



علی مقدمی

وکیل رسمی دادگاه های ایالتی و فدرال

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

(818) 640-3131

شان انصاری

مشاور سرمایه گذاری در املاک

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

با بیش از ۳۰ سال تجربه

(408) 529-4574

www.ShawnAnsari.com



DRE #01688988

SHAWN ANSARI PRESENTS

شان انصاری

نامی آشنا و مشاوره و مطلع و مطمئن در امور خرید و فروش املاک در بی ایریا
با بیش از ۳۰ سال تجربه

Expertise You Need, Results You Can Count On!



SOLD - Represented Seller
Portola Valley



SOLD - Represented Seller
Saratoga



SOLD - Represented Seller
Santa Clara



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



SOLD - Represented Buyer
Brooke Acres, Los Gatos



SOLD - Represented Buyer
Burgoyne, Mountain View



SOLD - Represented Buyer
Oak Drive, Menlo Park

(408) 529-4574

www.shawnansari.com

Shawn.Ansari@Compass.com

DRE: 01088988

COMPASS

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

THE LAW OFFICES OF
CAROLINE J. NASSERI

(408)298-1500

وکیل تصادفات و صدمات بدنی
Accident & Personal Injury Attorney



Caroline Nasserri
Attorney at Law

کارولین ناصری

وکیل رسمی دادگاه های کالیفرنیا و فدرال

تنها وکیل ایرانی در شمال کالیفرنیا
با بیش از ۳۵ سال تجربه

✦ تصادفات اتومبیل، موتورسیکلت و عابر پیاده

✦ صدمات شدید بر اثر تصادفات

✦ مرگ بر اثر تصادفات

✦ صدمات ناشی از حمله حیوانات

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

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

Tel: (408)298-1500

e-mail: cnasseri62@yahoo.com

Fax: (408)278-0488

Website: carolinenasserilaw.com

1501 The Alameda, San Jose, 95126

چرا آمریکا و کشورهای اروپایی تمایلی به سرنگونی حکومت ایران ندارند؟

افلیا پرویزاد

بسیاری از مردم ایران و حتی تحلیلگران سیاسی این سؤال را مطرح می‌کنند که چرا دولت‌های غربی، به ویژه آمریکا و کشورهای اروپایی، اقدام جدی برای تغییر حکومت ایران انجام نمی‌دهند، با وجود اینکه بارها از سیاست‌های جمهوری اسلامی انتقاد کرده‌اند. در حالی که برخی تصور می‌کنند که غربی‌ها به دنبال سرنگونی حکومت ایران هستند، واقعیت پیچیده‌تر از این است. در عمل، منافع استراتژیک، اقتصادی و ژئوپلیتیکی باعث شده که آمریکا و اروپا تمایل چندانی به براندازی رژیم ایران نداشته باشند.

یکی از مهم‌ترین دلایلی که غرب تمایلی به تغییر حکومت ایران ندارد، این است که جمهوری اسلامی به عنوان یک "دشمن کنترل‌شده" عمل می‌کند. وجود یک دشمن خارجی به سیاستمداران آمریکا و اروپا این امکان را می‌دهد که به بهانه تهدید ایران، حضور نظامی خود را در خاورمیانه تقویت کنند، به کشورهای عربی سلاح بفروشند و تحریم‌های اقتصادی را به عنوان ابزار فشار در سیاست‌های بین‌المللی حفظ کنند. با نمایش ایران به عنوان یک تهدید، آمریکا پایگاه‌های نظامی خود را در کشورهای خلیج فارس، از جمله عربستان سعودی، قطر، امارات و بحرین، حفظ و تقویت می‌کند. کشورهای عربی حوزه خلیج فارس، از جمله عربستان و امارات، میلیاردها دلار سلاح از آمریکا و اروپا خریداری می‌کنند تا در برابر "تهدید ایران" مسلح شوند. این تجارت سودآور برای صنایع نظامی غربی است.

اگر حکومت ایران تغییر کند و یک دولت دموکراتیک و ملی‌گرا روی کار بیاید، این احتمال وجود دارد که ایران به یک قدرت منطقه‌ای مستقل و غیرقابل کنترل تبدیل شود. چنین ایرانی ممکن است سیاست‌هایی اتخاذ کند که منافع غرب را به چالش بکشد، مانند ملی‌سازی منابع نفت و گاز به نفع مردم ایران، خروج از سیستم اقتصادی تحت سلطه غرب و یا همکاری بیشتر با قدرت‌های رقیب مانند چین و روسیه. در چنین شرایطی، یک ایران قوی می‌تواند سیاست‌های غرب در منطقه را تضعیف کند. بنابراین، حفظ یک حکومت ضعیف و تحت فشار که همیشه درگیر بحران‌های داخلی و خارجی است، برای غرب سودمندتر از یک ایران قدرتمند و مستقل است.

تحریم‌های غرب علیه ایران نه تنها به اقتصاد ایران ضربه زده‌اند، بلکه در برخی موارد، به نفع کشورهای غربی نیز تمام شده‌اند. با تحریم ایران، تولید نفت ایران کاهش می‌یابد و کشورهای غربی و عربی جای آن را در بازار پر می‌کنند. این باعث افزایش قیمت نفت و سود بیشتر برای شرکت‌های نفتی غربی می‌شود. برخی شرکت‌های غربی، از طریق واسطه‌ها، همچنان به خرید نفت و محصولات ایرانی با قیمت‌های پایین‌تر از قیمت جهانی ادامه می‌دهند. تحریم‌ها باعث می‌شوند ایران نتواند به تکنولوژی‌های پیشرفته غربی دسترسی داشته باشد و در نتیجه، وابستگی آن به کشورهای دیگر

در خواست اشتراک نشریه پژواک



شرایط آبونمان برای دریافت نشریه پژواک از طریق پست در آمریکا: یکساله ۸۰ دلار برای اشتراک: نام، تلفن و آدرس کامل خود را به همراه چک به آدرس پستی پژواک ارسال فرمایید.

PO BOX 9804, SAN JOSE, CA 95157

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

شماره تلفن: ۸۶۲۴-۲۲۱(۴۰۸)

شماره فکس: ۳۷۱۷-۶۹۳(۴۰۸)

آدرس مکاتبه با نشریه پژواک:

PO BOX 9804,

SAN JOSE, CA 95157

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

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

صفحه ۱	آگهی
صفحه ۲	یادداشت سردبیر - فهرست مطالب
صفحه ۳	آگهی
صفحه ۴	اخبار
صفحه ۵	آگهی
صفحه ۶	طنز در نمایش نامه های فارسی (حسن جوادی)
صفحه ۷	هفتاد سخن (ایرج پارسى نژاد)
صفحه ۸	آگهی
صفحه ۹	بچه مسلمان ناف محله (صدرالدین الهی)
صفحه ۱۰	درباره لنین (احمد ایرانی)
صفحه ۱۱	آگهی
صفحه ۱۲	زندگی و پیدایش کولیان (هماگرامی فره‌وشی)
صفحه ۱۳	اخبار
صفحه ۱۴	آگهی
صفحه ۱۵	آگهی
صفحه ۱۶	نقد و بررسی فیلم
صفحه ۱۷	آگهی
صفحه ۱۸	آگهی
صفحه ۱۹	مشقی تازه در روزهای غربت (حسینعلی مکوندی)
صفحه ۲۰	آگهی
صفحه ۲۱	زندگی با طعم عشق و آرامش (مریم حجتیان)
صفحه ۲۲	آگهی
صفحه ۲۳	اخبار
صفحه ۲۴	گیله مرد (حسن رجب نژاد)
صفحه ۲۵	تازه های پزشکی (منوچهر سلجوقیان)
صفحه ۲۶	آگهی
صفحه ۲۷	نون بیار، کباب ببر (سیروس مرادی)
صفحه ۲۸	آگهی
صفحه ۲۹	اخبار
صفحه ۳۰	آگهی
صفحه ۳۱	آگهی
صفحه ۳۲	مردهای «مریخی» و ساکنان «نوس» (جان گری)
صفحه ۳۳	اخبار
صفحه ۳۴	جدول
صفحه ۳۵	فال - اطلاعات عمومی
صفحه ۳۶	اخبار
صفحه ۳۷	طفلك گلی (عباس پناهی)
صفحه ۳۸	داستان (ابوالقاسم حالت)
صفحه ۳۹	خاطراتی از هنرمندان (پرویز خطیبی)
صفحه ۴۰	شعر
صفحه ۴۱	اخبار
صفحه ۴۲	اخبار
صفحه ۴۳	ساخت و اجرای طراحی دکوراسیون (هستی موسوی)
صفحه ۴۴	اخبار
صفحه ۴۵	اخبار
صفحه ۴۶	اخبار
صفحه ۴۷	اخبار
صفحه ۴۸	اخبار
صفحه ۴۹	اخبار - 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	دنباله مطلب
صفحه ۶۰	انگلیسی



LOS GATOS MEMORIAL PARK & DARLING FISCHER FUNERAL HOMES

Celebrating Life, One Story at a Time

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

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



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

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

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

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

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

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

فارسی ۶۷۶۸-۳۹۶ (۴۰۸)

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

سیاست خارجی ایران و روابط بین المللی

ریچارد وولف - گاردین

سیاست خارجی ایران همواره یکی از موضوعات پرچالش برای تحلیلگران سیاسی بوده است. موقعیت ژئوپلیتیک ایران، منابع طبیعی غنی، و نقش تاریخی آن در منطقه خاورمیانه، این کشور را به بازیگری کلیدی در عرصه بین المللی تبدیل کرده است. در این مطلب، به بررسی مهمترین محورهای سیاست خارجی ایران، از جمله مذاکرات هسته ای، روابط با قدرت های جهانی و کشورهای منطقه، و تأثیر این روابط بر تحولات داخلی و بین المللی می پردازیم.

مذاکرات هسته ای و توافق برجام: یکی از مهمترین موضوعات سیاست خارجی ایران در دو دهه اخیر، برنامه هسته ای این کشور و مذاکرات مربوط به آن بوده است. توافق برجام (برنامه جامع اقدام مشترک) که در سال ۲۰۱۵ بین ایران و گروه ۵+۱ (شامل آمریکا، بریتانیا، فرانسه، روسیه، چین و آلمان) به امضا رسید، نقطه عطفی در روابط ایران با جامعه بین الملل بود. این توافق به دنبال محدود کردن برنامه هسته ای ایران در ازای لغو تحریم های بین المللی طراحی شد.

چالش های پیش روی برجام

خروج آمریکا از برجام: در سال ۲۰۱۸، دونالد ترامپ، رئیس جمهور وقت آمریکا، از این توافق خارج شد و تحریم های شدیدی علیه ایران اعمال کرد. این اقدام باعث تضعیف برجام و افزایش تنش بین ایران و غرب شد.

عدم پایداری طرفین: پس از خروج آمریکا، ایران نیز گام هایی برای کاهش تعهدات خود تحت برجام برداشت، از جمله افزایش سطح غنی سازی اورانیوم و محدود کردن دسترسی بازرسان بین المللی.

مذاکرات احیای برجام: از سال ۲۰۲۱، مذاکراتی در وین برای احیای برجام آغاز شد، اما تاکنون به نتیجه نهایی نرسیده است. اختلافات بر سر مسائلی مانند تضمین های امنیتی و لغو تحریم ها مانع از دستیابی به توافق شده است.

تأثیر برجام بر سیاست داخلی و خارجی ایران

اقتصاد: تحریم های آمریکا تأثیرات منفی شدیدی بر اقتصاد ایران داشته است، از

جمله کاهش ارزش پول ملی، تورم بالا، و محدودیت در تجارت بین المللی. **روابط منطقه ای:** برجام باعث بهبود نسبی روابط ایران با برخی کشورهای اروپایی و همسایه شد، اما خروج آمریکا از توافق این روند را مختل کرد.

روابط ایران با قدرت های جهانی

آمریکا: روابط ایران و آمریکا از زمان انقلاب اسلامی ۱۳۵۷ تاکنون پرتنش بوده است. مهمترین مسائل اختلافی بین دو کشور شامل برنامه هسته ای ایران، حمایت ایران از گروه های مقاومت در منطقه، و مسائل حقوق بشری است. با این حال، در دوره هایی مانند دولت حسن روحانی، امیدهایی برای کاهش تنش ها وجود داشت که با خروج ترامپ از برجام از بین رفت.

روسیه و چین: ایران در سال های اخیر تلاش کرده است روابط خود با روسیه و چین را تقویت کند. این دو کشور، به عنوان اعضای دائم شورای امنیت سازمان ملل، نقش



مهمی در حمایت از مواضع ایران در صحنه بین المللی داشته اند. توافق های اخیر ایران با چین (مانند توافق ۲۵ ساله) و همکاری های نظامی با روسیه نشان دهنده تلاش ایران برای ایجاد توازن در برابر فشارهای غرب است.

اتحادیه اروپا: اتحادیه اروپا به عنوان یکی از طرف های اصلی برجام، تلاش کرده است نقش میانجی را بین ایران و آمریکا ایفا کند. با این حال، اختلافات داخلی بین کشورهای

اروپایی و فشارهای آمریکا مانع از اتخاذ موضعی واحد در قبال ایران شده است.

روابط ایران با کشورهای منطقه

عربستان سعودی: روابط ایران و عربستان سعودی به عنوان دو قدرت رقیب در خاورمیانه، همواره پرتنش بوده است. اختلافات مذهبی (شیعه در مقابل سنی)، رقابت بر سر نفوذ در کشورهای مانند یمن، سوریه، و لبنان، و مسائل امنیتی از جمله دلایل این تنش ها هستند. با این حال، در سال های اخیر، نشانه هایی از کاهش تنش ها و آغاز مذاکرات بین دو کشور دیده شده است.

اسرائیل: ایران و اسرائیل به عنوان دو دشمن استراتژیک، همواره در تقابل بوده اند. ایران حمایت خود از گروه هایی مانند حزب الله لبنان و حماس را به عنوان بخشی از استراتژی مقابله با اسرائیل ادامه داده است. در مقابل، اسرائیل تلاش کرده است با فشار بین المللی و اقدامات امنیتی، برنامه هسته ای ایران را مختل کند.

ترکیه: روابط ایران و ترکیه ترکیبی از همکاری و رقابت است. دو کشور در مسائلی مانند بحران سوریه و تجارت انرژی همکاری کرده اند، اما در عین حال بر سر نفوذ در منطقه قفقاز و آسیای مرکزی رقابت دارند.

نقش ایران در بحران های منطقه ای: ایران نقش فعالی در بحران های منطقه ای مانند سوریه، یمن، و عراق ایفا کرده است. حمایت ایران از دولت بشار اسد در سوریه و گروه های شیعه در عراق و یمن، باعث افزایش نفوذ این کشور در منطقه شده است. با این حال، این سیاست ها با مخالفت کشورهای عربی و غربی مواجه شده و باعث تشدید تنش ها شده است.

سیاست خارجی ایران در آینده به شدت تحت تأثیر تحولات داخلی و بین المللی خواهد بود. مسائلی مانند احیای برجام، تغییرات در رهبری ایران، و تحولات در خاورمیانه نقش تعیین کننده ای در جهت گیری های آینده این کشور خواهند داشت. ایران باید بین حفظ منافع ملی و کاهش تنش ها با جامعه بین المللی تعادل برقرار کند. سیاست خارجی ایران با چالش ها و فرصت های متعددی روبرو است. در حالی که ایران تلاش می کند نقش خود را به عنوان یک قدرت منطقه ای حفظ کند، فشارهای بین المللی و تحریم ها محدودیت های قابل توجهی برای این کشور ایجاد کرده اند. آینده روابط ایران با جهان به توانایی این کشور در مدیریت تنش ها و استفاده از فرصت های دیپلماتیک بستگی دارد.



♦ درمان بیماری های پا ناشی از امراض قند و روماتیسم ♦ درمان عفونت های

قارچ ناخن و پوست پا ♦ ترمیم پارگی ماهیچه، غضروف و شکستگی پا

درمان بیماری های پا در کودکان ♦ صافی کف پا و صدمات ورزشی

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

Dr. Faranak Pourghasemi, DPM

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

اکثر بیمه ها پذیرفته می شود

National Foot & Ankle Center

(408)884-5851

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

ماهنامه پژواک (408)221-8624

پیام شایانی

وکیل تصادفات و صدمات بدنی

800-261-1314

Payam Mark Shayani, ESQ

Accident Attorney

Auto, Motorcycle, Pedestrian
Slip & Fall, Work Injury

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

تجربه رسیدگی به بیش از ۱۰ هزار پرونده تصادفات
دریافت صدها میلیون دلار خسارت
با ۹۹٪ موفقیت



(916) 442-9999

980 9th St., 16th Floor
Sacramento, CA 95814

(408) 777-8867

2880 Zanker Road, Suite 203
San Jose, CA 95134

(925) 777-0432

425 Market St., Suite 200
San Francisco, CA 94105

نمایش نامه مشهور مولیر به نام خسیس نوشته شده است. در میان مجموعه جالب بازیگران دو نفر از همه بیشتر جلب نظر می کنند، حاجی قره، تاجری است خسیس، ترسو و حيله گر و حیدریک بازمانده جوانمرد و لوطی منش یک خانواده اشرافی است که رو به افول است. هر چند که شیوه زندگی حیدر بیک خیلی جوانمردانه است، ولی در اساس غیر از راهزنی چیز دیگری نیست. در این نمایش نامه این دو نفر که هر دو سربار اجتماع هستند به همراه دسته ای از مأموران دولتی و روستاییان درستکار در داستانی نه چندان پیچیده ولی جالب درگیر هستند. آخرین نمایش نامه آخوندزاده «حکایت وکلای مرافعه در شهر تبریز» است که فساد دستگاه قضایی و شیادی وکلای مرافعه را به باد انتقاد می گیرد. برای اجتناب از سانسور دستگاه روسیه تزاری صحنه داستان در شهر تبریز گذاشته شده است.

تکنیک نمایش نامه نویسی آخوندزاده جالب است. او خود را مقید به اصول محدودکننده نمایش نامه های کلاسیک فرانسه و مخصوصاً از دیدگاه وحدت زمان و مکان نمی کند. صحنه های داستان از جایی به جایی دیگر در همان پرده تغییر می کنند و وحدت زمان هم رعایت نمی شود. آخوندزاده در آثار خود تحت تأثیر شکسپیر مولیر و نمایش نامه نویسان روسی چون گوگول، گریبایدوف و آستروفسکی است. این نمایش نامه ها که به زبان آذری ساده و سهل نوشته شده اند، تصاویر تمام عیاری هستند از آداب و رسوم مردم آذربایجان. آخوندزاده در تصویرگری طبایع انسانی، موشکافی و امعان نظر خاصی دارد. شخصیت های او در عین حالی که متنوع هستند، تنها کاریکاتور و تیپ نیستند بلکه انسان هایی هستند با خصوصیات و چهره هایی تکامل یافته و مخصوص به خود همان طور که یحیی آربین پور می گوید «مثل هارپاکون و تارتوف و بسیاری از شخصیت های گوگول، بازیگران نمایش نامه های آخوندزاده هنوز بین ما زندگی می کنند و به اعمال ناپسند خود ادامه می دهند» (۳) بدین ترتیب آخوندزاده در حالی که روی مفاسد اجتماعی انگشت می گذارد، تصویری زنده از اجتماع آذربایجانی به دست می دهد. اولین آثاری که با الهام از تمثیلات به فارسی نوشته شدند، مدت ها به صورت نسخه خطی باقی ماندند و هنگامی که چاپ شدند، آنها را از قلم میرزا ملکم خان دانستند. در سال ۱۸۷۱، میرزا آقا تبریزی منشی اول سفارت فرانسه در تهران و یکی از طرفداران پروپاقرص آخوندزاده، چهار نمایش نامه به فارسی نوشت.

دنباله مطلب در صفحه ۵۸

طنز در نمایش نامه های فارسی

بخش سوم
دکتر حسن جوادی



نمایشنامه های آخوندزاده اول به روسی در (۱۲۷۶-۱۸۵۸) و یک سال بعد به زبان اصلی یعنی آذری چاپ شدند. میرزا جعفر قرچه داغی دو نمایش نامه را در سال های ۱۸۶۱ و ۱۸۶۳ به فارسی ترجمه کرد و بعداً در اثر تشویق آخوندزاده تمام تمثیلات را به همراه داستان یوسف شاه سراج در سال ۱۸۶۴ منتشر ساخت. این شش نمایش نامه تأثیر به سزایی روی افکار سیاسی آن روزگار ایران داشتند (۱) و برای مدت ها مدلی بودند برای نمایشنامه های طنز آمیزی که در ایران نوشته می شدند.

آخوندزاده در اولین نمایش نامه اش «ملا ابراهیم خلیل کیمیاگر» ملای شیاد و حيله گری را که ادعای داشتن علم کیمیا را می کند در مقابل شاعری درستکار و وطن پرست به نام حاجی نوری قرار می دهد. در این اثر «مردم محترم شهر نوقا که چنین شیادانی را تشویق می کنند» مورد انتقاد قرار می گیرند. او در نمایش نامه دومش «مسیو ژوردان حکیم نباتات و درویش مست علی شاه جادوگر مشهور»، فساد و خرافات و جهل مشرق زمین را در برابر دانش و پیشرفت های علمی غرب قرار می دهد. «خرس قلدر باسان» تصویری سخت زنده و تأسف آور از زندگی روستاییان آذربایجانی و مورد ستم قرار گرفتن زنان را در آن اجتماع به دست می دهد. «سرگذشت وزیر خان سراب» نمایش نامه ای طنز آمیز است از حکومت و ریاکاری و تزویر مأمورین دولتی در یک سیستم فئودالی. چون شهر سراب در ایران واقع است برای اجتناب از هرگونه گرفتاری و درگیری، میرزا جعفر قرچه داغی در ترجمه فارسی سراب را به لنکران عوض کرده، در نتیجه عنوان فارسی به صورت «سرگذشت وزیر لنکران» درآمده است. نمایش نامه پنجم سرگذشت مرد خسیس یا حاجی قره یکی از بهترین تمثیلات آخوندزاده به شمار می رود و ظاهراً تحت تأثیر



شیوا موزون

وکیل رسمی دادگستری آمریکا

مدافع و مشاور شما در امور:



Shiva Moozoun
Attorney at Law

♦ اخذ ویزا و گرین کارت از طریق سرمایه گذاری
Business Immigration

♦ اخذ تابعیت
Citizenship & Naturalization

♦ اخذ گرین کارت
Permanent Residency

♦ اخذ گرین کارت از طریق خانواده
Family Based Visa

♦ اخذ ویزا از طریق کار
Employment Based Visas

♦ آگاهی، انجام و مشاوره در امور OFAC
OFAC Compliance & Consulting

♦ تهیه و تنظیم وصیت نامه و تراست
Probate & Trust Administration

♦ اشتباهات پزشکی، تصادفات
Personal Insure, Medical Malpractice

♦ مشاوره، تشکیل ثبت و انحلال شرکت ها
**LLCs, Partnership, C & S Corporation
Nonprofit Organization Formation**

♦ برنامه ریزی و آماده کردن اظهارنامه های مالیاتی (داخلی و خارجی)
برای اشخاص و شرکت ها

**Business Accounting & Tax Filing for Federal & all & States
Financial Planning & Foreign Tax Consulting**



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

51 E. Campbell Ave., Campbell, CA 95008

می‌دهد، یعنی مفهوم، چه حسی و چه ذهنی، ثابت می‌ماند، اما لفظی که بر آن دلالت می‌کرد منسوخ می‌شود و به جای آن لفظ دیگری رواج می‌یابد. کلمه «موزه» نوعی کفش بوده است که متروک شده و کلمات «نیم‌چکمه» یا «پوتین» یا الفاظ دیگری جای آن را گرفته است.

و در بیان فایده ادبی «فرهنگ تاریخی» می‌گوید: «در لغت‌نامه (فرهنگ) تاریخی می‌توان به دقت زمان ایجاد هر یک از تحولات معنایی الفاظ را دریافت. فایده ادبی فرهنگ تاریخی هر زبان وسیله بسیار مهم و لازمی است برای تحقیق درباره سبک خاص نویسندگان و شاعران. سبک در هر شاعر و نویسندگی، از نظر بیان، عبارت از مجموعه واژگان، یعنی مفردات لغوی و ترکیباتی که در آثار خود به کار برده‌اند و انواع تغییراتی که یا خود ساخته‌اند یا از زبان زنده گفتار گرفته‌اند. مقایسه واژگان و تعبیّرات هر شاعر و نویسنده با شاعر و نویسنده دیگر مبنای مهم نقد ادبی و بحث در سبک خاص و ارزش و اعتبار آثار ادبی به شمار می‌رود.»

مؤلف در فایده‌های دیگر «فرهنگ تاریخی» یاد آور می‌شود: «آگاهی از اوضاع سیاسی در دوره تاریخی از راه القاب و عناوین و منصب‌ها و نکته‌های مربوط به آداب جنگ و صلح، و اطلاع از اوضاع اجتماعی از قبیل آداب حکومت و امور اداری، اوضاع اقتصادی و یا بازرگانی یعنی نام و اوصاف چیزها و مواد طبیعی و کشاورزی خاص یک ناحیه از کشور بوده یا از کشورهای دیگر به دست آمده. مانند آلوی بخارا، سیب دماوندی، هندوانه، مشک تبتی، مشک ختنی، و سرانجام آگاهی بر تاریخ اوضاع یک جامعه و احوال آن جامعه که نتیجه عوامل اجتماعی و سیاسی و اقتصادی است.»

روش کار: درباره روش فراهم آوردن و تدوین فرهنگ تاریخی یادآور شده که تألیف این فرهنگ، که بیش از هزار سال سابقه کاربرد ادبی و علمی دارد، کاری نیست که در مدتی کوتاه و با همکاری چند تن میسر باشد. سالیان دراز وقت و فرصت و گروه بی‌شمار دانشمند و کاردان می‌خواهد. برای شروع کار و اختیار روش درست و یکدست بر اثر توافق با همکاران مقرر شد که مرحله اول این کار، برای نمونه، به قدیم‌ترین دوره آثار ادبی و علمی فارسی محدود و منحصر شود. پس از قبول این اصل، کار از نخستین دوره فارسی دری، یعنی از قدیم‌ترین آثاری که از این زبان در دست است تا پایان دوره سامانی، که البته شاهنامه را نیز دربر می‌گیرد.

دنباله مطلب در صفحه ۱۵۱

هفتاد سخن پرویز ناتل خانلری

بخش آخر

دکتر ایرج پارسى نژاد



فرهنگ تاریخی زبان فارسی: استاد خانلری جدا از تألیف تاریخ زبان فارسی طرح تحقیقاتی مهمی در مورد فرهنگ تاریخی زبان فارسی در نظر داشت که اجرای آن را در یکی از شعبه‌های بنیاد فرهنگ ایران عملی کند. یک جلد از این فرهنگ در پاییز ۱۳۵۷ منتشر شد و با آغاز انقلاب نشر بقیه مجلدات به تعویق افتاد. در این مقدمه از نخستین بخش از نخستین جلد است که در توضیح مفهوم «فرهنگ» یا «لغت‌نامه» می‌نویسد: «منظور از فرهنگ تاریخی این است که بدانیم هر لفظی در کدام دوره از تاریخ هزار ساله زبان فارسی دری استعمال داشته، در چه زمان آن لفظ متروک و منسوخ شده، در زمان‌های بعد چه لفظی به جای آن آمده، چه الفاظی و هر یک به چه معنایی ایجاد یا اقتباس شده و در زبان فارسی رواج یافته و بر اثر چه اوضاع یا حوادثی جای خود را به لفظ دیگر سپرده است.» و در توضیح معنای تازه می‌گوید: «معنای تازه گاهی نتیجه انتقال لفظ از یک مفهوم حسی به مفهومی ذهنی یا عاطفی است. کلمه «سوختن» یک معنی حسی دارد، اما بعد از این معنی تجاوز کرده و در عبارت «دل سوختن» مفهومی ذهنی یافته که برای بیان «شدت تأثر» به کار می‌رود. گاهی لفظ از مفهوم عام به مفهومی خاص منتقل می‌شود. کلمه «شراب» به معنی عام نوشیدنی است، اما در فارسی به مفهوم خاص «می» و «باده» انتقال یافته و معنی عام خود را از دست داده است. گاهی نیز عکس این مورد دیده می‌شود، یعنی لفظ از معنی خاص به معنی عام انتقال می‌پذیرد. مانند کلمات «دیل» و «هندو» که در شعر خاقانی به معنی «بنده» و «خدمتکار» به کار رفته است.»

گاهی لفظی که بر علت دلالت می‌کرد به معلول اطلاق می‌شود. کلمه «زخم» در متون کهن فارسی به معنی «ضربت» به کار رفته، اما در ادوار بعد مفهوم نتیجه ضربت، یعنی «جراحت» یافته و معنی نخستین آن فراموش شده است. عکس این امر نیز غالباً روی

Medi-Cal و CalFresh می‌توانند به حفظ سلامت شما کمک کنند.



ممکن است شما برای هر دو
این موارد واجد شرایط باشید،
پس همین امروز اقدام کنید!

خانواده شما برایتان از هر چیزی مهم‌تر است و سلامت آن‌ها همیشه در اولویت شما قرار دارد. با استفاده از Medi-Cal و CalFresh می‌توانید خانواده‌تان را در مسیر داشتن یک زندگی بهتر قرار دهید.

Medi-Cal خدمات سلامت با کیفیتی را به صورت رایگان یا با هزینه‌ای بسیار کم ارائه می‌دهد، و CalFresh کمک‌هزینه‌ای برای خرید مواد غذایی ماهانه در اختیار شما قرار می‌دهد.



سازمان‌های اجتماعی محلی می‌توانند به شما در ثبت درخواست کمک کنند. پس همین امروز اقدام کنید!

HealthyAC.org



کیک و شیرینی بی بی

مجلل ترین و جدیدترین کیک های عروسی، نامزدی، تولد و جشن های شما.
تازه ترین انواع شیرینی تر، خشک و میوه ای با مرغوب ترین مواد اولیه اروپایی.



(408) 247-4888

441 Saratoga Ave., San Jose, CA 95129

بچه‌مسلمون ناف محله

زنده یاد صدرالدین الهی



صدرالدین الهی از چهره‌هایی است که نیازی به معرفی ندارد. هر جا که قلم زد، اثری ماندگار بر جای گذاشت. در روزنامه‌نگاری ورزشی، چیره‌دست بود، در پاورقی‌نویسی، به استادی رسید، در مصاحبه، مهارتی بی‌نظیر داشت و در گزارش‌نویسی، سبکی خاص و متمایز از خود به جا گذاشت. کمتر کسی در نسل پیشین روزنامه‌نگاری ایران، به قدرت و تأثیرگذاری او یافت می‌شود. بیش از سه دهه، با رضایت و علاقه خود، نوشته‌هایش در پژواک منتشر می‌شد و او همواره به این نشریه محبت داشت. به یاد این استاد، نوشته‌ای از او را برگزیده‌ایم: «بچه‌مسلمون ناف محله، از کتاب دوری‌ها و دل‌گیری‌ها. در این گزارش، نشر او در اوج زیبایی است و تأملی که در پس کلمات نهفته، خواننده را به تفکر وامی‌دارد. الهی در این روایت، همزیستی مسلمانان و یهودیان هم‌وطن را به تصویر می‌کشد و محله عودلاجان و تهران روزگار گذشته را زنده می‌کند. بدون شک، «بچه‌مسلمون ناف محله» از جمله گزارش‌های کم‌نظیری است که خواندنش خالی از لطف نخواهد بود.

نام من صدرالدین و نام خانوادگی‌ام الهی است. شناسنامه من به شماره ۱۱۱۶ از بخش ۹ عودلاجان تهران است که محله کلیمی‌ها جزئی از آن بود. خانواده پدری من پیش از آن که تهران از سوی آقامحمدخان قاجار به پایتختی برگزیده شود، ساکن لواسان بودند و به اشاره خواجه تاج‌دار به تهران آمدند یا کوچ داده شدند، تا پایتخت تازه از نعمت رجال تازه بی‌بهره نماند. اینان همه سر در خط حکمت الهی داشتند که اگر نه به‌ظاهر، که در نهاد تعقلی سایه‌افکن بر تعصب. خانواده مادری من باز اهل تهران پایتخت‌شده هستند و جدّ اعلاّی آنها، حاج سید حسن نامی، است که فتحعلی‌شاه قاجار با او صیغه برادری و اخوت جاری کرده بود و به این سبب در عهد انتخاب نام خانوادگی اعقاب سید نام خانوادگی سادات اخوی تهرانی را برگزیدند که لابد برخی از شما بعضی از آنها را می‌شناسید. این سادات حتی در سال‌های بعد که دیگر کلاه و کمر به‌جای عبا و عمامه آمده بود، دست از تشرع خود نشستند و در حقیقت همه از قبیله عالمان دین بودند. اجداد پدری و مادری من، در سال‌های جوانی تهران در کوی به نام «سرچنک» مستقر شده بودند که ظاهراً «بورلی هیلز» تهران نوجوان بود. این کوی سرچنک با محله یهودی‌های تهران چون شیر و شکر در هم آمیخته بود. سرچنک در آن طرف تکیه رضاقلی‌خان قرار داشت و بعدها که خیابان سیروس از وسط محله یهودی‌ها گذشت، دواخانه بین‌الملل و بعد کانون فرهنگی خیرخواه و دیگر تأسیسات خدماتی یهودیان، از دل محله روی به خیابان سیروس و پشت به کوی سرچنک در خیابان جدیدالاحداث، از زمین رویدند. خانواده پدری من در کوچه‌ای خانه داشتند که در آن خانه‌های پدرم و سه عمویم گرداگرد خانه میرزا شمس‌الدین حکیم الهی ساخته شده بود و عمه‌هایم می‌گفتند که بر سر این کوچه دری بوده است که شب‌هنگام آن را بسته و کلون می‌کردند تا خانه‌ها از تعرض احتمالی محفوظ بماند. اما خانواده مادری مرکزی مشخص‌تر به نام حسینییه سادات داشت که در حقیقت، مرکز فرماندهی یا به قول آمریکایی‌ها Headquarter آنان بود و جز خانواده مرحوم حاج سید علی که نوعی تولیت این حسینییه را بر عهده داشت و با هفت دختر و هیچ پسر در این خانه بزرگ تکیه‌مانند می‌زیست، بقیه سادات، یا در اطراف حسینییه خانه داشتند یا به حوالی عین‌الدوله و دوشان‌تپه کوچ کرده و در حقیقت به حومه تهران رفته بودند و به آنها که در چنک مانده بودند، «شهری» می‌گفتند. به‌اعتبار اینکه خود در خارج از محدوده تهران نوجوان زندگی می‌کردند. این هر دو خانواده با یهودیان همسایه می‌زیستند و حکایت‌ها شنیده‌ام از روابط این همسایگان و آن سال‌های دور و اینکه یهودیان نه به اجبار بلکه به اختیار محله خود را در تهران بر پا کرده و کار و زندگی را در تهران تازه‌پایتخت‌شده آغاز کرده بودند. این معرفی از آن جهت صورت گرفت که بدانید نویسنده شما دقیقاً «بچه‌مسلمان ناف محله» است و محصول ازدواج مردی است از خاندان عقل و زنی از قبیله دین که از بخت بد، معلم عشق، او را شاعری آموخته است. **شبان وادی ایمن:** پدر صبح‌ها بعد از نماز و پیش از صبحانه به صدای خوش قرآن می‌خواند و بر رونق مسلمانی ما می‌افزود و در برابر، لذت خواب دل‌نشین بامدادی را از چشم ما می‌ربود. اگر لطف و زنگ صدای او نبود، بی‌شک این کلمات عربی هرچند از سوی خدا آمده، یک بچه هفت‌هشت‌ساله را که غرق خواب شیرین صبحگاهی بود و پدر به‌جبر از او می‌خواست که برخیزد و دوگانه به درگاه یگانه بگذارد، به عصیان و بی‌خدایی وامی‌داشت. اما اول شب‌ها به‌خصوص در ایام تابستان که حیاط آجری

خانه هُرم روز را به لطف آب‌پاشی عصر از دست داده بود و لاله‌عباسی‌های باغچه به عشوهای رنگارنگ چشم می‌گشودند، مثنوی‌خواندن پدر ما را به ملکوت علین می‌برد. صدای خوش شش‌دانگی داشت. بیچاره اگر به روزگار ما زنده بود و گزارش به لس‌آنجلس شما می‌افتاد، در مقابل خیل نیم‌دانگی‌ها بشکن‌بالابنداز، از اینجا لابد باید می‌رفت خشک‌شویی یا «سون الون» (Seven Eleven) و می‌کرد چون شش‌دانگ این روزها old fashion شده است. او اول حکایت مثنوی را به زبان ساده برای ما نقل می‌کرد و بعد آن را به آواز و زمزمه می‌خواند. هم در آن سال‌ها بود که ما قصه‌های دل‌پذیر مولانا را از زبان پدر شنیدیم و به خاطر سپردیم؛ قصه «آن طوطی کل»، «قصه نقاشی چینیان و آینه‌سازی رومیان»، «قصه موش ساربان شتر» و این عبارت که «از زانو به زانو فرق‌هاست». اما یک قصه بود که ما خیلی دوستش می‌داشتیم؛ قصه «شبان و موسی». این حکایت پیغمبر شبانی بود با ساده‌شبان. آن شبان خدمت شعیب کرده و به وادی ایمن رسیده بود، و این شبان سر آن داشت که جایک خدای شبان اول را بروید و دستکش بپوسد و بمالد پایکش. آن شبان با عصای از شعیب نابینا گرفته، اژدهایی در کف داشت که لب زیرین بر بن کاخ فرعون نهاده و لب زیرین بر کنگره قصر او و فرعون خود خدا، از وحشت اشاره موسی جان بر لب؛ و این شبان دنبال آن خدا که جامه‌اش شوید، شپش‌هایش گُشد. موسی در رؤیاهای کودکانه ما توانامردی می‌نمود قهرمان یک قصه دراز رنگین با قامتی برافراخته، سینه‌ای سبتر، مویی بلند که از زیر کلاهش بیرون زده، کپنکی بر تن و چماقی در مشت.

در آن سال‌ها تازه مضحک قلمی روی پرده سینما آمده بود و ما از خود می‌پرسیدیم چرا این قصه که از سبیدی بر نیل آغاز شده و طفلی چنگ در ریش جواهر آگین فرعون زده و آنگاه به اشاره عصایی دریاشکاف، از موج‌خیز حادثه به در رفته، سبب‌ساز آفرینش یک فیلم کودکان نشده است؟ هنوز هم ما در آرزوی دیدن کارتون هستیم که زندگی موسی را برای بچه‌ها تصویر کند و «ده فرمان» را اصلاً دوست نداریم چراکه موسی در آن، پیامبری معترض و لج‌باز نیست. پدر وقتی حکایت حضرت موسی را تعریف می‌کرد، تحسینی در صدایش بود. می‌گفت هیچ‌یک از پیامبران به اندازه موسی با خدا بگوگو نداشته‌اند و هر وقت جواب نامساعدی از قلدری می‌شنید، این بیت را که نمی‌دانم از کیست، می‌خواند:

چو روی به طور سینا ارنی مگوی بگذر که نیرزد این تمنا به جواب لن ترانی
بعدها که بزرگ‌تر شدیم، تمام آیه عربی آن را از قرآن برآیمان خواند که بخشی از آن آیه، این است: «قال ربّ و ارنی انظر الیک قال لن ترینی.» به این سان، در ذهن کودکانه ما موسی پیامبری نبود که آسان «بله قربان» بگوید و گرد سرداری بلند خدایی را بربود، که در عرش تازیانه‌اش بر گرده شیطان رعد می‌آفرید. برابر حکایات پدر، موسی در چشم ما یک‌خرده عصبانی و تندخو هم بود، و گرنه ریش برادرش هارون را نمی‌گرفت و بر سرش نمی‌گرفت که «چرا وادی دادی تا امت من به گوساله‌ی زرین سامری سجده کند؟» و اصلاً به عجز و لابه هارون و استدلال او اعتنا نکند که «برادر، تقصیر من نیست. امتت طلا دوست دارد». و نیز این پیغمبر دست‌به‌نفرینش هم خوب بود و گرنه از خدای لن‌ترانی‌بارکن، نمی‌خواست که قارون را که با آن همه گنج از Do-nation به او خودداری کرده بود، طعمه دهان گرسنه زمین کند و قرن‌ها خلق خدا را در پی گنج قارون، سفیل و سرگردان دشت و بیابان سازد و حتی آقای فردین هنرپیشه را هم به جست‌وجوی آن گنج افسانه‌ای برانگیزد.

پدر می‌گفت: از ۱۲۴ هزار پیامبر که تقریباً بیشترشان از بنی‌اسرائیل بوده‌اند، پیامبران، همه از چوپانی به پیامبری رسیده‌اند و شاید که پیامبری، کار شبانان است و چراندن، رسالت آنها، چنان‌که پیامبر اسلام هم فرموده است خدا هیچ پیامبری را به نبوت مبعوث نکرده است مگر آنکه قبلاً شبانی کرده باشد و موسی یکی از پنج پیغمبر اولوالعزم است که جملگی شبان شبانان‌اند.

بسیاری می‌ریزند. حتی برخی از بلشویک‌ها نسبت به خشونت‌ها و کشتارهای هم‌حزبی‌های خود اعتراض می‌کنند. شهرها و شهرک‌های متعدد، چندین بار میان ارتش سرخ و «نیروهای سفید» (مخالفان انقلاب) دست‌به‌دست می‌شوند. در هر دو جبهه، کشتارهای وحشیانه رخ می‌دهد. لنین از این خونریزی‌ها و جنگ‌های داخلی کاملاً آگاه است. او می‌گوید: «در آینده، مردم شرایط دوران ما را درک خواهند کرد».

پایه‌گذاری کمیترون و چالش‌های اقتصادی: در سال ۱۹۱۹، سازمان بین‌المللی کمونیسم (کمیترون) تشکیل می‌شود. هدف این سازمان، نظارت و هدایت احزاب کمونیستی سایر کشورهای جهان تحت رهبری حزب کمونیست شوروی است. رهبران انقلابی روسیه معتقدند که به‌زودی در کشورهای سرمایه‌داری و صنعتی، انقلاب‌های سوسیالیستی رخ خواهد داد و در نهایت، نظام سوسیالیستی سراسر جهان را فرا خواهد گرفت. در سال ۱۹۲۱، مقاومت «روس‌های سفید» و سایر گروه‌های ضدبلشویک کاهش می‌یابد. از شدت جنگ‌های داخلی کاسته می‌شود و کمونیست‌ها به‌تدریج پیروز می‌شوند. اما کشور از هر نظر، به‌ویژه از لحاظ اقتصادی، در آستانه ورشکستگی قرار دارد. جنگ‌های داخلی، ویرانی‌های گسترده‌ای به بار آورده، قحطی‌های بزرگ رخ داده و بیماری‌های واگیر و گرسنگی شیوع یافته‌اند. دهقانان از تحویل محصولات خود به دولت خودداری کرده و دست به شورش می‌زنند. سربازان یکی از پایگاه‌های نیروی دریایی، که از پیشگامان انقلاب بودند، شورش می‌کنند. دولت نوپای کمونیستی در آستانه فروپاشی قرار دارد.

لنین با قدرت کامل زمام امور را در دست می‌گیرد. او بی‌درنگ «برنامه اقتصادی جدید» (نپ) را اعلام و اجرا می‌کند. لنین ناچار می‌شود بسیاری از اصول مارکسیسم را کنار بگذارد و امتیازات قابل‌توجهی اعطا کند. بخشی از صنایع سبک و قسمتی از تولید و توزیع کالاها به بخش خصوصی واگذار می‌شود. به سرمایه‌گذاران خارجی امتیازاتی داده می‌شود. دهقانان مجاز می‌شوند محصولاتشان را در بازار آزاد بفروشند. لنین و رهبران انقلاب، تحت فشار واقعیت‌های کشور، از اصول سوسیالیسم فاصله می‌گیرند و عقب‌نشینی می‌کنند. اما تنها اعتبار و احترام عظیم لنین به او امکان می‌دهد این اصلاحات را اجرا کند. در نتیجه، اقتصاد روسیه به مدلی ترکیبی از سوسیالیسم و سرمایه‌داری تبدیل می‌شود.

دنباله مطلب در صفحه ۵۸

درباره لنین

بخش آخر

دکتر احمد ایرانی



بنیادگذاری ارتش سرخ: تروتسکی با شایستگی و کاردانی بسیار، ارتش سرخ را بنیان می‌نهد و در مقام وزیر جنگ انجام وظیفه می‌کند. برای شناسایی و سرکوب نیروهای ضدانقلاب، دستگاه پلیس مخفی یا سازمان امنیتی که آن را «چکا» می‌نامند، ایجاد می‌شود. نخستین وظیفه ارتش سرخ و «چکا» درهم‌شکستن مقاومت در برابر کمونیسم تعیین می‌شود. به لنین تیراندازی می‌شود و از ناحیه گردن زخمی برمی‌دارد و تا پایان عمر از این زخم رنج می‌برد.

در ماه مه سال ۱۹۱۸، آشوب‌های داخلی و بی‌نظمی‌های گسترده افزایش می‌یابد و شعله‌های جنگ داخلی در چندین منطقه کشور زبانه می‌کشد. این آشوب‌ها و جنگ داخلی نزدیک به سه سال به طول می‌انجامد. در تابستان همان سال، جناح چپ حزب «سوسیالیست‌های انقلابی» شورش می‌کند، اما این شورش به شدت سرکوب می‌شود. تمام احزاب، سازمان‌ها و گروه‌های سیاسی، جز حزب حاکم، غیرقانونی اعلام می‌شوند. نشانه‌های مختلف دیکتاتوری، همراه با خونریزی و سرکوب شدید، پدیدار می‌شود. در تمام دوران جنگ داخلی، دولت‌های انگلستان، فرانسه و آلمان از نیروهای مخالف دولت لنین حمایت می‌کنند. مخالفان انقلاب، که «روس‌های سفید» نامیده می‌شوند، با ارتش سرخ و هواداران انقلاب درگیر می‌شوند. مقاومت در برابر انقلاب و تلاش برای سرکوب آن گسترش می‌یابد. لهستانی‌ها بخش بزرگی از اوکراین را اشغال می‌کنند. در مناطق مختلف روسیه، فرماندهان ارتش سابق تزار، که در سرکوب انقلاب می‌کوشند، از حمایت دولت‌های متحد تزار برخوردار می‌شوند. سربازان انگلیسی نیز وارد بخش‌هایی از شمال روسیه می‌شوند. تا پایان سال ۱۹۱۸، ارتش سرخ تحت فرماندهی تروتسکی تنها بر چند صد کیلومتری اطراف مسکو تسلط دارد. شدت خشونت‌های کمونیست‌ها افزایش یافته است. انقلابیون و مخالفان آنان خون‌های



SHOKOFEHAMIN

WWW.AMINIRANIANLAW.COM



AMINCONSULTANT

شکوفه امین

وکیل سابق دادگستری

- ♦ تهیه وکالتنامه و ارسال آن به ایران
- ♦ تنظیم وصیتنامه ایرانی و صلحنامه
- ♦ اخذ شناسنامه و گذرنامه ایرانی
- ♦ ثبت ازدواج، طلاق، و فوت

۷۲۲۸۲-۶۴۲ (۸۱۸)

۰۰۳۰-۶۴۲ (۷۱۴)

با ذکر نام ماهنامه پژواک ۱۰٪ تخفیف بگیرید

Gabeh Rug Gallery

با ۴۰ سال تجربه و با ارائه بهترین سرویس و خدمات

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

متخصص در شستشوی فرش های دست باف و ارزشمند



رفوگری،
لکه و رنگ برداری،
براق شور

خرید، فروش
و
معاوضه

برآورد و
قیمت گذاری
جهت بیمه

*Wash
&
Repair*

*Buy, Sale
&
Trade-ins*

*Expert
Appraisals
for Insurance*

(408) 876-9495

By Appointment Only

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



زندگی و پیدایش کولیان (بخش سیزدهم)

مراسم عزاداری کولی ها: در بین قبایل کولی، مرگ به سادگی و با مراسمی ابتدایی برگزار می شود. هنگامی که زن یا مردی در یک قبیله کولی فوت کند، افراد قبیله تا شب صبر می کنند. سپس چند مرد جوان و نیرومند با بیل و کلنگ به بیابانی نزدیک چادرهایشان می روند و قبری به عمق دو متر و متناسب با اندازه فرد متوفی حفر می کنند. پس از آن، به قبیله بازمی گردند. در این فاصله، اگر متوفی مرد باشد، پیرمردان قبیله، و اگر زن باشد، پیرزنان، لباس هایش را از تن او بیرون می آورند و پارچه ای به دور بدنش می پیچند، سپس دو سر پارچه را با نخ می بندند. بعد، او را درون گلیم یا جاجیم می پیچند و روی تخته ای قرار می دهند. مرده را همراه با نزدیکان و اقوامش، درحالی که چند چراغ بادی نیز همراهشان است، به بیابانی که در آن قبر حفر شده است، می برند و او را درون گور می گذارند. سپس رویش را با خاک می پوشانند و سطح قبر را کاملاً صاف می کنند تا با سطح بیابان یکسان شود. پس از آن، یکی از وسایلی را که متوفی در زمان حیات خود ساخته است، و در مورد زنان، یکی از وسایل شخصی او را، به عنوان یادگاری روی گور دفن می کنند، به گونه ای که قسمتی از آن از خاک بیرون بماند. پس از عزاداری نزدیکان و اقوام، همگی به قبیله بازمی گردند.

کولی ها برای مردگان خود عزاداری مختصری برگزار می کنند و بر این باورند که نباید برای فرد فوت شده افسوس خورد یا بیش از حد سوگواری کرد، زیرا این کار او را زنده نخواهد کرد. هنگام بازگشت به قبیله، در چادر متوفی چراغ بادی یا گردشوزی را روشن می کنند و تا صبح روشن نگه می دارند. افراد قبیله اجازه نمی دهند خانواده فرد فوت شده به چادر او وارد شوند، آنها را نزد خود می برند و پیرمردان قبیله تلاش می کنند تا تسلی خاطرشان باشند.

روز بعد، کولی ها آماده کوچ می شوند و به مکان دیگری می روند تا خاطره متوفی را پشت سر بگذارند. آنها معمولاً دیگر هرگز به محل دفن باز نمی گردند. قبیله تلاش می کند با تغییر مکان و مشغول کردن خانواده فرد متوفی، خاطره او را از ذهنشان دور کند. شب ها نیز با گردهمایی و صحبت درباره موضوعات جدید، ذهن آنها را از اندوه مرگ عزیزشان منحرف می کنند.

اگر کولی ها در نزدیکی یک شهر بزرگ چادر زده باشند، متوفی را به شهرداری تحویل می دهند تا مقامات شهرداری، پس از بررسی و تشخیص علت فوت از سوی پزشک قانونی، او را با هزینه دولت در قبرستان دفن کنند. این کار معمولاً در مورد افرادی انجام می شود که دارای شناسنامه هستند. کولی ها ترجیح می دهند با این روش، از مشکلات قانونی آینده جلوگیری کنند و همچنین از هزینه های احتمالی دفن بگریزند.

بعد از مرگ بزرگ خانواده: در میان کولی ها، طبقات اجتماعی وجود ندارد و همه

از نظر اقتصادی و شرایط زندگی در یک سطح قرار دارند. هیچ خانواده ای نسبت به دیگران وضعیت مالی بهتری ندارد و فردی دارای امتیاز ویژه ای در میان قبیله نیست. آنها ابتدایی ترین وسایل زندگی را در اختیار دارند و اگر کسی فوت کند، ارثی جز مقدار اندکی از وسایل زندگی و ابزار کار باقی نمی گذارد. با ارزش ترین میراث یک پدر، فرزندان توانمند او هستند که در زمان حیاتش به او و قبیله کمک می کنند و پس از فوتش نیز می توانند خود را اداره کرده و سربار خانواده یا قبیله نباشند. وقتی مردی در قبیله کولی فوت کند، اگر پسر بزرگی داشته باشد، سرپرستی خانواده به او منتقل می شود و تحت نظارت سرپرست قبیله، مسئولیت خانواده را بر عهده می گیرد. پسر بزرگ، همانند گذشته کار می کند و فرزندان کوچک تر به او کمک می کنند. مادر نیز اجناس ساخته شده را برای فروش به شهر می برد و درآمد حاصل را برای خانواده صرف می کند. اگر پسر بزرگ ازدواج کرده و از خانواده پدرش جدا زندگی کرده باشد، پس از فوت پدر، خرجش را با خانواده یکی می کند و زندگی مشترکشان ادامه می یابد.

