



کم نظیرترین کاشی کاری ایرانی در شمس العماره، یکی از بناهای موجود در مجموعه کاخ گلستان که در ضلع شرقی قرار گرفته و بلندترین بنای این مجموعه می باشد.



علی مقدمی

وکیل رسمی دادگاه های ایالتی و فدرال

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

(408) 332-5885

شان انصاری

مشاور سرمایه گذاری در املاک

نامی آشنا و مشاوره مطلع و مطمئن
در امور خرید و فروش املاک در پی اریا

با بیش از ۳۰ سال تجربه

(408) 529-4574

www.ShawnAnsari.com



DRE #01088988

SHAWN ANSARI PRESENTS

شان انصاری

نامی آشنا و مشاوره‌ی مطلع و مطمئن در امور خرید و فروش املاک در بی‌اریا
با بیش از ۳۰ سال تجربه

Expertise You Need, Results You Can Count On!



SOLD - Represented Seller
Portola Valley



SOLD - Represented Seller
Saratoga



SOLD - Represented Seller
Santa Clara



SOLD - Represented Buyer
Brooke Acres, Los Gatos



SOLD - Represented Buyer
Burgoyne, Mountain View



SOLD - Represented Buyer
Oak Drive, Menlo Park

Shawn Ansari, Realtor
MS, e-PRO, Certified SRES, SFR, Probate

(408) 529-4574

www.shawnansari.com

Shawn.Ansari@Compass.com

DRE: 01088988

Compass is a real estate broker licensed by the State of California and abides by Equal Housing Opportunity laws. License Numbers 01079009 and 01272467. All materials presented herein is intended for information purposes only and is compiled from sources deemed reliable but not verified. Changes in price, condition, sale or withdrawal may be made without notice. No statement is made as to accuracy of any description. All measurements and square footage are approximate.

COMPASS

THE LAW OFFICES OF
CAROLINE J. NASSERI

(800)525-6060

وکیل تصادفات و صدمات بدنی
Accident & Personal Injury Attorney



Caroline Nasserri
Attorney at Law

کارولین ناصری

وکیل رسمی دادگاه های کالیفرنیا و فدرال

با بیش از ۳۲ سال تجربه

- ✦ تصادفات اتومبیل، موتورسیکلت و عابر پیاده
- ✦ صدمات شدید بر اثر تصادفات
- ✦ مرگ بر اثر تصادفات
- ✦ صدمات ناشی از حمله حیوانات

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

Fax: (408) 278-0488

Website: carolinenasserilaw.com

675 North First Street, San Jose, CA 95112

نخستین کنفرانس خبری رئیسی سایه سنگین جنایت علیه بشریت

فرامرز داور

«ابراهیم رئیسی»، رئیس جمهوری منتخب ایران در اولین کنفرانس خبری خود پس از اعلام پیروزی، پیامی واضح برای غرب فرستاد: «شرایط کشور تغییر کرده است.» لحن و بیان رئیسی در پاسخ



جمهوری آمریکا با یک کلمه «خیر»، ابراز علاقه‌مندی به روابط بیشتر با چین و آمادگی برای مناسباتی بهتر با کشورهای منطقه با اشاره‌ای گذرا به عربستان سعودی و اعلام این که سرنوشت کشور را با «برجام» گره نمی‌زند، بیش از هر کس احتمالاً آیت‌الله خامنه‌ای را خشنود می‌کند.

حکومت ایران در ماه‌های اخیر به خط شده است تا در مذاکرات غیرمستقیم با آمریکا، تحریم‌های دوره «دونالد ترامپ»، به ویژه تحریم‌های اتمی پیش از آغاز ریاست جمهوری جانشین «حسن روحانی» رفع شده باشد.

جمهوری اسلامی علی‌رغم تهدید چهار سال پیش آیت‌الله خامنه‌ای که گفته بود در صورت خروج آمریکا از برجام، توافق هسته‌ای را به آتش می‌کشد، در این توافق باقی ماند، یک سال به دقت آن را اجرا کرد و زمانی که از شکست ترامپ در انتخابات مطمئن شد، اعتماد به نفس نقض کامل آن را پیدا کرد تا با این کار، دولت بایدن را برای رفع تحریم‌ها تحت فشار بگذارد.

تردیدی نیست که جمهوری اسلامی تا چه حد برای توافق برجام برای اوضاع اقتصادی و امنیتی خود اهمیت قائل است. اما خامنه‌ای در تمام شش سالی که از این توافق می‌گذرد، تلاش کرده است آن را کم اهمیت و بی‌خاصیت نشان دهد. حالا ابراهیم رئیسی هم درست همان مسیر را در پیش گرفته و برخلاف روحانی که هویت خود را با این توافق پیوند زد،

به سوال‌های خبرنگاران که مهم‌ترین آنها درباره مسایل مرتبط با درخواست تحقیق در مورد نقش او در اعدام‌های تابستان ۱۳۶۷ و اتهام جنایت علیه بشریت درباره وی و آینده روابط خارجی جمهوری اسلامی بود، تأییدی بر اعلام تغییر شرایط کشور در آینده‌ای بسیار نزدیک است.

اظهارات رئیس جمهوری منتخب ایران در پاسخ به سوال‌های خبرنگاران، هم‌سوترین بیان با دیدگاه آیت‌الله «علی خامنه‌ای» به نظر می‌رسد، هرچند رئیسی در بیان و کلام از توانایی رهبر جمهوری اسلامی بی‌پره است اما سیاستی که اعلام کرد، همان چیزی است که آیت‌الله خامنه‌ای می‌پسندد.

انتقاد از کشورهای اروپایی، حمله لفظی به ایالات متحده، رد صریح، خشک و کوتاه احتمال دیدار با «جو بایدن»، رئیس

گفته است که دولت خود را به سرنوشت برجام گره نمی‌زند اما از ایالات متحده بابت اجرا نکردن این توافق انتقاد کرده و همانند رهبر جمهوری اسلامی، گفته است پس از رفع تحریم‌ها، موضوع سیاست منطقه‌ای و موشکی ایران باز هم قابل مذاکره نخواهد بود.

احتمال بهبود رابطه با ایالات متحده که خط قرمز اصلی خامنه‌ای در ۳۲ سال زمامداری او بوده است را رئیسی در اولین مواجهه بین‌المللی خود رد کرد و حتی از بیان عبارات کلیشه‌ای که در صورت تغییر رویکرد آمریکا، جمهوری اسلامی از آن استقبال می‌کند هم خودداری کرد.

ممکن است که این رویکرد نشان دهنده نیت نهایی رئیسی در ارتباط با غرب یا ایالات متحده نباشد، هم‌چنان که «محمود احمدی‌نژاد» از آتشنین‌ترین مواضع علیه آمریکا و اروپا در روزهای اول ریاست جمهوری، به یکی از مدافعان برقراری رابطه با ایالات متحده در ماه‌های آخر ریاست جمهوری رسید و دست به تلاش‌های ناکامی هم در این زمینه زد.

رئیسی با ۴۰ سال حضور در مناصب قضایی، فردی آزمون پس داده و تضمین شده‌تر از احمدی‌نژاد برای آیت‌الله خامنه‌ای است و در صورت تمایل به برقراری رابطه با آمریکا و روابطی گرم با اروپا، کمتر از دیگر روسای جمهور ایران با مخالفت خامنه‌ای روبه‌رو خواهد شد.

دنباله مطلب در صفحه ۵۱

صفحه ۱	آگهی
صفحه ۲	اخبار-فهرست مطالب
صفحه ۳	آگهی
صفحه ۴	اخبار
صفحه ۵	نامه های شگفت انگیز (بهرام فره وشي)
صفحه ۶	تاریخ طنز در ادبیات فارسی (حسن جوادی)
صفحه ۷	درباره زندگی و آثار و شعر... (ایرج پارسى نژاد)
صفحه ۸	یک سینه سخن (مسعود سپند)
صفحه ۹	آگهی
صفحه ۱۰	آلودگی های فرهنگ ایران (احمد ایرانی)
صفحه ۱۱	آگهی
صفحه ۱۲	سخن درباره پیشینه... (هما گرامی فره وشي)
صفحه ۱۳	آگهی
صفحه ۱۴	ورزش از نگاه من (احمد طوسی)
صفحه ۱۵	اخبار
صفحه ۱۶	دنیای سینما (سعید شفا)
صفحه ۱۷	نوشته‌ها، پوزخند (عزت گودرزی)
صفحه ۱۸	آگهی
صفحه ۱۹	مشقی تازه در روزهای غربت (حسینعلی مکوندی)
صفحه ۲۰	یادداشت‌های بی تاریخ (صدرالدین الهی)
صفحه ۲۱	چگونه از خاطرات تلخ گذشته گذر کنیم؟ (ارغوان قندی)
صفحه ۲۲	اخبار
صفحه ۲۳	با یاد دوستی مهربان... (صدرالدین الهی)
صفحه ۲۴	گیله مرد (حسن رجب نژاد)
صفحه ۲۵	تازه های پزشکی (منوچهر سلجوقیان)
صفحه ۲۶	آگهی
صفحه ۲۷	صد سال تنهایی (سیروس مرادی)
صفحه ۲۸	اخبار
صفحه ۲۹	داستان
صفحه ۳۰	آگهی
صفحه ۳۱	آگهی
صفحه ۳۲	لاله «بخش آخر» (بهرام گرامی)
صفحه ۳۳	یوگا آگاهانه، ذهن آگاهی (مریم سالاری)
صفحه ۳۴	جدول
صفحه ۳۵	نیازمندیها - فال ستارگان
صفحه ۳۶	حکایت رضا (میلاد رضایی کلانتری)
صفحه ۳۷	عشق، هوس، نفرت (عباس پناهی)
صفحه ۳۸	اخبار
صفحه ۳۹	با کودک قربانی تجاوز چه کنیم؟ (ماهرخ غلامحسین پور)
صفحه ۴۰	شعر
صفحه ۴۱	اخبار
صفحه ۴۲	داستان
صفحه ۴۳	اخبار - تا نظر شما چه باشد
صفحه ۴۴	بچه های طلاق (ادوارد تایبر)
صفحه ۴۵	اخبار
صفحه ۴۶	داستان
صفحه ۴۷	اخبار
صفحه ۴۸	دنباله مطالب
صفحه ۴۹	دنباله مطالب
صفحه ۵۰	دنباله مطالب
صفحه ۵۱	دنباله مطالب
صفحه ۵۲	دنباله مطالب
صفحه ۵۳	دنباله مطالب
صفحه ۵۴	دنباله مطالب
صفحه ۵۵	دنباله مطالب
صفحه ۵۶	دنباله مطالب
صفحه ۵۷	دنباله مطالب
صفحه ۵۸	دنباله مطالب
صفحه ۵۹	انگلیسی
صفحه ۶۰	انگلیسی

در خواست اشتراک نشریه پژواک



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

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

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

شماره تلفن: ۸۶۲۴-۲۲۱(۴۰۸)

شماره فکس: ۳۷۱۷-۶۹۳(۴۰۸)

آدرس مکاتبه با نشریه پژواک:

PO BOX 9804,
SAN JOSE, CA 95157

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

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

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



LOS GATOS MEMORIAL PARK

&

DARLING FISCHER FUNERAL HOMES

Celebrating Life, One Story at a Time

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

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



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

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

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

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

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

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

فارسی ۶۷۶۸-۳۹۶ (۴۰۸)

انگلیسی (408) 791-1431

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



عمدتاً به طور مخفیانه در گورهای جمعی بی‌نام و نشان دفن شدند. در نتیجه، سازمان عفو بین‌الملل اعلام کرده است که ابراهیم رئیسی می‌بایست در خصوص جنایات علیه بشریت، شامل قتل، ناپدیدسازی قهری و شکنجه در ابعاد گسترده و سازمان‌یافته، تحت تحقیقات کیفری منطبق با موازین و قوانین بین‌المللی قرار بگیرد، از جمله توسط کشورهای که اصل صلاحیت قضایی جهانی را اعمال می‌کنند.

علاوه بر این‌ها، ابراهیم رئیسی در دوران تصدی بر منصب ریاست قوه قضائیه از اسفند ۱۳۹۷، به عنوان مقام مافوق، ناظر بر دستگیری بی‌ضابطه هزاران تن از معترضان مسالمت‌جو، دگراندیشان و مخالفان، مدافعان حقوق بشر و اقلیت‌های مذهبی و اثنیکی تحت ستم بوده است. قوه قضائیه تحت ریاست او، همچنین مصونیت مطلق به مسئولان دولتی و نیروهای امنیتی اعطا کرده است که مسئول کشتار صدها مرد، زن و کودک طی اعتراضات سراسری آبان ۹۸ و نیز دستگیری گسترده هزاران معترض و ارتکاب ناپدیدسازی قهری، شکنجه یا سایر رفتارهای بی‌رحمانه، غیرانسانی و تزدیلی علیه صدها تن از آنها بوده‌اند.

بر اساس موازین و قوانین بین‌المللی حقوق بشر، از جمله مجموعه اصول تجدیدنظر شده سازمان ملل برای حفاظت و ارتقای حقوق بشر از طریق مبارزه با مصونیت، مقامات دولتی که شخصاً مسئول موارد نقض فاحش حقوق بشری بوده‌اند، به‌ویژه آن دسته از آنان که در بخش‌های قضایی، اطلاعاتی و امنیتی نقش داشته‌اند، دیگر نباید در نهادهای دولتی مشغول به کار شوند. آن افرادی که بر اساس شواهد و مدارک در ارتکاب جرائم بین‌المللی دست داشته‌اند، باید تحت تحقیقات کیفری قرار گیرند و در صورت وجود اسناد معتبر کافی، محاکمه شده و طی دوران دادرسی از مناصب‌شان تعلیق گردند.

برای انتخابات محروم کرده است. ما همچنان تاکید می‌کنیم که ابراهیم رئیسی در ارتباط با دست داشتن در جنایات بین‌المللی پیشین و ادامه‌دار مورد تحقیقات کیفری قرار بگیرد، از جمله توسط کشورهایی که اصل صلاحیت قضایی جهانی را اعمال می‌کنند. اکنون بیش از هر زمان دیگر ضرورت دارد که کشورهای عضو شورای حقوق بشر سازمان ملل اقداماتی مشخص برای رسیدگی به بحران مصونیت ساختاری در ایران اتخاذ نمایند، از جمله از طریق تأسیس یک مکانیسم مستقل برای گردآوری و تحلیل اسناد و شواهد مربوط به جدی‌ترین جرایم بین‌المللی که در ایران ارتکاب یافته‌اند، تا از این طریق بتوان زمینه دادرسی‌های کیفری مستقل و عادلانه را در آینده فراهم ساخت.»

ابراهیم رئیسی باید برای جنایات علیه بشریت تحت تحقیقات کیفری قرار بگیرد
سازمان عفو بین‌الملل با انتشار یک بیانیه گفت اینکه ابراهیم رئیسی به جای قرار گرفتن تحت تحقیقات کیفری به خاطر جرائم بین‌المللی، در منصب ریاست جمهوری قرار گرفته است، نمودی فجیع از قصور جامعه بین‌المللی در رسیدگی به بحران مصونیت ساختاری در ایران است.

انتخابات ریاست جمهوری ایران در تاریخ ۲۸ خرداد ۱۴۰۰ صورت گرفت و در تاریخ ۲۹ خرداد ۱۴۰۰، ابراهیم رئیسی به‌عنوان رئیس جمهور بعدی کشور اعلام شد. سازمان عفو بین‌الملل در گزارش مفصلی مورخ آذر ۱۳۹۷، که جنایات علیه بشریت سابق و ادامه‌دار مرتبط با کشتار زندانیان در تابستان ۶۷ را مستند کرده است، از ابراهیم رئیسی به عنوان یکی از اعضای «هیئت مرگ» تهران نام برده است که در ماه‌های مرداد و شهریور ۱۳۶۷، چندین هزار مخالف و دگراندیش سیاسی را در زندان‌های اوین و گوهردشت تحت ناپدیدسازی قهری قرار داده و به طور فراقضایی اعدام کرد. اجساد قربانیان

رئیس دولت جدید به جنایت علیه بشریت متهم است

<https://www.amnesty.org/en/documents/mde13/4314/2021/en/>

جنایات علیه بشریت است. ابراهیم رئیسی در مقام رئیس قوه قضائیه، ناظر بر سرکوب شدید و فزاینده حقوق بشر در ایران بوده است، سرکوبی که دستگیری بی‌ضابطه صدها تن از معترضان مسالمت‌جو، مخالفان و دگراندیشان، مدافعان حقوق بشر و اعضای گروه‌های اقلیت تحت ستم را به همراه داشته است. قوه قضائیه تحت ریاست او، همچنین مصونیت مطلق به مسئولان دولتی و نیروهای امنیتی اعطا کرده است که مسئول کشتار صدها مرد، زن و کودک طی اعتراضات سراسری آبان ۹۸ و نیز دستگیری گسترده هزاران معترض و ارتکاب ناپدیدسازی قهری، شکنجه یا سایر رفتارهای بی‌رحمانه، غیرانسانی و تزدیلی علیه صدها تن از آنها بوده‌اند.

دست‌یابی ابراهیم رئیسی به ریاست جمهوری، نتیجه فرایندی انتخاباتی است که در فضایی شدیداً سرکوب‌گرانه صورت گرفته و زنان، اقلیت‌های دینی و کاندیداهای دارای عقاید مخالف را از امکان نامزد شدن

آگس کالامار، دبیر کل سازمان عفو بین‌الملل در واکنش به خبر اعلام ابراهیم رئیسی به عنوان رئیس جمهور بعدی ایران، گفت: «این که ابراهیم رئیسی به مقام ریاست جمهوری دست پیدا کرده است به جای آن که به خاطر جنایات علیه بشریت، از جمله قتل، ناپدیدسازی قهری و شکنجه تحت تحقیقات کیفری قرار بگیرد، نمودی فجیع از سلطه مطلق مصونیت در ایران است. سازمان ما در سال ۱۳۹۷ مستند سازی کرد که چگونه ابراهیم رئیسی عضوی از «هیئت مرگ» شهر تهران بوده که در سال ۱۳۶۷، چندین هزار مخالف و دگراندیش سیاسی را در زندان‌های اوین و گوهردشت تحت ناپدیدسازی قهری قرار داده و به طور فراقضایی اعدام کرده است. شرایط پیرامون سرنوشت قربانیان و محل دفن پیکرشان تا امروز به نحو سازمان یافته توسط مقامات ایران پنهان شده است، امری که مصداق ارتکاب ادامه‌دار



شیوا موزون

وکیل رسمی دادگستری



Shiva Moozoun

Attorney at Law

♦ دفاع در برابر IRS, FTB, BOE

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

برای اشخاص و شرکت‌ها ♦ تهیه و تنظیم وصیت نامه و تراست

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

♦ IRS, BOE, FTB disputes ♦ Business, Corporation, Nonprofit Formation ♦ Tax preparation for individuals and small businesses, Trusts, Estates, Nonprofit ♦ Will, Trust, Estate Planning, Probate ♦ Draft/ Review/Renew legal contracts ♦ Immigration Services

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

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

اندازند و نمی توانند این چادر را از سر بردارند مگر در حضور شوهر، کودکان، پدر، مادر و دوستان ویژه زن. لباس های آنها از پارچه های ابریشمین و زرین است و این لباس ها تمام بدن آنها را می پوشاند و از جلو تا کمر با نوارهایی که در انتهای آنها یک گوی طلائی یا یک مروارید آویخته است بسته می شوند. این لباس ها در ناحیه کمر تنگ هستند و چین هایی دارند تا اندام را بلندتر بنمایانند. دامن که تا پاشنه پا پائین می آید از قسمت بالا تنه جدا نیست. آنها کفش های بی پاشنه از پارچه ارغوانی به پا می کنند که گلپای زرین بر روی آنها دوخته شده است. آنان به آسانی می توانند کفش های خود را از پا درآورند و همیشه وقتی که می خواهند داخل اتاق هایی که پوشیده از قالی های زیباست بشوند، کفش های خود را بیرون می آورند. آرایش موهای آنها به طرزهای گوناگون است، گاهی به شکل هرم است، گاهی به شکل مثلث یا هلال است و گاهی دیگر موهای خود را به شکل گل سرخ یا گل لاله یا به شکل گل های دیگری می آریند و به وسیله حلقه های زرین مزین به الماس موها را به شکل گل های مورد تقلید بر بالای سر خود جمع می کنند.

دنیاله مطلب در صفحه ۵۲

فراهم کنند، از آنها جلوگیری شود و نیز برای اینکه اگر دیگر بار میل کند نزد آنها بازگردد، تسهیلاتی برای وی فراهم باشد. در اصفهان همه بزرگان و سران کشور با ابراز شادی بسیار از او استقبال کردند. اکنون بازگردیم به پاسخ سوال دوم شما که درباره بانوان مسلمان از من کرده اید. خانم، شما اشتباه نکرده اید. آنها با بانوان هندی علاوه بر زبان و مذهب، از نظر اخلاق، آداب و رسوم و طرز رفتار نیز کاملاً تفاوت دارند. برای آنکه رضایت خاطر شما فراهم گردد باید درباره هر یک از موضوعات کتابی نوشته شود و من به این اکتفا می کنم که درباره آنها اطلاعاتی را که از افراد مطلع بر آداب و رسوم آنها گرفته ام، به صورت یک اندیشه کلی و مختصر به شما بدهم:

زنان طبقات ممتاز هرگز در جلوی چشمان عموم مردم ظاهر نمی شوند. هنگامی که اجازه می یابند از خانه خارج گردند، همواره در کالسکه های در بسته سوار می شوند و یا در حالی که خود را در شنلی پیچیده اند سوار بر شتر می شوند و یا بر تخت روان های سرپوشیده و گرد، سوار می گردند و خواجهکان و سواران مسلح آنها را همراهی می کنند. در خانه هم چادری از پارچه گاز ظریف بر سر می



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

(بخش چهل و هفت)

ترجمه زنده یاد دکتر بهرام فره وشی

بود، این شاهزاده نیز که همچون پدرش شجاع و دلیر است، فرماندهی سپاهی را که دارای پنجاه هزار سرباز بود بر عهده داشت و در فاصله هشتاد فرسنگی حرکت می کرد. وی سپاهیان خود را به دو بخش تقسیم کرده بود تا بتواند برای آنان آسان تر آذوقه تهیه کند و از زحمت حرکت دادن سپاهی کثیر خود را برهاند و احترام سرزمین مفتوحه ای را که پشت سر خود می گذاشت مرعی دارد و تلفات جنگ های مختلف را با آنها جبران کند و در صورت یک شکست و هزیمت به عقب نشینی سپاه تاملین بگذرد. این دو سپاه که همواره فاصله معینی را از یکدیگر نگاه می داشتند به ایران بازگشتند. نادرشاه پیش از آنکه قندهار را ترک کند، دستور داد تا در آنجا در دو نقطه دو قلعه نظامی بسازند تا اگر مغولان بخواهند به ایران بیایند و موجبات ناراحتی او را

نادرشاه سرانجام در اوایل ماه ژوئن با لشکریان خود و غنائمی که از امپراتوری مغول گرفته بود از دهلی خارج شد. ارزش آنچه را که وی از هند برد بالغ بر سیصد کارول روپیه نقره برآورد کرده اند. این همه ثروت جای تعجب ندارد زیرا کارخانه ها و مواد و اجناس مصرفی هندوستان، هر سال قسمتی بزرگ از پول آسیا و اروپا را به سوی خود می کشد و این پول دیگر هیچگاه از آنجا خارج نمی شود.

«مراتی ها» که به غارتگری عادت دارند بسیار مایل بودند که این غنائم سرشار را بریابند و چند روزی هم در اطراف سپاه نادر رفت و آمد کردند ولی هیچگاه جرات نیافتند که به آن حمله کنند. حرکت سپاه نادر با نظم قابل تحسینی انجام می گرفت. علاوه بر اینکه سپاه او به تازگی با ده هزار سوار که پسر بزرگش فرستاده بود، تقویت گشته

دکتر فتنه هوشداران کایروپراکتر

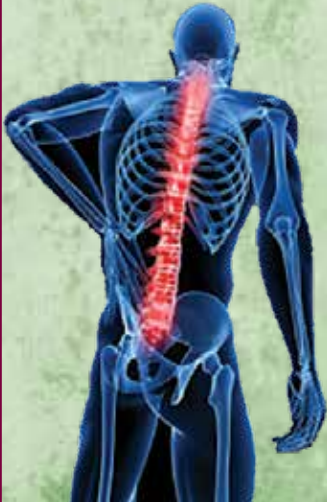
تشخیص، معالجه و جلوگیری از ناراحتی های مفاصل و استخوان، ورزشی، صدمات کاری و تصادفات رانندگی با پیشرفته ترین وسایل پزشکی

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

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



Fataneh Hooshdaran, D.C.



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

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

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

تاریخ طنز در ادبیات فارسی

بخش پنجم
دکتر حسن جوادی

کاسه ای نیل بدو می‌دهد و می‌گوید: «هرگاه از این زن حرکتی ناشایست در وجود آمد یک انگشت نیل بر جامه او زن تا چون بازآیم، اگر تو حاضر نباشی مرا حال معلوم شود.» پس از مدتی خواجه به خادم می‌نویسد:

چیزی نکند زهره که ننگی باشد
بر جامه او ز نیل رنگی باشد

خادم جواب می‌دهد:

گر ز آمدن خواجه درنگی باشد

چون باز آید زهره پلنگی باشد (۶۷)

یکی دیگر از آثار بسیار قابل توجه طنزآمیز فارسی که تصویر جالبی از زندگی زنان در حرمسرا می‌کشد، رستم التواریخ تألیف محمد هاشم ملقب به رستم الحکما یا آصف است، که در زمان فتحعلی‌شاه می‌زیسته و در ۱۲۴۷ از تالیف آن فراغت یافته است. رستم التواریخ شرح طنزآمیز، و درعین حال مقرون به حقیقتی است از وقایع سیاسی و اوضاع اجتماعی ایران از دوره سلطنت شاه سلطان حسین تا اواسط پادشاهی فتحعلی‌شاه. در قسمتی که به عنوان نمونه داده می‌شود، انتقاد محمد هاشم متوجه شاه سلطان حسین است که تمام عمر خود را صرف عیش و عشرت می‌کند و از امور کشور بی‌خبر است و حتی هنگامی که افغانه به نزدیکی اصفهان رسیده اند، او به خاطر وجود وزیران مغرض و فاسد از وضع وخیم پایتخت خود آگاه نمی‌شود. در این قطعه وضع اجتماعی ایران مقارن جمله افغانه و این که زنان فقط بازیچه دست مردان بودند به خوبی نشان داده شده است:

در نیرومندی و زور بازو قوت سرپنجه و شجاعت و فصاحت و بلاغت و علم و حلم و وسعت حوصله، فرد کامل و وحید زمان بوده و همیشه با انبساط و نشاط قلب، و سرور خاطر عاطر و مدام بی‌غم و هم و خرم و خندان و شادمان بود.

روز و شب در اکل و مجامعت، بسیار حریص و بی‌اختیار بود و به جهت امتحان در یک روز و یک شب رد دختر باکره ماهرو را فرمود، موافق شرع انور مختلف به رضای پدرشان و رضا و رغبت خودشان، از برای وی متعه نمودند و آن پناه ملک و ملت به خاصیت و قوت اکسیر اعظم، در مدت بیست و چهار ساعت، از اله بکارت آن دوشیزگان دلکش طنز و آن

عبید زاکانی شاید تنها شاعری باشد که با بی‌باکی تمام مفاصد روزگار خود را برملا می‌کند، و تصویری از توطئه های زنان علیه شوهرشان می‌کشد که با وضع اجتماعی و انحطاط اخلاقی آن روزگار هماهنگی دارد. مثال های زیادی از تواریخ این روزگار داریم. می‌گویند «عزت ملک خاتون زن امیر شیخ حسن چوپانی با امیر یعقوب شاه روابط عاشقانه داشت و چون شوهرش امیر یعقوب را به جرم کوتاهی در انجام وظیفه زندانی کرد، او خیال کرد شوهر از روابط آنها آگاه است پس توطئه کرد. هنگامی که شیخ حسن کوچک وارد خانه شد، با دو سه خدمتکار به او آویخته بیضه های او را آنقدر فشردند که امیر قهار چوپانی جان سپرد.» سلمان ساوجی این کار عزت ملک را با آبتاب به نظم کشیده است:

ز هجرت نبوی رفته هفتصد و چل و چار
در آخر رجب افتاد اتفاق حسن

زنی، چگونه زنی، خیر خیرات حسان

به زور بازوی خود خصیتین شیخ حسن گرفت محکم و می‌داشت تا بمرد و برفت زهی خجسته زنی خا... دار و مردافکن! (۶۸)

مثال های دیگری نیز می‌توان داد: مطابق یاسای چنگیزی هر زنی که مورد علاقه سلطان قرار می‌گرفت، شوهر می‌بایست او را طلاق دهد تا به مصاحبت پادشاه درآید. (۶۹) ابوسعید بهادرخان عاشق بغدادخاتون دختر زیبای امیر چوپان و زن شیخ حسن ایلخانی می‌شود و سرانجام هم او را تصاحب می‌کند، و چون امیر چوپان سخت با این کار مخالف بود بعدها او را به قتل می‌رساند. به گفته ابن بطوطه در سفرنامه اش، بغداد خاتون به خاطر حسادت به دلشادخاتون که دختر دمشق خواجه و زن محبوب سلطان بود، پس از همخوابگی با ابوسعید او را با دستمال مسموم پاک می‌کند و به قتل می‌رساند. (۷۰)

گذشته از تعریفات موجز و رسا، عبید حکایات طنزآمیز زیادی در بی‌وفایی زنان دارد که در واقع تصویری را که از مردان عصر خود می‌کشد کامل می‌کنند. مثلاً نقل می‌کند که بازرگانی زنی خوش صورت به نام زهره داشته، هنگام مسافرت او را به خادمش می‌سپارد و

می‌فرمود به قانون شریعت نبوی... به این مراسم و خوب و به این آئین مرغوب... ازاله بکارت سه هزار دختر ماه روی مشکین موی، لاله عذار، گلندام، بادام چشم، شکرلب و دخول در دو هزار زن جمیله آفتاب لقای، سر و بالای نسرین بدن، نرگس چشم، طناز، پرناز... نموده، ماشاءالله لاجول و لاقوه الا بالله العلی‌العظیم! (۷۱)

همانطور که گفته شد، انتقاد از خرافات و جهل زنان از اوایل قرن بیستم یا اواخر قرن نوزدهم شروع شد، ولی عقایدالنسا یا کتاب مشهور کلثوم ننه که منسوب است به آقاجمال خوانساری (متوفی ۱۱۲۵) از این لحاظ استثنایی است قابل توجه. آقاجمال از فقها و علمای مشهور دوره صفوی و برخلا بسیاری از هم عصران خود مردی بود شوخ طبع و آزاداندیش. کتاب عقایدالنسا به صورت رسالات فقهی که مراجع تقلید جهت راهنمایی مقلدان می‌نویسند نوشته شده است. کلثوم ننه جای مجتهد را گرفته است، همراه سه گیس سفید کارکشته که درباره آیین شوهرداری، حمام رفتن، آرایش، مقابله با مادرشوهر، هوو و غیره نصایحی به زنان می‌دهند. محمد کتیرایی در مقدمه چاپ جدید کتاب می‌نویسد: دنباله مطلب در صفحه ۵۸



دکتر فرانک پورقاسمی

متخصص و جراح پا

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

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

Dr. Faranak Pourghasemi, DPM

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

اکثر بیمه ها پذیرفته می شود

National Foot & Ankle Center

(408)884-5851

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

و آیت الله میرزاحسین فقیه سبزواری فراگرفت، او مجموع دوره های یاد شده را در سن بیست و چهارسالگی به پایان برد. گفته اند که قوت حافظه او تا به آنجا بود که در هفت سالگی الفبای ابن مالک را در هزار بیت به عربی ازبر داشت! با این همه دل و جان طلبه جوان از همان روزگار جوانی بسته و وابسته ایران و شعر ادب فارسی بود. خود می گوید روزی که دیوان فرخی سیستانی از دوستان همسالش به دستش می رسد، زبان شاعر در وصف طبیعت چنان او را سرمست می کند که به سوی کتابفروش شهر می شتابد و از او دیوان شاعر را می خواهد و با شوق بسیار شعرهای آن را ازبر می کند. در همان روزها، روزی به تصادف در مشهد، با استاد سید احمد خراسانی دانشمند زبان شناس و زبان دان و از یاران سید احمد کسروی برخورد می کند. او در همان نخستین گفتگو پی به ذوق و هوش و استعداد جوان طلبه می برد و او را به ادامه تحصیل در دانشکده ادبیات برمی انگیزد، اما او که هرگز به مدرسه رسمی نرفته بود در مطالعه ای گذرا مطالب درسی آن را از دبستان تا دبیرستان، در قیاس با درس های طلبگی، ساده و سطحی می یابد. امتحان می دهد و شاگرد اول می شود!

دنباله مطلب در صفحه ۵۷

با افتخار گفت «استاد به بنده اجازه نشستن فرمودند!» گویا استاد فروزانفر هم ادیب پیشاوری را در فضل بر ادیبین برتری می داد، درحالی که ایرج میرزا که مراتب فضل و کمال هر سه استاد ادیب را درک کرده بود، در «عارفنامه» معروفش تلویحا و تلمیحا ادیبان نیشابوری را بر ادیب پیشاوری ترجیح می دهد:

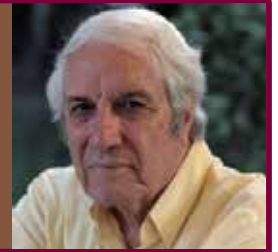
**برادر جان خراسان است اینجا
خراسان مردم باهوش دارد
همه طلاب او دارای طبعند
خراسان جا چو نیشابور دارد
سخن گفتن نه آسان است اینجا
خراسانی دولب ده گوش دارد
نه تنها پیرو قراء سبند
که صد پیشی به پیشاور دارد**

شفیعی کدکنی مقدمات دروس طلبگی را نزد پدر آموخت و نزد استاد محمدتقی نیشابوری ادبیات عرب، سیوطی، مغانی، مطول، مقامات حریری و علم عروض را طی سال ها فراگرفت. سپس مرحله سطح (شرح لمعه، معالم و قوانین) را نزد میرزا احمد مدرس یزدی به درس آموخت و رسائل، مکاسب و کفایه را نزد شیخ هاشم قزوینی فراگرفت. دوره خارج اصول را نیز نزد او و خارج فقه را نزد آیت الله سیدمحمدهادی میلانی آموخت. شرح منظومه را نزد پدر و فلسفی اصفهانی

درباره زندگی و آثار و شعر شفیی کدکنی

بخش اول

دکتر ایرج یارسی نژاد



منقول در زمانه خود بسیار بود و شفیی او را «استاد یگانه ادبیات عرب و بلاغت دستوری در حوزه علمی خراسان» می داند. ناگفته نماند جز عبدال جواد و محمدتقی ادیب نیشابوری، که ایشان را «ادیبین» می گفتند، ادیب پیشاوری نیز در زمانه خود استادی نام آور بود. او در نوجوانی از پیشاور، (که امروز در قلمرو پاکستان است)، از راه غزنین و هرات به خراسان مهاجرت کرد و در مشهد مقیم شد. در فضل و فضیلت و زهد و قناعت و مناعت ادیب پیشاوری بسیار گفته اند. گویا جز علامه قزوینی و علی اکبر دهخدا رجال سیاسی عصر، اشخاصی چون وثوق الدوله و قوام السلطنه و ذکاءالملک فروغی نیز محضر درس او را درک کرده اند. در مراتب حشمت و حرمت ادیب پیشاوری گفته اند که تیمورتاش (سردار معظم خراسانی)، وزیر مقتدر دربار رضاشاه، پس از آن که به خدمت استاد رسید

محمدرضا شفیی کدکنی در ۱۹ مهر ۱۳۱۸ در کدکن (روستایی بین نیشابور و تربت حیدریه خراسان) زاده شد. او تنها فرزند حجت الاسلام میرزامحمد شفیی کدکنی است که هرچند همه مراحل تحصیلات حوزوی را در مشهد به پایان رسانده بود، اما هرگز به کسوت روحانی درنیامد و از حاصل کشت و کار در زمین خود، در همان روستای کدکن، زندگی خود و همسر و فرزند را تأمین می کرد. او از شاگردان عبدال جواد ادیب نیشابوری، معروف به «ادیب اول» بود. ادیب مدرس و ادیبی طراز اول از شاعران دوره مشروطه بود که بر شعر و ادبیات فارسی و عربی تسلطی شگفت انگیز داشت. بیش از چهل سال در حوزه علمیه مشهد تدریس کرد و شاگردانی پرورد که ملک الشعرا بهار و بدیع الزمان فروزانفر از نامدارترین ایشانند. ادیب دوم محمدتقی ادیب نیشابوری بود که شهرتش در تسلط بر ادبیات فارسی و عربی و علوم معقول و

دوک و دپر (پرتلند، اورگان)

DUKE & DAPPER (Portland, Oregon)

Elegant Decorative Textiles For Your Home & Office

♦ کوسن های تزئینی و قطعات پارچه ای تزئینی برای اتاق نشیمن و خواب ♦ انواع Table Mat در اندازه های مختلف و با طرح های ابتکاری برای پذیرایی شام و عصرانه ♦ تشکچه های نوزاد و تشک های بازی برای نوپایان ♦ انواع پارچه ها و دستمال های زیبا برای آشپزی و شیرینی پزی ♦ انواع بقچه های مدرن-کلاسیک برای عروس، سفر و جهیزیه ♦ انواع روفرشی ها با کیفیت بالا برای پیک نیک و بازی کودکان



روتختی بزرگ نخی تمام طبیعی با طرح "درخت زندگی" قلمکاری هندوستان با رنگهای زنده و شاد



سری عروسکهای پارچه ای "چانکیز" به شکل حیوانات گوناگون برای اتاق کودک و نوزاد



تیبیل متهای شاد و ابتکاری برای مهمانیهای عصر



کوسن های بزرگ و کوچک برای خانه و دفاتر کار از نفیس ترین پارچه های اروپایی و آمریکایی با دوخت عالی

(971) 221-6443

در صورت تماس تلفنی (۱۱ صبح تا ۳ بعد از ظهر) لطفا پیام بگذارید.

dukeanddapper.etsy.com

برای خرید و سفارشات به سامانه فوق مراجعه فرمایید.

آقای مه پور شاد و شنگول دست هایش را بطرف آسمان بلند کرد: «خدا، این شبارو از ما نگیر، وطن ما رو که از ما گرفتی اقلا این یکی رو از ما نگیر.»

پشیمان گفت: «وطن ما رو خدا از ما نگرفت، خودمون ولش کردیم، یعنی ولش نکردیم ازمون گرفتن.»

دوباره صدای شجریان بلند شد: «در این دیار بی کسی، کسی به در نمی زند- به دشت پر ملال ما پرند به در نمی زند.»

گوشه چشمان هر دو رفیق تر شده بود. کنار سفره کاغذی دراز کشیده و در سکوت مستی چشمان شان به آسمانه اتاق قفل شده بود. نوار که تمام شد، پشیمان نوار دیگری گذاشت:

«مستی یم درد منو دیگه دوا نمی کنه...»

مه پور ادامه داد: «والله راست میگه، مستی دیگه نمی تونه به ما حال بده. کاش به عدس تریاک بود، باهم می زدیم.» پشیمان گفت: «آی گفتی، الان هرمزو می فرستم شاید گیر بیاره، وسائلس رو هم دارم.» صدای پدر بلند شد: «هرمز، هرمز جان.»

هرمز با چشمان سرخ شده از فشار مطالعه از اتاقش بیرون آمد: «بله بابا؟»

می تونی به توک پا بری پیش اون پسره پیتزا فروشه که اونشب آخر شب رفتیم مغازه اش و تریاک کشیدیم؟

بله پدر، اما کار درستی نکردید، این کار غیرقانونیه.

دنباله مطلب در صفحه ۵۲

کله ها که خوب گرم شد. صداها بلند و بلندتر شد تا جایی که هرمز دیگر نتوانست به درس خواندن ادامه دهد. ناچار کتاب هایش را جمع کرد و غرغر کنان به اتاق خودش رفت و زیر لب گفت: «مامان حق داشت که از تو طلاق گرفت.»

پدر و میهمانش متوجه رفتن پسر نشدند و هر کدام از همسر خود شروع کردند به بد گفتن. پشیمان ضبط صورت را روشن کرد و خواست تلویزیون را خاموش کند که مه پور گفت: «داداش، فقط صداشو کم کن تا چشمامون از تلویزیون لذت ببره و گوشامون هم از صدای شجریان... به به، به به.»

سلامتی... - نوش جان.

شجریان می خواند: «رشته تسبیح اگر بگسست معذورم بدار- دستم اندر دامن ساقی سیمین ساق بود.»

دو رفیق مست و پاتیل کنار سفره ای که از روزنامه روی فرش اتاق نشیمن پهن کرده بودند، دراز کشیده و شعر شجریان را تکرار می کردند: «دستم اندر پاچه ساقی سیمین ساق بود، نه بابا، دستم اندر خشتک ساقی سیمین ساق بود» و هر دو قاه قاه می خندیدند.

صدای رنگ پیش درآمد آواز که بلند شد هر دو رفیق کنار بساط، مشغول زدن بشکن شدند و جنباندن کمر و پائین تنه.



یک سینه سخن مسعود سپند

والله راستش...

چپ؟ جدا شدن؟ چرا؟
- والله راستش توی دعوامون همیشه من می گفتم طلاق می دم و او خودش می زد به کوچه علی چپ. اما وقتی او گفت من طلاق می خوام من هم گفتم باشه. او هم بل گرفت و رفت دادگاه، تقاضای طلاق کرد. والله راستش من پشیمان شده بودم. یکی دوبار با گوشه و کنایه بهش فهموندم که جدایی خوب نیست اما او گفت حرف مرد یکبه و به همین آسونی از هم جدا شدیم. دو تا دخترارو او ورداشت و من هم هرمز جون رو.

آقای مه پور که گویا خودش هم زیاد از زندگی زناشویی اش راضی نبود، گفت: «پدر این آمریکا بسوزه که اینقدر زنارو پررو کرده.» اما آقای پشیمان که تکیه کلامش «والله راستش» بود، گفت: «والله راستش، زیاد هم تقصیر زنا نیست، ما مردها هم تقصیر داریم.»

آقای مه پور گفت: «پشیمان جان، فقط از خودت بگو، مردای دیگه رو قاطی نکن.» تلویزیون داشت فیلم سکسی نشون می داد. دو مرد میانسال چهار چشمی چنان متوجه صفحه تلویزیون شدند که موضوع مورد بحث را فراموش کردند و حتی هرمز را که با سینی چای جلوشان ایستاده بود، ندیدند. گیللاس های عرق مرتب پر و خالی می شد و دو دوست قدیمی که بعد از سال ها دوباره به هم رسیده بودند، چنان در خاطرات هم غرق شده بودند که گذشت زمان را هم از یاد بردند. شب که به نیمه رسید، بطری عرق ته کشید. آقای پشیمان به رفیقش گفت: «نگران نباش، یکی دیگه توی جایخی داره مارو صدا می زنه، اونو هم می زنیم تا ببینیم چی پیش می آد.» آقای مه پور گفت: «هرچه پیش آید، خوش آید.»

آقای پشیمان روی مبل کهنه ای که از «گاراژ سیل» خریده بود، چهار زانو نشسته و به تلویزیون خیره شده بود. کمی آن طرف تر پسر نوزده ساله اش پشت میز کهنه نهارخوری گرد و کوچکی که آنهم از «گاراژ سیل» خریداری شده بود خم شده و سرگرم ورق زدن کتاب های دانشگاهی در عین حال پاسخ به سوالات پدر بود.

هرمز، ت «نگس گیوین» یعنی چی؟
- یعنی شکر گزاری.
چرا اسم بوقلمون را گذاشته اند تُرکی؟
- چه می دونم بابا.

«دلی سش» یعنی چی؟
- «دلی سز» یعنی خوشمزه.
بابا نیگا کن این دختره خیلی دلی شه.
پسر بدون اینکه سرش را برگرداند گفت: «بابا، بذار درسو بخونم.» اما پدر دست بردار نبود. با خودش شروع به حرف زدن کرد: «عجب زموئه ای یه، دو کلام همیشه آدم از پسر خودش بیرسه.»

زنگ در که به صدا درآمد، صدای پدر بلند شد: «هرمز جان، بدو بابا درو باز کن. آقای مه پوره، سلام یادت نره.» پسر با نیم نگاهی شماتت بار به پدر از پشت میز نهارخوری که میز تحریرش شده بود، برخاست و با جهشی خشم آلود در را گشود. صدای پدر بلند شد: «به به، مه پور عزیز، خوش آمدی، امشب می خوابیم کیف کنیم. امشب می خواد از اون شبای فراموش نشدنی زندگیمون بشه. بیا تو، بیا تو. عرق ايسلوت رو گذاشتم توی جایخی یخچال، عین مر با کش می آد. بیا تو، بیا تو. هرمز، بابا، برو چای بریز.» هرمز هنوز روی صندلی نشسته بود که رفت سراغ چای ریختن. آقای مه پور پرسید: «خب دوست عزیز، پس خانم کجاست؟»
- والله راستش ما از هم جدا شدیم.

رستوران فیمس کباب



غذای هر ملتی بخشی از فرهنگ آن مردم است.

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

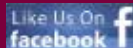


کیتترینگ کامل میهمانی و جشن های شما در سراسر شمال کالیفرنیا

رستوران فیمس کباب با افتخار از شما پذیرایی می کند.

(916)483-1700

www.famouskabob.com



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

رادیو ۲۴ ساعته بامداد، ساکرامنتو

اخبار محلی، ایران و جهان - گزارش های گوناگون
گفتگو با دانشمندان، بزرگان علم و ادب
موسیقی روز - تفسیر مسائل سیاسی و ورزشی

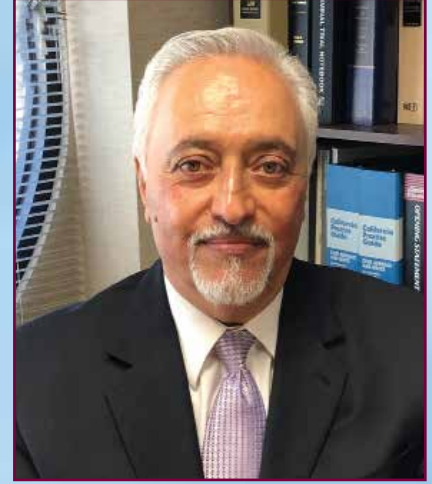
دفاتر و کالت علی مقدمی

با همکاری جفری زیندر و سمیرا نیک آئین



Jeffrey Zinder

وکالی سابق شرکت های بیمه
با بیش از ۶۰ سال تجربه



Ali Moghaddami

Maintaining the highest level of Professionalism & Integrity.

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

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

Free Consultation

Tel: (818) 500-4111

Fax: (818) 500-4144

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

Tel: (408) 332-5885

Cell: (408) 643-1739

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

عارفان و صوفیان به «علم» و «دانش» با تحقیر بسیار نگریده اند و برخی نیز گفته اند «علم، حجاب عظیم است». با آن که «مولوی» در موارد بسیار علم را می ستاید اما راه رسیدن به معرفت را «دل و عشق» می داند و با منطق و استدلال میانه چندانی ندارد- «پای استدلالیان چوبین بود.» در برخی از دوره های تاریخ تصوف در ایران پس از اسلام، در جنبه هایی از اندیشه ها و باورهای صوفیانه، که بر پندارگرایی استوارند، آنچنان تندروی می شود که رنگ بیمارگونگی یا حالت دیوانه وار به خود می گیرند. برای نمونه از اندیشه های مربوط به هراس دیوانه وار از خدا، رابطه بیمارگونه با خدا و عشق به او، تند روی در ریاضت کشی، خوارشردن زندگی و ادعای «کرامات» دور از خرد و شعور را می توان نام برد.

عارفان هندی، چینی، ایرانی و عرفان اروپایی و نیز صوفیگری یا عرفان اسلامی یکی پس از دیگری، به دلایل بسیار، راه پستی گرای یا انحطاط پیمودند. عارفان و صوفیان همراه و شیباد این پدیده های فرهنگی را که در آغاز واکنشی در برابر خرافات دین و مذهب و ستم کاری های دکانداران دین بود به شدت آلودند و دگرگون ساختند.

دنباله مطلب در صفحه ۵۰

باشد تا انسان شوند، انسانی خدا گونه. زیرا انسان، خود خداست.

