

پاک کردن زعفران، خراسان
عکاس: نصرالله کسرائیان



پیام شایانی

وکیل تصادفات

رانندگی ♦ زمین خوردگی
صدمات ناشی از کار

(408) 777-8867

(800) 261-1314

سحر سلاحي

Selahi Insurance Agency

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

Certified Covered California Agent

(408) 931-6434





دفتر حقوقی میهن

Iranian Legal Services

Mihan Law Group

با همکاری کارشناسان حقوقی و وکلای دادگستری در ایران

با مدیریت آقای کاشی



خانم باقری

وکیل پایه یک دادگستری
کارشناس ارشد حقوق جزاء



امیر کیا

وکیل پایه یک دادگستری
در ایران و امور بین المللی



سدف آقاجانی

لیسانس حقوق از ایران و
فوق لیسانس حقوق بین الملل از آمریکا



Michael S. Epstein

وکیل مهاجرت



ندا نھاوندی

وکیل دادگستری در ایران
فوق لیسانس حقوق از آمریکا

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

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

www.mihancompany.com

info@mihancompany.com

پاسخگوی کلیه سئوالات حقوقی و قانونی شما

در ایران و امور مهاجرت آمریکا می باشیم!

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

دفتر شمال کالیفرنیا

روزهای شنبه با تعیین وقت قبلی

دفتر جنوب کالیفرنیا

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

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

Minimally Invasive Surgical Solutions

یکی از پیشرفته ترین مراکز پزشکی در بی اریبا، با داشتن پزشکان متبحر با سال ها تجربه

دکتر رضا ملک دکتر آرش پدیدار Dr. Paul Cipriano

◇ درمان و ترمیم دیسک و دردهای شدید ناشی از گردن، کمر و ستون فقرات بدون جراحی
 ◇ درمان و ترمیم واریس و عوارض دیگر رگ های بدن بدون جراحی
 ◇ از بین بردن فیبرم وغدد رحم بدون جراحی
 ◇ درمان در مدت یکساعت، بدون بخیه و بیهوشی

Pain Mgmt: ◇ Epidural Steroid Injection ◇ Facet Injection ◇ Lumbar Discogram ◇ Nerve Block

Varicose Veins: ◇ Sclerotherapy ◇ Endovenous Laser Therapy ◇ Radio Frequency Ablation ◇ Surface Laser

Peripheral Arterial Disease: ◇ Atherectomy ◇ Angioplasty/Stent ◇ Deep Vein Thrombosis

GYN: ◇ Uterine Fibroid Embolization ◇ Varicose Embolization/Pelvic Congestion

اکثر بیمه ها پذیرفته می شود

www.endovascularsurgery.com

(408) 918-0405

105 Bascom Ave., Ste. 104, San Jose, CA



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



علیرضا عابدی



دفاتر وکالت مهاجرت علیرضا عابدی و همکاران

وکیل متخصص مهاجرت آمریکا

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

◇ خدمات مهاجرت به آمریکا ◇ گرین کارت از طریق سرمایه گذاری ◇ گرین کارت از طریق کار

◇ گرین کارت مخصوص پژوهشگران ◇ گرین کارت مخصوص هنرمندان و ورزشکاران

◇ دفاع در دادگاه های اخراج (Deportation Defense)

◇ ما گارانتی می کنیم کارت سبز شما را اخذ نموده و در صورت عدم موفقیت هزینه وکالت شما را بر می گردانیم.

◇ برای افراد با سرمایه ۵۰۰,۰۰۰ دلار، دانش پژوهان، خانواده هایی که دارای حرفه، مشاغل و تجربیات هستند و قصد مهاجرت به ایالات متحده آمریکا را دارند.

◇ مزایای اخذ گرین کارت برای تحصیل فرزندان: پس از اخذ گرین کارت، فرزندان دانشجوی شما از تسهیلات بهتری برای ادامه تحصیلات در دانشگاه های معتبر آمریکا برخوردار خواهند شد.

Our Green Card & Consular Success Rate is 100%

www.lawabedi.com ◇ www.iran2usa.com

(415) 398-4504

Offices also in Palo Alto, Mountain View & Irvine

425 Market street, Suite 2200

San Francisco, CA 94105



هر ۷ ثانیه یک دختر زیر ۱۵ سال ازدواج می کند

بر اساس گزارشی که سازمان نجات کودکان منتشر کرده، هر ۷ ثانیه یک دختر زیر ۱۵ سال ازدواج می کند. هند، یکی از کشورهایی است که بالاترین آمار ازدواج دختر بچه‌ها را دارد.

این پژوهش تازه می گوید که دختران ۱۰ ساله مجبور به ازدواج با مردانی بسیار بزرگتر از خود می شوند و این موضوع در کشورهایی مثل افغانستان،

دختر بچه‌ها مثل آموزش، رشد و حق کودکی، به گفته هله تورنینگ مدیر بنیاد نجات کودکان با ازدواج در کودکی نقض می شود.



دختر بچه‌هایی که ازدواج می کنند، اغلب نمی توانند به مدرسه بروند و مورد خشونت خانگی قرار می گیرند و به آنها تجاوز جنسی می شود. آنها باردار و دچار بیماری های مقاربتی از جمله اچ آی وی می شوند.

این گزارش که با عنوان «همه آخرین دختران» منتشر شده، کشورهایی را بر اساس بدترین شرایط برای تحصیل دختران و زنان، ازدواج در کودکی، بارداری در نوجوانی، مرگ مادران و همچنین تعداد زنان عضو پارلمان رتبه بندی کرده است.

چاد، نیجر، جمهوری آفریقای مرکزی، مالی، سومالی بدترین کشورهای جهان در این زمینه هستند.

یمن، هند و سومالی بیشتر است. گزارش سازمان نجات کودکان به مناسبت روز جهانی دختر منتشر شده است. سازمان نجات کودکان می گوید که ازدواج کودکان می تواند چرخه های از آسیب ها و سوءاستفاده ها را در تمام جنبه های زندگی دختر بچه ها ایجاد کند. جنگ و درگیری، فقر، بحران های انسانی می تواند عوامل اصلی اجبار دختران به ازدواج باشد، حقوق ابتدایی

این گزارش همچنین می گوید که دخترانی که در کمپ های پناهجویی یا در متن بحران های اجتماعی و جنگ هستند در خطر ازدواج در کودکی هستند و بسیاری از خانواده های پناهندگان، دختران شان را برای نجات از فقر و سوءاستفاده جنسی وادار به ازدواج می کنند.

این بنیاد، مثالی از یک دختر ۱۳ ساله آواره سوری می زند که در لندن وادار به ازدواج با مردی ۲۰ ساله شده و حالا در ۱۴ سالگی دوماهه حامله است. این دختر گفته است: «فکر می کردم روز عوسی یک روز عالی باشد اما نبود، روز غمگینی بود. الان خوشحالم که یک بچه دارم، اما من خودم یک بچه ام که دارم بچه دار می شوم.»

در بحران ها فراگیر مثل بحران ابولا در سیرالئون که منجر به تعطیلی مدارس شد، دست کم ۱۴ هزار مورد بارداری در مورد نوجوانان گزارش شده است.

صندوق کودکان سازمان ملل تخمین می زند که تعداد زنانی که در کودکی ازدواج کرده اند اکنون ۷۰۰ میلیون نفر است اما تا سال ۲۰۳۰ به ۹۵۰ میلیون نفر می رسد.

صفحه ۱	تبلیغ
صفحه ۲	اخبار-فهرست مطالب
صفحه ۳	تبلیغ
صفحه ۴	اوستا چیست و از کیست؟ (علی اکبر جعفری)
صفحه ۵	تبلیغ
صفحه ۶	اخلاق در ایران باستان (بهرام فره وشي)
صفحه ۷	درباره شعر منتور (ایرج پارسی نژاد)
صفحه ۸	یک سینه سخن (مسعود سپند)
صفحه ۹	با (هادی خرسندی)-گلستان سعدی
صفحه ۱۰	اخبار
صفحه ۱۱	نگاهی کوتاه به قوانین مربوط... (کاوه میرشعبي)
صفحه ۱۲	شیرین در خسرو شیرین نظامی (هما گرامی فره وشي)
صفحه ۱۳	اخبار
صفحه ۱۴	ورزش از نگاه من (احمد طوسی)
صفحه ۱۵	خاطرات در گذر زمان (هوشمند عقيلي)
صفحه ۱۶	شهرزاد و سوپ ابرای ایرانی (سعید شفا)
صفحه ۱۷	نوشخند، پوزخند (عترت گودرزی)-حکایت
صفحه ۱۸	سیر و سفری در گلستان ادب پارسی (پرویز نظامی)
صفحه ۱۹	مشقی تازه در روزهای غربت (حسینعلی مکوندی)
صفحه ۲۰	یادداشت های بی تاریخ (صدرالدین الهی)
صفحه ۲۱	ترمیم، تصحیح (آرین اقبالی)-اخبار
صفحه ۲۲	از درگوشی ها (پیرایه)
صفحه ۲۳	آلفرد هیچکاک و همکاران (فرسیا اعتمادزاده)-اخبار
صفحه ۲۴	گیله مرد (حسن رجب نژاد)
صفحه ۲۵	تازه های پزشکی (منوچهر سلجوقیان)
صفحه ۲۶	داستان «مصاحبه» (محمد سعید حبشی)
صفحه ۲۷	اخبار
صفحه ۲۸	انرژی مثبت... (پرناز کذخدايان)-بیمه بهداشتی... (سرحلاهی)
صفحه ۲۹	هیچوقت دیر نیست (آتوسا یکان)
صفحه ۳۰	حاجی آقا (صادق هدایت)
صفحه ۳۱	جهان بینی مولوی (حسن مسیح پور)
صفحه ۳۲	زغفران (بهرام گرامی)
صفحه ۳۳	هنر قالی بافی (علی هاشمی)
صفحه ۳۴	تقویم برنامه های هنری - جدول
صفحه ۳۵	نیازمندها - فال ستارگان
صفحه ۳۶	تبلیغ
صفحه ۳۷	خاطرات زمان دانشجویی (عباس بناهی)
صفحه ۳۸	سوالات متداول در مورد بدهی های... (آرش زاد)-اخبار
صفحه ۳۹	اخبار
صفحه ۴۰	شعر
صفحه ۴۱	تبلیغ
صفحه ۴۲	نقش زنان در نمایش داعش (نعیمه دوستدار)
صفحه ۴۳	آشنایی با کاپروپراکتیک (فائده هوشداران)
صفحه ۴۴	از اینجا، از آنجا (گلنار)
صفحه ۴۵	اخبار - دنباله مطلب
صفحه ۴۶	دنباله مطلب
صفحه ۴۷	دنباله مطلب
صفحه ۴۸	دنباله مطلب
صفحه ۴۹	دنباله مطلب
صفحه ۵۰	دنباله مطلب
صفحه ۵۱	دنباله مطلب
صفحه ۵۲	دنباله مطلب
صفحه ۵۳	دنباله مطلب
صفحه ۵۴	دنباله مطلب
صفحه ۵۵	دنباله مطلب
صفحه ۵۶	دنباله مطلب
صفحه ۵۷	دنباله مطلب
صفحه ۵۸	انگلیسی
صفحه ۵۹	انگلیسی
صفحه ۶۰	تبلیغ

Own a Business? List your Business at irany.com
Your Connection to the World



Listing your Business, Events, Classifieds



در خواست اشتراک نشریه پژواک

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

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



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

شماره تلفن: ۸۶۲۴-۲۲۱(۴۰۸)

شماره فکس: ۳۷۱۷-۶۹۳(۴۰۸)

آدرس مکاتبه با نشریه پژواک:

PO BOX 9804,

SAN JOSE, CA 95157

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

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

پیام شایانی وکیل تصادفات و صدمات شدید بدنی

(800) 261-1314

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

Payam Mark Shayani, ESQ
Accident Attorney

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

(916)442-9999

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

(408)777-8867

2880 Zanker Road, Suite 203
San Jose, CA 95134

(925)777-0432

425 Market Street, Suite 200
San Francisco, CA 94105

زیبایی فرهنگ ایران زمین را فراگذاشته اند. پس، جز گاتها و گفته های یاران زرتشت، بازمانده اوستا را یا به دین بهی وابسته اند و چسبانده اند و یا آنها گفت هایی پیرامون ایران باستان می باشند.

شاید این پرسش به میان آید که درباره آن بخش های گم گشته اوستا و پهلوی چه می گوئیم؟ تنها پاسخ خوبی که می شود داد این است که از دانشمندان ایرانی، آن موبدانی که اسلام را نپذیرفتند و بر کیش خود برجا ماندند، آنچه که وابسته به دین و کیش با خود داشتند، نیک نگاه داشتند، ولی دیگر دانشمندان، چه آنانی که دین تازه رسیده را نپذیرفتند و چه آنانی که آن را نپذیرفتند، هر کدام دانش های پزشکی، فلسفه، تاریخ، جغرافیا، ستاره شناسی و جز آن را به زبان رسمی روز، نخست به عربی و سپس به پارسی برگرداندند و اکنون بخش بزرگ آنها را در نوشته های عربی و پارسی داریم. پس، می توان گفت که چیزی بس گرانها را از دست نداده ایم و شکوفایی هنر و فرهنگ ایرانی در زمان اسلامی از این روی بوده است. موبدان اوستای بایسته را نگاه داشتند و دانشمندان دانش های شایسته را. ایرانی فرهنگ خود را نه تنها از دست نداده بلکه دیگران را با نیک آشنا ساخته است و می سازد.

اوستای کنونی

چنان پیدا است که اوستایی که از تاخت تازیان، باخت ساسانیان و گسترش اسلام شیرازه خود را از دست داد، در زمان عباسیان و شکوفایی ایرانیان، هزار و اندی سال پیش، شیرازه ای تازه اما اندکی نابسامان یافت و آن بر پنج بخش می باشد:

۱- «بسن» یا «یسنا» به معنی «گرامی داشت» دارای نیایش هایی در ستایش آفریدگار و آفریدگان و ایزدانی که زمانی از خدایان پنداری ایرانیان پیش از زرتشت بودند، می باشد؛ نباله مطلب در صفحه ۵۷

و دیگر گفته های مسلمانی داده است و بازار تفسیر و تاویل را چنان فروغی بخشیده است که همه می بینند. اوستایی که پس از تاخت و سوخت تازیان مانده، بسی کمتر از آن است که در زمان ساسانیان بود. می توان گفت که ما تنها یک سوم بیست و یک نسک را و آنهم بسان پراکنده و پریشان، در دست داریم. آنچه مانده بیگمان بیشتر وابسته به دین بهی و کیش زرتشتی است زیرا نگهدار و نگهدار راستین این بخش از گردآورده اوستا موبدان بودند و آنان هم در زمانهای زبونی و خواری، هر چه به یاد یا بر نوشته پاره های نیم پراکنده داشتند، نیک نگاه داشتند و پشت به پشت تا این زمان رسانیدند که هنر چاپ و روش پژوهش روا شده و آنها را از نابودی رها ساخته است و این شاهکاری است که موبدان انجام داده اند.

چه از دست رفته؟!

بی گفته است که موبدان سخنان دینی را بیشتر نگاه داشته اند و به زمینه هایی که به پیشه روزانه آنان وابسته نبود، کمتر پروا نموده اند. از آنچه مانده و نگهداری شده، چون این در دست پیشوایان دینی بوده و چون این بازمانده در آیین های کیشی خوانده می شد، همه مردم، به ویژه موبدان، بی آنکه درست بدانند آن چه دارد و چه می گوید، همه را، بی چون و چرا، سخنان «آسمانی» و از آن زرتشت می پنداشتند و هنوز هم بسیاری همین باور را دارند. اما بداندانی که خواهیم دید تنها یک بخش کوچکی از زرتشت و یاران است و دیگر هر چه هست از دیگران است. برخی از اینان از فروغ پیام زرتشت روشنی یافته گفته های نغز از خود بازگذاشته اند و برخی گفته ها و بافته های خود و خودمانیانشان را به دروغ به نام زرتشت جای گذاشته اند و برخی هم برآستی و

اوستا چیست و از کیست؟

دکتر علی اکبر جعفری - بخش دوم



اگر از مرد یا زن آگاه ایرانی بپرسیم: اوستا چیست؟ بیدرنگ خواهد گفت: «کتاب مقدس یا آسمانی زرتشت». اگر از کس زرتشتی بخواهیم که اوستا را نشان بدهد، به همان بیدرنگی نوشته ای را خواهد آورد که رویش «خرده اوستا» نوشته است. چرا خرده؟ مگر بزرگه اوستا هم هست؟ شاید پاسخی نشنویم. این نوشته پر از نیایش ها و ستایش هایی به زبانی ناآشنا است. اگر اندکی باریک بین شویم، خواهیم دید که در میان برخی از نیایش ها، نوشته هایی به پارسی کهن تر از کنونی هم گنجانیده شده است که به گوش آشنا می رسند. آیا زرتشت هم پارسی می دانست؟ باز شاید پاسخی نشنویم. اگر از کسی آگاه تر بپرسیم، خواهد پاسخ داد که خرده اوستا نمازهای روزانه است و اوستا بخش های دیگر هم دارد و یکی از آنها «گاتها» نام دارد و آن سرودهای زرتشت می باشند و گفته های زرتشت را در دیگر بخش ها نیز می یابیم. پس نیازی به آن می بینیم که چگونگی اوستا بر ما روشن گردد. اینک آن را به زبانی ساده و سره پیش می کنیم.

نام «اوستا»

شاید در همان زمان یا اندکی هم پیشتر، در زمان اشکانیان نام «اوستا» را بر این گرد آورده گذاشتند، زیرا آن دیگر به زبان مردم نبود و می توان گفت که آن زبانی مرده بود. مردمان ایران به گویش های گوناگون که می توان آنها را تا اندازه ای دنباله اوستا بدانیم، گفتگو می کردند. تنها پیشوایان دینی بودند که اندک آشنایی با زبان اوستا داشتند و آن را با

حمید رئیسیه

مشاور در امور خرید و فروش املاک و وام

Hamid Reiesieh

Real Estate Broker & Finance Advisor

سرویس دوستانه،
سریع، مطمئن و حرفه ای

Cell: (408)234-5793

Office: (408)298-2591



DRE#01326116 • NMLS# 344666

- ◆ Selling or Buying Residential and Commercial Properties
- ◆ Residential and Commercial Mortgages, FHA, HARP & Conventional
- ◆ Complimentary home evaluation
- ◆ No Cost Short Sales
- ◆ 1031 Exchange Transaction (Tax Deferred)

Your Trusted Advisor in
Real Estate & Mortgage



hamidr63@yahoo.com ◆ www.hamidreisi.com



51 E. Campbell Ave., Suite 110, Campbell, CA 95008

Advantage in Learning LLC

تدریس خصوصی و گروهی دروس ریاضی و فیزیک

تحت مدیریت ایمان لاله پرور - برای تمام سنین

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



Iman Lalehparvar
MS Electrical Engineering
UCLA Graduate

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

Faculty member at West Valley College, Dep. of Engineering

(408)605-9493 www.advantageinlearning.com

مشکل کردیت دارید؟

ما به شما کمک می‌کنیم

BAD CREDIT? WE CAN HELP YOU

(415) 814-5666

به همراه مشاوره و آنالیز رایگان



مانی حاتمی

آرش زاد

حل مشکلات کردیتی از قبیل

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



تخصصی ترین مرکز
CREDIT REPAIR

اهریمن است. بنابراین دنیا محل کشمکش عوامل ایزدی و اهریمنی یا خوبی و بدی است و انسان نیز مایه النزاع است، به هر سوی که برده شود پیروزی با آن طرف است. وظیفه انسان در این کشمکش آنست که عوامل ایزدی را در خود بپذیرد و در اصطلاح دینی «آنها را در تن خود مهمان کند» و همین کافی است که عوامل بدی را از تن بگیراند.

نیکی چون از عوامل مزدائی است دارای همان صفت برتری ازلی است که اهورا بر اهریمن دارد. از این رو اگر نیکی وارد تن شود، بدی مقاومت نخواهد کرد و چون همه مردم جهان در طول قرون پر از نیکی شوند، دیگر جایی برای بدی نمی ماند و سرانجام بدی نابود می گردد و اهریمن شکست می خورد و به اصطلاح «افسرت» و «اکار» akar می شود و ناتوان می گردد.

ناگفته خود پیداست که مردمی با چنان معتقدات عالی اخلاقی، چه نیک سرشت و شریف و والا بودند. اینان در زندگی روزانه به هر کاری که دست می یازیدند در اندیشه آن بودند که مبادا به کار یا اندیشه یا گفتاری بپردازند که در آن پیروزی اهریمن نهفته باشد. تأثیر این نوع فکر در ادبیات ملت ایران نیز تجلی کرد و در میان انواع مختلف نوشته های ادبی، عالی ترین نوع ادبیات اخلاقی را به وجود آورد. مردم به این رشته از ادبیات چنان علاقمند بودند که برای نیکی ها و بدی ها و تأثیر آنها و مقابله آنها با یکدیگر جدول ها ترتیب داده بودند و آنها را به نواخوان می آموختند و گاهی آنها را به صورت اوراد مذهبی می خواندند.

پس از حمله عرب نیز که همه کتاب ها و نوشته ها از میان رفت، بیشتر کتب غیر مذهبی که با متون مذهبی بجای ماند همین «ادبیات اندرزی» بود که در میان عامه مردم رواج بسیار داشت و همین سنت ادبی دیرین که در ادبیات ملت های دیگر نظیر ندارد یعنی همین ادبیات خاص اندرزی است که پایه و مایه ادبیات پرشکوه اندرزی زمان های بعد گشت و کتابهایی مانند گلستان سعدی، قابوسنامه، نصیحت الملوک و امثال آنها را پدید آورد.

۱- آکار واژه پهلوی ست به معنی غیر فعال

آنها را در اساطیر ایرانی به صورت پیروان یزدان یا اهریمن می بینیم بطور مسلم پدیدآمده تصورات کلی از خوبی ها و بدی ها است. این تصورات که در ابتدا صفات اخلاقی بوده اند در نظر توده مردم از فرط انتساب تأثیرات گوناگون به آنها، جنبه خلاقیت گرفته، سپس تشخیص یافته به صورت فرشتگان یا یاران اهریمن در آمده اند. از این قبیل اند امشاسپندان و ایزدانی چون وهومنه Vohumanah (بهمن) که در اصل به معنی اندیشه نیک است، اندیشه نیکی که از خود اهورامزد ساطع می گردد و سپس شخصیت می یابد و به صورت یکی از فرشتگان مقرب درگاه اهورا در می آید یا امشاسپنداردی بهشت arta-vahista که در اصل به معنی بهترین پارسائی یا بهترین سامان جهانی است، یاسپندارمزد فرشته زمین که در اصل Spemta armaiti به معنی فروتنی است، و صفات خشم و آز و غیره نیز که جزو یاران اهریمن اند صفات بد خود او هستند.

ملتی که طرز اندیشه اش از خوبی ها و بدی ها چنین است، خواه و ناخواه میل دارد مزدائی را بپرستد که خیر محض است و مظهر خوبی هاست. یک مزدا پرست نمی تواند مزدا را خالق شر هم بداند. از اینرو مذهب زروانیه را بوجود می آورد تا خالق خیر و خالق شر را دو همزاد پدید آمده از زروان بداند و یا سعی می کند به نحوی اهریمن را در عین اینکه از گوهر مینوی است از مزدا جدا سازد و با کوششی که برای این کار می کند ثنویتی بوجود می آورد که اصل آن وحدت است.

از نظر یک مزدا پرست، خیر محض با آنکه دارای نیروی برتر و لایزال است و نسبت به اهریمن چیرگی مقدری دارد، اما اهریمن را نمی تواند از میان بردارد. این عدم توانائی از نظر نداشتن قدرت نیست، بلکه فقط از این نظر است که خیر محض نباید به نابودی چیزی بپردازد، زیرا تصور نابود کردن، خود جزو تصورات اهریمنی است. بنابراین فیلسوف ایرانی برای از بین بردن اهریمن راه دیگری را بر می گزیند و بطور «اکار» عمل می کند، یعنی کوشش می کند تا موجودات خوب زیاد شوند تا خوبی بر بدی بچربد و بدی به خودی خود از میان برود. انسان مرکز جدال «اکار» مزد، و نزاع «کارا» ی



اخلاق در ایران باستان

نقل از کتاب «جهان فروری»

اثر زنده یاد دکتر بهرام فره وشی

سه اصل هومت humat (اندیشه نیک)، هوخ huxt (گوش نیک) و هوروش huvarsht (کنش نیک) و معیار بد بودن سه اصل دوش مت dushmat (اندیشه بد)، دوژوخ duzuxt (گوش بد) و دوش ورش dushvarsht (کردار بد) تعیین شده بود و هیچ اصل اخلاقی کامل تر از این روش اخلاقی ایران باستان نیست. دنیا در نظر یک زرتشتی یا مزدائی عبارت است از یک تناقض بزرگ بین بدی و خوبی است و همین تناقض است که شخصیت یافته و دو تصور کلی تر از خوبی و بدی پدید آورده است. اگر نخواهیم از نظر مذهبی معتقد شویم که خوبی و بدی آفریده یزدان و اهریمن هستند، از نظر فلسفی می توانیم تصور کنیم که خود اندیشه یزدان و اهریمن پدید آمده این دو گروه متضادی هستند که در روی زمین پیوسته با آنها سر و کار داریم. بسیاری از فرشتگان و دیوان که امروز

نیکی و بدی و شناسائی امور نیک و بد یکی از بزرگترین و مهمترین مسائل دینی ایران قدیم بوده است. ایرانیان پیش از اسلام برای هر چیزی ضدی و نقیضی قائل بودند و بر آن بودند که اگر مزدا چیزی نیکو و نغز آفریده است، اهریمن نیز در برابر آن و برای معارضه با آن، چیزی بد و زشت بوجود آورده است. در نظر آنان هر چیزی یا ایزدی است یا اهریمنی و بسیاری از امور نیز در شرایطی خاص می توانند ایزدی یا اهریمنی باشند. حتی واژه ها را نیز به ایزدی و اهریمنی بخش می کردند و کلمات ایزدی را برای بیان امور نیک و کلمات اهریمنی را برای بیان امور بد به کار می بردند. آنان می پنداشتند که دنیا پر از موجودات و حتی مفاهیم کلی نیک و بد است. هر ایرانی دیندار می بایستی از بدی ها بپرهیزد و به خوبی ها بگردد. از اینرو از زمانهای بسیار کهن، یعنی از زمان گناههای خود زرتشت معیار خوب بودن



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

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

Dr. Faranak 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

Own a Business? List your Business At

irany.com



Your Connection to the World



درباره شعر منثور

(بخش دوم)

دکتر ایرج پارسی نژاد



احمد شاملو می توان عیان دید. (۱۱)
طبری در ترجمه شعری از مایا کوفسکی
(روی نای تیره پشت sur la flute des
vertèbres) آورده است:
**من که ولادیمیر نام دارم
تا سپیده دم
هراسان و دژم
خواستارم
گلوله ای را نقطه وار بر سرانجام کار
خویش گذارم** (۱۲)
شاملو (۱. صبح) در تاثیر این ترجمه طبری
از شعر ولادیمیر مایا کوفسکی است که
در شعر «حرف آخر» خود می گوید:

**نه فریدونم من،
نه ولادیمیرم**

[که گلوله ای نهاد نقطه وار به پایان جمله
ای که همه تاریخش بود]

**نه باز می گردم من
نه می میرم.**

**زیرا من که ۱. صبحم
نه فریدونم
نه ولادیمیرم**

تنها شاملو نیست که تمامیت «لحن»
شعر «حرف آخر» خود را از شعر یاد شده
مایاکوفسکی، به ترجمه احسان طبری
گرفته که بعضی از تصویرهایی از این شعر
و این ترجمه را در شعر شاعران هم نسل
شاملو نیز می توان یافت. (۱۳)
گذشته از شاعرانی مانند ه. سایه، نادر
نادرپور و اخوان ثالث که تجربه هایی
در «شعر منثور» داشته اند اما بیشترین
توفیق در این نوع شعر از آن احمد شاملو
بوده است.

نخستین دفتر شعر شاملو «آهنگ های
فراموش شده» در سال ۱۳۲۶ بیشتر
دربگیرنده آثار منثوری است که به علت
نازل بودن آن آثار خود شاعر نیز هرگز از آن
در کارنامه خود یاد نکرده، جز شعر خواب
«خواب و جینگر» که آن را در دفتر «باغ
آینه» آورده و آن دارای وزن و قافیه است:

**خواب چون درفکنند از پایم
خسته می خوابم از آغاز غروب
لیک آن هرزه علف ها که به دست
ریشه کن می کنم از مزرعه روز
می کنم شان شب در خواب هنوز**

و اما توفیق شاملو در شعر منثور، که
دشوارترین نوع شعر است، حاصل توجهی
است که او به عنصر زبان و کشف ابعاد نو
از ساخت های کلمه دارد. او دریافته است

خانلری درست می گفت. زیرا به تعبیر
شفیعی کدکنی عنصر اصلی شعر، که
«نظام» باید خواند، در آن چیزها که «شعر
منثور» می نامیدند یافت نمی شد. زیرا
وزن شعر در ترجمه از دست می رفت،
چنان که «دریاچه»ی لامارتین که در
زبان اصلی شعری است موزون در ترجمه
غیرموزون محمدمصیا هشترودی به
صورت یک قطعه نثر در آمده و در شماره
اول «مجله خورشید ایران» جوزای ۱۳۰۱
چاپ شده و در بالای عنوان آن نوشته اند
«اشعار منثور». (۹)

مترجمان شعرهای اروپایی در روایت
فارسی خود از شعرها، که در صورت
اصلی به شکل مصراع های به هم پیوسته
بود، هر مصراع از شعر اصلی را به صورت
سطری جداگانه در می آوردند. همین طرز
کتابت سطرهای شعر بدعتی شد، تا آن جا
که مترجم فارسی شعر در تقلید صورت
اصلی شعر، که گاه از سطر اول به سطر
دوم ادامه می یافت، همین شکل را در
ترجمه خود حفظ می کرد.

اندک اندک مترجمان متوجه شدند که
تمام شعرهای جهان یک لحن و یک زبان
ندارد. پس به تناسب سبک و لحن اصلی
هر شعر باید زبانی برگزید که بتواند حس
و معنای کلام شاعر را القا کند. چنین بود
که پس از گذشت سالها تنوع در انتخاب
لحن در ترجمه شعرهای اروپایی به فارسی
ظاهر شد. در صورتی که در دوره های قبل
کم و بیش همه ترجمه شعرها از شکسپیر
و دانته و همگر گرفته تا شیلر و لامارتین و
هاینه همه زبانی یکسان داشتند. (۱۰)

اما مطالعه تاریخی شعر منثور در ادبیات
معاصر ایران بدون بررسی ترجمه های
احسان طبری از شعر اروپایی، به عنوان
عاملی موثر در شعر منثور فارسی کامل
نیست. طبری نخستین بار آثاری از شعر
والث ویتمن، فریدریش هولدرلین، پابلو
نرودا، فدریکو گارسیالورکا، سن ژان
پرس، تی.اس. الیوت و مایا کوفسکی
را به فارسی برگرداند. در ترجمه های
طبری از این شاعران لحن کلام شاعران
به اصل شعرها نزدیک است و از استحکام
کم نظیری برخوردار است. تا آن جا که
او در ترجمه های شیوا و دلنشین خود بر
شاعران نواور تاثیر داشت و آثار این تاثیر
را در برخی از شعرهای دفتر «هوای تازه»

شفیعی کدکنی در توجیه شعر یاد شده نظریه
بدیع خود را چنین بیان می کند:
در شعر جدید معنا امری است «مابعدی»،
در صورتی که در شعر قدیم معنا امری بود
«ماقبلی» شاعر قدیم همیشه از مطالبی که
شما از پیش می دانستید ترکیبی به وجود
می آورد که آن ترکیب به شما لذت می داد،
هرقدر هم که تشبیه و استعاره اش نو بود. در
صورتی که در شعر جدید گوینده بعد از آن
که شعر را سرود تازه معنا به وجود می آید:
معنایی که از قبل به هیچ روی سابقه نداشته
است: با جا پائی ژرف تر از شادی در گذرگاه
پرندگان یعنی «با جا پائی ژرف تر از شادی
در گذرگاه پرندگان» و لاغیر. در صورتی که:
«جو از زلف شب باز شد تارها...»

که از زیباترین نمونه های شعر قدیم است،
یعنی «وقتی که افق روشن شد» یا «وقتی
که سیاهی شب رو به کاهش رفت» شاعر
از اطلاعات قبلی شما در باب سیاهی شب
و ارتباط آن با سیاهی زلف ترکیبی جدید
به وجود آورده که معنای قبلی دارد، ولی:
آینه ی صبح را ترجمه شبانه کن
یعنی «آینه صبح را ترجمه شبانه کن» و
لاغیر. بسیاری از شطح های صوفیه از این
رهگذرند. «نظام» خاص کلمه فضایی به
وجود می آورد که معنای حاصل از آن امری
است کاملاً مابعدی، یعنی فقط با همان شعر
به وجود می آید. دنباله مطلب در صفحه ۲۲

FINE HOMES REALTY



Mohamad Harandi

محمد هرندی

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



Realtor & Mortgage Specialist
for San Jose & Bay Area

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

سال ها تجربه، قابل اعتماد و شناخته شده

(408) 605-1138

moeharandi@yahoo.com

DRE#01183647 ♦ NMLS#332989



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

مهندس گودرزی لب به سخن گشود و با تأثر فراوان گفت: «میخواهم حقیقتی را برایت بگویم و خیلی این حقیقت دردناک است. امیدوارم که گزارش کار مرا ندهی که گرفتار بشوم.» من با شگفتی گفتم: «مگر چه میخواهی بگوئی» و البته گمان کردم که شاید کار سیاسی یا گرفتاری سیاسی دارد چون میدانستم که در دوران دانشجویی فعال سیاسی بوده و مدتی هم بازداشت شده بود. از این می ترسیدم که نکند عضو گروه براندازی است، اما او با کمال محبت و در نهایت اندوه گفت: «همانطور که میدانی من مسئول پروژه سد بندی میناب هستم و برای اینکه پیدا کنم کدام قسمت از رودخانه میناب برای سد بندی خوب است دو سه سال است به همراه کارشناسان خارجی (گمانم فرانسوی) روی این طرح مطالعه می کنیم. دو نقطه از رودخانه برای سد بندی مناسب است، یکی نزدیک شهر میناب است که آب پشت سد برای یکسال مصرف میناب و بندرعباس کافی است و دیگری سد بسیار بزرگتری است که اگر حتی هر پنج سال یک بار آن سیل عظیم بیاید و پشت سد پُر شود، علاوه بر میناب و بندرعباس به مدت ۵ سال آب آشامیدنی جزائر خلیج فارس و شیخ نشین ها را هم کفایت می کند.» دنباله مطلب در صفحه ۵۰۰

شد و در بهاران سیلاب آنقدر زیاد بود که از کنترل خارج می شد و مستقیم به طرف دریا می رفت و با عرض یکی دو کیلومتر وارد خلیج فارس می شد. و اما طغیان بزرگتر این بود که هر چهار پنج سالی این طغیان سنگ و کوه و درخت را از جای می کند و همراه مار و شتر و گاو و کوسفند و آهو می آورد و در دهانه رودخانه وارد زمین و زندگی مردم می کرد و اگر می شد جلو این آب را گرفت به قول مهندس گودرزی که آن زمان مسئول پروژه سد میناب و رئیس آب و برق آن شهر بود، می شد تا پنج سال به بندرعباس و همه خلیج فارس و حتی شیخ نشین ها آب داد. آن روزها روزهای خوبی بود. غیر از رئیس دارائی میناب که پیرمردی بود بنام «جودت» بقیه رؤسای ادارات و حتی فرماندار همه جوان بودند. مهندس گودرزی اهل بروجرد بود و بسیار جدی ولی مهربان که همه را بخصوص مرا دل بسته خودش کرده بود. هر دو از زن و بچه های مان دور بودیم، می نشستیم و از بچه هایمان تعریف می کردیم و حال و احوال خوشی داشتیم.

این مقدمه برای این بود که بنویسم شبی در خدمت مهندس گودرزی بودم و از دوری زن و فرزندان گله می کردیم که



یک سینه سخن

مسعود سینا

های میناب ولو بود. اما مثل سگ های نازی آباد نبودند که پاچه های مردم را بگیرند. البته خبرنگار هم قدری غلو کرده و هزار تا را ده هزار نوشته بود. یک نوع باد هم برای اینکه خرما برسد ده پانزده روزی می وزید بنام آتش باد که مثل اینکه هرم تنوراست و موجب رسیدن خرما می شد و اما میناب یک رودخانه شیرین بود (یعنی تلخ و شور نبود) و به گمانم تنها رودخانه آب شیرین در استان هرمزگان است و حتی خواننده های بندرعباسی آهنگ و شعر ساخته بودند به این صورت که:

رودخانه میناب آبش شیرینه

رودخانه میناب آبش زمزمه

و این رودخانه که آغازش ۳۰۰ کیلومتر بطرف شرق بود و از کوههای تودرتو و درهم برهم جنوب سرچشمه می گرفت، در میناب از دره وارد زمین مسطح می

شهر میناب در جنوب ایران و حدود صد کیلومتر با بندرعباس فاصله دارد و پر است از درخت های پرتقال و لیمو. این روزها نمیدانم میناب در چه حال است اما آن روزها، یعنی تابستان سال ۱۳۵۰ که من آنجا بطور موقت رئیس شهرداری بودم، این شهر در گرمای وحشتناکی هنگام تابستان دست و پا می زد. مردمان محلی چندان هراسی از گرما نداشتند ولی غیربومی ها، از جمله بنده و چند تن که در اداره های دولتی کار میکردند، اگر می خواستیم از خانه ای به خانه ای دیگر و یا از کوچه ای به کوچه ای دیگر برویم، توی سایه هم می دودیم که خود را به جای کولرداری برساییم.

آن روزها یک خبرنگار روزنامه به آنجا آمده بود و در بازگشت نوشته بود که میناب ده هزار نفر جمعیت دارد و ده هزار تا سگ و دیگر هیچ! راست هم می گفت چون سگ توی کوچه ها و خیابان

رستوران فیمس کباب



غذای هر ملتی بخشی از فرهنگ آن مردم است.

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



کیتیرینگ کامل میهمانی و جشن های شما در سراسر شمال کالیفرنیا

رستوران فیمس کباب با افتخار از شما پذیرایی می کند.

(916)483-1700

www.famouskabob.com



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



کامران پورشمس

متخصص و مشاور در امور

خرید و فروش املاک مسکونی و تجاری

Kamran Pourshams
Experienced Professional Realtor
Residential, Commercial,
Property Management



*Proven Insights.
Proven Results.*

DRE# 01066478

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

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

Experienced Agent in Short Sale
& Bank Owned Properties

با در دست داشتن لیست کامل خانه های ضبط شده از طرف بانکها

Res: (408)879-9343

Bus: (408)369-2000

Dir: (408)369-2020

Cell: (408)781-1200

419 E. Hamilton Ave., Campbell, CA 95008

چند حکایت از گلستان سعدی

در آداب صحبت

دو کس مردند و تحسر بردند. یکی آنکه داشت و نخورد و دیگر آنکه دانست و نکرد. کس نیند بخیل فاضل را
 و کرمی دو صد گنه دارد
 تمام شد کتاب گلستان والله المستعان، بتوفیق باری عز اسمه.
 در این جمله چنانکه رسم مؤلفانست از شعر متقدمان بطریق استعارت تلفیقی نرفت.
 کهن خرقة خویش پیراستن
 به از جامه عاریت خواستن
 غالب گفتار سعدی طرب انگیزست و طیبیت آمیز، و کوتاه نظران را بدین علت زبان طعن
 دراز گردد که مغز دماغ، بیپوده بردن و دود چراغ بیفایده خوردن کار خردمندان نیست.
 ولیکن بر رای روشن صاحبان که روی سخن در ایشانست، پوشیده نماند که در موعظه
 های شافی در سلک عبارت کشیده است و داروی تلخ نصیحت بشهد ظرافت برآمخته، تا
 طبع ملول ایشان از دولت قبول محروم نماند.

ما نصیحت بجای خود کردیم
 گر نیاید بگوش رغبت کس
 روزگاری در این بسر بردیم
 بر رسولان پیام باشد و بس
 یا ناظرا فیه سل بالله مرحمة
 علی المصنف و استغفر لصاحبه
 و اطلب لنفسک من خیر ترید بها
 من بعد ذلک غفر انا لکاتبه

در فضیلت قناعت

هر آن سری که داری با دوست در میان منه چه دانی که وقتی دشمن گردد. و هر بدی
 که توانی بدشمن مرسان که باشد که وقتی دوست گردد.
 و رازی که نپان خواهی با کس در میان منه اگر چه دوست مخلص باشد که مرآن دوست
 را نیز دوستان مخلص باشد همچنین مسلسل

خامشی به که ضمیر دل خویش
 ای سلیم آب ز سرچشمه ببند
 با کسی گفتن و گفتن که مگوی
 که چو پر شد نتوان بستن جوی

در ضعف و پیری

وقتی بجهل جوانی بانگ بر مادر زدم دل آزرده بکنجی نشست و گریان همی گفت مگر خردی
 فراموش کردی که درشتی می کنی.

چه خوش گفت زالی بفرزند خویش
 گر از عهد خریدت یاد آمدی
 چو دیدش پلنگ افکن و پیلتن
 که بیچاره بودی در آغوش من
 که تو شیر مردی و من پیرزن
 نکردی درین روز بر من جفا



با هادی خرسندی

www.asgharagha.com
 hadikhorsandi@aol.com

رابطه ایملر

حالا که در رابطه با خانم هیلری کلینتون، موضوع «ایمل» داغ شده، این سروده قدیمی ام را تقدیم صاحبان میکنم.

راستی دیدم حدود هفتاد سایت اینترنتی در میهن عزیز (از جمله دانشگاه فردوسی مشهد) این شعر را بدون نام سراینده ی بدبخت نقل کرده اند، که همه شان را درک میکنم و گلابه نه، همدردی باهاشان دارم.

آف (OFF) کن کامپیوتر را جانم
 یار من باش و ببین من ON ام
 اگر حرفی و پیغامی هست
 روی کاغذ بنویسش با دست
 نامه یک حالت دیگر دارد
 خط تو لطف مکرر دارد
 خسته از Font و ز Format شده ام
 دلخور از گردلی @ (ات) شده ام ...
 کرد ریپلای به لیلی مجنون
 که دلم هست از این سابیجت خون
 باشه فردا تلفن خواهم کرد
 هر چه گفتی که بکن خواهم کرد
 زودتر پیش تو خواهم آمد
 هی مرتب به تو سر خواهم زد
 راست گفتی تو عزیزم لیلی
 دیگر از من نرسد ایملی
 نامه ای پست نمودم بهرت
 به امیدی که سرآید قهرت

گله میکرد ز مجنون لیلی
 که شده رابطه مان ایملی
 حیف از آن رابطه ی انسانی
 که چنین شد که خودت میدانی
 عشق وقتی بشود داتکامی
 حاصلش نیست بجز ناکامی
 نازنین خورده مگر گرگ ترا
 برده یا دات نت و دات ارگ ترا
 بهرت ایمل زدم پیشترک
 جای سابیجت نوشتم به درک
 به درک گر دل من غمگین است
 به درک گر غم من سنگین است
 به درک رابطه گر خورده ترک
 قطع آنهم به جهنم به درک
 آنقدر دلخور از این ایملیم
 که به این رابطه هم بی میلیم
 مرگ لیلی نت و مت را ول کن
 همه را جای OK کنسل کن

Own a Business? List your Business At

irany.com



Your Connection to the World



Ali's
 Construction & Remodeling

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

(408)-898-6474

www.alisconstruction.com

با مدیریت علی زمانی

- ◆ New Custom Home ◆ Bathroom
- ◆ Room Additions ◆ Kitchen Remodel

Let us Build your Coustom Dream Home

1011 S. De Anza Blvd. , Cupertino, CA



Niosha Dance Academy
 Wedding and Entertainment Coordinator
 www.niosha.com

DISCOVER THE UNIQUENESS

For the wedding of your dreams let Niosha blend music, dance and tradition into an unforgettable event.
 To schedule a free consult please call 408-656-6585 or email niosha@niosha.com

بیکاری در مرز، دست فروشی عطر تقلبی در مرکز

زهره خسروانی

دست‌فروشی یکی از پدیده‌هایی است که در بازار کار ایران به شدت جا افتاده است و دیگر بخشی تأثیرگذار از این بازار شده است به طوری که بخشی از مردم، روزانه و یا در طول هفته اکثر مایحتاج مورد نیاز خود را از همین دست‌فروشی‌ها خریداری می‌کنند.

اما یک نوع خاص از دست‌فروشی که در سال‌های اخیر و به ویژه در زمان تحریم‌ها، بازار خوبی را به دست آورده، متعلق به جوانان مرز نشینی است که بساط ادکلن‌های تقلبی در مرزهای غربی کشور و البته بازار خوب فروش این محصولات ارزان در هیاهوی فروشگاه‌های عطرها و ادکلن‌های چند صد هزار تومانی و میلیونی موجب شده است که آن‌ها برای کسب درآمد، خانه و کاشانه خود را رها کرده و رو بیاورند به پهن کردن بساط دست‌فروشی در خیابان‌های شهرهای بزرگ.

آن‌طور که مشخص است، دست‌فروشی عطر و ادکلن تبدیل به یک پیشه اختصاصی منطقه‌ای افرادی از مناطق گردنشین و غرب کشور شده است به طوری که به راحتی از صحبت و ارتباط کلامی بین این دست‌فروشان متوجه می‌شویم اهل همین مناطق هستند.

بی‌کاری‌های فصلی و دائم، عدم توسعه یافتگی شهری و روستایی، کمبود صنایع

با مشاغل پایدار، ناپایداری اقتصادی و... آن‌ها را برآن داشته است برای کسب درآمد و گذران زندگی، این شغل را انتخاب کنند. در کنار یکی از پاساژهای پر رفت و آمد مرکز شهر تهران، در اولین نگاه، مردی چهارشانه با لهجه

کردی را می‌بینم که بساطش را کنار پیاده‌رو و نزدیک در پاساژ پهن کرده است. او انواع عطرها مارک‌دار و معمولی را کنار هم چیده است. اکثر جعبه‌های عطرها نیز باز هستند تا مشتری به راحتی آن‌ها را تست کند. افراد زیادی اطرافش جمع شده‌اند و یکی یکی عطرها را امتحان می‌کنند. او هم درحال تعریف و تمجید از تک‌تک عطرهایی است که انتخاب می‌کنند. برندها همه معروف، جعبه‌ها به ظاهر اصلی اما قیمت‌ها شوک برانگیز ارزان است؛ چیزی بین ۲۰ تا ۴۰ هزار تومان. همین باعث شده است که کسبش پر رونق باشد و روزانه درآمده قابل قبولی درآورد.

اما فروشنده‌های مغازه‌های شیک و گران‌تر شهر که در این روزهای رکود بازار و توان پایین مردم برای خرید عطرها گران



قیمت، سطح درآمدشان پایین آمده است، به شدت از این وضع گلایه دارند و می‌گویند: «این روزها قشر زیادی از مردم، دست‌فروش‌ها را به ما ترجیح می‌دهند؛ تنها به دلیل پایین بودن قیمت اجناسشان. غافل از این که این عطرها تقلبی هستند و حتی می‌توانند برای سلامتی‌شان ضرر داشته باشند. شیشه این عطرها را در دبی و یا مکان‌های دیگر به صورت دستی قالب می‌زنند ولی آن قدر ماهرانه این کار را می‌کنند که با اصل آن موم نمی‌زند. همین موضوع است که باعث گول خوردن مردم می‌شود.»

«محسن»، یکی از این فروشندگان‌ها می‌گوید: «در خارج از کشور، این جعبه‌ها را با اسانس‌ها و مواد شیمیایی ترکیب شده، به صورت فله‌ای پر و بسته‌بندی‌های شیک، از راه‌های مرزی و آبی وارد بازار کشور می‌کنند. دنباله مطلب در صفحه ۴۷»



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

کلاس‌های خصوصی و گروهی

14505 Union Ave San Jose, CA 95124

www.nejadmusic.com

بلافاصله پس از تحویل درخواستنامه ورشکستگی خود به دادگاه با طلبکاران تماس بگیرد و آنها را از هرگونه تلاش و تماس برای باز پس گرفتن بدهی خود باز دارد. به این ترتیب، اعلام ورشکستگی ابزاری بسیار قوی برای جلوگیری از مصادره و به مزایده گذاشتن (Foreclosure) خانه، تصرف ماشین (Car repossession)، توقیف دستمزد (Wage garnishment) و تماسهای مکرر و آزار دهنده طلبکاران برای مطالبه بدهی خود می باشد.

از طرف دیگر، اعلام ورشکستگی زبان هایی نیز دارد که شاید مهمترین آن کاهش قابل توجه اعتبار مالی فرد می باشد. این واقعیت که فرد درخواست ورشکستگی نموده است، جدا از تصمیم دادگاه در رد یا پذیرش درخواست، به مدت هفت تا ده سال در کارنامه اعتباری (Credit Report) فرد باقی می ماند و فرد را برای گرفتن هرگونه وام یا دریافت کارت اعتباری با مشکل روبرو می کند. البته، ارزش اعلام ورشکستگی در کارنامه مالی و اعتباری فرد هر سال کمتر و کمتر می شود و فاکتورهایی چون اشتغال و درآمد ثابت و مستمر از ارزش وجود ورشکستگی در کارنامه مالی فرد بسیار می کاهش.

دنباله مطلب در صفحه ۱۰۸

افراد (Consumers) می پردازند. اعلام ورشکستگی براساس فصل هفتم به فرد این امکان را می دهد تا تمامی یا بخشی از بدهی های خود را بدون ملزم بودن بازپرداخت آنها از بین ببرد. از میان بردن بدهی براساس فصل هفتم اصطلاحاً «Discharge of Debt» نامیده می شود. از طرف دیگر، اعلام ورشکستگی براساس فصل سیزدهم به فرد این امکان را می دهد تا بدهی عقب مانده خود را براساس یک «برنامه بازپرداخت» (Payment Plan) متناسب با شرایط مالی خود در اقساط ۳ تا ۵ ساله پرداخت کند. در انتهای دوره بازپرداخت، بدهی احياناً باقی مانده از بین می رود و طلبکار دیگر حق مطالبه بدهی خود را ندارد.

یکی از فواید اعلام ورشکستگی براساس هریک از این دو فصل این است که به محض تحویل درخواستنامه ورشکستگی تنظیم شده به دادگاه فدرال، کلیه تلاشهای طلبکاران برای باز پس گرفتن بدهی خود باید متوقف شود. معمولاً، در ظرف چند روز پس از تحویل درخواستنامه ورشکستگی، دادگاه نامه ای به هر یک از طلبکاران می فرستد و آنها را از وجود پرونده ورشکستگی فرد بدهکار آگاه می کند. همچنین فرد بدهکار نیز می تواند



کاوه میرشفیعی
وکیل رسمی
دادگاههای کالیفرنیا و فدرال
KM@headwaylegal.com

نگاهی کوتاه به قوانین ورشکستگی افراد در آمریکا

گذارند تا اطلاعات کامل تر و دقیق تری از مسائل خود به دست آورند.

