



از پیک صبا سلامی آمد  
 وز دوست برم پیامی آمد  
 این نامه جواب انتظارم  
 یادبست ز دشت نو بهارم  
 می خوانمش و به جان نهادم  
 صد بوسه اش ارمغان نهادم  
 جز او سر و برگ گل ندارم  
 بادش همه باغ من، بهارم  
 هما فره وشی



## علی مقدمی

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

**(408) 332-5885**

## شان انصاری

مشاور سرمایه گذاری در املاک

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

با بیش از ۳۰ سال تجربه

**(408) 529-4574**

www.ShawnAnsari.com



DRE #01088988

# SHAWN ANSARI PRESENTS

## شان انصاری

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

### Expertise You Need, Results You Can Count On!



SOLD - Represented Seller  
Portola Valley



SOLD - Represented Seller  
Saratoga



SOLD - Represented Seller  
Santa Clara



SOLD - Represented Buyer  
Brooke Acres, Los Gatos



SOLD - Represented Buyer  
Burgoyne, Mountain View



SOLD - Represented Buyer  
Oak Drive, Menlo Park

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

## (408) 529-4574

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

[Shawn.Ansari@Compass.com](mailto:Shawn.Ansari@Compass.com)

DRE: 01088988

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

COMPASS

THE LAW OFFICES OF  
CAROLINE J. NASSERI

(800)525-6060

وکیل تصادفات و صدمات بدنی  
Accident & Personal Injury Attorney



Caroline Nasserri  
Attorney at Law

## کارولین ناصری

وکیل رسمی دادگاه های کالیفرنیا و فدرال

با بیش از ۳۲ سال تجربه

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

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

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

Tel: (408)298-1500

e-mail: [cnasserri62@yahoo.com](mailto:cnasserri62@yahoo.com)

Fax: (408)278-0488

Website: [carolinenasserilaw.com](http://carolinenasserilaw.com)

675 North First Street, San Jose, CA 95112



## از توافق ۲۵ ساله ایران و چین چه می‌دانیم؟

سند همکاری بین ایران و چین که با عنوان همکاری‌های راهبردی ۲۵ ساله معروف شده روز شنبه هفتم فروردین در تهران به امضای وانگ یی و محمدجواد ظریف، وزیران خارجه دو کشور، رسید. وانگ یی ساعاتی پیشتر با حسن روحانی، رئیس‌جمهور ایران، و علی لاریجانی، مسئول پیگیری این توافق، دیدار کرده بود.



موضوع این توافق چند سال است که بر سر زبان‌هاست اما در این مدت دریغ از یک سطر توضیح روشن و دقیق مقام‌های جمهوری اسلامی درباره جزئیات این توافق، آنچه آنها در این مدت گفته‌اند یا تکذیب و انکار بوده یا اظهاراتی کلی و غیرشفاف. آنچه در سال‌های اخیر درباره

این توافق به طور جسته و گریخته شنیده و منتشر شده مربوط به دو سه افشاگری درباره واگذاری جزیره کیش به چینی‌ها و همچنین یک گزارش در نشریه‌ای بریتانیایی می‌شود.

### صفی برای تکذیب یک گزارش

اواسط سال ۹۸ شمار زیادی از مقام‌های جمهوری اسلامی، بدون اشاره مستقیم، گزارش منتشر شده در یک رسانه را تکذیب کرده‌اند. فهرست این مقام‌ها هم از وزیر خارجه جمهوری اسلامی گرفته تا سخنگوی دولت، رئیس دفتر رئیس‌جمهور، سخنگوی وزارت خارجه و دیگران را شامل می‌شد. این رسانه در واقع «پترولیوم اکونومیست» بود که در ۱۲ شهریور ۹۸ به جزئیاتی از توافق ۲۵ ساله ایران و چین اشاره کرد.

پروژه‌هایش در ایران مستقر کند.»

### متن فارسی

مقام‌های جمهوری اسلامی تاکنون یک سطر از پیش‌نویس توافق یا حتی جزئیات مربوط به مذاکرات را منتشر نکرده‌اند، با این حال برخی رسانه‌های ایران گفته‌اند به متن این قرارداد دست یافته‌اند.

نخستین بار وبسایت «انصاف نیوز» ۱۸ تیر ۹۹ متنی را به عنوان «ویرایش نهایی برنامه همکاری‌های جامع ایران و چین» منتشر کرد. البته انصاف نیوز توضیح داده بود که این متن مربوط به قبل از تصویب در هیات دولت است و اینکه آیا تغییری در آن رخ داده یا خیر مشخص نیست. این متن شامل ۱۸ صفحه بود و برخی رسانه‌های غربی، از جمله نیویورک تایمز، نیز بعداً از سندی ۱۸ صفحه‌ای سخن گفتند.

### افشاگری‌ها و موضوع واگذاری جزیره کیش

در سال‌های اخیر دست کم سه تن از مقام‌های جمهوری اسلامی به مفادی از این توافق مخفی اشاره کرده و از پنهانکاری‌ها در این باره انتقاد کرده‌اند:

♦ حسن نوروزی، نماینده وقت مجلس، ۲۲ اسفند ۹۷ گفت درباره «واگذاری جزیره کیش به چینی‌ها» به رئیس‌جمهور تذکر کتبی داده است. به گفته نوروزی، مذاکراتی از سوی دولت در حال انجام بود که جزیره کیش به مدت ۲۵ ساله به چینی‌ها واگذار شود. **دنباله مطلب در صفحه ۴۸**

صفحه ۱	آگهی
صفحه ۲	اخبار-فهرست مطالب
صفحه ۳	آگهی
صفحه ۴	اخبار
صفحه ۵	نامه های شگفت انگیز (بهرام فره وشی)
صفحه ۶	تاریخ طنز در ادبیات فارسی (حسن جوادی)
صفحه ۷	بر گرفته از کتاب روشنگران ایران (ایرج پارس نژاد)
صفحه ۸	یک سینه سخن (مسعود سپند)
صفحه ۹	آگهی
صفحه ۱۰	بر خورد علم و دین (احمد ایرانی)
صفحه ۱۱	آگهی
صفحه ۱۲	چگونگی اسطوره سیزدهم فروردین (هما گرامی فره وشی)
صفحه ۱۳	آگهی
صفحه ۱۴	ورزش از نگاه من (احمد طوسی)
صفحه ۱۵	اخبار
صفحه ۱۶	دنیای سینما (سعید شفا)
صفحه ۱۷	نوشته‌ها، پوزخند (عزت گودرزی)
صفحه ۱۸	آگهی
صفحه ۱۹	مشقی تازه در روزهای غربت (حسینعلی مکوندی)
صفحه ۲۰	یادداشت‌های بی تاریخ (صدرالدین الهی)
صفحه ۲۱	اخبار
صفحه ۲۲	اخبار
صفحه ۲۳	داستان
صفحه ۲۴	گیله مرد (حسن رجب نژاد)
صفحه ۲۵	تازه های پزشکی (منوچهر سلجوقیان)
صفحه ۲۶	آگهی
صفحه ۲۷	سیزده بدر نرس (سیروس مرادی)
صفحه ۲۸	داستان
صفحه ۲۹	اخبار
صفحه ۳۰	آگهی
صفحه ۳۱	آگهی
صفحه ۳۲	وسوسه شیطان (بهرام گرامی)
صفحه ۳۳	چرا مدیتیشن؟ (مریم سالاری)
صفحه ۳۴	جدول
صفحه ۳۵	نیازمندها - فال ستارگان
صفحه ۳۶	حکایت رضا (میلاد رضایی کلانتری)
صفحه ۳۷	عشق، هوس، نفرت (عباس پناهی)
صفحه ۳۸	داستان
صفحه ۳۹	نگاهی به فروش اسلحه (ماهرخ غلامحسین پور)
صفحه ۴۰	شعر
صفحه ۴۱	اخبار
صفحه ۴۲	اخبار
صفحه ۴۳	اخبار
صفحه ۴۴	بچه های طلاق (ادوارد تایبر)
صفحه ۴۵	اخبار
صفحه ۴۶	تا نظر شما چه باشد - اخبار
صفحه ۴۷	دنباله مطلب
صفحه ۴۸	دنباله مطلب
صفحه ۴۹	دنباله مطلب
صفحه ۵۰	دنباله مطلب
صفحه ۵۱	دنباله مطلب
صفحه ۵۲	دنباله مطلب
صفحه ۵۳	دنباله مطلب
صفحه ۵۴	دنباله مطلب
صفحه ۵۵	دنباله مطلب
صفحه ۵۶	دنباله مطلب
صفحه ۵۷	دنباله مطلب
صفحه ۵۸	دنباله مطلب
صفحه ۵۹	انگلیسی
صفحه ۶۰	انگلیسی

## در خواست اشتراک نشریه پژواک



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

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

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

شماره تلفن: ۸۶۲۴-۲۲۱(۴۰۸)

شماره فکس: ۳۷۱۷-۶۹۳(۴۰۸)

آدرس مکاتبه با نشریه پژواک:

PO BOX 9804,  
SAN JOSE, CA 95157

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

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

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



# LOS GATOS MEMORIAL PARK

&

## DARLING FISCHER FUNERAL HOMES

*Celebrating Life, One Story at a Time*

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

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



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

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

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

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

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

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

فارسی ۶۷۶۸-۳۹۶ (۴۰۸)

انگلیسی (408) 791-1431

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



## دمکراسی آمریکا بر فاجعه دونالد ترامپ پیروز شد!

بهر روز بیات

هم آمیزند و فرادست شوند. این ملقمه استعداد آن را دارد که در حالت استیصال اقتصادی و اجتماعی به نژاد پرستی، بیگانه و دگراندیش ستیزی روی آورد و به سوی اقتدارگرایی تا حد فاشیزم پیش برود.

### پیوند پدیدۀ ترامپ و راست

#### افراطی با بحران دمکراسی

در سطرهای زیرین تر و آوار به این معضل می‌پردازم:

♦ دموکراسی وضعیتی ایستا نیست بلکه در اندرون جامعه پویای انسانی باید خود را هر لحظه تعریف، باز سازی، تدقیق، بروز و حفاظت کند.

♦ رسوبات اجتماعی در همه جوامع بشری وجود دارند که معمولاً در اقلیت اند اما در لحظات معینی با منافع پاره‌ای از اقشار و طبقات اجتماع در هم آمیخته و به قدرت فرادست تبدیل می‌شوند.

♦ دموکراسی نماینده گی به مثابه گونه برتر ممکن است در عین مراعات صوری قوانین دموکراسی ولی تحت تأثیر صاحبان ثروت از وظیفه اساسی‌اش که همانا هدایت و تنظیم بهینه روندها و روابط کشور است غافل بماند.

♦ اگر نهادهای سازنده و نگهدارنده دموکراسی مانند انتخابات، پارلمان، دولت، دادگستری و رسانه‌ها گرایش به فساد (قانونی) پیدا کنند و نتوانند وظیفه خود را انجام دهند، سامانه دموکراسی دچار بحران می‌شود.

♦ هم اکنون در دموکراسی‌های غربی که بی شبهه شیوه حکمرانی برتر در جهان معاصرند، اغوجاجاتی رخ داده‌اند. در این گزیه‌ها مدل جهانی سازی نئولیبرالی که مروج و عامل بنیادگرایی "بازار آزاد" است نقشی موثر بازی می‌کند. قاعده زدائی و کم سامانی در درون دولت-ملت‌ها و در روابط بین المللی در دنیای گلوبالیزه نئولیبرالی کار را به آنجا کشانیده که روند طبیعی و سودمند جهانی شدن به مشکلات اساسی برخورد کند.

♦ نمود این وضعیت ایجاد شکاف روزافزون طبقاتی میان مزدبگیران و صاحبان سرمایه است که همه دولت‌های متناوب ۳۰-۴۰ سال اخیر آمریکا، از جمهوریخواه تا دموکرات، در به وجود آوردنش سهیم بوده‌اند. از این روی بخش‌هایی در خور توجه از شهروندان اعتماد خود را به نخبه‌های پهنه سیاست در آمریکا از دست داده‌اند و می‌توانند به راحتی طعمه عوام فریبانی چون ترامپ شوند. ترامپ موفق شده است، بسان همه جریان‌های راست افراطی و فاشیستی، خشم شهروندان را از وضعیت ناگوار اقتصادی و اجتماعی به عرصه هویتی سوق دهد. **دنباله مطلب در صفحه ۵۱**

موفق الزاما یک دولتمرد یا دولتمرد خوب نیست. قوانین حاکم در درون یک بنگاه خصوصی برای اداره درونی‌اش کارفرما تقریباً حق فرمانروائی مطلق دارد (مانند تکیه کلام ترامپ: تو اخراجی you are fired) با اداره یک کشور آن هم یک کشور دمکراتیک با نظریات و منافع متضاد دو گونه اساساً متفاوتند. کاملاً قابل پیشبینی بود که سیاست ترامپ به بن بست بکشد، آن هم به شیوه مفتضحانه اش. بنابراین درس نخست می‌تواند این باشد که سیاست ورزی حرفه‌ای است که باید در درون سامانه سیاست آموخته شود.

### بحران دموکراسی در آمریکا

هنگام انتخاب ترامپ به ریاست جمهوری آمریکا در مقاله‌ای با سرخط: «پدیده انترناسیونال ناسیونالیستی و انتخاب ترامپ» بدان پرداختم. نوشتم: «غلبه نگرش نئولیبرالیستی بر دولت‌های غربی از جمله حتی بر سوسیال دموکرات‌ها مزید بر علت شده و با قاعده‌زدایی در بازار کار بخش بزرگی از مزدبگیران را به وضعیتی برزخی سوق داده‌اند که "پرکاریات" (Precariat) می‌نامند. ائتلافی از این عصیان‌گری پرکاریات سرخورده، مایوس شده از تغییر و خشمگین از سیاست مسلط با قشرهای بیگانه‌ستیز، نژادپرست، متعصب مذهبی، بیزاران و خودگم کردگان در روند پویایی شگفت انگیز مدرنیزاسیون و بالاخره با گروه‌هایی که منافع اقتصادی معینی دارند تهدیدی جدی برای دموکراسی‌های غربی ایجاد کرده‌اند.»

ترامپ در واقع نشانه یک بیماری بدخیم است که ریشه در ژرفای جامعه آمریکا و کم و بیش در دیگر کشورهای غربی دوانده است. این بیماری تهدیدی آشکار برای دموکراسی در این کشورها و در پی آن در دیگر کشورهای دمکرات جهان به وجود آورده است - زشتی و پلشتی بنیادی رژیم‌های خودکامه مقوله و مبحثی متفاوت است و به دیکتاتورها نباید اجازه داد از این بحران کنونی در دموکراسی‌های غربی مزورانه سوء استفاده کنند. می‌دانیم که در همه کشورهای جهان از جمله در دموکراسی‌های غربی همیشه بخشی از جمعیت به خاطر منافع و بخشی دیگر به علت‌های گوناگون از جمله ساده اندیشی و خردگریزی، پشتیبان راه حل‌های به ظاهر آسان اقتدارگرایانه هستند. در غیاب یک دورنمای سیاسی روشن و امیدبخش انسانی، چنین گرایش‌ها می‌توانند به یاری لایه‌هایی از جنس و منشای دیگرگونه اما نا امید و بی اعتماد به سیستم حکمرانی موجود در

انگاشت و تعریف واقعیت داشته باشند و گر نه میانشان هیچگونه تبادل و تفاهمی نمی‌تواند چهر یابد. چنین مجموعه بشری ناپایدار خواهد بود.

شوربختانه ترامپ موفق شده است برای وارونه جهاننش در درون و بیرون از آمریکا خریدارانی بسیار بیابد. نگران کننده‌ترین و موثرترین این خیل در درون آمریکا آن دسته از جمهوریخواهانند که در افراط این ناچهار غوطه ورنند.

نکته‌ای در خور توجه که به برآمد ترامپ یاری رساند، بازگانی شدن همه پهنه‌های زندگی بشری است. این رهیافت در دوران ما افسانه‌ای را آفریده است که گویا یک کارفرما یا بازرگان کارآمد یک سیاستمدار و دولتمرد یا دولتمرد نیکو نیز هست. عجلتاً اگر از همه حرف و حدیث، دروغ‌ها و گرایش‌های ایدئولوژیک ترامپ و یارانش صرفنظر کنیم، حسیض خفت بارش که او را به سوی برانگیختن حمله به قلب دموکراسی آمریکا راند، نشان دهنده این است که یک کارفرمای

آنچه که در مورد هدف‌ها و رفتار دونالد ترامپ قابل پیش‌بینی بود رخ نمود. در "دنیای پسا واقعیتی" یا به عبارت دیگر وارونه جهانی (anti-world ناچهرانی) که ترامپ و یاران‌اش ساخته و پرداخته‌اند در برابر هر واقعیت یک واقعیت بدیل یعنی در واقع یک ناواقعیت عرضه می‌شود. نقطه بحرانی برخورد ناچهران ترامپ با جهان واقعی انتخابات ۲۰۲۰ آمریکا بود که به باخت او انجامید. همانگونه که ترامپ بارها تاکید کرده بود که تنها هنگامی نتیجه انتخابات را به رسمیت می‌شناسد که خودش برنده‌اش باشد معنی‌اش این است که ناچهران او در بر گیرنده نهاد انتخابات نیست و از این روی مشوق خودکامه گی است که در آن هیچگونه باختنی متصور نیست بلکه بردن (رای‌های) سرت شده. تنها در چنین ناچهرانی رفتاری بسان دونالد ترامپ که سرشار از مخلفات خودکامگی است، انگاشتنی است.

اما بنیاد جامعه بشری بر این استوار است که اعضایش حداقلی از همخوانی در مورد



## شیوا موزون

وکیل رسمی دادگستری



Shiva Moozoun

Attorney at Law

♦ دفاع در برابر IRS, FTB, BOE

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

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

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

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

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

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

شد از بالا تا پائین از ورقه های زرین و سیمین که بر روی آنها با ظرافت تمام کار شده بود پوشیده بود. سقف تالار از الماس هایی که در آن کار گذاشته بودند می درخشید. در همین تالار بود که تخت شاهی قرار داشت. این تخت دارای دوازده ستون از زر جسیم بود که از سه سوی آن را فرو می بست. این ستون ها با دانه های مروارید و سنگ های گرانبها تزیین شده بودند. آسمانه تخت بویژه قابل توجه بود و شکل یک طاووس را نمایش می داد. از هنگامی که امپراتوران مغول مسلمان شده اند، این مرغ را به عنوان نشان سلطنتی انتخاب کرده اند. این طاووس بال ها و دم خود را گسترده و تخت را با سایه خود پوشانده است. هنری که با آن، الماس ها، یاقوت ها و زمرد ها و انواع گوهرها را نشانده اند و شکل طاووس را بوجود آورده اند بطور طبیعی نمایشگر رنگ های مختلف این مرغ است و می توان گفت که این اثر هنری یکی از عجایب دنیا بوده است. و راست است اگر بگوئیم که به هنگام چندین سده تمام امپراتورانی که پیش از امپراتور کنونی بوده اند سعی داشته اند که آن را زیباتر گردانند و این آسمانه و این تخت را غنی تر سازند.

دنباله مطلب در صفحه ۵۷

همانجا و در قلعه ماند و قسمت دیگر در خارج از شهر باقی ماند و مراقب دروازه های شهر بود بطوری که هیچکس نمی توانست جز به فرمان او به شهر داخل شود و یا از آن خارج گردد. آذوقه و علوفه جز برای سپاهیان وجود نداشت و آذوقه را به ساکنان و به افراد اردو به بهائی گزاف می فروختند و سپاهیان ایران مرتکب همه گونه بی عدالتی می شدند بی آنکه تنبیه گردند. نادرشاه که از لجام گسیختگی سربازانش آگاه گشت، سعی کرد چاره ای بیندیشد و فرمان داد که هیچ سرباز سوار و پیاده ای نباید بیش از یکصد روپیه پول داشته باشد و نزد خود نگاهدارد و گرنه شکمش دریده خواهد شد و در هنگامی که خود او تمام ثروت های قصر را مالک می شد، این فرمان به صورت غیر قابل عفو اجرا می گشت. ثروتی که از کاخ بدست می آمد عظیم بود. تقریباً تمام ائانه ای که مخصوص استفاده امپراتور بود، زرین و سیمین و یا از نقره مطلا ساخته شده بود. ظروف، میزها، تخت خواب ها، کاناپه ها، تخت روان ها، چترها، چهلچراغ ها، بتل دان ها، قلیان، صندوقچه ها از این قبیل بودند. تالار بزرگ که تالار شاهی نامیده می



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

(بخش چهل و چهار)

ترجمه زنده یاد دکتر بهرام فره وشی

پیروزمندانه وارد شهر شد. محمد شاه عاری از تمام زیب و زیور مقام شاهی در پی موبک شاه فاتح می آمد و سپس در برجی تحت حفاظت شدید محافظین، زندانی گردید. نادرشاه در کاخ سلطنتی منزل کرد و بر تخت مغولان نشست و با تحسین و کف زدن های سپاهیان خود و مردم که با کمال میل پادشاه خود را تغییر می دادند، تاجگذاری کرد و سکه به نام خود زد و در تمام مدتی که در آنجا ماند همچون شاه فرمانروائی کرد. وزن این رویبه های جدید که به طغرای نادرشاه زده شده بود، در حدود بیست دانگ بیشتر از سکه های پادشاه مغول بود و نوشته ای که بر روی آن حک شده بود چنین بود. «زاده شده است تا شاه دنیا باشد، شاهنشاه کیست؟ نادرشاه». نادرشاه فردای روزی که وارد دهلی شد، سپاهی را که به دنبالش آورده بود و به دو قسمت کرد. قسمتی از سپاه در

سادات خان که ملیت ایرانی داشت و در سپاه مغول درجه سرهنگی داشت و در آغاز جنگ به علت عدم رضایتی که از شاه خود پیدا کرده بود طاعی شده و به پیش شاه ایران رفته بود، اغلب به نادرشاه تلقین می کرد که بایستی چشمان زندانی خود را بیرون آورد و او را در یک چهار دیواری زندانی گرداند و یا کار بهتری بکند و سر او را از تن جدا سازد و بر تخت وی بنشیند و تاج شاهی امپراتوری مغول را به تاج و تخت ایران ملحق گرداند. نادرشاه تظاهر می کرد که چیزی از آنچه که این درباری کینه جو به او تلقین می کند نمی فهمد و از روشی که خود اتخاذ کرده بود پیروی کرد. وی دشمنانش را توسط قسمتی از لشکریانش در سنگرشان بطور محصور باقی گذاشت و فقط بقدر لزوم آذوقه برایشان تهیه دید و سپس با برگزیدگان سپاه خود به سوی دهلی پیش رفت و در روز هفتم ماه مارس

## دکتر فتنه هوشداران کایروپراکتر

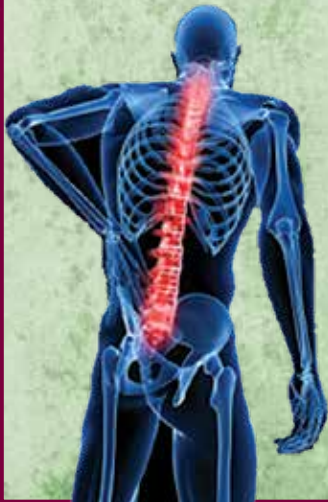
تشخیص، معالجه و جلوگیری از ناراحتی های مفاصل و استخوان، ورزشی، صدمات کاری و تصادفات رانندگی با پیشرفته ترین وسائل پزشکی

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

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



Fataneh Hooshdaran, D.C.



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

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

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



## تاریخ طنز در ادبیات فارسی

بخش دوم  
دکتر حسن جوادی

می‌گوید و شخصیتی که زن به خصوصی در آن دارد، تصویری مناسب از او می‌کشد. به طور کلی از شاهنامه برمی‌آید که زنان بزرگان در حرمسرا و دور از چشم مردان دیگر به سر می‌بردند. در حالی که زنان طبقات پایین تر اجتماع از آزادی بیشتری برخوردار بودند. وظیفه اصلی زن زادن فرزند و بزرگ کردن او و اطاعت از شوهر و خانه داری بوده است. نازایی از خصوصیات منفی زن به حساب می‌آمد و مرد می‌توانست او را رها کند. در زادن فرزند شرط اصلی زادن پسر بود، و دختر جز دردسر و بدنامی برای پدر حاصلی نداشت:

**کرا در پس پرده دختر بود**

**اگر تاج دارد بد اختر بود**

**چنین داد پاسخ که دختر مباد**

**که از پرده عیب آورد بر نژاد**

دختر به علت محرومیت جنسی و به خاطر این که حق معاشرت با مردان را نداشت و اغلب به اولین مردی که می‌دید دل می‌باخت، بسا می‌شد که از خانه پدر فرار می‌کرد و رسوایی به بار می‌آورد. در این صورت پدر می‌توانست او را شکنجه یا از ارثیه محروم کند. در این گونه موارد بود که پدران از داشتن دختر ننگ داشتند. در گرشاسب نامه وقتی گورنگ شاه خبر می‌شود که دختر با جمشید رابطه دارد، خشمگین شده می‌گوید:

**چنین گفت دانا که دختر مباد**

**چو باشد به جز خاک افسر مباد**

**به نزد پدر دختر ار چند دوست**

**بتر دشمن و مهترین ننگش اوست؟**

در آیین زردشت، با وجود اینکه حق مالکیت به زنان داده شده و آنها به یاد گرفتن علم و هنر تشویق شده اند، باز محرومیت های زیادی برای آنها وجود داشته است. در واچک ای چندآتورپات مهرسپندان آمده است: «به زنان گستاخ میباشید که به شرم و پشیمانی نرسید. راز به زنان میرید که درخت تان بی بر نشود.» زردشت نیز مانند موسی و مانی، چنین مقرر کرده که مدت ناپاکی زنی که دختر می‌زاید و در نتیجه سببی برای گناهی نو به دنیا می‌آورد باید بیش از زنی باشد که پسر می‌زاید. اطاعت محض از شوهر نیز اغلب تأکید می‌شده است. ارداویراف روحانی زردشتی که کتابی درباره سفر

بعضی از محققان تصور کرده اند که وضع زنان ایرانی قبل از اسلام بهتر بوده است، ولی این تصور فقط از غرور ملی مایه می‌گیرد که آنها را از امتیازات چشمگیری بهره مند دانسته اند. مرحوم سعید نفیسی در مقایسه ای که بین تمدن آریایی و مدنیت سامی می‌کند، می‌گوید که در دومی مرد از حاکمیت مطلق بر زن برخوردار بوده است، در صورتی که در میان آریاییان زن حاکم پراقتدار خانواده و عضو اصلی تمدن به شمار می‌رفته است. بعدها در اثر مجاورت با سامیان، برتری مقامی که زن داشته است از میان رفته و او مطیع و فرمانبردار مطلق مرد شده است. به نظر میرسد مرحوم نفیسی با وجود اینکه محقق آگاه و دقیق بوده، در این باره غلو می‌کند. مگر رسم سوزاندن زنان بیوه در هندوستان بین همین اقوام آریایی معمول نبوده است؟ محرومیت زن جنبه جهانی داشته است و در اروپا نیز تا قرون اخیر زنان کم و بیش وضع مشابهی داشتند و این وضع فقط مخصوص اقوام سامی نبوده است، بدین جهت نیز دادن مقامی غیر از آنچه زنان ایران باستان از آن برخوردار بوده اند شرط احتیاط نیست، مثلاً در اجتماعی که خسرو پرویز به روایتی سه هزار زن در حرمسرای خود داشته است، چطور زنان می‌توانستند از امتیازات زیادی برخوردار بوده باشند؟ بزرگترین مأخذ ما در مورد وضع زنان پیش از اسلام در ایران داستانهای حماسی و خاصه شاهنامه است، البته در این اثر عظیم زنان زیادی وصف شده اند که عده ای چون رودابه، تهمنینه، منیژه، گردآفرید، کتایون و فرنگیس دارای صفاتی عالی و در خور پهلوانان حماسی شاهنامه هستند و برخی چون سودابه و یا مالکه دختر طائر پادشاه عربستان، که به خاطر همبستری با شاپور ذوالاکتاف به پدر خیانت می‌کند و او را به کشتن می‌دهد، خیانتکار و ناپاراسا هستند. در حق این گونه زنان است که فردوسی می‌گوید:

**چو این داستان سر به سر بشنوی**

**به آید ترا گر به زن نگروی**

**به گیتی به جز پارسازن مجوی**

**زن بدکنش خواری آرد به روی**

**زن و ازدها هر دو در خاک به**

**جهان پاک ازین هر دو ناپاک به**

فردوسی بنا به اقتضای داستانی که

روحانی خود به دنیای دیگر نوشته است، در دوزخ به زنی می‌رسد که نافرمانی و بد رفتاری کرده است، می‌نویسد: «دیدم روان زنی که زبان به گردن همی‌کشید و در هوا آویخته بود. پرسیدم این روان از که است؟ سرو پاک و ایزد آذر گفتند که این روان آن بدکار زن است که به گیتی شوی و سرور خود را پست انگاشت و نفرین کرد و دشنام داد و پاسخگویی کرد.»<sup>۷</sup>

ظهور اسلام مسلمانان باعث تغییر محسوسی در موقعیت اجتماعی زن شد، و لاقلاً در زمان خود و در محدوده عربستان چنین بود. در میان اعراب چادر نشین که زنده به گور کردن دختران رواج داشت، یکی دانستن فقیر و غنی و زن و مرد از نظر خداوند و گفتن اینکه ان کریمک عندالله اتقیکم،<sup>۸</sup> تحوّل بزرگی بود. البته علی‌رغم این تساوای در عالم روحانی، زن از لحاظ اجتماعی به همپایگی کامل با مرد نرسید. اسلام تا حد زیادی زن را تابع مرد می‌سازد و قرآن می‌گوید: «الرجال قوامون علی النساء»<sup>۹</sup> در ضمن شهادت دو زن برابر شهادت یک مرد است، و از لحاظ ارثی نیز دختر نصف سهم پسر را می‌برد. از سوی دیگر اسلام با ممکن ساختن تعدد زوجات (ولو بگویم که مرد باید بین زنان خود با عدالت کامل



## دکتر فرانک پورقاسمی

متخصص و جراح پا

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

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

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

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

**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**



تر را که در مصر و سوریه معمول است یا در کتب قدیمه فارسی وجود دارد بر لغات اختراعی یا لغات غیر مانوس فارسی قبل از اسلام ترجیح بدهیم مگر در بعضی موارد نادره،<sup>۵</sup>

چنین به نظر می رسد که ذوق و سلیقه تقی زاده تا آن حد از واژه های بر ساخته فرهنگستان بیزار و گریزان است که لغات عربی مصر و سوریه را برای معانی تازه در زبان فارسی «مانوس تر و سهل تر» می یابد، تا آنجا که به قول هدایت «ایرانی باید پس گرد بکند و مثلا به جای «پسیکولوژی» یا «روانشناسی» «سیکولوجیا» بگوید که به عقیده ایشان سلیس تر و با معنی تر و اصیل تر و خوش آهنگ تر از فارسی و یا تلفظ یونانی آن است.» (۶) حال آن که واقعیت این است که واژه های فرهنگستان، آنها که ریشه ها و اجزاء آن در زبان امروز فارسی زنده بوده قبول عام یافته است، تا آن جا که می توان بیش از نود درصد از واژه های فرهنگستان را از این گونه دانست. علت روشن است. ایرانی با دانستن معنی اجزاء هر واژه، در صورتی که مر کب باشد و یا زنده بودن خود آن، در صورتی که بسیط باشد، معنی آن را در می یابد و آن را در گفتن و نوشتن به کار می برد.

