



نقاش: استاد محمود فرشچیان



پیام شایانی

وکیل تصادفات

♦ رانندگی ♦ زمین خوردگی

♦ صدمات ناشی از کار

(408) 777-8867

(800) 261-1314

دفتر خدمات بیمه سحر سلاهی

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

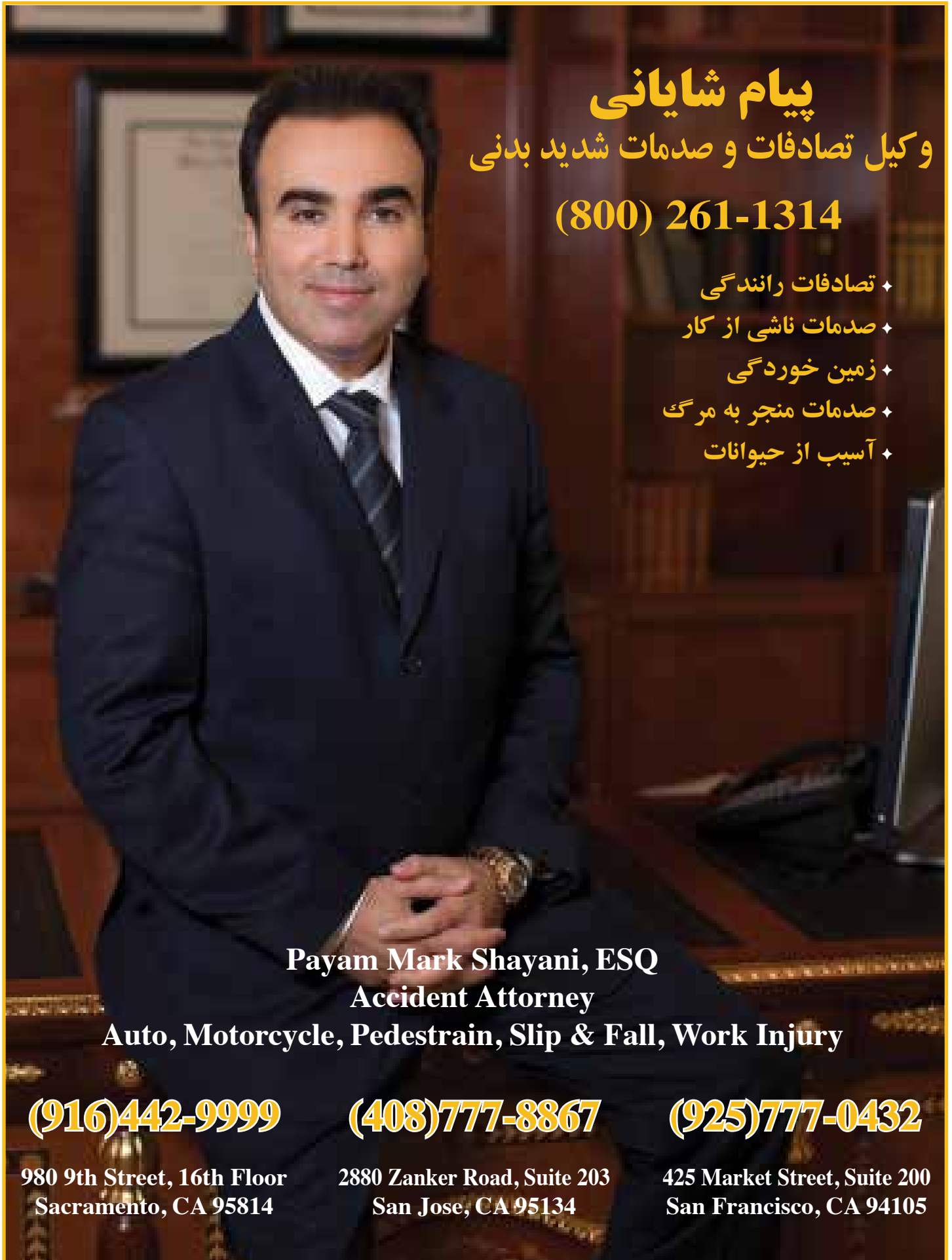


به همراه مشاوره و آنالیز رایگان
حذف اکانت های منفی و نادرست از قبیل:

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

حسرت‌های انسانی

اشکان آویشن

در دنیا، شاید شمار اندکی را بتوان یافت که بگوید او همان گونه که در سال‌های جوانی فکر می‌کرده و یا آرزوی تحقق آرزوهایش را داشته، در واقعیت زندگی و در سال‌های پختگی و سرد و گرم روزگار چشیدگی، به همه آنها دست یافته‌باشد. حتی موفق‌ترین انسان‌ها که ادعا می‌کنند بیشتر آرزوهایشان در زندگی، جامعه عمل به خود پوشیده، باز اگر صادقانه اعتراف کنند، می‌توان شماری از خواسته‌ها و آرزوهای دور و دراز زندگی را در وجود آنان، همچنان ناکام مانده دید. گستردگی و همگانی بودن چنین فاصله‌ای میان «خواست»ها و «عملی‌نشدن» آنها در میان انسان‌ها، می‌تواند شبیه این نکته باشد که انسان در عالم خیال، به سادگی قادر باشد کیبوتری را به هوا پرواز دهد تا آن که شتری را در روی زمین، اگر چه با سرعتی کمتر از آن کیبوتر، به حرکت درآورد. پرواز کیبوتر، همان آرزوهای دور و درازی است که جان ما را در تلخ‌ترین لحظات زندگی، گرم می‌کند. اما واقعیت زندگی، همان شتری است که در مقایسه با کیبوتر، آهنگ و رنگ دیگری دارد.

انسان در مسیر زندگی خویش، به مشکلات و حوادث پیش‌بینی نشده‌ای برمی‌خورد که ناچار است برای هر کدام، راه حلی بیجود تا بتواند عملاً خود را از دام دشواری‌ها آزاد سازد. در بستر این نبرد دائم با دشواری‌های زندگی و پیدا کردن راه حل‌های مناسب یا نامناسب با آنها، به تدریج، اندیشه‌ها و نگرش‌هایی در وی شکل می‌گیرد که در دوران خامی و بی‌تجربگی که آن همه آرزوهای کیبوتروار در سر داشته، هرگز به آنها نیندیشیده و یا حتی در تصور وی که روزی با چنان موردهایی برخورد کند، نمی‌گنجیده است. نکته آن است که تأثیر پذیری انسان از تک تک حوادث و راه‌حلی‌هایی که در رابطه با آنها پیدا کرده، در وجود او، نوعی راه و روش خاص زندگی و حتی یک تفکر معین را شکل می‌دهد که او را در مسیر خود، هدایت می‌کند. البته در این مسیر، تنها مشکلات، شکست‌ها و ملامت‌ها نیستند که شخصیت و تفکر انسان را شکل می‌دهند، بلکه پیروزی‌ها و تجلیل‌ها نیز حتی اگر چه کوچک، در این شکل‌دادن، نقش معین خویش را بازی می‌کنند.

آناتول فرانس (۱) نویسنده فرانسوی در خاطرات دوران کودکی خود می‌نویسد که همیشه فکر می‌کرده که زندگی، بیشتر به «بازی» شباهت دارد و جهان، «یک جعبه اسباب‌بازی»، بیش نیست. اما هم او، به علت دیدن یک حادثه تلخ در همسایگی خویش، در همان دوران کودکی، دیدگاهش نسبت به جهان، دچار یک دگرگونی بنیادین گردیده است. دگرگونی که به قول خود او، تا پایان عمر، یک لحظه، او را رها نکرده‌است. در این‌جا به بخشی از سخنان او استناد می‌کنم که چگونه آن حادثه دردناک در سن شش سالگی، دیدگاهش را نسبت به زندگی، به کلی عوض کرده‌است:

«...روز بعد، آفتاب درخشانی بود. من در سالن غذاخوری، تنها بودم. از طریق پنجره‌ای که به محوطه خانه‌ها باز می‌شد، صدای بلند پرستوها همراه با روشنایی و بوی یاس بنفش که نغمه‌ها محوطه ما با عشق به گل‌ها، آنها را کاشته بود، به گوش می‌رسید. من یک کشتی نوح جدید دریافت کرده‌بودم که هنوز از ته

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.

صفحه ۱	تبلیغ	رنگی که به آن زده بودند، حالتی
صفحه ۲	اخبار-فهرست مطالب	چسبناک داشت. البته من همیشه
صفحه ۳	اخبار	به بوی خوش اسباب‌بازی‌ها،
صفحه ۴	پیام زرتشت (علی اکبر جعفری)	بسیار علاقه‌داشتیم. من مشغول آن
صفحه ۵	تبلیغ	بودم که حیوانات را جفت‌جفت،
صفحه ۶	نامه‌های شگفت‌انگیز (بهرام فره وشی)	روی میز قراردهم. از جمله،
صفحه ۷	ایران شناسی ایران دوست (ایرج پارس‌نژاد)	اسب‌ها، خرس‌ها، فیل‌ها، گوزن‌ها،
صفحه ۸	یک سینه سخن (مسعود سپند)	گوسفندها و روباه‌ها، همه، در
صفحه ۹	اخبار	حال رفتن به کشتی نوح بودند که
صفحه ۱۰	نبرد دین با علم (احمد ایرانی)	می‌بایست از آن طریق، از توفانی که
صفحه ۱۱	آگهی	در راه بود، نجات پیداکنند.
صفحه ۱۲	«فر» با «فره» در باور ایرانی (هما گرامی فره وشی)	انسان نمی‌داند که اسباب‌بازی‌ها،
صفحه ۱۳	آگهی	چه رؤیاهایی را در روح بچه‌ها،
صفحه ۱۴	ورزش از نگاه من (احمد طوسی)	بیدار می‌کنند. این صف کوچک
صفحه ۱۵	خاطرات در گذر زمان (هوشمند عقیلبی)	و آرام حیوانات که در حال رفتن
صفحه ۱۶	دنیای سینما (سعید شفا)	به عرشه کشتی بودند، در دوران
صفحه ۱۷	نوشته‌ها، پوزخند (عزت گودرزی)	من، تصور دلپذیر و اسرارآمیزی
صفحه ۱۸	آگهی	را در باره طبیعت به وجود
صفحه ۱۹	مشقی تازه در روزهای غربت (حسینعلی مکوندی)	می‌آورد. وجود من، سرشار از مهر
صفحه ۲۰	یادداشتهای بی تاریخ (صدرالدین الهی)	و عشق بود. من یک نوع شادی
صفحه ۲۱	کردیت رپر (آرش زاد) و (مانی حاتمی)	غیرقابل توصیف را از زندگی،
صفحه ۲۲	از درگوشی‌ها (پیرایه)	تجربه می‌کردم.
صفحه ۲۳	به نام هستی (حسین الماسیان)	ناگهان از داخل محوطه، صدای
صفحه ۲۴	گیله مرد (حسن رجب‌نژاد)	وحشتناکی که افتادن چیزی
صفحه ۲۵	تازه‌های پزشکی (منوچهر سلجوقیان) - حکایت	را پیام می‌داد شنیدم. صدایی
صفحه ۲۶	آگهی	عمیق و سنگین که هرگز آن را
صفحه ۲۷	سیر و سفری در... (پرویز نظامی)	تجربه نکرده بودم. این صدا مرا بر
صفحه ۲۸	انرژی مثبت... (پرناز کدخدایان)	سرجایم می‌خکوب کرد. به راستی
صفحه ۲۹	هیچوقت دیر نیست (آتوسا یکان)	چرا، کدام غریزه، مرا چنان به لرزه
صفحه ۳۰	آگهی	درآورده بود؟ من چنان صدایی را
صفحه ۳۱	آگهی	هرگز نشنیده‌بودم. چگونه ممکن
صفحه ۳۲	سرو «در هزار سال شعر فارسی» (بهرام گرامی)	بود که من بلافاصله، نامطبوع
صفحه ۳۳	نگاهی به تاریخ موسیقی ایران (هوشنگ فراهانی)	بودن آن را احساس کنم. با عجله،
صفحه ۳۴	تقویم برنامه‌های هنری - جدول	خود را به پنجره رساندم. درست
صفحه ۳۵	نیازمندها - فال ستارگان	در وسط محوطه، چیز وحشتناکی
صفحه ۳۶	تبلیغ	دیدم. یک جسم بدون شکل، شبیه
صفحه ۳۷	عشق، هوس، نفرت (عباس پناهی)	جسم یک انسان و پر از خون. تمام
صفحه ۳۸	با هادی خرسندی - اخبار	خانه‌ها از فریاد زنان و شیون آنها
صفحه ۳۹	معجزه هنر موسیقی پیرامون زندگی ما (امیر قندی)	پُر شده بود. دنباله مطلب در صفحه ۴۹
صفحه ۴۰	شعر	
صفحه ۴۱	اخبار	
صفحه ۴۲	تن فروشی نام دیگر فقر (نیمه دوستدار)	
صفحه ۴۳	طب سنتی (فرید رمضانی) - اخبار	
صفحه ۴۴	اینجا و آنجا (گلنار) - اخبار	
صفحه ۴۵	اخبار	
صفحه ۴۶	دنباله مطلب	
صفحه ۴۷	دنباله مطلب	
صفحه ۴۸	دنباله مطلب	
صفحه ۴۹	دنباله مطلب	
صفحه ۵۰	دنباله مطلب	
صفحه ۵۱	دنباله مطلب	
صفحه ۵۲	دنباله مطلب	
صفحه ۵۳	دنباله مطلب	
صفحه ۵۴	دنباله مطلب	
صفحه ۵۵	دنباله مطلب	
صفحه ۵۶	دنباله مطلب	
صفحه ۵۷	دنباله مطلب	
صفحه ۵۸	دنباله مطلب	
صفحه ۵۹	انگلیسی	
صفحه ۶۰	انگلیسی	

کودکان مهاجر افغان در خانه آفتاب

اسم خانه آنها «آفتاب» است و گروه مهاجران همگی میهمان هستند، کودکانی که از افغانستان آمده اند و می خواهند درس بخوانند.



ششم هستند، ۲۰ درصد آنها در کلاس‌های هفتم تا نهم تحصیل می‌کنند و تعداد اندکی هم از کلاس دهم به بالا در سال جاری، کلاس دهم این مدرسه با دو دانش‌آموز بر گزار می‌شود.

شادی» طراحی می‌کند و توانسته است برای انتشار مجله «کودکان آفتاب» در سال ۱۳۹۳ مجوز بگیرد. در این مجله، برای کودکان از مهاجران افغان مثال آورده شده است که در ایران تحصیل کرده و در افغانستان و ایران به جایگاه اجتماعی بالایی دست یافته‌اند. بیشتر این الگوها از میان آنهایی انتخاب می‌شوند که در مدارس خودگردان در ایران تحصیل کرده‌اند.

«خوش خبری»، بخش دیگری در این مجله است که خبرهای خوب افغانستان را منتشر می‌کند تا کودکان دریابند در کشورشان فقط بدی اتفاق نمی‌افتد. داستان‌نویسی، نامه‌های صلح به رئیس‌جمهوری افغانستان، کودکان ایرانی، طالبان و بسیاری دیگر، بخشی دیگر از این مجله است که هدفش آموزش گفت و گو و انتقال دردها و خوشی‌های این کودکان از طریق نوشتار است. دنباله مطلب در صفحه ۵۰

تا پیش از دستور آیت‌الله خامنه‌ای، ورود دانش‌آموزان افغان به مدارس دولتی ایران به سختی قابل انجام بود. آنهایی که فاقد مدارک اقامت بودند، تا پیش از این فرمان، جایی در سیستم آموزش و پرورش ایران نداشتند و برخی داوطلبانه مسئولیت آموزش آنها را به گردن می‌گرفتند. در سال‌های ۱۳۹۴ و ۱۳۹۵، یک هفته پیش از شروع مدارس اعلام کردند که این کودکان هم می‌توانند در مدارس دولتی ایران ثبت‌نام کنند. اما مدت‌زمان محدود و نگرانی خانواده‌هایی که مدرک اقامت نداشتند، مانع پیوستن کودکان به مدارس دولتی شده بود. ولی در سال جاری، مدت‌زمان ثبت‌نام حدود یک ماه اعلام شد و کودکانی هم که مدارک اقامتی نداشتند، با دریافت برگه حمایت تحصیلی توانستند در مدارس دولتی ایران ثبت‌نام کنند. خانه آفتاب برای دانش‌آموزان مهاجر افغان، محتوای آموزشی مانند «بیک‌های

۱۳۸۳ توانست مجوز فعالیت کسب کند. پنج سال بعد که نیازهای دانش‌آموزان توسط فعالان این حوزه شناسایی شدند، خانه آفتاب فعالیت خود را آغاز کرد اما هنوز نتوانسته است مجوز فعالیت بگیرد.

مدرسه فرهنگ در ابتدای فعالیت خود پذیرای حدود ۹۰۰ کودک از قشرهای مختلف مهاجران بود اما به مرور گروهی از این کودکان به مدارس دولتی راه یافتند. در سال جاری این مدرسه بیش از ۱۰۰ دانش‌آموز جدید را پذیرفته است. کادر آموزشی این مدرسه را افرادی تشکیل می‌دهند که خودشان در ایران تحصیل کرده و یا حتی متولد شده اند زیرا در سطح دبستان، باید معلم‌های ثابت داشته باشند که بتوانند پنج روز در هفته دانش‌آموزان را همراهی کنند. اما برای دانش‌آموزان دبیرستانی، برخی از دانشجویان ایرانی مقطع فوق لیسانس و دکترای دانشگاه تهران به جمع آموزگاران پیوسته‌اند و داوطلبانه یک روز در هفته به دانش‌آموزان این مقطع آموزش می‌دهند.

بنابراین مدرسه فرهنگ ارایه می‌دهد، ۷۰ درصد دانش‌آموزان این مدرسه تا کلاس

«خانه آفتاب» که یک کانون آموزشی و زیرمجموعه مدرسه «فرهنگ» است، سال ۱۳۸۳ توسط کسانی بنیان گذاشته شده که خودشان از پناهجویان تبعه افغانستان در ایران هستند. معلم‌ها و کادر آموزشی آن هم از میان همین پناهجویان، مشغول به آموزش دانش‌آموزانی هستند که از تحصیل در مدارس دولتی ایران بازمانده‌اند. اگرچه در سال ۱۳۹۴ خامنه‌ای دستور داد کودکان افغان در مدارس دولتی ایران ثبت‌نام شوند، اما هم چنان شماری از این کودکان به دلایل مختلف، از جمله سهل‌انگاری خانواده‌ها یا شرایط مدرسه و مهلت کوتاه ثبت‌نام، از تحصیل باز می‌مانند.

مدرسه فرهنگ سال‌ها است پذیرای این گروه از مهاجران است. خانه آفتاب هم برای «مدارس خودگردان» که توسط مهاجران کشور افغانستان در شهرهای مختلف ایران اداره می‌شوند، مواد آموزشی تهیه می‌کند.

مدرسه فرهنگ در سال ۱۳۷۹ توسط گروهی از دانشجویان پناهنده تبعه افغانستان دانشگاه تهران راه‌اندازی شد و در سال



دفتر خدمات بین المللی

Office of International Services



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

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

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

Office of International Services is not a Law Firm

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

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

و فشار است و قافیه و بایسته های دیگر شعر فارسی در آن نیست و می توان گفت شعر آزاد است. بسان نمونه «اهیا یاسا» که دارای شش «نیم گاه» است، هجای نیم گاه هایش ۷/۹-۷/۹ است.

اینک نیمگاه نخست و دوم و سوم راتکه می کنیم:

۱/ هیا/ یا / سا/ ن/ منگ / ها ۷
اس/ تا/ ن/ زس/ تا/ ر/ فد/ ر/ هیا ۹
من/ یس/ مز/ دا/ پور/ ویم/ سپن/ ت/ هیا ۹
a-hya ya-sa ne-mang-ha
us-ta-na zas-ta ra-fed-ra-hya
man-yeush maz-da pour-vim
spen-ta-hya ۹

زبان گاتها

گوش یا لهجه گاتهایی از گویش هایی که در بخش های دیگر اوستا دیده می شود جدا و کهن تر است و گذشته از این، از دید دستور زبان و وزن و شعر و انداز و گفتار به رگ وید یا کهن ترین نمونه زبان سنسکرت نزدیک است و این همانندی تا جایی است که تا آنجا که بخش های دیگر سنسکرت هم در برابر گاتها و رگ وید در پایه دوم جای می گیرند. همچنان برخی از زبان زدهایی که در گاتها به کار برده شده، همانهای رگ وید هستند گو که از روی چم و معنی آن گاتها است که نغز و پاک و برازنده است. **دنباله مطلب در صفحه ۵۸**

وهو» و «ینگه هاتام» دو نیایش بر جسته دیگر در میان اهونور و «اهیا یاسا» یا سر آغاز یسن ۲۷ می باشند. همچنان یسن ۵۴ یا «ایریم اشیا» را که در وزن مانند پنجمین بخش گاتها است و از گفته چنان پیدا است که پایان همان است، باید پاره ای از همان سرود شمرد.

در نامه پهلوی «شایست نه شایست» آمده که گاتها روی هم رفته دارای ۲۷۸ بند و ۱۰۱۶ نیم بیت و ۵۵۶۷ واژه می باشد. در نامه دیگر پهلوی که «زادسپرم» نام دارد، نیز ۱۰۱۶ نیم بیت و از ۶۶۶۶ واژه گاتها یاد گردیده ولی از روی نوشته دانشمند پارسی شادروان ایرج تاراپور والا، گاتها با شمردن «اهونور» و «ایری ما اشیا» دارای ۲۴۰ بند و ۹۲۳ نیم بیت و کمابیش ۵۷۰۰ واژه می باشد.

آنچه ما در می یابیم زرتشت بجای اینکه صدها فرمایش های «این یکن و آن مکن» تنها و تنها بنیادهای سودمند و پیشبر برای جهان زنده یاد کرده است که امروز در کتابچه ای بیست برگی می گنجد. در این فشرده کتابچه است که مغز آنچه زرتشت به جهانیان ارزانی داشت گزارده شده، فشرده کتابچه ای که پاره ای بس کوچک ولی گوهری بس درخشان در نوشته های اوستا بس نمایان است.

وزن گاتها

در باره وزن گاتها همین بس که در اوستا و سنسکرت بنیاد چگامه یا شعر بر هجا و تکیه

پیام زرتشت

بخش دوم

دکتر علی اکبر جعفری



سرودهای زرتشت

من برای تو ای راستی و برای تو ای اندیشه نیک سرودهایی می سرایم که کس نسروده و همچنین برای خدای دانا و برای کسانی که شهر یاری گزند ناپذیر آرامش را می افزایشد، می سرایم. به یاریم بشتابید. **سرود یکم بند سوم**

سر آغاز همین سرود بوده و برای همان هم نام خود را به نخستین بخش گاتها داده. نامهای چهار بخش گاتهای دیگر نیز از واژه های نخستین بند هر یک گرفته شده است.

بخش دوم اشتود (اشتوتی Ushtavaiti) یا در بر دارنده واژه «اوستا» است و همین جور بخش سوم سپنتمد (سپنتامینو-Spenta Mainyu) و چهارم وهوخشتر (وهوخشتر Vohu Khsharthra) و پنجم وهیشو ایشت (وهیشواشتی-Vahishto-ishti) است. هر یکی از پنج بخش گاتها دارای یک یا چندین «هائتی. Haiti» یا به زبان پهلوی «هات» می باشد که به فارسی «تکه یا پاره» است و این واژه را می توان سرود گفت. رده بندی این بخش ها هم کما بیش از روی وزن بوده و از روی پایه و موضوع نیست. گو که درجای هایی پایه یک بخش با دیگری نیک می خوانند.

نخستین بخش یا اهوند گاتها دارای هفت سرود از یسن ۲۷ تا ۳۴ است. بخش دوم یا اشتود گاتها دارای چهار سرود از یسن ۴۳ تا ۴۶، بخش سوم یا سپنتمد گاتها دارای چهار سرود از ۴۷ تا ۵۰ و بخش چهارم یا وهوخشتر گاتها و بخش پنجم یا وهیشو ایشت گاتها هر یک دارای یک سرود یسن ۵۱ و ۵۲ می باشند. نا گفته نماند که یسن ۳۵ تا ۴۱ را که «هپت هایتی Hapta-Haiti» یا «هفت هات» می گویند، پاره هایی میسازند که به گویش گاتهایی سروده شده و بیگمان پس از گاتها بهترین بخش اوستا است. یسن ۴۲ و همچنان یسن ۵۲ که در میان یسن ۵۱ و یسن ۵۳ آمده، نه در نوشتار و نه در گفتار مانند سرودهای زرتشت و یا مانند بخش های هفتگانه اند و در گاتها شمردن نمی شوند و از آن و مانند چهل و هشت بخش دیگر یسن می باشند.

خود یسن که گاتها هم پاره ای از آن است، برجسته ترین بخش اوستا است و روی هم رفته ۷۲ «هات» یا پاره دارد.

چنانکه گفتیم، اهونور از روی وزن و سبک و زمینه مانند گاتها است و روزی پاره ای از آن بوده ولی به انگیزه یا دلیلی در پایان یسن ۲۷ یا «هات» پیش از اهوند گاتها آمده. تنها «اشم

زرتشت سرودهایی سرود که بی گمان کسی پیش از او نسروده بود. سرودهایی همه نغز، سرودهایی همه مغز، سرودهایی همه راستی، سرودهایی همه پاکی، سرودهایی پر از نوید، سرودهایی پر از امید، سرودهایی جان افزا و سرودهایی جهان آرا. آری سرودهایی که به رسایی رسانند و جاودانی بخشند و اما سرود را در اوستا و سنسکرت «گاتا-Gatha» گویند. این واژه در پهلوی گاس یا گاه شده که جمع آن گاسان یا گاهان باشد. به فارسی هم همین بوده است. ما اینجا از میان شکل های گاتا، گاتها، گاهان، و گاسان، «گاتها» را برگزیده ایم زیرا این ریخت بیش از همه روا گردیده است. در اوستا و پهلوی هر جایی که این نام آمده، خواست سرودهای زرتشت بوده. در نوشته های اوستایی که در دست داریم، این واژه کما بیش نود بار آمده که بیشتر در گروهی یا صیغه جمع، و یاد شده. نا گفته نماند که این در خود «گاتها» نیامده و همانگونه که خواهیم دید شاید زرتشت آن را به «مانتر Mantra» پیام اندیشه بر انگیز می شناخته.

از اوستا این را هم می دانیم که گاتها دارای پنج بخش است. این بخش بندی از آن روی نیست که زرتشت یکی پس از دیگری پنج بخش که روی هم رفته هفده سرود را دارد، سرایید و بس، بلکه از روی وزن چگامه یا شعر در هر بخش است. چنان به نظر می رسد که این کار را برای آن کرده است که هم هنگام سرودن آهنگ ویژه هر یک از وزنها و سرودها را بهتر و روان تر بخوانند و هم آنها را آسان تر به یاد بسپارند.

گاتهای پنجگانه

هر یکی از پنج بخش گاتها را به نام نخستین واژه بند نخست یاد می کنیم. نخستین بخش را اهوند (اهنوئی - Ahunavaiti) نام است و معنی آن دربر دارنده اهون یا اهون ویریرو (اهونور یا یثا اهو ویریرو) است. یثا اهو ویریرو از آن نخستین گاتها نیست و اندکی پیش از آن در بند دوازدهم یسن ۲۷ می باشد ولی چون در وزن و سبک همانند بندهای دیگر اهوند گاتها است، پیدا است که زمانی



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

= آذربایجانم. که هنوز نام این سرزمین است، دلیل آشکار آن است. بنا به روایت «استرابو» و «پلین» شهر گره شهر عمده آن بوده است. «بطلمیوس» از روی یادداشتهای نادرستی که داشته است نوشته است که رودهای «ارس» و «کامبیز» و «کوروبش» و «امردوس» از آن عبور می کنند. سه رودخانه نخست، همانطور که قبلا گفته ام از آن دور هستند و جای چهارمی را نمی دانم. وی شهر «سنینه» را بین «ارس» و «کامبیز» و شهر «تریینه» و پرستشگاه های «سابه» را بین رود «کامبیز» و رود «کوروبش» و قلعه «کادوسیان» و «کوروبولیس» را بین رود «کوروبش» و رود «امردوس» قرار می دهد. یعنی بنا به عادت خود نام شهرها را پشت سر هم می آورد و اینها شهرهایی هستند که کاملا ناشناخته اند و هیچ اثری از آنها باقی نمانده است.

امروز گیلان فقط دارای قریه و قصبه و روستا است و فقط یک شهر رشت در آن هست و اگر بخواهیم به «کسکو» «آستارا» نیز که در سمت راست خود گذاشته و گذشته ایم نام شهر بدهیم، آنوقت چنین می نماید که بدانها افتخاری پیش از حد داده باشیم. همانطور که قبلا گفته شد خانه های همه این روستاها جدا از یکدیگرند تا هر خانه بتواند برای درختان توت که به کرم ابریشم غذا می دهند فضای کافی داشته باشد و درختان هم نزدیک خانه باشند.

اینک به شرح سفر خود باز می گردیم. روز هفتم نوامبر مسافت شش فرسنگ را سربالا و سرپائین راه پیمودیم. شیب راه های مال رو چنان بود که در چند جا با سنگ های بزرگ پلکان ساخته اند تا پای اسبان و حیوان هایی که کجاوه حمل می کنند، بند شود. دنباله مطلب در صفحه ۵۸

هوای آن که به اندازه کافی درباره آن سخن گفته ام، بلکه درباره موقعیت عجیب آن می آورم. این ایالت مانند یک حاشیه به طول تقریبی هشتاد فرسنگ و عرض بیست فرسنگ است و از غرب به جنوب مانند یک نیم دایره کشیده شده است و از سوی شرق به دریای قزوین و از سوی غرب به کوه های بلندی که شعبه ای از سلسله جبال «توروس» هستند و در محل آن را «الپونس» می نامند محدود گشته است. این کوه ها پر از درخت و همه نوع حیوانات وحشی هستند. گراز در آنجا بی نهایت تکثیر می یابد، زیرا ساکنان آنجا که محمدمی هستند، از خوردن گوشت آن کراحت دارند و آن را نمی کشند. گیلان را طبیعت مستحکم گردانیده است. دریا از یک سو، سلسله ای از کوه های غیرقابل عبور از سوی دیگر از آن دفاع می کنند. نه خندق و نه بارو به اندازه این استحکامات مفید نیستند. بنابراین موقعی که اسکندر شرق را به زیر فرمان خود در می آورد، پایداری برای «آتروپاتس» که از سوی داریوش در آنجا حکمرانی می کرد، مشکل نبود. برای او کافی بود که از سر و صدایی که این سردار فاتح براه انداخته بود متوحش نگردد و از هرجا که می آمد، منتظرش باشد. استرابو چنین گفته است ولی آراین در کتاب چهارم روایت می کند که «اسکندر» به «آتروپاتس» در ماد برخورد و در آنجا «آتروپاتس» سر تسلیم فرود آورد. ژوستین در این باره بیشتر سخن می گوید و «آتروپاتس» را پس از مرگ اسکندر و تقسیم ایالات، حاکم تمام سرزمین ماد می سازد. در این اختلاف روایات مورخان، روایت استرابو درست تر است زیرا که در زمان او جانشینان «آتروپاتس» فقط این قسمت از ماد را که موضوع سخن است مالک بودند و نام «آتروپاتن» «آتروپاتکان



نامه های شگفت انگیز از کشیشان فرانسوی در دوران صفویه و افشاریه (بخش پانزدهم)

ترجمه زنده یاد دکتر بهرام فره وشی

تبریز و اردبیل یعنی از ماد بزرگ سرچشمه می گیرد و از میان کوه ها می گذرد تا نزدیک رشت به دریای قزوین فرو ریزد. رودخانه «کرزن» که از کوهی به همین نام در نزدیک قزوین سرچشمه می گیرد و به «قرل اوزن» می ریزد، ظاهرا همان «ریداگوس» و «زیوبریس» است، ولی در زمانی چنین طولانی وضع جای ها ممکن است تغییر کرده باشد و زمین که به شکل طاق کنده شده است، ممکن است فرو ریخته باشد. آنچه به نظر من مطمئن می رسد اینست که قزوین در جایی است که توسط «زیوبریس» آبیاری می گشت. گفتار «بطلمیوس» با نوشته مورخ اسکندر که می گوید رودی که نامش «شاهرود» است به خط مستقیم از پای کوه می گذرد، تطبیق نمی کند، این گفتار با آنچه هم که خود من در محل دیده ام مطابق نیست.

پیش از آنکه گیلان را ترک کنم، سخنی چند نه درباره خوبی این سرزمین و عفونت

در روز ششم ماه، چهره جاده تغییر کرد و اندک اندک داخل کوه ها شدیم. سفیر و همراهانش از ارتفاعات عبور می کردند تا به رودخانه «قرل اوزن» برنخورند. این رودخانه تنگ است و آب آن به سرعت در دره جریان دارد. شترها پانزده بار از آن گذشتند و آب تقریباً تا زیر شکم آنها بود. هر دفعه که آنها وارد گذار می شدند چند نفر اسب سوار به وسط آب می رانند تا با فریادهای خود آنها را به هیجان و حرکت وادارند. سرانجام پس از آنکه تمام روز به این ترتیب راه پیمودیم، در کنار یک جویبار آب گرم بدون داشتن هیچگونه آذوقه، توقف کردیم. من رنج بیشتری هم متحمل شدم و آن این بود که پیشخدمت من با اسبی که بار و بنه اندک من بر روی آن بود با سفیر همراه بود و سفیر در نیم فرسنگی ما بر روی کوه منزل کرده بود، از این رو شب سختی را گذراندم و از سرما رنج بسیار بردم. «قرل اوزن» از نواحی بین



دکتر فرانک پورقاسمی متخصص و جراح پا

- + درمان بیماری های پا ناشی از امراض قند و روماتیسم + درمان عفونت های قارچ ناخن و پوست پا + ترمیم پارگی ماهیچه، غضروف و شکستگی پا
- + درمان بیماری های پا در کودکان + صافی کف پا و صدمات ورزشی
- +Foot related diseases +Bunion, Callus, Corn +Hammer Toe, Ingrown Toe Nail +Sports Medicine & Injuries +Heel Pain & Diabetic Foot Care +Ankle Arthroscopy +Pediatric Foot Conditions +Flat Feet & Orthotics +Skin & Nail Conditions

Dr. Faranak Pourhasemi, DPM

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

اکثر بیمه ها پذیرفته می شود

National Foot & Ankle Center

(408)884-5851

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

Wedding and Entertainment Coordinator
www.niosha.com
Niosha Dance Academy
DISCOVER THE UNIQUENESS
For the wedding of your dreams let Niosha blend music, dance and tradition into an unforgettable event.
To schedule a free consult please call 408-656-0585 or email niosha@niosha.com

خود ندارد. کسروی می گوید روسها از بهاء الله طرفداری می کردند و انگلیسی ها از صبح ازل. اما واقعیت این است که براون انگلیسی آثار بهاییانی را هم منتشر کرده که به قول او روس ها طرفدار آنها بوده اند. وانگهی اگر بپذیریم که مقدمه فارسی «نقطه الکاف» نوشته محمد قزوینی باشد باز در ماهیت امر تغییری نمی دهد، زیرا معلوم نیست که بهاییان دشمنی خاصی داشته باشد. (۳)

گذشته از همه این حدس ها و گمان ها حقیقت این است که علت ورود براون به مطالعات بابیه کنجکاوی او درباره مذاهب گوناگونی بوده که در ایران پدید آمده اند، هم چنان که او جز مطالعه درباره زرتشت و باب به نهضت حروفیه هم، به عنوان یک فرقه دگراندیش دیگر، علاقه مند می شود و دو کتاب «جاویدان کبیر» و «جاویدان خرد» را از ایشان مطالعه می کند. فضل الله استرآبادی بینانگار فرقه حروفیه که در زمان امیر تیمور میزیسته، عقایدی شبیه افکار و احوال صوفیه داشته و برای حروف خاصی قائل بوده و آراء و تعالیم خود را در کتاب «جاویدان کبیر» آورده است. براون در رابطه حروفیه و درویش بکتاشیه تحقیق می کند و حاصل مطالعات خود را درباره ادبیات این دو فرقه در نشریه انجمن سلطنتی آسیای منتشر می کند. (۴)

دنباله مطلب در صفحه ۵۸

حسینعلی بهاء الله، از توطئه ای که منجر به کنار زدن صبح ازل می شود پرده برمی دارد. بنا به استدلال براون صبح ازل مورد اعتماد باب بود، اما اختلاف او با برادرش، میرزا حسینعلی بهاء الله، پس از فرارشان به بغداد روی می دهد. در پی اختلاف دو برادر جنگ میان پیروان هر یک از ایشان گسترش می یابد تا آن جا که دولت عثمانی بهاء الله و پیروانش را به عکا و صبح ازل و اتباعش را به جزیره قبرس می فرستد. اما بهاء الله با تبلیغات من یظهر اللهی خود معتقدان به باب را به قبول ادعای خود فرا می خواند. بسیاری از ایشان در تأثیر این ادعا قرار می گیرند و از پیروان صبح ازل پراکنده می شوند. (۵) اما بهایی ها در اصالت «نقطه الکاف» تشکیک کرده اند و مطالب آن را جعلی دانسته اند. حسن جوادی، مؤلف «ادوارد براون و ایران» به پاره ای از نظرهای مورخان و محققان اشاره می کند و از نظر حسن بالیوزی، یکی از بهاییان معتقد به «نقطه الکاف»، یاد می کند مبنی بر این که مقدمه انگلیسی و فارسی «نقطه الکاف» با هم فرق دارند. در مقدمه فارسی طرفداری از ازل ها آشکار است. او گمان دارد که آن مقدمه را محمد قزوینی نوشته است، اما نخواستار است نام خود را بر آن بگذارد. احمد کسروی هم معتقد است که مقدمه فارسی به قلم محمد قزوینی است، اما دلیلی بر ادعای

ایران شناسی ایران دوست ادوارد براون و ایران

بخش دهم

دکتر ایرج پارسى نژاد



نگاهی به کتاب:

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

که براون در حواشی خود بر «مقاله یک سیاح» نوشته عباس افندی (عبدالبهاء) اطلاعات متنوع سودمندی درباره کشته شدن دابی باب، ملا محمد علی بارفروش، قره العین و دیگران، همراه با شرح حال شاه و قتل عام جماعتی از بابیان در تهران به دست می دهد. هم چنان که در بیان شرح احوال میرزا علی محمد باب یادآور می شود که چگونه او به محضر سید کاظم رشتی راه یافت و پس از مرگ او خود را «باب امام زمان» خواند. آنگاه به مکه رفت و دعوت خود را آشکار کرد. بعد به شیراز آمد و در آن جا زندانی شد و از آن جا فرار کرد. در اصفهان بود که حاجی میرزا جانی کاشانی و میرزا حسینعلی نوری، که بعدها «بهاء الله» لقب گرفت، با او دیدار کردند، اما سرانجام دستگیر شد. او را به آذربایجان بردند و در مناظره ای با علما به مرگ محکوم شد و اعدامش کردند. میرزا جانی هم در پی سوء قصد به ناصرالدین شاه در نیاوران با بیست و هفت تن از پیروانش کشته شدند.

و اما با آن که اصل «مقاله یک سیاح» نوشته عباس افندی (عبدالبهاء) است، براون در حواشی خود بر آن در مورد عقاید شیخی ها (شیخیه)، از پیروان شیخ احمد احسائی، و شاگردش سید کاظم رشتی و مسائلی از اعتقادات شیعه و نوشته های باب و صبح ازل و همچنین فلسفه ملا صدرا توضیحات روشنگری داده، با این همه بهایی ها معتقدند

مهمترین کتابی که براون در مطالعات بابیه خود چاپ می کند «نقطه الکاف» تألیف حاجی میرزا جانی کاشانی از پیروان قدیم باب است که در شرح حال باب و تاریخ بابیه و مرگ باب در ۱۸۵۰ تا ۱۸۵۲ که سال کشته شدن خود میرزا جانی است نوشته شده است. براون با نگاهی نقادانه به زندگی پر تلاطم دو برادر (بهاء الله و صبح ازل) می پردازد و به استناد اظهارات برادر بزرگ تر، میرزا

آموزشی دف و تنبک

توسط نریمان اسعدی

کلاس های خصوصی و گروهی
برای تمامی سنین

(530) 574-4636

narimanpercussion.com

narimanpercussion@gmail.com

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 F NMLS#332989



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

معلوم شد که هر کس درب بانک را شب باز کند می تواند به آسانی به این کلیدها دسترسی داشته باشد. در نتیجه یقه دربان بانک را باید گرفت.

معاون کل بانک آقای یزدانی نیز اطمینان می داد که رئیس و کارمندان بانک افراد شناخته شده ای هستند و بعید به نظر می رسد که اهل سرقت از بانک خودشان باشند. اما نگهبان بانک هم با کمال خونسردی می گفت که شب تا صبح جلوی بانک کشیک داده و در را هم به هیچ وجه باز نکرده است.

دربان بانک سبیل های بلندی داشت که تا بناگوشش رسیده بود و صدای بسیار کلفت و استریوفونیک داشت. ناچار برایش توضیح دادیم که اگر خودت در را باز نکرده ای حتما شخص دیگری باز کرده و این که حمل آن همه پول کار آسانی نیست. در این گونه سرقت ها، هر روزی که از تاریخ سرقت بگذرد، پول بیشتر پراکنده می شود و حتی اگر سارق اصلی دستگیر شود، پیدا کردن پول به سختی میسر است. ناچارا مجبور شدم سبیل های نگهبان را که همگی عظیم هم داشت بگیرم و از او پرسیم «تو مردی؟» می گفت: «بله جناب سروان.»

دنباله مطلب در صفحه ۵۴

و محل سرقت، یعنی بانک تهران شعبه سه راه قپان را به قول آگاهی چی ها معاینه محلی کرد و در بازگشت گفت که هیچ اثری از خراش و شکستگی در قفل ها دیده نمی شود. رئیس شعبه و مسئول کلیدها نیز حاضر نبودند سخن بگویند. ناچار رئیس شعبه و کارمند که کلید در دستش بود را به بازداشتگاه زیر آگاهی فرستادیم تا روز بعد باز هم تحقیق را ادامه دهیم. ساعت هشت صبح روز بعد مجدداً بازجویی از کسانی که بهر نحو با کلیدها مربوط بودند آغاز شد. و بالاخره رئیس شعبه اعتراف کرد که کلید گاوصندوق را در کشوی میزش می گذاشته و همچنین مسئول دیگر کلید گفت که او هم کلید اطاق گاوصندوق را در کشوی خود می گذاشته و این کشوها را قفل نمی کرده اند.

می ماند کلید سوم مربوط به در بانک که در دست نگهبان بیرون از بانک بوده. ما حساب کردیم که اگر کسی بخواد خود را به گاوصندوق برساند باید سه کلید را با هم در دست داشته باشد، اول کلید در بانک و دوم کلید در اطاق گاوصندوق و سوم کلید گاوصندوق. البته اگر سرقت هنگام بسته شدن بانک بوده باشد. باز هم از محل کلیدها در بانک بازدید شد و



یک سینه سخن

مسعود سپند

ماجرای سرقت از بانک تهران

نقد در گاوصندوق بوده حدود (دو میلیون تومان) به سرقت رفته و هیچگونه اثر شکستن قفل یا شیشه و خراش در قفل های بانک دیده نشده و کلانتری پرونده را با رئیس شعبه و چند کارمند که کلیدهای در مخزن یا گاوصندوق را در دست داشته اند، جهت رسیدگی به اداره آگاهی فرستاده بود. ظاهر پرونده این طور می نمود که سرقت داخلی و کار یکی از کارمندان بانک است. شوربخانه رئیس شعبه و کارمندی که کلید اطاق گاوصندوق در دستشان بود می گفتند که کلید را در دست داشته اند و اطاق گاوصندوق و خود گاوصندوق با کلید دیگری باز شده. کلید درب بانک نیز در دست نگهبان شب بود که او نیز می گفت تمام شب جلوی در بانک نگهبانی داده و در را بروی احدی باز نکرده است. پس در نتیجه ظاهراً اینطور به نظر می رسید که هنگام روز و قبل از تعطیل شدن، این همه پول از بانک خارج شده. اما این همه پول را چطور روز روشن یکی یا دو تا کارمند توانستند از شعبه خارج کنند و دیگر کارمندان متوجه نشده اند و جالب اینجاست که این دو میلیون تومان همه اش هزار تومانی که نبوده، یک تومانی، پنج، ده و صد تومانی اگر جزو دو میلیون تومان باشد، حتی توی سه یا چهار چمدان جا نمی شود.

برای اطمینان بیشتر آقای مؤمنی رفت

بانک تهران شعبه مرکز در خیابان پهلوی بالاتر از چهارراه پهلوی بود و چند شعبه مادر نیز داشت که شب ها پول های نقد شعبه های کوچکتر را می بردند و به بانک های مادر تحویل می دادند. یکی از این بانک های مادر بانک تهران در سه راه قپان نزدیک میدان گمرک در جنوب شهر تهران بود و درست در نبش سه راهی قرار داشت. طرف دیگر روبروی بانک چند تا مغازه کوچک از جمله یک ساندویچ فروشی بود که بعداً فهمیدیم صاحب آن سارق سابقه داری بنام رضا ساندویچی است. نمیدانم چه سالی بود شاید سال ۱۳۵۵ یا ۵۶ بود که یک روز یک پاسبان کلانتری، فکر میکنم ۱۴ (آخر نزدیک به چهل سال از آن تاریخ می گذرد) با رئیس بانک تهران شعبه سه راه قپان و چند کارمند و معاون کل بانک (آقای یزدانی) با یک پاسبان و پرونده ای زیر بغل وارد شدند.

من و یک همدریف ستوان یکم بنام آقای مؤمنی که تجربه و سنش خیلی بیشتر از من بود با هم کار می کردیم. آقای مؤمنی یکی از با تجربه ترین کارمندان اداره آگاهی بود. مخصوصاً در کار تحقیق درباره پرونده های سرقت اماکن عمومی، تجربه فراوانی داشت.

متن پرونده حکایت از این داشت که شب گذشته صندوق مادر بانک تهران در شعبه سه راه قپان با کلید باز شده و هر چه پول

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

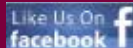


کیتیرینگ کامل میهمانی و جشن های شما در سراسر شمال کالیفرنیا

رستوران فیمس کباب با افتخار از شما پذیرایی می کند.

(916)483-1700

www.famouskabob.com



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



(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

سال سخنرانی‌های علی شریعتی در حسینیه ارشاد تحمل می‌شد که یکی از ویژگی‌های گفتمان‌ش کمونیس‌ستیزی بود و در عمل راه به قدرت رسیدن اسلام سیاسی بنیادگرا را هموارتر ساخت. مورد دوم برخورد دوگانه شاه و ساواک با «مرتجعین سرخ و سیاه» بود که در عمل و عمدتاً بر همکاری رژیم شاه با اسلام سیاسی بنیادگرا از جمله علیه مخالفان سکولار و دمکرات استوار گردیده بود.

در حالی که رهبران ملی‌گرا و یا فعالین دمکرات و کمونیست سال‌های طولی از عمر خود را در زندان می‌گذراندند و همراه داشتن یک کتاب کمونیستی می‌توانست محکومیت چندین ساله زندان را برای دارنده کتاب در پی داشته باشد، برخی از هواداران آیت‌الله خمینی پس از گذراندن چند روز و یا چند ماه از زندان آزاد می‌شدند. برای نمونه آقای خامنه‌ای پس از خیزش خرداد ۴۲ به رهبری آیت‌الله خمینی، شش بار به زندان افتاد که مدت آنها از ده روز تا نه ماه در نوسان بود. ولایتی شیوه مبارزاتی خامنه‌ای را برگرفته از «مبانی مبارزاتی منابعی چون قرآن و احادیث در تقابل با اندیشه‌های مادی‌گرایانه و مارکسیستی و لیبرال» می‌سنجد.