اگر متوفی فرزند پسر نداشت باشد، سرپرستی خانواده به برادر او واگذار می شود. در این حالت، با کمک فرزندان کوچک تر و دیگر مردان قبیله، بخشی از وسایل ساخته شده را به زن متوفی می دهند تا آنها را در شهر بفروشد و هزینه زندگی خانواده را تأمین کند. اگر متوفی برادر نداشته باشد و فرزندانش به سن رشد نرسیده باشند، برادر زن او سرپرستی خانواده را بر عهده می گیرد و از آنها مانند خانواده خود نگهداری می کند. در صورتی که مرد فامیل نزدیکی نداشته باشد، که این مورد بسیار نادر است، سرپرستی خانواده به عهده سرپرست قبیله واگذار می شود. او مانند پدر، از خانواده حمایت می کند و مردان قبیله با کار بیشتر، کمبود پدر را جبران کرده و بخشی از وسایل ساخته شده را در اختیار زن متوفی قرار می دهند تا بفروشد و هزینه زندگی خود و فرزندانش را تأمین کند. به ندرت پیش می آید که سرپرستی خانواده به مادر واگذار شود، اما در صورت وقوع، این کار تحت نظارت سرپرست قبیله خواهد بود. اما هیچ گاه سرپرستی قبیله به دختر بزرگ خانواده سپرده نمی شود. اگر مادر خانواده فوت کند و پدر کهنسال باشد و نخواهد یا نتواند دوباره ازدواج کند، وسایلی را که می سازد، به زنان قبیله می دهد تا همراه وسایل ساخته شده توسط شوهرانشان، در شهر بفروشند و هزینه زندگی مرد و فرزندانش را تأمین کنند.

پیوندهای خانوادگی در قبیله: در میان کولی ها، به دلیل نبود طبقات اجتماعی و شباهت زیاد در سطح زندگی، پیوندهای خانوادگی بسیار قوی است. آنها به صورت جمعی کمبودهای یکدیگر را جبران می کنند. فرزندان متوفی مانند فرزندان سایر افراد قبیله پرورش داده می شوند و اجازه نمی دهند همسر متوفی بدون حمایت بماند، به فقر بیفتد، یا مجبور به ترک قبیله شود. ازدواج در میان کولی ها معمولاً درون قبیله و میان خانواده های همان قبیله انجام می شود. از آنجا که دیواری میانشان وجود ندارد، از مشکلات و مسائل یکدیگر آگاهند و نمی گذارند خانواده ای به دلیل از دست دادن سرپرست خود از هم بپاشد. اگر مردی فوت کند و برادر او ازدواج نکرده باشد یا همسرش فوت کرده باشد، با توافق طرفین، زن متوفی می تواند با برادر شوهرش ازدواج کند، مشروط بر اینکه مرد سرپرستی فرزندان او را بپذیرد. ازدواج در میان کولی ها معمولاً در سنین پایین انجام می شود و اکثر این ازدواج ها بر پایه عشق استوار است. به همین دلیل، در صورت فوت شوهر، زنان کولی به ندرت دوباره ازدواج می کنند؛ آنها ترجیح می دهند فرزندانشان را که تنها یادگار همسرشان هستند، پرورش دهند. این موضوع در مورد مردان کولی نیز صادق است.

ماهنامه پژواک
نشریه برگزیده
ایرانیان شمال کالیفرنیا
(408) 221-8624

فرامرز رفیع زاده
کارگزار مستقل و متخصص در امور بیمه های درمانی
بیمه مدیکر - بیمه کاورد کالیفرنیا - بیمه های آزاد انفرادی
و گروهی - بیمه دندانپزشکی - بیمه مسافرتی

Medicare - Covered California (Marketplace) -
Dental Insurance - Travel Insurance
Faramarz Rafizadeh
Independent Insurance Agent
مشاوره رایگان و فروش بیمه های درمانی
در سرتاسر ایالت کالیفرنیا
(408)-309-7006
Email: Faramarz@Medicareforcalifornians.com CA License# OH15555

هنوز هم می‌شود از مرز مکزیک وارد آمریکا شد، تبلیغات دروغ شیادان

شیما شهرابی

با این که بازگرداندن مهاجران غیر قانونی از مرز مکزیک به پاناما در ماه گذشته خبری شد و ویدیوهایی از وضعیت دشوار شهروندان ایرانی که از مرز مکزیک به پاناما بازگردانده شدند، منتشر شد، کانال‌های تلگرامی زیادی هنوز ورود غیر قانونی به آمریکا را تبلیغ می‌کنند و مدعی هستند که بدون هیچ مشکلی شهروندان را وارد آمریکا می‌کنند.

«پرنده مکزیکی (مهاجرت به آمریکا)»، «کانال مهاجرتی»، «پناهندگی آمریکا، مهاجرت آمریکا»، «ناجیان برزیل تا آمریکا» از جمله این کانال‌ها هستند. برخی از این کانال‌ها بیش از پنج‌هزار دنبال‌کننده دارند، توصیه‌های لازم را برای ورود غیر قانونی به آمریکا انجام می‌دهند و ادعا می‌کنند که با دریافت مبلغی شهروندان متقاضی زندگی در آمریکا را به این کشور یا به قول خودشان «سرزمین فرصت‌های طلایی» می‌رسانند. آنها ویدئوهای مختلفی هم به اشتراک می‌گذارند از آدم‌هایی که از برزیل و گواتمالا، ونزوئلا و مکزیک ویدئو می‌گیرند و به خاطر سفر امن و راحت از ادمن گروه تشکر می‌کنند. در تمامی پست‌ها راه‌های تماس با ادمن‌های این گروه‌ها یا قاچاقبران گذاشته شده و برای اطلاعات بیشتر می‌توان با ادمن این کانال‌ها چت کرد. ادمن کانال پرنده مکزیکی که با نام کاربری good فعالیت می‌کند، می‌گوید: «ما برای آوردن از ایران فعالیت نمی‌کنیم. باید تا حوزه آمریکای مرکزی بیایید بعد ما می‌توانیم شما را به مکزیک و سپس ایالات متحده منتقل کنیم.» اگر بتوانیم تا گواتمالا بیاییم شما می‌توانید ما را وارد آمریکا کنید؟ او در پاسخ به این سوال می‌نویسد: «انتقال شما از گواتمالا به مکزیک دو روزه انجام می‌شود و انتقال از جنوب مکزیک به شمال و در نهایت انتقال به داخل خاک ایالات متحده طی ۱۲ روز صورت می‌گیرد.» می‌گویند وضعیت مرزها الان مناسب نیست و برخی انتقال‌ها صورت نمی‌گیرد. او در پاسخ به این سوال هم می‌نویسد: «شرایط کنونی و حساس مرزی باعث طولانی شدن پروسه و افزایش هزینه شده اما در انتقال قطعی مشکلی ایجاد نکرده است.» آیا در مرز مکزیک باید به زندان برویم؟ می‌گوید: «بازداشت می‌شوید اما یکی دو روزه آزاد می‌شوید مخصوصاً اگر خانم باشید.» هزینه انتقال از گواتمالا به مکزیک و عبور از مرز مکزیک به گفته ادمن کانال «پرنده مکزیکی» ۱۳ هزار و ۷۰۰ دلار می‌شود: «گواتمالا به مکزیک ۲۷۰۰ در دو روز، جنوب مکزیک به شمال ۶۵۰۰ در ۱۲ روز و عبور از مرز ۴۵۰۰ طی ۴ روز».

ادمن کانال تلگرامی «پناهندگی آمریکا، مهاجرت به آمریکا» که با نام کاربری «شاهرخ» فعالیت می‌کند. دو روز پس از انتشار فیلم‌های انتقال مهاجران غیر قانونی به پاناما در این کانال نوشته است: «پناهندگی و اقامت در آمریکا الان یک کم پیچیده شده، در حال حاضر که این پیام را می‌نویسم کانادا بهترین گزینه است. هم اقامت قبولی سرعت بالایی دارد و هم بعداً همیشه رفت آمریکا و مزیت بیشتری هم نسبت به آمریکا دارد.» شاهرخ می‌گوید که از تهران تا کانادا با پاسپورت شباهتی حدود ۵۰۰ هزار دلار دریافت می‌کند. هزار دلار پیش از انجام کارها و چهار هزار دلار در فرودگاه مقصد. پاسپورت چنجی به پاسپورت‌های تقلبی می‌گویند که انواع مختلفی دارند، پاسپورت‌های مسروقه، پاسپورت‌های مفقود شده، پاسپورت‌های کاملاً جعلی و یا پاسپورت‌های حاوی اطلاعات نادرست، زیر دسته‌های پاسپورت‌های شباهتی یا چنجی هستند. به گفته وکلای مهاجرت استفاده از پاسپورت‌های جعلی برای ورود به کشورها عواقب سنگینی مثل زندان، اخراج دائم از خاک آن کشور و جریمه‌های سنگین نقدی را در پی دارد.

شاهرخ برای اولین مرحله چند سوال درباره اعتبار پاسپورت ایرانی و مهرهایی که در سفرهای قبلی داخل آن وجود دارد، می‌پرسد. وقتی در پاسخ می‌شنود که پاسپورت دوسال دیگر اعتبار دارد و مهر ورود و خروج کشورهای همسایه مثل دبی و ترکیه و ارمنستان در آن وجود دارد، یک درخواست عجیب مطرح می‌کند: «پاسپورت‌تان را بگذارید داخل جیب شلوار و آن را ببندازید داخل ماشین لباسشویی، بعد بروید پلیس + ۱۰ و بگویید پاسپورتم مخدوش شده، مادرم بدون این که متوجه باشد آن را داخل لباسشویی انداخته است. تا دو هفته بعد یک پاسپورت جدید برای شما صادر می‌شود.» او توضیح نمی‌دهد که چرا به پاسپورت جدید نیاز دارد. او تاکید



می‌کند پس از گرفتن پاسپورت جدید و واریز ۲۰۰۰ دلار پول، مراحل بعدی و کارهای دیگری که باید انجام شود، توضیح می‌دهد.

مشاور یکی از آژانس‌های مسافرتی تهران که در زمینه گرفتن ویزای کانادا فعال است می‌گوید: «امکان این که قاچاقبر بخواهد ویزای جعلی روی پاسپورت شما بزند، زیاد است. جعل ویزای کانادا بسیار زیاد است و پلیس مدام هشدار می‌دهد. ضمن این که داستان این که سهواً پاسپورت در ماشین لباسشویی افتاده باشد دیگر نزد کارشناسان اداره گذرنامه لو رفته و صدور پاسپورت به خاطر مخدوش بودن از پلیس + ۱۰ زیر نظر سرهنگ‌های اداره گذرنامه اصلی رفته و آنها کلی درباره پاسپورت مخدوش و چرایی آن سوال می‌کنند، سوابق را بررسی می‌کنند و تقریباً برای صدور پاسپورت جدید بازجویی می‌شود و زمان بیشتری هم طول می‌کشد تا پاسپورت را صادر کنند.» دو روز پس از آخرین مکالمه با شاهرخ او در پیامی می‌نویسد که وضعیت آمریکا بهتر شده و اگر بخواهید می‌توانم شما را با پاسپورت شباهتی به آمریکا بفرستم اگر برای پاسپورت اقدام کردید و پولتان هم جور است، خبر بدهید. می‌پرسم: این پاسپورت‌های شباهتی خطری برای مهاجر ایجاد نمی‌کند؟ «هرکس به شما بگوید هیچ خطری ندارد دروغ گفته، مهاجرت آن هم به این شکل همه‌اش ریسک است.»

آیا می‌توان به این کانال‌های تلگرامی اعتماد کرد و تن به مهاجرت غیر قانونی داد؟ کیانوش رزاقی وکیل مهاجرت در آمریکا در این باره می‌گوید: «اساساً شما وقتی بحث مهاجرت غیر قانونی را مطرح می‌کنید ۹۰ درصد در دام طرف مقابل هستید چون دست تان به جایی برای شکایت یا بررسی صحت و سقم ادعای طرف مقابل به جایی بند نیست. ما الان درباره شیوه‌های رایج این کلاهبرداری‌ها صحبت می‌کنیم اما می‌خواهم بگویم تمام حرف‌هایی که می‌زنیم از ده درصد این ماجرا می‌تواند پیشگیری کند. ۹۰ درصد این قضیه دقیقاً به خاطر غیر قانونی بودن نه قابل استعلام نه قابل پیگیری و نه قابل شکایت است.»

به گفته این وکیل مهاجرت کلاهبرداران شیوه‌های مختلفی دارند: «آنها روش‌های مختلفی را استفاده می‌کنند و هر روز هم این روش‌ها نوآورانه‌تر می‌شود. یکی از روش‌های بسیار رایج راه‌اندازی گروه‌های تلگرامی و واتس‌اپی شلوغ با تعداد زیادی کاربر است، یعنی عدد فالوئر باید بالا باشد که اعتماد جلب کند. در مرحله بعد آنها با انواع و اقسام آی‌دی‌های فیک که احتمالاً توسط این افراد ایجاد شده، داستان‌های موفقیت خود را تعریف می‌کنند. مثلاً می‌گویند من امروز از مرز رد شدم و به خاطر این تجربه خوب از آقای فلانی خیلی تشکر می‌کنم. یا من امروز پرونده پناهندگی هم دادم و از آقای فلانی متشکرم.» او می‌گوید یکی دیگر از روش‌های جذب این است که این افراد مبلغی را که می‌خواهند به عنوان به ظاهر و به دروغ در چند بخش تعریف می‌کنند: «ویزای برزیل را گرفتی فلان قدر بده، پشت مرز مکزیک آنقدر میشه و وقتی رسیدی آن طرف مرز آخرین قسط را بده. اعتماد قربانی جلب می‌شود و فکر می‌کند همه پول را یکجا پرداخت نمی‌کند اما آنها از دو طریق این جا هم کلاهبرداری می‌کنند. اول این که تمام سود و پول شان را در قسط اول می‌گیرند و هیچ کاری برای فرد انجام نمی‌دهند. دوم این که اگر در مراحل آخر کلاهبرداری باشند یعنی شما جزو آخرین قربانیان او باشید ممکن است شما را در مسیر قربانی دزدی و باج‌گیری هم کنند. آنها انواع ترفندها مثل تبدیل پول به ارز دیجیتال یا گرو گذاشتن پول در یک صرافی در ترکیه را هم برای جلب اعتماد به کار می‌برند.»

دنباله مطلب در صفحه ۵۹



Harmony's Floral & Gifts

*Welcome to our Blooming Paradise,
where we celebrate new beginnings with elegance & style*

به گالری گل و هدایای هارمونی خوش آمدید،
محیطی که هر شکوفه‌ای داستانی که با روح و جان شما ارتباط دارد را روایت می‌کند.



با نزدیک به نیم قرن تجربه در امور طراحی و گل آرایی، کارکنان مجرب ما آماده هستند تا در هر مناسبتی به تمام نیازهای شما پاسخگو باشند!

عروسی، سفره عقد، مهمانی و جشن‌ها، بر میتصوا، بت میتصوا، مراسم سوگواری و کلیه مناسبت‌های دیگر

Specialist Arrangements for Any Occasion

Floral Arrangements for Weddings, Funerals, Corporate Parties & Events

با ذکر نام ماهنامه پژواک

Free Delivery

(تا شعاع ۱۰ مایلی)

سفارشات مطابق با

سلیقه و بودجه شما

Online Order

www.harmonysfloristandgifts.com

با ورود به کلاب هارمونی، تا ۶۰ درصد از تخفیف‌های ویژه ما برخوردار گردید



info@harmonysflorist.com ❖ www.harmonysflorist.com

(408) 229-3113

405 Saratoga Ave., #50, San Jose, CA 95129



ETMINAN MARKET



Hot Food Special



چلو خورش قورمه سبزی



باقالی پلو با ماهیچه



چلو خورش قیمه



زرشک پلو با مرغ



چلو خورش فنجان

روزهای جمعه، شنبه و یکشنبه

BBQ KABOB

کباب کوبیده



Ground Kabob

جوجه کباب زعفرانی



Zaafarani Chicken Kabob

کباب برگ



Fillet Minion Kabob

(408) 622-6778

We deliver with



1373 Kooser Rd., San Jose, CA 95118

نقد و بررسی فیلم بیبی گرل (Babygirl)

منتقد: میثم کریمی

کارگردان: هالینا رین یک نویسنده، بازیگر سینما، و هنرپیشه اهل هلند است. از فیلم‌ها یا برنامه‌های تلویزیونی که وی در آن نقش داشته است، می‌توان به والکیری، کتاب سیاه، سینتل و خولتسیوس و پلیکان کامپی اشاره کرد.

بازیگران: نیکول کیدمن - هریس دیکینسون - سوفی وایلد - آنتونیو باندرا
خلاصه داستان: «بیبی گرل»: این اثر سینمایی پیچیدگی‌های پویایی قدرت و تمایلات جنسی را در یک محیط حرفه‌ای کاری بررسی می‌کند. داستان حول محور یک



مدیر ارشد اجرایی (با بازی نیکول کیدمن) می‌چرخد که با یک کارآموز جذاب (با بازی هریس دیکینسون) که بسیار جوان‌تر است، رابطه‌ای عاشقانه و ممنوعه را آغاز می‌کند.

نقد فیلم بیبی گرل: بیش از یک دهه پیش، فیلمی تحت عنوان «Shame» با بازی مایکل فاسبندر منتشر شد که درباره اعتیاد یک فرد به رابطه جنسی

بود. فیلمی پیچیده که به بررسی ابعاد مختلف ضربات روحی ناشی از اعتیاد جنسی می‌پرداخت. فیلم مذکور یکی از تحسین‌شده‌ترین و درعین‌حال، صریح‌ترین آثار آن سال‌ها بود، حالا «Babygirl» با همان مضمون به سینما بازگشته است، اما فاصله زیادی میان این فیلم «شرم» وجود دارد.

داستان درباره زنی به نام رومی (نیکول کیدمن) است. رومی مدیر یکی از شرکت‌های برتر فناوری است و زندگی خوبی با همسرش (آنتونیو باندرا) دارد. با این حال، رومی از لحاظ جنسی به اندازه کافی از سوی همسرش تأمین نمی‌شود و حضور یک کارآموز جدید در شرکت، وضعیت جدیدی برای او رقم می‌زند که...

یکی از اصلی‌ترین مشکلات فیلم «Babygirl»، فیلمنامه ضعیف آن است که در آن نشانی از رویکرد روان‌شناختی شخصیت‌ها نیست و صرفاً رویدادها به سادگی پشت هم تلنبار شده و رخ می‌دهند بدون آن که فیلم سعی داشته باشد پیچیدگی روانی شخصیت‌های داستان را برای اقداماتشان مد نظر قرار دهد. از این جهت است که شخصیت رومی هرگز برای تماشاگر به اندازه کافی شرح داده می‌شود تا مخاطب بتواند به درک درستی از وضعیت روحی او و متعاقباً اقدامات بعدی‌اش برسد.

رابطه‌ای که میان او و کارآموز جوان شکل می‌گیرد نیز فاقد پیچیدگی روان‌شناختی است. فیلم تلاش دارد تا از کمبودهای جنسی رومی در زندگی زناشویی به عنوان اهرمی برای سوق دادن او به سمت کارآموز جوان استفاده کند، اما به دلیل ضعف شخصیت‌پردازی، این اهرم هرگز تبدیل به وزنه‌ای در ذهن مخاطب نمی‌شود تا کشش او به سمت رابطه خارج از ازدواج را درک کند. در نقطه مقابل، ساموئل نیز وضعیتی مشابه رومی دارد. شخصیتی که فیلم درباره او هیچ اطلاعاتی به تماشاگر نمی‌دهد و دلیل توجه ناگهانی‌اش به رومی هم مشخص نمی‌شود. از این جهت است که ورود و خروج این شخصیت از داستان، اهمیتی برای مخاطب پیدا نمی‌کند، چراکه تماشاگر نتوانسته در طول فیلم ساموئل را باور کند و انگیزه‌های او برای رقم‌زدن چنین سازوکاری را متوجه شود. بدترین بخش فیلم اما پایان‌بندی آن است (ادامه این متن می‌تواند پایان داستان را لو دهد). جایی که شخصیت همسر که به رابطه همسرش با کارآموز جوان پی برده، درحالی‌که مردی سنتی است و بیش از ۲۰ سال از ازدواجش می‌گذرد، ناگهان متوجه می‌شود که باید به فانتزی‌های جنسی همسرش توجه کند و به این ترتیب، خانواده بار دیگر تبدیل به خانواده می‌شود! پایان بندی عجیب و غریبی که وضعیت متزلزل فیلم را بدتر می‌کند. با این حال، بازی بازیگران فیلم باعث شده تا فیلم از سقوط کامل نجات پیدا کند. نیکول کیدمن در نقش اصلی فیلم، بازی قابل‌قبولی در مقابل دوربین ارائه داده، هرچند که این نقش‌آفرینی در رده بهترین تجربه‌های بازیگری او قرار نمی‌گیرد. آنتونیو باندرا هم که حضور کوتاه‌تری در فیلم دارد، در برخی از لحظات حضور درخشانی در فیلم دارد و نمره قبولی را می‌گیرد.

«Babygirl» سوژه جذاب اما پرداخت سطحی دارد. سوژه‌ای که با توجه به گستردگی آن در جهان مدرن، شاید نیاز می‌بود که از منظر روان‌شناختی نیز به اندازه کافی موردِ کندوکاو قرار بگیرد، اما فیلم به سادگی از پرداختن به جزئیات طفره رفته تا صرفاً قصه‌ای ساده به دور از منطق روایی شکل بگیرد، اتفاقی که باعث می‌شود «Babygirl» زودتر از آنچه که سازندگان انتظار دارند به دست فراموشی سپرده شود.

نقد و بررسی فیلم کاناپه

منتقد: میثم کریمی

کارگردان: کیانوش عیاری، یکی از فیلمسازان پر حاشیه سال‌های اخیر سینمای ایران که همواره آثارش با مشکلات فراوانی در اکران مواجه شده است. «خانه پدری» و «روزگار غریب» از جمله مشهورترین آثار این کارگردان به شمار می‌روند. **بازیگران:** فرهاد آئیش - فرکل فربخش - بابک حمیدیان - فریا کامران - آتوسا انواریان - بیتا بیگی - سمیرا ذکایی - رزیتا سلطانی - تینا عبدی - ابوالفضل پورعرب جهانگیر الماسی - شهداد روحانی

خلاصه داستان «کاناپه»: این فیلم روایت خانواده پدری میانسال است که کاناپه‌ای را کنار خیابان پیدا کرده و آن را به خانه می‌برد اما در روز خواستگاری دخترش، معلوم می‌شود این کاناپه اسقاطی، متعلق به خانواده داماد آینده‌اش بوده.

نقد فیلم «کاناپه»: «کاناپه» یکی از جسورترین آثار تاریخ سینمای ایران به شمار می‌رود. البته این جسارت، نه در مورد کیفیت فیلم که در ادامه در مورد آن صحبت خواهد شد،

بلکه در تصمیم کارگردان نسبت به ساخت فیلمی با رویکرد حجاب اختیاری بازیگرانش است. فیلمی که در سال ۱۳۹۵ ساخته شده و از آن زمان تا به امروز، حتی یک مسئول، سخنی از رفع توقیف فیلم به میان نیاورده و این در حالی است که دیگر ساخته کیانوش عیاری یعنی «خانه پدری» سرانجام پس از کش و قوس‌های فراوان، مجوز انتشار پیدا کرده بود. اما اگر به حواشی فیلم بی‌توجه باشیم و بخواهیم به خود فیلم بپردازیم، باید گفت که با یکی از ضعیف‌ترین آثار کیانوش عیاری در سال‌های اخیر مواجه هستیم که از لحاظ ساختار، به هیچ عنوان کیفیت یک فیلم سینمایی را ندارد و به راحتی در رده یک اپیزود سطحی از سریال‌های تلویزیونی قرار می‌گیرد.

«کاناپه» در تمامی بخش‌ها دچار ایرادات بزرگ است. از صدابرداری اشتباه گرفته تا تصویربرداری به طوری که گاهی شما می‌توانید بوم صدابرداری را در فیلم مشاهده نمایید. با این حال، یکی از بزرگترین مشکلات فیلم، فیلمنامه اثر است. فیلمنامه‌ای که در آن علت و معلول‌ها دچار فقدان منطق هستند. شخصیت‌های داستان نیز بدون آن که پرداخت مناسبی داشته باشند، به دسته خوب و بد تقسیم می‌شوند و رویکرد خاکستری درباره آنان به چشم نمی‌خورد. به عنوان مثال، مادر پسر بی خود و بی جهت با دختری که مورد علاقه پسرش است رفتار بدی دارد بدون آن که دلیلش مشخص باشد!

به مشکلات فیلم باید بازی‌های بد بازیگران زن فیلم را هم اضافه کرد که پاشنه آشیل فیلم بوده است. در میان بازیگران حرفه‌ای فیلم، فرهاد آئیش بازی مناسبی در نقش اصلی دارد اما بازیگران زن مکمل فیلم، چه در بیان دیالوگ‌ها و چه در اکت‌های سینمایی، مشکلات عدیده‌ای دارند که کیفیت اثر را چندین سطح کاهش داده است. به این موارد، دیالوگ‌های ضعیف را هم اضافه کنید که محصول فیلمنامه ضعیف است «کاناپه»، از حیث اهمیت اجتماعی قطعاً یکی از آثار پر بحث جامعه ایران خواهد بود. اثری که در سال‌های بعد نام آن را بارها و بارها خواهیم شنید و در تاریخ سینمای ایران ماندگار خواهد شد. اما از حیث سینمایی، فیلم حرفی برای گفتن ندارد و به راحتی فراموش می‌شود. برخلاف «خانه پدری» که علاوه بر جنجال‌های مقدمه‌اش، در ادامه نیز فیلم قابل توجهی بود و کماکان یکی از آثار برتر سینمای ایران به شمار می‌رود. بعید است که «کاناپه»، جز با رویکرد حجاب اختیاری بازیگرانش، به دلیل دیگری در یاد تماشاگر بماند.

ماهنامه پژواک

۸۶۲۴-۲۲۱ (۴۰۸)

FAMOUS
KABOB

رستوران فیمسی کباب

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

غذای هر ملتی بخشی از فرهنگ آن مردم است



کترینگ کامل میهمانی و جشن های شما در سراسر شمال کالیفرنیا

www.famouskabob.com

(916) 483-1700

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



یگانه

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

Indoor & Outdoor Sitting & Take Out

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

The sandwiches are deliciously authentic!

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



نان سنگک تازه - کله پاچه - حلیم



(408) 666-1229

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

www.yeganehbakery.com

3275 Stevens Creek Blvd. San Jose, CA 95117

Order online with **DOORDASH**

منطقه فضول آباد

یقه سالمندان محترم را ول کنید!

بعضی از جوانان امروز، که اتفاقاً اهل کتاب هم هستند، از صحبت‌های سالمندان ایراد می‌گیرند و می‌گویند: "تمام مدت کارشان این است که مدام خاطرات گذشته را بیرون بکشند، بازگو کنند یا از دوستانشان بشنوند. چرا نمی‌روند مطالب جدید، به‌روز و مهم امروز را بخوانند یا بشنوند و بعد با سلیقه در حرف‌هایشان بیاورند و جا بدهند؟ با این کار، به آگاهی خود و دیگران کمک اساسی خواهند کرد."

این حرف‌ها ظاهراً درست است، اما در باطن درست نیست. اولاً، سالمندان خیلی وقت‌ها بینایی و شنوایی خوبی ندارند. ممکن است بیمار باشند و دیگر نتوانند آن‌طور که باید، از رسانه‌های دیداری و نوشتاری بهره ببرند یا در مجالس بحث‌های سطح بالا شرکت کنند. مگر همین جوانان شب و روز خاطره تعریف نمی‌کنند؟ از کودکی، مدرسه، بازی در کوچه، روزهای دانشکده، عاشقی، عروسی، بچه‌دار شدن، اولین روز کار، سفرهای متعدد، و حتی خاطرات تلخ مثل مرگ عزیزان. حالا که خودشان کمپانی خاطره‌اند، چرا گز نکرده، یقه سالمندان محترم را می‌گیرند؟

بهتر است بگویند: "بخشید عزیزان، سالمندان محترم! خیلی عذر می‌خواهیم، اما هرچه دوست دارید، خاطره بگویند. فقط لطفاً سال‌ها، ماه‌ها، عدد‌ها و رقم‌های حرف‌هایتان را تا حد امکان دقیق بیان کنید!"

از تلاش شرافتمندانه در پیشبرد آموزش به شیوه جدید کوتاه نیامد. او در صف مشروطه‌خواهان، علیه استبداد و حکومت قاجار فعالیت کرد و از طریق ایجاد مدارس جدید، انتشار روزنامه و شب‌نامه، و همکاری با مشروطه‌خواهان در نقاط مختلف کشور، راه خود را ادامه داد. او تبعید شد، زندانی گردید، تکفیر و توبیخ شد، اما هرجا که بارقه‌ای از امید می‌دید، از تبریز و مشهد گرفته تا تهران، گیلان و قم، برای ایجاد مدارس جدید تلاش کرد.

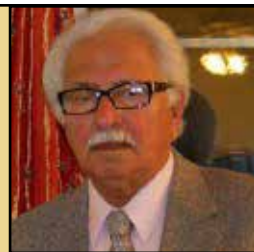
دنباله مطلب در صفحه ۵۹

مشقی تازه در روزهای غربت

حسینعلی مکوندی

فریمان - کالیفرنیا

e-mail: ha@makvandi.com



رقص از نگاه مولانا: مولانا تأکید می‌کند که رقص، هرگاه عاری از هرگونه مقصود باشد، در خور مردان نیست. مرد حق زمانی به رقص برمی‌خیزد که مقصودی عالی در سر داشته باشد. او می‌خواهد "خود" خویش را بشکند، وقار و جبروت دروغین خود را که باعث می‌شود مریدان و معتقدان، او را با دیده تعظیم بنگرند، در هم بشکند. در نهایت، او می‌خواهد زخم غفلت را که بر پیکر وجودش نشسته است، نمایان سازد. زخمی که پنبه تلبیس، آن را از انتظار پوشانده و اجازه نمی‌دهد سرباز کند. او می‌خواهد این پرده فریب را کنار بزند تا خون و چرک غفلت، آشکار شود و جراحات دیرینه‌اش نمایان گردد. در این فرآیند، تمام وجود او از این خون فروبسته‌ای که غفلت و زخم ناشی از آن ایجاد کرده است، تهی شود.

مخالفان روحانیون با تأسیس مدارس جدید: ایجاد مدارس جدید یکی از انگیزه‌های اصلی و مهم مخالفت روحانیون ضد مشروطه با مشروطیت ایران بوده است. عوامل حکومت استبدادی قاجار نیز در مخالفت با ایجاد این مدارس، با این جناح از روحانیون همدست و همصدا بودند. ناظم‌الاسلام کرمانی در تاریخ بیداری ایرانیان، گفتگویی از شیخ فضل‌الله نوری را ضبط کرده است که پرده از چند و چون این نوع مخالفت‌ها برمی‌دارد. در این گفتگو، فضل‌الله نوری خطاب به ناظم‌الاسلام می‌گوید: "تو را به حقیقت اسلام قسم می‌دهم، آیا مدارس جدید خلاف شرع نیست؟ آیا ورود به این مدارس، مصادف با اضمحلال دین اسلام نیست؟ آیا درس زبان خارجه و تحصیل شیمی و فیزیک، عقاید شاگردان را سخیف و ضعیف نمی‌کند؟"

با چنین مخالفت‌هایی، رشدیه تکفیر و بابی نامیده شد، اما علیرغم این فشارها، او

Cupertino Florist For Every Occasion

با سابقه درخشان و با سبکی کاملاً متفاوت در طراحی گل‌ها

چه سبکی دوست دارید؟ زیبا و طبیعی، شیک و مدرن، یا روستایی و ساده؟
طراحی‌های ما برای متناسب بودن با سبک شما تنظیم شده‌اند.



Wedding
Birthday
Anniversary
Funeral
Any Occasion

Whether you love a look that's Elegant & Natural, Chic & Modern,
or Rustic & Organic, our Designs are tailored to fit your style

فروش و کاشت درخت
و گیاه در منازل شما



زیبایی طبیعت را با
گل‌های ما به خانه بیاورید!



Tel: (408) 252-3560

Fax (408) 252-5788

Same Day
Delivery

info@cupertinoflorist.com * www.cupertinoflorist.com

7280 Coronado Drive, San Jose, CA 95129

Hours:
9am - 7pm
7 Days a week

انور بازار با مدیریت جدید ایرانی

Anwar Bazaar & Bakery

عرضه کننده انواع مواد غذایی،

گوشت و مرغ حلال، لبنیات، میوه و سبزیجات تازه، حبوبات، نان بربری داغ و تازه

تمامی مایحتاج شما زیر یک سقف



سوسیس و کالباس، خشکبار و تنقلات ایرانی و افغان، برنج و چای در مارک های متنوع



نان بربری داغ و تازه ۷ روز هفته

کباب در روزهای جمعه، شنبه و یکشنبه از ساعت ۱۱ به بعد

(408) 559-6175

از ۹ صبح تا ۸ شب

2626 Union Ave, San Jose, CA 95124

زندگی با طعم عشق و آرامش

مریم حجتیان - مربی زندگی

عضو رسمی فدراسیون بین المللی کوچینگ

مدرس توسعه فردی دانشگاه بین المللی گرجستان

mhojatiyan@gmail.com



«هواپونوپونو» راز رهایی و نو شدن

لحظه‌ای را تصور کنید که نسیم بهاری حریر پنجره خانه را می‌نوازد. عطر شکوفه‌ها در هوا پیچیده و خورشید با نوری ملایم بر روزهای تازه سال می‌تابد. خانه‌ها برق افتاده‌اند، فرش‌ها از گرد زمان تکانده شده‌اند، و دل‌ها در تبوتاب یک شروع نو می‌تپند. سیب و سماق و سمنو و سنجد و سکه و سیر و سبزه بر روی ترمه مادر بزرگ که بهترین یادگاری است که بوی وطن و حال و هوای آن روزها را به خاطر می‌آورد نشسته‌اند اما در این میان آیا کسی هست که بپرسد حال دلتان چطور است؟ چقدر از بار گذشته را هنوز به دوش می‌کشید؟ چقدر دلخوری‌ها، حسرت‌ها، و اشتباهات دیروز را همراه خود آورده‌اید؟

آری نوروز فقط انجام رسم و رسوم دیرینه و نو شدن تقویم نیست بلکه با آغاز یک سال جدید فرصتی برای رهایی از بار گذشته، پاکسازی ذهن و جان و شروعی نو از درون است. اینجاست که، تکنیکی که به نام «هواپونوپونو» از سرزمین‌های دور دست، اما با تأثیری عمیق و جهانی، می‌تواند چراغ راهی باشد برای این پاکسازی درونی و شروعی نو برای رسیدن به عشق و آرامش. این روش ساده، اما شگفت‌انگیز، می‌تواند ما را از زنجیرهای گذشته آزاد کند، ذهن‌مان را آرام کند و قلب‌مان را برای پذیرش عشق و نور آماده سازد.

هواپونوپونو چیست و چرا اهمیت دارد؟ هواپونوپونو یک تکنیک پاکسازی ذهن و روح است که از سنت‌های بومی هاوایی سرچشمه گرفته است. این روش بر پایه یک اصل ساده اما عمیق بنا شده است: «ما مسئول همه چیزهایی هستیم که در زندگی‌مان رخ می‌دهد، شاید این جمله در ابتدا عجیب یا حتی ناعادلانه به نظر برسد. مگر نه اینکه بسیاری از اتفاقات زندگی ما از کنترل ما خارج‌اند؟ مگر ما مسئول رفتار دیگران هستیم؟ مگر ما در قبال بی‌عدالتی‌ها، خیانت‌ها، و زخم‌هایی که از دیگران خورده‌ایم، تقصیری داریم؟ اما هواپونوپونو از دیدگاهی متفاوت به دنیا نگاه می‌کند. این تکنیک می‌گوید که تمام آنچه در دنیای بیرون تجربه می‌کنیم، بازتابی از خاطرات، باورها و برنامه‌های ذهنی ماست. هر رنج، هر ناراحتی، و حتی هر مشکل بیرونی، انعکاسی از چیزی درون ماست. و اگر این واقعیت را بپذیریم، قدرت تغییر آن را نیز به دست می‌آوریم.

پذیرش مسئولیت: اولین گام به سوی آزادی: زندگی مدرن ما پر از سرزنش است. همیشه کسی یا چیزی را پیدا می‌کنیم که مقصر بدیختی‌هایمان باشد: خانواده، جامعه، گذشته، اقتصاد، شرایط... اما تا زمانی که انگشت اتهام را به بیرون نشانه برویم، هیچ تغییری درون‌مان رخ نخواهد داد. هواپونوپونو ما را دعوت می‌کند تا مسئولیت را بپذیریم. نه به این معنا که خودمان را برای همه چیز سرزنش کنیم، بلکه به این معنا که بپذیریم همه چیز در اختیار ماست، و ما می‌توانیم آن را تغییر دهیم. دکتر ایها لاکالا هولن، یکی از بزرگ‌ترین معلمان هواپونوپونو، داستانی شگفت‌انگیز دارد. او زمانی در یک بیمارستان روانی در هاوایی کار می‌کرد، جایی که بیماران خشونت طلب و خطرناک نگهداری می‌شدند. پرسنل بیمارستان از کار در آنجا وحشت داشتند. اما هولن بدون آن که حتی یکی از بیماران را ملاقات کند، با استفاده از هواپونوپونو، فقط از طریق پاکسازی درونی خود، شرایط بیمارستان را تغییر داد. بعد از مدتی، بیماران شروع به بهبود کردند، خشونت کاهش یافت و حتی برخی از آنها ترخیص شدند.

او چگونه این کار را انجام داد؟ او هر پرونده پزشکی را می‌خواند و درون خود تکرار می‌کرد: «متأسفم، لطفاً مرا ببخش، سپاسگزارم، دوست دارم.» او می‌دانست که این بیماران، بخشی از تجربه او هستند، و اگر چیزی در دنیای بیرونی وجود دارد که نیاز به درمان دارد، پس در درون او نیز چیزی هست که باید پاکسازی شود. حال بینیم چگونه می‌توان از هواپونوپونو در زندگی روزمره استفاده کرد؟ هواپونوپونو تکنیکی بسیار ساده است، اما قدرت آن در تداوم و آگاهی از درون نهفته است. چهار جمله کلیدی این روش را می‌توان در هر شرایطی، برای هر مشکلی

و در هر زمانی تکرار کرد:

متأسفم (I'm sorry): این جمله اعتراف به مسئولیت است. ما پذیرفته‌ایم که هر چه در زندگی ما رخ می‌دهد، به گونه‌ای با درون ما مرتبط است. این جمله دروازه‌ای برای تغییر است.

لطفاً مرا ببخش (Please forgive me): ما نه تنها از دیگران، بلکه از خودمان طلب بخشش می‌کنیم. ما سال‌ها خود را سرزنش کرده‌ایم، خود را در قفس ترس‌ها و حسرت‌ها نگه داشته‌ایم. این جمله، کلیدی برای آزادی است.

سپاسگزارم (Thank you): قدردانی، پلی است میان درد و شفا. با گفتن «سپاسگزارم»، ما به کائنات اعتماد می‌کنیم و اجازه می‌دهیم که انرژی شفا بخش وارد زندگی‌مان شود.

دوستت دارم (I love you): این جمله نیرومندترین نیروی هستی را به جریان می‌اندازد: عشق. عشق، نیرویی است که زخم‌ها را التیام می‌بخشد، ذهن را آرام می‌کند و جهان را به مکانی بهتر تبدیل می‌کند.

تمرین هواپونوپونو برای نوروز: خانه‌تکانی درونی: در روزهای پایانی سال، همان‌طور که گردوغبار را از خانه‌تان پاک می‌کنید، زمانی را برای پاکسازی ذهن و قلب‌تان نیز در نظر بگیرید.

نوشتن خاطرات و احساسات: یک دفتر بردارید و هر چیزی را که از سال گذشته شما را آزار داده است، بنویسید. دلخوری‌ها، اشتباهات، حسرت‌ها... سپس چهار جمله هواپونوپونو را روی آن بنویسید و با احساس تکرار کنید. می‌توانید این نوشته را در انتها بسوزانید یا دور بیندازید، تا به صورت نمادین آنها را از زندگی خود پاک کنید.

تکرار جملات در زمان مراقبه: چند دقیقه در یک مکان آرام بنشینید، چشم‌هایتان را ببندید و آرام و آگاهانه بگویید: «متأسفم، لطفاً مرا ببخش، سپاسگزارم، دوست دارم.» بگذارید این کلمات در عمق وجودتان نفوذ کنند و آرامش را جایگزین نگرانی‌ها کنند **بخشیدن خود و دیگران:** هر کسی که در سال گذشته شما را رنجانده است را در ذهن خود تصور کنید و با محبت این جملات را برای او بگویید. به یاد داشته باشید که بخشیدن، به معنای تأیید رفتار نادرست نیست، بلکه به این معناست که شما دیگر نمی‌خواهید بار آن را بر دوش بکشید.

دنباله مطلب در صفحه ۵۶



کار را به کاردان بسپارید!

دفتر «خدمات آسمان»
با مدیریت «لیدا کوچصفانی»



- ✓ دریافت حقوق SSI و دریافت مزایای دولتی Calfresh, CAPI
- ✓ دریافت حقوق پرستاری
- ✓ مدیکر و مدیکل
- ✓ اخذ تابعیت آمریکا (بدون امتحان، برای واجدین شرایط)
- ✓ دریافت گرین کارت از طریق خانواده و ازدواج
- ✓ تنظیم دعوت نامه و تنظیم فرم های اداره مهاجرت
- ✓ تمدید گرین کارت
- ✓ اخذ ویزای نامزدی
- ✓ اخذ پاسپورت سفید
- ✓ ترجمه اسناد و مدارک
- ✓ امور مربوط به دفتر حفاظت منافع (وکالتنامه، تجدید گذرنامه و غیره)

Not a Law Office

(408) 269-7283

Lida.asemanservices@gmail.com

1777 Hamilton Ave., Suite 2350, San Jose, CA 95125



پیام شایانی وکیل تصادفات و صدمات بدنی

Payam Mark Shayani, ESO

Accident Attorney

800-261-1314

Lyft & Uber تصادفات

Lyft & Uber Accident Attorney

تجربه رسیدگی به بیش از ۱۰ هزار پرونده تصادفات
و دریافت صدها میلیون دلار خسارت با ۹۹٪ موفقیت



(916) 442-9999

980 9th St., 16th Floor
Sacramento, CA 95814

(408) 777-8867

2880 Zanker Rd., Suite 203
San Jose, CA 95134

(925) 777-0432

425 Market St., Suite 200
San Francisco, CA 94105



Dr. Ali Esmaili DDS

دکتر علی اسماعیلی

دندانپزشک و جراح ایمپلنت های دندانی

۲۰ سال تجربه در درمان و آموزش در دانشکده های دندانپزشکی ایران و آمریکا

Clinical Assistant Professor at University of the Pacific, San Francisco

• دندانپزشکی عمومی • جراحی ایمپلنت های دندانی • جراحی کشیدن دندان و پیوند استخوانی

♦ General Dentistry ♦ Dental Implants ♦ Surgical Extractions & Bone Graft



Thursday & Saturday 9:00AM – 6:00 PM

Tel: **(408) 320-2849**

Text: **(408) 549-4840**

info@nobleprodental.com

www.nobleprodental.com

2150 The Alameda San Jose, CA 95126

امن کردن جهان برای جنایتکاران

فرانسیس فوکویاما

پژوهشگر ارشد در مؤسسه بین‌المللی مطالعات فریمن اسپوگلی در دانشگاه استنفورد

ایالات متحده هم‌اکنون در حال تجربه «بازپدرسالاری» است: پیش از انتخابات ۲۰۲۴، بحث‌هایی درباره این که آیا دونالد ترامپ یک فاشیست است یا نه، مطرح شد. من این برچسب را نادرست می‌دانستم، زیرا فاشیسم با نسل‌کشی و قدرت



تمامیت‌خواهانه پیوندی مشخص دارد و ما هنوز به چنین نقطه‌ای نرسیده‌ایم. فاشیسم بر یک ایدئولوژی مبتنی است و من فکر نمی‌کنم که ترامپ تاکنون تحت تأثیر چیزی که بتوان آن را «ایده» نامید، عمل کرده باشد. به نظر من، او به‌وضوح یک اقتدارگرا است، زیرا او و هم‌پیمانانش، مانند ایلان ماسک، عمداً در حال برچیدن کنترل‌های موجود بر قدرت اجرایی در نظام قانون اساسی ایالات

متحده هستند. ترامپ هرگز تلاش نکرده است که سیاست‌های خود را از طریق کنگره‌ای که تحت کنترل جمهوری‌خواهان است به تصویب برساند، بلکه عمداً ترجیح داده است که همه‌چیز را از طریق فرمان‌های اجرایی، مانند یک پادشاه، اجرا کند. با این حال، واژه ساده «اقتدارگرا» به‌درستی پدیده‌ای را که ترامپ بخشی از آن است، توضیح نمی‌دهد. استیو هانسون و جف کوپشتاین در مجله «Persuasion» مقاله‌ای مکمل منتشر کرده‌اند که در آن، ترامپیسم را به‌عنوان یک پدیده «پدرسالارانه» توصیف کرده‌اند. جان‌تان راوش نیز اخیراً در «آتلانتیک» مقاله‌ای منتشر کرده که بر همین مفهوم تأکید دارد. من فکر می‌کنم این اصطلاح توصیف بهتری ارائه می‌دهد و وضعیت کنونی ما را در چارچوب تاریخی درستی قرار می‌دهد. ماکس وبر اصطلاح «پدرسالارانه» را برای توصیف تقریباً تمامی نظام‌های پیشامدرن به‌کار برده است، یعنی نظام‌هایی که پس از دوران قبیله‌گرایی غیرمتمرکز پدید آمدند. در این نظام‌ها، حکومت به‌عنوان امتداد خانواده و خانه حاکم در نظر گرفته می‌شد. چنین نظام‌هایی عمداً از طریق فتوحات شکل می‌گرفتند، به این صورت که رئیس گروهی از مهاجمان پیروز، زمین، منابع و حتی زنان را بین جنگجویان خود تقسیم می‌کرد و این افراد نیز به نوبه خود می‌توانستند این اموال را به فرزندان خود منتقل کنند. در چنین نظامی، تمایزی میان امر عمومی و خصوصی وجود نداشت. به‌طور نظری، همه‌چیز متعلق به حاکم بود و او می‌توانست یک ایالت را همراه با تمامی ساکنانش به‌عنوان هدیه عروسی به فرزندش ببخشد. تفکیک اموال حاکم از دارایی‌های دولت برای نخستین‌بار در قرون هفدهم و هجدهم توسط نظریه‌پردازانی همچون توماس هابز و ژان بون مطرح شد. آنها حاکمیت را متعلق به یک «مشترک‌المنافع» (جامعه عمومی) دانستند، نه به شخص حاکم. این تحول، برای نخستین‌بار، پدیده‌ای به نام «فساد» را ممکن ساخت، یعنی حالتی که در آن یک مقام رسمی، منابع عمومی را برای منافع شخصی خود تصاحب می‌کرد.

یکی از موضوعات اصلی در دو جلد «نظم سیاسی» که نوشته‌ام، دشواری ایجاد یک دولت مدرن غیرشخصی بود دولتی که در آن جایگاه فرد بر مبنای تابعیت او تعیین می‌شود، نه بر اساس رابطه، شخصی‌اش با حاکم. شکل‌گیری یک اقتصاد مدرن نیز تنها در چنین شرایطی ممکن است، زیرا دولت متعهد می‌شود که از حقوق مالکیت محافظت کند و بدون در نظر گرفتن هویت صاحب حق، معاملات را به‌طور عادلانه بررسی و داوری کند.

مشکل دولت مدرن و بازگشت به پدرسالاری: مشکل دولت مدرن این است که ثبات ندارد. انسان‌ها ذاتاً موجوداتی اجتماعی هستند، اما این اجتماعی بودن در وهله نخست به‌صورت ترجیح دادن دوستان و اعضای خانواده خود جلوه‌گر می‌شود. این امر به پدیده‌ای منجر می‌شود که آن را «بازپدرسالاری» می‌نامند، اصطلاحی طولانی که به معنای بازگشت یک دولت مدرن و غیرشخصی به نظامی پدرسالارانه است. این پدیده، جوامع بسیاری را در گذشته گرفتار کرده است، از جمله چین در دوران سلسله تانگ، امپراتوری عثمانی در قرن هفدهم، و فرانسه در دوران رژیم کهن. در هر یک از این موارد، دولت مدرن در حال ظهور، تحت سلطه نخبگان قدرتمندی که به حاکم نزدیک بودند، قرار گرفت. در فرانسه، برای مثال، پادشاه امتیازهای ویژه‌ای مانند حق جمع‌آوری مالیات را به بالاترین پیشنهاددهنده می‌فروخت. دنباله مطلب در صفحه ۵۷

جاسوسان در میان ما: چگونه افراد عادی می‌توانند جاسوس باشند؟

کریستین براون - واشنگتن پست

در دنیای امروز، جاسوسی دیگر محدود به فیلم‌های هالیوودی یا داستان‌های مهیج جاسوسی نیست. بسیاری از کشورها، سازمان‌ها و حتی شرکت‌های خصوصی، از جاسوس‌هایی استفاده می‌کنند که در ظاهر، شهروندان عادی هستند اما در واقع برای جمع‌آوری اطلاعات، نفوذ در گروه‌های مختلف یا اجرای مأموریت‌های خاص به کار گرفته می‌شوند. این جاسوس‌ها می‌توانند در قالب همسایه، همکار، دوست یا حتی فردی معمولی در خیابان ظاهر شوند. در این مقاله، بررسی می‌کنیم که چگونه افرادی که ظاهراً عادی هستند، ممکن است جاسوس باشند، چه ویژگی‌هایی دارند، برای چه اهدافی فعالیت می‌کنند و چگونه می‌توان آنها را شناسایی کرد.

جاسوسان چگونه در میان مردم زندگی می‌کنند؟ برخلاف تصور عموم، یک جاسوس لزوماً فردی مشکوک، با لباس‌های خاص یا رفتارهای غیرعادی نیست. آنها اغلب مهارت بالایی در استتار و زندگی در میان مردم به عنوان یک فرد کاملاً عادی دارند. برخی از ویژگی‌های آنها شامل موارد زیر است:

هویت‌های پوششی: یک جاسوس ممکن است با یک هویت جعلی زندگی کند، مثلاً به عنوان یک دانشجو، تاجر، روزنامه‌نگار، کارمند سفارت یا حتی یک فعال اجتماعی ظاهر شود.

توانایی تطبیق با محیط: این افراد مهارت بالایی در تغییر رفتار خود بر اساس شرایط دارند و می‌توانند به‌سرعت با فرهنگ‌ها و جوامع مختلف هماهنگ شوند.

مهارت‌های ارتباطی قوی: جاسوسان معمولاً افراد بسیار خوش‌صحبت، جذاب و اجتماعی هستند که می‌توانند به‌راحتی با دیگران ارتباط برقرار کنند.

عدم جلب توجه: آن‌ها سعی می‌کنند کاملاً عادی و غیرمشکوک به نظر برسند. به همین دلیل، ممکن است فردی که بسیار آرام، متواضع و معمولی به نظر می‌رسد، در واقع جاسوس باشد.

چه کسانی و چرا جاسوس استخدام می‌کنند؟ جاسوسی در خدمت بسیاری از سازمان‌ها و گروه‌ها قرار دارد. برخی از مهم‌ترین آنها عبارت‌اند از:

دولت‌ها و سازمان‌های اطلاعاتی: کشورها برای کسب اطلاعات درباره دشمنان یا حتی دوستان خود از جاسوسان استفاده می‌کنند. این جاسوسان می‌توانند اطلاعات سیاسی، نظامی، اقتصادی یا علمی را جمع‌آوری کنند. برخی از مشهورترین سازمان‌های اطلاعاتی جهان که از جاسوسان استفاده می‌کنند عبارت‌اند از:

· CIA (آمریکا) · MI6 (بریتانیا) · FSB (روسیه) · Mossad (اسرائیل) · وزارت اطلاعات و سپاه قدس (ایران)

شرکت‌های تجاری و صنعتی: جاسوسی اقتصادی یک صنعت بزرگ است. شرکت‌های بزرگ برای به دست آوردن اطلاعات درباره رقبای خود، نوآوری‌های صنعتی و اسرار تجاری، جاسوسان را به کار می‌گیرند. این افراد ممکن است به عنوان کارمند جدید در یک شرکت نفوذ کنند یا از طریق همکاری با کارکنان داخلی، اطلاعات محرمانه را استخراج کنند.

