



## پیام شایانی

وکیل تصادفات

+ رانندگی + زمین خوردگی  
+ صدمات ناشی از کار

(408) 777-8867

(800) 261-1314

## سحر سلاحي

Selahi Insurance Agency

+ سلامتی + مسکن + اتومبیل + مشاور مالی  
+ برنامه ریزی بازنشستگی + بودجه کالج + عمر  
و هزینه فوت + محل کسب و از کار افتادگی

Certified Covered California Agent

(408) 931-6434





# دفتر حقوقی میهن

Iranian Legal Services

## Mihan Law Group

### با همکاری کارشناسان حقوقی و وکلای دادگستری در ایران

#### با مدیریت آقای کاشی



خانم باقری

وکیل پایه یک دادگستری  
کارشناس ارشد حقوق جزاء  
Ms. Bagheri  
Attorney at Law



امیر کیا

وکیل پایه یک دادگستری  
در ایران و امور بین المللی  
Amir Kia  
International Lawyer



مایکل اپستین

Michael S. Epstein  
وکیل مهاجرت  
Immigration Attorney



ندا نهاوندی

وکیل دادگستری در ایران  
فوق لیسانس حقوق از آمریکا  
Neda Nahavandi / Attorney at Law  
LLM of US Legal Studies

- ◆ *Accepting Advocacy & Arbitration in Iran*
- ◆ *Immigration Services with Immigration Attorney*
- ◆ *Inheritance & Probate of Will*
- ◆ *Real Estate counseling & property in Iran*
- ◆ *Marriage & Divorce*
- ◆ *Issuing or renewal passport & Birth certificate*
- ◆ *Consulting about retirement pension in Iran*
- ◆ *Drawing up power of Attorney & contract*
- ◆ *Translation*

- ◆ انجام کلیه امور حقوقی و اداری در ایران از هر نقطه آمریکا
- ◆ انجام کلیه امور مهاجرت به آمریکا با وکلای اداره مهاجرت این دفتر
- ◆ انجام انحصار وراثت، تقسیم و دریافت ارث و امور مربوط به آن
- ◆ استرداد املاک توقیف شده و یا تصرف شده توسط اشخاص
- ◆ انجام کلیه امور مربوط به طلاق، مهریه در ایران و آمریکا
- ◆ دریافت شناسنامه و کارت ملی فوری از ایران و دریافت پاسپورت
- ◆ برقراری حقوق بازنشستگی و حقوق معوقه
- ◆ تهیه و تنظیم کلیه وکالتنامه ها، متون حقوقی و وصیتنامه و قراردادها
- ◆ ترجمه و تأیید کلیه متون به هر زبانی

[www.mihancompany.com](http://www.mihancompany.com)  
[info@mihancompany.com](mailto:info@mihancompany.com)

پاسخگوی کلیه سئوالات حقوقی و قانونی شما  
در ایران و امور مهاجرت آمریکا می باشیم!

ما با دو دفتر در شمال و جنوب کالیفرنیا و با تجربه کافس، دقت و پشتکار، شما را یاری می دهیم

دفتر شمال کالیفرنیا

روزهای شنبه با تعیین وقت قبلی

دفتر جنوب کالیفرنیا

(408) 444-7000 \* (877) 644-2607 \* (310) 967-7755

940 Saratoga Ave., Suite #260. San Jose, CA 95129



**Robert A. Abedi J.D., Esq.**  
U.S. Immigration Attorney  
abedi@lawabedi.com



## علیرضا عابدی



وکیل متخصص مهاجرت آمریکا      دفاتر وکالت مهاجرت علیرضا عابدی و همکاران

**چرا ویزا؟ وقتی ما می توانیم برای شما گرین کارت بگیریم!**

- ♦ خدمات مهاجرت به آمریکا ♦ گرین کارت از طریق سرمایه گذاری ♦ گرین کارت از طریق کار
- ♦ گرین کارت مخصوص پژوهشگران ♦ گرین کارت مخصوص هنرمندان و ورزشکاران
- ♦ دفاع در دادگاه های اخراج (Deportation Defense)

- ♦ ما گارانتی می کنیم کارت سبز شما را اخذ نموده و در صورت عدم موفقیت هزینه وکالت شما را بر می گردانیم.
- ♦ برای افراد با سرمایه ۵۰۰,۰۰۰ دلار، دانش پژوهان، خانواده هایی که دارای حرفه، مشاغل و تجربیات هستند و قصد مهاجرت به ایالات متحده آمریکا را دارند.
- ♦ مزایای اخذ گرین کارت برای تحصیل فرزندان: پس از اخذ گرین کارت، فرزندان دانشجوی شما از تسهیلات بهتری برای ادامه تحصیلات در دانشگاه های معتبر آمریکا برخوردار خواهند شد.

**Our Green Card & Consular Success Rate is 100%**

www.lawabedi.com ♦ www.iran2usa.com

**(415) 398-4504**

Offices also in Palo Alto, Mountain View & Irvine

**425 Market street, Suite 2200  
San Francisco, CA 94105**



دکتر پژمان بهکار / وکیل امور مهاجرت  
**Immigration Lawyer**  
Doctorate in Law with  
emphasis in International Law  
Licensed in Ninth Circuit Court Of Appeals

## دفتر حقوقی مهاجرتی

## آسان ویزا

انجام کلیه امور مهاجرت  
**Immigration Law Office of  
Asan Visa**

**(408) 249-9898**



ندا ناهوندی / وکیل دادگستری ایران  
فوق لیسانس در قوانین آمریکا  
Neda Nahavandi / Attorney at Law  
LLM of US Legal Studies

- ♦ Green Card through Investment (EB5)
- ♦ Green Card through Family & Employment
- ♦ Tourist, Fiance & Student's Visa
- ♦ Investor Visa (E-2)
- ♦ Asylum, Deportation & Removal Defense
- ♦ Schengen visa

- ♦ اخذ گرین کارت از طریق سرمایه گذاری (EB5)
- ♦ اخذ گرین کارت از طریق خانوادگی و کار
- ♦ دریافت انواع ویزاهای توریستی، نامزدی و دانشجویی
- ♦ دریافت ویزاهای کار و سرمایه گذاری (E-2)
- ♦ امور پناهندگی و دفاع در دادگاه های مهاجرت
- ♦ اخذ ویزای شینگن برای افراد مقیم ایران

**940 Saratoga Ave., Suite #260, San Jose, CA**

## در این خاک نفرین شده امید سبز نمی شود

شراگیم زند

پیرمرد هفتاد ساله ای که نصف صورتش بر اثر سکنه فلج شده با عصایی که در دست دارد در کردستان کولبه بری می کند. ده ها کیلو بار را می گذارند روی دوشش و او کوه را رد می کند و اگر از ریزش بهمن و مین های پراکنده و گلوله مرزبان ها و سکنه ای دیگر جان به در ببرد چیزی بین شصت تا هفتاد هزار تومان دستش را می گیرد!!!

آن سو تر در سیستان و بلوچستان بر اثر بارشهای فصلی دوباره و مثل هر سال سیل جاری شده. سیل جاده و خانه و محصول کشاورزی و همه چیز مردم را برده است. استاندار سیستان و بلوچستان که خود را به



به فکر حل مشکل نیست. در تهران ساختمانی بزرگ در آتش ندانم کاری مسئولین و بی توجهی خود ما به مقررات ایمنی می سوزد و فرو می ریزد و تعداد زیادی را به کام مرگ می کشد. آتشی که در هر کجای دیگر دنیا اگر بود شاید در چند ساعت اول مهار می شد، ولی اینجا بودجه آتش نشانی آنقدر نیست که تجهیزات و امکانات خود را به روز کنند و نتیجه اش می شود، یک روز یادگاری در تقویم جمهوری اسلامی به نام روز شهدای آتش نشان!

تشییع جنازه رفسنجانی رسانده بود ظاهرا وقت نکرده به محل خدمت خود بازگردد. خبر سیل در آنجا خیلی کمتر از چیزی که باید رسانه ای می شود. کلا انکار آنجا بخشی از خاک ایران نیست. مردم آن منطقه هم لایذ به مصیبت عادت دارند و بدون آن روزگارشان نمی گذرد. در جنوب غرب ایران باز از آسمان خاک بر سر مردم باریده است. شایعه یا واقعیت گفته شده این بار غلظت خاک در هوا به اندازه ای بوده که دستگاہهای اندازه گیری قادر به اندازه گیری مقدار آلودگی نبوده

### 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 مسئول و سردبیر (از سال ۲۰۰۶): افلیا پرویزاد

♦ مسئولیت صحت و سقم آگهی ها با صاحبان آگهی می باشد. شرکت پژواک هیچگونه مسئولیتی را در این مورد نمی پذیرد. ♦ استفاده از طراحی های این نشریه بدون اجازه کتبی از شرکت پژواک (حتی برای صاحبان آگهی) غیر قانونی می باشد. ♦ ماهنامه پژواک در انتخاب، حکم و کوتاه کردن و اصلاح مطالب آزاد است. ♦ دیدگاه نویسندگان الزاما بیانگر نظر مسئولین پژواک نمی باشد. مسئولیت نظریه ها به عهده نویسندگان است.

آدرس مکاتبه با نشریه پژواک:  
PO BOX 9804,  
SAN JOSE, CA 95157

www.pezhvak.com www.irany.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.

صفحه ۱	تبلیغ	بودن ساخت و سازها منجر به فاجعه
صفحه ۲	اخبار-فهرست مطالب	ای بدتر از هیروشیما و ناکازاکی
صفحه ۳	تبلیغ	شود. آلودگی هوا و امواج پارازیت
صفحه ۴	گاتها با گذشت زمان (علی اکبر جعفری)	صدای متخصصین عرصه سلامت را
صفحه ۵	تبلیغ	در آورده ولی با این حال هیچ فکری
صفحه ۶	پل چینوت (بهرام فره وشي)	به حال آن نمی شود. همه می دانیم.
صفحه ۷	درآمدی پر تجدد ادبی در ایران (ایرج پارسی نژاد)	همه حرفش را می زنیم. ولی چه
صفحه ۸	یک سینه سخن (مسعود سپند)	کسی اهمیت می دهد؟ زندگی
صفحه ۹	با (هادی خرسندی)-داستان	برایمان علی السویه شده است..
صفحه ۱۰	فلسفه رهایی بخش (احمد ایرانی)	همه سرشان به کار خودشان است
صفحه ۱۱	اخبار	و با «ایشالا ماشالا» جلو می رویم و
صفحه ۱۲	شکر در خسرو شیرین نظامی (هما گرامی فره وشي)	چشم به روی سیاهی ها بسته ایم.
صفحه ۱۳	آگهی	اینها بلای آسمانی نیست. بلای
صفحه ۱۴	ورزش از نگاه من (احمد طوسی)	زمینی ست. بلایی ست که خودمان
صفحه ۱۵	خاطرات در گذر زمان (هوشمند عقیلي)	بر سر خودمان آورده ایم و می آوریم...
صفحه ۱۶	موج سواری به سبک ایرانی (سعید شفا)	حکومت تنها جایی که خیلی با
صفحه ۱۷	نوشخند، پوزخند (عترت گودرزی)	جدیت آستین ها را بالا زده است و
صفحه ۱۸	سیر و سفری در گلستان ادب پارسی (پرویز نظامی)	دارد واقعا به شکل اصولی و با تمام
صفحه ۱۹	مشقی تازه در روزهای غربت (حسینعلی مکوندی)	توان و تخصص کار می کند، سلب
صفحه ۲۰	یادداشتی بی تاریخ (صدرالدین الهی)	آزادی مردم و سرکوب جامعه مدنی
صفحه ۲۱	ترمیم، تصحیح (آرین اقبالی)-اخبار	در داخل و قدرتمایی و لشکرکشی
صفحه ۲۲	از درگوشی ها (پیرایه)	در خارج است... بله... می دانم... اینها
صفحه ۲۳	اخبار	«سیاه نمایی» ست... چه اشکال دارد
صفحه ۲۴	گیله مرد (حسن رجب نژاد)	وقتی در محاصره سیاهی هستیم در
صفحه ۲۵	تازه های پزشکی (منوچهر سلجوقیان)	مورد آن صحبت کنیم...؟ کسی که
صفحه ۲۶	قوزی خندان (محمد سعید حبشی)	گفته بود "امید بذر هویت ماست"
صفحه ۲۷	گزارش و نمره های ... (آرش زاد-مهاجرت به آمریکا-علیرضا عابدی)	هفت سال است رنگ خیابان را
صفحه ۲۸	انرژی مثبت... (پریناز کدخدایان)	ندیده است و حالا احتمالا پیرمردی
صفحه ۲۹	آگهی	شکسته است... امید بذر هویتی
صفحه ۳۰	آگهی	ست که در خاکی پوسیده در حال
صفحه ۳۱	آگهی	گندیدن است... در این خاک عفونت
صفحه ۳۲	پیاز و سیر (بهرام گرامی)	زده «امید» سبز نمی شود... دل
صفحه ۳۳	جبر، اختیار و قضا(حسن مسیح پور)	بستن به این بذر پوسیده و به خیال
صفحه ۳۴	تقویم برنامه های هنری - جدول	جوانه زدن آن نشستن نتیجه اش
صفحه ۳۵	نیازمنديها - فال ستارگان	همین سکوت و سکون و هر روز بیش
صفحه ۳۶	تبلیغ	از پیش فرو رفتن است... شاید... شاید
صفحه ۳۷	خاطرات زمان دانشجویی (عباس بناهی)	بهتر باشد از «میر» در حصر مانده و
صفحه ۳۸	دریافت گواهینامه (سحر سلاحي)-قلو، دو قلو، (علی هاشمی)	فروتوت خود بپرسم که آیا هنوز به
صفحه ۳۹	قالی بافی در مناطق مختلف ایران (محمد جواد نصیری)	حرف خود باور و ایمان دارد؟
صفحه ۴۰	شعر	
صفحه ۴۱	اخبار	
صفحه ۴۲	زنان چگونه با خشونت خانگی... (نعیمه دوستدار)	
صفحه ۴۳	آشنایی با کایروپراکتیک (فتانه هوشداران)	
صفحه ۴۴	از اینجا، از آنجا (کلنار)	
صفحه ۴۵	اخبار	
صفحه ۴۶	اخبار	
صفحه ۴۷	اخبار	
صفحه ۴۸	حاجی آقا (صادق هدایت)	
صفحه ۴۹	دنباله مطلب	
صفحه ۵۰	دنباله مطلب	
صفحه ۵۱	دنباله مطلب	
صفحه ۵۲	دنباله مطلب	
صفحه ۵۳	دنباله مطلب	
صفحه ۵۴	دنباله مطلب	
صفحه ۵۵	دنباله مطلب	
صفحه ۵۶	دنباله مطلب	
صفحه ۵۷	دنباله مطلب	
صفحه ۵۸	انگلیسی	
صفحه ۵۹	انگلیسی	
صفحه ۶۰	تبلیغ	

# پیام شایانی وکیل تصادفات و صدمات شدید بدنی

(800) 261-1314

- ♦ تصادفات رانندگی
- ♦ صدمات ناشی از کار
- ♦ زمین خوردگی
- ♦ صدمات منجر به مرگ
- ♦ آسیب از حیوانات

**Payam Mark Shayani, ESQ**  
Accident Attorney

Auto, Motorcycle, Pedestrian, Slip & Fall, Work Injury

**(916)442-9999**

980 9th Street, 16th Floor  
Sacramento, CA 95814

**(408)777-8867**

2880 Zanker Road, Suite 203  
San Jose, CA 95134

**(925)777-0432**

425 Market Street, Suite 200  
San Francisco, CA 94105

و بامداد چهارم به دوزخ می رود. چنان پیدا است که همین داسن انگیره آن گردید که در آیین مرده سپاری، گاتها خوانده می شود. به هر روی، گاتها در زندگی و مرگ مردم بود و هنگامی که نگاهی گذرا به اوستا می کنیم، می بینیم که دو بند گاتهای "اشم وهو و پتا اهو" زبازد مردم شده اند و هر کس این دو را در نیایش های روزانه خود بارها می خواند.

### از هخامنشیان تا ساسانیان

ما آگاهی چندانی از دین و آیین مردمان ماد و پارس و پارت (مادی، هخامنشی و اشکانی) نداریم. آنچه از آنان مانده، سنگ نگاره ها و نوشته های کشورداری و سیاسی است که از آنان بر نمی آید که چه باوری داشتند. داریوش یکم و فرزندش خشایارشا تنها از یک خدای بزرگ نام می برند و آن اهورا مزدا است. داریوش می گوید: "اهورا مزدا این زمین و آن آسمان و مردم را آفرید... که آن تازگی را که هویدا است، آفرید... که شادی را برای مردم آفرید... که خرد و نیرو را بخشید." نامهای هخامنشیان چون "داریا وهو - Darya - vahu" (دارای بهی)، "خشایارشا - Khshay-arsha" (نیروی راستی)، "ارت خستر - Arta-khshathra" (راستی شاه)، "ارت وردیا - Arta-vardya" (راستی ورز) و صدها نام دیگر که در آنها پرتوی گاتهای دیده می شوند و با نام های "پیش کیشان و نوادگان" جور می آیند. هیچ نامی از مهر و بهرام و ناهید و تیر نیست. باری می بینیم که صد سالی پس، اردشیر دوم از ایزدان ناهید و مهر نام می برد که خود نشان دهنده آن است آمیزش مردمان گوناگون، به ویژه ایرانی، کار خود را کرده است. **دنباله مطلب در صفحه ۵۷**

هم می بینیم که هر کس که گاتها خوانده، نمی توانست در نیایش ایزدان انباز گردد. گاتها "رتو خستر-Ratu-khshathra" یا شاه آیین شمرده می شد. در هوم یشت داستان شگفتی را می خوانیم. زرتشت پیرامون آتش را پاک می کند و گاتها می سراید ولی از آیین نوشابه هوم آگاه نیست. ناگهان می بیند که جوانی خوش روی پدیدار می شود و در پاسخ زرتشت که او کیست، خود را هوم می خواند و از گذشته و جایگاه والای خود می گوید و زرتشت هم بیدرنگ به برگزاری آیین هوم آماده می گردد و می بینیم که در اوستای پسین او نیز با این آیین به نیایش های ایزدان می پردازد. به زبانی دیگر، از این پس بوده که گاتها خوانی همراه با آیین برسم و هوم و زور (Zor) برگزار می شد و هشت پیشوا یا موبد که بیشتر آنان در شستن و کوبیدن و فشردن و پالودن شیره هوم در کار بودند، این آیین را انجام می دادند. این نشان آن است که در جایی که نمازگزاران در برابر آتش فروزان خانه یا گرداگرد آتش برزن، دستها را بلند کرده و سرها را خم نموده، با گاتها سرایی نیایش بخوانند، در این زمان آن را با برگزاری آیین هوم انجام می دادند.

هادخت نسک که از اوستای بازپسین است، از سرگذشت روان مرده داستانی دارد. روان راستکار تا سه روز بر سر لاش خوش و خشنود می نشیند و اشتود گاتها (سرود ۸ - یسنا ۴۳)، را که از روشنی شادی بخش سخن دارد، می خواند و بامداد چهارم به سوی جهان مینوی می رود. در برابر این، روان بدکار همان سه روز را در اندوه و سرگردانی سرود "کم نمویی زام - Kem nemoi zam" (سرود ۱۱ - یسنا ۴۶)، را می نالد که می گوید "به کدام زمین روی برم، به کجا بروم..."

## گاتها با گذشت زمان

دکتر علی اکبر جعفری



### نمازهای پنجگانه

ریپتون گاه (گاتهای نیمروز)، از نیمروز تا پسین، ازیرن گاه (رفتن روز)، از پسین تا فرو (رفتن آفتاب) و ایویسورم گاه، (گاتهای سرایی)، از فرو رفتن آفتاب تا نیم شب به پایان می رسید و هر کس آزاد بود که این پنج نماز را در زمان هایی که با زندگی روزانه اش جور می افتاد، برگزار کند. این نشان می دهد که چگونه گاتها در هر کار و کوشش و تلاش، زنان و مردان را راهنما و انباز بود.

در زمان پسین اوستایی، هنگامی که برخی از بنیادهای گاتها به پیکر امشاسپندان و خدایان پیش از دین بهی با نام ایزدان بازگردانده شدند، آنچه را که در ستایش آنها بود و یا تازه ساخته شده بود، نیز با دین بهی جور ساختند و آنها را بر نیایش های گاتهای افزودند ولی گاتها همچنان جای والتری را داشت. ما نه تنها در مهر یشت که بلندترین گردآورنده آنها است بلکه در آبان و بهرام و تیر و گوش یشت

نیرنگستان و اوستای "پنج گاه" نشان می دهند که زرتشتیان پیشین، روز و شب را بر پنج بخش کردند تا پنج گاتها را در آن بخوانند و نام آنها را نیز "گاتها" نهادند که به فارسی "گاه" گردیده و کم کم بجای "سرود" به "چم" "زمان" (سرود خواندن) و سپس بجای خود "زمان" در آمده است. ناگفته نماند که همین واژه گاتها به چم سرود و آهنگ همان واژه "گاه" است که برای آهنگ به زبان تازی "مقام" برگردانده شده و از "گاه" برای "جای" نیست. این یکی به اوستا "گاتو" است. با گذشت زمان هر دو گاتها و گاتو به در پهلوی و فارسی "گاه" گردیده اند و هر سه را به سه چم از هم دور داریم: گاتها، زمان و جای.

گاتها خوانی از اوشهین گاه یا سپیده دم که از نیم شب تا سر زدن آفتاب است، آغاز می گردید و از هاون گاه (گاتهای خورشیدی)، از سر زدن آفتاب تا نیمروز،

**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 می توانید 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 خانه های 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



Iman Lalehparvar  
MS Electrical Engineering  
UCLA Graduate

### Advantage in Learning LLC

تدریس خصوصی و گروهی  
دروس ریاضی و فیزیک

تحت مدیریت ایمان لاله پرور - برای تمام سنین

فارغ التحصیل دانشگاه (UCLA) در رشته فوق لیسانس مهندسی الکترونیک  
عضو هیئت علمی کالج «وست ولی»

◆ Professional Tutor, one on one & group all ages  
(1st-12th grade & College) ◆ Specializing in SAT Math  
Prep, Study skills & all subjects of Math & Physics

Faculty member at West Valley College, Dep. of Engineering

(408)605-9493 www.advantageinlearning.com

# مشکل کردیت دارید؟

ما به شما کمک می‌کنیم

**BAD CREDIT? WE CAN HELP YOU**

**(415) 814-5666**

به همراه مشاوره و آنالیز رایگان



مانی حاتمی

آرش زاد

حل مشکلات کردیتی از قبیل

Late Payment . Judgment . Charge off . Tax Lien  
Collection . Bankruptcy . Inquiries . Foreclosure  
Repossession . Chexsystem



تخصصی ترین مرکز  
CREDIT REPAIR

دجله و فرات نمونه هایی از آن وجود داشت به سرزمین های عربی راه یافت و به صورت فردوس نموداری از باغ های آسمانی را در ذهن مردم جلوه گر ساخت و واژه «پردیس» پهلوی این بار به صورت فردوس درآمد و به باغ آسمانی اطلاق شد. هنگامی که روان به بهشت می رسد در یکی از جایگاه های آن جای می گیرد.

در گام اول به پایگاه «هومت» می رسد که نخستین پایگاه بهشت است و ستاره پایه نامیده می شود و جای اندیشه نیک است. کسانی که در زندگی اندیشه نیکشان بر گفتار و کردار نیک فزونی داشته است، در این جایگاه زندگی جاوید خواهند داشت.

روان در گام دوم به پایگاه «هوخت» می رسد که ماه پایه نیز نامیده می شود. آنجا جایگاه کسانی است که گفتار نیکشان بر اندیشه و کردار نیک فزونی داشته است. روان درگام سوم به پایگاه «هوورشت» می رسد که خورشید پایه است. آنجا را در زبان پهلوی روشن بالیستان بالیست روشن برترین برتر یا اعلی علییین.

روان درگام چهارم به پایگاه انیران که در اوستائی anayra raochao نامیده می شود و به معنی فروغ بی پایان است، روشن گرومان هماک خواریه i rosn می رسد. این جایگاه را به زبان پهلوی روشن گرومان hamak xvarih می نامند. یعنی روشن گرومان همه آسایش، که عرش اعظم است و بارگاه اورمزد.

هنگامی که روان به بهشت می رسد، پارسایی که پیش از او درگذشته است از او می پرسد ای پاکدین چگونه بدرود زندگی گفتم و چگونه از جهان پر از هوا و هوس رستی و به جهان مینوی پیوستی. این رامش جاویدان ترا چگونه می نماید. آنگاه خورشید که از روغن خوشبوی بهاری فراهم آمده است برای وی می آورد.

پهلوی vahisht آمده است و از واژه vah به معنی به و نیک و خوب و پسوند isht که نشانه صفت عالی است ترکیب یافته است و همیشه به معنی بهترین است که در فارسی با تبدیل v به b، بهشت شده است. خود واژه بهشت صفت است برای واژه axv به معنی هستی، و همیشه اخو vahisht

به معنی بهترین جهان و بهترین هستی است. در دوران هخامنشیان باغ های بسیار زیبایی شاهی که در آنها شکارگاه ها، باغ ها و گل ها فراوان بودند بنام «پئیری دژ» - pairi-daeza نامیده می شدند به معنی دژ فروبسته یا محوطه محصور. این دژها در نظر ایرانیان زیباترین جاهای دنیا بودند و همه در آرزوی دیدن آنها و زندگی کردن در آنها بودند و این باغ ها را با وهیشت vahista، بهشتی که در اوستا و خبرهای آئینی آمده بود برابر می دانستند. توصیف این بهشت های زمینی از یک سوی به یونان راه یافت و واژه اوستائی pairi-daeza به صورت یونانی napa-oeios در آمد به معنی پارک و باغ یا جای پر درختی که در آن حیوانات گوناگون نگاهداری می شود، و سپس به صورت Paradisus به زبان لاتینی درآمد و در زبان های اروپائی به صورت Paradise یا Paradise با همان تصویری که ایرانی ها از آن داشتند به معنی بهشت برین راه یافت.

از سوی دیگر همین واژه pairi-daeza در دوران ساسانیان به صورت پردیس pardis درآمد و این پردیس ها باغ های شاهی ساسانیان بودند که در آنها انواع حیوانات و درختان و گل ها و رودها و برکه های بزرگ و دریاچه ها وجود داشت و تصویر یکی از آنها که در زیر دامنه کوه بیستون گسترده شده بود در طاق بستان کنده گری شده است.

واژه پردیس که نمودار زیباترین باغ های روی زمین بود و به ویژه در غرب ایران زمین، در مداین و در میان دشت های حاصلخیز میان



## پل چینوت

نقل از کتاب «جهان فروری»

اثر زنده یاد دکتر بهرام فره وشی

اهریمن در پناه می دارند. پلی که وی از روی آن می گذرد به پهنای نه نیزه است که هر نیزه به بلندی سه نای است. روان نیکوکار به آسانی از روی پل می گذرد و سه گام هومت، هوخت و هوورشت (اندیشه نیک، گفتار نیک، کردار نیک) را بر می دارد و به سوی بهشت می رود. اما هنگامی که روان گناهکار بر سر پل می رسد، پل به اندازه لبه استره برنده می گردد. (۱) روان می هراسد و زاری و لابه می کند و همچون گرگ زوزه می کشد. اما فریادرسی نیست و کردار و گفتار و اندیشه بد وی در پیکر حیوانی وحشی به وی حمله می کنند و او را بروی پل می رانند. روان گناهکار سه گام بر می دارد، گام های دوش مت، دوزوخت و دوش و رشت (اندیشه بد، گفتار بد، کردار بد) و به درون دوزخ سرتگون می گردد.

### بهشت

بهشت در زبان اوستائی vahishta و در

چینوت پل به زبان اوستائی chinvant peretu و در پهلوی chinvat puhl آمده است. واژه چینوت از ریشه chi بمعنی چیدن و برچیدن آمده است و با پیشوند vi در پهلوی victan به معنی گزیدن و برگزیدن است.

بر سر این پل است که نیکان از بدان برگزیده می شوند و هریک به راهی که خود در زندگی ساخته اند می روند.

این پل در زبان عربی به صراط معروف است و واژه صراط از واژه پهلوی sratak به معنی راه گرفته شده است. پل چینوت از البرز کوه تا کوه دائیتیک daitik که در ایرانویج قرار دارد کشیده شده است.

دوزخ در زیر آن جای دارد و آن سوی پل گذرگاه بهشت آغاز می گردد که سی و سه راه بدان می انجامد.

هنگامی که روان نیکوکار بر سر پل می رسد، روان او که به صورت دختری زیباروی پدیدار شده است او را بروی پل رهنمائی می کند و سگان وی را از حمله

**دکتر فرانک پورقاسمی**  
متخصص و جراح پا

♦ درمان بیماری های پا ناشی از امراض قند و رماتیسم ♦ 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  
♦ Foot related diseases ♦ Bunion, Callus, Corn ♦ Hammer Toe, Ingrown Toe Nail ♦ Sports Medicine & Injuries ♦ Heel Pain & Diabetic Foot Care ♦ Ankle Arthroscopy ♦ Pediatric Foot Conditions ♦ Flat Feet & Orthotics ♦ Skin & Nail Conditions

### Dr. Faranak Pourhasemi, 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

Wedding and Entertainment Coordinator  
www.niosha.com  
Niosha Dance Academy  
DISCOVER THE UNIQUENESS  
For the wedding of your dreams let Niosha blend music, dance and tradition into an unforgettable event. To schedule a free consult please call 408-656-6565 or email niosha@niosha.com



در ایران دانست. (۷) او در نوشتن داستان های کوتاه مدرن، بزرگترین نویسنده در ادبیات معاصر ایران است. (۸) (خانلری، ۱۵۷). جز او بزرگ علوی، صادق چوبک، جلال آل احمد، ابراهیم گلستان، بهرام صادقی، جمال میرصادقی، غلامحسین سبک خاص خود ادبیات داستانی ایران را پر برگ و بار کرده اند. رمان نویسانی مانند سیمین دانشور، علی محمد افغانی، احمد محمود، تقی مدرس، محمود دولت آبادی و عباس معروفی نیز به سهم خود به رشد هنر نویسندگی در رمان یاری رساندند.

نمایشنامه نیز از انواع تازه در نثر جدید فارسی است که اقتباسی است از اروپا و آن را از مظاهر تجدد ادبی در ایران باید شناخت. آخوندزاده شش نمایشنامه کمدی با عنوان تمثیلات به زبان ترکی آذربایجانی در ۱۲۷۷/۱۲۸۱ نوشت و میرزا محمدجعفر قراچه داغی با ترجمه آن به فارسی آخوندزاده را به عنوان پیشرو این فن در آسیا شناساند. (۹) در پی او میرزا آقا تبریزی با نوشتن چهار نمایشنامه خود هنر نمایشنامه نویسی را در ۱۲۸۸/۱۸۷۱ در ایران پی ریزی کرد. (۱۰)

دنباله مطلب در صفحه ۵۵

پرداز و سجع سازی و تصنع باقی مانده بود و بر اثر تحول افکار و طرح مسائل مهم سیاسی و اجتماعی و نشر روزنامه ها و نشریات و نقد متفکرانی از نوع آخوندزاده و میرزا آقاخان کرمانی و میرزا ملکم خان و زین العابدین مراغه ای به سوی سادگی و روشنی و دقت در کلام گرایش پیدا کرد. ترجمه از زبان های اروپائی، که نیازمند کاربرد کلمات فارسی در برابر الفاظ خارجی بود، قریحه نویسندگان را در سنجش کلمات پرورش داد تا از هرگونه تکرار و دراز گویی، که معمول نویسندگان زمان بود، پرهیزند و کلام را جز برای ادای معنی به کار نبرند. (۱۱) روزنامه نگاری که از زمان محمدشاه قاجار معمول شد، به علت انبوه خوانندگان کم سواد و طرح مسائل حاد ملی و میهنی در خور فهم آنها به سوی ساده نویسی گرایید. مقاله های انتقادی و طنز آمیز علی اکبر دهخدا با عنوان «چرند پرند» که با امضای «دخو» منتشر می شد از نمونه های موثر در گرایش به ساده نویسی بود. (۱۲) همین شیوه نثر نویسی بود که سرمشق محمدعلی جمال زاده شد و او داستان های کوتاه «یکی بود یکی نبود» را به فارسی ساده و آسان نوشت و در ۱۳۰۰ ش منتشر کرد. اما صادق هدایت را در هنر ساده نویسی باید پیشرو جریان تجدد

## در آمدی بر تجدد ادبی در ایران

دکتر ایرج پارسی نژاد



متن سخنرانی در دانشگاه استنفورد

(سه شنبه ۲۵ اکتبر ۲۰۱۶)

مانند عارف و عشقی و اشرف الدین حسینی بازگو می کردند و از آنجا که مخاطب آنها مردم کم سواد بودند، طبعاً زبان آنها نیز ساده و در خور فهم آنها و به دور از آرایه ها و صنایع لفظی و بدیعی سخنوران قدیم ایران بود.

اما رواج این قبیل غزل ها و ترانه ها به تدریج رو به ابتدال آورد و مخالف بهار و همفکران او را، که پاسدار حریم و حرمت سنت استوار سبک خراسانی در شعر بودند، برانگیخت. از میان این گروه جز بهار و دهخدا و پروین اعتصامی، از ادیب پیشاوری، ادیب نیشابوری و بدیع الزمان فروزانفر می توان یاد کرد. اما کمتر اثری از ایشان را می توان به یاد آورد که همچون «دماوندیه» بهار یا «یاد آرزو شمع

مردم یاد آر» حاوی معنی تازه دلنشین باشد. در مقابل محافظه کارانی چون بهار و همفکران او، که می خواستند بر ساختار کهن شعر قدیم شعر نو را بنا کنند، تجدد خواهان افراطی (تقی رفعت، جعفر خامنه ای و شمس کسمایی) قرار داشتند که در نشریه تجدد گرد آمده بودند و خواهان برانداختن بنای شعر کهن بودند. (۱۳) چنین است که جوانان پرشور تجدد خواه در اندیشه تخریب و تغییرند و ادیبان اصلاح طلب در فکر تعمیر. با این همه، بهار بر خلاف ادیبان مرتجع می مانند ادیب الممالک فراهانی و وحید دستگردی جانب احتیاط و اعتدال را نگه می دارد.

اما نیما یوشیج که توانست راه تجدد واقعی در شعر را بنمایاند، بر آن است که اینان (مرتجعان و محافظه کاران) بدون بصیرت علمی در علل اجتماعی انواع ادبی می کوشند تعبدات قدما را بر ذوق و ذهن جوان ها تحمیل می کنند. (۱۴) سرانجام قبول پیشنهادهای نیما یوشیج از سوی جوانانی که در جستجوی زبان و معنی تازه بودند، موجب شد که شعر فارسی وزن های متنوع قدیم را توسعه دهد و آزادی و امکان بیشتری در میان معانی تازه شعر به دست آورد.

گذشته از شعر، اندیشه تجدد در نثر نیز اثر گذاشت. نثر فارسی حامل هیچ معنی و اندیشه ای نبود و همچنان در بند عبارت

نثر دوره قاجار نیز لفظ قلم مستوفیانه و منشیانه ای است که از عبارات و ترکیبات ادب کهن فارسی بهره می گیرد و با وجود ساده نویسی میرزا ابوالقاسم قائم مقام فراهانی (۱۱۹۳-۱۲۵۱)، در نامه ها و منشآت، میرزا ملکم خان در کتاب ها و مقاله ها، حسن علی خان امیرنظام گروسی (۱۲۳۶-۱۳۱۷)، در منشآت و ناصرالدین شاه در سفرنامه ها و یادداشت های خود، نویسندگان و منشیان این روزگار همچنان به شیوه گذشتگان، یعنی عبارت پرداز و سجع سازی و تصنع در نثر، پای بند مانده اند. به عبارت دیگر گرایش به ساده نویسی دیده می شود، اما رشد آن بسیار اندک است.

از این رو شگفت نیست که بیشترین تأکید روشنفکران تجدد خواه ایرانی در نقد ادبی معطوف به انتقاد از «ادبیات غیرواقعی» است. آخوندزاده و میرزا آقاخان در تعریف شعر (پوئزی) بر بیان احوال و اخلاق «واقعی» تأکید دارند و زین العابدین مراغه ای در پرهیز از کاربرد تشبیهات و تمثیلات و افسانه های واهی و موهوم و میرزا ملکم خان در دوری از تکلف و تصنع و پیچیدگی در کلام به شاعران و نویسندگان هشدار می دهند. (۱۵)

این انتقادها، که گاه با لحن تند و بی پرده و گستاخ همراه است، در راهنمایی نویسندگان و شاعران نسل بعد (علی اکبر دهخدا، سید اشرف الدین حسینی، عارف قزوینی، میرزاده عشقی) بی تأثیر نبود؛ همچنان که نهضت مشروطه خواهی ایران در تحول افکار به طرح معانی تازه در شعر و نثر فارسی تأثیر داشت.

با افزایش شمار مدرسه ها امکان خواندن و نوشتن در میان عامه مردم فراهم شد و روزنامه ها و نشریه ها با زبان و ادبیاتی که در خور فهم جماعت نوسواد بود، پدید آمد. گسترش روابط با کشورهای اروپایی و نشر اندیشه های انتقادی- سیاسی و اجتماعی و ادبی روشنگران ایرانی موجب طرح مفاهیم تازه آزادی خواهی و وطن دوستی شد. (۱۶) این مفاهیم را در قالب مانوس غزل یا تصنیف و ترانه شاعرانی

### FINE HOMES REALTY



Mohamad Harandi

### محمد هرندی

مشاور آگاه و دلسوز جامعه ایرانی  
در امور وام مسکن و خرید و فروش خانه



Realtor & Mortgage Specialist  
for San Jose & Bay Area

از موقعیت استثنایی پائین بودن نرخ بهره  
و وامهای بدون کارمزد استفاده نمائید

سال ها تجربه، قابل اعتماد و شناخته شده

(408) 605-1138

moeharandi@yahoo.com

DRE#01183647 ♦ NMLS#332989



4950 Hamilton Ave., Suite 211, San Jose, CA 95130

را شبانه بردند که بردند و هنوز که هنوز است خبری از آن همه اشیاء نفیس نیست. و اما در گنجینه اداره آگاهی قالیچه ای بود که صدتومن هم نمی ارزید اما چون ارزش داستان یک کلاهبرداری را داشت، آن را در گنجینه نگاهداری می کردند.

سیدمهدی بلیغ که آن زمان ها به دزدی ها و کلاهبرداری های بزرگ مشهور بود با این قالیچه کلاه یکی از تاجران فرش را برداشته بود که داستانی است خواندنی. جوانی یک قالیچه را می برد پیش یکی از تاجر فرش و می گوید که این قالیچه از پدر بزرگم به من ارث رسیده و می خواهم بفروشم. تاجر فرش نگاهی به جوان و سپس فرش می کند و می گوید که این قالیچه صد تومان بیشتر نمی ارزد. در همین هنگام سیدمهدی بلیغ با چهره یک خارجی وارد مغازه می شود و شروع می کند به فرش ها نگاه کردن و تاجر فرش هم که می بیند یک خارجی آمده جلو می رود و با مستر مستر گفتن فرش های گوناگون را به او نشان می دهد. در همین هنگام چشم مهدی خان به قالیچه دست پسر جوان می افتد و نگاهی به قالیچه می اندازد و بعد با ذره بین تون و بافت فرش را نگاه می کند و

می گوید: «این را من خریدم.» صاحب طمعکار فرش فروش به پسرک می گوید: «صد تومان را بگیر و قالیچه را بگذار و برو.» پسرک می گوید: «این فرش مال دوران صفویه است و از پدر بزرگم به من رسیده، حالا تو می خواهی صد تومان بدهی.» در این فاصله سیدمهدی قالیچه را می گیرد و چندبار آن را بالا و پائین می کند و می گوید: «این قالیچه صد هزار تومان می ارزد و ارزش تاریخی دارد، ولی من چهل هزار تومان نقد می خرم.»

فرش فروش که می بیند مشتری نقد است به پسرک می گوید: «پانصد تومان بگیر و برو.» ولی پسرک می گوید: «این فرش ۱۰۰ هزار تومان می ارزد و من ۵۰ هزار تومان کمتر نمی دهم.» سیدمهدی می گوید: «۳۰ هزار تومان.» پسرک می گوید: «۵۰ هزار.» و خلاصه سیدمهدی می گوید: «۴۰ هزار تومان بیشتر نمی دهم.» صاحب فرش فروشی با خود فکر می کند که «عجب در مغازه او دارند معامله می کنند و هیچ به او نمی رسد.» دست پسرک را می گیرد و می گوید: «پسر جان این هزار تومان را بگیر و فرش را بگذار و برو.» پسرک می گوید: «آقا جان این خارجی چهل تا حاضر شده بده. حالا تو می خواهی هزار تومان بدهی؟!»



## یک سینه سفین

مسعود سپند

### چه بلایی سر گنجینه اداره آگاهی آمد؟

در طبقه زیرین اداره آگاهی انبار بسیار بزرگی بود که به علت کمبود جا اجناس مکشوفه چنان بر روی هم انباشته شده بود که گذشتن از میان آنها به سختی امکان پذیر بود.

انبار اداره آگاهی که آن را گنجینه می گفتند مملو از اشیاء قدیمی و نقاشی ها و تابلوهای بسیار ارزشمند و به ویژه فرش های دستباف قدیمی حتی از دوران صفوی بود که بسیاری فرش شناسان نیز از قیمت گذاری آن درمانده بودند و خروارها اجناس عتیقه دیگر که توسط افسران و ماموران کشف شده بود. کتاب های خطی حتی تفنگ های قدیمی و به قول کتاب امیر ارسلان شمشیرهای زمرد نگار و همین طور جنس روی جنس فرش روی فرش. آویزهای شیشه ای میز و صندلی های آنتیک، چراغ های الوان و این همه اجناس که میلیونها دلار ارزش داشت روی هم انباشته شده بود و آن ها را بلاصاحب می دانستند. مسئول گنجینه، همدیف سرهنگی بود که اهل حلال و حرام و به سختی از این گنجینه که درواقع موزه ای بزرگ بود مراقبت می کرد.

همه آن اجناس دارای شماره پرونده و تاریخ ورود به گنجینه و به نوعی در سه چهار جا نام نویسی شده بود که کسی نتواند به آنها دست درازی کند.

البته دزدان خانگی پس از انقلاب چنان بلایی به سر گنجینه آوردند که جز چند تکه فرش کهنه و پاره و یا چند تا میز شکسته چیزی از آنها به وسایل قیمتی بجای نماند.

فرش ها، چراغ ها، تابلوها و کتاب ها

## 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 مکانی متفاوت آماده پذیرایی از شما و میهمان های شماست



کیتیرینگ 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

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



## دکتر فتانه هوشداران

کایروپراکتر



Fataneh Hooshdaran, D.C.

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.

www.chiropracticusaca.com

تشخیص، معالجه و جلوگیری از ناراحتی های مفاصل و استخوان، ورزشی، صدمات کاری و تصادفات رانندگی با پیشرفته ترین وسایل پزشکی

♦ سر درد ♦ رماتیسم ♦ دیسک ♦ شانه و زانو درد ♦ دردهای عصبی ♦ دردهای گردن ♦ دردهای کمر ♦ دردهای دست



مطب مجهز به دستگاههای فیزیکیال تراپی و

ماساژ طبی، ورزشی، Aqua Med Massage

Serving: San Jose & Santa Clara

اکثر بیمه های درمانی پذیرفته می شود

(408)712-3788

1610 Blossom Hill Rd., Suite #1  
San Jose, CA 95124

(408)244-7677

2797 Park Ave., Suite #103  
Santa Clara, CA 95050

## مناظره با جناب خر!

طنزپرداز: فیروز بشیری

روزی به رهی مرا گذر بود  
خوابیده به ره جناب خر بود  
از خر تو نگو که چون گهر بود  
چون صاحب دانش و هنر بود  
گفتم که جناب در چه حالی  
فرمود که وضع باشد عالی  
گفتم که بیا خری رها کن  
آدم شو و بعد از این صفا کن  
گفتا که برو مرا رها کن  
زخم تن خویش را دوا کن  
خر صاحب عقل و هوش باشد  
دور از عمل وحوش باشد  
نه ظلم به دیگری نمودیم  
نه اهل ریا و مکر بودیم  
راضی چو به رزق خویش بودیم  
از سفره کس نان نربودیم  
دیدید تو خری کشد خری را؟  
یا آنکه بُرد ز تن سری را؟  
دیدید تو خری که کم فروشد؟  
یا بهر فریب خلق کوشد؟  
دیدید تو خری که رشوه خوار است؟  
یا بر خر دیگری سوار است؟  
دیدید تو خری شکسته پیمان؟  
یا آنکه ز دیگری بُرد نان؟  
دیدید تو خری حریف جوید؟  
یا مرده و زنده باد گوید؟  
دیدید تو خری که در زمانه؟  
خرهای دگر پیش روانه  
یا آنکه خری ز روی تزویر  
خرهای دگر کشد به زنجیر؟  
هرگز تو شنیده ای که یک خر؟  
با زور و فریب گشته سرور  
خر دور ز قیل و قال باشد  
نارو زدنش محال باشد  
خر معدن معرفت کمال است  
غیر از خریّت ز خر محال است  
تزویر و ریا و مکر و حيله  
منسوخ شدست در طوبله  
دیدم سخنش همه متین است  
فرمایش او همه یقین است  
گفتم که ز آدمی سری تو  
هرچند به دید ما خری تو  
بنشستم و آرزو نمودم  
بر خالق خویش رو نمودم  
ای کاش که قانون خریّت  
جاری بشود به آدمیت

## با هادی خرسندی



www.asgharagha.com  
hadikhorsandi@aol.com

### رقصِ پَر در باد

رقصِ پَر در باد از قتل کیوتر گفت و رفت  
قصه تلخ کیوتریچه را پر گفت و رفت  
«قامت آزاده و سرسبزی ما جرم ماست»  
این سخن را سرو در گوش صنوبر گفت و رفت  
«شام دارم میکشیم...» مادر به دختر گفت و ماند  
دخترک یک «زود می آیم» به مادر گفت و رفت  
«من تجاوز را حریفم تا فراسوهای مرگ»  
خواهر، این دلخوشکنک را با برادر گفت و رفت  
پرتو شمعی به رخسار پسر افتاده بود  
بر لب بام آمد و الله اکبر گفت و رفت  
دست بیجان و جوانی با کبودی های خویش  
داستان ها از نبردی نابرابر گفت و رفت  
«بیشمارانیم در این باغ ای دست خزان»  
این سخن را غنچه ای نشکفته پرپر گفت و رفت  
«قدرت ما وامدار عشق پوتین و علی ست»  
در خیابان ظفر، باتوم با سر گفت و رفت  
«باش بران تا به زودی غرق زنگارت کنیم»  
پیرزن افتاد و خون درجا به خنجر گفت و رفت  
روی منبر قاتلی عمامه برسر، خون به لب  
شرعی از سفاکی شمر ستمگر گفت و رفت  
راه و رسم قتل کافر را و کافر یچه را  
حجت الاسلام از قول پیمبر گفت و رفت  
شعر تلخت هادیا آئینه ایام شد  
طنز شیرینت «خداحافظ» به شکر گفت و رفت

## ایمان کمیلی

مشاور املاک



Emon Komeily



### آیا در سال جدید در فکر فروش و یا خرید خانه هستید؟

آیا به دنبال یک مشاور املاک هستید که با توجه به شرایط مارکت و با داشتن اطلاعات کامل در مورد خرید و فروش خانه و املاک و با پیگیری، پشتکار و توانایی حرفه ای و با مذاکرات لازم بتواند خانه شما را با بالاترین ارزش به فروش برساند و یا خانه مورد علاقه تان را با بهترین قیمت خریداری کند؟ لطفاً با من تماس حاصل فرمایید.

مطمئن باشید با آگاهی کامل، شما را برای رسیدن به هدفتان یاری خواهیم داد.



(Blackhawk-Danville) Sold Quick / Originally offered at \$2,295,000

Select The Right Realtor

(925)-362-2273  (510)912-9292

ekomeily@gmail.com CalBRE #01946899

Own a Business? List your Business At

irany.com



ایرانی.کام

ارتباط شما با جهان

Your Connection to the World



Alis  
Construction & Remodeling

نقشه کشی ساختمان، اخذ جواز کار،  
ساختن ساختمان جدید، اضافه کردن اتاق،  
نوسازی آشپزخانه و حمام

(408)-898-6474

www.alisconstruction.com

با مدیریت علی زمانی

♦ New Custom Home ♦ Bathroom  
♦ Room Additions ♦ Kitchen Remodel

Let us Build your Coustom Dream Home



1011 S. De Anza Blvd., Cupertino, CA

## پدیده مرگ و داستان «روح»

دکتر احمد ایرانی

### بنیاد اجتماعی: جامعه انسانی

بزرگترین و برترین هدف اندیشمندان فلسفه اومانیسم یا هواداران نظریه «اصالت انسان» بنیاد گذاری «جامعه انسانی» است. کمتر فلسفه یا دستگاه فکری را می توان در جهان یافت که به اندازه فلسفه اصالت انسان جایگاه انسان را بالا برده باشد، برای انسان ارزش و اعتبار در نظر گرفته باشد و شادمانی و نیک بختی انسان والاترین هدفش باشد. برخی از اندیشمندان به دلیل توجه بسیار متفکران این فلسفه به ارزش و اعتبار فرد انسان و شادکامی او در این جهان، این فلسفه را «فلسفه انسانی» نیز نامیده اند.

