میلاد مسیح

انجام گرفته بود؛ اصلاح تقویم را انجام داد که تا به امروز با نام تقویم جولیان شناخته می شود. به تقویم دو ماه دیگر نیز اضافه کردند که شمار براساس تعداد نشانه های زودیاک برابر ۱۲ باشد. سپس تقسیم بندی ماه ها به زوج و فرد به وجود آمد. اما چرا اول ژانویه برای جشن سال نو در نظر گرفته شد؟ تزار ادعا کرد که در این روز شهر روم تاسیس شده بنابراین برای همه این جشن محبوب در ابتدا تنها شکلی از «روز شهر ابدی» بود.

با این حال نظریه ی دیگری نیز وجود دارد. ژانویه ماهی است که به افتخار الهه ی منافق ژانوس که تزار تصور می کرد حامی او بوده، نام گذاری شده است. شاید ژولیوس نابغه این جشن را به افتخار کسی که او را در اقداماتش حمایت کرده پایه گذاری کرده است.

Главные традиции встречи Нового года

Неизменный атрибут праздника – ёлка, ведь деревья олицетворяют собой связь человека с природой и Высшими силами и являются символом обновления. По сложившейся традиции, ёлочку украшают яркими игрушками и сладостями за две недели до наступления Нового года. Ещё одна замечательная традиция праздника – пышный и богатый стол. Считается, что вкусные и разнообразные угощения в новогоднюю ночь – стопроцентный залог того, что весь год голодать вы точно не будете. Не стоит забывать и о подарках. Обычай дарить на Новый год памятные сувениры для взрослых и подарки для детей возник в Германии, ещё в 15 веке, когда Новый год только-только начинали отмечать «на современный манер». Подарки можно изготовить и самостоятельно. Считается, что такие подарки приносят

سنت های مهم تحویل سال نو

سنت های مهم تحویل سال نو ویژگی شاخص و ثابت این جشن درخت کاج است؛ چون درختان رابطه ی انسان با طبیعت و قدرت های بزرگ را مجسم می کنند و نماد تجدید و نو شدن هستند. براساس سنت های شکل گرفته، درخت کاج را با اسباب بازی های درخشان و رنگی و شیرینی جات دو هفته مانده به تحویل سال نو تزیین می کنند. یک رسم جالب دیگر هم وجود دارد و آن هم میز (سفره) پر بار و پرطمطراق است. تصور می شود که خوراکی های خوشمزه و متنوع شب عید، تضمین صددرصدی است که شما در طول سال قطعاً گرسنه نخواهید شد. اما رسم هدیه دادن را فراموش نکنید. سنت هدیه دادن در



большую удачу.

Новый год – праздник любви и всепрощения. Традиционно в новогоднюю ночь люди прощают друг другу обиды. Фейерверки и огни – тоже замечательный обычай встречи Нового года. Ведь праздничная ночь должна быть яркой и светлой. Кстати, появилась эта традиция тоже в Германии, в конце 16 века. Как считается, именно в этой стране жили лучшие пиротехники.

سال نو- سوغاتی های خاطره انگیز برای بزرگترها و هدایا برای کودکان در قرن ۱۵ زمانی که این شب تازه به شکل مدرن شروع به جشن گرفتن کرده بود در آلمان به وجود آمد. تصور بر این است که این هدایا موفقیت بزرگی به ارمغان می آورند.

سال نو، جشن عشق و بخشش است. به شکل سنتی در این شب مردم همدیگر را به خاطر کدورت های ایجاد شده می بخشند. آتش بازی نیز رسم فوق العاده ای در شب سال نو است؛ چرا که باید این شب نورانی و روشن باشد. این سنت در اواخر قرن ۱۶ در آلمان به وجود آمد و به نظر می رسد بهترین آتش بازها در این کشور زندگی می کنند.



Где отмечают Новый год?

کجا سال نو را جشن می گیرند؟

Традиционно Новый год считается семейным праздником. Поэтому встречать его следует дома, с родными и близкими. Правда, это не значит, что так нужно провести весь праздник. Есть славный обычай в новогоднюю ночь выехать на природу. Вне всяких сомнений, Новый год – самый весёлый праздник. Поэтому его принято отмечать очень бурно. Даже если что-то не ладится и на душе «кошки скребут», в новогоднюю ночь надо радоваться, гулять, поздравлять знакомых и незнакомых людей. Ни в коем случае нельзя оставаться в одиночестве. Это и есть основная новогодняя традиция. Ведь, по поверьям, как проведёшь новогоднюю ночь – таким будет и весь следующий год.

