



## علی مقدمی

وکیل رسمی دادگاه های ایالتی و فدرال  
+ جراحات و صدمات بدنی + دعاوی تجاری  
+ امور کارمند و کارفرما + امور جنایی  
در دادگاه های ایالتی و یا فدرال  
+ حل اختلافات بیمه گر با شرکت های بیمه

(408) 332-5885

## بابک اخلاقی

وکیل ثبت اختراعات

NovoTechIP International PLLC  
1717 Pennsylvania Ave. NW, Suite #1025  
Washington, DC 20006

(202) 559-9159

www.NovoTechIP.com



# Expertise You Need, Results You Can Count On



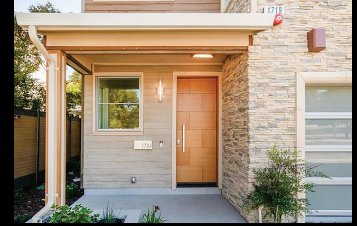
**COMING SOON**  
1713 Lawrence Road  
Representing Seller



**COMING SOON**  
1705 Lawrence Road  
Representing Seller



**COMING SOON**  
3563 Warburton Avenue  
Representing Seller



**SOLD**  
1719 Lawrence Road  
Represented Seller



**SOLD**  
3561 Warburton Avenue  
Represented Seller



**SOLD**  
3559 Warburton Avenue  
Represented Seller



**SOLD**  
3565 Brothers Lane  
Represented Seller



**SOLD**  
3567 Brothers Lane  
Represented Seller



**SOLD**  
3569 Brothers Lane  
Represented Seller



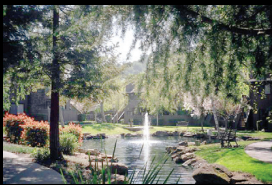
**SOLD**  
2282-2288 W Hedding Street  
Represented Seller



**SOLD**  
3424 Cecil Avenue  
Represented Seller



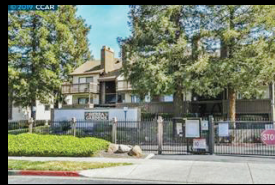
**SOLD**  
1375 Lick Avenue  
Represented Buyer



**SOLD**  
1156 La Terrace Circle  
Represented Buyer



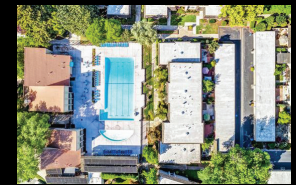
**SOLD**  
46 W Julian Street  
Represented Buyer



**SOLD**  
2055 Sierra Road  
Represented Buyer



**SOLD**  
1397 Searcy Drive  
Represented Buyer



**SOLD**  
4574 Cimarron River Court  
Represented Buyer



**Shawn Ansari**

REALTOR®  
408.529.4574  
shawn.ansari@compass.com  
DRE 01088988



**Sahar Binesh**

REALTOR®  
408.348.9197  
sahar.binesh@compass.com  
DRE 02061674



**THE LAW OFFICES OF  
CAROLINE J. NASSERI**

**(800)525-6060**

**وکیل تصادفات و صدمات بدنی**  
**Accident & Personal Injury Attorney**



**Caroline Nasserri**  
Attorney at Law

# کارولین ناصری

وکیل رسمی دادگاه های کالیفرنیا و فدرال

با بیش از ۳۲ سال تجربه

✦ تصادفات اتومبیل، موتورسیکلت و عابر پیاده

✦ صدمات شدید بر اثر تصادفات

✦ مرگ بر اثر تصادفات

✦ صدمات ناشی از حمله حیوانات

**1(800)525-6060**

دسترسی به معالجات پزشکی،  
بدون پیش پرداخت، در اسرع وقت

هیچگونه وجهی تا قبل از دریافت  
حقوق قانونی شما در امور تصادفات،  
از شما دریافت نخواهد شد!

**Tel:(408)298-1500**

e-mail: [cnasserri62@yahoo.com](mailto:cnasserri62@yahoo.com)

**Fax:(408)278-0488**

Website: [carolinenasserilaw.com](http://carolinenasserilaw.com)

**675 North First Street, San Jose, CA 95112**

## چقدر باید خسارت پردازیم؟

دکتر عطاالله مهاجرانی - اسفند ۱۳۹۸

ما اصولاً و بنیادین بلد نیستیم حرف بزیم، مخصوصاً با جهانیان، یعنی زبان دیپلماسی در زبان و فرهنگ ما تعریف نشده است. حتی بین پدر و مادر و فرزندان و حتی توی این صفحات مجازی، توی خیابان وقتی ماشین هایمان بهم می‌خورند، بین همسایه‌ها و... اول می‌زنیم تو سر و کله هم و بعد می‌رویم سراغ قانون. جهان سر به سر حکمت و عبرت است.

خیاطی می‌کند. پسرشان که حالا ۶۶ ساله است می‌شود شهردار لندن، شغلی که علی القاعده با نخست‌وزیری پهلوی می‌زند. رقیبی که در انتخابات شهرداری لندن شکست خورده زاک گلد اسمیت فرزند یک خانواده اصالتاً یهودی آلمانی میلیاردی است که در بهترین مراکز آموزشی انگلستان از قبیل کالج ایتون و دانشگاه کمبریج درس خوانده است و خانواده‌اش



همیشه با دولت مرکزی و خاندان سلطنتی رابطه نزدیک داشته است. ریاست جمهوری اواما و شهردار شدن صدیق خان این افق را در برابر دید تمامی مهاجران مسلمان و غیر مسلمان و خانواده‌های فقیر و متوسط می‌گشاید که اگر تلاش کنند می‌توانند به عالی‌ترین موقعیت‌های سیاسی و اجتماعی برسند. دین و قومیت و جنسیت هیچکدام سد راه نیستند. از اول ژانویه ۱۹۷۹ (۱۳۵۷)، قرار بود دلار

رزم پیشرفت آمریکا و اروپا می‌داند چیست و از کجاست؟ و راز عقب ماندگی ما هم از کجا ناشی می‌شود؟ یک مسلمان کنیایی سپاهپوست حسین اواما به آمریکا مهاجرت می‌کند و پسرش بعدها می‌شود باراک حسین اواما ریس جمهور. یک خانواده پاکستانی دست تنگ در اواخر دهه ۶۰ میلادی به انگلستان مهاجرت می‌کند، خانواده ۹ نفره: ۶ پسر و ۱ دختر در خانه متعلق به شهرداری زندگی می‌کنند. پدر راننده اتوبوس است و مادر

صفحه ۱	تبلیغ
صفحه ۲	اخبار-فهرست مطالب
صفحه ۳	آگهی
صفحه ۴	اخبار
صفحه ۵	نامه های شگفت انگیز (بهرام فره وشي)
صفحه ۶	خیام و ابوالعلا معزی (حسن جوادی)
صفحه ۷	بر گرفته از کتاب روشنگران ایران (ایرج پارسى نژاد)
صفحه ۸	یک سینه سخن (مسعود سپند)
صفحه ۹	آگهی
صفحه ۱۰	برخورد علم و دین (احمد ایرانی)
صفحه ۱۱	آگهی
صفحه ۱۲	داستانی تلخ از نبرد ویروس ها با بشریت (هما گرامی فره وشي)
صفحه ۱۳	آگهی
صفحه ۱۴	ورزش از نگاه من (احمد طوسی)
صفحه ۱۵	در خانه بمابین (ماهرخ غلامحسین پور)
صفحه ۱۶	دنیای سینما (سعید شفا)
صفحه ۱۷	نوشخند، پوزخند (عبرت گودرزی)
صفحه ۱۸	آگهی
صفحه ۱۹	مشقی تازه در روزهای غربت (حسینعلی مکوندی)
صفحه ۲۰	یادداشت‌های بی تاریخ (صدرالدین الهی)
صفحه ۲۱	اخبار
صفحه ۲۲	اخبار
صفحه ۲۳	اخبار
صفحه ۲۴	گیله مرد (حسن رجب نژاد)
صفحه ۲۵	تازه های پزشکی (منوچهر سلجوقیان)
صفحه ۲۶	آگهی
صفحه ۲۷	اخبار
صفحه ۲۸	از هر دری (حسین جعفری)
صفحه ۲۹	اخبار
صفحه ۳۰	آگهی
صفحه ۳۱	آگهی
صفحه ۳۲	گل «گل سرخ» (بهرام گرامی)
صفحه ۳۳	چاکواها، چاکرای ششم (مریم سالاری)
صفحه ۳۴	جدول
صفحه ۳۵	نیازمندیها - فال ستارگان
صفحه ۳۶	تکامل یک تصویر (شبیعی کدکنی)
صفحه ۳۷	عشق، هوس، نفرت (عباس پناهی)
صفحه ۳۸	با هادی خرسندی - اخبار
صفحه ۳۹	دنیای بعد از کرونا (ماهرخ غلامحسین پور)
صفحه ۴۰	شعر
صفحه ۴۱	از خاطرات یک دامپزشک (فریبا مکارمی)
صفحه ۴۲	اخبار
صفحه ۴۳	اخبار
صفحه ۴۴	از اینجا و از آنجا (گلنار)
صفحه ۴۵	اخبار
صفحه ۴۶	اخبار
صفحه ۴۷	دنیاه مطلب
صفحه ۴۸	دنیاه مطلب
صفحه ۴۹	دنیاه مطلب
صفحه ۵۰	دنیاه مطلب
صفحه ۵۱	دنیاه مطلب
صفحه ۵۲	دنیاه مطلب
صفحه ۵۳	دنیاه مطلب
صفحه ۵۴	دنیاه مطلب
صفحه ۵۵	دنیاه مطلب
صفحه ۵۶	دنیاه مطلب
صفحه ۵۷	دنیاه مطلب
صفحه ۵۸	دنیاه مطلب
صفحه ۵۹	دنیاه مطلب
صفحه ۶۰	انگلیسی

## در خواست اشتراک نشریه پژواک



شرایط آبونمان برای دریافت نشریه پژواک از طریق پست در آمریکا: یکساله ۷۵ دلار  
برای اشتراک: نام، تلفن و آدرس کامل خود را به همراه چک به آدرس پستی پژواک ارسال فرمایید.

(408)221-8624 PO BOX 9804, SAN JOSE, CA 95157

## ماهنامه پژواک تاسیس: ۱۹۹۰ - صاحب امتیاز، مدیر و سردبیر (از سال ۲۰۰۶): افلیا پرویزاد

شماره تلفن: ۲۲۱-۸۶۲۴-(۴۰۸)

شماره فکس: ۳۷۱۷-۶۹۳-(۴۰۸)

آدرس مکاتبه با نشریه پژواک:

PO BOX 9804,  
SAN JOSE, CA 95157

♦ مسئولیت صحت و سقم آگهی‌ها با صاحبان آگهی می‌باشد. شرکت پژواک هیچگونه مسئولیتی را در این مورد نمی‌پذیرد. ♦ استفاده از طراحی‌های این نشریه بدون اجازه کتبی از شرکت پژواک (حتی برای صاحبان آگهی) غیر قانونی می‌باشد. ♦ ماهنامه پژواک در انتخاب، حکم و کوتاه کردن و اصلاح مطالب آزاد است. ♦ دیدگاه نویسندگان الزاماً بیانگر نظر مسئولین پژواک نمی‌باشد. مسئولیت نظریه‌ها به عهده نویسندگان است.

www.pezhvak.com e-mail: info@pezhvak.com

Pezhvak of Persia has been compiled as carefully as possible and cannot guarantee the correctness of all information that has been gathered and contained herein and does not accept any responsibility for any errors and omissions.





# LOS GATOS MEMORIAL PARK

&

## DARLING FISCHER FUNERAL HOMES

*Celebrating Life, One Story at a Time*

We are one of the highest reviewed cemeteries in Bay Area, providing excellent service since 1889

◆ *Funeral Services* ◆ *Immediate Need* ◆ *Pre Planning* ◆ *Burial Services* ◆ *Cremation Services*



*The passing of a loved one is a tragedy that every family will experience.*

By planning ahead, you help insure that someone you love will not have to make these difficult decisions alone.

◆ *Prearranging freezes the cost at today's prices* ◆ *Payment plans are available*

قبل از هر پیش آمد ناگوار برای خود یا عزیزان تان و برای آرامش خاطر و اطمینان از آینده، هم اکنون با حوصله و فرصت کافی، آرامگاهی در محل دلخواه با بهای مناسب انتخاب و اقساط آن را طی پنج سال پرداخت نمایید.

**تخفیف های ویژه، با پیش پرداخت و اقساط ماهیانه: فقط قبل از فوت**

برای اطلاعات بیشتر و بازدید از پارک زیبای لاس گاتوس، با خانم رامسینا، مشاور فارسی زبان، دلسوز و با تجربه تماس حاصل فرمایید.

فارسی ۶۷۶۸-۳۹۶ (۴۰۸)

انگلیسی (408) 791-1431

2255 Los Gatos-Almaden Road, San Jose, CA 95124

## انتشار ویروس کووید ۱۹ و اخبار ساختگی درباره تئوری توطئه

پیتر کرکو - پاتریک سیچرل - برگردان: هامون نیشابوری

عمل وجود ویروس را انکار کرد و مدعی بود این صرفاً مبالغه خبری آمریکاست تا از تعداد رأی‌دهندگان بکاهد. آنان بر اساس این نظریه توطئه در برابر شهروندان و رسانه‌ها ایستادند. نتیجه را همه می‌دانند: بنا بر آمار رسمی تا به حال، ابتلای بیش از ۳۸,۰۰۰ نفر به ویروس کرونا و مرگ حدود ۲۹۰۰ نفر - آمار واقعی باید چندین برابر بیشتر باشد.

### مجارستان: عرصه اخبار جعلی دوگانه

در مجارستان با دو نوع اخبار ساختگی مواجه‌ایم. در حاشیه، سایت‌های تله‌کلکینگ انتشار اخبار جعلی وجود دارند که در تمام جوامع دموکراتیک فعال‌اند و با سوءاستفاده از آزادی بیان روایت‌های جریان اصلی را به چالش می‌کشند. اما رسانه‌های جریان اصلی نیز در انتشار اخبار ساختگی دست دارند: رسانه‌های حکومتی و طرفدار حکومت در نقش همسرایانی برای بیان‌های رسمی حکومت ظاهر می‌شوند. این گروه از ناشران اخبار ساختگی شباهت‌هایی با ناشران اخبار ساختگی در دولت‌های خودکامه دارند.

### اخبار ساختگی در سایت‌های تله‌کلکینگ

متهمان اصلی انتشار اخبار ساختگی درباره ویروس کرونا در ابتدای کار درگاه‌های آنلاین بودند که می‌خواستند از این وضعیت سود مالی کسب کنند. منبع اصلی درآمد آنها تبلیغات است. اغلب در این سایت‌ها تبلیغات شرکت‌های چند ملیتی بزرگ را می‌توان دید که، برای مثال، از طریق Google Ads در آنها نمایش داده می‌شود.

۱۲ صفحه فیسبوکی پرنفوذ انتشار اخبار ساختگی مجارستان را که در مجموع بیش از یک میلیون دنبال‌کننده داشتند، انتخاب کردیم و با کمک SentiOne محتوا و دایره‌ی انتشار پیام‌هایشان را زیر نظر گرفتیم.

پست‌های این ۱۲ صفحه به شکلی چشمگیری توجه‌ها را به خود جلب می‌کرد. ۲۰۰ پست منجر به ۲۱ هزار تعامل، ۳۷۰۰ اظهار نظر، و ۲۲ هزار به اشتراک‌گذاری (تا ۲۷ فوریه) شده بود. تعداد بالای به اشتراک‌گذاری نگران‌کننده بود زیرا احتمالاً باعث می‌شد این روایت‌ها به تعداد بیشتری از کاربران شبکه‌های اجتماعی برسد. بر اساس تعداد دنبال‌کنندگان این صفحات و داده‌های مربوط به تعاملات، دلایلی وجود دارد که نشان می‌دهد این روایت‌های ساختگی احتمالاً به دست صدها هزار کاربر مجاری‌زبان رسیده است.

ویروس کرونا بودند و باور داشتند که این یک دروغ‌پردازی و صرفاً نقشه و توطئه حکومت است، که نتیجه آن مرگ هزاران نفر بود.

نمونه موفق هراس‌افکنی را می‌توان در اوکراین یافت. نامه‌ای جعلی به نام وزارت بهداشت منتشر شد که در آن اعلام شده بود ویروس کرونا به اوکراین رسیده است. این نامه جعلی به دست تعداد زیادی از مردم رسید و منجر به اعتراضاتی کوچک و برخی برخوردهای خشونت‌آمیز شد، معترضان حتی به سمت اتوبوسی که از چین آمده بود یورش بردند. ظنی قوی وجود دارد که این اخبار ساختگی با کمک روسیه انتشار یافته است.

موارد آشکارتری نیز وجود دارند: منابع روسی روایت‌های متعدد نادرست و ضد و نقیضی درباره ویروس کرونا منتشر کردند، در این روایات هم منکر وجود آن بودند و هم ادعا داشتند این ویروس یکی از سلاح‌های زیستی غرب است. فیلیپ ریکر، معاون وزیر خارجه آمریکا در امور آسیا و اوراسیا، روسیه را یکی از منابع انتشار اخبار ساختگی درباره ویروس کرونا خواند.

سایر رژیم‌های خودکامه نیز در انتشار این‌گونه روایت‌های ساختگی بسیار فعال بوده‌اند. جالب‌ترین نمونه چین است، جایی که این ویروس از آنجا آغاز شد. از همان ابتدا، روسیه و چین با انتشار تعدادی اخبار ساختگی قصد داشتند آمریکا را مسئول این ویروس معرفی کنند و ادعا داشتند که آنان این ویروس را به عنوان سلاحی زیستی تولید کرده‌اند. حتی اخیراً مسئولان عالی‌رتبه چین نیز این روایت را تکرار کرده و یکی از دیپلمات‌های چینی آمریکا را منشأ این ویروس خوانده و سخنگوی اداره اطلاعات وزارت امور خارجه چین ادعا کرده است که «احتمالاً ارتش آمریکا این بیماری همه‌گیر را به ووهان آورده است.» هدف از این دروغ‌آشکار آن است که به جای حزب کمونیست چین - که از همان ابتدا مسئول اصلی انتشار جهانی این ویروس بوده است - گروه دیگری را به عنوان مقصر معرفی کنند.

احتمالاً ایران مهم‌ترین مثالی است که نشان می‌دهد چگونه واکنش‌های معمول رژیم‌های خودکامه، انکار و اتهام‌زنی‌های مورد حمایت دولت، و ناآگاهی از خود بحران می‌تواند به وضعیتی مرگ‌بارتر منجر شود. دستگاه تبلیغات حکومتی برای بالا بردن تعداد رأی‌دهندگان به منظور کسب مشروعیت برای رژیم، در

دنبال بهره‌برداری‌اند، آن دسته از بازیگران عرصه سیاست جهانی نیز که از آشوب اطلاعاتی سود می‌برند وارد میدان شده‌اند. یکی از مسئولان سازمان بهداشت جهانی وضعیت را چنین خلاصه کرده است: «ما با (همه‌گیری اخبار ساختگی) مواجه‌ایم، که دست‌کم به اندازه خود این ویروس خطرناک است زیرا اخبار ساختگی سریع‌تر و راحت‌تر منتشر می‌شوند و آسیب زیادی به بار می‌آورند.»

اخبار ساختگی نه تنها موجب شکل‌گرفتن باورهای نادرست می‌شوند بلکه ممکن است به قیمت جان افراد تمام شده و ناآرامی اجتماعی به بار آورند. دو راه خطرناک برای انتشار اخبار ساختگی درباره این ویروس یکی پیش پا افتاده جلوه دادن / انکار و دیگری مبالغه/هراس‌افکنی در باره آن است. برای مثال، در کره جنوبی با مورد نخست مواجه بودیم، در آنجا فرقه‌ای مخفی با ۲۰۰ هزار عضو منکر وجود

نظریه‌های توطئه و شایعات اغلب به دنبال وقایع منفی شیوع پیدا می‌کنند، به ویژه اگر این وقایع جدید و تا اندازه‌ای ناشناخته باشند. این دقیقاً همان اتفاقی است که در رابطه با ویروس کرونا روی داد.

این مسئله چیزی فراتر از سایت‌های انتشار اخبار ساختگی و تله‌کلکینگ بود. در حالی که پلیس مجارستان با برخی از سایت‌های انتشار اخبار ساختگی برخورد سفت و سختی داشت اما حکومت مجارستان، به ویژه در مرحله نخست شیوع این همه‌گیری، در تلاشی سخت برای مقصریابی و فرافکنی، از امپراتوری رسانه‌های خود برای انتشار اخبار ساختگی درباره منشأ و علل این بحران استفاده می‌کرد.

### کرونا. سلطان اخبار ساختگی

با فراگیر شدن ترس از ویروس کرونا در جهان، کارزارهای انتشار اخبار ساختگی روزبه‌روز کارآمدتر می‌شوند. علاوه بر سایت‌های تله‌کلکینگ که با انتشار اطلاعات نادرست و جنجالی درباره این ویروس به



## کامران پورشمسی

متخصص و مشاور در امور  
خرید و فروش املاک مسکونی و تجاری

### Kamran Pourshams

Experienced Professional Realtor

Residential, Commercial,  
Property Management

Proven Insights.  
Proven Results.

DRE# 01066478



◆ چگونه تحت شرایط اقتصادی کنونی صاحب خانه شوید؟  
◆ به چه طریقی در این موقعیت زمانی می‌توانید خانه تان را بفروشید؟

من میتوانم با آگاهی و شناخت درست از آخرین تغییر و تحولات در  
امور خرید و فروش خانه و املاک، شما را در موارد فوق مطلع و یاری نمایم!

Experienced Agent in Short Sale  
& Bank Owned Properties

با در دست داشتن لیست کامل خانه‌های ضبط شده از طرف بانکها

Res: (408)879-9343

Bus: (408)369-2000

Dir: (408)369-2020

Cell: (408)781-1200

419 E. Hamilton Ave., Campbell, CA 95008



شاه پس از آنکه در داخل کاخ خود، آنچه را که تقاضای خوش قلبی و محبت طبیعی اش بود، برآورد. نخستین روزهای خود را به پذیرفتن احترامات طبقات مختلف مردم مملکت گذراندید. خارجیان نیز به او تهنیت گفتند و با همه با احترام و مهربانی رفتار کرد، بطوری که مورد محبت مردم قرار گرفت. ایرانی ها طبعاً شاهزاده خود را دوست می دارند و کوچکترین خوی نیکی را که در او ببینند از آن امیدهای خوش به دل می گیرند. علی رغم فقری که در حکومت طویل افغان ها مردم دچار آن شده بودند، از پرداخت مالیاتی که بر آنها وضع کردند، ناراحت نشدند. هیچ چیز نمی توانست شادی ای را که بر همه قلب ها نشسته بود، مغشوش کند.

معهداً شاه در میان شادی هائی که سعی می کردند برایش فراهم آورند، همیشه حالتی از اندوه و نگرانی داشت و هنگامی که تهماسب خان به او سفارش کرد که از این پس می بایستی ناراحتی های گذشته را فراموش کند، شاهزاده به او گفت هنگامی هم که به بدبختی های عمومی و ناراحتی های شخصی فکر نمی کند، نمی تواند فراموش کند که قاتل پدرش و دژخیمان برادرانش هنوز در شیراز هستند.

دنیاله مطلب در صفحه ۵۸

سوی تو بردارم. او از اسب بزیر آمد چندین قدم راه رفت و قهوه خورد و پس از آن سوار بر اسب شدند و براه خود بسوی شهر ادامه دادند. گروه لشکریان رژه رفتند ولی نه با نظم و سامانی که در اروپا دیده می شود، بلکه با شتاب و انباشته بر روی هم. با این حال فاصله قابل ملاحظه ای باقی گذاشتند که در آن شاه تنها راه می پیمود و شاطران یعنی خدمتکارانش پیشاپیش او می رفتند. تهماسب خان با دوازده قدم فاصله بدنال او می رفت و بقیه توده ای درهم از سربازان بودند که هر قدر می توانستند به یکدیگر فشار وارد می آوردند.

همه مردم از مرد و زن و کودک در معبر شاه ایستاده بودند. کوچه ها از دروازه توقچی تا داخل کاخ بنا بر سنت کهن، پوشیده از قطعات پارچه ای بود که به محض اینکه شاه می گذشت سربازان آنها را جمع می کردند. در همه جا چیزی جز صدای هلپله و فریاد شادی شنیده نمی شد، در حالی که وقتی یاغی از جنگی برمی گشت و وارد پایتخت می شد، همه مردم فرار می کردند و درهای خانه ها بسته می شد و هیچیک از ساکنان بیرون نمی آمدند، فقط دکاندارها را مجبور می کردند که در کوچه هایی که آن جبار می بایستی بگذرد، دکانهای خود را باز کنند.



## نامه های شگفت انگیز از کشیشان فرانسوی در دوران صفویه و افشاریه

(بخش سی و دو)

ترجمه زنده یاد دکتر بهرام فره وشی

کرده بودند، در مدت دو ساعت آجری بر آجر باقی نماند. شاه که نخواستند بود ناظر و شاهد این افراط کاری ها باشد در روز نهم دسامبر به اصفهان رسید. ورود او به اصفهان همانند جنگاوران بود. از گز که روستایی است در دو فرسنگ و نیمی اصفهان در سر سپاهیان ذخیره خود براه افتاد و تا موقعی که تهماسب قلی خان را ملاقات کرد، آنها را به سامان جنگی هدایت می کرد. تهماسب قلی خان با بیست هزار نفر سپاهی در یک فرسنگی شهر به استقبال شاه رفت. دو سپاه پیش از آنکه به یکدیگر برسند چندین حرکت و مانورهای مختلف انجام دادند. همین که به یکدیگر نزدیک شدند تهماسب خان از اسب پیاده شد و بسوی شاه دوید تا او را از پیاده شدن مانع گردد. شاهزاده با لطف و محبت گفت: بگذار پیاده شوم، من نذر کرده ام که در نخستین باری که تو را بعد از بیرون کردن دشمنانم از پایتخت می بینم، هفت قدم به

در شهر تعداد زیادی افغان و یا غلامان آنها بازمانده بودند. اینان که نتوانسته بودند با فراریان بگریزند در خانه های دوستان یا متحدان خود پنهان شده بودند ولی مرگی که کوشش کرده بودند از آن بگریزند گریبان آنها را گرفت. آنها را از همه جا بیرون کشیدند و به هیچ یک نبخشوند مگر به چند نفری که در میان آنها از احترام برخوردار بودند و گزارشهای خوب نسبت به آنها داده می شد. کوچه ها همه از جسد های این یاغیان بدبخت پر شد به همانگونه که آنها سابقاً با مردم این شهر بزرگ رفتار کرده بودند. قبر محمود که افغان ها باتوجه بسیار در محوطه ای در بالای پل شیراز ساخته بودند و آن را مانند یک محل مقدس محترم می داشتند ویران شد و بجای آن مستراح ساختند. مردم از حس انتقام جوئی چنان به هیجان آمده بودند که از این ساختمان که در مدت چندماه، بیش از هزار نفر در ساختن آن کار

White  
Square  
Group



گروه مربع سفید، با مدیریت **سامه خلعتبری**، همراه با تیمی مجرب آماده کمک به شما در زمینه های طراحی داخلی، تبلیغات، و اجرا می باشد.

تبلیغات:

- طراحی لوگو، آرم، و فونت
- طراحی و اجرای وبسایت
- طراحی پکیج کامل تبلیغاتی
- طراحی ست اداری (کارت ویزیت، سربرگ، و....)
- طراحی کاتالوگ و ژورنال
- طراحی پکیج کامل رستوران
- طراحی داخلی
- طراحی دکوراسیون داخلی فضاهای مسکونی و اداری
- طراحی فضای سبز
- مشاوره در اجرای فضاهای داخلی (مسکونی و اداری)
- مشاوره در زمینه چیدمان فضاهای داخلی (مسکونی و اداری)

گروه مربع سفید آماده خدمت رسانی به مشاورین املاک در زمینه **استیجینگ** می باشد.

www.whitesquaregroup.com ■ info@whitesquaregroup.com ■ T. (408).409.5624 ■ @whitesquaregroup

با مربع سفید  
هنر زیبایی  
را تجربه کنید!

## خیام و ابوالعلا معری

بخش پنجم  
دکتر حسن جوادی



بازار ریاکاری مذهبی دایر بود و هر کسی که مخالف باورهای متشرعان و دین داران سخن می گوید به آسانی تکفیر می شد و خونس هدر بود، امکان داشت؟ با این همه در بعضی موارد هر دو شاعر تقیه کرده اند. مخصوصاً به نظر می رسد که ابوالعلا در روزگاری که معره در دست فاطمیان مصر بوده بیشتر تقیه کرده و راه احتیاط را در پیش گرفته است. (۷) با این همه به کفر متهم شده است و او برای راهی گفته است که «سخنان من تاویل دارد، من اسلام را در درونم مخفی کرده ام و کفر را اظهار نموده ام.» (۸) و:

**فَلَمَّا رَأَيْتَ الْجَهْلَ فِي النَّاسِ فَاشِيَا  
تَجَاهَلْتِ حَتَّى ظَنَنْتِ أَنِّي جَاهِلٌ**

هنگامی که دیدم مردم نادانند- من هم خود را به نادانی زدم که گمان برند من نیز نادانم. چنین تهمت هایی در مورد خیام هم وجود دارد. نجم الدین رازی مشهور به دایه که مسلمان متعصبی بود در «مرصادالعباد» می نویسد: «ثمره ی نظر ایمان است و ثمره قدم عرفان، فلسفی و دهری و طبایعی از این دو مقام محرومند و سرگشته و گم گشته تا یکی از فضلا که به نزد ایشان به فضل و حکمت و کیاست معروف و مشهور است و آن عمر خیام است از غایت حیرت و ضلالت این بیت می گوید:

دنباله مطلب در صفحه ۵۶

می ورزد. ابوالعلا عشقی به زندگی ندارد و خود را رهین المحنتین می داند، که منظور هم کوری است و هم زندانی این جهان، او بر خلاف خیام لذات جهان با نظر بی اعتنائی می نگرد. سراسر عمرش ازدواج نمی کند، گوشت نمی خورد و دستور می دهد روی قبرش بنویسند:

**هَذَا جَنَاهُ أَبِي عَلِيٍّ  
وَمَا جَنَيْتُ عَلَيَّ أَحَدٌ**

این جنایت پدر بر من است و من به هیچ کسی جنایتی نکرده ام. درست بر خلاف خیام که خیال رخت بر بستن از این جهان او را می ترساند. ابوالعلا در سن پنجاه سالگی از زندگی سیر شده است:

**فَقَدْ عَشْتُ حَتَّى مَلْنِي وَ مَلَلْتُهُ  
زَمَانِي وَ نَاجَتْنِي غَيُوبُ التَّجَارِبِ (۹)**

زندگی کرده و آزموده ام که من از زندگی ملولم و زندگی از من. اگر از بدبینی کلی ابوالعلا و نگرش بدبینانه او درباره زندگی بگذریم در بسیاری از زمینه های دیگر شباهت هایی میان این دو متفکر و شاعر بزرگ وجود دارد. هر دو با شجاعتی قابل تحسین به بسیاری از مسایل دینی روزگار خود اعتراض می کنند و خواننده واقعا متعجب می شود که چگونه این اعتراض های بی پروا در روزگاری که

می گوید که بر سبزه و خاک آهسته گام بگذار چون آنهم از خاک لاله رویی رسته است، ابوالعلا نیز در موارد مختلف همین فکر را بیان می کند:

**خَفِيَ الْوُطءُ مَا أَظُنُّ أَدِيمٌ أَل  
أَرْضُ الْأَمِنِ هَذِهِ الْأَجْسَادِ**

بر زمین آهسته گام بگذار که به نظر من جز کالبدهای خاک شده چیزی روی زمین نیست. (۴)

این اندیشه های شاعرانه به قدری شبیه به یکدیگرند که خواننده می تواند تصور کند که در بعضی از رباعیات، خیام از ابوالعلا الهام گرفته است، ولی چنین نیست. هر چند که ابوالعلا از روز رستاخیز گفت و گو می کند و چند بار این موضوع در اشعارش ذکر می شود، ولی مانند خیام اعتقاد درستی به بهشت و دوزخ ندارد و با تحسیر می پرسد:

**فَهَلْ قَامَ مِنْ جَدَّتْ مَيِّتٌ  
فِيخْبِرُ عَنِ مَسْمَعِ أَوْمَرِي**

**انْتَرَكْ لَذَّةَ الصَّبِيَاءِ عَمْدًا  
لَمَّا وَعَدُوهُ مِنْ لَبِنٍ وَ حَمْرٍ؟**

آیا مرده ای از خاک برخاست که از دیده ها و شنیده های خود خبر دهد؟ آیا شراب نقد این جهان را به امید وعده شیر و شراب بهشت از دست بدهیم؟ (۵) اعتقاد به جبر نیز از موضوع هایی است که در شعرهای هر دو شاعر بارها تکرار می شود. خیام می گوید:

**أُورِدُ بِهِ اضْطِرَارِمْ أَوَّلُ بِهِ وَجُودِ  
جِزْ حَيْرْتِمْ اَزْ حَيَاتِ چِزِي نَفْرُودِ**

**رَفْتِمْ بِهِ اَكْرَاهِ وَ نَدَانِمْ چِه بُوْدِ  
زَيْنِ اَمْدَنْ وَ بُوْدَنْ وَ رَفْتَنْ مَقْصُودِ**

ابوالعلا:

**مَا بَاخْتِيَارِي مِيْلَادِي وَ لَا هَرَمِي  
وَ لَا حَيَاتِي فَهَلْ لِي بَعْدَ تَخْيِيرِي؟**

تولد، زندگی و پیر گشتنم به اختیار خود نبود، آیا برای من اختیاری هست؟ و:

**جِنَانًا عَلَيَّ كَرِهَ وَ نَرَحَلُ رُغْمًا  
وَلَعَلْنَا مَايَبِنُ ذَلِكَ نَجْبَرُ**

به اکر اه آمدم. بی آنکه بخواهیم می رویم و شاید میان این دو مجبوریم.

بدبینی، آشکارترین چیزی است که در سروده های ابوالعلا و خاصه در «لزومیات» به چشم می خورد و به این نتیجه یاس و نومیدی از زندگی است. خیام هم بدبین است ولی به زندگی عشق

ابوالعلا در مورد عاقبت روح انسان و روز رستاخیز باورهای متفاوتی ابراز کرده است. او گاهی به پیروی از عقیده افلاطونیان جدید، که در روزگار او رایج بوده است، می گوید که روح پس از جدایی از تن به سوی آسمان می رود، ولی نمی داند که سرنوشت آن چه خواهد شد؟ او می گوید: «نزد من و دیگران دلیلی مبنی بر اینکه پس از مرگ زندگی دیگری وجود داشته باشد نیست.» (۱) با این همه در بعضی از اشعارش از روز جزا و بهشت و دوزخ سخن می گوید. عمر فروخ می گوید: «ظاهرا ابوالعلا در آغاز امر منکر رستاخیز آن طور که در ادیان آمده معتقد بوده است. «رسالة الغفران»، که از بسیاری جهات شبیه کمندی الهی دانته است، شرح سفر خیالی شاعری است به نام ابن قارح به بهشت و دوزخ و مشاهدات در آنجا. ابوالعلا می نویسد که ابن قارح به او نامه ای می نویسد و او را به خاطر عقاید غیر مذهبی مذمت می کند. او هم ابن قارح را در این رساله به بهشت و دوزخ و هم چنین به صحرای محشر می برد و طنزی جالب بر عقاید اشخاص مذهبی درباره دنیای دیگر می نویسد. «رسالة الغفران» که یکی از شاهکارهای ابوالعلاست دلیل دیگری است بر این که او روز رستاخیز را جدی نمی گیرد (۲) و می گوید:

**حَيَاتٌ ثُمَّ مَوْتٌ ثُمَّ بَعْثٌ  
حَدِيثٌ خَرَأَةٌ يَا أَمَّ عَمْرُو**

زندگی، سپس مردن و پس از آن رستاخیز افسانه ای است ای دوست.

موضوع خاک شدن انسان و کوزه ساختن کوزه گران از خاک او در سروده های ابوالعلا نیز تکرار می شود، درست مانند آنچه در رباعیات خیام بارها و بارها ذکر می شود:

**فَلَا يُمْسُ فِخَارًا مِنَ الْفَخْرِ عَائِدٌ  
إِلَى عُنْصُرِ الْفَخَارِ لِلنَّفْعِ يَضْرِبُ**

**لَعَلَّ اِنَاءً مِنْهُ يُصْنَعُ مَرَّةً  
فِيَاكُلُ فِيهِ مِنْ اِرَادٍ وَ يَشْرَبُ**

چه بسا مردمان خودستایی که خاک شده اند و کوزه گران گل آنان را برای ساختن ظرف زیر لگد می کوبند.

شاید ظریفی که از خاک آنان درست می شود برای خوردن و آشامیدن مورد استفاده دیگران واقع شود. (۳)

همچون خیام که یک گام فراتر می رود و



## دکتر فرانک پورقاسمی متخصص و جراح پا

+ درمان بیماری های پا ناشی از امراض قند و روماتیسم + درمان عفونت های قارچ ناخن و پوست پا + ترمیم پارگی ماهیچه، غضروف و شکستگی پا + درمان بیماری های پا در کودکان + صافی کف پا و صدمات ورزشی

+Hammer Toe, Bunion, Callus, Corn +Foot related diseases  
+Heel Pain & Sports Medicine & Injuries +Ingrown Toe Nail  
+Ankle Arthroscopy +Pediatric Foot Conditions  
+Flat Feet & Orthotics +Skin & Nail Conditions

**Dr. Faranak Pourghasemi, DPM**

*My mission is to provide superior, comprehensive foot & ankle treatment for patient's current and long-term needs.*

اکثر بیمه ها پذیرفته می شود

**National Foot & Ankle Center**

**(408)884-5851**

14981 National Ave., Suite #2, Los Gatos, CA 95032



سامپینگه (Sampingue) را به زبان فرانسوی می نویسد. با شروع جنگ جهانی دوم و برکناری رضا شاه هدایت احساس آزادی و امید بیشتری می کند که آن هم چندان پایدار نمی ماند. با این همه به نشر بخش هایی از بوف کور به صورت پاورقی در مجله ایران توفیق می یابد (۱۹۴۲/۱۳۲۱). در همین سال کتاب سگ ولگرد (۸ داستان کوتاه) را منتشر می کند. در پی آن علویه خانم و ولنگاری (۶ داستان و قضیه طنز آمیز) را در ۱۹۴۴/۱۳۲۳ و حاجی آقا (داستان بلند) را در ۱۹۴۵/۱۳۲۴ منتشر می کند. در این سال به دعوت دانشگاه دولتی آسیای میانه سفری به ازبکستان می کند و داستان کوتاه فردا را در مجله پیام نو و افسانه آفرینش (نمایشی در سه پرده) را در فرانسه منتشر می کند (۱۹۴۶/۱۳۲۵).

از این زمان به بعد است که خستگی و افسردگی هدایت به اوج خود می رسد. در ۱۹۴۸/۱۳۲۷ داستان هایی از فرانتس کافکا «گراگوس شکارچی و مسخ» را به فارسی ترجمه می کند و مقدمه ای بلند با عنوان «پیام کافکا» بر ترجمه «گروه محکومین» کافکا می نویسد. از کارش در دانشگاه تهران درخواست مرخصی می کند تا به بهانه درمان بیماری به پاریس برود، شاید در آن جا آرام گیرد. سرانجام در آن جاست که با بازکردن شیر گاز آشپزخانه آپارتمانش خود را از عذاب و اضطراب چهل و هشت سال زندگی راحت می کند (۱۷ فروردین ۱۳۳۰/۷ آوریل ۱۹۵۱).



صادق هدایت با زندگی و مرگ خود در جامعه روشنفکری ایران به صورت یک نهاد (institution) ادبی و فرهنگی درآمد. کارنامه او تنها در حد بنیانگذار داستان نویسی مدرن ایرانی و نویسنده داستان های کوتاه و بلند نوشته نمی شود که بینش و ذوق و سلیقه فکری و ادبی او نیز بر ذهن جوانان تجدید خواه ایرانی تاثیر عمیق گذاشته است. هدایت گذشته از داستان چند نمایشنامه نیز نوشت. نوعی نقیضه (Parody) به نام «قضیه» ابتکار کرد که گونه ای انتقاد ادبی طنز آمیز بود. هدایت گذشته از داستان چند طرح مطالعه فولکلور ایران را پیشنهاد کرد و خود در گردآوری نمونه هایی از ترانه ها و مثل ها و مثل های ایرانی پیشقدم شد. آثاری از نویسندگان معتبر خارجی را از قبیل چخوف، سارتر و کافکا به فارسی برگرداند و نهال نقد ادبی ایران را به جد در پیام کافکا و به طنز در شیوه های نوین تحقیق ادبی بارور کرد. **دنباله مطلب در صفحه ۵۸**

تشویق می کند. همچنین با انتشار «ترانه های عامیانه» و «مثل های عامیانه» ایرانیان را متوجه ارزش و اهمیت فولکلور ایرانی می کند، و بنیانگذار گردآوری فولکلور ایران و تحقیق در آن می شود و دفتری از ترانه های کودکان و بازی و لغزها را با نام «اوسانه» منتشر می کند ۱۹۳۱/۱۳۰۱ دو سال بعد این دفتر همراه با مجموعه ای از آداب و اعتقادات عامه مردم ایران به نام نیرنگستان منتشر می شود (۱۹۳۳/۱۳۱۲).

هدایت، با همه اصرار خانواده اش، زیر بار بازگشت به فرانسه برای ادامه تحصیل نمی رود. در تهران برای گذران زندگی، باهمه بیزاری از کار اداری، به کار در بانک ملی، اداره کل تجارت، وزارت خارجه و شرکت کل ساختمان ایران می پردازد. اما طبعاً کار اداری و فضای بسته جامعه ایران روحیه آزاد هنرمندانه او را خسته و آزرده می کند. در جستجوی راه گریزی است. سرانجام در ۱۹۳۶/۱۳۱۵ راهی سفر هند می شود و در آنجا به آموختن زبان پهلوی می پردازد که حاصل آن ترجمه هایی از هفت متن پهلوی به فارسی است «زندوهومن یسن»، «کارنامه اردشیر بابکان»، «گجسته ابالیس»، «گزارش گمان شکن»، «شهرستان های ایران»، «یادگار جاماسب»، «آمدن شاه بهرام ورجاوند» که آنها را به تدریج منتشر می کند.

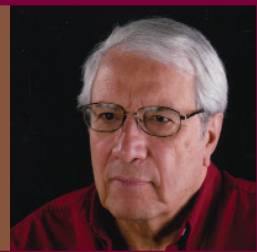
پس از یک سال اقامت در هند به ایران باز می گردد و ناچار دوباره به کار خود در بانک ملی ادامه می دهد. در ۱۹۳۸/۱۳۱۷ از کار در بانک ملی استعفا می کند و به اداره موسیقی کشور می رود و با «مجله موسیقی» همکاری می کند. در این مجله مقاله های «شیوه های نوین در شعر فارسی» و «شیوه های نوین در تحقیق ادبی» را، که نوعی نقد ادبی طنزآمیز است، منتشر می کند.

هدایت تا ۱۹۴۱/۱۳۲۰ که به عنوان مترجم به دانشکده هنرهای زیبا منتقل می شود، با همه افسردگی و بیزاری از کار اداری، کار نویسندگی را دنبال می کند و در پی انتشار کتاب های «سه قطره خون» (۱۱ داستان کوتاه) و سفرنامه اصفهان نصف جهان در ۱۹۳۲/۱۳۱۱ و سایه روشن (۷ داستان کوتاه) در ۱۹۳۳/۱۳۱۲ کتاب های ترانه های خیام را در ۱۹۳۴/۱۳۱۳ و غ و غ ساهاب را در ۱۹۳۵/۱۳۱۴ منتشر می کند و چاپ پلی کپی بوف کور را به خط خود در هند انتشار می دهد (۱۹۳۶/۱۳۱۵) و در همین سال دو داستان هوسباز (Lunnatique) و

## بر گرفته از کتاب روشنگران ایرانی و نقد ادبی

بخش اول

دکتر ایرج پارسی نژاد



## صادق هدایت

### زندگی نامه

(۱۹۲۴/۱۳۰۳)، نوشته ای با عنوان «مرگ» و در ستایش مرگ می نویسد و در شماره ۱۱ مجله ایرانشهر چاپ برلن (آلمان) منتشر می کند (۱۹۲۶/۱۳۰۵). سال بعد نسخه بازبینی شده «انسان و حیوان» را با عنوان «فوائد گیاهخواری» در برلن (آلمان) منتشر می کند. در ۱۹۲۸/۱۳۰۷، در بیست و شش سالگی، به قصد خودکشی خود را در رودخانه مارن پرتاب می کند اما نجاتش می دهند.

هدایت در ۱۹۳۰/۱۳۰۹ بعد از چهار سال اقامت در فرانسه به ایران باز می گردد. چهار سال زندگی در اروپا، با همه ناکامی او در تحصیل دانشگاهی، بارآورترین سال های داستان نویسی مدرن ایرانی، نه تنها برای شخص او، که برای تاریخ ادبیات خلاق معاصر ایران است. در همین سال است که صادق هدایت داستان های مادلن، بوف کور، زنده به گور و نمایشنامه پروین دختر ساسان را می نویسد. در تهران ضمن انتشار زنده به گور (۸ داستان کوتاه) و نمایشنامه پروین دختر ساسان، داستان های کوتاه آبجی خانم، داود گوژپشت و سفرنامه طنز آمیز «البعثه الاسلامیه الی البلاد الافرنجیه» را منتشر می کند. با مجتبی مینوی، بزرگ علوی و مسعود فرزاد، که هر یک در کار نویسندگی و تحقیق قابلیت هایی دارند، آشنا می شود و ضمن همکاری آنها را در کارشان راهنمایی و

زندگی نامه صادق هدایت را معاصران ما توانسته اند با تمام جزئیات ثبت کنند. از این رو هنوز اگر ابهاماتی در ماهیت فکر و فلسفه او باشد در شرح حالش نیست.

صادق هدایت در ۲۸ بهمن ۱۲۸۱/۱۷ فوریه ۱۹۰۳ در تهران به دنیا می آید. دودمان هدایت از رجال برگزیده ایرانی و همگی اهل کتاب و فضل و آدابند، اما شخص صادق هدایت، چنان که زندگی او نشان می دهد، از خدمت دیوان و دولت بیزار است و تنها شوق آموختن و نوشتن دارد. او در ۱۹۲۵/۱۳۰۴ دوره متوسطه را در دارالفنون و دبیرستان سن لویی تهران تمام می کند. در آن جا زبان فرانسوی یاد می گیرد و سال بعد همراه با گروهی از دانشجویان برای آموزش دانشگاهی راهی اروپا می شود. به بلژیک فرستاده می شود تا در رشته راه و ساختمان درس بخواند؛ اما او نه رشته تحصیلی خود و نه زندگی در بلژیک را بر می تابد و بعد از هشت ماه زندگی در بلژیک به فرانسه می رود تا شاید در رشته معماری ادامه تحصیل دهد. اما حقیقت این است که او نمی تواند محصل درس های ریاضی و هندسه باشد. طبع خلاق هنرمندانه و تخیل نیرومند او مستعد نویسندگی و داستان نویسی است. ازین رو در پی نوشتن مقاله های «انسان و حیوان» و «رباعیات خیام»

Notary  
Public

(408) 909-9060

By Appointment Only



## یک سینہ سخن مسعود سپند

### بیچاره پیرمرد

از هواپیما که پیاده شد انگار دنبال گمشده ای می گشت. به صورت جوانترها خیره می شد، لبخند می زد، اخم می کرد. ساک های دستی که بردوش و گردنش آویزان بودند کمربش را خم کرده بودند. به سختی خود را به جلو می کشید.

راهروی تنگ فاصله بین هواپیما تا محل گردونه چمدان ها و گمرک را به سختی طی می کرد. برای چند دقیقه ای همسفرانش را که ساعت ها با هم توی هواپیما گفتگو کرده بودند از یاد برد. به هن و هن افتاده بود و با جمعیت به طرف سالن گمرک روان بود. لحظه ای ایستاد. دید چند نفری پشت سرش ایستاده اند، خودش را کنار کشید. همه عجله داشتند، به خصوص ایرانی ها که نگو و نپرس. باز براه افتاد. بسته های تخمه و آجیل توی ساک های دستی اش چنان با فشار جا سازی شده بودند که هر لحظه امکان پاره شدن و بیرون ریختن بسته ها بود. راه رفتن او چنان می نمود که ساک ها او را به جلو می بردند نه او ساک ها را. از قسمت ویزا به آسانی گذشت و وارد قسمت گمرک شد. دستگاه چرخنده مخصوص چمدان ها می چرخید. پیرمرد از پشت مردم سرک می کشید و چشمانش بدنبال گمشده اش می گشت. از بیغل دستی اش که یک آمریکائی بود پرسید: «یو اسپیک انگلیش؟» مرد آمریکائی با تعجب نگاهش کرد و گفت: «یس».

پیرمرد گفت: «گودا» اما بعد نتوانست سوال خود را مطرح کند و شروع کرد به من و من کردن. مرد آمریکائی نگاهش کرد و بعد رویش را برگرداند. پیرمرد هر چه به مغز خودش فشار آورد چیزی بیادش نیامد، می خواست بپرسد پسر مرا ندیدی؟ یا این که کجا می توانم پسرم را ببینم؟ آن همه تمرینی که درخانه اش در تهران کرده بود در یک آن همه از یادش رفت. آن طرف دستگاه چرخنده چشمش به چند ایرانی همسفرش افتاد که چنان مشغول خود بودند که اصلا اشاره های او را نمی دیدند. دستش را بالا آورد و چندین بار تکان داد، ولی آنها چشمهایشان به دنبال چمدان ها بود. از پشت سر مسافران خودش را به یکی از آنها رسانید و گفت: «دوست عزیز ممکن است بنده را قدری راهنمایی کنید؟» مسافر پرسید: «بفرمائید!» پیرمرد گفت: «من خیال کردم پسرم می آید اینجا!» مسافر گفت: «نه آقا، اینجا گمرک است. حتما بیرون منتظر شماسه.» سپس چرخ بارکشی برای پیرمرد تهیه کرد و گفت: «باید وسائل تان را روی این چرخ بگذارید و ببرید پیش مأمور گمرک.»

پیرمرد روی گردونه چشمش به چمدانش افتاد. خم شد که چمدان را بردارد، اما خودش هم با چمدانش بروی گردونه کشیده شد. چند نفر کمک کردند چمدانش را روی چرخ باربری گذاشتند و با هم براه افتادند. مأموران گمرک زیر چشمی مسافر را می پاییدند و پیرمرد هم آنها را می پایید. نوبت او که رسید چرخ دستی اش را به سوی مأمور گمرک راند. مأمور گمرک سوال هائی کرد و بعد به فارسی پرسید: «پیسته؟ توکمه؟» پیرمرد یکی یکی ساک های گردنش را گشود و گفت: «یس، یس، تخمه، آجیل، پیسته نوقابل، نوقابل».

مأمور گمرک کیسه های کوچک تخمه و پیسته را باز کرد و توی سطل بزرگی که مخصوص زباله بود ریخت و گفت: «یو کن گوا!» پیرمرد، هاج و واج از این عمل مأمور گمرک، گفت: «مستر، فور می سان.» اما مأمور گمرک سرش را برگرداند و جوابی نداد. پیرمرد به زبان فارسی چند تا فحش آبدار نثارش کرد اما به اشاره هموطنش که آنطرف دستگاه منتظرش بود راه افتاد. گفت: «دیدید چه کرد؟ هر چه آجیل و پیسته و تخمه داشتم همه را ریخت دورا ناکس نامسلمون!» بیرون گمرک سرک می کشید، بعضی ها تابلوهائی در دستشان بود که به انگلیسی اسم هائی رویش نوشته بودند. چند نفری با دسته های گل منتظر مسافرشان بودند، اما پیرمرد پسرش را بین مستقبلین ندید. چرخ دستی اش را به سختی به جلو راند و یکی یکی مردم را به دقت ورنانداز کرد. نخیر پسرش آنجا نبود. با خودش گفت: «شاید من پیر شده ام و او مرا نمی شناسد. شاید او

خیلی بزرگ شده! شاید ریش گذاشته!» جلو رفت به صورت جوان ریشویی خیره شد، جوانک زبانش را درآورد. پیرمرد تعجب کرد با خودش گفت: «لااله الا الله.»

چند نفر ایرانی داشتند می رفتند و بلند بلند فارسی بلغور می کردند. جلو رفت و گفت:

«بخشید مثل اینکه پسر من نیامده و من جائی را بلد نیستم.» گفتند: «خب بهش تلفن کن.» پیرمرد بیادش آمد و دفترچه تلفنش را درآورد و گفت: «ایناهاش.» یکی از مسافران گفت: «آقا پول خورد داری؟»

پیرمرد گفت: «نه.» جوان چند تا ۲۵ سنتی توی فلک انداخت و شماره را گرفت. از آن طرف صدائی جواب داد. پسرک گفت: «آقا ضبط است. می گوید اگر پیغام دارید بگذارید.» گفت: «بگو بابات توی فرودگاه منتظرته. اصلا بده خود من!» گوشی را گرفت. پسرک به او گفت: «بگو، دستگاه ضبط می کند.» پیرمرد گفت: «پسرم، من فرودگاه منتظرت هستم. کجائی؟» صدای سوت دستگاه ضبط صوت تلفن در آمد و قطع شد. جوانک گفت: «آقا متأسفانه من عجله دارم باید بروم.»

جوان ایرانی که رفت دل پیرمرد پر از نگرانی شد. نمی دانست چکار کند. به چهره یکایک مردم که شبیه ایرانی ها بودند خیره می شد. دنبال یک نفر راه افتاد: «آقا شما ایرانی هستید؟» مردک

پیرمرد مثل اینکه دنیا را به او داده باشند نفسش را که مدت ها بود در سینه حبس کرده بود، توأم با آهی عمیق بیرون داد و گفت: «خدا حفظت کند دخترم، من منتظر پسرم هستم و هیچ جائی را هم بلد نیستم.» پیرزن گفت: «آقا نگران نباش، عروس من همه چیز را حل می کند.» مری شماره تلفن را یکباردیگر گرفت و پرسید: «آگا! اسم پسر تان چیست؟» پیرمرد گفت: «محسن، خانم، محسن!» مری شروع کرد به انگلیسی صحبت کردن و این بار گویا پسر را پیدا کرد. دنباله مطلب در صفحه ۳۴۷

پیرمرد مثل اینکه دنیا را به او داده باشند نفسش را که مدت ها بود در سینه حبس کرده بود، توأم با آهی عمیق بیرون داد و گفت: «خدا حفظت کند دخترم، من منتظر پسرم هستم و هیچ جائی را هم بلد نیستم.» پیرزن گفت: «آقا نگران نباش، عروس من همه چیز را حل می کند.» مری شماره تلفن را یکباردیگر گرفت و پرسید: «آگا! اسم پسر تان چیست؟» پیرمرد گفت: «محسن، خانم، محسن!» مری شروع کرد به انگلیسی صحبت کردن و این بار گویا پسر را پیدا کرد. دنباله مطلب در صفحه ۳۴۷

پیرمرد مثل اینکه دنیا را به او داده باشند نفسش را که مدت ها بود در سینه حبس کرده بود، توأم با آهی عمیق بیرون داد و گفت: «خدا حفظت کند دخترم، من منتظر پسرم هستم و هیچ جائی را هم بلد نیستم.» پیرزن گفت: «آقا نگران نباش، عروس من همه چیز را حل می کند.» مری شماره تلفن را یکباردیگر گرفت و پرسید: «آگا! اسم پسر تان چیست؟» پیرمرد گفت: «محسن، خانم، محسن!» مری شروع کرد به انگلیسی صحبت کردن و این بار گویا پسر را پیدا کرد. دنباله مطلب در صفحه ۳۴۷

## رستوران فیمس کباب



غذای هر ملتی بخشی از فرهنگ آن مردم است.

