



## پیام شایانی

وکیل تصادفات

♦ رانندگی ♦ زمین خوردگی

♦ صدمات ناشی از کار

(408) 777-8867

(800) 261-1314

## دفتر خدمات بیمه سحر سلامی

Selahi Insurance Agency

♦ مسکن ♦ اتومبیل ♦ مشاور مالی

♦ برنامه ریزی بازنشستگی ♦ بودجه کالج ♦ عمر

و هزینه فوت ♦ محل کسب و از کار افتادگی

(408) 931-6434





# آرش زاد - مانی حاتمی

مشکل کردیت دارید؟

**(415) 814-5666**



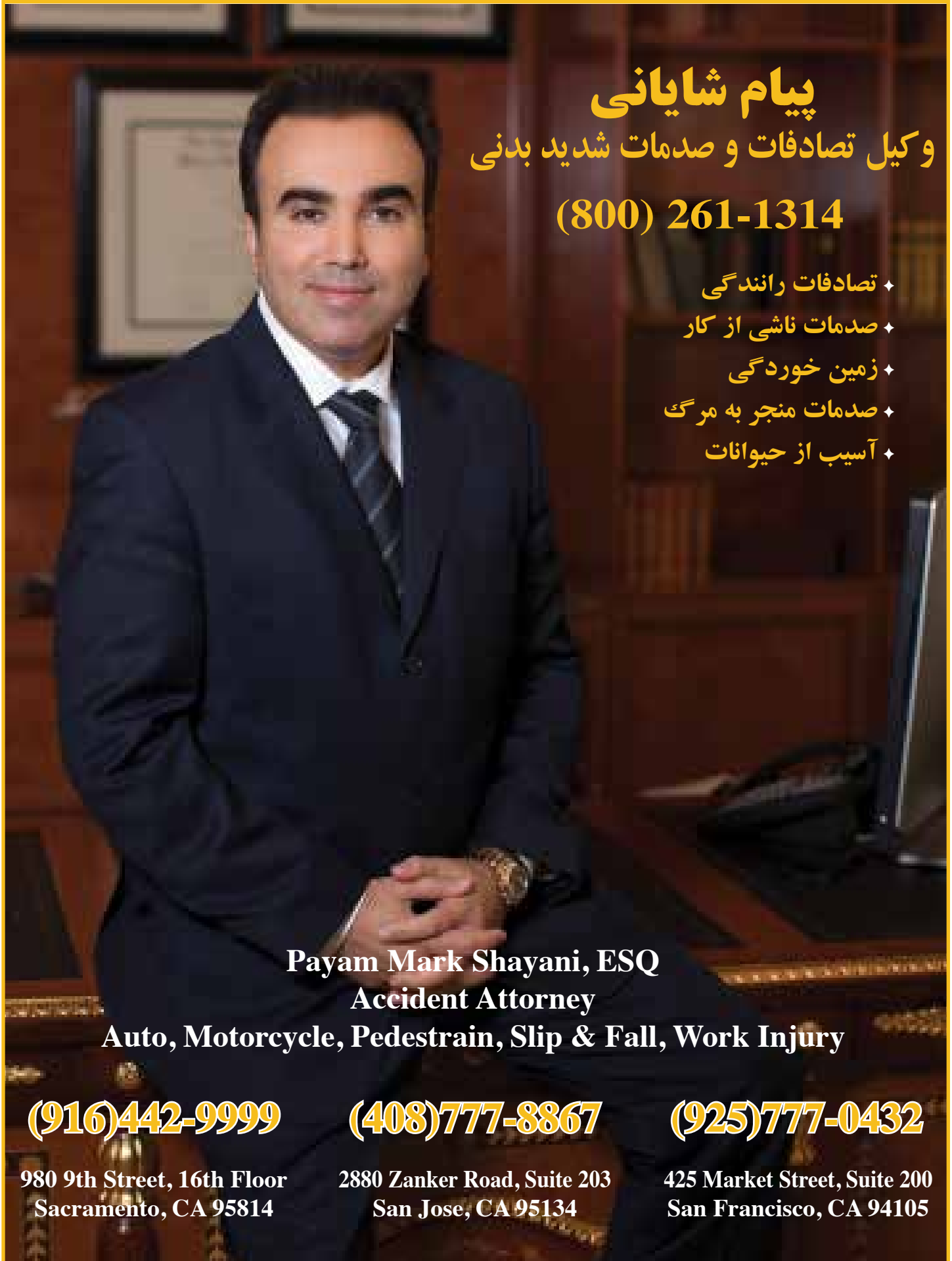
به همراه مشاوره و آنالیز رایگان  
حذف اکانت های منفی و نادرست از قبیل:

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



تخصصی ترین مرکز  
CREDIT REPAIR





# 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**

**(408)777-8867**

**(925)777-0432**

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

2880 Zanker Road, Suite 203  
San Jose, CA 95134

425 Market Street, Suite 200  
San Francisco, CA 94105

## بهره‌کشی از کودکان

به گزارش خبرنگار مهر، سال گذشته همین روزها بود که طرح جمع‌آوری کودکان کار و خیابان مطرح شد، طرحی پرحاشیه که سرانجام پس از فشارهای نهادهای مردمی متوقف شد. به نظر می‌رسد نگاه مدیران شهری در این مدت از حذف این کودکان از سطح خیابان به ساماندهی آنها تغییر کرده است.

### سالانه ۱۲۰ میلیون کودک وارد بازار کار می‌شوند

کودکان کار است. اغلب این کارگاه‌های کوچک و انبارها که در ساختمان‌ها و واحدهای مسکونی قدیمی ایجاد شده‌اند روزانه تعداد زیادی دختران و پسران کم سن و سال را به عنوان کارگر به کار می‌گیرند. عمده فعالیت این کارگاه‌ها بر دوش کودکان است.

همانطور که شناسایی دقیق این کارگاه‌ها امکان‌پذیر نیست، وضعیت کارگران کوچک این کارگاه‌ها که اغلب در این شرایط ناامن و نامناسبی به سر می‌برند از چشم‌ها به دور می‌مانند. یکی از موارد مهم توجه در سیاست‌های مربوط به ساماندهی کودکان کار و خیابان این است که مشخص



درصد در آفریقا و ۷ درصد در آمریکای لاتین زندگی می‌کنند.

### همه کودکان کار در خیابان نیستند

تمام کودکانی که مجبورند به جای کودکی کار کنند در خیابان‌های شهر نیستند، برخی از آنها در کارگاه‌های زیر زمینی و کارگاه‌های کوچک فعالیت می‌کنند، مکان‌هایی که از چشم غایبان هر روزه خیابان پنهان است.

این کارگاه‌های غیررسمی کوچک بیشتر در محلات قدیمی در حال فعالیتند در تهران مانند مناطق شوش، دروازه غار، امامزاده یحیی، حوالی بازار و... انبارهای کوچک و پنهان وجود دارد که محل اصلی

شود سیاست ساماندهی بر کدام گروه از کودکان کار استوار است. آیا همه کودکان شاغل در مناطق شهری مشمول برنامه‌های ساماندهی قرار می‌گیرند یا اقدامات برنامه‌ها صرفاً بر کودکانی متمرکز خواهد بود که در خیابان هستند!

### کدام قانون به افزایش کودکان کار کمک کرد؟

در اواخر دهه ۷۰ قانونی به تصویب مجلس رسید که در تغییر سرنوشت اقشار آسیب‌پذیر جامعه بسیار موثر بود. قانون معافیت و خروج کارگاه‌های زیر ۱۰ نفر از شمول قانون کار که از آن زمان تا امروز نظارت بر کارگاه‌های

کوچک شهری به کلی متوقف شد و از این رو بسیاری از کارگاه‌های کوچک به دلیل این عدم نظارت به حیات خود ادامه داده و روز به روز رشد بیشتری کردند. اما زمینه مهم خروج کودکان از نظام آموزشی و سپرده شدن آنها به این کارگاه‌های خانوادگی و کوچک فراهم کردند، دختران و پسران کوچکی که در سنین مدرسه و حتی در سنین زیر مدرسه به عنوان مهمترین نیروهای کار این کارگاه‌های شهری هستند. اما همه کودکان کار در این کارگاه‌های کوچک نیستند، برخی از این کودکان در خیابان‌ها مشغول کسب درآمد هستند. با این حال به کودکی، کودک خیابان گفته می‌شود که به دلیل رها شدگی و به دست آوردن پول در فضای عمومی شهر اعم از کوچه و خیابان، چهارراه، بازار و پارک حضور و فعالیت دارند. امتیاز این کودکان نسبت به کودکانی که در شرایط دیگر کار می‌کنند به طور عموم قابلیت دیده شدن است.

در تحقیقات انجام شده توسط مرکز مطالعات و برنامه‌ریزی شهر تهران، مشخص شده است برخورد شهروندان با کودکان دست فروش و رها شده در خیابان ابتدا بر اساس ذهنیت ساخته شده در دهه ۶۰ بوده است. تصور اینکه کودکان وابسته به باندهای بزهکار و سودجو هستند و این نگاه مانع همدلی و جلب توجه به آنها شده است، تصویری که هنوز کم و بیش ادامه دارد. **دنباله مطلب در صفحه ۴۹**

صفحه ۱	تبلیغ
صفحه ۲	اخبار-فهرست مطالب
صفحه ۳	اخبار
صفحه ۴	پیام زرتشت (علی اکبر جعفری)
صفحه ۵	تبلیغ
صفحه ۶	نامه‌های شگفت‌انگیز (بهرام فره وشی)
صفحه ۷	ایران شناسی ایران دوست (ایرج پاری‌نژاد)
صفحه ۸	یک سینه سخن (مسعود سپیند)
صفحه ۹	اخبار
صفحه ۱۰	نبرد دین با علم (احمد ایرانی)
صفحه ۱۱	آگهی
صفحه ۱۲	زنان شاعر و اندیشه جامعه ایرانی (هما گرامی فره وشی)
صفحه ۱۳	آگهی
صفحه ۱۴	ورزش از نگاه من (احمد طوسی)
صفحه ۱۵	خاطرات در گذر زمان (هوشمند عقیلبی)
صفحه ۱۶	دنیای سینما (سعید شفا)
صفحه ۱۷	نوشتند، پوزخند (عزت گودرزی)
صفحه ۱۸	آگهی
صفحه ۱۹	مشقی تازه در روزهای غربت (حسینعلی مکوندی)
صفحه ۲۰	یادداشتهای بی تاریخ (صدرالدین الهی)
صفحه ۲۱	کردیت ریبر (آرش زاد) و (مانی حانمی)
صفحه ۲۲	از درگوشی‌ها (پیرایه)
صفحه ۲۳	به نام هستی (حسین الماسیان)
صفحه ۲۴	گیله مرد (حسن رجب‌نژاد)
صفحه ۲۵	تازه‌های پزشکی (منوچهر سلجوقیان)
صفحه ۲۶	آگهی
صفحه ۲۷	سیر و سفری در... (پرویز نظامی)
صفحه ۲۸	انرژی مثبت... (پرناز کدخدایان)
صفحه ۲۹	هیچوقت دیر نیست (آتوسا یکان)
صفحه ۳۰	آگهی
صفحه ۳۱	آگهی
صفحه ۳۲	سرو «در دیوان حافظ» (بهرام گرامی)
صفحه ۳۳	نگاهی به تاریخ موسیقی ایران (هوشنگ فراهانی)
صفحه ۳۴	تقویم برنامه‌های هنری - جدول
صفحه ۳۵	نیازمندها - فال ستارگان
صفحه ۳۶	تبلیغ
صفحه ۳۷	مشق، هوس، نفرت (عباس پناهی)
صفحه ۳۸	با هادی خرسندی - اخبار
صفحه ۳۹	معجزه هنر موسیقی پیرامون زندگی ما (امیر قندی)
صفحه ۴۰	شعر
صفحه ۴۱	چرا از طلاق می‌ترسیم (ماهرخ غلامحسین پور)
صفحه ۴۲	زندگی با سه کلوچه (نعیمه دوستدار)
صفحه ۴۳	طب سنتی (فرید رمضانی) - اخبار
صفحه ۴۴	اینجا و آنجا (گلنار)

صفحه ۴۵	اخبار
صفحه ۴۶	اخبار
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	دنباله مطلب
صفحه ۵۹	انگلیسی
صفحه ۶۰	انگلیسی

## در خواست اشتراک نشریه پژواک

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

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

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

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

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.

## قاچاق انسان

بهرروز ماهر

بعد از مشورت با برادرهایم، تصمیم گرفتیم قاچاقی به آلمان برویم. خودمان سه هزار و ۵۰۰ دلار داشتیم، برادرهایم هم گفتند اگر کم آوردیم، آن‌ها برایمان پول می‌فرستند. گشتیم و یک قاچاق بر پیدا کردیم. او گفت الان زمینی بروید بلغارستان مطمئن‌تر و راحت‌تر است تا این که بخواهید از دریا بروید یونان. ما هم قبول کردیم. اول رفتیم استانبول. آن جا پول قاچاق بر را با اسم رمز «بیوک تهران رفتیم» دادم به یک صرافی که برادرم معرفی کرده بود تا اگر به سلامت ردمان کردند، پول را برایشان بفرستند.»

بعد از استانبول، به سمت «ادرنه» می‌روند: «آن جا بعد از سه روز، با دو خانواده ایرانی دیگر سوارمان کردند و بردند وسط برهوت و دادند دست دو جوان بیست و چهار پنج ساله ترک و گفتند ۲۰ دقیقه با این‌ها پیاده بروید تا به مرز برسید. هوا خیلی سرد بود. باران هم می‌آمد. ولی ما با خودمان فکر کردیم ۲۰ دقیقه چیزی نیست، تمام زود می‌رسیم. اما هر چه می‌رفتیم، تمام نمی‌شد آن برهوت. ۹ ساعت پیاده رفتیم با بچه پنج ساله. هیچ غذایی چیزی هم همراه مان نبود. باز بقیه که بچه نداشتند، خیالشان راحت‌تر از ما بود. بعد از ۹ ساعت، همسرم گفت بچه این‌جا از سرما و گرسنگی می‌میرد.

دخترم که یک ساله شد، دل را زدیم به دریا و قاچاقی رفتیم ترکیه. برادرم هایم برایمان پول فرستادند و راهنمایی‌ام کردند و شماره تلفن قاچاق بری را دادند که از رفقای قدیم خودشان بود. قاچاق بر گفت بیایید سلماس. رفتیم. دو شب آن جا ماندیم، بعد قاچاق بر آمد دنبال مان. ما راحت از مرز گذشتیم. سختی نداشت برای ما چون قاچاق برها خیلی هوایمان را داشتند. فقط یک تکه از راه را که باید با بچه پیاده می‌رفتیم، زحمت داشت که ما بچه را گذاشتیم توی ساک و من و همسر هر کدام یک طرفش را گرفتیم. به شهر «وان» که رسیدیم، قاچاق بر گفت باید برویم UN بعد پیش والی شهر در استانداری و خودمان را معرفی کنیم.»

آن‌ها بعد از این کارها، یک هفته خانه یکی از هم‌شهری‌هایشان می‌مانند تا تکلیفشان روشن شود: «اجازه اقامت و کار در وان را دادند. بعد یک خانه برای خودمان اجاره کردیم و من در یک کارگاه خیاطی مشغول کار شدم. ما چهار سال در وان منتظر ماندیم چون تصمیم داشتیم به صورت قانونی و از طریق رفتار امور پناهندگی سازمان ملل متحد در ترکیه به آلمان برویم.»

اما بعد درخواست‌شان برای پناهندگی به آلمان رد می‌شود و اقامت‌شان در ترکیه هم دیگر تمدید نمی‌شود: «من و همسر

ماندند تا همین الان. قبل از آن درسم بد نبود ولی بعد دیگر برایمان خیلی سخت شد. تا دوم راهنمایی به زور خواندم. پدر و مادرم که دیدند چه قدر اذیت می‌شوم، گفتند دیگر ادامه ندهم. من هم ول کردم و به جایش رفتم مغازه دای‌ام که خیاط بود تا کار یاد بگیرم.»

او کم‌کم کار یاد می‌گیرد و کم‌کم دست دای‌ام خود می‌شود: «دیگر روی من حساب می‌کرد و سفارش بیش‌تر می‌گرفت. دستم‌زد هم رفته بود بالا. ولی وقتی می‌دیدم خواهر و برادرهایم دارند درس می‌خوانند تا دیپلم بگیرند، خیلی ناراحت می‌شدم؛ مخصوصاً وقتی دوتا برادرهای بزرگم یکی دو سال بعد از دیپلم، با هم قاچاقی رفتند آلمان. من چون حالم آن موقع‌ها خوب نبود و باید مرتب داروی ضد تشنج می‌خوردم، پدر و مادرم نگذاشتند با آن‌ها بروم. تا بیست و یکی دو سالگی با دای‌ام خود کار کردم، بعد جدا شدیم.»

سعید یک مغازه برای خودش اجاره و در ۲۶ سالگی ازدواج می‌کند و صاحب یک دختر می‌شود: «هم باید اجاره خانه می‌دادم، هم اجاره مغازه و هم خرج بچه.

یک روز ظهر در راه برگشت از مدرسه، جنگنده‌های عراقی دوباره در آسمان ظاهر می‌شوند. این بار بمب‌ها دور نیستند، درست بالای سر «سعید» هستند. سعید وحشت زده شروع به دویدن می‌کند. فکر می‌کند اگر تند بدود، می‌تواند از زیر بمب‌ها کنار برود. ناگهان زمین می‌لرزد. ابتدا گوش‌هایش درد می‌گیرد و سپس سوت می‌کشد ولی او هم چنان به دویدن ادامه می‌دهد. در همان حین خانهای را می‌بیند که دیوارهایش تکه تکه از هم کنده می‌شوند و در هوا چرخ می‌زنند. او یک دفعه متوجه می‌شود خودش هم دارد با سنگ و آجر متلاشی شده آن خانه توی هوا می‌چرخد.

۲۹ ساله است اما بیش‌تر موهایش سفید شده اند. می‌گوید: «بعد از انفجار، ۱۱ روز توی آی سی یوبستری شدم چون با سر خوردم زمین. از توی سینه و شکم من دو تا ترکش بزرگ در آوردند. از آن موقع به بعد همیشه ناخوش بودم. اوایل خیلی تشنج می‌کردم و زود عصبی می‌شدم. سردرد‌های خیلی شدیدی می‌گرفتم. بعد تشنج کم‌کم قطع شد ولی سر دردهایم



## دفتر خدمات بین‌المللی

Office of International Services



دفتر خدمات بین‌المللی با تجربه کافی، دقت و علاقه، آماده ارائه خدمات ذیل می‌باشد

- ♦ دریافت حقوق و مزایای دولتی
- ♦ حقوق بازنشستگی در آمریکا
- ♦ گرفتن *Employer Identification Number*
- ♦ ثبت *Fictitious Business Name*
- ♦ تشکیل شرکت‌ها (*Incorporation, LLC, DBA*)
- ♦ گرفتن وقت از سفارت ایران، رزرو بلیط و هتل
- ♦ طلاق در آمریکا
- ♦ تعویض نام
- ♦ اخذ تابعیت آمریکا و تمدید گرین کارت
- ♦ دریافت گرین کارت از طریق ازدواج و خانواده
- ♦ تهیه و تنظیم وصیت‌نامه
- ♦ دریافت پاسپورت سفید و پاسپورت آمریکایی
- ♦ تهیه و تنظیم دعوت‌نامه
- ♦ سوشیال سکيوریتی
- ♦ مدیکر و مدیکال
- ♦ دریافت حقوق پرستار و از کار افتادگی

دفتر خدمات بین‌المللی با سرعت عمل، دقت و پشت‌کار، شما را همیاری می‌کند!

Office of International Services is not a Law Firm

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

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



## مسجد جامع اصفهان



مسجد جمعه یا مسجد جامع اصفهان از مهم ترین و قدیمی ترین ابنیه مذهبی ایران است. این مسجد مجموعه تاریخی وسیعی را به ابعاد ۱۷۰ در ۱۴۰ متر در شمال شرقی اصفهان و کنار میدان کهنه نشان می دهد و امروز شامل قسمت های مختلفی است از

اصفهان کاربری داشته است. کشف یک پا ستون، در منطقه شمالی مسجد، وجود بنایی قبل از اسلام را تأیید می کند. درباره تاریخچه تغییر و تحولات مسجد اختلاف نظرهایی وجود دارد ولی به نظر می آید ساخت مسجد جامع به قرون اولیه هجری و در زمان عباسیان بوده که در قرن سوم هجری محراب آن تخریب و جهت قبله آن اصلاح شده است.

بخش های گوناگون آن در طول نزدیک به هزار سال شکل گرفته اند و طی این سال ها همواره در حال مرمت و بازسازی بوده است که آخرین آنها بازسازی بخش تخریب شده بر اثر بمباران هواپیماهای عراقی در طول هشت سال جنگ ایران و عراق بوده است. **دنباله مطلب در صفحه ۵۱**

قبیل گنبد نظام الملک، گنبد تاج الملک، محراب چهار ایوانی و شبستان های گرد آن، مدرسه مظفری، محراب الجایتو که هر یک نمایانگر سیر هنر معماری اسلامی در دوره های خاص هستند. بنا بر شواهد تاریخی، مسجد جامع اصفهان بر روی ویرانه های مسجد قدیمی تری ساخته شده که اعراب ساکن قریه طهران در اصفهان در قرن دوم هجری در یهودیه بنا کرده بودند.

سبک معماری مسجد شیوه رازی است. مسجد جامع اصفهان منعکس هنر بیزانس و کلاسیک در قالب یک بنای سنتی اسلامی است. کاوش های باستان شناسی نشان از آن دارد که احتمالاً این مسجد پیش از تسلط اعراب بر این شهر، مرکز مذهبی مهم شهر بوده و به صورت یکی از آتشکده های شهر

## پیام زرتشت

بخش سوم

دکتر علی اکبر جعفری



## زمانی که زرتشت چشم گشود

آنهم به دستگیری پیشوایان دینی، نمی گرفتند کمک نمی کردند و به داد کسی نمی رسیدند و چه بسا که دست به جور و ستم می گشودند. یا باران نیامد و یا اگر میامد همه چیز را با خود می برد، یا راهزنان را بر می انگیختند تا خانمان های آباد را بر باد دهند و مردان را به خاک و خون کشند و زنان و کودکان را به بردگی برند و یا بیماری های گوناگون را به سراغ مردم گیج و بیچاره می فرستادند که تنها پناهشان روی آوردن به پیشوایانی بود که این پندارها را برای بازار گرمی خود می بافتند. آنان هم قربانی بیشتر می خواستند، خون بود که ریخته می شد، می بود که گسارده می شد. پیشوایان بد مست به پیشگویی و غیبگویی می پرداختند.

پیشگویی ها همه اش دو پهلوئی بود که نیک می شد یا بد، سخن آنان راست بر میامد و از پیشگویی ها هم هیچکس سر در نمیآورد و پس از آن هم پیشامدهای نیک و بد را به همین کارها می گذاشتند.

شگفت این که این خدایان پنداری با یکدیگر همدست و همکار نبودند. با هم رشک می ورزیدند و دشمنی می کردند، شیفته زنان یکدیگر می شدند و نیز به سراغ زنان مردم زمین میامدند (که پیدا است این کار را همان پیشوایان فریبنده به نمایندگی خدایان خود انجام میدادند).

نگاهی به داستان های ویدها و نوشته های دیگر سنسکرت و به افسانه های یونانی و مردمان دیگر بس است که این بازی ها را از این هم رنگین تر سازد. نیز در آن بخش های اوستا که باز گشت به کیش پیشین را می نماید، قربانی های خونین و آیین های پندار پرستی دیگر آشکارا به چشم می خورد و اگر آن پرتو پاک و پاکیزه کننده زرتشت نبود، اینها هم چندان کم آرایش نمی ماندند. این بود چهره ای از زمانی که زرتشت در آن چشم به جهان گشود.

نزد شما روان جهان به گریه افتاد «چرا مرا ساختید؟ که مرا ساخت؟

خشم، ستم، جور، درشتی و زور سخت گرفتارم کرده.

مرا جز شما راهنمای دیگری نیست مرا به باشندگان خوبی راه ننماید. (سرود ۲، بند ۱ - یسن ۲۹-۱)

اکنون ببینیم او در چه پیرامون چشم به جهان گشود و جهانی که او در آن می زیست چگونه بود:

جهانی می بینیم که از خشم و جور و ستم می نالد. همه به ستوه آمده اند و نمی دانند به که روی آورده اند. از یک سوی تازه کسانی زندگی چادر نشینی و در بدری را رها کرده، انجمنی بر پا کرده به زندگانی و آبادانی پرداخته اند و دست به ساختن خانه و ده و شهر و کشور زده اند ولی از دست راهزنان بیابانی و ستمکاران خانه بدوش آرامش ندارند و زمانی آسوده نیستند و از سوی دیگر کسانی خود را پیشوایان دینی خوانده، زندگی را بر مردم بیچاره تنگ کرده اند.

اینان به گفته خود، نمایندگان خدایانی هستند که در رشک و خشم از راهزنان هم جلو زده اند. هر درخواستی که از آنان شود، باج می خواهند تا یاری بنمایند. باج گرفتن شان هم با صد ناز و کرشمه است. خون و خونابه می خواهند، می و باده می خواهند. باید در برابرشان جانوران را گردن زد و خون ریخت. باید خم های می گسارده شوند و آوازهای بد مستانه سروده شوند و دستها افشاند و پای ها کوبیده شوند تا آنان اگر بخواهند، بجنبند و کاری بکنند.

این آیین های خونین هر چه پیچیده تر، مردم گیج تر و سرانجام کار پیشوایان دینی بهتر و بازارشان گرمتر. هر چیز خدایی داشت. خدای آسمان، خدای زمین، خدای باد، خدای باران، خدای آب، خدای آتش، خدای این و خدای آن و همه تا باج های خونین خود را،

## کامران پورشمسی

متخصص و مشاور در امور

خرید و فروش املاک مسکونی و تجاری



**Kamran Pourshams**  
Experienced Professional Realtor

Residential, Commercial,  
Property Management

Proven Insights.  
Proven Results.

DRE# 01066478



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

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

Experienced Agent in Short Sale  
& Bank Owned Properties

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

Res: (408)879-9343 Bus: (408)369-2000

Dir: (408)369-2020 Cell: (408)781-1200

419 E. Hamilton Ave., Campbell, CA 95008



# دفتر خدمات بین المللی

## Office of International Services



قبول وکالت در کلیه امور حقوقی در دادگاه های ایران

### با همکاری دکتر جمیله زنده نام

دارای سال ها سابقه در امور حقوقی داخلی ایران-بین المللی و وکالت دادگستری در ایران  
فارغ التحصیل حقوق از ایران و آمریکا و کارشناس قوانین ایران در دادگاه های آمریکا

ارائه خدمات حقوقی در ایران، از طریق وکلای پایه یک دادگستری ایران



- ◆ مشاوره حضوری
- ◆ طرح دعاوی ملکی
- ◆ امور خانوادگی، ازدواج و طلاق و مهریه در ایران
- ◆ تنظیم انواع وکالتنامه
- ◆ برقراری حقوق بازنشستگی، معوقه و مستمری
- ◆ کارشناس قوانین ایران در دادگاه های آمریکا
- ◆ انجام کلیه امور موبوط به دفتر حفاظت منافع ایران
- ◆ انحصار وراثت و تنظیم وصیت نامه ها و قراردادهای ایرانی طبق قوانین ایران

◆ Consultation ◆ Real Estate ◆ Family Law ◆ Wills & Probate & any Iranian Contract  
◆ Drawing up any form of Power of Attorney ◆ Retirement Pension ◆ Expert Witness on  
Iranian laws ◆ Handle all issues & due diligence relating to the Interests Section of Iran

جهت مشاوره و حل کلیه مسائل حقوقی خود در ایران با دفتر خدمات بین المللی تماس بگیرید!

ارائه خدمات، طبق قوانین ایران خواهد بود ◆ Not Licensed to practice in US / CA ◆ Services related to Iranian Laws only

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

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



دو سوی تخته سنگ های بزرگ بر روی سر ما آویزان بود و می ترسیدیم که مبادا بر سر ما بیفتند و ما را خرد کنند و ما مجبور بودیم مدت شش یا هفت ساعت در جاده ای چنین ناخوش آیند راه بپیمائیم. بیش از یکصد بار از سیلابی بنام «کرزن» عبور کردیم که در آنوقت جویباری بیش نبود اما در موقع باران و ذوب برف های رودی خروشان می گردد و تخته سنگ های بزرگ را با خود می برد. راه مالرویی که ما می پیمودیم در بستر این سیلاب قرار داشت. در این مسیل علف های آبی روئیده بود که در پیرامون آنجا بوی بسیار مطبوعی می پراکندند. ما به موقع کاروانسرائی که وضع خوبی نداشت یافتیم که نامش «ملالو» بود و چهار پایان که بسیار خسته شده بودند در آنجا به استراحت پرداختند. پیرامون این کاروانسرا درختان تاک فرا گرفته است که شاخه های آنها تا اندازه آدمی بالا رفته و درهم فرورفته اند و تشکیل داربستی داده اند و می گویند این داربست برای آنست که زنبوران زرد که به اندازه کلفتی انگشت کوچک هستند نتوانند انگورها را بخورند. درختان انجیر نیز در اینجا به اندازه درختان گردو در فرانسه بلند و تنومند هستند. روز بعد سخت تر از روز قبل بود. چون دیگر ممکن نبود در جاهای صاف راه برویم. مصمم شدیم از یک راه سر بالا، بالا برویم. این سر بالائی چنان تند بود که شتران مجبور بودند در هر ده قدم بایستند و نفس تازه کنند. ما پنج ساعت در راه بودیم و نه تنها از خستگی بالا رفتن و پائین آمدن از کوه های بسیار سخت در رنج بودیم بلکه بادی هم می وزید که برف های را بر روی ما می پاشید. سرانجام پس از رنج بسیار به کاروانسرای «یوزباشی» رسیدیم.

دنباله مطلب در صفحه ۵۵

منجیل حرکت کردیم. چون راه بسیار زیبا و هموار بود، سواران و اسبان باربر تند راه پیمودند ولی شتران عقب ماندند و حتی شتربانان مجبور شدند در کنار رود شاهرود بار از پشت آنها بردارند. شاهرود به معنی رودشاه است. این رود کمی پائین تر به «فزول اوزن» فرو می ریزد. در آنجا برای شام اندکی نان خشک خوردیم و به جای بستر بر زمین خوابیدیم. روز دوازدهم گرسنگی شتربانان را واداشت که صبح زود حرکت کنند. راه ما از دشتی می گذشت که شاهرود بطور ماریچ از آن می گذرد. ما پیش از آنکه به «لوشان» برسیم پانزده بار از آن گذشتیم. «لوشان» قصبه بزرگی است که پس از طاعونی که چند سال پیش در آنجا بروز کرد و موجب مرگ و میر شد هنوز نتوانسته است وضع نخستین خود را باز یابد. اطراف آن مطبوع و حاصلخیز است. درختان زیتون در آنجا بسیار تنومند می شوند و این درختان آخرین درختان زیتونی است که در این سرزمین دیده می شوند. تاک ها انگوری بسیار عالی به بار می آورند که شراب سفیدی می دهد که بسیار قوی است. در آنجا درختی دیدیم که نامش شنارد است و می گویند که همان درخت چنار است. این درخت میوه و تخمی به بار نمی آورد و برای تکثیر آن شاخه ای را می برند و در زمین می کارند و شاخه خود ریشه می گیرد. برگ چنار شبیه به تاک است. کوشش می کنند تا این درخت را هر چه بیشتر بلند گردانند و برای آن شاخ و برگی جز در سر آن نمی گذارند. چوب آن که در نجاری بکار می رود مرمگون است. روز سیزدهم از پل چهار دهانه ای که بر روی رود شاهرود بسته شده است گذشتیم و به دره تنگی که در میان دو کوه واقع شده است وارد شدیم. منظره ای وحشی بود. از



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

(بخش شانزدهم)

ترجمه زنده یاد دکتر بهرام فره وشی

این پل تا رسیدن به «منجیل» نیم فرسنگ راه سر بالا باقی است. «منجیل» شهر کوچکی در میان درختان زیتون است، «هرزویل» نیز که در نیم فرسنگی آن در پای یک کوه در طرف جنوب واقع شده، چنین است. سران ساکنان «منجیل» به پیشواز سفیر آمدند و به او خوش آمد گفتند و ما را در کاروانسرائی که اسباب راحتی در آن فراهم بود منزل دادند. چشمه زیبایی در آن بود که از آب فراوان آن استفاده کردیم. به سفیر ما چندان زیتون هدیه کردند که در همه طول مسافرت همراه داشت و در اصفهان نیز مقداری از آنها را پیشکش کرد. در هنگام ورود ما به منجیل، دکان ها از ترس اینکه کاروان ما مانند کاروان «مسکوی» ها و «لسکی»ها با آنها رفتار نکنند، بسته شدند. اینان اجناس دکان ها را به بهای دلخواه خود برده بودند. روز یازدهم در ساعت یک بعدازظهر از

روز نهم ماه از این کاخ براه افتادیم. راه باریکی که می بایستی از آن بگذریم مرا مجبور کرد که اسب خود را سوار شوم. این راه در سنگ تراشیده شده بود و در برخی از جاها دارای پله هائی بود که زحمت اسبان را در موقع بالا رفتن و پائین آمدن آسان کند. از یک سوی رودخانه به اندازه پنج نيزه در پائین پای ما و از سوی دیگر کوه در کنار ما بود. پنج ساعت طول کشید تا دو فرسنگ راه پیمودیم و به پل «فزول اوزن» رسیدیم. این پل ساختمان عظیم و زیبایی است که از آجر ساخته شده است و دارای هفت طاق است. در هر یک از پایه ها پلکانی برای رفتن تا به لب آب تعبیه شده است. این پل به فرمان شاه صفی ساخته و غفلت حاکمان موجب ویرانی آن شده است. وقتی ما از روی آن می گذشتیم کارگران مشغول تعمیر آن بودند و بیش از پانصد نفر به امر شاه حسین در آن مشغول به کار بودند. از



+ 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

## Mindful Yoga

یوگا برای تمام سنین با مریم سالاری

- Therapeutic Yoga (یوگای درمانی)
- Vinyasa Yoga
- Chair Yoga



با یوگا:

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

جلسه اول را رایگان تجربه نمایید.

تخفیف ویژه

برای عزیزانی که M.S دارند.

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

maryamsalariyoga@gmail.com - ۸۸۸۲ - ۸۰۲ - (۴۰۸)



## ایرانشناسی ایران دوست ادوارد براون و ایران

بخش یازدهم

دکتر ایرج پارسی نژاد



نگاهی به کتاب:

دکتر حسن جوادی، ادوارد براون و ایران، فرهنگ نشر نو، تهران، ۱۳۹۶

### براون و عرفان و تصوف ایرانی

آمده و تعبیر «صوفیان پشمینه پوش» در ادبیات فارسی موبد این موضوع است. براون ضمن بحث در انتساب صوفیه به اهل صُفّه به نظریات متفاوتی درباره منابع تصوف اشاره می کند، این که بعضی منشاء تصوف را عقیده باطنیه پیامبر اسلام می دانند و از سوی دیگر این نظریه را مطرح می کند که تصوف نوعی واکنش آریایی است در برابر دینی که نژادی سامی به زور به نژاد آریایی تحمیل کرده است. براون مشابهت های تصوف ایرانی را با مذاهب هند برمی شمرد، اما این مشابهت را صوری و سطحی می داند و یادآور می شود باوجود مبادلات فرهنگی در عصر ساسانی نفوذ افکار عرفان هندی را در ایران نمی توان ثابت کرد. به نظر براون پاسخ به پرسش هایی از این دست که اشتقاق کلمه تصوف از سوفس یونانی آمده باشد و نوافلاطونیان عناصری را از مشرق و به ویژه از ایران به عاریت گرفته باشند آسان نیست، هر چند در شرح حال فلوطین آمده که او مخصوصاً به این قصد به ایران رفت که روش های فلسفی را که در آنجا تعلیم می دادند مطالعه کند، زیرا گذشته از تاثیر مکتب نوافلاطونیان در تطور روند عرفان از تاثیر جریانات فکری اواخر عهد ساسانی نیز در این باب بی خبریم. به روی هم براون تاثیر تصوف را در ایران تلطیف احکام قشری دینی و عقاید ایمانی می داند و بیشتر طرفدار فرضیه منشاء مستقل تصوف است. او مانند نیکلسون معتقد است شاید مشرب تصوف به کلی مستقل از مسائل دیگر بوده و به خودی خود به وجود آمده باشد، اما در مسیر تطور و تکوین خود از منابع مختلف تاثیر پذیرفته باشد. با این همه براون به فرضیه نفوذ نوافلاطونیان در آراء متصوفه اهمیت زیادی می دهد و اشتباه نیکلسون را که «اسم فلوطین را در شرق نمیدانسته اند» تصحیح می کند و یادآور می شود ابن ندیم در الفهرست از فلوطین یاد کرده و اسامی چند کتابش را

نخستین آشنایی براون با عرفان و تصوف ایرانی برخورد او با حاجی محمدعلی پیرزاده نایینی است. او در بیست و پنج سالگی در لندن با این عارف ایرانی آشنا می شود. پیرزاده در تاثیر استعداد و هوش و کنجکاوای جوان انگلیسی که «ذوق عرفان او بسیار است و طالب معانی و اسرار صوفیه است» واقع می شود و به او لقب «مظهر اعلی» می دهند.

براون در سال های بعد، با آشنایی بیشتر با ایرانیان، پی می برد که «مذهب و مسائل ماوراءالطبیعه یکی از عمده ترین ارکان فرهنگ ایرانی است و بدون توجه و درک عمیق آنها فهمیدن روحیه ایرانیان ممکن نیست» از این رو فصل ششم کتاب «یک سال در میان ایرانیان» را به دین و عرفان ایرانیان اختصاص می دهد و آن را با این شعر صائب آغاز می کند:

**گفتگوی کفر و دین آخر به یک جا می کشد  
خواب یک خواب است اما مختلف تعبیرها**

براون در جلد اول تاریخ ادبیات خود می نویسد: مبنا و فکر صوفیه این است که نه تنها هستی حقیقی از خداست، بلکه زیبایی و خوبی و مظاهر حسن و جمال، که در هزار آیینۀ عالم جلوه گر است، نیز از آن اوست. خلاصه این که خدا هستی محض است و ماسوی الله تنها جلوه های از هستی اویند. (۱)

براون نه تنها در «یکسال در میان ایرانیان» درباره عرفان و تصوف ایرانی نوشت، که در مجلدات تاریخ ادبیات ایران نیز از جنبه های گوناگون عرفان ایرانی سخن گفت و در سال ۱۸۷۵ یکی از نخستین مقالات خود را به موضوع «تصوف در ایران، عربستان و آسیای میانه» اختصاص داد و در گزارش های فرهنگستان سلطنتی باوریا به چاپ رساند. (۲)

براون در جلد اول تاریخ ادبیات پس از بحث و بررسی نهضت های دینی و فکری سده های نخستین بعد از اسلام در ایران فصلی را به آغاز تصوف و بیان ریشه یابی این کلمه اختصاص می دهد. او اطمینان دارد تصوف از کلمه «صوف»

بر شمرده است. براون در جلد دوم تاریخ ادبیات خود از عارفان بزرگی چون نجمالدین کبری، نجمالدین دایه، سعدالدین حموی، شهاب الدین سهروردی، روزبهان و همچنین عطار و مولوی و عراقی یاد می کند و دو صوفی بزرگ عالم اسلام یعنی ابن فارض و ابن عربی را از یاد نم یبرد، هر چند یادآور می شود که این دو رابطه مستقیم با ایران نداشته اند. اما در اروپا هنوز این نظریه مطرح است که تصوف ذاتا یک تجلی آریایی و ایرانی است، اما به گمان براون این نظریه قابل دفاع نیست. (۳)

براون بر بعضی از مستشرقان سفر ناکرده به شرق که عقاید مذاهب و فرقه هایی مانند اسماعیلیه یا بابیه و یا اهل تشیع را همانند عقاید صوفیه می دانند ایراد می گیرد و یادآور می شود در بسیاری از موارد میان صوفیه و کسانی از پیروان ادیان و مذاهب، که دارای عقاید قاطع و ثابت و جازم هستند، اختلاف است. در تایید این نظر در جلد چهارم تاریخ ادبیات خود به نقل نامۀ مفصلی از علامه محمد قزوینی می پردازد که چگونه در عصر صفوی، به علل سیاسی، برای رواج تشیع، به عنوان مذهب رسمی کشور در مقابل عثمانیان سنی، شاهان صفوی قدرت را ظاهری است. دنباله مطلب در صفحه ۵۸

## 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 وام های بدون کارمزد استفاده نمایید**

مدیریت املاک تجاری و مسکونی در سراسر بی اریا

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**

مبارک بپردازید، او با برپا کردن گارد شهربانی که در واقع ارتش کوچکی در دل شهر تهران بود بسیار قدرتمند به نظر می رسید و افسران گارد شهربانی را بسیار دوست می داشت و هر سال هنگام نوروز به گارد شهربانی که قسمتی از پادگان عشرت آباد بود می آمد و سکه طلا به افسران عیدی می داد.

او آن گونه که همکارانش تعریف می کردند بسیار یک دنده، نترس و سیاستمدار بود و به غیر از شاه به هیچکس گزارش نمی داد، نه به وزیر کشور نه به نخست وزیر. با وجودی که رئیس شهربانی بود می توانست میلیون ها دلار از راه نادرست گردآوری کند اما افسر دزدی نبود و پس از انقلاب اسلامی با دست خالی به خارج گریخت و در لندن به سختی زندگی کرد و به همین دلیل در لندن توی اتوبوس دو طبقه سکنه کرد و مُرد.

اما ماجرای برکنار کردنش از ریاست شهربانی کل کشور همانطور که نوشتیم شایع شده بود سر یک هنرمند را که مهمان شهبانو بوده ماشین کرده، اما این چنین نبود و قضیه از جای دیگری آب می خورد. در شمال شهر بعد از میدان تجریش خیابان یک طرفه سر بلاتی بود که نامش را از یاد برده ام. **دنباله مطلب در صفحه ۵۸**

زیرنامه ها و تقاضاهای افسران یا گزارش های سازمان های مختلف شهربانی می نوشت بسیار مختصر و مفید بود. مثلا دوستی داشتم به نام سروان اسفندیاری (البته اسفندیاری در شهربانی زیاد داشتیم) او عادت داشت که در کنار آرایشگاه های زنانه اطاق یا آپارتمانی اجاره کند و چنانکه افتد و دانی... اداره اطلاعات شهربانی گزارش مفصلی در مورد خلافتکاری های این افسر نوشته بود که چنین است و چنان است و باید تنبیه شود. مبصر زیر ده پانزده برگ که گزارش اصلی روی آن بود نوشت (او را به شهری منتقل کنید که آرایشگاه زنانه نداشته باشد) و در نتیجه او را به سندانج منتقل کردند و چندسالی از آرایشگاه های زنانه به دور بود. یا مثلا تیمسار فتح اللهی که فرمانده گارد شهربانی بود به تقاضای فرمانده گروهبانی که درباره یکی از افسران شروع و دعوائی گزارش کرده بود که اگر این افسر زن بگیرد از شرارت دست بر میدارد و چون پول ندارد زن نمی گیرد و اگر ممکن است تیمسار ریاست شهربانی دستور فرمایند کمکی به این افسر بشود که ازدواج کند و از بهم زدن کافه ها و کبابه ها دست بردارد. تیمسار مبصر زیر این گزارش نوشت (از جیب

## یک سینه سخن

مسعود سپند

### چرا تیمسار مبصر رئیس شهربانی از کار بر کنار شد

این داستان همان زمان که رخ داد، یعنی دور و بر سال های ۱۳۵۰ یا ۱۳۵۱ در همه جا بین افسران شهربانی پیچید ولی چون در موردش مطمئن نبودند در جانی ابراز نمی شد. از قرار تیمسار مبصر رئیس شهربانی وقت، موهایی یک هنرمند معروف که به دعوت شهبانو به ایران آمده بود را داده بود از بیخ ماشین کرده بودند و به همین دلیل او را از پست ریاست شهربانی خلع و تیمسار صدری را بجایش (البته به دستور اعلیحضرت) نشانده بودند. اما بعدها معلوم شد که داستان اینطور نبوده. من همان زمان با یکی دو تن از افسران اطلاعات که همدوره هایم بودند تماس گرفتم و آنها هم داستان را به نوع دیگری بیان کردند که البته بنده به هیچ وجه شاهد آن نبوده ام و این از زبان دیگران است که برایتان نقل می کنم. می گویند پادشاه درگذشته ایران محمدرضا شاه پهلوی، آن اعتمادی را که به ارتش و افسران ارتش داشت به افسران شهربانی نداشت. حالا نمی دانم به این خاطر که افسران شهربانی سابقه خوبی در اداره کردن شهربانی نداشتند یا خطاهای بزرگی از آنها سر زده بود یا اینکه اصلا آنها را قابل نمی دانست، در صورتی که افسران شهربانی چون بیشتر با مردم و جرم و جنایت سروکار داشتند، در کار

انتظامی از افسران ارتش پخته تر بودند و کوله باری از تجربه را بر روی دوش های خود که درجه آنها بود حمل می کردند. تیمسار مبصر هم که گویا در قیام ۲۸ مرداد در دوران ستوانی خدمتی کرده و دفتر رمز حزب توده را کشف کرده بود و به همین دلیل بسیار مورد توجه قرار گرفته و از ارتش به شهربانی منتقل شده بود و پس از انتقال، تیمسار نصیری که رئیس شهربانی بود به ریاست ساواک و تیمسار مبصر هم رئیس شهربانی شد. تیمسار مبصر را میتوان یکی از پر قدرت ترین رؤسای شهربانی ایران به حساب آورد زیرا که اعمال و رفتارشان نشان دهنده اقتدارش بود. مثلا او از موی بلند و هیپی جماعت خوشش نمی آمد. به همین دلیل بارها در جریان کنکور دانشکده پلیس برای انتخاب دانشجو که در میدان فوتبال دانشکده انجام می شد نظارت داشت و چند جوان با موی بلند را از جلسه امتحان بیرون کرد. او اعتقاد داشت این سوسول ها به درد کار ارتش و شهربانی نمی خورند. یا این که دستور داده بود به رؤسای کلانتری هر جوانی را که به علت متلک گفتن به دخترها یا جرم دیگری به کلانتری می آوردند و موی بلند باشد، اول موهایش را ماشین کنند و بعد احوالش را ببرند. دستوراتی که در

## رستوران فیمس کباب



غذای هر ملتی بخشی از فرهنگ آن مردم است.

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

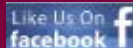


کیتترینگ کامل میهمانی و جشن های شما در سراسر شمال کالیفرنیا

رستوران فیمس کباب با افتخار از شما پذیرایی می کند.

(916)483-1700

www.famouskabob.com



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



Alis Construction & Remodeling  
The Complete Home Remodeling & Remodeling Experts

**(408)-898-6474**

www.alisconstruction.com

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

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



Let us Build your Custom Dream Home

**1011 S. De Anza Blvd. , Cupertino, CA**



کنند، یعنی برای آنها احترام و ارزش قائل هستید. به دیگران بابت همان چیزی که هستند توجه کنید و احترام بگذارید نه بابت چیزی که شما دوست دارید باشند. ما حتی به اندازه نیمی از آنچه فکر می‌کنیم هم دیگر را نمی‌شناسیم و شناختن واقعی کسی، بخشی بزرگ از همان چیزی است که او را شگفت‌انگیز می‌کند. هر انسانی، استثنایی و زیباست، فقط باید یک جفت چشم صبور و بی‌نا داشت تا این زیبایی‌ها و شگفتی‌ها را دید. هر چه بیشتر کسی را بشناسید، بیشتر خواهید توانست فراتر از ظاهرش بروید و زیبایی درون او را ببینید.

**انتظار نداشته باشید بدانند شما چه فکری می‌کنید:** ما نمی‌توانیم ذهن دیگران را بخوانیم و هرگز نخواهیم دانست چه احساسی دارند مگر اینکه خودشان حرفی بزنند. مثلاً رئیس شما از کجا بداند شما آرزوی بالاتر رفتن سمت‌تان را دارید وقتی تا به حال چیزی به او نگفته‌اید؟ ما باید با دیگران ارتباط برقرار کنیم و این ارتباط، موثر و مکرر باشد تا به افکار هم بیشتر آشنا شویم و طبیعتاً باید زبان و دهان‌مان را به کار بیندازیم و حرف بزنیم تا این ارتباطها ایجاد شوند! شما باید به فرد مقابل‌تان بگویید چه فکر می‌کنید. به همین راحتی! **دنباله مطلب در صفحه ۳۳**

حتماً برای فرد دیگری با ارزش و عزیز و خواستنی هستید. هرگز ارزش و اعتبار خودتان را فراموش نکنید و برای آنهایی که به شما اهمیت می‌دهند وقت صرف کنید. فرقی نمی‌کند شما با دیگران چقدر خوب و خوش‌رفتار باشید، همیشه یک نفر هست که قبول‌تان نداشته باشد و نقدتان کند. لب‌خند بزنید، آنها را نادیده بگیرید و به راه خود ادامه دهید! در این دنیای دیوانه که سعی دارد شما را هم مانند بقیه کند، سخت‌ترین نبردی که دارید، جنگیدن برای خودتان بودن است و طبیعی است که اگر برای خودتان بودن بجنگید، همه دوست‌تان نخواهند داشت.