هواداران این فلسفه با استناد به نظریات دانشمندان علم زیست شناسی، انسان را تکامل یافته ترین، باهوش ترین و تازه ترین جانوری می دانند که تا کنون در جهان هستی شناخته شده است. اومانیست ها می گویند مغز انسان از نظر نیروی آفرینندگی و توانایی کشف رازهای جهان هستی حیرت انگیز است. نوع انسان با بهره مندی از مغزی بزرگ و توانا در طول چند هزار سال گذشته فلسفه ها، فرهنگ ها، هنرها، ادبیات و تمدن خیره کننده ای آفریده و در پایان، تمامی زیبایی های تمدن و فرهنگ کنونی بشر ارمغان مغز توانا و دانای نوع انسان است. **دنباله مطلب در صفحه ۴۴**

«روان» را محصول یا ارمغان مغز می دانند. تازمانی که مغز حالت طبیعی دارد «روان» یا فکر و اندیشه تولید می کند. در همان لحظه که مغز انسان از کار می افتد یا می میرد در همان لحظه نیز دیگر «روان» یا فکر تولید نمی شود. در تمام مدتی که بیمار به دلیل انجام شدن جراحی به بی حسی عمومی دچار شده گر چه مغز زنده است اما در آن حالت ویژه هرگز نمی تواند «روان» تولید کند. با به هوش آمدن بیمار بار دیگر مغز به کار طبیعی خود می پردازد و «روان» تولید می کند.

اندیشمندان اومانیست تمامی ویژگی ها و رمز و رازهایی را که به «روح» نسبت داده اند غیر علمی، غیر منطقی و بی اساس می دانند. پس از مرگ انسان آنچه به نام «روح» نامیده شده از درون بدن انسان «پرواز» نمی کند. زیرا روح پرنده نیست و پر و بال ندارد. «روح» هرگز نمی تواند جاودانی باشد و بار دیگر به بدنی که به ذرات گرد و غبار تبدیل شده بازگردد. آنچه در برخی از فلسفه ها، دین ها، داستان های خیالی و مذاهب در مورد «جاودانگی روح» و «بازگشت روح» گفته اند افسانه هایی بیش نیستند. «احضار روح» و «تماس با عالم غیب» دام هایی هستند که شیادان برای گول زدن ساده لوحان گسترده اند.

از مرگ هرگز به صورت همان انسانی که زمانی زندگی می کرده بازگشت نخواهد داشت. آنچه در داستان های باستانی «اسطوره ها»، دین ها و مذهب های گوناگون در مورد بازگشت انسان به جهان، پس از مرگ نوشته یا گفته اند از نظر اومانیست ها افسانه هایی بیش نیستند، افسانه هایی ساخته و پرداخته تخیل و آرزوهای انسان برای جاودانگی و هراس بی پایان از نیستی. اندیشمندان فلسفه اومانیسم با بهره برداری از اصول علوم طبیعی - مادی و به ویژه دانش زیست شناسی می گویند انسان از «ترکیب بدن و روان» پدید آمده است. فلسفه اومانیسم اصل بزرگ «یگانگی تن و روان» را یکی از مهم ترین و پرمعنا ترین اصول علمی می داند. اومانیست ها واژه «روح» را واژه ای خرافی، غیر علمی و عوامانه می دانند و به جای آن واژه علمی «روان» را به کار می برند. در علم و دانش امروز نیز شاخه های بزرگ علمی چون روان شناسی و روان کاوی پدید آمده اند. دانشمندان این رشته های علمی

علم و دانش قرن بیستم، مرگ را به مانند تولد پدیده ای طبیعی می داند. پدیده مرگ در جهان جانداران در دوران سالخوردگی یکی از طبیعی ترین رویدادهای زندگی هر جاندار است. تمامی جانداران از آغاز پیدایش پدیده زندگی بر روی زمین، در پایان دوران زندگی خود با مرگ روبرو شده اند. از نظر دانش زیست شناسی در پدیده مرگ هیچ رمزی وجود ندارد که علم امروز توانایی کشف آن را نداشته باشد. انسان پس از مرگ «نابود» نمی شود و به «فنا» یا «عدم» نمی پیوندد، زیرا نابودی و فنا در جهان هستی معنایی ندارند. انسان پس از مرگ تغییر شکل می دهد. ذرات بدن انسان به طبیعت جاودان می پیوندد و هزاران میلیون سال بخشی از عالم هستی خواهند بود، همچنان که هر انسانی پیش از تولد هزاران بیلیون سال بخشی از طبیعت و جزیی از عالم هستی بوده است. اما بر اساس آگاهی هایی که از گردش ذرات، اتم ها و مولکول ها در طبیعت داریم می دانیم که انسان پس

## دفتر حقوقی آزاده وحیدی

وکیل رسمی دادگاه های کالیفرنیا و فدرال آمریکا

در لحظه نگرانی و اضطراب فقط شناخت یک وکیل کار آزموده و با تجربه است که به شما آرامش می بخشد

Vahidi Law Group

(925) 469-9700

جهت مشاوره و حل کلیه مسائل حقوقی خود، با من تماس بگیرید!

- ♦ Divorce, Custody, Support, Spousal Abuse
- ♦ Annulment
- ♦ Business Litigation (Contract Partnership Dispute)
- ♦ Real Estate Litigation
- ♦ Immigration (Investment Visa)
- ♦ Criminal (DUI, TRO, Theft)
- ♦ Accident & Personal Injury
- ♦ Wrongful Death

- ♦ امور خانوادگی، ضرب و شتم
- ♦ باطل کردن ازدواج
- ♦ امور تجاری
- ♦ امور ملکی، محاکمات حقوقی
- ♦ امور مهاجرت (ویزای سرمایه گذاری)
- ♦ امور جنایی (دزدی، رانندگی در حالت مستی، دریافت حکم برای جلوگیری از تماس و ملاقات)
- ♦ تصادفات و صدمات بدنی

Serving All Bay Area Counties

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

vahidilaw@yahoo.com

555 Peters Ave., Suite 105, Pleasanton, CA 94566

Fax: (888) 219-2925

## ایرانی ها از موفق ترین مهاجران به آمریکا هستند

### نگاهی به منع ورود ایرانیان به آمریکا

ده ها سال است که مهاجرت از هفت کشوری که به فرمان دانالد ترامپ ورودشان به آمریکا منع شده ادامه داشته، ولی میزان و حجم این مهاجرت ها بسیار ناچیز بوده است. در کل، مهاجرینی که از این کشورها به آمریکا آمده اند تنها حدود ۲ درصد جمعیتی را تشکیل می دهند که در خارج از آمریکا به دنیا آمده اند و در این کشور زندگی می کنند. بیشتر این افراد دارای تابعیت اکتسابی هستند و قانون منع ورود ترامپ مستقیماً شامل حال آنها نمی شود. ولی وضعیت صداهزار نفری که اقامت دائم آمریکا را دارند هنوز مشخص نیست. مقامات دولتی اظهار داشته اند که در صورتی که این افراد از کشور خارج بشوند، ممکن است هنگام ورود مورد بازرسی های بیشتری قرار بگیرند. افرادی نیز که ویزا دارند در صورت خروج از کشور، ممکن است از ورود دوباره آنها جلوگیری شود. بگذارید به وضعیت این افراد و موقعیت اقامت شان در آمریکا نگاهی بیاندازیم.

به طور کلی، شهروندان این هفت کشور عمدتاً مسلمان به خصوص ایرانی ها و گروه کوچکی از مهاجرین لیبی نسبت به بقیه آمریکا از تحصیلات بهتری برخوردارند. مهاجرین سوری و سودانی نیز عمدتاً نسبت به متوسط کشور، تحصیلات بهتری دارند.

شهروندانی که از ایران، سوریه، و لیبی در آمریکا مقیم هستند درآمدی نزدیک یا بالاتر از درآمد متوسط کل آمریکا دارند. در مجموع، از کل شهروندانی که از این کشورها می آیند، بسیاری شان مهندس و مدیر و معلم هستند.



آمده اند و اکنون تابعیت این کشور را دارند. از این میان، رقم اندکی، نزدیک به ۱۰ هزار نفر، در ارتش آمریکا خدمت کرده اند. کالیفرنیا جنوبی و پس از آن، «دیترویت» در ایالت میشیگان، بیشترین تعداد از شهروندان این هفت کشور را در خود جای داده اند. در هر دو منطقه، گروه های بزرگی از اعراب و مسلمانان زندگی می کنند. با این حال، بعضی از گروه ها و اقوام، به خصوص بخش اعظمی از سومالیایی ها، به طور گسترده ای پراکنده اند. صدها هزار ایرانی در حومه ها و بخش های شمال لوس آنجلس زندگی می کنند. جمعیت بزرگی از عراقی ها، سوری ها و یمنی ها نیز در این مناطق پراکنده اند. هزاران عراقی و یمنی در منطقه دیترویت زندگی می کنند. بروکلین نیز جمعیت زیادی از شهروندان سوری را در خود جای داده است. البته بخش هایی از مهاجرین سوری در «برنک» و «گلندیل» کالیفرنیا،

و نیز در «دیترویت» پراکنده اند. پراکندگی جمعیت مهاجرین سومالی و سودان کاملاً متفاوت است، و بیشتر در انزوا زندگی می کنند. «میناپولیس» بیشترین شهروند متولد سومالی را در خود جای داده است. البته جمعیت قابل توجهی از سومالی نیز در «کلومبوس» «اوهایو» و «سایتل» واشنگتن زندگی می کنند. «دموین» در آیالت «آیووا» نیز جمعیت زیادی از شهروندان سودانی است که تعدادشان در «تکراس» و «ویرجینیا» هم زیاد است. به گفته «دیوید استرمن»، کارشناس و تحلیلگر مؤسسه «نیوآمریکا» که بانکی اطلاعاتی درباره حملات تروریستی در آمریکا تهیه می کند، از میان بیش از ۸۵۶۰۰۰ مهاجر، دارنده ویزا و گرین کارت [اقامت دائم] که اصالتاً از هفت کشوری هستند که قانون منع ورود شامل حال شان می شود، تنها سه نفر پس از ۱۱ سپتامبر در حملات خشونت آمیز در داخل آمریکا نقش داشته اند. **دنباله مطلب در صفحه ۵۰**



## هنرستان موسیقی نژاد

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

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



(408)559-7864

Cell: (408)771-3996

کلاس های خصوصی و گروهی

14505 Union Ave San Jose, CA 95124

www.nejadmusic.com

کار برد و با نیرنگی از کنار خسرو دور شد و کنیز را به جای خویشتن نزد خسرو فرستاد و ملک به گمان خویش شکر را در برداشت و زمان با او می گذرانید، چون شب به پایان آمد دوباره کنیزک با همان حيله سابق از کنار خسرو برخاست و بیرون رفت و جای خویش به شکر داد و خسرو در تاریکی شب ناآگاه موقوف بود. پس خسرو از شکر پرسید که آیا چون من مهمانی ترا از راه رسیده است و آیا دیگری در زمانی که گذشته چون من ترا در بر کشیده است زیرا می بینم که تو هر بیگانه ای را می پذیری و:

**چو دور چرخ با هر کس بسازی**

**چو گیتی با همه کس عشق بازی**

اما شکر سوگند خورد که هرگز شبی را حتی با او نگذرانده و حيله ای را که به کار برده بود و فرستادن کنیزک به جای خویش بر خسرو فرو خواند که:

**کنیزان منند اینان که بینی**

**که در خلوت تو با ایشان نشینی**

**بلی من باشم آن کاول در آیم**

**به می بنشینم و عشرت فرایم**

**ولی آن دلستان کاید در آغوش**

**نه من، چون من بتی باشد قصب پوش**

**دنباله مطلب در صفحه ۵۴**

چون مجلس به این سان و ملک را خواب آلوده دید شمع از پیش برداشت و از خسرو اجازت خواست که زمانی کوتاه برود و بازگردد، پس از خلوت خانه شاه بیرون آمد و کنیزی را که هم بالای او بود و به حال و هیبت او بود زر و زیور خویش پوشاند و به نزد شاه فرستاد و ملک چون دید که او بازگشت به گمان آنکه او شکر است، شب را با سرخوشی با وی گذرانید و چون صبح شد کنیز از جای برخاست و نزد شکر رفت و آنچه بر او گذشته بود بر وی بازگفت تا شکر از چگونگی موقوف آگاه باشد و آنچه خسرو از او پرسید پاسخ مناسب بازگوید. پس شکر به درون رفت و شاه که می پنداشت شب را با شکر گذرانده است با او به ملاعبت و شوخی نشست و خواستار دیدار دوباره شد شکر به بهانه های گوناگون زمانی از او وقت خواست و به این صورت خسرو را روانه کرد و خسرو چون زمانی دور از او سپری کرد دوباره هوای وی در سرش پیدا شد و به قصد دیدار او راه سپاهان در پیش گرفت و به سرای او فرود آمد و شکر دوباره مجلس عیشی آراست و چون زمانی گذشت و ملک را سرمستی شراب در سر افتاد و نشان بوس و بازی در وی پدیدار شد دگر باره شکر حيله پیشین به



## شکر در خسرو و شیرین نظامر (بخش پنجم)

**نهفته باز می پرسید جایش**

**به دست آورد هنجار سرایش**

پس خسرو بی آنکه هویت خویش آشکار سازد شبی به تنهایی با غلامی به سرای شکر رفت و حلقه بر در زد و غلامی در گشود و چون هیبت شکوهمند خسرو بدید وی را همچون مهمانی ارجمند به خانه دعوت کرد و پس از زمانی:

**برون آمد شکر با جام جلاب**

**دهانی پرشکر چشمی پر از خواب**

**شکر نامی که شکر ریزد او بود**

**نباتی کز سپاهان خیزد او بود**

شکر با کنیزان رومی و چینی که در زیبایی همتایی نداشتند وارد شد و خسرو را از زیبایی و دلفریبی او قند در دل آب می شد پس مجلس آراستند و چون شاه از باده سرمست شد میل به دست یابی به شکر در وی فزونی گرفت و شکر لب

چون زمانی از مرگ مریم همسر خسرو گذشت، بزرگان دولت خسرو را به برگزیدن همسری دیگر ترغیب می کردند یکی برای یافتن همسری مناسب از کشمیر سخن می گفت و دیگری از روم یاد می کرد تا بالاخره روزی در مجلسی که خسرو با همگنان نشسته بود از دخترکی شکر نام در شهر سپاهان سخن رفت که آنچنان زیباست که:

**چو بردارد نقاب از گوشه ماه**

**برآید ناله صد یوسف از چاه**

شاه را سودای شکر در سر افتاد ولی در این اندیشه زمانی صبر کرد و پس از یک سال به قصد دیدار شکر راه به سوی ملک سپاهان در پیش گرفت و چون بدانجا رسید و خستگی سفر از تن زدود پس از زمانی طالب دیدار شکر شد.

## Ali Driving & Traffic School

**کلاس های تعلیم رانندگی و ترافیک علی**

**برای بزرگسالان و نوجوانان**

- ♦ ترجمه فارسی آئین نامه رانندگی و راهنمایی برای امتحان به زبان فارسی
- ♦ ما تضمین می کنیم که امتحان خود را قبول خواهید شد
- ♦ به طور قانونی و در کوتاهترین مدت گواهینامه ضبط شده شما را برایتان پس میگیریم
- ♦ شما می توانید برای تعلیم رانندگی از اتومبیل های مدرسه ما نیز استفاده کنید

**افرادی که جریمه 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.**

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



- ♦ Driving ♦ Training ♦ Traffic School
- ♦ Drivers Education ♦ Seniors, Teens & Adults ♦ Free Home & School Pick-up ♦ Hiring & Training Instructors
- ♦ Licensed & Bonded

**آموزش رانندگی توسط کادری مجرب و حرفه ای**

**(408)370-9696 ♦ (408)394-5249**

**توانا بود هر که دانا بود**

**اردلان علیزاده**

متخصص در خرید و فروش املاک و مستغلات مسکونی، تجاری و کشاورزی

*I will sell your property in 39 days or I will reduce comission by 1%*



**Ardalan Alizadeh**  
Real Estate Broker  
CABRE# 01704065

- ♦ آشنا با امور اقتصادی و مسائل مالی روز
- ♦ فارغ التحصیل علوم مالی و املاک تجاری از دانشگاه سانفرانسیسکو
- ♦ با بیش از ۱۵ سال سابقه کار در شمال کالیفرنیا
- ♦ با ۱/۵ درصد کمیسیون برای مشاوره در خرید املاک به صورت نقد از حراج

**(510) 205-8177**

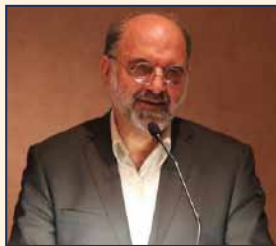
**Alizadehworks@gmail.com**

**941 San Pablo Ave., Albany, CA 94706**

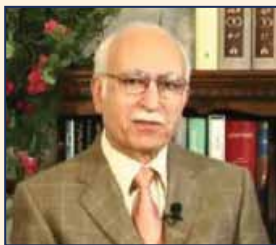
**1024 Iron Point Rd suite#1009, Folsom, CA 95630**



## مرکز اسلامی فرهنگی شمال کالیفرنیا شما را به برنامه های متنوع دعوت می نماید!



دکتر عبدالکریم سروش



مهندس عبدالعلی بازرگان

### سلسله جلسات و کلاس های دکتر عبدالکریم سروش

♦ سلسله جلسات شرح غزلیات دیوان شمس تبریزی مولانا جلال الدین: ۴ فوریه و ۴ مارس، ساعت ۴:۳۰ بعد از ظهر در

مرکز اسلامی فرهنگی شمال کالیفرنیا

♦ کلاس های شرح مثنوی دفتر نخست: ۱۲ و ۲۶ فوریه و ۱۲ و ۲۶ مارس ساعت ۶ عصر در منلو پارک

جهت ثبت نام حضور در این کلاس ها با [azita@iccnc.org](mailto:azita@iccnc.org) و یا ۷۶۰۰-۸۳۲-(۵۱۰) تماس حاصل فرمایید

♦ سلوک دیندارانه در جهان مدرن: ۵ فوریه، ساعت ۶ عصر در منلو پارک

جهت ثبت نام حضور در این کلاس ها با [azita@iccnc.org](mailto:azita@iccnc.org) و یا ۷۶۰۰-۸۳۲-(۵۱۰) تماس حاصل فرمایید

### جلسات سخنرانی مهندس عبدالعلی بازرگان پیرامون مباحث قرآنی

۱۱ فوریه و ۱۵ آوریل، ساعت ۶ عصر در مرکز اسلامی فرهنگی شمال کالیفرنیا

برنامه سربانگ: سلسله جلسات بررسی و تحلیل موسیقی سنتی ایرانی توسط آقای ابولحسن مختاباد:

۲۵ فوریه و ۲۵ مارس، ساعت ۴:۳۰ عصر در مرکز اسلامی فرهنگی شمال کالیفرنیا

کلاس های تفسیر قرآن با همکاری دکتر سید وهاب معصومی: سومین شنبه هر ماه ساعت ۳:۳۰ بعد از ظهر در مرکز اسلامی فرهنگی شمال کالیفرنیا



1433 Madison Street, Oakland, CA 94612 (510)832-7600



facebook.com/ICCNCORG ♦ info@iccnc.org ♦ www.iccnc.org/fa ICCNCORG

## خدمات رسمی مرکز اسلامی فرهنگی شمال کالیفرنیا شامل:

عقد و ازدواج، طلاق، تشرف به دین اسلام، مراسم تدفین اسلامی، مورد تایید دفتر حفاظت منافع

### Official Services of ICCNC



**Islamic Marriage:** The Islamic marriage ceremony and recitation of "Khotbeh Aghd" may be held at the Center or at another location of your choice. The Center will issue a marriage certificate that is accepted by the Interest Section of the Islamic Republic of Iran.



**Islamic Divorce:** The Islamic divorce ceremonies and recitation of "Khutbeh Talagh" are held at the Center. ICCNC will issue a Divorce Certificate that is accepted by the Interest Section of Islamic Republic of Iran.



**Convert to Islam:** ICCNC helps individuals interested in converting to Islam to go through the simple process. Also for those who require a document to show that they have officially become a Muslim, ICCNC will issue a certificate to this effect.



**Islamic Burial:** The Center provides complete funeral services. ICCNC has purchased burial sites at Chapel of Chimes in Hayward, in the Muslim Section.

ICCNCORG



www.iccnc.org/fa (510) 832-7600 info@iccnc.org

1433 Madison Street, Oakland, CA 94612



اداری و آموزشی باشگاه های توسعه نیافته ما در پیکار با رویارویی با آسیائی که هر روز پیش می رود و اروپا و آمریکا ضرورت آموختن و تقلید کردن را روی در رو می نهد. این تقلید غرب زندگی و فرنگی مایی نیست، بلکه گرفتن الگوهای برتری است که می تواند با خصوصیات اخلاقی جامعه ما با برخورداری از یک نیروی بسیار برتر فرهنگی راه گشا باشد. قضاوت در این مورد از سویه های گوناگون همراه با احساس تعهد می تواند مورد بررسی قرار گیرد. باید از گذشته آنقدر آموخت که نسل های آینده محکوم به دوباره تجربه کردنش نگردند. انتقاد از یکدیگر و کم و کاستی ها هرگز به مفهوم محکوم کردن نیست به این خاطر است که درس های ضروری گرفته شود و بازسازی با سرعتی بیشتر و اشتباهاتی کمتر صورت گیرد. فوتبال ما چه قبل از انقلاب و چه بعد از انقلاب آدم های زیادی را به خود دیده است و هم چنین مدیران گوش به فرمان و اهل معامله متفاوتی را.

هنوز هم طرح های نمایشی این ویژگی را داراست که سیاست گران را بیشتر می فریبد تا مردم را. هنوز هم چون گذشته بسیاری از باشگاه های ما فقط نام هستند نه تاسیساتی نه زمین و سالی و نه سازمان های اداری و آموزشی.

دنباله مطلب در صفحه ۵۰

بار دگر تکرار نشود، و اضافه می کند که با پذیرفتن شغل جدید در کریستال پالاس آن تجربه را به طور کامل پشت سر گذاشته و به آینده می نگرد تا یک مربی خوب برای کریستال پالاس باشد و از اتفاق تلخ و تاریکی که زندگیش را دگرگون کرد، پشیمان است و امیدوار است که هرگز تکرار نشود.

در لیگ ما خدا می داند چرا می آیند و چرا می روند و هرگز کسی نمی داند چرا؟ من مطمئن هستم کوشش برای دانا نمودن و آگاهی خواننده یا بیننده خود را بالا بردن و صادق و لایق بودن ضروری ترین و گرامی ترین وظیفه یک روزنامه نویس است. شکی نیست تاریخ بی دروغ و بی فریب چاره ای جزء قبول آدم های حقیقی و آدم هائی که وجود دارند، ندارد. فوتبال ما به آدم هایی نیاز دارد که برای رفع دردهای مشترک، آرزوهای هم سو، جدا از اینکه قرمز، آبی زرد یا سبز هستند، دست بدست هم داده و تلاش مشترک کنند.

پس از سپری شدن سالها، دوران کنونی هنوز هم دوران سازندگی است. سازندگی به دانائی و بالابودن سطح آگاهی بیشتر مدیران و مسئولان نیاز دارد. فکر پیشرفت و بهتر شدن و سازمان دادن فکر تازه ای نیست، اما انجام آن در سازمان



## ورزش از نگاه من

احمد طوسی

Email: tousi1515@aol.com

کریستال پالاس باز می گردد. او بعد از دیده شدن در یک ویدئو مجبور به استعفا شد. در آن ویدئو در گفتگو با یک روزنامه نگار که خود را دلال نقل و انتقالات معرفی کرده بود، مدعی شده بود که در ازای دریافت پول حاضر است راهی برای دور زدن قوانین اتحادیه فوتبال انگلیس را به آنها نشان دهد. او مجبور به استعفا شد و چند روز قبل جانشین آن پارو شد. او در یک گفتگو با روزنامه ها تأیید کرد که از دست دادن نیمکت تیم ملی که آرزوی هر مربی است برای او تلخ است، اما از این اشتباه درس گرفته است. او گفت یک ماه پس از استعفا دوران بسیار بد و اما آموزنده ای برای او بود. او گفت من و خانواده ام دچار مشکل شدیم، اما بهرحال آن روزها را پشت سر گذاشتیم. او می گوید که همان آدم قبل نیست و از آن اشتباه درس گرفته است و آدم تازه ای شده. می گوید در زمان های دشوار باید قوی تر شد و مطمئن شد که آن اشتباه

در فوتبال ما مربیان می آیند و می روند. کسی نمی داند چرا آمدند و چرا رفتند. مانند آقای قطبی که یک فرشته او را روی نیمکت پرسپولیس نشانند و فرشته دیگری او را روی نیمکت تیم ملی. او می خواست پرسپولیس را آسیائی کند و تیم ملی را در جام جهانی به دور دوم ببرد، اما ناکام بود. مانند مربیانی که در میان باشگاه دست بدست می شوند مثل آقای جلالی که همیشه هست و حتی لب تابش هم نیاز به تعویض دارد، مثل آقای مرفاوی که می بازد و باز هم هست، مثل آقای فرکی، کاظمی و... کی آنها را حمایت می کند، چرا می بازند و هنوز هم حمایت می شوند، جای سوال بسیار است، که آدمی را عذاب می دهد. در انگلیس آقای الاردایس که بعد از نتایج تلخ تیم ملی در بازیهای فرانسه و تیم های اروپایی به جای آقای روی هاجسون روی نیمکت داغ تیم ملی نشسته بود و فقط ۶۷ روز دوام آورد. حالا به مسابقات فوتبال انگلیس در تیم

## افتتاحیه سالن زیبایی ناز بار

We offer the highest full service experience in an inviting & creative atmosphere.

Because beauty is about you.

“SPECIAL”

بند ابرو ۸ دلار

(Reg. \$12)

FREE eyebrow  
Massage with  
Eyebrow  
Service



Body Waxing & Facials by Appointment

(408) 226-2264

contact@naazbar.com

Oakridge Mall (Between Old Navy & Target)

925 Blossom Hill Rd., #1025, San Jose, CA 95123

“SPECIAL”

بند صورت و ابرو

۲۹ دلار

(Reg. \$33)

“\$1”

Per Minute  
Head Massage



شراب و کباب و رباب با یک جعبه نسبتاً بزرگ وارد شد. همه هورا کشیدند (نمی دانم چرا!!). میس «ایزیک» جعبه را گرفت و چون ته آن خیس شده بود و حتی یک چکه هم به زمین افتاد، گفت: «صبر کن، صبر کن... من می دانم برایم چی آورده ای...!»

انگشتی به زیر جعبه زد و مزمره کرد. پس از سکوتی، گفت: «براندی؟» ماتو عرض کرد: «(خیر)» بلافاصله انگشتی دیگر رساند و به سر زبان زد و پس از چشیدن، گفت: «هوم، آبیوا؟»

باز ماتو سرش روی گردن به شمال و جنوب چرخید که آ... آ... در این هنگام بچه ها هرکدام به حدس افتادند و هرچه نام های سودهای الکلی و غیرالکلی بود به زبان آوردند و صداها درهم پیچید که ناگاه استاد داد زد: «AKHTUNG خودم می گویم...»

این بار دو انگشتی وارد میدان شد و چشید و تسلیم شد و در حالی که دو انگشت به دهان مانده بود گفت: «من که نفهمیدم خودت بگو چی هست!؟» ماتو درش را باز کرد و گفت: «یک توله سگ مامانی!!»

«بتهون» با خود داشت و بنده هم که پدرم مقاطعه کار مصالح ساختمانی بود، دچار چه کنم شده بودم، چون یک پاله آجر یا سنگ و یا کامیون شن یا دو سه کیسه سیمان که اصلاً صلاح نبود! تازه جایی هم سوراخ نشده یا ترک بر نداشته بود!! ماحصل کار بقول معروف از جیب خورده با یک عدد جعبه گز اعلا، همگی با تاکسی (یک تاکسی چون خرجش کمتر بود!) راهی منزل میس شدیم...!

به در منزل که رسیدیم، بی اختیار به یاد قطعه زیبای موش و گربه «عبید» افتادم:

**هفت موش گزیده برجستند**

**هر یکی قهرمان بدورانا**

**آن یکی طشتکی پر از کشمش**

**وان دگر یک طبق ز خرمانا**

**این یکی ظرفی از بنیر به دست**

**وان دگر ماست با کره نانا**

والقرض ورود کرده و عرض شد:

**لایق خدمت تو پیشکشی**

**کرده ایم ما قبول، فرمانا**

مراسم احوال پرسى و دیده بوسی و گفتگو گل انداخته بود که ماتو دوست ارمینیمان پسر ما طاووس لیکور فروش جلفای (اصفهان)، خطه



خاطرات در گذر زمان

هوشمند عقیلی

## هدیه کریسمس

ملا شریک می شدیم...! گهگاهی هم که استاد دست ما را پاک خوانده بود وسط خنده می پرسید که: «چی گفتیم!؟»

جوابی در خور سواد شکسته آلمانی مان می دادیم که اگر هیتلر اخمو هم می شنید به خنده می افتاد...!

کریسمس آمد. میس «ایزیک»، ما را برای عصرانه به خانه اش دعوت کرد. عصر روز موعود هریک با هدیه ای در خور بضاعت مزاجه دانشجویی، به خدمت خانم رسیدیم!

سعید که پدرش شیرینی فروشی داشت، یک جعبه از آن ناپلئونی های هوس انگیز آورده بود، غلام هم از گل فروشی عمویش یک دسته گل کوچک زیبا، کش رفته بود. ساسون از عتیقه فروشی خودشان یک تندیس نیمه تنه

حوادث دوران درس و مشق و مدرسه زیاد است ولی به مرور زمان آنها هم دارند جزو خاطرات می شوند.

استاد زبان دوم ما (آلمانی) دوشیزه خانم «ایزیک»، البته در سن حدود ۵۰ سالگی، معلمی مهربان و دوست داشتنی بود. آنقدرها سخت گیر و مانند سایر استادان مته لای خشخاش گذار نبود.

جمع ما زبان آلمانی ها، فقط هفت هشت نفر بود. اکنون هر کجا که هستند خدایا به سلامت دارشان.

کلاس با داستان های شیرین و اغلب عشقی شروع و ختم می شد. دو سه نفر ما هم که جزو درس نخوان ها بودیم، به محتوای داستان دل خوش می کردیم از DOTCH که چیزی دستگیرمان نمی شد، در خنده هم کلاسی های زرتنگ و



Immigration & Translation Services

# شرکت ساعی

۱۳۱۸-۵۵۴ (۴۰۸)

مشکل گشای شهر شما



👉 کارت سبز، ویزای نامزدی

👉 امور مربوط به دفتر حفاظت ایران

👉 ترجمه کلیه مدارک، عکس گذرنامه

👉 تشکیل شرکت ها

👉 تعویض نام

تابعیت

www.saeicompany.com

I am not an attorney

(408)554-1318

برای اطلاعات بیشتر با آقای داریوش کیلانی تماس بگیرید

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

پیچیده ترین و بدیع ترین فیلم های سالهای اخیر را عرضه می کند.

داستان را «آزیتا ایرانی» نوشته و به خاطر جنسیت او، شخصیت های زن فیلم بسیار قوی و چشمگیر هستند تا جایی که او توانسته به خوبی این شخصیت ها (مادر و همسران دو برادر) را عمیقاً موشکافی کرده و در برابر هم قرار دهد. او مادر داغدار را در برابر دو عروس اش که هر کدام به نحوی تصمیم قاطعی را از او طلب می کنند با فرزندی که برادرش را به قتل رسانده و باید او را نیز دریابد، در موقعیتی قرار می دهد که به نحوی دائماً در حال محاکمه او هستند. در واقع این یکی از معدود فیلم هایی است که نقش اول را فیلمنامه نویس و داستان فیلم دارند تا بازیگران یا کارگردان آن. هر چند بازیگران فیلم، به خصوص «سهیلا رضوی» که نقش مادر را ایفا می کند سخت چشمگیر و به یاد ماندنی است. همین طور بازی «علی مصفا» در نقش یکی از برادرها و «مهناز افشار» و «سارا بهرامی» در نقش همسران دو برادر.

«خانه ای در خیابان چهل و یکم» فیلمی است دیدنی، قابل تعمق و بدیع که جای ویژه ای را برای کارگردان و فیلمنامه نویس آن در کارنامه سینمایی این دوفیلما ساز تازه نفس قرار می دهد.

چند دهه اخیر با تکیه به مضامین بکر و تازه توانسته اند تکرار سینمای پیش از انقلاب را در هم بکوبند و سینمایی قابل تعمق را به وجود بیاورند. هر چند فیلم هایی هست که به تقلید سبک های موفق روی آورده و یا مضامینی را دوباره



صحنه ای از فیلم «خانه ای در خیابان ۴۱»

و چندباره مورد استفاده قرار می دهند، اما روی هم رفته فیلمسازان نسل اخیر سینمای ایران توانسته اند دنیا و فضای ویژه ای را با داستان های بدیع خود در سینمای ایران احیاء کنند. بهترین نمونه آن «خانه ای در خیابان چهل و یکم» ساخته «حمیدرضا قربانی» است.

دو برادر بر اثر اختلافاتی که در اداره کردن مغازه مادرشان دارند با یکدیگر درگیر می شوند. یکی از برادرها در ضمن جدالی اتفاقی به قتل می رسد و خانواده این دو با ضلع مادرشان که فرزندی را از دست داده و باید سرنوشت فرزند دیکرش را رقم بزند، یکی از

## «موج سواری» به سبک ایرانی!

### سعید شفا



تا فیلمساز که خودش موج سواری با سابقه ای است برای اهالی کلاسی در ساحل چاه بهار برقرار کند و برای نخستین بار آنها را با تخته و ورزش موج سواری آشنا سازد. استفاده از دوربین GO PRO در نماهای موج سواری به فیلم کمک می کند تا تماشاگر از نزدیک



صحنه ای از فیلم «موج سواری»

این موج سواری ها را نظاره کند و نیز به زیبایی بصری فیلم بیفزاید.

از فیلم انتظار بیشتری نمی توان داشت هر چند به راحتی به هدفش که آشنا ساختن ایرانی ها با این ورزش است دست می یابد و در عین حال کلیه عوامل لازمه را از فیلمبرداری روان، داستان گیرا، موسیقی دلپذیر، و استفاده از بک گراند



صحنه ای از فیلم «موج سواری»

منطقه ای که تقریباً دست نخورده و بکر در دورافتاده ترین نقطه ایران واقع شده را به نمایش می گذارد و فیلمی را عرضه می کند که در حد خود تماشایی، قابل تعمق و خاطره انگیز است، چه برای آنهایی که در فیلم هستند و چه برای آنهایی که به تماشای آن می نشینند.

### خانه ای در خیابان ۴۱

جذابیت سینمای بعد از انقلاب ایران، با تمام محدودیت هایش، در گوناگونی داستان و سوژه های آن است. فیلمسازان



یک کارگردان زن فرانسوی و یک ورزشکار زن ایرلندی به ایران می روند تا فیلمی درباره ورزش «موج سواری» (SURFING) بسازند. مشخص است زنان ایران نخواهند توانست به طریقی که این ورزش در کشورهای دیگر انجام می شود بدون حجاب در آن شرکت کنند. اما دو ورزشکار زن ایرانی به آنها می پیوندند و فیلم در بلوچستان ایران که موج آبهای بلندتر است



مرین پویزیو

ساخته می شود. اسم فیلم هست «بدون دریا» و ساخته «مرین پویزیو».

این دومین فیلم این فیلمساز موج سواری است و علت ساختن این فیلم در ایران را علاقه اش به فرهنگ و تاریخ ایران توضیح داده و دلیل انتخاب چاه بهار بلوچستان هم به خاطر موج های این منطقه است که برای موج سواری ایده آل می باشد.

این نخستین فیلمی است که درباره این ورزش در ایران ساخته می شود و نخستین باری است که اصلاً این ورزش در ایران هست. دو ورزشکار ایرانی «مونا» و «شهلا» یکی غواص است و دیگری اسکی باز. ادغام آب و اسکی که با موج سواری هماهنگ است آنها را راغب می کند تا به «مرین پویزیو» پیوندند و برای نخستین بار این ورزش را تجربه کنند. اما فیلم در این حد باقی نمی ماند و گریزی دارد به رشته های ورزشی دیگری که زنان ایران به آنها علاقه یا اشتغال دارند. بعد محدودیت چنین ورزش هایی که برای زنان ایران به خاطر مذهب مطرح است بحث دیگری است که در فیلم به آن توجه می شود. ایضا ساکنان محلی برخلاف انتظار سازندگان فیلم، با استقبال با آنها روبرو می شوند و همین باعث می شود

## 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 حقوقی ♦ 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

3550 Stevens Creek Blvd, Suite 340, San Jose, CA 95117

## یار صمیمی کهریزک دارفانی را وداع گفت!



او که بود؟ این یار صمیمی سرهنگ بازنشسته «سید محسن پوستی» بود که لازم است یاد او را گرامی بداریم. به گزارش روابط عمومی موسسه خیریه کهریزک، او سال ۱۳۱۱ در تهران متولد شد. پس از اخذ دیپلم به استخدام ارتش درآمد. آخرین سمتی که در ارتش داشت پس از پیروزی انقلاب بود که با درجه سرهنگی در محل سرلشگری عهده دار فرماندهی واحدهای آموزشی و پشتیبانی نیروی هوایی گردید.

در سال ۱۳۶۰ در سالهای جنگ ایران و عراق پس از سی سال با افتخار به بازنشستگی نائل گردید و در سال ۱۳۶۰ از طرف هیأت مدیره به عنوان مدیرعامل انتخاب شد. او با عشق و علاقه و دقت خاص اجرای امور را به خوبی مدیریت می کرد و برعکس ژست های خشن و خشکی که معمولا از نظامیان انتظار میرود، خوی مهربان و لطیفی داشت. از ویژگی های او برنامه ریزی در کارها و مقید به انجام در آن بود. حضورش در بخش های مختلف آسایشگاه با وجود عوارض جنگ در کشور و خاموشی های مکرر شبانه و موشک باران ها باعث آرامش خاطر مددجویان میگردد. او علاقه زیادی به مددجویان داشت و در برنامه های تفریحی و سرگرم کننده که برای آنان در خارج از آسایشگاه در نظر گرفته میشد شخصا شرکت میکرد و امید به زندگی را در آنها تقویت می نمود. همکاران قدیمی خاطرات خوبی از آن ایام با او دارند. خدمات مفیدی نیز در طول مدت کوتاه مدیریت وی انجام شد مانند طرح توسعه آسایشگاه و خرید بخشی از زمین های مجاور و شروع عملیات احداث ساختمان ۵۰۰ تختخوابی برای آسایشگاه. او در سال ۱۳۶۴ برای معالجه به آمریکا آمد، با این امید که پس از مساعد شدن شرایط به ایران بازگردد اما چنین موقعیتی را به دست نیاورد تا اینکه متأسفانه اطلاع یافتیم روز هفتم ژانویه امسال، با داشتن ۸۴ سال سن، در حالت خواب، جان به جان آفرین تسلیم کرده است. **دنباله مطلب در صفحه ۵۶**



## نوشخند و پوزخند لبخند و زهرخند

عترت گودرزی (الهی)

etratelahi@aol.com

## روانکاو

برو روی آن کاناپه دراز شو!  
شوهرم گفت: «میدونم میخوای مسخرگی کنی. بسیارخوب، هرچی تو بگی!» بعد رفت و روی کاناپه دراز شد. من نور چراغ را کم کردم و رفتم بالای سرش و گفتم: «حالا چشمهاتو ببند!» وقتی چشمهایش را بست، گفتم: «آیا در بچگی بلا ملایی سرت نیوردن؟» ناگهان از جایش پرید و گفت: «این مزخرفات چیه که میگی؟!»

گفتم: «بفرمایید، دلیل این که این موضوع صحت دارد این است که شخص در مراحل اولیه سؤال و جواب، به شدت عصبانی می شود و انکار می کند.» به طرف من دوید. یادداشت هایم را از دستم گرفت و پاره پاره کرد و من با لبخند پیروزمندانهای گفتم: «آفرین بر من که چه روانشناس ماهری هستم.»

آن شب ما، با جنگ و جدال گذشت و مرا در تصمیم خود راسختر کرد. فردای آن روز، در اینترنت برای خودم سایتی درست کردم و اسم سایت را هم گذاشتم «ملج مولوچ دات کام».

حالا حسابی کارم گرفته، تلفن خانه مرتباً زنگ می زند و مردم از من تقاضای کمک می کنند و از من زناشویی، خانوادگی و سکسی آنها را حل کنم و برایشان راه حل مناسبی پیدا کنم و اصرار دارند که به مطب من بیایند. روی کاناپه ای در اتاق نیمه تاریک دراز بکشد و به گناهان خود اعتراف کنند. البته مگر چه چیز من از «فروید» و «پونگ» کمتر است؟! تازگی ها فکر کرده ام چند کتاب درباره روانکاوی بزرگانی مثل ملانا و روابط او با شمس و سعدی و بچه خوشگل مسجد جامع کاشف و یا حافظ و آن شیرین پسر که قرار است خونش را بریزد، بنویسم و ثابت کنم که بزرگان ما هم محتاج به روانکاو بوده اند و متوجه نبوده اند و یا این که دکترهای روانکاو مثل من در آن زمان حضور نداشته اند.

دیشب پس از شام، شوهرم سرگرم تماشای مسابقه فوتبال از تلویزیون بود. فنجان قهوه را جلویش گذاشتم و به آشپزخانه رفتم و مشغول جمع و جور ظرف ها بودم که از صدای فریادهای شوهرم، به طرف اتاق نشیمن دویدم. دیدم که او سرپا ایستاده و گاهی فریاد می زند و گاهی روی پاهایش چنان از جا می پرد که پنداری قهرمان پرش ارتفاع است.

چیزی نگفتم، فقط قلم و کاغذ برداشتم و در گوشه دیگر اتاق نشستم و مشغول یادداشت کردن کارها و حرکات او شدم. یک بار چنان از جا پرید که فنجان قهوه روی میز سرنگون شد. چشمش به من افتاد. وقتی مرا مشغول نوشتن دید، با تعجب نگاهی کرد و گفت: «چکار می کنی؟!» گفتم: «هیچی!» گفت: «چی می نویسی؟!» گفتم: «هیچی!»

فریادی زد و به طرف من پرید که یادداشت را از دست من بگیرد. به طرف دیگر اتاق رفتم و گفتم: «خیلی خوب، مشغول نوشتن حرکات و کارهای تو هستم!» پرسید: «برای چی؟!» گفتم: «خودت میدونی که رشته تخصصی من، روانشناسی است و در نظر من که اینکارها، کارهای تو غیرعادیه.» خنده ای کرد و گفت: «خدا عقلی به تو بده و پول فراوانی به من.» گفتم: «آخه از کی تا حالا شما وقتی فوتبال تماشا می کنی، اینجوری فریاد می زنی؟»

گفت: «زن، این فوتبال جام جهانی در برزیله! فوتبال آمریکایی که نیست. بازی ها اینقدر قویه که آدم تحت تأثیر قرار میگیره.» گفتم: «من این چیزها سرم نمیشه. تو یک چیزیت میشه، به علاوه مگر من چه چیزی از این دکترهای روانشناس کم دارم که از صبح تا غروب مشغول روانکاوای مردم هستند. فکر کردم که من هم به صف آنها بیبندم و بهترین سوژه برای من، خود تو هستی و اول از تو شروع می کنم.» با تمسخر نگاهم کرد و گفت: «بفرمایید، بنده حاضر.» گفتم: «اول

## Laser Beauty Center

با مدیریت ندا امیری با بیش از ۱۶ سال سابقه

### Laser Hair Removal

از بین بردن موهای زائد بدن با لیزر  
برای هر گونه پوست روشن و تیره

مشاوره اولیه رایگان



- ♦ جوان سازی پوست با استفاده از لیزر
- ♦ از بین بردن موهای زائد بدن با استفاده از لیزر
- ♦ کشیدن پوست بدون جراحی با استفاده از لیزر

- ♦ Laser Skin Rejuvvenation
- ♦ Laser Hair Removal
- ♦ Titan (Skin Tightening)

Neda Amiri R.N.

(408) 3703882

1848 Saratoga Ave., #6A, Saratoga, CA 95070

است و احتمالاً مولوی نیز قبل از ملاقات با شمس تبریزی، تحت تعلیمات برهان الدین محقق ترمذی از این نوع مکتب های تصوف بهره مند گردیده بود. لکن پس از ملاقات با شمس و در نیمه دوم زندگانی اش دارای طریقه و مسلکی شد که با دیگر طریقه ها و مسالک عرفان و تصوف مشابهت نداشت.

پرتوی تابناک که از عشق به الوهیت و وحدانیت - روح مستغرق در عرفان و مغز متفکر و اندیشمند مولوی در هشتصد سال قبل ساطع گردیده است، ظلمات جهل و تعصب، خرافات و ارتجاع و بی دانشی را در طی قرون و اعصار درهم شکسته و گرمی و روشن بینی به دل ها و افکار آدمیان بخشیده است تا در طریق خودشناسی که در حقیقت همان خداشناسی است و عروج به منزلگاه های عرفانی قدم بردارند.

مولوی پس از ملاقات با شمس از اقیانوس لایتناهی عشق و عرفان او ملهم و سیراب گشت و سپس این ودیعه الهی و جاودانه را در آثار بزرگ ادبی، عرفانی و فلسفی خود به ودیعه گذاشت تا روشنگر راه تارک و پریچ و خم رهروان وادی عشق و عرفان باشد.

دروازه راز

سادگی چنان به مهارت سخن گفته که بی تردید باید او را در ردیف اول فصحای زبان آور فارسی قرار داد. وسعت اطلاع او نه تنها در دانش های گوناگون شرعی و فقهی، بلکه در همه مسائل ادبی و عرفانی و فرهنگ عمومی اسلامی حیرت انگیز است. کلام گیرنده وی که دنباله سخنان شاعران خراسان و در مبنی و اساس تحت تأثیر آنان است شیرینی و زیبایی خاص دارد. در مسائل دینی و عرفانی شاعری است حساس و جهان بین. شاعری که با دل های پاک و درون های صافی کار دارد. او چنانکه خودش می گفت و از او نقل کرده اند با هفتاد و سه مذهب یکی بود و سخت گیری و تعصب را خامی و نوعی ناپختگی می شمرد و خود برتر و بالاتر از همه اعتقادات قرار داشت. مردی مؤمن ولی بالاتر از آن مردی آزاده و آزاد منش بود. وارسته از دنیا و عاشق تعلیم و ارشاد، هدایت خلق - صوفی پخته - سوخته فانی. روح عرفان و مکتب طریقت مولوی از دیگر طرق و سلسه های صوفیه به کلی ممتاز و متفاوت است. در قرن هفتم که زمان ظهور مولوی است معروف ترین مکتب های تصوف مکتب شیخ شهاب الدین سهروردی

## سیر و سفری در گلستان ادب پارسی

گردآوری و نگارش:  
مهندس پرویز نظامی



## آثار مولوی

مشهور به دیوان غزلیات شمس تبریزی است زیرا مولوی به جای نام یا تخلص خود در پایان غزل های خود نام مرادش شمس تبریزی را آورده است. نخستین چاپ این دیوان که در هندوستان انتشار یافته بود شامل ۵۰۰۰۰ بیت است. ولی همه این ابیات حقا از مولوی نیست بلکه بعضی از آنها از شاعرانی دیگر و خاصه دویست غزل از دو شاعر دیگر با نام های شمس مشرقی و شمس مغربی است. چاپ دیوان مستند شمس تبریزی که با مقابله و تصحیح مرحوم استاد بدیع الزمان فروزانفر با استناد بر موثق ترین نسخ دیوان کبیر تهیه و تنظیم گردیده غیر از رباعیات به ۳۶۰۰۰ بیت بالغ می گردد. به مولوی غزل ها و اشعاری در عهد صفویه نسبت داده اند که دلالت بر تشیع او می کند و حال آنکه او سنی و فقیه حنفی بود و پیداست که این اشعار از اختراعات و انتسابات عهد صفوی است.

غزل های مولوی مملو است از حقایق عالیله عرفانی و دریاهای جوشانیست از عواطف حاد و اندیشه های بلند شاعر که با نشیب و فرازها همراه است. کلامش در همه آنها توأم با شور و التهاب روحی شدید است که بر او در حالات مختلف دست می داد و در همه آنها مولوی با معشوقی نادیدنی و نیافتنی کار دارد که او را یافته و شهود کرده و با او از شوق دیدار و وصال و فراق سخن گفته است. مجموعه رباعیات مولوی که در سال ۱۳۱۲ هجری قمری در استامبول به چاپ رسید بالغ بر ۱۶۵۹ رباعی است. از مولوی آثاری به نثر نیز باقی مانده که مجموعه ای است از نامه ها و مجالس او و کتاب فیه مافیه (در او آنچه دروست) که از مجالس او با معین الدوله پروانه توسط فرزند مولوی سلطان ولد جمع آوری شده است.

کلام مولوی ساده و دور از هرگونه آرایش و پیرایش است ولی او درعین

مولوی در کثرت اشعار در میان بزرگان تصوف پیش از خود به سنایی و عطار شباهت دارد و مانند آن هر دو استاد هم به سرودن مثنوی در شرح حقایق عرفانی توجه کرده و هم به ساختن انواع شعر دیگر. مهمترین اثر منظوم مولوی مثنوی است در شش دفتر که در حدود ۲۶۰۰۰ بیت دارد. در این منظومه طولانی که آن را به حق باید یکی از بهترین زادگان اندیشه بشری دانست، مولوی مسائل عرفانی و دینی و اخلاقی را مطرح کرده و هنگام توضیح به ایراد آیات و احادیث مبادرت جسته است.