ورشکستگی روالی قانونی می باشد که با بهره گرفتن از آن فردی که توانایی بازپرداخت کامل بدهی خود را ندارد می تواند زندگی مالی خود را از نو آغاز کند. به این ترتیب، قوانین ورشکستگی به بدهکاران صادق اما بد اقبال این فرصت را می دهد تا بخشی از بدهی خود را، تا جایی که در توان دارند، بپردازند و مابقی بدهی خود را، با حمایت قانون، از پرونده مالی خود پاک کنند. از لحاظ مکانیسم حقوقی، حل و فصل مشکل بدهی براساس درخواست ورشکستگی بر مبنای چند «فصل» (Chapter)، مختلف قانونی انجام می گیرد. «فصل هفتم» و «فصل سیزدهم» قوانین ورشکستگی تنها فصولی می باشند که به مسائل ورشکستگی

قانون اساسی آمریکا به کنگره مشخصاً اختیار می دهد تا «قوانین همگونی را در حوزه ورشکستگی در سراسر ایالات متحده وضع کند.» بنابراین قوانین ورشکستگی در آمریکا اساساً قوانین فدرال می باشند و مرجع رسیدگی به درخواستها و مشکلات حقوقی مربوط به ورشکستگی، دادگاههای فدرال می باشند. هدف اصلی نگارنده این ستون فراهم کردن اطلاعات کلی در مورد قوانین ورشکستگی افراد (نه شرکتها و نهادهای دولتی) و راهنمایی مختصر افرادی می باشد که احياناً در اندیشه اعلام ورشکستگی می باشند. بدیهی است که اطلاعات کلی این ستون پاسخگوی نیازها و شرایط حقوقی خاص افراد نمی باشد و افرادی که قصد اعلام ورشکستگی دارند باید شرایط خاص را با وکیلی آشنا به امور ورشکستگی درمیان



بابک رحیم زاده

Bobby Rahim

IRS Enrolled Agent





Personal & Business Federal & State Tax Return Filing

- Tax preparation (individual & Corporation)
- Specialized in "C," "S," & LLC Corporation
- Payroll taxes
- Monthly bookkeeping
- Tax Audit
- Accounting system & installation

1900 Camden Ave, Suite 204
San Jose, CA 95124

www.BandRaccounting.com

(408)247-5626

(408)899-8727

♦ انجام کلیه امور حسابداری و حسابرسی

♦ رسیدگی به امور حقوق و دستمزد

♦ مشاوره و برنامه ریزی مالیاتی برای افراد و موسسات تجاری

همان به کو در آن وادی نشیند که جفدان به که آبادی نبیند

و به این صورت با تهدید خسرو به خودکشی و این که: بر آویزم ز جورت خویشتن را. خسرو را از شیرین دور نگه می دارد. از سویی دیگر عشق شیرین در دل خسرو چندان نیست که آرامش پذیرد و آسوده نشیند، پس قاصد خویش، شاپور را دوباره به نزد شیرین می فرستد و وصف حال با او می گوید و از او می خواهد که پنهان از مریم به سرزمین او قدم گذارد و شاپور چون حکایت را چنان که بود با وی باز می گوید. شیرین شاهزاده مغرور و زیبایی که در می یابد برای رسیدن او و خسرو به یکدیگر مریمی در میان است که سرنوشت او را در گون می کند بانگ عتاب سر می دهد که:

نه آن مرغم که بر من کس نهد قید نه هر بازی که بتوان کردنم صید

گر آید خسرو از بت خانه چین ز شورستان نیابد شهید شیرین

و گر مریم درخت قند گشته رطب های مرا مریم سرشته

گر او را دعوی صاحب کلاهست مرا نیز از قصب سربند شاهست

شیرین شیفته خسرو است ولی رنج حقارت و حسادت نسبت به رقیب او را از معشوق دور می کند. **دنباله مطلب در صفحه ۵۰**

تخت حکومت ارمنستان تکیه زد. شیرین حکمرانی عادل بود و در زمان وی عدل و داد بر همه دیار او سایه افکنده بود.

ز عدلش باز با تیهو شده خویش به یک جا آب خورده گرگ با میش

به این صورت شیرین و خسرو هر یک در دیاری جدا از هم به حکمرانی مشغول بودند. از طرفی دیگر خسرو در زمان لشکر کشی به روم با پیوندی سیاسی با مریم، دختر پادشاه روم، همراه وی به سرزمین ایران بازگشته بود و مریم همسر رسمی پادشاه ایران خسرو پرویز بود. خسرو عاشق شیرین بود و همسر مریم و این تراژدی تلخی را برای خسرو به وجود آورده بود. خسرو به قصد دعوت از شیرین و فراخواندن او بر سرزمین خویش با مریم به گفتگو نشست و مریم که از حس روز افزون شیرین آگاه بود بنای مخالفت با خسرو را گذاشت که تو می خواهی مرا با کسی در یک خانه جای دهی که به یک افسون که از هزاران افسانه از بردارد ترا می فریبد و از من دور می سازد و پس از همه افسون ها که در کار خسرو به کار برد و برای دور ساختن او از شیرین افسانه سرایی ها کرد به تاج قیصر روم و تخت شاهنشاه ایران سوگند یاد کرد که:

اگر شیرین بدین کشور کند راه به گردن بر نهم مشکین رسن را



شیرین در خسرو و شیرین نظامر (بخش دوم)

خبری نرسید بی تابانه لب به شکوه گشود و با سرزنش خویشتن که خسرو را راهی سرزمین ایران کرده بود به تلخی می گریست و با خویش می گفت:

مرادی را که دل بروی نهادی به دست آوردی و از دست دادی

و روزگاری دشوار را در دوری از معشوق می گذرانید، در این زمان مهین بانو عمه شیرین که حکومت ارمنستان را در دست داشت بیمار شد و این سرنوشتی دیگر بود که بالاخره از دهای اجل او را پس از زمانی بیماری بلعید و چشم از جهان فروبست و شیرین در اندوه دوری از خسرو با غم از دست دادن موجودی که همچون مادری مهربان او را در کنار داشت رو به رو شد. از سویی دیگر با درگذشت مهین بانو حکومت وی که جانشینی جز شیرین نداشت، بر وی مقرر گردید و شیرین بر

شیرین با این اندیشه که خسرو بر تخت سلطنت ایران نشیند و وی را در جایگاه بانوی اول ایران قرار دهد، خسرو را به بازگشت به ایران ترغیب می کرد و از او می خواست که ارمنستان را واگذارد و خود قبل از این که دیگران فرصت پادشاهی او را از وی بگیرند بر تخت سلطنت ایران تکیه زند و بدین سان خسرو راه بازگشت به ایران را در پیش گرفت. در آن زمان سرزمین ایران پس از درگذشت پدر خسرو دستخوش ناآرامی های بسیار بود و خسرو می بایستی برای نشستن بر تخت با مدعیانی چند بجنگد، به این جهت پس از بازگشت به ایران و درگیری با دیگر مدعیان سلطنت بالاخره بر اریکه قدرت ایران زمین تکیه زد. از طرف دیگر شیرین که در دوری از خسرو هر روز برایش سالی می گذشت چون زمانی برآمد و از خسرو

Ali Driving & Traffic School

کلاس های تعلیم رانندگی و ترافیک علی برای بزرگسالان و نوجوانان

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

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

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



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

آموزش رانندگی توسط کادری مجرب و حرفه ای

(408)370-9696 ♦ (408)394-5249

دکتر فتانه هوشداران

کایروپراکتر



Fataneh Hooshdaran, D.C.

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

www.chiropracticusaca.com

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

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



مطب مجهز به دستگاههای فیزیکیال تراپی و ماساژ طبی، ورزشی، Aqua Med Massage

Serving: San Jose & Santa Clara

اکثر بیمه های درمانی پذیرفته می شود

(408) 712-3788

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

(408) 244-7677

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

کارگرهای افغان در شرکت‌های زیرمجموعه شهرداری

پروین میلانی

کارگرها که در مسیر روزانه کارم با او برخورد داشتم، ماجرا را پی گیر شدم اما او مایل به حرف زدن در این خصوص نبود و یا شاید از حرف زدن در این خصوص منع شده بود.

حرف زدن او اما کنجکاو مرا بیش تر کرد تا تلاش کنم از دیگر کارگرهای افغان مشغول به کارهای خدمات شهری زیر مجموعه شهرداری پی گیر این موضوع شوم. مدتی گذشت تا در نهایت یکی از آنها که در پارک بزرگی در مرکز شهر تهران مشغول به کار است، با روی باز پذیرفت که با من در این خصوص صحبت کند.

«محمد» که کار روزانه اش آبیاری چمن ها و درختان این پارک است، می گوید کارهای ساختمانی که پیش از این انجام می داد، کاری آسان تر و کم زحمت تر دارد. او با ذوق از سر و کار داشتن روزانه با گل و گیاه می گوید و از چرت

چندی پیش وقتی یکی از خیابان های شهر تهران از کنار دو رفتگر شهرداری رد می شدم، متوجه زبان یکی از آن ها شدم که نشان می داد از افغانستان است. روی لباس او آرم یکی از شرکت های خصوصی طرف قرارداد شهرداری تهران توجه من را جلب کرد. از آن جایی که اولین باری بود یک افغانستانی را در این لباس می دیدم، کنجکاو شدم و پس از آن بیش تر از پیش به چهره کارگرهای خدماتی زیر مجموعه شهرداری دقت کردم. حالا متوجه شده ام مدتی است که کارگران افغان زیادی در این مشاغل مشغول به کار هستند؛ از رفتگران کوچک و خیابان ها گرفته تا باغبان های پارک ها و یا کارگران همراه ماشین های حمل زباله.

افزایش تعداد کارگران افغان در مشاغل خدماتی زیر مجموعه شهرداری تهران باعث شد که در این خصوص کنجکاویش بیش تری به خرج دهم. از یکی از این



برایمان کار پیدا می شود تا از این طریق شغلی داشته باشیم که از درآمدش خرج و مخارج خود و خانواده هایمان را بپردازیم.

از او خواستم که یکی از مسوولان شرکتی که برای آن ها کار می کند را معرفی کند تا نظرات شرکت های خصوصی را نیز در این خصوص بدانم. شماره یکی از مدیران این شرکت را از او گرفتم و عصر همان روز، بعد از چندین تماس و ارسال پیامک، بالاخره تلفنم را جواب داد و راضی شد جواب چند تا از سوال هایم را در این خصوص بدهد.

زدن های روزانه و دلچسب خود زیر سایه درختان پارک؛ اتفاقی که در زمان کارگری بر روی ساختمان ها به معنی اخراجش از کار بود.

وقتی از او در مورد دیگر شرایط کارش و بحث استخدام و بیمه می پرسم، این طور جواب می دهد: «به نظرت اگر قرار بر بیمه کردن بود، من را انتخاب می کردند؟ او می گوید ما را استخدام می کنند تا هر موقع که بخواهند، بتوانند اخراجمان کنند. هزینه بیمه هم بر گردنشان نیست و این سود خوبی است برای آن ها. البته فرصتی مناسب برای من و هم وطنانم است که به سختی

دنباله مطلب در صفحه ۴۷

خدمات رسمی مرکز اسلامی فرهنگی شمال کالیفرنیا شامل:

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

Official Services of ICCNC



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



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



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



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

ICCNCORG



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

1433 Madison Street, Oakland, CA 94612



سپاهی ها او را دوست دارند. او آدمی است که از نظر چهره، لباس پوشیدن و طرز رفتار و ساده صحبت کردن در دل مردم جای گرفته است. او در گفتگوها از واژه های فنی، استفاده نمی کند و با مردم به آسانی ارتباط برقرار می کند. پدرش به او گفته بود که «تو می خواهی بنز سوار شوی یا ماشین بنز را بشوری» و او حالا بنز سوار می شود و البته در تهران راننده دارد، اما در صندلی های عقب نمی نشیند، در صندلی جلوی ماشین است و کنار راننده می نشیند و در سر چهارراه ها برای مردمی که او را دوست دارند دست تکان می دهد. به جزء آقای «مایلی کهن» همه او را تأیید می کنند. حتی خداداد عزیزی شیطنت می کند و می گوید او سیاه کار ترین مربی تمامی دوران های تیم ملی است. آقای «حشمت مهاجرانی» اولین مردی که تیم ملی را به جام جهانی برد از او به خوبی یاد می کند.

تیم ایران هرگز به این خوش قد و قواره ای نبوده است. می گویند او قد بلند ها و درشت هیكل ها را دوست دارد. او زمانی فقط مربی دروازه بان ها بوده است و حالا در سطح ملی، ما صاحب پنج، شش دروازه بان طراز اول هستیم. **دنباله مطلب در صفحه ۴۸**

است. او قبلاً موفق به راهیابی به جام جهانی ۲۰۰۲ با تیم ملی آفریقای جنوبی بوده است. از دیگر تجربیات مربیگری وی می توان به سرمربیگری تیم رئال مادرید در فصل ۲۰۰۳-۲۰۰۲ اشاره کرد که دوران ناموفقی برای وی تلقی می شود. او سابقه مربیگری در MLS آمریکا را در نیویورک هم داراست که آنجا هم روزهای بدی را پشت سر گذاشته است. حالا آقای کیروش هنوز هم در ایران است. آفتاب تهران را مثل آفتاب لسبون دوست دارد. پول خوبی هم می گیرد که حق اوست. از وقتی که به ایران آمده است از پنجاه و یک مسابقه، توجه کنید، فقط دوبار باخته است. ایران در طبقه بندی فدراسیون بین المللی فوتبال تیم بیست و هفتم دنیاست و این بی سابقه بوده است. ایران تقریباً قدرت اول آسیا است. چندی پیش برای اینکه قرار داد او تمدید شود از رئیس جمهور کمک خواسته شد. گفته می شد که فوتبال از سیاست جداست، اما این در کشورهای مثل ما یا عرب ها یک شوخی است. گرچه دخالت دولت برای ابقای «کیروش» می توانست سبب تعلیق تیم ملی شود، اما بنظر می رسد سپاه پاسداران او را ابقا کرد. کسی نمی داند او سپاه پاسداران را دوست دارد یا



ورزش از نگاه من

احمد طوسی

Email: tousi1515@aol.com

«کارلوس» که از بیکاری حوصله اش به سر آمده است، قبول می کند از تهران دیدن کند. او قرارداد را می بندد اما وقتی به پرتغال باز می گردد ایمیلی به فدراسیون فوتبال ایران می زند و در تاریخ ۲۶ بهمن ۱۳۸۹ انصراف خود را به فدراسیون ایران اطلاع می دهد. همه چیز از نو آغاز می شود. ایرانی ها شدیداً خواستار او هستند. باخت های پی در پی کلافه شان کرده است. به او قول می دهند که آفتاب در تهران هم مثل پرتغال است و بالاخره در دوم آوریل ۲۰۱۱ او به توافق می رسد و کار را در ایران آغاز می کند. «کارلوس مانول بریتولنال کی روش» Carlos Manuel Brito Leal Queiroz متولد اول مارس ۱۹۵۳ در کشور موزامبیک و اهل پرتغال است. او دو دوره دستیار «الکس فرگوسن» در منچستر یونایتد و دو دوره سرمربی تیم ملی پرتغال بوده است و تیم پرتغال را در جام جهانی ۲۰۱۰ رهبری کرده

زمان یکی از روزهای ماه مارچ سال ۲۰۱۱ است، در لیسبون آفتاب از پنجره پشت سر «کارلوس کیروش» به درون می تابد و تمامی فضای اطاق را پر می کند و بر صفحه رایانه ای که او ایمیل هایش را چک می کند می نشیند. در زیر نور، حروف یکی پس از دیگری محو می شوند و «کارلوس» ایمیل را دوباره و دوباره می خواند. ایمیلی که از Agent اوست. در گفتگوهای روزمره آفتاب به عنوان یکی از اصلی ترین ویژگی های کشور پرتغال مطرح است، صحبت ها همیشه به اینجا می رسد که آدم ها تنها جنبه منفی چیزها را می بینند. Agent او می گوید که ضرری ندارد که به تهران برود و همه چیز را از نزدیک ببیند. شاید آفتاب آنجا هم مثل پرتغال باشد. آفتاب به نوعی تسلی خاطر بدل می شود. هنگامیکه خبردار می شویم کسی به دیگر نقاط جهان مهاجرت کرده است، اغلب می شنویم که «شرط می بندم آنجا این آفتاب را ندارد».



انجمن آذربایجانی های شمال کالیفرنیا

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

با هدف ترویج و گسترش فرهنگ و هنر آذربایجان

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

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

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

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

برای اطلاعات بیشتر لطفاً با ما تماس حاصل فرمایید!

e-mail: secretary@acsnc.org

(408)661-3410

website: www.acsnc.org

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

Azerbaijan Cultural Society of N. California

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

پشت یارو راه افتاده بود. دو سه بلاک از رستوران دور شدیم. آگا «مجید» کوتوله گفت: (می خوام بپریم بگیرمش، دورتر نره...!) خنده ام گرفت، گفتم: (چطوری؟! یک پای او به اندازه تموم هیکل توست... ول کن خطرناکه، کار دس خودت می دی، الان پلیس می رسه، و همین طور هم شد. ماشین پلیس به اتفاق «خسرو» رسیدند. «مجید» آگا به نظرم، به خاطر این که خودی نشون بده و شاید هم، دلی از عزای دلبر در بیاره پهو شیر بشدا پرید از عقب محکم طرفو چسبیدا! خسی جون دوید به طرفشون که شر به پا نشه اما همین لعبت والا، یک خنج ناچگی به بازوی شوهرم کشید که درجا خون زد بیرون و بعد هم دو سه دور محوری زد که بینوا مجید همان طوری که چسبیده بود، روی هوا بلند شد و حالت گریز از مرکز را پیدا کرد، دستش ول شد دورتر اون طرف روی آسفالت اومد زمین...! خود دخترک هم چون کفش پاشنه بلند داشت تعادلش به هم خورد و با ضد مافوگ، روی زمین ولو شد...! با چشمان تعجب زده متوجه شدیم، ایشون همچنین دختر هم نیستند که یک جوان برومند و برجسته! سیاه! هستند...! خلاصه پلیس اخطار داد. **دنباله مطلب در صفحه ۵۲**

اعمالش را جلوش گذوشتیم؛ نگاهی کرد و گفت: (من ده دلار بیشتر ندارم...!) با خسرو در میون گذوشتیم، گفت: (بیخود می گه می خواست، گیل از این که اون همه کوفت کنه ببینه چقدر داره!؟) برگشتم بهش گفتم: (باید همه ۲۳ دلار را بپردازین) مدتی ساکت نشست، بعدش بی خیال ده دلار روی میز گذوشت، بلند شد که بره خسرو فوراً ۹۱۱ پلیس رو گرفت و به من گفت: (مواظب باش جایی پنهنون نشه.) منم پشت سرش اومدم بیرون. «مجید» آشپز هم که از اول شش دانگ حواسش پیش گد و بالای دلبر بود، از خدا خواسته کارو ول کرد دنبال ما راه افتاد... خانمه گدیری کناره خیابون ایستاد، ما هم در دو سه گد می او ایستادیم. بعد راه افتاد بره اون طرف خیابون. ما هم با حالت اسکورت، بدون اینکه حرفی بزیم باهم، یعنی پشت سرش رفتیم اونور... دوباره ایستاد، کتاب کوچکی از کیفش درآورد و در حالی که خلال دندان می گرفت، مشغول مطالعه شد... انگار نه انگار، که ما هستیم... باز زیگ زاگ زد، اومد اینور خیابون. حالا گیافه «مجید» با عینک ذره بینی ته استکانی با کلاه بلند سفید و پیش بند آشپزخانه با دم پای، تماشایی بود... کلهش کلش، طول و عرض خیابون رو



فگرا بزنین...!»
 «خسرو» جان هم از ورای آشپزخانه ظهور کرد. بار دیگر چاق سلامتی شروع شد و وقتی پشت میز جا افتادیم، «خسرو» را سرحال ندیدم. توی لب بود با ایما و اشاره موضوع را پرسیدم، آهی کشید و گفت: «والا چی بگم از «سیندی» پرس.»
 گفتم: «سیندی جان چگونه بوده است آن حکایت؟!»
 گفت: «اوہ بله نمی دونین چی شده... چه بلایی سر خسی جون آمده؟ یا قراره بیادا بله هفته پیش روز جمعه نزدیکی های ظهر یک خانم که بلند و خوش ترکیب، سیاه پوست با لباس مشکی خیلی کوتاه، بدون جوراب با کفش های گرمز و جونم برای شما بگه، صد گلم آرایش کرده، اومد نشست دستور غذا یعنی یک منوی کامل ماشاء الله از اردو و دسر و غذای اصلی داد و بعدش هم کیک و نوشابه و گهوه... آگا من داشتم دیوونه می شدم چه اشتباهی...؟! اما بعد که بگول شوما صورت

با میهمانی که از ونکوور داشتیم به اتفاق خانواده به رستوران زیبای آمریکایی دوست مشترکمان «خسرو» خان رفتیم که هم دیداری تازه کرده و هم یکی از سه وعده غذای روانه را بجا آورده باشیم...
 ضمناً خدمتتان عرض کنم «سیندی» یعنی خانم «خسرو» که سمت وزیر داخلی رستوران را هم یدک می کشند، ذاتاً انگلیسی هستند ولی زبان ما را بر خلاف بچه های ما که فارگلیسی حرف می زند، خوب می داند، منتهی عیب بانمکش لهجه مخصوص و شیرین و دیگر این که هرچی «ق» توی دنیا ریخته ایشان «ح و گ» تلفظ می کنند و «خ» را هم بعضی وقت ها «ک» و گاهی «ج» و اغلب «ح» می گویند، است...!
 با ورود به رستوران، «سیندی» خانم جلو آمد که: «به به عجب، کوش آمدین... بعله، ما دیگه باید این آکاراگه گاهی توی تلویزیون یا عکسشونو تو مجلات ببینیم. خب شد میهون دار شدین که سری به



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 شرکت ها

تعویض نام

تابعیت

www.saeicompany.com

I am not an attorney

(408)554-1318

برای اطلاعات بیشتر با آقای داریوش کیلانی تماس بگیرید

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



و بیشتر قابل ذکرند، مثل «پریناز ایزدیار» در نقش «شیرین» و «علی نصیریان»... تماشایی و به یاد ماندنی است. نکته جالب هم این است که بازیگران نقش های منفی «شهرزاد» درخشش بیشتری دارند تا بازیگران نقش های مثبت. حالا یا به خاطر بازی روان آنهاست یا اینکه اکثر شخصیت های این سریال افرادی پلید (BAD GUY) هستند. اما در هر صورت، نقش ها به خوبی تقسیم و اجرا شده که امتیاز مهم آن بعد از داستان و دیالوگ پیچیده آن است. در مجموع «شهرزاد» فصل جدیدی را در سینما و تلویزیون ایران به وجود آورد که باید دید در فصل های بعدی چگونه این «بار» قابل تعمق را به سرمنزل اوج خود خواهند رساند.

اصلی فیلم است چرا که مابقی داستان پیرامون زد و بندهای مالی و سر به نیست کردن مخالفان و شرکای مالی است. زبان محاوره آن گرچه زمان خاصی را معرفی نمی کند، اما از نوعی انتخاب شده تا با زبان محاوره امروز تفاوت داشته باشد. نقش ها به خوبی میان بازیگران تقسیم شده و گرچه تعداد آنها بسیار است، اما سازندگان آن توانسته اند در این زمینه ضعفی از خود نشان ندهند و با وجود رفت و برگشت های بسیار، این شخصیت ها در جای خود، یکایک قابل شناخت و مشخص هستند. فیلمبرداری و نورپردازی یک دست و روان آن قابل ذکر و تحسین است. بازیگران سریال، اعم از آنهایی که نقش های منفی را ایفا می کنند

«شهرزاد» و «سوپ اپرای ایرانی»

سعید شفا



«سوپ اپرا» بازارش در ایران گرم شد تا جایی که فیلمسازان داخلی سعی کردند نوع وطنی آنها را روانه بازار کنند که به یقین محبوب ترین و قابل تعمق ترین آنها سریال «شهرزاد» است که می توان گفت انقلابی در برنامه های تلویزیونی ایران پدید آورد.



«شهرزاد» که فصل اولش سال پیش به پایان رسید، نسبت به آنچه قبلا در ایران ساخته شده، از نظر داستان، ساخت و تکنیکی که در آن به کار رفته، از تمامی سوپ اپراهای قبل از خودش محبوب تر و موثرتر بوده. آنچه سازندگان آن کوشیده اند، علاوه بر یک داستان جذاب و گیرا، از نظر تاریخی، فضا، محیط، زمان، شخصیت ها، البسه، دکور، بازی ها... نیز جای ویژه ای داشته باشند. همین کوشش باعث شد تا این سریال که مخلوطی از سوپ اپراهای آمریکایی و سینمای قیصری است سخت مورد توجه قرار بگیرد و حتی کسانی که بیننده سوپ اپرا نیستند را به خود جلب کند. «شهرزاد» در واقع تلفیقی است از «پدر خوانده» (دون کورلیونه)، ال کاپون، و گنگسترهای دهه سی آمریکا و کلاه مخملی های زمان ۲۸ مرداد و جاهل های فیلم «قیصر».

گیرایی «شهرزاد» هم علاوه بر داستان آن به خاطر فضایی است که برای آن ایجاد کرده اند. از دکور تا ماشین ها، لباس ها، خیابان ها، گاری و درشکه، کاباره، میل و صندلی، گرامافون... همگی بدون کم و کاست فضای همان دوران دهه بیست تا سی را تداعی می کنند. گرچه مسائل سیاسی آن چندان رنگی ندارد، اما زمینه

از دیرباز تئاتر و سوژه های ملودرام خیلی بیشتر از پیدایش سینما و تلویزیون در جوامع مختلف رایج بوده. اما از زمانی که سینما و بعد تلویزیون در دسترس عموم قرار گرفت، این سبک تئاتر به خاطر گسترش و قابل رویت بودن تلویزیون در همه جا بیشتر توسعه پیدا کرد تا جایی که تلویزیون ها برنامه های ویژه ای را برای این سبک تئاتر تلویزیونی به وجود آوردند که در آمریکا به چند دهه می رسد و در کشورهای دیگر من جمله ایران، به

اشکال مختلف، در طول سالها ادامه داشته. معروفترین ملودرام های هالیوود: مادام اکس، پریش... و تلویزیون: روزهای زندگی، دالاس، پیتون پلیس... است که میلیون ها نفر را روزانه پای تلویزیون می نشاندند تا با تماشای قهرمانان، آنها روزهایشان را سپری کنند.

در ایران هم این سبک تئاتر تلویزیونی که به «سوپ اپرا» (اصطلاح آمریکایی اش) شهرت دارد از زمان آمدن تلویزیون به انواع مختلف وجود داشته و به تبعیت از نوع آمریکایی اش، ایرانی ها هم دست به سریال سازی و سریال هایی مثل «دایی جان ناپلئون» (ناصر تقوایی)، هزارستان (علی حاتمی)... را ساختند که در زمان خود تماشاگران بسیاری داشتند. بعد از انقلاب این سبک تئاتر تلویزیونی دوباره احیاء شد با این تفاوت که می بایست جوانب سیاسی و مذهبی سوژه را رعایت می کردند.

با گسترش شبکه های داخلی و توجه به تلویزیون های ماهواره ای و برنامه های خارجی به ویژه شوهای دوبله شده تر کیه،

Find Iranian Businesses Faster

irany.com

ANDROID APP ON Google play

Download on the App Store

سنگتراش

روزی، سنگتراشی که از کار خود ناراضی بود و احساس حقارت می کرد، از نزدیکی خانه بازرگانی رد می شد. در باز بود و او خانه مجلل، باغ و نوکران بازرگان را دید و به حال خود غیبه خورد و با خود گفت: این بازرگان چقدر قدرتمند است! و آرزو کرد که مانند بازرگان باشد. در یک لحظه، او تبدیل به بازرگانی با جاه و جلال شد. تا مدت ها فکر می کرد که از همه قدرتمندتر است. تا این که یک روز حاکم شهر از آنجا عبور کرد، او دید که همه مردم به حاکم احترام می گذارند. حتی بازرگانان. مرد با خودش فکر کرد: کاش من هم یک حاکم بودم، آن وقت از همه قوی تر می شدم! در همان لحظه، او تبدیل به حاکم مقتدر شهر شد. در حالی که روی تخت روانی نشسته بود، مردم همه به او تعظیم می کردند. احساس کرد که نور خورشید او را می آزد و با خودش فکر کرد که خورشید چقدر قدرتمند است. او آرزو کرد که خورشید باشد و تبدیل به خورشید شد و با تمامی نیرو سعی کرد که به زمین بتابد و آن را گرم کند. پس از مدتی ابری بزرگ و سیاه آمد و جلو تابش او را گرفت. پس با خود اندیشید که نیروی ابر از خورشید بیشتر است، و تبدیل به ابری بزرگ شد. کمی نگذشته بود که بادی آمد و او را به این طرف و آن طرف هل داد. این بار آرزو کرد که باد شود و تبدیل به باد شد. ولی وقتی به نزدیکی صخره سنگی رسید، دیگر قدرت تکان دادن صخره را نداشت. با خود گفت که قوی ترین چیز در دنیا، صخره سنگی است و تبدیل به سنگی بزرگ و عظیم شد. همان طور که با غرور ایستاده بود، ناگهان صدایی شنید و احساس کرد که دارد خرد می شود. نگاهی به پایین انداخت و سنگتراشی را دید که با چکش و قلم به جان او افتاده است!

خودنمایی زندگان است نه برای مردگان. که آنها را دوست داشته ایم. شاید بهتر باشد که در زنده بودن این جاده ای است که همگی در آن قدم عزیزانمان، قدر آنها را بدانیم و بعد از خواهیم گذاشت. بهتر است به آن روز مرگشان به دروغ، به دیگران ثابت نکنیم فکر کنیم.



نوشخند و پوزخند لبخند و زهرخند

عترت گودرزی (الهی)

etratelahi@aol.com

مامان مامانی

کاری بکنم. تا این که یک روز در فیسبوک چشمم به عکسی افتاد که خیلی شبیه آن وقت های مامان مامانی بود. داستان از این قرار بود که یک فیلمساز جوان ایرانی از آمریکا به یک نرسینگ هوم در ایران برای فیلمبرداری رفته بود و بعد از اتمام کارش، ناگهان متوجه زنی می شود که دوان دوان به طرف او می آید و با گریه، کلماتی می گوید که فیلمساز جوان اول نمی فهمد. بعد که سعی می کند زن را آرام کند، زن می گوید: «آقا، محض رضای خدا، کاری برای من بکن.»

فیلمساز جواب می دهد: «مادر جان هر کاری بتوانم انجام می دهم.» زن می گوید: «تو از آمریکا آمده ای، ترا به خدا عکس مرا توی آمریکا، توی تلویزیون بگذار و بگو این زن صاحبش را گم کرده. شاید صاحب های من پیدا بشن و مرا پیش خودشان به آمریکا ببرند.» دو سال بعد، همان دوست به من تلفن کرد و گفت: «بیچاره مامان مامانی در خانه سالمندان دق مرگ شد.»

چون اسم و فامیل مامان مامانی را می دانستم، وقتی در یک روزنامه ایرانی چشمم به اعلان ختم او افتاد، از غصه فریاد زدم، چون دیدم این بچه ها از وضع مامان مامانی اطلاع داشته اند ولی به روی خود نمی آورده اند و شنیدم که مجلس ختم مفصل و شکوهمندی برای او بپا کرده بودند. نوه ها و عروس ها و دامادها و پسرها با لباس های یک شکل به صف ایستاده و به ترتیب پشت میکروفن رفته و در غم مامان مامانی گریه کرده بودند. یکی از نوه ها، که حتی اسم مادر بزرگش را نمی دانسته، برایش آهنگی ساخته بود که با گیتار نواخته و نوه دیگر با گریه، شعری را که در وصف مامان مامانی سروده بود، خوانده و اشک حضار را درآورده بود.

دوستی می گفت اگر مامان مامانی در مجلس ختم حاضر بود، برای خودش گریه می کرد و اقلا می دید که بعد از مرگ، دوستش دارند اگرچه در زنده بودن حاضر به دیدنش نبودند. ولی همه می دانیم که این نوع مجالس، فقط برای

مامان مامانی را از ایران به وسیله دوستی می شناختم. شوهرش را پیش از انقلاب از دست داده بود. سه پسر و دو دخترش در خارج از کشور زندگی می کردند. دختر بزرگش با شوهر و یک فرزند در ایران بودند. جمعا شش نوه داشت. به جز دختر و نوه ای که در ایران زندگی می کردند، بقیه بچه ها و نوه ها را سال ها بود که ندیده بود. همیشه به آنها افتخار می کرد و می گفت: «آنها مرا فراموش نکرده اند. بالاخره یا مرا به آمریکا می برند یا خودشان برای دیدن من به ایران خواهند آمد.»

دختر بزرگ و شوهرش که برای رفتن به آمریکا پول بیشتری لازم داشتند، مامان مامانی را راضی کردند که خانه و زندگی را بفروشد تا آنها بتوانند با پول آن به آمریکا بیایند و به او قول دادند که به محض این که به آمریکا برسند و سر و سامان بگیرند خانه ای به نام او خواهند خرید و او را به آمریکا خواهند آورد و همگی در کنار هم، زندگی تازه ای را شروع خواهند کرد.

خانه به سرعت به فروش رفت، بچه ها به آمریکا رسیدند، با پول خانه مامان مامانی خانه ای خریدند. ماه های اول نامه ای برای او می فرستادند اما به تدریج مامان مامانی فراموش شد. او هر چند ماهی در خانه یکی از آشنایان به طور موقت زندگی می کرد و در انتظار رسیدن دعوتنامه برای آمریکا بود تا این که چند تن از آشنایان که او را دریدر و بی خانمان دیدند راهی پیدا کردند و او را به خانه سالمندان فرستادند.

ماهی و سالی گذشت؛ از سه پسر و دختری که نوه ها خبری نشد. همان دوستانی که وسیله رفتن او به خانه سالمندان شده بودند، گاهی به او سر می زدند و یکی از همان دوستان تعریف می کرد که مامان مامانی روز و شب برای بچه های بیقراری می کند. این دوست، عکس او را برایم فرستاد با اسم و مشخصاتش که اگر احتمالا در آمریکا به دختری یا پسرهایش برخورد کردیم، او را خبر کنیم.

ولی همه می دانند که در این قاره بزرگ، پیدا کردن یک شخص بخصوص، چقدر مشکل است. به هر حال من که نتوانستم



کار را به کاردان بسپارید!

دفتر خدمات اجتماعی

لیدا کوچصفهانی

(408) 269-7283

Not a Law Office

♦ دریافت حقوق و مزایای دولتی

♦ دریافت حقوق پرستاری

♦ اخذ تابعیت آمریکا (بدون امتحان) برای واجدین شرایط

♦ دریافت گرین کارت از طریق خانواده و ازدواج

♦ تنظیم دعوت نامه و تنظیم فرمهای اداره مهاجرت و پناهندگی

♦ اخذ ویزای نامزدی

♦ مدیکر و مدیکل، SSI

♦ گرفتن وقت از سفارت آمریکا جهت ویزای توریستی

♦ اخذ پاسپورت سفید

♦ ترجمه اسناد و مدارک

♦ تمدید گرین کارت

lida.taxsavers@gmail.com

1777 Hamilton Ave., Suite 1100, San Jose, CA 95125

سراسر حامل اخلاص از اینسان نکته ها دارم
ز سلطان سخن، دستور و از چاکر فرستادن
غزل دیگر سعدی:
بسی نماند ز اشعار عاشقانه تو
که شاه بیت سخن ها شود فسانه تو
به مجلسی که کسان ساز شعر ساز کنند
هزار نغمه ایشان و یک ترانه تو
ز خمر عشق، قدحهاست هر یکی غزلت
چو آب گشته روان، از شربخانه تو
گرچه درباره غزل ذیل در دیوان سیف
مطلبی نوشته نشده، ولی از فحوای کلام
پیداست که این غزل را بعد از رحلت
سعدی سروده و در مقطع، از آن بزرگوار
یاد کرده است:

ز دلبران همه شهر، دلپذیر تویی
مرا ز جمله گریز است و ناگزیر تویی
ز دیگران سخنی بر زبان رود هر وقت
ولی مدام چو اندیشه در ضمیر تویی
مرا هوای تو، دی گفت «سیف فرغانی»
ز قید ما دگران مطلقند، اسیر تویی
برای وقت جوانان، کنون که سعدی گفت
سخن بگو، که در این خانقاه پیر تویی
اشعار سیف فرغانی از جمله آثار خوب
فارسی و گاه در فصاحت یادآور آثار
شاعران بزرگ پیشین است. سیف مانند
همه شاعرانی که از قید مدح و تعلق به
دستگاههای حکومت و قدرت آزاد بوده
اند بیشتر متمایل به غزلسرای است و
قصاید خود را عادتاً وقف بر مواعظ و
انتقادات اجتماعی یا بیان حقایق عرفانی
و امثال این مطالب می کند. وی نمی
خواهد نیازمند درگاه سلاطین باشد تا بقول
خودش «در اصطبل ثناخوانی به خواری و
مذلت نیفتد.» و به همین سبب هنگامی که
قصیده به سلطان محمود غازان فرستاد در
پایان آن به ایلخان نو مسلمان چنین گفت:

من نیم شاعر که مدح کس کنم، مر شاه را
از برای حق نعمت پند دادم این قدر
خیر و شر کس نگفتم از هوای طبع و نفس
مدح و ذم کس نکردم از برای سیم و زر
ما که اندر پایگاه فقر دستی یافتیم
گاو از ما به که گردون را فرود آریم سر
و حتی به شاعران دیگر نیز سفارش می کند که
از ستایش «این سیم پرستان گدا» خودداری
کنند و اگر طبعی دارند آن را به غزلگویی و
ستایش معشوق و یا وعظ و اندرز بگمارند.

یکی از مشخصات بارز سیف فرغانی
آنست که در حاشیه نصایح و مواعظ غالبه
خود بسیار به انتقاد از اوضاع ناگوار
جامعه اسلامی خاصه روم در عهد خود
می پرداخت. وی در بیان نقائص و ذکر
مفاسد و معایب اجتماعی قهرمانیست بی
باک و دلاور که چون هر دو عالم را زیر
پای همت دارد از هیچکس و هیچ مقامی
نمی ترسد. دنباله مطلب در صفحه ۲۵۲

زنده بوده است، باید تولدش در زمان
انقلابات ناشی از حمله مغول و به حداکثر
در اواسط نیمه اول قرن هفتم اتفاق افتاده
باشد. مضافاً به اینکه چنانکه بعداً متذکر
خواهم شد سیف فرغانی بر اثر ارادت زیاد
به سعدی او را ستایش کرده و با آن استاد
بزرگ مکاتبه داشته است و بنابراین باید
پیش از وفات سعدی که در سال ۶۹۰
اتفاق افتاده شاعری توانا بوده باشد تا
بدین مرتبه از لیافت برسد و وصول به
چنین مقامی ناگزیر مستلزم این بوده که
سیف به سالهای کمال و رشد سنی رسیده
باشد و لذا تولد او در حدود اواسط نیمه
اول قرن هفتم باید اتفاق افتاده باشد.

سیف فرغانی هم دوره و معاصر شمس
الدین محمد صاحب دیوان جوینی است که
در سال ۶۸۳ وی و خاندانش به فرمان
ارغون مغول به وضعی فجیع که یادآور
کشتار خاندان برمکی به دست خونخواران
تازی نژاد است، از میان برداشته شدند.
وفات شاعر بین سالهای ۷۴۰ تا ۷۴۹ هجری
اتفاق افتاده است و در آن زمان عمرش
چندسالی از هشتاد گذشته بود.

پس از اینکه شهرت سخندانی سعدی در
کشورهای اسلامی و نواحی آسیای صغیر
گسترده شد و نسخه هایی از غزلیات
شیخ اجل به دست «سیف فرغانی»
رسید، سیف چنان شیفته و مسحور کلام
سعدی شد که سبک سخن خود را تغییر
داد و به تتبع آثار سعدی پرداخت، به
طوری که بسیاری از غزل های سعدی
را جواب گفته و در همه آنها بیتی یا
مصراع از سعدی تضمین کرده و بدین
وسيله به سخنان خود شیرینی و جذابیت
خاصی بخشیده است.

عشق و ارادت او به سعدی به حدی است
که چند قصیده و غزل در بزرگی مقام وی
سروده و در کمال فروتنی، چهره نیاز به
آستان شیخ بزرگوار سوده است. سیف
مسلمان اشعار خود را که نشانه عشق آتشین
او به سعدی است، نزد وی می فرستاده
است و آن دو با یکدیگر مکاتبه کرده اند.
سعدی غزلی دارد که در آن می فرماید:

هفته ای می رود از عمر و به ده روز کشید
کز گلستان صفا بوی وفایی ندמיד

آفرین گفتن و دشنام شنیدن سهل است
چه از آن به، که مرا با تو بود گفت و شنید؟
و در قصیده ای خطاب به سعدی گفته
است:

نمی دانم که چون باشد؟ به معدن زر فرستادن
به دریا قطره آوردن به کان گوهر فرستادن
حدیث شعر من گفتن، به پیش طبع چون آبت
به آتشگاه زردشت است خاکستر فرستادن
اگر با یکدیگر ما را نیفتد قرب جسمانی
نباشد کم ز پیغامی به یکدیگر فرستادن

سیر و سفری در گلستان ادب پارسی

گردآوری و نگارش:
مهندس پرویز نظامی



سیف فرغانی (بخش آخر)

ولایت به دست مردم بی عقل و دین،
درآمدن ملک آدمیان در اختیار شیاطین،
سرگردانی امراء و سلاطین، شکستن رایت
اسلام، پیری و فوتی دولت دین و جوانی
و برومندی دولت کفر، وزش باد فنا از
مهب قهر الهی، و امثال این مطلب که
در آثار نویسندگان و شاعران قرن هفتم
عادتاً همه آنها تعبیراتی از هجوم بنیان
کن تاتار و مغول و فتنه های پیاپی در
عهد استیلای آن شیاطین پلید است. این
قصیده نمایشگر گسیختگی نظام دینی و
سیاسی و اجتماعی ایرانیست بر اثر حمله
مغول که از سال ۶۱۶ هجری آغاز شده
و آتش آن تا دیرگاه در ایران زبانه می
کشید، و با توجه به این توصیف و نظر به
آنکه سیف تا چند سالی از آغاز قرن هشتم

سیف مانند بسیاری از مشایخ عهد خود
که ایران را به سبب هجوم و آزار مغول
و تاتار ترک می گفته و در کشورهای
همسایه گرد می آمده اند، از زادگاه خود
در تاریخ نامعلومی به آسیای صغیر رفته
و همانجا مانده و در گذشته است. مولوی
نیز در سن دوازده سالگی ماوراء النهر
را به همراه پدرش بهاء ولد ترک کرد و
نهایتاً در قونیه ساکن گردید. بسیاری از
شعراي خراسان نیز به هندوستان و برخی
دیگر از شهرهای آسیای صغیر گریختند.
از تاریخ تولد سیف اطلاعی در دست
نیست، اما در قصیده ای او اشاراتی
دارد به دوره زندگی خود مانند: قران
نحوس برای ویرانی جهان، روان شدن
خون عزیزان بسان آب بر خاک، افتادن

آرایش دائمی صورت توسط مینو پارسا



Mino Parsa/Beautician

با تکنیک منحصر به فرد در این مرکز،
زیبایی طبیعی خود را نمایان کنید.

طراحی دائمی ابرو و هاشور زدن، خط لب، خط
چشم، متناسب با چهره، کشیدگی پوست (lifting)
از طریق ماسک و لایه برداری کامل پوست،
بدون عوارض جانبی، با استفاده از مواد درجه
یک و استریل در محیطی کاملاً آرام و بهداشتی

*Permanent Makeup Specialist
*Non-Surgical Facelift *Phytic Skin Peeling



Take your pick from our affordable
selection of treatments & Skin Care products,
& we will take care of the rest.

Step into our discreet, relaxed clinics & you will feel
instantly reassured that you have made the right choice.

Clinics in South, East & North Bay

(415) 370-3974

منطقه فضول آباد

چند «مدل» صرف میزنی!

زبان مردم کوچه و بازار ما، ساده، روان، پرمغز و همه فهم است. در آن انتقاد و طنز هم فراوانه. هر کس با این زبان قوی مطلبی بگوید، همه کوچک و بزرگ راحت و بی دردسر می فهمن که او چه می گوید. اما وقتی اهل ادب و فضیلت ما نکته ای یا عبارتی می فرمایند، برای همه قابل فهم نیست و فقط عده ای حالیشان می شود که این بزرگان چه گفته اند. در انقلاب ها هم بیشتر از زبان ساده مردم برای فهماندن مطلبی استفاده می کنند چون همه با این زبان ساده است که می فهمند چی میخوان بگن یا قضیه چیه!

ممکنه همین جا از من بیرسی یکی از این جملات ساده مردم که بقولی جنبه یقه گیری داره و باید جواب بدی کدومه؟ میگم باشه این یه جملش که میگه: چند «مدل» حرف میزنی؟

تو که همین دیروز تو خونه ما گفتی مرغ دوست ندارم چرا حالا همه مرغای توی بشقابوتو خوردی!

تو که گفتی من ادبیات خوندم امروز چطور شد لیسانس فیزیک از آب درآومدی یه جای دیگه گفتی حسابداری خوندم!

تو که به ما گفتی رئیس ما نالایقه، اما دیروز جلوی من به معاونش میگی رئیس دانشمنده، عجب مدیریه مثل او نیست یا پیدا نمیشه!

تو که گفتی دختر همسایه دست راستی ما جلفه، سر به هواس، بدلباسه، خیلی هم پررو هستش. حالا چرا رفتین خواستگاریش برای پسر برادرت.

بهرحال دو جور حرف زدن یا چند جور حرف زدن بیش مردم، کوچکی میاره، بی اعتباری میاره و بی اعتمادی. وقتی مردم فهمیدند یکی این عیب بزرگو داره دیگه تجویزش نمی گیرند، هیچ جا دعوتش نمی کنند و محاله دیگه مردم براش تره خورد کنند. یکی از کسانی که از همین حالا بگم تره خورد نمیکنه منم. هرکی میخواد بره بهشون بگه، بگه، من حرفمو پس نمی گیرم. والسلام

مشقی تازه در روزهای غربت

حسینعلی مکنوندی

فریمان- کالیفرنیا

e-mail: ha@makvandi.com



بلوط های بختیاری

سروده: مکنوندی
درختکاری صبح فروردین،
مجاور، دره های سبز عمیق،
دیدم،
دستان شاداب بلوط را در باد،
و ناباورانه کوچی را در گذر،
مردانش همه بقامت سرو،
با کلاهی از نم
و چو فائی که تن پوش بی دکمه ایست
زنانش تندیس جمال و رشادت
پیاده و برخی گهواره بر دوش
یا
سواره کودکی بر پشت
زنان و دخترانی،
غرق تن پوش های الوان
با گیسوان بافته، دو سوی قاب چهره
و دیدم کوچی پر رمه
با سگانی چابک و همه هوش
کاش میدیدی؟
پر دو یال راه
گل را و گیاه را
با پونه، گل زرد، شقایق یا نرگس را و
رقص علف ها در باد
و شنیدم:
نوای چوپانی را
که تمام عاشقانه اش را
در رگ های نی می ریخت
باورم نیست چه دیدم
دور از همه بی معنی شهر
دور از کسالت خانه های کندویی

بچه ها و کوچه ها

بچه ها داشتند خاطراتی از کوچه هایشان می گفتند من همه حرفاشون یادم مونده:
♦ یکی گفت در یه کوچه ای زندگی می کردیم که یه گربه ترسو داشت. میومد وسط کوچه و ابیمساید تو چشمش پره ترس بود. عقلش نمی رسید زود رد بشه.
♦ یکی گفت تو یه کوچه ای زندگی می کردیم که یه دوست خوبی داشتم اسمش اسفندیار بود. کاپیتان تیم فوتبال مدرسه هم بود. به من یواشکی گفت مامانم بابامو میزنه چکار کنم؟
♦ یکی گفت یه وقتی یافت آباد زندگی می کردیم که تو خیابوناش راحت و آزاد مواد می فروختند. بابام زرنگی کرد مارو از اونجا نجات داد. رفتیم یه جای خوب.

روزنامه نگاری سبک

محمد مسعود در روزنامه خود بنام «مرد امروز» مقالاتی تند و آتشین می نوشت و بی باکانه انتقاد می کرد. این مطالب قسمتی از فریادهای اوست:
«آقای قوام السلطنه، روزنامه ها را توقیف نکن. حرف های ما اثر ندارد. بود و نبود ما یکی است. آقای قوام السلطنه ملت را مسخره می کند و به ریش جراید می خندد و ایران بهشت جنایتکار است. من نسبت به صد و بیست و هفت نفر نماینده مجلس که کلاهبردار و شاید هستند اعلام جرم می کنم. ای بر پدر مشروطه لعنت، ما طرفدار استبدادیم.» در شماره چهارم مرد امروز قوام السلطنه را به کندو گندیده ای تشبیه کرده بود. در شماره نهم نشریه اش نمایندگان مجلس را کلاهبردار و خائن خوانده بود. در شماره بیست و ششم مرد امروز نوشت «آقای قوانلو حاکم نظامی، شما یک قداره بند بی منطق و عیلی هستید که همه هارت و پورت هایتان خالی است. من باید برای این همه سر و صدا هایتان با کمال تأسف بگویم سرکار آدم خنده داری هستید.» بهرحال محمد مسعود را ترور کردند تا خاموش باشد و خاموش شد.

دنباله مطلب در صفحه ۴۸

شیوا موزون

وکیل رسمی دادگستری



Shiva Moozoun
Attorney at Law

♦ دفاع در برابر IRS, FTB, BOE

♦ تشکیل ثبت و انحلال شرکت ها ♦ برنامه ریزی و آماده کردن اظهارنامه های مالیاتی برای اشخاص و شرکت ها ♦ تهیه و تنظیم وصیت نامه و تراست ♦ تهیه و تنظیم انواع قرارداد و اسناد حقوقی ♦ آماده کردن فرم های مهاجرت ♦ Business, Corporation, Nonprofit Formation ♦ IRS, BOE, FTB disputes ♦ Tax preparation for individuals and small businesses, Trusts, Estates, Nonprofit ♦ Will, Trust, Estate Planning, Probate ♦ Draft/ Review/Renew legal contracts ♦ Immigration Services

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

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

را با من بخواند. در کتاب عکس‌های جالبی بود از موش‌هایی و گربه‌های عکس نبود، چیزی بود شبیه نقاشی‌های رستم و سهراب توی قهوه‌خانه کریم‌آبادی سرچشمه یا کاشی‌های رنگین داخل قصابی مختارخان که شاهان شاهنامه‌ای را با سبیل‌های برتافته و تاج و گرز نشان می‌داد.

بی‌بی شروع به خواندن کرد. با انگشت خطها را دنبال می‌کرد و می‌خواست که ما هم دنبال کنیم. اما ما حواسمان پی تصویرها بود. مخصوصاً وقتی تصویر گربه را نشان می‌داد که عمامه‌ای بر سر و تسبیحی در دست بالای منبر نشسته و بعد تصویر دیگری از موش‌ها که هر کدام طبقی پر از اغذیه و اشربه بر سر، دنبال هم حرکت می‌کردند. شعرهای ساده‌ای بود مثل شعرهای کودکان. بار دوم که بی‌بی کتاب کوچک را از سر گرفت و از ما خواست که با او به صدای بلند بخوانیم و تکرار کنیم، جادوی کلمه‌ها بیش از افسون عکس‌ها ما را در خود گرفت. بی‌بی گفت که این کتاب حکایت تمام آدم‌هایی است که در لباس دین تقلب می‌کنند و سر آدم‌های دیگر را که همان موش‌ها باشند کلاه می‌گذارند. **دنباله مطلب در صفحه ۵۶**

الک دولک بازی کنیم؛ فحش بدهیم و شیشه‌های همسایه‌ها را با قلاب سنگ بشکنیم.