گاهی مردم نسبت‌هایی به شما خواهند داد چون شما «متفاوت» هستید. اما هیچ ایرادی ندارد. چیزی که شما را متفاوت کرده است همان چیزی است که به شما هویت داده و آنهایی که واقعیت را می‌بینند و انسان‌های درستی هستند، بابت همین هویت‌تان، دوست‌تان خواهند داشت.

**توقع نداشته باشید با نظر شما در مورد خودشان موافق باشند:** عشق ورزیدن و احترام گذاشتن به دیگران یعنی به آنها اجازه بدهید خودشان باشند. هر وقت از آنها انتظار نداشتید به شیوه خاصی رفتار

## توقعات بی‌جایی که نباید از کسی داشته باشیم!

بزرگ‌ترین ناامیدی‌های ما در زندگی معمولاً نتیجه توقعات نابجای ماست که این موضوع مخصوصاً در روابط و تعاملات ما با دیگران، پررنگ‌تر هم می‌شود. تعدیل انتظارات از دیگران، تا حدود زیادی از ناکامی‌های بیخود و رنج‌های بی‌موردمان خواهد کاست، هم در زندگی خودمان و هم در زندگی دیگران. همچنین می‌توانیم روی چیزهایی که واقعا با ارزش و مهم هستند بیشتر متمرکز شویم.

**توقع نداشته باشید با شما هم عقیده باشند:** شما لایق شاد بودن هستید و باید همانجوری زندگی کنید که دوست دارید. اجازه ندهید عقاید دیگران باعث شود این موضوع را فراموش کنید. شما به این دنیا نیامده‌اید که طبق عقاید دیگران زندگی کنید، پس نباید انتظار داشته باشید دیگران نیز طبق عقاید شما زندگی کنند. هر چه بیشتر به تصمیمات خود در زندگی اهمیت دهید، به تأیید و تصدیق کمتری از سوی دیگران نیاز خواهید داشت. شما باید خودتان باشید و از ندای درون خود پیروی کنید، حتی اگر عجیب به نظر برسد. خودتان را با دیگران مقایسه نکنید و با پیشرفت‌ها و موفقیت‌های دیگران از خودتان ناامید نشوید. راه خودتان را بروید و روی هدف‌تان باقی بمانید. موفقیت یعنی سپری کردن زندگی با شادی و رضایت. **انتظار نداشته باشید بیشتر از آنچه شما**

**به آنها احترام می‌گذارید به شما احترام بگذارند:** قدرت حقیقی، در روح شماست نه در عضلات‌تان. یعنی باید به هر چه هستید ایمان داشته باشید و اراده کنید که طبق ویژگی‌ها و توانایی‌های خودتان دست به عمل بزنید. به خودتان قول بدهید که هرگز محبت و احترام و توجه را از کسی گدایی نکنید، بلکه خودتان به خودتان احترام بگذارید. خیلی مهم است که با دیگران با احترام و محبت رفتار کنید، اما مهم‌تر از آن این است که با خودتان مهربان باشید. اگر عشق ورزیدن به خود و احترام قائل شدن برای خود را تمرین کنید، به خودتان فرصتی برای شاد بودن می‌دهید. اگر شاد باشید، دوست بهتر، خواهر یا برادری بهتر و بهتر برای هر کسی که دوستش دارید هم خواهید بود.

**انتظار نداشته باشید همه دوست‌تان داشته باشند:** شاید احساس کنید برای کسی بی‌ارزش هستید یا شما را نمی‌خواهد اما



# دفتر خدمات بین‌المللی

Office of International Services



## دفتر خدمات بین‌المللی با تجربه کافی، دقت و علاقه، آماده ارائه خدمات ذیل می‌باشد

- ◆ دریافت حقوق و مزایای دولتی
- ◆ حقوق بازنشستگی در آمریکا
- ◆ گرفتن *Employer Identification Number*
- ◆ ثبت *Fictitious Business Name*
- ◆ تشکیل شرکت‌ها (*Incorporation, LLC, DBA*)
- ◆ گرفتن وقت از سفارت ایران، رزرو بلیط و هتل
- ◆ طلاق در آمریکا
- ◆ تعویض نام
- ◆ اخذ تابعیت آمریکا و تمدید گرین کارت
- ◆ دریافت گرین کارت از طریق ازدواج و خانواده
- ◆ تهیه و تنظیم وصیت‌نامه
- ◆ دریافت پاسپورت سفید و پاسپورت آمریکایی
- ◆ تهیه و تنظیم دعوت‌نامه
- ◆ سوشیال سکيوریتی
- ◆ مدیکر و مدیکال
- ◆ دریافت حقوق پرستار و از کار افتادگی

دفتر خدمات بین‌المللی با سرعت عمل، دقت و پشت کار، شما را همیاری می‌کند!

Office of International Services is not a Law Firm

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

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

قرار خواهند گرفت اما زمانی که امکان مشاهدات بسیار دقیق فراهم می شود دیگر جایگوی مناسبی نیستند. افزون بر این، اختراعات فنی که در نظریه های قدیم پیشنهاد شده اند گواه بر این است که تا حدی از نوعی از حقیقت عملی برخوردار بوده اند. به این ترتیب علم مشوق دست برداشتن از جستجوی حقیقت مطلق و هوادار جایگزینی چیزی است که می توانیم آن را حقیقت فنی بنامیم. حقیقتی که هر نظریه ای که بتواند به اختراعی دست یابد یا آینده را پیش بینی کند مالک آن خواهد بود. حقیقت فنی درجانی دارد: هر نظریه ای که سبب پیدایش اختراعات زیادتر و پیش بینی های بهتری شود نسبت به نظریه دیگری که کمتر از این ویژگی برخوردار است به حقیقت نزدیکتر است. در چنین وضعی، معرفت دیگر آینه ذهنی عالم هستی جلوه نمی کند بلکه به ابزاری عملی در جریان کاربرد استادانه ماده تبدیل می شود. اما این ویژگی های روش علمی را پیشاهنگان علم درک نکرده بودند. گرچه در راه کشف حقیقت به روشی نو دست یافته بودند اما هنوز هم این پیشاهنگان به مانند مخالفان خود یا الهیان هم دوران، حقیقت را امری مطلق می پنداشتند. **دنباله مطلب در صفحه ۵۵**

باشد در چنین حالتی فرضیه به نام نظریه شناخته می شود. تعدادی از نظریه ها که هر یک مستقیماً بر واقعیت ها بنا شده اند امکان دارد برای ساختن فرضیه ای نو و کلی تر به کار روند، فرضیه ای که اگر درست باشد همه واقعیت ها از آن پیروی خواهند کرد. برای چنین عمومیت دادنی محدودیتی نمی توان در نظر گرفت. اما در حالی که در شیوه اندیشیدن قرون وسطایی کلی ترین اصول نقطه آغاز کار در نظر گرفته می شود در روش علمی این اصول کلی نتیجه نهایی کارند- نهایی به مفهوم تعلق به زمانی خاص- که امکان دارد در مراحل بعدی، قوانین گسترده تری از آنها استنباط شود. تفاوت اعتقاد دینی با نظریه علمی در این است که اولی ادعا می کند حقیقتی مطلق و ابدی است، در حالی که علم همیشه موقتی است و همواره دگرگونی هایی را، دیر یا زود، در نظریه های کنونی خود انتظار می کشد. علم بر این نکته آگاه است که روش آن به گونه ای است که منطقاً توانایی دستیابی به حکمی کامل و نهایی را ندارد. اما در علمی پیشرفته تغییرات لازم بیشتر از نوع دگرگونی هایی است که برای ایجاد دقت بیشتر صورت می گیرد. نظریه های قدیم در صورتی که فقط محاسبه های تقریبی در میان باشد هم چنان مورد بهره برداری



## نبرد دین با علم

نوشته: برتراند راسل مترجم: دکتر احمد ایرانی  
بخش سوم

بر پایه آن اصول بنا می شود سفسطه آمیز باشد. علم کار خود را با فرض های بزرگ آغاز نمی کند بلکه واقعیت های ویژه ای که از راه مشاهده و تجربه کشف شده اند آغاز کارند. از تعدادی از این واقعیت ها قانونی، کلی نتیجه گیری می شود که دلیل درستی آن براساس درستی واقعیت ها استوار می شود. چنین قانونی با تاکید تمام بیان نمی شود، اما به عنوان فرضیه ای که به عنوان آغاز کار از آن بهره برداری می شود مورد پذیرش قرار می گیرد. اگر قانون درست باشد در شرایطی ویژه برخی از پدیده هایی که تاکنون دیده نشده اند، در شرایطی ویژه نمایان خواهند شد. اگر آن پدیده ها نمایان شوند در این مرحله فرضیه تأیید می شود. در غیر این صورت فرضیه باید بی اعتبار شناخته شود و فرضیه تازه ای ساخته شود. اما در صورتی که واقعیت های بسیاری با فرضیه هماهنگ باشند، گرچه موضوع قطعی نباشد، اما اگر در پایان کار این هماهنگی بسیار محتمل

وحدت منطقی در عین حال هم قدرت است و هم ضعف. قدرت است زیرا ایجاب می کند که اگر شخص مرحله ای از استدلال را پذیرفت باید تمامی مراحل بعدی را نیز بپذیرد. ضعف است زیرا اگر شخص بخشی از استدلال های مراحل بعدی را نپذیرد باید از پذیرش دست کم بخشی از مراحل نخستین نیز خودداری کند. دستگاه دین در برخوردش با علم هر دو جنبه قدرت و ضعف را که در نتیجه وحدت منطقی احکام قاطع آن پدید می آید جلوه گر ساخته است.

راهی که به کمک آن علم به آگاهی هایی دست می یابد با شیوه هایی که الهیان قرون وسطا به کار می بردند کاملاً متفاوت است. تجربه نشان داده است که اصول کلی را آغاز کار قرار دادن و سپس جزییات را از آنها نتیجه گیری کردن شیوه خطرناکی خواهد بود. زیرا از سویی امکان دارد آن اصول کلی نادرست باشند و از سوی دیگر ممکن است استدلالی که

## معرفی کتاب

### معمای نفت و تغییر رژیم در ایران

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

تارا جگران نفت در خلیج فارس

نویسنده: مایک رهبریان

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

برای تهیه کتاب با مراکز زیر تماس حاصل فرمایید:

[www.ketab.com](http://www.ketab.com)

(310) 477-7477 ♦ (818) 908-0808

Also available at Amazon & Google Play





# DIVA OF LA JOLLA

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

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

**WE BUY  
GOLD**

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

*One of the largest  
selection of Rolex Watches*



*Certified Pre-Owned Rolex Watches*

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

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

**(408) 241-3755**

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



است. کار پروین یک نوآوری در لفظ و معنا بود و نجات زبان فارسی از تکرارها. پروین صاحب سبک بود، شعرش دور از تعقیدات لفظی و لغات مبهم و زبانی ساده و آسان برای فهم عموم بود. دیوانه و زنجیر:

**گفت با زنجیر در زندان شبی دیوانه ای**  
**عاقلان پیداست کز دیوانگان ترسیده اند**  
**من بدین زنجیر ارزیدم که بستندم به پای**  
**کاش می پرسید کس، کایشان به چند ارزیده اند**  
**دوش سنگی چند پنهان کردم اندر آستین**  
**ای عجب! آن سنگ ها را هم زمن زدیده اند**  
**سنگ می دزدند از دیوانه با این عقل و رای**  
**مبحث فهمیدنیها را چنین فهمیده اند**  
**ما نمی پوشیم عیب خویش، اما دیگران**  
**عیب ها دارند و از ما جمله را پوشیده اند**  
**ما سبکساریم، از لغزیدن ما چاره نیست**  
**عاقلان با این گرانسنگی، چرا لغزیده اند**  
 در دوره معاصر زنان تلاش کردند تا آن ذهن بند معروف را بگسلند و گاهی هم چوب آن را خوردند. وقتی فروغ شعر «کنه کردم گناهی پر ز لذت» را گفت تکفیر شد و مدت ها از او با زشت ترین کلمات یاد می کردند. آن زن پرده نشین دیروز، امروز با بی پرواترین کلمات از خواش های درونش سخن می گفت. **دنباله مطلب در صفحه ۵۷**

که در هنگام سخن رانی در «بدشت» ناگهان در حین سخن گفتن حجاب از سربرافکنند و بی پروا و بدون حجاب به سخنان خویش ادامه داد و این در آن زمان عملی بس عجیب و دور از ذهن بود. می گویند ناصرالدین شاه با عشق به او می اندیشید و از او خواست که از بایگاری دست برکشد و به عقد ازدواج او درآید که طاهره نپذیرفت و بالاخره پایان کارش بدین سان بود که وی را در اصفهان در خانه شیخی زندانی کردند و بعد نیمه شبی او را به خانه ای دیگر بردند و در آنجا خفه کردند و به چاه افکندند. از او اشعاری بیشتر از زنان پیش از او نقل شده که معروف ترین آن شعریست با این مطلع:

**گر به تو افتدم نظر چهره به چهره رو به رو**  
**شرح دهم غم تو را نکته به نکته مو به مو**  
 از ژاله قایم مقامی، مادر پژمان بختیاری غزلیات بسیار محکم و زیبایی برجای مانده است. بعد می رسمیم به دوران شکفتگی شعر زنان در دوران معاصر. **پروین اعتصامی:** ساده ترین کلمات برای پروین ابزار بیان اندیشه های فلسفی بزرگ اخلاقی، اجتماعی و سیاسی اوست و کثرت سمبل ها در شعر او به دلیل احاطه وی در استفاده لغات بسیار ساده



## زنان شاعر و اندیشه جامعه ایرانی

از این مقوله بگذریم که سخن درازست و مجال سخن اندک. از شاعران زن می گفتم، برمی گردیم به گذشته های دور، تعدادشان اندک است و گاه بی پروایی ها سرایشان را بر باد داده است. **رابعه بنت کعب قزدری:** در تمام تاریخ ادبیات به این دو بیت از او برخوردیم.

**عشق او باز اندر آوردم به بند**  
**کوشش بسیار نامد سودمند**  
**تو سنی کردن، ندانستم همی**

**کز کشیدن سخت تر گردد کمند**  
 رابعه حق نداشت عاشق شود و حق نداشت شعر عاشقانه بگوید. عاشق غلام سیاهشان شد و این دیگر برای خانواده اش غیرقابل تحمل بود. توسط پدر و برادرش کشته شد.

مخفی کردستانی، مهستی، طاهره قره العین، که از مخفی و مهستی، اشعاری انگشت شمار باقی مانده است. این دو بیت از مخفی است.

**مخفیا دختران خطه رشت**  
**چون غزالان مست می گردند**  
**از پی مشتری به هر بازار**

**بند تنبان به دست می گردند**  
 از طاهره شرح حال و اشعاری بیشتر در تاریخ ادبیات نقل شده است. پدرش مجتهد بود و خود وی در کودکی حافظ قرآن بود. پدرش او را به مجتهدی، به زنی داد و او در جوانی با مراجع شیعه در نجف به مکاتبه پرداخت و سعی کرد از ایشان اجازه اجتهاد بگیرد، که این برای یک زن برخلاف عرف و عادت مذهب بود.

بعد از آن به مدت سیزده سال به نجف رفت تا علوم دینی بیاموزد و در بازگشت از آنجا از همسرش جدا شد. او ابتدا به مذهب شیخیه گرایش پیدا کرد (سید کاظم رشتی) و به روایتی از او و به روایتی از سید علی محمدباب لقب قره العین گرفت (به معنای نور و روشنائی چشم). شیخیه اصول توحید، نبوت، امامت و اصل اعتقاد به امام زمان را باور داشتند و اصول معاد و عدل را انکار می کردند.

طاهره به اطراف شهرها سفر می کرد و درباره سیدعلی محمد باب به سخن رانی هایی نافذ دست می زد. نقل است

می اندیشیدم که در طول ادوار تاریخ چرا شمار زنان شاعر و نویسنده با همه نازک اندیشی و نازک طبعی ایشان نسبت به مردان این همه کم تر است و به بررسی شمار ایشان از ابتدای تاریخ ادبیات تا به تاریخ امروز پرداختم. دریافتیم که از دیرباز تاریخ ادب تعدادشان اندک و در زمان پهلوی ها که به دوره شکفتگی حیات اجتماعی زنان می رسمیم بیشترند و باز دریافتیم که حتی در این زمان نیز راه پرفراز و نشیب و پرسنگلاخی فراروی زندگی اجتماعی ایشان بوده است. نمی دانم آیا در گذشته دور که آثار زنان این همه اندک است آیا دانشی نداشته اند یا گستاخی آشکار کردن اندیشه هایشان را نداشتند. بعد دریافتیم که حتی در دوره نوجوانی من که درهای دانشگاه ها به طور یکسان بروی همه، اعم از مرد و زن باز بود و هر کس می توانست اندیشه های خویش را عیان، بیان کند، زنان، خواهی نخواهی خود سانسور بوده اند و بعد می اندیشیم که این هراس پی آمد تفکر جامعه مرد سالار ایرانی است، جامعه ای که در هر کجای عالم باشد باز هم با تفکر خود زندگی می کند، تفکری که همیشه به این اندیشه می انجامد که «می دانی این خانم و آقا چه رابطه ای با یکدیگر دارند یا داشته اند» البته آن رابطه را که می سازند برای مردان عزت و برای زنان خفت است. بهترست زنان سرکوب شوند تا آن جنس دیگر در مسیری بازتر قدم بردارد. این چماق تهمت و افترا سن و سال نمی شناسد و بر هر سری یکسان فرود می آید و بعد دانستم که چرا زنان در طول تاریخ این همه انگشت شمار، احساس خویش را بر صفحه ای نقش کرده اند. چرا در دیوان پروین اعتصامی شما حتی به یک بیت شعر عاشقانه برخورد نمی کنید و چرا زنان حتی اندیشه های خویش را به سانسور کشیده اند.

ما خاله زنک ها در هر کجای دنیا باشیم بیش از رابطه های انسانی بین انسان ها به آنچه افتد و دانی می اندیشیم و من به پیرانه سر می اندیشم که زنان در کدام برهه از زمان زندگی خویش از ضربه این شمشیرها در امان هستند.



**REALPLAC** Real Estate Services

- Residential sales
- Commercial sales
- Business Opportunity sales
- Farmland sales
- Commercial Management & Consultation
- Investment Syndications/Partnerships

**RealPlac.com**

Ardalan Alizadeh  
 Broker/principle  
 Tel: +1 510 205 8177 | +1 510 995 8117 | Fax: +1 510 995 8137  
 1151 Harbor Bay Ste208F, Alameda, CA 94502  
 BRE #: 01704065  
 RealPlacid@gmail.com







## همزمان با میلاد رسول گرامی اسلام جشن سالانه مرکز اسلامی و فرهنگی شمال کالیفرنیا؛ شنبه یکم دسامبر ۲۰۱۸

در یک سال گذشته مرکز اسلامی و فرهنگی شمال کالیفرنیا (ICCNC) فعالیت‌های مختلفی در زمینه‌های مذهبی، هنری و خدماتی انجام داده است. «فعالیت‌های مذهبی: دعوت از سخنرانان و چهره‌های شناخته‌شده‌ای چون مهندس عبدالعلی بازرگان، دکتر حمید موانی، دکتر حسین اخلاق، دکتر آریا رازفر، مصطفی دانشگر، و انجام بیش از ۲۰ سخنرانی در ایام محرم و رمضان و اعیاد ملی و مذهبی برای مخاطبان. - برگزاری منظم نماز جمعه در تمامی ایام سال و پذیرایی از نمازگزاران. «فعالیت‌های خدماتی: انجام صدها مراسم عقد و برگزاری مراسم ختم و تدفین و نیز توزیع غذا بین بی‌خانمان‌های اوکلند در ایام ماه رمضان.

«فعالیت‌های فرهنگی، ادبی و هنری: برگزاری کنسرت موسیقی بزرگ «مهاجران». - برپایی چهارمین نمایشگاه دوسالانه بین‌الادیان با ارائه آثار ۲۰۰ هنرمند (دسامبر ۲۰۱۷ تا فوریه ۲۰۱۸) و برگزاری نمایشگاه «چیدمان مکان مقدس». - برگزاری بیش از ۵۰ سخنرانی و درس‌گفتار با حضور اندیشمندان و مولوی‌پژوه نامی، دکتر عبدالکریم سروش در ۴ درس‌گفتار مختلف دینی، فرهنگی، فکری و ادبی. - ضبط کیفی صوتی و تصویری بیش از ۷۰ سخنرانی از چهره‌های شناخته شده فکری، دینی و ادبی و توزیع آن در شبکه‌های اجتماعی با صدها هزار مخاطب.

«فعالیت‌های بین‌الادیان: میزبانی دو برنامه متفاوت و کیفی با نمایندگان سه ادیان ابراهیمی و نیز شرکت فعال در برنامه‌های ادیان دیگر.

«فعالیت‌های شهری، ملی و بین‌المللی: رایزنی و برگزاری جلسات با مسئولان شهر اوکلند، و به خصوص استمرار جلسات با شهردار شهر، خانم لیدی شاف. - برگزاری برنامه‌های حمایت از مسلمانان در همراهی با سایر نهادهای اسلامی فعال در کالیفرنیا و آمریکا. همه این برنامه‌ها زیر نظر و با حمایت و پشتیبانی هیأت مدیره مرکز اسلامی و فرهنگی شمال کالیفرنیا انجام گرفته است.

### با حمایت مالی از مرکز اسلامی و فرهنگی شمال کالیفرنیا، چراغ فعالیت‌های ما را فروزان نگاه دارید

«با مراجعه به سایت مرکز و یا ارسال چک ما را در پیشبرد اهداف فرهنگی، هنری، مذهبی یاری کنید. «مرکز اسلامی فرهنگی شمال کالیفرنیا (ICCNC) تحت مجوز (لیسانس) (3)(c) 501 IRS قرار دارد. این سازمان، یک موسسه غیرانتفاعی است و تمام کمک‌های مالی مشمول کسر مالیات می‌شود.

Tax ID (EIN): 94-3068250

«علاقه‌مندان از دو طریق PayPal و چک نقدی می‌توانند پرداخت‌های خود را انجام دهند. چک‌های خود را به آدرس زیر ارسال کنید.

Islamic Cultural Center of Northern California, 1433 Madison Street Oakland, CA 94612

1433 Madison Street, Oakland, CA 94612 | www.iccnc.org | (510) 832-7600  
info@iccnc.org or Pr@iccnc.org | facebook.com/ICCNCORG | Telegram: @iccnc

با ما در تماس باشید ←



## خدمات رسمی مرکز فرهنگی اسلامی شمال کالیفرنیا شامل عقد و ازدواج، طلاق، اسلام آوردن، و تدفین مورد تایید دفتر حفاظت منافع

1433 Madison Street, Oakland, CA 94612 | www.iccnc.org | (510) 832-7600  
info@iccnc.org or Pr@iccnc.org | facebook.com/ICCNCORG | Telegram: @iccnc



**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.



**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.



**Joining 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 the Chimes in Hayward, California in the Muslim Section.

قبول کنیم که تئوری های جدید را بر اساس فرهنگ و شرایط زمانی باید ارائه داد تا در جهان در حال پیشرفت سهمی داشت. نسخه ای که آقای کی روش در این هشت سال برای تیم ملی ساخته است، استراتژی کم گل خوردن و نباختن بوده است و گزینه نسخه ای که او برای تیم ملی پیچیده است، حاوی هیچ داروی تازه ای نیست. او در این هشت سال یکبار هم به کمک مربیان ایرانی نشتافته است و در هیچ کنفرانس یا سمیناری شرکت نکرده است.

آقای تاج و معاونش آقای ساکت به هر سازی که او زده است رقصیده اند اما او آقای تاج را اغلب دق کش کرده است. لجاجت های او مثال زدنی است و طمع ورزی هایش بی ترحم. می گویند او از نقل و انتقالات بازیکنان پول ساخته است. می گویند او با اردو زدن در خارج از ایران حق و حساب گرفته است. حتی کمپانی های لباس تیم ملی را سرکیسه کرده است. اگر به صدای آقای تاج گوش کنید صدایش در مورد تیم ملی مثل صدای آدم هائی است که از سر بالائی بالا برونند. آیا پس از این همه سال و آسمان و ریسمان را بهم گره زدن، امیدهای مردم اندک اندک رنگ باخته می بازد!

او برای دفاع کردن خوب فکر می کند، اما در حمله بدون مقدمه ضربه فنی می شود. او همه را سرزنش می کند. فوتبال مثل همه جا و اغلب کشورهای جهان سوم درد مشترک است. در مکزیک، اندونزی، لیبی، مراکش همه دنبال توپ می دونند. کسی در فکر آن نیست که گرسنگی را با فوتبال درمان نمی شود کرد. راستی وقتی کی روش برود قبل از جام ملت ها و یا در نهایت بعد از جام ملت ها، این جنازه روی دست همه خواهد ماند. او هشت سال همه را دست به دهنان برجا نهاد و هیچ؟ آیا او نان هوشمندیش را می خورد و ما شلاق جهل و نادانی مان را! می گویند او حتی خانه اش را در پرتغال پر از فرش های گران قیمت ایرانی کرده است و آنقدر از ایران و ایرانی پول گرفته است که دغدغه بازنشستگی را نداشته باشد. شنیدنش اندوه آفرین است اما با واقعیت چه می توان کرد! به قول بنجامین فرانکلین هر تجربه بد آموزنده است. می گویند بعد از رفتن او همه بدبختی ها آغاز می شود. بسیاری از صاحب نظران در این مورد توافق ندارند. اما می توان فکر کرد آیا بهتر نبود پولی را که به او در این هشت سال دادیم در مناطق محروم زمین، چمن دروست می کردیم و یا خرج کارهای آموزشی از پایه های آغازین می کردیم؟



## ورزش از نگاه من

احمد طوسی

Email: tousi1515@aol.com

### کارلوس مرموز قرارداد بست

دلایلی می آورد که همه بر این دو عامل استوار است که حرف هایتان را برنید اما به کارلوس کاری نداشته باشید. چگونه یک گفتار غیرمنطقی را باید تعمیم داد. او سعی می کند اختلافات ژنتیکی را خاموش کند.

کی روش یک مذاکره کننده بود و آقای تاج فقط او را می دید. او کار مثبت اش این بود که به عرب ها و به هیچ تیمی آسان نمی باخت. دفاع اتوبوسی او، دیواری در برابر دروازه بود. برای آقای تاج با قیمت دلار برابر ۱۵۰۰۰ تومان بیشتر تلاشی برای رسیدن به توافق بود. پول از کجا باید حذف می شد و در کجا به او پرداخت می شد! هنوز سوال است. همه با سردی با کی روش مواجه می شدند وقتی می فهمیدند او جوراب، لباس های زیر و ملافه هایش را به خرج فدراسیون به لباس شوئی می فرستاد.

از بستن این قرارداد کوتاه مدت چه می توان یافت! آیا کارلوس مرموز هیچ خواهانی ندارد! آیا او می خواهد تا حد ممکن از خزانه این مملکت بدوشت! اخبار باید بتواند بر تعهد خوانندگانش تکیه کند. کلود ژولین و ایگناسیو رامونه اولین پیشگامان انتقاد رسانه ای بودند و مدت ها پیش خیلی ها از کارلوس کارگشته و بدون مشتری که دو دستی صندلی خود را چسبیده است انتقاد کرده اند.

آیا در افشای مراکز قدرت باید دقت کرد! دل واپسان ناراضی همواره به در و دیوار می کوبند. برآستی آقای کارلوس کی روش بهترین نامزد حال حاضر در دنیا برای مربیگری فوتبال تیم ملی ایران است؟ می گویند آقای فردوسی پور در شو تلویزیونی اش که مثل مراد برقی سالهای قبل از انقلاب شهر را تعطیل می کرد، در هر شرایطی از کی روش حمایت می کند. او

Open 8:30-5:30  
Sorry, No Checks



## Springtown Exxon

Serving Livermore and surrounding area

(925)443-8866

We'll Beat Anybody's Price



WALK-INS WELCOME  
We Rent U-Hauls

### SMOG INSPECTION

Most Cars 2000 & New  
Hybrids to Vans, Trucks, SUVs & Motor Homes Extra.  
Star Smog Test Extra. **\$19.99**  
\*Plus State Cert. \$8.25  
95 and Older Evap Extra if Required  
WE HONOR ALL LOCAL COMPETITORS COUPONS.  
Offer valid to 11/31/18

### A/C SERVICE

Evacuate + Recharge  
Check Belts  
& Hoses **\$49.95**  
Plus Freon & Dye  
Offer valid to 11/31/18

### OIL CHANGE & LUBE

Includes up to 5qts.  
oil (5w30, 10w30 or 10w40)  
plus disposal fee **\$19.99**  
Most cars  
Offer valid to 11/31/18

### BRAKE SERVICE

Starting Per Axle  
Plus Parts  
Includes **\$69.95**  
Machine Rotors  
Offer valid to 11/31/18

### RADIATOR SERVICE

Drain & Refill  
Check Belts,  
Hoses, Accessories **\$34.95**  
Plus Coolant  
Most cars  
Offer valid to 11/31/18

### TRANSMISSION

FLUSH **\$99.95**  
99% Fluid Exchange  
Includes Flush  
Additives up to 12Qts. **\$49.95**  
Most cars  
Offer valid to 11/31/18  
Reg. \$149.95+Tax, Haz Fees  
SERVICE  
Plus Parts & Disposal Fee

### FREE \$50 GAS

W/TIMING BELT SERVICE  
Most cars  
Offer valid to 11/31/18

### MINOR TUNE UP

Starting at **\$49.99**  
Most cars  
Offer valid to 11/31/18  
Plus Parts

### SCHEDULED MAINTENANCE

30/60/90K  
Miles Service **From \$189.95**  
Most cars  
Offer valid to 11/31/18

4700 1st Street, Livermore, CA 94551



شب نمی شه...! یواشکی گفتم: چی می گی رضوونی... تا صبح می باس جاده رو بگویم!! خوابت می بره... گفتم: نه ارباب، دواش دو سیر تخمس... و بلافاصله به قهوه چی گفتم: با اجازه ارباب، به خانومم بگوین، بعدی خورد و خوراک، سوارش بریم.

ساعتی بعد قهوه چی به ما فی امان الله گفت و راهی جاده شدیم. هوا تاریک ولی خنک و مطبوع بود. کاروان شیشه های پیسی مرتب و قطار شده با دو ساربان و یک مسافر، ناله کنان به طرف دروازه قرآن، در دل شب می رفتیم. من سرگرم شنیدن گرفتاری های خانم شدم و حس می کردم ما انسان ها همه فرزندان یک آدم و حوایی هستیم که رنج ها و خوشی ها و بالا و پایین های زندگیمان، شبیه که حتی عین همدیگر رقم می خورند...! از قضیه خودمان دور نشویم...

رمضان، مثل سرباز جان برکف در رکاب، محکم ایستاده زمزمه کنان تخمه می شکست و او هم لاید در حال و هوای زندگی خودش همین سرگذشت مشابه را نشخوار می کرد. تا او را می شنیدم، خیالم راحت بود. پس از مسافتی که سکوتی برقرار می شد، صدایش می زدم، می گفتم: برو بیدارم...! دنباله مطلب در صفحه ۵۷

می گفت: «بعد از ظهر یکی از روزهای تابستان به اتفاق رمضان، کمک راننده، با کامیون حامل پیسی راهی شیراز شدیم. آمدیم و آمدیم و سر شب به آباده رسیدیم و طبق معمول در قهوه خانه آشنایمان برای صرف غذا و تجدید قوا ورود کردیم. سر و صورتی صفا داده، نشستیم که لنگ محبت بر دوش، پس از خوش و بش و گرفتن دستور غذا، به خانمی چادری که تنها در گوشه ای نشسته بود اشاره کرد و گفت: چون نامبرده مجبور است فردا کازرون باشد و التماس دعا دارد، از عصر تا حالا هم کسی او را یاری نکرده، صواب دارد تا شیراز او را برسانید، دیگر خود دانید...

البته کرایه اش را هم می پردازد...! مسئله انسانی قضیه یک طرف، اما خواستم به استاد قهوه چی حالی کنم که جلوی کامیون فقط جای دو نفر است بخصوص که پای خانم غریبه ای هم در میان باشد، امکان نشستن سه نفر تنگاتنگ هم نه صلاح است و نه صواب...!

اما جوانمردی و لوطی گری که در رمضان سراغ داشتیم، مجال جواب بله یا خیر را به من نداد و بدون معطلی گفت: ارباب، با اجازه شما، تشریف بیارین من تو رکاب وا می سم! یه شب هزار



## خاطرات در گذر زمان

هوشمند عقیلی

### برو بیدارم!

موسسه بهداشتی و تحقیقاتی منع نشده بود و برعکس با آمدن سوداهای ظاهرا بهداشتی و قرنطینه شده غرب، بخش دیگری از منهیات به لیست، نخوردنی های دکترهای ایرانی اضافه شد!

این نوشابه ها در اصل آبی بود که به آسیاب غرب برای گردش چرخ های اقتصادی شان می ریخت. چنان که نفت ما هم برای گریس و روغن کاری همین چرخ ها مفید و ضروری تشخیص داده شد! به هر حال نوششان و نوشمان باد...

الغرض به مبارکی کارخانه پیسی کولا در استان دهم (اصفهان) تأسیس و استان اطراف، از جمله شیراز را هم زیر پوشش آشامیدنی خود قرار داد.

غرض از صغری کبراهای فوق، شرح حادثه ای است که یکی از رانندگان کامیون این شرکت برایم تعریف کرده.

زمانی که کارخانه های مختلف کولا سازی غرب یعنی آمریکای نوشابه خوار یکی از پس از دیگری کشور پهناور ایران را فتح کرد و از پیسی و کوکا و فانتا گرفته تا اوسو و سینالکو و کانادای آمریکایی در وطن جا باز کردند، بساط کوچک و ضعیف نوشابه های سنتی و یادش به خیری، مانند دوغ و سکنجبین و پالوده و لیموناد درهم پیچیده شد و دیگر صدای آب زرشکی و شاتوتی، خاموش و فریاد مردی که از دهکده به کوچه و پس کوچه های شهر آمده بود تا در گرمای بعد از ظهر تابستان عطش ما را با دوغ مشکی شور و خوشمزه خود، برطرف کند شنیده نمی شد. یادشان به خیر...

ناگفته نماند این نوع نوشابه های وطنی، با وجود عدم رعایت ضوابط بهداشتی، هیچگاه از طرف طبیعی یا



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 گیلانی تماس بگیرید

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

در گم، ضعیف و سخت کسالت بار است. **کامیون غروب** آخرین فیلم «ابوالفضل صفاری» به اسم «کامیون غروب» داستان خانواده ای است که در کویر مکانی برای توریست ها



صحنه ای از فیلم «کامیون غروب»

ایجاد کرده اند تا از هیاهوی سروصدا و دود و دم شهرها برای مدتی مصون باشند. وقتی تعداد مسافران رو به تقلیل می گذارد، پسر خانواده با استفاده از شبکه های مجازی با عرضه بهترین غروب ممکن در جهان می کوشد تا شاید از این طریق مجدداً به کارشان رونق بخشد. یکی از مسافران دختر جوانی است که از مرد ثروتمند و متاهلی حامله شده و به کمپ می آید تا فرزندش را آنجا به دنیا بیاورد. مرد مخالف است و آمدنش به کمپ باعث به هم ریختگی کمپ می شود و در کل، ماجراهای فیلم را به وجود می آورد.

دنباله مطلب در صفحه ۳۳

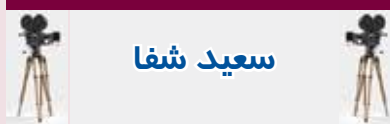
فضای بیمارستان مکانی مترو که و غیر سکونت را تداعی می کند در حالی که مثلا تعدادی بیمار در آنجا بستری هستند. برق محل قطع می شود و همه جا در تاریکی فرو می رود که این نیز

نامانوس است به ویژه برای مکانی که نیاز به برق دارد. داستان مسیر عاشقانه ای را پیش می گیرد ولی این نیز راه به جایی نمی برد. چهره ها سعی شده غیرایرانی به نظر برسند، حتی روپوش پرستارهای

بیمارستان شبیه پوشش زنان تارک دنیای کلیساهای خارجی است در بیمارستان های مشابه. هوا برفی است و همه جا از برف پوشیده شده، اما از باران صحبت می شود. متاسفانه سازنده به این تضادها در طول فیلمش توجه نمی کند و شاید برایش اهمیتی هم نداشته است. حالا زنی که سیگار نمی کشد، وقتی برق آسانسور قطع می شود و فندکی از جیب اش در می آورد تا درون آسانسور را روشن کند بماند! یک داستان جنایی، آمیخته با یک عشق نافرجام، در فضایی که با آن آشنایی ندارد، مجموعاً فیلمی به وجود آورده اند که سر

## دنیای سینما

### سعید شفا



### حریم شخصی

متفاوت بودن و داشتن سکوی مجزایی در سینما، نیاز به داستان و سبکی کاملاً نو و تازه هست تا بتوان با بقیه تفاوت داشت و مکان خاصی را در سینما احراز نمود.

### خفگی

«با پیدا شدن جسد خفه شده زنی در آسانسور، راز جنایتی آشکار شد» این تم فیلم «خفگی» ساخته «فریدون جیرانی» است که فیلم های: قهر، آب و آتش، شام آخر، صورتی، سالاد فصل، مسافر بهشت...

را پیش از این ساخته. فیلمی که می خواهد جنایی ترسناک (به سبک هیچکاک) و نوآر (به سبک فیلم های دهه چهل و پنجاه آمریکا) با همان سایه های سیاه و سفید و نور پردازی ویژه نوآر که زمانی در سینمای آمریکا رایج بود، باشد. اما پیاده کردن چنین داستان و سبکی



صحنه ای از فیلم «حریم شخصی»

در سینمای ایران که با هیچکدام الفتی ندارد ثقیل و نامانوس است. فیلم با کندی آغاز می شود و به همین نحو نیز پیش می رود. اشکال آن صرفاً کندی و کسالت بار بودن آن نیست، شخصیت های فیلم با تماشاگر رابطه ای برقرار نمی کنند، محیط غریب و نامانوس است، هرچند ظاهراً در یک بیمارستان روانی اتفاق می افتد، اما مکان نیز مهجور

فرهادی فیلم های آپارتمانی را رایج کرد، داستان هایی که در چهار دیواری آپارتمان ها اتفاق می افتند که هر دو سبک (اگر بتوان آن ها را سبک نامید) بیشتر به خاطر راحت ساختن فیلم است چرا که درگیری کمتری با دنیای خارج دارند.

فیلم «حریم شخصی» ساخته «احمد معزمی» از آن جمله است. چند جوان به ویلایی می روند. اتفاقاتی منجر به بروز

روحیات و حوادثی می شود که چهره هرکدام از آنها را از ورای ماسک بیرون می کشد. فیلم یک برداشت ضعیف از فیلم معروف «راشمون» ساخته «کورواسوا»ی ژاپنی است که ماجرای را از دید شخصیت های مختلف فیلم بیان می کند که با دیگری متفاوت است.

«حریم شخصی» متاسفانه گیرایی لازمه را ندارد و بیشتر دیالوگ است و همین به کل فیلم لطمه می زند، هرچند به خاطر آن چه مدنظر دارد،



صحنه ای از فیلم «خفگی»

و نامانوس است. شخصیت ها انگار در زمانی دیگر سیر می کنند. تضاد در کل فیلم موج می زند. از یک سو تلفن دستی مدرن آهنگ Love is many splendor thing را پخش می کند، از طرف دیگر تلفن روی پیش خوان، تلفن چند دهه پیش است.

جزاینکه به گفتگو اکتفا کند راهی برای بیان داستانش ندارد.

این نخستین فیلم کارگردانش است، اما به خاطر سابقه کارش در تلویزیون و نیز دستیار کارگردانان دیگر بودن، او را تاحدی به کارش مسلط نشان می دهد، اما برای

## شیوا موزون

وکیل رسمی دادگستری



Shiva Moozoun

Attorney at Law

♦ دفاع در برابر IRS, FTB, BOE

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

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

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

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

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

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



اصرار می خواهند بخورد شما بدهند. در سیاست نیز همه چیز می دانند و نظریاتشان آنقدر صحیح است که باید تمام سیاست مداران آن را قبول کنند. و یا اگر در محضر یک شاعر هستند، خودشان را شاعرتر از شاعر می دانند و یا اگر به نمایشگاه نقاشی بروند کلی عیب و ایراد از نقاشی یک نقاش معروف می گیرند. نمی دانم تازگی ها توجه کرده اید که این آقایان اکثرا ژورنالیست هم شده اند؟! البته از کلمه روزنامه نگار هم زیاد خوششان نمی آید چون فکر می کنند اگر بگویند ژورنالیست مهمتر به نظر می رسد. کار بیخ جایی رسیده است که حتی از تیترو روزنامه نیویورک تایمز هم ایراد می گیرند. چندی پیش یکی از همین آقایون می گفت: «از وقتی ایرانی ها پایشان به نیویورک تایمز باز شده به کلی روزنامه خراب شده و من که تجربه کافی در این مسائل دارم مطمئنم که این تیتروهای بی معنی توصیه ایرانیهاست.»

البته باید اضافه کنم که این مسائل مخصوص آقایانی است که در سن های ۴۰ یا بالاتر به این ور آب نقل مکان کرده اند و در حال حاضر که سنی از آنها می گذرد همگی متخصص آشپزی، تغذیه، بدن سازی، سلامت روح و جسم و سیاست شده اند.

بعد آقایان دیگر شروع به صحبت و بحث راجع به مرض خانم شدند و هرکدام داروئی تجویز می کردند، حتی یکی از آقایون شیشه قرصی از جیبش درآورد و اصرارکنان به خانمی که سرگیجه داشت می گفت: «خانم شما یکی از این قرص ها را الان بخورید فوراً خوب می شوید.»

در همین حال، باب شوهر آمریکایی پروین نگاه تحسین آمیزی به این جمع کرد و گفت: «باعث افتخار من است که در خانواده پروین این همه دکتر وجود دارد. پروین اصلاً به من نگفته بود. واقعا جالب است.»

اول سکوت برقرار شد و بعد همه زدند زیر خنده. بیچاره باب هاج و واج مانده بود و علت این سکوت و بعد موج خنده را نمی فهمید. پروین برایش توضیح داد که هیچکدام از این آقایان دکتر نیستند و فقط از روی تجربیات شخصی خود دستور پزشکی صادر می کنند.

من که خجالت کشیدم البته بعد بیاد آوردم که مردان ایرانی همه همه کاره هستند. اگر صحبت مرضی یا بیماری بخصوصی بشود همه نسخه می دهند. توصیه نمی کنند بلکه اصرار می کنند که حرفشان را قبول کنید و داروئی را که تجویز می کنند بخرید و بخورید و یا آن داروئی را که از جیبشان در می آورند با



نوشخند و پوزخند

لبخند و زهر خند

عترت گودرزی (الهی)

etratelahi@aol.com

سرگیجه دارم.» منصورخان یکی دیگر از مهمانان بلافاصله گفت: «ببینم وقتی ایستاده ای اطاق دورسرت می چرخه یا نه. چون من میدانم این از چه بابت است. گوش میانی ات را آزمایش کرده ای یا نه؟» آقای دیگری گفت: «نه بابا این مربوط به گوش میانی نیست. شاید کم خونی دارد.» از میز دیگری که نزدیک ما بود آقای صحبت های ما را گوش می داد. از جایش بلند شد و به طرف میز ما آمد و هنوز جایی برای نشستن پیدا نکرده بود که گفت: «نخیر. به نظر من ایشان قند خونشان پائین می افتد که سرگیجه دارند.» احمد آقا با تمسخر گفت: «نه آقا این چیزها نیست حتما یک گرفتاری در چشمتان هست.»

بحث بالا گرفت. منصورخان که اول مرض را تشخیص داده بود، خون به صورتش دوید و گفت: «آقا بنده در اینکار تجربه دارم. حرف من درست است.»

پروین برای اولین بار شوهرش را به یک مهمانی خانوادگی آورده بود. باب، شوهر پروین یک مرد میانسال آمریکایی تحصیل کرده است و سه زبان خارجی، منجمله فارسی را به خوبی صحبت می کند. این اولین بار بود که ما باب را در مجلس گردهمایی و مهمانی ایرانی می دیدیم. پروین به هر دلیلی دوست نداشت که باب با ایرانیها معاشرت نزدیک داشته باشد. باب از اینکه به این مهمانی در حقیقت فامیلی دعوت شده بود بسیار خوشحال بود بخصوص که بوی قرمه سبزی و کباب را هم به محض ورود به مشامش خورده بود.

بعد از شام در گردهمایی کوچکی دورهم نشستیم بودیم که باب و پروین هم در بین ما بودند و همگی مشغول صرف چای و خوردن باقلوای خانگی، دست پخت مادر پروین شدیم. از هر دری صحبت می شد یکی از خانم ها گفت: «تازگی ها کمی



# هنرستان موسیقی نژاد

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

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



(408)559-7864

Cell: (408)771-3996

کلاس های خصوصی و گروهی

14505 Union Ave San Jose, CA 95124

www.nejadmusic.com



# Pre-Owned - Luxury Cars

## We Buy Cars For Cash

## Selling Your Car On Consignment

ماشین مورد علاقه شما را فقط با ۸۰۰ دلار دستمزد از Auction خریداری می کنیم!



2006 Hummer H2 SUV  
\$19,995



2007 Lamborghini Gallardo Spyder  
\$95,995



2017 Ford F-250 SD Lariat Crew Cab Short Bed  
\$50,995



2012 BMW X6 xDrive35i  
\$17,995



2004 Porsche Cayenne Base  
\$8,995



1994 Dodge Viper RT/10  
\$42,995

We are privileged to have the opportunity to earn your business!

از نمایشگاه ما در اینترنت دیدن کنید

[a1motorgroup.com](http://a1motorgroup.com)

345 Saratoga Ave., San Jose, CA 95129 (408) 982-5456



## منطقه فضول آباد

### چند جور آدم هائی که من دیدم

🔸 به جور دیدم راه که میره ناگهان وا میسه و میره تو فکر. می پرسى چى شد؟ میگه هیچی!  
🔸 یک جور آدم هست که مدام تو حرفاش به همه میگه می فهمی چه میگم؟! من هم میگم که نه. فقط خودت میفهمی.

🔸 به جور آدم دیدم وارد هر مهمونی که میشه یواشکی میپرسه «شام یا ناهار کی میدن چون من کار دارم باید برم.» همیشه هم همینو میگه.

🔸 به جور آدم هست که محاله به دوستی یا فامیلی زنگی بزنه اما تا یکی از اونارو می بینه فوری میگه «کجائی؟ چرا یه زنگی بمانم نمی زنی؟»

🔸 به جور آدم داریم وقتی راه میره ساعتی شصت بار شلوارشو میکشه بالا.

🔸 به جور آدم داریم انکار ته کفشش قیر چسبیده. این قدر کند راه میره که صدای همه رو در میاره.

🔸 به جور آدم داریم انگلیسی حرف میزنه ولی فارسی فحش میده. میگه فحش های او نا بدرد نمی خوره.

🔸 به جور آدم داریم میگه تو رانندگی هیشکی با من حرف نزنه، قاطی می کنم و ماشینو میزنم به در و دیوار.

🔸 به جور آدم داریم از فلک هم تعریف نمی کنه. همه جا میخواد بگه فقط من.

🔸 به جور آدم داریم همیشه نگرانه. میگه «کارم کم شده. میتروسم بیرونم کنند.»

🔸 به جور آدم داریم هر جا دعوت بشه با کله میره، اما هیشکی رو هم دعوت نمی کنه. فقط گاهی به همه میگه یه روز هم بیاین خانه ما. البته این دعوت نه تاریخش معلومه و نه ساعتش. هیشکی هم خودش خودشو دعوت نمی کنه و او اینو کاملاً می دونه.

🔸 به جور آدم داریم وضع مالیش هم خوبه ولی آگه ولش کنی میره نون بیات می خره. آخه بیات ارزون تره.

🔸 به شاگرد هم داشتیم وقتی یه چیزی می پرسید جوابشو می دادیم با تعجب می پرسید: «آقا شما اینارو از کجا می دونی؟»

🔸 در همین فریمانتم آدم هم دیدم که هیچ وقت نمی خواد یه چیز تازه ای را بشنوه یا یاد بگیره. من فکر می کنم مثل او خیلی کمه.