جشن سال نو به شکل سنتی یک جشن خانوادگی است. بنابراین آن را در خانه و همراه با خویشاوندان و نزدیکان جشن می گیرند. البته این به این معنی نیست که کل جشن را باید با آنها گذرانند. سنت معروفی که در این شب وجود دارد و آن رفتن به طبیعت است. بدون شک، جشن سال نو سرور انگیزترین جشن است. حتی اگر کارها روبه راه نیست و روحان آزرده است در این شب باید خوشحال شوید، قدم بزنید و به آشنایان و غریبه ها تبریک بگویید. به هیچ وجه نباید در انزوا و تنهایی بمانید. این اساسی ترین سنت جشن است. چون براساس اعتقادات هر طور که این شب را سپری کنید کل سال بعد هم به همان شکل خواهید بود.



Происхождение Деда Мороза



پیدایش بابا نوئل

Сказочный персонаж Дед Мороз – один из главных символов Нового Года. Знаком Дед Мороз - старик в красной шубе с седой бородой и посохом в руках, разъезжающий на удалой тройке лошадей. Но таким главный герой новогодних торжеств был далеко не всегда. Да и имена он носил в разное время разные: Морозко, Студенец, Трескунец. Так что всеми любимый дедушка Мороз – личность с «богатой историей».

Этот образ появился у восточных славян много столетий назад. Мороз издревле у них ассоциировался с будущим богатым урожаем, а значит, и с хорошей жизнью. Поэтому в пословицах и поговорках часто фигурирует худощавый старичок, который суровой зимой бегаёт по заснеженным полям и «заговаривает» землю принести людям щедрые и богатые дары. Но впервые образ Деда Мороза был литературно обработан только в 19 веке, известным поэтом В. Одоевским. Его Мороз Иванович – во многом прообраз того Деда Мороза, который приходит к нам в гости каждый Новый Год. Любопытно еще и то, что Дедушка Мороз 19го века был семейным человеком. Не только В. Одоевский, но и А. Островский в сказке «Снегурочка» утверждал, что женой Деда Мороза была сама Весна-Красна

شخصیت افسانه ای بابا سرما یکی از نمادهای مهم سال جدید است. نشان بابا سرما- پیرمردی با پالتوی قرمز و ریش خاکستری با عصایی در دست و سوار بر اسب های چالاک سه تایی است. اما این قهرمان اصلی جشن های سال نو همیشه اینگونه نبوده است. اسامی در زمان های مختلف، متفاوت بوده است: ماروزکا، استودنتس، ترسکونتس. این پدر بزرگ محبوب شخصیتی با تاریخچه ی غنی است.

این شکل در میان اسلاوهای شرقی چند صد سال پیش به وجود آمد. از زمان های دور سرما این تصور را در ذهن آنان پدید می آورد که در آینده محصول پرباری خواهند داشت و این به معنی زندگی خوب است. برای همین اغلب در ضرب المثله ها و سخنان پیرمرد لاغری ذکر می شود که با سرمای خشک در دشت های پوشیده از برف می دود و با زمین صحبت می کند که برای مردم هدایای سخاوتمندانه و پرباری به ارمغان آورد.

اولین بار سیمای بابا سرما به شکل ادبی در قرن ۱۹ توسط شاعر معروف و ادایفسکی کار شد. شخصیت داستان او ماروز ایوانویچ در بسیاری از ابعاد همان بابا سرمایی بود که هر سال نو نزد ما به مهمانی می آید. جالب است که بابا سرمای قرن ۱۹ فردی خانواده دار است. نه تنها آدایفسکی بلکه آستروفسکی نیز در قصه ی «دوشیزه ی برفی» تاکید می کند که زن بابا سرما خود «ویسنا- کراسنا» است.



7 Чудес России

Азам Ширази

Проект “7 чудес России” был запущен в 2008 году с целью поиска всех чудес необъятной России, и определения лучших из чудес. Проходивший в три этапа конкурс был организован газетой «Известия», телеканалом «Россия» и радиостанцией «Маяк». Голосование осуществлялось через sms и интернет. В итоге в финал попали 7 действительно чудесных мест, которыми гордится вся страна, уникальных в своём роде во всем мире. О каждом из чудес мы расскажем подробнее...

سایت "EnglishRussia" با برگزار کردن یک نظر سنجی اینترنتی و پیامکی از مردم روسیه خواست تا عجایب هفتگانه روسیه را مشخص کنند. بعد از پایان یافتن نظر سنجی ۷ مکان زیر به عنوان عجایب هفت گانه روسیه معرفی شدند:



1-озеро Байкал

۱-دریاچه بایکال

Самое чудесное из всех чудес, глубочайшее в мире озеро Байкал. Байкал — озеро тектонического происхождения в южной части Восточной Сибири, глубочайшее озеро планеты Земля, крупнейший природный резервуар пресной воды. Более половины года озеро сковано льдом. Озеро и прибрежные территории отличаются уникальным разнообразием флоры и фауны, большая часть видов эндемична. Местные жители и многие в России традиционно называют Байкал морем. Байкал занимает первое место среди семи чудес России. Подробнее здесь – озеро Байкал .