رستوران فیمس کباب با غذاهای بسیار خوشمزه و با طعم و عطر منحصر بفرد ایرانی در محیطی متفاوت آماده پذیرایی از شما و میهمان های شماست



کیتترینگ کامل میهمانی و جشن های شما در سراسر شمال کالیفرنیا

رستوران فیمس کباب با افتخار از شما پذیرایی می کند.

(916)483-1700

www.famouskabob.com

Like Us On  
facebook

1290 Fulton Ave., #C, Sacramento, CA 95825



# دفاتر و کالت علی مقدمی

با همکاری جفری زیندر و برزین صباحت



Jeffrey Zinder

وکالی سابق شرکت های بیمه  
با بیش از ۶۰ سال تجربه



Ali Moghaddami

*Maintaining the highest level of Professionalism & Integrity.*

- ◆ Personal Injury
- ◆ Business Litigation
- ◆ Employment Law
- ◆ Criminal Defense
- ◆ Insurance Dispute
- ◆ کلیه جراحات و صدمات بدنی
- ◆ کلیه دعاوی تجاری
- ◆ کلیه امور کارمند و کارفرما
- ◆ کلیه امور جنایی در دادگاه های ایالتی و یا فدرال
- ◆ حل اختلافات بیمه گر با شرکت های بیمه

*With over 60 years of combined experience, including trials, mediations and arbitrations we strive to present your case in its strongest light and achieve the best possible results.*

**Free Consultation**

Tel: (818) 500-4111

Fax: (818) 500-4144

333 E. Glenoaks Blvd. #202  
Glendale, CA 91207

Tel: (408) 332-5885

Cell: (408) 643-1739

111 N. Market St. #30  
San Jose, CA 95113

از نظارت و دخالت دستگاه دینی آزاد باشند و کسی حق نداشته باشد از انتشار علم و دانش به عنوان برخورد آنها با اصول و احکام دینی جلوگیری کند.

هدف اساسی از نوشتن این دفتر کوششی است در راه رهایی مردم ایران از بند و زنجیر اندیشه های کهنه، اسارت آور و خرافی. برای دستیابی به این هدف بزرگ باید مردم را به سلاح علم و اندیشه مجهز ساخت؛ باید «جهان بینی علمی» و «تفکر علمی» در مردم پدید آورد، باید مردم به حقانیت علم و اصالت دانش پی ببرند، با فرضیه ها، نظریه ها و واقعیت های علمی آشنا شوند و در پایان اندیشه های خرافی، ضد علمی و ضدانسانی را کنار بگذارند.

### جهان بینی علمی و جهان نگر دینی

از آنجا که روش های دستیابی به حقیقت در علم و در دین با یکدیگر تفاوت های ژرف و بنیادی دارند و از آنجا که سرچشمه حقایق عالم هستی از دیدگاه دانشمندان و روحانی کمترین شباهتی به یکدیگر ندارند طبیعی است که جهان بینی آنان نیز تفاوت های اساسی و پرمعنا خواهد داشت.

در جهان نگر دینی و براساس نوشته های کتاب های آسمانی، کل جهان هستی به وسیله ذات، موجود یا آفریننده ای بی نهایت توانا از عدم آفریده شده است.

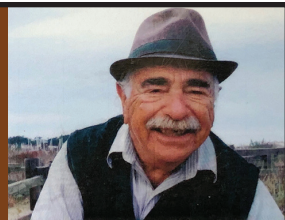
دنباله مطلب در صفحه ۵۷

مردم با ویرانی «دستگاه دین» خود برابر می دانند و همیشه با تمامی توان خود کوشیده اند تا توده های مردم هم چنان غرق در خرافات و نظریه های ساختگی طبقه به اصطلاح روحانی باشند.

بزرگترین وظیفه هر روشنفکر ایرانی کمک به فراهم آوردن زمینه «انقلاب فکری» در مغز ایرانیان است. از آنجا که اکثریت مردم میهن ما بی سواد، کم سواد و «بدسواد» هستند از آنجا که در جامعه دیکتاتور زده ما «مغز شویی فرهنگی» و «مغز شویی دینی» شده اند نخستین گام در راه آزادی و رهایی ایرانیان همان انقلاب فکری و مبارزه با آلودگی های فکری و خرافات دینی است. مبارزان ایرانی علاوه بر تلاش در راه بنیادگذاری حکومت مردم در ایران و دستیابی برآزادی و استقلال باید برای دست زدن به انقلاب فکری به اصل بزرگ و پراهمیت «جدایی حکومت و دین» و نیز اصل پرمعنا «جدایی علم و دین» اهمیت بسیار بدهند. بنابر اصل «جدایی علم و دین» روحانیان حق ندارند از تدریس نظریه ها، فرضیه ها و اصول علمی که با اصول دین یا مذهب آنان هماهنگ نیستند جلوگیری کنند یا مانع گسترش علم و دانش در جامعه شوند. آموزش و پرورش رسمی کشور، دستگاه فرهنگی جامعه و رسانه های گروهی باید

## برخورد علم و دین

دکتر احمد ایرانی  
بخش اول



حافظ از چشمه «حکمت» به کف آور جامی  
بو که از لوح دلت نقش «جهالت» برود

### پیش گفتار

و آمادگی پاسخ گویی به آنها را داشته باشند. آیا به راستی و براساس گفته های روحانیان یا برپاکندگانی «دستگاه دین» مذهب و دین هوادار علم و دانش و خواهان گسترش آن بین مردم همان اند؟ آیا منظور روحانیان از علم همان «علوم آسمانی»، «علوم الهی» یا «علوم غیبی» نیست؟ چگونه می خواهیم مردم را از این نکته بزرگ آگاه کنیم که: کوهی از خرافات، علم و دانش نیست؟ بررسی تاریخ علم و دانش به روشنی تمام نشان می دهد که در همه دوران هایی که روحانیان در جامعه نیرومند بوده اند به آزار و شکنجه دانشمندان و اندیشمندان پرداخته اند و با هر نظریه علمی یا فلسفی که با «علوم غیبی» آنان دربرخورد بوده به شدت مخالفت کرده اند. روحانیان گسترش علم و دانش را بین توده های

موضوع «رابطه علم و دین» یکی از مطالبی است که هر روشنفکر مبارز ایرانی باید به آگاهی های اساسی درباره آن مجهز باشد. آیا علم و دین کامل کننده یکدیگرند یا به سختی باهم در تضادند؟ آیا علم و دین هر دو جویای حقیقت و خواهان خوشبختی نوع انسانند؟ آیا علم و دین چون آب و آتشند، برخورد های تاریخی دارند و نبرد بین آنها هنوز هم در کشورهای گوناگون جهان ادامه دارد؟ آیا حقیقت های دینی و نظریه های علمی با یکدیگر هماهنگ و سازش پذیرند؟

روشنفکران مبارزی که در اندیشه فردای ملت ایران هستند باید از هم اکنون درباره صدها پرسش بنیادی و از جمله پرسش های بالا بیاندیشند

## معرفی کتاب

### معمای نفت و تغییر رژیم در ایران

«نقص قوانین سازمان ملل، سیاست و خودمختاری آبر قدرت ها»

تاراجگران نفت در خلیج فارس

نویسنده: مایک رهبریان

در این کتاب، به منظور بر طرف ساختن آشفتگی ها و دردهای اجتماعی در جهان «به ویژه ایران و خاورمیانه» پیشنهادات و راه حل های مهمی ارائه شده است و توجه در آن ضرورت کامل دارد.

برای تهیه کتاب با مراکز زیر تماس حاصل فرمایید:

www.ketab.com

(310) 477-7477 ♦ (818) 908-0808

Also available at Amazon & Google Play



ملت های ایران و  
خاورمیانه در آتش  
کشمکش های  
تاراجگران نفت  
در خلیج فارس

این ندای اطلاعاتی نویسنده کتاب است که دردهای اجتماعی ملت های ایران و خاورمیانه را به تصویر می کشاند و با زبان ساده برابر با قوانین بین المللی، راه چاره و رهایی از ظلم و تجاوز را با پیشنهادات کامل اعلام می کند.



# DIVA OF LA JOLLA

*We buy and sell Diamond, Gold, Watches, Silver, Platinum, Coins*

برای مشاهده جدیدترین، بزرگترین، زیباترین و نفیس ترین مجموعه جواهرات، سنگ های قیمتی و طلاجات با عیارهای مختلف و قیمت های غیر قابل رقابت، از جواهری مجلل ما دیدن فرمایید!

**تعمیر و تمیز کردن جواهر و ساعت!**  
خرید و فروش و سفارش پذیرفته می شود!

*We offer Custom Designs,  
Jewelry & Watch batteries & repair*

**WE BUY  
GOLD**

*One of the largest  
selection of Rolex Watches*



*Certified Pre-Owned Rolex Watches*

*Free Jewelry Cleaning & Ring Inspection  
(While You Wait)*

**No Interest if Paid in Full within 12 months**

*On qualifying purchases made with your Synchrony Luxury Credit Card. Interest will be charged to your account from the purchase date if the promotional purchase is not paid in full within the promotional period. Minimum monthly payments required.*

**Apply Today!**

**(408) 241-3755**

**3911 Stevens Creek Blvd, Santa Clara  
(Corner of Stevens Creek Blvd & Saratoga Ave.)**

وقتی می توان بی صدا با ساختن ویروس ها در لابراتورها دنیایی را زیر و رو کرد و به خاک و خون کشید، با از دست رفتن سرمایه ای کم تر و یافتن پی آمدی بالاتر، به چه دلیل برای تادیب و شکست و فنای یکدیگر از ویروس ها کمک نگیریم و بعد در آن روزها که نوجوانی نازک دل بودم می گفتم نه این اتفاق نمی افتد، بالاخره شرف انسانی هم جایگاهی در مقام انسان ها و انسانیت دارد. زمان به سرعت برق و باد گذشت و من از آن جوان نازک دل مهربان به پیری دنیا دیده تبدیل شدم و امروز جهان را آن گونه که هست می بینم نه آن گونه که در اندیشه های نازک دلانه نوجوانی هایم بود. من به زمانی رسیدم که انسان ها برای نابود کردن یکدیگر به سلاح اتمی و توپ و تانک نیاز ندارند. زمان ترسناکی که می توانی در خانه ات نشسته باشی و دشمنان در فضای تنفس تو، ترا آماج تیرهایی نامریی سازند که از ورود به حیطه هستی و زندگی تو هیچ نشانه ای نباشد ولی آنها وارد شده باشند. نیستی هستی در کنار هم درحرکتند و تو به همان سادگی که هستی می توانی نیست شوی. وقتی دشمنان نامریی ات به تو حمله ور می شوند، گریز گاهی نداری. آن قصه های عرفان و ماوراءالطبیعه و دست برتر و دنیای فرا انسانی دیگر مدد و یآوری نیست. هیولایی که با دست بشر ساخته شده امروز جان یافته و این هیولای قدرتمند برای کینه کشی و ضرب شست نشان دادن حکومتی به حکومت دیگر به جان بشر افتاده و هستی او را به کام می کشد.

این صبحگاه که از خواب برخاسته ام و همه جا خاموش و ساکت است و همه در خانه ها پنهان شده اند صبحی است که سایه هیولا بر سر زیستگاهم افتاده و هستی ما را به کام خویش می کشد. صبحی که هیولایی که برای ارباب و تهدید ساخته شده می رود تا بشریت را به کام خویش کشد و یک جا ببلعد. در داستان کافکا فقط «گره گوار» مسخ شده بود اما در داستان امروز، بشر می رود تا هستی خود را بر سر قصه تلخ مسخ انسانیت و انهدام آن بگذارد.

طولانی صرف فراهم آوردن ساز و برگ جنگی آن چنانی می کردند. به ناپلئون فکر می کردم که در نبرد واترلو چه بر سرش آمد و منهدم و شکست خورده راه گریز و بازگشت به سرزمینش در پیش گرفت. آنها جنگ های رو در رو بودند و دو سپاه با توپ و تانک و مسلسل به مصاف هم می رفتند. بعد نبردها پیش رفته تر شد و مثلا هیروشیما با یک بمب اتمی نابود شد. من زمان ها به آنچه بشر با دست خود بر سر خویش می آورد، می اندیشیدم تا در اندیشه هایم به آنجا رسیدم که آیا انسان ها آرامش



می پذیرند یا نه! آیا علت این همه جنگ و جدال را بالاخره در می یابند یا نه و آیا هنوز برای درهم کوبیدن یکدیگر همان صف آرایی ها را می کنند و از همان توپ و تانک و بمب اتم کمک می گیرند. بعد فکر کردم که نه، قرن بیست و یکم قرن این گونه نبردهای کودکانه نیست. قرن از هواپیما بمب ریختن برسر یکدیگر نیست و قرن در رو جنگیدن نیست. قرن بیست و یکم قرن جنگهای مزورانه و نبردهای مودیانه است. در آن زمان که فقط بیست سال داشتم، می اندیشیدم که اگر حکومت ها بخواهند خرده حسابی با هم صاف کنند آیا باز هم مثل زمان نادرشاه لشکر کشی می کنند و این را اندیشه ای کودکانه یافتم که هرگز چنین اتفاقی نخواهد افتاد. من در آن زمان می اندیشیدم که در سده های بعد جنگ ها، نبردهای میکروبی است،



## داستانی تلخ از نبرد ویروس ها با بشریت

هایش چگونه از بهار سرسبز و روشن و پرگل خود زمستانی تاریک و سرد و غم انگیز می سازد. چه قدرت طلبی های خودخواهانه تلخی.

آن روز صبحگاه وقتی از خواب برخاستم احساس کردم همه چیز دگرگونه است. همه جا آرام بود و کم و بیش صداهایی مبهم گاه به گاه شنیده می شد. خیابان ها ساکت بودند و رهگذری در راهی نبود. همچون «گره گوار» در مسخ کافکا که وقتی از خواب بیدار شد احساس کرد موجودی دیگر است: او عنکبوت شده بود. من عنکبوت نشده بودم اما زندگی دگرگون شده بود. چند روزی زمزمه گسترش ویروسی مرگ را در سطح شهر پیچیده بود و مردم از هم می گریختند. زندگی رنگی دیگر گرفته بود و آن روز صبح چون به اخبار گوش فرا دادم شنیدم که آن ویروس فاتح شده و انسان ها مغلوب. آنها در چنگال اسارت ویروس دست و پا می زدند و راه گریز این بود که خویشان را در خانه ها محبوس سازند. شاید او در پشت درهای بسته به آنها دسترسی نیابد.

این موجود وحشتناک تکثیر می شد و تکثیر می شد و تمام شهر را فرا می گرفت. درهای خانه ها بسته بودند و رهگذری در راهی دیده نمی شد. از پشت پنجره جست و جو گر نگاه می کردم و فکر می کردم بشر چگونه با دست خود خویشان را به باتلاق نیستی فرو می کشد و با زیاده طلبی

به یاد می آورم که دانشجویی نوزده بیست ساله بودم. گاهگاهی به تاریخ و گذشته هایم می اندیشیدم. به جنگ هایی که باعث سقوط سلسله ای می شد و آرایش هایی که سلسله ای را برپا می داشت. در اندیشه هایم می گفتم وقتی نادرشاه به هند لشکر کشید، زمانی بس دراز به جمع آوری سپاه و آذوقه و زاد و رود این سفر جنگی می اندیشید و برای یک لشکر کشی چه مدت زمانی

## واژه نامه حقوقی انگلیسی-فارسی

شامل واژه های:

حقوقی، سیاسی، اقتصادی و جامعه شناسی

تالیف: دکتر احمد ایرانی،

کارشناس ترجمه

لس آنجلس، کالیفرنیا ۲۰۰۶

بهای کتاب با هزینه پست: ۱۲ دلار



Notary  
Public

By Appointment Only

(408) 909-9060





## برنامه‌های مرکز اسلامی و فرهنگی شمال کالیفرنیا در ماه‌های آوریل و می ۲۰۲۰

1433 Madison Street, Oakland, CA 94612

www.iccnc.org

(510) 832-7600

info@iccnc.org or Pr@iccnc.org

facebook.com/ICCNCORG

Telegram: @iccnc

### فعالیت‌ها و خدمات مرکز اسلامی و فرهنگی شمال کالیفرنیا در دوره شیوع بیماری کوید-۱۹ چگونه خواهد بود؟

در پی شیوع ویروس کرونا ۲۰۱۹ و اعلام وضعیت اضطراری در آمریکا و به خصوص ایالت کالیفرنیا، فعالیت‌های مرکز اسلامی و فرهنگی شمال کالیفرنیا نیز با تغییراتی روبرو شده و این مرکز، تمهیداتی را برای خدمت‌رسانی در این دوره در نظر گرفته است. این تمهیدات به سه دسته تقسیم شده است:

#### ۱- خدمات عمومی:

خدماتی همانند عقد، ازدواج، طلاق، تشریف به اسلام، تدفین از سوی مرکز انجام می‌شود، اما برگزاری جلسات ترحیم و یا عروسی و تمامی جلساتی که بالای ده نفر باشند تا اطلاع ثانوی مقدور نیست.

#### ۲- کمک به همسفریان نیازمند:

هیات مدیره با تمهید یک گروه کاری و نیز در هماهنگی با مسئولان شهری اوکلند، سعی کرد به افرادی که بیشتر در معرض این بیماری هستند (سالخوردگان و ...) خدماتی چون خرید مواد غذایی و مایحتاج ضروری روزانه را ارائه کند. در این مسیر یک گروه کاری تشکیل و خدمات‌رسانی به سالخوردگان و بیماران و ... در دستور کار قرار گرفت.

#### ۳- پرداخت وام قرض الحسنه به افراد نیازمند:

همچنین با کمک برخی حامیان وفادار مرکز، بودجه‌ای متناسب در نظر گرفته شد تا به افرادی که در این دوره سخت با کسری مالی روبرو هستند، به صورت قرض الحسنه، کمک‌هایی انجام شود.

برای کسب اطلاعات بیشتر درباره چگونگی دریافت این کمک‌ها و خدمات، لطفاً به سایت ما به نشانی [WWW.ICCNC.ORG](http://WWW.ICCNC.ORG) مراجعه و یا با ایمیل [info@iccnc.org](mailto:info@iccnc.org) مکاتبه کنید.

#### ۴- برگزاری نشست‌های فرهنگی، هنری و دینی به صورت آنلاین:

پس از دستورات پیشگیرانه بهداشتی، ICCNC تمامی جلسات و نشست‌های فرهنگی خود از جمله مراسم جشن میلاد امام علی و جشن نوروزی را تعطیل کرد و با بهره‌گیری از یک امکان نرم‌افزاری (زوم) جلسات را به صورت آنلاین برگزار می‌کند. دو جلسه اخیر **درس‌گفتارهای دکتر عبدالکریم سروش** و نیز جلسات آتی ایشان به صورت آنلاین و با استفاده از امکاناتی که **نرم‌افزار Zoom** دارد برگزار می‌شود.

با توجه به پیش‌بینی‌ها و گزارش‌های دریافتی به نظر می‌رسد هفته‌های آینده شرایط تغییر نکند و فعالیت‌ها باید با چنین پیشفرضی ادامه یابد. بنا براین

**برنامه‌های ماه رمضان مرکز** نیز متأثر از این رخداد خواهد بود که در جزئیات دقیق آن در اطلاعیه‌های بعدی به نظر شما گرامیان خواهد رسید. با مراجعه به سایت و شبکه‌های اجتماعی مرکز از تازه‌ترین تغییرات در برنامه‌ها مطلع شوید.



## خدمات رسمی مرکز اسلامی و فرهنگی شمال کالیفرنیا شامل عقد و ازدواج، طلاق، تشریف به اسلام، و تدفین و ترحیم

### ISLAMIC Services Offered by ICCNC



**Marriage:** The Islamic marriage ceremony and recitation of "Khotbeh Aghd" at ICCNC or other locations. ICCNC issues marriage certificates that are accepted by the Interest Section of the Islamic Republic of Iran in Washington D.C.



**Divorce:** The Islamic divorce ceremonies and recitation of "Khotbeh Talagh" are held at ICCNC only. ICCNC issues certificates that are accepted by the Interest Section of IRI.



**Accepting Islam:** ICCNC helps individuals interested in giving "Shahada" and accepting Islam to become Muslims. ICCNC issues a certificate for this process.



**Islamic Burial:** ICCNC provides complete burial services in accordance to the Islamic laws. Moreover, ICCNC has burial sites for sale in the Muslim sections of Hayward and Los Gatos cemeteries.

1433 Madison Street, Oakland, CA 94612

www.iccnc.org

(510) 832-7600

info@iccnc.org or Pr@iccnc.org

facebook.com/ICCNCORG

Telegram: @iccnc



## ورزش از نگاه من

احمد طوسی

Email: atousi1515@gmail.com

دیده نشده است. آیا این طاعونی دیگر است این بدترین پدیده تاریخ است که در روزهای اول باید جلوگیری کند. آمریکائی ها با کره جنوبی در یک روز به حضور کرونا پی بردند. تاخیر آمریکائی ها مثل ایرانی ها حالا گریبان گیرشان را گرفته است. ایرانی ها به یک تسویه تاریخی باید پاسخ بدهند. یک آخوند ریشو و مردنی در حرم دیده می شود که مردم را به حضور در صحنه حضرت معصومه دعوت می کنند، در حالیکه در فضای مجازی یک دکتر مبتلا به کرونا را می بینیم که می رقصد. فرصتی دیگر برای او نیست. هنوز اندک مردم که خرافات مذهبی را قبول دارند حرم را می لیسند و از او طلب شفا می کنند. اما کسی از قرنطینه خارج نمی شود. آقای رئیس جمهور روحانی می گوید ما به قرون وسطی بر نمی گردیم و قم را قرنطینه نمی کنیم. آقای رهبر نماز جعفر طیار می خواند و یک آخوند عقب افتاده مردم را به خواندن نماز وحشت دعوت می کند.

گرفتاری ها روز به روز افزون می شود. در تمامی جهان، آقای روحانی همه تقصیرها را به گردن آمریکا می اندازد و می گوید اگر در لیوان آب گل آلود است، بخاطر این است که آمریکا از سرچشمه گل آلود کرده اند. او به مردم آمریکا متوسل می شود که آمریکا تحریم ها را از سر راه ایران بردارد. حالا بدون تردید، مذهب زیرگام های علم لگدمال شده است. آخوندها مملکت را به بن بستی رسانده اند که همه چیز رو به سقوط است. خرافات و جهل رفتنی است در حالیکه آقای خامنه ای و روحانی هنوز هم اصرا دارند پول ها را صرف طلبه ها چینی و آفریقائی کنند. حالا طلبه ها در قم و مشهد با شیشه های الکل در دست حرم را می شویند.

حالا جهان برای حضرت کرونا حساب جدائی باز کرده است. آقای احمدی نژاد در خبرها نشان داده می شود که کسی را نمی بوسد و با کسی دست نمی دهد. مترو بسیار خلوت شده است، حتی بدون مسافر. طلبه ها به هرکجا می روند با طعن و لعن روبرو می شوند. در روزگار ما زندگی طلبگی یک زندگی دانشجویی بود و حالا طلبه ها در ایران در لاس وگاس زندگی می کنند. در دنیا شایع است رژیم ایران همه چیز را پنهان می کند.

آیا دیواری می تواند دیوار دیگر را پنهان سازد؟ آقای رئیس جمهور می گوید برای ما وسایل تکنیکی پزشکی نفرستید، این را آقای ظریف هم بازگو می کند، برای ما پول نقد نفرستید. یک جوان در فضای مجازی می گوید پول نقد تا آنرا به لبنان و شیخ حسن و سوریه بدهید. بسیاری از کشورها طبیبان بازنشسته و پرستارهای بازنشسته را به خدمت دعوت کرده اند. آقا ملاها منتظر فرار هستند. ریشه های خشم بعد از کرونا مردم را به خیابان ها سرازیر خواهد کرد؟ حتی صدای پسر ریشوی آقای علی مطهری هم درآمد است. او به خوبی می داند باید دست و پایش را جمع کند و از مجلس برود. او به آقای رهبر هشدار می دهد که کم کاری کرده است. خیلی ها می خندند. او خودش نایب رئیس مجلس هم بوده است. امسال سال المپیک هم هست، اما چه کسی می داند چه خواهد شد. کانادا و استرالیا اعلام کرده اند که اجازه حضور ورزشکاران خود را در المپیک توکیو نخواهند داد. مشعل المپیک با وجود همه گیری کرونا هنوز روشن است و طبق برنامه شهر به شهر حمل می شود تا به توکیو برسد. روس ها که بدلیل محرومیت چند ورزشکار سرشناس بدلیل دوپینگ بدشان نمی آیند که المپیک به تعویق بیفتد. اما هنوز کسی چیزی نمی داند و ژاپنی ها متقاعد شده اند که المپیک را یک سال عقب بیندازند و در سال ۲۰۲۱ برگزار کنند. IOC کمیته ملی المپیک اعتقاد دارد و هنوز زود است که همه چیز را بهم ریخت. دانشگاه معتبر اوهایو می گوید یک لیست تماشا برای این بازی های المپیک چاپ کرده است و خواستار عدم انجام دیگر رشته ها مثل فوتبال، بسکتبال، والیبال، کشتی، وزنه برداری و خیلی چیزهای دیگر شده است. آنها می گویند شنا، دایو، دو میدانی فقط کافی است. هیجان فقط در این مسابقات است. چه کسی کشتی و وزنه برداری یا شمشیربازی تماشا می کند؟ بهر حال تلویزیون ها هم از حضور کرونا آسیب دیده است. ورزش در تلویزیون نیست و هیچکس نمی داند آیا همه باشگاه ها اعلام ورشکستگی خواهند کرد. چه کسی می تواند قراردادهای سرسام آور ورزشکاران را انجام دهد.

و شناخته شدن هستند حالا بسیار متأسف هستند و به کرونا فحش می دهند، مخصوصا برای آنها که سال آخر دانشگاه را می گذرانند. فراموش نکنیم دختران به همان اندازه فرصت دارند که پسران و آنها خواهان پیوستن به WNBA هستند یا به Women National Basketball Association حالا بدون تردید کرونا بدون توجه به دختر و یا پسر بودن همه را به خانه ها فرستاده است. تا کی خدا می داند؟ در میان بسکتبالیست ها یک بازیکن تیم Utah JAZ اولین کسی بود که این ویروس را از ایتالیا به آمریکا آورد. تست بدنی او برای کرونا مثبت بود و این شدیدا همه را ترساند. در ایتالیا وضع از این هم بدتر است. خانواده مالدینی بسیار سرشناسند و حالا پائولو مالدینی و پسرش هردو آلوده به ویروس هستند. ایتالیا، اسپانیا در اروپا بدترین هستند. این شرایط استثنایی و دیده نشده طی سالهای متمادی است. هیچکس در امان نیست. آمار و ارقام فوق العاده است. در تمامی جهان ترامپ بودجه ای را در نظر گرفته است و خود را رئیس جمهور در حال جنگ می داند. او هر روز مردم کشورش را در جریان کارها قرار می دهد. این مساله جهانی است. اما در ایران هیچ کاری نمی شود و مرگ و میر کرونائی به شدت مردم را ترسانده است. پزشکان بسیاری جان خود را از دست داده اند. درود به شرف آنها. چیزی بیشتر از چهل نفر پزشک مرده اند، اما رژیم مردم را تشویق می کند که دعا بخوانند و خود را به حرم برسانند. در حالیکه حرم ها را با الکل شسته اند، این پدیده ای که هرگز

می گویند بهترین مذهب حقیقت است. اما حقیقت آن است که حضرت کرونا همه را به خانه فرستاد است. او مذهب نمی شناسد و همه از او حساب می برند. عملا در همه جای دنیا ورزشکاران را به خانه فرستاده شده اند و درب ورزشگاهها را به سوی همه بسته است. آمریکا در ماه مارس هر ساله قهرمان بسکتبال کالج هایش را می شناسد. مارچ مدنس اصطلاحی است که آمریکایی ها به کار می برند. بعد از یکسال رقابت و برد و باخت شصت و چهار تیم برتر دانشگاه انتخاب می شوند تا بطور حذفی قهرمان خود را بشناسند. این پول فراوانی است که از طریق پخش تلویزیونی نصیب این دانشگاه ها می شود. دانشگاه هایی مثل Duke و North Carolina و... از این راه پول فراوانی به صندوق دانشگاه سرازیر می کنند. این دلیلی است که حقوق یک مربی بسکتبال در کالج های معروف چیزی بالای یک میلیون دلار در سال است، در حالیکه رئیس دانشگاه ها چیزی حدود سیصد تا چهارصد هزار دلار درآمد دارد. استعدادهای بسکتبال برای راه یافتن به NBA خواهان پذیرش در این دانشگاه ها هستند. بهترین بازیکنان بسکتبال در NBA در دانشگاه ها رشد می کنند و به باشگاه ها می پیوندند. آنها در دانشگاه ها میلیونرهای خیالی هستند، اما تا بازی کردن در باشگاه ها راه درازی را در پیش دارند. حالا کرونا همه را به خانه ها فرستاده است. خانه نشستن بدون دیدن ورزش از صفحه تلویزیون بسیار خسته کننده است. بازیکنان که منتظر چنین فرصت هایی برای دیده شدن در تلویزیون

### The Eye School Math Institute Summer Bootcamp

First day of classes: June 03, 2020 Last day of classes: July 28, 2020

♦ Algebra 1 & 2

Offered on:

♦ Pre-Calculus

M-Th 8:00am-12:00pm

♦ Calculus AB & BC

M-Th 12:30-4:30

Sign up for 4th grade to 8th grade  
After School Enrichment Math Classes

(925) 786-1011

4125 Blackhawk Plaza Circle, #210, Danville, CA

www.theeyeschoolofmath.com ♦ register@theeyeschoolofmath.com

با درج آگهی در نشریه پژواک،

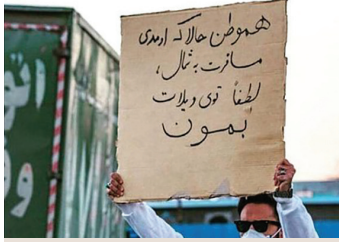
کسب و خدمات خود را به ایرانیان شمال کالیفرنیا معرفی نمایید!

(408)221-8624

ماهنامه

پژواک





نگران ماسک هستند این در حالی است که ماندن در خانه و ایزوله خانگی بیشتر از ماسک می‌تواند آنها را حفظ کند. برای آنها که مبتلا نشده‌اند ماندن در خانه یک سپر دفاعی و حفاظتی مناسب است.

او توضیح می‌دهد که انتقال ویروس کرونا تنها از طریق سرفه و عطسه نیست بلکه در آغوش گرفتن فرد یا لمس وسیله آلوده مثل گوشی تلفن، میله اتوبوس، دستگیره و هر سطح آلوده دیگری هم خطرناک است. راه دیگری که هنوز به اثبات نرسیده، احتمال انتقال ویروس از مسیر مدفوع است که هیچ دلیلی برای تایید آن وجود ندارد.

او می‌گوید درمان این بیماری در مراحل اولیه تنها از طریق ایزوله و قرنطینه و به شیوه درمان سرماخوردگی است: «مردم باید به ضرورت در خانه ماندن برای حفظ جانشان پی ببرند. به محض مشاهده علائم باید رابطه تماسی خودتان را با سایر اعضای خانواده قطع کنید. ترجیحاً در یک اتاق در بسته بمانید. دنباله مطلب در صفحه ۴۹»

داد که مردم ضرورت ماندن در خانه را چندان مهم تلقی نکرده‌اند.

محمد رضا ابراهیمی از ساکنان شهر رشت و عضو ادوار تحکیم وحدت در صفحه توئیترش نوشت بزرگترین چالش مورد بحث ما در کارگروه رسانه و فضای مجازی مقابله با کرونا در استان گیلان این است که مردم به هشدارها برای ماندن در خانه توجه نمی‌کنند. امروز ساعتی در قبرستان رشت بودم کاش همه بودند و می‌دیدند چه مصیبتی بر سرمان آمده. التماس می‌کنم در خانه بمانید!

دکتر «شیوا گلپهاری» پزشک داخلی است که این روزها در بیمارستان طالقانی تهران به مردم کمک می‌کند. او می‌گوید در تمامی گروه‌های خانوادگی و دوستانه و جمع همکاران برای پیوستن به کمپین «در خانه بمانید» تلاش می‌کند: «مردم برای زنده ماندن باید در خانه بمانند و سختی‌های قرنطینه خانگی را تحمل کنند.

بر اساس اطلاعاتی که سازمان بهداشت جهانی منتشر کرده دوره اوج کرونا در ایران هنوز فرا نرسیده است. مردم را می‌بینم که در سطح خیابان‌ها دارند زندگی عادی شان را دنبال می‌کنند و فکر می‌کنم اگر به همین رویه و بی‌محابا راهی کوچک و خیابان بشوند بی‌تردید بیش از ده برابر امروز قربانی خواهیم داشت. مردم

## در خانه بمانیم!

ماهرخ غلامحسین پور

همه گروه‌های فعال فضای مجازی، از اپوزیسیون گرفته تا بسیجی‌های مسجدرو و متخصصان سیستم پزشکی در ایران به اهمیت پیوستن به آن تاکید می‌کنند.

دکتر «رضا چمن» که اولین پیشنهاددهنده این کمپین بود روز هشتم اسفندماه در گفت و گو با ایسنا گفت هر آنچه به کاهش تراکم می‌انجام می‌تواند به پیشگیری از فراگیر شدن ویروس کرونا کمک کند.

این توصیه که «در خانه بمانیم» هر روز از سوی کادر درمانی بیمارستان‌ها تکرار می‌شود. آنها می‌نویسند که تنها راه قطع این زنجیره مرگبار و انتقال ویروس از شخص آلوده به جمعیت کثیری که آلوده نیستند ماندن در فضای خانه و ایزوله شدن است.

از سوی دیگر فعالان دنیای مجازی و شهروند خبرنگارها، همزمان با مصوبه ستاد ملی مبارزه با کرونا در مورد تعطیلی مدارس و ادارات دولتی، گزارش‌ها و ویدیوهای متفاوتی در مورد حضور مردم در سطح جاده‌های کشور منتشر کردند و به نظر می‌رسید آمار درگذشتگان در حال اوج گرفتن است. این ویدیوها نشان می‌

وقتی اپیدمی کرونا در ایران بالا گرفت رئیس دانشکده علوم پزشکی و درمانی شاهرود پیشنهاد داد با توجه به موج فزاینده این ویروس، کمپین «در خانه بمانیم» راه بیندازیم. البته این طرح پیش از آنکه به ذهن دکتر «رضا چمن» برسد توسط سیستم بهداشت و درمان چین در حال اجرا بود.

با اینکه اطلاعات چندانی در مورد کرونا ویروس وجود نداشت اما به نظر می‌رسید «ماندن در خانه» برای شکستن چرخه دردناک بیماری مورد توافق اپیدمیولوژیست‌های سراسر جهان است و خصوصاً دانشمندان چینی پیش از همه به این ضرورت رسیدند.

آنها از روز سوم بهمن ماه و با شروع قرنطینه شهر یازده میلیون نفری ووهان، ماندن در خانه را مهم‌ترین راهکار ساده اما موثر برای کنترل بیماری کرونا عنوان کردند و به نظر می‌رسد تجربه چین در ووهان می‌تواند راهگشای وضعیت فعلی ایران باشد.

این روزها کمپین «در خانه بمانیم» جزو محدود کمپین‌هایی است که



Immigration & Translation Services

۱۳۱۸-۵۵۴-۴۰۸

# شرکت ساعی

مشکل گشای شهر شما



👉 کارت سبز، ویزای نامزدی

👉 امور مربوط به دفتر حفاظت ایران

👉 ترجمه کلیه مدارک، عکس گذرنامه

👉 تشکیل شرکت‌ها

👉 تعویض نام

## تابعیت

www.saeicompany.com

I am not an attorney

(408)554-1318

برای اطلاعات بیشتر با آقای داریوش گیلانی تماس بگیرید

940 Saratoga Ave., Suite #112, San Jose, CA 95129

موسیقی سنتی ایران می پردازد که درباره نوازنده زن جوانیست که برای یافتن سر منشاء این ساز که از کجا شروع شد، سفرش را از برلن آغاز و تا خراسان و کشورهای سر راه که از این آلت موسیقی استفاده می کنند ادامه می دهد و عاقبت با رسیدن به خراسان و آشنایی با چند ساز زن، سفرش را پایان می دهد که برای ایرانی ها به ویژه، فیلمی دیدنی به وجود می آورد.

«جشنواره تیران» یکی از نخستین جشنواره های سینمایی بوده که از ابتدا به سینمای کوبا توجه خاص داشته و برنامه



فیلم «مامبونیگز»

های ویژه ای درباره این سینما و سینماگران آن برگزار کرده. امسال فیلم «مامبونیگز» ساخته «لکس گلیسی» را نشان می دهد که درباره موسیقی و رقص کوبا در دهه ۱۹۵۰ و ۱۹۶۰ است. در واقع قبل و بعد از انقلاب کوبا توسط «فیدل کاسترو» فیلمی دیدنی با موسیقی و رقص های معروف کوبا. دنباله مطلب در صفحه ۴۵

مستندی است درباره «جان دلورین» سازنده ماشین معروف «دلورین» که در زمان خود انقلابی در طرح و ساخت اتومبیل در دهه ۱۹۸۰ ایجاد کرد که



فیلم «دلورین»

حتی در فیلم «بازگشت به آینده» هم استفاده شده اما به خاطر عدم حمایت کارخانه های اتومبیل سازی، و تهیه بودجه برای ساخت ماشین، جان دلورین، با فریب ماموران دولتی دستگیر شد و همین اقدام به برنامه ساخت این ماشین استثنایی پایان داد.



فیلم «ساز»

فیلم دیگریست که به این آلت قدیمی

## دنیای سینما

سعید شفا



### نوزدهمین جشنواره بین المللی فیلم تیران

شهادت برای محاکمه یکی از افراد خانواده به شهری که دادگاه در آن واقع است بروند. اتفاقاتی که در سر راه و درون اتوبوس می افتد، فیلم را متفاوت و تماشاگر را تا انتها درگیر داستان می



فیلم «قسم»

کند تا جایی که دائم در انتظار است که این مسیر با آن چالش هایش چگونه به مقصد می رسد.

فیلم دیگر که توسط «باربارا کاپل» یکی از مستندسازان برجسته آمریکا درباره ایران ساخته شده «کویر یک» است که پیشتر فیلم «هارلن کانتی یواس ای» را ساخته. فیلم «کویریک» درباره عملیات نجات گروگان های آمریکایی در اوان انقلاب و در زمان ریاست جمهوری «جیمی کارتر» است که با چند تن از گروگان ها، گروگان گیرها (دانشجویان پیرو امام) و حتی «جیمی کارتر» صحبت کرده و کلیه لحظات طرح و انجام عملیات را با فیلم های دیده نشده یا کمتر دیده شده درهم می آمیزد و فیلمی تاریخی که برای



فیلم «کویر یک»

عرضه می کند که چگونه این عملیات نافرجام طراحی و به مرحله اجرا درآمد و حاصلش در منطقه کویر «طبس» به خاطر طوفان شن و تصادم هلیکوپترهای آمریکایی و به قتل رسیدن چند سرباز و مامور آمریکایی بود.

«دلورین» ساخته «جردن لوینگسون»

نوزدهمین جشنواره بین المللی فیلم تیران در تاریخ ۱۷ تا ۲۳ آوریل در شهر ساحلی تیران در شمال کالیفرنیا برگزار



April 17. 23. 2020  
Understanding the World through Film®  
www.TiburonFilmFestival.com

می شود. این جشنواره که به منظور حمایت و کشف فیلمسازان مستقل از سراسر دنیا تأسیس شده، ضمن تقدیر از پیشکسوتان سینما، کلیه ژانرهای سینمایی را از داستانی، کوتاه، مستند، انیمیشن، تجربی، موزیک ویدیو... در بر می گیرد. امسال ۲۸ کشور در جشنواره با فیلم های جدیدشان شرکت دارند که



فیلم «مارگه و مادرش»

نظیر سال های گذشته توجه خاصی نیز به سینمای ایران شده که از میان فیلم های انتخابی می توان از آخرین فیلم «محسن مخملباف» به اسم «مارگه و مادرش» که در ایتالیا ساخته نام برد که درباره تابوهای استفاده نشده در فیلم های گذشته او مثل مذهب، سکس... است که گامی بلند در سبک فیلمسازی او به حساب می آید.

فیلم دیگر «قسم» ساخته «محسن تنابنده» و با شرکت «مهناز افشار» است که درباره خانواده ای است که اتوبوسی را اجاره می کنند تا برای

## شیوا موزون

وکیل رسمی دادگستری



Shiva Moozoun

Attorney at Law

♦ دفاع در برابر IRS, FTB, BOE

♦ تشکیل ثبت و انحلال شرکت ها ♦ برنامه ریزی و آماده کردن اظهارنامه های مالیاتی

برای اشخاص و شرکت ها ♦ تهیه و تنظیم وصیت نامه و تراست

♦ تهیه و تنظیم انواع قرارداد و اسناد حقوق ♦ آماده کردن فرم های مهاجرت

♦ IRS, BOE, FTB disputes ♦ Business, Corporation, Nonprofit

Formation ♦ Tax preparation for individuals and small businesses,

Trusts, Estates, Nonprofit ♦ Will, Trust, Estate Planning, Probate

♦ Draft/ Review/Renew legal contracts ♦ Immigration Services

Cell: (415) 314-1003 ♦ Office: (800) 493-7065

651 W. Hamilton Ave, Suite 1000, Campbell, CA 95008



چیز عوض شده. یکی از دوستانم با مسخرگی گفت پس گوش کن، این بانمک است: «من و شوهرم باید عید را دو قسمت کنیم. شب عید را با پسر بزرگم و بچه هایش می گذرانیم. تحویل را در خانه خودمان بسر می بریم چون هنگام تحویل نوه بزرگم بسکتبال دارد و برادرش باید ساکر بازی کند و حاضر نیستند حتی برای مراسم عید، آن را تعطیل کنند. شام را با هم هستیم. دختر به ماهی حساسیت دارد و پسر سبزی پلو دوست ندارد و شوهر اصولا برنج نمی خورد. در نتیجه میز شام شب عید با بوریتو و پاستا و لازانیا تزیین می شود، به اضافه یک ظرف کوکو که از مغازه ایرانی خریداری شده. البته سفره هفت سین مضحکتر است. گندم سبز شده را از پت شاپ خریده اند، شیرینی ها که ماه ها پیش، از لس آنجلس آمده با قیافه خشک و محزونی به آدم نگاه می کنند. کوارتر و دایم به جای پول طلا در کاسه استنلیس جای دارد. به بچه ها برای عید پول نباید داد. فقط «گیف کارت» باید به آنها داد که غرورشان جریحه دار نشود و پولکی نشوند. به هر حال، شب می گذرد و روز بعد که روز اول عید است باید با پسر کوچکتر باشیم. آنها با لهجه آمریکایی به ما عید مبارکی می گویند. هر دو پسرها

نمی دانند که ما هرگز عید را در رستوران جشن نمی گیریم. امسال می گیریم چون دو برادر طاقت دیدن همدیگر را ندارند و با هم قهر هستند و چندسالی است که همدیگر را ندیده اند، حتی برای مراسم عید. باید با آنها جداگانه قرار گذاشت. بچه ها هم احوال همدیگر را نمی پرسند و اگر تصادفا در مجلس یا جشنی همدیگر را ببینند باهم حرف نمی زنند و در کنار هم نمی ایستند و از ترس پدر و مادر، زیر چشمی نگاهی به هم می کنند و سر پایین می اندازند. شاید چند سال دیگر اصلا فراموش کنند که دختر عمو یا پسر عمویی دارند و یا شاید اگر به ایالت دیگری رفتند تصادفا در دانشگاهی با هم همکلاس یا هم دانشکده ای شدند یا اگر کنار هم نشسته باشند و همدیگر را نشناسند ممکن است پسر یا دختر آمریکایی غریبه ای آنها را به هم معرفی کند. انشاءالله در آن روز ما دیگر نخواهیم بود.»

دوستم نتوانست صحبتش را تمام کند. من متأثر شدم، دلداریش دادم، اما از طرف دوستم و خودم، به همه شما عید را تبریک می گویم و همچنین به آن دو پسر و بچه هایشان و امیدوارم روزی همگی در کنار هم سال نور جشن بگیرند.

چیز عوض شده. یکی از دوستانم با مسخرگی گفت پس گوش کن، این بانمک است: «من و شوهرم باید عید را دو قسمت کنیم. شب عید را با پسر بزرگم و بچه هایش می گذرانیم. تحویل را در خانه خودمان بسر می بریم چون هنگام تحویل نوه بزرگم بسکتبال دارد و برادرش باید ساکر بازی کند و حاضر نیستند حتی برای مراسم عید، آن را تعطیل کنند. شام را با هم هستیم. دختر به ماهی حساسیت دارد و پسر سبزی پلو دوست ندارد و شوهر اصولا برنج نمی خورد. در نتیجه میز شام شب عید با بوریتو و پاستا و لازانیا تزیین می شود، به اضافه یک ظرف کوکو که از مغازه ایرانی خریداری شده. البته سفره هفت سین مضحکتر است. گندم سبز شده را از پت شاپ خریده اند، شیرینی ها که ماه ها پیش، از لس آنجلس آمده با قیافه خشک و محزونی به آدم نگاه می کنند. کوارتر و دایم به جای پول طلا در کاسه استنلیس جای دارد. به بچه ها برای عید پول نباید داد. فقط «گیف کارت» باید به آنها داد که غرورشان جریحه دار نشود و پولکی نشوند. به هر حال، شب می گذرد و روز بعد که روز اول عید است باید با پسر کوچکتر باشیم. آنها با لهجه آمریکایی به ما عید مبارکی می گویند. هر دو پسرها



نوشخند و پوزخند

لبخند و زهرخند

عزت گودرزی (الهی)

etratelahi@aol.com

## عید در غربت

با یکی از دوستانم درد دل می کردم. یادش به خیر، عیدهای قدیم چه با صفا و حقیقی بود. بیست روز به عید مانده دده صغرا، گندم خیس می کرد و پانزده روز بعد عدس را در آب می ریخت. مادر همیشه باقلوای سنتی درست می کرد. عقیده داشت که شیرینی عید باید در خانه درست شود. مخصوصا روی باقلوای تعصب بخصوصی داشت. از باقلوای که با خمیرهای حاضری درست می شد متنفر بود و می گفت: «این باقلوای ترکی است. باقلوای ایرانی باید همه چیزش در خانه درست شود.» بادام ها را قبلا در گل یاس می خواباند و سبزه ها که رشد می کرد و بزرگ می شد آنها را با روبان های رنگی تزیین می کرد. پدرم سکه های طلا را در کاسه می ریخت و سر سفره هفت سین می گذاشت، حتی تخم مرغ ها را در خانه

با کراوات های خوشرنگ پدرم که مادرم یواشکی کش می رفت رنگ می کردیم. اول اسفند بنفشه ها را در باغچه می کاشتند. پدرم مواظب درخت گل یخ بود که حتما برای عید گل داده باشد و افاقیا جوانه زده باشد. خانه حسابی بوی عید می داد. بعد از تحویل سال، من و خواهرم با شوهر و بچه هایمان عازم خانه پدر می شدیم برای عرض تبریک. خانه بوی عشق می داد. دست های مهربان پدرم را و سینه پر محبت مادرم بوسه می زدیم و خواهرم، شوهر خواهرم و بچه ها، همدیگر را می بوسیدند و با محبت به هم تبریک عید می گفتند. شام را که سبزی پلو و ماهی سفید سرخ شده و کوکو بود با اشتها می خوردیم. عیدی مان را هر چه بود از پدر می گرفتیم. اما حالا چی؟ همه



## هنرستان موسیقی نژاد

آموزش تمامی سازهای موسیقی (ایرانی و غربی) برای رده سنی ۴ تا ۸۴ سال

Individual &amp; Group Lessons for All with Persian Traditional &amp; Western Instruments



(408)559-7864

Cell:(408)771-3996

کلاس های خصوصی و گروهی

14505 Union Ave San Jose, CA 95124

www.nejadmusic.com



**Kathryn Burke**  
Attorney at Law

# کاترین برک

وکیل متخصص امور مهاجرت

با همکاری مترجم فارسی و ترکی  
زبان از دفتر خدمات بین المللی



- ♦ Business & Investment Visa
- ♦ Employment Based Green Card
- ♦ Family-Based Green Card
- ♦ Deportation & Asylum
- ♦ Citizenship & Naturalization
- ♦ Fiance Visa
- ♦ Tourist Visa
- ♦ Student Visa
- ♦ Entertainment Visa

Notary  
Public

**By Appointment Only**

- ♦ ویزای کار و سرمایه گذاری
- ♦ کارت سبز از طریق کارفرما
- ♦ کارت سبز از طریق خانواده
- ♦ پناهندگی و اخراج از آمریکا
- ♦ تابعیت
- ♦ ویزای نامزدی
- ♦ ویزای توریستی
- ♦ ویزای تحصیلی
- ♦ ویزای مخصوص هنرمندان

Phone: **(408) 909-9060**

Toll Free: **(888) 350-9060** ♦ Fax: **(408) 503-0040**

**900 S. Winchester Blvd. #6, San Jose, CA 95128**



## منطقه فضول آباد

### بعضی از مردها

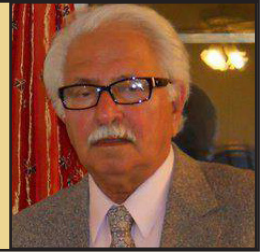
مسعود مثل هر روزش، بعد از خوردن صبحانه که در چیدن آن بر روی میز هیچ کمکی نکرده بود، همه چی را ول کرد و رفت بره توی اتاق کامپیوتر و کتابخانه اش. وقتی خواست وارد آن اتاق بشه دید قالی لیز خورده آمد پشت درب و باز نمیشه. زور زد و داشت قالی رو می کشید تا بیره عقب تا در باز بشه که زنش توران خانم از آشپزخانه صدایش زد. بی آنکه آن کار را رها کند و برود ببیند توران خانم چکار دارد، از همانجا با صدای بلندی گفت: «کاردارم هر چی هست باشه.» بعد قالی را کشید عقب و نشست پشت کامپیوتر. یه قول خودش، هر وقت می نشینه پشت این دستگاه، هزار تا کار داره که انجام بده. امروز هم اول خواست ببینه انگور فرنگی به چی میگن، چون تازگی ها داستانی از چخوف به همین نام خوانده بود. در همین هنگام باز همسرش توران خانم صدایش کرد. اما مثل نوبت قبل گفت: «کاردارم. باشه بعد.» این بار رفت سراغ واژه کوتوال و خواست معنی دقیق آن را بداند. گرچه قبلا معنیش را می دانست. در این موقع هم باز خانمش صدا زد: «مسعود». مسعود عبارت قبلیش را تکرار کرد. خلاصه این قبیل کارهای آقا مسعود ادامه پیدا کرد و تا سه ساعت طول کشید. بعد از این مدت خسته شد و پاشد رفت طرف آشپزخانه. اول آب خورد و بعد قدری انگور گذاشت تو یه پیش دستی و آمد دور میز ناهارخوری. از توران خانم پرسید: «چند بار صدام کردی. چکار داشتی؟» توران خانم گفت: «می خواستم بری از پشت ماشین یه کیسه برنج خریدم بیاری و این کیسه سنگین پر آشغال را هم ببری بندازی تو آشغال دونی. در ضمن می خواستم این لامپ سوخته زیر پنکه را دربیاری ببریم مثلش بخریم. و می خواستم بری دفتر مدیریت مجموعه بگی لامپ چراغ دیواری توی بالکنی ما سوخته. بیان عوضش کنند.» حرفاش که به اینجا رسید مسعود گفت: «حالا برات همه رو انجام میدم.»

دنباله مطلب در صفحه ۵۵

## مشقی تازه در روزهای غربت

حسینعلی مکوندی  
فریمان-کالیفرنیا

e-mail: ha@makvandi.com



انتشارات دانشگاه تهران چاپ کرده بود.

### این تهران پایتخت

#### حکومت نالایق فاجارها بود

سیدضیاء طباطبائی یزدی، بعد از آنکه به اتفاق رضاخان میرپنج کودتا کردند نخست وزیر احمدشاه آخرین شاه سلسله ننگین فاجار شد. بعد که سلسله فاجار سقوط کرد وی شد رئیس الوزراء رضاخان هم شاه گردید. بهرحال سید ضیاء که روزنامه نگار جوانی بود از وضعیت فلاکت بار مملکت و شرایط بسیار عقب مانده تهران یا پایتخت آگاه بود. فوراً دستور اکیدی مبنی بر اجرای این اوامر صادر کرد. آن دستورات چنین بود:

هر کاسب به جز نانوا، کله پز و حمامی باید دکان خود را اول آفتاب باز و اول غروب تعطیل کند. هیچ کاسبی به جز بقال و پزنده و نانوا حق ندارد روزهای جمعه دکان خود را باز و داد و ستد کند.

دنباله مطلب در صفحه ۵۵

### تشکر از آکادمی ادبیات روسیه

آنتوان چخوف نویسنده نامدار و تأثیر گذار روسیه این یادداشت کوتاه را برای آکادمی ادبیات روسیه فرستاده بود و نوشته بود: «خوشحالم که به عضویت آکادمی ادبیات روسیه انتخاب شده ام ولی حقیقت را بگویم که حق شناسی و سپاسگزاری من از هیات امنای آکادمی ادبیات روسیه زمانی بیشتر می شود که این عضویت را از من پس بگیرند.» علت خودداری چخوف از پذیرفتن عضویت در این آکادمی این بود که او معتقد بود افراد شایسته تری مانند تولستوی وجود دارد که باید به این عضویت انتخاب شوند. بهرحال محض اطلاع از میان آثار این نویسنده مشهور مهمترین آنها عبارتند از نماز میت، نمایشنامه ایوانف، مرغ دریایی، دانی و اینا، سه خواهر و باغ آلبالو. این نکته را هم یادآوری می کنم ۷۷ داستان و نمایشنامه کوچک از آثار چخوف در سال ۱۳۴۰

## دفاتر و کالت علی مقدمی

با همکاری جفری زیندر و برزین صباحت

وکلا سابق شرکت های بیمه با بیش از ۶۰ سال تجربه

With over 60 years of combined experience, including trials, mediations and arbitrations we strive to present your case in its strongest light and achieve the best possible results.

فرا رسیدن بهار و نوروز باستانی بر شما مبارک باد



Ali Moghaddami

- ◆ Personal Injury
- ◆ Business Litigation
- ◆ Employment Law
- ◆ Criminal Defense
- ◆ Insurance Dispute



- ◆ کلیه جراحات و صدمات بدنی
- ◆ کلیه دعاوی تجاری
- ◆ کلیه امور کارمند و کارفرما
- ◆ کلیه امور جنایی در دادگاه های ایالتی و یا فدرال
- ◆ حل اختلافات بیمه گر با شرکت های بیمه

Tel: (818) 500-4111

Fax: (818) 500-4144

333 E. Glenoaks Blvd. #202  
Glendale, CA 91207

Free Consultation

Tel: (408) 332-5885

Cell: (408) 643-1739

111 N. Market St. #30  
San Jose, CA 95113



یاد گرفتن فحش مثل دیپلم گرفتن بود. وقتی عقربه ساعت تحویل سال را نشان می‌داد، پدر حلول سال نو را اعلام می‌کرد. دستش را می‌بوسیدیم، صورت ما را می‌بوسید و ما می‌دانستیم که باید تمام قصیده بهاریه سعدی را بشنویم.