## مشقی تازه در روزهای غربت

حسینعلی مکوندی

فریمانتم-کالیفرنیا

e-mail: ha@makvandi.com



### در تحسین هنر نویسندگی چخوف

این ادعای ورکور به طور کامل مورد قبول همگان نباشد ولی به هر صورت گویای این واقعیت است که تاثیر آثار چخوف در ادبیات جهان بعد از او انکار ناپذیر است. نویسنده نامداری چون کاترین منسفیلد، همه آثار خود را مدیون او می داند و دیگر نویسندگان اروپا و آمریکا نیز چنین اند. چخوف در دوران خود در هر داستان نویسی انقلابی پدید آورد، به ویژه در داستان های کوتاه. نخستین اثر داستانی بلند او نامش نماز میت بود که در سال ۱۸۸۶ منتشر شد و سپس نمایشنامه ایوانف را نوشت و پس از آن نمایشنامه مرغ دریایی که در تئاتر مسکو اجرا شد و شهرتش بعنوان یک نمایشنامه نویس برجسته نیز سراسر روسیه را فرا گرفت. نام برخی از کتاب هایش که به فارسی ترجمه شد از این قرار است: بانو با سگ ملوس، تمشک، موژیک ها، نشان شیر و خورشید، به سلامتی خانم ها، در جاده بزرگ. دنباله مطلب در صفحه ۵۳

ورکور نویسنده نامدار فرانسه در مجموعه آثار چخوف که به زبان فرانسه ترجمه شده چنین نوشته است: «گمان نمی کنم در صحنه ادبیات ما حتی یک رمان نویس فرانسوی وجود داشته باشد که به طور مستقیم یا غیرمستقیم آثارش از چخوف تاثیر پذیرفته باشد. حتی از نویسندگانی که آثار چخوف را نخوانده باشند و یا کسانی مثل من که فقط با قسمتی از آثار او آشنا هستند شک دارم بتوان نویسنده ای را در کشورم پیدا کنم که شیوه نوشتن یا بیان هنری او به طریقی مدیون این نویسنده بزرگ روس نباشد.» با اطمینان ادعا می کند که در رگ های همه رمان نویسان کنونی حداقل چند قطره خون ظریف طبع چخوف جریان دارد. ورکور ادامه می دهد: «من به سهم خودم خوب می دانم که اگر چخوف نمی بود، نوشته های من به آنچه که تاکنون نوشته ام متفاوت بود.» شاید



## کاترین برک وکیل متخصص امور مهاجرت

**Kathryn Burke** Immigration Attorney

با همکاری مترجم فارسی زبان از دفتر خدمات بین المللی

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



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

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

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

و کتابی چند با جلد تیماج و چاپ سنگی جلو روی گذاشته بود. این اولین بار بود که من در مجلس مباحثه ای می دیدم طلبه ای بجای آنکه از حافظه کمک بگیرد و حدیثی یا روایتی را نقل کند که احتمالاً حتی تلفظ عربی آن سبب ایراد طرف مقابل شود، این طلبه هر چه را می خواست بگوید از روی کتاب می خواند. جای مسخرگی و دست انداختن باقی نمی گذاشت.

طرف اصلی بحث او آقای خوانساری بود که با حلم و حوصله ای غریب مهلت می داد که او حرف هایش را بزند و این به پاسخ برخیزد. کار بحث ناگهان به مجادله از طرف طلبه جوان مبدل شد. نوعی بی حرمتی، از نوع انقلابی آن، در کلامش ظاهر گردید. همه سربریز انداختند. پیدا بود که آخرین استدلال آقای خوانساری او را چوبین پای کرده و لاجرم تمکین لازم را از دست داده است. صدایش یک پرده بالا رفت و همه شروع کردند به هم نگاه کردن. در جواب سوال آقای خوانساری که تو این نکته را در کجا دیده ای؟ طلبه جوان با اندکی دستپاچگی اما با همان غیظ و سرسختی گفت:

- آقا در کتاب خواننده ام.  
- کدام کتاب فرزند؟

یادش نیامد. دنباله مطلب در صفحه ۵۶

اتفاق دیروز را دادند. مثل اینکه نشنیده یا رندی کرده و آمده بود که از بچه ها بشنود. هنوز به پای پله دفتر استادان نرسیده بود که همه چیز بگوشش رسید. سید عصار لحظه ای ایستاد و بعد عبايش را به سر کشید- و گویا این نشانه اعتراض یا عزا نزد صاحبان این گونه لباس است- و چرخي زد و به طرف در دانشکده ادبیات برگشت و گفت: «دانشگاهی در آن آدم بکشند جای درس دادن نیست.»

و رفت و ما را با تحسین این دلیری دور از انتظار برجای نهاد و بعدها شنیدیم که استادان دیگر به زحمتی راضی اش کردند که به سر کلاس بازگردد.

آن روز در مجلس خانه سادات شیرازی چند طلبه جوان با معمرین سرشاخ شده بودند. اکثر آنها از اهالی مناطق غرب و مرکز بودند. از لهجه هایشان می شد این را فهمید. در مباحثه سرسخت و یک دنده و خشک می نمودند. راست چو نان گون های حاشیه کویر که تا جان دارند ریشه در خاک می برند که به آب دست یابند. این شهرک های کوچک حاشیه کویر مومنین پر و پا قرصی را در خود می پرود. گلپایگان، خوانسار، خمین و لاند همه شما آیات عظامی را با این نام ها بخاطر دارید. در میان طلاب یکی از همه پرهیاهوتر بود

## یادداشت‌های بی تاریخ

صدرالدین الهی



## آئین خاک کردن کتاب

اما من بیش از همه شیفته و دل بسته سید کوتاه قد کوچک عمامه ای بودم که دو دندان پیشین اش افتاده بود و هرگز بالای اطاق نمی نشست و محال بود که جمله ای بر زبان بیاورد و در آن نکته شیرینی ننگنجد و لب ها را به خنده نگشاید. او به پدرم لطف داشت و همیشه او را کنار دست خود می نشاند و منم بغل دست آن دو جا می گرفتم. به پدرم حکیم زاده می گفت و پدرم به من تذکر داده بود که آقای سید کاظم عصار شاگرد پدر او میرزا شمس الدین حکیم الهی بوده و حالا مد رس حکمت الهی در دانشگاه است.

آن سالها من سال سوم و چهارم ابتدایی بودم. اما سال ها بعد در دانشکده ادبیات او استاد منطق و فلسفه اسلامی ما شد. آقای عصار درویشانه لباس می پوشید و قبا و عبايش ساده و بی پیرایه بود. در خیابان نایب السلطنه می نشست و می گفتند که دختر هایش بی حجاب به مدرسه می روند و حکیم منعی برای این کار نمی بیند. سخت روشنفکر، آزاداندیش و انسان دوست بود. روز بعد از شانزدهم آذر معروف که در دانشگاه تهران تیراندازی شد، ما ساعت هشت صبح در دانشکده ادبیات عمارت نگارستان با او درس داشتیم. همه بهت زده و ترسیده بودیم. همینکه آقای عصار وارد حیاط دانشکده شد بچه ها راه را بر او بستند و شرح

روزهای سه شنبه صبح اول وقت در خانه مرحوم حاج سید جلال حشمتی، فرزند حاج حشمت شیرازی که از بزرگان ذاکرین مصیبت شهدای کربلا بود مجلسی برپا می شد. در اطاق هم کف بیرونی این خانه قدیمی ساز عده ای جمع می شدند و چون خانه در کوچه والی در کمرکش کوچه پشت مجلس و مسجد سپهسالار بود، هر هفته تنی چند از طلاب علوم که در مدرسه سپهسالار حجره داشتند می آمدند تا بقول خودشان «از افادات مجلس مستفیض شوند...»

پدرم مرا با خود به این مجلس می برد، طوری که مجلس که تمام می شد سر ساعت هشت مرا به دبستان ادب که آن هم در همان کوچه پشت مسجد بود برساند و خود برود سرکار اداریش در دیوان محاسبات.

در مجلس خانه سادات شیرازی آقایان علمایی بودند که معمولاً روی تشکچه ای بالای اطاق می نشستند و به متکایی تکیه می دادند و بقول خودشان مباحثه راه می انداختند. سیدی بود که صورتی نورانی و جذاب داشت. پدرم می گفت که آقای خوانساری در حد مراجع تقلید بزرگ است. شیخی با ریش سفید تا کمر رسیده، خوش صحبت و خوش حافظه به آنجا می آمد که به او حاج شیخ جواد عراقی می گفتند و واعظی زبردست بود.

## حمید ابطحی

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



Hamid Abtahi

منطقه

منطقه

منطقه

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

**Location! Location! Location!**  
**Why Do You Pay Rent?!**

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

hamidabtahi21@yahoo.com + DRE# 01071456



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

12376 Saratoga Sunnyvale Rd. Saratoga, CA.95070

کلاس های آموزش موسیقی  
کاینزنا سن خونزها

دف نوازی  
تئوری موسیقی  
وزن خوانی

ساو  
پ

مدرس:  
امیرقندی

(408) 420 7109  
emirghandi@gmail.com



## آیا بانک ها کردیت اسکور شما را می دانند؟

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



توجیه می شود. اگر در گزارش شما موارد نگران کننده ای مانند Bankruptcy، اکانت چندگانه در lesson یا دیگر Flag های قرمز وجود داشته باشد، بانک در هنگام در نظر گرفتن شما به عنوان یک مشتری، کردیت اسکورتان نیز به همین صورت است. اسکور به شدت ضعیف کارایی نخواهد داشت و دلیلی است که اکثر بانک ها برای باز کردن اکانت برایتان تردید بیشتری کنند.

### سابقه بانکداری

همانگونه که ذکر شد بانک ها اغلب زمانی که شما سعی در باز کردن یک اکانت جدید دارید، به سابقه بانکی شما توجه می کنند. بانک ها معمولاً با دریافت گزارش سابقه بانکی شما به راحتی در مورد شما تصمیم می گیرند و این یکی از بهترین شاخص ها برای یک دارنده حساب بانکی است.

هنگام برنامه ریزی برای باز کردن یک اکانت، کنجکاوی می شوید بدانید که بانک از چه اطلاعاتی برای تعیین اینکه آیا مشتری مناسبی هستید یا خیر استفاده می کند. مانند کمپانی های کردیت کارت و ارائه دهندگان وام، بانک ها می توانند سابقه مالی افراد را قبل از پذیرش آنها به عنوان مشتری، بررسی کنند. سیاست ها بین موسسات بانکی متفاوت است، اما انجام اقدامات قانونی و تحقیق راجع به شما برای بانک ها رایج هستند. بانک ها کردیت رپورت، کردیت اسکور و سابقه بانکی شما را قبل از باز کردن اکانتتان بررسی می کنند.

**کردیت رپورت و کردیت اسکور**  
طبق قانون Fair Credit Reporting، بانک ها هنگامی که بخواهید اکانتی باز کنید، کردیت رپورت و کردیت اسکورتان را چک می کنند. این به عنوان یکی از ملزومات تجاری قانونی

## پنج آمار تکان دهنده بدهی کردیت کارت

مانی حاتمی  
کارشناس-دارای بورس تخصصی تعمیر اعتباری  
mani@zenithfg.com



**برای بدهی های کردیت کارت خود پرداخت می کنند؟** فردی با بدهی ۵۰۰۰ دلار و APR ۱۶ درصد که ماهانه ۱۲۵ دلار پرداخت می کند، دوره زمانی ۴٫۸ سال و ۲۰۰۰ دلار سود برای تسویه بدهی خود نیاز خواهد داشت. با بدهی و پرداخت های مشابه، و APR بالاتر به میزان ۲۵ درصد، بازپرداخت بدهی بیش از ۷ سال همراه با ۵۸۰۰ دلار سود بطول می انجامد. با بدهی و پرداخت های مشابه، و یک APR کمتر به میزان ۹ درصد، بازپرداخت بدهی به مدت ۴ سال و همراه با ۹۶۶ دلار سود طول می کشد. حال که این ارقام را دیده اید، آیا حاضرید که نسبت به بدهی خود جدی تر برخورد کنید؟ با کردیت رپورت رایگان از یک وبسایت معتبر شروع کنید. شما یک کردیت اسکور رایگان همراه با گام های عملیاتی جهت ساخت و نگهداری قوی کردیت دریافت می کنید.

### یکپارچه سازی وام:

**مزایا و معایب گزینه های اصلی شما**  
آیا می خواهید که صورت حساب کمتری برای پرداخت در هر ماه داشته باشید و همزمان مقداری پول پس انداز کنید؟ چه کسی نمی خواهد؟! اما حقیقتاً یکپارچه کردن گروهی از وام ها با نرخ بهره پایین تر لزوماً شما را به خواسته تان نمی رساند. مزایا و معایب برای تمام گزینه ها و راهکارهایی که دارید را در نظر بگیرید و سپس بدهی هایتان را مدیریت کنید و هزینه هایتان در طول زمان کاهش می یابند.

هنگامی که روش یکپارچه کردن وام را انتخاب کردید، مطمئن شوید که هزینه کل را در حد ممکن پایین نگه دارید. در اینجا به سه نکته که احتمال مفید بودن طرح یکپارچه کردن وام شما را افزایش میدهد، اشاره شده است:  
♦ برای پرداخت وام جدید، حداکثر زمان ممکن برای تسویه حساب را در نظر بگیرید. به جای آن، یک طرح برای سه تا پنج سال آینده، برای بازپرداخت وام در نظر بگیرید.

♦ متن را به دقت خوانده تا غافلگیر نشوید.  
♦ از تمام پیشنهاداتی که به نظر فریبنده می رسند، چشم پوشی نمایید.  
دنباله مطلب در صفحه ۵۰

**آیا برای خروج از بدهی نیاز به اندکی انگیزه دارید؟ اطلاع از اینکه سطح بدهی شما در چه نسبتی از بدهی یک آمریکایی متوسط قرار دارد، برای شما جالب است؟**  
ما آمار هیئت رئیسه Federal Reserve را مورد مطالعه قرار دادیم تا چشم اندازی را برای شما فراهم کنیم. با مراجعه به قسمت کردیت رپورت یک وبسایت معتبر و رایگان می توانید متوجه شوید که چگونه بدهی شما مقایسه می شود. به این ترتیب شما می توانید یک کردیت اسکور رایگان و آنالیزی از چگونگی تاثیرگذاری بدهی بر کردیت اسکورتان دریافت کنید. همچنین می آموزید چگونه بدهی شما با بدهی دیگران قیاس می شود.

**آمریکا چه مقدار بدهی کردیت کارت را بدوش می کشد؟** در پایان شش ماه دوم سال ۲۰۱۳، تقریباً ۸۵ میلیارد دلار بدهی پرداخت نشده وجود داشت، که عمدتاً مربوط به کردیت کارت بوده است.

**چگونه بدهی آمریکا در طول زمان تغییر کرده است؟** در طول دهه اخیر، از سال ۲۰۰۲ تا ۲۰۱۲، بدهی کردیت کارت آمریکایی ها به میزان ۷۶ میلیارد دلار افزایش یافته است. این امر پس از بحران مالی در سال ۲۰۰۸ و در زمانی که میزان عقب افتادگی های مالی افراد بسیار بالا بود، بطور قابل توجهی کاهش یافت، اما به تدریج دوباره شروع به افزایش کرد.

**بطور متوسط هر فرد چقدر بدهی کردیت کارت دارد؟** براساس Experian Interview Tool، در سه ماهه نخست سال ۲۰۱۳، متوسط بدهی کردیت کارت به ازای هر مشتری برابر با ۳۷۷۹ دلار بود. مشتریان با کردیت اسکور پایین، مبلغ بیشتری را بدهکار بودند، به نحوی که متوسط بدهی آنان برابر ۵۹۶۵ دلار بود.

**چند درصد از متوسط درآمد مصرف کننده، صرف پرداخت های بدهی می شود؟** در سال ۲۰۱۰، آخرین سالی که برای این موضوع اطلاعات در دسترس است، متوسط ۱۴٫۲ درصد از درآمد خانواده صرف پرداخت بدهی می شد، اگرچه ۱۳٫۸ درصد از خانواده ها، ۴۰ درصد یا سهم بالاتری از درآمد خود را صرف پرداخت بدهی ها کرده اند.  
مصرف کننده های آمریکایی چه مقدار

## 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 سکیوریتی

Iranian Services

- ♦ مدیر و مدیکل
- ♦ سوشیال سکیوریتی (SSI)
- ♦ دریافت حقوق و مزایای دولتی (CAPI)
- ♦ دریافت حقوق پرستار
- ♦ دریافت حقوق بازنشستگی
- ♦ مصاحبه های سالانه سوشیال سکیوریتی
- ♦ انجام درخواست تجدید نظر در امور سوشیال سکیوریتی (Appeal)

در سراسر بی اریا

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

Fax: (408) 247-5006

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

زندگی بود. صبح را شب کردن و شب را به صبح رساندن که چه شود؟ بگذرد که عمر در غریبی، زندگی نیست بلکه خود فریبی است خصوصا که اینجا نه رنگ و بوی وطن دارد نه لطف و صفای هوای وطن و نه بد و خوبی که بدان خو گرفته باشیم. در وطن، بد و خوبمان مال خودمان بود. از یکایک هفتاد ملیت پناهندگان فراری کسب معرفت کرده بودیم و اینجا شدیم هر آنچه شایسته ما بود. گم کردیم و گم شدیم و گمراه. بد و خوبی که لایق خودمان بود. افسوس که نه چشم بصیرت داشتیم نه فهم سیاستا طلبکاران بی جهت ناراضیمان از خودراضی تحت افسون روشنفکران تاریک بین، دانشگاہیان چپگرا، مدعیان قلمزن، نوکران اجانب و حزب وابسته. همه جای این دنیای بیکران خوب و بد، نواقص و وفور هست. حیف که ندیدیم و نشناختیم و در غریبی محو شدیم. لعنت بر ما که خیرمان شر شد، زیبایمان زشت و خوبمان بد. گنه کارانی که چهل سال کیفر نادانی را در خاک بیگانه سرکردیم و مزد دستمان را گرفتیم. آیا آموختیم؟ خیر. خمینی گفت: «ایران برای ما یک غنیمت جنگی است و حق مسلم و حلال ما که هر عملی بخواهیم با آن انجام دهیم».

بوده و جماعت فراری را شامل نمی شود. مردم هم آناند که هنوز اعتقادات مذهبی دارند. دیدیم که همین آمریکای جهانخوار استعمارگر زد و نابود کرد. خلاصه غفلت ها و بدها را ببخشائید که خوب هایمان بیشتر بود افسوس که دیگر نیست. تک حزبی و تک روی ها. و چندین و چند تک انتخاب ها در چننه شایعه سازهای چپگرای تکی به خوش خیالان همسایه شمالی سرنوشت ساز شد و آفت ایران و ایرانی پر مدعای از خود متشکر که شکر خدا نه جمالی و نه کمالی فقط باد دماغ و منم زدن و غرور بی جا. رفته ها رفته اند و ما بی وطنان جیرخوار بیگانه خوب را از بد تمیز نمی دهیم چرا که در سراسیم نیستی بی اعتنا و بی تفاوت از خوب ها و بدها بریده ایم.

یکی از عرفای بنام، خواجه عبدالله انصاری می گوید «در زندگی به سه چیز اعتماد مکن. به دل، به وقت و به عمر. که دل رنگ پذیر است و وقت در تغییر است و عمر به تقصیر» اینجاست که می بینیم دل های ما چه آسان رنگ غربت گرفت و دل های ایرانی خود را در ایران جا گزاردیم و گریختیم. اوقات شیرینمان تلخ تر از زهر و عمرمان کوتاه. در چهل سال گذشت زندگی نبود، ادای

## از درگوشی ها

به قلم پیرایه

خوشباور. آنجا دیار مردان و اینجا شهر از ما بهتران. آنجا دولت اعتبار، اینجا دلار دولتمدار. آنجا خانواده مظهر وابستگی، اینجا وسیله رفاه. آنجا هم جنس گرائی قیاحت اینجا کاملا رضایت. آنجا ازدواج فامیلی مرسوم و اینجا محکوم. آنجا انتخابات، تمویض صندوق های رای، اینجا خریداری صندوق های پیش از رای. آنجا قوانین شرعی و عرفی نابرابر، اینجا می توان گفت برابر و مسائل عیان و پنهان بشمار. دیگر که آنجا و اینجا ندارد و همه جایی است نتیجتا بد و خوب بشمار. قدیم و جدید که در حال حاضر تابع درآمدهای اقتصادی و سرزمین های سرمایه خیز. در هر صورت نابسامانی ما نیز حاصل همین معاملات پشت پرده و بده و بستان استثمرگران چپ و راست بوده و خواهد بود. من شخصا فرنگی مآبی و ساواک و شایعه سازی آن دوران را حذف می کنم که واقعا ناروا و ناگوار شد و بازده نامطلوبی به بار آورد. واقعیتی بدون تردید که ایران یک ملیت اسلامی

چه حکمتی است دروجه تشابه و تضاد «خوب و بد» میان ملت ها و ما نسل اول و دوم یعنی سالمندان و سالخوردگان که دین و ایمانمان را در حل المسائل و آداب تخلیه مزاج خمینی و مکتب منابر شناختیم. چه آسان خوب ها و بدها را جانشین کردیم و آموختیم. ما زیارت طلبان کم مایه پاک باختگان وادی برهوت با تمام کاستی های هوش و شعور و شم سیاسی همان پیرامون چاه جمرکان و ترویج تقبه و توبه و معاصی کبیر و صغیر و آستانه بوسی نعلین هرآنچه داشتیم دیگر نداریم. ایران زمان ما دور افتادگان بی نام و نشان است و بس. در آن دوران نعمت و امنیت و برکت همه جانبه بد و خوب توام می گذشت و می دیدیم و می پذیرفتیم، عادت داشتیم ولی قدر نمی دانستیم. آنجا در ایران سیاست فرمایشی بود و اینجا در آمریکا نمایشی. پیری آنجا تجربه و کمال اینجا ذلت و ملال آنجا ملتی استبدادپرور و اینجا مزدورانی

# Mindful Yoga

## یوگا برای تمام سنین با مریم سالاری

- Therapeutic Yoga (یوگای درمانی)
- Vinyasa Yoga
- Chair Yoga

جلسه اول را رایگان تجربه نمایید.

تخفیف ویژه

برای عزیزانی که M.S دارند.

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

۸۰۲ - ۸۸۸۲ - (۴۰۸) ■ maryamsalariyoga@gmail.com



با یوگا:

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



شامل یک مولد الکتریکی است که خود انرژی خیلی بالایی را به دور یک صفحه فلزی ایجاد می کند.

عکس گرفته شده نشانگر محیط مرئی دقیقی از جزئیات شیء عکسبرداری شده است و طرح و رنگ در این عکس دقیقا مشابه توضیحات گذشته رابط های روحی در مورد هاله (AURA) است که در ادبیات فرا روانشناسی دیده می شود.

در سال ۱۹۷۰ چندین نفر پاراسایکولوژیست آمریکایی از جمله دکتر تلماموس، برای تحقیق به روسیه سفر کردند، دکتر موس با توضیحاتی کامل در مورد ساختمان دستگاه عکسبرداری کرلیان بازگشت.

طی تحقیقات فراوانی که در انجمن های پاراسایکولوژی و ارتباط های روحی به عمل آمده، افرادی تحت عنوان مدیوم «Me-dium» بر حسب نوع استعداد قادر هستند پدیده های غیرفیزیکی را مشاهده کنند، مانند هاله نورانی «AURA» یا «اود» و یا به عبارت دیگر پوشش انرژی اطراف بدن را روئیت کنند. این حالت شبیه حساسیت بینایی در پاره ای از سوژه های تحت هیپنوز است که قادر می شوند از ورای حجاب یا فاصله ها وضعیت فرد مورد نظر را تشخیص دهند.

دنباله مطلب در صفحه ۵۴

از لحاظ اصول فیزیکی ترکیبی است از ذرات ماده. در قرن بیستم غول های فیزیک مانند آلبرت انیشتاین، ماکس پلانک و وارنر هایزنبرگ با کشف اینکه هر ذره از ماده یک مشابه موجی غیرمادی دارد و تحت موقعیت خاص انرژی از ماده به صورت موج صادر می شود، بعد دیگری به این نظریه اضافه کردند. این نظریه بعدها کشف شد که سیستم های فیزیکی بدن در میدان حوزه مغناطیسی خود با هم در ارتباط هستند. دانشمندان ماهیت انرژی های الکترومانیستیک را که در داخل طیف قابل روئیت نیست بررسی کرده و می دانند که انسان بطور معمول کمتر از یک میلیونیم دامنه واقعیت را می تواند ببیند. حال اگر این حوزه های انرژی واقعی هستند، آیا می توان با دستگاه های علمی آنها را اندازه گیری کرد؟

مهمترین کوشش در راه دیدن تظاهرات قابل روئیت بدن انسان در سال ۱۹۳۹ در روسیه شروع شد، وقتی که یک تکنسین جوان، سیمون کرلین، با همسرش والنینا کار می کرد، یک جریان الکتریکی طراحی کرد که می توانست عکس های رنگی از امواج خاصی که از موجودات زنده صادر می شود بگیرد. این تکنیک بنام کرلین فتوگرافی نامگذاری شد. این دستگاه



پاراسلسوس طبیب و شیمی دان سویسی آغاز شد. گزارش شده که این انرژی می تواند از فردی به فرد دیگر صادر شود و حتی در فاصله های دور می تواند بدن را تصفیه و سالم و یا بالعکس مسموم سازد. جان بابتیستا «وان لهمون» طبیب و شیمی دان قرن هفدهم، نظریه اعمال نفوذ ابدان را از فاصله دور بر یکدیگر توسط سیاله عالم هستی که تمام کائنات را در بر گرفته تایید کرد، با توجه به اینکه در حیطه علم روز نیست.

در قرن هیجدهم لوئیجی گالوانی یکی از کاشفین الکتریسیته، نظریه در مورد الکتریسیته حیوانی مطرح کرد که بر فرضیه انرژی موجود در اندام ها مبتنی بود. سخن او درباره (نیروی حیاتی) متضمن این نکته بود که الکتریسیته حیوانی مشابه مغناطیس معمولی نیست. در قرن هفدهم تغییر بزرگی در فلسفه فیزیک اتفاق افتاد و آن هنگامی بود که کالیله و نیوتن تعبیر کردند که: هستی

این نگاه مشترک هند و رسوم دیرین یوگی در هندوستان است که به نظام کلی هستی تعبیر می شود و شامل (سطوح بدن، فکر، احساس و نور به صورت یک فرم انرژی، بنام پрана نامیده می شود. همانطور که جریان پрана در تمام جهات فضا منتشر است، در بدن انسان نیز جریاناتی از طریق عمل ساده تنفسی وجود دارد که این دو باهم مرتبط اند.

تصور وجود یک انرژی کیهانی که تمام هستی را اشباع کرده است اساسی است برای رسوم مسیحیت در قرار دادن دست ها بر عضو بیماران به منظور شفا. شفا دهنده یک فرد روحانی یا انسان ساده (غیرمتخصص) است که می تواند انرژی طبیعی شفابخشی را که در وجود انسان است فعال سازد.

بنیان تحقیقات علمی در خصوص شفابخشی در قرن شانزدهم در اروپا رشد کرد و نخستین سری از بررسی های خواص شفابخشی طبیعی بوسیله

## S & S Tire And Auto Repair

### Complete Automotive Repair Service



Family Owned & Operated

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

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

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

Established in 1996

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

We Are #1

بگو اگر چه به جایی نمی‌رسد فریاد  
کلام حق دم شمشیر می‌شود گاهی  
بگیر دست مرا آشنای درد بگیر  
مگو چنین و چنان، دیر می‌شود گاهی  
به سوی خویش مرا می‌کشد چه خون و چه خاک  
محبت است که زنجیر می‌شود گاهی  
**گل خانم**

گل خانم پزشک محله مان بود. سواد نداشت. هفتاد هشتاد سالی داشت. بلند قد و کم حرف. خانه اش با آن دیوارهای آجری و بام سفالی خوش رنگش از آن خانه های اربابی بود که نفس های آخری اش را می کشید. از در و دیوار خانه اش بوی کهنگی و فرسودگی میآمد. درست پای دیوار خانه اش چشمه کوچکی از بن سنگی عظیم و خزه بسته می جوشید که زلال ترین و خنک ترین آب دنیا را داشت. گل خانم پزشک محله مان بود. هر وقت چشم مان درد می گرفت مادر دست مان را می گرفت می برد خانه اش. گل خانم مقداری از آب همان چشمه را توی نعلبکی می ریخت و یک برگ درخت نارنج هم می گذاشت توی آب و نعلبکی را می گرفت جلوی چشمان مان و زیر لب چیزهایی را زمزمه می کرد و چند بار توی چشمان مان فوت می کرد. فردایش که از خواب پا می شدیم دیگر از درد چشم مان خبری نبود.

دیناله مطلب در صفحه ۵۸

توی دستشویی یک مسواک نیمه شکسته و یک قوطی خمیر دندان به او دهن کجی می کرد. تلفن کرد به رفیق دیگرمان، به مسعود، مسعود سپند. مسعود شتابان به دیدنش رفت. به خانه اش. هیچ چیزی باقی نمانده بود. هیچ چیز. نه سگی، نه گربه ای، نه کودکی، نه زنی، نه تختی و رختخوابی. هیچ.

و مسعود بارها برآیم سوگند خورده است که به چشم خویش دیده است موهایی نصرت یک شبه سر تا سر سپید شده است. دیده است چگونه نصرت یکشنبه پیر شده است. نصرت چند ماهی ماند و سوخت و خاکستر شد. سر انجام همه چیز را وانهاد و به وطنش برگشت و آنجا در غبار زمان و زمانه گم شد.

و بازتاب این تراژدی شعر زیبایی است که مسعود سپند سروده است. شعر را با هم می خوانیم:

هوای خانه چه دلگیر می‌شود گاهی  
از این زمانه دلم سیر می‌شود گاهی  
عقاب تیز پر دشت‌های استغنا  
اسیر پنجه تقدیر می‌شود گاهی  
نگاه مردم بیگانه در دل غربت  
به چشم خسته من تیر می‌شود گاهی  
میر ز موی سپیدم گمان به عمر دراز  
جوان ز حادثه‌ای پیر می‌شود گاهی



و مهندس شده بود. ما آقای مهندس صدایش می کردیم. مرد آرام و بی سر و صدایی بود. کم حرف و خجول و مهربان. نامش نصرت. زن آمریکایی گرفته بود. بچه هم داشت. سگ و گربه هم داشت. شغل و درآمد خوبی هم داشت. یک بار برای دو سه هفته ای رفت هنگ کنگ. رفت ماموریت اداری. وقتی برگشت از همان فرودگاه سانفرانسیسکو زنگ زد به همسرش. تلفنش جواب نمی داد. یک بار و دو بار و ده بار دیگر هم زنگ زد. اما تلفن خانه اش جواب نمی داد. سوار تاکسی شد و آمد خانه اش. در خانه اش هیچکس نبود. هیچ چیز هم نبود. نه مبلی، نه تختخوابی، نه ظرف و ظروفی، نه حتی جارویی و خاک اندازی. همسرش، در غیاب او، کامیون آورده بود و دار و ندارشان را جمع کرده بود و زده بود به چاک! کجا؟ هیچکس نمی دانست. سگ و گربه ها را هم با خودش برده بود.

### از حرف های یک ساواکی

یک روز، سر یک بازجویی، از یک دندگی آدمی که سین جیمش می کردم عصبانی شدم و جوانی را که تازه ساواکی شده بود صدا کردم و گفتم: «بشاش به این آقا!» آن جوان هم جلوی چشم من، راحت، کارش را کرد و رفت. تا چکه آخر. می دانی آن مرد که ی احمق که بازجویش می کردم چی گفت؟ گفت: «فوق العاده است، واقعا فوق العاده است. من حتی توی توالت عمومی هم نمی توانم این کار را بکنم چون حس می کنم که ممکن است کسی صدای آبریختن مرا بشنود! این جوان، چطور می تواند به این راحتی، جلوی شما که مافوقش هستید این کار را بکند؟ واقعا فوق العاده است!»

### جوان ز حادثه ای پیر می‌شود گاهی

رفیق مان بود. هفت هشت سالی از ما بزرگتر بود. ده سالی زودتر از ما هم به آمریکا آمده بود. درس خوانده بود

## امین رفسنجانی

متخصص و مشاور در امور املاک مسکونی

آگاهی و شناخت درست از آخرین تغییر و تحولات در امور خرید و فروش خانه و املاک بسیار مهم است. من می توانم شما را در این مورد مطلع نمایم.

(408) 857-2131



Amin Rafsanjani / Realtor  
BRE #01989647

- ◆ Sales & Purchase
- ◆ Residential
- ◆ First time Buyers
- ◆ Free Market Evaluation
- ◆ Guided by Principles of Trust, Respect & Integrity

- ◆ خرید و فروش املاک در کوتاهترین مدت، مناسب ترین هزینه و بهترین قیمت
- ◆ مشاوره رایگان جهت بررسی توانایی مالی
- ◆ سال ها تجربه در خرید و فروش مسکن
- ◆ ارزیابی رایگان املاک مسکونی در اسرع وقت
- ◆ ارائه سرویس بهتر و تامین رضایت شما ضامن موفقیت من است



1567 Meridian Ave., San Jose, CA 95125



ARafsanjani@InteroRealEstate.com ◆ www.AminEstates.com



کنترل کرده و فشارخون را بحالت نرمال برگردانند. داروهای ضد اضطراب کوتاه اثر نظیر Alprazolam و Clonazepam بکار می روند همزمان با این داروها پزشکان جهت درمان طولانی تر داروهای ضد افسردگی و ضد هیجان (Panic Disorders) را نیز به آنها اضافه می کنند، نظیر داروهای Zoloft و Paxil. جهت درمان فشارخون تشنجی از داروهای بتابلوکر (Beta-Blocker) نظیر پروپرانولول (Propranolol) استفاده می شود.

بیماران که دچار فشارخون کوتاه مدت می شوند بایستی یک دستگاه اندازه گیری فشارخون در منزل داشته باشند و طرز استفاده از آن را بخوبی یاد بگیرند و در روز فقط یک یا دوبار فشارخون خود را اندازه گیری کنند. همانطور که اشاره شد با روش های زیر می توان این نوع فشارخون بالا را کنترل کرد.

- ۱- ترک سیگار
- ۲- محدود کردن میزان نمک در غذا
- ۳- محدود کردن مصرف قهوه و مشروبات الکلی
- ۴- کنترل میزان استرس روزانه بوسیله ورزش و meditation، نفس عمیق کشیدن، یوگا و ماساژ دادن صورت.

دنباله مطلب در صفحه ۵۴

- ۲- بالا رفتن سریع ضربان قلب
  - ۳- سرخ شدن و کرم شدن پوست بدن (Flushing)
  - ۴- شنیدن صدای زنگ در گوش.
- نوع دیگر فشارخون بالا که با این حالت متفاوت می باشد بنام فشارخون تشنجی (Paroxysmal) می باشد. این نوع بعلت اضطراب و هیجان نبوده و گاهی بدون دلیل خاصی ظاهر می شود و ممکن است بعلت حوادث بد گذشته و فکر کردن راجع به آن اتفاق افتد که فرد دچار ضعف، سردرد و حالت مرگ می شود. طبق آمار پزشکی ۲ درصد این افراد دارای یک تومور در غدد فوق کلیه خود هستند که بنام pheochromocytoma نامیده می شود.

#### درمان

برای درمان فشارخون اول (Labile) روش مشخصی وجود ندارد و ممکن است نیاز به چندین بار اندازه گیری فشار خون در روز باشد تا حد و حدود آن معلوم شود. داروهای مصرف شده جهت فشارخون بالا (Hypertension) در درمان این نوع فشارخون بی تاثیر هستند، نظیر قرص های ادرارآور و انواع دیگر. جهت درمان این نوع فشارخون (Labile) پزشکان اغلب داروهای ضد اضطراب تجویز می کنند تا اضطراب و استرس را



## فشار خون بالا و کوتاه مدت (Labile Hypertension)

می افتد ولی فشارخون Labile با آنها متفاوت است.

#### دلایل بروز این نوع فشارخون

این حالت فقط در زمانیکه فرد دچار استرس و اضطراب ناگهانی می شود بروز می کند. بعنوان مثال گاهی افراد قبل از یک عمل جراحی و یا دیدن خون و یا خوردن نمک فراوان یا قهوه زیاد و یا ترس از یک واقعه، بطور موقتی دچار فشار خون بالا می شوند که بسیار بالاتر از حد نرمال می باشد. حتی هنگام ملاقات پزشک و ترس از یک تشخیص بیماری، افراد دچار اضطراب شده که به آن white coat فشارخون می گویند. این نوع فشارخون دارای چهار علامت مشخص می باشد.

۱- سردرد

در حال حاضر طبق جامعه قلب آمریکا فشار خون در حد ۱۳۰/۸۰ مقرر شده است. ۱۳۰ فشار خون هنگام انقباض عضله قلب و ۸۰ فشارخون هنگام انقباض عضله قلب می باشد که بنام های سیستمولیک و دیاستولیک نامیده می شوند. زمانیکه بطور ناگهانی فشارخون از حد نرمال بسیار بالاتر می رود و پس از مدتی به حالت نرمال بر می گردد فشارخون متغیر یا کوتاه مدت نامیده می شود. این نوع فشارخون بالا زمانیکه فرد دچار اضطراب و هیجان می شود اتفاق می افتد.

گرچه گاهگاهی فشارخون بعلت فعالیت فیزیکی، زیاد مصرف نمک، مصرف قهوه و الکل و خواب اتفاق

## Siamak Jastan

خواننده پر شور و پر هیجان با سال ها تجربه و سابقه ای درخشان با گروه اختصاصی خود و دی جی آماده برگزاری جشن، عروسی و نامزدی

با آهنگ های بین المللی برای مهمانان غیر ایرانی

سیامک  
جستان

برای گرفتن اطلاعات بیشتر لطفا با ما تماس بگیرید!

(650) 520-6091



# سهیلا رضایی



Soheila Rezae  
Lic.: 01834116

متخصص در امور خرید و فروش املاک در شهر ساکرامنتو و حومه

خانه ای بسیار زیبا در یکی از بهترین مناطق شهر رزویل  
با قیمت فوق العاده مناسب ۶۹۹,۰۰۰ دلار به فروش می رسد!  
**این اکازیون را از دست ندهید!**

- ◆ Beds: 4 ◆ Baths: 3 (2 1)(FH) ◆ Sq Ft: 3167 ◆ Lot size: 8973 ◆ Year Build: 2001
- ◆ High Ceiling ◆ Master Bedroom Downstairs ◆ Paradise Looking Backyard
- ◆ Updated & Remodeled ◆ Large Loft Price: **\$699,000**



Soheila.Realtor@gmail.com

**916-616-7395**

9217 Sierra College Blvd #120, Roseville, CA 95661

Nick Sadek  
Sotheby's  
INTERNATIONAL REALTY



اشاراتی به داستان بیژن می بینیم:  
**در ایوان ها نقش بیژن هنوز**  
**بزندان افراسیاب اندرست**  
 فردوسی ظاهرا و بنابر آنچه از تحقیق در سبک کلام وی در داستان بیژن و گرازان بر میاید این داستان را در ایام جوانی ساخته بود. چون نواقصی در کار شعر سرایی در آن دیده شده، حدس زده می شود که هنوز در آن زمان به نهایت پختگی و مهارت خود نرسیده بود.

علاوه بر این مقدمه داستان منیژه و بیژن و شرحی که فردوسی در ذکر مقدمات نظم آن بیان می کند منفرد بودن داستان و ابتدای کار شاعر را در سرودن منظومه ای که تاکنون به نظیر آن دست نزنده بود، می رساند. جوانی فردوسی و تمکن او در ابتدای ابومنصوری گرفته نشده و دست یافتن شاعر بر نسخه شاهنامه ابومنصوری و نظم آن چند سال بعد و پس از مرگ دقیقی صورت گرفت و حتی در عین استفاده از شاهنامه ابومنصوری نیز باید چنین پنداشت که فردوسی داستان های مهم و منفرد دیگری مانند داستان سهراب-اکوان دیو- و رزم های رستم را که هر یک در عهد او شهرت و رواجی فراوان داشته اند در اختیار داشت و آن ها را جدا جدا نظم می کرد. **دنباله مطلب در صفحه ۵۸**

وی را برین می داشت و به همین سبب است که بدون مشوق و محرک خود به این کار عظیم دست زد و تا موقعی که گرفتار فقر و تهیدستی نگشت یعنی مال و ثروت اجدادی را بر سر کار شاهنامه نگذاشت، به دربار شاهان و جوایز ایشان توجهی ننمود. درباب کیفیت تحصیلات و معلومات فردوسی اطلاع صریح و درستی نداریم ولی این نکته محقق است که او در ادب فارسی و عربی دست داشته است. فردوسی ظاهرا در اوان قتل دقیقی در حدود سال ۳۶۸ به نظم داستان هایی مشغول بوده و آنها بعضی از داستان های منفردند که داستان بیژن و گرازان را باید در راس همه قرار داد.

داستان بیژن و گرازان یا رزم بیژن و گرازان و یا داستان منیژه و بیژن از داستان های مشهور قدیم بود که غیر از فردوسی پاره ای از شعرای دیگر عهد غزنوی نیز اشاراتی به آن داشته اند و این ابیات منوچهری یکی از آن اشارات است:

**شبی چون چاه بیژن تنگ و تاریک**  
**چو بیژن در میان چاه او من**  
**ثریا چون منیژه بر سر چاه**  
**دو چشم من بر او چون چشم بیژن**  
 و در یک قطعه مربوط به فردوسی نیز

## سیر و سفری در گلستان ادب پارسی

بخش پنجم

گردآوری و نگارش: پرویز نظامی



دهنده کار سامانیان، زیرا که محمود در آغاز فرمانبردار سامانیان بود. اضافه بر این فردوسی می دانست که مکاتبات دیوانی غزنویان به زبان پارسی است و شاعران هموطن او در دربار محمود غزنوی گرد آمده اند و با گشاده دستی او غرق در صله و پاداش هستند، پس شاید بتوان به کامیابی امیدوار بود. لکن متأسفانه با حوادثی که بعداً در دستگاه حکومتی غزنویان پیش آمد، امیدهای او نقش بر آب شد. بعداً در این مورد توضیحاتی خواهم داد.

وفاداری و عشق فردوسی به ایران و تاریخ ایران و خصوصاً شور و شوقش در ستایش ایران و نژاد ایرانی از لابلای اوراق شاهنامه به خوبی آشکار است. فردوسی از تاریخ نیاکان خود و از داستان ها و افسانه ها و تاریخ ایران اطلاع و یا به دانستن آنها شوق و علاقه داشت و تربیت خانوادگی او

هنگامی که فردوسی دست به کار سرودن شاهنامه شد، زمانی بود که مردی دنیا دیده و پخته بود، امیدوار بود که آن را به سامانیان پیشکش کند، اما با کشته شدن آخرین رزم آور سامانی در دشت های بی کران آسیای میانه و تخت بخارا که به دست نصر قراخانی افتاد و محمود سبکتکین که اراضی جنوب آمون دریا را تصاحب نمود، دیگر امیدی برای پیشکش شاهنامه به سامانیان باقی نماند. بردن شاهنامه نزد قراخانیان نه سزاوار بود و نه خردمندانه. اندیشیدن درباره آخرین نمایندگان خاندان کهن هم که در جاهای دور پراکنده و فراری شده بودند و اقبال و امکانی برای کمک به تنظیم شاهنامه نداشتند فایده ای نداشت و فقط محمود سبکتکین می ماند که فردوسی او را ناگزیر از برخورد با قراخانیان برمی شمرد و لذا ادامه

## Ali Driving & Traffic School

### کلاس های تعلیم رانندگی و ترافیک علی

برای بزرگسالان و نوجوانان

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

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

Safe Driving  
Saves Lives



Safety is our most  
important concern

Licensed & Bonded

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

آموزش رانندگی توسط کادری مجرب و حرفه ای

(408)370-9696 ◆ (408)394-5249

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



- کسب تابعیت (سببی زن شیب)
- کارت اقامت دائم (کارت سبز)
- درخواست مهاجرت خانوادگی

■ تمدید کارت سبز

■ مجوز اشتغال

■ معافیت از پرداخت هزینه

لطفاً برای تعیین وقت در تماس با ما جهت نظارت بر آزمون های زبان و آزمون های عملی

408-261-6405 818-616-3091

Pars Equality Center 1635 The Alameda San Jose, CA 95126  
 Pars Equality Center 4954 Van Noy Blvd, Suite 201 Sherman Oaks, CA 91403

www.parsequalitycenter.org

A DOJ Accredited Agency

501 (c)(3) Nonprofit Organization

نگهداری نمی‌کنند و اعتقاد به نگهداشتن گل‌ها به‌عنوان یادگاری ندارند.

### غم‌انگیزها را دور بریزید

دور ریختن یادگاری‌هایی که انسان را یاد خاطرات غمگین می‌اندازند نیز یکی دیگر از تکنیک‌های فنگ‌شویی جذب ثروت است. چینی‌ها معتقدند اشیا و عکس‌هایی که ما را به یاد خاطرات غم‌انگیز و شکست‌های زندگی می‌اندازد، می‌تواند در جریان گردش انرژی و جذب سرمایه و ثروت اثر بگذارد و مانع جذب ثروت شود. از این رو چینی‌ها حتی عکس‌هایی را که آنها را به یاد خاطرات غم‌انگیز می‌اندازند مثل عکس‌هایی که یادآوری طلاق یا شکست در یک پروژه کاری یا تحصیلی را به آنها یادآوری می‌کنند هرگز نگه نمی‌دارند.

### خرابکارهای پول‌سوز

اگر وسیله برقی خرابی دارید حتماً برای تعمیر آن اقدام کنید. وسایل الکترونیکی خراب و نیمه سوز بخش زیادی از انرژی‌ها را صرف خود می‌کند و تمرکز انرژی‌ها را برای جذب شادی، ثروت و سرمایه از بین می‌برند. پس اگر رادیوی خراب و سشوار نیمه‌سوز دارید برای تعمیر آنها زودتر اقدام کنید و لامپ‌های سوخته، ساعت‌های خراب و باتری‌های استفاده شده را دور بریزید تا انرژی‌های ثروت را بهتر و بیشتر جذب کنید.

رفاه در منزل می‌شود. آنها بر این باورند اگر زباله‌ها را بیش از ۲۴ ساعت در منزل نگه دارید و آنها را به خارج از خانه منتقل نکنید، موجب از بین رفتن تمرکز انرژی‌ها می‌شود. به همین دلیل است که چینی‌ها با انضباط و وسواس زیادی هر شب راس ساعت ۹ زباله‌ها را از منزل خارج می‌کنند و به هیچ‌وجه در این کار تعلل نمی‌کنند.

### تکنیک‌های هدر رفتن ثروت را بشناسید

در میان قوانین فنگ‌شویی باورهای وجود دارد که موجب دور شدن ثروت، پول و رفاه از خانواده می‌شود، مردم چین علاوه بر آن که تکنیک‌های جذب انرژی ثروت را در زندگی روزمره‌شان به کار می‌بندند از باورهایی که موجب دفع این انرژی‌ها نیز می‌شوند پرهیز می‌کنند. یکی از این باورها چکه کردن شیرهای خراب خانه در آشپزخانه و حمام است. چینی‌ها معتقدند چکه کردن آب موجب هدر رفتن آب و بالا رفتن مبلغ قبض آب می‌شود و این مسئله می‌تواند میزان جذب ثروت را تحت تاثیر قرار دهد.

### از نگهداشتن گل‌های خشک پرهیز کنید

پرهیز از تزئین اتاق‌ها با گل خشک یا گل‌های مصنوعی یکی دیگر از قواعدی است که به باور چینی‌ها می‌تواند تاثیر زیادی در جذب نشدن سرمایه، ثروت و رفاه داشته باشد. از این رو چینی‌ها هرگز از گل‌های خشک



## تکنیک‌های فنگ شویی برای جذب ثروت

در میان چینی‌ها باوری وجود دارد که با کمک تکنیک‌های فنگ‌شویی می‌توان برای جذب ثروت و پول اقدام و بخت و اقبال اعضای خانواده را دچار تحولی مثبت کرد. چینی‌ها علاوه بر آن که از تکنیک‌های فنگ‌شویی در معماری و چیدمان خانه‌شان بهره می‌برند با اجرای این تکنیک‌ها در روند زندگی روزمره و ایجاد هارمونی و هماهنگی در زندگی می‌پردازند و به این ترتیب انرژی‌های ثروت را به خود جذب می‌کنند.

### رنگ‌هایی که با خود رفاه می‌آورند

رنگ‌آمیزی دیوارهای خانه با رنگ‌های بنفش، قرمز و سبز یشمی اولین قدم برای جذب رفاه، ثروت و پول به محیط خانه است. انتخاب اشیای دکوری، مبلمان، فرش و حتی استفاده از نورپردازی و بلورهایی به رنگ قرمز، بنفش و سبز یشمی می‌تواند به حرکت انرژی‌های رفاهی در خانه کمک کند و این حرکت حتی به افزایش حرکت و جریان گردش پول و امکانات رفاهی در خانه منجر می‌شود. تنها کافی است از این اشیا در گوشه جنوب شرقی خانه‌تان بهره بگیرید.

### نمادهای ثروت را فراموش نکنید

یکی دیگر از شیوه‌هایی که می‌تواند انرژی‌های پول سازی را در خانه افزایش دهد، قرار دادن نمادهای ثروت در منزل است. چینی‌ها بر این باورند که اگر یکی از نمادهای ثروت فنگ‌شویی مثل ظرف سکه، مجسمه‌های کوچک طلائی و مجسمه ماهی در فضای خانه قرار بگیرد می‌تواند تاثیر زیادی در افزایش تفکر خلاقانه و جذب سرمایه و رفاه به محیط خانه باشد.

### با طبیعت گریای ثروتمند شوید

قرار دادن آب نماهای کوچک در فضای خانه یکی دیگر از روش‌های جذب پول و رفاه به خانه است. اغلب چینی‌ها بر اساس همین باور در محیط خانه‌شان آب نمایی کوچک را قرار می‌دهند. آنها معتقدند آب روان یکی از نمادهای جاودانه جذب ثروت در خانه است و می‌تواند روند فعالیت‌ها و کارهای اعضای خانواده را به سمت جذب رفاه و آسایش هدایت کند. علاوه بر آب‌نما، چینی‌ها باور دیگری دارند و آن استفاده از گیاه بامبو در خانه است.