سال آخر کودکان مثل کلاس تهیه بود. خواندن، نوشتن و کمی حساب یاد گرفته بودیم. پس خواندن تنها سرگرمی در آویختن به روزها بود. اما چه کتابی؟ برای بچه‌ها کتابی وجود نداشت. تا عصر آن روز که رفتیم خانه عمه مریم خانم. پدر به‌احترام خواهر بزرگ، سر پا ایستاد تا اجازه نشستن بگیرد. اما ما مشتاق، مثل همیشه پریدیم توی آغوش گشاده او که سینه را از بوی خواب‌آور هل و تخم گشنیز پیچیده در دستک چارقد مملش پر کنیم.

بی‌بی چند کتاب را که کنار دستش بود، برداشت و گفت که آنها را پیروز که رفته است مسجد شاه، برای‌مان به‌عنوان جایزه تمام کردن دوره کودکان خریده است. کتاب‌ها کمی بزرگتر از اندازه کف دست یک آدم بزرگ بود. چاپ روزنامه‌ای نداشت. شبیه کتاب‌های مثنوی و حافظ سر طاقچه خانه بود. خطش را نمی‌توانستیم بخوانیم. بی‌بی فهمید و ما را بغل دستش نشاند و به پدر گفت که میرسد حسین‌خان در اتاق دیگر است و اضافه کرد که می‌خواهد یکی از کتاب‌ها

یادداشتهای بی تاریخ

صدرالدین الهی

بخش اول



هفتاد و پنج سال پیش، آن ماه... شهر یور ماه بود!

بدانند که هیچ فرقی با دخترها ندارند و بعد معلم‌ها و خود او آمدند و گونه‌های تک تک ما را بوسیدند. گرامافون کوکی بزرگ صفحه شادی را زد. به ما دستور دادند که در باغچه خشک حیاط برقصیم و با همکلاسانی که احتمالاً آنها را دیگر نخواهیم دید، خداحافظی کنیم. خداحافظی نه تلخ بود و نه سخت. گونه‌های دخترها را بوسیدیم که مثل شلیل‌های سرخ و سفید بساط مشهد علی اصغر میوه‌فروش سفت و صاف بود و رسم نبود پسرها یکدیگر را ببوسند. پس با هم دست دادیم مثل مردهای بزرگ، مثل پدرهایمان.

روزهای تابستان پرمال و دراز بود و خاصه که به ما اجازه نمی‌دادند برویم توی کوچه با بچه‌هایی که خیس عرق و عرق خاک و خل بودند کشتی بگیریم؛

مژدگانی که گربه عابد شد

اندوه آشکار تمام شدن دوره کودکان برسابه و شادی دلپره‌آور و نشناخته روزی که به دبستان خواهیم رفت، تمام روزهای آخر مرداد را پر کرده بود. در آخرین روز خداحافظی کودکان، ما را به صف کردند. یک صف مختلط. بازوی هر دختری را به بازوی پسری سپردند. درست مثل عروس و دامادهایی که باید زندگی تازه‌ای را آغاز کنند. مادمازل برسابه و معلم‌ها روبروی ما ایستادند و مادمازل با صدای مهربانی که همیشه مثل وزیدن نسیم بهاری نرم و دلاویز بود، به ما گفت که فصلی دیگر آغاز خواهیم کرد و از ما خواست که ایران، میهن‌مان را دوست بداریم. شاه را دوست بداریم. به پدر و مادرمان احترام بگذاریم و مخصوصاً پسرها



www.parsequalitycenter.org

A BIA Accredited Agency

501 (C)(3) Nonprofit Organization

تلفن تماس برای تعیین وقت در شمال کالیفرنیا

408-261-6405

Pars Equality Center
1635 The Alameda
San Jose, CA 95126

تلفن تماس برای تعیین وقت در جنوب کالیفرنیا

818-616-3091

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

Immigration & Citizenship Services

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

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

نخستین مشاوره رایگان میباشد

ملاقات و مشاوره فقط با وقت قبلی میباشد

پانزده راز شگفت انگیز بدن انسان!



اثر زبان: اثر خطوط و اشکال روی زبان درست همانند اثر انگشت عمل میکند. یعنی هر انسانی خطوطی کاملا منحصر به فرد روی زبانش دارد. از این رو اثر زبان میتواند به عنوان یکی از فاکتورهای تشخیص هویت مورد استفاده قرار بگیرد.

پوست: انسان نیز مانند دیگر پستانداران هر لحظه در حال پوست انداختن است. طبق تحقیقات، انسان در هر ساعت ۶۰۰ هزار ذره از پوست خود را در فضا پراکنده میکند. این مقدار برابر ۷۰۰ گرم پوست در هر سال می باشد. به صورت میانگین انسان در سن ۷۰ سالگی تقریبا به میزان پنجاه کیلوگرم پوست اندازی کرده است.

تغییراتی در معده شما بوجود می آید. اسیدهای قوی که معده برای هضم غذا به کار میگیرد، باعث تأثیری روی خود آن نیز می شود. البته معده مکانیزمی برای جلوگیری از هضم کامل خود دارد.

حس بویایی: حس بویایی ما به قدرت حس بویایی سگ سانان نیست و فقط میتوانیم ۵۰ هزار رایحه مختلف را به خاطر بسپاریم.

طول روده باریک: طول روده های باریک تقریبا ۴ برابر بلندتر از قد متوسط انسان است. اگر روده های باریک به شکل کنونی خود نبودند، طول آنها به ۵ تا ۷ متر می رسید. **دنباله مطلب در صفحه ۴۵**

تعداد استخوان ها: جالب است بدانید که کودک انسان تعداد بیشتری استخوان نسبت به یک فرد بزرگسال دارد. ما زندگی مان را با ۳۵۰ استخوان شروع میکنیم، اما در طول دوره رشد تا سن بلوغ به علت پیوستن استخوان ها به یکدیگر این مقدار به ۲۰۶ عدد استخوان کاهش پیدا میکند.

تغییرات معده: هر سه یا چهار روز یکبار

ترمیم، تصحیح، بهبود و افزایش کردیت

آرین اقبالی

arian@enrichfin.com



پیامدهای مسدود شدن حساب کارت اعتباری (Charged off Account) چیست؟

اگر کسی نتواند برای سه یا چهار ماه متوالی از عهده پرداخت حداقل مبلغ صورتحساب ماهانه کارت اعتباری خود برآید، بانک صادر کننده کارت، اقدام به مسدود کردن کارت صادر شده برای آن شخص میکند که در زبان انگلیسی به آن Charged off می گویند.

باید این نکته را در نظر داشت که دارنده کارت اعتباری از نگاه بانک یا هر مؤسسه مالی فقط یک شماره یا عدد است و وقتی حساب (Account) مسدود یا به زبان انگلیسی (Charged off) می شود به این معنا نیست که حساب مربوطه دود شده و به هوا رفته است، بلکه به این معناست که بانک یا مؤسسه مالی حساب دارنده کارت اعتباری را به یک شرکت جمع کننده بدهی ها (Collection Agency) یا وکیل (Attorney) یا کمپانی دیگری (Outside 3rd Party) واگذار نموده تا توسط آنها وصول گردد.

نکته ای که در چنین موقعیتی می باید به یاد داشت این است که با بانک یا مؤسسه صادر کننده کارت اعتباری به مراتب راحت تر میتوان به توافقی برای پرداخت بدهی رسیده و آن را تسویه (Settle) کرد تا از طریق وکیل یا Collection Company.

با این همه بهتر است اگر سروکار بدهکار با هرگونه کمپانی از این قبیل افتاد سریعاً وارد عمل شود چرا که اینگونه کمپانی ها میخواهند هر چه زودتر پول ها را زنده کنند و برای رسیدن به این هدف، به هر کاری از جمله دریافت حکم رسمی برداشت از حساب های بانکی بدهکار در بانکهای دیگر (Levy)، گرفتن همین حکم برای برداشت از ارزش خانه مسکونی، دست گذاشتن روی و برداشت از صندوق امانات (Safe) box، بدهکار (در هر بانکی که باشد)، گرفتن بخشی از حقوق ماهانه آنها از محل کارشان (Wage Garnishment) یا فرستادن پلیس (Sheriff) به دفتر کار یا کسب و کار افراد بدهکار و برداشت پول از صندوق آنها جهت اخذ کل بدهی دست می زنند در شماره آینده در مورد تسویه حساب (Settlement)، نکات دیگری را عنوان خواهیم کرد.

توسط آنها وصول گردد. وظیفه بانکها یا مؤسسات مالی فقط وام دادن (Finance) و یا پول دادن و کارت اعتباری دادن است و وظیفه گیرنده، وام یا پول یا اعتبار پس دادن به موقع و منظم آن. وظیفه بانکها و مؤسسات مالی پول کشیدن از دارندگان کارت های اعتباری نیست، حکم جلب گرفتن و به دادگاه بردن نیست، دست روی منزل اشخاص گذاردن نیست. بانک ها و مؤسسات مالی اجازه ندارند پولی از حساب کسی از هیچ یک از بانک ها بردارند.

بانک ها و مؤسسات مالی فقط می توانند جهت دریافت طلب خود، از دارنده کارت اعتباری حساب یا Account او را به یک Collection Company واگذار کنند و معنای واگذار کردن Charged off می باشد. پس از واگذار شدن حساب، Collection Agency طرف حساب دارنده کارت خواهد بود ولی لازم است یادآوری کنم

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

با درج آگهی در نشریه پژواک،

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

(408)221-8624

ماهنامه

پژواک

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 سکيوریتی

Iranian Services

- ♦ مدیر و مدیکل
- ♦ سوشیال سکيوریتی (SSI)
- ♦ دریافت حقوق و مزایای دولتی (CAPI)
- ♦ دریافت حقوق پرستار
- ♦ دریافت حقوق بازنشستگی
- ♦ مصاحبه های سالانه سوشیال سکيوریتی

در سراسر بی اریا

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

Fax: (408) 247-5006

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

سال پیش تفاوت بود ولی کشمکش، نزاع علنی، کشت و کشتار و پشتیبانی نبود. این تزلزل اخلاقی و حمایت بی دریغ از عناد و چپاول و خونریزی جامعه را تا سرحد انفجار پیش می برد. ادعای غبن و نقصان چرخش راهکارهای درست باعث و بانی تحلیل رفتن اصل به سود فرع خواهد بود. و ما گرفتار در بدی ناکزیر به بیراهه رانده شده ایم. وقت ی غبطه کمبودها نقش وانمودهای غائب را وسیله خود نمائی کاذب قرار می دهیم فاتحه هر آنچه فضیلت است خوانده ایم چرا که صرفا ادعا تکافوی نظام مراتب اجتماعی زمان را نشان نمی دهد. می دانیم هیچ عامل واحدی، هیچ مخرج مشترکی، هیچ تربیت یکسانی در جمع کوچ کردگان وجود ندارد. در عین حال از صفات رایج و یاد گرفتنی های متداول روز فقط در آموختن «منم زدن» و دارندگی و برازندگی استعداد نشان می دهیم. ناچار برهنگی روحی را با پوشش زرق و برق می پوشانیم که هم خود را راضی کرده باشیم و هم تماشاچی را فریب داده باشیم. در دنیای امروز ثروت از هر طریق و هر وسیله انسان را از داوری در امان می دارد در عین حال حکم برائت به حساب نمی آید. **دنباله مطلب در صفحه ۵۱**

در کلاف سر در گم دنیای پیچیده کنونی تقلاي مذبوحانه را پایداری می دانند. کسانی که فقط زنده ظاهرند و تمام امور را با دید کاملا خصوصی و کلا ناشیانه از زاویه منافع شخصی و سلیقه باب روز بررسی می کنند و حقیقت واقع را که در حوزه دیدشان قرار گرفته نمی بینند. این ادبار در داوری اجتماع کنونی این سرزمین هفتاد ملتی چنان همه گیر گردیده که سلامت و امنیت و انسانیت را خدشه دار کرده است. کینه کاشتند و امروز با آبیاری و پرورش همه جانبه چند ساله اخیر تخمک های به بار نشسته و بهره برداری نژاد پرستی مشمول مرور زمان ناگهان به آشوب گراییده صرفا در طریق تلافی و عدالت طلبی سه قرن گذشته. علت معلوم و عقده های مسدود در کنه ضمیر با تراوشات کینه توزی و انتقام جوئی در میدان های تجاوز درگیری یافته. و ما از خانه و کاشانه معهود و مأنوس و رانده افتاده ایم در چاه تاریک رنگ که هرگز در مخیله ما مردم نمی گنجد و اصلا اهل رنگ و رنگارنگی رنگین کمان زندگی نبودیم. حالا در این مرز و بوم متفاوت آلوده اختلافات دسته بندی های فرق طبقاتی فاحش و البته تحریک و ترویج درون رنگی ها. سی چهل

از درگوشی ها

به قلم پیرایه

کسی نبوده همه هم می دانیم. و اما ردیف نمودن مقامات جد و امجد و فخر فروشی نماد ضعف شخصیت و عقده حقارت درون است که مثلا منفذی به بیرون می یابد و تحلیل گران واکنش های روانی معتقدند استتکاف از کمبودهای دوران کودکی و نوجوانی در ضمیر ناخود آگاه آغاز و تدریجا بلا اراده به ضمیر آگاه منتقل می شود و با فرار از واقعیت قلب حقیقت را به خود می قبولاند. آن وقت است که خود نمائی جاهلانه جهل ادراک عاقلانه و فقر اندیشه اجتماعی را شامل می گردد.

آرمان های برآورده نشده و حسرت های برجای مانده مزن چه بسا عامل تزلزل اخلاقی شده که در حال حاضر زائیده مقتضیات خاص زمان است. عجا که غربت چه آسان و سیل آسا بر محور اخلاقیات ایرانی غریب دست انداخت و طبعاً در جهت گریز از مرکز نبودن ها و نداشتن ها به بودن ها و داشتن های ریائی می پردازیم تا شاید درونی انگاریم و به دیگران بقبولانیم. دیگری که خود

نمی دانم چگونه حکایتی است و چه حکمتی در جهش نامتعارف مقام و منزلت دانش و معرفت و طبعاً عقل و درایت هموطنان مهاجر که ناگهان اکثرآ نرسیده از راه در تکمیل کمالات موروثی پرشی صعودی یافتند. بدون سابقه و مدرک و شاهد عادل. یکی از کسوت آموزگاری به استادی، یکی از ماشین نویسی به مدیر کلی، دیگری از پرستاری به درباری و فراوان در همین راستا. خصوصا در شأن و شوکت ابوی و اخوی و خانواده ساکنین این اطراف عموماً از طبقه متوسط. شغل و حرفه اداره جاتی و تا حدودی آموزشی. البته در همین رده ارتشی و غیره ولیکن سروان ایران اینجا سرلشکر است و حجره نشین بازارچه و تیمچه حاجب الدوله رئیس بخش واردات صادرات. کارمند دفتری فلان دانشکده در مقام ریاست و در همین زمینه سایر مشاغل درجه سه و چهار و پائین تر. کسی نمی پرسد، کسی نمی خواهد بداند، کسی به کسی نیست. هیچ کس هم در ایران

حمید ابطحی

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



Hamid Abtahi

منطقه
منطقه
منطقه

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

Location! Location! Location!

Why Do You Pay Rent?!

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

hamid@true-vision.com + DRE# 01071456



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

12376 Saratoga Sunnyvale Rd. Saratoga, CA. 95070

کاوه میر شفیعی

Attorney at Law

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



Kaveh Mirshafiei, Esq.

مشاوره اولیه رایگان

♦ کلیه امور خانوادگی ♦ کلیه امور تجاری، بازرگانی،

و ثبت شرکت ها ♦ دعاوی مدنی

♦ Business Law ♦ Family Law

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

To schedule your initial consultation, please call:

(408)663-6286

www.headwaylegal.com

710 Lakeway Drive, #138, Sunnyvale, CA 94085



ایرن

در سال ۱۳۰۶ با نام ایرن زازیانس در بابلسر به دنیا آمد. در ۱۳۲۲ همراه خانواده اش به تهران مهاجرت کرد. در ۱۳۲۸ با بازی در نمایش «کارمند شریف» به طور جدی جذب تئاتر شد و در نمایش‌های بسیاری بازی کرد. وی از سال ۱۳۲۹ فعالیت خود را با گروه نوشین در تئاتر سعدی ادامه داد و در نمایش «بادبزن» نوشته اسکار وایلد بازی کرد. از

۱۳۳۶ به سینما روی آورد و طی بیست سال نزدیک به سی عنوان فیلم را در کارنامه بازیگری اش ثبت کرد. نخستین فیلمش را با نام «مردی که رنج می‌برد» به کارگردانی محمدعلی جعفری بازی کرد و پس از آن با کارگردانی چون شاپور قریب «خروس»، امیر نادری «خداحافظ رفیق» همکاری کرد.

تدوین «Edit» از مهمترین بخش‌های یک فیلم به حساب می‌آید. کارگردان به کمک تدوینگر خود می‌تواند داستان فیلم (سناریو)، تصویر فیلم (فیلمبرداری) و یا موسیقی فیلم و همچنین بازیگری را ارتقا بخشد.



صحنه ای از فیلم «پرنده‌گان»

«جرج توماسین» (۱۹۶۴-۱۹۰۹) از تدوینگران مطرح هالیوود بود که در ۹ فیلم با هیچکاک همکاری کرد. «رابرت برکز» (۱۹۶۸-۱۹۰۸) فیلمبرداری بود که در بیش از ده فیلم با هیچکاک کار کرد از جمله: بیگانگان در ترن، دردسر هری، مرد عوضی، اعتراف می‌کنم، سرگیجه، پرنده‌گان. هیچکاک در مورد موسیقی بسیار سخت گیر بود و به همین دلیل چند موسیقی معروف فیلم‌های خود را با یکی از بهترین‌ها «برنارد هرمن» (۱۹۷۵-۱۹۱۱) کار کرد، مانند مردی که زیاد می‌دانست، شمال از شمال غربی، روح، سرگیجه، پرنده‌گان...



آلفرد هیچکاک و همکاران

فرسیا اعتماد زاده

(هر کدام سه فیلم) کار کرده است. «کری گرانت» در فیلم‌های سوءظن، بدنام، دستگیری یک دزد، شمال از شمال غربی و «جیمز استوارت» در فیلم‌های طناب مردی که زیاد می‌دانست، پنجره عقبی و سرگیجه. اینگرید برگمن در فیلم‌های طلسم شده، بدنام، Under Capricorn و گریس کلی در فیلم‌های پنجره عقبی، Dial M for murder، دستگیری یک دزد.

هیچکاک از خیلی از هنرپیشه‌های توانا برای نقش‌های دوم و سوم استفاده می‌کرد که در بین مردان و زنان باید به این نام‌ها اشاره کرد: «لیو جی کرول» در شش فیلم، «چارلز هالتون» در سه فیلم، «بت هیچکاک» دختر خودش، در سه فیلم، «جان ویلیامز» در سه فیلم، «تپی هدرن» در دو فیلم و «ورا میلز» در سه فیلم بازی کردند.

اکثر کارگردانان نامی سینما با افرادی خاص، از هنرپیشه گرفته تا افراد فنی در زمینه‌های مختلف راحت‌تر هستند و یا می‌توان گفت که تیم خاص دارند. از این شماره به بعد هر ماه یک کارگردان بزرگ را که تیم مخصوص به خود داشته



صحنه ای از فیلم «پنجره عقبی»

و یا می‌توان گفت که با آنها راحت بوده را در نظر خواهیم گرفت. هیچکاک بیش از هر هنرپیشه‌ای در بین مردان با «کری گرانت» و «جیمز استوارت» برای نقش‌های اصلی (هر کدام چهار فیلم) و در بین زنان با «اینگرید برگمن» و «گریس کلی»

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

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

We Are #1
Established in 1996

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

من به خشم افزوده گفتم: «اینها چیست که به دست من میدهی؟» به ماموران دستور دادم که بگیرند اینها را. گفتند: «ما را بگیرند؟» گفتم: «آری، شما را بگیرند.» تا ماموران پیش آیند یکی گریخت، ولی یکی را گرفتند. و گفتم به اتافی انداخته درش قفل کردند.

کمی نگذشت دیدم نمایندگانی از حکمرانان و از رییس دارایی آمدند: «اینها سادات و صحیح النسب اند. مستجاب الدعوه اند. صلاح نیست از شما آزاری ببینند، شما جوانید، از نفرین ایشان بترسید.» هم چنان کسانی از بزرگان دماوند برای میانجیگری آمدند.

گفتم: اینها ولگرد و کلاه بردارند و من باید آنها را به بازپرسی کشم و کیفر دهم و برای خاموش گردانیدن ایشان دستور دادم او را آوردند برای باز پرسی نشانند. پرسش هایی کردیم در این زمینه که «تو چرا به مردم شلاق میزنی؟ نظر کرده حضرت عباس یعنی چه؟»

نخست گردن کشی می نمود، ولی کم نرم شد و این بار به لابه و چاپلوسی پرداخت و چنین پاسخ میداد که اینها از پدران مان رسیده و ما هیچ نمیدانیم چرا شلاق میزنیم. نمیدانیم نظر کرده حضرت عباس چه معنی دارد.

آن روز رهایش کردم که برود فردا بیاید. فردا که آمد شمشیر و شلاق را باز دادیم و رسید گرفتیم. از کاغذ هایش نیز برخی را داده و برخی را من نگاه داشتم که اکنون هم در دست من است. نوشته از او گرفتیم که بی درنگ از پیرامون دماوند بکوچند و دیگر در آنجا به کسی شلاق نزنند. نقل از کتاب: زندگی و زمانه احمد کسروی - ویراستاری محمد امینی

آقا، اجازه!

آقا! اجازه هست؟ ما یک سؤال داشتیم. میشود دپای فضولی های کیهله مردانه مان نگذارید؟

چطور است که بقال و چقال و خیاط و نجار و نمیدانم مقنی و قاضی و حقوق بگیر و... وقتی پیر میشوند و دیگر توان کار کردن ندارند بازنشسته می شوند و می روند گوشه ای می نشینند و با نوه نتیجه های شان تیله بازی می کنند، اما سیاستمداران و سیاست پیشگان ما هیچوقت باز نشستگی ندارند و تا پای گور هم که شده باشد اظهار لحنیه های فیلسوف منشانه میفرمایند و هی رهنمود و راهکار صادر میفرمایند و موجبات انبساط خاطر خلاق را فراهم میکنند؟ یکی شان همین آقای ابوالحسن بنی صدر ماست که طفلکی در این پیرانه سری حرف هایی میزند که مرغ پخته هم خنده اش میگیرد! دنباله مطلب در صفحه ۵۵

همین گونه است! چه فرق می کند؟! یکی شان برده ات می کند، آن دیگری نابودت می کند. ما فقط درست در جریان نیستیم وگر نه باد سرد، همه جا باد سرد است! فرقی نمی کند کجا. «چارلز بوکوفسکی»

نظر کرده حضرت عباس!

روزی از بازار (دماوند) میگذشتم. سیدی را دیدم بلند بالا و چهار شانه. دستاری سبز کوچک به سر بسته، رختی نزدیک به رخت افسران به تن کرده، شمشیری با دسته سیمین از کمر آویخته، شلاق با دسته سیمین به دست گرفته و با یک ناز و گردن فرازی از پیش روی ما راه می پیمود. من به او می نگریستم و دیدم به کسی رسید و از پشت سر شلاق به دوش او زد. آن مرد جست و چون بازگشت و سید را دید خم شد دستش بوسید و پولی را که ندانستم چند تومان بود در آورده به او داد. من دیدم چیستان اندر چیستان است. این سید کیست؟ چرا او را زد؟ چرا او بجای پرخاش دست این بوسید؟ چرا پول در آورده به او داد؟

مامور عدلیه که پشت سرم میآمد چون دید من در شگفت شده ام، جلو آمده گفت: «این آقا نظر کرده حضرت عباس است، اینها آقایانی هستند همه ساله تابستان می آیند و در بیرون شهر چادر میزنند و به مردم شلاق میزنند. هر کسی که از دست ایشان شلاق خورد تا یکسال بلا نخواهد دید.»

من به او پاسخی ندادم ولی چندان خشمناک شدم که می خواستم بروم شلاق را از دست آن مردک بگیرم تا بتوانم به سر و رویش بکوبم. با این حال خشم به دادگاه رفتم. پس از نیم ساعت از دور دیدم آن سید با یکی دیگر همچون خودش می آیند و از در عدلیه پا به درون گزاردند. من دانستم که می آیند به من شلاق زنند و پولی بگیرند. این بود همان که نزدیک شدند زهی زده گفتم: «چه می گوید؟»

آنان تکانی به خود دادند و یکی دست برد و از بغلش کاغذی در آورد و داد به من. باز کردم و دیدم با مارک و مهر اداره حکمرانی مازندران است. به کدخدایان سر راه دستور میدهد که «چون آقا سید ابراهیم خراسانی نظر کرده حضرت عباس علیه السلام و عازم آن صفحات میباشد، احترام و مساعدت فرو گزاری ننمایید.» در شگفت شدم که چرا این نوشته را به دست سید گدایی داده اند. چون خواندم و سر بلند گردانیدم کاغذ دیگری داد و دیدم از حکمرانان آمل است. باز دیگری داد. دیدم از وزیر عدلیه (مشار السلطنه) است. باز دیگری داد، دیدم از نخست وزیر قوام السلطنه است. همچنان پای پای کاغذ به دست من میداد.



این جناب انوری شباهت غربی به دایبی مام رضای ما داشت. دایبی مام رضای ما هم یک عالمه باغ و باغستان و خانه و مزرعه داشت که همه آنها را بباد داد و آخر عمری از در آمد خیاطی همسرش روزگار میگذاشت. تنها تفاوتش با انوری آن بود که شاعر نبود اما در عوض یک مرتد تمام عیار بود و برای هیچ خدا و پیغمبری تره خرد نمیکرد.

زباله دان جهانی!

باد می آید امشب... بادی سرد... و من نگران بی خانمان های این حوالی ام. کاش دست کم چیزی برای نوشیدن داشته باشند که کرختشان کند! فقط وقتی بی خانمان شده باشی می فهمی که هر چیزی صاحبی دارد و درها بسته اند. دموکراسی یعنی این! یعنی همه سعی می کنند صاحب چیزی شوند، آن چیز را با چنگ و دندان نگه دارند و اگر می توانند چیزی به آن بیافزایند... دیکتاتوری هم دقیقاً

کفاره شراب خوری های بی حساب اوحد الدین انوری، شاعر بزرگ ایرانی، پسر رییس میهنه بود و پدرش مال و ضیاع فراوان داشت. چون پدرش بمرد انوری جمله اموال و املاک پدر بفروخت و با جمعی از اهل عیش و طرب بساط سماع و شراب بگسترد و دست اسراف به مال پدر بگشاد و آنهمه اموال را به باد فنا در داد و اسراف و تبذیر را بجایی رسانید که روزها در مجلس عیش و نوش شمع مومی بر افروختی و خرمن دارایی خود به شومی تلف کاری بسوختی.

عاقبت کارش به جایی رسید که در زمستان جامه نداشت و تا آفتاب بلند نشدی قدم از کلبه خود بیرون نگذاشتی. (جوامع الحکایات - عوفی)

و این شعر از اوست:
هر بلایی کز آسمان آید
گر چه بر دیگری قضا باشد
بر زمین نا رسیده می پرسد:
خانه انوری کجا باشد؟

Laser Beauty Center

با مدیریت ندا امیری با بیش از ۱۶ سال سابقه

Laser Hair Removal

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



مشاوره اولیه رایگان

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

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

Neda Amiri R.N.

(408) 3703882

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

نرسیدن خون و اکسیژن کافی به عصب صورت می شود. در حال حاضر ۴۰,۰۰۰ نفر در آمریکا دچار BP هستند. در خانم ها و آقایان به یک میزان اتفاق می افتد و بستگی به سن بخصوصی ندارد ولی در سنین کمتر از ۱۵ سال و یا بیشتر از ۶۵ سال کمتر دیده شده است.

در بیماری که دارو درمانی مؤثر واقع نشود برای بهبودی بیماری و حفظ زیبایی صورت نیاز به جراحی زیبایی (Cosmetic) می باشد تا بتوان تا حدودی فرد را به فرم نرمال درآورد و به زیبایی صورت کمک کرد.

تغذیه

سه نوع مواد غذایی و یا ماده به کار برده شده در آنها نبایستی در طول بیماری استفاده شود.

۱- آمینواسید آرژنین که به تولید مثل ویروس کمک می کند. این ماده در انواع بادام ها، گردو، فندق و تخم کدو فراوان می باشد.

۲- غذاهای حاوی روغن Omega-6 که باعث التهاب شدید می شوند و بیشتر در روغن های ذرت، کانولا و Soy می باشد.

۳- Trans Fat، روغن مصنوعی ساخته شده به وسیله انسان که به التهاب و تورم کمک می کند و بیشتر در شیرینی جات و غذاهای سرخ شده وجود دارد.

۴- بیماران در طول بیماری بیشتر بایستی از مواد غذایی حاوی ویتامین ها و مواد معدنی استفاده کنند و از مصرف الکل، قهوه و کشیدن سیگار خودداری کنند.

۵- روش های فیزیوتراپی و ماساژ دادن گرم این حالت را سریع تر بهبودی بخشیده و مانع یک فلج دائمی عضلات صورت می شوند.

دست می دهند. برای بهبودی سریع بایستی درمان سریعاً شروع شود. تجویز استروئیدها بخصوص داروی Prednisone کمک شایانی می کند تا تورم و فشار روی عصب صورت کم شده و تدریجاً به حالت نرمال برگردد. همین طور داروی ضد ویروس نظیر (Acyclovir) هم زمان با پردنیزون (Prednisone) بسیار مؤثرتر می باشد.

خود بیماران بایستی برای برگشتن به حالت نرمال و رفع فلج عضلات صورت نقش مهمی ایفا کنند.

ماساژ عضلات صورت: بیماران با حرکت دادن عضلات صورت خود به تقویت این عضلات کمک کنند. ماساژ دادن عضلات صورت، گونه ها، پیشانی، لب ها و پلک ها با روغن و پماد مخصوص هر روز چندین بار ضرورت دارد.

محافظت از چشم ها: در صورتی که پلک های چشم بسته نمی شوند، بیماران بایستی با دست پلک های

خود را ببندند تا از خشک شدن چشم جلوگیری کرده که مشکلات دیگری بار نیآورد. هنگام روز از قطره های اشک مصنوعی و هنگام شب از پمادهای چشم و یا Eye Patch استفاده شود.

محافظت از دهان: خشک شدن دهان و کم شدن بزاق اغلب در یک طرف زبان باعث بیماری لثه و دندان درد می شود. گاهی بلعیدن غذا مشکل می شود که بایستی غذا را خوب جوید و بیشتر غذاهای مایع استفاده کرد.

بسیاری از پزشکان عقیده دارند که عفونت های ویروسی باعث تورم و آسیب عصب صورت شده که علت آن



فلج یک طرف صورت (Bell's Palsy)

این بیماری بی حس شدن ناگهانی یک طرف صورت می باشد و علت آن آسیب رسیدن به عصب صورت می باشد که عضلات صورت را کنترل می کند. این حالت باعث تغییر در حالت چشیدن (Taste)، کم شدن و یا زیاد شدن اشک چشم و بزاق نیز می شود. این حالت اغلب در شب ها اتفاق می افتد و معمولاً پس از مدواو پس از چند هفته به حالت طبیعی برمی گردد، ولی این در صورتی است که درمان سریعاً شروع شود. لازم به یادآوری است که این حالت (BP) نتیجه یک سکته مغزی (Stroke) نمی باشد و گرچه سکته های مغزی هم باعث فلج صورت می شوند، ولی هنوز رابطه مستقیمی بین این دو حالت تأیید نشده است.

۷- آزار دیدن از صدای بلند

۸- احساس بی حسی در یک طرف صورت

تشخیص

پزشکان متخصص اعصاب با آزمایش های گوناگون و گاهی روش های MRI و CT Scan این بیماری را تشخیص داده و آن را از حالت سکته جدا تشخیص می دهند.

درمان

بسیاری از بیماران بدون درمان، ولی پس از مدت دو ماه بهبودی می یابند ولی درصد کوچکی از آنها برای همیشه حرکت عضلات یک طرف صورت را از

گرچه دلایل گوناگونی مطرح شده است ولی هنوز علت دقیق آن معلوم نیست. در بیشتر موارد حضور یک ویروس نظیر Herpes و یا مننژیت را عامل آن می دانند که باعث آسیب رسیدن به عصب صورت و التهاب آن می شوند. عصب صورت عصب هفتم نیز نامیده می شود.

علائم بیماری

۱- از کار افتادن ناگهانی عضلات یک

به نام آنکه هستی بخشی است و جان آفرین



انجام مراسم عقد شرعی و سنتی ایرانی و آمریکایی

توسط دکتر مهتری پیروز

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

۹۴۶۱-۸۵۹-۴۱۵

سارا مصطفوی - وکیل مهاجرت



- ♦ پناهندگی
- ♦ گرین کارت
- ♦ امور تبعیت آمریکا
- ♦ جلوگیری از اخراج
- ♦ امور حقوق بشر در رابطه با مسائل مهاجرت
- ♦ ویزاهای نامزدی، کار، سرمایه گذاری و دانشجویی
- ♦ سوء استفاده همسر در مورد اخذ اقامت از طریق ازدواج
- ♦ Asylum
- ♦ Green Cards
- ♦ Citizenship
- ♦ Deportation Defense
- ♦ Human Rights Based Immigration Matters
- ♦ Visas: Fiancé, Work, Tourist, Investment and Student
- ♦ Abused Spouse Immigration Petitions

(510)852-9650

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

یک گاری فروش آذوقه نزدیک شدم از بوی غذا و تحریک اشتهای ناگهانی بدنم شروع به لرزیدن کرد و بی حال نقش زمین شدم. چشمانم باز بود اما نای حرف زدن نداشتم. عده ای دورم جمع شده بودند و هر کس چیزی می گفت که برایم معنا و مفهومی نداشت. فقط می توانستم با اشاره دست بفهمانم گرسنه هستم. در این لحظات بود که چشمم به یک راهبه خورد و دیگر چیزی نفهمیدم. وقتی چشم باز کردم خودم را در اتاقی دیدم که روی تخت خوابیده ام و به من سرم وصل کرده اند. آن راهبه فرشته نجات من بود. مرا به کلیسای برده بود که در آنجا خدمت می کرد. خوشبختانه مسئولان کلیسا به من پناه دادند و من هم با جان و دل در انجام هر کاری که از عهده اش بر می آمدم به آنها کمک کردم. حتی روی دیوارهای کلیسا نقاشی هایی کشیدم که مورد توجه مقامات کلیسا قرار گرفت و آن راهبه ای را که مرا نجات داده بود بسیار خوشحال کرد.

همین کارها سبب شد تا مقامات کلیسا تصمیم بگیرند مرا به آمریکا بفرستند. آنها می گفتند آمریکا سرزمین فرصت هاست و من با توجه به هنر و احساس مسئولیتی که دارم می توانم در آنجا موفق شوم. بنابراین روزی که با معرفی نامه و امکانات مالی محدود از طرف کلیسا وارد لس آنجلس "شهر فرشته ها" شدم، خیلی امیدوار بودم. اما هر روز که می گذشت امیدهایم به مانند پرندگانی که از قفس رهایی می یابند، از سینه ام بال می کشیدند و در دور دست ها گم می شدند. یک زن زیبا و جوان و تنها بودم که صیادان زیادی برای به دام انداختنش با هم مسابقه گذاشته بودند. صیادانی که متأسفانه بیشترشان ایرانی بودند تا خارجی! خیلی زود فهمیدم که شرافت اخلاقی برخی از ایرانیان نه تنها مانند داخل کشور بلکه بیشتر از آن در اینجا لکه دار شده و بین تازه به دوران رسیده های وطنی در این زمینه چنان رقابتی سر گرفته که به زن فقط به عنوان وسیله ای نگاه می کنند که برای ارضای جنسی خلق شده است. به این حقیقت تلخ در طول مدتی که از روی اجبار به چندین مراکز ایرانی برای یافتن کار مراجعه کردم، پی بردم و حتی با برخی از مسؤولان آنها درگیر شدم که سبب اخراج من می شد. اشکال بزرگ من برای استخدام در بازار کار آمریکا این بود که سابقه کاری در این کشور نداشتم و از طرفی زبان انگلیسی ام کامل نبود. بنابراین چون دوست نداشتم در فست فودها و رستوران ها کار کنم به مراکز ایرانی مراجعه می کردم که از آنها خوب بد می شنیدم. **دنباله مطلب در صفحه ۵۳**

برای استخدام در مؤسسه ای آماده کرده بودم که یک روز در بانک با مردی سی ساله روبرو شدم. ظاهر خوبی داشت و نگاه سنگین اش نشان می داد که از من خوشش آمده است. اما من محل نگذاشتم و به دنبال کار خود رفتم. ولی نمی دانم چطور شد که هفته بعد سر از خانه ما در آورد و پدر و مادرم را قانع کرد که می تواند مرا خوشبخت کند. ابتدا راضی نبودم و دلم می خواست به کارم ادامه دهم. اما اصرار بیش از حد او کم کم مرا نرم کرد. خوش تیپ بود، و از همه مهمتر بعد از جنگ ایران و عراق زندگی مرفهی داشت که در اوج تورم امتیاز بزرگی برای ازدواج محسوب می شد. یک سال با او بودم. ولی در این مدت شانس با من بود که حامله نشدم. زیرا یک روز که پدرم برای تشییع جنازه یکی از دوستانش به گورستان بهشت زهرا رفته بود به هنگام تحویل جنازه دوستش از مرده شورخانه، ناگهان دامادش را می بیند که در آنجا مرده شوری می کند. پدرم بعد از چند روز فکر کردن تصمیم گرفت این خبر را به من بدهد. وقتی خبر را شنیدم تا چند روز غم می زدم و حال و روز خودم را نمی فهمیدم. بعد تقاضای طلاق کردم که با مخالفت شدید شوهرم روبرو شدم و مادرم هم به حمایت از او برخاست. مادرم می گفت بی آبرویی می شود و زندگی خوب و مرفهی که همه آرزویش را دارند از هم پاشیده می شود. اما پدرم مخالف بود و می گفت زندگی با مردی که مرتب با مرده ها سر و کار دارد کار ساده ای نیست. از آنجا که اختلاف عقیده پدر و مادرم سبب قهر و آشتی آنها و آزار من می شد و از طرفی شوهرم حاضر به جدایی نبود، پدرم ترتیبی داد تا قاچاقی و مخفیانه از کشور خارج شوم و بعد طلاق غیابی مرا بگیرد.

از ایران که خارج شدم مدتی در اسپانیا سرگردان بودم تا یک روز که از همه جا نا امید شده بودم، برای خرید غذایی مختصری از خانه خارج شدم. البته چه خانه ای که بیشتر به لانه مرغ شبیه بود. یک اتاق کوچک و نور را اجاره کرده بودم و شبها با ترس و لرز در آن می خوابیدم. گاه شب ها از عربده مستانه مردانی که در محله رفت و آمد می کردند، خوابم نمی برد. وحشت دیگرم این بود که به زودی همین اتاق را هم از دست خواهیم داد. پولی که پدرم جور کرده بود ته کشیده بود. دو ماه اجاره نداده بودم و مهلت تمام شده بود. سه روز بود که لب به غذا نزده بودم و هر لحظه امکان داشت از گرسنگی غش کنم. وقتی با پول اندکی که برایم باقی مانده بود به

«مصاحبه»

محمد سعید حبشی

mshabashi@yahoo.com



محمد سعید حبشی روزنامه نگار و داستان نویس ایرانی است که به سال ۱۳۲۲ (مارس ۱۹۴۴ میلادی) در شیراز به دنیا آمده و در ایالات متحده (شهر لس آنجلس) به کار قلم ادامه می دهد. حبشی در همه بخش های ژورنالیسم، از روزنامه و مجله تا رادیو تلویزیون، مهارت کامل دارد. وی که از نوجوانی اشتیاق به «نوشتن» داشته هنوز دوران تحصیلات متوسطه را به پایان نرسانده بود که وارد دنیای ژورنالیسم شد. حبشی همزمان با تهیه مطلب برای مطبوعات استان فارس، به نوشتن نمایشنامه برای رادیو شیراز دست زد. انتشار «بوسه روی شن های ساحل» که یک مجموعه داستانهای کوتاه است و نیز دو نمایشنامه بر شهرت او افزود که هر سه در تهران تجدید چاپ شدند. با این شهرت، حبشی وارد کار فیلمنامه نویسی شد و در عداد سناریست های حرفه ای قرار گرفت. پس از انقلاب، حبشی نیز به مانند بسیاری از روزنامه نگاران و نویسندگان ایران جلای وطن کرد و به آمریکا نقل مکان و ساکن لس آنجلس شده و به فعالیت ژورنالیستی، داستان نگاری و فیلم ادامه داده است. با تشکر از آقای حبشی برای همکاری و فرستادن یکی از داستان هایشان برای چاپ در ماهنامه پژواک.

من گفته اند مدیران شرکت شخصاً با داوطلبان مرحله نهایی مصاحبه می کند تا اطمینان یابد فردی را که می خواهد استخدام کند، از خصوصیات ظاهری و فکری خوبی برخوردار است یا نه. به همین دلیل با آنکه مدارک و سوابق خوب کاری ام در ایران و اسپانیا، برای استخدام در این شرکت مورد قبول واقع شده، اما به خاطر مصاحبه نهایی با مدیر شرکت در مرحله بودن یا نبودن قرار گرفته ام که از آن متنفرم. مرحله ای که یک نفر برای سرنوشت نفر دیگری تصمیم می گیرد و این درست نیست. زیرا در مورد انسان ها، گاه افرادی چوب قضاوت را به زمین می کوبند که نه صلاحیت اخلاقی دارند، و نه از سواد و شعور اجتماعی برخوردارند. وقتی قاضی ها در قضاوتشان دچار اشتباهات جبران ناپذیری می شوند و خبرش را از رسانه ها می شنویم، تکلیف افرادی که هر را از بر تشخیص نمی دهند کاملاً معلوم است. اما با وصف این به آینده مصاحبه خود امیدوارم و احساس می کنم که امروز برایم روز دیگری است، چون تمام جلوه های خوب زندگی بعد از سال ها دوباره در درون من زنده شده و مرتب صدایی در درونم نوید می دهد که به پایان سختی ها نزدیک شده ام. در طول سال های گذشته سختی هایی کشیده ام که تاس لغزنده زندگی هم دلش برای من سوخته و از درون فریاد می زند دیگر بس است.

برای آرایش جلوی آینه می روم و در حالیکه روژلب را به روی لب هایم می چرخانم، بیست و دوسالگی ام را به یاد می آورم که در رشته طراحی و نقاشی در تهران فارغ التحصیل شدم. خودم را

نور خورشید از پنجره به داخل اتاق خوابم می خزد و بیدارم می کند. به ساعت نگاه می کنم که هفت و نیم صبح را نشان می دهد. احساس می کنم امروز همه چیز برایم دلپذیر است. ابتدا به طرف پنجره می روم تا به آسمان نگاه کنم. از دیدن هوای نیمه ابری که از آن خوشم می آید، لذت می برم. در این هوا وقتی ابرهای سفید به آرامی در آسمان آبی به رقص در می آیند، به یاد "والس دانوب آبی" می افتم و احساس خوبی در وجودم موج می زند. شاید همان احساسی که سازنده دانوب آبی را به خلق چنین اثری واداشت. این احساس دلپذیر، که با شادی و امید درونی من گره خورده، مرا به هدفم بیشتر نزدیک می کند. باید برای رسیدن به این هدف هر چه زودتر آپارتمانم را ترک کنم. اما اول دو دانه تخم مرغ برای خودم نیمرو می کنم تا به اشتهای باور نکردنی ام پاسخ دهم. مدتی بود چنین اشتهایی به سراغم نیامده بود. آنچنان سر حال هستم که همراه با صدای جلیز و پلیز روغن در ماهیتابه، بی اختیار شروع به خواندن می کنم. فضای فسقلی آپارتمانم چنان سرزنده شده که پرنده های کنار پنجره هم با من نغمه سرایی می کنند. صبحانه را با میل می خورم و بعد جلوی آینه می روم تا با آرایش و لباس مناسبی راهی مصاحبه شوم.

چند روزی است که خودم را برای این مصاحبه آماده می کنم. اگر در این مصاحبه قبول شوم می توانم بعد از مدت ها کار مورد علاقه ام را به دست آورم. حتی شب پیش مدتی جلوی آینه تمرین کردم تا بهترین راه را برای روبرو شدن با مدیر شرکت انتخاب کنم. به

تهدید سیاست‌های پوپولیستی

باراک اوباما / اکونومیست

این روزها هر کجا بروم، در داخل یا خارج از کشور، مردم از من چنین سولاتی می‌پرسند: در سیستم سیاسی آمریکا چه اتفاقی افتاد؟ چگونه یک کشور که شاید بیش از هر کشور دیگر از مزایای مهاجرت، تجارت و نوآوری در فناوری بهره مند است به طور ناگهانی، ضد مهاجر، ضد حمایت از تولیدات و ضد نوآوری می‌شود؟ چرا برخی در سمت چپ و حتی بیشتر در سمت راست یک پوپولیسم خام را در آغوش گرفته‌اند که وعده بازگشت به گذشته‌ای را می‌دهد که ممکن نیست و هرگز وجود خارجی نداشته است؟

این درست است که اضطراب خاصی در مورد نیروهای جهانی شدن، مهاجرت، فناوری و حتی تغییر آن در آمریکا فراگیر شده است، اما اینها چیز جدیدی نیست و بی شباهت به ناراضی‌های گسترده در سراسر جهان نمی‌باشد که اغلب در شک و تردید نسبت به نهادهای بین‌المللی، موافقتنامه‌های تجارت و مهاجرت آشکارند. حتی می‌توان آن را در رای اخیر بریتانیا به ترک از اتحادیه اروپا و ظهور احزاب پوپولیستی در سراسر جهان دید. بسیاری از این ناراضی‌ها با ترسی که اساسا اقتصادی نیست، هدایت می‌شوند. احساسات ضد مهاجر، ضد مکزیک، ضد اسلامی و ضد پناهندگی ابراز شده امروز توسط برخی آمریکایی‌ها، منعکس‌کننده بومی‌گرایی گذشته از قبیل و اغتشاشات سال ۱۷۹۸، جاهلان اواسط قرن ۱۸۰۰ میلادی، احساسات ضد آسیایی در اواخر قرن نوزدهم و اوایل قرن بیستم و تمام دوره‌هایی است که به آمریکاییان گفته شد می‌توانند شکوه گذشته را بازگردانند، اگر مردم برخی گروه‌ها یا ایده‌هایی را بپذیرند که تهدیدی برای آمریکای تحت کنترل است، دوباره شاهد آن دوران خواهیم بود. بنابراین جای تعجب نیست که بسیاری پذیرای استدلالی هستند که با تقلب در بازی همراه است. این سرخوردگی را بیشتر از همه سیاستمداران دامن زده‌اند که در واقع مشکل را به جای بهتر کردن، بدتر می‌کنند. مهم است که به یاد داشته باشید، سرمایه‌داری بزرگ‌ترین هدایت‌کننده رفاه و فرصتی بوده که جهان تا به حال شناخته است.

در طول ۲۵ سال گذشته، نسبت افرادی که در فقر شدید به سر می‌برند از نزدیک ۴۰ درصد به کمتر از ۱۰ درصد کاهش یافته است. در سال گذشته، خانواده‌های آمریکایی از بیشترین افزایش درآمد در سابقه خود برخوردار بوده و نرخ فقر کاهشی سریع‌تر از هر زمان از سال ۱۹۶۰ را داشته است. در این شرایط دستمزد واقعی سریع‌تر در طول این چرخه کسب و کار بیش از هر سال - از سال ۱۹۷۰ به بعد - افزایش یافته است. این دستاوردها بدون جهانی‌شدن و انتقال فناوری امکان‌پذیر نمی‌باشند که همواره برخی از اضطراب‌ها را در پشت

این پارادوکسی است که امروز جهان ما را تعریف می‌کند. جهان در حال حاضر موفق‌تر از همیشه است و در عین حال جوامع ما هنوز با عدم اطمینان و ناراحتی مشخص می‌شوند، بنابراین ما یک انتخاب داریم؛ عقب نشینی به اقتصاد بسته و قدیمی گذشته یا فشار رو به جلو با اذعان به نابرابری که با جهانی شدن ایجاد شده، در حالی که متعهد به ساخت اقتصاد جهانی بهتر برای همه مردم است و نه فقط برای کسانی که در موقعیت و وضعیت خوبی هستند.

نیروی برای خوب بودن

انگیزه سود می‌تواند یک نیروی قدرتمند در جهت منافع مشترک و هدایت کسب و کار برای ایجاد محصولات باشد که مصرف‌کنندگان در مورد آنها دیوانه هستند یا در بانک‌ها برای قرض دادن به کسب و کارهای در حال رشد ایجاد انگیزه می‌کند. اما به خودی خود، این به رفاه و رشد گسترده مشترک منجر نمی‌شود. برای اقتصاددانان از دیرباز شناخته شده است که بازارهایی که تنها متکی به ابزارهای خود هستند، شکست می‌خورند. این از طریق گرایش به سمت انحصار و رانت‌جویی اتفاق می‌افتد. مثلا شکست کسب و کارها به خاطر تأثیری که شرکتی دیگر از طریق آلودگی بر یک کسب و کار می‌گذارد یا با نابرابری اطلاعات می‌توانند مصرف‌کنندگان را نسبت به محصولات خطرناک آسیب‌پذیر ساخته و مجبور به ترک بیمه درمانی بیش از حد گران کنند.

اساسا یک سرمایه‌داری که توسط افراد معدودی شکل گرفته، تهدیدی برای همه است. اقتصادی موفق‌تر است که فاصله بین فقیر و غنی را که به طور گسترده رشد کرده، از بین ببرد. جهانی که در آن یک درصد از بشریت به اندازه ۹۹ درصد دیگر کنترل ثروت را در دست دارند، هرگز پایدار نخواهد بود.

شکاف بین فقیر و غنی جدید نیست اما بیشتر به چشم می‌خورد؛ هنگامی که یک کودک زاعنه‌نشین می‌تواند آسمان‌خراشی را در نزدیکی خود ببیند و تکنولوژی اجازه می‌دهد تا هرکسی با یک گوشی هوشمند ببیند که ممتازترین‌ها چگونه زندگی می‌کنند. افزایش سریع‌تر انتظارات از

دولت‌ها و حس بی‌عدالتی غالب، ایمان مردم به نظام را تضعیف می‌کند. بدون اعتماد، سرمایه‌داری و بازار نمی‌توانند به ارائه دستاوردهای خود همانند قرون گذشته ادامه دهند.