گروه‌های جنایی و مافیایی: گروه‌های مافیایی و باندهای خلافکار نیز جاسوسان خود را دارند. این جاسوسان می‌توانند در پلیس، سیستم قضایی یا حتی رسانه‌ها نفوذ کنند تا اطلاعات حساس را به گروه‌های خود منتقل کنند.

گروه‌های سیاسی و ایدئولوژیک: برخی از احزاب سیاسی، گروه‌های انقلابی یا سازمان‌های افراطی از جاسوسان برای نفوذ در گروه‌های مخالف، دولت‌ها یا نهادهای بین‌المللی استفاده می‌کنند.

روش‌های جاسوسی افراد عادی در زندگی روزمره: جاسوسان معمولاً از روش‌های مختلفی برای جمع‌آوری اطلاعات استفاده می‌کنند، از جمله:

نفوذ در سازمان‌ها و گروه‌ها: یک جاسوس ممکن است به عنوان یک کارمند، خبرنگار، مشاور یا حتی دوست نزدیک در یک سازمان نفوذ کند و اطلاعات مهمی را جمع‌آوری نماید.

شنود و ضبط مکالمات: امروزه با پیشرفت تکنولوژی، جاسوسان می‌توانند با استفاده از ابزارهای شنود، میکروفون‌های مخفی یا حتی نرم‌افزارهای جاسوسی در تلفن‌های همراه، اطلاعات را جمع‌آوری کنند.

دنباله مطلب در صفحه ۵۷

همین آقای یاگودا وقتی در برابر جوخه اعدام قرار گرفت می گفت: «من هزاران بار از دستورات خدا سر پیچی کردم تا به استالین خدمت کنم. بنظر می آید خدا وجود دارد و حالا دارد از من انتقام می گیرد.» آقای «یاگودا» با حکم مرگی که آقای استالین برایش صادر کرده بود به دست معاون خودش جناب آقای نیکلای یژوف تیر باران شد.

مدتی نگذشت که معلوم شد همین آقای نیکلای یژوف هم سر سپرده بیگانگان و لابد دشمن خلق قهرمان بوده است. او دستگیر و محاکمه و سرانجام توسط معاون خودش، جناب آقای بریا وزیر امنیت اتحاد جماهیر شوروی، تیرباران شد!

حالا ببینیم این آقای «بریا» سرنوشت اش چگونه رقم خورد: این آقای بریا که در گرجستان زاده شده بود به سال ۱۹۲۱ به سازمان «چکا»، پلیس مخفی شوروی، پیوست و تا سال ۱۹۲۴ حدود ده هزار تن از مخالفان کمونیسم را اعدام کرد. او به سال ۱۹۳۲ به عضویت کمیته مرکزی حزب کمونیست شوروی در آمد و بخاطر توانایی هایش در آدمکشی و حذف مخالفان، در راس پلیس مخفی استالین قرار گرفت.

با حمله آلمان هیتلری به لهستان و آغاز جنگ جهانی دوم، تعدادی از افسران و سربازان لهستانی به شوروی گریختند و به آن کشور پناهنده شدند. آقای بریا دستور داد همگی شان را تیر باران کنند! در سال ۱۹۴۴ آقای بریا فرصت را غنیمت شمرد و اقوام استقلال طلب شوروی را یا کشت یا به سیبری فرستاد تا در آنجا از گرسنگی و بیماری و سرما بمیرند.

با مرگ استالین در پنجم مارس ۱۹۵۳ و انتخاب نیکیتا خروشچف بعنوان صدر هیئت ریسه اتحاد جماهیر شوروی، جناب آقای بریا به اتهام جاسوسی برای انگلستان دستگیر و به یک اردوگاه مخفی فرستاده و در آنجایی سر و صدا تیرباران شد. ریاست دادگاه آقای بریا را جناب گئورگی ژوکوف به عهده داشت. اندکی بعد خود آقای ژوکوف عنصر نامطلوب شناخته شده و از همه پست ها و مشاغل که داشت برکنار و به اورال تبعید می شود و در آنجا او را مشمول رحمت حق تعالی می کنند! در همین زمان است که خود آقای استالین هم دشمن خلق و خائن به آرمان های انقلاب اعلام می شود، در نتیجه گور آقای استالین را که کنار مقبره لنین در میدان سرخ بود می شکافند، جنازه اش را بیرون می آورند گوشه ای پای دیوار کرمین دفن می کنند! بدون شک اگر آقای استالین تا آن زمان زنده مانده و به رحمت حق تعالی نرفته بود محاکمه و تیرباران می شد و در جلسه محاکمه اش هم اعتراف می کرد دشمن خلق و خائن به انقلاب بوده است. دنباله مطلب در صفحه ۵۷



چطوری رفیق؟ یکی از شگفتی های تاریخ انقلاب های جهان شباهتی است که بین حکومت ملایان و حکومت مرحوم اتحاد جماهیر شوروی سوسیالیستی وجود دارد. پس از این که لنین در گذشت، گفتند آقای تروتسکی، یعنی نفر دوم انقلاب، خائن به آرمان های خلق بوده است! در آن زمان جهان با شنیدن چنین خبری به بهت و حیرت فرو رفت. تروتسکی و خیانت؟ چگونه چنین چیزی ممکن است؟

لئون تروتسکی یکی از بزرگ ترین نظریه پردازان مارکسیسم، رییس کمیساریای عالی خلق برای امور خارجی بود، عضو دائمی کمیته مرکزی حزب کمونیست شوروی بود. بعدا به وزارت جنگ رسید. نقش بسیار بزرگی در پیروزی ارتش سرخ در جنگ های داخلی روسیه داشت. یکی از نخستین اعضای دفتر سیاسی حزب کمونیست بود. چنین کسی چگونه می تواند خائن و خود فروخته و جاسوس و دشمن خلق باشد؟ در دهه ۱۹۲۰ به سبب کشمکش هایی که بین استالین و تروتسکی بر سر شیوه اداره حکومت وجود داشت تروتسکی از اتحاد جماهیر شوروی تبعید شد، به مکزیک رفت و آنجا به دستور استالین توسط شخصی بنام رامون مرکادر یکی از ماموران کمیساریای عالی خلق با تبر به قتل رسید. نکته جالب اینجاست که کسانی که او را به خیانت متهم کردند خودشان از رهبران برجسته انقلاب اکتبر روسیه بودند: بوخارین، کامنف، ژینو ویوف، و استالین.

پنج سال بعد اعلام کردند کامنف و بوخارین و ژینو ویوف هم خائن بوده اند! دادگاه های فرمایشی تشکیل شد و آنها توسط آقای هنریک یاگودا رییس وزارت امنیت شوروی اعدام شدند. اندکی بعد معلوم شد که خود این آقای هنریک یاگودا رییس امنیت خانه مبارکه دشمن خلق و جاسوس امپریالیست ها بوده است! از خانه اش هم صدها عکس سکسی و لباس زیر زنانه کشف کردند و به تماشای خلق قهرمان گذاشتند!

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

علائم بیماری ها: علائم اضطراب عبارتند از بی‌قراری، تحریک‌پذیری، عدم تمرکز فکری و عدم کنترل افکار، ترس و وحشت در فرد. افرادی که همزمان دچار افسردگی هستند، در مواردی غمگین و بدون امید هستند. برخی از علائم این دو بیماری با هم تداخل می‌کنند، نظیر خستگی، مشکل در خوابیدن و درد بدون دلیل خاص. جالب این که احساس اضطراب خود یکی از علائم افسردگی است و به همین دلیل بسیار مهم است که با مراجعه به روان‌پزشک و روان‌شناس به دنبال یک تشخیص دقیق بیماری رفت.

درمان: روان‌درمانی یک بخش بزرگ هر دو اضطراب و افسردگی می‌باشد. CBT ک روش گفتار درمانی است که در هر دو مورد مفید است، ولی بستگی به آن دارد که روان‌پزشک تشخیص دهد کدام بیماری بیشتر وجود دارد. روش CBT در افرادی که اضطراب دارند کمک می‌کند که عواملی که ایجاد اضطراب می‌کنند را تشخیص دهند، در حالی که در افسردگی CBT بیشتر روی افکار منفی و حالت بیمار تمرکز می‌کند. **دارو درمانی:** برای هر دو بیماری داروهای لازم وجود دارند، ولی بیماری را درمان نمی‌کنند، فقط علائم بیماری را کنترل و کاهش می‌دهند. داروهای ضدافسردگی و داروهای اختصاصی (SSRI) و (SNRI) و سه حلقه‌ای‌ها (Tricyclics) بسیار مصرف می‌شوند. هر چند این داروها جهت درمان اضطراب نیز استفاده می‌شوند، ولی داروهای مخصوص اضطراب نظیر بنزودیازین‌ها (Anxiolytics) و بلوکه‌کننده‌های بتا (Beta-Blockers) بیشتر جهت درمان استفاده می‌شوند.

روش های دیگر: این روش‌ها جهت درمان و تحریک مغز مورد استفاده قرار می‌گیرند و اضطراب و افسردگی را کنترل می‌کنند.

A- روش ECT: تحریک الکتریکی مغز است و در صورتی که روش‌های دیگر نتیجه ندهند، استفاده می‌شود.

B- روش TMS: روشی است که جهت تحریک کردن مغز وجود دارد و اغلب در افرادی که هر دو بیماری اضطراب و افسردگی دارند استفاده می‌شود.

C- قارچ ها: نوعی از قارچ‌ها که به نام قارچ‌های معجزه‌آسا مصرف می‌شوند، جهت درمان افسردگی در مراکز خاص مورد بررسی و استفاده قرار می‌گیرند (Psycocybin Mushrooms). استفاده از آنها باید زیر نظر روان‌شناس یا روان‌پزشک باشد.

دنباله مطلب در صفحه ۵۷



اضطراب یا افسردگی

اضطراب و افسردگی هر دو بیماری‌های روانی هستند و اغلب با هم اتفاق می‌افتند. حدود ۶۰ درصد افرادی که دچار اضطراب می‌شوند، دچار افسردگی خواهند شد و عکس این پدیده نیز اتفاق می‌افتد. زمانی که این دو بیماری در فرد با هم اتفاق می‌افتند، تفکیک و تشخیص آنها از هم بسیار مشکل است، ولی تفاوت‌های کلیدی بین این دو وجود دارد که به شرح مختصر آنها می‌پردازیم.

شیوع: اضطراب اغلب دو برابر افسردگی اتفاق می‌افتد. حدود ۷۰ درصد بزرگسالان در آمریکا با افسردگی زندگی می‌کنند و حدود ۱۹ درصد با یکی از فرم‌های اضطراب در حال زندگی هستند. اضطراب حتی بیش از دو برابر در کودکان اتفاق می‌افتد. در سال‌های ۲۰۱۸-۲۰۱۹، ۴/۴ درصد کودکان در سنین ۳ تا ۱۷ سال به بیماری افسردگی مبتلا شدند و در همین سال‌ها ۴/۹ درصد از اضطراب رنج می‌بردند.

ریسک فاکتور (Risk Factors): بسیاری از ریسک فاکتورها در افسردگی و اضطراب شبیه هم هستند. هر دو به نظر می‌رسد ناشی از عوامل ژنتیکی و محیطی نظیر استرس و تروما (Trauma) باشند. هر دو حالت در بین زنان دو برابر مردان است. یکی از ریسک فاکتورهای مهم در خانم‌ها به نظر می‌رسد تغییرات هورمونی باشد.

زمان بروز بیماری: هر دو اضطراب و افسردگی در سنین مختلف اتفاق می‌افتند. اضطراب اغلب قبل از بلوغ رخ می‌دهد، ولی افسردگی در سال‌های بعد ظاهر می‌شود. اگر فردی دچار هر دو بیماری شود، علائم اضطراب اغلب قبل از افسردگی رخ می‌دهد



Ramin Karamveysi
Attorney at law in Iran



دفتر خدمات حقوقی ایران وکیل Vakil Legal Services

با مدیریت رامین کرم ویسی

وکیل سابق پایه یک دادگستری ایران، با بیش از ۲۰ سال تجربه

حل سریع و مطمئن مشکلات حقوقی شما در ایران

پاسخگوی موضوعات حقوقی مربوط به آمریکا نیستیم!

قبول وکالت و پیگیری کلیه دعاوی حقوقی، خانوادگی، جزایی، ملکی و تجاری در دادگاه‌های ایران

♦ انجام کلیه خدمات مرتبط با سفارت ایران و اخذ ویزای آمریکا

♦ وصول مطالبات و رفع ممنوع‌الخروجی در ایران

♦ دریافت و برقراری حقوق بازنشستگان

♦ اخذ گذرنامه ایرانی، شناسنامه و کارت ملی

♦ انحصار وراثت و وصول سهم‌الارث

♦ خرید و فروش املاک در ایران

♦ تنظیم انواع وکالت‌نامه‌های قانونی و قراردادهای

♦ تنظیم میبایعه‌نامه، وصیت‌نامه و ثبت طلاق و ازدواج

♦ دعاوی مربوط به ازدواج، طلاق و مطالبه مهریه

♦ رفع تصرف و تخلیه املاک، مشاوره و تنظیمات ملکی و ثبتی

نیم ساعت مشاوره
حقوقی رایگان ارائه می‌شود

امکان پیگیری روند پرونده‌های
دادگاه به صورت آنلاین وجود دارد

قرار ملاقات فقط با تعیین وقت قبلی امکان‌پذیر است

Office: (669) 295-8006

Cell: (408) 831-8057

Iranvakils.com

iranvakils@gmail.com

960 Saratoga Ave., Suite #209, San Jose, CA 95129



سهیلا رضایی

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

(916) 616-7395 ♦ (408) 455-2330



Soheila Rezae
Lic.: 01834116



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



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



Soheila.Realtor@gmail.com

9217 Sierra College Blvd #120, Roseville, CA



نون بیار، کباب ببر

بخش سوم

سیروس مرادی

Cyrousm@yahoo.com

با احترام، مجدداً به سالن پذیرایی راهنمایی شدم. این بار قهوه‌ای همراه با یک شکلاتی برای پذیرایی آوردند. درست سر نیم ساعت، همان پسر مودب که هنگام ورود دیده بودم، به من فهماند که می‌توانیم برای بازدید محل برویم. با هزار سلام و صلوات، سوار آسانسور شدیم و پایین آمدیم. در آنجا، یک خودروی پرادوی مشکی با راننده‌ای بسیار مودب‌تر از ما مأمور پذیرایی منتظر بود تا ما را به بهشت زهرا ببرد راننده با مهارت از اتوبان راه افتاد و ظرف مدت کوتاهی به مقصد رسیدیم. درگاه مقبره خصوصی روبه‌رویمان بود. مقابر خصوصی بهشت زهرا در اضلاع کناری و برخی نیز در نزدیکی غسالخانه قرار دارند. همه آنها از یک ورودی و یک اتاق بزرگ با مساحت حدود ۳۶ مترمربع تشکیل شده‌اند. در بنای اصلی، از آجرهای پخته خاکی‌رنگ استفاده شده بود که جلوه‌ای چشم‌نواز و آرامش‌بخش داشت. اما مقبره‌ای که برای بازدید آمده بودم، با آجرهای سه سانتی و دقت کامل نماسازی شده بود. منظره‌ای داشت که دل آدم می‌خواست همان جا دراز بکشد و بمیرد!

در انتهای اتاق، پنجره‌ای بود که وقتی در اصلی باز می‌شد، کوران هوا ایجاد کرده و مرده و زنده را خنک می‌کرد! با دقت به کف سالن نگاه کردم. اثری از قبر نبود؛ انگار کسی تا به حال آنجا دفن نشده بود. سقف بلند مقبره باعث شده بود که وقتی دستانم اتفاقی به هم خورد، انعکاسی عجیب مثل صحن مسجد شاه اصفهان ایجاد شود. با خودم فکر کردم اینجا جای خوبی برای بازی "نون بیار، کباب ببر" است! چندین بار دست‌هایم را محکم به هم زدم. تصور این که بعد از مرگ هم بتوانم اوقات کسل‌کننده‌ام را با مرده‌های کنار دستم بگذرانم، عجیب و غریب بود. به این فکر کردم که اگر استخوان‌های دست ما محکم به هم بخورند، ممکن است بندهایش از هم جدا شوند، اما نگران نبودم؛ چون همه مرده‌ها کارشناس ارشد استخوان‌شناسی هستند و بلدند چطور انگشتان در رفته خود را ترمیم کنند! یک آن دیدم که غرق بازی خیالی‌ام شده‌ام و میزبانم با تعجب مرا نگاه می‌کند. حالا دیگر مطمئن شده بودم که من کمابیش دیوانه‌ام!

راستش، خیلی از آنجا خوشم آمده بود، اما آن جوان رعنا که راهنمایم بود، گفت صلاحیت پاسخگویی به سؤالاتم را ندارد و بهتر است از "جوانشیر" بپرسیم. در حالی که نگاهم به مقبره‌ای بود که در کاشی‌کاری بالای سردر، نام خانواده متوفی هنوز خالی گذاشته شده بود، با اشتیاق به میدان مادر در میرداماد برگشتم. پس از همان تشریفات اولیه، دوباره به حضور جوانشیر رسیدم. او با دیدن چشمان مشتاق من، امیدوار و خوشحال به نظر می‌رسید. سؤالات زیادی داشتم؛ چگونه این مقبره سی سال است که خالی مانده؟ مالک آن کیست؟ با وجود ممنوعیت خرید و فروش، چطور می‌خواهند آن را بفروشند؟ جوانشیر صبورانه گوش داد و وقتی اشتیاقم را دید، گفت: "این‌ها چند مقبره هستند که از ابتدا فروخته نشدند و شهرداری آنها را برای خودش نگه داشته بود. اما حالا تصمیم گرفته آنها را رسماً واگذار کند. تمام مراحل ثبتی این مقبره در دفتر اسناد شماره ۱۱۰، که طبقه پایین همین ساختمان است، انجام خواهد شد. خیالت راحت باشد!"

آخرین سوالم درباره قیمت بود. جوانشیر با خونسردی گفت: "با احتساب آستانه ورودی، که جزئی از زیربناست و در سند به نامت ثبت می‌شود، مجموع مساحت حدود ۴۰ مترمربع خواهد بود. تو می‌توانی حداقل ۱۰ نفر را در این فضا دفن کنی! مطمئن باش که همسرت هم کنار تو به خاک سپرده خواهد شد." می‌خواستم بگویم: "بابا بی خیال زرم! همین که در این دنیا کنار هم بودیم کافی است؛ بگذار آن دنیا راحت‌تر باشم!" اما دیدم بیان مناسبت نیست و موضوع را مسکوت گذاشتم.

جوانشیر ادامه داد: "قیمت هر متر ۲ میلیون تومان است، یعنی کلاً ۸۰ میلیون تومان. اما تو می‌توانی فقط ۱۵ درصد یعنی ۱۲ میلیون تومان پرداخت کنی، ما هم سند را به نامت می‌زنیم. بقیه مبلغ را می‌توانی هر ماه ۳۰۰ هزار تومان قسط بدهی." بعد لبخندی زد و گفت: "ضمناً به‌عنوان اشتیون، مراسم ترحیمت هم با شرکت ما خواهد بود! خیالت راحت باشد. می‌توانی هر طرح و عکسی را از آلبوم طراحی سنگ قبر ما، که توسط ماهرترین هنرمندان آشنا به فوتوشاپ تهیه شده، انتخاب کنی!

پذیرایی مراسم هم در رستوران معروف سنبل سبز روبه‌روی پارک زعفرانیه، که مجهز به پارکینگ است، انجام می‌شود. ما رسماً در محضر اسناد متعهد می‌شویم که بهترین تاج گل‌ها را نثار قبرت کنیم، بهترین کافور و خلعت بغدادی را برایت در نظر گرفته‌ایم و بهترین حلای زعفرانی را برای مراسم خاکسپاری‌ات خواهیم پخت! شرط می‌بندم که مرده‌های دیگر از دیدن جلال و شکوه مراسم سوگواری من، حسادت خواهند کرد!

دیدم نزدیک ناهار است و گرسنه‌ام. خواستم خداحافظی کنم، اما جوانشیر اشاره کرد که این کار درست نیست و نباید موقع ناهار ما را ترک کنی. در اتاق ناهارخوری نان و پنیری آماده بود. با راهنمایی همان پسر مودب، رقتم تا کمی نان و پنیر بخورم، ولی به گونه‌ای که خدا قسمت شما هم بکند، جوجه کباب با همه مخلفاتش نیز موجود بود. دلی از عزا درآوردم و پس از صرف یک فنجان چای معطر صبحگاهی، از جوانشیر خداحافظی کردم و قول دادم که در طول هفته آینده حتماً مزاحمتش خواهم شد. بعد از آن، فکرم به این افتاد که چگونه زرم را راضی کنم تا اجازه دهد ۱۲ میلیون تومان از پس‌انداز مشترکمان، که با اشک و آب دماغ جمع کرده بودیم، برداشت کنم. زرم هرچند بار پرسید که این پول را برای چه می‌خواهی، اما من پاسخی ندادم، فقط برایش توضیح دادم که قرار است قسط اول ملکی را بپردازم که تو و من سال‌ها در آنجا آرامش خواهیم یافت. دلش راضی نمی‌شد، ولی سرانجام من به پول مورد نظر دست یافتم. به جوانشیر زنگ زدم و در یکی از آخرین روزهای کاری هفته به محضر اسناد رسمی در همان ساختمان رفتم، همراه با کپی شناسنامه، کارت ملی و البته چکی به مبلغ ۱۲ میلیون تومان.

سند مقبره دقیقاً سند منقول‌داری بود که همیشه آرزوی آن را داشتم. همه چیز بسیار سریع پیش رفت و دفتردار گفت که اگر فقط یک ساعت بنشینم، تمامی کارهای سندنویسی انجام می‌شود و نیازی به حضور مجدد من نخواهد بود. در این بین، جوانشیر چک را از من گرفت و دفترچه قسط را که هر ماه باید ۱۵۷ هزار و ۲۳۴ تومان به حساب شرکت واریز کنم، به من تحویل داد. آخرین جمله جوانشیر را که برایم آرزوی ۱۲۰ سال عمر کرد، هرگز فراموش نخواهم کرد، به گونه‌ای که انگار قرار است دقیقاً ۱۲۰ سال، نه یک سال کمتر و نه بیشتر، عمر کنم.

با بدرقه‌ای شبیه به رئیس‌جمهور، از دفترخانه بیرون آمدم، در حالی که با پرداخت تنها ۱۲ میلیون تومان، عملاً صاحب یک مقبره خانوادگی شده بودم. خیلی دلم می‌خواست قیافه زرم را بعد از شنیدن این شاهکار ببینم. همیشه مرا سرزنش می‌کرد که معلم‌ان در جامعه ارج و قربی ندارند و این که ثروت بهتر از علم است و همه مدارک را بگذار در کوزه و آبش را بخور...

تا چند روز ذوق‌زده بودم. زرم هر بار التماس می‌کرد که پول بی‌نوا را چه کردی، من می‌گفتم که با یک سورپرایز جوابش را خواهم داد. درست یک هفته از رفتن به محضر و گرفتن سند گذشته بود که ناگهان به یادم آمد کلید آرامگاه خانوادگی‌مان را از فروشنده‌گان نگرفته‌ام. برای تجدید دیدار با جوانشیر نیز تصمیم گرفتم سری به شرکت بزنم. طبق معمول، جلوی ساختمان از اتوبوس واحد پیاده شدم و راه شرکت را در پیش گرفتم. وقتی زنگ در را زدم، با تأخیری طولانی در را باز کردند، این تأخیر آن‌قدر زیاد بود که فکر کردم شرکت تعطیل است. سرانجام همان پیشخدمت مودب در را گشود و با بی‌میلی مرا به داخل دعوت کرد، دیگر هیچکس مرا به نشستن دعوت نکرد.

جوانشیر با دستپاچگی از اتاقش بیرون آمد، لبخندی زورکی زد و علت آمدم را جویا شد. توضیح دادم که دنبال کلید آمده‌ام. بلافاصله کلید سوپچی بزرگی را از روی میز برداشت و به طرف من دراز کرد. در حین خداحافظی، جوانشیر انگار می‌خواست موضوعی بی‌اهمیت را به من گوشزد کند، به صورتم خیره شد و گفت: «ما داریم همه آرامگاه‌هایی را که قصد واگذاری‌شان را داریم، نظافت کلی کرده و برخی تعمیرات کوچک انجام می‌دهیم. لطفاً تا دو هفته آنجا نروید.» من سری تکان دادم و گفتم: «هرچه شما بفرمایید.»

مجموعه داستان‌های سیروس مرادی

چاپی و پی‌دی‌اف

Cyrousm@yahoo.com

شرکت مالیاتی و حسابداری توس



برنامه ریزی و اداره کارهای مالیاتی و حسابداری شما تخصص ماست

- Full Accounting and Tax services
- Accounting structure modifying
- Business formation and consulting
- کلیه امور حسابداری و مالیاتی
- اصلاح و ایجاد ساختارهای حسابداری
- مشاوره و ثبت انواع شرکت

All Personal Tax Returns Are Protected Against IRS Audit and Identity Thefts

Tax Professional | Reza Farshchi

email: Reza@tous.services cell: 650 720 0182

T 408 610 9440 F 408 645 5129 ✉ info@tous.services 🌐 www.tous.services

📍 21060 W Homestead Rd #208, Cupertino, California 95014



نوریه علویه مولان سیموک

زنان آغاز به کار کرد و این راه را برای ورود زنان به دنیای نشر و مطبوعات هموار کرد. علویه به لطف ثروتی که پس از مرگ همسر به ارث برده بود، «انجمن حمایت از نسوان عثمانی» را تأسیس کرد و از نفوذ خود در دربار برای دعوت از زنان تحصیل کرده به همکاری بهره برد. این دوره هم‌زمان بود با آشنایی او با مولان‌زاده رفعت، روزنامه‌نگار و سیاستمدار کرد، که صاحب امتیاز یکی از جنجالی‌ترین روزنامه‌های آن دوره در امپراتوری عثمانی بود. روزنامه «سربستی» از پیشگامان روشنگری و

تلاش برای دفاع از آزادی بیان و عدالت در امپراتوری عثمانی به شمار می‌رفت، و روزنامه‌نگاران این نشریه به علت انتقاد از سیاست‌های داخلی سلطان عبدالحمید، از جمله سرکوب آزادی‌های اجتماعی، فساد مالی و سوءاستفاده از قدرت، در فهرست سیاه سلطان قرار گرفته بودند. در ششم ژوئیه ۱۹۰۹ میلادی، مولان‌زاده و حسن فهمی روی پل گالاتا هدف سوءقصد نیروهای حکومت قرار گرفتند، مولان‌زاده از این حادثه جان سالم به در برد اما حسن فهمی کشته شد. قتل او یکی از اولین نمونه‌های ترور روزنامه‌نگاران در خاورمیانه بود و جنجال گسترده‌ای به پا کرد.

نوریه در سال ۱۹۱۳ میلادی با مولان‌زاده ازدواج کرد و در هفدهم آوریل همان سال روزنامه «دنیای زنان» را افتتاح کرد. مدحت کوتلات، تاریخ‌پژوه دوره عثمانی، در کتاب نوریه علویه مولان و کردها در روزنامه دنیای زنان از خلال بررسی آرشیوهای باقی‌مانده از این روزنامه ردپای کردهای سیم در انتشار این روزنامه را دنبال کرده است. بر اساس یافته‌های او، روزنامه «دنیای زنان» از ابتدای تأسیس تا دسامبر ۱۹۱۴ در چاپخانه سربستی متعلق به مولان‌زاده منتشر می‌شد و پس از آن «دنیای زنان» چاپخانه اختصاصی‌اش در خیابان باب عالی را افتتاح می‌کند. در همان سال، مولان‌زاده با کمک همسرش و به قصد دفاع از حقوق زنان و بهبود وضعیت اجتماعی آنها، روزنامه دیگری با نام «دنیای مردان» را منتشر می‌کند که به چاپ مطالب آموزشی برای آگاه کردن مردان از حقوق زنان اختصاص داشت. این همکاری تا سال ۱۹۲۲ و آغاز جنبش هویت‌خواهی کردهای عثمانی ادامه داشت. با تشدید منازعات ملی‌گرایانه، مولان‌زاده که پیش از آن از طرفداران مشروطه بود به جنبش استقلال‌خواهی کردستان پیوست و فعالیت‌هایش را از طریق حزب تعالی کردها و «خوئیون» ادامه داد. در نتیجه، در سال ۱۹۲۳ میلادی نام او بار دیگر در فهرست اعدام حکومت وقت قرار گرفت.

مصادات نسوانیه: بررسی آثار علویه مولان در مقام سردبیر روزنامه «دنیای زنان»، تصویر روشنی از چگونگی ورود زنان عثمانی به عرصه سیاست و در نهایت سرنوشت سیاست‌ورزی آنها ارائه می‌دهد. علویه یکی از اولین زنانی بود که از نابرابری حقوقی زن و مرد به صراحت انتقاد می‌کرد و فرودستی زنان را «جایگاه حقیر ساخته‌شده توسط مردان» می‌خواند و بر لزوم تغییر قوانین تأکید می‌کرد. او می‌گفت حقوق شهروندی همه افراد، از جمله زنان، باید به صورت مشخص و شفاف در متن قانون درج شود و ضمانت اجرایی داشته باشد. او در مجموعه مقالاتی با عنوان «مصادات نسوانیه» (گفت‌وگوهای زنانه) به تحلیل حقوق زنان و ارائه نظرانی درباره تقسیم کار، حضور در اجتماع، آزادی و نظایر این‌ها می‌پرداخت.

«ایده‌های مربوط به ماهیت تقسیم کار برای مردان و زنان در جامعه ما یکسان نیست. جامعه از مردان انتظار ندارد که در آن واحد هم سرباز باشند و هم امام روحانی، اما در همین جامعه از زنان انتظار می‌رود که هم‌زمان هم همسر باشند، هم مادر، آشپز، خیاط و... در نهایت نیز زنان را به علت بی‌سوادی و فقدان درک اجتماعی از حقوق قانونی‌شان محروم می‌کنند.» (علویه مولان، مصادات نسوانیه، «دنیای زنان»، شماره ۱، ۱۴۸، ص ۲). «یکی از بهانه‌های مردانی که می‌خواهند از کسب‌وکار زنان جلوگیری کنند این است که می‌گویند زنان تحصیلات و تجربه کافی ندارند. اما آیا همه شما مردان صنعت‌گر به مدرسه فنی رفته‌اید؟ آیا شما همگی تحصیلات عالی دارید؟ خیر، واقعیت این است که بسیاری از شما هم تحصیلات ندارید اما به لطف بهره‌مندی از آزادی حضور در جامعه توانسته‌اید شاغل شوید و استقلال مالی پیدا کنید.» (علویه مولان، زنان در انتظار کار، «دنیای زنان»، شماره ۱، ۱۵۷، ص ۲)

دنباله مطلب در صفحه ۵۰

نوریه علویه مولان، زنی در تقاطع دو ناسیونالیسم

سوما نگهداری‌نیا

سرنوشت زنان در اختیار چه کسی ست؟: نوریه علویه مولان سیموک در سال ۱۸۹۳ میلادی در خانواده‌ای چرخس به دنیا آمد. بعضی منابع محل تولد او را سوریه و برخی دیگر بایلیکسیر در ترکیه امروزی می‌دانند. به هر حال، می‌دانیم که خانواده او از آوارگان چرخسی بودند که پس از حمله روس‌ها به قفقاز برای حفظ جان خود همراه با هزاران مسلمان چرخس دیگر به سرزمین‌های عثمانی گریختند. چرخس‌ها (Cir-cassians) یکی از قدیمی‌ترین اقوام ساکن در قفقازند که عمدتاً در قفقاز شمالی در منطقه‌ای موسوم به چرخسیا (بخشی از روسیه‌ی امروزی) زندگی می‌کردند. این منطقه در طول تاریخ بارها آماج حمله امپراتوری‌های بزرگی مثل مغول‌ها و روس‌ها و عثمانی‌ها قرار گرفته است. در قرن نوزدهم و پس از جنگ‌های قفقاز امپراتوری روسیه کنترل این منطقه را در دست گرفت. بر اساس برآوردها، جمعیتی بالغ بر یک میلیون نفر بر اثر جنگ یا به‌علت بیماری، گرسنگی و آوارگی کشته شدند. سرانجام، چرخس‌های مهاجر و تبعیدی در شبه‌جزیره بالکان، آناتولی و دیگر مناطق تحت حکومت عثمانی سکن‌ا گزیدند.

خانواده نوریه نیز ابتدا به شهر ترابوزان و بعد به گونن، منطقه‌ای برای اسکان آوارگان چرخس، گریختند. پدر نوریه، حاجی محمود بیگ چرخس، کشاورز بود و خانواده فقیر آنها از عهده تأمین مخارج کودکان شان برنمی‌آمدند. به همین علت، نوریه در شش‌سالگی از طریق مردی به نام حاجی ابلوس بیگ به حرمسرای سلطان عبدالحمید دوم در کاخ ایلدیز استانبول سپرده شد. دختر حاجی ابلوس از کارکنان کاخ بود و نفوذ زیادی در آنجا داشت و از طریق او سرنوشت نوریه دستخوش تغییر شد. نوریه در کاخ به تحصیل مشغول شد و آداب معاشرت درباری را آموخت. در آن زمان، برنامه آموزشی دختران حرمسرا به فراگیری زبان‌های عربی، فارسی، ترکی و یکی از زبان‌های اروپایی و همچنین مسائل شرعی اختصاص داشت. علویه در سال ۱۹۰۶ میلادی در سیزده‌سالگی بنا بر قوانین حرمسرای کاخ با هولوس افندی، برادر رضاعی سلطان، ازدواج کرد که در آن زمان ۷۶ ساله بود. دو سال بعد با پیروزی مشروطه‌خواهان تنظیمات عثمانی آغاز شد، دوره‌ای که هم‌زمان بود با اصلاحاتی در زمینه قوانین ازدواج، طلاق، چندهمسری و نیز حق تحصیل عمومی برای دختران. به لطف قوانین جدید، علویه پس از مرگ همسرش در سال ۱۹۱۳ توانست به‌عنوان بیوه‌ای مستقل از کاخ خارج شود و زندگی مستقلی را در پیش بگیرد. این دوره مصادف بود با اولین موج جنبش زنان عثمانی. علویه بعدها در مقاله‌ای با عنوان «زنان چگونه می‌توانند سرنوشتی را که دیگران برایشان رقم زده‌اند تغییر دهند؟» به تفصیل از زندگی خود، تجربه کودک‌همسری و زندگی زنان بدون حق انتخاب سخن گفت. او این زندگی را برای هر زنی «کمرشکن» توصیف کرد و تغییر در قوانین رسمی را تنها راه نجات زنان دانست. «همیشه به این فکر می‌کردم که چطور می‌توانم زندگی‌ای که خود را در آن مقهور و بی‌فایده می‌دیدم، تغییر دهم! به عقیده من، انسان برای پیشرفت محتاج شجاعت عملی و ذهنی است. می‌دانستم که برای پیشرفت در جامعه باید شخصیت، ذهن و روح خودم را پرورش بدهم و با دنیای نو هماهنگ شوم. ما اکنون در عصر اصلاحات و روشنگری هستیم.» (علویه مولان، «دنیای زنان»، شماره پنج، صص ۲-۳، ۱۹۱۳)

زمینه تاریخی جنبش زنان عثمانی: جنبش زنان عثمانی ثمره تجددگرایی، دین‌زدایی و اصلاحات اجتماعی بود. با وجود این، زمینه‌های اقتصادی و سیاسی نیز در شکل‌گیری و توسعه آن نقش مهمی داشت. تصویب «قانون اراضی» در سال ۱۸۵۸ تأثیرات غیرمستقیم مهمی بر حقوق زنان و استقلال مالی آنها بر جا گذاشت. هر چند تصویب این قانون تلاشی بود در جهت مدرن کردن مالکیت زمین و ساختارهای اقتصادی-اجتماعی اما در نتیجه آن حق مالکیت زنان تا حدودی بهبود یافت و آنها اجازه یافتند که به نام خود زمین ثبت کنند. از آن پس دیگر به راحتی نمی‌شد زنان را از ارث یا زمین خود محروم کرد. از سوی دیگر، تلفات زیاد مردان در جنگ‌های بالکان و جنگ جهانی اول حضور زنان به‌عنوان بخشی از نیروی کار و سرمایه را ضروری کرده بود. ورود زنان به بازار کار مستلزم آموزش آنان بود. در سال ۱۸۷۰ میلادی مدرسه بازرگانی و کالج تربیت مدرس ویژه زنان افتتاح شد، در سال ۱۸۹۳ اولین انتشارات

idents®

RS FOR SERIOUS INJURIES

CAMERON YADIDI

ATTORNEY AT LAW



RANKED TOP 1% LAWYERS



No Fees Until We Win Your Case!

Settlements & Verdicts



Serious Injuries



Brain & Spinal Injuries

Powerfulinjurylawyers.com

Thurg & 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

مردهای «مریخی» و ساکنان «نوس»

نوشته: دکتر جان گری ترجمه: اشرف عدیلی (بخش یازدهم)

موقعی که مردی به درون غار خود می‌رود، چه باید کرد؟ در سمینارهایم، هنگامی که درباره مفهوم «غار» و «اژدها» صحبت می‌کنم، زنان اغلب می‌پرسند که چگونه می‌توانند مدت زمان اقامت مرد در غار را کوتاه‌تر کنند. در پاسخ، از مردان حاضر در جمع می‌خواهم نظر خود را بگویند. آنها معمولاً تأکید می‌کنند که هرچه زنان بیشتر تلاش کنند تا مردان را به صحبت وادار کنند یا به آنها دلداری بدهند، مردان بیشتر در خود فرو می‌روند.

یکی دیگر از نکاتی که مردان مطرح می‌کنند این است که «خروج از غار زمانی برایم دشوارتر می‌شود که بدانم همسرم در این مدت مرا سرزنش کرده است.» هنگامی که مردی را به‌خاطر رفتنش به غار ملامت می‌کنیم، ناخواسته او را به ماندن در آن سوق می‌دهیم، حتی اگر خودش هم قصد بیرون آمدن داشته باشد.

مرد وقتی به درون غار خود می‌رود، یعنی احساس فشار یا ناراحتی می‌کند و تلاش دارد مشکلش را حل کند. اگر در این شرایط بخواهیم با او همدردی کنیم، ممکن است نتیجه معکوس بگیریم. اما شش نکته کلیدی وجود دارد که با رعایت آنها می‌توان در این شرایط، در کنار مرد بود و مدت ماندنش در غار را کوتاه‌تر کرد.

چگونه با مردی که در غار است، همدردی کنیم؟

۱. او را به‌خاطر نیازش به تنهایی سرزنش نکنید.
۲. سعی نکنید با ارائه پیشنهادات مختلف، مشکلش را حل کنید.
۳. بیش از حد به او رسیدگی نکنید و از احساساتش بیش از اندازه سؤال نپرسید.
۴. در نزدیکی غار بنشینید، اما منتظر خروج او نباشید.
۵. نگران او نباشید و با دلسوزی بیش از حد، حس ترحم ایجاد نکنید.
۶. روی بهبود حال و روحیه خودتان تمرکز کنید.

اگر نیاز به صحبت دارید، برایش نامه‌ای بنویسید تا زمانی که از غار بیرون آمد آن را بخواند. اگر احساس نیاز به دلداری دارید، با یکی از دوستان خود صحبت کنید. مرد نباید تنها محور توجه و تمرکز شما باشد.

مرد دوست دارد همسرش به او اطمینان داشته باشد که می‌تواند مشکلاتش را حل کند. حفظ غرور، عزت نفس و استقلال برای او اهمیت زیادی دارد. برای زن، سخت است که نگران مرد مورد علاقه‌اش نباشد، زیرا او عشق و توجه خود را از طریق ابراز نگرانی نشان می‌دهد. اما از دیدگاه مرد، اینکه همسرش ناراحتی او را به‌اندازه خودش احساس کند، مفهومی ندارد. او ترجیح می‌دهد که همسرش روحیه خوبی داشته باشد، زیرا این موضوع به او احساس حمایت و دوست داشته‌شدن می‌دهد و خروج از غار را برایش آسان‌تر می‌کند.

مردها معمولاً احساساتشان را از طریق خونسردی نشان می‌دهند. آنها با عباراتی مانند «نگران نباش، از پس این مشکل برمی‌آیی»، «این مشکل آنهاست، نه تو» یا «مطمئنم که درست می‌شود» ابراز همدردی می‌کنند. آنها به‌جای تمرکز بر مشکل، آن را کوچک و بی‌اهمیت جلوه می‌دهند.

چرا مردان در غار می‌مانند؟ مردان زمانی که در غار هستند، مشغول حل مشکلات خود می‌شوند. اگر احساس کنند همسرشان شاد و بی‌نیاز است، بار ذهنی کمتری برای خروج از غار خواهند داشت. اگر بدانند که همسرشان پس از خروج از غار، با روحیه‌ای خوب و حمایتگرانه با آنها برخورد خواهد کرد، احساس قدرت بیشتری برای مواجهه با مسائل خود خواهند داشت.

هر چیزی که باعث شود همسرش ذهن خود را از مشکل او منحرف کند و خوشحال باشد، به مرد کمک می‌کند تا راحت‌تر از غار خارج شود. مریخی‌ها خودشان توصیه می‌کنند که «نوس‌ها باید کارهایی انجام دهند که به آنها خوش بگذرد.» برای زنان سخت است که وقتی عزیزشان ناراحت است، شاد باشند، اما ونوسی‌ها راهش را پیدا کرده‌اند: وقتی مریخی‌شان به غار می‌رود، آنها به خرید یا گردش می‌روند! ونوسی‌ها عاشق خرید کردن هستند و متوجه شده‌اند که وقتی همسرشان درون غار است، زمان مناسبی برای گفتگو نیست. اما وقتی نشانه‌هایی از توجه را در رفتار مرد مشاهده می‌کنند، می‌دانند که او در حال خروج از غار است و زمان صحبت فرا رسیده است.

چگونه پیام همدردی خود را به مردان منتقل کنیم؟ حتی زمانی که مردان از غار خود بیرون آمده‌اند، همچنان نیاز دارند که مورد اعتماد باشند. آنها به پیشنهادها

ناخواسته و دلسوزی احتیاج ندارند، بلکه می‌خواهند که همسرشان به توانایی‌شان برای حل مشکلات اعتماد کند. مرد زمانی احساس محبت و همدردی می‌کند که زن به او بفهماند: «به تو اطمینان دارم که خودت می‌توانی از پس کارها بریایی، مگر اینکه خودت از من کمک بخواهی.»

در اوایل تمرین این روش، ممکن است برای زنان دشوار باشد. بسیاری از زنان عادت دارند که از طریق انتقاد یا ارائه پیشنهادات ناخواسته، همسرشان را به سمت تغییر سوق دهند. اما اگر الگویی از یک مادر یا زنی نداشته باشند که می‌دانست چگونه مورد حمایت و همدردی مرد قرار بگیرد، تصور چنین رویکردی برایشان سخت خواهد بود. چگونه با مسئله «انتقاد» و «پیشنهاد» در برابر مردان برخورد کنیم؟ بدون درک صحیح از تأثیر انتقاد و پیشنهادات ناخواسته، زنان ممکن است در روابط خود احساس ناتوانی کنند.

نانسی، یکی از زنانی که در سمینارهای من شرکت کرده بود، می‌گفت: «هنوز نمی‌دانم چطور در مورد انتقاد و پیشنهاد دادن، با مردی کنار بیایم. اگر طرز غذا خوردنش بد باشد یا لباس مناسبی نپوشد، چه باید بکنم؟ اگر مردی را فرد خوبی بدانیم، اما رفتارش در اجتماع ناپسند باشد، چه کنیم؟ هر طور که با او صحبت می‌کنم، یا عصبی می‌شود، یا حالت تدافعی می‌گیرد، یا مرا نادیده می‌گیرد.»

پاسخ این است که نباید به او انتقاد کرد یا پیشنهاد ناخواسته داد، مگر اینکه خودش درخواست کند. به‌جای آن، نانسی باید سعی کند که با مهربانی به او نشان دهد که او را همان‌طور که هست، می‌پذیرد. مردها زمانی که احساس پذیرش کنند، خودشان نظرات همسرشان را جویا می‌شوند. اما اگر حس کنند که همسرشان می‌خواهد آنها را تغییر دهد، به هیچ‌وجه نظر او را نخوانند خواست و پیشنهاداتش را نخوانند پذیرفت. در روابط عاطفی، مردها قبل از آنکه به‌طور مستقیم از زن درخواست همفکری کنند، نیاز دارند که احساس امنیت داشته باشند. اما اگر زنی با صبر و اعتماد، منتظر رشد و تغییر همسرش باشد و همچنان نتواند به خواسته‌های خود دست یابد، باید خواسته‌هایش را مستقیماً اما محترمانه با او در میان بگذارد. این هنر برقراری ارتباط، نیازمند علاقه، صبوری و خلاقیت است.

Ali Driving & Traffic School

کلاس‌های 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 جرمه رانندگی دریافت کرده‌اند می‌توانند در مدرسه ما شرکت کرده و امتحان خود را به راحتی قبول شوند. این کلاس‌ها به زبان فارسی نیز عرضه می‌گردد

آموزش رانندگی توسط کادری مجرب و حرفه‌ای

(408) 394-5249 ♦ (408) 370-9696



اگر رئیس‌جمهور بخواهد غزه را تخلیه کند و آن را به یک کازینو تبدیل کند، پس این همان چیزی است که باید انجام شود. اخاذی از اوکراین در میانه جنگ؟ این همان کاری است که باید انجام شود. یک رئیس‌جمهور جدی آمریکا می‌دانست که

پوتین در حال بازی با دستی بسیار ضعیف است که ما باید از آن بهره برداری کنیم. همان‌طور که اکونومیست ماه گذشته اشاره کرد، بیشتر دستاوردهای روسیه در هفته‌های نخست جنگ حاصل شد. «در آوریل ۲۰۲۲، پس از عقب‌نشینی روسیه از شمال اوکراین، این کشور ۱۹.۶ درصد از خاک اوکراین را در اختیار داشت و تلفاتش (کشته و زخمی) حدود ۲۰ هزار نفر بود. امروزه، روسیه ۱۹.۲ درصد از اوکراین را اشغال کرده و تلفاتش، طبق منابع بریتانیایی، ۸۰۰ هزار نفر تخمین زده می‌شود. بیش از نیمی از ۷۳۰۰ تانکی که روسیه در انبار داشت، از بین رفته‌اند. از آنهایی که باقی مانده‌اند، تنها ۵۰۰ دستگاه را می‌توان به سرعت بازسازی کرد. تا آوریل، ممکن است روسیه ذخایر تانک‌های T-80 خود را تمام کند. سال گذشته، روسیه دو برابر تعداد سامانه‌های توپخانه‌ای را که در دو سال قبل از آن از دست داده بود، از دست داد. تخصیص مجدد منابع از بخش‌های تولیدی به مجتمع نظامی، تورم دو رقمی را تشدید کرده است. نرخ بهره ۲۱ درصد است.»

اگر این یک بازی پوکر بود، پوتین فقط یک جفت دو در دست داشت و با بلوف کردن همه چپ‌های خود را وسط گذاشته بود. اما ترامپ، به جای اینکه بلوف پوتین را بخواند، می‌گوید: «فکر کنم بهتر است دستم را ببندم، به جای متحد کردن تمام هم‌پیمانان اروپایی‌مان، افزایش فشار نظامی بر پوتین و ارائه «پیشنهادی که نتواند رد کند»، ترامپ دقیقاً برعکس عمل کرد. او در سازمان ملل ما را از متحدانمان جدا کرد، با خودداری از پیوستن به قطعنامه‌ای که تجاوز روسیه به اوکراین را محکوم می‌کرد، و در عوض، در کنار کشورهایی مانند کره شمالی رأی داد، و سپس کمیته مملو از دروغ برای بی‌اعتبار کردن زلنسکی، نه پوتین، به راه انداخت. علاوه بر این که به دروغ ادعا کرد که اوکراین جنگ را آغاز کرده است، ترامپ اعلام کرد که محبوبیت زلنسکی تنها ۴ درصد است (در حالی که میزان محبوبیت واقعی او ۵۷ درصد است، یعنی ۱۳ درصد بیشتر از محبوبیت خود ترامپ) و زلنسکی را «دیکتاتور» خواند و از او خواست که انتخابات برگزار کند. در همین حال، او به پوتین، که بزرگ‌ترین رقیب انتخاباتی‌اش، آلکسی ناوالنی را به مجموعاً ۲۸ سال حبس در یک جهنم قطبی محکوم کرد، جایی که او به طرز مشکوکی جان باخت، کاملاً آزادی عمل داد. به نظر می‌رسد که زلنسکی چاره‌ای جز امضای نوعی توافق مسخره درباره معادن ندارد، حتی با وجود این که ترامپ خواستار سه یا چهار برابر تقریباً ۱۲۰ میلیارد دلاری است که ایالات متحده تاکنون به اوکراین در قالب کمک‌های نظامی، بشردوستانه و مالی ارائه داده، کمکی که اوکراینی‌ها برای محافظت از غرب در برابر متجاوز روسی استفاده کرده‌اند همه این ماجرا شرم‌آور است. ترامپ، در واقع، به دنبال سود بردن از وضعیت اوکراینی‌ها در نتیجه تهاجم پوتین به اوکراین است، در حالی که هیچ مطالبه‌ای از متحده از کی‌یف ارائه نمی‌دهد. همان‌طور که کاخ سفید به‌وضوح بیان کرد: «این توافق اقتصادی با اوکراین نه تضمینی برای کمک‌های آینده در جنگ خواهد بود و نه شامل هیچ تعهدی برای حضور پرسنل آمریکایی در منطقه.»

برداشت اشتباه ترامپ از پوتین: من هیچ مشکلی ندارم که ایالات متحده پس از جنگ، در ازای کمک‌هایی که ارائه داده، دسترسی ترجیحی برای شرکت‌های خود در سرمایه‌گذاری روی منابع طبیعی اوکراین درخواست کند. اما انجام این کار در حال حاضر، بدون هیچ تضمین امنیتی در ازای آن؟ حتی «دون کورلونه» (رئیس مافیا در فیلم «پدرخوانده») هم از درخواست چنین چیزی شرم‌زده می‌شد، اما نه «دون ترامپ» ترامپ کاملاً برداشت اشتباهی از پوتین دارد. او فکر می‌کند که پوتین فقط کمی توجه مثبت، کمی درک، کمی نگرانی برای نیازهای امنیتی‌اش، یک آغوش گرم! نیاز دارد تا آن صلحی را که ترامپ این‌قدر مشتاق آن است امضا کند. اما این یک خیال باطل است.

آمریکایی که می‌شناختید دیگر وجود ندارد!

توماس فریدمن - نیویورک تایمز

درام در جریان میان رئیس‌جمهور ترامپ و رئیس‌جمهور ولودیمیر زلنسکی از اوکراین یکی از نگران‌کننده‌ترین پرسش‌هایی را که تاکنون درباره کشور خود مطرح کرده‌ام، به میان می‌آورد: آیا ما تحت رهبری فردی هستیم که بازیچه ولادیمیر پوتین است؟ کسی که آماده پذیرش کامل دیدگاه تحریف‌شده رئیس‌جمهور روسیه درباره این که چه کسی جنگ در اوکراین را آغاز کرد و این جنگ چگونه باید پایان یابد؟ یا اینکه ما تحت رهبری یک پدرخوانده مافیایی هستیم که می‌خواهد قلمروها را با روسیه همان‌طور تقسیم کند که رؤسای خاندان‌های جایتکار عمل می‌کنند؟ «من گرینلند را برمی‌دارم، و تو می‌توانی کریمه را بگیری. من پاناما را می‌خواهم، و تو می‌توانی نفت قطب شمال را داشته باشی، و ما منابع کمیاب اوکراین را بین خود تقسیم می‌کنیم. این منصفانه است.»