دنباله مطلب در صفحه ۱۰

اقتصادی آمریکا علیه نظام دینی در ایران برای برطرف کردن نگرانی‌های متحدان منطقه‌ای آمریکا طراحی شده است و به‌هیچ وجه رفتار حقوق بشرستیز رژیم را تعدیل نخواهد کرد. تحریم‌های آمریکا در زمان بوش پدر علیه دولت عراق (نفت در برابرنان) نه تنها سبب تضعیف صدام نگردید بلکه وی حتی در به کار بردن بمب‌های شیمیایی علیه اقلیت کرد تردیدی به خود راه نداد.

۲- یکی از شروط «حداقلی» بیانیه برای همکاری با مخالفان سیاسی مرزبندی با «ارتجاع سرخ و سیاه» (اسلام سیاسی و ایده تئولوژی‌های کمونیستی) است که به باور نویسندگان بیانیه در گذشته و حال ایران «زینبار و ویرانگر بوده و خواهند بود». نویسندگان بیانیه در نوشتن این بند آگاهانه و یا ندانسته از ادبیات جنگ سرد زمان محمدرضا شاه بهره جسته‌اند که مخالفین استبداد سلطنتی را «ارتجاع سرخ و سیاه» می‌نامید اما در عمل لبه تیز سرکوب سازمان یافته ساواک علیه کمونیست‌ها، ملی‌ها و سکولارهای دمکرات به کار گرفته می‌شد. در دوران جنگ سرد بسیاری از اسلام‌گرایان در ائتلاف نانوخته‌ای با شاه علیه کمونیس همکاری می‌کردند. بطور نمونه چندین

گمراه‌های به نام «فرشگرد»

م. رها

به تازگی تشکل تازه‌ای به نام «فرشگرد» اعلام موجودیت کرده و استقرار نظامی سکولار دمکرات با یک قانون اساسی بر مبنای حقوق بشر، رفع تبعیض علیه زنان، اقلیت‌های دینی، قومی و نژادی و تعامل با کلیه کشورهای جهان را در دستور کار قرار داده است. ضمن آنکه اهداف این تشکل می‌تواند از پشتیبانی برخی از افراد و تشکل‌های سکولار دمکرات و دموکراسی‌خواه برخوردار گردد اما بیانیه رسمی این گروه در سه محور مهم پرسشی‌پذیر و انتقاد برانگیز است.

مورد پشتیبانی گروه نژادپرست کولوس کلان و اوآنجلست‌های (Evangelists) بنیادگراست، تا چه حد قابل توجیه است، پرسش اینجاست که آیا تحریم‌های در خواست شده به «تضعیف رژیم جمهوری اسلامی و دستگاه سرکوبش» منجر خواهد شد و یا شمار میلیونی تهی‌دستان و بیکاران شهری و روستایی را افزایش خواهد داد؟ آیا گسترش فقر و درصد بیکاران که بی‌تردید دامن‌گیر طبقه متوسط مدرن نیز خواهد گردید فرصتی را برای مردم فراهم خواهد ساخت تا بنا به ادعای نویسندگان بیانیه «تکلیف دیکتاتوری اسلام‌گرا را یکسره کنند» و یا سبب تشدید فضای امنیتی و سرکوب بیشتر دگراندیشان (همانطور که دستگیری‌های تازه نشان می‌دهد) خواهد شد؟ تحریم‌های

۱- به نوشته این بیانیه شماری از اعضای فرشگرد مدتی پیش طی نامه‌ای از دونالد ترامپ از جمله خواسته‌اند که با تشکیل یک ائتلاف بین‌المللی در برابر برنامه موشکی و رفتار مخرب سپاه در منطقه مقابله کند. بیانیه می‌افزاید که بسیاری از درخواست‌های‌شان در ۲۰ ماه گذشته برآورده شده و «یا در آینده نزدیک محقق خواهند شد». اشاره ضمنی بیانیه به تحریم‌های اقتصادی و از جمله تحریم نفتی علیه جمهوری اسلامی در ماه نوامبر است که دونالد ترامپ در دستور کار قرار داده و بیانیه از بیان مستقیم و شفاف آن پرهیز کرده است.

صرف نظر از اینکه هم‌پیمان شدن با یکی از محافظه‌کارترین و ضد محیط زیست‌ترین رئیس‌جمهورهای آمریکا که



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 سکوریته
- ◆ 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

سبب ناتوانی مراجع دینی شدند و در نتیجه امکان پایین آمدن درآمد روحانیان فراهم شد. افزون بر این، شکاکان سست کنندگان اخلاق در نظر گرفته می شدند، زیرا این روحانیان بودند که وظایف اخلاقی را از روی احکام دینی تعیین می کردند. به این ترتیب هم فرمان روایان دنیوی و هم روحانیان دریافتند که در بیمناک بودن از آموزش های انقلابی دانشمندان علوم، دلایل خوبی در دست دارند.

در ادامه این گفتگو نه با علم به طور کلی و نه با دین در کلیت آن سر و کار خواهیم داشت، بلکه فقط به جنبه هایی که در گذشته با یکدیگر برخورد داشته اند و هنوز هم ادامه دارند خواهیم پرداخت. تا آنجا که به دنیای مسیحیت مربوط می شود این برخوردها بر دو گونه بوده اند. گاهی براساس گفته ای در انجیل مطلبی درباره یک واقعیت به شیوه ای قاطع بیان می شود. برای نمونه، این گفته که خرگوش به نشخوار کردن می پردازد. وقتی گفته های قاطعی به مانند این پس از مشاهده علمی رد می شود برای کسانی که باور دارند، چنان که بسیاری از مسیحیان تا پیش از این که علم خلاف آن را ثابت کند باور داشتند، هر کلمه انجیل همان الهام آسمانی است دشواری هایی پدید خواهد آمد. **دنباله مطلب در صفحه ۵۶**

تر از علم است. هریک از دین های بزرگ تاریخی دارای سه جنبه اند: ۱- دستگاه دین ۲- مجموعه احکام و ۳- اصول اخلاق فردی. اهمیت نسبی این سه جنبه در دوران های گوناگون و در سرزمین های مختلف بسیار متفاوت بوده است. دین های باستانی در یونان و روم، تا زمانی که رواقیان (Stoics) (فلسوفانی در یونان باستان) جنبه اخلاقی به آنها نداده بودند، درباره اخلاق فردی حرف چندانی برای گفتن نداشتند. در اسلام دستگاه دین در سنجش با نیروی حاکمان زمینی اهمیت چندانی نداشته است. در پروتستان گرای نوگرایی در کاستن از سخت گیری های احکام دینی دیده می شود. با همه این ها، هر سه جنبه دین، با نسبت کمتر یا بیشتر، از عنصر های بنیادی دین به عنوان پدیده ای اجتماعی به شمار می روند. همین جلوه اجتماعی است که در درجه اول برخورد با علم را سبب می شود. دین شخصی و بی غل و غش، مادام که از اعلام احکامی که از نظر علمی نادرستند بپرهیزد، در دوران علمی نیز می تواند بدون تشویش به حیات خود ادامه دهد. احکام دینی سرچشمه فکری برخورد بین دین و علم به شمار می رود، اما تلخی این مخالفت به دلیل پیوند خوردن احکام با دستگاه دین و دستوره های اخلاقی بوده است. کسانی که احکام یا اعتقادات را مورد تردید قرار دادند



نبرد دین با علم

نوشته: برتراند راسل مترجم: دکتر احمد ایرانی
بخش دوم

میدان های نبرد

جنگ بین دین های سنتی و معرفت علمی بار دیگر اهمیت پیدا کرده است. علم کوششی است برای دریافتن یا کشف کردن از راه مشاهده و استدلالی است که بر مشاهده استوار باشد. نخست کشف واقعیت های ویژه ای درباره جهان و سپس یافتن قانون هایی که این واقعیت ها را به یکدیگر پیوند دهد و (اگر بخت یاری کند) پیش بینی رویدادهای آینده امکان پذیر شود. این جنبه نظری علم با روش علمی پیوند دارد، جنبه ای از علم که با بهره برداری از معرفت علمی آسایش و رفاهی را تولید می کند که در دوران پیش از پیدایش علم یا امکان پذیر نبود یا دست کم بسیار گران تمام می شد. همین ویژگی علم است که سبب می شود حتی کسانی که آشنایی چندانی با علم ندارند از اهمیت شایان آن آگاهی داشته باشند. دین از نظر اجتماعی پدیده ای پیچیده

دین و علم دو جنبه از زندگانی اجتماعی اند. دین، تا آنجا که درباره تاریخ فکری بشر می دانیم، همیشه دارای اهمیت بوده است. در حالی که علم، پس از سوسو زدن هایی زودگذر در میان یونانیان و اعراب، ناگهان در قرن شانزدهم میلادی از اهمیت شایانی برخوردار شد و از آن دوران تاکنون به گونه ای فزاینده سرانندیده ها و موسسه هایی را که با آنها سر و کار داریم پی ریزی کرده است. بین علم و دین همواره برخوردی پایان ناپذیر وجود داشته است، برخوردی که جز در مورد چند سال گذشته به پیروزی علم انجامیده است. اما با پیدایش دین های تازه ای در روسیه و آلمان که هر دو در کوشش های رسالت گونه خود به وسایل علمی مجهزند بار دیگر احتمال پیروزی علم را به مانند آغاز دوران علمی مورد تردید قرار داده است. در نتیجه، موضوع مطالعه زمینه ها و تاریخ حالت

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

(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.)**



طلب آشتی با سیاوش قاصدی به سوی او فرستاد و با دادن امتیازاتی چند تقاضای آتش بس کرد. سیاوش این تقاضا را با نامه ای بخردانه همراه رستم به نزد پدرش کاووش شاه فرستاد. از آنجا که کاووش را فر پادشاهی بود اما خرد تشخیص خوبی و بدی نبود با رستم، پهلوان وفادار دلیر ایرانی با درشتی سخن گفتن گرفت و با رنجاندن او گفت که من خواهان متارکه جنگ نیستم و اگر تو مایل به این متارکه هستی کناره بگیر و طوس را به جای تو نزد سیاوش می فرستم. بالاخره پایان این نابخردی کاووش به کشته شدن سیاوش و عواقب بدشگون آن انجامید.

داستان سوگ سیاوش و کشته شدن سوادیه به دست رستم و انتقام خون سیاوش توسط رستم از مقوله نوشته ما بیرون است. در اینجا فقط اشاره ما به فره کاووش و بی خردی های اوست که با وجود آن فره و یا نداشتن خرد هر بار مساله ای تازه و نابخردانه خلق می کرد چون کودکی که به دنبال بازیچه ای بود. مثلا در داستان نرساندن نوشدارو به سهراب و مرگ او یا بوالهوسانه بر تخت روان نشستن او و به پرواز درآمدنش توسط چهار عقاب و نابخردانه هایی فراوان تا بالاخره به پادشاهی کیخسرو انجامید.

می شود. فردوسی این را از بخت کودک می داند و:

فرستاده اندر شگفتی بماند

فراوان بر او نام یزدان بخواند

فردوسی را اعتقاد بر این است که:

کرا یار باشد سپهر بلند

برو بر ز دشمن نیاید گزند

در جایی دیگر فردوسی را عقیده بر این است که کسی می تواند دارای فر باشد ولی خرد نداشته باشد، شاهد زنده این نقصان در تمیز خوبی و بدی کیکاووس پادشاه است. مثل این است که کیکاووس نیروی تشخیص خوبی و بدی ندارد.

چون سوادیه همسر کاووش به پسر جوان او چشم دوخته است و سیاوش به خواسته نابخردانه او سر نمی نهد. در حالیکه حتی اختر شناسان فریب و دروغ سوادیه را آشکار ساختند، باز کاووش نابخردانه عمل کرد. سیاوش با گذر از آتش بی گناهی خود به اثبات رساند، اما سوادیه را توان خودداری از مهر سیاوش در دل نبود بنابراین سیاوش برای گریز از او داوطلبانه به جنگ افراسیاب که به طمع خاک ایران زمین لشکر به ایران کشیده بود رفت و در این لشکر کشی رستم نیز او را همراهی می کرد. چون سپاه افراسیاب دریافت که توان رویارویی با سپاه سیاوش را ندارد و با رای زدن با مهتران سپاه در



«فر» یا «فره» در باور ایرانی (بخش دوم)

را نادیده نمی گیرد و می گوید:
**چو فروخرد دارد و دین و بخت
سزاور تاج است و زیبای تخت**

در شاهنامه، فردوسی هیچگاه برای کلمه فر توضیح دقیقی ارائه نداده است و تنها می توان آن را مثلا با تعریف «امری الهی» توصیف کرد. امری الهی که با کلمات نمی توان آن را شرح داد «معنویتی خاص و غیرقابل تعریف» در حالیکه مثلا کلمه بخت را می توان توصیف کرد در داستان به دربار وارد شدن بزرگمهر، فردوسی می گوید که انوشیروان خوابی می بیند و همه خواب گزاران از تعبیر آن ناتوان می شوند. فرستاده ای به مرو می فرستند و تفسیر و تعبیر خواب از مفسرین و معبرین آنجا می خواهند. کسی پاسخ نمی داند، در این میان کودکی بزرگمهر نام که شاگرد کلاس زرد و اوستا بوده می گوید من تعبیر آن می دانم، استاد آن کودک که از تعبیر ناتوان بوده، دل آزرده می شود که چگونه شاگرد او این راز می داند و خود او نمی داند. فرستاده انوشیروان استاد را می گوید دل آزرده مباش، شاید بخت این کودک به یاری او آمده.

مگر بخت این کودک افروختست

ز تو، نی، که از دولت آموختست
پس فرستاده با کودک برای رفتن به دربار انوشیروان به راه می افتند، چون کودک در بین راه به خواب می رود، ماری او را در خواب می بوید ولی گزندی به او نمی رساند و به راه خویش می رود و ناپدید

در شاهنامه فردوسی شاید بیش از همه دوداین و متون نثر فارسی به کلمه فر بر می خوریم وقتی فر کسی را همراهی می کند شکست او غیرممکن است بخصوص اگر این فر همراه با بخت و شانس و گوهر و نژاد و هنر باشد. در این صورت شکست غیرممکن است. وقتی در «کارنامه اردشیر بابکان» دختر اردوان جامی لبالب از زهر به دست اردشیر می دهد. جام زهر به خودی خود و برحسب یک تصادف از دست اردشیر به زمین می افتد و اردشیر این جام را نمی نوشد. این پدیده اعجازیست که فر به کمک اردشیر می آید. در جایی از شاهنامه چون موبد و انوشیروان از فر و دانش و بخت سخن می گویند و موبد در مورد فر از انوشیروان پرسش می کند. انوشیروان می گوید که گرچه فر یاری گر و کمک پادشاهان است ولی فر همراه با دانش و خرد و نژاد اعجازیست که بر شکوه سلطنت می افزاید و از پادشاه سایه ای از خداوند بر روی زمین می سازد.

موبد از انوشیروان می پرسد:

پرسید دانش به از فر شاه؟

که فرو بزرگیست زیبای گاه

چنین داد پاسخ که دانش به فر

بگیرد جهان سر به سر زیر پر

خرد باید و نام و فر و نژاد

بدین چار گیرد سپهر از تو یاد

می بینیم که در اینجا گرچه فر را شکوهمند می داند اما خرد و دانش و نژاد



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



ماهنامه پژواک

با دج آگهی در ماهنامه پژواک، پیشه و خدمات خود را به ایرانیان شمال کالیفرنیا معرفی نمایید!

(408) 221-8624

نشریه برگزیده
ایرانیان شمال کالیفرنیا



برنامه‌های مرکز اسلامی و فرهنگی شمال کالیفرنیا در ماه‌های اکتبر و نوامبر ۲۰۱۸

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

برنامه ویژه اربعین حسینی

سخنران: دکتر مصطفی دانشگر

شنبه ۲۷ اکتبر ساعت ۶ عصر در مرکز

برنامه: سخنرانی فارسی به همراه نماز و صرف شام و عزاداری

برنامه ویژه شهادت پیامبر اکرم (ص)، امام صادق (ع) و امام رضا (ع)

پنجشنبه ۸ نوامبر ساعت ۷ عصر در مرکز

برنامه: نماز مغرب و عشاء، دعای کمیل، عزاداری و صرف شام

سخنرانی مهندس عبدالعلی بازرگان - شنبه ۱۳ اکتبر، ساعت ۶ عصر در مرکز

موضوعات سخنرانی مهندس بازرگان تفسیر قرآن کریم با تاکید بر مضامین اخلاقی است

درس‌گفتارهای دکتر عبدالکریم سروش در ماه‌های سپتامبر و اکتبر

- درس‌گفتار شروح تک غزل دیوان شمس مولانا جلال‌الدین شبیه ۸ سپتامبر و ۶ اکتبر. ساعت ۴:۳۰ عصر در مرکز
 - درس‌گفتار شروح دفتر نخست مثنوی ۷، ۱۴، ۲۱ و ۲۸ اکتبر و ۴، ۱۸ و ۲۵ نوامبر - ساعت ۶ عصر در منلو پارک.

- سخنرانی با موضوع «عرفان دلبرانه امام حسین (ع)» - ۱۹ جمعه اکتبر و درس‌گفتار شرح بوستان سعدی جمعه ۱۶ نوامبر ساعت ۷:۳۰ عصر در بیتاب توحید سن جوز.

دعای کمیل: پنج‌شنبه‌ها ساعت ۷ عصر در مرکز

برنامه: صرف شام، دعای کمیل، و نماز مغرب و عشاء است.

کلاس‌های باهم‌آموزی قرآن کریم با همکاری دکتر سید وهاب معصومی

سومین شبانه همراه ساعت ۲:۳۰ عصر در مرکز

شب صحبت و شعرخوانی با حضور دکتر عبدالکریم سروش

اولین شبانه همراه ساعت ۶ عصر در مرکز

در شب صحبت و شعرخوانی از افراد به صورت داوطلبانه خواسته می‌شود که قطعه شعری را که خود سروده‌اند و یا از کتابی از شعرای بزرگ معاصر و کهن و یا هر شاعری که از اعتبار و شهرتی برخوردار است، انتخاب کنند و بخوانند و از دلیل این انتخاب بگویند.

برای کسب اطلاعات بیشتر با ایمیل pr@iccnc.org مکاتبه کنید.

برنامه ویژه مراسم اسلامی و فرهنگی شمال کالیفرنیا - شهادت اربعین حسینی

سخنران: دکتر مصطفی دانشگر

Saturday, Oct. 27, 2018 6:00 P.M.
 شنبه ۲۷ اکتبر ۲۰۱۸ ساعت ۶ بعد از ظهر

Address: 1433 Madison Street Oakland, CA 94612

سخنرانی مهندس عبدالعلی بازرگان - شنبه ۱۳ اکتبر، ساعت ۶ عصر در مرکز

موضوعات سخنرانی مهندس بازرگان تفسیر قرآن کریم با تاکید بر مضامین اخلاقی است

درس‌گفتارهای دکتر عبدالکریم سروش در ماه‌های سپتامبر و اکتبر

- درس‌گفتار شروح تک غزل دیوان شمس مولانا جلال‌الدین شبیه ۸ سپتامبر و ۶ اکتبر. ساعت ۴:۳۰ عصر در مرکز
 - درس‌گفتار شروح دفتر نخست مثنوی ۷، ۱۴، ۲۱ و ۲۸ اکتبر و ۴، ۱۸ و ۲۵ نوامبر - ساعت ۶ عصر در منلو پارک.

- سخنرانی با موضوع «عرفان دلبرانه امام حسین (ع)» - ۱۹ جمعه اکتبر و درس‌گفتار شرح بوستان سعدی جمعه ۱۶ نوامبر ساعت ۷:۳۰ عصر در بیتاب توحید سن جوز.

مرکز اسلامی و فرهنگی شمال کالیفرنیا برگزار می‌کند

شب صحبت و شعرخوانی
 با حضور دکتر عبدالکریم سروش

Saturday, Oct. 6, Nov. 3 2018 6:00 P.M.
 شنبه ۶ اکتبر و ۳ نوامبر ۲۰۱۸ ساعت ۶ بعد از ظهر

Official Services of ICCNC 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.

حقیقت باید فدای مصلحت شود؟! فراموش نکنیم، در طی این سال های آب و آتش، مسئولان ورزش ما هرگز تعریف درستی از ورزش نداشته اند. حالا شاید آنها بسیج شوند که به ورزش سوریه کمک کنند، چرا که آنها در میان تمامی شرکت کننده ها فقط یک مدال برنز گرفتند. گرچه مطمئنا کمک ایرانی ها را رد می کنند و یا شاید هم هوس کنند بوی خرابی های شام یک ورزشگاه مدرن هم برای آنها بنا کنند. فراموش نکنیم که عمر بازی های کشورهای آسیایی به صد سال هم نرسیده است.

ورزش ایران با ۶۴ شرکت کننده در آن بازی ها در دور اول حضور یافت. بسیاری از آن بزرگ مردان هم اکنون نقاب در خاک کشیده اند. ایران با ۸ مدال طلا، ۶ نقره و ۲ برنز در مکان سوم ایستاد. از همه مهمتر مدال طلای علی باغبان باشی بود، مردی که نه مربی داشت و نه سرپرست، فقط می دويد. جالب اینکه هوایمپی اختصاصی ورزشی ایران به هنگام بازگشت از هند با خطر سقوط مواجه شد و قهرمانان ناچار تمام سوغاتی ها و وسایل شخصی شان را به بیرون پرتاب کردند و در فرود اضطراری در نزدیک ترین فرودگاه به زمین نشستند. دنباله مطلب در صفحه ۵۵

بیست سال است که در کنار قبرستان خاک می خورد و منتظر سالیا، دهداری و برمکی نشسته است تا دوباره زنده شود و ورزشگاه نیمه کاره را تمام کنند.»

در دو سوی تلفن بغض گلویمان را گرفته است. تلفن مجانی وایبر قطع می شود! چرا؟ خدا می داند. در گرمای بالای صد درجه فارنهایت FRESNO، شهری که من در آن ساکن هستم و یا زندانیم، سرما را می شود حس کرد، حتی با حضور خورشید. جام جهانی که به پایان رسید، بازی های آسیائی در جاکارتای اندونزی بود. ایرانی ها با ۵۳۶ شرکت کننده که ۱۴۴ نفر آنان زن بودند، در این بازی ها شرکت کردند. ۲۰ مدال طلا، ۲۰ مدال نقره و ۲۲ مدال برنز سهم، ۵۳۶ ورزشکار ایرانی بود.

ایران به دلیل مرغوبیت مدال های طلایش ششم شد. چین، ژاپن، کره جنوبی، اندونزی و ازبکستان بالای سر ایران قرار گرفتند وگرنه در جمع مدال ها، چین تایپه با ۶۷ مدال، هند با ۶۹ و حتی قزاقستان ۷۶ مدال داشت. تنها طلاهای ایران از آنها بیشتر بود. آقای وزیر ورزش این را یک موفقیت خواند. او هم مثل بسیاری دیگر از مسئولان باید رشد کند. بعضی وقت ها از خودم می پرسم این ها در کدام سیاره زندگی می کنند! آیا



ورزش از نگاه من

احمد طوسی

Email: tousi1515@aol.com

گستاخی در چشم گوینده نگاه می کند و می گوید: «مردم چه می خواهند! ما که رفتنی نیستیم.» تصویر تلویزیونی قطع می شود و تلویزیون به تبلیغ های مذهبی می پردازد، ماه محرم است. تلفن دستی ام زنگ می زند. دوستی از آبادان سرسبز و قشنگ است. سلام و احوالپرسی می کنیم. او می گوید: «باور نمی کنی شهر چقدر غم زده و پر از مصیبت است. از آن همه زیبایی و سرسبزی چیزی باقی نمانده است. باشگاه های بریم، باورده، ایران، الفی با دیوارهای سوراخ سوراخی که از جنگ بر جای مانده و هنوز رفو نشده است، برای کسی حال و احوالی باقی نگذاشته. دیوارها را با پارچه های سیاه پوشانده اند و همه چمن ها زرد شده اند. شهر دوران کودکی ما که همه چیز داشت حالا برایش باید اشک ریخت. پول هایمان را برای کر بلا و نجف صرف می کنند. ورزشگاه هایی با ظرفیت ۳۰ هزار نفر ساخته اند اما ورزشگاه نیمه تمام آبادان

راستی فردا کی از راه می رسد! آیا اسلام عبوس این اجازه را خواهد داد که مردم دوباره زندگی کنند و همه چیزهای برباد رفته را از نو بسازند! دریاچه های خشک شده، سدهای بدون آب و رویاهای گرم و انجام نشده انقلاب چه چیزی را هشدار می دهد؟! مردم این رژیم را نمی خواهند. نفت و گازی که بسیار استخراج شده تا همه سران سهم خود را بردارند و بین خود تقسیم کنند. پول هایشان را در بانک های خارجی پس انداز کرده اند، تا هنگام فرار از راه رسد. از گرمی روابط رژیم و مردم کاسته شده است همه چیز به شدت گران است و مردم خشم خود را پنهان نمی کنند. رسوائی های فراوان و پرروئی های سران رژیم مانند آقای رئیس جمهور که مستقیم در چشمان مردم نگاه می کند و دروغ تحویل آنها می دهد و منکر گرانی و نارضائی مردم می شود. روی صفحه تلویزیون و در پشت سر گوینده که با رئیس جمهور صحبت می کند، مردم بر علیه او و رژیم شعار می دهند و او با کمال

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



AMERICAN EXPRESS **MasterCard** **VISA**

Springtown Exxon

Serving Livermore and surrounding area

(925)443-8866

We'll Beat Anybody's Price

WALK-INS WELCOME
We Rent U-Hauls



State of California LICENSED
SMOG CHECK
INSPECTION AND REPAIR STATION

<p>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</p>	<p>A/C SERVICE Evacuate + Recharge Check Belts & Hoses \$49.95 Offer valid to 11/31/18 Plus Freon & Dye</p>	<p>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</p>
<p>BRAKE SERVICE Starting Per Axle Plus Parts Includes Machine Rotors \$69.95 Offer valid to 11/31/18</p>	<p>RADIATOR SERVICE Drain & Refill Check Belts, Hoses, Accessories \$34.95 Plus Coolant Offer valid to 11/31/18</p>	<p>TRANSMISSION FLUSH 99% Fluid Exchaneg Includes Flush Additives up to 12Qts. \$99.95 Reg. \$149.95+Tax, Haz Fees SERVICE \$49.95 Plus Parts & Disposal Fee Offer valid to 11/31/18</p>
<p>FREE \$50 GAS W/TIMING BELT SERVICE Most cars Offer valid to 11/31/18</p>	<p>MINOR TUNE UP Starting at \$49.99 Plus Parts Offer valid to 11/31/18</p>	<p>SCHEDULED MAINTENANCE 30/60/90K Miles Service From \$189.95 Most cars Offer valid to 11/31/18</p>

4700 1st Street, Livermore, CA 94551

آوردیم! ولی تشخیص این طرفی ها حوله خیس، پاشویه آب سرد است! گلو درد هم همین طور، در این جا به جای سوپ و آب گرم گلو آدام را به یخ می بندند!

برای شمارش هم ما کف دست را باز کرده و انگشتان را یکی یکی می بندیم که اولاً فلان، دوما بهمان، سوماً الا آخر... ولی در این سرزمین عجایب مشتشان را می بندند و یکی یکی با شمارش باز می کنند!

ضمناً حمل بر بی ادبی نباشد، احیانا اگر به خاطر ناراحتی، انگشت شصت تان را به عنوان اعتراض روی کسی بلند کنید، اینها فکر می کنند عملی انجام داده اند که دارید تشویقشان می کنید! کلی خوشحال می شوند! و تشکر هم می کنند! (ولی انگشت وسط را دست نزنید...!) باز هم یواشکی عرض می کنم ما می گوئیم پدرسگ، این ها گویند پسر سگ، آن هم از نوع ماده اش!

در هواپیما کتابی می خواندم. وقتی ورق زدم طرف بغل دستی سوال کرد: «عربی است؟!»، گفتم: «خیر». گفت: «دیدم از طرف راست ورق می زنی، از کدام طرف می نویسید و می خوانید؟» گفتم: «آن هم از دست راست.» بعد از مکثی سوال کرد: «خب به اعداد که رسیدید چه می کنید؟! یعنی چه فاصله فرضی از طرف چپ را باز می گذارید؟!» دنباله مطلب در صفحه ۵۷

از خیابان اصلی، کنج بن بست و محیطی ساکت بوده، حتی پرستیژ، یعنی محلی که خیابان هایش چراغ هم نداشته باشد!

در ایران خودمان وام مسکن را به کسی می دادند که ثابت می کرد پول کافی نداشته و احتیاج به وام برای خرید خانه دارد ولی در غرب باید ثابت کنی که خیلی ثروت داری تا بتوانی وامی بگیری!

ایام نوجوانی اگر در بازی و شیطنت، فرضاً پایمان ضربه ای می دید یا رگ به رگ می شد و اوایلا بود! چون مادر یا مادر بزرگ با یک کیسه آب جوش به کمک محل آسیب دیده می شتافت و جای دشمنان خالی، در اثر داغی یا بیشتر ورم کرده و در حین درد به تدریج قرمز و آبی و بعد ارغوانی و بالاخره کبود و در آخر سیاه می شد! ولی این طرف دنیا با یک کیسه یخ فوراً کلک کار را می کنند!

خدمتتان طبابت کنم. همین تبی که می کنیم (غیر از تب عشق) درمانش مانند همان کیسه آب جوش بود! پتو پیچیده زیر کرسی چنان درزهای بدن را مسدود می کردیم که مبادا هرم و حرارت درون به بیرون سرایت کند و چنان در کوره وجود می گذاختیم که فردای آن روز با حالتی نزار و چشمانی گود افتاده با یکی دو کیلو کاهش وزن سر از جهنم تن در می



خاطرات در گذر زمان

هوشمند عقیلی

فرهنگ و آرونه

طوری که الان مثلاً یازده شب هست، در سرزمین ما حدود یازده صبح است. حتماً طبیعت و یا خدای متعال با معکوس کردن روز و شب خلقیات و گفتار و کردار ما را هم به همین نهج و آرونه رقم زده است!

الغرض، آن شب تیشه برعکس بینی بنده بند شد. الان مدتی است توی نخ فرهنگ و آرونه هستم و فقط چند نمونه اظهار فضل می نمایم. ملاحظه فرمائید:

مثلاً ما می گوئیم عربستان سعودی و این ها می گویند سعودی عربیا و صدها لغت مثل این. در دیار ما خانه ای گران و با پرستیژ بود که در آگهی ها می دیدیم که خانه ای دو نبش خیابان های اصلی با آب و برق و تلفن به فروش می رسد. (البته نمی دانم بدون آب و برقش چه نوع خانه ای است؟! ولی در این سیاره چنین خانه ای مفت گران است! موقعیت منزل باید دور

ضمن معاینه پزشکی از دکتر خواستم علاوه بر آزمایشات چربی، قند، نمک و سایر خواربار خونم، میزان اسید اوریک آن را نیز معین کند. خنده ای کرد و گفت: «لابد مقصودت اوریک اسید هست!» پیش خودم گفتم: «چه علی خواجه و چه خواجه علی...» و به خانه آمدم.

در برنامه تلویزیونی یکی از دادگاه های واقعی (که چقدر هم زیاد شده و طرفدار دارد) محاکمه بخت برگشته ای بود که سیلی جانانه ای به گوش اسب کسی زده و به قول ما «گویا به اسب طرف گفته بود یابوا!» و حسابی هم محکوم شده! پیش خودم فکر کردم ما که از آن طرف دنیا به این طرف کوچ کرده ایم، چقدر رفتار و گفتار و به طور کلی فرهنگمان با این غربی ها فرق می کند. نه تنها فرق بلکه بسیاری نیز به عکس می مانند! همان



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

فیلم های ضد شرقی (خاورمیانه) که دائما توسط هالیوود ساخته می شود (کسانی که از سرزمین هایشان دفاع می کنند) تروریست معرفی می شوند و اغلب هم باوجود انتقاد به هالیوود، تکرار می شود که بر می گردد به دستگاه پروپاگاندا ای کشور، از فیلم های وسترن و کابویی و سرخپوست ها گرفته تا امروز.

تاج محل

فیلم هایی که حوزه هنری می سازد از یک فرمول یک نواخت و شناخته شده و تکراری بهره مند است که در یک چهارچوب تعیین شده و مکرر ساخته می شوند. حتی اگر سوژه فیلم ها تغییر کنند، ساختار و فرم فیلم تغییر نمی کند که مسلما به خاطر

های او صرفا یک بهانه است و معمولا ضعف پرورش داستان به فیلم های او به ویژه این فیلم لطمه می زند که با صحنه های بی ربط اکشن، اصولا داستان، گیرایی چندانی ندارد و فقط زمینه فیلم ها است که او را صاحب سبک معروف کرده است. «معادی» هم کلا بازیگر خوبی نیست. تنها نقش دیدنی اش همان «جدایی نادر از سیمین» بود که بیشتر مربوط می شد به داستان و ساختار فیلم. او از آن زمان در چند فیلم آمریکایی به عنوان سیاهی لشکر بازی کرده (من جمله این فیلم، در نقش یک خبرنگار محلی) که هیچکدام دارای ارزش نبوده. حتی «کمپ اکس ری» که نقش دوم را به عنوان یک تروریست مذهبی بازی کرد تعریفی نداشت. نقش های کوتاه و سیاهی لشکر به ویژه نقش های تروریستی در فیلم های خارجی راهگشای نقش های بزرگتر یا بهتر نیست، لاقلا تاکنون چنین نبوده است.

«۱۳ ساعت» در مجموع، فیلمی است بسیار بد، به ویژه از فیلمسازی که شهرتش به خاطر سبکی است که در این فیلم عاری از خلاقیت و جذابیت است. ضمنا باید توجه داشت فیلم هایی که یک جانبه قهرمان سازی می کنند، مثل



صحنه ای از فیلم «تاج محل»

رعایت دستورالعمل این حوزه است که برای خود سبک و فرم ویژه ای را به وجود آورده. دنباله مطلب در صفحه ۵۲

دنیای سینما

سعید شفا



و به همین عنوان هم معروف شده است. فیلم های: پسران شرور، پرل هاربر، سری فیلم های ترنس فورمرز... و ۱۳ ساعت. فیلم آخر براساس ماجرای حمله به سفارت آمریکا در بن گازی لیبی است که منجر به کشته شدن سفیر آمریکا و چند نفر دیگر شد. یک گروه نظامی سابق که حالا به عنوان مقاطعه کار با سیا و ارتش آمریکا همکاری می کنند محل اقامت سفیر آمریکا و محوطه مسکونی ماموران سیا را محافظت می کنند تا اینکه خانه سفیر مورد حمله قرار می گیرد و شش مقاطعه کار ناچارا درگیر ماجرا می شوند. فیلم با بودجه عظیم ۵۰ میلیون دلاری اش در کشورهای مالتا، مراکش و آمریکا فیلم برداری شده و انتخاب سوژه اش برای ساختن چنین فیلمی به دو دلیل بوده است. یکی اکشنی که ماجرا ایجاب می کند که همین «مایکل بی» را راغب کرد، و دیگری قتل سفیر آمریکاست که در زمان خود (۲۰۱۲)، بحث های بسیاری را در این کشور پدید آورد که با وجود سوژه ملی گرایش، سودی بعد از فروش فیلم به سازندگان آن باز نگرداند و فقط ۵۲ میلیون دلار فروش کرد که صرفا خرج

زنان خورشید

وقتی داعش در سال ۲۰۱۴ به قتل و عام و هجوم به خانه های ادیان دیگر مشغول بود و در کردستان زنان یزیدی را به خصوص اسیر و به عنوان برده خرید و فروش می کرد، گروهی از زنان یزیدی مصمم شدند تا



صحنه ای از فیلم «زنان خورشید»

به مبارزه بپردازند و از خواهران و مادران خود دفاع کنند تا آنان نیز به اسارت گرفته نشوند. برای این منظور دست به ایجاد یک تشکیلات نظامی زنانه زدند که به «زنان خورشید» معروف شدند. زنانی که اسلحه دست گرفته و نظیر سربازان مرد تعلیمات نظامی را پشت سر گذاشتند تا آماده نبرد باشند. همین معروفیت باعث شد تا دو فیلمساز آمریکایی به اسامی «سلین تری کارت» و «کریستین استفن» فیلمی تحت همین عنوان بسازند. فیلم از صحنه های زننده و انیمیشن استفاده برده و ضمن



صحنه ای از فیلم «۱۳ ساعت»

ساخت اش را تامین نمود. فیلم از یک مقدمه چنین طولانی برای خلق فضای محیط و زمانی که مد نظر دارد برخوردار است که سخت کسالت بار و شکنجه آور است. نیز از ضعف های بسیار برخوردار است، صحنه ها به هم ربط پیدا نمی کنند، آمد و رفت های شخصیت ها دلیل خاصی ندارد و بارها آسمان در صحنه های شب روشن است. درواقع این یکی از بدترین فیلم هایی است که «مایکل بی» ساخته. داستان برای فیلم

کارتونی بودن، جهت درگیر ساختن بیننده از طریق تکنیک VR می کوشد تماشاگر را در موقعیت های مطرح شده به سوال بکشد که اگر او به جای این کارا کترهای واقعی می بود چه عکس العملی از خود نشان می داد. فیلم در عین حال که کوتاه است، اما قوی و گویاست و توانسته در مدت اندکش خیلی حرف های باید زده شده را در زمانی کوتاه بیان کند.

«پیمان معادی» و «۱۳ ساعت» «مایکل بی» یکی از فیلمسازانی است که فیلم های اکشن دار و پر هیجان می سازد

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

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

♦ Tax preparation for individuals and small businesses, Formation

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

♦ Draft/ Review/Renew legal contracts ♦ Immigration Services

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

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

دستپاچگی می گوید: «آقا کلینکس برادر». و آقا در حالیکه عطسه نهم را می کند و اصلا هم برایش مهم نیست، با اعتراض به زنش می گوید: «خانم چیزی از دماغ من بیرون نمیاید. اگر کلینکس لازم باشد خودم بر می دارم.» و دیگر کسی دست به آن کیک عطسه باران شده نمی زند.

وقتی شوهرتان ضمن بیان خاطرات گذشته اش دروغ های شادخار می گوید و وسط صحبتش رویش را به شما می کند و می گوید: «خانم در تمام این جریانات بوده اند، مگر نه عزیزم؟» و شما جوابی جز سکوت و شرمساری از دروغگویی او ندارید.

وقتی دوست صمیمی تان در مجلسی که صحبت سن و سال می شود ادعا می کند که از شما ده سالی کوچکتر است و با خواهر کوچک شما دوست بوده و شما همیشه مثل خواهر بزرگتر از او حمایت می کرده اید، در حالیکه شما فقط شش ماه از او بزرگتر هستید. ولی او با لبخند مخصوص به شما نگاه می کند و می گوید: «مگر نه عزیزم، تو هم باید کمی بیشتر به خودت برسی. راستی راستی مثل پیرزن ها شده ای.»

اگر هیچکدام از این یازده مورد برایتان پیش نیامده یا اگر آمده و ناراحت تان نکرده است، به شما تبریک می گویم. شما حتما صد و بیست سال عمر خواهید کرد، چون آدم حساسی نیستید.

از طرز لباس پوشیدن و آرایش شما جلوی دوستانش خجالت می کشد. بهمین دلیل اصرار دارد که پدر او را به منزل بیاورد.

وقتی از پستیچی همیشگی تان تقاضا می کنید که نامه هایی را که آماده است به دوستان بدهد اما با تقاضای شما مخالفت می کند و آنها را در صندوق می گذارد و شما مجبور می شوید تا صبر کنید تا او کارش تمام شود. بعد با کلید در صندوق را باز کنید و نامه هایتان را بردارید در حالیکه همسایه روبرویتان لحظه ای بعد سر می رسد و نامه هایش را از دست پستیچی می گیرد.

وقتی برای مهمانی فامیلی میز شام درجه یکی چیده اید و همه دور میز نشسته اند و وقتی شما اولین کفگیر را در دیس پلو فرو می کنید که مهمانانتان را سرو کنید، ناگهان آقای «ف» دستمالی از جیبش در می آورد و با تمام قوا در آن فین می کند و حال همه را می گیرد.

وقتی با دوستان خانوادگی دور میزی نشسته اید و قهوه یا چای تان را نوش جان می کنید و شما کیک گردویی را که مخصوص خودتان است پخته اید و بر سر میز می آورید اما به محض اینکه کارد را برای بریدن در کیک فرو می کنید، آقای «ق» شروع به عطسه کردن می کند. آن هم پشت سر هم، نه یکی و نه دو تا. خانمش با



نوشخند و پوزخند

لبخند و زهر خند

عزت گودرزی (الهی)

etratelahi@aol.com

صادقانه بگوئید چه حالی به شما دست می دهد:

وقاحت از برتری حسن خدادادش صحبت می کند. شما از دروغگویی های او چه حالی می شوید، بخصوص که شما اصولا آدم رک و راست و صحیح العملی هستید!

وقتی تصادفا یا عمدا تلفن شوهرتان را چک می کنید و می فهمید که او بدون اطلاع شما تولد دوست بسیار نزدیکتان را تبریک گفته و احتمالا هدیه ای هم برایش فرستاده است!

وقتی دفتر خاطرات دخترتان را می خوانید و متوجه می شوید که او برخلاف گفته های ظاهریش که احتمالا برای خوشحال کردن شما بوده، بهیچوجه دوست ندارد که شکل شما باشد، مثل شما لباس بپوشد یا آرایش کند و حرفه شما را دوست ندارد و از دوستان شما نیز متنفر است!

وقتی پسر سیزده ساله تان اجازه نمی دهد شما او را از مدرسه به خانه بیاورید و با دوستانش آشنا شوید. یا بفهمید که او

وقتی در یک مهمانی خانوادگی سرمیز غذا چشم تان به خورش مورد علاقه تان می افتد، خود را آماده می کنید که حسابی دلی از عزا درآورید اما ناگهان آقای «ش» که بر اثر دو گیللاس اضافه خوردن آب از لب و لوجه اش سرازیر شده، قاشق لیس زده اش را درست وسط ظرف خورش می کند و بعد باز با همان قاشق در ظرف خورش دنبال گوشت می گردد!

وقتی دوست بسیار نزدیک تان که فقط سری از هم سوا دارید با تلفن با دوست دیگری صحبت می کند و بدون اینکه بفهمد شما هم می شنوید، باز بزرگی را که همین چند دقیقه پیش به او گفته بودید برملا می کند!

وقتی خواهرتان که تازه از تایلند برگشته و از سر تا پایش را به دست جراح زیبایی سپرده و شما برایش مهمانی بزرگ داده اید و در مهمانی هنگامی که مهمانان از زیبایی او متحیر می شوند او با کمال



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!



2009 MINI Cooper Base
\$5,995



2010 Ford Ranger XL 2WD
\$5,995



2004 Toyota Sienna XLE
\$6,495



2003 HUMMER H2 Sport Utility
\$14,995



2007 Lexus RX 350 AWD
\$7,695



2004 BMW X5 3.0i
\$5,449

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

از نمایشگاه ما در اینترنت دیدن کنید

a1motorgroup.com

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

منطقه فضول آباد

من نمی خوام کسی به خواهرم حرف زشت بزنه!

من یه خواهر مهربون ناتنی دارم که مادرش مُرده. مامانم هر روز الکی به او حرف زشت میزنه و هی می خواد ازش ایراد بگیره.

◆ اگه بابام زنده بود، مامانم جرات نمی کرد حرف بدی به او بزنه. تازه برای این خواهرم هم مثل ما، همه چی می خرید. هرچی که دوس داشت.

◆ اگه بابام زنده بود، ما هرروز شام و ناهار درستی داشتیم. بابا سر مامان داد می کشید که بیا بچه ها گشتن. اینقدر نشین جلو آینه!

◆ اگر بابام زنده بود، می رفت به همسایه بغلی ما می گفت چرا آشغالاتونو در خونه ما می ریزین.

◆ اگر بابام زنده بود، به نانواي محله می گفت که من وقتی پسرمو می فرستم یا نونه سوخته بهش میدین یا بیات. چرا؟

◆ اگر بابام زنده بود، می گفت کفشات کهنه شدن. بعد از ناهار میریم برات کفش نو می خرم.

◆ اگر بابام زنده بود، ما رو می برد سینما، گردش، منزل عمه دیدن مسابقه فوتبال.

◆ اگر بابام زنده بود، باز برام کتاب می خرید.

◆ اگر بابام زنده بود، وقتی می دید مشقامو خوب می نویسم و نمرات خوب دارم، برام جایزه می خرید. یکی از جایزه های خوبش دوربین عکاسیه.

◆ اگر بابام زنده بود، نمی داشت سقف اتاق بزرگه زمستونا چکه کنه.

◆ اگر بابام زنده بود، به خونه ما مهمون می اومد، مهمون می رفت. بگو بخند بود.

◆ اگر بابام زنده بود، مارو باز می برد شیراز. من شیرازو خیلی دوست دارم.

◆ اگر بابام زنده بود، یه تلویزیون جدید و بزرگتر برامون می خرید.

◆ اگر بابام زنده بود، مرتب به مامان می گفت که به خونت برس، به بچه ها برس اینقدر تو فکر قر و فر نباش.

حیف بابام چهار سال پیش تو اداره اش سکنه کرد و دیگه هم زنده نشد. تو کلاس بعضی بچه ها از ماماناشون تعریف می کنند اما من هیچی نمی گم. آخه بابام می گفت آدم نباید آبروی خودشو پیش این و اون ببره. این هم بگم که خواهرم نفره درسش از منم خیلی بهتره. بیا ببین چه خطی داره. من فکر می کنم مامانم حسود هم هست.

مشقی تازه در روزهای غربت

حسینعلی مکوندی

فریمانت-کالیفرنیا

e-mail: ha@makvandi.com



اگر دولت قبول کرد رد می کنیم. من سه برابر آن قرض دارم، آن هم از شاگردان ناشناس که باید حتما رد کنم. به علاوه پول سیگار به زمین می ماند. بهرحال بعد گفتند کاغذی از سفارت راجع به تهیه رخت و لباس من نرسیده. برای سایرین پالتو، دو دست لباس، دو کفش و غیره و غیره خریده اند... باری اوضاع کاملا خراب و معلوم نیست به کجا می کشد. گمان می کنم عاقلانه این باشد که دم را روی کولم گذاشته برگردم. گور پدرشان هم کرده... نمی دانم چه می کنم. آن قدری هست که روزها می گذرد. چند ماه بعد در نامه مه ۱۹۲۹ اضافه می کند: کارهای خودم به همان کثافت باقیست...

نمونه درخشان مردان خود ساخته
جلیل ضیاء که بعدا بدیع الزمان فروزانفر نامیده شد، دانشمندی نکته سنج، استادی محقق، و مدرسی بی نظیر بود. **دنباله مطلب در صفحه ۵۶**

یکی از نامه های صادق هدایت به دوستش
از این نامه ها می توان دانست وضع کار و تحصیل هدایت در فرانسه چگونه بوده است. از نامه های آن نویسنده بزرگ چنین است:

...اوضاع من کاملا خراب است عجلاتا زده ام به سیم آخر تا چه از آب درآید... اوضاع پولی یک دینار ندارم. مقدار زیادی مقروض شده ام. هنوز آدرس جدیدم به تهران نرسیده برای فرستادن این نامه باید قرض کنم. اگر رفتی سفارت در این موضوع گفتگو بکنی که برای یک شاهی هزار تا رنگ می اندازم. آخر عمری عجب مکافاتی طی می کنم... چند روز است که دوندگی برای سجل احوال می کنم. امروز رفتم که وسایل آن را محیا کنم. عکس و غیره به اضافه ۲۷ فرانک لازم دارم. رفتم که اقلا ۲۷ فرانک را بدهند تا سجل احوال بگیرم. ۵ فرانک هفتگی را دادند گفتند از روی آن بگیرید.



گبریل جک وکیل متخصص امور مهاجرت

Gabriel Jack Immigration Attorney

Gabriel earned his Bachelor of Arts degree from Sonoma State University in 1995 & his Juris Doctorate from The University of Pacific's McGeorge School of Law, in 2000.