زشتی های صوفیگری

عارفان و تصوف نیز به مانند بسیاری دیگر از پدیده های اجتماعی- فرهنگی در دوران های گوناگون و در محیط های متفاوت، دگرگونی های بسیار را از سر گذرانیده اند. عارفان و صوفیان- و هواداران آنان- به مناسبت شخصیت ویژه و شرایط محیط دوران زندگی خود برداشت های بسیار گوناگونی از مرام و اندیشه عرفان و تصوف داشته اند. همان طور که پیش تر هم گفته شد عرفان و فرزند «اسلامی» آن یا تصوف هر دو در یک ویژگی بزرگ شریک اند- خصلت پندارگرایانه. این دو پدیده فرهنگی به مانند برادر دو قلوی خود، دین و مذهب، بر پایه های پندار، خیال یا گمان بنا شده اند و از این نظر کمترین شباهتی با علم و دانش که بر پایه های مشاهده، آزمایش و تجربه استوارند ندارند.

عارفان و صوفیان، می کوشند تا از راه الهام، اشراق، شهود، عشق و ریاضت به «حقیقت» دست یابند. عارفان و صوفیان راه دست یابی به حقیقت را «راه دل» یا «راه قلب» می دانند و از «راه مغز» نشانی نیست. بسیاری از

آلودگی های فرهنگ ایران

دکتر احمد ایرانی
بخش سوم



دانند و آنها را مخالف شریعت شناخته اند صوفیان زنده دل مردم را به آواز، موسیقی و پایکوبی فرا می خوانند و در مجالس بزم خود آن چنان واکنشی تند علیه علما و فق ها نشان می دهند که از زیاده روی در پایکوبی و شور و شادی بی هوش بر زمین می افتند.

صوفیان خردمند از هواداران خود می خواهند بکوشند تا به «کمال» دست یابند و انسان کامل شوند. بکوشند تا عشق، محبت و از خود گذشتگی پیشه سازند. آزادگی، وارستگی و صفا بیاموزند و بیاموزانند. آزاد اندیشی، پذیرش بهترین اندیشه ها و خودشناسی را بزرگترین هدف های زندگی خود بشمارند. تا آنجا که می توانند به خودشناسی یا روان پژوهی بپردازند و تا آنجا که شدنی است در اندیشه، مرام و فلسفه خود نرمش پذیر باشند. با ظاهر پرستی و فضل فروشی مبارزه کنند و از شهرت و نام جویی بگریزند.

سوی گورم برید رقص کنان

بسیاری از صوفیان آگاه با آموزش های خود در برابر فرهنگ اسلامی که سرشار از اندیشه «مرگ هراسی» و ترس دیوانه وار از مردن است به شدت واکنش نشان می دهند. این صوفیان نه تنها به پدیده مرگ با بی اعتنایی بسیار می نگرند بلکه مرگ طبیعی را با آغوش باز و با لبخند می پذیرند. مرگ را نه تنها پایان هستی نمی دانند بلکه آن را آغاز رسیدن به «حقیقت مطلق» و پیوستن به جاودانگی می شمارند. در چنین فلسفه ای مرگ «عروسی» خوانده می شود. فرزند «مولوی» وصیت پدرش را چنین بازگو می کند:

شیخ فرمود در جنازه من

دهل آرید و کوس با دف زن

سوی گورم برید رقص کنان

خوش و شادان و مست و دست افشان

در جوامع اسلامی که ملایان و زاهدان، موسیقی، آواز و رقص را حرام می

معرفی کتاب

معمای نفت و تغییر رژیم در ایران

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

تاراجگران نفت در خلیج فارس

نویسنده: مایک رهبریان

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

برای تهیه کتاب با مراکز زیر تماس حاصل فرمایید:

www.ketab.com

(310) 477-7477 ♦ (818) 908-0808

Also available at Amazon & Google Play



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

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

Gabeh Rug Gallery

با ۴۰ سال تجربه و با ارائه بهترین سرویس و خدمات

مجموعه ای از بهترین فرش های دست باف (تبریز، نائین، کاشان، قم، تابلو فرش و غیره)

Handmade Rugs, Variety of Designs (Tabriz, Naeen, Kashan & Qom)

متخصص در شستشوی فرش های دست باف و ارزشمند

از شما دعوت می کنیم که از نفیس ترین مجموعه فرش های ایرانی نو و آنتیک دیدن فرمایید!



رفوگری،
لکه و رنگ برداری،
براق شور

خرید، فروش
و
معاوضه

برآورد و
قیمت گذاری
جهت بیمه

*Wash
&
Repair*

*Buy, Sale
&
Trade-ins*

*Expert
Appraisals
for Insurance*

(408) 876-9495

By Appointment Only

3911 Stevens Creek Blvd, Suite 201, Santa Clara, CA 95051



کهن دیارا... دیار یارا...

سخنی درباره پیشینه گنجینه فرهنگ ایران زمین

با دوستی گفتگویی داشتم و سخن از هر دری می‌گفتم تا بدانجا که گله مندانه از دوستانی دیگر می‌گفت که در مورد میراث فرهنگی ایران قدیم دچار تردید شده بودند و می‌گفتند که ایران پیش از اسلام را نه دانشی بوده است و نه فرهنگ آنچنانی و نه حتی یک تن فیلسوف و دانشمند به نامی که ارزش سخن گفتن داشته باشد و این دروغ کذب است که می‌گویند کتابخانه‌ها و آثار ایران قدیم در سوانح آتش سوزی‌ها از دست رفته است. آنچنان این گفتار دلم را به درد آورد که اندیشیدم شاید با نوشتن، اندکی از بار اندوهی که این همه دلم را از این مباحثه ایشان به درد آورده است رها شوم و شاید بتوانم با دانش ناچیزم راهی برای شناخت آن گذشته پرافتخار آمیز برایشان بنمایم.

هر کس به طریقی دل ما می‌شکند

بیگانه جدا، یار جدا می‌شکند

بیگانه اگر می‌شکند باکی نیست

از دوست بپرسید چرا می‌شکند

واقعا از دوست بپرسید چرا می‌شکند، اگر ترک و تاتار و عرب و یونان با ما جنگیدند و به غارت بردند و چپاول کردند و گفتند همه این نشانه‌های فرهنگ از ابتدا از آن ما بوده است باکی نیست، دشمن من که به یغمای سرزمین من آمده است ذیحق است که غارت کند و بگوید از ابتدا نبوده است. ولی من ایرانی چه بهره‌ای از هم صدایی با بیگانگانی می‌برم که در

غارت سرزمینم حتی سرمایه‌های تفکر و اندیشه ما را ندیده بگیرند و منکر عظمت گذشته ایرانم شوند. به گفته استاد ارجمندم، دکتر خانلری «مردمی که در سرزمین ایران زندگی کرده‌اند و بیست و هفت قرن تاریخ سیاسی و اجتماعی و اداری از ایشان به جا مانده، ناچار تمدنی داشته‌اند و زبانی و ادبیاتی که بخش ناچیزی از آن در کتیبه‌های شاهان هخامنشی، در کتاب دینی اوستا، در سرودهای گات‌ها و یشت‌ها و ادبیات درباری و خدای نامه‌ها و اندرزنامه‌ها ثبت شده است.»

برای من عجیب است یک ایرانی نام برزویه طبیب را نشنیده باشد که از ایران به هند رفت و کتاب کلیله و دمنه را آورد و بعد ترجمه شد. نام بزرگمهر یا بوذرجمهر وزیر فیلسوف و دانشمند انوشیروان را نشنیده باشد. هیچ راجع به اندرزنامه‌های ایران نشنیده باشد که این آیین‌ها و اندرزها از دربار ساسانی به دربار هارون الرشید رفت و آیین‌های اخلاقی آن به کودکان آنها آموزش داده شد. در کتاب پهلوی دینکرت نوشته شده که دارای دارایان (داریوش دوم هخامنشی) فرمان داده بود تا از اوستای بزرگ که از دوران ویشتاسپ شاه بازمانده بود، دو نسخه تهیه کنند که یکی را در «دژنوشت» و دیگری در «گنج شیزیکان» نگهداری می‌شد. (نقل از کتاب ایرانویج دکتر بهرام فره‌وشی)

دژنوشت که اسناد دولتی در آن

ماهنامه پژواک

با درج آگهی در نشریه پژواک، کسب و خدمات خود را به ایرانیان شمال کالیفرنیا معرفی نمایید!

(۴۰۸) ۲۲۱-۸۶۲۴

شناخت فرهنگ و تمدن گذشته سرزمین ما شیفته وار به تفحص و جستجو در این مقال پرداختند، آثار ارزشمندی از گذشته این سرزمین به یادگار نهادند که ما انکار کنندگان فرهنگ و تمدن قدیم سرزمین کهن مان می‌توانیم از ترجمه‌های نوشته‌های آنها برای دسترسی به دانش شناخت سرزمین خود بهره‌جویم. دانشمندانی چون مینورسکی، پروفوسور لازار، پروفوسور دومناش، پروفوسور بن ونیست، ادوارد براون و بسیار کسان دیگر که خوشبختانه این روزها با دسترسی به وسایل ارتباط جمعی بدون حُب و بغض می‌توان به همه آنها دسترسی پیدا کرد.

در پایان، سخن من با دوستان عزیز که به گذشته سرزمین‌شان اعتقادی ندارند و منکر همه آنچه که به ایران قبل از اسلام باز می‌گردد می‌باشند، نیست. این نظریه ایشان و محترم است، اما برای دوستانی که جستجوگر دسترسی به منابع مورد نیاز فرهنگ و تمدن ایران تا پایان دوره ساسانی هستند در حد دانش ناچیزم آنچه را که در ذهنم دارم، در زیر می‌آورم.

سخنی چند درباره زبان میانگان (میانجی) فارسی و شاهنامه از دکتر کتایون مزدپور، دکتر فیروزه دیانت و مهرا افشاری (شرکت کتاب لس آنجلس)، تاریخ ادبیات، دکتر صفا، جلد اول، تاریخ قبل از اسلام. تحقیقات و نوشته‌های دکتر تفضلی (فرهنگ قبل از اسلام)، تحقیقات نورالله کسمایی، آذرتاش آذرنوش، محمد محمدی ملایری، دکتر ژاله آموزگار ایرانشناس بزرگ و محقق بزرگ ایران قبل از اسلام. تحقیقات دکتر عبدالمجید ارفعی دوست گرانقدر من و مترجم استوانه کورش و تنها ایلامی شناس زبان ایلامی.

تعداد این بزرگان بسیار است و در این آینه کوچک نمی‌گنجد ولی چه خوب بود اگر ما در ندانسته‌هایمان بجای نفی موجودیت‌ها، کوشش می‌کردیم که لااقل با مراجعه به کتب دانشمندان اوایل قرون هجری چون ابوریحان بیرونی و تاریخ طبری و تاریخ بیهقی و کتب از این قبیل به گذشته خویش دسترسی پیدا کنیم. دوستان گرامی با بررسی در گوگل در مقالاتی چون «دانشمندان قبل از اسلام»، «عجیب ولی واقعی و حیرت‌انگیز»، «مستند شهر سوخته»، «فهرست فیلسوفان ایرانی قبل و بعد از اسلام در ویکی‌پدیا، دانشنامه آزاد» و موارد دیگر جستجو و تحقیق، به اطلاعاتی که نیاز دارند دست یابند. این گفتار در شماره آینده ادامه خواهد یافت.

نگهداری می‌شد، در استخر فارس جای داشت و گویا از دیرباز یکی از مراکز نگهداری اسناد تاریخی بود به همین مناسبت شاپور اول ساسانی دستور نوشتن شرح پیروزی‌های خود را به زبان‌های پارسیک و پارسیک و یونانی بر بدنه یکی از دیوارهای آن داده بود. این دژ به گفته «هرتسفیلد» باستان‌شناس نامی می‌بایستی ساختمان کعبه زرتشت در نقش رستم باشد. گنجینه دیگری که نسخه دیگر اوستا در آن نگهداری می‌شد گنج «شیزیکان» بوده است که در دینکرت به صورت گنج «شپیگان» آمده است، «شهر شیر» که آتشکده بزرگ آذرگشسب در کنار برکه آن بنا شده شهری معبد مذهبی بود که بعدها پادشاهان ساسانی پیاده به زیارت بزرگترین آتشکده جهان یعنی «آتشکده شاهی» که در آنجا قرار داشت می‌رفتند.

در حالی که بسیاری مورخان گذشته ایران و عرب و اروپایی با اسناد مستند از یورش اسکندر به ایران گزارش می‌دهند و آنچه که از ویرانی و خرابی بر سر ایران زمین آمد، هنوز ایرانیان نازنینی هستند که بدون استناد به هیچ سند معتبری و بدون هیچ آگاهی و تلاشی برای دانستن، معتقدند که اصلاً نه اسکندری به ایران آمده و نه تخت جمشیدی با آن عظمت آتش زده شده است، نه کتابخانه‌ای بوده و نه هیچ اثر قابل اعتباری. تخت جمشید را یک قلعه متروکه می‌دانند که مرور زمان به این روزش افکنده و نفایس ایران را که موزه‌های خارجی به غارت بردند و زیب و زیور برجسته موزه‌های خویش کردند به هیچ می‌گیرند.

آنچه که ما را به فقرا می‌کشد قصه حسادت و برتری طلبی هریک از ما نسبت به دیگری است که پی آمد این حسادت و برتری طلبی را در بیشتر قصه‌ها و منظومه‌های گذشته ایران تا به امروز می‌بینیم. ما حتی گذشته افتخار آمیز خودمان را نفی می‌کنیم چون به قهرمانان این گذشته‌ها با همان چشم ناخوشایند نگاه می‌کنیم.

وقتی کتاب دینکرت خلاصه‌ای از بخش‌های اوستا را که حاوی دانش‌های نجوم، پزشکی، فلسفه، تاریخ، جغرافیا، داروسازی، آیین‌های کشاورزی، اخلاق، حرکت، زمان و دیگر مسائل علمی زمان می‌باشد نوشته است، اینها همه گوشه‌ای از دانش و خرد ملتی است که برخی از ما نامهربانانه همه بود و نبودشان را نفی می‌کنیم. دریغا از ایران که ویران شود. بسیاری از دانشمندان بزرگ غیر ایرانی که با



برنامه‌های مرکز اسلامی و فرهنگی شمال کالیفرنیا در ماه‌های جولای و آگوست ۲۰۲۱

1433 Madison Street, Oakland, CA 94612

www.iccnc.org

(510) 832-7600

info@iccnc.org or Pr@iccnc.org

facebook.com/ICCNCORG

Telegram: @iccnc

Eid al-Adha Prayer
 Rt. Ahmad Rashid
 Saturday, July 25, 2021 at 9:00 A.M.
 خطبه نماز عید قربان
 حضور از طریق Zoom و واتس‌آپ
 For More Info please go to www.iccnc.org

جشن عید غدیر و عید قربان

برگزاری نماز عید قربان و صرف صبحانه

یکشنبه ۲۵ جولای ساعت ۹ صبح در مرکز (برای افرادی که واکسن دریافت کرده‌اند)

توجه: مراسم نماز جمعه به صورت حضوری و یا رعایت فاصله اجتماعی، ساعت ۱ عصر جمعه‌ها به امانت آقای راشد برگزار می‌شود.

برای کسب اطلاعات بیشتر به سایت (WWW.ICCNC.ORG) و شبکه‌های اجتماعی مرکز مراجعه کنید.



مراسم دهه اول محرم

برگزاری مراسم و سخنرانی‌های ویژه به صورت حضوری و مجازی

از دهم تا بیستم آگوست ۲۰۲۱ ساعت ۷ عصر



سه درس گفتار تازه از دکتر عبدالکریم سروش

- ۱- شرح «کیمیای سعادت غزالی» شنبه ۱۷ جولای و ۱۷ آگوست، ساعت ۴:۳۰ عصر در مرکز و Zoom.
- ۲- «غوری در غزل‌های اقبال لاهوری» جمعه ۱۶ جولای و ۲۰ آگوست، ساعت ۶ عصر از سوی بنیاد توحید و Zoom.
- ۳- «علم و دین» یکشنبه‌ها، ۱۸ جولای، ۱۵ و ۲۹ آگوست، ساعت ۶ عصر از طریق Zoom
- ۴- درس گفتار «شرح دفتر ششم مثنوی» یکشنبه‌ها، ۲۵ جولای، ۸ و ۲۲ آگوست از طریق Zoom.



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



Islamic Services Offered by ICCNC (Via ZOOM)



Islamic Burial: ICCNC provides complete burial services in accordance to the Islamic laws. At the present time, ICCNC can provide limited services for the wash and burial services. please contact the office for details (510-832-7600)



Marriage: Islamic Marriage Ceremony and recitation of "Khotbeh Aghd" at ICCNC via ZOOM. ICCNC issues marriage certificates that are accepted by the interest Section of the Islamic Republic of Iran in Washington D.C.



Divorce: The Islamic Divorce Ceremony and recitation of "Khotbeh Talagh" at ICCNC via ZOOM. ICCNC issues marriage certificates that are accepted by the interest Section of IRI.



Accepting Islam: ICCNC helps individuals interest in giving "Shahada" and accepting Islam to become Muslims. We can held it via ZOOM. ICCNC issues a certificate for this process.

1433 Madison Street, Oakland, CA 94612

www.iccnc.org

(510) 832-7600

info@iccnc.org or Pr@iccnc.org

facebook.com/ICCNCORG

Telegram: @iccnc

هستند بین مربی و بازیکنان. فراموش نکنیم در ضیافت پیروزی همه سینه ستر می کنند و در وپروس های ایدئولوژیکی همه دوست دارند سهمی داشته باشند. بعد از بازی ها آقای طارمی کاپیتان تازه تیم ملی از کارلوس کیروش مربی سابق به نیکی یاد کرد و گفت: «نمره کار او را حالا می توان در تیم ملی دید.» او گفت: «کی روش نسل تیم ملی را عوض کرد و راه باشگاه های اروپائی را به ما نشان داد. کارلوس نه به کسی باج داد و نه از کسی بدون دلیل تعریف کرد. هنوز هم بچه ها او را دوست دارند. او مربی بزرگی است که فوتبال ایران را تغییر داد.» او می گوید احتیاجی نیست برای فهمیدن مسائل ساده پشتک و وارو زد. در طی این سال ها به فرصت های تباہ شده بنگرید. مثال خوب آقای ویلموس است که هرچه پول در طی این سال ها کی روش به ایران آورده بود، او زد و برد. رئیس فدراسیون آقای تاج برای آوردن او به تیم ملی، حتی با بچه های تیم ملی مشورت هم نکرد. ویلموس، ویلموس، ویلموس، او هنوز هم دست از سر فدراسیون فوتبال ایران بر نمی دارد. با او ما در تهران به بحرین و عراق باختیم. گناهی نابخشودنی است باختن به عرب ها. **دنباله مطلب در صفحه ۵۰**

و سردار بهترین نمایش موجود را نشان دادند. ما در برابر عراق شش موقعیت تک به تک با دروازه بان عراقی داشتیم که با اندکی دقت و حتی شانس می توانستیم به تعداد گل های خود بیفزائیم. قانندی که بسیار شایسته است هرگاه به بازی رفت بسیار سراسیمه بود. کمبود تجربه بهترین عامل آن می توانست باشد. بپراوند درون دروازه نقطه قدرت تیم ایران بود و خط دفاعی با قدرت اما ناهماهنگ ظاهر شد. ما باید به فکر هماهنگ کردن مدافعان کناری باشیم و زیبایی فوتبال در این است که لحظه به لحظه عوض می شود. جابجائی از حمله به دفاع و بالعکس باید بهتر شکل بگیرد. بازی با سر به همان اندازه اهمیت دارد که بازی با هر دو پا. ارزش ضربه های آزاد، و پرتاب اوتها و کرنرها کاری است تیمی و همه چیز از یک دفاع منظم شکل می گیرد. امروزه در فوتبال مدرن بازیکنان سوپر فیت super fit اعصابی دست مریباندند. مربی گری روش رفتار ما با بازیکنان مان است. کیفیت کار یک مربی به هوش و آگاهی آنچه در اطراف او می گذرد بستگی دارد. دستیاران، هاشمی و باقری، پزشک تیم، آدمی که باید درست تصمیم بگیرد نه حدس بزند. اغلب دستیاران خوب رابطی



ورزش از نگاه من

احمد طوسی

Email: atousi1515@gmail.com

بترسیم. در طی این سال ها به فرصت های تباہ شده بنگریم. اسکوچیج سرمربی ایرانی از لیگ برتر می آمد. او قبلا مربی صنعت نفت بوده است. اولین کار او بازگشت آرامش به تیم بود. در حالیکه بازیکنان هم قسم شده بودند و دو دستیار فوق العاده ایران، وحید هاشمیان و کریم باقری در کنار بچه ها بودند و فوق العاده موثر. تیم ایران هرگز در روی نیمکت ذخیره بازیکنانی به این بزرگی نداشته است. هرکس به جای بازیکنی دیگر به میدان رفت، بهتر کار کرد. خط هافبک توانمندی که گرچه بسیار منسجم نبود اما با شناخت یکدیگر بهترین بود. مربی باهوش خط میانی تیم پرسپولیس را به کار گرفته بود، اما هرگاه تعویض صورت گرفت تیم همان استحکام را داشت، و حتی با این که وحید امیری، یکی از بهترین ها، آسیب دید، تیم احساس ضعف نکرد. قلی پور، ترابی و... بودند که جبران کنند. طارمی

تیم فوتبال ایران در میان تمامی کارشکنی ها در بحرین در دو هفته و چهار برد پیاپی، اعتبار از دست رفته ایران را بازگرداند. بدون دیدار تدارکاتی و بدون تمامی هزینه های غیر ضروری کاری کرد کارستان. آنها کامبوج، بحرین، هنگ کنگ و عراق را بردند. در تمامی این دو هفته از آقای تاج خبری نبود و نه از معاون او آقای ساکت آقای ویلموس مربی تاجر آنها که با باخت به بحرین و عراق در تهران روحیه همه را تخریب کرده بود، حتی با یک تلگرام تبریک برد به روی خودش نیاورد که مهمترین تاکتیک، تاکتیک دوستی است. این چیزی بود که بچه های تیم ملی هم مصمم شده بودند که کم کاری شان را جبران کنند. چرا باید آنها در جام جهانی نباشند! ما در تیم مان آقای گل هلند (جهان بخش)، آقای گل روسیه (سردار آزمون) و آقای گل پرتغال (مهدی طارمی) را داریم. چرا باید از بحرین و عراق

SHAWN ANSARI PRESENTS

شان انصاری

SOLD



1705 Lawrence Road

SOLD in 6 days,

\$202K over the asking price,
with multiple offers

SOLD



1568 Coleman Road

SOLD in 9 days,

\$62K over the asking price,
with multiple offers



(408) 529-4574

www.ShawnAnsari.com

DRE: 01088988
COMPASS

Shawn Ansari, Realtor
MS, e-PRO, Certified SRES, SFR, Probate



به زمان توجه می‌کنیم، می‌بینیم که زمان کش می‌آید.

تجربه نزدیک به مرگ می‌تواند حس گذر زمان را آهسته‌تر کند:

دیوید ایگلن، متخصص علوم اعصاب از دانشگاه استنفورد، در کودکی از بالای سقف یک خانه سقوط کرده است. اینکه رسیدن به زمین بسیار طولانی به نظرش رسید، الهام‌بخش او برای پژوهش روی این موضوع شد که چگونه تجربه نزدیک به مرگ ممکن

است گذر زمان را آهسته‌تر کند. "وقتی ما در حال تصادف هستیم یا سعی می‌کنیم از یک تصادف اجتناب کنیم، ممکن است زمان آهسته‌تر بگذرد، اما این صرفاً ادراک ما از گذر زمان است.

فرهنگ‌های مختلف زمان را متفاوت حس می‌کنند: گمزه آرمان، روانشناس

از دانشگاه غرب انگلستان در بریستول، می‌گوید که برخی گروه‌های فرهنگی بیش از دیگران در مورد زمان حساس هستند. فرهنگ‌های آمریکای شمالی بیشتر مبتنی بر مهلت مشخص انجام کارها هستند. به گفته خانم آرمان "در چنین فرهنگ‌هایی تمرکز بر سریع بودن است و زمان به عنوان یک منبع کمیاب مانند یک کالا دیده می‌شود." **دنباله مطلب در صفحه ۵۳**

آیا با بالا رفتن سن زمان تندتر می‌گذرد؟

مغز انسان دقیقاً چگونه گذر زمان را محاسبه می‌کند؟ چرا معمولاً نتایج اینقدر تحریف شده است که زمان یا کش می‌آید و یا مثل باد می‌گذرد؟ و آیا هرچه پیرتر می‌شویم سرعت گذر زمان بیشتر می‌شود؟

آرماندو یانوچی، طنزنویس، کارگردان و تهیه‌کننده اسکاتلندی، برای تهیه یک مستند رادیویی با عنوان "چرا زمان مثل برق می‌گذرد" به سراغ چند متخصص شامل فیزیکدان، روانشناس و فیلسوف رفته تا از عوامل عاطفی، فیزیکی و فرهنگی پرده بردارند که بر درک ما از زمان تأثیر می‌گذارند. او همچنین از آنها پرسیده که آیا می‌توان کاری کرد که گذر زمان کند شود؟

هر چه بیشتر احساساتی یا برانگیخته باشیم، زمان برایمان کندتر می‌گذرد: روث اوگدن، روانشناس تجربی از دانشگاه لیورپول جان مورز، روی این مطالعه کرده که چگونه سطح عواطف و احساس برانگیختگی، درک ما از زمان را تغییر می‌دهد. در این آزمایش‌ها به شرکت‌کننده‌ها شوک خفیف الکتریکی داده شده یا تصاویری تحریک‌کننده به آنها نشان داده شده و از آنها خواسته شده که تخمین بزنند زمان چگونه گذشته است.

وقتی شرکت‌کننده‌ها بسیار برانگیخته بودند، به خصوص با محرک‌های منفی مانند درد یا تصاویر ناخوشایند، قضاوت آنها در مورد گذر زمان طولانی‌تر از رویدادهای خنثی یا آرام بوده است. روث اوگدن می‌گوید: "وقتی ما بسیار برانگیخته هستیم، وقتی که خیلی عرق می‌ریزیم و ضربان قلب ما خیلی بالا می‌رود، مواردی است که درک زمان برای ما تحریف می‌شود." عامل بزرگ دیگری که در پژوهش‌های روث پدیدار شده است، میزان توجه ما به زمان است. اگر در یک میخانه در حال گذران اوقاتی خوش با دوستان مان باشیم، زمان مثل باد می‌گذرد. خانم اوگدن می‌گوید که "این به دلیل آن است که هیچ توجهی به زمان ندارید." اما وقتی که حوصله‌مان سر رفته باشد و مدام ساعت را نگاه کنیم، تجربه‌ای کاملاً متضاد داریم. به گفته این روانشناس "وقتی که بیش از مواقع عادی



Immigration & Translation Services

۱۳۱۸-۵۵۴-۴۰۸

شرکت ساعی

مشکل گشای شهر شما



👉 کارت سبز، ویزای نامزدی

👉 امور مربوط به دفتر حفاظت ایران

👉 ترجمه کلیه مدارک، عکس گذرنامه

👉 تشکیل شرکت‌ها

👉 تعویض نام

تابعیت

www.saeicompany.com

I am not an attorney

(408)554-1318

برای اطلاعات بیشتر با آقای داریوش گیلانی تماس بگیرید

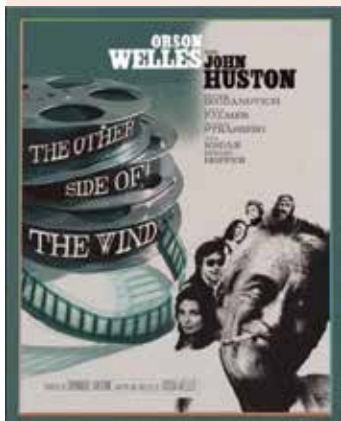
940 Saratoga Ave., Suite #112, San Jose, CA 95129

می کنم مرا با بزرگترین فیلم سینمای آمریکا مقایسه می کنند. این طلسم من است. هیچ کارگردان دیگری محصور به چنین استاندارد ناممکنی نبوده. (آنسوی باد) در واقع مکمل فیلم

همشهری کین است که یک نفر به چنان اوجی می رسد و با تراژدی جایش را در آمریکا از دست می دهد.

اما با این وصف «ولز» بی توجه به آن توانست علاوه بر بازی در فیلم های بی شماری که دیگران کارگردانی

کرده بودند، در تعدادی از فیلم های خودش نیز علاوه بر نگارش فیلمنامه و کارگردانی بازی هم بکند که هر کدام در جای خود، اگر شاهکار نباشد، از



ارزش سینمایی والا و بر خوردار است. «ولز» از زمره فیلمسازان مولفی بود که تهیه کننده ها ارزش واقعی او را ندانستند و سبک فیلمسازی اش را درک نکردند. اما با این وجود، او توانست برای نسل های بعدی آثاری باقی بگذارد که بحث انگیز، تماشایی و ارزشمند بوده اند.

نیز این فیلم را با نسخه جدید ۳۵ میلی متری اش که تازه آماده شده بود، با حضور «گری گریور» فیلمبردار هر دو فیلم و فیلمبردار ۱۵ سال آخر حیات «ولز» و «جوزف مک براید» مولف و



پیتر باگدانویچ - اُرسن ولز - جان هستون

سینما شناس و استاد دانشگاه که در فیلم «آنسوی باد» هم شرکت داشت (عکس هر دو، در حال پاسخگویی به پرسش حاضران) در فستیوال بین المللی تیریران به نمایش گذاشتیم که از معدود فرصت هایی بود که می شد این فیلم را با کیفیت عالی دید.

گرچه «ولز» فیلم های بسیاری ساخت که هر کدام از نظر ارزش سینمایی جای ویژه ای در تاریخ سینما دارد، اما «همشهری کین» (۱۹۴۱) که او را در سن ۲۴ سالگی به شهرت جهانی رساند نه تنها امروز در مدارس سینمایی تدریس می شود، بلکه چند دهه ای هست که در لیست فیلم های انتخابی سال منتقدان فیلم جهان نیز ذکر می شود.

«ولز» در این باره یک بار گفت همواره فیلم های دیگر او را با این فیلم مقایسه می کنند و از این بابت چندان راضی نبود چرا که هر فیلمی ارزش و خصوصیات ویژه خود را دارد و کار مقایسه از اهمیت آن فیلم ها می کاهد. او گفت: «همشهری کین» بزرگترین طلسم زندگی من است. هربار کاری

دنیای سینما

سعید شفا

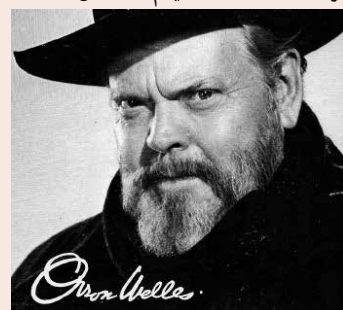


اُرسن ولز ایران... و «آنسوی باد»

یک تهیه کننده اسپانیایی پرداخت کرد که تهیه کننده مذکور هیچگاه آن را به «ولز» نپرداخت. باید اضافه کرد که «ولز» این فیلم را در زمان حیاتش به پایان رساند، اما پیوند آن به خاطر مسایل مالی ناتمام ماند تا اینکه درگذشت. بعد انقلاب ۱۹۷۹ ایران روی داد و صاحب فیلم دولت جدید ایران اعلام شد که نمی دانست با آن چه بکند.

نسخه اصلی فیلم در گاو صندوقی در فرانسه نگهداری می شد و «بوشهری» حاضر نبود به خاطر سرمایه ای که در آن گذاشته بود آن را آزاد کند تا اینکه خانواده اش به او گفتند اگر فیلم آزاد شود و به نمایش درآید او

«اُرسن ولز» ۵۵ ساله بود که بعد از دو دهه خود تبعیدی در اروپا به هالیوود بازگشت و این بازگشت را با فیلم «آنسوی باد» آغاز کرد. سال ۱۹۷۰ بود، اما ساخت فیلم تا سال ۱۹۷۶



بطول انجامید و بعد با مسایلی نظیر مالی، قانونی و سیاسی که بخشی از آن شامل ایران می شد تا دهه ۱۹۸۰ ادامه پیدا کرد تا اینکه «ولز» در سال ۱۹۸۵ درگذشت و این فیلم هیچگاه به اتمام نرسید و ناتمام باقی ماند. «ولز» علاوه بر این فیلم، چند فیلم ناتمام دیگر هم دارد که علت ناتمام ماندنشان به خاطر مسئله مالی و بودجه فیلم ها بود.

«آنسوی باد» هم از این مشکل مستثنی نماند و با وجود اینکه یک شرکت ایرانی زیر یک اسم فرانسوی که متعلق به «مهدی بوشهری» شوهر «اشرف



صحنه ای از فیلم «در آنسوی باد»

خواهد توانست سرمایه اش را زنده کند و همین کار را هم کرد. اما بودجه ای برای اتمام پیوند آن نبود تا اینکه تهیه کننده فیلم های «ایندیاناجونز» (فرانک مارشال) این مهم را متقبل شد و با کمک Netflix برای پخش جهانی اش، فیلم را زیر نظر «پیتر باگدانویچ» (کارگردان فیلم های: ماه کاغذی، The Last Picture Show...) که در فیلم حضور دارد و در جریان فیلمبرداری فیلم هم بود پیوند کردند و بالاخره فیلمی که حدود چهل سال از عمرش می گذشت، برای نخستین بار برای نمایش، در دسترس عموم قرار گرفت. فیلم دیگر «ولز» به اسم F For Fake هم سرنوشت مشابهی داشت و مجدداً ایران در ساخت آن سهم بود و همین موجب شد تا فیلم به اتمام برسد. ما



پهلوی»، خواهر شاه بود و دفترش در پاریس قرار داشت، به عنوان سرمایه گذاری مبلغی به فیلم «ولز» از طریق

واژه نامه حقوقی انگلیسی-فارسی

شامل واژه های:

حقوقی، سیاسی، اقتصادی و جامعه شناسی

تالیف: دکتر احمد ایرانی،

کارشناس ترجمه

لس آنجلس، کالیفرنیا ۲۰۰۶

بهای کتاب با هزینه پست: ۱۲ دلار

Ahmad Irani

201 Glenwood Cir., Apt. 319

Monterey, CA, 93940



نوشخند و پوزخند

لبخند و زهر خند

عترت گودرزی (الهی)

etratelahi@aol.com

کاشکی سگ بودم!

باشید تمام مردم شهرتان انسان های ولخرجی می شوند که برایتان همه چیز فراهم می کنند.

کاشکی سگ بودم آنوقت نه از آتش سوزی می ترسیدم نه از سیل و زلزله چون در صورت وقوع این حوادث اول مرا نجات می دهند چرا که هم دوستم دارند و هم اینکه خودنمائی کنند و عکس شان در تلویزیون دیده شود.

کاشکی سگ بودم چون اگر خطائی بکنم و یا چیزی بدزدم مرا تنبیه بدنی نمی کنند، فقط با یک تذکر کوچک و یک بوسه و نوازش سر و ته قضیه را هم می آورند. می بینید که سگ بودن چه مزایایی دارد. بیخود نیست که من آرزو می کنم کاشکی سگ بودم.

بیاد بچه هایی افتادم که از پدر و مادر پناهنده جدایشان کرده بودند و شب ها را در بستری از خاک و خل می خوابند و هیچکس هم عین خیالش نیست.

در فیس بوک اعلانی دیدم بسیار جالب. سگ بی خانمانی را نشان می داد که بعد از گرفتن دوش آب گرم در حوله بسیار زیبایی که به دور بدنش پیچیده بودند در جستجوی خانه گرم و نرمی بود با بیش از صدها آغوش باز. کاشکی سگ بودم، آن هم سگ اوباما که اگر مریض باشم دیگر لازم نیست که دنبال «اوباما کر» بروم چون خود اوباما بیست و چهار ساعت از من مواظبت خواهد کرد.

حتی اگر سگ ولگرد و بی خانمان هم

اگر سگ اوباما بودم و می مردم خود پرزیدنت با انتشار متنی در توئیتر از مرگم خبر می داد و ادای احترام می کرد. او در یک اعلامیه رسمی خبر داد که خانواده ما یک دوست واقعی و همدم وفادار را از دست داده است پس قبول کنید که سگ بودن چقدر اهمیت اجتماعی دارد.

یاد دوست دیرینه ام، شهین چون افتادم که اصلا وضع مالی خوبی ندارد و با هزار بدبختی توانست از بانک قرض بگیرد و تومور سرطانی سگش را به دست جراح بسپارد.

واقعا کاشکی سگ بودم. اگر یادتان باشد در قدیم هرکس زندگی سخت و بدی داشت می گفتند بیچاره زندگی سگی دارد، ولی حالا خوش به حال سگ ها. عکس تختخواب سگ اوباما را که دیدم

خیلی دلم می خواست سگ باشم اما نه هر سگی و نه هر نژادی.

دلم می خواست سگ باشم اما اسمم Bo باشد. صاحبم اوباما باشد. اگر سگ اوباما بودم حتی برایم کوکی های مورد علاقه ام را در آشپزخانه کاخ سفید درست می کردند و میشل اوباما هم مواظب بود که کوکی های من درست و حسابی پخته شوند. کاشکی سگ اوباما بودم، آنوقت حتی روز مرگم یک روز بیاد ماندنی در تاریخ آمریکا می شد.

اگر Bo بودم و سگ پرزیدنت اوباما، خبرگزاری ها، اشک در چشم، روز مرگم را اعلان می کردند. در ویکی پدیا تاریخ تولد و تاریخچه زندگی، غذاهای مورد علاقه ام، تحصیلات و عادت هایم را در گوگل را نیز منتشر می کردند و به اطلاع مردم می رساندند.



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



یگانه

کافی شاپ یگانه یکی از بهترین مکان های بی اریا برای گذراندن اوقات فراغت شما و چشیدن غذاهای خوشمزه و لذت بردن از محیط دوستانه!

Outdoor Sitting & Take Out

لذیذترین ساندویچ های گرم و سرد را در کافی شاپ یگانه میل کنید!

The sandwiches are deliciously authentic!

- * Breakfast & Brunch
- * Omelettes
- * Sandwiches
- * Salads
- * Coffee & Tea
- * Fresh Juices
- * Dessert
- * Milkshakes



نان سنگک تازه - کله پاچه - حلیم



(408) 666-1229

Mondays -Sundays 8:00am - 6:00pm

www.yeganehbakery.com

3275 Stevens Creek Blvd. San Jose, CA 95117

Order online with

DOORDASH - GRUBHUB

منطقه فضول آباد

ته سیگاری که بدجوری باعث خجالت من شد!

یکی از زنان سیگاری فامیل یه روز در تهران به ما گفت: «روزی رفته بودم به شهر زیبای مانهایم در آلمان. آن روز ضمن گردش و خرید در این شهر، در نهایت بی خیالی سیگاری هم روشن کرده بودم و می کشیدم. ته سیگارم را هم راحت انداختم کف پیاده رو. پیرزنی آلمانی مرا دید و خشمگین به من نزدیک شد و با تحکم فراوان بین مردم به من دستور داد ته سیگارم را فوری بردارم بپریم بیندازم توی یک ظرف زباله. آن روز بدجوری خجالت کشیدم. در واقع بین همه عابران آب شدم، و اما من هم در ایران همکاری داشتیم به نام دکتر صنیعی. یک روز به ما گفت: «سالی همراه هیاتی از جانب وزارت کشاورزی رفته بودم روسیه. در آنجا یک شب ما را به اپرا دعوت کرده بودند. مدتی در آنجا در سالن انتظار مانده بودیم تا وارد سالن اپرا شویم. من بی خیال سیگاری روشن کردم و می کشیدم. ناگهان دیدم به سرعت اطراف من خالی شد و همه از من با نگاهی ناخرسند فاصله گرفتند و آن وسط فقط من مانده بودم و دود سیگارم. من آن شب به قول معروف از شرمندگی خیس عرق شدم. به سرعت سیگارم را خاموش کردم.»

یادمه رفته بودیم آلمان. یه روز هوای مناسبی بود، به پسریم گفتم بساطمان را جمع کنیم بریم همین نزدیکی ها پیک نیک. پسریم گفت: «اینجا پیک نیک رفتن مشکل است. پلیس دور و برت می چرخد که محیط را آلوده نکنی.» در آلمان همه جا نمی شود ماشینت را بشوری. در کارواش ها و خانه ات فقط اجازه داری. هر جای دیگری ماشین بشوری جریمه سنگین می شوی.

یه روز در فرانکفورت در خیابانی می گذشتم ماشین بزرگ که قیافه ماشین های معمولی را نداشت از کنارمان رد شد. از پسریم پرسیدم: «این چه ماشینی؟» گفت: «این حمام سیار است. هر جا هوم لیس دیدند بچه اش را می گیرند می برند بالا تا در این ماشین حمام کند.» در آلمان ضمنا گدائی قذغن است.

مشقی تازه در روزهای غربت

حسینعلی مکوندی
فریمان- کالیفرنیا

e-mail: ha@makvandi.com



کتاب نیمه آفتاب

شاگردان گاه از من پرسیده اند کتاب بخوانیم چه می شود، یا چه می آموزیم؟! من جوابم اینها بود:

* انشاءات خیلی بهتر میشه و نمرات درخشانی می گیری.
* دیکته ات بهتره میشه.
* جمله نویسی یاد می گیری.
* فکر کردن می آموزی.

* از تنها بودن با کتاب لذت می بری.

* شعر می خوانی و با شعرا آشنا میشی.

* با ضرب المثل های مردم دنیا آشنا میشی.

* کتاب یادت می دهد از خفت محکم دفاع کنی.

* با مطالعه همه علوم را هم می شناسی.

* می فهمی آدم کتابخوان هر حرفی را راحت نمی پذیره.

* کتاب تو را با قانون آشنا می کنه.

* کتاب خوب، مهربانی را به تو می آموزه.

* کتاب، مردان نامدار به تو معرفی می کنه.

* کتاب به تو نشان می ده کجا ظلم است و کجا بی عدالتی.

* یاد می گیری خانه های بی کتاب تاریکند.

خلاصه من معتقدم کتاب باید راه برود یعنی از دست من برسد به دست تو و از دست تو به دست یکی دیگر. باید بدانیم کتاب فرسوده می شود و کالای تزئینی نیست.

از همینگوی کمی بگوئیم

او نویسنده ای صاحب سبک بوده و در داستان های کوتاه مرکب خیال خویش را می راند. هنگامی که قلمش، به اصطلاح روی غلطک می افتاد، نوشته هایش مانند یک نوع زبان کودکان الهامی بود و وقتی بد می نوشت یک زبان بچگانه درست و حسابی از آب در می آمد و یا دست کم ناقدان ادبی چنین می گفتند. بعد از سال ۱۹۲۰ او دیگر همه چیز را داشت از دست می داد.

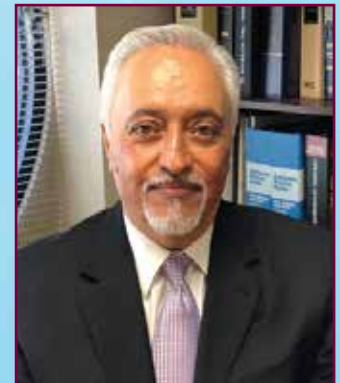
دنباله مطلب در صفحه ۵۱

دفاتر و کالت علی مقدمی

با همکاری جفری زیندر و سمیرا نیک آئین

وکلای سابق شرکت های بیمه با بیش از ۶۰ سال تجربه

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



Ali Moghaddami

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



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

Tel: (818) 500-4111

Fax: (818) 500-4144

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

Free Consultation

Tel: (408) 332-5885

Cell: (408) 643-1739

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

یادداشت‌های بی تاریخ

دکتر صدرالدین الهی



به یاد مردی که از میانه به دو نیم شده بود

در میان یادداشت‌هایم به یادداشتی برخوردیم در مورد مردی که می‌خواست درباره‌اش بدانند و ندانند. آدمی که از میانه به دو نیمه شده بود. این مطلب را بخوانید و اگر او را شناختید به تشخیص شما آفرین می‌گویم و اگر شناختید، همچنان یک دون ژوان انقلابی را که از میانه به دو نیم شده است در نظر داشته باشید. این یادداشت را من در معرفی مرد دوست‌داشتنی و دانایی نوشتم و در مجله روزگار نو در اردیبهشت ۱۳۷۵ چاپ کردم. دوست صاحب‌دل من یادداشت را خواند و برخلاف بسیاری از خوانندگان، در اولین دیدار مرا بوسید و تشکر کرد. در زمستان ۱۳۹۴ این دوست را از دست دادم. خبر مرگ او در این طرف صدایی نکرد. در فرانسه هم که او آخر عمرش را در آنجا می‌زیست چندان از او یاد نشد. اما من تقریباً کتابچه بزرگی از حرف‌هایی که با هم در چندین و چند نشست در برکلی زده‌ایم و در آن راجع به همه چیز گفته‌ایم، دارم که امیدوارم روزی بتوانم در عداد مصاحبه‌های چاپ‌نشده‌ام چاپ کنم. در هر حال این اشاره را برای آن نوشتم که کسانی که او را می‌شناختند با من همراه باشند و یاد او را زنده در دل نگاهدارند.

دون ژوانی با خواب‌های انقلابی

آرامش و خرمی چشم‌های زنده و شادابش چنان است که پنداری می‌توان در لایتناهی آن دراز کشید و به زمزمه جویبار آبی آسمان و خش‌خش دامن زرافشان خورشید گوش داد و به هیچ چیز نیاندیشید. نه حالا، از آغاز جوانی، از وقتی که او را شناختم چنین بود. وقتی نگاهت می‌کرد، آن چنان مهربان و شاد شط رنگارنگ چشم‌هایش جاری می‌شد که تو را با خود می‌برد. چشمش در آفتاب، هر لحظه به‌رنگی بود. سبز، قهوه‌ای، آبی، زرد کهربایی، چیزی به صدرنگی رنگین کمان بعد از باران. وقتی با او بودی همیشه گم می‌شدی. پوست روشن، لب نازک، صدای آرام و قامت سلامتت کمک می‌کرد که حرفش را بهتر به تو بقبولاند. کم حرف می‌زد و جمله‌هایش کوتاه بود. یک نوع عطر فریبنده زنانه در ته صدایش موج می‌زد که با همه سردی، دلت می‌خواست چشم به دهانش بدوزی. نگاهش به نگاه گرسنه، اما مسحورکننده پلنگی می‌مانست که می‌خواست قانون دریدن را برای تو به شعری دلپذیر برگرداند. استدلال‌هایش استدلال‌های پلنگ و طعمه بود و با یک نوع ادب درنده از بحث نتیجه می‌گرفت و با لبخندی شیرین فصل بحث را می‌بست و دهان تو را نیز. و بعد آن نگاه هفت‌رنگ آرام می‌آمد و تو را می‌برد مثل سیل خرم‌بهراری که ناگهان سرما و خشونت زمستان را می‌شوید و تو



را بی‌دلیل قانع می‌کند که همراه او به سوی گل‌ها و شکوفه‌ها دست تکان بدهی و باور نکنی که به سنگ خواهی خورد. اولین دفعه که به هم معرفی شدیم، توی یک قهوه‌خانه «کارتیه لاتن» بود. من خبرنگار بودم و او سیاستمداری به ظاهر کنار گذاشته شده. آشنایی‌های دور ناگهان ما را به هم نزدیک کرد. خیلی نزدیک. شام رفتیم با دو سه تا محصل انقلابی به کافه «آکروپل» توی «سن‌میشل»، بعدش هم تئاتر «آوازه‌خوان کچل و درس» که تازه هفت هشت سالی بود نوشته شده بود و سر و صدا داشت. در تمام مدت او یک سر و گردن از همه ما با شعورتر و حداقل ده سال از من که از همه آنها مسن‌تر بودم، بزرگتر بود. درباره سارتر و کامو خوب

زنده بود؟ از هم که می‌خواستیم جدا شویم من باورش کرده بودم. به‌عنوان یک انسان ضد استعمار که متأسفانه گرفتار موقعیتی است که نمی‌تواند به صفوف ارتش آزادی بخش الجزایر بپیوندد و همان دم به او قول دادم که قبل از برگشتنم به «اوجدا» در مراکش ترتیب ملاقات او را با دو تا از بچه‌های الجزایری پاریس بدهم. او درباره وضع نهضت اطلاعات بیشتری می‌خواست.