پیشرفت بیشتر نیاز به شناختن این مطلب دارد که اقتصاد آمریکا یک مکانیزم بسیار پیچیده است. همان طور که برخی از اصلاحات رادیکال‌تر می‌توانند در حالت انترزاعی جذاب‌تر باشند اقتصاد یک مفهوم انترزاعی نیست. به سادگی نمی‌توان برای طراحی مجدد عمده فروشی و برگشت به عقب بدون عواقب واقعی برای مردم اقدام کرد. در عوض، بازسازی ایمان و اعتقاد به اینکه مردم سختکوش آمریکا می‌توانند در راس قرار بگیرند نیازمند پرداختن به چهار چالش عمده ساختاری است: تقویت رشد بهره‌وری، مبارزه با افزایش نابرابری، اطمینان حاصل کردن از اینکه هر فردی که به دنبال کار است، می‌تواند یک کار به دست آورد و در آخر ایجاد اقتصادی انعطاف‌پذیر که لازمه رشد آینده است.

اول، در سال‌های اخیر، ما به پیشرفت‌های فناوری باورنکردنی از طریق اینترنت، پهنای باند، تلفن همراه و دستگاه‌ها، هوش مصنوعی، روباتیک، مواد پیشرفته، بهبود در بهره‌وری انرژی و پزشکی دست یافته‌ایم. اما در حالی که این دست نوآوری‌ها زندگی را تغییر داده‌اند، هنوز افزایش در رشد بهره‌وری به طور چشمگیر محسوب نمی‌شوند. در طول دهه گذشته، آمریکا از سریع‌ترین رشد بهره‌وری در G7 برخوردار بوده است، اما این میزان در سراسر اقتصادهای پیشرفته کاهش یافته است. بدون رشد اقتصادی سریع‌تر، ما قادر به تولید و افزایش دستمزدها که مردم می‌خواهند نیستیم، صرف نظر از اینکه چگونه ما یک اقتصاد را تقسیم کنیم.

بازگرداندن بویایی اقتصادی

یک دلیل اصلی رکود اخیر در بهره‌وری، کمبود سرمایه‌گذاری‌های دولتی و خصوصی در بخشی از بحران مالی بوده است. اما آن نیز با محدودیت‌های خود ما ایجاد شده است: یک ایدئولوژی ضد مالیات که تقریبا تمام منابع مالی عمومی جدید را رد کرد، کسری در هزینه‌های معوق ما که در حال رسیدن به فرزندان ما است را رقم زد.

ما همچنین می‌توانیم به سرمایه‌گذاری خصوصی و نوآوری با انجام اصلاحاتی در مالیات کسب و کار، کمک کنیم که باعث کاهش قیمت‌ها و رفع نقاط ضعف شده و در عین حال سرمایه‌گذاری‌های عمومی در تحقیق و توسعه عمومی داشته باشیم. سیاست‌های متمرکز بر آموزش هر دو برای افزایش رشد اقتصادی و برای حصول اطمینان از آن است که به طور گسترده به اشتراک گذاشته شده و حیاتی هستند. این

شامل همه چیز، از تقویت بودجه برای آموزش و پرورش از دوران اولیه کودکی تا مقاطع تحصیلی بالا، ساخت کالج مقرون به صرفه‌تر و گسترش آموزش‌های شغلی با کیفیت بالا می‌شود. افزایش بهره‌وری و دستمزد نیز بستگی به ایجاد یک مسابقه جهانی با بهترین قوانین برای تجارت دارد.

در حالی که برخی جوامع از رقابت خارجی رنج می‌برند، تجارت به اقتصاد ما بسیار بیشتر از آنکه آسیب برساند کمک کرده است. صادرات کمک کرد ما از رکود اقتصادی خارج شویم. شرکت‌های آمریکایی که صادرات دارند، با توجه به گزارش‌های شورای مشاوران اقتصادی، حقوق کارمندان خود را تا ۱۸ درصد بیش از شرکت‌هایی که صادرات انجام نمی‌دهند، افزایش داده‌اند. بنابراین، من تلاش خود را در کنگره برای تصویب مشارکت در تجارت ترانس آتلانتیک و اقیانوس آرام و سرمایه‌گذاری با اتحادیه اروپا خواهم کرد. این موافقت و اجرای تجارت، زمین بازی را برای کارگران و کسب‌وکارها به طور یکسان در یک سطح فراهم می‌کند.

دوم، در کنار کاهش بهره‌وری و نابرابری در بیشتر اقتصادهای پیشرفته، این مشکل با افزایش بیشتر در ایالات متحده همراه بوده است. در سال ۱۹۷۹، یک درصد از خانواده‌های آمریکایی ۷ درصد از کل درآمدها را پس از کسر مالیات دریافت می‌کردند و تا سال ۲۰۰۷، سهم آنها بیش از ۱۷ درصد شده بود. این چالش‌ها در جوهره و ماهیت آمریکایی‌ها به عنوان مردم است. ما به موفقیت قبل غبطه نمی‌خوریم، ما آرزوی آن را داریم و کسانی که آن را به دست آوردند، تحسین می‌کنیم. در واقع، ما اغلب نابرابری را بیش از بسیاری از کشورهای دیگر پذیرفته‌ایم، زیرا ما متقاعد شده‌ایم که با کار سخت، می‌توانیم خود را بهبود بخشیده و تماشا کنیم که کودکان ما حتی این کار را بهتر انجام می‌دهند.

آمریکا نشان داده که پیشرفت ممکن است. در سال گذشته، دستاوردهای درآمد برای خانواده‌های پایین و متوسط در توزیع درآمد از افراد در بالا بزرگ‌تر بود. در دولت من، سهم درآمدی برای خانواده‌های پایین در توزیع درآمد، ۱۸ درصد تا سال ۲۰۱۷ افزایش خواهد یافت، در حالی که پیش‌بینی می‌شود نرخ مالیات افزایش یافته خانواده‌ها با درآمدی بیش از ۸ میلیون دلار در هر سال (۰.۱ درصد بالای جامعه)، بر اساس محاسبات وزارت خزانه‌داری، به نزدیک به ۷ درصد برسد.

در حالی که بالای یک درصد از خانواده‌ها در حال حاضر سهم عادلانه خود را دریافت می‌کنند، با تغییرات مالیاتی تصویب شده در طول دولت من، سهم درآمد دریافت شده توسط همه خانواده‌های دیگر بیش از تغییرات مالیاتی در هر دولت قبلی از حداقل سال ۱۹۶۰ افزایش یافته است. **دنباله مطلب در صفحه ۴۶**

بیمه بهداشتی درمانی
Covered California
سحر سلاهی
sselahi@farmersagent.com



انرژی مثبت
زندگی سالم و شاد
پریناز کدخدایان
مشاور با گواهینامه رسمی در فنک شویی و ستاره شناسی
Parinaz@FengShuiAndLiving.com



بهترین راه تهیه بیمه بهداشتی درمانی، از جمله Medi-cal

Covered California برنامه ای است که از طریق آن همه می توانند بیمه درمانی مقرون به صرفه دریافت کنند. تنها با یک تقاضا می توانید متوجه شوید که آیا صلاحیت لازم برای دریافت بیمه درمانی رایگان یا ارزان، از جمله Medi-Cal، را دارید یا خیر. ایالت کالیفرنیا Covered California را به این منظور ایجاد کرده است تا به شما و خانواده تان در دریافت بیمه درمانی یاری رساند. داشتن بیمه درمانی موجبات آسایش خاطر شما را فراهم آورده و حفظ سلامت شما را ممکن می سازد. با داشتن بیمه شما و خانواده تان خدمات درمانی را در هر زمانی که به آن احتیاج داشته باشید دریافت می کنید.

- افراد خانواده تان.
- ♦ اطلاعات مالیاتی فدرال شما. برای مثال، کسی که به عنوان سرپرست خانواده مالیات ها را ثبت کرده و افرادی که تحت تکفل شما قرار دارند.
- ♦ اطلاعات در مورد بیمه درمانی که شما یا هر یک از اعضای خانواده تان از طریق شغلی دریافت می کنید.
- برای حصول اطمینان از اینکه شما و خانواده تان از بیشترین مزایای ممکن بهره ببرید در مورد درآمد و موارد دیگر سوالهایی خواهد شد. مطابق قانون اطلاعات شما محفوظ و سری نگهداری می شود. از اطلاعات شما صرفا برای تایید صلاحیت شما برای بیمه درمانی استفاده می شود.
- خانواده هائی که مهاجر نیز دارند می توانند تقاضا کنند. شما حتی اگر خودتان برای پوشش واجد شرایط نیستید، می توانید برای فرزندتان تقاضا ارسال نمایید. ارسال تقاضا برای فرزند واجد شرایط تان، در وضع مهاجرت، یا امکان برخورداری از کارت سکونت دائمی یا تابعیت شما تأثیری نخواهد داشت. **دنباله مطلب در صفحه ۴۵**

- برای اینکه بدانید شرایط کدامین گزینه بیمه را دارید از این تقاضانامه استفاده کنید:
- ♦ بیمه رایگان و یا ارزان از Medi-Cal.
- ♦ بیمه ارزان برای بانوان باردار از طریق دسترس ویژه نوزادان و مادران (AIM).
- ♦ طرح های بیمه درمانی خصوصی مقرون به صرفه.
- ♦ کمک به پرداخت هزینه بیمه درمانی شما
- ♦ شما حتی با داشتن درآمد سالانه ۹۴۰۰۰ دلار برای یک خانواده ۴ نفره ممکن است باز هم صلاحیت دریافت بیمه رایگان یا ارزان را داشته باشید.
- ♦ شما می توانید برای هر کدام از اعضاء خانواده تان، حتی اگر بیمه هم داشته باشند، از این فرم تقاضا استفاده کنید.
- ♦ مواردی که به هنگام ارائه تقاضا باید بدانید
- ♦ شماره های سوشیال سکوریتی برای متقاضیانی که تابعیت آمریکایی دارند یا اطلاعات از طریق اسناد برای مهاجرانی که وضعیت رضایتمندی داشته و نیازمند بیمه هستند. مدارک دال بر شهروندی یا وضعیت مهاجرتی تنها برای متقاضیان مورد نیاز است.
- ♦ اطلاعات کارفرما و درآمد برای تمام

مثبت اندیشی

مثبت اندیشی به ما کمک می کند که بتوانیم تغییرات مفیدی در رفتار، گفتار، کار و زندگی خود ایجاد کنیم. کلمات نیز تأثیر بسیاری بر افکار و احساسات ما می گذارند. کلمات می توانند ما را بسیار هیجان زده، متأثر یا خوشحال کنند. پس دقت کنید کلماتتان را در جهت مثبت و زیبا کردن افکار و احساساتتان به کار ببرید. به کاربردن واژه ها و عبارات تأکیدی مثبت، در زیباتر شدن افکار و اعمال ما و بهبود کیفیت زندگیمان تأثیر بسیار

دیگران نیستم، یکسره در ذهن خود دادگاهی به پا می کند و خود را مورد شتمات قرار می دهد. به صحبت های درونی تان گوش دهید، القاب منفی برای خود به کار نبرید مانند «من



بديختم» و یا «من به هیچ جا نمی رسم». منفی حرف نزنید. هر گاه در گفتگوی درونی تان جمله ای شنیدید که حاکی از تحقیر و کم ارزش شمردن خودتان است، به سرعت بگویید: «من سزاوار تغییرات مثبت در زندگی ام هستم». کلمه ها و اندیشه ها دارای امواجی نیرومند هستند که به زندگی مان شکل می دهند و ما می توانیم با استفاده از کلمه ها و اصطلاح های مثبت، انرژی مثبت را بین همه پخش کنیم. هر روز صبح که از خواب برمی خیزیم با نگاه کردن به منظره ای زیبا، روز خود را با نشاط آغاز کنیم، از افراد منفی نگر یا موقعیت هایی که باعث ایجاد افکار ناخوشایند یا منفی می شوند دوری و یا سعی کنیم کمتر با آنها برخورد داشته باشیم. به مشکلات به عنوان محکی برای ارزیابی توانایی های خود نگاه کنیم و هرگز نتیجه بدی را پیش بینی نکنیم زیرا مشکلات فقط به اندازه ای مهم هستند که ما آنها را مهم می پنداریم و با خود تکرار کنیم که «من لیاقت بهترین ها را دارم و به آنها خواهم رسید». از چشم و هم چشمی و حسادت که باعث ایجاد افکار منفی می شود دوری و سعی کنیم روش خود را خودمان انتخاب کنیم. **دنباله مطلب در صفحه ۴۵**

زیادی دارد و باعث ایجاد شور و شوق در زندگی می شود. به طور کلی مثبت اندیشی و افکار منفی هر دو به صورت مسری از فردی به فرد دیگر سرایت می کند. شما می بایست سعی کنید به جای اینکه اجازه دهید افکار منفی دیگران بر شما تأثیر بگذارد و روحیه شما را تضعیف کند، با گفتار مثبت خودتان اندیشه ها و افکار مثبت را به دیگران منتقل کنید و به آنها بیاموزید که افکار منفی شان را کنار گذاشته و اندیشه های مثبت را جایگزینش کنند. با این کار شما می توانید هم به اطرافیان خود کمک کرده و هم روحیه مثبت اندیشی خود را تقویت کنید.

مثبت اندیشی و مثبت گویی از افکار ما نشات می گیرند همانگونه که منفی نگری از افکار ما سرچشمه می گیرد. خودگویی، گفتگوی درونی است که با خودمان داریم. کلماتی است که به خودمان می گوئیم. این کلمات می تواند حالت روانی و هیجانی ما را شکل داده و بر ادراکات و ذهنیت ما اثر گذارد. این که گاهی غمگین یا شاد با انگیزه یا بی انگیزه، عصبانی یا آرام هستیم، بستگی به جملاتی دارد که به خودمان می گوئیم. خود گویی

پریناز کدخدایان
مشاور با گواهینامه رسمی
از سرنوشت خود با کمک ستاره شناسی و علم قدیم چینی مطلع شوید
۵۶۸۷-۷۰۴(۶۵۰)
فنک شویی در ایجاد جریان و حرکت مثبت انرژی در فضای منزل.
کار و بهتر شدن رابطه های خانوادگی و دوستی به شما کمک می کند
جدول زندگی شما با آگاهی به دانش کهن ستاره شناسی و رابطه های نجومی
Transform your environment & transform your life
Feng Shui & Astrology Certified Consultant
برای آسایش روان و آرامش در زندگی با من تماس بگیرید!
www.FengShuiAndLiving.com ★ Parinaz@FengShuiAndLiving.com



ما را با مسائل خود درگیر کنند. آنگاه مانند کشتی ای می مانیم که بیش از حد مجازش بار با خود حمل می کند و گاهی این بارها باعث عدم تعادل و حتی غرق شدن آن می شود.

در موقع سکون و ثبات، مشکل را ارزیابی و وجودش را پذیرفته و دنبال راه حل آن بگردیم. در حالی که آن را انکار نمی کنیم ولی آنها را بزرگ هم نباید بکنیم. با آرام بودن و سکوت راه حل ها را روی کاغذ آورده و وزن کنیم.

یادمان باشد که می توانیم به خود اطمینان داشته باشیم و بهترین سعی را در هر مشکلی برای حل آن انجام دهیم و به خود شانس بدهیم که شاد و راضی از خود باشیم. بعضی از اتفاقات و واقعیت ها را قبول کنیم و بدترین حد آن را در نظر بگیریم که هنوز هم می توانست بدتر شود و همیشه همه چیزهای بد هم می گذرد و زمان کار خود را انجام می دهد. زیاد نباید غصه و نگران زندگی باشیم. بد و خوب می گذرد و حرکت زندگی ادامه پیدا می کند. ما نباید بدهکار و یا طلبکار از خود و یا دیگران باشیم. گاهی رها کردن مسائل و حرکت و ادامه (moving on) بهترین راه می باشد.

دنباله مطلب در صفحه ۴۹

عزیزانم، نیروی «خود درمانی» خود را همیشه در کنار معالجه پزشک مخصوص می توانیم در موقع بیماری ها بکار برده و وضع خود را بهتر کنیم.

طبیعی است که اکثرا می توانید درباره مشکلات و مسائل با دوستان و یا فامیل صحبت کنید. ولی بیاد داشته باشید که نگرانی چگونگی بیان، رعایت ملاحظات و قید و بندها و رودربایستی ها، و یا احساس عدم امنیت و اطمینان و یا واکنش و راز داری آنها همیشه می تواند مسئله ساز باشد. در صورتیکه با مشاور زندگی هیچ کدام از این مسائل را ندارید. همچنین صلاحیت نظر درست و بدون احساس وابستگی، با تعلیم و تجربه درست یک مربی زندگی و راهنمایی ها و راز داری او، مهمترین عاملی است که باعث تشویق برای کار کردن با مربی زندگی با تجربه و پر معلومات می شود.

خوانندگان مهربانم، ما افکار و ذهن خود را بیش از حد مشغول و نگران می سازیم، و حتی مسائل غیرمهم را که گاهی اصلا به ما حتی مربوط هم نمی شود و نباید در زندگی شخصی ما تاثیر بگذارد و یا با ارزش باشد، به خود ربط می دهیم. گاهی ما به اصطلاح عامیانه، نخود هر آشی می شویم و اجازه می دهیم همه



عقل و روح سالم در بدن سالم

ضمیر ناخودآگاه مصرف می کند که کم کم باعث فرسودگی ایمنی بدن، روح و اعصاب می شود. یک نمونه آن زخم معده و یا سرطان می باشد! بسیاری از بیماران زخم معده بنا به تحقیقات و پژوهش به طور معمول مایل به ابراز ناراحتی ها و احساساتشان در مقابل دیگران در کار و یا خانه نیستند و به خاطر ترس از پذیرفته نشدن و اشتباه نکردن و یا عدم اعتماد به نفس، عقاید و اعتراضات خود را پنهان کرده و لب نمی گشایند، و ناراحتی را در ضمیر ناخودآگاه خود انبار می کنند و باعث استرس و بیماری در خود می شود.

خودشناسی، خودیابی و بعد خودیاری می تواند برای مقابله و جلوگیری از ناراحتی ها و بیماری ها مفید و کارساز باشد. خودشناسی و خودیاری را به کمک یک مربی زندگی حرفه ای انجام دهید که فقط برای خود شما طرح ریزی شده باشد و با روانپزشک و روانشناس متفاوت می باشد. تغییر در دیدگاه و طرز فکر در زندگی همراه با تغییر روش و تعلیمات مخصوص خودیابی و خودیاری از اقدامات مهمی است که در کنار رفتن به پزشک کمک می تواند به شخص با سرعت بیشتری کمک بکند. آگاهی به تنهایی کافی نیست و کسی می تواند موفق به ایجاد تغییرات در درون خود شود که انگیزه ای قوی را برای این هدف پیدا کند. برای ایجاد تغییرات، نباید شتاب زده، بی تأمل، بدون هدف و راه های غیرصحيح اقدام کرد. ابتدا باید بتوانیم انگیزه خود را تقویت کرده و در راه درست قدم برداریم. هدف های مثبت و دلایل منطقی به همراه تمرکز مداوم و روش های رسیدن به این تمرکز همراه با تصور و تجسم تصویر ذهنی ما را کمک خواهد کرد. در طول روز چندین بار به تمرکز و Meditation پرداخته و خود را با این تصاویر مشغول کرده و مفاهیم و وجود و قدرت آنها را در ضمیر آگاه خود حک کنیم. من تلقین و افکار مثبت و جمله های مثبت را در تمرین های تمرکزی به کار برده و با متقاضیان راه های آرامش و Meditation را همراه می شوم.

با سلامی گرم و صمیمی و خالصانه به شما عزیزان مهربانم که خواننده مقاله های من در مجله پرمحتوی پژواک هستید. از اینکه شما مقاله های مرا در ماهنامه پژواک دنبال می کنید و بیننده هفتگی من در روزهای چهارشنبه از ۶ تا ۶:۳۰ در تلویزیون Royal time TV هستید کمال مسرت و شادمانی را دارم. بسیار خوشحال و قدردان هستم و تماس های شما باعث دلگرمی و عشق من به کار coaching می باشد. در مقاله این ماه می خواهم از ارتباط و پیوستگی بین روح و جسم توضیحاتی بنویسم. ما باید باور کنیم که شرایط زیستی، روحی، روانی و ژنتیک بزرگترین عامل برای پیشگیری بیماریهای جسمی ما می باشند. فشارهای روزمره، بر روان و جسم ما تاثیر گذاشته و ما باید بتوانیم برخورد درست با آنها داشته باشیم و به خصوص علائم جسمی و نشانه های بیماری را درک کنیم و چگونگی واکنش صحیح را در برابر فشارها برای جلوگیری از بروز و یا پیشرفت بیماری را یاد بگیریم. روح ما اگر مداوم نشود جسم را ضعیف و ضعیف تر خواهد کرد و باعث بیماری جسم می شود. تضادهای درونی که آن را معمولاً نادیده می گیریم و با آنها مقابله نمی کنیم و یا آنها را رها می کنیم، ما را در آینده محکوم به پرداخت تاوان های سنگین خواهند کرد. کسی که سال های متمادی از مسائلی خاص یا اعمال بعضی از اشخاص و یا حتی از خود حرص می خورد و رنج می برد، شاید تعجب آور نباشد که ناگهان بدون مقدمه ای سلامتی اش به مخاطره می افتد.

از مسائل کوچک سوء هاضمه تا زخم معده و یا بهم ریختن هورمون های لازمه در بدن، ضعف اعصاب، افسردگی، اضطراب، خستگی و... درگیر خواهد شد. این نوع بیماری ها و ناراحتی های روانی که ریشه از اعصاب و برخورد ما با مشکلات می باشد، همیشه ریشه روانی و اخلاقی دارد.

وقتی دو احساس متضاد با قدرت های برابر در درون انسان قرار گیرند، به بدن فشار وارد کرده و بدن انرژی فراوانی برای جنگ بین آنها در داخل و



آتوسا یکان

مربی و راهنمای زندگی

Professional Certified Life Coach
atoosa30@yahoo.com

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

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

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

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

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

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

۹۷۰۰-۲۹۷ (۹۲۵)

حاجی آقا

صادق هدایت (بخش سوم)

حاجی رویش را به جانب او آورد و گفت: یا الله یوز باشی، احوالت چطوره؟

- زیر سایه حضرتعالی هستیم. خاکستر ته گلیم، همین گوشه موشه ها می پلکیم.

- برو بچه ها چطورند؟ حالا بگیر بنشین!

- از مرحمت حضرتعالی. (یوزباشی حسین روی سکوی مقابل نشست).

- شنیده ام خیال زیارت به سرت زده، کجا میخواهی بری؟

- میخواستم از حضرتعالی اجازه بگیرم، آخر عمری با اهل و عیال بریم کربلا استخوان سبک بکنیم.

- زیارت قبول! حالا همه کارهایت روبراه شده؟

- قربان، آمده ام که دست به دامان حضرتعالی بشم. دو ماه آژگاره که توی نظمیة این طرف و آن طرف دوندگی میکنم، کلی پول خرج کردم، هنوز دستم به جایی بند نیست.

حاجی قاه قاه خندید و گفت: میدانستم که آخرش گذر پوست به دباغخانه میافتد، خب، چقدر سر کیسه ات کردند؟

- تا حالا پانصد و هشتاد تومن دم سبیل چرب کردم، تازه سرتیپ هژیر آسا حق و حساب خودش را می خواد.

- تو را به این سادگی هم نمیدانستم. دمت را خوب توی تله انداختند!

- قربان، آدمیزاد شیر خام خورده، حالا تازه پشت دستم را داغ کردم، فهمیدم از اول باید دست به دامان حضرتعالی می شدم.

- گویا حساب خرده ای با ما داری؟

- قربان، صحبتش را نکند، ما را خجالت می دید، هر چه بفرمائید برای بندگی حاضرم.

- حالا ببینم!

- هرچه بفرمائید، جانا و مالا حاضرم. البته از اول راه غلطی رفتم و نمیدانستم. حالا هرچه بفرمائید، بندگی می کنم. بنده از این نظمیة چی ها چشمم آب نمیخوره. سه روز استنطاقم کردند، بعد هم می ترسم سر حد گیر گمرک بیافتم، یک قالیچه کوفتی که برای جانماز می برم، از دستم دربیارند!

- میتوانی کاری برای من صورت بدی؟

- از جان و دل!

- خلع پور را میشناسی؟

- نه قربان!

- این مرتیکه از اون پاچه ورمالیده های بخو بریده است. من سعی میکنم هر چه زودتر باشپرتت را بگیرم. آن وقت میخواستم...

در باز شد، آدم نوکربابی آه لباس اتوزده

تلیفون میخواند!

- نرسیدی کجاست؟

- قربان، گفتند دربار!

حاجی کمی متوحش شد. برخاست و به دوام الوزاره گفت: الان خدمت میرسم!

عصا زنان در دالان رفت و مراد هم به دنبالش. دوام الوزاره روزنامه ای از جیبش درآورد و به حالت تفکر مشغول خواندن شد. ده دقیقه بعد حاجی آمد سر جایش نشست.

دوام الوزاره روزنامه را تا کرد و در جیبش گذاشت.

- آقای دوام الوزاره ببخشید!

- چه فرمائشانی!

حاجی به حالت تفکر گفت: بله، بنده را احضار فرمودند. اگر چه از اسرار مملکتی است، خب، پیشنهادها میکنند. من هم با این حال علیل مجبورم شانه خالی بکنم. خیلی متاسفم که در چنین موقعی نمیتوانم به وسیله اشغال مشاغل و مقامات عالی به میهنم خدمت بکنم!

- حقیقتا که جای تأسف است!

- اما امروز لحن آقای فلاخن الدوله فرق کرده بود. مثل همیشه اظهار ملاطفت نفرمودند. خب، شاید کارشان زیاد بوده، چون بنده زاده، آقا کوچیک را از ارث محروم کردم و میانمان شکرآبه و حالا در دربار شغل، بله مشغوله، میترسم چیزی گفته باشد، اگر چه از اون بعید میدونم.

آدم چه میدونه؟! کسی که از عمرش سند پا به مهر نگرفته البته خواهند فهمید که مغرضانه بوده و می ترسم برای خود او مضر باشه، چون امروزه با این امنیت و آزادی که از دولت سر قائد محترم مملکت برخورداریم، مثل زمان شاه شهید که نیست، آن وقت هر کس را به دربار احضار میکردند، اول وصیتنامه اش را مینوشت و بعد هم برای مهمان یک فنجان قهوه میآوردند. از آن قهوه های کذایی!

- انشالله که خیر است!

- انسان محل نسیانه، همه جور فکر تو کله آدم چرخ میزنه. خب، اگر از طرف شخص اول مملکت چند بار تکلیف وزارت و وکالت به کسی شد و همه را رد کرد، البته صورت خوبی ندارد!

- آقا شما وجودتان منشاء فیض و خیر است. به هر شغلی که اشتغال داشته باشید و یا نداشته باشید، همه اهل مملکت از پرتو مرحام جنابعالی بهره مند می شوند.

- بله، صحبتش را نکنیم! اتفاقا دیشب منزل آقای مهمان خلوت بودم، ذآر خیر جنابعالی شد. یکی از مقامات مهم خارجی هم حضور داشت. صحبت از زندگی و سیاست و همه چیز به میان آمد. مخصوصا

من به آقای منتخب دربار تذکر دادم.

- آدم منتخب دربار؟

- قوچ علی که حالا تو شهر بانیه!

دوام الوزاره سر خود را به علامت تصدیق تکان داد. حاجی گفت: بعله، من مخصوصا توصیه کردم که اگر بخواهید این زمزمه ها و اغتشاش ها و بیعدالتی ها تو لرستان بخوابه، باید فلانی را که سابقه ممتدی در این امور دارند، به آن جا بفرستید، که در مازندران آن توطئه را بر ضد اعلیحضرت همایونی خواباند. چند نفر را باید کشت، چند نفر را حبس کرد، هر که نق کشید، تو دهنی زد و دیگر خودتان بهتر میدانید! بالاخره گفتم که من از رگ گردنم التزام میدم که با انتصاب فلانی تمام این سر و صداها بخوابه؛ چون امروزه ما به اشخاص با تصمیم احتیاج داریم. ما مشت آهنین میخواهیم. بروید از مازندران سرمشق بگیرید! من تصدیق میکنم که از روی آمال رضا و رغبت یک کف دست زمین را که آنجا داشتیم، در طبق اخلاص گذاشتم و تقدیم خاکپای همایونی کردم. حالا هر کس از آن حوالی میاد، میگه که آن جا مثل بهشت برین شده. اگر مال خودم بود، سالی یک مشت برنج عایدی داشت که میبایس با منقاش از تو حلقوم کدخدا و عمال دولت بیرون بکشم. همه اش حیف و میل می شد، خودم که شخصا نمیتوانستم رسیدگی بکنم! اما حالا به دست آدم خبره افتاده، خب، چه بهتر! مملکت آباد میشه، باید اداره املاک به دست شخص اول مملکت پدر تاجدارمان باشه، که در زیر سایه او ما این همه ترقیات روزافزون کرده ایم. می دانید، من صراحت لهجه دارم، کسی را که حساب پاکه، از محاسبه چه باکه؟! مخصوصا تذکر دادم که فلانی تخم سیاسته، چنان به وضعیت لرستان تمشیت میده که آب از آب تکان نخوره! خیلی حرف من تاثیر کرد و مخصوصا موافقت آقای ساعد همایون را کامل جلب کردم. (لبخند خیرخواهان های صورتش را روشن کرد).

- حقیقتا نمیدانم از این حسن نظر و لطف مخصوصی که نسبت به بنده ابراز داشته اید، به چه زبان تشکر بکنم! حال که صحبت از لرستان به میان آمد، میخواستم استدعای عاجزانه ای از حضور مبارکتان بکنم. حاجی آقا غافلگیر شد: جونم، خواهش میکنم که بفرمائید! میان ما که از این حرفها نیست.

دوام الوزاره نگاهی به اطراف انداخت: راجح به سرهنگ بلندپرواز اخوی زاده، میخواستم خدمتتان توضیحاتی بدهم! **دنباله مطلب در صفحه ۴۰۴**

در عین حال که لطیفه جالبی است ممکن است شخص خودش خود را چشم بزند.

پژ طوست مبین و پای بین

تا که سوء العین نگشاید کمین
پر زیبای طلوس موجب رشک و حسد
و چشم زخم است اما پای زشت طلوس
نمودی ندارد لذا نظر باید بر زشتی کرد تا
از سوء چشم در امان ماند از چشم بد کوه
هم می لغزد.

که بلغزد کوه از جسم بدان

لیز لقونک ازبئی بر خون بدان

حضرت رسول از کوه به پائین پرت شد و
در عجب درماند که این لغزش ز چیست
حضرت رسول متحیر شد و آیه وان یکاد
نازل گردید.

تا بیامد آیه و آگاه کرد

**کان ز چشم بد رسیدت در نبرد
معنی چشم بد آخر باز دان**

وان یکاد از چشم بد نیکو بخوان

دام و دانه و مرغ و حریص

مرغ حریص و نادان بوی دانه که در طی آن
دامها برای شکار او تعبیه می رود و صاحب
مشفق او را بارها از دام می رهاند و پر و بالش
می دهد تا او ج بگیرد، طعمه خود را بیابد،
اما او حریصانه بدون اینکه دفع شر و رفع دام
کند حریصانه در طلب دانه خود را اسیر می
سازد، ما بندگان خدا هم چنینیم پروردگار
حافظ ما.

لارامه رلرر

چون پری را ایندم و قانون بود

کرد کار آن پری را چون بود

بهشت زیر پای مادران است

با تو او چون است هشتم من چنان

زیر پای مادران باش جنان

الجنة تحت اقدام الامهات

خداوند مادر را گرامی می دارد و قرآن از
والدین سخن می گوید و فرزند را به احترام
و حرمت اوامر می فرماید، پیغمبر مادر
خود را دوست می دارد بزرگان هم چنینند.

نتیجه عمل

عمل انسان همواره همراه آدمی است چه
در حیات و چه در ممات، نتیجه اعمال
خود را می بیند فَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ
خَيْرًا يَرَهُ.

پس پیمبر گفت بهر این طریق

باوفا تر از عمل نبود رفیق

گر بود نیکو ابد یارت شود

و ریود بد در لحد مارت شود

وَإِن يَكَادُ الَّذِينَ كَفَرُوا لَيُزْلِقُونَكَ

بأبصارِهِمْ لَمَّا سَمِعُوا الذِّكْرَ.

خود را از چشم زخم مردم و چشم بد دور
دار برای رفع چشم زخم از قدیم اسپند دود
می کردند چنانکه در شعر مولانا آمده است:

من سپند چشم بد کردم بدید

در سپندم نیز چشم بد رسید

دافع هر چشم بد از پیش و بس

چشمهای پر خمار تست و بس



جهان بینی مولوی در مسائل اجتماعی و اخلاقی و روانی

دکتر حسین مسیح پور

اگر از مشک و عود و عطریات عالم جسم
را مهیا سازند اما مشام جان را معطر
نکنند بی فایده است زیرا وقتی انسان مرد
و اعضاء و جوارح وی از کار افتاد بدن به
پوست و استخوان مرده می شود و اگر آنرا
زیر خاک مدفون نسازند می گندد و رو به
فساد می گذارد. حشرات و مورچگان در
آن لانه می کنند و میکربها در آن نشو و
نما می یابند اگر چه مدت کوتاهی بعد از
مفارق روح بماند و دفن نشود بو می
کند و گند آن بینی زندگان را می آزارد
و محبوب ترین کسان میت از او دور می
شوند. پس چه باید کرد، ای انسان مشک را
بر تن ممال و بر جان بزین این مشک چیست.
ذکر شهادت خدا و رسول که همواره مشام
جانت را معطر خواهد داشت.

مشک را بر تن مزین بر جان بمال

مشک چه بود نام پاک ذوالجلال

سبحانی ما اعظم ثنائی

بازید بسطامی وقتی از شراب ظهور حق
مست و از خود بیخود می گردید می
گفت سبحانی ما اعظم ثنائی.

نیست اندر چینه ام الا خدا

**چند جوئی در زمین و در سما
میردان را این سخن گران آمد و باو
اعتراض کردند.**

شیخ (گفت این باره کنم این مشغله)

کاردها در من زیند آن دم هله

حق نزه از تن و من با تنم

چون چنین گویم بیاید کشتنم

شما موظف هستید اگر من به چنین

کفران در رسیدم مرا قصاص کنید و

بکشید و وقتی که:

مست گشت او باز آن سرفراز رفت

آن وصیتهاش از خاطر برفت

عشق آمد عقل او آواره شد

صبح آمد شمع او بیچاره شد

عقل چون شحنه است چون سلطان رسید

نسخه یاب بیچاره در کنجی خزید

عقل سایه حق بود حق آفتاب

سایه را با آفتاب او چه تاب

چون همای بیخودی پرواز کرد

آن سخن را با یزید آغاز کرد

هر چه شرح به اشعار مولانا نوشته شود باز

شعر از آن گویاتر است.

چون پری غالب شود بر آدمی

گم شود از مرد وصف و مردمی

هر چه گوید او پری گفته بود

زین سری نرز آن سری گفته بود

**این جهان همچون درخت است ای کرام
ما بر او چون میوه های نیم خام
سخت گیرد و خام ها مر شاخ را**

**چونکه در خامی نشاید کاخ را
آری وقتی سپاهی ترک روز با سپر زرین
خود هندوی سیاه شب را با تیغ تیز کشت
و با نور صبحگاهی کرکس زرین آفتاب
به پرواز درآمد، شکافنده صبح و روشن
کننده روز اسرافیل وار نوای جنبش و
فعالیت را در سرزمین خاکی سر داد روح
های مجرد به نفس تن بر می گردند زیرا
بندها و علائق مادی جسم روح را که به
آن عادت کرده بطرف خود می کشد و این
نمونه ای است از خروج روح از بدن که
بطور موقت انجام می گیرد و گویای کلام
ربانی النوم اخ الموت است و این حال
مرتبا وجود دارد تا اینکه این روح که از
امر پروردگار است برای همیشه خود را
از قید تن رها کند و به عالم بالا پرواز کند
و به اصل خود بپوندد.**

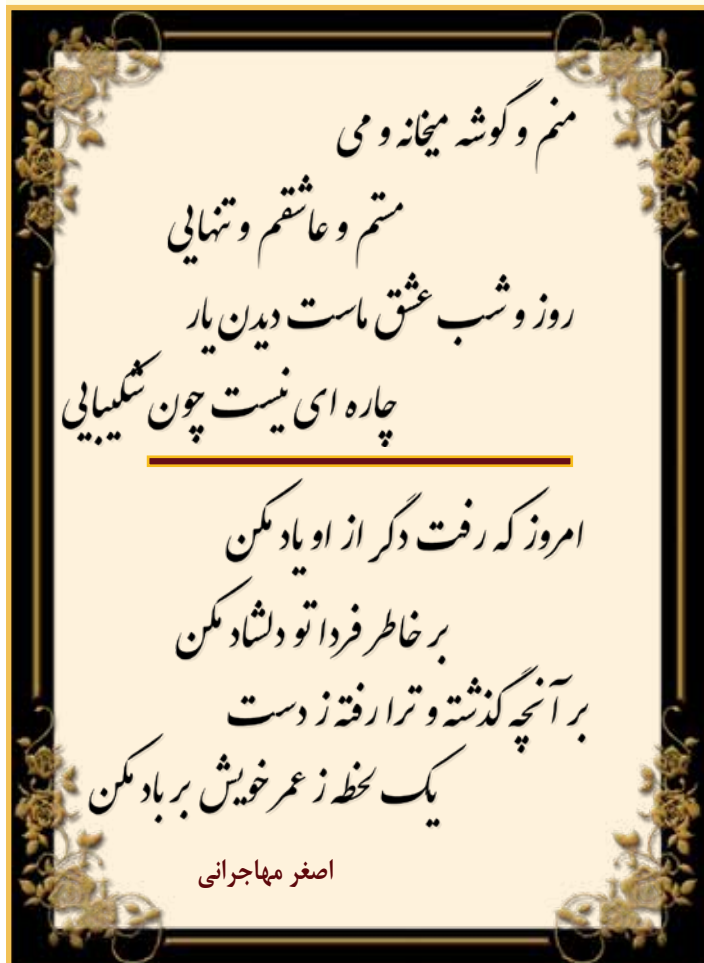
تن به منزله لباس روح است

جسم لباس روح است و این دست آستین
دست روح می باشد و این پای موزه پای
روح تا بدانی که تن آمد چو لیس.
بنابر این ای انسان (رو بجولا بس لباسی را
ملیس).
قالب از ما هست شد نی ما، ازو
باده از ما مست شد نی ما ازو
تن ز جان و جان ز تن مستور نیست
لیک کس را دید جان دستور نیست
روح را تولید اله خوشتر است
غیرظاهر دست و پای دیگر است
دست پا در خواب بینی و ائتلاف
آن حقیقت دان مدانش از گراف
ای توئی که بی بدن داری بدن
پس مترس از جسم و جان بیرون شدن
روح ذره ای است از انوار الهی که بدن را
به نیرو و تحرک مشغول می دارد و حاکم
بدن است.
روح دارد بی بدن بس کار و بار
مرغ باشد در قفس بس بیقرار
باش تا مرغ از قفس آید برون
تا ببینی هفت چرخ او را زبون
روح در بدن به لحاظ اسارت قدرت محدودی
دارد. وقتی آزاد شد گیتی را در لحظه ای در
نور و سیر هفت آسمان می نماید.

نام پاک ذوالجلال

گر میان مشک تن را جا شود

وقت مردن گند آن پیدا شود



سعدی، وحشی بافقی و نظامی گنجوی در سه بیت زیر و امیرمعزی در دو بیت بعد روی زرد عاشق، برگ خزان، زمین زرخیز، تلؤلوه هلال ماه، طلیعه آفتاب، و رنگ میوه به و برگ چنار را به زردی زعفران مانند کرده‌اند:

وین عشق تو در من آفریدستند
هرگز نرود ز زعفران زردی
بیت بالا به عشق ازلی به ذات حق اشاره دارد، همچنان که سعدی در جای دیگر هم می‌گوید: "که هنوز من نبودم که تو در دلم نشستی".

ز رنگ آمیزی باد خزانی
چو شد برگ درختان زعفرانی
زمینش به آب زر آغشته‌اند
تو گویی در آن زعفران کشته‌اند
خورشید چون ز کوه زند تیغ بامداد
گویی که روی خاک همه زعفران گرفت
سُست پنداری رخ آبی به آب زعفران
تا چو دست زعفران آلوده شد برگ چنار

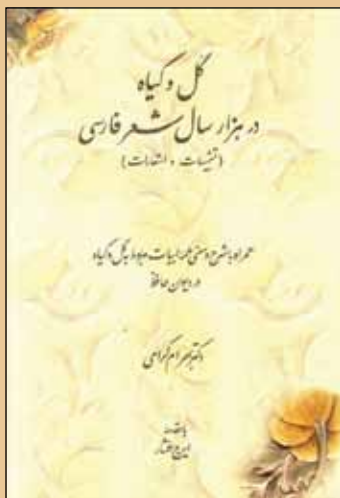
آبی = میوه به. زعفران آلوده = زرد. دست به برگ پنجه‌ای چنار اشاره دارد. رنگ و روی زرد، ناشی از درد و غم یا ترس و خجالت، را همانند رنگ زعفران دانسته‌اند، با چهار بیت از مولوی، فردوسی، محتشم کاشانی و صائب:

رخ‌ها بنگر تو زعفرانی
کز درد همی دهد نشانی
چو بشنید رودابه آن گفت و گوی
دژم گشت و چون زعفران کرد روی
تیغ تو داسی ست تیز کز مدد موج خون
از رخ خصم خجل می‌درود زعفران
چون به‌رنگ زرد من بر می‌خورد برگ خزان
زعفران می‌مالد از خجالت بروی خویشتن

در تشبیه رنگ و روی زرد به زعفران، بیش از همه، رنگ و روی عاشق نزار و غمگین و دلخسته را به زردی زعفران تشبیه کرده‌اند، با سه بیت از انوری، فرخی سیستانی و خواجوی کرمانی:

رنگ عاشق چو زعفران باشد
هر که عاشق بود چنان باشد
گفتم به روی روشن تو روی برنهم
گفتا که آب گل ببرد رنگ زعفران
آب = آبرو، تازگی و طراوت. گل = رخسار گلگون. در مصراع دوم علامت مفعولی وجود ندارد و لذا احتمال دو معنی می‌رود: الف) برای از بین بردن رنگ زعفران از گلاب استفاده می‌شده است، [...گفت طراوت روی معشوق زردی روی عاشق را از بین می‌برد.] ب) [...گفت زردی روی عاشق آبرو یا طراوت روی معشوق را زایل می‌کند.]
دنباله مطلب در صفحه ۵۵

گل و گیاه در هزار سال شعر فارسی



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

لُس آنجلس، شرکت کتاب
۱-۸۰۰-۳۶۷-۴۷۲۶



زعفران

بهرام گرامی

bgrami@yahoo.com

مرا رخی ست که چون آفتاب زرد خزان

هزار خندهٔ رنگین به زعفران بزند
"صائب"

رنگ و روی عاشق نزار را به زعفران تشبیه کرده‌اند و چون زعفران قدر و رنگ طلا دارد گاه رخسار زرد عاشق را پر بهاتر از روی گلگون معشوق دانسته‌اند. ماه و خورشید را به زردی زعفران مانند کرده‌اند و برگ خزان را زعفرانی گفته‌اند. زعفران شادی افزاست و خوردن آن خنده می‌آورد. از این رو، دعا را با جوهر زعفران می‌نویسند، سپس آن را با آب شسته و آب دعا را برای شادکامی و دور کردن غم و اندوه و رفع گرفتاری می‌خورند.

زعفران گیاهی است چند ساله و پیازدار از جنس Crocus و گونهٔ sativus متعلق به خانوادهٔ Iridaceae یا تیرهٔ زنبق که در انگلیسی Saffron نامیده می‌شود. زعفران قاینات در خراسان معروف است، ولی در کرمان و فارس هم کشت و کار می‌شود. مادگی گل از تخمدان و خامه و کلاله تشکیل شده و زعفران خوراکی قسمت‌های بالایی خامه و کلاله است. برداشت زعفران با باز شدن گلها در اوایل پاییز شروع می‌شود. برداشت در روزهای متوالی از سحرگاه آغاز می‌شود و قبل از بالا آمدن آفتاب خاتمه می‌یابد. یک مشت زعفران حاصل برداشت از صدها گل با کار کمر شکن است و از همین روست که زعفران گرانترین نوع ادویه در جهان است. آن را طلای گیاهی می‌نامند که به هر دو خصوصیت گرانی و زردی آن اشاره دارد. دو بیت زیر از منوچهری و مولوی به قدر و قیمت زعفران اشاره دارد و اینکه رخسار زرد عاشق پر بهاتر از روی گلگون معشوق یا یک گلستان گل است:

گر رخ من زرد کرد از عاشقی گو زرد کن
زعفران قیمت فزون از لالهٔ حمرا کند
خرمن گل بود و شد از مرگ شاخ زعفران
صد گلستان بیش ارزد زعفران عاشقان
در تقابل با زعفران، از گاه یا گه نام برده می‌شود که آن نیز زرد است ولی بهایی ندارد. در ابیات بسیار، گاه و زعفران نزد سفلگان و ستوران یکی است، با دو بیت از صائب و وحشی بافقی:

تمیز نیک و بد از سفلگان مجو زنهار
یکی ست مرتبهٔ کاه و زعفران در خاک
کاه باید نه زعفران خر را
گاو را پنبه دانه به که دُرر
دُرر (جمع دُر) = مرواریدهای درشت.
در سه بیت زیر از ناصر خسرو، خاقانی و صائب کاه و زعفران در مقابل یکدیگر قرار دارند:

باک نداری که در این ره به زرق
که بفروشی بدل زعفران
رنگ رویم فتاد بر دیوار
نام که گل به زعفران برخاست
عاقبت این خانه‌ها ماتم سزایی می‌شود
زعفران گر جای برگ کاه در گل می‌کنی
[این جهان برای هیچ‌کس باقی نمی‌ماند، حتی اگر خشت و گل آن را، به جای کاه، از زعفران کنی.]

بیت زیر متعلق به قصیده‌ای است از محتشم کاشانی در شکوه از روزگار وارون که در آن کرباس و پرنیان یا زاغ و بلبل یک بها دارند:

خاک را قیمت عبیر بود
کاه را نرخ زعفران باشد
در تاریخ جهان گشای آمده که "این شخص قدر و قیمت آن نداند، چون زعفران به نزدیک دراز گوش،" با بیانی از قوامیرازی:
من چه دانم که چیست قیمت تو
خر چه داند که زعفران چه بود



یکی از قدیمی ترین و گرانترین فرش ایرانی، متعلق به قرن هفدهم و به ارزش ۳۴ میلیون دلار

این مملکت را سیر کرده اند و این همه آثار را نوشته اند. بهترین قالی ایرانی در موزه هنری متروپولیتین نیویورک است. نمایشگاه هایی از هنر ایران در دنیا برپا کرد و نشان تاج و نشان درجه اول علمی گرفت. شاهکارهای هنر ایران را که دکتر خانلری ترجمه کرد.

و جلد ششم «سیری در هنر ایران» نوشته پوپ به ترجمه دکتر سیروس پرهام از بهترین نوشته درباره قالی ایرانی است. هرتسفلد آلمانی درباره هنرهای ایران و زبان های باستانی و تاریخ ایران پژوهش های بسیار می کند، کارهایش زمینه کاری بسیاری از هنرشناسان دیگر می شود گر چه در ۶۳ سالگی مرده، اما همواره او بوده که کاشف کتیبه داریوش بزرگ بود و مرگش در ۱۹۴۷ کوچک ترین اثری در راه بزرگی که آغاز کرده بود به جای نگذاشت و راهش ادامه یافت. گویا او بود که زبان پهلوی را به ملک الشعراء بهار، سعید نفیسی، رشید یاسمی، احمد کسروی و مجتبی مینوی آموخته بود. ژنرال سرپرسی سایکس به ایران سفر می کند برای امور نظامی اما تاریخ جالبی درباره تمام تاریخ ایران می نویسد که ترجمه شده است.

مشیرالدوله حسن پیرنیا، از جمله تنها شخصیت های هنری، علمی، ادبی، تاریخ ایران است که کتاب تاریخ ایران باستان را نوشته، اما در نوشته چند جلدی او می بینیم که غالباً ترجمه از آثار مترجمان است و به قول آنها استاد یا اقتباس کرده است.

ژول مول فرانسوی-آلمانی بهترین ترجمه و انتشار فردوسی را عهده دار می شود که حدود ۱۸ سال طول کشید. به ویژه در زمینه های ادبی و تاریخی و بعد از آن در زمینه های هنری این مستشرقان و نویسندگان فرنگی بودند که به حفظ تاریخ هنر ایران خدمت کردند. دنباله مطلب در صفحه ۵۰۰

ادوارد براون ۸۰ سال پیش به ایران می آید و با تسلطی که به زبان های عربی، ترکی و فارسی داشت کتاب های تاریخ ادبیات ایران و یک سال در میان ایرانیان را می نویسد و بسیاری آثار ادبی و تاریخی دیگر را نیز ترجمه می کند. از سعدی تا جامی می نویسد. درویش می شود، قلیان می کشد، مسافرت هایی می کند. فکر می کنم اگر آندره گدار معمار باستان شناس به ایران نیامده بود، چه کسی برای موزه ایران باستان یا طرح کاخ بیستون می اندیشید و بنیان دانشکده هنرهای زیبا را می نهاد. او فهرست گنجینه های هنر ایران و مفرغ لرستان و مجموعه آثار ایران را با شرح و توصیف هر یک از آن آثار تاریخی، نوشت.

اگر پروفسور آرتور کریستن سن مستشرق دانمارکی به ایران سفر نکرده بود و خاطرات بسیار ننوشت و فارسی نیاموخته بود، چگونه آثار تحقیقاتی بسیاری درباره فرهنگ و زبان و دین و لهجه های ایرانی از جمله کتاب «ایران در زمان ساسانیان» نوشته می شد؟

دو خاطر از دکتر حسین خطیبی برایتان نقل کنم: دکتر خطیبی می گفت: کریستن سن در ۱۳۱۳ برای برگزاری مراسم هزاره فردوسی به ایران آمد. من که دانشجوی ادبیات فارسی بودم مأمور همراهی او به مشهد شدم. در راه ساوه و سمنان آن طرف ها پیاده شد و به بیابان رفت. ما نگران شدیم، استاد پس از ساعتی برگشت در جواب ما گفت: من چندین سال قبل در این روستا زبان های سرخه ای، لاسگردی، سنگسری، شهمیرزادی می آموختم رفتم به معلم خود سلام کنم که مرده بود.