در آن ملت ایران از جامعه زردشتی، به همه ویژگی های فکری و روحی آن، به جامعه ای اسلامی، با تمام خصوصیات عقیدتی آن، تغییر یافته. هم تلاش های فکری و ذوقی اش از آن سو به این سو گراییده و هم ذخائر فرهنگ و تمدنش به این سو انتقال یافته است. انتقال فکری و فرهنگی مردم ایران نتیجه طبیعی یک تحول مستمر در درون جامعه ایرانی بود که در اثر آن، باورها مسیر دیگری پیمود و معیارها به گونه دیگر درآمد و ارزش ها تغییر یافت و چنین تحولی چیزی نبود که با یک شکست نظامی یا با انتقال حکومت از گروهی به گروه دیگر صورت پذیرد یا در مدت کوتاه جامه عمل پوشد.<sup>۴</sup>

تقی زاده در خطابه «لزوم حفظ فارسی فصیح» با همه تأکیدی که بر حفظ لغات عربی و ترکی در زبان فارسی کرده، با این همه نتوانسته نیاز به واژه های نو را برای مفاهیم تازه امروزی انکار کند. در این باره نیز چنین چاره اندیشی می کند: باید علاوه بر حفظ همه لغات فارسی عربی الاصل یا ترکی الاصل که داشته و داریم و قسمتی عمده از آنها، حتی در زبان محاوره نیز رایج است، برای معانی دیگری که نه فارسی و نه عربی معروف دارد، کلماتی وضع کنیم. ولی باز در این وضع هم لغات عربی مانوس تر و سهل

## بر گرفته از کتاب روشنگران ایرانی و نقد ادبی

بخش چهاردهم

دکتر ایرج یارسی نژاد



اسلامی نشان می دهد که: قبائل عرب که نخستین مخاطبان پیام اسلام بوده اند غالباً مردمی صحرائین، یا در حکم صحرائین، بودند با زندگی ابتدایی و فرهنگی در خور همان زندگی و شناخت آنها هم از اسلام خارج از محدوده فکری آنها نبود. ولی ایرانیان در آن دوران دارای یکی از تمدن های معتبر و قدیم و دانش و فرهنگی متناسب با آن بودند و در امر دین و جهان بینی هم سابقه ای طولانی و اندوخته های فکری فراوان داشتند. و به همین سبب وقتی فرزندان ایشان را فرصتی برای شناخت اسلام دست داد و در پرتو مبانی اعتقادی و مباحث کلامی خویش با مبانی فکری و اعتقادی آن آشنا شدند هم فصل تازه ای در تبلیغ این دین گشودند... و هم میدان تازه ای برای فعالیت های فکری و روحی خویش یافتند که ثمره آن در همه زمینه های علمی و فرهنگی اسلام و به برکت آن

تقی زاده آن چنان از ایران دوران پیش از اسلام و دوران اسلامی سخن می گوید که گویی با آمدن دین و آیینی نو در سرزمینی باستانی با تمدنی کهنسال همه میراث فکری و فرهنگی ایرانیان یکباره به باد فنا رفته و عرب ها برجای مدنیتی نابود شده تمدن و فرهنگی نوینا کرده اند. چنین فرضی با واقعیات تاریخی ناسازگار است. «زوال قدرت ساسانیان را نباید با زوال ملت ایران به عنوان ملتی کهن و قائم به فرهنگ و تمدن خویش اشتباه کرد.»<sup>(۱)</sup> دوران دویست ساله تسلط عرب ها را بر ایران نیز نباید دوران گسیختگی فرهنگی و جهل و بی خبری و تسلیم محض فکری ایرانیان دانست. زیرا اگر هویت واقعی ایرانیانی که در معارف اسلامی و عربی از پیشوایان بوده اند شناخته شود آن را باید دوران پویایی و شکوفایی فرهنگی ایرانیان دانست.

پژوهش مولف دانشمند تاریخ و فرهنگ ایران در دوران انتقال از عصر ساسانی به

## دوک و دپِر (پرتلند، اورگان)

**DUKE & DAPPER (Portland, Oregon)**

*Elegant Decorative Textiles For Your Home & Office*

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



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



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



تیبیل متهای شاد و ابتکاری برای مهمانیهای عصر



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

**(971) 221-6443**

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

**dukeanddapper.etsy.com**

برای خرید و سفارشات به سامانه فوق مراجعه فرمایید.

نور قرمز رنگ چراغ ماشین پلیس در هر چرخشی از در و پنجره آپارتمان وارد می شد و صحنه نبرد مرد و زن را روشن می کرد و باز گم می شد. مرد خواست بگوید زن مرا کتک زده اما خجالت کشید. او را بطرف ماشین پلیس بردند و مرد پلیس دستش را روی سر مرد گذاشت و روی صندلی عقب اتومبیل نشاند. ماشین پلیس به طرف زندان حرکت کرد. توی دفتر زندان، مرد گیج و منگ تازه نشئه الکلی از سرش پرید و فهمید که چه بلایی به سرش آمده. هرچه توی جیب داشت خالی کردند، کمر بند و حتی بندهای کفش او را هم باز کردند. مرد با نگاه التماس آمیزی دستش را جلوی گوش راست آورد و گفت: «تلفن، تلفن.» زندانبان با انگشت گفت: «فقط یکبار.» مرد گوشی را برداشت، تلفن دوستش علی را که شب گذشته آنجا بود گرفت. علی خواب آلود گوشی را برداشت. مرد جریان را برایش تعریف کرد. علی گفت: «گوشی را بده به دست مامور زندان.» مامور گوشی را گرفت و به علی گفت: «۱۵۰۰ دلار ضمانت نقدی می خواهیم.» علی با مرد صحبت کرد و گفت: «نگران نباش تا فردا تهیه می کنم.» مرد را به داخل اتاقک زندان موقت بردند. چند تا سیاه و سفید هر کدام گوشه ای لمیده بودند. مرد گوشه ای نشست و به فکر فرو رفت. **دنباله مطلب در صفحه ۵۴**

شدند. پلیس مرد دم در ایستاد. پلیس زن که سفید رو چاق و قوی هیکل بود، جلو آمد. زن و مرد هاج و واج به دخترشان نگاه کردند. دختر به انگلیسی چیزهایی گفت. پلیس زن به مرد گفت: «برو لباست را بپوش.» مرد که فقط یک شورت کاپیتان به پا داشت، نگاهی به هیکل لخت خودش انداخت. تازه فهمید که چیزی به تن ندارد. دويد توی اتاق خواب و چند تا «اسکیوزمی» زیر لب گفت. پلیس از زن پرسید: «کتکت زده؟» زن گفت: «نه!» دختر گفت: «دروغ میگه! من دیدم که پدرم کتکش زد.» زن گفت: «دختر، دروغ نگو! تو که ندیدی!» دختر گفت: «من صدایش را شنیدم.» زن گفت: «دخترم تو حق نداشتی پلیس خبر کنی.» دختر گفت: «پس زهد و یازده را برای چی ساختن؟ شما زن و شوهر آرامش منو بهم زدین!» مرد لباس پوشید و تا آمد دهانش را باز کند، پلیس او را برگرداند و به دستهایش دستبند زد. مرد هاج و واج با نگاه استفهام آمیز به دختر نگاه می کرد. دختر گفت: «ساری ددی! من تلفن کردم پلیس بیاد.» پدر گفت: «دخترم این بین من و مادرت بود، تو چرا دخالت کردی؟» دختر گفت: «ساری ددی!» زن به پلیس گفت: «نه، او منو کتک زده!» دختر گفت: «مادرم دروغ میگه پدرم مادرم را زد.»



## یک سینه سخن مسعود سپند

### تلفن ۹۱۱

و نیمت هم باقی باشه؟» مرد بلند شد و متکایش را برداشت. از اتاق خارج شد و رفت روی مبل کهنه دراز کشید و هنوز چشمهایش گرم نشده بود که زن بالای سرش آمد و با همه زوروش او را کشید. مرد از روی مبل روی زمین غلتید. بلند شد، یقه پیراهن خواب زن را گرفت، فریاد زد: «از جون من چی می خوای زنیکه پدر سوخته؟ من از دست تو فرار می کنم میرم خونه مردم. من نمی خوام با تو زندگی کنم.» زن گفت: «به پدر من فحش میدی، بی همه چیز ولگرد؟ بی عرضه بیکار؟ شب تا صبح خونه مردم پلاسی، صبح تا شب هم می گیری می خوابی، من باید برم کار کنم تا تو بری عرق بخوری. کور خوندی، من باید بوی گند کله این کثافت های آمریکایی رو تحمل کنم تا تو بری مست کنی؟ یک مستی نشونت بدم که کیف کنی!»

فریاد دختر از توی اتاق خوابش بلند شد: «مامی، ددی، آی ام تاپرد. فردا (مووآوت) می کنم.» مادر فریاد زد: «همش تقصیر این بی همه چیزه، این مرتیکه دیوث بی غیرت!» صدای سیلی مرد و به دنبالش چند تا فحش دست اول و فریاد زن بلند شد. دختر با مشت گرم گرمپ به دیوار اتاق خوابش می کوبید و حرف هایی می زد که پدر و مادر نمی فهمیدند. مرد وسط راهرو ایستاده بود. زن چنگ انداخت گلوئی مرد را گرفت، ناخنهایش را توی گردن مرد فرو کرد. مرد دومین سیلی را زیر گوش زن خواباند و چند تا فحش خواهر و مادر نثارش کرد و به دنبالش فریاد زن فضای خانه را پر کرد. چراغ اتاق دختر روشن شد. صدای زنگ در بلند شد. دختر به طرف در آپارتمان دوید، در را باز کرد. یک پلیس مرد و یک پلیس زن وارد

مرد، چراغ راهرو را خاموش کرد و کورمال کورمال خودش را به در اتاق خواب رساند. دستگیره را آهسته چرخاند. در با صدای خفیفی باز شد. مرد خودش را به سوی تختخواب کشید. طرف در همیشه مال او بود. آهسته لای لحاف را باز کرد و خزید روی تخت. نفسش را مدتی در سینه حبس کرد و بعد آهسته آهسته آن را بیرون داد. بعد از چند دقیقه اندکی جابجا شد و چشمهایش را روی هم گذاشت. زن که خودش را به خواب زده بود بیشتر از آن نتوانست تاب بیاورد، با صدایی که از آرامش قبل از طوفان خبر می داد، گفت: «تا حالا کجا بودی؟» مرد خودش را به خواب زد و جوابی نداد. زن دومرتبه تکرار کرد: «می گم تا حالا کجا بودی؟» مرد گفت: «خونه علی.»

کیا اونجا بودن؟ - چه می دونم؟ حسن و حسین و تقی و نقی! زن خشمگینانه غرید: «خر خودتی!» مرد سکوت کرد. زن گفت: «می دونی ساعت چنده؟ ساعت چهار صبحه!» مرد گفت: «چار نیست. سه و نیمه!» زن گفت: «چه فرقی می کنه؟ مشروب هم که کوفت کردی! روتو اونور کن بوی گندش خفم کرد.» مرد گفت: «لالاله الا الله، زن می ذاری یه شب راحت بخوابیم.» زن گفت: «تا حالا من بیدار موندم بعد از این هم تو بیدار بمون.» صدای دختر از اتاق دیگر بلند شد: «مامی ددی، بذارین بخوابم.» زن گفت: «باشه دخترم، اما می دونی که تقصیر باباته که دیر اومده.» مرد باز گفت: «لالاله الا الله، زن کفر منو بالا نیارا! بذار کپه مرگمو بذارم.» زن غرید: «بذارم راحت بخوابی؟ کور خوندی! خیال کردی اینجا هم ایرونه که هفت صبح بیای خونه و تازه دو قورت

## رستوران فیمس کباب



غذای هر ملتی بخشی از فرهنگ آن مردم است.

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

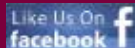


کیتترینگ کامل میهمانی و جشن های شما در سراسر شمال کالیفرنیا

رستوران فیمس کباب با افتخار از شما پذیرایی می کند.

(916)483-1700

www.famouskabob.com



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

## رادیو ۲۴ ساعته بامداد، ساکرامنتو

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



# دفاتر و کالت علی مقدمی

با همکاری جفری زیندر و سمیرا نیک آئین



Jeffrey Zinder

وکالی سابق شرکت های بیمه  
با بیش از ۶۰ سال تجربه



Ali Moghaddami

*Maintaining the highest level of Professionalism & Integrity.*

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

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

**Free Consultation**

Tel: (818) 500-4111

Fax: (818) 500-4144

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

Tel: (408) 332-5885

Cell: (408) 643-1739

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

امیدوار می کنند، به آنان وعده زندگی جاودان می دهند، و در پایان خود را واسطه آن نیروی عظیم و عادل با مردم و عامل دستیابی به زندگانی جاودان معرفی می کنند.

جامعه شناسان، اندیشمندان و دین شناسانی که وجود نهاد یا دستگاه دین را برای جامعه مفید نمی دانند می گویند راز بزرگترین دلیل پایداری و ایستادگی دین و مذهب در آخرین سال های قرن بیستم را، پس از پیشرفت های بزرگ علمی و ثابت شدن اشتباه بودن بسیاری از نظریه های دینی، باید در عامل های گوناگون جستجو کرد. برپاکنندگان دستگاه دین و پشتیبانان آنان تنها و تنها به دلیل منافع خود از باورها و نظریه های دینی هواداری می کنند و با تمامی توان خود می کوشند تا دستگاه آموزش و پرورش رسمی (دبستان، دبیرستان، دانشگاه، و دستگاه رسانه های گروهی (روزنامه، هفته نامه، رادیو، تلویزیون، سینما) را تا آنجا که شدنی است در اختیار داشته باشند. آشکارترین هدف از این تلاش، جلوگیری از گسترش آشکار و نمایان آن جنبه از آگاهی های علمی است که سبب سستی یا نابودی باورهای دینی- مذهبی درس خواندگان و مردم عادی خواهد شد. **دنباله مطلب در صفحه ۵۸**

کشورهای جهان یکی از بزرگترین قدرت های جامعه بوده اند؛ با امپراتوران، پادشاهان و حاکمان وقت متحد بوده اند یا خود حکومت را در اختیار داشته اند. دلیل اصلی برخورد های روحانیان با دانشمندان علوم و مخالفت با نظریه های تازه فقط از آن جهت که مخالف نظریه های دینی بوده یا هستند نبوده و نیست، بلکه دلیل اصلی را در دفاع «طبقه روحانی» از منافع «نهاد یا دستگاه دین» و از منافع سایر طبقاتی که هوادار روحانیان هستند باید جستجو کرد. برای بسیاری از روحانیان، «روحانیت» یعنی شغل و پیشه آنان، یعنی محل درآمد و گذراندن زندگی، یعنی شریک بودن در قدرت اجتماعی، یعنی سهم بودن در منافع جامعه و در این بیان آنچه رنگ می بازد و معنایش را از دست می دهد «حق» و «حقیقت» یا رسالت دین و مذهب در مفهوم عالی و انسانی آن است.

روحانیان با تکیه بر ناآگاهی ها و نادانی های بسیاری از انسان ها و به ویژه با بهره برداری از کم سوادی مردم جامعه، بر دل های ناراضی و خسته مردم نور امید می تابند، به شیوه های گوناگون به مردم آرامش و تسلی می دهند، آنها را به حمایت و پشتیبانی نیروی عظیم و عادل

## برخورد علم و دین

دکتر احمد ایرانی  
بخش آخر



### تبدیل شدن دین به

### «نهاد» یا دستگاه اجتماعی

اداره می شوند گرچه نهاد یا دستگاه دین نیرومندترین سازمان اجتماعی نیست اما پر قدرت ترین متحد دستگاه سیاسی- صنعتی- نظامی است و این دستگاه نیرومند به عنوان بازوی خود از نهاد دین و مذهب بهره برداری می کند. یکی از بزرگترین دلایل پایداری، سخت جانی و ماندگاری باورهای دینی را در بین مردم- حتی در پیشرفته ترین کشورها جهان که سطح آموزش و پرورش همگانی در آنها بالاست- باید در راز تبدیل شدن دین به «نهاد» یا دستگاه اجتماعی جستجو کرد. تبدیل شدن دین به نهاد یا دستگاه پدیده تازه ای نیست بلکه نگاهی به تاریخ تمدن نشان می دهد که در تمامی سرزمین هایی که دین پدید آمده پس از مدتی به سازمانی اجتماعی دگرگون شده و در درون جامعه «طبقه روحانی» و سپاه عظیم هواداران آن نیز پدید آمده است. روحانیان یا کارگردانان «نهاد دین» در سراسر تاریخ و در بیشتر

بسیاری از جامعه شناسان می گویند هم اکنون در کشورهای گوناگون جهان- چه پیشرفته صنعتی و چه عقب مانده، آنچه به نام پدیده انسانی-اجتماعی دین یا مذهب می نامیم به «نهاد» یا دستگاه اجتماعی بسیار نیرومندی تبدیل شده است. گروهی از مردم جامعه که خود را «روحانی» می نامند بنیادگذاران، کارگردانان و مدیران این دستگاه در جامعه هستند و از منافع خود و سازمانی که در جامعه پدید آورده اند با تمامی توان خود دفاع می کنند. افراد و گروه هایی که می توانیم آنان را «طبقه روحانی» بنامیم در بیشتر جامعه های جهان و به ویژه در کشورهای عقب مانده و فقیر که باورهای دینی در آنها بسیار گسترده است نیرومندترین طبقه جامعه هستند. در کشورهای پیشرفته صنعتی که با روش دموکراسی- سرمایه داری

## معرفی کتاب

### معمای نفت و تغییر رژیم در ایران

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

تاراجگران نفت در خلیج فارس

نویسنده: مایک رهبریان

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

برای تهیه کتاب با مراکز زیر تماس حاصل فرمایید:

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

(310) 477-7477 ♦ (818) 908-0808

Also available at Amazon & Google Play



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

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



# Rug Gallery

با ۴۰ سال تجربه و با ارائه بهترین سرویس و خدمات

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

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

متخصص در شستشوی فرش های دست باف و ارزشمند

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



رفوگری،  
لکه و رنگ برداری،  
براق شور

خرید، فروش  
و  
معاوضه

برآورد و  
قیمت گذاری  
جهت بیمه

*Wash  
&  
Repair*

*Buy, Sale  
&  
Trade-ins*

*Expert  
Appraisals  
for Insurance*

**(408) 876-9495**

*By Appointment Only*

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

باران شکست خواهد خورد گوسفندی بریان می کردند و جشن می گرفتند و از فرشته باران می خواستند که خشکسالی را از سرزمین ایشان دور گرداند و کشت های ایشان را از باران سیراب کند. هنوز هم در بعضی از روستاهای ایران به هنگام تابستان به صحرا می روند و از ایزد «تیشتری» می خواهند که سرزمین آنها را از خشکسالی محفوظ نگه دارد. خود من در اسپانیا شاهد بودم که به هنگام تابستان روزی را به نیایش برای طلب باران می گذراندند و از بالای بام ها به صورت باران سمبولیک آب بر سر روی هم می ریختند و در آن هنگام فریاد می زدند «آگوا» به معنی آب. خوردن غذای روز سیزده نوروز در دشت و صحرا نمادی از همان گوسفند بریان است که در اوستا آمده. به آب افکندن سبزه هایی که برای نوروز و نهدان بر سر سفره هفت سین سبز می کنند نمادی از فدیة دادن به «آناهیتا» ایزد آب و «تیر یا تیشتری» ایزد باران است. تخمه بارور شده توسط آناهیتا را دوباره به او برمی گردانند تا موجب برکت در سال نو باشد.

گره زدن سبزه در مراسم سیزده تمثیلی از پیوند بین اعتقادات قلبی گره زنده با کسی یا چیزی است که به خواهش درونی و دل او بستگی دارد. بیشتر آرزوی گره زدن پیوستن به یار و همسری موافق با اوست. به طور کلی شادی و دست افشانی در این روز تمثیلی از شادی و پیروزی ایزد تیر و باران در غلبه بر دیو خشکسالی و قحطی است. در مورد ناخجستگی و نحوست سیزده بسیار سخن رفته که برای جلوگیری از طولانی شدن کلام این سخن را به زمانی دیگر وامی گذاریم.

بودند و به روی زمین آمده بودند دوباره راهی می شوند تا به زمین فرو روند و کار جویدن ستون های دنیا را از سر گیرند اما چون به جایگاه خود باز می گردند در می یابند که ستون های جهان هستی ترمیم شده اند و آنها ناکامانه می بایستی خرابکاری خود را از سر گیرند. بنابراین اعتقاد اسلاوی برگرفته از عقاید هند و اروپایی جشن سیزده نوروز ایرانی می بایستی با همین اعتقاد هند و اروپایی هم داستان باشد توجیهی که برای مراسم سیزده می توان کرد این است که در ایران قدیم هر یک از روزهای ماه نامی داشتند و هر کدام از این روزها ایزدی داشتند که امور آن روز در دست آن ایزد بود، روز سیزدهم ماه به نام ایزد تیر یا «تیشتری» بود. ایزد تیر در اوستا ایزد باران است و مورد ستایش فراوان می باشد زیرا که هستی به وجود آب و باران بستگی دارد و سرودی مقدس و زیبا و دلکش دارد. این ایزد به صورت اسبی می باشد که همواره با دیو خشکسالی و قحطی که «اپوش» نام دارد در جنگ است ایزد «تیشتری» می بایستی دیو «اپوش» را شکست دهد و گرنه سرچشمه آنها می خشکند و گیاهان و خوردنی ها از بین می روند و خشکسالی و قحطی بر جهان چیره می شود این ایزد نطفه آب را در بردارد و می کوشد تا دیو «اپوش» را که نماینده خشکسالی و کم آبی و قحطی است شکست دهد.

ایرانیان در روزهای آغازین سال، روزی که سیزدهم فروردین و متعلق به ایزد تیر یا «تیشتری» بود به دشت و صحرا می رفتند و در کنار جویبارها و چشمه ها بزرگداشت ایزد باران را گرامی می داشتند و به هنگام نیمروز که معتقد بودند دیو خشکسالی از ایزد



## چگونگی اسطوره سیزدهم فروردین

جشن های کارناوالی آغاز می شود که در این جشن ها انسان ها با نهدان ماسک های مختلف صورت حیوانات بر چهره خویش که آن حیوانات را نمایندگانی ارواح می دانند به رقص و پایکوبی می پردازند. از طرفی بنا بر اعتقاد فولکلوریک، این سرزمین ها دوازده روح پلید در تمام روزهای سال به جویدن ستون هایی که جهان بر آنها استوار است می پردازند و چون دوازده ماه سال رو به اتمام است می پندارند که ستون های جهان در حال فرو ریختن هستند و آنها بزودی جهان هستی را نابود می کنند، درست در زمانی که جویدن ستون ها در حال اتمام است و آنها خرسندند که به زودی زمین را از هم می پاشند روزهای سال به آخر می رسند و ارواح خبیث نیز چون مردم جهان را در حال رقص و شادی می بینند به زمین می آیند تا در این مراسم شادی با زمینیان همراه گردند و در تمام مدتی که در حال رقص و شادمانی هستند، ستون های جویده شده زمین خود به خود با رسیدن فصل تازه مرمت می یابند و از نو ساخته می شوند. این دوازده روز آغاز سال بنا بر اندیشه های فولکلوریک قدیمی از اهمیت خاصی برخوردارند و نقش مهمی در نگاه داری و نگهبانی جهان بشریت دارند چون ارواح ناپاکی که از جویدن ستون های جهان بازایستاده

آنچنانکه در مقالات قبلی گفته شد آیین های نوروزی با چهارشنبه سوری آغاز می شود و با سیزده بدر خاتمه می یابد و هریک از این آیین ها رسومی خاص و مربوط به خود دارند در تمام این رسوم و سنت ها شادی و دست افشانی و برپایی جشن جزئی از مراسم دینی و مذهبی بوده است. زیرا اندوه و غم را پدیده ای اهریمنی و شادی و جشن را برآورده اهورامزدا می دانستند. در کتیبه های شاهان هخامنشی می بینیم که گفته اند «مغ بزرگ است اهورامزدا که زمین را آفرید، آسمان را آفرید، انسان را آفرید و شادی را برای انسان آفرید.» و چون شادی و جشن را مقدس می دانستند از فرصت های گوناگون برای برپایی جشن ها استفاده می کردند و از غم و اندوه می گریختند. جشن های شروع بهار و برگزاری مراسم سال نو از چهارشنبه سوری تا مراسم نوروز و پس از آن برگزاری سیزده نوروز در صحراها و دشت ها و در میان سبزه زارها نیز از همین مقوله می باشد.

در میان ملت های هند و اروپایی بخصوص ملل اسلاوی آغاز فصل بهار را جشن می گرفتند و در این جشن مراسم کارناوالی نیز برگزار می شد. در بعضی از سرزمین های اسلاوی که ریشه هند و اروپایی دارند دوازده روز از آغاز سال نو با شروع بهار یک دوره دوازده روزه

## ماهنامه پژواک

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

**(408) 221-8624**

نشریه برگزیده

ایرانیان شمال کالیفرنیا

## دفتر خدمات بین المللی

قبول وکالت در کلیه امور حقوقی در دادگاه های ایران

کلیه امور مهاجرت به آمریکا و کانادا

امور مربوط به Social Services در آمریکا

Office of International Services



**(408) 909-9060**







## برنامه‌های مرکز اسلامی و فرهنگی شمال کالیفرنیا در ماه‌های آوریل و می ۲۰۲۱

1433 Madison Street, Oakland, CA 94612

www.iccnc.org

(510) 832-7600

info@iccnc.org or Pr@iccnc.org

facebook.com/ICCNCORG

Telegram: @iccnc

### ICCNC در تمامی شب‌های ماه رمضان از طریق Zoom و کانال یوتیوب برنامه دارد

#### English Speakers

Dr. Hamid Mavani  
Br. Ahmad Rashed Salim  
Dr. Hatem Bazian  
Sheikh Jihad Brown



#### سخنرانان فارسی

مهندس عبدالعلی بازرگان  
دکتر حسین اخلاق  
دکتر مصطفی دانشگر  
دکتر حسن مسعود  
آقای اردشیر منصوری

ساعت شروع برنامه‌ها ۷:۴۵ عصر

www.iccnc.org  
@iccnc

برای کسب اطلاعات بیشتر به سایت و کانال تلگرام ما بروید:

گلیه جلسات مرکز تا اطلاع ثانوی از طریق Zoom برگزار می‌شود.