دریاچه بایکال دریاچه ای در جنوب سیبری در کشور روسیه، میان استان ایرکوتسک و بوریاتیا است . این دریاچه در فهرست میراث جهانی یونسکو ثبت شده است. بایکال قدیمی ترین و عمیق ترین دریاچه ی آب شیرین جهان است که در روسیه قرار دارد. از آنجایی که این دریاچه خیلی قدیمی و دور افتاده است، دارای جانورانی است که فقط در این دریاچه یافت می شود این جانوران شامل تعداد زیادی از بی مهرگان، چندین گونه از ماهی ها و فک آب شیرین دریاچه بایکال می باشند. فک آب شیرین بایکال تنها فک آب شیرین جهان است و دائماً در آب شیرین زندگی می کند دانشمندان بر این عقیده هستند که خوک های آبی این دریاچه در زمان های قدیم از اقیانوس شمالی آمده و بعد از سفر به سمت بالای رودخانه، به این دریاچه رسیده اند. دریاچه بایکال بزرگترین منبع آب شیرین جهان به شمار می آید. تقریباً ۲۰ درصد تمام آب شیرین روی کره زمین در این دریاچه قرار دارد. این دریاچه ۳۱۵۰۰ کیلومتر مربع پهناوری دارد.



2- Долина гейзеров на Камчатке

۲- دره ی آب فشان ها :

Долина гейзеров — это одно из наиболее крупных гейзерных полей мира и единственное в Евразии. Долина Гейзеров расположена на Камчатке в Кроноцком государственном биосферном заповеднике. У слияния рек Гейзерная и Шумная на территории около 2 км.кв находится около 20 крупных гейзеров и множество источников, периодически выбрасывающих фонтаны почти кипящей воды (более 95°C) или горячего пара .

دره ی آب فشان ها دره ای دارای آب فشان های متعدد در شبه جزیره کامچاتکا در خاور دور روسیه است. این دره تنها دشت آب فشانی در اوراسیا (در کنار دشت آب فشانی موتوفسکی) و دومین آب فشانشان بزرگ در جهان است. حوزه ی آبخیز این دره ۶ کیلومتر درازا دارد و در حدود ۹۰ آب فشان و شمار زیادی چشمه آب گرم در این دره موجود است. دسترسی به این دره دشوار است و راه اصلی رسیدن به آن با بالگرد است. آب فشانی های این دره در سال ۱۹۴۱ میلادی توسط یک دانشمند محلی به نام تاتیانا اوستینووا کشف شد .



3- Мамаев курган и Родина-мать в Волгограде

۳- مجسمه یادبود مادر میهن روسیه :

Воздвигнутый на Мамаевом кургане памятник – монументальный и величественный ансамбль «Героям Сталинградской битвы» – запечатлел эпопею о мужестве и бесстрашии защитников Сталинграда

во время ожесточенной битвы за город. Главный монумент композиции, гигантская скульптура “Родина-мать зовёт”

Скульптура представляет собой 52-х метровую фигуру женщины, стремительно идущей вперёд и зовущей за собой своих сыновей. Мамаев курган называют главной высотой России, священным местом для всех славян.

این مجسمه غول آسا در اواخر دهه ی ۵۰ میلادی به یادبود کشته شدگان جنگ جهانی دوم ساخته شد. نام این مجسمه به عنوان بلندترین تندیس یادبود در کتاب رکوردهای گینس به ثبت رسیده است. زن نماد روسیه بعد از مجسمه آزادی با اختلاف ۸۵ متر بلندترین بنای یادبود دنیاست .





4- Петергоф

۴- کاخ پترگوف :

Петергоф — дворцово-парковый ансамбль на южном берегу Финского залива в 29 км от Санкт-Петербурга. Находится на территории города Петергоф (с 1944 года — Петродворец). От него происходит название Петергофской дороги. Находится в ведении Государственного музея-заповедника «Петергоф».

پترگوف یکی از شهرهای منطقه ی فدرال سن پترزبورگ در شمال روسیه و ساحل جنوبی خلیج فنلاند است. جمعیت این شهر در سرشماری سال ۱۹۸۹ بالغ بر ۸۱۵۲۵ نفر بوده که در سرشماری سال ۲۰۰۲ به ۶۴۷۹۱ نفر کاهش یافته است. این مکان در اوایل قرن هفدهم به دستور پتر کبیر پادشاه روسیه در نزدیکی سنت پترزبورگ ساخته شد. این کاخ در کل روسیه پرطرفدارترین مکان برای توریست‌ها است .