در این منظومه همه مبانی و مسائل اساسی تصوف و عرفان از طلب و عشق گرفته تا مراحل کمال عارف با توجه به تطبیق و تلفیق آنها با تعلیمات شرع و آیات قرآنی، داستان ها و اندیشه های ارائه شده در تورات و انجیل و دیگر داستان های رایج در زمان ها مورد تحقیق قرار گرفته و همراه هر تحقیق عرفانی حکایات و تمثیلاتی برای روشن کردن ذهن خوانندگان ذکر شده و به همین سبب مثنوی جنبه تعلیماتی خاصی در میان صوفیان یافت و چون یکی از شاهکارهای بزرگ شعر فارسی است طبعا در تمام هفت قرن اخیر مورد مطالعه اهل ادب و غالب ایرانیان با سواد قرار گرفت و از این راه اثر خاص در روح و اندیشه ایرانیان برجای گذاشت. از جمله ترجمه های مهم مثنوی ترجمه ای است از نیکلسن به زبان انگلیسی همراه از آن که به انضمام چاپ نفیسی از متن مثنوی بین سال های ۱۹۲۵ تا ۱۹۴۰ میلادی به طبع رسید. علاوه بر این تولوک منتخباتی از مثنوی به آلمانی ترتیب داد و وینفیلد ترجمه خلاصه ای از تمام مثنوی را با مقدمه ای در تصوف به سال ۱۸۸۷ میلادی در لندن منتشر نمود. در زمان حاضر مثنوی به اکثر زبان های زنده جهان ترجمه شده است. دومین اثر بزرگ مولوی «دیوان کبیر»

## 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 value to your next transaction.

hamid@true-vision.com + DRE# 01071456



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

12376 Saratoga Sunnyvale Rd. Saratoga, CA. 95070

## منطقه فضول آباد

### از کدوم فیس بوک خوشت میاد؟

- \* اونا که هر خبری که شنیدند فوری نیارند تو فیس بوک خودشون. خصوصی خبری که با «میگن» شروع می شود.
- \* اونا که تو فیس بوکشون چرندیات و حرف مفت پیدا نمی کنی.
- \* اونا که هر تصویر، طرح یا کاریکاتور ناجور نمی ذارند تو فیس بوکشون.
- \* اونایی که مطالبی نمی نویسند یا نقل نمی کنند که بوی ریا، حسادت یا خودنمایی میده.
- \* اونا که مشوق جوانانند، اهل هر کشور یا ولایتی که باشند.
- \* اونا که پیداست اهل کتاب و مطالعه نشریاتند.
- \* اونا که سعی می کنند آگاهی همه را بکشند بالا.
- \* اونا که فیس بوکشون بلا تکلیف نیست. یه روز باز نیست یه روز بسته.
- \* اونا که آگه کتاب خوبی خواندند اون کتابو به همه معرفی می کنند.
- \* اونا که بی دلیل تمام مطالب فیس بوکشون را به یک زبان دیگر نمی نویسند.
- \* اونا که در شادی و غم همه شریکند.
- \* اونا که در فیس بوک هم عدالت و انصاف را رعایت می کنند.
- \* اونا که به موسیقی به ویژه موسیقی محلی ما اهمیت می دهند
- \* اونا که کوشش نمی کنند خودشان را روشنفکر جا بزنند و روشنفکر هم نیستند.
- \* چپ و راست تفسیر سیاسی صادر نمی کنند.
- \* خوشم میاد از مالک فیس بوک که اونم خاکیه. از یکی از عکس هایش اینو فهمیدم. خدا کنه به وقت این حرف من غلط درنیاد.

جمع و خرج و جمیع کارهای دولت دخالت داشته باشد. روزنامه ها آزادند و هرچه که مطلع شوند از حسن و قبح کارهای دولت یا چیزی بخاطرشان برسد از مطالبی که موجب صرفه و صلاح دولت و ملت باشد به اطلاع مردم برسانند. رکن سوم آزادی اقتصادی

است. بهبهانی این آزادی را پایه و اساس آبادانی و ترقی مملکت و در نتیجه رفاه جامعه دانسته و معتقد است مردم باید با اطمینان از امنیت، استعداد ثروت و سرمایه خود را در جهت اختراعات، اکتشاف تجارت و سرمایه گذاری به کار اندازند.

## مشقی تازه در روزهای غربت

حسینعلی مکرندی

فریمانت - کالیفرنیا

e-mail: ha@makvandi.com



به داخل خانه برد و در را بست (نوشته گلی ترقی)

**سه وجه آزادی از نگاه ابوطالب بهبهانی**  
ابوطالب بهبهانی در کتاب خود بنام: منهج العلی درباره آزادی نوشته است: وجوه آزادی عبارتند از آزادی فردی، آزادی سیاسی، آزادی اقتصادی یا تجاری. او آزادی فردی، در چارچوب قوانین را اساس امنیت اجتماعی دانسته و معتقد است: حدود آزادی را قانون تعیین می نماید و آن در همه کشورهای اروپایی معمول و شناخته شده است. آدمی تا وقتی آزادی را درک نکند دست به کار اصلاح و یا صنعت و زراعت نمی زند زیرا خود را در امان نمی بیند. نجات ایران و اتباع آن در آزادی است و در خصوص آزادی سیاسی می نویسد آزادی سیاسی یعنی ملت آزاد است در اینکه مداخله داشته باشد و مباحثه و گفتگو کند در احکام سیاسیه، همچنین در

### کشف حجاب مادرم

هنوز روشن و صریح در خاطر دارم که یک روز مادرم جامه ای نخودی رنگ از بهترین پارچه ابریشمی که بلاپوشی برودری دوزی داشت به تن کرد و کلاهی از حصیر سیاه رنگ با لبه پهن بر سر نهاد. توری با شبکه درشت از لبه کلاه، روی نیمی از صورتش آویخته بود که خال هایی به رنگ دانه انار داشت. یک سمت لبه کلاه دسته ای گل با رنگ های مختلف قرار گرفته بود. مادرم با این لباس و کلاه، شبیه عکس هایی بود که در ژورنال های خیاطی دیده بودم. درشکه آوردند و مادر سوار شد و رفت. من برای بدرقه اش به کوچه دویده بودم. هنوز درشکه کاملاً دور نشده بود که ریگی به پیشانیم خورد و چند کودک درشت و ریز به سرم ریختند و با مشت و لگد نوازشم کردند. می شنیدم که با خشم می گویند: «نتت ارمنی شده» دایه مادر به کوچه دوید و مرا از چنگ آن زبان نفهم ها رها کرد و



## انجمن آذربایجانی های شمال کالیفرنیا

غیر انتفاعی، فرهنگی، هنری و بدون وابستگی سیاسی و مذهبی!

با هدف ترویج و گسترش فرهنگ و هنر آذربایجان

**برنامه های انجمن:** برپایی جشن های ملی، تفریحی، کمپینگ و پیک نیک، مسابقات تخته نرد، شب های

شعر و موسیقی، برنامه های هنری، کلاس های زبان ترکی و انگلیسی، کلاس های رقص و موسیقی

**خدمات و مشاوره رایگان در امور:** ♦ مهاجرت ♦ کاریابی و مسکن ♦ انجام خدمات اولیه برای افراد تازه وارد به آمریکا

♦ سرمایه گذاری ♦ خرید و فروش املاک ♦ مشاوره در امور تحصیلی ♦ مشاوره در امور خانوادگی

برای اطلاعات بیشتر لطفاً با ما تماس حاصل فرمایید!

e-mail: secretary@acsnc.org

(408)661-3410

website: www.acsnc.org

عضویت در این انجمن بدون شرط سنی، عقیدتی، سیاسی و ملیتی می باشد!

**Azerbaijan Cultural Society of N. California**

16400 Lark Ave., Ste # 260, Los Gatos, CA 95032

## یادداشت‌های با تاریخ

## صدرالدین الهی



## سوپر مارکت مولانا و بوتیک حافظ

در محضر استادی صاحبنظر، صاحب‌دل و خوش محضر صحبت از این بود که چقدر حلقه‌های درس مولانا شناسی و جرگه‌های تجزیه و تحلیل حافظ زیاد شده است. در هر شهری که می‌روی استادی، بچه استادی، جوجه استادی دکانی دارد که در آن متاع شعر فارسی را عرضه می‌کند و مشتریانی دارد که سر از پا نشناخته به نزد او می‌روند تا از خرمن دانشش خوشه برچینند. از حضرت ایشان پرسیدم: «چرا مولانا و حافظ در این سالها گل کرده اند؟» با ریشخندی که خاص استاد است فرمودند: «برای اینکه این دو شاعر قدر اول ادب فارسی قابل این هستند که بشود به نامشان دکان باز کرد.»

یعنی چه؟

یعنی اینکه فردوسی زبانی دارد به ارتفاع کوهستان‌های صعب و رسیدن به قله دریافت او، پای طلب را پر آبله می‌کند و تازه معلوم نیست با زبان صریح و صاف و روشن او بشود دکان باز کرد. سعدی هم که به قول خود سر کار دکانی دارد در بازارچه زندگی که اصلا نمی‌توان با او سر به سر گذاشت چون هر جنسی که عرضه می‌کند در بسته بندی مشخص و معینی است و نه می‌توان مثالی بر آن افزود و نه می‌شود گرمی از آن کاست. این است که ما می‌مانیم و مولانا و حافظ. این دو شاعر هر دو از جایی می‌آیند که برتر از خیال و گمان و وهم است و چون نازل می‌شوند، صدای دلپذیر پر فرشتگان را در کلام آنها می‌توانی شنود. شعر آنها را هر کس هر

را که از ۲۵۰ صفحه متجاوز است، داریم.» استاد ادامه داد که: این تازه حافظ است که جمع و جور است و با چهار صد و اندی غزل قابل دستیابی و دسترسی است وای بر وقتی که به مولانا و دیوان کبیر بپردازیم که بیش از سه هزار و پانصد غزل شوریدگی و آشفته سری دارد که ترا نخوانده مست می‌کند و می‌بردت به جایی که لامکان در نزد آن، مکانی محدود است.

## بیا ساقی می‌ما را بگردان

## بدان می‌این قضاها را بگردان

## قضا خواهی که از باده بگردان

## شراب پاک بالا را بگردان

و استاد ادامه داد که: دیوان کبیر مولانا که خدمتتان هست.

بله، مرحمت فرمودید و چند سال پیش برایم فرستادید.

استاد بدیع الزمان فروزانفر می‌فرمود این دیوان نیست اقیانوس است.

و ما باز به یاد آوردیم که روزی استاد فروزانفر در کلاس درس به ما گفت:

چون سواد فهم مثنوی در خدمتتان نیست زنه‌ار به دیوان کبیر نزدیک نشوید زیرا که شما را در خود می‌پیچد و می‌برد و مفروقتان می‌کند.

وقتی از استاد صاحبنظر، صاحب‌دل خوش محضر پرسیدیم که:

پس چرا این روزها کلاس مولانا و حافظ آنقدر زیاد شده و حتی اجنبی‌ها ادعا می‌کنند که با دف و داریه و رومی خواندن از جهان سفلی به عالم علوی می‌روند، استاد باز هم به ریشخند فرمود:

برای اینکه با این دو بزرگوار می‌شود دکان باز کرد. منتهی با مولانا می‌شود سوپر مارکت داشت که در آن همه جور جنسی از خمیر دندان تا شکلات کشی می‌توان پیدا کرد و لاجرم از خانم «مادونا» تا آقای «جروم کلینتون» مشتری آن هستند اما با حافظ فقط باید بوتیک وا کرد تا ملائک در آن فر ششماهه بزنند. و سپس غش غش خندید و فرمود:

سوپر مارکت مولانا و بوتیک حافظ مد روز است آقا خوشحال باشید آقا... خوشحال باشید، دلتان شور نزنند. دیده‌ام که اعلام می‌کنند در شش جلسه مولانا را درس می‌دهند و در سه جلسه حافظ را خلاصه می‌کنند. عیبی ندارد شما در مملکت بیزنس زندگی می‌کنید. بگذارید یک دسته هم از راه سوپرمارکت و بوتیک ارتزاق کنند.

## پز رنگین و الماس خونین

در یک مجلس مهمانی گوش نه چندان تیزم به هیزی تمام سرگرم استراق سمع بود. دو خانم آراسته نوحاسته، درباره الماس صحبت می‌کردند. آن یکی به این دیگری خرید انگشتر تازه اش را تبریک می‌گفت که چه تلالوئی دارد و نه تنها چشم را می

زند که چشم حسود را هم کور می‌کند. خانم مورد ستایش با لحنی که نمی‌دانم گله بود یا قهپز، از شوهر شکایت داشت که او توقع پنج قیراطی داشته و شوهر خاک بر سر جس خور گدا این را خریده که چهار قیراط است و تازه برش کامل برلیانی ندارد و اهل بخیل آدم را مسخره می‌کنند.

انگشتر را از انگشت او بیرون کشید و زیر و رو کرد و پس داد و بعد آن خانم هم برای این که «جز» هم صحبت را در بیاورد و متذکر شد که «وای، خاک بر سرم. درست ندیده بودم واقعا از آقای شما بعید است.»

حالا آقا را من می‌شناسم. ماشین فروش چرب زبانی است که یک فروشگاه زنجیره ای ماشین های ژاپنی دارد. در کنار آن صاحب چندین آپارتمان بیلدینگ به قول اینها اجاره ای است، چند سالی هم هست که در یکی از این کمپانی های الکترونیکی معروف به «دات کام» سیلیکون ولی سرمایه گذاری کرده و بدون این که اسمی از او در میان باشد سوپر میلیونر است و ضمنا بلد است چکار کند که مالیات کلان نپردازد و در عین حال از خدمات خیریه و فرهنگی هم بیزار است و آن را نوعی «خودنمایی ایرانی» می‌داند.

خانم صاحب الماس وادنگ آن تحقیر مستتر در جمله خانم دومی را زد و گفت: «آره، من هم لچ کرده ام و گفته ام برای این که حرف مرا گوش نکرده چشمش کور باید با پلایه خصوصی شرکت بردم پاریس تا هر چه من دیدم و پسندیدم از کارته برایم بخرد. حالا تو فکر می‌کنی «ست زمرد» بهتر است یا «ست الماس»؟ آخر می‌دانی اخیرا درباره الماس مقرراتی گذاشته اند که کار را سخت کرده. این مملکت کوفتی آفریقایی است که الماسش معروف است.»

خانم مقابل برای اظهار فضل گفت: «بوتسوانا» را می‌گویی که نزدیک آفریقای جنوبی است؟

و این یکی خانم زد توی دهنش که «نه خانوم، نه، الماس بوتسوانا الماس استخراج شده از معادن سنگ و ذغال سنگ است. این یکی اسم زهر ماریش «سیر... سیر... سیرسیرک یا یک همچو چیزی است. الماسش لب رودخانه است و مثل شن زیر دست و پا ریخته. اگر یک بیل و یک الک ورداری بروی خاک کنار رودخانه را الک کنی، دست خالی بر نمی‌گردد. ولی نمی‌دانم چی شده که سه چهار سال است که این مقررات را برای الماس آفریقا گذاشته اند. نکند دزدی مُردی چیزی شده. حالا گور پدرش، یه خورده گرانتر می‌خریم.» گوش هیز ما بیش از این صحبت آن دو بانوی تر تمیز رنگین افاده را نشنید و آنها دور شدند.

## SABIKA Full Service Salon

با مدیریت شهین (Sherry)

\$10 off any Services

- ◆ Haircut
- ◆ Highlight
- ◆ Perm
- ◆ Color
- ◆ Special Occasion
- ◆ Shampoo, Blow Dry & Style
- ◆ Threading
- ◆ Straightening
- ◆ Hair Extentions

Brazilian Straightening

(408) 927-7232

6049 Snell Ave., San Jose, CA 95123

## زندگی در ۲۰۲۲ چگونه خواهد بود؟

شرکت IBM در زمینه پیش‌بینی برای آینده شهرت دارد، و به تازگی لیست جدید پنج پیش‌بینی خود برای آینده را که به پنج در پنج شهرت یافته منتشر ساخته است. براساس گزارش ساینس، در لیست جدید IBM بر پنج فناوری که بزرگترین تاثیر را طی پنج سال آینده بر زندگی بشر خواهد داشت، تاکید کرده‌است. به گفته این شرکت طی پنج سال آینده جهان در زمینه هوش مصنوعی، تلسکوپ‌های فوق قوی، حسگرهای هوشمند و تجهیزات پزشکی دچار تحولی بزرگ خواهد شد و در بخش‌های سلامت و درمان، محیط زیست، درک زمین و شناخت جهان تاثیرگذار خواهند بود.

تاکنون از این شیوه برای تشخیص بیماری افسردگی در افراد استفاده شده‌است.

### لنزهای هوشمند

براساس پیش‌بینی جدید IBM، تا پنج سال آینده دوربین‌هایی قدرتمند و بسیار کوچک با سرعت و قدرت هوش مصنوعی درون لنزهای چشمی ترکیب شده و قدرت بینایی انسان را چند برابر خواهند کرد. در این صورت علاوه بر نور مرئی، انسان قادر به دیدن امواج ماکرو، میلیمتری و فرسرخ خواهد بود، آن‌هم تنها با استفاده از ابزاری که می‌توان آن را در جیب گذاشت یا به عینک وصل کرد.

### ماکروسکوپ‌ها و درک جزئیات زمین

به لطف تصاویر ماهواره‌ای، امروز امکان دیدن هر نقطه از زمین فراهم شده‌است، اما این تنها آغاز راه است. دنباله مطلب در صفحه ۵۰

### هوش مصنوعی و سلامت روانی

براساس نوع صحبت کردن افراد می‌توان اطلاعات زیادی از شخصیت آنها به دست آورد، اینکه آیا فرد کسل است، یا آشفته یا پریشان و یا بدبخت. انسان‌ها در روند تکامل خود آموخته‌اند این نشانه‌ها را در حین سخن گفتن از خود بروز دهند اما پیشرفت سریعی که در زمینه قدرت پردازشگرهای رایانه‌ها رخ داده‌است به این معنی است که تحلیل گفتار نسبت به گذشته قدرتمندتر خواهد بود.

IBM پیش‌بینی می‌کند تا پنج سال آینده آنچه می‌گوئیم و می‌نویسیم می‌تواند شاخص‌هایی برای سنجش سلامت روانی و فیزیکی باشد. برای مثال می‌توان با استفاده از یک اپلیکیشن موبایل بیماری‌هایی مانند پارکینسون را به لطف محاسبات هوش مصنوعی در فضای ابری تشخیص داد.

## ترمیم، تصحیح، بهبود و افزایش کردیت

آرین اقبالی

arian@enrichfin.com



## مقایسه (Foreclosure) و (Shortsale)

روند فروش کوتاه مدت آغاز می‌شود. مزایای فروش کوتاه مدت یا مناقصه فروش کوتاه مدت یا مناقصه مزایایی نیز برای هر دو طرف در بردارد. برای فروشنده، معمولاً تنها راه برای جلوگیری از سلب حق مالکیت (Foreclosure) میباشد. فروش کوتاه مدت یا مناقصه آسیب کمتری به اعتبار افراد میزند و لکه ننگ آن برای فروشندگان کمتر خواهد بود برای اینکه فروشنده با اینکار خود نشان داده که خواسته تا جایی که در توان اوست به تعهدات مالی خود پاسخگو باشد تا اینکه از آن فرار کند.

وام دهندگان کسانی هستند که کارشان تامین مالی جهت خرید املاک و مستغلات است نه فروش آن، همچنین آنها از فروش کوتاه مدت یا مناقصه سود بیشتری عایدشان میشود تا سلب حق مالکیت (Foreclosure). در حالی که برآورد هزینه سلب حق مالکیت به نسبت بانک یا کمپانی اعطا کننده متفاوت میباشد، اما جای هیچ شکی نیست که سلب حق مالکیت هزینه های زیادی را در بر دارد.

مستغلات خالی از سکنه به سرعت رو به زوال میروند و در معرض آسیب پذیری از سوی افراد خرابکار هستند. علاوه بر این، قیمت فروش املاکی که از آنها سلب حق مالکیت گشته در مقایسه با ملکی با همان شرایط و امکانات در بازار مسکن، بسیار پایین تر میباشد. یک فروش کوتاه مدت یا مناقصه فرصتی به خریدار میدهد تا خانه ای را کمتر از ارزش بازار خریداری نماید و در مقایسه با املاکی که از آنها سلب حق مالکیت گشته با ریسک کمتری مواجه خواهد گردید. **لورام رابور**

اصلاح فروش کوتاه مدت یا مناقصه (Shortsale) برای اکثر مردم که به طور منظم اخبار را تماشا میکنند، کاملاً آشناست. در داستان های زیادی که در مورد "بحران وام مسکن" و «فروپاشی حباب مسکن» می‌شنوید، اغلب به کلمه فروش کوتاه مدت یا مناقصه نیز اشاره میشود که معمولاً در ارتباط با مالکانی که در زیر آب هستند صدق میکند. این بدان معناست که ارزش مسکن صاحبان خانه به کمتر از میزان وام مسکن شان میرسد. اگر چه "فروش استرژیک در مدت زمانی کوتاه" به عنوان بخشی از استرژژی مالی نیز محاسبه شده است و اکثریت قریب به اتفاق افراد در اینگونه موارد هیچ انتخاب دیگری به جز سلب حق مالکیت (Foreclosure) ندارند.

### تعریف فروش کوتاه مدت یا مناقصه (Shortsale)

یک فروش کوتاه زمانی رخ میدهد که یک خانه به کمتر از میزان وام مسکنی که برای خرید آن استفاده شده بود به فروش می‌رسد. این حالت معمولاً زمانی پیش می‌آید که صاحب خانه در پرداخت اقساط وام مسکن خود به مشکل مالی بر میخورد و قادر به بازپرداخت بدهی خود حتی با فروش خانه نیست چرا که او در این حالت به مبلغی بیشتر از مبلغ ملک خود بدهکار میباشد و چاره‌ای به جز سلب حق مالکیت (Foreclosure) نخواهد داشت. برای جلوگیری از دست دادن خانه، او از وام دهنده خود اجازه میخواهد تا ملک خود را به کمتر از میزان بدهی خود بفروشد. اگر بانک موافقت نماید، ملک مورد نظر برای فروش لیست گردیده و

## 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

Iranian Services

- ♦ مدیکر 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

(408) 348-2595 + (925) 998-5340 + (415) 446-8682

Fax: (408) 247-5006

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

با درج آگهی در ماهنامه پژواک، کسب و کار

و خدمات خود را به ایرانیان شمال کالیفرنیا

معرفی نمایید!

(408) 221-8624

ماهنامه پژواک



به دست آورده است که البته در یکی دو محاوره می شود درک کرد که طرف مربوط پنج و شش ابتدائی را هم نگذرانیده چه رسد به آنکه بگوید: «مادرم که خانمی تحصیل کرده بود دیپلم دبیرستان من را با قاب طلائی به دیوار زده بود.» و خانمی پیرتر و علیل و عصائی در نهایت غرور ادعا کرد که «بعد از دیپلم می خواستم بروم دانشگاه که خواستگاران پاشنه در خانه ما را از جا در آورده بودند» کدام دانشگاه! غیر از دانشسرای مقدماتی دو ساله برای آموزگاری به ریاست «خانم تربیت» هیچگونه محل آموزشی برای زنها وجود نداشت. این اواخر هم به هر پیرزنی می رسم از «کالج دماوند» می گوید. متاسفانه در مکالمات ساده و معمول روزانه می شود درجه دانائی و مطالعه را حدس زد. گرچه می دانم خانم های این طرفها اهل کتاب نیستند، مطالعه ندارند و طبعاً در اطلاعات عمومی بسیار ضعیف و نادان. در عین حال خودنمایی و خودستائی فراوان. بهر کیفیت اینجا داروغه از ما خانه نشین ها مدارج تحصیلی نمی خواهد بنابراین دکانداری چرا! در عین حال واضح است که مدرک تحصیلی افزایش دانش و بینش می شود، ولی فقدان آن دلیل کاهش دانائی نمی

با همدیگر فرانسه حرف بزنید که یادتان نرود.» البته همگی می دانستیم این پیرزن بدبخت خدا یک کلمه هم فرانسه نمی داند و همین انگلیسی زبانی را هم اینجا در حد و حدود رفع حاجت یاد گرفته و سوادش را ندارد. فرد دیگری از همین قماش بلند پروازان یاهو گویان داد سخن سر داد که «به دستور خانم، مادرم که از شاهزادگان اصیل قاجار بود و ما «شاجون» خطابش می کردیم برای من و خواهرم معلم سرخانه استخدام کردند که پیانو یاد بگیریم.» و یا «کتابخانه مرحوم پدر بزرگ ما به روی عموم باز بود و مردم از دور و نزدیک خود را به این منبع آموزش رایگان می رساندند.» پیرزن دیگری تعریف می کرد: «ما در باغ بزرگمان استخر داشتیم و تابستان ها تمام بچه های محل را برای شنا و هواخوری دعوت می کردیم.» و کلی سخنان درشت از دارائی و مستخدمین و راننده و باغبان و آشپزباشی و غیره.

در مورد تحصیلات هم اکثراً بیش از دیگران سرمان می شود. لیکن حالیمان نمی شود که «از کوزه همان برون تراود که در اوست.» و بسیار آسان می شود دریافت مدعی چقدر می داند و تا کجا رفته. ضمناً با کسب تحصیل علم در مدرسه یا اجتماع به چه حد ارتقاء شعور

## از درگوشی ها

### به قلم پیرایه

سرگرمی و وقت کشی رفت و آمد می کنیم. در عرض و طول همین مرادیه از سر ناچاری ظاهر و باطنی هم نمایش می دهیم که بیشتر اوقات از واقعیت موجود دور و کلا نماد خودستائی احمقانه تلقی می گردد. چه لزومی دارد! نمی گیرم. البته عقده حقارت، کمبود عقل و منطق و حتما احساس فقر درونی است که مثلاً با ابراز «منم زدن» تشکیل موقت می یابد. مطلقاً به گمانی که طرف مورد گفتگو، باور کرده و بنده علیل و ذلیل را سالم می بیند و تحسین می نماید. این عقده روانی و لاعلاج معمولاً با دروغپردازی آغاز و با فخر فروشی و گنده گوئی مسخره ادامه می یابد. ضمناً به صورتی غلو می شود که هر شنونده کم توجهی هم متوجه اظهارات غیرواقعی گوینده مات و متحیر لاطائلات را در می یابد. یک شخص از همین رده در جمعی با کمال پروئی ابلهانه گفت «آقا جانم، هر صبح قبل از تشریف فرمائی به دربار ما، بچه ها را به خط کرده و می فرمود حواستان را جمع کنید و در منزل

ما پیرزنهای بیکاره ای که دیگر به درد کلفتی و آشپزی و پرستاری هم نمی خوریم دور هم جمع می شویم، می خوریم، یاهو سرائی می کنیم و خودمان را مهم جلوه می دهیم. در ایران معاشرت ها اکثراً فامیلی بود. عمه خانم و خاله قری و اعوان و انصار کوچک و بزرگ همدیگر را می شناختند. از زیر و بم هم خبر داشتند و مسئله و حادثه ای در خانواده نمی گذشت که سایر اقوام ندانند و درگیر نشوند. مسافرت، عروسی، عزا و البته وضع معشیت و موقعیت مادی و معنوی و اجتماعی، تحصیلی و غیره چه بسا مورد مشورت و همکاری و یآوری خویشان که معمولاً رسم و قانون قرار نسل اندر نسل تثبیت شده بود. هر عارضه و تصمیم و تغییر تحولی خانوادگی می نمود و ریز و درشت در جریان واقع می شدند و اما اینجا در غربت، هر فرد می تواند زبانی طوماری ادعا سر دهد و شنونده را به اعجاب وادارد. همدیگر را نمی شناسیم. برحسب تصادف آشنا شده ایم و برای

PARS  
EQUALITY  
CENTER

Immigration  
&  
Citizenship Services

ارایه خدمات مهاجرتی با کیفیت عالی  
( برای افراد و خانواده های کم درآمد )

- کسب تابعیت (سیتی زن شیب)
- کارت اقامت دائم (کارت سبز)
- درخواست مهاجرت خانوادگی
- تمدید کارت سبز
- مجوز اشتغال
- معافیت از پرداخت هزینه

ملاقات و مشاوره فقط با تعیین وقت قبلی

لطفاً برای تعیین وقت در شمال و یا جنوب کالیفرنیا، با تلفن های ذیل تماس حاصل فرمایید

408-261-6405

818-616-3091

Pars Equality Center  
1635 The Alameda  
San Jose, CA 95126

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

www.parsequalitycenter.org

A BIA Accredited Agency

501 (c)(3) Nonprofit Organization

کاوه میر شفیعی

Attorney at Law

وکیل رسمی دادگاههای کالیفرنیا و فدرال  
با دانش و تجربه در امور ورشکستگی،  
امور خانواده و امور تجاری و بازرگانی



Kaveh Mirshafiei, Esq.

مشاوره اولیه رایگان

◆ کلیه امور خانوادگی ◆ کلیه امور تجاری، بازرگانی،

و ثبت شرکت ها ◆ دعاوی مدنی

◆ Business Law ◆ Family Law

I am committed to providing you with excellent legal service within a culture that encourages innovative problem-solving!

To schedule your initial consultation, please call:

(408)663-6286

www.headwaylegal.com

710 Lakeway Drive, #138, Sunnyvale, CA 94085



یک شیر گردن کلفت و یک خورشید نورانی قرار داشت و اگر کسی به ما ایرانیان چپ چپ نگاه می کرد ما او را با این نشان کشوری مان یک لقمه چرب می نمودیم، بعد از انقلاب به رنگ قهوه ای بد رنگ که مقداری هم به سرخی می زد و آدم یاد رنگ یه چیز بد می افتاد در آمد و علامت روی آن شد یک نشان شبیه به نشان سیک های هندی. در این زمینه هم ما نقشی نداشتیم و وقتی پاسپورت زرشکی مان را برای تجدید دادیم، آن را از ما گرفتند این را به ما دادند.

ما به جان مامان مان قسم می خوریم که در این تغییر و تحول پاسپورتنی، و تبدیل شیر و خورشید به نشان خرچنگی هیچ نقشی نداشتیم و اصلا نمی دانیم که چطو شد اونطور شد. ما داشتیم زندگی ما را می کردیم و این ها خود به خود شد.

شما تصدیق می فرمایید که ما در این تغییر و تحول و اصولا روی خشت افتادن در محدوده ایران زمین اصلا نقشی نداشتیم و نمی توانستیم داشته باشیم. ولی پاسپورت ما که تغییر رنگ و نشان داد، مردم و مسوولان کشورهای خارجی با شخص ما بد شدند! ای بابا! ما چیکار کردیم که شما این جور با ما حالت قهر و غضب پیدا کردید؟

پاسپورت کشوری را دریافت می نماید و تنها با آن پاسپورت است که می توان به سفر خارج از کشور رفت.

ما با آن پاسپورت زرشکی به همه جا سفر می نمودیم و همه جا با احترام ما را راه می دادند و ما را دارای ملکه ای به نام ثریا و فرح و پادشاهی به نام رضا یا محمدرضا می دانستند و عکس پادشاه و ملکه و بچه هایشان همیشه روی جلد مجلات بود و هر وقت ما می گفتیم ایرانی هستیم، نیش طرف خارجی باز می شد و اول می گفت نفت بعد قالی بعد پسته بعد ملکه ثریا بعد ملکه «فقق» دیبا! و ما این جور احترام بسیار زیادی می داشتیم. شانس ما زد و بی آن که خود بدانیم انقلاب در ایران به وقوع پیوست که اولش گفتند مملکت جمهوری می شود و بعد گفتند جمهوری اسلامی می شود. در این جا بود که به جای شاه، خمینی نشست و به جای ملکه ثریا و فرح به روایت مغلوب بتول و به روایت صحیح تر خدجه خانم نشست که ما فقط در زندگی مان عکس چادرش را دیدیم و طبیعتا این عکس در روی جلد مجلات خارجی به دلیل نامشخص بودن فرد زیر چادر منتشر نمی شد.

پاسپورت زرشکی ما که روی آن علامت

## عالیجناب ترامپ! شما بگوید چه کنیم!؟

نوشته: ف. م. سخن

در روز روشن چپاول می کردند و بچه های ترک در طول مسیر، برای گرفتن سیگار از مسافران، راه را بر اتومبیل ها می بستند و اگر سیگاری به آنها داده نمی شد، شیشه های اتومبیل را با سنگ می شکستند و همیشه توصیه می شد که راه های ترکیه به صورت گروهی پیموده شود. در آن دوران، بلغارستان و یوگوسلاوی هم کمونیست بودند و یادم هست آقا داداش می گفت اگر کسی بخواهد از سیستان های اطراف جاده ها سببی بچیند و میل نماید، باغداران او را با تفنگ ناکار می کنند.

اصلا من بیخود وارد این مبحث شدم. خواستم بگویم که ما در زمان پادشاه ایران سفر می کردیم و یک پاسپورت زرشکی رنگ داشتیم که هر جا می رسیدیم آقا داداش آن را نشان می داد و موانع بالا می رفت و ما به سفر خود ادامه می دادیم.

منظور از این گفتار این است که انسان بی آن که خود بخواهد در جایی به دنیا می آید و باز بی آن که خود بخواهد

ریاست جمهور محترم ایالات متحده آمریکا، عالیجناب دونالد ترامپ، با درود. اینجناب، گشتاسب اهورایی، اهل ایران، دارای گذرنامه جمهوری اسلامی، برای سفر به کشور آمریکا دچار مشکلی شده ام که لطف بفرمایید جناب عالی یا یکی از مشاوران تان یا یکی از منشیان مشاورتان یا یکی از پادوهای منشیان مشاورتان به این جانب پاسخ دهید و مرا از سرگردانی برهانید.

چنان که آن عالیجناب مستحضر می باشند، انسان ها، به ناگهان در جایی از جهان چشم می گشایند و بی آن که بدانند یا خود بخواهند، اهل آن قسمت جغرافیایی از کره زمین می شوند. من، حدود ۷ سال داشتم که متوجه شدم اهل سرزمینی به نام ایران هستم و آن زمانی بود که آقا داداش ما، هوس مسافرت زمینی دور اروپا به سرش زد و ما و اهل خانه را توی یک فولکس قدیمی سوار کرد و دور اروپا چرخاند. بعدها متوجه شدم که این سفر در زمانی اتفاق افتاده که در مسیر ترکیه و مقصد استانبول، که بخشی از آن هم خاکی بود، راهزنان، مسافران را

## 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)

(408)738-1960  
597 S. Murphy Ave.  
Sunnyvale, CA 94086

**We Are #1**  
Established in 1996

(408)583-1200  
1800 S. Winchester Blvd.  
Campbell, CA 95008

میگیرد. میرویم نگاهی به شناسنامه مان می اندازیم و می بینیم ای آقا! ما هنوز تا پیری دو سه قرن فاصله داریم. پس این پدر سوخته ها چرا چنین نامه های جانگزایی را برای مان فرستاده اند؟ حالا باز خدا پدر همین عبدالله شرخر های قبر فروش را بیمارزد. پرپروضا دیدیم یک نامه ای بر ایمان آمده است که ای آقای فلان بن فلان! جناب عالی که حالا به میمنت و مبارکی به چنین سن و سالی رسیده اید می توانید مدرن ترین سمک های ما را به صورت اقساط خریداری بفرمایید!

ما نگاهی به خودمان می اندازیم و می بینیم اگر چه صد جای بدن مان درد میکند اما به قدرتی خدا و به کوری چشم دشمنان اسلام، گوش مان عیب و علتی ندارد و صدای عرعر ملاما را از چهل فرسخی می شنویم و به سمک و از این زهرماری ها هم احتیاجی نداریم. اما چه کنیم که دوباره دل مان بدرد می آید و می رویم نگاه دوباره ای به شناسنامه مان می اندازیم و می بینیم هنوز دو سه قرن تا پیری فاصله داریم!

حالا چاره ای نداریم جز اینکه فریاد بر آوریم که ای مرده خورها و سمک فروشان ینگه دنیایی، به کوری چشم شما ما تا چهل سال دیگر زنده ایم و به کوری چشم همه تان، نه به سمک احتیاجی داریم نه به قبر و گور و گورستان. بروید گم بشوید ای عبدالله شرخر های ینگه دنیایی!

یادتان باشد که:

**گر چه پیرم و میلرزم**

**به صد جوون می ارزم**  
راستی خودمانیم ها، بین خودمان هم بماندها! ما کی پیر شدیم خودمان خبر نداشتیم؟

هم رهایت نمی کنند و تو را آنچنان در چنبر و منگنه میگذارند که تا آخر عمر برده و بنده شان بشوی.  
خدا را صد هزار مرتبه شکر که بعد ها عقل به کله مان آمد و همه آن کردیت کارت ها را پاره کردیم و انداختیم توی سطل آشغال و به خودمان گفتیم ما که در تمامی عمرمان برای هیچ خدایی و ناخدایی تره هم خرد نکرده ایم بیاییم بشویم نوکر حلقه بگوش این عبدالله شرخر های ماهت نشور؟!.

خدا را باز صد هزار مرتبه شکر که دیگر این عبدالله شرخرهای نامریی دست از سر مان برداشته اند و انگاری فهمیده اند که از ما آبی برایشان گرم نمیشود، اما حالا دوباره در این پیرانه سری گرفتار مرده شورها و مرده خورها و قبر فروشان ینگه دنیایی شده ایم.

شب میرویم خانه می بینیم هفت هشت تا نامه فدایت شوم برای مان آمده است. بازشان میکنیم و می بینیم نوشته است که آقای فلان بن فلان! حالا که به میمنت و مبارکی پای تان لب گور است آیا هیچ میدانید هزینه کفن و دفن تان چقدر است؟ آیا متوجه هستید که یک آرامگاه چار وجبی هشت، ده هزار دلار است؟ آیا می خواهید پس از مرگ تان فرزندان تان تا آخر عمرشان قسط کفن و دفن تان را بپردازند؟

پس بیایید به عضویت سازمان ما در بیایید و ماهیانه فقط دویست دلار بسلفید تا در آن روز مبادا، یعنی آن روزی که غزل خدا حافظی را خوانده اید، ما هزینه کفن و دفن شما را بپردازیم.

شما اگر جای ما بودید چیکار میکردید؟ آیا دل تان نمی شکست؟ آیا از زندگی نا امید نمی شدید؟ وقتی همچو نامه هایی برای مان می آید راستی راستی دل مان



**آی... پیری**

و گفت: «چیزیت نیست! برو نگاهی به شناسنامه ات ببنداز!» و ما هم کفرمان بالا آمد و گفتیم: «اصلا آقا جان! ما شناسنامه نداریم.»

آقا! ما می خواستیم داستانی برایتان تعریف کنیم که حرف مان به دوا درمان و دکتر و اینجور چیزها کشیده شد.

آن قدیم ندیم ها، بیست و هفت هشت سال پیش که ما تازه به آمریکا آمده بودیم، هر روز از فلان بانک و فلان موسسه مالی و اعتباری بر ایمان نامه فدایت شوم میآمد که جناب آقای فلان بن فلان! چون شما از نوادگان اتول خان رشتی هستید ما حاضریم یک کردیت کارت به شما بدهیم و شما هم می توانید تا دل تان بخواد خرج کنید!

آن اولها ما خیال میکردیم که این بانکداران آمریکایی چه آدمهای خیر و نیکوکاری هستند که بدون آنکه ما را بشناسند و بدون آنکه بدانند پدرمان کیست، مادرمان کیست، همینطوری پنج هزار دلار و ده هزار دلار به ما وام میدهند. این بود که تقاضانامه ها را چاپ و راست پر میکردیم و آنها هم چپ و راست برای مان کردیت کارت های رنگ وارنگ میفرستادند. تا اینکه بعد ها فهمیدیم این بانکداران آمریکایی فی الواقع همان عبدالله شرخرهای خودمان هستند که با پنبه سر می برند و بخاطر همان صنار سه شاهی که به شما داده اند تا شیره جانت را نمکنند، تا دم گور

آقا! آدم که پیر شد نازکدل هم میشود. آن قدیم ندیم ها، در عهد ماضی، وقتی ما جوان بودیم اگر سنگ ریزه و قلوه سنگ هم میخوریم این معده لاکردارمان چناه هضمش میکرد که انگاری کباب برگ و کباب بره خورده ایم. اما حالا نه می توانیم ترشی بخوریم، نه می توانیم نمک بخوریم، نه می توانیم ودکا بخوریم، نه می توانیم باقلا و زولبیا بامیه و هزار تازهر مار دیگر بخوریم!

ما یک رفیق آمریکایی داریم که سی سالی است که دکتر مان است. ما پیر شده ایم و این دکتر مان هم همپای ما پیر شده است. گاهگداری یک جای بدن مان درد میگیرد میرویم خدمت شان بلکه مداوای مان بکنند. یک ساعت با طول و تفصیل برایش شرح میدهیم که کجای بدن مان درد میکند. او هم نیم ساعتی معاینه مان میکند و بجای اینکه نسخه ای، دوا، چیزی برای مان بنویسد لبخندی میزند و میگوید: «چیزیت نیست.» میگوییم: «آخر دکتر جان! اگر چیزی مان نیست پس چرا انگار داریم نفس آخر را می کشیم و می خواهیم غزل خدا حافظی را بخوانیم؟» باز لبخندی میزند و می گوید: «قبل از اینکه بیایی اینجا آیا نگاهی به شناسنامه ات انداخته ای؟»

دکتر است دیگر، چیکارش میشود کرد؟ پرپروزها که رفته بودیم پیشش بلکه دوا درمانی برای مان پیدا بکنند، باز در آمد

## به نام آنکه هستی بخشی است و جان آفرین



**انجام مراسم عقد شرعی و سنتی ایرانی و آمریکایی**

**توسط دکتر مهری پیروز**

در تمام موجودات نور خدا هست، چنانچه این نور بر افروخته شود، بر همه چیز غلبه خواهد شد و زندگی را با آرامش و شفای درونی به حال طبیعی بر می گرداند.

**۹۲۶۱-۸۵۹-۴۱۵**

## سارا مصطفوی - وکیل مهاجرت



- ♦ پناهندگی
- ♦ گرین کارت
- ♦ امور تبعیت آمریکا
- ♦ جلوگیری از اخراج
- ♦ امور حقوق بشر در رابطه با مسائل مهاجرت
- ♦ ویزاهای نامزدی، کار، سرمایه گذاری و دانشجویی
- ♦ سوء استفاده همسر در مورد اخذ اقامت از طریق ازدواج

**(510) 852-9650**

- ♦ Asylum
- ♦ Green Cards
- ♦ Citizenship
- ♦ Deportation Defense
- ♦ Human Rights Based Immigration Matters
- ♦ Visas: Fiancé, Work, Tourist, Investment and Student
- ♦ Abused Spouse Immigration Petitions

**Sara M. Mostafavi - Attorney at Law ♦ info@sara-law.com**  
2000 Hearst Ave. Suite 401, Berkeley CA 94709

کنند. مصرف مواد شیمیایی، حرارت دادن مو، رنگ کردن مو و تغییر شکل ظاهری موها باعث ضعیف شدن ریشه مو شده که منجر به ریزش آن می شود. مصرف شامپوها و شانه کردن موها را در امکان به یکبار در روز کاهش دهید. در بعضی افراد سیستم ایمنی بطور ناخودآگاه به فولیکول های مو حمله کرده و آن را به عنوان یک جسم خارجی تلقی کرده (Autoimmune Disease) که باعث ضعیف شدن آن و از دست دادن مو در قسمتی از سر می شود که با آن Alopecia Areata می گویند که حدود ۲ درصد افراد می باشند. این بیماری در خانم های جوان و بخصوص در جلوی سر یک مسئله بسیار ناراحت کننده می باشد که زیبایی را تحت تأثیر قرار می دهد و اغلب علت آن را ارثی می دانند.

#### درمان ریزش مو

در صورتیکه فرد دچار طاسی باشد درمان آن بسیار موثر نیست. در این افراد، داروئی بنام Rogaine وجود دارد که پس از مصرف دوبار در روز باعث بهتر شدن گردش خون در سطح سر شده و خون بیشتری به فولیکول های مو می رسد و تدریجاً آنها را دوباره فعال می کند.

آقایان می توانند دچار طاسی (Boldness) شده که این حالت جزو گروه ریزش مو (Hair loss) قرار نمی گیرد و موهای بسیار ریز و کم رنگ شده که نمی توان آنها را دید.

ریزش مو می تواند بدلیل مصرف بعضی داروها باشد نظیر داروهای شیمی درمانی و داروهایی که جهت درمان نقرس، رماتیسم، فشارخون بالا و مشکلات قلبی مصرف می شوند.

ویتامین A در مقادیر زیاد و بالا می تواند باعث ریزش مو شود. معمولاً متوقف کردن مصرف این داروها باعث برگشت رشد مو می شود ولی داروهای خود را بدون نظر پزشک معالج قطع نکنید.

داروهای ضدحاملگی (BCP) باعث ریزش مو می شوند و حتی ۶ ماه پس از توقف این داروها ریزش مو ادامه دارد.

ولی بعداً مجدداً شروع به رشد می کنند. عوامل دیگر عبارتند از ناراحتی های غده تیروئید، کم مصرف کردن مواد پروتئینی در مواد غذایی، کمبود میزان آهن در خون، بیماری قند، لوپوس و عفونت های قارچی پوست. بعضی افراد عادت به کشیدن موی خود دارند که بدلائل اضطراب و هیجان می باشد ولی پس از درمان این حالت، موها مجدداً رشد می



## ریزش مو (Alopecia)

می گویند که دارای سه لایه می باشد و مواد رنگی Pigment مو در قسمت میانی یا لایه میانی قرار دارد. در سنین بالا این مواد رنگی کم شده و مو تدریجاً به رنگ خاکستری و سفید تبدیل می شود. انسان بطور متوسط ۱۲۰۰۰۰ مو در روی سر خود دارد. تمام قسمت های بدن انسان از مو پوشیده شده است به غیر از لب ها، کف دستها و کف پاها. انسان دارای ۵ میلیون مو در تمام سطح بدن می باشد. باتوجه به سلامتی افراد مو می تواند تا ۵ سال رشد کند و سپس از فولیکول خود جدا می شوند. رشد طبیعی مو بستگی به گردش خون کافی در پوست انسان دارد. ریزش مو در بسیاری افراد ارثی می باشد و در مردان گاهی اختلالات هورمونی بخصوص بالارفتن Androsense باعث آن می شود.

امروزه ریزش مو یک پدیده معمول شده است و اغلب افراد شکایت از ریزش مو دارند چون موی زیبا یک علائم سلامتی کامل می باشد. اغلب افراد بدنبال جستجوی عامل آن می باشند. این حالت می تواند دلایل گوناگون داشته باشد و در هر فرد تا فرد دیگر متفاوت است.

در ابتدا توجه کنیم که رشد طبیعی مو چگونه اتفاق می افتد. مو از ماده ای تشکیل شده که به آن کراتین Keratin می گویند و این همان ماده ای است که ناخن های دست و پا از آن تشکیل شده است. درداخل پوست ماده ای است بنام Papilla که مو در آن تولید می شود و این ماده در داخل یک فولیکول مو (Follicle) قرار گرفته که ریشه آن در پوست می باشد. قسمت خارجی مو را بنام shaft

به مناسبت عید نوروز ۱۳۹۶

# انجمن آذربایجانی های شمال کالیفرنیا تقدیم می کند

## کنسرت باشکوه با هنرمندان ممتاز موسیقی جمهوری آذربایجان




**جاوید تبریزی**  
به همراهی سوینج جمال اوا

زمان: ۱۸ مارس ۲۰۱۷  
ساعت: ۷ عصر

مکان: 75 S. 11th St., San Jose, CA 95112

تلفن اطلاعات: (۴۰۸) ۶۶۱-۳۴۱۰

secretary@acsnc.org

داشت کپل او را می دید که با حرکت پاهایش بالا و پائین می رود. کم کم متوجه شده بود چه خبر است. لب و لوجه اش را طوری جمع و جور می کرد که انگار در حال خوردن عسل است و بدون آنکه متوجه باشد وسائل حمام فروغ و بقیچه حمام او را به خودش فشار می داد.

به حمام که رسیدند فروغ برگشت تا وسایل حمام خود را بگیرد. عباس قوزی برای اولین بار بود که صورت فروغ را به این واضحی می دید. چشمانش درشت و سیاه بود و ابروی کمانی کشیده ای بالای آن قرار داشت. لبش مثل غنچه بود و نگاهش چون شمشیر تیز. عباس طبق دستور حاج صادق گفت: «اینجا می شینم تا برگردین!»

فروغ پرده حمام را کنار زد و داخل شد و عباس با یک قلب پرتلاطم که تاپ تاپ می کرد تنها ماند. بی اختیار روی سکوی در حمام نشست و بلافاصله رهگذری که از آنجا می گذشت به او اعتراض کرد که چرا جلوی در حمام زنانه نشست است. برای اولین بار بود که خنده از لبان عباس قوزی کنار رفت و با خشم به آن مرد رهگذر نگاه کرد. چون چاره ای نداشت چند قدم آن طرف تر روی زمین نشست و به دیوار حمام تکیه داد. در این لحظه یک دسته کبوتر که از روی کوچه می گذشتند توجهش را جلب کرد و با دیدن کبوترها باز خندید. کبوترها رفتند اما سر عباس همچنان رو به آسمان بود. فکری به سرش زده بود که آن را سبک و سنگین می کرد. بعد بلند شد و کنجکاو به اطراف نگاه کرد. چند لحظه منتظر ماند و وقتی دید از سر کوچه تا تاه کوچه کسی عبور نمیکنند خود را به درختی که بیست متر از او دور بود رساند و مانند مارمولک از آن بالا رفت و از درخت روی دیوار پرید. آنگاه آهسته روی زمین خزید تا خود را به پشت بام حمام رساند.

دنباله مطلب در صفحه ۵۶

آزارش می داد. دخترش که هیجده سال داشت در خانه مانده بود. حاج خانم از زهرا خواسته بود تا در غیاب او و شوهرش که به مغازه می رود مواظب و مراقب دخترش باشد. فروغ تنها فرزند خانواده حاج صادق بود. یک پسر داشتند که در شانزده سالگی حصبه گرفته و مرده بود و یک دختر دیگرشان هم سر زارفته بود. حاج خانم که به امام زاده داود رفت تمام فکر و ذکر حاج صادق متوجه زهرا بود. صبح ها دیر به بازار می رفت و عصرها زود برمی گشت. در غیابش از عباس قوزی می خواست مواظب قماش ها باشد تا کسی آنها را نذرند.

یک روز صبح فروغ دختر حاج صادق به پدرش گفت که می خواهد به حمام رود و زهرا باید همراهش باشد. اما حاج صادق پختن غذا را برای مهمانانش بهانه کرد. گفت: «زهرا باید در خانه بماند تا غذا درست کند. تو با عباس قوزی برو. او وسائل حمامت را می برد و می آورد و بیرون حمام هم منتظرت می ماند.» عباس قوزی خندید و گفت: «پس کی مغازه می ره؟!» حاج صادق گفت: «گفتم که مهمان دارم. امروز تعطیله.»