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

دادند و این درس در نزد فق ها و علمای دینی درس مقبولی نبود. علمای دین معتقد بودند که حکما چون می خواهند وجود خدا یا واجب الوجود را از طریق عقل و استدلال ثابت کنند و در نتیجه به بسیاری از احادیث سست و اخبار نادرست اعتقاد ندارند، طبعاً پای ایمان شان می لنگد. به این جهت نه دختر به حکما می دادند و نه از حکما دختر می گرفتند. اینها که عده زیادی هم نبودند ناچار باید بین خود عروسی می کردند. مراسم عقد و عروسی در آن روزگار خیلی مفصل تر از این بود که حالا هست. حالا فقط یک حمام عروسی می گیرند و مراسم حنابندان. اما در آن روزگار فقط تهیه مراسم عقد و آرایش عروس یک هفته ای به طول می انجامید.

من با تعجب پرسیدم: «چرا یک هفته؟» گفت: «چه می دانم! خوب رسم بود. یک روز تمام روناس می جوشاندند که به رنگ قرمز است و آن را به حنا اضافه می کنند که زردی حنا را بگیرد. یک روز وسه می جوشاندند که ابروها را با آن رنگ کنند. یک روز سرمه می سائیدند که به چشم بکشند و اینکارها همه در حیاط اندرونی که به اعتبار مال و منال صاحب عروسی بزرگ یا کوچک بود. دنباله مطلب در صفحه ۵۵»

خاله هایم قوطی های رنگارنگ سرخاب و سفیداب به قطار چیده شده است. رفتم پیش بی بی شعرم را خواندم. پول سفیدم را گرفتم و با احتیاط گفتم: «بی بی من یک سوال دارم.»

به مهربانی تمام گفت: «آقا صدرالدین بفرمائید. اگر بدانم جواب می دهم.» همیشه همینطور بود، تا نمی دانست سخن نمی گفت و من پرسیدم: «چرا خانم های خانواده ما مثل دیگر خانم ها شب عروسی و ایام عید بزرگ نمی کنند؟» دستی به سرم کشید و گفت: «پسرم این حکایت قدیمی است. حالا که پرسیدید برایتان می گویم. حکایت از مراسم عروسی مادر بزرگ شما یعنی مادر من شروع شد. مادرم زنی بلندبالا، مهتابی صورت، ابرو کمان و سیاه چشم بود. من با او شانزده سال اختلاف سن داشتم و وقتی او به خانه پدرم آمد دختر بالغ پانزده ساله ای بود. این دختر را جد شما برای پسرش خواستگاری کرده بود که تازه تحصیلش را در محضر حاج ملاهادی سبزواری در خراسان تمام کرده و به تهران آمده بود. پدر بزرگ من با پدر دختر، حاج سید رضی لاریجانی استادش هم مسلک و هم عقیده بودند و بعدها هر دو حکمت الهی درس می

یادداشت‌های بی تاریخ

صدرالدین الهی



حاجت مشاطه نیست

بوی خوش هل و گشنیزی که در دستک چارقده سفیدش پیچیده بود پر است. با حوصله ای غریب با هر کس به زبان خود او سخن می گفت و یکی از شادمانی های بزرگ ما هر صبح جمعه رفتن به خانه عمه مریم خانم که همه به او بی بی می گفتند بود. جلیقه مخمل می پوشید چه در تابستان و چه در زمستان و همیشه در جیب جلیقه سکه های کوچک نقره داشت. از من می خواست حکایتی از گلستان یا بوستان پندی از سنایی یا عطار بخوانم و هر وقت که از پس خواندن خوب بر می آمد سکه ای در دستم می نهاد و اگر غلط می خواندم مهربانی همه حکایت را از سر می خواند و وعده می داد بار دیگر که من بی غلط خواندم پاداش آن را خواهد داد.

عروسی بزرگی در پیش بود. در خانواده های وابسته به ما شور خریدن لباس و لوازم آرایش بیداد می کرد، اما در نزد ما پنداری که هیچ اتفاقی در شرف روی دادن نیست. روز حنابندان آمد و گذشت. کسی از خانواده ما طاس و مشربه و سینی و قالیچه به حمام قرق شده محل که حمام خشتی نام داشت نفرستاد. کنجکاوای کودکانه من که سال ها بود آزارم می داد برانگیخته شد. کنجکاوای اینکه چرا مادرم بیچاره فقط سرمه دانی دارد، از ترمه و یک قوطی پودر کتی و همین و بر سر طاقچه خانه

مردان خانواده قدیمی ما آرایش را بر زنان نمی پسندیدند و دختران خانواده که به خانه شوهر می رفتند همواره مورد سرزنش خانواده شوهر بودند که چرا دستی به صورت نمی برند و رنگی به رخساره نمی زنند. این سنتی شده بود که تا ما به عقل نرسیدیم به حکمت آن پی نبردیم. عمه پیر خردوری داشتیم که نامش مریم خانم بود و چهره ای صاف و روشن چون مریم عذرا داشت. به او حکیم الهی زن ها می گفتند. در خانه و نزد پدر همه دروس آن روزگار را از صرف و نحو تا معانی و بیان خوانده و دقایقی در شعر می دانست که امروز با بیاد آوردن آنها چاره ای جز سر به تحسین فرود آوردن ندارم.

زنی بود میانه بالا، کشیده صورت و بروزگار پیری که من دیده بودم هنوز شغله جوانی از سر و رویش می تافت. کم حرف می زد و کم گوی بود. از آنها که احترام را با خود به هرجا که قدم می گذارند به همراه می برند و حریم حرمت همیشه چون فرشی به زیر پایشان گسترده است. هرگز نام ما بچه های کوچک ده دوازده ساله را بی ذکر آقا یا خانم بر زبان نمی آورد. با هیچکس حتی خدمتکاران خانه بصیغه دوم شخص مفرد خطابی نداشت.

هر بار که مرا می دید به اعتبار آنکه هم نام برادر از دست رفته بی فرزندش بودم به سینه ام می فشرد و هنوز مشام من از

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
کامیونیتی سن سنتر

دف نوازی
تئوری موسیقی
وزن خوانی

ساو
پ

مدرس:
امیرقندی

(408) 420 7109
emirghandi@gmail.com

مصاحبه با یک collector و داستان پشیمانی

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



یکی از دوستانم به اسم آقای رایان مصاحبه خوبی با فردی که سابقا در یک شرکت کالکشن اجنسی کار می کرده داشته که وقتی این مصاحبه را دیدم واقعا متاثر شدم و تصمیم گرفتم برای آگاه کردن عزیزانی که هنوز هم در گیر کالکشن ها هستند ارسال کنم. این مصاحبه برای شما دلیل خیلی از صحبت های غیرمنصفانه کالکشن اجنسی ها را آشکار می کند. آقای رایان مصاحبه اش را چنین برای ما تعریف می کند:

قبل از اینکه به مصاحبه ام با فردی که قبلا در کالکشن اجنسی کار می کرده پردازم، می خواهم به شما کل ماجرا را که چگونه این همه اتفاق افتاد تعریف کنم. چند هفته پیش از شخصی ایمیلی دریافت کردم که گفته بود سال ها یک collector وام بوده است و از نحوه رفتار خود با مردم بسیار پشیمان است و از من پرسیده بود که علاقه مند به شنیدن بیشتر در مورد داستان او هستم یا خیر. من گفتم که علاقه مند به مصاحبه با او (به صورت ناشناس) هستم و او موافقت کرد. **چرا و چگونه تبدیل به یک collector وام شدید؟** نیاز به پول. یکی از دوستانم برای یک شرکت

نکاتی برای پرداخت بدهی کردیت کارت

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



آیا می خواهید مسئولیت زندگی مالی خود را در دست بگیرید و بدهی کارت اعتباری خود را بپردازید؟!

بدهی ها و هزینه های مالی بالا می توانند جیب شما را خالی کنند و گزینه های مالی شما را محدود کنند. اگر شما اجازه بدهید که این بدهی ها مدت زمان زیادی باقی بمانند، می توانند شما را از رسیدن به سایر اهداف و رویاهای مهم، مانند خرید یک خانه، باز دارند. علاوه بر این بدهی های بالای کردیت کارت می تواند برای کردیت اسکور شما شدیداً مضر باشد. کردیت اسکور پایین معمولاً به این معنی است که شما نرخ های سود بالا پرداخت خواهید کرد و در نرخ سود بالا، پرداخت بدهی سخت تر است. این در حقیقت یک دور باطل است. شما می توانید از طریق بررسی رایگان کردیت اسکورتان در یک وبسایت معتبر متوجه شوید که بدهی شما دقیقاً چگونه بر کردیت شما تأثیر می گذرد. شما واقعا یک امتیاز رایگان به دست خواهید آورد، به این ترتیب می آموزید بدهی های شما دقیقاً چگونه بر کردیت شما تأثیر می گذارند. اهداف و رویاهای مالی شما هر چه باشند، پرداخت بدهی کردیت کارت با بهره بالا اولین گام در راه درست است. این نکات و استراتژی ها به شما نشان می دهد چگونه:

به روز باشید؟ آیا توانایی پرداخت بیش از Minimum Payment در یکی یا تعداد بیشتری از کارت های خود دارید؟ اگر بله، برای انجام آن آماده شوید. بدهی به هر دلیلی می تواند انباشته شود. پرداخت آن بسیار سر راست است. اینگونه که یک استراتژی پرداخت انتخاب کنید و آن را ادامه دهید تا بدهی های شما به طور کامل پرداخت شوند. **سه استراتژی پرداخت کردیت کارت** نخست پرداخت بدهی با بالاترین APR: از نقطه نظر مالی، این منطقی ترین استراتژی است. با این استراتژی، می توانید کردیت کارت خود را با بالاترین نرخ درصد سالانه پرداخت کنید، در حالی که در سایر کردیت کارت هایتان به پرداخت Minimum Payment ادامه می دهید. هنگامی که بدهی خود در کارت با بالاترین نرخ بهره را تمام کردید، به سراغ کارت با دومین نرخ بهره بالا می روید و همین طور ادامه می دهید.

دو یا سه برابر کردن Minimum Payment در کارت با بالاترین نرخ بهره راه خوبی برای شروع است. هر چقدر می توانید پرداخت خود را بالا ببرید و به آن پایبند بمانید. اگر شما پرداخت یک کردیت کارت را با ۱۵۰ دلار شروع کردید، به پرداخت حداقل ۱۵۰ دلار در هر ماه ادامه دهید تا کارت شما به طور کامل پرداخت شود. مطمئن شوید که به این پرداخت ماهیانه پایبند می مانید حتی اگر بدهی و Minimum Payment شما کمتر و کمتر شود. به یاد داشته باشید که هدف، رساندن بدهی شما به صفر است. آسان گرفتن پرداخت هایتان هنگامی که بدهی شما کمتر می شود باعث کند شدن پیشرفت تان می شود.

برنامه داشته باشید: گام اول برنامه داشتن است. تمام اطلاعات کردیت کارت خود را گردآوری کنید. بدهی ها، تاریخ سررسید و Minimum Payment برای هر کارت را یادداشت کنید. تا متوجه شوید که شرایط بدهی های شما تا چه حدی بد است. آیا شما بدهی های زیادی دارید که در کارت های گوناگون بسیاری پخش شده اند؟ آیا یک بدهی بزرگ و چندین بدهی کوچک دارید؟ آیا شما تمام بدهی خود را در یک کارت متمرکز کرده اید و نمی توانید هیچ راهی در برابر بدهی خود در پیش بگیرید؟ آیا شما بازی Balance transfer را برای ماه ها و ماه ها انجام داده اید؟

در مرحله بعد، Minimum Payment هر کدام از کردیت کارت تان را پرداخت کنید. چقدر پول باید در هر ماه پرداخت کنید تا در صورت حساب های کردیت کارت خود

نخست کارت با پایین ترین بدهی را پرداخت کنید: این استراتژی راهی عالی برای ایجاد یک موفقیت زود هنگام است. با این استراتژی، شما کردیت کارت با کمترین بدهی را بیشتر پرداخت می کنید، در حالی که به پرداخت Minimum Payment در باقی کردیت کارت ها ادامه می دهید. دنباله مطلب در صفحه ۵۱

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

و سخنان ننه ربابه فکر و ذکر می نداشتیم. بالاخره شب جمعه فرا رسید. اختر آمد و من و خواهرم را بی سر و صدا پشت پرده ضخیم اطاق مجاور پذیرایی جای داد. عمه اختر و مادرش منتظر بودند که سه زن رو بنده ای وارد شدند. پیچ مهمان و احوال و تعارفات متداول ادامه داشت که خانم بلند گفت: «اختر جان جای بیار.» اختر با سینی نقره و عرض ادب جلو رفت و تعارف کرد و ظرف باقلاوی خانگی را دور گرداند و با لبخند خجولانه برگشت پیش ما پشت پرده. صحبت آب و هوای شهرک های غرب و زمستان های طولانی بود که عمه خانم گفت: «نفرمودید آقای داماد چه کاره هستند. شغل شریف ایشان چیست.» زن درشت هیكلی که وسط نشسته بود با تکبر گفت: «شاه پسرم بگه. بگ به مفهوم ارباب و مالک و خانزاده.» شاید بگ همان بیک باشد. بگذریم. به محض شنیدن کلمه بگ اختر پرده را پس زد، پرید وسط اطاق پذیرایی و با صدای بلند گفت: «وای وای من زن بگ نمیشم، بگ برادر سگه.» عمه خانم پس افتاد، خانم با هر دو دست صورتش را گرفت و خواستگاریها پا به فرار زنده به کوچه. این حکایت اختر بود. در عین حال اگر نمایش بگ و سگ روی صحنه نمی رفت خواستگاری سرانجام می گرفت و معامله

داد و ستد گوسفند قربانی جور می شد. تازه بعد از قرائت خطبه عقد و مشایعت آخوند عاقد عروس و داماد قیافه یکدیگر را در آینه سفره عقد می دیدند که بدون تردید تجدید و تغییر برای داماد میسر و برای عروس بن بست. در عین حال به فتوای روضه خوان خرسوار و یا متولی مسجد دیدار یک نظر عروس آینده نه گناه محسوب می شود و نه حرام، لیکن دختر صرفا تابع بزرگترها کور و کر و لال به حجله می رود. خط و مشی زمان و قانون لایزال سنتی قدیمی و مسلمانی که هنوز در مناطق دور و نزدیک ادامه دارد و چه بسا متاع فروشی واسطه بهره کشی مادی صاحب و مالک جنس به هر کیفیت در عهد و زمانه من و اختر که می شنیدیم گهگاه دیدن زدن خواستگاری در حمام عمومی زنانه سرانجام می گرفته فراوان دوشیزه ده دوازده ساله که به بستر هفتاد ساله رانده می شد ناچار هر آنچه از سجاف عمامه تراوش نموده و به نام آید و مسئله دین مبین بر خزه های راکد غلبه کرده و بادی چاه جمرکان ادامه دارد نتیجه ای جز زن ستیزی و مرد سالاری موجود نداشته و دستمایه تسلط عباد و عمامه بوده و خواهد بود. **دنباله مطلب در صفحه ۵۷**

از درگوشی ها

به قلم پیرایه

در همسایگی ما خانم محترمی با یگانه دخترش اقامت داشت. زنی بود متین و متدین، اهل روزه و روضه. در یک دبستان دخترانه قرآن شریعت درس می داد و گویا شوهرش که افسر ارتش بود در یکی از درگیری های مرزی با اشرار عشایری یابی کشته شده و اما دخترش اختر دقیقا در جهت مقابل مادر بسیار سر به هوا، حاضر جواب و می شود گفت پررو. راه می رفت و قر می داد، بشکن می زد و می خواند. من اخترم، تاج سرم، از خوشگلا خوشگل ترم و چندین وصف هم قافیه دیگر. اختر دو سه سالی از من و خواهرم بزرگتر بود و روزهای تعطیل می آمد منزل ما و با من و خواهرم اکر دو کر و طناب بازی و وراجی می کرد. یادم می آید یک غروب جمعه داشتیم سه تایی توپ بازی می کردیم و سر و صدا و غوغا راه انداخته بودیم. ننه ما آمد جلو و گفت: «خانوما، به خورده یواش تر. برادرتون خوابه، می پره.» من و خواهرم ساکت شدیم ولی اختر رفت جلو دستی به کمر زد و گفت: «داریم بازی

می کنیم، چه وقت خوابه. می پره لاید مگسه.» و بشکن زنان «من اخترم» را از سر گرفت. ننه مات و متحیر پناه بر خدا گفت و رفت. یک روز اختر آمد و گفت «خب مهم» و ما را کشید پشت شمشادها و آهسته گفت «این شب جمعه نه اون یکی شب جمعه برای من خواستگار میاد. هر دو تایی شمارو می برم تماشا. مادرم میگه باید هر روز وارد شدن با سینی چای را تمرین کنم که آبروریزی نشه.» و بعد مفصل تعریف کرد که ننه ربابه در گوشی یادآوری کرده که خواستگاری فقط تعارف و چای و شیرینی نیست، چه بسیار خواستگار بلند می شود که دختر را ببوسد، مویش را می کشد مبدا کلاه کیس باشد، انگشتی در دهانش می کند مبدا مصنوعی باشد، دستی به سینه اش می زند مبدا پنبه ای باشد، پایش را لگد می کند مبدا چوبی باشد و کلی دست درازی و چم و خم دیگر مبدا جنس خریداری قلابی فروش رود. خلاصه تا شب من و خواهرم جز خواستگاری اختر

برای فروش

یک رستوران موفق ایرانی با ۱۵ سال سابقه و با درآمد مکفی 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)

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

ماهنامه پژواک

(408) 221-8624

برای فروش

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

۱۳۳۲-۶۶۹(۶۵۰)

info@fashioncleanersandalterations.com



عصبی ناشی از جنگ به طور گسترده به کار برده شد. کارهای براون- تام و هدفیلد در این رابطه بسیار جالب توجه بودند. هدفیلد اولین کسی بود که هیپنوتیزم را متداول کرد. در جنگ جهانی دوم هیپنوتیزم با مقبولیت بیشتر در جراحی و روان درمانی به کار برده شد. متدی که با موفقیت شایان در جنگ جهانی دوم مورد استفاده قرار گرفت سبب شد که هیپنوتراپی به عنوان درمان هیپنوتیزمی شناخته شود و پیشرفت کند و اکنون در بسیاری از رشته های پزشکی مانند: زنان و زایمان، دندانپزشکی، بیماری های پوست و بیماری های روانی به کار گرفته شد. ضمناً کلمه هیپنوتیزم رسماً از جانب دکتر جیمز برید جراح معروف انگلیسی به آکادمی علوم پیشنهاد و مورد موافقت قرار گرفت، اگرچه این نام مناسب این پدیده علمی نیست.

تله تراپی چیست؟ Tele Therapy
تله تراپی به معنی درمان از طریق امواج شتابخش است. ممکن است این نوع درمان حضوری (بیمار و حضور درمانگر) انجام شود و یا ممکن است بیمار حضور نداشته باشد و درمانگر یا گروه درمانگران از فاصله دور نسبت به ارسال امواج حیاتی اقدام و در شفای بیمار موثر واقع شوند. **دنباله مطلب در صفحه ۵۲**

این مسئله را دریافتند که او پایه گذار روانشناسی حالات غیرعادی ذهن است که بیست سال بعد صورت تحقق پیدا می کند. ویلیام جیمز کار آنان را به یک مبدا تاریخی تشبیه کرده است که نه فقط در پزشکی بلکه در علم روانشناسی درک جدیدی از امکانات ذهنی انسان را بطور کامل ارائه می دهد. در همین زمان فریوید هیپنوتیزم را در حرفه خود در وین به کار می برد. او نزد پروفیسور ژان مارتین شارگو هیپنوتیزم را فرا گرفته بود و کارهای او را به زبان آلمانی ترجمه می کرد. بعدها وقتی دریافت که تمام بیماران نسبت به تلقینات هیپنوتیکی او حساس نیستند استفاده از آن را کنار گذاشت و متد سایکوانالیز را ابداع کرد. به نظر می رسد که فریوید متوجه این مسئله نشد که خلسه عمیق برای خیلی از مقاصد درمانی آنقدرها لازم نیست، مضافاً به اینکه فریوید هیپنوتیزور قابلی نبوده اگرچه بعداً تأیید کرد که هیپنوتیزم بعنوان یک راه میان بر و کوتاه برای گسترش سیستم روان درمانی لازم است. زیرا روش های درمانی فریوید مانند روش تحلیل روانی در درمان نابسامانی های روانی حدود پنج سال به طول می انجامید. در جنگ جهانی اول هیپنوتیزم در معالجه اثر روانی شوک های ناشی از انفجار و اختلالات



جراحی منجر به مرگ را به یک دهم میزان کاهش دهد.

در سال ۱۸۸۲ توجه قابل ملاحظه ای در انگلستان نسبت به هیپنوتیزم با تاسیس انجمن تحقیقات روانشناسی معطوف شد. در میان اعضا و موسسین این انجمن افراد برجسته ای مانند سرویلیام بارت و اف دلبیو اچ می پرز، ادموند کرنی و فرانک پادمور وجود داشتند و اولین رئیس این موسسه پروفیسور هنری سیدویک بود، کسی که در دنیای علم مورد احترام بسیار بود.

از موضوعاتی که بوسیله کمیته مخصوص برای تحقیق مقرر شد سه موضوع اول مستقیماً به پدیده هایی در ارتباط با هیپنوتیزم بود، ادموند کرنی و همچنین می پرز شرکت دقیق و ارزشمندی در تمام آزمایشات و بررسی دانش و تئوری مربوط به این موضوع را عهده دار بودند.

تی وی میشل نوشته است آزمایشات کرنی با دیرباوری دریافت می شد و افراد کمی

استفاده از روش مسمریزم در اروپا وسعت یافت تا سال ۱۸۳۷ توجه قابل ملاحظه ای در انگلستان نسبت به این موضوع دیده نشد. در همین سال بارون دوپوتیه از انگلستان دیدن کرد و با جراح بریتانیای کبیر جان الیوتسن ملاقات نمود. این پزشک عالیقدر از قابلیت مسمریزم قدردانی کرد و آزمایشاتی در دانشگاه (کالج هاسپیتال) انجام داد. بزودی این روش را برای ایجاد بی حسی و درمان اختلالات عصبی به کار برده شد. علیرغم این موفقیت ها با مخالفت و استهزاء پزشکان مواجه شد و تحت فشار شورای دانشگاه (کالج هاسپیتال) مجبور به کناره گیری شد، جراح دیگری به نام جیمز اسدیل که در کلکته بود بعد از مطالعه کارهای الیوتسن در مورد مسمریزم شروع به استفاده از این روش در بی حسی بیماران نمود و صدها مورد جراحی انجام داد که خیلی از آنها جراحی های اصلی بودند، او قادر بود رقم اعمال

S & S Tire And Auto Repair

Complete Automotive Repair Service



Family Owned & Operated

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

Oil Change Special
Get \$10 OFF
Synthetic Oil Change

For Scheduled Maintenance & any other information please visit our website at
www.sstireandautorepair.com

Established in 1996

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

We Are #1

نماز وحشت

ناصر الدین شاه از عمویش فرهاد میرزا که مدتی حاکم لرستان بود پرسید: «در لرستان چگونه گذشت؟» فرهاد میرزا گفت: «زیر سایه اعلیحضرت به حمدالله امن و امان بود. من در این دو سال در لرستان خوانده ام باید دوباره بخوانم!» شاه با تعجب پرسید: «چرا؟» گفت: «چون از وحشت لرها که ممکن بود هر لحظه بر سرم هجوم بیاورند حتی یک نماز دو رکعتی را هم نتوانستم با خیال راحت و با حضور قلب بخوانم.» حالا صد و پنجاه سال از آن روزهایی که شاه قدر قدرت می کشت و می سوخت و می درید گذشته است و آیات عظامی بر جایش نشسته اند که مغولان و تیموریان و زنده خواران آن اعلیحضرت کبیر کلب آستان علی و حتی ابلیس را در آدمکشی و نامردمی و دناوت و رذالت رو سپید کرده اند.

اعدام سه تن از فرزندان میهن ما به جرم آزادیخواهی نشانه آن است که ملایان نماز وحشت شان را با کشتار و اعدام و خون می خوانند. نفرت بر چنین اهریمنانی باد

آیت الله طالقانی چند ماهی پس از انقلاب بطرز مشکوکی در گذشت. می گفتند او را کشته اند. حتی گاه و بیگاه شعارهایی به گوش مان می رسید که: بهشتی! بهشتی! طالقانی را تو نکشتی! مجتبی می معتقد است که پدرش را کشته اند.

در دوره کشتار های عام، نوه طالقانی، مسعود خستو هم که فقط هفده سال داشت به اتهام طرفداری از مجاهدین دستگیر و بعدها اعدام شد. او که به دوازده سال زندان محکوم شده بود بعدها به دستور آخوند خونخوار حسینعلی نیری به جوخه های مرگ سپرده شد. می گویند آخوند نیری از او پرسیده بود: «نوه طالقانی هستی؟ پس اعدام.»

مجتبی طالقانی خاطره ای از پدرش تعریف می کند که شنیدنی است.

می گوید: «پس از مصادره اموال هژبر یزدانی دنبال کسی می گشتند تا بتواند گوسفندان او را سر پرستی کند. پدرم برای اینکه برای من شغلی دست و پا کرده باشد تقاضا کرد تعدادی گوسفند در اختیارم بگذارند. من گوسفند داری می کردم. پدرم صبح می رفت مجلس خبرگان وسط روز بر می گشت. می پرسیدم: چرا برگشتی؟ می گفت: این گاو و گوسفندها بهتر از آن مجلس است.»

**جایی برای چریدن!**

این آقای گلن اسمیت می خواهد خانه ای به ما بفروشد. هر روز عکس صد تا خانه را برای مان می فرستد، از خانه های سیصد هزار دلاری بگیر تا قصرهای افسانه ای هفت هشت میلیون دلاری. ما عکس ها را نگاه می کنیم و حظ می کنیم و به خودمان می گوئیم که خانه را می خواهیم چیکار؟ مگر همین خانه درندشت مان چه عیب و ایرادی دارد؟ اما بعضی از این قصر ها آن چنان وسوسه انگیزند که آدم آرزو می کند کاشکی می توانست صاحب یکی از آنها بشود! آقای گلن اسمیت دیروز زنگ زده بود که آقای فلانی! یک خانه زیبای دو اتاقه ای کنار رودخانه برایت پیدا کرده ام که می توانی دوران بازنشستگی ات را بروی آنجا زندگی کنی. هم می توانی قایقرانی کن هم ماهیگیری هم شکار! دور و برش هم کوه است و جنگل است و دار و

درخت. پرسیدم: «چراگاه هم دارد؟» باتعجب گفت: «چراگاه برای چه؟ مگر می خواهی گاو و گوسفند پرورش بدهی؟» خندیدم و گفتم: «نه آقا جان! جایی برای چریدن می خواهم. دکترم گفته است خوردن گوشت ممنوع چون کلسترول خونم بالاست. خوردن نان و برنج و شکلات و کیک و باقلوا و هر نوع شیرینی ممنوع چون قند خونم سر به فلک می زند. خوردن شوری و کشیدن سیگار و نوشیدن قهوه و چای هم ممنوع چونکه فشار خونم در حال صعود به قله اورست است! بهمین خاطر دنبال یک چراگاه چند هکتاری می گردم که صبح و عصر بروم آنجا بچرم! اگر جایی برای چریدن مان پیدا کردی خبرمان کن.

بهشتی! بهشتی! طالقانی را تو نکشتی! مجتبی طالقانی فرزند آیت الله طالقانی است. همان است که مارکسیست شده بود و به سازمان پیکا پیوسته بود.



Amin Rafsanjani / Realtor
BRE #01989647

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

◆ 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 تأمین رضایت شما ضامن موفقیت من است



1567 Meridian Ave., San Jose, CA 95125



ARafsanjani@InteroRealEstate.com ◆ www.AminEstates.com

حکایت

مرد بسیار ثروتمندی که از حکیمی دل خوشی نداشت با خدمتکارانش در بازار با حکیم و تعدادی از شاگردانش روبه‌رو شد. مرد ثروتمند با حالتی پر از غرور و تکبر به حکیم گفت: «تصمیم گرفته‌ام پول خودم را هدر دهم و برای سنگ قبری گران‌قیمت تهیه کنم. بگو جنس این سنگ از چه باشد و روی آن چه بنویسم تا هر کس بالای آن قبر بایستد و برای تو آرامش طلب کند شاد شود و خنده‌اش بگیرد.» حکیم خنده‌ای کرد و پاسخ داد: «اگر خودت هم بالای سنگ قبر می‌ایستی. سنگ قبر مرا از جنس آئینه انتخاب کن و روی آن هیچ چیز ننویس. بگذار مردمی که بالای آن می‌ایستند تصویر خودشان را ببینند و اگر هم آموزشی طلب می‌کنند نصیب خودشان شود.»

مرد ثروتمند که حسابی جا خورده بود برای اینکه جلوی اطرافیانش کم نیاورد با تمسخر گفت: «اما همه که برای دعای آموزش بالای سنگ قبر نمی‌ایستند.»

حکیم با همان تبسم گرم و صمیمانه همیشگی‌اش گفت: «آنها آئینه‌ای بیش نخواهند دید.»

امروزه بسیار مورد توجه محققین قرار گرفته و نتایج بسیار مهمی به بار آورده است. آینده علم تغذیه و رابطه آن با سیستم ژنتیک بدن باعث ظهور علم جدید Personalized Nutrition شده است. بدین طریق آینده خبر از درمان بیماری‌های متابولیک نظیر بیماری قند، چاقی، بالا رفتن چربی‌های خون و فشار خون با مصرف مواد غذایی و نه داروها می‌دهد.

مطالب مندرج شده در این کتاب، نمونه‌هایی از این جهش بزرگ علمی و پزشکی را مورد بحث قرار می‌دهد.

و از طریق online قابل تهیه و سفارش می‌باشد. گرچه تیترا کتاب موضوع تغذیه برای متخصصین پزشکی است ولی بستگی به اطلاعات پایه، هر فردی می‌تواند از خواندن آن بهره‌مند شده و به سلامت و اطلاعات علمی خود کمک کند. این کتاب بهترین هدیه برای دانشجویان شما می‌باشد و به سلامتی آینده آنها کمک فراوان می‌کند. در اغلب مطالب‌های آینده به معرفی کتاب و محتوای علمی آن خواهیم پرداخت.

لازم‌بیاد آوری است که علم تغذیه و رابطه آن با بسیاری از بیماری‌های متابولیک



معرفی کتاب

خوشحالم به اطلاع دوستان و هموطنان عزیز برسانم که پس از چندین سال تحقیق و حقیقت‌گرایی در مورد بعضی از مواد خوراکی (Nutrition) و اثرات گزارش شده آنها، مجموعه کتاب حاضر را به چاپ رساندم. مقالات مندرج شده یادآوری و بحث پیرامون بعضی از مواد غذایی با اثرات پزشکی و دارویی خاص و رابطه آنها با بعضی از بیماری‌ها می‌باشد که از جدیدترین مجلات علمی



آمریکا و جهان تهیه شده است. کتاب شامل ۲۵ بخش می‌باشد که با اثرات قارچ‌های پزشکی در بالابردن

این کتاب از تمام کتاب‌های معتبر نظیر، Barnes and Noble، Amazon، The Author House

گزارش شده است.

Siamak Jastan

خواننده پر شور و پر هیجان با سال‌ها تجربه و سابقه‌ای درخشان با گروه اختصاصی خود و دی‌جی آماده برگزاری جشن، عروسی و نامزدی

با آهنگ‌های بین‌المللی برای مهمانان غیر ایرانی

سیامک جستان

برای گرفتن اطلاعات بیشتر لطفاً 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 رُزویل
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

و نیز ارزش های والای آریایی که در اثر از خودباختگی تحمیلی بیگانگان به فرهنگ تلقی و دورویی و پستی و ذلت و زور پذیری تبدیل شده اقدام کند. فردوسی شعر را که آواز دل است در قالب زبان فارسی و در یک نهاد حماسی که فریاد جنگ و اعتراض فرهنگی است عرضه کرد. صفات بارز و خصایل قابل احترام انسانی، از قبیل شجاعت، وطن پرستی و پای بندی به اخلاق را در قالب رستم، خردمندی، آگاهی و روشن دلی را در قالب زال، فرایزدی و کمال روحانی را در قالب کیخسرو، قیام پرداز را در قالب کاوه آهنگر و بالاخره عفت، وفاداری، عشق و شجاعت زن را در قالب قهرمانان زن چون رودابه، منیژه، کتایون، سیمین دخت و تهمینه متبلور ساخت. فردوسی نه با شمشیر بلکه با نیروی خرد، احساس، معنویت، حکمت، کرامت، سخاوت، پایداری و شجاعت اخلاقی به جنگ اهریمن ظلم، استبداد، ارتجاع، و فساد و بیدادگری رفت و از این نبرد تاریخ پیروزمند و جاودان بیرون آمد. شاهنامه کاخ بلند و رفیع اوست که جاودانه از گزند دوران در امان خواهد ماند. خودش می فرماید:

دنباله مطلب در صفحه ۵۳

استوار نیست. بسیار چیزهایی می توان یافت که از درک و پذیرش آن عقل آدمی عاجز و قاصر است. فی المثل از مقدمه شاهنامه ابومنصوری که باقی مانده است می توان دریافت که در آن شاهنامه چیزهایی که خارج از دایره عقل و خرد است بسیار بوده و پیوند چندانی میان «علت و معلول نبوده است» در تاریخ طبری نیز نقش ماوراء الطبیعه- متافیزیک- تعیین کننده است. چه در داستان های تاریخی ایرانی و چه در اسطوره های یونانی، عبری و عربی جادو و طلسم و نظایر آن نقش اصلی ایفا می کند و جای زیادی برای خرد نیست. در حالیکه در بنیاد فکری فردوسی خرد آدمی باید مبنای اساس هر کار باشد.

عواملی که موجب گشت فردوسی به کار خلق شاهنامه پردازد، بسیاریند. از مهمترین آنها آتش عشق و وفاداری عظیم و بی امانی بود که در درون او برای تثبیت و حفظ و تداوم زبان فارسی به عنوان زبان اصلی مردم ایران شعله می کشید. فردوسی مصمم شده بود به نجات زبان فارسی که مظهر هویت ملی ایرانیان است و در نتیجه حدود چهار قرن استیلای عرب به تباهی رفته

سیر و سفری در گلستان ادب پارسی

بخش چهارم

گردآوری و نگارش: پرویز نظامی



آنان نابخردی و بیدادگری. نخستین درگیری جدی در داستان های شاهنامه، از زمان جمشید آغاز می شود که مردم بر او شورش می کنند و به ضحاک می پیوندند چون جمشید از دایره خرد و دادگری پا بیرون نهاده است. فردوسی علت جدایی مردم از جمشید را چنین بیان می کند:

بر او تیره شد فره ایزدی

به کژی گرائید و نابخردی

از آن پس در همه درگیری های شاهنامه آنچه تعیین کننده مرزهاست خرد است. جهان بینی خردگرایانه که فردوسی در برخورد به تاریخ و داستان های تاریخی دارد ویژه خود اوست. نظیر آن را در هیچ یک از تدوین کنندگان خداینامه ها و گردآورندگان داستان ها و اسطوره های باستانی نمی توان یافت.

در آن داستان ها و اسطوره های باستانی نظام جهانی بر علت و معلول

نخست آفرینش خرد را شناس- از دیدگاه جهان بینی فردوسی آنچه بر خرد استوار است ایزدی است و آنچه دور از خرد باشد، کار دیوان و ددان و دیوانگان است- مرز میان درست و نادرست، پذیرفتن و یا ناپذیرفتن خرد است. نظامی که بر خرد استوار باشد، رفتاری که خردمندانه باشد، درست و پذیرفتنی است و نظامی که خلاف عقل بوده و رفتاری که ناخردمندانه باشد، نادرست و ناپذیرفتنی است. فردوسی به ویژه در مورد پادشاهان و نظام های حکومتی خرد را همواره داور می گیرد. نظام بخردانه را می پسندد و حمایت می کند و نظام نابخردانه را طرد می کند و علیه آن می شورد. از دیدگاه فردوسی بهترین صفت پادشاهان و پهلوانان و اگر امروز می زیست مسلمان روسای جمهور را نیز مشتمل می کرد، خردمندی و دادگری و انصاف است و بدترین صفت

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 با اقلین طی روز تماس حاصل فرمایید

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

باید مورد توجه قرار گیرد. فواره و آب نما نیز در آیین فنگ شویی سمبل ثروت است و در جذب انرژی آن بسیار موثر است. در آیین فنگ شویی برای داشتن رابطه خوب و عاشقانه توصیه می شود اتاق خواب های دو نفره بسیار بزرگ طراحی دنج و صمیمانه ای داشته باشند. اتاق خواب شما فضایی برای خواب، استراحت و صمیمیت است و بهتر است فعالیت های متفرقه مانند کار و یا ورزش در آن صورت نگیرد. بهتر است در این اتاق فضای نشستن از فضای خواب تفکیک شود. اگر اتاق تان مجهز به فضای نشیمن است، صندلی ها را در مقابل هم قرار دهید. با بزرگتر شدن فضا، افراد به لحاظ عاطفی از یکدیگر فاصله می گیرند. بنابراین تا می توانید فضایتان را دنج تر و نزدیکتر و صمیمانه تر کنید.

فنگ شویی برای تمامی افراد خانواده دلالت می کند. در این رابطه کودکان نسبت به محیط اطرافشان بسیار حساس تر و آسیب پذیرترند. بنابراین چیدمان اتاق کودک و بخصوص محل خواب آنها اهمیت بسیار دارد. تختخواب کودکان را پشت به در اتاق قرار ندهید و از قرار دادن وسایل الکتریکی در نزدیک تختخواب کودک اجتناب کنید.

مهمانان دارد. اگر برایتان ممکن است راه ورودی خانه را پر از گل (و یا گلدان) کنید و همچنین پادری زیبایی را در پشت در قرار دهید. از سالم بودن زنگ خانه اطمینان حاصل کنید. هر روز مقابل درب خانه را جارو و آبپاشی کنید.

از میز ناهار خوری گرد استفاده کنید: برای تقویت عشق، اتاق ناهارخوری (بعد از اتاق خواب اصلی) دومین فضای پر اهمیت خانه است. میز ناهارخوری را به نحوی قرار دهید که تمامی اعضا بتوانند به راحتی به یکدیگر نگاه کرده و صحبت نمایند. حتی اگر هر شب با هم غذا نمی خورید به تعداد افراد خانواده صندلی قرار دهید، زیرا کنار هم قرار گرفتن تان حتی به صورت سمبولیک شما را به یکدیگر نزدیک تر می کند.

جذب ثروت: از در هم ریختگی اجتناب کنید و در عوض تا می توانید گل و گیاه و آب را به منزل وارد کنید. برای افزایش رونق، داشتن یک خانه با طراوت تمیز و مرتب اهمیت فراوان دارد. بهم ریختگی انرژی های خوب را از شما دور می کند و موفقیت را به تعویق می اندازد. نیروهای طراوت بخش زندگی را با نگهداری انواع گل و گیاه به خانه وارد کنید. هوای تازه و تهویه مطلوب از موارد دیگری است که



چند مورد در فنگ شویی

آیا می دانید طراحی خانه شما می تواند در حساب بانکی و زندگی عاطفی شما موثر باشد؟ به قواعد فنگ شویی زیر که بر گرفته از هنر باستانی متعادل کردن انرژی است توجه کرده و آنها را در طراحی منزل خود بکار بگیرید.

فرش در زیر پایه های مبلمان قرار گیرد: شما اهمیت قابل توجهی دارید. فضای نشیمن دو نفره ترتیب دهید و از چراغ خواب های قرینه در دو سوی تخت خود استفاده کنید.

برای دکوراسیون از رنگ های قرمز، بنفش و سبز استفاده کنید: رنگ، تاثیر قابل توجهی در روحیات ما دارد. قرمز رنگی مطلوب و قدرتمند است. قدم زدن بر فرش قرمز و یا پوشیدن کروات قرمز رنگ حسی از قدرت را به ما منتقل می کند. بنفش و سبز نیز رنگ هایی کلیدی برای جذب ثروت و فراوانی هستند. اما نکته کلیدی آن است که برای مثال اگر به رنگ سبز علاقه ای ندارید، برای شما در جذب ثروت و یا عشق موثر نخواهد بود. نکته دیگر اینکه نباید خانه خود را صرفاً با این رنگ ها پر کنید؛ بلکه این رنگ ها را هوشمندانه در فضا به کار بگیرید و قدرتی منحصر بفرد به خانه خود ببخشید.



صندلی به نحوی باشد که لااقل پایه های مبلمان روی فرش قرار بگیرد (نه اینکه تنها دور تا دور فرش قرار بگیرند).

آشپزخانه را تمیز نگهدارید: آشپزخانه ارتباطی مستقیم با توانایی شما در جذب ثروت دارد. برای جذب ثروت تا می توانید یخچال را از مواد خوراکی تازه و مفید و مورد نیاز پر کنید و همیشه یخچال، اجاق گاز، سینک ظرفشویی و میز آشپزخانه را پاکیزه نگهدارید.

فضایی دو نفره را به هر اتاق اختصاص دهید: اگر خواهان رابطه ای عاشقانه هستید، اطراف خود را با تصاویر و چشم اندازهای مفرد پر نکنید. مثلاً در گوشه اتاق یک صندلی تک نفره قرار ندهید و یا از تصاویر هنری تک، کمتر استفاده کنید. ایجاد انرژی دو نفره در اطراف

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



Parinaz Kadkhodayan

*Transform your environment,
Transform your life.*

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

(650) 704-5687

Parinazkadkhodayan@gmail.com

مشکلات زندگی، چه مشکلات احساسی و چه مشکلات جسمانی و یا چه مشکلات مادی و کاری، با غصه خوردن و نا امید شدن و به اصطلاح ایرانی وا دادن و یا اینکه وسواس نشان دادن بهتر نمی شوند. باید درک بالاتری از زندگی و قبول متغیر بودن آن و فلسفه دنیا داشت و با قبول آن همراه با صلح، سعی و تلاش برای راه کار و راه حل با مثبت اندیشی برای بهترین روش مقابله و مجادله وارد عمل شده و به کمک خودشناسی و خودسازی خود را قوی کنیم. با قدم گذاشتن در چنین راهی سلول های بدن ما سالم تر و قوی تر در مقابل مشکلات و بیماری ها هم خواهند شد. حتی شرایط ژناتیک هم گاهی با استرس و غصه زیاد Trigger می شوند.

من این را همیشه تاکید می کنم که عقل سالم در بدن سالم و بدن سالم با احساس سالم که پر از احساس مثبت و شاد، عشق، خوش بینی، مهربانی برای دیگران به اندازه خود و شادی می باشد. سپاسگزاری، بخشش، خوش قلبی، مهربانی و خدمت به هم نوع، به حیوانات، محیط زیست و کلا هر نوع عمل مثبت درهای هستی را برای جذب خوبی ها به دنیای مان بازتر می کند. **دنباله مطلب در صفحه ۵۳**

که از آن بوجود آمده ام (هر فلسفه، مذهب و یا ایده ای که دارید) با کمک او و با قدرت نهان خود و سعی خود می توانم با آنها مقابله کنم و بگذرانم. بعد روی تک تک آنها با دیدی مثبت نگاه کنید و یادآور شوید که شما تنها کسی نیستید که در دنیا این مشکلات گریبان گیرتان شده است. در ذهن خود آنها را باز کرده و راه حل آنها را مرور کرده و با مثبت اندیشی از دنیای هستی و قدرت درونی خود به خود تلقین کنید که همه آنها حل می شوند و مداوا و مدارا و بهترینی که امکانش هست برایتان به وجود می آید. مثبت اندیشی و آسان تر گرفتن مشکلات با راه کارهای صحیح توسط شما و یا به همراه یک مربی زندگی که با چراغ قوه راه تاریک را روشن کند، دیدگاه و نگرش متفاوتی به شما می دهد. عزیزان، یادمان باشد که زندگی مانند جویبار جاری است و حرکت دارد و هیچ وقت یک جور نمی ماند. همانطور که لحظه ها می گذرند، مشکلات هم از اوج خود به پایین می افتند و چیزی که شما را امروز ناراحت می کند ممکن است سال دیگر عادی تر شده و یا شما با آن کنار آمده اید و یا حل شده باشد.



خوب رابطه سپاسگزاری کنیم. از طرف مقابل به ازای هر شکایت و ناراضی که داریم، پنج جنبه مثبت او را در نظر بگیریم و آن را رشد دهیم. سپاسگزاری و تشویق و تاکید روی جنبه های مثبت یک نفر، او را خوشحال تر و مشوق اصلاح جنبه های منفی اش می شود. تنها قدردانی از خوبی هاست که خوبی های دیگر را به همراه می آورد و جذب می کند. متاسفانه اکثر ما به فرهنگی عادت کرده ایم که خوبی ها و فداکاری ها برای خیلی ها عادی می شود و اگر ده حرف مثبت بزنند و یک گله بکنند و یا بیست کار خوب برایشان انجام دهند و یکی را نخواستند، ما منفی ها و آنچه را که دوست نداشتیم را بزرگتر از تمام آن جنبه ها که دوست داشتیم می بینیم و هیچ وقت قدرشناسی و سپاسگزاری کافی نمی کنیم. راز خوشحالی این است که با کمک خودشناسی و خودسازی، خوشحالی را از درون خود بگیریم و تمام حالات و احساس و زندگی خود را به رفتار مورد دلخواه و یا وجود دیگران به طرز و طریقه ای که توقع داریم وابسته نکنیم. با دیگران همانقدر مهربان باشیم که با خودمان هستیم. مهربانی از صبح که از خواب بیدار می شویم شروع می شود. از اینکه در حال Meditation یا در خلوت، چند دقیقه ای در مغز و قلب و فکر خود عبارات تاکیدی مثبت را راجع به خود و زندگی و نعمت های زنده بودن را شروع کنیم. قبل از اینکه نگرانی ها و مشکلات را شکل بدهیم، فکر کنیم به اینکه چه روز زیبایی هست و برای نعمت هایی مانند دوست، همسر، فامیل، غذا، طبیعت، حیوان خانگی، لباس خوب، صبحانه، منزل تمیز و... با عبارات تاکیدی در مغز خود و یا گفتن بلند آنها شکر گزار باشیم. کمی به جنبه های مثبت و ساده زندگی خود فکر کنیم. در آن لحظه، بعد از شکر گذاری و مثبت اندیشی، وقتی مشکلات و به اصطلاح غصه ها به ذهنتان آمد، چشم های خود را ببندید و به خود بگویید من زن و یا مردی قوی، قادر و توانا هستم که به کمک خداوند و یا همان انرژی هستی

با سلامی گرم و صمیمی با دنیایی از عشق و انرژی مثبت و خالص به تمام شما عزیزان خواننده مقاله های ماهیانه من در مجله پر بار پژواک. خوشحالم که شاید سه سالی من برای شما عزیزانم مقاله هایی در مورد شاد زندگی کردن، خودسازی و خودشناسی می نویسم و حدود ده سالی است که کار خود را در جامعه ایرانی دنبال می کنم. به عنوان یک مربی زندگی من به زندگی با دیدی متفاوت و زاویه ای خاص و طراحی شده برای تک تک مراجعین خود نگاه می کنم که مخصوص به آنها و زندگی و صلاح آنهاست.