- ۱- **درس‌گفتارهای دکتر عبدالکریم سروش** شامل "شرح دفتر نخست مثنوی" (۶ عصر یکشنبه‌ها)، "شرح کیمیای سعادت امام محمد غزالی" (شنبه ۳ آوریل و ۱ می، ساعت ۶ عصر) و "قرآن و انجیل" (جمعه ۱۶ آوریل و ۲۱ می ساعت ۶ عصر).
- ۲- **دعای کمیل و خطبه‌های نماز جمعه**: دعای کمیل؛ پنج‌شنبه‌ها از ساعت ۸:۳۰ تا ۹:۳۰ عصر، و خطبه‌های نماز جمعه از ۱:۳۰ تا ۲:۳۰ عصر از سوی برادر احمد راشد سلیم برگزار می‌شود. همچنین کلاس شرح نامه سی و یکم نهج‌البلاغه از سوی آقای مصطفی دانشگر، ساعت ۴ عصر شنبه‌ها.
- خدمات عمومی**: گلیه خدمات عمومی مرکز همانند عقد، ازدواج، طلاق، تشریف به اسلام، تدفین از سوی مرکز انجام می‌شود، برای کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفن 510-832-7600 تماس بگیرید و یا با ایمیل info@iccnc.org مکاتبه کنید. همچنین با کمک افراد خیر، بودجه‌ای در نظر گرفته شد تا به افرادی که در این دوره سخت، با کسری مالی روبرو هستند، کمک‌هایی انجام شود. برای پرکردن فرم درخواست کمک مالی، لطفاً به سایت مرکز مراجعه کنید. www.iccnc.org



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



zoom

### Islamic Services Offered by ICCNC (Via ZOOM)



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



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



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



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

1433 Madison Street, Oakland, CA 94612

www.iccnc.org

(510) 832-7600

info@iccnc.org or Pr@iccnc.org

facebook.com/ICCNCORG

Telegram: @iccnc

را صاحب شوند. در همین حال شرکت سرمایه گذاری تامین اجتماعی به منظور طلب دو میلیون یوروی خود از فدراسیون فوتبال بابت پرداخت قسط اول و دوم دستمزد مربی بلژیکی اقدام به توقیف اموال فدراسیون از طریق مراجع قضائی نمود. حراج ساختمان فدراسیون که در زمان فدراسیون محدودادکان خریداری شده بود از طریق مزایده خبر داد و نیز ساختمان اداری باشگاه پرسپولیس به دلیل مالکیت آن توسط فدراسیون فوتبال به این پرونده ارتباط یافت که اعتراض مدیران این تیم را به همراه داشت، گرچه توقیف و حراج این دو ساختمان عملی نشد، چرا که محمد شریعتمداری وزیر کار و تعاون با وساطت وزیر ورزش و جوانان برای توقیف ساختمان فدراسیون زمان خواست. وزارت ورزش اقدام به تسویه بدهی شرکت شستا کرد تا قبل از اتمام سال جاری این مشکل حل و فصل شود.

اصلاح اساسنامه مهمترین ماموریت فدراسیون فوتبال برای عبور از بحران بود و تا زمانی که اساسنامه جدید به تأیید رسد امیدی به بهبود اوضاع نبود. در نهایت با تاخیری چند ماهه، با کمک فدراسیون فوتبال با مذاکرات آن لاین با نهادهای وزارت امور خارجه و فدراسیون بین المللی کار شکل گرفت. **دنباله مطلب در صفحه ۵۶**

ویلموس در حالی که تیم را به بیراهه برد، توسط همسرش که وکیل بین المللی بود، غرامتی ۶/۲ میلیون یورو را به فوتبال بی و پیکر ایران تحمیل کرد. این غرامت به اضافه دو میلیون یوروی که فدراسیون از شرکت شستا برای پرداخت قسط اول و دوم قرض گرفت سبب تشکیل تیم حقوقی شد و ایران در طی ماه های گذشته نسبت به تجدید نظر در این پرونده شده است تا از شر بزرگ این بدهی خلاصی یابد.

بعد از فاجعه بزرگ برای فدراسیون بی پول ایران مجلس و قوه قضائیه کار روی این پرونده را آغاز کردند. سازمان بازرسی کل کشور پیش قدم شد و بعد از بررسی مدارک، اقدامات هیات رئیسه وقت فدراسیون را غیرقانونی قلمداد کرد و با تکمیل پرونده و جزئیات آن اعلام کرد که حکم توقیف اموال اعضای هیات رئیسه صادر شده است تا به نوعی رسماً رسیدگی به این پرونده آغاز گردیده باشد. از سوی دیگر مجلس شورای اسلامی از طریق دیوان محاسبات و کمیسیون اصل ۹۰ وارد این پرونده شد و جلساتی را با هیات رئیسه برگزار کرد و برای شفافیت بیشتر این پرونده به بررسی آن پرداخت. در طی همین برنامه ها پیگیری قضائی بی نتیجه به درازا کشید و این به نفع و کلاهی ویلموس بود که از هرج و مرج موجود نهایت سود



## ورزش از نگاه من

احمد طوسی

Email: atousi1515@gmail.com

نهایت آقای شکوری مجاب شد که از میز دبیر کلی فاصله بگیرد و آقای نبی بر جای او بنشینند. بعد از ماه ها دبیر کلی غیرقانونی شکوری، حالا فدراسیون روزهای تازه ای را تجربه می کرد. فدراسیونی که در خطر تعلیق بود در نهایت اندکی شکل گرفت. بدترین اتفاق در فوتبال طی این سالها پرونده ویلموس بلژیکی بود که تیم ملی را به بیراهه برد که خطر حذف تیم از بازی های جام جهانی هنوز هم به قوت خود باقی است. آقای ویلموس فدراسیون را در موقعیت ورشکستگی قرار داد. هرچه پول از هر کجا و در هر موقعیت به حساب فدراسیون ریخته می شد باید به آقای ویلموس داده می شد. آقای مهدی تاج با امضای قراردادش در فوتبال جهانی فدراسیون فوتبال را فاقد اعتبار کرد. بسیاری بر این عقیده اند که در تاریخ صدساله فدراسیون این بزرگ ترین ضربه ای است که بر پیکر نحیف فدراسیون فوتبال وارد آمده است. آقای

فدراسیون فوتبال طی سال های بعد از انقلاب آدم های رنگارنگ و متفاوتی را به خود دیده است. آدم های اهل معامله و بساز و بفروش هایی که هر کس از راه رسید، اندوه دیگری بر آن افزود. اما بدون تردید بدترین سال سالی که گذشت بود. محکومیت در پرونده ویلموس مربی بلژیکی تیم ملی، بزرگ ترین کلاهی بود که به سر ایرانی ها رفت. پایان سال با برگزاری انتخابات برای ریاست فدراسیون بود تا فوتبالی ها به سر و سامان گرفتن فدراسیون امیدوار باشند. فدراسیون فوتبال در نخستین روزهای فروردین گذشته اعلام کرد که مهدی محمدنبی سرپرست دبیر کل فدراسیون شده است. این اتفاق در حالی بود که هنوز آقای شکوری برکنار نشده بود و او محکم روی صندلی خود نشسته و آن را دو دستی چسبیده بود. در نهایت کنفدراسیون فوتبال آسیا فدراسیون چند تکه فوتبال ایران را متقاعد کرد که قوانین باید به درستی پیاده شود و در



## دفتر خدمات بین المللی

Office of International Services



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

- ◆ Last Will & Testament
- ◆ Living Trust
- ◆ Living Will
- ◆ Power of Attorney
- ◆ Health Care Power of Attorney
- ◆ Pet Protection Agreement

By  
Appointment  
Only

Notary  
Public

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

Office of International Services is not a Law Firm

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

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





است. یک روز بالاخره بعد از کلی کلنجار با خودش و به بهانه میهمانی، به خانه دعوتش می‌کند. مهری با دیدنش دست و پایش را گم و خیلی تلاش می‌کند برایش از حسی که درونش به وجود آمده، بگوید. اما دختر حرفش را قطع می‌کند، دستش را می‌گیرد و به سمت خودش می‌کشد. بعدها داستان را این طور کامل کرد که خودش هم نمی‌دانسته چه دارد می‌گوید اما دخترک باهوش بوده و یک جور او را حالی می‌کند که نیازی به صحبت نیست و با سکوت هم می‌شود پیش رفت! تا چند هفته روز و شب برایش نمی‌ماند. فکر آن روز و تکرارش عمیقاً در قلبش ریشه دوامده است. می‌گفت: «هیچ کدام از ما نفهمیدیم چرا این رابطه بین‌مان به وجود آمد.»

دنباله مطلب در صفحه ۲۷

که تنها صدایش را شنیده بودم، تا این حد اعتماد می‌کردم. شرط کرده بودم که پیش از هر صحبتی و رفتن به جایی، به محل کارش برویم که خیالم از واقعی بودن هویتش راحت شود.

شال سفیدش را با دست جابه‌جا می‌کرد که دیدمش. چشم‌های درشت و ریمبل خورده‌اش را به متانت خاصی به اطراف می‌چرخاند. لبهایش را به داخل جمع کرده بود و به گوشی خود نگاه می‌کرد.

«مهری جان؟»

گفتن این دو کلمه با صدایی پر از استرس کافی بود تا نگاهم کند. چشم‌هایش درخشید و لبخندش هنوز هم در ذهنم مانده است. کمی معذب شدم. مهری از آن چه فکر می‌کردم، جدی‌تر بود و البته بسیار منظم.

«می‌رویم کافه و صبحانه می‌خوریم.» بعد از چند دقیقه، این اولین جمله‌ای بود که به زبان آورد، آن هم وقتی سوار ماشین بودیم و داشت آینه ماشین را تنظیم می‌کرد.

برایم گفت که اولین عشقش به هم‌جنس را با هم کلاسی دانشگاه تجربه کرده بود: «از اون چشم و ابرو مشک‌های عاشق‌کش و پرعشوه.»

در قدم اول سعی می‌کند که به او نزدیک شود اما طرف مثل خودش خیلی جدی

## مهری، زنی با قلبی در دست!

نهال

نزدیک امتحانات پایان ترم بود و چند ماهی از آخرین صحبت‌هایم با مهری می‌گذشت. کمی جست و جوی اینترنتی کافی بود تا اطلاعات جالبی به دست بیآورم. کلمه «هم‌جنس‌گرایی» که بعدها با آن آشنا شدم، شاید برایم یک نوع دوست داشتن بی‌دلیل و بی‌معنی توصیف شده بود. با مهری بیشتر گپ می‌زدم و هرچه بیشتر صحبت می‌کردیم، بیشتر می‌فهمیدم احساس و گرایش مشترک داریم اما تا مدت‌ها دلم نمی‌خواست باور کنم.

یک روز میان چت‌های اینترنتی، شماره‌اش را برایم نوشت. چند روز گذشت تا تلفن را بردارم و با او تماس بگیرم. به دلیل هراس آن روزهایم، از تلفن کارتی تماس گرفتم. با بوق سوم گوشی را برداشتم: «جانم؟» صدایش لحن گرمی داشت. آن روز یک ساعتی بی‌وقفه به حرف زدن گذشت اما هم چنان چیزی جا مانده بود. خداحافظی که می‌کردم، فهمیدم دوست خوبی خواهد شد. بالاخره تصمیم گرفتم همدیگر را ملاقات کنیم. من صبح زود به تهران می‌رسیدم و او هم تنها کسی بود که خبر داشت. استرس داشتم. برای اولین بار به کسی

گفت: «من مهری‌ام.» گفتم: «یعنی تو زنی و از زن‌ها خوشت می‌آد؟ خب که چی؟» بعد تصمیم گرفتم دیگر در هیچ گفت و گوی اینترنتی با او شرکت نکنم و هرچه را هم از او شنیده‌ام، فراموش کنم، از احساس علاقه‌اش به زن‌ها تا تصویر رابطه جنسی او با آن‌ها.

اما خوب که فکر می‌کردم، منهای حس جنسی آن، بارها و بارها این موضوع را از نزدیک لمس کرده بودم، تفاوت من این بود که همه چیز را فقط دوست داشتن احساسی می‌دانستم و هرگز به هیچ لمس فیزیکی فکر نمی‌کردم. به چه دلیلی؟ نمی‌دانم. حالا که یاد آن روزها می‌افتم، از داشتن زنی کنار خودم خوشحالم.

در دوران راهنمایی، خانم معلم خوش‌هیكل و خوش سر و زبانی داشتیم که من برای دیدنش روز شماری می‌کردم. مهری مرا به روزهای نوجوانی برد و همان صحنه‌هایی را به تصویر می‌کشید که بخشی از آن را تجربه کرده بودم. پس خیلی هم بی‌پراه نمی‌گفت. با خودم قرار گذاشتم یک روز بالاخره همه سوال‌هایم را از او بپرسم، باید می‌فهمیدم.



Immigration & Translation Services

۱۳۱۸-۵۵۴-۴۰۸

# شرکت ساعی

مشکل گشای شهر شما



👉 کارت سبز، ویزای نامزدی

👉 امور مربوط به دفتر حفاظت ایران

👉 ترجمه کلیه مدارک، عکس گذرنامه

👉 تشکیل شرکت‌ها

👉 تعویض نام

## تابعیت

www.saeicompany.com

I am not an attorney

(408) 554-1318

برای اطلاعات بیشتر با آقای داریوش گیلانی تماس بگیرید

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

«امیرشروان» کارگردان فیلم های: دزد سیاهپوش، زمزمه محبت، روزهای بی خبری... ذکر شده است. این دومین فیلمی است که «پوری بنائی» در فیلمی خارجی بازی می کند. فیلم دیگرش «گلگو ۱۳» (۱۹۷۳) بود که ژاپنی ها در ایران ساختند که آن هم فیلمی بد و در همین رده بود. کارگردان فیلم (لزلی مارتینسن) هم فعالیتش بیشتر در تلویزیون بود. چند اپیزود «بالتر از خطر» را کارگردانی کرده و احتمالا

(پیتر گریوز) و روسه، وارد عملیات می شوند، اما در همان دم، ملوان ها تیر می خورند و کشته می شوند و متعاقب آن، فیلم به انبار مخروبه ای که مثلا مقر خرابکاران هست ادامه پیدا می کند. اینجا چند تا آجان هم شرکت می کنند، اما یکی یکی با خوردن تیر نقش زمین می شوند ولی از آنجا که باید به سبک فیلم های «جیمزباند» آرتیسته همه قضایا را راست و ریس کند، به موقع سر می رسند و موشک مسخره دو سه متری را منهدم می کنند.

## TEHERAN INCIDENT



دلیل انتخاب «پیتر گریوز» از همین همکاری ناشی شد. اما با وجود اینکه ۱۰۷ فیلم تلویزیونی و چند فیلم سینمایی کارگردانی کرده اما نتوانسته به جز سرهم کردن داستان و صحنه ها در اینجا، فیلمی لااقل قابل تماشا عرضه کند.

آخر اینکه، با وجود انتخاب عنوان «حادثه تهران» برای فیلم، اما اکثر داستان و صحنه ها در جنوب ایران حادث می شود.

برای ختم کلام هم «پوری بنائی» (پلیس مخفی) که روی مخته ای در هتل شاه عباس به دیوار لم داده و گیلان شرابی به عنوان پیروزی در این عملیات در دست دارد، «پیتر گریوز» را دعوت می کند تا نزد او برود و فیلم یا در واقع این شاهکار بی بدیل بالاخره به پایان می رسد. فیلم بد زیاد ساخته می شود، اما این فیلم باید جایزه بدترین فیلم سال را می گرفت. معلوم نیست سازندگان آن از این همه جا به جا شدن (فیلم، در کشورهای ایران، اتریش، اسپانیا و هالیوود آمریکا فیلمبرداری شده، با داستانی بی اندازه احمقانه، بچگانه و بعدش با بازی های بدتر چه هدفی داشتند. فیلمی که نه سر دارد و نه ته، نه زمانش درست است و نه مکانش.

عنوان دیگر فیلم «موشک سری» است علاوه بر «پوری بنائی»، «حسین گیل» بازیگر نقش های منفی آن زمان سینمای ایران هم نقشی دارد (گارد محافظ «کورت یوگینز» صاحب کازینو و خرابکار اصلی) و دستیار تهیه هم

## دنیای سینما

سعید شفا



### «حادثه تهران» یا «جیمزباند در ایران»

«کورت یوگینز» (بازیگر آلمانی) است و اینجا هم یک صحنه زد و خورد و کتک کاری صورت می گیرد. چند پاسبان سر می رسند، همه را دستگیر می کنند الا «پیتر گریوز» را! چرایش معلوم نیست و اهمیتی هم ندارد چون این فیلم آنچنان بد ساخته شده که هیچ چیزی تماشاگر را متعجب نمی کند.

رادیوی اتاق «گریوز» هم فعالیت های آیت الله خمینی را پخش می کند و فیلم با یک صحنه عشق بازی میان «گریوز»

سال ۱۹۷۸ است. ایران در مسیر جدیدی گام گذاشته که منتهی به انقلاب ۷۹ شد. روس ها موشکی ساخته اند و می خواهند در دریای خزر آن را آزمایش کنند. اما چند خرابکار با حمله به محل و کشتن روس ها، موشک دو سه متری را می دزدند و آن را با هلیکوپتر به مقصدی نامعلوم می برند. خبر به گوش آمریکا می رسد و «سیا» مأمور زبردست خود «پیتر گریوز»، بازیگر سریال تلویزیونی «بالتر از خطر»

و زن برهنه ای ادامه پیدا می کند. بعد برای یافتن مأمور روس به محلی می روند. آنجا چند خرابکار سر می رسند و طرفین شروع می کنند به تیراندازی و عجباً که هیچ کدام از گلوله ها کسی را زخمی نمی کنند! محل در خارج از شهر است، اما یکباره



صحنه ای از فیلم «حادثه تهران»

یک ماشین پلیس در حالیکه آژیرش بلند است وارد معرکه می شود، اما روی بدنه ماشین چیزی از پلیس بودن ماشین به چشم نمی خورد. پاسبان ها «گریوز» و همدست روس اش را دستگیر می کنند و به زندان می برند. در اینجا سر و کله «پوری بنائی» با لباس شیک و پیک شهربانی و یک سری مدال روی سینه اش پیدا می شود که جهت ماموریتی سری خود را کارمند آن هتل جا زده بود. باز به یکباره، و بدون مقدمه آنها عازم روستایی در جنوب می شوند تا مأمور فراری را پیدا کنند. یک مقداری هم تیراندازی میان چند قایق و سرنشینان آنها انجام می دهند. با وجود اینکه هدف از همه این آرتیست بازی ها خنثی کردن طرح انهدام محل کنفرانس صلح که قرار است در جزیره کیش صورت بگیرد هست، فقط دو نفر ملوان تفنگ بدست به همراه دختره «پوری بنائی» و آرتیسته

آن زمان را به ایران اعزام می کند. وقتی او وارد فرودگاه می شود اولین کاری که می کند روزنامه ای می خرد و چند قران پول خورد کف دست روزنامه فروش می گذارد. از اینجا، بدترین فیلمی که می توان تصورش را کرد آغاز می شود. به آبادان می رود، یک دعوی جانانه باچند نفر روی پشت بام های آنجا انجام می دهد، زد و خورد به بازار میوه فروش ها سرایت می کند، و او چند نفر را با ضرباتی روی تَل سبزیجات ولو می کند، بعد دوان دوان خودش را به رودگاه می رساند و قبل از آن با راننده تاکسی سر کرایه چانه می زند و بالاخره ۲۰ دلار به او می دهد و سوار هواپیما می شود. بعد به مهمانسرای شاه عباس می رود و چون «رزرویشن» ندارد، کارمند هتل، «پوری بنائی» را صدا می کند و او می گوید به «بار» برود تا اتاقتش آماده شود. صحنه بعدی، قمارخانه هتل است که صاحبش

## واژه نامه حقوقی انگلیسی-فارسی

شامل واژه های:

حقوقی، سیاسی، اقتصادی و جامعه شناسی

تالیف: دکتر احمد ایرانی،

کارشناس ترجمه

لس آنجلس، کالیفرنیا ۲۰۰۶

بهای کتاب با هزینه پست: ۱۲ دلار

Ahmad Irani

201 Glenwood Cir., Apt. 319

Monterey, CA, 93940





هندوانه برداشتن. مرتب نیز در نامه غر میزد که چرا زودتر کارهایم را تمام نمی کنم. وقتی به تهران برگشتم جدا در پی تاسیس یک مجله زنانه بود و من هم همه اندوخته ها و آموخته ها را با خود داشتم. برای تحقیق و مطالعه در مجلات زنانه فرانسه وقت بسیاری گذاشته بودم و دکتر مصباح زاده تصمیم گرفت که بالاخره به روای دیرینه اش در مورد یک مجله زنانه برای کیهان جامه عمل بپوشاند.»

دکتر مصباح زاده نگاهی به او کرد و گفت: «برو فکر یک اسم دیگر باش. همین مانده که مردم بیایند پیش ما و بگویند (آقا زن شب هم داری)»

بالاخره دکتر الهی و من رفتیم در دفتری مستقر شدیم که در همان جا کتاب ماه را هم جلال آل احمد (که بیرون از ساختمان کیهان بود) سرپرستی می کرد و کتاب هفته پر سر و صدا هم در همین محل قرار داشت. دکتر قبول کرد که اسم مجله «مد روز» باشد. دستگاه را به کار انداختیم و قرار شد مجله ماهانه باشد با چاپ لوکس رنگی و عکس هایی که طراح ایرانی، مانکن ایرانی و فضای ایرانی دارد چاپ و منتشر شود.

دنباله مطلب در صفحه ۵۰

دکتر الهی و من جلسات بسیاری با دکتر مصباح زاده برگزار کردیم. همه چیز به خوبی پیش می رفت. شب و روز کار می کردیم تا زودتر به نتیجه برسیم و مجله دلخواه دکتر را منتشر کنیم. در یکی از جلساتی که با دکتر داشتیم و تقریباً همه چیز فراهم شده بود دکتر پرسید: «اسم مجله را چی بگذاریم؟! دکتر الهی گفت: «به اعتبار اسم مجله فرانسوی «زن روز» LA FEMME AUJOURD HUI که من چند ماهی در آن کار کرده ام و از نظر امکانات و موضوعات بیشتر به کار ما می خورد فکر می کنم (زن روز) اسم خوبی است.»



## زن روز- زن شب

هم این کار را با بازگشت معتمد نژاد و حضور ابوالقاسم منصفی شروع کرد. مدرسه را یک زن فرانسوی متکبر درست کرده بود به اسم مادام (ریشه) و یک آقائی به نام مسیو (ویواین) که در آن اصول روزنامه نگاری و خبرنگاری شیوه آمریکایی را به فرانسه درس میداد. شبها می رفتیم به این کلاس و روزها در مجلات زنانه فرانسه «استاژ» می دیدم برای اینکه در مراجعت به تهران یک مجله زنانه درست کنیم. هم زمان با اینکار باید در «سورین» هم برای دکتر اسم می نوشتیم و آن زمان جنگ الجزایر هم بود و (چون موسسه اطلاعات منصور تاراجی را برای این کار به شمال آفریقا فرستاده بود) دکتر از من خواست که گزارش هایی از جنگ الجزایر نیز به تهران بفرستم. این شد با یک دست چهار

دکتر صدرالدین الهی از پاریس بازگشت با کوله باری از دانسته ها بخصوص در مورد مجلات زنانه که به خواست دکتر مصباح زاده برای یادگیری و تحقیق در آن مورد به فرانسه رفته بود.

دکتر الهی می گوید: «گرفتاری بزرگ من با دکتر همیشه در این بود که چند کار را با هم به سرم می ریخت و می خواست همه آنها را در کمال دقت و پاکیزگی انجام بدهم. مرا فرستاده بود پاریس در مرکز تربیت روزنامه نگاران در کوچه «لوور» که یک مدرسه شبانه روزنامه نگاری بود، درس روزنامه نگاری بخوانم به اتفاق کاظم معتمدنژاد هم کلاس خراسانی سال ششم ادبی من، از او فقط این کار را خواسته بود و ظاهراً می خواست پایه های دانشکده روزنامه نگاری را به این صورت بریزد و عملاً



## هنرستان موسیقی نژاد

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

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



(408) 559-7864

Cell: (408) 771-3996

کلاس های خصوصی و گروهی

14505 Union Ave San Jose, CA 95124

www.nejadmusic.com



# یگانه

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

## Outdoor Sitting & Take Out

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

**The sandwiches are deliciously authentic!**

\* *Breakfast & Brunch*

\* *Omelettes*

\* *Sandwiches*

\* *Salads*

\* *Coffee & Tea*

\* *Fresh Juices*

\* *Dessert*

\* *Milkshakes*



نان سنگک تازه - کله پاچه - حلیم



**(408) 666-1229**

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

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

3275 Stevens Creek Blvd. San Jose, CA 95117

Order online with

**DOORDASH - GRUBHUB**



## منطقه فضول آباد

## همسایگان مهرآوری که سزاوار تحسین اند

می خواهیم در این باقی عمر از چند حمایتی از همسایگان مان در این سرزمین بی آزار مهاجرت، به نیکی و سزاوار یاد کنم و نکاتی هم در این مقوله از یاد مانده ها و مهر بی مضایقه آنها متذکر شوم. به یاد دارم سال آخری که در وطن بودیم روزی با دوست ارزنده ای به نام جناب سیدی درباره همسایه ها با هم حرف می زدیم. وی به عنوان خاطره ای در این روند آن روز گفت: «سالها پیش که مقیم وین آلمان بودم بالاخره تصمیم گرفتم در همان شهر خانه دلخواهی بخرم. مدتی طول کشید. به همه بخش های آن شهر سر زدم و خانه های فراوانی دیدم تا بالاخره در یک خیابان پر درخت و سبزه و گل دور میدانی در انتهای همان خیابان خانه ای زیبا را پسندیدم و خریدم. چند روز قبل از اینکه به آنجا اسباب کشی کنم رفتم جلو چند همسایه در همان دور میدان یک گلدان پر گل و یادداشتی گذاشتم و خودم را هم معرفی کردم. بزودی چند دوست خوب در همانجا پیدا کردم و مهرشان به دلم نشست.»

این از یک رویدادی که دوستانم در ایران برایم تعریف کرد و حالا خاطره ای که خودم در وطن شاهد آن بودم. ما در گلستان پنجم پاسداران در عمارتی خانه ای داشتیم. روبروی ما در طبقه دوم زن و مرد جوانی با کودکی هفت-هشت ماهه زندگی می کردند. در طبقه سوم این عمارت سرهنگی سکونت داشت و بین این خانواده جوان و خانواده سرهنگ اکثر روزها جنگ و دعوا و فحش و اعصاب خورد کردن به قرار بود.

اختلاف خانواده جوان با آنها این بود که زنش می گفت: «من روزها با هزار زحمت دخترم را می خوابانم که به کارهای خانه ام برسم. نوه های جناب سرهنگ بالای سر ما، در خانه پدربزرگشان، فوتبال بازی می کنند و توپ را می کوبند به در و دیوار و دختر من را با وحشت از خواب می پرانند و مرا هم به زحمت می اندازند. هرچی هم تذکر می دهیم، گوش شنوایی نیست.» عاقبت این زن و شوهر از پیش ما رفتند و مصیبت خوابیدند.

دنباله مطلب در صفحه ۵۴

مشقی تازه  
در روزهای غربت

حسینعلی مکوندی  
فریمان- کالیفرنیا

e-mail: ha@makvandi.com



## سه حکایت

انگور بیاورند.» ملا گفت: «ولی این عادت در شهر ما خیلی زشت و ناپسند است.»

♦ ملا مقداری هیزم کول خودش گذاشته بود و خودش هم سوار خرش بود. بچه های محل پرسیدند: «چرا هیزم را روی الاغ نمی گذاری؟» ملا گفت: «خدا را خوش نیامد که هم خودم بار خر باشم و هم هیزم.»

## حاکم بغداد

♦ وقتی صائب تبریزی از بغداد می گذشت شنید که حاکم بغداد حکم کرده است که چون یزید از مردم مکه بود تا او هست و حکومت می کند کسی حق ندارد او را لعن کند. صائب از طریق مزاح گفت: «حاکم بغداد حکمی کرده می باید شنید تا که او باشد نباید کرد لعنت بر یزید.»

## نصیحت یغما

♦ یغما پسر خود را توصیه می کرد که زنهار علم طب بیاموز که هرچه از این جنس جانور دو پا معالجه کنی اجر دنیا دارد و هرچه بکشی اجر آخرت. دنباله مطلب در صفحه ۵۵

♦ ملا به قبرستان رفته بود و سر قبری گریه می کرد و می گفت: «چرا به من رحم نکردی و به این زودی مُردی!» رهگذری او را شناخت. جلو آمد و گفت: «ملا تسلیت می گویم. این مرحوم کیست که این قدر برایش گریه و زاری می کنی؟!» ملا گفت: «قبر شوهر اول عیال من است که مُرده و این بلای ناگهانی را به جان من انداخته.»