در هر صورت، هم‌پیمانان آمریکایی من و دوستان ما در خارج، حداقل برای چهار سال آینده، آمریکایی که می‌شناختید دیگر وجود ندارد. ارزش‌های اساسی، متحدان و حقیقت‌هایی که همواره می‌توانستید بر دفاع آمریکا از آنها حساب کنید، اکنون همه در هاله‌ای از تردید قرار دارند، یا برای فروش گذاشته شده‌اند. ترامپ فقط خارج از چارچوب فکر نمی‌کند. او بدون هیچ چارچوبی فکر می‌کند، بدون هیچ تعهدی به حقیقت یا هنجارهایی که در گذشته آمریکا را هدایت می‌کردند.

من نمی‌توانم دوستان سنتی ما را به‌خاطر این که احساس سردرگمی می‌کنند، سرزنش کنم. مقاله اندوه‌بار ناتان شارانسکی، ناراضی قهرمان شوروی و مبارز آزادی، را بخوانید: «وقتی برای اولین بار سخنان رئیس‌جمهور دونالد ترامپ را روی باند فرود شنیدم، وقتی که او رئیس‌جمهور اوکراین، ولودیمیر زلنسکی را مقصر آغاز جنگی دانست که روسیه علیه اوکراین به راه انداخته است، کاملاً شوکه شدم». شارانسکی در فری پرس نوشت: «به نظر می‌رسد ترامپ لفاظی رئیس‌جمهور روسیه، ولادیمیر پوتین، را پذیرفته است. او عبارتی را که از کرملین شنیده می‌شود و شبیه تبلیغات سبک شوروی است، تکرار کرد: اینکه زلنسکی یک رهبر مشروع نیست. وقتی پوتین، که به‌نظر می‌رسد رهبری ابدی روسیه باشد، این حرف را می‌زند، مضحک است. اما وقتی رئیس‌جمهور ایالات متحده این حرف را می‌زند، هشداردهنده، ترازیک و برخلاف عقل سلیم است.»

این یک تفسیر ملایمی از ترامپ است، اینکه او فقط شیفته پوتین، ملی‌گرای مسیحی و ضد جنبش‌های بیداری روسیه، شده و عقل سلیمی را که وعده داده بود، به کار نمی‌گیرد. اما یک توضیح دیگر نیز وجود دارد: ترامپ قدرت آمریکا را نه به عنوان سواره نظامی که برای نجات افراد ضعیف در برابر کسانی که قصد سرکوب آنها را دارند، بلکه او آمریکا را به عنوان کسی می‌بیند که برای اخاذی از ضعیفان می‌آید. او در حال اجرای یک طرح باج‌گیری است.

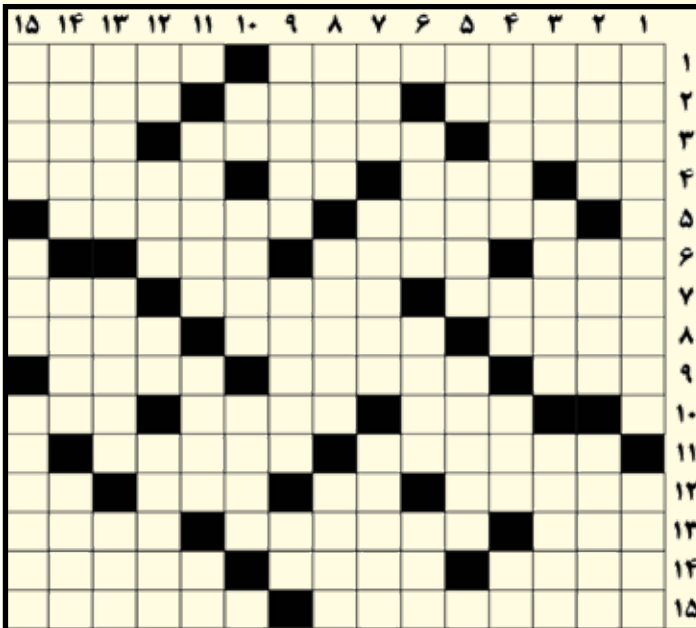
این پاراگراف حیرت‌آور از مقاله وال‌استریت ژورنال درباره دیدار اخیر اسکات بسنت، وزیر خزانه‌داری آمریکا، با زلنسکی در کی‌یف را در نظر بگیرید. بسنت پیشنهادی را به زلنسکی ارائه کرد که او نمی‌توانست آن را رد کند: «واگذاری حقوق معدنی اوکراین به آمریکا، به ارزش صدها میلیارد دلار، به‌عنوان جبران کمک‌های ایالات متحده.»

اخاذی از اوکراین در میانه جنگ؟ این صحنه‌ای بود مستقیماً برگرفته از فیلم پدرخوانده: «بسنت برگه را روی میز هل داد و از زلنسکی خواست که آن را امضا کند... زلنسکی نگاهی سریع به آن انداخت و گفت که این موضوع را با تیم خود بررسی خواهد کرد. بسنت سپس برگه را نزدیک‌تر به زلنسکی هل داد. وزیر خزانه‌داری گفت: «شما واقعاً باید این را امضا کنید.» زلنسکی گفت که به او گفته شده «افراد در واشنگتن» بسیار ناراحت خواهند شد اگر این سند امضا نشود. رهبر اوکراین گفت که سند را می‌گیرد اما تعهدی به امضای آن ندارد.»

این داستان بار دیگر نشان می‌دهد که چه اتفاقی رخ می‌دهد وقتی ترامپ دیگر توسط افراد معتدل احاطه نشده، بلکه فقط توسط تقویت‌کنندگان محاصره شده است. بسنت، یک سرمایه‌گذار زیرک، قطعاً می‌دانست که رئیس‌جمهور اوکراین نمی‌تواند صرفاً با امضای یک تکه کاغذ، صدها میلیارد دلار حقوق معدنی را واگذار کند، بدون اینکه با وکلای خود، پارلمان یا مردمش مشورت کند. اما وزیر خزانه‌داری احساس می‌کرد که باید دستورات ترامپ را اجرا کند، حتی اگر خیلی فاسد یا مضحک باشد.

حل جدول در صفحه ۴۲

جدول



عمودی

- ۱- لقب کشور ژاپن- پارچه تبلیغاتی
- ۲- فریاد شادی- آقای فرنگی- سنگ فضاورد
- ۳- دوست- خوبی ها- نام کوچک انیشتن
- ۴- ردیاب - بخار دهان - روغن فروش - دویار هم قد
- ۵- نام آذری- راهنما- اثر آلکساندر دوما
- ۶- تجارت- واحد پول بلیز- آینده
- ۷- از حروف یونانی- از شهرهای هرمزگان- دوستان
- ۸- خدمتکار پیر- صفار- اثر آلفرد دوموسه
- ۹- سردار نامی هون- تجربه- ناپیدا
- ۱۰- بله لاتین- پشته علف- حاصل فرو ریختن دیوار
- ۱۱- پایتخت بحرین- پاجوش- لحظه کوتاه
- ۱۲- عید ویتنامی ها- نهال خرما- قلب- صندلی دندانپزشکی
- ۱۳- خیالات- شکستی ورزشی- برادر پدر
- ۱۴- ارتفاع و درازی - تره تیزک - جنب
- ۱۵- دوربین فرنگی- کودکی که از پا متولد شود- نژاد کشور اتریش

افقی

- ۱- خدای زرتشت- مربی شاهزادگان
- ۲- فلز سخت- راه رفتن کودکانه- از دهستان های فومن
- ۳- نان خرد شده در آبگوشت - جنون مردم آزاری - نزد ایرانیان است و بس
- ۴- دو یار هم قد- غزال- سراب- صحرای اتمی آمریکا
- ۵- داداش، کاکا- باغ افلاطون
- ۶- خرما- قاضی- بیسواد
- ۷- روزنامه پرتیراژ ژاپنی- پرگار- مرکز گیلان
- ۸- سینه- دف- مغازه
- ۹- عقاید- یاره- کلیه
- ۱۰- حرارت - واحد پول قطر - دورویی
- ۱۱- شهرت اقبال- مایوس
- ۱۲- سالن- علوفه گاو- جیران- ناچیز
- ۱۳- شک و شبهه- ناصر- سبزی معطر
- ۱۴- گل سرخ نقاشی- دردمندی- عقیده و باور
- ۱۵- اثر سامرست موام- فیلمی از مهرجویی

زندگی پر از لحظات کوچک و زیباییهایی است که اگر چشم دل را باز کنیم، می توانیم آنها را ببینیم. طلوع خورشید، خنده یک کودک، یا نسیم ملایمی که بر صورت می وزد، همه یادآور شگفتی های زندگی هستند. قدردانی از آنچه داریم، کلید شادی و آرامش درونی است. هر روز فرصتی تازه برای تجربه عشق، مهربانی و رشد است. حتی در سخت ترین لحظات، می توان نوری از امید یافت و به جلو حرکت کرد. زندگی کوتاه تر از آن است که در غم و حسرت گذشته بگذرد، پس باید لحظات را با عشق و سپاسگزاری پر کرد. مهربانی با دیگران، بازتاب زیبایی روح ماست و جهان را جای بهتری می کند. وقتی شکر گزار باشیم، شادی بیشتری را جذب خواهیم کرد. هر نفسی که می کشیم، هدیه ای است که باید قدرش را بدانیم. زندگی را با تمام وجود بپذیریم و از هر لحظه آن لذت ببریم.

دفاتر و کالت علی مقدمی

با همکاری جفری زیندر

وکلا سابق شرکت های بیمه با بیش از ۶۰ سال تجربه

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



Ali Moghaddami

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



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

315 Arden Ave., #10
Glendale, CA 91203

Free Consultation
Tel: (818) 640-3131

84 W. Santa Clara St. #700
San Jose, CA 95113

بیست حقیقت جالب و باور نگر دنی درباره فضا

فضا کاملاً بی صدا است: در فضا، به دلیل نبودن هوا برای انتقال صدا، هیچ صدایی وجود ندارد.

خورشید سفید است، نه زرد! نور خورشید وقتی از جو زمین عبور می کند، به دلیل پراکندگی نور آبی، زرد دیده می شود، اما در واقع سفید است.

یک روز در زهره طولانی تر از یک سال آن است: زهره به دور خودش بسیار آهسته می چرخد، به طوری که یک روز آن (چرخش کامل به دور خود) ۲۴۳ روز زمینی طول می کشد، اما گردش آن به دور خورشید فقط ۲۲۵ روز است!

یک قاشق چای خوری از یک ستاره نوترونی وزن میلیاردها تن دارد: ستاره های نوترونی فوق العاده چگال هستند، به طوری که مقدار کمی از مواد آنها به اندازه کوه اورست وزن دارد!

در مریخ غروب خورشید آبی است: به دلیل ذرات ریز گرد و غبار در جو مریخ، رنگ غروب آن برخلاف زمین، آبی دیده می شود.

فضانوردان در فضا قد بلندتر می شوند: به دلیل نبودن جاذبه، ستون فقرات کشیده می شود و فضانوردان می توانند تا ۵ سانتی متر بلندتر شوند.

یک ستاره به نام "کپی" از الماس ساخته شده است:

ستاره های به نام "BPM 37093" عمدتاً از کربن بلوری شده تشکیل شده و در واقع یک الماس عظیم است!

روی قمر تایتان، باران متان می بارد: تایتان، قمر زحل، دارای دریاهای و رودهایی از متان مایع است و باران های متانی در آن می بارد.

یک سیاره ای وجود دارد که کاملاً از یخ است، اما یخ آن داغ است! سیاره ای به نام Gliese 436 b دارای یخی است که به دلیل فشار زیاد، ذوب نمی شود، اما دمای آن بیش از ۴۰۰ درجه سانتی گراد است!

فضای بوی باروت و استیک می دهد: فضانوردان گزارش داده اند که لباس های فضایی آنها پس از پیاده روی فضایی بویی شبیه باروت سوخته یا استیک سرخ شده می دهد. **در کهکشان راه شیری میلیاردها سیاره مانند زمین وجود دارد:** دانشمندان تخمین می زنند که ممکن است میلیاردها سیاره شبیه به زمین در کهکشان ما باشند که احتمال وجود حیات در آنها هست.

سیاهچاله ها می توانند زمان را کند کنند: گرانش فوق العاده قوی یک سیاهچاله باعث می شود زمان برای اجسامی که به آن نزدیک می شوند، کندتر بگذرد.

یک شهاب سنگ می تواند رنگ های مختلفی داشته باشد: شهاب سنگ ها بسته به ترکیبات شیمیایی شان هنگام ورود به جو زمین می توانند به رنگ های سبز، آبی، قرمز، یا حتی بنفش دیده شوند.

ماه در حال دور شدن از زمین است: هر ساله، ماه حدود ۳.۸ سانتی متر از زمین دور تر می شود، که در آینده می تواند بر جزر و مد و طول روز تأثیر بگذارد.

در فضا اشیاء بدون اصطکاک حرکت می کنند: به دلیل نبودن هوا یا هر گونه مقاومت، اجسام برای همیشه در یک مسیر حرکت می کنند، مگر اینکه توسط نیرویی تغییر مسیر دهند.

دنباله مطلب در صفحه ۵۲

فال سنارگان

دای	مهر	تیر	شروالدین
احتمال سفر وجود دارد، به خصوص به مکانی که همیشه دوست داشتید بروید. مسائل مالی کمی گیج کننده خواهد بود، اما در نهایت شرایط بهتر می شود. فردی از گذشته دوباره وارد زندگی تان می شود، تصمیم با شماست که بماند یا برود. اگر مراقب نباشید، ممکن است دچار استرس شدید شوید.	با یک دوست قدیمی آشتی می کنید. انرژی شما زیاد است، پس از فرصت ها استفاده کنید. آخر ماه خبری دریافت می کنید که لبخند را روی لب های تان می آورد. عشق در این ماه به سراغ تان می آید، اما اگر عجله کنید، ممکن است از دست برود. در کار، یک تغییر ناگهانی پیش می آید که اول نگران کننده است، اما در نهایت به نفع شماست.	در جمعی قرار می گیرید که ممکن است مسیر زندگی تان را تغییر دهد. سلامتی تان نیاز به توجه دارد، از بی خوابی و استرس دوری کنید. یک راز مهم را کشف خواهید کرد که دیدگاه شما را عوض می کند. رابطه با خانواده بهتر خواهد شد، سوء تفاهم ها حل می شوند.	شور و هیجان در زندگی شما موج می زند! یک رابطه عاطفی قدیمی ممکن است دوباره زنده شود. در کار، موقعیت خوبی نصیب تان می شود، اما حواس تان باشد که عجله نکنید. سفر ناگهانی در پیش است که ممکن است زندگی تان را تغییر دهد. مسائل مالی در حال بهبود است، اما ولخرجی نکنید.
بهمن	آبان	مرداد	اردیبهشت
اواسط ماه یک خبر خوش دریافت می کنید که مسیرتان را تغییر می دهد. شخصی که به او اعتماد داشتید، ممکن است شما را ناامید کند. در کار، یک چالش جدی خواهید داشت که اگر خونسرد باشید، از آن عبور می کنید. یک پیشنهاد سفر دارید، اما بهتر است قبل از تصمیم گیری همه جوانب را بررسی کنید.	سفر در برنامه تان نیست، اما شاید ناگهان تصمیمی برای تغییر مکان بگیرید. پولی را که گم کرده بودید، پیدا خواهید کرد! یک راز خانوادگی برایتان فاش می شود که شما را غافلگیر می کند. سلامتی تان را جدی بگیرید، مخصوصاً مشکلات گوارشی. پایان ماه آرام تر خواهد بود.	اتفاقی که منتظرش بودید بالاخره رخ می دهد. ماه پر از ماجراجویی برای شماست! اگر مجرد هستید، احتمال دارد فرد خاصی را ملاقات کنید. در کارتان ایده های دارید که اگر به آن عمل کنید، نتایج فوق العاده ای می گیرید. احتمال سفر کاری یا تفریحی زیاد است، چمدان تان را آماده کنید!	یک دوست قدیمی سراغ تان را می گیرد و خبری جالب برایتان دارد. سلامتی تان خوب است، اما بهتر است به تغذیه خود دقت کنید. افراد حسود در اطراف شما هستند، رازهای تان را نگه دارید. کسی از شما کمک می خواهد، اما همه چیز را گردن نگیرید. نیمه دوم ماه برای تصمیم های مهم عالی است.
اسفند	آذر	شهریور	خرداد
مسائل مالی متعادل است، اما اگر پس انداز کنید، آینده بهتری خواهید داشت. فردی از شما کمک می خواهد، اما حواس تان باشد که از شما سوء استفاده نشود. سلامتی تان نیاز به توجه دارد، به خصوص کمبود خواب ممکن است اذیت تان کند. یک تماس تلفنی زندگی تان را تغییر خواهد داد!	کسی به شما حسادت می کند، اما نگران نباشید، قدرت شما بیشتر است. در مورد یک تصمیم مهم دو دل هستید، به ندای درونی تان گوش دهید. ماهی است که باید به احساسات تان توجه بیشتری کنید. عشق در این ماه به سراغ شما می آید، اما انتخاب درستی انجام دهید! در کار، یک فرصت طلایی برای پیشرفت دارید، از آن استفاده کنید.	پولی که مدت ها منتظرش بودید، بالاخره می رسد، اما بهتر است عاقلانه خرج کنید. یک تغییر بزرگ در زندگی تان در راه است، نترسید و بپذیرید. مراقب حسادت ها باشید، برخی افراد نمی خواهند موفقیت شما را ببینند. خواب جالبی خواهید دید که می تواند نشانه ای از آینده باشد.	دوران خوبی برای عشق در پیش دارید، اما گذشته را بیش از حد مرور نکنید. از نظر کاری یک چالش سخت پیش می آید که اگر صبور باشید، موفق می شوید. یک پیشنهاد سفر دارید که بهتر است قبول کنید. اتفاقات جالبی در راه است. مسائل مالی کمی نوسان دارد، اما در نهایت به نفع شما تمام می شود.

نیمکره چپ و راست مغز

دکتر آزاده موسوی - متخصص روانشناسی بالینی و روانکاوی

مغز انسان به دو نیمکره چپ و راست تقسیم شده است که هر کدام وظایف خاص خود را دارند. در حالی که این دو نیمکره از طریق جسم پینه‌ای (Corpus Callosum) با هم در ارتباط هستند و همکاری نزدیکی دارند، اما هر یک ویژگی‌ها و نقش‌های خاصی در پردازش اطلاعات دارند.

نیمکره چپ مغز

ویژگی‌ها و عملکردها: نیمکره چپ معمولاً با تفکر منطقی، تجزیه و تحلیل، زبان و ریاضیات مرتبط است. این بخش مغز مسئول پردازش اطلاعات به روش خطی، متوالی و دقیق است.

کارکردهای اصلی نیمکره چپ: مسئول فهم و تولید زبان است. (در افراد راست‌دست) توانایی تحلیل اطلاعات و استدلال منطقی را کنترل می‌کند. پردازش اعداد و فرمول‌های ریاضی به نیمکره چپ مرتبط است. حرکات و احساسات سمت راست بدن توسط نیمکره چپ کنترل می‌شود. به افراد کمک می‌کند تا وظایف را به صورت منظم و مرحله‌به‌مرحله انجام دهند.

افراد با نیمکره چپ فعال‌تر معمولاً این ویژگی‌ها را دارند: منطقی و تحلیل‌گر هستند. به جزئیات توجه ویژه‌ای دارند. توانایی حل مسائل ریاضی و منطقی بالایی دارند. دوست دارند همه چیز را بر اساس قوانین و نظم جلو ببرند.

نیمکره راست مغز

ویژگی‌ها و عملکردها: نیمکره راست بیشتر با خلاقیت، هنر، احساسات و شهود در ارتباط است. این بخش از مغز اطلاعات را به صورت کلی، شهودی و غیرخطی پردازش می‌کند.

کارکردهای اصلی نیمکره راست: مسئول تفکر خلاق، نقاشی، موسیقی و تخیل است. به افراد کمک می‌کند تا فواصل، اشکال و ارتباطات فضایی را بهتر درک کنند. توانایی درک لحن صدا، زبان بدن و احساسات دیگران به این نیمکره مربوط است. به جای تحلیل مرحله‌به‌مرحله، اطلاعات را به صورت کلی و شهودی پردازش می‌کند. حرکات و احساسات سمت چپ بدن توسط نیمکره راست کنترل می‌شود. **افراد با نیمکره راست فعال‌تر معمولاً این ویژگی‌ها را دارند:** خلاق و هنرمند هستند. قدرت تخیل و نوآوری بالایی دارند. بیشتر احساساتی و شهودی فکر می‌کنند. به موسیقی، نقاشی و هنر علاقه‌مند هستند. به تصویرسازی ذهنی و داستان‌پردازی علاقه دارند.

تفاوت‌های کلیدی بین نیمکره چپ و راست مغز

نیمکره راست	نیمکره چپ	ویژگی
خلاقانه، شهودی، غیرخطی	منطقی، تحلیلی، خطی	نوع پردازش
درک لحن و احساسات در صدا	پردازش زبان و دستور زبان	زبان
احساسی، تصویری، خیالی	عقلانی، واقع‌گرایانه، عددی	تفکر
نواختن و احساس موسیقی	تحلیل ریتم و ساختار موسیقی	هنر و موسیقی
کنترل سمت چپ بدن	کنترل سمت راست بدن	کنترل بدن
احساسی و تصویری	ریاضی و علمی	استدلال

همکاری دو نیمکره و اهمیت تعادل آنها: با وجود این تفاوت‌ها، نیمکره‌های چپ و راست همیشه به صورت تیمی کار می‌کنند و اطلاعات را بین خود پردازش می‌کنند. برای مثال: یک نویسنده برای ایجاد داستان از نیمکره راست و برای ویرایش و دستور زبان از نیمکره چپ استفاده می‌کند. یک ریاضیدان ممکن است از نیمکره چپ برای حل معادلات و از نیمکره راست برای تجسم هندسه و الگوها بهره‌برد. تعادل بین این دو نیمکره برای موفقیت در زندگی ضروری است. بسیاری از فعالیت‌های روزمره به همکاری هر دو نیمکره نیاز دارند.

همکاری دو نیمکره و اهمیت تعادل آنها: با وجود این تفاوت‌ها، نیمکره‌های چپ و راست همیشه به صورت تیمی کار می‌کنند و اطلاعات را بین خود پردازش می‌کنند. برای مثال: یک نویسنده برای ایجاد داستان از نیمکره راست و برای ویرایش و دستور زبان از نیمکره چپ استفاده می‌کند. یک ریاضیدان ممکن است از نیمکره چپ برای حل معادلات و از نیمکره راست برای تجسم هندسه و الگوها بهره‌برد. تعادل بین این دو نیمکره برای موفقیت در زندگی ضروری است. بسیاری از

فعالیت‌های روزمره به همکاری هر دو نیمکره نیاز دارند.

چگونه هر دو نیمکره مغز را تقویت کنیم؟

برای تقویت نیمکره چپ: حل مسائل ریاضی و منطقی. مطالعه و یادگیری زبان‌های جدید. نوشتن مقاله و تحلیل متون. بازی‌های فکری مانند شطرنج.

برای تقویت نیمکره راست: نقاشی، موسیقی و هنر. مدیتیشن و تصویرسازی ذهنی. بازی‌های خلاقانه و طراحی. گوش دادن به موسیقی و احساس کردن آن.

مغز انسان دارای دو نیمکره است که هر یک ویژگی‌های منحصر به فردی دارند. نیمکره چپ مسئول تفکر منطقی، زبان، ریاضیات و تجزیه و تحلیل است. در حالی که نیمکره راست با خلاقیت، احساسات، هنر و شهود در ارتباط است. هرچند این دو بخش مغز وظایف خاصی دارند، اما همیشه با هم در تعامل هستند. داشتن تعادل بین این دو نیمکره می‌تواند به بهبود مهارت‌های فکری، احساسی و خلاقانه کمک کند.

چگونه متوجه شویم که از کدام نیمکره بیشتر استفاده می‌کنیم؟ اگر نمی‌دانید که تفکر شما بیشتر به کدام نیمکره متمایل است، می‌توانید با پاسخ دادن به این سؤالات، شناخت بهتری از خود پیدا کنید:

آیا هنگام حل مسائل، به دنبال منطق و دلایل قاطع هستید (نیمکره چپ) یا بیشتر بر اساس احساس و شهود تصمیم می‌گیرید (نیمکره راست)؟

آیا برنامه‌ریزی و سازماندهی برای شما مهم است (نیمکره چپ) یا ترجیح می‌دهید بدون برنامه خاصی پیش بروید (نیمکره راست)؟

آیا ریاضیات و تحلیل داده‌ها برای شما جذاب است (نیمکره چپ) یا بیشتر به هنر، موسیقی و داستان‌سرایی علاقه دارید (نیمکره راست)؟

آیا در هنگام مطالعه یا گوش دادن به موسیقی، بیشتر به متن و کلمات توجه می‌کنید (نیمکره چپ) یا به ملودی و احساسات نهفته در آن (نیمکره راست)؟

آیا هنگام صحبت کردن، ترجیح می‌دهید به صورت مستقیم و دقیق بیان کنید (نیمکره چپ) یا بیشتر از استعاره‌ها و تصاویر ذهنی استفاده می‌کنید (نیمکره راست)؟

چگونه می‌توان تعادل بین دو نیمکره را برقرار کرد؟ با وجود اینکه ممکن است یکی از نیمکره‌های مغز شما غالب باشد،

دنباله مطلب در صفحه ۵۹



دفتر خدمات بین المللی

Office of International Services

انجام امور مربوط به دفتر حفاظت منافع:

♦ ثبت نام در سایت میخک ♦ تنظیم انواع متن و کالتنامه ♦ درخواست تمدید پاسپورت ♦ درخواست تعویض شناسنامه ♦ درخواست تعویض کارت ملی ♦ گرفتن وقت حضوری یا غیر حضوری از سفارت

انجام کلیه امور حقوقی، کیفری، ملکی، تجاری، ثبتی، خانواده و در دادگاه‌های ایران زیر نظر وکلای با تجربه و پایه یک دادگستری

۴۳۸۳-۸۷۷-۶۶۹



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

طفلاک گلی

بخش اول

عباس پناهی



دست به ماشه بودند که اگر احتمالاً تیر خان به هدف نخورد و حیوان گریخت، همه به او شلیک کنند و اجازه گریز ندهند. همه منتظر شلیک خان بودند، اما خان همچنان به دوربین نگاه می کرد و گاه سر را کنار می کشید و چشمانش را با دستمال می مالید و دوباره به دوربین خیره می شد. خان چیزی عجیب می دید که نمی توانست باور کند. پوشش تن آن جانور، شبیه به پارچه های رنگارنگ از نوع دست باف روستایی بود. رنگ های سرخ و زرد و آبی و سیاه و قهوه ای نقش های راه راه با طرح های غیر طبیعی داشت و انگار دست آدمیزاد در آن جانور به کار افتاده بود. باورش نمی شد. دوربین را کنار کشید و به مَمی گفت: «به دوربین نگاه کن، ببین چه می بینی!» مَمی نگاهی به دوربین کرد و سر برداشت و گفت: «استغفرالله، توبه خدایا، توبه». همراهان که شگفت زده بودند، پرسیدند: «مَمی چه دیدی که توبه می کنی؟» گفت: «من تا به این سن رسیده ام، حیوانی به این شکل و شمایل در عمرم ندیده ام».

یکی یکی از خان اجازه گرفتند که به دوربین نگاه کنند. هر کدام که به دوربین خیره می شد، سر برمی داشت و جمله ای از تعجب بر زبان می آورد. سؤال مهم شان این بود که چنین جانوری در این منطقه چه می کند و چرا هیچ حرکتی نمی کند؟ قطعاً این جانور تازه به این نقطه آمده بود، زیرا اگر مرده بود، می بایست زیر برف پوشیده شده باشد. اما حال که با پای خود به اینجا آمده، چرا ساکن است و هیچ تکان نمی خورد؟ مَمی که همیشه حرف هایش آمیخته با نوعی طنز و نفهمی بود، گفت: «من گمان می کنم این جانور اجنه است و آمده تا ما را با خود ببرد». از شنیدن این حرف، همه هراسان شدند، اما خان به مَمی نگاهی عاقلاندر سفیه کرد و گفت: «بی جهت نیست که همیشه تو را «اشک مَمی» (مَمی خر) می گویند». سپس تفنگ را گرفت و دوباره به آن جانور نگاه کرد. مَمی گفت: «خان، آیا صلاح نمی دانید برای احتیاط آن را شکار کنیم تا هم از شرش خلاص شویم و هم از وضعیتش سر در بیاوریم؟» خان چشم غمزه ای رفت و گفت: «کسی تیراندازی نکند. همین جا بنشینید و تکان نخورید. من خودم جلو می روم. اگر به من حمله کرد و نتوانستم از خودم دفاع کنم، آنگاه شما می توانید به آن تیر بیاندازید».

خان آرام و با احتیاط از بلندی پایین رفت و در میان برف ها به صورت چهار دست و پا و گاه خزیده به سمت جانور روانه شد. آنان که از بالای بلندی به آن منظره نگاه می کردند، همه تفنگ ها را به سمت جانور نشانه گرفته بودند تا به محض حمله او به خان، همگی به سمتش شلیک کنند. خان در چند قدمی جانور سر از برف بالا آورد و به جانور نگاه کرد. ناگهان تمام قد برخاست و ایستاد و سپس با عجله به سمت جانور دوید. همراهان در حیرت ماندند. خان در کنار جانور چمباتمه زد و دستش را به این سو و آن سو حرکت داد. عاقبت جانور را از زمین برداشت و در آغوش گرفت و با اشاره همراهان را به سمت خود فرا خواند.

آن جانور مرموز، یک کودک خردسال تازه به دنیا آمده بود که در قنداق و در چند لایه پارچه مندرس و پاره پوره پشمی پیچیده شده بود و از شدت سرما، صورتش به یخ می مانست. خان برای دانستن وضعیت زندگی کودک، دست به داخل قنداق کرد و با کمال خوشحالی و اعجاب متوجه شد که بدن بچه در داخل قنداق گرم است و نشان می داد که کودک هنوز زنده است و امید به بازگشت به زندگی اش هنوز وجود دارد. از پارچه های کهنه و فرسوده ای که به دور بچه پیچیده شده بود، چنین برمی آمد که پدر و مادر کودک، از شدت فقر، کودکی را که هیچ امید آینده ای برایش متصور نیست و اگر زنده هم بماند، موجود بدبختی خواهد بود که زمین و زمان هر دو با او سر ناسازگاری دارند، برای آنکه پیش از جان کندن بچه از گرسنگی در برابر چشمان شان، از دیدن آن صحنه سوزناک فرار کنند، او را در پارچه ای پیچیده و به آن کوهستان برده بودند تا حیواناتی که در پی خوراک هستند، آن را بخورند. این گونه هم او از رنج زندگی آسوده می شد و هم حیوان دیگری در آن زمستان پربرف، شکمی سیر می کرد.

خان به یکی از همراهانش که مردی تنومند و نیز فربه بود، دستور داد تا دکمه های سینه اش را باز کند و بچه را به بدن خود بچسباند و پتوی همراهشان را بدور خود و بچه بپیچد تا گرمای بدن آن مرد به بدن یخ زده بچه گرما برساند و او جان بگیرد. خان شکار را تعطیل کرد و دستور برگشت به ده را داد. تا آن ساعت چیزی نخورده بودند و خود را برای یک کباب خوری کامل آماده کرده بودند. اسب ها را سوار شدند و براه افتادند. تا ده راه زیادی بود و راه هم ناهموار و پربرف که اسب ها در آن برف زیاد باید با احتیاط حرکت می کردند که در غیر آن صورت احتمال شکسته شدن پای اسبان زیاد بود.

صبح خیلی زود، خان لباس شکار به تن کرده و آماده، از در ساختمان خان نشین مطابق معمول همیشه بیرون آمد. نوکرانش پیش از او در جلوی در ساختمان آماده و مجهز و در پای اسب ها ایستاده بودند. بزرگ تر یا مهتر نوکران، در حالی که لگام اسب خود را در دست داشت، لگام اسب تنومند خان را نیز گرفته و جلوتر از همه به پلکان منتظر خان بودند. به محض دیدن خان، همه تعظیم کردند و سلام دسته جمعی به خان دادند. خان نیز از روی تفقد، سری به علامت پاسخ سلام تکان داد و از پله ها پایین آمد. مَمی که سرخدمه بود، لگام را به خان تقدیم کرد و منتظر ماند تا خان بر اسبش سوار شود. پس از او، نفرات به ترتیب مقامی که در آن دستگاه داشتند، بر اسب ها نشستند و در میان برفی که از زانوی اسب ها بلندتر بود، به راه افتادند. یکی از تفریحات عزیز و محبوب خان، شکار در برف بود. در هنگامی که برف همه سبزه ها و علف ها را می پوشاند و همه جا یکدست سفید می شد، بزه های کوهی، آهوها، کل ها و گوزن ها که در جستجوی غذا بودند، از فاصله های دور دیده می شدند و نمی توانستند در میان رنگ های طبیعی زمین، سنگ ها و درختان، خود را استتار کنند. از این رو، در زمستان ها از دو طرف مورد آسیب واقع می شدند: گرسنگی و عدم پوشش هم رنگ با طبیعت. در نتیجه، به راحتی توسط شکارچیان دیده می شدند. شکارچیان می توانستند بدون کشیدن زحمت و دیدن همانند حیوانات درنده، در جایی ساکن بمانند و با چکاندن یک انگشت، تیری را به وسیله نیروی انفجار باروت به دوردست بفرستند و جان یک جاندار را بگیرند و خوراک سیخ های کبابشان کنند. وقتی به کوهستان های پوشیده از برف رسیدند، تفنگ ها را از غلاف ها و جلد هایشان درآوردند. خان دوربین شکاری را روی تفنگ نصب کرد و شروع به جست و جو در برف ها نمود. هنوز هیچ ردپایی روی برف ها نبود و در واقع مدت زیادی از بارش برف نگذشته بود. همه جا یکدست سفید بود و تنها برخی از دیواره ها یا فرو رفتگی های سنگ های کوه ها دارای رنگی متفاوت بودند. هوا آرام بود. بادی که سوز همراه بیاورد نمی وزید و آسمان همچنان گرفته و تیره بود و احتمال بارش مجدد می رفت.

خان و همراهانش بر روی یکی از بلندی ها ایستاده بودند و در زیر پایشان دره ای قرار داشت و پس از آن دامنه کوه دیگری بود که در روبروی چشم هایشان دیده می شد. در سمت راست و چپ نیز دره ها و کوه های دیگری بودند که معمولاً سبز و خرم هستند و جانداران زیادی در آن دره ها و کوه ها آرام می چرند. تنها شکارچیان بودند که آرامش آن منطقه را با صدای مهیب تفنگ ها که همراه پژواک های پیایی شلیک ها در کوه ها می پیچید، به هم می ریختند. حیوان های بی گناه اگر گرفتار تیرهای شکارچیان نمی شدند، هراسان از این سو به آن سو می گریختند و به دنبال پناهگاهی می گشتند. در آن حوالی هیچ جنبنده ای دیده نشد و خان و همراهانش از آن بلندی پایین رفتند و پس از گذشتن از دو دره، به بلندی کوه دیگری رفتند. دره روبرو فراخ تر بود، اما در میان آن دره، صخره ها و سنگ های بسیار بزرگ نیز پراکنده بودند. همه با چشم غیر مسلح به همه جا نگاه می کردند تا در صورت دیدن جاندار، دیگران را نیز خبر کنند. مَمی به نقطه ای اشاره کرد و از خان پرسید: «آیا آن نقطه سیاه را در برف می بینید؟» خان پس از دقت به آن نقطه، دوربینش را به سمتش گرفت و در دوربین به آن نگاه کرد. به نظر جانوری ابلق می آمد که رنگ بدنش به هیچ یک از جاندارانی که معمولاً در آن حوالی یافت می شدند، شباهتی نداشت. همچنان ساکن در آن مکان نشسته بود و هیچ جنبشی نداشت. تفنگ همراهان خان دوربین نداشتند و از آن فاصله امکان زدن شکار نبود و تفنگ خان هم که دوربین داشت، برای زدن هدف از آن فاصله مناسب نبود. می بایست جلوتر بروند تا آن موجود در تیررس قرار گیرد. از بلندی به سمت آن جانور به آرامی و احتیاط سرازیر شدند و برای آنکه توجه آن موجود به سمت شان جلب نشود، مجبور بودند از راهی طولانی تر اما مطمئن تر به پایین بروند. مسافتی را با مشکلات از میان برف هایی که از زانوی شان هم مرتفع تر بودند، پیمودند و در بالای صخره ای که به آن موجود نزدیک تر بود، به صورت خزیده مستقر شدند. خان با دوربین به موجود نگاه کرد و هدف گیری کرد و بقیه نیز

دو ساعت زندان با اعمال شاقه

ابوالقاسم حالت

بعد از مدتی یک شب به سینما رفتیم و یکاش نرفته بودیم. ده دقیقه از شروع فیلم گذشته بود که تازه شش نفر با سه پاکت خوراکی وارد شدند و در تاریکی دنبال جای خودگشتند و بعد معلوم شد چند نفر عوضی به جای آنها نشسته اند. پس از مقداری بگو مگو بالاخره آقای راهنما رسید و عوضی ها را بلند کرد و اینها را نشانده که بعد فهمیدیم اینها از آنها عوضی ترند چون گویا عوض این که به پیک نیک بروند به سینما آمده بودند. با جرق و جوروق پاکت های خوراکی و ملج و مولوچ دهان و بو و بلنگی که راه انداختند معلوم نبود غذا می خورند یا اعصاب تماشاچیان را می جونند. در حساس ترین جای فیلم یکی از آنها داد زد: «عباس آقا، آن خیارشور را رد کن اینجا».

جوانی یک ملودیکا همراه آورده بود و هر وقت عاشق و معشوق در فیلم همدیگر را می بوسیدند او هم با ساز خود آهنگ ای یار مبارک بادا را میزد. یکی از تماشاچیان در گوشه چپ سالن بلند عطسه کرد. تماشاچی دیگری که در گوشه راست نشسته بود فریاد زد: «خرس ترکیدا! مردی که عطسه کرده بود بلافاصله گفت: «الاغ هم فهمیدا!» در فیلم هنگامی که پسری دختری را در آغوش گرفت هی از گوشه و کنار سالن بلند بلند نمک ریزی و شکر افشانی کردند. یکی فریاد زد: «اینقدر نمال!» دیگری داد زد: «اینقدر مچاله اش نکن!» سومی گفت: «زیاد زورش نده، ریغش درآمد!» امان از وقتی که یک نفر چرندی بگوید و پخش بگیرد و عده ای به حرفش بخندند، آنوقت است که دیگر ولکن معامله نیست. هی می خواهد مزه بیندازد و با بیمزگی های خود همه را کلافه کند. آدم های بی تربیت در تاریکی چون مطمئن هستند که شناخته نمی شوند بیشتر بی تربیتی می کنند. خامی که گویا گرمش شده بود بلند شد تا کت خود را در بیاورد. یکی از عقب فریاد زد: «باجی بتمرگ!» شاید در روشنائی هرگز جرئت این بی ادبی را نداشت چون می رسید شوهر گردن کلفت خانم او را بشناسد و حقش را کف دستش بگذارد.

خانمی کنار من نشسته بود. یک بچه دو ساله هم در بغلش بود. در حالیکه از هر گوشه ای نره خری عر میزد این بچه تا آخر چشم به پرده دوخت و ابدانگ نزد. دختری که ستاره اول فیلم بود پسر بی پولی را دوست داشت. از طرف دیگر مرد ثروتمندی هم عاشق دختر بود و بالاخره یکجا او را تنها گیر آورد و گفت: «عشق تو را به هر قیمت که باشد می خرم». دختر هم گفت: «اگر دو میلیون دلار پیشنهاد کنم چطور؟» مرد فوراً دسته چک خود را در آورد و هنگامی که داشت چک می نوشت، یکی داد زد: «خر نشو، پنجاه تومن بده به پوران پشگی خودت را راحت کن». تصادفاً فیلم هم بسیار مزخرف و چرند بود. یک داستان عشقی مبتذلی داشت با موزیک گوشخراش و چند هنرپیشه بی هنر و چند صحنه برهنگی و بستر بازی که تاکنون صدها بار در فیلم های مختلف تکرار شده و تهوع آور گردیده است.

عده ای از تماشاچیان هم راجع به فیلم اظهار عقیده می کردند. در پشت سر من شوهری به زنش گفت: «تهیه کننده این فیلم به جای فیلمبرداری کلابرداری کرده». زن جواب داد: «قریب یک قرن از صنعت فیلمبرداری می گذرد و در این مدت بجای اینکه روزبروز جلوتر برود عقب تر می رود. فیلم های چهل سال پیش به مراتب از فیلم های امروز بهتر است. کاشکی در خانه می نشستیم و همان فیلم های تلویزیون را می دیدیم. لااقل پول مان تلف نمی شد».

در همان ردیف که ما نشسته بودیم دختری به پسری گفت: «از این به بعد باید هر وقت سینما رفتیم یک شیشه آسپرین هم ببریم». پسر جواب داد: «اگر اینطور باشد احتیاطاً باید یک لگن هم همراه ببریم». سه نفر جلوی ما نشسته بودند. یکی از آنها گفت: «این فیلم ها اثر روانی دارد. آدم را دیوانه می کند». دیگری جواب داد: «بر عکس، اثر جسمانی دارد. آدم را از زور عصبانیت دچار زخم معده می کند. سومی گفت: «ولی من خوشوقتم که یک آقای قد بلند جلوی من نشسته و سرش نمی گذارد که پرده را ببینم».

ماهنامه پژواک

(408) 221-8624

از وسط جمعیت ناگهان فریاد خشم آلودی به گوش رسید که می گفت: «آقایان، یا تشریف ببرید یا لااقل ساکت باشید و حواس ما را پرت نکنید. اگر شما این فیلم را نمی پسندید، من می پسندم». بلافاصله یک نفر شیشکی محکمی بست. یکی دیگر به تمسخر گفت: «آقا را باش! بالاخره یک نفر پیدا شد که این فیلم را پسندید. این دیگر چه جانوری است!» یک جا که کارگردان فیلم نر و ماده ای را لخت کرده و به جان هم انداخته بود، در دو ردیف عقب تر از ما مردی به زنش گفت: «اکرم، هیچ خبر داری که من و تو هم آرتیست هستیم؟» همسرش با سرآسیمگی گفت: «جلوی این همه جمعیت. خفه شو! خجالت بکش!»

بالاخره فیلم به پایان رسید و چراغ ها روشن شد و میان تماشاچیان که داشتند سالن را ترک می کردند، شوهری به زنش گفت: «با چه زحمتی تاکسی گیر آوردیم تا به این خراب شده رسیدیم. حالا باز هم با چه مکافاتنی باید تاکسی پیدا کنیم و برگردیم». زن جواب داد: «تا تو باشی که اینقدر عجله نکنی. اگر دیرتر آمده بودیم بلیط تمام شده بود و دچار این شکنجه نمی شدیم». در راهروهای خروجی سینما هم غرولند تماشاچیان همچنان ادامه داشت. جوانی به همراهان خود می گفت: «من اگر تنها بودم می زدم به چاک و می رفتم. ولی چون شما را مهمان کرده بودم بخاطر شما چاره ای نداشتم جز این که اینجا دو ساعت زندانی باشم. زندان با اعمال شاقه».

مرد دیگری به همسرش گفت: «مخم دارد می ترکد. این فیلم نه کله برای من باقی گذاشت نه کفش. چون هی تند و تند تند بلند می شدند و می رفتند و در تاریکی کفش های ما را لگد می کردند». زن جواب داد: «به جهنم! آخر تو هم ناسلامتی آدمی، از شوهرهای دیگر یاد بگیر. هر شب هر گوری که عشقت کشید تنها برو. اینقدر مرا دنبال نکش!» جوانی به ساعت خود نگاه کرد و گفت: «فیلمش فقط یک ساعت و بیست دقیقه بود». رفیقش گفت: «بهتر، کاش فقط نیم ساعت بود!»

از سینما که بیرون آمدیم یکی از آن یخه چرکین های سینه چاک گفت: «احمد آقا، نفهمیدی چرا از تو خواستم که جایث را با من عوض کنی؟» گفت: «نه». گفت: «برای این که از غیظم صندلی خودم را با چاقو پاره کرده بودم، خواستم صندلی تو را هم پاره کنم». وقتی به خانه رسیدیم زنم گفت: «عجب فیلم بدی بود». گفتیم: «فرض کن فیلم خوبی هم بود. مگر می گذاشتند که ما چیزی از فیلم بفهمیم!»



Pouyan's music
Teaches piano
& keyboard
Children & adults
Dj Pouyan
Live music
For all occasions
(925) 963-7982

خاطراتی از هنرمندان

پرویز خطیبی (بخش بیست و ششم)

رکن الدین مختاری، هیولا یا نوازنده ویولن



رکن الدین مختاری

مرد نشست و با یک مجله خودش را باد زد. معلوم بود که از سالها پیش یکدیگر را می شناسند. حتی خود استوار هم ظاهرا روزگاری افسر شهربانی بوده است چون به خودی خود صحبت ها به شهربانی کشید و بعد به موزیک ختم شد. تازه وارد بلند شد و ویولنی را که روی پیانو قرار داشت برداشت و کوک کرد. از طرز کارش پیدا بود که کارکشته است. پیش از آن که آرشه را بردارد و مشغول شود به استوار گفت: «خیلی وقت است به طور جدی دست به ساز نزده ام. این قطعه ای که می خواهم بزنم در ماهور است. اگر وقت کردی سر و سامانش بده.» آن وقت شروع به نواختن کرد. اصلا

باورم نمی شد که یک نوازنده ناشناس تا این حد استادانه ویولن بزند. پس چرا من او را نمی شناسم؟ لحظات غریبی بود. در همان گیرودار در باز شد و پرویز محمود آمد. آرام و بی صدا در کنار من نشست. قطعه ماهور که تمام شد استوار «پرویز» را به نوازنده معرفی کرد. مرد گفت: «بله می شناسم ولی کار ما با کار این ها زمین تا آسمان تفاوت دارد.» و بعد ویولن را سر جایش گذاشت. استکان چایی را که برایش آورده بودند نوشید و خداحافظی کرد. استوار تا دم در بدرقه اش کرد و در مراجعت به من گفت: «شناختی؟» گفتم: «نه.» گفت: «رکن الدین مختاری بود. تازگی ها از زندان مرخص شده. قرار است در دربار کاری به او بدهند.» تعجب کردم و گفتم: «این شخص، این هیولا که می گویند آن همه آدم به دستور او کشته شده، چطور می تواند ساز به این قشنگی بزند؟ یا هنرمند نیست و یا این که بی جهت از او یک هیولا ساخته اند.» پرویز محمود خندید و گفت: «تعجبی ندارد. میدانی که یزیدین معاویه هم شاعر خوبی بوده، ناصرالدین شاه قاجار شعر می سروده و نقاشی می کرده.» استوار اضافه کرد که: «انجام وظیفه چیز دیگری است و ذوق و هنر داشتن چیز دیگر. البته زیاد جور در نمی آید یک انسان حساس و با ذوق که ساز میزند نمی تواند قاتل سفاکی باشد. دیدیم که در محکمه هم نتوانستند ثابت کنند و او را فقط به چند سال زندان محکوم کردند. رکن الدین خان رئیس شهربانی رضاشاه بود و خودت بهتر میدانی که برای حفظ نظم و مراعات قانون باید سختگیری کرد.» ناگهان یادم آمد که من رکن الدین مختاری را دو بار دیگر هم دیده ام. یک بار با لباس شهربانی و بار دیگر با لباس سورمه ای رسمی در جشن ازدواج خواهرزاده ام «مسعود نکوئی». بار اول که مختاری را دیدم سال ۱۳۱۵ در مقابل در جنوبی کاخ سلطنتی بود. در آن روز محمد رضا شاه «ولیعهد آن زمان» که تحصیلاتش را در سوئیس به پایان رسانده بود به ایران بر می گشت. پیشاهنگان پسر و دختر در دو طرف خیابان سپه تا میدان باغ شاه صف کشیده بودند و قرار بود مقدم ولیعهد را گلباران کنند. نزدیک ساعت دو بعدازظهر مسئولان پیشاهنگی همراه رئیس تشریفات دربار و یکی دو صاحب منصب پلیس «مختاری و ادیب السلطنه» آمدند که دو نفر پیشاهنگ را برای تقدیم دسته گل مخصوص به ولیعهد انتخاب کنند. در اولین نگاه من و عباس افخمی انتخاب شدیم زیرا لباسهای مان شیک تر و قیمتی تر بود! بعد به ما آموختند که چگونه وارد کاخ بشویم و چطور دسته گل ها را تقدیم کنیم. وقتی اتومبیل روباز ولیعهد وارد کاخ سلطنتی شد ما با دسته گل هایی که با سیم های نقره ای بسته شده بود انتظار می کشیدیم. عکاس ها تعدادی عکس برداشتند که یکی از آنها در سالنامه پارس چاپ شد. آن وقت ما را وارد باغ کردند. دو طرف باغ سربازان گارد ایستاده بودند و کمی بالاتر سمت چپ، رضاشاه و علی اصغر حکمت وزیر معارف و نخست وزیر و گروهی از وزیران و درباریان دیده می شدند. بالاتر، نزدیک به پله های ساختمان ولیعهد همراه خانم صدیقه دولت آبادی و دکتر مؤدب نفیسی و مختاری و ادیب السلطنه گرم گفتگو بودند. ما از برابر رضاشاه به حال احترام گذشتیم. راستش وقتی چشمم به چشم های رضا شاه افتاد قلبم به پشش افتاد و پاهایم کمی سست شد. رضا شاه که متوجه شده بود با صدای بلند گفت: «ببرید خدمت والا حضرت.» و ما در حال احترام پاها را به هم کوبیدیم و اطاعت امر کردیم. بار دومی که مختاری را دیدم شب عروسی خواهرزاده ام «مسعود نکوئی» بود. علی اکبر نکوئی پدر مسعود از ثروتمندان سرشناس روزگار خود بود و در عروسی تنها پسرش بسیاری از رجال و نمایندگان مجلس شرکت داشتند.

نمی دانم اسم محمود پرویز را شنیده اید یا نه؟ او فرزند محمود محمود، استاندار سابق تهران و نویسنده و محقق معروف بود. دایی اش حسین استوار جزو چند تن نوازنده معدود پیانو بود که من از دوران کودکی با صدای سازش از طریق صفحات ۷۸ دور آشنا بودم. پرویز محمود کنسرواتور بروکسل را تمام کرده و در ایران برگشته بود. در هنرستان موسیقی یکی از استادان سرشناس بود و در مدتی کوتاه توانست مقام رهبری ارکستر تهران را به دست بیاورد. ملودی ها و کنسرت های پرویز محمود که اکثرا تم محلی داشت، ساخته های او را از سایر آهنگسازان دهه بیست متمایز می ساخت. در سال ۱۳۲۵ وقتی قوام السلطنه پنج تن از سران برجسته حزب توده را وارد کابینه اش کرد و دکتر فریدون کشاورز به وزارت فرهنگ منصوب شد، پرویز محمود را به ریاست هنرستان موسیقی ملی برگزید. پرویز محمود مغرور و صریح اللهجه که فقط به هنرش که همه زندگیش بود فکر می کرد. انتخاب او به ریاست هنرستان موسیقی هرگز در شیوه زندگی همیشگی «پرویز» اثری نگذاشت حتی گوشه چشمی هم به حزب توده نشان نداد زیرا از سیاست متنفر و بیزار بود. وقتی سمفونی گلپری جون را تنظیم می کرد از یکی از دوستان خواست که مرا نزد او ببرد. در سالن مدرسه موسیقی او را دیدم که عرق ریزان مشغول تمرین است. چشمش که به من افتاد ارکستر را به مدت ۱۵ دقیقه مرخص کرد، بعد وارد دفتر کارش شدیم. با لبخند رضایت آمیزی گفت که: «کار گلپری جون بالا گرفته است و به زودی در تالاری بزرگ و معروف به اجرا در خواهد آمد. چه رازی نهفته است در این ترانه ها و آهنگهای محلی شاید تو که بیش از من بین قشرهای مختلف جامعه بوده ای بتوانی به این سؤال جواب بدهی؟» گفتم: اگر هنر متعلق به مردم است و به خاطر آن خلق می شود و اگر این یک نیاز دائمی است که هنرمند را در خدمت مردم جامعه خودش قرار می دهد پس رازی در کار نیست. هدف مشخص است و تیری که رها می شود غالبا به هدف اصابت می کند.» گفت: «خواستم بیایی اینجا و سمفونی گلپری جون را هنگام تمرین بشنوی و نظرت را بگویی. من به موفقیت آن خیلی امیدوارم.»