عباس قوزی وسائل حمام فروغ را روی دوشش انداخت و به دنبال او از در خارج شد. حاج صادق هم خوشحال دست ها را به هم مالید و به طرف اتاق زهرا رفت. زهرا در حال جمع کردن رختخواب های خودش و عباس بود که حاج صادق وارد اتاق شد. فروغ کوچه ها را پشت سر می گذاشت و عباس قوزی هم به دنبالش بود. عباس قوزی تا حالا آنقدر به فروغ نزدیک نشده بود. همیشه از دور او را در حال رفت و آمد دیده بود. اگر هم دیده بود توجهی به او نداشت. اما حالا که پشت سر فروغ راه می رفت به او توجه داشت. از زیر چادر سفیدش که گل های ریزی

## قوزی خندان

محمد سعید حبشی

mshabashi@yahoo.com



شبهها هم وقتی شامش را می خورد آن طرف اتاق دورتر از خواهرش زیر لحاف می رفت و ساکت به نقطه ای خیره می شد تا خوابش ببرد. اما هنوز لبخند بر لب داشت و امیدی در دلش موج می زد.

یک نفر از روی دلسوزی برای او داستان قوز بالا قوز را تعریف کرده بود. به او گفته بود: «یک بار یک قوزی سحرگاه به حمام رفته بود. بینه دار به او می گوید: انشاء الله قدمت سبک باشد. چون تو اولین مشتری حمام هستی.» قوزی وارد حمام میشود و عده ای را در آنجا می بیند که در حال زدن و رقصیدن هستند. او هم به تصور این که دامادی را به حمام آورده اند و بینه دار با او شوخی کرده که اولین مشتری حمام است، شروع به رقصیدن می کند تا در شادی آنها شریک باشد. از رقصیدن که خلاص شد یک نفر از میان آن جمعیت به او نزدیک شد و گفت: «حالا که برای ما زحمت کشیده ای من هم یک مشت و مال به تو میدهم تا خستگی ات برطرف شود.» قوزی بعد از مشت و مال دید که دیگر از قوزش خبری نیست. او این ماجرا را برای دیگران تعریف کرد و داستان به گوش یک قوزی دیگر رسید. آن قوزی هم تصمیم گرفت بی موقع به حمام رود که وقت حمام جنین باشد و قوزش را بردارند. اما وقتی که او به حمام رفت از قضا مراسم عزاداری جن ها بود و او ندانسته شروع به رقصیدن کرد. در نتیجه جن ها عصبانی شدند و یک قوز دیگر نیز به قوز او اضافه کردند.»

عباس قوزی از وقتی این داستان را شنیده بود مرتباً می خندید و شب ها با فکر به آن به خواب می رفت که شاید روزی قوزی او برداشته شود.

یک روز صبح که عباس قوزی سر حوض داشت دست و صورتش را می شست حاج صادق از اتاق هشتی بیرون آمد و از او خواست امروز وقتی در مغازه را باز می کند همانجا بنشیند تا او بیاید. عباس قوزی گفت به چشم و رفت. حاج صادق خود را آماده کرده بود تا همسرش را به امام زاده داود ببرد. حاج خانم نیت کرده بود یک هفته در آنجا بماند و شب و روز را با دعا بگذراند. حاج صادق هم با جان و دل پذیرفته بود تا بتواند در غیاب او با زهرا خوش باشد. ولی یک نگرانی هم داشت که در وجود او موج می زد و

کمتر کسی بود که «عباس قوزی» را ندیده باشد یا نشناسد. هر روز کارش این بود که قماش های حاج صادق را روی کولش بگذارد و در محله های تهران آنها را به دست این و آن برساند. یک متر ونیم قدش بود اما به خاطر قوزی که زیر کول راستش بیرون زده بود کمی دولا راه می رفت و قدش کوتاهتر به نظر می رسید. چهره قابل تحملی داشت و بیست و سه سال بیشتر از عمرش نگذشته بود. حالتش وقتی که چند طایفه پارچه روی کولش بود با وقتی که اصلاً چیزی با خود حمل نمی کرد تفاوتی نداشت. مرتب می خندید و گاه به گاه از دهانش آب بیرون می زد که آن را با سرآستین پاک می کرد.

حاج صادق عیالوار بود. یک خانه بزرگ در محله سنگلج داشت که یک اتاق آن طرف حیاط را به عباس قوزی و خواهرش داده بود. زهرا، خواهر عباس قوزی که سه سال از او کوچکتر بود کلفتی خانه حاج صادق را می کرد. حیاط را جارو می زد، لباس ها را می شست، برای خرید خانه به زن حاج صادق کمک می کرد و حاج صادق هم دور از چشم زنش تا آنجا که فرصت می یافت با او ور می رفت. مادر عباس قوزی و زهرا دو سال قبل سر نماز سکنه کرده بود. حاج صادق هم نه به خاطر انسانیت بلکه به خاطر تن و بدن زهرا و حمالی کشیدن از عباس قوزی آنها را به خانه خود آورده بود. حاج صادق در بازار بزازها سه دهانه مغازه داشت و انواع قماش و منسوجات پشمی از چیت و چلوار، ململ، مشمش، کرباس، متقال، کتان، وال، دویت، شال، ماهوت، گاواردین و پارچه های زنانه می فروخت. او با ظاهری خندان و حق به جانب به مشتریان «بفرما!» می زد و جای تعارف می کرد. اما مشتری ها می دانستند که او بد ذات است و اگر جنس را از او به قیمت یک سوم هم بخرند باز هم گران خریده اند. جدا از حاج صادق، به طور کلی مردم، بازار بزازها را به نام بازار بد ذات ها می شناختند، اما عباس قوزی کاری به این کارها نداشت. شاید هم اصلاً نمی فهمید چه خبر است. فقط می خندید و کارهایی را انجام می داد که حاج صادق به او گفته بود. چند تا قماش روی کولش می گذاشت و از بازار بزازها به محله «عودلاجان» می برد و برمی گشت.

## کتاب های فارسی و انگلیسی

محمد سعید حبشی

دریافت مستقیم

۴۷۹۳-۳۰۰ (۸۱۸)





## مهاجرت به آمریکا

علیرضا عابدی، وکیل مهاجرت  
abedi@lawabedi.com

مورد استفاده است و متقاضیان فراوان دارد و نظر و امید من این بوده که با به جریان انداختن آن به نفع ایرانیان خدمت واقعی کرده باشم، بخصوص برای آنان که تقاضایشان به کل رد شده یا مستلزم تجدید شواهد و مدارک گردیده است.

و اما موضوعات امروز: با پایان فصل انتخابات در آمریکا که شامل آنهمه سر و صدا در مورد مهاجرت و مهاجرین بود، سوال اینجاست که دولت ترامپ که از ۲۰ ژانویه شروع به کار کرد در این باره چه برنامه ای دارد. لحن مخالف و سختگیر ترامپ در نطق های انتخاباتی اش در مورد مهاجرین و پناهندگان قابل تأمل است. ترامپ میتواند با حکم ریاست جمهوری خط مشی های جدیدی را منشا شود یا تغییرات در اجرای مقررات فعلی بدهد یا با همکاری کنگره که تا دو سال آینده تحت کنترل جمهوریخواهان است قوانین تازه ای بگذراند. دنباله مطلب در صفحه ۵۷

با تشکر فراوان از خوانندگان ماهنامه پژواک و علاقمندان به امور مهاجرت، برای آگاهی هر چه بیشتر شما عزیزان، من در نظر دارم که هر ماه مقاله ای مختصر و مفید تقدیم کنم تا جامعه ایرانیان در هر نقطه دنیا در جریان تحولات مربوط به امور مهاجرت به آمریکا باشند.

یکی از بزرگترین چالش های وکیل مهاجرت خلاصه کردن مراحل و مفهومات در این امر پیچیده و پرپیچ و تاب است. برای مثال در جامعه ایرانی ویزای EB5 که مربوط به سرمایه گذاری است نسبتاً شناخته شده. ولی در مورد EB3 که ویزا از طریق کار است این چنین نیست. این دو نوع ویزای مهاجرتی را سناتور کندی به عنوان قسمتی از قانون مهاجرت پیشنهاد کرد که در سال ۱۹۹۱ با امضای پرزیدنت بوش، رئیس جمهور وقت، قانون شد. ویزای EB3 در چین و هند و مکزیک

## گزارش و نمره های اعتباری!

آرش زاد  
کارشناس-داری بورد تخصصی تعمیر اعتباری



کارت باشد یا یک وام دانشجویی و شاید هم یک وام ماشین، این اطلاعات توسط دفاتر اعتباری جمع آوری می شوند و این داده ها در فایل های اعتباری شما، برای محاسبه «کردیت اسکور» به کار گرفته می شود و توسط ۵ عامل عمده تعیین می شوند:

- ♦ سابقه پرداخت ها
  - ♦ میزان بدهی ها
  - ♦ سن حساب های کردیت کارت ها
  - ♦ تنوع حساب های بانکی
  - ♦ تعداد درخواست ها
- و در نهایت «کردیت اسکور» برای تعیین میزان ریسک شما برای وام های آینده استفاده می شود.

«کردیت اسکور» یک نمره سه رقمی است که نشان می دهد چگونه یک وام گیرنده از دیدگاه یک وام دهنده خطرناک می باشد. «کردیت اسکور» بالاتر می تواند به بهبود شرایط شما برای گرفتن یک وام به شما کمک کند. دنباله مطلب در صفحه ۵۷

بنا بر گزارشی که در جولای سال ۲۰۱۶ توسط CFA و VantageScore منتشر شد، حاکی از آنست که اکثر افراد (بیش از ۸۰ درصد) اطلاعات اصلی در مورد Credit Score را به خوبی می دانستند. از جمله اهمیت کردیت اسکور برای خرید مسکن توسط وام دهندگان مسکن و یا اینکه چقدر داشتن کردیت اسکور برای شرکت های صادر کننده کردیت کارت استفاده می شوند. قطعاً دانستن این اطلاعات توسط بیشتر مردم، حاکی از اهمیت «کردیت اسکور» می باشد. با این حال، نظرسنجی مشابه نشان داده است که بسیاری از مردم، جزئیات مربوط به «کردیت اسکور» را درک نمی کنند. به عبارت دیگر سر درگمی در مورد نحوه محاسبه «کردیت اسکور» همچنان وجود دارد!

### نحوه عملکرد Credit Report

به چه صورت است؟

وقتی که شما از یک بانک تقاضای وام می کنید، حال اگر که این وام یک کردیت

در کار جهان، بچمان تیشه مباحش

هر چیز که یابی سوی خود تراش

انصاف ز دست ده با وجدان باش

باطن چو گرگ و ظاهرا میش مباحش

دادند مرا وعده به فردای بهشت

شرط است که هرگز نگنم کاری زشت

گویم مرا وعده به فردا ندهید

دم را قیمت است چه دوزخ چه بهشت

اصغر مهاجرانی



## آتوسا یکان

مری و راهنمای زندگی

Professional Certified Life Coach  
atoosa30@yahoo.com

مری زندگی یک روانشناس نیست. او کسی است که با حمایت و تشویق شما و با ارائه راه های جدید برای رسیدن به هدف ها، به شما کمک میکند تا زندگی شخصی و حرفه ای خود را توسعه دهید.

مری زندگی یک سیستم پشتیبانی است که یک هدف در ذهن دارد؛  
بالا بردن کیفیت زندگی شما

- ♦ Relationships رسیدن به شادی و نشاط درونی
- ♦ Self-esteem اعتماد و حرمت نفس و تعادل
- ♦ Behavior Problems خودشناسی، خودسازی، هدف یابی
- ♦ Adults & Teens تصمیم گیری های درست در زندگی شخصی و یا کاری
- ♦ Life Choices روابط و حل اختلافات زوجی و یا خانواده ها
- ♦ Happiness & Balance صحبت های مثبت و سازنده برای نوجوانان و جوانان

No matter what you want to change in life,  
the process is the same. I can help you navigate this process.

**Atoosa Yekan** "Not just another life coach..."

دفاتر در سن حوزه و پلزنئون، سرویس سیار موجود می باشد.

۹۷۰۰-۲۹۷ (۹۲۵)

میز تحریرتان را خلوت کنید و امور کاغذی تان را به حداقل برسانید. زیرا این امر یکی از رموز موفقیت در کسب و کار است. میز تحریر پالایش یافته و منظم نمایانگر ذهنی پالایش یافته و منظم است و ذهن پالایش یافته و منظم قادر به مشاهده دقیق و دارای نقطه نظرهای سودمند است. اگر در کاغذ غوطه ور باشید همانجا خواهید ماند.

**هدیه هایی را که دوست ندارید، نگه ندارید** هدایایی را که دوست ندارید رها کنید. آنچه را که دوست دارید دارای انرژی نیرومند و درخشان و تابناک است و هدایایی که دوستشان ندارید دارای انرژی متعارض و ناراحت کننده ای است که موجب می شود شادابی وجودتان کاهش یابد. در واقع در خانه تان انرژی تیره ای تولید می کند.

آنچه نیاز به تعمیر دارد مکنده انرژی است. به این دلیل که همه متعلقات شما در پناه مراقبت و حمایت خودتان قرار دارد. شاید با خیال راحت آن تعمیر را به تعویق اندازید اما ذهن نیمه هشیارتان آن را پیگیری می کند و هر بار که آن شیء یا هرچه را که یادآور آن باشد می بینید انرژی تان فروکش می کند.

دنباله مطلب در صفحه ۵۵

کتاب های کهنه این است که به شما اجازه نمی دهد فضایی برای آرمان ها و اندیشه های نو بیافرینید. کتاب های نمایانگر عقاید و باورهای شما هستند. وقتی که کتاب های زیادی در قفسه های کتابخانه خود دارید در عقاید و باورهایتان مصر می شوید و مانند کتاب های کهنه و قدیمی تان انرژی بو گرفته و پوسیده ای از وجودتان می تراود. اهدای کتاب به کتابخانه محله یک راه حل عالی است. همچنین می توانید آنها را به کسانی که کتاب دست دوم می خرند بفروشید. به طور همزمان هم رهایی از انباشتگی است و هم معامله. اگر انبوهی از بریده های جراید دارید مهلت نگهداری برایشان در نظر بگیرید و اگر تا آن روز معین بایگانی نشدند آنها را روانه سطل زباله کنید. پس از خواندن مجلات آنها را نگاه ندارید مجلات را بخوانید و سپس به خانه سالمندان یا مطب پزشکان یا مدارس، یا سایر اماکن عمومی اهدا کنید.

عکس هایی را که یادآور دوران سخت گذشته است نگه ندارید. فقط آنهایی را نگه دارید که خوشحالتان می کند و احساس خوبی به شما می بخشد. مابقی را دور بریزید و فضا را خلوت کنید. جایی برای ورود موهبت های تازه و بهتر بیافرینید.



## تغییر فضای خانه برای جریان انرژی مثبت

به کمک فنگ شویی فضای داخلی خانه را اصلاح کنید و انرژی های مثبت را به جریان اندازید. خانه شما از این پس مظهر آسایش، آرامش و نشاط خواهد بود. فنگ شویی در لغت به معنای آب و باد است و به هنر چیدمان محیط برای ایجاد تعادل و هماهنگی بهتر میان انرژی هایی که ما را احاطه کرده اند گفته می شود. اصول فنگ شویی با زندگی های پراضطراب و خانه های مدرن ما مطابقت دارد.

### اشیا را تلنبار نکنید

اشیای غیرلازم را حذف کنید تا شاهد تجدید حیات و جریان انرژی و فوران نیرو در رگ های زندگی تان باشید. این یک لطف عملی، محسوس و ملموس است که می توانید در حق خود روا دارید.

### چهار ویژگی اشیا تلنبار شده:

- ♦ مورد استفاده نیستند یا دوستشان ندارید.
- ♦ نامرتب و نامنظم اند. ♦ برای یک محیط کوچک، زیادند. ♦ هر چیز ناتمام.
- حفظ اشیا زائد در گوشه و کنار منزل می تواند تأثیر مخربی داشته باشد. در خانه خود کشوی مخصوص نگهداری اشیا زائد داشته باشید. لازم نیست مرتب باشد هدف از وجودش پالایش انباشتگی است. جایی برای حفظ و نگهداری از متعلقات شما تا مابقی فضای خانه تابناک، گشاده و انرژی در آن سیال و در حرکت باشد نه راکد و ایستا.

پاک و خلوت نگهداشتن در ورودی بسیار مهم است. انباشتگی در نزدیکی در ورودی اصلی خانه تان تلاش و تکاپوی غیرلازم تولید می کند. هر چیزی را که پشت درها است و نمی گذارد درها کامل باز شود مانند گیره ها و جالباسی ها یا اثاث منزل از جمله سطل زباله یا سبد لباس، بردارید. وقتی درها به آسانی باز نمی شود، انرژی نمی تواند آزادانه در خانه شما بچرخد.

اتاق خواب شما انباری نیست. درست نیست که رایانه، دوچرخه ورزشی، وسایل شکسته و اشیا بی استفاده نمی کنید را در این اتاق بگذارید. انباشتگی در اتاق خواب ممنوع است. انرژی نامطلوبی پیرامون لباس های چرک حرکت می کند. هرگز سبد لباس های چرک را در اتاق خواب نگذارید. دست کم هفته ای یکبار ملافه ها را بشویید و عوض کنید تا انرژی تان پاک و سرشار از طراوت و نیروی حیات شود. بهترین چیزی که در کشوی تخت خواب

می توانید نگهداری ملحفه ها و حوله های تمیز یا لباس خواب و سایر البسه کاملا تمیز است.

### انباشتگی در کمد ها و گنج ها همچون مشکلاتی در حال تعلیق، منتظرند

بعضی افراد حتی لباس هایی را که در ۲۰ سال گذشته نپوشیده اند نگه می دارند. بیهانه شان این است که اگر آنها را به اندازه کافی نگهدارند دوباره باب روز می شود. اگر آن لباس را سال گذشته نپوشیده اید، رهایش کنید و طی این مدت اگر تمایل به پوشیدن لباس نداشته اید زمان آن لباس به سر رسیده است.

در بعضی از حمام ها از زمین تا سقف انبوهی از وسایل و کالاهای زیبایی و آرایشی چیده شده است. این لوازم در گوشه و کنار از روی قفسه ها و طاقچه ها گرفته تا درگاه پنجره و حتی دورتادور وان حمام و روی کف زمین به چشم می خورد و در هم ریختگی ایجاد می کند. کار درست این است که با نصب محفظه ای این به هم ریختگی را سر و سامان بخشید.

**پارکینگ، انباری اشیا بی مصرف نیست** گاراژ و پارکینگ خودرو، محوطه محبوب معتادان انباشتگی است. مکانی برای حفظ قطعات ماشینی که دیگر صاحبش نیستید. از گاراژ می توان برای نگهداری اشیا استفاده کرد اما اشیا بی استفاده نگذارید و از آنها استفاده می کنید فضای مرتب و منظم پارکینگ می تواند شادی بخش باشد.

### جای انبار کردن اشیا در

#### کشورهای مختلف، فرق دارد

در استرالیا مردم دوست دارند اشیا را در پارکینگ منزل یا یک انباری در زیرزمین روی هم تلنبار کنند. در انگلستان اتاق زیر شیروانی یا سرداب، در ایرلند گلخانه یا حیاط خلوت پشت ساختمان و در آمریکا در همه گوشه و کنار محل تلنبار کردن اشیاست.

### کتاب های کهنه را نگه ندارید

چسبیدن به کتاب های کهنه مشکلی همگانی است. اما مشکل چسبیدن به

## پاریناز کدخدایان

مشاور با گواهینامه رسمی

راهنمایی برای بوجود آوردن آرامش بیشتر در زندگی شما و ارتباطات با افراد دیگر در مسئله کاری و یا رابطه احساسی با استفاده از دانش کهن چینی فنگ شویی و ستاره شناسی با من تماس بگیرید



Parinaz Kadkhodayan

*Transform your environment  
Transform your life.*

**I can help you better understand & realize  
your path in life by discovering it's meaning  
& direction through your birth chart**

**(650) 704-5687**

**pkk94022@yahoo.com**

# NOROOZ FESTIVAL & BAZAAR

نوروز فستیوال و بازار



SUNDAY MARCH 12, 2017  
10:00 AM - 6:00 PM

Music and Dance Entertainment  
Persian Traditional Lunch  
Haft Seen Items  
Persian Norooz Sweets and many more

یکشنبه ۱۲ مارچ ۲۰۱۷  
۱۰ صبح الی ۶ بعد از ظهر

صرف ناهار به همراه رقص، موسیقی و حاجی فیروز  
خرید انواع شیرینی های نوروزی وسایل هفت سین گل وسبزه

Cupertino Quinlan Community Center  
10185 N Stelling Rd, Cupertino, CA 95014

# idents®

## RS FOR SERIOUS INJURIES

### CAMERON YADIDI

ATTORNEY AT LAW



## No Fees

### Until We Win Your Case!

### Settlements & Verdicts



Product Liability



Brain & Spinal Injuries

# www.TASADOF.com

and when are clients best interest is at stake, We fight all the way to protect you.





# ACC

## POWERFUL LAWYER

### دکتر کامران یدیدی

### وکیل تصادفات و صدمات شدید بدنی

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



Over \$100,000,000 Collected in S



Vehicle Accidents



Motorcycle Accident



Slip & Fall



Dog Bites



Serious Injuries

# (888) 979-7979

We are not a referral agency, We are powerful lawyers on your side to collect the maximum recovery for your injuries and we not play around



## پیاز و سیر

بهرام گرامسی  
bgrami@yahoo.com

خلعت عشقت به من اولی که مردم چون پیاز

ده قبا دارند و من یک پیره‌ن دارم چو سیر

"سیف فرغانی"

پیاز و سیر از یک قبیله‌اند. همچنان که بوی پیاز و سیر را نمی‌توان پنهان نگاه داشت، جهل و کبر و آز نیز از گفتار انسان آشکار می‌شود. بر خلاف پیاز که ده لا قبا بر تن دارد، سیر را برهنه دانسته‌اند. برای خوردن، پیاز را لایه لایه می‌کنند ولی سیر را به سر می‌کوبند. "از نرخ پیاز آگاه بودن" یا "نرخ پیاز را دانستن" به معنی "حساب کار در دست داشتن" یا "حقیقت و واقعیت امری را دانستن" آمده است.

پیاز و سیر هر دو از جنس Allium متعلق به خانواده Liliaceae یا تیره زنبق هستند و قسمت خوراکی آن‌ها در زیر زمین قرار دارد. پیاز از گونه cepa و سیر از گونه sativum است. پیاز را سوخ هم می‌گویند، با بیته از کسای مروزی:

می نیایم نان خشک و سوخ شب

تو همه حلوا کنی در شب طلب

پیاز را در عربی بصل می‌نامند، با بیته از وحشی بافقی:

پی زر کج نکنم گردن خود چون نرگس

خرقه بر خرقة از آن دوخته‌ام همچو بصل

بیت به خم بودن دمگل نرگس و لایه لایه بودن پیاز اشاره دارد.

ویژگی پیاز در لایه لایه و تو در تو بودن آن است، با دو بیت متوالی از گلستان سعدی و سه بیت از عطار، سعدی و مولوی:

آنکه چون پسته دیدمش همه مغز

پوست بر پوست بود همچو پیاز

پارسایان روی در مخلوق

پشت بر قبله می‌کنند نماز

عامه مردم روی به خدا دارند و لذا پارسایانی که ریاکارانه برای مردم نماز می‌کنند و می‌خواهند که مردم آن‌ها را ببینند، ناچار پشت بر قبله قرار می‌گیرند - عمل به عکس می‌کنند.

هست این راه بی‌نهایت دور

توی بر توی بر مثال پیاز

پیاز آمد آن بی‌هنر جمله پوست

که پنداشت چون پسته مغزی در اوست

گر بکاوای کوشش اهل مجاز

تو به تو گنده بود همچون پیاز

بر خلاف پیاز که ده لا قبا بر تن دارد، سیر را برهنه دانسته‌اند و در ابیات بسیار این دو را در مقابل هم قرار داده‌اند، با دو بیت زیر از سنایی و بیت بعد از بابا افضل کاشانی:

یا برون آی همچو سیر از پوست

یا به پرده درون نشین چو پیاز

مانده اندر پرده‌های تر و ناخوش چون پیاز

هر که او گرم و مجرد در رهش چون سیر نیست

گرم = با شور عشق. مجرد = برهنه، عاری از تعلقات دنیوی.

بر سیر اگر نهاده‌ای دلای دوست

چون سیر برون آی به یکبار از پوست

دو بیت متوالی زیر از کمال اسماعیل همان مضمون را دارد:

دست ناپاک چون دراز کند

به مثل گر سوی پیاز کند

یک به یک جامه‌هاش بستاند

همچو سیرش برهنه گرداند

چهار بیت متوالی زیر از مولوی این معنی را در بر دارد که صفات ناپسند چون کبر و حرص و آز از گفتار انسان هویدا می‌شود و همچون بوی نامطبوع پیاز و سیر نمی‌توان با سوگند و انکار آن را پوشیده نگاه داشت:

بوی کبر و بوی حرص و بوی آز

در سخن گفتن بیاید چون پیاز

گر خوری سوگند من کی خورده‌ام  
از پیاز و سیر تقوی کرده‌ام  
آن دم سوگند غمّازی کند  
بر دماغ همشینیان بر زند  
پس دعاها رد شود از بوی آن  
آن دل کز می‌نماید در زبان

عبارت زیر از گلستان سعدی به بوی بد سیر اشاره دارد که در آن اجلاف (جمع جلف) به معنی مردم فرومایه و سبک است و بربط نام نوعی ساز: "خردمندی را که در زمره اجلاف سخن بیندند شگفت مدار که آواز بربط با غلبه دهل بر نیاید و بوی عنبر از گند سیر فرو ماند". ربینجی سستی دست را به پیاز پوده یا لهیده تشبیه کرده است:

دو دستم به سستی چو پوده پیاز

دو پایم معطل دو دیده غرن

غرن = اشکالود.

"از نرخ پیاز آگاه بودن" یا "نرخ پیاز را دانستن" به معنی "حساب کار در دست داشتن" یا "حقیقت و واقعیت امری را دانستن" و نیز "از نرخ پیاز خبر دادن" به معنی "سزای کار زشت را دادن" آمده است. دو بیت زیر از کمال اسماعیل و سوزنی سمرقندی به مشت کوفتن بر سیر برای خوردن و بیت بعد از ناصر خسرو به نرخ پیاز و دو بیت دیگر از سوزنی سمرقندی به هر دو مضمون سر سیر کوفتن و آگاهی از نرخ پیاز اشاره دارد:

سلب گرچه ده تو کند چون پیاز

شود کوفته زیر گزرت چو سیر

پیاز نیکی من هیچ گونه بن نگرفت

بدین سزد که بکوبند سر چو سیر مرا

بن نگرفت = کونه نکرد، نتیجه نداد.

صبر کن بر سخن سردش زیرا کان دیو

نیست آگاه هنوز ای پسر از نرخ پیاز

ناصرخسرو در بیت دیگری اصطلاح "از نرخ لوبیا آگاه نبودن" را که هنوز در ادبیات تاجیکی متداول است، با همین معنی آورده است:

نیستی آگه، چه گویم تر تو را من جز همانک

عامه گوید نیستی آگه ز نرخ لوبیا

وقت آن آمد که اعدا را بکوبد سر چو سیر

تا یکایک آگهی یابند از نرخ پیاز

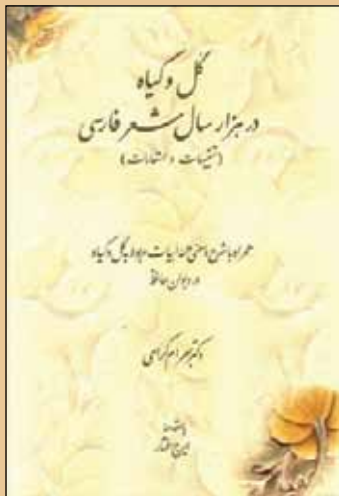
چو سیر کوفته دارد سر ستم پیشه

خبر دهد ستم‌اندیش را ز نرخ پیاز

"نه سر پیاز نه ته پیاز" به معنی هیچ‌کاره، "از سیر تا پیاز" به معنی کامل یا بی‌استثنا، و "مثل پوست پیاز" کنایه از نازکی بسیار از زبان‌دهای امروزی است (امثال و حکم دهخدا). این مثل هم وجود دارد که "یکی نان نداشت بخورد، پیاز می‌خورد اشتهاش باز شود."

۱- فرهنگ فارسی تاجیکی، زیر نظر محمد جان شکوری، ولادیمیر کاپرانوف، رحیم هاشم و ناصر جان معصومی، برگردان از خط سیریلیک و تصحیحات از محسن شجاعی، دو جلد، فرهنگ معاصر، تهران، ۱۳۸۵.

## گل و گیاه در هزار سال شعر فارسی



این کتاب که با مقدمه ابرج افشار چاپ دوم آن در بهار ۱۳۸۹ در ۵۴۰ صفحه در تهران منتشر شد، حاصل بیش از ده سال تحقیق مستمر مؤلف است. این کتاب در زمانی کوتاه با استقبال کم نظیری از سوی مراجع علمی و ادبی روبرو گردید. بیش از چهار هزار بیت شعر انتخابی از ۱۵۶ شاعر (از آغاز شعر فارسی تا نیم قرن قبل از مشروطیت) در مورد ۱۱۰ گونه گیاهی (گل‌ها، درختان، میوه‌ها) و تصاویر آنها با شرح و معنی ابیات دشوار و نیز شرح و معنی همه ابیات مربوط به گل و گیاه در دیوان حافظ آمده است.

لُس آنجلس، شرکت کتاب

۱-۸۰۰-۳۶۷-۴۷۲۶

کردن قسمتی از کار، اجبار یا اضطراب یا به حالت عادی صد در صد منقلب یا چند لحظه ای اختیار جلوه کند و بعد انگیزه اختیار منتفی شود. مثلا کاری که در یک ساعت انجام می شود بیش از دو دقیقه آن اختیاری نبوده باشد و ممکن است کاری از تمام شش قسم انواع کار مرکب باشد، چنانکه وقتی برای پیکار با دشمن می رویم ولی با دیدن صلابت و اسلحه او از این کار پشیمان می شویم و می خواهیم بازگردیم دیگر دیر شده و ناچار و اجبارا به دفاع می پردازیم. اینک به تعریف معنی قضا و قدر از دیدگاه دینی و فلسفی می پردازیم.

قضاء مصدر متعدی به جا آوردن، عطا کردن، مردن و درگذشتن، قضاوت، شغل قاضی و سرنوشت، روز قیامت، مرگ، انجام مکرر عبادت می باشد. قدر به معنی اندازه و مقدار و آنچه محصول قضا است.

**حافظ ز خوبرویان بخت جز این قدر نیست**  
**گر نیست رضایی حکم قضا بگردان**  
و قضا در تعریف دیگر، علم حق است به آنچه می آید بر احسن نظام و آن عبارت از حکم الهی است در اعیان موجودات در احوال جاری از ازل تا ابد که تعریفی فلسفی است. **دنباله مطلب در صفحه ۵۳**

**انبیاء در کار دنیا جبری اند**  
**کافران در کار عقبی جبری اند**  
**انبیاء را کار عقبی اختیار**  
**جاهلان را کار دنیا اختیار**

در ابیات بالا، مولوی اشاره بر آن دارد که انسان به هر کاری که علاقه داشته باشد به اظهار قدرت خود آن کار را انجام می دهد و خود را مختار می بیند، ولی اگر به کار یا چیزی علاقه نداشته باشد، در این هنگام جبری می شود و آن کار را انجام نمی دهد و در این جا جبر را به کاینات و خداوند نسبت می دهد و در بیت بعد اشاره دارد که انبیاء در کار دنیا و کافران در کار عقبی اکراه دارند. باید توجه داشت که مسئله جبر و اختیار مشکل ترین مسئله روانی و فلسفی است که درباره آن کتابها نوشته شده و مکاتب زیادی اظهارنظر کرده اند. نکته دیگر اینکه، کسی نمی تواند ادعا کند که تمام کارهای انسانی با اختیار صادر می شود و حتی نمی توان ادعا کرد که کاری را که شروع می کنیم از آغاز تا پایان به یک سنخ بوده و دگرگونی و اختلاط در کار از نظر تنوع اراده و اضطراب و اکراه و اجبار و انفعال روی نمی دهد. مثلا ممکن است کاری ابتدا به طور اجبار شروع شود و پس از سپری

## جبر و اختیار، قضا و قدر از دیدگاه مولوی



دکتر حسن مسیح پور

عمل نبود، دیگر انسان نباید از انجام آن شرمگین و نادم باشد و اگر انسان در عمل مجبور بود دیگر چرا استادان شاگردان را برای هدایت به راه راست و پرهیز از اشتباه و خطا زجر و زحمت می دادند و همچنین چرا پیامبران برای ارشاد اعزام می گشتند، زیرا در صورت بودن جبر فقط یک راه برای انسان بود که ناگزیر به رفتن آن بود و راه دیگری وجود نداشت که استادان یا پیامبران برای هدایت آن خود را زحمت دهند. بعد با بیان دلایلی زیبا و دقیق تر به ادامه نظر خود می پردازید و می گوید: بین وقتی تو بیمار می شوی از خطا و گناهی که کرده ای به درگاه پروردگار استغفار می کنی و پوزش می طلبی و با خدا و خود عهد می کنی که اگر خوب شوم دیگر به راه گناه و اشتباه پای نمی زهم. این خود دلیل بر این است که تو آزادی عمل داشته ای و می توانستی راه درست بروی و از گناه تبری جویی ولی پرهیز و دوری نکرده ای و نیز به اصل دیگری اشاره دارد که بیماری به تو هشیاری می دهد و خبط و گناه گذشته را به تو متذکر می شود و تو را متوجه خداوند می سازد و به نیل توسل او راغب و شائق می سازد و عنوان می کند که اگر تو معتقد به جبر هستی و باور داری که جبر بر جهان حاکم است، در مقابل دلایلی که ذکر کردم استدلال خود را بیان کن. مولوی در جای دیگر در تایید اختیار می گوید:

**در هر آن کاری که میل است بدان**  
**قدرت خود را همی بینی عیان**  
**در هر آن کاری که میل نیست و خواست**  
**اندر آن جبری شوی کاین از خداست**

زجراستادان به شاگردان چراست  
خاطراز تدبیرها گردان چراست  
ور تو گویی غافلست از جبر او  
ماه حق پنهان کند در ابر رو  
هست این را خوش جواب ار بشنوی  
بگذری از کفر و در دین بگروی  
حسرت و زاری گه بیمارست  
وقت بیماری همه بیدارست  
آن زمان که می شوی بیمار تو  
می کنی از جرم استغفار تو  
می نماید در تو زشتی گنه  
می کنی نیت که باز آیم به ره  
عهد و پیمان می کنی که بعد ازین  
جز که طاعت نبودم کاری گزین  
پس یقین گشت این که بیماری ترا  
می بیخشد هوش و بیداری ترا  
پس بدان این اصل را ای اصل جو  
هر که را دردست او بردست بو  
هر که او بیدار تر پردردتر  
هر که او آگاه تر رخ زردتر  
گر ز جبرش آگهی زاربت کو؟  
بیش زنجیر جباریت کو؟  
بسته در زنجیر چون شادی کند  
کی اسیر جسب آزادی کند  
چون تو جبر او نمی بینی مگو  
ورهمی بینی نشان دید کو  
جلال الدین در ابیات فوق که متضمن یک دنیا زیرکی و استادی در تایید نظریه اختیار است، به نکاتی اساسی و بسیار جالب اشاره دارد. در بیت اول، این نه جبر این معنی جباریست تا حدی از حدت جبر می کاهد، ولی اختیار کامل را هم تایید نمی کند، ولی در ابیات بعد، در تایید اختیار مطالب اساسی دارد. او می گوید: زاری و خجلت ما از کارهای زشت و ناروا دلیل اختیار است چه اگر اختیار و آزادی در

## آگهی استخدام

شرکت برقکشی ساختمان

(Residential, Commercial, Industrial)

به چند تکنسین برقکار ماهر و نیمه ماهر و نیز کارگر ساده، به طور تمام و یا نیمه وقت نیازمند است.

برای اطلاعات بیشتر لطفا با ما تماس حاصل فرمایید.

۳۴۱۰-۶۶۱ (۴۰۸)

## مشاور مالی و مالیاتی

Accounting, Auditing & Tax Services

سرویس مطمئن، قیمت مناسب، توجه کامل به نیازهای شما



خدمات دفترداری

مشاوره و برنامه ریزی مالی و مالیاتی

رسیدگی و جوابگویی در حل اختلافات با مراجع مالیاتی

تهیه و تنظیم اظهار نامه های مالیاتی (شخصی و شرکت ها)

Tax Planning

Tax Return Preparation

Business Bookkeeping

Tax Problem Resolution



Responsive to Your Needs

Reliable Service Reasonable Rates

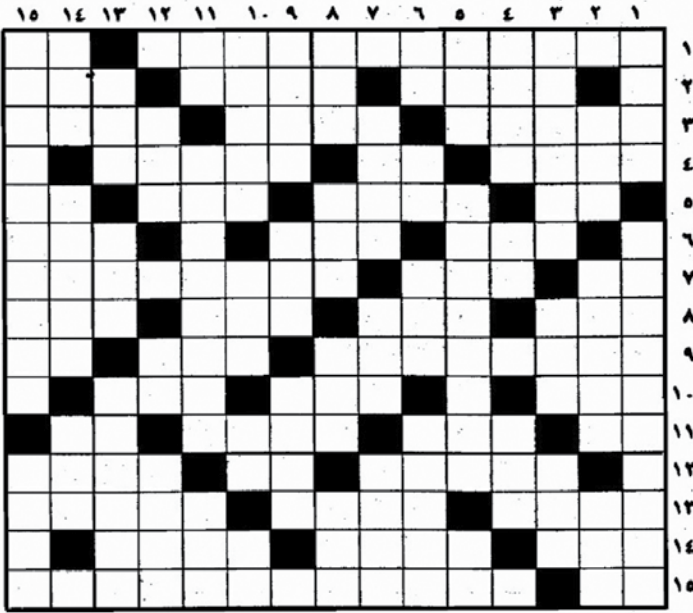
www.mytaxmd.com

Tel: (408) 236-2444 Fax: (408) 236-2484

3550 Stevens Creek Blvd., Suite 330 San Jose, CA 95117

حل جدول در صفحه ۴۲

## سرگرمی



## عمودی

- ۱- توپ تو خالی!- کار غیر عادی و شگفت انگیز.
- ۲- دست افزار کشاورزی- حالا به آن وزارت دارایی می گویند- با افاده تواما می فروشند.
- ۳- کارگردان تئاتر و سینما- صندلی تشریفاتی- سوگند
- ۴- زین و برگ اسب- تکخال ورق- زیان بخش.
- ۵- می گویند مرد را آبدیده می کند- کشور کانگورو- ضمیر جمع.
- ۶- یک و یک- کشیدن و امتداد دادن- میوه گرمسیری- نیزه کوتاه پرتابی.
- ۷- حبوبات به مفهوم اعم کلمه- چنان چه- از وظیفه خواران باریتعالی.
- ۸- نگهبانی- با کلک می بانند تا سربنده و خلق کلاه بگذارند- حمام یکنفره- دفعه و مرتبه.
- ۹- فرمانروا- رنگ موی سنتی!- دوستی و صفا.
- ۱۰- از مصالح ساختمانی- حیرت و تعجب- وقت دلخوری به ورق می زنند- سنگ ریزه.
- ۱۱- اگر طیب می بود، سر خود دوا میکرد- از آثار شهاب الدین سهروردی- ماست بریده!
- ۱۲- دانش و بینش- علامت مفعول بی واسطه- پایتختی در کشور همسایه ایران.
- ۱۳- جهت و طرف- آن گاه- پاک کردن غلات.
- ۱۴- آب تنی خودمانی- مایوس و ناامید- هزار.
- ۱۵- مکتب اصلاحات اساسی- شهری در کشور همسایه شرقی ایران.

## افقی

- ۱- نابغه شطرنج جهان که بابتی فیش را به زانو در آورد- بدی و فساد.
- ۲- عمق و گودی- شاهکار تربیتی زان زاک روسو- مجلس شیوخ.
- ۳- دیوار شکسته!!- خندان و گشاده رو- سکوت و خاموشی
- ۴- معشوق زن شوهردار!- موجودی افسانه ای- گزارش است و سخنی چینی.
- ۵- طرف و جهت- مقامی بالاتر از دیگران دارد- در بازی عشق می بازند- راندن مزاحم.
- ۶- واحد شمارش چهارپا- پیامبر کشتیان- از نازل شدنی ها.
- ۷- عزیز عرب- جور و ظلم- کتابی از مورس مترلینگ.
- ۸- اهلی شده- جایزه و شایسته- فلزی سخت- زبان فارسی خودمان.
- ۹- رمانی از ادگار آلن پو- پاز تیره- واحد واکنس.
- ۱۰- طایفه- از آن طرف گزنده است و از این طرف بی آزار و اهلی- سقف واژگون!
- ۱۱- زیرپامانده- اگر مربوط به ریاست باشد، خیلی ها باید طرفدارش باشند- تب قطع و وصلی- خاتم تعجب کرده است.
- ۱۲- داوری- مروارید درشت- نشریه هفتگی.
- ۱۳- تاج و دیپیم- افزونی و سعادت- عازم دیاری است یا ازدیاری آمده.
- ۱۴- زراعت به امید خدا- سهل و ممکن- سپاسگزار.
- ۱۵- تنها بازمانده حکومت رایش سوم بود که خودکشی کرد- نویسنده انگلیسی خالق سفرنامه گالیور.

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

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

## تقویم برنامه های فرهنگی و هنری در شمال کالیفرنیا

## مرکز اسلامی فرهنگی شمال کالیفرنیا

سلسله جلسات و کلاس های  
دکتر عبدالکریم سروش  
۴ فوریه و ۴ مارس ساعت ۴:۳۰ بعد از ظهر  
۱۲ و ۲۶ فوریه و ۱۲ و ۲۶ مارس ساعت ۶ عصر  
۵ فوریه، ساعت ۶ عصر  
جلسات سخنرانی مهندس عبدالعلی بازرگان  
۱۱ فوریه و ۱۵ آوریل، ساعت ۶ عصر  
(510)832-7600

## جلسات انجمن فردوسی

هر دو هفته یکبار در دومین و  
چهارمین جمعه هر ماه  
www.ferdosi.org  
۴۰۸-۲۹۵-۱۲۴۰  
ورود برای عموم آزاد است

## جلسات شعر فریمانت

اولین و سومین شنبه های هر  
ماه میلادی در شهر فریمانت.  
مکان:  
Fremont, Main Library  
۵۱۰-۲۲۶-۷۱۶۰  
۵۱۰-۷۴۵-۱۴۰۰  
ورود برای عموم آزاد است

## شب شعر در ساکرامنتو

دومین چهارشنبه هر ماه در  
رستوران فیمس کباب.  
تلفن اطلاعات:  
۹۱۶-۴۸۳-۱۷۰۰  
1290 Fulton Ave., #3  
Sacramento, CA

انجمن فرهنگی آذربایجان  
در شمال کالیفرنیا

سازمان غیر انتفاعی، بدون وابستگی  
سیاسی و جناحی، با ارائه کلاس های  
رایگان یادگیری ابزار موسیقی، رقص و  
زبان انگلیسی.  
با برگزاری رویدادهای فرهنگی و کنسرت  
۴۰۸-۶۶۱-۳۴۱۰  
secretary@acsnc.org  
16400 Lark Ave.  
Suite #260 Los Gatos CA

انجمن فرهنگی آذربایجان  
در شمال کالیفرنیا تقدیم می کند

کنسرت باشکوه با هنرمندان ممتاز  
جاوید تبریزی و سونج جمال او  
تاریخ: ۱۸ مارس ساعت: ۷ عصر  
75 S. 11th St. San Jose  
۴۰۸-۶۶۱-۳۴۱۰  
secretary@acsnc.org

## شب بانوان

دومین چهارشنبه هر ماه  
شروع برنامه با شام و موزیک  
از ساعت ۷ عصر تا ۱۱:۳۰  
۱۲۳۴-۳۶۹-۴۰۸  
۶۴۴۰-۳۷۱-۴۰۸  
مکان: رستوران ساقی  
1392 S Bascom Ave, San Jose  
ورودی با شام ۲۵ دلار

## کلاس خصوصی

کلاس خصوصی عرفان و رفع  
مشکلات آثار مولوی، سعدی و  
حافظ توسط دکتر مسیح پور، استاد  
دانشکده ادبیات دانشگاه تهران  
برای کسب اطلاعات بیشتر لطفا با  
ما تماس حاصل فرمایید.  
۲۹۲۲-۷۲۵-۴۰۸

۸۶۲۴-۲۲۱-۴۰۸

## نیاز مندیها

## استخدام

دفتر میهن به چند منشی خانم و با آقا، مسلط به زبان های فارسی و انگلیسی و با آشنایی به کامپیوتر، به طور تمام و نیمه وقت نیاز دارد. ۷۰۰۰-۴۴۴ (۴۰۸)

شرکت بیمه سلاحی تعدادی خانم و آقا با آشنایی کامل به زبان فارسی و انگلیسی، تمام و یا نیمه وقت، با مزایا استخدام می کند.  
 +Sales Person +Contact Manager +Customer Service  
 برای اطلاعات بیشتر با سحر سلاحی تماس بگیرید (408) 931-6434

## برای فروش

یک آرایشگاه بسیار مدرن، با تجهیزات کامل در جنوب سن حوزه در حوالی خیابان بلاسام هیل آماده فروش می باشد. ۱۲۷۷-۲۲۷ (۴۰۸)

## برای اجاره

یک صندلی برای اجاره به یک آرایشگر موجود می باشد. لطفا با خانم «شری» تماس حاصل فرمایید. ۷۲۲۲-۹۲۷ (۴۰۸)



از وب سایت **irany.com** دیدن کنید و اطلاعات کسب و کار، آگهی نیازمندی و هر نوع برنامه ای، مانند کنسرت، سخنرانی، شب شعر و... را در این وب سایت برای اطلاع عموم به ثبت برسانید.

**Irany.com**  
 پل ارتباطی بین ایرانیان در سراسر دنیا

## فصل ستارگان

## دای

همه می دانند که دنبال این هستید تا تغییری در زندگی خود ایجاد کنید ولی بهتر است پیش از آغاز هر کاری، اطراف و جوانب آن را به دقت بررسی کنید. روزهای شادی در راه دارید. زیاد افسوس گذشته را می خورید و به همین دلیل نمی دانید به چه شکل به انجام برنامه هایتان پردازید. خوشبین باشید و اراده خود را حفظ کنید تا موفق شوید.

## مهتر

هنگامی که عشق و عاشقی پیش بیاید، بهتر است در تصمیم گیریهای مهم بجای عقل، قلبتان را راهنما قرار دهید. در رابطه با کار خود اگر تمرکز بیشتری بکار نبرید، اگر نخواهید مسئولیت روز را همان روز به پایان برسانید، اگر وقتتان را بجای فعالیت در تفریح بگذرانید، گرفتاری طول مدت برای خود ایجاد خواهید نمود. دیدار از مسن ترها آنها را خوشحال می کند.

## تیر

منتظر اتفاقات زیادی هستید که ممکن است هیچ کدام از آنها رخ ندهد. بهتر است به جای این کار برای فردای خود برنامه ریزی کنید. به طور جدی فکر کنید تا تغییرات تازه ای را در محیط کاری خود به وجود بیاورید. با یک دوست قدیمی که مدتها از او بی خبر بودید، رابطه تازه ای برقرار می کنید. باید از کسی دلجویی کنید تا روز خوبی داشته باشید.

## شروردین

درست است که اتفاق تازه ای نیفتاده است، اما سعی کنید نگاهتان را به زندگی عوض کنید. این نگاه تازه شماست که به اشیاء و اشخاص معنای تازه ای می بخشد. در این صورت خوشحال و باطراوت خواهید بود. رفته رفته وضعیت مادی شما بهبود می یابد و همین مساله روحیه تان را عوض می کند.

## بهمن

نباید همه افکار را به گذشته ربط داد و همه دلبستگی ها و خوشی ها را در همان گذشته ثابت نگه داشت. بزودی تحولات تازه ای در زندگی این گونه افراد پیش می آید که خود به خود آنها را به آینده و رویدادهای خوش آن می کشاند. سعی کنید راز نگه دار باشید و خدای نکرده آن را در جهت منفی و رسوایی بکار نگیرید.

## آبان

سعی کنید به عقاید دیگران احترام بگذارید. هرکس حق دارد نظر خود را ابراز نماید، شما باید گذشت داشته باشید. از نظر عاطفی ماه پرشوری در پیش دارید. دوست و یا یکی از اقوام خانواده گرفتاری قانونی پیدا کرده و سعی خواهد نمود که شما را نیز آلوده سازد. پشت سر دیگران بدگوئی نکنید تا دیگران نیز از شما تعریف بد نکنند.

## مرداد

جایی برای افسوس خوردن نیست. سعی کنید از فرصت های آینده استفاده کنید تا موفق شوید. همین روزها هدیه گران قیمتی به دستتان می رسد. یکی با خبر خوش در راه است. مسائل اقتصادی تان را جدی بگیرید و به فکر چاره باشید. نباید بر اثر سهل انگاری دوباره ضرر و زیان ببینید. منافع بلندمدت خود را در نظر داشته باشید.

## اردیبهشت

باید در کارها دقت را با سرعت توأم کرد تا هم سریعتر انجام شود و هم چیزی فروگذار نشود. موفقیت مهمی در انتظار شماست. نگرانی تان در مورد مسائل مالی بیهوده است. شاید در حال حاضر شرایط مناسب نباشد اما همه چیز دوباره درست می شود. در زمینه ازدواج، سعی کنید احساسات خود را بی پروا و صریح با همسر تان در میان بگذارید.

## اسفند

اندیشه خود را برای خود نگه دارید، با این کار ارتباط خود را با دیگران حفظ خواهید کرد. اگر سرمایه خود را در جای امن نگهداری نکنید برای رفع مشکلات در سراسری قرار خواهید گرفت. این ماه زمان مناسبی است که مسائل اقتصادی را در نظر بگیرید و به آینده توجه کنید. اگر در این ماه طرح آینده خود را مشخص نکنید بعدا عقب خواهید ماند.