عزیزانم، هر روز یک روز منحصر به فرد است. هیچ روزی و در واقع هیچ ساعتی مانند روز دیگری نیست. ما به عنوان یک انسان تا وقتی که نفس می کشیم و قدرت بدنی داریم می توانیم برای هر لحظه زندگی مان تصمیم بگیریم. بیایم با شمردن نعمت ها و خوبی های زندگی، در هر موقعیتی که هستیم و هر مشکلی که داریم، مثبت فکر کنیم و چیزهای مثبت زندگی را جذب کنیم. موهبت های زندگی و طبیعت را به خاطر بیاوریم. از اتفاقات خوب، کوچک و یا بزرگ، حتی چیزهای ساده و زیبا مانند یک گل و یا احساس کردن مزه خوش یک چای و شیرینی گرفته تا موفقیت های بزرگتر به مانند موفقیت های کاری، رابطه خوب، فامیل و دوست، خرید غذا و پختن آن، یک فیلم زیبا و شنیدن یک موزیک. زمانی که چشمانمان را بر خوبی ها باز کنیم و آن را نه تنها برای خود، بلکه برای دیگران هم بخواهیم، آن وقت است که قلبمان را برای جادوی عالم هستی که کلید آن شکر گذاری و قانون جذب است باز می کنیم و باران اتفاقات خوب به بارش گرفته می شود. ما سازنده زندگی خود هستیم. ترس، نگرانی، غم و اضطراب در مقابل چالش های زندگی در هر مرحله و سطحی، احساساتی هستند که ما باید روی خود کار کنیم و آنها را با دیدگاه و شناخت کافی کوچک و کوچکتر بسازیم. اگر در رابطه ای هستیم که مشکلات زیادی دارد، برای حل این مشکلات باید اول از خود شروع کنیم. از قسمت های



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

✦ 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 پلزننون. سرویس سیار موجود می باشد.

(۹۲۵) ۲۹۷-۹۷۰۰

idents®

RS FOR SERIOUS INJURIES

CAMERON YADIDI

ATTORNEY AT LAW



No Fees

Until We Win Your Case!

ettlements & Verdicts



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 Settlements



Vehicle Accidents



Motorcycle Accident



Slip & Fall



Dog Bites

(888) 979-7979

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



سرو

(بخش دوم / آخر)

در هزار سال شعر فارسی
دکتر بهرام گرامی
 bgrami@yahoo.com

سرو از این غصه به بر جامه درید / لاله زین غم ز سر افکند کلاه
 تنه پر شاخ و برگ سرو در پایین به شکل دامن است، با دو بیت زیر از صائب و فروغی بسطامی و دو بیت بعد از محتشم کاشانی:

کوتاهی از من است نه از سرو ناز من / دست ز کار رفته به دامان نمی‌رسد
 گر دست دهد دامن آن سرو روانم / آزاد شود دل زغم هر دو جهانم
 رو ای صبا و به آن سرو پاک دامن گو / که از برای تو کشتند بی گناهی را
 پاک دامنی معشوق حجت بی گناهی عاشق است.

هر کس آورد به کف دامن سروی ز هوس / محتشم دامن آن سرو قباپوش گرفت
 در سه بیت زیر از سعدی، هاتف اصفهانی و فروغی بسطامی عاشقان دست به دامان سرو خرامان خود شده‌اند:

دیگر به کجا می‌رود آن سرو خرامان / چندین دل صاحب نظران دست به دامان
 بر خاکم اگر پا نهد آن سرو خرامان / هر خار مزارم زنده دست به دامان

به تمنای تو ای سرو خرامان تا کی / سر هر کوچه زخم دست به دامانی چند
 دامان قبا یا جامه تا میچ پا بلند بوده است و برای آنکه این دامان بلند در حین کار دست و پاگیر نباشد آن را بالا و بر کمر می‌زدند و از این رو دامن بالا زدن یا دامن بر زدن یا دامن به کمر زدن همه کنایه از آماده شدن برای کار است. «همین تشبیه و اصطلاح برای بالا زدن آستین گشاد و بلند نیز به کار می‌رود و امروزه آستین بالا زدن به معنای مصمم و آماده شدن برای انجام کار اصطلاحی رایج است. از این رو، دامن بر زده یا دامن بر کمر زده به نشانه شخص آماده به کار یا مشغول کار است، با سه بیت از کمال خجندی، محتشم کاشانی و کمال اسماعیل:

در چمن می‌رفت ذکر قامت دلدار ما / سرو دامن برزد و آمد به بستان راست پا
 چاک به دامان رساند جیب شکیم که باز / سرو قباپوش من بر زده دامان رسید

[تمام صبر و قرارم را از دست دادم که دوباره معشوق من با دامن بالازده از راه رسید.]
 به سرو آزاد بین چو چالاکان / بر زده چست بر کمر دامن
 در سه بیت از سلیم و تأثیر «هر دو به نقل از لغت نامه دهخدا» و صائب دامان به کمر زدن به همان معنای کمر خدمت بستن و آماده کار شدن است:

بر کمر دامن زدم بر عزم رفتن همچو سرو / نیستم از بیخودی آگه که پایم در گل است
 سرو اگر جلوه آن قامت موزون بیند / می‌زند از بی خدمت به کمر دامن را
 ای سرو خوش خرام ز پیش نظر مرا / چندان مرو که دامن جان در کمر زخم
 دامن جان در کمر زخم = آماده مرگ شوم.

در بیت زیر از صائب، کف افسوس کنایه از تهی دستی، دامن بر کمر داشتن برای برداشتن محصول و دامن خالی نشانه بی حاصلی است و در سه بیت بعد از او دامن بر چیدن به معنای دست و پا جمع کردن و رفتن و دامن از جهان بر چیدن به معنای کناره گرفتن و ترک کردن علائق دنیوی است:

چون سرو به غیر از کف افسوس برم نیست / از توشه بجز دامن خود بر کمرم نیست
 دل آزاده در این باغ اقامت نکند / وحشت سرو ز بر چیدن دامان پیدا است

کسی ز قید خزان و بهار شد آزاد / که همچو سرو از این باغ چید دامن را
 چیده‌ایم از دو جهان دامن الفت چون سرو / هر که از ما گذرد آب روان می‌دانیم
 دامن کشیدن به معنای روی گردانیدن و دور شدن با ناز و کبر است و دامن کشان رفتن به معنای خرامیدن و گذاشتن با ناز است، با چهار بیت از وحشی بافقی، شاه نعمت الله ولی، شمس طیبی و خواجوی کرمانی:

وه که دامن می‌کشد آن سرو ناز از من هنوز / ریخت خونم را و دارد احتراز از من هنوز
 دست ما و دامن او آب چشم و خاک ره / گرچه سرو قامت او دامن از ما می‌کشد

دامن کشان به حضرت سلطان گل خرام / تا سرو در هوای تو بند میان چو نی
 میان بستن = کمر بستن و آماده خدمت شدن، و به بند یا گره ساقه نی اشاره دارد.
 بگفت این و دامن کشان بر گذشت / روان همچو سرو روان بر گذشت
 شکل و قامت انواعی از سرو شبیه انسانی است که دو دست را بر روی سر نهاده و عزا و ماتم گرفته باشد، با سه بیت از عبید، اوحدی مراغه‌ای و خواجوی کرمانی:

گهی بر یاد آن گل می‌شدم مست / گهی چون سرو بر سر می‌زدم دست
 سرو را پای فروشد به زمین همچون میخ / پیش بالاش، ز بس دست که بر سر زده بود

سرو از قد چون عرعرش گل پیش روی چون خورش / آن دست بر سر می‌زند این جامه بر تن می‌درد
 خورش = خورشید او. جامه دریدن گل = شکفتن و پُر پُر شدن.

همچنین قامت کشیده سرو و بالای مخروطی آن شبیه کسی است که دو دست را در وضع کشیده در بالای سر به هم متصل کرده باشد یا شکلی که هیئت صوفیان فرقه مولویه را با کلاه مخروطی، به ویژه در حالت رقص و سماع، به ذهن متبادر کند. دنباله مطلب در صفحه ۵۲

شاخ و برگ مترکم و درهم پیچیده سرو چون قبایی است بر تن که دامنی در پایین دارد. گویی سرو دامان بالا زده تا توشه برگیرد، یا دامان تهی را بر چیده تا از جهان کناره گیرد. قامت کشیده و مخروطی سرو شبیه کسی است که دو دست در بالای سر به هم داده و در حال رقص و سماع باشد.

بر خلاف بیشتر درختان که دارای ساقه منشعب یا شاخه‌های طویل هستند، سرو و انبوهی از شاخه‌های بسیار کوتاه و چسبیده به تنه دارد، تا آنجا که تمامی درخت به صورت توده مترکم سبزرنگی درآمده و نمی‌توان به آسانی تنه را از شاخه‌ها متمایز کرد. این ویژگی مضمون کوتاه دستی سرو قرار گرفته است، با دو بیت از خواجوی کرمانی که در آن کوتاه دستی، در مقابل دراز دستی، نشانه قناعت و آزادگی است:

از دو عالم دست کوتاه کن چو سرو آزاده وار / کانکه کوتاه دست باشد در جهان سرور شود
 لاله رخساره به خون شوید و سیراب شود / سرو کوتاه کند دست و سرافراز آید

صائب و کمال خجندی نیز به دست کوتاه سرو اشاره دارند:
 گرچه دست سرو کوتاه است از دامان گل / سرو بالایی که ما داریم سر تا پا گل است
 [اگر چه سرو گل نمی‌دهد!]

به مکر و حيله بر او دسترس چه امکان داشت؟ / که همچو سرو بلندش هزارستان است
 هزارستان = بلبل، هزار مکر و حيله، دست‌های کوتاه بی‌شمار.
 در چهار بیت زیر از انوری، ابوالفرج رونی، اوحدی مراغه‌ای و صائب برگ‌های کوچک سرو به پنجه تشبیه شده است:

پنجه سرو او به خنجر بید / بی‌گنه بردریده سینه نار

بیت بالا به برگ خنجر شکل بید و انار کفیده بر شاخ اشاره دارد.

پنجه‌ها بر فراخت سرو سهی / تا کند بر کمال شاه دعا

ای سرو که اسباب جوانی همه داری / با ما به جفا پنجه مینداز که پیریم

به چندین پنجه طوق قمریان را سرو نگشاید / که محکم تر کند تدبیر بند آسمانی را
 تنه بزرگ و قامت بلند سرو بر روی یک پایه بی‌شاخ و برگ و کوتاه، شبیه ساق پای انسان، قرار دارد و در واقع تمامی جنه درخت بر روی همین یک پا قرار گرفته است، با سه بیت از سعدی:

در گلستانی کان گلین خندان بنشست / سرو آزاد به یک پای غرامت برخاست

جایی که سرو بوستان با پای چوبین می‌چمد / ما نیز در رقص آوریم آن سرو سیم‌انداز
 سرو از آن پای گرفته‌ست به یکجای مقیم / که اگر با تو رود شرمش از آن ساق آید
 مضامین زیر برای پای سرو از نظامی گنجوی، خواجوی کرمانی، کمال خجندی و صائب است:

بتان چین به خدمت سر نهادند / بسان سرو بر پای ایستادند

پای سرو از قد رعنا تو در گل می‌رفت / خاصه آن وقت که بر طرف گلستان بودی

از خجالت آب شدن یا در زمین فرورفتن امروزه نیز بیان متداولی است.

سرو می‌خواست به پابوس تو آید چون آب / لیکن از جو نتوانست به یک پا بگذشت
 به یک پا = با داشتن فقط یک پا، حتی یک قدم.

پا کشیدن مشکل است از خاک دامنگیر عشق / هر که را چون سرو اینجا پای در گل ماند ماند
 تنه بی‌انشعاب سرو و شاخ و برگ مترکم و درهم پیچیده آن چنان است که گویی سرو قبا یا جامه بلند بر تن کرده است، با دو بیت زیر از سعدی و دو بیت بعد از امیر خسرو دهلوی و شیخ بهایی:

کلاه ناز و تکبر بنه کمر بگشا / که چون تو سرو ندیدم که در قبا گنجد

چه لطیف است قبا بر تن چون سرو روانت / آه اگر چون کمرم دست رسیدی به میان
 اگر چون کمرم دست = اگر دستم چون کمر بند.

در عرصه بستان جهان سرو قباپوش / خیزد بسی اما چو تو چالاک نیفتد

تا سرو قباپوش تو را دیده‌ام امروز / در پیرهن از ذوق ننگیده‌ام امروز
 جامه قبا کردن به معنای جامه دریدن و جامه چاک کردن با مفاهیم مختلف آمده، از جمله به نشانه ماتم و غصه بسیار، با دو بیت از فروغی بسطامی و هاتف اصفهانی:

چون سرو قباپوش تو در جلوه در آید / البته پری شیوه کند جامه‌داری را

رساله خسرو و ریدگ قبادی: خسرو و ریدگ رساله‌ای است که در آن ریدگی (به معنی غلام یا پسر جوانی که در خدمت بزرگان و اشراف بوده‌است)، به نام خوش آواز که از نجای دربار خسرو پرویز بوده به سؤالات این پادشاه پاسخ می‌دهد. در آغاز رساله ریدگ برای خسرو شرح می‌دهد که از خاندانی مرفه بوده و پدرش در سال‌های خردسالی او درگذشته‌است. اما به سبب برخورداری از میراث پدر، توانسته‌است مورد تعلیم و تربیت قرار بگیرد و اطلاعات لازم دینی را به دست آورد و دبیری را فرا گیرد و سپس در سواری و تیراندازی و نیز پرانی و موسیقی و ستاره‌شناسی و بازی‌های گوناگون مهارت پیدا کند. پس از این مقدمه از شاه می‌خواهد که او را بیازماید و شاه درباره بهترین خوراک‌ها و می‌ها و آنچه همراه با می خورده می‌شود، نغمه‌ها، گل‌ها و عطرها، و زنان و اسبان و غیره سیزده سؤال مطرح می‌کند و همه پاسخ‌های او مورد پسند می‌افتد. سپس شاه برای آزمایش تهور او از وی می‌خواهد که دو شیر را که موجب وحشت رمه اسبان شاه شده‌اند، زنده دستگیر کند. ریدگ پس از توفیق در این کار به سمت مرزبان منصوب می‌گردد. از این رساله می‌توان از چگونگی اشرافیت و زندگی اشراف ساسانی و نیز به میزان شکوه و جلال دربار خسرو پرویز پی برد و همچنین اطلاعاتی در مورد وضع تعلیم و تربیت در عهد ساسانی به دست آورد. این رساله از نظر در برداشتن نام خوراک‌ها و طرز تهیه آن‌ها، گل‌ها، سازها، بازی‌ها و غیره حائز اهمیت‌است. ترجمه عربی بخش‌هایی از این رساله را ثعالی آورده‌است. متن این رساله در مجموعه متون پهلوی به چاپ رسیده‌است. این رساله به فارسی نیز ترجمه شده‌است.

ها به شکل اختصاصی در باب موسیقی نگاشته نشده‌اند ولی میتوان به دریافتی کلی از موقعیت موسیقی و موسیقیدانان افسانه‌ای آن دوران رسید.

برخی از افسانه‌ها و حکایات بجا مانده از آن دوران به گونه‌ای سمبلیک بازگو کننده جریانات اجتماعی و طبقاتی در روزگاران پیشین هستند. بطور مثال داستان «درخت آسوریک» مانده از روزگار اشکانیان یکی از این موارد می‌باشد. در این داستان شاهد گفتمان درخت آسوری (درخت خرما) و بز هستیم که در نهایت به برتری بز می‌انجامد. شاید بتوان بز را نماینده دین زرتشت و درخت آسوریک را نماینده دین چندگونه‌پرستی آسوریان دانست. بی پروا و خشن بودن بز را هم در گفتگو می‌توان دلیل بر برتری اجتماعی مزدآپرستان دانست. آسورستان یکی از استان‌های ایران بود که اکنون عراق مرکزی را تشکیل می‌دهد. نظریه دیگری هم هست که در آن، نخل را نماد دوره کشاورزی و بز را نماد دوره شهرنشینی دانسته‌اند.

در میان دیگر یافته‌های کوچک و بزرگ باستان‌شناسان در شهر سوخته، سفالینه‌ای هست که در آن بزی در پنج حرکت به سمت درختی می‌جهد و برگ‌های آن را می‌خورد. گفته می‌شود این سفالینه که هم‌اکنون به‌عنوان نخستین پویانمایی جهان در دنیا مطرح شده‌است، در حقیقت این پویانمایی داستان منظوم کهن درخت آسوریک و بز است. کتاب کوچک درخت آسوریک به گونه شعر و در پیوسته (منظوم) بوده‌است با مصراع‌های شش هجائی و یازده هجائی، برخی از پژوهشگران آن را از آثار ادبی روزگار اشکانی دانسته‌اند. بخش‌های بجا مانده باز این کتاب، همچنان اوزان شعرگون خود را نگاه داشته‌است.

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 مانیتین ویو گرد هم می‌آیند. همایش دوستان قانونی است برای ایجاد دوستی و همیاری بین هموطنان ایرانی مقیم شمال کالیفرنیا. این کانون غیر انتفاعی کاملاً «غیر سیاسی» و «غیر مذهبی» می‌باشد و به هیچ گروهی وابستگی ندارد.

برای گرفتن اطلاعات بیشتر لطفاً با

شماره تلفن ۷۲۷۹-۲۰۷-۴۰۸ تماس حاصل فرمایید.

1080 Linda Vista Ave., Mountain View, CA

نگاهی به تاریخ موسیقی ایران

بخش اول

هوشنگ فراهانی - آهنگساز و اتنوموزیکولوگ



هوشنگ فراهانی نوازنده تار و سه تار و موزیسین و پژوهشگر در یکم شهریور ماه سال ۱۳۴۶ در فراهان به دنیا آمد. او به شکل حرفه‌ای و تخصصی به کار موسیقی می‌پردازد. وی در زمینه ترجمه و نویسندگی نیز دستی آشنا دارد و علاوه بر آن، تحصیلات آکادمیک خود در موسیقی را نیز با دریافت کارشناسی ارشد اتنوموزیکولوژی (قوم‌موسیقی شناسی) از دانشگاه تهران استمرار داده‌است.

شود. کهن ترین اثر یافت شده در زمینه هنر نوازندگی و هم‌نوازی، مهری استوانه ای شکل است، متعلق به هزاره چهارم قبل از میلاد که توسط «دلگاز» و «هلن کانتور» در بین سال‌های ۱۹۶۱ تا ۱۹۶۶ در چغامیش نزدیک دزفول کشف شد. یا نقش برجسته «کول فره» یا «لوح فرح» در ایذه نشانی از یادگار آن دوران می‌باشد. اسناد بجا مانده حکایت از این دارد که در

موسیقی ایران، تاریخی بسیار پر فراز و نشیب را پشت سر گذاشته‌است. چه بسیار نغمه‌ها که در پشت لایه‌های تاریخ فراموش شده‌اند و چه گمنام هنرمندانی که تمام توش و توان خود را برای اعتلای فرهنگ موسیقایی ایران به کار گرفته‌اند و اکنون نام و نغمه‌هایشان از یادها و خاطرات رفته‌است و از صفحات تاریخ موسیقی ایران محو شده‌اند. شاید بتوان گفت تنها نام اندکی از این هنرمندان



در تاریخ موسیقی ایران درخشان تر بوده‌است. آنان که آثار و رسالاتشان از گزند فنا و جبر تاریخ دور مانده‌است و به امروز و روزگار ما رسیده‌است. شاید اگر تاریخ ایران کمتر دستخوش حوادث، جنگ‌ها و تغییرات سیاسی گوناگون می‌شد و یا شاید اگر امکان ثبت و ضبط آثار مکتوب و صوتی موسیقی در گذشته وجود می‌داشت، ما امروز

دوره مادها، مغ‌های زردشتی در مراسم مذهبی از سازهایی نظیر نای استفاده می‌کرده‌اند و از سویی دیگر «گاتاها» یا «گاتاها» نمونه‌ای از سروده‌های مذهبی آئین زرتشت است که مجموعه‌ای است از شعر آزاد هجایی، که در دوران پیش از اسلام به عنوان نمونه‌هایی از سروده‌های آهنگین مذهبی بجا مانده و از این رو بسیار قابل تأمل و قابل بررسی و مطالعه می‌باشند.

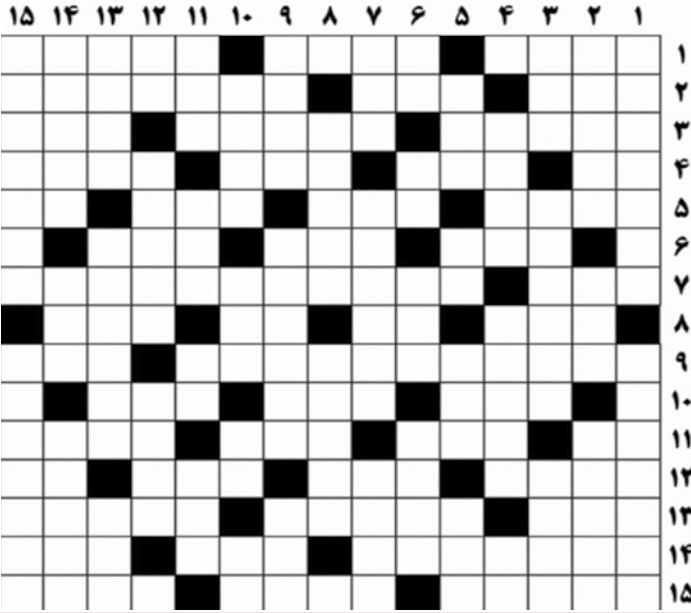
به عقیده برخی از پژوهشگران واژه‌ی «گاه» که در موسیقی امروز بسیار مصطلح می‌باشد، مانند دستگاه سه‌گاه، چهارگاه و... شکل دگرگون شده از گاتاها یا گاتاها باشد. در فارسی میانه، واژه «گاس» به معنی سرود است که شاید این تعبیر را سندیت بیشتری ببخشد.

«زند» نیز تفسیر و ترجمه اوستا بوده‌است. زندخوان یا زندیاف نیز به معنی بلبل و یا فاخته‌است. بررسی ریشه‌های واژه‌ها به شاخه علم ریشه‌یابی لغات باز می‌گردد. کتاب‌ها و رسالاتی از دوران کهن در دست‌است هر چند که این کتاب

با وجوه پنهان موسیقی ایران بیشتر آشنا شده و بی‌شک میراثی گرانبهارتر از امروز در دست داشتیم. آنچه امروز نیز به عنوان موسیقی ملی ایران در دست می‌باشد، یادگار تمام رنج‌های هنرمندانی است که این میراث فرهنگی ایران را چون امانتی به نسل‌های بعد سپرده‌اند. مباحث تاریخ موسیقی ایران بر اساس برخی از نشانه‌ها و نمونه‌های باستان‌شناسی و همچنین به اعتبار برخی اسناد بجا مانده از دوران گذشته و گاهی نیز بر اساس برخی از حدسیات نوشته شده‌است. خط میخی از ۳۰۰۰ سال پیش از میلاد در ایلام باستان رواج داشته‌است که نمونه خوبی برای آغاز دست یافتن انسان به تمدن و فرهنگ می‌باشد. اسناد بسیاری متعلق به دوران پیش اسلام یا دوران باستان بر جای مانده‌است که نشانگر آغازی بر تفکر، تعقل، زیبایی شناسی و هنر می‌باشد. ورود آریایی‌ها به فلات ایران تا پایان دوره ساسانیان، دوران کهن را شامل می‌

حل جدول در صفحه ۴۲

سرگرمی



- | عمودی | افقی |
|---|--|
| ۱- از جزایر خلیج فارس - پدر خاک را گویند | ۱- کرم روده ای - سهیم - کلاه محافظ |
| ۲- مرطوب - از هفت سین ها - کلانتر | ۲- ظاهر ساختمان - کندن گور مرده - تب نوبه |
| ۳- رفیق - از رودهای ایران - پیمان آبی تیک شمالی | ۳- مشایعت - خط تلفن راه دور - تراب |
| ۴- کاریز-پشتسر-اثرپا | ۴- ویتامین جدول - سلاله - امروز تازی - مخترع تلگراف اولیه |
| ۵- گزیدن مار - صورت - لغزنده - مرگ | ۵- آرامگاه اموات اشکانیان - خبر گزاری روسیه - زنان |
| ۶- زمان خواب - لنگه در - یار مهدی - سرور | هستند به روایت تازی آن - گوشت آذری |
| ۷- حسادت - ورم بناگوش - خانم | ۶- گاز بیهوشی - میدانی در تهران - خوشه گندم وجو |
| ۸- خبر گزاری دانشجویان - از جزایر خلیج فارس | ۷- بیحال - از القابی که مسلمانان به خدا داده اند |
| ۹- خجالتی - اولین سبک ادبی - کشور خوشبخت | ۸- سنگ سبز قیمتی - از شهرهای تهران - حرف ناسف - پشیمانی |
| ۱۰- درامان-راهفرار-پیرده-او | ۹- اثر آکساندر دوما - از تقسیمات کشوری |
| ۱۱- ضد عفونی کننده - سرزمین بلقیس - خوب در گویش یزدی - گمان | ۱۰- فلز چهره - لوله تنفسی - بدبخت |
| ۱۲- دویار هم قد - عروسک مدل لباس - نیرو | ۱۱- قورباغه درختی - نبرد - آشیانه مرغ - پرنده ای با پاهای بلند |
| ۱۳- از انواع ماهی - نام سه تن از شاهان هخامنشی - زود و فوری | ۱۲- خواهش - کلرا - نایینا - همراه آشغال |
| ۱۴- غم واندوه - پسر خورشید - محروم | ۱۳- دورویی - یارو - پرده دری |
| ۱۵- از شهرهای قزوین - درد استخوانی | ۱۴- قاطرچی - تفاله عسل - مردم |
| | ۱۵- سردی - چرم براق - همان تیم است با آخر تکراری |

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

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
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 فرماید.

(۴۰۸)۲۲۵-۲۹۲۲

دفتر خدمات بین المللی

Office of International Services

قبول وکالت در کلیه امور حقوقی در دادگاه های ایران

کلیه امور مهاجرت به آمریکا و کانادا

امور مربوط به Social Servies در آمریکا



(408)909-9060

(888)350-9060



Office of International Services is not a Law Firm

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

برای فروش

مغازه گل فروشی با سی سال سابقه در منطقه سن رافیل برای فروش. این گل فروشی با مساحت ۶۴۰ اسکور فیت و ماهیانه ۱۵۱۷ دلار که شامل هزینه آب و آشغال می باشد به فروش میرسد. برای اطلاع بیشتر با سهیلا ۳۳۲۵-۴۷۹-۴۱۵ تماس بگیرید.

جویای کار

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

فال قهوه - ورق - تاروت

توسط ماریا، با بیش از ۱۰ سال سابقه

(415)261-3833

فال ستارگان

دعا	مهتر	تیر	شورودین
این روزها مورد انتقاد و سرزنش قرار می گیرید. اما نباید ناراحت باشید چون همه اینها از روی دوست داشتن و علاقه زیاد به شماست. هر انسانی وقتی کسی را دوست داشته باشد و نگران آینده او باشد، عکس العمل های متفاوتی نشان می دهد. باید برای تغییر دادن وضعیت اقتصادی از هیچ کوششی دریغ نکنید. خود را برای تغییرات عاطفی جدید آماده کنید که به زودی از راه می رسد.	به نظر می رسد از پیدا شدن یک رقیب احساس سرخوردگی می کنید. احساس می کنید که آرزوهایتان از شما دورتر رفته و افکار منفی به سراغتان می آید. ولی بدانید که بزودی همه این مشکلات برطرف خواهد شد. به دارایی های دیگران چشم ندوزید و قدر آنچه را که دارید، بدانید. سعی کنید حرف های دیگران را بهتر درک کنید. به مسافرت کوتاهی می روید.	بعضی از متولدین این ماه در زمینه کسب و کار بسیار پول ساز و موفق هستند، برخی به دلیل رکود اقتصادی، در گذشته، ناگهان دچار ترس و دلهره شده و به همین سبب حتی ابتکارات و خلاقیت های خود را از دست داده اند. به این گروه توصیه می شود با امید به کار بپردازید و روحیه خود را بنویزید که هنوز شانس های خوبی در راه است. مسافرت کوتاهی در پیش دارید.	یک مشکل مادی از سر راه زندگی تان کنار می رود و به گشایشی در زندگی تان دست می یابید که بسیار خوشحال کننده خواهد بود. بزودی اتفاقاتی خواهد افتاد که شما را از نگرانی دور خواهد کرد. رابطه خود را با دوستان نزدیک بیشتر کنید. این حقیقت روشن خواهد شد که شما در دوستی بسیار وفادار و رازدار هستید.
بهمین	آبان	مرداد	اردیبهشت
در زندگی عاطفی شما تحول تازه ای به وجود می آید که در نهایت خوب خواهد بود. بهتر است نگران نباشید و فکرتان را مشغول نکنید چون همه چیز رو به راه است. کسی را که در انتظارش بودید، ملاقات می کنید و یا یک فرصت طلایی بدست می آورید. پس سعی کنید از این فرصت استفاده کنید. این ماه حوادثی اتفاق می افتد که در مجموع به نفع تو خواهد بود.	احساسات افراد دیگر را نادیده نگیرید. بیش از اندازه روی پرده بازی می کنید و در این رویاهای برای مشکل اخیر خود راه حل های مضاعفی به ذهنتان می رسد. قبل از اینکه تصمیم نهایی بگیرید، برای فکر کردن به هر گزینه ای که به ذهنتان می رسد وقت بگذارید. در کارهایتان عجله نکنید. در این ماه خبر بسیار خوبی به شما گفته می شود.	لبخند زدن در هنگام سختی و ناملایمات زندگی نشان دهنده قدرت یک ذهن استوار است. پس لبخند بزنید. فراموش نکنید که در شما نیرویی است که نوید واقعیت بخشیدن به رویاهاست. امید را از دست ندهید، حتی در بدترین شرایط. ممکن است یک تغییر شغلی خیلی خوب و یا ارتقا درجه داشته باشید و این اتفاق تقدیری بیشتری را برای شما به همراه خواهد داشت.	بر سر چند راهی قرار گرفته اید و راه های زیادی را امتحان کرده ولی همچنان به نتیجه دلخواه نرسیده اید، ولی باید بدانید که این راه ها برای شناخت و آزمودن استعدادهای شما بسیار مفید خواهد بود. شخصیت شما به گونه ای است که دیگران مجذوب شما خواهند شد. از این ویژگی برای انجام بهتر کارها استفاده کنید و نگران آینده نباشید.
اسفند	آذر	شهریور	خرداد
سعی کن خانه دلت را تنها از دوستان پر کنی و هرگز گوشه ای از آن را در اختیار دشمنان نگذاری. بزودی هدایا و یا سوغاتی هایی به دستتان خواهد رسید. در یک میهمانی خبرهای امیدوار کننده و خوبی خواهید شنید. در محیط کار یا در امر تحصیل یا تمرکز، موفقیت و منفعت مالی خود را تضمین کنید. کمی به خودتان برسید و تفریح کنید. یکی از آرزوهای قدیمی برآورده می شود.	حرف های ناگفته را در دلتان نگه دارید. در زندگی از هر کسی الگویی نسازید. به دیگران چشم بسته اعتماد نکنید، اعتماد باید براساس شناخت درست و واقعی باشد تا دچار توهم و خوش خیالی نشوید. بزودی یک اتفاق بسیار عالی برایتان رخ خواهد داد، اتفاقی که سرنوشت زندگی تان را به سمت روزهای خوش تا سال ها ادامه خواهد داد، مگر اینکه خودتان نخواهید.	پیشنهادات مختلفی دریافت می کنید. هیچگاه بر سر مسائل پیش پا افتاده زندگی تان را دچار موانع نکنید. گاهی بسیار آشفته و سردرگم می شوید گویی کوهی از کارها در برابر شماست و گره های بسیاری باید گشوده شوند و زمان کافی برای آنها نیست. اما مژده که پایان سختی ها، پریشانی ها و نگرانی هایتان نزدیک است.	خودتان را با دیگران مقایسه نکنید. تمام حواستان را به کارهایی که در دست دارید بسپارید. با شاد بودن از لحظه های حال و آینده خودتان بیشتر استفاده کنید. به آنچه هستید افتخار کنید و از رویارویی با مشکلات هراسی نداشته باشید. شما باید قانونمند بشوید و همه چیز و همه کارهایتان را بنویسید. اما یادتان باشد دفتر یادداشت خود را جایی جا نگذارید!

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 نوزدهم

عباس پناهی



سامان که در حمله اول، عکس العملش را با مشت نشان داده بود، از آن ایده بدش هم نیامد و شروع به لوده گی برای کلودیا کرد و هر ادایی که از دستش بر میامد در می آورد تا کلودیا را بخنداند.

با آنکه پای کلودیا پیچ خورده و ورم کرده بود، از اینکه توانسته بود برای بره های خداوند خدمت کند، خوشحال بود و این درد را بخاطر دردهایی که مریم مقدس از به صلیب کشیده شدن پسرش کشیده بود به راحتی تحمل می کرد و هر روز عزمش برای خدمت به بره های خداوند جزم تر می شد. هفت هشت روزی فریدون و سامان خود را وقف او کردند و اجازه دست زدن به کاری ندادند. همان روز اول، فریدون دست به کار شد و از چوب هایی که در انبار خانه بود، برای او یک عصای زیر بغل درست کرد و یکی از زیرپیراهنی هایش را پاره کرد و بدور چوب افقی عصا پیچید تا نرم شود و زیربغل کلودیا را زخم نکند. سپاسگزاری های قلبی کلودیا، بیشتر از آن بود که بتواند، به زبان بیاورد و در آن حال، خودش را یکی از بره های مورد توجه مریم مقدس می پنداشت که اینها همه از مراحم آن بانوی بزرگوارست که این مهربانی های بی دریغ نصیبش می شود.

دنباله مطلب در صفحه ۵۷

ورمش فروکش خواهد کرد و خواهد توانست راه برود.

اولین روزی بود که هنگام رسیدن پسران به خانه، کلودیا به استقبال شان نرفت. با آنکه برای رسیدن آنان و دادن گزارش خدمتش به مریم مقدس بی تاب بود، روی صندلی حصیری نشسته بود و پای چپش را هم روی صندلی دیگر گذاشته و با چوب و پارچه بسته بندی نموده بود. پسر ها به سویش دویدند و بوسیدند و بغل گرفتند و از آن مشکلی که برایش درست شده بود ابراز دل رنجی کردند. فریدون گفت: «ماما تو امروز را اصلا نباید هیچ کاری بکنی و در عوض من و سامان، دو تا پیشخدمت دست به سینه تو هستیم و در سمت چپ و راست تو می ایستیم و تو مانند فرمانرواهای داستان های هزار و یکشب فرمان صادر کن و ما اجرا کنیم. فقط تو خیال کن علاء الدینی و ما دوتا غول که از چراغ جادوی تو بیرون آمده ایم. حتی سامان لباس توری رقص هم بر تن خواهد کرد تا برایت مدام برقصد.» و خود به خنده افتاد و سامان مشت محکمی به پهلویش زد. کلودیا از خنده آنچنان تکان هایی می خورد که نزدیک به سرنگون شدن از روی صندلی بود. گفت: «امان از تو ای فریدون»

رضایت بانوی شان می نمودند. هنگام ناهار وقتی خانم مانوئلا صدایشان زد، هیچیک دست از کار نکشیدند و فقط به لیوانی آب بسنده کردند تا دمی از نیت خیری که برای آن روز کرده بودند عدول نوزند. سرانجام خانوم مانوئلا مجبور شد برای هر کدام لقمه ای بگیرد و ببرد و به دستشان بدهد و خود در کنارشان بایستد تا از خوردنشان مطمئن شود. عشق به خدمت به بره های خداوند، آنقدر در دلشان قوت داشت که گرسنگی نمی توانست اثری از خود نشان دهد. غروب که شد، همه کارها را به خوبی انجام داده بودند و رضایت خانم مانوئلا را به منزله حشودوی بانوی بزرگشان تلقی نمودند و خوشحال و خندان لباس ها را تعویض و با آرزوی بازگشت دوباره با خانم مانوئلا خداحافظی کردند.

کلودیا از همان ساعت آغاز کار تا هنگامی که به خانه برگشت، حتی یک لحظه بیاد غصه اش نیافتاد. برای خبر دادن به پسرانش از آنچه که در آن مکان گذشته بود بی تاب بود. در طول راه مدام از خوشحالی اش برای یافتن چنان مکانی با آنجا حرف می زد. آنجا هم همدل خوبی بود و با او موافقت داشت. هر دو از اینکه آن روز به سرعت دست به کار شده بودند و به خدمت گذاری برای بره های خداوند، دست دراز نموده بودند، در عرش سیر می کردند. هر کدام از فردی می گفت که به خدمتش در آمده بود و از رضایت وی و خندیدن ها بوسیدن هایش برای دیگری تعریف می کرد. از اتوبوس که پیاده شدند، سراز پا نمی شناختند. تند و تند براه افتادند تا هرچه زودتر به خانه شان برسند و خبر های شیرین شان را به اهل خانه برسانند. کلودیا فراموش کرد که در زمین لیز، باید با احتیاط راه برود و با این بی احتیاطی پایش پیچ خورد و نقش زمین شد. آنجا و چند نفر از اهالی محل خود را به او رساندند و زیر بغلش را گرفتند و تا به در خانه اش رساندند. پای چپش رگ به رگ شده بود و ورم کرد. شوهر آنجا از شکسته بندی سر در میاورد. پای کلودیا را معاینه کرد و اطمینان داد که نشکسته و با مقداری پماد و بستن و گرم نگه داشتن، بزودی

خانم مانوئلا انتظارشان را می کشید. خودش همیشه عادت داشت که از صبح خیلی زود به مرکز توانبخشی اش برود و تا دیر وقت به آدم های مورد علاقه اش با محبت تمام خدمت کند. آن روز که می دانست دو زن دیگر برای خدمت به عزیزانش خواهند آمد از خوشحالی در پوستش نمی گنجید. در ضمنی که به کارش می رسید، سرش مدام به سمت در می چرخید تا از مهمانان امداد رسانش خبر بگیرد. خانم مانوئلا هم دردی جانسوز داشت که با فداکاری برای مردم، دردش را فراموش می نمود. دو بار آبتن شده بود و هر دوبار کودکانی معلول زاییده بود و از ترس تکرار شدنش دیگر هرگز اقدام به حاملگی نکرد. دو فرزندش هم در همان مرکز بودند و در میان بقیه زندگی می کردند و زن و شوهر تا آنجا که می توانستند خدمت شان را یکسان به همه اهدا می نمودند.

آخرین باری که خانوم مانوئلا سرش را به سمت در ورودی چرخاند، کلودیا و آنجلا را در آستانه در دید. از خوشحالی جیبی کشید و دوان دوان به سمت آنها رفت. هر دو را در آغوش گرفت و به داخل راهنمایی شان نمود. آن مکان برای کلودیا بهشتی بود که همیشه در رویا هایش در باغ آن قدم زده بود. با ویژه گی هایی که داشت، آن محل، خانه ابدی اش می توانست باشد.

به محض تمام شدن سخنان خانم مانوئلا و نشان دادن بخش های مختلف آن ساختمان و محوطه، کلودیا و آنجلا برای خود یک گنجه گرفتند و لباس های تشریفاتی شان را درآوردند و لباس کار برتن کردند و انگار سالیان دراز است که در آنجا مشغول خدمت هستند، به کار پرداختند. از سخت ترین قسمت کار که شستن بدن آلوده ناتوانان بود آغاز کردند و با خرسندی کامل، شستشو را دنبال نمودند. لباس بر تنشان می کردند و لباسهای چرک را برای شستشو می بردند و زمین ها را جارو میزدند و شستند و همه جا را برق می انداختند و همواره نام مریم بر زبان شان جاری بود و به عشق اینکه هم اکنون مریم مقدس در کنارشان حضور دارد، با جدیتی خستگی ناپذیر کار می کردند و سعی در کسب

زبان ما هویت ماست

مدرسه فارسی البرز

**مدرسه فارسی البرز با کادری با تجربه در خدمت
علاقتمندان 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!



با هادی خرسندی

www.asgharagha.com
hadikhorsandi@aol.com

«بیشمارانیم در این باغ ای دست خزان»
این سخن را غنچه ای نشکفته پرپر گفت و رفت
«قدرت ما وامدار عشق پوتین و علی ست»
در خیابان ظفر، باتوم با سر گفت و رفت
«باش بز آن تا به زودی غرق زنگارت کنیم»
پیرزن افتاد و خون درجا به خنجر گفت و رفت
روی منبر قاتلی عمامه بر سر، خون به لب
شرعی از سفاکی شمر ستمگر گفت و رفت
راه و رسم قتل کافر را و کافر بچه را
حجت الاسلام از قول پیمبر گفت و رفت
شعر تلخت هادیا آئینه ایام شد
طنز شیرینت «خداحافظ» به شکر گفت و رفت

یک ورودی و تابلوی «معمولی» بالای در
ورودی دیگر یک ساختمان، عملکرد زنانی
که قرار است از این درها بگذرند را بررسی
کرده است. در این ویدئو بعضی از زنان
چند لحظه برای انتخاب راه ورودشان فکر
می کنند. **دنباله مطلب در صفحه ۵۲**

پر در باد رقص

پر، در باد از قتل کبوتر گفت و رفت
قصه تلخ کبوتر بچه را پر گفت و رفت
«قامت آزاده و سرسبزی ما جرم ماست»
این سخن را سرو در گوش صنوبر گفت و رفت
«شام دارم میکشیم...» مادر به دختر گفت و ماند
دختر یک «زودمی آیم» به مادر گفت و رفت
«من تجاوز را حریمم تا فراسوهای مرگ»
خواهر، این دلخوشکنک را با برادر گفت و رفت
پر تو شمعی به رخسار پسر افتاده بود
بر لب بام آمد و الله اکبر گفت و رفت
دست بیجان و جوانی با کودی های خویش
داستان ها از نبردی نابرابر گفت و رفت

ویدئویی را نگاه می کنم که حرف مهمی
دارد برای زدن در این مقوله. شرکت داوو
در پنج شهر سانفرانسیسکو، شانگهای،
دهلی، لندن و ساوتپائولو کمپینی راه
انداخته به نام «زیبایی یک انتخاب است»
این شرکت با نصب تابلوی «زیبا» بر سر در

زیبایی برای من یک انتخاب است!

ماهرخ غلامحسین پور

و من همیشه با شنیدن این حرف به یاد
چهره اینگرید برگمن می افتم، اسطوره
بی برو برگرد زیبایی همه زندگیم. الزا،
زن اساطیری کازابلانکا، با چشم های
درخشان که حتی از پس تصویر سیاه و
سفید فیلم هم ستاره های توی چشمش را
می شود شمرد.

دارم فکر می کنم اگر من بخواهم
خودم را برای دیگران توصیف کنم
چه کلمه ای را برای ظاهر من انتخاب
می کنم؟ جزئیات چهره ام را مرور
می کنم. کاش گونه هایم کمی برجسته تر
بود. کاش صورتم تا این حد شگفت، گرد
و پرگاری نبود و کمی پیشانی بلندتری
داشتم، کاش بینی ام کمی قلمی تر بود.
باید بگویم «من خوشگلم»؟ یا بگویم
«من یک چهره کاملاً معمولی دارم»؟ یا

اصلاً ترجیح می دهم در این مورد هیچ
واژه ای را استفاده نکنم و از آن بگذرم؟
شک نکنید که انتخاب نوع کلمات برای
توصیف ظاهر تان کاملاً به باورهای تان
در باره خود و آموزه های تان از زیبایی
وابسته است و دیگر هیچ.

سال های شورانگیز جوانی و در دوره
دانشجویی دوستی داشتم که وقتی
می خواستیم جایی وارد بشویم، می دوید
جلوی همه و می گفت: «خانم ها به ترتیب
خوشگلی پشت سر من!» یا هنگام ورود
به جایی که آینه قدی داشت به محض
دیدن تصویر خودش در آینه می گفت:
«وای! عجب بانوی زیبایی» اوائل به این
شوخی اش می خندیدیم و چندان جدی اش
نمی گرفتیم. بعدها فهمیدیم که او واقعا
خودش را زیبا می داند که البته بود.

این قبول که در مفهوم زیبایی و معیارهای
آن در میان نسل تازه تغییرات زیادی
حاصل شده است، اینکه زیبایی مفهومی
نسبی است هم پذیرفته شده است اما
اینکه کسی وقتی می خواهد خودش را
برای دیگران شرح دهد بطور اینکار را
می کند یک مسئله درونی است.

مادرم معتقد است همه انسان ها زیبا
هستند اما در زیبایی برخی از آن ها
اتفاق نظر وجود دارد. یعنی حتی اگر
فرد مذکور را دوست هم نداشته باشیم،
نمی توانیم زیبایی اش را نادیده بگیریم



انجمن آذربایجانی های شمال کالیفرنیا

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

با هدف ترویج و گسترش فرهنگ و هنر آذربایجان

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

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

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

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

برای اطلاعات بیشتر لطفاً با ما تماس حاصل فرمایید!

e-mail: secretary@acsnc.org

(408)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

می خیزد، این گویی همان صدای درون ماست که به وسیله هر سازی از موسیقی و یا توسط تارهای صوتی خواننده ای آشکارا می شود. به همین دلیل است که انتخاب هر نوع ساز و موسیقی در هر سنین متفاوت است. در سنین کودکی موسیقی با صداهای شاد و ریتم های ساده که باعث جلب توجه کودکان می شود. امروزه موسیقی کودک در کشورهای پیشرفته و آگاه از مهم ترین رکن رشد خلاقیت کودکان به شمار می رود. در سنین نوجوانی و جوانی سبک موسیقی ها به سمت سوی عاشقانه سوق پیدا می کند و در سنین بزرگسالی و میانسالی بیشتر موسیقی های آرامش بخش و لطیف مورد پسند است و این نوع ترتیب، استاندارد و سلامت افراد که جامعه نشان می دهد. امروزه از لحاظ روابط اجتماعی و روان شناسی، از شکل انتخاب موسیقی در یک جامعه که از تمامی رده های سنی تشکیل شده است می توان به نوع روحیات آن مجموعه پی برد و زمانی که از شکل استاندارد طبیعی خارج شود، آن جامعه در معرض خطر روحی و روانی به سر می برد و درگیر ناهنجاری هایی است که نیاز به درمان دارد.

به طور مثال در جامعه ای که در رده های سنی نوجوان و جوان آن از موسیقی های خشن و پرخاشگر استقبال می کنند یعنی درون آنها خشمی نهفته وجود دارد و یا در جای دیگر اگر همین رده های سنی موسیقی هایی با عناوین و ترانه هایی در مضمون تنفر و انتقام باشد یعنی روح خسته و شکست خورده ای در آن جامعه در حال شکل گیری است.

امروزه موسیقی در جهان به شکل یک صنعت پیشرفته درآمده است و مورد توجه پزشکان، مهندسين و اقتصاددانان قرار دارد. سرمایه داران بسیاری در حال سرمایه گذاری، رشد و صادرات این صنعت به سراسر دنیا هستند و در عین حال متاسفانه هنوز هم در کشورهای در حال توسعه و جهان سوم بهایی به آن داده نمی شود و از آن غافل اند.

خود انداخته اید؟! ما انسان ها همانگونه که می توانیم زبان دیگری را در هر سنی یاد بگیریم، آموختن موسیقی و سازهای مختلف نیز در هیچ زمانی غیر قابل دسترس نمی باشد. یادگیری در سنین کودکی به دلیل درگیرهای فکری کمتر و داشتن زمان آزاد بیشتر با راندمان بالاتری برخوردار است، اما در سنین بالاتر می توان با مدیریت زمان از فرصت این یادگیری بهره مند شد.

هنر موسیقی کافی است که با زندگی پر مشغله و سخت ما آمیخته شود و روزانه ساعتی را به خود اختصاص دهد. خواندن چند بیت شعر و غزل، نواختن ساز، زمزمه کردن ترانه ها، حتی گوش کردن به موسیقی و انتخاب موسیقی های زیبا می تواند موسیقی را وارد روزمره گی ما کند. تنوع موسیقی در دنیا و در هر فرهنگی به هنر قدری زیاد است که می توان به اندازه همه سلیقه های مردم دنیا نسبت داد. انتخاب موسیقی زیبا و درست از بین آنها خود هنری نهفته در باطن آدمیست. گاهی بعضی از افراد شاید از موسیقی سررشته ای ندارند و یا حتی نواختن سازی هم ندانند اما با تلاش بسیار و صرف وقت در انتخاب موسیقی دارای آرشوهای از موسیقی هستند که خیلی از موسیقیدان های زمان خود از داشتن چنین مجموعه ای بی بهره اند. موسیقی اثر کاملا مستقیم و موثری در روح و جسم آدمی دارد و موسیقی درمانی در این روزگاران پر هیاهو و پراسترس و شلوغ دیگر یک علم است.