5- Собор Василия Блаженного (Покровский собор) в Москве

۵- کلیسای جامع سنت باسیل :

Одна из самых известных достопримечательностей России. Для многих жителей планеты Земля он является символом Москвы. Именно по этому Покровский собор является одним из финалистов и победителей конкурса “7 чудес России”.

کلیسای جامع سنت باسیل یکی از برجسته ترین و قابل توجه ترین بناهای تاریخی روسیه کهن است. از قرن شانزدهم تا به امروز زیبایی این کلیسا تحسین کلیه جهانگردان را برانگیخته و امروزه به عنوان نمادی از فرهنگ و تاریخ روسیه به شمار می رود. این بنا در میدان سرخ -مهمترین میدان مسکو - واقع شده و نمادی است نمایانگر موقعیت جغرافیایی بی نظیر روسیه مابین اروپا و آسیا . کلیسای جامع سنت باسیل بین سال های



۱۵۵۵ تا ۱۵۶۱ ساخته شده و نام آن برگرفته از یکی از قدیسان ارتدکس و بسیار محبوب روسیه است. این کلیسا به دستور ایوان مخوف به عنوان بنایی به منظور بزرگداشت و یادبود تصرف شهر قازان ساخته شد. گنبدهای این کلیسا از نوع پیازی شکل است و با چوب ساخته شده. رنگ آمیزی و طراحی آن در میان تمام کلیساهای سراسر دنیا منحصر به فرد است. شایان ذکر است که این کلیسا بارها در طعمه آتش‌سوزی شده‌است اما به سرعت مورد بازسازی قرار گرفته است.

۶- Столбы выветривания на плато Мань-Пупу-нёр

Столбы выветривания (останцы) на плато Мань-Пупу-Нер являются визитной карточкой Урала. Когда-то Столбы выветривания были объектами культа манси. В связи с загадочным происхождением данных столбов местное население — манси, коми и русские — создавали различные легенды об их появлении. В настоящее время Столбы выветривания признаны одним из семи чудес России.

۶- ستون های سنگی :

ستون های سنگی یکی از عجایب طبیعی روسیه است که در منطقه ی کومی واقع شده است. هیچ‌کس نمی‌داند این ستون های سنگی دقیقا چه زمانی به وجود آمدند، تنها چیزی که دانشمندان از آن مطمئن هستند این است که تنها دست طبیعت قادر به ساختن چنین چیزی است. سن برآورد شده برای این ستون ها ۲۰۰ میلیون است و بلندترین آنها ۴۲ متر ارتفاع دارد .



7- Гора Эльбрус на Кавказе

۷- کوه البروس :

Когда-то давно Эльбрус был действующим вулканом, а теперь числится в группе самых огромных потухших вулканов планеты. Высота Эльбруса равна 5642 метрам. Мало какие вулканические горы земного шара превосходят по высоте Эльбрус. Лишь потухший вулкан Аконкагуа (6960 м) и действующая огнедышащая гора Льюльяльяко (6723 м), расположенные в Южной Америке, превышают Эльбрус немногим более чем на один километр. Самый громадный вулкан Африки Килиманджаро почти равен Эльбрусу, превосходит его только на 253 метра, то же можно сказать и о самом вулкане Северной Америки Орисабэ (5700 м), превосходящем Эльбрус на 58 метров. Среди гор Азии Эльбрус — высочайшая вулканическая вершина, следующая за нею, гора Демавенд уступает Эльбрусу по высоте на 38 метров.

کوه البروس ، قله‌ای در غرب رشته کوه قفقاز در کاباردینو-بالکاریا و کاراچای-چرکسیا در شمال فلات ایران در روسیه و نزدیک به گرجستان است. نام این قله، با نام قله ی البرز هم ریشه است و هر دو شکلی از یک واژه ی ایرانی هستند. این کوه بلندترین نقطه در روسیه است و برخی از مردم معتقدند که بلندترین نقطه در اروپا است. این کوه با ارتفاع ۵۶۰۰ متر هر ساله میزبان توریست‌های زیادی است که برای اسکی و اسنوبرد به آنجا می‌روند.