♦ خر ملا مُرد. غروب همان روز چند نفر برای عرض تسلیت به خانه ملا آمدند و گفتند: «خدا به شما صبر بدهد. غم آخرتان باشد.» ملا نوکرش را صدا زد و گفت: «چراغی توی طویله بگذار قوم و خویش های الاغ من آمده اند به فاتحه خوانی.»

♦ یک شب به خانه ملا مهمان آمد. ملا سنگ تمام گذاشت و حسابی از او پذیرایی کرد. مهمان بعد از اینکه دلی از عزا درآورد گفت: «در شهر ما رسم است که بعد از شام

## دفاتر و کالت علی مقدمی

با همکاری جفری زیندر و سمیرا نیک آئین

وکالی سابق شرکت های بیمه با بیش از ۶۰ سال تجربه

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



Ali Moghaddami

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



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

Tel: (818) 500-4111

Fax: (818) 500-4144

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

Free Consultation

Tel: (408) 332-5885

Cell: (408) 643-1739

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

**مژه ور هم زرم سیلاوه ریزه****دل عاشق بسان چوب تر بی****سری سوزه سری خانابه ریزه**

وقتی چپقش را دود می کرد، حلقه های کبود کم رنگی را که به ابرهای سبک روز بهاران می مانست به آسمان می فرستاد، عطر خوشی در فضا پراکنده می شد و بوی شاهدانه تازه که در کنار باغچه خانه، می روید به مشام مان می رسید و ما چه عاشق شاهدانه بودیم و چه سخت می گذاشتند دانه ای از آن را زیر دندان بشکنیم. می گفتند سرگیجه می گیرید و دل آشوبه.

سر چپق را که خالی می کرد، می خواند. این بار ساز نمی زد. سازش را بغل می کرد، نوازش می داد مثل بچه و بعد سر و دست می گرفت و با آن نشانه می رفت. مثل تفنگ و بعد می گذاشت زمین و روی آن پارچه می کشید مثل مرده و گاهی در ته آن فانوس روشن، اشکی شورتر از آب دریا می درخشید. آن دو بیتی را خوب به یاد دارم:

**تفنگم آی تفنگم آی تفنگم****رفیق مهربون روز جنگم****به «خیرآباد» کردم زیر خاکت****کنون از دوریت می ناله چنگم**

عصر روزی که تخته پوستش را جمع می کرد و در بقچه می نهاد و بقچه را به سر چوب دست می بست و سازش را بغل می گرفت و از کوچه ما می رفت، هوای عید به خانه های ما آمده بود. حتی اگر تحویل دو یا سه روز بعد بود. زن های کوچه و محله ما او را شگون سال نو می دانستند. اجازه بدهید سال نو را با یاد قلندری سرگشته به آنها که به این روزگار چون او به روز، گرد گیتی می گردند و به شب، بر سنگی سر می نهند، تبریک بگویم و آرزو کنم که هیچ گاه عاشقی، قلندری و بی باکی را از یاد نبرند و نبریم.

او جمع می آمدند و مثل ما بچه ها با هر حرکت سر او چونان موج خم و راست می شدند. کسانی هم چیزکی از اسکناس نارنجی پنجزاری تا سکه ریز و درشت به صورت مضافه در دست او می نهادند. بی تخاصی می گرفت و می گفت: «عید شما مبارک.»

وقتی ما بچه ها بودیم نگاهش از مبهم و دور برگرفته می شد و روی صورت ما می افتاد. در این حال آهسته تر و مفهوم تر می خواند و چون چشمه ای نرم نرم در ما جاری می شد. مثل آن بود که می خواست شعرهایش را توی رگ های ما به وزش درآورد و عطر دلایز وازگانش را در خون ما بچکاند. من از قلندر بهاری این دو بیتی ها را هنوز به یاد دارم:

**من آن پیرم که خواندم قلندر****نه خانم بی نه ماتم بی نه ننگر****همه روزا درآیم گرد گیتی****چو شو آیه به سنگی وانهم سر****دل از دوری تو گیژ و ویژه****یادداشت‌های بی تاریخ****دکتر صدرالدین الهی****قلندر بهاری**

می ماند و می زد و می خواند و طنین صدای او از دهانی که دیده نمی شد به آواز عاشقانه کوه عطش زده در انتظار باران بهار نبود. های هایی بم و مبهم و خواب آور و مخدر داشت، و گاهی هم در اوج این زمزمه ها صیحه ای می زد شبیه به تندر بهار که لاله ها و شقایق ها را مشمت مشمت از دل خاک سرد کوهستان برمی آورد.

اهل محل او را لولی، کولی، قلندر، درویش می خواندند و ما بچه ها را از نزدیک شدن به او منع می کردند. مستخدمین خانه می گفتند که او بچه ها را میدزد و می برد کباب می کند. اما نگاه مهربان او مثل مخمل سبزه زار بود و در آدمی آرزوی دویدن و بازی کردن و سر در پی هم نهادن را برمی انگیخت.

آوازه‌هایش نه شبیه تصنیف های صفحه های هفتاد و هشت دور گرامافون قهوه خانه سرچشمه بود که بدیع زاده در آنها تصنیف «ماشین مشدی ممدلی» «یه یاری دارم» و «یکی یه پوله خروس» را می خواند و نه به های های و چه چه رضاقلی میرزا ظلی می برد و نه به جیر و جیر و فس فس زوزه هایی که از دهان بی دندان شیخ علی روضه خوان اول ماه خانه مان بیرون می آمد.

وقتی می خواند همه فصل ها در صدایش حرکت می کردند. از عطرهای تند بهاری تا رنگ های زرد و خسته پاییزی و از هرم شب های گرم تابستان تا قندیل های یخ در زمستان.

وقتی که خواندنش می گرفت پای همه سست می شد و در جلو خان خانه آقای یمین همه با دهان باز سر تکان می دادند. هنگام ظهر از همه خانه ها محضری برایش می آوردند و او ساده ترین را برمی داشت و بقیه را با دستی بر چشم نهادن رد می کرد. تشکرش تواضعی داشت بی شکستگی. بعضی از مردها طرف عصر دور بساط

بلند قامت بود و تومنند. موی صافی داشت تا روی شانه اش ریخته و ریش سیاه و سفیدی که تا به سینه می رسید. وقتی که می آمد می دانستیم که تا عید دو سه روزی بیش نمانده است. لبش زیر سبیل بلندی که دود رنگ آن را عوض کرده بود دیده نمی شد و چشم هایش گرد اما زنده و براق در پناه سایبان ابروانی پر پشت به فانوس دزدان دریائی در شب توفانی می مانست.

آفتاب بر آمده و هنوز بر همه جا نتافته می آمد و در جلوخان هشتی خانه آقای یمین می نشست. تخته پوستی فرسوده داشت و بقچه به اندازه بالشی و یک ساز عجیب. سازی با کاسه ای کوچک و دسته ای دراز، اما نه مثل تار پرده پرده و نه مثل کمانچه دم دراز. شکل سه تاری بود که به جای سه سیم دو سیم لق زیر آن بسته باشند. به هیچکس نگاه نمی کرد و با هیچ یک از مردان آن محله قدیمی، سر چشمه، که تکه ای از عودلاجان کهن بود سلام و علیکی نداشت. برای کاسب کارهای محل و نوکرهای دولت که سایه پاسبان های لباس آبی «سراسی مختاری»، زیر زانوان شان را سست می کرد، آمدن او اسباب دلگرمی بود. دو سه سال پیش به کمیسری کوچه بیدی سابق، که اسمش کوچه کمیسری شده بود، خبر داده بودند که درویشی در کوچه مسجد حاج شیخ عبدالنبی نوری بساط پهن کرده است و دم و دودی به راه انداخته. دو پاسبان برای جلب او آمده بودند.

نیرآغا همسایه فضول ما که از صبح چادر بر سر می انداخت و مثل کلاغ زاغی زاغ رفت و آمد همه را می زند، به ننه مریم کلفت دامغانی خانه ما گفته بود که، مرد گیسو بلند به دو پاسبان که روبرویش ایستاده بودند با آن نگاه فانوس وش بی آنکه کلمه ای بر زبان آورد چنان خیره شده بود که پاسبان ها عقب گرد کرده و رفته و دیگر برنگشته بودند.

یک روز از او پرسیده بودند: «تو درویشی؟» و او گفته بود: «من قلندرم، خاک پای درویشان.» یک روز در کوچه

**ماهنامه پژواک****نشریه برگزیده****ایرانیان شمال کالیفرنیا****www.pezhvak.com****(408) 221-8624**



## مشکلات شکایت از تجاوز جنسی در دستگاه قضائی ایران

مریم فومنی

**هر بار که کسی تجربه‌اش از آزار جنسی و تجاوز را روایت می‌کند، یکی پیدا می‌شود که آن وسطها از او بپرسد: «خب چرا شکایت نکرده‌ای؟ مگه مملکت قانون نداره؟»**

سماهه، ۲۲ ساله، یکی از آنانی است که شکایت کرد: «سال ۱۳۸۵ من در شهر خودمان که یک شهر کوچک و سنتی است، دانشجو بودم. یک روز حدود ساعت شش عصر در راه برگشت به خانه، سوار پرایدی شدم که مسافرکشی می‌کرد. من تنها مسافر بودم. ۴۰۰-۵۰۰ متر جلوتر، دو نفر دیگر را هم سوار کرد. یکی جلو نشست یکی هم عقب کنار من. دانشگاه ما خارج از شهر بود و تاکسی باید یک جاده کمربندی را رد می‌کرد که اطرافش مسکونی نبود. در همان مسیر، مسافری که عقب کنار من نشسته بود، شیشه‌ها را داد بالا و به راننده گفت که کولر را روشن کند. بعد یک دفعه در را قفل کرد و سر من را برد زیر صندلی. من آن لحظه را تا آخر عمرم به یاد خواهم داشت. انگار چند هزار سال نوری از آسمان به پایین پرت می‌شوم و آن لحظه آن قدر برایم کشدار می‌شود که انگار نامحدود است. فقط فهمیدم که کمی جلوتر یک نفر دیگر را هم سوار کردند و بعد، ماشین را نگه داشتند و چهار نفری به من تجاوز کردند. آن قدر آن اتفاق برایم هولناک بود که بسیاری از جزئیاتش را خوببختانه یادم نیست. چند ساعت بعد، من را در نزدیکی محله خودمان در یک کوچه پرت کردند پایین. چشم‌هایم را بسته بودند و من فقط یک لحظه با آن حال زاری که داشتم توانستم پارچه را بکشم پایین و یکی دو رقم از پلاک ماشین‌شان را بخوانم. در خانه نتوانستم به هیچکس چیزی بگویم. از لحاظ جسمی انگار از یک تصادف خیلی سخت جان به در برده بودم و از لحاظ روحی که اصلاً نمی‌توانم شرح بدهم چه بر من گذشته بود. بالاخره بعد از چند روز خودم را جمع و جور کردم و تصمیم گرفتم که شکایت کنم. می‌دانستم آنجایی که من را سوار کردند محل وقوع جرم محسوب می‌شود و باید به کلانتری همان‌جا مراجعه کنم. رفتم پیش رئیس کلانتری و جریان را گفتم. حرف‌هایی که مثل سوهان روح بودند از همان لحظه شروع شد. به من گفت: «خب نمی‌شود که چند نفر الکی به سراغ یکی بروند. حتماً خودت یک کاری کردی.» رئیس کلانتری من را خیلی اذیت کرد و در نهایت پیش یکی از افسرها فرستاد. به آن

آن افسر به قدری اذیتم کرد و حرف‌های رکیک به من زد که فکر کردم دستم به جایی بند نیست و در نهایت پیگیری پرونده را رها کردم. هر بار می‌گفت برو هفته آینده بیا، یا مثلاً می‌گفت: «خب حالا دیگه با اونا چیز کردی به ما هم یک شیرینی بده دیگه.» وقتی این حرف‌ها را می‌زد، من یک دختر تنها، با خانواده‌ای متعصب، که هیچ قانونی پشتیم نبود و حمایت هیچکس را نداشتم، واقعا لال می‌شدم و نمی‌دانستم چه کنم. من همان چند شماره از پلاک ماشین را به آنها دادم و گفتم که می‌توانم راننده را چهره‌نگاری کنم. آدرس جایی را هم که سوارم کردند، دادم و از پلیس خواستم که دوربین‌های آن محل را چک کنند و ماشین را پیدا کنند. وقتی اینها را می‌گفتم، به من می‌خندیدند و می‌گفتند: «فکر کردی توی آمریکا زندگی می‌کنی که از ما می‌خواهی برویم دوربین‌ها را چک کنیم، خب مسافر بودی و سوار شدی.» می‌گفتم: «بله مسافر بودم، اما بعدش آنها به من تجاوز کردند.» می‌گفتند: «اگر می‌توانی ثابت کن.» این رفت و آمدها به کلانتری تقریباً یکی دو ماه طول کشید. برای من حتی پرونده تشکیل ندادند و من هم که دیدم دستم به جایی بند نیست و هیچ پیگیری نمی‌کنند، دیگر رها کردم.» کار سماه اصلاً به دادگاه و قانون نرسید.

یک ساعت مشاوره حقوقی بگیرد. مبلغ این مشاوره‌ها اصلاً بالا نیست و پس از آن می‌توان مراحل بعدی را بر اساس این مشاوره حقوقی پیش برد.»

در صورت نبود این امکان، یک راه دیگر تماس با خانه‌های امن و استفاده از مشاوره‌های حقوقی آنها است. گرچه تعداد خانه‌های امن محدود و امکانات آنها اندک هستند اما می‌توانند در مواقع لزوم وکیل معرفی کنند یا مشاوره حقوقی به زنان آزار دیده بدهند.

### قانون ناقص است و شاکی ممکن است مجازات شود

ثابت شکایت، خوان اولی است که اگر فرد آزار دیده از آن به سلامت عبور کند، تازه سر و کارش با قانونی است که تجاوز را تحت عنوان «زنای به عنف» یعنی رابطه جنسی با اکراه آورده است. یک وکیل دادگستری که دفاع از بسیاری از زنان آزار دیده را در پرونده‌های تجاوز و آزار جنسی بر عهده داشته و با نام مستعار لاله احمدی از او یاد می‌کنم، می‌گوید: «قانون ناقص است. اثبات تجاوز و آزارهای جنسی بسیار سخت است و زنانی که شکایت می‌کنند ممکن است خودشان محکوم و مجازات شوند.»

دنباله مطلب در صفحه ۴۹

## دفتر خدمات اجتماعی ایرانیان

با مدیریت آذر نصیری

با سال‌ها تجربه، سرعت عمل، و دقت، شما را یاری می‌دهیم!

**Azar Nassiri**

Non-Attorney



### خدمات سوشیال سکیوریتی

**Iranian Services**

♦ مدیر و مدیکل

♦ سوشیال سکیوریتی (SSI)

♦ دریافت حقوق و مزایای دولتی (CAPI)

♦ دریافت حقوق پرستار

♦ دریافت حقوق بازنشستگی

♦ مصاحبه‌های سالانه سوشیال سکیوریتی

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

در سراسر بی‌اریا

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

Fax: (408) 247-5006

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

## زنان، میهمانان غایب، قهوه‌خانه‌های پذیرا

افرا آزاد



تصویرمان در حال عکاسی را در دوربین‌های مداربسته دیده، به سراغمان می‌آید و از ما می‌خواهد عکس‌ها را پاک کنیم. فضای بیشتر این قهوه‌خانه‌ها کمابیش مشابه است، مگر یکی دوتایی که بازسازی کرده‌اند و با صندلی لِهستانی و ظرف‌های مسین رنگ و لعابی تازه‌تر داده‌اند. از میان حدود ده قهوه‌خانه‌ای که واردشان شدیم، هیچ‌کدامشان نه تنها منع ورودی برای زنان نداشتند، بلکه توجه ویژه‌ای هم به میهمان‌های زن داشتند. این قهوه‌خانه، در یکی از محله‌های سنتی، به خوبی می‌تواند نماد فرهنگ این مردم باشد، مردمی که ثابت کرده‌اند فرهنگ جدایی انتخاب‌شان نیست، که هر جا که نظارت شهنه و داروغه نباشد، میزبان پُر مهر زنانی هستند که هریک مادر یک کودک و یا دختر دُر دانه کسی هستند.

باز نشده‌اند. این در حالی است که بیشتر کافه‌ها و رستوران‌ها به روال عادی کارشان بازگشته‌اند و در این مورد هم این دیوار اقشار ضعیف است که کوتاه می‌شود. اما یکی از همین قهوه‌خانه‌هایی را که به نظر بسته می‌آید به پیشنهاد محلی‌ها در می‌زنیم. کسی در را باز می‌کند و ما را به طبقه بالا دعوت می‌کند. این طور که پیدا است، طبقه پایین بیشتر فضایی مردانه دارد و در طبقه بالا ورود برای زنان و مردان آزاد است، چیزی شبیه لُژ خانوادگی. با این حال بیشتر میهمان‌ها مرد هستند. از مرد جوانی که برایم جای آورده می‌پرسم آیا میهمان زن هم دارند. جواب می‌دهد کمابیش، ولی بیشترشان همراه با مردان می‌آیند و زن تنها کمتر پایش را آن‌جا می‌گذارد. از آن‌جا هم چند عکس می‌گیریم اما هنگام خروج، مردی که

به استقبال‌مان می‌آید و میز چوبی را با لُنگ قرمز دستمال می‌کشد و بفرما می‌گوید. منو بر دیوار است، با دست‌خط کودکانه‌ای بر کاغذی چرک‌مرد. روی دیوارها تصویر مقدسین خیره بر دیوار روبه‌رو و چند مردی که گرد هم جمع‌اند، سکوت پیشه کرده‌اند و غریبه‌های تازه‌وارد را زیرچشمی می‌پایند. الساعه دو استکان چای در نعلبکی‌های غرق در چای، روی میز است. با قندان استیل. در سرمای خشک و بی‌حاصل تهران آن چای لب‌سوز لب‌دوز حال‌مان را جا می‌آورد و بیشتر از آن، استقبال مردانی که گمان می‌کردیم حضورمان برایشان چندان خوشایند نباشد. اجازه عکاسی نیز صادر می‌شود. در آرامش، از دیوارها و آن فضای دَم کرده چند عکس برمی‌داریم و هنگام خروج یکی از مردان در را بر ایمن باز می‌کند و با خداحافظی گرمی بدرقه‌مان می‌کند. چند تا از آدرس‌هایی که داریم، شاید بشود گفت بیشترشان، بسته است. می‌گویند در دوران فراگیری کرونا بسته شده‌اند و دیگر

هوای دَم کرده‌ی پُر دود و قُل‌قُلِ قلیان، صدای برخورد استکان‌ها و همه‌مه مردان، نقش‌هایی از مردان فوت، از علی تا سهراب بر دیوار، کهنه‌دیوارهایی یادگار پرده نقالان... این‌ها همه تصاویری از قهوه‌خانه‌هایی است که روزگاری محفل هم‌فکری‌ها و هم‌دلی‌ها بوده و حالا پستوهایی مخفی و پنهان در کوچه پس‌کوچه‌های شهرها در تصرف مردان. ما دو نفریم، دو زن که دل‌شان می‌خواهد بخت‌شان را در ورود به این جمع مردانه بیازمایند و بدانند آیا راهی برای ورود زنان به چنین فضایی هست یا نه. این جمع مردانه تعریف شده، حضور زنانه را برنمی‌تابد. دل‌مان می‌خواهد بدانیم این محدودیتی است برآمده از دل جامعه، یا آن‌که از بیرون دایره فرهنگ جامعه به آن تزریق شده. از تهران شروع می‌کنیم، جایی در حوالی مرکز، در یک مکعب خالی‌مانده از ساختمانی، که در کنجی از اضلاعش قهوه‌خانه بی‌اسم و رسمی میزبان مردان خسته شهر است. سلام می‌دهیم. قهوه‌چی

## S & S Tire And Auto Repair

### Complete Automotive Repair Service



Family Owned & Operated

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

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

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

Established in 1996

(408) 738-1960

597 S. Murphy Ave. Sunnyvale, CA 94086

We Are #1





حرف را می کشانیم به چین و ماچین به اعراب... اما مگر می شود؟ حسن آقا عین خیالش نیست. اگر بگویید گندم، یاد سبزی می افتد، یاد بال های سبز طوطی. حتی اگر بگوییم جنگل یا کوه، یاد قفس می افتد، قفس طوطی که تازگی ها از کجا و از کی خریده است، آن هم دست آخر نمی خواهد اعتراف کند که حواسش سر جا نبوده، که زیر و روی کار را درست ندیده. طوطی بودن یک پرند که فقط به بالش نیست یا به نوکش. اما حرفی نمی زنیم. خاطر حسن آقا را می خواهیم، ساده است، پاک است. نمی دانیم، بی غل و غش است، اما فراموشکار است. اگر امروز سرش را بشکنند و پولش را بالا بکشند، فردا یادش می رود. می گوییم: «آخر حسن آقا مگر یادش نیست؟ مگر همین دیروز نبود که جلو در و همسایه آبرو برایت نگذاشت؟» می گویید: «کی، کجا؟» می گوییم: «ما خودمان دیدیم همه شاهدیم.» می گویید: «هر کس آب قلبش را می خورد.»

آن چیز سیاه و سبز غار غار کن نوک کج را برده بود پیش حسین آقا که حرف نمی زد، که یک کلمه نمی تواند بگوید. گفته بود: «ای مردم، خودتان گوش دارید، چشم دارید، آخر این طوطی است؟»

می گوییم: «مگر تو نبودی که می گفتی؟ آخر لامذهب، اقلان نگاه کن، ته بال هاش را نگاه کن، همه اش دارد سیاه می شود، کی دیده که بال طوطی سیاه باشد؟» می گویید: «شاید عصبانی شده بودم، خون جلو چشم هالم را گرفته بود. حسین آقا که گفت، بیچاره توضیح هم داد.»

بعد هم حتما می رود سراغ حسین آقا تا از دلش در بیاورد. حتما هم چای خورده و نخورده یک چیزی مثل طوطی می خورد می برد خانه اش. می گوییم: «تو را به خدا، این دفعه دیگر حواست را جمع کن.» می گویید: «دیگر می فهمم. استاد شده ام. بالش را می بینم، نوکش را هم می بینم.» می بیند واقعا می بیند، چند بار هم. حتی دست می کند زیر بال هاش، زیر هر پر کوچک که مبادا ته یک پر سیاه بزند. سر قیمتش هم حسابی چانه می زند تا این دفعه دیگر دولا پنهان باش حساب نکنند.

می گوییم: «نکنند دزدی کسی می آید طوطیت را می برد، کلاغی، چیزی، جاش می گذارد؟» می گویید: «مگر می شود؟ در خانه بسته است. تازه از بالای دیوار هم که بیاید پیدایش نمی کند. توی اتاق است، بالای سر خودم. مگر در اتاق را بشکنند یا مرا بکشند، همه ما را بکشند. مشتش را توی هوا تکان می دهد، خیره رو به دزدی که نیامده فریاد می زند: «مگر از

## سبز مثل طوطی، سیاه مثل کلاغ

هوشنگ گلشیری

روی آینه. اما نشد که نشد.» می گوییم: «غار غار که نکرد؟» می گویید: «پس خیال می کنید گفت، سلام، یا گفت صبح به خیر حسن آقا، همین طور که من و شما می گوییم؟» می گوییم: «آخر این دفعه دیگه چرا گذاشتی کلاه سرت برو؟» می گویید: «والله خیلی حواسم را جمع کردم. بالهایش را دیدم، پنجه هاش را، نوکش را، هیچ عیبی نداشت. حسین آقا قسم می خورد که طوطی است، اصل، حرف هم می زد به فارسی اما حالا دو سه روز است تو لاک رفته. اگر یکی پیدا بشه وقت صرفش کنه، راه می افته، زبان باز می کنه.»

بعد اشک تو چشم هاش حلقه می زند و تا ما نبینیم سیگاری سر مشتوک می زند. ما هم کبریتی می کشیم، یا یک چای قند پهلوی جلوش می گذاریم و از در و بی در حرف می زنیم. از کسادی کارمان می گوییم یا مثلا از خواب نما شدن محسن آقا که کم کم دارد فکر می کند خود حضرت آمده اند سر وقتش دست گذاشته اند روی شان اش و فرموده اند دیگر نشستن بس است. بعد هم بالاخره

هر وقت حسن آقا را می بینم می گوییم: «خب چه طور شد؟ موفق شدی؟» می گویید: «نه نشد، باز غار غار کرد.» می گوییم: «آخر مرد حسابی مگر مجبوری؟» می گویید: «من فقط یک طوطی می خواهم که باش حرف بزمن، درد دل کنم. اما این طوطی های حسین آقا، آدم چه بگوید؟ دریغ از یک کلمه، دریغ از یک حسن آقای خشک و خالی. همین طور که من و شما می گوییم! این ها فقط بلدند غار غار کنند: غار غارا!»

آن وقت باز می رود سراغ حسین آقا یک طوطی تازه می خورد. چند هفته ای یا حتی یکی دو ماهی سالی پیدایش نمی شود که نمی شود. بعد یکدفعه می آید، چشم هاش سرخ سرخ، کاسه خون و ریشش تراشیده. چمباتمه می نشیند کلاهش را بر می دارد می گذارد روی کاسه زانوش و با مشت می کوبد روی زمین که: «باز هم نشد!» می گوییم: «این دفعه هم؟» می گویید: «هر چه بگویید برایش خریدم. با دست خودم بش قند و نبات دادم. روزی دو سه ساعت باش حرف زدم، نشاندمش رو به

## افتتاحیه

## سوپرمارکت یونیک

تامین کننده کلیه مایحتاج غذایی و

عرضه کننده تازه ترین میوه جات و سبزیجات



(408) 442-8322

جنب کافی شاپ یگانه

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

یکی دو روز قبل از عید نوبت سرتراشیدن و حمام رفتن مان بود. می رفتیم سلمانی اوسا ممد تا موهای مان را از ته بتراشد. اوسا ممد تا بخواید سرمان را بتراشد صد جای گل و گردن مان را زخم و زبلی می کرد و پنبه کاری اش می فرمود! آنوقت رپسه می شدیم و همراه پدرمان می رفتیم حمام عمومی. من از انعکاس صدای حمام و آن خزینه جوشانش می ترسیدم. پدرم دست من و برادرم را می گرفت و پرت مان می کرد توی خزینه. توی خزینه ای که آبش تن و بدن مان را می سوزانید. حالا نوبت کیسه کشی بود. آنجا زیر آن طاق کاشیکاری شده مقرنس، آقا جواد دلاک مثل شمر ذی الجوشن ایستاده بود و کیسه به دست منتظر مان بود تا ما را همچون گنجشکی بینوا زیر پنجه های فولادین خود بگیرد و چنان پوستی از ما بکند که تا یکماه نتوانیم گردن مان را تکان بدهیم.

دلشوره های قبل از عید جان مان را به لب مان می رسانید. شب ها خواب و راحت نداشتیم. مدام دلشوره داشتیم نکتند لباس شب عید مان تا شب عید حاضر نشود. سلامی که هر روز به آقا رضا می کردیم مدام چرب تر و خاضعانه تر می شد.

دنباله مطلب در صفحه ۵۸

فردایش هر روز صبح موقع رفتن به مدرسه یک سلام بالا بلندی تحویل آقا رضا می دادیم و یک عالمه هم پیزر لای پالانش می چپاندم بلکه به فضل الهی! کت و شلوارمان را قد و قواره خودمان بدوزد نه قد و قواره رستم دستان!

از همان روزی که پارچه را تحویل آقا رضا می دادیم تا شب عید مدام دلشوره داشتیم. دل توی دل مان نبود نکند آقا رضا بد قولی بکند و شب عیدی بی لباس بمانیم. صد بار باید می رفتیم و می آمدیم و آقا رضا کت مان را روی بدن مان «پروپ» می کرد. هی با یک تکه صابون روی پارچه خط می کشید و اینجا و آنجا را سنجاق می کرد. تا دم دمای تحویل سال دل توی دل مان نبود نکند لباس پلوخوری مان شب عید حاضر نشود! بعد نوبت خریدن پیراهن بود. پیراهنی برای مان می خریدند که یقه اش سه چهار نمره از گردن مان گشاد تر بود. آخر باید به فکر فردا هم می بودند! پیراهنی می خریدند که برای عید سال بعد هم به کار آید.

حالا باید می رفتیم مغازه کفاشی آقای کشور دوست کفش می خریدیم. کفش های مان هم یکی دو نمره از پای مان بزرگ تر بود. باید یک عالمه پنبه تویش می تپانیدیم تا بتوانیم لنگان لنگان قدم برداریم.