در عصری که ما در آن زندگی می کنیم، با تمام عناوین زیبا که به عصر ارتباطات و تکنولوژی معروف است، انسان ها بیشتر از قبل از هم دور شده اند و هر یک از ما نیاز به یک همدم نزدیک داریم که بتوانیم با آن ابراز احساسات کنیم و در تنهایی خود لذت ببریم و از استرس های روزمرگی جدایی یابیم.

سازها در دستان ما می چرخند و نوای درون هر شخص از صدای سازش بر



معجزه هنر موسیقی پیرامون زندگی ما

دکتر امیر قندی

emirghandi@gmail.com

امیر قندی متولد ۱۴ خرداد ۱۳۶۲ (۴ ژوئن ۱۹۸۳) در تهران. او لیسانس مهندسی فیزیک از ایران، فوق لیسانس و دکترای مهندسی عمران-محیط زیست (فیزیک ابر و اتمسفر) از کشور ترکیه گرفته است و همچنین دارای دیپلم نوازندگی پیانو از رویال اسکول لندن می باشد. در سال ۲۰۱۲ به عنوان دانشجوی نمونه ایرانی در کشور ترکیه انتخاب و در سال ۲۰۱۳ نفر اول جشنواره جوان برتر ایرانی خارج از کشور در بخش فرهنگ و هنر شده است.

آن به گستردگی همه زبان های دنیاست. یک نوازنده ژاپنی و ایرانی وقتی در کنار هم قرا می گیرند با زبان مشترک هم که همان موسیقی است شروع به ارتباط می کنند و یا دیگر هنرمندان در فستیوال ها و کنسرت های بین المللی. شاید این سوال در ذهن شما شکل گرفته باشد که هر انسانی نمی تواند نوازنده توانایی باشد و یا اینکه هر کسی استعداد موسیقی و هنر نداشته باشد، سن موسیقی باید از کودکی شروع شده و بزرگسال

موسیقی بیان احساسات آدمی است که به وسیله نت ها، سازها، موسیقیدانان و خوانندگان آفریده می شود. این جهان سرشار از ریتم و آواهای منظم و نامنظم است و ساختار طبیعت اطراف ما در هر لحظه شاهد انواع صداهاست. صدای حرکت شاخه های درختان و گیاهان، صدای پرندگان، صدای آب روان در رودخانه ها و جویبارها، صدای خش خش برگ های پاییزی در زیر پای ما، صدای خنده و گریه کودکان، صدای بهم



جایی که کلام بازمی ماند،
موسیقی زبان می گشاید.
هانس کریستین آندرسن

دیگر توان یادگیری ندارند! این جواب های مختلفی است که از افراد بزرگسال بعد از اینکه از ایشان پرسیده می شود که چرا هنری را در زندگی خود شروع نمی کنید می شنویم. خیلی از پدرها و مادرها نواختن سازی را دوست دارند و فرزندان شان را به اجبار و بدون پرسیدن نظر آنها به کلاس های موسیقی می فرستند اما بعد از گذر زمان نه تنها آن فرزند پیشرفتی در زمینه هنر و موسیقی حاصل نمی کند بلکه به دلیل اجباری که وجود دارد باعث ایجاد تنفر در او نیز می شود.

جوابی که اساتید موسیقی به والدین دارند این است؛ اگر به طور مثال ساز پیانو را خودتان دوست دارید چرا خودتان شروع نمی کنید و چرا بار احساسات و آرزوی نواختن پیانو را به دوش فرزندان

زدن قاشق در یک فیجان قهوه صبحگاهی، صدای باز کردن یک در یا پنجره، همگی دارای نت ها و کوک های متفاوت در محیط اطراف ماست.

گوش ها، لهجه و زبان گوناگون در سراسر دنیا نیز دارای ریتم هستند و باهم متفاوتند. به طور مثال زبان فارسی با گوش های متفاوت، زبان انگلیسی با لهجه های مختلف مثل لاتین، کانادایی، آمریکایی و... اما همین زبان های مختلف، یک زبان واحد دارند و از نظر من زبان موسیقی است، زیرا بیان احساسات انسان نسبت به هم با ریتم و موسیقی هم سو می شود. انسان هایی که در زندگی خود موسیقی را به هر شکلی وارد کرده اند به راحتی می توانند با افرادی دیگر در کشورهای مختلف ارتباط برقرار کنند و موسیقی دست کمی از دانستن یک زبان بیگانه ندارد بلکه پنهانی

ماهنامه پژواک

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

(408)221-8624

کتاب پریشان

امید زیستنم، دیدن دوباره توست
 قرار بخش دلم، تاب گاهواره توست
 تو، ای شکوفه ایام آرزومندی!
 بمان که دیده من روشن از نظاره توست
 نگاه پاک توام صبح آفتابی بود
 کنون چراغ شبنم چشم پر ستاره توست
 به یک اشاره، مرا رخصت پریدن بخش
 که مرغ وحشی دل، رام یک اشاره توست
 به پاره کردن اوراق هر کتاب مکوش
 دلم کتاب پریشان پاره پاره توست
 شبی نماند که بی گریه ام به سر نرسید
 زلال اشک پدر، برق گوشواره توست
 دلم چو موج، به سر می دود ز بیم زوال
 کرانه ای که پناهش دهد، کناره توست
 خجسته «پوپک» من - ای یگانه کودک من! -
 امید زیستنم، دیدن دوباره توست

نادر نادرپور



آنچه در باران گذشت

آنچه از یاران شنیدم، آن چه در باران گذشت،
 آنچه در باران ده، آن روز بر یاران گذشت،
 های های مست ها، پیچید در بن بست ها
 طرح یک تابوت، در رویای بیماران گذشت
 کوه ها را، در خیال پاک، تا مرز غروب
 سیلی از آوای اندوه عزاداران گذشت
 کاروان دختران شرمگین روستا،
 لاله بر کف، در مهی از بهت بسیاریان گذشت
 در ته تاریک کوچه، یک دریچه بسته شد
 انتظار بی سرانجام بد انگاران گذشت
 جای پای ماند و زخمی، سبزه زاران را، به تن
 جمعه جانانه گلگشت عیاران گذشت
 تا به گورستان رسد - دیدار اهل خاک را -
 ماهتاب پیر، لنگان، از علفزاران گذشت...

منوچهر نیستانی

حنظلی

از بس که ملول از دل دلمرده خویشم
 هم خسته بیگانه، هم آزرده خویشم
 این گریه مستانه من بی سببی نیست
 ابر چمن تشنه و پژمرده خویشم
 گلبنگ ز شوق گل شاداب توان داشت
 من نوحه سرای گل افسرده خویشم
 شادم که دگر دل نگراید سوی شادی
 تا داد غمش ره به سراپرده خویشم
 پی کرد فلک مرکب آمالم و در دل
 خون موج زد از بخت بد آورده خویشم
 ای قافله! بدرود، سفر خوش، به سلامت
 من همسفر مرکب پی کرده خویشم
 بینم چو به تاراج رود کوه زر از خلق
 دل خوش نشود همچو گل از خرده خویشم



دما

دمای گرم تنت را بخواب می بینم
 بخواب و روح تنم در شراب می بینم
 شب سیاه به رویای من تو آمده ای
 وصال ناب تو را در سراب می بینم
 رخت احاطه شده بین گیسوان بلند
 گمان کنم که مه ماهتاب می بینم
 زمان پیرسری و چنین تخیل ها
 تمام خاطره های شباب می بینم
 نگاه تو به عذابم همیشه می کوشد
 من از ندیدن آن هم عذاب می بینم
 گهی به حافظ و فالی کنم دلم را خوش
 طلسم می خرم و سر کتاب می بینم
 دعا نویس رساند مرا به کام دلم
 تصورات چنین بی حساب می بینم
 بیا و تن به تنم نه که گرمیت گوید
 تو در کنار منی یا که خواب می بینم
 اگر تمامی این واقعه بود در خواب
 بنای زندگیم را خراب می بینم
 هزار بار دگر عاشقانه می گویم
 من از ندیدن رویت عذاب می بینم

محمد رضا پاک نژاد



گویند که «امید و چه نومید!» ندانند
 من مرثیه گوی وطن مرده خویشم
 مسکین چه کند حنظل اگر تلخ نگوید؟
 پرورده این باغ، نه پرورده خویشم

مهدی اخوان ثالث

غزلی در مایه شور و شکستن

نفسم گرفت ازین شب، در این حصار بشکن
 در این حصار جادویی روزگار بشکن
 چو شقایق، از دل سنگ، برآر رایت خون،
 به جنون، صلابت صخره کوهسار بشکن
 تو که ترجمان صبحی، به ترنم و ترانه
 لب زخم دیده بگشا، صف انتظار بشکن
 «سر آن ندارد امشب که برآید آفتابی؟»
 تو خود آفتاب خود باش و طلسم کار بشکن
 بسرای تا که هستی، که سرودن است بودن
 به ترنمی دژ وحشت این دیار بشکن
 شب غارت تاران، همه سو فکنده سایه
 تو به آذر خشی این سایه دیوسار بشکن
 ز برون کسی نیاید چو به یاری تو، اینجا
 تو ز خویشتن برون آ، سپه تار بشکن.

شفیعی کدکنی

نشانه های آزار جنسی در کودکان چیست؟

گردآوری: سولماز مولوی

به دلیل اینکه انجام هر عمل جنسی بر روی کودک به نوعی آزار محسوب شده و در حیطة رشدی او قرار ندارد، لذا بر روی هر دو جنس که در سنین کودکی باشند، آسیب رسان خواهد بود.

چگونه کودک آزار دیده را بشناسیم

کودک آزاری همیشه استخوان های شکسته و کبودی های غیر قابل توضیح نیست. انواع مختلفی از کودک آزاری مانند سوء استفاده عاطفی، سوء استفاده آموزشی، سوء استفاده جنسی، غفلت، بی توجهی و... نیز وجود دارد. نشانه های آزار جنسی کودکان در سال های اخیر با توجه به افزایش بازنمایی رسانه ای در صدر اخبار قرار گرفته و مورد توجه واقع شدند. اما اینکه آزار جنسی کودکان چه نشانه هایی



در رده های سنی مختلف بر آنها خواهد داشت که والدین با دیدن آن نشانه ها به این مهم پی ببرند! چه پیامدهای جسمی و روحی برای آنها ایجاد خواهد کرد! چگونه باید والدین به کودکان خود در این زمینه آگاهی بخشی داشته باشند در این مقاله به آنها اشاره خواهد شد.

در ابتدا در خصوص تعریف کودک آزاری، مطابق با تعریف سازمان بهداشت جهانی کودک آزاری عبارت است از آسیب یا تهدید سلامت جسم و روان و یا سعادت و رفاه و بهزیستی کودک به دست والدین یا افرادی که نسبت به او مسئول هستند.

همچنین در چهارمین ویرایش راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی، کودک آزاری شامل سوء استفاده جسمی، جنسی و مسامحه در مورد کودک تعریف شده است.

وی با تقسیم کودک آزاری به سه گروه تشریح کرد: اولین گروه کودک آزاری جسمی (physical child abuse) است که عبارت است از جراحی جسمانی کودک زیر ۱۸ سال توسط فردی که مسئول نگه داری و محافظت از کودک است؛ تحت شرایطی که نشان دهد

نشانه می دهند؛ مانند نشان دادن خجالت و ترس در چهره شان و حتی سفتی و تنش در بدنشان. برای مثال وقتی مریم به مادرش گفت که دایه او را شب پیش وقتی که در خواب بوده لمس کرده است، صورتش قرمز و تن صدایش پایین بود. او نمی توانست در صورت مادرش نگاه کند و اشک در چشمانش حلقه زده بود و مشت هایش را گره کرده بود (نشانه های جسمی). می توان به آزارهای جنسی از طریق بازی ها و نقاشی های خود به خودی کودک پی برد. آسیب های روانی این کودکان شامل اضطراب، افسردگی، ترس های مرضی، احساس گناه، پر خاش گری، مشکلات تمرکز، دوری گزینی اجتماعی، انزوا، ترس و اجتناب از مردان، عصبی بودن، تغییر در الگوی خوردن، علائمی مثل کابوس شبانه، واکنش هایی نظیر از جا پریدن، مشکلات ارتباطی و افکار خودکشی است.

نشانه های نگران کننده آزار جنسی کودک

در برخی نیز موارد نشانه های فیزیکی از آزار جنسی وجود دارد، که البته نسبتاً نادر است و بیشتر سوء استفاده های جنسی کودک، آسیب فیزیکی ایجاد نمی کند. هر چند بیماری های مقاربتی

- در کودکان نشانه قابل اعتمادی برای سوء استفاده جنسی به حساب می آیند.
- چه عواملی در نمایان ساختن واکنش به مسئله آزار جنسی مؤثر است؟**
۱. سن قربانی: هر چه سن قربانی بیشتر باشد، تجارب سخت تری خواهد داشت.
 ۲. سن متجاوز: هر چه سن متجاوز بیشتر باشد، آثار شدیدتری بر قربانی به جای می گذارد.
 ۳. هویت متجاوز: متجاوزان مذکر آثار سخت تر و جدی تری بر کودک می گذارند.
 ۴. طول دوره سوء استفاده جنسی: هر چه مدت سوء استفاده طولانی تر باشد، آثار منفی شدیدتری بر قربانی خواهد داشت.
 ۵. ارتباط متجاوز با قربانی: هر چه رابطه نزدیک تر باشد، آثار ایجاد شده بیشتر و شدیدتر است.
 ۶. ماهیت عمل سوء استفاده گرانه: هر چه آزار با خشونت و اجبار بیشتری اعمال شود، آثار شدیدتری خواهد داشت.
 ۷. مرحله رشدی که کودک در آن قرار دارد.
 ۸. تعداد سوء استفاده کنندگان.
 ۹. میزان حمایت خانواده.
- به دلیل اینکه انجام هر عمل جنسی بر روی کودک به نوعی آزار محسوب شده و در حیطة رشدی او قرار ندارد، لذا بر روی هر دو جنس که در سنین کودکی باشند، آسیب رسان خواهد بود. **دنباله مطلب در صفحه ۴۹**

دفتر خدمات بین المللی

✧ قبول وکالت در کلیه امور حقوقی در دادگاه های ایران

✧ کلیه امور مهاجرت به آمریکا و کانادا

✧ امور مربوط به Social Servies در آمریکا



By
Appointment
Only

Office of International Services



(408)909-9060



و از جمله منطقه آزاد اروند به مقصد سفر آنها تبدیل شده است. سفر زیارتی به ایران هم برای این مسافران، هم فال است و هم تماشا. در عین گذراندن ایام زیارت در شهرهایی ارزان، می‌توانند خدمات جنسی را هم به شکل «شرعی» دریافت کنند. طرفه آنکه نه آنها که رگ غیرتشان به دلیل حضور مردان عرب و از روی نژادپرستی در این موضوع بالا زده و نه آنها که می‌کوشند موضوع را با رایج بودن سکس-توریسم در جهان عادی جلوه دهند و حتی برای اقتصاد کشور مفید بدانند، نگران زن ایرانی نیستند. بنا بر سنتی تاریخی، تن‌فروشی با فقر نسبتی مستقیم دارد. نتیجه نخست فقر محروم ماندن از امکان تحصیل و تبعیض چندجانبه است. در شرایط بحرانی اقتصادی، آمار تن‌فروشی بیشتر می‌شود. حاصل آن تصویری است که امروز در شهرهای مذهبی ایران می‌بینیم: نه تنها خدمات جنسی ارزان است که ارائه کنندگان این خدمات هم بیشتر شده‌اند و سخن از پنج هزار خانه‌مسافر تنها در مشهد در میان است.

نابسامانی اقتصادی و شرایط تبعیض‌آمیز جنسیتی، عرصه را بر زنان تنگ‌تر کرده است. نه شرایط اشتغال مناسب وجود دارد، نه درآمد کافی. زنان به مراتب فقیرتر شده‌اند و دسترسی آنها به منابع مالی و درآمد به مراتب کمتر از مردان شده است. در این بازار نابرابر، زنان به فروش در دسترس‌ترین کالای خود مشغولند: تن‌شان. سخن گفتن از حق انتخاب و آزادی تن‌فروشی، نه تنها هنوز در میان فمینیست‌های جهان موضوع بحث است که در جامعه‌های مانند ایران، به یک شوخی شباهت دارد. تن‌فروشی در این کشور، اجبار مطلق ناشی از فقر است.

نظر می‌رسد اظهارنظر کنندگان بدون در نظر گرفتن پیچیدگی‌های مساله، تنها به سطحی‌ترین روایت از ماجرا پرداخته‌اند و خودآگاه یا ناخودآگاه، تن‌فروشی را به امری مرتبط با نژاد کاسته‌اند که اگر خدمات به مردان ایرانی ارائه شود حلال و اگر به مردان خارجی به ویژه عرب‌ها داده شود، حرام و ناپسند است. در عین حال، رواج مساله هم چیزی از پیچیدگی‌های آن کم نمی‌کند، همان‌طور که رواج برده‌داری و فاشیسم از قبح و ناپسندی آن نمی‌کاست.

حاصل سکس توریسم در کشورهایمانند تایلند، بیش از هر چیز قربانی شدن زنان بوده است. زنانی که در ناامنی کامل، تن و روح خود را در معرض انواع آسیب‌ها قرار می‌دهند و قربانی انواع بیماری‌ها و عامل تولد کودکان بی‌سرنوشت می‌شوند. حتی در کشورهایی که تن‌فروشی در آنها قانونی است و زنان به عنوان کارگر جنسی، امکان دریافت خدمات پزشکی و بهداشتی را دارند، گزارش‌های فراوانی از سوءاستفاده از این زنان به دست دلان و صاحبان مکان‌های ارائه خدمات جنسی منتشر می‌شود و این زنان در معرض انواع خشونت‌ها هستند؛ تنها بردگی جنسی آنها شکل و صورتی موجه‌تر پیدا کرده است.

اما آنچه که این میان از سوی اظهارنظر کنندگان نادیده گرفته می‌شود، بحران اقتصادی و اجتماعی حاکم بر ایران است که به ویژه در شهرهای مذهبی به این شکل خود را نشان داده است. ارزش پول ملی ایران در ماه‌های اخیر چنان افت کرده که سفر به ایران را به ویژه برای شهروندان کشورهای همسایه ارزان کرده است. گزارش‌ها حاکی از آن است که اهالی این کشورها در مواردی حتی برای خرید روزانه به استان‌های جنوبی سفر می‌کنند



تن‌فروشی نام دیگر فقر است

نعیمه دوستدار

استفاده از زنان ایرانی» را تکذیب کرد و خواهان «برخورد قاطع قضایی» با منتشر کنندگان این گزارش‌ها شد.

روح‌الله جمعه‌ای، مشاور وزیر کشور ایران، اعلام کرد که عبدالرضا رحمانی فضلی، وزیر کشور، «شایعه سوءاستفاده زائران عراقی از زنان ایرانی» را تکذیب کرده است. حالا رگ غیرت گروهی از کاربران ایرانی شبکه‌های اجتماعی هم بالا زده و در حال اظهار تأسف از

آزادی عمل مردان عراقی و عرب شده‌اند که به قول آنها در حال «سوءاستفاده از زنان ایرانی» هستند. آنها از جنگ هشت ساله ایران و عراق حرف می‌زنند که در آن «مردان



ایرانی» ریخته شد تا ناموس ملی و زن ایرانی به دست «عرب‌ها» نیفتد.

در عین حال گروهی هم از در توجیه «سکس-توریسم» برآمده‌اند و معتقدند این نوع توریسم در بسیاری از جاهای دنیا رواج داشته و چیز «عجیبی» نیست. از جمله، مسافران پاتایای تایلند هم خریدار سکس هستند و از این رو تقبیح مساله چندان ضرورتی ندارد. حتی رییس اتحادیه هتل داران گفته نمی‌شود آشکارا با این موضوع برخورد کرد، چون ایران مجبور است سرمایه‌گذاری در بخش گردشگری را فعال نگه دارد.

این گفته‌ها در حالی مطرح می‌شود که به

ارائه خدمات جنسی در شهرهای مذهبی ایران مانند مشهد و قم، اتفاق تازه‌ای نیست. دهه‌هاست که همگان می‌دانند در مشهد یا قم، می‌توان زانی را «صیغه» کرد. مشهور است که در رواق‌های حرمین مشهد و قم، روحانیونی نشسته‌اند که در صورت مراجعه به آنها با این زنان ارتباط برقرار کرد و روحانی برایشان صیغه می‌خواند. حتی سال‌ها گفته می‌شد زانی که در این شهرها چادرشان را

برعکس سر کنند، یعنی مایلند صیغه شوند. با این حال چند روزی است که این موضوع ابعاد دیگری پیدا کرده و به ویژه به خاطر انتشار گزارش‌هایی درباره خرید خدمات جنسی زنان ایرانی از سوی مردان عرب و به ویژه مردان عراقی جنجالی شده است.

با وجودی که گزارش رواج خرید و فروش سکس در مشهد، نخست از سوی محمد قانع، رئیس اتحادیه هتل داران خراسان رضوی تأیید شد، اما وزارت کشور ایران به سرعت سفر گروهی از زائران عراقی به مشهد و خوزستان با هدف دریافت خدمات جنسی و «سوء

۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
ک	س	ا	ک	ک	ر	ی	ی	ن	ی	ا	ن	ی	ا	ت
ا	ر	ی	ا	ل	ا	م	ب	ش	ی	ن	ب	ش	ا	ن
ک	ا	خ	ا	ک	ا	ر	ی	ک	ا	ر	ی	ک	ا	ب
س	و	ر	س	و	م	و	ر	س	و	م	و	ر	س	ک
ا	ت	ا	س	ا	ن	س	ا	ت	ا	س	ا	ن	س	و
ا	ب	ن	ا	ک	ب	ن	ا	ک	ب	ن	ا	ک	ب	ن
ن	ی	ا	ر	ی	ا	ل	ا	م	ب	ش	ی	ن	ب	ش
م	د	م	ا	ف	ا	ر	ی	ک	ا	ر	ی	ک	ا	ب
ر	س	و	ر	س	و	م	و	ر	س	و	م	و	ر	س
م	ق	ی	ق	ی	ق	ی	ق	ی	ق	ی	ق	ی	ق	ی
ا	ر	ن	ا	ر	ن	ا	ر	ن	ا	ر	ن	ا	ر	ن
ا	ت	ا	س	ا	ن	س	ا	ت	ا	س	ا	ن	س	و
ک	ی	ا	ر	ی	ا	ل	ا	م	ب	ش	ی	ن	ب	ش
س	ا	ن	س	ا	ن	س	ا	ن	س	ا	ن	س	ا	ن
م	م	ی	م	م	ی	م	م	ی	م	م	ی	م	م	ی

Eyebrows Threading by Nazi

آرایش و مدل دادن ابرو و بند صورت

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

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

408-832-4158 نازی با تعیین وقت قبلی

۱۰۱ فایده شگفت انگیز "سرکه سیب"

"سرکه سیب" یک ماده عجیب و شگفت انگیز است که علاوه بر درمان بیماری ها و زیبایی پوست و مو، یک تمیز کننده قوی و همچنین مفید برای حیوانات نیز می باشد.

تا یک شبانه روز بماند و سپس با آب بشویید.

درمانگر انواع مسائل پوستی.

نرم کننده پارچه.

تمیز کننده: آن را روی سطوح مختلف اسپری کنید و قدرت پاک کنندگی را مشاهده کنید.

عامل مهم شستشو در ماشین لباسشویی:

فقط کافی است که یک فنجان سرکه را به ماشین و مواد دیگری اضافه کنید و معجزه آن را ببینید.

تمیز کردن ظرف دوران قاعدگی (moon cup):

ظرف قاعدگی را با نصف سرکه و نصف آب و مقداری صابون ملایم بشویید.

مورچه ها را دور نگه میدارد: مورچه ها از چیزهای اسیدی یا سمی دوری می کنند.

کافی است که مقداری از سرکه را بریزید تا مورچه ها از محل مورد نظر دور شوند.

به دام انداختن پشه های ریز.

تمیز کننده دستگاه بخور: ابتدا فیلتر را بردارید و با آب بشویید. سپس سرکه سیب را درون مخزن بخور بریزید و اجازه بدهید تا به مدت ۳۰ دقیقه بماند. سپس بخور را بشویید و خشک کنید، و بعد از آن استفاده کنید.

مناسب برای باز کردن لوله و راه آب ها: سرکه سیب را با جوش شیرین ترکیب کنید و از این مخلوط برای تمیز کردن و باز کردن لوله ها استفاده کنید.

سفید کننده در ماشین لباسشویی: یک

چهارم فنجان سرکه سیب را با مواد سفید کننده ماشین لباسشویی و مقداری جوش شیرین مخلوط کنید و نظاره گر عملکرد آن باشید.

جلا دادن نقره: یک دوم فنجان سرکه

سیب و دو قاشق غذا خوری جوش شیرین را مخلوط کنید. سپس نقره ها را درون این ترکیب قرار دهید و اجازه دهید که چند ساعت بماند و بعد، با آب بشویید و خشک کنید و شاهد برق زدن نقره های خود باشید.

از بین برنده علف های هرز: فقط کافی است که سرکه سیب را روی علف های هرز بریزید تا آنها را از بین ببرد.

۲۴. تمیز کردن اسفنج های قاعدگی:

اسفنج های قاعدگی خود را با نصف سرکه سیب و نصف آب و همراه با یک صابون ملایم بشویید.

دنباله مطلب در صفحه ۴۶

مقاله بعدی به امید ایزد منان به بحث در مورد دو خلط دیگر یعنی صفرا و سودا و اثرات آنها بر روی بدن اختصاص خواهد یافت.

مقاله بعدی به امید ایزد منان به بحث در مورد دو خلط دیگر یعنی صفرا و سودا و اثرات آنها بر روی بدن اختصاص خواهد یافت.

مقاله بعدی به امید ایزد منان به بحث در مورد دو خلط دیگر یعنی صفرا و سودا و اثرات آنها بر روی بدن اختصاص خواهد یافت.

طب سنتی

دکتر فرید رمضان



گذری بر مبحث اخلاط در طب سنتی ایران

می شود.

حال که با تعریف کلی و اهمیت اخلاط چهار گانه در بدن آشنا شدیم بهتر است که در مورد تک تک آنها و نقشی که در بدن ایفا می کنند نیز بدانیم. خلط های چهار گانه عبارتند از:

خون (دم): کیفیت آن گرم و تر است،

بنابراین به عنصر هوایی شباهت و نزدیکی دارد. همانند بقیه اخلاط در کبد ساخته می شود و از طریق رگ ها در بدن جاری است. این خلط برترین و مفید ترین خلط در بدن بوده و رساننده غذا به اعضای گرم و تر مانند عضلات است. تولید این خلط در زمان کودکی، فصل بهار، شادی و ورزش (در حد اعتدال) بیشتر است.

قوامی معتدل دارد و رنگ قرمز، بوی خوش و طعم شیرین از نشانه های وجود آن است. خون در حالت غیر طبیعی و یا بیماری زای خود می تواند دارای مزاج گرم تر، سردتر، و یا مخلوط با یک خلط فاسد (عفونت) شود. مصرف غذاها و نوشیدنی ها با مزاج معتدل و زندگی در آب و هوای معتدل به تولید این خلط کمک می نماید. تغذیه (رسانیدن انرژی) و رشد بدن، گرم و تر نگاه داشتن بدن از جمله وظایف خون است.

بلغم: کیفیت آن سرد و تر است و به عنصر آبی شباهت دارد. بلغم در معده و کبد تولید می شود. در اثر حرارت (متابولیسم) تبدیل به خون می گردد. بلغم همانند خون در جریان است و جایگاه خاصی برای ذخیره ندارد. قوامی معتدل، رنگ سفید و مزه ای مایل به شیرینی دارد. وجود بلغم برای رشد و نمو اندام های مزاج سرد و تر همانند مغز و بافت های چربی ضروری است. بلغم در حالت غیر طبیعی خود نشانه های وجود مخاط های بسیار رقیق، غلیظ، و یا رسوب در اندام ها را نشان می دهد. احساس مزه شور، ترش و یا گس در دهان می تواند نشانه هایی از اختلاط بلغم با اخلاط بیماری زا و یا تغییر در حالت عادی آن باشد. تولید آن با مصرف غذای لزوج و تر (به عنوان مثال غذاهای با چربی زیاد مانند کله پاچه) بیشتر است. کمک به خون برای تغذیه و رشد اندام ها به ویژه مغز و نخاع، حفظ

در این مقاله، گذر کوچکی بر مبحث اخلاط در طب سنتی خواهیم نمود. اغلب ما اسامی اخلاط چهارگانه را که شامل خون یا دم، بلغم، صفرا و سودا می باشند را شنیده ایم. همانطور که در جلسات قبلی ذکر شد بعضی از انواع نه گانه مزاج با نام اخلاط مرتبط به آنها نیز شناخته می شوند. به عنوان مثال افراد با مزاج گرم و خشک را به عنوان صفراوی مزاج طبقه بندی می شوند. اما به راستی خلط در طب کهن ایرانی به چه معنا می باشد؟ آیا خلط در طب سنتی همان معنی روزمره یعنی ماده ای مخاطی که از ریه خارج می شود است و یا بایستی مفهوم دیگری را برای آن جستجو نماییم.

خلط در طب سنتی به ماده ای اطلاق می شود که از هضم و تبدیل غذا به وجود آمده است. خلط ها حالتی روان و مرطوب دارند و جایگاه آنها در رگها و اندام های تو خالی مانند معده، جگر، طحال، کیسه صفرا و غیره می باشد. اخلاط در طب سنتی به عنوان ماده اولیه برای ساخت اندام ها شناخته می شوند و تعادل بین آنها نقش بسیار مهمی را در حفظ سلامتی بدن ایفا می نماید.

در واقع، غذا مصرفی ما در اثر جویدن و تأثیر بزاق دهان و ترشحات معده تبدیل به ماده ای سوپ مانند می گردد که به نام کیلوس معدی شناخته می گردد. سپس این ماده سوپ مانند از طریق روده و رگ های متصل به آن به کبد رفته در آنجا تحت اثر حرارت (متابولیسم) و هضم کبدی تبدیل به ماده ای می گردد که کیموس کبدی نام دارد. کیموس کبدی خود شامل چهار خلط به نام خون (دم)، بلغم، سودا و صفرا می باشد. خلط ها اگر چه در کل ماهیت تری دارند اما مزاج آنها نسبت به همدیگر متفاوت است، به عنوان مثال خلط صفرا گرم تر و خشک تر از سه خلط دیگر می باشد. بر اساس آموزش های طب کهن ایرانی خلط های چارگانه بایستی در اندازه و نسبت متعادل در بدن تولید شود. هرگونه تغییر و به هم خوردن این تعادل کمی و نیز تغییر در کیفیت این اخلاط باعث ایجاد بیماری و اختلال در عملکرد بدن

سخنان نژادپرستانه وزیر آموزش و پرورش: آموزش با «زبان‌های محلی» ممنوع است!

آموزش و پرورش مبنی بر ممنوعیت آموزش با زبان محلی در مدارس واکنش نشان داد. محمدعلی آل‌هاشم هم در واکنش به این اظهارات چنین گفته که «مگر ممکن است این مردم به خاک و کشور خود بی‌علاقه و بی‌توجه باشند که چنین سخنانی مطرح می‌شود. مردم انتظار دارند در دانشگاه‌ها برخی دروس به زبان مادری تدریس شود و ما نیز عشق و علاقه خود را به آذربایجان فراموش نخواهیم کرد.»

مقام‌های جمهوری اسلامی با «آموزش به زبان مادری» میانه‌چندان خوبی ندارند و «آموزش زبان مادری» بر مبنای اصل ۱۵ قانون اساسی نیز دهه‌ها در ایران اجرا نشده است. حسن روحانی در جریان انتخابات ریاست جمهوری سال ۹۲ وعده داده بود که در راستای «اجرای اصل ۱۵ قانون اساسی» زبان مادری ایرانیان اعم از کردی، آذری، عربی و... به طور رسمی در سطوح مدارس و دانشگاه‌ها تدریس خواهد شد.

اعصاب بسیار خراب، به کارهای روزمره خود از بچه داری، غذا پختن، تمیز کردن خانه گرفته تا کار بیرون از منزل ادامه می‌دهند و حتی مطمئن می‌شوند تا وسایل راحتی شوهراشان را نیز مهیا کنند.

بعضی از اطرافیان هم که از مشکلات داخلی با خبر هستند، برای این زن‌ها احساس دلسوزی کرده و فقط شوهر را مقصر اصلی می‌دانند. «بیچاره فلانی، چه شوهر بدی گیرش آمده. اصلا از زندگی شانس نیاورد.»

من با اینکه بارها اتفاق افتاده است که به چنین اشخاصی کمک کنم، اما شخصا به هیچ عنوان برای چنین زن‌هایی احساس ترحم و دلسوزی نمی‌کنم، چرا که این خود آنها هستند که با وابستگی و نیازی که در زندگی به شوهرانشان احساس می‌کنند و بدون اینکه برای شخصیت خود ارزشی نیز قائل باشند، مستقیما و یا غیر مستقیم، شریک جرم کارهای نادرست شوهرانشان می‌شوند، تا جایی که راه‌های ناصحیح را برای آنها راحت‌تر و بازتر می‌کنند و نه تنها خود را بلکه از همه مهمتر بچه‌های بیگناه و معصوم را بی‌دلیل و بی‌نتیجه فدا می‌کنند. ما در مملکتی زندگی می‌کنیم که انواع و اقسام سازمان‌هایی وجود دارند که می‌توانند کمک چنین زن‌هایی باشند، اما متأسفانه این زن‌ها ترجیح می‌دهند تا به چنین زندگی‌های اسفناکی ادامه داده و خود و اگر بچه‌ای هم در کار باشد را فدا کنند. به یاد یکی از ضرب‌المثل‌های قدیمی می‌افتم که می‌گوید: خلاق هرچه لایق

وزیر آموزش و پرورش ایران، زبان‌های غیر رسمی در ایران را محلی خوانده و آموزش آنها را خطرناک توصیف می‌کند.

سید محمد بطحایی وزیر آموزش و پرورش در سفر به استان اصفهان در جمع معاونان آموزش ابتدایی سراسر کشور گفته در برخی مناطق مشاهده شده است با زبان محلی به دانش‌آموزان آموزش داده می‌شود که این موضوع بسیار خطرناک است. او گفته بچه‌ها باید زبان رسمی کشور را در مدرسه بیاموزند. این به معنای آن است که همگونی سازی فرهنگی با استفاده از جبر همچنان ادامه دارد. در کشور چند ملیتی ایران فقط زبان فارسی به رسمیت شناخته شده و بدین ترتیب میلیون‌ها نفر از حق تحصیل و تکلم در ادارات با زبان مادری خود محروم شده‌اند. قوانین غیر انسانی ایران و مشابه اظهارات محمد بطحایی در بسیاری از نقاط جهان نژادپرستانه تلقی می‌شود.

امام جمعه تبریز به اظهارات اخیر وزیر

بی‌حرمتی و بی‌احترامی می‌کنند. زن‌هایی هستند که شوهرانشان مشروب خور قهار هستند و یا اعتیاد به مواد مخدر دارند که در نتیجه در بسیاری از مواقع زندگی برایشان ناراحت کننده می‌شود. زنهایی هستند که شوهرانشان در تصمیم‌گیری‌های زندگی آنها را به حساب نمی‌آورند و حرف فقط حرف خودشان است. زنهایی هستند که شوهرانشان با زنهای دیگر رابطه جنسی دارند و جالب اینجاست که خود همسرانشان از این موضوع نیز کاملا مطلع می‌باشند اما به رویشان نمی‌آورند. و خلاصه انواع و اقسام شوهرهایی پیدا می‌شوند که به نحوی زندگی را به خانواده تلخ می‌کنند، که البته اگر بچه‌ای هم در کار باشد، صدمه اصلی به او وارد می‌شود.

تأسف در اینجاست که اکثر این زن‌ها با اینکه از نقص‌های شوهرانشان با خبرند، ولی مدام برای خود و دیگران در حال انکار کردن هستند و با بهانه‌های مختلف سرپوش بر کارهای نامناسب شوهرانشان می‌گذارند و البته کلاه بزرگی نیز بر سر خودشان.

متأسفانه این گونه زن‌ها هیچگونه تسلطی به خود ندارند و اعتماد به نفسی در کار نیست تا بتوانند منطقا و عقلا مشکلات زندگی زناشویی خود را بطور صحیح حل کنند. عمدا چشم‌پوشی خود را می‌بندند و کور می‌شوند. دانسته سلول‌های مغز را می‌بندند و ابله و نادان می‌شوند و بجای اینکه راه حل منطقی برای زندگیشان پیدا کنند، با حرص و جوش و



از اینجا، از آنجا

گلنار

میدونم در مورد چه کسی حرف می‌زنی، چون در یک محل دیگر، شخص دیگری، نتوانست جلوی خودش را بگیرد و همین موضوع را برای من و چند نفر دیگری که حضور داشتند تعریف کرد و اسم طرف مربوطه را نیز گفت. فقط باید بهت کردیت بدم، چون که تو اول از من خواستی که جایی خبر را بازگو نکنم و بعد اسم طرف را می‌خواستی بگی، اما اون یکی اول اسم را گفت و بعد از ما خواست که جایی حرفی زده نشود!

و بعد با لبخند و حالت شوخی ادامه دادم: «بنابراین با کمک و همراهی دوستان راز نگه داری مثل تو، این خبر مثلا پنهانی و مخفیانه تا الان بین آشنایان پخش شده و مطمئنا تا کمتر از یک هفته دیگر نیز نصف دنیا از این موضوع با خبر خواهند شد.»

نمیدونم چرا! اما فکر می‌کنم که از حرف‌هایم کمی دلخور و ناراحت شد. آخه قیافه اش رفت در هم و زبانش هم که تا چند دقیقه قبل مثل طوطی خبرها را داشت می‌رسوند بند آمد. تازه وسط حرف‌هایم نیز با عجله خداحافظی کرد و رفت. اصلا هم نگفت «See you later»!

ای بابا، مثل اینکه این هم رفت تو لیست «اشخاص دلخور از گلناری که آداب و رسوم را رعایت نمی‌کنند». نمیدونم که از دست این زبون‌سر به هوایم چه کار کنم!

◆ ◆ ◆ ◆ ◆

بنظر من خیلی مهم است که تمام انسان‌ها خصوصیات مثبتی مانند عزت نفس، به خود تسلط داشتن، اعتماد به نفس، خودتصمیم‌گیری و خودکفایی را در خود داشته باشند.

در این مطلب، بیشتر صحبتیم در مورد زن‌های متأهل است. البته آن دسته از زن‌هایی که به زندگی زناشویی معتقد هستند و وقت خود را برای شوهر و بچه‌هایشان صرف می‌کنند که بسیار نیز قابل تقدیر می‌باشد.

اما متأسفانه در بین این زن‌های متأهل، کسانی را می‌بینیم که هنوز نتوانسته‌اند این خصوصیات خوب و مثبت را در خود پیدا کنند و متأسفانه در زندگیشان همیشه خود را در هر شرایطی، آنهم بی‌دلیل، قربانی می‌کنند، بخصوص در زندگی زناشویی.

زنهایی هستند که شوهرانشان آنها را چه جسماً با کتک زدن و چه روحاً با فحش‌های رکیک دادن و یا حتی با آزار جنسی، عذاب می‌دهند. زنهایی هستند که از شوهرانشان بی‌توجهی و بی‌مهری می‌بینند. زن‌هایی هستند که شوهرانشان جلوی دیگران به آنها

چند روز پیش مشغول خرید بودم که به یکی از آشنایان برخوردم. بعد از سلام و علیک و احوالپرسی، بدون مقدمه گفت: «خیلی ناراحت‌م و حالم گرفته است!»

طبیعتا دلیل ناراحتیش را پرسیدم. جواب داد: «یکی از اطرافیان تازه فهمیده که سرطان سینه داره و طفلیک حالش زیاد خوب نیست و مثل اینکه روحیه اش را هم کمی باخته. آخه سه تا بچه کوچک داره و خدا می‌دونه که آخر و عاقبتش چی بشه!»

اظهار تأسف کردم. بنظر قیافه اش کمی متعجب آمد، مانند اینکه انتظار داشت تا من با هیجان و کنجکاوی زیاد در مورد این موضوع سؤالاتی در ذهنم داشته باشم که از او پرسم. مانند اسم شخص مریض!

بعد از چند ثانیه انتظار به حرفش ادامه داد: «البته می‌بخشی که نمی‌تونم بهت بگم این شخص کیه، چون نمی‌خواد کسی بفهمه که مریض شده و سرطان گرفته.»

زیادی داشت در مورد این موضوع حرف می‌زد و اطلاعات ناقص می‌داد. معلوم بود که خیلی دلش می‌خواهد تا هر طوری شده کنجکاویم را تحریک کند. فکر کرده بود که همبازی پیدا کرده! با اینکه می‌دانستم در مورد چه کسی حرف می‌زند و مطمئن نیز بودم که بسیاری دیگر هم از این خبر «مثلا پنهانی» با اطلاع هستند، اما به روی خودم نیاوردم. موضوع را عوض کردم و از حال و احوال خانواده اش پرسیدم. چند دقیقه‌ای در مورد مسائل متفرقه حرف زدیم. تا اینکه خانم تحمل نیاورد.

«بین گلنار جون، چون می‌دونم تو آدمی هستی که حرفی را جایی بازگو نمی‌کنی، می‌خوام بهت بگم این کسی که سرطان گرفته کیه. فقط تو رو خدا! به کسی نگو.»

خنده ام گرفت، نه خنده خوشحالی، خنده تأسف. کاملا بعضی از نقطه ضعف‌ها و کمبودهای فرهنگ مان را در لابلای حرف‌هایم می‌شنیدم و لمس می‌کردم. و تازه... سال‌هاست که اصلا حال و حوصله و وقت چنین بازی‌های بچگانه را هم ندارم و خدا را شکر که گذاشتمشون کنار. سن دیگه دارد می‌رود بالا، زندگی کلی وقت آدمو می‌گیرد و مسائل بسیار مهمی هستند که باید به آنها رسیدگی شود که کلی وقت و انرژی لازم دارد و دیگه حوصله‌ای برای چنین بچه‌بازی‌هایی نیست. اقلا برای من نیست.

برای اینکه خیالش را راحت کنم و خودم هم بتونم به کارم برسم، جواب دادم: «بین، من

کودک درون و انواع آن

دکتر شهربانو قهاری

کودک درون آن بخش از وجود ماست که دوست دارد کودکی کند؛ یعنی اینکه درست مثل یک بچه سرزنده و با هیجان باشد. کودک درون ماست که ما را وامی دارد شعر بگوییم، شوخی کنیم، در هیروت تخیلات مان سر کنیم و بچه بازی در بیاوریم. کودک درون ماست که قهر می‌کند.

«کودک درون» اصطلاحی است که بسیار شنیده ایم و هر چند بیشتر به شوخی و طنز از آن استفاده می‌کنیم، اما محبتی مهم در روان شناسی است که حتی در درمان رفتارهای ناهنجار و عادات و اضطراب‌های به جا مانده از دوران کودکی به روان کاوان و روان پزشکان کمک می‌کند.

کودک درون همان بچه کوچکی است که دوست دارد تربیت شود، مورد توجه و مراقبت قرار گیرد و او را دوست داشته باشند. روح آزاد، شیطان و بازیگوشی است که شما آن را سر به راه کرده و کنترل می‌کنید، او عاطفی و حساس است، شما او را هدایت کرده و آرام می‌کنید، با این حال در درون شما زندگی می‌کند. او خلاق و هنرپیشه است، شکل یافته و سامان دهی شده و نیازمند رهایی است. کودک درون همان شمایی است که درد می‌کشید، نادیده گرفته می‌شوید، خود را از دید دیگران پنهان کرده و وجود خود را انکار می‌کنید. این کودک همیشه در زیر سطح قرار دارد و موجب نگرانی و ترس شما از مورد سوء استفاده قرار گرفتن می‌شود. کودک درون آن بخش از وجود ماست که دوست دارد کودکی کند؛ یعنی اینکه درست مثل یک بچه سرزنده و با هیجان باشد. کودک درون ماست که ما را وامی‌دارد شعر بگوییم، شوخی کنیم، در هیروت تخیلات مان سر کنیم و بچه بازی در بیاوریم. کودک درون ماست که قهر می‌کند.

شمایی که در زمان جوانی عاشق بازی و شادی و سبک سر بودید. همان کسی که شما آن را با شخصی بالغ، جدی و دارای رفتار تکلیف‌گرا جایگزین کردید. کودک درون شما گم شده یا فراموش شده اما هنوز هم در ناخودآگاه شما ساکن است. کسی که می‌داند چگونه بازی کند و خوش بگذراند و به شما کمک می‌کند تا خستگی را از خود دور کرده و استرس را در زندگی خود کنترل کنید. شخصی که اگر آسان بگیرد، جدی بودن خود را رها کنید، بر ترس تان غلبه کنید و انعطاف پذیری و تغییر را در زندگی خود بپذیرید، می‌توانید او را به عنوان یک بزرگسال در نظر بگیرید. شخصی در درون شما که برای انجام کارهایش نیازمند حمایت و تشویق از طریق ابزارهای متفاوت است. از این طریق



می‌توانید زندگی جدید و سالمی داشته و فرصتی برای رشد شخصی بیابید. **جایگاه کودک درون:** کودک درون در هر شخص بالغ و بزرگسالی وجود دارد. در حافظه یا ناخودآگاه ما وجود دارد زیرا هر کدام از ما خاطرات تلخی از گذشته داریم که انگیزه فعلی و آینده ما را شکل می‌دهد. او به رویاها یا خیال بسیاری از ما می‌آید. ما می‌توانیم به وضوح مجسم کنیم که این کودک چه شکلی است، چه احساسی دارد و چگونه عمل می‌کند. کودک درون در ارتباط با دنیای روحی ما است، زیرا بیشتر در قلمروی روح ما قرار دارد تا در قلمروی رفتار آگاهانه. ترکیبی از ارزش کنونی و سیستم اعتقادی ما است، اگر چه ما از تاثیر آن بر تصمیم‌گیری‌های خود خبر نداریم. علت وجود کودک درون این است که وقتی ما کوچک بودیم قوانین خانوادگی ما ایجاب می‌کرد که ما به عنوان یک خانواده شاد و سالم خود را نشان دهیم، بنابراین ما کودک درون خود را تحت فشار قرار می‌دادیم تا مسئول تر، جدی تر و موفق تر به نظر برس. از بزرگ شدن در یک خانواده معیوب، بلوغ عاطفی از رشد بازمی‌ماند و موجب ناتمام ماندن کار کودک درون می‌شود. همین مساله موجب می‌شود اشخاص سریع رشد کرده و تبدیل به بزرگسالان کوچکی شوند و بیش از حد مسئول یا ایده‌آلیست شده و از لحاظ عاطفی آسیب پذیر شوند.

یک کودک داشتید، به یاد آورید. این آخرین خاطره از شما به عنوان کودک شاد «کودک درون» است که در درون شما وجود دارد تا از عهده استرس برآید. حال که کودک درون خود را شناختید، بهتر است از برخی نتایج منفی سرکوب کودک درون نیز آگاهی یابید. وقتی ما به عنوان یک بزرگسال سعی می‌کنیم نیازها و علایق کودک درون را سرکوب کنیم، هرگز یاد نمی‌گیریم چگونه بازی کنیم و خوش باشیم، چگونه آرامش یابیم و استرس را در زندگی کنترل کنیم و چگونه از زندگی قدردانی کنیم. در واقع بیشتر کار می‌کنیم تا زندگی کنیم. ما می‌توانیم به کودک درون خود بگوییم در زندگی خیلی جدی، سخت گیر و انعطاف ناپذیر نباشد، به اشتباهاتش بخندد و سعی کند از چیزهای کوچک در زندگی لذت ببرد. برای لذت بردن از زندگی می‌توانید وقت خود را بیشتر در طبیعت سپری کنید و سعی کنید افکار و احساسات مثبت را در ذهن خود پرورش دهید.