**بامدادی که تفاوت نکند لیل و نهار**  
**خوش بود دامن صحرا و تماشای بهار**  
و روزگاری تمامی قصیده را از بر بودیم چون پدر می‌گفت که روز عید در روزگاران گذشته شاعران در پیش شاه قصیده می‌خواندند و صله می‌گرفته‌اند و تخت شاهان بر پایه قصاید بهاریه استوار بوده و شاعران به مرحمت شاهان می‌زیسته‌اند. اعتقادات عجیب او را ما در سیال‌های بعد و سرکشی‌های جوانی اصلاً باور نداشتیم که می‌گفت: «مملکت ایران را شعر شاعران بر پا نگه داشته و پادشاهان با حمایت از شاعران در حقیقت ایران را حمایت می‌کرده‌اند» و چه افسوس‌ها می‌خورد که این پادشاهان آخری از مظفرالدین شاه به این طرف، شعر نمی‌شناخته‌اند و حالا روز عید و سلام شاهانه ملک‌الشعرایی ندارند که تهنیت سال نو را به شعر بگویند و اعتقاد داشت که عید بدون شعر عید نیست. **دنباله مطلب در صفحه ۵۸**

دیگری است. بدتر از همه، اکبر کفری دوچرخه‌ساز بود که دوچرخه کرایه می‌داد و حاضر نبود ده دقیقه به حرمت سکه دست‌لاف دوچرخه‌ها را بیشتر در اختیار ما بگذارد و در مقابل اصرار ما می‌گفت: «سکه آقایون آگه برکت نبره برکت نمی‌آره». تقصیری نداشت همه اهل محل می‌دانستند که اکبر نه نماز می‌خواند، نه روزه می‌گیرد، نه مسجد می‌رود و کارش از اول شب یک لنگه پا جلو پیشخوان دکان نیم‌بایی عزیز عرق‌فروش ایستادن است و نحسی بالا انداختن.  
ما دیگر بزرگ شده بودیم که اکبر کفری روز سی تیر توی خیابان ژاله تیر خورد و در بیمارستان سینا جان داد.  
آقادی‌ها هم به تفاوت عیدی می‌دادند. آقادی حسن خسیس بود و یک تومان بیشتر نمی‌داد. آقادی حسین که زن و بچه نداشت، بسته به اینکه در چه وقت روز به او می‌رسیدیم و چقدر از اسکناس‌هایش مانده بود، سیل ما را چرب می‌کرد. آقادی علی اگر سر حال بود و نشسته، اسکناسی کف دست‌مان می‌گذاشت و فحش بی‌دریغی به تمام قوم و خویش‌ها می‌داد. ما آقادی علی را خیلی دوست داشتیم چون فحش‌هایی را که می‌داد از دهان دیگری نمی‌شنیدیم.

## یادداشت‌های بی تاریخ

دکتر صدرالدین الهی



### عید در خانه

می‌شد، معاشقه و نظربازی می‌کردیم و با خود در جیب‌های خالی‌مان اسکناس‌های نو و سکه‌های براق را که باید تا آخر هفته در آنها جا می‌گرفت می‌شمردیم. میرسیدحسین خان، یک تومان، عمه خدیجه خانم، پنج هزار، آقای حاج شیخ عبدالله، یک قران دست‌لاف. چه حرصی می‌خوردیم از این دست لافی‌ها، که بیشترشان آقایان علما بودند، با آن هیکل‌های گنده و عمامه‌های گنده‌تر و سکه‌های حقیر که می‌گفتند تیمن دارد و تبرک است و باید نه کیسه گذاشت که تبرک سال بعد شود. و ما می‌دیدیم که اصلاً یک قرانی آنها هیچ فرقی با یک قرانی دیگر ندارد و حتی معجون افلاطون‌فروش پدر سوخته سر کوچه و جغور و بگوری سر چشمه حرمت سکه آقایان را نگه نمی‌دارند و اصلاً قبول ندارند که پول آقایان از قماش

پای بساط عید ما، شیرینی و گل و یکی دو جور غذای پخته به نشانه نعمت و شگون، سنت خانواده وجود داشت و همین. پدر اجازه نمی‌داد که رادیوی آندریای برق و باطری را باز کنیم و مراسم تحویل سال را از رادیو بشنویم.  
او ساعت نفره بغلی‌اش را در دست می‌گرفت، و به عقربه‌اش خیره می‌شد. هر چه به تحویل سال نزدیک‌تر می‌شدیم ساکت‌تر می‌شدیم. نفس‌مان را در سینه حبس می‌کردیم مثل اینکه قرار بود اتفاقی بیفتد. گاهی هم گوش‌مان را به زمین می‌چسباندیم تا وقتی گاوماهی، کره زمین را از این شاخ به آن شاخ می‌اندازد و سال نو می‌شود صدای جا به‌جایی سال را بشنویم.  
با شیرینی‌ها که سهم کوچکی از آن در پیش‌دستی‌های گل‌سرخ‌ها به ما داده

## دکتر فتنه هوشداران کایروپراکتر

تشخیص، معالجه و جلوگیری از ناراحتی‌های مفاصل و استخوان، ورزشی، صدمات کاری و تصادفات رانندگی با پیشرفته‌ترین وسایل پزشکی

*Chiropractic care is more than just making the pain disappear. It is about learning, understanding & taking care of your body to improve your quality of life*

مطب مجهز به دستگاه‌های فیزیکیال تراپی و ماساژ طبی، ورزشی و میز  
Doc Decompression Table برای تسکین و بهتر کردن دردهای:



Fataneh Hooshdaran, D.C.



- ♦ سر درد ♦ رماتیسم ♦ دیسک ♦ شانه و زانو درد
- ♦ دردهای عصبی ♦ دردهای گردن دردهای کمر ♦ دردهای دست
- ♦ Headache ♦ Sciatica ♦ Degenerative Disc ♦ Rheumatism
- ♦ Lower Back Pain ♦ Shoulder & Knee Pain ♦ Neck & Hand Pain

Serving: San Jose & Santa Clara  
www.chiropracticusaca.com

(408)244-7677  
2797 Park Ave., Suite #103  
Santa Clara, CA 95050



## چرا برای جلوگیری از بیماری‌های عالم‌گیر باید بدینی پیشه کرد

توبی اورد - برگردان: پویا موحد

داشت. چنین به نظر می‌رسد که تأثیرات آن بعد از جنگ جهانی اول ناپدید شد، جنگی که به‌رغم کشته‌های کمتر، تأثیر بسیار شدیدتری بر روند تاریخ گذاشته است.

کل تاریخ نوع بشر دست‌کم حدود ۲۰۰ هزار سال به طول انجامیده است. هر چند درباره بخش بزرگی از این دو هزار قرن شواهد و مدارک اندکی در دست داریم، اما خود طولانی بودن گذشته ما می‌تواند درس مهمی برای ما داشته باشد. امکان انقراض بشر بر اثر حوادث طبیعی در بیشتر این مدت باید بسیار کم بوده باشد، وگرنه تا حالا جان به در نبرده بودیم. اما آیا ممکن است که این خطرات تغییر کرده باشند؟ ممکن است آسوده‌خاطری ناشی از گذشته نادرست باشد؟

جمعیت ما اکنون هزاران بار بیش از آن چیزی است که در بیشتر تاریخ بشر بوده است. بنابراین، بیماری‌های جدید بشری برای یافتن آغازگاهی برای خود، امکانات بسیار وسیع‌تری دارند. و شیوه‌های دام‌داری ما تعداد بسیار زیادی از حیوانات را به وجود آورده که در شرایط بسیار ناسالم در نزدیکی انسان‌ها زندگی می‌کنند. این موضوع خطر را افزایش می‌دهد زیرا بسیاری از بیماری‌های اصلی پیش از آنکه به انسان‌ها منتقل شوند در حیوانات آغاز شده‌اند.

دنباله مطلب در صفحه ۵۰

بود. در اواخر جنگ جهانی اول، شکل ویران‌گری از آنفلوآنزا، معروف به آنفلوآنزای ۱۹۱۸ یا آنفلوآنزای اسپانیایی، در شش قاره و حتی جزایر دور اقیانوس آرام شیوع یافت. حدود یک سوم از جمعیت جهان به این بیماری مبتلا شدند و حدود ۳ تا ۶ درصد مردند. این تعداد مرگ‌ومیر از کشته‌های جنگ جهانی اول بیشتر بود.

با این حال، وقایعی مانند این‌ها کوچک‌تر از آن‌اند که خطری برای امکانات بالقوه نوع بشر در بلندمدت باشند. دیده‌ایم که در طاعون‌های دم‌لی بزرگ حرکت تمدن در مناطق متأثر از بیماری کند شده اما بعد توان خود را باز یافته است. نرخ مرگ‌ومیر ۲۵ تا ۵۰ درصدی منطقه‌ای، عاملی کافی برای فروپاشی قاره‌ها نبوده است. این وقایع سرنوشت نسبی امپراتوری‌ها را تغییر داده‌اند و حتی شاید روند تاریخ را به شکلی چشمگیر تغییر داده باشند، اما اگر بتوان از آنها نتیجه‌ای گرفت، در ما این اعتقاد را تقویت می‌کنند که تمدن بشر ممکن است از وقایع مشابه در آینده با همین نرخ مرگ‌ومیر جان به در برد، حتی اگر این وقایع مقیاسی جهانی داشته باشند. بیماری عالم‌گیر آنفلوآنزای اسپانیایی از این نظر مهم بود که به‌رغم شیوع جهانی، تأثیر ظاهری بسیار کمی بر رشد جهان

جهان احتمالاً در مراحل اولیه مرگ‌بارترین بیماری عالم‌گیر در صد سال گذشته است. در چین تا کنون هزاران نفر جان باخته‌اند، گروه‌های بزرگی در کره جنوبی، ایران و ایتالیا به این بیماری مبتلا شده‌اند و بقیه جهان در انتظار آسیب‌هایش به سر می‌برند. هنوز نمی‌دانیم که میزان مرگ و میر نهایی در ابعاد هزاران نفر خواهد بود یا صدها هزار نفر. به‌رغم همه پیشرفت‌های پزشکی، نوع بشر هنوز در برابر بیماری‌های عالم‌گیر بسیار آسیب‌پذیرتر از آن است که می‌پنداریم.

برای فهم این آسیب‌پذیری و تعیین اقدامات لازم برای رفع آن، خوب است که به بدترین سناریوهای ممکن بیندیشیم. یک بیماری عالم‌گیر چقدر می‌تواند مخرب باشد؟ در داستان‌های علمی‌تخیلی گاهی با این ایده مواجه می‌شویم که یک بیماری عالم‌گیر چنان شدید بوده که نتوانسته به تمدن یا حتی نوع بشر پایان دهد. چنین تهدیدی علیه تمامیت آینده نوع بشر را خطر وجود شناختی می‌نامند. با اطمینان می‌توان گفت که ویروس جدید کرونا، کووید-۱۹، چنین خطری در بر ندارد. اما آیا بیماری عالم‌گیر بعدی ممکن است چنین باشد؟ برای فهم این موضوع، و برای قرار دادن بیماری کنونی در بستری بزرگ‌تر، اجازه دهید ابتدا به گذشته توجه کنیم.

در سال ۱۳۴۷ میلادی، مرگ به سراغ اروپا آمد. محل ورود آن شهر کافا در شبه‌جزیره کریمه بود و لشکر تحت محاصره مغول آن را با خود آوردند. تاجران فراری بی آن‌که بدانند آن را با خود به ایتالیا بازگرداندند. از آنجا به فرانسه، اسپانیا و انگلستان انتشار یافت. سپس در شمال تا نروژ و در بقیه سرزمین‌های اروپا پراکنده شد و تا مسکو نیز رسید. در مدت شش سال، «مرگ سیاه» تمامی قاره را درنوردید. ده‌ها میلیون نفر به شدت بیمار شدند و تن آنها به شیوه‌های مختلف تسلیم بیماری شد. گردن، زیر بغل و کشاله ران برخی دمل زد، پوست برخی به علت خون‌ریزی زیرپوستی سیاه شد، برخی در اثر مرگ سلول‌ها در نتیجه التهاب گلو و ریه خون بالا آوردند. همه شکل‌های بیماری شامل تب، بدن‌درد و بوی تحمل‌ناپذیری بود که از مواد دفع شده از بدن متصاعد می‌شد. تعداد مرده‌ها آنقدر زیاد بود که به ناچار

### دفتر خدمات اجتماعی ایرانیان

با مدیریت آذر نصیری

با سال‌ها تجربه، سرعت عمل، و دقت، شما را یاری می‌دهیم!

**Azar Nassiri**

Non-Attorney



خدمات سوشیال سکيوریتی

♦ مدیر و مدیکل

♦ سوشیال سکيوریتی (SSI)

♦ دریافت حقوق و مزایای دولتی (CAPI)

♦ دریافت حقوق پرستار

♦ دریافت حقوق بازنشستگی

♦ مصاحبه های سالانه سوشیال سکيوریتی

♦ انجام درخواست تجدید نظر در امور سوشیال سکيوریتی (Appeal)

در سراسر بی اریا

(925) 998-5340 + (408) 348-2595

Fax: (408) 247-5006

920 Saratoga Ave. #215, San Jose, CA 95129

## دنیا پس از بحران کرونا؟

سیاوش قاننی



و سرنوشت این بخش‌ها را تضمین کرده و کاملن در دست گیرد»

### جهانی شدن

به دنبال شیوع ابولا در سال‌های ۲۰۱۴ تا ۲۰۱۶ سازمان جهانی بهداشت و بانک جهانی و یک کارگروه بحران سازمان ملل در امور بهداشت The Global GPMB Preparedness Monitoring Board، در گزارشی هشدار دادند که با جهانی شدن اقتصاد با گسترش و جهانی شدن ارتباطات و تجارت در کنار رشد بی‌سابقه گردشگری و روند تغییرات اقلیمی و افزایش خیل پناهجویان و پناهندگان در سطح جهان به همراه افزایش ناامنی‌ها در سطح بین‌المللی، جهان در یک وضعیت اضطراری قرار گرفته است. این گزارش هشدار می‌دهد که بیماری‌های بی‌شمار و همه‌گیر و از جمله یک پاندمی بسیار کشنده ناشی از یک پاتوژن تنفسی جهان ما را تهدید می‌کند. این بیماری همه‌گیر می‌تواند ۵۰ تا ۸۰ میلیون نفر در جهان را به هلاکت برساند و ۵ درصد از اقتصاد جهان را ویران کند. این گزارش در پایان به این نتیجه می‌رسد که دولت‌ها و سازمان‌های غیردولتی برای مقابله با این پاندمی (اپیدمی یا شیوع جهانی یک بیماری) بزرگ به هیچ وجه آماده نیستند. حال در پرتو گزارش این سازمان‌ها کارنامه دولت‌ها و سیاستمداران را بر پایه آنچه که در بالا نوشته شد چگونه باید ارزیابی کرد؟

این دولت‌ها به جای اینکه در سیستم بهداشت و درمان سرمایه‌گذاری کنند به جای اینکه همکاری‌های علمی و مالی بین‌المللی خود را در مبارزه با این پاندمی گسترش دهند به جای اینکه سیستم بهداشت و درمان گسترده جهانی بوجود آورند که همه در تمام کشورها از آن برخوردار باشند به جای همکاری وسیع با سازمان بهداشت جهانی برای آماده ساختن تمام کشورها برای مقابله با این پاندمی، به کم کردن بودجه سیستم بهداشت و درمان خود اقدام کردند و امکان بوجود آمدن چنین پاندمی را کتمان و دیوار ملی‌گرای را بلندتر کردند. **دنیاه مطلب در صفحه ۴۷**

را فرسوده کرده است. ریاضت‌های اقتصادی از طرف اتحادیه اروپا در تمام کشورهای اروپایی و بویژه در کشورهای ایتالیا، اسپانیا و یونان باعث شدند که دولت‌های دست راستی این کشورها در اولین گام خود بودجه‌های خدمات اجتماعی و سیستم بهداشتی را بطور چشم‌گیری کاهش دهند. امروز در شرایط بحران کرونا نتیجه کاستن بودجه‌های سیستم بهداشتی و درمان را در کشورهای ایتالیا و اسپانیا به روشنی می‌توان دید. کمبود تخت‌های مراقبت ویژه (در ایتالیا ۵۲۰۰ تخت در مقایسه با آلمان ۲۸۰۰۰ تخت) نبود وسائل ایمنی از ماسک‌های ویژه و غیره و غیره که باعث نرخ بالای مرگ و میر در این کشورها شده است. در فرانسه تنها ۱۷ هزار تخت بیمارستان طی سال‌های اخیر از بین رفت است و کلیه مراکز درمانی با کمبود منابع و امکانات مالی و کادر پزشکی روبرو هستند. سال‌هاست که موج واگذاری بیمارستان‌ها به بخش خصوصی با هدف سودآوری حداکثری در تمام کشورهای اروپایی در جریان است. سال‌هاست (نه امروز پس از شیوع ویروس کرونا) که هزاران پزشک و پرستار و کادر درمانی در کشورهای اروپایی با اعتصاب‌ها و اعتراض‌های سراسری خود نسبت به نابودی تدریجی سیستم بهداشت و درمان در کشورهای خود در نتیجه خصوصی سازی‌های بی‌وقفه هشدار می‌دهند.

حال پس از همه‌گیر شدن ویروس کرونا امانوئل مکرون رئیس‌جمهور فرانسه که یکی از طرفداران پروپا قرص اقتصاد نئولیبرالی و بازار محور به حساب می‌آید در پیام تلویزیونی خود به مناسبت همه‌گیر شدن ویروس کووید ۱۹ می‌گوید: «این پاندمی به روشنی نشان می‌دهد که نباید تمام بخش‌های تولید و توزیع و «دولت رفاه» را به بازار محول کرد. دیوانگی محض است که دولت کنترل بخش‌های مربوط به رفاه عمومی، تغذیه، بهداشت و درمان و امنیت را به بخش خصوصی واگذار کند. دولت باید در فرانسه و در اروپا کنترل دوباره را بر روی این بخش‌ها بدست آورد و استقلال

و تحلیل‌گران مسائل اقتصادی قرار دارد. پیش‌بینی می‌شود که هرگاه شیوع این بیماری طی هفته‌های آینده کنترل و مهار نشود، اقتصاد جهان از نفس بیافتد. امروز تمام کشورهای سرمایه‌داری میلیاردها میلیارد دلار و یورو آماده کرده‌اند تا این بار هم این بحران اقتصادی پیش رو را پشت سر بگذارند. صندوق بین‌المللی پول و بانک مرکزی اتحادیه اروپا نیز میلیاردها دلار برای مقابله با پیامدهای این بیماری در نظر گرفته‌اند.

سازمان همکاری و توسعه اقتصادی پیامدهای ناشی از بیماری کرونا را بزرگترین چالش اقتصادی جهان پس از بحران مالی سال ۲۰۰۸ اعلام کرده است. حتی گفته می‌شود که نرخ رشد اقتصادی جهان می‌تواند به نصف کاهش یابد. شوربختانه کشورهای بزرگ سرمایه‌داری پس از بحران مالی ۲۰۰۸ و بحران یورو در آغاز سال ۲۰۰۹ و بحران محیط زیست، درس‌های لازم را نگرفتند و به توصیه‌های متفکران اقتصادی، اجتماعی، سیاسی و محیط زیست که جایگزین کردن تولید و اقتصاد استوار بر «توسعه پایدار» را به جای اقتصاد نئولیبرالیستی و بازار محور پیشنهاد می‌کردند توجه نکردند و تا آنجا که ممکن بود (البته در کشورهای مختلف با درصدهای متفاوت) بخش خصوصی با هدف تولید را به بخش خصوصی (با هدف متحقق کردن سود حداکثری) واگذار کردند. امروز بحران کرونا اقتصاد جهانی را به زانو در آورده است.

با آغاز سال ۲۰۰۹ بحران یورو اتحادیه اروپا را با مشکلات فراوانی مواجه کرد و کشورهای ایرلند، پرتغال، ایتالیا، اسپانیا و به ویژه یونان را تا مرز ورشکستگی رساند و هنوز ایتالیا اسپانیا و یونان با آن بحران دست بگریباندند. بحرانی که بر روند همگرایی اتحادیه اروپا در چارچوب مباحثی مانند ارزش یورو، افزایش شکاف اقتصادی، رشد روند و اگرایی، افزایش بیکاری، گسترش ناآرامی‌های اجتماعی و سقوط زود هنگام برخی دولت‌های حاکم، رشد ملی‌گرایی افراطی و گرایش‌های ضد اروپایی، خروج انگلستان از اتحادیه اروپا و مطرح شدن احتمال فروپاشی حوزه مالی یورو، تأثیر فراوان داشت و هنوز هم بر طرف نشده است.

ریاضت‌های اقتصادی دیکته شده از طرف اتحادیه اروپا با پیروی از نسخه‌های اقتصاد نئولیبرالی، با خصوصی کردن‌های گسترده و تضعیف مستمر قوانین و قراردادهای کار، پایه‌های «دولت رفاه»

ویروس کرونا (کووید ۱۹) جان هزاران نفر را گرفته و جان میلیون‌ها انسان را در سراسر دنیا به خطر انداخته و پایه‌های زندگی اجتماعی و اقتصادی میلیون‌ها نفر را به لرزه در آورده است. زندگی روزمره و «عادی» انسان‌ها تعطیل شده است.

در سراسر دنیا و از جمله در کشور ما ایران مردم در خانه‌هایشان در حال قرنطینه به سر می‌برند. گالری‌ها بسته، مدارس و دانشگاه‌ها تعطیل شده‌اند، درب‌های رستوران‌ها بسته است و نمایش‌خانه‌ها و موزه‌ها سوت و کورند، سینماها تاریک و خیابان‌ها خلوت و مترو و اتوبوس‌ها هم کم مشتری شده‌اند. شهرها حالت فیلم‌های تخیلی را به خود گرفته است.

در این شرایط همه پزشکان همه روانشناسان همه دانشمندان علوم اجتماعی و اقتصادی همه سیاستمداران ... که در فکر مدیریت این بحران هستند نیز به این فکر می‌کنند که ما با چه جهانی پس از کرونا روبرو خواهیم بود. پاسخ نهایی و قطعی به این پرسش به چند دلیل بسیار مشکل است. نخست اینکه لازمه پاسخ به این پرسش دانشی کافی در تمام حوزه‌هایی که در بالا بر شمردیم را طلب می‌کند. دوم اینکه تجربه تاریخی نشان می‌دهد که انسان فراموش‌کار است و پرسش اینچاست چگونه باید این فاکتور فراموش‌کاری را در پاسخ به پرسش بالا وارد کرد و این فاکتور چه سهمی را در رفتار انسان‌ها پس از بحران کرونا بازی خواهد کرد. پس شاید بهتر باشد پرسش را چنین مطرح کنیم، چه درس‌هایی را می‌توان از این بحران گرفت و چه دنیایی را پس از کرونا آرزومندیم؟

ویروس کرونا مانند جراحی شکم مریض را باز کرده و اکنون علل بیماری مریض، شکنندگی و ضعف او پدیدار شده است. علل این بیماری کدامند؟

### شکندگی بینش نئولیبرالیسم

نخست گسترش جهانی ویروس کرونا پیش از هر چیز شکندگی بینش نئولیبرالیسم و بازار محور بر اقتصاد و تولید را نشان می‌دهد. ویروس کرونا به اقتصاد جهانی ضربه مریباری وارد کرده است و اقتصاد جهانی مبتلا به تب شدیدی شده است. منحنی وال استریت و دیگر بورس‌های جهان شدت این تب را نشان می‌دهند. پرسش این است که آیا این بیمار (اقتصاد جهانی) نیز همچون بعضی بیماران سالمند مبتلا به ویروس کرونا از پای در می‌آید و یا می‌تواند بار دیگر لنگان لنگان از جای برخیزد. پیامدهای احتمالی شیوع بیماری کرونا برای اقتصاد جهانی در کانون توجه رسانه‌ها





«ویستا» کتابفروشی دیگری بود که اخیراً جای خود را به یک کافه‌گالری داده است.

چند روز قبل باز هم خبری دیگری رسید: «کتابفروشی اکتبر تعطیل شد.» «اکتبر» پس از پنج سال نوشت: «خداحافظ». این کتابفروشی که در مهرشهر کرج فعالیت می‌کند علی‌رغم این‌که چندی پیش نوای پایان

کتاب از کتابفروشی‌ها باقی می‌گذارند. خریداران کتاب اگر در خانه نشسته باشند به صفحه فروش آن نشر و اگر بیرون از خانه باشند به مرکز فروش همان نشر مراجعه می‌کنند، در این میان کتابفروشی می‌ماند متهم به این‌که کتاب‌هایش را از کتاب‌های قاچاق مترو، دست‌فروش‌ها و دیگران گران‌تر می‌فروشد. در روزهای اخیر برخی کتابفروشان می‌گویند که میزان فروش‌شان از مدت مشابه سال گذشته کمتر بوده است. کتابفروشی‌ها پیش‌تر می‌گفتند با وضعیت موجود آرزو دارند که مغازه‌شان را تعطیل کنند و حالا انگار به آرزوی خود می‌رسند. روزهای پیش رو با عنوان هفته کتاب نام‌گذاری شده است، کاش در میان دید و بازدید از کتاب و گرمی‌داشتن آن، برای نجات کتابفروشی‌ها نیز دست یاری بلند شود.

کار خود را به گوش مخاطبانش رساند اما تا پایان آبان‌ماه به حیات خود ادامه می‌دهد. این کتابفروشی در بیان علت تعطیلی خود نوشت: «تورم آخرین و غیرضروری‌ترین کالای سبد خرید مردم را حذف کرد و به نظر دیگر جایی برای ما کتابفروشان مستقل باقی نمانده است.»

تعطیلی «اکتبر» و دیگر هم قطارانش به تدریج ادامه دارد و مشکلات مالی علت اصلی همه آنهاست. این روزها یک کتابفروشی اگر ناچار به پرداخت اجاره مغازه باشد و بخواهد معاش گردانندگان را بگذراند تقریباً دوامی نخواهد داشت. آنها اگر بخواهند به‌طور مستقل فعالیت کنند نمی‌توانند زیر بار وضعیت اقتصادی بازار نشر کمر راست کنند. از دلال‌ها و دیگران که بگذریم به فروش اینترنتی ناشران می‌رسیم. ناشران این روزها کمتر فرصتی برای خرید

## زنگ خطری که ادامه دارد!

کسی کتاب نمی‌خرد به عمر خود پایان داد. اما «ایرانیان» نه اولی بود و نه آخری. پیش از آن خبر تعطیلی کتابفروشی نشر رود توسط مخاطبان آن منتشر شد. کاربران در صفحات مجازی از پایان کار کتابفروشی مورد علاقه‌شان نوشتند و همسایه‌های کتابفروشان به خبرنگار، مخاطب کتاب و رهگذار از این‌که «این یکی هم تعطیل شد» گفتند.

دیگری کتابفروشی نشر آسیا بود که در بهار سال گذشته به کار خود پایان داد. این کتابفروشی با قدمتی در حدود ۵۴ سال در شاه‌آباد تهران فعالیت داشت اما حالا اهالی محله آن مکان را به عنوان یک اغذیه‌فروشی می‌شناسند.

«اسلامیه» هم جزء کتابفروشی‌های قدیمی تهران است و مدت‌هاست که در آستانه تعطیلی قرار دارد. هر بار از آن یادی می‌شود اما برای نجاتش از این وضعیت کمکی نمی‌شود. هرچه می‌گذرد خبر تعطیلی کتابفروشی‌های کوچک و بزرگ تهران و شهرهای دیگر بیشتر به گوش می‌رسد. در کنار وسعت گرفتن برخی کافه‌کتاب‌ها و نشرهای بزرگ، پاتوغ‌های کتاب‌جای‌شان را به مشاغل دیگر می‌دهند. اما حال همه کافه‌کتاب‌ها هم خوب نیست. کافه‌کتاب

خبر تعطیلی کتابفروشی‌های کوچک و بزرگ، قدیمی و جدید همچنان به گوش می‌رسد. این مسئله سبب شده تا برخی هم‌صنفان آنها هم چندان امیدی به ادامه کار خود نداشته باشند.

به گزارش ایسنا، خبر عقب‌نشینی کردن برخی کتابفروشی‌ها از کسب و کار کتاب به گوش می‌رسد، برخی آرزوهای‌شان تعطیل شده و برخی تعطیلی شده آرزوی‌شان.

مدیر یکی از کتابفروشی‌ها اخیراً به دنبال خبر تعطیلی یکی از هم‌صنفانش در فضای مجازی نوشته بود: «حس سر بازی رو داریم که زیر آتش دشمن، دونه‌دونه هم‌قطارانش تیر می‌خورند و می‌افتند. حس تنها شدن.» اغلب کتابفروشی‌ها وقتی به کار روزانه خود پایان می‌دهند نمی‌دانند که فردا همسایه‌های‌شان باز هم کتابفروشی می‌مانند یا ممکن است به کافه یا فست‌فودی تغییر شغل بدهند.

کتابفروشی «ایرانیان» از مغازه‌های قدیمی خیابان فردوسی بود که پهن‌ماه سال گذشته سرانجام رفتیم و با اسماعیل‌خان پای تجربیات ۴۵ ساله «ایرانیان» نشستیم، اما حالا چند وقتی است که دیگر خبری از آن ویرترین شیشه‌ای قدیمی کتاب‌ها نیست و این کتابفروشی هم در این باور که دیگر

## S & S Tire And Auto Repair

### Complete Automotive Repair Service



Family Owned & Operated

**Oil Change Special**  
Get \$5 OFF on  
Regular Oil Change

**Oil Change Special**  
Get \$10 OFF  
Synthetic Oil Change

For Scheduled Maintenance & any other information please visit our website at  
[www.sstireandautorepair.com](http://www.sstireandautorepair.com)

Established in 1996

(408)738-1960

597 S. Murphy Ave. Sunnyvale, CA 94086

We Are #1

برداشتم و شروع کردم به کشیدن. مدتی فقط به من نگاه می کرد. من هیچوقت به قیافه و خوشگلی خودم پای بند نبوده ام، اما بهر حال تیبی داشتم و در میان مردم از محبوبیت بر خوردار بودم. بلوند هم بودم و مردم خوش شان می آمد.

آخوند پس از آنکه خوب مرا نگاه کرد پرسید: «هنوز موها رو داری؟ چرا زیر مقنعه قایم شون کردی؟» می خندیدم.

پرسیدم: «حاج آقا! آیا پاسپورت من پیش شماست؟ چرا مرا از اداره گذرنامه اینجا فرستاده اند؟» خنده زشتی کرد و گفت: «خانم! معلومه که پیش ماست! والله پیش ماست! خب، ما دل مون می خواد تو رو ببینیم دیگه! چیکار کنیم؟»

★★★★

با کسی آشنا شده بودیم بنام مجید حسینی که دفتری در خردمند شمالی داشت. بهروز برای گذران زندگی از کارمند یکی از سفارتخانه ها دستگاه های ویدیو می خرید و به این فرد می فروخت. در مقابل پول لباس می گرفت. یک روز وقتی وارد دفترش شدم دیدم یک آخوند هم پشت میز نشسته.

پرسیدم: «آقای حسینی آن بلوزهایی که می گفتید کجاست؟» گفت: «خانم تاییدی، لطفا بیایید اینجا.» دیگر قضیه برابرم آشنا بود. دنباله مطلب در صفحه ۵۶

همانطور پشت سرم می آمد. یکدفعه دیدم دارد فریاد می کشد: «ایها الناس! به دادم برسید. این زن من است. از آبادان فرار کرده! دوتا بچه داریم. بچه ها را ول کرده آمده اینجا هنر پیشه شده!»

فکر کردم دارم یک فیلم ترسناک می بینم. مردم جمع شدند. آنهایی که ما را می شناختند تلفن زدند کمیته محل. بهروز رفته بود شمال. تلفن زدیم به یکی از دوستان مان که اسمش حسن بود. او خودش را به آنجا رساند و با آن مرد حرف زد. بعد پیش من آمد و گفت: «فرزانه! آنطوری که این آدم ادعا می کند، اگر من تو و بهروز را خوب نمی شناختم فکر می کردم راست می گوید!»

★★★★

شعبه ۴۲ دادستانی گویا شعبه ای بود که به کار اقلیت های مذهبی رسیدگی می کرد مرا به عنوان بهایی به آنجا فرستاده بودند. موقع ورود به ساختمان، زنی که مرا بازرسی بدنی می کرد وقتی حالت پریشان مرا دید گفت: «اگه میخوای اینجا کارت راه بیفته یا باید سسک! داشته باشی یا پول.»

در شعبه ۴۲ به اتاق یک آخوند رفتم. تا نشستم، کشوی میز را بیرون کشید و سیگار وینستون بیرون آورد و به من تعارف کرد. تشکر کردم. یکی از سیگارها را



در کتاب تاریخ جهانگشا:

آزاده دلان گوش به مالش دادند

وز حسرت و غم سینه به نالش دادند

پشت هنر آن روز شکسته است درست

کاین بی هنران تکیه به بالش دادند

★★★★

خانه ما نزدیک میدان فردوسی بود. یک روز رفته بودم حمام خیابان ویلا. آبگرمکن خانه همیشه خراب بود و صاحبخانه برای درست کردن آن بهانه می آورد و ما را آزار می داد.

از حمام که بر میگشتم مردی جلو آمد و گفت: «سلام» جوابش را دادم و گذشتم. به دنبالم آمد. گفت: «خانم کمکی بکنید!» دست در جیبم کردم. شصت تومان پول داشتم. برای آن وقت پول کمی نبود. دستم را به طرف او دراز کردم و گفتم: «همین را دارم.»

دیدم می خندد. گفت: «یه جایی به من بده!» گفتم: «من بتو جا بدم؟» گفت: «بله... جایی، اتاقی...»

یک آقای کشیش محترمی آمده است یک صندلی کنار کلیسایش گذاشته است تا مومنا بدون اینکه از ماشین پیاده شوند، بیایند به سبک و سیاق معمول اعتراف بکنند. نمی دانم جناب کشیش بابت این



اعترافات حق البوقی هم می گیرد یا نه اما میدانم که «بیزنس خدا» در هیچ شرایطی تعطیل بر دار نیست.

### چند خاطره

فرزانه تاییدی هنرمند پر آوازه تئاتر و سینمای ایران در لندن درگذشت. چند خاطره از این هنرمند را از کتاب «گریز ناگزیر» برای شما نقل می کنم تا بدانید پس از آن انقلاب شکوهمند! بر اهل هنر چه ها رفته است. بقول عطا ملک جوینی

## مریم سالاری

### مربی یوگا

یوگا رقص بین رهایی و تسلیم است. یوگا سفری است توسط خویشتن، از خویشتن، به سوی خویشتن.

### یوگا برای تمام سنین

♦ شناخت و ارتباط بهتر با بدن ♦ قبول وضعیت جسمی و روحی ♦ بالا بردن نیروی تفکر ♦ شناخت انرژی های درونی ♦ تعادل بین چاکراها ♦ هماهنگی بدن، فکر و روح ♦ سلامتی و شادابی برای تمام عمر

♦ Therapeutic Yoga ♦ Vinyasa Yoga ♦ Chair Yoga

(408) 802-8882

برای اطلاع از زمان و ساعت کلاس ها با ما تماس بگیرید

mary\_salari@yahoo.com

MINDFUL YOGA Group



با انجام یوگا شما می توانید:



Quinoa, Brown rice, Squash نظیر (sweet potato) و یا سیب زمینی شیرین می تواند میزان قندخون را کنترل کرده و خواب خوبی به همراه آورد.

کورتیزول و هورمون انسولین به طور مخالف کار می کنند. زمانی که انسولین بالاست کورتیزول پائین است و زمانی که انسولین پائین است کورتیزول بالاست. بنابراین مصرف carb هنگام شب باعث بالا رفتن انسولین و پائین آمدن کورتیزول می شود. این کمک می کند که فکر و بدن آرامش کرده و خواب خوبی به همراه بیاورند.

### ورزش در هوای آزاد (Get outside)

ورزش و قدم زدن در هوای آزاد و طبیعت میزان کورتیزول را پائین می آورد. دانشمندان دو گروه افراد را انتخاب کردند:

**گروه اول به مدت ۳۰ دقیقه در مرکز شهر قدم زدند.**

**گروه دوم به مدت ۳۰ دقیقه در جنگل و طبیعت آرام قدم زدند.**

سپس میزان کورتیزول آنها را اندازه گیری کردند. گروه دوم به مراتب سطح کورتیزول پائین تری داشتند. در این گروه سیستم پاراسمپاتیک فعال شده و کورتیزول را پائین می آورد. **دنیاه مطلب در صفحه ۵۶**

ساعت در هفته به مدت هشت هفته این روش mindfulness را انجام داده اند توانسته اند میزان کورتیزول خون خود را ۲۱٪ کاهش دهند.

### ورزش های سنگین را با

### ورزش های ملایم جانشین کنید

زمان و شدت ورزش می تواند تأثیر مهمی روی میزان کورتیزول داشته باشند. ورزش شدید و در حدی که ۸۰٪ میزان اکسیژن شما را مصرف کند، حتی برای ۳۰ دقیقه می تواند میزان کورتیزول را به مقدار قابل توجهی بالا ببرد. ورزش به مدت طولانی نیز می تواند میزان کورتیزول را بالا ببرد.

دانشمندان میزان کورتیزول را در موی ورزشکاران قوی اندازه گیری کردند و در مقایسه با آنهاهی که ورزش سنگین نکرده بودند متوجه شدند در گروه اول میزان کورتیزول بالاتر است. افرادی که ورزش های آرام نظیر یوگا کرده بودند کورتیزول کمتری در موی خود داشتند که نشان می دهد که آرامش فکر و بدن، بالا رفتن کورتیزول را محدود و کنترل می کند.

### مصرف یک ماده قندی (carb)

### سالم همراه شام (Dinner)

گرچه این ادعا به نظر کمی غیرعادی به نظر می رسد، ولی میزان کمی ماده غذایی



## کورتیزول (هورمون استرس) Cortisol

### اندازه گیری هورمون کورتیزول

در صورتی که یک یا بیش از چند علائم بالا را در خود مشاهده می کنید، ممکن است از پزشک خود بخواهید تا تست ۴ مرحله ای کورتیزول را انجام دهد تا متوجه شوید که شاید کورتیزول باعث علائم بالا شده است. جهت انجام تست در منزل می توانید بزاق را جمع آوری کرده و این نمونه بایستی در اول صبح انجام شود و مراحل بعدی قبل از نهار، قبل از شام و هنگام خواب. نتایج تست های بالا میزان کورتیزول را در طول روز نشان می دهد. یک نتیجه نرمال میزان کورتیزول را در صبح به حداکثر نشان می دهد و تدریجاً کم شده در طول روز بطوریکه هنگام خواب کمترین است. چنانچه نتیجه آزمایشات چهار مرحله ای شما این نیست حتماً میزان کورتیزول خون شما غیرطبیعی می باشد.

### چگونه میزان کورتیزول را پائین آوریم

**مدیتیشن:** این پدیده سیستم آرامش بدن را فعال می کند و این کار را از طریق محور HPA انجام می دهد که به نام محور مرکزی پاسخ به استرس می باشد. در این حالت تدریجاً تعداد نفس های شما کمتر شده، عضلات منبسط می شوند (relaxes muscle) و فشارخون پائین می آید. همین طور مرکز ترس در مغز را آرامش می بخشد. طبق گزارش های پزشکی افرادی که یک

کورتیزول یکی از هورمون هایی است که از غدد فوق کلیه در خون ترشح می شود و به این دلیل هورمون استرس نامیده می شود که در هنگام استرس های فیزیکی و احساسی ترشح می شود. ترشح این هورمون باعث بالا رفتن ضربان قلب، فشارخون، قند خون و بالا رفتن سرعت تنفس می شود.

اتفاقات بالا در کوتاه مدت شاید خوب بوده تا استرس فرد را رها کند ولی در طولانی مدت بالا بودن هورمون کورتیزول می تواند عوارض جبران ناپذیری در سلامتی انسان داشته باشد.

بالا بودن میزان کورتیزول از حد نرمال در خون می تواند باعث بالا رفتن فشارخون، مرض قند، چاقی، پوکی استخوان، عدم باروری در خانم ها و اخیراً طبق گزارشات پزشکی باعث افسردگی شود. افراد می توانند میزان کورتیزول خون را با روش های گوناگون پائین آورده و در حد نرمال برسانند.

### علائم بالا بودن کورتیزول

- ◆ بی خوابی
- ◆ خستگی
- ◆ افزایش اشتها
- ◆ بالا رفتن قند خون
- ◆ افزایش وزن و افزایش چربی در شکم
- ◆ بالا رفتن التهاب در بدن
- ◆ ضعیف شدن سیستم ایمنی بدن

## حمید ابطحی

متخصص و مشاور در امور سرمایه گذاری  
خرید و فروش املاک مسکونی و تجاری



Hamid Abtahi

منطقه

منطقه

منطقه

آگاهی و شناخت درست از آخرین تغییرات و تحولات در امور خرید و فروش خانه و املاک، مهمترین مسئله می باشد. من می توانم شما را در این امر مهم مطلع نمایم!

**Location! Location! Location!**

**Why Do You Pay Rent?!**

**Whatever my client's goals, my goal is to make it happen. I am an expert seeking to add**

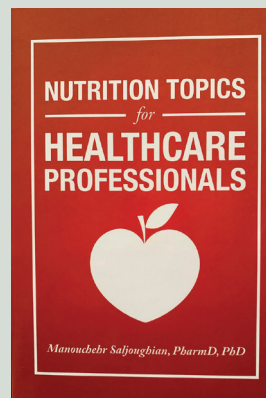
hamidabtahi21@yahoo.com + DRE# 01071456



**(408)366-2180 + (408)253-5100**

12376 Saratoga Sunnyvale Rd. Saratoga, CA. 95070

## معرفی کتاب



### Nutrition Topics for Healthcare Professionals

در این کتاب مطالب مهمی مورد بحث قرار گرفته است که نتیجه تحقیقات سال های اخیر در مورد ارتباط مواد غذایی و سلامتی انسان می باشد. این کتاب برای پزشکان، پرستاران، دارو سازان، دندانپزشکان، متخصصین تغذیه و کلیه دانشجویان وابسته، مطالبی نو و آموزنده ارائه می دهد. کتاب در حال حاضر از طریق شرکت آمازون قابل تهیه می باشد.

**مؤلف: دکتر منوچهر سلجوقیان**

**ناشر: شرکت AuthorHouse**





# سهیلا رضایی

متخصص در امور خرید و فروش املاک در شهر ساکرامنتو، بی اریا و حومه

(916)-616-7395 ♦ (408) 455-2330

Nick Sadek  
Sotheby's  
INTERNATIONAL REALTY



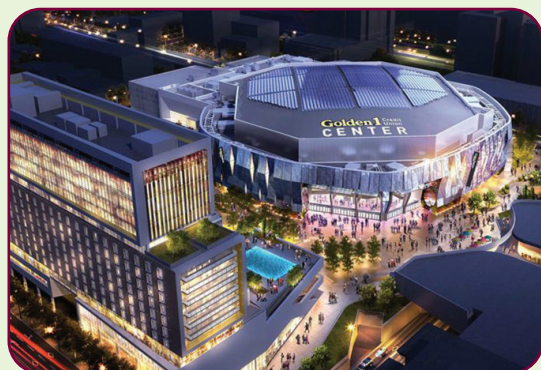
*Soheila Rezae*  
Lic.: 01834116



تیم مجرب ما املاک شما را با دریافت کمترین کمیسیون و بالاترین قیمت ممکن به فروش می رساند



با پایین ترین قیمت، زیباترین منازل را در ساکرامنتو و حومه صاحب شوید!



*Soheila.Realtor@gmail.com*

9217 Sierra College Blvd #120, Roseville, CA



## آزار جنسی زنان در محل کار

مرضیه حسینی

امور مالی را در دست دارد می‌گوید: «رئیس به بهانه‌های مختلف مرا به اتاقش می‌خواند و در حین بیان صحبت‌هایی که هیچ ضرورتی برای گفتن آنها وجود ندارد، خودش را به من می‌چسپاند و گاهی هم مرا می‌بوسد. من خودم را در صندلی جمع می‌کنم و چشم‌هایم را می‌بندم تا تمام شود. بعد با حالتی از شکست خوردگی و بغض، بدون بیان کلمه‌ای، اتاق را ترک می‌کنم. من نمی‌توانم اعتراض کنم، چرا که کارم را از دست می‌دهم، آن هم در شرایطی که نه قرارداد استخدامی هست نه هیچ امنیت شغلی. حتی اگر از این شرکت هم خارج شوم، کجا می‌توانم بروم که شرایط متفاوت باشد؟ برداشت من این است که مردها، حداقل بیشتر مردها در مواجهه با یک زن، همیشه و همه جا به دنبال رابطه جنسی هستند یا حداقل به آن فکر می‌کنند.»

روایت‌های فوق، تنها چند نمونه ساده از آزار جنسی زنان در محل کار است. زنان، اغلب از ترس اخراج از محل کار، از ترس آبرو و یا انتقام، سکوت می‌کنند و این قبیل آزارها، ماه‌ها ادامه می‌یابد. در بسیاری از موارد هم، کارفرمایان با افزودن مبلغی نه چندان زیاد به دستمزد قربانیان، آنها را به ادامه سکوت شان تشویق می‌کنند. **دنباله مطلب در صفحه ۵۹**

آنها چون بابت خدمات جنسی خود حقوق بیشتری دریافت می‌کنند، شکایتی ندارند اما تردید ندارم از این کار لذت نمی‌برند.»

«الهی» دختر دیگری است که هفته پیش از کار خود در یک بنگاه معاملات، اخراج شده است، در صورتی که او یکی از بهترین نیروهای محل کار خود بوده است. الهی می‌گوید دلیل اخراجش، خودداری از صحبت در موضوعات جنسی (لاس زدن) و گذاشتن قرارهای بیرون از محل کار با پسر صاحب کارش بوده است، درحالی که همکار دیگر او که یک دختر است، علی‌رغم اینکه تقریباً هیچ کار مفیدی در محل کار انجام نمی‌دهد، اما به دلیل رفاقت و رابطه با پسر صاحب کار، افزایش حقوق و تشویقی می‌گیرد.

«سمیه» که دستیار استاد خود در دانشگاه است نیز می‌گوید: «استادش میل بیمارگونه‌ای به صحبت در خصوص مسائل جنسی و شوخی‌های جنسی دارد و همواره در حال صحبت کردن با این نوع ادبیات و بیان کردن فانتزی‌های جنسی خود می‌باشد.» سمیه فقط در پاسخ، لیخند تلخی می‌زند و سعی می‌کند هرچه زودتر فضا را ترک کرده یا بحث را عوض کند.

«نگار» که در یک شرکت تجاری، مسئولیت

دندان پزشک است. سونیا می‌گوید یک سال است که دکتر با او رابطه جنسی دارد. در ابتدا این کار برای او بسیار هولناک و دردناک بوده و سعی می‌کرده مقاومت کند، اما پس از مدتی، متوجه شده است که چاره‌ای جز کنار آمدن ندارد. سونیا می‌گوید نمی‌تواند مطب را ترک کند، او دختری روستایی با دو برادر معتاد و پدری بسیار خشن است که او و مادرش را تنگ می‌زند. او به تهران آمده تا کار کند. سونیا در یک خانه بسیار محقر با سه خانواده دیگر که عمدتاً معتاد هستند، در یک حیاط زندگی می‌کند. اگر کارش را از دست بدهد، در حالی که نمی‌تواند به شهرستان برگردد، گزینه دیگری برای زندگی ندارد.

بر اساس گفته‌های سونیا، تغییر دادن محل کارش نیز فایده چندانی ندارد زیرا او قبلاً منشی یک ارتوپد بوده و همین تجربه را داشته است، با این تفاوت که دندان پزشک، حداقل او را تحقیر نمی‌کند و حقوقش را بیشتر از آنچه باید، می‌پردازد. سونیا در کلمات آخر با تلخی می‌گوید: «بسیاری از همکاران او یعنی دستیاران دندان پزشکان، شرایطی مشابه او دارند، هرچند بسیاری از

نزدیک شدن فیزیکی بیش از حد، هر گونه لمس بدنی نامناسب، طرح جوک، شوخی توهین آمیز و یا زنده جنسی، ارسال پیامک، استیکر، تصویر و مضامین سکسی، درخواست یا پیشنهاد جنسی، توصیفات و نظرات جنسی یا معذب کننده راجع به شکل یا کیفیت اعضای بدن و نشان دادن تصاویر سکسی از مصادیق آزار جنسی زنان در محل کار است.

روابط نامتوازن قدرت در محیط کار، تمرکز مشاغل مهم با پرستیژ اجتماعی در دست مردان، سطره مردان بر رده‌های مدیریتی و سطوح بالای شغلی، ضمن تثبیت بی‌قدرتی زنان در محیط‌های کاری، زنان را در معرض انواع آزارهای جنسی قرار می‌دهد. غلبه نگاه جنسی به زنان به جای رویکرد و نگاه انسانی و اینکه مردان قلمرو عمومی را مختص خود دانسته و از ورود زنان به بسیاری از مشاغل احساس خطر می‌کنند، آزار جنسی زنان در محل کار را آسیمی فراگیر و به یکی از موانع موفقیت شغلی زنان تبدیل کرده است.

**چند روایت از آزار جنسی زنان**  
«سونیا» دختری ۲۲ ساله و دستیار یک



Mahin Motlagh

BRE# 01320595

## مهین مطلق

### مشاور املاک

با بیش از ۱۸ سال تجربه در امور

خرید و فروش املاک در بی اریا، ساکرامنتو و حومه

با همکاری تیم با تجربه، منزل شما را برای فروش با بالاترین قیمت، با هزینه‌ای کمتر و در کوتاهترین مدت آماده خواهیم کرد!

هدف ما رضایت کامل شماست!

CALL ME FOR

FREE no obligation home evaluation

FREE list of active properties for sale

FREE Real Estate consultation & more

Specializes in helping home buyers, home sellers & investors throughout the Bay Area & surrounding since 2001

(650) 309-2700

mahinrealty@gmail.com

برای مشاوره رایگان در امور خرید، فروش و سرمایه گذاری املاک مسکونی و تجاری، دریافت لیست کامل اماکن مسکونی و گرفتن تخفیف ویژه، لطفاً با من تماس بگیرید!



مرجان و مهدی علی محمدی

او را بسیار دوست دارم والبتة بیش از همه، ترانه (کی صدا کرد منو، کی صدا کرد). یکی دیگر از ترانه های او نیز جای خاصی در دلم دارد (یه روزی این دل من میخواد آتیش بگیره، که داریوش هم البته آن را خوانده است.

وقتی سال ها پیش شنیدم که پسر جوان مرجان و همسرش ژورک در حادثه ای مشکوکی در دوی کشته یا احتمالا به دست عوامل جمهوری اسلامی ترور شده اند، بسیار متأسف شدم و برای آنها و غم بزرگشان بدجوری دلم گرفت. اما برگردم به مهدی علی محمدی که او را یک بار مدت کوتاهی پس از انقلاب در جاده پهلوی دیدم که از شمال به جنوب در قسمت شرقی جاده پهلوی پای پیاده به طرف شهر میرفت و با خودش بلند بلند صحبت می کرد و دست هایش را نیز تکان می داد.

خیلی دلم می خواست که بایستم و با او خاطرات گذشته را سهیم شوم و از آن عکس و نامه پر محبت او صحبتی بکنم، اما احساس کردم حالش عادی نیست و بهتر است بگذارم درعالم خودش باشد. با دیدن آن حال پریشانش، فکر کردم او هم از کسانی است که این رژیم تازه، زهر خود را به او نریزد جوری ریخته است، درست مثل خودم. من هم از کسانی بودم که این انقلاب قلبی زندگی ام را زیر و رو کرد و البته بنا به مصداق ضرب المثل معروف عدو شود سبب خیر، این دگرگونی ها، بسیار به نفع من خانواده ام تمام شد.

برای مرجان عزیز و خانواده اش تندرستی و شادکامی آرزو می کنم و برای مهدی علی محمدی هم که عمری طولانی کرد (۹۶ سال)، یادخیری می طلبم.

چیره دست بود، سبب شد که به فرمان امیرسامانی بکتاش را به جرم این عاشقی کشتند و مهدی علی محمدی با اجرای این نقش در سال های ۴۰ شمسی در رادیو ایران توانست دامن دامن اشک از شنوندگان بگیرد!

آنگونه که در آن سال های دور شنیدم، مهدی علی محمدی با مرجان که بعدها یکی از هنرپیشگان معروف سینما شد و صدای بسیار دلنشینی هم دارد و چند ترانه به یاد ماندنی هم خوانده است ازدواج کرد. مرجان هنگام ازدواج با او احيانا هنوز دبیرستان را نیز تمام نکرده بود یا بلافاصله پس از پایان دبیرستان با وی ازدواج کرد. آن دو صاحب دختری به نام پوپک شدند. علی محمدی در ورود مرجان به عالم سینما نقش بسیار موثری داشت.

در زمینه فعالیت های سینمایی مرجان، آن دو یکبار هم به مسکو سفر کردند و یکی از همکاران من در سفارت ایران در مسکو تعریف می کرد هنگامی که فیلم او را در یک سینمای خصوصی و در حضور سفیر و اعضای سفارت و عده ای از مقامات عالیترتبه روسیه نمایش می دادند، علی محمدی وقتی فیلم به صحنه بسیار حساس عاشقانه ای رسید، با صدای بلندی که همه شنیدند، گفت: «مرجان این قسمت را واقعا عالی بازی کردی!»

وقتی آن دو از هم جدا شدند، من دلم برای مهدی علی محمدی بسیار سوخت که همیشه فکرمی کردم آدمی است بسیار حساس و زود رنج به خصوص که خاطره خوبی هم از او داشتم که نشانه ای بود از اداب دانی و احترام و محبت او نسبت به طرفدارانش.

در آن سالها، من سیزده سال داشتم و از صدای علی محمدی در برنامه داستان های شب بسیار خوشم می آمد. برای او نامه ای فرستادم به رادیو ایران و از او درخواست کردم عکسی از خود را امضاء کرده و برای من بفرستد!

مدتی گذشت و خبری نشد. بعد از دو سه ماه دیدم نامه ای پرمهر برایم نوشته و همراه با قطعه ای از عکس خود برایم فرستاده و ضمن قدردانی از درخواست من پوزش خواسته که نامه ام از قرار خیلی دیر و بطور اتفاقی به دستش رسیده است.