منبع : lifeglobe.net



Летучая мышь (Лев Николаевич Толстой)

Мохаддесе Черагали



Летучая мышь В давнишние времена была сильная война между зверями и птицами. Летучая мышь не пристала ни к тем, ни к другим, и всё выжидала, чья возьмёт. Сначала птицы стали побивать зверей, и тогда летучая мышь пристала к птицам, летала с ними и называла себя птицей, но потом, когда звери стали одолевать. Летучая мышь передалась зверям. Она показала им свои зубы, и лапы, и соски и уверяла, что она зверь и зверей любит. Под конце всё-таки птицы победили, и тогда летучая мышь опять передалась птицам, но птицы прогнали её. И к зверям ей уже пристать нельзя было, и с тех пор летучая мышь, живёт по погребам, по дуплам,и летает только сумерками,и не пристаёт ни к зверям, ни к птицам.

خفاش – داستانی کوتاه از لف نیکالوویچ تالستوی

در زمان های گذشته میان حیوانات وحشی و پرندگان جنگ سختی برپا بود، خفاش عضو هیچ یک از آنها نبود و از هیچ کدام طرفداری نمی کرد. همه منتظر بودند که کدام یک را برمی گزیند. در ابتدا پرندگان حیوانات وحشی را مورد حمله قرار دادند، خفاش به پرندگان ملحق شد و با آنها پرواز کرد و خود را پرند نامید. اما مدتی بعد که حیوانات وحشی پیروز شدند خفاش به حیوانات وحشی ملحق شد. او دندان ها و پنجه هایش را به آنها نشان داد و ثابت کرد که او حیوان وحشی است و حیوانات وحشی را دوست دارد. پس از آن دوباره پرندگان پیروز شدند و خفاش دوباره به طرف پرندگان رفت ولی پرندگان او را نپذیرفتند و حیوانات وحشی نیز دیگر به او اجازه ندادند. واز آن زمان تا کنون خفاش در زیر زمین و حفره ها زندگی می کند و فقط در هوای گرگ و میش پرواز می کند و نه جزو حیوانات وحشی به حساب می آید و نه جزو پرندگان.

دوست آن باشد که گیرد دست دوست در پریشان حالی و درماندگی Друг в нужде-истинный друг

دوستی خاله خرسه Медвежья услуга

از اینجا رانده از آنجا مانده Ни в городе богдан, ни в селе селифан



Ястреб и голуби (Лев Николаевич Толстой)

Гонялся, ястреб за голубями, не мог ни одного поймать. Вот он и вздумал их обмануть. Подлетел он к голубятне, сел на дерево и стал им говорить, что хочет им служить.

- Мне, - говорит, - делать нечего, а я вас люблю. Вы вот что сделайте: пустите меня к себе, сделайте своим царём, а я буду вашим слугой. Не олько что вас обижать не стану, но и в обиду никому не дам. Голуби и согласились, пустили к себе ястреба. Когда ястреб залез к ним, он стал другое говорить.

- Я ваш царь, и вы меня должны слушать. Первое дело - мне надо каждый день съедать по одному голубю. И каждый день задираю голубя. Хватились голуби, стали думать, как быть, да уж поздно.

- Не надо было, - говорят, - его вовсе пускать. А теперь уж не поможешь.

پرنده ی باز و کبوتران

باز، کبوتران را دنبال می کرد ولی نمی توانست حتی یکی از آنها را بگیرد. به این فکر افتاد که آنها را فریب دهد. او به سمت کبوتران پرواز کرد. روی درختی نشست و گفت که می خواهد به آنها خدمت کند.

گفت: هیچ کاری وجود ندارد که من انجام دهم، اما من شمارا دوست دارم. شما فقط یک کاری انجام بدهید: به من اجازه بدهید که نزد شما بمانم و حکمفرمایتان شوم، آن موقع من خدمتگزار شما خواهم بود. نه تنها شما را رنجیده خاطر نخواهم کرد، بلکه به هیچ کسی هم آزار نخواهم رساند. کبوتران موافقت کردند، به باز اجازه دادند که نزد آنها بماند. زمانی که باز حکمفرمای آنها شد حرف های دیگری را به زبان آورد.

-من پادشاه شما هستم و شما باید به من گوش دهید. اولین کار این است که هر روز باید یکی از کبوتران را بخورم. و به این ترتیب هر روز کبوتری را برمی داشت. کبوتران دور هم جمع شدند و فکر کردند. چطور ممکن است این گونه شود. دیر هم شده است.

آنها گفتند:نباید اصلا به او اجازه داده می شد. اما اکنون دیگر کاری ساخته نیست.