و برآستی این سمفونی موفق بود. نه در صحنه های داخل کشور که در صحنه های خارجی نیز شنوندگان خوش ذوق و صاحبان سلیقه های متفاوت آن را پسندیدند و پرویز محمود در مدتی کوتاه در کنار نام آوران عالم موسیقی قرار گرفت. از آن روز به بعد من گاه و بیگاه به دیدار «پرویز» می رفتم. او می گفت چرا ما «پرویزها» نباید کاری صورت بدهیم، یک کار هنری مردمی که جنبه مادی هم داشته باشد. آن وقت بنابر پیشنهاد او یک روز ظهر به خانه دایی اش حسین استوار رفتم و ضمن صرف ناهار قرار گذاشتیم که یک شرکت سهامی تشکیل بدهیم و ده عدد صفحه تولید کنیم. در قرارداد آمده بود که امور هنری به عهده هر سه نفر و انجام امور مالی به عهده حسین استوار و پرویز خطیبی است. ضمنا پیش از به بازار آمدن این صفحات هیچ یک از طرفین قرارداد حق ندارد عمل مشابهی انجام دهد و در خدمت شرکت یا فرد دیگری قرار بگیرد. شش ماه بعد که همه کارها انجام شده بود و قصد داشتیم برای ضبط صفحات به لندن برویم صفحاتی از هندوستان وارد بازار شد که خواننده آن جوانی به نام مین باشیان بود. در حقیقت سرمایه گذار واقعی برای تولید این صفحات حسین استوار بود. وقتی این خبر را به پرویز محمود دادم سخت خانه عصبانی شد و قرار گذاشتیم روز سه شنبه جلسه ای در خانه استوار تشکیل بدهیم. در استوار مدتی من و او به بحث و گفتگو نشستیم و انتظار پرویز را کشیدیم که دیر کرده بود. بعدا معلوم شد که پرویز به علت «خون دماغ» از هنرستان به بیمارستان پهلوی رفته است. در آن غروب تابستان من به مطالعه روزنامه مشغول شدم و استوار پشت پیانو نشست و قطعه ای را که در ماهور ساخته بود نواخت. ناگهان زنگ در خانه به صدا در آمد و استوار شخصا در را باز کرد. مردی با موهای سفید و سرطاس و کت و شلوار سفید چوچونه وارد اطاق شد. استوار مرا به او معرفی کرد ولی از او اسمی نبرد.

ساده از دست ندادم دل پرمشغله را
تا تو پرسیدی و مجبور شدم مساله را!...
من «برادر» شده بودم و «برادر» باید
وقت دیدار، رعایت بکند «فاصله» را
دهه شصتی دیوانه یکبار عاشق
خواست تا خرج کند این کوپن باطله را
عشق! آن هم وسط نفرت و باروت و تفنگ
دانه انداخت و از شرم ندیدم تله را
و تو خندیدی و از خاطره ها جا ماندی
با تو برگشتم و مجبور شدم قافله را!...
عشق گاهی سبب گم شدن خاطره هاست
خواستم باز کنم با تو سر این گله را

عبدالجبار کاکایی

من ندانستم از اول که تو بی مهر و وفایی
عهد نابستن از آن به که ببندی و نیایی
دوستان عیب کنندم که چرا دل به تو دادم
باید اول به تو گفتن که چنین خوب چرایی
گفته بودم چو بیایی غم دل با تو بگویم
چه بگویم که غم از دل برود چون تو بیایی
شمع را باید از این خانه برون بردن و کشتن
تا که همسایه ندادند که تو در خانه مایی

سعدی

به قبرستان گذر کردم صبحی
 شنیدم ناله و افغان و آهی
 شنیدم کله‌ای با خاک می‌گفت
 که این دنیا نمی‌ارزد بکاهی
 به قبرستان گذر کردم کم و بیش
 بدیدم قبر دولت‌مند و درویش
 نه درویش بی‌کفن در خاک خفته
 نه دولت‌مند، برد از یک کفن بیش
 باباطاهر

یکدم ز بی وفایی عالم غمت مباد
یک عمر عاشقی کن و یک دم غمت مباد
مردم به هر که آینه شد سنگ می زنند
از طعنه های عالم و آدم غمت مباد
گفت: اولین نشانه، عاشق شدن غم است؟
بوسیدمش به گریه و گفتم: غمت مباد
روزی اگر قرار شد از هم جدا شویم
من می روم ز یاد تو کم کم، غمت مباد
دلشوره، وصال و پریشانی فراق
از این غمت نبود، از آن هم غمت مباد
فاضل نظری

رفت و غزلم چشم به راهش نگران شد
دلشوره ما بود، دل آرام جهان شد
در اول آسایش مان سقف فرو ریخت
هنگام ثمر دادن مان خزان شد
زخمی به گل کهنه ما کاشت خداوند
اینجا که رسیدیم همان زخم دهان شد
آنگاه همان زخم، همان کوره کوچک،
شد قلّه یک آه، مسیر فوران شد
با ما که نمک گیر غزل بود چنین کرد
با خلق ندانیم چه ها کرد و چنان شد
ما حسرت دلتنگی و تهایی عشقیم
یعقوب پسر دید، زلیخا که جوان شد
جان را به تمنّای لبش بردم و نگرفت
گفتم بستان بوسه بده، گفت گران شد
یک عمر به سودای لبش سوختم و آه
روزی که لب آورد ببوسم رمضان شد
یک حافظ کهنه، دو سه تا عطر، گل سر
رفت و همه دلخوشی ام این چمدان شد
با هر که نوشتیم چه ها کرد و ما گفت
مصادق همان وای به حال دگران شد
حامد عسکری

گیرم که به هر حال مرا برده ای از یاد
گیرم که زمان خاطره ها را به فنا داد
گیرم نه تو گفتی، نه شنیدی، نه تو بودی،
آن عاشق دیوانه که صد نامه فرستاد
با آن همه دلبستگی و عشق چه کردی
یک بار دلت یاد من خسته نیفتاد
یعنی به همین راحتی از عشق گذشتی
یک ذره دلت تنگ نشد خانه ات آباد
این بود جواب من دل خسته عاشق
شیرین رقیبان شده ای از لج فرهاد
باشد گله ای نیست خدا پشت و پناهت
احوال خودت خوب دمت گرم دلت شاد
محمد رضا نظری

عشق تو آورد قحذ پر ز بلای دل من
گفتم می می نخورم گفت برای دل من
داد می معرفتش با تو بگویم صفتش
تلخ و گوارنده و خوش همچو وفای دل من
از طرفی روح امین آمد و ما مست چنین
پیش دیدیم که بین کار و کیای دل من
گفت که ای سر خدا روی به هر کس منما
شکر خدا کرد و ثنا بهر لقای دل من
گفتم خود آن نشود عشق تو پنهان نشود
چيست که او پرده شود پیش صفای دل من
عشق چو خون خواره شود رستم بیچاره شود
کوه احد پاره شود وای چه جای دل من

مولانا

درختی که تلخ است وی را سرشت
اگر بر نشانی به باغ بهشت
ور از جوی خلدش به هنگام آب
به بیخ انگبین ریزی و شهد ناب
سرانجام گوهر به کار آورد
همان میوه تلخ بار آورد

صد نامه نوشتیم و جوابی ننوشتند
این هم که جوابی ننوشتند جواب است
راغب تریزی

پیر کی لال سحر گاہ بہ طفلی الکن
می شنیدم کہ بدین نوع ہمی راند سخن
کای ز زلفت صمصیحم شاشاشام تاریک
وی ز چہرت شاشاشام صمصیح روشن
تتتیریاکیم و بی شششہد للبت
صصصبر و تاتاتبم رررفت از تتتن
طفل گفتا مَمَمَن را تَتُو تقلید مکن
گگگم شو ز برم ای کککمترا از زن
می خواہی مممشتی بہ کککت بزنم
کہ بیفتد مممغزت میان ددھن
پیر گفتا و وواللہ کہ معلومست این
کہ کہ زادم من بیچارہ ز مادر الکن
ہہہفتاد و ہہشتاد و سہ سالت فزون
گگگنگ و لالالالم بہ خللاق زمن
طفل گفتا خدا را صصصددبار شششکر
کہ برستم بہ جہان از ملال و محن
ممن ہم گگگنگم مممثل تتتو
تتتو ہم گگگنگی مممثل ممن



داستان زنانی که موهایشان را فروختند تا زندگی‌هایشان را نجات دهند

سولماز مولوی

در ایران، مانند بسیاری از کشورهای دیگر، زنان در مواجهه با شرایط سخت اقتصادی، راه‌های خلاقانه‌ای برای تأمین معاش خانواده‌های خود پیدا می‌کنند. یکی از این راه‌ها



فروش موی سر است. موی بلند و سالم به عنوان یک کالای باارزش در بازار جهانی شناخته می‌شود و بسیاری از زنان ایرانی از این فرصت استفاده می‌کنند تا بتوانند هزینه‌های زندگی خود را تأمین کنند. در این مطلب، به چند داستان واقعی از زنانی که موهای خود را فروخته‌اند، می‌پردازیم.

نسرين، مادر دو فرزند: نسرين، زنی ۳۵ ساله از شهر مشهد، پس از آنکه همسرش به دلیل بیماری طولانی‌مدت قادر به کار کردن نبود، مجبور شد به تنهایی پار مالی خانواده را به دوش بکشد. او که قبلاً هرگز کار نکرده بود، تصمیم گرفت موهای بلند و زیبای خود را بفروشد. نسرين می‌گوید:

«موهایم را از بچگی بلند کرده بودم و همیشه به آن افتخار می‌کردم، اما وقتی دیدم فرزندانم گرسنه می‌مانند، دیگر هیچ چیز برایم مهم نبود.» او موهایش را به یک خریدار محلی فروخت و با پول آن توانست برای چند ماه مواد غذایی و داروهای همسرش را تهیه کند.

زهرا، دانشجوی جوان: زهرا، دانشجوی ۲۲ ساله از تهران، به دلیل مشکلات مالی خانواده‌اش مجبور شد تحصیل خود را نیمه‌کاره رها کند و به کار کردن بپردازد. او که به شدت به ادامه تحصیل علاقه داشت، تصمیم گرفت موهایش را بفروشد تا بتواند هزینه‌های دانشگاه و کتاب‌هایش را تأمین کند. زهرا می‌گوید: «فروش موهایم برایم سخت بود، اما می‌دانستم که این تنها راهی است که می‌توانم به رویاهایم برسم.» او با پول حاصل از فروش موهایش توانست یک ترم دیگر در دانشگاه ثبت‌نام کند و به تحصیل ادامه دهد.

فاطمه، زن روستایی: فاطمه، زنی ۴۰ ساله از یک روستای کوچک در استان کرمان، پس از خشکسالی و از بین رفتن محصولات کشاورزی، با مشکلات مالی شدیدی روبرو شد. او که همیشه موهای بلند و زیبایی داشت، تصمیم گرفت موهایش را بفروشد تا بتواند برای خانواده‌اش مواد غذایی بخرد. فاطمه می‌گوید: «در روستای ما کار دیگری نیست که بتوانیم انجام دهیم. فروش موهایم تنها راهی بود که می‌توانستم به خانواده‌ام کمک کنم.» او موهایش را به یک واسطه فروخت و با پول آن توانست برای چند ماه آذوقه خانواده‌اش را تأمین کند.

مریم، زن سرپرست خانواده: مریم، زنی ۳۸ ساله از اصفهان، پس از فوت همسرش مجبور شد به تنهایی از سه فرزندش مراقبت کند. او که هیچ درآمد ثابتی نداشت، تصمیم گرفت موهای بلندش را بفروشد تا بتواند هزینه‌های مدرسه فرزندانش را پرداخت کند. مریم می‌گوید: «موهایم را از بچگی بلند کرده بودم، اما وقتی بچه‌ها به مدرسه رفتند و هزینه‌ها زیاد شد، فهمیدم که باید فداکاری کنم.» او موهایش را به یک آرایشگاه فروخت و با پول آن توانست لوازم التحریر و لباس مدرسه فرزندانش را تهیه کند.

فروش موی سر برای بسیاری از زنان ایرانی نه یک انتخاب، بلکه یک ضرورت است. این زنان با فداکاری و از خودگذشتگی، سعی می‌کنند تا حد امکان از خانواده‌های خود حمایت کنند. داستان‌های نسرين، زهرا، فاطمه و مریم تنها نمونه‌هایی از هزاران زن ایرانی است که در سکوت و با تلاش فراوان، بار مشکلات اقتصادی را به دوش می‌کشند. این داستان‌ها نشان‌دهنده مقاومت و ایستادگی زنان در برابر شرایط سخت زندگی است و یادآوری می‌کند که گاهی اوقات، فداکاری‌های کوچک می‌تواند تغییرات بزرگی در زندگی افراد ایجاد کند.

چالش‌ها و تبعیض‌های زنان در بازار کار ایران

دامون مسرتی

تبعیض علیه زنان در بازار کار یکی از چالش‌های اساسی در ایران است که ریشه در ساختارهای فرهنگی، اجتماعی، اقتصادی و قانونی دارد. با وجود افزایش سطح تحصیلات زنان و تمایل آنها به ورود به بازار کار، همچنان موانع متعددی بر سر راه

اشتغال آنان وجود دارد. این موانع از تبعیض در استخدام و دستمزد گرفته تا نابرابری در فرصت‌های ارتقا و امنیت شغلی را شامل می‌شود. یکی از مهم‌ترین شاخص‌های بررسی وضعیت اشتغال زنان، نرخ مشارکت اقتصادی آنهاست. بر اساس آمارها، نرخ مشارکت زنان در بازار کار ایران بسیار پایین‌تر از میانگین جهانی است. این مسئله به



عوامل مختلفی از جمله سیاست‌های کلان اقتصادی، باورهای سنتی، محدودیت‌های قانونی و مسئولیت‌های خانوادگی زنان مرتبط است.

بسیاری از کارفرمایان در ایران ترجیح می‌دهند مردان را به‌عنوان نیروی کار استخدام کنند. در برخی موارد، حتی در آگهی‌های شغلی به‌طور صریح جنسیت مردانه برای مشاغل اعلام می‌شود. زنان برای استخدام در بسیاری از مشاغل با موانعی نظیر باورهای سنتی، کلیشه‌های جنسیتی و حتی پرسش‌های تبعیض‌آمیز در مصاحبه‌های شغلی مواجه‌اند.

حتی در مواردی که زنان و مردان در یک موقعیت شغلی مشابه فعالیت دارند، معمولاً زنان حقوق کمتری دریافت می‌کنند. این نابرابری در بسیاری از حوزه‌های شغلی، به‌ویژه در بخش خصوصی، به چشم می‌خورد. نبود شفافیت در نظام پرداخت حقوق و نبود نظارت کافی از سوی نهادهای دولتی، به این تبعیض دامن می‌زند.

زنان در بسیاری از محیط‌های کاری از فرصت‌های برابر برای ارتقا و دستیابی به جایگاه‌های مدیریتی برخوردار نیستند. تفکر سنتی که مردان را برای نقش‌های مدیریتی مناسب‌تر می‌داند، یکی از موانع اصلی رشد شغلی زنان است. در نتیجه، سهم زنان در موقعیت‌های مدیریتی و تصمیم‌گیری کلان بسیار کمتر از مردان است. زنان شاغل، به‌ویژه در بخش خصوصی، بیشتر در معرض قراردادهای موقت و ناامن قرار دارند. کارفرمایان به بهانه ازدواج، بارداری یا مسئولیت‌های خانوادگی، قراردادهای زنان را تمدید نمی‌کنند یا از استخدام آنها امتناع می‌ورزند. این مسئله به‌ویژه در مورد زنان متأهل و مادران شدت بیشتری دارد.

در حالی که قانون کار ایران برخی حمایت‌ها از زنان شاغل، مانند مرخصی زایمان و کاهش ساعات کار برای مادران شیرده را پیش‌بینی کرده است، بسیاری از کارفرمایان این قوانین را دور می‌زنند. در برخی موارد، زنان به دلیل درخواست استفاده از این حقوق قانونی، مورد تبعیض قرار گرفته و حتی از کار اخراج می‌شوند. یکی از موانع بزرگ بر سر راه زنان در بازار کار، کلیشه‌های جنسیتی است که نقش‌های سنتی را برای زنان و مردان تعریف کرده است. زنان همچنان با این تصور مواجه‌اند که وظیفه اصلی آنها خانه‌داری و تربیت فرزندان است و اشتغال آنها جنبه‌ای فرعی دارد. این باورها باعث می‌شود که حضور زنان در محیط‌های کاری با چالش‌های فرهنگی و اجتماعی همراه باشد.

یکی دیگر از مشکلات مهم زنان در بازار کار ایران، تجربه آزارهای کلامی و غیرکلامی در محیط کار است. بسیاری از زنان به دلیل نبود قوانین حمایتی مؤثر یا ترس از ازدست‌دادن شغل، از گزارش این موارد خودداری می‌کنند. این مسئله موجب ناامنی روانی و کاهش بهره‌وری زنان در محیط کار می‌شود.

زنان در بازار کار ایران با تبعیض‌های مختلفی مواجه هستند که ریشه در ساختارهای فرهنگی، اجتماعی و قانونی دارد. برای رفع این نابرابری‌ها، نیاز به اصلاح قوانین، تغییر نگرش‌های اجتماعی و افزایش حمایت‌های قانونی وجود دارد. ایجاد فرصت‌های برابر برای زنان نه تنها به عدالت اجتماعی کمک می‌کند، بلکه به بهبود وضعیت اقتصادی و توسعه پایدار کشور نیز منجر خواهد شد.

روابط انسانی

دکتر غزل جمشیدی - متخصص اعصاب و روان - روانپزشک

روابط انسانی یکی از اساسی‌ترین جنبه‌های زندگی ماست. از خانواده و دوستان تا همکاران و آشنایان، روابط ما با دیگران تأثیر عمیقی بر سلامت روانی، احساس رضایت و موفقیت‌های شخصی و حرفه‌ای ما دارد. در این مطلب، به بررسی ابعاد مختلف روابط انسانی، اهمیت آن، چالش‌ها و راهکارهای بهبود آن می‌پردازیم.

تعریف روابط انسانی: روابط انسانی به تعاملات و ارتباطات بین افراد اشاره دارد که می‌تواند در قالب روابط عاطفی، خانوادگی، دوستانه، کاری یا اجتماعی باشد. این روابط بر اساس احساسات، ارزش‌ها، نیازها و انتظارات مشترک شکل می‌گیرند و می‌توانند کوتاه‌مدت یا بلندمدت باشند.

روابط مثبت و سالم باعث کاهش استرس، افزایش احساس شادی و بهبود سلامت روان می‌شوند. در مواقع بحرانی، روابط قوی می‌توانند منبع حمایت عاطفی و عملی باشند. تعامل با دیگران به ما کمک می‌کند تا از دیدگاه‌های مختلف آگاه شویم و خود را بهتر بشناسیم. روابط کاری مؤثر می‌توانند به پیشرفت شغلی و ایجاد فرصت‌های جدید کمک کنند.

انواع روابط انسانی:

روابط خانوادگی: این روابط معمولاً پایدارترین و عمیق‌ترین روابط هستند و شامل والدین، فرزندان، خواهر و برادرها می‌شوند.

روابط دوستانه: بر اساس علایق مشترک و احساس صمیمیت شکل می‌گیرند و می‌توانند بسیار حمایت‌کننده باشند.

روابط عاطفی: شامل روابط عاشقانه و زناشویی است که بر اساس عشق، اعتماد و تعهد بنا می‌شوند.

روابط کاری: این روابط در محیط کار شکل می‌گیرند و بر اساس همکاری، احترام و اهداف مشترک هستند.

روابط اجتماعی: شامل تعاملات با همسایه‌ها، آشنایان و جامعه است که می‌تواند به ایجاد شبکه‌های اجتماعی گسترده کمک کند.

چالش‌های روابط انسانی: تفاوت در دیدگاه‌ها و انتظارات می‌تواند به سوء تفاهم منجر شود. بی‌اعتمادی می‌تواند روابط را تضعیف کند و باعث فاصله‌گیری شود. اختلاف نظرها و بحث‌ها بخشی طبیعی از روابط هستند، اما مدیریت نادرست آنها می‌تواند به آسیب‌های جدی منجر شود. ناتوانی در بیان احساسات یا گوش دادن به دیگران می‌تواند روابط را تحت تأثیر قرار دهد.

راهکارهای بهبود روابط انسانی: گوش دادن فعال، بیان واضح احساسات و نیازها، و احترام به دیدگاه‌های دیگران. تلاش برای درک احساسات و تجربیات دیگران و نشان دادن حمایت عاطفی. پایبندی به قول‌ها، صداقت و شفافیت در رفتار. حل اختلافات به صورت مسالمت‌آمیز و با تمرکز بر یافتن راه‌حل‌های مشترک. نشان دادن قدردانی و تشکر از دیگران برای تقویت روابط. اختصاص زمان کافی برای تعامل و ایجاد خاطرات مشترک.

تأثیر روابط انسانی بر سلامت روان: روابط مثبت می‌توانند به کاهش اضطراب، افسردگی و احساس تنهایی کمک کنند. در مقابل، روابط سمی یا ناسالم می‌توانند باعث افزایش استرس و آسیب‌های روانی شوند. بنابراین، حفظ روابط سالم و دوری از روابط مضر برای سلامت روانی بسیار مهم است.

نقش فرهنگ در روابط انسانی: فرهنگ تأثیر عمیقی بر نحوه شکل‌گیری و مدیریت روابط انسانی دارد. ارزش‌ها، هنجارها و انتظارات فرهنگی می‌توانند بر نحوه تعامل افراد با یکدیگر تأثیر بگذارند. برای مثال، در برخی فرهنگ‌ها، روابط خانوادگی از اولویت بالایی برخوردار است، در حالی که در فرهنگ‌های دیگر، استقلال فردی بیشتر مورد تأکید قرار می‌گیرد.

روابط انسانی بخش جدایی‌ناپذیر زندگی ما هستند و کیفیت آنها تأثیر مستقیمی بر رضایت و موفقیت ما دارد. با تقویت مهارت‌های ارتباطی، همدلی و اعتمادسازی، می‌توانیم روابط خود را بهبود بخشیم و از مزایای آن بهره‌مند شویم. به یاد داشته باشید که روابط سالم نیاز به زمان، تلاش و تعهد دارند، اما نتیجه آن ارزش این تلاش را دارد. با تمرین و آگاهی، می‌توانیم روابطی عمیق‌تر و معنادارتر ایجاد کنیم که نه تنها به خودمان، بلکه به اطرافیانمان نیز احساس رضایت و خوشبختی ببخشد.

خودشیفتگی

دکتر نسرين عطایی - متخصص اعصاب و روان - روانپزشک

خودشیفتگی یک اختلال شخصیتی است که با احساس اغراق‌آمیز اهمیت خود، نیاز مداوم به تحسین و توجه، و ناتوانی در همدلی با دیگران مشخص می‌شود. این اختلال نام خود را از افسانه‌ی یونانی نارسیس (narcissist) گرفته است، جوانی که عاشق تصویر خود در آب شد و در نهایت به گل نرگس تبدیل شد.

انواع خودشیفتگی:

خودشیفتگی سالم: این نوع خودشیفتگی می‌تواند به عنوان اعتماد به نفس و عزت نفس بالا دیده شود. افراد با خودشیفتگی سالم معمولاً توانایی‌های خود را می‌شناسند و از آنها استفاده می‌کنند، اما هنوز قادر به همدلی و برقراری روابط سالم هستند.

خودشیفتگی ناسالم (اختلال شخصیت خودشیفته): این نوع خودشیفتگی یک اختلال روانی جدی است که باعث می‌شود فرد به طور مداوم به تحسین و توجه نیاز داشته باشد، در روابط بین‌فردی مشکل داشته باشد و نتواند با دیگران همدلی کند.

علائم و نشانه‌های خودشیفتگی:

احساس بزرگ‌منشی: باور به اینکه فرد خاص و منحصر به فرد است و فقط توسط افراد خاص یا با موقعیت اجتماعی بالا قابل درک است.

فانتزی‌های موفقیت بی‌پایان: رویاهای قدرت، موفقیت، زیبایی یا عشق ایده‌آل.

نیاز به تحسین مداوم: نیاز به دریافت تحسین و توجه مداوم از دیگران.

حس استحقاق: انتظار رفتار ویژه و مطابقت بی‌قید و شرط با انتظارات خود.

استثمار دیگران: استفاده از دیگران برای رسیدن به اهداف خود.

عدم همدلی: ناتوانی در تشخیص یا همدلی با احساسات و نیازهای دیگران.

حسادت و باور به حسادت دیگران: باور به اینکه دیگران به او حسادت می‌کنند و خود نیز به دیگران حسادت می‌ورزد.

رفتارهای متکبرانه: رفتار یا نگرش متکبرانه و خودخواهانه.

علل خودشیفتگی: علل دقیق خودشیفتگی هنوز به طور کامل شناخته نشده است، اما ترکیبی از عوامل ژنتیکی، محیطی و روانی ممکن است در ایجاد آن نقش داشته باشد: عوامل ژنتیکی: ممکن است یک جزء ارثی در اختلال شخصیت خودشیفته وجود داشته باشد.

عوامل محیطی: تربیت و محیط خانوادگی می‌تواند نقش مهمی داشته باشد. مثلاً، تحسین بیش از حد یا انتقاد شدید در دوران کودکی.

عوامل روانی: تجربیات دوران کودکی، مانند سوء استفاده یا بی‌توجهی، می‌تواند به توسعه خودشیفتگی کمک کند.

تشخیص خودشیفتگی: تشخیص اختلال شخصیت خودشیفته معمولاً توسط یک روانشناس یا روانپزشک انجام می‌شود. این تشخیص بر اساس معیارهای DSM-5 (راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی) صورت می‌گیرد. **دنباله مطلب در صفحه ۵۹**

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

حس آرامش و آسایش را در فضا القا می‌کند. سبز به ویژه در طیف های ملایم آن می‌تواند به ایجاد فضایی راحت برای خواب و استراحت کمک کند. اتاق نشیمن، سبز در اتاق نشیمن گزینه ای بسیار ایده آل است. استفاده از سبزه های تیره تر یا سبز زمردی می‌تواند فضایی مجلل و شیک ایجاد کند. همچنین ترکیب رنگ سبز با رنگ های طبیعی مانند چوب می‌تواند فضایی دنج و گرم ایجاد کند. اتاق های مطالعه یا دفتر کار، رنگ سبز برای این فضاها بسیار مناسب است زیرا باعث افزایش تمرکز و انرژی مثبت می‌شود. همچنین این رنگ می‌تواند برای افزایش خلایق و ایجاد فضایی آرام و متعادل در محیط های کاری مفید باشد. آشپزخانه، رنگ سبز برای این فضا ایده آل است، زیرا همانطور که اشاره کردیم، نمادی از تازگی و سلامت است. استفاده از سبز در کنار رنگ سفید حس طراوت و پاکیزگی را تشدید می‌کند. به ویژه ترکیب رنگ سبز با رنگ های طبیعی مانند چوب و سفید می‌تواند فضایی تمیز، دوستانه و دلنشین در دکوراسیون آشپزخانه ایجاد کند. راهروها و ورودی ها، استفاده از رنگ سبز در ورودی خانه یا راهروها حس خوش آمدگویی و گرمی ایجاد می‌کند. این رنگ می‌تواند فضای ورودی را دلپذیر کند و به مهمانان در بدو ورود شان احساس راحتی بدهد.

مراکز درمانی یا فضاهای مراقبتی، در فضاهایی که نیاز به حس آرامش دارند مانند مراکز درمانی یا اسپاها، رنگ سبز می‌تواند حس امنیت و سلامت را القا کند. این رنگ به کاهش استرس و ایجاد فضای مناسب برای بازیابی انرژی کمک می‌کند. **ترکیب رنگ سبز با رنگ های دیگر:** سبز به راحتی با رنگ های مختلف ترکیب می‌شود و می‌تواند فضا را متعادل، آرام و زیبا کند. در اینجا به چند ترکیب رنگی محبوب با سبز می‌پردازیم:

سبز و سفید: ترکیب سبز با رنگ سفید حس تازگی، پاکیزگی و سادگی را در فضا ایجاد می‌کند. استفاده از سبز در اکسسوری ها و یا یکی از دیوارهای یک اتاق سفید، می‌تواند طبیعت و طراوت را وارد محیط کند. بدون اینکه فضا را شلوغ یا سنگین کند. **سبز و آبی:** ترکیب سبز و آبی به فضا آرامش و سکون می‌دهد، زیرا هر دو رنگ از طبیعت گرفته شده اند و حس طراوت و سرزندگی را ایجاد می‌کنند. بنابراین این ترکیب می‌تواند فضایی آرام و دلنشین برای استراحت و تجدید انرژی فراهم آورد. **سبز و خاکستری:** ترکیب سبز و خاکستری ظاهری مدرن و شیک به فضا می‌دهد. خاکستری به دلیل خنثی بودن خود می‌تواند به سبز اجازه دهد تا بیشتر دیده شود. این ترکیب برای فضاهای اداری یا مدرن بسیار مناسب است.

سبز و طلایی: ترکیب سبز با طلایی فضایی داخلی را لوکس و مجلل می‌کند. سبز به ویژه در طیف های تیره ی آن مانند سبز زمردی همراه با طلایی براق، فضایی اعیانی و شیک را به وجود می‌آورد. این ترکیب برای اتاق های پذیرایی یا مکان های لوکس مناسب است.

رنگ سبز یکی از محبوب ترین رنگ ها در طراحی داخلی است که حس تعادل، آرامش و تازگی را ایجاد می‌کند و می‌تواند فضا را دلنشین تر کند. بسته به طیف انتخابی، این رنگ می‌تواند محیطی گرم و صمیمی، لوکس و مجلل یا شاداب و پرانرژی ایجاد کند. استفاده درست از رنگ سبز در دکوراسیون داخلی نه تنها زیبایی فضا را افزایش می‌دهد، بلکه تأثیر مثبتی بر روحیه و سلامت ذهنی افراد نیز دارد.

Professional Handyman

تخصص امور فنی و تعمیرات

FIX YOUR HOME WITH HOSSEIN

حسین آقامیرزایی

راه حل تمام مشکلات فنی خانه شما

مشاوره رایگان

بهترین قیمت

Services Offered

خدمات

- TV wall mounting
- General Repairs
- Furniture, Cabinet Repair
- Curtain and blinds installation
- IKEA Assembly
- General Mounting
- Door Repair

- نصب تلویزیون روی دیوار
- تعمیرات عمومی
- تعمیر میلمان و کابینت
- نصب و تعمیر پرده و کرکره
- مونتاژ محصولات ایکیا
- نصب انواع تجهیزات
- تعمیرات درب

Bay Area

Free Consultation (707) 727 8020

ساخت و اجرای طراحی دکوراسیون



هستی موسوی
طراح دکوراسیون داخلی

<https://www.hastidesign.co>

hastidesign99@gmail.com

کاربرد رنگ سبز در دکوراسیون داخلی

همانطور که در مطلب پیشین به آن پرداختیم، رنگ سبز اغلب با طبیعت، رشد، آرامش و تعادل همراه است و به راحتی می‌تواند به فضای داخلی یا محل کار روح تازه ای ببخشد. استفاده از این رنگ در دکوراسیون داخلی می‌تواند تأثیر عمیقی بر احساسات ما بگذارد. در این مطلب قصد داریم به بررسی کاربردهای مختلف رنگ سبز در فضاهای داخلی بپردازیم و نشان دهیم که هر طیف از این رنگ چگونه می‌تواند در فضاهای مختلف مؤثر باشد. تا انتهای مطلب همراه من باشید.



تأثیر رنگ سبز در دکوراسیون داخلی: رنگ ها تأثیر عمیقی بر احساسات و روحیات ما دارند و در میان آنها، سبز یکی از متعادل ترین و آرامش بخش ترین رنگ هاست. این رنگ نه تنها ما را به طبیعت نزدیک می‌کند، بلکه استفاده از آن در فضای داخلی نیز تأثیرات قابل توجهی بر روحیه و احساسات ما می‌گذارد. از جمله این تأثیرات می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

آرامش و تعادل، استفاده از رنگ سبز می‌تواند حس آرامش و تعادل را در فضا ایجاد کند. این رنگ به کاهش استرس و اضطراب کمک کرده و فضای مناسبی برای استراحت و تمرکز فراهم می‌آورد. به همین دلیل، رنگ سبز در فضاهایی مانند اتاق خواب، اتاق نشیمن یا محیط های کاری که نیاز به آرامش و تمرکز دارند، بسیار مناسب است.



حس طراوت و انرژی، رنگ سبز نماد زندگی، رشد و انرژی است. هنگامی که این رنگ در دکوراسیون داخلی استفاده

می‌شود، می‌تواند حس تازگی و شادی را به فضا منتقل کند. استفاده از رنگ سبز در پرده ها یا دیوارها می‌تواند احساس حیات و انرژی مثبت را در فضا ایجاد کند. در فضای داخلی خانه یا محل کار، رنگ سبز می‌تواند به افراد انگیزه بدهد و آن ها را از نظر ذهنی زنده و شاداب نگه دارد.

ارتباط با طبیعت، رنگ سبز به طور مستقیم با طبیعت مرتبط است. به کار بردن این رنگ در دکوراسیون داخلی می‌تواند حس ارتباط با دنیای بیرون را در فضای داخلی ایجاد کرده و افراد را به طبیعت نزدیک تر کند. این ویژگی، رنگ سبز را به انتخابی مناسب برای فضاهایی مانند اتاق های استراحت، اتاق های مراقبه یا مکان های آرامش بخش تبدیل می‌کند.

زیبایی و تطبیق پذیری، رنگ سبز به راحتی با سایر رنگ ها ترکیب می‌شود و می‌تواند در هر سبکی از دکوراسیون داخلی به کار رود. سبز در کنار رنگ های خنثی مانند سفید، خاکی و طوسی ظاهری شیک و آرامش بخش ایجاد می‌کند، در حالی که در ترکیب با رنگ های گرم مانند قرمز و زرد می‌تواند انرژی و زندگی را به فضای داخلی بیفزاید. انتخاب مناسب برای فضاهای کوچک، استفاده از رنگ سبز در فضاهای کوچک می‌تواند به ایجاد حس باز بودن و وسیع تر بودن فضا کمک کند. به ویژه اگر از طیف های روشن سبز استفاده شود.

رنگ سبز برای چه فضاهایی مناسب است؟: رنگ سبز به دلیل ویژگی های آرامش بخش خود، می‌تواند در فضاهای مختلف کاربرد داشته باشد. بسته به نوع فضای مورد نظر، می‌توان از طیف های مختلف سبز استفاده کرد.

اتاق خواب، رنگ سبز از نظر روان شناسی به کاهش استرس و ایجاد حس امنیت کمک می‌کند. بنابراین، سبز یکی از بهترین انتخاب ها برای اتاق خواب است، زیرا

سایه کهنسالی بر چهره: جشن زندگی و خردمندی

سمیرا کرملو - دکترای روانشناسی، روان درمانگر و مدرس دانشگاه

وقتی سایه کهنسالی بر چهره‌مان می‌نشیند، گاهی ممکن است احساس نگرانی یا غم کنیم. چین و چروک‌ها، موهای سفید و تغییرات جسمی نشانه‌هایی هستند که به ما یادآوری می‌کنند زمان در حال گذر است. اما به جای ناراحتی، می‌توانیم این تغییرات را به عنوان نشانه‌هایی از یک زندگی پر بار و تجربه‌های ارزشمند ببینیم. کهنسالی نه تنها پایان جوانی نیست، بلکه آغاز فصل جدیدی از زندگی است که با خردمندی، آرامش و لذت‌های عمیق‌تر همراه است.

چرا باید از کهنسالی خوشحال باشیم؟ با گذشت سال‌ها، تجربه‌های زیادی کسب کرده‌ایم. این تجربه‌ها به ما کمک می‌کنند تا تصمیم‌های بهتری بگیریم، روابطمان را عمیق‌تر کنیم و از اشتباهات گذشته درس بگیریم. کهنسالی یعنی داشتن گنجینه‌ای از خرد که تنها با گذر زمان به دست می‌آید. با افزایش سن، بیشتر قدردان لحظات کوچک و ساده زندگی می‌شویم. یک فنجان چای در سکوت صبحگاهی، قدم زدن در طبیعت یا گفت‌وگو با عزیزان، همه این‌ها معنای عمیق‌تری پیدا می‌کنند. در جوانی، اغلب تحت تأثیر انتظارات و فشارهای اجتماعی هستیم. اما با کهنسالی، بیشتر خودمان می‌شویم و کمتر نگران قضاوت دیگران هستیم. این آزادی روحی یکی از زیباترین هدیه‌های کهنسالی است.

کهنسالی فرصتی است برای کشف دوباره علایق و آرزوهایی که شاید در جوانی به دلیل مشغله‌های زندگی نادیده گرفته‌ایم. یادگیری مهارت‌های جدید، سفر به جاهای ناشناخته یا حتی شروع یک سرگرمی تازه، همه این‌ها در این مرحله از زندگی ممکن می‌شوند. با افزایش سن، روابط ما با خانواده، دوستان و عزیزان عمیق‌تر می‌شود. قدردانی از حضور یکدیگر و اشتراک خاطرات، زندگی را غنی‌تر و معنادارتر می‌کند. **چگونه از کهنسالی لذت ببریم؟** ورزش منظم، تغذیه سالم و مراقبت از سلامت روان به ما کمک می‌کند تا در سنین بالا نیز سرزنده و شاداب بمانیم. هر روز را به عنوان یک هدیه ببینیم و از کوچک‌ترین لحظات لذت ببریم. ذهن خود را با مطالعه، یادگیری مهارت‌های جدید و کشف چیزهای تازه فعال نگه داریم. وقت بیشتری را با عزیزان بگذرانیم و روابطمان را تقویت کنیم.

سایه کهنسالی بر چهره، نه نشانه ضعف، بلکه نماد قدرت، خرد و زیبایی‌های زندگی است. به جای نگرانی، باید از این مرحله از زندگی لذت ببریم و آن را جشن بگیریم. کهنسالی فرصتی است برای قدردانی از تمام آنچه بوده‌ایم و تمام آنچه هنوز می‌توانیم باشیم. پس بیایید با آغوش باز به استقبال آن برویم و از هر لحظه این سفر زیبا لذت ببریم. زندگی، هرچند کوتاه، می‌تواند پر از معنا و شادی باشد اگر با نگاهی مثبت به آن بنگریم.

نقش کلیدی در بقای انسان‌ها داشته است.

تفاوت‌های رفتاری

مقابله با استرس: زنان تمایل دارند از راه‌های سالم‌تری مانند صحبت کردن، نوشتن یا مشارکت در فعالیت‌های اجتماعی با استرس مقابله کنند، در حالی که مردان ممکن است بیشتر به سراغ راه‌های پرخطر مانند مصرف الکل یا اجتناب از مشکل بروند. **درخواست کمک:** زنان معمولاً راحت‌تر از مردان درخواست کمک می‌کنند، که به آن‌ها امکان می‌دهد بهتر با درد و مشکلات کنار بیایند.

تفاوت‌های فرهنگی در بیان درد

انتظارات فرهنگی: در بسیاری از فرهنگ‌ها، از مردان انتظار می‌رود که درد را تحمل کنند و آن را نشان ندهند، در حالی که زنان مجاز به بیان درد و دریافت حمایت هستند. این تفاوت فرهنگی ممکن است باعث شود زنان بهتر با درد کنار بیایند.

نقش‌های جنسیتی: فرهنگ‌ها اغلب زنان را به عنوان افرادی صبور و فداکار تصویر می‌کنند، که این تصویر بر رفتار و انتظارات آن‌ها تأثیر می‌گذارد.

تفاوت‌های بین زنان و مردان در تحمل درد و صبر ناشی از ترکیبی از عوامل بیولوژیکی، روانی، اجتماعی و فرهنگی است. زنان به دلیل نقش‌های تکاملی، هورمون‌ها، ساختار مغز و تجربیات زندگی، توانایی بیشتری در تحمل درد و استرس دارند. این تفاوت‌ها به آن‌ها کمک می‌کند تا در شرایط سخت، بهتر عمل کنند و تاب‌آوری بیشتری از خود نشان دهند. با این حال، مهم است به یاد داشته باشیم که هر فرد، صرف‌نظر از جنسیت، منحصر به فرد است و توانایی‌های متفاوتی دارد.

چرا زنان صبر و تحمل درد بیشتری نسبت به مردان دارند؟

دکتر سعید انصاری - روانپزشک و روان درمانگر

این مطلب به بررسی دلایل علمی و فرهنگی می‌پردازد که چرا زنان معمولاً صبر بیشتری از خود نشان می‌دهند و توانایی بالاتری در تحمل درد، چه جسمی و چه روحی، نسبت به مردان دارند. از تفاوت‌های هورمونی و ساختار مغز تا نقش‌های اجتماعی و تجربیات

زندگی، همه‌چیز در این تفاوت نقش دارد. موضوع تحمل درد و صبر بیشتر زنان نسبت به مردان از جنبه‌های مختلف زیستی، روانی، اجتماعی و فرهنگی قابل بررسی است. این تفاوت‌ها ناشی از ترکیبی از عوامل بیولوژیکی، روانشناختی و محیطی است که در طول تاریخ تکامل انسان شکل گرفته‌اند. در زیر به بررسی جامع این موضوع می‌پردازیم:

تفاوت‌های بیولوژیکی و فیزیولوژیکی - هورمون‌ها: هورمون‌های زنانه مانند



استروژن و اکسیتوسین نقش مهمی در افزایش تحمل درد و ایجاد احساس آرامش دارند. به ویژه، اکسیتوسین که به عنوان «هورمون عشق» شناخته می‌شود، در کاهش استرس و افزایش تحمل درد مؤثر است.

ساختار مغز: مطالعات نشان می‌دهند که مغز زنان و مردان در پردازش درد تفاوت دارد. زنان تمایل دارند درد را به صورت گسترده‌تر و با شدت بیشتری احساس کنند، اما در عین حال، مکانیسم‌های طبیعی بدن آن‌ها برای مقابله با درد قوی‌تر است. **سیستم ایمنی:** سیستم ایمنی زنان قوی‌تر از مردان است، که به آن‌ها کمک می‌کند بهتر با درد و بیماری‌ها مقابله کنند. این تفاوت ممکن است به دلیل نقش زنان در بارداری و زایمان باشد.

تفاوت‌های روانشناختی

توانایی ابراز احساسات: زنان معمولاً راحت‌تر از مردان احساسات خود را بیان می‌کنند. این توانایی به آن‌ها کمک می‌کند تا با درد روحی و جسمی بهتر کنار بیایند و از طریق گفتگو یا گریه، فشار روانی را کاهش دهند.

رویکرد حل مسئله: زنان تمایل دارند از راه‌های چندجانبه برای حل مشکلات استفاده کنند، در حالی که مردان ممکن است بیشتر بر روی یک راه حل متمرکز شوند. این انعطاف‌پذیری روانی به زنان کمک می‌کند تا با شرایط سخت بهتر سازگار شوند. **تاب‌آوری روانی:** زنان به دلیل نقش‌های چندگانه‌ای که در زندگی (مانند مادری، همسری، و مدیریت خانه) ایفا می‌کنند، معمولاً تاب‌آوری روانی بالاتری دارند. این نقش‌ها آن‌ها را به سمت توسعه مهارت‌های مقابله‌ای قوی‌تر سوق می‌دهد.

تفاوت‌های اجتماعی و فرهنگی

اجتماعی شدن زنان: از کودکی، زنان تشویق می‌شوند که ارتباطات اجتماعی قوی‌تری برقرار کنند. این شبکه‌های حمایتی به آن‌ها کمک می‌کند تا در مواجهه با درد و مشکلات، از حمایت عاطفی دیگران بهره‌مند شوند.

نقش‌های سنتی: در بسیاری از فرهنگ‌ها، زنان به عنوان مراقبان اصلی خانواده شناخته می‌شوند. این نقش‌ها آن‌ها را به سمت توسعه صبر و تحمل بیشتر سوق می‌دهد، زیرا مجبورند نیازهای دیگران را در اولویت قرار دهند.

تجربه زایمان: زایمان یکی از دردناک‌ترین تجربیات جسمی است که زنان آن را تحمل می‌کنند. این تجربه به آن‌ها توانایی بی‌ظیری در تحمل درد می‌دهد و باعث می‌شود دردهای دیگر در مقایسه با آن کمتر به نظر برسند.

تفاوت‌های تکاملی

تکامل نقش زنان: از نظر تکاملی، زنان به عنوان مراقبان اصلی فرزندان و خانواده نقش حیاتی ایفا کرده‌اند. این نقش نیازمند صبر، تحمل و توانایی مدیریت شرایط سخت بوده است. به همین دلیل، زنان از نظر بیولوژیکی و روانی برای تحمل درد و استرس بیشتر سازگار شده‌اند.

بقای نسل: توانایی زنان در تحمل درد و استرس به بقای نسل کمک کرده است. به عنوان مثال، توانایی تحمل درد زایمان و مراقبت از فرزندان در شرایط سخت،

ولفگانگ آمادئوس موتسارت

شقایق روشن



به حال دیده‌ام، توصیف کرد. موتسارت در سبک کلاسیک وین فعالیت می‌کرد و آثار او به دلیل ملودی‌های زیبا، ساختار دقیق، و بیان احساسی قوی شناخته می‌شوند. او توانست موسیقی را به گونه‌ای ترکیب کند که هم برای مخاطبان عام جذاب باشد و هم برای شنوندگان حرفه‌ای عمیق و پیچیده. موتسارت همچنین در استفاده از سازهای مختلف و ایجاد هارمونی‌های نوآورانه مهارت داشت. علیرغم موفقیت‌های هنری، موتسارت در طول زندگی خود با مشکلات مالی زیادی دست‌وپنجه نرم کرد. او

گاهی برای تأمین هزینه‌های زندگی مجبور به قرض گرفتن از دوستانش می‌شد. این مشکلات تا حدی ناشی از مدیریت ضعیف مالی او و همچنین تغییرات در بازار موسیقی آن زمان بود. موتسارت در سال‌های آخر زندگی خود با بیماری‌های متعددی مواجه شد. او در ۵ دسامبر ۱۷۹۱، در سن ۳۵ سالگی، در وین درگذشت. علت دقیق مرگ او تا امروز نامشخص باقی مانده است، اما نظریه‌هایی مانند تب روماتیسمی، مسمومیت، یا بیماری کلیوی مطرح شده‌اند.

یکی از جذاب‌ترین بخش‌های زندگی موتسارت، داستان خلق اثر «رکوئیم» است. این اثر به سفارش فردی ناشناس (که بعداً مشخص شد کنت فرانتس فون والزیگ-شتوپاخ است) نوشته شد. موتسارت در حالی که روی این اثر کار می‌کرد، احساس کرد که این رکوئیم برای مرگ خودش است. او قبل از اتمام اثر درگذشت، و همسرش کنستانسه از آهنگ‌سازان دیگر خواست تا کار را به پایان برسانند.

موتسارت نه تنها در دوران زندگی خود، بلکه پس از مرگش نیز تأثیر عمیقی بر موسیقی کلاسیک گذاشت. آثار او الهام‌بخش آهنگ‌سازان بزرگی مانند بتهوون، شوبرت، و برامس بود. امروزه، موسیقی موتسارت در سراسر جهان اجرا می‌شود و به عنوان یکی از غنی‌ترین گنجینه‌های فرهنگی بشر شناخته می‌شود. زندگی کوتاه اما پربار موتسارت، داستانی از نبوغ، عشق، و رنج است. او نه تنها یک آهنگ‌ساز بزرگ، بلکه نمادی از خلاقیت و پشتکار است که تا ابد در تاریخ موسیقی جاودانه خواهد ماند.

ولفگانگ آمادئوس موتسارت، یکی از بزرگ‌ترین و تأثیرگذارترین آهنگ‌سازان تاریخ موسیقی کلاسیک، در ۲۷ ژانویه ۱۷۵۶ در سالزبورگ، اتریش، به دنیا آمد. او در خانواده‌ای هنرمند و موسیقیدان پرورش یافت و از همان کودکی استعداد خارق‌العاده‌اش در موسیقی آشکار شد. موتسارت نه تنها یک نابغه موسیقی بود، بلکه زندگی پرفرازونشیب و پرحادثه‌ای داشت که او را به یکی از شخصیت‌های جذاب تاریخ موسیقی تبدیل کرده است.

موتسارت فرزند لئوپولد موتسارت، آهنگ‌ساز و معلم موسیقی، و آنا ماریا موتسارت بود. لئوپولد نقش مهمی در پرورش استعداد موتسارت داشت و از همان کودکی او و خواهرش ماریا آنا (نانرل) را به سفرهای طولانی در اروپا برد تا استعداد آنها را به نمایش بگذارند. موتسارت از سن بسیار پایین شروع به نواختن سازهای مختلف کرد و در پنج سالگی اولین قطعات موسیقی خود را ساخت. در سال ۱۷۸۲، موتسارت با کنستانسه رابطه‌ای عاشقانه و پراحساس داشتند. آنها صاحب شش فرزند شدند، اما تنها دو پسرشان، کارل توماس و فرانتس زاور ولفگانگ، به بزرگسالی رسیدند.

موتسارت در طول زندگی کوتاه اما پربار خود بیش از ۶۰۰ اثر موسیقی خلق کرد که شامل اپرا، سمفونی، کنسرتو، موسیقی مجلسی، و آثار مذهبی می‌شد. برخی از مشهورترین آثار او عبارتند از:

اپراها: «عروسی فیگارو»، «دون ژوان»، «فلوت سحرآمیز»

سمفونی‌ها: سمفونی شماره ۴۰ در سل مینور، سمفونی شماره ۴۱ («ژوپیتر»)

کنسرتوها: کنسرتو پیانو شماره ۲۱، کنسرتو ویولن شماره ۵

موسیقی مذهبی: رکوئیم (که آخرین اثر ناتمام او بود)

موتسارت در سبک‌های مختلف موسیقی تبحر داشت و توانست موسیقی کلاسیک را به اوج برساند. او با آهنگ‌سازان بزرگی مانند یوزف هایدن دوست بود و تحت تأثیر کارهای او قرار گرفت. هایدن موتسارت را «بزرگ‌ترین آهنگ‌سازی که تا



حسن لشگری

Pine Press Printing and Copying

با مدیریت ایرانی به همراه کادری مجرب و با داشتن پیشرفته ترین دستگاه های چاپ و ارائه بهترین سرویس در کلیه امور چاپی برای هموطنان عزیز

- ♦ Self & Full Service Copying
- ♦ Perfect Binding
- ♦ Tape Binding
- ♦ Laminating
- ♦ GBC Binding
- ♦ Wire-O-Binding
- ♦ Saddle Sticking
- ♦ Graphics Services
- ♦ Fold, Perf & Scoring



- ♦ Manuals
- ♦ Data Sheets
- ♦ General Printing
- ♦ Newsletters
- ♦ Catalogs
- ♦ Invoices
- ♦ Business Cards
- ♦ Letterhead
- ♦ Presentation

Tel: (408) 730-2552

Fax: (408) 773-1000

info@pinepress.com

www.pinepress.com

Serving our clients since 1985

با بیش از ۳۳ سال تجربه

1330 S. Mary Ave., Sunnyvale, CA 94087

رها کردن گذشته، ساختن آینده، و لذت بردن از حال

مونا نعمتی - دکترای تخصصی روانشناسی بالینی

زندگی سفری است که مسیر آن از گذشته، حال و آینده می‌گذرد. بسیاری از ما بار سنگین گذشته را بر دوش می‌کشیم، حسرت فرصت‌های از دست رفته را می‌خوریم، یا درگیر اشتباهاتی هستیم که دیگر قابل تغییر نیستند. از سوی دیگر، گاهی آن قدر در فکر آینده غرق می‌شویم که حال را فراموش می‌کنیم. اما حقیقت این است که گذشته تنها برای درس گرفتن است، آینده را باید ساخت، و زندگی در لحظه حال زیباترین هدیه‌ای است که می‌توانیم به خود بدهیم.

گذشته، مدرسه‌ای برای یادگیری است، نه زندانی برای ماندن. هیچکس بدون اشتباه و تجربه‌های سخت رشد نمی‌کند. هر لحظه‌ای که پشت سر گذاشته‌ایم، حتی سخت‌ترین و تلخ‌ترینشان، چیزی برای یادگیری داشته است. اشتباهات و رنج‌ها را نباید به عنوان شکست دید، بلکه باید آنها را به عنوان معلمانی دانست که راه درست را به ما نشان داده‌اند. اما گیر کردن در گذشته، مرور مداوم آن و زندگی در حسرت‌ها، ما را از حال و فرصت‌های امروز محروم می‌کند.