توی فرودگاه اورلی «نذیر سلیم» در آغوشم کشید. سفر به خیر گفت و گفت: «مواظب این دوست خوش‌قیافه‌ات باش. آدم مافوق برجسته‌ای است و به همین جهت بی‌اندازه خطرناک. همه کار از دستش برمی‌آید. فوق‌العاده باسواد است. مهمتر از همه، عربی را بهتر از من بلد است. با توصیه تو اطلاعاتی را که درباره عملکرد درون گروهی جبهه آزادی بخش می‌خواست، به او دادیم. به «ژیزل حلیمی» و کیل «جمیل بویاشا» سفارشش را کردیم ولی بیشتر از این کاری برایش نمی‌کنیم.» شانه‌ام را بالا انداختم و گفتم: «من دوستش دارم و تحسینش می‌کنم. در ایران، ما آدم اینطوری خیلی کم داریم. اصلاً نداریم. آدم با ایده‌آل پر حرارتی است.» و دوست الجزایری من گفت: «شاید، ولی یک انقلابی نیست. حتی مثل خود تو یک خدمتگزار صدیق فکر انقلاب هم نیست. اوقات تلخ نمی‌شود اگر بگویم من او را چگونه می‌بینم؟» و بدون این که منتظر جواب من بشود، ادامه داد: «او حتی یک ماجراجوی شبه انقلابی هم نیست. یک دون ژوان است که خواب‌های

انقلابی می‌بیند.»

در تهران یکدیگر را دوباره دیدیم. بیکار بود. روزهایش را با تنیس و کتاب خواندن و جواب به تلفن دادن پر می‌کرد و به انگلیسی و فرانسه برای مجلات جدی خارجی مقاله می‌نوشت. اسباب بازی تازه‌ای هم پیدا کرده بود. از بعد از «جنگ شکر» «سارتر» به «فیدل کاسترو» فکر می‌کرد و بیشتر از او به «چه‌گوارا» دل داده بود. تمام اطلاعات مربوط به کوبا را گرد آورده بود و بعد با اطمینان به این که کسی به خانه‌اش نمی‌ریزد و به سراغ کتابخانه‌اش نمی‌رود، همه را خوانده و نت کرده بود. با همان صدای آهسته و فریبنده ساعت‌ها برای من از زیبایی جنگ‌های شهری حرف زد، از چریک و چریک شهری و بعد از فساد می‌گفت که چطور مثل یک دمل بزرگ هر روز بیشتر از روز پیش آماس می‌کند و این که وطن بیمار فساد است. دنباله مطلب در صفحه ۵۶

راهی برای فرار از آن یا خود مراقبتی است و مسیر ما را بدون آن که بدانیم زخم های ما تعیین می کنند. غافل از اینکه با نندیدن ریشه و منشا آسیب چقدر این مسیر تضمین کننده امنیت و مراقبت از ماست و درگیری و جدالی پایان ناپذیر را مجدداً می آفریند.

اینکه ما به چه شیوه ای به احساسات و دردهای مان پاسخ دهیم، به ظرفیت روانی ما بازمی گردد. این که چقدر ظرفیت حل مساله در برخورد با آسیب ها را داریم و چقدر آموخته ایم به درستی از خود مراقبت کنیم متضمن احیای مجدد ماست.

در نتیجه به میزانی که ما در پاسخ به مشکلات مان موفق عمل می کنیم، یا موجب آسیب بیشتر به خود می شویم، نشان دهنده میزان سلامت سیستم دفاعی روان ماست، که یا از خود دفاع می کند یا مانند بیماری های خودایمنی به خود حمله خواهد کرد. در واقع سلامت ساختار شخصیت ما، خزانه ی رودررویی ما با مصائب است که می تواند در پاسخ به یک طوفان فروریزد یا از آن گذر کند و نه تنها آسیبی را متوجه خود نکند بلکه از خود و دیگران نیز مراقبت کند.

داشته باشند آن را لمس کنند و در نتیجه موجب درد ما بشوند. ممکن است کلام و رفتار دیگری را تحقیر و طرد برداشت کنیم یا طرد و تحقیر دیگران برای ما بسیار دردناک باشد، در حالی که این طرد و تحقیر اکنون رد زخمی از طرد و آسیب عمیق تری در وجود ما را ملتهب کرده است که ساعت ها و روزها درگیر این حادثه و خاطرات آن شده ایم.

با این همه عواطف و احساسات درگیر شده در این تروماها سرنخی از آسیب پذیری درونی مان به ما می دهد که می توان با دیدن، تجربه و عمیق شدن در آنها، زخم های کهنه را درمان کرد. فردی که کارفرما او را تحقیر می کند تمام تلاش خود را می کند تا خودش کارفرما و رئیس باشد تا دیگر این حادثه تکرار نشود. خشم و تنفر او از کارفرما ریشه در تمام کفایت هایی دارد که هیچ گاه از افراد مهم زندگی اش دریافت نکرده و در نتیجه رفتار یک فرد امروز می تواند بسیار برای او معنا دار و آسیب زنده باشد و باقی زندگی او را تعیین کند که بتواند از این تروما جان سالم به در ببرد. این چنین برای همه ما تروماها و اتفاقات ریشه تعیین سرنوشت، انتخاب ها و در واقع



ای برای جبران، تنها دست و پا زدن برای غرق نشدن در این درد است. اگر در رابطه ای آسیب دیده باشیم ممکن است تصمیم بگیریم وارد هیچ رابطه ای نشویم و فاصله خود را حفظ کنیم، یا در آروزی حضور شخصی مراقبت کننده بنشینیم زیرا این رابطه به بسیاری از مفاهیم از جمله دوست داشتنی و مورد قبول واقع شدن و ... ضربه ای مهلک وارد کرده، اگر درشغلی شکست بخوریم تمام تلاش خود را می کنیم تا

مجدداً آن را احیا کنیم تا کفایت و هویت از دست رفته را باز یابیم یا در درماندگی باقی زمان خود را صرف افسوس و سرزنش خواهیم کرد، اگر عزیزی را از دست داده باشیم یا به زندگی بر می گردیم یا این فقدان موجب نادیده گرفتن تمام بخش های دیگر زندگی خواهد بود



و در گرداب افسردگی غرق می شویم. مسلماً معنای آسیب و درد برای هر یک از ما تعریف مجزایی دارد. ما در یک طیف از آسیب پذیری تا سلامت در برابر مشکلات و حوادث زندگی پاسخ نشان می دهیم، میزان و درجه آسیب پذیری هر یک از ما متفاوت است و اینکه در برابر چه موضوعی آسیب ببینیم و دچار التهاب شویم را، زخم های گذشته ما تعیین می کند. کوتاه سخن این که به میزانی که آسیب دیده تر باشیم، آسیب پذیرتریم و در پس هر رخداد کوچکی گرفتار و درگیر خواهیم شد و درد را تجربه خواهیم کرد. بسیاری از مواقع این درد را به دنیا، افراد و .. نسبت می دهیم تا از شدت درد آن بکاهیم، اما این توجیه و تسکین، ما را از گرفتاری در آسیب های دوباره مصون نمی سازد و از قضا زخم های درونی ما را دور از دسترس و درمان ناپذیرتر می کند.

هر یک از ما نقطه های آسیب دیده بسیاری در روان مان داریم که هر حادثه ممکن است بی آن که بدانیم و دیگران بخواهند یا انگیزه و قصد آزار ما را

وقتی از خاطرات صحبت می کنیم، از مجموعه و ملغمه ای از احساسات دردناکی صحبت می کنیم که ما را می آزارد و در نتیجه برای ما ساده تر است که آنها را فراموش کنیم، پس بزنبیم یا نادیده بگیریم. این تلاشی است که ممکن است بسیاری از ما در برخورد با مشکلات و هر مشغله فکری انجام دهیم، اما عملاً چقدر این شیوه کارساز خواهد بود و ما را به آرامش خواهد رساند؟ زمانی که انسان دچار یک تروما به هر

شکل و اندازه ای و به دنبال آن دچار یک آسیب می شود، مغز ما تمام تلاشش را برای احیای مجدد و بهبود آن آسیب انجام می دهد، که یکی از مهمترین شیوه ها برای احیای مجدد آسیب و زخم ایجاد شده، ایجاد فانتزی و خیال پردازی در اطراف زخم هاست. به این شیوه، پوسته ای ضخیم تر از پوسته آسیب پذیر قبلی ایجاد می شود تا از ما در برابر خطرات مشابه مراقبت کند.

ما بی آن که بدانیم، در پس هر شکست و دردی دچار فانتزی و خیال می شویم تا از درد حادثه کم کنیم، تا بتوانیم مجدداً آن را احیا کنیم، در نتیجه، مغز ما کاری نمی کند که برآورد می کند به ضرر آن تمام می شود و دقیقاً به همین دلیل ریشه ناکامی هر یک از ما در فراموشی درست در همین نقطه خلاصه می شود. ما برای پیروزی در حادثه، دچار فانتزی می شویم تا خود را نجات دهیم و فانتزی ها مسیر ما را در زندگی مشخص می کنند.

ذهن ما تمام تلاش خود را می کند تا از این منجلا ب رها شود، به همین دلیل یادآوری مکرر موضوع، فانتزی

دفتر خدمات اجتماعی ایرانیان

با مدیریت آذر نصیری

با سال ها تجربه، سرعت عمل، و دقت، شما را یاری می دهیم!

Azar Nassiri

Non-Attorney



خدمات سوشیال سکيوريتي

♦ مدير و مديرکل

♦ سوشیال سکيوريتي (SSI)

♦ دریافت حقوق و مزایای دولتی (CAPI)

♦ دریافت حقوق پرستار

♦ دریافت حقوق بازنشستگی

♦ مصاحبه های سالانه سوشیال سکيوريتي

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

در سراسر بی اریا

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

Fax: (408) 247-5006

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



انجام داد اینگونه عنوان شد که بیش از ۴۰ درصد کارهایی که همه ما انجام می دهیم ناشی از عادت است. عادت های ما حاصل یادگیری های ماست. ما در طول زندگی مان چیزهای زیادی یاد می گیریم. به عنوان نمونه،

عادت کرده است و این کار را آگاهانه انجام نمی دهد. عادات کهن رابه سختی می توان از بین برد و نیز عادات جدید را به سختی می توان شکل داد زیرا الگوهای رفتاری که تکرار می شوند در راهگذرهای عصبی انسان نقش بسته اند ولی می توان از طریق تکرار، عادات جدید را شکل داد. شما هم زمانی را به این موضوع فکر کنید که چه اندازه یا چند درصد کارهای شما برنامه ریزی شده است یا از روی عادت انجام می شود. با این محاسبه حدودی به اهمیت عادت در سرنوشت و زندگی خودتان پی می برید. مغز از میلیاردها سلول تشکیل شده است. این سلول ها برای یادگرفتن انجام کار و یا رفتاری مسیرهایی را در مغز می سازند. دنباله مطلب در صفحه ۵۳

یاد می گیریم که در محل کارمان، کار و یا رفتاری که برای انجام کارمان لازم است را یاد بگیریم. اگر شما در محل کارتان وظیفه ای که به شما مربوط است را بامهارت انجام می دهید، می توان گفت به انجام آن کار عادت کرده اید. اما اگر شخص دیگری که در کار شما تخصص ندارد، بخواهد به همان سرعتی که شما کارتان را انجام می دهید، آن کار را انجام بدهد، آیا می تواند؟ انسان همان طور که به انجام کارهای خوب و مفید عادت می کند به همان صورت هم رفتارهای بد را هم یاد گرفته و به آنها عادت می نماید. شاید افراد زیادی را دیده باشید که به جویدن ناخن های دست شان عادت کرده اند. هیچکس دوست ندارد که در یک مهمانی ناخن هایش را بچود، ولی به انجام این کار

به کجا می روید؟

سولماز مولوی

به تعریف عادت ازدیدگاه روانشناسان، یک راه کم و بیش ثابت تفکر، خواهش ها یا احساساتی است که از طریق تکرار قبلی یک تجزیه ذهنی حاصل شده است. ما درباره «باور» تعریف های زیادی خوانده و شنیده ایم ولی مهمترین و کاربردی ترین تعریفی که وجود دارد این است که وقتی می گوئیم باور من نسبت به یک موضوع این است یعنی اینکه بدون لحظه ای فکر و درنگ کردن انتخاب انجام دهیم، حرف بزنیم و رفتار کنیم. باور یعنی ایمان و اعتقادی که همه وجود آن را احساس می کنیم، نسبت به آن نظر می دهیم و برنامه و نقشه های بزرگ زندگی مان را بر اساس آن پایه گذاری می کنیم. ویلیام جیمز پدر روانشناسی آمریکا می نویسد: «عادات» همان عواملی اند که به ما امکان می دهند کاری را برای نخستین بار با سختی انجام دهیم اما همان کار برای مان به زودی آسان و آسان تر می شود تا درنهایت تقریباً بدون هیچ گونه هوشیاری خاصی آن عمل را انجام می دهیم». در تحقیقی که دانشگاه دوک آمریکا

می گویند: مردی به سرعت و چهارنعل با اسبش می تاخت. این طور به نظر می رسید که به جای بسیار مهمی می رفت. مردی که کنار جاده ایستاده بود، فریاد زد: «کجا می روی؟» مرد اسب سوار جواب داد: «نمی دانم از اسب پیرس!» بعضی از مردم چنین زندگی می کنند. آنها سوار بر عادت ها و باورهای غلط شان می تازند، بدون اینکه بدانند به کجا می روند. به قول ارسطو: «ما همانی هستیم که مکرر انجام می دهیم.» ما در زندگی با رویدادهای زیادی مواجه هستیم. این رویدادها «باورهایی» در ما به وجود می آورند که ما به سوی آنها جلب می شویم و از آنها پیروی می کنیم. یک وقت متوجه می گردیم که به طور مستمر تحت تاثیر آنها قرار گرفته و به طور مستمر مکانیزم فکر ما را تحت تاثیر خود قرار داده اند! به عبارت دیگر هر کاری که بدون فکر و برنامه ریزی انجام شود، «عادت» می گویند. عادت یک برنامه و جریان عادی رفتار است که به طور منظم تکرار می شود و به صورتی نا آگاه بروز می کند. بنا

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

Established in 1996

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

We Are #1

با یاد دوستی مهربان و پرلبخند!

صدرالدین الهی

«همان بلا که اگر امروز من آنجا بودم به سر من می آمد.» و به این گونه شد که من اولین نمایشنامه ضد رژیم را در خارج از ایران نوشتم و نامش را گذاشتم «محاکمه ایرج میرزا». و اصل داستان را بر این قرار دادیم که ایرج در محکمه اسلامی محاکمه می شود.

نمایش به طرز غریبی گرفت به طوری که مجله معروف سانسور شپ دربارہ آن مطلبی نوشت که به لطف آن مطلب من اجازه اقامت در آمریکا را دریافت کردم. دوستی من و کاردان همچنان ادامه داشت و او نمایش ایرج میرزا را در انگلیس بروی صحنه بود و خود نقش منشی محکمه را بر عهده گرفت و از آن نمایشنامه ویدئویی هم تهیه کرد که هنوز میتوان دید. روابط من و او از کار به خانواده رسید و در تمام این سال ها او و همسرش پوری و دخترش شادی با ما در ارتباط بودند و سر سفره به هم تعارف می کردیم و دریغا که دیگر او نیست تا بتوانم سفره ای بگسترم و او را با آن خلق شیرین و لبخند همیشگی بر سر آن بنشانم. یادش بخیر که همواره به من شادمانی، امید و نگاه مثبت به زندگی را می آموخت.

کنار بیائی.» و سال ها به سرعت برق گذشت و من اولین سریال تلویزیونی خود را به نام «آدم کاغذی» برای او نوشتم. سریال تقریباً گرفته بود اما یک روز گفتند که رنگ سیاسی آن زیاد است و ما ولش کردیم. بعد که کار را با او دنبال کردم کاردان فقط گاهی تذکری برای جالب تر شدن مطلب به من می داد که تذکری بسیار جالب و مفید بود. کار سریال تلویزیونی «مرد اول» با یک سریال سیاسی- تاریخی که اشاره ای به رضاشاه داشت حسابی گرفت و من با سلیقه نمایشی او بیشتر آشنا شدم و واقعا با هم دوست و همکار شدیم.

انقلاب که شد من اینجا بودم. یک روز از انگلیس تلفن کرد که منم آمده ام اینجا و می خواهم همان کاری را که در تهران با هم می کردیم در اینجا ادامه بدهیم. یک روز با منصور پورمند که ضلع سوم مثلث صیاد- کاردان بود آشنا شدم. پورمند به مراتب زنده تر از همه به مسائل روز چسبیده بود. در حالی که با هم صحبت می کردیم و به نوشتن یک نمایشنامه می اندیشیدیم منصور پورمند به من گفت: «مثلا اگر ایرج میرزا زنده بود امروز در جمهوری اسلامی چه به سرش می آمد.» گفتم:

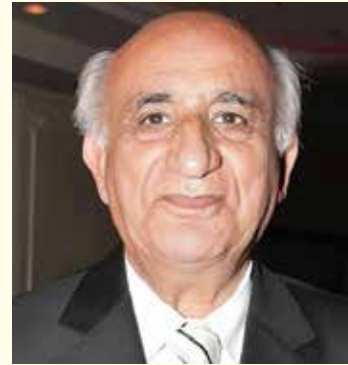
بتواند قصه تلویزیونی برایشان بنویسد و کارشان را راه بیاندازد.» با تعجب گفتم: «اینها کی هستند؟» جواب داد: «پرویز صیاد، منصور پورمند و برادر من پرویز کاردان.»

با پرویز از راه همان توصیه امین آشنا شدم. حق با او بود و این مثلث برای تلویزیون برنامه هائی درست می کرد که سخت مورد توجه بینندگان آن روزی بود. به او گفتم: «ببینم اگر بشود با آنان کار می کنم.»

دو هفته بعد در اطاق دفترم در کیهان ورزش نشسته بودم که در باز شد و پسر خوشرو و مهربانی به درون آمد. به

سخت غمگینم که دوست نه بلکه برادری خوش قلب و نیکوسیرت را از دست داده ام. از پرویز کاردان حرف می زدم. بیش از شصت و پنج سال، من قصه نویس هفتگی مجلات معتبر آن روزگار بودم که سپید و سیاه یکی از آنها بود. در مجله سپید و سیاه همکار باسواد و بی تظاهری داشتیم که در حد سلام و علیک دوستانه، می نشستیم و برمی خاستیم.

او محمد امین کاردان نام داشت. فرانسه خیلی خوبی می دانست و مترجم مقالات جدی سپید و سیاه بود. با او گاهی جامی می زدیم و از حال و



احوال روزگار می گفتیم. امین کاردان به مطبوعات فرانسوی دسترسی کامل داشت و اگر گاه به مقاله یا داستان جالبی برخورد می کرد آن را به من می داد و با لحن آمرانه یک سردبیر می گفت: «به نظر می رسد که به درد تو می خورد. اگر حوصله کردی بخوان و اگر وقت داشتی ترجمه کن.»

در عین حال امین کاردان به نحوی به قول معروف به داستان های من که رونق مجله ها بود حسادت می کرد. هفته ای یا دو هفته ای یک بار فرصت دیدار داشتیم، آن هم در دفتر دکتر علی بهزادی، صاحب امتیاز و مدیر مجله سپید و سیاه.

یک روز امین به من گفت: «تو چرا داستان تلویزیونی نمی نویسی؟»

سوال بی معنایی بود. تلویزیون هنوز جان نکرفته و دولتی نشده بود و فقط ثابت پاسال یک فرستنده تلویزیونی داشت که به آن تلویزیون ثابت می گفتند. در جواب او سکوت کردم و او مثل همیشه که آس برنده ای داشت گفت: «اگر دلت می خواهد با یک گروه فعال و زنده آشنایت می کنم که دنبال داستان نویسی می گردند که

سرعت سلام کرد و گفت: «من برادر امین هستم. خدمت رسیدم که با شما آشنا شوم.» گروه آنها انصافا از مدیران مجلات پول بهتری می دادند و پرویز کاردان از آن دو نفر دیگر به مراتب مهربان تر و خوش اخلاق تر بود.

تلویزیون دولتی هنوز نیامده بود. من با این مثلث تولید کننده کار می کردم و کاردان از همه آنها بیشتر به من نزدیک بود. به سرعت یکدیگر را فهمیدیم و با هم نزدیک و دوست شدیم. از برادرش به مراتب شیرین تر و اهل کارتر بود. نمایشنامه ها را یا خودش می نوشت یا به دستش می دادند و او به من می داد که دستی به سر و گوش آن بکشم. یکرز به اصرار به من گفت که یک سریال کوتاه برایش بنویسم و من قبول کردم و این سرآغاز همکاری ما شد. نمی توانم از سال های بعد مفصل بگویم. فقط زمانی رسید که تلویزیون دولتی کارش را شروع کرد. ایرج گرگین دوست دیرینه ام اصرار داشت که منم کاری بکنم و وقتی به او گفتم که «پرویز کاردان با من در تماس است» با خوشحالی گفت: «آدم خیلی جالب و با معرفتی است. سعی کن با او

افتتاحیه

سوپرمارکت یونیک

تامین کننده کلیه مایحتاج غذایی و

عرضه کننده تازه ترین میوه جات و سبزیجات



(408) 442-8322

جنب کافی شاپ یگانه

3275 Steven Creek Blvd. #101, San Jose, CA 95117

سوسک برشته شده با سس مخصوص خوردیم اما جرات نکردیم به آن مار سرخ شده دو وجبی که در سینی مخصوصی عرضه شده بود دست بزنیم. اگر نمردیم و از چنبر عالیجناب کرونا خلاص شدیم دوباره راهی بارسلونا خواهیم شد که دل مان بد جوری برایش تنگ شده است.

نارنج و ترنج

در سوپر مارکت به کارگر مکزیکی می گویم: «grapefruit دارید؟» نگاهی به دور و برش می اندازد و می گوید: «نه! نداریم.» دو سه قدم جلوتر می روم و می بینم ده ها جعبه از همین میوه روی هم انباشته شده است. کارگر مکزیکی را صدا می زنم و می گویم: «Grapefruit» می گوید: «اوه ... Toranja!» می بینم که همان ترنج خودمان است. ضمناً در زبان اسپانیایی به پرتقال می گویند Naranja که همان نارنج خودمان است. انگار پرواز واژه ها مرز نمی شناسد.

نویس

در زندان اوین که بودم و نشسته بودم رو به دیوار و سؤال ها را هادی خامنه ای که بازجوی من بود می نوشت و به من می داد تا جواب دهم، یک نفر آمد بالا سرم

دنباله مطلب در صفحه ۵۴

بودیم. شهر بر فراز تپه ای است و چشم اندازش دریا و کوچه هایش سنگفرش. این سو و آن سویش گلدان های گل. در میان اقبانوسی از گل راه می روی تا به ساحل برسی. در دو قدمی ساحل درختان خرما. این سو و آن سوی شهر هزاران هزار درخت نارنج و ترنج.

بیست و هشت هزار جمعیت دارد. رستوران هایش در دو قدمی آب ساخته شده بر فراز ستون های چوبی و موج ها مدام به این ستون ها می کوبند.

سه چهار ساعتی آنجا بودیم. قدمی زدیم و تماشایی کردیم و خوشمزه ترین غذای دریایی را در رستورانی خوردیم که موج ها می آمدند به پای مان بوسه می زدند و به دریا باز می گشتند. البته بهشت همجنسگرایان هم هست با رستوران ها و بارهای ویژه.

اگر به بارسلونا رفتید دیدن این شهر زیبای ساحلی را از یاد نبرید. تماشای رقص فلامینگو هم از نماز شب واجب تر است. اگر به تماشای فلامینگو و شنیدن آواز کولی ها نروید عمرتان فناست. از ما گفتن بود.

سری هم به یک رستوران سنتی «پرو» بزنید و مار و مور و سوسک و ملخ با سس مخصوص میل بفرمایید. ما خودمان



حسن! سنن آدم چخماز!

دادگاه. خدایا! چه کنیم، چه نکنیم؟! عجب غلطی کردیم ها! حالا دست به دامان چه کسی بشویم؟

غروب که شد دیدیم یک پاسبان جوانی جلوی سلول مان بالا پایین می رود. به خودمان گفتیم: «آفت رسیده را غم باج و خراج نیست.» صدایش کردیم و یک اسکناس پنج تومانی کف دستش گذاشتیم و گفتیم: «هر چند بی گنه را به عفو حاجت نیست اما شما جان مادرت یک لطفی بکن و به این شماره زنگ بزنی بگو ما اینجا توی محومه افتاده ایم. به دادمان برسید.» شماره تلفن اکبر آقا را هم دادیم دستش.

این اکبر آقا توی اداره مان همکار مان بود. یک کلاه گیس هم سرش می گذاشت تماشایی. با ساواک و ماواک هم سر و سری داشت. اما آدم با صفای بی آزاری بود. آدم مثبت کار گشای دست و دلپزای بود.

هزار تا رفیق داشت. همه شهر تبریز می شناختندش. هر وقت یک جا توی هچل می افتادیم به دادمان می رسید و نجات مان می داد. گهگاه با هم می رفتیم شاهکلی

عرق می خوردیم. عالم و آدم هم می دانستند که ساواکی است. ساواکی بود اما خدا پیغمبری آدم فروش نبود. یکی دو بار مرا از چنگ ساواک بیرون کشیده بود. وساطت مرا کرده بود. هر وقت توی محومه ای گیر می افتادم به دادمان می رسید و می گفت: «حسن! سنن آدم چخماز!» یعنی حسن تو آدم بشو نیستی!

هنوز شب نشده بود که دیدیم اکبر آقای ما با یک جناب سروان آمد سلول مان. اول اخم و تخمی به ما کرد و بعدش با هم رفتیم اتاق جناب سروان.

جناب سروان شروع کرد به پند و اندرزمان که: «آخر ای آدم های بی عقل! شما ناسلامتی چشم و چراغ این مملکت هستی! فردا این مملکت را شما باید بچرخانید. آخر عقل تان کجاست؟ چرا الکی برای خودتان درد سر درست می کنید؟ نمی توانید مثل بچه آدم سرتان را ببندازید پایین و ماست تان را بخورید؟» بعدش هم از ما تعهد نامه کتبی گرفت که دیگر از این کثافت خوری ها نکنیم و رها مان کرد.

مار و سوسک میل بفرمایید

سوار ترن شدیم از بارسلونا رفتیم به شهری به نام Sitges. نیم ساعتی در راه

در تبریز بودیم. به گمانم سال ۱۳۵۲ بود. با رفیق مان رفته بودیم سینما. رفته بودیم فیلم «چه کسی از ویرجینیا وولف می ترسد» با بازیگری ریچارد برتون و الیزابت تیلر را ببینیم.

آن زمان ها، نزدیکی های چهار راه شهناز، سینمایی بود به نام سینما فرهنگ. این سینما فرهنگ گاه گذاری فیلم های به اصطلاح روشنفکری نشان می داد. هنوز روی صندلی مان جابجا نشده بودیم که به سبک و سیاق آن روزگار سرود شاهنشاهی نواخته شد. همه خلائق از جای شان پا شدند. من و رفیق نمی دانم از روی بی حوصلگی یا شاید لجبازی گفتیم: «ولش کن بابا! بشین سر جات!»

هنوز سرود شاهنشاهی تمام نشده بود که دیدیم یک پاسبان شیره ای، از آنهایی که انگاری کلاه شان به سرشان گشاد است و مدام لق لق می زند، به طرف مان می آید. به قول ابوالفضل بیهقی: «از دست و پای بمردیم!»

یادم می آید کفشی به پایش بود عینهو قبر بچه و آتشی از تخم چشم هایش زبانه می کشید که انگاری موی عزرائیل توی تنش است. یک عقرب جراره تمام و کمال. به خودمان گفتیم: «آه! خدایا! آمدیم خضر ببینیم گیر خرس افتادیم!» آقای پاسبان آمد و مچ دست مان را گرفت و با تحکم گفت: «برویم!» گفتیم: «کجا برویم؟» گفت: «کلانتری»

آمدیم یک مقدار پیژر لای پالانش گذاشتیم که: «جناب سرکار! پدرت خوب، مادرت خوب، ول مان کن برویم پی کارمان. از خیر سینما هم گذشتیم.» اما آقای پاسبان دست بر دار نبود. ما هم آن روز ها به عقل مان نمی رسید که می توانیم پنج تومان توی کف دست این آقای پاسبان بگذاریم و روی سیبل اعلیحضرت همایونی نقاره بزنیم.

ما را آورد بیرون و سوار تاکسی مان کرد و بردمان به کلانتری. کلانتری هم در محله درب و داغانی بود به نام گجیل. مرکز معتادان و فاحشه ها و باج بگیران و اونکاره ها. حتی پول تاکسی پاسبان را هم ما دادیم. توی کلانتری ما را انداختند توی یک هلفدونی و گفتند به اتهام اسائه ادب به مقام شامخ سلطنت فردا باید بروید

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.

hamidabtahi21@yahoo.com + DRE# 01071456



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

12376 Saratoga Sunnyvale Rd. Saratoga, CA.95070



♦ آیا دچار پرخوری یا بی اشتها هستی است؟ و سوالات دیگری از این قبیل که به مدت پنج دقیقه به طول می انجامد. در صورتی که علائم افسردگی در کودک و یا نوجوان دیده شد بیمار را به یک روانشناس و یا روانپزشک معرفی می کنند. این متخصصین روش های دارو درمانی و رفتار درمانی را در صورت نیاز پیشنهاد می کنند. آزمایشات دیگری نیز جهت وجود بیماری های دیگر نیز انجام می شود تا نتیجه کلی از افسردگی را پیدا کنند. هزینه این تست ها بوسیله ACT و یا Affordable Care Act پرداخت خواهد شد و باری برای خانواده از نظر مالی ندارد. همین طور با توجه به نوع بیماری از بیمه پزشکی خود سوال کنید که چه قسمت هایی را پرداخت خواهند کرد. بسیاری از بیمه ها در رابطه با بیماری های روانی به والدین کمک خواهند کرد.

سمی و الکل
۷- عصبانی بودن و عدم کمک به رفتار خود (کنترل)
در صورت دیدن علائم در کودک و یا نوجوان خود فوراً تقاضای کمک کنید و به شماره های ملی جلوگیری از خودکشی (۸۲۵۵-۲۱۳-۸۰۰-۱) تلفن بزنید. همیشه اگر خطر فوری است به شماره ۹۱۱ زنگ زده و کوتاهی نکنید.

مراکز کمک به بیماران روانی

در صورتی که فرزند شما تمایل به صحبت کردن با شما را ندارد، او را به مراکز زیر معرفی کنید:

- ۱- مرکز کمک به بیماران افسرده جوان.
 - ۲- من غمگین هستم (Feeling sad).
 - ۳- مرکز اطلاعات بیماری های روانی برای کودکان.
- نوجوانان بدون اعلام نام خود می توانند از این مراکز کمک بگیرند:

- ۱- ارسال text بوسیله تلفن به Textline
- ۲- صحبت کردن با عضوی از سازمان جلوگیری از خودکشی جوانان
- ۳- تلفن به مرکز جلوگیری از خودکشی (Suicide Prevention Hotline)

ریسک فاکتورها برای

خودکشی جوانان چیست؟

- ۱- از دست دادن رابطه با فامیل و دوستان
- ۲- تحت فشار به وسیله همکلاسی ها در مدرسه (Bullying)
- ۳- عدم اطمینان از نوع و جنس خود (Sexual Orientation)
- ۴- بزرگ شدن زیر نظر غیر پدر و مادر خود (Adoption)
- ۵- داشتن یک بیماری مقاربتی که سخت درمان شود (STO)
- ۶- حامله شدن ناخواسته و پریشانی این که چه باید کرد
- ۷- اعتیاد به الکل و مواد غیرقانونی
- ۸- بخشیدن وسائل، کتاب ها و وسائل ورزشی خود به دیگران به عنوان هدیه جهت اطلاع بیشتر به سایت FDA. GOV مراجعه کنید.

علائم خودکشی
بسیاری از بیمارانی که دچار افسردگی می شوند به مسئله خودکشی فکر می کنند و اغلب ریسک آن وجود دارد. خودکشی رتبه دوم را بین جوانان ۱۵ تا ۲۴ سال دارا می باشد. علائم زیر نشانه ای است که فرد به خودکشی فکر کرده است:

معمولاً بیماران تحت مراقبت و کنترل می باشند که آیا رفتار آنها کم و یا زیاد می شود و آیا خفیف یا شدید می باشد.

۱- صحبت از اینکه فرد می خواهد به خود آسیب برساند.
۲- رانندگی کردن بطور غیرمعمول (Reckless Driving).
۳- اوقات بسیار کمی را با دوستان و فامیل گذراندن.
۴- صحبت از اینکه در آینده جزوی از فامیل نخواهد بود.
۵- دادن جوایز خود به دوستان دیگر به عنوان یادبود.
۶- مصرف بیش از حد داروهای غیر

۱- صحبت از اینکه فرد می خواهد به خود آسیب برساند.
۲- رانندگی کردن بطور غیرمعمول (Reckless Driving).
۳- اوقات بسیار کمی را با دوستان و فامیل گذراندن.
۴- صحبت از اینکه در آینده جزوی از فامیل نخواهد بود.
۵- دادن جوایز خود به دوستان دیگر به عنوان یادبود.
۶- مصرف بیش از حد داروهای غیر

۱- صحبت از اینکه فرد می خواهد به خود آسیب برساند.
۲- رانندگی کردن بطور غیرمعمول (Reckless Driving).
۳- اوقات بسیار کمی را با دوستان و فامیل گذراندن.
۴- صحبت از اینکه در آینده جزوی از فامیل نخواهد بود.
۵- دادن جوایز خود به دوستان دیگر به عنوان یادبود.
۶- مصرف بیش از حد داروهای غیر



افسردگی در نوجوانان

افسردگی در نوجوانان به دلایل گوناگون روز به روز در حال افزایش می باشد. طبق اطلاعات جدید گزارش شده از سازمان بیماری های روانی در آمریکا، چنانچه کودک شما بین سنین ۱۲ تا ۱۸ سال می باشد، از پزشک خود بخواهید که او را برای بیماری افسردگی آزمایش کند، حتی اگر علائم افسردگی در او وجود نداشته باشد.

طبق آمار جدید بین یک نفر در هر ده نفر کودک، آثار و علائم افسردگی دیده می شود. دختران بیشتر تحت تاثیر بیماری های روانی (افسردگی) قرار می گیرند. بیماری افسردگی می تواند خیلی جدی بوده و بسیاری از کودکان از کمک های لازم برای برطرف کردن آن برخوردار نیستند. خبر خوب اینکه، افسردگی می تواند با دارو درمانی و مشاوره روانپزشکی درمان شود. در صورت بودن افسردگی از پزشک خود بخواهید کلیه امکانات لازم را در اختیار کودک شما قرار دهد.

افسردگی چیست؟
۱- غمگین بودن و زود عصبانی شدن.
۲- عدم علاقه در فعالیت های روزانه.
۳- درد و رنج بدون هیچ دلیلی.
۴- خواب به مدت طولانی یا بی خوابی.

معرفی کتاب

Nutrition Topics for Healthcare Professionals

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

مؤلف: دکتر منوچهر سلجوقیان **ناشر: شرکت AuthorHouse**



سهیلا رضایی

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

(916) 616-7395 + (408) 455-2330

Nick Sadek
Sotheby's
INTERNATIONAL REALTY



Soheila Rezae
Lic.: 01834116



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



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



Soheila.Realtor@gmail.com

9217 Sierra College Blvd #120, Roseville, CA

پولی است. به قول ایشان، اگر پول کافی برای یک زندگی راحت در آمریکا داشت لحظه ای در این خراب شده درنگ نمی کرد. آقای صولتی دبیر تاریخ هم همیشه به خانم بهشتی تذکر می داد که استفاده از صفت «خراب شده» برای ایران براننده خانم تحصیل کرده ای مانند ایشان نیست. بحث های بی پایانی شروع می شد که با خوردن زنگ شروع کلاس ها خاتمه می یافت.

روزهای باقی مانده زمستان آن سال به تحلیل و تفسیر جهان بینی خانم بهشتی گذشت که علم بهتر از ثروت نیست و پول حلال مشکلات است. اما سؤال اساسی همچنان باقی بود: ثروت کجاست و خواستگار پولدار کی پیدا خواهد شد؟ در طول ماه های سرد پائیز و زمستان آن سال صابون خانم بهشتی به تن همه دبیرانی که حریف می طلبیدند خورد. آقای یوسفی دبیر علوم زیست از اعضای برجسته و نادم سازمان جوانان حزب توده بود که بعد از تحمل چهار سال زندان در قزل حصار و دو سال فعالیت در مجله عبرت ارگان نادمین حزب توده دوباره به خدمت بازگشته بود اما حرف هایش نشان می داد که اعتقاداتش اصلا تغییری نکرده اند.

دنباله مطلب در صفحه ۵۵

خانم بهشتی بود که دانش آموزان بازیگوش و به قول معاون دبیرستان، مارمولک، سر کلاشش جیک نمی زدند.

در زنگ های تفریح بزرگترین دل مشغولی دبیران این بود که اولاً کشف کنند خانم بهشتی ازدواج کرده یا نه و بعد بفهمند معیارهای اصلی ایشان برای شوهر ایده آل چیست. چند دبیر مجرد حدود سی و پنج سال داشتیم که هنوز عذب بودند. البته گزینه دوم این بود که دبیران، خانم بهشتی را برای برخی از اقربا لقمه بگیرند و باعث وصلتش مثلا با پسر عمو و یا پسر دائی گردند. هنوز سه هفته از استقرار خانم بهشتی در دبیرستان نگذشته بود که کوتیشن و یا به قول امروزی ها گفتاوردی از قول ایشان منتشر گردید: «پول که باشه همه مشکلات حله». مجمع دبیران به اتفاق آراء تایید کردند که ایشان تنها معیارش امکانات مالی همسر احتمالی، نه موی و میان شوی آینده. علاوه بر اینها خانم بهشتی این نکته را روشن ساخت که ایران محل مناسبی برای زندگی نیست و بهترین مکان در این کره خاکی همان ایالت خلیفه نشین کالیفرنیا است. مهم هم نیست که کجاش باشد، البته نزدیک دریا بهتر. خانم بهشتی بارها گفته بود علت ماندنش در ایران فقط و فقط بخاطر بی



صد سال تنهائی

سیروس مرادی

از دوران رضا شاه حضور دبیران مرد در دبیرستان های دخترانه امری عادی بود اما احتمالاً این اولین بار بود که خانمی برای تدریس وارد دبیرستان پسرانه می شد. این نوعی تابو شکنی و نوآوری حساب می شد. بعد از رفتن مدیر دبیرستان، خانم بهشتی توضیح داد که لیسانس زبان انگلیسی دارد و قرار است به عنوان دبیر فعالیت کند. ضمناً اسم شان هم تصادفاً ثریا بهشتی است اما با اون خانم هنرپیشه هیچ قرابتی ندارد. واژه «هیچ» را چنان غلیظ تلفظ کرد که تا ۹ ماه بعد کسی در این مورد سئوالی نپرسید. هیچکس روی موفقیت خانم بهشتی شرط نبست. دبیران مرد به سختی می توانستند حریف ۴۰ پسر در سن بلوغ شوند که سبیل هایشان عین سبزه های سبزه به در منتظر گره خوردن بودند تا چه برسد به زن شیک پوشی مثل خانم بهشتی. اما نتیجه عملی تدریس خانم بهشتی واقعا دلگرم کننده بود. کسی کشف نکرد چه اسراری در روش

دهه ۱۳۴۰ در ایران مصادف با ۱۹۶۰ میلادی را اغلب دهه شکفت انگیز می خوانند به قول فرنگی ها amazing decade. ایران رشد اقتصادی غیر نفتی بالائی داشت. هر روز تابوی جدیدی می شکست. در اوایل سال تحصیلی ۱۳۴۷ من در دبیرستانی پسرانه در تهران دبیر ریاضیات بودم. محیط کاملاً مردانه، صحبتها تکراری، حوصله بر و ساعات کلاس خسته کننده بودند. وقتی سال تحصیلی شروع می شد تا امتحانات نهائی خرداد، همه رویدادها در تقویم تحصیلی آمده بود. به قول امروزی ها سورپرایزی وجود نداشت. همه چیز از یک صبح شنبه در اوایل مهرماه شروع شد. رئیس دبیرستان در زنگ تفریح با خانمی حدود ۲۵ ساله و خیلی شبیه ثریا بهشتی هنرپیشه سکسی فیلم های فارسی آن دوران وارد اطاق دبیران در زنگ تفریح شد و ایشان را به عنوان دبیر جدید زبان انگلیسی دبیرستان معرفی کرد.

این جهان کوهست و فعل ما ندا / سوی ما آید نداها را صدا (مولوی)



دکتر آرایه نوروزی

دکترای روانشناسی / مربی تحول زندگی

Dr. Arayeh Norouzi

Ph.D. in Psychology / Certified Life Coach

Mindful Living Conscious Parenting Speaker

- ◆ Personal Development
- ◆ Relationship Coaching
- ◆ Conscious Parenting
- ◆ Speaking Events (Organizations, Companies, Schools)

- ◆ تحول زندگی به سوی آرامش و شادمانی
- ◆ ارتقاء ارتباط زناشویی
- ◆ فرزندپروری آگاهانه
- ◆ سخنرانی برای کمپانی ها، موسسه ها و مدارس

Free 30-Minute Consultation

(831) 521-6184

LinkedIn, Facebook, Instagram: @drarayeh

www.drarayeh.com

در لحظه زندگی کردن

گلنار



از خودمان و زندگیمان داریم. ما جهت انجام این امور هجوم می بریم و با شتاب کاری را انجام می دهیم، واقعا بدون آنکه از فرایند آن لذت ببریم. این هجوم بردن برای چیست؟ فکر می کنیم به کجا می رویم؟ اگر ما توقف نکنیم و در باره اینکه به کجا می رویم، فکر نکنیم، احتمالا جهت مان را گم

مثبت و امید بخش خواهد بود. ما این را به خود مدیون هستیم که هر لحظه مان را از همین حالا بشماریم. نکته هایی برای زندگی کردن در لحظه:
 ❖ به ذهنتان آموزش دهید که روی فعالیت حاضر تمرکز کند.
 ❖ غذا و نوشیدنی را مزه مزه کنید. طعم هر لقمه غذا را بچشید.
 ❖ روش های آرام سازی را بیاموزید تا در هر لحظه حضور داشته باشید.
 ❖ به محیط اطرافتان توجه کنید. نورها، اصوات، بوها و جزئیات محیط،
 ❖ با تمرکز، به مکالمات دیگران، موسیقی، حتی سکوت گوش دهید.
 ❖ درگیر در فعالیت شوید و آنچه را که انجام می دهید حس کنید، از فرایند انجام آن لذت ببرید. دنباله مطلب در صفحه ۱۵۱

می کنیم. در عوض، وقتی ما قدر هر لحظه را می دانیم و درس های آن را برداشت می کنیم، آگاهانه، هدفمند و مسئولانه زندگی می کنیم. به علاوه، وقتی در گذشته زندگی می کنیم و اجازه نمی دهیم که تجارب دردناک، اشتباهات پیش آمده یا روزگار سخت، بگذرند، ما خود را به حال و آینده ای مشابه محکوم می کنیم. ما باید بپذیریم که نمی توانیم گذشته را تغییر بدهیم، ما تنها می دانیم که در آن به سر می بریم، سپس به پایان می رسد و به جلو حرکت می کنیم. زندگی در لحظه به معنی آن است که اجازه بدهیم گذشته عبور کند و به آینده اعتماد کنیم. اگر ما مثبت و به زمان حاضر خوش بین باشیم، آینده ما نیز

روز ورزش کنیم، می توانیم این ورزش را در حالی انجام دهیم که از لحظات تمرین و فرایند واقعی آن لذت ببریم یا حداقل در آن لحظه حضور داشته باشیم. زمانی که ما خودمان را برای زندگی در لحظه آموزش می دهیم، خود را در آن لحظه فرو می بریم و زیبایی آن را کشف می کنیم. ما یاد می گیریم که روی انرژی خود تمرکز و آن را مدیریت کنیم. ورزشکاران حرفه ای طرز استفاده از این نوع تمرکز را بسیار خوب می دانند. آنها می دانند که کمال و موفقیت، نتیجه مدیریت مهارت و متعادل ساختن انرژی شان است.

برای اینکه هر لحظه را بشماریم، بایستی پذیرای آن باشیم. هرکاری که انجام می دهیم و با هر شخصی که در ارتباط هستیم، تمام توجه خودمان را به آنها اختصاص دهیم. حتی زمانی که استراحت می کنیم، بایستی آن لحظه را مزه مزه کنیم. این به ما فرصتی برای دوباره شارژ شدن، دوباره تازه شدن و پیدا کردن شفافیت می دهد. در اغلب موارد ما انتظارات بسیار بزرگی

زندگی کردن در لحظه یا حال به معنی آن است که با تمام حواس خود، هشیار و آگاه به زمان حال باشیم. این به معنی آن است که به گذشته فکر نکنیم یا در آن ساکن نشویم و نیز مضطرب و نگران آینده نباشیم. وقتی ما توجه خود را به زمان حاضر یا حال می دهیم، بر روی کاری که در دست داریم تمرکز می کنیم. ما تمام توجه خود را به آنچه که بایستی انجام بدهیم، متمرکز می کنیم و تا رسیدن به نتیجه پیش می رویم. تصور هر لحظه زندگی، ما را وادار می کند که ارزش آن لحظه را طولانی تر و معنادارتر سازیم. وقتی که در لحظه زندگی می کنیم، بجای جستجوی کمیت زمان، از هر دقیقه لذت می بریم و آن را مزه مزه می کنیم. کمیت را فدای کیفیت نمی کنیم. البته، این به معنی آن نیست که برنامه ای نداریم، اهداف خود را مشخص نکرده و یا خود را برای آینده آماده نمی کنیم. ما تمام این امور را می توانیم انجام دهیم و در عین حال از هر لحظه لذت ببریم، درست به همان شکلی که بر ما آشکار می شود. بطور مثال، اگر هدف مان این باشد که هر

مریم سالاری

مربی یوگا

یوگا رقص بین رهایی و تسلیم است.

یوگا سفری است توسط خویشتن، از خویشتن، به سوی خویشتن.

(408) 802-8882

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

MINDFUL YOGA
Group



با انجام یوگا شما می توانید:

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

❖ Therapeutic Yoga ❖ Chair Yoga

mary_salari@yahoo.com

http://mindfullyogagroup.com



کسانی که چنین کاری می‌کنند، نمی‌ایستند که با پلیس صحبت کنند، بلکه پا به فرار می‌گذارند. درست در همین موقع پلیس، مرد دیگری را دید که در حال دویدن بود تا به اتوبوس برسد. بنابراین مایک را به حال خود گذاشت و به تعقیب او پرداخت. مایک لحظه ای این صحنه را تماشا

کرد. سپس راهش را کشید و رفت، باز هم بدشانسی. دیگر داشت عصبانی می‌شد. اما آن طرف خیابان رستوران کوچکی دید. با خودش فکر کرد: «عالیه!» و وارد شد. این بار هیچکس متوجه شلوار و کفش هایش نشد. شام خوشمزه ای بود. بعد از شام به گارسن نگاه کرد و با لبخند گفت: «می‌دانید، من هیچ پولی ندارم. پلیس را خبر کنید.» گارسن جواب داد: «پلیس بی پلیس. هی، جوا». پیشنهادت دیگری به کمک او شتافت و با هم مایک را به داخل خیابان سرد پرت کردند. مایک نقش زمین شد. با سختی از جا برخاست. عصبانی بود. با زندان گرم و نرمش هنوز خیلی فاصله داشت. واقعا ناراحت بود. دوباره به راه افتاد. یک زن زیبای جوان مقابل ویتترین مغازه ای ایستاده بود. کمی

کت و پیراهنش را ببینند که خیلی کهنه نبودند، هیچکس شلوارش را نمی‌دید. راجع به سفارش غذا فکر کرد. خیلی گران نه، اما باید خوب باشد. وقتی که مایک وارد رستوران شد، گارسن شلوار کتیف و کهنه و کفش های افتضاح او را دید. دستهای قوی گارسن، یقه او را گرفت و از در بیرون انداخت. حالا مجبور بود که نقشه دیگری بکشد. از برداری گذشت و خودش را در خیابان ششم دید، جلوی ویتترین مغازه ایستاد و نگاهی به داخل آن انداخت. همه چیز تمیز و براق بود. همه می‌توانستند او را ببینند. آرام و با دقت سنگی را برداشت و به طرف شیشه پرت کرد. شیشه با صدای بلندی شکست. مردم شروع کردند به این طرف و آن طرف دویدن. مایک خوشحال بود چون مقابلش یک پلیس ایستاده بود. مایک حرکت نکرد. در حالی که دستهایش در جیبش بود، ایستاد و لبخند زد. با خود اندیشید: «بزودی در زندان گرم و نرم خواهم بود.» پلیس به طرفش آمد و پرسید: «کی این کارو کرد؟» مایک گفت: «من بودم.» اما پلیس می‌دانست

انتخاب

ویلیام سیدنی پورتر

مایک روی یک نیمکت در میدان مدیسون نیویورک نشست و به آسمان نگاه کرد. یک برگ خشک روی بازویش افتاد. زمستان از راه می‌رسید و او می‌دانست که باید هر چه زودتر نقشه‌هایش را اجرا کند. با ناراحتی روی نیمکت جابه‌جا شد. احتیاج به سه ماه زندان گرم و نرم با غذا و دوستان خوب داشت. معمولا زمستان‌هایش را این‌گونه سپری می‌کرد. وحالا وقتش بود، چون شب‌ها روی نیمکت میدان با سه روزنامه هم نمی‌توانست از سرما خلاصی یابد. بنابراین تصمیمش را برای زندان رفتن گرفت و فورا شروع به بررسی اولین نقشه اش کرد. نقشه ساده ای بود. در یک رستوران سطح بالا شام می‌خورد، سپس به آنها می‌گفت که پول ندارد و آنها پلیس را خبر می‌کردند. ساده و راحت، بدون هیچ دردسری. با این فکر نیمکتش را رها کرد و آهسته به راه افتاد.