### از عیدهای دور

مانده بود، دوست می داشت. من اسم خاله جان را نمی دانستم. هرگز هم ندانستم. حالا پس از سال ها هر وقت عید می شود آن چهره مهربان خاله جان با آن لبخند زیبایی دوست داشتنی اش در ذهن و ضمیرم جان می گیرد. خاله جان هنوز هم بوی گلاب می دهد. عطر گلاب را اینجا، در این سوی دنیا، حس می کنم. مشدی علی را می بینم که به آرامی کیف کوچک چرمی اش را از جیب جلیقه اش بیرون می کشد و یک اسکناس نوی تا نخورده به من و یکی هم به خواهرم می دهد.

خاله جان دیگر نیست. مادرم هم نیست. مشدی علی هم نیست. پدرم هم نیست. اما نوروز، یاد و نام و عطر و لبخند همه شان را برایم هدیه می آورد.

مادر چه مهربان بود. مادر چقدر ساده و پاک و زلال بود. شب های چهارشنبه سوری اگر آسمان ولایت مان پر ستاره بود مادر از خوشحالی سر از پا نمی شناخت. می گفت امسال درختان گردوی ما پر بار خواهند شد.

اسماعیل بیدر کجایی می گوید:

وقتی که من بچه بودم

خوبی زنی بود که بوی سیگار می داد.

وقتی که من بچه بودم

زور خدا بیشتر بود.

وقتی که من بچه بودم

غم بود

اما کم بود

حالا اینجا، در این سر زمین دور دست، نوه ام به سویم می دود و می گوید:

Happy New Year Grandpa

و بعد درنگی می کند و با لهجه شیرین شکسته بسته ای به من می گوید: «نوروز موباراک بابا بوزورگا!»

### اندر مصائب نوروز

دوسه ماه قبل از نوروز، پدر و مادر راه می افتادند می رفتند بزازی آقای خیر خواه. می خواستند برای مان رخت و لباس تازه بدوزند. بیست تا قواره پارچه را زیر و رو می کردند و پارچه ای را انتخاب می کردند که ما نه از رنگش خوش مان می آمد. نه از چهار خانه هایش. اما حرف حرف آنها بود. ما را چه کار به این غلط کاری ها؟ از آنجا می رفتیم خدمت آقا رضا که سر گذرمان خیاطی داشت. از

خاله ام بچه نداشت. برایش بچه نمی شد. مادرم اما پنج تا بچه داشت. سه تا دختر، دو پسر. عید که می شد لباس های نوی مان را می پوشیدیم و پای رادیو می نشستیم تا صدای توپ تحویل سال را از رادیو بشنوم. آقای راشد هم با صدای بسیار قشنگی چیزهایی می گفت که ما فقط مقلب القلوبش را دوست میداشتیم. اگر تحویل سال به شب افتاده بود بیصبرانه منتظر می ماندیم تا آفتاب در بیاید و اول صبحی جست و خیز کنان مثل برق و باد به طرف خانه خاله جان برویم و عیدی مان را بگیریم. اگر هم تحویل سال به روز می افتاد همین که صدای توپ از رادیو پخش میشد من و خواهر کوچکم شادی کنان و دست در دست هم به خانه خاله جان یورش می بردیم.

خانه خاله جان، آنجا در دامنه کوه کنار بقعه شیخ زاهد گیلانی بود. ده دوازده دقیقه ای با خانه مان فاصله داشت. چشمه آب زلالی هم درست از کنار خانه خاله جان می گذشت. راه باریکه ای را باید می گرفتیم می رفتیم خانه خاله جان. وقتی نفس نفس زنان می رسیدیم آنجا، خاله جان بغل مان می کرد، ده بار می بوسیدمان، می بوییدمان و ما را می نشانند روی مخده مخملی و یک عالمه شیرینی به ما می داد. شیرینی هایی که خودش پخته بود. شیرینی هایی که بوی گلاب می دادند. خاله جان خودش هم بوی گلاب می داد. اتاقش هم بوی گلاب می داد. شوهر خاله جان، مشدی علی، آدم بسیار آرام و بی سر و صدایی بود. می نشست کنارمان و شیرینی خوردن مان را مهربانانه تماشا می کرد.

خاله جان یک مرغانه رنگ کرده به من و یک مرغانه هم به خواهرم می داد. جیب هایمان را با نخود کشمش پر می کرد. آنوقت نوبت مشدی علی بود که عیدی مان را بدهد. مشدی علی کیف چرمی کوچکی را از جیب جلیقه اش بیرون می کشید و یک اسکناس نوی ده تومانی به من و یکی هم به خواهرم می داد. اسکناس ها هم بوی گلاب می دادند. اصلا انگار زمین و آسمان بوی گلاب می داد. خاله ام بچه نداشت. برایش بچه نمی شد. اما ما را مثل بچه های خودش، بچه هایی که آرزویش به دلش

## حمید ابطحی

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



Hamid Abtahi

منطقه

منطقه

منطقه

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

**Location! Location! Location!**

**Why Do You Pay Rent?!**

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

hamidabtahi21@yahoo.com + DRE# 01071456



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

12376 Saratoga Sunnyvale Rd. Saratoga, CA.95070





و ادرار، روش های تصویری اولتراسوند و CT و X-Ray از شکم و اعضاء انجام می گیرد تا به علت درد پی برده شود. گاهی داروهای ضد التهاب، ضد درد معده، آنتی بیوتیک ها، مصرف بعضی غذاها باعث دل درد می شوند، ولی در مواردی نیز نیاز به جراحی فوری می باشد نظیر درد ناشی از متورم شدن آپاندیس، فتق و یا هرنیا و موارد مشابه آن. بهرحال درد شکم را نباید ساده گرفت و دیر اقدام کردن برای پیدا کردن علت آن می تواند جان فرد را به خطر اندازد، بخصوص در مورد کودکان که شکایت از دل درد می کنند باید توجه فوری و کافی شود.

#### پدیده درد

بطور کلی درد یک احساس ناخوش آیند می باشد که به صورت خفیف، متوسط و شدید در یک قسمت بدن یا در حد وسیع تر بدن ظاهر می شود. این درد ناشی از تحریک اعصاب محیطی بدن به علت تغییرات شیمیایی و یا مکانیکی در بافت ها می باشند. گرچه تحمل درد سخت است ولی می تواند از چند جنبه خوب باشد.

۱- درد می تواند فرد را آگاه کند که بدن او دچار یک مشکل بوده و نیاز به توجه پزشکی دارد.

۲- گاهی ورزش کاران و دوندگان به دلیل از حد فعالیت فیزیکی می کنند و درد اعلام می کند که فرد باید این فعالیت را موقتاً متوقف کند و گرنه ماهیچه ها و استخوان ها و مفاصل آسیب می بیند.

۳- گاهی درد دهان و سوزش زبان پس از مصرف بعضی غذاها اعلام می کند نباید این غذا را مصرف کرد.

درد پیامی است از طرف بدن که باید به آن توجه کرد. دردهای فیزیکی با دردهای احساسی بسیار متفاوت می باشند و این بحث خارج از محدوده این مقاله می باشد. در خاتمه درد یک احساس انفرادی است و تنها کسی می تواند آن را تشریح کند که آن را تجربه و تحمل می کند.

دچار اختلال شوند اولین اثر خود را به صورت درد نشان می دهند. درد از طریق اعصاب محیطی شکم به مغز منتقل شده و مغز با ارائه درد در ناحیه خاص شکم افراد را آگاه کرده که عضو از شکم دچار اختلال شده است.

**قسمت راست و بالای شکم:** تورم طحال، تورم کبد، زخم معده، عفونت ریوی، تنگ شدن روده ها در اطفال، سرطان های کبد، کلیه و طحال.

**قسمت چپ و بالای شکم:** عفونت های ریوی، بزرگ شدن طحال، تورم معده، آبسه طحال، التهاب لوله های صفراوی، حمله قلبی، التهاب بافت های اطراف قلب و ریه ها.

**قسمت راست و پائین شکم:** تورم آپاندیس، کیست تخمدان، تورم لوله های رحمی، گرفتگی روده ها، بزرگ شدن رگ آئورت (Aorta)، عفونت های ویروسی گوارشی.

**قسمت چپ و پائین شکم:** فتق در مردان، سنگ کلیه ها، پیچیده شدن و روده ها، بیماری های روده بزرگ، ناراحتی های کلیوی، تورم مثانه، عفونت و تورم cervix در خانم ها، درد ناشی از تخمک گذاری در خانم ها، کیست روی تخمدان ها و التهاب لگن.

#### درمان

**هنگام دل درد شدید:** به شماره ۹۱۱ زنگ بزنید و یا خود را به اورژانس بیمارستان برسانید. این می تواند هنگام یک حادثه رانندگی ناشی و درد شدید در سینه باشد. چنانچه درد همراه با اسهال باشد و حالات تهوع، زرد شدن پوست و درد در اثر تماس با شکم احساس شود. ممکن است یک ناراحتی عمده وجود داشته باشد. در این حالات فقط از مایعات استفاده شود و داروهای OTC (بدون نسخه) مصرف نشود. بعضی از این داروها حالت بیمار را بدتر می کنند.

پزشکان جهت تشخیص علت دل درد، اغلب می پرسند که آیا درد از طرف شکم به پشت بدن حرکت می کند یا خیر. آیا در حال حاضر دارویی مصرف می شود، آیا بیمار حامله است، آیا در موقع خوابیدن درد از بین می رود، در خانم ها آیا درد هنگام پرئود ماهانه است و آیا چه موقعی درد شدت پیدا کرده و یا خفیف می شود. همه اینها به تشخیص علت درد می کند. پس از آزمایشات فیزیکی اولیه، آزمایش خون



## دل درد Abdominal pain

داخل شکم، مقدار بیش از حد اوره در خون، عفونت مجاری ادراری و عفونت و التهاب ویروسی دستگاه گوارشی و موارد متعدد دیگر. بستگی به اینکه درد در چه قسمت از شکم باشد می توان تا حدودی نوع بیماری را تشخیص داد.

**پزشکان شکم را به چهار قسمت طبقه بندی می کنند:**

- ◆ قسمت راست و بالای شکم
  - ◆ قسمت چپ و بالای شکم
  - ◆ قسمت راست و پائین شکم
  - ◆ قسمت چپ و پائین شکم
- اعضاء گوناگون داخل شکم در این چهار قسمت قرار دارند. درد شکم می تواند ناشی از یک بیماری ساده بوده ولی می تواند علائمی از یک بیماری جدی نیز باشد که در هر دو مورد پزشکان با روش های گوناگون به مطالعه عمیق تر آن خواهند پرداخت.

در حالت نرمال اعضاء ارگان های داخل شکم به وظایف دقیق خود عمل می کنند، نظیر معده به هضم غذا، روده ها به جذب مواد غذایی، کبد سم زدائی بدن، کلیه های تصفیه خون، لوزالمعده ترشح هورمون انسولین و سرخ رگ های داخل شکم مرتباً خون را به این اعضاء می رسانند تا اعمال خود را به خوبی انجام دهند.

در صورتی که هر کدام از این ارگان ها

اغلب و گاه به گاه افراد احساس دل درد کرده و شکایت از معده درد دارند که می تواند خفیف و یا شدید باشد. در مواردی می تواند روزها و هفته ها و حتی ماه ها ادامه یابد. در مواردی که درد به قدری شدید است که فرد نتواند حرکت کند فوراً به اورژانس باید مراجعه نماید. بخصوص اگر دل درد همراه علائم دیگری نظیر تهوع و استفراغ باشد.

دل درد می تواند خفیف بوده ولی علت بسیار بزرگی داشته باشد و یا شدید بوده ولی مسئله ای مهم نباشد. در هر دو صورت باید به آن توجه کامل کرد. دل درد و بستگی به شدت و محل آن در شکم می تواند نشانه ای از بیماریهای مختلف باشد. ولی گاهی موقتی بوده و سریعاً از بین می رود.

#### دلایل دل درد

تجمع گاز در معده، کشیده شدن عضلات شکم، تورم آپاندیس، درد در روده بزرگ (Crohns Disease)، تجمع بیش از حد کتون (Ketone) در خون در افرادی که مرض قند دارند، آسیب رسیدن به یک ارگان داخل شکم، گرفتگی روده ها، روده های تحریک پذیر (IBS)، مسمومیت با سرب (Lead)، بزرگ شدن غدد لنفاوی داخل شکم، تورم کبد، التهاب لگن، عفونت لایه های

## معرفی کتاب

### Nutrition Topics for Healthcare Professionals



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

مؤلف: دکتر منوچهر سلجوقیان      ناشر: شرکت AuthorHouse

با درج آگهی در نشریه پژواک،

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

(408)221-8624



# 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



کردند. از تعجب شاخ در آوردم. جناب ضحاک (این اسم مستعاری بود که کارکنان اداره برایش ساخته بودند). ضحاک همیشه خدا، کت به تن داشت و زیر شانه هایش همواره بر جسته مینمود، انگار ماری بر شانه دارد و آنها را زیر کت پنهان ساخته است. برایم خیلی تعجب آور بود که جناب مدیر حسابداری چگونه به این پارک کوچک آمده و با توجه به ماشین شاسی بلندش چرا نرفته دامنه سرسبز کن و سولوفون و اوشون و فشم. در همین بین مثل ارشمیدوس فکری مثل برق از کله ام گذشت و کم مانده بود که فریاد Eureka! Eureka سر بدهم و به میان پارک بدم ولی بر اعصابم مسلط شدم. میخواستم به قول زعمای قوم این تهدید را به فرصتی برای گرفتن حقوق از دست رفته خود از دست مدیر حسابداری تبدیل کنم.

از دور ضحاک را نگاه کردم، همانظوری بود که در اداره حاضر می شد. کت و شلوار مرتب، ریش آنکادر و سری طاس. پیراهن سفید به اصطلاح آخوندی را پوشیده و همه دکمه ها از جمله بالاترین آنها را بسته بود. به نظر میرسید که یقه پیراهن بر گردنش فشار می آورد ولی چه کنیم. مدیر مدیر است و در هر موضعی باید مرتب و مبادی آداب باشد.

دنباله مطلب در صفحه ۵۶

خالی نبودن عریضه دبه کوچک آب را برای حمل انتخاب کرده و چندین بار مثل آگهی های بازرگانی تلویزیون در طول حیاط منزل بالا و پائین رفتم تا همه بدانند که من هم در آماده سازی مراسم امروز مشارکت دارم. و سرانجام بعد از چند دقیقه پیاده روی در موضعی که مورد تایید خانم بود در پارک مستقر شدیم. عیال مثل ناپلئون که می خواهد مواضع خودی را بازدید کرده و در ضمن از محل استقرار دشمنان خیالی نیز کسب اطلاع کند، در حالی که دستانش را سایبان چشمانش قرار داده بود، ۳۶۰ درجه مثل رادار موشک های فونیکس دور خود چرخید و با رضایت سرش را پائین انداخت. من هم طبق معمول تشکی را انداخته و بر بالشی تکیه کرده و مشغول حل جدول کلمات متقاطع شدم. آفتاب ملایم بهاری و هوایی که فقط چند روز در طول سال میتوان در تهران شاهدش بود، همگی دست به دست هم داده و محیط مفرحی را ایجاد کرده بودند. به دلم برات شده بود که اوضاع اینجوری نخواهد ماند و به قول مشهدی ها قلبم می ترنجید. هنوز کاملا جا به جا نشده بودیم که ناگهان کله کچل مدیر حسابداری اداره را دیدم که درست در کنار ما داشتند بساط می



## سیزده به در نحس

سیروس مرادی

آنها می توان ارائه نمود. بر مبنای تجربیات سال های قبل این بار تصمیم علیامخدره بر این قرار گرفت که به خارج شهر نرفته بلکه در پارک نزدیک منزل جایی را بگیریم و روز سیزده را آنجا به در کنیم. منظور از فعل «جا گرفتن» در اینجا آن است که تنی چند از اعضای ذکور و قلیچماق خانواده صبح خیلی زود روز موعود به پارک رفته و ناحیه ای کاملا استراتژیک را که به منابع آب و بازی بچه ها و صد البته دستشویی های زنانه و مردانه نزدیک باشد، قرق نمایند و با پهن کردن پتو و فرش و گذاشتن زنبیل، آنجا را به اصطلاح (سرزمین ما، حداقل برای همان روز) اعلام نمایند. روز سیزده به در عین بچه های نق نقو از خواب بیدار شده و به علت اینکه من بزرگ خانواده هستم، بدون کمترین کمکی برای جمع آوری و حمل وسایل سیزده به در آنقدر این و پا آن پا کردم که همه چیز برای رفتن آماده شد. برای

من مثل آن شاعری هستم که بر خلاف بقیه اصلاً بلبل را خوش آواز نمی دانست و احتمالاً تره جعفری و شنبلبله را هم بر دیدن گل های رز و گلایل و کاملیا ترجیح می داد. از همان روز ازل معتقد بودم که ماندن در خانه در روز سیزده فرودین نه تنها نحسی ندارد بلکه به علل گوناگون فواید زیادی به قول قدیما بر آن مترتب است. از جمله ایمنی اعضای خانواده در اثر حوادث گوناگون، صرفه جوئی در هزینه های خورد و خوراک و صد البته خوابیدن راحت بعد از صرف نهار در هوای بهاری و آن هم در تخت خوابی که همیشه عادت به استراحت بر روی آن دارم. ولی چه کنم که نوعی دموکراسی کمونیستی در منزل ما برقرار است و آن هم اینکه وقتی همه عقاید خود را در خصوص برنامه سیزده به در گفتند، این نظر عیال بنده است که صائب بوده و صد البته دلایل منطقی و عاطفی و اقتصادی و اجتماعی فراوانی برای توجیه

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



## دکتر آرایه نوروزی

دکترای روانشناسی / مربی تحول زندگی

**Dr. Arayeh Norouzi**

Ph.D. in Psychology / Certified Life Coach

Mindful Living Conscious Parenting Speaker

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

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

Free 30-Minute Consultation

(831) 521-6184

LinkedIn, Facebook, Instagram: @drarayeh

www.drarayeh.com

## شوهرم!

جلال آل احمد

جلوی پایم نگذاشت. آن شب پهلوی من هم نیامد. مثلاً با من قهر کرده بود. شب سوم زندگی ما با هم بود. ولی با من قهر کرده بود. خودم می دانستم که می خواهد مرا غضب کند تا کار بچه را زودتر یک سره کنم. صبح هم که از در خانه بیرون می رفت گفت: «ظهر که میام دیگه نبایس بچه رو ببینم، ها!» و من تکلیف خودم را از همان وقت می دانستم. حالا هر چه فکر می کنم نمی توانم بفهمم چطور دلم راضی شدا. ولی دیگر دست من نبود. چادر نمازم را به سرم انداختم دست بچه را گرفتم و پشت سر شوهرم از خانه بیرون رفتم.

بچهام نزدیک سه سالش بود. خودش قشنگ راه میرفت. بدیش این بود که سه سال عمر صرفش کرده بودم. این خیلی بد بود. همه دردمسرهاش تمام شده بود. همه شب بیدار ماندن هاش گذشته بود. و تازه اول راحتی اش بود. ولی من ناچار بودم کارم را بکنم. تا دم ایستگاه ماشین پا بیایش رفتم. کفشش را هم پایش کرده بودم. لباس خوب هایش را هم تنش کرده بودم. یک کت و شلوار آبی کوچولو همان اواخر، شوهر قبلی ام برایش خریده بود. وقتی لباسش را تنش می کردم این فکر هم بهم می زد که «زن، دیگه چرا رخت نوهاشو تنش میکنی؟» ولی دلم راضی نشد.

خیلی وقت دارم که می بنشینم و سه تا و چهار تا بزیام. درست است که بچه اولم بود و نمی باید این کار را می کردم، ولی خوب، حالا که کار از کار گذشته است. حالا که دیگر فکر کردن ندارد. من خودم که آزار نداشتم بلند شوم بروم و این کار را بکنم. شوهرم بود که اصرار می کرد. راست هم می گفت نمی خواست پس افتاده یک نرخ دیگر را سر سفره اش ببیند.

خود من هم وقتی کلاهم را قاضی می کردم به او حق می دادم. خود من آیا حاضر بودم بچه های شوهرم را مثل بچه های خودم دوست داشته باشم؟ و آنها را سر بار زندگی خودم ندانم؟ آنها را سر سفره شوهرم زیادی ندانم؟ خب او هم همینطور. او هم حق داشت که نتواند بچه مرا، بچه مرا که نه، بچه یک نره خر دیگر را، به قول خودش، سر سفره اش ببیند. در همان دو روزی که به خانه اش رفته بودم همه اش صحبت از بچه بود. شب آخر خیلی صحبت کردیم. یعنی نه اینکه خیلی حرف زده باشیم. او باز هم راجع به بچه گفت و من گوش دادم. آخر سر گفتم ک «خب، میگی چکنم؟» شوهرم چیزی نگفت. قدری فکر کرد و بعد گفت: «من نمیدونم چه بکنی. هر جور خودت میدونی بکن. من نمیخواهم پس افتاده به نره خر دیگر و سر سفره خودم ببینم.» راه و چاره ای هم

را ببری شیرخوارگاه بسپری. یا ببریش دارالایتام و..» نیندادم دیگر کجاها را گفت. ولی همانوقت مادرم به او گفت که «خیال میکنی راش میدادن؟ ها!» من با وجود اینکه خودم هم به فکر این کار افتاده بودم، اما آن زن همسایه مان وقتی این را گفت، باز دلم هری ریخت تو و به خودم گفتم «خوب زن، تو هیچ رفتی که رات ندن؟» و بعد به مادرم گفتم «کاشکی این کارو کرده بودم.» ولی من که سررشته نداشتم. من که اطمینان نداشتم راهم بدهند. آنوقت هم که دیگر دیر شده بود. از حرف آن زن مثل اینکه یک دنیا غصه روی دلم ریخت.

همه شیرین زبانی های بچهام یادم آمد. دیگر نتوانستم طاقت بیاورم و جلوی همه در و همسایه ها زار زار گریه کردم. اما چقدر بد بود! خودم شنیدم یکی شان زیر لب گفت: «گریه هم می کنه! خجالت نمی کنه!» باز هم مادرم به دادم رسید. خیلی دلداریم داد. خب راست هم می گفت، من که اول جوانیم است چرا برای یک بچه اینقدر غصه بخورم؟ آنهم وقتی شوهرم مرا با بچه قبول نمی کند. حالا

خوب من چه می توانستم بکنم؟ شوهرم حاضر نبود مرا با بچه نگهدارد. بچه که مال خودش نبود. مال شوهر قبلی ام بود، که طلاقم داده بود، و حاضر هم نشده بود بچه را بگیرد. اگر کس دیگری جای من بود چه می کرد؟ خوب منم می بایست زندگی می کردم. اگر این شوهرم هم طلاقم می داد چه می کردم؟ ناچار بودم بچه را یک جوری سر به نیست کنم. یک زن چشم و گوش بسته، مثل من، غیر از این چیز دیگری به فکرش نمی رسید، نه جانی را بلد بودم، نه راه و چاره ای می دانستم. می دانستم می شود بچه را به شیرخوارگاه گذاشت یا به خراب شده دیگری سپرد.

ولی از کجا که بچه مرا قبول می کردند؟ از کجا می توانستم حتم داشته باشم که معطم نکنند و آبرویم را نبرند و هزار اسم روی خودم و بچهام نگذارند؟ از کجا؟ نمی خواستم به این صورتها تمام شود. همان روز عصر هم وقتی کار را تمام کردم و به خانه برگشتم و آنچه را که کرده بودم برای مادرم و دیگر همسایه ها تعریف کردم، نمی دانم کدام یکی شان گفتند: «خوب، زن، می خواستی بچه ات

## مریم سالاری

## مری یوگا

یوگا رقص بین رهایی و تسلیم است. یوگا سفری است توسط خویشتن، از خویشتن، به سوی خویشتن.

با توجه به زمان کرونا و قرنطینه، کلاس روز شنبه ها به طور رایگان از طریق زوم (Zoom) بر گزار می شود. برای اطلاعات بیشتر به وب سایت مراجعه فرمایید.

<http://mindfullyogagroup.com>

MINDFUL YOGA Group



با انجام یوگا شما می توانید:

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

♦ Therapeutic Yoga ♦ Chair Yoga

(408) 802-8882

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

[mary\\_salari@yahoo.com](mailto:mary_salari@yahoo.com)



## هفت روش برای جذب انرژی مثبت در زندگی

گلنار

ما در زندگی به همان چیزی تبدیل می‌شویم که آن را تصور می‌کنیم. پس بهتر است به جای جذب انرژی منفی، انرژی مثبت را به طرف خود بکشیم. می‌پذیریم که همه چیز در کنترل ما نیست، ولی با انرژی مثبت می‌توانیم نگرش خود را عوض کرده و شکست را به پیروزی تبدیل کنیم. انرژی منفی را بسوزانید، قبل از اینکه شما را از بین ببرد.

شما جزو کدام گروه هستید؟ آیا مثبت بودن سخت است یا آسان؟ اصلاً آیا می‌توان همیشه و در هر وضعیتی مثبت بود و مثبت فکر کرد؟ انرژی مثبت در خانه می‌تواند شرایط خوبی برای ما ایجاد کند. اما سوال این است که چگونه انرژی مثبت جذب کنیم؟

### جذب انرژی مثبت

قرار داشتن در وضعیت منفی جلوی پیشرفت شما را در زندگی می‌گیرد. احتمالاً باید دلایلی برای قرار گرفتن شما در شرایطی منفی وجود داشته باشد. زمانی که تصمیم می‌گیرید از این وضعیت خارج شوید، متوجه می‌شوید که بیشتر مشکلاتتان حل‌شدنی هستند. گاهی اوقات وقتی در موقعیتی منفی قرار می‌گیریم اگر شیوه درست برخورد با آن را ندانیم، اوضاع را بدتر می‌کنیم. داشتن رویکرد مثبت

### چگونه انرژی مثبت جذب کنیم؟

انرژی مثبت، انرژی منفی، تفکر مثبت، تفکر منفی، کلام مثبت و کلام منفی و عبارتهایی مشابه را این روزها زیاد می‌شنویم. اما نکته مهم این است که ما در کجای کار قرار داریم. ما جزو مثبت‌ها هستیم یا منفی‌ها؟ کلام ما، ذهن ما، محیط زندگی‌مان و همه چیزمان بیشتر حاوی و منعکس کننده انرژی مثبت است یا منفی؟ در واقع وقتی به زندگی خودمان نگاه می‌کنیم، انرژی مثبت بیشتری از آن ساطع می‌شود یا انرژی منفی بیشتری؟ برخی معتقدند که در ظاهر گفتن اینکه امروز شاد باش، امروز مثبت باش و... ساده است. این عده معتقدند که به این راحتی نمی‌توان در زندگی مثبت بود. برعکس برخی معتقدند که می‌توان تحت هر شرایطی مثبت فکر کرد و مثبت زندگی کرد.



می‌تواند در مبارزه با سخت‌ترین مشکلات زندگی به ما کمک کند، شما باید غرق در انرژی مثبت شوید.

باید ببینیم چگونه می‌توانیم انرژی مثبت جذب کنیم! انرژی مثبت از کجا وارد زندگی ما می‌شود! آیا

فعالیت‌های روزانه‌تان می‌شود. از طریق مدیتیشن می‌توانید یاد بگیرید که جلوی تمام افکار منفی را بگیرید و با تمرکز کنترل امور را در دست خود بگیرید. هر روز صبح در محیطی آرام با تمرین نفس کشیدن افکارتان را مدیریت کنید و اینگونه به آرامش درونی می‌رسید.

### روز خود را با انرژی مثبت شروع کنید:

فعالیتی انجام دهید که باعث تقویت روحیه شما شود. این کار می‌تواند هر چیزی باشد، هر فعالیتی که به شما احساس مثبت بودن را بدهد. مانند رفتن به کلاس زومبا در اول صبح یا گوش کردن به یک موسیقی عالی در حالی که برای رفتن به سرکار آماده می‌شوید. لیستی از موسیقی‌های شاد را فراهم کنید که لبخند را بر لبان‌تان می‌آورد و به شما انرژی می‌دهد. **دنباله مطلب در صفحه ۴۷**

می‌توانیم با قانون جذب انرژی مثبت بیشتری به زندگی خودمان بیاوریم! چگونه از شر انرژی‌های منفی خلاص شویم! جملات و کلمات انرژی بخش نیز بسیار حائز اهمیت هستند.

### هفت روش برای جذب انرژی مثبت در زندگی

#### با مدیتیشن، روزتان را با آرامش آغاز کنید:

نیازی نیست که حتماً مثل یک مرتاض تمام وقت باشید تا از فواید مدیتیشن بهره‌مند شوید. هدف از مدیتیشن این است که از محیط اطرافتان آگاهی پیدا کنید، افکارتان را کنترل کنید و تمام پارازیت‌هایی را که مانع فعالیت روزانه‌تان می‌شوند، از بین ببرید. شما گرفتار منفی‌گرایی هستید که نشأت گرفته از ذهن‌تان است. این منفی‌گرایی به مرور زمان تقویت شده و مزاحم



**Kathryn Burke**  
Attorney at Law

## کاترین برک

وکیل متخصص امور مهاجرت

با همکاری مترجم فارسی و ترکی از دفتر خدمات بین المللی

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

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

Phone: (408) 909-9060

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

# idents<sup>®</sup>

## RS FOR SERIOUS INJURIES

### CAMERON YADIDI

ATTORNEY AT LAW



RANKED TOP 1% LAWYERS



# No Fees

## Until We Win Your Case!

### Settlements & Verdicts



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

burg & Brock. dose 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



## وسوسه شیطان!

(در هزار سال شعر فارسی)

بهرام گرمی

bgrami@yahoo.com

با آنکه نام و نشان درخت ممنوعه در بهشت معلوم نیست،  
شاعران فارسی زبان خوردنی ممنوعه را به گندم تعبیر کرده‌اند.