### جادوی اسب‌های دونده

نصب تابلویی از اسب‌های دونده یا قراردادن مجسمه‌ای از اسب‌های دونده در محلی که محل گذر اعضای خانواده است و توجه آنها را به خود جلب می‌کند، می‌تواند



Parinaz Kadkhodayan

## پاریناز کدخدایان

مشاور با گواهینامه رسمی

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

*Transform your environment,  
Transform your life.*

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

**(650) 704-5687**

**Parinazkadkhodayan@gmail.com**



دیدگاه خود دری جدید به دنیای هستی باز می کنیم. در مقابل دیگران واقع بین تر و با انصاف تر شویم و آنچه برای خود می خواهیم، به شادی، برای دیگران هم بخواهیم. با انرژی مثبت، زندگی خود و دیگران را تحت تاثیر قرار دهیم. اگر خود و دیگران را ببخشیم، گرفتار کینه ها و حسادت ها و احساسات منفی نمی شویم. فلسفه زندگی و درک صحیح از آنچه زندگی و عالم هستی می باشد به ما زمان ها و مرحله های مختلفی برای روبرو شدن با مشکلات و یا شادی ها را می دهد. در مقابل زندگی یاد می گیریم که از کوچکترین چیزی سپاسگزار باشیم و چشم دلمان را به خوبی ها و زیبایی های زندگی که همه ما در این کره خاکی صاحب هستیم باز کنیم. از تمام نعمت ها مانند نگاه کردن، لمس کردن، نفس کشیدن، زیبایی ها را ستودن و اشخاص را اجر گذاشتن، همه را حس و قدردانی کنیم. مشکلات را هم قبول کرده و بعد از مرحله ناراحتی و نظاره گری بر آنها، به مرحله علاج و تصمیم درست و بعد به عالم هستی بسپاریم. آنچه از دستمان بر می آید انجام دهیم و بعد تسلیم و اعتماد به هستی که در راه کمک ما راه افتاده و اگذار کنیم. **دنباله مطلب در صفحه ۵۴**

غصه دار می کند، فقط رنج ها و مشقت ها و پیشامدها نیست! برخورد و عکس العمل ما و طریقه حل و دست و پنجه کردن با آنها مهم هست! همینطور که لحظه های شاد و بی دغدغه، گذرا هستند و می گذرند، غصه ها و غم ها هم می گذرند. در زندگی هیچ چیز پایدار نیست و همه چیز مرتب در حال تغییر است. بسیاری از آدم ها در عین سلامتی و زندگی بی دغدغه گرفتار افسردگی، بی تفاوتی، قدرشناسی و تکرار مکررات هستند. بعضی مشکلات مالی و جسمی مهم دارند ولی یاد گرفته اند که با نگاهی متفاوت به زندگی و خودشناسی از شادی و رضایت نسبی بهره مند باشند و در لحظه آنچه را که می توانند لذت ببرند. مدیتیشن (meditation) به ما کمک می کند که در داخل ذهن خود به آرامش بیشتری برسیم و «من واقعی» خود را که تفاوت زیادی با نیروی درگیر و شلوغ درونی و دور و بر دارد شناسایی و تقویت کنیم. وقتی «من واقعی» خود را قوی کنیم و آرامش را در آن نقطه تجربه کنیم، ذهن خود را از فکرهای تکراری و ندامت ها و اگرها و شایدها نجات می دهیم. با کمک خودشناسی و مدیتیشن و عوض کردن



## قدرت سحر آمیز باورهای ما

بهبود و کیفیت بهتر، وجود ندارد. روز به روز احساسات جدید و شاد و موفقیت های بیشتر منتظر شما خواهد بود. ما در تعلیمات و تجربیات coaching اعتقاد داریم که شادی و بهتر شدن کیفیت زندگی یک جاده همیشگی و روش زندگی است و پایانی ندارد زیرا که خوشبختی و شادی پایانی ندارد. Happiness is a journey, not a destination.

باورهای درست و راه کارهای درست که مخصوص هرکسی با روحیه و شخصیت اوست با دید و نگاه یک life coach با تجربه و خلاق که بدون قضاوت کردن شما در اشتباهات و یا مسائل خصوصی که دیگران و یا حتی فامیل و دوست نمی توانند بانظر بی تعصب و بی شائبه و درست به آن پردازند، کار اصلی مربی زندگی می باشد و فرق آن با روانشناسان و پزشکان به روش کار و فلسفه زندگی می باشد، که هر مورد و شخصی کاملا متفاوت می باشد. این موضوع منحصر به کار و یا رابطه نیست بلکه به کلیه جنبه های زندگی مربوط می شود. بهبود کیفیت زندگی با روحیه خوب، سلامت، ارتباطات اجتماعی و روابط خصوصی، کار و حرفه و اقتصادی، ورزش و مراقبه و meditation همه باهم در هارمونی و تعادل خواهند بود.

عزیزانم، انسان موجودی آزاد است که همیشه حق انتخاب دارد. همیشه در مقاله هایم یادآوری و تاکید کرده ام که هر لحظه ما در زندگی لحظه انتخاب است. از مسائل ساده به مانند خوردن، بلند شدن، حرکت کردن، جایی رفتن و یا حرفی زدن ... ما حتی واکنش های خود را هم در برابر رنج ها و سختی های ناخواسته، پیش آمده می توانیم انتخاب کنیم.

برای همگی آرزو می کنم که همیشه زندگی پر از اتفاقات خوب و شادی و روابط خوب و مهمتر از همه چیز سلامتی باشد. بهترین های هستی هم حتی در اوج غم و غصه و اتفاقات هنوز دور و بر ما هستند. هنوز هم همیشه جای قدردانی و سپاس هست. آنچه که ما را غمناک و

با سلامی گرم و صمیمی به شما عزیزان خوانندگان مجله محبوب و مفید پژواک. از اینکه هر هفته می توانم از طریق مقاله هایم انرژی مثبت و ارتباطی مفید با شما داشته باشم خیلی خوشحالم و همچنین تلفن های شما و کار کردن با عزیزان مراجع، به من احساس رضایت و شادی و مثراتر بودن می دهد. من افتخار می کنم که سال ها در جامعه ایرانی فعال بوده ام و به عنوان مربی زندگی توانسته ام اثرات مثبت به روی هموطنان بگذارم. بنی آدم اعضای یکدیگرند و خوشحال کردن و یا کمک به دیگران مثبت و سازنده است و بدون قضاوت، تخصص یک مربی زندگی با تجربه و مدرن موثر می باشد.

عزیزانم می خواهم برایتان از نقش و قدرت شکل دادن زندگی هایمان در اثر باورهایمان بنویسم. باور و اعتقاد ما به هر چیزی مانند خودمان، عقایدمان و یا افراد و آشنایان شکل ساز رابطه و موفقیت و سلامت و کلا همه جنبه های زندگی ما می باشد. باورداری نیرویی معجزه آساست و قدرتی شگفت انگیز دارد. باورهای ما در تمامی امور زندگی، نقش اصلی و قابل ملاحظه ای دارند. باورهای صحیح نیروبخش و باورهای غلط نابودکننده هستند.

یکی از مهمترین باورهایی که ما می توانیم برای کسب سعادت و یا موفقیت داشته باشیم آن است که ما قادر و توانا هستیم که به طور مدام و پیوسته کار و زندگی خود را بالا ببریم و دائم در حال رشد و پیشرفت و شاد کردن خود باشیم. اگر این خودباوری درست را از راه خودشناسی و خودسازی با اعتماد به نفس قبول کنیم و بگذاریم در اعماق ذهن و قلب و اندیشه ما رسوخ کند، نیروی سحرآمیزی زندگی را به جهت شادی و رضایت خواهد برد. در این راه، من می توانم همراه شما باشم که به مقصد مورد علاقه خود چه از نظر روانی و روحی و چه کاری و بیزینسی برسید. راه حل ها و راه کارها شما را هدایت می کنند.

راه رسیدن به شادی درونی و خودشناسی و خودسازی استاندارد معینی ندارد. یک فرآیند دائمی و روزمره است و پایانی برای



## 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
- ✦ اعتماد و حرمت نفس و تعادل
- ✦ Behavior Problems
- ✦ خودشناسی، خودسازی، هدف یابی
- ✦ Adults & Teens
- ✦ تصمیم گیری های درست در زندگی شخصی و یا کاری
- ✦ Life Choices
- ✦ روابط و حل اختلافات زوجی و یا خانواده ها
- ✦ Happiness & Balance
- ✦ صحبت های مثبت و سازنده برای نوجوانان و جوانان

✦ تخصص و تجربه در روش های مؤثر، شاد کردن و تقویت حافظه سالمندان شما در منزل و یا خانه سالمندان ✦ جلسات Coaching و Meditation در دفترهای خود و یا سرویس سیار در صورت لزوم برای راحتی شما

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

دفاتر در سن حوزه و پلزنون. سرویس سیار موجود می باشد.

۹۷۰۰-۲۹۷ (۹۲۵)

# idents®

## RS FOR SERIOUS INJURIES

### CAMERON YADIDI

ATTORNEY AT LAW



# No Fees

## Until We Win Your Case!

### ettlements & Verdicts



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

burg & Brock, does not warranty or guarantee the outcome of any legal matter.





# ACC

## POWERFUL LAWYER

### دکتر کامران یدیدی

### وکیل تصادفات و صدمات شدید بدنی

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



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



Vehicle Accidents



Motorcycle Accident



Slip & Fall



Dog Bites

# (888) 979-7979

Powerful Injury Lawyers are subsidiaries of Law Offices of Burg & Brock. Law Offices of B



# سرو

(در دیوان حافظ)

بهرام گرامی

bgrami@yahoo.com

حافظ قد و بالای معشوق را به قامت راست سرو تشبیه کرده و این راستی را مضمون صداقت و درستی نیز قرار داده است. معشوق را سرو سهی و سرو ناز نامیده که با ناز می خرامد و با ناز می رود، و برخلاف سرو نستانی که پای در خاک دارد و قدم از جای بر نمی گیرد، معشوق را سرو روان و سرو خرامان نامیده است. معشوق سهی قد را، همچون سرو چمن بر طرف جویبار، بر دیده جای می دهد و بر لب جوی اشک روان می نشاند.

سرو را به اعتبار فقر و بی نیازی و رهایی از بار منت و فراغت از منت بار و نیز به دلیل سرسبزی مُدام و ایستادگی در مقابل خزان آزاد خوانده است. سرو حافظ قامتی بلند با صدها دست کوتاه دارد که بر روی یک پا ایستاده است. سرو با شاخ و برگ متراکم و درهم پیچیده گویی دامن بلند قبا را بالا زده تا توشه برگردد یا دامن تهی را برچیده تا از جهان درگذرد. حافظ سرو را به کسی تشبیه کرده که دو دست در بالای سر به هم داده و در حال رقص و سماع است.

واژه سرو ۷۲ بار (در ۷۰ بیت)، بیش از هر گونه گیاهی دیگر، در دیوان غزلیات حافظ آمده است که از آن میان تعدادی برای درج در این مقاله انتخاب می شود:

**پیش رفتار تو پا برنگرفت از خجلت / سرو سرکش که به ناز قد و قامت برخاست**  
رفتار = طرز راه رفتن. [سرو که به قد و قامت خود می نازید در برابر راه رفتن تو از خجالت قدمی برنداشت.]

**عاقبت دست بدان سرو بلندش برسد / هر که را در طلبت همت او قاصر نیست**  
دست بدان سرو بلندش = دستش به آن سرو بلند. قاصر = کوتاه.

**هر سرو که در چمن برآید / پیش الف قندت چو نون باد**  
چو نون باد = مثل حرف نون خمیده باد، (در مقابل تو) به کرنش و تعظیم افتد.

**دل ما به دور رویت ز چمن فراغ دارد / که چو سرو پایند است و چو لاله داغ دارد**  
دور = دوره و زمان، گرد، گردی صورت. به دور رویت = با وجود تو، با بودن روی تو. فراغ = بی نیازی و آسودگی. پایبندی سرو به پای در خاک داشتن آن اشاره دارد. [با دیدن روی تو دل ما بی نیازی از رفتن به چمن و دیدن سرو و لاله است، زیرا این دل چون سرو پایبند و وفادار است و چون لاله داغ حسرت و آرزوی تو را دارد.]

**نه هر درخت تحمل کند جفای خزان / غلام همت سروم که این قدم دارد**  
در چند نسخه دیگر «غلام قامت سروم» آمده که با توجه به کوچکی غلام در مقابل بلندی سرو و نیز هممعنایی قامت با قد در «قدم» و هجای بلند «قا» که قامت کشیده سرو را پیش چشم می کشد، گزینه قامت مقبولتر از همت می نماید. قدم داشتن سرو به معنای ثابت قدم بودن و پایداری کردن در برابر خزان است.

**ز سرو قد دلجویت مکن محروم چشمم را / بدین سرچشمه اش نشان که خوش آبی روان دارد**  
تشبیه قد به سرو، تناسب دلجو با جوی آب و چشم با چشمه، نشان دادن به معنای کاشتن با ایهام به نشستن و ماندن، و آب روان به قرینه سرو روان در اشاره به اشک جاری از فراق یار همه در یک بیت جمع است - از یار تمنای دیدار می کند و جای او را در دیده می داند و قدمش را بر چشم می نهد.

**چشم من کرد به هر گوشه روان سیل سرشک / تا سهی سرو تو را تازه به آبی دارد**  
میگیرم تا سرو قامت تو را بر جویبار دیده تازه نگه دارم.]

**سرو بالای من آنکه که در آید به سماع / چه محل؟ جامه جان را که قبا نتوان کرد**

سماع = (در عربی) شنیدن، (در ادب فارسی) سرود و آواز خوش و مؤثر، وجد و پایکوبی صوفیان. چه محل؟ = چه اهمیتی و ارزش دارد؟ جامه قبا کردن = جامه جلوبسته را دریدن و آن را به صورت قبا جلوی باز درآوردن. جامه جان قبا کردن = جامه جان دریدن، جان فدا کردن. «بدانکه خرقة کردن جامه اندر میان این طایفه [صوفیه] معتاد است.» در حال سماع، «یک صوفی بر اثر غلبه حالت وجد خرقة خود را از سر بدر می آورد [لباس قدیم درمی آورد و به حالی جدید وارد می شود] یا به اصطلاح خرقة خود را قبا می کند و آن را پیش قوَال [خواننده مجلس سماع صوفیان] می افکند.» [وقتی که یار خوش قدوبالای من به وجد و رقص درآید، جامه جان را که نتوان قبا کرد و از تن درآورد چه ارزشی دارد؟ - آن جان که نتوان فدای دوست کرد چه ارزشی دارد؟]

**زیر بارند درختان که تعلق دارند / ای خوشا سرو که از بار غم آزاد آمد**  
بار = میوه، سنگینی، رنج، تعلق = علاقه و دلبستگی، تملک و مالکیت، آویختگی - شاید با ایهام به معلق یا آویخته بودن میوه. [خوشا به حال سرو که میوه نمی دهد و زیر بار خمیده نمی شود و از رنج تعلق آزاد است.]

**من گدا هوس سروقامتی دارم / که دست در کمرش جز به سیم و زر نرود**  
فقط با سیم و زر می توان او را در آغوش گرفت و به وصالش رسید.]

**این سرکشی که در سر سرو بلند توست / کی با تو دست کوتاه ما در کمر شود**  
سرکشی = تسلیم ناپذیری، غرور. دست در کمر شدن = هم آغوش شدن. بیت همان مفهوم «دست ما کوتاه و خرما بر نخیل» را دارد.

**من از نسیم سخن چین چه طرف بر بندم / چو سرو راست در این باغ نیست محرم راز**  
طرف بستن = فایده بردن. نسیم یا باد صبا گاهی پیک رازدار و محرم اسرار و بیشتر خبر چین و سخن چین است و راز دل عاشقان را به همه جا می برد. سرو راست یا راستگو نیز راز نگاه نمی دارد. [وقتی سرو راست که در جای خود قرار دارد راز عاشقان را افشا می کند، دیگر از نسیم سخن چین و هر جایی چه انتظاری داشته باشم.]

**فرخنده باد طلعت نازت که در ازل / بپریده اند بر قد سروت قبا ی ناز**

طلعت = روی و رخسار، دیدن. [خجسته باد روی نازت که از روز نخست سرپای وجودت را پُر ناز آفریده اند - که ناز کردن برانزنده توست.]

**یا رب به وقت گل گنه بنده غفو کن / وین ماجرا به سرو لب جویبار بخش**

وقت گل = بهار، فصل میل به گناه. بنده = من، هریک از بندگان خدا. سرو = معشوق، بر روی یک پا ایستاده. این ماجرا = در اشاره به گنه در مصرع اول. ماجرا کردن در اصطلاح صوفیه آن است که صوفی دلتنگی و شکایت خود را با حرف در حضور پیر و رفیقان در میان می گذارد و مقصّر معلوم می شود. «... اگر یکی از ایشان گناهی و تقصیری کند، او را در صف نعال [کفش کن، درگاه و پایین اتاق] که مقام [جای] غرامت است به یک پای باز دارند.» سرو لب جویبار به مثابه صوفی خطاکار بر یک پا ایستاده و مکافات پس می دهد. [خدا! در این بهار از گناه من در گذر و کیفر گنه کاری مرا از سرو جویبار که بر یک پای غرامت ایستاده بپذیر.]

**به خاک پای تو ای سرو ناز پرور من / که روز واقعه پا و ما بگیرم از سر خاک**

به = سوگند به. (سوگند دادن نه سوگند خوردن) واقعه = مرگ. پا و ما بگیرم از سر خاک = پا و ما بگیرم از سر خاکم. معشوق خوش قدوبالا را به خاک پایش قسم می دهد که روز مرگ بر سر خاک آید، همچون سرو پای از جای برنگردد و از آنجا دور نشود.

**گل ز حد برد تنعم به گرم رخ بنمای / سرو می نازد و خوش نیست خدا را بخرام**

خوش نیست خدا را = خدا را خوش نمی آید. قرائت دیگر: خدا را بخرام = تو را به خدا قدمی بردار. [گل بیش از اندازه غرق در ناز و نعمت است و فخر می فروشد، سرو هم طنازی می کند که خوش نمی نماید - با روی و رفتار خود گل و سرو را سر جایشان بنشان.]  
**قامتش را سرو گفتم سر کشید از من به خشم / دوستان از راست می رنجد نگارم چون کنم**  
سر کشید = روی برگرداند، قبول نکرد. راست = حرف راست، راستی، با ایهام به قامت راست. [قامتش را به سرو راست تشبیه کردم به خشم از من روی برگرداند، چه کنم دوستان که یارم از «راستی» میرنجد.]

**سر به آزادی از خلق برآرم چون سرو / گر دهد دست که دامن ز جهان درچینم**

سر برآرم = سر برآورم، سر بلند کنم. دامن درچیدن = دامن برچیدن یا دامن جمع کردن، [حالتی که سرو در پایین شاخ و برگ و تنه خود دارد، کناره گرفتن. (اگر بتوانم از علائق دنیوی بگذرم، با آزادی در میان مردم سر بلند می کنم.)]

**قد تو تا بشد از جویبار دیده من / به جای سرو جز آب روان نمی بینم**

بشد از دیده من = رفت از پیش چشمم، دور شد از نظرم. آب روان = اشک جاری، اشک از جان و روان برآمده. [تا از پیش چشم رفتی، جز گریه کاری ندارم.]

**ای پیک راستان خبر سرو ما بگو / احوال گل به بلبل دستان سرا بگو**

پیک = قاصد، خبررسان، (در اینجا) باد صبا. سرو و گل هر دو اشاره به معشوق است. دستان سرا = نغمه پرداز، (در اینجا) شاعر.

**کافر میناد این غم که دیده است / از قامت سرو از عارضت ماه**

[غمی که سرو از دیدن قامت و ماه از دیدن رویت دیده نصیب هیچ کافری نشود.]

**گلی گان پایمال سرو ما گشت / بود خاکش ز خون ارغوان به**

با احتمال سه معنی برای بیت: الف) [گل سرخی که زیر پای معشوق ما له شود، خاک آمیخته با این گل برتر از خون ارغوان است.] ب) ترکیب «خاک این از خون آن به» نظیر «یک موی این به صد از آن می ارزد» یا «ناخن دورافتاده این به سرپای آن می ارزد» است.





هوشنگ فراهانی - آهنگساز و اتنوموزیکولوگ

## نگاهی به تاریخ موسیقی ایران

بخش دوم

سازها و ارتباط آن با شخصیت انسان ها دارد. گفته‌اند ۲۶۳ کتاب و رساله نوشته است و اکثر این آثار اینک مفقود شده است.

«محمد بن زکریای رازی» وفات به سال ۳۱۱ هجری و «فی جمل الموسیقی» از آثار اوست.

«ابوالفرج اصفهانی» ۳۲۰-۴۲۷ هجری در دوران آل بویه بوده است و صاحب کتاب «الآغانی» می باشد.

«ابوالوفا بوزجانی» وفات ۳۸۸ هجری کتابی به نام «المختصر فی فن الایقاع» تدوین کرده است.

«احمد خوارزمی» (محمد بن احمد): «مفاتیح العلوم» و «رسائل اخوان الصفا» اخوان الصفا توسط گروهی مسلمان آزاده که گروهی زیر زمینی بوده اند بر علیه خلفای عباسی و سعی می کردند که با زبان دانش با مردم سخن بگویند. هسته اصلی این گروه را ایرانیان تشکیل می دادند و رسالات زیادی در زمینه های مختلف و رساله ای در موسیقی به عنوان «الرساله الخاصه فی الموسیقی» نوشتند. با اینکه این گروه موسیقیدان نبوده اند ولی به نکات مهمی در موسیقی اشاره کرده اند مانند هشت وزن عربی (اجناس ثمانیه) صدای فاختات نظیر ککوکو یا ککوکو که بعدها توسط عبدالقادر به آن فاختی اصغر، فاختی صغیر، فاختی مضاعف، فاختی اضعاف گفته شد. ترجمه فارسی اخوان الصفا (مجموعه حکمه) نام دارد.

مکتب اسکولاستیک: مدرسی ها یا مکتب اسکولاستیک شامل افرادی مانند: فارابی، ابن سینا و ابن زبیل بودند. این گروه برای اثبات مذهب و دین بدون توجه به احادیث بلکه بر پایه عقلانیت عمل می کردند. این گروه نگاه خاصی به فلاسفه یونان داشتند. دنباله مطلب در صفحه ۵۷

بودند که «نهضت ترجمه» را در دوران خلفت مأمون بوجود آوردند و متون علمی و موسیقی را از زبان های قبطی (مصری)، نبطی (خلیج سوریه)، سریانی (سوریه و لبنان)، پهلوی ایران، یونانی و سانسکریت از هند را ترجمه کردند. بدین وسیله برخی از حکما و فلاسفه به بخشی از نظریات و آراء فلاسفه و دیگر علوم از جمله موسیقی دست می یابند برخی از آراء در باب موسیقی بر گرفته از دانشی است که ایرانیان از طریق ترجمه دیگر آثار بدست می آورند و منشاء آراء و آثاری در زمینه موسیقی ایرانی می شود.

الکندی: «ابویوسف یعقوب بن اسحاق کندی» موسوم به «ابوالحکما» ۸۰۰-۸۷۳ میلادی ریاضیدان، منجم و فیلسوف عرب، عالم به علوم خفیه و نخستین حکیم اسلامی است که مستقیما به آثار حکمای یونانی دسترسی داشته و شخصا به ترجمه پارهای از آثار ارسطو و تفسیر و بیان آنها پرداخته است. این فیلسوف عرب در کوفه یا بصره متولد می شود. پدرش امیر کوفه بود. وی امتیازات موروثی اش را نادیده گرفت و به کسب فضائل پرداخت. زبان یونانی را می دانسته و هفت رساله در مورد موسیقی نوشته است که ظاهرا پنج نسخه از آن باقی مانده است و ذکرها یوسف آن را تصحیح کرده است. وی را پدر فلسفه عرب می دانند. وفات وی به سال ۲۶۰ هجری است. «تاریخ الموسیقی الشریقه» و رساله «فی خبر تألیف الالحان» از آثار اوست. از نویسندگان نهضت ترجمه بوده است. وی در حدود زمان مأمون می زیسته و نوازنده ساز عود بوده است و تئوری موسیقی را بر روی ساز عود بیان می کند. «آتوس» یا زبان بیان موسیقی مورد بحث الکندی بوده است. همچنین وی بحثی در مورد

دیگر ثروت او را به یاد میآورد. مانند هفت گنج، گنج باادآورد که به افتخار دست یافتن سردار بزرگ ایرانیان بر شهر براز و فاتح مصر ساخته شده است. در این داستان گنجینه ای را امپراتور روم در کشتی ها نهاده و به دریا می فرستد ولی بادی وزیدن گرفته و آن را به ساحل میآورد و سرانجام بدست ایرانیان می رسد. «گنج باادآورد» بر اساس این واقعه ساخته شده است. یا در مورد آهنگی به نام «مرگ شبیدیز» آورده اند که خسرو پرویز در بین اسب های خود، اسب سیاه باهوشی به نام شبیدیز را بیش همه دوست می داشت و سپرده بود هر کس خبر مرگ او را بر زبان راند مجازاتش اعدام باشد. شبیدیز مُرد و کسی را توان گفتن این خبر به خسرو پرویز نبود تا اینکه از بارید خواستند تا با ساختن نغمه ای این خبر را به شاه اعلام کند. گویند بارید آهنگی ساخت و خسرو از شنیدن آن مرگ شبیدیز را دریافت و فریاد برآورد «شبیدیز مُرد؟» و بارید پاسخ داد: «آری، خود شاهنشاه این خبر را دادند» و بدین وسیله شاه را از عهد خود بازگردانید.

موسیقی دانان و رسالات پس از اسلام: موسیقی دانان سده های دوم و سوم پس از ظهور اسلام را «اصحاب غناء» می نامند. «منصور بن جعفر رازی» (منصور زلز)، وفات ۱۷۵ هجری که پرده ای را حدود ۳/۴ پرده در بین دستان های ساز عود مورد استفاده قرار داد که هم اکنون به «وسطای زلز» شناخته می شود. «ابراهیم و اسحاق ارگانی» که چون در موصل می زیسته اند به ابراهیم و اسحاق موصلی شناخته می شوند. «ابنال منجم» و دیگر «ابنخدادیه» که رساله «الهو و الملاه» از آثار اوست و از شاگردان اسحاق موصلی بوده است. «زریاب» از دیگر شاگردان ابراهیم و اسحاق موصلی بوده است که موسیقی ایران را با خود به آندلس به دربار عبدالرحمان خلیفه عباسی برده و بدین گونه مکتب موسیقی قدیم ایران را در آندلس پایه گذاری می کند. از اینرو برخی از نغمه های موسیقی امروز سنتی در اسپانیا لحنی ایرانی و عربی دارد.

اصحاب موسیقی: اصحاب موسیقی کسانی

رساله بندهش: این اثر عمدتاً درباره کیهان شناسی، با فصولی در تاریخ کیانیان و جغرافیای ایران شهر، بر پایه متون اوستایی و گزارش های پهلوی و منابع تاریخی، بخصوص خدای نامه، در ۳۶ فصل است که مؤلف در دیباچه کتاب آن ها را به سه بخش اصلی و کلی تقسیم کرده است:

۱. آفرینش اورمزد و دشمنی اهریمن  
۲. چگونگی آفرینش مادی و این جهانی از آغاز تا انجام  
۳. تاریخ و پیوند کیانیان و زیستگاه های آنان  
مهمترین و بلندترین فصل آن همان نخستین فصل است درباره چگونگی اورمزد و اهریمن و جدال شان با یکدیگر و خلقت آفریدگان به صورت مینوی و مادی. گردآوری و تألیف این کتاب احتمالا در اواخر دوره ساسانی و تدوین نهایی آن در قرن سوم هجری یا دیرتر صورت گرفته است. بعضی از فصول کتاب مانند مقدمه آن، افزوده بعدی شناخته شده است.

رساله «یادگار زریان» نیز در مورد سازه های نظامی صحبت می کند. بربط، دمام، گاودم، کرنا، سرنا، چغانه، جام، زلز و سنج نام برخی از سازهایی است که بعدها در شاهنامه فردوسی نیز آمده است. در کارنامه اردشیر بابکان به ساز تنبور نیز اشاره شده است.

از موسیقی دانان افسانه ای دوران ساسانیان نیز می توان به بارید، نکبسا، سرکش، رامتین و بامشاد اشاره کرد.

آورده اند که بارید برای سی روز ماه و هر روز سال نغمه ای ساخته که در آن دوران نواخته می شده است و لحن وی هم اکنون به «سی لحن بارید» و «هفت خسروانی» شناخته می شوند که نام این سی لحن بارید را نظامی گنجوی در اشعار خود آورده است مانند: گنج باادآورد، سبز در سبز، مرگ شبیدیز، باده نوشین ...

برخی از نام های لحن بارید نام سرودهای مذهبی بوده است بطور مثال یزدان آفرید. برخی داستان ها مربوط به وقایع افتخارآمیز قدیم ایران بوده است. مثلا کین ایرج، کین سیاوش، تخت اردشیر و برخی قدرت خسرو پرویز را نمایان می ساختند. مانند باغ شیرین، باغ شهریار، اورنگیک، تخت طاقدیس و بعضی

## گروه همایش دوستان

هموطنان عزیز، گروهی از همراهان شما به نام «گروه همایش دوستان» روز چهارشنبه هر هفته از ساعت ۷ الی ۹ عصر در محل Scientology Building در شهر ماننن و یو گرد هم می آیند. همایش دوستان قانونی است برای ایجاد دوستی و همیاری بین هموطنان ایرانی مقیم شمال کالیفرنیا. این کانون غیر انتفاعی کاملا «غیر سیاسی» و «غیر مذهبی» می باشد و به هیچ گروهی وابستگی ندارد.

برای گرفتن اطلاعات بیشتر لطفا با

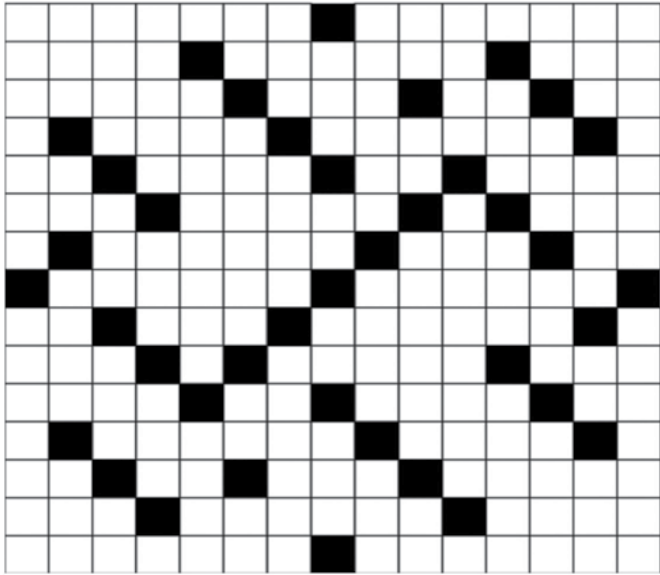
شماره تلفن ۲۷۲۷۹-۲۰۷ (۴۰۸) تماس حاصل فرمایید.

1080 Linda Vista Ave., Mountain View, CA

حل جدول در صفحه ۴۲

# سرگرمی

۱۵ ۱۴ ۱۳ ۱۲ ۱۱ ۱۰ ۹ ۸ ۷ ۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱



## عمودی

- ۱- قدیمی- پذیرفته شدن دعا
- ۲- زه کمان- ماده ها- پایتخت ایتالیا- کشتی جنگی
- ۳- نوعی حلوا- طایفه- قرض- سینه
- ۴- سرشانه خیاطی- سینمای سوخته- مخفی
- ۵- دد- از پادشاهان ایرانی
- ۶- شالوده- سرای محبت- تداخل- حرف ندا
- ۷- بند- کرم ابریشم- تصدیق فارسی
- ۸- لوله تنفسی- ضربه سر- زمین ترکی- ابتدا و آغاز
- ۹- آقا- صورتک- مراسم بزرگداشت
- ۱۰- یک عامیانه- آتش انداز گلخن- رود آرام- علامت مفعولی
- ۱۱- اصطلاحی در ورزش کشتی- سنگ تابان
- ۱۲- قوه رشد و نمو- اثر لودویک- کورک
- ۱۳- محصول کشتزار- زندان عرب- خرس ترکی- شعله آتش
- ۱۴- دو رویی- حزن و اندوه- هیمه- محصول آتش
- ۱۵- عالم و حکیم- آذوغه سفر

## افقی

- ۱- واحد پول ونزوئولا - نوعی موشک
- ۲- جامه صافکن- محلی مسلمانان در ایران در آن عزادی محرم می کردند - نژاد ایرانی
- ۳- حرف نگفتنی- شوربا- پرنده خالدار- مرکز استان سمنان
- ۴- بیماری همه گیر- قسمت بر خوردنی قبا!
- ۵- اثر ژان ژاک روسو- نفی تازی- جایگاه عتیقه جات- کرب
- ۶- برق منفی- پنهانی- رازقی
- ۷- حرف انتخاب- نمو- مزدکار و زحمت
- ۸- قیچی پشم زنی- هیئت دولت
- ۹- اهل قاره ما- آغوش- مساوی عامیانه
- ۱۰- غذای تزریقی- اثر آکساندر دوما - مقابل
- ۱۱- زمینه- ستر- نام آذری- باران پیاپی
- ۱۲- نخود و لوبیا - بی آبرویی
- ۱۳- قمر- بشر- پهلوان- از تنها
- ۱۴- ضروری- فک- عضو شنوایی
- ۱۵- اقتدار- مذکور

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

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

ارزو دارم روزی این حقیقت به واقعیت مبدل شود که همه انسان ها برابرند. «مارتین لوتر کینگ»

## تقویم برنامه های فرهنگی و هنری در شمال کالیفرنیا

### Pezhvak of Persia

#### پژواک

نشریه برگزیده ایرانیان  
شمال کالیفرنیا

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

(408)221-8624

### جلسات انجمن فردوسی

هر دو هفته یکبار در دومین و  
چهارمین جمعه هر ماه

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

۴۰۸-۲۹۵-۱۲۴۰

ورود برای عموم آزاد است

### جلسات شعر فریمانت

اولین و سومین شنبه های هر  
ماه میلادی در شهر فریمانت.  
مکان:

**Fremont, Main Library**

۵۱۰-۲۲۶-۷۱۶۰

۵۱۰-۷۴۵-۱۴۰۰

ورود برای عموم آزاد است

### شب شعر در ساکرامنتو

دومین چهارشنبه هر ماه در  
رستوران فیمس کباب.  
تلفن اطلاعات:

۹۱۶-۴۸۳-۱۷۰۰

**1290 Fulton Ave., #3  
Sacramento, CA**

### انجمن فرهنگی آذربایجان در شمال کالیفرنیا

سازمان غیر انتفاعی، بدون وابستگی  
سیاسی و جناحی، با ارائه کلاس های  
رایگان یادگیری ابزار موسیقی، رقص و  
زبان انگلیسی.

با برگزاری رویدادهای فرهنگی و کنسرت  
۴۰۸-۸۵۸-۹۸۶۲

[secretary@acsnc.org](mailto:secretary@acsnc.org)  
16400 Lark Ave. #260  
Los Gatos CA

### برنامه تلویزیونی رهنمودهای مسیح

با کشیش فرید فروتن  
شنبه ها ساعت ۸:۳۰ شب  
از کانال ۱۵ سن حوزه  
یکشنبه ها ساعت ۲:۳۰ بعد از ظهر  
از کانال ۲۹ سانفرانسیسکو

### شب بانوان

دومین چهارشنبه هر ماه  
شروع برنامه با شام و موزیک  
از ساعت ۷ عصر تا ۱۱:۳۰  
۱۲۳۴-۳۶۹-۴۰۸  
۶۴۴۰-۳۷۱-۴۰۸  
مکان: رستوران ساقی  
1392 S Bascom Ave, San Jose  
ورودیه با شام 25 دلار

### کلاس خصوصی

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



## استخدام

جهت توجه، رسیدگی و هم صحبتی با یک خانم سالمند، به یک خانم با تجربه در امور آشپزی و خانه داری و با داشتن گواهینامه معتبر، در شهر San Anselmo در مارین کانتی، بطور تمام وقت و یا شبانه روزی با در اختیار گذاشتن اتاق، غذا و حقوق ماهیانه نیازمندیم.  
(۴۳۶۶-۷۸۵) (۴۱۵)

## جویای کار

خانمی هستیم با تجربه برای نگهداری شبانه روزی یا تمام وقت از سالمندان شما. ۴۳۱۸-۴۰۱ (۴۰۸)

## تعمیر فرش

برای تعمیر انواع فرش های ایرانی و غیر ایرانی با ما تماس بگیرید.  
(408)374-8141

**HoOoOo**  
Be Mindful, Be Playful, Be the real you

Sehar Shams  
President, executive director

Each child has a different way of coping with trauma. In my own life, especially when the reality was too painful to endure, I did it by finding small activities and things that made my heart feel a little bit better each day.

Now, as an adult, I'm committed to helping children cope with adversity in their lives. Our first app, "Michka", has had more than 125K downloads in 7 months, just in Farsi.

In "Michka", the child has an imaginary friend in his heart, a flower which blooms whenever the child takes care of his/her feelings and that withers whenever he/she ignores them. ( Michka is gender-neutral insect ) This year, we have started an NGO, as you know, the paperwork for ( 501c ) will take a lot of time. Meanwhile, we are looking for a fiscal sponsor and other NGO's who are interested to collaborate.

You also can purchase my painting to help our fundraising. 100% of the sale will go to the organization's account to pay for the production. ( Please check page 47 )

For more information, visit our website:  
www.hooooo.org

Michka 2017  
Meeka's Secret 2018  
Flower's Secret 2019

# فال ستارگان

دای	مهتر	تیر	شروردین
برای رسیدن به آرزوهایتان باید سختی ها را تحمل کنید. ظاهر بیجان آزارتان داده اند و از شما هم می خواهند که به نظرات مورد علاقه آنان تظاهر کنید. بدانید که ماه همیشه پشت ابر پنهان نمی ماند. اگر در زمینه شغلی گرفتار پستی و بلندی هایی شده اید به زودی بر آنها غلبه خواهید نمود. به حس ششم خود اجازه دهید تا راهنمایی تان کرده و در تصمیم گیری ها کمک شما باشد.	سعی کنید دست از این بلند پروازی های جاهلانه بردارید. باید از خوشی های زندگی لذت برد اما نه به هر قیمتی. در کارها میانه رو باشید و در امور مالی خوش حساب و در ارتباط با مردم اعتدال را نگه دارید. بدانید که دوستی و الفت باعث خوشبختی است و نه انبار کردن مال و مثال. از مردم انتظاری نداشته باشید ولی مواظب باشید کلاه سرتان نگذارند.	متولدین این ماه برای خانواده و فرزندان خود بسیار فداکارند، اما نباید دائما خدماتی را که انجام می دهند به رخ دیگران بکشند زیرا سبب کدورت خواهد شد. پیشنهاد شغل جدیدی را دریافت خواهید کرد. همیشه با افراد دلسوز و با تجربه مشورت کنید. روزگار خوبی را در پیش دارید و باید از آن نهایت استفاده را ببرید. قدر دوستان خوبی را که در اطرافتان هستند بدانید.	برای شروع هر کار جدیدی وقت و دقت زیادی صرف می کنید که ممکن است سبب از دست دادن موقعیت ها شود ولی در شروع هر کاری با مسئولیت پیش می روید. نسبت به صحبت های دلسرد کننده عکس العمل نشان ندهید. برخورد های خوبی در این ماه خواهید داشت. به آنچه دارید قانع باشید. در آینده لحظات خوبی را تجربه خواهید کرد.
بهمن	آبان	مرداد	اردیبهشت
با برآورده شدن آرزویی که در دل دارید می توانید مفهوم خوشبختی را احساس کنید ولی دو دلی دست و پایتان را بسته است، بطوری که گاه می خواهید از همه چیز صرف نظر کنید. صبور باشید و بدانید که با همت و تلاش می توانید به مقصود برسید. در انتخاب همراهان زندگی و کار دقت کنید. با گذشته های تاریک خودتان و دیگران خداحافظی کنید.	آینده روشنی در پیش روی دارید. با کوشش و فروتنی زندگی خود را زیبا می کنید و زندگی دیگران را نیز روشنی می بخشید. پیامی را از جایی معتبر دریافت می کنید و به شما پیشنهاد همکاری می دهند. فرصت را از دست ندهید. اگر احساس می کنید که آگاهی ندارید سعی کنید تا با افراد مطلع مشورت داشته باشید، از زندگی با افراد لایالی و بی مسئولیت دست بردارید، آنها شما را با سر به چاه سرتنگون خواهند کرد.	شانس های زیادی برای شما پیش آمده اما از تمام آنها به درستی استفاده نکرده اید در طالع شما فرصت های دیگری هم پیش خواهد آمد که باید از آنها به درستی و به موقع استفاده کنید. از نظر شخصیتی با انضباط و وقت شناس هستید. با کسانی هم نشینی کنید که نیت خیر داشته باشند. گرچه در عشق پایدار هستید ولی مراقب احوال طرف خود باشید که ناگهان پشیمانان نکند.	از فرصت هایی که داشتید به درستی استفاده نکرده اید. قدر اشخاص و چیزهایی را که دارید بدانید. ممکن است برای شروع کاری جدید به شما پیشنهادهایی شود. سعی کنید در محل کار کمی صبور تر باشید. زمان همه چیز را به خوبی حل می کند. از زرق و برق دنیا پرهیز کنید که جز بار سنگین چیزی برایتان همراه نخواهد داشت.
اسفند	آذر	شهریور	خرداد
مژده که روزهای سخت به پایان می رسد. دوری ها به سر می رسد و دیدارها تازه می شود. در آینده لحظات خوبی را تجربه خواهید کرد. پس بکوشید که سنگدل نباشید و جواب بدی ها را هم با خوبی بدهید و سعی کنید در کار خیر پیش قدم باشید. از یک دوست پیامی دریافت خواهید کرد که شادمانتان می کند. ز افراد حسود دوری کنید و خود نیز حسادت نورزید. به آنچه دارید قانع باشید.	سعی کنید همیشه رازدار باشید. ناامیدی را از خود دور کنید و بدانید که زندگی بر وفق مراداتان خواهد شد و به آرزوهایتان خواهید رسید. به زودی پیشنهاد یک سفر را دریافت می کنید. آن را بپذیرید. فرق بین صورت و اندام زیبا و سیرت زیبا را بدانید و آگاه باشید که پشت صورت های زیبایی بعضی از اطرافیان دام های بزرگی نهفته است.	رفتار دور از انتظار اطرافیان باعث شده شما در درون خود احساس دلشکستگی و تنها بودن داشته باشید. با توجه به این شرایط وقت بیشتری برای خود و خانواده گذاشته و اوقات خود را بیهوده تلف نکنید و به آینده امیدوار باشید. از غم دوری اطرافیانان اندوهگین نشوید، به زودی با دستی پُر به نزد آنها باز می گردید. خبر بسیار خوبی از راه دور می رسد.	رویا پردازی از خصوصیات اخلاقی شماست. خوش بین بودن خوب است اما باید با واقع بینی بیشتری به جریانات اطراف خود بنگرید و اجازه ندهید فرصت ها از دست برود. در محیط خانواده و کار ملایم تر رفتار کنید. تا می توانید از زیبایی های زندگی لذت ببرید و برای مادیات به اندازه رفع نیازهایتان ارزش قائل شوید. به یک مهمانی بزرگی دعوت می شوید.

# کاباره رستوران ساقی

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

دیزی مخصوص و کله پاچه - کباب زغالی

## Lunch Special

باقالی پلو با ماهی - زرشک پلو با مرغ

**\$10.95**



دومین چهارشنبه هر ماه شب بانوان در کاباره رستوران ساقی

## Catering Saaghi

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

**(408) 998-0122**

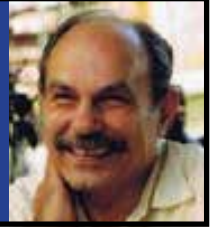
Delivery by doordash & Uber

1392 S. Bascom Ave. San Jose, CA 95128



## عشق، هوس، نفرت

بخش بیستم  
عباس پناهی



دانشم که خمیره این بچه برای همین کارها ساخته شده. از کودکی هم همینطور بود. همه آرزوهایش راهبه شدن بود و ترک دنیا- میترسم عاقبت بدنبال همان هدفش هم برود.» و به فریدون گفت: «تو نباید بگذاری که نادزارینا اینکارها را زیاد جدی بگیرد، وگرنه آنطوری که من میشناسمش، طولی نخواهد کشید که من و تو و همه خانواده را رها خواهد کرد و به برده گی مریم در خواهد آمد.» این جمله آخری را آرام گفت که کلودیا نشنود چون کلودیا به مریم بیش از همه معتقد بود و نمی توانست تحمل کند که کسی نسبت به او حرفی سبک بزند. فریدون گفت: «من نمیدانم چطور می توانم او را از اینکار منصرف کنم. او با آن اشتیاقی که ناگهان از شنیدن داستان کلودیا از خود نشان داد، گمان نمی کنم، زیاد گوش به حرف من بدهد. البته نمی دانم که او تا چه حد پیش خواهد رفت اما تا اینجای کارش را نمی توانم کار بدی بدانم چون کاریست انسانی و خیر خواهانه.» ربکا گفت: «بله تا اینجایش همین است که میگوی اما چون من خواهر کوچکم را خوب میشناسم، او به این مقدار اکتفا نخواهد کرد و راه افراط را در پیش خواهد گرفت. دنباله مطلب در صفحه ۵۶»

به پسرانش برسد. بنا براین همه راه ها بروی من بسته می شود.» نادزارینا و فریدون به دفتر مدیریت توانبخشی رفتند و پس از معرفی و تشریح قصدشان، مدیر به همراه آنان براه افتاد تا بخش های مختلف را نشانشان دهد. پس از اتمام گردش برای شناسایی، نادزارینا به فریدون گفت: «من میخواهم امروز چند ساعت اینجا بمانم و کار کنم. اگر تو نمی توانی بمانی برو و من پس از تمام شدن کارم به خانه شما برمی گردم و آنجا می بینم.» فریدون برگشت و نادزارینا مشغول به کار شد و با دل مهربانی که داشت خیلی زود جا افتاد و با افراد توانخواه آن مکان مانوس گردید. در واقع، در آنجا خویشتن خود را یافت و دانست که او برای چنین کاری آفریده شده و هیچ کار دیگری نمی تواند چنین راضی اش گرداند. فریدون وقتی به خانه رسید که ربکا با کلودیا گرم گفتگو بودند و سوفیا و سامان حضور نداشتند. کلودیا پرسید: «نادزارینا چه شد؟» فریدون پاسخ داد که او در مرکز ماند تا کمک کند اما وقتی کارش تمام شد، به اینجا خواهد آمد. ربکا از شنیدن این خبر عصبانی شد و گفت: «می

با کمترین مقدار خوراک، و کمترین تسهیلات زندگی، خدماتی سنگین انجام دهد و زندگی اش را در راه راهبه گی تلف کند. نادزارینا عمیق بود اما این خصلتش به افراط کشیده شده بود و آن را در فکر کردن به مریم مقدس و آنگونه مسایل بکار می گرفت.

همان روز از فریدون خواهش کرد تا به اتفاق به محل توانبخشی بروند و ربکا هم نتوانست از رفتنش ممانعت کند و به ناچار ناگزیر شد که همراه سوفیا در کنار کلودیا بماند. کلودیا با افکار ساده اش از اینکه نادزارینا را به آن شدت مشتاق خدمت به بره های خداوند می دید، خوشحال بود و از او تمجید می کرد. ربکا می دید که خلاف میل نادزارینا سخن گفتن، کار بی خطری نیست و به این خاطر سکوت کرد تا ببیند چه راهی می تواند پیدا کند که او را از این کار منصرف نماید. طوری که کلودیا نشنود، به سوفیا گفت: «این خواهر احمق من، می خواهد کار ما را خراب کند.» سوفیا گفت: «او که باتو کاری ندارد. تازه اگر بخواهد به توانبخشی برود که بهتر. او برای خدمت ده ساعته میرود و تو را با فریدون تنها می گذارد.» اما ربکا گفت: «این ظاهر قضیه است. در اصل اگر او بخواهد همه شنبه یکشنبه ها اینجا بیاید، بهانه ای برای من نمی ماند تا به اینجا بیایم و فریدون را ببینم. ضمن اینکه، کلودیا هم قرار است در روزهای هفته به آنجا برود و شنبه یکشنبه را در خانه بماند تا

شنبه صبح هر سه دختر برای دیدن کلودیا آمدند، دسته های گل های معطر و بسته هایی از خوراکی های گوناگون برای شادی او آورده بودند. آنها نیز به نیکو منشی کلودیا باور پیدا کرده بودند. وقتی کلودیا داستان رفتن به توانبخشی را برای نادزارینا تعریف کرد، انگار داستان کشف جزیره جواهرات توسط سندباد را می شنود. آنچنان به شوق آمده بود که داوطلب شد تا روزهای تعطیلش را در آنجا و برای مردمی که به دلیل معلولیت، نیاز به همت دیگران یافته اند بگذراند. اما این شوق و ذوق نادزارینا زنگ خطری بود برای ربکا که احتمال میداد اگر شنبه ها و یکشنبه ها نادزارینا به کاسینو برای کمک به معلولین بیاید، ممکن است که فریدون هم بخاطر او، در کاسینو بماند. بنا براین مغزش شروع به محاسبه و یافتن راه حل کرد. اندیشه های گوناگون کرد و نقشه های فراوان کشید اما موثر نیافتاد و نادزارینا تصمیمش را گرفته بود که به آن مرکز توانبخشی برود و برای گوسفندان خداوند خدمت کند.

نادزارینا اصولا دختر مذهبی بود که از کودکی آرزو داشت که روزی در پیشگاه مریم مقدس خدمت کند و در ملکوت در حضورش باشد. هر چند وقتی یکبار آرزویش را برای مادر به زبان میآورد و با آنکه الیزابت هم خود زنی مذهبی بود، هرگز دلش نمی خواست فرزندش را به دیرفرموشان بسپارد و او مجبور باشد

## گروه همایش دوستان

سخنران: شاهین نژاد، محقق

موضوع: فرهنگ ایران شهری چیست و چه بن مایه هایی دارد

تاریخ: جمعه، ۱۶ نوامبر

ساعت: ۷ الی ۹ عصر

مکان: 1080 Linda Vista Ave., Mountain View, CA

ورود برای همگان آزاد است

همایش دوستان کانونی است برای ایجاد دوستی و همبازی بین هموطنان ایرانی مقیم شمال کالیفرنیا. این کانون غیر انتفاعی کاملاً «غیر سیاسی» و «غیر مذهبی» می باشد و به هیچ گروهی وابستگی ندارد.