آینده را باید ساخت، اما نباید از آن ترسید. آینده چیزی نیست که از پیش تعیین شده باشد، آینده همان چیزی خواهد شد که امروز برای آن تلاش می‌کنیم. اگر با نگرانی و استرس به آن نگاه کنیم، آرامش خود را از دست می‌دهیم، اما اگر با امید و برنامه‌ریزی به استقبالش برویم، می‌توانیم آینده‌ای روشن‌تر برای خود رقم بزنیم. نگرانی درباره چیزهایی که هنوز رخ ندادند، فقط انرژی ما را تحلیل می‌برد و لذت لحظه حال را از ما می‌گیرد.

شکایت کردن، مانعی برای شادی است. گاهی آن قدر از شرایط زندگی، آدم‌ها، جامعه و حتی خودمان شکایت می‌کنیم که فراموش می‌کنیم چقدر نعمت در اطراف ما وجود دارد. شکایت کردن نه تنها چیزی را تغییر نمی‌دهد، بلکه حال ما را بدتر می‌کند و ذهنمان را روی مشکلات متمرکز نگه می‌دارد. به جای شکایت، می‌توانیم راه‌حلی پیدا کنیم، خود را تطبیق دهیم یا حتی نگاهمان را به مسائل تغییر دهیم. تمرکز بر چیزهای مثبت، انرژی و انگیزه بیشتری برای حرکت رو به جلو به ما می‌دهد. قدردانی، کلید آرامش و شادی است. هرچه بیشتر شکرگزار باشیم، زندگی‌مان زیباتر خواهد شد. قدردانی فقط برای چیزهای بزرگ نیست، بلکه حتی برای ساده‌ترین داشته‌ها هم می‌توان سپاسگزار بود، سلامتی، خانواده، دوستان، هوای پاک، غذایی که می‌خوریم و حتی لحظاتی که می‌توانیم در آرامش سپری کنیم.

این کار نیازمند آگاهی، تمرین و تمایل به دیدن مسائل از زوایای مختلف است. با تغییر نگرش، نه تنها می‌توانیم مشکلات را بهتر حل کنیم، بلکه می‌توانیم زندگی شادتر و رضایت‌بخش‌تری داشته باشیم. به یاد داشته باشید که گاهی اوقات، کوچک‌ترین تغییر در نگرش می‌تواند بزرگ‌ترین تغییرات را در زندگی ما ایجاد کند.

Handyman

خدمات تخصصی «آریا» در زمینه‌های برق‌کشی، لوله‌کشی،

رنگ‌آمیزی، نصب کفپوش و مونتاژ کابینت با کیفیت عالی و قیمت مناسب!

Let me fix what's bugging you



- ♦ برق‌کشی ساختمان و تعمیرات برق
- ♦ لوله‌کشی و تعمیرات تأسیسات آب و فاضلاب
- ♦ رنگ‌آمیزی دیوارها و سطوح با بهترین رنگ‌ها
- ♦ نصب انواع کفپوش شامل سرامیک، پارکت، موکت و غیره
- ♦ مونتاژ و نصب کابینت‌های آشپزخانه و دیواری

برای مشاوره و دریافت قیمت، با امیر تماس بگیرید!

۵۸۸۳-۹۴۱-(۴۰۸)

mirjabery@gmail.com

تغییر زاویه نگاه: کلید مقاومت در برابر باورهای محدودکننده

محمد رضا رستگاریا - مربی زندگی

در زندگی، همه ما با چالش‌ها، مشکلات و موقعیت‌هایی روبرو می‌شویم که گاهی اوقات به نظر غیرقابل حل یا بسیار دشوار می‌رسند. در چنین شرایطی، یکی از مهم‌ترین مهارت‌هایی که می‌تواند به ما کمک کند، توانایی تغییر زاویه نگاه و دیدگاهمان نسبت به مسائل است. این تغییر نگرش نه تنها به ما کمک می‌کند تا راه‌حل‌های جدیدی پیدا کنیم، بلکه باعث می‌شود در برابر باورها و عادت‌های قدیمی که ممکن است مانع پیشرفت ما شوند، مقاومت کنیم.

چرا تغییر زاویه نگاه مهم است؟ بسیاری از ما در طول زندگی باورها، عادت‌ها و الگوهای فکری خاصی را در خود شکل می‌دهیم. این باورها ممکن است از خانواده، جامعه، تجربیات گذشته یا فرهنگ ما نشأت گرفته باشند. در حالی که برخی از این باورها مفید و سازنده هستند، برخی دیگر می‌توانند محدودکننده و مانع رشد ما شوند. برای مثال، ممکن است باوری مانند «من هرگز نمی‌توانم موفق شوم» یا «این کار غیرممکن است» در ذهن ما ریشه دوانده باشد. این باورها می‌توانند ما را از تلاش برای رسیدن به اهدافمان بازدارند. تغییر زاویه نگاه به ما کمک می‌کند تا این باورهای محدودکننده را شناسایی کنیم و در برابر آنها مقاومت کنیم. با نگاه کردن به مسائل از زوایای مختلف، می‌توانیم راه‌حل‌های جدیدی پیدا کنیم که قبلاً آنها را نمی‌دیدیم.

چگونه زاویه نگاه خود را تغییر دهیم؟ تغییر زاویه نگاه نیازمند تمرین و آگاهی است. در اینجا چند راهکار عملی برای تغییر نگرش و مقاومت در برابر باورهای قدیمی ارائه می‌شود:

آگاهی از باورهای قدیمی: اولین قدم برای تغییر، شناسایی باورهایی است که ممکن است مانع پیشرفت ما شوند. از خود پرسید: «چه باورهایی دارم که ممکن است مرا محدود کند؟ این باورها می‌توانند مربوط به توانایی‌های شخصی، روابط، شغل یا هر جنبه دیگری از زندگی باشند.

پرسیدن سوالات جدید: به جای این که پرسید «چرا این اتفاق برای من افتاد؟»، سوالاتی مانند «چه چیزی می‌توانم از این موقعیت یاد بگیرم؟» یا «چگونه می‌توانم این مشکل را به فرصتی برای رشد تبدیل کنم؟» را مطرح کنید. این سوالات به شما کمک می‌کنند تا دیدگاه خود را گسترش دهید.

تجربه چیزهای جدید: گاهی اوقات، انجام کارهایی که قبلاً انجام نمی‌دادید، می‌تواند دیدگاه شما را تغییر دهد. مثلاً سفر به مکان‌های جدید، مطالعه کتاب‌های متفاوت، یا صحبت با افرادی که دیدگاه‌های متفاوتی دارند، می‌تواند به شما کمک کند تا دنیا را از زوایای مختلف ببینید.

تمرین همدلی: سعی کنید خود را جای دیگران بگذارید و از دیدگاه آنها به مسائل نگاه کنید. این کار نه تنها به شما کمک می‌کند تا درک بهتری از دیگران داشته باشید، بلکه می‌تواند دیدگاه شما را نسبت به مشکلات خودتان نیز تغییر دهد.

تغییر زبان گفتار و تفکر: به جای استفاده از جملات منفی مانند «من نمی‌توانم»، از جملات مثبت و امیدوارکننده مانند «من می‌توانم این کار را انجام دهم» یا «من راهی پیدا خواهم کرد» استفاده کنید. زبان ما تأثیر زیادی بر نحوه تفکر و رفتار ما دارد.

فواید تغییر زاویه نگاه: تغییر زاویه نگاه و مقاومت در برابر باورهای قدیمی می‌تواند فواید زیادی برای زندگی ما داشته باشد:

افزایش خلاقیت: وقتی از زوایای مختلف به مسائل نگاه می‌کنیم، راه‌حل‌های خلاقانه‌تری پیدا می‌کنیم که قبلاً به آنها فکر نکرده بودیم.

کاهش استرس و اضطراب: تغییر نگرش به ما کمک می‌کند تا مشکلات را به عنوان فرصت‌هایی برای رشد ببینیم، نه به عنوان تهدید. این نگاه باعث کاهش استرس و افزایش آرامش می‌شود.

تقویت انعطاف‌پذیری: افرادی که می‌توانند زاویه نگاه خود را تغییر دهند، انعطاف‌پذیرتر هستند و بهتر می‌توانند با تغییرات زندگی کنار بیایند.

دستیابی به اهداف: با تغییر نگرش و مقاومت در برابر باورهای محدودکننده، می‌توانیم موانع را پشت سر بگذاریم و به اهداف خود برسیم.

تغییر زاویه نگاه و مقاومت در برابر باورهای قدیمی، یکی از مهم‌ترین مهارت‌هایی است که می‌تواند به ما کمک کند تا در زندگی پیشرفت کنیم و به اهداف خود برسیم.

چالش هویت در نسل‌های مهاجر: دوگانگی میان ریشه و سرزمین جدید

دکتر پوران صمصامی - متخصص اعصاب و روان

مهاجرت همواره تجربه‌ای پیچیده و چندلایه بوده است. برای نسل اول مهاجران، جابه‌جایی از وطن به سرزمینی جدید معمولاً با تلاش برای حفظ فرهنگ و هویت اصلی همراه است، در حالی که نسل‌های بعدی، که در کشور میزبان رشد می‌کنند، اغلب با بحران‌های هویتی مواجه می‌شوند. این افراد بین دو دنیای متفاوت قرار دارند: فرهنگ والدین و جامعه میزبان. این دوگانگی هویتی در بسیاری از مهاجران احساس سردرگمی، تعلّق‌نداشتن یا حتی بحران هویت ایجاد می‌کند.

هویت در نسل اول مهاجران: میان وفاداری و انطباق: نسل اول مهاجران معمولاً افرادی هستند که در کشور مادری رشد کرده‌اند و در بزرگسالی به کشور دیگری مهاجرت کرده‌اند. این افراد عموماً به فرهنگ، زبان و ارزش‌های کشور خود پایبند هستند و سعی می‌کنند در محیط جدید با حداقل تغییرات زندگی کنند.

چالش‌های این نسل:

زبان و ارتباطات: بسیاری از مهاجران در برقراری ارتباط با زبان کشور میزبان مشکل دارند، که منجر به محدود شدن روابط اجتماعی آن‌ها می‌شود.

نوستالژی و دلتنگی: احساس غربت و دلتنگی برای وطن، دوستان و خانواده، بخشی جدایی‌ناپذیر از زندگی آن‌هاست.

سازگاری شغلی و اجتماعی: در بسیاری از موارد، این افراد مجبور به انجام کارهایی پایین‌تر از سطح تحصیلات و تجربه خود می‌شوند.

نگرانی برای انتقال فرهنگ: آنها تلاش می‌کنند فرزندان خود را با ارزش‌های فرهنگی کشور مادری بزرگ کنند، اما اغلب با مقاومت یا بی‌تفاوتی نسل جدید روبه‌رو می‌شوند.

با این حال، این نسل معمولاً هویت خود را مشخص و ریشه‌دار می‌داند، آنها خود را متعلق به کشور مادری می‌دانند، حتی اگر مجبور باشند در کشوری دیگر زندگی کنند. **بحران هویت در نسل دوم و سوم مهاجران:** فرزندان مهاجران، یعنی نسل دوم و سوم، معمولاً در کشور میزبان متولد شده یا از سنین پایین در آن بزرگ شده‌اند. آنها اغلب در معرض دو فرهنگ متضاد قرار می‌گیرند:

در خانه، فرهنگ والدین غالب است: آن‌ها به زبان مادری صحبت می‌کنند، غذاهای سنتی می‌خورند و با ارزش‌های فرهنگی و مذهبی کشور والدین خود آشنا می‌شوند.

دنباله مطلب در صفحه ۴۹

نژادپرستی است. مدارس، رسانه‌ها و نهادهای فرهنگی باید نقش خود را در ترویج احترام به تفاوت‌های فرهنگی و مبارزه با کلیشه‌های نژادی ایفا کنند.

گفتگو و تعامل با نژادپرستان: در بسیاری از موارد، نژادپرستان به دلیل ناآگاهی یا تجربیات محدودشان چنین نگرش‌هایی دارند. گفتگوی منطقی و محترمانه با آنها می‌تواند به تغییر دیدگاه‌هایشان کمک کند. البته، اگر فردی دارای عقاید افراطی و تعصب شدید باشد، بحث کردن ممکن است بی‌نتیجه باشد.

ایجاد قوانین سختگیرانه علیه تبعیض نژادی: دولت‌ها باید قوانینی محکم برای مقابله با تبعیض نژادی تصویب کنند و آنها را به‌طور جدی اجرا کنند. مجازات‌های قانونی برای اعمال نژادپرستانه می‌تواند نقش بازدارنده داشته باشد.

الگوسازی و معرفی چهره‌های موفق از اقلیت‌ها: نمایش موفقیت‌های افرادی از گروه‌های نژادی مختلف در رسانه‌ها می‌تواند به تغییر تصورات نادرست درباره برتری یا ضعف یک نژاد خاص کمک کند.

مشارکت اجتماعی و ترویج همبستگی: فعالیت‌های اجتماعی، مانند پروژه‌های مشترک میان گروه‌های مختلف نژادی، می‌تواند تعامل و درک متقابل را افزایش داده و موجب کاهش تعصبات شود.

نژادپرستی یک مشکل عمیق اجتماعی است که از عوامل مختلفی مانند جهل، ترس، تبلیغات سیاسی و رقابت اقتصادی سرچشمه می‌گیرد. این پدیده نه تنها به افراد قربانی آسیب می‌زند، بلکه باعث تضعیف جوامع، افزایش خشونت و کاهش پیشرفت اقتصادی و فرهنگی می‌شود. برای مقابله با نژادپرستی، نیاز به تلاش جمعی داریم. آموزش، گفتگو، وضع قوانین سختگیرانه، الگوسازی مثبت و ترویج همبستگی اجتماعی از جمله راهکارهای مؤثر برای کاهش نژادپرستی هستند. اگرچه تغییر نگرش‌ها و رفتارها زمان‌بر است، اما هر قدمی در این مسیر می‌تواند دنیایی عادلانه‌تر و انسانی‌تر برای همه بسازد.

نژادپرستی، سمی که جوامع را از درون نابود می‌کند

دکتر ساجد صالحی

متخصص و کارشناس گفتاردرمانی و کارشناس ارشد مدیریت توانبخشی

نژادپرستی یکی از بزرگ‌ترین موانع پیشرفت جوامع انسانی است که از گذشته‌های دور تا امروز وجود داشته و به اشکال مختلف بروز پیدا کرده است. نژادپرستی به معنای باور به برتری یک نژاد بر نژادهای دیگر و رفتار تبعیض‌آمیز بر اساس این باور است. این پدیده نه تنها موجب ظلم و بی‌عدالتی علیه گروه‌های مختلف می‌شود، بلکه به فروپاشی همبستگی اجتماعی، گسترش خشونت و کاهش رشد اقتصادی و فرهنگی در جوامع می‌انجامد.



نژادپرستی یک مسئله ذاتی نیست، بلکه محصول شرایط اجتماعی، فرهنگی و تاریخی است. بسیاری از افراد نژادپرست، شناخت درستی از نژادها، فرهنگ‌ها و تفاوت‌های انسانی ندارند. آنها تحت تأثیر اطلاعات غلط، کلیشه‌های فرهنگی یا تبلیغات نادرست قرار گرفته‌اند و به باورهای نادرستی در مورد برتری یا ضعف گروه‌های نژادی خاص رسیده‌اند.

نژادپرستی اغلب از طریق آموزش‌های خانوادگی و محیط اجتماعی منتقل می‌شود. کودکانی که در خانواده‌هایی با نگرش‌های نژادپرستانه رشد می‌کنند، احتمال بیشتری دارند که همین دیدگاه‌ها را در بزرگسالی حفظ کنند. جوامعی که برتری نژادی را تبلیغ می‌کنند، نژادپرستی را در نسل‌های جدید نهادینه می‌کنند. برخی از حکومت‌ها و گروه‌های سیاسی از نژادپرستی به عنوان ابزاری برای حفظ قدرت، توجیه سلطه‌جویی یا سرکوب اقلیت‌ها استفاده می‌کنند. آنها با ایجاد دشمنی میان نژادها و قومیت‌ها، وحدت اجتماعی را از بین می‌برند تا مردم را تحت کنترل خود نگه دارند. برخی افراد از نژادها یا فرهنگ‌های دیگر به دلیل تفاوت‌هایشان احساس خطر می‌کنند. آنها نگرانند که مهاجران یا گروه‌های دیگر فرصت‌های شغلی، منابع اقتصادی یا ارزش‌های فرهنگی آنها را تهدید کنند. این ترس می‌تواند منجر به رفتارهای نژادپرستانه شود. در برخی موارد، نژادپرستی نتیجه رقابت اقتصادی است. زمانی که منابع محدود باشد، برخی گروه‌های اکثریت سعی می‌کنند اقلیت‌ها را سرکوب کرده و از پیشرفت آنها جلوگیری کنند تا خودشان موقعیت بهتری داشته باشند.

نژادپرستی نه تنها بر قربانیان آن، بلکه بر کل جامعه اثرات منفی دارد. برخی از مهم‌ترین پیامدهای آن عبارت‌اند از:

آسیب‌های روانی و اجتماعی برای قربانیان: افرادی که مورد نژادپرستی قرار می‌گیرند، دچار استرس، افسردگی، اضطراب و احساس عدم امنیت می‌شوند. آنها ممکن است اعتماد به نفس خود را از دست بدهند و از نظر اجتماعی منزوی شوند. **تشدید خشونت و ناآرامی‌های اجتماعی:** نژادپرستی موجب تنش‌های اجتماعی می‌شود و در برخی موارد می‌تواند به خشونت، شورش و درگیری‌های قومی و نژادی منجر شود. جوامعی که در آنها نژادپرستی گسترده باشد، معمولاً از بی‌ثباتی سیاسی و اجتماعی رنج می‌برند.

کاهش رشد اقتصادی و توسعه اجتماعی: نژادپرستی موجب می‌شود که استعدادها و پتانسیل‌های موجود در جامعه نادیده گرفته شوند. افراد توانمند از گروه‌های اقلیت ممکن است فرصت‌های شغلی و آموزشی مناسبی نداشته باشند، که این امر باعث کاهش نوآوری و بهره‌وری در جامعه می‌شود.

تضعیف همبستگی اجتماعی: جامعه‌ای که در آن نژادپرستی رواج داشته باشد، فاقد همبستگی و اتحاد است. چنین جامعه‌ای نمی‌تواند به‌طور مؤثر مشکلات خود را حل کند و در مواجهه با بحران‌ها، ضعیف‌تر عمل می‌کند.

چگونه با نژادپرستان برخورد کنیم؟ مقابله با نژادپرستی نیاز به آگاهی، صبر و استراتژی‌های مؤثر دارد. در اینجا چند روش برای برخورد با نژادپرستان و کاهش نژادپرستی در جامعه ارائه شده است:

آموزش و آگاهی‌بخشی: آموزش و آگاهی‌بخشی یکی از مهم‌ترین راه‌های مقابله با

زندان به جرم تبلیغ و تدریس زبان مادری

یحیی سرخانی



می‌شود: «همین تجربه خودم باعث شد تا بیشتر به اهمیت آموزش به زبان مادری پی ببرم. کودک اگر در سال‌های اول آموزش با زبان مادری درس بخواند سریع‌تر و بهتر یاد می‌گیرد و بهتر پیشرفت می‌کند. متأسفانه سیاست‌های نادرست زبانی و محروم بودن از آموزش به زبان مادری باعث شد که هم دخترم صدمات روحی ببیند و هم خانواده ما برای ۵ سال دور از هم زندگی کنیم. این نه یک ظلم فقط به من و خانواده‌ام بود، بلکه ظلمی است به هزاران خانواده مثل ما.»

برای تهیه این گزارش، با «کیوان» هم‌گفت‌وگو کردم. او از همان سال‌های اول تحصیل در دانشگاه، به صورت داوطلب شروع به دایر کردن کلاس‌های آموزش زبان کردی در شهرستان «سقز» کرده است. به تجربه کیوان، بسیاری از دانش‌آموزان در مناطق کردنشین، عرب‌نشین و بلوچ‌نشین به دلیل عدم آشنایی کافی با زبان فارسی، در همان سال‌های ابتدایی تحصیل دچار مشکلات جدی می‌شوند. مشکلاتی که می‌تواند آینده تحصیلی و شغلی آن‌ها را نیز تحت‌تأثیر قرار دهد. محرومیت از آموزش به زبان مادری یکی از چالش‌های جدی برای کودکانی است که در مناطق غیر فارسی‌زبان زندگی و تحصیل می‌کنند. بر اساس تحقیقات جهانی، کودکانی که تحصیلات ابتدایی خود را با زبان مادری آغاز می‌کنند درک عمیق‌تری از مفاهیم درسی دارند و اعتماد به نفس بیشتری در یادگیری پیدا می‌کنند. در مقابل، آموزش اجباری به زبان دیگر به ویژه بدون آمادگی قبلی می‌تواند منجر به ترک تحصیل، افت تحصیل و فشارهای روحی برای دانش‌آموزان شود.

کیوان می‌گوید: «در غیاب آموزش رسمی به زبان مادری برخی خانواده‌ها برای جلوگیری از افت تحصیلی فرزندان خود به راهکارهای جایگزین روی می‌آورند. برای مثال کلاس‌های خصوصی یا خانگی که هزینه‌های مالی و زمانی زیادی را به خانواده‌ها تحمیل می‌کند. استفاده از روش‌های آموزشی غیراستاندارد و خودآموزی که اغلب تأثیرگذاری منفی دارد. چون آموزش زبان مادری یکی از تخصصی‌ترین حرفه‌های آموزش و پرورش کودکان است.» به گفته کیوان، افرادی که مثل او برای آموزش زبان مادری در مناطق غیرفارسی‌زبان مشغول به کار هستند، با سرکوب و فشارهای شدید امنیتی مواجه می‌شوند. کیوان در سال ۱۳۹۶ به دلیل همین فعالیت، بازداشت و روزهای متمادی در اداره اطلاعات سپاه پاسداران شهر «سنندج» بازجویی شد. در نهایت او را با اتهام‌های «اقدام علیه امنیت ملی» و «اجتماع و تبانی» به سه سال زندان محکوم کردند: «من غیر از برگزاری کلاس‌های آموزشی زبان کردی در سقز و چند روستای محروم، کار دیگری نکرده بودم. اما در بازجویی‌ها بارها از من سوال شد که با چه مجوزی و به چه منظوری اقدام به برگزاری کلاس آموزش زبان کردی کردم. من واقعا هیچ جوابی نداشتم چون این سوال منطقی نبود. من سه سال حبس را در زندان‌های سقز، ارومیه و میاندوآب در تبعید تحمل کردم. این تجربه به خودی خود نشان‌دهنده حساسیت بالای حاکمیت نسبت به موضوع آموزش زبان مادری است.»

دنباله مطلب در صفحه ۵۵

هفته نخست اسفند سال جاری، در مجلس شورای اسلامی طرح «تدریس زبان‌های قومی در مدارس» با مخالفت بیشتر نمایندگان مجلس تصویب نشد. درست چند روز بعد از ۲۱ فوریه بود که به دلیل اهمیت یادگیری زبان مادری، روزی جهانی را به نام آن کرده‌اند. هر سال گزارش‌های مختلف و آمار گوناگونی به همین مناسبت در رسانه‌ها منتشر می‌شود. امسال هم همین بود. در کنار آن که تعدادی از کنش‌گران مدنی در شهرهای مختلف کردستان بازداشت هم شدند. برای تهیه این گزارش، با یادآوری هم‌بندی‌هایی که در زندان با آنها بر سر اهمیت آموزش زبان مادری گفت‌وگو می‌کردم، به سراغ خانواده‌هایی رفتم که رنجی مضاعف به‌خاطر ممنوعیت این حق بدیهی متحمل شدند. همچنین با یکی از زندانیان سابق که معلم زبان کردی بود به بحث نشست. من در سال ۱۳۹۲ در حال تحمل دومین سال زندان از چهار سال حبس تعزیری خودم در زندان مهاباد بودم. همان سال پنج جوان ۱۸ تا ۲۲ ساله را فقط به جرم پخش تراکت‌های روز جهانی زبان مادری با حکم سه تا نه ماه حبس روانه زندان کرده بودند. دیدن آنها با آن شور جوانی و چشمانی که هنوز پر از امید بود، برای من هم الهام‌بخش بود و هم دردناک. نوشتن این گزارش، یادآور تمام آن لحظات تلخ و این حقیقت است که در سرزمین مادری برای حق طبیعی حرف زدن و نوشتن به زبان مادری باید بهای زندان و سرکوب را پردازای و همیشه این جمله نویسنده کرد «موسی آنتر» اهل ترکیه را برای من یادآوری می‌کند: «اگر زبان مادری من بنیان دولت تو را به لرزه در می‌آورد. احتمالا بدین خاطر است که دولتت را بر خاک من بنیاد نهاده‌ای.» از روی همین وظیفه حرفه‌ای، به سراغ خانواده‌هایی رفتم که با معضلات ممنوعیت فراگیری زبان مادری، دست‌وپنجه نرم می‌کنند.

«مینا»، مادر جوانی که تنها به خاطر تحصیل دخترش مجبور شد پنج سال دور از همسر و با تنها دخترش زندگی کند. به روایت خودش، همسرش بعد از فارغ‌التحصیلی از دانشگاه «پیام نور» شهر «ارومیه» در رشته کارشناسی ارشد حسابداری توانست در اداره دارایی استخدام شود. جدای از مشکلاتی که مینا برای عبور از گزینش و حراست تنها به‌خاطر کرد بودن، تعریف می‌کند، دختر آنها هفت ساله شده بود و باید مثل سایر کودکان به مدرسه می‌رفت. به قول خودش «از همان روز اول مدرسه، مشکلات من شروع شد.» مینا می‌گوید: «دخترم در منزل فقط با زبان کردی صحبت می‌کرد و با زبان فارسی آشنا نبود. من می‌دانستم دخترم بسیار باهوش است چون زمانی که پدر بزرگش مشغول آموزش موسیقی به هنرجویانش می‌شد، دخترم بیشتر از پنج آواز کردی را حفظ کرده بود و با ملودی درست تکرار می‌کرد. آشنا نبودن به زبان فارسی نه تنها برای یادگیری او مشکل‌ساز شد بلکه از نظر روحی هم بسیار تحت فشار بود. بهانه‌گیر شده بود. برنامه غذایی و خوابش به هم ریخته بود و گریه می‌کرد که چرا درس‌های مدرسه را متوجه نمی‌شود.»

مینا و همسرش به‌خاطر همین تبعات روحی و تحصیلی، تصمیم گرفتند که مینا و دختر هفت‌ساله به «مهاباد» برگردند: «همین تصمیم باعث شد که برای پنج سال دور از هم زندگی کنیم و دخترم در این سن حساس از محبت و آغوش پدر محروم باشد. حدود دو ماه از شروع کلاس‌های درس گذشته بود اما ارغوان بسیار زود توانست خود را به هم‌کلاسی‌های خود برساند و روحیه و وضعیت درسی او بسیار فرق کرد. کتاب‌ها و درس‌ها و نحوه تدریس هیچ فرقی با تبریز نداشت. اما تنها معلم او در مهاباد با زبان مادری‌اش یعنی زبان کردی با ارغوان صحبت می‌کرد و همین موضوع در روحیه دخترم بسیار تأثیر داشت.» مینا با مرور این تجربه یادآور

انجمن فردوسی

دومین و چهارمین جمعه هر ماه

از ساعت ۷ عصر الی ۹ در ZOOM

اطلاعات برای وارد شدن به ZOOM

Code: 97091203116

Password: 987654

گروه همایش دوستان

هر چهارشنبه از ساعت ۷ عصر الی ۹:۳۰

در ZOOM با برنامه های متنوع

اطلاعات برای وارد شدن به ZOOM

Code: 448 947 9662 Password: 426754

(408) 221-8624

نه به این دلیل که خودش آماده است، بلکه چون جامعه از او چنین می‌خواهد. این انتخاب‌های ناآگاهانه می‌توانند باعث احساس ناراضی و فقدان خوشبختی شوند. عدم خودشناسی و عدم شناخت نیازهای واقعی: بسیاری از ما زمان کافی برای شناخت خود، ارزش‌ها، علایق و اولویت‌هایمان صرف نمی‌کنیم. ما با خودمان صادق نیستیم و به همین دلیل، چیزهایی را دنبال می‌کنیم که در نهایت ما را خوشحال نمی‌کنند.

چطور می‌توانیم بفهمیم واقعاً چه چیزی ما را خوشحال می‌کند؟ برای یافتن خوشبختی واقعی، باید خودشناسی عمیق‌تری داشته باشیم و بفهمیم که چه چیزی واقعاً برای ما ارزشمند است.

خودشناسی از طریق تأمل و بررسی تجربیات گذشته:

از خود پرسید:

- چه لحظاتی در زندگی‌ام بیشترین احساس شادی و رضایت را داشتم؟
- آیا این شادی ناشی از چیزهای مادی بوده یا از روابط و تجربه‌ها؟
- چه کارهایی انجام داده‌ام که به من احساس معنا و ارزش داده است؟

دوری از مقایسه و تمرکز بر مسیر شخصی: یکی از بزرگ‌ترین موانع خوشبختی، مقایسه خود با دیگران است. رسانه‌های اجتماعی باعث شده‌اند که دائماً زندگی خود را با دیگران مقایسه کنیم و احساس کنیم که همیشه چیزی کم داریم. اما خوشبختی یک مسیر شخصی است، نه یک مسابقه.

یافتن تعادل بین لذت‌های لحظه‌ای و اهداف بلندمدت: زندگی نباید فقط کار و تلاش برای آینده باشد، و نه فقط لذت‌های زودگذر. خوشبختی در یافتن تعادل میان لحظات خوش زندگی و داشتن یک هدف بلندمدت است.

تمرین قدردانی و توجه به لحظه حال: بسیاری از ما آن‌قدر به دنبال چیزهای بزرگ‌تر هستیم که زیبایی‌های کوچک زندگی را فراموش می‌کنیم. تمرین قدردانی و لذت بردن از چیزهای ساده مانند یک فنجان قهوه، یک غروب زیبا، یا یک گفت‌وگوی دوستانه می‌تواند تأثیر زیادی بر احساس خوشبختی داشته باشد.

خوشبختی درون ماست، نه در بیرون: خوشبختی مفهومی مطلق و ثابت نیست، بلکه یک تجربه ذهنی و درونی است که با طرز فکر و انتخاب‌های ما شکل می‌گیرد. اگر صرفاً بر اساس انتظارات دیگران یا معیارهای جامعه حرکت کنیم، ممکن است به نقطه‌ای برسیم که پرسیم: "همه این‌ها را برای چه می‌خواستیم؟" پاسخ به این سؤال ساده نیست، اما با خودشناسی، زندگی آگاهانه و یافتن معنا در چیزهایی که واقعاً برایمان ارزش دارند، می‌توانیم خوشبختی را تجربه کنیم، نه در آینده‌ای نامعلوم، بلکه در لحظه اکنون.

ادامه مطلب چالش هویت ... از صفحه ۴۷

در مدرسه و جامعه، فرهنگ کشور میزبان غالب است: آنها به زبان کشور جدید صحبت می‌کنند، سبک زندگی متفاوتی دارند و در تعامل با دوستان و جامعه، ارزش‌های متفاوتی را تجربه می‌کنند.

چالش‌های این نسل:

احساس تعلق‌نداشتن: بسیاری از نسل‌های جدید مهاجران احساس می‌کنند که نه کاملاً به کشور والدین خود تعلق دارند و نه کاملاً به کشور میزبان.

تضاد با والدین: اختلافات نسلی میان والدین و فرزندان مهاجر در مواردی مانند انتخاب شغل، ازدواج، روابط اجتماعی و آزادی‌های فردی شدت بیشتری دارد.

نگرش جامعه میزبان: در بسیاری از کشورها، فرزندان مهاجران همچنان به عنوان «دیگری» دیده می‌شوند، حتی اگر در آن کشور متولد شده باشند. تبعیض نژادی و فرهنگی ممکن است هویت آن‌ها را تحت تأثیر قرار دهد. **دنباله مطلب در صفحه ۵۲**

کیت‌رینگ بانو

طعم واقعی انواع غذاها را با **کیت‌رینگ بانو** تجربه کنید!

Serving San Jose & Surrounding Cities

(408) 680-4032

فلسفه خوشبختی:

آیا واقعاً می‌دانیم چه می‌خواهیم؟

دکتر یاسین نجفی - دکترای تخصصی روانشناسی

همه ما به دنبال خوشبختی هستیم، اما اگر از کسی پرسیم "خوشبختی چیست؟"، احتمالاً جواب‌های متفاوتی خواهیم شنید. برخی آن را در ثروت و رفاه مالی می‌بینند، برخی

در عشق و روابط عاطفی، عده‌ای در آرامش درونی و معنویت، و برخی دیگر در قدرت و موفقیت اجتماعی. اما آیا واقعاً می‌دانیم چه چیزی ما را خوشحال می‌کند؟

فلسفه خوشبختی یکی از قدیمی‌ترین موضوعاتی است که ذهن انسان را درگیر کرده است. از سقراط و افلاطون گرفته تا بودا و نیچه، هر اندیشمندی نظری متفاوت درباره خوشبختی ارائه کرده است.

خوشبختی چیست؟ آیا تعریف

واحدی دارد؟ خوشبختی مفهومی

نسبی و شخصی است که از فردی به فرد دیگر متفاوت است. چیزی که برای یک نفر شادی‌آور است، ممکن است برای دیگری بی‌اهمیت باشد.

در فلسفه، دو دیدگاه کلی درباره خوشبختی وجود دارد:

خوشبختی به عنوان لذت و لذت‌گرایی (Hedonism): برخی فیلسوفان، مانند اپیکور، معتقد بودند که خوشبختی یعنی دستیابی به لذت و دوری از درد. به عبارت دیگر، هر چیزی که ما را خوشحال کند، ارزشمند است. بر این اساس، افراد به دنبال تجربه‌های لذت‌بخش مانند خوراک خوب، سفر، عشق، یا موفقیت‌های لحظه‌ای هستند.

اما این دیدگاه، اشکالاتی هم دارد:

- ♦ آیا لذت‌های زودگذر می‌توانند خوشبختی پایدار ایجاد کنند؟
- ♦ آیا ممکن است چیزی که امروز ما را خوشحال می‌کند، فردا برایمان بی‌معنا شود؟
- ♦ اگر خوشبختی فقط در لذت‌های مادی باشد، چرا بسیاری از افراد ثروتمند و موفق هنوز احساس پوچی می‌کنند؟

خوشبختی به عنوان معنا و هدفمندی (Eudaimonia): فیلسوفانی مانند ارسطو معتقد بودند که خوشبختی فقط در لذت خلاصه نمی‌شود، بلکه در زندگی با معنا، رشد فردی و فضیلت‌های اخلاقی است. به نظر ارسطو، یک زندگی خوب فقط پر از لذت‌های لحظه‌ای نیست، بلکه باید همراه با هدف، رشد و تکامل باشد.

بر این اساس، خوشبختی پایدار در موارد زیر نهفته است:

- ♦ خودشناسی و شناخت ارزش‌های واقعی زندگی
- ♦ کمک به دیگران و ایجاد تأثیر مثبت در جهان
- ♦ رشد شخصی و توسعه مهارت‌های فردی
- ♦ روابط عمیق و معنادار با دیگران

چرا بسیاری از افراد نمی‌دانند چه چیزی واقعاً آنها را خوشبخت می‌کند؟ یکی از بزرگ‌ترین مشکلات انسان مدرن این است که خیلی از چیزهایی را که دنبال می‌کنند، واقعاً نمی‌خواهد. بسیاری از ما تحت تأثیر جامعه، رسانه‌ها، تبلیغات و انتظارات دیگران قرار می‌گیریم و تصور می‌کنیم که موفقیت، پول، شهرت یا استانداردهای خاصی از زندگی، ما را خوشحال خواهند کرد. اما وقتی به آنها می‌رسیم، احساس پوچی و سردرگمی می‌کنیم. چرا؟

تأثیر رسانه‌ها و فرهنگ مصرف‌گرایی: تبلیغات و رسانه‌ها به ما می‌گویند که خوشبختی یعنی داشتن چیزهای بیشتر: خانه‌های بزرگ‌تر، ماشین‌های لوکس، لباس‌های برند، سفرهای گران‌قیمت. اما تحقیقات نشان داده است که پس از تأمین نیازهای اساسی، افزایش ثروت تأثیر چندانی بر افزایش رضایت از زندگی ندارد. **دنبال کردن انتظارات دیگران:** بسیاری از افراد مسیرهایی را انتخاب می‌کنند که والدین، جامعه یا محیط از آنها انتظار دارند. مثلاً فردی که علاقه‌ای به پزشکی ندارد، اما چون خانواده‌اش از او انتظار دارند، پزشک می‌شود. یا کسی که ازدواج می‌کند،

ادامه مطلب نوریه علویه... از صفحه ۲۹

اما نوریه می‌دانست که نوشتن درباره این مسائل و مشکلات به تنهایی کافی نیست. به همین علت، با دیگر زنان عضو انجمن به قصد تغییر اوضاع دست به کار شدند. آرشیو بخش تبلیغات روزنامه در این دوره نشان می‌دهد که آنها از طریق برگزاری کنفرانس، جلسات منظم گفت‌وگو بین زنان و اجرای نمایش‌های مرتبط با حقوق زنان به دنبال جلب افکار عمومی بودند و سرانجام برای گفت‌وگو با دولت به مجامع سیاسی راه یافتند. این اولین کارزار موفق روزنامه «دنیای زنان» بود که در پی آن حق تحصیلات تکمیلی و دسترسی زنان به آموزش عالی به رسمیت شناخته شد. در نهایت، با تأسیس «دارالفنون اناث» زنان توانستند در کنار مردان در رشته‌های علمی و فنی در دانشگاه تحصیل کنند و حتی برای تکمیل تحصیلات به اروپا اعزام شوند. پس از این کارزار موفقیت‌آمیز، اعضای «انجمن دفاع از حقوق نساوان عثمانی» برای هموار کردن راه ورود زنان به ادارات دولتی به دولت مردان فشار می‌آوردند.

«حق و خواسته ما این است که به زنان اجازه داده شود که در دانشگاه‌ها تحصیل کنند و از علوم و دانش بهره‌مند شوند. چطور از دادن این حق به ما خودداری می‌کنید؟ چطور در مقابل خدا و بشریت مرتکب چنین ظلمی می‌شوید، ما خطاب به کسانی که می‌خواهند این حق را از ما سلب کنند می‌گوییم وجدانتان را بیدار کنید، شما گروه بزرگی از ملت را از حق شان محروم می‌کنید، نمی‌دانم و نمی‌توانم بفهمم چه کسی به شما حق داده است که به جای ما فکر کنید و تصمیم بگیرید.» (نوریه علویه مولان، محادثات زنان، «دنیای زنان»، شماره‌ی ۱۶۸ صص ۲-۳)

«ای دارالفنون! این تو هستی که در نهایت ما را نجات خواهی داد. اگر ما زنان به مدارس خود اهمیت دهیم، بی‌شک فرزندان بزرگ و مترقی خواهیم داشت.» این اتفاقات هم‌زمان بود با فشار مردان سیاستمدار و روزنامه‌نگاری که در مطبوعات شایعه به راه انداختند که روزنامه «دنیای زنان» در اصل متعلق به گروهی از مردان است که با نام مستعار می‌نویسند و چنین زنانی وجود خارجی ندارند! در پی این شایعات، اعضای تحریریه روزنامه تصمیم گرفتند که در حرکتی نمادین خود را به جامعه معرفی کنند. در آن دوره یکی از جسورانه‌ترین کارها از نظر عموم مردم سوار شدن به هواپیما بود، از همین رو، اعضای تحریریه روزنامه تصمیم گرفتند که یکی از زنان عضو انجمن به نام بلیس شوکت را سوار بر هواپیما کنند تا از این طریق هم خودشان را به صورت رسمی معرفی کنند و هم به جامعه نشان دهند که زنان جسارت انجام هر کار ظاهر مردانه‌ای را دارند و با پیشرفت‌های تکنولوژیک همگام‌اند. دولت عبدالحمید در ابتدا این درخواست را رد کرد اما سرانجام مساعدت بدرخان از مذاکره با دولت پیروز بیرون آمد. در نوامبر ۱۹۱۳ میلادی، بلیس شوکت در مراسم باشکوهی بر آسمان استانبول پرواز کرد و بروشورهایی با نام و امضای اعضای روزنامه «دنیای زنان» را روی شهر ریخت. این اتفاق بازتاب گسترده‌ای در مطبوعات عثمانی و اروپایی داشت. پس از آن، دولت در مذاکره با اعضای انجمن مجبور شد که حق استخدام رسمی زنان در اداره‌های دولتی را بپذیرد. در سال ۱۹۱۷ میلادی برای نخستین بار ۱۵۴ زن پس از تکمیل دوره‌های آموزشی به استخدام رسمی اداره پست و تلگراف استانبول درآمدند. البته این امر موجی از انتقادات و حملات به زنان عضو تحریریه روزنامه «دنیای زنان» را در پی داشت. «وقتی زنان از اقشار مختلف ظاهر شدند و خواستار حقوق خود شدند، بعضی از مردان دچار وحشت شدند. آنها نگران بودند که بخشی از درآمد و قدرتشان به دست زنان بیفتد. بی‌تردید این وحشت نشانه‌ای از ضعف و فقدان اعتماد به نفس بود. در شماره ۱۶۴ «دنیای زنان» شکایت کردم که حقوق زنان شاغل در پست‌خانه کم است و باید افزایش یابد. بعضی از مردان از این درخواست من احساس خطر کردند. آنها فکر می‌کردند که زنان همه مشاغل دولتی را اشغال خواهند کرد. بعضی از مردان نامه‌هایی به نشریه ما فرستادند و درخواست کمک کردند. بنابراین، آنها به وضوح ضعف خود را نشان دادند. ما این نامه‌ها را با دقت خواندیم و توانستیم ذهن و روح مردان را بهتر تحلیل و درک کنیم. یکی از نامه‌ها واقعاً ما را تحت تأثیر قرار داد. به عنوان زن، احساس ترحم کردیم و می‌خواستیم به این مرد دلداری دهیم. هدف فمینیسم نه تنها بهبود زندگی زنان بلکه بهبود زندگی مردان است. فمینیسم می‌خواهد امکان زندگی بهتر، شادتر و انسانی‌تر را برای هر دو جنس فراهم کند. چرا زنی که به اندازه مردان با استعداد، تحصیل کرده و فرهیخته است، نباید حقوقی برابر با مردان دریافت کند؟ و چرا باید به جای اعتراض به حقوق و دستمزد نابرابر، سکوت و انفعال پیشه کند؟ این انفعال، دوست عزیز من، چیزی است که فمینیسم نمی‌تواند آن را بپذیرد.» (علویه مولان، فکر می‌کنم، «دنیای زنان»، شماره‌ی ۱۶۶، ص ۲)

پیروزی در مذاکره برای تأسیس دانشگاه زنان و نیز حضور رسمی و قانونی زنان در اداره‌های دولتی، «دنیای زنان» را از فمینیسم اجتماعی به فمینیسم سیاسی متمایل کرد. آرشیو این روزنامه به ما نشان می‌دهد که در این دوره به تدریج تعداد مقالات سیاسی افزایش یافت. حالا زنان نویسنده و خود علویه معتقد بودند که پس از کسب حق تحصیل و حضور در جامعه وقت آن رسیده که حقوق سیاسی خود را مطالبه کنند. «یک زن نویسنده به محض اینکه قلم به دست می‌گیرد موظف است که مشکلات کشور، مشکلات مردم و جریان‌های سیاسی حاکم بر جامعه را به دقت تحلیل و بررسی کند و بر آن اساس بنویسد. ما باید در امور خارجی مشارکت کنیم، ما می‌دانیم که زنان عثمانی حقوق محترمی دارند که نباید از سوی دولت و مردان نادیده گرفته شود. این بدان معناست که دوران رکود و اسارت زنان عثمانی به دوران آزادی و فعالیت تبدیل شده است. بیایید کار و ابراز وجود کنیم و سرنوشت خودمان را بدون نیاز به دیگری در دست بگیریم. حکومت تنها به مردان حق تصمیم‌گیری داده. البته ما وزارت آموزش داریم اما روحیه زنانه در آن وجود ندارد. آنها نمی‌توانند ما را درک کنند. به همین علت، باید خودمان وارد عمل شویم و تاریخ آزادی‌مان را رقم بزنیم.» (نوریه علویه مولان، «دنیای زنان»، شماره‌ی ۲۰۸، صص ۲-۳)

تلاش برای کسب حقوق سیاسی برابر و راه یافتن زنان به محافل سیاسی تا سال ۱۹۲۳ از سوی اعضای تحریریه روزنامه «دنیای زنان» با جدیت دنبال شد. آنها با بررسی دقیق جنبش‌های زنان در اروپا و آمریکا همواره به جامعه یادآور می‌شدند که به‌زودی زنان پا به عرصه سیاست خواهند گذاشت و این را یکی از خواسته‌های مشروع زنان عثمانی می‌دانستند.

با این حال، حکومت عثمانی با بحران حاد سیاسی مواجه بود و فروپاشی حکومت مرکزی به شورش‌های داخلی در نقاط گوناگون این امپراتوری انجامید. دولت‌های اروپایی استانبول را تسخیر کردند و گروهی از مردان در آنکارا به رهبری مصطفی کمال دولت موقت تشکیل دادند. در این دوره، سرکوب اقلیت‌های قومی و مذهبی به انحلال انجمن و تحریریه «دنیای زنان» انجامید، بسیاری از نویسندگان زن کرد، ارمنی و یونانی تبار این روزنامه از بیم جان از کشور گریختند. از سوی دیگر، همسر علویه به علت مواضع سیاسی‌اش از سوی دولت موقت محکوم به اعدام شد و ناگزیر به بغداد گریخت. علویه هم به علت اختلاف بر سر دیدگاه‌های سیاسی در نهایت در سال ۱۹۲۳ از مولان‌زاده رفعت جدا شد. این اتفاقات به ورشکستگی روزنامه و در نهایت تعطیلی آن انجامید. نوریه علویه مولان، که از طرفداران مشروطه عثمانی بود، با روی کار آمدن ملی‌گرایان و قلع و قمع اقلیت‌ها ناگزیر از روزنامه‌نگاری کناره گرفت و به شهر کریک‌هان در استان ختای رفت و تا واپسین روز عمر به نگارش کتاب مشغول بود. او در سال ۱۹۶۴ میلادی از دنیا رفت.

سرنوشت سیاست‌ورزی زنان و حزب خلق زنان: در سال ۱۹۲۳ در گیرودار فروپاشی حکومت مرکزی و تعطیلی روزنامه «دنیای زنان»، سیزده نفر از زنان عضو هیئت تحریریه این روزنامه «حزب خلق زنان» را به ریاست نزیه محی‌الدین تشکیل دادند. اولین جلسه این حزب و اعلام وجود آنها در خانه نزیه برگزار شد. در پانزدهم ژوئن ۱۹۲۳، این حزب در سالن کنفرانس دارالفنون به صورت رسمی اعلام وجود کرد و برنامه و اساس‌نامه‌اش را در مطبوعات منتشر کرد. سپس این حزب اعلامیه تأسیس خود را به دولت موقت در آنکارا فرستاد. این اتفاق درست پیش از تشکیل حزب ج.ه.ب به رهبری مصطفی کمال پاشا و اعلام جمهوری رخ داد. در آن زمان، مردان هنوز در قالب انجمن «دفاع از حقوق آنااتولی و رومیلی» مشغول فعالیت بودند. با این حال، حزب خلق زنان می‌کوشید با تمرکز بر حقوق زنان مشارکت سیاسی آنها در جامعه نوظهور را افزایش دهد. این حزب هشت ماه به فعالیت ادامه داد و در شهرهای مختلف درباره حق رأی زنان و حضور فعال آنان در سیاست و قدرت سخن گفت. در سراسر این دوره، این حزب با حملات مردان روشنفکر، روزنامه‌نگار و سیاستمداری روبه‌رو بود که فعالیت آنها را «مهمانی زنانه» می‌خواندند. این حزب هرگز به صورت رسمی اجازه فعالیت نیافت. مردان حاضر در حلقه قدرت می‌گفتند که قانون اساسی (مصوب سال ۱۹۰۹ میلادی) حق رأی و مشارکت در فعالیت‌های سیاسی را به زنان نداده است. بنابراین، دولت مصطفی کمال اجازه‌ی ثبت این حزب را صادر نکرد و فعالیت آن را خطرناک و تفرقه‌انداز شمرد. در دوره‌ای که حزب خلق زنان می‌کوشید وارد حلقه حکومت شود در دیگر کشورهای خاورمیانه نیز جنبش‌های زنان شکل گرفته بود. اما شرایط سیاسی و اجتماعی در این کشورها به زنان اجازه نمی‌داد که به‌طور مستقیم در سیاست مشارکت کنند.

ادامه مطلب هفتاد سخن... از صفحه ۷

نتیجه می‌گیرد که مبدأ و منشأ تئاتر با شعر و نویسندگی یکی نیست و تئاتر پیش از نمایش‌نامه نویسی به وجود آمده است.

تئاتر یکی از هنرهای ترکیبی است که گذشته از جنبه وقوع در مکان و ادراک آن با حس بینایی و شنوایی «حرکت» یکی از ارکان آن است. حرکت، گذشته از جابه‌جا شدن بازیگر در صحنه نمایش، حرکات چهره و اندام‌های بازیگر، که ارسطو در «پوتیک» (بوطیقا) و «اخذ به وجوه» در ترجمه ابن سینا از آن یاد شده، از عناصر ممیز تئاتر است. تفاوت دیگر تئاتر و انواع دیگر ادبی، از نظر نویسنده، جنبه اجتماعی آن است. به این معنی که گذشته از ضرورت همکاری گروهی در اجرای نمایش‌نامه جماعت تماشاگران ناظر اجرای تئاترند، درحالی‌که برخورداری از انواع آثار ادبی به‌صورت انفرادی است مگر اجرای روایت بعضی داستان‌ها و شعرخوانی‌ها که بهره‌ای از فن نمایش دارد. بنابراین رابطه تئاتر با آثار ادبی تنها در گفتار است که ماده اصلی مشترک این دو است.

دیگر اینکه در انواع ادبی تنها با حضور شاعر یا نویسنده و یک شنونده و خواننده می‌تواند صورت وقوع یابد، درحالی‌که آنجا که نمایش‌نامه به‌عنوان یک اثر ادبی، باید بر صحنه به نمایش در آید، حضور بازیگران و کارگردان و صحنه‌پرداز و عوامل دیگر ضروری است. و اما می‌توان پذیرفت که تأثیر تئاتر بر مخاطبان بیش از انواع دیگر ادبی است. یک اثر ادبی البته به صورت انفرادی قابل بهره‌گیری است اما قدرت القاء و تأثیر تئاتر بر تماشاگران از آثار ادبی دیگر بیشتر است.

حاصل گفتار نویسنده در موضوع «تئاتر و ادبیات» این است: هرچند تئاتر از عنصر نمایش‌نامه است که مایه می‌گیرد، اما نمایش‌نامه زمانی می‌تواند به صورت نوعی هنر ظاهر شود که از قابلیت اجرایی برخوردار باشد وگرنه همان صورت «نوعی از ادبیات» خود را حفظ خواهد کرد. از این‌روست که بعضی از نمایش‌نامه‌نویسان اثر خود را خواندنی (play reading) دانسته‌اند تا آن را از اجرا معاف دارند. اما اگر نمایش‌نامه‌ای گذشته از ارزش ادبی، قابلیت اجرایی نیز داشته باشد، این امتیاز را خواهد داشت که جز خوانده شدن به نمایش نیز در آید.

از این‌روست که آثار مولیر گذشته از اینکه قرن‌ها به‌عنوان شاهکار ادبی خوانده شده، به صورت یک اثر نمایشی نیز به اجرا درآمده است.

گفتاری که با عنوان «شیوه و روش تحقیق» در مجموعه مقالات «فرهنگ و اجتماع» آمده، متن سخنرانی استاد خانلری است که در هفتمین کنگره تحقیقات ایرانی در شهریور ۱۳۵۵ ایراد شده است.