در قرآن، آدم و حوّا با وسوسه شیطان از شجر یا درخت ممنوعه می‌خورند و از بهشت رانده می‌شوند. براساس آیه‌های ۱۹-۲۲ سوره ۷/اعراف: و گفتیم ای آدم تو و همسرت در این باغ بهشت سکونت کنید و از هر جا که می‌خواهید بخورید، اما به این درخت نزدیک نشوید که از شما کاران خواهد بود. آیه ۱۹ آنگاه شیطان آنان را وسوسه کرد تا عورتشان را که از دیدشان پوشیده بود به آنان آشکار کند و گفت پروردگارتان شما را از این درخت نهی نکرد، مگر از آن روی که با خوردن از آن دو فرشته می‌شوید و جاودانه خواهید ماند. آیه ۲۰ و برای آنان سوگند یاد کرد که من از خیر خواهان شما هستم. آیه ۲۱ آنگاه آنان را با فریب به طمع انداخت و چون از آن درخت چشیدند، عورت‌هایشان بر آنان آشکار شد و شروع به پوشاندن خود با برگ‌های (درختان) بهشتی کردند و پروردگارشان به آنان ندا داد که مگر شما را از این درخت نهی نکردم و به شما نگفتم که شیطان دشمن آشکار شماست. آیه ۲۲ و نیز براساس آیه‌های ۱۲۰ و ۱۲۱ سوره ۲۰/طه: سپس شیطان او را وسوسه کرد، گفت ای آدم آیا می‌خواهی درخت جاودانگی و سلطنت بی‌زوال را نشانت دهم؟ آیه ۱۲۰ آنگاه از آن خوردند و عورت‌هایشان بر آنان نمایان شد و بر خود از برگ‌های (درختان) بهشتی چسباندند و بدین‌سان آدم از امر پروردگارش سرپیچی کرد و گمراه شد. آیه ۱۲۱.

در تورات، کتاب پیدایش، آمده: «سپس خداوند [در باغ بهشت] همه نوع درخت از زمین رویاند، درختانی خوش‌منظر و مناسب برای غذا. در میان باغ، درخت زندگی و درخت شناخت نیک و بد بود. ۲:۹ «و خداوند به آدم گفت: تو اختیار داری از هر درخت در این باغ بخوری.» ۲:۱۶ «ولی نباید از درخت شناخت نیک و بد بخوری، زیرا در آن صورت بی‌تردید خواهی مُرد.» ۲:۱۷ «مار مکار با گفت و گو زن را وسوسه کرد تا از درخت شناخت نیک و بد بخورد. زن از میوه خوب و میل‌انگیز آن درخت خورد و به شوهرش داد و او نیز خورد.» ۳:۱-۶ «و خداوند به آدم گفت که زین پس با رنج از زمین غذا خواهی گرفت: «زمین برای تو خار و خس خواهد رویاند و تو از گیاهان زمینی خواهی خورد.» ۳:۱۸

میوه ممنوعه را در تورات نخست حوّا می‌خورد و بعد به آدم می‌دهد، ولی در قرآن معلوم نیست که کدامیک نخست می‌خورد، با دو بیت از عطار و مولوی:

**رفت حوّا نیز اکل کرد از آن / خوشه‌ای بستد ز آدم خُورد از آن**  
**چند با آدم بلیس افسانه کرد / چون حوا گفتش بخور آنگاه خُورد**

در آیات نامبرده، لفظ شجر به معنای درخت و گیاه چوبی آمده و به نام و نشان یا نوع درخت اشاره‌ای نشده است. شاعران فارسی زبان خوردنی ممنوعه را، که انتظار می‌رود ثمر یا میوه درخت بوده باشد، به گندم تعبیر کرده‌اند، شاید به این دلیل که در باور آنان گندم، این قوت و غذای اصلی مردمان زمینی، از باغ بهشت آمده است، با چهار بیت متوالی از عطار، چهار بیت غیرمتوالی بعد از صائب و بیت دیگر از خواجوی کرمانی:

**حق به آدم گفت از گندم حذر / تا نیفتی از بهشت ما بدر**  
**رُو کن از گندم حذر با حق نشین / تا شوی واصل تو در حقایقین**  
**رُو تو چون حیدر مخور گندم به دهر / تا نبینی در درونت نیش زهر**  
**چون ز گندم دور کردی نفس را / با حیا و علم باشی آشنا**

نان جو خور در بهشت جاودان پاینده باش / کز بهشت از خوردن گندم شده‌ست آدم جدا  
شیطان راه ما نشود گندم بهشت / ما را بس است نان جوین دیار خویش  
نان جو خور در بهشت سیرچشمی سپر کن / گرد عصیان بهر گندم بر رخ آدم نشست  
خوردن گندم برون انداخت آدم را ز خلد / تا بدانی پیش حق یک جو اطاعت سهل نیست  
خلد = بهشت جاودان.

خرمن به باد برده‌ی از بهر گندمی / وینم عجب که روضه رضوان طلب کنی

## «گندم» آدم فریب

(مخزن الاسرار، نظامی گنجوی)

بر گرفته از آیه ۱۹ سوره ۷/اعراف، آدم و حوّا در بهشت از درخت ممنوعه می‌خورند و از آنجا رانده می‌شوند. در این آیه به نام و نشان درخت اشاره نشده، ولی شاعران فارسی‌زبان خوردنی ممنوعه را به گندم تعبیر کرده‌اند. ابیات زیر تمثیلی از آدم ابوالبشر و دانه گندم است که هر دو از خاک برآمده‌اند: (۱)

۱. گرمی گندم جگرش تافته / چون دل گندم به دو بشکافته
۲. ز آرزوی ما که شده نو بر او / گندم خوردن به یکی جو بر او
۳. او که چو گندم سروپایی نداشت / بی‌زمی و سنگ نوایی نداشت
۴. تا ننگندند، نرسد آن امید / تا نشکستند، نشد رو سپید
۵. گندمگون گشته آدمیش چو کاه / یافته جودانه چو کیمخت ماه
۶. چون جو و گندم شده خاک آزما / در غم تو ای جو گندم‌نمای
۷. خوردن آن گندم نامردمش / کرده برهنه چو دل گندمش
۸. آن همه خواری که ز بدخواه بُرد / یکدلی گندمش از راه بُرد
۹. گندم سخت از جگرافسردگی ست / خردی او مایه بی‌خردگی ست
۱۰. مَرَدَم چون خوردن او ساز کرد / از سر تا پای دهن باز کرد
۱۱. ای به تو سررشته جان گم شده / دام تو آن دانه گندم شده
۱۲. قرص جوین می‌شکن و می‌شکیب / تا نخوری گندم آدم‌فریب

در ابیات بالا: (۱) به دو بشکافته = به دونیم شده. در ابیات ۱ و ۷ و ۸، دانه گندم به دل و درز میان آن به دل دونیم یا دل غمین یا چاک‌دار تشبیه شده است. (۲) به یکی جو بر او = برایش هیچ اهمیتی ندارد. (۳) بی‌سروپا (صفت دانه بی‌سروته گندم) = بی‌پدرومادر. (آدم ابوالبشر) گندم و آدم هر دو به زیر سنگ آسیا و سختی‌ها می‌روند. (۴) هر دو از خاک برآمدند، آدم غرورش شکست و فروتنی یافت و گندم با شکسته شدن آرد سپید شد. (۵) ادیم = سطح بدن، پوست. کیمخت = پوست، سطح لگه‌دار ماه، اشاره به بدن آفتاب خورده آدم پس از خروج از بهشت. (۶) گندم و جو هر دو از خاک هستند و آدم خاکی گندم‌نمای جوفروش. (۷) آدم با خوردن گندم خود را برهنه دید. گندم نیز با شکاف دل یا ناف، همچون آدم، برهنه مینماید. (۸) بدخواه به شیطان و از راه بردن به فریب او اشاره دارد. (۹) سختی گندم و آدم از سنگدلی آنهاست، و همین دانه خرد آدم را به بی‌خردی کشانید. (۱۰) مردم = (به صیغه مفرد) شخص، آدم. اشاره به حرص آدم در خوردن گندم. (۱۱) بیت خطاب به آدم است که سررشته زندگی را از دست داد و در دام وسوسه افتاد. (۱۲) به نان جو قناعت کن تا فریب گندم نخوری.

(۱) نظامی گنجوی، مخزن‌الاسرار، با تصحیح و حواشی حسن وحید دستگردی، به کوشش سعید حمیدیان، نشر قطره، تهران، چاپ اول، ۱۳۷۶، صفحه ۷۱-۷۲.

## «گندم» آدم فریب

(دیوان غزلیات حافظ)

حافظ خال بر رخسار معشوق را به دانه آدم‌فریب گندم تشبیه کرده است. واژه‌های گندم و گندمگون هر کدام یک بار و واژه کاه دو بار در دیوان غزلیات حافظ آمده است:

خال شیرین که بر آن عارض گندمگون است / سر آن دانه که شد رهنز آدم با اوست  
در حافظ قزوینی/غنی: خال مشکین. ره زدن = از راه بردن، فریب دادن. رهنز = گمراه کننده. ترکیب «خال شیرین» به تناسب گندم (در مقابل خال سیاه به تناسب لعل در شعر قدیم فارسی) در جای دیگر دیده نشده است. [راز آن دانه آدم‌فریب در آن خال رخسار است - خال تو انسان را وسوسه به ارتکاب گناه می‌کند].

پدرم روضه جنت به دو گندم بفروخت / من چرا باغ جهان را به جوی نفروشم  
پدرم = آدم ابوالبشر. روضه جنت = باغ بهشت. (آدم ابوالبشر باغ بهشت را برای دو گندم بی‌ارج از دست داد، من که فرزند او هستم چرا این دنیا را (که ناپایدارتر و بی‌ارزش‌تر است به امید وعده همان باغ، به پیشیزی نفروشم؟ - چرا دل در گرو مهر این جهان ببندم؟)



## چرا مدیتیشن؟

مریم سالاری - بخش آخر

### خلاصه بخش اول تا پنجم

♦ امواج مغزی سیگنال های بین سلول های عصبی درون مغز ماست که شدت و ضعف آن نسبت به فعالیتی که ما انجام می دهیم تغییر می کند.

♦ پنج موج مغزی گاما، بتا، آلفا، تتا و دلتا از سریعترین تا کندترین امواج ثبت شده در یک نوار مغزی می باشد.

♦ تولید انواع امواج مغزی در مغز ضروری است. بدن انسان در طول شبانه روز با فعالیت های مختلفی روبروست و مغز به عنوان یک فرماندار بزرگ تمام این فعالیت ها را کنترل می کند. تنظیم نبودن این امواج باعث بعضی از اختلالات مغزی می شود.

♦ گاما و بتا از جمله انواع امواج مغزی هست که زمانی که ما احتیاج به یادگیری، تمرکز و تصمیم گیری در کارهای روزانه را داریم در مغز تولید می شوند. در زمان آرامش، استراحت و مدیتیشن امواج آلفا درصد بیشتری در مغز تولید می شود و تتا و دلتا امواجی هستند که در خواب و رویا طیف بیشتری تولید می شوند.

♦ استرس واکنشی است که بدن ما برای پاسخگویی به هر نوع تقاضا و تهدید نشان می دهد. تمام استرس ها برای ما زیان آور نیستند.

♦ در زمان واکنش به موقعیت های مختلف سطح قند خون بالا رفته، ضربان قلب تندتر شده، تنفس ها شدیدتر و کوتاه تر می شوند و حجم خون بیشتری در بدن جریان پیدا می کند تا انرژی لازم برای واکنش به موقعیت ایجاد شده برای ما فراهم شود.

♦ اگر بدن به طور مرتب در موقعیت استرس زا قرار گیرد که به آن استرس مزمن می گویند انواع بیماریهای همچون فشارخون، دیابت، ناراحتی قلبی و عصبی در انتظار ماست.

♦ در زمان استرس بدن ما هورمون آدرنالین و هورمون کورتیزول ترشح می کند تا بتوانیم به موقعیت پیش آمده عکس العمل نشان دهیم. بالابودن سطح این دو هورمون به طور مرتب علاوه بر بیماریهای اشاره شده می تواند سبب ناراحتی هایی چون کاهش وزن، اضافه وزن، دردهای عضلانی، گشادی مردمک

چشم و حالت عصبی مداوم شود.

♦ مدیتیشن بر انواع امواج مغزی مثبت می گذارد. از پنج موج مغزی امواج آلفا متداول ترین موج مغزی هست که در طول مراقبه و هنگام آرام کردن ذهن و رفتن به حالت عمیق تری از سطح آگاهی و توجه به زمان حال ایجاد می شود.

♦ تولید امواج آلفا باعث آرام شدن سیستم عصبی و پائین آمدن فشارخون و ضربان قلب شده و همچنین باعث کاهش هورمون های استرس در سطح بدن می شود.

♦ مدیتیشن همچنین بر لوب های مغزی تاثیر گزار می باشد. لوب پیشانی که به عنوان تکمیل ترین قسمت مغز در نظر گرفته می شود و مسئول استدلال و برنامه ریزی و احساسات هست، در زمان مراقبه تمایل به آفلاین شدن دارد و به این سبب شخص احساس شادی و آرامش خیال می کند.

♦ یوگا می تواند باعث پیشگیری و یا بهبود روند بیماریها شود. انجام یوگا تاثیر مثبت بر افزایش متابولیسم، کاهش وزن و روند پیشگیری و پیشرفت بیماریهایی همچون آسم، پوکی استخوان، فشارخون، قندخون، کلسترول و ورم مفاصل و آلزایمر می شود.

♦ تنفس های عمیق در یوگا و مدیتیشن ورزشی است برای تقویت بافت های ریه.



### انواع راههای مدیتیشن برای کاهش استرس و پیدا کردن آرامش درونی

بیباید در ذهن خود تعریف جدیدی از مدیتیشن خلق کنیم. اگر به تمام کارهای روزانه خود با ذهنی آگاه نگاه کنیم و کارهای همچون نشستن، خوابیدن، خوردن، کار کردن، درس خواندن، قدم زدن، باغبانی کردن و... را نوعی مدیتیشن بدانیم چه حسی به شما دست می دهد. برای رسیدن به این دید، تمرین و مراقبه نیاز داریم تا بتوانیم کم کم از هر ثانیه در زندگی خود لذت ببریم. در ادامه به انواع مدیتیشن اشاره می شود تا بتوانید از این ابزار قدرتمند در موقعیت های مختلف استفاده کرده و روح و جسم خود را آرامش دهید.

هدف از بررسی «چرا مدیتیشن» در چندین بخش این بود که شما خوانندگان عزیز به طور تدریجی از چگونگی عملکرد مغز و پاسخگویی بدن در موقعیت های مختلف آگاه شوید تا بتوانید به بهترین شکل ممکن مدیتیشن را جزء برنامه روزانه خود قرار دهید. همان طور که اشاره شد، استرس یکی از اصلی ترین عوامل بسیاری از بیماریهای جسمی و روانی شناخته شده است و کاهش آن به طور حتم هدف بسیاری از برنامه های آموزشی و بخصوص کلاس هایی چون یوگا و مدیتیشن می باشد.

دنباله مطلب در صفحه ۵۳



## مریم سالاری

مربی یوگا



کلاس رایگان یوگا برای عزیزان مبتلا به بیماری ام. اس.

در حال حاضر از طریق وب سایت «زوم» Zoom برگزار می شود.

با انجام یوگا شما می توانید:

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

برای اطلاعات بیشتر به وب سایت مراجعه فرمایید.

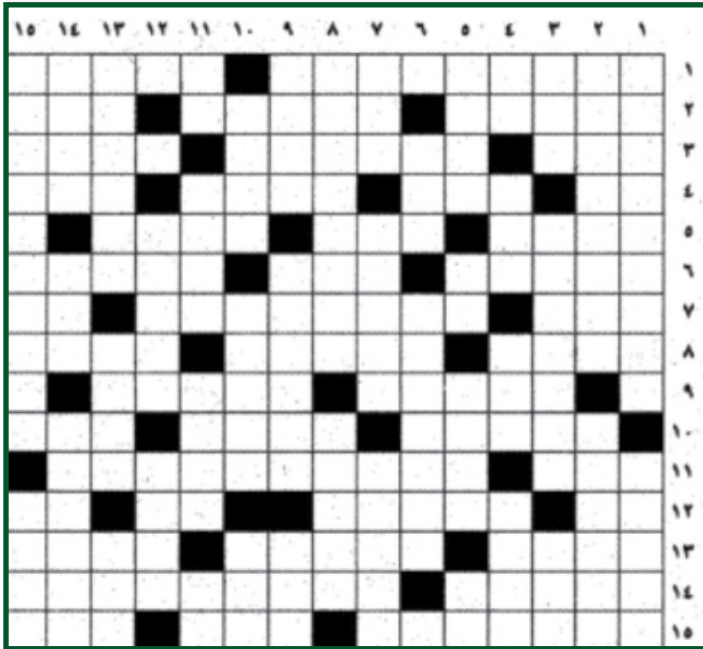
<http://mindfullyogagroup.com>

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

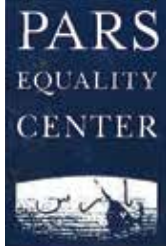
(408) 802-8882

حل جدول در صفحه ۴۲

## جدول



یارب دل پاک و جان آگاهم ده  
آه شب و گریه سحر گاهم ده  
در راه خود اول ز خودم بیخود کن  
بیخود چو شدم ز خود بخود راهم ده  
خواجه عبدالله انصاری



Immigration  
&  
Citizenship Services

ارائه خدمات مهاجرتی با کیفیت عالی و هزینه کم برای افراد واجد شرایط به شرح ذیل می باشد:

- ♦ تابعیت آمریکا (سیتی زن شیپ)
- ♦ ویزای مهاجرت و انجام امور کنسولی
- ♦ درخواست کارت اقامت دائم (گرین کارت) و تجدید کارت
- ♦ مجوز اشتغال
- ♦ مجوز سفر
- ♦ کمک به قربانیان خشونت (VAWA)
- ♦ درخواست معافیت از پرداخت هزینه اداره مهاجرت برای افراد واجد شرایط

گروه حقوقی مجرب ما به زبان های فارسی، انگلیسی، اسپانیایی و فرانسوی، آماده ارائه خدمت به افراد واجد شرایط می باشند.

لطفا برای تعیین وقت با ما تماس حاصل فرمایید

(408) 261-6405

(818) 616-3091

1635 The Alameda  
San Jose, CA 95126

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

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

A Department of Justice Recognized ♦ 501(c)3 Nonprofit Organization

## عمودی

- ۱- بندر مروارید اقیانوس کبیر واقع در مجمع الجزایر هاوایی - بخشندگی.
- ۲- کشور اروپایی - سرشب.
- ۳- نوعی پساوند که علامت نسبت است - بیماری کم خونی - بعد از این می آید.
- ۴- ضمیر وزنی - یکی از چهار انجیل معتبر دین مسیح - کار آدم متظاهر - کشته شده در راه خدا.
- ۵- آسوده خاطر - آدم فربه در موقع بالا رفتن از پله به آن می افتد-غلاف شمشیر-آگردرخانه باشد، یک حرف بس است.
- ۶- نمو - آرزومند.
- ۷- گاواهن را به آن می بندند - مغرور، سر خوش-شب ها.
- ۸- وارث سلطنت - لباس پوشیده.
- ۹- ثروتمندی معروف که جایزه هایش شهرت جهانی دارد - انواع و اقسام هنر دوزی - سقف قوسی و شکل.
- ۱۰- رهبر به انگلیسی - ترش رو و اخمو - همسایه بزرگ پاکستان.
- ۱۱- ابر نزدیک به زمین - گفتگوی لال - میدان جنگ - پایه.
- ۱۲- از فرمانداری های کل - دور اندیشی.
- ۱۳- کثرت و فراوانی - رخسای چون قرص قمر دارد - سخن سر بسته و مشکل.
- ۱۴- پایتخت لیدیه - یک زن - همجوار.
- ۱۵- مرگ سرخ-محبوب و معشوق.

## افقی

- ۱- مجسمه ساز مشهور یونان باستان که عاشق مجسمه ساخت خود شد و جرج برنارد شاو داستانی به همین نام دارد - شایسته.
- ۲- جاری بودن - شور و غوغا - دهلیز ربه.
- ۳- از خانواده تشت - از پرندگان شناگر - استوار شده.
- ۴- آخرین زندانی اسپاندائو - سرشت و طبیعت - شب ترین شب ها - از کتاب های مذهبی و مقدس هندوان.
- ۵- دوستی و همدمی - گاهی بالای خودش می نشیند - ضعف به سبب گریه یا خنده زیاد.
- ۶- صفتی برای کشورهای متمدن و پیشرفته - ترس و بیم - رسیدگی و واریسی.
- ۷- آدم دماغ سوخته می شود - مهر و محبتی ندارد - بچه به جگر مادر می زند.
- ۸- این هوس را هر کس ندارد - بسته شده - یکی از نوشته های ژان ژاک روسو.
- ۹- نوعی ذغال سنگ - حاشیه و کنار.
- ۱۰- سختی ها - آزادشده - بندهو غلام.
- ۱۱- شیرین بودن آن را همه طالبند - آخرین شرط و اتمام حجت.
- ۱۲- گریز و نفرت - تصویر مقدسین - یکی از نت ها - آب بند.
- ۱۳- مطلع و با خبر-علاقه و پیوند-رنج و اندوه.
- ۱۴- یکی از لوازم آرایش بانوان - از دیوانش فال می گیرند.
- ۱۵- فقر و نداری-پاکی-بی-سروصدای کشد.

## Danford Services Inc.

Certified Tax Preparer  
In-person or Online

- ♦ انجام امور مالیاتی افراد و مؤسسات تجاری
- ♦ امور حسابداری و حسابرسی مؤسسات تجاری
- ♦ اصلاح ساختارهای حسابداری مؤسسات
- ♦ پرداخت حقوق و دستمزد کارکنان
- ♦ ثبت انواع شرکت ها در سراسر کشور

با توجه به معافیت های مالی مرتبط با Covid-19  
در مورد گزارش هزینه ها با ما مشورت کنید!

♦Carring Out Tax Affairs Of Individuals & Businesses ♦Complete  
Accounting For All Individuals & Businesses ♦Modification Of  
Accounting Structures ♦Payroll ♦Business Registration

Reza Farshchi MS, CRTP, AFSP

مشاوره اولیه رایگان

Cell: (650) 720-0182



reza@danfordservices.com ★ rezad@danfordservices.com

21060 W. Homestead Rd., #210, Cupertino, CA 95014



## جهت پیشگیری ویروس کرونا:

رعایت فاصله گذاری اجتماعی، استفاده از ماسک و پرهیز از دست زدن به بینی، چشم، دهان و ضد عفونی نمودن دست ها



## تدریس

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

نشریه برگزیده  
ایرانیان شمال کالیفرنیا

پژواک‌ناهنانه

(408) 221-8624

# فال سنارگان

دی	مهر	تیر	شروردین
بیماری دارید، در این روزها او فراموش نکنید. یکی از آشناهای قدیمی را خواهید دید. اگر کار دادگاهی دارید کمی طول خواهد کشید. از دوستان قدیمی خود نیز یادی کنید. شاید بودن با آنها خاطرات خوب گذشته تان را برایتان یادآوری کند. هیچگاه امید خود را از دست ندهید. البته که در هر اتفاقی مصلحتی است.	قدر فرصت ها را بدانید. اگر با بی خیالی آنها را از دست بدهید دیگر آمیدی به موفقیت نمی توانید داشته باشید. فکری در سر دارید، اگر می خواهید فکرتان را واقعا عملی کنید بهتر است قبل از شروع این کار با صاحبان نظر مشورت کرده و سپس این کار را آغاز کنید. در زمان نزدیک مهمان یا قدم نو رسیده ای در راه دارید که قدمش بسیار برایتان مبارک خواهد بود.	شما آماده یک تغییر هستید و فقط می خواهید که این تغییر به روش شما باشد. افکارتان را تغییر دهید. بهتر است که کمی این احساس تعهدتان را کنار بگذارید و راهی برای خود باز نگه دارید. با یک شخص با نفوذ آشنا می شوید که کار بزرگی برای شما انجام می دهد. گریختن از مشکلات چیزی را حل نمی کند.	رویا پردازی از خصوصیات اخلاقی شماست. خوش بین بودن خوب است اما باید با واقع بینی بیشتری به جریانات اطراف خود بنگرید و اجازه ندهید فرصت ها از دست برود. در محیط خانواده و کار ملایم تر رفتار کنید. روحیه تک روی و استقلال طلبی افراطی از ویژگی های شماست. قدر اشخاص و چیزهایی را که دارید بدانید.
بهمن	آبان	مرداد	اردیبهشت
برای رسیدن به هدفتان باید سعی و تلاش کنید اما در عین حال مراقب باشید حق کسی را پایمال نکنید. به خودتان سخت نگیرید، آنگاه در می یابید که آسان گرفتن چقدر آسانی به همراه دارد. متولدین بهمن ماه در تصمیم گیری هایشان وسواسی هستند بخصوص در مورد تصمیم های آینده شان، اما سرانجام باید انتخاب کنند.	گاهی به صلاح نیست که به خواسته خود برسیم یا زمان دلخواه ما زمان مناسب رسیدن به خواسته مان نیست، پس نگرانی های بیخود به خود راه ندهید و مثبت بیندیشید. در تصمیمی مردد هستید. بهتر است به نزدیکانتان اعتماد کنید و از آنها کمک بخواهید. جایجایی دارید. خبر خوشی از راه دور به شما می رسد. قراردادی را امضا می کنید.	یک مقدار دچار استرس و ناراحتی شده اید. اگر در محل کارتان پیغامی گرفته اید که شما را آشفته و ناراحت کرده سعی کنید که آن لحظه هیچ تصمیمی نگیرید. در عوض، اجازه دهید که این درگیری و ناراحتی راه خودش را برود. عجله نکنید! از راه دور شخصی با خبر خوش به دیدنتان میاید. مراقب غذا خوردن خود باشید. از غذاهای چرب دار پرهیز کنید.	شانس های زیادی برای شما پیش آمده اما از تمام آنها به درستی استفاده نکرده اید. در طالع شما فرصت های دیگری هم پیش خواهد آمد که باید از آنها به درستی و به موقع استفاده کنید. از نظر شخصیتی با انضباط و وقت شناس هستید. با اتکاء به همت و هوش خود به پیشرفتی بزرگ ناآل می شوید. در رفتار با افراد خانواده ملایم تر باشید.
اسفند	آذر	شهریور	خرداد
به نظر می رسد از پیدا شدن یک رقیب احساس سرخوردگی می کنید. احساس می کنید که آرزوهاتان از شما دورتر رفته و افکار منفی به سراغ تان می آید. ولی بدانید که بزودی همه این مشکلات برطرف خواهد شد. به دارایی های دیگران چشم ندوزید و قدر آنچه را که دارید، بدانید. سعی کنید حرف های دیگران را بهتر درک کنید.	خریدی کرده اید که نهایت سود را خواهید برد. دچار اضطراب و نگرانی شده اید، باید به خودتان اعتماد بیشتری داشته باشید. قدر کسانی را که برایتان زحمت می کشند بدانید و شما هم تا می توانید به آنها کمک کنید. کمی استراحت کنید، شاید بیش از انرژی تان از خود کار می کشید که باعث خستگی تان می شود.	عادت ولخرجی و خریدن چیزهایی که ضروری نیست از سر دور کنید. به فکر آینده باشید. خبرهای خوشحال کننده در راه است. مسافری از راه دور به دیدنتان میاید. وقت بیشتری با خانواده و عزیزان بگذرانید. یک جا بجایی دارید. دوستی به کمک شما نیاز دارد. از کمک کردن دریغ نکنید. وقتی از یک دست بدهید، از یک دست دیگر برمیگردد.	در زندگی مسائلی پیش می آید که شما را به شدت عصبانی خواهد کرد. مراقب باشید که این خشم و عصبانیت خود را سر کسی خالی نکنید چون دیگران در این میان تقصیری ندارد. به سادگی اسرار خود را در اختیار دیگران میگذارید و توقع هم دارید که مشکلی پیش نیاید. سر خود نگه دارید و برای تحمل مشکلاتتان خویشتن بان باشید.

کرده بود، به بازداشتگاهی در ایالت میسی سی پی آمده بود تا رضا را به دفترش ببرد و مدارکی را که علیه او وجود دارد را به او نشان دهند، در راه بازگشت رضا به او گفت: «من در زندان از یک فیلم سینمایی متوجه شدم که حقوقی بنام «میراندا» داشتم که شما به من نگفتید.» به او جواب داده شد: «زیاد فیلم نبین.»