انواع کودک درون

ما دو نوع کودک درون داریم:

♦ کودک سازگار و کودک طبیعی. اما کودک سازگار اصلاً چیز خوبی نیست چون که کاملاً تحت تاثیر والد است؛ یعنی نوعی از کودکی کردن که والدین آدم دوست دارند و کاملاً تحت سلطه است. یادتان باشد که کودک طبیعی کاملاً شاد و سرحال و بشاش است و اگر هم پرخاشگری می‌کند، به‌هرحال خودش است اما کودک سازگار فقط دارد دیکته والدین خودش و جانشینان والدینش در اجتماع (از معلم گرفته تا همسر) را اجرا می‌کند و فقط هدفش مقبول بودن است. بالغ درون بخش به‌اصطلاح عاقل شخصیت ماست؛ بخشی که تصمیم‌های منطقی می‌گیرد، با دیگران رابطه محترمانه برقرار می‌کند و کلاً واقع‌گراست. ما اوقاتی که داریم مثل بچه آدم یک بحث منطقی را با دیگران راه می‌اندازیم، به بخش بالغ درون مان راه داده‌ایم.

آدم‌هایی که به منطقی بودن مشهور هستند، به بالغ درون‌شان خیلی راه می‌دهند. والد درون هرچه پیش‌داوری، تعصبات و باورهای خشک در کله شماست، برای همین والد درونتان است. تمام باید و نبایدها و دستورالعمل‌های بی‌چون و چرای وجودتان از جانب والد درون صادر می‌شود.

والد درون هم در رابطه با خود آدم و هم در رابطه با دیگران دو تا کار می‌تواند انجام دهد، اولی این است که کنترل کند، یعنی اینکه مدام به آدم سخت بگیرد، اذیت کند و گیر بدهد. اما والد دوم برعکس است؛ یعنی اینکه از شما و تصمیماتتان حمایت کرده و شما را نوازش می‌کند. کودک، بالغ و والد در رابطه‌های اجتماعی. حالا سؤال این است که این کودک، بالغ و والد به چه دردی می‌خورد. اولی این بود که بعضی از انواع شخصیت را می‌توان با آن توجیه کرد. دوم اینکه کلاً اریک برن می‌گوید آدم بهتر است در شرایط مختلف به تمام جنبه‌های شخصیتش راه دهد و سوم هم اینکه این سه بخش از شخصیت می‌تواند ما را در درک روابط انسانی کمک کند. چطور؟ اریک برن می‌گوید وقتی که دو آدم رو به‌روی هم قرار می‌گیرند، انگار دو شخصیت سه بخشی روبه‌روی هم قرار گرفته‌اند. هر کسی یک جنبه از این سه بخش را وارد رابطه می‌کند. او می‌گوید ما در ساده‌ترین شکل می‌توانیم شش نوع رابطه اجتماعی داشته باشیم:

کودک - کودک: وقتی که شما دارید با دوستان آب بازی می‌کنید، وقتی که شروع می‌کنید به تعریف جوک و اس‌ام‌اس خواندن برای همدیگر و وقتی با هم شوخی‌های به اصطلاح الکی می‌کنید، دارید وارد یک رابطه کودک - کودک می‌شوید.

بالغ - بالغ: این هم وقتی است که یک طرف رابطه دارد با منطقی حرف می‌زند و می‌خواهد تصمیمات منطقی بگیرد اما طرف مقابل مدام می‌خواهد قضیه را عاطفی کند و با گریه کردن و لوس‌بازی و ناز کشیدن، بازی را به نفع خودش تمام کند.

ادامه مطلب ۱۰۱ فایده... از صفحه ۴۳



سفید کننده دندان: قبل از استفاده از خمیر دندان روزانه، دندان هایتان را با سرکه سیب مسواک بزنید.

رشد مو در نواحی ریزش، کمک به درمان طاسی: هر روز یک قاشق چای خوری از سرکه سیب را به یک فنجان آب اضافه کنید و بنوشید.

نرم کردن مو: آب و سرکه سیب را به میزان یکسان ترکیب کنید و موهایتان را با آن شستشو دهید.

حمام سم زدایی: از آن برای حمام طولانی سم زدا استفاده کنید، همراه با نمک فرنگی و روغن نارگیل واقعا به حل مشکلات پوستی کمک می کند.

بعد از رنگ مو: با آب رقیقش کنید و بعد از رنگ کردن مو، آبکشی و نرم کننده استفاده کنید.

سوزش معده: حاملگی همراه با سوزش معده است. یک قاشق چای خوری سرکه سیب را با یک لیوان آب سیب تازه ترکیب کنید و بنوشید.

مناسب برای گلو درد، سرفه، گرفتگی صدا: آب داغ، ۲ قاشق چای خوری سرکه سیب و ۲ قاشق چای خوری عسل را باهم ترکیب کنید و بنوشید.

سوء هاضمه: یک قاشق چای خوری سرکه سیب را هر روز داخل آبی که می نوشید، بریزید تا طعم دارش کنید.

از بین بردن قارچ ناخن انگشت پا: هر روز پایتان را داخل آن قرار دهید.

از بین بردن قارچ کاندیدا: هر روز ترکیبی از آب و یک قاشق چایخوری از سرکه سیب را بی آشامید تا از شر افزایش قارچ کاندیدا در بدنتان راحت شوید.

دنباله مطلب در صفحه ۴۷

می کند: سرکه سیب، آب گرم، دارچین و عسل را با هم ترکیب کنید و روزانه آن را بنوشید. مزه آن، کاملا مشابه به یک سرکه داغ است.

هم در جای هم در نوشیدنی های سرد قابل استفاده است.

جایگزین عالی برای نوشیدنی های انرژی زا: یک قاشق چای خوری از سرکه سیب را به یک لیوان آب اضافه کنید و سپس یک قاشق غذا خوری عسل خام و مقداری آب لیمو و همچنین کمی زنجبیل بیفزایید. و قبل از هر وعده غذایی از این نوشیدنی استفاده کنید.

مناسب برای درمان پوسته و شوره سر: مقداری سرکه را به شامپوی خود اضافه کنید و پس از آن سر خود را شامپو کنید.

آب کشی مو، شستشوی مو، خیس کردن مو: معمولا به اندازه یک درب بطری پر از آن، را داخل بطری بریزید و نصف بطری را با آب گرم پر کنید، سپس برای چند دقیقه روی مو بگذارید و بعد از آن، موهایتان را آب کشی کنید.

از بین برنده سلولیت: سرکه سیب به شکستن چربی در سلول ها کمک می کند. یک قاشق از سرکه سیب را به یک فنجان آب اضافه کنید و روزانه استفاده کنید.

قرقره کردن: به میزان، نصف آب و سرکه سیب را با هم ترکیب کرده و قرقره کنید.

نرم کننده مو، گره باز کن مو، اسپری مو: آن را با آب رقیق کنید و به عنوان نرم کننده مو استفاده کنید.

برای جلوگیری و درمان آرتروز مناسب است: دو قاشق غذا خوری سرکه سیب را در ۸ واحد آب مخلوط کنید و روزانه آن را بنوشید.

مناسب برای کاهش وزن: یک قاشق غذا خوری سرکه سیب را به یک لیوان آب اضافه کنید و آن را بنوشید. هم زمان شما را از تشنگی دور نگه می دارد و هم اینکه به کاهش وزن کمک می کند.

سطح قند خون را منظم نگه میدارد: هر روز از نوشیدنی سرکه سیب همراه با آب استفاده کنید.

جلوگیری از ورم پستان: هر روز از این نوشیدنی استفاده کنید تا از ورم پستان جلوگیری شود.

تنظیم علائم سندروم تخمدان پلی کیستیک: قبل از هر وعده غذایی یک قاشق غذا خوری سرکه سیب را در آب بریزید و بنوشید.

علائم گرفتگی پیش از قاعدگی را کاهش می دهد: یک قاشق چای خوری سرکه سیب را به یک فنجان آب اضافه کنید و سه بار در روز آن را بنوشید.

به کاهش کلسترول کمک می کند: مانند مثال قبل یک قاشق غذا خوری سرکه سیب را با یک فنجان آب بیفزایید و سه بار در روز مصرف کنید.

PH بدن را متعادل می کند: می تواند به تنظیم و متعادل کردن PH بدن کمک کند که باعث دور شدن بسیاری از بیماری ها می شود. یک قاشق چای خوری سرکه سیب را با یک فنجان آب ترکیب کنید و هر روز از آن بنوشید.

ساختن سیستم ایمنی بدن را تقویت

برای شست شوی کهنه بچه: برای اولین بار کهنه بچه را با یک دوم فنجان سرکه در آب بشویید.

برای دور نگهداشتن حیواناتی مثل گربه: گربه ها، طرفدار سرکه سیب نیستند و از آن دوری می کنند. بنابراین برای دور کردن آنها از این ماده استفاده نمایید.

مناسب برای از بین بردن کک ها: نصف از سرکه سیب و نصف از آب را با هم مخلوط کنید و قبل از بیرون رفتن در خانه روی کک ها اسپری کنید.

انگل ها را از بین میبرد.

ورم چشم های سگ را از بین می برد: یک سوم سرکه سیب را با دو سوم آب مخلوط کنید. این مخلوط را به وسیله یک پارچه زیر چشم های سگ قرار دهید و بعد از چند دقیقه آن را بردارید و با آب شستشو دهید.

کنه های موجود در گوش سگها و گربه ها را از بین می برد: آب و سرکه را به میزان یکسان با هم ترکیب کنید و به مدت دو هفته روزانه دوبار با استفاده از این ترکیب گوش ها را شستشو دهید. مانند یک معجزه عمل می کند.

یک شامپو خانگی مناسب برای سگ ها: مقداری سرکه سیب و آب و شامپو بچه را با هم ترکیب کنید و با استفاده از آن سگ خود را بشویید.

سیستم ایمنی مرغ را تقویت می کند: یک قاشق غذا خوری سرکه سیب در یک گالن از غذای مرغ برای تقویت سیستم ایمنی آنها کافی است.

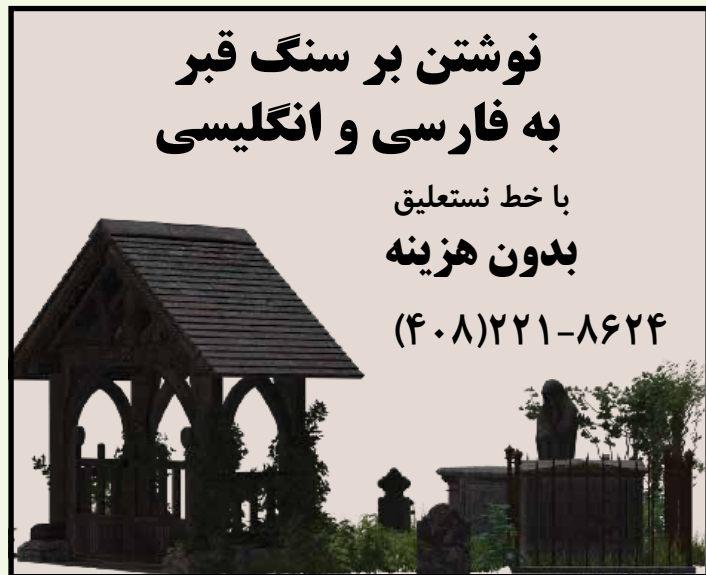
کمک می کند تا تجزیه کربوهیدرات ها کاهش یابد.

نوشتن بر سنگ قبر به فارسی و انگلیسی

با خط نستعلیق

بدون هزینه

۴۰۸-۲۲۱-۸۶۲۴



ادامه مطلب ۱۰۱ فایده... از صفحه ۱۴۴

ممکن است تعدادی از داروها با سرکه سیب تداخل داشته باشند. با پزشک خود مشورت کنید.

داروهای دیابتی

افرادی که انسولین یا بهبود دهنده درمانی انسولین استفاده می کنند، اگر به طور همزمان سرکه نیز استفاده کنند، ممکن است قند خون پایین و پتاسیم پایین را به طور خطرناکی تجربه کنند. با پزشک خود مشورت کنید.

دیژاوکسین

این دارو پتاسیم خون شما را پایین می آورد. استفاده از این دارو به همراه سرکه، میزان پتاسیم را خیلی پایین می آورد. با پزشک خود مشورت کنید.

داروهای خاص رقیق کننده خون

یک سری از داروهای رقیق کننده پتاسیم را دفع می کنند. برای اینکه میزان پتاسیم خیلی پایین نیاید این دارو نباید با ترکیبات سرکه ای خیلی زیاد مصرف شود. با پزشک خود مشورت کنید.

چگونه سرکه سیب را بدون

اینکه آسیب برساند استفاده کنیم؟

اغلب افراد می توانند مقدار کافی از سرکه سیب را با نظر گرفتن موارد زیر مصرف کنند.

♦ مقدار مصرف را محدود کنید.

♦ در ابتدا با مقدار کمتر شروع کنید، سپس بر حسب تحمل بدنتان به حداکثر دو قاشق چای خوری در روز برسانید.

♦ تماس دندان هایتان با اسید استیک را به کمترین حد ممکن برسانید. این سرکه را با آب رقیق کنید و با نی بنوشید.

♦ هر دفعه بعد از استفاده دهانتان را بشویید و برای جلوگیری از آسیب احتمالی به مینای دندان، بعد از ۳۰ دقیقه مسواک بزنید.

♦ اگر مشکل زخم معده دارید، از سرکه سیب استفاده نکنید.

در مورد حساسیت ها دقت کنید. حساسیت به سرکه سیب، خیلی نادر است، ولی اگر هر واکنش حساسیتی داشتید، مصرف آن را قطع کنید. قبل از هر کار با پزشک خود مشورت کنید.

بریزید و برای تمیز کردن به خصوص سبزیجات از آن استفاده کنید.

دوغ مخصوص پخت و پز: یک قاشق چای خوری سرکه سیب را به یک فنجان آب اضافه کنید. اجازه دهید تا زمانی که شیر غلیظ می شود در دمای اتاق بماند.

مناسب برای سس سالاد: همراه با روغن زیتون تازه، لیمو و کمی نمک سس سالادی است که باید هر روز از آن استفاده شود.

مناسب برای تریس سوسیس دودی.

برای خیس دادن حبوبات: یک دوم قاشق چای خوری به حبوبات خیس خورده اضافه کنید.

برای پخت غذا.

مناسب برای سس، بخصوص دارای سرکه و روغن زیتون.

برای تهیه مایونز خانگی.

برای پن کیک با تر میلک: برای پخت پن کیک با تر میلک به شیر اضافه کنید. یک قاشق چای خوری سرکه سیب را به شیر گاو یا سویا و بادام اضافه کنید و صبر کنید تا دلمه ببندد.

مصرف در نانوائی: سرکه سیب را به جوش شیرین اضافه کنید تا نان بیشتر پف کند.

گوشت کبابی: به گوشت کبابی سرکه سیب اضافه کنید تا آب دار باشد.

چاشنی: هنگام پخت چاشنی مقداری سرکه سیب اضافه کنید تا میوه ها نرم تر شوند.

تخم مرغ آب پز: به آبی که تخم مرغ در آن در حال جوشیدن است سرکه سیب اضافه کنید تا پوست تخم مرغ نشکند.

مناسب بعنوان چاشنی: از سرکه سیب، در چاشنی خود استفاده کنید تا گوشت را ترد کنید و بهش طعم بهتری دهید.

هفت اثر جانبی سرکه سیب

♦ تخلیه دیر معده

♦ اثرات جانبی گوارشی

♦ میزان پایین پتاسیم و تحلیل استخوان

♦ فرسایش مینای دندان

♦ سوزش گلو

♦ سوزش پوس

♦ تداخل دارویی

شود. اسید سرکه سیب میزان PH را متعادل می کند.

حالت تهوع، استفراغ، بیرون روی: مقدار مساوی از سرکه سیب و عسل خالص و یک مقدار آب برای قورت دادن این ترکیب.

گرفتگی عضلات: یک پیمانه کوچک از آن به درمان گرفتگی عضلات کمک می کند.

التهاب کیسه های مفصلی: پزشک برای درمان این بیماری نوشیدن دو قاشق چای خوری سرکه سیب را با آب گرم تجویز کرده است.

آنتی هیستامین طبیعی: روزانه مخلوط یک فنجان آب و یک قاشق چایخوری سرکه سیب بنوشید.

درمان زگیل آبکی: هم می تواند به عنوان درمان خوراکی استفاده شود و هم اینکه با یک پد کتان روی زگیل بگذارید و برای یک ساعت باندپیچی کنید.

درمان تاول: چند بار در روز مستقیم روی آن بگذارید.

عفونت مخمر: داخل مخزن دوش را یک چهارم سرکه سیب و سه چهارم آب ولرم بریزید و دو بار در روز برای مدت سه روز استفاده کنید. یک لیوان داخل مخزن آب حمام بریزید.

بیماری پوستی کلاه گهواره: روی سر نوزاد بریزید تا باکتری مولد این بیماری کشته شود.

برای حفظ رنگ لباس های جدید: آن ها را در سرکه سیب غوطه ور کنید.

کوچک شدن فیبروئید: روزانه یک فنجان آب مخلوط شده با یک یا دو قاشق چای خوری سرکه سیب بنوشید. **گوش درد:** برای درد گوش چند قطره داخل گوش بچکانید.

سلولیت: روزانه یک فنجان آب مخلوط شده با یک یا دو قاشق چای خوری از سرکه سیب بنوشید.

برای مشکلات تنفسی: سرکه سیب برای مشکلات تنفسی مانند(سرما خوردگی، آسم، برونشیت و حساسیت) عالی است. در دستگاه بخور و به همراه آب مقطر استفاده شود.

غذا و پخت و پز: داخل آب استخوان دو قاشق چای خوری از آن را به آب استخوان خانگی خود اضافه کنید.

برای شستشوی میوه و سبزیجات: رقیق شده آن با آب را داخل اسپری

التهاب پوست: برای التهابات پوستی از آن استفاده کنید.

دردها (به خصوص در مفاصل): ترکیب یک فنجان آب و یک قاشق چای خوری از آن را روزانه بنوشید.

از بین بردن زگیل کف پا: برای ده دقیقه هر شب قبل از خواب پاهایتان را داخل سرکه سیب فرو ببرید تا زمانی که خوب شود.

حالت تهوع صبحگاهی: یک قاشق چای خوری از آن را با مقداری استویا داخل یک لیوان آب بریزید. اسید معده را خنثی می کند.

برگشت اسید معده: یک قاشق چای خوری از سرکه سیب را با یک لیوان آب مخلوط کرده و برای خلاص شدن فوری از برگشت اسید معده بنوشید.

درمان سرما خوردگی و تب: برای درمان سرما خوردگی با عسل، لیمو و دارچین و گاهی اوقات سیر مخلوط کنید.

جوش های محل پوشک: داخل آب حمام بریزید و از آن استفاده کنید.

تمیز کردن سینوس ها: با آب بجوشانید و برای تمیز کردن سینوس ها بخارش را تنفس کنید.

حمام پا، برای پای ورزشکاران، اسکراب پا: ۱ واحد سرکه سیب به همراه ۴ واحد آب را مخلوط کنید.

عفونت مجاری ادراری: برای درمان عفونت مجاری ادراری یک یا دو فنجان سرکه سیب را به آب حمام اضافه کنید.

تست استرپتوکوکی B: روزانه یک لیوان آب مخلوط با یک قاشق چای خوری سرکه سیب بنوشید.

برفک: با ترکیب آب و سرکه سیب نوک سینه را بعد از شیر دادن در زمانی که نوزاد برفک دارد، شستشو دهید.

متوقف کردن حمله های کیسه صفرا: یک قاشق چای خوری سرکه سیب قبل از غذا از حمله کیسه صفرا پیش گیری می کند.

یک قاشق چای خوری سرکه سیب به اضافه یک فنجان آب سیب از حمله کیسه صفرا جلوگیری می کند. نوشیدنی حاصل از ترکیب نصف سرکه سیب و نصف آب یا آب سیب را بنوشید.

خوش بو کننده: قبل از اینکه از خوشبو کننده دست ساز استفاده کنید، کمی از آن را زیر بغل بپاشید. اگر چه جوش شیرین موجود در آن باعث خارش می

(408) 909-9060

Notary Public

By Appointment Only

ادامه مطلب کودک درون... از صفحه ۴۵

بالغ - بالغ: در این رابطه هم ما و هم طرف مقابل مان منطقی هستیم و همه چیز مطابق منطق پیش می‌رود و عاطفه دخالتی در رابطه ندارد. مثلاً وقتی که ما با استادمان در مورد یک مفهوم آماری حرف می‌زنیم، احتمال دارد این بازی را راه انداخته باشیم.

والد - کودک: تا حالا هر دو طرف بخش‌های مشابه شخصیت‌شان را می‌گذاشتند وسط اما امان از وقتی که یک نفر یک بخش از شخصیتش و دیگری یک بخش دیگر را می‌آورد توی میدان. در رابطه والد-کودک، یک طرف رابطه، نقش پدر و مادر را بازی می‌کند و نفر دیگر می‌رود در لاک کودکی اش. در بدترین حالتش (و متأسفانه رایج‌ترینش) والد جنبه سختگیرش را می‌آورد وسط و مدام امر و نهی می‌کند و کودک بخش سازگارش را و مدام می‌گوید (چشم، چشم، شما درست می‌فرمایید، اما رابطه والد-کودک همیشه این‌قدر هم وحشتناک نیست؛ کافی است که والد جنبه حمایت‌گرش را وارد کند و (کودک) طرف مقابل، خودش را لوس کند. در این حالت چیزی شکل می‌گیرد که (اریک برن) اسمش را گذاشته (نوازش) و معتقد است که همه ما آدم‌ها به نوازش کردن و نوازش شدن احتیاج داریم.

بالغ - والد: این رابطه هم خیلی رایج است، یعنی وقتی یک طرف دارد با منطق رفتار می‌کند یا حرف می‌زند اما طرف مقابل شروع می‌کند به انتقادهای سختگیرانه، خندیدن و مسخره کردن و هره بازی. مثلاً تصور کنید یک نفر دارد سخنرانی می‌کند که یک‌دفعه یک نفر از وسط جمع شروع می‌کند به بلند بلند خندیدن و انتقاد کردن و مسخره کردن سخنران.

والد - والد: در بازی والد-والد هر دو طرفمان می‌خواهیم ژست یک بزرگسال چیزفهم را بگیریم. اگر والد حمایت‌کننده‌مان وسط باشد، مثالش می‌شود حرف زدن در مورد آب و هوا و تایید همدیگر و گفتن (به به! به به!) به هم. اما خدا نکند والد کنترل‌کننده وسط؛ آن وقت است که دعوا شروع می‌شود و هرکس می‌خواهد حرف‌های خودش را به کرسی بنشانند. آشتی با کودک درون آشنایی با موضوع کودک درون و چگونگی برقراری ارتباط با آن، از جمله مباحثی است که به تازگی مورد توجه روان‌شناسان قرار گرفته است. تحلیل‌گران رفتار مقابل می‌گویند:

«هرکس در واقع سه نفر است». منظور تحلیل‌گران رفتار متقابل، این است که مردم به سه شیوه می‌توانند عمل کنند، به شیوه والد، به شیوه بالغ و به شیوه کودک. این سه شیوه رفتار ساختار رفتاری فرد را تشکیل می‌دهند.

والد: مجموعه‌ای از عقاید ضبط شده و پیشداوری‌هاست. کسی که در حالت والد به سر می‌برد. مثل پدر و مادرش یا اطرافیانش مسائل را می‌بیند و مثل آنها احساس و رفتار می‌کند.

بالغ: کامپیوتر انسان است و بر مبنای اطلاعاتی که در خود اندوخته است، عمل می‌کند و طبق برنامه منطقی خویش، محاسبات را انجام می‌دهد. بالغ، عاری از هیجان و کاملاً منطقی است.

کودک: وقتی در این حالت هستیم، نه تنها بچگانه رفتار می‌کنیم بلکه واقعاً بچه می‌شویم. در این حالت درست مثل بچه‌ها رفتار می‌کنیم و دنیا را مثل بچه‌ها می‌بینیم و به دنیا همچون کودکان واکنش نشان می‌دهیم.

در حالت مذکور مثل بچه سه، پنج یا هشت ساله‌ای می‌شویم که فقط عضلات و استخوان‌هایش بزرگ شده‌اند. وقتی کودک درون ما متنفر، عاشق، بازیگوش و خودانگیخته است، به آن کودک طبیعی یا شازده کوچولو می‌گویند. اما وقتی که متفکر و خلاق و خیال‌پرداز است، به او کودک شهودگرا یا پروفیسور کوچولو می‌گویند. وقتی هم ترسو، گناهکار یا خجول است، به او کودک سر به راه یا قورباغه می‌گویند.

در مجموع کودک، در تحلیل رفتار متقابل منبع خیر است و یگانه منبع خلاقیت، سرگرمی و تولید و یگانه منبع تجدید و نوسازی زندگی است. گرچه نمی‌توان گفت که یکی از جنبه‌های شخصیت مهم‌تر از دیگری است، چون هر سه حالت فوق لازم و ضروری هستند، اما کودک، آن بخش از شخصیت است که واپس زدن و خفه کردن آن نه تنها نشاط و شادابی را از فرد می‌گیرد، بلکه فرد را در معرض انواع اختلالات جسمانی و روان پزشکی قرار می‌دهد.

همانگونه که اشاره شد کودک درون، کودک خردسالی است در درون شما که مایل است مراقبت شود، تغذیه شود و دوست داشته شود. این کودک خردسال که از دوران کودکی با شما بوده، هنوز هم به عنوان یک کودک در درون شما باقی مانده است. کودک کوچولو و شیطان

درون شما رام و کنترل شده است. او مجموعه‌ای از هیجانات و احساساتی است که شما در درونتان دارید و آنها را کنترل می‌کنید. همه این هیجانات و احساسات خوشایند و ناخوشایند، کودک درون شما را تشکیل می‌دهند. کودک خلاق، احساساتی، هنری و خیالپرور درونتان که در طول زمان توسط شما و محیط شکل گرفته، و کنترل شده است، همچنان به حالت اولیه خود که کودکی سرشار از انرژی، هیجان و شیطنت است وجود دارد و نیازمند آزاد شدن است.

وقتی کودک درونتان مورد بی‌توجهی، غفلت و بدرفتاری قرار می‌گیرد، وقتی از ارضای خواسته‌هایش جلوگیری می‌شود، وقتی صدمه می‌بیند، وقتی خود را در لایه‌ای از نقاب می‌پوشاند و از دید دیگران مخفی می‌سازد، وقتی وجود او را انکار می‌کنید و نادیده می‌گیرید (احساسات خود را از انکار می‌کنید و نادیده می‌گیرید) این کودک خردسال جایی در زیر سطح روان شما پنهان می‌شود و با این کار احساسات نگرانی، اضطراب، ترس و افسردگی را در شما ایجاد می‌کند.

گرچه ممکن است آن را فراموش کرده باشید و نسبت به وی بی‌توجه باشید، ولی او در درونتان حضور دارد و بی‌توجهی و کم‌محلی شما را با لجبازی پاسخ می‌دهد. اگر به او توجه کنید و با او مهربان باشید، می‌داند چگونه شما را سرگرم کند، چگونه از زندگی لذت ببرد و چگونه بازی کند. اگر او را دنبال کنید، می‌تواند به شما کمک کند تا از خستگی روانی در زندگی پیشگیری و استرس را در زندگیتان کنترل کنید. اگر توجه و مراقبت لازم از او به عمل آید، می‌تواند دوست واقعیتان باشد و مانند یک بزرگسال در کنارتان قرار گیرد. خشکی و جدیت بیش از اندازه را از شما بگیرد و شما را لطیف‌تر کند، به شما کمک کند تا بر ترس هایتان غلبه کنید، انعطاف‌پذیر باشید و تغییرات لازم را در زندگیتان ایجاد کنید. کوچولوی درون شما نیازمند مراقبت، حمایت، تأیید و شفاست و شما برای این کار به ابزار زیادی احتیاج دارید.

نشانه‌های مناسب

وقتی کودک درون شما فعال می‌شود، بی‌تردید احساسات و هیجانات را تجربه می‌کنید:

♦ زمانی که در بازی یا سرگرمی غرق شده‌اید، زمانی است که کودک درونتان در شما فعال شده است.

♦ زمانی که با تماشای یک فیلم یا دیدن یک نمایش تلویزیونی گریه می‌کنید.

♦ زمانی که با کودکان خوش و بش بازی می‌کنید.

♦ وقتی از بازی کردن با اسباب بازی کودکان لذت می‌برید.

♦ زمانی که برنامه‌های کودکان و کارتون‌هایی را که برای آنها ساخته شده است، نگاه می‌کنید، مجذوب می‌شوید و لذت می‌برید.

♦ زمانی که برای چیزهایی که در گذشته داشته‌اید و آنها را از دست داده‌اید، گریه می‌کنید و دچار سوگ می‌شوید.

♦ زمانی که می‌خواهید توجه بزرگترهای خانواده یا فامیل را جلب کنید و از محبت آنان برخوردار شوید.

♦ زمانی که به خواندن کتاب‌های کودکان می‌پردازید، فیلم تماشا می‌کنید و یا آلبوم عکس‌های دوران کودکی تان را نگاه می‌کنید.

♦ زمانی که ادای دختر یا پسر کوچولویی را درمی‌آوردید، مانند آنها حرف می‌زنید و احساسات شدیدی را مانند گذشته تجربه می‌کنید.

کودک درون شما علاقه‌مند به شنیدن چه چیزهایی است؟

او مایل است که به او بگویید:

♦ دوست دارم، مواظبت هستم و تو را همان طور که هستی می‌پذیرم.

♦ از این که تو را دارم، بسیار مغرور و مفتخرم، تو همه چیزی هستی که دارم.

♦ خیلی خوشحالم از اینکه کودکم هستی.

♦ تو بسیار زیبا و جذاب هستی.

♦ تو فوق‌العاده و بی‌نظیری.

♦ تو هنرمند و خلاقی.

♦ تو توانمند و پرتلاشی.

♦ متأسفم از اینکه به تو آسیب رساندم.

♦ متأسفم از اینکه به تو بی‌توجهی کردم، تو را نادیده گرفتم.

♦ متأسفم از اینکه فراموشت کردم. متأسفم از اینکه تو را به عنوان یک کودک آن‌طور که بودی، ندیدم و انتظار داشتم به سرعت رشد کنی و بزرگ شوی.

♦ تو می‌توانی از این به بعد به من اعتماد کنی، و من بی‌تردید از تو مراقبت خواهم کرد.

♦ می‌توانی به من اعتماد کنی و هر طور دلت می‌خواهد باشی (خودت باشی).

♦ من در برابر هر رنج و آسیبی از تو مراقبت خواهم کرد.

♦ ما برای رسیدن به سلامتی و رشد شخصیتی باهم همکاری خواهیم کرد.

♦ ما برای دستیابی به شادی و لذت بیشتر باهم همکاری خواهیم کرد. **دنیاه مطلب در صفحه ۴۹**

ادامه مطلب نشانه های آزار... از صفحه ۴۱

آزار جنسی کودک چه

عوارضی در پی خواهد داشت؟

عوارض این آزار در سنین مختلف بر کودکان چنین است:

در کودکان ۱-۴ سال: اغلب فقدان آداب توالت، ترس از مردان و چسبیدن افراطی به مادر دیده می شود.

در کودکان ۶-۴ سال: معمولاً با شکایت جسمانی به پزشک مراجعه می کنند. قربانی با احساس گناه شدید و قطع امید از علاقه و توجه دیگران گاه مانند کودکی وحشی رفتار می کند. نظافت و شستشوی جبری یا مرگ سمبولیک و تکراری والدین؛ از مراحل مهم بازی های کودک این سن به شمار می آید.

کودکانی در سنین ۱۲ - ۹ سالگی که

قربانی آزار جنسی می گردند اکثراً به دلیل مشکلاتی که در صحبت کردن در مورد این مسئله دارند، دچار واپس زنی جنسیت و اختلال در هویت جنسی می شوند. درگیری و اشتغال ذهنی آنها با مسایل جنسی سبب می شود که گاهی به صورت بی شرمانه و توأم با پررویی، به توضیح واقعیات بپردازند.

والدین چه مواجهه ای داشته باشند؟

درخصوص نحوه مواجهه والدین با کودک خود، پس از دیدن علائم مذکور اولاً مهم است که والدین از قیل در این زمینه آموزش و دانش لازم را کسب کرده باشند؛ هر چند که شاید بسیاری از خانواده ها کسب اطلاع در این زمینه را ضروری ندانند. بنابراین توصیه می شود که حتماً والدین اطلاعات ابتدایی را در زمینه برخورد با کودکی که احیاناً به هر علتی مورد سوءاستفاده قرار گرفته است، بدانند؛ چراکه بزرگسالان با برخورد تند و حتی گاهی با تنبیه فیزیکی این احساس را در کودک ایجاد می کنند که او مقصر است و این امر سبب تنفر کودک از خودش خواهد شد و فکر می کند موجودی دوست داشتنی نیست.

از سؤال کردن های مکرر و توضیح خواستن از کودک خوداری کنید

والدین پس از مطلع شدن، از سؤال کردن های مکرر و توضیح خواستن از کودک خوداری کنند. لازم است والدین نقش حمایتی خود را به عنوان والد به فرزند نشان دهند؛ به طوری که کودک بفهمد که او مقصر نیست و کسی که به او آزار رسانده است، گناه کار است. آزار جنسی می تواند آسیب جدی از نظر روانی به همراه داشته باشد و به همین جهت

لازم است والدین کودک را به کلینیک های روانشناختی هدایت کرده و تحت درمان قرار دهند و از طریق مقامات قانونی اقدام کنند تا مجرم به مجازات خود برسد.

چند توصیه به والدین

برای پیشگیری از آزار جنسی کودک لازم است والدین از فرستادن کودکان خود به محیط های خلوت که امکان رخ دادن آزار باشد خودداری کنند. اگر کودک خود را برای خرید می فرستند در ساعت خلوت از روز یا شب نباشد و برای کودکان سنین پایین تر این کار به تنهایی نبوده و حتماً خودشان در کنار او در فروشگاه حضور داشته باشند. نسبت به حرف هایی که کودک می گوید حساس باشند، مثل اینکه «من دوست ندارم خانه دایی برم»، استفاده از اینترنت و ماهواره با توجه به سن کودک و فعالیت درسی کودک، محدود و زیر نظارت والدین باشد. همچنین لازم است شناخت کافی از دوستانی که فرزندان با آنها ارتباط دارند داشته باشند و مراقب باشند که کودک افراد خیلی بزرگ تر از خود معاشرت نداشته باشد.

والدین باید درباره تربیت جنسی و سوءاستفاده جنسی به کودکان خود آموزش دهند، هر چند این کار برای برخی از والدین بسیار سخت است؛ چراکه از یک طرف باید آنها را آگاه کنند و از طرف دیگر نباید دچار ترس و نگرانی شوند. این مفهوم را در فرزندان خود تقویت کنید که بدن آنها به خودشان تعلق دارد. افرادی که برای جسم خود ارزش و احترام قائل اند، کمتر احتمال دارد مورد سوءاستفاده قرار بگیرند؛ لذا والدین باید این مفهوم را در فرزندان خود تقویت کنند که بدن آنها به خودشان تعلق دارد و بچه ها با این کار برای جسم خود احترام قائل خواهند شد. مفهوم خصوصی بودن بدن را در سن ۳-۴ سالگی به کودک آموزش دهید. یک کودک پنج ساله حریم خصوصی خود را به خوبی درک کند. بهترین زمان برای دادن این آموزش ها زمان حمام کردن کودک است.

موضوع سوءاستفاده جنسی موضوعی خشن است و شما می توانید برای ملایم تر کردن گفتگوی خود، ابتدا درباره رشد مناسب بدن فرزندان صحبت و سلامت جسمی او را تحسین کنید و در ضمن از این جملات استفاده کنید: «به به! ببین چقدر تمیز شدی. چه بدن سالمی داری. حالا یادت باشد که بدن تو خصوصی است

ادامه مطلب کودک درون... از صفحه ۴۸

پیامدهای منفی

وقتی در مقام یک بزرگ سال، تمایلات، خواسته ها و نیازهای کودک درون را سرکوب می کنید، در معرض خطرات زیر قرار می گیرید:

- ♦ هرگز یاد نمی گیرید چگونه احساس طبیعی داشته باشید.
- ♦ هرگز یاد نمی گیرید چگونه بازی کنید و لذت ببرید.
- ♦ هرگز یاد نمی گیرید چگونه آرام باشید و استرس های خود را کنترل کنید.
- ♦ هرگز یاد نمی گیرید چگونه از زندگی لذت ببرید و فقط خودتان را در کار غرق می کنید.
- ♦ با خودتان خیلی جدی حرف می زنید.

ادامه مطلب حسرت های انسانی... از صفحه ۲

خانم «ماتیاس» (Mathias) [۲] پیر، با صورتی رنگ پریده، وارد سالن غذاخوری شد: «خدای من! مرد عینک فروش [۳]، در گیر و دار تب، خود را از پنجره به بیرون پرتاب کرده است!» از آن روز به بعد، من به این دریافت که زندگی یک بازی است و جهان، یک جعبه اسباب بازی، خاتمه دادم [۴].

انسان در فاصله خیال پردازی ها و آرزوبروری های جوانانه و واقعیت های خشن و غیرجانبدار، چنان گرفتار حل دشواری های زندگی است که گاه ممکن است فرصت سرخاراندن هم نداشته باشد. اندیشه به شغل بهتر، درآمد بیشتر، ازدواج، فرزندداری و موردهایی از این قبیل، او را سخت به خود مشغول می دارد. اما در لحظاتی از زندگی، لحظاتی که از نظر کار و سن و سال، در سراسیمگی پایانی خویش قرار

و کسی نباید از تو بخواهد که به قسمت های خصوصی بدن تو نگاه کند یا به آنها دست بزند. به غیر از مامان و بابا هنگام حمام یا وقتی که بخواهند از سلامت بدنت آگاه شوند و پزشک وقتی که بخواهد تو را معاینه کند در حضور پدر و مادر. قسمت های خصوصی بدنت آن قسمت هایی است که با لباس شنا پوشانده می شود.»

البته والدین باید برای حد و مرزها احترام قائل باشند و اگر فرزندشان دوست ندارد کسی را بیوسد، او را اجبار نکنند، همچنین او را به زور به آغوش نکنند؛ از آن جایی که اغلب اوقات فرد متجاوز از افراد نزدیک کودک است، باید به کودکان خود بگویید «اگر کسی با دست

دارد، وقتی به گذشته ها و آرزوهای دیرین خویش می اندیشد و آنها را با آنچه که بعدها بدان تبدیل شده، مقایسه می کند، ناگهان از سر حسرت، آه از نهاد او برمی آید که از آغاز چه می خواسته است و در واقعیت، چه از آب درآمده است. البته اگر ما انسان واقع بینی باشیم، این تحول زندگی را نه ناشی از اراده این و آن، یا خراب کاری آن و این، بلکه از بلندپروازی غیرواقع بینانه خویش در مقایسه با واقعیات روزانه می دانیم.

شاید بتوان بدین نکته اشاره داشت که در روزگار جوانی، آرزوها و خواست های غیرواقع بینانه و خیال پردازانه، به انسان، پر و بال می بخشد و او را دست کم در عالم احساس و آرزومندی، از قید و بند فقر، سنت، محدودیت های اجتماعی و انبوهی از بکن و مکن های زندگی، رهایی می بخشد.

تفاوت «خصوصی» و «راز»

والدین باید تفاوت میان «خصوصی» و «راز» را برای فرزندان خود توضیح دهند. متجاوزان نزدیک، از قربانی خود می خواهند که این مسئله را مانند یک راز نزد خود نگه دارد و همین امر باعث ادامه یافتن سوءاستفاده و آسیب بیشتر برای کودک می شود.

ادامه مطلب گمراهه ای به نام... از صفحه ۹

در سال‌های گذشته برخی از روزنامه نگاران آمریکایی رضا پهلوی را به همکاری با سازمان سیا و دریافت کمک مالی از این سازمان متهم کرده‌اند. رضا پهلوی اتهام‌های بالا را در مصاحبه با روزنامه نیورک تایمز به شدت تکذیب کرده است. واقعیت این است که کارنامه و مواضع سیاسی رضا پهلوی با ابهام و تردیدهای جدی روبروست که می‌تواند پرسش‌های زیر را در ذهن هر خواننده‌ای برانگیزد:

۱- اگر رضا پهلوی به تصمیم‌گیری ملت ایران در باره سرنوشت خویش و نوع نظام آینده کشور باور دارد چرا از جایگاه ولیعهدی‌اش استعفاء نمی‌دهد و از این راه احترامش به رأی و تصمیم ملت را به اثبات نمی‌رساند؟

۲- همکاری با سازمان سیا و دریافت دستمزد و کمک مالی از این سازمان جاسوسی و بد نام در بین ایرانیان، برای شخصی که طی دهه‌ها تمایلش را برای رهبری مبارزات مردم ایران علیه نظام دینی اعلام کرده است و در میان ایرانیان داخل و خارج هوادارانی دارد، اتهام بزرگی است که با یک تکذیب ساده در یکی از روزنامه‌های آمریکا قابل پاک کردن از ذهن ایرانیان دمکرات و سکولار نخواهد بود. رضا پهلوی باید توضیح دهد که چرا بدون طرح شکایت در دادگاه تنها با یک تکذیب ساده از کنار اتهامات وارده گذشته است؟

۳- پس از روی کار آمدن دونالد ترامپ شایعاتی بر سر زبان برخی از گزارشگران ایرانی است که از رفت و آمد رضا پهلوی به کاخ سفید حکایت دارد. لازم است آقای پهلوی در مورد چرایی و ماهیت این دیدارها به هواداران خود توضیح دهد.

۴- ارزیابی رضا پهلوی از سرکوب نیروهای دموکرات / سکولار در دوران ۵۰ ساله حکومت پهلوی، کودتای ۲۸ مرداد، و همکاری نانوشته شاه و اسلام‌گرایان در جنگ سرد علیه کمونیست‌ها و نقش وی در روی کار آمدن جمهوری اسلامی کدام است؟

عبور موفقیت آمیز از جمهوری اسلامی و گذار به یک دموکراسی سکولار با حفظ استقلال جنبش و کشور و برای احترام به حقوق تمام افراد و گرایش‌ها از سلطنت‌طلب گرفته تا باورهای دینی و غیر دینی و رفع تبعیض از زنان و اقلیت‌های قومی و مذهبی تنها با مشارکت فعال و رهبری کلیه نیروهای سکولار دموکرات و پیوند با جامعه مدنی در داخل امکان‌پذیر خواهد بود. رهبری فردی گمراهه‌ای است که تاریخ گذشته کشور آنرا به اثبات رسانده است.

ادامه مطلب کودکان مهاجر افغان... از صفحه ۳

هستند که جمعیت مدارس این مناطق نسبت به مدرسه‌های مناطق دیگر بیشتر است. برای همین، معمولاً ظرفیت این مدارس پر بوده و امکان پذیرش کودکان مهاجر را ندارند؛ به ویژه که در چند سال اخیر مدارس دولتی یک شیفته شده‌اند و جمعیت کلاس‌ها بیشتر.

از سوی دیگر، به دلیل این که کودکان مهاجر افغان در مدارس دولتی ایران گاه با رفتارهای تحقیرآمیز از سوی دیگر دانش‌آموزان یا خانواده‌های آنها مواجه می‌شوند، بسیاری از آنها ترجیح می‌دهند در مدارس خودگردان، در کنار هم‌ملیتی‌های خود تحصیل کنند. اگرچه برای پذیرفته شدن در دانشگاه و ادامه تحصیل، این مدارس از اعتبار کمتری نسبت به مدارس دولتی ایران برخوردارند. هزینه ثبت‌نام در مدرسه فرهنگ برای یک سال تحصیلی، تقریباً ۶۰۰ هزار تومان است که برخی از خانواده‌ها قادر به پرداخت آن نیستند. برای همین، مسئولان مدرسه ضمن شناسایی وضعیت اقتصادی خانواده‌ها، میزان پرداخت شهریه را برعهده خودشان می‌گذارند. گروهی هم به صورت رایگان در این مدرسه تحصیل می‌کنند. برخی از آنها کودکانی هستند که پدر ندارند یا پدرشان امکان اشتغال ندارد و مادرشان به تنهایی تامین معاش می‌کند.

اما بسیاری از این کودکان توسط برخی از ایرانی‌ها و تبعه‌های افغانستان در داخل و خارج از ایران، به سرپرستی مالی قبول می‌شوند. بنا بر امکانی که خانه آفتاب ایجاد کرده است، افراد می‌توانند از هر جای دنیا، هزینه تحصیل، خوراک، پوشاک، شهریه مدرسه و کلاس یک کودک را برعهده بگیرند که نزدیک به دو میلیون تومان برآورد و امکان پرداخت ماهیانه برای آن در نظر گرفته شده است. بنابر گفته مسئولان این مدرسه، برخی از دانش‌آموزان مدرسه فرهنگ چندین سال است توسط افراد خیر سرپرستی می‌شوند. خانه آفتاب برای این کار یک حساب ارزی اعلام کرده است و بسیاری از گردآگرد جهان از طریق آنها، به یاری کودکان مهاجر شتافته‌اند.

یکی از آموزگاران داوطلب مدرسه فرهنگ و خانه آفتاب معتقد است تحصیل این کودکان و ادامه فعالیت‌های این مدرسه و مدرسه‌های خودگردان در صورت کمک‌های مردمی، می‌تواند باعث کاهش «نفرت‌پرآکنی» میان آنها شود: «اگر برای این کودکان، چه در افغانستان و چه در ایران هزینه نکنیم و به آنها آموزش ندهیم، جذب نیروهای تندرو می‌شوند و نفرت‌پراکن بار می‌آیند و بعد انتقام آن را از جامعه، همسایه و جهان می‌گیرند. آن وقت باید صدها برابر برای مقابله با همین کودکان هزینه کرد.»

در بخشی دیگر از این مجله، اطلاعاتی درباره افغانستان به کودکان داده می‌شود که در محتوای آموزشی مدارس دولتی ایران جایگاهی ندارند. این اطلاعات شامل وضعیت جغرافیایی، فرهنگی و تاریخی کشورشان می‌شود. در مدرسه فرهنگ، صبحانه‌های دسته‌جمعی و برنامه‌های گروهی تفریحی هم برگزار می‌کنند. دانش‌آموزان این مدرسه، هر دو هفته یکبار غذای محلی کشورشان را در مدرسه و کنار هم‌شاگردی‌های خود می‌خورند. کادر آموزشی مدرسه فرهنگ برای تشویق دانش‌آموزان به ادامه تحصیل و ورود به مدارس دولتی ایران و دانشگاه، سر کلاس به این کودکان مشاوره می‌دهند. پاسخ کودکانی که از رفتار معلم‌ها و دانش‌آموزان ایرانی در برخورد با خودشان گلایه دارند، از سوی مسئولان مدرسه، «کوشا بودن در تحصیل» است تا بتوانند قابلیت‌های خود را جدا از ملیت‌شان، به همه نشان دهند.

دانش‌آموزانی که تحت پوشش مدرسه فرهنگ و دیگر مدارس خودگردان و نیز خانه آفتاب قرار می‌گیرند، کودکانی هستند که به دلایل مختلف از تحصیل باز مانده‌اند. برخی از آنها بعد از شروع سال تحصیلی به ایران وارد شده و فرصت ثبت‌نام را از دست داده‌اند. برخی دیگر نقص پرونده داشته و عده‌ای کارنامه خود را به همراه نداشته‌اند و یا مراحل تایید و تعیین سطح را نگذرانده‌اند. شمار بالایی از آنها اما کودکانی هستند که سطح دانش متفاوتی از دانش‌آموزان مدارس دولتی دارند. آنها باید امتحان تعیین سطح دهند اما از آنجایی که کیفیت تحصیل در مدارس افغانستان از ایران پایین‌تر است، سن آنها مانع پذیرش این کودکان می‌شود. برای مثال، ممکن است دانش‌آموز دوره راهنمایی در افغانستان در امتحان تعیین سطح، در مقطع ابتدایی پذیرفته شود اما به دلیل شرایط سنی، مدرسه او را نمی‌پذیرد. بیشتر دانش‌آموزان مدرسه فرهنگ را همین کودکان تشکیل می‌دهند. برخی از کودکان افغان نیز به خاطر سهل‌انگاری خانواده‌ها به زمان تعیین‌شده برای ورود به مدارس دولتی، از ثبت‌نام باز می‌مانند. معضل دیگر بر سر راه کودکان مهاجر افغانستانی برای ورود به مدارس دولتی ایران، تغییر مکان زندگی آنها است. مدارک اقامت بسیاری از آنها در شهرستان‌ها صادر شده است اما به هر دلیلی، از جمله شغل والدین، به تهران آمده‌اند. فرمان خامن‌های اما شامل حال آنها نمی‌شود، نه می‌توانند برگه سرشماری دریافت کنند و نه در مدارس دولتی تهران ثبت‌نام شوند.