چیزی نگذشت که به یک رستوران در برادوی رسید. آه! خیلی عالی بود. فقط می‌بایست یک میز در رستوران پیدا کند و بنشیند. آنوقت همه چیز روبراه بود. چون وقتی می‌نشست مردم تنها می‌توانستند،

کاترین برک

وکیل متخصص امور مهاجرت

با همکاری مترجم فارسی و ترکی از دفتر خدمات بین المللی



Kathryn Burke
Attorney at Law

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

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

Phone: (408) 909-9060

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

idents

S FOR SERIOUS INJURIES

CAMERON YADIDI

ATTORNEY AT LAW

LITIGATOR AWARDS™

2015



RANKED TOP 1% LAWYERS



No Fees

Until We Win Your Case!

Settlements & Verdicts



Personal Injury



Brain & Spinal Cord Injury

Powerfulinjurylawyers.com

Copyright © 2021 by PezHVak of Persia. All rights reserved. No part of this publication may be reproduced without the prior written permission of PezHVak of Persia.



ACC

POWERFUL LAWYER

دکتر کامران یدیدی

وکیل تصادفات و خدمات شدید بدنی

نامی معتبر و شناخته شده در شرکت های بیمه



Over \$200,000,000 Collected in Settlements



Vehicle Accidents



Motorcycle Accident



Slip & Fall



Dog Bites

(888) 979-7979



لاله

(بخش دوم و پایانی)

(در هزار سال شعر فارسی)

بهرام گرمی

bgrami@yahoo.com

چه ماتم است ندانم نهفته در دل خاک

که رخ به خون جگر شسته لاله می‌روید

(صائب)

روی و رخسار معشوق را به لاله سرخ تشبیه کرده‌اند و لاله را استعاره از رخ و گونه یار قرار داده‌اند. گلبرگ‌های سرخ جدا از هم لاله را به دل پُر خون و چاک‌چاک، و لکه سیاه در قاعده هر گلبرگ را به داغ دل پر خون و خال رخ گلگون تشبیه کرده‌اند.

لاله را نیز مانند شقایق با صفت نعمانی خوانده‌اند، شاید از این جهت که رنگ خون دارد و یا، آن‌طور که در صیدنه ابوریحان بیرونی در مورد شقایق آمده، نعمان‌بن‌المنذر از ملوک دست‌نشانده ساسانیان در حیره آن را پرورش داده است. اشتها دریاى عمان برای صید صدف و مروارید و نیز نوعی جناس لفظی بین نعمان و عمان سبب شده تا لاله نعمان و لؤلؤ عمان باهم مضمون ده‌ها بیت شعر قرار گیرند، با دو بیت متوالی از قطران تبریزی:

لاله نعمان توان چید از رخسار در ماه دی / و بر بخندد بزم از او پُر لؤلؤ عمان شود

و فروغ دو رخسار بر لؤلؤ عمان فتد / لؤلؤ عمان به رنگ لاله نعمان شود

رخ و گونه گلگون را به لاله آتشین تشبیه کرده‌اند و لاله خود استعاره از روی و رخسار و گونه یار بوده است، با شش بیت از ابوشعب (در گذشته سده سوم)، صائب، سعدی، رودکی، شهید بلخی (معاصر رودکی) و خسروی سرخسی:

دوزخی کیشی، بهشتی روی و قد / آهوچشمی، حلقه زلفی، لاله خد

خد = رخسار. بیت بالا در وصف معشوق غایب (سوم شخص) است.

یک سینه بی‌داغ محال است گذارد / این چهره چون لاله‌ستانی که تو داری

به کوی لاله‌رخان هر که عشق‌باز آید / امید نیست که هرگز به عقل باز آید

به حجاب اندرون شود خورشید / چون تو گیری از آن دو لاله حجب

در نسخه دیگر: گر تو برداری از دو لاله حجب. حجب = حجاب و پرده. حجب گرفتن = حجاب برداشتن.

تنش از نازکی ز بار نظر / کسوت خون کشد چو لاله به بر

[تن لطیفش زیر بار نگاه از شرم گلگون می‌شود.]

به شگفتم از آن دو کژدم تیز / که چسان لاله‌اش به جفت گرفت

در نسخه دیگر: که چرا لاله را به جفت گرفت. کژدم = آرایش سر زلف به شکل حلقه بر روی رخسار. ترانه نه چندان قدیمی «عقرب زلف کجت با قمر قرینه / تا قمر در عقرب کار من هیمنه» در اشاره به این نوع آرایش مو در زنان است. از سنایی است: آن کژدم زلف تو که زد بر دل من نیش، و از قطران تبریزی: تا ندیدم زلف او کژدم ندیدم گل‌سپر.

دو بیت زیر از نظامی گنجوی و بیت بعد از فردوسی به اشک بر رخسار اشاره دارند:

نمک در دیده بیخواب می‌کرد / ز نرگس لاله را سیراب می‌کرد

نمک به شوری اشک اشاره دارد.

ز خون هر ساعت افشاندی نثاری / پدید آوردی از رخ لاله‌زاری

[خون می‌گریست و رخسار به خون می‌آلود.]

همی مُشک بارید بر کوه سیم / دو لاله ز خوشاب شد به دونیم

کوه سیم = رخسار سپید. لاله = گونه.

رابعه، یازده سده قبل، در چهار بیت متوالی زیر رخ یا گونه و رخسار را به لاله آتشین تشبیه کرده است:

لیکاد تو شهد و عارض ماه / روی چون لاله‌برگ و زلف سیاه

دین الله می تباه کند / مرمرها حول آن رُخان چو ماه

سی و دو دانه لؤلؤ مکنون / زیر دو لاله‌برگ داری آه

رنگ آن لاله رُخان تو کرد / رنگ یاقوت من به گونه کاه

لیکاد = لب و کام. واژه لیکاد در لغت‌نامه دهخدا و دیگر فرهنگها دیده نشده است. در همان بیت، روی با سکون «ی» تلفظ می‌شود.

در قاعده گلبرگ‌های لاله لکه‌های سیاهی وجود دارد که قعر جام گل را سیاه می‌نماید، با دو بیت از مولوی و منوچهری:

نامبارک خنده آن لاله بود / کز دهان او سیاهی دل نمود

بیت بالا واعظ سیاه‌دلی را توصیف می‌کند که کلام او درونش را نمایان می‌سازد.

بلبلکان بانشاط قمریکان باخروش / در دهن لاله مشک در دهن نخل نوش

نخل = زنبور عسل.

خال بر رخسار گلگون را به داغ سیاه بر گلبرگ لاله تشبیه کرده‌اند، با دو بیت از خاقانی و سیف فرغانی:

لعلت چو شکوفه عقد پروین دارد / روی تو چو لاله خال مشکین دارد

عقد پروین = خوشه پروین یا عقد ثریا، مجموعه‌ای از ستارگان که شبیه گردن‌بند است، (در اینجا) کنایه از دندان‌ها.

بر رخ لاله‌رنگ او خالی ست / همچو نقطه بر آتش از انگشت

انگشت = زغال.

در ادب فارسی، سیاهی درون لاله را داغی پایدار بر دل لاله می‌دانند و مضامین بسیار از آن پدید آورده‌اند، با پنج بیت از طبیب اصفهانی، صائب، کلیم کاشانی، امیرشاهی سبزواری و واعظ قزوینی:

داغ دلش از آه جگر سوز طیب است / هر لاله که بر دامن هامون نگرد کس

شبنم نکرد داغ دل لاله را علاج / نتوان به گریه شست خط سرنوشت را

ساقی ز می کدورت دل کم نمی‌شود / بنشین که داغ لاله ز باران نمی‌رود

چو لاله دلق می‌آلود را زخم آتش / کز آب دیده بشستم بسی و داغ نرفت

[دلق می‌آلودم را بسیار با اشک چشم شستم ولی داغ ننگ آن باقی ماند، مگر آن را چون لاله داغدار بسوزانم.]

با داغ دل چو لاله سراپا شکفته‌ایم / نتوان شناختن ز غم ما سرور ما

داغ سیاه لاله را به چشم درشت و نافذ شیر و به خال پوست پلنگ تشبیه کرده‌اند که این را داغ پلنگ می‌نامند، با دو بیت زیر از بیدل دهلوی و دو بیت بعد از صائب:

بهار این چمن از بس که وحشت‌اندود است / ز داغ لاله جنون پلنگ می‌بارد

چون لاله ز بس گرم‌رو حسرت داغم / صحرا ز نشان قدم پست پلنگی‌ست

لاله ما به جگر داغ پلنگان دارد / پنجه در پنجه شیران فکند ریشه ما

به احتیاط قدم در طریق عشق گذار / که داغ لاله این دشت دیده شیر است

لاله با گلبرگ‌های سرخ جدا از هم به دل چاک‌چاک و پُر خون تشبیه شده است، با دو بیت از هلالی جغتایی و بیبی از کلیم کاشانی:

چو لاله سینه من چاک شد بیا و ببین / که از تو بر دل پر خون چه داغ‌ها دارم

مشکل که رود داغتم هرگز ز دل چاکم / تا لاله مگر روزی سر برنزد از خاکم

لاله وارم دل ز غم صد چاک شد در بی‌کسی / هیچ کس نهاد غیر از داغ دستی بر دلم لاله وارم دل = دل لاله‌وار من.

مجموع این گلبرگ‌های جدا از هم به شکل جام است و این تشابه، همراه با ویژگی داغدار بودن آن، مضمون اشعار بسیار قرار گرفته است، با پنج بیت زیر از امیرخسرو دهلوی، فخرالدین اسعد گرگانی، کلیم کاشانی، کمال اسماعیل و سلیم و دو بیت بعد از صائب:

هست صحرا چون کف دست و بر او لاله چو جام / خوش کف دستی که چندین جام

صهبا بر گرفت

ز بس بر دست‌ها پُر می پیاله / تو گفتی بود یکسر دشت لاله

ز جام لاله و گل قطره‌ای نریزد می / تمام حیرتم از این شکسته ساغرها

شکسته ساغر به جام گل و جام لاله، با گلبرگ‌های جدا از هم، اشاره دارد.

تو دل سیاهی لاله مبین به وقت چنین / که یک نفس نکند ساغر شراب رها

چو لاله چشم سیاه از خمار داری سرخ / پیاله تا به سحر دوش در کجا زده‌ای

در خون نشسته‌ایم ز رنگینی خیال / چون لاله دل‌سیاه ز پیمانۀ خودیم

کم‌نهای از لاله، صاف و دُرِد این میخانه را / با لب خندان به یک پیمانه می‌باید کشید دُرِد به سیاهی ته جام لاله اشاره دارد.

استوانه بلورین لاله شکلی را که مانند شمعدان در آن شمع بی‌فروزند لاله می‌نامند. در این مثل که «لاله را شب روشن می‌کنند» یعنی «شوخی را زیر لحاف می‌کنند» یا «عشق‌بازی زن و شوهر در حضور دیگران دور از ادب است» لاله به‌معنای شمعدان است که معمولاً با پایه‌های بلوری و کاسه شیشه‌ای است و شمع را داخل آن می‌گذارند.

در این معنا نیز ویژگی داغدار بودن لاله، تشبیه آن را به چراغ و شمع و فانوس و مشعل دوچندان معنا می‌بخشد، با بیت زیر از لغت‌نامه دهخدا و دو بیت بعد از صائب در مورد چراغ، و پنج بیت دیگر از رودکی، فرخ سیستانی، امیرشاهی سبزواری، بیدل دهلوی و ظهیری در تشبیه لاله به شمع و فانوس و مشعل:

وار آذر گذشت و شعله آن / شعله لاله را زمان آمد

وار = رسم و آیین. آذر به ماه آذر و آتش اشاره دارد.

وار آذر به ماه آذر و آتش اشاره دارد.

یوگا آگاهانه، ذهن آگاهی (Mindfulness)

مریم سالاری - مربی یوگا

قبل از پرداختن به موضوع یوگا آگاهانه و ذهن آگاهی لازم می دانم راجب طریق خواندن و معنای «ذهن آگاهی» نکته ای را توضیح دهم. این کلمه «ذهن آگاهی» در اصل با سکون در «ن» خوانده می شود. ذهن آگاهی به معنای شخص دانا و عالم نیست. ذهن آگاهی بیشتر در راستای تجربه کردن هر چیز، آنچه که هست در لحظه حال. با خواندن این مقاله به درک روشنی از «ذهن آگاهی» و یوگای آگاهانه خواهید رسید.

زمانی که ما با یک بیماری، بخصوص دردهای مزمن سر و پنجه نرم می کنیم، ورزش کردن به راستی برایمان سخت و طاقت فرسا می باشد. در این شرایط ورزش کردن حکم میدان جنگی را دارد که درد بسیاری را برایمان ایجاد می کند و همین امر باعث می شود کم کم از فعالیت بدنی دست بکشیم. متأسفانه تحرک نداشتن نه تنها باعث کاهش درد ما نمی شود بلکه سبب اضافه وزن ما نیز شده که خود عامل بسیاری از ناراحتی ها و بیماری ها می باشد. ورزش بخشی از یک سبک زندگی سالم است. بنابراین چگونه می توانیم با انجام فعالیت های بدنی درد خود را کاهش دهیم و بدون نگران بودن از آسیب رساندن به بدن و تشدید ناراحتی ها، از مزایای ورزش ها استفاده کنیم.

یوگای آگاهانه
یوگا آگاهانه یا یوگا ذهنی سبکی است که

ذهن آگاهی
ذهن آگاهی به ما آموزش می دهد که تا به درستی روی هر آنچه در لحظه فعلی اتفاق می افتد تمرکز کنیم و به این سبب یکی از تحول آورترین ابزارها برای رشد فردی و معنوی ما می باشد.

پدر ذهن آگاهی (Jon Kabat) می گوید: «ذهن آگاهی به معنای توجه به روش خاص است، از روی هدف، در لحظه فعلی و بدون قضاوت.» پس در اصل ذهن آگاهی، آگاهی لحظه به لحظه است. تجربه کردن زندگی در حال حاضر به ما یک چشم انداز جدید همراه با آزادی و اتصال به واقعیت داده که خارج از تمام قضاوت ها می باشد.

ارتباط یوگا و ذهن آگاهی

در حقیقت انجام ژست های یوگا بدون ذهن آگاهی را می توان ورزشی دانست که فوایدی را برای بدن ما دارد ولی اهداف یوگا با ذهن آگاهی را دنبال نمی کند. یوگا و ذهن آگاهی هر دو هدفی مشخصی را دنبال می کنند و آن ارتباط عمیق تر و درک از خود، همراه با ذهن ساکت می باشد.

هر دو به ما یاد می دهند که نفس خود را تنظیم کنیم، به احساسات بدنی خود توجه کنیم و یاد بگیریم واقعیت را همان طور که هست دیده و همان طور که در آن لحظه وجود دارد قبول کنیم.

در اصل آساناها (Poses) در یوگا همچون

وسایل نقلیه ای است که ما را به هدف ذهن آگاهی و پرورش آن نزدیک می کند. کلاس های یوگا به شکل خصوصی و گروهی هر کدام مزایای خود را دارا می باشند. در کلاس های خصوصی یوگا بخصوص اگر ما یوگا را به عنوان یک تجربه جدید شروع کرده باشیم، ارتباط برقرار کردن با روح و روان و تمرکز کردن بروی تنفس و انجام ژست های یوگا آسان تر می باشد. چرا که شرایط قابل کنترل هستند و فضا، خالی از عوامل حواس پرتی می باشد.

از طرفی کلاس های گروهی مکانی برای یادگیری هوشیاری بیشتر است، زیرا محیط مملو از شرایطی است که از کنترل ما خارج است. شاید در یک کلاس گروهی عواملی مانند صدا، صحبت، طرز انجام و ایستادن یک شخص در ژست های یوگا و... می توانند عواملی باشند که باعث حواس پرتی ما شوند. شاید گفته و چیزی حال ما را دگرگون کند. اما با تمرین یوگا همراه با ذهن آگاهی ما یاد می گیریم شرایط را از نو تنظیم کنیم. با انجام این نوع یوگا یاد می گیریم موقعیت زندگی را هر آنچه هست را ببینیم و از داستان هایی که در افکار خود می سازیم بیرون بیاییم و فقط لحظه حال را ببینیم. در مقاله بعد راجع به فواید و چگونگی انجام یوگا آگاهانه و ذهن آگاهی بیشتر خواهید خواند. با عشق و احترام



مریم سالاری

مربی یوگا



کلاس رایگان یوگا برای عزیزان مبتلا به بیماری ام. اس.
در حال حاضر از طریق وب سایت «زوم» Zoom برگزار می شود.

با انجام یوگا شما می توانید:

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

برای اطلاعات بیشتر به وب سایت مراجعه فرمایید.

<http://mindfullyogagroup.com>

- ♦ Classes ONLY for people diagnosed with MS
- ♦ For questions & information please call Maryam

(408) 802-8882

جهت پیشگیری ویروس کرونا:

اداره بهداشت زدن واکسن کووید ۱۹ را توصیه می کند چون باعث محافظت از ابتلا به ویروس و بیماری کووید ۱۹ می شود. هر چه تعداد بیشتری از مردم واکسینه شوند، کنترل بهتری به روی این همه گیری خواهیم داشت.

تدریس

آیا دوست دارید زبان انگلیسی را بهتر یاد بگیرید و در صحبت کردن، خواندن، نوشتن و یادگیری تکنیک های جدید انگلیسی پیشرفت کنید؟ من سونیا یک انگلیسی زبان هستم و ساکن Bay Area. با مدرک فوق لیسانس در آموزش زبان انگلیسی به شما کمک خواهم کرد برای بهتر یاد گرفتن زبان انگلیسی. برگزاری کلاس ها و تدریس، آنلاین بر روی اسکایپ است و قیمت کلاس ها هر یک ساعت ۴۰ دلار می باشد. وب سایت برای تماس با سونیا: sdprasad@gmail.com

استخدام

به شخصی برای کمک به خانمی مسن، به طور شبانه روزی یا نیمه وقت، در ناحیه Blossom Hill در شهر سن جوزه نیازمندیم. لطفا با شماره تلفن ۹۹۱۱-۹۷۲ (۴۰۸) تماس بگیرید.



فال سنارگان

دای

با احساسات دیگران نمی شود بازی کرد. کسی که با آتش بازی می کند خود به خود طعمه آن خواهد شد. شاید شما در این باره حق داشته باشید اما هر کاری عواقبی دارد که باید آن را در نظر داشت. با استرس و اضطراب، اعصاب و جسم شما تحلیل می رود، پس به خودتان مسلط باشید و اعتماد به نفس داشته باشید.

مهر

زندگی عاطفی شما به زودی دچار تغییرات چشم گیری می شود. با یک تماس تلفنی و یا فرستادن یک پیغام یا نامه می توانید او را متوجه کنید که به فکرش هستید. احتیاج به کمی استراحت دارید. فرصتی باید پیدا کرد تا این خستگی را از تن تان دور کنید و با آرامش و انرژی به برنامه های بلندمدت فکر کنید.

تیر

با شخص مورد علاقه تان دیدار دارید، خاطراتان باشد که شما شبستگی فردی را دارید که می تواند شما را در تمام مراحل زندگی همراهی کند. شما فرد با استعدادی هستید. کافی است از این استعداد و توانایی در زمینه های مختلف استفاده کنید تا هم تغییری در زندگیتان رخ دهد و هم پر نشاط و فعال باشید.

شروردین

چرا آنقدر خودتان را مشغول کارهای بیهوده کرده اید. در ارتباط با هیچ چیز عجله نکنید. احساسات خود را کنترل کنید، و صبور باشید. به زودی راهی به شما نشان داده خواهد شد که از این وضعیت پیچیده ای که در آن قرار دارید، نجات پیدا کنید. یک رابطه رمانتیک تکمیل نشده ای ممکن است شکل بگیرد.

بهمن

در خرج کردن پول کمی متعادل باشید. آنقدر خرج می کنید که کم می آورید، در صورتی که بیشتر مخارج در اصل غیر ضروری بوده. باید تجربه های گذشته را به دقت مرور کنید تا دوباره دچار همان مشکلات نشوید و انتخاب درستی داشته باشید. بعضی امور، که فکرتان را مشغول کرده بود، روبراه می شود. در یک میهمانی خبرهای امیدبخشی خواهید شنید.

آبان

حکایت امروز شما مثل روزهای گذشته است. باز هم رفتار گذشته را تکرار می کنید، فرصت های طلایی را از بین می برید و بعد، مدتی را به حسرت آن می نشینید. طرز فکر و رویه را تغییر دهید. اخبار خوشحال کننده و دیدارهای سودمندی در انتظار شماست. مشکلی ذهن تان را مشغول کرده که به خوبی و خوشی تمام می شود.

مرداد

بهتر است سری به پزشک خود بزنید. چون نگرانی های شما را نسبت به بعضی از عوارض جسمی برطرف خواهد کرد. خستگی و افسردگی بیشتر دلایلی روحی دارد و آنها را باید بر طرف کرد. در زمینه کاری یا درسی به موفقیتی می رسید که در آینده برایتان منفعت مالی زیادی خواهد داشت. به کارهای عقب افتاده تان برسید.

اردیبهشت

گاهی اوقات صمیمی و مودب و سرگرم کننده باشید. بهترین حالت خود را برای دوستان و خانواده نشان دهید. یک یا دو نگرانی در محیط کار خواهید داشت. به خودتان اجازه ندهید که در درخواست ها غرق شوید. از وقت خود استفاده کنید، عمل کنید و عجله نکنید. صحبت ها نتیجه بخش خواهد شد. دستاوردهای شما رد نخواهد شد.

اسفند

روزهای خوشی در انتظار شماست. وضعیت مالی تان رو به بهبودی است. پس مراقب باشید که دست به ماجراجویی نزنید چون فرصت های خوبی را از دست می دهید. بعد از کار زیاد و تنش های روزمره، کمی استراحت برای شما ضروری است تا دوباره به وضعیت روحی و جسمی متعادل برسید و آرامش تان را بازیابید.

آذر

لبخند و تفریح در این برهه از زمان برای شما لازم است. می توانید انرژی خود را در کنار کار و تلاش به تفریح و سرگرمی هم اختصاص دهید. اوضاع مالی شما همچنان روال عادی خود را دارد اما با کمی تلاش و کوشش و حوصله بیشتر می توانید تحولی در وضعیت مادی خود ایجاد کنید. از راه دور خبر بسیار خوبی را دریافت می کنید.

شهریور

کسی از شما درخواستی می کند که فعلا باید خوب به آن فکر کنید و بعد جواب بدهید. به رغم آنکه توانمندی خوبی در حل مشکلات و تحمل سختی ها دارید، با این حال بعضی وقتها از کوره در می روید و به این و آن پرخاش می کنید. این نوع برخوردها هم دیگران را می رنجاند و هم سلامتی تان را به خطر می اندازد. آرامش خود را حفظ کنید.

فرورد

از نظر شغلی بسیار پیشرفت خواهید کرد. ممکن است زمان خوبی برای تغییرات مهم داشته باشید. بیشتر انعطاف پذیر و مسئولیت پذیر باشید، و به صحبت ها گوش دهید. به زندگی شخصی تان متمرکز شوید و آن را جدی بگیرید. اگر علاقه به شخصی دارید جلو بروید و به او بگویید.

عدالت را مطابق منافع خود می بیند. برای مثال: در سوم جولای ۱۹۸۸، یک هواپیمای مسافربری هواپیمایی Iran Air توسط جنگنده های هوایی آمریکا اشتباها مورد هدف قرار گرفت که میزان خسارت واقعی ۲۹۰ جان بود. ۲۹۰ مسافر بیگناه، شامل زنان و کودکان به قتل رسیدند. ولی کسی مورد پیگرد قرار نگرفت، کسی به زندان نرفت. چون قربانیان، از شهروندان یا دولت آمریکا نبودند.

از رضا پرسیدم اگر زمان به سال ۲۰۰۵ برگردد، آنچه انجام داده را تکرار خواهد کرد یا نه. و او جواب داد: «اولا، اگر» در واقعیت وجود ندارد. فقط روی کاغذ است. ثانیا زمان هرگز به عقب بر نمی گردد. به فرض اینکه برهم گردد آنچه که انجام شد، عینا تکرار خواهد شد مگر آنکه بدانیم که از آینده بازگشتیم. پس اگر قبول داشته باشیم که زمان می تواند به عقب برگردد، پس باید این را هم قبول کنیم که ممکن است هم اکنون ما بازگشتی باشد از آینده. لذا این سوال کاملا بی معنی و غیرمنطقی است. در زندگی Ctrl+Z (Ctrl+Z): دکمه های میان بُر برای عمل بازگشت به حالت قبلی در کامپیوترهای تحت مایکروسافت، وجود ندارد» **دنیاه مطلب در صفحه ۵۰**

از دیدگاه قانون آمریکا: او جرم «انتقال اطلاعات غیر» را مرتکب شد که حداکثر مجازات برای آن ۱۰ سال است. از دیدگاه وجدان رضا: تعبیر عدالت پیچیده و مبهم است. بسته به مکان و زمان دارد. عدالت ممکن است به معنای «انجام آن چه قانون می گوید» باشد. قانونی که به دست بشر نوشته شده و هر سال می تواند تعبیر پیدا کند. لذا آنچه در گذشته انصاف بود، ممکن است در آینده بی انصافی باشد و بالعکس.

فارغ از مفهوم عدالت، رضا معتقد است آن که می دود و آن که راه می رود و آن که می لنگد، سرعت یکسانی ندارند. او خود را مسئول خسارت واقعی (و اثبات نشده) ۳۶ میلیون دلاری و خسارت احتمالی ۱/۲ میلیارد دلاری نمی داند. مخصوصا وقتی که معیار محکومیت او بر پایه همین ارقام بوده است. شخصی اطلاعات کارت ها را سرقت کرد و شخصی دیگر از آن استفاده نمود. با اینحال علی رغم این حرف ها، هنوز معتقد است خوب، خوب است و بد، بد. مهم نیست ملیت مالباختگان چه باشد، چه ایرانی چه آمریکایی. او قبول دارد که آنچه انجام می داد اخلاقا درست نبود، حتی اگر قانونی برای تعریف آن به عنوان جرم نوشته نمی شد. ولی آمریکا



حکایت رضا

بخش دهم

Noumena: True Story of Reza

میلاد رضایی کلانتری به جرم سایبری فروش اطلاعات حدود ۲/۵ میلیون کارت اعتباری، که منجر به ۱/۲ میلیارد دلار خسارت به بانک های آمریکایی شد، در حال سبوری کردن دوران محکومیت ده ساله اش در زندان فدرال آمریکا می باشد. بخاطر تنهایی و فرسنگ ها دوری از وطنش، به فکر نوشتن داستان زندگی به زبان انگلیسی افتاد. آنچه می خوانید برگرفته از ترجمه فارسی کتابش است.

اختیار می گیرم. کیف پولی که در آن هیچ پولی نیست. ولی دولت آمریکا آن را اینطور می بیند: «اگر ۱ میلیون دلار در آن کیف وجود می داشت، صاحب کیف پول متحمل ۱ میلیون دلار خسارت می شد، لذا ۱ میلیون دلار خسارت احتمالی صورت گرفته است.» رضا جرمش را در ایران کنار گذاشته بود و داوطلبانه به آمریکا آمد. ولی طوری مجازات شد گویی در صحنه ارتکاب جرم دستگیر شد. به عقیده رضا وجود پرونده اش در یک ایالت فقیر و در فقیرترین بخش آن ایالت بر شدت مجازاتش افزود. ایالتی او را مورد پیگرد قرار داد که کل جمعیتش کمی بیش از ۱ درصد جمعیت کل آمریکاست، که حتی خیلی از ساکنین آن بخش کارت اعتباری ندارند. با این حال با وجود اطلاعات صدها هزار کارت اعتباری در ایمیل رضا که از ایالت های دیگر بودند، منطقه جنوبی میسی سی پی تنها منطقه ای بود که او را مورد پیگرد قرار داد.

او همچنین معتقد است که قاضی، دادستانی و کل سیستم قضایی آمریکا او را برای دیگران نمونه و درس عبرتی قرار دارند، تا به امثال او که به قوانین آمریکا احترام نمی گذارند پیامی برسانند و بگویند که «هرگز نه فراموش می کنند، نه می گذرند. هر جا که باشی آنها تو را پیدا کرده و به سزای اعمال می رسانند.»

اگر چه درسی که ممکن است مجرمان دیگر مانند رضا بگیرند، احتمالا کاملا متفاوت خواهد بود. درس و پیامی که به آنها می گوید «اگر شما یک رضای دیگر هستید، اگر با شکستن قوانین آمریکا کسب درآمد می کنید، هرگز آن را ترک نکنید و به کار خود ادامه دهید.»

از سه دیدگاه مختلف به جرم رضا می نگریم: از دیدگاه دادستانی: او وقتی که آن فعالیت غیرقانونی را انجام می داد، با فروش هزاران و شاید میلیون ها اطلاعات شخصی شهروندان آمریکایی جرمی مرتکب شد و میلیاردها دلار به اقتصاد آمریکا لطمه زد.

حدود ۲۰ دقیقه بعد قاضی برگشت و بر صندلی اش نشست و بدون هیچ حرف اضافه حکمش را خواند. سپس از جایش برخاست و با سکوت به داخل اتاقش برگشت. همه چیز خیلی سریع برای رضا اتفاق افتاد، طوری که چیزی از حکم قاضی متوجه نشد. از وکیلش پرسید «چه شد؟» و وکیل جواب داد: «به تو ۱۰ سال دادند، می توانست از این هم بدتر باشد.»

ناگفته نماند که همسر رضا نیز نامه ای برای قاضی نوشته بود. از آنجایی که در ایران زندگی می کرد. ارسال نامه از ایران به دادگاهی در آمریکا راهی مطمئن و سریع نبود. لذا او از متن نامه عکس گرفت و آن را در اینترنت آپلود کرد و آدرس لینک تصاویر نامه را به رضا داد. رضا هم آدرس لینک را برای وکیلش فرستاد تا از آن پرینت بگیرد. ولی در روز محاکمه وکیل رضا از بابت اینکه نامه همسرش را به همراه نداشت، از رضا عذرخواهی کرد. او این کار را نکرده بود چون از کلیک کردن بر روی لینکی که رضا به او داده بود هراس داشت. در این هنگام رضا از او به خشم آمده و از او پرسید که آیا فکر کرد که قصد هک کردن حساب بانکی اش را داشت؟ رضا معتقد است که نامه همسرش می توانست بر تصمیم قاضی تاثیری حتی اندک بگذارد. فراموش کرد که از وکیلش پرسد که اگر موکلش پسرش می بود، نیز اینگونه با او رفتار می کرد!

قاضی رضا را به ۱۰ سال حبس محکوم کرد. براساس خسارت احتمالی (خسارت احتمالی: ضرر مالی که نیت شده بود بر اثر ارتکاب جرم صورت پذیرد و شامل ضرر مالی می شود که انجام آن غیرممکن می بود) ۱/۲ میلیارد دلاری که فرض شده بود ممکن بود اتفاق بیفتد بخاطر وجود اطلاعات کارتها در ایمیل رضا.

تعبیر دقیقی از «خسارت احتمالی» وجود ندارد که اگر هم داشته باشد، رضا چیزی از آن سر در نیاورد. تنها تعبیر درک شده این است که مثلا من کیف پول شخص دیگری را بدون اجازه او در

Ali Driving & Traffic School

کلاس های تعلیم رانندگی و ترافیک علی

برای بزرگسالان و نوجوانان

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

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

Safe Driving
Saves Lives



Safety is our most
important concern

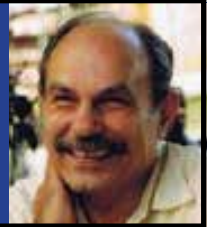
Licensed & Bonded

افرادی که 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

آموزش رانندگی توسط کادری مجرب و حرفه ای

(408) 394-5249 ◆ (408) 370-9696

عشق، هوس، نفرت

بخش پنجاه و یک
عباس پناهی

را بوسید و گفت: «خوش به حالت داداش که به همچین غنچه ای نصیب شده. مبارکت باشه.» در مسجد، روحانی که شهادتین را به ربکا القاء می کرد همین کلماتی را که ربکا ادا کرد به عنوان شهادتین پذیرفت و ربکا تبدیل شد به یک زن مومن مسلمان آزاد که دیگر عقدش به آنتونیو باطل شده بود و می توانست با فریدون ازدواج کند و بنابر پیشنهاد همان روحانی برای صواب بیشتر، در همانجا صیغه عقد آن دو خوانده شد و آنان را به هم محرم نمود و دیگر آن دو رسماً زن و شوهر بودند. فریدون به گلرخ سفارش کرد که فعلاً از این موضوع به پدر و مادر و سایرین چیزی نگوید زیرا که روزگار سختی برای پرورش بود و نمی خواست نمکی بر روی زخم او ریخته شود. از طرفی هم رغبتی به رفتن به خانه پدری و دیدن پرورش نداشت زیرا که آن تنش ها و زجرهایی را که در آنجا کشیده بود برایش زنده می شدند و نیز با آنکه در این روزها همه چیز به صورت عادی درآمده بود، اما برای فریدون یاد آور آن شب های تنهایی و در به دری بود و غصه هایی که از بی پناهی بر دلش سنگینی می کرد جان می گرفتند و قلبش را می فشردند.

دنباله مطلب در صفحه ۵۶

خواهند کرد و او می تواند هر کسی را که مایل است دعوت کند تا مراسم تشریف به دین مبین اسلام را تماشا کنند. ربکا به فریدون گفت: «اگر صلاح میدانی پرویز و گلرخ و وجیهه خانم را دعوت کنیم که همراه مان باشند.» فریدون دلش می خواست مادر جون و آقا جون هم حضورداشته باشند اما چون موضوع ربکا یک راز مگو بود و نمیبایستی فاش شود، نمی توانست آنان را دعوت کند. زمانی که زری راز نوارها را کشف کرده بود در آن باره جنجال زیادی برافراخته بود و فریدون مجبور به انکار شده بود و اینکه نمی توانست اقرار به درست بودن آن خبر کند. فریدون سعی زیادی کرد که دو کلمه اشهد و ان لا اله الا الله - و - اشهد و انا محمدا رسول الله را به ربکا بیاموزد، نشد زیرا که به زبانش نمی چرخید و فقط حروفی چون - اشدا لا ان لا مو آمد و سول الللا تکرار می کرد.

وجیهه خانم یک چادر سفید با خال های درشت سورمه ای از گل و بته به ربکا داد تا در هنگام اجرای مراسم، برسد داشته باشد تا حرمت مسجد و سنت حفظ شود. ربکا در زیر چادر هم لعبتی تن ناز شده بود که وجیهه خانم و گلرخ از ستایشش نتوانستند خود داری کنند. گلرخ برادر

چاره دیگری نیست.» الیزابتا صلیبی روی سینه رسم کرد و گفت: «ای مریم مقدس خودم را به تو می سپارم.» ربکا جرات نکرد که راه را به مادر بگوید. گفت: «حالا صبر کن تا من مطمئن شوم و بعد از اطمینان به تو خواهم گفت.» این حرف را زد زیرا که می خواست با فریدون موضوع را مطرح کند و از او روش خوب گفتن را بیسود تا بتواند طوری موضوع را به مادر بگوید که کمترین شوک به او وارد شود.

فریدون به ربکا گفت: «باید به ماما بگویی که این مراسم فقط برای رها شدن از یک تعهد است و پس از آن همه چیز به حالت اولیه خود باز خواهد گشت و تو ایمانت را از دست نخواهی داد و فقط به صورت ظاهر دینت را برای یک روز کنار می گذاری تا طبق قوانین این کشور همه چیز درست و قانونی صورت بگیرد، در غیر این صورت امکان هیچ تغییری نیست، و پس از اتمام مراسم، تو به آیین قلبی ات مراجعه خواهی کرد و خودت را پایبند هیچ دین و آیینی که با قلبت همساز نیست نخواهی کرد. اگر به این ترتیب مسئله را برای مادر شرح دهی، او زیاد دچار عذاب وجدان و بدکاری اخلاقی به مریم مقدس نخواهد شد و شرطی می بندم که امشب در مقابل تخت خواب خود زانو خواهد زد و از مریم مقدس برای تو تقاضای صدور اجازه تغییر دین یک روزه خواهد کرد و آنگاه خود پاسخ خود را خواهد گرفت و شاد و خرم به رختخواب خواهد رفت و بامداد فردا به تو خبر خواهد داد که دیشب با مریم مقدس حرف زدم و او به تو اجازه داد که برای ی کروز از آغوش پر مهرش دور باشی و باز هم مانند بره گمشده به آغوش پرمهرش بازگردی.»

این ترند دقیقاً به همان شکلی که می خواستند مفید واقع شد و آنچه را که فریدون پیش بینی کرده بود اتفاق افتاد. مشکل عاطفی ربکا از جانب مادر هم به خوشی حل گردید و الیزابتا با خرسندی از اینکه مریم مقدس خود به او این اجازه را داده، از بانوی خود سپاسگزاری کرد که راه حلی در پیش پایش قرار داده که دختر را از پریشانی و بدبختی نجات دهد. خوشمرام روز بعد خبر داد که در یکی از مساجد تهران مراسم را با حضور او و یکی از آیات عظام و دوست روحانی اش اجراء

الیزابتا که از افسردگی ربکا می ترسید، تا او را افسرده دید، در کنارش نشست و او را در آغوش گرفت و نوازش کرد. پرسید: «آیا اتفاقی افتاده که دختر عزیزم این چنین در خود فشرده شده؟» ربکا گفت: «نه ماما، چیزی نیست.» اما الیزابتا می دانست چیزی هست و ربکا از او پنهان می کند. اصرار زیاد کرد که ربکا ناراحتی اش را با او در میان بگذارد. ربکا نمی توانست این موضوع به این وخامت را به راحتی به زبان بیاورد چون می دانست این یکی، دیگر به سادگی سایر مشکلات نیست که قابل حل باشد.

سرانجام برای آنکه مزه دهان مادر را بچشد، سؤال کرد: «ماما آیا دلت می خواهد من به زندگیم سر و سامانی بدهم؟» الیزابتا گفت: «عزیزم، اینکه پرسیدن ندارد. این آرزوی قلبی من است.» ربکا گفت: «اگر برای آنکه من بتوانم از آنتونیو طلاق بگیرم راهی پیدا شود، تو حاضری با من همدلی کنی؟» الیزابتا که سردر نمیآورد چگونه ربکا می تواند از آنتونیو طلاق بگیرد، چون چنین چیزی امکان نداشت و تا دنیا دنیا بود ربکا همسر آنتونیو محسوب می شد، پرسید: «چگونه کاری را که امکان ندارد بشود، می خواهی انجام دهی؟» ربکا گفت: «ماما تو فقط به من بگو، آیا دلت می خواهد من از این سرگشته گی و بدبختی نجات پیدا کنم؟» الیزابتا گفت: «عزیزم من که پاسخ تو را دادم، اما تو پاسخ مرا ندادی.» ربکا گفت: «ماما یک راه هست که من بتوانم از آنتونیو طلاق بگیرم و با فریدون ازدواج کنم.» الیزابتا از خوشحالی داشت پر در میآورد. گفت:

«پس معطل چه هستی؟ چرا انجام نمی دهی؟» ربکا گفت: «راه حلی هست که اگر من و تو بپذیریم همه کارها به خوبی انجام خواهد شد.» الیزابتا گفت: «برایم بگو چه راهی هست که اگر من و تو آن را بپذیریم مشکل تو حل خواهد شد؟» ربکا با ترس و لرز گفت: «ماما قول بده که با من دعوا نکنی تا راه چاره را به تو بگویم.» الیزابتا گفت: «این چه حرفی است عزیزم؟ من چرا باید بد تو را بخواهم؟» ربکا گفت: «می ترسم که وقتی به تو گفتم مرا نبخشی. هر چند خود منم مانند تو از آن راه حل خوشم نمیآید اما



زبان ما هویت ماست

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

♦ کلاس های پیش دبستان (برای نوآموزان ۴ ساله)

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

جهت یادگیری خواندن، نوشتن و مکالمه

♦ کلاس های خصوصی برای بزرگسالان و غیر فارسی زبانان

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

برای کسب اطلاعات بیشتر با ما تماس حاصل فرمایید

(408) 829-8296

1954 Camden Ave. #3, San Jose

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



نسبت به این طرح اعتراض داشتند و آن را برابر با «تفکیک جنسیتی و بی‌عدالتی علیه زن‌ها و منفع کردن زن از جامعه» دانسته‌اند.

برای پیگیری بیشتر و جویا شدن نظر زنان تهرانی درباره این نوع پارک‌ها، سری به بوستان «بهشت مادران» در مرکز تهران زدیم. پارکی که به عنوان اولین بوستان ویژه زنان

در تهران و در تاریخ ۲۲ اردیبهشت ۱۳۸۷ افتتاح و بهره‌برداری شد. «نرگس» که به نظر می‌رسید، حدود پنجاه سال سن داشته باشد، گفت: «ورزش بدون حجاب اجباری قطعاً حس خوبی دارد. من نمی‌گویم که می‌خواهم لخت و عور باشم در خیابان، اما می‌گویم مگر چه می‌شود، اگر بتوانیم با همین شلوار و تی‌شرت در کوچه و خیابان و پارک‌های آزاد راه برویم؟ من و دخترم که گاهی اوقات واقعا از حجاب در این گرما عاصی می‌شویم و برای ورزش چاره‌ای نداریم جز به همین پارک پناه بیاوریم، اما مثلاً دخترم که سر کار می‌رود هم دائم از پوشیدن حجابی که دوستش ندارد، شاکی است و آرزو دارد که به خارج کشور برود تا بتواند آزادانه کار و تفریح و زندگی کند.»

خانم بعدی که نامش «سارا» بود و حدود بیست و پنج سال سن داشت، می‌گوید: «من واقعا یکی از آرزوهایم این است که بتوانم همین شکلی در خیابان راه بروم. اصلاً نمی‌توانم این مسئولین را درک کنم. آخر مگر مقاومت و مخالفت زنان با حجاب اجباری را نمی‌بینند؟ طرف نافش را با پیرسینگ بیرون می‌اندازد و بعد یک روسری زوری روی سرش می‌کشد تا بگوید این حجاب را نمی‌خواهد. من نمی‌دانم این مسئولین می‌خواهند خودشان را گول بزنند یا چپا! بله من هم ترجیح می‌دهم این است که بتوانم آزادانه و هرطور که دلم می‌خواهد لباس بپوشم.»

در ادامه به سراغ گروه چندنفره‌ای از دختران نوجوان ۱۶ تا ۱۹ ساله رفتیم. با آنها هم‌صحبت شدم و البته اینکه با توجه به سن کم، جملات بسیار قابل تأملی را به زبان آوردند. **دنباله مطلب در صفحه ۴۸**

در آرزوی تاییدن آفتاب به موهایمان!

لارا بارسقیان

پس از گذشت ۴۰ سال از اجباری شدن «حجاب» برای زنان و دختران در نظام جمهوری اسلامی ایران و مجبور کردن آنها به رعایت حجاب با استفاده از زور و گشت‌های پلیس و بسیج، همواره این موضوع یکی از دغدغه‌های مهم زنان و فعالان اجتماعی در ایران و خارج از ایران بوده است. اینکه چند مرد تصمیم بگیرند تا برای نوع پوشش ده‌ها زن و دختر ایرانی تصمیم‌گیری کنند، به واقع تصمیمی عقلانی و درست به نظر نمی‌رسد و امروزه کار به جایی رسیده که پیامک‌های جریمه و احضار به پایگاه‌های پلیس برای آن دسته از زنانی که حجاب مطلوب جمهوری اسلامی ایران را در خودروی خود رعایت نکرده‌اند، هم ارسال می‌شود.

اعمال قانون حجاب اجباری علاوه بر سختی‌های متداولی که بر زنان ایرانی تحمیل کرد، موجب افزایش بیماری پوکی استخوان به دلیل نرسیدن نور خورشید به بدن زنان ایرانی و کمبود «ویتامین دی» در آنها نیز شده است. طبق گزارشی که پزشکان دانشگاه «علوم

پزشکی تهران» در سال ۱۳۸۲ به دفتر امور زنان استانداری تهران ارائه کردند، بیماری پوکی استخوان نزد زنان ایرانی به‌ویژه زنانی که در شهرهای بزرگ زندگی می‌کنند، به سرعت رو به افزایش است. گزارشی که موجب شد تا در اواخر دولت «محمد خاتمی» و سپس در دولت «محمود احمدی‌نژاد» طرح احداث «پارک مخصوص بانوان» مطرح و پیگیری شود تا زنان بتوانند در این پارک‌ها بدون حجاب و روسری ورزش و تفریح کنند.

نخستین بوستان برای زنان در سال ۱۳۸۷ افتتاح شد و در ادامه و تا پایان سال ۱۳۹۹ شش بوستان اختصاصی زن‌ها به نام‌های «بهشت مادران، پردیس بانوان، بوستان نرگس، مجموعه شهربانو و بوستان ریحانه» در نقاط مختلف تهران احداث و شروع به فعالیت کرده‌اند.

در حالی که موافقان ایجاد پارک‌های ویژه زن‌ها در این سال‌ها عموماً مسئولان و کارگزاران دولتی و حکومتی بوده‌اند، اما فعالان حقوق زنان در ایران مانند «سرسین ستوده» و «نرگس محمدی» به شدت

برای زنان و دختران در نظام جمهوری اسلامی ایران و مجبور کردن آنها به رعایت حجاب با استفاده از زور و گشت‌های پلیس و بسیج، همواره این موضوع یکی از دغدغه‌های مهم زنان و فعالان اجتماعی در ایران و خارج از ایران بوده است. اینکه چند مرد تصمیم بگیرند تا برای نوع پوشش ده‌ها زن و دختر ایرانی تصمیم‌گیری کنند، به واقع تصمیمی عقلانی و درست به نظر نمی‌رسد و امروزه کار به جایی رسیده که پیامک‌های جریمه و احضار به پایگاه‌های پلیس برای آن دسته از زنانی که حجاب مطلوب جمهوری اسلامی ایران را در خودروی خود رعایت نکرده‌اند، هم ارسال می‌شود.

اعمال قانون حجاب اجباری علاوه بر سختی‌های متداولی که بر زنان ایرانی تحمیل کرد، موجب افزایش بیماری پوکی استخوان به دلیل نرسیدن نور خورشید به بدن زنان ایرانی و کمبود «ویتامین دی» در آنها نیز شده است. طبق گزارشی که پزشکان دانشگاه «علوم



Mahin Motlagh

BRE# 01320595



(650) 309-2700

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

mahinrealty@gmail.com

http://mahin.agent.intero.com

مهین مطلق

مشاور املاک

با بیش از ۱۸ سال تجربه در امور

خرید و فروش املاک در بی اریا، ساکرامنتو و حومه

با همکاری تیم با تجربه، منزل شما را برای فروش با بالاترین

قیمت، با هزینه ای کمتر و در کوتاهترین مدت آماده خواهیم کرد!