## زبان ما هویت ماست

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

♦ کلاس های پیش دبستان (برای دانش آموزان ۴ ساله)

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

جهت یادگیری خواندن، نوشتن و مکالمه

♦ کلاس های خصوصی برای بزرگسالان و غیر فارسی زبانان

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

برای کسب اطلاعات بیشتر با ما تماس حاصل فرمایید

(408)829-8296

1954 Camden Ave. #3, San Jose

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

## عادت عجیب مردم روستایی در ترکیه

سوت زدن هنوز یکی از مهمترین راه های ارتباطی مردم روستای کوش و یا روستای پرندگان است که در دامنه کوه قرار دارد و ساکنان آن از ۴۰۰ سال قبل سوت زدن را برای حرف زدن با هم در فاصله های دور انتخاب کردند.



وقتی کشاورزی در زمین کار می کند مادرش با سوت می تواند از او بپرسد چه زمانی برای ناهار به خانه می رسد! سوت زدن برای آنها یک زبان حرفه ای و دقیق است. مردم این روستا سوت ها را با جزئیات آن می فهمند و با یکدیگر به وسیله

اساس یک رسم و سنت پیغام را با تکرار سوت می رسانند. هر چند حالا دیگر پای دکل های تلفن همراه به این روستا رسیده اما مردها و زن های روستای کوش در تلاش هستند تا این زبان را زنده نگاه دارند و آن را به جوان ها یاد دهند. به همین خاطر هر سال در این روستا جشنواره ای خاص برگزار می شود که بخش اصلی آن با حضور گردشگران زبان سوتی است! هر سال به صورت میانگین دو هزار نفر در این جشنواره شرکت می کنند تا هنر نمایی روستایی ها را در حرف زدن با سوت ببینند.

آن حرف می زنند. در میان مردم این طرز ارتباط به نام زبان پرندگان شناخته می شود و هر حرفی برای خودش سوت مخصوصش را دارد. بیشتر از ۴۰۰ سال قبل چون خبری از تلفن همراه نبود و ساکنان این روستا در زمین های دامنه کوه کشاورزی می کردند این زبان خاص را برای حرف زدن با دوستان و خانواده خود ساختند تا دیگر نیازی به فریاد کشیدن نباشد.

معمولاً صدای سوت های حرفه ای اهالی این روستا تا فاصله یک کیلومتر به خوبی شناخته می شود اما اگر فاصله مخاطب بیشتر از این هم باشد مردم روستا بر

## با هادی خرسندی

www.asgharagha.com  
hadikhorsandi@aol.com



### من و کودک درونم

من که درمانده در کنون خودم  
زله از کودک درون خودم  
- بچه جون یک کمی بگیر آرام  
بدن من ندارد استحکام  
ورجه ورجه نکن خطرناکه  
گر بیفتیم حساب من پاکه  
بچه جون دست و پای من بسته س  
پیرمرد برون من خسته س  
واقف از حال و روز و دردم باش  
یک کمی فکر پیرمردم باش  
نکشان هستی مرا دم مرگ  
اینقدر شیطنت نکن بتمبرگ  
هی نکن میل کبک و شیرینی  
قند خون مرا نمی بینی؟  
تو که خود کودک درون منی  
بیخبر از فشار خون منی؟  
من شبا ناله دارم از واریس  
فکر همبرگری تو، عشق سوسیس

نمک خون من زده بالا  
تو دم از چیپس میزنی حالا؟  
به تمنای بستنی لطفن  
نکن امشب یکی به دو با من  
دشمن جون من همینطوری  
نمک و قند و چربی فوری  
باز از امشب رژیم میگیرم  
اگه نه هشت صبح میمیرم!  
آه ای کودک درون، نازی  
نیستم من به غصه ات راضی!  
به فداتم، چرا غمین هستی؟  
پاشو بشقاب بیار و پیشدستی  
آمده پیرمرد با شکلات  
زولیا بامیه م گرفته برات  
باقلا خواستی، بیا پسر م  
گفته بودی که کیک هم بخرم  
چیپس با مکدونالد هم اینجاست  
اون رژیمی که گفتیم از فرداست!



## 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 + کاربایی 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)858-9862

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



ماندگارند و با گذشت اندکی زمان دیگر نه آن موسیقی در خاطره ها است و نه آن اشعار و ترانه ای که باید از آن موسیقی ماندگارتر باشد.

در زمان های گذشته نبود کردن و به غارت بردن فرهنگ و تمدن یک کشور از طریق جنگ و نسل کشی و به آتش کشیدن کتابخانه ها اتفاق می افتاد که مثال های زیادی در این باره وجود دارد. به عنوان مثال ساز قانون که یکی از سازهای بسیار قدیمی ایرانی است و فیلسوف بزرگ ایرانی فارابی

در کتاب «الموسیقی الکبیر» به توصیف آن پرداخته است، پس از تازیانه هایی که در جنگ اعراب و مغول ها به ایران وارد آمد، رفته رفته فراموش شد و این ساز امروزه یکی از اصلی ترین سازهای موسیقی عرب و منطقه آناتولی (ترکیه امروز) است و یا ثبت جهانی سازهای ایرانی توسط کشورهای دیگر بنام آنها که در چند سال اخیر شاهد آن بودیم. اینها بخش کوچکی از بلاهایی است که برسفرهنگ و هنر ما آمده و

معروفیت نام خود شخص است. همناوای ها و گروه نوازی ها جایشان را به اجراهای انفرادی و تکنوازی داده است و این موضوع در صفحه های اجتماعی تعداد بسیاری از نوازندگان مشهود است و به سرعت در حال تغییر ماهیت از نوع قدیم به سبک جدید با حروف الفبای منحصر به خود آن است. عده ای بر این باورند که به اندازه تعداد انسان هایی که در هر کشور و مرز و بوم است می توان تنوع هنر موسیقی داشت ولی تجربه و تحقیقات نشان داده که



دوران خردسالی نوازنده سرشناس و موسیقی دان ایرانی علی اکبر شهنازی در کنار پدرشان آقا حسینقلی

بقیه آن به دست خودمان در حال از بین رفتن است و با استفاده از شیوه های مختلف نامتعارف و نامطلوب کمر به از بین بردن آن بسته ایم.

متأسفانه این نظریه نادرست است و بسیاری از سبک ها و موسیقی هایی که شنیده می شود مخصوصاً در جوامع در حال پیشرفت تنها برای زمانی محدود



## نقدی بر فرهنگ و هنر موسیقی امروز

دکتر امیر قندی

emirghandi@gmail.com

همت به ترویج آن می پرداختند. حال، در عصر حاضر با ظهور تکنولوژی و انبوهی از ارتباطات مجازی بیان این احساسات شکل دیگری به خود گرفته است و چرا دیگر نوای موسیقی این دوره و برهه از زمان رنگ و بوی سال های دور را ندارد! این موضوع نه تنها در کشور ما بلکه در دیگر کشورهای کهن صاحب نام در زمینه هنر و موسیقی نیز دیده می شود. بزرگترین مشکل اساسی این دوره ساختار شکنی و عدم اطلاعات و علم کافی بر روی موضوعات و کتب قدیم و شیوه های اساتید گذشته است. زیرا دیگر چیزی به عنوان ادامه دهنده گذشتگان نمانده است و هر شخص جدید و جویای نامی که پا به عرصه هنر می گذارد، با ابداع سبک و ساختار جدید و حتی به گفته خود آنها اختراع سازی جدید تنها و آن فقط

سالیان دور، مشق موسیقی از طریق اساتید فاخر و بنام کهن سینه به سینه و نسل به نسل به نام خود همان اساتید به نسل های دیگر انتقال می یافته است، بدون نت و یا نوشته ای و یا مانند امروزه وسیله ای برای ثبت و ضبط آن وجود داشته باشد. تنها از طریق ساز از استاد به شاگردان انتقال یافته و به همین ترتیب به نسل های بعدی ادامه می یافت. از استادانی چون علی اکبر شهنازی و مرتضی نی داوودی بزرگان موسیقی در حوزه ایجاد ردیف در موسیقی اصیل ایرانی می توان نام برد. حتی در گذشته بسیاری از استادان و نوازندگان زبردست اقدام به تالیف ردیف نوازی های متفاوت و جدید نکرده اند و تنها تلاش بر جمع آوری هر آنچه که از گذشته روایت شده بود، همت گماردند. شاگردان و هنرجویان پایبند به اصول و ردیف های موسیقی

## Danford Services Inc.

### Full Bookkeeping & Tax filing

- ♦ خدمات دفترداری، حسابداری و امور مالیاتی
- ♦ تهیه و تنظیم کلیه گزارش های مالی و مورد نیاز مدیریت
- ♦ ثبت انواع شرکت ها در سراسر آمریکا
- ♦ مشاوره و ارائه روش های اصلاحی در کلیه امور مالیاتی و ثبت شرکت ها
- ♦ صدور چک های دستمزد و حقوق کارکنان با بهره برداری از روش های پیشرفته و معتبر برای اشخاص و شرکت ها

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

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

مشاوره اولیه رایگان

Cell: (650) 720-0182

Reza Farshchi

reza@danfordservices.com ★ rezad@danfordservices.com

21060 W. Homestead Rd., Cupertino, CA 95014

## برای فروش

یک رستوران موفق ایرانی با ۱۵ سال سابقه و با درآمد مکنفی در شهر سن حوزه، به علت بازنشستگی به فروش می رسد. اجاره آن حدود ۲۰۰۰ دلار در ماه و با مساحت ۸۸۰ اسکورفیت می باشد.

برای اطلاعات بیشتر با ما تماس بگیرید!

۲۹۴۲-۴۲۵(۴۰۸)

## ماهنامه پژواک

نشریه برگزیده ایرانیان شمال کالیفرنیا

(408) 221-8624

## آب را گل نکنیم

آب را گل نکنیم  
در فرودست انگار، کفتری می خورد آب.  
یا که در بیشه دور، سیره‌ای پر می شوید.  
یا در آبادی، کوزه‌ای پر می گردد.  
آب را گل نکنیم:  
شاید این آب روان، می رود پای سپیداری، تا فرو شوید اندوه دلی.  
دست درویشی شاید، نان خشکیده فرو برده در آب.  
زن زیبایی آمد لب رود،  
آب را گل نکنیم:  
روی زیبا دو برابر شده است.  
چه گوارا این آب!  
چه زلال این رود!  
مردم بالادست، چه صفایی دارند!  
چشمه‌هاشان جوشان، گاوهاشان شیرافشان باد!  
من ندیدم دهشان،  
بی گمان پای چپرهاشان جا پای خداست.  
ماهتاب آنجا، می کند روشن پهنای کلام.  
بی گمان در ده بالادست، چینیه‌ها کوتاه است.  
مردمش می دانند، که شقایق چه گلی است.  
بی گمان آنجا آبی، آبی است.  
غنچه‌ای می شکفتد، اهل ده باخبرند.  
چه دهی باید باشد!  
کوچه باغش پر موسیقی باد!  
مردمان سر رود، آب را می فهمند.  
گل نکردنش، ما نیز  
آب را گل نکنیم.

سهراب سپهری

## شبگیر

دیگر این پنجره بگشای که من  
به ستوه آمدم از این شب تنگ.  
دیگر گاهی ست که در خانه همسایه من خوانده خروس.  
وین شب تلخ عبوس  
می فشارد به دلم پای درنگ.  
دیگر گاهی ست که من در دل این شام سیاه،  
پشت این پنجره، بیدار و خموش،  
مانده‌ام چشم به راه.  
همه چشم و همه گوش:  
مست آن بانگ دل‌آویز که می آید نرم  
محو آن اختر شب‌تاب که می سوزد گرم  
مات این پرده شبگیر که می بازد رنگ.  
آری، این پنجره بگشای که صبح  
می درخشد پس این پرده تار.  
می رسد از دل خونین سحر بانگ خروس.  
وز رخ آینه‌ام می ستود زنگ فسوس  
بوسه مهر که در چشم من افشاند شرار  
خنده‌ی روز که با اشک من آمیخته رنگ...

هوشنگ ابتهاج

## پاسخ پیر خرد

پیر خرد یک نفس آسوده بود.  
خلوت فرموده بود.  
کودک دل رفت و دو زانو نشست  
مست مست.  
گفت: تو را فرصت تعلیم هست؟  
گفت هست.  
گفت که ای خسته ترین رهنورد،  
سوخته و ساخته گرم و سرد،  
بر رخت از گردش ایام گرد.  
چیست برزنده بالای مرد؟  
گفت: درد.  
گفت: چه بود، ای همه دانندگی  
راست ترین راستی زندگی؟  
پیر که اسرار خرد خوانده بود،  
سخت در اندیشه فرو مانده بود.  
ناگه از شاخه ای افتاد برگ،  
گفت: مرگ.

هاشم جاوید

بی رنج، زین پیاله کسی می نمی خورد  
بی دود، زین تنور به کس نان نمیدهند  
تیمار کار خویش تو خودخور، که دیگران  
هرگز برای جرم تو، تاوان نمیدهند

پروین اعتصامی

آسمان همچو صفحه دل من  
روشن از جلوه های مهتابست  
امشب از خواب خوش گریزانم  
که خیال تو خوشتر از خوابست

فروغ فرخزاد

بر شیشه، عنکبوت درشت شکستگی  
تاری تنیده بود  
الماس چشم های تو بر شیشه خط کشید  
وان شیشه در سکوت درختان شکست و ریخت  
چشم تو ماند و ماه  
وین هر دو، دوختند به چشمان من نگاه!

نادر نادرپور



## چرا از طلاق می‌ترسیم؟

ماهرخ غلامحسین پور

ممکن است بارها با هم جنگیده باشید، ممکن است هیچ کدامتان آدم بد ماجرا نباشید اما از سر خشم آنی حتی همدیگر را زده باشید پشت بند یک مشاجر، ظرف و ظروف ادویه و بساط آشپزخانه را کوبیده باشید کف زمین و بوی تخم شربتی و پودر گشنیز همه جا را فرا گرفته باشد. ممکن است بی هوا یک لیوان پایه‌دار را پرت کرده باشید سمت طرفتان و خون شوره زده باشد روی لباسش و با احساس گناهی که بهتان دست داده خزیده باشید گوشه عمیق‌ترین حس تان.

ممکن است کبودی زیر چشمتان را پیش چشم دیگران گذاشته باشید به حساب افتادن از پله و هر روز هم روی کبودی تیره‌ای که توی ذوق می‌زده، یک عالمه کرم پودر مکس فکتور مالیده باشید، اما هنوز هم احساس نکرده باشید وقتش رسیده، اما گوشتان را تیز کنید. ندای قلبتان را ندیده نگیرید چون راه نجاتتان بعد از عبور از این تونل وحشت، تونلی به نام پروسه جدایی روشن و آشکار خواهد شد. باید باور کنید که پشت بندش نور خواهد بود.

در آن لحظه‌هایی که از شدت ترس، فلج شده و خودتان را به یک رابطه مرده آویزان کرده‌اید و می‌خواهید هر جور که شده با هر روش نخ‌نما و ویرانگری حفظش کنید حتی فکرش را هم نمی‌کنید که روزی می‌رسد که بابت هر لحظه تاخیرتان با خودتان به جدال می‌افتید و از دست دادن آن سال‌ها و لحظه‌ها می‌شود عمیق‌ترین غمی که در درونتان رسوب کرده و کارتان می‌شود آه

از کودکی پدر و مادرها و پدربزرگ و مادر بزرگ هایمان با مهر و توجه بیشتری که به افراد ذکور خانواده دارند، به ما می‌فهمانند که نقش و جایگاه اجتماعی مردان خانه چیز دیگری است.

### داستان مرد خانه

این تصور غیرواقعی در درون ما شکل می‌گیرد که هر چقدر هم که موثر باشیم، باز هم تمام گره مشکلات زندگی با دست

تدبیر و مدیریت مرد خانه است که گشوده می‌شود. به همین دلیل هم از تنها شدن و گم کردن هسته اصلی مدیریت خانه می‌ترسیم، جایگاهی که اگر نباشد لاید شیرازه زندگی‌مان از هم خواهد پاشید. اما اگر این شمایید که با همت و تلاشتان، مرد همراهتان را به امروزی رسانده‌اید که هست. از هیچ نترسید و واهمه نکنید، شمای که دیگری را زیر پوستی و با حمایت‌های همه جانبه به مسیر ترقی کشانده‌اید، بی‌تردید خودتان می‌توانید راهنمای زندگی خودتان هم باشید.

«فتانه» یکی از دوستان من است که با بخشی از این ترس‌ها، سر و کله زده: «همه کارهایی که در عرف ما بهشان می‌گویند (امور مردانه)، را خودم انجام می‌دادم. از اسباب‌کشی گرفته تا عوض کردن لامپ‌ها. یک بار وقتی از ماموریت برگشته بود و در زده بود، همسایه‌مان به او گفته بود که «همسرت از اینجا اسباب‌کشی کرد و رفت. این هم آدرس جدیدش». نمی‌دانم با قدرت و توان روحی که من داشتم چرا باور نمی‌کردم که همیشه مدیر واقعی خانه خودم بوده‌ام.

نقشی که از آن چشم می‌پوشیدم و افتخارش را به دیگری می‌دادم. در دنیای دیگران هنوز هم اوضاع به همان منوال است. کمکی که برای نگهداری پدر و مادرم می‌کنم قابل مقایسه با توان و تلاش برادرم نیست، اما نگاه والدینم همیشه به دست‌های اوست. من می‌برمشان دستشویی، لگن می‌گذارم برای مادرم، شیف‌ت شب بیمارستان می‌مانم و با اضافه کاری خرج داروهایش را تامین می‌کنم، اما برادرم هفته‌ای یک بار مثل یک میهمان گذری، اینجا عبور می‌کند ولی باز هم نقشی که او ایفا می‌کند برایشان چیز دیگری است. در مورد خودم باید بگویم برایم مهم این است که چیزی تغییر کرده در عمیق‌ترین لایه‌های درونی‌ام و من دیگر هیچ توجهی به آموخته‌های غلط آنان ندارم.»

### وحشت قضاوت شدن

ترس اساسی و مهم دیگر، «وحشت از تهمت و افتراهای اخلاقی و قضاوت شدن» است. نترسید، به هر حال طرف شما در هر جایگاه اجتماعی که باشد، به محض درخواست طلاقتان، اولین چیزی که دنبال تان خواهد گفت این است که شما وفادار نبوده‌اید. او لیست بلند بالایی ردیف می‌کند از تمامی مردانی که روزگاری از دنیای شما عبور کرده‌اند و البته در این میان خانواده او و دوستان نزدیکترش هم به این پروسه نا عادلانه می‌پیوندند.

دنباله مطلب در صفحه ۶۶

## برای فروش

دو بیزینس، خشک شویی و کارگاه خیاطی در کنار یکدیگر، در یکی از بهترین نقاط شهر لوس آنژوس، به دلیل بازنشستگی، به مبلغ ۸۵,۰۰۰ دلار فروخته می‌شود. لطفاً برای دریافت اطلاعات بیشتر با ما تماس حاصل فرمایید.

۱۳۳۲-۶۶۹-(۶۵۰)

info@fashioncleanersandalterations.com



## اجاره-فروش و یا مبادله در ایران

آپارتمان یک اتاق خوابه، هم کف، مبله، ایده آل، با حمام و خدمات لازم و شرایط بسیار مطلوب، در مجاورت Roseville Mall آماده واگذاری

برای کسب اطلاعات بیشتر لطفاً با دکتر امیرحسین انصاری تماس حاصل فرمایید.

۶۱۱۳-۴۷۲-(۹۱۶)

عنوان مثال، نتایج تحقیقی که سازمان بهداشت جهانی انجام داده نشان می‌دهد کودکان معلول تقریباً چهار برابر کودکان سالم مورد خشونت قرار گرفته‌اند. همچنین خشونت نسبت به زنان و دختران کم‌توان به مراتب بیشتر است.

کمیساریای عالی سازمان ملل متحد در گزارشی با عنوان «مطالعه موضوعی خشونت علیه زنان و دختران و معلولان» که در مارس ۲۰۱۲ به شورای حقوق بشر این سازمان ارائه داد، جوانب مختلف خشونت علیه زنان معلول را بررسی کرده و به نتایجی در مورد آمار چشمگیر این نوع خشونت اشاره کرده است.

قانون جامع حمایت از معلولان مصوب ۱۳۸۳ که مهم‌ترین قانون موجود در ایران درباره معلولان است، هیچ اشاره‌ای به خشونت علیه معلولان نکرده است.

همچنین، با اینکه دولت ایران کنوانسیون حقوق افراد دارای معلولیت را در سال ۱۳۸۷ امضا کرده و متعهد شده که قسمت‌هایی از آن را که مغایر با قوانین داخلی نباشد اجرا کند، تاکنون چه در قانون‌گذاری و چه در عمل، توجهی به این موضوع نداشته است.

نبود نظارت بر رفتار خانواده‌های افراد کم‌توان و بی‌توجهی به رفتار کارکنان مراکز نگهداری افراد کم‌توان و آموزش ندیدن سرپرستان آنها از دلایل خشونت علیه افراد کم‌توان در ایران است.

در بعد اجتماعی، منزوی کردن گروهی از افراد به بهانه کم‌توانی را می‌توان یک خشونت آشکار به آنها دانست. آنها نه فقط ممکن است در محیط خانه مورد بی‌مهری اعضای خانواده قرار بگیرند، بلکه در محیط اجتماع هم پذیرایی گرمی از آنها نمی‌شود. به عبارتی، زندگی افراد کم‌توان ترکیبی از انواع خشونت‌هاست: تحقیر، انزوا و بی‌مهری.

### ورود کم‌توانان ممنوع!

در تهران که پایتخت ایران است اگر یک فرد کم‌توان بخواهد در طول روز از خانه خارج شود و به نقطه‌ای نسبتاً دور در شهر برود، می‌تواند از ون‌های مناسب‌سازی شده استفاده کند. اما تعداد این ون‌ها در تهران تنها ۶۰ دستگاه است. فکر می‌کنید تعداد افراد کم‌توان تهران چند نفر است؟ ۵۰۰ هزار نفر. حالا اگر افراد کم‌توان تصمیم بگیرند با ماشین شخصی مناسب معلولان یا بدون ماشین به نزدیک‌ترین مکان تفریحی بروند یا اصلاً برای انجام کاری اداری به اداره‌ای در حوالی منزل خود مراجعه کنند، چه اتفاقی می‌افتد؟ طبق ماده دو قانون جامع حمایت از حقوق معلولان، «کلیه وزارتخانه‌ها، سازمان‌ها و موسسات و شرکت‌های دولتی و نهادهای عمومی و انقلابی موظفند در طراحی، تولید و احداث ساختمان‌ها و اماکن عمومی و معابر و وسایل خدماتی به نحوی عمل نمایند که امکان دسترسی و بهره‌مندی از آنها برای معلولان همچون افراد عادی فراهم گردد». تبصره دو همین ماده می‌گوید: «شهرداری‌ها موظفند از صدور پروانه احداث یا پایان کار برای آن تعداد از ساختمان‌ها و اماکن عمومی و معابری که استانداردهای تخصصی مربوط به معلولان را رعایت نکرده باشند، خودداری کنند».

وضعیت ساختمان‌ها و فضاهای شهری در ایران اما اجرای چنین قانونی را نشان نمی‌دهد. وضعیت فضاهای شهری و ساختمان‌های عمومی کشور به شکلی است که استفاده از اغلب این فضاها را برای افراد کم‌توان غیرممکن می‌کند. معلولی که با ماشین شخصی آمده باشد، حتی جای مناسب پارک ندارد.

### خشونت در شهر و خانه

برخی تحقیقات و گزارش‌ها نشان می‌دهند که افراد معلول بیش از افراد سالم مورد خشونت قرار می‌گیرند. به



## زندگی با سه کلوچه

نعیمه دوستدار

وقتی به یک کشور توسعه‌یافته بروید، از شمار بالای افراد کم‌توان در محیط‌های عمومی تعجب می‌کنید. از خودتان می‌پرسید چطور است که آنها نتوانسته‌اند از آمار کم‌توانان بکاهند؟ اما افراد کم‌توان در یک کشور توسعه یافته، همه جا هستند: در کتابخانه، اداره‌ها، پارک‌ها و در حال عبور از چراغ قرمز. آنها می‌توانند با ماشین‌های پیشرفته، به سینما و پارک بروند یا به سادگی در پیاده‌روها رفت و آمد کنند. آیا تعداد افراد کم‌توان در این کشورها بیشتر از ایران است؟

زنتیک. یا مثلاً برخی از غربالگری‌ها را در مورد نوزادان انجام می‌دهند؛ مثل شنوایی‌سنجی که در بعضی استان‌ها بدون آن نمی‌شود شناسنامه گرفت یا بینایی‌سنجی برای بچه‌ها در بدو ورود به مدرسه، به طوری که بدون آن امکان ثبت‌نام در مدرسه وجود ندارد.

درباره حوادث جاده‌ای هم چاره‌ای جز ایمن‌سازی خودروها و جاده‌ها و فرهنگ‌سازی نیست. بیماران دیابتی هم نیاز به آموزش بیشتر دارند. اما تا زمانی که همه این روش‌ها موثر شود، روزانه ۱۱۰ نفر در ایران به معلولیت دچار می‌شوند. واقعیت این است که با وجود این آمار نه چندان کوچک، در شهرها و خیابان‌ها خبری از افراد کم‌توان نیست؛ تصویر فریبکاری که به ذهن متبادر می‌کند افراد کم‌توان در ایران کم‌هستند. اما واقعیت گزنده این است که معلولان در ایران امکان چندان برای تردد ندارند. نه امکان اشتغال برای‌شان



فراهم است، نه محلی برای تفریح دارند، نه مستمری‌شان کفاف هزینه‌های‌شان را می‌دهد و نه مکان‌های مختلف شهری و ساختمان‌ها برای حضور آنها مناسب‌سازی شده است. آنها محکوم هستند در چنین شرایطی محیط خانه را انتخاب کنند؛ جایی که کافی نیست و پر مشکلات عاطفی و روانی‌شان می‌افزاید.

### زندگی با سه کلوچه

بودجه سازمان بهزیستی هزار و ۶۰۰ میلیارد تومان است. به گفته رئیس انجمن دفاع از حقوق معلولان ایران از هزار و ۶۰۰ میلیارد تومان بودجه بهزیستی، تنها ۸۰۰ میلیارد تومان به معلولان می‌رسد که از این رقم نیز ۳۵۰ میلیارد تومان به مراکز و ۴۵۰ میلیارد تومان به معلولان داده می‌شود: «۴۵۰ میلیارد تومان تخصیص یافته از سوی سازمان بهزیستی، تنها برای یک میلیون و ۲۰۰ هزار معلول خواهد بود که با یک حساب ساده در می‌یابیم معلولان تنها می‌توانند روزانه با پولی که سازمان بهزیستی به آنها پرداخت می‌کند، سه عدد کلوچه بخرند.» او در جای دیگری از صحبت‌های خود این رقم را برای خرید ماهانه یک کیلو و ۵۴۰ گرم گوشت، کافی می‌داند.

اعداد همیشه شگفت‌انگیزند: یک میلیون و ۲۰۰ هزار معلول در کشور شناسایی شده‌اند و تقریباً ۳۰۰ هزار نفر هم در نوبت شناسایی قرار دارند، این یعنی ایران یک جامعه یک و نیم میلیون نفری از معلولان را دارد.

همه این افراد کم‌توان در تهران و شهرهای بزرگ زندگی نمی‌کنند. ۴۲۰ هزار نفر از آنها در دورترین نقاط کشور زندگی می‌کنند و پنج هزار نفرشان از عشایر کشور هستند. این گروه‌ها به مراکز مجهز تخصصی دسترسی ندارند.

آدم‌ها در ایران چطور کم‌توان می‌شوند؟ پرسش جالبی است: هشت درصد جامعه ایران مبتلا به دیابت است. بی‌توجهی و کم‌توجهی به این بیماری عاقبتش قطع عضو و نابینایی است. غیر از این، ایران یکی از کشورهای است که بیشترین حوادث جاده‌ای را دارند و به دنبال این حوادث بر جمعیت کم‌توانش افزوده می‌شود و البته، هر سال چند هزار نوزاد کم‌توان هم به دنیا می‌آیند.

مسئولان می‌خواهند جلوی کم‌توان شدن افراد را بگیرند. یک راهش جلوگیری از تولد بچه‌های کم‌توان است با آزمایش

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



## خواص ماست



یکی از بهترین، نیرومندترین و ارزاترین و سهل الهضم‌ترین غذاها ماست است. طبیعت ماست گرم و در درجه دوم سردی است. هرچه ماست ترش‌تر باشد سردی آن زیادتر است. این ماده معده را تقویت و به هضم غذا کمک می‌کند و از رشد میکروب‌ها در رودها جلوگیری کرده و در درمان اسهال مؤثر است. ماستی که چربی آن گرفته شده باشد، به مراتب بهتر از ماست پرچرب است. ماست به انسان نشاط بخشیده و عمر را طولانی و آدمی را در مقابل امراض عفونی حفظ می‌کند و به او آرامش می‌بخشد.

و دستگاه بدن را از سموم پاک می‌کند. به همین دلیل است که در تمام بیماری‌ها، خوردن آن را تجویز می‌کنند. ماست به روده‌ها کمک می‌کند تا به حال عادی خود برگردند. باکتری‌های مضر را از روده‌ها خارج می‌کند و در نتیجه هضم و جذب غذا آسان می‌شود.

کلسیم موجود در ماست برای سالخوردگان بی‌اندازه مفید است و این اشخاص که همیشه از عفونت‌های روده‌ای خود می‌نالند اگر بطور مرتب ماست بخورند گاز و عفونت روده آنها به کلی برطرف خواهد شد. **دنباله مطلب در صفحه ۴۷**

شست‌وشوی سر با ماست، مو را تقویت کرده و از ریزش آن می‌کاهد و مالیدن ماست به دست و صورت باعث نرمی و لطافت پوست شده و از امراض جلدی بویژه جوش غرور جلوگیری می‌کند. ماست انسان را از امراضی همانند آگزما و کهیر حفظ می‌کند و به علت داشتن فسفر تقویت‌کننده حافظه است. ماست به علت داشتن ویتامین D، استخوان‌ها را محکم می‌کند. این ماده غذایی نیرو، نشاط، مقاومت و چابکی به فرد می‌دهد

## طب سنتی

دکتر فرید رمضان



اینجا مبحث اخلاط به پایان می‌رسد. با توجه به فرارسیدن فصل پاییز و تقاضای بعضی از دوستان جهت آشنایی با نکات مفید در حفظ سلامتی در این فصل به صورت اجمالی مواردی را جهت حفظ سلامتی خدمت شما ارائه نموده تا به امید ایزد منان از بیماری‌های این فصل در امان باشید.

همان‌طور که در جلسات قبل عنوان شد فصل پاییز فصلی سرد و خشک است. بنابراین تدابیر این فصل در جهت مقابله با این تغییر گرم و مرطوب نمودن بدن در حد اعتدال می‌باشد. موارد ذیل می‌تواند در این فصل مفید باشد.

♦ از خوردن غذاهایی چون ماهی دودی و گوشت خشک حتی الامکان دوری نمایید زیرا سبب افزایش خشکی در بدن می‌شوند. ♦ از پرخوری و خوابیدن با معده پر پرهیز کنید چرا که سبب افزایش غلظت خون شده و همراهی آن با سردی و خشکی فصل پاییز آن را تشدید می‌کند.

♦ از استحمام با آب سرد و یا خارج شدن از حمام بدون البسه گرم پرهیز نمایید. حتما در موقع خارج شدن از حمام سر خود را بپوشانید و بلافاصله بعد از حمام منزل را ترک نکنید. مدتی در حدود بیست دقیقه به بدن خود زمان بدهید تا به وضعیت حرارتی طبیعی خود برگردد، آنگاه از منزل خارج شوید.

♦ مصرف غذاهای گرم و تر مانند انجیر رسیده، خرما، عسل، شیر گرم، شیر سرد همراه با عسل یا خرما، ارده به ویژه همراه با شیر انگور و عسل، سوپ‌ها و آش‌های مختلف، مرکبات، سیب و به را در منوی غذایی خود بگنجانید.

♦ مصرف غذاهایی با طبع سرد مانند خیار، گوجه و هندوانه را کاهش داده و در صورت امکان ادویه‌ها و گیاهان گرم مانند نعنا و آویشن بعد از مصرف این مواد مصرف نمایید تا اثرات نامطلوب آنها تا حد ممکن کاهش یابد.

نگارنده امیدوار است که این شرح مختصر برای خوانندگان مفید بوده باشد. لازم به ذکر است که توصیه‌های فوق جهت آشنایی شما با طب سنتی ایرانی بوده و قبیل از هر گونه تغییر در سبک زندگی و مصرف داروهای گیاهی لازم است با پزشک خود مشورت نمایید.

در این مقاله به بیان خصوصیات دو خلط دیگر از اخلاط چهار گانه یعنی صفرا و سودا می‌پردازیم. همان‌طور که در جلسه قبل ذکر شد خلط‌ها در طب سنتی موادی با حالت روان و مرطوب هستند که در رگ‌ها و اندام‌های تو خالی مانند معده، جگر، طحال و کیسه صفرا جای دارند و جهت ساخت اندام‌ها و تامین انرژی جهت انجام اعمال مختلف مورد استفاده قرار می‌گیرند. تعادل بین اخلاط نقش بسیار مهمی را در حفظ سلامتی بدن ایفا می‌نمایند.

خلط سودا مزاجی سرد و خشک دارد. رنگ آن به سیاهی مایل است و تیرگی خون به افزایش سودا نسبت داده می‌شود. طعم ترش و گس به آن نسبت داده می‌شود. خلط سودا در کبد تولید شده و در طحال ذخیره می‌گردد. از وظایف طبیعی خلط سودا در بدن می‌توان به قوام دادن خون، تقویت کردن دهانه معده؛ تحریک لشته، تغذیه طحال و استخوان، و ایجاد استحکام و انقباض در اندام‌هایی مانند عضلات اشاره نمود. مصرف غذاهایی که غلیظ و خشک هستند مثل ماهی دودی، سوسیس و کالباس، گوشت‌های خشک که در بازار آمریکا به جرکی معروف هستند سبب ایجاد خلط سودا در بدن می‌شوند.

لازم به ذکر است که در طب سنتی اخلاطی که در اثر تبدیل نامناسب یا به اصطلاح طب سنتی سوختن اخلاط طبیعی حاصل می‌شوند نیز سودا نامیده می‌شوند که با سودای طبیعی تفاوت داشته و سبب بیماری‌های مختلف می‌گردند.

صفرا خلط چهارم از اخلاط چهار گانه طبیعی است. سبک و رقیق بوده و رنگ آن سرخ مایل به زرد و مزه آن تلخ است. همانند خلط‌های طبیعی دیگر در کبد تولید شده ولی محل ذخیره آن در کیسه صفرا می‌باشد. خلط صفرا تیز و سوزاننده است و با رقیق نمودن دیگر اخلاط مسیر عبوری آنها را باز نگاه می‌دارد. این خلط به هضم غذاها کمک نموده، حرکات روده‌ها را افزایش می‌دهد، در نتیجه به دفع روده‌ای کمک می‌کند. در ریه خلط صفرا با باز نگاه داشتن رگ‌های باریک به عملکرد طبیعی این اندام کمک می‌نماید. مصرف غذاهای دارای ادویه و فلفل زیاد سبب تولید بیشتر این خلط در بدن می‌شوند. در



## Grand Opening

Join us for our Grand Opening Celebration

Saturday December 1, 2018

2pm - 5pm

2239 Moorpark Ave., Suite 200, San Jose

Enjoy Refreshments, Drinks and Prizes  
(Including restaurants gift cards, movie tickets & etc.)



This event is  
open to the public

Selahi Insurance/Financial Services



## از اینجا، از آنجا

گلنار

بد می خریم و قیافه اش کهنه به نظر میرسد! حالا چی شده که یکدفعه از میوه خوردن افتادید؟! نکته که فقط در این منزل میوه نمی خورید؟! باور کنید که این میوه ها تازه هستند. همین امروز سولماز شوهرش را فرستاد بازار! که میوه و سبزی بخرد... ما میوه کهنه جلوی مهمان نمی گذاریم. لطفا میل بفرمایید و گرنه خیلی ناراحت می شیم و بهمون بر خواهد خورد! اوا... خاک عالم! چرا شام اینقدر کم کشیدید؟! نکته بدمزه شده؟! خب حتما حق دارید، هر چه باشد ما مطمئنا به پای شما در آشپزی نمی رسیم و یا شاید فکر می کنید غذای ما و خود ما اصلا قابل شما را نداریم!«

و خلاصه مادر بزرگ جان بدون شناخت قبلی از مهمان ها، به عناوین مختلف به مهمان وحشت زده تا آخر عمر صدمه روحی وارد می کرد. همه بعد از یکبار آمدن فراری شده بودند. فکر کنم خودمون هم اگر جایی داشتیم از منزل فرار می کردیم.

مادر بزرگ بعد از شش هفته بالاخره چمدان هایش را بست و برگشت به ایران. در فرودگاه به گریه افتاده بودم. اما بقدری از نظر روحی وضعم خراب بود که نمی دانستم از خوشحالی داشتم گریه می کردم، یا از دلتنگی و ناراحتی رفتن مادر بزرگ.

چند سال گذشته مادر بزرگ عمرش را داد به تمام انسان های خوب و مهربان. زن بسیار جالبی بود و اخلاقش در دنیا نظیر نداشت. از یک طرف می توانست بسیار مهربان و از خود گذشته باشد و از طرفی دیگر خدا را بنده نبود. روحش شاد. بنظر من کلمه «تعارف» و عمل کرد به آن می تواند در موقعیت هایی، بسیار ناراحت کننده باشد، هم برای مهمان و هم برای میزبان. البته مانند مادر بزرگ فکر نمی کنم زیاد پیدا شود. او برای خودش یک جای مخصوصی داشت که به این راحتی پر نخواهد شد اما باز هم بسیاری از مردم وقتی به منزلشان می روم با تعارف کردن های مکرر می توانند که اعصاب را یک مقدار به قول معروف خط خطی کنند.

به احتمال زیاد مهمان هایی نیز هستند که دوست دارند تا میزبان مدام در حال پذیرایی و تعارف کردن باشد، اما آیا واقعا نیازی برای چنین کاری هست؟! به عقیده من یکبار گفتن و پرسیدن باید کافی باشد. نه می خواهیم خودمان را زجر بدهیم و نه دیگران را. **دنباله مطلب در صفحه ۵۵**

بچه ها نیز از طرق های مختلف و بنا بر سن و سالشان در مقابل رفتار مادر بزرگ عکس العمل نشان می دادند، اما دیگر توقع و انتظار از دوستان و آشنایان نبود. بنابراین به تدریج اطرافیان ترجیح دادند که رابطه شان را با ما تا زمانی که مادر بزرگ در منزل مان بود قطع کنند. ما موندیم و ایشان.

درست برعکس من که اصلا اهل تعارف نبودم و نیستم که البته چقدر نیز از این بابت از طرف مادر بزرگ ملامت شدم و سرکوفت خوردم، در زمانی که مهمان به منزل ما میامد، مادر بزرگ کنترل کامل را مانند موقعیت های دیگر در دست می گرفت. او دیگر کاری نداشت که مهمان اهل چایی بود یا نه! میل به شیرینی داشت یا نه! آیا معده اش از خوردن سیر شده بود یا نه! آیا فلان غذا برای سلامتی مهمان ضرر داشت یا نه! مادر بزرگ اصلا این مسائل برایش مهم نبودند، چرا که فقط راه راه خودش بود.

وقتی مادر بزرگ می افتاد توی دنده تعارف کردن دیگه خدا را بنده نبود. طرف مقابل دو راه بیشتر نداشت، یا باید همان لحظه و سریعا در مقابل تعارف مادر بزرگ تسلیم می شد و «بله» را می گفت و هر چه بود می خورد و یا اگر «نه، مرسی» از دهنش خدای نکرده بیرون میامد، مادر بزرگ هر طوری که بود، با زور و اجبار، مهمان بیچاره را مجبور به خوردن می کرد. طفلک مهمان ها، به محض اینکه در را به رویشان باز می کردم و چشمم به چشمشان می افتاد، دلم به حالشان کباب می شد. خبر نداشتند که چه کسی و چه چیزی در انتظارشان بود. مادر بزرگ می توانست به راحتی با تعارفات همراه با کنایه، مهمان از همه جا بی خبر را به گریه بیندازد. باور کنید که خودم چند بار اشک در چشمان بعضی از مهمان ها را دیدم. اگر «نه، مرسی» کسی میگفت، مادر بزرگ همان لحظه چشمانش را براق می کرد، یکی از ابروهایش را می برد بالا و با صدایی تقریبا بلند شروع می کرد به کنایه گفتن و احساس گناه بر روی شانه های مهمان گذاشتن.

«منظورتون چیه که چایی نمی خواهید؟! یعنی اینکه چایی که ما درست میکنیم طعم خوبی نداره؟! یا اینکه باب میل شما نیست؟! یعنی چی که شیرینی نمی خواهید بخورید؟! منظورتون از این کار چیه؟! اومی خواهید غیر مستقیم به ما بفهمانید که ما شیرینی را از جای

که معتقد بود نه تنها طرز فکر و عقاید او مهم و صحیح بودند، بلکه صد در صد نیز خواسته های او باید به اجرا گذاشته می شد و همیشه می گفت: «هیچکس دیگری بهتر از او صلاحیت ندارد». بطوری اخلاق، رفتار و تحمیل کردن هایش زندگی ما را مختل کرده بود که حتی بعد از برگشت او به ایران، اثرات کارهای مادر بزرگ را تا مدت ها در زندگی مان احساس می کردیم. درست مانند اینکه زلزله ای عظیم آمده و رفته باشد و بعد از آن زمین لرزه های کوچک، یکی پس از دیگری. یکی از اخلاق های او که البته در مقابل بسیاری از اخلاق ها و حرکاتش زیاد آزار دهنده نبود اما به تنهایی می توانست حرص و اشک دیگران را کاملا در بیاورد و عذاب دهنده باشد، تعارف کردن هایش بود. مادر بزرگ معنی و انجام تعارف را به جایی رسانده بود که من که نوه اش بودم ترجیح می دادم یکی با کلنگ روزی صد دفعه توی سرم بزند تا اینکه تعارف های او را بشنوم، حالا دیگه چه برسد به کسانی که اصلا نسبتی با مادر بزرگ نداشتند. اعصاب همه از دست تعارف های مادر بزرگ از خراب شدن هم گذشته بود. همه به ستوه آمده بودند. تعارف های او طوری باعث ناراحتی و عذاب همه شده بود که یواش یواش و بعد از مدت بسیار کوتاهی از ماندنش، نه تنها ما از خیر مهمان دعوت کردن گذشته بودیم، بلکه اگر هم دعوت می کردیم کسی نمیخواست و در حقیقت می ترسید که به منزل ما بیاید، چرا که تعارف های مادر بزرگ و اصولا رفتار و حرکات او می توانست بسیار ناراحت کننده و آزار دهنده باشد.

البته من بخاطر اینکه نوه اش بودم باید یک جورایی اخلاق و رفتار او را تحمل می کردم، بخصوص که روزی صد بار به خودم امید و قوت قلب می دادم که اقامت مادر بزرگ موقتی بوده و سعی می کردم که تا روشنی را هر طوری که شده در آخر جاده تاریک ببینم. شوهرم نیز واقعا آقایی کرد و در تمام مدت اقامت مادر بزرگ حرفی نزد. من اگر به جای او بودم، سه طلاقه ام می کردم!

یادم میاد سال ها پیش وقتی مادر بزرگم برای دید و بازدید به آمریکا آمد، زندگی روزمره و معمولی ما برای مدتی که او نزد ما بود کاملا زیر و رو شد. مادر بزرگ شخصیت بسیار جالبی داشت. در تمام مسائل مختلف زندگی ما می خواست دخالت کند، نظر دهد، پیشنهادهایش را تحمیل کند و خلاصه تا آنجایی که توانایی داشت سعی می کرد تا راه و روش زندگی ما را فقط بنابر خواسته های خودش تطبیق دهد. مسلما رفتار و حرکات مادر بزرگ، هم برای من تحمیلش بسیار مشکل بود و هم برای شوهرم که البته او بخاطر من و احترام و رعایت حال مادر بزرگ سعی می کرد تا آنجایی که می تواند دندان روی جگر گذاشته، شکایتی نکند و مادر بزرگ را راضی و خوشحال نگهدارد و البته در عین حال مدام در حال آرام کردن من در مقابل رفتار و حرف های مادر بزرگ نیز بود.

مادر بزرگ شش هفته ای نزد ما ماند. شش هفته ای که مانند شش قرن گذشت، توام با کشمکش های روحی. حتی حرکات و رفتار مادر بزرگ در پسرهایم که در آن زمان بسیار کوچک بودن نیز اثرات منفی گذاشته بود. پسر کوچکم که چند سالی بیشتر نداشت، یکپهفته بعد از آمدن مادر بزرگ، برای اولین بار در طول عمرش، شب ها شروع کرد در خواب کابوس دیدن! بطوری که در تمام مدت اقامت مادر بزرگ، پسرم شب ها از ترس، بین من و شوهرم می خوابید که البته تا مدت کوتاهی بعد از رفتن مادر بزرگ نیز ادامه داشت اما به تدریج کابوس های شبانه او بهتر شدند تا اینکه خدا را شکر توانست به اتاق خودش نقل مکان کند. مادر بزرگ واقعا در تمام امور زندگی ما اثر ناخوشایند گذاشته بود. البته نباید یکطرفه به قاضی رفت. بهر حال و متاسفانه چنین موقعیت هایی طبیعی است که مطمئنا برای بسیاری از خانواده های دیگر نیز ممکن است رخ دهد. هر چه بود طرز فکر مادر بزرگ با طرز فکر ما بسیار متفاوت بود. البته مادر بزرگ با کلی قلدری بیش از اندازه و غیر قابل کنترل کارهایش را انجام می داد. چرا



# خیابان لاله زار قدیم

جعفر شهری



خودفروش و خانم های تک پران خانه درآمد، که بر اینان افزوده پسران بند انداخته سرخاب و سفیداب کرده که با غمزه های دخترانه و کج کج نگاه کردن و زن های اهل حال بزک کرده که با صد ناز و ادا نقاب صورت را بالا زده، سینه و دامن و اندام را بیرون انداخته و پاها را فراخ گذارده، نبش سه راه ها و چهار راه ها می

اما از آنجا که مردم هنوز اول و آخر و وقت و ساعت و شروع و ختم نمی شناختند و طاقت و شکیبایی تا سرسانس را در خود نمی دیدند، به محض خریدن بلیت وارد سالن شده و از هر جای فیلم که بود به تماشا می پرداختند و ندیده هایش را از اول سانس بعد وصل می کردند و چه زیاد که با همان یک بلیت هر سه سانس یعنی شش ساعت در سینما مانده و سه نوبت همان فیلم را تماشا می کردند. دیگر عدم کنترل در آن که می توانستند در خلال سانس ها که چراغ ها روشن می شد خود را از صندلی های جلو، یعنی جاهای نامرغوب، به صندلی های عقب و لژ برسانند و این همان زمان بود که مانند جماعتی که از جلو پرده آن شیر و پلنگ عقبشان کرده باشد با سر و صدا جنگ و گریز از سر و کول هم و روی صندلی ها بالا رفته خود را به عقب و عقب تر می رسانند.

از احوال سینماهای آن زمان نیز آنکه چون آپارت هایشان کوچک و قادر به نمایش فیلم های یک سره نمی شدند، در هر بیست دقیقه یک بار جهت تعویض حلقه فیلم و امور مربوطه، نمایش تعطیل و چراغ های سالن روشن می گردید که این توقف یا تنفس را آنتوراک «انتراکت» می گفتند و پس از آن بود که از جهت عدم اطلاع کافی کارکنان آپاراتخانه، هر چند دقیقه یک بار یا فیلم پاره شده یا دچار نواقص دیگر مانند آتش گرفتن نوار فیلم می شد که باز تماشا تعطیل و چراغ ها روشن می گردید، و در این موارد بود که صدای مردم در آمده از هر صندلی سالن بانک و نوایی برمی خاست و نعره ها و فریادها و دشنام ها و ناسزاها همراه سوت بلبلی کشیدن ها و پا به زمین کوبیدن سالن را اشباع می نمود. اگرچه در هنگام نشان دادن فیلم هم هرگز آن آرامش و سکوت و صموت لازم مشاهده نمی گردید. **دنباله مطلب در صفحه ۵۱**

ایستادند این خیابان را پرکشش ترین اماکن ساخته بود. همین اشکال و شمایل نیز بود که کت و شلوار کراواتی ها را به نام فکلی و خانم های پیچه چهارانگشتی چادر چرخ می را به اسم آلامد معروف کرده و بر سر زبان ها انداخت.

## سینماها

چنانکه گفته شد سینماهای جدیدالتأسیس این خیابان یکی دیگر از اسباب تجمع افراد بود و با آنکه هنوز زن و دختری جرأت پا گذاشتن به آنها را نداشت و سرپرست خانواده ای نبود تا شهامت بردن زن و دختر خود را به سینما داشته باشد و خانم بازها را از این فیض محروم می نمود، اما برای ندیده ها و اکثریت جوانان و مخصوصا پسران، سینما بهترین مکانی بود که با ده شاهی می توانستند بلیطی خریده، داخل آن بشوند و چندین ساعت خود را به هرزگی و دستمالی و لیس و بوس این و آن بگذرانند و وقت کشی و کسب لذت بکنند.