Вот тебе хомут и дуга, а я тебе не слуга مرا به خیر تو امید نیست شر مرسان

Выкормил змейку на свою шайку مار در آستین پروراندن

Сколько волка ни корми, а он всё в лес глядит توبه گرگ مرگ است

صحرة УТТЭС

(М.Ю.Лермонтов)

Фахиме Дехганзадех

سپرى كرده شې راتنگه ابرى زرين *Ночевала тучка золотая*

برفراز سينى صحرة اى تنها، عظيم *На груди утёса-великана;*

و صحرگاه كه شد از برش رفت شبانان *Утром в путь она умчалась рано,*

روى طاق لاجوردى كو دكانه، شادمان *По лазури весело играя;*

نقش بسته بود امارد پايى نمناك *Но остался влажный след в морщине*

بر دل زخمى صحرة مى سپرد اعمار *Старого утёса. Одиноко*

مانده بود او تنها، و عميق انديشيد *Он стоит, задумался глубоко*

در يابان بي صدا مى گرديد... *И тихонько плачет он в пустыне.*



Владимир Путин прибыл в Иран

23 Ноября 2015 Владимир Путин президента России с рабочим визитом прибыл в Иран. Путин прибыл в Тегеран для участия в саммите глав государств-участников форума стран-экспортеров газа (ФСЭГ) и в рамках визита намерен провести переговоры с верховным лидером Ирана аятолла Али Хаменеи. Встреча Владимира Путина и Вождь Ирана Али Хаменеи прошла на высоком уровне вопросы двусторонних отношений в том числе, энергетическое сотрудничество, ситуацию в Сирии, торгово - экономические отношения, которые успели обсудить во время встречи. В ходе встречи, Путин подарил имам аятолла Али Хаменеи старинный Коран.



Азам Ширази

Наши фрукты

Мохаддесе Черагали

Лучше всего есть фрукты на завтрак, до обеда и в перерывах между едой. Любой приём пищи хорошо начинать с фруктов. Когда вы едите их на голодный желудок за 30 минут до еды, то это способствует. Во-первых, снижению веса, а во-вторых, максимально усваиваются все витамины. Старайтесь есть фрукты в натуральном виде.

بهتر است برای صبحانه ، قبل از ناهار و همچنین بین وعده های غذایی میوه خورده شود . بهتر است که هر وعده ی غذایی با میوه شروع شود . زمانی که شما با شکم خالی قبل از غذا میوه می خورید ، این امر اولاً باعث کاهش وزن شما می شود ، ثانیاً تمامی ویتامین ها جذب بدن می شود . سعی کنید بطور معمول میوه بخورید .



Плоды абрикоса усиливают пищеварение , укрепляют иммунитет и стимулируют рост. Содержат большое количество железа, каротина, фосфора и магния.

میوه درخت زردآلو تقویت کننده سیستم گوارش و دستگاه ایمنی و محرک رشد می باشد. همچنین منبع غنی کاروتن [۱]، فسفر و پتاسیم می باشد .

Вишня

گیلاس



Ценный диетический продукт. В этих плодах содержатся кумарины, способствующие свертыванию крови, предупреждая инфаркт. В вишне содержится большое количество полезных веществ: витамины А, С, фолиевая кислота, антоцианы

ماده غذایی ارزشمند رژیمی است. این میوه حاوی کومارین [۲] است که باعث جلوگیری از سکتته قلبی می شود. گیلاس حاوی مقدار زیادی مواد مغذی، ویتامین های A، C، اسید فولیک و آنتوسیانین ها [۳] است که خطر ابتلا به عوارض قلبی و چاقی مفرط را کاهش می دهد.

Апельсин

پرتقال



Кисло-сладкий фрукт, содержащий много витаминов: С, В1, В2 .

Микроэлементы: натрий, калий, магний, фосфор. Восстанавливает силы, возбуждает аппетит, утоляет жажду. Усиливает функцию толстого кишечника

میوه ترش و شیرینی است که حاوی مقدار زیادی ویتامین های C، B1، B2 است. میکروالمنت های سدیم، پتاسیم، منیزیم و فسفر می باشد. سبب افزایش قوای جسمی، افزایش اشتها، رفع عطش و بهبود عملکرد روده بزرگ می شود.

Гранат

انار



Гранат-вкусный и полезный фрукт. В зернах граната содержатся сахара, облачная и лишенная кислоты, немного витамина С. Хорошо утоляет жажду. Замедляет старение, т.к.содержит антиоксиданты. Благоприятно влияет на организм в целом.

انار میوه ای خوشمزه و مفید است. هسته های انار دارای قند، اسید مالیک [۴] و اسیدسیتریک [۵] و مقداری ویتامین C می باشد. مناسب برای رفع عطش می باشد. از پیری و امثال آن جلوگیری می کند. حاوی آنتی اکسیدان [۶] می باشد و در کل تاثیر مطلوبی بر ارگانسیم بدن می گذارد.