هدف ما رضایت کامل شماست!

CALL ME FOR

FREE no obligation home evaluation

FREE list of active properties for sale

FREE Real Estate consultation & more

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



آموزشی مصمم شده اند آموزش پیشگیری از آزارهای جنسی کودکان را اجباری کنند. روزنامه شرق در مقاله‌ای به قلم شهرزاد همتی، از قول مدیر کل امور اجتماعی و فرهنگی استانداری تهران نوشته است که به زودی این قبیل آموزش‌ها در مهدکودک‌ها و پیش دبستانی‌ها، قانونی و اجباری خواهد شد. دکتر رضا کاظم زاده به

همسالان این افراد، مطلع باشند که آنها از چه شرایطی عبور کرده‌اند. لزومی به این کار نیست، فقط باید این کودکان در گروه جمعی همسالانشان مورد پذیرش قرار بگیرند. طرف بازی سایر کودکان باشند. مورد پذیرش قرار گرفتن در گروه همسالان می‌تواند کارکرد درمانی داشته باشد. در مورد خود ما هم که بزرگسالیم این مسئله صدق می‌کند. وقتی مابین دوستانیم یا دوره‌های شبانه مشارکت می‌کنیم، بازی می‌کنیم و کنشگری داریم، اولین اتفاقی که می‌افتد درمان تروماها و کمپلکس‌ها از طریق مشارکت و همدردی است.»

عدم تشخیص آستانه و محدودۀ اندام‌های جنسی

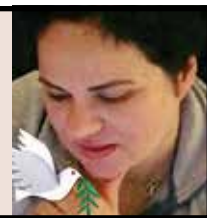
از او می‌خواهم در مورد تجربه مراجعین بگویم: «خوب باید بگویم من غالباً با دختر بچه‌هایی مابین مراجعینم برخورد کرده‌ام که چنین اتفاقی برایشان رخ داده و بعدها خانواده هایشان در جریان قرار گرفته‌اند. مراجعی دارم که استاد دانشگاه است ولی در کودکی مورد تجاوز قرار گرفته است که طبعاً گذر زمان مرزها و توانایی‌های درمانگری را محدود می‌کند در حالی که اگر در همان گذشته، درمانش شروع شده و برای التیامش تلاش می‌شد، مسلماً روند درمان به سرعت بیشتری انجام می‌شد.»

بهاره مهرجویی در مورد مشکلاتی می‌گوید که کودکان آسیب دیده از تجاوز درگیر آن می‌شوند: «این کودکان معمولاً بعد از تعرض، تشخیص آستانه و محدوده اندام‌های جنسی خودشان و همچنین قدرت تشخیص میزان مرز و محدوده نزدیک شدن به اندام‌های جنسی دیگران را ندارند. کسی که مورد تعرض قرار گرفته است ممکن است که خودش را به دوستش بمالد و اصلاً نداند که چنین کاری درست نیست. مفاهیمی در این میان تخریب شده است، مثلاً محدوده اعضای خصوصی خودمان و دیگران که این مفاهیم دوباره باید برای آنها بازآفرینی و بازتعریف شود.»

دنیاله مطلب در صفحه ۵۷

با کودک قربانی تجاوز چه کنیم؟

ماهرخ غلامحسین پور



دکتر کاظم زاده می‌گوید کودکان وقتی در موقعیت دشوار قرار می‌گیرند قادر نیستند از خودشان دفاع کنند. اصلاً نمی‌دانند باید چه کاری انجام بدهند و اقدام درست کدام است! کسی به آنها آموزش نداده که مثلاً اگر عضو خانواده یا دوستی که سابق بر این با تو خوب برخورد کرده، رفتار ناخوشایندی انجام داد باید چطور برخورد کنی! اولین گام و پیش از وقوع فاجعه، آموزش عکس‌العمل مناسب کودک در این شرایط است. او می‌گوید غالباً کودکان در این قبیل موارد منفعل و در سکوت با مسئله برخورد می‌کنند. صریح نیستند. در حالی که نتایج تحقیقات نشان داده که وقتی کودک را آموزش بدهی، کاهش دست‌درازی به او چشمگیر خواهد بود و کودک قادر است شیوه دفاعی را با جرات بیشتری اجرا کند.

اما پس از حادثه چه کنیم؟

این روان‌درمانگر مراجعه به مشاور و متخصص را لازم و ضروری می‌داند اما لزومی ندارد در نخستین جلسه حتماً کودک را با خودتان ببرید یا او را تحت فشار بگذارید: «این امکان وجود دارد که والد، خودش به مشاور مراجعه کرده و مسئله را طرح کند. قربانی در این شرایط خودش را گناه‌کار و مقصر می‌داند و تصور می‌کند که اگر برخورد بهتری کرده بود، احتمالاً این اتفاق برایش رخ نمی‌داد، به همین دلیل کنجکاوی آشکار و پرسشگری غیرمنطقی می‌تواند این تصور را که کار اشتباهی کرده دامن بزند. او باید مطلقاً احساس امنیت کند و این مهم است.»

آموزش کلید پیشگیری

در غالب کشورهای که از همان ابتدا توسط خانواده و جامعه، تلویزیون و سایر رسانه‌های جمعی، محدوده اندام‌های شخصی را به کودک آموزش می‌دهند، آمار تجاوز جنسی به شکل معناداری کاهش یافته است.

در ایران و پس از اتفاقی که برای دختر افغان به نام «ستایش» رخ داد، مسئولان

همیشه به عنوان مادری که در مسیر رشد و تربیت دو کودک گام برمی‌دارد، از خود می‌پرسد اگر به یک‌باره متوجه علائم هشداردهنده تجاوز در رفتار یکی از کودکانم شدم، بهترین واکنش ممکن چیست؟ بهتر است فکر نکنیم این همیشه دیگرانند که درگیر مشکل خواهند شد. گاهی دقیقاً وقتی که در خوابیم اتفاق می‌افتد. غالباً در قبال این پرسش و بدون اینکه در شرایط عینی، آن را تجربه کرده باشم، دست و پام شروع به لرزیدن می‌کنند و احساس و روش منطقی ذهنم را گم می‌کنم. من به عنوان روزنامه‌نگاری که سال‌های متوالی است در مورد کودکان آسیب دیده می‌نویسم و می‌خوانم، واقعا به درستی نمی‌دانم اگر با این فاجعه مواجه شدم، بهترین واکنشی چیست؟

دکتر رضا کاظم زاده، روانشناس و روان‌درمانگر ساکن بلژیک، توصیه می‌کند: «باید به عنوان پدر و مادر به هوش باشیم و علائم را دنبال کنیم. اگر شاهد ترس و وحشت کودک از آدم‌های پیرامون و حتی ترس از نزدیک شدن به آنها باشیم، حتی اگر الزاماً آنها تجاوزگر نباشند، می‌تواند علامت تجاوز باشد. باید تغییرات رفتاری کودکان را جدی گرفت و به عنوان زنگ خطر آنها را دنبال کرد.»

اما در عمل و به محض اینکه یک مادر متوجه تغییرات و علائمی شد که می‌تواند نشان دهنده تجاوز خانگی به کودک باشد، باید چه واکنشی داشته باشد؟ آیا باید کنجکاوی کنیم؟ کودک را برای فهم ماجرا تحت فشار بگذاریم؟ او را بازجویی و بازپرسی کنیم؟ دستپاچه و ویران شده به پلیس مراجعه کنیم؟ مسلماً پاسخ همه این سوالات منفی است.

نخستین کاری که لازم است انجام بدهیم ایجاد فضای امن برای کودک است. او باید مطمئن باشد که دیگر به هیچ وجه و در هیچ شرایطی در معرض خطر دوباره نخواهد بود و به طور کامل، پشتیبانی و حمایت خواهد شد.

اگر قصد مسافرت و گردش به سرزمین آریایی‌ها و یکی از زیباترین کشورهای خاورمیانه، ایران، را دارید، با من تماس بگیرید.

۰۹۱۲۲۲۰۳۵۴۱

سیروس مرادی

نیروی اشک

عزم وداع کرد جوانی به روستای
در تیره شامی از بر خورشید طلعتی
طبع هوا دُرُم بُد و چرخ از فراز ابر
همچون حباب در دل دریای ظلمتی
زن گفت با جوان که از این ابر فتنه زای
ترسم رسد به گلبن حُسن تو آفتی
در این شب سیه که فرو مرده شمع ماه
ای مه، چراغ کلبه من باش ساعتی
لیکن جوان ز جنبش طوفان نداشت باک
دریادلان ز موج ندارند دهشتی
برخواست تا برون بنهد پای زان سرای
کاو را دگر نبود مجال اقامتی
سرو روان چو عزم جوان استوار دید
افراخت قامتی که عیان شد قیامتی
بر چهر یار دوخت به حسرت دو چشم خویش
چون مفلس گرسنه به خون ضیافتی
با یک نگاه کرد بیان شرح اشتیاق
بی آنکه از زبان بکشد بار منّتی
چون گوهری که غلظد بر صفحه‌ای ز سیم
غلطان به سیمگون رخ وی اشک حسرتی
زان قطره سرشک فروماند پای مرد
یکسر ز دست رفت اگرش بود طاقتی
آتش فتاد در دلش از آب چشم دوست
گفتی میان آتش و آب است نسبتی
این طرفه بین که سیل خروشان در او نداشت
چندان اثر که قطره اشک محبتی

رهی معیری

دلا خوبان دل خونین پسندند
دلا خون شو که خوبان این پسندند
متاع کفر و دین بی مشتری نیست
گروهی آن گروهی این پسندند
بابا طاهر

باز

موج می داند ملال عاشق سرخورده را
زخم خنجر خورده حال زخم خنجر خورده را
در امان کی بوده ایم از عشق، وقتی بوی خون
باز، وحشی می کند باز کیوتر خورده را
مرگ از روز ازل با عاشقان هم کاسه است
تا بلرزاند تن هر شام آخر خورده را
خون دل ها خورده ام یک عمر و خواهم خورد باز
جام دیگر میدهندش جام دیگر خورده را
شعر شاید یک زن زیباست، من هم سایه اش
عاشق خود می کند هر کس به من برخورده را

مژگان عباسلو



آنچه در باران گذشت

آنچه از یاران شنیدم، آنچه در باران گذشت
آنچه در باران ده، آن روز بر یاران گذشت
های های مستها، پیچیده در بن بستها
طرح یک تابوت، در رویای بیماران گذشت
کوه ها را، در خیال پاک، تا مرز غروب
سیلی از آوای اندوه عزاداران گذشت
کاروان دختران شرمگین روستا
لاله در کف، در مهی از بهت بسیاریان گذشت
در ته تاریک کوچه، یک دریاچه بسته شد
انتظار بی سرانجام بدانگاران گذشت
جای پایی ماند و زخمی، سبزه‌زاران را، به تن
جمعه جانانه گلگشت عیاران گذشت
تا به گورستان رسد - دیدار اهل خاک را
ماهتاب پیر، لنگان، از علفزاران گذشت

منوچهر نیستانی

تا آفتابی دیگر

رهروان خسته را احساس خواهم داد
ماه های دیگری در آسمان کهنه خواهم کاشت
نورهای تازه ای در چشم های مات خواهم ریخت
لحظه ها را در دو دستم جای خواهم داد
سهره ها را از قفس پرواز خواهم داد
چشم ها را باز خواهم کرد
خواب ها را در حقیقت روح خواهم داد
دیده ها را از پس ظلمت به سوی ماه خواهم خواند
نغمه ها را در زبان چشم خواهم کاشت
گوش ها را باز خواهم کرد
آفتاب دیگری در آسمان لحظه خواهم کاشت
لحظه ها را در دو دستم جای خواهم داد
سوی خورشیدی دگر پرواز خواهم کرد

خسرو گلسرخی

شادی آغاز

ای خوشا شادی آغاز و خوشا صبحدم!
ای خوشا جاده و در جاده نهادن قدما!
ای خوشا رفتن و رفتن، تک و تنها رفتن
چوبدستی به کف و دل تهی از هرچه رفتن
ای خوشا راهکی از دره سوی قله کوه
که برو ابر فشاندن ست به نوروز، نما
از همه تا همه بارانک خردی که ازو
سنگ سیراب، ولی خاک زند دم زکما
ای خوشا رستن نوبرگ، بر آن بید کهن
که توان خورد به شادابی رویش قسما
سبز بادا و خوشا در سفری روحانی
رفتن از برگ شقایق سوی شاهسپرما
سفر از قطره باران به سوی دریا بار
همره موجک زبری که کنون گشته نما
چشم بد دور و شگفتا که برین سبزابز
از همه تا همه یک نقش و هزاران قلما
لحظه ولوله برگ سپیداران بین
که سپیدیش به سبزی شده نک متهما
رای روین تنی آورده مگر بازه کوه
که بزه کرده کمان، صبح دمان، روستما
شارح حکمت اشراق شد آن قطره به برگ
کز اشارات دهد شرح هزاران حکما
قطره آویخته از برگ و برو تابش صبح
راست چون فرصت من، بین وجود و عدما
راستی لحظه دیداری هرگز یابی ست
که به فرسنگ گریزد ز تو انبوه غما
نگهت شاد و دلت شاد و سخن هایت شاد
شادی این همه در فرصت یک صبحدم!
همچو خیام مشو غافل از ایام و بدان
لحظه ای را که در آن نیست غمی مغنما
تا نه بس دیر، درین حشمت و تمکین نزدیک
شاخ بادام که بر خاک فشاند درما
برگی از دفتر عیش است به تقویم حیات
ورق لاله که از باد شد آنک دژما

شفیعی کدکنی

کمال دار

در این زمانه بی های و هوی لال پرست
خوشا به حال کلاغان قیل و قال پرست
چگونه شرح دهم لحظه لحظه خود را
برای این همه ناباور خیال پرست
به شب نشینی خرچنگ های مردابی
چگونه رقص کند ماهی زلال پرست
رسیده ها چه غریب و نچیده می افتند
به پای هرزه علف های باغ کال پرست
رسیده ام به کمالی که جز انالحمق نیست
کمال دار برای من کمال پرست
هنوزم زنده ام و زنده بودم خاری ست
به تنگ چشمی نامردم زوال پرست

محمد علی بهمنی



هیولایی به نام ترس

دکتر گوهرنو - پژوهشگر



روابط اجتماعی وی، ترس جزء یکی از فاکتورهای اساسی محسوب می‌شود که درست سنجیدن نقش آن در روانشناسی و روانکاو و همچنین در جامعه‌شناسی بسیار حائز اهمیت است.

ترس واقعیتی است که در زندگی ما حضور خارجی دارد که با پیامدهای خود، می‌خواهد ما را متقاعد سازد که هرگز نمی‌توانیم به آرزوهایمان دست یابیم و از این رو ما را دائماً در حالت سکوت نگه می‌دارد.

آسیب قلبی

شاید یکی از بدترین آثار بدنی ناشی از ترس آسیبی باشد که به قلب و سیستم قلبی عروقی وارد می‌شود. ترس شدید در بلند مدت می‌تواند به مشکلات قلبی جدی منجر شود.

اضطراب و هراس

اضطراب اغلب مبتنی بر موقعیت است. به عنوان مثال، احساس ترس از ارائه سخنرانی در برابر همکلاسی‌ها می‌تواند به اضطراب و بروز علائمی مانند تعریق کف دست‌ها، ضربان قلب سریع، یا حالت تهوع یا حتی یک اختلال اضطراب منجر شود که می‌تواند در آینده و زمانی که فرد در موقعیتی قرار می‌گیرد که احساس ترس را در وی تقویت می‌کند، خود را در قالب حملات هراس نشان دهد

فوبیا یا هراس چیست؟

فوبی، برگرفته از واژه یونانی «فوبوس» نام خدای ترس در اساطیر یونانی است که با زدن نقاب به صورت و پوشیدن زره بر تن، برای ترساندن دشمنان در صحنه ظاهر می‌شده است.

فوبیا یا هراس، نوعی واکنش ترس شدید، بیمارگونه و غیرمنطقی است. اگر دچار فوبیا باشید، موقع روبرو شدن با منبع ترس خود، دچار احساس هراس شدیدی می‌شوید. این احساس ممکن است در ارتباط با برخی مکان‌ها، موقعیت‌ها، اشیا و جانوران به وجود بیاید. برخلاف اختلال اضطراب فراگیر، اختلال هراس یا فوبیا تنها در زمان تماس با منبع ترس، بروز پیدا می‌کند. **دنباله مطلب در صفحه ۳۹**

ما ترس نداریم، بلکه ترس هستیم. ترس احساس همراه فردیت و آزادی بشری است و پیوند تنگاتنگ با ایمان و دیالوگ بشری دارد. انسان با «یادگیری ترسیدن» به لمس امکانات و آزادی و فردیت خویش و نیز به پارادوکس ایمان و ضرورت ایمان دست می‌یابد. مکتب «پدیدارشناسی» اما نکته مهم دیگری را مطرح می‌کند.

لیوتار در کتاب «پدیدارشناسی» نشان می‌دهد که وقتی ما با ترس خویش روبرو می‌شویم، هم‌زمان به قول «مرلوپونتی» به ترس‌مان معنا و شکل و تفسیر می‌بخشیم، زیرا شناخت از ترس غیرمستقیم است. ما ترس را می‌سازیم و می‌توان در یکایک ترس‌های ما، نوعی سناریو دید که ما آن را ساخته‌ایم. مثل سناریو انسانی که مرتب حس می‌کند بیمار است و مرتب به ضربان قلبش فکر می‌کند و از این رو ضربان قلبش و ترسش مرتب بالا می‌رود. «لکان» با قبول این نگاه پدیدارشناسانه، هم‌زمان به خطای پدیدارشناسی اشاره می‌کند که ما هر تفسیری و هر معنایی به ترس و هراس‌مان نمی‌توانیم دهیم بلکه این تفسیر و معنا بایستی بر اساس آرزومندی نهفته در درون ترس و هراس‌مان باشد. به این دلیل نیز ترس همیشه در عین ترساندن، مانند آهن‌ریا جذاب و قدرتمند است. زیرا در خویش آرزومندی فردی و تمناهای او را در بر دارد. از این رو ما از تاریکی، از فیلم ترسناک و وحشت‌انگیز هم می‌ترسیم و هم لذت می‌بریم زیرا او برای ما یک «آشناغریه» است و آرزوهای پنهان ما را در بر دارد. از این رو وقتی به چیزی می‌نگریم که ما را می‌ترساند، در همان لحظه احساس می‌کنیم که او نیز و یا کسی از درون این خانه تاریک به ما می‌نگرد و نگاهش ما را مجذوب و یا فلج می‌کند. آلفرد هیچکاک استاد بیان این حالات مختلف ترس بود.

ترس یکی از پدیده‌هایی به شمار می‌رود که نقش بسیار تعیین کننده‌ای در تکامل انسان ابتدایی داشته است. همچنین در شکل‌گیری و توضیح شخصیت انسان و

علتی بترشد. یافته‌های تاکنون روانکاو به ما می‌آموزند که ترس‌های ناپهنجار زاده به خطر افتادن محرک‌های غریزی انسان می‌باشند و به عنوان ندایی هستند که از ضمیر ناخودآگاه انسان «او» یا «ضمیر» سر بر می‌آورند.

ترس، یعنی ترس‌های اخلاقی و یا وجدانی، منشایی کاملاً اجتماعی دارد. به اعتقاد فروید اینگونه ترس‌ها زاده تسلط سرکوبگرانه «فراخود» بر اجزاء دیگر ساختمان روانی انسان است. بدین معنی که ساختارهای اخلاقی و عرف و عادات اجتماعی، که در ساختمان روانی فرد خود را به عنوان «فراخود» یا «من برتر» متجلی می‌سازند، به عنوان نیرویی مسلط و سرکوبگر در غرایض فرد نمایان می‌شوند. «لکان» در واقع تئوری فروید را تکامل می‌بخشد و نشان می‌دهد که اساس ترس و نیز بیماری ترس را، نوعی رابطه خیالی با یک عشق مطلق، مانند رابطه کودک با مادر تشکیل می‌دهد. کودک و یا انسان در حال ترس و وحشت شدید، در واقع احساس درماندگی و تنهایی عمیق می‌کند و این حسرت و درماندگی و «دیده نشدن» او را فلج می‌کند و یا به وحشت عظیم می‌افکند. «کر که گارد» در کتاب معروفش «مفهوم ترس» نشان می‌دهد که ترس، در واقع یک احساس اساسی و آگریستانسیال بشری است و با فردیت و آزادی بشری پیوند تنگاتنگ دارد. او با مثالی جالب حالت ترس را نشان می‌دهد که (من مثال «بریدن از تخته پرش» و لمس ترس او را به شکل دیگری مطرح می‌کنم. فرض کنید که در کافه‌ای نشسته‌اید و چند میز آن‌طرف‌تر، مرد یا زنی زیبا را می‌بینید که می‌خواهید به سمتش روید و او را به گفت‌وگو دعوت کنید. در کجا بیشتر از هر موقع احساس ترس می‌کنید؟ در حین بلند شدن، در میان راه و یا در حین بیان خواست خویش؟ به قول «کر که گارد»، اوج حس لمس ترس در میان راه و در حالت خلاء است. زیرا در این خلاء و هیچی، امکانات مختلف نهفته است و لمس این امکانات مختلف و لمس آزادی بشری به شیوه لمس حس ترس صورت می‌گیرد. در میان راه، شما امنیت را از دست داده‌اید و حال ترس و نگاه دیگران بر خویش را احساس می‌کنید. از این رو یا از میان راه برمی‌گردید و یا ناتوان از حرف زدن می‌شوید و یا سرانجام خواست‌تان را بیان می‌کنید. از این رو به قول کر که گارد

انگیزه ترس

به راستی ترس چیست؟ شاید در تاریخ بشر هیچ واژه‌ای به اندازه «ترس» کاربرد نداشته باشد! «می‌ترسم این حادثه مرا آب کند!» از طرد شدن می‌ترسم. از حضور در جامعه می‌ترسم. می‌ترسم انتخاب کنم بدین لحاظ تنها مانده ام. می‌ترسم شغلم را از من بگیرند. می‌ترسم همسرم از من جدا گردد. می‌ترسم بیکار شوم. می‌ترسم نتوانم به سوالات امتحانی پاسخ دهم. و بالاخره ترس از بیماری، ترس از حمله حیوانات، ترس از تاریکی، ترس از بلندی و ترس از حکومت و...

موارد فوق احساسی است که گه گاه یکی از آنان به سراغ انسان می‌آید. بایستی اذعان نمود که زندگی بسیاری از انسان‌ها توأم با ترس است و این درحالی است که شاید اغلب آنها بر علت و حتی وجود ترس‌های خویش ناآگاهند و رفتار و اعمالی که مرتکب می‌شوند جزء شخصیت خویش می‌پندارند. در نگاه فروید، هر ترسی در واقع یک «آزیر خطر» است و به فرد نشان می‌دهد که در درونش احساسات و عواطف خطرناکی در حال سر باز زدن و نمایان شدن هستند که بهایش تنبیه توسط دیگران و اولیاء یا تنبیه درونی توسط اخلاق است. فروید روانشناس معروف اتریشی ترس‌ها را بر سه نوع تقسیم کرده است:

✓ ترس‌های منطقی

✓ ترس‌های ناپهنجار

✓ ترس‌های اخلاقی

ترس‌های منطقی عللی روشن و معین در محیط انسان دارند و شدت و ضعف این گونه ترس‌ها رابطه‌ای مستقیم با شی و یا عامل ترس زای محیط انسان دارد. فروید در این باره می‌نویسد: «خطر منطقی، عبارت از خطری است که ما بر آن واقف هستیم، ترس منطقی ترسی است که ناشی از این خطر واقعی باشد.» بنابراین ترس منطقی عبارت است از واکنش داشتن در برابر چیزی و این احساس همانقدر منطقی و منطبق بر واقعیات است که لازم و حیاتی نیز هست. همینطور ترس منطقی هشدار می‌دهد که باعث می‌شود که ما در محیط خطرناک بیشتر مراقب خود باشیم.

برخلاف ترس‌های منطقی، علل و منشاء ترس‌های ناپهنجار برای فرد ناروشن و ناآگاهند. هم از این روی است که انسان مبتلاء به ترس‌های ناپهنجار ابتدا باید درصدد برآید تا برای ترس‌های خود



باز شده بود و مثل بادبادک پشت سرم توی هوا تکان تکان می خورد. همینطور که به کلاغ نگاه می کردم کلاغ هم به من نگاه کرد! صدای زنگ مدرسه بلندتر از چند لحظه قبل شد. کلاغ دیگر به من نگاه نکرد و پرواز کرد. به روبرو که نگاه کردم حیاط خالی بود و فقط نقش لی لی که وسط حیاط کشیده بودند جلوی چشمانم بود.

با برداشتم صدای قارقار کلاغ دوباره بلند شد. دیگر سرم را بلند نکردم، ترسیدم اگر باز چشم در چشم کلاغ شوم، لی لی و فرزانه غیب شوند. انگار در گهواره ای از زمان معلق بودم و با هر رفت و برگشتی در زمان و مکان می رفتم و برمی گشتم. باز از مغزم گذشت اگر دیر به دخترم برسم چه کسی او را به خانه می برد.

فرزانه گفت: «چرا دولا موندی؟ الان پات میره رو خط میسوزی ها. بسوزی باید سنگت را بدی به من. خودت گفتی.» آنقدر خم شده بود که گیس هاش به زمین می رسید. نگاهش کردم و با شیطنت تمام همانطور که روی یک پا بودم گیش را کشیدم و گفتم: «گیس هاتو میدی به من؟» و همانطور که گیش در دستم بود

چنگ زدم و سنگ را از روی خانه هشت برداشتم و صاف شدم. فرزانه بیچاره هم با من صاف شد و گفت: «اصلا امروز از صبح خل شدی. ول کن گیسمو.» و گیش را کشید عقب.

با ذوق زیادی از روی خانه شماره شش پریدم و جفت پا خودم را کوبیدم روی خانه های چهار و پنج. آنقدر محکم پریدم که گوجه سبز از توی جیب ریوش بیرون پرید و مثل یک توپ سبز کوچولو وسط حیاط مدرسه قل خورد و رفت. فرزانه از جلو و من به دنبالش. **دنباله مطلب در صفحه ۴۵**

گوجه سبز

مینا یزدان پرست

چرا یقه سفید نداری؟» از زیر دستش به سلامتی در رفتم و با فرزانه به سمت گوشه حیاط دویدیم. گفتم: «من خوراکی هامو تو کلاس جا گذاشتم.» فرزانه گفت: «عیبی نداره زنگ بعدی می خوریم.» و لقمه نان و پنیری که دستش بود به من داد و با خنده خوردیم.

از ذهنم گذشت: «پس دخترم چی؟ حالا اگر زنگ آنها بخورد و من در حیاط مدرسه نباشم چه کار کند؟»

اما همان موقع فرزانه گفت: «چیزی شده؟ لقمه را دوست نداری؟ می خواهی بهت یک گوجه سبز بدم؟» ذوق زده گفتم: «مگه داری؟» گفت: «آره!» و یک گوجه سبز بزرگ و درشت از توی کیسه جادویی خوراکی هاش بیرون آورد.

از دیدن درشتی و براقی گوجه سبز و همینطور بیشتر از دیدن خود گوجه سبز ذوق زده شده بودم. خیلی گوجه سبز دوست نداشتم اما چنین گوجه سبزی به این درشتی دیدنی بود، آن هم آن موقع سال. گفتم: «واقعا! مال خودم؟» فرزانه به علامت تایید سری تکان داد و با لبخند دستش را به طرفم دراز کرد. گفتم: «من خیار آوردم. زنگ دیگه بهت میدم. انجیر خشکه هم دارم، مامانم برات داده.»

اما قبل از خوردن گوجه سبز زنگ خورد. وقتی به سمت کلاس می دویدم کلاغ بزرگ و آشنای هر روزی بالای درخت حیاط با صدای بلندی قارقار می کرد. سرم را بلند کردم و به کلاغ نگاه کردم. با دویدن مان بادی به صورتم می خورد که خنک می شدم. روبان صورتی بسته شده به پائین یکی از گیس های کوتاهم

داشتم وسط حیاط مدرسه آهسته آهسته راه می رفتم. هنوز زنگ نخورده بود، منتظر بودم تا زنگ آخر مدرسه بخورد و دخترکم بیرون بیاید. زودتر از موقع رسیده بودم. درخت بلند و صد ساله وسط حیاط جوری به من نگاه می کرد انگار من را از بچگی می شناخت. با اینکه من در این مدرسه درس نخوانده بودم اما نگاه کلاغ سیاه بزرگی هم که بالای درخت نشسته بود به نظرم آشنا می آمد.

به نظرم آمد از پشت سر کسی مرا صدا می کند. برگشتم و دیدم فرزانه، پائین پله ها با حالت بیقرار همیشگی با دو گیس بلند و طلائی اش که همیشه دو پایپون با روبان صورتی به آن آویزان بود و با همان ریوش طوسی و یقه سفیدش، با دلخوری به من خیره خیره نگاه می کند. تو دستش کیسه ای بود با خوراکی هایی که برای زنگ تفریح می آورد. همیشه لقمه نان و پنیری که می آورد خوشمزه تر از مال من بود!

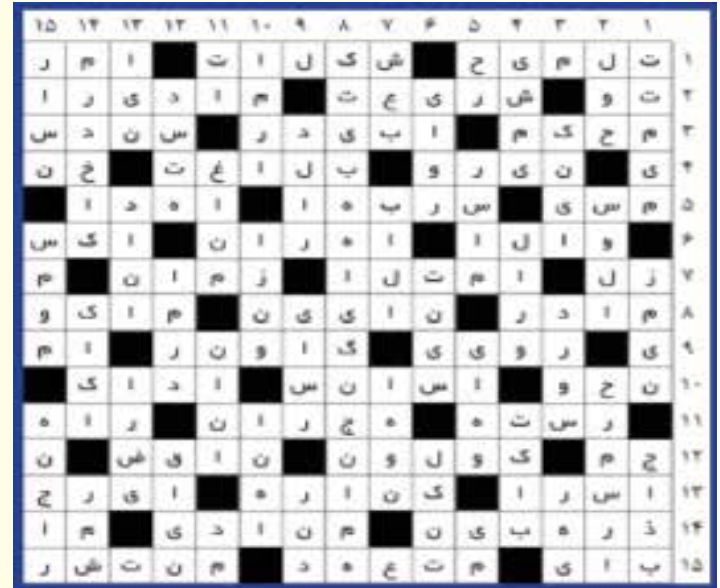
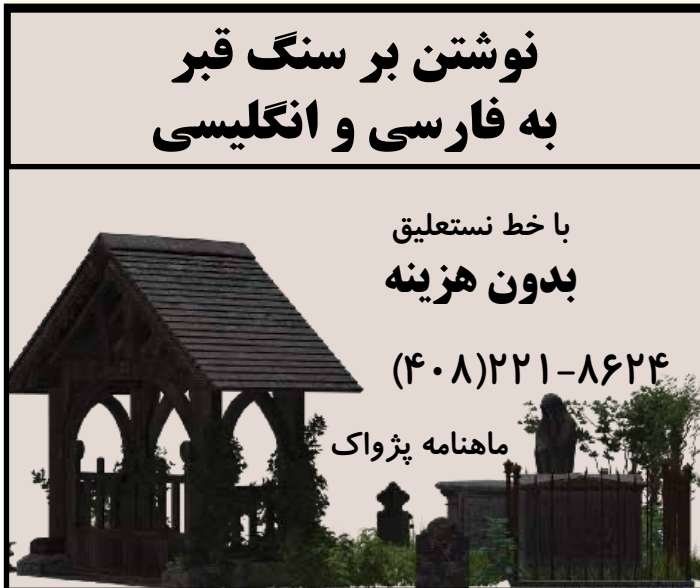
چه حکمتی داشت نمی دانم، شاید چون لقمه را صمیمانه به من می داد. سیل بچه ها از پشت سر فرزانه به حیاط ریختند. خانم ناظم با همان سرعت از چهار پله کوتاه ساختمان به حیاط وارد شد و رو به من گفت: «چرا زودتر از زنگ توی حیاط بودی؟ خانم معلمت می دونه؟» به سرعت گفتم: «آمده بودم گچ ببرم.» خانم ناظم گفت: «از توی حیاط؟ گچ که توی دفتر بود!» و همان موقع با صدای بلند سر یکی از بچه ها که داشت روی لبه باغچه کوچک مدرسه راه می رفت داد زد: «غلامی! بیا پائین از لب باغچه. محمدی! با لیوان آب بخور. چرا یقه سفیدت را نزدی؟ شاهدی!

نوشتن بر سنگ قبر به فارسی و انگلیسی

با خط نستعلیق
بدون هزینه

۸۶۲۴-۲۲۱(۰۸)

ماهنامه پژواک



قم و زانی که به اجبار تن به صیغه داده‌اند

بهنام قلی‌پور

مطالعات، درباره زنان دارای تجربه ازدواج موقت در ایران گزارش شده است.

علاوه بر این، در حوزه اجتماعی زنانی که اقدام به ازدواج موقت می‌کنند، ممکن است دچار مشکلاتی از جمله مشکلات قانونی و اجتماعی ناشی از به دنیا آمدن فرزندان احتمالی شوند. مشکلات عاطفی ناشی از ازدواج‌های متعدد و کوتاه‌مدت، نگرش منفی جامعه نسبت به زنانی که به صورت موقت ازدواج می‌کنند، خوردن برچسب صیغه‌ای و بروز مشکلات عدیده در روابط اجتماعی از دیگر مسائل گریبان‌گیر چنین زنانی در جامعه است.

فصلنامه علمی-پژوهشی «رفاه اجتماعی» در آخرین شماره خود که زمستان سال ۱۳۹۹ منتشر شده، به بررسی مجموعه عواملی پرداخته که زنان را مجبور به تن دادن به چنین ازدواجی در شهر قم کرده است. قم، شهری مذهبی و محل زندگی طلاب مجردی است که از دیر زمان در کنار شهر مذهبی مشهد به عنوان بهشت «صیغه» در ایران شناخته می‌شود. از آن‌دسته طلاب مجرد ساکن در این شهرها که امکان ازدواج دائم ندارند، به عنوان اصلی‌ترین مشتریان چنین بازاری نام برده می‌شود.

پدیده ازدواج موقت یا «صیغه» که ریشه در قوانین دین اسلام دارد، اگرچه در گذشته بیشتر در میان طلاب مجرد رایج بود، اما در ۴۰ سال اخیر در بخش‌های دیگری از جامعه ایران به صورت زیرپوستی گسترش یافته و برخی برای فرار از مجازات‌های اسلامی، از پوشش «صیغه» برای روابط جنسی خود بهره می‌برند.

این تحقیق کم‌یاب نیز در اقدامی کم‌سابقه سراغ گروهی از زنانی رفته که در شهر قم بارها تن به ازدواج موقت داده‌اند. زنان مشارکت‌کننده در این تحقیق بین یک تا چهار مرتبه ازدواج موقت را تجربه کرده و هفت نفر از آنها هم از این ازدواج صاحب فرزند شده‌اند. آن‌طور که در این تحقیق آمده تمام این زنان در «حریمی نامن» به چنین رابطه موقتی تن داده‌اند.

«حریم نامن» می‌گوید که زنان دارای تجربه ازدواج موقت قبل از تن دادن به چنین رابطه‌ای و پس از آن با آسیب‌ها و تجربه‌هایی روبه‌رو بوده‌اند که بیانگر تضعیف حریم زندگی آن‌هاست. این گروه از زنان در روابط خانوادگی خود با مجموعه‌ای از آسیب‌ها، محدودیت‌ها و همچنین رفتارهای طردکننده مواجه بوده و در نتیجه احساس امنیت لازم را در محیط زندگی خانوادگی خود، تجربه نکرده‌اند.

به تازگی یک پژوهش رسمی درباره ازدواج موقت در شهر مذهبی قم منتشر شده است که نتایج تکان‌دهنده‌ای دارد. در این تحقیق با گروهی از زنانی که چند بار تن به ازدواج موقت داده‌اند، گفت‌وگو شده است. برخی از زنان مورد مصاحبه از ازدواج موقت صاحب فرزند شده‌اند. خلاصه‌ای از این پژوهش را در زیر می‌خوانید.

پدیده ازدواج موقت در جامعه ایران علی‌رغم داشتن «مشروعیت مذهبی» با چالش‌ها، مخالفت‌ها و دردسرهای زیادی همراه است. ازدواج موقت که به نام‌های «نکاح موقت»، «متعّه» یا به تعبیر عامه به «صیغه» معروف است، در تعاریف دینی عبارت از آن است که مردی با زنی که ازدواج با وی مانع شرعی نداشته باشد، به مدت معین و مهریه معین ازدواج کند و به محض تمام شدن مدت معین، زن و مرد از یکدیگر جدا می‌شوند، بدون آنکه احتیاج به طلاق داشته باشند.

ازدواج موقت به‌رغم «تردیدناپذیری» آن از نگاه فقه شیعه، در چند دهه اخیر یکی از مسائل چالش‌برانگیز اجتماعی-فرهنگی جامعه ایران بوده است. عده‌ای از کارشناسان، رواج ازدواج موقت را باعث شیوع فساد بیشتر در سطح جامعه می‌دانند و برخی دیگر بر این باورند که ترویج و تشویق به ازدواج موقت، تنها راه جلوگیری از فساد روزافزون جامعه کنونی و جلوگیری از شیوع بیماری‌هایی مانند ایدز است. شالوده‌اندیشه موافقان ازدواج موقت آن است که نیاز جنسی واقعی غیرقابل انکار است و در شرایطی که ازدواج دائم در دوران حاضر با مشکلاتی روبه‌رو است، ازدواج موقت بهترین گزینه است. با وجود شواهدی غیررسمی مبنی بر افزایش چراغ خاموش گرایش ازدواج موقت در جامعه ایران، آمار و اطلاعات دقیقی درباره این نوع رابطه خاص میان زن و مرد در دسترس نیست.

نهان و تابو بودن این سبک از ازدواج در جامعه ایران از مهم‌ترین عوامل در دسترس نبودن آمار در این حوزه است. این پنهان‌کاری در کنار اصل انجام چنین ازدواجی، تأثیرات منفی فراوانی بر سلامت جسمی، روانی و اجتماعی زنان می‌گذارد که تاکنون تحقیق و پژوهش اندکی در این‌باره انجام و منتشر شده است. احتمال بالای انتقال ویروس ایدز و بروز بیماری‌های مقاربتی، احتمال بالای بارداری منجر به سقط، خشونت جنسی و پدیده مادران تنها از جمله مشکلاتی است که براساس برخی



پدر عزیزم کجایی که دلتنگم برایت!

یادم می‌آید به روزهای کودکی و وقتی صدای آمدن پای پدرم را می‌شنیدم با هیجان به طرف شان می‌دویدم و پدرم من را در بغل شان می‌فشردند و با عشق پدران شان من را می‌بوسیدند...

یادم می‌آید در روزهای برفی تهران، با ماشین دم مدرسه منتظرم بودند تا نکنند من در سرما برایشان انتظار بکشم...

یادم می‌آید به روزهایی که پدرم به من که دختری نوجوان شده بودم درس مهربانی، از خودگذشتگی و محبت را یاد می‌دادند...

یادم می‌آید به روزهای مهاجرت و دل‌کندن از میهن و خاک اجدادی مان و دیدن ترس و آینده‌ای مبهم در چشم‌های غمگین پدرم...

یادم می‌آید به روزهایی که پدرم دیگر شوق زندگی در چشمان شان نبود و متأسفانه از دست من نیز هیچ کاری بر نمی‌آمد...

یادم می‌آید در خلوت اطراف شب‌های زیادی را با گریه به خواب می‌رفتم و داشتن پدرم را وقتی کودکی بیش نبودم را آرزومند بودم...

یادم می‌آید وقتی پدرم در بیمارستان بستری بودند فقط به من اجازه می‌دادند تا صورت شان را اسلح کنم...

یادم می‌آید آخرین شبی که موهایی شان را نوازش می‌کردم برایم صبر کردند تا من آخرین خداحافظی ام را از شان بکنم...

یادم می‌آید دست پر مهر و پر نوازش شان را، یادم می‌آید نگاه‌های نگران شان را، یادم می‌آید صدای زیبا و مردانه شان را، یادم می‌آید که قلب شان خیلی رعوف و مهربان بود، یادم می‌آید که همه آوازه‌ها از پدرم بود و پدرم شاه قلب، روح و زندگی من بودند...

هر چه بیشتر یادم می‌آید بیشتر برایشان دلتنگ می‌شوم... پدر بزرگوام روز پدر را به شما تبریک می‌گویم و این روز زیبا را با یاد و خاطرات زیبای شما جشن می‌گیرم و همیشه سپاسگزارم از آنچه به من آموختید...

روز پدر را به تمام پدران عزیز تبریک می‌گویم! گلی قرشی

ایمان، تقدیر و خود!

بگذارید خودتان تقدیرتان را درست کنید و بنویسید! بگذارید چشم‌های تان همه زیبایی‌های کوچکی که در زندگی تان هست را ببینند و لذت ببرند!

بگذارید بوی گل‌ها، بوی خوبی و زیبایی را در دل تان زنده کنند! بگذارید صدای پرندگان برای تان صدای ملکوتی و خدایی را که دنبالش هستید در گوشتان شنوا کنند!

بگذارید دست‌های تان، دست‌های فقط کمک‌کننده باشند و هیچ انتظاری نیز در مقابل از دیگران نداشته باشند!

بگذارید قدم‌های تان شما را به جاه‌های نرفته ببرند! بگذارید خودتان را همانطور که هستید ببینید و خودتان را دوست داشته باشید!

بگذارید باد لایلای موهایتان بوزد و شما را در بغل بگیرد تا به این طریق خدا را نیز حس کنید!

بگذارید دل تان و عشق به خودتان، ایمان تان بشود! بگذارید ایمان تان را در گل‌ها، پرندگان و آسمان لاجوردی پیدا کنید!

بگذارید خودتان مرحم دل تان باشید! بگذارید خودتان خدای خود باشید و امتیاز بهترین زندگی کردن را به خود دهید!

بگذارید خودتان تقدیر خودتان را درست کنید و بنویسید! گلی قرشی



ندارند، در زمینه های اجتماعی و تحصیلی به مراتب کمتر از کودکانی بوده که پس از طلاق از نظر عاطفی از جانب پدر حمایت شده اند.

برای مثال، بچه هایی که پدرشان را نمی بینند در مدرسه پیشرفت چندانی ندارند. نمره های آنها غالباً کم است. در آزمون های پیشرفت سنجی مدرسه امتیاز اندکی کسب می کنند و اغلب از مدرسه غیبت دارند. ضمناً امتیاز پسرها در آزمون های هوش هم کم است. در خانه هایی که توجه پدر کم یا هیچ است پسر بچه ها در درس های شفاهی نمرات بیشتری آورده، در ریاضی امتیاز کمتری کسب می کنند. در مورد دخترها وضع به همین شکل و حتی بیشتر قوت دارد. مثلاً در آزمون های اندازه گیری استعداد که در دبیرستان ها متداول است. روی هم رفته بین ۲۰۰ تا ۸۰۰ امتیاز برای درس های شفاهی و ریاضیات داده می شود. پسری که پدرش در صحنه زندگی او حضور فعال ندارد در درس های ریاضی امتیاز کمتری در مقایسه با درس های شفاهی (۴۰۰ امتیاز در ریاضی، ۴۷۵ امتیاز در شفاهی) می آورد. اما پسری که از نظر عاطفی از طرف پدر حمایت می گردد، در ریاضی ۴۸۰ و در شفاهی ۴۷۵ امتیاز می آورد. کمبود امتیاز در درس های ریاضی نشانه عدم کارایی کافی در زمینه هایی است که به اندیشیدن نیاز دارد. عدم حضور پدر موجب کاهش قدرت ادراکی هم در دختر و هم در پسر، و بیشتر در پسرها می شود، به ویژه در مواقعی که پدر قبل از پنج سالگی فرزند، خانه را ترک کرده باشد.

نبودن پدر نه تنها مسائل شخصیتی و اجتماعی برای بچه پدیده می آورد، بلکه سطح هوش و ادراک او را هم پایین آورده، در امر تحصیل دچار مشکلاتی می شود. پسرهایی که از نظر عاطفی از جانب پدر حمایت نمی شوند، در مقایسه با آنهایی که کمبودی در این زمینه ندارند، افرادی متکی بار آمده، در بزرگی برایشان مشکل است که به عنوان یک مرد عرض اندام کنند.

دنیاله مطلب در صفحه ۵۲

بچه های طلاق

دکتر ادوارد تایبر، روانشناس - ترجمه توراندخت تمدن (بخش دهم)

دیگری می توانند انجام دهند.

شمار در خور توجهی از پدرها حساسیت زیادی به کودکان و نیازهای آنها نشان می دهند. این عده اعتقاد دارند که در نگاهداری و مراقبت از کودک سهم مساوی با مادر داشته اند و لذا مسئول هستند پس از طلاق به عنوان مربی نقش فعالی در زندگی کودک ایفا نمایند. حتی این گونه پدرها اگر به طور جداگانه و مستقل بخواهند کار مراقبت از کودک را به عهده بگیرند احساس عدم کفایت و ناامنی می کنند. پدر بسیار کاردانی می گفت: «وقتی ازدواج کردیم به راحتی پوشک کودک را عوض کرده، حمامش می کردم، به او غذا می دادم و بالاخره هر برنامه ای داشت انجام می دادم و خیلی هم از این کار لذت می بردم. همسرم تمام وقت کار می کرد و مربی اصلی در حقیقت من بودم. اکنون که او نیست، پیوسته ترس دارم از اینکه خطایی مرتکب شوم. می دانم این باور احمقانه است اما کارهایی که قبلاً به راحتی انجام می دادم، حالا با نگرانی و ترس از اینکه مبادا اشتباهی کنم، به پایان می رسانم.»

علاوه بر تعارض هایی که در مورد نقش پدر به عنوان مربی وجود دارد، چون مردها در امر پرورش کودک نقش فعالی ندارند، لذت در اموری که مربوط به مراقبت از کودک هم می شود دخالتی اعمال نمی کنند. مثلاً نوازش بچه، در آغوش گرفتن وی، چشم در چشم او حرف زدن، تهیه غذا، خوابانیدن، گفتن داستان، پاسخ دادن به «چراهای» مکرر و تمام نشدن او، طبق آداب و سنن قدیمی، در خور و شایسته جنس مذکر نیست و همین نگرش دخالت پدر را چه در خانواده های هسته ای و چه در امر سرپرستی پس از طلاق، محدود می کند.

وجود همه این عوامل سبب شده پدرها احساس کنند سهم قابل ملاحظه ای در پرورش و تربیت کودک ندارند. تایید این مسئله از طرف مادرها بر این طرز تلقی صحه می گذارد. بررسی ملی در سال ۱۹۷۶ معلوم ساخت ۷۰ درصد از مادرهایی که با آنها مصاحبه شده بود تمایلی به دخالت پدر در امر مراقبت از کودک نداشتند. گرچه این نگرش تاحدودی تغییر پیدا کرده، با وجود این، هنوز همه بر این عقیده اند که کار پرورش کودک به عهده جنس مونث است. همه مادر را در قلمرو نگهداری از

علت عدم دخالت پدرها چیست؟

نقش سنتی مرد در زندگی زنشویی سبب شده پدرها به گونه ای محدود در زندگی کودک فعالیت داشته باشند. اکثر مردم بر این پندارند که پاسخگویی به نیازهای عاطفی کودک جزو وظایف مادر است نه پدر. در فرهنگ ما (آمریکا) به هنگام بزرگ کردن فرزند پسر، کسی او را تشویق و متعهد به مراقبت از بچه های خانه نمی کند. به خاطر دارم روزی پسر چهارساله ای در همسایگی ما عروسک خود را در کالسکه ای گذاشته، به عنوان پدر او را به گردش می برد. به او نزدیک شدم و حال «بچه» اش را جویا شدم. در جواب گفت «خوب» است و فوراً اضافه کرد آیا به عنوان پسر صحیح است او عروسک بازی کند. دوستان و معلم مدرسه به او گفته بودند که عروسک بازی «کار» دخترهاست نه پسرها. به همین دلیل عقیده مرا نیز می خواست بدانند.

الگوهایی که در کودکی در نقش پسر یا دختر بودن به ما القا می شود، سازنده رفتار ما، در بزرگی است. به بسیاری از زنان و مردان از کودکی آموخته شده که پدرها نقشی در مراقبت از کودک ندارند. قریب به اکثریت مردها تصور می کنند پرورش کودک از وظایف مسلم مادر می باشد و کمک اصلی پدر محدود به حمایت مالی و به انضباط در آوردن کودک است. به همین سبب، در بیشتر خانواده ها کار نگهداری از کودک به عهده مادر می باشد. در نتیجه اگر مسئله طلاق پیش بیاید مردها برنامه روشن و مشخص و منظمی برای مواظبت از کودک ندارند.