## آذر

از اظهارنظرهای خود هراسی نداشته باشید و آنچه را که می پندارید درست است، بی پرده با دوست نزدیکتان در میان بگذارید. او به شما کمک خواهد کرد. اواخر ماه به یک میهمانی بزرگ دعوت خواهید شد. حساسیت بیش از حد شما، راه رسیدن به هدفهایتان را برایتان دشوار می کند. نامه مهمی دریافت می کنید.

## شهریور

اگر از نظر احساسی شکست خورده اید، دلیل نمی شود که این تجربه دوباره تکرار شود. باید قدر خودتان را بدانید و نگرانی و استرس را از خود دور کنید و امیدوار باشید. یک آرزوی بزرگ و از نظر خودتان دور از دسترس، محقق می شود. به یک مسافرت شیرین می روید و با آشنایی های تازه، روحیه اتان عوض می شود.

## فرورد

موانعی به چشم می خورد که باید بسیار حوصله داشت و صبور بود تا بتوان به تدریج این موانع را برطرف کرد. باید روحیه ای شاداب داشته باشید. یک تفریح یا سفر، مناسب خواهد بود. این روزها اگر مراقب نباشید مشکلات اقتصادی به سراغتان می آید. نسبت به توانایی و استعدادهایتان تردید نکنید و در پذیرفتن بعضی تعهدات از خود اختیار عمل نشان بدهید.

# کاباره رستوران ساقی



هر شنبه، موزیک زنده با خواننده مردمی

## فرانکو

عروسی ها، جشن ها و میهمانی های خصوصی خود را در سالن مجلل رستوران ساقی همراه با پذیرایی کامل با انواع غذاها و دسرهای لذیذ ایرانی برگزار کنید.

هر روز ناهار با انواع غذاهای متنوع در رستوران ساقی  
جوجه - کوبیده - خورشت قیمه - خورشت قرمه سبزی

**Daily Lunch Special Including Fresh Salad Bar**

**۱۰/۹۹ دلار**



*Catering Saaghi*

*Let us prepare our delicious food at your location so you can focus on your guests!*

**(408) 998-0122**

1392 S. Bascom Ave. San Jose, CA 95128

## خاطرات زمان دانشجویی

بخش آخر

عباس پناهی



نبیند، برایش خیلی بد میشود.» من از کسی بنام نازی هیچ اطلاعی نداشتم و گفتم که حتما از آن دسته دخترانست که میخواهند اذیت کنند. ولی خواهرم گفت که به او اصرار کرده که به من بگوید روز پنجشنبه ساعت ۱۲ ظهر جلو سینما سانترال میدان ۲۴ اسفند، منتظر منست. اتفاقا همانروز من تمرین پرواز داشتم. اما زود انجام شد و دیگر فرصت نکردم به خانه بروم و لباسم را عوض کنم. با همان لباس دانشجویی به سر قرار رسیدم. اتفاق جالبی افتاد. درست ساعت دوازده دختری را که در خانه یکی از دوستانم دیده بودم و یکی دو بار هم با هم رقصیده بودیم، اما هیچ حرفی و سخنی پیش نیامده بود، از کنارم عبور کرد. نامش شهناز بود با گیسوانی مشکی و بلند و چهره ای زیبا. خیال کردم که او مرا به ملاقات دعوت کرده، اما چون مطمئن نبودم، عکس العملی نشان ندادم و او دور شد و با خود گفتم که اگر خود او باشد، باز خواهد گشت. اما برایم خیلی عجیب بود. بین ما الفتی نبود و او نمیتوانست شماره تلفن خواهر مرا پیدا کند. نامش هم نازی نبود اما میشد با کمی اغماض، شهناز را به نازی بدل نمود. بهر حال من برای اینکار، داوطلب نبودم. در همین اندیشه بودم که اگر شهناز باشد، چگونه شماره را پیدا کرده و برای چه آن همه اصرار کرده که باید مرا ببیند که متوجه شدم همان برژیت خودم از سوی مخالف، از جلو من عبور کرد. نام او هم نازی نبود، ولی یک خواهر زاده کوچک داشت که نامش نازی بود. تا اینجا دو دختر آشنا از محل قرار ملاقات ما گذشته اند که هیچکدام نشان نداده اند که طرف قرار هستند، پس نفر سومی باید باشد. با خودم فکر کردم که نفر سوم هر که میخواهد باشد، این فرصتی را که یافته ام تا بدون قراول و یساول، محبوبم را ببینم، نباید هدر دهم. صدایش کردم و او را نمود کرد که تعجب کرده. با هم راه افتادیم و پیش از آنکه من گله کنم، او سیل ملامت را بر سرم روانه کرد که چرا مرا رها کردی و رفتی؟ هر چه میگفتم، مادرت آب پاکی را روی دستانت ریخت و با استدلالی که کرده بود، من نمیتوانستم کسی را مجاب کنم که کار مادرت نادرست است، کسی حرفم را قبول نمیکرد و چون در شغلی که من دارم مرگ و میر و سانحه و ناقص شدن و فلج شدن، دیر و زود دارد، اما سوخت و سوز ندارد، دلم نیامد با خود خواهی خودم، ترا به قول مادرت بیهو با چند تا یتیم باقی بگذارم و از دید منطقی هم حق با مادرت است. دنباله مطلب در صفحه ۳۰۶

سخنان سپاهیان گوش میداد، از آنان خواسته شان را میپرسید و بلا فاصله به اسدالله علم، وزیر دربارش میگفت یادداشت کن که زود انجام شود. وقتی از عباس پرسید چه کاری دوست داری برایت بکنیم؟ عباس گفت، میخواهم به دانشگاه بروم و دندانپزشکی بخوانم. شاه پاسخ داده بود که این حق مسلم تمام سپاهیان برگزیده انقلاب سفید است، چه چیز دیگری میخواهی؟ عباس گفته بود: اگر ممکن باشد، دلم میخواهد در دانشگاه ملی درس بخوانم. شاه بلافاصله به علم گفته بود از بودجه دربار، هزینه تحصیل ایشان را تامین کنید. و به این ترتیب، عباس، پس از آن شکست غم انگیز، در سایه تلاش و کوشش صادقانه و محبتی که از طرف شاه به هر خادمی که برای میهنش کاری میکرد، بدون کنکور و با هزینه دربار، وارد دانشگاه ملی شد و هم اکنون یکی از دندانپزشکان خوب در داخل کشور است.

چندی نگذشته بود که پس از رفتن عباس، یکروز که به خانه خواهرم رفتم، او با من و من کردن، گفت: «امروز خبر خوبی برایت ندارم.» گفتم: «خبر بدت چیست؟» گفت: «مادر(س) یا همان دختر، دیروز آمد و همه هدیه هایت را آورد و با هزار جور عذر خواهی کردن گفت که من خیلی زیاد به این موضوع فکر کرده ام. عباس (من) پسر خوبیست و امیدوارم که عمرش طولانی باشد، اما هر چه فکر کردم نتوانستم که با دستان خودم دخترم را خدای نکرده بیهو کنم. زبانم لال خدا نکند که چنین شود اما از قدیم گفته اند، سری که درد نمیکند، دستمال نمیبندند.» با آنکه به شدت متأثر شده بودم، به روی خود نیاوردم و خود را با خواهر زاده هایم سرگرم کردم که سوز درونم را کسی جز خودم نداند. بیشتر از آنکه از مادر دختر دلگیر باشم، از خود او دل آزرده بودم که مانند گوسفندی او را به هر طرف که میخواستند هلش میدادند و او اعتراضی نمیکرد. دو هفته ای گذشت و دیگر نه من یک کلام از او حرفی به میان آوردم و نه کسی خبری برایم آورد. تا اینکه یکروز که از دانشکده به خواهرم تلفن کرده بودم، او از من پرسید: «آیا من دختری بنام نازی میشناسم؟» گفتم: «نه. چطور مگه؟» گفت: «چند روز است که کسی بنام نازی مرتب به اینجا زنگ میزند و میخواهد با تو حرف بزند و هر چه که میگویم تو اینجا زندگی نمیکنی به خرجش نمیروم و اصرار میکند که ترا خدا... خواهش میکنم... و میگوید اگر ترا

را از او که هیچ شناختی از عباس ندارد، میخواهم!... عباس آنقدر با معرفت و فداکار بود که من هرگز نمیتوانستم جواب رد به او بدهم و مدام در فکر نقشه کشیدن بودم که چه راهی برای جلب رضایت خواهرم پیدا کنم!.

آنشب که عباس از پرواز مردود بازگشت، تنها آرزوی خلبانی نبود که برایش بر باد رفته بود، او آرزوی داشتن محبوبش را نیز از دست داد و میشد گفت غمی بیشتر از دیگر واخوردگان، دلش را میفشرد. کنارش نشستم، اما نه من حرفی زدم و نه او. ولی هر دو در یک مسیر فکر میکردیم. او میدانست که این شب آخریست که با هم در آسایشگاه نشسته ایم و از فردا باید به فکر رفتن به سر بازی یا دوباره درس خواندن برای کنکور باشد. میتوانست در دانشکده افسری بماند، اما میبایستی از نو شروع کند و از سال جدید دوباره سال یکم دانشکده بشود. لیکن نه برای خلبانی که میبایستی پس از سال سوم، رشته و یا رشته نظامی اش را انتخاب کند که مثلا افسر پیاده یا توپخانه یا زرهی یا مخابرات و یا رشته های دیگر را برگزیند و سال چهارم را در یکی از دانشکده های تخصصی بگذراند و پس از فارغ التحصیلی، به یگان های مربوطه برود. ترجیح داد که دیگر در دانشکده نماند و حتی برای فراموش کردن این روزها و نیز محبوبش، در تهران هم نماند و به همین خاطر بلافاصله به نظام وظیفه خود را معرفی کرد و رفت و در رده سپاه دانش، داوطلب خدمت در بد آب و هواترین منطقه یعنی خاش در سیستان و بلوچستان شد. به آنجا رفت و برای غرق کردن خود در تلاش و کوشش، آنقدر خدمت صادقانه به آن مردم محروم کرد که با رای مردم آن منطقه و تشخیص سازمان نظام وظیفه و ستاد سپاه دانش، او به عنوان یکی از بهترین سپاهیان دانش سال برگزیده شد. به پاس خدمات صادقانه و برجسته اش به مردم خاش، به تهران دعوت شد تا همراه سپاهیان برجسته دیگر آن سال، در کاخ نیاوران، ناهار را میهمان شاه باشند و با شاه در سر یک میز ناهار صرف کنند و برایش از خدمات خود تعریف کنند. وقتی سر میز ناهار، شاه با خوشحالی به

این واقعه را برای عباس تعریف کرده بودم و او هم مدام درگوشم میخواند که ازش خواستگاری کن. نگذار دیر بشه که یکی دیگه بیاد. آنقدر گفت و گفت که آخر منم که زمینه مساعد داشتم، تصمیم گرفتم برایش یک هدیه بخرم و خواهرم را وادار کنم که به خانه شان برویم و او با خواهر او صحبت کند و تاکید کردم که به مادر یا سایرین، تا معلوم شدن عاقبت کار، چیزی نکوید، چون از مادر و پدرم خجالت میکشیدم که چنین حرفی را به میان بکشم. خواهرم که از اول دستم را خوانده بود، گفت: «منکه گفتم برای من معلق بازی نکن.» هدیه بسیار زیبا و گرانبهائی خریدم. هر چه خواهرم این دست و آن دست کرد که به وقت دیگری موکول کند، دست از سرش برنداشتم. بالاخره مجبور شد به دوستش تلفن بزند و بگوید که به اتفاق من به خانه شان میایم. اینبار صدای فقهه (خانم ع) از تلفن در آمد که گفت: «پس درست فکر کرده بودیم!» خواهرم هم پاسخ داد: «آره دیگه خیلی هم تنده.» (خانم ع) هم گفت: «اتفاقا این طرف هم یکی دو دفعه حال ترا از من پرسیده که منم بهش گفتم چی شده که ناگهان به ایشان علاقمند شده ای؟ حال او را میپرسی یا کسی دیگه را؟» و باز هم خندیدند. رفتم و چهار نفری نشستیم و خواهرم از قول من هدیه را داد و او هم از هدیه آنچنان تعریف کرد که هر کسی میتواند بفهمد این تعریف و تمجید، از خود هدیه نیست، که از دادن آنست. این ارتباط به هیچوجه نمیتوانست بر ایمان در تنهایی میسر شود و هر گاه که میخواستم ببینمش، میبایستی به خانه شان بروم و در حضور جمع کثیری از آن آدمها گاهی دزدکی نگاهی به هم بیاندازیم.

عباس که این داستان را دنبال میکرد، به من پילה کرد که به خواهرت بگو این ثواب را در حق منم بکنند. چند هفته که به همین رویه پیش میرفتیم و منم تلاش میکردم که موضوع عباس را طوری با خواهرم در میان بگذارم که عصبانیت نکند، چون میدانستم که به محض شنیدن این حرف، سیل ملامت را بر سرم خواهد ریخت که چرا من چنین امر مهمی که باید به گردن بزرگتر های عباس باشد

## قلو، دو قلو، پنج قلو، هشت قلو

از کتاب یاد و یادداشت  
به قلم: علی هاشمی

نمی گویم که از این پس بگویند زنی در تهران سه دوقلو زاید، فقط می گویم شما که این قدر حساس هستید یک بار در ذهن خود این واژه را مرور کنید و از خود پرسید «چهارقلو»، «پنج قلو» یعنی چه؟ فقط به این واژه نادرست و نازبیا فکر کنید، بعد هر تصمیمی گرفتید به اجرا بگذارید. یادتان باشد نفس این عمل خوب است که «پارسی را پاس بداریم» اما اگر از حد بگذرد کار به مسخرگی می کشد. در نهایت روزی خواهد رسید که واژه هایی مثل: آدرس، پست، پلاک، فامیل، درشکه، اسکانس، صندلی، چاقو، چخماق، تلگراف، تلفن، تلویزیون، رادیو، بولدوزر، تراکتور، کدپستی و هزاران واژه وارداتی دیگر که شخصیت فارسی یافته اند و منظور گوینده را به راحتی می رسانند، مورد تجدید نظر قرار خواهند گرفت و هر کس چیزی به این آش اضافه خواهد کرد و یواش یواش ( که خود واژه ترکی است) زبان گفتگوی فارسی دچار تغییرات مضحک و نامأنوس خواهد شد!

خلاصه آنکه در کاربرد زبان تعصب و افراط و دستور و فرمان هیچ معنی ندارد بلکه باید بر اساس نیاز طبیعی اصل زبان با واژه های تازه آشتی کنیم، تا آنجا که تفهیم و تفاهم میان اهل زبان به آسانی صورت گیرد. در تلفظ کلمات نیز باید صورت فارسی شده را منظور کنیم، نه این که از تلفظ کلمات وارداتی در اصل و منشاء آن تقلید کنیم. یادمان باشد که این جا ایران است و ما فارسی زبانان در ادای کلمات تلفظ خاص خود را داریم.

فرد همراه بالای ۱۸ سال غیرقانونی است!

برای امتحان رانندگی پشت فرمان (شهر) بایستی مجدداً وقت بگیرید. به یاد داشته باشید که بدون گرفتن وقت به شما اجازه امتحان داده نمی شود پس بدون وقت قبلی به هیچوجه درخواست دادن امتحان از فرد مسوول نداشته باشید.

برای امتحان شهر از ماشینی که خودتان خریده اید و یا ماشینی یکی از دوستانتان می توانید استفاده کنید. اگر هنوز ماشین نخریده اید و یا دوستی ندارید حتماً برای تمرین رانندگی از مدارس رانندگی و یا اشخاصی که به طور خصوصی آموزش رانندگی می دهند کمک بگیرید. **دنباله مطلب در صفحه ۵۷**

دکتر رضا زاده شفق، استاد دانشگاه تهران، از جمله شهرت هایی که داشت توجه خاص او به کلمات، اصطلاحات و درستی و نادرستی کاربرد آنها بود. در این مورد می گفت: ما در ترکی کلمه ای به نام قلو یا دو قلو یا چند قلو نداریم. می گفت: دوق (دوک) به ترکی یعنی زایمان. (لو) هم پسوند اتصاف و نسبت است، مثل قره گزلو یعنی طایفه سیاه چشمان، دولو یعنی شترداران، شادان لو، قاسملو، قراچولرو و انواع دیگر که همه ترکی است. بنابراین وقتی می گوئیم دوقلو، کلمه مرکبی به کار می بریم که از کلمات دوق (Dog) به اضافه لو (Lu) ترکیب شده، پس دوقلو یعنی با هم زائیده شده. به قول فرهنگ معین: کودکان توأمان، دو کودک که در یک زمان از یک شکم زائیده شوند. پس اگر بخواهیم درست آن را به کار ببریم باید بگوئیم: سه دو قلو، چهار دوقلو که البته نامأنوس است. ولی در این روزگار که برای واژه کوپن «کالابریگ» و برای واژه کامپیوتر «رایانه» می گویند و با اصرار به جای هلی کوپتر «چرخبال» یا «بالگرد» را ترویج می کنند و در برنامه های رادیو و تلویزیون هم برنامه های «فارسی را پاس بداریم» گنجانده شده است، حال که می گویند خرمن، عطر، قطعه، فرائت و غیره، پس بد نیست به برخی واژه های غلط یا درست هم قدری توجه کنیم و واقعاً از خودمان پرسیم کلمه «قلو» در چه فرهنگی ضبط شده و چه معنی و مفهومی دارد که رسانه های رسمی کشور لابد نمی توانند جواب بدهند.

مراقبی هم وجود ندارد. البته دوربین های مختلف محل امتحان را زیر نظر دارند و بهتر است تخلفی از سوی فرد سر نزنند تا اعتماد خدشه دار شود. به شما برای سه بار شانس گذراندن امتحان کتبی داده می شود تا اگر به هر دلیلی در امتحان اول نشدید حدسناپ نمره را بگیرید امکان امتحان دادن مجدد را داشته باشید. اما به هر حال سعی کنید به حدی از آمادگی باشید که در امتحان اول قبول شوید و نخواهید مجدداً وقتی برای این کار اختصاص دهید. با گذراندن این مرحله به شما مجوز داده می شود که با حضور یک نفر دیگر که گواهینامه دارد به تمرین رانندگی بپردازید. به یاد داشته باشید که تمرین رانندگی بدون

## دریافت گواهینامه و یا کارت شناسایی در آمریکا

سحر سلاهی

ssehlahi@farmersagent.com



است. برای دانستن راجع به سایر انواع گواهینامه می توانید به وبسایت DMV ایالت خودتان و یا نزدیکترین شعبه به محل زندگی تان مراجعه کنید.

برای اخذ گواهینامه کلاس C غیر تجاری ابتدا بایستی با مراجعه به وبسایت DMV و یا یکی از شعب آن نسبت به اخذ وقت اقدام نمایید و فرم DL ۴۴ را تکمیل فرمایید. پس از آن از شما انگشت نگاری خواهد شد و در محل شعبه از شما عکس می گیرند. همین عکس بر روی گواهینامه چاپ می شود، پس اگر دوست دارید عکستان بر روی گواهینامه زیبا به نظر برسد با ظاهری آراسته در شعبه حاضر شوید. اگر سیتی زن هستید و یا اقامت کالیفرنیا را دارید و یا به هر دلیل دیگری برای شما شماره سوشال سکوریتی صادر شده است، آن را به همراه داشته باشید. اگر با ویزای دیگری مانند ویزای توریستی یا دانشجویی در آمریکا حضور دارید و برایتان شماره سوشال سکوریتی صادر نمی شود مدارکی که نشان دهنده حضور قانونی شما در آمریکا هست مانند پاسپورت که در آن ویزا و فرم I-۹۴ درج شده است و یا بسته به مورد مدارک قانونی مربوط به تغییر وضعیت حضورتان در آمریکا (change of status) را به همراه ببرید. به یاد داشته باشید که حتماً نام کامل خود را مطابق با مدارک قانونی در فرمها ذکر کنید و بخشی از آن را از قلم نیندازید.

مرحله بعد پرداخت هزینه صدور گواهینامه است که می توانید نقدی، با چک و یا با کارت اعتباری یا دبیت بپردازید. سپس در همان محل شعبه از شما معاینه چشم به عمل می آید تا مطمئن شوند که دید مناسبی برای رانندگی دارید. اگر از لنز یا عینک برای رانندگی استفاده می کنید آن را حتماً به همراه داشته باشید.

حالا باید امتحان آیین نامه را بگذرانید که معمولاً حاوی ۳۶ سوال چند گزینه ای است که ویرایش فارسی هم دارد. هنگام امتحان هم از بگیر و ببندهای ایران خبری نیست و امتحان ها به صورت تک نفره و با وقت کافی برگزار می شود و

داشتن کارت شناسایی و یا گواهینامه این مزیت را دارد که دارنده دیگر مجبور نیست پاسپورتش را با خود مرتب حمل کند و در نتیجه ریسک گم شدن پاسپورت کمتر خواهد بود. برای ورود به مکانهایی که شرط سنی دارد (مانند بار Bar و یا خرید مشروبات الکلی) و یا برای سفر رفتن با هواپیما و بعضاً برای احراز هویت توسط پلیس و یا استفاده از کردیت کارت در هنگام خرید، شما نیاز به مدرک احراز هویت دارید. بنابراین حتی در صورتی که نمی خواهید گواهینامه (Driving License) بگیرید، اقدام برای دریافت کارت شناسایی ایالت را مد نظر قرار دهید. صدور هر دوی این مدارک توسط (Department of Motor Vehicles) یا به اختصار DMV که زیر نظر ایالت است انجام می شود. و علاوه بر احتیاج به داشتن مدارک شناسایی مانند پاسپورت شما احتیاج به اثبات صحت آدرس هم دارید.

گرفتن گواهینامه رانندگی در آمریکا و خرید ماشین یکی از اولین کارهایی است که اگر شهری که برای زندگی انتخاب کرده اید سیستم وسایل نقلیه عمومی کافی مانند تاکسی، مترو یا اتوبوس و با نرخهای ارزان ندارد بایستی در آمریکا انجام دهید. به دلیل تفاوتی که رانندگی در آمریکا با ایران دارد گرفتن گواهینامه رانندگی آمریکایی در اسرع وقت توصیه می شود.

گرفتن گواهینامه در آمریکا کاری بسیار ساده و مشخص است و تمامی مراحل اعم از معاینه چشم، امتحان کتبی و گرفتن عکس و پرداخت هزینه مربوطه در یک محل انجام می شود. فایل کتابچه قوانین رانندگی را می توانید از سایت اینترنتی DMV ایالت خود دانلود کنید و یا می توانید کتابچه پرینت شده را از شعبه DMV به طور رایگان دریافت کنید.

گواهینامه بسته به وسیله نقلیه ای که می خواهید برانید به کلاس غیر تجاری و تجاری و موتورسیکلت تقسیم می شود. در این نوشته موارد مرتبط با گواهینامه کلاس C غیر تجاری در ایالت کالیفرنیا که به شما اجازه راندن اتومبیل شخصی را می دهد ذکر شده



## قالی بافی در مناطق مختلف ایران

محمد جواد نصیری

ایران مهد قالی دنیا، از دیر زمان به نام سرزمین فرش های افسانه ای و زیبا شهرت جهانی داشته است و از قطب های قالی بافی آن از گذشته های دور تا کنون هزاران هزار تخته قالی و قالیچه نفیس و گران بها در دسترس مشتاقان آن قرار گرفته است. ولی این تعریف به آن معنی نیست که در تمامی این سرزمین پهناور، که مساحتی معادل یک میلیون و ششصد و پنجاه هزار کیلومتر مربع دارد، قالی بافی به صورت یکسان معمول باشد، چه در مساحت های بزرگی از این کشور به دلایل اقلیمی و دموگرافی و اقتصادی این هنر و یا به عبارت امروزی آن، این صنعت به هیچوجه رونق و رواجی ندارد. در این مقدمه اجمالی ابتدا وضعیت قالی بافی ایران را در صورت کلی و جامع آن مطالعه کرده و سپس به شرح جزئیات آن در مراکز قالی بافی شهرستان های مختلف می پردازیم.

### کردستان

و شهرنشینان استان های کردستان و کرمانشاهان جز در مورد گره ای که به کار می برند، گره ترکی، موارد مشابه چندانی در طرح و رنگ و پرز و پودهای مصرفی با یکدیگر ندارند که برای شناخت بهتر، آنها را جداگانه باید مورد مطالعه قرار داد.

### سندج

در سندج مرکز استان کردستان از یکی دو قرن پیش تا کنون ظریف ترین فرش های یک پوده مشرق زمین بافته می شود. قالی بافان سندجی الیاف بسیار تابیده شده ای را به کار می برند که در نتیجه گره فرش های آنان در پشت فرش به خوبی دیده می شود. با وجود آنکه گره نامتقارن در میان اهل فن به گره فارسی و یا گره سنه (نام قدیمی این شهر) معروف است ولی فرش های سندج با گره ای از نوع متقارن و یا به عبارتی گره ترکی بافته می شوند.

بافت امروزی سندج بیشتر یکنواخت بوده و مهارت بافنده ها و طراحان آن در یکی دو قرن اخیر تغییر چندانی نکرده است. با مشاهده فرش های زیبا و مرغوب گذشته سندج، می توان به جرأت ادعا کرد که مرغوبیت فرش های کنونی سندج تا حدودی کاهش یافته است. یکی از

عشایر کرد از اسلاف قدیمی ترین اقوام آریایی هستند که از چهار هزار سال پیش تا کنون محدوده ای در جنوب قفقاز و شمال عراق و شرق ترکیه را در دامنه های سلسله جبال زاگرس اشغال کرده اند. دشت ها و کوه پایه هایی که این عشایر را در خود جای داده اند از مناطق مهم کله داری ایران هستند. پشم های حاصله از گوسفندان این ایلات علاوه بر مصارف محلی، در دیگر مراکز فرش بافی ایران نیز مصرف می شود.

قالی بافی پیشه با سابقه ای است که از سال ها پیش افراد ساکن در مراکز شهری و روستایی این منطقه را به خود مشغول داشته و در نتیجه شهرت فراوانی نیز برای فرش ایران در بازارهای خارج و داخل به همراه آورده است.

بافت قالی و قالیچه در نیمی از شهرها و دهات این استان رواج کامل دارد. در واحد های بافندگی این استان جمعاً در حدود ۴۲۰۰۰ دار قالی بر پا است که ۸۳۰۰۰ کارگر بافنده در آنها به کار بافت فرش اشتغال دارند. دست بافت های تیره های مختلف کرد



قالیچه بافت بیجار

بید مجنون و چنار است که در طرح های لرستان و جوشقان نیز دیده می شود. این نقش ها اغلب به صورت مجرد در متن سرمه ای فرش های سندج دیده می شوند. حاشیه اصلی این فرش ها نیز به طور معمول به رنگ قرمز هستند. بافنده های سندجی همچنین در بافت گلیم های مرغوب و خورجین ها و رواسبی های جالب نیز بسیار ماهر و باتجربه هستند.

### بیجار

شهرستان بیجار مرکز اداری سیاسی منطقه گروس و دومین مرکز با اهمیت استان کردستان در تمامی زمینه ها از جمله قالی بافی است. در این شهر همواره فرش هایی با گره ترکی و با تراکم نسبتاً قابل توجه بافته شده است (از ۱۰۰۰ تا ۳۶۰۰ گره در دسی متر مربع).

بافنده های بیجار سخاوتمندانه نخ های پود را حتی تا پنج نخ از میان تارهای فرش می گذارند. به این جهت و همچنین به لحاظ بلند بودن پرزها، فرش های آنان سنگین بوده و به سهولت نمی توان آنها را جا به جا کرد و بهتر است که آنها را لوله کرد، چرا که در غیر این صورت احتمال شکسته شدن و پاره شدن فرش وجود دارد.

در شهر بیجار و دهات مجاور آن نزدیک به ۱۶۰۰۰ بافنده بر روی حدود ۸۰۰۰ دار قالی، به کار بافت فرش های خوش رنگ و رو و با دوام اشتغال دارند. ولی متأسفانه اغلب این فرش ها تا حدودی کج و معوج هستند. عیبی که صرفاً با تعویض دارهای کهنه قدیمی با دستگاه های جدید و فنی و با سردارها و زیردارهایی راست و استوار کاملاً مرتفع می شود. شاید به جرأت بتوان گفت اگر این نقص کج و معوج بودن و همچنین اصراف در به کار بردن نخ های اضافه پود در فرش های بیجار نبود، قالی و قالیچه های این ناحیه با طرح های بسیار زیبا و رنگ های با دوام و پشم های مرغوبشان مقام شایسته تری را در مجموعه فرش های ایران به خود اختصاص می دادند. **دنباله مطلب در صفحه ۳۰۳**

کارگاه هایی که بافته های آن به قالی بافی کردستان اهمیت قابل توجهی داده است کارگاه استاد و کیلی است که بافته های آن همواره مشتاقان فراوانی داشته است.

بافنده های سندج بیشتر تمایل دارند فرش های خود را در اندازه های کوچک پشتی، ذرع و نیم، سجاده و به ندرت گلنگی ببافند. رنگرزی آنها بسیار دقیق است. اغلب رنگ های طبیعی را در مایه های آبی، سرمه ای، قرمز، مغزپسته ای، عاجی، طلائی، هلویی، قهوه ای و سبز به کار می برند. پشم مصرفی در قالی بافی سندج بیشتر از نوع دست ریس و بسیار نازک است.

طرح های آنان بیشتر در سبک هندسی با طرح های ترنج دار بزرگ شش گوشه، بندی دسته گل و بُته ای است که طرح اخیر بسیار مورد توجه بافنده های این شهر می باشد. در این طرح بُته در ردیف های موازی در متن فرش تکرار شده است. نقش بُته های آنان تا حدودی با نقش بُته های فرش های قم و اراک و کرمان و بیرجند اختلاف دارد. اساساً نقش بُته در سبک های شاخه شکسته و منحنی به صورت جدا و موتیف های فرعی و یا سرتاسری همیشه با اقبال مشتاقان فرش مواجه بوده است. این نقش در سر پنجه طراحان نقش قالی همواره به عنوان شکلی دل پسند و مکمل اجرا می شود. طرح موفق دیگری که در بسیاری از مراکز قالی بافی ایران قبول عامه یافته، طرح هراتی است که در قالی بافی سندج بسیار متداول است. در سندج طرح تلفیقی هراتی و بُته ای در سبک هندسی یا ترنجی شش گوش و حاشیه ای کاملاً اختصاصی بافته می شود به این صورت که زمینه فرش با درون مایه های هراتی و حاشیه آن با نقش بُته های بزرگ که بُته ها مانند دانه های تسبیح به دنبال یکدیگر قرار گرفته اند، بافته شده اند.

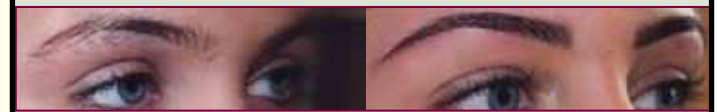
نقش درخت و بوته های گل نیز گاهی در فرش های سندج دیده می شود. این طرح بیشتر طرح تلفیقی درختان سرو و

## Eyebrows Threading by Shahnoush

### بند ابرو و صورت

مزایای بند ابرو: ماساژ و به جریان انداختن خون زیر پوست

صورت، روش کاملاً طبیعی، سریع و تمیز، درد کمتر نسبت به Wax



◆ Eyebrows \$10 ◆ Upper lip \$5 ◆ Chin \$5

◆ Sideburns- cheeks \$8 ◆ Full face including eyebrows \$25

با تعیین وقت قبلی **شهنوش** 408-800-9149

(Fantasy Salon) 1514 Pollard Rd, Los Gatos, CA 95030

طاعت از دست نیاید گنهی باید کرد  
در دل دوست به هر حيله رهی باید کرد  
روشنان فلکی را اثری در ما نیست  
حذر از گردش چشم سیهی باید کرد  
نه همین صف زده مژگان سیه باید داشت  
به صف دلشدگان هم نگهی باید کرد  
شب که خورشید جهانتاب نهران از نظر است  
قطع این مرحله با نور مهی باید کرد  
گر مجاور نتوان بود به میخانه، «نشاط»  
سجده از دور به هر صبحگهی باید کرد

#### نشاط اصفهانی

تو را من چشم در راهم شباهنگام  
که می گیرند در شاخ «تلاجن» سایه ها رنگ سیاهی  
وزان دلخسنگانت راست اندوهی فراهم،  
تو را من چشم در راهم.  
شباهنگام، در آن دم که بر جا دره ها چون مرده ماران خفتگان اند،  
در آن نوبت که بندق دست نیلوفر به پای سرو کوهی دام  
گرم یادآوری یا نه،  
من از یادت نمی کاهم،  
تو را من چشم در راهم.

#### نیما یوشیج

تا تو با منی زمانه با من است  
بخت و کام جاودانه با من است  
تو بهار دلکشی و من چو باغ  
شور و شوق صد جوانه با من است  
یاد دلنشینی ای امید جان  
هر کجا روم، روانه با من است  
ناز نوشخند صبح اگر تو راست  
شور گریه شبانه با من است  
برگ عیش و جام و چنگ اگر چه نیست  
رقص و مستی و ترانه با من است  
گفتمش: مراد من؟ به خنده گفت  
لابه از تو و بهانه با من است  
گفتمش: من آن سمند سرکشم  
خنده زد که: تازیانه با من است  
هر کسش گرفته دامن نیاز  
ناز چشمش این میانه با من است  
خواب نازت ای پری ز سر پرید  
شب خوشت که شب فسانه با من است  
**هوشنگ ابتهاج-سایه**

گر نخل وفا بر ندهد چشم تری هست  
تاریشه در آب است امید ثمری هست  
هر چند رسد آیت یاس از در و دیوار  
بر بام و در دوست پریشان نظری هست  
آن دل که پریشان شود از ناله بلبل  
در دامنش آویز که با وی خبری هست  
هر گز قدم غم ز دل دور نبوده ست  
شادی ست که او را سر و برگ سفری هست  
تا گفت خموشی به تو راز دل «عرفی»  
دانست که از ناصیه غمازتری هست

#### عرفی شیرازی

شنیدم که چون قوی زیبا بمیرد  
فریبنده زاد و فریبا بمیرد  
شب مرگ تنها نشیند به موجی  
رود گوشه ای دور و تنها بمیرد  
در آن گوشه چندان غزل خواند آن شب  
که خود در میان غزل ها بمیرد  
گروهی بر آند کاین مرغ شیدا  
کجا عاشقی کرد، آنجا بمیرد  
شب مرگ، از بیم، آنجا شتابد  
که از مرگ غافل شود تا بمیرد  
من این نکته گیرم که باور نکردم  
ندیدم که قویی به صحرا بمیرد  
چو روزی ز آغوش دریا برآمد  
شبی هم در آغوش دریا بمیرد  
تو دریای من بودی، آغوش وا کن  
که می خواهد این قوی زیبا بمیرد

#### مهدی حمیدی

عمری ست تا به پای خم از پا نشسته ایم  
در کوی می فروش چو مینا نشسته ایم  
ما را ز کوی باده فروشان گزیر نیست  
تا باده در خم است همین جا نشسته ایم  
تا موج حادثات چه بازی کند که ما  
با زورق شکسته به دریا نشسته ایم  
ما آن شقایقیم که با داغ سینه سوز  
جامی گرفته ایم و به صحرا نشسته ایم  
طفل زمان فشرده چو پروانه مان به مشت  
جرم دمی که بر سر گلها نشسته ایم  
عمری دویده ایم به هر سوی و عاقبت  
دست از طلب بشته و از پا نشسته ایم  
«فرهاد» با ترانه مستانه غزل  
در هر سری چو نشسته صهبا نشسته ایم

#### علی اشتری-فرهاد

شب چو در بستم و مست از می نابش کردم  
ماه اگر حلقه به در کوفت جوابش کردم  
دیدم آن ترک ختا دشمن جان بود مرا  
گرچه عمری به خطا دوست خطابش 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 آتش کردم  
غرق خون بود و نمی مُرد ز حسرت فرهاد  
خواندم افسانه شیرین و به خوابش کردم  
زندگی کردن من مُردن تدریجی بود  
هر چه جان کند تنم عمر حسابش کردم

#### فرخی یزدی

## تاریخچه روز عشق (والنتاین)

تاریخچه کامل و دقیق روز عشق در دست نیست و آنچه از پیشینه روز عشق می‌دانیم با افسانه در آمیخته است. امروزه کلیسای کاتولیک به این نتیجه رسیده است که حداقل سه قدیس وجود داشته‌اند که همگی به شهادت رسیده‌اند، به همین دلیل چندین افسانه سعی در بازگویی تاریخچه آئین روز عشق دارند.

در سده سوم میلادی که مطابق می‌شود با اوایل شاهنشاهی ساسانی در ایران، در روم باستان فرمانروایی بوده‌است بنام کلودیوس دوم. کلودیوس عقاید عجیبی داشته‌است از جمله اینکه مردان مجرد نسبت به آنانی که همسر و فرزند دارند سربازان جنگجوتر و بهتری هستند. از این رو ازدواج را برای سربازان امپراتوری روم قدغن می‌کند. کلودیوس به قدری بی‌رحم و فرمانش به اندازه‌ای قاطع بود که هیچ کس جرات کمک به ازدواج سربازان را نداشت. اما کشیشی به نام والنتاین (والنتیوس)، مخفیانه عقد سربازان رومی را با دختران محبوبشان جاری می‌کرد. کلودیوس دوم از این جریان خبردار می‌شود و دستور می‌دهد که والنتاین را به زندان بپندازند. والنتاین در زندان عاشق دختر زندانبان می‌شود. با توجه به آنچه که در افسانه آمده کشیش والنتاین برای او نامه‌هایی نوشته و آنها را با نوشتن «از طرف

ولنتاین تو» (From Your Valentine) امضاء کرده است، اصطلاحی که تا به امروز مورد استفاده قرار گرفته و به وفور بر روی کارتهای والنتاین مشاهده می‌شود. سرانجام کشیش به جرم جاری کردن عقد عشاق بر خلاف قانون کلودیوس دوم اعدام می‌شود. بنابراین او را به عنوان فدایی و شهید راه عشق می‌دانند و از آن زمان والنتاین تبدیل به نمادی برای عشق شده است.

### هدیه روز ولنتاین

در کشورهای اروپایی و آمریکایی دادن شکلات به عنوان هدیه روز ولنتاین از شهرت خاصی برخوردار است. تزئین شکلات و پختن انواع آن نیز از آداب روز ولنتاین به شمار می‌رود. از نظر علمی هم ثابت شده‌است که خوردن شکلات سیاه میزان عشق را در انسان بالا می‌برد البته نه مصرف بی‌رویه آن.

**تاریخچه سپندارمذگان: (والنتاین ایرانی)**  
در ایران باستان، نه چون رومیان از سه



قرن پس از میلاد، که از بیست قرن پیش از میلاد، روزی موسوم به روز عشق بوده‌است. جشن اسفندگان (سپندارمذگان) یا جشن مژده گیران یکی از جشن‌های ایرانی است که در روز پنج اسفند برگزار می‌شود.

ابوریحان بیرونی در آثارالباقیه آورده است که ایرانیان باستان روز پنجم اسفند را روز بزرگداشت زن و زمین می‌دانستند.

ابوریحان بیرونی در آثارالباقیه آورده است که ایرانیان باستان این روز را روز بزرگداشت زن و زمین می‌دانسته‌اند. فلسفه بزرگداشت این روز به عنوان «روز عشق» به این صورت بوده است که در ایران باستان هر ماه را سی روز حساب می‌کردند و علاوه بر اینکه ماه‌ها اسم داشتند، هر یک از روزهای ماه نیز یک نام داشتند. **دنباله مطلب در صفحه ۵۱**

اگرچه منابع کهن از جمله ابوریحان این جشن را در روز پنجم اسفند ذکر کرده‌اند. ولی با توجه به تغییر ساختار تقویم ایرانی در زمان خیام که پس از ابوریحان می‌زیست، و سی و یک روزه شدن شش ماه نخست سال در گاهشماری ایرانی، بعضی منابع و به اشتباه تاریخ ذکر شده نیز ۶ روز به عقب آورده‌اند که این کار نادرست است. زیرا طبق منابع کهن و همانطور که از نام آن پیداست این جشن به روز اسپند یعنی پنجمین روز ماه از ماه اسفند اشاره دارد.

## تسلیت

خانواده محترم پوستی،

از شنیدن خبر فوت مرحوم آقای «محسن پوستی» بسیار متاسف شدیم. مصیبت وارده را خدمت شما و خانواده‌های وابسته تسلیت عرض نموده و از خداوند متعال برای شما صبر و برای آن مرحوم علو درجات آرزو داریم.

سپیده و محسن رئیسیه

## تسلیت

سپیده و آرش عزیز و خانواده‌های وابسته،

واژه تسلیت ناتوان از تسکین است. از خبر فوت پدر گرامیتان و دوست عزیزمان، شادروان «محسن پوستی»، بسیار متأثر شدیم. باشد که در سایه صبر، زمان تسکین دهد این درد جانکاه را.

افلیا و اردشیر پرویزاد

## تسلیت

خانواده محترم پوستی،

با قلبی آکنده از غم و اندوه درگذشت غم انگیز پدر بزرگوارتان، مرحوم «محسن پوستی» را تسلیت عرض نموده و برای آن مرحوم مغفرت و برای بازماندگان صبر آرزو مندیم. پژواک و همکاران

## Newly Remodeled 3bd/2ba For Rent

**Property Address:** 824 Maud Ave | San Leandro, CA 94577

**Available:** Immediately

*This beautifully renovated single family home is located in San Leandro's quiet neighborhood of Assumption Parish.*

**Description:** 3 bedroom, 2 bathroom - approx. 1,308 sq ft, Formal Living Room & Dining Room, Washer & Dryer on-site, 2-car Garage in Back (Great for Storage) + 2-car driveway, Large backyard, Cable ready

Conveniently located near Hwys 580, 238 & 880

Within 5 minutes driving to San Leandro Bart Station, shopping, restaurants & the public library

**Newly Renovated:** New kitchen countertops, dishwasher, kitchen fixtures, upgraded bathrooms, refinished hardwood floors, new paint inside and out

**Sorry, no pets please. No smoking please.**

**Rental Terms:** \$3,000 per month (includes trash & landscape maintenance; Tenant pays electric, gas (PG&E), water (EB-MUD), & cable).

**Application Fee for Credit Report:** \$35

**Security Deposit:** \$3,000

**Minimum 1 year lease**

**Please contact Janet at (510) 381-3651 for more information or make an appointment to see the home.**

به خشونت علیه زنان دامن می‌زنند و آن را بازتولید می‌کنند. اما حتی در صورت مراجعه به همان بخش‌های موجود در قانون هم حمایت کاملی از زنان صورت نمی‌گیرد و مجریان قانون آنها را دعوت به صبر و سکوت و پذیرش و مدارا می‌کنند. از طرفی، این نوع برخورد حتی از سوی جامعه زنان هم تحمل نمی‌شود و زنان یکدیگر را توصیه می‌کنند که به جای مقابله با ساختارهای موجود خشونت را یک موضوع فردی ببینند و وضعیت را حفظ کنند. این تردید در زنان وجود دارد که گزارش خشونت خانگی تغییری در وضعیت آنها ایجاد می‌کند یا نه و به همین دلیل این باور که مراجعه به مراجع قانونی باید آخرین راه حل باشد، در بین زنان بسیار قوی است.

### خشونت با خشونت

گروه کوچکی از زنان هم هستند که در صورت مراجعه با خشونت خانگی، دست به مقابله می‌زنند و پاسخ را با خشونت می‌دهند. از جمله این روش‌ها علاوه بر به کار گرفتن خشونت فیزیکی، شیوه‌های مختلفی از خشونت‌های عاطفی است. مثل قهر، امتناع از رابطه زناشویی، خشونت‌های رفتاری و کلامی.

شبکه‌های اجتماعی خانوادگی و گروه‌های همجنسان، مکان‌هایی هستند که زنان در معرض خشونت خانگی در خلا خانه‌های امن و حمایت‌های قانونی و رسمی به آن‌ها روی می‌آورند. به این معنا که زنان در صورت مواجه شدن با خشونت خانگی نخست از خانواده و بستگان خود کمک می‌گیرند و اگر در خانه آنها پناهی برایشان نبود، به شبکه دوستان و همجنسان مراجعه می‌کنند. سفرهای کوتاه، زیارت، کلوب‌های ورزشی یا آرایشگاه‌ها از مکان‌های دیگری هستند که زنان به طور موقتی برای دریافت حمایت و مشاوره به آنها مراجعه می‌کنند.

آنها را تهدیدی برای جایگاه و موقعیت برتر مردانه خود می‌بینند و در نتیجه بر مبنای الگوی خشم مردسالارانه خود، با این گروه از زنان با خشونت برخورد می‌کنند. به همین دلیل است که در میان زنان شاغل هم خشونت خانگی رواج دارد و حتی ایجاد مانع بر سر راه دسترسی این زنان به درآمد خود یکی از روش‌های اعمال خشونت از سوی مردان است.

یکی از باورهای موجود دیگر در میان زنان این است که با گذشت زمان خشونت مرد علیه زن کاهش پیدا می‌کند و به خصوص اگر زن مدارای بیشتری بکند، مرد رفتار خود را تغییر داد. بر مبنای برخی از تجربیات، این اتفاق در عمل برای برخی از زنان می‌افتد به این دلیل که زنان کم کم با مسن‌تر شدن جایگاه اجتماعی ویژه‌ای پیدا می‌کنند که ناشی از تغییر جایگاه آنها از یک زن جوان به مادر است. احتمال حمایت فرزندان بالغ از مادر، دست مردان را در اعمال خشونت می‌بندد.

### خشونت متقابل و مراجعه به قانون

اما مدارا به دلیل ترس‌های اجتماعی، وابستگی اقتصادی استراتژی تمام زنان در مقابل خشونت خانگی نیست. در مواردی هم زنان به دلیل آگاهی‌های بیشتر حقوقی و اجتماعی، برخورداری از میزانی استقلال اقتصادی یا به حد اعلا تحمل خود رسیدن، تصمیم می‌گیرند که واکنشی جدی‌تر نشان دهند. با این حال در چنین شرایطی هم واکنش نشان دادن ساده و بدون هزینه نیست.

زنان جوان و تحصیل کرده امروزی در مقایسه با نسل‌های پیشین، خشونت علیه خود را کمتر تحمل می‌کنند و رفتارهای خشن مردان را عادی تلقی نمی‌کنند. به همین دلیل مقاومت به شکل‌های مختلف را یک استراتژی برای خود تعریف می‌کنند.

یکی از این استراتژی‌ها مراجعه به مراجع قانونی و ثبت خشونت خانگی است. برخی از زنان با مراجعه به پزشکی قانونی این خشونت‌ها را گزارش می‌کنند تا بتوانند با تکیه به مدارک رسمی و قانونی از آن برای تقاضای طلاق یا دریافت دیه استفاده کنند. البته در شرایط کنونی قانون مدون جامعی که زنان را در مقابل خشونت‌های خانگی حمایت کند وجود ندارد و حتی بخش‌هایی از قوانین خود

## زنان چگونه با خشونت خانگی مقابله می‌کنند؟

نعیمه دوستدار



«چرا هیچ کاری نمی‌کنی؟» این نخستین واکنش اطرافیان به فرد قربانی خشونت است. برای افراد بیرونی، واکنش نشان ندادن به خشونت عجیب است و اغلب از اینکه قربانیان نمی‌توانند تغییری در وضعیت خود ایجاد کنند، عجیب است. اما این برخورد عجیب، نادر نیست. اغلب کسانی که در معرض انواع خشونت خانگی قرار دارند، یا هرگز برخوردی با آن نمی‌کنند، یا واکنش‌شان دیر هنگام و با تاخیر است. برای شناختن دلیل این عدم واکنش باید ریشه‌های آن را شناخت. اتخاذ هر نوع استراتژی به عوامل مختلفی چون سن، طبقه و پایگاه اجتماعی، سطح تحصیلات، استقلال مالی و شغلی، برخورداری از حمایت‌های خانوادگی، قانونی و از همه مهمتر نوع خشونت و جدیت آن بستگی دارد.

### استراتژی سکوت

باورهای رایج اجتماعی، غیر مهم و جزئی تلقی می‌شود که به سادگی می‌توان از آن گذشت. بسیاری از شکل‌ها هم طبیعی دانسته می‌شود و مثلاً زنان این باور را به همدیگر انتقال می‌دهند که دلیل آن، اشتباهات خود زن، طبیعت مرد یا صلاح زندگی مشترک است.

با وجود تبلیغات فراوان درباره خشونت خانگی و روش‌های مقابله با آن و حتی محکوم کردنش، برای بسیاری از زنان خشونت خانگی در شبکه‌ای از باورهای اجتماعی و فرهنگی و عرفی درهم تنیده است و برای بخش قابل توجهی از جمعیت



بر اساس همین باور و طرز تفکر، واکنش نشان دادن به خشونت از سوی زنان، ناپسند و مذموم است و اگر زنی خشونت نسبت به خود را نپذیرد، به عنوان کسی که نظام رایج رفتاری و خانوادگی را بر هم زده سرزنش می‌شود و عامل بدنامی و بی‌آبرویی خوانده می‌شود. فشارهای فرهنگی و اجتماعی که وظیفه زنان را حفظ آبرو می‌داند، در کنار ترس از بدنامی و سرزنش دیگران، زنان را به سکوت و پذیرش و تن دادن تشویق می‌کند.

با وجود تغییرات اجتماعی در میان زنان و بالاتر رفتن آمار زنان تحصیل کرده و شاغل، الگوی مدارا با خشونت در میان زنان اما چندان تغییر نکرده است. از یک سو زنان تحصیل کرده‌تر و از نظر اقتصادی مستقل، به نوعی خشونت را در مردان تقویت می‌کنند. به این معنا که مردان،

یک بخش عادی و پذیرفته شده زندگی است، به نحوی که آن را جزو بخش‌های خصوصی زندگی به حساب می‌آورند و از فرط عادی‌انگاری، لزومی به مقابله با آن نمی‌بینند.