آن عکس و آن دستخط او، روی عکس را هنوز دارم و اگر موفق به یافتن آن شدم، درکنار این نوشته خواهید دید و گرنه می ماند برای فرصت دیگر! صدای مرجان و تقریبا همه ترانه های



حسین جعفری

## از هر دری...

### یادی از مرجان و مهدی علی محمدی

آثاری هستند که او مدیریت دوبلاژ آنها را بر عهده داشته است. علی محمدی که بین شنوندگان رادیو طرفداران زیادی داشت، معروف بود به هنرپیشه همیشه عاشق و همیشه شکست خورده و ناکام و انگار او با صدای مخملی و عاشقانه اش خلق شده بود برای ایفای نقش عاشقان ناکام و شکست خورده. از جمله نقش های او میتوان از بکتاش نام برد که از غلامان دوره سامانیان بود که بعدها به سبب لیاقت و شجاعت خود، در جرگه سرداران به نام سامانیان در آمد. عشق او نسبت به رابعه، تبدیل شد به یکی از داستانهای مشهور عشقی و تراژدی. فاش شدن عشق بکتاش به رابعه خواهر امیرسامانی که زنی بسیار زیبا و شاعری

این مطلب را هم به مناسبت درگذشت مهدی علی محمدی، هنرمند رادیو ایران نوشتم. ابتدا شرح حال مختصر او را برای شما از ویکی پدیا می نویسم: مهدی علی محمدی (زاده ۴ فروردین ۱۳۰۴ در تبریز - ۱۳ شهریور ۱۳۹۸) تهران، دوبلور اهل ایران بود. او فارغ التحصیل هنرستان عالی هنرپیشگی در رشته تئاتر و دانشکده سینما و تئاتر دانشگاه هنر دانشگاه تهران در رشته بازیگری بود. وی در سال ۱۳۴۰ (خورشیدی) وارد سازمان رادیو تلویزیون ملی ایران شد و کار گویندگی و دوبلاژ را آغاز کرد. نخستین کار دوبله مهدی علی محمدی در فیلم آنورادها بود. خانواده دکتر ارزنت، نویسندگان بزرگ جهان، ربکا، نیک و نیکو از جمله

## Ali Driving & Traffic School

### کلاس های تعلیم رانندگی و ترافیک علی

برای بزرگسالان و نوجوانان

We Offer a Complete Course in Drivers' Education & Training with Professional Instructors

- ◆ Driving
- ◆ Training
- ◆ Traffic School
- ◆ Drivers Education
- ◆ Seniors, Teens & Adults
- ◆ Free Home & School Pickup
- ◆ Hiring & Training Instructors

Safe Driving  
Saves Lives



Safety is our most  
important concern

Licensed & Bonded

افرادی که جرمه رانندگی دریافت کرده اند می توانند در مدرسه ما شرکت کرده و امتحان خود را به راحتی قبول شوند. این کلاس ها به زبان فارسی نیز عرضه می گردد

آموزش رانندگی توسط کادری مجرب و حرفه ای

(408)370-9696 ◆ (408)394-5249



## از هر ۴۵ دختر فراری، سه نفر به خانه باز میگردند

مژگان میر اشرفی

بود که مادرم با دوست صمیمی پدرم ازدواج کرد. این خبر ما را خیلی شکه کرد به طوری که احساس می کردم خواهر و برادرم دچار افسردگی شده اند. پدرم وقتی تحقیق کرد، متوجه شد مادرم از قبل با دوستش رابطه داشته و علت اصلی مادرم برای جدایی همین مساله است.

پس از این خبر رفتار پدرم به خصوص نسبت به من و خواهرم تغییر کرد. همه رفت و آمد های ما را تحت نظر داشت. پدرم وقتی از خانه بیرون می رفت در را قفل می کرد که ما از خانه بیرون نرویم. او می گفت درس خواندن دختر فایده ای ندارد. به

خاطر سر سختی های پدرم و شک های بی مورد و مخالفت برای ادامه تحصیل از خانه فرار کردم.»

نوجوانان ۱۵ تا ۲۰ ساله، ۶۳/۸ درصد بیشتر آمار فراریان از خانه را تشکیل می دهند براساس پژوهش های انجام شده، ۵۳/۷۱ درصد از فراریان به طور ناگهانی و بدون تصمیم قبلی اقدام به فرار می کنند. ۳۳/۳۹ درصد از فراریان از منزل، برای اولین بار دست به چنین اقدامی زده اند و ۵۳/۶۱ درصد از زنان و دختران فراری، از گریز از خانه پشیمان هستند. آمارها نشان دهنده آن است که ۹۰ درصد دخترانی که از خانه فرار می کنند از خانواده هایی هستند که در حال طلاق و یا نابسامانند. در طی سال های اخیر فرار کودکان ۸ تا ۱۷ ساله از منزل به یک پدیده تبدیل شده است. براساس آمار بدست آمده از دختران فراری در شهر تهران میانگین سن دختران فراری به ۹ تا ۱۷ سال می رسد که نوجوانان ۱۳ سال به بالا، بخش عمده ای از این فراریان را تشکیل می دهند. بر طبق اظهارات معاون امور اجتماعی سازمان بهزیستی کشور، بیشترین آمار فرار دختران از خانه مربوط به استان های تهران و خراسان رضوی است.

یافته های پژوهشی که با عنوان بررسی عوامل موثر خانوادگی بر پدیده فرار دختران از منزل در شهر تهران انجام گرفته است، نشان می دهد که از کل دختران فراری جامعه آماری نمونه این پژوهش، دختران در اکثر موارد مورد

پژوهش های اخیر در خصوص گریز کودکان از خانه به خصوص دختران بین ۸ تا ۱۷ ساله نشان می دهد که از هر ۴۵ دختر فراری، تنها ۳ نفر به خانه باز می گردند و باقی کودکان به طور کامل در فهرست گمشدگان در جامعه قرار می گیرند. «۱۷ ساله است. علت فرار خود از خانه




را سختگیری های بی مورد پدر می دانند. دستگیر شده و به پزشکی قانونی انتقال داده شده است. می گوید: روز آخری که در خانه بودم، زمانی که پدرم از منزل بیرون رفت، من هم از پشت بام به حیاط همسایه و از آنجا بیرون رفتم. چند ساعت در خیابان ها سرگردان بودم تا اینکه هوا کاملا تاریک شد. ماشین های زیادی توقف می کردند که من سوار شوم ولی اعتنایی نمی کردم، تا اینکه یک ماشین پژو آمد که راننده اش مرد سن و سال داری بود، من هم سوار شدم. در مسیر برای راننده علت اینکه تا آن ساعت شب بیرون از منزل بودم را توضیح دادم. او از من خواست شب را نزد خانواده اش بمانم تا فکری برابم کند. من هم پذیرفتم و به خانه اش رفتم و با همسرش ازینا آشنا شدم. یکی از اتاق هایشان را برای خواب به من دادند. نیمه های شب احساس کردم کسی وارد اتاق شد، همان صاحب خانه بود. من می لرزیدم ولی کاری از دستم ساخته نبود. واقعا برابم غیر قابل تصور بود، متوجه شدم جایی که آمدم، خانه فساد است و آن زن و مرد گردانندگانش بودند. چهار ماه پس از سکونت من در آنجا مامورین همه را گرفتند. واقعا از کارم پشیمانم و بیشتر ناراحت آینده خواهرم هستم و درک می کنم پدرم چه ضربه روحی وحشتناکی خورده است.

سه بچه بودیم، دو دختر و یک پسر، من بچه بزرگ خانه بودم. از وقتی که یادم می آید شاهد دعوای پدر و مادرم بودم. مدت کمی از جدایی پدر و مادرم نگذشته

ذهن کودکان و نوجوانان، خانه را به مکانی ناامن و خطرناک مبدل می سازد و منجر به فرار آنان از خانه می شود. در حقیقت گریز دختران از خانه به دلایل واهی نیست، بلکه فرار آنها فریاد کمک خواهی و رهایی از شرایط نامطلوب و نابسامان در خانه است.

افزایش پدیده گریز از خانه در بین دختران در سال های اخیر و پیامدهای اجتماعی، فرهنگی و بهداشتی آن در ایران نشانگر وجود اختلال در کارکرد نهاد خانواده و یا سایر نهادهای جامعه است. براساس اعلام روابط عمومی سازمان بهزیستی کشور، آمار دختران فراری هر سال ۱۵ درصد افزایش می یابد و بسیاری از دخترانی که به مراکز بهزیستی سپرده می شوند، از سوی نیروی انتظامی معرفی شده و تعداد کمی از آنها نیز خود معرفی هستند. برطبق برخی از یافته های کارشناسان ۶۰ درصد و در برخی دیگر ۸۰ درصد دختران فراری در صورتی که توسط نیروی انتظامی و یا گشت سیار بهزیستی جمع آوری نشوند، به زنان خیابانی آینده تبدیل خواهند شد و متعاقب آن بسیاری به از بیماری های مقاربتی مانند ایدز و .. به همراه آسیب های اجتماعی دیگر، دامن گیر خواهند شد.

دنباله مطلب در صفحه ۵۴



**Farima Berenji**  
MA - PhD

**Sufi and Persian Dance Master and Dance Ethnologist**  
Certified International Dance Council/ UNESCO Dance Ambassador

**Member of National Folk Dance Association**  
Artistic Director of the Worldwide Simorgh Dance Collective

**Classes & Workshops for Kids & Adults**

**Specializing in Ancient Warrior & Mystical Persian Dance & Sufi Whirling**

**Dances of Iran, Azerbaijan, Georgia, Kafkaz, Uzbekistan, Tajikistan & Balkan**

**For information on classes & workshops contact:**  
website: [farimadance.com](http://farimadance.com)  
email: [info@farimadance.com](mailto:info@farimadance.com)

# idents®

## FOR SERIOUS INJURIES

### CAMERON YADIDI

ATTORNEY AT LAW



# No Fees

## Until We Win Your Case!

### Settlements & Verdicts



[Powerfulinjurylawyers.com](http://Powerfulinjurylawyers.com)

Pezhvak & Brock, does not warrant or guarantee the outcome of any legal matter.





# ACC

## POWERFUL LAWYER

### دکتر کامران یدیدی

### وکیل تصادفات و صدمات شدید بدنی

### نامی معتبر و شناخته شده در شرکت های بیمه



## Over \$200,000,000 Collected in Settlements



Vehicle Accidents



Motorcycle Accident



Slip & Fall



Dog Bites

# (888) 979-7979

Powerful Injury Lawyers are subsidiaries of Law Offices of Burg & Brock, Law Offices of E



## گل (گل سرخ)

در هزار سال شعر فارسی

بهرام گرامی

bgrami@yahoo.com

### گل صدبرگ و گل کامگار همان گل سرخ هستند

در تاجیکستان، گل سرخ را «صدبرگ» می‌نامند. مراد از برگ، برگ گل یا گلبرگ است و صد قید کثرت است مانند سوسن صدزبان یا هزار در هزارپا و هزاردستان. گل صدبرگ در نوروز و از میان یک دسته خار می‌شکفتد (با دو بیت از انوری)، رویی برافروخته دارد و گاه از خجلت سرخ (قطران تبریزی و امیر خسرو دهلوی)، گنج زر دارد (نظامی گنجوی در خسرو و شیرین و سلمان ساوجی) و هنوز معشوق هزاردستان یا بلبل است (خواجوی کرمانی و دو بیت از سلمان ساوجی):

**باد نوروز سحرگه چو به بستان بگذشت / گل صدبرگ برون رُست ز پیرامن خار**

**با خارکشان نشین که اندر دو سه روز / صد برگ بساخت گل ز یک دسته خار**

صد برگ = صد گلبرگ. بیت بالا شاهد خوبی برای یکی بودن گل و گل صدبرگ است.

**جفا نمود و به من روی باز کرد به خشم / ز خشم چون گل صدبرگ بر فروخته روی**

**گل سیراب من در باغ بشکفت (۱) / گل صدبرگ از رویش خجل ماند**

**گلی صدبرگ، با هر برگ خاری / به زندان کرده گنجی در حصار**

**نخست آمد گل صدبرگ در پیش / زر آورد و می و گوینده با خویش**

مصرع دوم بیت بالا به ترتیب به پرچم‌های زرد، جام سرخ گل و بلبل اشاره دارد.

**مکن ملامت خوابو که از گل صدبرگ / مجال صبر نباشد هزاردستان را**

**بلبل مکن از گل گله بسیار که آورد / صد برگ برای تو و کارت به نوا کرد**

بیت بالا نیز شاهد دیگری برای یکی بودن گل و گل صدبرگ است.

**گل صدبرگ ز صد برگ نهد خوش خوانی / تا در آن خوان به نوا بلبل خوش خوان باشد**

ز صد برگ = با صد جور غذا و آذوقه. نهد خوش خوانی (با یای نکره) = سفره خوبی پهن می‌کند. نوا = خوراک، لحن و آواز. خوش‌خوان = خوش‌آواز. خوان در دو مصرع جناس است.

محتشم کاشانی در بیت زیر هر دو گل صدبرگ و گل سوری را با یک نام مَرکَب خوانده است:

**آن قدر در کز نثایت در دل ز خار اوست / بر گل صدبرگ سوری صدیک آن زاله نیست**

ز خار = دریای پر آب و مواج.

گل کامگار یا کامگار گلی است بغایت سرخ که شاید منسوب به نام کسی از دیار مرو باشد. (لغت‌نامهٔ دهخدا) همهٔ شواهد از مشابهت و همسانی گل کامگار یا کامگار با

گل سرخ حکایت دارد، با سه بیت از قطران تبریزی، منوچهری و خاقانی در اشاره به

خاردار بودن و بوی خوش آن:

**ز نوبهار گل کامگار بهرهٔ من / به دیده و به دل اندر خلیده خار بود**

**با صد هزار جام می سرخ مشکبوی / با صد هزار برگ گل سرخ کامگار**

**بلبل نقش به ناز غنچهٔ گل کرد باز / گشت ز مُل عارضش همچو گل کامگار**

**مُل = می. در نسخهٔ دیگر: گشت ز می.**

گاهی نیز، به تناسب متن، کامگار در اشاره به خوشبخت بودن است، با دو بیت از

فردوسی (شهبویه: ۸/۲۷۵ و اشکانیان: ۶/۳):

**که ایران چو باغیست خرم بهار / شکفته همیشه گل کامگار**

**همی زرد گردد گل کامگار / همی پرنیان گردد از رنج خار**

بیت بالا به سپری شدن جوانی و دورهٔ کامرانی و فرارسیدن پیری و ناتوانی اشاره دارد.

در هر حال و با هر نام، گل یا گل سرخ طی هزار سال شعر فارسی سلطان گل‌ها و چشم و

چراغ باغ و چمن بوده است، با سه بیت از حافظ:

**رایت سلطان گل پیدا شد از طرف چمن / مقدمش یا رب مبارک باد بر سرو و سمن**

رایت = علم، بیرق. سلطان گل = گل سرخ. بیت آمدن بهار یا کسی را بشارت می‌دهد و

خیرمقدم می‌گوید.

**حشمت مبین و سلطنت گل که بسپرد / فراش باد هر ورقش را به زیر پی**

پی = پا. [جاه و جلال و سلطنت گل سرخ را این‌طور پایدار مبین، که به‌زودی باد خزان هر

برگ گلش را به زیر پای خواهد افکند.]

**به چمن خرام و بنگر بر تخت گل که لاله / به ندیم شاه ماند که به کف ایغ دارد**

بیت بالا در حافظ خانلری بعد از بیت تخلص و آخرین بیت غزل است، در حالی که به

تناسب موضوع جای آن در میان غزل (در حافظ قزوینی / غنی بیت چهارم غزل) است.

بر = کنار. گل = گل سرخ، سلطان گل‌ها. جام سرخ لاله به پیالهٔ شراب تشبیه شده است. ندیم = هم‌پیاله، مونس و هم‌نشین. ایغ = پیالهٔ شراب‌خوری. [به چمن برو و ببین که گل به تخت نشسته و لاله چون ندیمی در کنار او پیاله بر کف دارد.] گل به کم‌دوامی و کوتاهی عمر اشتهار دارد. عمر و بقایش را از چند روز و یکی دو هفته بیش نمی‌دانند، با سه بیت زیر از عراقی، صائب و فردوسی (داستان کین سیاوخش: ۲/۰۸) و چهار بیت بعد از حافظ:

**بدعهدی عمر بین که گل ده روزه / سر برزد و غنچه گشت و بشکفت و بریخت**

**اگر حیات مقدر به زر فزون گشتی / کجا دو هفته گل سرخ را بقا بودی**

**دریغ آن گل و مُشک و خوشاب سی / همان تیغ بزندهٔ پارسی**

خوشاب = تر و تازه، تابان و درخشان، صفت مرارید، استعاره از دندان. فردوسی در ۵۸

سالگی بر عمر گذشته افسوس می‌خورد که طراوت روی و موی سیاه و دندان سالم و

زبان پُر قدرت پارسی‌گوی سی‌سالگی را از دست داده است.

**باغبان گر پنج روزی صحبت گل بایش / بر جفای خار هجران صبر بلبل بایش**

**غنیمت دان و می خور در گلستان / که گل تا هفتهٔ دیگر نباشد**

**به دور گل منشین بی‌شراب و شاهد و چنگ / که همچو دور بقا هفته‌ای بود معدود**

دور گل = عهد و موسم گل، با ایهام به اطراف گل. شاهد = گواه، خوب‌رو که گواه بر

صُنْع خداست. دور بقا = دورهٔ حیات.

**ایام گل چو عمر به رفتن شتاب کرد / ساقی به دور بادهٔ گلگون شتاب کن**

دور باده = دور گرداندن شراب در مجلس، دوره یا زمان باده‌گساری. [فصل بهار هم

مثل عمر دارد سپری می‌شود.]

گل اگر چیده نشود، بر باد خواهد رفت، با دو بیت از نظامی گنجوی (خسرو و شیرین: ۸۶) و سعدی:

**گلی دیدم نچیدم بامدادش / دریغا چون شب آمد برد باش**

**گل بخواهد چید بی‌شک باغبان / ور نچیند خود فروریزد به باد**

گل چیده را در آستین سرگشاد می‌گذاشتند یا در دامن لباس جمع می‌کردند، با دو بیت از حافظ:

**ترسم کزین چمن نبری آستین گل / کز گلشنش تحمل خاری نمی‌کنی**

[می‌ترسم از این گلستان دست خالی بروی، زیرا (گل و خار باهم هستند و) تو تحمل خاری نداری.]

**چو گل به دامن از این باغ می‌بری حافظ / چه غم ز ناله و فریاد باغبان داری**

به دامن می‌بری = دامن دامن می‌بری. سراسر غزل، حتی همین بیت آخر که به نظر می‌رسد

حافظ مخاطب است، خطاب به امیر یا حاکم است. [تو که از نعمت‌های این عالم به‌وفور

برخورداری، به ناله و زاری آن‌آنکه دسترنجانش را می‌بری اعتنا نمی‌کنی.]

برای عرضهٔ گل، آن را با رشته‌ای می‌بستند و به‌صورت دسته درمی‌آوردند و یا در سبد می‌گذاشتند

و گل بزرگ‌تر و بهتر را بر روی سبد یا سر سبد قرار می‌دادند، با چهار بیت از نظامی گنجوی

(خسرو و شیرین: ۱۲۹)، امیر خسرو دهلوی، ملا طغرا (لغت‌نامهٔ دهخدا) و سلمان ساوجی:

**نهاده بر یکی کف ساغر مُل / گرفته بر دگر کف دستهٔ گل**

**چه کرد پیش رُخت گل که گل فروش او را / به دست خود به گلو بسته ریسمان انداخت**

**گل سرسبد را دهد باغبان / در آخر به بالای گل‌ها مکان**

**هر کجا افتاده‌ای بینم به سر جا می‌دهم / خار این صحرا گل روی سبد باشد مرا**

خرید و فروش گل سابقه‌ای طولانی دارد، با شاهدهی از هزار سال پیش از کسانی مروزی:

**گل نعمتی ست هدیه فرستاده از بهشت / مردم کریم‌تر شود اندر نعیم گل**

**ای گل فروش گل چه فروشی برای سیم / وز گل عزیزتر چه ستانی به سیم گل؟**

سلمان ساوجی در دو بیت زیر و سیف فرغانی در دو بیت بعد و صائب در بیت دیگر به

گل‌فروشان سیار و بازار و دکان گل‌فروشی اشاره دارند:

**بیچاره گل فروش در ایام حسن او / صدره ز پیش چشم خریدار بگذرد**

**به گلشنی که تو یک ره گذشته‌ای، تا حشر / صدای قافلهٔ گل فروش می‌آید**

**ای کوی تو ز رویت بازار گل‌فروشان / ما بلبلان مستیم از بهر گل خروشان**

**روی او دید دگر خُسن فروشی نکند / گل سوری که به بازار چمن دکان داشت**

**به بزم غیر دل خویش می‌خورد عاشق / چو بلبلی که به دکان گل فروش برند**

و از حافظ است که «وظیفه گر برسد مصرفش گل است و نبید» یا «باده و گل از بهای خرقة می‌باید خرید.»

گل چیدن به‌معنای بهره گرفتن، از نگاه تا وصال، در ابیات بسیار آمده است، با شاهدهی

از حافظ: «ز روی ساقی مهوش گلی بچین امروز» و «ای دل شباب رفت و نچیدی گلی

ز عبش» و «گلی نچید ز بُستان آرزو حافظ» و سه بیت زیر نیز از او:

**صوفی گلی بچین و مرقع به خار بخش / وین زهد تلخ را به می خوشگوار بخش**

مُرْعَع = خرقة، پُروصله. [ای صوفی! از خوشی‌های عالم بهره بگیر و خرقة زهد ریا رها

کن، تلخی زهد ربایی را با می خوشگوار زایل کن.] مرقع به خار بخشیدن احتمالاً به پاره

شدن خرقة از خلیدن خار به هنگام گل چیدن اشاره دارد.

دنباله مطلب در صفحه ۵۸



## چاکراها: چاکرای ششم

مریم سالاری / بخش ششم

### نوروزتان خجسته

متاسفانه سایه تاریک ویروس کرونا در کل دنیا، باعث شده است که امسال، زیبایی بهار در چشم همه کم رنگ شود و حال و هوای سال جدید در منازل ایرانیان پدیدار نگردد. قبل از پرداختن به مطلب این ماه، لازم دیدم از همه دوستان عزیز و هموطنانی که با در خانه ماندن و رعایت بهداشت فردی به جامعه بشریت خدمت می کنند، تشکر و قدردانی لازم را به عمل بیاورم.

ایام دشواری است! شاید وقت هایی پیش آمده بود که آرزو می کردیم، ای کاش چند روز همه چیز متوقف می شد و بدون داشتن هیچ کاری در خانه استراحت می کردیم. الان آن شرایط به وجود آمده است، با این تفاوت که شرایط حاضر به اجبار بوده و متاسفانه بهای سنگین مرگ انسان ها نیز این دوران را سخت و طاقت فرسا کرده است. ولی چه می توان کرد در این حال و هوا به غیر از صبور بودن و قبول شرایط موجود.

راه پیشنهادی من به خوانندگان عزیز و علاقمندان مطالب چاکراها این است که

در این ایام می توانید مروری دوباره بر این مطالب داشته باشید و مطالب را از چاکرای اول شروع کرده و تمرینات را دوره کنید. چرا که لازمه بالانس کردن انرژی در چاکرای ششم و همچنین هفتم، متعادل بودن انرژی در پنج چاکرای قبلی می باشد. در صورت نداشتن نسخه های قبلی پژواک می توانید به وب سایت [www.pezhvak.com](http://www.pezhvak.com) بروید و در آرشیو (از ماه نوامبر ۲۰۱۹) مطالب چاکراها را از اول مرور کنید.

### چاکرای ششم- چاکرای چشم سوم (Third eye- Ajna)

چاکراهی اول، دوم و سوم به عنوان چاکراهی پائین، بیشتر غرایز ما همچون بقا را تحت الشعاع قرار می دهند که به عنوان چاکراهی زمینی شناخته شده اند. چاکراهی بالایی یعنی چاکراهی پنجم، ششم و هفتم خصوصیات روانی و احساسات مربوط به افکار و آگاهی ما را تحت کنترل قرار می دهند و به عنوان چاکراهی الهی شناخته شده اند. چاکرای چهارم پلی است ارتباط دهنده بین

چاکراهی زمینی و یا الهی. چاکرا ششم از جمله چاکراهی بالایی به حساب می آید که در پیشانی و بین دو ابرو قرار دارد، و مرکز فهم، خرد، بصیرت، پیش بینی و خودآگاهی است. چاکرا ششم یا همان چشم سوم در زبان سانسکریت به نام آجنا (Ajna) خوانده می شود که به معنای فهم و درک است. این چاکرا با رنگ نیلی نشان داده می شود و انرژی این چاکرا بر غدد پینه آل (Pineal gland) و هیپوفیز (Pituitary gland) تأثیری می گذارد. انرژی این چاکرا امکان رسیدن به اعماق وجود خود و هدایت دورونی را برای ما میسر می کند.

چشم سوم مرکز آگاهی و بودن و وجود داشتن لحظه به لحظه در زندگی، به عنوان یک شاهد برای دیدن معانی عمیق تر اوضاع در زندگی است. از نظر فیزیولوژی نیم کره چپ مغز، وظیفه کنترل سمت راست بدن را بر عهده دارد و همچنین مرکز افکار و تفکرهای منطقی ما در زندگی است. اما نیم کره راست مغز، سمت چپ بدن را هماهنگ می کند و کارهایی را انجام می دهد که با خلاقیت و هنر در زندگی ارتباط دارد. متعادل بودن انرژی چاکرای ششم باعث همسو، فعال شدن و متعادل شدن نیم کره چپ و راست مغز می شود. این همسویی نه تنها باعث می شود

شخص معنای اتفاقات را به وضوح درک کند، بلکه حس عدالت، وجدان و آگاهی از مشخصه بالانس بودن انرژی در این چاکرا هست.

### باز و متعادل بودن چاکرای ششم

۱- شخص درک بزرگی از معنای زندگی دارد.  
۲- تعادل احساسات و عقل در زندگی فرد به وضوح دیده می شود. یعنی فرد به جای اینکه در تصمیم گیری هایش فقط به دنبال احساسات باشد و یا برعکس فقط به دنبال منطق و حسابگری، هر دو را در نقطه تعادل قرار داده و زندگی همراه با آگاهی و آرامشی را تجربه می کند.

۳- به راحتی فرق بین راستی، ابتکار و توهّم را می داند. یعنی توهّمات را کاهش داده و با توجه به داشتن قابلیت و دسترسی به انرژی درونی و کیهانی، قابلیت زندگی کردن یک زندگی قدرتمند و خلاق را دارا می باشد.

۴- قابلیت دیدن و درک دنیای معنوی و مادی. ۵- قدرت ماوراء طبیعی و قابلیت ارتباط و هماهنگ شدن با انرژی کیهانی.

۶- داشتن قدرت ارتباط با شهود درونی و اعتماد داشتن به آن.

۷- برقرار کردن اعتدال در زندگی مادی و معنوی و وابسته نبودن به مادیات در زندگی.

۸- احترام گذاشتن به جهان هستی به عنوان یک قدرت بی همتا. **دنباله مطلب در صفحه ۵۵**

**MS**  
**YOGA**  
Society

## مریم سالاری

مربی یوگا



کلاس های **رایگان** یوگا برای عزیزان مبتلا به بیماری ام. اس.

با انجام یوگا شما می توانید:

- ♦ قوی کردن ماهیچه ها و عضلات
- ♦ داشتن تعادل بهتر
- ♦ بالا بردن انرژی
- ♦ مبارزه با خستگی
- ♦ بالا بردن قدرت تمرکز

**Date: Every Saturday**

**Time: 12pm - 1:15pm**

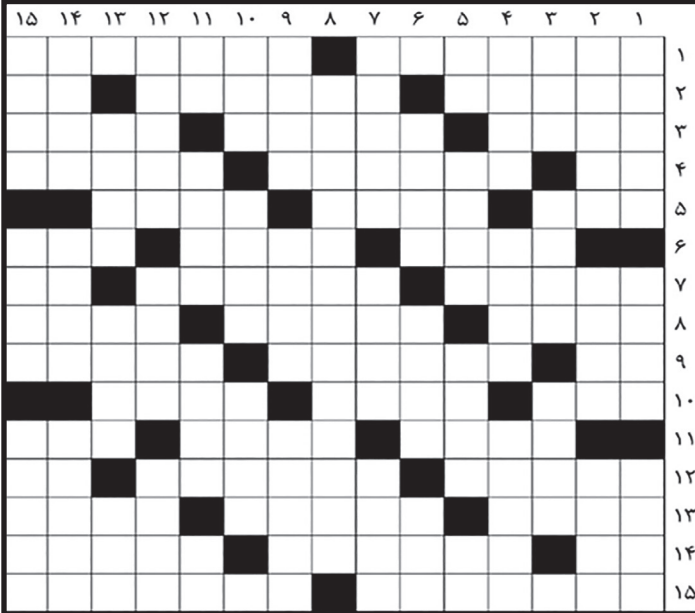
- ♦ Classes ONLY for people diagnosed with MS
- ♦ Free Parking & Elevator on site
- ♦ For questions & information please call Maryam

**(408) 802-8882**

Pars Equality Center  
1635 The Alameda, San Jose, CA 95126

حل جدول در صفحه ۴۲

# سرگرمی



## عمودی

- ۱- غم و غصه- امپراتور مونت - بزرگترین سازمان منطقه ای در جهان
- ۲- جزیره ای در جنوب ایران - بیننده - هر نوع فلز
- ۳- درشت و خشن - نام دیگر سنگ مرمر - سنگ معدنی
- ۴- دستمزد-وارد شدن-یکی از ارگان های انتظامی ایران
- ۵- حرفی در مقام تردید - به شهر کانال ها معروف است- واحد نظامی-هالوژن نمک
- ۶- فعالیت بدنی سازمان یافته- گیاهی دارویی- نام یکی از اسطوره های کهن ایرانی عنوان کماندار ایرانی برای بازشناختن مرز ایران و توران برگزیده شد
- ۷- هر وسیله اطلاع رسانی - طرف چهار و نیم لیتری - وسیله
- ۸- مکانی تفریحی در 18 کیلومتری یاسوج در کنار منطقه دیدنی و زیبای آب نهر
- ۹- تمدنی باستانی - اخبار انگلیسی - بیماری تورم ورید در ساق پا
- ۱۰- جوی - انگشت دارد - یکی از دو جنس مرغ می رود! - پند و آموزه - یکی از 6 نوع ماشین ساده - چسبیده به گردن
- ۱۲- منکر شدن و باور نداشتن - ویران کننده - سمت راست
- ۱۳- برجی که کبوتران در آن خانه کرده باشند - رونده - مگر
- ۱۴- کمک - دوربین اینترنتی - آگهی تبلیغاتی
- ۱۵- خرید غیر نقدی - رب النوع عشق در نزد یونانی ها- لوح و سنگ نوشته

## افقی

- ۱- فراموشی سالخوردگی- از گیاهان آپارتمانی زیبا
- ۲- بی موقع - آوازی در دستگاه همایون - برگ برنده
- ۳- حکاک آلمانی دوره نوزایی- نرم افزاری برای تلفن های هوشمند- رماتی از ژوزه ساراماگو
- ۴- تعجب زنانه - کاغذ اسید - تملیک منفعت است بدون بدل و عوض
- ۵- آفرینش زیبایی - خرمی و پاکی - جنگ و جدال
- ۶- خود شخص - ارمغان ساوه - نسبت دو زن یک مرد به هم
- ۷- دلاور و شجاع - بریده و جدا شده - ریشه
- ۸- از مرکبات که محصولی معجزه آسا و پر ویتامین است - جانوری درختزی - شهری در استان آذربایجان شرقی
- ۹- محلی خوش آب و هوا در اطراف تهران - عملی در بیماران کلیوی - سقز جویدنی
- ۱۰- فیلم استیون اسپیلبرگ- شهری حومه لاریجان نزدیک آمل - بیهوده
- ۱۱- قطب جمعیتی استان مرکزی ایران - رهاورد زلزله - بلدرچین
- ۱۲- شهر گرمابه پهنه - ارسطو به مدت بیست سال در آنجا به تحصیل علم مشغول بود - یار شلوار
- ۱۳- آینده - خانه دوم کارمند - کشوری آفریقای
- ۱۴- نشان مفعولی- انهدام - هجا و اصطلاحی در زبان شناسی
- ۱۵- ناحیه ای در استان مازندران و 48 کیلومتری شهر چالوس است- اثری بسیار خواندنی از ناصر خسرو

**مدرسه فارسی البرز**  
 تجربه یادگیری زبان فارسی را  
 برای فرزندان شما زیباتر می سازد

**(408)829-8296**  
 1954 Camden Ave. #3, San Jose

## جهت پیشگیری از ویروس کرونا در خانه بمانیم!



**Stay Home!  
 Save Lives!**



## جویای کار

جویای کار در زمینه عکاسی، آموزش شنا و آموزش تنبک  
(۶۰۰۲-۹۴۶-۸۱۸)

## جویای کار

خانمی با تجربه و دارای گواهینامه رانندگی و ماشین، آماده نگهداری از  
سالمند شما بطور شبانه روزی هستیم. ۶۹۹۲-۴۷۹ (۵۱۰)

## استخدام

نیازمند به یک خانم و یا آقا برای کار Marketing در بی اریا بطور  
تمام و یا نیمه وقت. ۸۶۲۴-۲۲۱ (۴۰۸)



By  
Appointment Only  
(408) 909-9060

## مشارکت

جهت مشارکت سهمی از زمینی به مساحت حدود ۱۰۰۰ متر مربع  
در شمال تهران به فروش می رسد. ۹۱۱۷-۴۲۸ (۸۳۱)

## استخدام

نیازمند به خانمی ایرانی، تاجیک و یا افغان جهت نگهداری از مادر  
سالخورده و همچنین کمک در کارهای منزل بطور شبانه روزی.  
تلفن تماس ۵۴۴۳-۹۹۶ (۶۵۰)

# فال ستارگان

دعا	مهتر	تیر	فروردین
این ماه زندگی برایتان ساده تر می شود، از این رو که بسیاری از مشکلات تان حل شده و شما احساس آرامش بیشتری پیدا خواهید کرد. اتفاقات خوبی برایتان رخ می دهد که انتظارش را ندارید. هر چه به سمت اواخر ماه پیش می روید، شرایط مالی شما نیز بهتر می شود. زندگی را ساده تر از قبل بگیرید و استراحت را فراموش نکنید.	در این ماه زندگی به کام شما خوش تر می آید و بسیاری از فشارهایی که رویتان بود، برداشته می شود. ملاقات با افراد جدید ذهن شما را بازتر خواهد کرد و ایده های جدیدی را در زمینه کاری به شما خواهد داد که بر درآمد مالی تان نیز تأثیری مثبت می گذارد. اتفاقات خوش حتی بزرگ تر از آنچه فکرش را کنید، در راهند.	در این ماه خیال ها و رویاهای زیادی در سر دارید اما عملی کردن آنها در آن واحد برایتان غیر ممکن است. ولی نگران نباشید و قدم به قدم پیش روید. با یک برنامه ریزی دقیق به تدریج به تمام آنها دست خواهید یافت. با چند نفر از اطرافیان تان نیز به مشکل بر خورده آید. سعی کنید که این کدورت ها را دوستانه حل کنید.	شما فرد عاشق پیشه ای هستید اما عشق ساده به دست نمی آید. بهتر است اگر در این راه قدم گذاشته آید، ثبات خود را حفظ کنید تا نتیجه ای که می خواهید را به دست آورید. با مشکلاتی که سر راهتان قرار گرفته، در حال حاضر نجنکید. بی تفاوت از کنارشان بگذرید تا همه چیز به روال عادی خود بازگردد.
بهمین	آبان	مرداد	اردیبهشت
این ماه شما به طرز عجیبی مرکز توجه دیگران خواهید بود، پس خودتان را دست کم نگیرید و به کارتان با اعتماد کافی ادامه دهید. اگر هنر خاصی مثل نقاشی، مجسمه، خیاطی و... دارید، اثری هنری خلق کنید. این کار ذهن شما را آزادتر کرده و آرامش بیشتری به شما می بخشد. از اشخاص شایعه پرکن دوری کنید.	شما می توانید با یک برنامه ریزی دقیق به تمام آنچه که می خواهید برسید. در اواسط ماه کارهایی که مجبورید در خانه انجام دهید، زیاد می شود و شما را کمی گیج و خسته می کند اما سعی کنید زمان تان را روی کارهای مهمتر، صرف کنید. از امتحان چیزهای جدید نیز ترسید. در مورد مسائل گوناگون از پیش داوری پرهیزید.	این ماه زمان آن است که بیشتر به خودتان اهمیت دهید. سعی کنید برنامه غذایی و ورزش تان را به طور منظم دنبال کنید. در اواسط ماه فرصتی در اختیارتان قرار می گیرد که نباید آن را از دست دهید، در غیر این صورت دیگران از شما پیشی می گیرند و جای شما را پر می کنند. در آینده نزدیک به مسافرت کوتاهی خواهید رفت.	وقت بیشتری را برای رابطه عاطفی تان بگذارید. شاید مجبور شوید که از برخی برنامه هایتان بگذرید اما ارزشش را دارد زیرا یک رابطه عاطفی خوب، ذهن شما را آرام تر کرده و باعث می شود که در زمینه های دیگر نیز تمرکز بیشتری داشته باشید. خبری را که مدت هاست انتظارش را می کشیدید، می شنوید.
اسفند	آذر	شهریور	فرورد
این ماه باید فعالیت هایتان را بیشتر کنید و سعی کنید که از رقبای خود پیشی بگیرید. اگر زمان بیشتری را در محیط گرم خانه و خانواده بگذرانید، بسیاری از استرس هایتان از بین خواهد رفت. با افراد بیشتری در ارتباط باشید و پیشنهادهایی که در سر دارید را به آنها نیز منتقل کنید. ورزش و پیاده روی را فرام،	خاطرات گذشته به سراغ تان آمده و ذهن شما را مشغول کرده است. اگر سر خودتان را گرم نکنید، ممکن است که بار دیگران تلخی آن گریبان تان را بگیرد. شاید دیگران با حرف ها و کارهایشان نگذارند که تعادل لازم را داشته باشید اما این شماست که باید کنترل ذهن تان را به دست بگیرید. خبر خوشحال کننده ای به شما داده می شود.	از حساسیت های بی جا دست بردارید زیرا تنها زندگی را به کام شما تلخ می کنند. در اواسط ماه سرتان در محیط کار شلوغ تر می شود در صورتی که باز دهی تان فرق چندانی نمی کند اما ناامید نشوید و دست از تلاش بر ندارید. در کنار تمام مشغله های ذهنی که دارید، خوشگذرانی در کنار دوستان را فراموش نکنید.	زمان بیشتری را در این ماه به خانواده و دوستان تان اختصاص دهید. افراد زیادی در اطراف تان هستند که پیشنهادها و نصیحت های زیادی به شما می کنند که بد نیست به آنها نیز فکر کنید. زندگی را ساده تر از قبل بگیرید و استراحت را فراموش نکنید. خبرهای خوبی به شما می رسد که اندکی از نگرانی تان می کاهد.

## تکامل یک تصویر

دکتر محمدرضا شفیعی کدکنی

شعر مولانا، که بی‌گمان متأثر از سخن سنایی است، به این شکل درآمد است: در ضمن غزلی به مطلع:

**پرکندگی از نفاق خیزد**

**پیروزی از اتفاق خیزد**

که مطلع غزل را مولانا از نظامی گرفته و آن را بدین گونه ادامه داده است:

**تو ناز کنی و یار تو ناز**

**چون ناز دو شد طلاق خیزد**

**... یار است نه چوب مشکن او را**

**چون برشکنی طراق خیزد**

**این بانگ طراق چوب ما را**

**دانیم که از فراق خیزد**

و از حق نباید گذشت که سعدی زیباترین صورت تکاملی این تصویر را آفریده است و باید پذیرفت که حد همین است سخن‌دانی و زیبایی را.

با این همه تصرف هنری جامعه در کلام سعدی، نشان داده است که وقتی فرهنگ و تمدنی استمرار تاریخی و زنده خود را حفظ کند و گرفتار انحطاط و درجا زدن نشود، باز هم از حد سخن سعدی می‌توان فراتر رفت و تصویر را به صورتی درآورد که جامعه درآورده است و گفته است «کز سنگ ناله خیزد روز وداع یاران».

در یک نگاه ساده نخست فریاد کرباس از جدایی جلب توجه می‌کند که نرم است و تحمل جدایی را ندارد. وقتی چوب از جدایی می‌نالد ما با پدیده سخت‌تری سروکار داریم و ناله چوب با همه سختی‌اش، مرحله اغراق‌آمیزتری از این تصویر را شکل می‌دهد، اما وقتی سعدی سنگ را جانشین چوب می‌کند، سخت‌تر از سنگ دیگر وجود ندارد، و طبعاً درجه اغراق بالاتر می‌رود و تصویر به نهایت حد زیبایی می‌رسد.

منابع:

بخاری، ابونصر احمد بن محمد. (۱۳۸۶). تاج‌القصص. تصحیح سید علی آل داود. تهران: فرهنگستان زبان و ادب فارسی.  
حافظ. (۱۳۷۳). دیوان. به سعی سایه. تهران: توس.  
سعدی. (۱۳۵۶). کلیات. از روی چاپ فروغی. تهران: امیرکبیر.  
— (۱۳۸۵). غزل‌های سعدی. تصحیح دکتر غلامحسین یوسفی. تهران: سخن.  
مولوی. (۱۳۶۲). کلیات شمس تبریزی. تصحیح بدیع‌الزمان فروزانفر. تهران: دانشگاه تهران.  
نظامی. (۱۳۸۶). خمسه. تهران: هرمس.  
نیساری، سلیم. (۱۳۸۵). دفتر دگرسانی‌ها در غزل‌های حافظ. تهران: فرهنگستان زبان و ادب فارسی.  
نیشابوری، ابواسحاق. (۱۳۴۰). قصص الانبیاء. به اهتمام حبیب یغمایی. تهران: بنگاه ترجمه و نشر کتاب.

سنگ آب برمی‌جوشد، اما در همه جا و همه وقت چنین نیست. وقتی می‌گوییم کز سنگ ناله خیزد، از امری جهانی و عام سخن گفته‌ایم و هر سنگی که بشکند، ناله‌اش قابل شنیدن است. تصور می‌کنم، سعدی، در سرودن این بیت نظر به همان مصادیقی داشته است که در آنها از شکستن و شکاف سنگ، آب بیرون می‌جوشیده است؛ اما جامعه در تجربه تاریخی و هنری خود چشم‌انداز دیگری داشته است که بر معیار آن، شعر سعدی را مورد تصرف هنرمندانه خود قرار داده است. گویا نخستین تجربه‌ای که ذهن جامعه در مورد «فریاد از جدایی» داشته است در ضرب‌المثلی بسیار کهن، شاید از عهد ساسانی، خود را نشان داده بوده است که وقتی کرباسی را پاره می‌کنیم، این جدایی همراه با فریاد و ناله است. در کتاب تاج‌القصص، که یکی از کهن‌ترین متون زبان فارسی است و در حدود ۴۷۰ هجری تدوین شده است، می‌خوانیم: «کرباسی را به وقت بریدن بانگ بود»، و همین مؤلف، پس از نقل این مثل کهن دو بیت، در همان مضمون آورده است که باید سروده شاعری از شاعران قرن چهارم یا نیمه اول قرن پنجم باشد:

**کرباس که می‌پاره کنی تار از تار**

**بانگی بکنند در آن میان زارازار**

**آن بانگ چه چیز است بگو ای هشیار**

**یعنی که جدا مکن مرا یار از یار**

در بعضی از نسخه‌های همین متن، در اینجا دو بیت دیگر آمده است که چشم‌انداز هنری‌تر و دلپذیرتری از آن مثل کهن و آن رباعی پیشین دارد.

و هم درین معنی گفته‌اند:

**هیچ دانی که در شکستن چوب**

**از وجودش چرا طراق کند**

**هست این نزد عاقلان روشن**

**کان طراق از پی فراق کند**

ما نمی‌دانیم که این قطعه که در بعضی از نسخه‌ها آمده است آیا از گفتار اصل مؤلف است و متعلق به روزگار تألیف، یا در دوره‌های بعد آن را وارد متن کرده‌اند؛ اما در شعر سنایی به صورت:

**چوب را بشکنی طراق کند**

**این طراق از سر فراق کند**

ما به یک مرحله دلپذیرتری از تکامل این تصویر رسیده‌ایم که اگر در همین حد از تکامل باقی مانده بود می‌توانست بی‌بیتی ممتاز و صورت دلپذیر این اندیشه باشد اما تکامل تاریخی و هنری این تصویر به همین جا متوقف نشده و در

مطالعات ادبی فرنگی جایگاه بسیار مهمی پیدا کرده است. بسیاری از شیواترین ضابط‌های ادبیات حافظ، در هیچ یک از نسخه‌های کهن وجود ندارد و نشان می‌دهد که ذوق جامعه این تصرف را یک قرن بعد از درگذشت خواجه در شعر او، اعمال کرده است. نوع در انحصار یک تن و دو تن نیست.

در بیت مورد بحث، تصویری که سعدی آفریده است دو مشکل اساسی داشته است: که ذوق جامعه آن را حل کرده است:

(۱) تلفظ «کز سنگ گریه»، که در آن دو (گ) پشت سر هم قرار می‌گیرد، مانع از روانی شعر است. اما وقتی بخوانیم «کز سنگ ناله» (گ) و (ن) در کنار هم تلفظ بسیار روان و دلپذیری دارد و موسیقی شعر به کمال می‌رسد.

(۲) به لحاظ معنایی هم شکاف برداشتن سنگ در همه احوال ملازم با جاری شدن آب - و مجازاً گریه - نیست. درست است که در بعضی آیات قرآن کریم و در داستان موسی از شکافتن

کمبر فارسی‌زبانی است که چند بیت شعر فارسی، در حافظه داشته باشد و یکی از برجسته‌ترین محفوظات او، این بیت شیخ اجل، سعدی شیرازی نباشد:

**بگذار تا بگریم چون ابر در بهاران**

**کز سنگ ناله خیزد روز وداع یاران**

این بیت به همین صورتی که نقل کردم بر سر زبان‌هاست، یعنی کز سنگ ناله خیزد، و از عجایب اینک در هیچ یک از نسخه‌های اصیل و قدیم دیوان او به این صورت دیده نمی‌شود. در تمام نسخه‌های کهن و اصیل «کز سنگ گریه آید» است و باید پذیرفت که سعدی نیز به همین صورت گفته است. این تصرف هنرمندانه ذوق جامعه بوده است که صورت «کز سنگ ناله خیزد» را جانشین سخن سعدی کرده است.

ذوق جامعه گاه از این تصرف‌ها در شعر بسیاری از بزرگان دیگر نظیر فردوسی و نظامی و مولوی و حافظ نیز دارد که باید مورد بحث جداگانه قرار گیرد از منظر reader-response که امروزه در



Elham Sanei  
Esthetician

### SPOIL ME

Full Service Salon

جوان سازی،

ماساژ و ترمیم پوست

توسط: الهام

European Massage (60 min)

Reg: \$70 First visit: \$50

- ◆ Express Facial
- ◆ European Facial
- ◆ Optimal Facial
- ◆ Men Facial
- ◆ Deep Cleanser Treatment-AHA
- ◆ Back Treatment
- ◆ Hand Massage
- ◆ Cleanser
- ◆ Dermal Cooling Mask
- ◆ Sea Weed Mask

For Appointment please call:

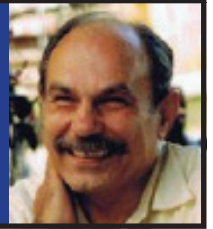
(650) 471-4357 ◆ (650) 961-5262

www.spoilmespasalon.com

1764-A Miramonte Ave., Mountain View, CA 94040



## عشق، هوس، نفرت

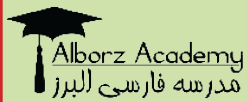
بخش سی و شش  
عباس پناهی

فریدون را ببینند. بالاخره کمی نرم شد. فریدون گفت: «تو دو راه داری - یکی اینکه برگردی به رم و تا سه ماه دیگر که من دوران محکومیتم را می گذرانم در آنجا بمانی و بعد از آزادی ام تصمیم بگیریم که چه بکنیم. دوم اینکه اگر بخواهی در تهران بمانی، اینجا هم مانند رم هزینه زندگی نسبتاً بالایی دارد و تو نمیتوانی اینهمه مدت در هتل بمانی و خوراک رستوران صرف کنی و الیزابتارا از کار و زندگی اش ببندازی. باید کاری دست و پا کنی و هم خودت را سرگرم کنی و هم مخارج زندگی را تأمین کنی و الیزابتا را هم به شکلی مشغول نمایی و یا اجازه بدهی که به رم برود و به زندگی اش رسیدگی کند.» الیزابتا گفت: «اتفاقاً آقای گابری یلی هم در همین زمینه با فرانسسکو صحبت کرد و پیشنهاد داد که در تهران، در یک موسسه آموزش زبان، ایتالیایی تدریس کند.» فریدون گفت: «بسیار عالیست و این راه حل عاقلانه و درستی است و به این ترتیب، روزها را با افکار بیهوده نمیگذرانی.» هنگام خدا حافظی ربکا گفت: «من به هر شکلی شده باید باز هم بیدارت بیایم» و فریدون لبخندی زد و خداحافظی کردند.

از روی عصبانیت تلفن را روی دستگاه کوبید و قطع کرد. آقای گابری یلی به ربکا خبر خوش داد. گفت که توانسته از طریق وزارت امور خارجه برای او و الیزابتا وقت ملاقات با فریدون و حضوری در یک اطاق دور یک میز بگیرد و اضافه کرد که آقای وزیر نهایت لطف را در حق ما انجام داده. روز ملاقات فرا رسید و ربکا با تمام وجود، به استقبال آن رفت. وقتی در اطاق ملاقات فریدون وارد شد، ربکا بدون ملاحظه مادر که اصولاً در حضور او، خویشتن داری از خود نشان میداد، آنچنان خود را به آغوش فریدون افکند که گمان میشد پلنگی آهوپی را شکار کرده. پس از چند دقیقه ای که آرامش گرفتند به دور میز نشستند اما دستان فریدون نمی توانست از دست های ربکا خارج شود. گفتگوها به طول انجامید و از هردری سخنی رفت و سرانجام به راه حل برای ملاقات رسیدند. فریدون گفت: «گمان نمی کنم که بار دیگر بتوانی چنین اجازه ملاقاتی را پیدا کنی چون کار بسیار دشواریست.» ربکا زیربار نمی رفت و می خواست باور کند که هر لحظه ای که اراده کند، می تواند

خواهد به محض خروج از زندان ما را بکشد. خواهش میکنم که به دادگاه شکایت کنید و زندانش را ابد کنید تا نتواند دست به قتل ما بزند.» وکیل گفت: «خانم عزیز نخست اینکه چه کسی شاهد است که فریدون شما را تهدید کرده؟» عمه زری گفت: «همین پریش.» وکیل گفت: «شهادت پریش در این مورد نمی تواند سندیت داشته باشد. در ثانی ممکن است که فریدون از روی خاصیت جوانی حرفی زده باشد و تمام شده. به صرف اینکه یک روزی بدون حضور شاهدهی حرفی زده که نمی شود به دادگاه شکایت کرد.» عمه زری گفت: «نه شما نمی دانید و یا نمی خواهید کاری کنید. او هر بار که اقوامش به ملاقات میروند، مدام می گوید: (پریش، عمه زری، من). آیا این حرف کافی نیست تا نیت خبیثانه اش را به دادگاه ثابت کنند؟» وکیل گفت: «نخیر. او تهدید نکرده و فقط نام خود و همسر و عمه اش را تکرار کرده. شاید دچار نوعی افسردگی شده باشد که باید با یک روانشناس مشورت کرد تا اگر لزومی دید، به معالجه اش پردازد.» عمه زری عصبانی که «حالا من باید برایش یک روانشناس هم استخدام کنم؟ آیا خیلی از او خوشم میاید؟ پس حالا که اینطور است کار رفتن ما را تسریع کنید.» وکیل گفت: «تا زمانی که خطبه طلاق جاری نشده پریش همسر فریدون است و قانوناً باید با اجازه او از کشور خارج شود و این کار عملی نیست.» عمه زری فریاد زد: «پس شما چکار می کنید؟ اینهمه پول از من گرفته اید که همین کار را بکنید اما هنوز کاری نکرده اید. آنقدر فس و فس کنید تا فریدون از زندان خلاص شود و سراخ ما بیاید و آنوقت شما هم به مراد دلتان رسیده اید.» وکیل گفت: «زری خانم خواهش می کنم آرام باشید و اجازه بدهید من کار خودم را بکنم و قول میدهم تا پیش از آنکه فریدون آزاد شود طلاق را بگیرم و اگر احیاناً فریدون جلوتر از صادر شدن حکم طلاق آزاد شد، من می توانم شما را در یک شهر دیگر در جای امنی پنهان کنم تا کارها روال عادی خود را طی کنند.» عمه زری دیگر حرفی نزد و

فریدون از طریق مادر و پدر و خواهران و برادرش در جریان کارها بود و می دانست چه اتفاقاتی در شرف انجام هستند اما از وجود ربکا بی خبر بود. عمه زری که در ایجاد هیاهو و جنجال بسیار گستاخ و بی پروا بود، این روزها ترس عجیبی به وجودش راه پیدا کرده بود و از گذشت روزهای محکومیت و نزدیک شدن به زمان آزادی فریدون به هراس افتاده بود و می خواست هرچه زودتر دخترش را بردارد و از کشور خارج شود. بخصوص که فریدون در هر ملاقاتی توسط خواهران و برادر، پیغام انتقام و نابودی می فرستاد تا هرچه بیشتر او را وادار به شتاب کند. روزی که خانواده فریدون از ملاقات با او بر می گشتند، عمه زری فریبرز را کنار کشید و پرسید: «چه خبر؟ آیا فریدون حرفی از ما نزد؟» و فریبرز هم که در جریان ماجرا بود، با آهی سرد و دلسوزانه گفت: «نه... فریدون دیگر از دست رفتنی است. او فقط به روز آزادی و اسلحه اش فکر میکند. ما هرچه که به او می گوئیم، او انکار دیگر حرف ما را نمی شنود. مدام می گوید (عمه زری، پریش، من... هر سه باهم، نمیدانم چه در سر دارد که دائماً همین جمله را تکرار می کند.» عمه زری از وحشتی که به دلش افتاده بود جیغی کشید و به حالت دو به سراغ پریش رفت و او را در آغوش گرفت و گفت: «نمیدارم عزیزم. نمیدارم دستش به تو برسه.» رویش را بر گرداند و چشمش به گلرخ افتاد که در روی نیمکت در بهار خواب نشسته بود. پرسید: «آیا برآستی فریدون دیوانه شده؟» گلرخ روی ترش کرد و گفت: «عمه زری، این چه حرفیست که میزنید؟ فریدون بیچاره اصلاً کاری به کسی ندارد فقط به فکر شماسست و میگه: (پریش، عمه زری و من). اون بیچاره چه کار دیوانگی کرده که شما اسم روش می گذارید؟» عمه زری مطمئن شد که فریدون در تصمیمش مُصر است و به محض خروج از زندان اسلحه اش را برداشته و به سراخ شان خواهد آمد. رفت و به وکیلش تلفن زد و گفت: «این پسر دیوانه شده و می



## زبان ما هویت ماست

مدرسه فارسی البرز با کادری با تجربه در خدمت  
علاقمندان به یادگیری زبان فارسی می باشد

♦ کلاس های پیش دبستان (برای نوآموزان ۴ ساله)

♦ کلاس های اول دبستان تا هشتم (برای دانش آموزان ۵ سال به بالا)

جهت یادگیری خواندن، نوشتن و مکالمه

♦ کلاس های خصوصی برای بزرگسالان و غیر فارسی زبانان

دانش آموزان دبیرستانی می توانند با حضور  
در کلاس های البرز، واحد دبیرستانی دریافت کنند

برای کسب اطلاعات بیشتر با ما تماس حاصل فرمایید

(408)829-8296

1954 Camden Ave. #3, San Jose

با عنوان کردن این آگهی، یک جلسه رایگان میهمان مدرسه البرز باشید!