هرگاه با پدرهایی که از همسر خود جدا شده اند روبرو می شوم، می پرسم: «برنامه ای ترتیب داده اید که به طور مرتب با فرزندان خود در تماس باشید؟» پدرها اغلب پاسخ می دهند: «حقیقتش را بخواهید برنامه معینی برای گذراندن با بچه ها ندارم. کار پرورش و نگهداری کودکان در طول سال هایی که با هم زندگی می کردیم همیشه با همسرم بود، و تصور می کردم پس از طلاق هم وضع به همین نحو ادامه پیدا خواهد کرد.»

با قبول و تعریف عامه از مادر، به عنوان مربی «حقیقی» در طول دوران زنشویی، بیشتر پدرها حاضر نیستند پس از طلاق نقش مربی فعال را ایفا نمایند. بسیاری از آنها به تدریج از صحنه زندگی کودک محو می شوند، چون نمی دانند چه کار

خفاش یا شب‌کور



در هنگامی که هوا آنقدر گرم است که حشرات در آن فعال اند، آنها هم بیدارند و تغذیه می‌کنند. دسته‌ای از آنها سوراخ می‌کنند یا به غار می‌روند تا در آنجا شش ماه از سال را به خواب زمستانی بروند. شب‌کورها در هنگام باران کمتر پرواز می‌کنند چون باران در فرایند پژواک‌یابی آنها اختلال ایجاد می‌کند و آنها نمی‌توانند خوراک خود را پیدا کنند.

زندگی اجتماعی شب‌کورها متفاوت است. برخی از آنها به تنهایی زندگی می‌کنند اما گروهی دیگر همراه با میلیون‌ها شب‌کور دیگر در غارها زندگی می‌کنند. در برخی گونه‌های شب‌کورها دیده شده که آنها زندگی اجتماعی شکافت-همجوشی دارند، به این معنی که در دوره‌هایی از سال شمار جامعه آنها کم می‌شود و به گروه‌های کوچک تقسیم می‌شوند و به میان درخت‌های تازه می‌روند و گاهی شمار آنها افزایش می‌یابد و از جاهای دیگر به آنها افزوده می‌شود.

پژوهش‌ها نشان داده که خفاش‌ها برای برقراری ارتباط با هم هرگونه صدایی را در می‌آورند. دانشمندان با گوش کردن به صدای خفاش‌ها مفهوم برخی از صداهای آنها را رمزگشایی کرده‌اند و دریافته‌اند که چه رفتاری در برابر چه صدایی انجام می‌شود.

بیشتر خفاش‌ها فصل ویژه‌ای برای جفت‌گیری دارند، این فصل برای بیشتر گونه‌های خفاش، بهار است. آنها از هر بار جفت‌گیری می‌توانند یک تا سه نوزاد به دنیا آورند، شمار بچه‌ها به گونه خفاش و شرایط محیطی مانند میزان دسترسی به غذا و محل ببتوته آنها بستگی دارد. خفاش ماده تا نزدیک به هنگامه بزرگسالی فرزندان از آنها پرستاری می‌کند چون خفاش‌های جوان تا هنگامی که بال‌هایشان به‌طور کامل رشد نکرده باشد نمی‌توانند به تنهایی برای خود به شکار بروند.

تلاش‌های بسیاری صورت گرفته تا رفتار شب‌کورها بیشتر درک شود و مردم آنها را بیشتر بشناسند. این جانور نقش مهمی در کنترل شمار حشرات و کاهش آلودگی دارد. همچنین در کشورهای مانند بریتانیا برای اهمیت بیشتر به این جانور اگر کسی آنها را آزار دهد فرد را جریمه می‌کنند.

همچنین پوست نازک کشیده شده بر روی آن (بال‌های خفاش) از کش سانی بالایی برخوردار است و هنگام بازشدن بال بیش از هر پستاندار دیگری کش می‌آید.

بال‌های شب‌کور نسبت به بال پرندگان بسیار نازک‌تر است به همین دلیل آنها در پرواز، چابک‌تر و دقیق‌تر از پرندگان اند. همچنین بال‌های نازک آنها بسیار ظریف است و به آسانی پاره می‌شود. البته پارگی در بافت بال شب‌کور دوباره بازسازی می‌شود به ویژه خراش‌های کوچک که بسیار زود درمان می‌شوند. سطح بال خفاش از فرورفتگی‌هایی پوشیده است. درون این فرو رفتگی‌های بسیار کوچک، گیرنده‌های بسیار حساسی به نام سلول مرکل جای دارد. این سلول‌ها در سطح انگشت انسان هم دیده می‌شوند. همچنین در مرکز هر فرو رفتگی، یک موی نازک هم دیده می‌شود. این مو میزان حساسیت پوست خفاش را بسیار بالا می‌برد به گونه‌ای که وقتی خفاش در حال پرواز است می‌تواند آگاهی خوبی از هوایی که از روی بال‌هایش رد می‌شود بدست آورد و با کارایی بهتر، هنگام نیاز، شکل بال‌هایش را تغییر دهد. علاوه بر آنچه گفته شد سلول‌های گیرنده دیگری بر روی بال خفاش‌هایی که از حرکت بال شان برای گرفتن شکار استفاده می‌کنند وجود دارد. این سلول‌ها به کشیدگی پوست بال حساس اند و در ناحیه‌ای از بال که هنگام شکار، با حشره برخورد می‌کند، متمرکزند.

دندان‌های شب‌کور بسیار تیز است. آنها می‌توانند اندام‌های بسیار سخت حشرات را گاز بگیرند یا پوست میوه را سوراخ کنند. ویژگی دیگر این جانور در رگ‌های آن است. دریچه سیاهرگ در پستانداران یک طرفه است، به این معنی که خون تنها در یک سو می‌تواند در آن جریان یابد و نمی‌تواند برگشت داشته باشد. شب‌کورها علاوه بر داشتن دریچه در سیاهرگ در سرخ رگشان هم چنین دریچه‌هایی دارند. خفاش لب-لوله‌ای شهدخوار در میان همه پستانداران نسبت به بزرگی اندامش، درازترین زبان را دارد.

بیشتر کوچک‌خفاش‌ها شب‌زویو در هنگام شفق چابک‌اند. بیشتر آنها برای پیدا کردن جای مناسب برای خواب زمستانی صدها کیلومتر پرواز می‌کنند. برخی از آنها به خواب کاذب می‌روند و

روی درختان، ببتوته می‌کنند. خفاش‌هایی که در شب پرواز می‌کنند، مسیر و جای دقیق طعمه خود را بوسیله فرستادن امواج صوتی و دریافت بازتاب آن، پیدا می‌کنند. با این روش خفاش‌ها می‌توانند اجسام متحرک مانند حشرات و بی حرکت مانند درخت را شناسایی کنند.

پژواک‌یابی خفاش‌ها در عمل یک سامانه ادراکی است که در آن موج‌های فراصوتی برای به دست آوردن پژواک، تولید می‌شوند. مغز و دستگاه عصبی خفاش با مقایسه موج‌های فرستاده شده و موج‌های بازتاب شده، می‌تواند تصویری از فضای پیرامون و جزئیاتش برای خود بسازد. این توانایی به شب‌کورها اجازه می‌دهد تا در تاریکی مطلق شکارشان را شناسایی کنند. شدت موج تولیدی توسط شب‌کور ۱۳۰ دسی‌بل است که در میان جانوران هواپرد از همه بیشتر است.

شب‌کورها برای پیدا کردن شکارشان، علاوه بر روش پژواک‌یابی از توان گوش‌های خود هم بهره می‌برند. گوش این پستاندار بسیار حساس است تا آنجا که می‌تواند صدای به هم خوردن بال‌های شب‌پره یا راه رفتن شکارهایی که در زمین زندگی می‌کنند مانند گوش‌خیزک و صدایان را هم بشنود. هندسه پیچیده سطح درونی گوش شب‌کور در لبه‌ها به آن کمک می‌کند تا خیلی دقیق بتواند هم بر روی علامت‌های دریافتی از پژواک‌یابی تمرکز کند و هم به صداهای پیرامونش به خوبی گوش کند تا اگر شکار حرکتی کرد متوجه شود. هندسه لبه‌های گوش شب‌کور گویی نمونه‌ای از عدسی فرنل است که به جای نور کاربرد صوتی دارد. این هندسه در بدن گونه‌های دیگر جانوران که ارتباطی با شب‌کور ندارند مانند آی-آی هم دیده می‌شود.

چشم بیشتر کوچک‌خفاش‌ها بسیار کوچک و اندامی نه چندان پیشرفته است و آنها بینایی ضعیفی دارند، با این حال هیچکدام از آنها کور نیستند. خفاش از بینایی اش در راه یابی کمک می‌گیرد به ویژه در مسیرهای طولانی که فراتر از بازه پژواک‌یابی است. حتی دیده شده که برخی گونه‌ها می‌توانند پرتوهای فرابنفش را هم تشخیص دهند. خفاش‌ها حس بویایی و شنوایی بسیار پیشرفته‌ای دارند. چون این جانور شب‌ها به شکار می‌رود ناچار نیست که با پرندگان رقابت کند. آنها گاهی تا ۸۰۰ کیلومتر در جستجوی غذا پرواز می‌کنند. استخوان انگشت خفاش نسبت به دیگر پستانداران بسیار انعطاف‌پذیر است.

خفاش یا شب‌کور یا شب‌پرک پستانداری از راسته خفاش‌سانان است. دستان این پستاندار به صورت شبکه‌ای به هم وصل است و به صورت یک بال در آمده است و به آنها این امکان را می‌دهد تا تنها پستانداری باشند که واقعا پرواز می‌کند. بال‌های خفاش با بال‌های پرندگان متفاوت است و به گونه دیگری شکل گرفته است، اما در عوض پوست بال‌های خفاش جنسی شبیه چرم دارد و دارای خاصیت ارتجاعی است که باعث می‌شود بال‌هایش در طول استخوان‌هایی که دست‌ها و انگشتان خفاش را حرکت می‌دهند کشیده شود.

خفاش‌ها با داشتن ۱۲۴۰ گونه روی هم رفته حدود بیست درصد از گونه‌های پستانداران را از آن خود کرده‌اند. دو دسته اصلی برای خفاش‌ها وجود دارد. دسته نخست بزرگ‌خفاش‌ها یا خفاش‌های میوه‌خوارند که در راهیابی نسبت به دیگر جانداران چندان ویژه نیستند. گاهی به این جاندار روباه پرنده نیز می‌گویند. دسته دوم مربوط به کوچک‌خفاش‌ها است. این جانور برای پیدا کردن راه از روش پژواک‌یابی بهره می‌برد. نزدیک به ۷۰ درصد خفاش‌ها حشره‌خوارند. باقی‌مانده آنها معمولا میوه‌خوارند. تنها گروه‌های اندکی از خفاش‌ها مانند خفاش ماهی‌خوار از جانورانی به جز حشرات تغذیه می‌کنند. سه گونه از شب‌کورها تنها از خون تغذیه می‌کنند. در این حالت به خوراک آنها خون‌خواری گفته می‌شود. این سه گونه عبارتند از: خفاش خون‌آشام معمولی، خون‌آشام بال‌سفید و خون‌آشام پاپوشی (پامویی). خون‌آشام معمولی بیشتر خون پستانداران را می‌مکد، درحالی که خون‌آشام پاپوشی و بال‌سفید خون پرندگان را می‌مکند. همچنین خفاش خون‌آشام تنها انگل پستاندار است.

خفاش‌ها در سراسر جهان پراکنده‌اند و نقش زیستی مهمی در پاکسازی گل‌ها از حشرات و پراکنده کردن دانه میوه‌ها در زمین دارند. بسیاری از گیاهان گرمسیری برای پراکنده کردن دانه‌هایشان کاملا به خفاش‌ها وابسته‌اند. خفاش‌های حشره‌خوار، شب‌ها غذای خود را شکار می‌کنند. اما خفاش‌های میوه‌خوار سحرگاه و نزدیک غروب به جستجوی غذا می‌روند. آنها برای پیدا کردن میوه و شیره درختان مورد علاقه‌شان از حس بینایی و بویایی خود بهره می‌برند. خفاش جانوری اجتماعی است. آنها در دسته‌های بزرگ در غارها یا

گلدان چینی

جلال آل احمد

مردی بود چهل و چند ساله، پالتو آبرومندی داشت و کلاهش نو و تمیز بود. همان دستش که به گلدان چینی بند بود، با یک دستکش چرمی نو پوشیده شده بود. در صندلی عقب ماشین، چهار نفر دیگر عبارت بودند از دوتا زن چادر نمازی که با هم هرهر و کرکر می کردند و دوتای دیگر، یکی مردی بود پیر و در هم تا شده و متفکر و دیگری عاقل مردی بی قید و ولنگ و واز. نه یخه داشت و نه کراوات. آستین های پیراهنش که دکمه های آن کنده شده بود از سر آستین بارانی شق و رقص بیرون مانده بود. موهایش از زیر کلاه قراضه اش بیرون ریخته بود. ته ریش جو گندمی او، کک مک صورتش را تا زیر چشم می پوشاند. از وقتی که مردک نو نوار، گلدان به دست پهلویش نشست، تمام هوش و حواس او را جلب کرد و چشمش جز به دنبال آن گلدان نبود. صاحب گلدان آرام نشسته بود. گلدان را روی زانوی خود گذاشته، پایه آن را به دست گرفته بود. با دست دیگرش که دستکش نداشت با چند سکه پول سیاه بازی می کرد. این دیگری که دایم توی نخ گلدان بود، ناراحت می نمود. سر خود را بالا می برد، پایین می آورد، کج می شد، و می خواست به هر طریق شده، این گلدان زیبا و ظریف را بیشتر و بهتر تماشا کند. انگار در تمام عمرش این اولین بار بود که با زیبایی رو به رو می شد و یا نه، انگار اولین بار بود که زیبایی را درک می کرد!

چینی ظریفی بود. روی دو دسته باریک آن به قدری عالی نقاشی شده بود که دسته ها در زمینه نقاشی شده شکم گلدان محو می شدند و مجسم بودن آنها به سادگی دریافت نمی شد. چنان نازک و ظریف بود که نوری را که از شیشه اتوبوس داخل می شد و به آن می تابید، از جدار خود عبور

می داد و سایه لرزان و متحرک نقوش خود را به روی دستکش چرمی دست صاحبش می انداخت.

مردک بارانی پوش، تمام جزئیات آن ظرف گلدان را که به سوی خود او بود تماشا کرد ولی هنوز راضی نبود. در هر پیچ که اتوبوس دور می زد و همه مسافرها را روی هم، به طرف دیگر می ریخت، او اگر می توانست از موقع استفاده می کرد و کمی بیشتر به روی صاحب گلدان خم می شد تا شاید بتواند چیزی از پشت گلدان را هم ببیند.

خیلی کوشید ولی هنوز راضی نشده بود. عاقبت پس از این که دو سه بار خود را حاضر کرد و سینه صاف کرد، در حالی که صاحب گلدان به ناراحتی اش پی برده بود، گفت:

«آقا ببخشید! ممکنه بنده گلدون شما رو ببینم؟»

«البته! بفرمایید. با کمال منت. قابلی نداره جانم!»

و گلدان را دو دستی و با کمی احتیاط به مردک ولنگ و واز داد و افزود:

«ولی خواهش می کنم ... ولی آن دیگری مهلتش نداد. کلامش را بریده و گفت:

«چشم! مطمئن باشید. با کمال احتیاط. و شروع کرد به برانداز کردن گلدان. از جلو و عقب، از زیر و بالا، حتی توی آن را هم به دقت تماشا کرد. در همه این مدت چشم صاحب گلدان به دنبال دست او بود. گرچه سعی می کرد خود را بی اعتنا نشان بدهد، ولی در حالی که سر خود را به طرف جلو دوخته بود و می کوشید «ون یکاد»ی را که روی یک قطعه برنج کنده شده، و مقابل شوfer بالای اتوبوس کوبیده شده بود، بخواند، از زیر چشم، گلدان و حرکات دست آن مرد را می پایید. اما این

دیگری، همه جای گلدان را برانداز کرد. آن را جلوی شیشه گرفت. دست خود را روی آن گذاشت و روشنایی صورتی رنگی را که دور و بر انگشت هایش، از چینی رد می شد و سایه دست خود را، که داخل گلدان را کمی تاریک تر می کرد، بررسی کرد. با جلو و عقب بردن گلدان به طرف شیشه اتوبوس این سایه و روشن رنگین و دقیق را کم و زیاد کرد و...

... و سر یک پیچ دیگر که اتوبوس پیچید، و مردم که بی هوا بودند ناگهان روی هم ریختند، او نیز کج شد. خیلی کج شد، و چون دستگیره و تکیه گاهی نداشت تا تعادل خود را حفظ کند بی اختیار دست خود را از پایه گلدان رها کرد... و گلدان افتاد و با یک صدای خفیف سه پاره شد!

هنوز اتوبوس پیچ خیابان را دور زده بود که ناله صاحب گلدان بلند شد:

«آخ ...»

و دیگر هیچ نگفت و تنها پاره های گلدان را با بهت زدگی تمام تماشا می کرد. مردک لاابالی دولا شد و در حالی که تکه های گلدان را جمع می کرد گفت:

«چیزی نیست. طوری نشد!» مردک صاحب گلدان که تازه حالتش به جا آمده بود یک مرتبه مثل انار ترکید و با رنگی برافروخته فریاد کرد:

«دیگه چه طور می خواستی بشه؟!»

«هیچی آقا! خوب، طوری نشد که! گلدان شکسته، فدای سرتان. خوب، قضا و بلا بود!»

«اهه! مردکه مزخرف دو قورت و نیمش هم باقیه!»

«آقا جون احترام خودتون رو داشته باشید. چرا لیچار می گید؟»

«لیچار می شنوی، مردکه! آگه نمیدیدیش چشم های باباقوریت کور می شد؟ تازه مردم ملتفت شده بودند. یکی از زن هایی که بغل دست آنها نشسته بود قیافه دلسوزانه ای به خود گرفت و گفت:

«آخیش! چه گلدان قشنگی بود! حیف شد. ولی آقا راست می گه خوب قضا و ...»

صاحب گلدان حرفش را این طور برید: «چی می گی خانم؟ هفتاد و پنج تومن خریده بودمش!»

و مردک لاابالی افزود: «خوب چه کار می شه کرد؟ می دید بندش می زنند دیگه.»

زنک دیگر از زیر چادر نماز صدای خود را بلند کرد که: «خوب داداش مگه دستات چنگک شده بود؟» و مردک لاابالی در حالی که با صاحب گلدان کلنجار می رفت و بدون این که سر خود را هم به طرف او بکند این طور به او جواب داد: «خانم کسی به شما نگفته بود نخود هر آش بشید.»

«واه. واه! خدا به دورا راس راسی هم دو قورت و نیمش باقیه! می خواد آدمو بخوره! صاحب گلدان تازه سر قوز آمده بود. دستکش

را از دستش در آورده بود و در حالی که پاره های گلدان را در دست گرفته بود فریاد می کشید: «آمدیم انسانیت بکنیم. ما ملت قابل هیچی نیستیم. حالا هم که شکسته می گه قضا و بلا بود. مردکه خیال می کنه ولش می کنم! تا اون یک شاهی آخرش را ازت می گیرم. مگر پول علف خرسه؟ من گلدان بخرم تو بشکنی و بگی بندش بزندن؟ مردکه چلاق، تو رو چه به چیز آنتیک؟ عرضه نداری نگاهش هم بکنی. من احقم را بگو برای چه لندهوری انسانیت به خرج دادم.» و در حالی که اتوبوس به ایستگاه می رسید افزود: «آقا نگهدار. کلانتری نزدیک است. من تکلیفم را با این مردکه معلوم می کنم.» و در حالی که بلند می شد رو به شوfer گفت: «آقا نگذارید پیاده بشه تا من پاسبان بیارم و از همه اهل ماشین شهادت بگیرم.» و هنوز به در اتوبوس نرسیده بود که برگشت. وسط اتوبوس ایستاد و رو به مسافرها، خواهش خود را تکرار کرد و رفت تا پیاده شود. ولی یک بار دیگر هم از شوfer قول گرفت که مبادا راه بیفتد. شوfer قول داد و او پیاده شد.

مسافرها بعضی با هم درباره این واقعه بحث می کردند. یکی دو نفر فقط تماشا می کردند و می خندیدند. آن دو زن هنوز کرکر می کردند ولی کسی به آنها توجه نمی کرد. مردک لاابالی با خود حرف می زد: «خوب چه می شد کرد! من از قصد که نکردم. خوب افتاد و شکست.»

شاگرد شوfer فریاد می زد و مسافر می طلبید. صاحب گلدان بیست قدمی از اتوبوس دور شده بود. شوfer که چند دقیقه بی حرکت، در فکر فرو رفته بود تکانی خورد. خود را روی صندلی، پشت رل، راست کرد، شاگرداش را صدا زد و گاز داد و راه افتاد.

دهان همه مسافرها باز ماند و شاگرد شوfer در جواب همه این اعتراض ها، در حالی که روی چارپایه خود می نشست، گفت: «خوب به ما چه؟ یکی دیگه گلدونو شکسته ما باید بیکار بمونیم؟»

صاحب گلدان که به عجله به طرف کلانتری می دوید، تازه ملتفت شد. برگشت و دست های خود را باز کرد تا جلوی ماشین را بگیرد ولی ماشین پیچ کوچکی خورد و رفت و فریاد او بلند شد: «آهای بگیر ... بگیرین ... گلدان ... شوfer بدبخت ... آهای آژدان ...»

از دیدن وضع او مسافرها به خنده افتادند. پاسبان ها به دور او ریختند و می پرسیدند چه شده، ولی او داد می زد: «آهای بگیرین ... هفتاد و پنج تومان ... مردکه چلاق ... گلدان چینی ... آهای رفت ... آخه نمره ماشین چی بود؟ ... آی آژدان! ...»

انجمن فردوسی

دومین و چهارمین جمعه هر ماه

از ساعت ۷ عصر الی ۹ در ZOOM

اطلاعات برای وارد شدن به ZOOM

Code: 97091203116

Password: 987654



شیر مادر توصیه‌های متخصصان را در اختیار تازه مادران قرار می‌دهند. «الهام» ساکن تهران است و از مادران شیردهی است که با بانک شیر همکاری می‌کند: «خدا را شکر، من مشکل شیردهی نداشتم

و شیر زیادی هم داشتم. الان پسر ۱۳ ماه دارد و هم‌چنان شیر می‌خورد که البته با توجه به نظر روان‌شناسان مبنی بر عدم وابستگی زیاد، باید تا یک یا دو ماه دیگر شیردهی را متوقف کنم. اما از وقتی با فعالیت بانک شیر آشنا شده‌ام، شیر اهدایی هم برای آنها می‌فرستم.» او در این زمینه توضیح می‌دهد: «اول برای بانک شیر یک پیغام دادم که من مشکلی در زمینه اهدای شیر ندارم اما دوشیدن و ارسال آن برایم سخت است که در این زمینه فیلم‌های آموزشی برای راحت‌تر دوشیدن شیر مادر از طرف بانک شیر برایم ارسال شد. بعد از آن هم بانک شیر روزهای اهدا یک ماشین یخچال‌دار برای تحویل شیر به در خانه می‌فرستد.»

الهام می‌گوید اوایل این کار برایش سخت بوده اما الان به یکی از لذت‌بخش‌ترین کارهای روزانه‌اش تبدیل شده است، به ویژه از وقتی توصیه‌های متخصصان مثل توصیه دکتر «علی بهادر» را خوانده است. دکتر بهادر، رییس دانشگاه علوم پزشکی شیراز پس از افتتاح اولین بانک شیر در استان فارس، گسترش بانک شیر را موجب ارتقای سلامت نوزادان دانست و در ادامه گفت: «تغذیه با شیر مادر، مخصوصاً در ساعات اولیه پس از تولد، یکی از عوامل مهم در کاهش مرگ و میر نوزادان است.» با این حال، برخی مادران که به دلایل مختلف شیر ندارند، از خوراندن شیر مادران دیگر به فرزندان‌شان امتناع می‌کنند و اجازه نمی‌دهند آنها از شیرهای اهدایی بانک شیر استفاده کنند. پوپک می‌گوید: «برخی خانواده‌ها به

دلایل مذهبی نمی‌گذارند بچه شیر کسی غیر از مادر خودش را بخورد و اگر مادر به هر دلیلی شیر نداشته باشد، استفاده از شیر خشک را به شیرهای اهدایی بانک شیر ترجیح می‌دهند. در حالی که به نظر من فواید شیر مادر قابل مقایسه با شیر خشک نیست. شیر خشک فقط بچه را سیر می‌کند اما شیر مادر تمام نیازهای بدن بچه را تامین می‌کند.» «احمدرضا» که حقوق‌دان است، درباره ریشه مذهبی عدم استفاده از شیرهای اهدایی توسط برخی خانواده‌های مذهبی این‌طور توضیح می‌دهد: «محرمیت رضاعی در فقهی به نوعی محرمیت گفته می‌شود که در اثر خوردن شیر بین دو نفر ایجاد شده باشد که این دو نفر محرم می‌شوند و ازدواج‌شان با هم جایز نیست. البته منوط بر این‌که شیر خوردن متعدد و متوالی بوده و سن شیر خوار از دو سال قمری کمتر باشد. حالا با توجه به این موضوع، بحث راه‌اندازی بانک شیر بین فقها در دست بررسی است و حکم یکسان و کلی درمورد تاسیس آن به دلیل گسترش مبهم نسبت‌ها و قرابت رضاعی که از نظر اسلام غیر مجاز و حرام است، هم‌چنان در حال‌ای از ابهام است.»

با این حال، به باور احمدرضا، راه‌اندازی بانک شیر نه تنها موضوع غیراخلاقی و غیرانسانی نیست بلکه به دلیل کمک به رشد و حیات یک کودک، یک موضوع کاملاً انسانی است: «قاعدتا باید از دیدگاه مذهب‌بیون نیز ترغیب برای انجام این امر توسط مادران شیرده به واسطه دریافت پاداش اخروی آن انجام شود.»

بانک شیر

مینو صادقی

می‌توانند از این شیرهای اهدایی استفاده کنند. توصیه سازمان جهانی بهداشت همیشه این بوده است که نوزادان محروم از شیر مادر مورد حمایت شیر اهدایی مادران در بانک شیر قرار بگیرند. حدود ششصد بانک شیر مادر در جهان مستقر است که فقط ۲۱۰ مورد از آنها، در برزیل قرار دارند. البته به همت متخصصان در تبریز، سال ۱۳۹۵ اولین بانک شیر در ایران تاسیس شد و به دنبال آن، ده بانک شیر دیگر نیز راه افتاد.

«رومینا» پزشک زنان و اهل تبریز است. او در مورد بانک شیر مادران می‌گوید: «مثل خیلی از حرکت‌های انسانی و خیرخواهانه دیگر، این کار هم دل بزرگی می‌خواهد. در ابتدای تاسیس اولین بانک شیر مادران در تبریز، خردم شاهد بودم که مادری یک هفته بعد از تولد نوزادش، او را از دست داد و چون سینه‌هایش شیر داشتند، با وجود تالم روحی، برای نوزادان نارس و نوزادانی که مادرشان شیر نداشتند، کلی شیشه شیر به بیمارستان اهدا کرد.» رومینا در ادامه صحبت‌هایش در مورد نگهداری شیرها در بانک شیر می‌گوید: «این شیرها پاستوریزه و آزمایش می‌شوند، در محیط مناسب برای استفاده نوزادان قرار می‌گیرند و به لحاظ سلامت و کیفیت، کاملاً مورد تایید بیمارستان و پزشکان حاذق هستند.» او توضیح می‌دهد که در دهه‌های اخیر به دلایلی، از جمله عدم اطلاع رسانی دقیق و یا آسان بودن استفاده از شیر خشک، برخی مادران تمایل چندانی به شیردهی طبیعی نداشتند. اما حالا با توجه به توصیه‌های مراکز معتبر جهانی برای استفاده از شیر مادر، بسیاری از بیمارستان‌ها از پیش از زایمان کلاس‌های آموزشی شیردهی برگزار می‌کنند و درباره استفاده از

همگی کمتر از یک‌سال است که مادر شده‌اند. یک گروه تلگرامی کوچک درست کرده‌اند و در کنار گپ و گفت دوستانه درباره دغدغه‌های نوزاد داری، همدیگر را تشویق به دوشیدن شیر برای اهدا به کودکان نارس می‌کنند.

«پوپک» که این گروه را راه‌اندازی کرده، یک نوزاد هشت ماهه دارد و خودش پرستار بخش «ان‌آی‌سی‌پو» نوزادان است. او دوستان تازه مادر شده‌اش را تشویق کرده است تا با اهدای شیر، به رشد و بهبود بچه‌های نارس یا نوزادانی که از شیر مادر محروم هستند، کمک کند. پوپک می‌گوید: «گروه ما یک گروه کوچک دوستانه است اما همین گروه‌های کوچک دوستانه و خانوادگی اگر زیاد شوند، بانک‌های شیر پر می‌شوند و کودکان زیادی شیر مادر می‌گیرند.» او اضافه می‌کند: «من از همه مادران شیردهی که توانایی دوشیدن شیر اضافی دارند، برای بهبود وضعیت بانک‌های شیر کمک می‌خواهم. ما خودمان باید به خودمان کمک کنیم.»

بانک شیر چیست و چه کارایی دارد؟

۲۶ آبان ۱۳۹۸، اولین «بانک شیر مادران» در تهران به مناسبت «روز جهانی نوزاد نارس» در «مرکز آموزشی درمانی حمایت مادران شهید اکبر آبادی» افتتاح شد. شیرهای اهدایی به بانک شیر، عمدتاً برای نوزادان نارس استفاده می‌شوند. بیمارستان شهید اکبرآبادی به دلیل آمار بالای زاد و ولد و ارجاعی بودن آن در سطح کشور، نوزادان نارس زیادی در بخش مراقبت‌های ویژه خود دارد. نوزادان نارس البته تنها مصرف کنندگان شیرهای اهدایی بانک شیر نیستند. نوزاد مادرانی که به دلایل مختلف شیرشان کم است و یا چند قلوهایی که شیر مادر کفاف سیر شدن همه آنها را نمی‌دهد نیز

انجمن سخن شمال کالیفرنیا

کلاس شرح غزل های حافظ در ZOOM

توسط مسعود سپند

هر سه شنبه، از ساعت ۸ شب، شرح یک غزل حافظ

کُد ورود به کلاس در ZOOM

۸۲۲۸۷۶۹۵۵۹۰

گروه همایش دوستان

هر چهارشنبه از ساعت ۷ عصر الی ۹:۳۰

در ZOOM با برنامه های متنوع

اطلاعات برای وارد شدن به ZOOM

Code: 549 728 773 * Password: 405 756

(408) 221-8624

ادامه مطلب قم و زانی که... از صفحه ۴۳

و «باورهای مذهبی» تشکیل شده است. زن خانه‌داری با تجربه چهار ازدواج موقت در رابطه با شاخص «نیاز مالی» گفته که «من بیشتر به خاطر نیازهای مالی می‌خواستم صیغه این آقا شم، چون نمی‌تونستم خرج و مخارج بچه‌هامو تامین کنم.» زن شاغل دیگری که در این تحقیق مشارکت داشته گفته به خاطر «رفع تنهایی» تن به چنین ازدواجی داده است.

زنی ۳۰ ساله با تحصیلات لیسانس هم در این تحقیق گفته از آنجا که گزینه ازدواج دائم نداشته، مجبور به تن دادن به «ازدواج موقت» شده است. مشارکت‌کننده دیگری با تحصیلات فوق لیسانس هم گفته «بیشتر باورهای مذهبی من بود که نمی‌خواستم با کسی دوست باشم و گناه کنم می‌خواستم برم سمت یه رابطه شرعی.»

عوامل خانوادگی: بر اساس گفته‌های اکثریت مشارکت‌کنندگان در این تحقیق، وجود عوامل خانوادگی تأثیرات مهمی در زندگی آنان داشته و این عوامل به نوعی آن‌ها را به سمت انتخاب سبک زندگی ازدواج موقت سوق داده است. این طبقه از سه زیر طبقه با عناوین «اجبار به ازدواج موقت»، «نابسامانی خانواده» و «رفتارهای طردکننده خانواده» تشکیل شده است. برخی از زنان مشارکت‌کننده در پژوهش و به‌ویژه زنان مطلقه، تجربه مشترکی از فشار خانواده جهت ازدواج موقت را گزارش کرده‌اند.

زنی ۳۶ ساله با سه ازدواج موقت در این خصوص گفته «بعد یه مدت که آواره بودم و جای رو نداشتم دوباره برگشتم خونه بابام و نامادرم هم هنوز اونجا بود با هر بدبختی که شده بود قرار شد من اونجا زندگی کنم ولی بعد یکی دو ماه یه مرد رو آورد تو خونه و گفت یا صیغه این شو یا از خونه برو بیرون و به خاطر بدهی خودش قول منو به این مرد داده بود.»

دنباله مطلب در صفحه ۴۹

در پارک ورزش کند؟ مگر کسی می‌خواهد لخت شود؟ مگر من که خودم در دوران دوره شاه خدایبامرز هجده سالم بود، لخت می‌گشتم؟ باور کنید همه چیز ما با قاعده و درست بود. حتی یونینفرم مدرسه‌مان هم آن‌قدر قشنگ بود که ما کیف می‌کردیم. آن مومن با چادر می‌گشت و بقیه هم هرچی که دوست داشتند. همه هم کنار هم خوش و خرم بودند. این‌ها را که برای دخترها و عروس‌هایم تعریف می‌کنم، بیچاره‌ها فقط حسرت می‌خورند و آه می‌کشند. آخر مگر جوان‌های ما چه می‌خواهند؟ این‌ها آرزوهای کوچکی هستند. من که دائم به بچه‌ها می‌گویم بروند از این خراب‌شده. مادر هستم، دوست دارم عزیزانم کنارم باشند، اما نمی‌توانم عذاب‌شان را هم ببینم.»

از طرف دیگر این زنان در جامعه و تعاملات اجتماعی خود نیز به علت وضعیت مطلقه بودن و مجرد و بی‌همسری با انواع مزاحمت‌ها و یا پیشنهادات جنسی و ازدواج موقت، مواجه‌اند که به نحوی احساس ناامنی را برای آن‌ها به همراه دارد. از سوی دیگر اکثریت این زنان به دلیل وضعیت تاهل و همچنین در صورت آشکار شدن تجربه ازدواج موقتشان، به شدت در روابط اجتماعی خود مورد قضاوت، بدبینی و طرد و تبعیض‌های مختلف اجتماعی قرار گرفته و همین امر موجب از بین رفتن فرصت برای بهبود شرایط و ایجاد حریم ناامن برای آنان می‌شود.

مواجهه این زنان با مشکلات و نیازهای مالی، بحران تنهایی، ناامیدی از ازدواج دائم موجب تقویت احساس ناامنی و نگرانی از آینده حتی با وجود اقدام به ازدواج موقت در این زنان شده است. این زنان همچنین در طول ازدواج موقت و زندگی با همسر موقت خود نیز با مشکلات مختلفی مواجه شده‌اند که از جمله مسائل و محدودیت‌های حقوقی و قانونی، مشکلات بارداری و فرزنددار شدن در این نوع ازدواج، عدم تامین انتظارات و احساس ناکامی و همچنین داشتن احساس امنیت موقت و همزمان دلهره موقتی بودن ازدواج، از جمله آنهاست.

مولفه‌های فردی: یکی از طبقات اصلی که در این پژوهش در زیر مجموعه «حریم ناامن» قرار گرفته، مولفه‌های فردی است. به این معنی که اکثریت زنان در تصمیم‌گیری به ازدواج موقت شرایطی را مطرح کرده‌اند که نشان‌دهنده مهمترین زمینه‌های مؤثر در تصمیم‌گیری آن‌ها برای تن دادن به چنین رابطه‌ای بوده است. این طبقه از چهار زیر طبقه «نیاز مالی»، «نیاز عاطفی»، «ناامیدی از ازدواج دائم»

بله من هم خیلی دوست دارم که بتوانم همین شکلی یا اصلا به هر شکلی که دلم می‌خواهد در خیابان‌ها برگردم.» خانم «ترابی» فرد دیگری بود که به همراه دو دختر و دو عروس خود به پارک «بهشت مادران» آمده بودند و از وضعیت فعلی بسیار شاکی بودند. او گفت: «خب هر کسی هرطور که دوست دارد باید لباس بپوشد. نان و غذا و کار و معیشت و خانه مردم را که فراهم نمی‌کنند، تازه دستور هم می‌دهند که چطور لباس بپوشیم؟ والله که خیلی پررو هستند. مگر در تمام دنیا زنان آن‌طور که دلشان می‌خواهد لباس نمی‌پوشند؟ تازه این حجاب اجباری برای مردان هم تا حدودی وجود دارد. پسر من چرا نمی‌تواند در این گرم‌ها مثلاً با شلوارک تا سر کوچه برود یا

ادامه مطلب در آرزوی تاییدن... از صفحه ۳۸

گفته که تا هزاران سال بعد هم حکومت‌ها زن‌ها را مجبور به پوشیدن روسری و مانتو کنند؟ چرا زانی که اعتقادی به حجاب ندارند باید مجبور شوند که مانند من در کوچه و خیابان ظاهر شوند؟ من دو تا دختر دارم که آنها نیز هردو خودشان حجاب را با میل خود انتخاب کرده‌اند، اما هر دو انتخاب حجاب دلخواه را حق همه زنان می‌دانند و با حجاب اجباری مخالف‌اند. اصلاً این حجاب اجباری باعث نفرت همه زن‌ها از خود حجاب اسلامی شده و مردم را با دین بد کرده است. ظاهراً مغز توی کله این مسئولین و آخوندها نیست.»

بعد از این خانم، با دو دختر جوان برخورد کردم که هر دو احتمالاً حدود ۲۵ سال سن داشتند. «آیدا» در پاسخ به سوال من گفت: «وای! بله که دوست دارم بدون حجاب باشم. به نظرم حجاب اجباری یکی از بدترین شکنجه‌هایی است که می‌شود نسبت به یک خانم روا داشت. ما در خانواده خود از نظر پوشش کاملاً آزاد هستیم و مانند اکثریت خانواده‌های ایرانی در مهمانی‌ها و عروسی‌ها خبری از حجاب نیست، اما این وضعیت رعایت حجاب اجباری در بیرون خانه، واقعا برایم مثل شکنجه روانی است. دلم برای خودم و سایر دختران ایرانی خیلی می‌سوزد که اینجا به دنیا آمده‌ایم.»

دوستش «صحرآ» نیز گفت: «ما در مهمانی‌های خانوادگی مانند دوستانم آزادی پوشش نداریم و هنوز باید شال سرمان کنیم، اما من همیشه از این اجبار خانوادگی در خانه و اجبار حکومتی در بیرون بیزار بوده‌ام و هستم. از چند سال پیش و دوران نوجوانی تصمیم گرفته‌ام که به خارج مهاجر کنم تا حداقل آنجا بتوانم آزاد باشم. یعنی گفتم می‌روم آنجا کار می‌کنم و برای خودم مستقل می‌شوم، مثلاً در همین ترکیه. امیدوارم یه زودی بتوانم بروم، اما آن‌قدر همه چیز گران شده و قیمت دلار و لیر هم آن‌قدر بالا رفته که نمی‌دانم می‌شود یا خیر. الان به این پارک می‌آیم تا حداقل چند ساعت سرم باد بخورد و آفتاب به پوستم برسد و مثلاً برای خودم شبیه‌سازی کنم که خارج هستم (با خجالت می‌خندد)، به‌خدا... حداقل یک ذره باد به لای موهایم و زیر پیراهنم برود.»

«تینا» نیز خانم سی و اندی ساله بود که می‌گفت مهم‌ترین دلیل حضورش در پارک بانوان، توصیه پزشکش برای جذب ویتامین دی طبیعی است. تینا گفت: «من چون کمبود ویتامین دی دارم به اینجا می‌آیم و راه می‌روم یا با لباس باز به زیر نور آفتاب می‌نشینم. همیشه دکترم می‌گوید که خانم‌های ایرانی کمبود ویتامین دی دارند، یا دلیل اینکه موهایشان این‌قدر می‌ریزد هم این است که دائم روسری به سر دارند.

«یگانه» می‌گفت: «معلوم است که دوست ندارم در کوچه و خیابان و پارک باحجاب باشم. در خانواده ما هیچکس حجاب ندارد و پدر من هم کاری با ما ندارد. اینکه من بخواهم با چه تیپ و لباسی بگردم، چرا باید برای یک عده غریبه مهم باشد و برای آن تصمیم بگیرم! مالکیت بدن خودمان را هم نداریم! چرا باید برای تمام زن‌های یک مملکت تصمیم بگیرند که چه بپوشند! باز با این حال دائم در مترو و خیابان تن و بدنم می‌لرزد که نکند الان گشت ارشاد مرا بازداشت کند! یعنی در واقع این ناامنی را همین حکومت ایجاد می‌کند، نه مردان دیگر.»

یگانه در ادامه افزود: «حالا باز چون پدر من باشعور است، می‌دانم که درک می‌کند و اگر بازداشت هم شوم، می‌آید دنبالم و تعهد می‌دهد، اما برخی دیگر از پدرها و مادرها هم خیلی با دختران خود خشن برخورد می‌کنند و در ضمن در مدت بازداشت هم با ما خیلی بد برخورد می‌کنند، همین ماموران وحشی...»

«سروان» در ادامه صحبت دوستش گفت: «بله، قشنگ وحشی هستند و با همه چیز تو کار دارند. گوشه‌ها را هم می‌گیرند و چک می‌کنند. هرطور بخواهند با تو رفتار می‌کنند و طوری تحقیرت می‌کنند که انگار ارث پدرشان را خورده‌ای.»

«آیسان» گفت: «اگر شما واقعا مرتکب یک جرمی شوی و پلیس بازداشتت کند، خب قابل درک است، اما اینکه شما می‌دانی کاملاً بی‌گناهی و فقط به خاطر پوشیدن لباس مورد علاقه‌ات باید تنبیه و تحقیر بشوی و عذرخواهی کنی و تعهد بدهی، واقعا عذاب‌آور است و خیلی زور دارد. من که انشاءالله تا چند سال دیگر از ایران می‌روم تا راحت شوم، اما واقعا دلم برای خودم و هم‌نسل‌های خودم می‌سوزد. خانم جان، من وقتی عکس‌های جوانی مادربزرگم را می‌بینم، خجالت می‌کنم که به خودم بگویم جوان! اگر آنها جوانی کردند، پس ما دقیقاً چه غلطی داریم می‌کنیم؟ چه شد که مردم انقلاب کردند؟»

و «ملیسا» نیز افزود: «ما آرزوی‌مان این است که با همین اکیپ‌مان و همین لباس راحت بیرون برویم. یا آن لباس‌های خوشگل‌مان را بپوشیم و در خیابان‌ها و پاساژها راه برویم. کنار دریا بیکنی بپوشیم. این‌ها آرزوهای بزرگی هستند؟»

نمی‌دانستم باید به این نوجوانان سرخورده چه بگویم. در مسیرم به خانم میانسال دیگری برخورد کردم. «مهری» خانم می‌گفت: «من به علت اعتقادات مذهبی‌ام، حتی اگر امکان‌ها هم باشد باز دوست ندارم بی‌حجاب باشم، اما واقعا سوالم این است که چرا باید حجاب اجباری باشد؟ کجای اسلام

ادامه مطلب قم و زنانی که... از صفحه ۴۸

سایر زنان قرار گرفته و طرد شده‌اند. یکی دیگر از زیر طبقه‌ها مربوط به «تبعیض اجتماعی» است، به‌طوری که اکثریت این زنان عنوان کرده‌اند در نهادها و سازمان‌های مختلف تجربه انواع تبعیض و بی‌عدالتی را نسبت به حق و حقوق خود و همچنین فرزندان‌شان که حاصل ازدواج موقت بوده، داشته‌اند.

آسیب‌های چندگانه: مشارکت‌کنندگان در این پژوهش گفته‌اند پس از ازدواج موقت با پیامدها و آسیب‌های مختلفی دست به‌گیران بوده‌اند.

یکی از مهم‌ترین دغدغه‌های مشارکت‌کنندگان پژوهش وجود چالش‌های قانونی موجود در ثبت ازدواج موقت و همچنین دریافت حق و حقوق در ازدواج موقت مطرح شده که این امر در برخی از مشارکت‌کنندگان منجر به بروز مشکلات مختلفی جهت اقدام قاطع قانونی شده بود. مشارکت‌کننده‌ای که در طول ازدواج موقت خود دچار بارداری شده بود و با مشکلات قانونی زیادی جهت اثبات بارداری و ثبت ازدواج موقت خود مواجه شده بود، گفته که «تنها حق و حقوق زن صیغه‌ای اینه که فقط همون مدتی که با اون مرد رفت و آمد کرده فقط همون مدت دیگه بعدش تموم می‌شه.»

بسیاری از زنان مشارکت‌کننده در این پژوهش تجاربی از احساس ناکامی و شکست در تأمین نیازها و خواسته‌های خود را در طول ازدواج موقت را بیان کرده‌اند؛ به طوری که این احساس ناکامی به علت مشکلاتی همچون رهاشدگی و فریب‌خوردگی و عدم حمایت از سوی همسر موقت، وابستگی‌های عاطفی یک‌طرفه، احساس بی‌ارزشی و عدم تأمین نیازها در طول ازدواج موقت به آن‌ها دست داده بود.

تمام داده‌های تلخ و ناگوار این تحقیق مربوط به تنها تعدادی از زنان ساکن شهر مذهبی قم است که سال‌هاست به خاطر قوانین اسلامی حاکم بر ایران از بسیاری حقوق انسانی ابتدایی خود محروم شده و براساس همین قوانین مجبور به تن دادن به رابطه‌ای جنسی شده‌اند که خود نیز از آن رضایت ندارند.

خداوند خانه پُرسید که خیر است چه واقعه است گفت بیرون خر می‌گیرند به سخره گفت مبارک خر می‌گیرند تو خر نیستی چه می‌ترسی؟ گفت سخت به جد می‌گیرند تئیمیز برخاسته است امروز ترسم که مرا خر بگیرند.»

یافته‌های این بخش از تحقیق همچنین نشان می‌دهد مجموعه‌ای از رفتارها و باورهای موجود در خانواده موجب رویارویی این زنان با برخی از رفتارهای طردکننده در محیط خانواده و همچنین بروز احساساتی همچون احساس سرباری، احساس تحقیر شدن و بی‌ارزشی، احساس محدودیت و کنترل شدن در آن‌ها شده است.

محیط اجتماعی آسیب‌زا: منظور از محیط اجتماعی آسیب‌زا مربوط به عوامل مختلف اجتماعی است که به طور عمده در محیط اجتماعی و تعاملات و روابط فراتر از خانواده قرار داشته و موجب شده زنان مشارکت‌کننده در پژوهش با احتمال بیشتری در معرض تصمیم‌گیری به ازدواج موقت قرار گیرند.

در واقع اکثریت مصاحبه‌شوندگان معتقد بودند این عوامل توانسته در اقدام به ازدواج موقت یا تفکر درباره مبادرت به آن در این زنان تأثیرگذار باشد.

از طرف دیگر از آنجایی که ازدواج موقت این زنان با مقبولیت اجتماعی روبه‌رو نشده است، دوباره نوع دیگری از آسیب‌ها را در تعاملات اجتماعی خود گزارش کرده‌اند که موجب تشدید مشکلات این گروه از زنان شده است. این طبقه شامل سه زیر طبقه با عناوین تقاضای «بالای جنسی»، «انگ اجتماعی» و «تبعیض اجتماعی» است.

یکی از زنان شرکت‌کننده در این تحقیق گفته «پیشنهاد صیغه تا دلت بخواد داشتم من همین الان ینی بگم انقدی هستن که نگو. ترجیح می‌دم بسوزمو بسازم ولی این کارو نکنم.»

همچنین «انگ اجتماعی» مفهوم مهم دیگری است که مصادیق آن در گفته‌های اکثریت زنان مشارکت‌کننده در پژوهش آمده است.