## اولین تا پنجمین سینما

سینماها، اگر حافظه اشتباه نکرده باشد، اولین آنها «خورشید» بود. اول لاله زار نرسیده به مغازه «پیرایش» و پس از آن «ایران» و بعد از آن سینما «مایاک» داخل کوچه یکی به کوچه آخر این خیابان مانده به طرف بالا که یک مرتبه هم دچار آتش سوزی شد و بیش از دویست نفر در آن به هلاکت رسیدند. چهارمین آنها سینما داریوش واقع در میدان شاهپور، ضلع غربی و پنجم سینما سپه واقع در خیابان سپه که کم کم رو به ازدیاد نهادند، با ساعات کاری که از چهار بعدازظهر شروع کرده تا ساعت ده شب (یک سره) نمایش می دادند.

کلمه «یکسره» از آن جهت آورده شد که اگرچه طول مدت سانس های آن روز نیز مانند امروز از دو ساعت تجاوز نمی نمود،

کت های بلند پشت چاک دو تکه ای یقه باریک و دمیسوزنهای چسبان، با شلوارهای تنگ لوله تفنگی و پیراهن های یقه دار آهاری لردی سفید که تسمه کراوات از دور آنها نمایان می گردید، با کلاه های مقوایی ماهوت که فکلی ها و اعیان و رجال پوشیده بر سر می گذاشتند در این خیابان دیده می شد و چادر سیاه های چرخ بی کمر و دامن (کلوش) تازه درآمده که بر سر بعضی زنان به جای چادر کمری جا گرفته بود و بندریج کوتاه و کوتاهتر گردیده و اندک اندک تا زیر زانو و بالای زانو آمده، همراه پیچه های چهارانگشتی و کفش های تک مدادی پاشنه یک وجبی سه تا هفت پله ای با جوراب های پانما و پیراهن های بدن نمای کوتاهتر از چادر با پستان بندهای حریر که اندام سینه ها و چگونگی زیر چادر آنها را کاملا نمایان می گردانید و دل و دین از شیخ و شاب می ربود، در این خیابان جلوه گری می نمود.

همچنین لباس بچه های اشراف و بچه شاهزاده ها و پسر حاجی ها که کم کم از صورت لباده و سرداری و قبا و مرادبگی و کلاه هایشان از پوستی و پشمی و نیمچه عمامه و کفش هایشان از قیافه چرمی و دهن دولچه و گیوه و ملکی و آجیده بیرون آمده، کت هایشان کوتاه کمر تنگ کانتای مشکی و شلوارهایشان چسبان فرائل (فلانل) سفید و کلاه هایشان دو انگشتی شده بود. همراه کفش های تازه درآمده شبرو و ورنی دورنگ جیردار که به پا کرده روی آنها را گتر کشیده، پوست زده تعلیمی بدست گرفته، به چشم عینک پنس دار و به گردن کراوات بسته، زنجیر ساعت بغلی را هلالی وار به تکه جیب جلیقه بند کرده، عطرهای تند می زدند و در این خیابان دیده می شدند.

اینها و صدها از این قبیل اسبابی بودند که لاله زار را بر دیگر خیابان ها ممتاز می نمود، مخصوصا که اندک اندک نسیم آزادی و نوای قوانین استقلال خواهی و مشروطه که (احاد مملکت در اعمال و رفتار خود تا آنجا که به حقوق دیگران تجاوز نداشته باشند آزاد می باشند) نیز بگوش ها رسیده، دستاویزی می شد تا هر منتزه فرصتی بتواند به طریقی پرده عفاف را دریده و به هر صورت و شکل و شمایل که دلخواهش باشد در انتظار ظاهر گردیده خود و دیگران را مستفیض گرداند! اضافه بر پسران و زن های

دیگر از خیابان های معروف تهران، خیابان لاله زار بود که بیکاره ها طول آن را هشتصد قدم تعیین کرده بودند که از میدان توپخانه شروع شده به سه راه لاله زار می رسید. این خیابان از آنجا که لاله زار نام گرفته بود که قسمت شرق آن تا فیلخانه، و غرب آن یک سره تا خیابان علاءالدوله باغ خالصه پر دار و درخت های مصفای بوده که لاله های خودرو در آن می روئیده و با نرده های چوبی اش از جمله تفرجگاه ها به حساب می آمده است. تا پس از مراجعت ناصرالدین شاه از سفر اول فرنگ که در آنجاها خیابان کشی های مرتب و میدان های وسیع دیده بوده است خیابان مذکور (لاله زار) را از وسط آن گذرانده درصدد تشکیل شانزه لیزه ای در پایتخت بر می آمد و جهت این کار حصار و نرده های آن خراب می شود و درخت های آن افتاده زیر دیگ های آشپزخانه می رود و چون صورت نازیبی پیدا می کند. زمین های آن میان اطرافیان او تقسیم می شود که قسمت قابل توجهی از آن هم نصیب میرزا علی اصغرخان «اتابک» شده (پارک اتابک) و بقیه با ساختمان و بی ساختمان میان وراثت تصاحب کنندگان اولیه دست به دست می گردد که شاید هنوز از قباله های یک سهم از هزار و پانصد و دو هزار سهم باغ لاله زار در دست ورثه چهارم پنجم در محاضر معامله می شود.

## خیابان عشاق

نام دو خیابان لاله زار، خیابان عشاق بود که از بهترین تفریحگاه ها و نیکوترین محل چشم چرانی و عشقبازی و کامیابی فکلی ها و زن و مرد های جلوه گر به شمار می آمد و اول خیابانی که در آن تأثر و سینما و هتل بوجود آمده «عشقی و عارف» بهترین نمایشنامه های خود را در سالن گراند هتل آن به معرض تماشا گذارده سینماهای آن (پرده سیم نما) برای مردم آورده و زنان و پسران خودفروش محل عرضه و پاتوقشان شد.

از طرف عصر دسته دسته مردم اهل دل رو به این خیابان می آوردند زیرا گذشته از ابنیه عالیه و عمارت رفیعیه و مغازه های شیک و لوکس فروشی های دیدنی که در آن بوجود آمده بود، زیباترین خانم های شوخ و شنگ و رعناترین پسران دلربا نیز از این ساعات رو به آن می آوردند و شیک پوشترین مردان و آلامدترین جوانان در این خیابان دیده می شدند.

## مادری خسته و پشیمان از پناهجویی

آیدا قجر

به دنبال قصه‌های پناهجویان ایرانی در مسیرشان به اروپا بودم که به «ترکیه» همسایه ایران رسیدم. در جمع خانواده‌های ایرانی، نام «نغمه» را شنیدم. گفتند «اگر می‌خواهی زنی برایت زندگی پناهجویی در ترکیه را روایت کند، حتما به سراغش برو.» نام او را سال‌ها قبل در خبرها خوانده بودم. او در میان هشت فعال فیس‌بوکی بود که بازداشت و روانه زندانش کرده بودند. «نغمه شاهسوندی» را پیدا کردم. به آدرسی که برابیم فرستاده بود، در شهر «کریک کاله»، به یک مجتمع مسکونی شیک رسیدم، با تصویری غیر از زندگی پناهجویی که تا آن زمان شناخته بودم. «نغمه» قصه‌ای متفاوت دارد. زن مهاجری که دو کودک را سرپرستی می‌کند. نغمه شاهسوندی در سال ۱۳۹۲ بازداشت و به جرم‌هایی چون «تبلیغ علیه نظام»، «اهانت به روح‌الله خمینی» و «علی‌خامنه‌ای»، رهبران قبلی و کنونی جمهوری اسلامی و «انتشار تصاویر مبتذل» محاکمه شد. قاضی «مقیسه» برای او هفت سال و ۹۱ روز زندان تعیین کرد، حکمی که در دادگاه تجدیدنظر به تأیید قاضی «پورعرب» هم رسید. او اما به قید وثیقه آزاد شد. حالا می‌گوید به قیمت اتهام‌ها و فشارهایی تمام شد که از طرف هم‌پرونده‌های هایش و خانواده‌های آنها به او وارد آمد. در نهایت یک شب بار سفر بست و از ایران خارج شد، برای نجات دخترهایش.

برای دیدارش وارد ساختمانی مجلل شدم. مهمان داشت اما با رویی گشاده و لبخندی زیبا پذیرایم شد. وارد آشپزخانه‌ای شدم که مردی ترک و قد بلند مشغول درست کردن سالاد بود. بعدتر، نغمه گفت که صاحب‌خانه اوست. با ورودم به آشپزخانه، مرد به اتاقی دیگر رفت. پشت میزی در آن آشپزخانه بزرگ نشستیم در حالی که گریه خانواده، هر از گاهی میان دست و پای‌مان رژه می‌رفت. چای و باقلوا روی میز گذاشت، سیگاراش را روشن و قصه پناهجویی خود را با خبر احتمال ازدواجش با همان مرد ترک آغاز کرد. «چرا یک پناهنده تصمیم می‌گیرد که به روح و تن‌اش ضربه بزند؟ پناهندگی خیلی دردآور است. مسلمان این ازدواج من بر اساس عاشقی نیست. عشق باید مثل رود جریان پیدا کند نه آن‌که برایش تصمیم بگیری. مادری هستم با دو

فرزند که در این کشور هیچ پشتیبانی ندارم و من مانده‌ام با لیستی از نیازهای دخترانم. ممکن است در چنین شرایطی هر آدمی تصمیماتی بگیرد که از درون به آن رضایت ندارد. یک پناهنده همیشه با ترس زندگی می‌کند، ترس از آینده.»

نغمه شاهسوندی بعد از آزادی به قید وثیقه، وقتی با حکم زندان مواجه شد، تصمیم گرفت دست دو دخترش را بگیرد و ایران را ترک کند. در آن زمان به گفته خودش، خیال می‌کرد نباید به زندان برود تا کنار فرزندانش باشد. هنوز نمی‌دانست ممنوع‌الخروج است. پس از طریق آشنایی که در هواپیمایی شیراز داشت، با پرداخت ۲۵ میلیون تومان رشوه، گیت را رد کرد. آن رفیق به او گفته بود این مبلغ را بپردازد تا در روز و ساعتی مشخص ترتیب خروجش را از ایران بدهد. روزی که وارد ترکیه شد،



جنسی هستی. از راننده تاکسی تا کارفرما به همین چشم به تو نگاه می‌کنند. حالا با این نوع ازدواج، انگار خودت را با یک چک می‌فروشی. من برای او باشم، به جایش زندگی من و بچه‌هایم را سامان بدهد.»

نغمه در ادامه روایت‌هایش، در میان بغض و اشک، هر یکی که وسط حرف‌هایش به سیگار می‌زند، زن و مادر بودن را به عنوان یک پناهجو در ترکیه، به چالش می‌کشد. انگار که بغضی چهار ساله راه به اشک و کلمه گشوده است: «بچه‌هایم را به خاطر تصمیم خودم از محیطی دور کردم که در آن هم‌زبان داشتند، مدرسه می‌رفتند، خانواده‌ای بود و پدری که اگرچه سالی یکبار هم با آنها تماس نمی‌گیرد اما دست‌کم حضور داشت. حالا من مانده‌ام و دو دختر ۱۱ و هفت ساله در کشوری فاشیست که مادرهای همسایه‌ها به کودکان‌شان می‌سپارند با بچه‌های من بازی نکنند. همین چند روز پیش پسر بچه همسایه را از دست مردی ترک درآوردم. داشت بچه را می‌برد. در چنین شرایطی چطور برای دخترهایم بدون داشتن پدر، تأمین امنیت کنم؟»

دخترانش تا امسال نتوانسته بودند به مدرسه بروند، هر از گاهی از مادرشان می‌پرسند: «چرا این‌جا هستیم؟ چرا مادرهای دیگر بچه‌ها نمی‌خوانند که ما با آنها بازی کنیم؟ ماما چرا ما را آواره کردی؟» سوال‌هایی که نغمه می‌گوید پاسخی برای آن ندارد. او برای دخترانش، زنی خسته و زخم خورده از زندگی پناهجویی و نگاه‌های جنسی است که از سوی ایرانی‌ها و ترک‌ها بر تن و روحش زخم خورده است. او ستون این خانواده سه نفری است که انگار خودش را فراموش کرده.

«در مقابل بچه‌هایم عذاب وجدان دارم که چرا پناهنده شدم. بستر گرم آنها را گرفتم. یک‌بار همسایه‌های آپارتمانی که در آن زندگی می‌کردم، همسایه‌های دیگر را جمع کرد و همه خواستند ما را از آن‌جا بیرون کنند. سختی‌های پناهندگی فقط تعلیق نیست. آیا می‌توانم دخترانم را شب سیر کنم؟ دنباله مطلب در صفحه ۴۸»

فکر می‌کرد پرونده‌اش به شکلی است که به سرعت به کشور مقصد می‌رود. اگر چه به خاطر شرایط بد روحی در بیمارستان بستری شد اما هنوز امید داشت. حالا چهار سال از آن روزها می‌گذرد و هنوز پرونده‌اش به سرانجام نرسیده است: «یک تعلیق وحشتناک. هر روز ترس و اضطراب. فکر می‌کنم تمامی آنها می‌گویند طاقت بیار و این روزها می‌گذرد، از واقعیت روند پناهجویی مطلع‌اند اما تظاهر می‌کنند.»

در شهرهای مختلف ترکیه با پناهجویان ایرانی بسیاری ملاقات کردم که سال‌هاست در انتظار رفتن‌اند. برخی از آنها ۱۰ سال است که در شهرستان‌های این کشور زندگی می‌کنند اما هنوز از تماس سازمان ملل خبری نیست. حالا هم که امور پناهجویان به دست دولت ترکیه افتاده است، سازمان ملل تنها نقش مشاور را دارد، انگار زمان برای پناهجویان، به ویژه آنها که سیاسی هستند، قرار است کش‌دارتر از همیشه طی شود. در این میان کنش‌گرانی هم به تازگی وارد ترکیه شده‌اند اما می‌گویند حتی مصاحبه‌های اول آنها یک سال دیگر انجام خواهد شد. حالا از وقتی که «دونالد ترامپ» تصمیم گرفته است ایرانی‌ها را نپذیرد، افراد بسیاری مثل نغمه، که کشور مقصدشان آمریکا تعیین شده بود، به گفته دفتر امور پناهندگان سازمان ملل، باید از نو منتظر کشور دیگری باشند که پناهندگی آنها را بپذیرد.

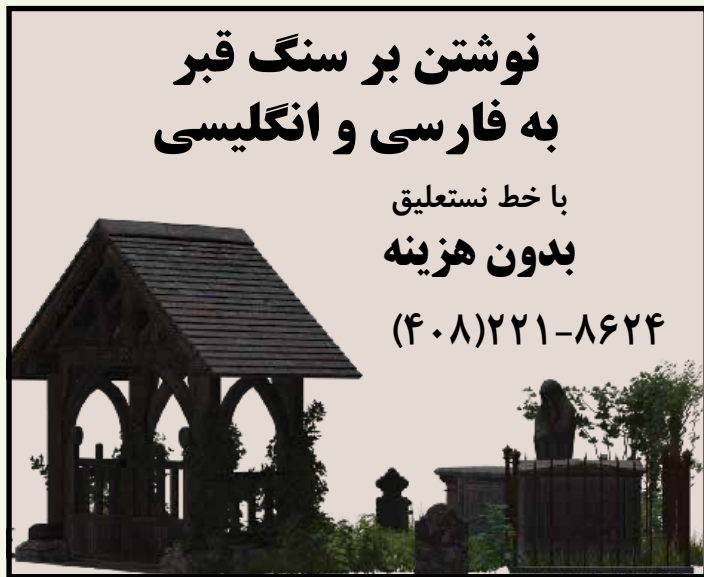
نغمه در ترکیه و شهرهایی چون آنکارا و کریک کاله روزگار گذرانده و در هتل و رستوران برای روزی ۵۰ لیر کار کرده است. در حالی که هزینه زندگی یک مادر و دو کودک، با محاسبه کرایه خانه و مصرف انرژی، خورد و خوراک و پوشاک بیشتر از این مبلغ است. برای همین نغمه تصمیم گرفته است که ازدواج کند. می‌گوید به خاطر «عذاب وجدان» که حاصل پناهجویی با دو فرزند است.

«محیط ترکیه و نگاه مردان، تو را در موقعیت آزار و تصورات جنسی می‌اندازد. وقتی زن پناهنده و تنها در ترکیه باشی، همه فکر می‌کنند که مشغول کارگری

## نوشتن بر سنگ قبر به فارسی و انگلیسی

با خط نستعلیق  
بدون هزینه

۴۰۸-۲۲۱-۸۶۲۴





## فقط خودمان باشیم

هر چیزی که دارای حد و مرز است، ما را اسیر می سازد. ما باید از تمام حد و مرزها فراتر رویم تا که به مرحله ای برسیم که در آن وجودمان با هیچ حد و مرزی روبرو نباشد... فقط خودمان باشیم.

آنگاه که از تمام حد و مرزهای ذهن و بدن فراتر رویم، وارد دنیای دریاگون می شویم. پس لازم نیست به چیزی دل بسته شویم. چنان رها باشیم که وجودمان از حرکت باز نماند... رودخانه باشیم.

رودخانه از سرزمین های زیادی می گذرد، اما همچنان به راه خود ادامه می دهد. رودخانه از میان مناظر بسیار زیبا میگذرد، بدون آن که دل بسته شود. می رود و می رود تا به دریا برسد... همچون رودخانه باشیم. روان و رها.

وگرنه تبدیل به مرداب خواهیم شد. و مرداب هرگز به دریا نمی رسد.

فقط رودخانه است که می تواند به دریا برسد.

بی آغاز و بی پایان. روان باشیم تا دریا دور نباشد.

هر قدر هم دور باشد، دور نخواهد بود. «اوشو»

متابولیسم کلسترول باشد.

در کودکانی که دچار بیماری سوء جذب هستند، ماست به جذب دو ترکیب مهم غذایی پروتئین ها و مواد معدنی کمک می کند. اسید لاکتیک موجود در ماست باعث سهولت جذب و هضم این ترکیبات مغذی می شود. برای کاهش وزن باید مصرف ماست در رژیم غذایی گنجانده شود. زیرا ماست توانایی بدن را برای سوزاندن چربی ها تقویت کرده و حفظ عضلات در وضعیت مناسب را تسهیل می کند.

خود قرار دهد.

ماست باعث کاهش عفونت های ناشی از قارچ ها در دستگاه تناسلی زنان می شود. ماست منبعی غنی از کلسیم است. ماست منبع بسیار خوبی برای جذب پروتئین است. در هر ۲۵۰ میلی لیتر ماست تقریباً ۱۴-۱۰ گرم پروتئین موجود می باشد که تقریباً برابر با ۲۰ درصد نیاز روزانه است. ماست می تواند باعث کاهش کلسترول خون شود. این ممکن است به علت تأثیر فعالیت باکتری های زنده و سهولت

## ادامه مطلب خواص ماست... از صفحه ۴۳

نیز مانع رشد بی رویه سلول های پوششی روده بزرگ می شود. بررسی ها نشان داده است افرادی که کلسیم بیشتری مصرف می کنند، سرطان روده در آنها کمتر است. ماست با ایجاد شرایط مناسب بیولوژیکی، باعث جذب بهتر برخی مواد غذایی می گردد که از جمله آنها می توان به افزایش جذب کلسیم و ویتامین های گروه B اشاره نمود.

اسید موجود در ماست به برگشت حالت عادی روده ها پس از عفونت ها کمک می نماید. ماست می تواند در پیشگیری از بروز عفونت ها و بیماری های گوارشی ناشی از ویروس ها و حساسیت های غذایی مفید باشد. ماست در کمک به درمان اسهال کودکان مفید بوده است.

متخصصان در هنگام مصرف آنتی بیوتیک ها، مصرف ماست را توصیه می نمایند زیرا اغلب آنتی بیوتیک ها باعث نابودی باکتری های مفید دستگاه گوارش شده و متعاقباً باعث اختلال در کار دستگاه گوارش می شوند. ماست می تواند به برگشت شرایط طبیعی روده ها کمک نماید. توصیه شده در هنگامی که قرار است بیمار بیش از دو هفته آنتی بیوتیک مصرف نماید، حداقل ۲۵۰ میلی لیتر ماست را در رژیم غذایی روزانه

ماست بهترین دارو برای معده است، زیرا علاوه بر اثرات درمانی که در بیوست های مزمن و اسهال دارد باکتری های مفیدی در معده تولید می کند که برای سلامت بسیار مفید است. باکتری های ماست بسیاری از ویتامین های گروه B را می سازد و به خون می فرستد. اسید لاکتیک که از ماست حاصل می شود روده ها را از میکروب ها و عمل زیان بخش آنها پاک می کند. مبتلایان به خارش، سوزش، جوش و ناراحتی های پوستی می توانند برای سلامتی خود از ماست استفاده کنند و ماست از پنی سیلین هم قویتر است.

از خوردن پرتقال و ماست با هم پرهیز نمایید چرا که باعث بروز آگزما می شود. بهتر است بدانیم ماست ترش به مراتب بهتر از ماست شیرین است. در موارد اسهال معمولاً از ماست ترش استفاده کنید. هضم ماست آسانتر از شیر است. ماست با تقویت باکتری های مفید ساکن روده، باعث افزایش سلامت دستگاه گوارش می شود.

ماست با خنثی سازی برخی ترکیبات مضر صفراوی، از تحریک جدار روده ها کاسته و احتمال بروز سرطان روده را کاهش می دهد. کلسیم موجود در ماست



Online Store:  
[www.hooooo.org/shop](http://www.hooooo.org/shop)

### Online Art Sale

Each purchase helps us to create apps for children

"HoOoOo", In many different cultures, is a word for the inner core of our being. It's precious, unlimited and constant, no matter what the circumstances. We would like children to be able to access the core of their being, especially when times are tough. We have started this nonprofit organization to help children and their families to be able to find their core, their inner HoOoOo, and to be able to connect with their true selves and to others. 100% of the profit of this art sale will be used for our next product for children. ( Flower's Secret )

Artist: Sahar Shams



## ادامه مطلب مادری خسته و... از صفحه ۱۴۷

## ادامه مطلب بهره‌کشی از کودکان... از صفحه ۲

باید پذیرفت که کودکان به عنوان یک نیروی کار مهم در اقتصاد خانواده های فقیر و آسیب دیده در حال ایفای نقش هستند. آنها به دلیل نزول توان اقتصادی خانواده از مدرسه رفتن بازمی‌مانند و در کارگاه های کوچک بازارها و مراکز تجاری به عنوان پادو، باربر و دستفروشی اقلام کوچک و متکدی مشغول به فعالیت هستند.

### باند‌های خطرناک کودکان کار را هدایت نمی‌کنند

این مطالعات نشان می‌دهد که برخلاف تصور عموم، کودکان کار و خیابان از سوی باند‌های خطرناک کنترل و مدیریت نمی‌شوند و کاملاً با خانواده های خود در ارتباط هستند. دنباله مطلب در صفحه ۴۹

کافی قوی شده‌اند. کافی است هر چقدر توانایی از من دیدند.»

در ادامه گریزی هم به کنش‌گران سیاسی و حقوق بشری می‌زند که طی سال‌ها زندگی در ترکیه با آنها مواجه شده است: «الان لیست کاملی از فعالان سیاسی، حقوق بشری و اپوزیسیون خارج از ایران دارم که حتی حاضر نیستم جواب سلام آنها را بدهم. آدم‌هایی که اسم‌شان پر از عزت و احترام است اما نمی‌دانی چه دیوی در پس این نقاب خوابیده است. وقتی با زن تنها و پنهانده مواجه می‌شوند که نیازمند است، آن دیو بیرون می‌آید. فعالیت سیاسی و شبکه‌های اجتماعی را برای همین کنار گذاشتم. یک‌بار به کنش‌گری معروف که در فرانسه ساکن است، پیام دادم و درباره کار سوال کردم اما گفت همین الان در واتساپ به چشمانت نگاه می‌کنم و نمی‌توانم جواب بدهم. من در ترکیه حمای‌های زیادی کرده‌ام؛ کارهایی که خود ترک‌ها هم پای آن کم می‌آورند. اما زخمی که از ایرانی‌ها خوردم به مراتب سنگین‌تر بوده است.»

دکمه ضبط دستگاه را فشار می‌دهد. ضبط مصاحبه قطع شد. آرام اشک می‌ریزد و از کنش‌گرانی نام می‌برد که در بی‌پناهی پناهجویی، از او خواسته‌های مختلف جنسی داشتند. از پناهجویی خسته است و این خستگی را در پس خنده‌ها و گریه‌های پنهان نمی‌کند. به وضوح به چشمان خیره می‌شود و نام می‌برد از افرادی که برای کار به آنها مراجعه کرده و پاسخی غیر اخلاقی شنیده است.

به بالکن می‌رویم. زیر آفتاب می‌نشینیم. داستان را می‌گیرم و جمله همیشگی را تکرار می‌کنم: «طاقت بیار، این دوران هم تمام می‌شود.»

اما به مرور با توجه نهادهای عمومی و دولتی به کودکان کار و خیابان بعضی از فعالان اجتماعی آرام آرام شروع به برقراری ارتباط با این کودکان کردند و سپس به فکر تشکلهای حمایتی جهت کمک به این کودکان و خانواده‌هایشان افتادند.

### نقش مهم کودکان کار در اقتصاد خانواده های فقیر

امروزه در سال‌های پایانی دهه ۹۰ نگرش تعلق کودکان کار و خیابان و باند‌های خطرناک و دیدن آنان به عنوان قربانیان گروه‌های مجرم سازمان یافته، رفته رفته در حال تغییر است. با گسترش فقر عمومی، تورم، بیکاری، اعتیاد و ازدیاد افشار آسیب‌پذیر و... در جامعه متأسفانه زندان محکوم شده بودند. به «مسعود سیدطالبی» در ابتدا ۱۵ سال و یک روز حبس داده بودند اما پنج سال دیگر به حکم او اضافه شد. اما نغمه که بیش از هفت سال حکم داشت، آزاد شد.

«دست من نبود، بیش‌ترین تحقیر را در زندان من شدم چون زن بودم. با من مثل اوباش‌ها حرف می‌زدند انگار که زنی روسپی گرفته‌اند. همه با من طوری برخورد می‌کردند که انگار من آدم سپاه بودم که وثیقه گرفتم. همین الان هم خیلی‌ها در ترکیه فکر می‌کنند من آدم سپاه هستم. در حالی که عمه من مجاهد است و پدرم سلطنت‌طلب بود. هر رگ ما یک جور زیر تیغ جمهوری اسلامی رفته است. حالا هم خانواده‌ام که هیچ‌وقت من را ساپورت نکرده‌اند، می‌گویند خودت کردی و خودت هم باید از پس آن بریایی. اگر می‌خواهی درباره پناهندگی بنویسی، بنویس که این کار اشتباه است. من اینجا بی‌هویت شدم. هیچ‌کدام از ما هویت نداریم. در بدترین شرایط اقتصادی، سیاسی و اجتماعی، اگر در کشور خودت باشی، شلاق هم بخوری، بدترین تحقیرها را هم متحمل شوی، باز هویت داری. بنویس که از نظر من نادان‌ترین انسان روی زمین کسی است که می‌گوید پناهندگی درست است.»

نغمه باز هم بغض می‌کند و صدایش می‌لرزد. انگار که تمام این سال‌ها مقاومت و به دوش کشیدن دخترانش را یک‌جا به پای این روایت می‌ریزد: «در پروسه پناهندگی ترکیه مردها هم ضعیف شده‌اند. اما وقتی زن باشی، شرایط ده‌ها برابر سخت‌تر می‌شود. آرام و قرار نداری و هیچ‌کجا به تو تعلق ندارد. حالا می‌گویم بچه‌هایم را همین‌جا نگه دارم. به اندازه

دیگر جواب ایمیل‌ها را ندادم. جواب دخترم را هم. چه بگویم؟ بگویم آینده‌ای که برای خودت تصویر کرده‌ای، با تجاوز به دست می‌آید؟»

نغمه در تمام سال‌هایی که ترکیه زندگی کرده، از طریق سازمان ملل با روان‌شناسان در ارتباط بوده است و حالا روزانه ۲۵ قرص مصرف می‌کند.

می‌پرسم: «راحت می‌خوابی؟» می‌گوید: «نه، خواب کم‌ترین چیزی است که دارم. شب‌ها تا صبح بیدارم و صبح‌ها یکی دو ساعت می‌خوابم. سرطان از پناهندگی هم بدتر است. مسئولش هم اول قدرت‌ها هستند، دیکتاتورها و بعد خود ما. اشتباه می‌کنیم که پنهانده می‌شویم.»

می‌پرسم: «در مقابل این پناهندگی، چه هزینه‌ای داده‌ای؟» جواب می‌دهد: «نغمه را. نغمه الان هیچکس نیست. پناهندگی یعنی دل و مغز و پاهایت را آهنی کنی. مگر می‌شود بدون قلب و عشق زندگی کرد؟ من همه‌چیزم را در مقابل این پناهندگی از دست داده‌ام.» می‌پرسم: «نغمه الان کیست؟» می‌گوید: «هیچکس، هیچکس. فعالیت‌های سیاسی‌ام ارزش داشتند. باید می‌ماندم و ادامه می‌دادم تا می‌مردم. نغمه آن‌موقع معنی داشت. وقتی ببری، همه چیز تمام می‌شود. مشتی که بالا رفته است، نباید پایین بیاید. پناهندگی یعنی پایین آمدن آن‌مشت.»

اشک امانش نمی‌دهد. اشک می‌ریزد و روایت می‌کند از لحظه‌ای که تصمیم گرفت دست دخترها را بگیرد و راهی مسیر پناهجویی شود: «در آن لحظه فکر می‌کردم بچه‌هایم را از دست می‌دهم. فکر می‌کردم اگر خارج شوم، قوی‌تر می‌شوم. اما این‌جا، جای قوی‌تر شدن نیست. من احساسی تصمیم گرفتم. از هر روز به دادگاه رفتن، تماس‌های تلفنی تهدیدآمیز، تحقیرها و توهین‌ها خسته بودم. خانواده‌ام از یک سمت مرا بی‌پناه رها کردند و جمهوری اسلامی از یک طرف فشار می‌آورد. از روی خستگی و ناتوانی تصمیم گرفتم.»

وقتی به این بخش از روایت‌هایش رسید، به هم‌پرونده‌هایش برگشت. وقتی با وثیقه آزاد شد، دیگر متهمان آن پرونده ده‌ها سال حکم گرفته بودند. در آن پرونده «امیر گلستانی» به ۲۰ سال و یک روز، «مسعود قاسم‌خانی» به ۱۹ سال و ۹۱ روز، «فریبرز کاردارفر» به ۱۸ سال و ۹۱ روز، «امین اکرم‌پور» به ۱۳ سال، «مهدی ری‌شهری» به ۱۱ سال و «رویا صابری‌نژاد» به ۲۰ سال و یک روز

آیا برای زمستان‌شان می‌توانم کاپشن بخرم؟ خطا کردم. احساس می‌کنم اشتباه کردم. باید در ایران می‌ماندم، زندان می‌رفتم، مثل قبل شکنجه می‌شدم اما بچه‌هایم لااقل در ملاقات‌ها، من را داشتند. در محیط خودشان بودند.»

نغمه در حالی که از فرزندانش و زندگی در ترکیه روایت می‌کند، گریزی هم به دادگاه و زندان می‌زند. جمله قاضی در زمان تفهیم اتهامش را بلند برآید تکرار می‌کند: «فکر کردی جمهوری اسلامی آن‌قدر گشاد است که تو بخواهی آن را انگشت کنی؟» حالا با یادآوری آن جمله می‌گوید فرزندانش هم به نوعی دیگر همان جمله را تکرار می‌کنند: «صدایم می‌کنند و می‌گویند مامان چرا ما را آواره کردی؟» از او می‌پرسم آیا تا به حال به فکر رفتن از طریق قاچاق افتاده است؟ سری تکان می‌دهد یکی به سیگار می‌زند و به چشمانم خیر می‌شود: «وقتی به ترکیه آمدم، مرزها باز بود. می‌توانستم راحت بروم اما خدا را شکر این خطا را نکردم. وقتی به سفر قاچاقی فکر می‌کنم، برای از دست دادن فرزندانم می‌ترسم. از تجاوزهایی که شنیده‌ام اتفاق می‌افتد، وحشت دارم. قاچاقی رفتن و به دریا زدن آن‌هم با دو دختر کوچک کار درستی نیست. آنهايي که رفتند چه‌جا که نکشیدند. به ویژه در یونان. عزیزی داشتم که همین مسیر را رفت و جز درد روایتی نداشت.»

در همین حین، فرزندانش وارد آشپزخانه می‌شوند. دخترکانی با موهایی لخت روی شانه‌هایشان که از خستگی بازی در کوچه نفس نفس می‌زنند. صحبت را قطع می‌کنیم. نغمه ساندویچی برای آنها درست می‌کند و به دست‌شان می‌دهد و راهی اتاق‌شان می‌کند. در آشپزخانه را می‌بندد و به سر میز برمی‌گردد.

«احساس می‌کنم در قبال فرزندانم خودخواهی کردم. آنها در این زندگی پناهجویی آسیب روحی بسیاری خوردند. احساس گناه دارم. بچه‌ها موقعیت سیاسی و اجتماعی ایران را نمی‌فهمند. بزرگ‌ترین ضربه را بچه‌هایم وقتی خوردند که ۲۰ نفر به منزل‌مان ریختند تا من را بازداشت کنند. الان هم اگر جایی بدون آنها بروم، بارها زنگ می‌زنند که کجایی. از این‌که ستون این خانواده هستم خسته شده‌ام اما کاری نمی‌توانم بکنم. دخترم می‌خواهد مدل شود. عکس‌هایش را به دیوار می‌زند. برایش اقدام کردم اما همین ترک‌ها گفتند اگر دخترت را این‌جا به مدلینگ بفرستی، آزارجنسی و تجاوز خواهد دید. برای همین



## ادامه مطلب بهره‌رسانی از کودکان... از صفحه ۴۸

رسانی سیار است. با توجه به اینکه کودکان کار در خیابان از بسیاری از مهارت‌های اجتماعی بی‌بهره هستند، مشکلات بهداشتی دارند و هیچ‌گاه نمی‌توانند سرزندگی و شادابی دوران کودکی را تجربه کنند و مثل یک کودک معمولی بازی کنند.

تحقیقی در جنوب تهران نشان می‌دهد که ۶۶ درصد کودکان خیابان به بیماری‌های عفونی، انگلی مبتلا هستند. این کودکان به علت نداشتن بیمه یا کمبود منابع اقتصادی توانایی مراجعه به پزشک و دندانپزشک را ندارند و می‌توان توسط سازمان خدمات اجتماعی و با همکاری نهادهای ذیربط مراکز سیار برای کودکان کار در خیابان به منظور خدمات آموزشی، تفریحی و خدمات درمانی سرپایی، خدمات پزشکی و مشاوره‌های درمانی ارائه شود.

اتوبوس‌های از رده خارج با رنگ‌های شاد تزئین شده، مینی‌بوس‌ها و ون‌هایی که به تیم مشاوره و امکانات کتابخوانی و سایر خدمات مورد نیاز کودکان مجهز هستند در نقاط شهری مانند میدان‌ها و گذرهای پررفت و آمد توقف کنند و به این کودکان خدمات رسانی کنند.

سومین موضوع که در نگاه دوم برای ساماندهی کودکان کار باید در نظر گرفت لزوم در نظر گرفتن خانواده به جای واحد سیاست‌گذاری است. برخلاف تصور عمومی این کودکان جدا از خانواده و نزد باند‌های سودجو نیستند. بنابراین مسئله این کودکان مشروط به حل شدن مسائل خانواده حل می‌شود. ضروری است که واحد سیاست‌گذاری برای حل مشکلات کودکان کار از فرد فراتر رود و به خانواده تبدیل شود. بنابراین پیشنهاد می‌شود کلینیک‌های مددکاری با حضور مددکاران متخصص و دارای آموزش دانشگاهی در سطح منطقه و یا محله به خصوص در مناطق حاشیه‌ای و فقیرنشین تهران برای شناخت و حمایت بیشتر از خانواده‌های در معرض آسیب یا آسیب‌دیده ایجاد و گسترش یابد. آموزش والدین و یادگیری نحوه مراقبت صحیح از کودک خیابانی برای جدایی و قطع ارتباط این کودکان با خانواده ضروری است. آگاهی بخشی در زمینه اعتیاد یکی دیگر از ضرورت‌های سیاست‌گذاری برای این خانواده‌هاست.

باید حضور کودکان کار در خیابان را ساماندهی کرد. امن کردن خیابان، آشتی کودکان با خیابان، استفاده از ظرفیت خیابان برای آموزش کودکان کار در زمره بهترین جهت‌گیری‌های ساماندهی خواهد بود.

## کودکان کار و خیابان را محو نکنید

پژوهشگران این گزارش عنوان کرده‌اند: شهرداری به عنوان نهاد عمومی که بی‌واسطه‌ترین نهادی است که با پدیده کودکان کار و خیابان به طور روزمره سر و کار دارد، می‌بایست جهت‌گیری سیاست‌های خود را از میان دو جهت‌گیری «حذف کودکان از خیابان» و «معنادار کردن و هویت‌مندی کار خیابان برای کودکان» انتخاب کند.

در جهت‌گیری اول هم خیابان برای کودکان تهدید است و هم کودکان برای خیابان تهدید قلمداد می‌شود. چرا که این کودکان در شرایط فعلی چهره خیابان‌های شهر را مخدوش می‌کنند. عواملان رواج آسیب‌های اجتماعی هستند و وقتی بزرگتر شوند به دلیل تجربه کودکی هیچ تضمینی وجود ندارد که از در صلح و آشتی با شهر درآیند و لاجرم به بزهکاران آینده تبدیل خواهند شد.

راهکار این نگاه ایجاد فشار روزمره، جمع‌آوری، ایجاد کمپ‌های نگهداری، پیدا کردن سرپرست‌های ممکن، سپردن به مدارس شبانه‌روزی و بهزیستی است که به نظر می‌آید چنین راهکارهایی به شدت ناعادلانه است و امکان موفقیت آنها نیز محدود است اما در جهت‌گیری دیگر می‌توان فرض کرد که زندگی بچه‌ها به خیابان وابسته است. نگاهی که به نظر می‌رسید سبب شد طرح ناموفق جمع‌آوری کودکان کار از سطح شهر را دنبال کند.

نگاه دومی که در این پژوهش به آن تأکید شده ضرورت ترویج فرهنگ مواجهه درست با کودکان کار، این موضوع می‌تواند با عاملیت دستگاه‌های فرهنگی تابع شهرداری عملیاتی شود. تحقیقات نشان می‌دهد یکی از مشکلات اصلی کودکان کار سوءتغذیه و رشد ناکافی است. دادن مواد غذایی حاوی ویتامین‌ها، آهن و امگا ۳ از سوی شهروندان به آنها به عنوان حمایت از آنها به جای خرید از آنها می‌تواند گام موثری در کاهش سوءتغذیه و افزایش سلامت این کودکان باشد.

دومین راهبرد ضرورت ارائه خدمات

شود از دست مزاحمان شناخته شده خود مانند ماموران مترو و شهرداری فرار کنند.

## رشد جسمی و روانی ۲ سال و ۴ ماه عقب‌تر از کودکان معمولی

نتایج این پژوهش نشان می‌دهد این کودکان از نظر تحول یافتگی کلی و نیز رشد جسمی و روانی نسبت به همسالان خود تأخیر دارند و بر اساس برخی تحقیقات رقمی حدود دو سال و چهار ماه نسبت به همسالان خود دچار عقب‌ماندگی در این موارد هستند.

## سوءتغذیه و عفونت‌های روده‌ای

بر اساس گزارش سازمان بهزیستی شایع‌ترین بیماری جسمی کودکان کار و خیابان بیماری‌های پوستی و انگلی است. تقریباً ۲۵ درصد آنها دچار سوءتغذیه هستند. حدود ۱۲ درصد آنان سابقه آسیب ناشی از کودک‌آزاری را داشتند. تحقیقی در جنوب تهران نشان می‌دهد که ۶۶ درصد از کودکان خیابان به بیماری عفونت‌های انگلی روده، ۱۰ درصد عفونت‌های ادراری، ۹۶ درصد به پوسیدگی دندان و بیماری‌های لثه و ۲۴ درصد به عفونت‌های پوستی مبتلا هستند.

## افسردگی درد مشترک کودکان کار و خیابان

بر اساس کار میدانی انجام شده در این پژوهش از ۸۷ کودک خیابانی مورد مطالعه که میانگین سنی شان ۱۱ سال بود ۱۶.۱ درصد به کودکان مورد مطالعه مصرف سیگار و ۹.۱ درصد کودکان مصرف مواد مخدر داشته‌اند. ضمن اینکه افکار خودکشی در ۵.۷ درصد کودکان به اثبات رسیده، ۱۰.۵ درصد کودکان دچار افسردگی بوده، ۱۰.۵ درصد هم قبلاً افسردگی داشته‌اند و در مجموع ۶۱.۴ درصد از کودکان افسردگی داشته‌اند. در این میان ۱۳.۲ درصد مبتلا به افسردگی سیگار و ۷.۵ درصد آنها مواد مخدر مصرف می‌کردند و در مجموع ۲۱ درصد از کودکان مورد مطالعه و ۱۵ درصد از کودکان مبتلا به افسردگی مورد سوءاستفاده جنسی قرار گرفته بودند.

کار کودک نتیجه سلسله‌ای از عوامل اقتصادی و اجتماعی است که تا زمانی که این عوامل تخفیف نیابد هدف محو کار کودک دور از دسترس و غیر واقعی خواهد بود. این نگاه سیاست‌ها و اقدامات ساماندهی در سطح شهر را به نفع کودکان کار و خیابان را توجیه‌پذیر می‌سازد. براساس این پژوهش کودکان کار را نباید از خیابان حذف و نه محو کرد بلکه

اغلب خانواده‌های این کودکان در وضعیت معیشتی زیر خط فقر به سر برده درآمد ثابتی ندارند و خانواده این کودکان بالای پنج نفر هستند و در خانه‌های کوچک و حتی در یک اتاق بسیار نامناسب با سرویس بهداشتی مشترک با سایر همسایگان زندگی می‌کنند.

## درد همیشگی بی‌هویتی

تعداد زیادی از کودکان کار و خیابان فاقد شناسنامه هستند. آشنفگی روابط خانوادگی و روابط جنسی خارج از خانواده، زندگی کردن با یکی از والدین، بی‌توجهی و بی‌مسئولیتی والدین، اعتیاد پدر یا مادر یا هر دو و مهاجرت و ... باعث شده تا بخشی از این کودکان فاقد اوراق هویتی بوده و وضعیت بیمه و تحصیل آنها در آینده دچار مخاطرات جدی باشد. کودکان افغان مانند والدین خود اغلب فاقد برگه هویتی هستند و دائماً در حال تهدید نیروهای امنیتی و بلاتکلیفی به سر می‌برند.

## چالش بی‌سواد و سوءاستفاده مالی

این کودکان فاقد سواد حتی در سطوح ابتدایی و خواندن و نوشتن هستند. از نگاه این کودکان، پلیس برای آنها همیشه یک دشمن است که باید از دست آنها فرار کرد و درک اینکه پلیس می‌تواند در مواقع لزوم به آنها کمک کند را ندارند. آنان تصور محدودی از میزان و ترتیب اعداد دارند و تا میزان مشخصی از پول را می‌توانند بشمارند و این مشکل باعث می‌شود مورد سوءاستفاده افراد سودجو قرار گیرند. این کودکان معمولاً هیچ تصویری از مفهوم پس‌انداز و روش‌های پس‌انداز ندارند که این موضوع احتمال سوءاستفاده را بالا می‌برد.

## کودکان خیابان ریتم خیابان را می‌شناسند

مسواک زدن، کوتاه کردن مو و ناخن، پوشیدن و یا تعویض لباس زیر و... برای آنها مفهوم ضرورت را ندارد. مهمترین مهارت زندگی و روزمره که در کودکان خیابان بسیار قوی است شناخت خیابان، حوادث و به طور کلی شناخت ریتم روزمره خیابان است. آنها به تجربه می‌دانند در کدام قسمت‌هایی از شهر کنترل کمتری بر دستفروشی وجود دارد و چه ساعتی از روز در کدام قسمت از شهر شلوغ‌تر است. همچنین این کودکان به دلیل سر و کار داشتن با پیچیدگی‌های زندگی روزمره در خیابان، از هوش موقعیت بسیار قوی برخوردارند که باعث می‌شود

ذهن‌های بزرگ درباره ایده‌های بزرگ صحبت می‌کنند، ذهن‌های معمولی درباره حوادث معمولی و ذهن‌های کوچک درباره مردم. «وین دایر»

## ادامه مطلب پنج آمار تکان دهنده... از صفحه ۱۱

صاحب خانه ها  
گزینه های بسیار خوبی دارند

اگر در خانه خود Equity داشته باشید و نرخ های بهره نیز مطلوب باقی بماند، ممکن است refinance کردن خانه تان و استفاده از پول مازادی که می توانید از بانک دریافت کنید برای بازپرداخت بدهی هایتان منطقی باشد و یا ممکن است بهتر باشد Home Equity Line of Credit و یا وام با نرخ ثابت برای Home Equity دریافت کنید.

## مزایا

♦ شما می توانید پول زیادی را از طریق تبدیل بدهی از حالت صورتحساب معمولی دو رقمی کردیت کارت به وام های با نرخ بسیار پایین تر Home Equity یا Re-finances برای خودتان پس انداز کنید.

♦ امکان کم کردن بهره در وام های خانه وجود دارد، در حالیکه در قرض های کردیت کارت این احتمال وجود ندارد.

♦ اگر شما به دقت خرید کنید، قادر خواهید بود که با هزینه های کمتر مقدار پول بیشتری پس انداز کنید.

## معایب

♦ شما خانه خود را در شرایطی که به شدت ریسک پذیری دارد قرار می دهید، مگر اینکه به خودتان اعتماد داشته باشید و بتوانید و لخرجی ها را متوقف کرده و وام های خانه را به موقع پرداخت کنید.

♦ اگر شما از وام هایی با نرخ بهره متغیر استفاده می کنید، به یاد داشته باشید که همچنان که نرخ بهره رو به پایین می آید، می تواند افزایش نیز بیاید و مبلغ بدهی شما افزایش پیدا کند.

♦ تا جایی که امکان دارد مدت زمانی که زیر بار قرض خواهید بود را کاهش دهید. مدت زمان طولانی زیر بار قرض بودن موجب این می شود که در طول زمان هزینه بیشتری با نرخ سود بیشتر پرداخت کنید.

## نکات

♦ پس انداز ماهیانه ای را که پس از Re-finance کردن به دست می آورید خرج نکنید. به در ازای آن، یک پس انداز برای مواقع اضطراری ایجاد کنید و یا اگر این پس انداز را ایجاد کرده اید می توانید از این پول برای پیش پرداخت وام خانه یا افزایش پس انداز بازنشستگی استفاده کنید.

♦ همچنین در مورد Tax Return نیز اقدامات مشابه پس انداز Refinance را انجام دهید.

**دارندگان کارت گزینه های بسیار خوبی دارند**  
یکی از آسان ترین راه ها برای یکپارچه کردن بدهی های کردیت کارت این است که با صادرکنندگان کارت فعلی تماس گرفته و از آنها بخواهید که برای شما شرایط بهره

بهرتری را ارائه دهند. اگر به نظر می رسد که نسبت به این تقاضا بی میل هستند، اصلا خجالت نکشید! درخواست کنید که قصد صحبت کردن با سرپرست آن بخش را دارید. آنها می دانند که رقابت سختی وجود دارد و برای آنها حفظ شما به عنوان مشتری ارزان تر است تا اینکه بخواهند یک مشتری جدید به جای شما جایگزین کنند، به ویژه اگر شما یک مشتری کم دردرس و خوش حساب باشید.

هنگامی که تلفنی با آنها صحبت می کنید، درباره این سه موضوع از آنها سوال کنید:

♦ دریافت نرخ بهره ویژه در بدهی های جدیدی که شما به آن کارت منتقل می کنید.

♦ دریافت نرخ بهره پایین تر در هزینه هایی که با کردیت کارت پرداخت می کنید.

♦ صرف نظر از دریافت هرگونه هزینه سالیانه تمام کاری که باید انجام دهید برقراری یک یا دو تماس تلفنی به یک شماره تلفن رایگان است. آسان تر از این نمی شود!

♦ شما هیچ چیزی از دست نمی دهید و حتی ممکن است برای خودتان مقداری پول ذخیره کنید، هم برای الان و هم در دراز مدت.

## معایب

♦ اگر شما دارای دیر پرداخت در کردیت خود باشید، ممکن است این کار برای شما امکان پذیر نباشد.

♦ در بسیاری از موارد، درخواست یک کردیت کارت جدید با نرخ سود پایین نیاز به پیگیری بیشتری نسبت به یک تماس تلفنی رایگان دارد. اگر هنگامی که پیشنهادات شرکت های کردیت را بررسی می کنید، در رابطه با شرایط کردیت تان واقع گرا باشید، ممکن است که یک کارت با نرخ پایین تر را بدون هیچ مشکلی پیدا کنید.

## نکات

♦ از آنها بخواهید که از هزینه های Bal-ance Transfer چشم پوشی کنند.