## با هادی خرسندی

www.asgharagha.com  
hadikhorsandi@aol.com

### حُسن خوبیِ کرونا!

ناگهانی شده پیدا کرونا  
میزنی پنبه دنیا کرونا  
بیشتر از همه اما زده ای  
پنبهء مملکت ما کرونا  
کاشکی یک تک پا میرفتی  
خدمت حضرت آقا کرونا  
تو بگو حجت الاسلامی یا  
آیت اللهی و عظمًا کرونا!  
نه، بهر حال تو هرگز نرسی  
به تبهکاری آنها کرونا  
در تو یک حسن ولی می بینم  
که کنم با تو مدارا کرونا  
اینکه با آمدنت تخته شده  
در معصومه زهرا کرونا

## درد مشترک لذت سرکوب شده زنان

فرناز سیفی

پنج زن، هر یک از گوشه‌ای از جهان، با مذهب و پیشینه‌های متفاوت با دیگری، و بالا و پایین زندگی‌ای که با دیگری زمین تا آسمان متفاوت است. هر پنج نفر اما در یک چیز مشترک‌اند: مردسالاری جاری در تاروپود جوامع با قدرت تمام بدن آنها را تحت تفتیش و نظارت دارد و باید/نباید‌ها را به آنها تحمیل کرده است، دست‌های پر زور مردسالاری گاه به پیچیده‌ترین شکل سعی کرده آنها را خفه کند و نگذارد آنچه بر آنها گذشته را فریاد کنند. اما هیچ‌کدام از این زن‌ها ساکت ننشستند، جرأت و توان خود را جمع کردند، و گاه بدون هیچ پشتوانه‌ای صدای رسای خود



و زجر ناشی از نظاره‌گری مردسالاری شدند و توجه افکار عمومی را به بحث مهم «حق زن بر بدن خود» جلب کردند. قصه‌های این زن‌ها موضوع مستند «لذت زنانه» به کارگردانی باربارا میلر، مستندساز اهل سوئیس است. مستندی که قصه چیز را روایت می‌کند که بر دبورا فلدمن (عضو جامعه‌ی یهودیان اصولگرای حسیدی نیویورک، لیلا حسین روان‌درمان‌گر سومالیایی-بریتانیایی، مگولی ایگاشی (هنرمند مجسمه‌ساز و خالق داستان‌های مصور اهل ژاپن، ویتیکا یاداو (کنشگر حقوق‌بشر در هند) و دوریس وگنر (راهبه‌ی پیشین آلمانی و فیلسوف) گذشت.

**دبورا فلدمن** را وقتی ۱۷ ساله بود در ازدواجی که خودش هیچ نقشی در آن نداشت، و از سوی پدر بزرگ و مادر بزرگ او در جامعه یهودیان حسیدی نیویورک برنامه‌ریزی شده بود، به مردی مذهبی شوهر دادند. در ۱۹ سالگی پسرش را به دنیا آورد و هر روز از قفس تنگی که جامعه به‌غایت مذهبی یهودیان حسیدی به زن تحمیل کرده و تمام باید‌ها و نبایدهایش را مردان تعیین و تحمیل کرده بودند، بیشتر خسته و دل‌زده می‌شد. دبورا روزی بی آن‌که به کسی چیزی بگوید، یک خودرو کرایه کرد،

و گنر فریاد زد و او را متهم به «هرزگی و دروغ‌گویی» کرد. و گنر ۲۴ ساله بود که بالاخره جرأت‌اش را جمع کرد، کلیسا و راهبگی را ترک کرد، به سراغ رسانه‌ها رفت و با صدای بلند گفت که در کلیسای کاتولیک چه بر سر او رفت و چطور تن زنان، عرصه جولان مردان کیش و با نفوذ است و فرهنگ کاملاً مدافع متجاوز در کلیسای کاتولیک، چطور زن را خفه می‌کند تا جیک‌اش در نیاید.

مستند «لذت زنانه» برنده جوایز متعدد بین‌المللی، از جمله جشنواره لوکارنو، شده است. در مراسم نمایش این مستند در شهر واشنگتن دی‌سی، با باربارا میلر، کارگردان این مستند، که با او دوستی شخصی هم دارم، به‌گپ‌وگفت نشستیم. میلر می‌گوید در این سال‌هایی که مستند می‌سازد و به گوشه‌وکنار دنیا سفر می‌کند، همیشه پس ذهن‌اش این دغدغه بوده که چطور به‌رغم این‌که در قرن بیست و یکم زندگی می‌کنیم، هنوز در سراسر جهان زن‌ها وقتی نوبت به حرف زدن از بدن‌شان و نیاز جنسی می‌رسد، ناگهان ساکت می‌شوند، انگار به لاک امنی می‌خزند و انگار هنوز برای اکثر زنان سکسوالیته یک «وظیفه» است و نه یک «نیاز». به گفته میلر: «در مطالعات برای این مستند که ایده‌اش از یک دهه قبل در سرم بود، فهمیدم چطور کتب مقدس تمام پنج دین اصلی و پرشمار جهان، بدن زن را یا عامل گناه می‌دانند، یا اهریمنی جلوه می‌دهند و یا بی‌ارزش و اسباب شرم.

مجموعه گرفته تا گردن‌بند) بکنند. ایگاشی که به‌دنبال خلق اثری در ابعاد بزرگ‌تر بود، تصمیم گرفت تصویر واژن خود را به شکل سه‌بعدی چاپ کند و با آن یک قایق تک‌نفره (کایاک) بسازد و با قایق‌اش به آب بزند. کاری که هزار دردرس جدی قضائی و موجی از جنجال را به‌دنبال داشت.

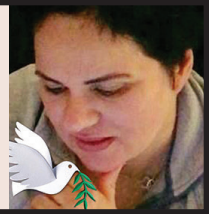
**ویتیکا یاداو**، خسته از کمبود هرگونه آموزش جنسی در هند و سکوت محض درباره‌ی لذت جنسی زنان، آناتومی بدن زن و سهم و خواسته‌ی زن در رابطه‌ی جنسی، تصمیم گرفت وب‌سایتی را ایجاد کند که کارش تمرکز بر سکسوالیته زنان باشد. سایت **Love Matters** تنها درباره سکسوالیته زنان نیست، دنبال آموزش بدیهیات و پیچ‌وخم رابطه میان زن و مرد هم هست. ویتیکا و همکاران‌اش فقط به کار در فضای مجازی بسنده نکرده‌اند و در خیابان‌های هند نیز به سخنرانی، جشن گرفتن روزهای مرتبط با زنان و کنشگری می‌پردازند.

**دوریس وگنر** در خانواده‌ای کاتولیک و بسیار مذهبی بزرگ شد. از نوجوانی می‌دانست که می‌خواهد راهبه شود و در ۱۹ سالگی وارد یکی از کلیساهای کاتولیک مذهب سوئیس شد و راهبگی را شروع کرد. یکی از پدران روحانی بانفوذ و مهم جامعه کاتولیک سوئیس به بهانه‌های مختلف او را به دفتر خود احضار و بارها به او تجاوز کرد. دوریس روزی بالاخره جرأت کرد و به خواهر روحانی که مسئول زنان راهبه بود، ماجرای تجاوز را گفت. زن به جای هرگونه حمایتی، بر سر



## دنیای بعد از کرونا یک دنیای جدید خواهد بود

ماهرخ غلامحسین پور



برنامه و انطباق برای دوران قرنطینه ضروری است. ما ساعت شش و بعد از جای زردانبوی صبح، شروع می کردیم به ورزش کردن. به نظرم یک خانواده هم می توانند در خانه های شان برنامه ورزش چند نفره بگذارند و به آن مقید بمانند. ساعت نظافت داشتیم. یا مثلا جلسه کتابخوانی. ما به هیچ کتابی دسترسی نداشتیم اما هر کدام مان با تکیه بر حافظه از کتابی که خوانده بودیم برای دیگران حرف می زدیم یا ساعت هایی برای ذکر خاطرات جالب و لطیفه گویی وقت می گذاشتیم و اجازه نمی دادیم ناامیدی و کرحختی بی حسمان کند. قبل از اینکه به زندان بیفتم از «غلام کشاورز» که یکی از دوستانم بود و بعدها در قبرس ترور شد با کنجکاوی در مورد زندان و سختی های آن می پرسیدم. یک بار به من گفت باور کن وقت کم می آوری. من می ماندم که چطور چنین چیزی ممکن است؟ و بعدها دیدم واقعا وقت کم می آوردم چون برای هر دقیقه برنامه داشتم. برنامه ریزی و نظم و انطباق و مقید بودن به اجرای برنامه ها برای ما نجات بخش بود و به نظرم در این روزهای قرنطینه می تواند کمک کننده باشد. **دنباله مطلب در صفحه ۴۹**

می کنم. «امید به زندگی» و «شادی درونی» نجات بخش است. این که فکر کنی پس از این بحران دنیا باز هم بر مدار خودش می چرخد. نوروز سال ۶۲ و در وضعیتی که از شکنجه های وارده آس و لاش بودیم، ماه ها بود خبری از ملاقات نبود و در آن شرایط یکی از برادرانم را اعدام کرده بودند اما هنوز خبرش به من نرسیده بود، باز هم مصمم شدیم عید را جشن بگیریم. به مادرم گفته بودم لباس های شاد بپوشم و بفرستد. یکی از مادران کردستان به نام مادر مستوره که داغدار فرزندش بود با ما بود و من از او خواهش کردم یک روسری گلپه را که مادرم فرستاده بود به میمنت بهار بپوشد. آن روز البته بابت سر و صدا از چای روزانه که خیلی برای مان اهمیت داشت محروم شدیم با این همه زندگی جریان داشت. گوش مان را به دیوار می چسباندیم و صدای ماشین ها را می شنیدیم و خیال روزهای بعد از آزادی و تمام شدن بحران کمک مان می کرد.

**عنصری که شما به آن اشاره کردید ذهنی و فردی و البته موثرند. آیا هیچ عنصر جمعی و عمومی هم وجود داشت؟**  
بله. «برنامه ریزی». به نظر من داشتن

خودمان را محدود به قرنطینه کنیم با شکستن زنجیره انتقال بیماری به نجات جان یک انسان کمک کرده ایم و اگر بی تفاوت باشیم مرگ انسان ها را تسریع می کنیم. یعنی اگر این قاعده را بشکنیم داریم جهان دور و برمان را آلوده می کنیم. **آیا عنصر شادی یا میل به زندگی را هم دخیل می دانید؟**

می خواستم در مرحله دوم دقیقا به این موضوع اشاره کنم. آن روزها به عشق خانواده و دوستان و برای رسیدن به آرمان هایم می خواستم زنده بمانم. رویای آزادی و تمام شدن آن روزهای ترسناک و در آغوش کشیدن مادرم مرا زنده نگه می داشت. همه ما در طول دوران زندان مان هرگز ملاقات حضوری نداشتیم و از آغوش عزیزان مان محروم بودیم و میل دیدار و اشتیاق به ادامه حیات با ما بود.

مدارا با همدیگر هم به خاطر حفظ حیات خودمان و حفظ حیات آدم هایی که دوست شان داریم مهم است. یک راه ساده می تواند فکر کردن به روزهای بعد از کرونا باشد. به لحظه هایی که بحران را از سر گذرانده ایم و باز هم دور هم جمع شده ایم و خوشحالیم. **منظورتان رویا پردازی است؟**

من اسمش را می گذارم «تجسم خلاق». یعنی چیزی که می تواند در اوج سختی به شما امید بدهد. مثلا شما از اتاق شکنجه می آید و کف پاهایتان از جای ضربه شلاق ها عفونت کرده، تب شدید دارید و در عین حال باید وسط راهرو و پشت به بقیه بخوابید و حتی نمی توانید دستشویی بروید. چه راهی وجود دارد؟ من ترجیح می دادم به لحظه آزادی و دیدار با مادرم و در آغوش گرفتنش فکر کنم.

به جای احساس ناتوانی و فروپاشی، باید به قدرت ذهن تان ایمان داشته باشید. این را کسی برایتان می گوید که خبر اعدام هر دو برادرش را در روزهای زندان شنید و همسر برادرش را درست از بغل دستش بردند و دیگر برنگشت. من به واسطه قدرت ذهنی هرگز فروپاشی را تجربه نکردم. همان لحظه ای که همسر برادرم را بردند با همه غمی که داشتم احساس ناتوانی مطلق نکردم. من به فردایی فکر می کردم که زنده می مانم و قصه آن زن را تعریف

«مرسد قانلی» به جرم عضویت در سازمان پیکار، در خردادماه سال ۱۳۶۱ بازداشت شد و تا اردیبهشت ماه سال ۱۳۶۹ یعنی به مدت هشت سال در زندان های کمینته سه هزار، قزل حصار و اولین نگهداری می شد.

او این روزها ساکن انگلستان است و در روزهایی که مردم جهان درگیر فراگیری بیماری کرونا و قرنطینه خانگی هستند، خاطرات روزهای زندانش را مرور می کند.

مرسد به روزهای پس از آزادی اشاره می کند. به روزهایی که در مورد تجربه زندان با دیگران گفت و گو می کرد ولی آنها با ناباوری گوش می دادند و مات و مبهم براندازش می کردند.

این روزها که بحران کرونا بالا گرفته، بسیاری از دوستان قدیمی با او تماس می گیرند تا از او در مورد «تاب آوری» در محیط های در بسته و تجربه های از انفرادی بپرسند.

مرسد معتقد است دنیای بعد از کرونا دیگر همان دنیای قبل نخواهد بود و «همبستگی» و «عواطف انسانی» دوباره بازتعریف خواهند شد.

**آیا تجربه زندان برای تحمل دوران قرنطینه کمک خواهد کرد؟**

بی تردید. گر چه بین زندان دهه شصت و قرنطینه تفاوت زیادی وجود دارد. وقتی به همه تفاوت هایش فکر می کنم اولین چیزی که به ذهنم می رسد این است که ما در قرنطینه حق رفتن به دستشویی داریم. در این مورد مفصل برایتان خواهم گفت. ما می توانیم با اعضای خانواده به شکل تصویری گفت و گو کنیم. آشپزی کنیم یا در جمع خانواده باشیم. با اینکه قرنطینه شرایط معمولی نیست اما قابل مقایسه با زندان هم نیست.

**به نظر تان چه راه حل های مشترکی برای تحمل زندان و موضوع قرنطینه که امروز جهانمان را درگیر کرده، وجود دارد؟**

مهم ترین موضوع، توجه به «انگیزه های انسانی» است. در گذشته ما این وظیفه را برای خودمان تعریف کرده بودیم که برای حقوق انسان ها تلاش کنیم، برای کارگرها که فقر را تحمل می کنند و در شرایط نابرابرند یا زنها که تحت خشونتند ولی این انگیزه به شکلی دیگر امروز هم وجود دارد. اینکه اگر هر کدام از ما

## ارایه خدمات مهاجرتی با کیفیت عالی و هزینه کم (به زبانهای فارسی و انگلیسی)



Immigration  
&  
Citizenship Services

لظا برای تعیین وقت و زمان و یا جواب تقاضای ویا تقاضای تعیین وقت

408-261-6405

818-616-3091

Pars Equality Center  
1635 The Alameda  
San Jose, CA 95126

Pars Equality Center  
4954 Van Noy Blvd, Suite 201  
Sherman Oaks, CA 91403

[www.parsequalitycenter.org](http://www.parsequalitycenter.org)

A DOJ Accredited Agency

511 (c)(3) Nonprofit Organization

کسب تابعیت (سببی زن شیب)

کارت اقامت دائم (کارت سبز)

در خواست مهاجرت خانوادگی

تأیید کارت سبز

مجوز اشتغال

معافیت از پرداخت هزینه

## بازار محبت

ز بازار محبت غم خریدم  
 خریدم غم ولیکن کم خریدم  
 همین داغی که حالا بر دل ماست  
 ندانم از کدام عالم خریدم  
 عسل میخستم از بازار هستی  
 عدم رخ داد جایش سم خریدم  
 ز عشق و عاشقی آگه نبودم  
 غم و درد ترا مههم خریدم  
 نبودم واقف از آینه دل  
 که از جمشید جام جم خریدم  
 برای زخم ناسور دل خویش  
 ز مژگان کسی مرهم خریدم  
 محبت عشق روی راحت ندارد  
 ز مجبوری متاع غم خریدم

## صوفی عشق‌ری

## گرچه مستیم و خرابیم

گرچه مستیم و خرابیم چو شبهای دگر  
 باز کن ساقی مجلس سر مینای دگر  
 امشب را که در آنیم غنیمت شمیریم  
 شاید ای جان نرسیدیم به فردای دگر  
 مست مستم مشکن قدر خود ای پنجه غم  
 من بمیخانه ام امشب تو برو جای دگر  
 چه بمیخانه چه محراب حرامم باشد  
 گریجز عشق توام هست تمنای دگر  
 تا روم از پی یار دگری می باید  
 جز دل من دلی و جز تو دلارای دگر  
 نشنیده است گلی بوی تو ای غنچه ناز  
 بوده ام ورنه بسی همدم گل های دگر  
 تو سیه چشم چو آئی بتماشای چمن  
 نگذاری بکسی چشم تماشای دگر  
 باده پیش آر که رفتند از این مکتب راز  
 اوستادان و فزوند معمای دگر  
 این قفس را نبود روزنی ای مرغ پریش  
 آرزو ساخته بستان طرب زای دگر

## عماد خراسانی



## نسیمی از دیار آشتی

باری اگر روزی کسی از من بپرسد  
 «چندی که در روی زمین بودی چه کردی؟»  
 من، میگشایم پیش رویش دفترم را  
 گریان و خندان، بر می افرازم سرم را  
 آنگاه می گویم که: بذری نو فشانده است  
 تا بشکفتد، تا بر دهد، بسیار مانده است  
 در زیر این نیلی سپهر بیکرانه  
 چندان که یارا داشتیم در هر ترانه  
 نام بلند عشق را تکرار کردم  
 با این صدای خسته شاید خفته ای را  
 در چار سوی این جهان بیدار کردم  
 من مهربانی را ستودم  
 من با بدی بیکار کردم  
 «پژمردن یک شاخه گل» را رنج بردم  
 «مرگ قتاری در قفس» را غصه خوردم  
 وز غصه مردم، شبی صد بار مردم  
 شرمنده از خود نیستیم گر چو مسیحا  
 آنجا که فریاد از جگر باید کشیدن  
 من، با صبوری، بر جگر دندان فشردم  
 اما اگر پیکار با نابخردان را  
 شمشیر باید می گرفتیم  
 بر من نگیری، من به راه مهر رفتم  
 در چشم من، شمشیر در مشت  
 یعنی کسی را می توان کشت!  
 در راه باریکی که از آن می گذشتم  
 تاریکی بی دانشی بیداد می کرد  
 ایمان به انسان، شبچراغ راه من بود  
 شمشیر دست اهرمن بود  
 تنها سلاح من درین میدان سخن بود  
 شب های بی پایان نخفتم  
 پیغام انسان را به انسان باز گفتم  
 حرفم نسیمی از دیار آشتی بود

## فریدون مشیری

## و بهار است

نو بهار است در آن کوش که خوشدل باشی  
 که بسی گل بدمد باز و تو در گل باشی  
 من نگویم که کنون با که نشین و چه بنوش  
 که تو خود دانی اگر زیرک و عاقل باشی  
 چنگ در پرده همی می دهدت پند ولی  
 وعظت آنگاه کند سود که قابل باشی  
 در چمن هر ورقی دفتر حالی دگر است  
 حیف باشد که ز کار همه غافل باشی  
 نقد عمرت ببرد غصه دنیا بگراف  
 گر شب و روز در این قصه مشکل باشی  
 گر چه راهیست پر از بیم ز ما تا بر دوست  
 رفتن آسان بود ار واقف منزل باشی  
 حافظا گر مدد بخت بلندت باشد  
 صید آن شاهد مطبوع شمایل باشی

## حافظ

## ای سنگواره

با شانه ای نشسته به زخم ستاره ها  
 فریاد می زنی ز بلند شراره ها  
 ای دست های ملتهب از شوق انتظار  
 جانم به لب رسید از این بی قواره ها  
 غیر از هجوم شرم بر اندیشه های تلخ  
 مارا چه خرمی است از این جشنواره ها  
 ای جان اگر پیاده شوی از رکاب تن  
 دیگر چه وحشتی ز هجوم سواره ها  
 اینجا صدای دوست بگویم نمی رسد  
 انگار بسته اند دهان منازره ها  
 با هیچ مرهمی نتوان یافتن علاج  
 زخمی که در دلست ز تیغ اشاره ها  
 دریا ز غرق کردن من طفره می رود  
 ای موج غم بکوب مرا بر کناره ها  
 روزی به چنگ خلق گرفتار می شوی  
 تندیس های کور و کر، ای سنگواره ها

## مسعود سپند

## بهار غربت

چه گرفته دل بهاری چه بهار بی قراری  
 چه ز ره رسیده خسته چه سوار بی غباری  
 چه درود بی سرودی چه سرود بی درودی  
 چه نوید بی امیدی چه گسسته تار و پودی  
 نه شکوه آیشاری نه نمی به جویباری  
 نه شمیم کوچه باغی نه صفای کوهساری  
 همه دشتها سترون همه باغ سنگ و آهن  
 دل خاک داغیده همه مانده از تپیدن  
 نه نشاط و جنب و جوشی نه بساط گل فروشی  
 نه خروش دوره گردی نه سرور و عیش و نوشی  
 نه به روی سفره «سینی» ز نشان هفت سینی  
 نه ترانه بی نه رقصی نه سرود دلنشینی  
 همه لاله های گلگون شده کاسه های پر خون  
 که خزان غربت این جا به بهار زد شبیخون  
 چه سکوت مرکباری چه بهار داغداری  
 همه دلشکسته آری، چه بهار بی بهاری

## جهانگیر صداقت فر

شب چو در بستم و مست از می نابش کردم  
 ماه اگر حلقه به در کوفت جوابش کردم  
 دیدی آن ترک ختا دشمن جان بود مرا؟  
 گرچه عمری به خطا دوست خطایش کردم  
 منزل مردم بیگانه چو شد خانه چشم  
 آن قدر گریه نمودم که خرابش کردم  
 شرح داغ دل پروانه چو گفتم با شمع  
 آتشی در دلش افکندم و آیش کردم  
 زندگی کردن من مردن تدریجی بود  
 آنچه جان کند تنم عمر حسابش کردم

## فرخی یزدی

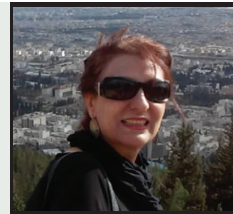


موهایی سیاه و صاف داشت و چشمانی به سیاهی موهایش. آفتاب، چهره‌اش را سوزانده بود. قطرات اشک از گونه‌هایش سرازیر می‌شد و به پایین می‌ریخت. دوباره علت گریه کردنش را پرسیدیم. به او اطمینان دادم اگر مشککش را بگویند، حتما کمکش می‌کنیم. احساس کردم نمی‌تواند حرف بزند و پشت سر هم سرفه می‌کرد و ترشحات شدید بینی داشت. سرش را بلند کرد و نگاهی مظلومانه به من کرد. سپس با صدایی آرام و خفه گفت: «سسبو» مرا زده است. تازه فهمیدم چرا او نمی‌تواند حرف بزند و تا این حد ترسیده است.

دستی به سرش کشیدم و گفتم: «نگران نباش، الان تو را به بیمارستان می‌بریم.» پسرک گوسفندان را با دستانش نشان داد و بعد با انگشتش به ساختمانی که کمی دورتر از روستا قرار داشت اشاره کرد. آقای بوستانی با تعجب پرسید: «چه چیزی او را زده؟ اگر مار خطرناکی او را نیش زده، پس چگونه با این سرعت می‌تواند بدود؟ من که فکر می‌کنم این بچه ما را سر کار گذاشته است!» با ناراحتی گفتم: «نه، او دروغ نمی‌گوید، بگذارید با او به ساختمانی که نشان می‌دهد بروم و بعد برایتان تعریف می‌کنم چه اتفاقی افتاده است.» از راننده خواستم که سریع ماشین را روشن کند و من و پسر را به همان جایی که او نشان مان می‌داد ببرد. بعد با لحنی آرام از آقای بوستانی و گزارشگر خواش کردم تا ما برمی‌گردیم، حواسشان به گله باشد. آقای بوستانی از بالای عینکش چشم غره‌ای رفت و قرق‌کنان گفت: «چوپان هم شدم.» ساختمان کمی دورتر از روستا بود. در نگاه اول می‌شد حدس زد که پسر ما را به مدرسه روستا آورده است. مدرسه حیاط بزرگی داشت که در وسط آن از یک میله آهنی پرچمی رنگ و رو رفته آویزان بود. به آنجا که رسیدیم، پسرک با شتاب خودش را به انتهای راهرویی که یکی از کلاس‌ها در آن قرار داشت رساند و پشت در ایستاد. دوان دوان به دنبالش رفتم و با تردید ضربه‌ای به در بزرگ سیاه کهنه آن زدم. چند لحظه‌ای نگذشت که خانم آموزگار در را باز کرد. پسر در حالی که گریه می‌کرد، انگشت دستش را به علامت اجازه بالا برد و با شتاب از بین من و خانم معلم رد شد و خودش را به درون کلاس رساند. به دنبال او من نیز وارد کلاس شدم. با ورود ما به کلاس دانش‌آموزان همگی ساکت شدند. پس از سکوت کوتاهی، دانش‌آموزی که در ردیف آخر کلاس نشسته بود با شتاب از جایش بلند شد و در حالی که پسر را نشان می‌داد گفت: «اجازه خانم معلم، او برادر من فلامرز است.»

برای تسلیت به دیدار او می‌رفتیم. چشمم که به دکتر حکمتی افتاد، عمق اندوه را در چهره‌اش دیدم. وقتی متوجه حضور ما شد با صدای بلند گریست و اظهار تأسف کرد که نتوانسته است، قبل از اینکه از شیراز حرکت کنیم، ما را با خبر کند. چند دقیقه‌ای در آن جا ماندیم و با او همدردی کردیم ولی نه بودن ما و نه کسان دیگر به آسانی او را آرام نمی‌کرد. مانده بودیم با این وضعیت چگونه برنامه ضبط کنیم. در نهایت تصمیم گرفتیم به شیراز برگردیم و ضبط برنامه را در زمانی دیگر انجام دهیم.

هنوز چند کیلومتری از کازرون فاصله نگرفته بودیم که راننده در حاشیه جاده در کنار تابلویی که نام روستای «پل آبگینه» را داشت، ماشین را متوقف نمود و چرت همه را پاره کرد. گویا لاستیک جلوی ماشین پنچر شده بود. آقای بوستانی که مدتی سکوت کرده بود با ناراحتی گفت: «خدا آخر عاقبت این سفر را به خیر کند.» چشمم به تلمبه آبی که در کنار جاده بود افتاد. برای اینکه کمی حال و هوا را عوض کرده باشم گفتم: «عجب جای خوش آب و هوایی است، تا آقای راننده ماشین را پنچرگیری کند، من هم برای شما جای دم می‌کنم.» راننده کتش را در آورد و آستین پیراهنش را بالا زد و مشغول پنچرگیری شد. هر کس تخته سنگی را برای نشستن پیدا کرد. کار راننده که تمام شد، آب هم به جوش آمد. هیچکس حرفی نمی‌زد. از اتفاقاتی که افتاده بود همگی کسل بودیم و حوصله حرف زدن نداشتیم. نگاهم را به دور دست دوخته بودم و در افکارم غرق بودم که به نظر آمد گردبادی خاک حاشیه جاده را در هم می‌پیچد و به طرف ما می‌آید. با تردید و صدای بلند گفتم: «نگاه کنید، شما هم گردبادی که به طرف ما می‌آید را می‌بینید؟» راننده که در کنار تلمبه آب دستش را می‌شست، چند قدمی به جلو برداشت و گفت: «نه، گرد باد نیست. مثل اینکه عده‌ای با سرعت به طرف ما می‌آیند.» حق با او بود. چند دقیقه‌ای نگذشت که همگی متوجه علت گرد و خاک شدیم. یک گله گوسفند مثل اینکه از چیزی ترسیده باشند به سرعت به سمت ما می‌آمد. گله گوسفندان همراه با دو سگ نهبان به ما نزدیک‌تر شدند. در میان گله گوسفندان، متوجه پسر بچه‌ای در حدود ده ساله شدم که بلند بلند گریه می‌کرد و می‌دوید. آن قدر مضطرب بود که متوجه حضور ما نشد. به طرف او رفتم، کاملاً به او نزدیک شدم. کمی خم شدم و شانه‌هایش را در دستانم گرفتم و گفتم: «چه اتفاقی افتاده؟ چرا اینقدر ترسیده‌ای؟» پسرک



## از خاطرات یک دامپزشک

دکتر فریبا مکارمی

### بچه چوپان و «سسبو»!

نوروزی جبران شود. به کازرون که رسیدیم، راننده یک راست ما را به خیابانی که اداره دامپزشکی در آنجا بود برد و جلوی اداره ماشین را متوقف کرد. نگاه مان که به در اداره افتاد از آنچه می‌دیدیم آن قدر تعجب کردیم که چند لحظه‌ای سکوت بین ما برقرار شد! در اداره بسته بود و پارچه‌ای سیاه با نوشته‌های سفید بر سر در آن نصب شده بود. اول از همه راننده از ماشین پیاده شد و به دنبال او همه ماشین را ترک کردیم. نوشته‌های روی پارچه خبر از مرگ ناگهانی مادر دکتر حکمتی می‌داد. راننده زنگ در اداره را زد. دقیقه‌ای نگذشت که مردی میان سال که سرایدار اداره بود در را باز کرد. با تأسف سراغ دکتر حکمتی را گرفتیم. مرد میان‌سال با صدایی بغض‌آلود آدرس منزل دکتر را به ما داد. حالا باید

طبیعت شهر کازرون در اوایل فروردین ماه زیبایی خاص خودش را دارد. مخصوصاً مسیر جاده شیراز کازرون با آن شکوفه‌های سفید بادام وحشی روئیده در دامنه کوه و دشت پر از شقایق‌های سرخ که لحظه‌ای مسافر را از نگرستن و لذت بردن غافل نمی‌کند.

یکی دو هفته از تعطیلات نوروز می‌گذشت و بهترین فرصت برای ضبط برنامه در این شهر بود. بارها دکتر حکمتی از ما دعوت کرده بود که در فصل بهار برای ضبط برنامه به آن جا برویم. بالاخره گروه برای سفر به کازرون در اولین شنبه بعد از تعطیلات رسمی به توافق رسید. آن روز صبح زودتر از همیشه به طرف کازرون راه افتادیم. در بین راه تهیه کننده امیدوار بود که بتواند ساعات زیادی برنامه ضبط کند تا وقفه تعطیلات

تدریس کلاس های تار، ستار، تنبور، پیانو، ریتم خوانی، سلفژ و صداسازی و تئوری موسیقی

توسط: وحید زمردی

مدرس و کارشناس موسیقی با بیش از بیست سال تجربه



۹۲۴۴-۷۴۵ (۴۰۸)

## کولبران چتر باز

هادی کی کاوسی

### پریان دریایی دونده

اولین بار نامشان را در اتوبوس شنیدم. اتوبوس تی.بی.تی که از بندرعباس به تهران می‌رفت و وقتی در پلیس راه ایستاد تا بازرسی‌اش کنند، سر بازی پا در رکاب، فریاد زد: «هرکس چتر باز است خودش بیاید پایین!»

من تا آن زمان تنها چتر بازها را توی تلویزیون دیده بودم اما این که چتر بازی در اتوبوس باشد سؤال بود که امیدوار بودم پدر یا مادر جوابی برایش داشته باشند. پیش از جواب اما دو زن از انتهای اتوبوس بلند شدند و با کیسه‌هایی در دست کشان کشان به سمت جلو راه افتادند. آن دو جواب سؤال من بودند که به کندی سمت من می‌آمدند و در این راه تنگ زمزمه مسافران و غرولندهای راننده از هر سو بر آنان می‌بارید. احتمال مجازات جمعی مسافران و خواباندن اتوبوس و آواره‌گی و زمزمه‌هایی دیگر مبنی بر بدبخت شدن، فضای اتوبوس را آکنده بود و آنان را خمیده و نزار به جلو بدرقه می‌کرد. من در این خشم و هیاهو در کیسه‌های آن دو به دنبال چتری بودم که قرار بود با آن بپرند. چتری نبود. لابه‌لای کیسه‌ای که از میان ما می‌گذشت برچسب خرگوش نشان تی‌شرتی را دیدم که به من می‌خندید. وقتی عاقبت اتوبوس با علامت مأموران مجوز حرکت دریافت کرد و مسافران نفسی به راحتی کشیدند، من از پشت شیشه هم‌چنان زنان خمیده‌ای را می‌دیدم که با کیسه‌هایشان و خرگوش‌هایشان و صلوات‌های مکرر مسافران کوچک و کوچک‌تر می‌شدند. اتوبوس که وارد ظلمات تونل شد از پدرم پرسیدم: «آنها چطور با تی‌شرت خرگوشی می‌پرند؟»

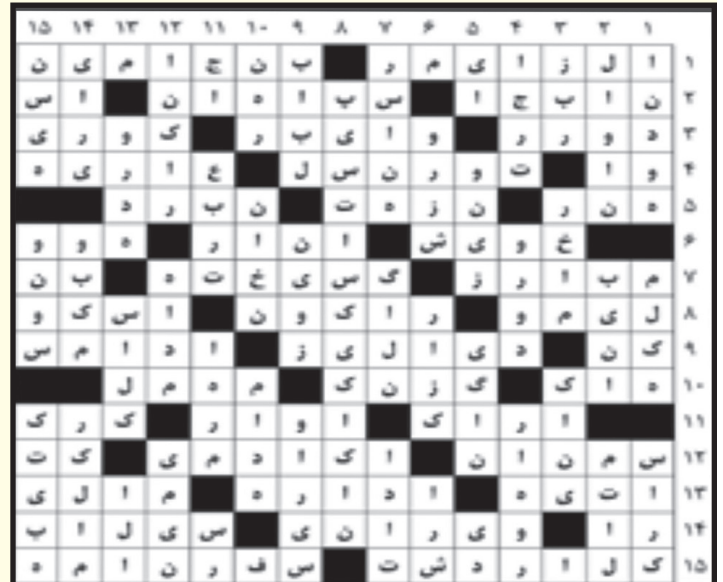


پس یک چتر باز فقط می‌توانست زن باشد. از چیرگی فضای مردسالارانه بود که فعل پیلهوری و جابه‌جایی کالا برای یک زن را به شکل چتر باز می‌دید. زانی نیازمند که برای گریز از فقری که گریبانگیرشان شده بود به این شغل پردردسر روی آورده بودند تا بتوانند شکم خانواده‌ای را سیر کنند. ما البته به آن‌ها چتر باز نمی‌گفتیم. برای ما آن‌ها «دوندگان دو صدمتر» بودند. از دریا تا بازاری که مدرسه ما در میانش بود پانصد متری راه بود و این زنان چنان این مسیر را طی می‌کردند که ما نامش را «صدمتر» گذاشته بودیم. آنها به هنگام رسیدن قایق‌ها تا کمر در آب می‌رفتند و اجناس را روی سر خود می‌گذاشتند و خیس آب با همان سرعت برق‌آسا فاصله میان ساحل و بازار را طی می‌کردند تا به محلی امن برسند و اجناس را به دست اربابان برسانند. ما آن‌سوی این پیست دوومیدانی، درس می‌خواندیم و نمی‌دانستیم که درسی دیگر پشت دیوارهای بلوکی مدرسه‌ای بود که سال‌ها بعد خود قربانی بزرگ این وضعیت شد.

### چتر بازان کولبر

اگر چتر بازان ساحلی دوندگان صدمتر بودند نوع بیابانی آن را باید جزو دوندگان ماراتن محسوب کرد. آنها یکی از دشوارترین راه‌ها را برای گریز از دام افتادن پیش روی دارند. این زنان باید کالاها را بدون توقف، از سواحل جنوبی به شهرهای مورد نظر برسانند. بخشی از این کالاها دارای برگ سبز یا برگه قانونی خروج کالا از منطقه آزاد هستند اما کالاهای دیگری نیز وجود دارند که هیچ برگ قانونی ندارند و باید توسط این زنان از مهلکه عبور داده شود. اربابان در شهرهای بزرگ کالا را سفارش می‌دهند و رابط‌ها این اجناس را به دست زنان می‌سپارند تا از گلوگاه‌های مهم جاده‌ای عبور دهند. گلوگاه‌هایی که در آن وسایل نقلیه به سختی بازرسی می‌شوند و تمامی مسافران به یک چشم دیده می‌شوند: چتر باز. در گرما و سرما مسافران می‌بایست یکی یکی پیاده و در صف تفتیش به خط شوند تا خود و تمامی اتوبوس زیر و رو شود. اما اکثر چتر بازان پیش از رسیدن به این گلوگاه‌ها از اتوبوس پیاده می‌شوند و کلابه‌کول، پاسگاه را دور می‌زنند. در سرما و گرما آنان در حالی که زیر لباس خود پارچه یا بسته‌های سیگار و چای و... دارند باید مسیر پر فراز و نشیبی را طی کنند تا در آن سوی پاسگاه دوباره به اتوبوس برسند. کاری که بنا بر ایست و بازرسی‌های ثابت و سیار ممکن است چندین بار در طول یک مسیر اتفاق بیفتد. آنان با تمام توان می‌دویدند، می‌دوند و خواهند دوید زیرا آنان هنوز نیازمند شرکت در این ماراتن نفس‌گیر هستند.

دوندگان دو صدمتر» گذاشته بودیم. آنها به هنگام رسیدن قایق‌ها تا کمر در آب می‌رفتند و اجناس را روی سر خود می‌گذاشتند و خیس آب با همان سرعت برق‌آسا فاصله میان ساحل و بازار را طی می‌کردند تا به محلی امن برسند و اجناس را به دست اربابان برسانند. ما آن‌سوی این پیست دوومیدانی، درس می‌خواندیم و نمی‌دانستیم که درسی دیگر پشت دیوارهای بلوکی مدرسه‌ای بود که سال‌ها بعد خود قربانی بزرگ این وضعیت شد. روزی در میانه زنگ ورزش، این درس، خود به درون مدرسه آمد و ما را ردیف پای دیوار گذاشت تا بدون امتحان و خط‌کش و شلنگ به درسی مهم برساند. یک کارتن سیگار «مونتانا» از روی دیوار، در میانه زمین گل‌هندبالی افتاد و بعد زنی نفس‌نفس زنان وارد حیاط شد و خودش را روی کارتن انداخت. ما دست از بازی کشیده بودیم و به تلاش زن لاغر اندام برای برداشتن کارتن خیره بودیم. شاید اگر مأموران وارد حیاط نمی‌شدند کمکش می‌کردیم. مأموران که یکی یکی وارد شدند عقب نشستیم. آنها با باتوم و لگد سعی می‌کردند زن را از کارتنش جدا کنند. زن همان‌طور که کارتن را چسبیده بود به خدا و پیغمبر قسم می‌خورد که طفل صغیر در خانه دارد، که رهایش کنند، که شوهرش معتاد است. تمام تلاش‌های او برای قانع کردن مأموران بی‌نتیجه بود. وقتی ناظم رسید زن را از کارتنش جدا کرده و با





## چرا بعضی از غم‌ها به این زودی‌ها التیام نمی‌یابد؟

مری لوندورف - برگردان: افشین احسانی

بدون استفاده از کمک‌های تخصصی دوره اندوه را پشت سر می‌گذارند. اما بعضی وقت‌ها، یک زخم متورم و عفونی می‌شود و مجبوریم برای بهبود آن، از انواع کرم‌ها و پمادها و پانسمان‌ها استفاده کنیم. به همین صورت، بعضی اوقات، انگار غم و غصه هم «متورم» می‌شود و مشکلاتی را به وجود می‌آورد که برای رفع آنها، به

کمک اضافی نیاز هست.

ترکیبی پیچیده از عوامل فردی و زمینه‌ای می‌تواند به واکنش‌های غمگانه بفرنج منتهی شود. مونا، یک خانم ۵۰ ساله را در نظر بگیرید که با همسر و دو پسر جوان خود زندگی آرامی دارد. یک روز این زن و شوهر برای قدم زدن بیرون می‌روند.

در هنگام حرکت مرد دچار حمله قلبی می‌شود و به زمین می‌افتد. یک رهگذر به او تنفس مصنوعی می‌دهد اما بی‌فایده است و چند ساعت بعد او در بیمارستان از دنیا می‌رود. این تجربه فرضی می‌تواند برای مونا جنبه‌های مختلفی از غم و اندوه را ایجاد کند. در یک وضعیت، او که از فقدان شوهر سخت متأثر است و در حالی که دوره بحرانی غم و ماتم را سپری می‌کند، وقت و نیروی فراوانی را صرف مراسم تدفین همسرش می‌کند، اموال و دارایی‌های او را سروسامان می‌دهد، و رفته رفته، به عنوان یک بانوی بیوه با زندگی روزمره سازگاری می‌یابد. هم‌چنین در محیط کارش از تفاهم و توجه زیادی برخوردار می‌شود، از جمله، رؤسا و همکارانش به کمکش می‌آیند و تریبی می‌دهند که در غیابش وظایفش بر زمین نماند. او سخت می‌کوشد که اوضاع را به حالت عادی برگرداند و شرایط مناسبی برای فرزندانش فراهم کند، و پنج سال بعد از فوت همسر، در یک سازمان (بیمارستان) فعال در حوزه پیشگیری از بیماری‌های قلبی، به کار تمام‌وقت مشغول می‌شود. هر چند گاهی یاد همسر عمیقاً قلبش را می‌فشد اما قدر سال‌های زندگی مشترک را می‌داند و آن را ارج می‌نهد.

و حالا برای مونا وضعیتی معکوس را در نظر می‌گیریم. شوک و ضربه حاصل از فقدان همسر او را در مسیری کاملاً

این واقعیتی تلخ است که اکثر ما از دست رفتن عزیزانمان را تجربه خواهیم کرد. هر سال، در جهان، تقریباً ۵۰ تا ۵۵ میلیون نفر می‌میرند. حدس و گمان بر این است که هر مرگی به طور متوسط، پنج نفر بازمانده را سوگواری می‌کند. تجربه هر فقدان معمولاً طیفی از واکنش‌های روانی-اجتماعی به دنبال



دارد. برخی از این واکنش‌ها عبارت‌اند از کناره‌گیری از فعالیت‌های اجتماعی، احساس اندوه عمیق، سردرگمی درباره نقش خود در زندگی، و احساس تنهایی شدید. در مرحله حاد احساس فقدان، این نوع واکنش‌ها، اغلب بسیار سخت و دردناک و مخرب هستند. فرد داغ‌دیده ناگهان متعلق عینی عشق و محبت خود را از دست می‌دهد و به احساس پوچی و درماندگی دچار می‌شود.

خوشبختانه، معمولاً اکثر مردم با گذشت زمان، از منابعی برخوردار می‌شوند که به آنها کمک می‌کند تا در فقدان عزیز از دست‌رفته، شرایط جدید زندگی خود را سروسامان دهند. آنها بدون این که عزیز خود را فراموش کنند، می‌آموزند که با مرگش کنار بیایند، وضعیتی که متأسفانه در مورد همه صادق نیست. پژوهش‌های جامع روان‌پزشکی و روان‌شناسی نشان می‌دهد که اقلیت چشمگیری از افراد، تقریباً یک نفر از هر ده نفر، از این اندوه جانکاه‌هایی نمی‌یابند. برای این افراد، واکنش‌های حاد برای مدتی طولانی‌تر ادامه می‌یابد و مشکلات اجتماعی و روانی و جسمانی فراوانی به بار می‌آورد.

با یک مثال می‌توان تفاوت میان حالت معمولی و حالت بحرانی غم و ماتم را نشان داد. درست مثل وقتی که یک زخم در بدن، حتی اگر دردناک و پایدار باشد، خود به خود بهبود می‌یابد، بسیاری از افراد هم

سازمان بهداشت جهانی را بر آن داشت که تشخیص ناملایمات ناشی از اندوه را در راهنمای ناهنجاری‌های روانی قرار دهد، چیزی که ICD-۱۱ (طبقه‌بندی بین‌المللی بیماری‌ها - نسخه ۱۱) خوانده می‌شود و از سال ۲۰۲۲، در تمام دستگاه‌ها و سازمان‌های مراقبت‌های بهداشتی به طور کامل اجرا خواهد شد. وجه مشخصه این تشخیص جدید که «اختلال اندوه پایدار» نامیده شده، تعلق خاطر شدید فرد است به عزیز از دست رفته و تداوم یاد او در ذهن و روحش، همراه با احساساتی شدید و منفی (مثل سرزنش، انکار، خشم، نپذیرفتن واقعیت مرگ، و این احساس که پاره‌ای از پیکرش جدا شده، و نیز افت شدید اشتغال و کارایی که شش ماه بعد از مرگ عزیزان هم‌چنان ادامه داشته باشد.

از آنجا که در سال‌های آینده، ICD-۱۱ اجرا خواهد شد، اطلاعات مربوط به معیار تشخیص اختلال اندوه پایدار، باید در اختیار پزشکان متخصص و عمومی گذاشته شود که در بیمارستان‌ها و آسایشگاه‌ها و واحدهای ویژه مسئول مراقبت‌های بهداشتی بوده و با افراد داغ‌دیده سروکار دارند، تا برای تعیین و تأمین حمایت‌های مناسب برای این‌گونه افراد، از آنها استفاده کنند. **دنباله مطلب در صفحه ۵۳**

متفاوت پیش می‌برد. او فقدان همیشگی همسر را نمی‌پذیرد، تمام اشیاء و متعلقات وی را دست‌نخورده نگه می‌دارد، رؤسا و همکارانش از دستش ناراحت‌اند و پس از چندی، به دلیل ایام طولانی بیماری و کاهش کارایی، شغلش را از دست می‌دهد و روحیه و بنیه‌اش بیش از پیش ضعیف می‌شود و دوستان و بستگانش را هم از خود می‌رانند. مونا، در این حالت، با ناامیدی و گوشه‌گیری و خودخوری، از توجه به پسرانش نیز باز می‌ماند، علاقه خود را به دنیای بیرون از دست می‌دهد و گذشت زمان هم از غم و غصه شدیدش نمی‌کاهد.

این دو حالت متفاوت فرضی نشان می‌دهد که تحت تأثیر مجموعه‌ای از عوامل مهم (مثل سطح حمایت اجتماعی، طرز برخورد فردی، دستیابی به منافع جدید بعد از مرگ همسر، قابلیت واکنش نسبت به غم و ماتم چقدر می‌تواند متفاوت باشد. اگر فردی که اندوه عمیق و فراگیر را تجربه می‌کند از حمایت مناسب محروم بماند، پیامدهای ناگوار بیشتری، مثل افزایش خطر ابتلا به بیماری‌های جدی، کاهش کیفیت زندگی و افت عمومی کارایی، به وجود خواهد آمد.

پژوهش‌های مربوط به اندوه پایدار و پیامدهای مخرب آن، در سال ۲۰۱۸،

### Danford Services Inc.

#### Full Bookkeeping & Tax filing

- ♦ خدمات دفترداری، حسابداری و امور مالیاتی
- ♦ تهیه و تنظیم کلیه گزارش‌های مالی و مورد نیاز مدیریت
- ♦ ثبت انواع شرکت‌ها در سراسر آمریکا
- ♦ مشاوره و ارائه روش‌های اصلاحی در کلیه امور مالیاتی و ثبت شرکت‌ها
- ♦ صدور چک‌های دستمزد و حقوق کارکنان با بهره‌برداری از روش‌های پیشرفته و معتبر برای اشخاص و شرکت‌ها

**امور حسابداری و مالیاتی خود را با اطمینان خاطر به ما بسپارید و توانایی‌های خود را در توسعه دیگر امورتان متمرکز نمایید!**

♦ Full Bookkeeping, Sales Tax Report & Processing ♦ Monthly, Quarterly & Yearly Financial Statements & Tax Filing ♦ Payroll set up (one time charge) ♦ Payroll Processing ♦ W2 or 1099 forms issuance ♦ Business Registration ♦ Register Agent (This will cover company registration nationwide & covers total States & Federal charges.)



مشاوره اولیه رایگان

Cell: (650) 720-0182

Reza Farshchi, MS

reza@danfordservices.com ★ rezad@danfordservices.com

21060 W. Homestead Rd., Cupertino, CA 95014

پاک و از هر جهت بی عیب هستم، اصلا چنین چیزی نیست. موقعیت هایی بوده که ضعف هایی، کنترل فکری و لفظی من را نیز به دست گرفته و اسیر خودش کرده، اما سعی می کنم تا حد امکان خودم را از چنین شرایط هایی دور نگهدارم، و دخالتی نداشته باشم.

مسئله جالبی را که می خواستم در موردش بنویسم این هست که در تمام مدتی که این خانم ها مشغول صحبت و اظهارنظر در مورد فلانی بودند، یک نفر از آنها هیچگونه حرف و یا اشاره ای در مورد آن مرد، که بنظر من او نیز به مراتب کارش اشتباه بوده، نزد همگی، آن زن را به تنهایی مقصر می دانستند و مدام به او لعنت خدا را می فرستادند و بد و بیراه می دادند. اما یک نفر نگفت که عجب مرد بی انصافی که به خاطر زن دیگه ای، زندگی را از هم پاشیده است.

ما بعضی اوقات یادمون میره که به قول این اصطلاح انگلیسی که میگوید: «برای رقصیدن تانگو به دو نفر احتیاج است»، درست است که آن زن، قدم اول را برداشته و به دنبال شوهر یک نفر دیگه افتاده، اما اون شوهر نیز بی تقصیر نبوده و دیر یا زود، درباغ بهشت را بروی آن زن باز کرده است. **دنباله مطلب در صفحه ۸۸**

خلاصه بحث گرم و بسیار باب میلی در میان این جمع شروع شده بود و تقریبا اکثر خانم های مهمان، هر چند دقیقه ای می پریدند وسط حرف یکدیگر و نظر و عقاید خود را در این مورد، با هیجان، با یکدیگر شریک می شدند. حتی آنهایی نیز که اصلا فلانی را نمی شناختند کاملا او را محکوم کرده و هر چه بد و بیراه بود نثارش می کردند. البته بنظر می رسید چند نفری هم به احتمال زیاد از روی حسادت به فلانی به خشم آمده بودند! بعضی اوقات هم تعدادی از خانم ها، با صداهای ریز و درشت، در یک زمان حرف می زدند. فکر کنم قصدشان این بود که دیگران را گیج کنند. چون من که یک مقداری احساس سر گیجه بهم دست داده بود!

این اولین باری نبود که در حضور من در مورد چنین موضوعی صحبت می شد و البته به مرور زمان یاد گرفته ام که در چنین جمع هایی فقط نقش یک شنونده را بازی کنم، چون نه تنها از چنین غیبت گویی هایی خوشم نمیاید، بلکه اظهارنظر منفی مردم در مورد اشخاصی که در مکان حاضر نیستند تا از خودشان دفاع کنند، به دور از انصاف است و آنچه آن بابت میل من نیست. البته فکر نکنید که خود بنده مثل یک فرشته معصوم آسمانی



از اینجا،  
از آنجا

گلنار

پارو که باید زندگیش فدای یک زن دیگه بشه. آخه یکی نیست به این زن سر به هوا بگه که دیواری کوتاهتر از دیوار این زن و شوهر پیدا نکرده بودی؟! خب اگلا اگر می خواستی دنبال کسی بیفتی، میرفتی دنبال یک مرد مجرد. آخه به مرد زن دار چیکار داری؟! انشاءالله که خدا ازش نگذره. می بینید به چه سادگی زندگی این زن و شوهر را از هم پاشید؟! بیچاره اون بچه!!»

یکی از خانم های مهمان سرش را با یک دنیا غم تکان داد و در جواب گفت: «عجب بابا. چه دنیایی شده. بعضی از این زنها از شوهر دیگران هم نمی خوان بگذرن!!»

خانم دیگری پرید وسط حرف و گفت: «آره بخدا، یک سری زن بی وجدان هیچ کار بهتری در زندگی ندارن مگر به دنبال شوهر این و اون افتادن و زندگی ها را از هم پاشیدن. خودم چند تا شوهر می شناسم. زندگی زناشویی چند تا خانواده را حسابی بهم ریختن و کار به طلاق کشیده».

چند هفته پیش دعوت شدم به یک مهمانی زنانه. دست صاحب خانه درد نکنه، بسیار سنگ تمام گذاشته و تعدادی از زنان جامعه ایرانی در بی اریا را دور هم جمع کرده بود و البته با لطف، مهربانی و شهامت بیش از اندازه نیز از من خواسته بود که در این جمع شرکت کنم.

همانطور که نشسته بودم و مشغول گپ زدن با تنی از خانم های مهمان، یک نفر با حالتی آشفته پرسید: «راستی شماها فلانی را که حتما می شناسید؟! گوش ها تیز شد و چند نفری پاسخ مثبت دادند. خانم با همان حالت پریشان، ولی با هیجان و سرعت بسیار، به دنباله حرفش ادامه داد: «شنیدید که چکار کرده؟!... چند وقت پیش افتاده دنبال یک مرد زن دار. خلاصه با کلی کلک و حقه و زیر پای طرف نشستن، شوهر را از راه بدر کرده و او نیز با داشتن بچه کوچک و زنی بسیار نازنین از خانمش طلاق گرفته. الان هم فلانی و شوهره با هم هستند. بیچاره زن



## دفتر خدمات بین المللی

Office of International Services



دفتر خدمات بین المللی با تجربه کافی، دقت و علاقه، آماده ارائه خدمات ذیل می باشد

- ♦ دریافت حقوق و مزایای دولتی
- ♦ حقوق بازنشستگی در آمریکا
- ♦ گرفتن *Employer Identification Number*
- ♦ ثبت *Fictitious Business Name*
- ♦ تشکیل شرکت ها (*Incorporation, LLC, DBA*)
- ♦ گرفتن وقت از سفارت ایران، رزرو بلیط و هتل
- ♦ طلاق در آمریکا
- ♦ تعویض نام

- ♦ اخذ تابعیت آمریکا و تمدید گرین کارت
- ♦ دریافت گرین کارت از طریق ازدواج و خانواده
- ♦ تهیه و تنظیم وصیت نامه
- ♦ دریافت پاسپورت سفید و پاسپورت آمریکایی
- ♦ تهیه و تنظیم دعوت نامه
- ♦ سوشیال سکيوریتی
- ♦ مدیکر و مدیکال
- ♦ دریافت حقوق پرستار و از کار افتادگی

دفتر خدمات بین المللی با سرعت عمل، دقت و پشت کار، شما را همیاری می کند!

Office of International Services is not a Law Firm

Phone: (408) 909-9060 ♦ Toll Free: (888) 350-9060 ♦ Fax: (408) 503-0040

900 S. Winchester Blvd. #6, San Jose, CA 95128



## تهران

## زیبایی امور پیش پا افتاده

بیکو آبر - برگردان: هامون نیشابوری

می‌کردم نویسنده وظیفه دارد از موضع قدرت بنویسد و تمام کارهایی را به رخ بکشد که در انجام آنها صلاحیت بیشتری نسبت به دیگران دارد، با نزدیک شدن خزان عمرم، این فکر در من قوت گرفت که قدرت هر کس صرفاً در چیزهایی است که او را از خلال تجربه‌ای مشترک، یا اغلب آسیب‌پذیری، به دیگران پیوند می‌دهد.