در واقع این زنان در محیط‌های مختلف زندگی اجتماعی خود با انواع رفتارهای منفی از جمله تهمت، نگاه‌ها و گفتارهای طعنه‌آمیز، بدبینی و شایعه مواجه شده بودند و اعتقاد دارند که در بیشتر اوقات در روابط اجتماعی خود به‌عنوان عامل اصلی هوسرانی مردان و برهم‌زننده زندگی مشترک افراد متاهل مورد قضاوت و بدبینی سایرین و به‌ویژه

مولانا نیز داستانی در دفتر پنجم مثنوی می‌آورد که اثر فویبا یا هراس در آن مستتر است: «حکایت آن شخصی که از ترس خویشتن را در خانه‌ای انداخت رُخ‌ها زرد چون زعفران لب‌ها کبود چون نیل دست لرزان چون برگ درخت

ادامه مطلب هیولایی به نام... از صفحه ۴۱

در یکی از داستان‌هایی که در حکایت هفتم از باب نخست این کتاب با عنوان «در سیرت پادشاهان» نقل کرده، جدای از مفاهیم حکمت آمیز، پرده از اختلال روانی برداشته که بسیاری از مردم به نوعی به آن مبتلا هستند.

شیخ اجل در این حکایات، ماجرای غلامی عجمی را روایت می‌کند، که حین سفری دریایی، از همراهی پادشاه و نشستن در کشتی، به علت ترس از «آب» خود داری می‌کند و در آخر حکیمی دانا با پی بردن موضوع، اختلال روانی، علاج رفع ترس غلام عجمی را انداختن وی در آب (روش درمانی غرقه سازی) بیان می‌کند.

پادشاهی با غلامی عجمی در کشتی نشست و غلام، دیگر دریا را ندیده بود و محنت کشتی نیازموده گریه و زاری در نهاد و لرزه بر اندامش افتاد. چندان که ملاطفت کردند آرام نمی‌گرفت و عیش ملک از او منغص بود. چاره ندانستند.

حکیمی در آن کشتی بود، ملک را گفت: «اگر فرمان دهی من او را به طریقی خاموش گردانم.» گفت: «غایت لطف و کرم باشد.» بفرمود تا غلام به دریا انداختند. باری چند غوطه خورد، مویش گرفتند و پیش کشتی آوردند. به دو دست در سکان کشتی آویخت. چون بر آمد به گوشه‌ای بنشست و قرار یافت. ملک را عجب آمد. پرسید: «در این چه حکمت بود؟» گفت: «از اول محنت غرقه شدن نچشیده بود و قدر سلامت کشتی نمی‌دانست. همچنین قدر عاقبت کسی داند که به مصیبتی گرفتار آید.» سعدی در این حکایت به اختلال روانی اشاره دارد که در مباحث روانشناسی از آن به عنوان «فوبی» یا «فوبیا» یاد می‌شود.

در فهرست مبتلایان به فوبی، افزون بر این غلام بخت برگشته، نام شخصیت‌های مشهور از ژولیوس سزار، اسکندر مقدونی، ناپلئون بناپارت، هانری سوم، بنیتو موسولینی گرفته تا آندره آغاسی تنیس باز مشهور جهان و استیون اسپیلبرگ کارگردان برجسته سینما مشاهده می‌شود. شاید شنیدن این نکته که سیاستمدار قدرتمندی چون ناپلئون بناپارت که روزی اروپا را به تسخیر خود در آورد، از گربه می‌ترسیده، جالب باشد. فردوسی می‌گوید:

**ز روز گذر کردن اندیشه کن
پرستیدن دادگر پیشه کن
بترس از خدا و میازار کس
ره رستگاری همین است و بس**

عوامل ژنتیکی و محیطی، ممکن است یکی از علل بروز فوبیا باشند. کودکانی که یکی از بستگان نزدیک آنها دچار اختلال اضطراب فراگیر باشد، بیشتر در معرض ابتلا به فوبیا هستند. هراس یا فوبیای اجتماعی که با نام «اختلال اضطراب اجتماعی» هم شناخته می‌شود، نوعی ترس یا نگرانی بسیار شدید درمورد موقعیت‌های اجتماعی است و ممکن است منجر به انزوا و شدید فرد شود.

چه چیزی زمینه ساز ایجاد فوبیا می‌شود؟
عوامل مختلفی می‌توانند باعث ایجاد فوبی شوند. یکی از دلایل ریشه‌های ژنتیکی است. در دو سوم افراد مبتلا به فوبی یکی از منسوبین درجه یک آنها مبتلا به فوبی از همان نوع است. یکی دیگر از عوامل ایجادکننده فوبی شرطی شدن است. اگر فرد در موقعیتی قرار گیرد که دچار ترس شود، احتمال دارد در آینده نسبت به آن موقعیت خاص دچار فوبی شود. یکی دیگر از علل زمینه ساز فوبی الگوبرداری یا سرمشق‌گیری است. افراد ممکن است ترس از برخی موضوعات را از اطرافیان خود یاد گرفته باشند. گاهی هم والدین یا داستان‌ها و یا صحبت‌های خود ممکن است کودک را از موقعیت خاص و یا فرد خاصی بترسانند که تمام این عوامل می‌توانند زمینه ساز بروز فوبی شوند و باید گفت گاه شدت ترس و هراس به حدی است که عملکرد فرد مختل می‌شود.

برخی افراد بی‌دلیل از بعضی مسائل همچون پیری، تنهایی، بیکاری و حتی یک حیوان خانگی ترس دارند. باید دانست که بسیاری از این هراس‌ها ریشه در کودکی فرد داشته یا به دلیل تهدیدها در زندگی روزانه بروز می‌کند. برای مثال یک فرد بیست ساله از اینکه یک روز پیر شود و صورتش پر از چین و چروک شود، هراس دارد. فردی دیگر نیز به قدری از ارتفاع می‌ترسد که حتی از پشت بام منزلش به پایین نگاه نمی‌کند. روانپزشکان و روانشناسان به این اختلال فوبیا می‌گویند. بر اساس تعاریف فوبیا ترسی است غیر واقعی، شدید و طولانی مدت از یک جسم، شخص، حیوان یا موقعیت. فوبیا نوعی اختلال اضطراب است. شخصی که فوبیا دارد یا سعی می‌کند از چیزی که ترس ایجاد می‌نماید اجتناب کند یا آن را با اضطراب و پریشانی فراوان تحمل می‌کند.

ترس در ادبیات فارسی

به عنوان نمونه، سعدی شیرازی در «گلستان» اثر ارزشمند و یگانه خود،

ادامه مطلب آلودگی های فرهنگ... از صفحه ۱۰

اند که همیشه آب گل آلود و گرم می نوشیدند تا بی اعتنایی خود را به لذت های زندگی نشان بدهند. در برخی از روایات ها گفته اند که چهل تن صوفی فقط یک خرما می خورده اند.

عشق به خدا و آرزوی پیوستن به او نیز در مورد بسیاری از صوفیان و پیروان آنها جلوه های خودآزایی دیوانه وار و حالت های بیمارگونه به خود گرفت. صوفیانی بوده اند که از ترس خدا خواب و آرام نداشتند و از شدت هراس بارها و بارها به شدت می گریستند. برخی از صوفیان حتی از شدت «خدا ترسی» بی هوش می شده اند. با تمام اینها صوفیانی نیز بوده اند که خود را خداگونه می دانستند و حتی ادعای خدایی می کرده اند. صوفیان راستین در برابر دنیا پرستی، عیش و نوش طلبی، بی بند و باری و هرزگی های برخی از حاکمان و فق ها واکنش نشان دادند و پیروان خود را به مبارزه با نفس پرستی و شهوت فراخواندند و زندگی ساده بی پیرایه را ستودند. اما همین اندیشه نیز به بیراهه رفت و بسیاری از صوفیان دست به واکنش های دیوانه وار زدند. یکی از صوفیان به منظور رهایی از خواهش های نفسانی خود را به رود جیحون انداخت و جان به جان آفرین سپرد. بسیاری از صوفیان و پیروان آنان نه تنها اندیشه های دور از خرد و عقل را گسترش می دادند بلکه رفتارشان نیز نشانی از شعور و منطق نداشت. صوفیانی بوده اند که به نام توکل به خدا خاری را که در بدنشان فرو رفته بود بیرون نمی آوردند و از نابود کردن شپش و حشراتی که از سر و رویشان بالا می رفت خودداری می کردند، به سگ سلام می کردند و با جانوران همدم و مونس می شدند. بسیاری از صوفیان و پیروانشان برای رهایی «روح» از «قفس تن» و پیوستن به «نور مطلق» یا خدا به تریاک یا حشیش پناه می بردند، صدها بار به دور خود می چرخیدند و به راه های گوناگون می کوشیدند تا از خود بی خبر شوند و به جهان خلسه یا «دنیای پر رمز و راز» بپیوندند.

می گوید غرور ما جریحه دار شده بود و خوشحالم که همه با هم یک دل شدیم تا از حفره ای که ایجاد شده بود جان سالم به در ببریم. او هم می گوید باختن به عرب ها گناه نابخشودنی است. حالا که قرارداد اسکوچیچ تمام شده است، هر تصمیمی به جز القاء قرارداد تیم ملی به ضرر تیم ما است. ما فقط دوماه وقت داریم. لطفا تیم ملی را وارد حاشیه نکنید.

برای نمونه، عرفان و تصوفی که در برابر مال پرستی، تجمل دوستی و زندگی پرزرق و برق حاکمان و رهبران دینی به گسترش اندیشه بی پیرایگی و سادگی در زندگی و توجه به معنویات و خرد پرداخته بود دگرگون شد و پس از چندی و از سوی برخی از عارفان و صوفیان به اندیشه های خوارشمردن زندگی، بی ارزش شمردن جهان مادی، مردم گریزی و گوشه نشینی تبدیل شد.

برخی از عارفان هند در ریاضت کشی و تحمل سختی آنچنان تندروری کردند که جلوه بیمارگونه گی به خود گرفت. این عارفان به طور کامل دست از دنیا و زندگی شستند، پیروان خود را به گدایی و ولگردی تشویق کردند، فقر را بزرگترین فضیلت شناختند، از زناشویی روی گردان شدند و به گسترش اندیشه «بی زنی» پرداختند. این رفتارهای بیمارگونه که از بیماری روانی «خود آزادی» سرچشمه می گیرند در بیشتر فرهنگ ها و از جمله در فرهنگ های اروپایی نیز پدید آمدند.

بسیاری از صوفیان ایران و پیروان آنان نیز در دوران های گوناگون صوفیگری در ایران واکنش های بیمارگونه و خود آزارنده در برابر شرایط محیط زندگی از خود نشان دادند. تاریخ صوفیگری در ایران سرشار از نمونه های رفتارها و اندیشه های بیمارگونه و تهی از عقل و منطق است. بسیاری از صوفیان ایران به بهانه «توکل» شغل و پیشه را به فراموشی سپردند، به ولگردی پرداختند و زندگی انگل وار پیشه کردند. برخی از صوفیان از راه گرسنگی کشیدن به ریاضت یا پاک سازی روان پرداختند و در این راه تا آنجا پیش رفتند که از شدت گرسنگی بی هوش می شدند. در جهت عکس برخی دیگر از صوفیان در خوردن غذا آنچنان راه افراط پیمودند که در دوران خود از نظر پر خواری و شکم پرستی شهرت بسیار داشتند. یکی از صوفیان در گیاه خواری آنچنان تندروری می کند که رنگ پوست بدنش به سبزی می گراید. صوفیانی بوده

از نظر روانی با توجه به رقابت بین آنها کار بسیار حساسی است که شناخت یک مربی ملی از بازیکنانش را شکل می بخشد. فراموش نکنیم فردا خیلی دیر است و از همین امروز باید بهترین تصمیم ها را گرفت. وحید امیری هافبک شایسته ای که در طول این بازی ها آسیب دید می گوید هنوز تا رسیدن به جام جهانی خیلی راه باقی مانده است و باید خیلی بیشتر زحمت کشید. او

را با تیر خلاص کردند. پسرک به سختی و با درد فراوان می لنگید. روستاییان به پیرمرد گفتند: «تو و فرزندت بدشانس هستی!» پیرمرد جواب داد: «شاید آری، شاید هم نه، که می دانند؟»

روستاییان دوباره جواب او را ناشی از بیچارگی و درماندگی او دانستند. وقتی که پسرک در حال بهبودی بود، جنگی صورت گرفت. برای اهالی روستا، زمین آنها تنها وطنی بود که می شناختند. ولی سربازان با شمشیر و تفنگ به روستا آمده و هر مرد و پسر سالم را با زور با خود به جنگ برده تا در غربت و دور از خانه هایشان بچنگند. از میان تمامی مردان و پسران جوان، فقط پسرک را به جنگ نبردند. او نمی توانست بجنگد. او حتی نمی توانست بدون کمک عصا راه برود. هیچ ارتشی او را نمی خواست. تعدادی پیرمرد و پیرزن باقی مانده در روستا به نزد پیرمرد رفته و گفتند: «ما در اشتباه بودیم، حقیقتا که تو و پسرک از خوش شانسی ترین ها هستید.» پیرمرد جواب داد: «شاید آری، شاید هم نه. که می دانند؟»

پسرک از مصدومیت خود بهبود یافت. با تمام پسران جوانی که به جنگ رفته بودند و تمام دختران جوانی که در روستا باقی مانده بودند، پسرک انتخابش را کرد. او جوان جسوری بود. با اینکه پدرش را عاشقانه دوست می داشت، تسلیم قلبش شد. او عاشق دختر آهنگر شده بود. آنها ازدواج کردند و تشنه ماجراجویی بودند تا بقیه دنیا را ببینند. عاقبت در سحرگاهی آن دو روستا را ترک کردند. پسرک برای پدر پیرش حکم دست راستش بود. با رفتن او، پیرمرد دست راست خود را از دست داد. چندین روستایی نزد پیرمرد آمده و به او گفتند: «چقد تو بدشانسی!» و پیرمرد جواب داد: «شاید آری، شاید هم نه. که می دانند؟»

ادامه مطلب ورزش از نگاه... از صفحه ۱۴

بعد از کی روش دروازه بان ها یکی از دیگری بهترند. فراموش نکنیم در تاریخ فوتبال ما هیچ دروازه بانی در خارج از کشور بازی نکرده بود، حالا بپروانند در بلژیک می درخشند.

بهرحال تیم ملی ترکیبی از ستاره های گلچین شده یک ملت است و نیازی به کار فیزیکی یا تکنیکی ندارد. تمامی مشکل ارتباط تاکتیکی و برقرار کردن ارتباط یا LINK بین خطوط بازی و نحوه تقسیم وظایف آنهاست. آماده کردن بهترین ها

همچنین از او پرسیدم که آیا فکر کرده خوش شانسی بوده که لاتاری گرین کارت برنده شد، جواب داد «شاید آری، شاید هم نه» و داستان زیر را تعریف کرد:

«پیرمردی در روستایش با تنها فرزندش زندگی می کرد. پیرمرد ضعیف و نحیفی بود. مادر پسر بچه هنگام زایمان از دنیا رفت و نوزاد پسر را پیرمرد به تنهایی مجبور بود که بزرگ کند. وقتی زنش از دنیا رفت، روستاییان به نزد پیرمرد رفته، ضمن تسلیمت به او گفتند «تو از بدشانس ترین آدمهایی!» پیرمرد جواب داد: «شاید آری، شاید هم نه. که می دانند؟» خیلی از روستاییان پاسخ پیرمرد را ناشی از دیوانگی او دانسته و آن را نتیجه مرگ زنش می پنداشتند. ولی پسرش که در آغاز غروب عمر پیرمرد به دنیا آمده بود، پسر سالم و باهوشی بود. او می توانست با تیر چوب ببرد، آتش درست کند و به حیوانات خانه اش غذا دهد. او حتی می توانست برای خود و پدر پیرش نیز غذا بپزد. عشق پیرمرد به پسرش بی حد و وصف بود. در سیزدهمین سال روز تولدش، پسرک به آنچه که آرزویش را داشت رسید. یک اسب سفید، به جوانی و قیامتی پسرک. پیرمرد از نان شب خود می زد و پس انداز می کرد تا برای پسرش آن اسب را بخرد. خیلی از اهالی روستا به پیرمرد گفتند: «چه پسر خوش شانسی داری!» پیرمرد جواب داد: «شاید آری، شاید هم نه. او را با تمام وجود دوست دارم. ولی که می دانند؟»

پسرک نمی توانست از اسبش جدا شود. او و اسب مانند باد به هر سو می تاختند. آن دو، یکی شده بودند. هر دو با شوق و بی پروایی جوانی به هر مکانی می تاختند. یکی از همین بی پروایی ها و غفلت ها باعث شد که در دام یک چاله بیفتند. هم اسب و هم پسرک پایشان شکست. اسب

ادامه مطلب نخستین کنفرانس... از صفحه ۲

سوال خبرنگاری که به زبان انگلیسی از رئیس پرسیده بود، با حذف عبارات جنایت علیه بشریت و اشاره به «اعدام‌ها» به جای «کشتار ۱۳۶۷»، به فارسی در تالار محل کنفرانس ترجمه شد. این وضعیتی است که رئیس تا پایان دوره ریاست جمهوری خود در سفرهای احتمالی به کشورهای غربی با آن مواجه خواهد بود و خودش هم به این وضعیت کاملاً آگاهی دارد.

با اطلاع و اشراف از سنگینی کارنامه اعدام‌هایش، احتمالاً رئیس می‌داند حتی با پرداخت هزینه حیثیتی سنگین، شخصاً قادر به بازسازی روابط با غرب نخواهد بود. بنابراین از روز اول نه تنها علامت و پیامی مثبت در این زمینه نمی‌فرستاد بلکه خود را مدعی درباره نقض حقوق بشر در غرب عنوان کرد، عبارت و رویکردی که در سال‌های اول انقلاب بر دولت جمهوری اسلامی حکم فرما بود.

پس از تلاش‌های ناکام چهار رئیس جمهوری ایران، از «اکبر هاشمی رفسنجانی» تا «حسن روحانی» برای عادی سازی رابطه جمهوری اسلامی با غرب، ابراهیم رئیسی گفتمان حاکم بر دولت را به تنظیمات دهه ۶۰ بازگردانده است بدون این‌که متغیرهای دیگر، هم‌چون اراده و خواسته‌های ایرانیان و شرایط بین‌المللی نسبتی با ۴۰ سال پیش داشته باشند.

اما او دارای پرونده‌ای است که احتمالاً سرنوشت وی را از تمامی هفت رئیس جمهوری قبلی ایران متفاوت خواهد کرد. رئیس عضو «هیات مرگ» و قاضی پرونده‌ای است که در آن هزاران زندانی سیاسی که باید پس از پایان دوره محکومیت آزاد می‌شدند، به ناگاه به جوخه‌های اعدام سپرده و در گورهای دسته جمعی دفن شدند.

تاکنون هیچ کدام از روسای جمهوری ایران مظنون به اتهام «جنایت علیه بشریت» نبوده و هیچ کدام پیش از رسیدن به ریاست جمهوری، در فهرست ناقضان حقوق بشر آمریکا، تحریم نشده‌اند. جنایت علیه بشریت یکی از چهار جرم بزرگ کیفری در جهان است. فردی که مظنون یا متهم به ارتکاب این جنایت است، نه تنها دشوار بتواند کشورهای توسعه یافته را برای ارتقای روابط با دولت خود ترغیب کند بلکه ممکن است از سوی دادگاه‌های محلی این کشورها تحت تعقیب قضایی قرار بگیرد.

رئیس از این فضای سنگین بین‌المللی پیرامون خود مطلع است. در اولین کنفرانس خبری او، خبرنگاری درباره اتهام جنایت علیه بشریت در کشتار تابستان ۱۳۶۷ از رئیس پرسید و وی با «جنایت‌کار» خواندن آنهایی که دست به اعدام‌شان زده بود، کارنامه خویش را شایسته تقدیر خواند.

ادامه مطلب مشقی تازه... از صفحه ۱۹

اما بی فایده بود. دیشب فکر کردم بینم آخرین باری که کیفم را از جیب درآوردم تا پولی بپردازم کی بود. یادم آمد روزی بود که در پستخانه کوچک محله، کیفم را درآورده بودم تا هزینه ارسال بسته پستی مطالبم را بپردازم. به بهانه خرید تمبر باز به همان پستخانه رفتم. خانمی که در آن دفتر کار می‌کند آشناست و مکزیکی. گفتم: «نگاه کن ببین من کیف سیاه جیبیم را اینجا جا نذاشتم.» فوری کشویی را کشید گفتم: «بفرما» از بس ناگهان سخت خوشحال و هیجان زده شدم چند بار به او گفتم: «سال نو مبارک» یادم رفت به او مبلغی انعام بدهم. بد شد، درست میگم؟

تنزل مقام قصیده و ترقی غزل

در عهد استیلای طوایف زردپوست، با برچیده شدن دربارها و از میان رفتن مراکزی برای جلب و حمایت شاعران، مدیحه سرایی کاهش بسیار یافت. در عوض غزل رونق گرفت و رو به کمال نهاد. قصیده‌ها غالباً ویژه مدح بود و در خدمت دیگران قرار داشت، در صورتی که غزل غالباً بیانگر امیال، احساسات و آرزوهای خود شاعر بود.

پاهایش شروع کرده بود به لغزیدن و ترکیب جملاتش سخت ملال آور می‌شد. آن وقت ناقدان ادبی از خود می‌پرسیدند آیا بهتر نبود که همینگوی تعدادی جملات تابعی چاشنی نوشته هایش می‌کرد تا از وضع یک نواخت خود بیرون شان بکشد! ولی کاباره روها و سیاهان همچنان بی چون و چرا او را می‌ستودند و او روز به روز مشهورتر می‌شد. مجلات مصور کثیرالانتشار مرتباً عکس و تفصیلات و او را چاپ می‌کردند. عکس و تفصیلاتی که او را در حال شکار شیر و فیل پلنگ نشان می‌داد. پا داشت با گاو بازها زلف گره می‌زد و چه و چه. بیادتان بیابورم در سال ۱۹۵۴ که جایزه نوبل به او بخشوده شد، کار این نویسنده از مرز آمریکائیان پا فراتر گذشته بود. داوران جایزه نوبل تحت تاثیر سبک نو او این جایگاه بلند ادبی را به او اهداء کردند.

حل معضل با اندکی حافظه بجا مانده

قریب یک ماهی بود که کیف سیاه جیبی پولم را گم کرده بودم. در این مدت تمام جیب‌های لباس‌هایم را چند بار گشتم. گوشه‌ای از خانه نبود که برای پیدا کردن آن نگشته باشم. حتی همه جای اتومبیل مان را حسابی زیر و رو کردم

ادامه مطلب در لحظه زندگی... از صفحه ۲۸

همین حالا شروع کنید و زندگی را از منظر تازه و جدید ببینید.
 ❖ اگر شما هنوز در باره آنچه که دیروز انجام دادید، صحبت می‌کنید، امروز کار زیادی انجام نمی‌دهید.
 ❖ ما همیشه آماده می‌شویم برای زندگی ولی هرگز زندگی نمی‌کنیم.
 ❖ اگر شما همه زندگیتان را منتظر طوفان بوده اید، هرگز از تابش خورشید لذت نخواهید برد.
 ❖ کودکان نه گذشته و نه آینده دارند، آنها از زمان حال لذت می‌برند، کاری که تعداد معدودی از ما انجام می‌دهیم.

مزایای زندگی کردن در لحظه:
 ❖ شما ارتباط بیشتری با افکار و احساسات تان پیدا می‌کنید.
 ❖ با دیگران ارتباط بیشتری پیدا می‌کنید.
 ❖ قدردانی و لذت بخشی زندگی را بیشتر احساس خواهید کرد.
 ❖ اگر شما در لحظه زندگی کنید، لحظه از کنار شما نمی‌گذرد.
 ❖ احساس تمرکز، صلح و زنده بودن بیشتری می‌کنید.
 ❖ کمتر احساس اضطراب و ترس می‌کنید. مانند تمام مهارت‌ها، برای آموزش و لذت بردن از در لحظه زندگی کردن، نیاز به وقت گذاشتن و تمرین است. از

خدمات مهاجرتی لونا

منا موسوی



310.310.1291

نیسازهای مساهجرتی از فیسبل تکمیل، ارسال و پیگیری

درخواست گرین کارت برای افراد خانواده، ویزای نامزدی

درخواست شهروندی آمریکا (سیتیزن شپ)

تمدید گرین کارت

خدمات ثبت و احوال ایران و تنظیم وکالت نامه

برای هموطنان مقیم آمریکا بدون حضور در واشنگتن



INSTAGRAM: LOONA_IMMIGRATION_SERVICES

جهت پیشگیری ویروس کرونا:



اداره بهداشت زدن واکسن کووید ۱۹ را توصیه می‌کند چون باعث محافظت از ابتلا به ویروس و بیماری کووید ۱۹ می‌شود. هر چه تعداد بیشتری از مردم واکسینه شوند، کنترل بهتری به روی این همه گیری خواهیم داشت.

ادامه مطلب بچه های طلاق... از صفحه ۴۴

خواسته های آنها باشند. نگرش و باور این دخترها که مردها «سرخشان به تنشان نمی آرزد» یا تصمیمی که در انتخاب همسر می گیرند، تأیید می شود.

شک نیست عدم حضور پدر در دراز مدت هم برای پسر و هم برای دختر، مسائل هوشی، شخصیتی و جنسی، به وجود می آورد. اما این امر به منزله آن نیست که تمام پسرهایی که با پدر زندگی نمی کنند دچار این مسائل می گردند. مشکلاتی که به آن اشاره شد واکنش های متداول و معمول است. اینکه هر بچه چگونه عمل می کند قابل پیش بینی نیست و در مورد افراد مختلف برخوردها متفاوت و گوناگون است. برخلاف تصور، گاهی بچه هایی که با پدر زندگی می کنند به گونه ای باورنکردنی خود را با محیط جدید سازش داده اند که البته به دلیل داشتن مادرهای لایق و کاردان بوده است. آنها نیازهای عاطفی فرزندان خود را تأمین کرده، و در عین مهربانی افرادی جدی و مقید به انضباط بوده اند. می دانستند چگونه با کودکان خود ارتباط برقرار کرده و آنها را افرادی مستقل و متکی به خویش بار آورند اگرچه عدم حضور پدر الزاما در دراز مدت مسائلی را برای بچه به وجود نمی آورد، باوجود این، نتایج پژوهش های انجام شده نشان می دهد حضور پدر و شرکت فعالانه او در پرورش کودک از هر نظر لازم و ضروری است.

ادامه مطلب نامه های شگفت انگیز... از صفحه ۵

دور چشمان می کشند و سر ناخن های خود را با رنگ قرمز خوشرنگی رنگ می کنند و این ماده را از شیره برگ های درخت کوچک ویژه ای می گیرند و همواره گلی یا میوه ای و یا شیشه کوچکی از عطر در دست دارند. در اطاق آنها جز فرشی که بر روی آن راه می روند چیز دیگری وجود ندارد و اطاق ها با آئینه های بزرگ و کاناپه ها و طاقچه ها تزئین یافته اند. بر روی این طاقچه ها ظروف بلورین و زرین و سمین چیده شده اند و در آنها عطر و عصاره گل و گیاه و اشیاء کوچک آرایش خود را نگاه می دارند. از صندلی استفاده نمی کنند، با این حال چهارپایه های کوچکی وجود دارد که می توانند بر روی آنها بنشینند ولی اغلب به صورت چهار زانو بر روی قالی های گرانبها می نشینند و در پشت سر آنها پشتی های بزرگ مربع شکل از پارچه زربفت وجود دارد که بر آنها تکیه می زنند و در پهلوئی خود بالش کوچکی دارند که به میل خود آن را حرکت می دهند و جای آن را عوض می کنند. وقتی که چندین نفر از آنها باهم هستند، نوعی دایره تشکیل می دهند.

برای مثال، پسرهایی که به علت طلاق از دیدار پدر محروم هستند نمی توانند به نحو موفقیت آمیزی با پسرهای هم سن و سال خود رقابت کنند، گاهی نابالغ می شوند یا فقط با دخترها یا پسرهای کوچکتر از خود بازی می کنند. پسرهایی که در سنین بالاتر ارتباط خود را با پدر از دست می دهند، به گونه ای دیگر واکنش نشان داده و در برابر بزرگترها از خود سرکشی و لجبازی نشان می دهند. این گونه بچه ها اغلب پرخاشگر و لجباز شده و به انضباط درآوردن آنها مشکلتر از پسرهای معمولی است.

گرچه اثرات معکوس از دست دادن پدر برای پسرها مسائل بیشتری ایجاد می کند تا دختران، باوجود این، برای دخترها هم دشواری هایی پدید می آورد. این مسائل غالباً موقعی بروز می کند که دخترها به سن بلوغ می رسند. دخترهایی که در سنین بلوغ به علت جدایی والدین، ارتباط با پدر را از دست می دهند، در برقراری ارتباط عشقی مطلوب با همسران شان دچار مشکل زیادتری می شوند. بنابر پژوهش های انجام شده، دخترهایی که با پدرشان زندگی نمی کنند، در زندگی زناشویی از استقلال و قاطعیت کمتری برخوردارند.

این گونه دختران اغلب زندگی مشترک ناپایدار و نامطلوبی دارند و احتمال طلاق و جدایی در آنها زیادتر است. آنها اغلب شوهرانی انتخاب می کنند که خودمحور و ناپخته بوده، نمی توانند جوابگوی نیازها و

آنها معمولاً موهای خود را به شکل گیسوهایی تقسیم شده و بافته که بر روی شانه هایشان می افتد، می آریند و صفحات زرین سبک و گوهرهای مختلف به آن می بندند و هنری دارند که می دانند چگونه سر خود را حرکت دهند تا زیبایی چهره و الماس گیسوانشان را نمایان سازد. آنان یکی از پره های بینی خود را سوراخ می کنند و یک حلقه زرین را که چند الماس درشت در آن نشانداده شده است به آن می آویزند. اطراف گوش های آنها نیز در چندین جا سوراخ شده است و به اندازه سوراخ ها، گوشواره های هلال مانند جواهرنشان به گوش می آویزند. گردن بندها، دستبندها و انگشتری هایشان گاهی دارای ارزش غیرقابل تخمین است.

اندام آنها معمولاً متناسب و زیبا و حالت شان پر از لطف است. رنگ پوست برخی از آنان تقریباً سفید است ولی معمولاً رنگ پوست آنها زیتونی است. زنانی که در پی زیباتر کردن خود هستند با آب زعفران وحشی صورت خود را سرخاب می زنند و همچنین ترکیبی می سازند که آن را سرمه می نامند و رنگ سیاه تند دارد و با این ماده خطی به

ادامه مطلب یک سینه سخن... از صفحه ۸

دو لول تریاک بیرون آورد. با دست دیگر تقاضای پول کرد. هر مز ۷۵۰ دلار شمرد و برای یک و نیم لول تریاک در دست جوان سیاهپوست گذاشت. سیاهپوست از او پرسید: فوراً؟ هر مز گفت: نو. و تریاکها را از دست سیاهپوست قاپید و به سرعت از در خانه خارج شد.

بیرون در با دیدن چند نفر با نورافکن و دوربین ویدئو خشکش زد. دو نفر جلو آمدند و با نشان دادن آرمی طلائی رنگ که بر روی قطعه چرمی کوبیده شده، خود را پلیس معرفی کردند و تا آمد به خود بیاید به دست هایش دستبند زدند و او را به اداره پلیس بردند.

هرمز خواست چیزهایی سرهم کند اما ماموران به او گفتند جای انکار نیست زیرا از لحظه ورود شما به داخل خانه و رد و بدل کردن پول همه اش به وسیله دوربین های مخفی فیلمبرداری شده و شما را به عنوان دلال فروش مواد مخدر تحویل زندان خواهیم داد.

آقای پشیمان و مهمانش یک ساعتی منتظر پسر نشستند. خبری نشد ناچار شماره حسین آقای پیتزا فروش را گرفت. حسین آقا گفت: «من هم منتظر او هستم زیرا قرار بود یک لول هم برای من بخرد.»

ساعت حدود سه صبح بود که تلفن زنگ زد. آقای پشیمان که چندبار به پلیس زنگ زده بود، با سرعت گوشی را برداشت. پسرش هرمز بود. با صدای دردناکی گفت: «سلام بابا، منم توی زندون. ببین چه بلائی سرم آوردی. منو به اتهام خرید و فروش مواد مخدر گرفتند. همه اش تقصیر شماهاست. به خدا قسم به محض اینکه از زندان آزاد شدم می رم با مامان زندگی می کنم.»

آقای مه پور حاج و واج به مکالمه آقای پشیمان گوش می داد. مستی از سر هر دو رفیق قدیمی پریده بود. بطری های خالی کنار سفره ولو شده بود. تلویزیون داشت اخبار می گفت. پدر داشت نشانی زندان را از پسرش می گرفت و با شنیدن قرار یکصد هزار دلاری آنهم نقد، برق از همه جایش پرید. تلفن را رها کرد و دو دستی محکم کوبید توی سرش. رو به آقای مه پور کرد: «والله راستش، دیدی چه خاکی به سرم شد؟»

پدر گفت: «پسر جان، این آمریکایی ها اصلاً نمی دونن تریاک چیه که بدونن غیرقانونیه. بیا اینم پول، بگیر و برو یکی دو نخود ازش بخرا!»

پسر که می دانست بحث کردن با پدر یک دنده فایده ای ندارد، قبول کرد. سوار اتومبیل شد و به سراغ حسین آقای پیتزا فروش رفت. حسین آقا داشت جمع و جور می کرد تا مغازه اش را ببندد که هرمز وارد شد. بعد از سلام جریان میهمان پدرش و هوس آخر شب آنها را به او گفت. حسین آقا گفت: «هرمز جان، من خودم اینکاره نیستم و اون هم که اون شب با پدرت کشیدیم یک سیاه آمریکایی برام به عنوان نمونه آورد و گفت هروقت بخوای تلفن بکن برات بیارم.»

هرمز که می دانست اگر دست خالی به خانه برگردد، گرفتار شماتت پدر خواهد شد، گفت: «حسین آقا ترا به خدا کاری بکن.» حسین پیتزا فروش شماره ای را که بر روی صفحه تقویم دیواری یادداشت کرده بود، گرفت و با انگلیسی دست و پا شکسته ای دو سه بار گفت: «دیس ایز حسین پیتزا پیتزا! هو ماچ؟ فایو هاندرد؟! آدرس؟» و شروع کرد به نوشتن آدرس و در حالیکه با سرش هم تعظیم می کرد گفت: «تنک یو، تنک یو.»

گوشی را که گذاشت، گفت: «هرمز جان، یارو خیلی ارزون می ده، لولی پونصد دلار، مفتیه. بیا این پونصد دلار، تو رو بخدا یه لول هم واسه من بگیر. آمریکائیه خره نمی فهمه داره نصف قیمت می فروشه، اینم آدرسش.» هرمز پول را از دست حسین پیتزا فروش گرفت. به نشانی که در دستش بود مراجعه کرد، چراغ های بیرون روشن بود. چندبار به اطراف نگاه کرد. چیزی غیرعادی به نظرش نرسید. یکبار دیگر به شماره خانه و شماره توی دستش نگاه کرد. خودش بود. انگشت روی تکمه زنگ گذاشت. در باز شد. جوان سیاه پوستی با لبخند در را گشود. و با لهجه سیاهی گفت: «های من.» و با انگشت او را به داخل راهرو دعوت کرد. هرمز که عجله داشت هرچه زودتر از شر ماموریت اجباری خلاص شود، وارد راهرو شد و گفت: «اپیوم؟ اپیوم؟»

مرد سیاهپوست دست در جیب کرد،

ماهنامه پژواک

(408) 221-8624

www.pezhvak.com

ادامه مطلب خفاش... از صفحه ۴۵

تگرزاس که در دهه گذشته از خفاش‌ها ترس داشتند اکنون از اعضای پروپا قرص انجمن بی.سی.آی شده‌اند و به تازگی غار براکن که در فاصله شصت مایلی این شهر است را خریداری کرده‌اند تا بتوانند از بیست میلیون خفاش دم آزاد مکزیک که بزرگ‌ترین کلونی خفاش‌ها هستند، محافظت کنند. این خفاش‌ها ۲۵۰ تن حشره را در هر شب می‌خورند. ضمناً کشاورزان با ساختن آشیانه خفاش در کشتزارها توانسته‌اند احتیاج خود را نسبت به حشره کش‌ها کم کنند. زمانی محصولات ذرت توسط کرم‌های ذرت آفت زده می‌شدند که حدود یک الی چهار لارو پروانه در هر خوشه بود، اما در چند سال اخیر وجود کلونی‌های خفاش‌ها آفت در کشتزارهای ذرت را بسیار کم کرده‌است. این کلونی‌ها یکی از عوامل مهم جذب گردشگر در این منطقه به‌شمار می‌آید. پرواز گروه گروه خفاش‌ها در تاریکی مایه شادی مردم که در رستوران‌ها جمع شده و منتظر تماشای پرواز خفاش‌ها هستند می‌شود. گروه‌های پژوهشی ویژه‌ای هم وجود دارند تا به وسیله دستگاه‌های مختلف بتوانند صدا و امواج خفاش‌ها را دریافت کنند. وقتی این دستگاه‌ها علامت می‌دهند، تماشاچیان با دقت به آسمان نگاه می‌کنند، چون می‌دانند خفاش‌ها به پرواز درآمده‌اند.

ادامه مطلب به کجا می‌روید... از صفحه ۲۲

شما به صورت عادت در آمده‌است. خوشبختانه همان طور که انسان می‌تواند یاد بگیرد که کاری را انجام دهد به همان صورت هم می‌تواند که آن کار را انجام ندهد.

سهراب سپهری می‌گوید:

غبار عادت پیوسته در مسیر تماشاست

همیشه با نفس تازه راه باید رفت

و فوت باید کرد

که پاک پاک شود صورت طلایی مرگ

و کمتری صرف آن می‌کند. وقتی با چیز جدیدی آشنا می‌شویم، مغز ما انرژی بیشتری صرف می‌کند و این با تخمین مدت زمان تناظر دارد. نکته کلیدی در همه سنین آن است که مطمئن باشید به دنبال انجام کارهای جدید هستید.

آیا با تجربه رویدادهای تازه و سرگرم‌کننده زمان مثل باد نمی‌گذرد؟

در زمان حال و هنگام تجربه آن رویدادها شاید اینطور باشد، اما با نگاه به گذشته به نظر می‌رسد که این وقایع بسیار طولانی‌تر گذشته‌اند، به دلیل همه‌خاطره‌های تازه‌ای که در مسیر تجربه آنها ساخته‌ایم.

در مالزی و ساراواک هم خفاش در پوشش جانورهای حفاظت شده‌است. آستین تگرزاس خانه تابستانی خفاش‌های شهری آمریکای شمالی است. برآورد می‌شود که در این منطقه ۱,۵۰۰,۰۰۰ خفاش هر شب ۱۰,۰۰۰ تا ۳۰,۰۰۰ پوند حشره شکار می‌کنند. سالانه ۱۰۰,۰۰۰ گردشگر برای تماشای پرواز شبانه خفاش‌ها به این منطقه می‌آیند.

در حدود ده درصد معادن موجود در غرب آمریکا گروه‌های مهم خفاش‌ها زندگی می‌کنند و برای معادنی که در شمال و شرق این کشور هستند این مقادیر به مراتب بیشتر است. حفاظت از خفاش‌ها اغلب ساده‌تر و کم خرج‌تر از حفاظت از دیگر حیوانات است. خفاش‌ها نیاز به توجه خاص دارند که البته تأمین این نیاز آنها خیلی سخت است. طبق مطالعات انجام شده توسط دانشگاه شیکاگو، دولت حدود پنج میلیون دلار برای حفاظت از یک پلنگ در فلوریدا، ۱۸۴ هزار دلار برای خرس و بیشتر از ۵/۱ میلیون دلار برای کرس کالیفرنایی خرج می‌کند و این در حالی است که در مورد خفاش خاکستری که در حال انقراض است این بودجه کمتر از ۳ دلار بوده است. اما با توجه به ارزش بومشناختی و اقتصادی این پستاندار، منبع سرمایه‌گذاری خوبی برای امور کشاورزی خواهد بود. مردم شهر ۱۳۰۰۰ نفری آستین

عادت‌ها هم حاصل تکرار و یادگیری عمیق انسان هستند. اگر انسان رفتار، گفتار و یا کاری را به صورتی انجام دهد که تکرار شود کم‌کم این رفتار، گفتار و یا کار به صورت خودکار و بدون هیچ زحمت و دردمندی انجام می‌گردد. اگر کاری و یا رفتاری به صورت خودکار و ناخودآگاه از شما سرزند بدون اینکه شما آگاهانه از انجام آن اطلاع داشته باشید، می‌گوییم که این رفتار در

که به نفع ماست اگر تمام فهم خود از چگونگی گذر زمان را تغییر دهیم. او می‌گوید: "اگر نسبت به زمان خنثی شویم، یعنی به رویدادهای گذشته و حال و آینده با اهمیت یکسان فکر کنیم، می‌تواند تأثیر مثبتی بر سلامت روانی ما داشته باشد. این تغییر ذهنیت می‌تواند ما را از قید زمان رها کند، چه مثل باد بگذرد و چه کش بیاید."

دیوید ایگلن باور دارد که راز این معما در تجربه‌های تازه نهفته است. او می‌گوید: "مغز ساز و کاری دارد که سرکوب تکرار نامیده می‌شود. اگر کار یکسانی را بارها و بارها انجام دهیم، مغز ما انرژی کمتر

ادامه مطلب آیا با بالا... از صفحه ۱۵

تناسب با زمانی که تا کنون زیسته‌ایم ادراک می‌کنیم." یک سال برای یک بچه دوساله به معنای نیمی از عمر اوست، برای همین است که فاصله بین تولد با به نظر افراد جوان‌تر به اندازه یک عمر طول می‌کشد. وقتی که ده ساله می‌شویم، یک سال معادل ده درصد عمر ماست و بنابراین انتظار برای تولد بعدی قابل‌تحمیل‌تر می‌شود.

این ریاضیدان می‌گوید: "این ایده پیشنهاد می‌کند که ادراک زمان با مقیاس لگاریتمی تغییر می‌کند، یا سرعت گذر آن افزایش نمایی دارد."

هر چقدر خاطرات بیشتری ساخته باشیم، فکر می‌کنیم که زمان بیشتری گذشته است. روث اوگدن باور دارد که حافظه نقشی حیاتی در محاسبه این دارد که زمان چقدر سریع گذشته است. او می‌گوید: "مغز ما از مقدار خاطراتی که ساخته‌ایم برای تخمین زمانی که گذشته است استفاده می‌کند." اگر خاطرات زیادی ساخته باشیم مغز ما فکر می‌کند که باید زمان زیادی گذشته باشد. با خاطرات کمتر مغز ما فکر می‌کند که بازه زمانی مورد نظر بسیار کوتاه‌تر بوده است. او مثال می‌زند که احتمالاً مسیر رفتن به جایی که پیش از نرفته‌ایم، از نظر زمانی طولانی‌تر از مسیر برگشت از همان مکان به نظرمان می‌رسد. چرا که در هنگام رسیدن به آن مکان مغز ما باید خاطره‌های جدید زیادی را ثبت کند، در حالی که در مسیر بازگشت مغز ما فعالیت زیادی نخواهد داشت.

دیوید ایگلن می‌گوید که این فریبکاری حافظه توضیح می‌دهد که چرا زمان با افزایش سن سریع‌تر می‌گذرد. "در دوران کودکی شما مدام در حال ساختن خاطره‌های جدید درباره همه چیز هستید. وقتی سن شما بالاتر می‌رود به طور کلی دنیا را می‌شناسید و اینکه چگونه کار می‌کند، بنابراین مغز شما لازم ندارد که چیزها را به اندازه گذشته به خاطر بسپارد."

آیا راهی برای توقف تندتر شدن گذر زمان با افزایش سن وجود دارد؟ آدرین بژان، فیزیکدان و استاد مهندسی مکانیک از دانشگاه دوک آمریکا، می‌گوید که کلید این مسئله خواب است. یک مغز هشیار و استراحت‌کرده، سریع‌تر عمل می‌کند و زمان برایش کندتر می‌گذرد. به گفته این فیزیکدان "پرهیز از خستگی مفرط، تکنیکی است که برای تمام مراحل زندگی کار می‌کند." کریستوف هورل، فیلسوف ذهن و روانشناسی از دانشگاه واریک، فکر می‌کند

از سوی دیگر، فرهنگ‌های آسیایی می‌توانند بردبارتر و آهسته‌تر باشند. او می‌گوید که در زادگاهش ترکیه، مردم از افراط به تفریط تغییر مسیر می‌دهند. برای نمونه ناهار دسته جمعی میان ساعات کاری طولانی و کشتار است، اما به محض اینکه آن جمع به دفتر کار باز می‌گردد همه چیز سریع می‌شود. گمزه باور دارد که دلیل آن رویکرد آزادتر آنها به زمان است به خصوص در اوقاتی مثل وقت ناهار، اما در دیگر مواقع مردم در ترکیه آنقدر عجله دارند که به نظر می‌رسد زمان برای آنها خیلی سریع‌تر از بریتانیایی‌های گره‌خورده به زمان می‌گذرد.

خانم آرمان می‌گوید که برای مثال در بریتانیا تجربه سوار شدن به اتوبوس می‌تواند بسیار آرام و آهسته باشد، در حالی که همین تجربه در ترکیه ممکن است یک فرایند پراسترس و سریع باشد، چرا که اگر کمی در پیدا کردن و نشان دادن بلیط تامل کنید، فشار حاصل از عجله مسافران پشت سرتان را حس می‌کنید.

زمان برای مگس‌ها مثل باد می‌گذرد: اندرو جکسون، جانورشناس از تربیتی کالج دوپلین، روی این مطالعه کرده که جانوران و حشرات چگونه زمان را ادراک می‌کنند. او آزمایشی طراحی کرده است که نرخ سوسوزدن در موجودات مختلف را اندازه می‌گیرد. یعنی توانایی آنها برای اینکه چشمک‌های سریع یک منبع نور سوسوزن را به طور جداگانه تشخیص دهند.

این مقدار برای یک انسان متوسط حدود ۵۰ تا ۶۰ چشمک بر ثانیه است. اما برای حشرات، به طور قابل ملاحظه‌ای سریع‌تر است و بعضی انواع مگس‌ها تا ۲۴۰ چشمک بر ثانیه را هم می‌توانند تشخیص دهند. به این ترتیب مگس‌ها دنیا را به همان اندازه سریع و تند تجربه می‌کنند، با این حس که اطلاعات بسیار زیادی در زمان بسیار کوتاهی اتفاق می‌افتد. آقای جکسون می‌گوید که آنها احتمالاً می‌توانند از فاصله بسیار دور ببینند که مگس‌کش نزدیک می‌شود و به همین دلیل می‌توانند واکنش سریع نشان دهند و کنار بروند. این جانورشناس می‌گوید: "مانند این است که برای آنها زمان آهسته‌تر می‌گذرد نسبت به آنچه که برای ما به نظر می‌رسد."

گذر سریع زمان با ریاضیات قابل توضیح است: کیت ییتز، ریاضیدان از دانشگاه بٹ، باور دارد که می‌توان پدیده تندتر شدن گذر زمان با افزایش سن را به کمک ریاضیات توضیح داد. اگر ما خاطره‌های زیادی ساخته باشیم، مغز ما فکر می‌کند باید زمان زیادی گذشته باشد. خاطره‌های کمتر به معنای بازه زمانی کوتاه‌تر برای مغز است. به گفته آقای ییتز "یک نظریه ریاضی می‌گوید که ما یک بازه زمانی را در

ادامه مطلب صد سال تنهایی... از صفحه ۲۷

بود چون از ازدواج قبلیش سه دختر داشت. سال تحصیلی جدید که مهر ۱۳۴۸ شروع شد، خبری مثل بمب در دبیرستان پیچید. خانم بهشتی حامله بودند. کسی اصلا انتظار نداشت سرهنگ قاسمی در این سن چنین توانایی داشته باشد. کمیته شایعه پراکنی دبیرستان تمام روزهای مهرماه را مشغول فعالیت بود تا دلیل اصلی بچه دار شدن خانم بهشتی روشن شود. دست آخر آقای حیرانی دبیر ادبیات که شایع شده غزلیات عاشقانه بند تونبانی در تمجید از خانم بهشتی سروده علت را بیان کرد. به نظر ایشان خانم بهشتی از همان بدو ازدواج به فراست دریافت که از آتش اجاق سرهنگ آبی گرم نخواهد شد. بلافاصله از مشتریان همیشگی سونای استالیون گردید و نتیجه مطلوب گرفت. آقای لیلانی هم در تحقق موفقیت خانم بهشتی نقش موثری داشت.