♦ همزمان برای تعداد زیادی از کارت های جدید اقدام نکنید. این موضوع می تواند به کردیت اسکور شما صدمه بزند. بنابراین با دقت انتخاب کنید!

♦ حواستان به نرخ سود اولیه Balance Transfer باشد!

♦ در حالیکه شما می توانید پولتان را از طریق انتقال بدهی تان به یک کارت با نرخ سود اولیه پایین، پس انداز کنید هر موقع که نرخ سود اولیه رو به انقضا است، انتقال بدهی بر روی کارت دیگر می تواند شما را نجات دهد، در صورتی که هر اشتباه نا آگاهانه ای می تواند منجر به پرداخت هزینه شود. به جای این، سعی کنید که یک کارت با نرخ بهره پایین و ثابت پیدا کنید.

♦ مطمئن باشید که پس انداز هایتان را

صرف پرداخت بدهی های تان کنید. آیا می توانید از اندوخته ها و سرمایه گذاری هایتان قرض بگیرید؟ جواب بله می باشد! در صورتیکه موارد زیر را داشته باشید:

۱. (b) ۴۰۱(k), (K) ۴۰۳ یا برخی دیگر از برنامه های بازنشستگی.

۲. IRA.

۳. سرمایه گذاری، مانند سهام و اوراق قرضه. استفاده از این پس اندازها می تواند مشکلاتی را بوجود آورد، اما اگر مجبور باشید وجوه بازنشستگی خود را پیش از موعد مقرر از (K) ۴۰۱ برداشت کنید، برای مثال، باید مالیات پرداخت کنید و ۱۰ درصد جریمه می شوید.

نرخ های بهره در این نوع از وام ها کم و حتی بدون بهره می باشند. برای مثال، شما می توانید برای ۶۰ روز از پول بدون بهره که در IRA می باشد، استفاده کنید. اگرچه، شما باید در طی مدت ۶۰ روز آن پول را به اکانت دیگری از IRA انتقال دهید. از IRA برای پرداخت قرض ها استفاده نکنید مگر اینکه ۱۰۰ درصد مطمئن باشید که پول در طی دو ماه جایگزین خواهد شد. در واقع با یک بازپرداخت مالیاتی دریافت پول را تضمین خواهید کرد. در غیر این صورت شما با جریمه و یا مالیات مواجه خواهید شد.

## مزایا

♦ اگر سابقه کردیتی ندارید و یا سابقه کردیتی شما بسیار کم می باشد، گزینه های قرض گرفتن، از آنجایی که نیازی به چک کردن کردیت ندارند و به راحتی قابل دریافت هستند، منطقی به نظر می رسند.

♦ نرخ های بهره عموماً کم می باشند و تا زمانی که شما یک قرض دهنده هستید، بهره به شما پرداخت خواهد شد. (این مبحث در مورد پس اندازهای بازنشستگی صدق می کند، در مورد وام ها و IRA، هیچ نیازی نیست که شما سودی بابت آنها پرداخت کنید.

## معایب

♦ اگر شغل تان را از دست بدهید، ممکن است مجبور شوید از سرمایه گذاری بازنشستگی خود برداشت زود هنگام داشته باشید و در اینصورت مجبور به پرداخت مالیات ها و جریمه های مربوط به این برداشت زودتر از موعد خواهید بود.

♦ اگر شما بیش از حد به این وام ها تکیه کنید، ممکن است در نهایت منجر به خالی شدن سرمایه گذاری بازنشستگی شما شود.

♦ اگر شما در پرداخت ماهیانه سرمایه گذاری بازنشستگی تان تاخیر داشته باشید، با اینکه این پرداخت جهت سرمایه گذاری برای آینده خودتان هست، IRS آن را به عنوان برداشت زود هنگام تلقی می کند و شامل مالیات خواهد شد.

♦ از IRA برای پرداخت قرض ها استفاده نکنید مگر اینکه مطمئن باشید که می توانید در طی ۶۰ روز این مبلغ را جایگزین

کنید. در غیر این صورت، شما با جریمه و مالیات مواجه خواهید شد. حتماً قبل از متعهد شدن برای IRA با کارشناسان مالیاتی صحبت کنید تا مطمئن شوید که نقشه شما درست خواهد بود.

## یکپارچه سازی بدهی

## با استفاده از وام های شخصی

**کمک گرفتن از دوستان و خانواده:** این وام ها می توانند برای شما تبدیل به بهترین شرایط یا بدترین کابوس شوند. در حالت ایده آل، شما به والدین تان یا دیگران پیشنهاد نرخ بهره ای بهتر از آنچه آنها از بانک های پس انداز دریافت می کنند را می دهید و به این ترتیب به جای دریافت وام، از آنها قرض می گیرید.

## مزایا

♦ این یک برد دو طرفه است. آنها نرخ بالاتری کسب کرده، شما نرخ پایین تری را دریافت می کنید، و در این صورت قادر خواهید بود که هر چه سریع تر از زیر بار قرض رها شوید.

♦ بسته به اینکه این توافق چطور صورت گرفته است، هر دو طرف می توانند مزایای مالیاتی مناسبی را به دست بیاورند. با یک وکیل و یا متخصص امور مالیاتی صحبت کنید.

## معایب

♦ اگر شما این فرصت را از دست دهید و نتوانید پول را برگردانید، ممکن است مهم ترین روابط تان به نابودی کشیده شود. حتی فشار آوردن به عزیزانتان نیز ممکن است دشوار باشد، چه وام را بگیری چه نگیری!

♦ ورود IRS به این مقوله می تواند آزار دهنده باشد. نرخ بهره پایین تر از نرخ بهره بازار ممکن است موجب شود اداره مالیات اقدام به بررسی مالیاتی خانواده شما کند و برای سودی که شما باید به قرض دهنده پرداخت می کردید، مالیات مضاعف در نظر بگیرد. همچنین این را در نظر بگیرید که ممکن است عواقب مالیاتی برای شما که نتوانستید وام را پرداخت کنید وجود داشته باشد.

## نکات

♦ یک مشاور مالیاتی خوب باید انجام دهید.

♦ قبل از اینکه این پیشنهاد را با دوستان و خانواده خود مطرح کنید، یک برنامه ریزی واقعی و کارآمد در نظر بگیرید. بدانید که چه مقدار نرخ بهره را می خواهید پیشنهاد دهید و چه مقدار می توانید به صورت ماهیانه پرداخت کنید.

♦ یک توافق نامه بنویسید و در آن ذکر کنید که تاخیر و یا کوتاهی در پرداخت وام منجر به چه چیزی خواهد شد.

**یک نکته برای پدر و مادر:** اگر بچه هایتان از شما برای یکپارچه سازی وام یا هر منظور دیگری درخواست وام داشته باشند، حتی اگر می توانید به راحتی این درخواست را فراهم کنید، قبل از موافقت خود، نگاه دقیق و سختگیرانه ای داشته باشید.



## ادامه مطلب خیابان لاله زار... از صفحه ۴۵

و مثل آن نبود که موضوع داستان را قبلا فهمیده با آمدن هر پانوشته آن را با تظاهر به اینکه دارای سواد خارجی می باشد تکه تکه توصیف می نمود!

فیلم ها تقریبا همگی سریال و فیلم های یک نوبتی که «درام» بهش می گفتند بندرت به بازار می آمد، شاید از آن جهت که مردم را متعاد کنند، پُری هم این حيله بی راه نمی توانست باشد که هر قسمت از سریال به نقطه ای ختم می شد که بیننده مجبور به دیدن دنباله آن می گردید، در حالیکه بعضی از آنها بیش از یک سال که هر پانزده روز و یک ماه عوض می شدند طول می کشید.

از جمله فیلم های مشهور آن زمان فیلم های: دزد بغداد، علی بابا و چهل دزد، در جستجوی طلا، قالیچه حضرت سلیمان، جنگهای صلیبی، یهودی سرگردان وتارزان بود. و از قهرمانان آنها ریشارد تالماج، آلبرتینی، چارلی چاپلین، دوکلاس فربنکس بودند. همچنین فیلم های دینی تا مذهبیون را هم به سینما بکشاند، امثال: طوفان، نوح، قوم لوط. تا کم کم که فیلم های سریال نوبتی طولانی موجب ملال و واخوردگی مردم شده جای خود را به یک نوبتی سپرده که تا اکنون برجای باشند.

یکی دیگر از اماکنی هم که کم و بیش یعنی گاهگاه به صورت سینما در می آمد، سالن گراند هتل بود که در حالت های خوب به صورت تماشاخانه در می آمد و در کسادی و تعطیل تاتر، سینما می گردید. اگرچه دیگر سالن ها نیز از این اصل مستثنی نبوده گاهی سینما و گاهی تاتر می شدند و برای این تعویض و تبدیل فقط کافی بود که پرده تاتر را کنار کشیده، پرده سینما را که از چلوار دوخته شده بود بیاویزند. جهت همین منظور هم از ابتدا محل پرده را با وسعت و به گونه ای می ساختند که هر دو کار از آن ساخته بشود. علاوه بر کنسرت و بالماسکه که گاهی هم سالن ها به این کارها مخصوص می شدند.

همگی ما خودمان را برای کشتن اژدها آماده می کنیم، اما در پایان به وسیله مورچه های کوچک دریده می شویم که هرگز اهمیتی به آنها نمی دادیم. «پائولو کوئلیو»

به اصفهان و ایران، روزافزون دیدم. به همین جهت می خواهم، بعد از این که دیده برهم نهادم، جسدم را در این خاک مقدس دفن کنند.»

این اثر در اجلاس سی و ششم یونسکو در زمرة میراث جهانی ثبت گردید.

از جمله بی انضباطی تماشاچیان تخمه شکستن و چیز خوردن و تعریف کردن و توضیح دادن فیلم و توضیح خواستن، مخصوصا تعریف و تکذیب و توصیف و تشریح دیده ها از طرف آنها که قبلا نیز فیلم را تماشا کرده بودند برای ندیده ها، و همراه آن خنده و فحش و خوب و بد از پسند و غیرپسند فیلم که به گوش می رسید، همراه چرک چرک شکستن تخمه و آجیل و پرتاب پوست های آنها به پشت گردن جلویی ها که خود این امر نیز پیوسته موجب نزاع و سر و صداهای دیگر می گردید. اضافه بر جنگ و ستیزهای تن به تن چند نفره که بر سر مسئله یا نظریه ای درباره فیلم یا رفتار خصوصی و یا معاشقات با بغل دستی کسی، سالن سینما تبدیل به میدان حرب می گردید و داخل همه این احوال فروشندگان آجیل و تخمه و سیگار و سیراب شیردان و دل و جگری و لیمونادی دم به دم که حین نمایش فیلم صدا بلند کرده به معرفی امته خود می پرداختند.

بعد از آن کیفیت و چگونگی فیلم بود که چون هنوز صدا برای آنها اختراع نشده بود بطور صامت روی صحنه می آمد. در موضوعات قهرمانی و کمدی و کم و بیش داستان های مذهبی، که به جای صدای آن، دسته ای ساز زن، ضرب گیر یا موزیک چی و مرقانچی جلو پرده نشاندید فیلم را موزیک دار می ساختند «البته با تطبیق آهنگ ها با حرکات و عوالم قهرمانان و چگونگی فیلم» به این صورت که در صحنه های عشقی، درآمدها و آهنگ های مربوطه، و در بزین ها، دستگاه های تند مهیج و بدین ترتیب جهت هر موضوع مقام و نغمه و گوشه و آهنگی که ارتباط داشته باشد.

دیگر برای ترجمه و تفهیم فیلم یک نفر در بلندی یا بالکن و مثل آن مقابل پرده ایستاده پانوشته های فیلم را برای مردم ترجمه و تعریف می نمود که البته آن مترجم هم کسی جز یکی از کارکنان سینما مانند کنترل چی یا نظافتچی

## ادامه مطلب پنج آمار تکان دهنده... از صفحه ۵۰

نظر دارید، فقط به سایت هایی که به آنها اعتماد دارید وارد شوید.

## نکات

♦ هیچ گاه برای درخواست پیشنهادهای بهتر از بانک یا Credit Union، تردید نکنید.

♦ با وام دهنده قبل از اینکه کردیت ریپورت شما گرفته شود در مورد شرایط مذاکره کنید. اگر شرایط بانک مطابق با میل و خواسته شما نبود، هیچ دلیلی برای گرفتن کردیت ریپورتتان وجود ندارد.

## مهم ترین نکات

♦ هرگز به خودتان اجازه ندهید که دوباره در بدهی زیاد فرو روید.

♦ صورت حساب هایتان را به موقع پرداخت کنید، حتی اگر توانایی حداقل مقدار پرداخت را دارید. البته سعی کنید که بیشتر از مقدار حداقل پرداخت کنید.

♦ اگر به خاطر موقعیتی که خارج از کنترل شماست، در مضیقه مالی قرار دارید (مانند بیمار شدن یا از دست دادن شغل)، همین حالا درخواست کمک کنید. شما گزینه های دیگری نیز دارید. قبل از اینکه اقدام کنید، موقعیت خود را بسنجید.

برای پذیرفته شدن در روند یکپارچه سازی بدهی، از بالا بودن کردیت اسکورتان اطمینان حاصل کنید. شما می توانید کردیت خود را به صورت ماهانه با استفاده از وسایط های معتبر و بصورت رایگان بررسی نمایید. بررسی کردیت در این وسایط ها یک ابزار کاملا رایگان می باشد که کردیت اسکور شما را به چند بخش تقسیم بندی می کند و برای هر بخش یک رتبه اختصاص می دهد. شما از طریق این سایت تعداد بدهی هایی که دارید و مقدار تأثیری که بر روی امتیازات شما دارند را مشاهده خواهید کرد.

هم چنین ممکن است به شما توصیه هایی برای روند حل مشکلاتتان صورت بگیرد و یا پیشنهادهای از سوی وام دهندگان که بیشترین تطابق را با نیازهای شما خواهد داشت. اینگونه بررسی کردیت ریپورت به هیچ وجه بر روی کردیت اسکور شما تأثیر نخواهد داشت.

## ادامه مطلب مسجد جامع... از صفحه ۴

محراب نمونه نفیسی از تزئین گچبری است با گل و بته و شکل های هندسی. هشت محراب دیگر در این مسجد وجود دارند که تدریجا ساخته شده است.

آرتور پوپ (باستان شناس) می نویسد: «من آن روز وقتی به تماشای مسجد جامع اصفهان رفتم و در زیر این گنبد قرار گرفتم، متوجه شدم که تمام وجودم در تسخیر گنبد و مسجد است چون در زیر این گنبد به خوبی می توان

اگر هم مایل به انجام آن شدید، تا حد ممکن این کار را در سطح حرفه ای انجام دهید. با این کار نه تنها فرزندانان را در یک بازه زمانی مهم از زندگی شان نجات خواهید داد، بلکه به آنها یک تجربه قرض گیری فوق العاده خواهید داد.

## یکپارچه سازی بدهی به واسطه بانک ها

و Credit Union ها: در گذشته، وقتی مردم نیاز داشتند که صورت حسابشان را بررسی کنند، به بانک محل شان مراجعه نموده، با مدیر شعبه صحبت می کردند و پس از توافق روی یک وام، یک چک برای میزان مورد نیاز دریافت می کردند. اما این روزها، در حالیکه شما هنوز می توانید وام های شخصی از بانک ها و Credit Union ها بگیرید، عموما گزینه هایی با نرخ پایین تر وجود دارند، مانند مواردی که در ادامه مطرح خواهیم کرد.

اگر برای دریافت وام، ضامن داشته باشید و از مشتریان قدیمی بانک باشید، نرخ ها نسبت به زمانی که ضامن ندارید و یا وقتی که وام تنها به خاطر نام معتبرتان، به شما تعلق می گیرد، مناسب تر هستند. بنابراین بررسی کنید که در کدام بانک در حال حاضر حساب فعال دارید.

## مزایا

♦ بسته به موقعیت شما و رقابت های بین وام دهنده ها، ممکن است شما قادر به دریافت بهترین نرخ باشید.

♦ اگر شما وام را برای سه تا پنج سال تنظیم کنید، مجبور خواهید بود که مطابق با برنامه زمانی یکپارچه کردن بدهی تان عمل کنید. اگر شما به بانک اجازه دهید که پرداخت ها از حساب کاربریتان به صورت اتوماتیک صورت گیرد، ممکن است حتی نرخ بهتری دریافت کنید.

## معایب

♦ اگر شما سابقه کردیت با مقدار زیادی بدهی پرداخت نشده داشته باشید، از طرف بانک به شما نرخ خوبی ارائه نخواهد شد.

♦ تعداد زیادی پیشنهادات آنلاین برای وام های شخصی وجود دارد، مراقب باشید، اگر قرض گرفتن از این طریق را در

محمدباقر مجلسی معروف به علامه مجلسی و مجلسی ثانی فقیه شیعه در دوران شاه سلیمان و شاه سلطان حسین صفویه که معروفترین اثر او بحارالانوار است در این مسجد دفن شده.

مسجد جامع اصفهان از مساجدی است که محراب های متعددی دارد. بلندآوازه ترین محراب آن در ضلع شمالی ایوان غربی آن، در شبستانی که بوسیله اولجایتو ساخته شد قرار دارد. این

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

آیا او برای سپاه کار می کند و در سرزمین نادانان فوتبال، او داناست؟ می گویند او در راهروهای فدراسیون فوتبال خود را برتر از همه می داند و می داند که سپاه از او حمایت می کند. او برای هیچکس تره هم خرد نمی کند. کل ماجرا هنوز هم در پرده ابهام است و مشخص نیست که بطور مثال او چرا مسعود شجاعی پیرمرد را کاپیتان تیم می کند و بعد روی نیمکت می نشاند، و یا اصلا چرا او هست، وقتی آندرانیک، اسکندریان به فراموشی از گردونه خارج می شوند و یا حسینی که همه بازی ها را بازی کرده است، ناگهان جزو لیست نیست و یا رضا قوچان نژاد ناگهان سر از تیم هاپوئل اسرائیل در می آورد و از تیم ملی خداحافظی می کند.

آیا او اصلا مسلمان بوده است؟ در مجموع کارهای او اراده محافظه کاران مذهبی برای بسط سلطه اش حکایت دارد که مجلس هم به او رای میدهد. او حتی کراوات می زند. گرچه این روزها هیچ چیزی در جای خود نیست. مثلا حسین خان کلانی که همه او را دوست دارند و همیشه کراوات می زند در کنار علی پروین، موزه آقای رفسنجانی را افتتاح می کنند و از رفسنجانی بنام سردار سازندگی یاد می کنند. به قول مش قاسم در سریال تاریخی دائی جان ناپلئون آقا تا قبر چهار وجب بیشتر نیست. دوره هشت ساله حکومت سردار کی روش پیامدهای ناگوار داشته است. کسی نمی داند او و پروفیسور برانکو، مربی رند پرسپولیس، شمشیر خود را از رو بسته اند. کی روش یکبار در مورد منتقدانش و آقای برانکو گفته بود سگ ها پارس می کنند اما کاروان تیم ملی براه خود ادامه می دهد. گرچه مایلی کهن و درخشان هم همیشه انتقاد می کنند. طبیعی است از نظر انسانی مریمان هم متفاوت هستند.

بهرحال نگرانی برای روزهایی که در پیش است کار را دشوارتر می کند. بازی های فوتبال آسیائی از راه می رسد و کی روش هنوز انگشتش را پای قراردادش نزده است، زبان تیزی دارد. گرچه بنظر می رسد تیمی در خارج از ایران او را نمی خواهد. حضرت کی روش خودش را یک ایرانی می داند. او مردی بلند بالا با کراواتی فرنر و رفتاری گاه بچگانه و اهل معامله است. می گویند او با آنکه دفاعی فکر می کند از بی استعدادترین بازیکنان بهترین بازی را می گیرد. او بارها قهر و آشتی کرده است و اغلب یقه بازیکنان سابق خود را مثل علی کریمی، جواد نکونام و... گرفته است. در حالیکه رفته رفته تحریم ها ارزش دلار را شدیداً بالا برده اند، اما فوتبال بهر حال ایفون توده هاست. سردارها و سپاهی ها ایده آل مردم نیستند و مردم از حضور آنها در کنار تیم ها خسته شده

اند. گرچه هنوز هم محافظت از انقلاب در راس کارهاست اما مریمان خارجی در کنار تیم ها کراوات می زنند. در تهران، پروفیسور مغرور، برانکو در کنار قرمزها فکر می کند چگونه از دادن مالیات فرار کند. او هنوز مالیات زمان مریگری تیم ملی اش را نداده است. در کنار آبی ها، آقای شفر با موهای بلند سپید که تا روی گردنش قرار دارد حرف می زند، حرف می زند و حرف می زند. او از آلمان راننده شده است. در تبریز که فرار را بر فرار ترجیح داد. پرتغالی، کرواسی، آلمانی، برزیلی، اسپانیایی همه دلار را خارج از ایران می خواهند. آنها در تلویزیون در کنار مجری های تلویزیونی که کت های رنگارنگ پوشیده اند، به موهایشان ژل مالیده اند و حتی یکی را میشد دید که شلوار ورزشی پوشیده است، می نشینند. خدای من، برای مردمی که نان ندارند بخورند، آیا انقلابی دیگر رخ داده است! آیا نشستن در کنار ریشوها و تسبیح بدست ها دیگر چندان خریداری ندارد! آیا فوتبال برای تعمیق مردم بکار گرفته می شود! آیا دیگر نیازی به سینه زدن آقای پروانی در لباسکنی نیست! آیا حالا به جای نوحه خواندن، او از نوار گوگوش سود می برد!

آقای قلعه نوعی دیگر امام زمان را در رختکنش نمی بیند. همه اعتقاد دارند که باید امور مالی را بهبود بخشید، اما هیچ تضمینی نیست که یک اولیویت تلقی شود و بحران مالی فرو نشین کند. ناگهان خبر می رسد که تیم ملی زیر شانزده ساله های ایران به اندونزی، بله درست خواندید، به اندونزی دو بر صفر باخته است. مصیبت از همه جا سرازیر است. آیا آقای تاج استعفا می دهد؟ اما آقای ساکت همشهری او که نایب رئیس فدراسیون است با لبخندی اطمینان می دهد که این نیز بگذرد. او که ساعت رولکسی به دست بسته است با صدایی صحبت می کند که به نحو غریبی آرام است. بعد از افتتاح کاروان فوتبال ایران در جاکارتا مطمئن باشید سر و کله مخالفان از راه می رسد. سر و کله مایلی کهن و هم پیمانانش نادر فریاد شیران در روزنامه ها پیدا خواهد شد.

راستی دنیا بسیار بزرگتر بنظر می رسد قبل از اینکه اینترنت و فیس بوک جهانی شوند. خبرنگاران در راهروهای فدراسیون فوتبال از آسانسور بالا و پائین می روند تا کارلوس را شکار کنند. گاهی اوقات او شلوار جین بپا اعتنائی نمی کند و گاه شیک و اطو کشیده در برابر خبرنگارانی که هر لحظه بیشتر می شوند می ایستد و با بی میلی به سوالاتی پاسخ می گوید که خبرنگاران با اشتیاق می پرسند. اگر او با روزنامه ها صحبت نکند پس روزنامه چگونه صفحات

## ادامه مطلب آیا بانک ها کردیت... از صفحه ۱۱

و نمی توانید اکانتی باز کنید، گزینه های دیگری دارید - بسیاری از بانک ها دارای اکانت هایی با ویژگی های محدود یا امکاناتی برای مشتریان با کردیت ضعیف یا سوابق مالی هستند. اگر شما در این موقعیت هستید، تغییر در عملکرد مالی شما، باعث می شود اطمینان حاصل کنید که سوابقتان برای همیشه منجر به ممنوعیت گرفتن تسهیلات نخواهد شد - اما برای مدت زمانی، توانایی شما برای حفظ اکانت بانکی معمولی محدود می شود.

شما را برای رسیدن به اهداف مالی محدود کرده، می توانید برای بهبود و ترمیم و تصحیح کردیت تان با یک کمپانی معتبر Credit Repair تماس بگیرید.

این گزارش اغلب از پایگاه Chex-System، تهیه می شود و این سرویس توسط هشتاد درصد از بانک های ایالات متحده و سازمان های کردیتی استفاده می شود. هنگامی که حساب بانکی یک مشتری به خاطر عملکرد نامطلوب آن مشتری بسته می شود، نظیر تقلب چک، بدهی های بیش از حد و یا بدهی های ناخواسته، رکورد این فعالیت احتمالا در پایگاه داده ChexSystem ثبت خواهد شد و توسط هر بانک یا سازمان کردیتی که از آن سرویس ها استفاده می کند، مشاهده خواهد شد.

## نتیجه گیری

بانک ها قبل از تصمیم گیری درباره درخواست شما برای باز کردن یک اکانت، سوابق شما را بررسی می کنند. اگر سابقه مالی مبهمی دارید

## ادامه مطلب قاچاق انسان... از صفحه ۳

عراقی ها قاچاق برها را به زور اسلحه مجبور کردند ما را برگرداندند سر جای اول مان.» سعید و خانواده اش این بار تصمیم می گیرند به استانبول برگردند و از مسیر دریا به یونان بروند: «از استانبول قاچاق برها با اتوبوس ما را بردند لب ساحل. عصر رسیدیم آن جا و تا شب منتظر شدیم تا قایق ها را آورند. هنوز قایق ها را باد نکرده بودند که مامورها حمله کردند. همه می خواستند فرار کنند. ولی ما از ترس این که بلایی سر دخترمان نیاید، از جایمان تکان نخوردیم. ما را با بقیه سوار اتوبوس کردند. ۳۳ نفر بودیم. من هنوز خیلی متوجه نبودم چه اتفاقی برای مان افتاده است. خیلی ها از ترس دیپورت شدن شروع کردند به التماس کردن که ول شان کنند. مامورها هم می گفتند ما را به مرز نمی برند، برمی گرداند استانبول. من هم ته دلم امید داشتم که راست بگویند. اما وقتی از دور پاسگاه مرزی و عکس بزرگ خمینی و خامنه ای را دیدم، زانوهایم سست شد و افتادم کف اتوبوس...»

حالا شش سال از آن روزی که به ایران بازگردانده شده است، می گذرد. سعید می گوید: «در این شش سال، هر روز به این فکر کرده ام که چه طور دوباره از این جا فرار کنیم. خدا شاهد است اگر پول داشتم، یک روز نمی گذاشتم زن و دخترم عمرشان را این جا تلف کنند. اما این جا با پول خیاطی نمی شود زندگی را گذراند، چه برسد به پس انداز کردن.»

پی فدراسیون فوتبال را کامل می کند! تیم المپیک آسیائی، تیم زیر شانزده ساله، و حالا هم تیم ملی. به امید روزهای بهتر. ای بسا آرزو که خاک شده.

آن قدر اصرار کردیم تا یکی از آن جوان ها دوباره ما سه نفر را از همان راه برگرداند.» به ادرنه که می رسند، دوباره با برادرهایش تماس می گیرد و یک قاچاق بر دیگر پیدا می کنند: «بعد از سه چهار روز آمدند دنبال مان. بازهم با یک خانواده دیگر راه افتادیم. آن خانواده عراقی بودند و تعدادشان زیاد بود. چند تا پسر بزرگ داشتند. با هم ۱۲ نفری می شدیم. قاچاق برها هم سه نفر بودند که یکی از آن ها اسلحه داشت. این دفعه با خودمان خرما و «ردبول» و خوراکی برای بچه و پتو و کیسه پلاستیکی برای باران برده بودیم و می دانستیم باید زیاد پیاده برویم. اما صبح تا شب پیاده رفتیم تا قاچاق برها گفتند شب باید همان جا وسط بیابان بمانیم. یکی از پسرهای خانواده همراه ما خیلی عصبانی شده بود و هی داد و بی داد می کرد و می گفت حتما گم شدیم که تا حالا نرسیده ایم. من و همسرم هم توی دل مان خالی شده بود. دخترم هم از سرو صدای آن ها وحشت کرده بود و مدام گریه می کرد. با هر بدبختی بود، تا صبح همان جا ماندیم چون کار دیگری نمی توانستیم بکنیم. صبح باز با صدای دعوا بیدار شدیم. دوباره پسرها داشتند با قاچاق برها کتک کاری می کردند و اسلحه آن ها را گرفته بودند. ما هم آن جا فکر کردیم آن عراقی ها راست می گویند چون هیچ چیزی دور و برمان نبود، فقط دشت لخت بود. هوا هم آن قدر سرد بود که مغز آدم درست کار نمی کرد. خلاصه آن

خود را پر کنند؟ فراموش نکنیم که هر آمدنی را رفتنی است. برآستی آیا او از آدم های بی جانشین ورزش قهر در عقبرب ما است، یا او اگر بماند شکست های پی در



ادامه مطلب **دنیای سینما... از صفحه ۱۶**

فضای متفاوتی را نسبت به فیلم های رایج سینمای ایران به وجود می آورد. فیلم تاحدی شلوغ است و شلوغی اش مربوط به رفت و برگشت های سریعش به شخصیت های گوناگون فیلم است که آن را زنده و پرتحرک نگه می دارد. «کامیون غروب» فیلمی است جوان پسند، با تمام مشخصات یک جامعه جوان با مشکلات و علایق ویژه اش.

ادامه مطلب **توقعات بی جایی... از صفحه ۹**

گرفتن توانایی ها و شادی های تان نیست. ما با توانایی مان در غلبه بر بدبختی ها و پریشان حالی های مان سنجیده می شویم. نه بر اساس فرار از آنها. مورد حمایت واقع شدن، سهمی شدن و دریافت کمک از دیگران، یکی از بزرگترین پاداش های زندگی است. همه ما آرزوها و نیازها و کشمکش های مشابهی داریم و اگر این را بپذیریم، دنیا جایی خواهد بود که می توانیم به چشمان کسی نگاه کنیم و بگوییم: «من پریشانم و در این لحظه حالم خوب نیست.» او هم ممکن است سرش را تکان دهد و بگوید: «من هم همینطور!» این هیچ ایرادی ندارد، زیرا همیشه «خوب و روبراه نبودن»، کاملاً طبیعی است. پس یادتان باشد اطرافیان شما قرار نیست همیشه باحوصله و شاد و آماده باشند. مردم به ندرت همان طوری رفتار می کنند که شما دوست دارید. شما در حد خود تلاش کنید، اما از دیگران کمتر توقع داشته باشید و فراموش نکنید، مقدار و کیفیت شادی و رضایت شما، بستگی به افکار و اندیشه های شما دارد. حتی اگر رابطه یا موقعیتی اصلاً خوب نبود، باز هم این حسن را داشته که یک تجربه به درد بخور کسب کرده اید.

تعریف نکرد. آن روز ما چهار زانو کنار منقل استاد نشستیم. بعد از این نشر و تهدید نجات دهنده بچه دور من یکی را خط کشید و دیگر طرفم نیامد. فریدون را نه تنها ول نکرد بلکه تمام انرژی خود را صرف وجود او کرد. یعنی سهمیه مرا هم به سهمیه او اضافه کرد. یک سیخ وافور برداشته بود و سراغ فریدون رفته بود. من یک وقت متوجه شدم بچه اصرار دارد سیخ را به گوش فریدون فرو کند. او هم به احترام استاد چیزی نمی گفت. بالاخره فریدون به استاد گفت: «به این شرابیم چیزی بفرمائید. سیخ را برداشته پرده گوش مرا سوراخ کند.» نیما عاقبت سربلند کرد و به بچه تشر زد و گفت: «هنیش بچه. سیخ اشکنه.» (یعنی بچه بشین سیخ میشکنه)

این شاید نخستین فیلمی باشد که در سینمای ایران به سبک فیلمی ساخته شده و گرچه رفت و برگشت هایش قابل تحمل و پذیرش است، اما درهم آشفتنگی اش را مدیون تاثیر از سینمای «فلینی» و سبک فیلمسازی او دارد. همان سبک بازی های «فلینی» وار، موزیکچی های موزیک زن وقت و بی وقت و کاراکترهای عجیب و غریب که جمعا

**توقع نداشته باشید فوراً تغییر کنند:** اگر کسی که دوستش دارید رفتار یا خصوصیت خاصی دارد که برای تان مهم است تغییر کند و اصلاح شود، باید صبور باشید و به او زمان بدهید. اگر واقعا احساس می کنید باید تغییری ایجاد شود، صادق باشید و به او رک و راست بگویید چه احساسی دارید و از او چه می خواهید. معمولاً اینطور است که شما نمی توانید کسی را تغییر دهید و نباید هم سعی در انجام این کار داشته باشید، یا او را همان طوری که هست بپذیرید و یا انتخاب کنید که بدون او زندگی کنید. ممکن است بی رحمانه به نظر برسد اما اینطور نیست. وقتی شما سعی می کنید دیگران را تغییر دهید، آنها اغلب همانی که هستند باقی می مانند، اما وقتی تلاشی برای تغییرشان نمی کنید، از آنها حمایت می کنید و اجازه می دهید همانی که هستند باشند، آنها تدریجاً به زیباترین شکل ممکن، تغییر خواهند کرد، چون در واقع چیزی که این میان تغییر می کند، طرز نگاه شما به آنهاست!

**انتظار نداشته باشید همیشه با حوصله و روبراه باشند:** یادتان باشد پذیرفتن اندوهها و نقطه ضعف های خودتان به معنی نادیده

را به حالت حمله بالا برد و با قیافه درهم کشیده ترسناکی بچه رو تهدید کرد که آرام بگیر پدر سوخته می زرم دک و دنده ات را خرد می کنم ها. بچه از وحشت یک لحظه بهت زده و ناگهان عر گریه صداداری را سر داد.

از صدای شیون بچه استاد سراسیمه دگمه شلوار نبسته به اتاق دوید. رسول به آنی تغییر قیافه داد و با نگاه ملایم و مهربان خطاب به بچه لرزان و گریان از ترس گفت: «خیلی خب، خیلی خب، ما غلط کردیم بوس خواستیم. اما چیز غریبی است استاد، شرابیم نازنین وقتی شما نیستید این قدر غریبی می کند.» جناب پزشک زاد را ادامه می نویسد که این نقل فریدون توللی را به رسول پرویزی حکایت کردم. او گفت فریدون قضیه را تا آخر

ادامه مطلب **از درگوشی ها... از صفحه ۲۲**

و ما حامیان عادات خوب و بد، این جیره خواران، رفتیم سوی بی بند و باری، مثلاً آزادی. آشنایی بچه هایمان با اعتیادات و انحرافات رایج، مشروب و سیگار و مواد مخدر و هم جنس بازی و روابط رختخوابی و سقط جنین و با جنس مخالف و یا موافق هم خانه و هم خوابه، که چه شود؟ چنین پیشروی را نخواستیم که بازده ایرانی اصیل نبود و نیست و نخواهد بود. حیف و صد حیف و دریغ که در رخوت بی حسی و بی نگرانی آلوده بد و خوب بیگانگان بدخواه وطن را از یاد بردیم و خیال واهی متمدن شدیم. چه باک که ایرانمان در لفاف غنیمت جنگی به فروش رفته. چشم و دلمان روشن. از دست ما که کاری ساخته نیست. بهتر که امیدوار باشیم و منفی نبافیم. خصوصاً که کنسرت گوگوشه و باید خوش بود، قر داد و رفته ها را از یاد برد. عجلالتا سرمان گرم است و هر آنچه باید بشود خواهد شد.

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

## یادی از توللی و نیما

ایرج پزشک زاد در کتاب به یاد یار و دیار خود می نویسد: «یادم می آید، یک وقتی که فریدون توللی شرح دیداری با نیما یوشیج را حکایت می کرد گفت که یک روز به اتفاق رسول پرویزی به دیدن استاد رفته بودیم. شرابیم پسر نیما که آن موقع حدود دو سال داشت هنوز زبان باز نکرده بود ولی خوب این ور و آن ور می دوید و تا دلتان بخواهد شیطان بود. نمی گذاشت ما دو کلمه با استاد حرف بزنیم. لاینقطع از من به رسول و از رسول به من می رفت و می آمد. با گفتن عمو عمو و کلمات نامفهومی حرف ما را می برد.

تنها حرف مفهومی که مرتباً به صورت سوال تکرار می کرد این بود که عمو قرص آخه. پیدا بود که برای این که یک وقت از سر شیطنت بچگی قرص های دوا را نخورد به او تلقین کرده بودند که قرص چیز بدی است. شاید پنجاه بار رفت و آمد و از من و رسول درباره «آخ» بودن قرص فتوی خواست که ما هم با این که امانمان را بریده بود اما به احترام استاد باز جواب می دادیم که بله قرص آخه. آن وقت تازه سراغ استکان و نعلبکی و سیخ و سه پایه و چراغ می رفت و همه چیز را زیر و رو می کرد. نیما هم بخاطر علاقه زیادی که به این بچه داشت اعتراضی نمی کرد تا این که عاقبت استاد چند لحظه از اطاق بیرون رفت. رسول این بار که شرابیم به سراغش آمد ناگهان دست

و امروز که بحر خزر و زمین های کرانه به تاراج روسیه رفته و آبراه خلیج فارس و جزیره کیش باج و خراج چین، همچنین نقدینه و نفت و گاز رایگان در ازای غنی سازی اورانیوم به کره شمالی، چه باک که غنوده ایم در سنگر دموکرات های آمریکا به امیدی که رشوه بلیون دلاری جرج سوروس و بیل گیتس به بهانه ای مردک عوضی را کله تعلق نماید و جهان دنیا را خلاص. مهم اینجاست که هستیم. در تذکر مصیبت ایران برباد ده در شعر بلندی نویسنده و شاعر نوپرداز اسماعیل خوئی صادقانه در نهایت الصاف اقرار می کند «ما خام سوختگان. نفرین به ما... ما کینه کاشتیم و خرمن خرمن مرگ برداشتیم. ما، نفرین به ما. ما مرگ را سرودی کردیم.» ای کاش چپگران و خاکسترنشینان داس چکش این چنین شهامت اخلاقی را نشان می دادند. خلاصه کلام خوب و بدها را گم کردیم

## کتاب صد سال تنهایی گارسیا مارکز

مارکز با انتشار کتاب صد سال تنهایی، روش رئالیسم جادویی که ترکیب خیال و واقعیت است را به خوانندگان رمان معرفی کرد. رئالیسم جادویی مارکز، که در آن طبیعت دلیل و منطق را کناری می افکند، پیوسته در خدمت جهان بینی انسانی نویسنده قرار دارد. صد سال تنهایی او ابتدا در ۱۹۶۷ در آرژانتین منتشر شد و تمامی ۸۰۰۰ نسخه چاپ اول آن در بوئنوس آیرس به فروش رفت. چیزی نگذشت که خوانندگان کتاب در سراسر آمریکای لاتین برای خریدن آن به کیوسک های روزنامه فروشی و کتابفروشی ها هجوم بردند. ترجمه کتاب به زبان های بیگانه از مرز سی و پنج کشور گذشت. در آمریکا تنها شرکت انتشاراتی ایون، یک میلیون نسخه از ترجمه آن را در ظرف مدت کوتاهی به فروش رساند. در روسیه نیز یک میلیون نسخه اول رمان، در اندک زمانی به فروش رسید.

برای گارسیا مارکز تعریف کرده اند که در مسکو زن میانسالی کتاب صدسال تنهایی را از ابتدا تا انتها، کلمه به کلمه رونویسی کرد تا مطمئن شود که آن رمان را خوانده است.

در شهر مکزیکو همین که خبر اهدای جایزه نوبل ادبیات به مارکز پخش شد دانش آموزان یک دبیرستان جلوخانه او در محله ال پدراگان جمع شدند و با خواندن سرود دسته جمعی به او تبریک گفتند.

## ادامه مطلب هیچوقت دیر نیست... از صفحه ۳۹

کنند. تمام روز که با اندیشه های مختلف به سر می کنیم افکار به تدریج در ذهن ما می نشینند و در روح و ذهن ما تاثیر می گذارند و حالات روحی ما را تنظیم می کنند. باید ملکه ذهن خود را از افکار مثبت، پیام های نوید بخش، با خودباوری و شجاعت و قدرت درونی خدادادی خود پر کنیم که بتوانیم از منفی گری و خود ویرانی نجات پیدا کنیم. با meditation, بهترین و آرامش بخش ترین تصورات را در ذهن خود مجسم کنید و به خود تلقین کنید که بهترین ها و راه حل های درست در راه هستند. در ذهن آرام می توانید به تصمیم های درست زندگی از هر لحاظ برسیم. اگر دچار بیماری هستیم و یا در رابطه ای هستیم که احتیاج به بهتر شدن دارد، عبارات تلقینی به مانند «من هر روز و هر لحظه بهتر و بهتر می شوم. من قادر و توانا هستم و وجود خدا در من هم هست». «من می توانم، می توانم، می توانم». را فراموش نکنیم. کلمات نیروبخش و امیدوار کننده نیرو دهنده هستند و شما می توانید گام به سوی جاده زیبایی بردارید. باور کنیم سپیده را، صبح را، رویش جوانه ها را. از حال به آینده پلی بزیم چون چشم نواز شکر فردا منتظر ماست! با آرزوی بهترین های هستی برای شما. دوستان داریم.

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

ثانویه یا Secondary Hypertension می گویند. در صورتیکه این نوع فشارخون کاملا درمان نشود، سال های بعد در اثر اضطراب ناگهانی مجددا بر می گردد. حالت مخالف این پدیده نیز وجود دارد. گاهی در افراد مسن در اثر غذا خوردن، فشارخون آنها شدیداً به پائین می افتد که می تواند خطرناک باشد و علت آن این است که در اثر ورود غذا به داخل روده ها، خون به سرعت جهت هضم غذا به این ناحیه حرکت کرده و باعث پائین افتادن فشارخون می شود.

طی بیست و پنج سال تجربه کرده بود و همچنین برای (بلک) که در دانشگاه دیوک روانشناسی تحصیل کرده بود، این روش غیرقابل قبول بود. او احساس سستی و حال بهم خوردگی داشت. در چند لحظه آریگو چاقو را با پیراهن ورزشی اش پاک کرد و بیمار را مرخص کرد و بیمار بعدی را صدا زد.

ما می توانیم با نیروی درون خود و باور آن چرخه های هستی را برای خود به کار بیندازیم. برای حل مشکلات خود و یا بهتر کردن زندگی غصه خوردن و منفی بودن فقط روح و جسم ما را سائیده و کمکی نمی باشد. با پشت سر گذاشتن مرحله ناراحتی (Grief Sadness) به مرحله بعدی که نظاره گر و انجام گر و مثبت نگر هست می باید حرکت کرد. افکار نیکو و عبارات تاکیدی درست، روح را تحت تاثیر قرار می دهد و بر جسم هم اثر می گذارد و سلامت آن را بیشتر می کند. استرس، غصه و غم و افکار منفی و نگرانی، کم کم عارضه های بدتر جسمی به وجود می آورد و ژن های ناخوشایند را هم فعال و بیرون می آورد. برای همین دین زرتشت می توانست خوشبختی انسان ها را بیمه کند. پندار بد سلامتی را تحت تاثیر می گذارد و اضطرابی که با افکار بد و گفتار منفی و رفتار بد به انسان وارد می شود مثل یک سلسله زنجیر، یک به یک انسان را عوض می کند.

جسم آرام در نتیجه روح آرام می باشد و روح آرام با راه کارهایی که راجع به آن برایتان نوشتم، افکار ما برگرفته تربیت و محیط و انواع تلقینات در تمام زندگی ما از کودکی تا بحال از خانواده و اجتماع می باشد. افکار ما زندگی ما را پی ریزی می

مشکلات بعدی (Complications) حتی کوتاه ترین زمان که فشارخون از حد نرمال بالا رود فشاری بر قلب و سایر اعضای بدن بوجود می آورد و در اثر ادامه آن کلیه ها، عروق، چشم ها و قلب می توانند آسیب ببینند، بخصوص در اثر ناراحتی های قلبی و عروقی قلبی نظیر (Aneurysm) بسیار خطرناک می باشد چون ممکن است باعث پارگی رگ ها شود. همانطور که اشاره شد فشارخون نبایستی از حد ۱۳۰/۸۰ بالاتر برود. در حالت فشارخون کوتاه مدت نام دیگری هم دارد که به آن فشارخون

چشم آگاه بوده اما هیچ درد و ناراحتی احساس نکرده. آریگو هنوز با لهجه غلیظ آلمانی صحبت می کرد. گفت که این تکنیک را اغلب بعنوان وسیله ای برای تشخیص بیماری یا جراحی های چشم بکار می برد. برای پوهاریچ این عمل مغایر تکنیک پزشکی بود که در دانشگاه نورث وسترن یاد گرفته و

## ادامه مطلب به نام هستی... از صفحه ۳۳

تحقیق نموده به اتفاق دونفر مترجم از دانشگاه ریودوژانیرو و همچنین آقای هنری بلک، به قصد تحقیق درباره کارهای آریگو به مکزیک مسافرت کردند. اینک شرح یکی از جراحی های آریگو را از زبان نویسنده کتاب، جان جی فولر می خوانید.

«بدون هیچ تشریفاتی آریگو اولین شخصی را که در صف طویل مراجعین ایستاده بود انتخاب کرد. شانه های او را گرفت به کنار دیوار زیر عبارتی که نوشته بود (به مسیح فکر کنید)، هدایت کرد. او مردی مسن بود با لباس آراسته. دکتر پوهاریچ در کنار آن مرد قرار گرفته بود. آریگو بدون هیچ کلامی یک چاقوی برنده برداشت و نوک آن را مستقیماً داخل چشم چپ مرد فرو کرد. پوهاریچ علیرغم سال ها تجربه پزشکی از این امر در تعجب فرو رفته بود و شگفتی او افزون شد وقتی که آریگو با خشونت تمام چاقو را به صورت عمودی بین کره چشم و کنار پلک به طرف گودی چشم بدون هیچ فشاری فرو می برد. آن مرد کاملاً بیدار و هشیار بود و هیچ نشانه ترس یا درد از خود نشان نمی داد، حتی تکان نمی خورد. یک زن جیب زد و دیگری غش کرد. بعداً آریگو چاقو را طوری اهرم کرد که کره چشم کاملاً از حدقه بیرون زد. بیمار هنوز خونسرد و آرام بود فقط یک چیز او را ناراحت کرد و آن مگسی بود که روی گونه او نشسته بود. در همین لحظه که چشم او کاملاً بیرون زده و حالت کجی پیدا کرده بود با خونسردی مگس را از گونه خود دور کرد.

آریگو در ضمن عمل به ندرت به بیمارش نگاه می کرد. در یک لحظه در حالیکه دستش با چاقو مشغول کار روی چشم بیمار بود با دستیارش شروع به صحبت کرد و لحظه دیگر کاملاً از بیمار روی برگرداند، در حالی که نیمی از چاقو از چشم بیمار آویزان بود. سپس رو به دکتر پوهاریچ کرد و از او خواست که انگشت را روی پلک بیمار قرار دهد بطوری که بتواند نوک چاقو را در زیر پوست احساس کند. در این موقعیت پوهاریچ شوکه شده بود ولی این کار را انجام داد و نوک چاقو را در میان پوست چشم احساس کرد.

پوهاریچ از مترجمین خواست احساس بیمار را بپرسند. بیمار در نهایت خونسردی و بدون هیجان صحبت می کرد و گفت با اینکه از وجود چاقو در

این نوع تشخیص صرفاً با چشم سر میسر نیست بلکه با دید دیگری مقدور است زیرا چشم از انعکاس تصویر اشیاء بر شبکیه و پی بینایی بهره می برد و اگر اشیاء در برابر چشم حاضر نباشند ادراک بصری میسر نمی شود و حال آنکه در بینایی باطنی و ادراکات فوق حسی حضور اشیاء در برابر چشم ضروری نیست.

## شفابخشی و روان درمانی

چنانچه از دید تحقیق و کنجکاو علمی وقوع پدیده های مربوط به انتقال اشیاء دگرگونی در وضعیت فیزیکی آنها، اثر بخشی از فاصله دور بر اشیاء و موجودات زنده را به دلیل معدود بودن جزو اتفاقات و استثنائات قرار دهیم اما مسئله درمان های روحی و شفابخشی های متعدد که با توکل به عنایات پروردگار و انتقال انرژی روحی از فردی به فرد دیگر را نمی توان جزو موارد معدود محسوب داشت. مضافاً به اینکه مسئله شفابخشی از طریق انتقال انرژی از فردی به فرد دیگر چنان گسترش یافته است که مورد توجه و تحقیق قرار گرفته است. اگرچه کیفیت اینگونه درمان ها هنوز در محدوده علم مشخص نشده اما شفابخشی های متعدد در نقاط مختلف کره زمین به دست شفا دهندگان روحی تردیدی در موثر بودن این روش ها باقی نمی گذارد، خصوصاً در مواردی که علم پزشکی دست رد بر سینه بیمار می زند و بیمار امید بهبودی را از دست می دهد و نومیدی سریعتر او را به سوی مرگ رهسپار می کند. در چنین مواردی پزشکان به بیمار حق می دهند تا آنچه را که احتمالاً در بهبودی او موثر است بکار برد مسلم در چنین شرایطی گرایش به سمت روش های درمانی غیرمتعارف از جمله شفابخشی امیدی تازه به بیمار می دهد.

این قبیل درمان ها در دنیا ناشناخته نیست. خوشبختانه بسیاری از پزشکان و روانشناسان با این روش ها آشنایی دارند و برای آن دسته افرادی که علاقمند به آگاهی مختصری در این باره هستند ضمن بیان تاریخچه کوتاهی به ذکر چند مورد شفابخشی اشاره می کنم.