یکی دیگر از ایران شناسان نیکلسن بود. آرتورپوپ همراه همسرش به ایران آمدند و به تمام نقاط دور و صعب العبور ایران سفر کردند در نتیجه ۱۶ جلد کتاب در باره هنر ایران نوشته که سال اول انقلاب، تلویزیون ایران آنها را ۱۲ هزار تومان می فروخت. یکی دو دوره هم من خریدم. در ۱۳۴۸ همسر او هم فیلیس اکرمین پوپ راه پوپ را ادامه داد. طبق وصیت آنها هر دوی آن بزرگوار در آرامگاه ساده و زیبایی در کنار پل خواجهی اصفهان در یک بنای ساده آجری مدفون اند. در حیرتم که در زمان انقلاب به آرامگاه این دو آمریکایی عاشق پیشه کوچک ترین زبانی وارد نشد. اما وقتی آدم ۳۰۰۰ صفحه کتاب های او را ورق می زند، از این همه توضیحات و حدود ۲۰۰ عکس و نمودار و نقشه که چاپ کرده، به حیرت درمی آید که خدایا! این ها با چه عشقی و چه شوری

هنر قلم بافر

از کتاب یاد و یادداشت
به قلم: علی هاشمی

بودند و ما را کم کم با کتیبه ها و نوشته های روی آنها آشنا نمی کردند، توجه ای در همگان به وجود نمی آمد. گر چه شاردن، سیاح فرانسوی در زمان صفویه دو سفر شش ساله و چهار ساله به ایران کرد و سفرنامه جالبی نوشت و یک نقاشی از چهارباغ اصفهان او اساس طرح خیابان شانزه لیزه پاریس شد و اطلاعاتش درباره صفویه بسیار جالب بود، چون ۱۲ سال تحقیق می کرد. سال ها پس از سرهنگ راولینسون به تدریج مستشرقان به ایران سفر می کنند. هر کدام با ذوق و شوقی وافر شروع می کنند به تحقیق حتی در زمینه باستان شناسی دوره قاجاریه و قرداد ۵۰-۴۹ بسته می شود. البته گاهی آدم فکر می کند چه بهتر که از خطر انهدام آنها را نجات دادند و در بسیاری از موزه های دنیا به خوبی نگه داری می شوند، مثل ارمینتاژ موزه پوشکین مسکو، متروپولیتن، بریتیش میوزیوم، لوور که بیشتر از فرش به سایر هنرها نیز پرداخته اند.

من سرمایه کشف ظرایف قالی و هنرش را ندارم، اما همواره احساس می کنم که نقش آفرینی و نقش خوانی قالی ایرانی کاری است شبیه جادوگری، یعنی یک جوان یا میان سال دختر یا پسر می نشیند پای دار قالی، در مقابلش چند گروه پشم های رنگارنگ هست و یک طرح کوچک فرش که در نهایت باید شبیه آن باشد.

او می خواند و از پشم ها بر می دارد و می بافت و شانه می زند، ولی وقتی آن را شانه می زند ناگهان می بینی یک بوته گل در آمد. بیش از این چیزی نمی دانم و بیشتر به هنرمندان و هنرشان دل می بندم و به آنها احترام می گذارم و این هنر را ستایش می کنم.

اما سخن من از باب دیگری است، زیرا سال ها است فکر می کنم ما به شرق شناسان مدیونیم. اگر آنها در این دیوستان ساله به ایران سفر نکرده بودند و با نوشتن سفرنامه ها و تاریخ و مشاهدات مناظر و عکس برداری و نقاشی و شرح مفصل درباره هر یک از آنها قلم فرسایی نکرده



مشاور مالی و مالیاتی

Accounting, Auditing & Tax Services

کسرویس مطمئن، قیمت مناسب، توجه کامل به نیازهای شما



خدمات دفترداری

مشاوره و برنامه ریزی مالی و مالیاتی

رسیدگی و جوابگویی در حل اختلافات با مراجع مالیاتی

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

Tax Planning

Tax Return Preparation

Business Bookkeeping

Tax Problem Resolution



Responsive to Your Needs

Reliable Service Reasonable Rates

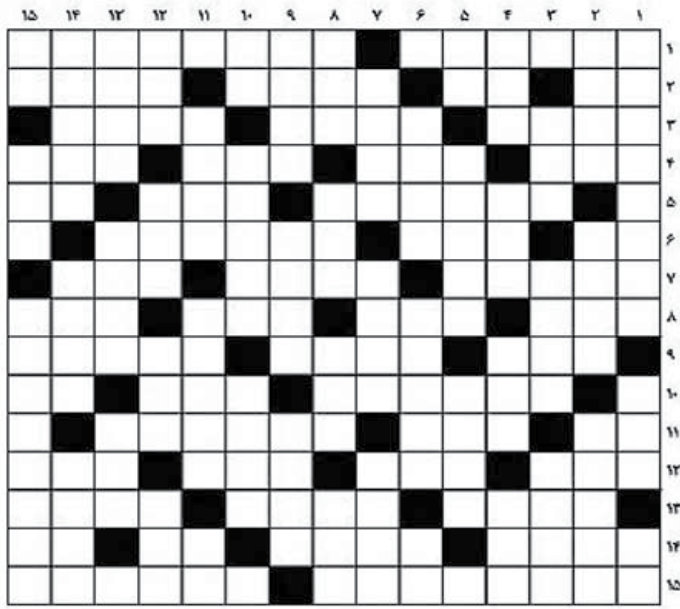
www.mytaxmd.com

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

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

سرگرمی

حل جدول در صفحه ۴۲



عمودی

- ۱- شرکت خودروسازی هندی- درخواست- خرس آسمانی
- ۲- استفاده از امکانات دولتی و افراد دارای نفوذ در نهادهای دولتی برای کسب سود شخصی - بوستان - ظلم و ستم
- ۳- الفت- از پر فروش ترین محصولات شرکت خودروسازی رنو فرانسه- پودر
- ۴- سهم- شیوا- پیوند- حرف درد
- ۵- تصدیق انگلیسی- جانوری شبیه سوسمار- باطن دل
- ۶- بخشنده و از صفات باریتعالی- غذای نیمروز- حرف همراهی
- ۷- بزرگ ترین تولید کننده مس در جهان - سخنوران - تکرار شونده
- ۸- چگونگی روحيات- ویرانی- کوه زاگرس- کلمه افسوس
- ۹- تشنه فریب- پیشوند انگلیسی به معنای کوچک- دلیری
- ۱۰- ضمیر غایب- جوجه تیغی- نوعی انرژی
- ۱۱- از جمله کشورهایی که شورای همکاری خلیج فارس را تشکیل می دهند و نیمی از ذخایر اثبات شده نفت اوپک را در اختیار دارند- پوشیده کردن- نمایش تلویزیونی
- ۱۲- عقاب سیاه- معین کردن- تنگتنگ- سائل و در یوزه گر
- ۱۳- پایه- خالص و ناب- پارچه نازک و لطیف
- ۱۴- درستی- بوی خوش- سنگ تلق
- ۱۵- پول ژاپن- رغبت- اقتصاددان اثریشی متولد ۱۸۴۰ صاحب کتاب «بنیانهای اقتصاد سیاسی»

افقی

- ۱- از استان های ایران که در سال ۱۳۸۱ رتبه ۶۸ را از ۱۰۰ به لحاظ توسعه یافتگی صنعتی کسب کرده است- ثبت، طبقه بندی و خلاصه کردن کلیه معاملات تجارتي و تعبیر و تفسیر آنها
- ۲- علامت مفعولی- معاون هیتلر- پرنده ای خوش آواز- سهل
- ۳- نورگیر- خانه کنار دریا- اتاق درس
- ۴- گنبدیگی- میسور- امر به رفتن - ظلم
- ۵- از مهم ترین عوامل تجارت- اشاره به نزدیک- حرف دهن کجی
- ۶- نیم صدای قلب- سوراخ کننده- نمایشگاه فرش در هانوو آلمان در سال ۲۰۰۸
- ۷- سقف خانه- سردار - نوعی درخت
- ۸- جنگ- حيله گر- پسوند آلودگی - گله گوسفند
- ۹- سبزی جالیزی- پاینده- جمع «تکیه»
- ۱۰- نخستین کتابخانه دیجیتال مدارس در این استان راه اندازی شد- بی سواد- شماره
- ۱۱- عضوی از صورت- پرچم- بزرگ ترین نیروگاه آبی جهان در برزیل
- ۱۲- بزرگ قبیله- نشانه- بی خطر- امتهای
- ۱۳- سلام- نابینایی- عروس ترکی
- ۱۴- کنیز- اهلی- سختی- ارباب
- ۱۵- بدیهی هایی که باید در مدتی کوتاه کارساز شود که از یک سال مالی تجاوز نمی کند- طرفدار

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

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

تقویم برنامه های فرهنگی و هنری در شمال کالیفرنیا

<p>مرکز اسلامی فرهنگی شمال کالیفرنیا</p> <p>سخنرانی مهندس بازرگان ۱۲ نوامبر ساعت ۶ عصر برای اطلاعات بیشتر لطفا با ما تماس بگیرید کلاس های تفسیر قرآن با همکاری دکتر سید وهاب معصومی سومین شنبه هر ماه ساعت ۳:۳۰ بعد از ظهر ۷۶۰-۸۳۲ (۵۱۰) 1433 Madison Street, Oakland</p>	<p>جلسات انجمن فردوسی</p> <p>هر دو هفته یکبار در دومین و چهارمین جمعه هر ماه www.ferdosi.org ۴۰۸-۲۹۵-۱۲۴۰ ورود برای عموم آزاد است</p>	<p>جلسات شعر فریمانت</p> <p>اولین و سومین شنبه های هر ماه میلادی در شهر فریمانت. مکان: Fremont, Main Library ۵۱۰-۲۲۶-۷۱۶۰ ۵۱۰-۷۴۵-۱۴۰۰ ورود برای عموم آزاد است</p>	<p>شب شعر در ساکرامنتو</p> <p>دومین چهارشنبه هر ماه در رستوران فیمس کباب. تلفن اطلاعات: ۹۱۶-۴۸۳-۱۷۰۰ 1290 Fulton Ave., #3 Sacramento, CA</p>
<p>انجمن فرهنگی آذربایجان در شمال کالیفرنیا</p> <p>سازمان غیر انتفاعی، بدون وابستگی سیاسی و جناحی، با ارائه کلاس های رایگان یادگیری ابزار موسیقی، رقص و زبان انگلیسی. با برگزاری رویدادهای فرهنگی و کنسرت ۳۴۱-۶۶۱-۴۰۸ secretary@acsnc.org 16400 Lark Ave. Suit #260 Los Gatos CA</p>	<p>انجمن فرهنگی آذربایجان در شمال کالیفرنیا</p> <p>مسابقه تخته نرد شنبه، ۱۲ نوامبر شروع: ساعت ۱۰ صبح Non members: \$50 Silver members: \$25 Gold members: FREE 16400 Lark Ave. Suit #260 Los Gatos CA</p>	<p>شب بانوان</p> <p>دومین چهارشنبه هر ماه شروع برنامه با شام و موزیک از ساعت ۷ عصر تا ۱۱:۳۰ ۱۲۳۴-۳۶۹ (۴۰۸) ۶۴۴۰-۳۷۱ (۴۰۸) مکان: رستوران ساقی 1392 S Bascom Ave, San Jose ورودیه با شام ۲۵ دلار</p>	<p>کلاس خصوصی</p> <p>کلاس خصوصی عرفان و رفع مشکلات آثار مولوی، سعدی و حافظ توسط دکتر مسیح پور، استاد دانشکده ادبیات دانشگاه تهران برای کسب اطلاعات بیشتر لطفا با ما تماس حاصل فرمایید. ۲۹۲۲-۷۲۵ (۴۰۸)</p>

(۴۰۸)۲۲۱-۸۶۲۴

نیاز مندیها

استخدام

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

به یک خانم مهربان، صبور و با تجربه، فارسی زبان و با گواهینامه معتبر در کالیفرنیا برای نگهداری از مادرمان، بطور تمام وقت (۴ تا ۵ روز در هفته) در شهر پلزنئون نیازمندیم. برای اطلاعات بیشتر لطفا با ۵۲۸۲-۵۷۹ (۵۱۰) تماس بگیرید

جویای کار

خانمی با تجربه، قابل اعتماد و با داشتن گواهینامه معتبر رانندگی، آماده نگهداری از سالمند و یا فرزند دلبد شما بطور تمام وقت می باشد. ۴۳۱۸-۴۰۱(۴۰۸)

ماهنامه پژواک

نشریه برگزیده ایرانیان شمال کالیفرنیا

(408) 221-8624

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

Irany.com
پل ارتباطی بین ایرانیان
در سراسر دنیا

فصل ستارگان

دای

بعضی از آدم ها را باید از زندگی عاطفی تان حذف کنید. باید مسائل لاینحل و مشکلات و دردهای مزمن را فراموش کرد و به آینده اندیشید. خبری خوشحال کننده می رسد که برایتان غافلگیر کننده خواهد بود. این موضوع نشان می دهد که کسانی هستند که دوستان واقعی شما باید به حساب بیایند.

مهر

به دلیل عدم شناخت و آگاهی کامل در مورد شخصی، نمی توانید به درستی با او ارتباط برقرار کنید و این موضوع شما را ناراحت و افسرده می کند. باید سعی کنید او را بهتر بشناسید و کمی ارتباط و احساساتتان را عمیق تر کنید. مقداری پول به دستتان می رسد و از سوی دیگر خرج نسبتاً بزرگی به گردنتان می افتد.

تیر

اراده شما در زندگی قابل تقدیر است. شما می توانید به هر چیز که دوست دارید دست بزنید و در آن کار نیز موفق شوید. تنها یک اشکال دارید که اگر در رفع آن نکوشید، تمام توانایی ها و اراده تان را ضایع می کنید. اینکه نمی دانید برآستی در زندگی چه می خواهید و دائم از این شاخ به آن شاخ می پرید. مسیر زندگیتان را با دقت انتخاب کنید.

شورودین

کسی هست که شما را به خوبی می شناسد و همیشه در سختی ها در کنارتان بوده است، اما شما بی اعتنا از کنارش می گذرید. باید قدر او را بدانید. بزودی همای شانس و اقبال روی دوشتان می نشیند و یک سری خوشبختی های شیرین برایتان اتفاق می افتد. با مشکل مالی روبرو می شوید اما این وضعیت موقتی است. بنابراین نگرانی را از خودتان دور کنید.

بهمن

خبرهای خوشی در انتظار شماست. از یک دیدار غیرمترقبه قلبتان به هیجان می آید. کسی سعی می کند از شما سوءاستفاده مالی کرده و خود را به جایی یا جایگاهی برساند. در این باره باید مراقب بود. کمک کردن به دیگران امری پسندیده و خوب است اما هرگز نمی توان اجازه داد که دیگران از ما سوء استفاده کنند.

آبان

در اندیشه امروز و فردا باشید و به اشتباهات گذشته هیچ گاه پيله نکنید. این روزها برای شما روزهایی همراه با موفقیت های مالی خوبی است. شما انسانی هستید که از اعتماد به نفس بالایی برخوردارید و این مساله باعث می شود که شما به موفقیت های بالایی در زندگی تان دست یابید و موفقیت هایی بالاتر از دیگران داشته باشید.

مرداد

این روزها باید منتظر یک خبر و یا یک اتفاق خوش باشید. در موقعیت فعلی تان به تجربه های تازه ای دست پیدا می کنید که برایتان سودمند خواهد بود. اگر در این فکر هستید که کار چشمگیری برای خانواده تان انجام دهید موقعیت مناسبی است. در زمینه اقتصادی، سود خوبی به دست می آورید.

اردیبهشت

پس از یک دوره قهر و جدال دوره ای می رسد که در آن عشق و آشتی حرف اول را می زند. سفری که پیش رو دارید، برای شما یک سفر درونی به ارمغان خواهد آورد. از آن استقبال کنید و به دنبال جریان های جدیدتری در زندگی بگردید. از جایی که فکر نمی کردید، مقداری پول و یا هدیه به دستتان می رسد.

اسفند

بهتر است از راه گفتگو، موقعیت تازه ای در روابط عاطفی ایجاد کنید. یک آرزوی بزرگ و از نظر خودتان دور از دسترس، محقق می شود. به یک مسافرت شیرین می روید و با آشنایی های تازه، روحیه تان عوض می شود. مراقب سلامتی تان باشید و با ورزش و تغذیه مناسب آن را به شرایط مطلوب برسانید.

آذر

این روزها درگیر مسائل احساسی و عاطفی ای هستید که در زندگی تان رخ داده است و نمی دانید چگونه با آن روبرو شوید. شاید بهتر باشد کمی به دور از احساسات و کمی منطقی تر راجع به این مسائل فکر کنید. در زمینه کاری موفقیت مهمی بدست خواهید آورد و به سود نسبتاً خوبی هم می رسید.

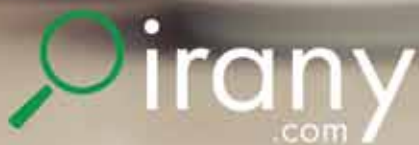
شهریور

یک نفر از راه دور یا از اقوام دور منتظر خبرهای خوبی از جانب شماست. بزودی روزهای آفتابی و گرمی برایت شروع خواهد شد. به هر حال این روزها روی خط شانس هستید. برای داشتن روحی آرام و بدنی سالم نیاز است محیط کار یا خانه را آرام و خوشایند کنید. بخشندگی خصلت بسیار خوبی است ولی باید محتاط باشید.

فرورداد

دریچه هایی از چند سو برایتان باز خواهد شد و در زندگی به چیزهای جدیدی دست پیدا خواهید کرد. یک برنامه تازه و جدیدی در دست دارید که اگر در انجام آن موفق شوید سود خوبی نصیبتان خواهد شد. به توصیه دوستان باید گوش سپرد و از تجارب آنان در این راه استفاده کرد تا موفق شد.

Find Iranian Businesses Faster



Sign up and list your business in our directory or post an event, deal or write in our classified section!

خاطرات زمان دانشجویی

بخش پنجم

عباس پناهی



مثلا هواپیما هایی که در محوطه پارک شده بودند، غروب که می شد، توسط دانشجویان خلبانی، وبا هل دادن، به آشیانه منتقل می شدند که شبانگاه در اثر وزش باد شدید، واژگون نگردند و برای هل دادن آنها با آن مسافتی که با آشیانه فاصله داشتند، معمولا چهار دانشجو کار را انجام می دادند اما هر وقت که او در محوطه بود، مرا مجبور می کرد که به تنهایی هواپیما ها را هل بدهم و وقتی استادان دیگر از من طرفداری می کردند، می گفت: «نه، شما این را نمی شناسید. من باید رویش را کم کنم» و آرزو داشت که من نفس نفس بزنم و خواهش کنم که مرا ببخشد و اینکه می رفتم وهل می دادم و بدون آنکه محلش بگذارم بر می گشتم و با بچه های دیگر به شوخی و خنده می پرداختم، بیشتر آزارش می داد. در روز هایی که من به تنهایی پرواز می کردم، دوست داشتم طوری بروی باند بنشینم که درست اول باند باشد و بنابراین، پیش از رسیدن به باند آنقدر پایین بودم که تقریبا از روی سر بچه هایی که بیرون از قلعه مرعی و در زمین های خاکی جلو تر از باند، مشغول بازی بودند، رد می شدم و چرخ ها را اول باند روی زمین می گذاشتم و از اولین راه تاکسی کردن، به محوطه پارکینگ می رفتم و یا گاهی هم که تمرین نشست و برخاست می کردم، (تاچ اند گو) سعی می نمودم که در کوتاه ترین فاصله بنشینم و بلند شوم (که البته این هم یک نوع قبی در کردن بود که وقتی بر و بچه ها دور هم جمع می شدیم و از کارهای خود با بزرگ نمایی ستایش می کردیم، می خواستم بگویم که مثلا من هم کارهای عجیب غریب می کنم که

دانشجویان مهاجم گفت: «آقایان بفرمایید به واحد های خود» و آنها هم چاره ای جز اطاعت نداشتند. اما هنگام رفتن، برایم خط و نشان کشیدند که همین خط و نشان موجب درگیریهایی بسیار برایم شده بود و هر وقت چند دانشجویی سال سه مرا در محوطه پیدا میکردند، مجبورم مینمودند که کلاغ پر بروم.

وقتی دانشجویان مدعی رفتند، دوباره فرمانده مرا صدا کرد و از صف بیرون آمدم. مدتی به چشمانم نگاه کرد و گفت: «این مسئله برای من یک معما شده. تو مُصر هستی که آنها اشتباه می کنند و آنها به اتفاق می گویند خود تو بودی. برای من قابل باور نیست که در این دانشکده، کسی وجود داشته باشد که آنقدر شبیه تو باشد که آنهمه آدم را به اشتباه بیاندازد. آیا تو بودی؟» گفتم: «بله قربان.» و این حرف من باعث شلیک خنده بچه های همدوره شد. فرمانده درحالی که خیره به من نگاه می کرد پس از چند ثانیه سکوت، گفت: «پرو توی صف. اون تنبیه هم، تو رودرست نکرد.» و بعد رو به همه گروهان کرد و گفت: «با اینکه از این دانشجو بشدت عصبانی هستم، اما بدلیل آنکه به فرماندهش دروغ نگفت و سعی نکرد او را احق تصور کند، اینبار از سر تقصیرش میگذرم و تنبیهش نمیکنم.» بعد یک نفس عمیق کشید و با یک نیم لبخندی گفت: «این پسر، منو یاد جوونی های خودم میندازه.»

در باشگاه خلبانی، هواپیماهای بال ثابت، بر خلاف سرگرد نوروز ناصری و بیژن سیفه که با من میانه شان خیلی خوب بود، استاد خلبان دیگری بود بنام کاووسی که با من بشدت میانه بدی داشت و هر کس هر کاری می کرد که باب طبعش نبود، اول آن کار را به من نسبت می داد و سعی در آزارم و بقول خودش (رو کم کنی) ام داشت. خوشبختانه هرگز اتفاق نیافتاد که با او بپریم که اگر چنین شده بود، ممکن بود موجبات واخوردن (مردودی) مرا فراهم می آورد. چیز عجیبی بود که نمی فهمیدم علت دشمنی اش با من از کجا سرچشمه می گرفت. چپ می رفت و راست می رفت، تا چشمش به من می خورد، به نحوی تنبیهم می کرد.

جمعه که وارد دانشکده شدم و در صف آمار ایستادم، ناگهان مدعیان به سوی صف ما یورش آوردند تا مرا از صف جداکنند و با خود، به همان زمین چمن ببرند و تا صبح نفسم را بگیرند. آمدند و از فرمانده تقاضا کردند که مرا در اختیارشان بگذارد. فرمانده پرسید: «برای چه؟» و آنها ماجرای شب گذشته را برایش شرح دادند. فرمانده باورش نمیشد که من که هنوز بیست و چهار ساعت از تمام شدن بازداشتی ام نگذشته، دوباره دست به چنان ریسکی زده باشم. صدا زد: «دانشجو پناهی...» من هم با صدای بلند فریاد زدم: «من...» گفت: «بیا بیرون.» از صف خارج شدم و در مقابل فرمانده و آن همه دانشجوی مدعی احترام نظامی گذاشتم و خبردار ایستادم. پرسید: «دیروز غروب کجا بودی؟» پاسخ دادم: «سینما.» فرمانده پرسید: «این داستان که آقایان دانشجویها تعریف کردند درست است؟» گفتم: «خیر قربان.» دانشجویان عصبانی شدند و شروع به آوردن دلیل و شاهد کردند و هرچه که گفتند زیربار نرفتم. فرمانده گفت: «این آقایان میگویند دیروز شما با لباس شخصی، همراه یک دختر خانم، در سالن میهمانی و در میان میهمانان نشسته بودی.» گفتم: «آقایان مرا با دیگری اشتباه گرفته اند.» دانشجویان گفتند: «مگر می شود این همه آدم، اشتباه بگیرند؟ همچنان که رو به فرمانده نگاه می کردم، پرسیدم: «چند نفر مرا دیده اند؟» گفتند: «دست کم، بیست نفر، شما را دیده و شناخته اند.» گفتم: «اگر بیست نفر مرا دیده و شناخته اند، پس چرا حتی یکی جلو نیامد و چرا باز داشتتم نکردند؟» برویچه ها با هم خندیدند، فرمانده رو به آنها کرد و گفت: «جواب؟!» یکی از دانشجویان گفت: «از دستان فرار کرد» و اینبار بچه ها شدید تر خندیدند و هرچه کردند که به نحوی از من یک سر نخ بگیرند، نشد و فرمانده گفت: «آقایان اگر آنقدر بی عرضه هستند که یک نفر که بقول خودتان دختری هم همراهش است، میتواند از دستشان بگریزد و نتوانستند بگیرند، بروند پی کارشان و وقت گروهان را تلف نکنند. بفرمایید بروید.» و به من گفت: «برگرد به داخل صف» و به

خاطرات هیجان انگیز و پر ماجرای عباس پناهی در پنج جلد کتاب






تلفن سفارش و خرید:

(۴۰۸) ۶۹۱-۶۷۱۸

دانستی هایی جالب در مورد بعضی از حیوانات

- ♦ کانگارو ها قادرند ۳ متر به سمت بالا و ۸ متر به سمت جلو بپرند.
- ♦ گونه ای از خرگوش قادر است ۱۲ ساعت پس از تولد جفت گیری کند.
- ♦ دارکوب ها قادرند تا ۲۰ بار در ثانیه به تنه درخت ضربه بزنند.
- ♦ موریانه ها قادرند تا ۲ روز زیر آب زنده بمانند.
- ♦ فیل ها قادرند روزانه ۶۰ گالن آب ۲۵۰ کیلو گرم یونجه مصرف کنند.
- ♦ جغدها قادر به حرکت دادن چشمان خود در کاسه چشم نمی باشند.
- ♦ موش های صحرائی سالانه ۳/۱ منابع و ذخائر غذایی جهان را نابود می سازند.
- ♦ عمر سنجاقک ها تنها ۲۴ ساعت است.
- ♦ پلنگ ها قادرند تا ارتفاع ۵ متر به بالا بپرند.
- ♦ اغلب مار ها دارای ۶ ردیف دندان می باشند.
- ♦ نود درصد سم مارها از پروتئین تشکیل شده است.
- ♦ تمساح ها قادرند آرواره های خود را با نیروی ۱۳۰۰ کیلو گرم ببندند.
- ♦ تمام قوهای کشور انگلیس جزو دارایی های ملکه انگلیس می باشد.
- ♦ آیا می دانستید که:
- ♦ اختاپوس سه قلب دارد.
- ♦ قلب میگو در مغز آن است.
- ♦ مورچه ها هرگز نمی خوابند.
- ♦ حلزون ها می توانند تا سه سال بخوابند و در این مدت هیچ غذایی نخورند.
- ♦ مقاومت موش صحرائی در برابر بی آبی بیشتر از شتر است.
- ♦ صدای نهنگ آبی بلندترین صدایی است که یک موجود زنده می تواند تولید کند.
- ♦ وقتی ملکه زنبور عسل وارد کندو می شود، آواز خاصی را زمزمه می کند، به این منظور که زنبورهای کارگر را تحریک کرده تا اگر ملکه دیگری وجود دارد به خاطر وی بجنگند.
- ♦ خرس های قطبی می توانند تا ۲۵ مایل در ساعت (معادل تقریباً ۴۰ کیلومتر در ساعت) دویده و تا ۶ پا (۱.۸۲ متر) در ارتفاع بپرند و همچنین با توجه به جنس موی بدنشان، توسط دوربین های مادون قرمز قابل تشخیص نیستند.
- ♦ یک اسب در طول یک سال ۷ برابر وزن بدن خود غذا مصرف می کند.
- ♦ یک خرس قادر است با سرعت یک اسب بدود.

سؤالات متداول در مورد بدهی های مالی

آرش زاد

کارشناس-دارای بورس تخصصی تعمیر اعتباری
arash@zenithfg.com



کارتی کنید که سود بانکی بیشتری از شما دریافت می کند. پس اگر شما چهار کردیت کارت دارید، به نحوی بودجه ماهیانه خود را برای باز پرداخت کردیت کارت ها در نظر بگیرید که بیشترین مبلغ به کارتی پرداخت شود که بیشترین سود بانکی را از مطالبه می کند.

سوال: یک نامه از کالکشن اجنسی دریافت کرده ام که ادعا میکند در سال های گذشته من مبلغی را به این شرکت بدهکار هستم. آیا باید این بدهی را پرداخت کنم؟

پاسخ: قبل از پرداخت هرگونه مبلغی به یک کالکشن اجنسی باید اطمینان حاصل کنید که این بدهی واقعا مربوط به شماست. از کالکشن اجنسی که برای شما نامه ای ارسال کرده است و یا تماس گرفته، بخواهید که Debt verification letter مربوط به این بدهی را برای شما بفرستند. آنها موظف خواهند بود که اطلاعات بیشتری را برای شما ارسال کنند و در ضمن باید این نکته را هم در نظر داشته باشید که کالکشن اجنسی ها تنها برای یک مدت زمان مشخص می توانند از شما بدهی که پرداخت نشده را تقاضا کنند.

سوال: من یک سال پیش یک ماشین با سود بانکی بالا خریداری کردم. آیا راهی وجود دارد که بتوانم این سود بانکی را کاهش دهم؟

پاسخ: بله، معمولاً در صورتی که شما وضعیت کردیتی خوبی نداشته باشید، شرکت های فروشنده ماشین سود بانکی بالایی در مقابل وام ماشین از شما تقاضا خواهند کرد، اما اگر در حال حاضر در وضعیت کردیت اسکور بهتری قرار داشته باشید، قادر خواهید بود تحت عنوان Auto Refinance برای وام با شرایط بهتری اقدام کنید. در واقع وام با شرایط بد را با وام دیگری با شرایط بهتر، جایگزین می کنید.

سوال: زمانی که من قادر نیستم بدهی های کردیت کارت های خود را پرداخت کنم، بهترین راه برای کاهش بدهی های من چیست؟

پاسخ: راهکارهای کاهش بدهی های مالی برای هر کسی با وضعیت و شرایط مختلف متفاوت است اما به طور کل شما باید بدانید که هر کردیت کارت، دارای یک APR متفاوت و یا سود بانکی متفاوتی است. شما هر ماهه باید سعی در باز پرداخت کردیت

ماهنامه پژواک

(408)221-8624

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



تلویزیون فرهنگ ایران زمین

بر برنامه های متنوع-جالب و آموزنده بهترین معرف فرهنگ و تمدن ایران و جهان-تاریخ-هنر-معماری-شعر و موسیقی-سیاحت و جهانگردی-دانش-بهداشت-معرفی زندگی و آثار شاعران-عارفان و دانشمندان-اخبار ایران و جهان-فیلم های سینمایی-کنسرت و برنامه های موسیقی هنرمندان برجسته و محبوب-برنامه اختصاصی پرویز نظامی (از هر دری سخنی) و ده ها برنامه دیگر در دوکاتال مختلف و قابل رویت در اینترنت بدون نیاز به ماهواره

Smart TV -IPAD -IPHONE-all Smartphones-PC & LapTop)

موسس و مدیر عامل مهندس پرویز نظامی

www.PCTVIRAN.com



Find Iranian Businesses Faster

iranian.com

Google play

Download on the App Store

زنان هخامنشی، ملکه‌های پشت پرده

زهره ذوالقدر

«ماندانا»، «کاساندان»، «آتوسا»، «فدیسه» و... این‌ها زنانی هستند که در شکل گرفتن یکی از مهم‌ترین امپراطوری‌های جهان باستان نقش داشتند ولی نام‌شان لابه‌لای ورق‌های پراکنده کتاب‌های تاریخی گم شده است. این زنان اگر نبودند، شاهان بزرگی چون «کوروش» و «داریوش» امپراطوری بزرگ «هخامنشی» را نمی‌توانستند چنان بنیان بگذارند که از یک سو تا نزدیکی هند و از سوی دیگر تا داخل مصر پیش برود و همسایه یونان باستان شود. آنها هرچند شهرت زنان اساطیری چون «فرانک»، «رودابه»، «تهمینه»، «فرنگیس» و «جریره» را ندارند اما میراث‌داران واقعی آن‌ها هستند که در مقطعی از تاریخ آمدند و تأثیرشان را گذاشتند و رفتند. هنوز هم می‌شود طنین قدم‌های این زنان را در تخت جمشید حس کرد بی آن‌ها که تصویری از آن‌ها روی نقش برجسته‌ها باقی مانده باشد؛ زنانی که روایت زندگی آن‌ها در جهان‌گشایی مردان، در حرم‌سراها پنهان مانده و روی کتیبه‌ها نقش نبسته است اما انکار هم نمی‌شوند. این زنان، معماران پشت پرده امپراطوری هخامنشی بودند.

ملکه مادر خواب‌های بی‌تعبیر

هیچ اتفاقی به اندازه خواب‌های عجیب و غریب «ایشتوویگو»، زندگی «ماندان» (ماندانا) را تحت تأثیر خود قرار نداد؛ زنی که به حکم مادرانگی، تاج سلطنت را بر سر کوروش گذاشت و نخستین ملکه مادر رسمی در تاریخ ایران به شمار می‌آید.

در تاریخ هخامنشی، ماندانا نخستین زنی است که نامش در منابع این سلسله آمده است. به گفته «هرودوت»، او دختر ایشتوویگو است. ایشتوویگو یا «آستیگ» آخرین حاکم سلسله «ماد» است که حاصل ازدواجی سیاسی بود.

به نوشته هرودوت، در میانه جنگ «لیدی» و مادها، خورشید گرفتگی بزرگی رخ داد و دو کشور برای رها شدن از عذاب آسمان با یک‌دیگر صلح کردند و به شکرانه صلح، آستیگ با «آروئیس»، دختر شاه لیدی ازدواج کرد.

آستیگ از دو زن قبلی خود فرزندی نداشت اما آروئیس باردار شد و دختری برای آستیگ به دنیا آورد که نام ماندان یا ماندانا را بر او گذاشتند. ماندانا هنوز کودک خردسال بود که شبی پدرش در خواب دید بزرگ شده و از شکمش رودی جریان پیدا کرده است که او را در خود غرق می‌کند. این خواب باعث شد سرنوشت دختر با نجیب‌زاده ای پارسی، یعنی «کمبوجیه» گره بخورد.

به توصیه خواب‌گزاران، از میان یکی از خاندان‌های بزرگ و نجیب‌آریایی، جوانی را انتخاب کردند و ماندانا را به ازدواج او در آوردند. کمبوجیه فرزند کوروش، حاکم «انشان» و از خاندان شناخته شده پارسی بود که اجدادشان به همراه مادها به فلات ایران آمده و در مرکز و غرب ساکن شده بودند.

جد بزرگ کمبوجیه، هخامنش در سرزمین انشان که امروز بخشی از آن،



بعد از آن، ماندانا که در زندان طلایی پدر هم چنان محبوب بود، دیگر صاحب فرزندی نشد. این اتفاق او را بیمار و رنجور کرده بود آن قدر که آستیگ از تصمیمی که برای کشتن کوروش گرفته بود، پشیمان شد. روزی در میان کودکانی که بازی می‌کردند، کودکی را دید که به دیگران مانند شاهان فرمان می‌راند. پیدا کردن شباهت این کودک به ماندانا سخت نبود. آستیگ کسی را برای تحقیق فرستاد و فهمید که این همان فرزند ماندانا است که زنده است. کوروش با احترام

این که سرنوشت ماندانا بعد از تاج‌گذاری کوروش چه شد، معلوم نیست اما به گفته بعضی از منابع تاریخی، آرامگاهی که در «پاسارگاد» به اسم کوروش وجود دارد، در نزدیکی گور مادرش برپا شده است.

اما ماندانا تنها زنی نبود که در به قدرت رسیدن کوروش کمک کرد. در کنار ماندانا، کاساندان قرار داشت که همسر اصلی کوروش، مادر پنج فرزندش و نخستین ملکه ایران بود.

کاساندان در خاندان «فاراناپس» به دنیا آمد که یکی از هفت خاندان بزرگ آریایی حکومت‌گر بود. پدرش «فرناسپ» به همراه سایر خاندان‌های بزرگ در به قدرت رسیدن کوروش او را یاری کردند. برادرش «اوتانس» بعدها در کنار داریوش توانست به همراه پنج خاندان دیگر، «گنومت مغ» را شکست دهد. دنباله مطلب در صفحه ۴۷

به نزد پدر و مادرش بازگردانده شد اما هارپاگ تلافی انجام ندادن فرمان آستیگ را با خوردن گوشت فرزند نوجوانش داد.

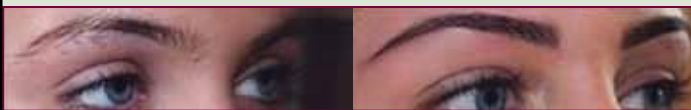
ماندانا بعد از پیدا کردن کوروش، لحظه‌ای او را ترک نکرد و در زمانی که بر علیه پدر بزرگش شورید، او را همراهی کرد. او به خاطر کاری که آستیگ در حق او و پسرش کرده بود، همیشه از دست پدر عصبانی بود و وقتی فهمید کوروش به پشتوانه هارپاگ قصد سرنگونی آستیگ را دارد، در کنار او قرار گرفت.

در روزی که کوروش به طور رسمی در هگمتانه به تخت نشست و سلسله‌اش را به نام خاندان پدری که او را برای رسیدن به سلطنت یاری کردند گذاشت، این ماندانا بود که تاج پادشاهی را به سر او گذاشت و از این زمان، خود به عنوان ملکه مادر شناخته شد.

Eyebrows Threading by Shahnoush

بند ابرو و صورت

مزایای بند ابرو: ماساژ و به جریان انداختن خون زیر پوست صورت، روش کاملاً طبیعی، سریع و تمیز، درد کمتر نسبت به Wax



◆Eyebrows \$10 ◆Upper lip \$5 ◆Chin \$5
◆Sideburns- cheeks \$8 ◆Full face including eyebrows \$25

با تعیین وقت قبلی شهنوش 408-800-9149

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

زندگی زیباست ای زیبا پسند
 زنده اندیشان به زیبایی رسند
 آنقدر زیباست این بی بازگشت
 کز برایش میتوان از جان گذشت
 مردن عاشق نمی میراندش
 در چراغ تازه می گیراندش
 باغها را گرچه دیوارو در است
 از هواشان راه با یکدیگر است
 شاخه ها را از جدایی گر غم است
 ریشه هاشان دست در دست هم است
هوشنگ ابتهاج

«به کجا چنین شتابان؟»
 گون از نسیم پرسید.
 - «دل من گرفته زینجا،
 هوس سفر نداری
 ز غبار این بیابان؟»
 - «همه آرزویم، اما
 چه کنم که بسته پایم...»
 - «به کجا چنین شتابان؟»
 - «به هر آن کجا که باشد به جز این سرا، سرایم.»
 - «سفرت به خیر! اما، تو و دوستی، خدا را
 چو از این کویر وحشت به سلامتی گذشتی،
 به شکوفه‌ها، به باران،
 برسان سلام ما را.»
شفیعی کدکنی

پیش ما سوختگان مسجد و میخانه یکی ست
 حرم و دیر یکی، سبجه و پیمانہ یکی ست
 این همه جنگ و جدل حاصل کوله نظری ست
 گر نظر پاک کنی کعبه و بتخانه یکی ست
 هر کسی قصه شوقش به زبانی گوید
 چون نکو می‌نگرم حاصل افسانه یکی ست
 اینهمه قصه ز غوغای گرفتاران است
 ور نه از روز ازل دام یکی دانه یکی ست
 ره هر کس به فسونی زده آن شوخ ار نه
 گریه نیم شب و خنده مستانه یکی ست
 گر زمن پرسی از آن لطف که من می‌دانم
 آشنا بر در این خانه و بیگانه یکی ست
 هیچ غم نیست که نسبت به جنونم دادند
 بهر این یک دو نفس عاقل و دیوانه یکی ست
 عشق آتش بود و خانه خرابی دارد
 پیش آتش دل شمع و پر پروانه یکی ست
 گر به سر حد جنونت ببرد عشق «عماد»
 بی‌وفایی و وفاداری جانانه یکی ست

عماد خراسانی

حرف‌های ما هنوز ناتمام...
 تا نگاه می‌کنی؛
 وقت رفتن است
 باز هم همان حکایت همیشگی!
 پیش از آنکه با خبر شوی
 لحظه عزیمت تو ناگزیر می‌شود
 آئی...
 ای دریغ و حسرت همیشگی!
 ناگاهان
 چقدر زود
 دیر می‌شود!

قیصر امین پور

در خم زلف تو از اهل جنون شد دل من
 و ندر آن سلسله عمری ست که خون شد دل من
 در ازل با سر زلف تو چه پیوندی داشت
 که پریشان شد و از خویش برون شد دل من
 این همه فتنه مگر زیر سر زلف تو بود
 که گرفتار بدین سحر و فسون شد دل من
 سوخت سودای تو سرمایه عمرم ای دوست
 می‌نپرسی که در این واقعه چون شد دل من
 بی نشان گشتم و جستم چو نشان از دهنش
 بر لب آب بقا راهنمون شد دل من
 به تولای تو ای کعبه ارباب صفا
 پیش اهل حرم و دیر زبون شد دل من
 زلف بر چهره نمودی تو پریشان و نگون
 که سیه روز از آن بخت نکون شد دل من
 روی بنما و ز من هستی موهوم بگیر
 سیر از زندگی دینی دون شد دل من
 در گمندی سر زلف تو به ویرانه عشق
 آن قدر گشت که از اهل جنون شد دل من
 ای صفا نور صفایی به دل «شیدا» بخش
 تیره از خیره گی نفس حزون شد دل من

علی اکبر شیدا

یار باز آمد و غم رفت و دل آرام گرفت
 بخت خندید و لبم از لب او کام گرفت
 آن سیه پوش چو از پرده شب رخ بنمود
 جان من روشنی از تیرگی شام گرفت
 غم بیداد خزان دور شد از گلشن جان
 دست چون دامن آن سرو گل اندام گرفت
 خواستم راز درون فاش کنم، یار نخواست
 نگاهی کرد و سخن شیوه ابهام گرفت
 شکرالله که پس از کشمکش و هم و یقین
 لطف او داد من از فتنه اوهام گرفت
 گفت: «دور از لب و کامم لب و کام تو چه کرد؟»
 گفتمش: «بوسه تلخی ز لب جام گرفت»
 گفت: «در کوره هجران تن و جانم که گذاخت؟»
 گفتم: «آن شعله عشقی که مرا خام گرفت»
 گفت: «(رعدی رقم) رمز فصاحت ز که یافت؟»
 گفتم: «از حافظ اسرار سخن وام گرفت»

رعدی آذرخشی

کاباره رستوران ساقی



هر شنبه، موزیک زنده با خواننده مردمی

فرانکو

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

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

Daily Lunch Special Including Fresh Salad Bar

۱۰/۹۹ دلار



Catering Saaghi

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

(408) 998-0122

1392 S. Bascom Ave. San Jose, CA 95128



نقش زنان در نمایش داعش

نعیمه دوستدار

بر اساس تحقیقاتی که تاکنون انجام شده، میان برخی از این زنان و مردانی که قبلاً به دلیل انجام اعمال تروریستی در فرانسه دستگیر شده‌اند، ارتباطاتی وجود داشته است.

یکی از زنان دستگیر شده، نامزد دو نفر از جهادی‌ها بوده. یکی از این افراد، همان تروریستی بود که یک مأمور پلیس را پیش چشمان پسر دو ساله‌اش کشت. نفر دوم، عادل کریمشه بود که گلولی کشیشی را در نورماندی برید. نامزد فعلی این زن هم یک جهادی دیگر است که اکنون دستگیر شده است.

رشید قاسم، فرد مرتبط با این زنان از چت‌های رمزگذاری شده در نرم‌افزار تلگرام برای ارتباط با این زنان استفاده می‌کرده است. او همچنین، دو زن دستگیر شده را از طریق تلگرام راهنمایی کرده که چطور از گاز و بنزین برای درست کردن بمب در ماشین استفاده کنند.

شاید برای اغلب افراد این تصور وجود دارد که زنان جهادی، تنها همان‌هایی هستند که از کشورهای اسلامی یا از قلب اروپا و کشورهای غربی برای ازدواج با جهادی‌ها به قلمرو دولت اسلامی سفر کرده‌اند و کارشان این است که مردان و همسران خود را به شهادت تشویق کنند اما در واقع، بسیاری از گروه‌های تندرو پیش از این هم از زنان برای انجام عملیات تروریستی استفاده کرده‌اند.

دنیاله مطلب در صفحه ۴۵۴

حوالی کلیسای نتردام، که یک منطقه توریستی تاریخی و مذهبی در قلب پاریس است، کشف شد. در صندوق ماشین، پنج قوطی گاز مخصوص اجاق آشپزی و سه بطری بنزین پیدا شد.

در تحقیقات مشخص شد که تقریباً اغلب افراد مرتبط به این حادثه زن بوده‌اند و یک مرد جهادی فرانسوی که به نام رشید قاسم شناخته می‌شود آنها را از راه دور و از قلمرو داعش در سوریه و عراق کنترل می‌کرده است.

دادستان پاریس همان زمان اعلام کرد که این گروه تروریستی را شناسایی کرده؛ گروهی که متشکل از زنان جوانی بوده که به ایدئولوژی داعش تعلق فکری داشتند. به گفته دادستان پاریس، داعش برای این حملات از زنان بسیار جوانی استفاده کرده که از نزدیک همدیگر را نمی‌شناختند و برنامه‌شان را از دور طراحی کرده بودند. چهره اصلی این حمله، دختر ۱۹ ساله‌ای به نام اینس مدنی بود که ماشین پدرش را برای استفاده در برنامه حمله برداشته بود. او هنگام دستگیری به یکی از مأموران پلیس حمله و او را زخمی کرد.

تحقیقات پلیس نشان داده که او و همدستانش می‌خواستند به ایستگاه قطار پاریس هم حمله انتحاری کنند. تاکنون پنج زن در این زمینه دستگیر شده‌اند؛ به اضافه یک پسر ۱۵ ساله که با قاسم در ارتباط بود و می‌خواست با چاقو یک حمله تروریستی انجام دهد.

تصویر زنان در دولت اسلامی (داعش) مدام در حال تغییر است. داعش از سویی دست به کشتار زنان یزیدی در عراق می‌زند، از سوی دیگر با مقاومت زنان کردی روبه‌روست که در خطوط مقدم علیه آن می‌جنگند. همزمان از برخی از زنان برای حملات انتحاری استفاده می‌کند؛ اتفاقی نو اما در حال وقوع. نکته مهم در تحلیل رفتار داعش، جایگاه زنان در ایدئولوژی آن و نقش آنان در این نمایش است.

زمانی که داعش سرزمین‌هایی را در عراق و سوریه تصرف کرد تا خلیفه‌گری خودخوانده‌اش را ایجاد کند، پیش از هر چیز می‌خواست تصویری از خود بسازد که دنیا نتواند آن را نادیده بگیرد. پس شروع به قتل، تجاوز، کشتار و به بردگی کشاندن زنان کرد، به ویژه در میان اقلیت یزیدی. رفتار خشن و ظالمانه داعش با زنان، با هدف مرعوب کردن دشمن انجام می‌شد و هشدار به تمام کسانی بود که به تفسیر رادیکال و تندروی آنها از اسلام باور نداشتند.

در ژانویه و فوریه ۲۰۱۶، سازمان دیده‌بان حقوق بشر با ۱۵ زن یزیدی و ۲۱ زن مسلمان سنی مصاحبه کرد که توانسته بودند از داعش بگریزند. بیشتر آنها بیش از یک سال از عمر خود را در قلمرو داعش گذرانده بودند. اگر مسلمان نبودند، مجبور شده بودند به اسلام بگردند. همه آنها مجبور شده بودند بردگی کنند، تجاوز سیستماتیک را، آگاه از سوی چند جهادی، تحمل کنند و مثل کالا خرید و فروش شوند.

داستان تراژیک این زنان بر مبنای انقیاد کامل زنان از سوی داعش ساخته شده بود و این گروه، با وحشیگری تبلیغات ضد زن خود را در ترویج ایدئولوژی‌اش به کار می‌گرفت.

در طول این زمان، داعش به طور سیستماتیک، خشونت جسمی و روانی نسبت به زنان را از طریق فتوایی که از سوی فقهایش صادر می‌شوند پی گرفته است و از همه بدتر اینکه این رفتارها به گروه‌های تندروی دیگر مانند بوکوحرام در غرب آفریقا هم منتقل شده است.

ایدئولوژی این گروه بر این مبناست که حقوق زنان و کنترل آنها کاملاً به دست خانواده و مردان باشد. کار اصلی زن این

۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
د	ر	ب	د	ب	س	ح	ل	ل	ی	ب	د	د	د	ا
ن	ا	س	ا	و	ر	ا	ش	س	ه	س	ر	ا	م	ن
م	ن	ت	ن	و	ر	ب	ل	ه	س	ی	ر	ا	م	ن
ی	س	ر	م	ا	ی	د	ا	ی	م	ا	ی	س	ی	ی
ت	پ	س	ن	ب	د	م	د	و	ت	ک	س	ی	ل	ل
و	ا	ل	ا	د	ا	م	ا	م	ی	ر	ا	ش	ی	ل
م	ر	د	ا	ر	د	ن	د	ن	ا	ک	ا	ک	و	م
ک	د	د	و	ا	ب	د	ی	ت	ک	ا	ی	ا	ی	ا
ط	ا	ص	ف	ه	ا	ن	ا	ی	ا	م	ی	و	م	ر
ل	ب	ل	و	ا	و	ا	ی	ت	ا	پ	و	و	ل	ل
ب	ی	گ	ا	ر	م	ا	م	ن	م	ا	م	م	م	م
د	د	ر	و	د	ک	و	ر	ی	گ	ل	ی	ن	ن	ن
د	ا	د	ا	ب	ر	ا	ه	ش	ی	د	ک	ج	ج	ب
ب	د	د	ه	ک	ی	ج	ا	ر	ی	و	ا	د	ا	ر



علائم و درمان دیسک گردن

ستون فقرات یا ستون مهره‌ها از مجموعه‌ای از استخوان‌های متصل به هم به نام "مهره" تشکیل می‌شود که در بیماری دیسک گردن دخیل هستند و در درمان دیسک گردن تأثیر دارند؛ این مهره‌ها نخاع را در میان می‌گیرند و مانع آسیب دیدن آن می‌شوند. عصب‌های منشعب شده از نخاع از سراسر بدن می‌گذرند و انتقال پیام بین مغز و بدن را ممکن می‌سازند؛ مغز از طریق عصب‌ها فرمان حرکت کردن را به عضله‌ها می‌رساند. تشخیص دیسک گردن با عصب‌های اطلاعاتی نظیر درد و دما را که از بدن به مغز می‌برند انجام می‌شود. حال اگر فردی دچار بیماری دیسک گردن شود این عصب‌ها پیام درد گردن را مخابره می‌کنند. پس از مشخص شدن علت گردن درد در صورت ابتلا به دیسک گردن، فرد درد باید تحت درمان پزشکی متخصص قرار گرفته و در نهایت تحت روش‌های درمان دیسک گردن بدون جراحی قرار بگیرد. آرتروز گردن یک اصطلاح کلی برای ساییدگی و فرسودگی ناشی از بالا رفتن سن است که دیسک‌های ستون فقرات گردنی را درگیر می‌کند. همچنانکه دیسک‌ها مایع‌شان را از دست داده و کوچک‌تر می‌شوند، نشانه‌های آرتروز نیز گسترش می‌یابند، که از آن جمله می‌توان به ایجاد زائنده‌های استخوانی در امتداد لبه‌های استخوان‌ها (خارها) اشاره کرد. آرتروز گردن عارضه شایعی است که با بالا رفتن سن بدتر می‌شود. بیش از ۸۵ درصد از افراد بالای ۶۰ سال به آرتروز گردن مبتلا هستند.