برای بسیاری از زنان درگیر خشونت، استراتژی غالب، انکار و حاشاست. آنها رفتارهای خشن فیزیکی و توهین و تحقیر از سوی مرد یا محرومیت از حقوق مادی یا اجتماعی خود را به عنوان بخشی از زندگی عادی زنانه تعریف می‌کنند و عادی می‌دانند و آن را به جنسیت خود ربط می‌دهند. به همین دلیل است که در گروه‌های مختلف زنان این باور وجود دارد که خشونت علیه زنان یک امر عادی و قابل قبول و بخشی از سرنوشت مشترک آنها به دلیل زن بودن است و به همین دلیل باید با آن نهایت مدارا کرد. شکل‌های مختلفی از خشونت بر اساس



آسیب دیدگی ها: آسیب دیدگی ساختارهای زانو منجر به زانو درد می شود. برخی از این آسیب دیدگی ها از قرار زیر است:

**پارگی مینیسک:** پارگی مینیسک زانو میانی یا جانبی نتیجه آسیب دیدگی ناشی از پیچ خوردگی زانو می باشد. بیمار از زانو درد هنگام صاف کردن پا، قفل کردن زانو، صدا دادن زانو، خالی کردن زانو و ورم زانو شکایت می کند. برای تشخیص این بیماری از آزمایشات ام آر ای یا آرتروسکوپی استفاده می شود.

نشانه ها و علائم پارگی مینیسک زانو در اغلب موارد با گرفتن یک شرح حال دقیق از بیمار می توان پارگی مینیسک را تشخیص داد. نکات مهمی که باید مد نظر قرار گیرد عبارتند از:

♦ مکانیزم و چگونگی آسیب دیدگی (برای مثال، چرخش زانو، روی زانو نشستن، تغییر حالت دادن)

♦ درد (درد ناشی از پارگی مینیسک معمولاً دوره ای است و در میانه زانو احساس می شود)

♦ مشکلات مکانیکی یا حرکتی زانو (برای مثال، صدا دادن زانو، احساس گیر کردن چیزی در زانو، قفل شدن زانو یا خالی کردن زانو)

♦ تورم (تورم معمولاً با تأخیر پس از آسیب دیدگی ایجاد می شود، گاهی اوقات نیز تورمی وجود ندارد؛ در موارد پارگی مینیسک ناشی از فرسایش مفصلی تورم مکرر و عود کننده وجود دارد)

♦ حساسیت به لمس مفصل زانو

♦ آب آوردن زانو

♦ محدود شدن دامنه حرکتی زانو

**پارگی های رباط صلیبی:** پارگی رباط زانو منجر به زانو درد، بی ثباتی مفصل زانو و خمیدگی زانو می شود. برای تأیید تشخیص پارگی رباط صلیبی از ام آر ای یا آرتروسکوپی استفاده می شود.

دنباله مطلب در صفحه ۵۲

زانو نیز می تواند تحت تأثیر این بیماری قرار بگیرد که منجر به درد، ورم و قرمزی مفصل زانو می شود. این مفصل گاهی اوقات به قدری حساس می شود که حتی یک تماس جزئی نیز باعث زانو درد می شود. آزمایش خون و آزمایش مایع مفصلی برای تعیین سطح اسید اوریک به تشخیص این بیماری کمک می کند.

**آرتریت واکنشی:** این بیماری عموماً پس از عفونت دستگاه روده یا مجاری ادرار بوجود می آید. سه علامت شایع مرتبط با این بیماری عبارتند از التهاب ملتحمه، التهاب مجرای پیشاب و آرتریت.

**نرمی کشکک:** در بیماری نرمی کشکک زانو سطح غضروف کشکک زانو نرم می شود. این بیماری در بین ورزشکارانی مثل دوندگان و دوچرخه سوارها شایع تر است. بیمار، زانو درد خفیفی را دور کشکک خود احساس می کند که با پایین آمدن از شیب یا پله و گاهی اوقات با بالا آمدن از پله یا شیب شدت پیدا می کند. برای تأیید تشخیص این بیماری می توان از تصویربرداری با اشعه ایکس یا آرتروسکوپی استفاده کرد.

**آماس کیسه های مفصلی:** التهاب هر کدام از کیسه های حاوی مایع (بورس) را آماس کیسه های مفصلی می گویند. کیسه های مفصلی از مفاصل محافظت می کنند. این بیماری عموماً ناشی از حرکات مکرر یا فشار برای مثال زانو زدن بوجود می آید. گاهی اوقات یک آسیب دیدگی ناگهانی باعث ابتلا به آماس کیسه های مفصلی می شود.

**عفونت ها:** برخی از عفونت های ویروسی و باکتریال نیز باعث زانو درد می شوند. عفونت باکتریال مفصل زانو باعث درد، التهاب و قرمزی مفصل به همراه تب می شود. چیکونگونیا یک عفونت ویروسی است که همراه با تب و درد شدید در مفاصلی مثل مفصل زانو است.



## زانو درد، علت و درمان

**درد زانو واژه ای است که برای درد در ناحیه مفصل زانو، زیر زانو، جلوی زانو و پشت زانو استفاده می شود. درد زانو می تواند ناشی از آسیب دیدگی، زانوی ضربداری، زانوی پراتنزی یا پاکمانی، التهاب یا عفونت باشد. علت زانو درد به سن فرد بستگی دارد. برای مثال، زانو درد در نوجوانی ناشی از بیماری از گود اشلاتر است. در حالی که درد زانو در افراد میانسال و سالمند می تواند ناشی از بیماری آرتروز باشد.**

### علائم و نشانه ها

علائم انواع زانو درد بر اساس میزان پیچیدگی بیماری و آسیب دیدگی به صورت خفیف و شدید طبقه بندی میشود.

### علائم و نشانه های عمومی و رایج:

۱- سخت شدن مفصل و ناتوانی در خم و راست کردن آن

۲- گرم شدن مفصل هنگام لمس آن

۳- شنیدن صداهای غیرطبیعی مانند صدای تق تق کردن زانو هنگام حرکت مفصل

### علائم و نشانه های جدی:

۱- بروز زانو درد همراه با قرمزی، تورم و تب

۲- ناتوانی در ایستادن

۳- لنگان لنگان راه رفتن

۴- خم شدن زانو هنگام ایستادن

۵- بروز بی حسی در مفصل آسیب دیده

۶- علائم قابل مشاهده مانند بدشکلی استخوان

**علائمی که همراه با زانو درد ظاهر می شوند، عبارتند از:** ورم + التهاب + کبودی زانو. علائم دیگر زانو درد شامل تب، درد شدید و قرمزی پوست زانو می شود.

### علت

در ادامه مشکلاتی که می توانند علت درد زانو باشند، شرح داده می شود.

**التهاب تاندون ها:** یکی از علل زانو درد تاندون ها هستند، (عضلات طناب مانند متصل کننده بافت ها به استخوان)، که در زانو و مفاصل دیگر با حرکت مکرر یا سنگین ممکن است به شدت دچار التهاب شوند.

التهاب تاندون یک آسیب دیدگی ورزشی شایع است که با استفاده بیش از حد از مفصل زانو ایجاد می شود. التهاب تاندون کشکک یا «زانوی جهندگان» التهاب یا حساسیت تاندون بین کاسه زانو و استخوان ساق پا است.

**کیست بیکر:** برآمدگی پشت زانو می تواند کیست بیکر باشد. کیست بیکر که کیست پشت زانو نیز نامیده می شود، حاوی مایعی است که باعث التهاب، سفتی و درد پشت زانو می شود، اما معمولاً این کیست دردناک نیست. عموماً کیست

بیکر ناشی از آرتریت و بیماری هایی که باعث می شوند زانوی شما مایع بیش از حدی تولید کند، است. روش درمان این بیماری پیدا کردن علت بوجود آورنده انباشت مایع در کیست بیکر است.

**آرتروز زانو:** این بیماری به دلیل فرسایش مزمن مفاصل به وجود می آید. بیمار از درد، ورم مفصل و در نهایت کاهش دامنه حرکتی شکوه می کند. این بیماری عموماً در بین سالمندان و افرادی که اضافه وزن دارند، اتفاق می افتد. اگر چه آرتروز زانو در بین جوانانی که از آسیب دیدگی زانو رنج می برند، نیز می تواند اتفاق افتد. این بیماری توسط تصویربرداری با اشعه ایکس از مفصل زانو تشخیص داده می شود.

**آرتریت روماتوئید:** آرتریت روماتوئید یک بیماری خود ایمنی است که در آن بدن بیمار پروتئین های مشخصی را تولید می کند که به مفاصل حمله کنند. این بیماری باعث درد و گرم شدن مفاصل، التهاب مفصل، خشکی مفاصل در صبح و کاهش دامنه حرکتی می شود. مفاصل کوچک دست و پا قبل از بقیه مفاصل تحت تأثیر قرار می گیرند. در این بیماری مفاصل دو طرف بدن به صورت متقارن تحت تأثیر قرار می گیرند. از جمله مفاصلی که تحت تأثیر آرتریت روماتوئید قرار می گیرد، مفصل زانو است که این مسئله منجر به زانو درد می شود.

**بیماری های خود ایمنی دیگر:** بیماری های خود ایمنی دیگر مثل لوپوس منتشر، پسوریازیس نیز مفصل زانو را تحت تأثیر قرار می دهند. علائم دیگر مرتبط با بیماری ها مثل ضایعات پوستی اغلب مشخص هستند و در تشخیص این بیماری ها به این علائم نیز توجه می شود.

**نقرس:** این بیماری ناشی از افزایش سطوح اسید اوریک در خون است. بیماری نقرس موجب آرتریت می شود. مفصلی که بیش از همه تحت تأثیر این بیماری قرار می گیرد انگشت شست پا می باشد، البته

دوستداران شعروادب پارسی، امیدوارم گنجینه های شعر و ادب پارسی را که یادگار بزرگان فرهنگ شکوهمند پارسی است و موضوع این مجموعه کتاب ها می باشد با سفارش و خرید آنها ارج گذارید. قیمت هر جلد ۲۰ دلار



Telephone number to order the books 516-208 7787. Email :parviznezami@yahoo.com

پرنده!!... در حالیکه دراصل ماجرا از ابتدا حتی یک کلاغ هم در کار نبوده، چه برسد به چهل کلاغ!!!»

یک کلاغ چهل کلاغ را کتاب «گزیده و شرح امثال و حکم دهخدا» به این صورت توضیح می دهد: «رنگ و جلا دادن به موضوعی، یکی را ده تا گفتن، از کاه کوه ساختن و از هیچی چیزی درست کردن است که بوسیله یک عده آدمهای مغرض، هوچی و کسانی که با شرف و حیثیت دیگران بازی می کنند و از هتک حرمت و آبروی طرف شاد می شوند، چرا که خود بی آبرو هستند، سرچشمه می گیرند... متأسفانه این خصلت یک کلاغ چهل کلاغ کردن در بین بسیاری از مردم رایج است و به صداقت می توانم بگویم که برای خیلی ها این رفتار غیر اخلاقی حتی بصورت عادت نیز درآمده است که این عادت را جزو زندگی روزمره خود هم قرار داده اند... متأسفانه یک عده از روی نادانی و بدون توجه به عواقب حرفهایشان و فقط برای خود شیرینی، مسائل مربوط به دیگران را یک کلاغ چهل کلاغ کرده و دهان به دهان می گردانند و عده ای دیگر نیز با اطلاع کامل به این مهم که با یک کلاغ چهل کلاغ کردن و شایعه پراکنی درمورد دیگران ممکن است که باعث ناراحتی و آزار آنها شوند، اما با این حال به چنین رفتار بسیار زشت و غیر اخلاقی ادامه می دهند... من با تجربه بسیار اندکی که در زندگی آموخته ام، بارها و بارها از اطرافیان خواسته ام که مسئله ای را که اولاً به آنها ارتباط ندارد و دوماً نقل قول است و به صحت آن کاملاً واقف نیستند در هیچ کجا تکرار نکنند... اما متأسفانه بازهم عده ای هستند که بنابر عادت نمی توانند جلوی زبان خود را گرفته و احترام برای دیگران قائل شوند...»

بیاورید که همگی این قدرت و توانایی را دارید تا با یکدیگر در صلح و صفا زندگی کنید... چرا که قوس و قزح سمبل امید برای فرداست.»



در مورد پیدایش ضرب المثل معروف یک کلاغ و چهل کلاغ کردن داستانهای مختلفی گفته می شود. تعریف کردن خود این داستان هم به قول معروف شده یک کلاغ چهل کلاغ!!!

در اینجا یکی از این داستانها را ذکر می کنم که تا حدی جالب و خواندنی است... «می گویند که در یک بیابانی شخصی به قصد قضای حاجت می رود به پشت یک درخت... آشنایی که دورادور ایستاده بود چشمش می افتد به این صحنه... چند ساعتی بعد، این آشنا می رسد به شخص دیگری... در حین صحبت کردن می گوید: «فلانی را دیدم که برای قضای حاجت رفته بود پشت درختی و یک کلاغ ازش افتاد و پرید!!»... نفر دومی که این داستان را شنیده بود می پرسد به شخص سومی و می گوید: «فلانی در پشت درخت، در هنگام قضای حاجت بوده که یکدفعه دو تا کلاغ ازش می افتد و می پرنند!!»... نفر سومی می پرسد به چهارمین شخص و می گوید: «خبر نداری که فلانی را پشت یک درخت دیدم که سه تا کلاغ ازش افتادند پایین و بعد هم پریدند!!»... و خلاصه به همین ترتیب این داستان دهان به دهان می گردد و

کلاغ از یکی می شود دو تا، بعد سه تا، ده تا، بیست کلاغ، سی کلاغ، تا اینکه می رسد به نفر آخری که به شخصی می گوید: «راستی شنیدی که چه شده بود؟!... فلانی پشت یک درختی خدا می داند که مشغول به چه کاری بود که یکدفعه چهل تا کلاغ ازش می افتند پایین و بعد هم می



## از اینجا، از آنجا

گلنار

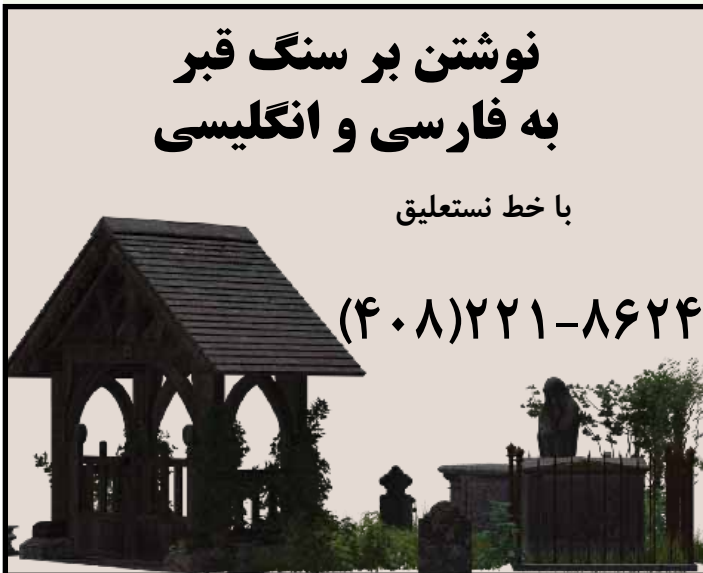
رنگ خونم... رنگ زندگی... رنگ خطر و شجاعت، و حاضریم برای هر دلیلی بچنگم... بدون من زمین مانند ماه خالی و پوچ خواهد بود... من رنگ شور و هیجان، عشق، شهوت و خشم هستم... در همان لحظه ارغوانی آهسته از جایش بلند شد... با قامتی استوار و لحنی باشکوه گفت: «من رنگ شاهانه هستم... پادشاهان، بزرگان و روحانیان همیشه رنگ من را انتخاب کرده اند، چرا که من سمبل توانایی، خرد و عقلم... هیچکس من را زیر سوال نمی برد... بهم گوش میدهند و مطیع هستند.» سفید که از همه ساکت تر در گوشه ای نشسته بود با لحن آرام بخش به حرف می آید: «من رنگ سکوت و خاموشی هستم... ممکنه که مانند بسیاری از شماها مورد توجه نباشم، اما بدون من همه ظاهر بین خواهند شد... به رنگ من نیاز هست چرا که می توانم همه چیز را بهم ارتباط دهم... من نماینده افکار و انعکاسم... برای آرامش درونی به من احتیاج است.» و به همین صورت رنگها یکی بعد از دیگری به صدا در آمده و سعی میکردند تا یکدیگر را متقاعد کنند که هر کدام بر دیگران برتری دارند... آهسته آهسته بحث شان بلندتر و خشنانتر شد... ناگهان رعد و برق با صدایی بلند و ترسناک از جلوی نظرشان میگردد... باران وحشتناک و شدیدی شروع میشود... تمام رنگها از ترس و وحشت به همدیگر نزدیک شده و پناه می برند... در همین حال باران با صدایی بسیار محکم شروع میکند به حرف زدن: «شما رنگهای نادان، دارید بین خودتون جنگ و مرافعه میکنید... آنهم بدون دلیل... هر کدام سعی بر این دارید که بر دیگران تحکم کنید... متوجه این مهم نیستید که هر کدام از شماها برای راه و هدف بخصوصی بوجود آمده اید... هر کدام تک و متفاوت از دیگری هستید... دستهایتان را به همدیگر بدهید و به دنبال من بیایید.» رنگها دستهای همدیگر را میگیرند و به دنبال باران راهی میشوند... باران ادامه میدهد: «یادتان باشد، از حالا به بعد هر زمانی که من را می بینید، دست به دست هم داده و هر کدام تا آنجایی که میتوانید خودتان را در آسمان کش و قوس بدهید، مانند یک پایون رنگارنگ، تا بتوانید بیاد

یکروزی اکثر رنگهای دنیا به دور هم جمع شده بودند... شروع می کنند به بگو مگو کردن... هر کدام مدعی می شوند که از دیگری بهتر، مهتر، قابل استفاده تر و مورد علاقه بیشتر هستند... سبزی با لحنی حق به جانب می گوید: «بینید، کاملاً واضح هست که من مهمترین رنگ هستم، چرا که رنگم سمبل زندگی و امیدست... رنگ من انتخاب شده برای چمن، درخت و برگ... بدون من هیچ حیوانی زنده نخواهد بود... اگر از آسمان به زمین نگاه کنید رنگ سبز را بیشتر از رنگهای دیگر خواهید دید.» آبی پرید وسط حرف سبزی: «اشتباه همین... تو فقط داری در مورد زمین فکر میکنی و حرف میزنی... در صورتیکه باید توجه به آسمان و دریا نیز داشته باشی... آب منشع اصلی زندگیست و آسمان نیز پهناوری و آرامش را با خود در بر دارد... بدون من هیچکس و هیچ چیزی نمی تونه وجود داشته باشه...»... زرد لبخند شیطنت آمیزی زد و گفت: «ای بابا، شماها چقدر این موضوع را جدی گرفتید... پس حالا که اینجوریه ببینید رنگ من چقدر قشنگ و مفیده... من انرژی، شادمانی و خوشدلی را به دنیا میدهم... خورشید رنگ زیبایی من را داره... گیاهان با نورش انرژی خود را بدست میاورند... بدون خورشید نور و گرمایی وجود نخواهد داشت... و یادتون باشه، هر موقع که به گل زیبای آفتاب گردان نگاه می کنید، شادی را در روح و جان خود احساس خواهید کرد.» یکدفعه نارنجی مانند جرقه ای از جایش میپرد: «صبر کنید... صبر کنید... پس من چی؟!... من رنگ سلامتی و قدرت هستم... ممکنه که رنگم کمیاب باشه، اما بسیار گرانبهام، چرا که کمک به آدمیزاد میکنم... یادتون باشه که رنگم را در ویتامین های مهمی مانند هویج و پرتغال می بینید... مانند بسیاری از رنگهای دیگه در معرض دید زیاد نیستم، اما در زمان طلوع و غروب، آسمان را در رنگ خود مانند پوششی در برمی گیرم... زیبایی من بقدری چشمگیر میتونه باشه که در بسیاری از مواقع هیچکس به شماها توجهی نخواهد کرد.» قرمز دیگه نتوانست جلوی خودش را بگیره و با عصبانیت فریاد زد: «شماها چی میگید؟! من از همتون سرترم... من

## نوشتن بر سنگ قبر به فارسی و انگلیسی

با خط نستعلیق

۸۶۲۴-۲۲۱(۰۸۴)



## ساختمان پلاسکو

ساختمان پلاسکو، ساختمانی تجاری در ضلع شمال شرقی چهار راه استانبول، تهران بود و از آن به عنوان اولین ساختمان بلندمرتبه و مدرن خاورمیانه یاد می‌شد. این ساختمان ۱۷ طبقه با اسکلت فلزی که در سال ۱۳۴۱ افتتاح شده بود، یکی از مهمترین مراکز تولید و فروش پوشاک در تهران بود. ساختمان پلاسکو در روز ۳۰ دی ۱۳۹۵ پس از ۵۴ سال از زمان ساخت بر اثر آتش‌سوزی فرو ریخت و ۵۶۰ واحد تجاری در آن نابود شد. ساختمان پلاسکو در حالی بعد از ۳.۵ ساعت سوختن، فرو ریخت که هنوز تعداد زیادی آتش‌نشان در حال مهار آتش‌سوزی، در بیرون و داخل ساختمان بودند. ساختمان پلاسکو در کنار ساختمان آلومینیوم از اولین بلندمرتبه‌های تهران شمرده می‌شد. ساختمان پلاسکو نماد تهران جدید و معماری مدرن در پایتخت و به عنوان یک نماد شاخص شهری محسوب می‌شد. ساختمان پلاسکو با ارتفاع ۴۲ متر در زمان اتمام ساخت در سال ۱۳۴۱ بلندترین ساختمان تهران بود تا اینکه در سال ۱۳۴۲ ساختمان فعلی بورس تهران با ارتفاع ۶۸ متر عنوان بلندترین ساختمان پایتخت را از پلاسکو گرفت. مالکیت پلاسکو متعلق به بنیاد مستضعفان بود. این بنیاد یک نهاد حکومتی تحت نظر رهبر ایران محسوب می‌شود و به هیچ دستگاهی جز او پاسخگو نیست.

### تاریخچه

ساختمان پلاسکو توسط حبیب‌الله القانین، رئیس انجمن کلیمیان تهران و مالک شرکت پلاسکو، بزرگترین کارخانجات صنایع پلاستیک‌سازی ایران، ساخته شد و



نام ساختمان نیز ناشی از همین موضوع است. کار ساخت آن از سال ۱۳۳۹ تا ۱۳۴۱ جریان داشت و در سال ۱۳۴۱ افتتاح گردید. در خصوص هویت معمار این بنا شبهه‌هایی وجود دارد و گروهی سازنده آن را فردی آلمانی و گروهی دیگر فردی کلیمی می‌دانند. این ساختمان در زمان خود بلندترین بنای ساختمانی در ایران بود و یکی از نمادهای مدرنیته ایران به شمار می‌رفت. در دهه ۱۳۴۰ از ساختمان پلاسکو به عنوان «نماد سرمایه‌داری» نام برده می‌شد.

### پس از انقلاب

برخی از منابع مالک اصلی پلاسکو را حبیب‌الله القانین می‌دانند که پس از انقلاب ۱۳۵۷ ایران اعدام شد و ساختمان پلاسکو و ساختمان آلومینیوم که آن هم متعلق به وی بود، به نفع بنیاد مستضعفان مصادره شدند اما طبق خاطرات محمد یگانه منتشر شده در مجموعه تاریخ شفاهی دانشگاه هاروارد، هژبر یزدانی، سرمایه‌دار بهایی، هر دو این ساختمان‌ها را در سال ۱۳۵۴ از القانین خریده بود که پلاسکو با قیمت ۲۰ میلیون تومان آن‌زمان معامله شد.

باقی مانده بود که از یک طرف نمای برج بیرون زده بود. با این حال، ساختمان پلاسکو هنوز تا فاصله قابل توجهی از هر طرف، کاملاً دیده می‌شد.



در طبقه منهای یک، حوض‌های بزرگ آبی قرار داشت، با فواره‌هایی که ارتفاعشان تا طبقه سوم ساختمان می‌رسید و در اطراف آن مغازه‌های آکواریمی و ماهی فروشی بود و هر سال عید در این طبقه هفت سین چیده می‌شد. طبقات اول تا چهارم این ساختمان دارای مساحت بیشتری نسبت به سایر طبقات بودند که بیشتر خرده فروش بودند و انواع پوشاک، به ویژه پوشاک مردانه ارائه می‌شد. در سایر طبقات نیز اکثراً تولیدی‌ها و یا دفاتر پخش پوشاک مستقر بودند. معماری ساختمان پلاسکو به شکل حرف L انگلیسی



بود و قسمت اصلی برج آن که واحدهای تولیدی و کارگاهی در آن قرار داشت و در ضلع جنوبی آن و در سمت ورودی ساختمان از خیابان جمهوری قرار داشت جزو بخش عمودی بود و در ادامه مغازه‌های عرضه پوشاک شامل طبقات منهای یک تا چهارم در بخش افقی سازه با یک سقف شیشه‌ای قرار داشت. سقف بسیار بلند مجتمع و طراحی دایره وارث گردش و دیدن ویتترین بوتیک‌ها را بسیار آسان کرده بود. در راهروها هم صندلی‌هایی برای نشستن وجود داشت که فضای تجاری را انسانی می‌کرد. راه پله‌های پلاسکو به سبک قدیم موزاییکی و با لبه‌های فلز کوبی شده بود. در پاگردها سطل آشغال‌های بزرگ قرار داشت و آگهی‌های تهیه لوازم خیاطی و چیزهای دیگر را می‌شد دید. در طبقه‌های بالایی مغازه‌های ویتترین دار وجود نداشت. در این طبقات کاغذهای راهنمایی نصب شده بود که مشتری‌ها

را به سمت تولیدی‌هایی که به دنبالشان بودند راهنمایی می‌کرد. در راهروها هم اکثر مواقع کیسه‌های پلاستیکی بزرگ با آدرس شهرهای مختلف و جعبه‌هایی که می‌بایست برای کاسپا ارسال می‌شد قرار داشت. از طبقه پنجم به بعد فضای ساختمان کوچک‌تر می‌شد و راهروهای به هم پیوسته وجود نداشت. دسترسی به این بخش ساختمان با راه پله و آسانسور امکان‌پذیر بود. طبقه آخر برج پلاسکو، تا مدتی، یک رستوران سلف سرویس قرار داشت، جایی که از آن یک راه پله به پشت بام می‌رفت و چند نفری از این راه خودکشی کرده‌اند. ساختمان



پلاسکو، بعد از بازار تهران، از بزرگترین و معروفترین بورس توزیع پوشاک در تهران بود. پاساژ پلاسکو، یکی از نخستین مراکز خرید مدرن در ایران بود که با بازار سنتی فرق بسیاری داشت؛ مکانی لوکس و مرتفع که مغازه‌های بسیاری را با دکورها و ویتترین‌های رنگارنگ در دل خود جای داده بود و به همراه رستوران سلف سرویس در بالاترین طبقه و مکان‌هایی برای استراحت مشتریان، به یکی از پر رونق‌ترین مکان‌های اقتصادی ایران تبدیل شده بود. در این مجتمع حدود ۵۶۰ واحد تجاری فعال بود که بیشتر آنها را تولیدی‌های پوشاک تشکیل می‌دادند. سهم اشتغال ساختمان پلاسکو در صنعت پوشاک کشور حدود ۰.۷ درصد بود که نشانی از نقش بسزای آن در اشتغال بود. با توجه به نزدیک شدن به ایام عید، بیشتر واحدهای تولیدی مشغول به کار بودند تا بتوانند پاسخگوی نیاز شب عید مردم باشند. به گفته ابوالقاسم شیرازی، رئیس اتحادیه تولیدکنندگان و فروشندگان پوشاک، واحدهای تولیدی مجتمع پلاسکو به صورت ۱۰۰ درصد، پوشاک داخلی تولید می‌کردند و ارزش اجناس هر واحد تولید به طور میانگین، حدود ۲۰۰ میلیون تومان بوده است. نرخ اجاره‌ها و فروش سرقفلی در پاساژ پلاسکو متفاوت بود و ارزش سرقفلی برخی مغازه‌ها به ۴ تا ۵ میلیارد تومان نیز می‌رسید و اجاره بهای برخی از آن‌ها نزدیک ۳۰ تا ۴۰ میلیون تومان در ماه

دنباله مطلب در صفحه ۵۱



می‌شود، در واقع محصول مشاهدات تجربی شخصی او می‌باشد. شایان ذکر است که نوشته‌های مشترک مارکس و انگلس تنها بخش کوچکی از مجموعه آثار مارکس را تشکیل می‌دهند. مارکس و انگلس تنها سه کتاب مشترک نوشته‌اند که عبارتند از: «خانواده مقدس»، «ایدئولوژی آلمانی» و «سرانجام» «مانیفست حزب کمونیست» که این آخری البته مهمترین متن تاریخ ادبیات سوسیالیستی به حساب می‌آید. بنابراین مارکس و انگلس با وجود همراهی‌ها و اشتراکات بسیار، هر یک شخصیت فردی و نیز شخصیت فکری مستقل خود را داشته‌اند.

در بروکسل، مارکس و انگلس دومین اثر مشترک خود را با عنوان «ایدئولوژی آلمانی» نوشتند. این کتاب نیز پس از مرگ نویسندگان آن انتشار یافت. مهمترین دورنمایه این کتاب، رویکردی ماتریالیستی به تاریخ است که اهمیتی پایه‌ای در مارکسیسم دارد. همچنین در آن، انتقاداتی به هگلی‌های جوان وارد شده و همچون دیگر آثار مارکس، سبکی جدل آمیز و تند دارد. نویسندگان تأکید می‌کنند که: «طبیعت انسانها به شرایط مادی وابسته است و این شرایط است که شیوه تولیدشان را تعیین می‌کند». آنان پس از برشمردن شیوه‌های تولید مختلف، به شیوه تولید سرمایه داری می‌رسند و سپس نوید براندازی این شیوه را بوسیله شیوه تولید کمونیستی می‌دهند. مارکس در سال ۱۸۴۷ کتاب «فقر فلسفه» را نوشت که سرشار از جدل با پرودن فیلسوف فرانسوی است. در این کتاب می‌نویسد: «در هر دوره تاریخی، مالکیت به گونه‌ای متفاوت و در مجموعه‌ای از مناسبات اجتماعی کاملاً متفاوتی تکامل می‌یابد. بدین سان تعریف مالکیت بورژوازی چیزی جز ارائه بیانی از تمامی مناسبات اجتماعی تولید بورژوازی نیست». در همین اثر می‌نویسد: «وظیفه اصلی نظریه پردازان پرولتاریا این است که به پیکار پرولتاریا که در پیش چشمانشان جریان دارد، دقت کنند و بکوشند تا تبدیل به سخنگویان آن شوند».

با فرارسیدن سال پر جنب و جوش ۱۸۴۸ که سال انقلاب در کشورهای فرانسه، آلمان، اتریش، مجارستان و ایتالیا بود، مارکس از بروکسل به فرانسه بازگشت. انقلاب تصمیات دولت سابق فرانسه را دایره بر تبعید او بلااثر گذاشت. **دنباله مطلب در صفحه ۴۹**

## کارل هنریش مارکس

سیاست از الهیات و نیز چند مقاله تند ضد سلطنتی در آن نوشت، اما این روزنامه پس از چندی توقیف شد. مارکس در سال ۱۸۴۳ با نامزدش که از یک خانواده اشرافی بود، ازدواج کرد. زندگی مشترک مارکس با همسر وفادارش «جنی فن وستفالن» علیرغم فقر شدید و دربدریهای همیشگی و سرانجام مهاجرت بدون بازگشت، تا پایان عمر ادامه یافت. در همان سال، مارکس به اجبار، از کلن به پاریس مهاجرت کرد و به مدت چهار تا پنج سال در پاریس بروکسل زندگی کرد. اقامت در پاریس او را با محافل سوسیالیستی و کارگری فرانسه آشنا ساخت. مارکس در پاریس با محافل انقلابی مهاجران آلمانی نیز همکاری می‌کرد. در همان ماه‌های اول اقامت در پاریس، شروع به نوشتن نظریات خود کرد. نخستین اثر مارکس در فرانسه، «در آمدی بر نقد فلسفه حق هگل» نام دارد.

در زمان اقامت مارکس در پاریس، بر اثر رونق اقتصادی و روند صنعتی شدن فرانسه، بطور دائم بر تعداد کارگران در این کشور افزوده می‌شد و تبلیغ اندیشه‌های سوسیالیستی پیروان سن سمیون و فوریه و لوئی بلانکی گسترش زیادی یافت. وی یکسال پس از اقامت در پاریس، به نگارش یادداشت‌هایی پرداخت که به «دستنوشته‌های اقتصادی و فلسفی» و یا «دستنوشته‌های پاریس» معروف است و نخستین بار در سال ۱۹۳۲ در مسکو انتشار یافت. در این یادداشت‌ها، مفهومی انسان گرایی از کمونیسم پیش کشیده شده است و بطور کلی، نشان از تأثیر «فوبر باخ» بر افکار مارکس دارد. نتیجه‌ای که می‌توان از دستنوشته‌های پاریس گرفت، این است که برای رهایی انسان از بهره‌کشی و از خود بیگانگی، باید «تولید تعاونی» صورت گیرد. در این کتاب، اثری از مبارزه طبقاتی و انقلاب پرولتری نیست و اندیشه اصلی مارکس، انسان‌گرایی است. در پاییز سال ۱۸۴۴ با فریدریش انگلس، که دو سال از او جوانتر بود، آشنا شد و این دوستی تا زمان مرگ مارکس تداوم یافت.

انگلس در همان شهر زادگاه مارکس متولد شده بود و همچون مارکس در جوانی در تماس با «هگلیان جوان» قرار گرفته بود. او برخلاف مارکس، از وضعیت مالی بسیار خوبی برخوردار بود. آشنایی عمیق انگلس با نظام سرمایه داری و وضعیت طبقه کارگر که در کتاب او بنام «وضعیت طبقه کارگر انگلستان» (۱۸۴۵)، به خوبی مشاهده

«کارل مارکس» در سال ۱۸۱۸ در شهر «تیر» واقع در پروس غربی و در یک خانواده از طبقه متوسط چشم به جهان گشود. پدر او فردی روشنفکر و آزادیخواه و یک حقوقدان یهودی بود که به مسیحیت پروتستان روی آورده بود. شهر زادگاه او نیز یکی از مراکز مهم در رواج اندیشه‌های دوران روشنگری به شمار می‌رفت. بنابراین، فضای فکری و فرهنگی دوران رشد مارکس، محیط روشنفکرانه و بازی بود که تحت تأثیر اندیشه‌های متفکرانی نظیر کانت، روسو و نیز نویسندگان دوران رمانتیک مانند گوته قرار داشت. مارکس پس از اتمام دوران دبیرستان مدتی در رشته حقوق دانشگاه برلین تحصیل کرد، اما سپس تغییر رشته داد و فلسفه را برگزید و پایان نامه تحصیلی خود را درباره «بحران اندیشه فلسفی پس از ارسطو و بویژه ماتریالیسم در دوران باستان» نوشت. پایان نامه تحصیلی مارکس به خوبی نشان از تأثیر عمیق اندیشه‌های هگل در افکار او دارد و در آن، ماتریالیسم دوران باستان را به دلیل آنکه از رویه دیالکتیکی هگل در توضیح تغییرات و حرکت عاری بود، مورد انتقاد جدی قرار داده است. مارکس در دوران دانشجویی، در تماس با «هگلیان چپ» قرار گرفت و از آن‌ها، فلسفه و سیاست در زندگی او به دو روی سکه تبدیل شد.

پس از اتمام دانشگاه، تمایل زیادی به تدریس داشت، اما به دلیل افکار رادیکال این اجازه را نیافت. برخی از مارکس شناسان، محرومیت او از استادی دانشگاه را یکی از عوامل رویکرد انقلابی و رادیکال او می‌دانند. به عقیده آنان، اگر مارکس به استادی دانشگاه - که از هر نظر لایق آن بود- پذیرفته می‌شد، به احتمال قوی پا به عرصه مبارزات اجتماعی و سیاسی رادیکال نمی‌گذاشت و سر از تبعید و زندگی سیاسی فعال و حرفه‌ای در نمی‌آورد و احتمالاً به نظریه پردازی اکتفا می‌کرد. اما واقعیت این است که هدف و روح زندگی او بهرحال سمت و سوی دیگری داشته است. مارکس از همان دوران، بر این اعتقاد بود که «وظیفه ما نه تفسیر جهان، بلکه تغییر آن است». همین باور عمیق بود که مارکس جوان را به سمت روزنامه نگاری کشاند و به راستی که اندیشه «تغییر جهان»، مرکزی ترین عنصر تفکر، زندگی و روش کار او بود. مارکس در ۲۴ سالگی از برلین به کلن آمد و سردبیری «نشریه راین» را به عهده گرفت و بلافاصله مقالات آتشی درباره آزادی مطبوعات و جدایی



## آشنایی با خواص انبه

انبه درختی است زیبا که ارتفاع آن تا ۱۰ متر می رسد. منشا انبه هند و مالزی و برمه می باشد ولی هم اکنون در تمام مناطق استوایی و حاره کشت می شود. انبه از ۴۰۰۰ سال پیش وجود داشته است. برگهای این درخت نیزه ای شکل، گلهای آن زرد یا قرمز رنگ و به صورت خوشه ای وجود دارد. میوه آن که انبه یا منگو نامیده می شود بیضوی شکل و دارای طعمی مطبوع و شیرین بوده و دارای هسته ای نسبتاً بزرگ است. انبه در اوایل ماه می می رسد و تا اوایل سپتامبر موجود است. انبه رسیده از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک و نارس آن سرد و خشک است. انبه نارس تولید کننده بلغم و سودا در بدن می باشد.



★ انبه بسیار مقوی بوده و تقویت کننده بدن است.

★ انبه تقویت کننده قوای جنسی است.

★ رنگ صورت را درخشان می کند.

★ دهان را خوشبو می کند.

★ ادرار آور است.

★ بیبوست را برطرف می کند.

★ انبه دارای مقدر زیادی اسید گالیک است. بنابراین سیستم هضم را ضد عفونی و تمیز می کند.

★ انبه تمیز کننده خون می باشد.

★ خوردن انبه بوی بد بدن را از بین می برد.

★ انبه حرارت بدن را کاهش می دهد و تب را پائین می آورد.

★ برای رفع اسهال مفید است.

★ خوردن انبه، سردرد، تنگی نفس و سرفه را از بین می برد.

★ برای درمان بواسیر مفید است.

★ عطش را برطرف می کند.

★ انبه چون گرم است برای گرم مزاجان مناسب نیست و این اشخاص باید آنرا با سکنجبین بخورند.

### خواص مغز هسته انبه

انبه دارای هسته بزرگی است که در وسط آن مغز آن قرار دارد که بجای مغز بادام می توان از آن در شیرینی جات استفاده کرد. مغز هسته انبه از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است.

★ خوردن مغز هسته اسهال را برطرف می کند.

★ برای معالجه سرماخوردگی مصرف می شود.

★ سرفه های سخت را درمان می کند.

★ درمان کننده بواسیر خونی است.

★ خانم هائیکه دچار خونریزی از رحم می باشند و یا بین دو عادت ماهیانه خونریزی دارند برای رفع آن باید از مغز انبه استفاده کنند.

★ مغز هسته انبه کرم کش و ضد اسهال است.

★ برای تسکین آسم و تنگی نفس مفید است. ضد استفراغ است.

### دیگر خواص درخت انبه

★ گل انبه سرد و خشک است و اسهال را رفع می کند.

★ اگر شکوفه درخت انبه را خشک کرده و هر روز حدود ۳ گرم آنرا با ۱۰ گرم شکر بخورند سرعت انزال را معالجه می کند.

★ صمغ درخت انبه را با روغن و آبلیمو مخلوط کنید برای ناراحتی های پوست مفید است.

★ برای برطرف کردن ریزش مو، آب برگهای درخت انبه را روی سر بمالید.

★ برای تقویت دندان و لثه دم کرده برگ درخت انبه را مضمضه کنید.

### مضرات انبه

هضم انبه برای بعضی از افراد سخت است و ممکن است ایجاد خارش و دمل نماید. اگر خون انبه ایجاد نفخ بکند باید آنرا با زنجبیل خورد.

## استخدام

شرکت بیمه سلاحی تعدادی خانم و آقا با آشنایی کامل به زبان فارسی و انگلیسی، تمام و یا نیمه وقت، با مزایا استخدام می کند.

♦Sales Person ♦Contact Manager ♦Customer Service

(408) 931-6434

برای اطلاعات بیشتر با  
سحر سلاحی تماس حاصل فرمایید

## معجزه پای مرغ

این بار و در این مطلب قصد معرفی یکی از غنی ترین منابع کلسیم و ویتامین D و همچنین معرفی خواص درمانی این ماده غذایی که شاید تا به امروز خیلی از ما با شنیدن اسم آن مشکل داشتیم چه برسد به مصرف آن، خواهیم پرداخت.



ضعف شدید

♦بهترین منبع گلوکزآمین و سولفات کندورایتین

♦بهترین ترمیم کننده شکستگی استخوان

♦بهترین بهبود دهنده کمردرد یا دیسک کمر

### روش مصرف

مقدار ۱ بسته پای مرغ را پس از تمیز و شستشو کرده به همراه ۳ تا ۴ لیوان آب داخل قابلمه ای قرار داده و مقداری پیاز را پس از پوست گرفتن اضافه کرده روی حرارت قرار داده و زیر آن را کم کنید و به مدت حداقل ۴ تا ۶ ساعت حرارت دهید البته با شعله ملایم، پس از گذشت این زمان محتویات قابلمه را داخل مخلوط کن ریخته و صافی کنید و در فریزر نگهداری کنید برای مصرف کافی است از "عصاره پای مرغ" تهیه شده مقداری را به انواع سوپ و خورش تهیه شده اضافه و سپس میل کنید.

### نکته مهم

افرادی که مبتلا به چربی خون و کلسترول بالا هستند باید هنگام خوردن این عصاره مقداری آب لیموترش و یا آب غوره به غذای خود اضافه کنند.

طبق تحقیقات انجام شده "پای مرغ" حاوی بسیاری از پروتئین ها، ویتامین ها، مواد معدنی و حیاتی است که بدن انسان قادر به تولید آنها نیست. از همین جهت به افرادی که دچار مشکلاتی مانند: خمیدگی که ناشی از کمبود کلسیم است، پوکی استخوان، آرتروز، نرمی استخوان (راشیتیزم) در کودکان و بزرگسالان، روماتیسم، شکستگی استخوان و به طور کلی تغییرات ساختمانی در استخوانها و نیز اختلال عملکرد عضلانی ناشی از کمبود کلسیم و ویتامین D را می توان با استفاده از این ماده غذایی درمان کرد، که در ادامه به خواص درمانی و روش مصرف آن خواهیم پرداخت. بسیاری از پزشکان تغذیه و همچنین پزشکان جراح اورتوپدی در بسیاری موارد استفاده از سوپ های مختلف حاوی عصاره پای مرغ را به بیماران خود توصیه می کنند.

### خواص درمانی

♦بهترین درمان برای پوکی استخوان  
♦بهترین درمان برای راشیتیزم  
♦بهترین جلوگیری و ترمیم نکروز و پوسیدگی مفاصل و غضروفها  
♦بهترین پیشگیری و درمان صدای مفاصل در حال فرسایش  
♦بهترین جایگزین برای قرص های غضروف ساز اروپایی و آمریکایی  
♦بهترین کمکی برای رشد کودک و نوجوان  
♦بهترین درمان برای سرماخوردگی و



کلوب تخته نرد در

شهر سن حوزه

هر پنجشنبه از ساعت

۱۱ صبح الی ۱ بعد از ظهر

Vineland  
Branch Library

تلفن اطلاعات

(408) 808-3000

1450 Blossom Hill Rd.  
San Jose, CA

## حاجی آقا

صادق هدایت (بخش ششم)

ضررتی لخصمک علی ابن ایبالبابا" و بعد میخورد. چشم هایش در موقع خوردن لوچ میشد و شقیقه هایش به جنبش می افتاد و ملج ملوچ راه می انداخت. بعد آروغ میزد و میگفت: "الهی الحمد لله رب العالمین!" و با ناخن دندان هایش را خلال میکرد و تا مدتی بعد از غذا از سر جایش تکان نمیخورد. بعد هم حاجی آقا حمام و مشت و مال را خیلی دوست داشت. اما از وقتی که نرخ حمام بالا رفته بود، حاجی دیر به دیر حمام میرفت. به همین جهت تابستان در صحن هشتی همیشه بوی عرق تند ترشیده حاجی در هوا پراکنده بود. در حمام یک مشت آب از خزینه میخورد و دهنش را مسواک میکرد، بعد میخوابید و زیر مشت و مال دلاک از روی کیف، آه و ناله سر میداد و شکر خدا را میگذاشت. در مورد خواب هم حاجی بی طاقت بود و به آسانی خوابش میبرد. به محض این که چشمش به هم میرفت، خروپفش تمام فضای خانه را پر میکرد؛ مثل این که دویست زنگ لجن غرغره کنند!

اما حاجی در مقابل زن بی طاقت می شد و با وجودی که اندرونش همیشه پر از صیغه و عقدی بود، هر وقت زنی را میدید که طرف توجهش واقع میشد - و عموماً این زنها خاله شلخته و چادر نمازی مچ پا کلفت و ابرو پاچه بزی بودند - چشمهایش کلاپسه می شد، نفسش به شماره می افتاد، آب توی دهانش جمع میشد و له له میزد و خون توی سرش میدوید. تا پارسال چیزی نمانده بود که عاشق خانم بالا، زن یوزباشی حسین سقط فروش دم چهار سوق بشود و حتی چند سال پیش که هنوز باد فتن نگرفته بود، با رفقای جان در یک قالب و هم دندانهایش گاهی به شهرنو هم گریز میزد و خانه ای را قرق میکرد. اما از همه مهمتر دل بستگی حاجی به پول بود. پول معشوق و درمان و مایه لذت و وحشت او بود و یگانه مقصودش در زندگی به شمار میرفت. از اسم پول، صدای پول، شمارش پول دل حاجی غنچ میزد و بیتاب میشد. او پول را برای پول بودنش دوست داشت و میپرستید و تمام وسایل را برای به دست آوردن آن جایز میدانست؛ مثل این که در عالم ذر مقدر شده بود که وجود حاجی برای اندوختن و پرستش این وسیله قراردادی در جامعه ماموریت دارد و طبیعت تمام ابزار و وسایل به دست آوردن آن را بیدریغ در اختیار حاجی گذاشته و او را در محیط مناسبی به وجود آورده بود.

را براق میکرد، لباسهای شیک میپوشید، اتومبیل لوکس آخرین سیستم حاجی را میراند و با سگ بغلی نژاد پکن در کافه رستوران های درجه اول شهر آمد و شد میکرد و طلبکارهای جفت و تاق خود را به سر پدرش حواله میداد. از قضا یک شب در عالم مستی اتومبیل را به درخت زد و شکست. پدرش پس از کشمکش مفصل او را از خانه راند و از ارث محرومش کرد. ولیکن آقا کوچک هم مانند پدرش پیشانی داشت. به علت آراستگی سر و وضع، مخصوصاً وجاهت به عنوان شوهر دربار مفتخر گردید؛ هر چند طرف توجه توجهات مخصوص مقامات عالیه و اندرون واقع شد و همه از او حساب میبردند و راه ترقی و آینده برایش باز بود، اما به رگ غیرت حاجی آقا برخورد که چرا پسر بزرگش باید چنین شغلی را انتخاب بکنند. بعد هم خیلی چیزها پشت سرش میگفتند. حاجی آقا به طلبکارهای پسرش جواب میداد: «من استشهد تمام کرده ام و توی روزنامه ها هم چاپ کرده ام که دیگر آقا کوچک پسر من نیست. فرنگ، اخلاقی را خراب کرده است. امان از دوست بدا! پسر نوح با بدان بنشست، خاندان نبوتش گم شد. معقول بچه ای بود سری به راه، پایی به راه، زیر پایش نشستند و افتاد توی هرزگی و ولنگاری. او دیگر نمیتونه در خونه منو واز بکنه.» از این جهت تمام امید و آرزوی حاجی به پسر دومش کیومرث بود و علاقه مخصوصی نسبت به او ابراز میداشت. حاجی آقا به همه حرفهایی که در روز میزد، معتقد نبود و از وقتی که شک به سکینه بچه سوگلی خود پیدا کرده بود که همیشه توی هشتی جلوش می پلکید، علاقه اش به بچه و این جور چیزها هم سست شد. می گفت: «حالا دیگر ماشاالله بزرگ شدند. پسر اولم را لوس بار آوردم، نتیجه اش را دیدم. وانگهی معنی نداره که بچه توی هشتی بیاد! اشخاص محترم پیش من میانند.» اما به چند چیز بود که از ته دل ایمان داشت. اول به خوردن. وقتی که صحبت از خوراکی به میان میآمد، چهره اش می شکفت، آب دهنش را قورت میداد و حدقه چشمش گشاد میشد. مخصوصاً خوراکی های شیرین مانند خرما و حلو و باقلوا و پلوهای چرب و شیرین را زیاد دوست داشت. سر غذا هم بسم الله می گفت و آستینش را بالا میزد و با انگشت های تپلی اش که روی ناخن هایش را حنا بسته بود، لقمه می گرفت و همیشه دوست داشت که از لای انگشتانش روغن بچکد. هر غذایی که به نظرش مشکوک میآمد، میگفت: "وان

گل و بلبل بود؟ دختر ته تعاری که آنقدر عزیز دردانه بود، حالا به همین علت از چشمش افتاده بود. به علاوه رفتار این صیغه های جوان هم با آن چیزها که راجع به آنها می شنید، مشکوک به نظر می آمد. مثلاً آن روز که تلفن دروغ کرده بودند و حاجی را به محضر شماره ۱۲ احضار کردند، وقتی که به خانه برگشت، دید منیر حمام رفته و هنوز هم برنگشته؛ آن هم بی اجازه او! خوب، گرچه منیر خدمتکارش بود و حاجی او را صیغه کرده بود که اگر آب روی دستش میریزد، به او حلال باشد، اما بالاخره زن شرعی حاجی بود و به این سن و سال همین مانده بود که برایش حرف دریاوردند!