در این سخنرانی آمده که: «یکی از تحقیقات لازمی که باید در ادبیات ایران صورت گیرد نقد ادبی یا ارزشیابی آثار فکری ایرانیان در میراث هزار ساله آن است، زیرا در تحقیقات ادبی در گذشته جز در آثاری مانند نقدالشعر و قرض‌الشعر و مطالب کلی سطحی، که قسمت عمده آن مربوط به قالب شعر و صنایع ادبی است، به نکات مهم و اساسی توجهی نشده است. در تذکره‌های به جا مانده تنها برای بیان شیوه هر شاعر الفاظ منشیانه تعارف آمیزی به کار رفته که در آن‌ها معیار و میزان ارزش ادبی یک اثر تنها سلیقه مؤلف کتاب بوده است. به عبارت دیگر تاریخ ادبیات در ایران با توجه به روش علمی از ادوارد براون اثری به جا مانده است. او بود که در «تاریخ ادبیات» ایران خود با ارجاع و استناد به آثار دانشمندان شرقی و غربی مرجعی برای بحث و تحقیق در تاریخ ادبیات ما به دست داد. هرچند وسعت دامنه تاریخ ادبیات ذبیح‌الله صفا بیش از آثار براون و دیگران است، اما اثر صفا تاریخ ادبیاتی است که از ارزیابی انتقادی برکنار مانده است».

و اما استاد خانلری در توضیح منظور خود از ارزیابی انتقادی در تاریخ ادبیات می‌گوید که باید در این کار موازین مختلف را در کار نقد به کار بست، از جمله اینکه در مقایسه میان آثار دو سخنور گاه وجه قیاس دشوار و باطل می‌نماید. نکته دیگر رابطه شاعر با اوضاع سیاسی و اقتصادی و اجتماعی زمانه اوست و تنها در این صورت است که شخصیت فکری و ادبی شاعر و تأثیر او بر محیط معاصر و اخلاف او آشکار می‌شود. از این‌روست که در ارزشیابی آثار بزرگان ادبیات نه به موازین علوم ادبی شرقی قدیم می‌توان تکیه کرد، که جز به نگاه ساده‌ظاهری از قبیل صنعت التزام و جناس و ذوقافتن و مانند آن‌ها نمی‌پردازند و نه به موازین نویسندگان غربی، یعنی ایران‌شناسان که لطف سخن حافظ را در نمی‌یابند و در بحث از «شاهنامه» آن را با «ایلیاد» هومر مقایسه می‌کنند. در حالی که قیاسی نادرست است، زیرا میان این دو اثر مهم، چه از نظر تاریخی و چه از نظر قصد و هدف و شخصیت دو شاعر، تفاوت‌های اصلی وجود دارد که این مقایسه را بیهوده و باطل می‌کند.

دنباله مطلب در صفحه ۵۲

استاد خانلری در مقدمه فرهنگ تاریخی، آنجا که از «طرز کار» یاد می‌کند می‌نویسد: «روش ما از آغاز چنین بود که نخست با چند تن از دانشمندان و اهل نظر درباره چگونگی ثبت کلمات و شیوه بیان معانی، از اصلی و حقیقی و مجازی، به بحث بپردازیم و به فرهنگ‌های مهم و معتبر به زبان‌های فرانسوی و انگلیسی و آلمانی و جز آن مراجعه کنیم و آن نکته‌ها را که مناسب زبان فارسی و منظور ما در این کار بود برگزینیم و آنچه را که با فارسی و غرض ما تناسب نداشت رها کنیم».

پس از تحلیل کتاب‌های مآخذ مرحله دوم یعنی دریافتن و ثبت کردن معانی الفاظ، چه با مراجعه به کتاب‌های فارسی و عربی و چه به فحوای عبارت و جمله‌ای که کلمه مورد بحث در آن گنجد و به کار رفته شروع شد. در این مقدمه از پیشینه کار تدوین فرهنگ تاریخی زبان فارسی در مؤسسه انتشارات فرانکلین نیز یاد شده، زمانی که به اشاره و راهنمایی سیدحسن تقی‌زاده و سرپرستی مجتبی مینوی این کار در آن مؤسسه آغاز شد، اما به علت نبود نظام‌نامه صریح و دقیق موجب شد که پس از چند سال کار موقوف شود و حاصل آن را به بنیاد فرهنگ ایران بپسارند. در آنجا بود که پس از بررسی برگه‌ها و یادداشت‌های ثبت‌شده معلوم شد که حاصل کار مؤسسه فرانکلین قابل اعتبار و اعتماد نیست. ناچار از بررسی بیشتر چشم پوشیده شد و همه کار از آغاز در بنیاد فرهنگ ایران صورت گرفت. ناگفته نماند که پس از رویداد انقلاب ۱۳۵۷ و توقف ناگزیر کار، ادامه کار فرهنگ تاریخی زبان فارسی از سال ۱۳۷۶ به بعد با عنوان فرهنگ جامع زبان فارسی ادامه یافته است.

استاد خانلری در گفتارهای گوناگون خود که در ماهنامه سخن منتشر می‌کرد، می‌کوشید خوانندگان را با مباحث تازه‌ای از فرهنگ و ادبیات و هنر جهان متدین آشنا کند. «تئاتر و ادبیات» یکی از آن‌هاست که لازم دیده است در مقدمه آن توضیحی درباره هنر تئاتر بدهد، زیرا باوجود ترجمه نمایش‌نامه‌هایی از مغرب‌زمینیان در زمان‌های اخیر در ادبیات قدیم فارسی بحثی از تئاتر و نمایش نمی‌توان یافت.

در آغاز گفتار یادآوری شده که در ادبیات کشورهای غربی فصل‌هایی به ادبیات نمایشی اختصاص یافته و مورخان ادبی تئاتر را مانند شعر و رمان یکی از انواع ادبیات دانسته‌اند. منشأ تئاتر به اعصار نخستین حیات بشر بازمی‌گردد و ذوق تقلید، یا به اصطلاح قدیم حکمای اسلامی «محاکات» است که اساس آن نه تنها در انسان که در بعضی جانوران نیز دیده می‌شود. از این‌روست که هنر تقلید را، از بنیاد، ابداع نوع بشر نمی‌توان دانست.

رقص یکی از عوامل ابتدایی تئاتر است که چیزی جز تکرار حرکات اندام‌های بدن به شیوه‌ای موزون و منظم نیست. رقص زبان تن است. در اساطیر یونان باستان و آسیای کهن رقص مظهر آفرینش و آفرینندگی است. از این‌روست که نزد ملت‌های قدیم چه آسیایی و چه اروپایی، غالباً رقص نوعی عبادت یا از جمله مراسم و مناسک دینی شمرده می‌شده است، چنان‌که رقص دیونیزوس (Dionysos) در یونان باستان و رقص شیوا در هند و رقص آمنه - اوزومه (Amena-uzume) در ژاپن به خدایان منسوب بوده است.

این رقص‌های مذهبی که در آغاز ادای ستایش از نیروی آفرینش بود، اندک‌اندک به رقص جادویی تبدیل شد که به صورت حرکاتی موزون به قصد طلب وقوع امری یا واقعه‌ای یا به نیت دور داشتن و پرهیز از پیشامد حادثه‌ای صورت می‌گرفت.

نقش‌های به جا مانده روی سنگ از عصر حجر نشان دهنده رقصنده‌هایی است که پوست جانورانی را به تن کرده‌اند و کلاه آن‌ها را بر روی پیشانی خود گذاشته‌اند. این گونه رقص‌ها که با صورتک (ماسک) بر روی چهره و گذاشتن کلاه بر روی پیشانی در زمان انتظار برای شکار صورت می‌گرفت و امکان داشت تا پایان وقوع شکار به مدت چند هفته به طول انجامد. ناگفته نماند که این رقص جادویی تنها به قصد تسریع یا تغییر حوادث آینده نبود، بلکه بهره گرفتن از نیروی ارواح گذشتگان نیز در برگزاری آن مورد نظر بود. در اینجااست که بشر از مرحله تقلید درمی‌گذرد و به مرحله انتقال و تجدید می‌رسد. برای این منظور از آداب زندگی نیاکان و رقص آن‌ها بهره گرفته می‌شود. در این مرحله است که «هنر نمایشی» به وجود می‌آید. ظاهراً منشأ اصلی تراژدی یونان نیز یکی از این آداب و مناسک جادویی یا مقابل دینی بوده است. زیرا که ریشه واژه «تراژدی» به معنی «آواز بز» یا «بزخوانی» است. گویا در اجرای این مراسم برگرفته از اعتقادات اساطیری، پوست بز به تن می‌کرده و کلاه او را بر سر می‌گذاشته‌اند. نویسنده، در پی اشارات تاریخی خود در بیان منشأ تئاتر

ادامه مطلب هفتاد سخن... از صفحه ۵۱

نکته این است که به گفته درست خانلری، ادیبان ما هنوز انواع مختلف آثار ادبی را به درستی نشناخته و مختصات آن‌ها را دریافته‌اند. ما در گذشته آثار ادبی را به دو نوع نظم و نثر تقسیم می‌کردیم و در نوع نظم هم قالب یا ساختمان آن‌ها را از قبیل مثنوی و قصیده و غزل و رباعی ملاک تقسیم و طبقه‌بندی قرار می‌دادیم، یعنی از محتوای آثار، یا جنبه معنوی به کلی غافل بوده‌ایم. برای مثال یک سلسله از آثار ادبی فارسی هست که از جنبه معنوی یا شیوه ادای مقصود نوع خاصی به شمار می‌رود که شاید بتوان آن را «شیوه رمزی» یا «تمثیلی» خواند. آثاری از قبیل رساله «حی بن یقظان» منسوب به ابن سینا و رسالات سهروردی مانند «عقل سرخ» و «روزی با جماعت صوفیان» و «آواز پر جبرئیل» یا منظومه «سلامان و اقبال» جامی و مانند آن‌ها.

خانلری می‌پرسد: باید دید این شیوه رمزی یا «رازگویی» از چه زمان و بر اثر کدام وضع اجتماعی پدید آمده و مبنای منشأ این رمزها چه بوده و از کجا اقتباس شده است؟ آثار دیگر ادبی فارسی که باید جداگانه، به عنوان یک سبک خاص ادبی، مورد مطالعه واقع شود، آثاری است که در آن‌ها اشخاص داستان جنبه تجریدی و انتزاعی یافته‌اند. یعنی دیگر کسانی از قبیل مجنون و لیلی یا خسرو و شیرین نیستند که مانند هر فرد انسانی به زمان و مکان و اوصاف خاصی متصف باشند، بلکه یا مظهر یکی از صفات آدمی یا تجسم بعضی از معانی هستند، مانند مثنوی‌های عشاق‌نامه عیید زاکانی و ده نامه ابن قتیبه کرمانی و ناظر و منظور وحشی بافقی و دستورالعشاق و شاه و درویش و شاه و گدا و پیر و جوان و نظایر آن‌ها.

ناگفته نماند یکی از کارهای ناکرده‌ای که استاد خانلری در این سخنرانی خود از آن یاد کرده «تألیف و تدوین تاریخ ایران است که نه تنها دو هزار و پانصد سال تاریخ ایران، بلکه چند قرن پیش از آن را نیز دربر می‌گیرد. آنچه تاکنون درباره تاریخ ایران پیش از اسلام نوشته و خوانده‌ایم همه مبتنی بر مدارک و اسناد دست دوم است، زیرا که امکان استفاده از اصل مآخذ و مدارک را نداشته‌ایم. این مآخذ برای دورانی که پیش از تاریخ خوانده می‌شود تا پایان دوره هخامنشی در نوشته‌های آشوری، بابلی، عیلامی، یونانی و حتی به زبان حتی وجود دارد. برای دوره بعد از اسلام اسناد به زبان‌های ارمنی، سریانی، یونانی، لاتین، آرامی و عربی در دست است. ما تاکنون برای بسیاری از این زبان‌ها حتی یک تن آشنا و متخصص نداریم و تنها از روی ترجمه‌هایی که غریبان از بعضی از این آثار کرده‌اند به وجود چنین اسنادی پی می‌بریم و آن‌ها را نقل می‌کنیم، بی آنکه هرگز بتوانیم این تحقیقات و ترجمه‌ها را یکبار خود محک بزنیم و از درجه درستی یا گاهی غرض‌ورزی مؤلفان خارجی آگاه شویم.

سخنران دانای ایران‌دوست در پی یادآوری این کمبود راهنمایی می‌کند: «برای تدوین تاریخ درست و کامل ایران طرحی باید ریخت و شمار افراد و متخصصان لازم را تعیین کرد و سپس به تربیت آن‌ها همت گماشت. در ضمن از کسانی که صلاحیت کار در رشته خود دارند دعوت باید کرد که هریک قسمتی از کار را بر عهده بگیرند و بر طبق برنامه دقیقی به انجام برسانند. اما شرط توفیق در این کار آن است که وسایل رفاه و لوازم کار را برای پژوهندگان فراهم کنیم و آن‌ها را از هر شغل دیگر، حتی تدریس، معاف بداریم تا بتوانند یکدل و یک‌جهت به کار علمی و پژوهشی مشغول شوند و همه اوقات خود را در آن صرف کنند».

در این سخنرانی به مراتب آگاهی و دانایی استاد خانلری در موضوع کمبودها و کاستی‌های تحقیقات ایرانی می‌توان پی برد و دریافت که او ضمن آگاهی از نقص و نیازها در حوزه‌های گوناگون زبان و تاریخ و ادبیات ایران راه و روش برآورده شدن خواست‌ها را نیز نشان می‌دهد و می‌داند در اجرای هر طرح و برنامه‌ای به چه کسانی نیاز است و شیوه درست مدیریت آن‌ها چیست.

هرچند رویداد انقلاب اسلامی فرصت انجام بسیاری از کارهای فرهنگی را از آن ادیب دانشمند گرفت، باین‌همه در زمان تصدی «بنیاد فرهنگ ایران» با ایجاد شعبه‌های مختلف تحقیق به کارهای اساسی بسیار، از جمله «فرهنگ تاریخی زبان فارسی» همت کرد. ناگفته نماند که در ثبت این یادداشت‌ها از طرح مقالاتی مانند «نوروز»، «حق مؤلف» و «گاندی»، از کتاب «فرهنگ و اجتماع»، در گذشتم، زیرا پس از گذشت هفتاد - هشتاد سال موضوع آن‌ها را تکراری دانستم، به جایی آن بیشتر به نوشته‌هایی پرداختم که امروز هم مطالعه و تأمل آن مفید و درخور اجر است.

طبیعت زمزمه آرامش‌بخش زمین است که در هر برگ،
هر موج و هر نسیم، عشق و زندگی را نجوا می‌کند.

ادامه مطلب بیست حقیقت... از صفحه ۳۵

سفر به نزدیک‌ترین ستاره پس از خورشید، هزاران سال طول می‌کشد: نزدیک‌ترین ستاره به زمین، پروکسیما قنطورس، حدود ۴.۲ سال نوری فاصله دارد، که با سریع‌ترین فضاپیما کنونی، هزاران سال طول می‌کشد تا به آن برسیم.

در فضا نمی‌توان گریه کرد، چون اشک‌ها پایین نمی‌آیند؛ به دلیل بی‌وزنی، اشک‌ها به جای جاری شدن روی صورت، به شکل حباب در اطراف چشم جمع می‌شوند.

سیاره‌ای وجود دارد که آهن مذاب باران می‌بارد؛

سیاره WASP-76b آنقدر داغ است که آهن در آن بخار شده و سپس در سمت تاریک سیاره به صورت باران فرو می‌ریزد.

خورشید ۹۹.۸ درصد از کل جرم منظومه شمسی را تشکیل می‌دهد: تقریباً تمام جرم منظومه شمسی متعلق به خورشید است و باقی آن بین سیارات و اجرام دیگر تقسیم شده است.

یک روز زمین در گذشته فقط ۶ ساعت بود؛ میلیاردها سال پیش، زمین سریع‌تر می‌چرخید و یک روز فقط ۶ ساعت طول می‌کشید. اما به دلیل تأثیر گرانشی ماه، سرعت چرخش آن کاهش یافته است.

ادامه مطلب چالش هویت... از صفحه ۴۹

تلاش برای یافتن تعادل: برخی افراد برای تأیید شدن در جامعه میزبان، هویت فرهنگی والدین خود را کنار می‌گذارند، در حالی که برخی دیگر برای حفظ ریشه‌های خود، در جوامع مهاجر محدود می‌مانند.

این تعارض‌ها ممکن است به بحران‌های روانی مانند اضطراب، افسردگی و احساس انزوا منجر شود.

راه‌های تطبیق و یافتن تعادل میان دو فرهنگ: با وجود چالش‌های زیاد، بسیاری از مهاجران و فرزندان آن‌ها موفق می‌شوند میان دو فرهنگ تعادل برقرار کنند. راهکارهایی که می‌تواند به این فرآیند کمک کند شامل موارد زیر است:

حفظ ریشه‌ها بدون تعصب: فرهنگ و زبان والدین، بخشی از هویت فردی است. یادگیری زبان مادری، آشنایی با تاریخ و سنت‌های فرهنگی می‌تواند به تقویت اعتمادبه‌نفس و احساس هویت کمک کند، اما نباید به گونه‌ای باشد که فرد را از جامعه میزبان جدا کند.

پذیرش فرهنگ کشور میزبان بدون از دست دادن هویت: مهاجران موفق کسانی هستند که به فرهنگ جدید احترام می‌گذارند و در آن مشارکت می‌کنند، اما هویت فرهنگی خود را نیز حفظ می‌کنند. یادگیری زبان، آشنایی با قوانین و ارزش‌های اجتماعی، و داشتن تعامل مثبت با جامعه، احساس پذیرش و تعلق را تقویت می‌کند. ایجاد هویت دوگانه (Bicultural Identity): برخی روانشناسان معتقدند که نسل‌های مهاجران می‌توانند هویتی ترکیبی داشته باشند، یعنی از هر دو فرهنگ بهترین‌ها را انتخاب کنند و هویتی مستقل برای خود شکل دهند. این نوع هویت می‌تواند به فرد احساس آزادی و انعطاف‌پذیری بیشتری بدهد.

تقویت پل‌های ارتباطی بین نسل‌ها: یکی از بزرگ‌ترین مشکلات مهاجران، شکاف میان نسل اول و دوم است. گفت‌وگوی باز و بدون قضاوت میان والدین و فرزندان می‌تواند به درک بهتر یکدیگر کمک کند. والدین باید به فرزندان خود اجازه دهند که تجربه‌های جدید داشته باشند، در حالی که فرزندان نیز باید ارزش‌های فرهنگی خانواده خود را درک کنند.

مقابله با تبعیض و پیش‌داوری‌ها: فرزندان مهاجران ممکن است با نژادپرستی یا تعصب مواجه شوند. تقویت مهارت‌های فردی، آموزش حقوق اجتماعی و تعامل با گروه‌های مختلف می‌تواند به کاهش این تأثیرات کمک کند.

هویتی که در مسیر تکامل است: چالش هویتی در نسل‌های مهاجران مسئله‌ای پیچیده اما قابل مدیریت است. در حالی که نسل اول بیشتر به حفظ فرهنگ اصلی خود گرایش دارد، نسل‌های بعدی در تلاشند تا تعادلی میان دو فرهنگ پیدا کنند. بحران‌های هویتی، اگر به درستی مدیریت شوند، می‌توانند به رشد فردی و اجتماعی منجر شوند و نسلی را پرورش دهند که نه تنها ریشه‌های خود را فراموش نکرده، بلکه قادر است در جهان مدرن نیز جایگاه خود را پیدا کند. مهاجرت، سفری است که نه تنها جغرافیا، بلکه هویت افراد را تغییر می‌دهد. در این مسیر، شناخت خود، پذیرش تفاوت‌ها و ایجاد تعادل میان گذشته و آینده، کلید موفقیت است.

ادامه مطلب بچه مسلمون... از صفحه ۹

بدین گونه، موسی در خانه ما که حالا از سرچنک به حدود سرچشمه منتقل شده بود، به کمک قرآن و مثنوی حضور داشت و روابط پدر و همسایه‌های دست چپ خانه که حیاطی به اندازه غربال و اتاق‌هایی به اندازه اتاق‌های خانه عروسکی داشتند، یعنی میرزا یعقوب و زنش مونس آغا، به مراتب بهتر از همسایه تقریباً مقابل و دست راستی روبه‌رویی، آقای یمین، بود. میرزا یعقوب و مونس آغا از ناف محله به بالاتر کوچ کرده بودند، در کوچه سید ارسطو خان علاج که اسم دیگرش مؤید احمدی بود و سر آن مسجد آیت‌الله نوری قرار داشت، کنار خانه ما آن خانه کوچک را خریده بودند. میرزا یعقوب صبح به صبح با قابلمه کوچکی به سر کارش در بازار زرگرها می‌رفت که می‌گفتند یک دکان نیم‌بابی در آنجا دارد و زنش، مونس آغا، بعد از جمع‌وجور کردن خانه صفحه‌های گنده ۷۸ دور را روی گرامافون بوقی هیز ماستر ویس (His Mas-ter Voice) می‌گذاشت و گرامافون را کوک می‌کرد و به راه می‌انداخت و صدای «ملوک» بلند می‌شد که «مرغ سحر» را می‌خواند. «مرغ سحر» از آن سال‌های کودکی، مرا روی بال خود به سوی بام‌های بلند رهایی پرواز داده و از جور صیاد تعصب رها کرده است. ستاره، دختر مونس آغا و میرزا یعقوب که دوسه سالی از من بزرگ‌تر بود، گاهی چون ماهی از روی مهتابی خانه که به حیاط ما مشرف بود، سرک می‌کشید و به من که روزهای تعطیل تابستان دبستان را بیهوده دنبال زنبورها می‌دیدم، اشاره می‌کرد که بروم خانه آنها و من، تا مادری می‌آمد که سر بچرخاند و چشم بدراند، توی اتاق کوچک آفتاب‌روی خانه میرزا یعقوب بودم.

اون شب که بارون اومد: چه دنیای خوبی بود. تا عصر با ستاره بودم. ستاره تنها هم‌بازی روزهای تعطیل تابستانی من بود که دلم برای کرایه کردن دوچرخه، لیسیدن سیخ سرپهن معجون افلاطون، دنبال و غوغا صاحب‌فروش دوره‌گرد در خم کوچه‌ها گم شدن و به فرقه‌های رنگین او چشم‌دوختن و بر سر بام‌ها بادبادک هواکردن، لک می‌زد و دریغا همه این کارها که مستلزم نشست و برخاست با بچه‌لات‌های سرچشمه بود، از نظر خانواده با آبرویی چون ما، بی‌آبرویی تلقی می‌شد. پس، «زنده‌باد ستاره» با آن چشم‌های بادامی کم‌رنگ و ابروان پیوسته و دماغ تیغ‌کشیده و دهان تنگ که او هم از تنهایی ناچار بود عروسک‌هایش را رها کند و با من یک‌قل‌دوقل بزند و من که نمی‌توانستم در حرکت «پهن کن جمع کن» همه ریگ‌ها را طوری در اختیار داشته باشم که نریزد، چه زود عصبانی می‌شدم و موهای او را می‌کشیدم و جیغش را درمی‌آوردم که چرا این دختره نیم‌وجبی چپ‌دست، یک‌قل‌دوقل را از من برده است و بدتر از همه این او بود که پاسور یاد من داد. در خانه ما ورق گتجه پیدا نمی‌شد، نجس بود. اما آنجا ستاره به من یاد داد که سرپاز، برنده همه ورق‌هاست بدون آنکه بداند حکومت نظامی یعنی چه. و نیز به من آموخت که چطور می‌شود سور زد و بازی را زود برد. هر وقت مونس آغا برای ما در دو کاسه کوچک بارفتن قاقالی می‌گذاشت، ستاره هوس پاسور می‌کرد و سر باسلق و جوزقند آجیل شیرین، پاسور می‌زد و می‌برد. و وقتی می‌فهمید که ممکن است من چنگ بزنم و باختی را به زور از چنگش در آورم، مثل برق به صندوق‌خانه اتاق نشیمن پناه می‌برد و در را از تو می‌بست و مادرش با نفرین و ناله به او، مشت‌ی جوزقند و باسلق در کاسه من می‌ریخت. چه زن نازنینی بود این مونس آغا. در اولین شبی که مادرم در آغاز کسالت درازش به حمله دچار شد و همه ما سرگشته و وحشت‌زده و عاجز و بیچاره دور او حلقه زده بودیم، این مونس آغا بود که از سروصدا و روشنی نابهنگام چراغ‌ها، از سر دیوار پرسید چه روی داده و دمی بعد، این او بود که با تنتور والرین به خانه ما آمد و گل‌گاوزبان و سنبل‌الطیب دم کرد و به مادر خورداند. با این‌همه، مادر چه با او نامهربان بود. هر وقت من از خانه آنها می‌آمدم، وادارم می‌کرد که بروم حسابی دست و صورت‌م را آب بکشم و بعد لباس‌هایم را سرتاپا عوض کنم. یک روز که به او گفتم در خانه مونس آغا با ستاره ناهار قلیه کدوسبز خورده‌ام با زردچوبه و پیازداغ مفصل و چه خوشمزه بود، با تحقیر نگاهم کرد و گفت: «لایقت همونه که خوردی، نه خورش آلو اسفناجی که مشهدی‌رمضون آشپز با روغن کرمانشاهی فرد اعلا پخته»، من از آلو اسفناج متنفرم و مادرم هیچ‌وقت این را نفهمید.

تابستان سالی که از دبستان به دبیرستان رفتم، ستاره کلاس نهم را تمام کرده بود، قرار بود بروم هنرستان دختران. حالا دو سالی بود که دیگر با من بازی نمی‌کرد. به خیال خود خانم بزرگی شده بود که یک‌قل‌دوقل و پاسور بازی کردن برایش عیب بود. به من هم اجازه داده شده بود که رمان کرایه کنم و بخوانم. اول‌ها پدر مراقب کتاب‌هایی که من می‌خواندم بود اما کم‌کم تند کتاب‌خواندن من از یک‌سو و اطمینان خاطر او از اینکه من کتاب ناباب نمی‌خوانم از دیگر سو، سبب شد که هرچه کتاب

و داستان عشقی بود بگیرم و بخوانم. و اندک‌اندک همه قهرمانان زن قصه‌ها از «مرسده» کنت مونت کریستو تا «شورانگیز» ح. م. حمید و «زیبای حجازی، در قالب ستاره جا می‌شدند. او تنها دختری بود که با من حرف می‌زد و به من می‌خندید، و برخلاف دخترهای مدارس دوروبر که روپوش ارمنی می‌پوشیدند و با دیدن پسرها مثل برج زهرمار اخم می‌کردند، با من صاف و شیرین بود. اما مادرش، مونس آغا، هم دیگر آن نبود که بود. حالا این من بودم که به سنت سال‌های همسایگی غروب جمعه از سر دیوار صدا می‌زدم که آیا با من کاری دارید یا نه؟ و مادرم بود که به طعنه می‌گفت: «آره، بدو برو زیر اجاقشون رو فوت کن».

در پایان آن تابستان یک روز عصری ستاره گفت: «می‌آیی پیش من؟» مثل گربه سنبل‌الطیب خورده بودیم. او توی مهتابی نشسته بود و مادرش در حیاط روی چراغ سه‌فیتیله‌ای بادمجان سرخ می‌کرد. ستاره تار خوش‌تراشی را نشانم داد و پرسید: «می‌خواهی برات بخونم؟» بدون اینکه منتظر جواب من بشود ساز را برداشت، کوش را میزان کرد، مضارب را به دست گرفت و زد. ریز و تند مثل باران خوش‌آوای یک صبح بهار. با من نبود. با خود بود. و بعد شروع کرد به خواندن. یک تصنیف قدیمی تهرانی که سال‌ها پیش ما با هم آن را دوصدایی در شب‌های تابستان روی پشت‌بام خانه می‌خواندیم: اون شب که بارون اومد... یارم لب بون اومد... رفتم لبش ببوسم... نازک بود و خون اومد... خونش چکید تو باغچه... درخت گل دراومد... رفتم گلش بچینم... پرپر شد زمین ریخت... رفتم پرش بگیرم... کفتر شد و هوا رفت.

و من بی‌اختیار با او همراه شدم. هوا داشت تاریک می‌شد که دست از زدن برداشت. برقی در چشم‌هایش بود و قطره اشکی بر گونه‌هایش و مثل آن وقت‌ها که باسلق و جوزقندی می‌برد و فرار می‌کرد، دوید و رفت توی صندوق‌خانه و در را پشت‌سر بست. به خانه که آمدم، حکایت را تمام‌وکمال برای مادرم نقل کردم و پدرم که با بادبزن حصیری خود را باد می‌زد، گفت: «دیگه لازم نیست بری خونه میرزا یعقوب». چند هفته بعد همسایه‌های خوب یهودی ما از آن خانه رفتند و شنیدم که مادرم شایعه محله را برای پدر این‌طور واگو کرد: «آقا، می‌گن که برای دختر میرزا یعقوب یک خواستگار حسابی پیدا شده از خودشون. چه پولی، چه دودوستگاهی. اما دختره دو تا پاش رو توی یه کشش کرده که «من می‌خوام درس بخونم و قابله بشم». پدر خشک و قاطعانه گفت: «حق داره. باید درس بخونه که آدم بشه». و مادر ادامه داد: «ولی می‌گن زیر سرش بلند شده. شاید خبرمبری بوده، قابله‌شدن که کار نشد.» و من در اندیشه رفتم که «اون شب که بارون اومد»، چه در دل ستاره می‌گذشت؟ که در سر او بود؟ آیا من...

سید برو دلت رو آب بکش: ماما زیور، نه من که همه بچه‌های سرچشمه را به دنیا آورده بود. دست‌های کوچکی داشت، نرم و سفید مثل پنبه و دنبه و زبر و زرنک و چالاک بود. به زانو که نگاه می‌کرد، می‌دانست کی وقت وضع حملش فرا می‌رسد. اصلاً به سروصدای زن‌های اطراف زانو اعتنایی نداشت. می‌آمد چادرنماز سفیدش را تا می‌کرد و در بقچه‌ای که همراه داشت می‌پیچید، دستور تش و آب گرم و صابون می‌داد و پنبه و الک را از چمدان کوچکی درمی‌آورد. بعد دخترهای دم بخت را که می‌خواستند تماشا کنند و هره‌وکره بزنند، از اتاق بیرون می‌کرد. همه بچه‌هایش را به اسم می‌شناخت و با اسم کوچک صدا می‌زد، حتی اگر زنان و مردان بزرگی شده بودند. خانواده سادات کمتر او را برای زایمان صدا می‌زدند اما در خانواده ما او قابله همه پسرها و دخترها بود. یادم است وقتی زانو فارغ می‌شد، او دست‌هایش را با صابون می‌شست و می‌آمد بیرون که مژده تولد نوزاد را به مردها بدهد و علاوه بر حق‌القدم، مُشتَلقی هم بگیرد. زیور قابله در فاصله خیابان سیروس و راسته پامان که موازی هم بودند، زندگی می‌کرد و در آن حول‌وحوش، دو خانه شهرت داشت، خانه او و خانه سید ابوالقاسم کاشانی و پدر گاهی که سرحال بود، می‌گفت: «این مامای جهود بیش از اون سید کاشی به اسلام خدمت کرده چون تا تونسته گوینده لا اله الا الله به دنیا آورده». من از اتاق زایمان برای این خوشم می‌آمد که بوی دود قلیان زن‌ها با بوی الک و پنبه سوخته ماما زیور قاطی می‌شد و من بی‌اعتنا به چشم‌غره‌های مادر، شیرینی‌های پایونی اکبرآقای بهار، قناد سرشناس سرچشمه، را که عمه‌ها و خاله‌ها به دستم می‌دادند، گاز می‌زد و قلمبه فرو می‌دادم و فکر می‌کردم چرا آن خانم که در رخت‌خواب خوابیده، شیرینی نمی‌خورد و لایق‌قطع عربده می‌کشد. اما یک روز ماما زیور وقتی دید من بیش از حد معمول به زن و رخت‌خواب خیره شده‌ام، یک ووی ... بلند کشید و گفت: «این آقا صدرالدین رو بفروستین بیرون. ماشاءالله گنده شده». یک روز هم وقتی آسید اسدالله فخار در حالی که در مجلس مردانه منتظر تولد اولین نوه‌اش بود، به دامادش گفت «اون استکان نعلبکی رو که زیور تو اون قنداغ خورده، آب بکش»، پدرم خشمگینانه جلوی همه سرش فریاد زد که: «سید، برو دلت رو آب بکش».

ادامه مطلب بچه مسلمان... از صفحه ۵۳

و خانمش با همه سربه‌هوایی با او می‌ساختند. تقریباً به‌جای بچه پذیرفته بودندش. چون اولادشان نمی‌شد و همه ما می‌دانستیم که آقای یمین پنهان و آشکار چند صیغه برای امتحان گرفته و بعد معلوم شده که عیب از آقااست.

کم‌کم پیچ‌هایی در کوچه درگرفت. روزهای پنجشنبه حوریه از صبح مات و خواب‌زده می‌نمود. از وقتی که یوسف بساطش را پهن می‌کرد تا آفتاب بساط خود را برمی‌چید، او روی سکوی جلوخان زیر نیم‌طاقی سکو می‌نشست و مثل سگ نگهبان یوسف را می‌پایید و گاهی هم پاچه زن یا دخترتری را که بیش از حد متعارف به یوسف ور می‌رفت، می‌گرفت. در مجلس سیب‌زمینی و گلپر مادرم صحبت از این بود که یوسف هم با حوریه نظربازی می‌کند و حتی گاهی یک‌تکه پارچه را به‌بهانه اینکه قواره نیست، به او می‌دهد. زن‌ها میان انگشت شست و اشاره را گاز می‌گرفتند و لاجول‌گویان می‌گفتند: «مگر ممکن است دختر مسلمان و پسر جهود؟ این کار زهره شیر می‌خواهد. محله را آتش خواهد زد». یک روز صبح محله آتش گرفت. حوریه به‌قول همه «نروک» و اندکی دیوانه اما دلیر، با بقچه‌ای غییش زد. عصر خبر شدیم که یوسف هم به جهره آقابابا نرفته است. هفته بعد گفتند خبرشان از کویت آمده.

جهودکشی: کلاس هشتم را در مدرسه بدر داشتیم تمام می‌کردیم که آقای کاشانی، معلم فرانسه، مژده داد قرار است یک مسابقه فرانسه‌دانی میان سیکل اول مدرسه ما که در کوچه نصیرالدوله واقع بود، با مدارس ادیب واقع در لاله‌زار، ایرانشهر واقع در اول شاه‌آباد، پهلوی در میدان شاه و اتحاد در سهره‌آله در محل مدرسه اتحاد صورت بگیرد. مدرسه اتحاد ساختمان نویی داشت و می‌گفتند مال آلیانس فرانسه است و اکثر قریب به اتفاق شاگردانش یهودی هستند. به همین جهت، مسلمان‌ها راغب نیستند که بچه‌های خود را آنجا بفرستند. پنج نفر از بهترین‌های کلاس شانزده هفده نفری فرانسه انتخاب شدند که به مسابقه فرستاده شوند. من هم یکی از آنها بودم که به اعتبار فرانسه‌دانی و فرانسه‌خوانی پدر و نیز اینکه او هم در جوانی آلیانس فرانسه می‌رفته و هم اینکه کتاب خودآموز علی‌اصغر فراسیون را فوت آب بودم و منتخبات آثار دبیرستانی آن روز را از رو خیلی خوب می‌خواندم و در دیکته هم با علی حکمی رقابت می‌کردم و از گرامر هم در کلاس نمره اول می‌گرفتم، روانه مجلس مسابقه شدم. تروتمیزی مدرسه و اینکه به دیوار راهروهایش با مدارنگی خط نکشیده و روی میزهایش را با تیغ یادگاری نکنده بودند و در مستراح‌هایش به درودیوار حرف زشت نوشته و عکس بد نکشیده بودند، همه ما بچه‌مسلمان‌ها را به حیرت انداخت. امتحان‌مانندی بود شبیه امتحان نهایی ششم ابتدایی. بچه‌ها را طوری تقسیم کردند که هم‌مدرسه‌ای‌ها تنگ هم نیفتادند. یک ساعت بعد از شروع دو ساعت وقت مسابقه، بچه‌های اتحاد ورق‌ها را دادند و رفتند.

هفته بعد، وقتی آقای کاشانی به کلاس آمد، دهانش پر بود از ملامت و ابرویش پر گره از شمات که شما که معلمی مثل من دارید، نه‌تنها خودتان بلکه مرا هم بین معلم‌های فرانسه سرشکسته کردید. چون بعد از مدرسه پهلوی در میدان شاه که شاگردانش به تنبلی شهره شهرند، نورچشم‌های بدر از آخر دوم شده‌اند. بدتر از همه اینکه شاگردان اتحاد، مقام اول را به دست آوردند. سر صف زنگ دوم بعدازظهر هم آقای شفائی، ناظم یزدی مدرسه، هرچه دلش خواست به ما گفت. ساعت آخر روز را شیمی داشتیم، در سر کلاس مهندس سیروس شهردار، پسر مشیر همایون که در موسیقی، باریتون‌خوان ارکستر سمفونیک تازه‌متولدشده تهران بود، ما به‌جای توجه به آن مرد کوتاه‌اندام درشت‌صدا، پی کار خود بودیم. تیم فرانسه‌خوان‌ها ته کلاس جمع شده بود تا تصمیم بگیرد. ساعت چهاروربع بعدازظهر لشکر سلم و تور سر چهارراه سرچشمه ایستاده بود با زنجیر و پنجه‌بکس که انتقام این رسوایی علمی را از اولاد موسی که اسباب سرشکستگی آنها شده‌اند بگیرد. بچه‌های مدرسه اتحاد دسته‌جمعی از چهارراه سرچشمه به طرف محله سرازیر شدند. در میان خیل آنها معلوم نبود که اصلاً فرانسه‌خوانی هست یا نه. اما ما را چه غم که آمده بودیم انتقام «بدر» را از «اتحاد» بگیریم. دوسه تا بی‌سواد تنبل داشتیم که گردن کلفت و چاقوکش‌نما بودند. آنها جلو گله بچه‌های اتحاد را گرفتند و شروع به فحش دادن کردند، فحش‌های بد. طفلکی‌ها فهمیدند هوا خیلی پس است. ریزه‌هایشان از زیر دست‌وپا گریختند. من از ترس اینکه عینکم بشکند و پدر که قسم خورده بود سالی دو عینک بیشتر برایم نخواهد خرید و وادارم کند که دسته شکسته را با نخ پشت گوشم بیاویزم و نیز از آنجا که کتک‌کاری بلد نبودم به‌اتفاق علی حکمی و حسین برزی، دو تا بچه ترسو و درس‌خوان دیگر، کار «چیرلیدر»های فوتبال اینجا را می‌کردیم. آنها می‌زدند و ما هورا می‌کشیدیم و تا وقتی که دوسه تا کاسب و یکی‌دو جاهل سرچشمه پا به میدان نگذاشتند، اینها زدند و آنها خوردند و عجباً که آنها برای دفاع از خود یا زدن اینها حتی دست از آستین بیرون نیاوردند.

زهره شیر است مرا: جلو خانه یمین یک جلوخان بود نسبتاً بزرگ با دو سکوی سنگی در دو طرف. این جلوخان نمایشگاه دوره‌گردان محله سرچشمه بود. درویش اکبر که بعد از شهریور ۱۳۲۰ با ریش رها کرده و گیسوی فروهشته با تبرزین و من‌تشا و کشکولش دور محله‌ها می‌گشت و نادعلی می‌خواند، وقتی به اینجا می‌رسید، پهن می‌شد و از خورجینش دوتاری بیرون می‌کشید، چیق بنگی چاق می‌کرد و دوبیتی‌های دلاویز صحراگردان را سر می‌داد. دسته نظنزی‌ها که از صبح سر سرچشمه عدسی و آب‌آلو و شلغم پخته و لبو و کدوخلوبایی توری می‌فروختند، چون بساط کار صبحانه تمام می‌شد، اگر ماه‌های محرم و صفر بود، نزدیک ظهر سه‌نفری در جلوخان خانه یمین بساط تعزیه می‌گستردند و با شمشیر زنگ‌زده و سپر کهنه و چکمه وصله‌داری به تناسب تعزیه، شعرهای کج و کوله‌ای می‌خواندند و از کلفت‌ها و دختر کلفت‌ها و احتمالاً عابران، اشکی و سکه‌ای می‌ستاندند. هیچکس هم ایرادی نداشت که چرا در تعزیه به ناگهان حضرت عباس عمامه سبز را برمی‌دارد و کلاه‌خود پر قرمز به سر می‌گذارد و می‌شود شمر لعین. در آن سال‌های جوانی و نوجوانی، من بیش از اینکه فرنگ بروم و «بکت» و «یونسکو» را بشناسم، معنای «تاثیر ايسور» را در جلوخان خانۀ آقای یمین شناختم. اما این جلوخان ماهی یک بار یک پیشه‌ور ثابت و شناخته‌شده داشت، یوسف. یوسف در بازار بزازها شاگردی آقابابای بزاز را می‌کرد. صدای گسترده و خوشی داشت و حضورش را با آواز به اطلاع اهل چند کوچه‌ی دور و اطراف می‌رساند. از سرچشمه راه می‌افتاد و تمام کوچه‌های دست چپ، از کوچه حمام عبدالله خان، کوچه معین‌السادات، کوچه مسجد آشیش عبدالنبی، کوچه عزت‌الدوله، کوچه حسینیۀ جواهری، کوچه برزن، را زیر پا می‌گذاشت و بعد، به طرف سمت دیگر خیابان می‌رفت. کوچه‌های کلانتری، دکتر شفاتیان، شام بیاتی، آشیش بهاء‌الدین را دور می‌زد و آخر کار می‌آمد بساطش را توی جلوخان خانه یمین پهن می‌کرد. تازه آنجا هم باز جار می‌زد که: «جنس بزازي داریم، بيا بخر، بيا ببر. کرب دوشين، کرب ژرژت، تافته، وال، بیکه، ذیبت حاج علی اکبری بيا بخر، بيا ببر». مشتری بر وی می‌جوشید، هرچند که یوسف شیرینی‌فروش نبود. صورت سفید پریده‌رنگی داشت. موهایش خرمایی روشن بود و چشم‌های سبز درشت خوش‌حالتش وسوسه‌انگیز. سروزبان‌دار و شیرین‌گفتار بود. به طرفه‌العینی مشتری را می‌قایید و می‌فروخت و پارچه را زرع می‌کرد و می‌برد و به دست مشتری می‌داد. مشتریانش بیشتر دختران جوان بودند. اغلب مستخدم خانه‌ها و تک‌توکی هم ترشیده‌های از مدرسه وامانده. زن‌ها با او سروکله می‌زدند و بسته به جرئت و نظربازی زنانه، حتی گاه کار به مشت و سقلمه‌ای هم می‌کشید. اما یوسف می‌دانست که او یهودی است و خریدار زن مسلمان و اوایلا اگر دست از پا خطا کند. دشنام‌های زنانه شیرین بود و دل‌پذیر و این یوسف یواش‌یواش دریافته بود که ترنج به دستان بسیار دارد. «یوسف ذلیل‌مرده پارچه را نکش»، «یوسف کور شده نیم‌زرعت رو درست بگیر که سرک زننه»، «یوسف الهی بمیری، تو که گفتی این پارچه آب نمیره. دفعه اول که پیرهنم رو شستم، دامنش یک وجب ورجست بالای زانوم»، یوسف فقط گوش می‌داد و می‌خندید.

آقای یمین و خانمش کلفتی داشتند حوریه نام. دختره هیچ شباهتی به حوریان موعود بهشتی نداشت. خانم یمین برای مادرم نقل کرده بود که این دختره را وقتی آقا در لرستان رئیس اداره طرق و شوارع بود، پدر و مادرش برای خدمت در خانه آنها گذاشته و گذشته‌اند. قرشمال بودند و غربال‌بند و کولی بیابان. دختره در سال‌هایی که من به یاد می‌آورم، رسیده و کامل بود. لاغر و کشیده، میان‌باریک چون آهو، همیشه در حال دویدن و رمیدن. اصلاً پسر و دختر سرش نمی‌شد. غروب‌ها با بچه‌های بزرگ‌تر از ما که هم‌سن‌وسال خودش بودند، توی کوچه گرگم‌به‌هوا بازی می‌کرد. پسرها تقریباً قبول کرده بودند که او از جنس دختران کوچه نیست. شب‌ها هم که نوبت آب‌انداختن آب‌انبارهای خانه‌ها با آب قنات حاج علیرضا بود، چراغ‌بادی به دست، تویی ساخته شده از گونی در تنبوشه راه آب‌خانه را برمی‌داشت، با آن و یک‌تکه آجر، سدی می‌ساخت که آب روان به تنبوشه سوار شود و کف هر دو دست را از آب زلال پر می‌کرد و چون اسب خسته به آب‌رسیده‌ای، می‌نوشید و تا حوض و آب‌انبار خانه پر نمی‌شد، آب به پایین کوچه نمی‌رسید. به همه «تو» می‌گفت و خانم یمین از آزادی بی‌پروای او همواره به مادرم شکایت می‌کرد و از اینکه دلبری زنانه در کارش نیست، گله داشت. مشهور بود که «نروک» است. صورت سیه‌چرده‌اش که در آن ابروان پرپشت سایه‌دارش با خالکوبی تیره‌ای به هم پیوسته بودند و خالی آبی‌رنگ که به‌شکل ستاره بر چانه داشت، درشتی مردانه چهره‌اش را افزون می‌ساخت. خیلی کم می‌خندید. فقط با یوسف بزاز بگویند داشت. آقای یمین

ادامه مطلب بچه مسلمان... از صفحه ۵۴

ادامه مطلب طفلک گلی... از صفحه ۳۱

در سر راه در قهوه خانه ای توقف کردند و سفارش چهل تخم مرغ نیمرو دادند و با اشتهای تمام خوردند که ناگهان صدای گریه بچه بلند شد و همه از شادی فریاد کشیدند و سپاسگزاری از خدا را آغاز کردند. قهوه خانه گرم بود و می توانستند بچه را از بدن تفنگچی جدا کنند و هریک، دمی او را در آغوش بکشند و با آنکه بچه از شدت گرسنگی گریه می کرد، هیچکس متوجه گریه او نبود و خوشحالی شان گوشهای شان را کر کرده بود. قهوه چی با احتیاط از خان سؤال کرد که «می شود بدانم این بچه کیست و چگونه با خود به شکار برده اید؟» خان پاسخش را نداد اما پرسید «زنت در خانه است؟» قهوه چی گفت «بله الان صدایش می کنم.» و سپس زن را فراخواند و زن پس از سالم و عرض ادب خدمت خان، گفت «امر بفرمایید» و در ضمن چشمش هم به کودک بود. خان پرسید «شیر داری؟» و قهوه چی با خوشحالی گفت: «سر خان سلامت. خودمان هم یک نورسیده داریم و الحمد الله خدا روزی زیادی هم برای بچه هدیه داده که این بچه هم می تواند تا دلش بخواهد از آن روزی خدادادی بخورد که نوش جان». خان به زن گفت: «گلین خانم این بچه را شیر بده و تمیزش کن و آماده کن تا ما راه بیافتیم.» زن گفت «چشم خان.» و بچه را به بغل گرفت و بی ملاحظه حضور آن مردان در قهوه خانه، پستانش را بیرون آورد و به دهان کودک گذاشت و کودک با ولعی باور نکردنی شروع به مکیدن پستان کرد و زن براه افتاد و به پستی قهوه خانه رفت. خان از خوشحالی در پوستش نمی گنجید و برای ارضای خوشحالی اش مدام به همراهان می گفت «بخورید و آنان هم سفارش خوراکی می دادند و در هر نوبت که قهوه چی سفارش آنان را فراهم می کرد و تحویل میداد، خان یک انعام دیگر به قهوه چی می داد.

ادامه مطلب زندان به جرم... از صفحه ۴۸

کیوان مثل بسیاری از کارشناسان حوزه آموزش معتقد است که تغییر این وضعیت و دیدگاهی امنیتی به زبان مادری، نیازمند اصلاح سیاست های زبانی، آموزشی و پذیرش تنوع زبانی و فرهنگی در ایران است: «آموزش و استفاده از زبان مادری، نه امتیاز، بلکه حق بنیادین و غیرقابل انکار برای تمامی انسان ها است. هیچ فردی نباید به دلیل صحبت کردن و نوشتن یا یادگیری به زبان مادری خود با محدودیت، تبعیض یا سرکوب مواجه شود. محرومیت از این حق نه تنها نقض آشکار حقوق بشر است، بلکه مانعی جدی در مسیر رشد فرهنگی، اجتماعی و هویتی جوامع مختلف محسوب می شود.» بنا به آمار رسمی، سالانه هزاران دانش آموزان به خاطر ممنوعیت آموزش به زبان مادری، از تحصیل جا می مانند.

می دانی که دلم تنگ محله است. تنگ غروب های سرچشمه، در دان تاون شهر شما تلافی فروش آشنایی مچ دستم را گرفت و گفت: «همه این طلاها را می دهم مگر که یک ساعت فوتبال زمین خاکی امامزاده یحیی را به دست آورم.» فکر نمی کنم تعارف کرده باشد. من هم که تلافی فروش نیستم، همه ندارم را می دهم که آن بچه های گم شده محله را بازیام و با آنها لیس لیس بزنم و پولشان را ببرم و جزشان را در آورم. یکی دو ماه پیش یک روز دلم گرفت. وقتی دیدم آقایان «تانیاهو» و «عرفات» غریبه روبه روی هم نشسته اند و منتظرند که صلیب دست آن دو را در دست هم بگذارد. حتما اینها سعدی را خوانده اند و نمی دانند که شیخ اجل ما را صلیب در خندق طرابلس با جهودان به کار گل وادشته بود. این هر دو آقایان عشق را نمی شناسند. از حکایت ستاره عاشق و یوسف و حوریه بی خبرند. آنها سالهاست که عشق را در مسلخ مصلحت سر بریده اند. اگر آنها عشق را می شناختند، بر سر در کنیسه بیت المقدس و بر کنیسه مسجدالاقصی حکمت رنگین خواجه را به کاشی معرق می نوشتند: «همه جا خانه عشق است، چه مسجد، چه کنشت».

چه کنم با عربی این و عبری آن؟ چه کنم که اینها محله مرا نمی شناسند؟ چه کنم که فارسی نمی دانند؟ چه کنم که بدانند در دوردست ها سرزمینی بوده است و هست و خواهد بود که در آن از صدای سخن عشق صدایی خوش تر نیست. چه کنم که اینها کینه کهنه صحراهای خشک و شترهای وحشی مست را به سرزمین اسب های اصیل و جنگل های خرم من نیاورند. دلم برای محله کهنه ام تنگ است. برای قراچه های شراب. برای آفتاب پریده رنگ پاییز بر سینه دیوارهای کاهگلی. دلم برای مونس آغا، ستاره، کوچه مؤید احمدی، دواخانه بین الملل تنگ است. مرا ببخشید، از «بچه مسلمان ناف محله، جز این بیشتر نمی آید. بر کلی، نوامبر ۱۹۹۶ (آبان ۱۳۷۵)

به طرف خانه که راه افتادیم، ساعت پنج و نیم بعد از ظهر بود. این دیر آمدن در خانه پدر سخت گیر و مادر دل واپس بخشدینی نبود. پدر سر کوچه بود و مادر دم در خانه. و ما برافروخته و شادمان از پیروزی، کتاب زیر بغل، سرازیر شدیم توی کوچه، سلامی دزدانه به پدر کردیم و وقتی او درشت و سخت پرسید که کدام گوری بوده ایم، مثل ناپلئون بعد از فتح استرلیتز و شکست امپراتوران اتریش و روسیه گفتیم: «رفته بودیم سر سرچشمه جهودکشی، تا خوردند زدیماشان.» و همان طور که شرح ماقع را می دادیم، به در خانه رسیدیم و مادر که بقیه ماجرا را می شنید در حالی که ته دلش غنج می زد، ماشاءاللهی نثار ما کرد و اینکه خوب کردید حقشان را کف دستشان گذاشتید. پدر اما مثل دیگ دلمه پیق می کرد و انگشتش را گاز می گرفت و ساکت بود. این خطرناک ترین حال این مرد کوتاه اندام سبزچشم بود. هر وقت به این حال می افتاد، می دانستیم که تصمیم سنگینی گرفته است.