دیسک گردن چیست؟

مهره‌ها توسط دیسک و دو مفصل کوچک به نام "مفصل فاست" به یکدیگر متصل می‌شوند؛ این دیسک تشکیل شده از بافت‌های رابط محکم نگهدارنده یک مهره روی مهره دیگر، به مثابه ضربه‌گیر و محافظ بین مهره‌های عمل می‌کند و مانع سایش آنها روی یکدیگر می‌شود. دیسک و مفصل‌های فاست حرکت مهره‌ها را ممکن می‌سازند و به ما اجازه می‌دهند تا گردن و کمر را خم کنیم و بچرخانیم. دیسک گردن از لایه خارجی یا محیطی محکمی به نام "آنولوس فیبروزوس" و مرکز

درمان دیسک گردن بدون جراحی مانند فیزیوتراپی دیسک گردن و کمر و حرکات اصلاحی و ورزش دیسک گردن می‌باشد. همچنین از این روش‌های می‌توان بعد از عمل جراحی دیسک به منظور توانبخشی بیمار نیز استفاده کرد.

در ادامه روش‌ها و راه‌های درمان دیسک گردن ذکر خواهد شد. پزشک با توجه به شرایط بیماری بهترین روش را برای وی تجویز خواهد کرد. اولین مرحله در درمان دیسک گردن استراحت است. استراحت کردن با بی‌حرکت کردن آن حاصل می‌شود.

درمان خانگی

هنگام استراحت کردن حالت راحتی را بیابید که در آن موقعیت کمترین درد را در ناحیه گردن حس می‌کنید؛ می‌توانید حوله لوله شده یا بالشتی را زیر گردن قرار دهید تا بهتر بتوانید گردن را در حالت بدون درد نگه دارید. سرد یا گرم کردن در مورد بیماری‌های گردن از نفوذ و تأثیرگذاری کافی برای فرو نشاندن التهاب برخوردار نیست، بنابراین می‌توانید هر روشی را که احساس بهتری به شما می‌دهد برای کاهش درد ناشی از دیسک گردن انتخاب کنید. کمپرس را، چه گرم باشد چه سرد، تنها هر بار ۲۰ دقیقه روی گردن قرار دهید و هر دو نوبت استعمال دست کم وقفه‌ای ۴۰ دقیقه‌ای ایجاد کنید. یخ یا منبع گرما را داخل حوله ببچید و هرگز آن را مستقیم روی پوست قرار ندهید چون در این صورت پوست به شیوه ناخوشایندی می‌سوزد.

دارو

داروهای گوناگون متعددی، از مسکن‌ها گرفته تا داروهای ضدالتهابی چون استروئیدها، تسکین گردن درد را همزمان با التیام یافتن آن به ارمغان می‌آورند. بیمار با توجه به گستردگی درد گردن و نوع بیماری دیسک گردن یا فقط دارو مصرف می‌کند یا از تلفیقی از فیزیوتراپی و دیگر روش‌های درمانی بهره می‌گیرد.

تزریق

کورتیکواستروئیدها به صورت خوراکی مصرف می‌شوند یا درون مجرای نخاعی (اپیدورال) یا نزدیک عصب ستون فقرات تزریق می‌گردند تا به درمان علائم فق دیسک گردن کمک کنند. این داروها در کاهش تورم و التهاب ناحیه اطراف دیسک برجسته و همچنین کم کردن فشار روی ریشه‌های عصبی مؤثراند. کورتیکواستروئیدهای عصب‌ها و فضای اپیدورال برای بیمارانی تجویز می‌شود که از علائم فشردگی ریشه عصب و التهاب رنج می‌برند یا افرادی که علائم‌شان پس از چند هفته درمان بدون جراحی بهبود نیافته است. **دنباله مطلب در صفحه ۴۹**

عضله، ضعف، گزگز کردن یا درد ارجاعی می‌باشد. اما این نکته را به خاطر بسپارید که فق دیسک گردن گاهی اوقات با هیچ علامتی همراه نیست و به اصطلاح بیمار دچار پارگی دیسک بدون علائم دیسک گردن می‌شود. دیسک بین مهره‌های برجسته (بیرون زدگی) یا فق دار می‌شود، اما اگر به عصب یا نخاع فشار نیآورد، علائمی مانند درد نیز بروز نخواهد یافت. اکنون بهتر است به معرفی نشانه‌های دیسک گردن بپردازیم که بسته به محل فق یا برجستگی دیسک در هر بیمار با بیمار دیگر متفاوت است.

بیمار در صورت ابتلا به این بیماری با علائم زیر مواجه خواهد شد:

- ♦ گردن درد
- ♦ شانه درد
- ♦ خشکی یا گرفتگی عضله‌های گردن
- ♦ درد منتشر شونده یا سرایت کننده به بازوها؛ این نوع درد را درد ارجاعی یا رادیکولوپاتی گردن نیز می‌گویند.
- ♦ گزگز کردن بازوها (یا دست‌ها)
- ♦ ضعف بازوها (یا دست‌ها)

تشخیص

در بعضی از مواقع پزشک برای تشخیص دقیق تر علل دیسک گردن و گرفتن تصاویری از علت گردن درد و دیسک گردن آزمایش‌های عکس برداری را توصیه می‌کند. ابتلا به فق دیسک گردن و موقعیت آن غالباً به کمک ارزیابی بالینی کامل جهت تعیین ویژگی و محل درد و معاینه گردن و بررسی دقیق هر گونه ضعف، بی‌حسی یا واکنش غیرطبیعی تشخیص داده می‌شود. تصاویر پرتونگاری (اشعه ایکس)، مقطع‌نگاری رایانه‌ای (سی.تی.اسکن) و تصویربرداری رزونانس مغناطیسی (ام.آر.آی) ستون فقرات، برای تأیید تشخیص پزشک مورد استفاده قرار می‌گیرند. اگرچه در تصاویر اشعه ایکس، خارها یا زائنده‌های استخوانی و باریک شدن فضای دیسک در نتیجه تحلیل رفتن و پیر شدن ستون فقرات مشخص می‌شود، اما فق دیسک گردن یا عصب‌های ستون فقرات آشکار نمی‌شود. ام.آر.آی. و سی.تی. اسکن تصاویر جامع‌تری از تمام اجزاء ستون فقرات (مهره‌ها، دیسک‌ها، نخاع و عصب‌ها) به دست می‌دهد و اکثر موارد این بیماری در آنها معلوم می‌شود. ضمناً بررسی‌های الکتریکی (هدایت عصبی) نیز به منظور جستجوی نشانه‌ها یا شواهد آسیب عصبی ناشی از فق دیسک به کار برده می‌شوند.

درمان

بیرون زدگی و پارگی دیسک گردن بیماری نسبتاً شایعی می‌باشد، اما خبر خوش این است که اکثر ما بدون نیاز به جراحی بهبود خواهیم یافت و معمولاً

بزرگ که چند تمساح در آن شناور بودند... مهمان ها حیرت زده به استخر و تمساح ها نگاه میکنند...

صاحبخانه دوباره رویش را بطرف مهمان ها می کند و می گوید: «تمساح مانند مشکلات و پستی و بلندی هایی هستند که در مسیر زندگی هر انسانی وجود دارد... یک تمساح میتواند شما را له و غرق کند و از بین ببرد... اما هر انسانی با داشتن اعتماد به نفس کامل و احساس شجاعت میتواند با این تمساح ها مواجه شده، مبارزه کند و در نتیجه برنده شود... حالا اگر در این جمع کسی هست که جرات میکند خودش را در این استخر بیاندازد و به آنطرف شنا کند بدون اینکه مورد آسیب تمساح ها قرار بگیرد، هر چه که بخواهد من به او میدهم... پول... خانه... زمین... هر چه که بخواهد مال او خواهد شد...»

مهمان ها پیشنهاد صاحبخانه را جدی نگرفته و لیخند زنان به دنبال مرد ثروتمند برای دیدن بقیه خانه راه افتادند... ناگهان صدایی بلند شنیده شد. همه سرها برگشته و متوجه می شوند که یکی از مهمان ها در آب پریده و با تلاش بسیار شنا می کند تا خودش را به آنطرف استخر برساند... تمساح ها نیز به دنبال او...

بالاخره بعد از چند دقیقه مرد مهمان خود را به آنطرف استخر میرساند، پریشان و نفس زنان از آب میاید بیرون... همه متعجب و متحیر...

صاحبخانه به طرف مرد مهمان رفته و با هیجان بسیار فریاد میزند: «آفرین به شجاعت و اعتماد به نفس تو... همانطور که قول دادم هر چه که آرزو کنی مال توست... فقط بگو چه میخواهی؟!... مرد مهمان نفس زنان جواب میدهد: «من فقط یک چیز میخواهم... آن هم این است که بدونم چه کسی مرا به داخل استخر هل داد؟!...»

و خانواده ام در این دیار غربت بگذرانند... و حالا برای کسانی مثل من و بچه های من، مادر و مادر بزرگی وجود ندارد... بدون آنها داریم زندگیمان را میگذرانیم و متأسفانه کمبودشان را شدیداً احساس میکنیم... با دلتنگی بسیار...

و چقدر خجالت آور است برای آن دسته از کسانی که جمعشان جمع است و همگی دور هم هستند، اما اصلاً قدر با هم بودن را نمی دانند و متأسفانه به غیر از ناراحتی و شکایت از یکدیگر کار مثبت دیگری انجام نمیدهند...

در بسیاری از شرایط ما یادمان می رود که در عشق و علاقه شرط و شروطی نباید وجود داشته باشد و توقعات بی مورد و بیجا را باید کنار بگذاریم... همدیگر را قبول کنیم برای آنچه که هستیم و زندگی را زیاد برای خودمان و عزیزانمان سخت و زجرآور نکنیم... به خود یادآوری کنیم که این عمر همیشگی نیست و بالاخره روزی به سر خواهد رسید... و متأسفانه در آن زمان است که پشیمانی سودی نخواهد داشت...



شما فکر می کنید که تا به چه اندازه توانایی دارید تا با مشکلات زندگی دست و پنجه نرم کنید و از پستی و بلندیها بگذرید؟!...

یک مرد بسیار ثروتمند تنی چند از همکاران خود را به منزل جدیدش دعوت میکند... قبل از شام مهمانها از صاحبخانه میخواهند تا داخل و بیرون خانه بسیار بزرگ و زیبای خود را به آنها نشان دهد... همانطور که از کنار زمین گلف و تنیس رد میشوند، صاحبخانه رویش را به مهمانها میکند و میگوید: «این منزل و تمام اسباب و اثاثیه های گران قیمتی را که می بینید نتیجه سالها زحمت، تلاش و کوشش من در زندگی بوده است...»

در همین حال میروند به یک استخر بسیار



از اینجا، از آنجا

گلنار

باید با پدر و مادرمون سر و کله بزنیم... درست مثل این که با بچه طرف هستیم... حرفهای عجیب و غریبی میزنند که اصلاً سر و ته نداره... مدام هم که می خوان در زندگی زناشوییمون دخالت کنند و پشت سر هم نصیحت می کنند که اینطوری بکنی بهتره یا اونطوری بکنی بهتره... هنوز در خیالشان فکر می کنند که من همون بچه کوچکی هستم که پوشکم را عوض می کردند... به خدا تا اونجایی که توانایی دارم بهشون میروم، اما مثل این می مونه که هیچ کاری خوشحال و راضی شون نمی کنه... مدام شکایت می کنند و غر می زنند... تازه آخر کار هم حالت افسردگی بهشون دست میده و قهر می کنند... خب معلومه دیگه، سرگرمی برای خودشون درست نمیکنند... از صبح که بلند میشن بیکار و بی هدف دور خودشون می گردند و مدام فکرهای منفی در سرشون پرورش می دهند... فقط هم بهانه می گیرند و انتقاد می کنند... تا حرفی هم می زنیم زود بهشون بر میخورم و اصلاً متوجه نیستند که زندگی در اینجا با زندگی در ایران کاملاً فرق می کنه... واقعا اسیر شدم و نمیدونم که چکار بکنم...!!»

فکر میکنم حدود سه سالش بود... با چهره ای معصوم و زیبا در مطب دکتر دنداناساز بغل مامانش نشسته و با اسباب بازی میگرد...

منتظر مادر بزرگش بود که از اتاق دکتر بیرون بیاد... ده دقیقه ای گذشت... مادر بزرگ عصا به دست و آهسته آهسته آمد بطرف آنها... مادرش بلند شد و رفت طرف میز منشی تا قرار بعدی را بگذارد... مادر بزرگ نشست بغل دست نوه اش... او را به گرمی در آغوش کشید و زیر لب زمزمه کرد:

عروسک قشنگ من قرمز پوشیده

رو تختخواب مخمل آبی خوابیده

عروسک من، چشمهاتو باز کن

وقتی که شب شد، اونوقت لالا کن

حالا بیا توی حیاط با من بازی کن

توپ بازی و شن بازی و طناب بازی کن

نوه سه ساله نیز با خاطری آسوده به زمین خیره شده و سرا پا گوش به زمزمه مادر بزرگ... چه صحنه قشنگی...

بیاد بچگی های خودم افتادم و مادر بزرگم که مرا در آغوش می کشید و این شعر را برایم می خواند... بیاد مادر خدا بیامرزم افتادم که هر سال سعی میکرد هر طوری که شده چند هفته ای را با من

بنظر حدود شصت سالی داشت... قلبش پر از ناله و شکایت: «سالیان سال برای خودمون در ایران آدمی بودیم... پادشاهی می کردیم... برو و بیایی داشتیم... حرفمون خریدار داشت... بهمون احترام می گذاشتن... زبون همدیگر را می فهمیدیم... حالا ببین چه به روزمان آمده... بعد از انقلاب ناچار شدیم به دنبال این بچه ها بیاییم خارج... نه زبون خارجی حالیمون میشه و نه زبون این بچه ها را می فهمیم... تنهای تنها شدیم... جالب اینجاست که بعد از عمری، این بچه های تازه به دوران رسیده از حرفها و کارهایمان انتقاد هم می کنند... وقتی حرف می زنیم، مورد تمسخر قرار میگیریم... می خواهیم کاری انجام بدهیم، فوری میگن دست نگذاریم چون بلد نیستیم... از صبح هم که میرن سر کار و شب هم بدون حوصله میان خونه... دو روز آخر هفته هم که فقط ترجیح می دهند با هم سن و سال های خودشون وقت بگذرونند... خدا نکنه که مریض بشیم، دکتر بخواهیم برویم و یا به چیزی احتیاج داشته باشیم، اینقدر احم و تخم میکنند که خدا میداند... اونوقت است که ناچاریم به غریبه ها رو ببندازیم... آداب و معاشرت هم که کاملاً از یادشون رفته... همشون شدن فرنگی... هر طوری که میخوان با بزرگترها حرف میزنند... دیگه احترام گذاشتن در کارشون نیست... میگن ماها طرز فکر قدیمی داریم و باعث خجالت جلوی دوستاشون میشیم... هر وقت که مهمون براشون میاد غیر مستقیم طوری رفتار میکنند که یعنی ترجیح میدن که ما بریم تو اتاقمون و مزاحم نباشیم... خودمون هم که دوست و آشنای هم سن و سال به آنصورت نداریم که رفت و آمدی داشته باشیم... تازه اگر آشنایی هم پیدا کنیم، کسی نیست ماها را بیره و بیاره... یادش بخیر... در ایران چه برو و بیایی داشتیم... برای خودمون آدمی بودیم... حالا حسابی پس رفتیم... تنهای تنها شدیم...!!»

فکر میکنم حدود سی سالی سن داشت... قلبش پر از شکایت: «پدر و مادرم خیلی پر توقع هستند... فکر می کنند که هنوز در ایران زندگی می کنند و اصلاً شرایط و موقعیت ما را در نظر نمیگیرند... از صبح تا عصر من و شوهرم میریم سر کار... با انواع و اقسام آدم های مختلف باید در بیفتیم... پدرمون از خستگی روحی و بدنی درمیاد... بعد که میائیم خونه تازه

نوشتن بر سنگ قبر به فارسی و انگلیسی

با خط نستعلیق

۸۶۲۴-۲۲۱(۴۰۸)



ادامه مطلب **پانزده راز** ... از صفحه ۱۱

خواص درمانی مارچوبه



- ◆ برای تقویت قلب مفید است
- ◆ ملین است و یبوست را برطرف می کند
- ◆ تب بر است
- ◆ مارچوبه بعلت داشتن کلروفیل خونساز است و کسانی که کم خون هستند باید از آن استفاده کنند
- ◆ مارچوبه به ساختن گلبولهای قرمز خون کمک می کند

طرز استفاده

برای نگهداری مارچوبه آنرا در پارچه های مرطوب ببندید و در یخچال قرار دهید زیرا گرما و خشکی آنرا از بین میبرد. مارچوبه را نیز می توان در سالاد ریخت و یا از آن سوپ تهیه کرد. مورد دیگر استفاده از مارچوبه غیر از پختن آن بصورت دم کرده آن است. دم کرده مارچوبه را به این صورت تهیه کنید: چند شاخه مارچوبه را در داخل یک لیتر آبجوش بریزید و مقدری هم رازیانه و جعفری به آن اضافه کنید و بگذارید مدت پنج دقیقه دم بکشد. از این دم کرده به مقدار دو تا سه فنجان در روز برای تسکین و آرامش قلب استفاده کنید.

مزرات

مارچوبه را نباید آنهایی که مبتلا به ورم مجاری ادرار هستند و یا اشخاص عصبی مصرف کنند. مارچوبه همچنین برای مبتلایان به رماتیسم و سنگ کلیه خوب نیست.

خواص شاهدانه

شاهدانه گیاهی یک ساله با برگهای قطره‌ای است. میوه این گیاه ریز و روغنی بوده و خاصیت آرامش بخش دارد که از آن برای درمان نیز استفاده می‌شود. از بخش‌های مختلف این گیاه مشتقات فراوانی از جمله تخم شاهدانه، الیاف شاهدانه و مواد روانگردان شامل ماری‌جوانا و حشیش تهیه می‌شود.

مشخصات گیاه شاهدانه

گیاهی شبیه به گزنه که بلندی‌اش تا دو متر می‌رسد. دارای غنچه‌های متعدد، برگهای کشیده و دانه‌های ریز است. همچنین از دانه‌ها جهت تهیه روغن و تولید صابون استفاده می‌شود. برگ‌ها و غنچه مستقیماً

میتواند تا ۸۰ دسیبل نیز پیش برود. ۸۰ دسیبل یعنی صدای یک دریل بادی که در حال نفوذ به بتن است. صدای بالای ۸۵ دسیبل برای گوش انسان بسیار مضر میباشد و ممکن است باعث کری شود.

رنگ و تراکم مو: آیا می دانستید تراکم موی سر را از روی رنگ آن می شود تخمین زد؟ به طور میانگین هر انسان صد هزار پیاز مو روی سرش دارد. هر کدام از این پیازهای مو در طول زندگی انسان قادر به تولید بیست تا مو میباشد. افرادی که موهای بلوند دارند از بیشترین میزان پیاز مو در مقایسه با دیگر رنگ ها سود میبرند، در نتیجه این افراد موهای پرپشت تری خواهند داشت. تعداد میانگین پیاز مو برای موهای بلوند ۱۴۶ هزار، برای موهای مشکی ۱۱۰ هزار، برای موهای قهوه ای ۱۰۰ هزار و در آخرین رده برای موهای قرمز ۸۶ هزار عدد میباشد. **رشد ناخن ها:** اگر ناخن های دست تان نسبت به ناخن پای شما خیلی زودتر رشد میکند این کاملاً طبیعی است. ناخن هایی که بیشتر در معرض استفاده قرار می گیرند زودتر رشد می کنند. ناخن انگشت های بلندتر و دستی که با آن می نویسید بیشترین رشد را دارند. به طور میانگین ناخن ها در هر ماه به اندازه یک دهم اینچ رشد میکنند. **نیاز به خواب:** شاید بعضی اوقات بگویید که دارم از شدت خواب میمیرم، اما به معنای کلمه توجه نداشته اید. شما بدون خوردن غذا تا هفته ها زنده می مانید، اما بعد از ۱۱ روز نخوابیدن، برای همیشه به خواب خواهید رفت.

می‌کنند فشار خون و همچنین میزان کلسترول بد در خون آنها با کاهش روبرو خواهد شد. پروتئین و آنزیم‌های موجود در دانه‌های بدون پوست شاهدانه، از آنجا که موجب کاهش ورم و التهاب می‌شود کمک خوبی برای مبتلایان به آرتروز و همچنین درد مفاصل محسوب می‌شود.

اگر به دنبال راهی برای کاهش وزن خود هستید، شاهدانه را همراه با صبحانه میل کنید. مصرف شاهدانه هنگام صبح و در وعده صبحانه، باعث احساس سیری طولانی طی روز در شما خواهد شد و به این ترتیب دیگر نسبت به خوردن غذاهای شور و شیرین اشتها کاذب نخواهید داشت. مصرف شاهدانه همچنین موجب تقویت سیستم ایمنی بدن و نیز تنظیم هورمون‌ها خواهد شد. برخی از مبتلایان به بیماری (ام‌اس) برای برطرف کردن علائم مشکل خود، به طور قانونی از شاهدانه استفاده می‌کنند.

دنباله مطلب در صفحه ۴۷

ادامه مطلب **ایرن** ... از صفحه ۳۳

داوودنژاد و «خط قرمز» ساخته مسعود کیمیایی بازی کرد اما هر دو فیلم توقیف شدند. وی همچنین در چند قسمت از سریال «هزاردستان» به کارگردانی علی حاتمی حضور داشت اما بخش‌هایی که ایرن در آن بازی کرده بود حذف شدند و در نهایت همزمان با موج ممنوعیت کار بازیگران قبل از انقلاب، به صورت رسمی ممنوع‌الکار شد. آخرین تصویر ایرن در فیلم «شیرین» (عباس کیارستمی، ۱۳۸۷) بر پرده نشست.

ایرن که در سال‌های آخر زندگی با بیماری سرطان ریه دست و پنجه نرم می‌کرد سرانجام بامداد روز شنبه هفتم مردادماه در سن ۸۵ سالگی در تهران درگذشت و در «آرامستان بورااستان» به خاک سپرده شد.

مبارزه کنند. در نهایت رشد اقتصادی پایدار نیاز به تغییرات جدی آب و هوا دارد. در طول پنج سال گذشته، مفهوم بده بستان بین رشد و کاهش انتشار آلودگی، نادیده گرفته شده است. آمریکا انتشار آلودگی در بخش انرژی را ۶ درصد کاهش داده است، حتی زمانی که اقتصاد ما تا ۱۱ درصد رشد داشته است. پیشرفت آمریکا نیز در توافق تاریخی آب و هوای پاریس تسریع ایجاد کرده که بهترین فرصت برای نجات سیاره و کمک به نسل‌های آینده است.

در دو فیلم ساموئل خاچیکیان به نام‌های «دلهره» و «اضطراب» نیز نقش آفرینی کرده است. در تمام سال‌های فعالیت سینمایی اش در نقش اصلی یا یکی از نقش‌های اصلی حضور داشته است.

از دیگر فیلم‌های کارنامه این بازیگر می‌توان به «جاده زرین سمرقند»، «ساحل دور نیست»، «شام آخر» اشاره کرد. ایرن در کارنامه سینمایی اش مجموعه‌های تلویزیونی «غریبه»، «تخت ابونصر» و «سلطان صاحبقران» (به کارگردانی علی حاتمی) را نیز ثبت کرده است که در مجموعه اخیر نقش «مهد علیا» را برعهده داشت.

در سال‌های نخست استقرار جمهوری اسلامی در ایران، ایرن در دو فیلم سینمایی «جایزه» به کارگردانی علیرضا دلاری در حمایت اقتصادی از سال ۲۰۰۹ تا ۲۰۱۲ را ارائه کردیم، اما با کنگره برای هر اقدام به منظور گسترش انرژی صرف مبارزه کردم. من به دنبال برخی از بسطها نبودم و کنگره ریاضت اقتصادی بر اقتصاد را قبل از موعد مقرر با تهدید به بدهی تاریخی، تحمیل کرد.

جانشینان من نباید برای اقدامات اضطراری مبارزه کنند. در عوض، باید برای حمایت از خانواده‌ها در برابر سخت‌ترین ضربه و از اقتصاد، مانند افزایش خودکار بیمه بیکاری

ادامه مطلب **تهدید سیاست‌های** ... از صفحه ۳۷

و کارفرمایان کمک می‌کند. اصلاحات در سیستم کیفری و عدالت و پیشرفت برای ورود مجدد نیروی کار در کسب حمایت از جانب هر دو حزب موفق بوده و مشارکت را نیز بهبود می‌بخشند و در صورت تصویب، یک بنیاد قوی تر ایجاد می‌کنند.

ایجاد یک بنیاد مستحکم

در نهایت، بحران مالی دردناک از ضرورت ایجاد اقتصادی مقاوم‌تر حکایت دارد که به طور پایدار رشد می‌کند و بدون غارت آینده وضعیت کنونی را بهبود می‌بخشد. دیگر نباید جای هیچ شکلی وجود داشته باشد که بازار آزاد تنها زمانی رشد می‌کند که قوانین برای محافظت در برابر شکست سیستماتیک وجود داشته باشند و از رقابت عادلانه اطمینان دهند. اصلاحات پس از بحران وال استریت، سیستم مالی ما را با ثبات‌تر ساخته و از رشد بلند مدت، از جمله سرمایه بیشتر برای بانک‌های آمریکایی، اتکای کمتر بر تامین مالی کوتاه مدت و نظارت بهتر برای طیف وسیعی از موسسات و بازار حمایت می‌کنند.

موسسات مالی بزرگ آمریکا دیگر همانند قبل به طور آسان بودجه دریافت نمی‌کنند، زیرا از شواهد معلوم است که بازار به طور فزاینده می‌داند آنها دیگر «برای شکست بیش از حد بزرگ هستند» و ما برای اولین بار از نوع نظارت بر اداره و حمایت مالی مصرف‌کننده در موسسات مالی پاسخگو استفاده می‌کنیم، بنابراین مشتریان آنها می‌توانند وام بگیرند و با شرایط روشن بازپرداخت را انجام دهند.

اما حتی با تمام این پیشرفت‌ها، بخش‌های سیستم بانکی هنوز هم آسیب پذیر بوده و سیستم امور مالی مسکن هنوز اصلاح نشده است. افراد در دفاع از اصلاحات بیشتر اغلب از پیشرفت ما چشم‌پوشی کرده و به جای آن محکوم کردن سیستم را به‌عنوان یک کل انتخاب می‌کنند. آمریکایی‌ها باید بحث کنند که چگونه به بهترین نحو این قوانین را بسازند، اما انکارناپذیر است که پیشرفت ما را آسیب پذیرتر کرده تا اینکه آسیب ناپذیر کند. آمریکا نیز باید کارهای بیشتری به منظور آماده شدن برای شوک‌های منفی انجام دهد؛ قبل از اینکه آنها رخ دهند. با نرخ بهره پایین امروز، سیاست مالی باید نقش بزرگ‌تری در مبارزه با رکود آینده بازی کند. سیاست‌های پولی نباید بار کامل ثبات اقتصاد ما را تحمل کنند. متأسفانه، اقتصاد خوب را می‌توان با سیاست بد باطل کرد. دولت من انبساط مالی بسیار بیشتری را از دوره نفاق بعد از بحران فراهم کرد، بیشتر از دوجین صورتحساب ۱.۴ تریلیون

حتی این تلاش‌های انجام شده نیز کم و کوچک هستند. در آینده، ما حتی باید در تصویب اقدامات برای معکوس کردن دهه‌های طولانی افزایش نابرابری، جدی‌تر عمل کنیم. اتحادیه‌ها باید نقش مهمی بازی کنند. آنها به کارگران کمک می‌کنند تا سهم بزرگ‌تری را از یک اقتصاد داشته باشند. اما آنها باید به اندازه کافی برای انطباق با رقابت‌های جهانی انعطاف پذیر شوند.

افزایش حداقل دستمزد فدرال، گسترش اعتبار مالیاتی درآمد کسب شده برای کارگران بدون فرزندان وابسته، محدود کردن معافیت‌های مالیاتی برای افراد پردرآمد، جلوگیری از قیمت‌های بالای کالج برای دانش‌آموزان سختکوش و حصول اطمینان از دستمزد برابر مردان و زنان برای کار برابر به حرکت ما در مسیر درست کمک می‌کنند. سوم، یک اقتصاد موفق نیز به فرصت‌های معنی‌دار کار برای هر کسی که یک کار می‌خواهد، بستگی دارد.

با این حال، آمریکا با کاهش طولانی مدت مشارکت کارگران میانسال مواجه شده است. در سال ۱۹۵۳، تنها ۳ درصد از مردان بین ۲۵ تا ۵۴ سال به‌عنوان نیروی کار بودند. امروز، میزان آنها ۱۲ درصد است. در سال ۱۹۹۹، معادل ۲۳ درصد از زنان میانسال نیروی کار بودند. امروز، آنها ۲۶ درصد هستند. مردم با پیوستن به نیروی کار در اقتصاد در حال تقویت، پیری و بازنشستگی و انفجار جمعیت را پس از پایان سال ۲۰۱۳ جبران کردند و نرخ مشارکت ثبات یافت، اما روند نامطلوب طولانی مدت معکوس نشد.

بیکاری غیرارادی باعث از بین رفتن رضایت از زندگی، عزت نفس، سلامت جسمی و مرگ و میر می‌شود. این با افزایش ویرانگر مواد مخدر و افزایش مرگ و میر از مصرف بیش از حد و خودکشی در میان آمریکایی‌های بدون تحصیلات دانشگاهی در ارتباط است، گروهی که در آن مشارکت نیروی کار با شتاب کاهش یافته است.

راه‌های بسیاری برای ننگ داشتن آمریکایی‌های بیشتر در بازار کار وجود دارد. هنگامی که آنها در زمان‌های سختی و بیکاری هستند، این راه‌ها شامل بیمه دستمزد برای کارگرانی می‌شود که نمی‌توانند یک کار جدید یا دستمزدی همانند کار قبلی خود پیدا کنند. افزایش دسترسی به انجمن‌های کالج با کیفیت بالا، مدل‌های آموزشی شغلی و کمک به یافتن شغل جدید به این مشکل کمک می‌کند. به طوری که بیمه بیکاری در دسترس همه کارگران باشد.

مرخصی تضمین شده و همچنین دسترسی بیشتر به مراقبت از کودکان با کیفیت بالا و یادگیری، به انعطاف پذیری کارمندان

Find Iranian Businesses Faster

irany.com

ANDROID APP ON Google play

Download on the App Store

ادامه مطلب کارگرهای افغان... از صفحه ۱۳

افغان در برخی از مشاغل خدماتی زیر مجموعه شهرداری توسط شرکت های خصوصی در حالی است که طبق ماده ۱۲۰ قانون کار، اتباع بیگانه نمی توانند در ایران مشغول به کار شوند مگر آن که اولاً دارای روایت ورود با حق کار مشخص بوده و ثانیاً مطابق قوانین و آیین نامه های مربوطه، پروانه کار دریافت کنند؛ شرایطی که خیلی از آن ها ندارند. همین موضوع سبب شده است که برخی شرکت های خدماتی از آن سوء استفاده کنند و با به کارگیری کارگرهای افغان با حقوق های پایین، بدون استخدام و یا عقد قرارداد و فرار از پرداخت هزینه های بیمه، سود بیش تری به جیب بزنند.

ادامه مطلب بیکاری در مرز... از صفحه ۱۴

تشخیص کمی سخت می شود. با تست کردن اما می شود اصلی بودن عطر را تشخیص داد. اگر عطری که روی پوست می زیند، چربی زیادی داشته باشد، به این معنی است که اساس زیادی دارد و تقلبی است. «تعداد بالای دست فروشان در شهرهای کشور به این معنا است که بنگاه های کوچک و بزرگ اقتصادی وضعیت مطلوبی ندارند و فضای اقتصادی کشور به شدت به سمت دلالی، واسطه گری، کالای قاچاق و استفاده از رانت پیش رفته است.

ادامه مطلب خواص شاهدانه... از صفحه ۴۵

افرادی که دچار احتباس ادرار شده اند، شاهدانه کارساز است. روغن شاهدانه گرم و خشک است و برای درد گوش مفید است. گیاه شاهدانه مسکن واقعی و موثری برای درد شکم و معالجه میگرن و درد اعصاب و روماتیسم است. اگر به دنبال راهی برای کاهش وزن خود هستید، شاهدانه را همراه با صبحانه میل کنید. مصرف شاهدانه هنگام صبح در وعده صبحانه، باعث احساس سیری طولانی طی روز در شما خواهد شد و به این ترتیب دیگر نسبت به خوردن غذاهای شور و شیرین اشتها کاذب نخواهید داشت.

نمی گرفت و همین باعث شده بود در نیمه نخست سلطنت به شیوه شاهان قبلی هخامنشی کشور را اداره کند. اما وقتی آتوسا درگذشت، او همه آموخته های مادر را فراموش کرد و تصویری از خود نشان داد که بخشی از تاریخ ایران را زیر سوال برد. با این همه، او خشیارشا، شاه بزرگ ایران و پسر آتوسا، دختر کوروش بود.

ادامه مطلب زنان هخامنشی... از صفحه ۳۹

کوروش کاساندان را در جوانی دید و خواستار ازدواج با او شد. کاساندان بسیار زیبا و خردمند بود و با تربیتی سخت گیرانه بزرگ شده بود. او در زمان حمله کوروش به ارتش ماد و استیلا، در کنار همسرش بود. کاساندان مادر «کمبوجیه» و «بردیا»، دو پسر کوروش بود که در کنار پدر در جنگ بابل و مصر او راه همراهی کردند.

مفقود شدن بردیا، پسر کوچک تر او و کوروش که به نظر می آمد جانشین مناسب تری نسبت به کمبوجیه، پسر بزرگ تر باشد، کاساندان را بیمار کرد و به بستر بیماری افکند. به نوشته منابع تاریخی، کوروش از مرگ کاساندان بسیار غمگین شد و دستور داد تا تمام اتباع شاهنشاهی برای او عزاداری بزرگی برپا کنند. در سالنامه «نبونید» آمده است که وقتی همسر پادشاه فوت کرد، در بابل از ۲۷ «آدار» تا «۳» نیشان ۲۱-۲۶ مارس سال ۵۳۸، عزاداری عمومی برپا شد. به نظر می رسد مرگ کاساندان باعث آن عزاداری باشد. کاساندان در همان آرامگاهی که بعدها پیکر کوروش را دفن کردند، به خاک سپرده شد.

همسر پادشاهان

با مرگ ماندانا و کاساندان، به نظر می رسد که ملکه های قدرتمند در دربار هخامنشی باقی نمانده باشد اما آتوسا خیلی زود ثابت کرد که جانشین خوبی برای مادر بزرگ و مادرش است. او مهربانی و هوش ماندانا و زیبایی و متانت کاساندان را به ارث برده بود و با آموزش هایی که در دربار دیده بود، دختری با سواد و اندیشمند شد.

آتوسا به سنت دربار هخامنشی، باید همسر برادری می شد که قرار بود شاه شود. این برادر که قرار بود بردیا باشد، جایش را به یک باره به کمبوجیه داد؛ برادری که آتوسا می دانست در مفقود شدن بردیا دست داشته و شاید خودش او را کشته باشد. اما برخلاف «رکسانا»، خواهر کوچک ترش، سکوت کرد و در خفا عزادار برادر از دست رفته ماند تا زمانی که کمبوجیه به مصر رفت. زمانی که او در مصر بود، مردی پیدا شد که اعلام کرد بردیا است و قرار است به عنوان پادشاه قانونی به تخت بنشیند. شباهت این بردیای تازه رسیده به برادرش آن قدر زیاد بود که بسیاری از درباریان باورشان شد که بردیا پیدا شده است. آتوسا اولین کسی بود که می دانست این بردیا تازه رسیده، بردیای دورغین است. می دانست که او معنی به اسم گئومت است که در زمان کوروش به خاطر جرمی

او که گویا این روزها خیلی سرش شلوغ است و مدام با اطرافیان و تلفن های دیگر دفترش مشغول صحبت بود، در خصوص دلیل به کارگیری کارگران افغان در شرکت خود این طور جواب داد: «کارگرهای ایرانی کم کار می کنند و انتظاراتشان بالا است. آن ها حقوق بالا می خواهند و مدام هم از زیر کار در می روند. کارگرهای افغان اما کارشان را بهتر انجام می دهند.»

وقتی از او در خصوص دلیل حقوق پایین ترشان نسبت به کارگران ایرانی و یا وضعیت بیمه و استخدام شان می پرسیم، تنها به این جواب اکتفا می کند: «مهم این است که خودشان راضی هستند.» افزایش روزانه به کارگیری کارگرهای

در نهایت هم دست فروش ها آن ها را با قیمت های پایین در کنار پیاده روها می فروشند. مردم هم که به دلیل پایین بودن قیمت ها، از این عطرها به خوبی استقبال می کنند.» محسن ادامه می دهد: «البته تشخیص جنس های اصل از تقلبی کار خیلی سختی نیست و از روی بسته بندی و ضخیم بودن سلفون روی جعبه عطر می توان اصل و تقلبی بودنش را فهمید. البته بعضی ها از شیشه تستر استفاده می کنند که نیازی به قالب زدن ندارد. در این صورت، کار

تحقیقات روی گیاه شاهدانه برای تولید دارویی به عنوان درمان بیماری های ناتوان کننده سیستم عصبی بدن ادامه دارد. دانشمندان آمریکایی اعلام کرده اند ترکیب شیمیایی گیاه شاهدانه می تواند مانع گسترش سلول های سرطان سینه در بدن شود. محققان موفق به کشف یک ماده شیمیایی در گیاه شاهدانه شده اند که تاثیر ضدافسردگی دارد. آنان دریافته اند که این ترکیب شیمیایی می تواند به تولید دوباره سلول های عصبی کمک کند. شاهدانه ضد اسپاسم و انقباضات عضلانی است. شاهدانه مسهل است و در درمان یبوست کاربرد دارد. برای

در کنار صد ستون تخت جمشید ساخت که حالا موزه تخت جمشید در آن قرار دارد. آتوسا زنی قوی بود و به خاطر همراهی با سه پادشاه، حکومت داری را آموخته بود و در کنار داریوش و بعدها خشایارشا، به اداره پادشاهی بزرگ ایران پرداخت. به نوشته منابع تاریخی، تا او زنده بود، خشایارشا بدون اجازه او هیچ تصمیمی

که مرتکب شده، گوشش را بریده اند و بردیا سال ها است به دست کمبوجیه کشته شده است. اما سکوت کرد و به هیچ کسی حتی ندیمه هایش نگفت مردی که وارد حرم او شده، برادرش نیست. سکوت او باعث شد تا همه از بردیا دروغین فرمان بری کنند. آتوسا حتی وقتی خبر مرگ کمبوجیه را در راه بازگشت به پارس شنید، لب از لب باز نکرد. او انتقام برادر کوچک تر را گرفته بود. اما کار او هنوز تمام نشده بود.

بزرگان پارسی که دایی او، «اوتانس» هم میان آن ها بود، به این بردیای بر تخت نشسته شک کردند و تصمیم گرفتند کاری کنند. آتوسا که هم بستر او شده بود، می توانست تایید کند که او برادرش نیست. برای همین به دختر دایی خود، فدیمه که هم زمان با او در دربار بود، با سختی تمام پیغام داد به بزرگان خبر دهد که این فرد همان گئومت مغ است. این پیغام زمانی به آن شش نفر رسید که داریوش نیز به آن ها پیوست. داریوش هم مانند آتوسا می دانست که این فرد بردیا نیست چرا که او مشاور اصلی کمبوجیه بود و در جریان کشته شدن بردیا قرار داشت.

اما آتوسا تنها زنی نبود که آن هفت تن را برای از بین بردن گئومت یاری کرد. فدیمه، دختر اوتانس، یکی از زنانی بود که به خواست بردیای دروغین به دربار رفته و جزو زنان حرم شده بود. او که در هفته می توانست پدر را ببیند، پیش از آن که آتوسا تایید کند که این فرد برادرش نیست، جانش را به خطر انداخت و شبی که به اتاق گئومت رفته بود تا با او هم بستر شود، دست به گوش کشید و مطمئن شد که گوش ندارد.

بعد هم با خطر پیش تر به نزد آتوسا رفت. در شبی که آن هفت مرد به خوابگاه گئومت حمله کردند، این فدیمه بود که راه مخفی اتاقش را به کمک آتوسا باز کرد و به این ترتیب، گئومت مغ از تخت به زیر افکنده شد و تاج به داریوش رسید که از خاندان هخامنشی بود.

داریوش به پاس کمکی که این دو زن به او کردند، آن ها را با احترام زیاد در حرم نگه داشت اما از آنجا که آتوسا دختر کوروش بود، بانوی اول قصر و مادر ولیعهد او شد. آتوسا به گواهی منابع و ماخذ، علاوه بر تسلط به خواندن و نوشتن به خط میخی، سخنوری هم می دانست. در تاریخ، او به عنوان نخستین زن شاعر ایران شناخته می شود.

آتوسا نخستین ملکه ای بود که نامش در کتیبه ها آمده و به عنوان همسر شاه و مادر شاه در تخت جمشید نامش نوشته شده است. «خشایارشا» برای او کاخی اختصاصی

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

ای به این نام گشایش یافت. **رفتیتم و داغ خویش به دلها گذاشتیم** محمد رهی معیری، متخلص به رهی، فرزند محمدحسن خان معیری (مویده خلوت)، نوه دوستعلی خان نظام الدوله، از عموزادگان فروغی بسطامی، غزلسرای بزرگی بود. مادرش بانو فخری حجازی (فخر عالم) از نوادگان میرزا احمدخان مشیرالسلطنه به شمار میرفت. او علاوه بر اینکه یکی از بهترین غزلسرایان معاصر بود، در کار طنز و فکاهی و سیاسی گویی نیز مهارت فراوان داشت. در بخش آخر دیوان اشعارش نمونه هایی از این هنر وی نیز آمده است. یکی از اشعار انتقادی این هنرمند ماندگار شعریت تحت عنوان «از کجا آورده ای» یک بیت آن چنین است:

**ای وکیل مجلس که باشی اهل رشت
رای صندوق فسا را از کجا آورده ای**
ضمنا این غزلسرای نامی، ترانه سرا هم بود. رباعی هم سروده است و این دو بیت را هم برای سنگ مزار خود سروده است.

**رفتیتم و پای بر سر دنیا گذاشتیم
کار جهان به اهل جهان واگذاشتیم**
بودیم شمع محفل روشندان رهی
رفتیتم و داغ خویش به دلها گذاشتیم
کوتاه کنیم. رهی در ساعت سه و نیم نزدیک پگاه روز جمعه بیست و چهارم آبان سال ۱۳۴۷ شمسی دیده از جهان فرو بست. دریغ و افسوس بزرگ برجای نهاد. یادش یاد بهارنست تا همیشه.

گذاشته اند. به عنوان مربی، شما همواره باید با بازیکنان با احترام رفتار کنید، چه در داخل و چه در خارج از زمین بازی. آنها همواره به این نیاز دارند که مربیانشان به آنها توجه کنند. تمرین می باید یک تجربه مثبت برای بازیکنان و مربیان باشد. بطور مثال برای به ثمر رساندن یک گل، آدم های زیادی باید وظیفه خود را بدون توپ یا دوندگی بسیار انجام دهند و این حرکات باید بارها و بارها تمرین شود و بنا به درک، فهم و شعور مربی است که به بازیکنان انتقال یابد. «کارلوس» حالا همه چیز را در کنترل دارد و به نظر می رسد تیم ایران یکی از مسافران شایسته جام جهانی است. آیا آفتاب در ایران به همان گونه است که پرتغال؟

هدایت و فولکور یا فرهنگ توده
هدایت در اواخر سال ۱۳۲۳ که آرزوی انجام طرح گردآوری و تنظیم علمی فولکور ایران را مقرون به نتیجه دید، مقاله مفصلی با عنوان فولکور یا فرهنگ توده نوشت و هموطنان خود را به گردآوری فولکور بر پایه علمی تشویق و راهنمایی کرد و این مقاله در چهار شماره مجله سخن به چاپ رسید. هدایت در این مقاله نوشته بود که ترانه های عامیانه و افسانه ها نماینده روح هنری ملت می باشد و فقط از مردمان گمنام بیسواد به دست می آید. اینها صدای درونی هر ملتی است و در ضمن سرچشمه الهامات بشر و مادر ادبیات و هنرهای زیبا محسوب می شود... وی در این مقاله پس از اشاره به اینکه فولکور علم نوزادی است و جمع آوری مصالح آن بسیار لغزنده و دشوار می باشد، بار دیگر خاطر نشان نمود که هر گاه در جمع آوری آنها مسامحه و غفلت شود بیم آن می رود که قسمت عمده فرهنگ توده فراموش گردد.

این جنبش بررسی و گردآوری فرهنگ توده در ایران پس از چاپ کتاب نیرنگستان هدایت در سال ۱۳۱۲ آغاز شد و معلوم نیست به چه علت کتاب نامبرده توفیق گردید ولی زمامداران وقتی متوجه شدند که از این راه می توانند وسیله نمایشی فراهم بیاورند اسم بلکر «مردم شناسی» اختراع شد و موزه

A-Attitude رفتار
T-Talents استعداد
T-Training تمرین
او به رفتار بازیکنان اهمیت می دهد، استعدادها را به خوبی شناسائی می کند، پرورش می دهد و روش تمرین های مدرن را باور دارد.
سطح بازی یک بازیگر Performance همیشه در ارتباط است با:
روش زندگی Life Style
فیزیک بدنی Physic
تکنیک Technic
آمادگی ذهنی Mental
آمادگی احساسی Emotional
بازیکنانی که در نهایت مهارت های خود را در یک بازی به نمایش می گذارند آنها می هستند که تمرین های موفقی را پشت سر

ادامه مطلب **ورزش از نگاه من...** از صفحه ۱۴

لازم را ندارید سیستم شما کارآمد نیست. «هربرت چاپمن» که سالها پیش با تیم انگلیسی آرسنال قهرمان انگلیس شده بود گفت «شما به عنوان مربی به یازده بازیکن خوب و کمی شانس نیاز دارید.» بدون تردید او هم بازیکن خوب دارد و هم شانس، او تیمی را ساخته و پرداخته که همه هنوز جوانند. او بهترین دفاع آسیا را داراست. جوان جنگنده و بدون اشتباه. هر کس قهر کرده است پشیمان شده است، رحمتی، عقیلی، کریمی، جباری، خلعت بری، اما همه تیم کنونی را تحسین می کنند. او راه های ایجاد انگیزه در بازیکنان، راه های ایجاد اعتماد به نفس در آنان، تیم ساختن، حمله کردن بدون خشونت و دفاع جمعی را به خوبی نشان می دهد. تمرکز ذهنی و اعتماد به نفس بازیکنان هرگز در این حد نبوده است.

در مورد توانایی های او شک داشتن مضحک است. او وقتی حرف می زند خبرنگاران را مجذوب و حركات او مردم را به هیجان می آورد. آیا او غیرقابل تعویض است؟

به عنوان یک مربی باید چشمانتان را از دهان بازیکنان و روزنامه نگاران برگیرید و بر واقعیت تیم خود بدوزید. او استاد این کار است. بی توجهی به آموزش اساسی برای رشد و پرورش مربیان جوان و مستعد شگفتی آور است. برنامه آموزش فدراسیون فوتبال طی این سالها بدترین نمونه غلبه کمیت بر کیفیت است. اغلب در این کلاس ها به آنها از همه چیز چیزی آموخته می شود اما در حقیقت چیزی آموخته نمی شود چرا ما نباید پنج دستیار ایرانی خوب در کنار او بکار گیریم. او در یک تمرین ملی با عصبانیت تمرین تیم ملی را قطع می کند، توجه کنید، بازیکنان ملی را مخاطب قرار می دهد و روش درست سانتر کردن Cross را به آنها می آموزد. او به بازیکنان می گوید:

Don't Doubt your own ability
در مورد توانائی های خود شک نکنید اما **Your brain need to be sharper**
شما مغزتان باید دقیق تر کار کند.

مردم برای دیدن او صف می کشند. حالا در آمارگیری دستگاه های سنسجش افکار عمومی محبوبیت او رو به صعود است. او به هر رستورانی که می رود کسی پول غذای او و همراهانش را داده است. این آفتاب ایرانی مثل پرتغال است و شاید هم درخشان تر. فوتبال ما در حال رنگ عوض کردن است و این مرد بخوبی می داند که AT&T یعنی چی:

فراموش نکنیم، نخست باید خواندن و نوشتن را یاد گرفت و آنکه به جستجو پرداخت. گرچه پیکاسو می گوید «من جستجو نمی کنم، من پیدا می کنم» و باید پیدا کرد و او به خوبی استعدادهای را پیدا می کند. او بازیکن سالاری را از میان برده است و وقتی چندسال پیش «مهدی رحمتی»، دروازه بان وقت تیم ملی، برای او ناز کرد، او را خانه نشین کرد و به قولی گربه را دم در حمله کشت. او هرگز به کسی باج نداده است و برای او فرقی نمی کند و بازیکنانش را به نیمکت نشین ها و بازیکنان ثابت تقسیم نمی کند. او «اندرانیک اسکندریان» را که در بازی قبلی کاپیتان بوده، نیمکت نشین کرد و فقط پنج دقیقه آخر به زمین آورد. همه خوشحال هستند که در تیم ملی هستند. او از تعویض هیچ بازیکنی هراس بدل راه نمی دهد. تعویض هایی را که جگر «امیر ارسلان نامدار» را می خواست برای او بسیار ساده است. دیگر کسی بعد از تعویض به رختکن نمی رود، شیشه آبش را به زمین نمی کوبد و به کیف داروها لگد نمی کوبد، بلکه مثل بچه آدم با همه دست می دهد و روی نیمکت ذخیره ها می نشیند. او در میان مربیان ایرانی دشمنانی دارد و همچنین طرفدارانی. مثل آقایانی که بادمجان دور قاب چی هائی هستند مثل آقای «منصوریان» که خوشحال است آقای «کیروش» در تب تاسوعا پیراهن مشکی پوشیده است.

ساده لوحی زیادی می خواهد درون بسیار پیچیده «کارلوس کیروش» را شکافت. می گویند او جیمزباند را درس می دهد. مخ داوران را قبل از بازی می زند و مربی تیم مقابل را تحت تاثیر قرار می دهد. می گویند او بسیار خوش شانس است که در وقت اضافی دو گل به قطر می زند و دروازه بان قطری چنان اشتباه وحشتناکی می کند و در دقیقه آخر بازی توپ را به مهاجم ایرانی می سپارد تا بازی مساوی را با باخت عوض کنند. اگر شما هم از جوان های قدیم هستید و «آلن بال» انگلیسی را که با انگلیس جام جهانی ۱۹۶۶ را برد به یاد داشته باشید او گفته بود «من به شانس اعتقاد ندارم، اما به آن احتیاج دارم.» فراموش نکنیم «توماس جفرسون» رئیس جمهور پیشین آمریکا را که می گوید «من به شانس اعتقاد دارم اما من به واقع دریافتم که هر چه سخت تر کار کنم شانس بیشتری دارم.»

او سخت کار می کند. در هر تمرین همه سخت عرق می ریزند. در سرما و گرما. کار جوهر وجود انسان است. پایان همه سیستم ها حرکات بازیکن است. اگر شما بازیکن

Own a Business? List your Business At

irany.com



Your Connection to the World



ادامه مطلب **آشنایی با ... از صفحه ۴۳**

وحشی اثبات شده است. از گیاهان ضدالتهاب معروف نیز می‌توان به بابا آدم، گل مینا و زردچوبه اشاره کرد. بعضی از این گیاهان مصرف خوراکی دارند و گروهی به صورت موضعی روی ناحیه درد گردن مالیده می‌شود. پوست درخت بید سفید نیز یکی از مشهورترین گیاهانی است که برای درمان فتق دیسک گردن و کاهش درد و ناراحتی ناشی از آن به کار برده می‌شود.