اصلاً چرا حمام رفتن زن ها و صله ارحام به جا آوردنشان آنقدر طولانی بود؟ یکی دوبار هم تحقیقات کرد، اما نتیجه مشکوک به دست آمد. به همه کس بدگمان بود، حتی به مراد. تصور میکرد همه دست به یکی کرده اند، کلاه سرش بگذارند. چیزی که به کارش گراشه می انداخت، این بود که حاجی دلش نمیآمد انعام بدهد. شاید زنهایش انعام میدادند، اما در این صورت پول از کجا می آوردند؟ این پیش آمدها تأثیر بدی در خلق و خوی حاجی کرده بود. با خشونت هر چه تمامتر از اهل خانه زهر چشم میگریفت و خیلی زود عصبانی میشد؛ حتی زبیده را که بی اجازه او توشی پیاز برداشته بود، حاجی چنان با عصا به مچ پایش زد که هنوز می لنگید. فلسفه انتخاب هشتی خانه از یک طرف به همین علت بود تا در هشتی کشیک زن هایش را بکشد. اشخاصی را که وارد یا خارج میشدند، واری میگرد. به علاوه گاهی هم سر کوجه چشم چرانی میکرد. به این ترتیب زمستان هم در گذاشتن کرسی جداگانه ای برای خودش صرفه جویی می شد و با منقلی که میان پاهایش میگذاشت و دستش را گرم میکرد، از مخارج زیادی جلوگیری می کرد. پسر اولش آقا کوچک که سر پیری و بعد از هشت دختر پیدا کرده بود، عرقخور و سفلیسی و قمارباز از آب درآمد بود. حاجی به استناد فرمایش حضرت امیر که بچه هایمان را متناسب با دوران بپروانید، آقا کوچک را به فرنگستان فرستاد. اما آقا کوچک ذوق و استعداد زیادی در تحصیل نشان نداد و همین که به ایران برگشت، زلف هایش

اما چند موضوع بود که در این اواخر فکر او را سخت به خود مشغول کرده بود: یکی دل خونی از دست سرتیپ الله وردی داشت که زمین های قنات آبادش را به قیمت نازل خرید. بعد هم پیری و باد فتن و از همه بدتر از طرف زن هایش سخت نگران بود. پیری که درد بی درمانی بود و به همین مناسبت به کمک حجه الشریعه معجون هایی از روی کتاب های الفیه و شلفیه و ماء الحیوه و راهنمای عشرت تهیه میکرد و به کار می برد و اغلب تجدید فراش می کرد. دیگر باد فتن بود که هر چند او را از پا در نیآورده بود، اما شنیده بود که عمل در سن او خطرناک است و به علاوه به حکیم فرنگی و یا فرنگی ماب و دواهای آنها هم هیچ اعتقادی نداشت. مگر پدرش را دواوی فرنگی نکشت؟ چرا تن خود را زیر تیغ حکیم بیاندازد؟ تقدیر هر کس معین شده و روی پیشانی اش نوشته اند. چرا بیخود کمک به اجل بکنند؟ در صورتی که فتن به اهمیت و اعتبار او در جامعه می افزود.

اما موضوع زنهایش جدی بود. بیلان زندگی زناشویی حاجی عبارت بود از شش زن طلاق گرفته و چهار زن که سرشان را خورده بود و هفت زن دیگر که در قید حیات بودند و اهل بیت او را تشکیل می دادند. زن اولش اقلیمه تریاک خورد و مرد. حاجی هم نامردی نکرد و همه دارایی اش را بالا کشید. یکی سر زارفت، یکی از پشت بام پرت شد و آخری هم حلیمه از دل درد کهنه مرد. آنها هم که طلاق گرفتند، مهر خودشان را حلال و جانشان را آزاد کردند. میان زنده ها این دو صیغه آخری، منیر و محترم که جوان و بچه سال بودند، افکار حاجی را سخت پریشان میکردند. منیر زیاد به خودش ور میرفت و خیلی چاخان و سرزبان دار بود. حتی وقاحت را به جایی رسانیده بود که جلو اهل خانه همیشه ادای حاج آقا را درمی آورد و شعرهای بند تنبانی در هجو او میخواند. محترم هم یک بچه دو ساله داشت و حالا باز هم شکمش بالا آمده بود، در صورتی که بعد از کیومرث شانزده سال می گذشت که حاجی بچه اش نشده بود. آن وقت این مرد که نکره چهار زلف ترنجی گل و بلبل که به اسم پسر عمو می آمد، از محترم دیدن میکرد، و همه اندورنش را می دید، چه صیغه ای بود؟ چرا چشم و ابروی سکینه شبیه این

## ادامه مطلب حاجی آقا... از صفحه ۴۸

عیاال را کی نان میده؟ برای روز مبادا، حاجی به مذهب هم معتقد بود؛ اگر چه خودش میگفت: «کی از آن دنیا برگشته؟ اگر راست باشه!» و مثل عقاید سیاسی اش به آن دنیا هم اعتقاد محکمی نداشت. مگر با پول نمیشد حج و نماز و روزه را خرید؟ پس هر کس پول داشت، دو دنیا را داشت. اما مذهب را برای دیگران لازم میدانست و در جامعه تقيه میکرد و به ظواهر میپرداخت. به همین علت هم در ماه محرم توی تکیه ها و حسینیه ها و مجالس روضه خوانی در صدر مجلس جا میگرفت. نذر کیومرث را هم سقایی کرده بود که خرج زیادی نداشته باشد و در دهه عاشورا او را با لباس سیاهی که برایش کوتاه شده بود، و آشکول و پیشبند سفید، توی جماعت میفرستاد که به رایگان آب به لبهای تشنه برساند. هر وقت هم گذارش به مسجد میافتاد، دست وضویی میگرفت و یک نماز محض رضای خدا میگذاشت. سالی یکبار هم پول خمس و زکاتش را به دقت حساب میکرد و یک چک چند صد تومانی مینوشت و داخل پیت خرما - که از املاک جنوبش میفرستادند - میگذاشت. **دنباله مطلب در صفحه ۵۳**

ابعاد و نیازهای روحی، درونی و فرهنگی او کار زیادی ندارد. نگرش او به جامعه و نهادهای آن مانند دولت، جامعه مدنی، قرارداد اجتماعی و غیره نیز تحت تاثیر نگرش طبقاتی او قرار دارد. لذا بسیاری از این مفاهیم و مقولات سیاست مدرن و در رأس آن، اندیشه آزادی و دموکراسی دغدغه ذهنی او نبوده اند. اما پرسش محوری مارکس، تضادی بود که میان مناسبات تولیدی سرمایه داری از یک سو و رشد نیروهای تولید از سوی دیگر وجود داشت. به باور او، این تضاد نه تنها محرک تاریخ است، بلکه منجر به محو کامل جامعه سرمایه داری نیز خواهد شد.

سالمهای پایانی زندگی مارکس کم و بیش مانند سابق، سخت و اندوه بار گذشت. وضع وخیم مالی، مشکلات خانوادگی، بیماری افسردگی و عصبی همسرش، و همچنین بیماری ریوی مزمن خود او که با دل درد و بواسیر همراه بود، گوشه‌ای از مصیبت‌های زندگی شخصی او را نشان می‌دهد. اندیشمندی که با ایده‌ها و زندگی خود، حتی سالها پس از مرگش جهان را به لرزه انداخت. سرانجام در ۱۴ مارس ۱۸۸۳ دیگر از خواب آرام بعد از ظهري برنخاست و بی صدا و ساکت به خواب ابدی فرو رفت. مارکس در قبرستان هایگیت لندن مدفون شد.

## ادامه مطلب کارل هنریش... از صفحه ۴۶

کتاب «هجدهم برومر لویی بناپارت» که به سال ۱۸۵۲ انتشار یافت. در هر دوی این کتابها آموزه های مارکس از تجربه انقلاب ۱۸۴۸ به سمت تشدید انقلابی گری است، زیرا ایده انقلاب دغدغه اصلی ذهن اوست. مارکس در کتاب «پیکار طبقاتی»، از پرولتاریا می‌خواهد که حساب خود را از «خرده بورژوازی» جدا کند و می‌نویسد: «سوسیالیسم اعلام استمرار انقلاب و دیکتاتوری پرولتاریاست و این شرط گذار به سوی الغاء تمایزات طبقاتی و تمام مناسبات تولیدی است که بر این تمایز مستقر است».

در کتاب «هجدهم برومر...» تئوری دولت خود را بطور منسجم تری تکمیل کرد. او نوشت: «همه اختلافات پیشین، ماشین دولت را تکمیل کردند و حال آنکه بایستی آنرا در هم شکست». این حکم که به سختی مورد حمایت لنین قرار گرفت، در واقع توجیه «خسونت قاطع انقلابی» است که اساس، سبک و شیوه تفکر لنینی نه تنها برای کسب قدرت، بلکه جهت حفظ آن نیز بود. در همان سال، «جامعه کمونیست‌ها» منحل شد و مارکس به مدت ۱۲ سال از صف اول مبارزه سیاسی جدا شد. بدین ترتیب، مارکس بخش اصلی اوقات خود را در راه مطالعات اقتصادی و تاریخی در کتابخانه عمومی لندن صرف می‌کرد. مجموعه یادداشتهای او در کتابی به نام «گروندریسه، مبانی نقد اقتصاد سیاسی» گرد آمده است. گروندریسه که به معنای «طرح پایه ای» است، از مهمترین آثار مارکس و نشان دهنده شیوه تفکر اوست. این کتاب نیز سال ها پس از مرگ نویسنده آن (۱۹۴۱)، منتشر شد.

به طور کلی، روحیه و شخصیت مارکس به گونه‌ای بود که هرگز نمی‌توانست از رویدادهای سیاسی و نیز بازیگران سیاسی کناره گیری کند. به عبارت دیگر، سالمهای ۱۸۵۰ تا ۱۸۷۰ سرشار از فعالیت‌های سازمانگرا مارکس است. «بین الملل اول» که در اثر تلاشهای شبانه روزی مارکس در سال ۱۸۶۴ پایه گذاری شده بود، در سال ۱۸۷۶ منحل اعلام شد. پس از آن، مارکس همه زندگی خود را صرف نویسندگی و کار فکری کرد. بدون تردید «سرمایه» مهمترین اثر مارکس است که تنها پس از مرگ نویسنده در سراسر اروپا مشهور شد. هنگامی که مارکس «سرمایه» را می‌نوشت، سرمایه داری هنوز در جهان به شیوه تولید مسلط تبدیل نشده بود و تنها در چند کشور غربی رشد یافته بود. اما بسیاری از پیامدهای رشد سرمایه داری در جهان،

اما مارکس پس از چند ماهی اقامت در پاریس که صرف کوشش در راه برانگیختن امواج انقلابی در آلمان شد، به کشور خود بازگشت. او به شهر کلن آمد، زیرا دولت آلمان از بیم انقلاب، امکان جلوگیری از ورود مارکس را نداشت. مارکس که در این هنگام ۳۰ سال داشت، جوانی پرشور و نسبتاً سرشناس و مولف چند کتاب بود و از جهت فکری نیز درباره مسایل اقتصادی، تاریخ، سرمایه داری و کمونیسم اندیشیده بود. وی دور دوم روزنامه توقیف شده «روزنامه جدید راین» را این بار با همراهی انگلس در کلن راه اندازی کرد. در این دوران، تحلیل مارکس این بود که هنوز شرایط انقلاب سوسیالیستی فراهم نشده و لذا مقالاتی درباره دفاع از انقلاب بورژوازی نوشت، اما انقلاب آلمان به شکست انجامید. مارکس بطور غیابی محاکمه و مجدداً در فوریه سال ۱۸۴۹ ناچار به مهاجرت به لندن گردید. او بقیه زندگی را تا پایان عمر در انگلستان گذراند و تنها چند بار به قصد چند مسافرت کوتاه از لندن خارج شد. خود او این سالهای درگیری را که قریب ۳۴ سال طول کشید، «شب طولانی و تاریک مهاجرت» نامیده است. مارکس بخش عمده این سالهای طاقت فرسا را در فقری سیاه و با دشواریهای کمر شکن اقتصادی گذراند. بیماری، گرسنگی و مرگ دو دختر مارکس و حتی نداشتن لباس مناسب برای بیرون آمدن از خانه، نتوانست اراده نیرومند مارکس در پیگیری کار فکری و پژوهشی را متزلزل کند. مارکس با خانواده خود سالها در یک محله فقیر نشین لندن زندگی کرد و سه فرزند خود را نیز به دلیل شیوع بیماری ویا در این محل از دست داد. وی علیرغم فشارهای روحی و اقتصادی، همه اوقات خود را صرف مطالعه و نوشتن کرد. اما هدف نویسندگی او همسو با هدف زندگی و عمل و نظرش، در راستای «نه تفسیر، که تغییر جهان» و تحقق انقلاب پرولتری بود. در همین راستا، برای چند روزنامه، مقالات سیاسی - تحلیلی می‌نوشت و نیز با جنبش‌های کارگری و سیاسی در بسیاری از کشورهای اروپا در تماس دائم بود. مارکس همواره نظر و عمل را با هم درمی‌آمیخت و آثار خود را نیز در پاسخ به تحولات و نیازهای سیاسی و نظری زمان خود می‌نوشت. پس از فروکش کردن شعله‌های انقلاب فرانسه، دو کتاب درباره تحلیل و جمع بندی تجربه انقلاب فرانسه نوشت. «پیکار طبقاتی در فرانسه از سال ۱۸۴۸ تا ۱۸۵۰» که در سال ۱۸۵۰ منتشر شد و نیز

## ادامه مطلب ورزش از نگاه ... از صفحه ۱۴

ورزش به عنوان بخشی از مجموعه تلاشهای اجتماعی برای چیره شدن بر واپس گرایی جایی دارد. توسعه و گسترش ورزش یک امر شخصی نیست که دیروز با طرح های من درآوردی آقای مصطفی داوودی رئیس سازمان ورزش، اوراق روزنامه ها را پر می کرد و امروز هم هنوز همان آتش است و همان کاسه. آیا آقای وزیر ورزش ما در برابر ترازوی قرار دارد که یک کفه آن نجات متعارف، علم، انسانیت و در کفه دیگر امکان صدمه دیدن قرار دارد. قبل از اینکه دوباره صدمه ببینیم، هر کس رئیس، مدیر، سرپرست، کارشناس، روزنامه نگار، گزارشگر، مربی و ورزشکار، اگر با انصاف به گذشته خود بنگرد خواهد دید که اشتباه هائی داشته است. هرگز نباید خرده حسابهای کهنه را تسویه کرد. همه ما باید به یکدیگر نزدیک تر شویم تا قادر به ساختن چیزی که آرزوی همه ما است گردیم. بی میلی به رویارویی با واقعیات ما را از مسیرمان دور خواهد کرد. باشگاههایی که هستند و نیستند، نه تاریخی وجود دارد و نه شناسنامه ای. باید دید هزینه استخدام مربیان خارجی برای باشگاههایی که حتی صاحب زمین تمرین نیستند چه ارزش و کارآئی را در بر داشته است.

انگلیسی ها می گویند *The best way to make your dream come true is to wake up*. یا به عبارت دیگر بهترین راه که رویاهای شما به حقیقت پیوند این است که از خواب بیدار شد. ما باید بیدار شویم.

رفتن یا نرفتن تیم فوتبال ما به جام جهانی راه یافتن به قلعه کشورهای پیشرفته فوتبال نیست و نخواهد بود. چنانکه فوتبال ما به مسابقات جام جهانی هم رفت و آب از آب تکان نخورد. مشکل تیم های ملی را از مساله باشگاه ها نمی توان جدا ساخت. این دو به گونه ای کاملاً نزدیک درهم بافته شده اند. همکاری باشگاه ها برای ثبت هویتشان اگر به صورتی واقع گیرانه انجام گیرد در ایجاد پیشرفت می تواند سهم انکارناپذیر داشته باشد. بسیاری از ما دوست داریم زمان بایستد و عقربه را به عقب بکشیم، چیزی که از محالات است.

مسائل و مشکلات فراوانی در فوتبال ما بوده و خواهد بود. کافی است کسی رویدادها را بی عینک کینه جوئی و فرصت طلبی بنگرد و مسیر ناگزیر حوادث را به روشنی پیش بینی کند. در طی این سالها آدم های بسیاری بنام وزیر، رئیس و سرپرست آمده اند و رفته اند. همه آنها از نظر اخلاقی موظف بوده اند

که گزارش عمل کرد و گرفتاری های خود را بازگو کنند. اغلب آنها حرف هایی برای گفتن داشته اند که می توانسته است راه گشا باشد. گرفتاریهای شغلی را می توان در یک باخت اخلاقی تجزیه و تحلیل کرد. پاره ای از باورهای اخلاقی در یک جامعه یا هر هیات اجتماعی باید مورد قبول عام باشد تا مفاهیمی مانند کار، بازده و پیشرفت را اندازه گرفت و یا درجا زدن معنی یابد. باید به بررسی رواج ارزش ها در ورزش پرداخت. آینده سرعت به سردی می گراید و ما چه بخواهیم و چه نخواهیم از قوم ها زبان های مختلف تشکیل شده است که به واسطه فرهنگ فاخر زبان فارسی به یکدیگر پیوند خورده اند.

این روزها مغز اغلب را پيله ای مذهبی، عقیدتی در بر گرفته است و اذهان را فلج کرده است. بهر حال باید دید کدام تاریخ اینها را در غرفه های خود خواهد دید. در حال حاضر ما در عصر جدیدی از ورزش سخن می گوئیم بدون توجه به اینکه شما دوستش دارید یا نه. در ورزش کنونی جائی برای من ها، کم کارها و یا پرتوقع ها وجود ندارد.

یک مثلث را در نظر بگیرید که در یک رأس آن بازیکنان و در یک رأس دیگر مدیران و بالاخره در رأس سوم مربیان قرار دارند. همه آنها در جاده یک طرفه کار می کنند. در مسیری که راهی برای بازگشت وجود ندارد. در این مسیر یک طرفه شما به عنوان مربی باید قادر باشید راه را نشان دهید. ساختن و پرورش دادن کار یک مربی است. در یک ساختار تیمی یک مربی خوب باید قادر به فروختن ایده های خود به مدیریت و بازیکنانش باشد. باور کردن و اعتقاد داشتن بازیکنان به تصمیمات یک مربی بخش بزرگی از تیم ساختن درون زمین و خارج از زمین بازی است و رسیدن به خواسته و هدف های مورد نظر مدیران کارآمدی را نیاز دارد. چنین است که ارزش های آمادگی روانی مشهود می شود، چیزی که در ورزش اگر هر بازیکن از آمادگی روانی بیشتری برخوردار باشد در نهایت روان تیمی بالاتری آماده بازی می شود. یک مربی خوب بخوبی می داند که چگونه بازیکنانش را به فکر کردن وادارد، به طور انفرادی و به یقین به طور دسته جمعی. همواره غلبه بر ترس و گذشتن از اضطراب تا به اعتماد به نفس رسیدن دستور کار هر مربی توانایی است تا بتواند رفتار بازیکنانش را تحت تاثیر قرار دهد. همواره یک مربی خوب از خود می پرسد

## ادامه مطلب ایرانی ها از ... از صفحه ۱۱

یکی از مهاجمین متولد ایران است، و وقتی در سال ۲۰۰۶ با ماشین اسپیوی خود در دانشگاه کالورینای شمالی در چپل هیل به داخل جمعیت رفت، تابعیت آمریکا را داشت.

دو نفر دیگر متولد سومالی هستند و به عنوان پناهنده وارد آمریکا شده بودند. یکی از آنها دست کم ۱۰ نفر را در مرکز خریدی در «میسونتا» با ضربات چاقو از پای درآورد. نفر دیگر خودروی خود را

## ادامه مطلب زندگی در ۲۰۲۲... از صفحه ۱۱

IBM معتقد است سیستم های ماکروسکوپ قرار است به زودی تمامی داده های پیچیده مربوط به زمین را با یکدیگر تلفیق کنند و به این شکل انسان می تواند آنها را به شیوه ای کاملاً جدید تحلیل کند.

چنین قابلیتی نه تنها داده های بیشتری از ماهواره ها، حسگرهای هوشمند و ایستگاه های هواشناسی استخراج می کند، راهکاری دقیق تر برای سازماندهی و دسته بندی این داده ها در اختیار محققان قرار می دهد.

## آزمایشگاه روی تراشه

IBM پیش بینی می کند از آنجایی که فناوری روز به روز ابعاد فیزیکی کوچکتر و قدرت بیشتری پیدا می کند و این می تواند بر کاربری های پزشکی تأثیری باورنکردنی داشته باشد. برای مثال می توان از چنین فناوری برای تصویربرداری پزشکی در خانه با کمترین هزینه ممکن استفاده کرد و بیماری ها را با سرعت بیشتری تشخیص داد.

به گفته IBM، لابراتوارهای روی تراشه را می توان به عنوان کارآگاهان پزشکی برای دنبال کردن نشانه های حیاتی در بدن به کار گرفت تا در صورت نیاز به پزشک مراجعه کرد. به بیان دیگر، یک آزمایشگاه کامل بیوشیمی در کف دست هر انسان خواهد بود که با کمک آن می توان بیماری هایی مانند سرطان

که آیا تیمش از نظر فیزیکی آماده است؟ آیا بازیکنانش از نظر تکنیکی و تاکتیکی برای مسابقه مورد نظر آماده هستند؟ آیا از نظر روانی و احساسی آماده اند؟ کلید موفقیت در یک بازی تیمی عبارتست:

۱- داشتن بازیکنان فوق العاده یا به عبارتی آنهايي که از نظر فکری و روانی از پیش برنده هستند.

۲- داشتن یک سازمان تیمی کارآمد که هر کس به نحو احسن قادر به انجام وظیفه

خوبش است.

۳- انضباط تیمی- روحیه و اعتماد به نفس و در کنار همه اینها مدیران لایقی که چیزی به سرمایه انسانی و تاسیساتی باشگاه افزوده باشند. درد بسیاری از این مدیران چیزی شبیه درد زایمان است. آنها چیزی را بدنیا می آورند که مورد قبول هیچ کس نیست جز آنکه صندلی ریاست خود را به کس دیگری واگذار کنند و اغلب آنها از هو شده های در ورزشگاه ها و یا نفرین شدگان خاک ورزش اند.

ادامه مطلب **عالمجناب ترامپ** ... از صفحه ۳۳ادامه مطلب **ساختمان پلاسکو** ... از صفحه ۴۵

یکی از مهندسان سازه این ساختمان ساختار ساختمان پلاسکو در آن زمان که ساخته شد مستحکم و ضد زلزله بود و می توانست زلزله ای با قدرت ۸ ریشتر را نیز تحمل کند اما آلیاژ فولادی آن در مقابل حرارت مقاومت نداشت و با مواجهه با حرارت بالا استقامت خود را از دست می داد. مضاف بر این برخی از مالکین تغییرات سازه ای غیر اصولی را در ساختار آن انجام داده بودند و بدون توجه به اینکه وقتی ساختمان ساخته شده مهندسان بر اساس محاسبات اصولی مثلا تیر آهنی را در جایی جا گذاری کرده بودند و یا اینکه حد اکثر تحمل این سازه مقدار خاصی از وزن است و نباید روی این سازه ساخت و سازه های دیگر یا تغییراتی انجام شود ... ده ها مورد همه دست به دست هم دادند تا بار فشار بر روی بخشی از سازه بالا برود و با حرارتی که به آن وارد شده مقاومت خود را از دست دهد و مانند ماجرای برج های دوقلو در ایالات متحده ساختمان فرو بریزد، البته در ساختمان های برج های دوقلو همه موازین ایمنی رعایت شده بود ولی حجم آتش بسیار بیشتر از پیش بینی ها بود، نه بی توجهی مالکان. اگر جمعیت موجود در مکان فضا را اشغال نمی کردند و آتش نشانان فرصت پیدا می کردند در دقایق طلایی آتش را مهار کنند و سازه را خنک نگاه دارند قطعاً نتیجه ای را که امروز شاهد آن هستیم پیش نمی آمد. طبق همه اصول فرهنگ رفتار مدنی وقتی که ما صدای آژیر اورژانس یا آتش نشانی را می شنویم باید راه را برای نیروهای امدادی باز کنیم اما متأسفانه شاهد آن هستیم که برخی که مشخص نیست اصلاً روزی به مدرسه رفته اند یا نه، یا اینکه الف بای فرهنگ را جایی آموزش دیده اند یا نه، به جای اینکه راه را برای گروههای امدادی باز کنند سد راه آنها می شوند. برخی هم از روی کنجکاوی و فضولی و برای خود نمایی و نمایش اینکه گوشه موبایلی دارند که هم عکس می گیرد و هم فیلم می گیرند در مکان جمع می شوند و شروع به سلفی گرفتن و عکس گرفتن می نمایند و فضای کار نیروهای امدادی را بند می آورند. به نظر می آید وقت آن رسیده که مجلس شورای اسلامی قوانینی را تصویب کند که با افرادی که در زمینه های مختلف سهل انگاری می کنند و جان و مال دیگران را به خطر می اندازند برخورد شدید کند تا دیگر شاهد چنین حوادثی نباشیم. قوانینی که باید آنقدر سفت و سخت و سنگین باشد که دیگر کسی جرئت نداشته باشد اصول ایمنی کار را رعایت نکند و اگر هم اتفاقی پیش آید سنگین ترین مجازات ها در انتظارش باشد.

**آتش سوزی و فروریختن**  
در صبح روز پنجشنبه ۳۰ دی ۱۳۹۵ و حدود ساعت ۷:۵۹، طبقات هشتم و نهم این ساختمان که بیشتر شامل واحدهای تولیدی لباس بودند و در شیفت شب هم به کار می پرداختند گرفتار آتش شد. پس از حضور مأموران آتش نشانی و حوالی ساعت ۱۱ صبح در حالی که گفته می شد آتش مهار شده است ناگهان آتش از بخش شرقی ساختمان زبانه کشید و دیوار شمالی ساختمان پلاسکو نیز به طور کامل فرو ریخت. سرانجام در حوالی ساعت ۱۱:۳۰ صبح پس از گذشت ۲.۵ ساعت از شروع آتش سوزی، کل ساختمان به طور عمودی فرو ریخت. پس از مهار نسبی آتش در ساعات اولیه، تعدادی از مغازه داران این پاساژ برای خارج کردن کالاهای خود به داخل رفته بودند، همچنین تعداد قابل توجهی آتش نشان در هنگام ریزش ساختمان در ساختمان حضور داشتند. بر اثر این حادثه و عملیات های آواربرداری پس از آن حدود ۲۲۵ نفر مصدوم شدند که برخی از آنها بصورت سرپایی مداوم شدند. تاکنون آمار دقیق کشته شدگان مشخص نشده است. برآوردهای اولیه، حاکی از احتمال حضور ۳۰ تن در زیر آوار است. یکی از آتش نشانان حاضر در زمان تخریب به علت شدت سوختگی در بیمارستان درگذشت. همچنین پیکر ۱۵ آتش نشان و ۴ شهروند عادی نیز از زیر آوار خارج شد و با این حساب مجموع قربانیان اعلام شده این حادثه تاکنون ۲۰ نفر می باشد. عملیات آواربرداری پلاسکو، حدود ۸ روز به طول انجامید و با تکمیل عملیات آواربرداری از روز شنبه ۹ بهمن ماه خیابان های اطراف پلاسکو باز شده و تردد در این خیابان ها عادی شد. طی این آواربرداری ۱۹۰۰ کامیون حدود ۲۰ هزار تن خاک و نخاله را از آن خارج کردند.

**دلیل آتش سوزی ساختمان پلاسکو**  
شاید نتوان باور کرد فاجعه ای که چندین نفر از جمله ده ها آتش نشان عزیز جانشان را در آن از دست دادند به دلیل یک جرقه و یک سهل انگاری کوچک باشد، اما این حادثه مانند حوادث دیگری که چندین بار در مملکت ما پیش آمده نتیجه یک سهل انگاری و یک مشکل فرهنگی بوده. طبق اظهار نظر اولیه کارشناسان حادثه بر اثر یک اتصال و جرقه برق پیش آمده و به دلیل اینکه آن مکان مملو از مواد آتش زا و پارچه بوده آتش به سرعت گسترش یافته و چون اطراف آن طبقه هم مملو از همین مواد که خوراک مورد علاقه آتش است بوده به سرعت گسترش یافته. طبق گفته

جمهوری اسلامی بگیریم ولی هیچکدام از این ها که شما می گوید ما به خاطر داشتن این پاسپورت هستیم، نیستیم! جمله در هم پیچیده شد ولی ایشالا متوجه شده باشید. این اولاً، ثانیاً، از زمانی که به خاطر داریم، هم بابایمان هم مامانمان هم آن آقا داداش خدایمان زمان که ما را بُرد اروپا، هم همشیره مان، هم شوهر همشیره مان، هم زن آقا داداش مان که جزو خاندان پادشاهان قاجار است، همگی جمیعاً از اول وقوع انقلاب، مخالف حکومت اسلامی بوده اند و بعد هم خودمان مخالف حکومت اسلامی شده ایم. این را هم که از حرف زدن مان می توانید بفهمید. حالا من بدبخت چه گناهی کرده ام که جز پاسپورت جمهوری اسلامی نمی توانم پاسپورت دیگری داشته باشم، و شما می گوی، هر کی پاسپورت جمهوری اسلامی دارد، الا بلا تروریست تشریف دار! آخه این چه بساطیه واسه ما درست کردی عالیجناب جان!

هیچی دیگه. امیدوارم ترجمه این نامه به دست شما یا یکی از کارمندان ارشد یا دون پایه یا حتی زمین شور کاخ سفید برسد، یکی بفهمد ما داریم چه می گوئیم شاید خنق نگیریم.

با آرزوی تشریف بردن هر چه سریعتر جناب عالی و برگشتن یکی شبیه به ریگان یا بوش پسر که خدا باباشون رو بیامرز ما فکر می کردیم خیلی ترسناک هستند ولی شما نشان دادید که بالاتر از سیاهی هم رنگ هست و آن رنگ ترامپی می باشد. خدمت ملانیا خانوم جان و صبیبه عالیه و جیهه، ایوانکا خانوم جان سلام بسیار گرم دارم.

از طرف گشتاسب اهورایی

از این هم بگذریم که داستانی است پر آب چشم. ما در سفرهایمان علاقه به دیدار فامیل و دوستان داشتیم و با هر بدبختی و فلاکت و سر کوفتی بود ویزای فلان جا و بهمان جا و از جمله آمریکا را می گرفتیم و به سیاحت خود با بدبختی و خواری می پرداختیم حال آن که اصلاً در امر بدبخت شدن و خوار شدن مان نقشی نداشتیم و یکی دیگر در بلخ یک غلطی می کرد، کاسه کوزه غلط کردن او، در شوستر بر سر ما می شکست و گردن ما را می زدند. خب چه کنیم! رسم روزگار چنین بود! حالا رسیده ایم به سال ۲۰۱۷ و جناب عالی بر سر کار تشریف آورده اید و امر فرموده اید که شهروندان هفت کشور مسلمان و تروریست پرور به آمریکا نباید سفر کنند. این جا نیز ما داشتیم کار و زندگی خودمان را می کردیم که جناب عالی پهو پریدید وسط و شدید رئیس جمهور آمریکا و این امریه را صادر فرمودید و ما را هاج و واج کردید. نخست این که باید بگویم در پاسپورت قهوه ای خرچنگ نشان جمهوری اسلامی، موردی به نام مذهب و دین نداریم که در آن درج شده باشد و نشان دهد ما مسلمانیم، مسیحی هستیم، کلیمی هستیم، با دین هستیم، بی دین هستیم، بهایی هستیم، طرفدار لائوسه هستیم، یا چی چی هستیم. گناه ما این است که در خاک ایران به دنیا آمده ایم و شما زورکی می خواهی اسلام را توی پاچه ما بنمایی! بابا! اسم این جانب گشتاسب اهورایی است و بابا جانم از بس مخالف اسلام بود، اسم باستانی و فامیل باستانی اختیار کرد و روی ما گذاشت. حالا ما چه جوری بگوئیم که برای سفر به خارج «باید» پاسپورت

ادامه مطلب **تاریخچه روز** ... از صفحه ۴۱

امان می دهد. به همین دلیل در فرهنگ باستان اسپندار مذگان را بعنوان نماد عشق می پنداشتند. سپندارمذگان جشن زمین و گرمی داشت عشق است که هر دو در کنار هم معنا پیدا می کردند. در این روز زنان به شوهران خود با محبت هدیه می دادند. مردان نیز زنان و دختران را بر تخت شاهی نشانده، به آنها هدیه داده و از آنها اطاعت می کردند. اخیراً گروهی از دوستداران فرهنگ ایرانی پیشنهاد کرده اند که به منظور حفظ فرهنگ ایرانی سپندارمذگان بجای والتاین به عنوان روز عشق گرمی داشته شود.

بعنوان مثال روز اول "روز اورمزد"، روز دوم، روز بهمن معنی "سلامت، اندیشه" که نخستین صفت خداوند است، روز سوم اردیبهشت یعنی "بهترین راستی و پاکی" که باز از صفات خداوند است، روز چهارم شهریور یعنی "شاهی و فرمانروایی آرمانی" که خاص خداوند است و روز پنجم "سپندار مذ" بوده است. سپندار مذ لقب ملی زمین است. یعنی گستراننده، مقدس، فروتن. زمین نماد عشق است چون با فروتنی، تواضع و گذشت به همه عشق می ورزد. زشت و زیبا را به یک چشم می نگرد و همه را چون مادری در دامان پر مهر خود

## ادامه مطلب تازه های پزشکی ... از صفحه ۲۵

موها شروع به رشد مجدد می کنند که هنوز علت آن معلوم نیست.

گاهی دیده شده است که مصرف قرص های آهن دار و پروتئین ها در رژیم های غذایی جلوی ریزش مو را گرفته اند.

روش پیوند مو امروزه خیلی متداول شده است که اغلب موفقیت آمیز می باشد. بعضی از افراد متاسفانه دچار ریزش موها در پلک چشم شده که بایستی از عینک های آفتابی استفاده کنند تا از ورود گرد و خاک به داخل چشم جلوگیری کنند.

در موارد دیگر ریزش مو در یک منطقه بدن و یا پوست می تواند دلیل یا علامت یک بیماری داخلی مهم تر باشد بخصوص اگر این ریزش مو سریع اتفاق بیفتد. این حالت بوسیله پزشک معالج و متخصصین پوست بایستی سریعاً مورد بررسی و مطالعه قرار گیرد تا علت آن معلوم شود.

**طب سوزنی:** مطالعات نشان می دهد که طب سوزنی در تسکین انواع مشخصی از درد زانو، مخصوصاً بیماری های آرتروز زانو و مشکلات مفصل زانو موثر است. افرادی که طب سوزنی روی آنها صورت می گیرد درد کمتر و فعالیت جسمانی بهتری نسبت به گروهی که اصلاً درمان زانو درد با طب سوزنی را استفاده نکرده اند، دارند.

**دارو:** انواع داروهای مسکن موجود می توانند التهاب و درد زانو را بطور موقت تسکین دهند. بهترین روش استفاده از داروهای زانو درد این است که این داروها همراه با یک برنامه توانبخشی برای بیمار استفاده شود.

**جراحی:** جراحی تعویض زانو، آرتروسکوپی و روش های جراحی دیگر برای مشکلات زانو می تواند مفید باشد. البته فقط تعداد کمی از بیماران که با روش های درمان بدون جراحی زانو درد بهبود نیافته اند، نیاز به جراحی پیدا می کنند. حال آنکه اکثر مبتلایان به مشکلات زانو با روش های درمان بدون جراحی موفق به کنترل درد و ناراحتی خود می شوند.

درد زانو بیماری نسبتاً شایعی می باشد، که نه فقط در افراد مسن بلکه در جوانان نیز دیده می شود، این درد می تواند در جلوی زانو، پشت زانو، زیر زانو و کاسه زانو باشد. درمان زانو درد بستگی به علت آن دارد. اکثر مبتلایان به زانو درد خفیف و شدید با درمان هایی مانند ورزش و حرکات اصلاحی، ازن تراپی، تزریق PRP ... و بهبود می یابند و می توانند فعالیت های روزمره را به راحتی انجام دهند.

داروی دیگری نیز بنام Finasteride به فرم خوراکی وجود دارد که روزی یک قرص ۵ میلی گرم آن استفاده می شود که اثر هورمون های مردانه روی فولیکول ها را متوقف کرده و باعث رشد مو می شود.

این نوع داروها در خانم نبایستی مصرف شوند بخصوص در خانم های حامله چون باعث ناهنجاری های نوزادان می شوند. پس از مصرف این داروها، ماه ها طول می کشد تا اثرات آنها ظاهر شود و نبایستی سریعاً انتظار رشد مو داشت.

در مورد ریزش مو در یک نقطه سر (Alopecia Areata) پزشکان گاهی مجبور می شوند از داروهای استروئیدی قوی استفاده کنند.

سایر روش های درمان عبارتند از استفاده از نور ماوراء بنفش و کرم های موضعی که فعالیت فولیکول ها را افزایش داده و

بند طبی مناسب با آن را تهیه کنید. زانوبندها را می توان از نظر میزان محافظت در سه دسته قرار داد، که عبارتند از:

**ساده:** برای آسیب دیدگی ها، بی ثباتی و زانو درد خفیف. ارزان قیمت، پوشیدن آسان و محافظت کم برای زانو

**پیشرفته:** برای آسیب دیدگی ها، بی ثباتی و زانو درد خفیف تا متوسط. دارای باند و محافظت متوسطی را ارائه می کند. اغلب آنها قابل تنظیم هستند و بهتر می توان آنها را با پا منطبق کرد.

**پیشرفته با قابلیت تنظیم:** برای آسیب دیدگی ها، بی ثباتی و درد متوسط تا شدید. ثبات حداکثری را برای جلوگیری از خالی کردن زانو ارائه می کند. بعضی از این زانو بندها را می توان در صورت نیاز برای محدود کردن دامنه حرکتی قفل کرد.

**کفش و کفی طبی:** کفش یا کفی مناسب به کاهش فشاری که بر زانوها وارد می شود و درد ناشی از آن کمک می کند. کفش های ورزشی استاندارد یا کفش طبی برای افراد مبتلا به زانودرد، شدیداً توصیه می شود. سرمایه گزاری برای خرید چند جفت کفش راحت برای هر کسی مهم است، اما برای افراد مبتلا به زانو درد از اهمیت ویژه ای برخوردار می باشد.

**ماساژ درمانی:** ماساژ زانو باعث ورود خون و اکسیژن به مفصل می شود که منجر تسریع فرآیند بهبودی زانو درد می شود. ماساژ درمانی زانو همچنین به شل شدن عضلات زانو و رفع فشار از عصب هایی که باعث ایجاد درد می شود، کمک می کند. تحقیقات نشان می دهند که ماساژ به کنترل درد ناشی از آرتروز کمک می کند.

## ادامه مطلب آشنایی با کایروپراکتیک ... از صفحه ۴۳

کاهش درد را ارائه می کند، مخصوصاً برای بیماران که به دنبال درمانی بدون جراحی یا بدون دارو هستند. این روش درمانی را می توان به صورت مجزا یا با روش های درمانی دیگر مورد استفاده قرار داد.

**فیزیوتراپی، ورزش و حرکات اصلاحی:** به خاطر داشته باشید که در صورتی که زانو درد بیش از ۲ تا ۳ هفته استمرار داشته باشد یا ناشی از یک آسیب دیدگی شدید باشد، بهتر است به پزشک یا فیزیوتراپ مراجعه کنید.

در صورتی که از نوعی زانودرد مزمن رنج می برید، پزشک، فیزیوتراپی را تجویز می کند که به کاهش درد، بازیابی فعالیت، بازیابی استحکام و آسان تر کردن تحرک کمک می کند. اغلب این مزایا با مجموعه از تمرینات و حرکات ورزشی کنترل شده همراه با چند روش فیزیوتراپی دیگر برای کاهش درد، بدست می آید.

**درمان دستی (کایروپراکتیک):** درد زانو را می توان با روش کایروپراکتیک، درمان کرد. متخصص کایروپراکتیک ساختارهای جایجا شده زانو و ساختارهای مرتبط دیگری مثل باسن یا کمر که در نتیجه بد عملکردی زانو تحت تاثیر قرار گرفته اند را تنظیم می کند. حرکات اصلاحی کایروپراکتیک هنگام ترکیب با حرکات اصلاحی مکمل، بیشترین کارایی را دارند.

**تزریق PRP:** اغلب بیماران از پزشک در مورد کارایی روش تزریق پلاسما غنی از پلاکت (PRP) برای تسکین و درمان زانو درد سوال می کنند. بر طبق مطالعات انجام شده، تزریقات PRP برای درمان بیماران مبتلا به آرتروز زانو بسیار موثر بوده است. این روش درمانی باعث تسکین درد و بهبود عملکرد زانو می شود و در بیش از ۷۳ درصد از بیماران باعث به تاخیر افتادن پیشرفت آرتروز که یک بیماری پیشرونده است، می شود.

**تزریق استروئید:** تزریق استروئید به مفصل زانوی دردناک، به تسکین درد و کاهش التهاب زانو ناشی از آسیب دیدگی یا آرتروز کمک می کند. تزریق استروئید به نیازهای فردی شما بستگی دارد. پزشک در صورتی تزریق استروئید را توصیه می کند که یک یا چند مفصل تحت تاثیر آرتروز یا التهاب قرار گرفته اند. تزریق استروئید به مفصل به کاهش زانو درد و ورم در مفصل کمک می کند و باعث می شود که مفصل عملکرد بهتری داشته باشد.

**زانوبند طبی:** زانوبندهای مختلف و متعددی قابل دسترس هستند که با سطوح محافظت مختلف عرضه می شوند. بهترین کار این است که ابتدا بدانید چه میزان محافظتی را از یک زانو بند انتظار دارید و سپس نوع زانو

**آسیب دیدگی های رباط طرفی داخلی (MCL):** آسیب دیدگی های رباط طرفی داخلی اغلب در طول ورزش های پر برخورد صورت می گیرد. علائم این آسیب دیدگی ها شامل زانو درد، ورم و بی ثباتی زانو می شود. این آسیب دیدگی ها با آزمایش ام آر آی قابل تشخیص است.

**آسیب دیدگی های تاندون کشکک زانو:** التهاب یا پارگی تاندون کشکک زانو می تواند ناشی از بیماری های مختلفی باشد. این آسیب دیدگی ها منجر به زانو درد شدید، ورم و ناتوانی در حرکت دادن مفصل زانو می شود. با استفاده از معاینه فیزیکی و آزمایش ام آر آی می توان این آسیب دیدگی ها را تشخیص داد.

**از دیگر دلایل زانو درد می توان به موارد زیر اشاره کرد:**

**سندروم ایلیوتیبیال باند:** اختلال باسن ناشی از آسیب دیدگی بافت ضخیمی که از باسن تا قسمت خارجی زانو امتداد دارد.

**بیماری از گود اشلاتر**

**کشیدگی یا در رفتگی:** آسیب دیدگی های جزئی رباط ها که ناشی از پیچ خوردگی ناگهانی یا غیرطبیعی است.

**تشخیص**

پزشک پس از معاینه بالینی مفصل و سوال از بیمار در رابطه با علائم زانو درد و آسیب دیدگی های وی، با استفاده از آزمایشات خون و تصویربرداری با اشعه ایکس علت زانو درد را تشخیص می دهد.

**درمان**

روش درمان درد زانو به علت بوجود آورنده آن بستگی دارد. درمان ممکن است شامل استراحت، بالا بردن زانو، کمپرس یخ و داروهای ضد التهابی غیراستروئیدی برای تسکین درد باشد. روش های درمانی دیگر برای درمان زانو درد شامل آنتی بیوتیک، عصاره بستن زانو و... می شود. در ادامه به شرح انواع راه ها و روش های درمان زانو درد می پردازیم.

**ازن تراپی (ازن درمانی):** اوزن تراپی استفاده از گاز ازن برای درمان بیماری های مشخص است. این روش درمانی بیشتر در اروپا مورد استفاده قرار می گیرد. ازن تراپی برای درمان بیماری آرتروز زانو، بیماری التهابی ناشی از کار زیاد، التهاب تاندون کشکک زانو، بورسیت پنجه غازی زانو، در طول آرتروز التهابی، آماس کیسه های مفصلی، زانو درد ناشی از تخریب غضروف مفصل به دلیل آسیب غضروفی و زانو درد پس از جراحی مورد استفاده قرار می گیرد.

**لیزر درمانی:** لیزر درمانی یکی از روش های درمان زانو درد است که تسکین درد یا

## ادامه مطلب جبر و اختیار و ... از صفحه ۱۳۱

خداوند بدون تردید به این جهانی هستی که آفریده است، علم داشته و داناست و درباره آفرینش این جهان منظور و هدفی داشته است و بدون شک روی آن هدف و منظور احکامی بر قوانین هستی صادر کرده است و دائماً در حال نظارت و تسلط بر آن قوانین می باشد، این حکم بر قوانین و روابط، همان قضای الهی است که هیچ موجودی را تخلف از آن امکان پذیر نمی باشد و محصول این حکم که نقشه سیستماتیک جهان است، قدر می باشد و این دو مفهوم در این حدود از نظر منطقی و عقلی با هیچ گونه تناقضی روبرو نمی شود. به عبارت دیگر، به مقتضای خلاقیت و علم خداوندی، قضا و قدر به این مفهوم که نسبت داشتن جهان به علم و مشیت خدا، یعنی قضا و نسبت به خود فی نفسه قدر است که نه مانع عقلی دارد و نه با آیات قرآن و مآخذ اسلامی مغایرت دارد و در قرآن کریم هم چیزی جز آن وجود ندارد، زیرا خداوند با دست و پا و عقل و ادارک و زور و بازو و سایر حواسی که در قضای الهی ثبت شده، تلاش با ماست، لذا با کوشش ما هرگونه حادثه ای در جهان نقش بندد قدر ایجاد می شود که با قضا رابطه دارد و مثالش نقشه و ایجاد ساختمان جهان است. جای تردید نیست که رکورد و مسامحه در کارها به عنوان قضا و قدر در معنی سرنوشت کاملاً خطا است و تسلیم درباره خداوند عین تنبلی است که همان کوششی و تلاش است که خداوند فرموده: «لقد خلقنا الانسان فی کبد».

سوال در مورد قضا و قدر از پیامبر اکرم که پاسخ فرمودند: «الامر بین الامرین» نظر بالا را تأیید می کند. در آیات قرآن آیات زیر نظر اختیار در مرحله قدر را تأیید می کند:

۱- «صراط الذین انعمت علیهم غیر المغضوب علیهم والظالمین» دو راه خیر و شر وجود دارد که از خدا می خواهم خیر آن را به ما نشان دهد.

۲- «تبارک المک یدیک الخیر و انه علی کل شیء قدير، الَّذِي خَلَقَ الْمَوْتَ وَ الْحَيَاةَ لِيَلْبِئَاكُمْ اِيكُم احسن عملاً» او کسی است که موت و حیات را آفریده تا بیازماید کدام یک از شما نیکوکارترید که اشاره به کوشش انسان در نیکوکاری است (سوره الملائک، آیه ۲).

۳- «افحسبتم انما خلقتکم عبثاً وانکم الینا لآثر جحون» خداوند می فرماید شما تصور می کنید ما شما را به عبث آفریدیم

پنهان مشو که روی تو بر ما مبارکست

نظاره تو بر همه جانها مبارکست

یک لحظه سایه از سر ما دورتر مکن

دانسته‌ای که سایه عنقا مبارکست

ای نوبهار حسن بیاکان هوای خوش

بر باغ و راغ و گلشن و صحرا مبارکست

ای صد هزار جان مقدس فدای او

کاید به کوی عشق که آنجا مبارکست

سودایییم از تو و بطل و کو به کو

ما را چنین بطلت و سودا مبارکست

ای بستگان تن به تماشای جان روید

کآخ رسول گفت تماشا مبارکست

هر برگ و هر درخت رسولیست از عدم

یعنی که کشت‌های مصفا مبارکست

چون برگ و چون درخت بگفتند بی زبان

بی گوش بشنوبید که اینها مبارکست

ای جان چار عنصر عالم جمال تو

بر آب و باد و آتش و غیرا مبارکست

یعنی که هر چه کاری آن گم نمی‌شود

کس تخم دین نکارد الا مبارکست

سجده برم که خاک تو بر سر جو افسرست

پا درنهم که راه تو بر پا مبارکست

می آیدم به چشم همین لحظه نقش تو

والله خجسته آمد و حقا مبارکست

نقشی که رنگ بست از این خاک بی‌وفاست

نقشی که رنگ بست ز بالا مبارکست

بر خاکیان جمال بهاران خجسته‌ست

بر ماهیان طپیدن دریا مبارکست

آن آفتاب کز دل در سینه‌ها بتافت

بر عرش و فرش و گنبد خضرا مبارکست

دل را مجال نیست که از ذوق دم زند

جان سجده می‌کند که خدایا مبارکست

هر دل که با هوای تو امشب شود حریف

او را یقین بدان تو که فردا مبارکست

بفرزا شراب خامش و ما را خموش کن

کاندر درون نهفتن اشیا مبارکست

## ادامه مطلب قالی بافی در ... از صفحه ۱۳۹

فرش های بیچار در اندازه های متغیر، از پشتی تا فرش های بزرگ ۱۵ متر مربعی بافته می شوند. بافت کناره در این شهر رواجی ندارد. بافنده های بیچار برای پیگیری طرح و نقشه، فرش قرینه در کنار دار قالی را که به آن واگیره گفته می شود بر نقشه های میلی متری و رایج ترجیح می دهند.

رنگ های مورد مصرف در قالی بافی بیچار بیشتر در زمینه های قرمز، آبی روشن، صورتی، آبی سورمه ای، بژ و نارنجی است. در فرش های آن مانند بافته های برخی از مناطق غربی ایران گاهی کیفیت دو رنگی ناگهانی نیز دیده می شود.