## زیگما آریگو جراح روحی

دکتر هنری پوهاریچ محقق معروف آمریکایی که تحقیقات زیادی در مسائل فوق روانی دارد و در رابطه با کلرویان معروف پیتر هورگس نیز



## ادامه مطلب نبرد دین با... از صفحه ۱۰

تفاوت بزرگ بین بینش قرون وسطایی و جهان بینی در علم نو در موضوع مرجع است. از دیدگاه درس خواندگان، متن انجیل، احکام مذهب کاتولیک و (تقریباً به طور برابر) آموزش های ارسطو تردید ناپذیر جلوه می کردند. اندیشه های اصیل و حتی بررسی واقعیت های ساده هرگز نمی باید از حد و مرزی که از سوی این مرجع های بی حد و مرز فکر و اندیشه تعیین شده اند فراتر بروند. پرسش هایی از این قبیل که آیا در آن سوی زمین نیز انسان هایی زندگی می کنند، آیا سیاره مشتری نیز ماه دارد و این که آیا سرعت سقوط اجسام با جرم آنها نسبت دارد، پرسش هایی بودند که پاسخ شان از راه مشاهده به دست نمی آید بلکه با برداشت از کتاب مقدس یا آموزش های ارسطو روشن می شود. برخورد بین الهیات و علم در واقع همان برخورد بین مرجع و مشاهده بود. دانشمندان از کسی نمی خواستند که چون اظهار نظری از سوی مرجع بزرگی اعلام شده آن را بیان به عنوان حقیقت بپذیرد. برعکس، آنان حواس را معیار قرار می دادند و فقط نظریه هایی را می پذیرفتند که بر واقعیت ها استوار بودند، واقعیت هایی که بر هر کس که پایه کار را بر مشاهده می گذاشت آشکار می شد. این روش تازه در زمینه های نظری و عملی به پیروزی هایی آن چنان حیرت انگیز دست یافت که علوم الهی به تدریج ناچار از کنار آمدن با علم و سازش با آن شد. گفته های ناهماهنگ انجیل با علم، به شیوه تمثیلی، مجازی یا رمزی تفسیر می شد؛ پروتستان ها نخست پایگاه مرجعیت را از احکام کلیسا و انجیل فقط به خود انجیل و سپس به روح فرد انتقال دادند. تدریجاً به این نکته پی برده شد که زندگی مذهبی ربط چندانی به اظهار نظرهای دینی درباره برخی از امور مثلاً وجود تاریخی آدم و حوا ندارد. به این ترتیب دستگاه دین با واگذاری پاره ای از سنگرهای کوچک کوشیده است تا پایگاه یا دژ اصلی را سالم نگاه دارد- آیا در این کار موفق بوده یا خیر، آینده نشان خواهد داد.

با همه اینها، جنبه ای در زندگی مذهبی آن را به «اورپوس» تغییر داد و سپس بوسیله ارشک به «ارساسیا» تغییر نام یافت. از سوی ماد بدان ها نزدیک بود. من تصور می کنم که «پلین» در میان نویسندگان دوران کهن تنها کسی است که درباره قراردادن دربندهای قزوین در میان سرزمین ماد، ما را دچار اشکال می گرداند. وی از این دربندها همچون راهی که به دست انسان در میان کوه ها ساخته شده است و عرض آن به اندازه ای است که یک گردونه از آن می تواند بگذرد و طول آن ده هزار پا یعنی حدود سه فرسنگ است، سخن می گوید.

## ادامه مطلب از اینجا، از آنجا... از صفحه ۱۴

حالا چرا به یاد مادر بزرگ افتادم! چند وقت پیش رفته بودیم منزل آشنایی. صاحب خانه مشروب تعارف کرد. از او تشکر کردم و گفتم که میل ندارم. ابروهایش را بالا انداخت و جواب داد: «یعنی چی میل نداری!... بگو چی می خواهی تا برات درست کنم!» لبخندی زدم و گفتم: «باور کن الان میل ندارم، مرسی» با قیافه ای حق به جانب جواب داد: «بین، میل ندارم نداریم. آمدی مهمونی، باید مشروب بخوری! چرا اینقدر تعارفی شدی؟! حالا بگو چی می خواهی برات درست کنم!» هر چی بهش می گفتم که نه، مرسی، اصلاً انگار نه انگار. دیگه داشت میرفت توی اعصابم و خدا نکنه که کسی بره توی اعصاب من. خیلی جدی جواب دادم: «الان میل ندارم... هر وقت خواستم صدات می کنم... اما اول کن معامله نبود. گفت: «به خدا نمیشه!... باور کن هر چی بخوای داریم!». نگاهی بهش انداختم، سرم را تکانی دادم و راهم را کشیدم رفته به طرف شوهرم. باور کردنی برای خودم نبود، اما خیلی دلم می خواست که مادر بزرگ اونجا بود و با این آقا آشنایم می کردم.

یاد مهمانی دیگه ای می افتم که چند وقت پیش رفتیم. متوجه شدم که از اول مهمانی، صاحب خانه مثل بسیاری دیگر، فقط یا در آشپزخانه مشغول به کار بود و یا در حال پذیرایی می باشد. هر چه بهش گفتم: «تورا به خدا بیا بنشین و از مهمانی خودت لذت ببر». اصلاً به خرجش نمی رفت و می گفت: «آخه زشته، باید به مهمان ها برسم و گر نه بهشون بر می خورم!» و خلاصه مثل مرغی که کله اش را کنده باشند، همینطوری دور خودش و مهمان ها می چرخید. وقت صرف چایی شد. دیگه طاقت نیاوردم. رفته به طرف میزبان و گفتم که «برو راحت بنشین و از مهمانی و مهمان ها لذت ببر، چایی بردن با من.» قوری، کتری، فنجان ها و قند را با

## ادامه مطلب نامه های شگفت انگیز... از صفحه ۷

این کاروانسرا از آن رو یوزباشی نامیده می شود که توسط یک یوزباشی ساخته شده است و «یوزباشی» به معنی فرمانده صد نفر است. این کاروانسرا تنها منزلگاه این ناحیه است. ما در آنجا منزل کردیم و شام خوردیم. روز پانزدهم نوامبر از موقع سرزدن خورشید تا هنگام غروب در میان کوه ها و تپه های پوشیده از برف و با همان بادی که ما را ناراحت می کرد به راه خود ادامه دادیم. سرانجام از

این تنگه های غم انگیز بیرون آمدیم و مازندران را که همان «هیروکانی» دوران کهن است که «بطلمیوس» آن را از ناحیه پارت توسط یک سلسله جبال طولانی بنام «مون کورن» جدا می سازد، در شمال گذاشتیم و به «آقا بابا» در دشت قزوین رسیدیم. آقا بابا روستای بزرگی است. این کوه ها که ما را چنان خسته کردند، شهر «رگ» یا «رژیا» که «سلوکوس نیکاتور» نام

## ادامه مطلب یادداشتهای بی تاریخ... از صفحه ۲۰

- نه خیر، ملاجی فقط باب اول و دوم و سوم و هفتم را به ما درس داد.  
- بعد از آن دیگر چی؟ شب ها هیچوقت سعدی را بدست گرفته اید که شعری، حکایتی، غزلی از او بخوانید؟  
- نه خیر فرصت نشد. ملبس شدم و عبادت شب فرصت اینگونه اتلاف وقت به حقیر نمی داد و نمی دهد.  
آنوقت بود که استاد سیدکاظم عصار این آخرین یادگار حکمت الهی که حکومت عقل بر دین را می آموزد غش غش خندید. خنده اش زهرتلخ مباحثه را گرفت و عصار فرمود:  
- حضرت آیت الله امشب که به حجره تشریف بردید یک گلستان قرص بگیریید.  
- برای چی؟  
- برای اینکه باب هشتم آن را باز کنید و این قطعه را چند بار بخوانید:

**در خاک بیلقان برسیدم به عابدی**  
**گفتم مرا به تربیت از جهل پاک کن**  
**گفتا برو چو خاک تحمل کن ای فقیه**  
**یا هر چه خوانده ای همه در زیر خاک کن**  
و ای شیخ این شمشیر استدلال چهار خطی تو بود که زبان دراز آن طلبه را در کام کرد. واقعا راست گفته ای که:  
«خلاف راه صواب است و نقض رای اولوالباب: ذوالفقار علی در نیام و زبان سعدی در کام.»

«اولین بار وقتی همسر سابقم را دیدم که گوشه خیابان ولی عصر دست همسر جدیدش را گرفته بود و کمکش می کرد تا از جوی آب عبور کند، احساس کردم از شدت خشم و حسادت به راحتی می توانم با اتومبیلم از رویشان رد بشوم. اما از وقتی او از زندگی ام رفته، بخت عاشق شدن دوباره و این بار پخته تر و زیباتر از گذشته به من روی آورده. انکار نمی کنم که مدتی منزوی بودم و بسیاری از فرصت های اجتماعی ام را به خاطر این انزوا از دست دادم. چند سالی درگیر مشکلات اقتصادی شدم، هر جا می رفتم خانه اجاره کنم می گفتند چون یک زن مجردم به من خانه نمی دهند. واکنش اعضای خانواده ام، پیچ پیچ خاله زنک ها و خاله مردک های فامیل، ترسی فلج کننده و مشکلات عاطفی عمیقی که درگیرش بودم تا چند ماهی امید به زندگی را از من گرفته بود. اما الان وقتی فکرش را می کنم، به هیچ وجه به کل این ماجرا احساس ناخوشایندی ندارم. آن را پذیرفته ام و اعتراف می کنم که بسیار خوشحال تر و شادتر از زنی هستم که سابق بر این در آن رابطه بیمار قرار داشت.

یا واقعا نخوانده بود. ناچار باز به صدای بلند گفتم:  
- کتاب آقا! کتاب حاج آقا. کسی به آقای خوانساری حاج آقا نمی گفت. «آقا» ساده ترین خطابی بود که مریدان به آن مخاطبش می ساختند. هنوز آیت الله گفتن مد نشده بود فقط به مراجع تقلید آیت الله می گفتند و بس و آقای خوانساری بی شک شایسته این خطاب بود و طلبه از سر جهالت و شرارت او را حاج آقا خوانده بود. سید جلیل القدر سربیزر انداخت و گفت: «پس لابد حق با شماست. اگر اسم کتاب یادتان آمد به بنده هم بفرمائید که با آن مراجعه کنم.»  
طلبه از رو نرفت و گفت: «حاج آقا در کتابخانه مسجد هست.»  
سکوتی افتاد. با آنکس که نمی دانست و نمی دانست که نمی داند سخت بود در افتادن. اینجا بود که اسید کاظم عصار با آن صدای آرام و لحن شیرین و پر از طنزش گفت: «مولانا شما سعدی خوانده اید؟»  
طلبه که خیال می کرد عصار برای کج کردن بحث وارد مذاکره شده است گفت:  
- آقا سعدی چه ربطی به عرایض بنده دارد؟  
- پرسیدم سعدی خوانده اید یا نه؟  
- بله در مکتب که بودم گلستان را خوانده ام.  
- تمامش را؟

شده را از نو ترمیم کنند اما این شماست که دیگر به حضورشان نیاز ندارید.  
**ترس از تنهایی**  
ترس سوم شما «ترس از تنهایی» است. درست همان موقع که شما دیگری را نمی خواهید، او یک عالمه طرفدار و هواخواه پیدا کرده است. حالا شما می ترسید که تنها بمانید. ته درونتان به این مسئله فکر می کنید که او دست زن زیباتری را خواهد گرفت و تمام آن کلمات عاشقانه ای که به گوشتان می خوانده را این بار در گوش دیگری خواهد خواند. این جور مواقع از این ترس بزرگ به «وجود بچه ها آویزان می شوید»، نکنید. این کار را نکنید. نترسید. باور کنید هیچ چیز ترسناکی وجود ندارد. زیباترین تجربه هایی که هرگز فرصت مزه مزه کردنش را نداشته اید، پشت این در بسته منتظر شما مانده اند. و بچه ها بسیار بیشتر از یک دستگیره برای وصل شدن به زندگی می ارزند. به خاطر آن بماند چه زن باشید و چه مرد، همیشه فرصت برای زندگی هست، تا آخرین دقایقی که قرار است بمیرید. مهرناز، یکی از زنانی است که در این مسیر با او برخورد کرده ام، او می گوید:

## ادامه مطلب عشق، هوس... از صفحه ۳۷

ربکا هنوز همان ربکا بود و هیچ تغییری در آن خواسته های داغش پیدا نشده بود و همچنان منبع لذت بود. خوب می دانست که از دقایق چگونه بالاترین لذت را ببرد و به جفتش چگونه لذتی را ارائه کند که او همیشه حریصش باشد. وقتی آرام گرفتند، ربکا با حسرت و غمی راستین، به فریدون گفت: «من از این موضوع خیلی می ترسم. به دلم الهام شده که این رابطه ما دوام نخواهد آورد و نادزارینا همه چیز را نابود خواهد کرد.»  
فریدون نمی توانست آن شدت نگرانی را از یک موضوع به این کوچکی درک کند. گفت: «لازم نیست که تا این اندازه نگران باشی - نادزارینا همینطور که می بینی دختریست احساساتی و اصول گرا که من تا بحال هیچ نقطه منفی ای در افکار و اعمال و یا گفتارش ندیده ام. اینکارش هم کمال انسانیتش را می رساند که خود را خسته کند تا عده ای راحتی پیدا کنند.»  
ربکا گفت: «همه نکاتی را که می گویی بخوبی دیده ای اما نکته افراط گرایانه اش را هنوز ندیده ای و من می ترسم که بزودی ببینی. نمیدانم که بعد از این وضع من و تو چه خواهد شد.» فریدون گفت: «ما هیچ چاره ای نداریم جز آنکه منتظر بمانیم تا ببینیم چه پیش می آید.»

برای نمونه می توانی همان دوران قهرش با تو را بیاد بیاوری که چگونه بطور مفرط خود را بدست غم و غصه داد که حتی میل به خوردن ناهار و شام را هم از دست داده بود و مانند اسکلت شده بود. هر کس دیگری بجای او بود یا تو را رها کرده بود و بدنبال دیگری رفته بود و یا پس از یکی دو روز حاضر به شنیدن حرفهای تو می شد و می بخشید و زندگی را از سر می گرفت. اما نادزارینا مثل همه کس نیست. اگر دستش آلوده به کاری شد، دیگر جدا کردنش از محالات است. حالا خواهی دید و به حرف من ایمان خواهی آورد...»  
ربکا میز ناهار خوری را آماده کرد و خوراکی را که خود پخته بود در ظرف ها ریخت و سامان و سوفیا را صدا زد. ناهار صرف شد و ظرف ها را جمع کرده و شستند و ربکا به سوفیا اشاره کرد که باید اطاق را برایش تخلیه کند. باز هم زیر بغل کلودیا را گرفتند و به اطاقش بردند و خواباندند. سوفیا به سامان گفت می خواهد یک هدیه کوچک برای کلودیا بخرد و خواهش کرد که با هم به فروشگاه های اطراف سری بزنند. سامان هم که می دانست موضوع چیز دیگریست، بدون پرسشی برخاست و لباس گرم پوشید و رفتند و عرصه را برای ربکا و فریدون خالی گذاشتند.

## ادامه مطلب چرا از طلاق... از صفحه ۴۱

کنید و مدتی به خودتان زمان بدهید. به تدریج کار به جایی می رسد که به تمام قضاوت هایی که درگیرتان می کند می خندید. از کنار لبخند هرزه یا پیام تن خواهانه همکار محترم سابقتان به راحتی و آسودگی و بدون اینکه رنجورتان کند می گذرید، اصلا به جایی می رسید که برای قضاوت دیگران در این مورد «تره هم خورد نمی کنید.»  
آنها دنبال تان می گویند که حق با شما نیست، سرو گوشتان می جنبیده، دروغ گفته اید یا حرف هایی از این قبیل، دقت کنید که فقط یک راه نجات برایتان باقی مانده، تن به این قضاوت های رقت بار ندهید. عبور کنید و بگذارید دیگران با تفکرات احمقانه شان سر و کله بزنند. آنها به شما محتاجند تا خوراک غیبت های شبانه شان باشید، اما شما به هیچ وجه به آنها احتیاجی ندارید چون به قدر کافی برای این عبور توانمندید. و این را بدانید که بسیار زودتر از آنچه که فکرش را می کنید این افراد به سمت شما برمی گردند، تلاش می کنند برایتان توضیح بدهند، سعی می کنند خشت های ویران

لاید و حتما انسان های منصفی هستند که دست به این روش های نا عادلانه نمی زنند و انسانی برخورد می کنند اما باید اعتراف کنم به ندرت مردی دیده ام که از این قاعده پیروی نکند. اما قرار نیست بابت چنین قضاوتی با بقیه عمرمان معامله کنیم. بگذارید جامعه سنتی تا جان توی تنش مانده، شما را مذمت کند. دیر یا زود خسته خواهد شد. اولش که ضربه ها فرود می آیند، تمام جانتان درد می گیرد حتی لحظه هایی می رسد که به خودکشی و حذف خودتان فکر می کنید.  
از این همه بی انصافی دلتان شرجه شرجه خواهد شد. این بی انصافی خاص غریبه ترها نیست. آدم های مدرن، آدم های اتلکتونل لوکس و شیک و مدافع جامعه مدنی هم زیر پوستی شما را قضاوت می کنند. احساس می کنید یک کامیون از سطح زندگی تان عبور کرده و جانتان پخش و پلا شده روی یک سطح داغ و تفتیده. اما به سرعت در مقابل ضربه هایی که به روحتان وارد می شود، واکنش می دهید، انکار که از درون یک تونل آتش به سطحی از روشنایی می رسید. کافی است مقاومت



## ادامه مطلب نگاهی به تاریخ... از صفحه ۳۳

بودند که دانش محور بودند، دایره المعارفی بودند، به پیوند دانش اعتقاد داشتند و علوم را با یکدیگر پیوند می زدند و از مؤلفه های یک علم در علوم دیگر بهره می جستند و از جمله مبانی بنیادی موسیقی، از مواردی بود که پیروان مکتب اسکولاستیک به آن توجه داشت. زیرا دانش در آن روزگار شامل الهیات، طبیعیات و ریاضیات بود که موسیقی، حساب و هندسه و نجوم از زیر شاخه های علم ریاضی به حساب می آمدند. مباحثی مانند اینکه نغمه ها و حالت های گوناگونی که در انسان پدید میآورند و یا چه زمانی برای اجرای این نغمات مناسب تر هستند، به آراء فلاسفه یونان باستان باز میگردد و شاید بتوان گفت برخی از این آراء بیشتر بر اساس دریافت های درونی خود بوده است.

## ادامه مطلب سر... از صفحه ۳۲

سرکشی = تسلیم ناپذیری، غرور، فروداری = خم کنی. (فرو داشتن = خم کردن) از شرم سر فرو داری = از خجالت سرت را پایین می اندازی. غزل دارای ردیف «داری» است و خوانش فرود آری به معنای پایین آوری یا به زیر آوری قابل قبول نیست. **به روز واقعه تابوت ما ز سرو کنبد**

**که می رویم به داغ بلندبایلی**  
واقعه = مرگ. می رویم = از این دنیا می رویم. داغ = حسرت، محرومیت. (مرا روز مرگ در تابوتی از سرو بگذارید تا نمودی از داغ دل من باشد)، زیرا که در حسرت سروقدی از دنیا می روم.]

**بر خاک درت بسته ام از دیده دوصد جوی**  
**تا بو که تو چون سرو خرامان بدرایی**  
تا بو که = به امید آنکه. (گریان در انتظارت نشسته ام، به امید آنکه چشمم به دیدنت روشن شود یا قدم بر چشمم گذاری.)

به نظر من، ما روزی خواهیم مُرد که نخواهیم و نتوانیم از زیبایی لذت ببریم و در صدد نباشیم که آن را دوست بدریم. «پاول ویلسون»

نزدیک شدم. درجا خشکم زد...بله... بیچاره رمضون خودش بود! تقریباً در کنار و به موازات جاده روی خاک ها مانند گلوله ای درهم افتاده بود. لحظه ای بی حرکت ایستادم. خودم را جمع و جور کرده و باز به طرفش دویدم و در حالی که با صدای شکسته که نمی دانم از گلویم درآمد یا فقط در مغزم پیچید با وحشت داد زدم: رمضون... رمضون...! تکانی خورد و خواب آلوده جواب داد: ارباب، برو بیدارم...!

سقراط استاد افلاطون بود و روشی را بوجود آورد که مباحث فلسفی را به صورت پرسش و پاسخ مطرح می کرد. افلاطون به مشهودات و عرفان گرایش داشت یعنی علم شهودی یا حضوری ولی ارسطو بر خلاف استادش به تجربیات و خارج از متافیزیک و علم حصولی توجه داشت. وی کتابی نیز به نام «ارگانوم» نوشت. قبل از ارسطو به شکل جدی درباره منطق صحبت نشده بود. در منطق ارسطو هر پدیده چهار علت داشت: مادی، صوری، غائی و فاعلی.

«فلوتین» نو افلاطونی است که برخی آثار وی را به فارابی نسبت می دهند. فارابی نیز نو افلاطونی است و دیدگاه های خود را از ارسطو گرفته است. با این مقدمه می توان گفت اسکولاستیک ها جملگی فیلسوفانی

(سرو خرامان قامت او چنان دلزاست که گل با همه زیبایی و سپروری پایمال و خاکسار اوست. اما همین گل پایمال شده، که باید بی مقدار باشد، به یمن شرفی که از این پایمال شدن یافته و عزتی که از این خواری اندوخته، خاکش از خون ارغوان بهتر و گرمی تر است.) ج) معمولاً کسی گل (با ضمّه) را پایمال نمی کند و آنچه در زیر پای سرو قرار دارد گل (با کسر «گ») است. (گلی که پایمال یا زیر پای معشوق سرواندام ماست، حتی خاکش از خون ارغوان باارزش تر و بهتر است.) شرح (ج) مقبولتر می نماید، خاصه با عنایت به ترکیب «خاک این از خون آن به» که در شعر قدیم فارسی بی سابقه نیست و در اشعار خاقانی، عطار، مولوی، اوحدی و مراغه ای و محتشم کاشانی نیز آمده است.

**به سرکشی خود ای سرو جویبار مناز**  
**که گر به او رسی از شرم سر فرو داری**

دانست نمی دانم چه مسافتی را پیمودم و چه حالی داشتم، چشمم میخکوب به امتداد جاده مواج شنی بود. از فاصله دور، در نور چراغ، سیاهی در جاده پیدا شد. خیره شدم. شاید خودش باشد. باید او باشد. نمی دانم چرا ترمز دستی را کشیدم، یعنی قدرت گاز دادن و جلو رفتن نداشتم...هنوز فاصله زیادی تا سیاهی بود. پیاده شده، سراسیمه به طرف آن دویدم یا پرواز کردم. منظره مرگ و زندگی رمضون با سرعت دویدن در مغزم می دوید.

## ادامه مطلب زنان شاعر... از صفحه ۱۱

**یک متر و هفتاد صدم افراشت قامت سخنم**  
**یک متر و هفتاد صدم از شعر این خانه منم**  
و در مقطع شعر می گوید:

**هفتاد سال این گله جا ماندم ز دستم نرود**  
**یک متر و هفتاد صدم گورم به خاک وطنم**  
اندیشه و گفتار هر دو بدیع و تازه اند ولی همین خانم متهور و جسور و مقاوم در برابر ستم ها، وقتی می خواهد از عشق بگوید به آن بازار افترا که در ابتدای نوشته ام و به آن اشاره کردم با احتیاط می نگردد و وقتی می گوید:

**هشتاد سالگی و عشق، تصدیق کن که عجیب است**  
**حوای پیر دگربار، گرم تعارف سیب است**  
در حالی که خوب می دانست دل که هشتاد ساله نمی شود ولی باز هم با احتیاط سخن می گفت. وقتی از صوفیا لورن در تولد هفتاد و هفت، هشت سالگی اش پرسیدند: «آیا تو در این سن باز هم عاشق می شوی؟» جواب داد: «من با دلم عاشق می شوم نه با سن و سالم.» صوفیا از جامعه ای دیگر با فرهنگی دیگر است، جامعه ای که اگر نصرت رحمانی بگوید:

**خدایا تو بوسیده ای هیچگاه**  
**لب سرب فام زنی مست را**  
**ز سواس لرزیده دندان تو**  
**به پستان کالشی زدی دست را**  
در اجتماع پنجاه سال پیش با شنیدن این شعر از دهان نصرت رحمانی آب از آب تکان نمی خورد ولی با شنیدن گنه کردم گناهی پر ز لذت فروغ فرخزاد، فریاد وا، مذهبا، وا، دینا، و، و، ناموسا گوش فلک را کر می کند و هنوز هم ما فرزندان همان سرزمین، همانگونه می اندیشیم و فقط ادای تجدد را در می آوریم.

## ادامه مطلب خاطرات در گذر زمان... از صفحه ۱۵

کامیون را در تاریکی مطلق گشتم. دستی به چرخ های عقب کشیدم، چیزی دستگیرم نشد. هرچه قدرت داشتم در گلویم جمع کرده فریاد کردم: رمضون. و تنها صدا بود که در طبقات کوه و دشت پیچید و ماند...ولی انگار رضمانی وجود نداشته! دنیای تاریک شب، به سرم کوبیده شد. بی امان پشت رل پریدم و این هیولای سنگین را مثل دوچرخه ای عقب و جلو کرده، دور زدم و تخته گاز راه برگشت را گرفتم. خانم از شنیدن ماجرا وحشت زده شده مرتب به صورتش می زد و گونه هایش را می کند، «یا قمر بنی هاشم» و «یا امام زمان» گویا بلند بلند ورد و دعا می خواند. گویی خود را بانی و باعث این حادثه مجهول الانجام می

او می گوید: «شعر پنجره ایست که هر وقت به طرفش می روم خود به خود باز می شود. من آنجا می نشینم، نگاه می کنم، آواز می خوانم، داد می زنم، گریه می کنم، با عکس درخت ها قاطی می شوم و می دانم که آن طرف پنجره یک فضا هست و یک نفر می شنود، یک نفر که ممکن است دویست سال بعد از من باشد.»

**در شب کوچک من دلهره ویرانیست**  
**گوش کن**  
**وزش ظلمت را می شنوی**  
**من غریبانه به این خوشبختی می نگرم**  
**من به نومیدی خود معتادم**  
**گوش کن**  
**وزش ظلمت را می شنوی**

سیمین خلیلی (بهبهانی) پدرش عباس خلیلی، مرد فاضل، نویسنده و مترجم و روزنامه نگار معروف و مادرش فخر عظمی ارغون، بانویی اهل فرهنگ و قلم و شاعر بود. بزرگ ترین اتفاق زندگی سیمین، دیدارش با پروین اعتصامی است. پروین به خانه مادر سیمین آمده بود و مادر، شعر سیمین را که خودش دستکاری کرده بود برای او خواند و آن زن جوان (پروین اعتصامی) وی را بوسید و وقتی رفتند مادر گفت: «او پروین اعتصامی بود.»

شعر سیمین ویژگی های خود را دارد سبک غزل را تغییر داده و از صورت مرسوم به صورتی دگرگونه درآورده بود. سخن او در گونه های مختلف شعر منسجم و قدرتمند و پرشکوه بود. درعاشقانه هایش عاشق ترین عاشق، در اشعار اجتماعی اش سخت استوار و آشتی ناپذیر و در طنزهایش طنزازی بی نظیر بود.

خلاصه هرچند فرسخی او را صدا می کردم و جواب همان برو بیدارم بود! تاریک و سنگینی شب، صدای یکنواخت موتور کامیون به علاوه شام پر حجم، محتوی پنج تخم مرغ نیمرو با ماست و خیار! حالت رخوت و خواب آلودی دست داده بود. با صدای ملایمی احوال رمضان را پرسیدم، باز برو بیدارم را تحویلیم داد. مدتی گذشت، خانم دیگر به خواب رفته بود. من هم سوت زنان غرق در افکار خودم بودم که ناگاه آهویی جلوی ماشین پرید. محکم ترمز زدم. مسافر سراسیمه از خواب پرید و من هم بی اختیار رمضون را صدا کردم، جوابی نیامد. در رکاب هم نبود. داد زدم خبری نشد...! ای دل غافل...پریدم بیرون دور و بر

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

گردد و بعد هم آزاد شوند و مثلاً بعداً کلاتری و شهربانی بگردند تا مجرمین را پیدا کنند. و در یک شب تاریک چنین کردند و هرچه ماشین قمار بود با چوب و چماق شکستند و از کار انداختند و گریختند و کلاتری هم کار خودش را کرد و هیچکدام از هجوم کنندگان را دستگیر نکرد.

خب خبر به گوش شاه رسید و به ساواک دستور رسیدگی داد و اگر چه از اول هم معلوم بود با توجه به اینکه بارها شهربانی خواسته در این قمارخانه را ببندد و نتوانسته و از سوئی کلاتری محل حتی یک نفر از حمله کنندگان را دستگیر نکرده به اول کسانی که مظنون شدند خود شهربانی و کلاتری بود.

در ضمن تحقیقاتی که از کارگران قمارخانه کردند یکی از کارگران که خودش هم کتک خورده بود گفت: «من با چوب به چشم یکی از حمله کنندگان زده ام و باید چشمش کور شده باشد.» کار، دیگر راحت شده بود و باید یک افسر یا مأموری را پیدا می کردند که چشمش ضرب خورده یا کور شده. شنیدم که مأموران می آیند و دم در شهربانی می ایستند و دم چند اداره دیگر مأمور می گذارند و یکرور می بینند یکی از افسران با لباس شخصی در حالیکه یک چشمش باندپیچی شده از پله های شهربانی بالا می رود.

گزارشی می نویسند و از شاه اجازه می خواهند که از آن افسر بازجویی کنند. این افسر هم دوره من بود و در اداره اطلاعات شهربانی کار می کرد وقتی از او می پرسند می گوید بله به من دستور داده اند و من نیز اجرا کرده ام. همان روز به پادشاه مملکت گزارش می دهند و همان روز شاه مبصر را از کار برکنار می کند. اما بعثت خدماتی که به پادشاه ایران کرده بود می شود رئیس دفاع غیرنظامی! یعنی کشتک.

البته آن قمارخانه هم تعطیل شد و مبصر به آرزوی خود رسید. اینک که سال ها از آن زمان گذشته و آبها از آسیاب افتاده است بد نیست یادی بکنیم از مردی به نام تیمسار مبصر که در خاطراتش نوشت: من را به این دلیل که قدرتمند شده بودم از کار برکنار کردند. یاد این افسر پاکدامن و ترس گرامی باد.

زندگی چیز غریبی است. وقتی می فهمد که قرار نیست به خاطر هر مانعی که سر راه مان می گذارد تسلیم شویم، وقتی می بینید که هیچ چیز اراده و اشتیاق ما را متزلزل نمی کند، آنگاه هرچیز که بخواهیم به ما می دهد. «مارک فیشر»

در کمرکش این خیابان در چوبی بزرگی بود به یک ساختمان زیبا و درپچه ای در وسط یک لنگه در بود که گاهی اگر کسی تلنگری به در می زد از درپچه نگاه می کردند و اگر آشنا بود در را می گشودند و طرف وارد ساختمان می شد.

این ساختمان قمارخانه ای بود که مخصوص برای اعضاء بود و هیچکس دیگری را به آن راه نمی دادند. در تهران کلپ های قمار ولی با نام های دیگری وجود داشت که آنهم مخصوص اعضاء بود اما شهربانی بر آنها نظارت داشت و کلاتری ها نیز از فعالیت های آنها آگاه بودند اما این قمارخانه نه به کلاتری محل جواب می داد و نه اجازه ورود غیرعضو را به داخل قمارخانه می داد. حتی رئیس شهربانی را هم آدم حساب نمی کرد و این برای تیمسار مبصر، مرد قدرتمند دستگاه حاکمیت، کسر شأن بود.

چند بار رئیس کلاتری محل رفته بود که ببیند آنجا چه خبر است اما راهش نداده بودند. گزارش کرده بود که این مکان مشکوک است اما کسی گزارش را تحویل نگرفته بود. خلاصه اینکه از بالا به آنها گفته بودند این یکی را ندیده بگیری اما مگر در کت مبصر که اینک ارتش کوچکی مانند گارد شهربانی را با دو سه هزار مأمور قدرتمند و توانا را در اختیار داشت می رفت. تلاش بی ثمر او برای بستن این خانه که نمی دانست توی آن چه خبر است، او را رنج می داد و به نتیجه ای هم نمی رسید. مبصر فهمید که از او قدرتمندتر توی تهران بسیار است و بالاخره نیز نتوانست تحمل کند و دو نامه بکلی سری یکی به رئیس کلاتری تجریش و دیگری به رئیس اطلاعات شهربانی نوشت که مأموران انتخاب شده اداره اطلاعات بروند و هرچه ماشین قمار آنجاست بزنند و بشکنند و هرکس مقاومت کرد نیز از پای در آورند و بگریزند و با کلاتری قرار گذاشتند که پس از تخریب برق آسای قمارخانه، مأموران اطلاعات فرار را برقرار ترجیح دهند و کلاتری وارد صحنه شود و هرکه در اطراف قمارخانه باشد دستگیر کند و اگر کلمه رمز(حاجی) را به زبان آورد رهایش کنند و در نتیجه چند رهگذر بی گناه دستگیر شود و به کلاتری هدایت

## ادامه مطلب ایران شناسی ایران دوست... از صفحه ۷

مشرب ا رواج و منطق الاسرار و از نجم الدین دایه (نجم الدین رازی) روزبهان بقلی و مرصادالعباد او، از شهاب الدین سهروردی مقتول و حکمت الاشراق او و از شهاب الدین عمر سهروردی و عوارف المعارف او یاد می کند و از آثار عارفان کمتر شناخته شده چون شذالازار یا مزارات شیراز از جنید شیرازی نام می برد. ناگفته نماند که تذکره الاولیا عطار در آن زمان هنوز چاپ و منتشر نشده بود. این براون بود که قزوینی و نیکلسون را برانگیخت تا از آن تصحیح انتقادی به دست دهند. حاصل کارشان یک سال پس از انتشار جلد دوم تاریخ ادبیات براون منتشر شد و براون از نسخه و حواشی آن یاد می کند.

۱) تاریخ ادبیات ایران، ج ۱، ترجمه علی پاشا صالح، تهران، ۱۳۳۳، ص ۶۴۰  
Sitzungsberichte der königl.-bayer. Akad.d.Wissenschaften

۲) تاریخ ادبیات ایران، از سنایی تا سعدی، ترجمه غ محسین صدریافشار، ص ۱۸۸  
۳) تاریخ ادبیات ایران، ترجمه علی پاشا صالح، ج ۱، ص ۶۲۶  
۴) به نظر استاد شفیع کدکنی «حقیقت امر این است که ابوسعید جز چند رباعی و به روایتی جز یک رباعی و نیم نگفته است. بخش عظیمی از این رباعی ها که امروز به نام او شهرت دارد سروده شاعران دوره های بعد است و به دلیل سبک شناسی نمیتوان انتساب آنها را به ابوسعید و عصر او پذیرفت.» نگاه کنید: مقدمه آنسوی حرف و صوت، گزیده اسرار التوحید، تهران، ۱۳۸۸، ص ۲۵-۲۴.

## ادامه مطلب گله مرد... از صفحه ۱۴

هاست از زمان موسی و عیسی و محمد و آن کلب آستان علی و آن بزرگ ارتشتاران و آن امام خمینی علیه السلام توی حلقوم مان جا خوش کرده و به غمباد تبدیل شده است با آن انگشتان هنر بارش بیرون می کشید تا می توانستیم نفسی براحتی بکشیم.

## ادامه مطلب سیر و سفری... از صفحه ۲۷

اسطوره ای که نیروهای اهریمنی هنوز در آن، بی میانجی و مستقیم به پیگار دست می زنند و در سرنوشت آدمیان دخالت می کنند، بخش پهلوانی که در آن نقش آورندگان بدی و پلیدی به دشمنان ایران واگذار می گردد و بخش تاریخی که شاعر به هنگام آفرینش آن، تا اندازه ای بسیار به تاریخ وفادار مانده، اخبار و روایت ها را با دقت و خرده سنجی بسیار بر می گزیند.

آنچه جان های بیقرارشان را خشنود می کند این است که خدا را برای خدایی اش دوست بدارند نه برای ثواب و عقاب اخروی. براون با آلفرد فون کریمر شرق شناس اتریشی (۱۸۲۸-۱۸۸۹) موافق است که این نوع صوفیگری، که با زهد و ریاضت و گوشه گیری توأم است، از انواع تصوفی است که نخست میان اعراب پیدا شده و نفوذ خارجی در آن راه نداشته، و اگر داشته نفوذ راهبان مسیحی بوده نه اندیشه های ایرانی و یونانی و هندی.

براون به زندگی حسین منصور حلاج، به عنوان یکی از نخستین کسانی که دعوی انا الحق کرد توجه بسیار می کند و از قدیمترین منابع در باب زندگی حلاج و قتل فحیح او یاد می کند؛ این که او به صورت یکی از محبوب ترین شخصیت های صوفیه درمی آید و شاعران عارف ایرانی در شعر خود از او نام می برند. به گمان براون (شاید بتوان حلاج را در تصوف مبتکر طریقتی دانست که وحدت وجود و کشف کرامات از عناصر آن طریقت است)؛

سهام براون در تحقیق و تحلیل آثار متصوفه، معرفی آثار ناشناخته یا کم شناخته و نسخه های خطی فارسی و عربی و ترکی است. او در جلد دوم تاریخ ادبیات خود، که در ۱۹۰۶ منتشر می شود، از ابوسعید ابوالخیر و اسرارالتوحید او، با نقل بیست و چهار رباعی از ابوسعید به ترجمه هرمان اته مستشرق آلمانی، یاد می کند. (۵) در فصلی دیگر از نجم الدین کبری و دو رساله خطی او، از روزبهان بقلی و لطایف البیان در تفسیر قرآن،

گل خانم تخصص دیگری هم داشت. هر وقت استخوان ماهی توی حلق مان گیر می کرد و نزدیک بود خفه مان کند این گل خانم بود که با آن انگشتان معجزه گرش استخوان را از گلو مان بیرون می کشید. کاشکی حالا گل خانم زنده بود و این بغض های هزاران ساله ای را که انگاری قرن

اما تاریخ این داستان ها مشخص نیست و تنها بعضی از آنها دارای تاریخ نسبتاً روشن و آشکار است مانند داستان سیاوش که گویا در سال ۳۸۷ سروده شده باشد و مانند داستان کیخسرو که بلافاصله بعد از آن شروع شد. با آشنایی کوتاه با درونمایه «شاهنامه» می توانیم چگونگی ساخت این منظومه بزرگ را بازجویم. درونمایه شاهنامه سه بخش دارد: بخش



## Paid Sick Leave vs. PTO Frequently Asked Questions



**Caroline Nasser**  
Accident Lawyer

Four states, the District of Columbia, and more than 20 local jurisdictions have enacted laws requiring employers to provide sick leave to employees. More jurisdictions will likely implement these laws in 2016. Employers that are subject to paid sick leave requirements often have questions about the impact of these laws on their existing paid time off (PTO) policies. Here are some frequently asked questions on paid sick leave and PTO:

### **Where is paid sick leave required?**

Currently, the following jurisdictions require (or will soon require) employers to provide paid sick leave to employees:

#### **States:**

- ♦ California
- ♦ Connecticut (employers with more than 50 employees must provide paid sick leave to "service employees")
- ♦ Massachusetts
- ♦ Oregon

#### **Other Jurisdictions:**

- ♦ District of Columbia
- ♦ Cities in New Jersey: Bloomfield, Elizabeth (effective March 2, 2016), East Orange, Irvington, Jersey City, Montclair, Newark, New Brunswick, Passaic, Paterson, and Trenton
- ♦ Cities in California: Emeryville, Oakland, San Francisco, Long Beach (hotels with 100 or more rooms), and Los Angeles (hotels with 150 or more rooms)
- ♦ Cities in Washington: Seattle and Tacoma (effective February 1, 2016)
- ♦ Montgomery County, Maryland

(effective October 1, 2016)

- ♦ New York City
- ♦ Philadelphia

### **What is the difference between a paid sick leave policy and a PTO policy?**

A paid sick leave policy is a standalone policy that offers time off for illness and certain other situations. A PTO policy bundles various types of leave, such as vacation, sick, and personal leave, into a single bank that employees can use for any purpose.

### **My state requires me to provide paid sick leave to employees. Can I keep my current PTO policy?**

Under many of the paid sick leave laws, if you have a PTO policy, you generally don't have to provide additional paid sick days to employees if the policy:

- ♦ Allows employees to use the same amount of leave for the same purposes and under the same conditions as required by the sick leave law; and
- ♦ Satisfies the accrual, carry over, and use requirements of the sick leave law.

Check your applicable law to ensure compliance.

### **My state paid sick leave law allows me to provide leave through a PTO policy. One of my employees just requested sick leave, but he has exhausted all of his PTO for the year on vacation. Do I have to offer additional paid leave to this employee?**

Under many of the paid sick leave laws, no additional leave would be required if the PTO policy met the requirements listed in the answer above. When implementing your PTO policy, to help your employees manage their time off, clearly communicate what they can use PTO for, how it accrues, and the other requirements of your plan. Depending on the circumstances, the employee here may qualify for sick leave (typically unpaid) under a different law. For example, the federal Family and Medical Leave Act requires employers with 50 or more employees to

provide unpaid leave to eligible employees for specified family, medical, and military reasons. Many states have similar laws that cover employers with fewer employees. Check your applicable laws to ensure compliance.

### **What are some advantages and disadvantages of having a PTO policy instead of a standalone paid sick leave policy?**

In general, PTO policies give workers more flexibility to use their leave to fit their needs. For employers with employees in multiple jurisdictions with differing paid sick leave requirements, a PTO policy can be an attractive option because a single policy (and the same amount of leave) can generally be offered across jurisdictions, provided it meets the requirements of the most generous paid sick leave law.

Another advantage of a PTO policy is that it can ease the administrative burden of tracking precisely how the leave was used. However, employers should still familiarize themselves with their obligations under applicable paid sick leave laws, since many have specific recordkeeping requirements.

Sick leave laws don't typically require that employers pay for

unused sick leave when an employee leaves the company. However, if you use your PTO policy to meet sick leave requirements, in some states, such as California, you would be required to pay out all unused PTO at the time of separation. This could mean employers would face additional costs paying for unused sick time if they bundled their sick leave into their PTO rather than if they offered separate sick leave. In some states, this may also be true if the employer uses a vacation policy to satisfy the sick leave law.

**Note:** Seattle's paid sick leave law requires employers with 250 or more full-time equivalent employees to provide more time off to employees if they maintain a PTO policy instead of a standalone sick leave policy (108 hours versus 72 hours).

**Conclusion:** When determining whether to have a PTO policy or separate sick leave policy, identify your specific business needs and evaluate the laws that apply to your employees. For more information, see the Jurisdictions with Mandatory Paid Sick Leave Requirements section of the Compliance Database in HR411.

### **Continued from Page 60**

### **Some benefits of turmeric**

Turmeric might slow blood clotting. Some medications that slow blood clotting include aspirin, clopidogrel (Plavix), diclofenac (Voltaren, Cataflam, others), ibuprofen (Advil, Motrin, others), naproxen (Anaprox, Naprosyn, others), dalteparin (Fragmin), enoxaparin (Lovenox), heparin, warfarin (Coumadin), and others.

### **Is turmeric good before bed?**

The antiviral and antibacterial properties of turmeric can help fight the infections while the anti-inflammatory property helps relieve the symptoms. A cup of warm turmeric-milk before going to bed will relieve nighttime coughing and provide restful sleep.

### **Is ground turmeric the same as turmeric powder?**

Most clinical studies, however, have not used turmeric powder, but turmeric extract. ... Therefore, it is not unusual for a capsule containing half of a gram of turmeric extract to provide 400 mg of curcuminoids, while the same amount of turmeric powder (ground herb -- just like the spice) might provide only about 15 mg.

**Vibrate good energy into others soul, making them never forget the beauty of yours.**

## Child Labour in Iran on the Rise

*NCR: Since 2000, the world's child labour rate has dropped by a third, but there are still many countries where child labour is a serious problem. One of these countries is Iran, where poverty imposed by 40 years of the Regime's corruption mean that many parents are sending children out to work before they turn five in order to keep the family afloat. Some even sell their children. As you might expect, this horrific situation subjects the children to years of abuse and violence.*

*Tahereh Pazhuhesh, Vice-President of the Association for the Protection of Children's Rights, said: "Despite the global reduction in the child labour statistics, we see child labour surge in Iran." The global rate of child labour has decreased, but in Iran its rising. It is common to see children in sweatshops, markets, farms, factories, or even on the sides of roads cleaning windscreens. Most of them have been forced to drop out of school.*

*Legally, children under 15 are not allowed to work in Iran and there are special conditions surrounding the types of job that those under 18 can do. For instance, no child can be employed in a job that poses a hazard to their health. But these laws are ignored by Iranian government institutions. That's why Iran Human Rights Monitor created a report into child labourers in Iran for the World Day against Child Labour (June 12, 2018). The report is worth reading in full, but we'll summarise the main points here.*

### Some quick facts about Iranian child labourers

- ♦Seven million Iranian children are forced into work before they are legally able to
  - ♦30% of these children don't go to school
  - ♦31% are aged between six and 11
  - ♦9% are under six years old
  - ♦60% are the only source of income for their family
  - ♦90% have been sexually assaulted
  - ♦45% suffers from illnesses or other ailments like AIDS, hepatitis, malnutrition, shortness, low weight, skin diseases and psychological disorders
  - ♦Many of these have been caused, or at least exacerbated, by their jobs
  - ♦Most work at least six hours per day
  - ♦Hundreds have been forced to work as drug traffickers
  - ♦Child panhandlers are often intentionally disfigured to get them more money
  - ♦Many are killed for their organs
  - ♦Few have access to medical care
- Please note: The majority of these figures are gathered from the Regime and likely underestimate the

scale of the problem.

### Regime hires child labourers

As noted above, many of Iran's state institutions use child labour, with contractors routinely hiring children as young as five for jobs like waste management. Why? Because they can pay them 70% less than adult workers and children are mostly unaware of their rights as humans and as workers, so they are easier to exploit. Elham Eftekhari, a member of Tehran's City Council, had admitted that contractors are doing this and has described the vile conditions that the children are working in. She said: "These children not only work, but also live and sleep in garbage factories that are filled with vermin and odours; and we are well aware of the dangers these children face besides the hygienic aspect; such as the risks of mental, physical and sexual torment..."

The children often work long shifts, sometimes 19 hours with no breaks, which is not something that any adult should do, let alone a child.

One teacher reported that they



saw young and poor students hired by contractor firms every year, in an effort by the bosses to raise their profits.

### The Regime

Still the Regime spends its money

on the military or its propaganda networks rather than help these children. The only way to solve this problem, as will all problems caused by the Regime is through regime change.

## Some benefits of turmeric

### How much turmeric can you take a day?

If you want anti-inflammatory effects you need to get 500 to 1,000 milligrams of curcuminoids per day." When using the spice on its own, the common rule of thumb is that there are 200 milligrams of curcumin in one teaspoon of fresh or ground turmeric (though it varies a bit depending on the source and origins).



### Can turmeric help you lose weight?

The primary antioxidant in the spice, curcumin, is an anti-inflammatory that's been used for centuries in medicine. ... While increasing your intake of turmeric isn't a lone strategy for weight loss, it may help you mitigate the inflammation associated with obesity and give you a boost in fat burning.

### What are the side effects of turmeric?

- ♦It can upset your stomach. The same agents in turmeric that support digestive health can cause irritation when taken in large amounts.
- ♦It thins your blood. Turmeric's purifying properties may also make you bleed more easily.
- ♦It may stimulate contractions.

### What does turmeric cure?

Turmeric and especially its most active compound curcumin have many scientifically-proven health benefits, such as the potential to prevent heart disease, Alzheimer's and cancer. It's a potent anti-inflammatory and antioxidant and may also help improve symptoms of depression and arthritis.

Can turmeric interfere with medications? **Continued on Page 59**



# SHAWN ANSARI PRESENTS



**Shawn Ansari**  
ShawnAnsari.com  
(408) 529-4574  
DRE: 01088988

نامی آشنا و مشاوره و مطلع و  
مطمئن در امور خرید و فروش  
املاک در بی اریا با بیش از  
۲۸ سال تجربه

**Expertise You Need,  
Results You Can  
Count On!**



**Sahar Binesh**  
sbinesh@apr.com  
(408) 348-9197  
DRE: 02061674



**JUST LISTED!**

**Cecil Avenue**

3bd/2ba, 2107+/-sf 8775+/-sf lot



**JUST LISTED!**

**La Terrace Circle**

2bd/2ba, 1138+/-sf 438+/-sf lot



**COMING SOON!**

**Arbor Drive**

6bd/4ba, 4055+/-sf 11,810+/-sf lot



**SOLD!**

**Burgoyne Street**

4bd/3ba, 1925+/-sf 5009+/-sf lot



**SOLD!**

**Monteval Place**

4bd/2.5ba, 2705+/-sf 8102+/-sf lot



**SOLD!**

**Selinda Lane**

6bd/3ba, 2823+/-sf 5959+/-sf lot

**Dean Avenue**  
4bd/3ba, 2250+/-sf  
5950+/-sf lot



**SOLD!**



**SOLD!**

**Brooke Acres Drive**  
4bd/3.5ba, 4207+/-sf  
1.38+/-acre lot



750 University Ave, Ste. 150, Los Gatos, CA 95032





**Caroline Nasserri**  
Attorney at Law

# کارولین ناصری

وکیل رسمی دادگاه های کالیفرنیا و فدرال

با بیش از ۲۸ سال تجربه

✦ تصادفات اتومبیل، موتورسیکلت و عابر پیاده

✦ صدمات شدید بر اثر تصادفات

✦ مرگ بر اثر تصادفات

✦ صدمات ناشی از حمله حیوانات

**1(800)525-6060**

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

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

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

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

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

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

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