در عین حال، مهاجران تبعه افغانستان عموماً در حاشیه‌های شهرها ساکن

ادامه مطلب نکاتی برای پرداخت... از صفحه ۳۱

ترتیب هیچگاه برای دیر شدن پرداخت نگران نخواهید بود. تنها مطمئن شوید که حجم پرداختی را برگزیده‌اید که به اندازه کافی از حداقل پرداخت هر ماه بیشتر باشد تا بتوانید یک پیشرفت واقعی در پرداخت کامل بدهی خود انجام دهید. این استراتژی پرداخت، کارها را آسان‌تر می‌کند اما همچنین می‌تواند موجب لغزش در انجام کارها شود. بنابراین یک مقدار پرداختی دو یا سه برابر Minimum Payment (یا هر چیزی که استطاعتش را دارید، انتخاب کنید، و مطمئن شوید که به آن پایبند می‌مانید. **هزینه‌ها را متوقف کنید:** هر استراتژی پرداختی که بر می‌گزینید، ضروری است که خرج‌های کردیت کارت خود را محدود کنید. اگر هر ماه بدهی‌های جدیدی ایجاد شود، پرداخت بدهی کردیت کارت بسیار سخت خواهد بود. هنگامی که برای پرداخت بدهی کارت تان تلاش می‌کنید، از کردیت کارت هایتان استفاده نکنید. به جای آن از پول نقد، چک یا دبیت کارت استفاده کنید. اگر مجبور شدید از کردیت کارت برای مواردی استفاده کنید، اطمینان حاصل کنید که بتوانید در یک یا دو ماه پرداختشان کنید.

ادامه مطلب حسرت‌های انسانی... از صفحه ۴۹

با چنان مفاهیم و رفتارهایی، هیچ‌گونه آشنایی یا وابستگی و پیوستگی نداشتیم. از سوی دیگر، باید به یاد بیاوریم که حسرت‌ها و حس و حال‌های دریناگونه، باد خنک نوازشگری است که در روزگار سالمندی بر جان ما می‌وزد تا روحمان را از داغی شکست در برخی زمینه‌ها و توفیق‌های نسبی در شماری حوزه‌های دیگر زندگی، نجات‌دهد و ادامه عمر را به شکلی، قابل تحمل‌تر سازد. شاید این سخن کارل مارکس (۱)، متفکر آلمانی/انگلیسی، همه بحث را به شکل فشرده‌تری در یک جمله، ارائه داده‌باشد: «هیچکس آن‌گونه که می‌اندیشد، زندگی نمی‌کند. بلکه آن‌گونه که زندگی می‌کند، می‌اندیشد.»



(۱) Anatole France / ۱۸۴۴-۱۹۲۴ / نویسنده فرانسوی، برنده جایزه نوبل ادبیات در سال ۱۹۲۱ میلادی. **دنباله مطلب در صفحه ۵۳**

معلق نگه دارید. با تشکر از وقتی که در اختیار من گذاشتید و در عین حال ممنون از صداقت شما.

ادامه مطلب مصاحبه با یک... از صفحه ۳۱

صورتحساب خود را پرداخت نمی‌کنند» قرار دهیم. این روش‌ها بسیار خوب کار می‌کنند و به همین دلیل ما اغلب از آنها استفاده می‌کردیم. مشکل این است که هیچ کدام از آن واقعا صحت نداشتند. تمام نکته این است که به آنها شوک وارد کنیم تا در یک لحظه بتوانیم به شماره کردیت کارت و یا اطلاعات حساب بانکی آنها دست پیدا کنیم. کل هدف این بود، ترساندن آنها به طوری که آنها بدهی را تماما پرداخت کنند. باز هم، مشکل این است که بسیاری از این مردم به دلیل اینکه ترسیده‌اند، بدهی خود را با پول که از دولت به عنوان کمک هزینه مواد غذایی Food Stamp دریافت می‌کنند، پرداخت می‌کنند.

آیا تا به حال از کسی که می‌دانستید توانایی پرداخت ندارد، پول گرفته‌اید؟

همیشه. همانطور که گفتم، بسیاری از این افراد توانایی پرداخت آن پول را ندارند. تعداد بسیار کمی از مردم هستند که نسبت به پرداخت صورتحساب خود بی تفاوت هستند. در واقع، بسیاری از مردم به علت عدم توانایی پرداخت صورتحساب خود گناهکار هستند. ما کارت برنده‌ای داریم به اسم گناه که همیشه بر علیه آنها استفاده می‌کنیم. مردم اغلب اشک می‌ریختند، زیرا می‌دانستند اگر به ما بدهی را پرداخت کنند، در اجاره کم می‌آورند. ما به هر حال می‌خواستیم از آنها پول بگیریم. مهم نبود، ما فقط به دنبال کمیسیون خودمان بودیم. **آزار دهنده ترین اتفاق برای شما چه بود؟** این موضوع بعد از چندین سال به اوج خود رسید. من نمی‌توانستم با همکارانم که مطلقا هیچ همدردی با این افراد نمی‌کردند کار کنم. در واقع، برای آنها این اتفاقات مانند جوک بود. آنها کسی را که فریب داده بودند تا بدهی خود را به طور کامل پرداخت کند مسخره می‌کردند. من یک روز از آنجا بیرون آمدم و دیگر باز نگشتم.

برای کسی که با یک collector وام روبرو می‌شود چه توصیه‌ای دارید؟

هر چیزی که آنها می‌گویند را باور نکنید. هرگز از طریق تلفن به آنها پولی پرداخت نکنید و یا اطلاعات حساب بانکی خود را ندهید. از آنها یک آدرس پستی بخواهید تا پرداخت را mail کنید در زمانی که قادر به پرداخت آن بودید. نگران نباشید و اول هزینه مواد غذایی و اجاره خود را بپردازید. این یک چاره اندیشی موقت است. هدف آنها چیزی نیست به جز

چه مدت شما collector وام بودید؟ تقریبا ۶ سال. می‌دانم که شما می‌خواهید از من بپرسید وقتی از آن کار لذت نمی‌بردم، چرا یک مدت طولانی درگیر آن بودم؟ خوب، اینکه من همیشه از این کار متنفر بودم به طور کامل هم درست نیست. من برای مدتی گرفتار فرهنگ این کار شدم. بین مراقبت‌های بسیاری وجود داشت، رقابتی مانند آنچه شما در واحد فروش می‌بینید. یک نکته هست که در آن نمی‌توانم دروغ بگویم. ما آموزش دیده بودیم که برخی از آسیب پذیرترین افراد را اذیت کنیم، افرادی که به هر دلیلی نمی‌توانستند صورتحساب خود را پرداخت کنند. حقیقت این است که بیشتر مواقع آنها به دلیل مشکلات پزشکی یا از دست دادن شغل نمی‌توانند صورتحساب خود را پرداخت کنند. ما احساس می‌کردیم حق داشتیم بسیار تهاجمی عمل کنیم.

چگونه برای دستکاری مردم آموزش دیده بودند؟

فکر می‌کنم فرض بر این بود که همه این افراد بی‌خاصیت هستند و در نتیجه به خوبی می‌شد آنها را فریب داد و اذیت کرد. حداقل این راهی بود که آنها سعی می‌کردند از نظر اخلاقی آن را توجیه کنند. ما به طور خاص برای انجام کارهای غیر قانونی آموزش ندیده بودیم، اما بارها و بارها به ما گفته شده بود که چگونه این افراد صورت حساب خود را پرداخت نکرده‌اند و مسئولیت ما جمع آوری بدهی از آنهاست. ما احساس می‌کردیم حق داریم که خیلی تهاجمی با آنها برخورد کنیم. مشکل این است که تنها راه برای جمع آوری پول از مردمی که واقعا آن پول را ندارند این است که بسیار تهاجمی با آنها رفتار کرد. این شامل تهدید هم می‌شد. ما می‌گفتیم قرار است به زندان بیفتید! **به طور خاص، چه نوع تهدیداتی انجام می‌شد؟**

ما هر چیزی که باعث می‌شد مردم پول پرداخت کنند را می‌گفتیم. مانند این که قرار است به زندان بیفتند و یا این که قرار است با محل کار آنها تماس بگیریم و به رئیس شان بگوییم که آنها صورت حساب خود را پرداخت نمی‌کنند. ما در واقع می‌خواستیم از طریق این تهدید، اگر به اندازه کافی «خوش شانس» بودیم به شماره تماس محل کارشان دست پیدا کنیم. آنها را تهدید می‌کردیم که می‌خواهیم بر روی درب همسایه آنها یک آگهی با نامشان و عنوان «همسایه شما

ادامه مطلب دنیای سینما... از صفحه ۱۷

از یک طرف این فیلم‌ها طبقه متوسط را در نظر دارند، و از سوی دیگر فقر را به نمایش می‌گذارند که نیم‌نگاهی است به سینمای نئورئالیسم ایتالیا و موقعیتی که ایران انقلاب زده امروز دارد.

«تاج محل» ساخته «دانش اقباشاوی» (متولد ۱۹۷۹ آبادان) که عنوانش از محل معروف هند می‌آید، داستان کارمند یک شرکت کشتی رانی در آبادان است که به علت رکود اقتصادی، صاحبان آن تصمیم می‌گیرند تعدادی از کارمندان شرکت را اخراج کنند و یکی از این کارمندان مامور می‌شود این دستور را به اجرا بگذارد. کینه‌ای که چند نفر از این کارمندان به دل می‌گیرند، هسته اصلی فیلم می‌شود. خانواده کارمند که اینک باز نشسته شده برای او جشنی می‌گیرند و برای استراحت بلیتی برای او و همسرش به آنها هدیه می‌دهند تا به «تاج محل» هند بروند. اما چند روز بعد از این جشن، خانه آنها مورد دستبرد قرار می‌گیرد و کارمند و عروسش توسط سارقان مجروح می‌شوند و بلیت‌ها و پول آنها به سرقت می‌رود. در یک اتفاق غیرمنتظره کارمند با پسر یکی از سارقان در اتوبوس که کتاب ریخته شده او را در دست دارد روبرو می‌شود و از اینجا فیلم وارد مرحله تازه‌ای برای

یافتن سارقان می‌شود. تفاوت فیلم‌های این حوزه با فیلم‌های دیگر ایرانی بردن دوربین به مکان‌هایی است که قلب اجتماع نامیده می‌شود. در اکثر این فیلم‌ها، چهره‌ها، مکان‌ها، طرز صحبت، لهجه‌ها، سوژه‌ها... متوجه طبقه متوسط به پایین است. برای همین، فضایی که در این فیلم‌هاست با بقیه فیلم‌های ایرانی تفاوت دارد. «تاج محل» هم از این استثناء دور نیست و با نتیجه‌گیری کلیشه‌ای که در آنها دارد (کمک به فرزندان بی‌سرپرست یکی از سارقان) می‌خواهد جنبه‌های انسانی شخصیت‌های فیلم را که ناشی از فلسفه مستضعفان هست را نمایش دهد که با وجود مورد تعدی قرار گرفتن، حاضرند ببخشند و فراموش کنند!

فیلم به کندی آغاز می‌شود هرچند از اواسط آن تماشاگر را درگیر داستان می‌کند ولی روی هم رفته برای فیلم نخست یک فیلمساز می‌تواند قابل توجه باشد. بازی‌ها که توسط افراد معمولی نقش آفرینی شده، کمابیش با فضای ناهمگن فیلم همگام است و برای تماشاگر انتظاری باقی نمی‌گذارد تا روی نقش‌ها تکیه کند بلکه هدف، شخصیت‌های فیلم است که اجباراً تماشاگر می‌پذیرد.

ادامه مطلب زیبایی برای من... از صفحه ۳۸

تعداد زیادی از آنها گزینه «معمولی» را برای ورود انتخاب می‌کنند و وارد ساختمان می‌شوند و بعضی از آنها، بی‌لحظه‌ای تردید و چهره‌ای مصمم در «زیبا» عبور می‌کنند و همراهانشان را هم به عبور از آن تشویق می‌کنند.

یکی از بهترین تصاویر، تصویر مادری است که وقتی دختر نوجوان و در سن بلوغش راهش را به سمت در «معمولی» کج می‌کند او را صدا می‌کند و با خنده‌ای دلنشین او را پیش از خودش از ورودی «زیبا» رویان می‌گذراند.

در دناکترین تصویر هم متعلق به زنی است که وقتی در معرض انتخاب قرار می‌گیرد می‌ایستد، لحظه‌ای فکر می‌کند و مسیر آمده را باز می‌گردد. او هیچ انتخابی ندارد. گویی خودش را نمی‌بیند، نمی‌شناسد.

کمی فکر کنید! اگر یکی از زنان این آزمایش بودید از کدام در می‌گذشتید؟ انتخاب شما صرفاً بر اساس ویژگی‌های ظاهریتان کدام بود؟ آیا می‌توانستید بدون در نظر گرفتن قضاوت‌های دیگران راه عبورتان را انتخاب کنید؟ چند نفر از ما ممکن بود در این آزمون تمام فضا را فرا گرفته است مرتبط می‌دانند. به همین جهت معتقدند که در نتیجه هر تغییر در سیستم انرژی اطراف

درب «زیبا» را انتخاب نکنیم فقط به این دلیل که حس می‌کنیم به نظر آدم‌های اطرافمان زیبا نیستیم؟ بسیاری از ما ممکن است برای توصیف ظاهرمان نتوانیم از واژه «زیبا» یا «معمولی» استفاده کنیم. این ترس ممکن است حتی در مورد احساس مان، خلایق‌هایمان، تفکر و ابتکار و صداقت و درستکاری مان هم تکرار شود. ممکن است من و شما در هیچ کاری خودمان را تحسین نکنیم. چرا؟ تنها به این دلیل که دیگران چنین نکرده‌اند. دلیلش بخل و حسد بوده یا ضعف و نفرت یا ترس از دست دادن موقعیت. اما باور کردنش از سوی خودتان اتفاق ناخوشایندی است. نتیجه‌اش فقط می‌شود از دست دادن باورتان از توانایی‌ها و قابلیت‌هایی که بی‌شک در هر کس در زمینه‌ای وجود دارد.

به خودتان، زیبایی‌هایتان را یادآوری کنید. این یک توصیه جدی است. تلاش کنید تا همیشه زیبایی انتخاب شما باشد.

بدن موجود زنده تغییر مشابهی در انرژی حیاتی بدن ایجاد می‌شود و این ارتباط در تمام موجودات عالم وجود دارد. **ادامه دارد**

ادامه مطلب سر... از صفحه ۳۲

سماع در عربی به معنای شنیدن و در ادب فارسی به معنای سرود و آواز خوش و مؤثر آمده و «وجد و سرور و پایکوبی و دست‌افشانی صوفیان، انفرادی یا جمعی، با آداب و تشریفات خاص است.» در چهار بیت زیر از خواجوی کرمانی، سرو از سماع بلبل و مرغ چمن به وجد و پایکوبی می‌آید و رقصان و دست‌افشان به حالت سماع رود:

**سرو را بین بر سماع بلبلان صبح‌خیز / همچو سرمستان به بستان پایکوب و دست‌زن
چو سرو میل چمن کن که صبحدم در باغ / سماع بلبل شیرین کلام خواهد بود
مرا در مجلس خوبان سماع انس کی باشد / که چون سروی به رقص آید مرا از رقص وادار
سرو را باشد سماع از ناله دلسوز مرغ / مرغ را باشد صداع از ناله شبگیر ما
صداع = درد سر، سردرد.**

بیت زیر از سعدی و دو بیت بعد از مولوی با مضمون سرو و سماع است:

**سروی چو در سماعی بدری چو در حدیثی / صبحی چو در کناری شمع‌ی چو در میانی
بیا بیا که تویی جان جان جان سماع / بیا که سرو روانی به بوستان سماع
در هوس این سماع از پس بستان عشق / سروقدان چون چنار دست‌زنان آمدند
دست چنار به برگ پنجه‌ای آن اشاره دارد.**

ادامه مطلب به نام هستی... از صفحه ۳۳

امواج موجود در کیهان بر روی انسان ممکن است اثر مناسب یا نامناسب داشته باشند. امواج پرانا و آپانا از آن جمله اند. امواج اورای انسانی تحت شرایطی می‌توانند در بهبود بیماری مؤثر واقع شوند، امواجی که از تکرار مانترا (ذکر) برانگیخته می‌شود و دارای نتیجه آرامش بخشی و درمانی است. تحقیقات علمی در مورد نتایج حاصله از مدی تیشن در دنیا منتشر شده موید این نظریه است.

یکی از موسسات معروف شفابخشی موسسه «هاری ادوارد» شفا دهنده معروف انگلیسی است که پس از مرگ وی توسط یک زن و شوهر در هنگام تحریر این مقاله اداره می‌شده و بیش از نه هزار عضو داشته. موسسه دیگری در هند بنام انجمن تله تراپی وجود دارد که مرکز آن در کلکته است و نشریه‌ای بنام انجمن جهانی تله تراپی منتشر می‌کرده.

انرژی روحی چیست؟
(سابقه تاریخی)

پدیده انرژی روحی برحسب درک و آگاهی انسان مسئله جدیدی نیست و از دیرباز تاریخ تمدن، فلاسفه و دانشمندان متصور از تشکل و توانایی‌های نهانی این انرژی روحی را مطابق با فرهنگ و اعتقادات خود داشته‌اند. چیزی که جدید است کوشش دانشمندان برای اثبات وجود آن است.

واسطه‌های روحی مانند روبرت پاولیتا دریافته‌اند که انرژی روحی قطبی و دارای اثر متقابل نسبت به ابدان است و نیز می‌تواند دو قطبی بوده و با انرژی‌های دیگر متحد شود و مانند نیروی الکتریسته و مغناطیس اثر بگذارد.

این انرژی می‌تواند در کاغذ، چوب، شیشه و بسیاری مواد که عایق الکتریسته هستند جریان یابد. پت پرایس که در

انرژی روحی در ادب فارسی به معنای سرود و آواز خوش و مؤثر آمده و «وجد و سرور و پایکوبی و دست‌افشانی صوفیان، انفرادی یا جمعی، با آداب و تشریفات خاص است.» در چهار بیت زیر از خواجوی کرمانی، سرو از سماع بلبل و مرغ چمن به وجد و پایکوبی می‌آید و رقصان و دست‌افشان به حالت سماع رود:

سرو را بین بر سماع بلبلان صبح‌خیز / همچو سرمستان به بستان پایکوب و دست‌زن
چو سرو میل چمن کن که صبحدم در باغ / سماع بلبل شیرین کلام خواهد بود
مرا در مجلس خوبان سماع انس کی باشد / که چون سروی به رقص آید مرا از رقص وادار
سرو را باشد سماع از ناله دلسوز مرغ / مرغ را باشد صداع از ناله شبگیر ما
صداع = درد سر، سردرد.

بیت زیر از سعدی و دو بیت بعد از مولوی با مضمون سرو و سماع است:

سروی چو در سماعی بدری چو در حدیثی / صبحی چو در کناری شمع‌ی چو در میانی
بیا بیا که تویی جان جان جان سماع / بیا که سرو روانی به بوستان سماع
در هوس این سماع از پس بستان عشق / سروقدان چون چنار دست‌زنان آمدند
دست چنار به برگ پنجه‌ای آن اشاره دارد.

انرژی روحی در ادب فارسی به معنای سرود و آواز خوش و مؤثر آمده و «وجد و سرور و پایکوبی و دست‌افشانی صوفیان، انفرادی یا جمعی، با آداب و تشریفات خاص است.» در چهار بیت زیر از خواجوی کرمانی، سرو از سماع بلبل و مرغ چمن به وجد و پایکوبی می‌آید و رقصان و دست‌افشان به حالت سماع رود:

سرو را بین بر سماع بلبلان صبح‌خیز / همچو سرمستان به بستان پایکوب و دست‌زن
چو سرو میل چمن کن که صبحدم در باغ / سماع بلبل شیرین کلام خواهد بود
مرا در مجلس خوبان سماع انس کی باشد / که چون سروی به رقص آید مرا از رقص وادار
سرو را باشد سماع از ناله دلسوز مرغ / مرغ را باشد صداع از ناله شبگیر ما
صداع = درد سر، سردرد.

بیت زیر از سعدی و دو بیت بعد از مولوی با مضمون سرو و سماع است:

سروی چو در سماعی بدری چو در حدیثی / صبحی چو در کناری شمع‌ی چو در میانی
بیا بیا که تویی جان جان جان سماع / بیا که سرو روانی به بوستان سماع
در هوس این سماع از پس بستان عشق / سروقدان چون چنار دست‌زنان آمدند
دست چنار به برگ پنجه‌ای آن اشاره دارد.

ادامه مطلب هیچوقت دیر نیست... از صفحه ۴۹

ما می توانیم در زندگی خودمان برای دیگران انجام بدهیم و مثمره ثمر بودن را برای شادی و بهتر شدن زندگی دیگران هم یاد بگیریم. آن وقت است که به شادی درونی و رضایت می رسیم که فقط در دنیای خود و برای خود و خانواده خود نباشیم و از قفس خودخواهی و طمع خود بیرون بیاییم. در آن زمان است که دیگر فرصت غصه و قسه (self petty) نداریم و پخته تر و راحت تر به زندگی نگاه می کنیم. آن وقت است که زندگی برایمان خوب تر و خوب تر را به ارمغان می آورد و زمان وداع، عمری بیهوده و باطل در قالب پوچ و شخصی نداشته ایم. آنچه ما برای نشاط خود و آرامش و رسیدن به خوشحالی انجام می دهیم ریشه ای عمیق تر از کارهای روزمره شخصی دارد. عمق آن می تواند دیدگاه و مفهوم زندگی و خوشبختی را برایمان بسازد و ما را به انسان کامل تر و قدرتمندتری تبدیل کند. عزیزانم، من هرچه از خدمت و مهربانی به دیگران برای شما بنویسم کافی نیست چون که کوتاه ترین راه برای آرامش و شادی عمیق واقعی، رو راست بودن با خودتان و قبول قانون ارتباط ما با جهان هستی که قانون دهنده جذب و دفع هست می باشد. وقتی ما برای همه بهترین را بخواهیم، بهترین هم برای ما خواهد آمد. بخشش، مهربانی و انصاف و سخاوت در حد تعادل از ما انسان ای شادتر و عاقل تری می سازد. خودسازی راه شادتر بودن است. با عشق و نیروی مثبت و سازنده برای شادی های بیشتر، شما را به بهترین های هستی می سپاریم.

ادامه مطلب حسرت های انسانی... از صفحه ۵۱

اتاق زیرشیروانی که در همان ساختمان که آناتول فرانس و پدر و مادرش زندگی می کرده اند، خود را به پایین پرت می کند.

[۴] / این متن، برگرفته از ترجمه‌ی جلد دوم کتاب «بازیابی خاطره‌ها» از این نویسنده است. این کتاب، توسط نویسنده‌ی این مقاله، در دست ترجمه است. اما جلد اول کتاب «بازیابی خاطره‌ها»، مدت‌هاست که به دست ناشر سپرده شده است تا روزی از چاپ خارج گردد.

[۵] / Jean-Jacques / ۱۷۷۸-۱۷۱۲

[۶] / Carl Marx / ۱۸۱۸-۱۸۸۳

برای شاد زیستن باید یادمان باشد که همه چیز، از خانه ای که در آن زندگی می کنیم تا لباس ها و زینت آلات و ماشینی که داریم و کار و عنوان و مقام و غیره فقط و فقط به ما امانت داده شده و انسان حتی از فردای خود خبر ندارد و هیچ کدام از ما عمر نوح نداریم و زندگی به مانند چشم بر هم زدن می گذرد و ما نباید آرامش و در لحظه بودن را فدای دودن ها و داشتن ها بکنیم. تنها زمانی که قلب هایمان از گنجینه هایمان باخبرند، می توانیم ادعا کنیم که زنده هستیم.

عزیزانم، زندگی را برای زنده بودن نخواهیم بلکه برای زندگی کردن بخواهیم. مهربانی را می توانیم از حق تقدم دادن به رهگذر و یا ماشین در جاده، لیخند و کمک به یک سالمند، در را برای شخص غریبه باز کردن، سبدی میوه برای همسایه بردن، احوال یک تنهایی را پرسیدن و کارهایش را انجام دادن، دستشویی عمومی را پس از استفاده برای نفر بعدی تمیز کردن، از فروشنده و کارفرما و یا کارگر تشکر خالصانه کردن، و لباس های خود را در فروشگاهی بعد از استفاده خودمان آویزان کردن و کار فروشنده را راحت تر کردن، تا کارهای مهم تر مانند برای کسی کار پیدا کردن و زندگی او را تغییر دادن، به محتاج پول دادن و دست کمک مالی و یا کاری و یا اجتماعی بلند کردن، و کارهای داوطلبانه در خیریه ها انجام دادن، غم و نگرانی را در چشمان کسی دیدن و بی تفاوت نبودن و سعی برای کمک کردن، و صدها کار مثبت که همه

[۲] / نام پرستار پیر آناتول فرانس.
[۳] / مرد عینک فروش، بخشی از کتاب خاطرات اوست که آناتول فرانس در سنین کودکی، برخی روزها در پیاده روی هایی که با پرستار پیر خویش در شهر پاریس داشته، به این مرد، سر می زده است. مردی که با هزاران آرزو به آمریکا می رود تا طلا به دست بیاورد اما در آنجا، طلاهایش را می دزدند و پس از مدتی، در عمق فقر و بدبختی به فرانسه برمی گردد و به عینک فروشی در کنار خیابان مشغول می شود. سپس به بیماری مننژیت گرفتار می گردد و در اوج ناامیدی و فقر، از پنجره ای یک

ادامه مطلب سیر و سفری... از صفحه ۲۷

در سال جلوس سلطان محمود غزنوی به تخت سلطنت یعنی سال ۳۸۷ هجری او پنجاه و هشت ساله بوده است. فردوسی از خانواده ای دهقان بود و نظامی عروضی او را از دهقان طوس دانسته است و معلوم می گردد که خاندان فردوسی صاحب املاک و مکنت و ثروت بوده اند و خودش اشاره ای به این موضوع دارد:

الای برآورده چرخ بلند

چه داری به پیروی مرا مستمند

چو بودم جوان برترم داشتی

به پیروی مرا خوار بگذاشتی

بجای عنانم عصا داد سال

پراکنده شد مال و برگشت حال
فردوسی در طی سی سال که زندگانش را وقف تصنیف و تنظیم شاهنامه کرد در اداره املاک موروثی و خانوادگی اش اهماال و بی توجهی نمود و در نتیجه همه ثروت و مکنت خود را از دست داد و در دوران پیروی به فقر و مسکنت دچار گردید. قدرت شنوایی و بینایی اش نیز بسیار ضعیف گشته بود و با مرگ تنها فرزندش غم و اندوه و حرمان شدیدی زندگی اش را به ناکامی و نابسامانی دچار ساخت.

فردوسی که چندی قبل از مرگ فرزند دچار مشکلات مالی شده بود در داستان اسفندیار چنین نوشت:

دو گوش و دو پای من آهو گرفت

تهی دست و سال نیرو گرفت

ببستم بدین گونه بدخواه بخت

بنالم ز بخت بد و سال سخت
فردوسی مردی وطن پرست و در میهن دوستی استوار بود. نسبت به پادشاهان سامانی عزت و احترام و وفاداری خاصی داشت چون آنها را از ایرانیان اصیل می دانست. او در می یافت که کسی که به راستی شعرشناس باشد از پرداخت پاداشی بزرگ برای «شاهنامه» دریغ نمی ورزد، اما دادن چنین پاداشی از چه کسی ساخته بود؟ در میان فرمانروایان آن روزگار، همانا سامانیان بودند که می بایست ارزشی والا به منظومه او بدهند. او با ادامه دادن آئین ساسانیان، همه جا بر داستان های کهن ایرانی پای می فشرد. فری که در اوستا بسیار از آن سخن رفته، فری که در سنگ نبشته ها و پیکره ها در شکل هاله ای بر گرد سر شاهان می بینیم، تنها می توانست در خاندان شهریاران باستان دست به دست گردد.

بسی رنج بردم در این سال سی

عجم زنده کردم بدین پارسی

بناهای آباد گردد خراب

ز باران و از تابش آفتاب

برافکندم از نظم کاخی بلند

که از باد و باران نیابد گزند

نمیرم از این پس که من زنده ام

که تخم سخن را پراکنده ام

با افتخار می توان گفت که منظومه فردوسی، شاهنامه، یکی از عالی ترین آثار ادبی جهان است که ارزش آن در مشرق زمین از قدیم الایام شناخته شده بود و نسخه های خطی بی شمار پراکنده شده در تمام کشورها گواه این حقیقت است. شهرت عظیم شاهنامه (که شاید این شهرت مدیون داستان حماسی آن است) سبب انتشار بسیاری از عناصر آن در دورترین نقاط بیرون از مرزهای خراسان، جایی که منظومه در آنجا بوجود آمده بود، گردید. در داخل مرزهای ایران اهمیت این شاهکار منحصر به فرد چنانکه گفته شد بیشتر به خاطر نقشی است که در احیای زبان پارسی دری و بازسازی واژه ها و لغات و ساختار زبان پارسی و تجدید حیات بخشیدن به زبان یک ملت باستانی ایفا کرد که در نتیجه یوغ و استیلای تازیان میرفت تا در گورستان تاریخ مدفون گردد. سرنوشتی که زبان و فرهنگ ملت های باستانی دیگری چون مصریان- حبشیان- سوریان- عراقیان و کشورهای شمال آفریقا به آن دچار گردید.

استاد ابوالقاسم فردوسی شاعر بزرگ حماسه سرای ایران یکی از گویندگان مشهور عالم و از ستارگان درخشنده آسمان ادب پارسی و از مفاخر نامبردار ملت ایران است و به سبب همین عظمت مقام و مرتبت زندگی او مانند بزرگان درجه اول ایرانی با افسانه ها و روایات مختلف آمیخته شده است و حقیقتاً اطلاعات بسیار دقیقی از جزئیات زندگی او در دست نمی باشد. لکن در عظمت مقام این بزرگ مرد تاریخ همه متفق القولند که او از خداوند گاران شعر پارسی است. نام پدرش منصور بن حسن بوده و خود او در فریه باژ از ناحیه طابران طوس به دنیا آمده و تاریخ تولد او به طور دقیق معلوم نیست ولی در یکی از سال های ۳۲۳ تا ۳۲۹ هجری قمری چشم به جهان گشوده است که سال ۳۲۹ امکان دارد صحت بیشتری داشته باشد. چون خود او در ابیات شاهنامه متذکر شده که

بخش عمده تاریخ حدس است و بقیه تعصب. «ویل دورانت»

شیوه زندگی می تواند آزاد و زیبا باشد، ولی ما آن را گم کرده ایم. «چارلی چاپلین»

ادامه مطلب یک سینه سخن... از صفحه ۸

بود. هیچ کدام مان تا به آن زمان این همه پول را ندیده بودیم. آقای یزدانی نیمه شب به دکتر بهزادی رئیس کل بانک زنگ زد که پول پیدا شده و شبانه اتومبیل را به جلوی اداره آگاهی بردیم و آقای یزدانی چند تن از کارمندان بانک را تلفنی احضار کرد و پول ها را به شعبه هشت منتقل کردیم و سه تا کارمند شروع کردند به شمردن که تا ساعت هفت صبح ادامه داشت و هر چقدر بود صورت مجلس کردیم و همگی مبلغ شمرده شده را امضاء کردیم. ساعت هشت صبح رئیس اداره آگاهی که شنیده بود پول پیدا شده آمد و نگاه به ما و پول ها انداخت و به اطاق خودش رفت. ساعت هشت صبح با اجازه قاضی مستقر در اداره آگاهی پول ها و اتومبیل را به آقای یزدانی تحویل دادیم و نمایانم چقدر قرار برای رضا صادر شد ولی شنیدم تا قبل از انقلاب زندانی بود و البته بعدا حتما آزاد شده.

اما اتفاق جالبی پیش آمد و اینکه یکی دو هفته بعد از کشف این همه پول رئیس دفتر آگاهی به نام شاملو مرا به دفتر خواست و وقتی رفتم دو هزار تومان پول نقد به من داد و گفت این را بانک تهران برای تو فرستاده. خنده ام گرفت که از دو میلیون تومان کشف، فقط دو هزار تومان. از آقای مؤمنی جریان را پرسیدم. او گفت که ۲۵ هزار تومان فرستاده اند که ۱۰ هزار تومان رئیس آگاهی برداشته، ۵ هزار تومان دو تا معاون، ۵ هزار تومان کارمندان دفتری اداره آگاهی، سه هزار تومان به من داده اند و در نتیجه ۲ هزار تومان هم به تو می رسد.

چند هفته گذشت و آقای یزدانی معاون کل بانک که خیلی هم بواسطه کشف پول مورد توجه دکتر بهزادی رئیس کل بانک تهران قرار گرفته بود با خنده پیروزمندانانه ای وارد سرد شد و با قیافه سرد من و آقای مؤمنی روبرو شد. تعجب کرد. گفت: «آقا ما ۲۵ هزار تومان برای شما دو نفر فرستاده ایم.» و وقتی شنید فقط ۵ هزار تومان به ما دو نفر داده اند آه از نهادش برآمد. از همان جا به رئیس کل بانک تلفن زد و جریان را گفت و آقای بهزادی را هم خشمگین کرد. همانجا من را سوار اتومبیل کرد و به سوی بانک تهران شعبه مرکزی برد. وقتی که وارد بانک شدیم گفت: «آقای بهزادی دستور داده است که پنج هزار تومان دیگر به شما بدهند.» در نتیجه قبضی را آوردند و من امضاء کردم و پنج هزار تومان (قانونی) دریافت کردم و این پنج هزار تومان خیلی به دردم خورد چرا که ناراحتی قلبی پیدا کرده بودم و توانستم برای معاینه و معالجه به آمریکا به پیش همسرم که دوران تحصیل خود را می گذراند بروم که این خود داستان دیگریست.

دروغ میگه. نگهبان بانک که از رضا خیلی خشم داشت، می خواست او را خفه کند که چنین بلائی بر سر او آورده اما رضا حرف نمی زد و ما هر چه می گفتیم: «رضا پول ها کجاست؟ قبل از اینکه از بین برود حرف بزن. اگر به دست دوست و رفیقی داده ای پول از بین خواهد رفت. زود حرف بزن بگو پول ها کجاست؟» اما رضا دروغ روی دروغ می گفت. نگهبان بانک را هم می گفت که به او تهمت می زند. ساعت ده شب هر دوی ما یعنی من و آقای مؤمنی خسته و کوفته مستأصل شده بودیم که خدایا چه کنیم. معاون بانک تهران آقای یزدانی هم تمام مدت به همراه ما بود و می گفت: «جناب سروان کاری بکنید که حرف بزنند.» به او می گفتیم: «این مرد از کتک و فحش نمی ترسد. باید راه دیگری انتخاب کرد.» به رضا وعده دادیم که اگر حرف بزند، رضایت بانک را می گیریم و هر چه زودتر آزادش می کنیم، اما می گفت: «من از شما و بانک شکایت می کنم که مرا اینجا آورده اید و بی گناه دارید به من تهمت می زنید.»

شب سختی داشت آغاز می شد. قرار گذاشتیم مدتی آقای مؤمنی چرت بزند و من با رضا سرو و کله بزنم و بعد من سرم را روی میز بگذارم و بخوابم و آقای مؤمنی بازجویی را ادامه دهد تا شاید رضا حرف بزند. ساعت دوازده شب بود که یکی از مأمورین خبر داد زن رضا دم در آگاهی ایستاده و نگران شوهرش هست و چون شوهرش بیگناه است می خواهد او را به خانه ببرد.

آقای مؤمنی گفت که همسر او را به اطاق شعبه هشت بیاورند و به رضا نیز گفت: «رضا زنت را هم گرفته ایم به جرم شرکت در سرقت، چرا که او کش پول را در خانه ات فراموش کرد پنهان کند و با تو به زندان خواهد رفت» و شروع کردیم به بازجویی از زن رضا. رضا سکوت را شکست و گفت: «به زرم کاری نداشته باشید و اسم او را توی پرونده نیاروید. همه چیز را می گویم.» ما از او خواستیم بگوید پول ها کجاست!

ساعت حدود دو نیمه شب بود که با ماشین بانک تهران به همراه آقای یزدانی به پارکینگ در نزدیکی های همان دو راه قیام رفتیم. نگهبان پارکینگ در را باز نمی کرد و می گفت که تعطیل است، بروید فردا بیایید، اما وقتی رضا را با دست بند و یکی از مأموران را با لباس یونیفرم دید در پارکینگ را باز کرد. رضا اتومبیل مرسدس بنزی را که با همان پول بانک خریده بود نشان داد. صندوق عقب بنز را که باز کردیم پر از پول بود. رضا گفت: «این پول های توی صندوق عقب بنز اتومبیلی که خریده ام. بقیه را به زرم داده ام.» من و آقای مؤمنی و آقای یزدانی از حیرت دهانمان باز مانده

اسکناس ماست.» کش اسکناس را به زن رضا نشان دادیم، رنگش پرید و گفت: «من از هیچ چیز خبر ندارم.» هر چه او را نصیحت کردیم، باز هم اظهار بی اطلاعی می کرد. به نظر می رسید که رضا یک بسته اسکناس را به او داده و او هم آن را در جایی پنهان کرده است. اما عقلش نرسیده که کش اسکناس را پنهان کند. معلوم بود که بالاخره رضا هر جا رفته باشد به محل انجام جرم باز خواهد گشت. ناچار من با دو مأمور، یکی نزدیک بانک به همراه یکی از کارمندان که رضا را خوب می شناخت، و یکی دیگر نزدیک ساندویچ فروشی و شخص سوم که من باشم طرف دیگر خیابان روی زمین زیر درختی با لباس کهنه نشستیم. این مراقبت تقریباً سه الی چهار روز ادامه داشت. حتی خوب به یادم هست که یکی از سلمانی های چای دارچینی که چند قدم آن طرف تر بساط داشت و سر و ریش مردم را می تراشید آمد سراغم که «آقا تو غریبی؟ کسی را توی این شهر نداری که هر روز از صبح تا شب کنار این جوی کثیف نشستی؟! منم گفتم که «بابا جان راست میگویی، منم غریبم و توی این شهر کسی را نمی شناسم. منتظر پسر عمویم هستم که بیاید مرا ببرد.»

بگذریم. روز سوم یا چهارم کشیک دادن جلوی بانک بود که مأموری که همراه کارمند بانک در پشت شعبه خیابان را می پائید فریاد زد جناب سروان بدو که توی ماشین نشسته و دارده به بانک نگاه می کنه.» با فریاد او از لابلای ماشین ها به طرف اتومبیلی که رضا تویش نشسته بود دویدیم. خوشبختانه ترافیک راه او را بسته بود و او زود به دام افتاد. با داد و فریاد مردم را به کمک می طلبید که «آی مردم بیایید ببینید این مأموران با من چه می کنند. من از دست شما شکایت میکنم» و بهر حال می خواست ما را بترساند، اما فایده نداشت. او را به اداره آگاهی بردیم و آقای مؤمنی، همکارم، بازجویی را آغاز کرد. اما مگر رضا حرف می زد. هر چه می گفتیم: «رضا، کش پول توی خانه ات پیدا شده. نگهبان بانک هم گفته که تو او را برای همجواری با یک فاحشه به داخل ساندویچ فروشی برده ای.» جواب می داد که «دروغ می گوید. می خواهد به من تهمت بزند.» خب می دانستیم که سارقین سابقه دار از کتک و ضرب و شتم نمی ترسند. دو میلیون تومان پول آن زمان خیلی پول بود و حاضر بود ده سال توی زندان بماند و بعد بیاید با کمال آسودگی آن پول را خرج کند.

بازجویی از صبح تا نه شب ادامه داشت. هر چه دلیل برای رضا می آوردیم و حتی دربان بانک را با او روبرو کردیم، گفت که «نه،

کشیدن سبیل درد شدیدی ایجاد می کند، اما چاره چه بود. دو تا از مأمورین از دو طرف شروع کردند به کشیدن سبیل دربان و نعره های او تا توی خیابان هم به گوش می رسید. آقای یزدانی می گفت: «جناب سروان او آدم درستی است و امکان ندارد سارق باشد.» و من به او می گفتم: «آقای یزدانی، ممکن است او آدم سالمی باشد، اما دروغ می گوید. حتی اگر کلید درب بانک در دست شخص دیگری باشد، او یعنی دربان بانک، باید دیده باشد که چه کسی در را باز کرده. مگر اینکه او محل کار خود را ترک کرده باشد و شخص دیگری با کلید در بانک را باز کرده و محل کلیدهای داخلی را هم داشته و سرقت را انجام داده.» آقای یزدانی می پذیرفت اما باورش نمی شد که دربان بانک این کار را کرده باشد. به دربان بانک گفتم: «خوب فکر کن ببین تو برای دست بآب یا خوردن شام به خانه ات نرفته ای یا برای یکی دو ساعت به سینما نرفته ای!» می گفت: «نه اما...» تا گفت اما گفتم: «اما چی؟! گفت: «من از آقای یزدانی خجالت می کشم حرف بزنم.» به آقای یزدانی گفتم از شعبه هشت برود بیرون. وقتی او رفت نگهبان بانک گفت: «راستش رضا ساندویچی که درست روبروی در بانک ساندویچ فروشی دارد و هر روز برای کارمندان بانک ساندویچ و نوشابه میآورد و با آنها دوست است، شب سرقت یک فاحشه را آورده بود توی مغازه و به من گفت ما رفیقیم، تو هم برو، و من هم برای چند دقیقه رفتم.»

بلافاصله فهمیدیم که رضا برای به دست آوردن کلید این نقشه را کشیده که او را توی ساندویچ فروشی ببرد و وقتی لخت شد کلید را از جیب نگهبان بردارد و چون جای کلیدهای دیگر را میدانسته، توانسته بود که در عرض نیم ساعت پول ها را داخل اتومبیل گذاشته و در بانک را بسته و کلید را مجدداً توی جیب نگهبان بانک برگرداند. نام نگهبان بانک را بیاد ندارم اما میدانم از حوالی سمنان بود و صدایش عجیب عین خودش یوقور بود. بلافاصله دستور دستگیری رضا، معروف به رضا ساندویچی و بازرسی خانه اش را از قاضی مستقر در اداره آگاهی گرفتم و به همراه آقای یزدانی نخست به ساندویچ فروشی رضا رفتم. کارگر رضا گفت او به مغازه نیامده. به خانه اش که نزدیک ساندویچ فروشی بود رفتم. همسرش اظهار بی اطلاعی کرد. هر چه به او گفتم که رضا پولی را درخانه پنهان نکرده یا پولی به تو نداده گفت نه. تمام خانه را گشتم حتی زیر شیروانی خانه، ولی اثری از پول نبود، اما یک کش ساده روی زمین افتاده بود که آقای یزدانی گفت: «این کش

ادامه مطلب یادداشتهای بی تاریخ... از صفحه ۲۰

یک چیزی بود مثل ماما خمیره و خرد و خمیر از خستگی. هرچه بزرگ عروس مفصل تر و سنگین تر بود بر اعتبار عروس و قدر مشاطه افزوده می شد. خوب خوب متوجه شدید که عروس چه طور حاضر می شد؟»

من در دنیای رنگین کودکی تصور می کردم که این عروس که به قول بی بی تنبان فنی، پیرهن زری، چارقد نقده به بر و آنهمه آرایش به رو دارد موجودی بس دیدنی و خندیدنی است. بی بی ادامه داد و گفت: «شب عروسی پدرم بعد از آنکه همه مراسم انجام شد حکیم را به حجله فرستادند تا با عروس جوان تنها شود. اما هنوز در حجله بسته نشده بود که حکیم آمد بیرون سر بیزیر انداخته و آمرانه گفت: یک دست آفتابه لگن با آب گرم بیاورید. هیچکس نفهمید که او آفتابه لگن برای چه می خواهد و چون منظور داماد فراهم شد خود بیرون در ایستاد و به دو نفر از زنهای گفت: بروید دست و صورت حلیمه خانم را بشوئید و خشک کنید تا من به حجله قدم بگذارم.»

شنگ و شیون زنهای بلند شد. حاصل یک هفته دودیدن و رنگ کردن و عروس آراستن داشت بباد می رفت. اول خواستند مخالفت کنند. اما داماد بیرون حجله بود و حکم حکم داماد بود. چند زن مسن تر پادرمیانی کردند که: آقا میرزا شمس الدین، این همه زحمت کشیدیم برایتان عروس مثل دسته گل به حجله فرستادیم. باجی مشاطه دارد دق می کند مگر می شود دست و روی عروس را شست؟»

حکیم الهی با حلمی عجیب و صدای آرامش گفت: خانم ها من مشاطه لازم ندارم زنم هم مشاطه لازم ندارد. سعدی فرموده است: حاجت مشاطه نیست روی دلارام را.»

چه روزهای سخت و هیجان زده ای بود. ۱۹۷۸ بازیها که در تایلند برگزار می شد ایران شرکت نکرد. تب انقلاب که بعدها تب کرد، تا تیم ایران در جاکار ششم می شود.

بسیاری از آن قهرمانان، قهرمانان دوران کودکی ما هستند. علی باغبان باشی، تیمور غیاثی، جلال کشمیری، تختی، حسین موحد، زندی، محمد نصیری، پرویز جلاور و برومند، هنوز در ذهن خسته من جا دارند. آیا انقلاب نمونه های ماندگارتری را ارائه داده است! نمی دانم ولی از من انتظار کف زدن نداشته باشید.

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

انقلاب آزادی شد، چون نگین انگشتری گران بها در کنار تهران ساخته شده بود. همه می پرسیدند شما چگونه این کار را کردید. یکی از مدرن ترین ورزشگاه های جهان در آن سال ها، که هنوز هم بعد از ۴۴ سال همه بار ورزش را بدوش می کشد، سالن ۱۲ هزار نفری، برای کشتی و وزنه برداری، پیست دوچرخه سواری برای دوچرخه سواران برای اولین بار در ایران سالن بسکتبال، والیبال و دریاچه ای برای قایقرانی، هنوز هم پر است.

تیم کشتی فرنگی ایران در هشت وزن، هشت مدال طلا گرفت که تا امروز تکرار نشده است. در یک بعدازظهر آفتابی در ورزشگاهی که همه گوش تا گوش چشم به مانع پرش ارتفاع دوخته بودند و در حضور شاه و ملکه که در جایگاه مخصوص، رقابت شان به شان تیمور را با رکورد دار جهان می دیدند، استرس بخش بزرگی از زندگی ما است و تیمور بالا بلندی که بزرگ تر از قد و قواره زندگی بود، در حالیکه نفس ها در سینه حبس شده بود از روی مانعی جهید که حریف چینی اش نتوانسته بود. این مسابقات که از تلویزیون سراسری پخش می شد، غروری را به ایرانی ها القاء کرد که تا امروز مثال زدنی است.

شاه و ملکه به افتخار مردی که دور ورزشگاه می دوید تا دور افتخار را بزند، ایستاده بودند و دست می زدند. بعدها در رژیم جمهوری اسلامی، این جرم تیمور طلائی شد که چرا از روی مانعی بسته است که شاه و ملکه به افتخارش بایستند و دست بزنند و او که دورخیزی تاریخی برای وطنش، نه شاه و ملکه، کرده بود، خانه نشین شد. در دوومیدانی مرحوم جلال کشمیری هم که در آمریکا تحصیل می کرد، دو مدال طلا در پرتاب های وزنه و دیسک گرفت.