به تعبیر رضا، منظور این بود که این چیزها فقط در فیلمهاست. رضا همچنین از آن مامور در مورد علت دیپورت شدن همسرش پرسید و مامور به او جواب داد که «او برنده لاتاری گرین کارت شده بود. ولی یک هفته قبل از مصاحبه اش در سفارت، او را مورد پیگرد قرار دادند که خود به خود او را از دریافت ویزا محروم می کرد. با اینحال به سفارت گفته شد که علی رغم واجد شرایط نبودن رضا برای دریافت ویزا، به او ویزا دهند و بگذارند که به آمریکا سفر کند. و در واقع زمانی بعد از دریافت ویزا و قبل از ورودش به آمریکا، ویزای او را از اعتبار ساقط کردند. عدم اعتبار ویزای رضا به طور خودکار ویزای همسرش را نیز تحت تاثیر قرار داد. رضا خوش شانس بود که دولت آمریکا او را متهم به ورود غیرقانونی به آمریکا نکرده بود!»

دنباله مطلب در صفحه ۵۲

آخرین بار در آغوشش گرفت. رضا نمی دانست قرار است چه بر سرش آید و یا چه زمانی دوباره خواهد توانست همسرش را ببیند. با اینحال خیلی آرام و خون سرد بود، گویی تمام اینها بخشی از یک پروسه عادی بود که باید انجام می شد. در آن لحظه کت رضا را از تن او درآوردند و متعلقاتش و تمام پولش که فقط ۸۰۰ دلار بود، را به همسرش واگذار کردند. رضا آن کت را با وسواس زیاد دو روز قبل، از فروشگاههای در آنکارا خریداری کرده بود. مطابق گزارشات، در سال ۲۰۱۵، ۶۵ ایرانی در زندان های آمریکا حبس بودند. لذا احتمالاً رضا نفر شصت و ششمی بود. نهایتاً رضا را دستگیر کردند بدون اینکه چیزی از حقوقش به او گفته شود. رضا در ایران وقتی به همراه خانواده اش پای تلویزیون می نشست، در فیلمهای آمریکایی می دید وقتی کسی را دستگیر می کردند به او چیزهایی از حق و حقوقش می گفتند و رضا و اطرافیانش به هم می گفتند: «بین چقدر در آمریکا به حقوق مردم احترام می گذارند! با اینکه طرف مجرم است ولی به هر حال حقوقش را رعایت می کنند!» حتی شش ماه بعد از آن روز، وقتی مامور پرونده اش، همانی که رضا را بازداشت



## حکایت رضا

بخش هفتم

Noumena: True Story of Reza

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

### فرودگاه جان اف کندی، نیویورک

رضا با همسرش در ۲۱ دسامبر وارد فرودگاه JFK نیویورک شدند. از آنکارا به استانبول و از استانبول به نیویورک پرواز کردند تا با پرواز بعدی عازم مقصد نهایی شان در سن دیگو شوند. شب قبل از پرواز استراحت خوبی نداشتند و مشغول جمع و جور کردن وسایل سفر بودند. رضا در اکثر طول پرواز خواب بود و چیزی نمی خورد. به همسرش می گفت: «وقتی رسیدیم در فرودگاه غذا می خورم» غافل از اینکه نوبت غذای بعدی را می بایست در زندان صرف کنند. به محض ورود به فرودگاه و پائین آمدن از پله های راهروی خروجی هواپیما، رضا افسری را دید که مشغول چک کردن پاسپورت مسافران بود. پشت سر او سه نفر دیگر ایستاده بودند و با هیجان و بی طاقتی به چهره مسافران نگاهی می انداختند. ظاهراً ساعت ها در انتظار دیدار با عزیزشان بوده اند. همین که نوبت به رضا رسید، پاسپورت او و همسرش را چک کردند و به اتاق مخصوصی هدایت شدند. موبایل های رضا و همسرش را از او گرفتند و پسوردشان را از آنها پرسیدند. رضا فکر می کرد که این رفتار، پروسه ای از مهاجرت است که باید انجام شود. او قبل از ورود به آمریکا تمام محتویات ایمیل هایی که با آنها کار می کرد را پاک کرده بود، هم در یاهو و هم در جیمیل. ولی فراموش کرده بود که موبایلش را پاک سازی کند. توانستند در همان فرودگاه مدارکی علیه او از موبایلش بدست آورند. اگر رضا می دانست که به چه علتی و به چه هدفی پسورد موبایلش را از او می خواستند، هرگز پسورد آیفونش را به آنها نمی داد. بعد از چک کردن موبایلش بود که او را از اتهاماتش آگاه کردند. قبل از آن مامور FBI سولاتی را از رضا پرسید در مورد وبسایت هایش و در آن لحظه بود که رضا متوجه شد چرا در آن اتاق حضور دارد و آن اشخاص که احاطه اش کرده

## Ali Driving & Traffic School

### کلاس های تعلیم رانندگی و ترافیک علی

برای بزرگسالان و نوجوانان

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

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

Safe Driving Saves Lives



Safety is our most important concern

Licensed & Bonded

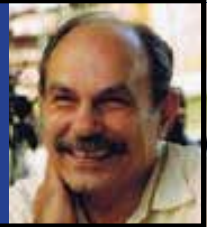
افرادی که جریمه رانندگی دریافت کرده اند می توانند در مدرسه ما شرکت کرده و امتحان خود را به راحتی قبول شوند. این کلاس ها به زبان فارسی نیز عرضه می گردد

آموزش رانندگی توسط کادری مجرب و حرفه ای

(408) 394-5249 ◆ (408) 370-9696



## عشق، هوس، نفرت

بخش چهل و هشت  
عباس پناهی

ها را تحمل میکرد زیرا که عشق فریدون ستون زندگی اش بود و تا آن ستون برپا بود، از هیچ طوفانی نمی هراسید و خود را به آن می آویخت تا بادهای ناکامی های حوادث با خود نبرندش. وقتی خبر خوشحالی آنتونیو را شنیده بود از ته دل راضی و خشنود شده بود چون آنتونیو را همیشه از دوستان صادق خود می دانست و نیکبختی اش را آرزو می کرد. هرگاه مادر از او درباره نقشه زندگی آینده اش می پرسید، بدون کوچکترین تردیدی می گفت: «تا فریدون را دارم هیچ نقشه ای در سرم نیست- فریدون برابم نقشه زندگی است و نقش همه زندگی ام در وجود او طرح شده.»

همه تعهداتی که محرمی و زری خانم بر روی کاغذ آورده بودند به اجراء درآمد و فریدون از اتهام قتل برائت حاصل کرد. پنجاه هزار تومان خسارت شغلی از عمه زری دریافت کرد و خطبه طلاق پریش خوانده شد و مهریه ملغی گردید اما دادستان آنها را رها نکرد و محکومیت هایی را که برجرایم آنان میبایستی به عنوان مدعی العموم اعمال کند دنبال کرد و دادگاه، زری را به دو سال و محرمی را به پنج سال زندان محکوم نمود.

دنباله مطلب در صفحه ۵۶

اش متاهل بودن فریدون بود که اگر دست از پا خط می کرد، همه گناهان و خطاهای عمه زری و پریش به کنار می رفتند و گناهکار اصلی، او و فریدون می شدند و مستوجب هزاران عذاب الیم می گشتند. مشکل دومش تحت تاهل بودن خود او بود که شوهرداشت و طبق آیین کاتولیک طلاق برایشان ممنوع بود و نمی توانست از چنگال این قانون بی رحم خود را رهایی ببخشد و به همین دلیل او زنی شوهردار محسوب می شد و برملا شدن این راز، او را به بدترین درجه حیثیتی به سقوط و امیداشت و در دید اطرافیان، زنی فاحشه جلوه گر می شد. مشکلات دیگر نیز وجود داشت و آن دیدگاه اجتماع نسبت به او بود و داوری هایی که هرکس خود را در برج عاج میدید و درباره کوچکترین گناه دیگران رای صادر می کرد. در حالی که همه در زندگی خود بارها به گناه آلوده شده بودند، نمی خواستند او را در جایگاه خود ببینند و اندکی از آن توجیهاتی که برای گناهان خود می کنند، برای او روا دارند. گناهان خود را ناچیز و قابل گذشت میدانستند اما گناه دیگری را با صدای بلند در سر هر بازاری جار میزدند. همه این ملامت ها و درد

که از قنادی انواع شیرینی ها را بخرد و بیاورد و در محله پخش کند. به سیم کش محله گفت تا ریشه های چراغ بیاورد و سراسر کوچه را چراغانی کند. زنان محله را واداشت تا دیگ برپا کنند و شام مفصلی آماده نمایند و درب منازل را باز بگذارند تا هر رهگذری بتواند بیاید و از آن شام بهره مند شود. سرور و سرمستی ای که از دامادی پسرش یافته بود وصف ناکردنی بود. پرویز و بهروز و فریدون هم تحت تاثیر شادمانی وجیهه به تلاطم درآمد بودند. همه چیز داشت به خوبی پیش میرفت. گرفتاری های فریدون توسط آقای خوشمرام درحال رفع شدن بودند.

اینک که پرویز داشت داماد میشد، فریدون میبایستی با سرعت تمام خانه ای برای سکونت پیدا کند. به اولین بنگاه معاملات ملکی که مراجعه کرد، آپارتمانی در اختیار داشت که فریدون آن را پسندید. زیرا که مبله بود و چیز زیادی برای خریدن لازم نداشت، به جز لباس ها و میز کار و نقشه های ساختمان های در دست کار، وسایلی نداشت که از طبقه دوم خانه پرویز انتقال دهد. با یک وانت کوچک همه وسایل را به آپارتمان جدید انتقال داد و وجیهه خانم به سرعت دست به کار شستشوی مجدد خانه و تمیز کردن و گردگیری و آینه شمعدان گذاشتن شد و طبقه دوم را تبدیل به حجله کرد و آشپزخانه را دوباره به شکلی در آورد که عروس و مادر شوهر بتوانند در کمال خوشدلی و همکاری در آن پخت و پز کنند. پرویز عاشق گلرخ شده بود. و وجیهه خانم داشت عروس دار می شد.

از اینهمه شادی که در خانه وجیهه خانم پیدا شده بود، هنوز ربکا نمی توانست بهره مند شود زیرا که سنت های فرهنگی و ملی هنوز برای خود ارج و قربی داشتند که همه ملزم به رعایتشان بودند. ربکا هنوز باید در سایه حرکت کند تا دیده نشود. دلش می خواست مانند بقیه آدم هایی که می شناخت آزاد می بود تا او هم خود را در این شادی ها شریک کند. اما مسائلی که از بیرون به او تحمیل می شد، این آزادی را از او گرفته بودند. بزرگترین گرفتاری

در تعهد نامه ای که محرمی تنظیم کرده بود قید گردیده بود که «از بابت افترا بی که به فریدون به عنوان قتل جنین در شکم پریش زده شده عذر خواهی رسمی می کنیم. بابت لطمه ای که به شغلش خورده پنجاه هزار تومان خسارت را متقبل می شویم. زری خانم به وکالت از طرف پریش در خواست طلاق می کند. بابت جاری شدن خطبه طلاق از طلب مهریه صرف نظر می کند.»

آقا جون از خوشمرام خواهش کرد تا چند دقیقه خصوصی حرف بزنند. از خوشمرام خواست تا زری را به محاکمه نکشد زیرا که پای آبروی او و خانواده اش در میان بود و با محاکمه شدنش خیلی چیزها بدتر خواهد شد و شاید منجر به پاشیده شدن یک خاندان گردد. خوشمرام گفت: «میدانید که بچه سقط شده فریدون، که نوه شما میشد، توسط همین دو نفر از میان رفته و فریدون هم باید از این دو نفر به جرم کشتن بچه اش ادعا نامه پر کند؟» آقا جون گفت: «این هم مصیبتی است که یک خانواده دچارش است و همچون تف سربالا برای همه ماست. من از فریدون درخواست خواهم کرد که از شکایتش علیه اینها صرف نظر کند چون اگر چنین نشود در خانواده ما سنگ روی سنگ بند نخواهد شد.» خوشمرام خود همه اینها را می دانست و قصدش تادیب زری بود زیرا که می دانست اینگونه آدمها بجای استفاده از مغز، از چیزهای دیگر استفاده می کنند و تنبّهشان به معنی تنبیه حیوانیست که بطور غریزی کاری را انجام میدهد و متوجه نمی شود که چرا تنبیه می گردد. به آقا جون گفت: «اگر این سفارش هایی را که کرده ام انجام دهند من بعنوان وکیل فریدون از پیگرد قانونی شاکی خصوصی، علیه او دست برمیدارم و فقط قصدم نجات فریدون از چنگال این دو موجود شریر است.»

در طول روزهایی که محرمی و زری مشغول انجام تعهدات خود بودند، مادر جون به وجیهه خانم خبر داد که آقا جون از شخصیت و منش پرویز راضی است و مشکلی نمی بیند. وجیهه خانم با شنیدن این خبر محله را روی سرش گذاشت. به پسر همسایه یک دسته اسکناس داد



## زبان ما هویت ماست

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

♦ کلاس های پیش دبستان (برای نوآموزان ۴ ساله)

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

♦ جهت یادگیری خواندن، نوشتن و مکالمه

♦ کلاس های خصوصی برای بزرگسالان و غیر فارسی زبانان

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

برای کسب اطلاعات بیشتر با ما تماس حاصل فرمایید

(408) 829-8296

1954 Camden Ave. #3, San Jose

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



## مادر بزرگ

مادر بزرگ در حالی که با دهان بی دندان، آب نبات قیچی را می مکید ادامه داد: «آره مادر، ۹ ساله بودم که شوهرم دادند. از مکتب که اومدم، دیدم خونه مون شلوغه. مامان خدایامرزم همون تو هشتی دو تا وشگون ریز از لپ هام گرفت تا گل بندازه. تا اومدم گریه کنم گفت: (هیس، خواستگار آمده)، خواستگار، حاج احمد آقا، خدا بیامرز چهل و دو سالش بود و من ۹ سالم. گفتم: (من از این آقا می ترسم، دو سال از بابام بزرگتره)، گفتند: (هیس، شکون نداره عروس زیاد حرف بزنه و نوبی کار نه بیاره.)»

مادر بزرگ حسرت های گذشته را با طعم آب نبات قیچی فرو داد و گفت: «جونم واست بگه، اون زمون ها که مثل الان عروسک نبود، بازی ما یه قل دو قل بود و پسر هام الک دو لک و هفت سنگ. سنگ های یه قل دو قل که از نونوایی حاج ابراهیم آورده بودم را ریختند تو باغچه و گفتند: (تو دیگه داری شوهر می کنی، زشته این بازی ها)، گفتم: (آخه...) گفتند: (هیس آدم، رو حرف

شده، هر چی بود که تموم شد. آخیش خدا عمرت بده ننه، چقدر دوست داشتم کسی حرفمو گوش بده و نگه هیس.» به چشمهای تاراش نگاه کردم، حسرت ها را ورق زدم و رسیدم به کودکی اش. هشتی، وشگون، یه قل دو قل، عاشقی. گفتم: «مادر جون حالا بشکن بزن، بزار خالی شی.» گفت: «حالا دیگه مادر؟! حالا که دستام دیگه جون ندارن؟» انگشتای خشک شده اش رو بهم فشار داد ولی دیگه صدایی نداشتند. خنده تلخی کرد و گفت: «آره مادر جون، اینقدر به همه هیس نگید، بزار حرف بزنن، بزار زندگی کنن. آره مادر هیس نگو، باشه؟»

بگه عاشقتم ولی نشد که بگه. گاهی وقتا یواشکی که کسی نبود زیر چادر چند تا بشکن می زدم. آی می چسبید، آی می چسبید. دلم لک زده بود واسه یک یه قل دو قل و نون بیار کباب ببر، ولی دست های حاجی قد همه هیکل من بود. آگه میزد حکما باید دو روز می خوابیدم. یکبار گفتم: «آقا میشه فرش بندازیم رو پشت بوم شام بخوریم؟» گفت: (هیس، دیگه چی با این عهد و عیال، همینمون مونده که انگشت نما شم.)»

مادر بزرگ به یه جایی اون دور دورا خیره شد و گفت: «بچه گی نکردم، جوونی هم نکردم، پیهو پیر شدم.»

پاشو دراز کرد و گفت: «پاهام خشک



**Mahin Motlagh**

BRE# 01320595



**(650) 309-2700**

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

[mahinrealty@gmail.com](mailto:mahinrealty@gmail.com)

<http://mahin.agent.intero.com>

## مهین مطلق

### مشاور املاک

با بیش از ۱۸ سال تجربه در امور

خرید و فروش املاک در بی اریا، ساکرامنتو و حومه

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

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

**هدف ما رضایت کامل شماست!**

CALL ME FOR

**FREE** no obligation home evaluation

**FREE** list of active properties for sale

**FREE** Real Estate consultation & more

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



تضمینی است، او ضرورت معرف برای فروش را دلیل تضمین فروش می‌داند: «بالاخره با یک آشنا به گروه وصل شده‌ای دیگر؟ درست است؟ همان آشنا تضمین کار ما هم هست. حتماً قبلاً خرید داشته که حالا معرف شده و وقتی او اسلحه‌اش را گرفته، تو هم می‌گیری. کلت و تفنگ بخواهی تا شب به دستت می‌رسد و بخواهی همان جا تست هم می‌شود. دلیوری ما تضمینی است. اگر هم اتفاقی بیفتد و مشکلی پیش بیاید ما باز همانی را که خرید کرده‌ای برایت می‌فرستیم.» احمدخان فقط یکی از فروشندگان اینستاگرامی و تلگرامی اسلحه است. فروشندگان گانی که به ادعای فرماندهان انتظامی به سرعت بازداشت می‌شوند. این بازداشت‌ها معمولاً پس از اتفاقاتی است که وجهه امنیتی حاکمیت را خدشه‌دار می‌کند.

نمونه بارز این برخوردها به ماجرای قتل «مصطفی قاسمی»، روحانی همدانی بر می‌گردد. او حین برگشتن از حوزه علمیه محل کارش به منزل، توسط فردی به نام «بهرروز حاجیلویی» با اسلحه کلاشنیکف کشته شد. آیت‌الله «خامنه‌ای» نسبت به این اتفاق واکنش نشان داد و با اشاره به اینکه قاتل، تصاویرش را با اسلحه‌های مختلف در اپلیکیشن اینستاگرام منتشر کرده بود، به نیروی انتظامی دستور داد با فروش اسلحه غیرمجاز برخورد شود. دستوری که واکنش سریع «حسین رحیمی»، فرمانده انتظامی تهران بزرگ را به همراه داشت.

رحیمی در گفتگو با ایسنا گفت: «قدرت‌نمایی با سلاح جزء خط‌قرمزهای ماست و در برخورد با آن با متخلفان تعارفی نداریم. اخیراً هم کنترل جرائم در فضای مجازی و به خصوص سلاح را شدت بخشیده‌ایم و در تلاشیم تا فضای مجازی کنترل شود. در همین راستا نیز با افرادی که از این فضا برای اقدامات مجرمانه استفاده کنند، برخورد قاطعی می‌شود.» پس از رحیمی، «علی ذوالقدری»، رییس پلیس امنیت عمومی تهران بزرگ هم در واکنش به فروش سلاح در فضای مجازی گفت: «از زمانی که رهبری دستور مقابله با قاچاق، خرید و فروش اسلحه در فضای مجازی را صادر کردند، ما چه در فضای مجازی و چه در فضای حقیقی اقدامات خود را افزایش داده و برخورد با مجرمان این حوزه را با شدت بیشتری پیگیری کردیم.»

**رصد امنیتی از طریق تبلیغ فروش سلاح**  
اما چطور با وجود ادعای فرماندهان انتظامی هنوز صفحات و کانال‌های فروشندگان اسلحه به راحتی اقدام به تبلیغ و فروش سلاح می‌کنند و تجارت آنها کماکان ادامه دارد؟ **دنباله مطلب در صفحه ۵۷**

مشهور و آفازدهاها کار می‌کنند سلاح گرم غیرمجاز دارند. یکی از بزرگترین مالکان برج‌های شمال شهر تهران تیمی ده نفره برای حفاظت از خود و خانواده‌اش دارد که همگی آنها مجهز به جدیدترین سلاح‌های گرم دنیا هستند.»

### زیر سایه دوربین‌ها

«فریدون نجیبی» همان حوالی ایستاده و پیک موتوری ثابت بازار اسلحه فروش‌ها است. تقریباً اغلب مغازه‌دارها او را می‌شناسند یا کار حمل و نقل بارشان را برای یک‌بار هم که شده به او سپرده‌اند. فریدون می‌گوید جو خیابان فردوسی امنیتی است: «معمولاً در اطراف مغازه‌های فروش ابزار شکار، رهگذرانی که دلال اسلحه هستند، با رصد کردن



رفتار مشتری در مغازه‌های این حوالی به سراغشان می‌روند و پیشنهاد فروش هر سلاحی که تصورش را بکنید به آنها می‌دهند. اما پس از آبان ۱۳۹۸ فضای حاکم بر این راسته به شدت امنیتی شده است و قدرت مانور دلال‌ها هم کم شده، چون حکومت نگران هر نوع تحرک اعتراضی است.»

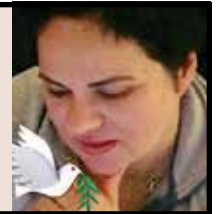
او به دوربین‌های نصب شده که در ظاهر به عنوان دوربین‌های راهنمایی و رانندگی فعالیت می‌کنند اشاره می‌کند و می‌گوید: «پس از آبان ۱۳۹۸ دوربین‌های بیشتری نصب شده است و در طول روز ماموران در ظاهر دست‌فروش و راننده تاکسی، بازار را زیر نظر دارند.»

### از احمدخان تا دون کمیل

روزنامه همشهری، شهریور ۱۳۹۹ در گزارشی به مسئله فروشگاه‌های مجازی اسلحه پرداخت و در آن گزارش به فردی به نام «احمدخان» اشاره شد که مدعی است هر سلاحی که خریدار بخواهد پس از واریز مبلغ، ظرف ۲۴ ساعت در اختیارش گذاشته می‌شود. در آن گزارش احمدخان ادعا کرده: «در تهران ۲۴ ساعته، ولی شهرستان یک تا دو روز کاری. اگر هم نداشته باشیم تا آخر هفته موجود می‌شود.» احمدخان اصرار دارد که این فروش

## نگاهی به فروش اسلحه غیرمجاز در ایران

ماهرخ غلامحسین پور



**پسر جوانی در جریان اختلافات مالی، دوستش را با کلت کمربند در یک باغ خانوادگی کشت، «یک مهاجم در روستای کله هویی، اعضای یک خانواده را به رگبار بست و متواری شد»، «عموی یک خانواده هنگام انگورچینی، خانواده برادرزاده‌اش را به علت اختلافات ملکی هدف گلوله قرار داد،»**

ابزار شکار «خیابان فردوسی» می‌رویم که سال‌هاست پاتوق شکارچیان قانونی است.

### مافیای پارتی

«امیر. ر» یکی از فروشندگان قدیمی بازار خیابان فردوسی است. او می‌گوید

خبر مرگ و زورگیری از طریق سلاح گرم در شهرهای مختلف ایران، بخش قابل توجهی از اخبار حوادث روزنامه‌ها را تشکیل می‌دهد. از تیراندازی به علت رقابت عشقی، سرقت مسلحانه، تسویه حساب‌های شخصی تا قتل‌های موسوم به ناموسی. پرسش اینجاست که چرا در کشوری که خرید و فروش و حمل سلاح غیرمجاز جرم محسوب می‌شود، مردم به سهولت به انواع و اقسام آن دسترسی دارند؟

این روزها کافی است چرخ در فضای مجازی بزنید تا با بازار بزرگ و متنوعی مواجه بشوید که کارشان خرید و فروش سلاح است. شما هر گونه سلاح کشته‌ای را که نیاز داشته باشید، در کمترین زمان ممکن در خانه خودتان تحویل خواهید گرفت. یکی از شناخته‌شده‌ترین کانال‌های تلگرامی که هیچ‌گونه محدودیتی برای فروش اسلحه شکاری ندارد «ارزانکده ابزار شکار و آتش‌بازی» است. اما در صورتی که یکی از خریداران قبلی با معرفت باشد و توانسته باشد اعتماد گردانندگان این کانال را کسب کند، شاید به اغلب چیزهایی که محتاجش باشد دسترسی پیدا کند، از شوکر و گاز فلفل تا کلت کمربند و کلاشنیکف!

مجاز داریم. از او در مورد خرید و فروش سلاح‌های غیرمجاز می‌پرسیم و این که چطور وارد کشور می‌شوند؟ «ورود اسلحه از مرزهای شرقی و بنادر جنوبی ایران به راحتی انجام می‌شود و اگر شما مسئولیت انتقال سلاح را از شهر مبدا در ایران بر عهده بگیرید، با یک پنجم قیمت تهران، می‌توانید هر نوع سلاحی که بخواهید تهیه کنید.» او از فرهنگ جدیدی می‌گوید که بر زندگی مردم طبقه بالادست سایه انداخته است: «داشتن سلاح در سال‌های اخیر به یکی از نشانه‌های لاکچری بودن بدل شده و افراد مرفه و بخصوص جوانان، هر روز طول و عرض همین بازار خودمان را برای خرید به روزترین سلاح‌های قابل حمل پایین و بالا می‌کنند، اما وقتی به آنها می‌گوییم فقط به افرادی سلاح می‌فروشیم که دارای مجوز باشند، به سراغ بازارهای زیرزمینی می‌روند که در فضای مجازی فعالیت می‌کنند.»

امیر همچنین به برگزاری مهمانی‌هایی تحت نام «مافیای پارتی» در تهران اشاره می‌کند که شرط حضور در آنجا علاوه بر پرداخت مبالغ کلانی به عنوان ورودی، همراه داشتن سلاح کمربند است. اما ماجرا به مافیای پارتی خلاصه نمی‌شود: «اغلب بادیگاردهایی که برای چهره‌های

پلیس معتقد است بسیاری از این فروشگاه‌های مجازی، فروش واقعی ندارند و تنها به قصد کلاهبرداری ساخته شده‌اند، اما وقتی به آمار ۲۵ هزار نفری دنبال کنندگان و طول مدت فعالیت یکی از این کانال‌ها دقت می‌کنیم، متوجه می‌شویم، فعالیت اکثر این صفحات نه تنها غیرواقعی نیست، بلکه رضایت مشتری را از جهت سرعت در تحویل و سلامت سلاح به همراه داشته است. از سویی، سلاح‌هایی که در بعضی کانال‌ها پشت نام «ابزار شکار»، تبلیغ و عرضه می‌شوند غالباً نه اسلحه شکار در دشت، بلکه سلاح کشتار در خیابان هستند، سلاح‌هایی که گاهی اوقات برای سرقت مسلحانه، ترور، ارباب و تهدید قابل استفاده‌اند.

برای آشنایی با ساز و کار این کسب و کار پر رونق، سراغ بازار رسمی فروش سلاح و

می تراود مهتاب  
می درخشد شبتاب  
نیست یکدم شکند خواب به چشم کس ولیک  
غم این خفته چند  
خواب در چشم ترم می شکند.  
نگران با من استاده سحر  
صبح می خواهد از من  
کز مبارک دم او آورم این قوم به جان باخته را بلکه خبر  
در جگر لیکن خاری  
از ره این سفرم می شکند.  
نازک آرای تن ساق گلی  
که به جانش کیشتم  
و به جان دادمش آب  
ای دریغا! به برم می شکند.



دست ها می سایم  
تا دری بگشایم  
بر عبث می پایم  
که به در کس آید  
در و دیوار به هم ریخته شان  
بر سرم می شکند.  
می تراود مهتاب  
می درخشد شبتاب  
مانده پای آبله از راه دراز  
بر دم دهکده مردی تنها  
کوله بارش بر دوش  
دست او بر در، می گوید با خود:  
غم این خفته چند  
خواب در چشم ترم می شکند.