اما چیزی که مرا به ژاپن کشاند، از جنس دیگری بود. بر خلاف زادگاهم، بریتانیا و جایی که در آن بزرگ شدم، آمریکا، فرهنگ سنتی شهروندان سرزمینی که آن را به عنوان وطن خود انتخاب کرده‌ام آنان را تشویق می‌کند که سکوت پیشه کنند، جلب توجه نکنند، و بکوشند تا مثل دیگران به نظر برسند. آنان می‌دانند که اصرار برای تحت تأثیر قرار دادن سایرین، چیزی است که برای دیگران به هیچ وجه جذاب نیست. از آنجا که یاد گرفته بودم و راجی کنم، هنگامی که تصمیم گرفتم به ژاپن نقل مکان کنم با خودم فکر کردم شاید بهتر باشد جایی بروم که بتوانم شنیدن را یاد بگیرم. از آنجا که در مدرسه تشویق شده بودم که فردی خاص باشم، با خودم گفتم بد نیست یاد بگیرم که فردی کاملاً معمولی باشم. دریافتیم که شکل‌گیری شخصیتیم شاید بیش از هر چیز دیگری مستلزم آن باشد که همانند اطرافیانم شوم.

هنگامی که سه هفته پس از ورودم به ژاپن در ۱۹۸۷، در معبدی در کیوتو با زنی ملاقات کردم که بعدها همسر من شد، آنچه برایم جذابیت داشت تمام چیزهایی بود که در او متمایز، منحصر به فرد، و حتی غریبه به نظر می‌آمد و بی‌شک همین غریبه بودن من هم برای او جذابیت داشت. اما چند فصلی که از زندگی مشترکمان گذشت دریافتیم که مهم‌ترین درس تغییر فصول این است که همه چیز را باید مغتنم شمرد زیرا پایدار نخواهد ماند، از ورمات تا پکن، مردم از روزهای پاییزی لذت می‌برند دقیقاً به این دلیل که این روزها یادآور آن هستند که تا چه اندازه فرصت اندکی داریم بدانیم.

و پایگاه فرمانروایی درآوردند. کریم خان در نبردهای خود برابر محمدحسن خان قاجار در سال ۱۱۷۲ قمری تهران را مرکز اردوکنشی خود برگزید و پس از پیروزی در این جنگ در دیوانخانه دیرین تهران که در زمان شاه سلیمان ساخته شده بود بار عام داد و با عنوان وکیل الرعایا، زمامداری ایران را در دست گرفت.

عاشق شدن آسان‌ترین کار جهان است. اما همه می‌دانیم که عاشق ماندن می‌تواند یکی از دشوارترین کارها باشد. پس از این که خودمانی شدیم، چگونه می‌توانیم آن شور و شوق، آن حس اکتشاف بی‌پایان، را زنده نگاه داریم؟ چگونه آن هیجانی را که باعث جذابیت مطبوع دوران ماه عسل می‌شد، حفظ کنیم؟ به عبارت دیگر، چگونه متضاد اکتشاف، یعنی، روزمرگی، می‌تواند اسباب شادمانی شود و چگونه یکنواختی می‌تواند به اندازۀ تازگی ما را سر ذوق آورد؟ احتمالاً داستان تمام پایان تابستان بی‌پایان روی می‌دهد.

جهانگرد فرزانه، جان باروز، می‌گوید «برای این که چیز جدیدی یاد بگیری، همان راهی را برو که دیروز رفتی.» یکی از دوستانم هنگامی که فهمید قرار است ۲۶ سال در حومه شهری در غرب ژاپن زندگی کنم و اغلب اوقات تنها می‌توانم تا جایی که پاهایم توان دارند به این سو و آن سو بروم، این جمله باروز را برایم فرستاد. من، در حالی که دهه سوم زندگی‌ام را پشت سر گذاشته بودم، از میدتاون منهن وارد کیوتو شدم و شوق آن را داشتم که ببینم از این مکان مرموز و ناشناخته چه می‌توانم بیاموزم. هرگز به ذهنم خطور نمی‌کرد که امور روزانه و ظاهراً بی‌اهمیت این محله دورافتاده بتواند اسباب دلخوشی و شادمانی‌ام شود.

بی‌شک این مسئله با نحوه نگریستن و بالا رفتن سن مرتبط است: هنگامی که جوان هستیم دوست داریم متمایز باشیم، از خودمان نشانه‌ای بر جهان باقی بگذاریم، و استثنایی باشیم. با گذر ایام در می‌یابیم آنچه بیش از همه در یاد می‌ماند احتمالاً همان چیزهایی است که در ما و حتی در جهان اطراف ما ساده و پیش پا افتاده است - توانایی ما در رسیدگی به امور خانواده، دوری از ناخوشی، و ضربه زدن به توپ پینگ‌پونگ.

بی‌شک همان جنبه معمولی ما است که باعث می‌شود به سر کار رفتن مان ادامه دهیم، با همسایگان مان نقطه نظرات مشترک بیابیم، و چیزی داشته باشیم که درباره‌اش بنویسیم. جوان‌تر که بودم فکر امروزی محدود می‌شد، مساحت تهران در این دوران به ۴۴۰ هکتار رسید.

در دوره شاه عباس یکم (۹۶۶ تا ۱۰۰۷ خ) پل، کاخ و کاروانسراهای زیادی بر پا شد. در بخش شمالی برج و باروی شاه تهماسبی، چهارباغ و چنارستانی ساخته شد که بعدها دورش را دیواری کشیدند و به صورت کاخ (کاخ گلستان)،

روستای تهران در واقع کانون چپاولگران و نهانگاه کالاهای دزدیده شده بود و این وضع تا زمان شاه تهماسب صفوی که قزوین را به عنوان پایتخت خود انتخاب نمود ادامه داشت. در زمان نادرشاه تهران دوباره نام و نشانی یافت و در همین شهر بود که نادرشاه رهبران بزرگ شیعه و سنی را گرد هم آورد و پیشنهاد اتحاد اسلامی و رفع اختلاف‌ها را به آنها داد.

تا پیش از کشف تمدن قیطریه و همچنین کشف آثاری در تپه‌های عباس‌آباد، گمان می‌رفت پیشینه تاریخی این شهر به همان آثار یافت شده در حوالی شهر ری محدود می‌شود، ولی اکتشافات باستان‌شناسی در تپه‌های عباس‌آباد، بوستان پنجم خیابان پاسداران و دروس، نشان داد تمام آبادی‌های ناحیه تاریخی قصران، دوره‌ای درخشان از استقرار اقوام کهن و خلایق‌های فرهنگی را پشت سر گذارده‌اند. در فارسنامه ابن بلخی نیز که مربوط به سال‌های ۵۰۰ تا ۵۱۰ هجری قمری است، از شهر تهران به دلیل انارهای مرغوبش یاد شده است. اگرچه در آثار مکتوب کهن از تهران پیش از اسلام نام برده نشده است، اما حفاری‌های باستان‌شناسی ۱۳۲۱ خورشیدی در روستای دروس شمیران نشان می‌دهد که در این ناحیه، در هزاره دوم پیش از میلاد، مردمی متمدّن زندگی می‌کرده‌اند.

تهران در آغاز روستایی نسبتاً بزرگ بود که میان شهر بزرگ و نام‌آور آن زمان، شهر ری و کوهپایه‌های البرز جای گرفته بود. نخستین بار نام آن در یادکرد زندگینامه ابو عبدالله حافظ تهرانی (زاده ۱۸۴ خ) آمده است. پس از یورش مغولان به ری و ویرانی این شهر، تهران بیش از پیش رشد یافت و شماری از اهالی آواره ری را نیز در خود جای داد و مساحتش در این دوران به ۱۰۶ هکتار رسیده بود. این منطقه در دوره سلسله صفوی به علت این که بقعه سید حمزه جدّ اعلاّی صفویه در نزدیکی حرم شاهزاده عبدالعظیم جای داشت و تهران نیز دارای باغ‌های خوش آب و هوا بود، مورد توجه قرار گرفت.

نخستین بار، شاه تهماسب اول صفوی در سال ۹۱۶ خ هنگام گذر از تهران باغ و بوستان فراوان این شهر را پسندید و دستور داد تا بارو و خندقی به دور آن بکشند. این بارو که ۱۱۴ برج به عدد سوره‌های قرآن و چهار دروازه رو به چهار سوی دنیای پیرامون داشت، از شمال به میدان توپ‌خانه و خیابان سپه، از جنوب به خیابان مولوی، از شرق به خیابان ری و از غرب به خیابان وحدت اسلامی (شاپور)

سابقه زندگی در تهران به ۵۰۰۰ سال پیش از میلاد بازمی‌گردد. در دی ماه ۱۳۹۳ اسکت یک انسان در منطقه مولوی تهران متعلق به حدود ۷۰۰۰ سال پیش کشف گردید. پیش از این گمان می‌رفت سابقه زندگی در منطقه تهران امروزی به کشفیات قیطریه که متعلق به ۳۰۰۰ سال پیش بود، برمی‌گردد.

تهران برای نخستین بار توسط ایل قاجار پایتخت ایران شد. تصویر کتیبه فتحعلی شاه، روی تپه سنگی چشمه علی واقع در شمال شهر ری منطقه ۲۰ تهران.

یاقوت حموی مورخ یونانی الاصل عرب زبان در معجم البلدان تعریفی از تهران کرده و وضع این آبادی را در قرن ششم و هفتم قمری نشان داده است که به شرح زیر است: «طهران به کسر طاء و سکون ها و را و نون در آخر، لفظی است عجمی و ایشان (تهران) تلفظ می‌کنند، چون در زبان ایشان طاء وجود ندارد. این آبادی از دیه‌های ری است و میان آن دو قرب سنگ فاصله است.

مردی راستگو از مردم ری مرا خبر داد که این آبادی دیه‌ی بزرگ است که بناهای آن در زیر زمین بنیان یافته است و هیچکس جز به اراده مردم بدانجا راه نمی‌یابد و در بیشتر اوقات ایشان نسبت به سلطان وقت راه خلاف و سرپیچی می‌پمایند و وی را جز مدارا با ایشان چاره‌ای نیست. آنجا را دوازده محله است که هر کدام را با دیگری نزاع است و مردم محله‌ای به محله دیگر در نمی‌آیند. آن را باغ و بوستان فراوان است که همچون شبکه‌ای بناها را در میان دارد و خود حائلی در برابر تهاجم به حساب می‌آید. وی گفت مردم آنجا با وجود محفوظ بودن با گاو کشت نمی‌کنند و این کار را با بیل انجام می‌دهند از آن روی که ایشان را دشمن فراوان است و می‌ترسند که گاوشان به غارت برود.»

تهران در گذشته از روستاهای ری بوده و ری که در تقاطع محورهای قم، خراسان، مازندران، قزوین، گیلان و ساوه واقع شده به سبب مرکزیت مهم سیاسی، بازرگانی، اداری و مذهبی از قدیم مورد نظر بوده و مدعیان همواره این مرکز راهبردی را مورد تهاجم و حمله قرار می‌داده‌اند. روستای تهران به واسطه برخورداری از مفاک‌ها و حفره‌های زیرزمینی و مواضع طبیعی فراوان و دشواری نفوذ در آنها پناهگاه خوبی برای دولت‌مردان و دیگر اشخاصی بوده که احتمالاً مورد تعقیب مدعیان قرار داشته‌اند.

از سوی دیگر، کاروان‌های بزرگی که از محورهای مورد بحث عبور می‌کردند شکارهای سودمندی بودند و اغلب مورد حمله و چپاول مردم بومی واقع می‌شدند.

## روانشناسی چند رنگ

سمیرا قیاسی

### روانشناسی رنگ آبی

رنگ آبی جزء رنگ های سرد می باشد. این رنگ اولین و مهمترین رنگ آرامش دهنده است. رنگی که آرامش فکری و جسمی، اطمینان خاطر درونی و اعتماد به نفس را گسترش می دهد. رنگ درمانی، آبی را برای انگیزش سلامتی، تسکین درد و کاهش فشار خون به کار می برد. آبی رنگ آسمان، اقیانوس و خواب می باشد. رنگ روز چهارشنبه آبی است. مصریان باستان از رنگ لاجورد برای نشان دادن بهشت و آسمان استفاده می کردند. آبی مظهر حضرت مریم می باشد. رنگ آبی محض، رنگ الهام بخشی، صداقت و معنویت می باشد. رنگ آبی، غالباً رنگ انتخابی افراد محافظه کار است. افرادی که لباس آبی روشن می پوشند، اغلب خلاق، حساس و دارای قدرت تخیل بالا هستند. این افراد نیازمند یک محیط آرام می باشند. آبی روشن باعث گسترش خلاقیت می شود. به این دلیل است که توصیه می شود که ادارات و سالن های مطالعه را با رنگ آبی تزئین نمایند و به طور ایده آل آبی را باید با رنگ زرد به کار برد تا باعث تحریک فکر یا ذهن گردد. افرادی که تمایل به پوشیدن لباس آبی تیره دارند، به عنوان افرادی باهوش، مستقل و مسئولیت پذیر شناخته می شوند. این افراد در پی آرامش هستند و دوست دارند که توسط محبت و مهربانی احاطه شوند. آبی تیره رنگ حقیقت و اعتدال می باشد.

### روانشناسی رنگ نارنجی

رنگ نارنجی یک رنگ گرم می باشد، زیرا

ترکیبی از رنگ زرد و قرمز است و به نظر می رسد که این رنگ یک رنگ شاد و زندگی بخش می باشد. رنگ نارنجی، رنگ روز سپاسگزاری و نشانی از چشم انداز پاییزی و شعله آتش می باشد. نارنجی رنگ خوشبختی است. این رنگ احساسات ما را آزاد و باعث ترویج احترام به خود می شود و به خاطر اثر تحریک کنندگی آن با افسردگی مقابله و شوخ طبعی را در انسان پرورش می دهد و رنگ های روشن تر آن مانند هلوپی و زرد آلویی باعث رفع عصبانیت می شود. این رنگ چون ترکیبی از زرد و قرمز است به عنوان یک رنگ انرژی زا در نظر گرفته می شود. رنگ نارنجی به طرق گوناگونی شاد به نظر می رسد و مثل زرد تحریک کننده و مانند قرمز مملو از شور و علاقه و نشاط، هر چند که با یک درجه کمتر می باشد. رنگ نارنجی به گرما، خورشید، انرژی و پاییز اشاره دارد. این رنگ را می توان در تغییر رنگ برگ های پاییزی، غروب خورشید و پوست و گوشت مرکبات دید. این رنگ تغییر فصل ها را نشان می دهد که با این مفهوم به صورت یک رمز (حداصل) می باشد، یعنی رنگ تغییر بین گرمای تابستان و سرمای زمستان. این رنگ همچنین به این خاطر که رنگ مرکبات می باشد می تواند تصوری از ویتامین C و سلامتی خوب باشد.

### روانشناسی رنگ زرد

رنگ زرد جزء رنگ های گرم می باشد. این رنگ یک رنگ تحریک کننده و شاد است. این رنگ با عقل و تفکر انسان مرتبط است. حافظه، قضاوت و توانایی تصمیم گیری

را تقویت می کند و همچنین باعث فهم ایده های جدید می شود. علاوه بر این به نظر می رسد که رنگ زرد باعث کمک در سازمان یافتگی بیشتر افراد و انتخاب یک روش خوشبینانه می شود. رنگ زرد معنا را مشخص می کند. رنگ

زرد خورشید، آسانترین رنگ برای دیدن می باشد. اشخاصی که نسبت به رنگ های دیگر کور رنگی دارند، معمولاً می توانند رنگ زرد را ببینند. رنگ زرد مملو از انرژی خلاقیت و عقلانیت می باشد، بنابراین توصیه می شود که همواره از دفترچه یادداشت زرد رنگ استفاده شود.

رنگ زرد سمبل هوش و دانش است. افراد با قدرت تفکر بالا طالب زرد می باشند. رنگ های زرد نمادی از عشق ناکام می باشد. رنگ روز یکشنبه رنگ زرد طلایی می باشد.

رنگ زرد از یک سو برشادمانی و خوشبختی دلالت دارد و از سوی دیگر بر ترس و فریبکاری. اگر می گویند کسی به رنگ زرد است یعنی اینکه ترسو می باشد. بنابراین این رنگ یک مفهوم منفی در بعضی از فرهنگ ها دارد.

رنگ زرد جهت سوگواری در مصر به کار برده می شود. هنرمندان قرون وسطی از لباس زرد برای نشان مرگ استفاده می کردند. هنوز هم رنگ زرد در ژاپن نشانه شجاعت، در هند نشانه تاجر و تجارت و نیز نشانه صلح می باشد.

طی سالیان جنگ، زنانی که منتظر بازگشت همسرانشان از جنگ بودند از روبان های زرد به نشانه امیدواری استفاده می کردند. امروز این روبان های زرد برای خوشامدگویی به کسی که دوستش دارند در خانه ها به کار برده می شود. افرادی که تمایل به پوشیدن لباس زرد دارند، جالب توجه و تحریک کننده می باشند. آنها به دنبال خوشبختی هستند. رنگ زرد یک انتخاب عالی در تزئین اتاقی که برای فعالیت عقلانی پیش بینی شده است می باشد. با این حال استفاده از آن در کنار یک رنگ نظیر آبی مهم است، چون معیاری از امنیت و آرامش را القا می کند.

هیچ رنگی مثل زرد تزئین یا دکوراسیون را روشن نمی کند. زرد قویترین گزینه برای روشن تر کردن اتاق یا اتاقهایی که رو به شمال قرار دارند می باشد.

### روانشناسی رنگ بنفش

بنفش در حاله ترکیب قرمز فعال و گرم با آبی آرام و سرد است. در چنین حالتی غالباً مقدار زیادی نیروی الکتریکی درونی وجود دارد که با یک سردی در رفتار ظاهری همراه است. بنفش روشن نشان از ذهنی والا با دانش روحی و ظرفیت های شهودی است.

بنفش ها، پویا، فرمند، اهل بصیرت و قدرتمند هستند. مأموریت آنها در زندگی الهام بخشی و هدایت گری بشریت است، تا او را به سوی عصر جدید اتحاد، فراوانی نعمت و کل نگر، هدایت نمایند. بیشتر بنفش ها نیرویی درونی دارند که آنان را به سوی

اهم مسایل در زندگی می راند. بنفش ها دارای خرد و شهودی قدرتمند هستند. آنان همچنین قدرت جسمانی و منابع لازم را برای اعمال تغییرات در زندگی خود و دیگران دارند. بنفش ترکیب ویژگی های آبی و قرمز است و سطح جدیدی از وجود و ارتعاش را به وجود می آورد. بنفش ها بصری و آینده شناس هستند و امیدها و ایده های متعالی برای آینده دارند. آنها معمولاً می توانند «کل» تصویر یک موقعیت را بدون درگیری با جزئیات، ببینند و تشخیص دهند. آنها معمولاً می توانند آینده را ببینند.

آنها عمدتاً زندگی را از طریق چشم سوم یا بصیرت درون ادراک می کنند. از آنجا که آنها، گرایش ها و وقایع آینده را تجسم سازی می کنند، در زمان خود، سرآمد هستند. بنفش ها نیازی به دانستن جزئیات، حقایق و اطلاعات برای حصول و دستیابی به اهداف ندارند. آنها به کل مطلب و نیروی رانشی علاقه مندند. ایده های بدیع غیرمتداول آنها و ادراکات اسرار آمیزشان اغلب اوقات از دیدگاه دیگران غیر واقعی و همچنین غیرمعمول است. به بیان دیگر، بنفش ها تئورسین ها هستند. برای آنها بسیار مهم است که پروژه های شان متجلی شود. بصیرت آنها به آنها این امکان را می دهد که علت یا اساس پنهان یک تکنولوژی، موقعیت یا واقعه را ببینند. **دنیاه مطلب در صفحه ۴۰۴**



## جلسات انجمن فردوسی

ورود برای عموم آزاد است

هر دو هفته یکبار در دومین و چهارمین جمعه هر ماه

تلفن اطلاعات

۴۰۸-۲۹۵-۱۲۴۰

www.ferdosi.org





## ادامه مطلب دنیا پس از... از صفحه ۲۲

حیوانات پایان ندهد، در صورتی که روند نادیده گرفتن ارتباط بین بیماری‌های عفونی و نابودی طبیعت ادامه پیدا کند در آینده شاهد شیوع بیماری‌هایی دیگری همچون «کووید-۱۹» خواهیم بود. اما باید هشیار بود که اثرات بحران کرونا بر اقتصاد ملی و جهانی و کمبود منابع مالی پس از این بحران می‌تواند بار دیگر بهانه‌ای باشد در دست نئولیبرال‌ها تا جلوی اجرای طرح‌های محیط زیستی، از جمله استفاده از انرژی خورشیدی، بادی و... را بگیرند. هم اکنون کاهش بی‌سابقه و تاریخی قیمت نفت در بازارهای جهانی که بازتابی از بحران شیوع کرونا در جهان است، می‌تواند استفاده از نفت ارزان را دوباره جایگزین منابع دیگر انرژی نماید و بر بحران محیط زیستی بیفزاید.

## شیوه کار و تغییر معنای آن

امروز در عصر کرونا میلیون‌ها انسان در خانه‌هایشان در حال قرنطینه بسر می‌برند. شرکت‌های گوگل، مایکروسافت، توئیتر، هیتاچی، اپل و بسیاری دیگر از شرکت‌های فراملی در تمام جهان در این شرایط به کار در منازل روی آورده‌اند. هم اکنون ویروس کرونا تمرکز نیروی کار در محیط‌های بسته و ثابت را زیر سؤال برده است. سال‌هاست که جامعه‌شناسان و پژوهشگران علوم اجتماعی درباره اثرات دنیای دیجیتال بر بازار کار، شیوه کار، دگردیسی کار و معنای آن تحقیق می‌کنند. دانشمندان معتقدند و هشدار می‌دهند که بینش اقتصاد نئولیبرالیستی و بازارمحور به کار و شیوه کار و تقسیم کار، در آینده جامع ما را با مشکلات فاجعه باری روبرو خواهد کرده و باعث ناآرامی‌های گسترده خواهد شد. این دانشمندان تنها راه پیشگیری را گریز از این بینش اقتصادی و روی آوردن به اقتصادی استوار بر تولید «توسعه پایدار» و جوامعی که استوار بر پایه ارزش‌های انسانی، همبستگی، تعاونی و حفظ محیط زیست بنا شده باشد می‌دانند. پرسش‌هایی این است که آیا دولت‌مردان، مسئولین امور اقتصادی، مالی، بهداشتی و تک تک ما پس از بحران «کووید ۱۹» درس‌های لازم را برای دفاع از این سیاره به نام کره زمین خواهیم گرفت؟

است. میلر «چیزها را با نام واقعی‌شان» معرفی می‌کند و این قساوت‌ها را بدون این‌که کم‌رنگ‌تر از واقعیت کند، نشان می‌دهد: واقعیت‌های تلخ تجاوز، مثلثه‌سازی جنسی، ازدواج اجباری، به بند کشیدن زنان به جرم خلق اثر هنری با موضوع سکوالیته و...

باور نکردنی است که امروز در تمام دنیا ابتدائترین وسائل برای پیشگیری و گسترش این اپیدمی کمیاب است. ماسک و دیگر وسائل ایمنی برای کادر پزشکی وجود ندارد و در بازار سیاه ارائه می‌شود. امروز بر سر خرید ماسک، روپوش ایمنی که ارزش یک یا دو سانت داشتند در بازار جهانی جنگی سخت در گرفته است. ویروس کرونا مانند کودکی بی‌گناه امروز فریاد می‌زند پادشاه برهنه است.

برای ویروس کرونا مرزهای کشوری بی‌اعتبار است، ویروس کرونا نشان داد که برایش تبعه چین، ایران، ایتالیا و فرانسوی فرقی نمی‌کند، نشان داد که برای او فقیر و ثروتمند فرقی نمی‌کند و سرنوشت یک چینی با یک ایرانی و یک امریکائی بهم گره خورده است. هیچ ملت و کشوری به تنهایی قادر به مبارزه با آن نیست.

یووال نوح هرازی، نویسنده و مورخ اسرائیلی در مقاله‌ای در نشریه تایم در رابطه با پاندمی کرونا می‌نویسد: «جهان برای مبارزه با پاندمی کرونا باید بر تلاش‌های خود بر علیه فقر و محرومیت بیافزاید. دولت‌ها باید کوشش‌های ویژه و موثری برای فراگیر شدن و تقویت سیستم درمان و بهداشت جهانی بکار گیرند. به گفته این مورخ و نویسنده «دنیا حتی اگر به واکسن کرونا دسترسی یابد ولی به این درک نرسد که این واکسن باید در دسترس همگان قرار گیرد و درمان و بهداشت باید در همه جهان به یکسان تقویت گردد فردا ویروس مهلک‌تری در انتظارمان خواهد بود...»

امروز ویروس «کووید-۱۹» جهانی اندیشیدن را به ما تحمیل کرده است امیدوارم فردا آنرا فراموش نکنیم.

## محیط زیست

ویروس کرونا نشان می‌دهد که زیر پا نهادن کلیه مرزها و قوانین زیست‌شناسی، طبیعی و بهره‌کشی بی‌حد و حصر از طبیعت چه پیامدهائی برای تمام جامعه بشری بهمراه می‌آورد. تخریب وحشیانه اکوسیستم بدست انسان‌ها، ما را بیش از هر زمان دیگری به حیات وحش نزدیک کرده است. کارشناسان محیط زیست هشدار می‌دهند در صورتی که بشر به اقدامات خود در راستای تخریب طبیعت و منابع طبیعی، جنگل‌زدایی و شکار

بودیم. دبوراً فلدمن با ما سوار ماشین بود و هر آن نگران بودیم که کسی در خیابان توجه‌اش به داخل ماشین جلب شده، دبوراً را بشناسد و به ما حمله‌ور شود.»

یک ویژگی «لذت زنانه» این است که کارگردان تنها مسائلی را که سکسوالیته زنان را به حاشیه می‌راند، برجسته نکرده

## ادامه مطلب درد مشترک... از صفحه ۳۸

برمی‌دارد، آرام به مردان توضیح می‌دهد که در هر یک از چهار شیوه مثلثه‌سازی اندام جنسی زن، دقیقاً کجا بریده شده و چه بلایی بر سر اندام جنسی زن می‌آید. دوربین روی واکنش‌های مردان زوم می‌کند: چشم‌هایی که وحشت‌زده گرد می‌شود، لبی که گزیده می‌شود، دستانی که مضطرب زیر چانه می‌رود، پلک چشم‌هایی که با حس درد بسته می‌شود. مردانی که تا پیش از این هیچ تصور واقعی و ملموسی نداشتند که مثلثه‌سازی اندام جنسی زن یعنی چی با همین مشاهده یاد می‌گیرند که دیگر از ناقص‌سازی اندام جنسی زن، دفاع نکنند. تماشا می‌لایلا حسین که دارد تمام زخم و درد و رنجی را که در کودکی تجربه کرده بازسازی می‌کند تا دیگرانی این‌چنین نکنند، نفس گیر است.

یکی از نمادهای علنی دوگانه‌گی برخورد جوامع با مسئله سکسوالیته زنان در روایت مگولی ایگاراچی در ژاپن به تصویر کشیده می‌شود. دادستان عمومی صرف خلق یک اثر هنری سه‌بعدی از واژن زن (نه تصویری از ارتباط جنسی، بلکه صرفاً واژن) را خلاف «عفت عمومی» می‌داند و ایگاراچی را بازداشت و محاکمه و به پرداخت جریمه مالی محکوم می‌کند. هم‌زمان در فیلم، تصاویری از جشنواره سالانه «کانامارا» در ژاپن نشان داده می‌شود که جشنواره‌ای در ستایش آلت تناسلی مردان است. هر سال در این جشنواره بتی از یک آلت جنسی مردانه ساخته، روی کجاوه‌ای قرار گرفته و با ذکرهای ستایش‌آمیز روی دوش مردان برده می‌شود و همه به آن ادای احترام می‌کنند! هزاران خوراکی به شکل آلت جنسی مردان طبخ شده و بین شرکت‌کنندگان پخش می‌شود. مستند، تصاویر کودکان سه چهارساله‌ای را نشان می‌دهد که آبنبات‌هایی به شکل آلت تناسلی مردان را لیس می‌زنند و همه غرق در شور و نشاط و ستایش آلت تناسلی مردانه‌اند. جامعه‌ای برای آلت تناسلی مرد، جشنواره حمد و ثنا برگزار می‌کند و هم‌زمان زنی هنرمند را صرفاً به دلیل خلق اثری هنری به شکل واژن زندانی و محاکمه می‌کند!

از باربارا میلر پرسیدم که آیا در هیچ یک از این کشورها در ضبط و ثبت زندگی این زنان با دشواری و مشکلی مواجه شده؟ میلر پاسخ داد: «در هند و هنگام ثبت روایت ویتیکا بارها با مشکل و گرفتاری روبرو شدم. در بسیاری از اماکن عمومی با ما به عنوان عامل مشکوک رفتار می‌کردند، یک‌بار به فیلم‌بردار همراه من حمله کردند و برخی وسائل او را شکستند. بارها در خیابان‌های هند مردانی جلوی ما را گرفتند و با خشم بازجویی کردند که آن‌جا چه کاری داریم. در محله‌های پهلودیان حسیدی در بروکلین نیویورک نیز با حسی از ناامنی مواجه

تمام این کتاب‌های مقدس به دنبال به زنجیر کشیدن سکسوالیته زن و اندام او هستند. انگار که زن و اندام او مسبب بسیاری از مشکلات جهان است. در عین حال اما نگاه آنها به بدن مرد و نیاز جنسی او، کاملاً متفاوت است. هنوز انگار در قرن بیست و یکم این آموزه‌های ریشه‌دار در مذهب حتی در کشورهای به ظاهر سکولار، آموزه غالب است. وضعیتی که غیر قابل قبول است.»

فیلم با تصاویر بیلبرودهای تبلیغاتی در کشورهای غربی شروع می‌شود. تصاویر زنان مدل که یا نیمه‌برهنه‌اند و در ژست‌هایی که «تحریک‌کننده و سکسی» تلقی می‌شود، یا همراه با شعارهای تبلیغاتی جنسیت‌زده و جنسی. تصاویر بیلبرودهای تبلیغاتی بارها در طول مستند تکرار می‌شود. میلر می‌گوید: «این تبلیغات روزمره بر در و دیوار شهرها یا صفحات مجلات که آن‌قدر عادی شده‌اند که دیگر حتی آنها را واقعا نمی‌بینیم، نماد روشنی است که چطور بدن زن در سراسر جهان بی‌هیچ قباحتی، یک سوژه جنسی است و بس. در فیلم تصاویر این بیلبرودهای تبلیغاتی را تکرار کردم تا تلنگری بر ذهن مخاطب باشد که این نگاه به بدن زن، چیز عجیب و برای یک «فرهنگ متفاوت» یا آدم‌هایی با باور و پیشینه متفاوت از ما نیست. همین‌جاست، در روزمره ما، کنار دست ما و آن‌قدر «عادی» که حتی دیگر توجه ما را جلب نمی‌کند. نگاه پشت این مسئله یک چیز است: بدن زن عامل گناه است، کثیف است، بی‌ارزش است و باید کنترل شود.» در مستند چندین بار صحنه دزدیدن برخی سوژه‌های فیلم در خیابان‌های شلوغ شهر یا سبزی خلوت جنگل و پارک به تصویر کشیده می‌شود. باربارا میلر می‌گوید: «برای من راه رفتن و دزدیدن زن‌ها، نمادی است قدرتمند و تأثیرگذار. زنان بسیاری را دیدم که گاه در سکوت و همیشه مصمم، جایی بلند می‌شوند و به قدم‌های آهسته یا دزدیدن دور می‌شوند. تصمیم می‌گیرند که دیگر بس است و دیگر ساکت نمی‌مانند. در تمام مستندهایی که درباره زنان ساختم، به این عنصر توجه دارم. زنان در عبور، تصویری قدرتمند و انگیزه‌بخش‌اند.»

«لذت زنانه» لحنی آرام دارد، کارگردان حس شخصی خود را در فیلم نریخته است، قاضی نیست، به سوژه‌ها مجال می‌دهد که تجربه و حس خود را رها و به زبان شخصی خود روایت کنند. یکی از دردناک‌ترین این لحظه‌های روایت، جایی‌ست که دوریس و گنر لحظه اولین تجاوز کشیش بانفوذ کلیسا به تن‌اش را روایت می‌کند. در یکی دیگر از صحنه‌های به‌غایت تأثیرگذار، لایلا حسین چند مرد جوان را که با مثلثه‌سازی اندام جنسی زن موافق‌اند، به سالی می‌برد که با خمیر یک واژن بزرگ زن را ساخته‌اند. یک چیچی بسیار بزرگ

## ادامه مطلب زیبایی امور... از صفحه ۴۵

است که این پایان چیزها است که به آنها رنگ و بو و زیبایی می‌بخشد. این واقعیت که همسر دائماً در حال دگرگونی است، و من نیز، باعث می‌شود حتی اکنون که برگریزان عمرمان فرا رسیده، احساساتم نسبت به او حالت فوریت و اضطراب بیابند. هر سال، پاییز یادآوری می‌کند که پیشرفت، حرکت مستقیم خطی ندارد و من اصولاً نسبت به سال گذشته، یا سی سال پیشتر، دانایتر نیستم. پاییز، هر سال نغمه یکسانی می‌خواند اما برای مخاطبان متفاوت.

در سال نخست ورودم به ژاپن، کتابی درباره کشف شورمانده عشق، زندگی و فرهنگی نوشتم که امیدوار بودم برای همیشه متعلق به من بماند. ناشرم ستایش من از این عشق و شور بهاری را در فصل پاییز منتشر کرد. اکنون، ۲۸ سال بعد، بیش از پیش دل‌باخته پاییزم زیرا بهار را در درون خود دارد و خاطرات و آگاهی عمیق از این واقعیت را که تقریباً هیچ چیز همیشه نیست. منطق ادواری چیزها مدام یادآوری می‌کند که هر روز پاییز ما را اندکی به بهار نزدیک‌تر می‌کند.

بعد از او تشکر و خداحافظی کردیم. باید به روستا برمی‌گشتم تا بقیه برنامه را در آن جا ضبط کنیم. در راه بازگشت به روستای پل آبیگینه از فلامرز پرسیدم که چرا آن قدر ترسیده بودی؟ با اینکه هنوز جای اشک در چشمانش باقی بود و برق خاص آن‌ها را بیشتر جلوه می‌داد با لبخند گفت: «در روستای ما هر بچه‌ای که مادرش را اذیت کند، مادر هم نفرین می‌کند که الهی «سسیو» تو را بزند. ولی من پسر خوبی هستم. برای همین آن قدر ترسیده بودم که چرا مادرم مرا نفرین کرده است.» دستی بر روی موهای سیاه و نرمش کشیدم و گفتم: «حتماً تو پسر خوبی هستی.» برای اینکه او را از فکر «سسیو» بیرون ببرم، گفتم: «می‌خواهی چه کاره بشوی؟» با ذوق خاصی گفت: «من دوست دارم مثل آقا مهندس بشوم که بابام کارگر ساختمانش توی کازرون هست. چند روز پیش هم با یک ماشین خیلی قشنگ به ده ما آمده بود.»

آن روز بر خلاف انتظار که فکر می‌کردیم بدون ضبط برنامه به شیراز برمی‌گردیم، بهترین برنامه را تهیه کردیم. کمی به غروب آفتاب مانده بود. هوا تاریک و روشن بود. در کنار همان تلمبه که اولین دیدار را با فلامرز داشتیم، با او خداحافظی کردیم. به او دست دادم و گفتم: «آقای مهندس ما دیگر باید برویم، مواظب خودت باش.» در آینه بغل ماشین فلامرز را می‌دیدم که دنبال ماشین اداره می‌دوید و با دست با ما خداحافظی می‌کرد. دیگر او را ندیدم و نمی‌دانم او مهندس شد یا نه؟

بی‌شک می‌توانستم در هر نقطه‌ای از جهان این مسئله را بیاموزم اما در ژاپن با فصل‌ها با چنان هیجان و احترامی برخورد می‌کنند که معمولاً مختص ادیان است. هر بار که درختان گیلاس به شکوفه می‌نشینند، مردم دسته‌دسته به پارک‌ها می‌روند زیرا حدود ده روز دیگر شکوفه‌های صورتی از بین خواهند رفت، هر بار که برگ‌های درختان افرا در اواخر نوامبر به سرخی می‌گرایند، خانواده و دوستان ژاپنی من در باغ‌های معابد گرد هم می‌آیند، درست با همان روحیه‌ای که مؤمنان به هر دینی در معابد و کلیساها جمع می‌شوند. پیوستن به جماعت؛ یادآوری وجود چیزی بزرگ‌تر و فراتر از خودمان و فراموش نکردن جایگاهمان، غنیمت شمردن لحظات روشنایی در فصلی که طول تاریکی رو به افزایش است.

هنگامی که به دیدن مادرم در شمال کالیفرنیا می‌روم از نور خورشید لذت می‌برم، اما این که تفاوت اواسط زمستان و اواسط تابستان روزبه‌روز کمتر می‌شود برایم لذتبخش نیست. ژاپن به من آموخته

کرد. دکتر نادری سرم فیزیولوژی را از قفسه داروها برداشت و در لیوان ریخت سپس از فلامرز خواست آن را غرغره کند و به داخل دستشویی که کنار در ورودی قرار داشت تف کند. فلامرز چند بار تجویزی را که پزشک به او گفته بود، انجام داد و در نهایت لارو بزرگ مگس استروس اوویس از دهان پسر به داخل دستشویی افتاد. فلامرز با دیدن نوزاد مگس خنده بلندی کرد و با ذوق به من گفت: «خانم افتاد بیرون.» دکتر لبخندی حاکی از رضایت بر روی لبانش نشست. شکر خدایی گفت و از روی صندلی بلند شد بعد کنار دستشویی آمد، نگاهی به لارو مگس کرد و با یک دستمال آن را برداشت و درون سطل زباله انداخت.

وقتی حال فلامرز کاملاً خوب شد، به پیش آقای بوستانی آمدم و تمام ماجرای مگس میاز را برایش تعریف کردم و به او مژده دادم که می‌توانیم موضوع ضبط برنامه این هفته را بیماری میازیس انتخاب کنیم. بوستانی با شنیدن این خبر کمی سرحال آمد و با عجله پرسید: «خوب حالا برنامه چیست؟» گفتم: «چون بیماری میازیس یک بیماری مشترک بین انسان و دام است اول یک مصاحبه با دکتر نادری خواهیم داشت و بعد جنبه دامی آن را مورد بحث قرار می‌دهیم.» فلامرز که در کنار ما ایستاده بود، سر ذوق آمد و گفت: «من هم می‌توانم در رادیو صحبت کنم؟» به او اطمینان دادم بهترین کسی خواهد بود که امروز در ضبط برنامه می‌تواند به ما کمک کند. مصاحبه‌ای کوتاه با دکتر نادری داشتیم.

## ادامه مطلب از خاطرات یک... از صفحه ۴۱

تهوع شدید داشت و بی‌طاقت شده بود. سریع او را به نزد پزشک رساندم. امیدوار بودم پزشک بیمارستان درمان مشکل فلامرز را تجربه کرده باشد. دکتر نادری مردی میانسال با قدی متوسط و کمی چاق بود و عینک ذره‌بینی بر چشم داشت. فلامرز با دیدن دکتر نادری زد زیر گریه. دکتر با حرکت دستش از ما دعوت کرد به روی صندلی کنارش بنشینیم. بعد در حالی که وسایل روی میز را مرتب می‌کرد، با لحنی دلسوزانه از فلامرز پرسید: «پسر چه شده؟» او که گریه مجالش نمی‌داد با چشمان پر از اشک به من زل زد. خیلی مختصر برای دکتر توضیح دادم که فلامرز به میازیس گلو مبتلا شده است.

برای شما خواننده عزیز بگویم که میازیس یک بیماری مشترک انسان و دام می‌باشد که توسط لارو یا نوزاد مگس میاز برای میزبان خود مشکلاتی را ایجاد می‌کند. ایران از جمله کشورهایی است که این بیماری به صورت اندمیک (بومی) در آن وجود دارد به خصوص در انسان‌هایی که در تماس با گوسفند و بز می‌باشند. لارو این مگس در گلو، چشم، بینی، گوش، زخم‌های پوستی، توسط این مگس‌ها گذاشته می‌شود و در انسان و دام می‌تواند ضایعاتی ایجاد نماید. روستاییان فارس به این بیماری انگلی «سسیو» می‌گویند. میازیس گلو توسط مگس استروس اوویس که نوزاد خود را در گلو انسان می‌گذارد ایجاد می‌شود. برگردیم به مطب دکتر.

دکتر دستی بر سر پسر کشید و با مهربانی از او درخواست کرد به روی تخت دراز بکشد و دهان خود را باز نگه دارد. سپس داروی لیدوکائین در گلو پسر اسپری کرد. این کار نه تنها باعث بی‌حس کردن موکوس گلو می‌شد بلکه نوزاد مگس را نیز بی‌حس کرد و لارو، بافت گلو را رها

خانم معلم با تعجب رو به من کرد و گفت: «ببخشید. اتفاقی برای فلامرز افتاده است؟ من می‌توانم کمک کنم؟» با عجله گفتم: «وقت نیست تا تمام جریان را برایتان تعریف کنم، باید هرچه زودتر فلامرز را به بیمارستان ببرم.» «سسیو» او را زده است.

با شنیدن کلمه «سسیو» همه‌های بین دانش‌آموزان افتاد. خانم آموزگار که چیزی از حرف‌های من متوجه نشده بود با تردید گفت: «چه چیزی او را زده است؟» خیلی آرام و مختصر برایش توضیح دادم که ما از شیراز آمده‌ایم و گروه ضبط برنامه صدای روستای رادیو هستیم و به طور اتفاقی به فلامرز بر خوردیم. او نگران گله گوسفندان است، اگر می‌شود، به برادرش اجازه بدهید با ما بیاید و مواظب گله باشد تا ما بتوانیم فلامرز را برای درمان به بیمارستان ببریم.

گوسفندان را به برادر پسر سپردم و از آقای بوستانی و گزارشگر خواش کردم که برای رساندن فلامرز به بیمارستان با ما همراه شوند. بوستانی که از اتفاقات اخیر کاملاً عصبی به نظر می‌آمد با دلخوری سوار ماشین شد و به طرف کازرون حرکت کردیم. در بین راه تهیه‌کننده چندین بار از اینکه «سسیو» چیست از من سؤال کرد. ترجیح دادم تا رسیدن به بیمارستان و درمان فلامرز در مورد «سسیو» هیچ صحبتی نکنم. برای آنکه تا حدودی آقای بوستانی را هم از ماجرای که اتفاق افتاده راضی نگه دارم به او پیشنهاد کردم که اگر تا درمان فلامرز صبور باشد و با من همکاری کند، با دست پر به شیراز برمی‌گردد و برای یکی دو هفته برنامه ضبط شده خواهد داشت. بوستانی که کاملاً به من اطمینان داشت، لبخند زیر کانه‌ای زد و تا رسیدن به بیمارستان دیگر هیچ نگفت.

به بیمارستان که رسیدیم فلامرز حالت

نوشتن بر سنگ قبر  
به فارسی و انگلیسیبا خط نستعلیق  
بدون هزینه

۸۶۲۴-۲۲۱(۴۰۸)





## ادامه مطلب در خانه بمانیم... از صفحه ۱۵

خوردن مسکن و تب برهای معمولی، نوشیدن آب فراوان و بخور مداوم که می‌تواند مسیر سینوس‌ها و گردش هوا را تسهیل کند. استراحت و دوری از محیط‌های آلوده بیرون از محیط خانه لازم و ضروری است.»

کارشناسان اپیدمیولوژی می‌گویند ویروس کرونا سیستم تنفسی، سینوس‌ها، شش‌ها و مخاط بینی و دهان را نشانه می‌گیرد. البته به گفته آنها این ویروس در این مرحله متوقف نمی‌ماند و در صورت پیشروی می‌تواند بقیه اندام‌ها همچون کلیه‌ها و روده‌ها را هم درگیر کند.

دکتر «کاظم فصیحی» پزشک دیگری است که به این کمپین پیوسته است. او معتقد است در یک بیماری همه گیر آنچه مهم است پیشگیری است. او به همسرش که برای ماندن در خانه ناراحت است گفته به شرایط یهودیان زمان جنگ جهانی فکر کند که گاهی ناچار بوده‌اند برای حفظ جانشان ماه‌های طولانی در یک زیرزمین یا گوشه خانه متروکه پنهان بشوند.

«من درک نمی‌کنم وقتی خطر مرگ تا این حد به مردم نزدیک شده آنها چرا به سفرهای غیر ضروری می‌روند یا کودکانشان را بی‌دلیل از خانه بیرون می‌آورند؟ بهتر است تا آنجا که ممکن است از رفتن به امکان عمومی مثل اتوبوس، سالن تجمعات، مساجد، مترو یا میهمانی و دید و بازدید پرهیز کنند. امور بانکی را آنلاین انجام بدهند و از تاکسی‌های عبوری استفاده نکنند و از آن جایی که دستشان را به هر سطحی می‌زنند و با همان دست آلوده به گوشی تلفن جواب می‌دهند توصیه می‌کنم مدام گوشی تلفن را ضد عفونی کرده و ترجیحا از بلندگوی گوشی تلفن استفاده کنند بهتر است کمتر از آسانسور استفاده کنند و اگر مجبور به استفاده از آسانسور بودند از یک دستمال برای انتخاب دکمه طبقه مورد نظر استفاده کنند و فقط با تعهد به این رویه می‌توانند بخشی از تیم پیشگیری باشند.»

دکتر فصیحی به این نکته که هر اپیدمی یک جریان اوج و فرود دارد اشاره می‌کند و می‌گوید: «تعدادی از مبتلایان هیچ علائم آشکاری مانند تب و عرق کردن و یا سرفه ندارند که شما متوجه باشید و از آنها پرهیز کنید و برای اینکه مبتلا نشوید تنها یک راه وجود دارد و آن اینکه با ماندن در خانه خودتان را بیمه کنید.» علاوه بر پزشکان گروه‌های دیگری نیز به کمپین «در خانه بمانیم» پیوسته‌اند از جمله کانون پرورش فکری کودکان و

نوجوانان که با رایگان کردن کتاب‌های الکترونیک برای کودکانی که در خانه می‌مانند در این مورد همکاری می‌کند. اما در کنار این اقدامات مثبت، دولت اعلام کرده است که از روز هفدهم اسفندماه ادارات دولتی به حالت عادی برمی‌گردند. برخی کاربران می‌گویند چطور ممکن است به کمپین «در خانه بمانیم» پیوندیدم وقتی قرار است به اداره و محل کارمان برویم؟

دکتر محمد کاظم عطاری، پزشک و محقق دانشگاه جورج واشنگتن آمریکا می‌گوید متأسفانه موضوع مقابله با کرونا بیش از آنکه تخصصی و پزشکی باشد متأثر از سیاست و مسائل مذهبی است و به همین دلیل هم رویه واحدی وجود ندارد و مردم سردرگم مانده‌اند که چه کنند؟ «تمام اقدامات انجام شده در این مدت یک قدم عقب‌تر از حرکت ویروس بوده و یک حالت انفعالی وجود دارد. در مرحله نخست، انرژی سیستم بهداشت و درمان صرف پاسخگویی به افکار عمومی شد و بعد از آنکه دید بیماری قابل پنهان کردن نیست مجبور به اعتراف شد. با بالا گرفتن آمار قربانیان، اپیدمیولوژیست‌های داخل و خارج هشدار دادند و گفتند که این بیماری بعد از دو هفته با یک پیک بالارونده مواجه خواهد شد و کنترلش در آن شرایط ممکن نیست، وزارت بهداشت که متوجه حاد بودن شرایط شده بود تلاش کرد بخشی از خواسته‌هایش را در آن یافت به شدت مذهبی به کرسی بنشاند و آنها را قانع کند که جدای از موضوع سیاست و مذهب به این ماجرا نگاه علمی داشته باشند و تازه بعد از آن در مورد اقدامات محدودکننده صحبت شد.»

این محقق می‌گوید در شرایط فعلی در خانه ماندن عواید بسیاری دارد: «آنها که در خانه می‌مانند نیازهای محافظتی شان کمتر است. طبعاً کسی که در خانه می‌ماند نیاز به پوشیدن ماسک و دستکش ندارد مگر اینکه یک بیمار در خانه ساکن باشد. از سوی دیگر در جریان مسافرت امکان استفاده از شرایط بهداشتی محدود است و شما ناچار می‌شوید از سرویس‌های بهداشتی عمومی استفاده کنید و از معازله‌های عبوری یا رستوران‌هایی که نمی‌شناسید غذا تهیه کنید و همه اینها و ارتباط با آدم‌هایی که ممکن است بیمار باشند، زنجیره انتقال بیماری را سرعت می‌بخشند. همه اینها نشان می‌دهد که خودقرنطینگی و ماندن در خانه کمک زیادی به کنترل بیماری و کاهش هزینه

## ادامه مطلب دنیای بعد از... از صفحه ۳۹

ناراحتی پوستی بدون امکان شستشو و نظافت. همه وسایل مان آلوده بود. اما شدت درگیری متفاوت بود و یک عده شدیداً درگیر بودند و نشان خون آلود بود. گال همان طور که می‌دانید مسری است. بعد از مدت چند ماه که بیماری کاملاً رقی ما را گرفته بود آمدند و دیگرهای بزرگ آوردند و لباس‌هایمان را جوشاندند و دارو دادند تا دوران گال گذشت. آن بالا در جایی به موضوع دستشویی اشاره کردم. در طول یک سالی که در زندان کمیته مشترک بودم با اینکه ما نماز نمی‌خواندیم اما سه بار در روز و وقت هر نماز می‌توانستیم از دستشویی استفاده کنیم. بدنمان به این روال عادت کرده بود. ما با آن شرایط سخت کنار آمدیم و بی‌تردید بشر اگر ناچار باشد از مرحله کرونا و قرنطینه هم عبور خواهد کرد. در طول دوران بازجویی همه ما توی راهرو می‌خوابیدیم. یک راهروی طولانی، بدون تخت و دیواری که از هم جدایمان کند. هر کسی یک پتوی سربازی کهنه داشت که هم رواندازش بود و هم زیراندازش. توی راهرو هم با چشم بند بودیم. حق نداشتیم چشم بند را برداریم. در طول مدت زمان رفتن به دستشویی حق داشتیم چشم بندمان را برداریم و روزهای متوالی هواخوری نداشتیم با همه اینها من و بسیاری دیگر با توان ذهنی از این مرحله عبور کردند.

**در مورد مشکلاتی همچون کم حوصلگی، بدخلقی یا حتی افزایش تنش و اختلاف نظر در طول دوران خانه نشینی هم به نظر تان شباهت‌هایی وجود دارد؟**

در زندان هم موضوع همزیستی مهم بود چون طیف‌های مختلف سیاسی با وجود تفاوت عقیده، به خوبی در کنار هم‌دیگر دوام می‌آوردند. مثلاً همیشه این واژه بود که شاید طرف درددل تو نفوذی باشد و تو را لو بدهد. تصور می‌کنم به نوع دیگری این تضاد در جریان قرنطینه هم وجود دارد. نسل جوانی که در همه انتخاب‌ها با نسل قبل از خودش در تضاد است باید با والدینش زیر یک سقف بماند. دختری که به خاطر درخواست آزادی بیشتر همیشه سرزنش می‌شده حالا با همان والدین محدودکننده در یک مکان است. پیشنهاد می‌کنم در این شرایط یکی دو ساعت را به خلوت با خودتان اختصاص بدهید. ما در زندان یک ساعت‌هایی داشتیم که با خودمان خلوت می‌کردیم. خیال می‌کنم این خلوت در جریان قرنطینه هم ضروری است و در جریان این خلوت کارهای دستی یا نوآوری‌های کوچک می‌تواند آرامش بخش باشد. من با نخ جوراب برای برادرم جواد که همان روزها اعدام شد جا عینکی بافتم. خیال اینکه تمام بشود و لذتی که بعد از پایان ماجرا داشتم خوب بود.

**در زندان هرگز با شخصی که مبتلا به یک بیماری مسری باشد مواجه شدید؟**

ی‌کی از تلخ‌ترین خاطرات دوران زندانم که هرگز فراموشش نمی‌کنم اپیدمی بیماری «گال» در زندان قزل حصار بود. بیماری از بند زنان شروع و همه گیر شد. تقریباً همگی مبتلا شده بودند. خارش شدید و

جانی و مالی می‌کند.»

او به نمونه‌های موفق کنترل بیماری در چین و تاجیکستان اشاره می‌کند و تأکید می‌کند که قرنطینه یک روش کاملاً علمی در مقابل بیماری‌های واگیردار است: «البته تعریف قرنطینه از آنچه در ایران رخ می‌دهد کاملاً متفاوت است و به معنای جداسازی کامل بیمار از جامعه است. گروه‌های در معرض آسیب باید خودشان را از جامعه جدا کنند و امکان برخورد و تماس با افراد آلوده را بکاهند. متأسفانه مردم به این ضرورت جدی پی نبرده‌اند. الان به شکل محدودی رفت و آمد جاده ایی کنترل شده ولی کماکان ورود و خروج به شهر قم به عنوان منشأ بیماری متوقف نشده و این موضوع به دلیل نگاه کاملاً سیاسی و مذهبی به ماجراست، افراد غیر متخصصی همچون آقایان طائب و سعیدی اجازه نمی‌دهند که تفکرات علمی غالب

شده و به داد مردم برسد.» او توضیح می‌دهد که در شرایط فعلی حتی در مراکز درمانی هم مفهومی به نام قرنطینه وجود ندارد: «بسیاری از مراکز بیمارستانی امکان قرنطینه ندارند کما اینکه در بسیاری جاها و طبق آمار، ابتلای مجدد از خود مراکز درمانی رخ می‌دهد و دلیل این ادعا هم مرگ و میر بالای کادر پزشکی است.»

به گفته دکتر عطاری وقتی با دشمن خطرناکی مثل کرونا مواجه‌ایم، موضوع موافق و مخالف و اپوزیسیون و حکومت مطلقاً مطرح نیست همه گروه‌ها باید یک مجموعه واحد باشند و مردم را نسبت به عملکردشان آگاه کنند تا بتوان بحران را کنترل و محدود کرد و در شرایط فعلی مردم باید بدانند با بیرون آمدن از خانه، خودشان و جامعه پیرامونشان را به خطر می‌اندازند.

ادامه مطلب چرا برای جلوگیری... از صفحه ۱۱

است؟ متأسفانه ما اطلاعات کافی نداریم زیرا در مورد نرخ حوادث و رخنه‌های این‌چنینی شفافیتی وجود ندارد. این موضوع سبب می‌شود که جامعه نتواند درباره سنجش خطرات و فواید چنین پژوهشی تصمیمات آگاهانه‌ای بگیرد و همچنین باعث می‌شود که آزمایشگاه‌ها نتوانند در مورد اتفاقات رخ داده از یکدیگر عبرت بگیرند.