فرامرز آصف خواننده محبوب، البته آقای مهندس فرامرز آصف که آن روزها دانشجویی در آمریکا بود، یک برنز در پرش سه گام گرفت. رکورد او سالها دست نخورده باقی مانده. در بوکس، دلارام شریف، ماسیس هامبورسیان و عبدالرضا انداوه طلا گرفتند. در وزنه برداری، نصیری، کارگر نژاد، اکبر شکر الهی طلائی شدند. اما شگفتی آفرین دختران شمشیرباز بودند. مهوش شفائی و گیتی محبان که گردن آویزی برتر را به گردن آویختند. فوتبال برای اولین بار طلا گرفت. هفت بر صفر در برابر پاکستان دو بر یک در برابر برمه و پیروزی شش بر صفر دیگری ایران را به دور بعد برد. در

چهار سال بعد ایرانی ها غایب بزرگ این بازی ها بودند. مشکلات سیاسی، کودتای ۲۸ مرداد سبب شده که ایرانی ها به این بازی ها نروند. در سال ۱۹۵۸ بازی ها در ژاپن بود. ایران با ۱۱۲ شرکت کننده در این بازی ها شرکت کرد. چهار دختر ایرانی در پینگ پنگ و دوومیدانی به این مسابقات فرستاده شدند. ایرانی ها با ۷ طلا ۱۴ نقره و ۱۱ برنز، در مجموع چهارم شدند. مدال طلای خلیق رضوی بسیار خوشحال کننده بود. تختی، حبیبی و زندی سه کشتی گیر طلائی ایران بودند. تیم والیبال ایران دوم شد، اما فوتبال ایران چهار بر صفر به اسرائیل و پنج بر صفر به کره جنوبی باخت و حذف شد. فراموش نکنیم که باختن همواره گناهی نابخشودنی است. در پایان این بازیها تنی چند از پسرهای ایرانی از سفر با همسر ژاپنی بازگشتند و دخترهای چشم مورب ژاپنی چه خوشبخت بودند. در حقیقت این مدال زندگی برای پسرها بود.

در چهارمین دوره این بازی ها نخست وزیر علی امینی بود و گفت دولت بودجه ای برای حضور در این بازی ها ندارد. میزبان اندونزی بود و ایران شرکت نکرد. چهار سال بعد در ۱۹۶۶ در بدترین دوره حضور ایران تعداد شرکت کننده های ما ۱۱۸ ورزشکار بودند و فقط ۶ طلا، ۸ نقره و ۱۶ برنز گرفتند. ورزشکاران ایرانی پوست عوض می کردند و جوان ها از راه می رسیدند. محمد نصیری همراه با جلاور و منوچهر برومند در وزنه برداری طلا گرفتند و در کشتی موحد اندک اندک یاد گرفته بود که فقط همه حریفان را ضربه کند. او همراه با مهدی زاده و فیلابی طلائی بودند. والیبال زنان ایران بدون چادر و روسری سوم شد. بزرگ زاده هم که از آمریکا آمده بود سوم شد و تقی اکبری هم در تنیس برنز گرفت. اما در مجموع تیم ایران ششم شده بود درست مثل امروز.

۱۹۷۰ بازی ها در تایلند بود. ۱۶۹ ورزشکار به این بازی ها اعزام شدند. ۹ طلا، ۷ نقره و ۶ برنز ره آورد ایرانی ها بود. نصیری که فقط طلا دوست داشت به همراه دهنوی برای وزنه برداری طلا گرفتند و در کشتی جوادی، قربانی، سیدعباسی، موحد و ذاکری دیگر طلائی های ایران بودند. در دوومیدانی تیمورخان غیاثی با مدالی به رنگ نقره بازگشت.

۱۹۷۴ سال های شکوفائی ایران بود. بازی ها در تهران برگزار شد و برای اولین بار چینی ها در این مسابقات شرکت کردند. ورزشگاه بسیار زیبای آریامهر که بعد از

گاهی با شرکت بیش از دویست سیصد زن صورت می گرفت که در حال تهیه وسایل بزرگ داریه و تنبک و طشت می زدند و آواز می خواندند و گاهی هم با بشکنی و رقصی و بگو بخندی دل مضطرب عروس را شاد می کردند. وقتی همه وسایل آرایش فراهم می شد تازه مشاطه و شاگردانش وارد معرکه می شدند. اول عروس بعد یکنگ های عروسی و بعد بقیه را می آراستند، بند می انداختند و زیر ابرو بر می داشتند. اگر صورت عروس جوشی بود زاج سفید می سوزاندند و به آن می مالیدند. اگر بر اثر بند انداختن صورت عروس ورم می کرد آب کاسنی و شاتره به خوردش می دادند و روغن یاس به صورتش می مالیدند. بعضی وقت ها هم لازم می شد که عروس را تعمیر کنند.»

من کودکانه پرسیدم: «مگر عروس خراب می شد که باید تعمیرش کنند؟» بی بی خنده کوتاهی کرد. کمتر می خندید اما دندان هایش آنقدر ریز و سفید و منظم بود که وقتی به آن نگاه می کردی یاد تسبیح صدف می افتادی. در جواب من گفت: «بله، بعضی عروس ها آبله رو بودند. بعضی پیشانی ناصاف داشتند. مشاطه در این اوقات کارش این بود که موقتا این عیب ها را برطرف کند. آنوقت می فرستادند چند قلوه گوسفند می آوردند پوست قلوه را بر می داشتند توی لعاب به دانه که چسبندگی داشت خیس می کردند و می چسبانند روی مهر آبله یا ناهمواری پیشانی. بعد روی پوست قلوه سرخاب و سفیداب می مالیدند. آرایش عروس گاهی دوشبانه روز طول می کشید به صورتش پولک رنگی براق می چسبانند مثل این عروسک های فرنگی. خلاصه عروسی که از زیر دست مشاطه و شاگردانش در می آمد

دور بعد که بازی ها نیز گروهی بود، ایران مالزی را برد و سپس با دو گل غلام حسین مظلومی از سد کره جنوبی رد شد و عراق هم یک بر صفر مغلوب ایران شد تا ایران راهی فینال شود. حریف اسرائیل بود که اغلب بازیکنانش در تیم های اروپائی توپ می زدند. در ورزشگاهی که مردم از صبح در آن، جا گرفته بودند، ایرانی ها با گل به خود اسرائیل روی سکو، طلا گرفتند. همه خوشحال بودند. این دوران شکوفائی اقتصاد ایران بود. مجموع ۳۶ طلا، ۲۸ نقره و ۱۶ برنز و در مجموع ۸۱ مدال خیری بود که هرگز تکرار نشده است.

ادامه مطلب نبرد دین با... از صفحه ۱۰

کار ساز خواهد بود که تمامیت انجیل در بستر پذیرفته شود. وقتی انجیل می گوید که زمین حرکت نمی کند با وجود آگاهی از استدلال گالیله باید همچنان این نظر را بپذیریم، زیرا در غیر این صورت سبب ترغیب آدم کشان و سایر تبه کاران شده ایم. گرچه تعداد اندکی می توانند چنین استدلالی را بپذیرند، اما نمی توان آنرا چرند به شمار آورد و هم چنین کسانی که به این استدلال توجه کردند نباید از نظر اخلاقی فاسد در نظر گرفته شوند. بینش افراد درس خوانده در قرون وسطا از نوعی وحدت منطقی برخوردار بود که اکنون از میان رفته است. می توان توماس آکیناس (Thomas Aquinas) (فیلسوف مدرسی در قرن سیزدهم) را مفسر معتبر احکام دینی دانست، احکامی که علم ناچار از مخالفت با آنها بود. وی معتقد بود- هنوز هم کلیسای کاتولیک همین اعتقاد را دارد- برخی از حقایق بنیادی مسیحیت بدون نیاز به دلیل یا منطق و بدون توسل به وحی آسمانی ثابت شدنی است. از جمله این حقایق می توان از وجود آفریننده ای توانا و نیکوکار یاد کرد. توانایی و نیکوکاری او چنین نتیجه می دهد که خالق، آفریده هایش را از احکامش بی خبر نخواهد گذاشت، تا آنجا که به اطاعت از اراده خداوندی مربوط می شود این آگاهی الزامی است. به این ترتیب وحی آسمانی باید وجود داشته باشد و ناگفته پیداست که این الهام در متن انجیل و در تصمیم های دستگاه دین جلوه گر می شود. پس از استوار شدن این نکته ها دنباله آنچه نیاز بدانستن آن را داریم می توانیم از متن کتاب مقدس و خطابه های شوراها روحانیت بیاموزیم. کل استدلال به روش پی بردن از کل به جزئیات براساس فرض هایی که از پیش از سوی تقریباً تمامی جمعیت کشورهای مسیحی پذیرفته شده اند پیش می رود و گرچه چنین استدلالی از دیدگاه خوانندگان امروز نادرست جلوه می کند، نادرستی و سفسطه آمیز بودن آن بر اکثریت افراد درس خوانده آن دوران آشکار نبود.

ارائه داور

۱- کتاب در ۱۹۲۵ در دوران به قدرت رسیدن نازیسم در آلمان هیتلری و استوار شدن کمونیسم در روسیه نوشته شده است.

حرف می زدیم را از یاد نمی برم. آخرین باری که او را دیدم روی تخت بیمارستان بود و هزار لوله به او وصل کرده بودند. دستش را بوسیدم. دستش از اشک هایم خیس شد. در اغمای کامل بود و دو روز بعد از دنیا رفت.

ادامه مطلب مشقی تازه... از صفحه ۱۹

فشنگی، مرا به باغ ها ببرید تا در کنار جوی ها بازی کنم، شادی کنم. گل بچینم، دنبال دخترها بدم و گیسوی آنها را گرفته، دور دستم بیچم. از درخت بالا بروم. آب روی همبازی ها بریزم. سنبله گندم را چیده در ساقه اش سوت بزنم. ایرک (تاب) بسته و ناب بخورم. از باغ همسایه میوه بدزدم و از کوه بالا بروم. با بچه ها بدم و شب خسته و خورد در کنار مادر بزرگ نشسته و قصه گوش کنم. چه آرزوهایی. آقای معلم این را از ما خواسته است. آقای معلم نمی داند که بیلاق شما چگونه است. او نمی فهمد که شما به جای بیلاق هر صبح مرا شلاق می زنید و با لگد مرا از خواب می پرانید که بلند شوم و نان بخرم. او نمی داند که من به جای بیلاق فقط آرزو دارم یک بار خنده پدرم را ببینم. معلم من به خانه ما نیامده و نمی داند که به جای آرامش خانوادگی چه غرشی و نهیبی سراسر فضا را گرفته است. او نمی داند شما دائماً با مادرم دعوا می کنید و مادرم هم به شما نفرین می کند و این من بدبخت هستم که باید مانند گندم در میان سنگ های آسیاب له و لورده شوم. آقای معلم نمی داند من شب کتاب درسم را نیمه تمام می گذارم تا شیشه سیاه را بردارم و ببرم دکان عرق فروشی و آن را برای شما پر کنم. او برای من بدبخت هوس بیلاق می کند. من هم باید ریا کنم و دروغ بنویسم، مثل بقیه شاگردان از حضرت خداوندگاری تمنا کنم که به بیلاق بروم (نقل از کتاب قصه های رسول پرویزی)

لیلی گلستان از احمد محمود می گوید
احمد محمود را چندبار در کتابفروشی خودم دیدم. مجذوب سادگی و شخصیت محکمش شدم. نوشته هایش را هم همیشه دوست داشتم. فضا را آنقدر خوب در می آورد که انگار ما همان جا هستیم. همه چیز برایمان ملموس می شود. من آنقدر از کتاب در داستان یک شهر او خوشم آمد که رفتم بندرلنگه را از نزدیک دیدم. استاد مسلم انتقال تنش ها، التهاب ها و حس ها به خواننده است. رابطه ای دلنشین و دلچسب داشتیم. وقتی سه جلدی مدار صفر درجه او را خواندم حس کردم دلم می خواهد با او گفت و گو کنم. نمی دانستم او هرگز با کسی گفت و گو نکرده. وقتی پیشنهادم را گفتم خیلی صریح گفت این کار را دوست ندارد و گفت و گو نمی کند. من اصرار نکردم چون صراحتش بیش از اندازه بود و فقط گفتم من دوست دارم این کار را بکنم و شما بیشتر درباره این پیشنهاد فکر کنید و اگر روزی روزگاری علاقمند به این گفتگو شدید مرا آگاه کنید. چند ماه بعد خودشان زنگ زدند و اعلام آمادگی کردند. من از

به گفته محمد جعفر محبوب، او نمونه درخشان مردان خود ساخته بود. وی در زمینه معارف اسلامی و ادبیات فارسی، اطلاعات بسیار داشت و از وی تالیفات مهم و مقالات متعدد به یادگار مانده است. استاد فروزانفر بعدها با شم انتقادی فوق العاده ای که داشت کلا و به یک باره به مولوی روی آورد و چنان در آثار این مرد بزرگ و آثار صوفیانه دیگر ادب فارسی مستغرق شد که سخنوران دیگر را از یاد برد.

شرح او بر مثنوی مولانا جلال الدین رومی، که سه مجله از آن را چاپ کرد و متاسفانه توفیق تالیفات مجلات بعدی را نیافت، مانند خود مثنوی یکی از آثار جاویدان ادبیات فارسی خواهد بود. علی دشتی، هنگام انتشار این کتاب نوشت: چهل سال آشنایی ایشان (فروزانفر) با مثنوی و سایر آثار و افکار مولانا، جیرگی بر تاریخ تصوف، اطلاعات مبسوطه بر معارف اسلامی قوه تحقیق و شکیبایی در جستجوی مطالب، هوش نافذ و موشکاف این استاد گرانمایه به ما این نوید را می دهد که شرح مثنوی پا به پا با کتاب عظیم شان مثنوی به اعماق قرون آینده پیش رود و در بسط فرهنگ ایران زمین و اعلا شای قوم ایرانی در جهان اندیشه، خدمت گرانقدر و ارزشمندی به شمار می آید. فروزانفر مکرر به شاگردانش گفته بود: «توقف مرگ است.» او خود تا بود دمی از کار کوشش باز نایستاد. او گاهی به تفنن شعر هم می گفت، اگرچه شعر و شاعری کار او نبود. من هم در سال ۱۳۴۹ در مراسم گرامیداشت این استاد و ادیب بزرگ هنگامی که دانشجوی بودم فرصتی دریافتم مطالبی بگویم. البته در آن مراسم بعد از پایان سخنان چند استاد چنین فرصت بیان مطالبی به من داده شد. یادش هرگز از یادها نمی رود. بی نظیر بود در فضیلت و چه حرمتی داشت نزد همه.

آرزو می کنم یک بار خنده پدرم را ببینم
معلم به شاگردش گفت بیا انشاء ات را بخوان. موضوع انشاء: نامه ای به پدرتان بنویسید و بگویید تابستان شما را به مناطق بیلاقی ببرد.

ابراهیم شلوار وصله دارش را بالا کشید. دفتر انشاء اش را برداشت و جلو معلم سیخ ایستاد و چنین خواند:

پدرم، پدر خشن و بدخویم، آقای معلم نفسش از جای گرمی بلند می شود و او نمی داند من در چه جهنمی به نام خانه زندگی می کنم. او از تندی و خشونت شما، از بدبختی و نکبت من خبر ندارد. او بدون توجه به زندگی تیره و تار ما دستور داده است نامه ای به شما بنویسم و از شما خواهش کنم در تابستان مرا به بیلاق ببرید. چه جملات

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

عرض کردم: «یه کاریش می کنیم!» خلاصه ما دست راستی هستیم و این ها به عکسش!

در ضمن اگر به سلامتی عینکی خریده و به صورت زیباییتان زده باشید، من اگر باشم عرض می کنم که چقدر عینک به شما می آید! ولی این ناقلها می گویند: چقدر به شما می رود!

یکی از سرگرمی های آن دوران، سگ زنی بود و گربه را هم بخاطر دله دزدی کله اش را لای در اطاق «آچمز» می کردیم! ولی این جا سگ و گربه با شناسنامه جزو خانواده محسوب و عزت و احترامشان کم از اعضاء فامیل نیست!

من منظره شلاق و زنجیر کلفت خرک چی ها و درشکه چی ها را هیچگاه فراموش نمی کنم که وقتی زنجیرش روی هوا بلند می شد حیوان بیچاره نخورده، چه پیچ و تاب می خورد. با مقایسه با مسئله حمایت حیوانات و آن اسب سیلی خورده، خودتان مقایسه فرمائید.

جشن عروسی را شبانه می گیریم و اینها در روز روشن. رسم ما بر این است

که مخارج عروسی را خانواده داماد می پردازد در حالی که این طرف دنیا سور و سات عروسی با طرف عروس است. در سیاره یادش بخیری خودمان، دوشیزگان نازنین ایرانی قبل از ازدواج ساده و بدون آرایش بوده و به مجردی که به سلامتی به خانه بخت می رفتند و استخوانی می ترکاندند، برای مشاطه دست از دل رها کرده و با هفت، هشت قلم آرایش صد چندان به زیبایی شرقی شان می افزودند، اما در این حیات خلوت بزرگی که زندگی می کنیم، دخترکان بلوند و چشم عسلی از آغاز نوجوانی آرایش های غلیظ و سایر کارهایشان را که تکمیل انجام دادند، بعد به منزل شوهر اصل کاریشان می روند و به کار و زندگی پرداخته و به جای آرایش های آن چنانی بازار مشاطه گران را بی رونق می کنند!

انشاء الله در آینده عمری بود، بقیه را هم معروض خواهیم داشت. در خاتمه این را متوجه شده ایم که: ما کار می کردیم که زندگی کنیم ولی آمریکائی ها زندگی می کنند که کار کنند!

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

به عربی گهگاه به دو مفهوم متفاوت معنا می یابد. همچنانکه آیه غدیر در ملایت حضرت علی بانی شیعه و سنی فراگیر بوده و خواهد بود. تغییرات و تفسیرات حاکم چه بسا این چنین قاطع مذکور در طول تاریخ مدون موجودیت یافته و مقبول افتاده است. ناچار فریضه های فقهی در جمیع مشتقات اسلامی پذیرفته گردیده و اما جرئت اختر را بنامز که فوراً احقاق حق نمود و گفت گل پیکرم، تاج سرم، خوش منظرم. بشکن زد و رفت.

در آشپز خانه ماندند. به محض بیرون رفتن سامان و سوفیا، ربکا مانند یک پرند جست زد و خود را به آغوش فریدون انداخت. آنقدر بی تاب بودند که بدنال جایی برای عشقبازی نگشتند. میز آشپز خانه از چوب های کلفت و محکمی ساخته شده بود. ربکا پالتو پوستی اش را با عجله روی میز پهن کرد و هر دو بر روی میز افتادند.

هیچ وقت بابت عشق هایی که نثار دیگران کرده اید و بعدها به این نتیجه رسیده اید که ذره ای برای عشق شما ارزشی قائل نبوده اند، افسوس نخورید. شما آن چیزی را که باید به زندگی ببخشید، بخشیدید، و چه چیزی زیاتر از عشق. «سیلور استاین»

ماهنامه پژواک

(408) 221-8624

ادامه مطلب عشق، هوس... از صفحه ۳۷

دید. آنجلا گفت: «من ماجرای زمین خوردن تو را برای خانم مانوئلا گفتم. او در لحظه نخست، متاثر شد اما بلافاصله یادش آمد که تو داشتی از خدمت به بره های خداوند بر می گشتی و گفت خدا را شکر که مریم مقدس کلودیا را در زمره رنج کشان برای خداوند قرار داد.» و بعد ادامه داد: «خوش به حال کسانی که در این دنیا رنج می برند زیرا که پاداشی نیکو در ملکوت خواهند داشت.» این سخنی که از دهان آنجلا در آمد، آنچنان در کلودیا اثر گذاشت که به گریه در آمد و بر سینه اش صلیب کشید و چشمانش را بست و شروع به شکر گذاری کرد: «بله، ای مریم مقدس، شکر می کنم که مرا برگزیدی تا مراقب بره های خداوند باشم. شکر می کنم که برای آموزدن من، یک تلنگر کوچک به من زدی تا بدانم کیستم و خوشحال باشم که از خدومه توام.»

دختران، خوراکی هایی را که آنجلا آورده بود از روی میز برداشتند و شستشو دادند و خشک نمودند و نان ها را برش دادند و هر کدام را در جای ویژه خودشان گذاشتند و پس از آنکه از همه زُفت و روب ها و پخت و پزها آسوده شدند، قهوه را آماده کردند و دُور میز نشستند و با خیال آسوده مشغول گفتگو شدند.

فریدون و سامان درس مهمی نداشتند و ترجیح دادند به خانه بروند تا در کنار کلودیا باشند. وقتی به خانه وارد شدند، با انبوهی از دختران در سنین مختلف روبرو شدند که سخت مشغول گفتگو های شیرین و خندیدن به مطالب گفتنی بودند. سوفیا به گردن سامان آویخت و او را غرق بوسه کرد اما ربکا ترجیح داد که سر جایش باقی بماند تا حواس کلودیا را برانگیخته نکند و به دست دادن بسنده کردند. پسر ها مطابق عادت همیشگی کلودیا را که همچنان بر روی صندلی نشسته بود و پای بسته بندی شده اش بر روی یک صندلی دیگر بود در بغل گرفتند و بوسیدند. فریدون از ربکا پرسید: «آیا از نادزارینا خبری داری؟» و او گفت که تلفنی با او حرف زده است و حالش خوبست اما دانشگاه رفته و چون می خواسته اند زودتر به ملاقات کلودیا بیایند، ترجیح داده اند که تا غروب منتظر نادزارینا نمانند.

ناهار که آماده صرف کردن شد، آنجلا برخاست و خدا حافظی کرد. پس از تمام شدن نهار سوفیا به سرعت برخاست و ظرف ها را شست و خشک کرد و در جایشان چید و کمک کردند که کلودیا را

فریدون و سامان برای آنکه مهربانی های کلودیا را جبران کنند، تصمیم گرفتند که آخر آن هفته را به رم نروند و پیش کلودیا بمانند تا او احساس تنهایی و دلنگی نکند و به این منظور هر دو به رم تلفن کردند که این هفته از آمدن به رم معذورند. ربکا و سوفیا که در روزهای هفته هم به کاسینو می رفتند، برایشان این خبر سختی نبود اما نادزارینا متاثر شد و گفت: «هیچ اشکالی ندارد. من خودم از ربکا خواهش خواهم کرد که با من به کاسینو بیاید. و شاید اگر توانستیم جایی برای اقامت پیدا کنیم، شب را هم در کاسینو می مانیم تا بیشتر در کنارش باشیم.»

روز بعد از آن، ربکا و سوفیا سوار اتومبیل شدند و به کاسینو رفتند تا به ملاقات کلودیا بروند. هریک، دسته گلی بزرگ و خوشبو خریدند. به طلا فروشی رفتند و ربکا یک زنجیر طلا و سوفیا یک صلیب طلا خریدند و هریک بسته بندی کردند و بدون آنکه به فریدون و سامان خبر داده باشند، در ساعاتی که آنها در دانشکده بودند به خانه کلودیا رفتند.

کلودیا از دیدنشان بسیار خوشحال شد و پرسید: «نادزارینا هم آیا با شما آمده؟» و آنها گفتند که نه، زیرا که او باید در دانشگاه می بود و از آمدن ما خبر ندارد چون اگر می دانست که ما به اینجا برای ملاقات تو می آییم، حتما درس را رها می کرد و با ما میامد.

گل ها را در گلدان های بزرگی جا دادند و صلیب را به زنجیر و زنجیر را هم، همراه با شوق و شغف کلودیا به گردن او آویختند. لباس ها را سبک کردند و شروع به رسیدگی به نظافت خانه و آشپزخانه و پخت پز نمودند و چندین نوع خوراک، پخته و آماده کردند که در چند روز آینده، کلودیا مجبور به کار کردن نباشد. در ضمنی که دختران مشغول خانه داری بودند، آنجلا هم با زنبیلی در دست وارد شد و با دیدن دختران در حال کمک کردن به کلودیا، دلش برای داشتن چنان موقعیتی پر زد. آهی کشید و گفت: «کلودیا خوش به حالت. منم دو دختر دارم اما هیچکدام نزدیکم نیستند تا منم در چنین گرفتاری که تو اکنون پیدا کرده ای کمک حالم باشند.» سپس زنبیل را گشود و از درونش چندین پاکت سیب زمینی و پیاز و کدو و بادنجان و گوجه فرنگی و دو تا نان بزرگ مکعب مستطیل در آورد و روی میز گذاشت. کلودیا ابراز خرسندی می کرد و خود را در آن لحظه بسیار خوشبخت می

ادامه مطلب پیام زرتشت... از صفحه ۴

گفتگو است، همانگونه که هزارها سال پیش با یاران خود هم سخن بود. در باره آنکه آیا گاتها سخنان خود زرتشت است یا نه، پس از بررسی و ژرف بینی چنان به نظر می رسد که جز دو یا سه بند، همه را خود آن پاک مرد سروده و آن چند بند را هم یاران بسیار نزدیک و پیروان همشین وی که اندیشه های او را نیک دریافته بودند، سروده اند. پس می توان گفت که اگر هم چند بیت را زرتشت نسوده، اندیشه های پاک آن پاک مرد بوده که بر زبان یارانش روان شده. اوستا درست می گوید که گاتها پنجگانه از آن زرتشت است. پژوهش های ژرف من در این زمینه نشان داده که سر تا سر گاتها تنها و تنها از آن زرتشت است و بس. چون به جایی رسیده ایم که دیگر کمتر سخن از تاریخ و زبان و شمارش خواهیم راند، برای آنکه بهتر به نغزی و پاکی و بلندی اندیشه های زرتشت پی ببریم، چه بهتر که از خود وی پیروی کنیم و پای در جایی گذاریم که نشان پای او است و گام به گام در راهی پیش رویم که او رفته و به جایی رسیم که او رسیده و تنها آرزوی این بوده که دیگران هم به آن جای برسند. در این راه تنها راهنمای ما سخنان زرتشت خواهد بود و بس.

ادامه مطلب نامه های شگفت انگیز... از صفحه ۴

آنجا نبود و بهنگام شب ما از آن استفاده کردیم. ما را با گشاده رویی پذیرفتند و شب و فردای آن روز در آنجا به استراحت پرداختیم. زیتون رودبار نامی است مرکب از کلمات زیتون به معنی زیتون و رود به معنی رودخانه و بار به معنی بار و میوه. مثل اینکه کسی بگوید زیتون در آنجا به قدری فراوان است که رودخانه را پر می کند. در باغ ها آب های بسیار صاف جاری است. من تعجب کردم وقتی فواره ای دیدم که آبش تا بلندی بسیار می جهید و آبشاری دیدم که آبش از حوضچه ای به حوضچه سنگی دیگر می ریخت. اینجا آخرین جائی بود که در باغچه ها درختان نارنج و پرتقال دیدم. این درختان از نظر بلندی شبیه درختان گردوی کهنسال ما هستند. پرتقال سبز رنگ بودند. این پرتقال ها پس از چیده شدن رنگ زرد زیبایی به خود می گیرند.

برخی از نام هایی که از پیشینیان و دشمنان زرتشت در گاتها یاد شده در رگ وید هم آمده. از اینرو است که می گویم گاتها با برخی از سرودهای رگ وید همزمان است.

گفته های گاتها

ما این را نیک می دانیم که بندهای گاتها مانند دویبیتی های فارسی فشرده و کوتاه شده هستند که اندیشه های بس بلند را در بر دارند. چگامه را جان سخن دانستن شیوه ای است باستانی و نوشته های سنسکریت و پالی و اوستا و دیگر در زمان های دور و نوشته های پارسی، مانند گلستان سعدی زمان های خودمان بهترین نمونه آن است. همین فشرده گی سخن و بیگمان هوشکاری و احتیاطی که خوانندگان در خواندن این بند ها می کردند، به جوریکه به گفته «ویسپرد» که یکی از بخش های ارزنده اوستا است، آنها را «بی هیچ گسستگی و بی هیچ لغزشی» می سرودند، انگیزه آن شده که امروز ما گاتها را به اندازه ای دست نخورده می بینیم که تا ویژگی های آن لہجه بسیار کهن برای ما نگهداشته شده. در اینجا باید بر روان آن پاکان درود فرستاد و آفرین گفت که این سپرده را سینه به سینه و دهان به دهان تا ما رسا نیده اند و امروز ما چنان می یابیم که خود زرتشت با ما در

من در هر قدم می پنداشتم که از بالای کجاوه به زیر می افتم. در این وضع خطرناک من از لطف آقای «بوئن بک» برادر آقای سفیر برخوردار بودم. وی که مرا در خطر می دید فوراً پیاده شد و افسار شتر مرا بدست گرفت و مرا از خطر نجات داد. هریک از ما چنان مشغول نگاهداشتن خود بودیم که در فکر نگرستن به اطراف و لذت بردن از مناظر زیبائی که پیرامون ما بود نمی افتادیم. این مناظر تشکیل یافته بودند از کوه های متقاطعی که دارای دره های کوچکی بودند که در هر یک قریه یا روستائی قرار داشت و پیرامون همه آنها را درختان زیتون بسیار تنومند فرا گرفته بودند. در یکی از این دره های کوچک کاخی دیدیم که نامش زیتون رودبار بود و برای سکنای شاه به اندازه کافی وسیع بود. یک خان در آنجا منزل دارد، وی در

ادامه مطلب ایران شناسی ایران دوست... از صفحه ۷

داده اند. (۷)، و اما به رغم حمایت روحانیون شیعی مذهب ساکن نجف از نهضت مشروطه براون می بیند که بهایان مشارکت و حمایتی در نهضت مردم ایران ندارند. می نویسد: «مذهب بهایی زیاده از آن مشرب بین المللی دارد که امروزه بتواند به حال حالیه ایران مفید واقع شود، یا دردی از دردهای ایران را علاج نماید. از کلمات بهاء است که «لیس الفخر لمن یحب الوطن بل الفخر لمن یحب العالم» و این سخن اگر چه در مقام خود بس عالی و لطیف است، ولی امروزه اشخاصی که وطن خود را بالاتر از هر چیزی و هر کسی در دنیا دوست داشته باشند فقط چیزی است که ایران بدان احتیاج دارد!» (۸)، براون در نامه ای به تقی زاده می نویسد: «از بعضی قرائن استنباط شده است بهایان اگر طرفدار شاه مخلوع هم نبودند به هر حال درد مشروطیت نداشتند و به نظر مخلص این سه مجتهد بزرگ خصوصاً جناب حاجی ملا محمدکاظم خراسانی خیلی خدمت نمایان به ایران کرده اند و وطن پرستی حقیقی به خرج داده اند که شایسته انواع تحسین می باشد؛ خصوصاً که از نفوذ کلام ایشان با قبایل و ایلات هیچ شکی نیست. ولی رأی جناب عالی را در این خصوص می خواهم.» (۹)، براون می گوید: «غالباً این سوال را از دوستان ایرانی خود پرسیده ام: «اگر یک بهایی مؤمن و پر شور می توانست بین یک ایران قدرتمند و مستقل با اسلام به عنوان دین رسمی آن، یا ایرانی که ایالتی از روسیه شده و بهایی گری دین رسمی آن است، یکی را انتخاب کند کدام یک را انتخاب می کرد؟ تقریباً در تمامی موارد پاسخ این بوده است: بهایی جهان وطن نمی تواند یک وطن پرستی پر شور را تشویق نماید.» (۱۰)

1) Mayor Phelps, Abbas Effendi, His life and his Teaching, New York, London, 1903. p. xx

(۲) نقطه الکاف، مقدمه براون، ص ۲۲

(۳) حسن جوادی، ادوارد براون و ایران، ص ۱۲۳

4) Further Notes on the literature of the Harufis and their connection with the Baktashi order of Dervishes JRAS, 1907, PP. 533 – 81.

5) Muséon, Cambridge University Press, 1915, pp. 48 – 78.

(۶) نقطه الکاف مقدمه براون، ص ۴۵

(۷) همان، ص ۴۶

(۸) همان جا

(۹) تقی زاده در ۸ مه ۱۹۱۱ از استانبول جواب نامه براون را میدهد و از نامه نوشتن او به م محمد کاظم خراسانی خیلی تمجید میکند.

(۱۰) ادوارد براون و ایران، ص ۱۷۰

براون حاصل مطالعات بیشتر خود را درباره دو فرقه حروفیه و بکتاشیه در ۱۹۱۵ در نشریه موزئون طی مقاله ای انتشار می دهد. (۵) ناگفته نماند پیش از براون کلمان هوار، ایرانشناس فرانسوی نیز درباره متون منسوب به حروفیه مطالعاتی کرده بود، اما مطالعات او بیشتر معطوف به زبان پهلوی و زبان محلی مازندرانی (گوش طبری) در متونی از حروفیه بود که به این زبان ها نوشته شده است، مانند «نوم نامه» که در آن شرح چهل رویای فضل الله استرآبادی به لہجه محلی نوشته شده است. در پی آن براون توسط دوستش گیب با عقاید و اشعار عمادالدین نسیمی و رفیعی آشنا می شود. گیب شرحی در جلد اول تاریخ شعر عثمانی خود را در شرح احوال و اشعار این دو شاعر می نویسد.

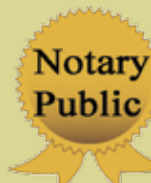
براون و نهضت مشروطه ایران

دل بستگی براون به نهضت مشروطه ایران برای رهایی از استبداد تا آن جاست که در ۱۹۱۰ برای مدتی نه تنها از ادامه کار تألیف تاریخ ادبیات ایران دست می کشد، بلکه مطالعات خود را هم در بابیه کنار می گذارد.

حقیقت این است که دخالت های روس و انگلیس در مسائل داخلی ایران براون را سخت اندیشناک کرده بود. امیدوار بود که توجه ایرانیان از مذهب به سیاست کشیده شده باشد، مینویسد: «تعصب قدیم ما بین شیعه و سنی، مسلمان و یهودی و عیسوی و زردشتی از میان می رود و یک حس وطن دوستی و یک توجه عام به این نکته که کلیه ایرانیان از هر طبقه و جنس که باشند باید دست به دست یکدیگر داده و برای خیر وطن و صلاح ایران متفقاً کار کنند کم کم روی کار می آید.» (۶)

براون نشان دادن مظاهری از بردباری و رواداری ایرانیان در برخورد با مذاهب مختلف، که آن را حاصل نهضت مشروطه می داند، یادآور می شود:

بیست و سه سال قبل که در ایران بودم اوضاع زردشتیان عموماً و زردشتیان یزد خصوصاً خیلی پریشان بود و لاینقطع موضوع ایذا و شتم و اهانت بودند، ولی امسال یکی از دوستان ایرانی من استفتائی در این خصوص از دو مجتهد بزرگ شیعه نجف، ملا عبدالله مازندرانی و ملا محمد کاظم خراسانی نموده بود، ایشان به خط و مهر خود جواب نوشتند و فتوای صریح به حرمت ایذاء و تحقیر زردشتیان و سایر اهل ذمه که در حمایت اسلامند



(408) 909-9060

By Appointment Only

Your Ultimate Workplace Conduct Game Plan



Caroline Nasser
Accident Lawyer

A productive and professional work environment does not just happen; it is the product of clear expectations. Your business has a responsibility to take appropriate steps to prevent and respond to employee misconduct. Employers can set the tone by instituting a policy on standards of conduct.

Below are seven tips for developing effective workplace conduct policies and practices:

1-Develop a written policy. It is a best practice to have a written policy on standards of conduct that:

- Sets standards for maintaining a productive, safe, ethical, and professional work environment.

- Provides examples of conduct that would violate the policy (e.g., theft of company property, falsification of time records, fighting or threatening violence in the workplace, etc.).

- Indicates that the list of examples isn't exhaustive and other forms of misconduct may result in disciplinary action.

- Specifies the possible consequences for policy violations.

- Identifies multiple avenues for employees to report possible violations (e.g., supervisor, HR, and upper management).

- Directs employees to whom they can go to with questions about the policy.

2-Ensure the policy allows flexibility.

While you want to enforce your workplace conduct policy consistently, draft the policy so that it gives you flexibility to take appropriate action based on the specific facts of each situation. Avoid language that locks you into only one course of action and prevents you from considering other factors,

such as the employee's history of misconduct. Consider stating: "violations of the policy may result in disciplinary action, up to and including termination."

3-Keep the policy within the law.

While employers have discretion to address on-duty misconduct, there are limitations when it comes to addressing off-duty conduct. Generally, many employment laws prohibit employers from considering certain off-duty activities when making employment decisions. While we provide a few examples below, employers should check applicable laws when developing standards of conduct policies.

Lawful Off-Duty Conduct: Several states, including California, Colorado, Illinois, Minnesota, Montana, Nevada, and North Dakota, have laws that prohibit employers from taking adverse action against employees for engaging in lawful off-duty activities or using lawful products while off duty. For example, in some states, employers are prohibited from taking adverse action against an employee for drinking alcohol, consuming tobacco products, carrying a fire arm or gambling while off duty.

Arrests: Many states prohibit employers from taking adverse actions against employees because of arrests or arrest records. In addition, the Equal Employment Opportunity Commission (EEOC) has stated that taking an adverse employment action against an employee because of an arrest record may result in a violation of antidiscrimination laws. Employers should keep in mind their obligations under these laws and assess each individual situation before considering any employment action based on an arrest.

Convictions: Some states protect employees who have been convicted of a crime unless the conviction relates to the individual's job duties. Employers should not automatically take an adverse employment action against an employee because of a criminal conviction. Rather, the EEOC recommends that employers conduct an individualized assessment before taking an adverse action against an employee on the basis of a

criminal record. Click here for more information on the EEOC Guidance.

Concerted Protected Activity:

Under the National Labor Relations Act, employees have the right to act together to improve wages and working conditions, and to discuss wages, benefits, and other terms and conditions of employment. These rights are considered "concerted protected activity" and apply to both non-unionized and unionized employees. Employers must make sure that their standards of conduct policies could not be construed to restrict these rights. For example, if your standards of conduct bans employees from revealing "confidential company information," your policy should make clear that wages and working conditions are not considered confidential company information, and employees are free to discuss such topics.

Connection Between Off-Duty Conduct and the Job:

For legitimate business reasons, there are certain situations where an employer can expect their employees to comply with the company's policies while off duty. For example, an employee can be expected to abide by an employer's sexual harassment policy during off hours since sexual harassment of co-workers or clients outside of work could negatively impact the employer's business. Employers should consider consulting legal counsel before disciplining an employee for off-duty conduct.

4-Investigate complaints thoroughly.

Conduct a prompt, thorough, and impartial investigation upon learning of allegations of wrongdoing in the workplace. Gather all the facts, speak to all witnesses, including the accuser and alleged offender, and determine whether misconduct has occurred.

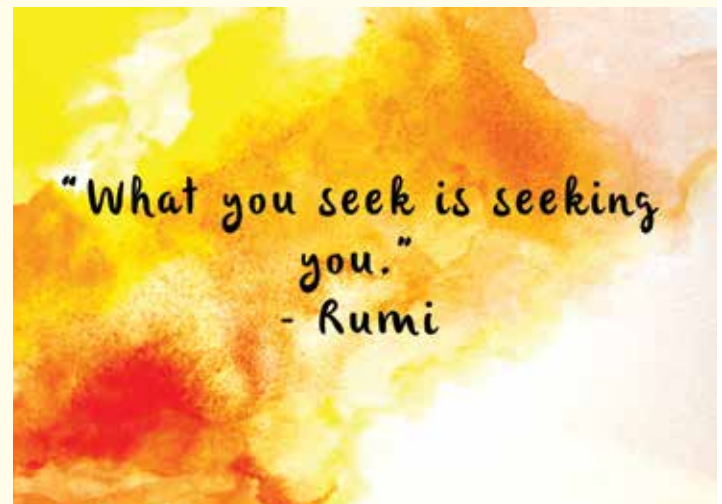
Take all complaints seriously and train supervisors on what to do upon learning of employee misconduct.

5-Implement workplace modifications to address misconduct. After learning of employee misconduct, consider workplace modifications to immediately address the infraction. For example, if an employee is accused of harassing a co-worker, you may want to separate the complainant and the alleged harasser pending the outcome of an investigation. Discuss with the complainant options that might make them feel less intimidated, uncomfortable or threatened.

6-Take appropriate corrective action. If an investigation reveals a workplace violation, take immediate and appropriate corrective action. The corrective action should reflect the severity of the misconduct and may include training, job transfer, suspension, termination, or any other appropriate disciplinary action.

7- Document. Retain a signed statement explaining the misconduct and the disciplinary action in the employee's personnel file. In addition, maintain a separate investigation file that includes: (1) all interview notes; (2) all communications with witnesses, the complainant(s), and the alleged offender(s); (3) all written witness statements; (4) all documents relating to the allegation(s); (5) the investigator's report; and (6) all documentation of any remedial action taken.

Employers should clearly communicate standards of conduct to employees and enforce these standards consistently and in accordance with federal, state, and local laws. The HR411 Employee Handbook Wizard has a model Standards of Conduct policy that employers can customize to fit their business needs.



15 Ways Apple Cider Vinegar Benefits Your Health

While the uses for white vinegar are plentiful, apple cider vinegar has arguably even more trusted applications. Its wide-ranging benefits (rivaling the number of uses for tea tree oil and other nifty natural helpers) include everything from curing hiccups to alleviating cold symptoms, and some people have turned to apple cider vinegar to help with health concerns including diabetes, cancer, heart problems, high cholesterol, and weight issues. Read on for more reasons to keep apple cider vinegar handy in your pantry.

Apple cider vinegar helps tummy troubles

One of the oldest apple cider vinegar uses in the book is to take it to fix tummy woes. For an upset stomach, sip some apple cider vinegar mixed with water. If a bacterial infection is at the root of your diarrhea, apple cider vinegar could help contain the problem, thanks to its antibiotic properties. What's more, some folk remedy experts contend that apple cider vinegar contains pectin, which can help soothe intestinal spasms. Try mixing one or two tablespoons into water, or clear juice like apple juice.

Apple cider vinegar cures hiccups

Take a teaspoonful of apple cider vinegar; its sour taste could stop a hiccup in its tracks. One teen took the hiccup remedy further and created a lollipop that includes apple cider vinegar, which she says "cancels out the message to hiccup" by overstimulating the nerves in the throat responsible for the spasms.

Apple cider vinegar soothes a sore throat

As soon as you feel the prickle of a sore throat, employ germ-busting apple cider vinegar to help head off the infection at the pass. Turns out, most germs can't survive in the acidic environment vinegar creates. Just mix 4/1 cup apple cider vinegar with 4/1 cup warm water and gargle every hour or so.

Apple cider vinegar could lower cholesterol

More research is needed to definitively link apple cider vinegar and its capability to lower cholesterol in humans, but one 2006 study found that the acetic acid in the vinegar lowered bad cholesterol in rats. Also, a Japanese study found that half an ounce of apple cider vinegar a day lowered cholesterol in people who participated in the panel.

Apple cider vinegar prevents indigestion

Sip before eating, especially if you know you're going to indulge in foods that will make you sorry later. Try this folk remedy: add 1 teaspoon of honey and 1 teaspoon apple cider vinegar to a glass of warm water and drink it 30 minutes before you dine.

Apple cider vinegar clears a stuffy nose

Next time you're stuffed up from a cold, grab the apple cider vinegar. It contains potassium, which thins mucus; and the acetic acid in it prevents germ growth, which could contribute to nasal congestion. Mix a teaspoon of apple cider vinegar in a glass of water and drink to help sinus drainage.

Apple cider vinegar aids in weight loss

Apple cider vinegar can help you lose weight. Here's why: The acetic acid suppresses your appetite, increases your metabolism, and reduces water retention. Scientists also theorize that apple cider vinegar interferes with the body's digestion of starch, which means fewer calories enter the bloodstream.

Apple cider vinegar gets rid of dandruff

Apple cider vinegar benefits the skin as well as the body. On his website, Dr. Mehmet Oz recommends apple cider vinegar as a dandruff treatment. The acidity of apple cider vinegar changes the pH of your scalp, making it harder for yeast to grow. Mix 4/1 cup apple cider vinegar with 4/1 cup water in a spray bottle, and spritz on your scalp. Wrap your head in a towel and let sit for 15 minutes to an hour, then wash your hair as usual. Do this twice a week for best results.

Apple cider vinegar clears acne

Apple cider vinegar makes a great natural toner that can act as a natural home remedy for acne and leave skin looking healthier. Its antibacterial properties help keep acne under control, and the malic and lactic acids found in apple cider vinegar soften and exfoliate skin, reduce red spots, and balance the pH of your skin.

Apple cider vinegar boosts energy

Exercise and sometimes extreme stress cause lactic acid to build up in the body, causing fatigue. Interestingly, the amino acids contained in apple cider vinegar act as an antidote. What's more, apple cider vinegar contains potassium and enzymes that may relieve that tired feeling. Next time you're beat, add a tablespoon or two of apple cider vinegar to a glass of chilled vegetable drink or to a glass of water to boost your energy.

Apple cider vinegar cuts down on nighttime leg cramps

Leg cramps can often be a sign that you're low in potassium. Since one of the many apple cider vinegar benefits is that it's high in potassium, one home remedy suggests mixing 2 tablespoons apple cider vinegar and one teaspoon honey to a glass of warm water and drink to relieve nighttime leg cramps. Of course, by the time you walk to the kitchen to put the drink together, your cramp is likely to be history—but maybe that's the point.

Apple cider vinegar banishes bad breath

If proper brushing and mouthwash doesn't do the trick, try the home remedy of using apple cider vinegar to control bad breath. Gargle with it, or drink a teaspoon (diluted with water if you prefer) to kill odor-causing bacteria.

Apple cider vinegar whitens teeth

Gargle with apple cider vinegar in the morning. The vinegar helps remove stains, whiten teeth, and kill bacteria in your mouth and gums. Brush as usual after you gargle. You can also brush your teeth with baking soda once a week to help remove stains and whiten your teeth; use it just as you would toothpaste. You can also use salt as an alternative toothpaste. If your gums start to feel raw, switch to brushing with salt every other day.

Apple cider vinegar fades bruises

Apple cider vinegar has anti-inflammatory properties; dabbing or laying an apple cider vinegar compress on a bruise can help fade the discoloration.

Apple cider vinegar helps control blood sugar

A few swigs of apple cider vinegar could help keep your blood sugar levels balanced, according to several studies that have shown a link between the two. One study of people with type 2 diabetes who weren't taking insulin found that taking two tablespoons of apple cider vinegar before bed resulted in lower glucose levels by morning. Another study at the Arizona State University found that insulin resistant people who drank a mixture of apple cider vinegar and water before eating a high carbohydrate meal had lower blood sugar afterward. Scientists think the antiglycemic effect of the apple cider vinegar benefits these patients most.

شان انصاری

نامی آشنا و مشاوره مطلع و مطمئن
در امور خرید و فروش املاک در
بی اریا با بیش از ۲۷ سال تجربه

Cell: (408) 529-4574

Expertise You Need, Results You Can Count On!

خرید منزل می تواند یکی از بزرگترین سرمایه گذاری ها در طول
زندگی شما باشد. با من در اجرای این امر مهم مشورت نمایید!



Shawn Ansari, MSE, e-PRO
BRE: 01088988



JUST LISTED

Willow Glen

Elegant & Charming 4 BR 3 BA Custom Rebuild

1188 Dean Avenue

Offered at \$1,798,000



JUST LISTED

New Almaden

Enchanting 3 BR 2.5 BA Waterfront Retreat

21733 Bertram Road

Offered at \$798,000

راهنمایی های حرفه ای، مطمئن و سریع، حاصل بیش از ۲۷ سال تجربه

Shawn Ansari has been an active Bay Area real estate professional for over 27 years, has lived in Silicon Valley for 33 years, holds an MSE degree from Princeton, and takes pride in his ability to offer his clients outstanding professional real estate consultation services, second to none.



www.shawnansari.com ♦ sansari@apr.com

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

Fax: (408)278-0488

Website: carolinenasserilaw.com

675 North First Street, San Jose, CA 95112