جراحی

در صورت تأثیرگذار نبودن راه های درمان بدون جراحی اشاره شده، عمل جراحی دیسک گردن ضرورت می‌یابد که با هدف برداشتن بخشی از دیسک انجام می‌شود که به عصب فشار می‌آورد. جراح در این عمل که در اصطلاح دیسکتومی نامیده می‌شود، با توجه به محل فتق دیسک گردن، برشی را در جلو یا عقب گردن ایجاد می‌کند تا به ستون فقرات دسترسی پیدا کند. جراح تصمیم تخصصی خود را مبنی بر انجام عمل از جلو یا عقب گردن (روش قدامی یا پیشین در مقابل روش خلفی یا پسین) بر اساس عامل‌های گوناگونی اتخاذ می‌کند که موقعیت دقیق فتق و تجربه و ترجیح جراح از آن جمله‌اند. ماده دیسک در هر یک از این دو روش از روی عصب برداشته می‌شود و معمولاً نتیجه خوبی به دست می‌دهد. چون خارج کردن بخشی از دیسک برجسته از جلوی گردن به معنای برداشتن بخش اعظم دیسک علاوه بر قسمت برجسته‌ی آن است، انجام فیوژن (الحاق یا خشک کردن) غالباً توصیه می‌شود و همزمان با خارج کردن بخش مورد نظر صورت می‌پذیرد.

این بیماری معمولاً با روش های درمان بدون جراحی بهبود می‌یابد و علائم آن از جمله گردن درد خفیف یا شدید کاهش می‌یابد. عمل جراحی دیسک گردن تنها در صورتی که دیگر راه های درمانی منجر به کاهش علائم از جمله درد گردن نشود، صورت می‌گیرد. فتق دیسک می‌تواند حتی بدون علائم نیز باشد. در صورت بروز علائم ذکر شده در مقاله به پزشک مراجعه کنید تا قبل از شدید شدن بیماری بهترین درمان بدون جراحی را برای شما تجویز کند.

آن اندازه پایدار نمی‌سازند و آنقدر آن را محکم نگه نمی‌دارند که قرار گرفتن در حالت اندامی نامناسب و حرکت‌های نامطلوب غیرممکن شود. گردنپندهای طبی سخت و محکم هر چند کاملاً گردن را بی‌حرکت نگه می‌دارد اما بستن طولانی مدت آنها ناخوشایند و آزاردهنده است.

طب سوزنی

پزشک معمولاً به بیمار توصیه می‌کند تا تمام درمان‌های محافظه‌کارانه‌ی مؤثر و کارآمد احتمالی برای برطرف کردن علائم فتق دیسک گردن را امتحان کند؛ طب سوزنی نیز یکی از گزینه‌های درمانی برای مدیریت گردن درد به شمار می‌آید. پزشک متخصص در طب سوزنی معمولاً سوزن‌هایی را در پوست در امتداد گذرگاه‌های درد فرو می‌کند. متخصصین طب سوزنی بر این باوراند که این روش تولید اندورفین‌های خاصی را تحریک می‌کند که برای تسکین درد و دیگر علائم دیسک گردن مفید هستند. متخصص طب سوزنی محل عصب مشخص تحت فشار و دامن زنده به درد گردن را تعیین می‌کند و سپس سوزن‌ها را در جای مناسب فرو می‌کند.

ماساژ

اگرچه ماساژ دادن برای درمان دیسک گردن منع نشده است، این روش درمانی باید با احتیاط انجام شود. زائده‌های جانبی ستون فقرات مانع فشردگی بیشتر ریشه‌های عصب در حین ماساژ دادن می‌شوند، اما علائم گاهی در اثر حرکت‌های جزئی مهره‌ها هنگام اعمال فشار روی ناحیه تحت درمان تشدید می‌شود. ماساژ به کاهش تنش عضلانی در ناحیه مورد نظر کمک می‌کند و بار فشاری روی دیسک بین مهره ای گردن را کم می‌کند. باین حال ماساژ باید با احتیاط و تنها زمانی انجام شود که شدت اختلال کاملاً مشخص شده باشد.

درمان گیاهی

درمان‌های گیاهی درد دیسک گردن معمولاً بر التهاب و درد ناشی از صدمه عضلانی - اسکلتی اثر می‌گذارد. اثر ضد درد یا تسکین بخشی بعضی از گیاهان خاص مانند ارنبقه، کوه‌شام، سیاه، خشخاش کالیفرنیا، اسپیره کوهی، باتربر، مخمر سنت جان و سیب زمینی هندی

فشار بیاورید که سر کمی بیشتر به سمت چپ حرکت کند. این حالت را ۲۰ ثانیه حفظ کنید و سپس سر را به آهستگی به وسط برگردانید. این حرکت را به سمت راست تکرار کنید.

سر را به سمت چپ کج کنید و سعی کنید گوش چپ با شانه تماس پیدا کند. با دست چپ کمی گیجگاه را فشار دهید. ۲۰ ثانیه در این حالت بمانید و سپس این حرکت را رو به سمت راست تکرار کنید. با انجام این ورزش‌ها و تقویت عضلات گردن به کاهش گردن درد و دیگری علائم دیسک گردن کمک می‌شود. سر را رو به جلو خم کنید و سعی کنید چانه به قفسه سینه برسد و در این بین، شانه‌ها را شل کنید. این حالت را ۲۰ ثانیه حفظ کنید و سپس حرکت را دوباره انجام دهید. با زانوهای خمیده به پشت دراز بکشید و بالشتی را برای حمایت و نگه داشتن زیر سر و گردن قرار دهید. سر را با ملایمت رو به جلو تکان دهید، دقیقاً مانند زمانی که سر را به معنای پاسخ مثبت تکان می‌دهید. این حالت را ۱۰ ثانیه حفظ کنید و سپس استراحت کنید. این حرکت را ۱۰ بار انجام دهید.

چنانچه هنگام انجام هر یک از این حرکات کششی با گردن درد یا ناراحتی قابل ملاحظه مواجه شدید، بی‌درنگ انجام آن را متوقف سازید.

کایروپراکتیک

درمان دستی با تنظیم‌های ملایم، عملکرد گردن را به حالت طبیعی برمی‌گرداند و موجب کاهش گردن درد می‌شود. متخصص کایروپراکتیک گردن و مفصل‌های قفسه سینه را جهت کاهش خشکی، بهبود قابلیت حرکتی و افزایش دامنه حرکت، دستکاری می‌کند. احتمال دارد این تنظیم‌ها برای بیماران دچار عارضه‌های گردن، مانند تنگی سرخرگ گردن یا استنوز تریپت پیشرفته، نامناسب یا به طور بالقوه خطرناک باشد. متخصص کایروپراکتیک پیش از شروع درمان دیسک گردن تشخیص می‌دهد که آیا دستکاری‌ها موجب آسیب بیشتر می‌شوند یا خیر.

بالش مخصوص و گردن بند طبی

بالش‌های مخصوص گردن به گونه‌ای طراحی شده‌اند که تا حدی گردن را زمان خوابیدن بی‌حرکت سازند. باین وجود، تاکنون هیچ پژوهشی کارآمد بودن و تأثیر مفید بالش‌های گردن را برای بیماران مبتلا به دیسک گردن تأیید نکرده است، بنابراین بهتر است پیش از استفاده از آنها با دکتر فیزیوتراپی معالج خود مشورت کنید. گردن بند طبی نرم گردن را تا

کورتیکواستروئید گاهی اوقات برای درمان فتق دیسک گردن شدید، حاد و ناگهانی توأم با علائم شدید زودتر تزریق می‌شود. کورتیکواستروئیدها برای به تأخیر افکندن یا حتی از بین بردن ضرورت جراحی برای بیمارانی تجویز می‌شوند که از درد شدید و توان‌فرسای گردن، بازو و... رنج می‌برند.

فیزیوتراپی

متخصص کایروپراکتیک یا دکتر فیزیوتراپی از نرمش‌ها و دستکاری‌های مختلفی در انواع گوناگون برای کاهش خشکی، تقویت ناحیه تحت درمان دیسک گردن و بازگرداندن عملکرد گردن به حالت طبیعی بهره می‌گیرد. درمان‌هایی نظیر گرم یا سرد کردن، ماساژ بافت عمقی، تحریک الکتریکی و اولتراسوند پیش از شروع نرمش‌ها و حرکات اصلاحی امتحان می‌شوند. بیمار در طول فیزیوتراپی نرمش‌های متنوع کشش و تقویت عضله‌های نگهدارنده گردن را انجام می‌دهد و نحوه افزایش دامنه حرکتی و بهبود حالت اندامی را فرا می‌گیرد. دکتر فیزیوتراپی به منظور آموزش حالت اندامی صحیح از بیمار می‌خواهد تا هنگام انجام حرکات مقابل آینه بایستد تا اشتباه‌های خود را ببیند و آنها را اصلاح کند.

تمرینات ورزشی کشش گردن

تراکشن یا کشش گردن یکی از روش‌های مورد استفاده‌ی متخصص کایروپراکتیک و دکتر فیزیوتراپی برای تسکین گردن درد ناشی از دیسک گردن و بهبود دامنه حرکتی به شمار می‌رود. تراکشن یا دستگاه کشش گردن به ملایمت گردن را به گونه‌ای می‌کشد که فضاهای بین مهره‌های گردنی را باز کند و فشار روی دیسک‌های آسیب دیده را موقتاً کاهش دهد. کشش گردن به صورت مستمر و متناوب (کشش برای مدت کوتاه و سپس استراحت) انجام می‌شود.

ورزش و حرکات اصلاحی

بیمار پس از بهبودی نسبی و اجازه پزشک، حرکات‌های کششی را به منظور تسکین و درمان درد گردن و افزایش انعطاف‌پذیری انجام می‌دهد. بهترین نتیجه زمانی به دست می‌آید که این حرکات پس از گرم کردن عضله‌ها با گرفتن دوش آب گرم، حمام آب گرم یا استفاده از حوله داغ انجام شوند. در ادامه چند نمونه از ورزش گردن درد و تمرینات مخصوص برای کاهش درد بیماری دیسک گردن توضیح داده می‌شود که می‌توان به راحتی آنها را در خانه انجام داد:

سر را به آهستگی به سمت چپ بچرخانید. با دست چپ اندکی به چانه به گونه‌ای

ماهنامه پژواک

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

www.pezhvak.com

(408) 221-8624



ادامه مطلب هنر قالی بافی ... از صفحه ۱۳۳

کارشناس به ایران آمده بود برای امور مخابراتی و از مناظر ایران تعداد زیادی عکس گرفته که محمد عاصمی با کمک وزارت فرهنگ و هنر آن روز به مناسبت جشن های شاهنشاهی آن را چاپ کرد، بسیار جالب بود، با نام: ایران در ۱۱۳ سال قبل.

مادام کارلاسرنا در زمان ناصرالدین شاه به ایران آمده و سفرنامه جالبی نوشته، با عنوان آدم ها و آئین ها که علی اصغر سعیدی ترجمه کرده که در آن به تمام ابعاد بیرونی و درونی و کم و کیف زندگی و آثار و هنرها و خلیقات ایرانی ها پرداخته که بسیار خواندنی و جالب است. اما اگر خود ما نگاه می کردیم تا آن حد مثل او نمی دیدیم و نمی نوشتیم.

وقتی آدم به سفرنامه حیرت انگیز مادام دیولافوا نگاه می کند از حوصله و کنجکاوی این جهانگردان مشتاق در شگفت می شود و از آن همه نقاشی ها و تصویرهای کامل و دقیق حیرت می کند که چه گونه آنها را تهیه کرده اند، در و دیوار هتل شاه عباس اصفهان پر است از نقاشی ها و تصاویر تهیه شده این زوج. تاریخ ادبیات ما را اول دیگران نوشته اند، مثل ادوارد براون، هرمان اته که بعدها استاد فروزانفر، دکتر شفق، دکتر صفا و دیگران نوشتند.

ترجمه ادوارد فیتز جerald رباعیات منسوب به خیام باعث ایجاد زمینه مساعد برای شناسایی خیام در اروپا و توجه به زیبایی ها و عظمت اندیشه خیام می شود. گوته شاعر و متفکر آلمانی در ۱۸۱۹ در «دیوان شرقی» خود از حافظ الهام گرفت و افکار و عقاید خود را با طرز تخیل و بیان حافظ به قلم آورد.

در دائره المعارف مصاحب می خوانیم: گر چه گزنون اشاراتی به فرش و قالی ایران کرده ولی نمی توان آنها را سند اصلی

گفتم: «حُب، پس چرا معطل هستی و سدبزرگ را شروع نمی کنید؟» گفت: «یک مشکل وجود دارد و آن این است که دشت ناز زیر آب می رود.

دشت ناز متعلق به آقای امیراسدالله علم بود و ده ها کارشناس کشاورزی بهترین پرتقال ها و نارنگی ها را در آنجا تولید می کردند. این دشت ناز که گویا بنام دختر آقای علم بود ده ها کیلومتر مربع وسعت داشت.

مهندس گودرزی ادامه داد و گفت: «ما برای وزارت (نیرو) نامه نوشته ایم که اگر

قلمداد کرد. اضافه می کند که شبانان صحرائشین بافته هایی که طلایه های قالی امروز است می ساخته اند. همچنین در زمان سلوکیان و اشکانیان و نیز در زمان سامانیان قالی های نفیس و قالیچه های پشمی خوب می ساخته اند. قالی های نرم از جمله اشیایی بودند که هرکلیوس در جنگ با خسرو پرویز به تاراج برد و فرشی که ده سال بعد از کاخ بیستون به دست اعراب افتاد، گویا گوهر نشان بوده است، به نام: فرش بهارستان.

در آثار مورخان و جغرافی دان های عرب که در زمان خلفای عباسی بارها به ایران سفر کرده اند اشاراتی به قالی رفته، بخصوص در سفرهای فارس، مازندران، گیلان و قائنات.

در اواخر قرن هفتم به دستور غازان خان، بناهای دولتی تبریز با قالی مفروش شده بود. اوزون حسن و سلاطین تیموری در کاخ های خود قالی های خوب داشته اند. در دوره صفویه بعضی شاهان کوشش هایی برای ترویج هنر و صنعت قالی به کار برده اند، به ویژه شاه عباس، سپس تبریز در صادرات فرش تحولی ایجاد کرده است.

قدیمی ترین قالی ایران را پازیریک می دانند که در موزه روسیه محفوظ است و در یخ های سیبری پیدا شده بود. کلمه پازیریک، نام آن روستاست که روی قالی ایران نهاده شده است.

شرکت فرش ایران در زمان رضا شاه و موزه فرش در دوره محمد رضا شاه به وجود آمدند. به سفارش رضا شاه عمو اوغلی فرش کاخ سعد آباد را تهیه کرد که حدود ۴۰ متر مربع است و این توجهات که به بسیاری دیگر هنرها می شد، مثل هنرستان کمال الملک و مدارس هنر، کارگاه های قالی بافی، زری بافی، کوزه گری، سفال گری از آثار آن عصر است.

ادامه مطلب شیرین در خسرو ... از صفحه ۱۲

او می اندیشد که با پافشاری خود او خسرو به ایران بازگشت و بر تخت سلطنت نشست و اکنون می بایستی معشوق و رقیب را همراه هم بپذیرد و این برایش سخت و ناگوار است. غروری لطمه خورده و عشقی که دلش را از دست برده، پر اندوه می گوید:

مرا این رنج و این تیمار دیدن

ز دل باید نه از دلدار دیدن

همه جا دزد از بیگانه خیزد

مرا بنگر که دزد از خانه خیزد

دلی دارم کز او حاصل ندارم

مرا آن به که دل با دل ندارم

دل ظالم شد و یارم ستمکار

از این دل بیدلم، زین یار بی یار

شیرین با دل خویش گرفتار جنگی عظیم است. دل او معشوق را می طلبد و غرورش او را می راند، پس با عتاب و سرزنش شاپور را که به نمایندگی خسرو به درگاه وی آمده مورد خطاب قرار می دهد و می گوید: برو و با خسرو این چنین از جانب من سخن گوی که با مریمش بسازد و روی از من برگرداند.

اگر گوید بدان صبحم نیازست

بگو بیدار منشین شب درازست

و گر گوید به شیرین کی رسم باز

بگو با روزه مریم همی ساز

و گر گوید کشم تنگش در آغوش

بگو این آرزو بادت فراموش

و به این سان مثنی تهدید و عتاب و خشم

بدین خواری مجویم گر عزیزم

خط آزادیم ده گر کنیزم

رها کن تا در این محنت که هستم

خدای خویشتن را می پرستم

پس پاسخ خویش بر شاپور عرضه داشت و او را گفت که هرگز به سرزمینی که خسرو در کنار مریم روزگار می گذراند قدم نخواهد گذاشت و اصرار و ابرام شاپور برای بردن او به ایران و یا حتی برقراری آشتی مابین آن دو به نتیجه ای نرسید و شاپور با دست خالی راهی سرزمین خویش و رساندن پیام شیرین خسرو پرویز شد. از سویی دیگر شیرین زیبا و عشق انگیز سرخورده از اندوهی که وی را در جانست راه خویش می گیرد و به کار حکومت می پردازد تا سرنوشت او را در برابر فرهاد استاد و صنعت گر بلند آوازه زمانه که آوازه زیبایی شیرین را شنیده بود و دورادور عشق او را در دل داشت قرار می دهد و این خود پایه گذار داستانی دیگر از عشق فرهاد به شیرین است که پایانی غم انگیز به دنبال دارد.

زبانم در استخ در ماه آئینه

حکایت

یکی از وزرا پسری کودن داشت. پیش یکی از دانشمندان فرستاد که مرابن را تربیتی میکنم مگر عاقل شود. روزگاری تعلیم کردش و مؤثر نبود پیش پدرش کس فرستاد که این عاقل نمیشود و مرا دیوانه کرد.

تربیت را درو اثر باشد

آهنی را که بد گهر باشد

که چو تر شد پلیدتر باشد

چون بیاید هنوز خر باشد

چون بود اصل گوهری قابل

هیچ صیقل نکو نداند کرد

سگ بدریای هفتگانه بشوی

خر عیسی گرش بمکه برند

را زیر بار نرفت و دو ماه بعد هم من به تهران منتقل شدم.

من خاطرات علم را تیکه تیکه اینجا و آنجا خوانده ام و ایشان درباره سد میناب و دشت ناز چیزی ننوشته اند، اما اگر روزی روزگاری بخواهند یکی از هزار و یک دلیل انقلاب ننگین اسلامی را بنویسند همین طرز فکر و خیانت به مردم ایران است و این عمل وزارت نیرو جز خیانت به مردم ایران هیچ نتیجه ای نداشته است.

هزاران مانند اسدالله علم آمده اند و رفته اند و جز یادی و نامی چیزی از آنها بجای نمانده. اما وقتی خوب فکر می کنی به ننگ اش نمی آرزد.

مملکت جای یک سد بزرگ را با یک سد کوچک عوض کنند.

فردای آن روز گزارشی شبیه این که می نویسم برای شهربانی کل نوشتم و رونوشتش را هم به شهربانی بندرعباس فرستادم: بعد از مقدمه، «در شهر شایع است که به خاطر دشت ناز که متعلق به آقای علم است می خواهند جای سد بزرگ میناب را با سد کوچکی عوض کنند و این در بین مردم می پیچد که چرا باید چنین کنند.»

البته این گزارش به نتیجه ای نرسید و وزارت نیرو کار خودش را کرد و همان سد کوچک را ساخت و زیان های آقای علم

ادامه مطلب از در گوشتی ها... از صفحه ۲۲

فدا کردن و کیفیت را در کمیته نادیده گرفتن روشی است مغایر با تمدن و فضای منبع فیاض سعادت که خود عامل تحرک فرهنگی جامعه می شود. ادبیار اینجاست که دوگانگی آموزش و پرورش فرهنگی ما آوارگان وادی غربت تزلزل فکری بار آورده و ما خود گم کردگان بزهت ظلمت سرگردان در میان دو قطب نامتجانس دور خودمان می چرخیم. که چه شود؟ گرچه ملامتی نیست. درد از ریشه کنده شدن و راه هموار را گم کردن عمومیت دارد. ناچار ترفیع مدارج غیرواقعی نوشداروی ما بی وطنان به نظر می رسد.

بازپس دادن بخشی از بدهی فرد بدهکار نماید. بنابراین اگر، در مثال ذکر شده، درآمد حاصل از فروش خانه کمتر از ۱۰۰۰۰ دلار به علاوه هزینه فروش باشد، فروش خانه برای دادگاه صرف نمی کند و خانه توسط امین فروخته نمی شود. قوانین کالیفرنیا مقادیر معافیت فردی در انواع اموال دیگر را نیز مشخص کرده اند. مثلا پرداختهای بیمه اجتماعی (Social Security)، که مستقیماً در یک حساب بانکی واریز می شوند تا سقف ۲۸۷۵ دلار برای افراد مجرد معاف می باشند. مواردی از دارایی های فردی به کلی معاف هستند و نمی توانند صرف بازپرداخت بدهی فرد بدهکار شوند. یکی از این موارد کاملاً معاف «ابزار کار» (Tools of the Trade) یا ابزار امرار معاش می باشد.

مسأله بسیار مهم دیگری که در مورد فصل هفتم ورشکستگی (و حتی تا حدی فصل سیزدهم ورشکستگی) در نظر باید داشت این است که مواردی از بدهی هستند که دادگاه ورشکستگی، به دلیل مصالح عمومی، آنها را از بین نمی برد. از مهمترین این بدهیها می توان بدهی مالیاتی، نفقه و بدهی حمایت از فرزندان (Child Support)، بیشتر جریمه های جنایی، بدهیهای حاصل از کلاهبرداری، و مگر در پاره ای موارد محدود، بدهی وام دانشجویی نام برد.

در پایان، خاطر نشان می شوم که اطلاعات و مطالب ذکر شده به هیچ وجه نباید معیار تصمیم خوانندگان برای استفاده از قوانین ورشکستگی قرار گیرند زیرا که قوانین ممکن است با گذشت زمان تغییر کنند و اینکه موارد قانونی مرتبط دیگری نیز وجود دارند که مجال پرداختن به آنها در این ستون وجود نداشت. امید است که در آینده بتوانم مطالب دیگری را برای بررسی کاملتر و دقیقتر قوانین ورشکستگی در آمریکا به تحریر درآورم.

ادامه مطلب نگاه کوتاه... از صفحه ۱۱

افراد را می بینیم که در این سرزمین فرصت ها، به نان و نوا رسیدند و طبعاً با به کارگیری هر گونه ترفند و مقدمات صدر نشین جماعت نوکیسه گان در دایره دید قرار گرفتند. دیار فرصت ها نعمت و برگشت بعضی و عسرت و نکبت بعضی دیگر شد و من شخصاً چند نفری را می شناسم که بدون سابقه دانشگاهی و مدارک ضروری اینجا رسماً «جناب دکتر» خوانده می شوند و همچنین بنا «آقای مهندس» و معلم ساده استاد و استادیار، پرفسور. عقده جاه و مقام عشق به فروغ و ظواهر و نمایش احترام و تکریم می طلبد یعنی اصول اخلاقی را

که ارزش فروش دارند را بفروشد یا پول حاصل از فروش آن اموال بخشی یا تمامی بدهی طلبکاران را بازپس دهد. تعیین اینکه آیا دارایی خاصی ارزش فروش دارد به فاکتورهای مختلفی بستگی دارد که مهمترین آن مقدار حق یا Equity است که فرد بدهکار در آن دارایی دارد. مثلاً اگر ارزش یک دارایی ۱۰۰۰۰ دلار است و فرد روی آن دارایی ۶۰۰۰ دلار بدهی دارد، فرد بدهکار در آن دارایی تنها ۴۰۰۰ دلار حق یا Equity دارد. در صورت تصمیم فرد امین، این دارایی خاص فروخته می شود و ابتدا طلبکار ۶۰۰۰ دلار طلب خود را پس می گیرد و مابقی صرف هزینه فروش آن دارایی و پس دادن بخشی از بدهی تضمین شده فرد بدهکار می شود. البته این تمامی ماجرا نیست. جدا از Equity فرد بدهکار در اموالش و هزینه فروش فاکتور دیگری که فرد امین برای گرفتن تصمیم در نظر می گیرد مقدار «معافیت فردی» (Personal Exemption) است. قوانین فدرال و قوانین ایالت کالیفرنیا بخشی از ارزش دارایی های افراد را به عنوان معافیت از دسترس طلبکاران دور می کنند. در ابتدای درخواست ورشکستگی، فرد باید یکی از دو سیستم معافیت را انتخاب نماید. سیستم اول بیشتر مناسب افرادی است که صاحب خانه هستند و در خانه خود Equity قابل توجهی دارند. سیستم اول به افراد مجرد صاحب خانه ۷۵۰۰۰ دلار، به افراد متأهل ۱۰۰۰۰۰ دلار، و به افراد بالای سن ۶۵ سال یا معلول ۱۷۵۰۰۰ دلار معافیت مسکن (Homestead Exemption) می دهد به این ترتیب، اگر Equity یک فرد متأهل در خانه اش ۱۵۰۰۰۰ دلار باشد، امین دادگاه در صورت فروش خانه باید مبلغ ۱۰۰۰۰۰ دلار را به فرد بدهکار بدهد و تنها ۵۰۰۰۰ دلار باقی مانده را صرف هزینه فروش خانه و

پرداخت آنها را بازپس دهد، اما به او اجازه نمی دهد تا حق طلبکاران در مصادره وثیقه برای باز پس گرفتن طلب تضمین شده خود را از بین ببرد. بنابراین، گرچه تحویل درخواستنامه ورشکستگی تلاشهای طلبکاران برای تصرف وثیقه را متوقف می کند، اما طلبکاران می توانند از دادگاه درخواست اجازه تصرف وثیقه را نمایند.

برای فردی که بدهی تضمین شده ای چون وام خانه (Mortgage) دارد و می خواهد از مصادره قریب الوقوع خانه خود به دلیل عقب بودن پرداخت اقساط خود جلوگیری کند، اعلام ورشکستگی براساس فصل سیزدهم مناسبتر است. برای چنین فردی اعلام ورشکستگی براساس فصل هفتم تنها مصادره خانه را برای مدتی به تعویق می اندازد. در حالیکه فصل سیزدهم به فرد این امکان را می دهد که با پیشنهاد و پذیرش یک برنامه بازپرداخت از سوی دادگاه، اقساط عقب مانده خود را به همراه اقساط عادی به طلبکار پرداخت کند و جلوی او را از تصرف خانه خود بگیرد. البته چنین امکانی تنها برای فردی میسر است که اشتغال ثابت دارد و درآمد او به اندازه ای است که، پس از کم کردن هزینه های حداقل زندگی روزانه او، بتواند از پس پرداخت اقساط عادی وام و بازپرداخت قسطی مقادیر عقب مانده بر بیاید. در این میان، دادگاه برای کمک به فرد بدهکار برای از عهده برآمدن برنامه بازپرداخت ممکن است بخشی یا تمامی بدهیهای تضمین نشده او را از بین ببرد. همچنین، فرد بدهکار نیز می تواند از دادگاه درخواست نماید تا در صورت امکان بدهی های او روی وام های دوم، سوم، و غیره، که روی خانه یا برای خرید خانه گرفته است را از بین ببرد.

فصل هفتم قانون ورشکستگی، از طرف دیگر، برای آن دسته از افرادی مناسب است که بدهیهایشان عمدتاً غیر تضمین شده می باشد (مانند بدهیهای کارت اعتباری) یا به دلیل نداشتن شغل یا درآمد کافی توانایی پیشنهاد برنامه بازپرداخت ندارند و به این ترتیب نمی توانند از مصادره وثیقه بدهی تضمین شده خود جلوگیری کنند. پس از تحویل درخواستنامه ورشکستگی فصل هفتم، تمامی داراییهای و بدهی های فرد بدهکار از قلمرو اختیار او خارج می شود و در اختیار دادگاه ورشکستگی قرار می گیرد. دادگاه نیز فردی را به عنوان «امین» (Trustee) مسئول رسیدگی به امور مالی فرد بدهکار می کند تا اموالی

همچنین، گرفتن کارت اعتباری، هر چند با سقف اعتباری کم، برای بسیاری افراد پس از مدت نه چندان طولانی پس از اعلام ورشکستگی امکان پذیر می باشد. باید نیز توجه داشت که حق بهره گیری از قوانین ورشکستگی حقی همیشگی و نامحدود نیست. اعلام ورشکستگی برای دومین یا چندمین بار محدودیتهایی را برای فرد به وجود می آورد که یکی از مهمترین آنها محدودیت زمانی است. معمولاً حداقل هشت سال پس از اعلام ورشکستگی براساس فصل هفتم نمی توان برای بار دوم براساس فصل هفتم درخواست ورشکستگی کرد. چنین محدودیتی برای فصل سیزدهم دو تا شش سال می باشد.

مهمترین چیزی که فرد بدهکار پیش از درخواست ورشکستگی باید به آن آگاهی پیدا کند این است که کدامیک از دو فصل ورشکستگی با شرایط مالی او، سازگارتر است و برای او سودمندتر می باشد. پاسخ به این سؤال بستگی به نوع و اندازه بدهیهای فرد و داراییهای او دارد. لازم است که خاطر نشان کرد که، به طور کلی، جدا از اینکه کدامیک از دو فصل مبناء رسیدگی به مشکل بدهی فرد می شود، اعلام ورشکستگی برای آن دسته از افرادی مفید است که نسبت بدهیهایشان به دارایی آنها بیشتر می باشد. به طور کلی، بدهی را می توان به دو دسته تقسیم کرد: بدهی تضمین شده (Secured Debt) و بدهی تضمین نشده (Unsecured Debt). بدهی تضمین شده آن نوع بدهی است که فرد در قبال آن چیزی را به عنوان وثیقه یا ضمانت (Collateral) به طلبکار داده است، بدین معنا که اگر فرد بدهکار بدهی خود را براساس شرایط مورد توافق طرفین یا به موقع یا کامل پرداخت نکرد، طلبکار حق تصرف وثیقه را پیدا می کند تا با درآمد حاصل از فروش آن طلب خود را بازپس گیرد. وامهای خرید خانه یا ماشین معمولاً از این دسته بدهی های تضمین شده می باشند. از طرف دیگر، فرد بدهکار در قبال بدهیهای غیر تضمین شده خود به طلبکار هیچ ضمانت یا وثیقه ای نداده است و در صورت نپرداختن کامل یا به موقع بدهی، طلبکار بدون حکم دادگاه حق تصرف هیچگونه از اموال فرد بدهکار را ندارد. (البته باید در نظر داشت دسته محدودی از بدهی براساس قانون و بدون نیاز به قرارداد ضمانت به صورت «اتوماتیک» تضمین شده هستند.) اعلام ورشکستگی به فرد این امکان را می دهد که تنها بدهیهای خود را کاهش دهد یا از بین ببرد یا براساس یک برنامه

ادامه مطلب **خاطرات زمان... از صفحه ۱۳۷**

رئیس باشگاه، خلبان مسنی بود که شاید هم‌دوره و یا ارشدتر از نوروز ناصری و او هم از خلبانان دوره رضا شاه بود که خدایش بیامرز که بعدها در حین سمپاشی بر روی مزارع کشاورزی، برای دفع آفات نباتی، مانند شادروان سرگرد نوروز ناصری، دچار سانحه گردید و سوخت و از وجود نازنینش، تنها مقداری خاکستر و استخوان سوخته باقی ماند. نامش سرگرد هاشمی بود و آزمایش‌های نهایی را او به عمل می‌آورد و نتیجه همه آموزش و اینکه کسی خلبان بشود یا نشود را، او معلوم می‌کرد. هر چه کاووسی را دعوت به آرامش کرد، زیر بار نرفت و می‌گفت این دانشجو باید اخراج شود. اخراج و یا حضور من چیزی نبود که به میل کاووسی مقرر شود. من دانشجوی دانشکده افسری بودم و هیچکس نمی‌توانست برای من تصمیم بگیرد مگر فرماندهان دانشکده و فرماندهی نیرو و یک شورای پنج نفره نظامی و اصولاً رسم نبود که استادی، آنهم غیر نظامی، بخواهد یا نخواهد که کسی در آن باشگاه پرواز کند یا نکند. این غائله کش‌دار شده بود و من در سالن، بیرون از دفتر ایستاده بودم که او برود تا بتوانم گزارش

ادامه مطلب **درباره شعر... از صفحه ۷**

«روشن‌تر از خاموش چراغی ندیدم» (۱۵)

(۹) موسیقی شعر، ص ۲۵۰-۲۵۱، باید توجه داشت که وزن شعر فارسی براساس کشش مصوت هاست، در حالی که در شعر انگلیسی براساس نظم هجاها از جهت شدت و خفت و در شعر فرانسوی براساس شماره هجاها و تقسیم آنها به قطعات متساوی است که موجب ایجاد وزن می‌شود.

(۱۰) پیشین، همان جا

(۱۱) ادوار شعر فارسی، پیشین، ص ۶۲/ ایرج

پارسی نژاد، احسان طبری و نقد ادبی، ص ۳۰۱

(۱۲) نامه مردم، س ۱، ص ۲۴-۳۲

(۱۳) شفیعی کدکنی، با چراغ و آینه، ص ۵۱۳-۵۱۴

(۱۴) موسیقی شعر، پیشین، ص ۲۶۲-۲۶۳

(۱۵) پیشین، ص ۲۶۲-۲۶۴ **روزمه روبرو**

دلار نحس نگرفته چه عگوبتهایی باید پس بد...؟! حالا یک هفته هس، مثل این که روی شن‌های داگ ایستاده بی تاب و کلافه... تا ایشاء الله هفته دیگه بگذره و...» خواننده گرمای تا این نمایشنامه کم‌دی، دراماتیک به زیر چاپ آراسته شود یعنی حالا که این سطور را ملاحظه می‌فرمایید امیدوارم، آزمایش خون «خسرو» جان منفی بوده، سرکار خودش برگشته و به اطاق خواب اصلی دوباره اسباب کشی کرده باشد... انشاء الله

ادامه مطلب **سیر و سفری... از صفحه ۱۸**

سیف بزرگترین شاعر بیست که در عهد خود به چنین نقدهای صریح ولی بسیار جدی و خالی از هزل و مطایبه مبادرت می‌کرد و اشعاری را که از این راه حاصل می‌شد حتی به درگاه سلاطین راه می‌داد. یقیناً او می‌خواست درین راه جای سنایی غزونی را بگیرد که با همان شدت و لحن جدی و آمرانه به نصیحت و انتقاد و حملات شدید به همه کسانی که در طبقات مختلف جامعه از راه صلاح و سلامت و شرافت و امانت قدم آنسوی تر می‌نهادند، زبان می‌گشود. درباره مذهب سیف فرغانی باید بطور قطع گفت که او از اهل سنت و از پیروان امام ابوحنیفه نعمان ثابت بوده است و به اتکای این بیت شعر او:

از حقیقت اصل دارد وز طریقت رنگ و بوی

میوه مذهب که هست از فرخ نعمان مرا

ای کوی تو، ز رویت بازار گل فروشان

ما بلبلان مستیم، از بهر گل خروشان

هر شب ز بار عشقت، در گوشه‌های خلوت

گردون فغان برآرد، از ناله خموشان



گرچه وصلت نفسی می‌دهد دست مرا

جز به یادت نزنم، تا نفسی هست مرا

من چو وصل تو، کسی را ندهم آسان دست

چون بدست آوری، آسان مده از دست مرا

گو نگهدار کنون جام نکو نامی خویش

آن که او سنگ ملامت زد و بشکست مرا

شبهه سخن سیف فرغانی به شدت، تحت

تأثیر سبک سخنوران خراسان در قرن

ششم هجریست. بزرگترین علت این

تمایل به زبان شرقی ایران آنست که سیف

خود از همان دیار و از سرزمین فرغانه و

ولایت سمرقند بود که اثر نفوذ لهجه‌های

غربی ایران در آن بسیار کم بود و هست

ادامه مطلب **خاطرات در... از صفحه ۱۵**

او هم بلند شد بدون شکایتی به طرف اُتومبیل پلیس رفت. یک لحظه ایستاد به خسی چون گفت: Welcome to the Club!!
بعدم گفت: (ایدزت مبارک...) اول متوجه نشدید چون در فکر مجید قهرمان که هنوز حال نیامده بود، بودیم. خوشبختانه عینک و سایر اعضا و اسافلش سالم مونده بود. جمع و جور شدیم که برگردیم ناگهان خسرو ایستاد مثل کسی که برگ ۲۲۰ بهش وصل شده باشد، درجا خشکش زد!!! با پریشانی گفت: (این یارو دختره، همون مرتیکه... چی گفت؟! گفت: ایدز داره!؟) گفتم: (فکر نمی‌کنم...) مجید هم گفت: (بابا با اون هیکل و زور بازو، ایدزش کجا بود!؟) ولی شما که خسی جون رو می‌شناسین،

منتقد صاحب نظر زیبایی شعر قدیم فارسی را حاصل تناسب‌ها و هماهنگی‌ها می‌داند که مخاطب شعر با عناصر آن آشنا بود، در صورتی که زیبایی شعر جدید (شعر مدرن) حاصل گره خوردن متناقضات است یا اموری که از مقوله‌های نزدیک به هم نیستند. اوج هنر حافظ، یا حافظانگی شعر او شاهدهی است از این تناقض‌ها:

«من که شب‌ها ره تقوی زده ام با دف و چنگ» یا «کرده ام توبه به دست صنم باده فروش» و یا پاره‌هایی از نثر صوفیه و شطح‌هایی از بایزید بسطامی مانند: «عشق باریده بود و زمین تر شد» یا

(کجا؟! صبر کنین... شوما حالا مشکوک به ایدز هستین... اولاً تا آزمایش... ون نمی‌توانید در آسپزخانه رستوران کار کنید، با کسی هم دست و روبروسی و تماس نزدیک گدگن، حتی اطاک خواب شما باید در این مدت اجالتاً جدا بشه و فعلاً نام و مشخصات شما میره توی کامپیوتر جزو مشکوکین ایدز سراسر دنیا...!!)

ای داد و بیداد، حالا بیا و درسش کن... خسی گفت: (آدم برای کاری نکرده و ۱۳

ادامه مطلب مصاحبه... از صفحه ۶۶

که مرتب به تاریکی چشم می دوزم. دلم نمی خواهد پاسخ او را بدهم. اما نمی دانم چرا یک مرتبه تصمیم گرفتم به او بگویم "نگران مصاحبه ای هستم که در پیش دارم." به خاطر این اشتباه من در پاسخگویی، ناگهان سر صحبت را باز می کند. می خندد و توضیح می دهد که او هم وقت مصاحبه دارد. بعد اضافه می کند "چه اتفاق جالبی!". در حالیکه این اتفاق اصلاً برای من جالب نیست و فوراً به خودم می گویم نکند او یکی از دو رقیب من در مصاحبه باشد. چون به من گفته بودند فقط سه نفر برای مصاحبه اینکته مطمئن شوم او در این مصاحبه رقیب من است یا نه، می پرسم "من برای طراحی و نقاشی مصاحبه دارم، شما برای چی؟". پاسخ می دهد "خوشبختانه یا متأسفانه مثل شما طراحی و نقاشی." با شنیدن این جمله خودم را می بازم و ناگهان حالت خوبی را که از صبح داشتم از دست می دهم. حتی حس می کنم از این آدم دیگر خوشم نمی آید. تازه متوجه شدم که رقیب چه اثر بدی روی انسان می گذارد. این حس را تا به حال تجربه نکرده بودم. بنابراین سرم را به طرف پنجره بر گردانم تا چشمم به چشم رقیب نیافتد. اما او دست بردار نیست و باز هم چیزهایی می پرسد که مرا عصبانی می کند. تا به حال با مزاحمان زیادی برخورد داشتم، ولی هیچکدام به اندازه این جیمز دین وطنی برای من آزار دهنده نبود. به همان اندازه که دلم می خواهد این کار خوب و مورد علاقه را از دست ندهم، دلم می خواهد سر این رقیب را بکنم و از پنجره بیرون بیاندازم. یک لحظه می گذرد و به خودم می گویم "احمق سر این رقیب را کنی، با رقیب بعدی چه می کنی؟" اما او با حالت بدی که دارم از من تعریف می کند «حیف نیست خانمی به این زیبایی و هنرمند چنین قیافه عبوسانه ای به خود بگیرد؟»

با شنیدن این جمله کنترل خود را از دست می دهم و با اعتراض می گویم "خواهش می کنم این حرف های احمقانه و فریبکارانه را تمام کنید وگرنه مأمور قطار را صدا می کنم."

او با صبوری کتاب خیام را به طرفم دراز می کند و می گوید "شما عصبانی هستید. بهتر است شعرهای خیام را بخوانید تا آرامش پیدا کنید. خیام خیلی چیزها به ما می آموزد. من هم از او خیلی چیزها یاد گرفته ام. تا قطار به مقصد برسد خیام را بخوانید. برای مصاحبه هم بد نیست." دنباله مطلب در صفحه ۵۷

بزنم که ایرانی است. چون نگاهش به من یک نگاه معمولی نیست. نه یکبار بلکه چند بار نگاهم می کند. گرچه نگاهم را از نگاهش می دزدم اما از نگاه کردنش لذت می برم. به خودم می گویم "وقتی جلوی آینه خودم از دیدن خودم خوشم می آید تکلیف بقیه معلوم است و حق دارند نگاهم کنند." او نمی داند من ایرانی هستم و شاید هم حدس نزده باشد. اما تلفنم که زنگ می زند و به آن جواب می دهم، به ایرانی بودن من پی می برد. عکس العملش این است که پک عمیقی به سیگارش می زند و دود غلیظی را بیرون می دهد. از دود سیگارحین مکالمه به سرفه می افتم و چند قدم دور می شوم. اما یواشکی او را زیر نظر دارم. حس می کنم متوجه ناراحتی من از دود سیگار شده. چون فوراً سیگارش را خاموش می کند. صدای بوق قطار بلند می شود و به همکارم که از شرکت تلفن با من صحبت می کند، می گویم باید سوار قطار شوم.

قطار می ایستد و با پیاده شدن و سوار شدن مسافران، در کویه ای جا می گیرم که جای نشستن دارد. از جیمز دین وطنی خبری نیست در حالیکه بدم نمی آید اوهم در این کویه باشد. فکر می کنم با دیدنش سرگرم می شوم و از فکر مصاحبه بیرون می آیم. احساس می کنم هرچه به زمان مصاحبه نزدیکتر می شوم دلهره ام بیشتر می شود و مسئله بودن یا نبودن کم کم اذیت می کند. بی اختیار سرم را برمی گردانم تا پیدایش کنم که وارد کویه می شود و جلوی من می نشیند. نمی خواهم نگاهش کنم اما حدس می زنم دنبال من می گشته تا مرا پیدا کند. موقع سوار شدن چون همه عجله داشتند، ما که هنوز با هم بیگانه بودیم یکدیگر را گم کرده بودیم. قطار صدا کنان پیش می رود و او هم با استفاده از هر فرصتی به من نگاه می کند. از این نگاه ها خوشم می آید، اما در درون خود را سرزنش می کنم که "این کارهای احمقانه چیست؟ او هم مردی است مثل بقیه مردها که از دیدن زنان زیبا و خوش هیكل آب از لب و لوجه شان راه می افتد و برای رابطه نقشه می کشند." بنابراین سرم را به طرف پنجره برمی گردانم که از آن چیزی جز تاریکی و دیواره های تونل زیر زمینی پیدا نیست. قطار دو سه ایستگاه را پشت سر گذاشته و حالا که کویه خلوت تر شده، پر روئی مردانه او گل می کند. عذر خواهی می کند که سیگار کشیدنش مرا به سرفه انداخته است. تشکر سردی می کنم و صورتم را به طرف پنجره می چرخانم. می پرسد از چه چیزی ناراحت هستم

و بیشتر رفت و آمدها با قطار زیر زمینی شهری صورت می گیرد. من هم ترجیح می دهم از قطار زیرزمینی استفاده کنم تا به موقع سر قرارم برای مصاحبه حاضر شوم. از پله های ورودی سکوی زیر زمینی ایستگاه قطار پایین می روم و جلوی تابلو ساعت حرکت قطارها می ایستم. زود متوجه می شوم از حرکت قطار قبلی شش دقیقه گذشته و چهارده دقیقه باید منتظر بمانم تا سوار قطار بعدی شوم. چون وقت کافی دارم نگران نیستم. یکی از هوم لس هایی که معمولاً در این جور جاها دیده می شوند با لبخند مصنوعی و همان جملاتی که همیشه برای خود زیر لب تکرار می کنند و معلوم نمی شود اعتراض است، دشنام است و یا تعریف، به من نزدیک می شود. قصدش گرفتن پول است. گرچه در باره کمک به این افراد بلاتکلیف و رها شده بارها با خودم خردهای ته کیفم را به او می دهم و اوهم با گفتن "گاد بلاس یو" دور می شود. ایستگاه زیر زمینی کم کم شلوغ می شود و من خودم را به ویتربنی می رسانم که به دیوار چسبیده و اطلاعاتی در باره حمل و نقل مسافران در آن دیده می شود. کنار آن می ایستم و به جای خواندن اعلامیه ها به مردم نگاه می کنم. اما حواسم متوجه مصاحبه است و یک مرتبه به این فکر می افتم چرا کنجکاو نکردم تا بدانم مدیر این شرکت آمریکایی چگونه آدمی است. پیر است، میان سال است و از همه مهمتر یهودی است یا نه؟ در این لحظه به خودم ایراد می گیرم که احمق مگر می شود در آمریکا از مذهب و مرام کسی سؤال کرد؟! بعد برای تبرئه خود می گویم به رغم ممنوع بودن تبعیض نژادی، هنوز مخفیانه رنگ و مذهب در سرنوشت خیلی ها تأثیر دارد. در این لحظه بوی تند دود سیگار به مشام می رسد و ناراحتی می شوم. بر می گردم تا با اعتراض به کسی که سیگار می کشد نگاه کنم. مرد نسبتاً جوانی می بینم که در حال سیگار کشیدن است. طرز لباس پوشیدنش مرا به یاد "جیمز دین" می اندازد. تی شرت سفیدی با شلوار آبی پوشیده و آستین های یک پولیور قرمز رنگ دور گردنش گره خورده است. قیافه بدی ندارد ولی سیگار کشیدنش توی ذوقم می زند. کتابی در دست دارد که وقتی دقت می کنم می بینم کتاب اشعار "عمر خیام" است. پس مطمئن می شوم ایرانی است. اگر کتاب فارسی هم در دستش نبود باز می توانستم حدس

در بیشتر مراکزی که با هنر و تخصص ارتباط داشت از حقوق قانونی، و بیمه و مرخصی خبری نبود و در زیر شعار انسانیت، کارکنان را به استثمار می کشیدند. نگاهشان به دختران و زنان نیز به گونه ای بود که تحمل آن را نداشتم و چند بار مجبور به ترک محل کار شدم. در حالیکه عده ای تن به چنین کارهایی می دادند تا به اصطلاح روزگار را بگذرانند که صد البته با ننگ و بد نامی همراه بود. به خاطر چنین جو کثیفی بالاخره مجبور شدم از تخصصم دور بمانم و به سراغ کاری روم که اگر دوست ندارم، اما در عوض از امکانات رفاهی و حق و حقوق قانونی برخوردار هستم. اکنون سه سال است به این کار که فروش خطوط تلفنی راه دور برای یک شرکت کره ای است ادامه می دهم و به خاطر احساس مسئولیتی که نسبت به کارم دارم در شرکت از احترام ویژه ای برخوردار هستم. اما حالا یک هفته ای است که وسوسه کار جدید فکرم را مشغول کرده، زیرا مدارکم را برای شرکتی فرستاده ام که یک طراح متخصص و آشنا به نقاشی را استخدام می کند. خوشبختانه مدارکم مورد قبول واقع شده و تنها یک مصاحبه باید انجام بدهم که سرنوشت ساز است و امروز باید آن را انجام بدهم. مصاحبه ای که مرا جلوی آینه و درحال آرایش به گذشته ها کشانده و باعث شده تا مانند دیوانه ها با خودم حرف بزنم. البته این بار اولم نیست، تا به حال چندین بار، گذشته ام را از دل روزها و شبهای چند سال پیش بیرون کشیده ام تا شاید با مرور آنها و سبک و سنگین کردن تجربه ها بتوانم خودم را برای آینده آماده کنم. پدرم همیشه می گفت بعد از هر پستی یک بلندی هم وجود دارد.

آرایشم تمام شده و از دیدن صورت و اندامم که هنوز زیبا و جذاب به نظر می رسد خوشم می آید. برای آخرین بار لباسم را توی آینه نگاه می کنم و بعد از برداشتن کیفم از آپارتمانم خارج می شوم. پیاده روها شلوغ است. رئیس جمهور از کاخ سفید به شهر فرشته ها آمده تا درباره طرح های جدیدش در چند نقطه لس آنجلس سخنرانی کند. چند خیابان بسته شده و از عبور و مرور اتومبیل ها خبری نیست. عده ای در پیاده روها جمع شده اند تا رئیس جمهورشان را که با سیاست های خود مرتب قیمت بنزین را بالا و پایین می برد از نزدیک ببینند. گرچه برخلاف ایران از دادن شعار خبری نیست اما ترافیک شهری به هم ریخته

ادامه مطلب حاجی آقا... از صفحه ۱۳

دست درازی به جان و مال و ناموس اهالی شده اند. مقصود از طول کلام این است که جنابعالی را به جریان وقایع آشنا بکنم و در نتیجه ذهن ذات اقدس ملوآنه هم نسبت به این جریانات مشوب شده و البته خودتان متوجه عواقب وخیم آن...

در این وقت مراد دست به سینه آمد جلو حاجی ایستاد.

حاجی: هان، چی میگي؟

- قربان اجازه میدید که پیاز برای اندورن بگیرم؟

- اول ماه یک من و نیم پیاز خریدم، همه تمام شد؛ در دیزی واژه، حیای گریه کجاست؟ توی خورش که اثری از پیاز نیست، پس همه مال من تفریط میشه!

- قربان، چه عرض کنم؟!

- خب، حالا برو دو سه سیر پیاز از مشدی معصوم بگیر، تا بعد رسیدگی بکنم؛ اما نرخش را بپرس که توی حساب به من پانزنده!

- چشم!

- صبر کن، بگو پیاز شیرین خوب، مال قم باشه!

مراد از در خارج شد. چشم های مثل تغار حاجی به دو دو افتاد. به طرف دوام الوزاره برگشت و صدایش را بلندتر کرد؛ بله، من همیشه گفته ام که ایران، قبل از همه چیز احتیاج به آدم با تصمیم داره؛ این جا فقط الرجال آدمه. خوشبختانه امروز سرنوشت ملت به دست قائد عظیم الشانی مثل شخص اعلیحضرت سپرده شده؛ اما حیف که یک نفره، تمام اطرافیانش دزد و دغل و مغرض هستند. مثلاً همین قلع و قمع اشرار که حالا گزک به دست یک مشت دزد داده، برای آبادی و عمران مملکت لازمه، جزو برنامه دولته، باید نسل همه ایلات و عشایر را از میان برداشت، تا بتوانیم نفس راحتی بکشیم! از شما میپرسم: این ها به چه درد مملکت میخورند؟ همیشه باعث اختلال امنیت و موی دماغ حکومت مرکزی هستند و اموال تجار بیچاره را به غارت میبرند و مردم را میکشند. باید همه آنها را قتل عام کرد؛ ما احتیاج به اشخاصی مثل تیمسار سرهنگ بلندپرواز داریم. می شنوید؟ تیمسار خدمت به میهنش کرده، باید دستش را ماچ کرد!