حفظ امنیت عوامل بیماری‌زای بسیار خطرناک تا کنون عمیقاً ناکارآمد بوده و همچنان ناکافی است. در سال ۲۰۰۱، بریتانیا از شیوع ویران‌گر نوعی بیماری پا-و-دهان در دام‌ها آسیب دید. شش میلیون حیوان در کوشش برای جلوگیری از گسترش این بیماری کشته شدند و ضرر اقتصادی مجموعاً به ۸ میلیارد پوند رسید. در سال ۲۰۰۷ بیماری دیگری شایع شد که رد آن به آزمایشگاهی می‌رسید که بر روی آن کار می‌کرد. عامل بیماری پا-و-دهان از خطرناک‌ترین عوامل بیماری‌زا محسوب می‌شد و نیازمند بالاترین درجه امنیت زیست‌شناختی بود. با این حال، این ویروس از یک لوله که درست نگهداری نشده بود، رخنه کرد و به فاضلاب این لابراتوار وارد شد. بعد از انجام تحقیقات، جواز این آزمایشگاه دوباره تمدید شد، و در نتیجه کمتر از دو هفته بعد رخنه دیگری اتفاق افتاد.

به نظر من، سوابق این رخنه‌ها نشان می‌دهد که برای کار روی عوامل بیماری که خطر یک بیماری عالم‌گیر را در ابعاد آنفلوآنزای اسپانیایی یا بدتر از آن به دنبال دارند، حتی بالاترین درجه امنیت زیست‌شناختی نیز کافی نیست. اینکه آخرین رخنه تأیید شده رسمی از یک ساختمان مجهز به بالاترین درجه امنیت زیست‌شناختی سیزده سال پیش اتفاق افتاده است، به اندازه کافی دلگرم‌کننده نیست. مهم نیست که علت این موضوع کافی نبودن معیارها، بازرسی، عملکرد یا جریمه‌ها بوده است. آنچه مهم است فقدان سوابق کافی در این مورد است و عواملی چون عدم شفافیت و مسئولیت‌ناپذیری، وضع را خراب‌تر می‌کند. با وجود آزمایشگاه‌های مجهز به بالاترین درجه امنیت زیست‌شناختی کنونی، رخنه عامل بیماری عالم‌گیر به بیرون در طول زمان قطعی خواهد بود.

یکی از هیجان‌انگیزترین روندهای فناوری زیست‌شناختی دموکراتیک شدن سریع آن است، یعنی سرعت استفاده دانشجویان و غیر متخصصان از تکنیک‌های بسیار پیشرفته. دنباله مطلب در صفحه ۵۱

انواع عوامل زنده بیماری‌زایی را که از خطرات جهانی آن‌ها آگاه هستیم، به کار می‌گیرند. این شامل عوامل بیماری‌زایی مثل آنفلوآنزای اسپانیایی، ابله، سارس و اچ-۵-ان-۱، و آنفلوآنزای مرغی است. و بخش کوچکی از این پژوهش‌ها شامل ایجاد شکل‌هایی از این عوامل بیماری‌زا هستند که حتی از شکل‌های طبیعی آن‌ها هم خطرناک‌ترند، قابلیت شیوع بیشتری دارند، و کشنده‌تر یا نسبت به واکسن یا درمان مقاوم‌تر هستند.

در سال ۲۰۱۲، ران فوشیه، ویروس‌شناس هلندی، جزئیات یک آزمایش بر نسخه اخیر اچ-۵-ان-۱ آنفلوآنزای مرغی را منتشر کرد. این نسخه بسیار کشنده بود و حدود ۶۰ درصد از انسان‌های مبتلا را می‌کشد، یعنی بسیار کشنده‌تر از آنفلوآنزای اسپانیایی بود. با این حال، ناتوانی آن از انتقال از انسانی به انسان دیگر جلوی شیوع جهانی آن را گرفته بود. فوشیه می‌خواست بداند که آیا (و چگونه) اچ-۵-ان-۱ توانسته است به طور طبیعی این توانایی را پیدا کند. او بیماری را از بدن مجموعه‌ای از دو موش خرما عبور داد، حیوانی که معمولاً به عنوان الگوی برای تأثیر آنفلوآنزا بر انسان‌ها به کار می‌رود. زمانی که ویروس به موش خرما می‌رسد، نسخه اچ-۵-ان-۱ او توانایی انتقال مستقیم میان پستانداران را پیدا کرده بود. این پژوهش مناقشه‌شده‌ی برانگیخت. بخش عمده‌ای از این مناقشه بر اطلاعاتی تمرکز داشت که در اثر او مندرج شده بود. هیئت ملی توصیه‌های علمی آمریکا در زمینه امنیت زیست‌شناختی دستور داد که برخی جزئیات تکنیکی این پژوهش پیش از انتشار حذف شود تا آدم‌های شرور نتوانند از آن برای شیوع نوعی بیماری عالم‌گیر سوءاستفاده کنند. دولت هلند ادعا کرد که این پژوهش قوانین اتحادیه اروپا درباره صدور اطلاعات لازم برای ساخت سلاح‌های میکروبی را نقض کرده است. اما چیزی که مرا نگران می‌کند امکان سوءاستفاده نیست. پژوهش فوشیه نمونه‌ای روشن از کار یک دانشمند دارای حسن‌نیت است که توانایی‌های مخرب یک عامل بیماری‌زا را به شکلی تقویت کرده که می‌تواند به فاجعه‌ای جهانی بینجامد.

شکی نیست که چنین آزمایش‌هایی در آزمایشگاه‌های امن انجام می‌شوند و شدیدترین معیارهای امنیتی در آن‌ها رعایت می‌شود. احتمال این که چنین عوامل بیماری‌زای اصلاح‌شده‌ای بتوانند به فضای بیرون رخنه کنند، بسیار کم است. اما این احتمال دقیقاً چقدر کم

عوامل، خطر وجودی بیماری‌های عالم‌گیر را کاهش داده است یا افزایش. این عدم اطمینان نهایتاً خبر بدی است. ما قبلاً به استدلالی محکم تکیه داشتیم که نشان می‌داد خطر بسیار کم است و اکنون چنین نیست.

ما شاهد راه‌های غیر مستقیمی بوده‌ایم که اعمال‌مان به آغاز و انتشار بیماری‌های عالم‌گیر کمک کرده است. اما درباره مواردی که در این فرایند دخالت بسیار مستقیم‌تری داشته‌ایم چه می‌توان گفت، مواردی که در آن عمداً عوامل بیماری‌زا را استفاده کرده، پرورش داده یا به وجود آورده‌ایم؟

درک و کنترل بیماری‌های عالم‌گیر مربوط به دوران اخیر است. دوستان سال پیش حتی علت اولیه بیماری‌های عالم‌گیر را درک نمی‌کردیم. یکی از نظریه‌های رایج در غرب این بود که نوعی ماده گازی بیماری‌زا را به وجود می‌آورد. تنها دو قرن است که کشف کرده‌ایم که عامل بیماری طیف وسیعی از موجودات میکروسکوپی است و فهمیده‌ایم که چطور آن‌ها را در آزمایشگاه پرورش دهیم، برای آن‌که ویژگی‌های خاصی داشته باشند اصلاح کنیم، توالی ژنتیکی آن‌ها را استخراج کنیم، ژن‌های جدیدی را در آن‌ها بکنجانیم و با استفاده از کدهای نوشته شده ویروس‌های کاملاً کارا به وجود آوریم.

این پیشرفت‌ها به سرعت ادامه دارد. در ده سال گذشته شاهد موارد عمده‌ای از گام‌های تازه‌ی کیفی بوده‌ایم، از جمله کاربرد ابزار ویرایش ژن‌ها به نام کریسپر که اجازه می‌دهد عملاً توالی‌های جدید ژنتیکی را در ژنوم درج کنیم، یا استفاده از درایوهای ژنی [gene drives] که عملاً اجازه می‌دهد جمعیت‌هایی از موجودات زنده طبیعی را با نسخه‌هایی از آن‌ها که اصلاح ژنتیکی شده‌اند جایگزین کنیم. پیشرفت‌ها در فناوری زیست‌شناختی ظاهراً به این زودی‌ها متوقف نمی‌شود؛ هیچ چالشی در پیش نیست که از پس آن نتوان بر آمد؛ هیچ قانون بنیادینی وجود ندارد که پیشرفت بیشتر را سد کرده باشد. اما خوش‌بینانه خواهد بود اگر فرض کنیم که این عرصه ناشناخته جدید فقط خطراتی آشنا در بر خواهد داشت.

برای شروع، اجازه دهید خطر نیت‌های پلید را نادیده بگیریم و تنها خطرات پژوهش‌هایی را که با نیت خیر انجام شده در نظر بگیریم. بیشتر پژوهش‌های علمی و دارویی خطرات بسیار اندکی خواهند داشت. اما بخش کوچکی از این پژوهش‌ها

مثال‌هایی از این بیماری‌ها اچ‌آی‌وی (شامپانزه‌ها)، ابولا (خفاش‌ها)، سارس (احتمالاً سویوت [نوعی گربه‌سان] یا خفاش) و آنفلوآنزا (معمولاً خوک‌ها و پرندگان) هستند. هنوز نمی‌دانیم که کووید-۱۹ از کجا آمده است، هر چند این ویروس شباهت زیادی به ویروس‌های کروناوی دارد که در خفاش‌ها و پتگولین‌ها یافته می‌شود. شواهد حاکی از آن است که بیماری‌ها با سرعت فزاینده‌ای از حیوانات به انسان‌ها منتقل می‌شوند.

ممکن است که تمدن‌های مدرن انتشار بیماری‌های عالم‌گیر را آسان کنند. تراکم بالای جمعیتی که در شهرها در نزدیکی یکدیگر زندگی می‌کنند، تعداد کسانی را که هر یک از ما ممکن است مبتلا کنیم افزایش می‌دهد. حمل و نقل سریع و راه‌دور فواصلی را که عوامل بیماری‌زا می‌توانند گسترش یابند شدیداً افزایش می‌دهد و میزان جدایی میان هر دو نفر را کاهش می‌دهد. به علاوه، ما دیگر مثل بیشتر ده هزار سال گذشته، جمعیت‌هایی جدا از هم نیستیم.

این عوامل در مجموع حاکی از آن است که احتمالاً باید انتظار داشته باشیم بیماری‌های عالم‌گیر جدید بیش از پیش ایجاد شوند، سریع‌تر شیوع یابند و درصد بیشتری از مردم جهان را مبتلا کنند.

اما ما جهان را به شیوه‌هایی نیز تغییر داده‌ایم که امکان حفاظت بیشتری به وجود آورده است. ما جمعیت سالم‌تری داریم، محیط تمیزتر و بهداشت شخصی بهتری داریم، داروهای پیش‌گیرانه و درمان‌گر داریم و فهمی علمی از بیماری‌ها داریم. شاید از همه مهم‌تر، سازمان‌های سلامت عمومی داریم که تبادل اطلاعات و هماهنگی در مقابل شیوع بیماری‌های جدید در سطح جهانی را تسهیل می‌کنند. فایده این نظام حفاظتی در کاهش شدید بیماری‌های عفونی را در طول قرن گذشته دیده‌ایم (هر چند نمی‌توانیم مطمئن باشیم که بیماری‌های عالم‌گیر نیز از همین روند پیروی خواهند کرد). سرانجام این که ما در گستره‌ای از مکان‌ها و محیط‌ها منتشر شده‌ایم که گسترش هیچ گونه پستانداری در گذشته به پای آن نمی‌رسد. این موضوع نوعی سپر حفاظتی ویژه در برابر عوامل انقراض ایجاد می‌کند زیرا عامل بیماری باید بتواند در گستره بسیار وسیعی از محیط‌ها گسترش یابد و به جمعیت‌هایی شدیداً منزوی مثل قبایل دور از دسترس، محققان قطب جنوب و کارکنان زیر دریایی‌های اتمی برسد. مشکل می‌توان فهمید که آیا ترکیب این



## ادامه مطلب چرا برای جلوگیری... از صفحه ۵۰

تهدید نوع بشر و چگونگی مواجهه با آن معرف دوران ماست. آفرینش سلاح‌های اتمی خطر واقعی انقراض نوع بشر را در قرن بیستم به وجود آورد. دلایل قوی وجود دارد که این خطر در این قرن بیشتر خواهد بود و با گذر هر قرن و پیشرفت فناوری افزایش خواهد یافت. از آنجا که خطر عوامل ضدانسانی از مجموع همه خطرات طبیعی بیشتر است، اکنون نوع بشر برای بازگشت از این مهلکه زمان محدودی دارد.

من ادعا نمی‌کنم که انقراض نتیجه اجتناب‌ناپذیر پیشرفت علمی است، یا حتی نتیجه محتمل آن است. آنچه من ادعا می‌کنم این است که روندی مستحکم وجود دارد که قدرت بشر را افزایش می‌دهد و این قدرت به نقطه‌ای رسیده است که می‌تواند خطری جدی برای موجودیت خود ما نیز باشد. این که نسبت به این خطر چگونه واکنش نشان دهیم بر عهده خود ماست. من با فناوری هم مخالف نیستم. فناوری نشان داده که برای بهبود وضعیت زندگی نوع بشر بسیار ارزشمند است.

مشکل بیش از آن که فناوری بیش از حد باشد فقدان فرزندی است. کارل ساگان این موضوع را چنین بیان کرده است: «بسیاری از خطراتی که با آن مواجه‌ایم در واقع از علم و فناوری سرچشمه می‌گیرند، اما اگر بنیادی‌تر نگاه کنیم، علت این موضوع آن است که قوی‌تر شده‌ایم اما فرزندی ما به همان نسبت رشد نکرده است. توانایی تغییر جهان که فناوری آن را به ما سپرده اکنون نیازمند میزانی از دقت و آینده‌بینی است که هرگز قبلاً از ما خواسته نشده بود.»

از آنجا که نمی‌توانیم بعد از انقراض دوباره به وضعیت قبل بازگردیم، نمی‌توانیم صبر کنیم تا چنین خطراتی به ما آسیب برسانند؛ ما باید پیش‌گیرانه عمل کنیم. و از آنجا که کسب فرزندی زمان می‌برد، باید هم‌اینک شروع کنیم.

فکر می‌کنم که احتمالاً از این دوران گذر خواهیم کرد. نه به این دلیل که چالش‌های ما ناچیزند بلکه به این دلیل که با آن‌ها مقابله خواهیم کرد. همین واقعیت که این خطرات از عملکرد بشر ریشه می‌گیرد به ما نشان می‌دهد که عملکرد بشر می‌تواند آن‌ها را رفع کند. تصور شکست خوردگی نه واقعی و نه سازنده است بلکه تنها نوعی پیش‌بینی خود متحقق‌کننده خواهد بود. برعکس، باید با این چالش‌ها با تفکر روشن و جدی مواجه شویم، و اجازه دهیم که تصویری از آینده مثبت بلندمدت ما که سعی در حفظ آن داریم، راهنمای مان باشد.

زیست‌شناختی می‌کوشند که سویه تاریک دموکراتیک‌سازی این زمینه را محدود کنند. برای مثال، امکان ترکیب دی‌ان‌ای در فقدان هر نوع محدودیت ممکن است سبب شود که افراد مغرض از مانعی بزرگ در راه ایجاد عوامل بیماری‌زای مرگ‌بار به آسانی عبور کنند. این امکان شاید به آن‌ها اجازه دهد که به دی‌ان‌ای عوامل بیماری‌زای بیماری‌هایی همچون آبله که دسترسی به آن‌ها محدود است (و ژنوم آن‌ها به صورت آنلاین در دسترس است)، دست یابند و دی‌ان‌ای اصلاح‌شده‌ای را به وجود آورند که این عامل بیماری‌زا را خطرناک‌تر می‌کند. بنابراین، بسیاری از شرکت‌های ترکیب دی‌ان‌ای داوطلبانه می‌کوشند تا این خطر را کاهش دهند، و بر سفارش‌های خود نظارت می‌کنند تا شامل توالی‌های خطرناک نباشد. اما روش‌های نظارت کامل نیستند و تنها حدود ۸۰ درصد از سفارش‌ها را پوشش می‌دهند. این فرایند بسیار جای بهبود دارد و استدلال کافی برای اجباری کردن فرایند نظارت هم اکنون وجود دارد.

برای مدیریت دقیق خطرات زیست‌شناختی، می‌توانیم به جامعه علمی نیز نگاهی بیندازیم. بسیاری از پیشرفت‌های خطرناک که حکومت‌ها و گروه‌های کوچک می‌توانند از آن‌ها استفاده کنند، نتیجه علم متن‌باز بوده است. و ما دیده‌ایم که علم می‌تواند خطر حوادث مهمی را در بر داشته باشد. جامعه علمی کوشش کرده که پژوهش‌های خطرناک خود را سازمان‌دهی کند اما در این کار موفقیت زیادی به دست نیامده است. دلایل بسیاری وجود دارد که چرا این کار این قدر سخت است، از جمله این که دشوار می‌توان فهمید خط قرمز را کجا باید کشید، نهادهای مرجع مرکزی کافی برای این سازمان‌دهی واحد وجود ندارد، فرهنگ غالب، باز و آزاد بودن برای پیگیری هر نوع علاقه است و سرعت بالای علم معمولاً از توان حکومت‌ها پیشی می‌گیرد. شاید جامعه علمی بتواند بر این چالش‌ها غلبه کند و مدیریتی قوی برای خطرات جهانی ایجاد کند اما این کار نیازمند عزم کافی برای قبول تغییرات جدی در فرهنگ و شیوه حکمرانی در میان آن خواهد بود. مثلاً با موضوع امنیت در زمینه فناوری زیست‌شناختی باید طوری برخورد کرد که بیشتر شبیه رفتار ما در زمینه نیروی اتمی است. جامعه علمی باید پیش از آن که مصیبت به بار آید، این عزم را در خود به وجود آورد.

مهلک زیادی را به انجام رساند و در آن‌ها از گاز VX و سارین استفاده کرد. بیش از بیست نفر در این حملات کشته و هزاران نفر زخمی شدند. آن‌ها سعی کردند که سیاه‌خمر را به نوعی سلاح تبدیل کنند اما موفق نشدند. وقتی دایره افرادی که بتوانند یک بیماری عالم‌گیر ایجاد کنند چنان گسترش یابد که شامل اعضای این قبیل گروه‌ها نیز باشد، چه خواهد شد؟ یا اعضای یک سازمان تروریستی یا حکومتی یاغی که می‌تواند برای باج‌گیری یا بازدارندگی نوعی سلاح انقراض جمعی تولید کند؟

بنابراین، اصلی‌ترین موارد بالقوه که خطر زیست‌شناختی وجودی برای ما به همراه دارند در دهه‌های آینده نتیجه فناوری خواهند بود، به‌ویژه خطر سوءاستفاده دولت‌ها و گروه‌های کوچک. اما این موضوعی نیست که جهان خوش‌خیالانه از خطرات آن ناآگاه مانده باشد. برتراند راسل در سال ۱۹۵۵ در مورد خطر انقراض ناشی از سلاح‌های زیست‌شناختی به انیشتین نامه نوشت. و در سال ۱۹۶۹ جاشوا لدربرگ، برنده آمریکایی جایزه نوبل پزشکی این امکان را مطرح کرد: «من به عنوان یک دانشمند عمیقاً نگران ادامه مشارکت ایالات متحده آمریکا و دیگر ملت‌ها در ساخت سلاح‌های زیست‌شناختی هستم. این فرایند تمام آینده زندگی بشر در زمین را در خطر جدی قرار می‌دهد.»

در واکنش به چنین هشدارهایی، هم اینک نیز کوشش‌هایی را در سطح ملی و بین‌المللی برای حفاظت از نوع بشر آغاز کرده‌ایم. اقداماتی از طریق سازمان‌های سلامت عمومی و معاهدات بین‌المللی در حال انجام است و شرکت‌های فناوری زیست‌شناختی و جامعه علمی نیز قوانینی خودخواسته تدوین کرده‌اند. اما آیا این‌ها کافی است؟

کار ملی و بین‌المللی در زمینه سلامت عمومی تا حدی ما را از بیماری‌های عالم‌گیر ساخته بشر حفظ می‌کند و زیرساخت‌های کنونی آن می‌تواند برای رسیدگی بهتر به این بیماری‌ها مورد استفاده قرار گیرد. با این حال، این حفاظت حتی برای خطرات کنونی نامتوازن و ناکافی است.

به‌رغم اهمیت سلامت عمومی، بودجه اختصاص داده شده به این زمینه در جهان کم است و کشورهای فقیرتر همچنان در معرض آن قرار دارند که در برابر شیوع ناگهانی بیماری‌ها درمانده شوند. شرکت‌های فناوری

وقتی گام جدیدی در این زمینه برداشته می‌شود، ذخیره افرادی که استعداد، آموزش، منابع و حوصله بازآفرینی آن را دارند به سرعت افزایش می‌یابد: از چند نفر از زیست‌شناسان بزرگ جهان، به افرادی که در این رشته دکترا دارند، به میلیون‌ها نفر با مدرک کارشناسی زیست‌شناسی.

پروژه ژنوم انسان بزرگ‌ترین همکاری علمی در زیست‌شناسی تا زمان خود بود. سیزده سال وقت و ۵۰۰ میلیون دلار هزینه صرف این پروژه شد تا توالی کامل دی‌ان‌ای در ژنوم انسان تدوین شود. حال که تنها پانزده سال از آن زمان گذشته، توالی یک ژنوم می‌تواند با هزینه کمتر از هزار دلار ثبت شود و این کار در یک ساعت قابل انجام است. فرایند معکوس آن نیز بسیار آسان‌تر شده است: با استفاده از خدمات آنلاین ترکیب دی‌ان‌ای، هر کسی می‌تواند توالی دی‌ان‌ای منتخب خود را بفروشد و سپس این شرکت‌ها آن را می‌سازند و برای او به آدرسش می‌فرستند. هر چند ترکیب دی‌ان‌ای هنوز گران است، قیمت آن در دو دهه گذشته هزار برابر کاهش یافته است و همچنان در حال کاهش است. نخستین استفاده از کریسپر و درایوهای ژنتیکی بزرگ‌ترین موفقیت‌های فناوری زیست‌شناختی در یک دهه بودند. اما تنها در طول دو سال، دانشجویان پیشرو که در رقابت‌های علمی شرکت می‌کردند، هر دوی این فناوری‌ها را به شکل موفقیت‌آمیزی به کار بردند.

دموکراتیک‌سازی به این شکل نویدبخش سرمایه‌گذاری‌های فراوان در فناوری زیست‌شناختی است. اما با توجه به این که فناوری زیست‌شناختی می‌تواند به عنوان سلاحی کشنده مورد استفاده قرار گیرد، دموکراتیک‌سازی به معنای تکثیر وسیع آن نیز هست. با رشد ذخیره افرادی که می‌توانند به فناوری دسترسی داشته باشند، امکان وجود فردی در میان آن‌ها که نیت پلیدی داشته باشد افزایش می‌یابد. خوشبختانه تعداد افرادی که انگیزه تخریب جهان را دارند اندک است اما به هر حال چنین اشخاصی وجود دارند. شاید بهترین مثال فرقه آتوم شینریکیو در ژاپن باشد که بین سال‌های ۱۹۸۴ تا ۱۹۹۵ فعال و خواهان نابودی نوع بشر بود. این فرقه چند هزار نفر را به خود جذب کرد، از جمله کسانی که توانایی‌های پیشرفته‌ای در شیمی و زیست‌شناسی داشتند. این فرقه نشان داد که صرفاً نوعی ایده‌پردازی ضدانسانی نیست و حملات

## ادامه مطلب انتشار ویروس... از صفحه ۴

## اما این روایت‌ها چه بودند؟

اخبار ساختگی درباره شیوع ویروس کووید ۱۹ در چهار دسته کلی قرار می‌گیرند.

گروه نخست شامل «نظریه‌های نسل‌کشی» می‌شود که بنا بر آنها فردی عامدانه به دنبال انتشار این ویروس است تا به هدفی خاص دست بیابد. شایع‌ترین روایت این گروه ادعا دارد که «نخبگان جهانی» - از جمله، بیل گیتس - به دنبال کاستن از جمعیت زمین‌اند. حتی درگاه Demokrata، از سایت‌های طرفدار حکومت، نیز «نظریه بیل گیتس» را مطرح کرد اما این نظریه بیشتر در سایت‌های تله‌کلیک مطرح است. این نظریه روایتی پوپولیستی دارد.

گروه دوم شامل «نظریه‌های سلاح زیستی» است که پیش‌تر هم به آن اشاره کردیم. نظریه‌های شایع در این گروه ادعا می‌کنند در «جنگ جهانی سوم» علیه چین سلاح زیستی به کار گرفته شده است. برای مثال، یکی از این نظریه‌ها ادعا می‌کند عامل شیوع این ویروس آمریکاست و با این کار می‌خواهد «اقتصاد چین را به زانو درآورد». این روایت با روایت ژئوپلیتیک شناخته‌شده‌ای که اغلب روسیه و چین آن را انتشار می‌دهند کاملاً هم‌خوانی دارد، بنابراین نظریه آمریکا با کسانی که آنها را رقیب خود بدانند رفتاری خصمانه دارد و حتی اگر لازم باشد معاهدات بین‌المللی را زیر پا می‌گذارد. در عین حال، نظریه‌های توطئه‌ای نیز که ادعا می‌کنند چین عامل انتشار این ویروس بوده و آن را در آزمایشگاهی نظامی در چین به عنوان سلاحی زیستی تولید کرده است، شایع‌اند. ویژگی مشترک این نظریه‌ها آن است که ادعا دارند ویروس کرونا چیزی نیست که به صورت طبیعی روی دهد بلکه نتیجه نقشه‌ای معین برای نابود ساختن گروهی از مردم است.

گروه سوم اخبار ساختگی روایت‌های آخرالزمانی «پایان جهان» است. این مطالب با ادعاهایی که به هراس مردم دامن می‌زند می‌خواهند جنجال به پا کنند. ادعا می‌شد در وهوان جنگی داخلی در جریان است و صدها فرد مبتلا، پست‌های بازرسی بر سر راه‌های خروج را «محاصره» کرده و حتی تقریباً ۵ میلیون نفر وهوان را ترک کرده‌اند و در نتیجه این ویروس در جهان انتشار یافته است. در این نوع اخبار ساختگی، در حالی که به طور رسمی هیچ موردی از ابتلا به ویروس

در مجارستان تأیید نشده بود، درباره موارد ابتلا به ویروس و کشته‌شدگان بحث می‌شد.

آخرین و کوچک‌ترین گروه مطالب به «درمان‌ها» مربوط می‌شود. این اخبار ساختگی متوهمانه اعلام می‌کردند که پادزهری برای این ویروس پیدا شده است، داروهای سنتی چینی این ویروس را «متوقف» می‌کند، و درباره درمان با ویتامین ث خیال‌پردازی می‌کردند.

مقامات مجارستان از اکثر این روایت‌های ساختگی آگاهی داشتند، آنها تحقیقاتی را درباره تعدادی از سردبیران درگاه‌های ناشر اطلاعات نادرست درباره ویروس کرونا آغاز کردند. این درگاه‌ها بسته شده و مقامات علیه سردبیران آنها اقامه دعوی کرده‌اند. همچنین پلیس یک ویدئوبلاگر را که با انتشار اخباری نادرست ادعا کرده بود در بوداپست منع آمد و شد برقرار خواهد شد، دستگیر کرد.

هوشیاری مقامات در مقابله با این سایت‌ها دلگرم‌کننده است و اقدامات محدودکننده علیه این‌گونه سایت‌ها نیز موجه به نظر می‌رسد زیرا هراس در چنین شرایطی می‌تواند به بهای جان انسان‌ها تمام شود. درگاه‌های انتشار اخبار ساختگی متعددی مشغول نشر خبرهای گمراه‌کننده و تشویش برانگیزند و این اخبار به دست صدها هزار نفر می‌رسد. مقالات عوام فریبانه درباره کووید ۱۹ صرفاً تعداد بازدیدکنندگان این سایت‌ها را بالا می‌برد و به انتشار اخبار ساختگی درباره مراقبت‌ها بهداشتی و «درمان‌های» غیرمؤثر کمک می‌کند. این سایت‌ها اخباری ساختگی درباره «طب جایگزین» منتشر می‌کنند؛ آنها می‌توانند مروج جریان ضدیت با واکسیناسیون باشند و آسیبی بیشتر از بحران اخبار ساختگی رقم بزنند.

متأسفانه در عین حال، برخی مقامات عالی‌رتبه مجارستان با انتشار اخبار ساختگی مبارزه نمی‌کنند بلکه در تولید و گسترش آن نیز دست دارند. مشابه با مورد ایران، هدف اصلی آنان سرزنش دیگران و پنهان کردن عدم آمادگی مقامات است.

## اخبار ساختگی مورد حمایت دولت

مجارستان تنها کشوری نبود که برای مقابله با ویروس کرونا اصلاً آمادگی نداشت - حتی در میان کشورهای توسعه

یافته نیز این آمادگی وجود نداشت. در ۲۸ فوریه، که هنوز هیچ مورد تأیید شده‌ای از ابتلا به این ویروس در مجارستان وجود نداشت، ویکتور اوربان، نخست‌وزیر کشور، با اطمینان اعلام کرد که چالش اصلی برای مجارستان نه ویروس کرونا بلکه مهاجرت غیرقانونی است. کوچک شمردن اهمیت این ویروس بعد جای خود را به پروپاگاندایی داد که موضوع محبوب حکومت مجارستان - یعنی مهاجرت غیرقانونی - را به این ویروس پیوند می‌داد.

نخستین بار این مشاور امنیت داخلی نخست‌وزیر، گئورگ باکوندی، بود که روایت اصلی را درباره پیوند بین ویروس کرونا و مهاجرت غیرقانونی مطرح کرد. او در اوایل ماه مارس اعلام کرد که «بین ویروس کرونا و مهاجرت غیرقانونی ارتباطی وجود دارد». او افزود که اغلب مهاجران غیرقانونی از افغانستان، پاکستان یا ایران می‌آیند و در نتیجه اغلب آنان یا از یکی از مراکز این بیماری همه‌گیر آمده‌اند یا از آنها عبور کرده‌اند. در نتیجه، «مکان‌های ورود» بدنام به طور خودکار اعلام کردند که تمام مهاجران از مرز جنوبی را رد می‌کند. این نخستین نشانه مهمی بود که نشان می‌داد حکومت قصد دارد از این بیماری همه‌گیر برای مقاصد سیاسی خود بهره‌برداری کند.

بعداً، نخست‌وزیر شیفته این طرح و داستان شد و شروع کرد به ترویج آن در داخل و خارج کشور. در راستای همین استدلال، مقامات مجارستان انگشت اتهام را به سمت بیماران مبتلا به ویروس کرونا در کمپ‌های مهاجران نشانه گرفتند. در عین حال، نخستین موارد اعلام عمومی ابتلا به ویروس کرونا دانشجویان ایرانی بودند و حکومت مجارستان، مقامات مسئول و حزب محافظه‌کار فیدس به شکلی زننده آنان را به خاطر عدم همکاری در دوران قرنطینه سرزنش کردند - پیامی که عامدانه به دنبال تحکیم تصور پیوند بین ویروس کرونا و مهاجران مسلمان بود.

این پیام‌ها مضحک بودند. ایرانیانی که در مجارستان تست کرونای آنان مثبت بود مهاجران غیرقانونی نبودند بلکه دانشجویانی بودند که در مجارستان و در برنامه‌های مورد حمایت دولت مشغول به تحصیل بودند. از این گذشته، چگونه می‌توان مهاجران غیرقانونی را به خاطر همه‌گیری بیماری‌ای سرزنش کرد که مسیر پرواز نخبگان در سراسر جهان را دنبال کرده و مقاماتی مانند شهردار

میامی، همسر نخست‌وزیر کانادا، سخنگوی رییس‌جمهور برزیل، نخست‌وزیر انگلستان و تام هنکس و همسرش را مبتلا کرده است؟

کارشناسان هوادار حکومت این پیام را که «کشورهای مهاجر بیشتر تحت تأثیر این بحران قرار دارند» - که معلوم نیست عبارت «کشورهای مهاجر» در آن چه معنایی دارد - طوطی‌وار تکرار می‌کنند و تقصیر را گردن اروپای غربی، و البته جرج سوروس و نظریه جامعه باز او، می‌اندازند. در همان حال، در سطح مقامات رسمی هیچکس حکومت چین، یعنی منشأ ویروس، را مقصر نخوانده است - احتمالاً برای حفظ پیوندهای سیاسی و اقتصادی‌شان با چین.

سخنگوی حکومت مجارستان، مطبوعات را به خاطر راستی‌آزمایی نکردن مطالب سرزنش و روزنامه‌نگاران را تلویحاً تهدید می‌کند و مدعی است حکومت دست به هر اقدامی خواهد زد تا سیل اخبار ساختگی و شایعات را متوقف کند.

چند هفته پیش، پس از یک دوره انکار و تأخیر در واکنش، عاقبت حکومت مجارستان اقدامات محدودکننده متعددی را به اجرا درآورد تا از سرعت انتشار این ویروس بکاهد. این بحران بزرگ‌ترین چالشی است که اوربان در دوران ۱۰ ساله نخست‌وزیری خود با آن مواجه بوده است. دلیل آن تنها افت اقتصادی و تعداد زیاد قربانیان، مسائلی که سایر کشورهای اروپایی نیز با آن مواجه هستند، نیست. این بحران بیشترین لطمه را به بخش‌هایی وارد آورده است - یعنی خدمات بهداشتی و درمان و آموزش و پرورش - که پیش‌تر حکومت مجارستان با سیاست‌های مالی محدودکننده خود لطمه شدیدی به آنها وارد آورده بود، آن هم در دورانی که در زمینه‌های دیگر رشد چشمگیری وجود داشت.

دولت اوربان از پیامدهای سیاسی این بحران به وحشت افتاده است و می‌خواهد با کارزار انتشار اخبار جعلی و مقصریابی، نارضایتی‌ها را به سمت دیگری هدایت کند. اوربان به شکلی از حکومت‌داری عادت کرده است که با توجه به بنیان اقتصادی قوی می‌توانست صرفاً با توسل به اطلاع‌رسانی سیاسی و سیاست‌نمادین و با تکیه بر امپراتوری رسانه‌های گسترده و شدیداً متمرکز، دست به هر کاری بزند بدون این که نگران عواقب‌اش باشد. نخستین هفته‌های مواجهه با این همه‌گیری جهانی نشان می‌دهد که این بار استفاده از چنین ترفندی بسیار دشوار خواهد بود.



## ادامه مطلب چرا بعضی از... از صفحه ۴۳

از همین موقعیت‌ها و اشیاء قرار می‌دهند. چنین نمود و نمایشی باید شامل بازگویی نفس حادثه مرگ باشد، یا به‌ویژه، خاطرات آزارنده‌ای را که شخص مبتلا تمایل به پرهیز از آن‌ها دارد فرابخواند و بعد به تدریج، همان خاطرات را حین یا بین جلسات درمان تکرار کند. مراحل نهایی فرایند درمان اغلب ناظر به آینده است، یعنی تلاش در جهت این که فرد غمگین، بدون حضور عزیز از دست رفته، جریان زندگی را از سرگیرد، جریانی که از یک طرف بر ایجاد و حفظ یک رابطه سالم و معقول با فرد متوفی تأکید می‌کند، از جمله قبول این که فرایند حیات پایدار است؛ و از طرف دیگر، ناظر به حمایت‌هایی است که فرد متألم و محزون را به برقراری روابط معنادار ترغیب کند.

به نظر می‌رسد که ضرب‌المثل «زمان همه دردها را مرهم می‌زند» فقط تا حدی درست است. برای زخم‌های حاد، از گذشت زمان کاری بر نمی‌آید. برای درمان تخصصی و کمک به فرایند بهبودی باید به پزشک مراجعه کرد. افراد داغ‌دیده‌ای که گرفتار پیچیدگی‌های عذاب‌آلود حزن و اندوه هستند، اغلب وضعیت خود را با کلماتی مثل بی‌حسی، شکنندگی و ناتوانی شدید توصیف می‌کنند. همان طور که در مورد مونا دیدیم، شبکه اجتماعی فرد، عامل بسیار مهمی است. در حالی که شبکه آگاه و حامی اطرافیان می‌تواند پشتوانه‌ای در مقابل اندوه باشد، جدایی از دوستان و بستگان هم می‌تواند فرد آسیب‌دیده را به انزوا بکشاند و احساس رنجوری و بهبودی را عمیق‌تر کند، حالاتی که به تقویت اختلال اندوه پایدار می‌انجامد. بسیار ضروری است بدانیم که کمک تخصصی همواره در دسترس است. اگر این نوشته را خواندید و علائم اختلال اندوه پایدار را در آشنایان، یا شاید خودتان، مشاهده کردید، در جستجوی کمک تخصصی برآید زیرا زمان زداینده همه اندوه‌ها نیست.

زنانی که چتر باز خوانده می‌شوند هنوز به کار خود مشغول‌اند. چیزی عوض نشده که آنها از کار خود دست بکشند. نه محرومیت از بین رفته نه مسئله بیکاری حل شده و نه فقر به پایان رسیده است. وضعیت معیشت سخت‌تر شده و به همان نسبت راه‌های حمل کالا به نسبت گذشته موانع بیشتری دارد. با این حال هنوز ساحل و دریا و جاده زنان چتر باز را به خود می‌بیند. زنانی که چتر باز نبودند و به واسطه نامهربانی روزگار بالاچار به این کار تن دادند تا زیر این کوله‌بار سنگین خانواده‌ای را سرپرستی کنند و در این سقوط آزاد و بدون چتر از این ناملایمات به سلامت عبور نمایند.

## ادامه مطلب کولبران چتر باز... از صفحه ۴۲

## نجات، بدون چترنجات

دوندگی و احتمال شلیک در پهنه دریا معاف هستند و مسیری کم‌خطرتر را پیش روی دارند اما در این راه زنجیر به پای دارند و در بند کسی هستند که آنها را به استخدام خود درآورده است. آنان می‌بایست بارها را به دوش گرفته، حمل کرده و روی زمین نگذاشته بار دیگری به دوش بگیرند. چتربازان اسیر به دست اربابان اجیر می‌شوند تا کالاهایی را به شکل قانونی از مناطق آزاد به نزدیک‌ترین سواحل حمل کنند. دسته‌ای از این زنان به همراه ارباب به مناطق آزاد، عمدتاً قشم، برده می‌شوند و با خرید شناسنامه و یا کارت ملی آنها توسط ارباب و صدور برگ سبز کالا به همراه اجناس به سوی مقصد می‌روند. آنها در گرمای طاقت‌فرسای جزیره باید مدت‌ها در صف‌های طولی گمرکی بایستند تا نوبتشان فرا برسد. در این صفوف به هم پیوسته و فشرده آنچه بیشتر به چشم می‌خورد گریه کودکانی است که شرعی و گرسنگی و تشنگی بی‌تابشان کرده است. حضور این کودکان به سبب شناسنامه است. نفر بیشتر یعنی شناسنامه بیشتری برای فروش. در انتهای این صف طولی چتربازان باید امیدوار باشند که دریا خواهر بماند و موج نشود و بار به سلامت به ساحل برسد و گرنه با بسته شدن درهای خروج و عدم اجازه حرکت به شناورهای دریایی آنها می‌بایست شبی را در این وضعیت سپری کنند تا اجازه حرکت داده شود. در صورت عدم همراهی ارباب تمامی مسئولیت این حمل بار با چتربازان است و از این رو بسیاری از آنها ترجیح می‌دهند تا به جای سفر با لنج، که زمان طولانی‌تری طی می‌کنند، با قایق به سمت بندر بروند. بسیاری از کودکان و همراهمان کهنسال چتربازان در این حمل و نقل دریایی دچار دریازدگی و مشکلات جدی تنفسی یا گوارشی می‌شوند. با این حال تمامی این رنج و صعب به جان خریده می‌شود تا کالاها به اسکله برسند و صاحب کالا عاقبت پهای خرید شناسنامه‌ها را بپردازد. زنان چترباز این مسیر سلامت خود و خانواده را نزد ارباب گرو می‌گذارند تا بتوانند جنسی را به سلامت به خشکی برسانند و با این سود اندک تا مدتی زندگی کنند و بعد روز از نو، روزی از نو.

## زنانی که چتر باز نبودند

تصویر زنی که سعی می‌کرد در آن زنگ ورزش ناتمام کارتن سیگار خود را که به مثابه زندگی‌اش بود حفظ کند امروز زیر خروارها خاک دفن شده است. آن مدرسه امروز دیگر وجود ندارد. بنایی تاریخی با

برای آنان نامی ندارم. نه از دسته دوندگان صدمتراند نه ماراتن. از ساحل و خشکی یکسره جدا هستند و امرار معاش خود را بر پهنه دریا گسترده‌اند. کوچک‌ترین خطری که در کمین آنان است غرق شدن در آب‌هایی است که بومیان سال‌هاست آن را خواهر می‌خوانند. در این خواهرانگی و آشوب، آنان کارتن‌های اجناس را می‌چسبند تا مبادا به درون آب بیفتند. کارتن‌هایی که تنها امید نجاتشان است و به نوعی جلیقه نجات هم محسوب می‌شود. این چتربازان با این امید سوار بر قایق‌ها می‌شوند و مسیرهای دریایی مابین جزایر یا مناطق مرزی را طی می‌کنند که کالایی را صحیح و سالم به ساحلی امن برسانند. تا رسیدن به ساحل امن اما اتفاقات بسیاری در کمین آن‌هاست. خشمی بزرگ‌تر از دریا در کمین آن‌هاست: مواجه شدن با قایق‌های گشتی. اگر دریا خواهر است این دومی هیچ‌گاه برادر محسوب نمی‌شود. از همین رو قایق‌های حامل کالا سعی می‌کنند در کوتاه‌ترین زمان ممکن و در هوایی تاریک مسیر را طی کرده تا به دور از چشم گشتی‌ها بار را به سواحل و خورها برسانند. اغلب ناخدایان برای محکم‌کاری به خشم طبیعت پناه می‌برند تا از خشم دوم در امان بمانند. آنها در هوایی طوفانی راهی مقاصد خود می‌شوند. قایق‌های گشتی، در هوای طوفانی بیرون نمی‌آیند و ناخدایان می‌توانند حواس خود را متمرکز امواج می‌کنند. امواج که فروکش کرده باشند و به اصطلاح بومیان دریا چرب باشد احتمال تصادم با قایق‌های گشتی بالا می‌رود. در نتیجه این رویاری شلیک مستقیم به قایق‌ها در دستور کار مأموران است. شلیکی که بدون اخطار قبلی و با خشونت تمام گارد ساحلی رخ می‌دهد و منجر به کشته شدن حاملان کالا شده است. اخبار این کشتار هیچ‌گاه به خشکی درز پیدا نکرده و رسانه‌های محلی اجازه انتشار مرگ کولبران دریایی را ندارند. ماجرای شلیک به قایق‌های حامل کالا، جزو خطوط قرمز است و کمتر بدان پرداخته می‌شود. در سال‌های اخیر اما با رشد شبکه‌های اجتماعی از این زنان و مردان که در بی‌خبری تمام دفن می‌شوند بیشتر گفته شده و سؤال‌هایی مبنی بر چرایی شلیک به انسان‌هایی که بر فرض مجرم بودن و به رغم مسلح نبودن کشته شده‌اند شکل گرفته است.

## برگ‌هایی که سبز نبودند

مسیر دیگری که زنان چترباز برای امرار معاش برگزیده‌اند به دایره‌ای سیزیف‌وار شبیه است. این سیزیف‌ها هر چند از

## ادامه مطلب از هر ۴۵ دختر... از صفحه ۳۹

خانواده هرگز بازنگشته اند. به گفته یکی از کارشناسان سازمان بهزیستی کشور «در صورتیکه چنین مراکزی تأسیس شود و دختران پس از فرار امکان مراجعه به آن را داشته باشند، با توجه به امنیت این مراکز، خانواده‌ها نیز راحت تر حاضر به پذیرش فرزندانشان خواهند بود».

با وجود تمامی تلاش‌ها و طرح‌های پیشگیری و توانبخشی در ارتباط با پدیده گریز از منزل، همواره چالش اساسی بسیاری از مددکاران اجتماعی و دیگر فعالان حوزه حقوق کودکان و زنان، ضعف و کژکارکردی قانون در موارد کودک آزاریست. چنانچه در بسیاری از موارد مددکاران اجتماعی با توجه به حق حضانت و ولایت پدر نسبت به فرزند، از اثبات بد سرپرست بودن پدر عاجز بوده و در بسیاری از موارد تلاش آنها برای جمع‌آوری مدارک لازم به منظور اثبات بد سرپرست بودن پدر در دادگاه بی نتیجه باقی می‌ماند. در نتیجه آن، با توجه به نقص قانون در حمایت از کودکان در معرض خشونت، زمانیکه دختران توسط نیروی انتظامی به خانواده‌ها تحویل داده می‌شوند، به جای حل موضوع از طرف خانواده و یا از بین بردن امکان مورد خشونت دوباره قرار گرفتن دختران در خانه، بعد از ارجاع دوباره آنان به خانواده، آنان بیش از پیش مورد خشونت قرار می‌گیرند و بدین ترتیب چرخه معیوب فرار از منزل و بازگشت به خانه تکرار گشته و در مراحل بعد دختران با آسیب‌های بیشتری از جمله افتادن به زندان و یا وارد شدن به باندهای بزهکار روبرو می‌شوند.

## ادامه مطلب روانشناسی چند... از صفحه ۴۴

زندگی با جنبه‌های مختلف بسیار مهم است. جنبه‌های پویایی ذاتی آگاهی، شهود، احتیاط، عشق بلاشرط و شفقت آبی با تحرک جسمانی، قدرت، شور و شوق و توان قرمز، با هم درآمیخته می‌شوند. غالباً بنفش‌ها بدن فیزیکی قوی و پرانرژی دارند. آنها نیاز به رهایش قدرت جسمانی شان از طریق ورزش یا دیگر تمرین‌ها دارند. چون آنها ذهن قدرتمندی نیز دارند، ریلکسیشن فعال معمولاً راه مناسبی برای آزادسازی انرژی در تمامی سطوح است.

با وجود آنکه آموزش به کودکان و نوجوانان در مدارس و نقش اولیا و مربیان در آموزش و پرورش به منظور کمک به برقراری ارتباط بین خانه و مدرسه و آموزش خانواده‌ها، یکی از کم‌هزینه‌ترین و با اهمیت‌ترین راه‌های پیشگیری از خشونت خانگی و در نتیجه فرار دختران از خانه است، اما نهاد آموزش و پرورش از کمبود نیروی متخصص بخصوص مشاوران و مددکاران اجتماعی رنج می‌برد.

در سطح مداخله و توانبخشی دختران فراری نیز مراکز مداخله در بحران سازمان بهزیستی متولی دختران فراری هستند که دختران از سه طریق تماس با خط تلفنی ۱۲۳، نیروی انتظامی و قوه قضاییه به سازمان بهزیستی ارجاع داده می‌شوند. به این ترتیب دخترانی که به مراکز مداخله در بحران بهزیستی ارجاع داده می‌شوند، به صورت کوتاه مدت که سقف آن تا شش هفته است، می‌توانند در این مراکز بمانند و تحت حمایت قرار بگیرند.

با این وجود همواره بسیاری از کارشناسان سازمان بهزیستی کشور و فعالان حوزه زنان و کودکان بر ضرورت تأسیس مراکز بیشتری از طرف سازمان بهزیستی به عنوان خانه‌های امن یا پناهگاه تأکید دارند. وجود اینگونه از پناهگاه‌ها این امکان را فراهم می‌کند که دختران بسیاری که از خانه فرار می‌کنند، بتوانند حضور کوتاهی حتی به مدت یک شب را داشته باشند، چراکه به گفته اکثر دختران، بسیاری از آنها تنها یک شب پس از فرار، از اقدام خود پشیمان شده‌اند، اما به دلیل ترس از بازگشت و بازخواست

بنفش‌ها به آسانی قوانین و علل مربوطه را می‌یابند و از طریق شهودشان مراحل کار را می‌فهمند. انگیزش آنها ابراز و زندگی با بصیرت به واسطه خلاقیت هنری و ابداعانه است. هر چه بیشتر بصیرت درونشان را اغنا کنند، بیشتر خرسند و قانع می‌شوند. شخصیت انعطاف پذیر بنفش، زندگی را همچون یک جادو تجربه می‌کند و دوست دارد دائماً در حال تحول باشد و نیز به سرعت و به آسانی سازش می‌یابد. از آنجا که شخصیت‌های بنفش ویژگی‌های آبی و قرمز را توأم دارند، برای آنها

در زندگی مان لزومی ندارد که نگران عقیده و نظر دیگران درباره خودمان باشیم. نظر دیگران مهم نیست. آنچه مهم است این است که ما خودمان را چگونه می‌بینیم و چقدر به خودمان احترام می‌گذاریم.

## ادامه مطلب دنیای سینما... از صفحه ۱۷

«دونات دالیز» ساخته «نورم اندرسن» درباره جنگ ویتنام و زنان پرستاری که از مجروحین جنگ و سربازان آمریکایی در خط اول جبهه پرستاری می‌کردند که ضمن نگاهی به خدمت ارزنده این زنان فداکار که تعداد کمی از آنها هنوز در قید حیات و در سنین کهولت هستند، به این جنگ نافرجام هم می‌پردازد که هزاران نفر - از هر دو طرف - جانانشان را برای اهدافی پوچ از دست دادند. «پراگ اورجی» ساخته فیلمساز معروف چکسلواکی «ایرناپاولسکوا» درباره کوشش دستیار «فلیپ رات» نویسنده معروف آمریکا برای خروج اسنادی از چک در زمان جنگ دوم است که چگونه فضا و قشر بالای کشور در حال و هوای دیگری سر می‌کردند.

از چکسلواکی فیلم «قفس» ساخته «یری استراج» هم نشان داده می‌شود که درباره یکی از ماموران مخفی این کشور، باز در زمان جنگ دوم، است که با هجوم روس‌ها می‌خواهد پرونده ناخوشایند خود را که شامل جرائمی هست از گاو صندوق دولتی «همان «قفس»» بیرون بیاورد. برای این منظور از یکی از زندانیانی که تخصص اش در باز کردن گاو صندوق است، در مقابل تعدیل زمان حبس او، می‌خواهد تا مخفیانه این کار را انجام دهد. اما داستان به جایی می‌کشد که این سارق با آگاهی بیشتر از محتوای اسناد، تصمیم دیگری اتخاذ می‌کند.

## ادامه مطلب دنیای بعد از کرونا... از صفحه ۴۹

افزایش پیدا کنند اما به نظر من در دراز مدت پیامدهای مثبت آن در زندگی بشر زیاد خواهد بود. ما در مورد رفتارمان با کره زمین و با همدیگر تجدید نظر می‌کنیم. به این فکر کنید که ما همه چیزمان را داریم و فقط در خانه‌هایمان را بسته‌اند و گفته‌اند حق ندارید خارج بشوید. مثل کمیته مشترکی که شکنجه و زندانبان ندارد. کمیته مشترکی که حمام داشته باشد، تلفن داشته باشد، حق ارتباط تصویری داشته باشد اما باز هم یک چیزی به نام همان «اجبار ماندن در چهاردیواری» است که مردم را آزار می‌دهد. و همین موضوع منشا تحول خواهد شد.

چون جهان یک تجربه سخت مشترک را از سر گذرانده و همین بحران باعث همدلی و اصلاح بسیاری از نابسامانی‌ها خواهد شد. به نظر من نگاه مردم به همدیگر مهربان‌تر خواهد شد.

این روزها به تصاویر نوه‌هایی که پشت پنجره با مادر بزرگ‌ها حرف می‌زنند نگاه می‌کنیم یا صدای آواز و امید پشت پنجره‌ها را می‌شنویم مثل امید ما به زندگی در اوج اعدام رفقایمان و درد و رنجی که داشتیم و زندانبان‌ها را عاصی کرده بود.

**اما آمارها نشان از افزایش خشونت خانگی می‌دهند.**

شاید خشونت خانوادگی و بحران اقتصادی

تا جای ممکن شکرگزار «هستی» باشیم. نه تنها به خاطر محبت‌های بزرگ، بلکه برای چیزهای کوچک، شکرگزاری و سپاس را بیشتر کنیم. بگذاریم که شیوه ما شود. از همه سپاسگزار باشیم. ما هیچ حقی نسبت به «هستی» نداریم، پس هر چی داده می‌شود یک نعمت است. وقتی احساس شکرگزاری را درک کنیم، و اجازه دهیم در عمق وجودمان بنشیند، برای همه چیز شکرگزار می‌شویم. هر چه شکرگزارتر باشیم، کمتر «شکوه» و «شکایت» می‌کنیم.



## ادامه مطلب چاکراها... از صفحه ۳۳

## کارهای پیشنهادی برای باز کردن و بالانس شدن انرژی در چاکرای ششم

توجه به این نکته لازم است برای باز شدن و متعادل کردن انرژی چاکراهای بالایی (پنجم، ششم، هفتم)، بالانس بودن و حرکت انرژی چاکراهای پائینی (چاکرای اول، دوم، سوم) لازم است. در صورت متعادل بودن انرژی در چاکراهای اولیه، چاکرای قلب (چاکرای چهارم) مانند پلی چاکراهای زمینی را به چاکراهای روحانی و معنوی ربط داده و امکان متعادل کردن انرژی در این چاکراها را برای ما میسر می کند برخلاف چاکراهای دیگر که در مقالات قبلی راهکارهای بسیاری برای متعادل کردن انرژی آن پیشنهاد شد، چاکرای ششم یا چشم سوم، تنها چهار کار اصلی پیشنهاد می شود:

- ۱- مدیتیشن
  - ۲- نگه داشتن سنگ ها در زمان مدیتیشن
  - ۳- خوردن غذاهای سالم
  - ۴- انجام یوگا
- در حالت مدیتیشن بنشینید و با نگاه داشتن سنگهای همچون آسیدین سیاه (black obsidian) و یا «آمتیست» (Amethyst) رنگ یاقوت بنفش را در چاکرای چشم سوم خود تصور کرده و با دم و بازدم خود ارتباط پیدا کرده و عمیقاً نفس بکشید. بعد از برقراری ارتباط با تنفس و آرام کردن ذهن می توان جملات تصدیقی چون:
- ۱- من قادر به ارتباط مستقیم با راهنمای داخلی خود دارم
  - ۲- من به آگاهی درونی خود گوش می دهم
  - ۳- من روح خودم را پرورش می دهم
  - ۴- من با آگاهی جهانی ارتباط دارم
  - ۵- من منبع راستی و عشق هستم
  - ۶- من آماده الهام و سعادت هستم
- انجام دادن حرکت های یوگا مانند:

Child pose  
Half standing forward  
Sun salutation  
Warrior III

امیدوارم خواندن این مطلب نه تنها باعث سرگرمی و افزایش آگاهی شما در مورد چاکرای ششم شود. بلکه با به کارگیری و تمرینات پیشنهادی آرامش و سلامتی بر زندگیتان برقرار باشد. تقدیم با عشق و احترام

اگر خواستیم از عشق فرار کنیم، در زمان گذشته و یا در زمان آینده زندگی کنیم. ولی اگر خواستیم رودخانه عشق را در درونمان جاری سازیم، در زمان حال زندگی کنیم. زیرا عشق فقط در زمان حال ممکن است.

## ادامه مطلب مشقی تازه در... از صفحه ۱۹

اقدامات سید ضیاء در سه ماهه حکومت او از این قرار بود. پوشاندن مجاری آب، نصب فانوس های نفتی در معابر در شب ها، استخدام سپور، آب پاشی خیابان ها، بستن سینماها و تماشاخانه ها و فاحشه خانه ها، انتقال فاحشه ها از محلات داخل شهر مانند چاله سیلاب به شهرنو. تعیین سه قرآن تاکس رسمی برای هر نوبت سیگارکشی، پوشاندن نشیمن مستراح ها تاسیس رختشویخانه و قدغن کردن رختشویی و ظرف شویی به سر نهرها و جلوگیری از شستشوی جنازه اموات در خانه ها دفن متوفیات در منزل و مساجد...