Груша

گلابی



Фрукт-кладезь полезных веществ витамин С, В1, каротин, дубильные и азотные соединения. Высокое содержание фолиевой кислоты, которая поддерживает иммунитет и работу сердца и сосудов. Помогает организму притупить чувство голода.

میوه ای سرشار از مواد مغذی ، ویتامین های C, B1 ، کاروتن، تانن [۷] و ترکیبات نیتروژن دار است. حاوی میزان زیادی اسیدفولیک می باشد که از دستگاه ایمنی و عملکرد قلب و رگهای خونی پشتیبانی می کند . به ارگانسیم بدن کمک می کند و باعث رفع احساس گرسنگی می شود.

۱. نوعی ترکیب آلی آلکنی است که رنگدانه‌ای نارنجی بوده و منبع ارزشمندی برای ویتامین آ میباشد.

۲. ماده ضد انعقاد

۳. در خوراکی‌های قرمز و بنفش رنگ یافت می‌شود ، میزان خطر ابتلا به عوارض قلبی و چاقی مفرط را کاهش دهد.

۴. جوهر سیب

۵. جوهر لیمو یک اسید آلی ضعیف است که در مرکبات یافت می‌شود.

۶. نقش مهمی در پیشگیری از سرطان دارند.

۷. ماده‌ای است که در عصاره بسیاری از گیاهان وجود دارد. مصرف زیاد آن موجب تحریک معده، روده باریک، حالت استفراغ و تهوع خواهد شد.

Рецепт «Рисовые кашкейки» Мохадесе Черагали



Ингредиенты для "Рисовые кашкейки"

مواد لازم برای کیک های برنج

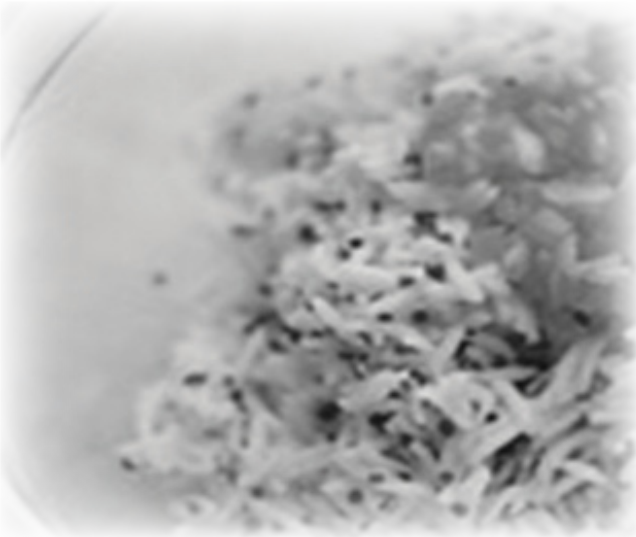
Рис — ۱۰۰ г
Фарш мясной — ۲۰۰ г
Лукрепчатый(небольшая) — ۱ шт
Перец болгарский(лучше цветной) — ۴/۱ шт
Яйцо куриное — ۱ шт
Масло оливковое(для жарки овощей плюс масло для жарки мясных шариков) — ۱ ст. л.
Соль(повкусу)
Смесь перцев(повкусу)
Зелень(для подачи)
Соус(для подачи)

- برنج ۱۰۰ گرم
- گوشت چرخ کرده ۲۰۰ گرم
- پیاز (متوسط) ۱ عدد
- فلفل دلمه ای (ترجیحا رنگی) ۱/۴ عدد
- تخم مرغ ۱ عدد
- روغن زیتون(برای سرخ کردن سبزیجات و هم چنین برای سرخ کردن کوفته ریزه ها) ۱ قاشق غذاخوری
- نمک(به میزان دلخواه)
- مخلوطی از فلفل ها(به میزان دلخواه)
- سبزی معطر(برای تزیین)
- سس(برای تزیین)



Отварить рис согласно инструкции на упаковке, остудить. Лук и перец нарезать мелким кубиком.

برنج را مطابق با دستورالعمل ذکر شده روی بسته ی آن آبکش می کنیم و میگذاریم تا سرد شود. پیاز و فلفل را نگینی خورد می کنیم.



В сковороде разогреть масло и обжарить овощи до светло-золотистого цвета. Добавить овощи к рису.

روغن را در تابه گرم می کنیم و سبزیجات (پیاز و فلفل دلمه ای) را در آن سرخ می کنیم تا به رنگ طلایی روشن در آیند. سبزیجات را به برنج اضافه می کنیم.