صبح روز بعد که مدرسه لبریز از حکایات شجاعانه فرانسه خوان ها بود، در حالی که زنگ اول کلاس ها را زده بودند و داشتیم به طرف کلاس می رفتیم، پدر وارد حیاط مدرسه شد و یک راست به دفتر مدیر رفت. یک ربع بعد ما مثل محکومین به اعدام در اتاق مدیر بودیم و آقای شفائی، ناظم مدرسه، به احترام پدر و مدیر سر پا ایستاده و پدر بود که می غرید و می گفت: «من به توله سگ های دیگه کاری ندارم. ولی همین زنگ تفریح بعد، این کره خر رو جلو صف تنبیه می کنین و تا اونجا که جا داره، کف دستش می زنین.» اون قدر که ناخنش بریزه و دیگه از این غلط ها نکنه. این بچه خونواده ای که پدر بزرگش وصی یهودی های محل می شده که مالشون رو آخوندا بالا نکشن و به اسم سرپرستی از صفار، خونه و زندگی شون رو نقله نکنن. این باید همین امروز بفهمه که چه غلطی کرده که دیگه نکنه و به همه هم بگین که چرا داره چوب می خوره».

مدیر و ناظم به اصرار و به بهانه حفظ سیاست مدرسه، او را راضی کردند که جرم من اعلام نشود زیرا همین که چوب را بخورم، دیگر گربه دزدها حساب کارشان را خواهند کرد. دست هایم باد کرده بود اما اشکم در نمی آمد. آقای شفائی بی رحمانه می زد و من می شمردم. کف دستم تف می انداختم. زیر بغل می بردم که گرم شود و درد را کمتر احساس کنم. وقتی عدد چوب ها به پنجاه رسید، آقای شفائی مرخصم کرد. کاظم حاج محمدجعفر چال میدانی، هم کلاسی ام که جزو گروه فداییان اسلام بود، دستی به شانه من زد و گفت: «رحمت به شیرت که مثل شیر وایستادی و چوب خوردی و دم نزدی و گریه نکردی.» فقط نگاهش کردم و گفتم: «حقم بود. حقم بود.» **همه جا خانه عشق است:** محله ام دور از من ایستاده است. میان من و آن محله کوه ها و دریاهاست. دلم به سنگینی کوه غمگین است و چشمم به فراوانی دریاها لبریز از اشک شور. در آنجا بستنی فروش سر چهارراه سرچشمه ظرف بستنی خوری و قاشقش را آب نمی کشید. دکتر لقمان نهواری از بیمار نادار ویزیت نمی گرفت و اگر بیمار خیلی تهی دست بود، دواپی در دست و پول آب جوجه هم در جیبش می نهاد. مشهدی اصغر میوه فروش و پسرش، صادق، در جشن میوه بندان چه طبق های رنگینی به سفارش هم محله ای های یهودی برایشان می ساختند که چشم ما را از فوران رنگ ها سیراب می کرد. یهودی ها در سراسر خیابان سیروس بنگاه شادمانی داشتند که عروسی ها و شادی های ما را شادمانه تر می ساخت و به لطف این بنگاه ها تکیه های گریه آفرینی بی رونق می شد. در دبیرستان، پرویز حی با من روی یک نیمکت می نشست. او برای من مسئله حساب و جبر حل می کرد و یک قران می گرفت. من برایش انشا می نوشتم و ده شاهی بیشتر به من نمی داد. چون به من فروخته بود که ریاضیات مهم تر از ادبیات است. سال ها بعد، او که بسی توانگرتر از من بود، گاه گاهی نیاز مرا به وامی بر آورده می کرد و هیچ گاه بهره ای نمی ستاند. همواره می خندید و می گفت: «باید بالاخره به تو یکی ثابت شود که ما جهودها نزول خور نیستیم.» در تکیه رضاقلی خان عصار محله در دکان تاریکش روغن کنجد می کشید. ما می خریدیم که مادر با آن رشته برشته سرخ کند و یهودی ها می خریدند که با آن غذا بپزند. در آن سال ها مسلمان جماعت روغن نباتی را روغن نمی دانست و سال ها بعد که من طعم دلپذیر روغن کنجد را در غذای چینی در هنگ کنگ چشیدم، فهمیدم که امت موسی کلیم الله چه خوش ذائقه بوده است. در بورلی درایو شهر شما دوستی دیرینه از ایام محله را دیدم. در هم نگریم، گریستیم و از هم نگذشتیم. به من گفت که بازرگان موفقی است. مرا با خود به دفترش برد. بعد از ده منشی و صد تلفن در را که بست، سر به دست گرفت و گفت:

ادامه مطلب زندگی با طعم... از صفحه ۲۱

و اینک نوروز، فرصتی برای رهایی و آغاز دوباره: زندگی، آینه‌ای از درون ماست. اگر می‌خواهیم در سال جدید خوشبخت‌تر، آرام‌تر و موفق‌تر باشیم، باید از درون شروع کنیم. این بار، نه تنها خانه، بلکه قلب و ذهن خود را نیز خانه‌تکانی کنید. از گذشته‌ها شوید، خود را ببخشید، و با ذهنی سبک و روحی آرام، به استقبال سالی نو بروید.

چنانچه تمایل به آگاهی بیشتر و عمیق‌تر در مورد این تکنیک دارید توصیه می‌شود کتاب (محدودیت صفر) اثر جوویتال را مطالعه کنید.

Zero limits (The Secret Hawaiian System for Wealth, Health, Peace & More) خوشحال می‌شوم که تجربه خود را پس از انجام این تمرین با من در میان بگذارید "متأسفم، لطفاً مرا ببخش، سیاست‌گزارم، دوست دارم." نوروزتان سرشار از آرامش، آگاهی و عشق باد. با عشق و ارادت

ادامه مطلب رها کردن گذشته... از صفحه ۴۶

تمرین روزانه قدردانی، باعث می‌شود ذهنمان روی نعمت‌ها متمرکز شود و احساس رضایت بیشتری داشته باشیم. مهربانی، هدیه‌ای برای خودمان و دیگران است. مهربانی فقط به دیگران کمک نمی‌کند، بلکه حال خودمان را هم خوب می‌کند. وقتی بدون انتظار محبت می‌کنیم، لبخند می‌زنیم، دست کسی را می‌گیریم یا حتی با کلماتمان دل کسی را شاد می‌کنیم، در واقع انرژی مثبتی به زندگی خودمان وارد می‌کنیم. مهربانی دنیای درون ما را زیباتر می‌کند و باعث می‌شود احساس ارزشمندی و آرامش بیشتری داشته باشیم.

زندگی در لحظه، هنر لذت بردن از آن چیزی است که داریم. زندگی همیشه منتظر ما نمی‌ماند. اگر امروز را به خاطر گذشته یا نگرانی از آینده از دست بدهیم، روزهای زیادی را بی‌دلیل هدر داده‌ایم. باید یاد بگیریم که از لحظه‌های کوچک زندگی لذت ببریم، یک فنجان چای گرم، صدای باران، دیدار با دوستان، خندیدن از ته دل و حتی نفس کشیدن. این لحظه‌ها همان چیزی هستند که در آینده از آنها خاطره خواهیم ساخت. زندگی یک مسیر است، نه مقصد. اگر در گذشته بمانیم، مسیر را از دست می‌دهیم. اگر بیش از حد نگران آینده باشیم، از لذت بردن از مسیر بازمی‌مانیم. بهترین کار این است که از گذشته درس بگیریم، برای آینده تلاش کنیم، اما در لحظه حال زندگی کنیم. با قدردانی، مهربانی و پذیرش آنچه هست، می‌توانیم سفری آرام‌تر و شادتر را تجربه کنیم.

ادامه مطلب نوری علویه... از صفحه ۵۰

در نتیجه، هیچ حزب مستقل سیاسی زنانه‌ای وجود نداشت و زنان در قالب انجمن‌ها و اتحادیه‌ها به فعالیت‌های آگاهی‌بخش مشغول بودند. برای مثال، در سال ۱۹۲۰ میلادی هدی شعراوی «اتحادیه‌ی فمینیستی مصر» را تأسیس کرد که سازمانی مدنی بود و بر آموزش و اصلاحات اجتماعی به سود زنان تمرکز می‌کرد. در ایران، لبنان، سوریه و عراق نیز شرایط مشابهی وجود داشت و تا سال ۱۹۳۰ اکثر جنبش‌های زنان بر مسائل اجتماعی و آموزش زنان متمرکز بودند. در نهایت، حزب خلق زنان به دستور دولت منحل شد و اعضای آن ناگزیر از هفتم فوریه ۱۹۲۴ میلادی در قالب «اتحادیه زنان ترکیه» به فعالیت خود ادامه دادند. اما فشار بر اعضای این اتحادیه پایان نیافت و دولت آنها را مجبور کرد که با تن دادن به عضویت مردان در این اتحادیه آن را از حالت تک‌جنسیتی خارج کنند. با وجود این، دولت جمهوری ترکیه هرگز نامزدی اعضای این اتحادیه، اعم از زن یا مرد، را در هیچ انتخاباتی نپذیرفت و فشارها و شایعات تا جایی پیش رفت که سرانجام این اتحادیه عملاً به یک گروه فمینیست دولتی تبدیل شد. در سال ۱۹۲۷ میلادی با طرح اتهاماتی نژیه محی‌الدین را از ریاست اتحادیه کنار گذاشتند و لطیفه بگیر را جایگزین او کردند. از آن پس این اتحادیه از مطالبه‌ی حقوق سیاسی زنان دست برداشت و اعلام کرد که «ما مانند نژیه خانم دنبال رؤیا نمی‌رویم».

به دستور آتاتورک این اتحادیه صرفاً به فعالیت‌های خیریه و آموزشی پرداخت و سرانجام در سال ۱۹۳۵ منحل شد. نژیه محی‌الدین مدتی به اتهام به هم خوردن تعادل روانی در تیمارستان بستری شد و بعدها دولت وقت بارها تقاضای او برای نامزدی در انتخابات مجلس و شهرداری را رد کرد. او تا واپسین روزهای عمر به نگارش رمان‌ها و داستان‌هایی مشغول بود که تصویری از تنهایی و سرخوردگی زنان در حکومت مردان ارائه می‌کرد. او در سال ۱۹۵۸ میلادی از دنیا رفت.

ادامه مطلب آمریکایی که می‌شناختید... از صفحه ۳۳

همان‌طور که لئون آرون، متخصص روسیه و نویسنده کتاب تحسین‌شده «سواری بر ببر: روسیه ولادیمیر پوتین و استفاده از جنگ» به من گفت: «پوتین به دنبال "صلح در اوکراین" نیست. او به دنبال "پیروزی در اوکراین" است»، زیرا بدون یک پیروزی، او در داخل روسیه به شدت آسیب‌پذیر خواهد بود. دموکراسی‌های سرمایه‌داری برای صلح حاضرند هر کاری بکنند، اما خودکامگان مانند پوتین برای پیروزی حاضرند دست به هر اقدامی بزنند. ما باید این معادله را برعکس کنیم».

آرون افزود که راه رسیدن به این هدف، این است که به پوتین نشان دهیم متحدان غربی نه تنها شرط او را قبول دارند، بلکه آن را بالاتر خواهند برد، «نه اینکه یک ملت قهرمان را که برای حفظ اروپایی آزاد و یکپارچه مبارزه می‌کند، بدنام کنیم».

ما باید از اوکراینی‌ها حمایت کنیم تا بهترین توافق ممکن را به دست آورند. این توافق احتمالاً باید شامل آتش‌بس در مناطقی باشد که در حال حاضر در کنترل روسیه است، به گونه‌ای که کنترل بالفعل پوتین بر بخش‌هایی از شرق اوکراین به رسمیت شناخته شود، تعلیق عضویت اوکراین در ناتو، و لغو تحریم‌های غرب علیه روسیه، اما فقط زمانی که روسیه ارتش تهاجمی خود را از خاک اوکراین خارج کند. در مقابل، پوتین باید حضور نیروهای حافظ صلح اروپایی در اوکراین و ایجاد یک منطقه پرواز ممنوع بر فراز این کشور آزاد و مستقل را بپذیرد، که ایالات متحده نیز مسئولیت تضمین آن را بر عهده خواهد داشت تا اطمینان حاصل شود که ارتش پوتین دیگر باز نخواهد گشت. همچنین، روسیه باید از هرگونه دخالت در روند عضویت اوکراین در اتحادیه اروپا خودداری کند.

ایالات متحده باید مصرانه بر ورود اوکراین به اتحادیه اروپا تأکید کند، فرآیند مذاکراتی که کیف در حال حاضر درگیر آن است. من می‌خواهم که مردم روسیه هر روز به اوکراین نگاه کنند و یک دموکراسی اسلاوی موفق، با بازار آزاد و شکوفا را ببینند و از خود بپرسند که چرا آنها باید در یک خودکامگی غارتگرانه پوتینی زندگی کنند. از نظر من، کل این جنگ هرگز درباره ممانعت از ورود اوکراین به ناتو نبوده است. چیزی که پوتین واقعاً از آن می‌ترسد، ورود اوکراین به اتحادیه اروپاست.

یکی از محققان روابط بین‌الملل در روسیه، که فقط به صورت خصوصی می‌تواند صحبت کند، از مسکو به من گفت که تیم پوتین، تیم ترامپ را مثل یک «خودروی سیرک» می‌بیند، پر از افراد آماتور، طعمه‌های آسان برای پوتین زیرک و بدبین. هدف نهایی پوتین چیست؟ «MRGA عظمت را به روسیه بازگردان (و عظمت آمریکا را کمتر کن)».

این کارشناس روس افزود، هدف بلندمدت پوتین این است که افول هژمونی ایالات متحده را مدیریت کند، به گونه‌ای که آمریکا فقط به یک قدرت بزرگ هم‌سطح دیگر تبدیل شود، تمرکزش را بر نیمکره غربی معطوف کند و از لحاظ نظامی از اروپا و آسیا عقب‌نشینی نماید. پوتین، ترامپ را به عنوان ابزار خام خود برای «مدیریت این افول اجتناب‌ناپذیر» می‌بیند. آیا ترامپ و جمهوری خواهان دنباله‌روی او روزی به این واقعیت پی خواهند برد؟ شاید، اما وقتی که دیگر خیلی دیر شده باشد.

ادامه مطلب چرا آمریکا و... از صفحه ۲

ایران به عنوان یک کارت بازی در سیاست جهانی عمل می‌کند. آمریکا و اروپا از ایران به عنوان ابزاری برای فشار بر دیگر کشورها استفاده می‌کنند. به عنوان مثال در مذاکرات با چین، تهدید می‌کنند که اگر چین بیش از حد به ایران نزدیک شود، فشارهای اقتصادی بیشتری وارد خواهند کرد. در روابط با روسیه، از ایران به عنوان یک اهرم استفاده می‌کنند تا توازن قوا را در منطقه حفظ کنند. این نشان می‌دهد که جمهوری اسلامی ایران، علیرغم تمام درگیری‌هایش با غرب، همچنان نقشی در محاسبات استراتژیک آنها دارد.

با توجه به این دلایل، مشخص است که آمریکا و اروپا نه تنها تمایلی به سرنگونی جمهوری اسلامی ایران ندارند، بلکه وجود آن را تا حدی به نفع خود می‌بینند. این حکومت، در عین ایجاد چالش برای غرب، به آنها امکان می‌دهد که منافع خود را در خاورمیانه حفظ کنند، اسلحه بفروشند، حضور نظامی خود را توجیه کنند و از تحریم‌ها بهره‌برداری اقتصادی کنند. اگرچه برخی دولت‌های غربی از تغییرات در ایران صحبت می‌کنند، اما در عمل، آنها بیشتر به مدیریت بحران علاقه دارند تا سرنگونی کامل حکومت. این بازی سیاست بین‌المللی، نشان‌دهنده آن است که تغییر در ایران، بیش از آنکه به اراده خارجی بستگی داشته باشد، به خواست و حرکت مردم ایران مرتبط است.

ادامه مطلب امن کردن جهان... از صفحه ۲۳

نیازی به توضیح نیست که ایالات متحده همین حالا در حال تجربه بازپرسالاری است. آنچه درباره دولت ترامپ شگفت‌آور است، میزان آشکار بودن فساد در آن است. این دولت، بازرسان کل را که وظیفه‌شان نظارت بر فساد و مقابله با آن بود، برکنار کرده است، از اجرای «قانون اعمال فساد خارجی» سر باز زده است، و تصمیماتی اتخاذ کرده که به نفع منافع تجاری شریک جرم خود، ایلان ماسک، بوده است. غول‌های فناوری مانند مارک زاکربرگ و جف بزوس با هدایایی صدها میلیون دلاری در مراسم تحلیف ترامپ شرکت کردند، به این امید که پادشاه بر آنان نظر لطف بیفکند. همان‌طور که ترامپ تعرفه‌هایی را بر بسیاری از کشورهای جهان تحمیل می‌کند، سیل تازه‌ای از متقاضیان معافیت از این تعرفه‌ها به راه خواهد افتاد، که این فرایند از طریق پرداخت‌های جانبی شخصی تسهیل خواهد شد. این نوع فساد، ویژگی اصلی اقتدارگرایی مدرن است. برای بلشویک‌ها، نازی‌ها یا مائوئیست‌ها، هدف اصلی، ثروت‌اندوزی شخصی نبود. در مقابل، دشمنان دموکراسی لیبرال امروز، عمدتاً استدلال ایدئولوژیکی علیه آن ارائه نمی‌کنند، همان‌طور که مارکسیست‌ها در گذشته می‌کردند. بلکه آنها نهادهای قانونی را مانعی بر سر راه منافع شخصی خود می‌بینند و صرفاً از سر خودخواهی به این نهادها حمله می‌کنند. حاکمان ونزوئلا یا گروه فارک در کلمبیا ممکن است کار خود را به‌عنوان سوسیالیست یا مارکسیست آغاز کرده باشند، اما در نهایت به باندهای جنایتکار تبدیل شده‌اند. کره شمالی نیز در گیر مجموعه‌ای از فعالیت‌های مجرمانه از جمله قاچاق اسلحه، تجارت مواد مخدر و اخاذی است.

بنابراین، آمریکا در حال تجربه روند بازپرسالاری است، درست مانند بسیاری از جوامع دیگر پیش از آن. در گذشته، جهان بر اساس ایدئولوژی‌ها تقسیم شده بود، اما امروز بیشتر شبیه به جنگ باندهای تبهکاری بر سر قلمرو و شبکه‌های حمایت مالی است. دانمارک همیشه جایی بود که رسیدن به آن دشوار بود، اما اکنون بیشتر شبیه به یک رؤیای دست‌نیافتنی شده است.

ادامه مطلب جاسوسان در میان... از صفحه ۲۳

استفاده از رسانه‌های اجتماعی: برخی جاسوسان از طریق شبکه‌های اجتماعی مانند اینستاگرام، توییتر و لینکدین، افراد را تحت نظر گرفته و اطلاعاتی درباره آن‌ها جمع‌آوری می‌کنند.

فریبکاری و ایجاد روابط صمیمانه: برخی جاسوسان با استفاده از تکنیک‌های روانشناسی، روابط احساسی یا دوستانه‌ای با افراد مهم برقرار می‌کنند تا به اطلاعات موردنظر خود دست یابند.

ارسال اطلاعات از طریق روش‌های رمزگذاری شده: جاسوسان معمولاً برای انتقال اطلاعات از روش‌های رمزگذاری شده، مانند پیام‌های مخفی، ایمیل‌های رمزنگاری‌شده، یا حتی روش‌های سنتی مانند استفاده از کدهای مخفی در کتاب‌ها یا روزنامه‌ها، استفاده می‌کنند.

چگونه جاسوسان را شناسایی کنیم؟: شناسایی جاسوسان در دنیای واقعی کار ساده‌ای نیست، اما برخی نشانه‌ها می‌توانند احتمال جاسوس بودن یک فرد را افزایش دهند:

- * تلاش برای کسب اطلاعات حساس بدون دلیل مشخص
- * سابقه نامشخص یا داستان‌های ناهماهنگ درباره گذشته‌شان
- * سفرهای غیرعادی و مکرر بدون توضیح قانع‌کننده
- * استفاده از زبان‌های مختلف یا مهارت‌های فنی غیرمنتظره
- * عدم تمایل به ارائه اطلاعات شخصی در حالی که درباره زندگی دیگران کنجکاوی زیادی دارند

البته، این نشانه‌ها به تنهایی کافی نیستند و نباید بدون دلیل به کسی اتهام جاسوسی زد، اما در شرایط خاص، می‌توان با دقت بیشتری رفتارهای مشکوک را زیر نظر گرفت.

چگونه از جاسوسی جلوگیری کنیم؟: برای محافظت از اطلاعات شخصی و سازمانی، می‌توان اقدامات زیر را انجام داد:

مراقبت از اطلاعات شخصی و حساس: هرگز اطلاعات حساس را در شبکه‌های اجتماعی یا مکان‌های عمومی فاش نکنید.

احراز هویت افراد در موقعیت‌های حساس: در محیط‌های کاری و اجتماعی، از اعتبار افرادی که به اطلاعات حساس دسترسی دارند اطمینان حاصل کنید.

استفاده از رمزنگاری و امنیت سایبری: همیشه از ابزارهای امنیتی برای حفاظت از

ادامه مطلب گیکه مرد... از صفحه ۲۴

بعد نوبت به خود آقای خروشچف می‌رسد. آقای خروشچف را خود سر و ماجراجو و به اصطلاح خودشان ریویزیونیست و دشمن انقلاب اعلام می‌کنند و توسط آقای لئونید برژنف برکنار می‌شود، به یک ویلای خصوصی در حوالی مسکو منتقل می‌شود و تا آخر عمر در آنجا تحت نظر قرار می‌گیرد و در سپتامبر ۱۹۷۱ دق کش می‌شود و حتی به خانواده‌اش اجازه نمی‌دهند در مراسم خاکسپاری‌اش حضور داشته باشند. وقتی آقای برژنف به رحمت خدا رفت و گورباچف به جایش نشست تازه معلوم شد که این گفتار پیر، یعنی جناب برژنف، بدترین ضربه‌ها را به روسیه زده و سال‌ها جلوی پیشرفت آن کشور را گرفته است (خوب شد زنده نماند وگرنه او هم یکی از کشتگان انقلاب می‌شد).

در زمان آقای گورباچف بود که معلوم شد ای آقا! اصلاً کل حزب کمونیست روسیه خائن و دشمن خلق قهرمان بوده است! و آن هنگام که اتحاد جماهیر شوروی با آن ید و بیضا و آن پرده‌های آهنین و آن سرویس‌های جاسوسی و آدمکشی‌اش فرو می‌ریزد، معلوم می‌شود خود آقای گورباچف هم مامور امپریالیسم جهانی و دشمن انقلاب کبیر و دشمن روسیه کبیر و خلق کبیر بوده و از سازمان‌های جاسوسی آمریکا و انگلستان و فرانسه و آلمان و ساحل عاج حقوق و مواجب می‌گرفته است! وقتی آدم سرگذشت انقلاب اکتبر روسیه را می‌خواند و می‌بیند چگونه فرزندان خود را یک به یک خورده است، به یاد انقلاب ایران و شباهت‌هایش با انقلاب روسیه می‌افتد. به یاد قطب زاده، ابراهیم یزدی، ابوالحسن بنی‌صدر، رفسنجانی، موسوی، کروبی، مهدی بازرگان، یدالله سبحانی، سنجابی، تاج زاده، گلزاده غفوری، دستمالچی، منتظری، و هزاران تن دیگر می‌افتد که در شکل‌گیری و پیروزی این انقلاب نکبت نقش داشته‌اند.

خوب شد این رفیق‌های سابق و اسبق مان شکر خدا به جایی نرسیدند و بر اسب مرادی سوار نشدند و با همه شامورتی بازی‌ها و کله معلق زدن‌های انقلابی! کسی نگفت عمو جان خرت به چندی! و گرنه معلوم نبود ما را هم به نام دشمن خلق و خائن به انقلاب و جاسوس امپریالیسم به دادگاه می‌کشاندند و تا حالا هفت تا کفن هم پوسانده بودیم! راستی؟ چطوری رفیق!؟

ادامه مطلب تازه‌های دنیای پزشکی... از صفحه ۲۵

مصرف این‌ها در آمریکا ممنوع است، ولی در ایالت‌های مختلف قوانین خاص خود را دارد. در آمریکا برای اولین بار در ایالت اورگان (Oregon) تحت شرایط خاصی مورد استفاده قرار گرفتند و با اثر خود روی مغز تغییرات مهمی در برداشت افراد از محیط و خود به وجود می‌آورند و افراد را دچار توهم Hallucinations می‌کنند. افرادی که دچار بیماری شدید روانی نظیر اسکیزوفرنی Schizophrenie هستند، نباید آن‌ها را مصرف کنند. شواهدی در دست نیست که قارچ‌ها ایجاد اعتیاد می‌کنند و اثرات آن‌ها پس از ۱۲ ساعت از بین می‌رود.

خودکشی: یکی از علائم اضطراب و افسردگی فکر کردن به خودکشی است. این حالت در بین دو بیماری متفاوت است. افرادی که از هر دو بیماری رنج می‌برند، حدود ۵۰ درصد بیشتر به فکر خودکشی می‌افتند تا افرادی که یک بیماری را دارند. در چنین مواردی بیمار یا نزدیکان او باید با روان‌پزشک مشورت کنند و بیمار را از مرگ نجات دهند.

اضطراب و افسردگی در جوامع پیشرفته و کشورهای صنعتی نظیر آمریکا و اروپا به دلیل رقابت‌های گوناگون بیشتر مشهود است و یکی از معضلات این جوامع است که به خصوص بین جوان‌ترها بیشتر دیده می‌شود. در هر دو مورد هنوز تحقیقات زیادی در حال انجام است تا شاید بتوان آن‌ها را کنترل و به بیماران کمک کرد.

داده‌های خود استفاده کنید.

آموزش و آگاهی: کارمندان و افراد مهم در سازمان‌ها باید در مورد روش‌های جاسوسی آموزش ببینند تا در برابر آن‌ها مقاوم‌تر شوند.

جاسوسان ممکن است در لباس افراد عادی، در میان ما زندگی کنند و به جمع‌آوری اطلاعات حساس بپردازند. آن‌ها می‌توانند برای دولت‌ها، شرکت‌ها، گروه‌های جنایی یا سازمان‌های سیاسی فعالیت کنند. روش‌های مختلفی برای جاسوسی وجود دارد، از جمله نفوذ در سازمان‌ها، شنود مکالمات و استفاده از رسانه‌های اجتماعی. برای محافظت از خود و جامعه در برابر جاسوسان، باید آگاه باشیم، اطلاعات حساس را محافظت کنیم و مراقب افراد مشکوک باشیم. اگرچه همه اطرافیان ما جاسوس نیستند، اما هوشیاری در برابر چنین تهدیداتی می‌تواند امنیت فردی و اجتماعی را افزایش دهد.

ادامه مطلب درباره لنین... از صفحه ۱۰

مرگ رهبر و آغاز دیکتاتوری استالین: در سال ۱۹۲۲، نام «اتحاد جماهیر شوروی سوسیالیستی» برای روسیه برگزیده می‌شود. در ماه آوریل، استالین به‌عنوان «دیرکل حزب کمونیست» انتخاب می‌شود. در ماه مه، لنین دچار سکته مغزی شده و نیمی از بدنش فلج می‌شود. اگرچه مدتی بعد بهبود می‌یابد و دوباره به کار می‌پردازد، اما در پایان همان سال، دومین سکته مغزی او را به‌شدت ناتوان می‌کند و تا پایان عمر بستری و از کار افتاده می‌شود. در همین دوران، کشمکش‌های سیاسی بین استالین و تروتسکی برای به‌دست گرفتن قدرت شدت می‌یابد. لنین به‌شدت نگران رفتار و اهداف استالین است و خواهان برکناری او از دبیرکلی حزب می‌شود. او وصیت‌نامه سیاسی‌اش را می‌نویسد و در آن، به سیاست‌های آینده حزب و موضوع جانشینی خود می‌پردازد. این وصیت‌نامه ۳۳ سال بعد منتشر می‌شود. اما استالین با مهارت، شرایط را به نفع خود مدیریت می‌کند.

لنن در شهرکی به نام «گورکی» در نزدیکی مسکو بستری است. در ژانویه ۱۹۲۴، سومین سکته مغزی او را از پا درمی‌آورد. بنیان‌گذار نخستین کشور سوسیالیستی جهان در گذشت. استالین تصمیم می‌گیرد جسد لنن را مومیایی و نگهداری کند. تروتسکی مخالفت می‌کند، اما موفق به جلوگیری از این اقدام نمی‌شود. جسد لنن درون محفظه‌ای شیشه‌ای قرار می‌گیرد و در آرامگاهی در میدان سرخ مسکو نگهداری می‌شود. این آرامگاه به بزرگ‌ترین زیارتگاه کمونیسم جهان تبدیل می‌شود. پایتخت تزارهای روس، «پتروگراد»، به افتخار لنن به «لنینگراد» تغییر نام می‌یابد. استالین، در سایه محبوبیت عظیم لنن، پایه‌های دیکتاتوری وحشتناک خود را مستحکم می‌کند. لنن و کمونیسم، به دست استالین، «مومیایی» می‌شوند.

ویژگی‌های شخصیتی لنن: بسیاری از نویسندگان بر این باورند که لنن از ویژگی‌های روانی و اخلاقی خاصی برخوردار بود که او را قادر ساخت بزرگ‌ترین انقلاب تاریخ را در روسیه به پیروزی برساند. از دوران کودکی، حافظه‌ای قوی و توانایی درک مسائل پیچیده داشت. انضباط شدید، سخت‌کوشی و تحمل دشواری‌ها از خصوصیات بارز او بودند. لنن شخصیتی جذاب و تأثیرگذار داشت و به سادگی دیگران را متقاعد می‌کرد. برخی او را یک «مرد عمل» می‌دانند که اهدافش را روشن ترسیم و با سرسختی دنبال می‌کرد. بااین‌حال، برخی منتقدان او را در درک برخی واقعیت‌های سیاسی ناتوان می‌دانستند. در مجموع، لنن مردی تأثیرگذار در تاریخ بود که نقش او در تحولات سیاسی قرن بیستم انکارناپذیر است.

در «طریقه حکومت زمان خان» حاکم با لطایف الحیل از یک مشروب فروش ارمنی و یک فاحشه پول می‌گیرد. تمام این‌ها در ایران یکصد سال پیش و مدت‌ها بعد از آن هم می‌توانست اتفاق بیفتد.^(۸)

۱- برای تحلیل نمایش نامه‌های آخوندزاده نگاه کنید به

Collected Dramatic Works of Mirza Fathali Akhundzadeh and the Story of Yusuf Shah Edited by Hasan Javadi, Mazda Publications, Costa Mesa, CA, 2019

و فریدون آدمیت - اندیشه‌های میرزا فتحعلی آخوندزاده تهران، خوارزمی ۱۳۵۰ و A. Vahap Yurtsever, Mirza Fath Ali Akunzadenin Hayati ve Eserleri, Ankara, 1950.

۲- از صبا تا نیما، ج ۱، ص ۳۵۶

۳- از صبا تا نیما، ج ۱، ص ۳۵۹ و مقاله نگارنده و فرخ غفاری در - Encyclopaedia Irani ca زیر Agha Tabrizi جلد ۲، ص ۱۸۳-۱۸۲، و یا در اینترنت در سایت Iranica

۴- درباره میرزا آقا تبریزی، رجوع به مقاله بالا. همچنین H. Evans, "An Enquiry into the Authorship of Three Persian Plays Attributed to Malkom Khan," Central Asian Review 15, 1967, pp. 21-25

۵- میرزا آقا تبریزی، پنج نمایش نامه، به کوشش ح. صدیق، تهران ۱۳۳۶، ص ۲۱۱-۱۹۸

۶- همان جا، ص ۱۹۸.

7. August Bricteux, Les Comedies de Malkom Khan: Les mesaventures d'Ashraf Khan, Zaman Khan ou Le gouverneur modele; Les tribulations de Chah Qouli Mirza, Bibliotheque de la Faculte de Philosophie et Letters l'Universite de Liege, 1933, p. 6.

۸- همان جا، ص ۱۹۸.

ادامه مطلب طنز در نمایش نامه‌های... از صفحه ۶

به سال ۱۹۰۸ هنگامی که این نمایش نامه‌ها به صورت پاورقی در روزنامه اتحاد تبریز چاپ می‌شدند، محمد علی شاه مجلس را به توپ بست و در اثر به قدرت رسیدن مستبدان، این روزنامه بسته شد. به سال ۱۹۲۲ سه متن از این نمایش نامه‌ها در کتابخانه مستشرق آلمانی بارون روزن پیدا شدند و به عنوان آثار میرزا ملکم خان به چاپ رسیدند. در سال‌های بعد چند ترجمه از این نمایش نامه‌ها در اروپا چاپ شدند که همه آنها را از آثار ملکم خان دانستند. تنها در اواسط قرن بیستم بود که اصل آنها در آرشیو آخوندزاده در باکو کشف شد و هویت مؤلف اصلی معلوم گشت.^(۳) از زندگی میرزا آقا تبریزی جز چند نکته که درباره خودش در نامه‌ای که به همراه آثارش برای آخوندزاده فرستاده نوشته است، چیز دیگری در دست نداریم، می‌دانیم که او فرانسه و روسی می‌دانست و هنگام نوشتن نمایشنامه‌ها بین سی تا چهل سال داشته است. مطابق گفته خودش چند سال در دارالفنون درس داده و در هیأت نمایندگی ایران به بغداد و استانبول رفته بود.^(۴)

اولین نمایش نامه در مجموعه‌ای که به نام ملکم چاپ شد، «سرگذشت اشرف خان حاکم عربستان» است و شرح می‌دهد چگونه حکومت شهرهای مختلف توسط دولت در تهران به کسانی فروخته می‌شود که بهترین بها را بپردازند. «حکایت کربلا رفتن شاهقلی میرزا و سرگذشت ایام توقف چندروزه در کرمانشاهان...» و «طریقه حکومت زمانخان بروجرودی» هر دو شرح می‌دهند چگونه حاکمانی که حکومت شهری را خریده‌اند، با اعمال زور و فشار از مردم پول می‌گیرند و ثمره سرمایه‌گذاری خود را به دست می‌آورند. دومین نمایش نامه شرحی است مضحک و طنزآمیز درباره شاهزاده‌ای ترسو و ابله که تنها هدفش در آوردن پول از مردم کرمانشاه است، ولی عاقبت به دام حيله پسر عموی خود می‌افتد. علاوه بر این سه قطعه تئاتر که در اوایل قرن بیستم در چاپخانه کلاویانی برلین به نام ملکم خان ناظم الدوله به چاپ رسید، در اواسط قرن بیستم دو نمایش نامه دیگر به همت ایران‌شناسان جمهوری آذربایجان از میرزا آقا به دست آمد، یکی «حکایت عاشق شدن آقاهاشم خلخالی به ساراخانم دختر حاجی پیرقلی و سرگذشت آن ایام» و دیگری «حاجی مرشد کیمیاگر» نمایش نامه اخیر به نظر می‌رسد که تقلیدی باشد از «ملا ابراهیم خلیل کیمیاگر» نوشته آخوندزاده و هر دو اثر کیمیاگری و کسانی را که به این عنوان گوش مردم را می‌برند، مورد انتقاد قرار می‌دهند. «حکایت آقاهاشم خلخالی» ازدواج‌هایی را که پدر و مادرها ترتیب می‌دهند، انتقاد می‌کند و نشان می‌دهد چگونه ثروت یک خانواده مانع رسیدن عاشق و معشوق به هم می‌شود.

هر چند میرزا آقا می‌گوید در آثار خویش از آخوندزاده تقلید کرده است، ولی به طور کلی با اصول نمایش نامه نویسی غربی آشنایی ندارد. آخوندزاده در نامه‌ای که به میرزا آقا نوشته است، نبوغ و استعداد او را می‌ستاید ولی خاطرنشان می‌سازد که نمایش نامه‌های او بیشتر به صورت حکایت هستند تا آثار نمایشی.^(۵) سپس آخوندزاده شرحی مفصل از خصوصیات تئاتر و همچنین نمایش نامه می‌دهد و انتقادات جالبی از آثار میرزا آقا می‌کند.^(۶) اگوست بریکتو که سه نمایش نامه اولیه میرزا آقا را به فرانسه ترجمه کرده است، می‌گوید «این‌ها به معنی واقعی کلمه کمدی نیستند، بلکه مضحکه ۲۲ (Farce) (یا به آلمانی Schwanke) چنان که بارون روزن آنها را می‌نامد) هستند، و یا اگر تعبیری مؤدبانه‌تری به کار ببریم طرح‌ها و صحنه‌هایی هستند همراه با دیالوگ. تغییرات بیش از حد در صحنه‌ها اجازه نمی‌دهند آنها را اجرا کرد، در حالی که به صورت فیلم، فوق‌العاده مناسب خواهند بود.»^(۷) ناگفته نماند که گفتگوها خیلی جالب و زنده هستند و نویسنده خصوصیات و حتی لهجه هر شخصیتی را به خوبی نشان می‌دهد. نمونه‌ای جالب از این لحاظ در نمایش نامه «زمان خان» وجود دارد که حاکم می‌خواهد از یک مغازه دار ارمنی به زور پولی بگیرد لهجه ارمنی و نحوه مکالمه این مرد به طرز جالبی نشان داده شده است.

همان طور که گفته شد موضوع کلی این نمایشنامه‌ها بیشتر فساد دستگاه حکومتی است. اگوست بریکتو می‌نویسد: «این‌ها شاهکار طنز و شوخی هستند، آن نوع کمدی که جالب‌ترین قطعات آثار اولیه مولیر را به یاد انسان می‌آورد (آثار دیگری که من از این قبیل دیده‌ام «دکتر کنوک» نوشته ژول رومن و بازرس کل از گوگول هستند.) مایه تأسف این جاست که این کمدی‌ها نتیجه معرفی بی‌کم و کاست واقعیت‌هاست. در «سرگذشت اشرف خان» او باید روزهای متوالی متحمل اخاذی‌ها و باج سبیل گرفتن‌ها باشد تا بتواند منصب و خلعت حکومت را به دست آورد.

ادامه مطلب خودشیفتگی... از صفحه ۴۲

برخی از معیارهای تشخیصی شامل:

- الگوی پایدار بزرگ منشی در رفتار یا فانتزی.

- نیاز به تحسین مداوم.

- عدم همدلی.

- رفتارهای استثماری در روابط بین فردی.

درمان خودشیفتگی: درمان خودشیفتگی معمولاً شامل روان درمانی است و ممکن است داروهایی برای کنترل علائم مرتبط مانند افسردگی یا اضطراب تجویز شود. برخی از روش‌های درمانی شامل:

روان درمانی: درمان‌هایی مانند درمان شناختی-رفتاری (CBT) می‌تواند به فرد کمک کند تا الگوهای فکری و رفتاری خود را تغییر دهد.

گروه درمانی: می‌تواند به فرد کمک کند تا روابط بین فردی خود را بهبود بخشد.

دارو درمانی: اگر علائمی مانند افسردگی یا اضطراب وجود داشته باشد، ممکن است دارو تجویز شود.

زندگی با فرد خودشیفته: زندگی با فرد خودشیفته می‌تواند چالش برانگیز باشد. برخی از راهکارها برای مدیریت این شرایط شامل:

تعیین مرزهای مشخص: تعیین مرزهای واضح و پایبند بودن به آنها.

پرهیز از درگیری‌های بی‌ثمر: اجتناب از بحث‌ها و درگیری‌هایی که ممکن است به تحقیر یا سرزنش منجر شود.

درخواست کمک حرفه‌ای: مشاوره با یک روانشناس یا درمانگر می‌تواند به بهبود روابط کمک کند.

خودشیفتگی یک اختلال پیچیده است که می‌تواند تأثیرات عمیقی بر زندگی فرد و اطرافیانش داشته باشد. درک علائم، علل و روش‌های درمانی می‌تواند به مدیریت بهتر این شرایط کمک کند. اگر شما یا کسی که می‌شناسید با خودشیفتگی دست و پنجه نرم می‌کند، کمک گرفتن از یک متخصص سلامت روان می‌تواند اولین گام به سوی بهبود باشد.

ادامه مطلب هنوز هم می‌شود... از صفحه ۱۳

به گفته کیانوش رزاقی، اگر قاچاقچیان انسان یا افرادی که به مهاجران غیر قانونی کمک می‌کنند قصد کلاهبرداری هم نداشته باشند، شرایط غیر قابل پیش‌بینی و ریسکی است. حتی در دوره بایدن هم که سخت‌گیری فعلی وجود نداشت، هر روز یک اتفاق جدید در مرز می‌افتاد. مقررات هفته به هفته تغییر می‌کرد. اگر کسی وارد این پروسه شود که شصت روزه از برزیل یا ونزوئلا برسد مکزیک، باز هم امکان پیش‌بینی این که لب مرز با چه چیزی مواجه می‌شود وجود ندارد. در بهترین و خوش‌بینانه‌ترین حالت هر چه می‌گویند مبتنی بر تجارب قبلی است، او با اشاره به دیپورت‌های اخیر می‌گوید: «این هم‌وطنان مان که این راه را آمده بودند مگر تصور می‌کردند که دیپورت می‌شوند یا قرار است چند ماه زندانی شوند؟ به آنها می‌گویند نهایت دو روز تا یک هفته زندان هستی و خیلی زود آزاد می‌شوی. اما در واقع هیچ چیز قابل پیش‌بینی نیست.»

رضا یکی افرادی است که سال گذشته مسیر برزیل تا مکزیک و آمریکا را پیموده است، از مرز هم رد شده و بازداشت شده است. او هشت ماه را در زندان گذرانده و دو هفته پیش با امضای برگه دیپورت خودخواسته به ایران بازگشته است. او شرایط روحی خوبی ندارد و قرار است زمانی که حالش بهتر شد، تجربیاتش را با ما در میان بگذارد. کیانوش رزاقی می‌گوید: «موضوع وقتی تلخ‌تر می‌شود که بدانیم هم‌وطنان ما وقتی تن به این نوع مهاجرت می‌دهند تا حدودی ریسک‌ها را می‌دانند اما آنقدر مستاصل هستند که به قول معروف دل به دریا می‌زنند.»

ادامه مطلب مشقی تازه... از صفحه ۱۹

نخستین اثر منظوم نیما: اولین اثر منظوم نیما یوشیج، قصه‌ای است به نام قصه رنگ پریده. خود نیما می‌گوید: «من پیش از آن، شعری در دست نداشتم.» این قصه را نیما در سال ۱۳۳۹ ه ق (اسفند ۱۲۹۹ شمسی) سروده و یک سال بعد منتشر کرده است. بخش‌هایی از آن با عنوان دل‌های خونین در منتخب آثار تألیف

ادامه مطلب خاطراتی از هنرمندان... از صفحه ۳۹

یکی از نمایندگان مجلس که نامش را بیشتر از دیگران می‌شنیدم «ارباب کیخسرو شاهرخ» بود. در آن شب ارباب هم آمده بود و مدتی با مختاری رئیس شهربانی و سایرین گفتگو کرد. مختاری بعد از یک ساعت خداحافظی کرد و رفت و کمی پس از آن برای ارباب کیخسرو پیغام آوردند که رئیس مجلس شورای ملی «محتشم السلطنه اسفندیاری» شما را برای یک کار ضروری و فوری احضار کرده است. شاهرخ رئیس کمیسیون تدارکات مجلس بود. ارباب هم ناچار از صاحب مجلس عذر خواست و به اتفاق راننده اش از محل جشن خارج شد. این باغ بعدها به وسیله مسعود نکوئی به بنگاه حمایت کودکان واگذار گردید. فردا عصر، من در ایستگاه تجریش یک شماره روزنامه اطلاعات خریدم و در صفحه اول آن خبری را خواندم که موجب حیرت و در عین حال ناراحتی ام شد. اطلاعات خبر در گذشت ارباب کیخسرو شاهرخ را به علت سکنه به این شرح چاپ کرده بود: «شب گذشته ارباب کیخسرو شاهرخ نماینده مجلس در یک مجلس عروسی دعوت داشت. پس از خروج از محل میهمانی بنا به گفته راننده اش احساس ناراحتی می‌کند و تصمیم می‌گیرد که در خیابان پهلوی قدم بزند. نیم ساعت بعد که راننده از تأخیر ارباب نگران می‌شود و به جستجوی او می‌پردازد جسد وی را در حالی که در داخل جوی آب افتاده می‌بیند و فوراً موضوع را به اطلاع پلیس می‌رساند. گفته می‌شود که علت مرگ سکنه قلبی بوده است.»

اما پس از حوادث شهریور و خروج رضا شاه از ایران، فرزند ارباب کیخسرو «بهرام شاهرخ» که مدتی هم مدیر کل انتشارات و رادیو بود اعلام کرد که پدرش به دست عمال مختاری به قتل رسیده است. زیرا در آن روزها وی «بهرام شاهرخ» گوینده رادیو برلین بوده و رضا شاه را مورد حملات سخت خود قرار می‌داده است. چند بار شاه به ارباب کیخسرو می‌گوید: «جلوی پسر را بگیر» ولی ارباب با کمال صداقت جواب می‌دهد که هیچگونه رابطه‌ای با پسر ندارم و او به حرف و دستور من عمل نمی‌کند. درباره رکن الدین مختاری بسیاری از هنرمندان و اساتید فن اظهار نظرهایی کرده‌اند که اظهار نظر استاد روح الله خالقی از همه جالب‌تر است: «ای کاش مختار به دنبال هنرش و سازش می‌رفت و در فکر به دست آوردن مقام نبود تا ما امروز بتوانیم از شخصیت هنری این نوازنده چیره دست پیش از اینها بگویم.»

ادامه مطلب نیمکره چپ... از صفحه ۳۶

بهترین حالت این است که از هر دو نیمکره به‌صورت متعادل استفاده کنید. برخی از راه‌های تقویت تعادل بین دو نیمکره شامل موارد زیر است:

برای تقویت نیمکره چپ: حل مسائل منطقی، تمرین ریاضی، خواندن متون علمی و تحلیل داده‌ها را امتحان کنید.

برای تقویت نیمکره راست: نقاشی، موسیقی، نوشتن داستان، مدیتیشن و خیال‌پردازی را در برنامه روزانه خود بگنجانید.

فعالیت‌هایی انجام دهید که هر دو نیمکره را درگیر کند: بازی‌های فکری مانند شطرنج، یادگیری یک زبان جدید، نواختن موسیقی و حل معماها می‌توانند همزمان هر دو نیمکره مغز را تقویت کنند.

هر فردی به‌طور طبیعی تمایل دارد که بیشتر از یکی از نیمکره‌های مغز خود استفاده کند. اما آگاهی از این موضوع می‌تواند به شما کمک کند تا نقاط قوت خود را بشناسید و روی نقاط ضعف خود کار کنید. تعادل بین تفکر منطقی و خلاقانه می‌تواند باعث افزایش توانایی‌های ذهنی و بهبود عملکرد کلی شما در زندگی شود.

آزادی، پرواز روح در آسمان بی‌کران اندیشه‌هاست،
جایی که هیچ مرزی توان اسارت آن را ندارد.

محمد ضیا هشترودی نقل شده است. منظومه رنگ پریده که قریب به پانصد بیت دارد و به وزن مثنوی جلال‌الدین رومی (بحر هزج مسدس) سروده شده، سندی است که شاعر در آن علیه جامعه‌ای که در آن می‌زیسته، طرح اتهام کرده است. در این منظومه، مفاصد اجتماعی مستقیماً تصویر نشده‌اند، بلکه شاعر داستان قصه رنگ پریده را همراه با چند قصه کوتاه مانند چشمه کوچک، خروس و روباه، و بز ملا حسن مسأله‌گو روایت کرده است. این قصه‌ها در نسخه خطی تصنیفات او و در منتخب آثار نقل شده‌اند.



CINEJOY 2025

March 24-31

Jamileh Davoudi

Cinequest, the San Jose Film Festival showcasing 238 films from 45 countries in theaters until March 23rd opens its on-line section, **CINEJOY**, virtually from March 24 to 31. If you missed movies such as **American Agitators**, **Empty your Pockets**, or **Raz (Secret)** that I wrote about in the last issue, you can watch them anytime during the CINEJOY festival.

Here are some recommendations for your online CINEJOY:

What happens if a baby is born with ambiguous genitalia and it is neither a girl or a boy? In many countries, doctors consider it a medical emergency and they proceed to surgically assign a sex to the child, regardless of the tremendous physical and emotional consequences of these surgeries and their associated hormone therapies. The US premier of **New Born**, directed by Alejandro Zuno, is the first Mexican film about intersexuality.



New Born



Burt



La Gloria



Alien



Saigon Saigon



The Secret

It is a very powerful portrayal of the major dilemma parents face when they have to decide whether to accept their child as they are or to consent to surgery in the hope of making childhood and life easier for them as they grow up as a boy or a girl. In this film the young parents decide on getting more information about children who have gone through this surgeries before making their decisions. One of the people who was surgically assigned to be a girl advises them to "Change the world" rather than change the bodies in order to "Fit in".

The world premier **Burt** directed by Joe Burke is a heartfelt film about a 69-year-old high-spirited musician living with Parkinson's whose life turns upside down when he meets a young man, Sammy, in one of his gigs claiming to be his son. Inspired by the real life of Burt Berger who also stars in this black and white film which provokes a rainbow of emotions. Without dramatizing, the film captures how observing the purity and honesty of Burt's character in his lyrics, music and everyday life inspires Sammy to change his outlook in life. This is truly a

very beautiful and real movie!

La Gloria directed by Joseph Todd Walker and set near the Texas border is a very timely film about immigrants, borders, loss, grief and human connections. The solitude of a white rancher living alone who uses slurs to describe illegal immigrants crossing his property and cutting his fences is shattered when he shoots into the night after hearing people outside. In the morning he discovers a young woman with a shotgun injury in her leg who happened to be one of the group of migrants from El Salvador. Instead of reporting her, he provides the minimum care to keep her alive. As she slowly recovers, these two people from opposite ends of the world begin to connect.

I am normally not a fan of movies about aliens. But the US premier of **Alien** by Russian director Ivan Sosnin is about the ordinary residents in a quiet village and a kind, young, hearing-impaired man who is considered a "fool". He is actually the smartest one in the village living in a house he has made from discarded materials and has engineered radio equipment to make contact with extraterrestrial civilizations. His life changes when he does get a signal and connects to outer space!

The world premier **Saigon Saigon** directed by Nguyen Tran is based on Dostoevsky's short story, White Nights. It recounts a fragmented memory of a young man's fateful encounter with a mysterious girl. On a starry evening at the Starlight Bridge, the narrator crosses paths with a stranger after returning her lost earring. The girl, lost in her own dark thoughts, is moved by his sincerity and asks him to stay by her side. Their bond deepens over the course of the night, but as dawn approaches, the couple must confront the cause of the girl's sadness and the shadows lingering over their newfound connection.

CINEJOY is much more than streaming movies. Not only it provides showcase films that you can watch anytime during the festival. It also provides Spotlight live events where you can engage with friends, family or colleagues during some of the premiers like **La Gloria** on March 28 at 5:15PM. Individual Spotlight event tickets and showcase films are available at:

<https://creatics.org/cinejoy>

دفتر حقوقی دکتر سمیرا نیک آئین



Samira Nikaein

با ۲۰ سال سابقه در دادگاه‌های کالیفرنیا
و دوره مخصوص از دانشگاه هاروارد

Law Office of Samira Nikaein

With Special Training from Harvard Law School

(408) 573-7074

Practice Areas:

- ✓ Criminal Law
- ✓ Family Law
- ✓ Personal Injury
- ✓ DUI
- ✓ Theft
- ✓ Domestic Violence
- ✓ Divorce
- ✓ Child Custody
- ✓ Family Support



خدمات حقوقی:

- ✓ امور جنایی
- ✓ حقوق خانواده
- ✓ تصادفات رانندگی
- ✓ رانندگی در حال مستی
- ✓ سرقت
- ✓ خشونت خانگی
- ✓ طلاق
- ✓ حضانت فرزند
- ✓ نفقه و حمایت مالی خانواده

Accepting cases in Santa Clara County, Alameda County, and Contra Costa County



Caroline Nasser
Attorney at Law

کارولین ناصری

وکیل رسمی دادگاه های کالیفرنیا و فدرال

تنها وکیل ایرانی در شمال کالیفرنیا
با بیش از ۳۵ سال تجربه

✦ تصادفات اتومبیل، موتورسیکلت و عابر پیاده

✦ صدمات شدید بر اثر تصادفات

✦ مرگ بر اثر تصادفات

✦ صدمات ناشی از حمله حیوانات

(408)298-1500

**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: cnasseri62@yahoo.com

Fax:(408)278-0488

Website: carolinenasserilaw.com

1501 The Alameda, San Jose, 95126