با زایمان خانم بهشتی در بهار سال بعد و تولد پسرش بابک و شادی بی نهایت سرهنگ قاسمی آقای لیلانی هم ماموریتش را تمام شده تلقی کرده و برای همیشه از دبیرستان مارت رفت.

حالا دیگر وقتی سرهنگ برای بردن همسرش به دبیرستان می آمد با صدای بلند کرکری می خواند و می گفت: «شیر، شیر است اگر چه پیر باشد.» چنان به جان پسرش قسم می خورد که انگار نه انگار. خلاصه سال ها به سرعت طی شدند. من هم از اون مدرسه رفتم. داستان خانم بهشتی و سرهنگ قاسمی را به کلی فراموش کردم. انقلاب شد.

سه سال از انقلاب گذشته بود. روزی زیر پل کریمخان پیرمردی نحیفی را دیدم که در نایلکسی دو تا نان باگت گذاشته و سلانه سلانه راه می رود. با وجود تغییرات زیادی در چهره، شناختمش، خودش بود، سرهنگ قاسمی. انگار او نیز با اندکی تلاش من را به جا آورد. همان جا روی نیمکت نشسته کلی صحبت کردیم. توضیح داد که خانم بهشتی همراه پسرشان، بابک، دو سال قبل از انقلاب به آمریکا رفتند. همان کالیفرنیا که همیشه دوست داشت. خود سرهنگ هم قرار بود به آنها محلق شود که انقلاب روی داد. آهی کشید و گفت که همه ثروتش مصادره و خودش هم ممنوع الخروج شده است. حالا هم به تنهایی در آپارتمان کوچکی در همان حوالی زندگی می کند. مجموعه ای از بیماری های مختلف داشت که فهرست همه را با حوصله برآیم گفت و شمرد. دست آخر هم گفت: «به دلیل کم سویی چشمانم، مطمئنم روزی تو همین خیابون ماشینی به من خواهد زد.» و بعد آهی کشید و گفت: «خدا کنه راحت بمیرم و زجر نکشم.» **دنباله مطلب در صفحه ۵۸**

جناب سرهنگ برای پاجه خواری مهمان تازه وارد استفاده کرد. خلاصه جناب سرهنگ آمده بود دنبال نوه اش اشکان که ببرد خانه. مش صفر هم آخرین یادآوری را برای چندمین بار تکرار کرد: «جناب سرهنگ خدا شاهده که من همیشه مواظب اشکان شما هستم.» سرهنگ هم عین شاهزاده های فجری با مهارت کامل چند اسکناس به دقت تاشده را تو جیب کت مش صفر گذاشت و نوه اش را با خود برد. تمام حرکاتش نشان از وضعیت خوب مالی اش بود. خانم بهشتی دل تو دلش نبود تا اطلاعات دست اولی از جناب سرهنگ (بعدا فهمید اسمش قاسمی است) به دست آورد. باز کردن دهان مش صفر هزینه زیادی برای بهشتی نداشت و این که سرهنگ چند خانه در تهران و باغ در لواسان دارد و همچنین مدیر حفاظت یک کارخانه بزرگ در جاده کرج که حقوق بالایی میگیرد. خبر خوب اینکه از همسرش دو سال قبل جدا شده و سورپرایز اصلی هم این بود که دنبال تجدید فراش است و می خواهد از همسر تازه اش هم بچه دار، ترجیحا پسر، بشود. بهتر از این نمی شد.

خانم بهشتی شانس آورده بود که اشکان تو یکی از کلاس ها، شاگردش بود. وقتی بعد از سیزده بدر در فروردین سال ۱۳۴۸ کلاس ها تشکیل شد نامه ای مودبانه و سراسر چاپلوسانه در مورد اشکان به سرهنگ نوشت و در خواست حضور او را در دبیرستان کرد تا درباره پیشرفت اشکان جون در یادگیری زبان انگلیسی توضیحاتی بدهد. قرار احتمالی در همان نامه سه روز بعد ساعت دو بعدازظهر در دفتر دبیرستان تعیین شد. خانم بهشتی کارش را خوب بلد بود. وقتی با سرهنگ قاسمی ملاقات کرد اول توضیحاتی درباره استعداد خارق العاده اشکان در زبان آموزی داد و سپس به روش های تقویت آنها و معلم خصوصی و... میتونم در خونه شما تدریس... افعال معین، گذشته در آینده... قید... صفت... لهجه آمریکایی... چالز دیکنز... مارک تواین... و خلاصه مغز بیچاره سرهنگ را در ظرف تنها سی دقیقه شستشو داد. نتیجه اینکه قرار شد روزهای فرد از ساعت شش تا هشت در منزل سرهنگ، اشکان را درس انگلیسی بدهد.

خلاصه تا امتحانات خرداد شروع بشود خانم بهشتی با دریافت اسناد یک خانه بزرگ در خیابان جردن و یک باغ در لواسان به عنوان مهریه، رسما همسر سرهنگ قاسمی گردید. از اوایل تیر به بعد خانم بهشتی به همه تفهیم کرد که وی خانم قاسمی هستند و بهتر است با این عنوان خطاب بشوند. مشکل بعدی تحقق آرزوی سرهنگ در داشتن پسر

بود که تصاویر قبیح وی و آقای لیلانی در وضعیت های ناجور بر در و دیوار دستشویی های دانش آموزان ظاهر گردید. خانم بهشتی اغلب دامن های تک رنگ می پوشید به طوری که زانوهایش به خوبی دیده شوند. این نکته در همه نقاشی ها و کاریکاتورهای سرویس های بهداشتی مشهود بود. فراش مدرسه همیشه با مدیر دعوا داشت که باید پول بیشتری بابت مواد شوینده بدهد. به قول ایشان کثافت نقاشی های خاک برسری روی درب و دیوارها خیلی بیشتر از کف مستراح هاست. به تدریج که از حضور خانم بهشتی در دبیرستان می گذشت، کلاس هایش آرامتر و محیط رسانه ای دستشویی ها شلوغتر می شدند. شایعه پردازان همیشه ادعا می کردند که آقای لیلانی وقت آزادش را در سونای تازه تاسیس استالیون، ویژه بانوان سپری می کند. در ضمن نظریه های جنسی دکتر زیگموند فروید در ایران به بدترین شکل ممکن در همان دهه ۱۳۴۰ ارائه گردید. برخی مترجمان هم آتش بیار معرکه شده و داشتن رابطه جنسی را برای همه به ویژه خانم ها واجب می دانستند. شایعات زیادی بود که در این سونا به خانم های جا افتاده خدمات تکمیلی ماساژ هم توسط جوانان قوی هیکل ارائه می شود. کاریکاتورهای زیادی هم از حامله شدن سریع زنانی حکایت داشت که شوهری عینین اما در دل آرزوی بچه داشتند. مراجعه به سونای استالیون بهترین راه حل بود. معاندان روی انتخاب اسم استالیون هم نظر داشته و آن را به معنی اسب نری که ماده ها را باردار می کند دانسته و بر خدمات ویژه آن تاکید داشتند. خانم بهشتی در زنگ های تفریح اغلب لیوان چایی اش را بر می داشت و می رفت به دفتر آقای لیلانی. برای بستن دهن همه معاندان و بدگویان و مغرضین هم در اطاق را کاملا باز می گذاشت که هیچ شایعه ناجوری در غیبتش ساخته نشود و سوژه تازه ای به دست کاریکاتور سازان دیوار دستشویی ها نیفتد.

شاهزاده اسب سوار خانم بهشتی در آخرین روزهای اسفند همان سال پیدا شد. چند روزی بیشتر به عید نوروز نمانده بود. کلاس ها تق و لق بودند. پیرمردی حدود ۷۰ سال با بدنی ورزیده و کت و شلوار شیک، با سبیل های قیطونی وارد دبیرستان شد. اولین کسی که به استقبالش رفت تا ضمن خوش آمد گویی عیدی امسال را هم یادآور شود، مش صفر فراش مدرسه بود. البته خانم بهشتی از اطاق آقای لیلانی شاهد صحنه بود. مش صفر ظرف تنها سی ثانیه، چهل بار از عنوان

همون سبیل استالینی، کت و شلوار سرمه ای و کروات قرمز. مدت ها شعار خانم بهشتی دال بر «پول داشته باش، سر سبیل شاه نقاره بز» را زیر سؤال برده و از عدالت و ارزش کار و نهایتا انقلاب جهانی و پرولتاریا و... صحبت کرد. خانم بهشتی خیلی راحت به ایشان یادآوری کردند که «اگر خود کارل مارکس رفیق پولداری مثل فردریک انگلز نداشت چطور می توانست در لندن زندگی کند. مارکس زندگی مرفهی در انگلیس داشت. هزینه اصلاح هفتگی سر و ریشش معادل مزد هفتگی سرکارگر راه آهن در آن روزگار بود. لباس های شیک می پوشید و تغذیه خوبی هم داشت. همه این ها از صدقه سری و مرحمت رفیق پولدارش انگلز بود.» آقای یوسفی مات و مبهوت با دهان باز و سبیل آویزان محو سخنرانی خانم بهشتی در تجلیل پول و پولداری شده بود. نهایتا هم خانم بهشتی آخرین میخ را بر تابوت چپ در همان جلسه زد و گفت: «عدالت اصلا موضوع طبیعی نیست. در دنیائی که زندگی می کنیم افراد زرنگ پولدارتر هستند و می توانند از زندگی بهتری برخوردار باشند. درست مثل بازی فوتبال در مقابل بیست و دو بازیکن بین چهل تا صد هزار تماشاگر به عنوان سیاهی لشکر حضور دارند که روزنامه ها به اسمی آنها اشاره نمی کند. لابد میدونید خیلی از زندانیان سیاسی با پرداخت رشوه به افسران ارشد فرمانداری نظامی از قبیل سرتیپ فرهاد دادستان و حتی سپهبد تیمور بختیار از خطر اعدام رهیذند. شما که آمارشونو بهتر از من دارید.» آقای یوسفی تا آخر سال اصلا جیک اش در نیامد. تنها دبیری که خانم بهشتی رفتار متفاوتی با وی داشت آقای لیلانی دبیر ورزش بود. جوانی تا حدودی مثل سیلوسیترا استالونه سی و شش ساله که لیسانس تربیت بدنی و اطاق کار مستقلى داشت پر از کاپ هائی که دانش آوزان در سی و دو سالی که از فعالیت دبیرستان می گذشت به دست آورده بودند. حرف و حدیث زیادی پشت سر آقای لیلانی بود. می گفتند سال ها به عنوان ماساژور ویژه بانوان جا افتاده کار می کرده و از این راه پول زیادی به دست آورده. داشتن ماشینی بی. ام. و در آن زمان نشانی از کلاس بالای صاحبش بود. شایعه سازان دبیرستان معتقد بودند با توجه به ولخرجی های فراوان آقای لیلانی معلوم بود که ایشان هنوز چند مشتری که حاضرند با پرداخت پول های کلان بدنشان را به دستان پر قدرت لیلانی بسپارند. یک ماه از شروع به کار خانم بهشتی نگذشته

ادامه مطلب عشق، هوس، نفرت... از صفحه ۳۷

شاد بود که سراز پا نمی شناخت. گفت: «من می خواهم هم اکنون این خبر خوب را به فرانسيسكو بدهم که او هم مانند من هم از نگرانی دربیاید و هم به اندازه من خوشحال و شریک خوشبختی شما شود.»

فرانسيسكو از اینکه دخترش از دین برگشته غمگین شد اما چون توسط همان برگشتن از دین، زندگیش سر و سامان گرفته ابراز خوشحالی کرد و به الیزابتا گفت: «خب، حالا دیگر مانند تو در ایران بی فایده است. گمان می کنم که وقت بازگشتنت به رم باشد.» الیزابتا گفت: «خودم هم در این فکر بودم. اینک که اینها ازدواج کرده اند خوب نیست که من درخانه شان بمانم و مزاحمشان باشم. اما خیلی دلم می خواست که اینها هم می توانستند با من به رم بیایند.» این جمله را ربکا و فریدون شنیدند و برقی در چشمان شان درخشید. از آن ایده گرفتند و به هم گفتند: «چرا که نه؟»

کتانی به پا داشت. در شصت و پنج سالگی همچنان آن نگاه آرام گمراه کننده را به دنبال خرام خوش یک دخترک بیست و یکی دو ساله حرکت می داد. مرا بغل کرد. با هم روبروی یک میز شلوغ دانشجویی نشستیم و قهوه سفارش دادیم. این بار او درباره حکومت های وحشت و انسان وحشت زده حرف می زد. چه حرف های قشنگ شیرینی مثل همیشه گرم و گیرا. «که انسان این خمیرمایه مهربانی چطور ناگهان به دست قالب زن های وحشت مبدل به مجسمه های می شود که از ته حلقومش صدایی جز صدای اطاعت و ندایی جز ندای بندگی بر نمی خیزد.»

یک خرده درویش ماب شده بود. مثل گیاهی بود که سر ته روئیده باشد. بسیار می کوشیدم که از غرق شدن در تالاب چشمش در امان بمانم. تمام تجربه های گذشته اش را غلط می دانست. خود را سالک راهی تازه می خواند که در آن انسان، واحد رهایی و عدالت است. و معتقد است که باید این واحد را در میلیاردها ضرب کرد تا عدالت و رهایی بر جهان سایه گستر شود.

دلم می خواهد باورش کنم ولی فکر می کنم او هنوز عرق را مزه مزه می کند به اعتبار ویسکی و لباس زمخت می پوشد برای پنهان داشتن بهانه گیری های دل خوشگل پسند اشراف زاده اش. بدتر از همه طفلک هنوز زبان باز نکرده، در شصت و اندی سال هنوز برای گل های گلخانه و میله های راحت حرف می زند، نه برای گون های صحرایی و بوریا های خانقاه.

ربکا، وجیهه خانم و گلرخ و پرویز را به خانه رساند و فریدون را به خانه خود دعوت کرد. برای نخستین بار بود که فریدون به خانه ربکا می رفت. الیزابتا درست مانند اولین شبی که فریدون با نادزارینا به خانه اش رفت، از فریدون استقبال کرد و باز او را بوسید و دست او را گرفت و کشان کشان وارد سالن کرد و روی مبلی در کنار خود نشاند. همان صحنه نخستین بار در مقابل چشمان فریدون ظاهر شدند. دلش برای نادزارینا تنگ شد اما دیگر او را معشوق خود نمی دانست.

ربکا همه داستان را برای الیزابتا تعریف کرد و تاکیدهای مکرر هم می کرد که من همچنان قلبم متعلق به بانو است و هرگز بانو از دل من بیرون نخواهد رفت اما خوشبختانه همانطور که شما گفتید، خود بانو این راه را در پیش پای ما گذاشت که اکنون من و فریدون با هم ازدواج کردیم و زن و شوهر هستیم. الیزابتا شاد بود. آنقدر

را نشانش دادم و گفتم: «بندۀ از ایشان خجالت می کشم. به علاوه آقای (رژیس دبره) هنوز شغل دولتی نگرفته است.» گیلان ویسکی را تکان داد و گفت: «بالاخره باید از یک جا خدمت را شروع کرد. همیشه که نمی شود کنار گود نشست.» و من فقط گفتم: «شما معنی خدمت را مرتب عوض می کنید، گاهی می خواهید در کوهستان خدمت کنید با تفنگ، گاهی با نارنجک در شهر و گاهی با ژاکت در قصر.»

روزنامه عصر را آوردند. در صفحه اول شرح زد و خورد خیابانی «احمد زیرم» بود، از «خرابکاران» به تعریف روز که ساعت ها تیراندازی کرده و خانه به خانه جنگیده و حتی برای بستن زخمش، چادر نماز صاحبخانه را به دو تومان خریده و آخر هم با آخرین گلوله از پا درآمده بود. و دیدم که او با چه حسرتی عکس کشته «زیرم» را می نگرد که سخت شبیه «چه گوارا» بود و آن زن دهقان کاتولیک کلمبیبایی در اتاق من نبود که فریاد برآورد: «آه، خدای من، او مسیح است.» حسرت «آرماندو» در این لحظه درست شبیه حسرت روزی بود که گفت می خواهد «در انتظار گودو»ی «بکت» را فارسی کند و من به او گفتم که این مهم را «نجف دریابندری» مدتهاست به انجام رسانیده است و او بیخ کرد.

دفعه آخری که دیدمش دوباره همان گمشده سرگشته بود. سیبل پر پشت جانانهای گذاشته بود شبیه علی الهی های طلافروش بازار زرگرهای تهران. پلوور کت و کلفتی به تن و جین مندرس و کفش

ادامه مطلب یادداشت های بی تاریخ... از صفحه ۲۰

مرشد آنهاست که در کلمبیاست و با «چه» بوده و گیر افتاده و حالا باید برای نجات او فعالیت کرد.

باز هم نگاهشان کردم. رفیق من با آن چشم جادو و آن نگاه جهنمی آرام و رامم کرد. دست بچه ها را فشردم. و چه روزها و شبها یک گروه کوچک که مردم آرام دوستشان نداشتند برای رهایی آن آقای فیلسوف که آقای «سارتر» هم وی را نابغه دومی بعد از خویش خوانده بود جنگیدند و کسی نامشان را ندانست. در چه اتاق های زیر شیروانی تاریک و آشفته و بدبوی در کوچه «ریولی»، کوچه «موسیو لو پرنس» و هزار کوچه و پس کوچه دیگر ساحل چپ و راست «سن» با آنها بسر بردم. در اتاقها پوستر بزرگ «چه» را به دیوارها دیدم و پسرها که دلشان می خواست «چه» باشند و دخترها که در آرزوی «چه» و یا نگاه به تصویر او، کله نشسته و صورت پشم آلود پسرها را به سینه می فشردند و آرمان که همواره به من می گفت: «کاش آزاد بودم می رفتم به کوه های لرستان یا کردستان مثل (چه)» و همین که می دید که جام شرابش خالی می شود، گارسن را صدا می زد که جام یا بطر تازه ای بیاورد و دور و برش پر بود از دخترهای پوتین پوشیده که به او لبخند می زدند و با او دوست می شدند و او گاه با حسرت شاعرانه ای از حمام نکردن دختر فرنگی و زن زیبای معطر ایرانی برایم حرف می زد و گاه از «بکت» و «ناتالی ساروت» و «هنریش بول» و «کورت والدهایم» و... همه، حرف ها به زنده باد «چه گوارا» ختم می شد و این که کاش ایران بودم و می زدم به کوه و آن رژیم جهنمی و آن جلاد را سرنگون می کردم.

در تهران معلمی می کردم. ساعت دو بعد از ظهر در صدر خبرها نام او را شنیدم که لباس پوشیده شرفیاب شده و حکم مهمی دریافت داشته است. «آرماندو گوارای» خودمان. آن کس که وقتی از زیبایی انقلاب و شکوه فرو ریختن کاخ ستم می گفت من توی چشم های هفت رنگش گم می شدم.

همه به دیدنش رفتند. همه کتاب خوانده ها. امید کتاب خوانها به جایی رسیده بود و او به دیدن من آمد. در اتاقی که به اندازه یک سلول زندان جای حرکت داشت و باقی اش پر از کتاب و کاغذ بود. گیلان ویسکی را جلویم گذاشتم بدون حرف. یک عکس قدیمی داشتم از شورش ۶۸ پاریس جلو پوستری از «چه» ایستاده بودم. ترسیده و زیر چشمی نگاهش کرد. بعد به من گفت آیا حاضرم با او همکاری کنم؟! با دست عکس

راه های نجاتی را که ارائه می داد چیز در هم و برهم و نامنظمی بود شبیه مخلوطی از طب قدیم و پزشکی فضایی. آیا هرگز اندیشیده اید که یک قرع و انبیق کیمیاگری اگر پر از دانه های ریز رنگارنگ و قرص های هزار رنگ داروهای فضایی باشد چه منظره زیبا و چشم نوازی دارد؟ برنامه های او در باغ خانه اش که رودخانه کوچکی از میان آن می گذشت و شبها به جای برق، چراغ زنبوری در آن روشن می کرد، چنین بود. دنبال هیچ گروهی که بخواهند این اندیشه ها را پیاده کنند نمی گشت. آدم ها جذب او می شدند. نگاه هزار رنگش کهر با بود. مغناطیس بود. شگفت آن که شیفتگان او بیشتر خانمها بودند. شاید فریفتگان دل به عشق بسته آن چشم جادو، آن لبخند گمراه کننده و آن ادب درنده همه «آرمان» را اینطور دوست می داشتند. گاهی به شوخی او را «آرماندو چه گوارا» بر وزن «ارنستو چه گوارا» صدا می زدند و او می خندید و یک جمله از «چه» را در ضرورت انقلاب مسلحانه نقل می کرد و گیلان ویسکی و یخش را تکان می داد و می گفت: «بزودی وقتی به آمریکای لاتین رفتم مشروبه را هم عوض خواهم کرد. (تکیلا) خواهم نوشید.» دوستان نزدیکش می گفتند مشروب مطلوب او ودکاست. ویسکی را برای جذابیت بیشتر به دست می گیرد و یکی از زن ها یک بار که مست کرده بود، به من گفت: «فلانی، مستی آرماندو دیدن دارد، دیدن دارد.»

یاد «نذیر سلیم» افتادم. یک دون ژوان که خواب های انقلابی می بیند.

توی همان کافه «کارتیه لاتن» قرار ملاقات داشتیم. آمد با یک کاپشن نظامی آمریکایی و پوتین. نشسته نشسته مثل آدمی که بغضش ترکیده باشد خبر مرگ «چه» را داد. خبر را شنیده بودم. جهان آرام، مرگ بچه های ناآرام را جشن گرفته بود و او، آرماندوی ایرانی، ساعت ها کنار آن میز، شراب ارزان قیمت بیسترو را خورد و به امپریالیزم دشنام داد و به نوکران امپریالیزم و مدیران ایران، و آنگاه از من که بربر نگاهش می کردم پرسید: «چرا خاموشم؟»

دو ساعت از شب گذشته دو تا فرانسوی جوان، یک پسر و یک دختر که از نوع همان لباس های او بر تن داشتند به میز ما نزدیک شدند و به او سلام کردند و به هم معرفی شدید. به من گفت که اینها هسته های فکر «چه» در اروپا هستند. یک فیلسوف جوان به نام «رژیس دبره»

ادامه مطلب با کودک قربانی... از صفحه ۳۹

شان را برای شناخت مرز رفتار صحیح از ناصحیح از دست داده باشند: «اگر خاطراتان باشد وقتی خودمان هم کودک بودیم صحبت از پسر بچه هایی می شد که مثلا رفتارهای ناهنجار جنسی دارند، می گفتیم فلان پسر بچه شلوارش را می کشد پایین و ممکن بود همین رفتار دلیلی برای طرد شدنش در جامعه دوستان و همسالان باشد و به عنوان کودک بد رفتار یا بی ادب از او یاد می شد. در حالی که ممکن است علت رفتار بسیاری از این کودکان مورد تعرض قرار گرفتن باشد و بر اثر تعرض، قدرت تشخیص شان را برای شناخت مرز رفتار صحیح از ناصحیح گم کرده باشند. طبعاً وقتی طرد می شوند بدترین اتفاق درونی برایشان رخ می دهد چون بدون اینکه بدانند چرا رها شده اند، تنها می مانند و خشم درونی شان شدیدتر می شود و امکان اعمال خشونت توسط آنها بیشتر می شود.»

من خود شاهد بوده ام که از دریافت جوایز نقدی بسیار گران (به دلار و به ریال) سر باز زده و از برگزاری مجالس بزرگداشت و تخصیص مجلات و نشریات در ستایش از آثارش به شدت جلوگیری کرده است. چند سال پیش در آمریکا، جمعی از شاگردانش، از ایرانی و انگلیسی و آمریکایی و فرانسوی و آلمانی گرفته تا هندی و چینی و ژاپنی جشن نامه ای تهیه کرده و به استاد یارشاطر سپرده بودند. استاد نیز یادداشتی بر آن افزوده بود. من مطالب این جشن نامه را برای علی دهباشی از لس آنجلس به تهران فرستادم، اما شفیع طبق معمول از انتشارش جلوگیری کرد! ناگفته نماند که استاد یارشاطر در یادداشت خود یادآور شده بود که او در دوران دانشجویی اش در ایران شاگرد ملک الشعرا بهار و بدیع الزمان فروزانفر بوده، اما از آنجا که این دو بزرگوار جز عربی با زبان های اروپایی آشنا نبوده اند، فضل شفیع کدکنی را نداشته اند. او افزون بر فضائل و کمالات این دو استاد در فرهنگ و معارف ایرانی و اسلامی، به دلیل تسلط بر زبان انگلیسی و توانایی استفاده از منابع و مآخذ معتبر جهانی در نقد ادبی و تصحیح متون، فضل بیشتری بر ایشان دارد.

هیچ چیز بدتر از عادت کردن به «شک» و «تردید» نیست. شک بین مردم تفرقه می اندازد و مانند سمی، دوستی ها را از بین می برد و روابط را خراب می کند. شک یک خار است که باعث می شود شمشیرها کشیده شوند.

ادامه مطلب درباره زندگی... از صفحه ۷

و ارسطو و کانت و دکارت و اسپینوزا تا هگل و مارکس و راسل و ویتهگنشتاین تأمل کرده و همه را مورد توجه قرار داده است. احاطه کم نظیرش بر آثار مکتوب و میراث عظیم فرهنگ و ادبیات ایرانی، در کنار آگاهی و تسلطش بر نظریات نقد ادبی مدرن جهانی و قدرت حافظه و نیروی استنباط و استدراک و بینش علمی و عقلانی او موجب شده که بیشترین سهم را در نقد ادبی معاصر ایران داشته باشد. او در روشنی هوش سرشار خود در حوزه تحقیقات ادبی نیز توانسته به آفاق دست یابد که دیگران یک سره از آن محروم بوده اند. تئوری های بکر و بدیع او و روش هایی که در تحقیقات ادبی و نقد شعر به دست داده، همراه با معیارها و ملاک های سازنده و اصطلاحات ابداعی اش همه و همه در کار تدریس و تحقیق شاگردان بسیارش، که استادان ادبیات و مطالعات ایرانی در ایران و جهاناند، راهنما و راهگشا بوده است.

موهبت تداعی معانی در کار تحقیق او را به نوعی شهود میتوان تعبیر کرد که من موارد و شواهدی از آن را جای جای در کتاب ها و رساله های پژوهشی اش یافته ام و نمونه هایی از آن را در کتاب «شفیعی کدکنی و نقد ادبی»، که در دست انتشار است، آورده ام. سلسله این تداعی معانی گاه از میحی از منطق قدیم آغاز می شود و به تئوری روانشناسی مدرنی در غرب می رسد و از آنجا به استناد نظریاتی از منتقدان ادبی جهان به موضوع مورد بحث باز می گردد و نتیجه ای سودمند و روشنگر می گیرد.

و اما مهمترین خصلت شخص شفیع کدکنی تناقضی است که در عواطف و افکارش وجود دارد. از یاد نباید برد که او شاعری است هنرمند و خود او وجود تناقض را در هنرمندان امری ناگزیر می داند. به نظر او «محور این تناقض وجودی هنرمندان می تواند از امور فردی و شخصی سرچشمه بگیرد و در حوزه امور تاریخی و اجتماعی و ملی خود را بنمایاند. حتی در ورای مسائل تاریخی و اجتماعی در حوزه الاهیات هم این تناقض خود را نشان دهد.» چنین است که در جستجوی ماهیت عقاید و آرای او نباید به یافتن آثار این تضاد و تناقض پرداخت. واقعیت این است: او در عین حال که آدمی برخوردار از ایمان استوار مذهبی است، در مباحث فلسفی که بر آنها آگاهی دارد، جانب عقل و استدلال و تجربه را رها نمی کند، تا آنجا که خواننده آثارش ممکن است از آن

در پی معرفی سید احمد خراسانی به دیدار استاد دکتر علی اکبر فیاض، بنیانگذار دانشکده ادبیات دانشگاه مشهد، استاد در ادبیات و فلسفه، دانشمندی که بر زبان های انگلیسی و فرانسوی و روسی و یونانی و لاتین احاطه داشت می رود و به راهنمایی او در امتحان ورودی آن دانشکده شرکت می کند و شاگرد اول می شود؛ در ۱۳۴۴، پس از پایان دوره لیسانس (کارشناسی) در زبان و ادبیات فارسی و کسب مقام اول و بهره مندی از درس استادانش دکتر فیاض، دکتر غلامحسین یوسفی، دکتر احمدعلی رجایی بخارایی، دکتر جلال متینی و دیگران، برای تکمیل درس در دوره دکتری راهی دانشکده ادبیات دانشگاه تهران می شود و پس از طی درس های این دوره در شهریور ۱۳۴۸ از رساله بدیع و درخشان خود درباره «صور خیال در شعر فارسی تا پایان قرن پنجم هجری»، به راهنمایی استاد دکتر خائلی دفاع می کند و با درجه بسیار خوب قبول می شود. پس از پایان کار دکتر خائلی در نامه ای به رییس دانشگاه تهران درخواست استخدام او را برای کار تدریس می کند. استاد فروزانفر زیر همین درخواست به تأیید می نویسد: «احترامی است به فضیلت.»

سلوک شخصی

دوستی پنجاه و چند ساله با شفیع کدکنی از سعادت های زندگی من بوده است. انس و الفت شخصی و همنشینی و همسایگی و همخانگی با او در آفاق عالم، از آکسفورد در انگلیس و پرینستون در آمریکا و توکیو در ژاپن و سفرهای بسیار به نقاط پراکنده عالم و شهرها و روستاهای ایران موجب شده که از همه زوایا و خفایای خلیات و سلوک شخصی او آگاه شوم و ضعف ها و قوت هایش را بشناسم. او طلبه ای است با تمام خصوصیات استغنا و زهد و تقوا و پارسایی و مناعت طبع و حرص در یادگیری که از قرون وسطا به جهان مدرن پرتاب شده است. به معنی واقعی کلمه «طلبه» است. می تواند روزها را با نان و ماستی در گوشه اتاقش به سر آورد، اما نمی تواند بی کتاب و قلم و کاغذ سر کند. فضائل ذاتی و اکتسابی او، از حدت ذهن و هوش فوق العاده گرفته تا عقل نقاد و ذوق سرشار، از او اعجوبه ای ساخته که در میان معاصران ما همتا ندارد. اما تناقض در اینجاست که طلبه ما همانگونه که علوم حوزوی را تا کسب درجه اجتهاد ملکه ذهن خود کرده، در عالم فلسفه غرب در آراء افلاطون

ادامه مطلب لاله... از صفحه ۳۲

آن لاله رخ که سوخت دل من به داغ او / روشن بود همیشه الهی چراغ او
[الهی بازار او گرم باشد، زنده بماند.]
نیست بی‌می باغ را نوری می روشن بیار / تیره می‌سوزد چراغ لاله‌ها روغن بیار
اگرچه لاله طور است روی روشن او / چراغ صبح بود با بیاض گردن او
[روی او چون آتش طور سینا روشن است و سبیدی گردنش چون سبیده سحر است.]
ناید روشنی بردن به شب زین پس که بی آتش / ز لاله دشت پرشمع است و از گل باغ پرشعله
هر دم شکفته تر شود از آه من رخت / از رهگذار باد چه غم شمع لاله را
از ره مرو به عیش شبستان این چمن / جز شمع گشته چیست به فانوس لاله را
شمع گشته = شمع خاموش شده، در اشاره به سوختگی لاله. [قریب ظاهر این دنیا را مخور]
چنان پرتو افشانند شمع قمر / که زد شعله از مشعل لاله سر
لاله را به منقل و تنور تشبیه کرده‌اند و با داغ سیاه آن مضامینی پدید آورده‌اند، با چهار بیت از وحشی بافقی، هلالی جغتایی، صائب و غالب دهلوی:
پنجه تاک ز سرمای سحر می‌لرزد / لاله از بهر همین کرده فروزان منقل
پنجه تاک به برگ پنجه‌ای آن اشاره دارد.
لاله آتش چو در تنور فروخت / قرص‌ها در ته تنور بسوخت
قرص = نان گرد. قرص سوخته نان به سیاهی ته لاله اشاره دارد.
مانند لاله سوخته نانی ست روزیم / آن هم فلک به خون جگر می‌دهد مرا
کباب نوبهار اندر تنور لاله می‌سوزد / چه فیض از میزبان لالایی پیشه مهمان را
صائب در بیت زیر لاله سرخ داغدار را پیام‌آور عالم دیگر می‌داند:
نفس سوخته لاله خطی آورده است / از دل خاک، که آرام در آنجا هم نیست
خطی = نامه‌ای، پیامی.

ادامه مطلب صد سال تنهایی... از صفحه ۵۵

بار برایشون میگم. همیشه با احترام گوش می‌کنند.» خداحافظی کردیم و جدا شدیم. چند ماه گذشت. یک روز در صفحه حوادث یکی از روزنامه‌ها خواندم که ماشین‌های عبوری از روی پل کریمخان شبانه پیرمردی را زیر گرفته و باعث مرگ او شده‌اند. اغلب عابران گفته بودند انگار قربانی اختلال حواس داشته و نمی‌دانسته که نباید بالای پل می‌رفته که فقط مختص اتومبیل‌هاست. تردید نداشتم که خود سرهنگ قاسمی بود. در آرزوی خواندن نامه‌ای و شنیدن زنگ تلفنی آنقدر زجر کشید که به آن شکل دست به خودکشی زد. صدسال تنهایی سرهنگ به پایان رسید. دیگر منتظر زنگ کسی نماند.
کتابفروشی‌های کریم خان هنوز کتبی در رابطه با نظریه‌های فروید منتشر می‌کنند. مشتریانی اغلب سالمند هم کتاب‌های خرید را در روزنامه می‌پسند و به خانه می‌برند تا در فرصت مناسبی بخوانند و بعد بیایند در پارک درباره نظرات فروید حرف بزنند، بدون این که کسی گوش بکند. بزرگترین دلخوشی‌شان پیدا کردن راه خانه موقع ظهر است. اغلب‌شان شلوارهای نظامی دوران خدمتشان را می‌پوشند. در خیالات خود برای زن زیبایی که از خیابان رد می‌شود متلک می‌اندازند و مدت‌ها می‌خندند. یاد شعار خانم بهشتی می‌افتم که همیشه می‌گفت: «پول داشته باش، سرسبیل شاه نقاره بز.»

مدتی سکوت برقرار شد. می‌خواستم بپرسم که آیا با خانم بهشتی و بابک در ارتباط هست که خودش از چهره‌ام متوجه شد. آهی دوباره کشید و گفت: «دریغ از یک نامه و تلفن. انگار صد ساله تنهام. کسی به من زنگ نمی‌زند. ثریا منتظر است تا بمیرم و بیاید حقوق بازنشستگی ام رو بگیرد. شاید هم اصلاً تهران نیاد. شنیدم در اونجا و کلاهی هستند که همه کارهای حقوقی را در ایران انجام می‌دهند.» درد دلش باز شده بود و مدام حرف می‌زد. از بابک بیشتر دلخور بود. طوری می‌گفت «پسرم بابک» که اشک در چشمانش حلقه می‌زد. ادامه داد: «هیچکس تو خیابون به من آشنائی نمیده. تلفن خونه از بس کار نکرده کارتونک بسته.»
از آن سبیل قیطانی به سبک سالوادور دالی، صورت به دقت اصلاح شده، کت و شلوارهای شیک مد روز دیگر خبری نبود. نوک‌های باگت از زنبیل بیرون زده بود. با کمک از دسته‌های نیمکت به زحمت از جایش بلند شد. وقت خداحافظی بود. آخرین جمله سرهنگ که گفت: «از مرگ در تنهایی وحشت دارم. تنهایی خیلی طاقت فرساست. کاش سگی داشتم که با هم وقت می‌گذروندیم. تنها دلخوشیم زل زدن به دگمه‌های فرنج ام است. شیر و خورشید و شمشری که دست شیره. ساعت‌ها با شیرهای دگمه هام حرف می‌زنم. خاطرات کسالت بام را هزاران

ادامه مطلب تاریخ طنز در... از صفحه ۴

این نکته مهم را هم در یاد باید داشت که نویسندگان «عقایدالنساء» در پی گردآوری «فرهنگ توده» نبوده‌اند و انگیزه او در نوشتن این رساله، دست انداختن و ریشخند کردن خرافات و معتقدات مردم روزگار و به ویژه زنان اصفهانی بوده است. افزون بر این، شاید به یک اعتبار، به ویژه با به دیده داشتن زمان و محیط نویسندگان «عقایدالنساء»، بتوان گفت که این ریشخند مشمول حال آن دسته از مردم نیز می‌گردیده که یک مشت منقولات موهوم را چون اصول موضوعه و بدیهیات اولیه دست کم در ظاهر پذیرفته بودند و خود را از «علما» می‌شمردند و نویسندگان این رساله گویی خواسته است بگوید که کهر کم از کود نیست، همه سر و ته یک کرباسند. (۶۹)
نحوه ریشخند و موضوعاتی که پیش می‌کشد خیلی جالب است. مثلاً این معنی را که زنان برای این که آرایش شان خراب نشود، از اجرای غسل و وضو که ظاهراً بدان پایبند بودند، سر باز می‌زدند، چنین تشریح می‌کند:
بدان که اجماع فتوای زنان است که وضو و غسل واجب است مگر در چند موضع: وقتی که دست را حنا و نکار بسته باشند و یا ابرو گذاشته باشند، یا زرک چسبانیده باشند، در این صورت ها ترک وضو و غسل واجب است. (۷۰)
به گفته آقا جمال، زن باید حتی اعمال مذهبی را فدا کند تا مبادا شوهر دست از پا خطا کند:
اما غسل، هرگاه جاریه داشته باشد و یکی، از مادر زن یا خویشان زن حاضر نباشد که از شوهر او مخبر باشد یا شوهر را امین نداند که مبادا زن به حمام رود شوهرش با جاریه مقاربت نماید، در این صورت ترک غسل واجب است. (۷۱)
آقاجمال مسأله محرم و نامحرم را نیز به شیوه جالبی مورد انتقاد قرار می‌دهد:
کسانی که نامحرمند اول عمامه به سر، اگرچه کوچک و کمتر از پانزده سال داشته باشند، ولی عمامه هرچه بزرگتر باشد صاحب آن بیشتر نامحرم است. و طالبان علم، در هر لباسی باشند. دیگر علما و پیش نمازان و خدام مساجد و روضه خوان و واعظ و تاجر و کسانی که به حج رفته باشند... و واجب است این چند طایفه اگر محرم نسبی هم هستند مانند شوهر یا پسر خود و عمو یا پسر برادر و پسرخواهر و دایی و حتی شوهر خود، زن از آنها بگریزد و اجتناب نماید، والا گناه کرده است. اما

Trans People Cut Off From Medication in Iranian Prisons

Shaya Goldoust



Mahdieh Golroo is a women's rights activist who has been repeatedly detained in Iran for her political activity. The former prisoner of conscience has told Shaya Goldoust that in her experience, jailed LGBT Iranians suffered the worst treatment of all at the hands of the guards. "Heterosexual women and men alone face many problems in prison," she said. "The conditions are worse for women, and for religious and ethnic minorities. Violence and harassment against the LGBT community, though, is the most commonplace because they are in a 'lower' position and the power structure allows them to be discriminated against and humiliated more."

Golroo was first arrested in December 2009 for her early peaceful activism. She was then jailed again in 2014 after taking part in a women's protest in Tehran. Between long periods in solitary confinement, she spent time on the public wards of several different prisons and got to know many members of the LGBT community, especially transgender people.

"Their identities were not recognized," she says, "and so there was usually a lot of conflict during their period of temporary detention, before their transfer to the women's or the men's ward. In difficult circumstances, these people were forced to constantly prove their true identities. "People who define their identities as female and are imprisoned alongside men, or the other way around, may be subjected to a great deal of violence, not just from the judicial system, but from their fellow prisoners.

"One of the reasons for this behavior is our society's ignorance of sexuality and 'gender' issues. This makes the conditions in prison very difficult, and even unbearable during the trial. Judges who handle their cases don't recognize their identities and constantly humiliate and insult them, using very bad slurs to address them, making them mentally even more vulnerable."

When a trans man is placed on a women's prison ward, Golroo says, in addition to all the pressures endured by their fellow prisoners, he can struggle with feelings of shame or isolation by those who do not understand his situation.

Many of her fellow inmates from the LBGT community over the years, she says, had been incarcerated for taking part in protests like herself, or for financial or drug-related offences. The lack of family support can often make their stay behind bars harder.

"I've often seen these people doing things like washing other people's clothes or cleaning toilets to make a little money to get by on,

because they don't receive support from their families," she said. "The same families often put them in this situation.

"In addition, transgender people who were receiving hormone therapy have no access to their usual medicines in prison, and this means they suffer a lot. Referrals to doctors and to the prison health center are also mostly useless, because it doesn't matter to them; they have no awareness of the situation at all."

Golroo recalls Reyhaneh, a transgender woman she spent time inside with, who was beaten a lot during her incarceration. Reyhaneh was first sent to a men's prison but due to her poor physical condition, she was eventually transferred to the women's ward of Evin. "When she arrived," Golroo says, "she was badly injured and in a state of shock. She was repeatedly stripped naked and her body examined to make sure she was not a man. Some women wore hijab in front of Reyhaneh, because they said they did not know whether she was a man or a woman, and that bothered her a lot."

In the past year it has come to light that a large number of transgender prisoners and detainees had been transferred to a separate ward of Evin Prison, below ground. They no longer have daily access to the prison store or kitchen, and most cannot afford bail so end up remaining there long after an amount has been determined.

Golroo says even met a trans woman who was raped by soldiers in Vozara detention center. The woman, she says, was abruptly called and taken away, and when she returned a few hours later, "she was shaking all over and I realized that she had been raped. This was not the only time; it was a common practice by officers and soldiers against these people in detention centers or prisons. The reason for their detention is usually their different style of clothing and feminine appearance, which is not acceptable for a so-called man in our society."

Gay Iranians are also monitored much more closely than other prisoners, she says. "There is a lot of sensitivity in prisons about homosexuality. For example, if they hug each other or have physical contact, they will be severely reprimanded. All the wards in Evin Prison are monitored by cameras, and the smallest movements of prisoners are under scrutiny. The smallest of gestures can lead to trouble."

Mahdieh Golroo believes that in order to improve the conditions of LGBT prisoners, society's view of the LGBT community in general must change. In jail, these people come under intense pressure from all sides: from the penal system itself, from fellow inmates and from their own families outside. The solution is proper education, which the Islamic Republic does not want to grant people, preferring to criminalize sexual differences as far as possible.

"My friends and I, who were somewhat familiar with these issues, tried to inform others in prison," Golroo says. "But there should be social workers who are aware of the situation and can help these people in vulnerable groups. Another important thing is for the judiciary to accept these people's identities when handling cases, as well as changing the culture and outlook of society."

Pezhvak of Persia

Abilities, Qualities, Achievements

(408)221-8624

Ebrahim Raisi's First News Conference & the Long Shadow of Crimes Against Humanity

Faramarz Davar



In his first press conference after his electoral victory, Iran's President-elect Ebrahim Raisi had a clear message for the West: "The situation in Iran has changed."

This message was emphasized through both the tone and the substance of Raisi's responses to reporters' questions, especially about his role in the mass executions of political dissidents of 1988, the allegations of crimes against humanity and the future foreign relations of the Islamic Republic.

Raisi's direct responses to reporters in his first news conference, on June 21, were the closest that one could come to seeing inside the worldview of Ayatollah Ali Khamenei. Raisi lacks the eloquence of the Islamic Republic's Supreme Leader – but the policies he espouses are the same as those Khamenei favors.

His criticism of European countries, the verbal attacks on the United States, his curt rejection of a possible meeting with President Joe Biden by a simple "No," his expression of interest in expanding relations with China and in improving relations with countries in the region, with a passing reference to Saudi Arabia, and the announcement that he would not tie Iran's future to the nuclear agreement; these were the statements that Khamenei probably found most pleasing to his own thinking.

In recent months Iran's government has focused on trying to end the sanctions imposed by former US president Donald Trump, especially nuclear sanctions, through indirect negotiations with the US before President Hassan Rouhani's successor takes over in August.

Four years ago, Ayatollah Khamenei had threatened that, if the US left the nuclear agreement, or the Joint Comprehensive Plan of Action (JCPOA) as it is officially known, he would then burn the agreement. But for a year after the US did leave the JCPOA, the Islamic Republic carefully complied with it, and only when it was certain that Trump had lost the election did it blatantly increase its levels of uranium enrichment far above what the agreement allows, as a means to pressure Biden's administration to lift sanctions.

Trivializing the Nuclear Agreement

The Islamic Republic knows the JCPOA is essential for its security, and for its economic recovery, but in the six years since the agreement was signed Khamenei has tried to pretend that it is of little importance. Now Ebrahim Raisi is following the same line and, unlike Rouhani, who had associated himself and his presidency with the nuclear

agreement, Raisi says he does not tie the destiny of his government to the JCPOA. But he did criticize the US for tossing it aside (under Trump) and, like the Supreme Leader, Raisi said Iran's regional policies and missile program are non-negotiable even after sanctions are lifted.

In the 32 years since Khamenei took over as the Supreme Leader, the idea of improving relations with US has always been a red line. Raisi also rejected such a prospect in his first appearance as President-elect. He even refused to repeat the cliché that, if the US changed its ways, Iran would welcome better relations.

But this may not be an indication of Raisi's ultimate intentions regarding relations with the West and the United States. Mahmoud Ahmadinejad was also a fiery opponent of the US and Europe during his early presidency; but in its closing months, he became a supporter of establishing relations with the United States and took a number of steps in this direction, though they went nowhere.

Raisi has held various judiciary positions over the past 40 years and, for Khamenei, he is far more of a known entity than Ahmadinejad. If Raisi decided to pursue better relations with the US and warmer relations with Europe, he would face less opposition from Khamenei than Ahmadinejad or Rouhani. But his previous record will make his presidency different from his predecessors in other ways too: he was a member of the "death panel" that put thousands of jailed political prisoners to death, in 1988, and buried them in unmarked graves. Those prisoners would have otherwise been freed after serving their sentences.

Up to now, no Iranian president had been accused of "crimes against humanity" and none of them had been named on the US sanctions list as a violator of human rights at the time of their election. A person who is suspected or charged with such crimes would have great difficulty in persuading the West to improve relations with his government – and he is liable to prosecution in these countries' courts.

Lost in Translation

Raisi is well aware of this dark cloud hanging over his head on the international scene. In his first press conference, a reporter asked him about allegations of crimes against humanity in connection with the 1988 mass executions. He responded by calling those who were executed "criminals" and said that his record was "praiseworthy."

In the press conference, the reporter asked his question in English but, in translation to Persian, the term "crimes against humanity" was removed and the "1988 massacre" was replaced with "executions." This is bound to happen over and over again if Raisi ever visits Western countries – and he knows it.

Raisi also knows that, even if he pays a heavy price in terms of his standing within the Islamic Republic, he would not be able to personally improve relations with the west. He therefore used his first day as President-elect to not only refuse to send a conciliatory message but to also point the finger at human rights violations within the West – a tactic that was a hallmark of the rhetoric coming out of Iran in the early years after the 1979 Islamic Revolution.

Following unsuccessful attempts by four Iranian presidents, from Akbar Hashemi Rafsanjani to Hasan Rouhani, to normalize relations with the west, Ebrahim Raisi has returned the dominant rhetoric of the Islamic Republic to the 1980s, without taking into account other possibilities and variables, such as the changed expectations and wishes of the Iranian people and the international situation compared to 40 years ago.

The patio at this fabulous hotspot in DownTown Campbell is large with plenty of seating and the delicious, one-of-a-kind food served from our kitchen.

Beautiful Outdoor Patio, Take-Out & Doordash pickup



با مدیریت ایرانی آماده پذیرایی از شما عزیزان!

www.watertowerkitchen.com

(408) 502-9550

201 Orchard City Drive, Campbell



Caroline Nasserri
Attorney at Law

کارولین ناصری

وکیل رسمی دادگاه های کالیفرنیا و فدرال

با بیش از ۳۲ سال تجربه

✦ تصادفات اتومبیل، موتورسیکلت و عابر پیاده

✦ صدمات شدید بر اثر تصادفات

✦ مرگ بر اثر تصادفات

✦ صدمات ناشی از حمله حیوانات

1(800)525-6060

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

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

Tel: (408)298-1500

e-mail: cnasserri62@yahoo.com

Fax: (408)278-0488

Website: carolinenasserilaw.com

675 North First Street, San Jose, CA 95112