بهترین فرش های این ناحیه را بافنده های ایل شاهسون از تیره امیر افشاری، که در شمال بیچار و اطراف تکاب زندگی می کنند، می بافند. به این جهت گاهی فرش های آنان با بافت های ایل افشار، که در حوالی کرمان هستند، مشابهت پیدا می کند.

طرح های بیچار و روش های بافت آن تقریباً متمایز از فرش های سنندج است. فرش های آنها اغلب در سبک گلدار و یا شاخه شکسته بافته می شوند. طرح های مسلط در این شهر عبارت اند از طرح های ترنج دار که اغلب ترنج ها بزرگ بوده و در بالا و پایین آن دو سر ترنج دیده می شود. گاهی اوقات این سر ترنج ها به پلاک هایی که در متن آنها اسامی اشخاصی نوشته شده است منتهی می گردد. اگر برخی از فرش های بیچار از نظر طرح و رنگ با فرش های ترنج دار سنتی کاشان مشابهت پیدا کنند از روی نوع گره، ارتفاع پرز و تراکم الیاف فرش می توان آنها را از یکدیگر تمیز داد.

در بیچار طرح هراتی لچک و ترنج را نیز می بافند. بافنده های بیچار نقش هراتی را به طرق گوناگون در طرح های خود وارد می کنند. گاهی این نقش ها را در میان ترنج شش گوشه ای که در متن ساده فرش معلق است قرار می دهند و گاهی نیز ترنج بزرگی مستور شده با موتیف های گلدار را در زمینه ای پوشیده شده از نقش های هراتی جای می دهند. با وجود آنکه با

برخی از طرح های تلفیقی بته ای - هراتی و ساروقی مشابهت پیدا می کنند معهداً یک مشخصه اختصاصی برای فرش های بیچار به شمار می روند. از دیگر طرح های مورد علاقه بافنده های این شهر، طرح ظل السلطان و همچنین طرح گل و بته ای تکراری مشابه برخی از طرح های قره باغ قفقاز است. در اینجا باید یادآور شد که در قرن نوزدهم نقش های بعضی از فرش های ایران تا حدودی متأثر از طرح ها و موتیف های اروپایی به خصوص فرانسه شد و ما این تأثیر هنری را در برخی فرش های گلدار کرمان و فراهان و از آن جمله فرش هایی با دسته گل سرخ در بیچار را می توانیم مشاهده کنیم. این طرح ها (دسته گل سرخ) در انواع مختلف در میان طراحان به نام «گل فرنگ» شهرت دارند.

طرح های گل و بلبل، گلدار سرتاسری با نقش خرچنگ با توده های ابر چینی در حاشیه و همچنین گلدار سرتاسری با گل های هشت پر (بته ای کردستانی) با حاشیه هراتی از دیگر طرح های متداول در این شهر است که بافنده های ماهر بیچار با استادی تمام آن را می بافند. بافنده های تیره کاکابرو که در شمال سنندج زندگی می کنند فرش هایی دو پوده، سنگین و با دوام و بیشتر در شکل کگلگی با رنگ های آبی تیره، قرمز آجری و همچنین رنگ های روشن سبز و طلایی به بازارهای سنندج و کرمانشاه می فرستند. فرش های آنان با نقش های هندسی ایللیاتی تزئین شده است. گاهی از طرح مزلقان می بافند و گاهی به طرح های نهانوند متمایل شده و نگاره های آنان را در متن فرش های خود می آورند. گاهی در برخی از فرش های این تیره سر ترنج ها به شکل نیم تنه لباسی در بالا و پایین ترنج شش گوشه میانی در یک زمینه ساده به چشم می خورد که اشکالی زیبا و تزئینی، ولی به کلی غیر متعارف، هستند. مانند سایر بافنده های کرد حاشیه سمآوری (قوری بیچار) و حاشیه شیر شگری را بیشتر پسندیده و متن فرش های خود را با آنها قاب می کنند.

## ادامه مطلب حاجی آقا ... از صفحه ۱۴۸

آن وقت حججهالشریعه را احضار میکرد و این چک و خرما را از بابت خمس و زکات به او میداد، تا بفروشد و یا عین خرما را به فقراء بدهد! بعد در همان مجلس بهانه میآورد که: "من عیالوارم. بچه ها دیدند و دلشان خواسته. توی خانه باشد بهتر است!" و خرما را فی المجلس به نرخ روز حساب میکرد و پولش را که عموماً از ده تومان زیادتر

نمیشد، به حجه الشریعه می پرداخت و بعد چک خود را در می آورد و باطل میکرد. حاجی دلش خوش بود که به این وسیله خمس و زکاتش را داده است؛ گیرم عوض این که خرما در بازار خرید و فروش بشود و چک به دست ناشناسی بیافتد، خودش آن را خریده و در ضمن ادای فریضه هم کرده است. **زیناله داهر**

## ادامه مطلب پدیده مرگ... از صفحه ۱۰

نوع انسان در دوران‌های پیش از تاریخ از درک و شناخت پدیده‌های طبیعی چون لرزه، آتش فشان، طوفان، رعد و برق و مانند آنها ناتوان بود و آنها را به نیروهای «ماوراءالطبیعه» یا آن جهانی نسبت می‌داد. بیماری‌هایی چون طاعون و وبا «بلائی آسانی»، «غضب الهی» یا «خشم خدا» نامیده می‌شدند. اما امروز به دلیل تکامل فکری انسان و با بهره‌مندی از نیروی دانش و علم هر کودک دبستانی تمامی این پدیده‌ها را طبیعی می‌داند و رمز و راز آن جهانی یا «الهی» در آنها نمی‌بیند. صدها قرن گذشته اند تا «سحر و جادو» جای خود را به «علم و فلسفه» داده، از «قوم و قبیله»، «ملت» پدید آمده و «خدایان و الهه‌ها» از آسمان به زمین کشانیده شده‌اند.

گرچه انسان از نظر تکامل فکری پیشرفته‌ترین جاندار سیاره زمین به شمار می‌رود، اما از نظر «تکامل اجتماعی» جوان‌ترین و بی‌تجربه‌ترین جانوری است که بر روی کره زمین پدید آمده است.

نوع انسان به طور طبیعی «حیوان اجتماعی» است. از آغاز پیدایش نوع انسان تا کنون گرایش‌های اجتماعی در انسان او را به تشکیل خانواده، قبیله، قوم و ملت واداشته است. هم‌اکنون انسان‌هایی وجود دارند که از مرزهای خانواده، قوم، قبیله و ملت فراتر رفته‌اند و خود را «شهروند سیاره» یا «انسان جهانی» می‌نامند. با آنکه صدها میلیون سال طول کشید تا نوع انسان از دگرگونی و تکامل سایر جانداران پدید آید و با آن که از پیدایش انسان بر روی کره زمین بیش از دو میلیون سال گذشته است اما از دوران ورود نوع انسان به آنچه «تکامل اجتماعی» نامیده می‌شود بیش از چند هزار سال نگذشته است.

نوع انسان از نظر آموختن راه و رسم زندگی اجتماعی و چگونگی رابطه با هم نوع خود جانوری بسیار تازه کار، نو پا و کم تجربه است. با تمام اینها در چند قرن گذشته به دلیل گسترش آموزش و پرورش در برخی از کشورهای جهان و به سبب پیشرفت‌های حیرت‌انگیز علم و اندیشه، جهان تازه و زیبایی‌بر روی نوع انسان گشوده شده است. نوع انسان در جاده «تکامل اجتماعی» با گام‌های بلندی به پیش می‌رود و حتی نشانه‌های یک «خیزش تکاملی»

در جهان دیده می‌شود. تاریخ تمدن بشر با تمام زیبایی‌ها و با همه آفرینش‌های فلسفی، هنری، علمی و ادبی آن، تاریخی خونبار و سرشار از کشت و کشتار است. در طول این تاریخ در هزاران جنگ صدها میلیون انسان به دست هم نوع خود به خاک و خون کشیده شده‌اند. حاکمان خونخوار، شاهان ستمکار، امپراتورهای زورگو و دیکتاتورهای تبهکار بزرگترین آفت ملت و جامعه خود بوده‌اند. در طول تاریخ جهان در تمامی کشورهای جهان شیادان سیاسی - مذهبی ضربه‌های کشنده بر پیکر مادی - روانی نوع انسان وارد آورده‌اند و بزرگترین مانع «تکامل اجتماعی» نوع انسان بوده‌اند. در قرن بیستم به دلیل روی دادن دو جنگ جهانی و پیدایش جنگ‌های پر از کشتار و ویرانی دیگر و نیز به دلیل دستیابی به سلاح‌هایی که می‌توانند نوع انسان را از روی سیاره زمین پاک کنند «پدیده جنگ» با بن بست بی‌سابقه‌ای روبرو شده است. از سوی دیگر به دلیل گسترش آموزش و پرورش، آشنایی ملت‌های جهان با یکدیگر، بیدار شدن ملت‌ها و مخالفت‌های پایان‌ناپذیر مردم آگاه و مبارز جهان با جنگ و با دیکتاتوری و تلاش برای گسترش دموکراسی دوران تازه‌ای در تاریخ فرهنگ و تمدن نوع انسان در حال آغاز شدن است.

در همین قرن ضربه‌های کشنده‌ای بر پدیده‌های استعمار و استثمار وارد شده است. بسیاری از کشورهای جهان به استقلال دست یافتند. بسیاری از دیکتاتورها همراه با دستگاه و نظامیان به گور سپرده شدند. نظام‌های سرمایه‌داری و کمونیستی در کشورهای گوناگون جهان از نظر سیاسی، اجتماعی و به ویژه اقتصادی با شکست روبرو شده‌اند و لزوم دگرگونی کامل این نظام‌ها و بنای نظامی نو بیش از هر زمان دیگر احساس می‌شود. در نظام‌های سرمایه‌داری و کمونیستی جهان جامعه انسانی، حکومت انسانی، اقتصاد انسانی و به ویژه آموزش و پرورش انسانی پدید نیامده است. در هر دو نظام نوع انسان به «اصالت انسان» دست نیافته و در هر دو جامعه ابزار تولید و وسیله مصرف است. در هر دو جامعه دموکراسی واقعی رشد نکرده و اکثریت مردم به دلایل بسیار به «اکثریت خاموش» تبدیل شده‌اند

## ادامه مطلب شکر در خسرو... از صفحه ۱۲

ز شیرین تا شکر فرقی عیانست  
که شیرین جان و شکر جای جانست  
شیرین بیش از آن در تار و بود اندیشه  
خسرو تنیده بود که رهایی از او میسر  
باشد و هر خواسته و هوس آن آتش را  
خاموش کند، پس هنوز زمانی چند از  
وصلت با شکر نگذشته بود که دوباره  
هوای شیرین در اندیشه اش جان گرفت  
و بیدار شد و برای دیدار شیرین در پی  
یافتن راه چاره‌ای برآمد. **لورام رلور**

## ادامه مطلب از در گوشتی‌ها... از صفحه ۲۲

مطلب. یعنی بدون مدرک، سطح بالا و مطلع. وارد کاملاً دانا و روشن. دوستان پیر و دردمند غربتی، به اصطلاح و تکیه کلام خودمان «بیز و قمیز» در نکنید. احتیاجی نیست. همدیگر را نمی‌شناسیم ولی حد فهم و کمال همدیگر را می‌دانیم و دروغ را از راست تشخیص می‌دهیم. خودتان را سبک نکنید. شنونده هم همیشه خوشبایور نخواهد بود.

اند و در پایان به اصالت انسان، ارزش‌ها و اعتبارهای انسانی به شدت توهین کرده‌اند.

«جهان کمونیسم» گرچه به بسیاری از بی‌عدالتی‌های نظام سرمایه‌داری پایان داد اما انسانی را که قرار بود «رها» و «آزاد» شود به بند و زنجیر تازه‌ای کشید، نوع تازه‌ای از «بردگی» را برای بشریت به ارمغان آورد و در پایان در این نظام سیاسی - اقتصادی نیز انسان به بنده و برده، ابزار کار و وسیله دستیابی گروهی اندک به هدف‌های ویژه آنان شد. در تمامی کشورهای جهان کمونیسم بنای نظام «تک‌حزبی» در حال فروپاشی یا در آستانه فرو ریختن است. دیکتاتوری طبقه «اعیان و اشراف کمونیسم» در برابر اصل اصالت انسان سر تعظیم فرود آورده است.

«جهان سوم» یا مجموعه کشورهای عقب‌نگهداشته شده در گرایش به سوی «جهان سرمایه‌داری» یا «جهان کمونیسم» سرگردان و در حال نوسان است. اما از آنجا که ملت‌های جهان سوم از نظر هدف‌های دولت‌های «دوجهان دیگر» ابزار کار یا وسیله‌ای بیش نیستند مردم جهان سوم در اقیانوس فقر، گرسنگی، بی‌سوادی، خرافات، بیماری و بردگی دست و پا می‌زنند و با فریادهای گوش‌خراش در انتظار «منجی» هستند. **لورام رلور**

چون خسرو از کار شکر آگاه شد به تفحص در کار شکر پرداخت و چون گواهانی چند به پاکدامنی او گواهی دادند خسرو کسانی را به خواستاری او فرستاد و به روال سنت، آیین زناشویی برگزار کردند و خسرو شکر را به زنی گرفت و به همراه او راه مداین پیش گرفت، باشد که با حلاوت وجود شکر، اندوه عشق شیرین از سر بیرون کند که زهی خیال باطل.

داوری منصفانه در شناخت مراتب فهم و کمال ضروری است. سه خانم تحصیلکرده و محترم و شاغل می‌شناسم. یکی دکتر روانشناس، دیگری پزشک اطفال و سومی داروساز و اما هر سه خانم فقط محدود در چارچوب رشته تحصیلی در هیچ زمینه‌ای کوچکترین اظهار فضل، اطلاعی و سوادی ابدا ندارند. باید قبول کرد چه بسا عکس این

که نقش‌چندانی در اداره حکومت و سیاست کشور ندارند. در کشورهای سرمایه‌داری «سرمایه‌داران بزرگ» حکومت می‌کنند و در کشورهای کمونیستی «اشراف کمونیسم». در چنین شرایطی است که در بسیاری از کشورهای جهان «اومانیست‌ها» یا هواداران «جامعه انسانی» و اصل «اصالت انسان» به پا خاسته‌اند. این روشنفکران مبارز از مدافعان ارزش و اعتبار انسان و خواستار رهایی، آزادی و جویای حقوق فردی - اجتماعی مردم جهان‌اند. دنیای نوع انسان در آستانه قرن بیست و یکم به طور کلی به سه «جهان» تقسیم شده است:

«جهان سرمایه‌داری» با وجود تمامی پیشرفت علمی، تکنولوژی، اقتصادی و نیز با وجود بنیادگذاری نوعی شیوه کشورداری دموکراسی در آن، «جهان انسانی» نیست. در دموکراسی‌های سرمایه‌داری جهان نوع انسان «هدف» نیست بلکه «وسیله» است و به ابزار تولید «سرمایه» و «ثروت» تبدیل شده است. دولت‌های سرمایه‌داری جهان جنگ‌های هراس‌انگیز و وحشیانه‌ای به راه انداخته‌اند، سرمایه‌ها و دارایی‌های مالی - انسانی ملت‌های ضعیف‌تر را غارت کرده‌اند، بزرگترین پشتیبان و نگهبان بدترین دیکتاتورهای کشورهای عقب‌نگهداشته شده بوده



ادامه مطلب **مشقی تازه** ... از صفحه ۱۹

روزنامه اش را به خانواده اش سپرده و از ایشان خواسته بود که همه را بسوزانند. گاه فکر می‌کنم چرا این خواست او را بسرعت برآوردند. این چیزی نبود که او بتواند درباره آن حکم کند. نویسنده وقتی نوشت دیگر صاحب آن نوشته نیست اگر باید بماند یا نماند مردم و تاریخ باید به آن حکم کنند...

**شاه و فروزانفر**

علی وثوق، فرزند وثوق الدوله تعریف می‌کرد، که استاد بدیع الزمان فروزانفر ادیب و شاعر معروف مورد توجه و محبت شاه بود و به توصیه او سناتور انتصابی شاه شد. همین که در دولت دکتر مصدق شاه تدریجاً عقب رفت و مصدق در کمال محبوبیت جلو افتاد، استاد فروزانفر شعر زیر را به مناسبت عید نوروز برای دکتر مصدق ساخت و برای او فرستاد منظور این شعر است:

**ای مصدق ثنا سزاست ترا،**

**همت اندر خور ثناست ترا،**

**زانکه ز این سرزمین بحول الله**

**دست بیگانه از تو شد کوتاه**

**نفت خواران حیلہ آور پست**

**رشته چاره شان ز تو بگسست**

**راستی را که مرد مردی تویی**

**زانکه با دیو در نبرد تویی**

**گرچه انگیخت او به حیلہ سپاه**

**یک سر مو دلت نگشت از راه**

**سختی مختصر بگویم من**

**در دلت نیست جز که مهر وطن**

**عید نوروز بر تو فرخ باد**

**هرچه پرسى ز بخت پاسخ باد**

شاه از این موضوع بسیار رنجیده بود و به روی خود نیاورد. تا اینکه ۲۸ مرداد پیش آمد و طبقات مختلف به عنوان عرض تبریک در کاخ گلستان به حضور رسیدند. علی وثوق به عنوان معاون تشریفات دربار پشت سر شاه بود تا برابر فروزانفر و دکتر عمید، رئیس دانشکده حقوق که کنار او رسیدند ناگهان صورتش برافروخته و به حالت عصبانیت گفت: دو رو را دیده بودیم. چند رو را ندیده بودیم.

فروزانفر را وضع را بد دید خود را نباخت و رو کرد بطرف دکتر عمید و با صدای بلند گفت: آقای دکتر عمید چه کرده اید که اینقدر مورد بی مهری ملوکانه قرار گرفتید. دکتر عمید که از سوابق امر اطلاعی نداشت این خطاب را بخود گرفت و با ناراحتی مجلس را ترک کرد و تا چند روز بیمار بود.

او همچنین مطالبی پیرامون نحوه اصلاح و تنظیمات امور دولتی نوشته و با پیشنهاداتی در مورد مجلس قانونگذاری رساله اش را به پایان می‌رساند. (نقل از کتاب سنت و مدرنیته از دکتر صادق زیباکلام)

**دو وصیت صادق چوبک چه بود؟!**

سیمین بهبهانی در کتاب «یاد چندتن نفرات» خود درباره صادق چوبک هم مقاله ای نوشته است که قسمتی از آن نوشته چنین است: چوبک قلمی جذاب، نثری پخته و بی نقص و موثر دارد. زندگی را آنطور که هست نشان می‌دهد. بیشتر به چهره ناساز آن یعنی زندگی راندگان و ماندگار جامعه نظر دارد. دردها را می‌شناسد. قهرمان های او طبیعی و ساده و بز کند. از باز گفت الفاطی که دسته های گوناگون مردم با آن سخن می‌گویند نمی‌هراسد. زبان سطوح بالا و پست را خوب می‌شناسد. از به قلم درآوردن الفاظ کبک نیز چنانچه لازم باشد باکی ندارد. اما مثل بعضی دیگر از نویسندگان در افراط نمی‌کوشد. توجه او به خرد و ریزهایی که هدف را نامستقیم بیان می‌کند ستودنی ست. چوبک همین دقت و ژرف بینی را در سنگ صبور به کار می‌گیرد. چوبک دو، سه بار به خارج از ایران سفر کرد و بازگشت اما در ۱۳۵۵ نخست در انگلیس سپس برای همیشه در آمریکا اقامت کرد. شاید عشق فرزندی که در آنجا به تحصیل مشغول بود او را به این مهاجرت واداشت و شاید هم از اوضاع ایران دلخوش نبود. بعد از برکناری مصدق در بیست و هشت مرداد ۳۲ بسیاری از روشنفکران نومید و در لاک حال خود خریدند. چوبک در این شرح می‌گوید: بدبختانه طولی نکشید که کودتای ۲۸ مرداد پاک و ایران عزادار شد و این سوگواری تا همین امروز ادامه دارد. چوبک در همه سال های اقامتش در خارج از ایران بسیار تندخو و کم معاشرت شده بود. به همه چیز و همه کس به دیده احتیاط می‌نگریست. شنیدم که در گذشته و وصیت کرده است که جسدش را بسوزانند و خاکسترش را به اقیانوس بیفشانند. گفتم می‌دانست که آبهای جهان بهم پیوسته اند. او ذرات خاکسترش را به کرانه بوسی بندر بوشهر فرستاده است تا پابوس ایران عزیزش باشد. به وصیت او عمل شد. یک وصیت دیگر هم کرده بود که ای کاش به آن عمل نمی‌شد. یادداشت های

**اگر برای یک اشتباه هزار دلیل بیاورید، در واقع هزار و یک اشتباه از شما سرزده است. «ابن سینا»**

ادامه مطلب **انرژی مثبت** ... از صفحه ۲۸

در ورودی باشد ناخودآگاه احساس ناامنی خواهید کرد. زیرا اتاق خواب شما در معرض دید است. در مورد آشپزخانه نیز مدام احساس گرسنگی خواهید کرد. در عوض بهتر است اتاق نشیمن روبه روی در ورودی باشد. توصیه می‌شود مقابل در ورودی فرش نرمی پهن شود. در صورت امکان گذاشتن یک کنسول و گلدان طرح دار روی آن، مناسب خواهد بود. دیوار روبه روی در ورودی محل مناسبی برای نصب دعاها و نمادهای مذهبی است.

**آماده سازی نهایی**

اکنون دیگر می‌دانید که قصد دارید به پالایش چه میزان از انباشتگی بپردازید. پس چند جعبه مقوایی یا کیسه زباله دم دست بگذارید تا همچون امدادگران کمکتان کنند. اگر خواستید از جعبه استفاده کنید می‌توانید آنها را چنین نامگذاری کنید.

♦ **جعبه آشغال:** محتوای این جعبه دورانداختنی است و وارد سطل زباله می‌شود. ♦ **جعبه تعمیرات:** محتوای این جعبه همه اقلامی است که مطمئن هستید می‌خواهید نگاهشان دارید ولی به تعمیر یا ایجاد تغییر نیاز دارند.

♦ **جعبه معامله:** محتوای این جعبه همه اقلامی است که می‌خواهید بفروشید یا ببخشید یا مبادله و معاوضه کنید.

♦ **جعبه اقلام عبوری:** محتوای این جعبه همه اقلامی است که باید به جای دیگری در خانه تان تغییر مکان بدهند.

♦ **جعبه تردید:** محتوای این جعبه اقلامی است که هنوز نمی‌دانید می‌خواهید آنها را نگه دارید یا دور بیندازید.

♦ **جعبه هدایا:** شامل اقلامی است که می‌خواهید به دوستان یا خویشاوندان هدیه دهید.

♦ **جعبه امور خیریه:** شامل اقلامی که می‌خواهید به سازمان های خیریه مدارس یا کتابخانه ها هدیه کنید.

♦ **جعبه مرجوعی:** شامل اقلامی که می‌خواهید به صاحبانشان بازگردانید.

ادامه مطلب **در آمدی بر** ... از صفحه ۷

هنرپیشگان، تهران، ۱۳۳۴، ص ۴۲  
(۵) ایرج پارسى نژاد، روشنگران ایرانی و نقد ادبی، تهران، ۱۳۸۰، ص ۱۵۹  
(۶) پرویز نائل خانلری، نخستین کنگره نویسندگان ایران، تهران ۱۳۲۵، ص ۱۲۸  
(۷) عباس میلانی، تجدد و تجدد ستیزی در ایران، تهران، ۱۳۸۱، ص ۲۲۰  
(۸) پرویز نائل خانلری، همان منبع، ص ۱۵۷  
(۹) فریدون آدمیت، اندیشه های میرزافتحلی آخوندزاده، تهران، ۱۳۴۹، ص ۳۲-۴۱  
(۱۰) باقر مومنی، چهار تیاتر میرزا آقا تبریزی، تبریز، ۱۳۳۵، ص ۱۳-۱۵ **ارامه راور**

وقتی تجهیزاتی می‌خرید جعبه اش را به مدت ضمانت اش نگهدارید و بعد دور بیندازید. به این بهانه که شاید یک روز بخواید اسباب کشی کنید و برای بسته بندی به جعبه نیاز داشته باشید، آن را برای ابد نگاه ندارید و اگر ناچار به نگهداری جعبه شدید مقوایش را به صورت مسطح نگاه دارید تا جای کمتری بگیرد. در این صورت از انرژی خالی هم خبری نخواهد بود.

**ورودی خانه**

ورودی، فضای ارتباطی بین دنیای بیرون و آشیانه گرم و نرم شماست. در این مکان است که افراد و انرژی ها داخل و خارج می‌شوند. از نظر فنگ شویی در ورودی خانه دهانه خانه است زیرا انرژی حیاتی مکان ها (انرژی چی) پس از ورود به خانه بلافاصله در تمام اتاق ها پراکنده شده و در زندگی اشخاص جریان می‌یابد.

ورودی اصلی خانه را نباید به انبار و محل نگهداری اشیای اضافی تبدیل کرد. آسانسور، راه پله ها و راهروی ساختمان باید روشن و عریض باشد. تا انرژی بتواند بدون محصور شدن وارد شود و آزادانه حرکت کند. از آویزان کردن رخت آویز در این فضا خودداری کنید. نصب یک لوستر با کریستال های کوچک باعث افزایش انرژی مثبت و مفید می‌شود. اگر این کار با سبک دکوراسیون شما سازگاری ندارد از لامپ های هالوژن یا نورافکن های کوچک چند جهته استفاده و نور را به چهار گوشه ورودی پخش کنید.

اگر ورودی کوچک است یک آینه بزرگ در آن نصب کنید ولی مراقب باشید آینه را جلوی در ورودی قرار ندهید زیرا از نظر فنگ شویی این کار انرژی مثبت را بازپس می‌فرستد. در سرویس های بهداشتی نباید آینه روبه رو قرار گیرد زیرا انرژی وارد آنجا شده و تحلیل خواهد رفت. اتاق خواب و آشپزخانه نباید روبه روی در ورودی باشند اگر اتاق خواب روبه روی

(۱) میرزا فتحعلی آخوندزاده، مکتوبات کمال الدوله، نسخه خطی، کتابخانه ملی ایران، شماره ۱۱۲۳، ورق ۶، میرزا آقاخان کرمانی، سه مکتوب، نسخه خطی، مجموعه ادوارد براون، کتابخانه کمبریج، شماره L5(9)3V, 1688R  
(۲) محمدرضا شفیعی کدکنی، ادوار شعر فارسی از مشروطیت تا سقوط سلطنت، تهران، ۱۳۵۹، ص ۳۵  
(۳) محمدتقی بهار، «بهار و ادب فارسی» مجله دانشگاه تهران، ۱۲۹۷، ش ۳، تهران، ۱۳۵۱، ص ۳۹۲  
(۴) نیما یوشیج، ارزش احساسات در زندگانی

### ادامه مطلب قوزی خندان... از صفحه ۲۶

روی بام حمام پنجره های شیشه ای بود تا نور خورشید به قسمت های مختلف داخل حمام بتابد و آن را روشن کند. عباس قوزی یکی یکی پنجره ها را از بالا نگاه می کرد تا فروغ را پیدا کند. او تن و بدن زندهای لخت را می دید ولی چشمش فقط به دنبال فروغ بود. بالاخره او را در زیر یکی از دوش ها دید. فروغ به خود صابون زده بود و زیر دوش خودش را آب می کشید. عباس قوزی به مجرد آنکه چشمش به فروغ افتاد از حرکت ایستاد. مثل گرسنه ای که از پشت شیشه به غذا نگاه می کند او را زیر نظر گرفته بود. او بلد نبود چیزی بگوید. اما تمام وجودش در درون فریاد می زد: ای کاش شانه گیسوی تو بودم. ای کاش لنگ دور کمرت بودم. ای کاش کیسه و لیف حمامت بودم و روی تن و بدن از گل نازک ترت می غلتیدم.

فروغ بی خبر از آن که بداند چشم های تیز عباس قوزی او را زیر نظر دارد با حالتی که ناز و ادا و عشوه جوانی و دوران پس از بلوغ در آن موج می زد به سر و گردنش دست می کشید. گاه سینه هایش را مالش می داد و یا نقاط دیگر اندامش را لمس می کرد.

عباس قوزی نیز در آن بالا برای خودش عالمی داشت. بی صدا و با دهانی باز در حال از رفتن بود و تازه می فهمید که غیر از گذاشتن قماش پشت کول کارهای دیگری هم می توان کرد.

او همچنان در حال لذت بردن بود که ناگهان صدای مؤذن از پشت بام بغلی به گوش رسید. صلوة ظهر بود و وقت نماز. مؤذن میچرخید تا صدایش به تمام اطراف برسد. اما وقتی نگاهش به پشت بام افتاد و متوجه عباس قوزی شد یک الله اکبر بلند گفت و سپس سر عباس قوزی فریاد کشید: «پدر سوخته بی ناموس اونجا چکار می کنی؟! خجالت بکش برو گمشو!»

عباس قوزی بلافاصله از آنجا دور شد و خود را از درخت به کوچه حمام رساند. او نشسته به دیوار تکیه زد و منتظر فروغ ماند تا از حمام خارج شود. حالا خنده های عباس قوزی کمتر شده بود. گاه می خندید و گاه به فکر فرو می رفت. گاهی اوقات هم می گفت: «از این آدم ها خوشم نمی آد. اونا حقم رو خوردن!»

دلخوری حالای او به این خاطر بود که وقتی مادرش زنده بود چند بار یواشکی او را سر نماز دیده بود که در حال تسبیح انداختن از امامان کمک می طلبید تا عباس را عاقبت به خیر کنند. یک بار هم دیده بود که مادرش سر به آسمان بلند کرده بود و می گفت: «خدایا حالا که حق پسرمو ازش گرفتی و او را قوزی کردی

### ادامه مطلب خاطرات زمان... از صفحه ۳۷

اما به خرجش نمیرفت و پی در پی سرزنشم میکرد که راست نمیگفتی که مرا دوست داشتی. آنقدر گفت و گفت تا عصبانی ام کرد و بر سرش فریاد زد. انگار که به پاسخ سئوالش رسیده باشد، با خوشحالی و شغفی عجیب خندید و گفت: «حالا فهمیدم که راست میگی. ولی ازت خواهش میکنم یکبار دیگه بیا خونه ما و باهاشون حرف بز. میدونی که من نمیتونم چیزی بگم.»

اینکار از من بر نمی آمد. زیرا اگر خود آنها را پیش میگذاشتند، میشد توجیه کرد، اما اگر من با اصرار میخواستم آنها را راضی به پذیرشم کنم، و در صورتیکه برایم سانحه ای پیش میآمد، در برابر ملامت های اقوام او، هیچ پوزشی قبول نمیشد. گفتم: «تو اگر مرا دوست داری، سعی کن

### ادامه مطلب یک سینه سخن... از صفحه ۸

فروش فروش از بلیغ می پرسد: «پول نقد داری؟!» می گوید: «هزار تومان نقد دارم و بقیه در هتل است. بیائید بگیری.» و چنان زل خود را خوب بازی می کند که فروش فروش صد در صد مطمئن می شود که او خارجی است و پول را در هتل تحویل می دهد.

جوان قالیچه به دست را قانع می کند که ده هزار تومان الان بگیرد و وقتی ۴۰ تا را گرفت ده تایی دیگر به او می دهد. پسرک ده هزار تومان را می گیرد و می گوید: «همین جا می نشینم و منتظر می مانم.» فروش فروش و سیدمهدی بلیغ به طرف هتل راه می افتند و سیدمهدی به هر فروش فروشی که می رسید نگاه می کرد. فروش ها می انداخته و فروش فروش طمعکار نیز همراهش بوده. در یکی از همین بازدیدها سید مهدی که گریم کرده بوده و عینکی به چشم داشته و ریش بزی گذاشته بود، همه را عوض می کند و در میان هیاهوی بازار گم می شود.

### ادامه مطلب یار صمیمی... از صفحه ۱۷

او در طول مدتی که از کهریزک دور بود همیشه دلش با کهریزکیان بود و با پاره ای همکاران به ویژه مددجویان مکاتبه و تماس تلفنی داشت و از حقوق بازنشستگی اش برای بعضی که نیازمند، حتی تا یک ماه قبل از فوتش پول حواله

فروغ لخت و عور در حالی که از قسمت های مختلف بدنش خون جاری شده بود روی زمین افتاده بود. پارچه ای که عباس قوزی با آن دهان فروغ را بسته بود هنوز روی دهانش قرار داشت. عباس قوزی هم در کنج دیوار زیرزمین نشسته بود و در

ادامه مطلب **گاتها با گذشت** ... از صفحه ۱۴

آیین هایی که یونانیان دربارهٔ مغان مادی نوشته اند تا جایی با آنچه که در اوستای پسین آمده، جور می آید و این نشان دیگری از آمیزش پیام پاک زرتشت با آیین کهن آریایی است.

دربارهٔ اشکانیان نیز آگاهی اندک است زیرا ساسانیان بر آن کوشیدند که هر چه کمتر از آنان نام و نشانی بماند. از روی ساختمان های ویرانه و سنگ نگاره ها و پول ها می دانیم که در برابر آتشی فروزان نماز می گزاردند و آتشکده هایی به پیکر برج می ساختند که امروز آن را به زبان تازی "منار" که به چم همان "آتشگاه" است، می دانیم و در هر مسجد می باییم. در دینکرد یاد شده که پس از تاخت و تاراج اسکندر مقدونی که نوشته های دینی را نابود کرد، آن بلاش یکم، شاه اشکانی (۵۱ تا ۷۸ ترسای) بود که فرمان گردآوری و بازسازی اوستا را داد و همین گردآوری بود که در زمان خسرو انوشیروان (۵۲۱. ۵۷۹)، با بیرون آوردن برخی نوشته ها، پاک سازی گردید و در ۲۱ نسک چون کتاب دینی شناخته شد. گاتها و سخنان یاران در یک نسک آمد و به همان نام "ستوت یسن" به پهلوی خوانده شده و نسک های دیگر را که دارای آیین و دستور و فرمان و کشورداری و دانش های روز بودند، چون گزارشهای گاتها شمردند.

از دینکرد و شایست نشایست، دو کتاب پهلوی که در صدهٔ نهم ترسای نوشته شده اند، پیدا است که موبدان گاتها و ساختارش را خوب می شناختند و آغاز و پایان و شمارهٔ سرودها، بندها، بیتها و واژه ها را داده اند. نوشته های دیگر آن زمان و پستر نشان می دهند که با آنکه گاتها جایگاهی بس والا داشت، آن آیین ها بودند که کار روزانه موبدان و دیگر بهدینان بودند. نگاهی به برگردان و گزارش اوستا، بویژه گاتها، بس است که بدانیم زبان اوستا دیگر فهمیده نمی شد و آن برگردان و گزارش بود که خود تا اندازه ای نادرست بود، شناسایی سرودهای زرتشت بود. گاتها به اندازه ای والا بود که از دریافت و فهم مردم بالاتر بود.

**روزگار پس از تاخت و تاراج تازی**  
در این روزگار بود که تازیان تاخته

بایستی آن را به همراه داشته باشید. مراحل گرفتن کارت شناسایی ایالتی مشابه مراحل گرفتن گواهینامه است به جز اینکه معاینه چشم ندارد و امتحانهای رانندگی نمی دهید. گرفتن

ادامه مطلب **مهاجرت به** ... از صفحه ۲۷

مسائلی مانند گرفتن و آزاد کردن غیر قانونی ها، وضعیت شهر های امن برای تحصن غیرقانونی ها، صدور تصدیق رانندگی برای چنین اشخاص، وغیره، شاید موضوعات جنجالی مورد توجه باشند ولی مسائل عمقی تر امور اداری مهاجرت از قبیل اصلاحات مورد نیاز در رسیدگی به پرونده های در جریان، بخصوص از نقطه نظر طول زمان تکمیل مراحل مختلف، احتمالاً در اولویت رفرم های جدید خواهند بود.

هزینه های شروع پرونده مهاجرت از ۲۳ دسامبر ۲۰۱۶ تغییراتی کرده است که شما می توانید با تماس با دفتر ما و یا هر دفتر دیگری اطلاعات لازم را دریافت کنید.

در مورد برنامه ویزای EB5 تیم ترامپ هنوز اظهار نظر قاطعی نکرده است ولی با توجه به ثبات اقتصادی آمریکا نسبت به سایر ممالک پیشرفته و تأکید ترامپ بر رشد رقابتی در اقتصاد جهانی احتمال تمدید این برنامه ماورای ماه آوریل آینده بالاست. پیشنهاداتی هم اکنون در کنگره مورد بحث است که به موجب آن از ۲۸ آوریل به بعد رقم

Copyright © 2017 Law Office of Robert Abedi, All rights reserved.

ادامه مطلب **گزارش و نمره های** ... از صفحه ۲۷

امروزه «کردیت اسکور» علاوه بر اینکه برای تعیین وضعیت وام درخواستی شما تعیین کننده است، بلکه برای موارد بسیار زیاد دیگری هم مورد استفاده قرار می گیرد. از جمله درخواست شما برای اجاره یک آپارتمان، درخواست برای کار، خرید بیمه، خرید یک تلفن همراه و یا حتی درخواست یک کارت اعتباری جدید.

بهترین راه برای داشتن اعتبار سالم، پرداخت به موقع بدهی های موبوط به کارت های اعتباری و یا وام های شما می باشد. اگر به پنج عاملی که در بالا

از طرز دعوی زن و شوهر، به خوبی می توان فهمید که میزان تربیت، فهم و فرهنگ آنها تا چه اندازه است. «ارسطو»

ادامه مطلب **در یافت گواهینامه** ... از صفحه ۳۸

معمولاً این اشخاص را میتوانید در محدوده شعب DMV ببینید که مشغول دادن آموزش به سایرین هستند. می توانید از آنها کمک بگیرید و از آنها بخواهید که با ماشین خود شما را برای گذراندن تست همراهی کنند.

به یاد داشته باشید که برای گذراندن آزمون بایستی مدارک بیمه ماشین را به

## Introducing Ryan Aryan Khojasteh



*Hello everyone, first of all thanking you for taking the time to read this. I am honored and humbled to be featured on Pezhvak after becoming appointed by the San Francisco Board of Supervisors to the Immigrant Rights Commission at City Hall.*

### Tell us about yourself.

My name is Ryan Aryan Khojasteh, I am 23 years old, and was born and raised in Campbell. I attended high school at Bellarmine College Preparatory, and then I went to college at Santa Clara University. I studied Political Science and French and graduated this past spring. I am currently a first year law student at UC Hastings in San Francisco. My parents came to the United States to flee the revolution of 1979 and to finish their education. Because of their experiences leaving their home and coming to a new country, I developed an interest in politics and world affairs from an early age. I always wanted to know why the world was the way it was, and what can be done to fix all the injustices that go on.

To understand how the world works and why things are the way they are, one needs to be involved, to go out there and learn from people. I helped register voters for Obama's 2012 campaign. I was a homework tutor for underprivileged students in San Jose. I traveled to Costa Rica for a summer to be a kindergarten teacher. I worked with Iranian immigrants and taught them English as well as helping fill out their citizenship forms at Pars Equality Center. I worked at Congressman Honda's office and helped with student visas and issues arising from Embassies throughout the world.

I have learned a lot from the people I've met, their stories, and what the American dream means to them. I have also learned that there is a lot of work that needs to be done in

this country. We have this idea of America is, and we need to work hard to make sure that these opportunities and freedoms available in this country are accessible to everyone, from all walks of life.

### How did you become a Commissioner and what does it mean?

When I moved to San Francisco for law school, I knew I wanted to continue to be involved and make a difference. This election has caused a lot of worry, a lot of fear. It was an attack on our ideals and values – respect, kindness, and the celebration of the diversity in our country. I sought out a position in City Hall, on the Immigrant Rights Commission. I testified before the Board of Supervisors, and I was honored to be unanimously appointed to a two-year term. These next few years will be difficult, as the incoming president has criticized San Francisco's status as a sanctuary city, and has promised to cut federal money coming into the city. I will have the opportunity to go out into the community and learn more about the worries of immigrants living in the city and the county, and sit down with the Mayor and Board of Supervisors and recommend action and advocate for issues. I am looking forward to this opportunity to work hard for a community that works hard for this country, to preserve and protect the rights and quality of life of immigrants.

### What is one thing that you would like people to take away from this article?

This country, this state, and this area needs a new generation of



Chinese astrology is the divination of the future from the Chinese calendar, which is based on astronomy, and ancient Chinese philosophy (theory of the three harmony: Heaven, Earth and Water). In particular, it is based on the sexagenary cycle of 60 years that has been documented since the time of the Shang Dynasty at the latest. This basic cycle has been constructed from two cycles: the 10 heavenly stems (the five elements in their yin and yang forms) and the 12 earthly branches, or the 12-year cycle of animals referred to as the Chinese zodiac. The Chinese animal zodiac also operates on a cycle of months or 'moons' and of hours of the day so it is the time calculation of the year, month, day and hour.

Why is the Chinese zodiac system so important? As an important part of the traditional Chinese Culture, the Chinese Zodiac has long been recognized, accepted, taken by consensus, and penetrated into the daily lives of the Chinese people. Everyone, from the day that they are born, has a unique animal sign accompanying them throughout their lives. It is a birth symbol and mascot, and they each have a different symbolic meaning for each person that affects their behaviors, characters and destiny. Through these symbols, things like fortune, wealth, family, spouses, and many other aspects of life can be seen.

The zodiac provides guidance for people on how they live their lives. For example, when finding their mates, Chinese people hope to find the person with the animal sign that is compatible with their own symbol best. It assigns an animal to each year in a repeating twelve year cycle.

The Five Element Theory is a Chinese philosophy used to describe interactions and relationships between things. The five elements: wood, fire, earth, metal, and water are believed to be the fundamental elements of everything in the universe between which interactions occur. Each element has its own characteristics and associations with different aspect of nature, such as direction, season, color, shape, and so on,

The theory of the five elements thinks that the world is composed of these five elements and changes with their generation or controlling relationships.

*Continued on Page 57*

leaders. We need the youth to become involve and fight for what is right. I have been working to have fellow classmates join other Commissions at City Hall as well. I hope to encourage as much civic participation as I can. I do not want people to feel defeat, but I want people to find hope. It is up to my generation to envision an America that will be better off for our children. In order to achieve this, we need young people to fight for important issues, to

volunteer and to run for office. We do not have enough Iranian Americans representing our community in politics. I want to tell that young first generation Iranian-American student, that if you believe you can do something, you can. Sometimes all it takes is a little research, a phone call and setting up a meeting. And you're on your way to making a difference. If I can do it, you can too. I look forward to this new generation of leaders. Let's get to work.



**Caroline Nasser**  
Accident Lawyer

Beginning in 2016, the Affordable Care Act (ACA) requires certain employers to report health coverage information to the IRS and to furnish a statement about health coverage to their employees on an annual basis. The IRS will use the information to enforce the ACA's "shared responsibility" provisions (sometimes referred to as the individual and employer mandates) and to administer premium tax credits. The reporting requirements differ based on the size of the employer and the type of coverage the employer sponsors.

**Deadlines:** For the 2015 calendar year, the forms must be filed with the IRS no later than February 29, 2016 (or March 31, 2016, if filed electronically). However, you must furnish a copy to your employees (and certain other non-employees) by February 1, 2016 (usually January 31, but in 2016, January 31 is a Sunday).

**Glossary:** A number of factors must be considered when determining whether you are subject to these reporting requirements, including whether you are part of a controlled group and the type of coverage that you provide. Here we define some key terms:

**Controlled Groups:** A group of employers treated as a single employer under section 414(b), (c), (m) or (o) of the Internal Revenue Code are counted as a single employer to determine whether together they employed 50 or more full-time and FTE employees in the prior calendar year. However, each individual employer is required to separately report with respect to its common law employees.

**Fully Insured Coverage:** Generally, the insurance company assumes the health insurance risk. Most small to mid-size employers offer fully insured health plans.

**Self-insured Coverage:** Generally, the employer assumes the risk and pays participants' claims out of its general assets or a trust.

**Small Employers (Fully Insured):**  
**Who handles reporting?**

Your insurer. If you offer a fully insured

## ACA Reporting: What You Need to Do to Comply

health plan and had less than 50 full-time and full-time equivalent (FTE) employees in the 2014 calendar year (or during a shorter transition period for 2014), you are not required to file these forms. Your insurer is responsible for filing the required forms with the IRS and furnishing a statement to your employees.

**Small Employers (Self-Insured):**  
**Who handles reporting?**

The employer. Generally, if you had fewer than 50 full-time and FTE employees in the 2014 calendar year and have a self-insured health plan, you must complete and furnish Forms 1095-B to the enrolled individuals and file Forms 1095-B and 1094-B (transmittal) with the IRS.

**What to report on Form 1095-B:**

**Part I:** The individual's name, Social Security Number (SSN) or date of birth if the SSN is unavailable, and address, and a letter identifying that the coverage is employer-sponsored coverage;

**Part III:** Your company's name, employer identification number (EIN), address, and phone number;

**Part IV:** Each covered individual's (including the employee and his or her spouse and/or dependents) name, SSN or date of birth (if SSN is unavailable), and the months he or she was covered by the plan for at least one day.

**Note:** Employers reporting self-insured coverage do not complete Part II of the 1095-B.

**Small Employers (No Insurance):**  
**Who handles reporting?**

Reporting is not required.

Generally, if you had fewer than 50 full-time and FTE employees in the 2014 calendar year and don't offer health coverage, you are not subject to these reporting requirements.

**Large Employers (Fully Insured):**  
**Who handles reporting?**

The employer and the insurer.

Generally, if you had 50 or more full-time and FTE employees in the 2014 calendar year and offer fully insured health coverage, you must complete and file Forms 1095-C and 1094-C.

**Forms:** Complete and furnish Form 1095-C (Parts I and II completed) to full-time employees and file Forms 1094-C and 1095-C with the IRS. Do not complete Part III of the 1095-C; the insurer will report the coverage information on Forms 1094-B and 1095-B. You must furnish and file a 1095-C for each employee who was a full-time employee (30 or more hours on average per week) for

any month of the calendar year.

**What to report on Form 1095-C:**

♦Employee's name, SSN, and address;

♦Employer's name, EIN, telephone number, and address;

♦For each month, a code indicating whether coverage was offered and to whom it was offered (e.g., employee only; employee and dependents);

♦The employee's share of the monthly premium for the lowest cost self-only coverage (in certain cases, this line can be left blank);

♦For each month, a code indicating that a 4980H safe harbor or other situation applied (e.g., the employee enrolled in coverage or was not a full-time employee).

**Large Employers (Self-Insured):**  
**Who handles reporting?**

The employer. Generally, if you had 50 or more full-time and FTE employees in the 2014 calendar year and offer self-insured health coverage, you must complete and file Forms 1095-C and 1094-C.

**Forms:** Complete and furnish Form 1095-C to full-time employees (whether or not enrolled in coverage) and any part-time employees (or certain other non-employees, such as retirees) enrolled in coverage and complete and file Forms 1095-C and 1094-C with the IRS.

♦For full-time employees not enrolled in the self-insured coverage for any months of the year, only complete Parts I and II of Form 1095-C.

♦For full-time employees enrolled in the self-insured coverage for any months of the year, complete Parts I, II, and III.

For part-time employees and other enrolled non-employees (such as retirees who were not full-time employees for any part of the year), complete

*Continued from Page 57*

**Spirituality...**

It not only affects the human's destiny but also makes the universe and its creatures cycle constantly. In China, the theory is a very important part of traditional Chinese culture and mostly used in philosophy, traditional Chinese medicine as well as Astrology and Divination. Chinese astrology asserts that personality and luck are determined by both zodiac sign

Part I, line 14 of Part II, and Part III.

**What to report:**

See the *Large Employers (Fully Insured)* section above for data elements required. For Part III, report each covered individual's (such as the employee and his or her spouse and/or dependents) name, SSN or date of birth (if SSN is unavailable), and the months he or she was covered by the plan for at least one day.

**Large Employers (No Coverage):**  
**Who handles reporting?**

The employer. Generally, if you had 50 or more full-time and FTE employees in the 2014 calendar year and don't offer health coverage, you must complete and file Forms 1095-C and 1094-C.

**Forms:** Complete and furnish Form 1095-C, Parts I and II to full-time employees and complete and file Forms 1095-C and 1094-C with the IRS. You must file a 1095-C for each employee who was a full-time employee for any month of the calendar year.

**How to Prepare:**

If your company is subject to these reporting requirements, start gathering necessary data in order to meet the applicable deadlines. If you file late, you may be subject to a penalty up to \$250 per form (\$500 if both the forms issued to the individual and to the IRS are late).

**Note:** ADP can provide you with the payroll data available in RUN Powered by ADP® (RUN). You will need to work with your insurance carrier, benefits administrator, or broker to obtain the health insurance information needed to complete the forms.

Also, consider how you will communicate information about the new form to employees. Because employees will receive the form for the first time in January 2016, consider letting employees know that they will need to use the information to prepare their 2015 tax return. If your insurer is responsible for providing the forms, consider coordinating your communication strategy with your insurer.

(element) and 12-year cycle element, while life force (or Chi) is determined by birth date and time.

It is through the combination of all this knowledge that we can generate someone's chart using their birth information. This can help them better understand the meaning of their character and life path, show them their strength and weaknesses and how to utilize all of this information for a better, more peaceful, and more meaningful life.



**WHY DO YOU  
NEED A WEBSITE?**

**WHY NOT?  
YOUR COMPETITION  
HAS ONE!**



**We build beautiful websites!**

Business Websites, Landing Pages and eCommerce

408-913-6060 | [www.conuremedia.com](http://www.conuremedia.com)



*Eli.G* foto

Weddings | Maternity and Newborn

[eligfoto.com](http://eligfoto.com) | 408-913-6070

WE SOLVE YOUR CREDIT PUZZLE

# The Credit Repair Specialist

www.enrichfn.com



گردیت خوب سرمایه شماست



با مدیریت  
آرین اقبالی

California's #1  
Credit Repair Company

معتبرترین و بزرگترین نام در عرصه ترمیم، تصحیح و بهبود گردیت آرین اقبالی



800 790 4240



Caroline Nasserri  
Attorney at Law

# کارولین ناصری

وکیل رسمی دادگاه های کالیفرنیا و فدرال

با بیش از ۲۸ 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