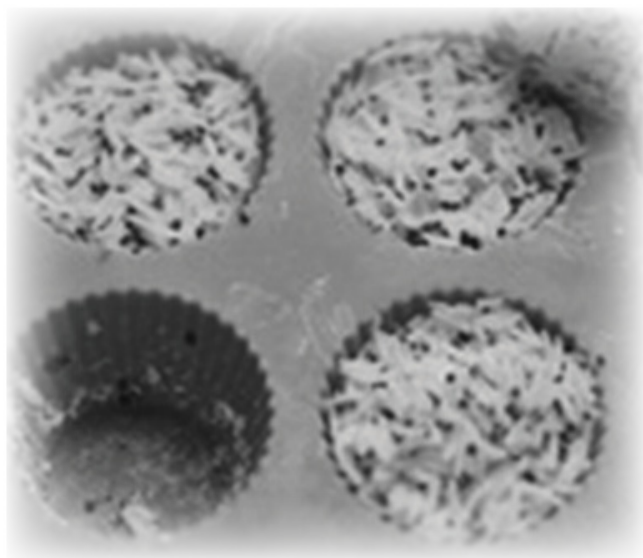


Туда же добавить яйцо, посолить, поперчить и перемешать.

سپس تخم مرغ و نمک و فلفل را نیز اضافه می کنیم و مخلوط می کنیم.

Выложить рис в силиконовые формы и отправить в разогретую до 180С духовку за 10-15 минут.

برنج را در قالب های سیلیکونی می ریزیم و در فر با دمای ۱۸۰ درجه سانتیگراد به مدت ۱۰ الی ۱۵ دقیقه قرار می دهیم.



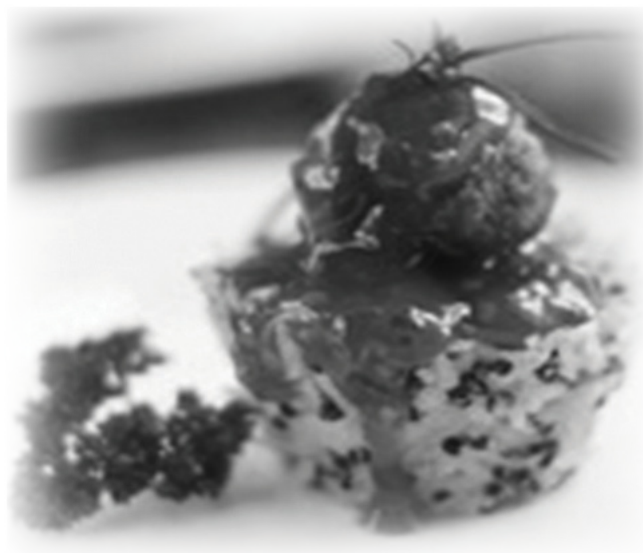
Из фарша, с луком, солью и смесью перцев, сформировать шарики. В сковороде разогреть масло и обжарить их со всех сторон до готовности.

از گوشت چرخ کرده، به همراه پیاز، نمک و مخلوطی از فلفل ها، کوفته ریزه هایی درست می کنیم. روغن را در تابه گرم می کنیم و آن ها را کاملا سرخ می کنیم تا آماده شوند.



Форму вынуть из духовки, слегка остудить и потом вынуть рисовые капкейки. На каждую положить по мясному шарикю, полить соусом и украсить зеленью.

قالب را از فر خارج می کنیم تا کمی سرد شود و سپس کاپ کیک های برنجی را خارج می کنیم. بر روی هر کدام کوفته ریزه ی گوشتی قرار می دهیم و با سبزی معطر و سس آن ها را تزیین می کنیم.



ПОИСК СЛОВА

Мохаддесе Черагали

پاسخ قبلی

Н Е Ш Е Б З В Ж Ш Ё
П И В Ы Л Е Т А Е Т
Ф Й М Е О Т П А Л И
Я О Н А Н И З М О М
Д Р О Ш И Б О Ч К И
О Ю А В Е Ь Ч У С Ъ
Х Э Ж Е Н И Ш Ъ С Я
С Т Р Я П И Ч Н Ы Й
И П О Д К А Ч А Е Т
Б Л Д В К У С Н Ы Е

К Е Ш О К О П А Л Ы
Ш Ю Ч В Ъ Т С Е М Х
У Ф К Г Я Д Т З Я А
Д М О Щ Р О И Ъ Ж Ш
Т Э И Т Р В Т Р А С
Ь К А Ш Р А М Г С О
В М Е Е Л О Е У Л Л
И Р С П О П А Р Н О
А Р Х Ы Н Ъ Л Е Д У
Ы Н О Т И Х К У Ъ У

جدید

Окошек Опалы Месть Ящик Ртами Торшера Сервиз Платях
Шаге Попарно Удельных Хитоны