ادامه مطلب نقش زنان... از صفحه ۱۴۲

کار می گیرد، همواره تاکید کرده که نقش آنها خدمت رسانی به مردان جهادی به عنوان مادر و همسر است. بر اساس اخباری که از زنان در داخل قلمروی داعش منتشر شده، زنان جهادی تاکنون تنها به عنوان نیروهای امنیتی برای کنترل زنان دیگر به کار گرفته شده اند. اما حالا استفاده از زنان در عملیات انتحاری، تغییر آشکاری در برنامه ای داعش است.

- عجیب، ایشان اخوی زاده جنابعالی هستند؟ خدمتشان ارادت غایبانه دارم. آقا همیشه انکار کرد که آدم بی کفایتیه!

- بله، متأسفانه چندی است که سوء تفاهمی رخ داده، به این معنی که اشخاص مفتن و مغرض نسبت هایی از قبلی اختلاس و ارتشاء و اعمال منافی عفت و قتل و خیلی چیزها به ایشان داده اند.

- به اخوی زاده جنابعالی؟

- ناگفته نماند که آقای سرهنگ بلندپرواز خیلی طرف توجهات ذات همایونی هستند و قبل از حرکتشان به لرستان، کنفرانسی راجع به غرور ملی در باشگاه افسران دادند که به طبع رسیده و بسیار مورد پسند مقامات عالیه واقع گردیده. از طرف دیگر به سر مبارکتان قسم که چون من با روحیات ایشان به خوبی مانوسم، میتوانم به جرات به شما اطمینان بدهم که آدم شریف و دل رحیمی است، به طوری که حاضر نیست یک مورچه را زیر پایش لگد بکند! اما قبل از همه چیز نظامی وظیفه شناسی است که تخلف از اوامر و مقررات نظام را جایز نمیداند و سر و جان را فدای میهنش میکند. یعنی از تارک سر تا ناخنهای پایش چکیده میهن پرستی است؛ گیرم که هر کس یک جور وطن خودش را میپرستد.

ولیکن چیزی که هست، اشخاص مفتنی که البته توقعات نامشروع برخلاف مصالح عالیه آشور داشته اند، و به تقاضاهای ایشان ترتیب اثر داده نشده، از راه غرض و مرض راپورت هایی به مرکز فرستاده اند که آقای سرهنگ، روسای ایلات را به قرآن قسم داده و همین که تسلیم شده اند، آنها را کشته و ایلات را تخت قاپو کرده و مال و حشم آنها را غصب کرده و یا این که مشارالیه به بهانه تعقیب اشرار، عده ای از مردم بیگانه را کشته و اموال آنها را تصاحب کرده است. چنان که ملاحظه میفرمائید، این برنامه دولت است و آنچه کرده، در این صورت مطابق دستور و امر مافوق بوده؛ اما از قرار اطلاعی که بنده از وزارت داخله کسب کرده ام، اشراری که ایشان در لرستان قلع و قمع کرده اند، اشرار مورد نظر نبوده اند و حال همین اشرار از خوزستان سر درآورده و مشغول

مثلاً «بیوه های سیاه» چینی زمانی شهرت زیادی داشتند یا زنان انتحاری لبنانی که در دهه ۱۹۸۰ فعال بودند و همچنین چندین زن فلسطینی که در دهه گذشته به اسرائیلی ها حمله انتحاری کرده اند. علاوه بر اینها، بوکو حرام هم از زنان و دختران کوچک در حملات انتحاری استفاده می کند. اما داعش در عراق و سوریه با اینکه قبلاً هم گفته زنان را به

ادامه مطلب بیمه بهداشتی... از صفحه ۲۸

کرد و درخواست هیچ کسی به دلیل داشتن بیماری قبلی رد نخواهد شد.

چگونگی دریافت کمک

مربی مجاز Covered California، مشاور ثبت نام یا نماینده بیمه برای پاسخ به پرسش هایی در مورد واجد شرایط بودن، کمک مالی، مقایسه طرح ها و مسائل دیگر در دسترس هستند.

تغییرات درآمد

از آنجا که سطح درآمد به تعیین واجد شرایط بودن بر خور داری از Medi-Cal یا کمک مالی کمک می کند، تغییر درآمد در طول سال ممکن است واجد شرایط بودن یا سطح مساعدت را تحت الشعاع قرار دهد.

شرکت کنندگان، مسئول هستند تغییرات درآمد را ظرف مدت ۳۰ روز از زمان تغییر به Covered California گزارش دهند.

جریمه ی نداشتن بیمه

اکنون بر طبق قانون بیشتر افراد باید بیمه درمانی داشته باشند در غیر این صورت هنگام ارائه اظهارنامه مالیاتی باید جریمه پردازند. تاریخ ثبت نام در این دوره از تاریخ اول نوامبر تا پانزدهم دسامبر خواهد بود.

گزینه های پوشش مختلفی

Covered California برنامه هایی با چهار طرح پوشش ارائه می دهد: Platinum، Bronze، Silver، Gold. در هریک از این طرح ها، شرکت بیمه درمانی درصدی از هزینه های سالیانه مراقبت های بهداشتی و درمانی شما را پرداخت می کند. مزایای ارائه شده در هریک از این طرح ها بدون توجه به شرکت بیمه ای که انتخاب می کنید یکسان خواهد بود. برای انتخاب طرح مناسب می توانید هزینه ها را با هم مقایسه کرده و شبکه بیمارستان ها و پزشکان حاضر در منطقه خود را بررسی نمایید.

اگر شما مالیات خود را گزارش نمی کنید باز هم می توانید برای دریافت بیمه رایگان یا ارزان از طریق Medi-Cal واجد صلاحیت باشید.

مراجعه حضوری

مشاوران ثبت نام تایید شده و کارآموده نیز می توانند به شما کمک کنند. این کمک رایگان است.

به صورت آنلاین اقدام کنید

در آدرس CoveredCA.com به صورت آنلاین برای ارائه تقاضا نیز می توانید اقدام کنید. این کار امن، ایمن، و سریع است.

وقتی که کارتان تمام شد تقاضای کامل و امضا شده تان را به آدرس زیر بفرستید:

Covered California

P.O. Box 989725

West Sacramento, CA 95798-9725

بازار بیمه بهداشت و درمان کالیفرنیا

Covered California مقصد شما برای دریافت مراقبت های بهداشتی مقرون به صرفه و با کیفیت دولتی است.

Covered California به عنوان بخشی از قانون مراقبت های بهداشتی ملی که قانون (Affordable Care Act)، نیز نامیده می شود، برنامه ای از ایالت کالیفرنیا است که در آن ساکنین قانونی واجد شرایط کالیفرنیا و خانواده های آنها میتوانند طرح درمانی با کیفیت را مقایسه و متناسب با نیاز درمانی و بودجه خود، بهترین گزینه را انتخاب کنند. بر اساس میزان درآمد و تعداد اعضای خانواده، بسیاری از کالیفرنیایی ها، واجد شرایط مساعدت مالی برای کمک در پرداخت حق بیمه و سایر هزینه های پیش بینی نشده مانند: داروها، آزمایشات معمول و هزینه ویزیت پزشک نیز خواهند بود. حتی کسانی که واجد شرایط مساعدت نیستند نیز طیفی از طرح های با کیفیت، بیمه ی بهداشتی و درمانی خصوصی متناسب با بودجه خود را پیدا خواهند

تعداد اعضای خانوار شما اگر درآمد خانوار شما در سال ۲۰۱۵ کمتر از این مقادیر است

۱	\$۱۶،۱۰۵	اگر درآمد خانوار شما در سال ۲۰۱۵ بین این مقادیر است
۲	\$۲۱،۷۰۸	
۳	\$۲۷،۳۱۱	
۴	\$۳۲،۹۱۳	
۵	\$۳۸،۵۱۶	

ممکن است برای Medi-cal ممکن است برای کمک مالی واجد شرایط باشید

Covered California

واجد شرایط باشید

ادامه مطلب زعفران... از صفحه ۳۳

دو چشم سیل بار و روی زردم شد این رود آور و آن زعفران زار قاسم انوار روی زرد خود را گواه عشق می‌دانند:

ما عاشق توایم به صد جان و صد روان
اینک گواه ما رخ چون زعفران ماست
در سه بیت زیر، با مضمون تقریباً مشابه، سیف فرغانی، سعدی و سلمان ساوجی رخسار زرد را به زعفران، و اشک خونین را به لعل ناب و نار دانه و لاله سرخ تشبیه کرده‌اند:

بسان دانه نار است اندر زعفران غلتان
ز شوقش اشک رنگینم که بر رخسار می‌آید
جز دیده هیچ دوست ندیدم که سعی کرد
تا زعفران چهره من لاله گون شود
تا چند در هوای جمالت به آب چشم
بر چهره لاله کارم و بر زعفران دهد
بر دهد=میوه یا نتیجه دهد. [تا کی در
آرزوی دیدن خون گرم و زرد روی بمانم؟]
وحشی بافقی در بیت زیر موی بور عارض
محبوب جوان را به زعفران مانند کرده و
سنایی در بیت بعد رخسار سپید معشوق را
به یاسمین، موی و خط عارض او را به برگ
تیره رنگ مورد و بنفشه، روی زرد عاشق را به
زعفران و چهره شاداب و روی گلگون عاشق
را به سمن و لاله زار تشبیه کرده است:

هر سبزه که روید از گل او
آن سبزه به رنگ زعفران است
تا تو را بر یاسمین رست از بنفشه برگ مورد
عاشقان را زعفران رست از سمن بر لاله زار
از زعفران جوهر زرد درست می‌کنند تا
"با آن بر تخته طفلان در مکتب نویسند"
و از آن برای نوشتن دعا استفاده
می‌کرده‌اند. سپس دعا را با آب شسته و
آب زرد دعا را به نام نشره یا نشره آب
برای اثر و شفابخشی آن می‌خورده‌اند، با
دو بیت از خاقانی و سپس بیتی از مولوی:
از زعفران چهره مگر نشره‌ای کنم

کابستنی به بخت سترون در آورم
سترون = عقیم، نازا. بیت به سحر و دعا
برای رفع نازاییزان اشاره دارد و گشودن
بخت و سرآمدن غم و غصه را نوید می‌دهد.
هان رفیقان نشره آبی یا زگلابی بساز
کز دل و چهره زغال و زعفران آورده‌ام
زغال و زگلاب = زغال و آب زغال یا
مرکب سیاه. [ای دوستان از دل سوخته
من مرکب سیاه و از رخسار زردم جوهر
زعفران بسازید.]

زعفران رخ ما از حذر چشم بد است
ما حریف چمن و لاله ستانیم همه
بیت به دعای دفع چشم زخم که با جوهر
زعفران نویسند اشاره دارد. [رخسار گلگون
ما به رنگ زعفران درآمده تا چشم نخورد.]
خوردن آب دعا که با جوهر زعفران
نوشته شده باشد برای بخت گشایی و
مشکل گشایی و رفع گرفتاری هنوز در

ادامه مطلب انرژی مثبت... از صفحه ۳۸

جنبه منفی پیشامدها را مشاهده کرده و
آنها را زیر ذره بین قرار دهید در حالی
که جنبه مثبت آن را فیلتر کرده و حذف
نمایید. شما نباید به محض آنکه برایتان یک
حادثه ناگوار روی دهد چنین پندارید که
آن بارها و بارها تکرار خواهد شد و مدام
منتظر حوادث ناگوار باشید و یا اگر از
حادثه ناگواری مطلع گردید نباید فکر کنید
که نکنند سر من هم بیاید.

شما نباید بدون آنکه حرفی زده شود، پیش
داوران از احساس دیگران و علت رفتارشان
با خود بطور منفی قضاوت کنید.
شما نباید چنین پندارید که هر چرا که
دیگران می‌گویند و یا انجام می‌دهند به
نوعی در واکنش به شما می‌باشد.

شما نباید دیگران را مسئول دردها و
مشکلات خود بدانید. یا آنکه خود را
مسئول تمام مشکلات بیندارید.
زندگی زیباست ای زیبا پسند، زیبه اندیشان
به زیبایی رسند. هوشنگ ابتهاج

اکنون به تعدادی از طرز تفکرات نامعقول
توجه کرده و سعی کنید برای دستیابی به
یک زندگی شادتر از آنها اجتناب ورزید:
«من باید مورد پذیرش و محبوب همگان
باشم تا بتوانم احساس خوشایندی نسبت
به خود داشته باشم»، «طرد شدن، ترک
شدن و تنها ماندن خیلی هولناک است»،
«من باید در تمام زمینه‌ها لایق و کارآمد
باشم»، «شکست بسیار وحشتناک است»،
«هنگامی که اتفاق ناگواری روی می‌دهد
من چاره‌ای جز اندوهگین شدن ندارم»،
«اگر کسی مرا مورد انتقاد قرار می‌دهد
به مفهوم آن است که ایرادی در من
وجود دارد»، «من همواره باید دیگران را
از خودم راضی نگاه دارم و مطابق خواسته
و میلشان رفتار کنم»، «من در زندگی
محکوم به افسردگی، ناامیدی و بدبختی
می‌باشم چون مشکلات زندگی من لاینحل
می‌باشند»، «همیشه زندگی و مردم باید
منصفانه با من رفتار کنند». شما نباید تنها

ادامه مطلب گیله مرد... از صفحه ۳۴

سرتان خراب کنیم! یک وقتی رییس جمهور آقای
خمینی بودی، یک وقتی پدر زن آن آقای
سیبلو بودی، یک وقتی فرمانده کل قوا
بودی، یک وقتی رییس شورای ملی مقاومت
بودی، حالا بنشین سر جای ماست ات را
بخور و سرنای ات را هم برای نوه نتیجه
هایت بزنی. ما را کشتی والله! اصلاً آقا از جان
ما چه می‌خواهی فدایت شوم؟ کم مانده
است که بقول مرحوم دهخدا کفر و کافر
بشویم و بزنیم همه کاسه کوزه‌های تان را

سه بیت زیر از وحشی بافقی مضامینی
بدیع دارند:
غنچه تالب نیندد از خنده
ریختش زعفران به ساغر گل
زعفران به پرچم‌های زرد میان گل‌سرخ
اشاره دارد. [برای آنکه غنچه از خنده لب
نبندد (شکفته بماند)، گل به ساغر غنچه
زعفران ریخت.]
تا گل سوری بخندد، ساقی بزم بهار
ریخت در جام زمرّد فام خیری زعفران
گل سوری = گل‌سرخ خیری = گلی رنگ
زرد. جام زمرّد به مجموع کاسبرگ‌های
سبز رنگ گل و زعفران به پرچم‌های زرد
میان گل اشاره دارد.

زعفران و خاصیت شادی بخشی آن:
زردی است آنکه شادمانی از اوست
ذوق حلوائی زعفرانی از اوست
ذوق (ریشه ذائقه)= مزه، چشایی، مزه آزمایی.
بسی پالوده‌های زعفرانی
به شکر خندشان دادم نهانی
مولوی بیش از پنجاه بیت در دیوان شمس
با واژه زعفران دارد. فردوسی نیز ابیات
بسیاری در مورد زعفران و عطر و بوی آن
و استفاده از آن در جشن‌ها و شادمانی‌ها
دارد، با دو بیت از او:
نشسته به هر جای رامشگران
گلاب و می و مشک با زعفران
بفرمود تا آتش افروختند
همه عنبر و زعفران سوختند

سه بیت زیر از وحشی بافقی مضامینی
بدیع دارند:
غنچه تالب نیندد از خنده
ریختش زعفران به ساغر گل
زعفران به پرچم‌های زرد میان گل‌سرخ
اشاره دارد. [برای آنکه غنچه از خنده لب
نبندد (شکفته بماند)، گل به ساغر غنچه
زعفران ریخت.]
تا گل سوری بخندد، ساقی بزم بهار
ریخت در جام زمرّد فام خیری زعفران
گل سوری = گل‌سرخ خیری = گلی رنگ
زرد. جام زمرّد به مجموع کاسبرگ‌های
سبز رنگ گل و زعفران به پرچم‌های زرد
میان گل اشاره دارد.

گلش یکسر به رنگ ارغوان بود
ولیکن با نشاط زعفران بود
زعفران طعمی تلخ و کمی تند دارد و
مقدار پتاسیم آن بسیار بالاست. زعفران
را برای رنگ و طعم آن در بسیاری از
غذاها و شیرینی‌ها به کار می‌برند، با دو
بیت از نظامی گنجوی در مورد خوردن

میان بسیاری از مردم کشورمان متداول
است. باید دانست که خوردن زعفران
خنده می‌آورد و موجب نشاط و شادی
می‌شود و لذا این تجویز عامیانه بی ارتباط
با واقعیت علمی و تجربی نیست. شاعران
فارسی زبان طی قرن‌ها با خواص خنده
زایی و شادی افزایی زعفران آشنا بوده‌اند
و از آن مضامین بدیع و جالب ساخته‌اند.
در سه بیت زیر از سنایی، محتشم کاشانی
و عیاضی سرخسی، رنگ و روی عدو یا
دشمن به زردی زعفران تشبیه شده و به
خاصیت شادی بخشی آن هم اشاره دارد:
تا طبیعت زعفران را رنگ اعدای تو دید
مایه شادی جدا کرد از مزاج زعفران
روی دشمن کز می‌پندار اول سرخ بود
خنده آور گشته است اکنون به رنگ زعفران
ز روی عدو شاد شد روز جنگ
که دل را بود شادی از زعفران
سه بیت زیر از نظامی گنجوی، خاقانی و
کلیم کاشانی همان مضمون خنده زایی
زعفران را دارند:

چو بی‌زعفران گشته‌ای خنده ناک
مخور زعفران تا نگر دیهلاک
گر شادی دل ز زعفران خاست
چون رنگ غم است زعفران را؟
در باغ جهان دهان خندان
دیدم گل زعفران ندارد
[در این دنیا هیچ‌کس، حتی زعفران هم،
خندان نیست.]
دو بیت زیر به ترتیب از سیف فرغانی و
عطار مضمونی مشابه دارند:

تو در خنده آبی به صد لب چو غنچه
چو بر چهره من کند زعفران گل
در بیت بالا، خندیدن غنچه به شکفتن آن،
صد لب به گلبرگ‌های زیاد گل‌سرخ، و
بیت به خنده آوری زعفران اشاره دارد.
[از دیدن روی غمگین من خوشحال و
منبسط می‌شوی.]
در روی من شکسته دل خند
گر موجب خنده زعفران است
در دو بیت زیر، واعظ قزوینی از غم به شادی
روی آورده و صائب به کار جهان می‌خندد:
خنده گر خیزد به جای اشکم از دل دور نیست
کز پیاز امروز دیگر می‌کند گل زعفران
گیاه زعفران پیاز دارد و با آن تکثیر
می‌شود و این با پیاز خوراکی که اشک‌آور
است فرق دارد. [اگر به جای گریه خنده
می‌کنم تعجبی ندارد، زیرا پیاز دلم به
جای اشک چهره‌ام را خندان می‌کند.]

پشیمانی ندارد خنده بر وضع جهان کردن
ندارد گریه در پی خنده‌ای کز زعفران خیزد
با آنکه می‌گویند در پس هر خنده گریه‌ای و
در پی هر شادی غمی است، [خنده بر وضع
این جهان، همچون خنده ناشی از زعفران،
اشک ندامتی در پی نخواهد داشت.]

ادامه مطلب یادداشتهای بی تاریخ ... از صفحه ۲

و در آن سالها عمامه به سر، در تهران خیلی کم بود، بجز آشپخ بهاءالدین نوری، ما در محله کسی را با عمامه نمی‌دیدیم، مگر در مجالس روضه‌خوانی زن‌ها که یواشکی در خانه خانم سادات برپا می‌شد و یک آقایی می‌آمد و عمامه و عبایش را از توی کیسه‌ای درمی‌آورد و روی صندلی می‌نشست و آواز محزونی را سر می‌داد و ما صدای شرق شرق زدن دست زن‌ها را روی ران‌ها می‌شنیدیم و نمی‌فهمیدیم چرا؟ بی‌بی، اما حکمت الهی خوانده بود و کمتر در این مجالس حاضر می‌شد. دور دوم کتاب که تمام شد، حافظه کودکانه ما ابیات بسیاری را از آن در خود ضبط کرده بود که تا به امروز هم به همان صورت نقش فی‌الجبر به یادمان مانده است. باوجود تصحیح دقیق دکتر محجوب و همت بلند دکتر یارشاطر که آن را به دست ما رسانده است و چاپ بی‌نظیری دارد و از آن تصویرهای کودک‌فریب کتاب کوچک ما در آن خبری نیست. حالا هر وقت که حکایت توبه و تواب و اظهار ندامت و ندامت‌نامه و تغییرات یک شبه آیت‌الله‌های متجدد را می‌خوانیم یا می‌شنویم، بی‌اختیار و کودکانه در این پیرانه سر، آن عصر تابستان را به یاد می‌آوریم و برابر نسخه خود می‌خوانیم:

مژدگانی که گریه عابد شد**عابد و زاهد و مسلمانا**

بی اعتنا به نسخه صحیح محجوب که می‌گوید:

مژدگانی که گریه عابد شد**زاهد و مؤمن و مسلمانا****سگ زرد**

موش‌ها و گریه تمام این روزهای آخر مرداد را با ما بودند و هیچ سرگرمی دیگری نه!

اول مغرب پدر به ما گفت که لباس بپوشیم که برویم منزل آقا دایی‌ها. مژده خوبی بود. خانه آقادی‌ها در خیابان عین‌الدوله بود آخر کوچه‌ای دراز و کشدار که برخلاف کوچه پهن و کوتاه دکتر سنگ، از چند طرف به آن راه بود. حیاط خانه به نسبت حیاط خانه پدری خیلی بزرگ بود. باغچه‌های وحشی و نامنظم داشت با حوضی که همیشه یک شاخه از قنات آب سردار از فواره سنگی‌اش در آن جاری بود و بعد از اینکه حوض خسته و خواب‌آلود و تنبل را، حتی به تلاطمی بی‌اعتنا وانمی‌داشت، در پاشویه‌های خزه بسته سرازیر می‌شد و از جوی آجری لای‌آلودی به خانه همسایه بعدی روانه می‌گردید. رفتن به محله عین‌الدوله برای ذهن

کرک‌انداخته، دوباره مشغول شدند. چایی و گز آوردند و بدیع‌الممالک بیدل با قد بلند و ردنکی که حتی در تابستان به تن داشت و سیبل‌هایی که وسطش زرد شده بود، پک آخر را زد. خاکستر روی آتش ریخت، با کفگیر آن را صاف کرد. انبر را قفل کرد و مثل قلم به دست گرفت و دنباله بحثی را که نمی‌دانیم کی شروع شده بود ادامه داد. اوضاع جبهه‌های جنگ را به‌اعتبار اخبار رادیو برلن که در خانه داشتند، و ما اصلا برق نداشتیم که رادیو داشته باشیم، به صدای بلند برای همه بازگو می‌کرد. بعد با انبر روی خاکستر و لرم خط می‌کشید به این نشانه که آلمانی‌ها الان کجا هستند! خیلی زود ممکن است به قفقاز برسند و بعد بیایند به ایران که مردم همه بی‌صبرانه منتظرشان هستند. مخصوصا هیتلر که می‌گویند کمر بسته حضرت است و استالین که همان پیرزن ریش‌داری است که قرار است با دسته‌هوانی که از بالای بام می‌اندازد حضرت حجت را شهید کند.

بدیع‌الممالک با هیجان صحبت می‌کرد. روی خاکستر به کمک انبر لشگر هیتلر را به‌سوی قفقاز پیش می‌راند و می‌گفت بزودی او هفده شهر قفقاز را که از ایران جدا شده پس می‌گیرد و تحویل می‌دهد. و از پدر که سال‌ها رئیس صندوق تذکره قفقاز بود، تصدیق می‌خواست که این شهرهای قفقاز چقدر پر نعمت و برکت است و ما چه خجالتی می‌کشیم که آنها را از دست داده‌ایم. آرزوی آمدن آلمان‌ها شیرین‌تر از طعم گز زیر دندان‌ها بود. یکی گفت می‌گویند یک لشگر دختر آلمانی هم به طرف قفقاز در حرکت است و وقتی به ایران برسند چه لشگر حوری در اینجا رژه خواهد داد و بعد همه هم به دین مبین مشرف می‌شوند و البته شوهر ایرانی چشم و ابرو مشکلی برای آنها فراوان خواهد بود. همه گفتند و گفتند در مزیت آلمان‌ها و لشگر اسلام‌پناهشان. پدر سر به زیر، گوش می‌داد تا بدیع‌الممالک از او که زبان بلد بود و فرنگ دیده بود، پرسید که به نظر وی آلمان‌ها خیلی بهتر از روس و انگلیس نیستند؟

چه مرد تلخ بدقلقی بود این پدر که مثل همیشه به‌قول خودش کلفتی بار آنها کرد و جواب داد: «نه آقا سگ زرد برادر شغاله.» و تو پنداری که کاسه آب یخی بر سر همه ریختند و آقادی‌ها جای داغ به همه تعارف کردند.

British Petroleum

چند شب بعد، از اول شب نورافکن‌ها در آسمان به رقص درآمدند. می‌گفتند این‌ها را روی آسمان می‌اندازند که اگر طیاره‌های خارجی سر و کله‌شان پیدا شود، ببینند و با توپ آنها را بزنند. چند روزی بود که همه از جنگ صحبت

می‌کردند و ما خیال می‌کردیم که جنگ هم یک نوع بازی است مثل «نجات» یا «قایم باشک». در چهره‌ها اضطرابی بر زبان نیامده موج می‌زد. می‌گفتند روس‌ها و انگلیس‌ها حمله کرده‌اند. به کجا؟ نمی‌دانستیم، اما از رقص نورافکن‌ها در آسمان حظ می‌کردیم.

دو روز پیش وقتی پدر از اداره برگشت، مشهدی رمضان را با خود برد بیرون و وقتی برگشتند هر کدام دو تا پیت حلبی سنگین که درهایشان لحیم شده بود با خود به خانه آوردند و زیر پله‌های حیاط کوچک گذاشتند. یک طرف پیت‌ها به فارسی و با حروف درشت نقر شده بود «ب. پ». این دو حرف را می‌توانستیم بخوانیم، اما آن طرف پیت دو تا حرف دیگر بود به خطی که ما نمی‌توانستیم خواند. حالا که بزرگ شده‌ایم و هفت خواهران را می‌شناسیم، می‌فهمیم که حرف اول اسم پتیاره گیس بریده‌ای است که ارشد هفت خواهران است و به‌اختصار او را B.P صدا می‌زنند. سال‌ها به

همه گفته بودند که «ب. پ» یعنی «بترین پارس». این غرور ملی چه چیز ارزان و قابل لمس است و چه خوب می‌توان این خفته به‌ظاهر غیرتی را به دروغی برانگیخت. پدر گفت که این‌ها پیت نفت است برای روز مبادا و روز بعد هم یک گاری دوچرخه که مشهدی نعمت حمال آن را می‌کشید، جلو در خانه ایستاد و او کیسه‌های بنشن و برنج را آورد و در چلیک‌های آهن سیاه زیرزمین که همیشه خالی بود، ریخت و آنها را پر کرد و رفت و روز بعد چند گونی آرد و دوتا خیک روغن آورد. آردها را در تاپو ریخت و روغن‌ها را در صندوق چوبی توی زیرزمین گذاشت و ما توی دلمان قند آب می‌شد که همین که در خیک روغن را باز کنند، ما از توی سید نان دو الکه برمی‌داریم و سر خیک می‌رویم و شیرهای را که برای حفظ روغن به داخل خیک مالیده‌اند با کمی روغن که به‌قول پدر مثل کره بود می‌لمبانیم.

پدر در برابر مسخرگی‌های برادر بزرگ و خواهر، که با شوهرش علی آقا و دختر شش ماهه‌اش مینا در خانه ما بودند و این خریدها و انبار کردن‌ها را دست می‌انداختند فقط ابرو در هم کشید و گفت: «جنگ است، قحطی می‌شود. شما سال مجاعه را ندیده‌اید. سال دمپختگی دنیا نیامده بودید.»

ما این کلمه‌ها را آن روز شنیدیم و به یادمان ماند بدون این که بدانیم مجاعه چیست و قحطی کدام است؟ اما از دمپختک بدمان می‌آمد. کته خشک پر زردچوبه‌ای بود با باقلای زرد و پیازداغ فراوان که با ماست یا ترشی می‌خوردند. هنوز هم از دمپختک بدمان می‌آید.

ادامه مطلب مصاحبه ... از صفحه ۵۳

مرا صدا کند. آخرین لحظات انتظار برایم به سختی می گذرد و همه اش در این فکر هستم که اول نوبت رقباست یا من. اگر آنها رفته اند آیا قبول شده اند یا نه. البته از بابت جیمز دین وطنی تقریباً خیالم راحت است که به خاطر سر و وضعش قبول نمی شود. به همین خاطر دلم می خواهد او را ببینم و بگویم از این به بعد بیشتر حواسش به خودش باشد تا دیگران. با مردان چشم چران باید این طور برخورد کرد. به همین چیزها فکر می کنم که منشی شیک پوشی در اتاق را لبخند زنان باز می کند. فکر می کنم ژاپنی باشد. او با لهجه شیرینی به انگلیسی می گوید "آقای مدیر منتظر شماست".

حس می کنم به خاطر دلهره ای که به سراغم آمده قلبم می خواهد از سینه به بیرون بپرد. با راهنمایی منشی به طرف اتاق مدیر می روم و منشی در را نشانم می دهد. در حالیکه صدای تاپ تاپ قلبم را می شنوم با ترس و لرز در را باز می کنم و وارد می شوم. اما با دیدن آقای مدیر ناگهان شوکه می شوم و دهانم چون موجهای سرگردان دریای قطب جنوب که در زمستان یخ می زند از تعجب باز می ماند. آقای مدیر همان جیمزدین وطنی است که پشت میز نشسته و به رویم لبخند می زند.

نسخه چاپی، حتی از یک نگاه، باهم یکسان نیستند. در چاپ های خرده اوستا از ۹ نیاش گرفته تا ۸۳ نیاش دیده شده. خرده اوستاهای چاپ ایرانی از ۱۵ تا ۷۰ نیاش دارند و ترتیب هیچ کدام از آنها با یک دیگر نمی خواند. خرده اوستا تنها نوشته زرتشتیگری است که هنوز اندازه پذیرفته یا شکل استاندارد خود را نیافته است. با اینهمه چنان پسندیده و روا گردیده که موبدان آن را «نمازهای بایسته» می خوانند و مردم ساده هم نه تنها آن را سخنان زرتشت می دانند بلکه چنین می پندارند که اوستا همین است و همین! شگفت است که کتابی که در هر خانه زرتشتی پیدا می شود و این همه خواننده و دلداه دارد، یکسان نیست و شگفت تر از آن این که این خوانندگان از جدایی و اندازه های گوناگون آن آگاه نمی باشند. نسخه های خرده اوستا، بسته به اندازه شان، از ۶۰۰۰ واژه گرفته تا ۲۰۰۰۰ واژه دارند.

در پایان بگویم که واژه های همه اوستای بازمانده کمابیش ۹۸۰۰۰ واژه می باشند که می توان آن را بر ۵۰۰ برگ نوشت. **در ادامه دربار**

در پاسخ با تمسخر می گویم " بهتر است خودتان بخوانید تا با این ریخت و قیافه در مصاحبه حاضر نشوید. هر احمقی هم که مصاحبه بکند این طرز لباس پوشیدن احمقانه را دوست ندارد. نکند فکر می کنید ادای جیمز دین در آوردن ضامن قبول شدنن در یک شرکت آمریکایی است؟! "

خوشبختانه به خاطر حرف هایی که زدم سکوت می کند و من هم به ساعت نگاه می کنم. قطار به ایستگاه مورد نظر می رسد و من زودتر از او به طرف در می روم و پیاده می شوم. از بابت اینکه جیمز دین وطنی را سر جایش نشاندم و به خاطر لباس پوشیدنش ولوله ای برای رد شدن در مصاحبه به جانم انداخته ام دلم خنک شده و به طرف مقدم حرکت می کنم.

به موقع می رسم و ابتدا به دستشویی می روم تا به صورت و لباسم نگاهی اندازم. از نظمی که در شرکت وجود دارد و همچنین دکورهای آن خوشم می آید و آرزو می کنم از میان دو رقیب انتخاب شوم تا در این شرکت آمریکایی که کارمندانش با احترام و به طور رسمی با یکدیگر و مراجعین برخورد می کنند به کار مورد علاقه ام مشغول شوم. روش مصاحبه چنین است که رقبا قبل و بعد از مصاحبه از هم جدا باشند تا اطلاعاتی بینشان رد و بدل نشود. به همین دلیل مرا در اتاقی تنها نشانند تا مدیر شرکت

بود. از هیربدستان و نیرنگستان در پی نایسامانپهای زمان اندکی کاسته شده و اکنون ۱۷ بخش و ۷۷۰۰ واژه دارد. این هم ارزش خود را از دیدگاه موبدی و برگزاری آیین ها دارا است.

۶- پاره های گوناگون و بلند و کوتاه که برخی خوب مانده اند و برخی زیان دیده اند دارای ۴۹۰۰ واژه می باشند.

اینک می رسم به خرده اوستا. آن برگزیده ای از نیایش ها و سرایش ها و گفته های چهار بخش پیشین و دیگر نوشته های گم گشته می باشد. خرده اوستا دفتر جداگانه ای که چیزی از خود داشته باشد، نیست. آن دست چینی برای آسان نمودن نمازهای روزانه، ماهانه و سالانه برای مردم ساده می باشد. این دست چین جز چند بند، سختی از سرودهای زرتشت را در بر ندارد.

خرده اوستا شیرازه تازه دیده می شود زیرا از آن نام و نشانی در نوشته های پهلوی سده های نهم و دهم ترسایمی نمی یابیم. وانگاه آن اندازه ویژه ندارد و هر نسخه ای برای خود شماره های نمازها و نیایش ها دارد و این جدایی به اندازه ای است که دو

ادامه مطلب اوستا چیست ... از صفحه ۴

ایزدان چون فرشتگان از یاران و فرمانبرداران خدا به شمار می آیند. این پیشوایان سپس در ستایش هر کدام سرودهایی سرودند یا سرودهای باستانی را بازسازی نمودند و آنها را با دستورهای یکتاپرستی زرتشتی به گونه ای جور ساختند.

چنان پیدا است که از زمان هخامنشیان تا روزگار ساسانیان یشتها، سرودهای حماسی کیشی، برای رزمندگان ایرانی بودند و برای همین هم جای آنها در نسکهای هفتگانه «دادیک» که ویژه فرمانروایان بودند، بود. اما شیرازه نوینی که موبدان به اوستای کوچک شده خود در زمان اسلامی دادند و در نگاهداری آن سخت کوشا شدند، انگیزه آن شد که آنها را بیش از پیش بخوانند تا اگر این هم در کتاب سوزی های گاه و بیگاه از میان برود، آنان آن را به یاد توانای خود داشته باشند. همین کار آنها را برجسته تر گرداند و بسی بر آوازه شان افزود تا جایی که امروز مردم در اوستا خوانی خود بسی از یشتها را می خوانند و آنها را نیروبخش روانی می پندارند. این را هم بگویم که یشتهای حماسی از دیدگاه سخنوری و مردم شناسی دارای ارزش ویژه ای می باشند.

اما یشتهایی که حماسی نیستند و در ستایش اهورامزدا و صفت هایش گفته شده اند، بجای رزمندگان، برای مردم ساده جور شده اند. این است که آنها بیشتر به درد وردخوانی و دعاگویی می خورند تا آنکه جوش و خروشی راه اندازند یا چون گاتها همه نغز باشند. یشتها دارای کمابیش ۳۵۰۰۰ واژه هستند.

۴- وندیداد یا «وی دئو دات» به معنی «دستورهای ضد دیوان» پیرامون پاکیزگی و پرهیز از مردار است. آن بازمانده ای از زمانهای بسیار باستان پیش از زرتشت و چه شگفت که از آن مرمان بومی پیش از آریایی است و هیچ با آیین دین بهی و دید و دانش امروز جور در نمی آید و آنها را نمی توان به کار بست. گذشته از بهداشت و پرهیز پارینه، وندیداد چند پاره پیرامون دادگاه پزشکی، جانورشناسی، افسانه، تاریخ و جغرافیا دارد که در جای خود ارزش دارند. وندیداد دارای ۲۲ فرگرد و ۱۹۰۰۰ واژه است و گذشته از ستوت یسن، تنها نسکی است که درسته مانده است.

۵- هیربدستان و نیرنگستان درباره چگونگی هیربد یا موبد شدن و نماز گزاردن و دیگر آیین ها را انجام دادن است. از این نوشته بر می آید که تنها گاتها خوانی نماز روزانه مردم آن زمان بود و تا آن زمان، موبدی پیشه دسته ای ویژه و چیره نشده

شمار این نیایش ها ۷۲ پاره است که هر کدام را «هات» به معنی «پاره» می خوانیم. سرودهای هفده گانه زرتشت و یازده پاره دیگر از یاران وی را که در زمان ساسانیان نسک شماره یکم به نام «ستوت یسن» خوانده می شدند، اکنون در میان یسن گنجانیده شده اند. ما در این باره باز سخن خواهیم داشت. در برابر ستون یسن که همه گفته های نغز و پر مغز و دلاویز و اندیشه انگیز دارد، دیگر پاره های یسن، جز چند که در ستایش آب و آتش و درگذشتگان می باشند، بیشتر نیایش ها یک نواخت و بازگفته هستند و در برابر ستوت یسن، افتی بس آشکار دارند. یسن روی هم رفته ۲۴۰۰۰ واژه دارد.

۲- ویسپرد به معنی «همه جشنها» وابسته به جشن های ششگانه سال به نام «گاهانبار» است. این جشنها در روزهای تن آسانی و آسودگی کوتاهی که در میان شش فصل کشاورزی و دامداری به دست می آیند، برگزار می شوند. مردم هم به نماز می پردازند و هم به نیاز. هر جشن پنج روزه است. در هر کدام بایستی گاتها را خواند، گزارش کرد و دریافت. سپس هم به مهمانی و پذیرایی پرداخت. این را روشن سازیم که گاتا به زبان پهلوی «کاهان» است. پس گاهانبار به معنی «بار و زمان گاتها خوانی» است. آن که می جویند که گاهانبار به معنی گاه+ انبار است و خرمن سازی و انبار کاری را می رساند، آگاهی چندانی از زبانشناسی و زمان کشاورزی که در آن فرآورده ها انبار می شوند، ندارند و نیز ویسپرد را چنان که باید و شاید در نیافته اند.

گاهانبارها از والاترین جشنهای ایرانیان زرتشتی می باشند و با پیام سپهری و طبیعی زرتشتی جور آمده، با روزگار و فصل و سپهر و طبیعت سازگار هستند. ویسپرد ۲۴ فرگرد یا بخش درد و ۴۰۰۰ واژه دارد.

۳- یشت: به معنی «گرامی داشته» سرودها و گفته ها را گویند که بیشتر آنها قصیده های حماسی و نثر مسجع در ستایش ایزدان می باشند. باز بگویم که زرتشت همه خدایان کهن آریایی را کنار زد و دور ریخت و تنها دین یکتاپرستی پاک را روا ساخت اما سده ها پس از آن پاک مرد پیشوایان واپسگرا راهی را برای بازگرداندن برخی از خدایان برجسته دلخواه خود هموار ساختند. آنان نخست شماری از صفتهای خدایی و اسمهای معنی دین زرتشتی را پر و پیکر بخشیدند و با خدایان برگزیده خود یگجا کردند و به نام «ایزدان» یا «گرامی داشتگان» پیش کردند.

Benefits of Beets

Beets are an ancient, prehistoric food that grew naturally along coastlines in North Africa, Asia, and Europe. Originally, it was the beet greens that were consumed; the sweet red beet root that most people think of as a "beet" today wasn't cultivated until the era of ancient Rome. By the 19th century, however, the natural sweetness of beets came to be appreciated and beets began to be used as a source of sugar (reportedly, Napoleon was responsible for declaring that beets be used as a primary source of sugar after the British restricted access to sugar cane). Today, sugar beets (unfortunately often genetically modified) are a common raw material used for the production of sugar, but many people are missing out on including them in whole form in their regular diet. There's good reason to do so, in fact, as beets contain a variety of unique health-boosting nutrients that you may not be getting elsewhere. Plus, they're delicious!

Why Eat Beets?

6 Top Reasons

Beet roots have always been included in my most recommended vegetables list, although they are in the "use sparingly" category because of their high carbohydrate levels. Although beets have the highest sugar content of all vegetables, most people can safely eat beet roots a few times a week (and their greens in unlimited quantities), enjoying not only their sweet, earthy flavor but also their powerhouse nutrients that may improve your health in the following ways.

Lower Your Blood Pressure

Drinking beet juice may help to lower blood pressure in a matter of hours. One study found that drinking one glass of beet juice lowered systolic blood pressure by an average of 4-5 points.

The benefit likely comes from the naturally occurring nitrates in beets, which are converted into nitric oxide in your body. Nitric oxide, in turn, helps to relax and dilate your blood vessels, improving blood flow and lowering blood pressure.

Boost Your Stamina

If you need a boost to make it through your next workout, beet juice may again prove valuable. Those who drank beet juice prior to exercise were able to exercise for up to 16 percent longer. The benefit is thought to also be related to nitrates turning into nitric oxide, which may reduce

the oxygen cost of low-intensity exercise as well as enhance tolerance to high-intensity exercise.

Fight Inflammation

Beets are a unique source of betaine, a nutrient that helps protect cells, proteins, and enzymes from environmental stress. It's also known to help fight inflammation, protect internal organs, improve vascular risk factors, enhance performance, and likely help prevent numerous chronic diseases.

Anti-Cancer Properties

The powerful phytonutrients that give beets their deep crimson color may help to ward off cancer. Research has shown that beetroot extract reduced multi-organ tumor formations in various animal models when administered in drinking water, for instance, while beetroot extract is also being studied for use in treating human pancreatic, breast, and prostate cancers.

Rich in Valuable Nutrients and Fiber

Beets are high in immune-boosting vitamin C, fiber, and essential minerals like potassium (essential for healthy nerve and muscle function) and manganese (which is good for your bones, liver, kidneys, and pancreas). Beets also contain the B vitamin folate, which helps reduce the risk of birth defects.

Detoxification Support

The betalain pigments in beets support your body's Phase 2

detoxification process, which is when broken down toxins are bound to other molecules so they can be excreted from your body. Traditionally, beets are valued for their support in detoxification and helping to purify your blood and your liver.

Eat Your Beet Greens Too

If you simply throw away the green leafy tops to your beets, you're doing yourself a disservice, as these are among the healthiest part of the plant.

Besides containing important nutrients like protein, phosphorus, zinc, fiber, vitamin B6, magnesium, potassium, copper, and manganese, beet greens also supply significant amounts of vitamin A, vitamin C, calcium, and iron.

Beet greens actually have even

Continued on Page 59

Iranian LGBT

It was, he told me, his first time at the event and that he had suffered a lot because he was gay in Turkey. I wanted to ask the people I met more questions but many of the Iranians I spoke with were afraid to talk to the press fearing there would be repercussions, in particular that it would affect the outcome of their application for asylum. They were also concerned that I might be an undercover agent working for the Iranian government.

The Iranians I met didn't trust me — they had carried this fear and distrust of Iranians all the way from Iran. Many of the Iranian LGBT community are both refugees escaping the government and their own families — more traditional and conservative families can be even more hostile towards gay people and transsexuals than the government is.

The very same culture exists in Turkey. In the past three years, there have been numerous reports in the media about Turkish people attacking Iranian homosexuals. Even some Iranian asylum seekers have harassed the LGBT community living in the country. Before civil war broke out in Syria, when gay people were

more iron than spinach (another leafy green in the same botanical family) as well as a higher nutritional value overall than the beetroot itself. For more details, read "What Are Beet Greens Good For?" You may be surprised to learn, for instance, that research shows beet greens may:

- ◆ Help ward off osteoporosis by boosting bone strength
- ◆ Fight Alzheimer's disease
- ◆ Strengthen your immune system by stimulating the production of antibodies and white blood cells

If you've never tried beet greens before, don't let them intimidate you. They can be added raw to vegetable juice or sautéed lightly right along with other greens like spinach and Swiss chard.

persecuted, they were granted asylum faster. Know as the "golden cases," asylum seekers were jealous of how fast their cases were handled. But in the past three years, the situation for Iranian homosexuals and transsexuals living in Turkey has massively deteriorated. It is now Syrian refugees, including gay and transsexual people that are getting priority. They too, however, have bitter stories to tell.

A number of the Syrian transsexuals living in Istanbul have become sex workers. From my time in Turkey, I never met an Iranian transsexual that lived in the same neighborhoods that Turkish transsexuals lived or worked in as sex workers. One Iranian transsexual revealed to me that customers looking for sex tended to be either Turkish or Arab and were rough and paid as little as 20 to 40 dollars. It goes without saying that this is a risky way of making a living. And this won't change anytime soon. For the moment the Syrian civil war weighs down heavily and the Iranian LGBT community has to struggle, like everybody else. Iran's gay and transsexual people are truly fighting for their future, be it in Kayseri or in Istanbul.



Caroline Nasser
Accident Lawyer

Bus accidents do not occur all that often, but when they do, the results are often catastrophic. Due to the massive size and weight advantage that buses have over other vehicles, as well as minimal or missing passenger safety restraints, a collision can cause incredible devastation and severe injury to all involved, if

Filing a Claim Against a Bus Company After an Accident

not death. Regardless of whether the bus involved is a conventional carrier or a curbside carrier which makes frequent stops, parties who are injured in bus accidents often have grounds to sue the bus company for their resulting losses. But when exactly can bus companies be held liable for collisions?

Generally speaking, a bus company's level of liability will depend on the factors that caused the collision. Like most other personal injury cases, bus accident claims concern the legal concept of negligence. If it can be proven that the bus company

or its driver acted in a negligent or careless manner, then the injured parties can file a suit against the company in pursuit of monetary damages.

Common forms of bus driver negligence include:

- ◆ Driving while intoxicated
- ◆ Driving while distracted
- ◆ Driving while drowsy
- ◆ Driving at unsafe speeds
- ◆ Changing lanes without checking blind spots

Nearly any party who is injured in a bus accident may be able to file a claim against the bus company, including bus passengers, occupants of other cars, pedes-

trians, bicyclists, motorcyclists, and road workers. Likewise, the close family members of individuals killed in a bus accident may be able to file a wrongful death claim against the bus company. It is important to remember, however, that there are certain deadlines and requirements which dictate how long injured parties have to file a claim. Since most bus companies are owned and operated by government entities, these requirements are often far more complex than a typical insurance claim. For this reason, it is important you consult with a knowledgeable attorney to determine the most appropriate course of action.

Iranian LGBT People Fight for Their Future in Turkey

As gay people and transsexuals flee Iran for Turkey in search of a better life, it is questionable whether they find it upon arrival. And, yet, what they want above all else is the United Nations' permission to remain there, says Reza HaghighatNejad. But how long will it be until they get it?

The Iranian LGBT community has lived in Kayseri, a large city near the Turkish capital of Ankara, for many years. In the summer of 2014, I went to Kayseri to investigate their living conditions, and that of Iranian asylum seekers more generally.

Currently, many Iranian LGBT people living in Turkey are waiting for the United Nations' decision regarding their asylum application. In the past, the LGBT community lived scattered in different Turkish cities but was forced to move when Muslim residents from some of the smaller, more conservative Turkish towns reacted angrily to their presence. The UN and Turkish police therefore ordered that they be sent back to Kayseri, although some have refused and remain in Istanbul today.

During my time in Kayseri, I spoke with three asylum-seekers belonging to the Iranian LGBT

community, including one transsexual and two lesbians. All three of them had lived in Turkey for three years in cities such as Kayseri, Istanbul and Mersin, a large port on the Mediterranean but are all now based in Canada. During his time in Turkey, Saman, a 20-year-old Iranian transsexual, was forced to work illegally for some time at a plastics factory. This is because it is prohibited for asylum seekers to find work and so they are often forced to find jobs underground to sustain themselves. That said, Saman was quickly fired because, according to his boss, he was not strong enough.

Nazanin, who is a lesbian, worked at the same factory. The combination of a tiny wage and an uncertain future meant her life was a challenge for her and the people she lived with, including her gay friend Helia. Despite this, though, they looked back on their

time in Turkey nostalgically.

Both Saman and Nazanin are from the Islamic republic of Iran, a country where homosexuality is officially banned and is punishable, at least legally speaking, by death.

Contrary to when former president Mahmoud Ahmadinejad told an audience at Columbia University in New York in 2007 "Iran didn't have any gay people in Iran," here are two real-life examples of Iranian people belonging to the LGBT community and how their rights as homosexuals are so frequently violated in Iran.

Saman looked back on his time as a transsexual in Iran bitterly. He recounted memories of horrifying social pressure, government refusal to support him and the medical procedure he needed and the added difficulty he encountered trying to find work.

It is currently unknown how many people from the Iranian LGBT community are living in Turkey. The UN has, thus far, refused to tell the press if they even possess the information. It is, however, commonly accepted that the majority of them choose to live away from other asylum seekers in order to lead quiet

lives away from the media.

At the end of June, I attended the annual gay parade in Istanbul, where I met around 10 Iranians who were either gay or transsexual. This was a noticeably smaller following than in 2014 when Iran's LGBT community walked in a large group carrying Iranian flags and slogans in Farsi. This year, numbers were drastically reduced and members did not walk together as a unified group. This year's gay pride in Istanbul also took place at a tentative time — it coincided with Ramadan, the Muslim holy month, when Muslims fast and pray. As a result, Istiklal Street, where it was held, was awash with police, both secret and in uniform. During the rally, some participants chanted slogans against the Turkish president, Recep Tayyip Erdoğan, which led to a quick reaction from the police, who used tear gas, rubber bullets and water hoses against protesters.

Afraid to Talk

While at the parade, one gay Iranian told me that a number of gay people and transsexuals had traveled from Iran to Istanbul to attend the rally.

Continued on Page 58



**WHY DO YOU
NEED A WEBSITE?**

**WHY NOT?
YOUR COMPETITION
HAS ONE!**



We build beautiful websites!

Business Websites, Landing Pages and eCommerce

408-913-6060 | www.conuremedia.com



Eli.G foto

Weddings | Maternity and Newborn

eligfoto.com | 408-913-6070



با مدیریت آریین اقبالی

The Credit Repair Specialist



برای ترمیم ، تصحیح و بهبود کردیت و کاهش بدهی با ما تماس بگیرید.

- Late payment
- Collection
- Charge off
- Bankruptcy
- Foreclosure
- Chexsystem
- Judgement
- Tax lien
- Repossession
- Inquiries



مشاوره رایگان
www.enrichfin.com

800-790-4240



Caroline Nasserri
Attorney at Law

کارولین ناصری

وکیل رسمی دادگاه های کالیفرنیا و فدرال

با بیش از ۲۸ سال تجربه

❖ تصادفات اتومبیل، موتورسیکلت و عابر پیاده

❖ صدمات شدید بر اثر تصادفات

❖ مرگ بر اثر تصادفات

❖ صدمات ناشی از حمله حیوانات

1(800)525-6060

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

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

Tel: (408) 298-1500

e-mail: cnasserri62@yahoo.com

Fax: (408) 278-0488

Website: carolinenasserilaw.com

675 North First Street, San Jose, CA 95112