## خانلری ادبیات و معاصر را می شناخت

خانلری به ملک الشعرا بهار بسیار احترام می گذاشت و او را ادیب بزرگ و میهن پرست خطاب می کرد. خانلری از یک لحاظ با بهار اشتراک داشت، هر دو ادیب سیاست مدار یا سیاستمدار ادیب بودند. نثر خانلری در کمال سادگی و روانی است. بی تردید او را از پایه گذاران اسلوب نو در نثر باید فارسی دانست. او نثر دانشگاهی را غنا بخشید درست نویسی شیوه او بود. ساده استوار و بی پیرانه می نوشت. مهمترین اقدام او تاسیس مجله سخن بود. مجله سخن نه تنها یک مجله بلکه یک انجمن فرهنگی و یا فرهنگستان بزرگ بود. اعضاء آن را نام آورانی چون شهیدی، هدایت، بزرگ علوی، آل احمد مشیری، ابتهاج گلچین گیلانی، مینوی، محجوب طبری، صادق کیا و صدها تن نویسنده و شاعر فرهیخته دیگر تشکیل می داد. خانلری اولین شعر نو خود را در سال ۱۲۲۳ بنام «یغمای شب» در مجله سخن به چاپ رسانید اما شاهکار اشعارش شعر عقاب اوست که در ۱۳۲۱ در قالب مثنوی سروده بود. از آن بوی تازگی و شعر نو می آمده.

## ادامه مطلب منطقه فضول آباد... از صفحه ۱۹

خواهید. زود هم خوابش برد. خواهر توران خانم همیشه میگه تو زن زرنگی هستی اینو همه می دونستند ولی چه فایده همه کارهارو تو انجام میدی چون شوهرت رو تنبل و ناتوان کردی. پس حالا بکش خود کرده را تدبیر نیست.»

هر نانو مکلف است برای نان هایی که از تنور بیرون می آید سکوی آجری بسازد. هر خوراکی فروشی اعم از نانو، قصاب و کله پز و آبگوشی و کبابی و یخنی پزنوعی خورشت) و فرنی پز باید کف دکان خود را آجرفروش کند. سطح خیابان مخصوص چارپایان، گاری، درشکه و واگن و پیاده روها مخصوص رفت و آمد پیاده ها می باشد. سگ های خانگی باید قلاذه شده و زنجیر داشته باشند. کبوتر بازی اکیدا قدغن است. سربریدن حیوانات، امثال گوسفند و مرغ و خروس در انظار و ملامت به کلی ممنوع است. داد زدن در کوچه ها، توسط طواف (خدمتگزاران)، دوره گرد، طبقی، کاسه بشقابی، قبا در خالقی (قبائی کوتاه تر در زیر قبای مردان)، قفل و کلیدی، میوه فروشی، گردویی و امثال آن و همچنین تعارف و اصرار کسبه به مشتری و بفرما زدن چلوبی و آبگوشی و غیره ممنوع.

از این تاریخ احزاب منحل می شود و مصرف تریاک و شیره در انظار و قهوه خانه ها ممنوع. هر کاسب باید سنگ های فلزی داشته باشد و آن را به نظر اداره اوزان بلدییه برساند. عموم فروشنده ها موظفند بروی اجناس خود مقوای قیمت نصب کنند. هیچ کس از اهالی حق ندارد در معابر به قضای حاجت بپردازد. قداره کشی و نزاع و عربده کشی و حمل کار، چاقو، قمه و قداره موجب مجازات سنگین است. نابینایان باید بازو بند از پارچه زرد و عصا در دست داشته باشد. اجتماعات خیابانی قدغن است. معرکه گیری، مارگیری، تلکه گیری، گدایی، کلاشی، رمالی، دعانویسی و ولگردی ممنوع است. آب خزینه های حمام باید همه هفته تعویض گردد. کوره های حمام باید دودکشی داشته باشد. گاری و چهارچرخه ها باید در شب چراغ و درشکه ها باید نمره و بوق و چراغ داشته باشند.

توران خانم هم جواب داد: «نمی تونستم بیشتر منتظر تو بمونم خودم همه را انجام دادم. فقط مونده تو بری روی میز لامپ را درباری.» گفت: «باشه.» ولی چند دقیقه بعد همین یک قلم کار هم یادش رفت برگشت توی اتاقش و گرفت

در «صداقت» عمقی هست که در دریا نیست. و در سادگی بلندی هست که در کوه نیست. سادگی مقدمه صداقت است و فاصله سادگی تا صداقت دریا دریا «معرفت» است.

## ادامه مطلب خیام و ابوالعلاء... از صفحه ۶

در دایره ای کامدن و رفتن ماست  
آن را نه بدایت نه نهایت پیداست  
کس می نزند دمی درین عالم راست  
کاین آمدن از کجا و رفتن به کجاست

و  
دارنده چو ترکیب طبایع آراست  
باز از چه سبب فکندش اندر کم و کاست  
گر زشت آمد این صور عیب کراست  
ور نیک آمد خرابی از بهر چراست

آن سرگشته ناپینا فَاَنْهَا لَا تَعْمَى الْاِصْبَارُ  
وَلَكِنْ تَعْمَى الْقُلُوبُ الَّتِي فِي الصُّدُورِ  
او را خبر نیست که حق تعالی را بندگانی  
اند که در متابعت سید اولین و آخرین  
بر کلی کاینات عبور کرده اند و از قاب  
قوسین در گذشته و در سرلودنی همگی  
هستی خویشتن کم زده و دیده ی بصیرت  
را به کحل مازاغ البصر وما طغى مَكْحَل  
گردانیده (اند). (۹۰)

قفطی (متوفی در ۶۶۶) در تاریخ الحکما  
می نویسد: «صوفیان متأخر افکار خود را  
با بعضی از معانی ظاهری اشعار «خیام»  
موافق یافتند و آن را در طریقت خود  
داخل کردند، و در محافل و خلوت‌های  
خوی درباره ی آنها به بحث پرداختند،  
هر چند که معانی باطنی این اشعار برای  
شریعت چون مار گزنده است و ترکیبی  
است از شرّ و فساد. و وقتی که مردم او را  
در دین خود تعقیب کردند و مکنون خاطر  
او را ظاهر ساختند، از کشته شدن ترسید  
و عنان زبان و قلم خود را باز کشید و به  
زیارت حج رفت... و او را اشعار مشهوری  
است که خفیات دلش را ظاهر می سازد و  
کدورت باطن او جوهر تصورش را تیرگی  
می دهد.» (۱۰)

باز در یک مجموعه از رباعیات عربی  
متعلق به سده هشتم به نام «نخبه  
الشارب و عجاله الراكب» (۱۱) می بینیم  
که این رباعی خیام نقل شده است:

دارنده چو ترکیب چنین خوب آراست  
باز از چه سبب فکندش اندر کم و کاست  
گر خوب نیامد این بنا عیب کراست  
ور خوب آمد خرابی از بهر چراست؟

پس از ترجمه این رباعی به عربی دو  
رباعی دیگر در جواب خیام نقل شده که  
او را متهم به لجاجت و عیب جویی می  
کند.

در مورد آثار ابوالعلاء اختلاف عقیده ای  
در میان نیست. در صورتی که شمار  
دقیق رباعیات خیام و اینکه کدام یک از  
اوست با قاطعیت نمی شود قضاوت کرد.  
نخستین بار آرتور کریستن سن دانشمندی  
و پس از او صادق هدایت و دیگران پانزده  
یا شانزده رباعی را که در منابع قدیمی

## ادامه مطلب تازه های دنیای پزشکی... از صفحه ۲۵

سخنرانی برای یک جمع و استرس طولانی  
مدت نظیر نگهداری از یک بیمار سرطانی  
و یا فراموش کار (الزایمر) باعث بالا رفتن  
کورتیزول شده که عوارض ذکر شده را به  
بار خواهد آورد. در تمام موارد بالا استفاده  
از یک رژیم غذایی گیاهی و سالم می تواند  
نتیجه مثبت تری به بار آورند. بالا رفتن  
کورتیزول در مردان باعث بالا رفتن چربی  
ها در ناحیه شکم و در بین اعضای بدن می  
شود و بالا رفتن چربی باعث پائین آمدن  
هورمون مردانه (testosterone) در مردان  
شده که آثاری نظیر کم شدن فعالیت جنسی  
و کم شدن قدرت عضلانی را به همراه  
خواهد داشت.

**همراه کردن موقع خواب با ریتم بدن**  
در صورتی که افراد زمان خواب خود را  
همراه با زمان نیاز بدن به خواب هم آهنگ  
کنند هم بیشتر خواب می روند و هم خواب  
آرام تری خواهند داشت. معمولاً رفتن به  
رختخواب ساعت ده شب کمک می کند  
که کورتیزول بالا نرفته و فرد زودتر بخواب  
رود. این باعث می شود که بدن فرد با  
مکانیسم ترشح ملاتونین بدن همراه شده و  
تدریجاً فرد را برای استراحت در شب آماده  
کند. ملاتونین یک ماده طبیعی است که از  
بدن ترشح شده و باعث خواب می شود.  
توجه داشته باشیم که استرس کوتاه مدت  
نظیر آماده شدن برای یک امتحان مهم و یا

## ادامه مطلب گילה مرد... از صفحه ۱۴

حسینی و گفت: «تو هر چه هم از این خانم  
تعریف کنی من قبول نمی کنم. من موقعی  
قبول می کنم این خانم هنرپیشه است که تو  
یک شب شام ایشان را دعوت کنی و ویدیوی  
فیلم شان را بیاری و قبل از اینکه ما ویدیو را  
بینیم خانم یک قری برای ما بدهند.»

نیش آخونده از دیدن من باز شد و بلافاصله  
عمامه اش را برداشت و گذاشت روی میز.  
دوست مان مرا معرفی کرد: «حاج آقا گلرو.  
خانم فرزانه تاییدی از هنرپیشه های بسیار  
هنری ما. فیلم سفر سنگ را بازی کرده اند.»  
حاج آقا نگاهی به من کرد و برگشت به سمت

۷. همان کتاب، ص ۵۲.  
۸. محمد تقی جعفری، تحلیل شخصیت خیام،  
تهران، ۱۳۶۵، ص ۴۰ (مقایسه ی ابوالعلاء و خیام).  
۹. مرصادالعباد، چاپ ۱۳۱۴ هجری، تهران، ص ۱۷.  
۱۰. اخبارالحکما چاپ لایپزیک، ص ۲۴۳-۲۴۴.  
۱۱. این نسخه حاوی ۵۰۰ رباعی است و چند رباعی  
فارسی هم دارد، و به علاء الدین عطاملک جوینی  
پسر بهاءالدین محمد جوینی تقدیم شده است.  
مؤلف نسخه مدتها معلوم نبود، ولی اخیراً معلوم  
شده است که نظام الدین اصفهانی از شعرای زمان  
آباقخان می باشد. نویسنده ی فهرست کتابخانه  
جان رابیندز در منچستر تاریخ کتابت آن را میان  
۱۲۸۲-۱۲۸۵ میلادی می داند.

پس از ترجمه فیتزجرالد در دنیاست.  
امروزه کسی خیام را با «رسالة فی الکون  
و التکلیف» و یا «رسالة فی الطبیعیات»  
نمی شناسد، و هر چند که کتاب «جبر و  
مقابله» او اهمیت به سزایی کسب کرده  
است، باز رباعیات دل انگیز اوست که او  
را مشهور ساخته است.

Alphons Mingana, Catalogue of the Arabic Manuscripts in the John Rylands Library in Manchester, p. 774.  
دوست قدیمی من دکتر کامل مصطفی الشیبی این  
نسخه را در تحقیق مفصل خود به نام «الدوبیت  
فی الادب العربی فی عشرة القرون» که مدتی پیش  
در لیبی چاپ شده، گنجایده است، و چاپ اخیر  
این مجموعه چنین است: نظام الدین اصفهانی،  
نخبه الشارب و عجاله الراكب، چاپ ابوکمال  
ابودی، بیروت ۱۹۸۲.  
۱۲. طربخانه، جلالی همایی ص ۱۶۳.

۱. عقاید فلسفی ابوالعلاء، ص ۲۲۶.  
۲. رجوع کنید به «آمزش» ترجمه ی عبدالمحمد  
آینی، تهران، انتشارات اشرفی ۲۵۲۷، و هم چنین  
کتاب نگارنده «تاریخ طنز در ادبیات فارسی»،  
نشر کاروان، صص ۱۲۸۴. (چاپ جدید این کتاب  
از طرف انتشارات مرورارید نشر می شود).  
H. Javadi. Satire in Persian Literature,  
Fairleigh Dickenson University Press,  
1988, p. 36.

۳. عقاید فلسفی ابوالعلاء، ص ۲۸۹.  
۴. همان کتاب، ص ۲۹۰.  
۵. عقاید فلسفی ابوالعلاء، ص ۲۹۱.  
۶. عقاید فلسفی ابوالعلاء فیلسوف معره، عمر  
فروح، ترجمه ی حسین خدیوچم، سازمان کتابهای  
جیبی، ۱۳۴۲، ص ۱۱۸.

وقتی به تدریج از حرکت بدن آگاه شویم، معجزه ای رخ می دهد. بسیاری از  
کارهایی که در گذشته انجام می دادیم، ناپدید می شوند. بدن مان آرام تر، آسوده  
تر و هماهنگ تر می شود. آرامش عمیقی بدن مان را فرا می گیرد و موسیقی ظریفی  
در بدن مان شروع به نواختن می کند.

همین کاری را که با بدن کردیم، با افکار بکنیم. البته افکار از بدن ظریف تر هستند،  
اما خطرناک تر. لازم نیست با افکار مبارزه کنیم و یا آنها را قضاوت کنیم، فقط  
آگاهی کافی است. معجزه این جاست که با آگاهتر شدن، افکار خود به خود کم می  
شوند و آرامش عمیقی ذهن را فرا می گیرد. وقتی بدن و ذهن مان آرامش گرفتند،  
می بینیم که با هم هماهنگ می شوند و پلی میان آنها برقرار می شود. و اکنون دیگر  
هر کدام ساز خود را نمی زنند.

آمده است گرفته و از آنها با عنوان  
معیار برای شناختن رباعیات دیگر خیام  
استفاده کردند.

به گفته صادق هدایت در «ترانه های  
خیام» لبّ و اساس عقاید خیام را می  
توان در رباعیات او پیدا کرد، در صورتی  
که در چند رساله عربی و فلسفی، کتاب  
«جبر و مقابله» و در «نوروزنامه» منسوب  
به او، خیام بیشتر به صورت سنتی و به  
عنوان یک مسلمان متدین و دور از تمام  
شک ها و تردیها و اعتراضاتی که در  
رباعیاتش می بینیم صحبت می کند. عده  
ای از نویسندگان مانند نیکلا، نخستین  
مترجم فرانسوی ترانه های او، و بعدها  
عمرعلیشاه خواسته اند جنبه صوفیانه  
به اشعار خیام بدهند. عده ای نیز چون  
استاد محمد تقی جعفری چون خودشان  
مؤمن و معتقد هستند نمی توانند تصور  
کنند که شخصیتی مانند خیام در مسائل  
دینی چون و چرا کند و عقاید تعبّدی  
مذهبی را قبول نکند و بگوید:

آنکه محیط فضل و آداب شدند  
در جمع کمال شمع احباب شدند  
ره زین شب تاریک نبردند برون  
گفتند فسانه ای و در خواب شدند

و یا:

قومی متفکرند اندر ره دین  
قومی به گمان فتاده در راه یقین  
می ترسم از آنکه بانگ آید روزی  
کای بی خبران راه نه آن است و نه این

این محققان عقاید بی باکانه و لادریه  
ای را که در رباعیات با کمال زیبایی  
بیان شده «نحیف» و «عامی» می دانند.  
یار احمد تبریزی در کتاب «طربخانه»،

که یکی از منابع درباره خیام است می  
نویسد: «هر چند سخنان او را توجیه  
کرده اند، اما به اعتقاد درست، بعضی از  
آن در شرع شریف ممنوع است.» زنده  
یاد استاد همایی در مقدمه ای که بر آن  
کتاب نوشته است در مقام اعتذار بی  
دلیل برآمده می گوید: «آن خیام که ما  
میشناسیم مرد بزرگواری است مؤحد و  
دیندار و عالم پرهیزکار که دامن علم و  
عملش از شنت الحاد و فسق و فجور میرا  
و روحش از این تهمت ها بیزار است.»  
(۱۲) در صورتی که شبیه همین عقاید را  
بسیاری از متفکران دیگر هم بیان کرده  
اند و خلاف دین بودن عقیدتی، دلیل  
سخافت و پوچی آن نیست.

متاع کفر و دین بی مشتری نیست  
گروهی این گروهی آن پسندند

دلیل بسیار واضح مقبولیت چنین عقاید  
محبوبیت بیش از حد رباعیات، خصوصاً



## ادامه مطلب یک سینه سخن... از صفحه ۸

«بسم!» دويد جلو، خواست او را در آغوش بگيرد، اما پسرش فقط با او دست داد. همراه محسن دخترکی بود که سر و رویش تفاوتی با محسن نداشت. پدر گفت: «چطوری پسر؟» پسر گفت: «خوبم، خوبم.» بعد دوست دخترش را معرفی کرد که «این «گر لفرند» من است و این هم پدر من است.» پیر مرد گیج و مبهور به همراه پسرش به پارکینگ فرودگاه رفتند. پدر به داخل ماشین که نگاه کرد دید دو تا سگ سیاه دارند به او نگاه می کنند. اثاثیه پدر را در صندوق عقب گذاشتند. دختر و پسر جلو نشستند و پدر را در صندلی عقب کنار سگ ها جای دادند. سگ ها اول غرغر کردند و یکی از آنها جلو آمد و شروع کرد به لیسیدن پیر مرد. پیر مرد گفت: «چخه، چخه!» اما سگ به فراست دریافته بود که پیر مرد خیلی ترسیده است. سگ پایش را بلند کرد و پیر مرد احساس کرد پایش گرم شده و پاچه شلوارش هم خیس شده بود. گفت: «محسن، محسن، بابا جان جلوی این سگ را بگیر.» محسن گفت: «نترس بابا، اینها به توکاری ندارند.» دوست دختر محسن به انگلیسی چیزهایی به او گفت و پیر مرد مثل یک مشت استخوان در صندلی عقب ماشین گوشه ای کز کرد تا به آپارتمان محسن رسیدند. یک ماه بعد پیر مرد از فرودگاه شماره تلفن پسرش را گرفت. توی ضبط صوت چنین ضبط کرد: «خداحافظ پسر، خداحافظ. خدا را شکر که مادرت مرد و نیامد پاره جگرش را ببیند» و خواست بیشتر حرف بزند که تلفن سوت کشید. گوشی را گذاشت و رفت که سوار هواپیما بشود. بیچاره پیر مرد!

کشند و محیط خود را با آتشی سوزان می بلعند. زمین لرزه های بزرگ خرابی های بسیار پدید می آورند. جانوران نیرومندتر حیوانات ضعیف تر را پاره پاره می کنند و می خورند. باکتری ها و میکروب های کشنده گروه های عظیمی از جانوران و از جمله نوع انسان را به دیار نیستی می فرستند. سیل های عظیم جاری می شوند و هرچه بر سر راهشان باشد در هم می کوبند و با خود می برند. برخی از سرزمین های جهان گاهی به شدت سرد و زمانی به سختی داغ و سوزان می شوند و تمام جانداران نابود می شوند. وجود هزاران نمونه و مثال در روی کره زمین و در پدیده های طبیعت ثابت می کند آنچه روحانیان «نظم الهی» می نامند پنداری بیش نیست.

مری گفت: «موسین، موسین، پدرت اینجاست توی فرودگاه.» پیر مرد که دستهایش می لرزید گفت: «خودشه، پسرمه! بده باهاش صحبت کنم.» زن گفت: «بله، میگه صبر کن داره میاد.» پیر مرد گوشی را گرفت: «سلام پسر. کجا بودی؟ چی؟ رفته بودی سگ هایت را بگردانی؟ مگر نمی دانستی من میام؟ می دانستی و رفتی سگ ها را بگردانی؟ آخه نمی دانستی من توی این مملکت بی صاحب سرگردان می شم؟ سگ واجب تر بود یا من؟» پنداری پسرک با فارسی شکسته بسته می گوید که سگ واجب تر است که پیر مرد جوشی دادش درآمد: «پسر خجالت بکش! من اینجا از ناراحتی به خودم میلرزم و تو میگوئی ساعت گردش سگ هایت بود؟ بهر حال من منتظرت هستم.» پیرزن که به گفتگوی پیر مرد با پسرش گوش می کرد گفت: «آقا ناراحت نشین. اینجا همه اینطوری هستن، ببین پسر منم کار می کرد و نتوانست دنبالم بیاید. عروسم آمد.» پیر مرد گفت: «خانم، کار داشتن غیر از سگ دواندن است. من شنیده بودم که مردم عوض می شوند، اما فکر نمی کردم پسر من سگه هایش را به من ترجیح بدهد.»

پیر مرد با لبخنی عم انگیز گفت: «پسر من گفته همانجا باش تا من بیایم.» پیرزن گفت: «آقا نگران نباش، میآید.» و همراه عروسش خداحافظی کرد و رفت. ساعتی بعد محسن پیدایش شد. در نگاه اول پدرش او را نشناخت، گوشواره ای به گوش و سمت راست سرش را نیز تراشیده بود و سمت چپ را هم رنگ کرده بود و بقیه را «دمب آسبی» پیر مرد نگاهش که به پسر افتاد لحظه ای مکث کرد، فریاد زد:

«الهی» از آن یاد می کنند و نتیجه های بسیار به نفع جهان بینی دینی خود از آن برداشت می کنند فقط بر پایه های خیال و پندار استوار است و چنین نظم یا ترتیبی در جهان علم ارزش خود را از دست می دهد. در روی سیاره زمین، به ویژه در رابطه با زندگانی و منافع انسان، نظم و ترتیبی که روحانیان به آن استناد می کنند در پدیده های طبیعت دیده نمی شود. دریاها و اقیانوس های کره زمین به دلایل گوناگون به شدت متلاطم می شوند و کرانه های جهان را با قدرت بسیار ویران می کنند. توفان ها و تندبادهای عظیم جنگل را در هم می کوبند و صاعقه یا آذرخش آتش سوزی های بزرگی در آنها پدید می آورد. آتش فشان های بزرگ و وحشتناک پیرامون خود را به آتش می

## ادامه مطلب بر خورد علم و دین... از صفحه ۱۰

یا در مدار نگاه داشتن آنها لازم نیست زیرا نیروهایی که در درون کهکشان ها و ستارگان و در بین آنها وجود دارند و اثرگذاری این نیروها بر یکدیگر برای به حرکت درآوردن، ادامه حرکت و در مدار نگاه داشتن آنها کافی است. جهان هستی از «عدم» به وجود نیامده زیرا عالم وجود همیشه وجود داشته و هرگز به «عدم» تبدیل نخواهد شد. مفهوم «عدم» از سوی انسان و برای بیان نظرهای انسانی ساخته شده و این واژه در عالم هستی و از نظر بینش علمی بی معنی است. نه چیزی از عدم به وجود می آید و نه چیزی به عدم می پیوندد. کل جهان هستی همیشه در حال «بودن» و «شدن» بوده و تا بی نهایت نیز چنین خواهد بود. هیچ چیزی در جهان آفریده نمی شود و هیچ چیزی از بین نمی رود، بلکه چیزها دگرگون می شوند و شکل یا ماهیتی تازه به خود می گیرند.

بر اساس جهان بینی علمی، جهان هستی یک باره و در مدتی کوتاه آفریده نشده بلکه در گذشته ها تا زمان بی نهایت وجود داشته و در هزاران میلیون سال گذشته در حال تغییر، دگرگونی و در مرحله «شدن» بوده است. دانشمندان علوم طبیعی می گویند برخلاف نظر روحانیان، جهان هستی نه تنها یک باره پدید نیامده بلکه هرگز به شکل و حالت کنونی نیز نبوده است. در کل جهان هستی ستارگان تازه ای به وجود می آیند و برخی از ستارگان متلاشی و پخش می شوند. دستگاه خورشیدی که سیاره زمین جزئی از آن است هم زمان با بسیاری دیگر از کهکشان ها و ستارگان به شکل امروزی خود پدید نیامده و از بسیاری از اجرام آسمانی به مراتب جوان تر است.

در علوم مادی-طبیعی برخلاف باورهای دینی-مذهبی، نوع انسان جایگاه ویژه ای در عالم هستی یا مقامی خاص در دستگاه خورشیدی ندارد. هیچ یک از اصول و قوانین علمی نشان نمی دهد که هدف از خلقت عالم هستی، آفرینش نوع انسان بوده و ستارگان آسمان یا جانداران روی زمین برای آسایش انسان آفریده شده اند. در جهان بینی علمی نه تنها واژه «روح» هرگز به کار نمی رود بلکه همه ویژگی هایی که روحانیان به آن نسبت داده اند، از جمله فنائپذیری، جاودانگی و بازگشت دوباره آن به بدن پس از مرگ، بی اساس و خیال بافانه شناخته شده اند.

دانشمندان علوم طبیعی و به ویژه زمین شناسان و زیست شناسان می گویند آنچه روحانیان به نام «نظم طبیعت» یا «نظم

این آفریننده بزرگ از فراسوی جهان هستی بر کل عالم وجود فرمان می راند و ذات یا ماهیت وجودیش فراتر از عالم طبیعت، دست نیافتنی و بررسی ناپذیر است. در آفرینش کل جهان هستی و جانداران که انسان عالی ترین و برگزیده ترین بخش آنست «برنامه»، «نقشه»، «هدف» و «رغایت» وجود داشته است. آنچه پروردگار توانا آفریده از هر جهت کامل، لازم و بدون کمترین عیب یا نقص است. کل عالم، همه کهکشان ها، ستارگان و زمین با نظارت و به فرمان آفریننده دانا با نظم و ترتیب خدشه ناپذیری به کار خود مشغولند و کوچک ترین بی نظمی در نظام طبیعت وجود ندارد. عالم هستی، تمامی جانداران و نوع انسان در طول مدتی کوتاه- شش روز- آفریده شده اند و از آغاز آفرینش به شکل کنونی خود بوده اند.

نوع انسان کامل ترین آفریده پروردگار و تنها مخلوقی است که نشانه ای از آفریننده بزرگ به صورت «روح» در آن دمیده شده است. روح جاودانی یا فنائناپذیر است و پس از مرگ جسم انسان دوباره به جسم او باز می گردد. هدف از آفرینش کل جهان هستی آفریدن انسان بوده و رابطه خدا- انسان برترین هدف آفرینش است. زندگانی هر انسان با مرگ او پایان نمی یابد بلکه روح او بار دیگر به بدن باز می گردد و دوران تازه ای از زندگانی پس از مرگ در «آن جهان» آغاز می شود.

در جهان بینی علمی که بر اساس معلومات و اطلاعات علوم مادی-طبیعی استوار است از مفهوم ها و واژه هایی چون «عالم غیب»، «آفرینش از عدم»، «برنامه، نقشه و هدف» در کل جهان هستی اثر یا نشانی نیست. علوم تجربی با بهره برداری از روش علمی نشان می دهند که در کل جهان هستی اصول، قوانین و نیروهایی وجود دارند که بر اساس آنها دستگاه عظیم عالم هستی، کهکشان ها، ستارگان، دستگاه خورشیدی و سیاره زمین، به کار خود مشغول است. عوامل، شرایط، نیروها و اوضاع و احوالی که در نتیجه آنها کل عالم هستی و هریک از اجزای آن در حال حرکت و دگرگونی است در درون خود این دستگاه عظیم هستند و عامل یا نیرویی بیرون از جهان هستی آن را «اداره» یا «رهبری» نمی کند. کل عالم هستی بر اساس قوانین حرکت و نیروهای طبیعی اجرام آسمانی، «خودکار» یا «خودگردان» اند. وجود دستی از «عالم غیب» برای به حرکت درآوردن آنها

## ادامه مطلب یادداشت های بی تاریخ... از صفحه ۲۰

برسیم. اما خانه کجاست؟ سرچشمه از ما خیلی دور است. مادری در بین نیست و پدری. برادرم و خواهرانم هر کدام در دور دستی پراکنده‌اند. تازه به خانه و سفره که برسیم بچه‌ها هستند با باورهایی که ما در آنها جا داده‌ایم و اعتقاد به اینکه شام شب عید را باید با هم خورد و گرمای مهربان نگاه زنم که همه ما را آرام می‌کند و لبخند او که بشارت عید است.

ساعتم تحویل سال را نشان می‌دهد و روی جاده هستیم و می‌رانیم، بی‌لنگر، بی‌شرع، بی‌بادیان و ناخدا گم کرده، من بی‌اختیار می‌خوانم:

**بامدادی که تفاوت نکند لیل و نهار**

**خوش بود دامن صحرا و تماشای بهار**  
نوه کوچکم «دلبر» با حیرت کودکانه و فارسی شیرینش می‌پرسد: «صدرالدین چی میگویی؟» در جوابش می‌گویم: «هیچی بابا، دارم از تهرون حرف می‌زنم.»  
و او دوباره می‌پرسد: «تهرون کیه؟»  
... و عید را دور از خانه هستیم.

## ادامه مطلب برگرفته از... از صفحه ۷

فارسی کرده- تنها در فاصله بیست و پنج سال (۱۳۰۳-۱۳۲۷/۱۹۲۴-۱۹۴۸)، موفق به نوشتن سی کتاب شده است. با گذشت قریب هفتاد سال از مرگ این نویسنده و انتشار رساله‌ها و مقاله‌های پژوهشی بسیار در شرح و تفسیر و نقد و تحلیل آثار او هنوز نوشته‌هایش جای کار و کاوش بسیار دارد. ما در ادامه جستجوی خود در تاریخ نقد ادبی جدید ایران آثار او را در این مقوله بررسی و تحلیل می‌کنیم.

## ادامه مطلب نامه های شگفت انگیز... از صفحه ۷

مدت بیست روز راه پیمودن تحمل کرده بودند به یاغیان که به فاصله دو روز راه از شیراز پیش آمده بودند، رسید و باوجود اینکه یاغیان در جایی مستقر شده بودند که برجای سپاه تهماسب خان برتری داشت، وی آنها را شکست و فراری داد. او تعقیب آنها را مناسب ندید زیرا می‌ترسید که مبادا در جایی کمین کرده باشند. وی هیچگاه دسته‌های کوچک را از سپاهش جدا نمی‌کرد زیرا بیم آن داشت که دسته‌ای از سپاهیان شکست بخورند و موجب شود که ترس و وحشت در بقیه سپاه افتد. وی حتی عادت داشت بگوید که فاتحان باید دشمنی را که با سرعت فرار می‌کند، آهسته تعقیب کنند.

تعجب می‌کنیم که با این‌همه، او چرا قصاید مدحیه را در روز عید نمی‌خواند و همه ساله به شعر بامدادان سعدی قناعت می‌کرد؟

وقتی قصیده تمام می‌شد، اسکناس‌های تازه ما را می‌داد و اجازه می‌داد که شیرینی‌های در پیشدستی کشیده شده را به نیش بکشیم.  
... و عید در خانه ما بود.

## عید دور از خانه

با سرعتی هراس‌انگیز بر خاکستری یک شاهراه دراز می‌رانیم. به نظر می‌رسد که ساعتی بعد تحویل خواهد شد. هیچ ایستگاه رادیویی فارسی حرف نمی‌زند. رادیو را می‌بندم. ساعت بغلی ندارم. به ساعت ارزان قیمت می‌چام خیره می‌شوم. تا تحویل سال، وقتی باقی نمانده است. مثل جزیره متحرک بی‌لنگری هستیم که روی رودخانه آسفالت حرکت می‌کند. حتی قایقی نیستیم که شرعی و بادبانی داشته باشد. باید ساعت تحویل به خانه

گذشته از همه این‌ها او به تشویق و ارشاد و راهنمایی همه آنها که در ادبیات و هنر معاصر ایران خود شخصیتی ممتاز شدند پرداخت. کسانی چون مجتبی مینوی، مسعود فرزانه، بزرگ علوی، پرویز نائل خانلری، صادق چوبک، و در هر که استعدادی می‌یافت به تربیتش همت می‌کرد.

صادق هدایت- جدا از مقاله‌های پراکنده بسیاری که در زمینه‌های گوناگون نوشته و ترجمه داستان‌هایی که از فرانسه به

ژنرال آنچه را که شاه می‌خواست بگوید، فهمید و در همان لحظه فرمان‌هایی داد و در مدت چهار یا پنج روز، تمام سپاه آماده حرکت شد و در آخر دسامبر از شهر بیرون شد. مسلمانان دوست نمی‌دارند در موقع زمستان جنگ کنند، ولی تهماسب خان در همه فصول جنگجو بود و چون خود او مانند سرباز ساده‌ای بود، در این سفر جنگی نیز سربازان در خدمتش چنان باهمت و حرارت کوشیدند که توانست تمام موانع فصل را از میان بردارد و با وجود باران و برف و یخ از هر طرف راهی برای خود باز کرد ولی بسیاری سرباز و اسب از دست داد. سرانجام پس از خستگی بسیار که در

## ادامه مطلب از اینجا، از آنجا... از صفحه ۴۴

راه حلی برای مشکل‌شان پیدا شود. به ما چه مربوط است که دیدگان در زندگیشان چکار می‌کنند و یا کی با کی رابطه داره و یا چرا فلانی از زن و یا شوهرش طلاق گرفته! به ما چه ارتباطی داره که طرف چند بار در روز مسواک می‌زنه یا کفشش به کیفش نمی‌خوره. یعنی ما واقعا، زمانی که بهم می‌رسیم، حرف دیگری برای گفتن نداریم، به جز اینکه بطور منفی در مورد دیگران صحبت و قضاوت کنیم؟! آیا دوست داریم که دیگران نیز پشت سر ما حرف بزنند و یا در مورد زندگیمان اظهار نظر کنند؟! البته که دوست نداریم، اما در اکثر موارد ما برای خود کوریم، ولی برای دیگران بینا.

## ادامه مطلب گل سرخ... از صفحه ۳۳

**مراد دل ز تماشای باغ عالم چیست / به دست مردم چشم از رخ تو گل چیدن**  
به دست مردم چشم = با نگاه. مصرع دوم پاسخ مصرع اول است. «باغ عالم» قرینه «رخ تو» است و به این اعتبار، بیت خطاب و نظر به «جمال حق» دارد.

**اگر برخیزد از دستم که با دلدار بنشینم / ز جام وصل می نوشم ز باغ عیش گل چینم**

ز جام وصل می نوشم = ز باغ عیش گل چینم = به وصال می‌رسم.

و بینی از کلیم کاشانی برای گل چیده:

**بر صید دیگری نظرم کی فند که من / در سر ننگجدم که گل چیده بو کنم**  
از میان امثال بسیار با گل می‌توان «از هزار گلش یکی نشکفته» «از گل بویی از خرس مویی» «از یک گل بهار نمی‌شود» «گل بود به سبزه نیز آراسته شد» «گل کاغذین را به شبنم چه کار» «دسته گل به آب دادن» «گل بریزد به وقت سیرابی» گل راضی بلبل راضی، باغبان ناراضی» و «اگر گل به دست داری مبوی و شتاب کن» را نام برد. به‌علاوه، ده‌ها ترکیب با واژه گل در شعر قدیم فارسی وجود دارد. برای پیشوند گل، تنها در دیوان حافظ، می‌توان از گل‌افشان، گل‌اندام، گل‌بانگ (آواز بلند، بانگ بلبل)، گلبرگ، گل‌بیز (گل‌افشان)، گلچهر، گل‌دسته، گلرخ، گلرنگ، گلریز (پارچه با نقش گل)، گلزار، گلستان، گلشن، گل‌عذار و گلگشت نام برد. ترکیب گلگشت در بیت زیر به قرینه کنار آب و مقایسه با جنت به‌معنای محل پُر گل و ریحان برای گشتن و تفریح است:

**بده ساقی می باقی که در جنت نخواهی یافت / کنار آب رکناباد و گلگشت مصلی را**

ضبط گلگشت در حافظ خانلری درست نمی‌نماید، زیرا شاعر طبیعت شیراز و گل‌های طبیعی را با بهشت مقایسه می‌کند، نه آنچه را به دست این و آن کشت شده باشد. به‌علاوه، در هزار سال شعر فارسی حتی یک مورد گلگشت دیده نشده، ولی گلگشت مکرر برای چمن، بهشت، باغ، هرات، صحرا و... آمده است: «بی‌تو ای گل سر گلگشت چمن نیست مرا» (امیر خسرو دهلوی) «بزم او بهتر ز گلگشت بهشت» (فروغی بسطامی) «چون به گلگشت سراپای تو طناز آیم» (واعظ قزوینی) «گلگشت باغ می‌کند امروز سرو من» (بیدل دهلوی) «شام رمضان خوش است و گلگشت هرات» (امیرشاهی سبزواری) «چون لاله داغم بر جگر گلگشت صحرا چون کنم» (جامی) و «دمی که گلرخان آیند به گلگشت» (باباطاهر)

۱- گل سیراب گلی خاص نیست. سیراب صفتی برای توصیف هر نوع گل و گیاه پُر تراوت و شاداب است و بسیار شاعران از بنفشه سیراب، سبزه سیراب، لاله سیراب، نرگس سیراب، و حتی لعل سیراب سخن گفته‌اند. در دو بیت زیر از سلمان ساوجی و هلالی جغتایی، به‌روشنی معلوم است که سیراب نام گل نیست:

گلستانی چو گلزار جوانی / گلش سیراب از آب زندگانی

گل رویت عرق کرد از می ناب / ز شبنم تازه شد گلبرگ سیراب

انسان پدیده‌ای غریب است. به فتح هیمالیا می‌رود، به کشف اقیانوس آرام دست می‌یازد، به ماه و مریخ سفر می‌کند، اما تنها یک سرزمین است که هرگز تلاش نمی‌کند آن را کشف کند و آن دنیای درونی وجود خود اوست.



## چند نکته

وارستگی، بریدن از اشیا نیست، بلکه بریدن از افکار است. وارستگی، به امور بیرونی تعلق نمی‌گیرد، بلکه به امور درونی تعلق می‌گیرد. وارستگی، ارتباطی به دنیا ندارد، بلکه به خویشتن مربوط است.

«روزی گدایی به دیدن صوفی درویشی رفت و دید که او بر روی تشکی مخملین، در میان چادری زیبا که طناب هایش به گل میخ‌های طلایی گره خورده اند، نشسته است. گدا وقتی اینها را می‌بیند، فریاد می‌کشد: (این چه وضعی است؟ درویش محترم، من تعریف‌های زیادی از زهد و وارستگی شما شنیده‌ام. اما با دیدن این همه تجملات در اطراف شما کاملاً سرخورده شدم.)»

درویش خنده‌ای می‌کند و می‌گوید: (من آماده‌ام تا تمامی اینها را ترک کند و با تو همراه شوم.)

با گفتن این حرف درویش بلند می‌شود و به دنبال گدا به راه افتاد، او حتی درنگ هم نکرد تا دمیایی هایش را به پا کند! بعد از مدت کوتاهی گدا اظهار ناراحتی کرد. او گفت: (من کاسه گداییم را در چادر تو جا گذاشته‌ام. من بدون کاسه گدایی چه کنم؟! لطفاً کمی صبر کن تا من بروم و آن را بیاورم.)

صوفی خندید و گفت: (دوست من، گل میخ‌های طلایی چادر من در زمین فرو رفته اند، نه در دل من، اما کاسه گدایی تو هنوز تو را تعقیب می‌کند!)

در دنیا بودن وابستگی نیست. وابستگی، حضور دنیا در ذهن است، و وقتی که دنیا در ذهن ناپدید می‌شود، این را وارستگی می‌گویند.

وقتی خشمگین می‌شویم، سعی کنیم هوشیار باشیم. ناگهان خواهیم دید که یا می‌توانیم خشمگین باشیم و یا می‌توانیم هوشیار باشیم. نمی‌توانیم هر دو با هم باشیم. هر دو با هم امکان ندارد. این به ما کمک می‌کند تا واقعیت را ببینیم که هوشیاری، آن پادزهر است و نه کنترل.

اگر بیشتر و بیشتر هوشیار باشیم انرژی شروع می‌کند به حرکت، در بُعدی کاملاً متفاوت. همان انرژی که در خشم، طمع... حرکت می‌کرد، در ما همچون ستونی از نور حرکت می‌کند و این هوشیاری والاترین حالت تکامل انسانی است.

زمانی که انسان تماماً هوشیار است «خدا» می‌شود. تا وقتی به این مرحله ذهنی نرسیم، زندگی مان یک اتلاف بوده است. ما مانند افراد مست زندگی می‌کنیم.

وقتی قلب مان رنج می‌کشد، به معنی این است که در حال ورود به لایه‌های عمیق تر وجودمان هستیم. قلب هرگز دروغ نمی‌گوید. ذهن در دروغ زندگی می‌کند. ذهن از دروغ تغذیه می‌کند و در تمامی نادرستی‌ها غرق می‌شود، اما قلب همیشه امین و راستگوست. قلب، ساده و صادق است. هرگز زرنگی به خرج نمی‌دهد. کلک بازی بلد نیست. بی‌نهایت با هوش است. اما به اندازه سر سوزنی حيله گر نیست. دقیقاً همان چیزی که هست را منعکس می‌کند. زیبایی و اصالت او هم از همینجا ناشی می‌شود. ما هرگز با ذهن نمی‌توانیم هستی را بشناسیم. امکان ندارد که بتوانیم یک چیز با ارزش را با ذهن بشناسیم. عشق، زیبایی و هستی فقط با قلب شناخته می‌شوند. قلب، دروازه‌ای گشوده به سوی حقیقت است.

شدند، اما از آنجا که در بخش‌های مالی و سرمایه‌گذاری نسبت به سایر حوزه‌ها، حضور مردان و سلطه آنها قدرتمندتر است شکایت زنان به آزار جنسی، اغلب به نتیجه‌ای منتهی نمی‌شود.

## سخن آخر

در حالی که تنها ۴۹ مرد یعنی فقط دو درصد، محاکمه و مجرم شناخته شده‌اند. به جز دلایل گفته شده، عادی شدن خشونت و آزار زنان در جامعه به طور کلی، تجربه مکرر مواجهه با آزار جنسی زنان و به دنبال آن مقصر دانستن قربانی و وجود فرهنگ و ارزش‌های مبتنی بر فرودستی و خانه نشینی زنان در کنار نابرابری‌های اقتصادی و اجتماعی و عکس‌العمل منفی مردانی که احساس می‌کنند موقعیت برتر یا تفوق و مردانگی آنها با حضور زنان در بازار کار زیر سوال رفته است، از دیگر عوامل تشدید کننده نابرابری‌های جنسیتی علیه زنان در محل کار است.

در حالی که در بخش‌های مالی و سرمایه‌گذاری نسبت به سایر حوزه‌ها، حضور مردان و سلطه آنها قدرتمندتر است شکایت زنان به آزار جنسی، اغلب به نتیجه‌ای منتهی نمی‌شود. «آموچا» زنی که به دلیل آزار جنسی از مدیر خود شکایت کرده بود می‌گوید: «آزار جنسی زنان در وال استریت، بی‌وقفه ادامه دارد و کسی کاری نمی‌کند.» سه کارمند زن شرکت گلدمن ساکس هم می‌گویند: «نتیجه شکایت علیه آزار جنسی همکار و کارفرما، تنها به ارتقای شغلی آنها منجر می‌شود.»

به گزارش FRA در اسپانیا در سال‌های ۲۰۰۸ تا ۲۰۱۵، دو هزار و ۵۰۰ زن از آزار در محل کار به مراجع قضایی شکایت کرده‌اند.

صورت برابر، ارزش‌گذاری نمی‌شود. کارشناسان می‌گویند نابرابری جنسیتی در محل کار، زمینه‌ساز اعمال خشونت علیه زنان است. هنگامی که نابرابری، گسترده است، بستر مناسبی برای ظهور پیشران‌های خشونت علیه زنان فراهم می‌شود.

## زنان در تمام دنیا در معرض

## خشونت جنسی در محل کار هستند

بر اساس گزارش اعلام شده از سوی سازمان حقوق بنیادی اروپا، ۲۲ درصد از گزارش‌های اعلام شده در خصوص آزارهای جنسی علیه زنان از سوی همکاران یا مشتریان بوده است و تنها ۴ درصد به آزار کارفرمایان اشاره داشته است. این بدان معناست که بیشتر زنان از ترس از دست دادن شغل شان، نسبت به آزار و اذیت کارفرماهای خود سکوت می‌کنند. مطالعاتی که توسط آژانس اتحادیه اروپا برای حقوق اساسی (FRA) صورت گرفته است نشان می‌دهد بین ۷۴ تا ۷۵ درصد از زنان متخصص و در رده‌های بالای مدیریتی، چنین آزاری را تجربه می‌کنند. این گزارش می‌افزاید محیط کاری و مواجهه با موقعیت‌هایی که خطر بالای اعمال خشونت در آنها وجود دارد، در کنار نبود آگاهی در میان زنان حرفه‌ای و متخصص، زمینه‌ساز بروز چنین خشونت‌هایی است. دردناک آنکه این زنان حرفه‌ای حتی با مصادیق آزار جنسی آشنا نیستند.

روزنامه گاردین می‌نویسد بیش از ۴۵۰ پرونده شکایت افسران و نیروهای پلیس زن در انگلیس وجود دارد که از طرف همکاران یا مافوق خویش مورد آزار جنسی به ویژه در شیفت‌های شب قرار گرفته‌اند، اما اغلب این پرونده‌ها در نهایت با مقصر جلوه دادن زن خاتمه یافته است.

گفتگو با ۱۸۰۰ نیروی پلیس انگلیس، ولز و اسکاتلند نشان می‌دهد یک چهارم پلیس‌های زن، مورد تعرض مستقیم جنسی قرار گرفته‌اند و از هر ۱۲ افسر زن یک نفر پیشنهاد خدمات جنسی دریافت کرده است. مابقی پلیس‌های زن نیز پیام‌ها و ایمیل‌های جنسی از طرف همکاران مردشان داشته‌اند.

در آمریکا نیز ۱۲ سال پیش ۲۳ زن در وال استریت از یک شرکت خدمات مالی به دلیل آزار جنسی شکایت کردند. این اقدام منجر به شکستن سکوت صدها زن شد و آنها راز آزار جنسی در محل کار خود را فاش کردند. هرچند بسیاری از این مردان مجبور به کناره‌گیری از کار خود

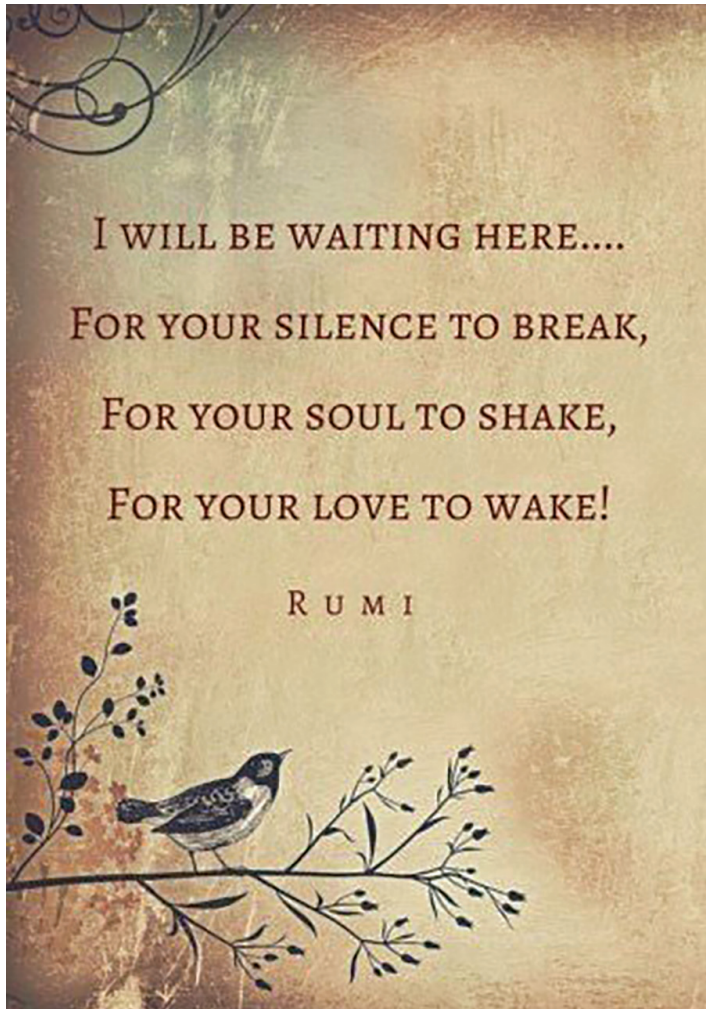
## معانی و مصادیق آزار جنسی در محل کار

نزدیک شدن فیزیکی بیش از حد، هر گونه لمس بدنی نامناسب، طرح جوک، شوخی توهین آمیز و یا زنده جنسی، ارسال پیامک، استیکر، تصویر و یا مضامین سکسی، درخواست یا پیشنهاد جنسی، توصیفات و نظرات جنسی یا معذب کننده راجع به شکل یا کیفیت اعضای بدن، نشان دادن تصاویر سکسی، استفاده از عبارات و جملات تحقیر کننده در مورد جنسیت فرد، طرح سوالات جنسی در مفهوم کلی و یا سوال در مورد کیفیت، نوع رفتار جنسی یا جهت گیری جنسی فرد، تشویق به ارتقای شغل یا عنوان کاری بهتر در ازای برقراری تماس یا برقراری رابطه جنسی، تهدید به اخراج از کار یا گرفتن مزایای کاری مانند اضافه حقوق و مرخصی در صورت عدم تمایل به برقراری تماس یا برقراری رابطه جنسی را می‌توان نمونه‌هایی از آزار جنسی در محل کار برشمرد اما این مصادیق، می‌تواند گسترده‌تر از این هم باشد.

بر اساس اعلامیه سازمان بین‌المللی کار، آزار جنسی در محل کار، بارزترین مصداق تبعیض جنسی است و به همین دلیل ناقض حقوق بشر است.

بر اساس آخرین پژوهش ارائه شده توسط این سازمان در سراسر جهان، ۵۴ درصد از کارمندان، تجربه آزار جنسی در محل کار داشته‌اند، ۲۷ درصد از آنان توسط همکارشان و ۱۷ درصد دیگر توسط کارفرمایان بوده است، ۷۹ درصد از آنان زن و ۱۲ درصد نیز مرد بوده‌اند، ۱۲ درصد از آنان در صورت عدم موافقت، تهدید شده‌اند و ۶۶ درصد از قربانیان از این که قانونی در این مورد در محل کارشان وجود دارد یا نه، مطلع نبوده‌اند.

خشونت و آزار و اذیت جنسی یا روانی در محل کار، محصول روابط نامتوازن در قدرت حاکم و ساختار و مدیریت ناکارآمد و ضعیف است و همچنین، نتیجه آن است که فرهنگ شرکتی، به روابط بین فردی نادرست یا بیمارگونه آلوده شده است. به علاوه، عوامل خارجی دیگری نیز وجود دارد که ممکن است بر فضای کاری تأثیر بگذارد؛ بحران‌های سیاسی، اقتصادی و اجتماعی، از جمله این عوامل‌اند که به نابرابری‌های جنسیتی در محل کار، دامن می‌زنند. «نابرابری جنسیتی» در یک تعریف ساده، وضعیتی است که در آن، زنان و مردان به طور برابر به قدرت، منابع و فرصت‌ها دسترسی ندارند و صدا، ایده‌ها و تلاش‌های آنان از سوی جامعه به



**Answer the following questions. Return it back via email to *The Eye School Math Institute* to receive a prize.**

1- Each row of ♦s has two more ♦s than the row immediately above it, as shown. Altogether, how many ♦s are contained in the first 7 rows?



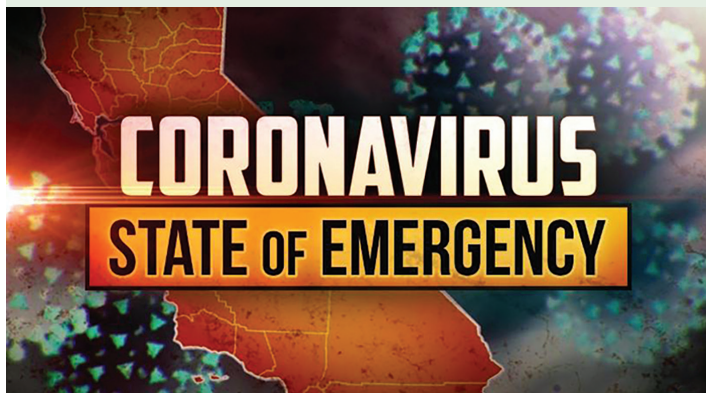
2- At a special sale, all lighters are sold at one price and all mouth spray at another price. If 3 lighters and 2 sprays are sold for \$47, while 2 lighters and 3 sprays are sold for \$38, what is the cost of a set of one lighter and one spray, in dollars?

3- Trevor has 17 coins with a value of 76 cents. The coins are yellow pennies, nickels and dimes. He has twice as many yellow pennies as dimes. How many nickels does he have?

4- 5C4 and 6D9 are three-digit numbers. 6D9 is the sum of 5C4 and 125. 6D9 is divisible by 9. Find the digit C.

5- Dale travels from city A to city B to city C and back to city A. Each city is 120 miles from the other two. Her average rate from city A to city B is 60 mph. Her average rate from city B to city C is 40 mph. Her average rate from city C to city A is 24 mph. What is dale's average rate for the entire trip, in miles per hour?

[register@theeyeschoolofmath.com](mailto:register@theeyeschoolofmath.com)



***The Eye School Math Institute Summer Bootcamp***

*First day of classes: June 03, 2020 Last day of classes: July 28, 2020*

♦ Algebra 1 & 2

*Offered on:*

♦ Pre-Calculus

*M-Th 8:00am-12:00pm*

♦ Calculus AB & BC

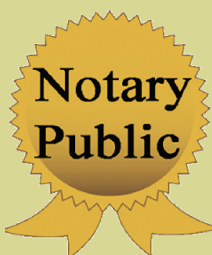
*M-Th 12:30-4:30*

*Sign up for 4th grade to 8th grade  
After School Enrichment Math Classes*

**(925) 786-1011**

*4125 Blackhawk Plaza Circle, #210, Danville, CA*

[www.theeyeschoolofmath.com](http://www.theeyeschoolofmath.com) ♦ [register@theeyeschoolofmath.com](mailto:register@theeyeschoolofmath.com)



**(408) 909-9060**

**By Appointment Only**





# Grace *and* Frankie

NETFLIX | Season 7



**Caroline Nasserri**  
Attorney at Law

# کارولین ناصری

وکیل رسمی دادگاه های کالیفرنیا و فدرال

با بیش از ۳۲ سال تجربه

✦ تصادفات اتومبیل، موتورسیکلت و عابر پیاده

✦ صدمات شدید بر اثر تصادفات

✦ مرگ بر اثر تصادفات

✦ صدمات ناشی از حمله حیوانات

**1(800)525-6060**

دسترسی به معالجات پزشکی،  
بدون پیش پرداخت، در اسرع وقت

هیچگونه وجهی تا قبل از دریافت  
حقوق قانونی شما در امور تصادفات،  
از شما دریافت نخواهد شد!

**Tel:(408)298-1500**

e-mail: [cnasserri62@yahoo.com](mailto:cnasserri62@yahoo.com)

**Fax:(408)278-0488**

Website: [carolinenasserilaw.com](http://carolinenasserilaw.com)

**675 North First Street, San Jose, CA 95112**