نیما یوشیج

دل با صفای کهنگی زخم، خو گرفت  
درس امان، ز قسه سنگ و سبو گرفت  
آن دست های خشم که همزاد کینه بود  
خنجر شکست و خط امان از عدو گرفت  
آن سیل رهگشا که سکوت و سکون نداشت  
گندابه را پناه پذیرفت و بو گرفت  
سر در سکوت بتکده های طلا نهاد  
پی از طلب کشید و دل از جستجو گرفت  
آن زهد گریه وار، نگه کن که در نماز  
ار آبروی ریخته خود، وضو گرفت  
سنگ هراس، روشنی آب را شکست  
شب در رسید و روزن هر آرزو گرفت

سیاوش مطهری

مرا هزار امید است و هر هزار تویی  
شروع شادی و پایان انتظار تویی  
بهارها که ز عمرم گذشت و بی تو گذشت،  
چه بود غیر خزانها اگر بهار تویی؟  
دلم ز هر چه به غیر از تو بود خالی ماند  
در این سرا تو بمان، ای که ماندگار تویی  
شهاب زودگذر، لحظه های بوالهوسی ست،  
ستاره ای که بخندد به شام تار تویی  
جهانیان همه گر تشنگان خون منند  
چه باک زان همه دشمن؟ که دوست دار تویی  
دلم صراحی لبریز آرزومندی ست  
مرا هزار امید است و هر هزار تویی

سیمین بهبهانی

مُحتسب، مستی به ره دید و گریبانش گرفت  
مست گفت: ای دوست، این پیراهن است، افسار نیست  
گفت: مستی، زان سبب افتان و خیزان می روی  
گفت: جرم راه رفتن نیست، ره هموار نیست  
گفت: می باید تو را تا خانه قاضی برم  
گفت: رو صبح آی، قاضی نیمه شب بیدار نیست  
گفت: نزدیک است والی را سرا، آنجا شویم  
گفت: والی از کجا در خانه خمار نیست؟  
گفت: تا داروغه را گوئیم، در مسجد بخواب  
گفت: مسجد خوابگاه مردم بدکار نیست  
گفت: دیناری بده پنهان و خود را وارهان  
گفت: کار شرع، کار درهم و دینار نیست  
گفت: از بهر غرامت جامه ات بیرون کنم  
گفت: پوسیدست، جز نقشی ز بود و تار نیست  
گفت: آگه نیستی کز سر در افتادت کلاه  
گفت: در سر عقل باید، بی کلاهی عار نیست  
گفت: می بسیار خوردی، زان چنین بیخود شدی  
گفت: ای بیهوده گو، حرف کم و بسیار نیست  
گفت: باید حد زند هشیار مردم، مست را  
گفت: هشیاری بیار، اینجا کسی هشیار نیست

پروین اعتصامی

باز کن پنجره ها را، که نسیم  
روز میلاد افاقی ها را  
جشن می گیرد  
و بهار  
روی هر شاخه، کنار هر برگ  
شمع روشن کرده ست  
همه چلچله ها برگشتند  
و طراوت را فریاد زدند  
کوچه یکپارچه آواز شده ست  
و درخت گیلاس  
هدیه جشن افاقی ها را  
گل به دامن کرده ست  
باز کن پنجره ها را، ای دوست  
هیچ یادت هست  
که زمین را عطشی وحشی سوخت؟  
برگ ها پژمردند؟  
تشنگی با جگر خاک چه کرد؟  
هیچ یادت هست؟  
توی تاریکی شب های بلند  
سلیی سرما با تاک چه کرد؟  
با سرو سینه گل های سپید  
نیمه شب باد غضبناک چه کرد؟  
هیچ یادت هست؟  
حالیا معجزه باران را باور کن  
و سخاوت را در چشم چمن زار ببین  
و محبت را در روح نسیم  
که در این کوچه تنگ  
با همین دست تهی  
روز میلاد افاقی ها را  
جشن میگیرد!  
خاک جان یافته است  
تو چرا سنگ شدی؟  
تو چرا اینهمه دلتنگ شدی؟  
باز کن پنجره ها را  
و بهاران را  
باور کن.

فریدون مشیری





## ایران ۱۴۰۰، واقعیت علیه دنیای وهم آلوده آیت‌الله خامنه‌ای

علی رنجی‌پور

در سند چشم‌انداز آقای خامنه‌ای قرار بود ایران در اوایل سده ۱۴۰۰ به «اشتغال کامل» برسد. زهی خیال باطل که نه تنها ایران به اشتغال کامل نزدیک نشده بلکه وضعیت به نسبت گذشته وخیم‌تر هم شده است، تنها طی یک سال گذشته یک و نیم میلیون شغل خالص در بازار کار از دست رفته است.

قیمت خرید مسکن به حدی بالا رفته که حال حاضر طول دوره انتظار برای خرید خانه به بیش از یک قرن رسیده است. این در حالی است که ۲۰ سال پیش با احتساب متوسط پسانداز و قیمت مسکن طول دوره انتظار حدود ۱۲ سال بود.

در ایران ۱۴۰۰ خرید خانه که هیچ، اجاره خانه هم در محلات متوسط و حتی پایین شهرهای بزرگ برای طبقه متوسط غیر ممکن شده است. پدیده‌ای که به تشدید بحران حاشیه‌نشینی در ایران منجر شده و جامعه را با تبعات اجتماعی آن درگیر کرده است.

در دنیای ذهنی رهبر جمهوری اسلامی قرار بود جامعه ایران از «عدالت اجتماعی، آزادی‌های مشروع، حفظ کرامت و حقوق انسان‌ها و بهره‌مندی از امنیت اجتماعی و قضایی» برخوردار باشد که نیست.

اقتصادی بر کشور تحمیل شده است. درآمد سرانه ایرانیان طی ۱۰ سال یک پنجم کاهش پیدا کرده است. تنها طی یک سال بیش از یک میلیون و ۵۰۰ هزار نفر به دلیل رکود اقتصادی و کرونا از بازار کار خارج شده‌اند.

حالا ایران نه تنها «جایگاه اول اقتصادی» منطقه را ندارد بلکه در رده‌بندی کشورهای جهان جزو دو، سه کشور انتهایی جدول است که همزمان رکورد تورم را تجربه می‌کنند. پول ملی ایران حالا کم‌ارزش‌ترین پول رایج در سراسر دنیا است. رکورد تورم طی یک دهه چند بار شکسته شده است. قدرت خرید ایرانیان چه به نسبت مردم کشورهای دیگر و چه به نسبت گذشته کاهش محسوسی پیدا کرده است.

سقوط ارزش دستمزد کارگران حتی به نسبت دوره انقلاب و جنگ هم بی‌سابقه است. وضعیت معیشتی کارمندان دولتی هم چندان مطلوب نیست. خبر تجمع اعتراضی بازنشستگان به وضعیتی معیشتی به تناوب در خبرگزاری‌های رسمی منتشر می‌شود. تازه اینها نقل کسانی است که آب‌باریکه‌ای برقرار دارند، وگرنه بحران اشتغال هم در ایران روز به روز جدی‌تر می‌شود.

این نخستین عبارت سند چشم‌انداز ۲۰ ساله جمهوری اسلامی است که در تاریخ ۱۲ آبان ۱۳۸۴ توسط آیت‌الله خامنه‌ای ابلاغ شده است.

در این نقاشی‌ها مردم را هم می‌کشیدند و می‌نوشتند «جامعه ایرانی در افق این

چشم‌انداز چنین ویژگی‌هایی خواهد داشت»: «جامعه‌ای» توسعه یافته... متکی بر اصول اخلاقی و ارزش‌های اسلامی، ملی و انقلابی، با تاکید بر مردم‌سالاری دینی، عدالت اجتماعی، آزادی‌های مشروع، حفظ کرامت و حقوق انسان‌ها و بهره‌مندی



از امنیت اجتماعی و قضایی. برخوردار از دانش پیشرفته... امن، مستقل و مقتدر... برخوردار از سلامت، رفاه، امنیت غذایی، تأمین اجتماعی، فرصت‌های برابر، توزیع مناسب درآمد، نهاد مستحکم خانواده، به دور از فقر، تبعیض و بهره‌مند از محیط زیست مطلوب. فعال، مسئولیت‌پذیر، اینارگر، مؤمن... دست یافته به جایگاه اول اقتصادی، علمی و فناوری در سطح منطقه آسیای جنوب غربی... رشد پرشتاب و مستمر اقتصادی، ارتقاء نسبی سطح درآمد سرانه و رسیدن به اشتغال کامل...»

زهی خیال باطل که ایران جامعه ایرانی در سال ۱۴۰۰ کشوری در آستانه فروپاشی کامل است، جامعه و اقتصادی بحران‌زده که هیچ آینده روشنی در کوتاه مدت برای آن متصور نیست. نرخ فقر به بیشترین حد در تاریخ معاصر رسیده است، چنانکه طبق برآوردهای رسمی خطر فقر، گرسنگی و سوءتغذیه چیزی بیش از ۷۰ درصد جامعه را تهدید می‌کند.

امنیت غذایی به پایین‌ترین حد ممکن رسیده است. غذا به اندازه کافی نیست. سرانه تولید گوشت به پایین‌ترین حد در نیم قرن گذشته رسیده است. روغن در کشور نایاب می‌شود. تأمین غذای دام و طیور تبدیل به مساله بفرنج و بحران پیچیده شده است. مرغ‌داری‌ها نمی‌توانند از پس هزینه‌های تولید مرغ برآیند، هم قیمت مرغ بالا رفته و هم تولید آن کم شده. صف‌های طولانی برای خرید مرغ در سراسر کشور تشکیل می‌شود.

سنگین‌ترین و طولانی‌ترین دوره رکود

۲۰ سال پیش حتی بدبین‌ترین افراد هم تصور نمی‌کردند ایران در آستانه سال ۱۴۰۰ در چنین شرایط بحرانی قرار داشته باشد. سال ۱۳۸۰ هنوز امید زیادی به آینده در جامعه وجود داشت، آینده‌ای که بسیاری امید داشتند با غلبه تدریجی

جامعه بر موانع سیاسی به شرایطی پایدار و با ثبات منتهی شود که نشد.

موانع سیاسی کم که نشدند هیچ، روز به روز بحران جمهوری اسلامی پیچیده و پیچیده‌تر شد. نخستین نشانه‌های ناپایداری و بی‌ثباتی از میانه دهه ۱۳۸۰ آشکار شدند. درست زمانی که آیت‌الله خامنه‌ای خیال کرد با روی کار آوردن محمود احمدی‌نژاد، رئیس‌جمهوری محبوبش، قدرت را در ایران قبضه کرده است. بله قدرت در ایران قبضه شد و کشور در سیاست خارجی و داخلی به همان سمت و سویی رفت که مطلوب رهبر جمهوری اسلامی بود. ماجراجویی در منطقه و شاخ و شانه کشیدن برای جهان از یک سو و مسدود کردن همه روزه‌های حیات سیاسی، اجتماعی و اقتصادی جامعه از سوی دیگر.

درست از میانه دهه ۸۰ بود که در یک فضای موهوم و مالیخولیایی پروژه سقوط ایران در خیابان فلسطین جنوبی تهران کلید خورد. جایی که جاه‌طلبی و ماجراجویی و خیال‌بافی را به هم می‌دوختند. با یک دست سیاست و اقتصاد را یک جا به نام نهادهای نظامی - امنیتی - اقتصادی زیر نظر رهبری می‌زدند و با دست دیگر برای ایران ۱۴۰۰ و ۱۴۰۴ نقشه و چشم‌انداز نقاشی می‌کردند: «در چشم‌انداز بیست‌ساله، ایران کشوری است توسعه یافته با جایگاه اول اقتصادی، علمی و فناوری در سطح منطقه با هویت اسلامی و انقلابی، الهام‌بخش در جهان اسلام و با تعامل سازنده و موثر در روابط بین‌الملل.»

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



## رشد در کودکان طبیعی و در کودکان نابهنجار

اشکبوس طالبی - روان شناس و متخصص کودکان استثنایی و نابهنجار



یافته و یا متوقف می‌شوند اما عوامل تربیتی، آموزشی، اجتماعی و بخصوص فرهنگی نقش عمده‌تری پیدا می‌کنند ولی همیشه و در همه حال رشد کودکان ما متأثر از سه عامل اساسی (زیستی- روانی- اجتماعی) است که تأثیر و تأثر متقابل این سه عامل را در اصطلاح علم امروز اپی ژنتیک می‌گویند.

مسئله دیگر که حایز اهمیت کلینیکی است، این است که بدانیم همیشه و در همه حال رشد جنبه‌های مختلف کودکان هماهنگ نیستند ممکن است در یک جنبه کاملاً فوق عادی در جنبه دیگر کاملاً عادی و در جنبه دیگر با تاخیر و حتی با عقب‌افتادگی همراه باشد. یعنی بخش‌هایی از رشد کودکان حرکتی متعادل و رو به جلو ببینیم و در همان حال در یک بخش یا بخش‌های دیگر، عقب‌گرد مشاهده کنیم.

### چگونه با کودکان برخورد کنیم؟

چند نکته برای معلم یا پدر و مادر و یا مدد کار اجتماعی و یا وکیل حقوقی کودکان لازم است که روشن شوند.

۱- هیچ کودک بد یا بزهکار نداریم. کودکان ممکن است رفتاری را از خود نشان دهند که مقبول خانواده و یا مدرسه و یا اجتماع نباشند و انتظارات بزرگسالان و یا اجتماع را بر آورده نکنند.

۲- هرگونه رفتار غیر عادی کودکان قابلیت اصلاح و بازآموزی دارند مثل شب ادراری، دزدی، دروغ‌گویی و پر خاشگری و غیره.

۳- کودکان هم انعطاف‌پذیرند و هم آسیب‌پذیر و در عین حال سخت شکست‌ناپذیر resilient یعنی در آن واحد هم نرم هستند و شکننده و هم مقاوم و سخت‌جان.

کودکان بیشتر با مشاهده می‌آموزند و نه با منطق و نصیحت. لازم است که به آنها و توانایی‌های آنها اعتماد کنیم تا آنها به ما اعتماد کنند. البته کودکانی که در زندگی ضرایب روحی سنگین trauma را تجربه کرده‌اند، حتماً کمک‌های بالینی و حرفه‌ای مشخصی را از طریق روان‌پزشکان و روان‌شناسان باید بدانها ارائه داده شوند. دنباله مطلب در صفحه ۴۸

خود کم بینی و شرمندگی از خود را بروز دهد و این احساس در فعالیت‌های درسی هم خود را نشان خواهند داد. در چندین مطالعه دراز مدت ۱۰ تا ۱۵ ساله روی کودکان، این نتیجه حاصل شده که این کودکان در دوران دبیرستان و دانشگاه امکان گرایش به بزهکاری و ترک مدرسه و دانشگاه و انجام کارهای ضد اجتماعی را بیشتر نشان داده‌اند.

ب: رشد (development) در کودکان یک پدیده چند وجهی و پیچیده است که بخشی از قوانین تکامل بر آن حکم فرم است. پدیده رشد را می‌توان و باید در جنبه‌های زیرین پی گرفت و از نزدیک مشاهده کرد.

۱- رشد جسمی و عصبی و فیزیکی که اندازه قد، وزن و رشد مغز و سلسله اعصاب و رفلکس‌ها، خواب و غیره مورد مطالعه نزدیک قرار می‌گیرند.

۲- رشد اجتماعی و هویت فردی و هویت جنسی و متعاقب این شناخت، نقش‌های اجتماعی و انتظارات خانواده و همسالان و چگونگی ارتباطات اجتماعی و تعامل با دیگران در این بخش از رشد پیگیری و مشاهده می‌شوند.

۳- رشد عاطفی و احساسات. کودک در هر مرحله از رشد خود احساسات و عواطف جدیدی را می‌آموزد. البته بعضی از این عواطف غریزی و ناآموخته هم هستند مثل گریه و خنده ولی عواطف دیگر تا حد زیادی به تقلید و مشاهده و یادگیری در رابطه هستند مثل ترس مثل اضطراب مثل پر خاشگری.

۴- بخش دیگر رشد به جنبه‌های روانی-هوشی و سخنگویی، تفکر و سایر استعدادها مربوط می‌شوند که هم زمینه‌های ژنتیکی دارند و هم تحت تأثیر محیط خانواده، مدرسه و اجتماع هستند. آنچه که برای والدین و مربیان، مددکاران اجتماعی و حقوقدانان و دیگران که با مسایل کودکان در ارتباط هستند مهم است، این است که بدانند که در مراحل رشد انسان تا ۲۵-۳۰ سالگی، عوامل ژنتیکی و زیستی و ارثی تأثیرات بیشتری بر رشد انسان دارند و از سن ۳۰ سالگی به بعد نقش زیستی و ژنتیکی رشد کاهش

پیش‌دبستانی یا pre-school هم می‌گویند. در این دوره رشد عصبی و مغزی و رشد جسمی بسیار سریع پیش می‌روند و مغز کودک تا ۷۵ درصد رشد خود را به پایان می‌رساند. بزرگترین کشاکش رشد اجتماعی- روانی این دوره رفع تضاد بین خود مختاری و احساس گناه و بی‌کفایتی است. برای گذشتن طبیعی از این مرحله، برای کودک بایستی شرایطی فراهم شود تا بتواند بر احساس گناه خود غلبه کرده و به اعتماد به نفس برای تصمیم‌گیری و ابتکار عمل در محدوده زندگی روزانه خود برسد. حل نشدن این تضاد، کودک را برای ورود طبیعی به دوره‌های بعدی زندگی دچار مشکل می‌کند.

۴- دوران قبل از بلوغ و یا دوره دبستانی که از آغاز ۷ سالگی شروع می‌شود و تا حدود ۱۲ سالگی (دوران بلوغ و نوجوانی) ادامه پیدا می‌کند. لازم به یادآوری است که جریان رشد در دخترها و پسرها کمی متفاوت است و دختران به‌طور متوسط حدود دو سال از پسران جلوتر هستند. بزرگترین گردنه زندگی در این دوران حل یک تضاد اساسی روانی- اجتماعی مختص این دوره زندگی است. حل تضاد بین بدست آوردن مهارت‌های اجتماعی مخصوص این سن در اجتماع هست تا کودک بتواند برای همسالان و معلمان خود مورد پذیرش و قبول واقع شود و اگر این شرایط برای رشد طبیعی فراهم نشود، احتمال دارد که کودک احساس

الف: کودکان ۴ مرحله مختلف را طی می‌کنند تا به نوجوانی (۱۲-۱۸ سالگی) برسند.

۱- رشد در دوران قبل از تولد که خود سه مرحله مشخص را طی می‌کنند. این دوران، بسیار حساس است به خصوص در مرحله جنینی که عوامل مختلف محیطی روی مادر، ممکن است که رشد طبیعی جنین را مختل کند. مثل سیگار، الکل و بیماری‌های عفونی مادر یا استرس‌های زمان بارداری.

۲- مرحله تولد تا دو سالگی که این مرحله را infancy یا دوران نوزادی می‌گویند. مغز کودک هنوز ناتوان است و کنترل چندانی روی رفتار ندارد. رفلکس‌ها به کودک کمک می‌کنند تا خودش را با محیط جدید سازگار کند. حافظه‌ای هنوز شکل نگرفته است. مهمترین مسئله رشد روانی- اجتماعی این دوران دو ساله که در پایه‌ریزی زندگی کودک در بعدها نقش دارد ایجاد bounding یا ایجاد رابطه اعتمادآمیز با مادر و یا جانشین مادر است و اگر کودک نتواند این پیوند اعتمادآمیز یا attachment را با مادر برقرار کند، زمینه‌های عدم اعتماد به بزرگترها شروع می‌شود و در کودک نهادینه می‌گردد که بعدها مشکل است که بر طرف گردند. کودک در این دوره نیاز دارد تا کمی خودکفایی و استقلال را تجربه کند تا از احساس شرم و بی‌کفایتی دور شود.

۳- دوران کودکی از آغاز ۳ سالگی تا ۶ سالگی که معمولاً این دوره را دوره







پرسش‌های آخری، یعنی آنهایی که به نحوه خودکشی مربوط می‌شوند، و این احتمال واقع‌بینانه که این کار به مرگ بینجامد، و نیز وجود طرحی مشخص و قصد اقدام بر طبق آن، مهم‌ترین اطلاعات را به دست می‌دهند. بین احتمال خودکشی این دو نفر تفاوت بسیار زیادی وجود

دارد: اول، کسی که می‌خواهد این کار را با اسلحه گرمی که در اختیار دارد انجام دهد و حتی می‌گوید: «در یک روز تعطیل که مادرم بیرون از خانه است این کار را می‌کنم تا اولین کسی نباشد که با جسد من روبه‌رو می‌شود.» و دوم، کسی که می‌گوید: «گاهی فکر می‌کنم که اگر من بمیرم خیلی‌ها راحت می‌شوند اما نمی‌دانم چطور باید این کار را بکنم. شاید خودم را جلوی یک تریلی بیندازم یا در اتوبان با ماشینم بکوبم به بقیه ماشین‌ها.» البته شنیدن هر دو مورد دردناک است اما احتمال اینکه مورد اول به خودکشی بینجامد، بسیار بیشتر است. اصلاً لازم نیست که درمانگر ماهری باشید تا زندگی یک نفر را نجات دهید. خواسته واقعی اکثر بیماران متمایل به خودکشی این است که بدون داوری، ترس‌ها و احساسات خود را با دیگران در میان بگذارند. ممکن است که بعضی از آنها فقط بخواهند رازها و ترس‌ها و خیالات خطرناک خود را مطرح کنند تا ببینند آیا دیگران آنها را از این کار بازمی‌دارند یا نه، تا بفهمند آیا واقعاً آن‌قدر که خودشان حس می‌کنند مایوس هستند یا خیر.

### چه باید کرد؟

چرخه احساس گناه و شرمساری را قطع کنید. مهم‌ترین بخش فرایند جلوگیری از خودکشی، تشویق و ترغیب به گفتگوی باز و آزاد است. بارها و بارها شنیده‌ام که والدین خیرخواه و پرمهر، جوانان عزیز خود را که به افسردگی و میل به خودکشی گرفتار شده‌اند، به سکوت فرامی‌خوانند:

مادر، در حالی که آهسته و مشفقانه با دست به پشت دختر خود می‌زند، می‌گوید: «یک وقت به مادر بزرگ نگویی‌ها.» پدر می‌گوید: «فکر نمی‌کنم که لازم باشد به دوستانت بگویی، هر چه باشد نمی‌خواهی چنین فکر اشتباهی را به آنها هم تلقین کنی.» مادری به من گفت: «ما تصمیم گرفته‌ایم که قضیه را با مسئولان دبیرستان مطرح نکنیم»، موضعی که اغلب پیش از پایان دوره معالجه اتخاذ می‌شود. «ما نمی‌خواهیم این موضوع روی ورود او

## چگونه با دوستی که قصد خودکشی دارد صحبت کنیم!

لیندسی وایزمر - برگردان: افشین احسانی

هدف از این مقاله این است که به مردم عادی کمک کند که وقتی عزیزان و دوستانشان گرفتار افسردگی مزمن می‌شوند و به فکر خودکشی می‌افتند، پیش از آن که از کمک تخصصی بهره‌مند شوند، و حتی در طول مداوا، به حرف‌های آن‌ها گوش دهند و از آن‌ها حمایت کنند. کسانی را که فکر می‌کنید به کمک نیاز دارند دریابید. در بدترین حالت، محبت و مساعدت شما را نمی‌پذیرند، و در بهترین حالت با شنیدن صحبت‌های شما کمتر احساس تنهایی می‌کنند. صحبت شما ممکن است همان چیزی باشد که شخص مبتلا نیاز دارد تا بتواند یک روز دیگر زنده بماند.

وضعیتی اشتباه کند. هیچکس حاضر نیست به سبب بی‌احتیاطی شاهد خیر مرگ جوانی در روزنامه صبح روز بعد باشد. اگر یکی از دوستان یا عزیزان شما در فکر خودکشی باشد، چطور باید در این باره از او پرس‌وجو کنید؟ معلمان دبیرستان و استادان دانشگاه چگونه باید با چنین کسی رفتار کنند؟ وقتی بیماری با علائم افسردگی و اضطراب به من مراجعه می‌کند، همیشه در پایان جلسه اول، گفتگوی رسمی را کنار می‌گذارم و با توجه به جزئیات، درباره امکان خودکشی از او سؤال می‌کنم. اجازه می‌دهم که کلماتی بر زبانش جاری شود که او از شنیدنشان وحشت دارد زیرا من از ادای آن‌ها ترسی ندارم.

وقتی نوجوان بودم، هیچ یک از افراد خانواده، جرات نداشت درباره افسردگی و خیال خودکشی مادرم با دیگران صحبت کند. تلاش‌های او برای خودکشی و اعزامش به بیمارستان تا مدت زیادی مخفی نگاه داشته می‌شد. هنگامی که به قدر کافی بزرگ شدم، فهمیدم که سال‌ها ظلم بی‌سروصدای او مرا به سکوت واداشته است و دانستم که خشم و خصومت و دمدمی مزاجی‌اش همه ما را از بستگان و دوستانی که می‌توانستند به یاری خودش و بقیه بشتابند، جدا کرده است. درک این موضوع دهان مرا، به عنوان یک فرد بالغ، باز کرد و مصمم شدم که در جامه یک پزشک بالینی، صادقانه و علنی سخن بگویم: «به نظر می‌رسد که خیلی می‌ترسی. آیا تا به حال به فکر آزار خودت یا گرفتن جان خودت افتاده‌ای؟» اگر کوچک‌ترین نشانی از موافقت در پاسخ بیمار باشد، مسئله را بیشتر می‌کاوم: «می‌دانم که تازه با هم آشنا شده‌ایم و باید برایت خیلی سخت باشد که درباره این موضوع حرف بزنی. میان افکار و اعمال فرق زیادی هست. چقدر به خودکشی فکر می‌کنی؟ آیا تا به حال فکر کرده‌ای که چطور می‌خواهی این کار را انجام دهی؟ آیا تا حالا به روش خاصی که بخواهی مطابق آن عمل کنی فکر کرده‌ای؟»

بتنی از من پرسید: «آیا صحنه درگیری کاپیتان آمریکا با خودش در فیلم «انتقام‌جویان: پایان بازی» را به یاد داری؟» به او اطمینان دادم که «بله، به خاطر دارم.» بعد او، در حالی که موهای بلوند و بلندش را به پشت گوش خود پس می‌زد، اعتراف کرد: «من هم هر شب همان احساس را دارم. انگار برای زنده ماندن دائم با خودم درگیر هستم.»

من در شش ماه گذشته، هفته‌ای دو بار با بتنی هفده ساله دیدار کرده‌ام تا به او کمک کنم که افسردگی‌اش را دریابد و به درستی از پس آن برآید. او موسیقی دانی زیبا، زرتنگ و با استعداد است، با نوعی شوخ‌طبعی که او را به شدت بازمه می‌کند. او نمی‌توانست فکر خودکشی را از خودش دور کند. بتنی هر روز برای زنده ماندن در حال مبارزه با خود بود، وضعیتی که اشاره‌اش به کاپیتان آمریکا به خوبی آن را توصیف می‌کرد. (خوشبختانه من هم طرفدار پروپاقرص این فیلم هستم و این امر فضای مشترک مناسبی برای ما فراهم می‌کرد که در طول معالجات از آن کمک بگیریم.)

در مدت دو سالی که برای بهبودی بتنی تلاش می‌کردم، متوجه شدم که چیزهایی که به او کمک کرده بود زنده بماند و قدمی به جلو بردارد، فقط هدف‌هایی کوچک و زودگذر بودند، چیزهایی محدود و موقت مثل نمایش فیلمی جدید یا اجرای یک برنامه موسیقی، کاری که ماه‌ها وقت صرف آماده‌سازی آن می‌کرد. در طول معالجه، یک بار کار بتنی به بیمارستان کشید، چون روان‌پزشکش از تأثیر دارو ناامید شد و او را برای مشاوره روانی به آنجا فرستاد. او شش ساعت در اتاق مراقبت‌های ویژه تحت نظر قرار گرفت و در این مدت نگران بود که روز بعد در امتحان درس فرانسه‌اش مردود شود چون فرصت نکرده بود که درس بخواند. این امر نشان می‌داد که خطری آتی او را تهدید نمی‌کند. اما البته، هیچ پزشک یا روان‌پزشکی مایل نیست که در چنین

**بصیرت عاطفی را پرورش دهید:** به خاطر داشته باشید که کسی که خودکشی می‌کند در واقع امید خود به بهبود اوضاع را از دست داده است. چنین فردی، مدت‌ها است که شادی و سرورش زائل شده و به جای آن، اندوه و نومیدی و احساس تنهایی نشسته است و این ربطی به این ندارد که چه کسانی در اطرافش هستند و چه مقدار امید و اطمینان به او می‌دهند. شاید او هنگامی که به خودکشی فکر می‌کند، نه نزد دوستانش و نه حتی در حضور درمانگرش دگری از آن به میان نیاورد. تا کنون تعداد اندکی از بیمارانم همان ابتدا به منظور طلب کمک به من گفته‌اند که قصد خودکشی دارند زیرا اعتراف به چنین فکری حتی نزد درمانگر یا دوست، بسیار دشوار و هولناک است. اگر شما از دوست افسرده خود سؤالی نپرسید، ممکن است او هرگز در این باره حرف **دنباله مطلب در صفحه ۵۰** نزند.



کوچکترین کاری نمی تواند انجام دهد، زیرا بزرگترها خواسته اند از هم جدا شوند. تدبیری موثر برای تفهیم این مطلب به بچه، تاکید گذاشتن روی اختلاف یا مرز میان بچه و والدین است. برای این منظور باید برای بچه فرق میان موضوعاتی که فقط مربوط به بزرگترهاست (مثل خرید خانه، تغییر شغل، خرید ماشین، داشتن یک بچه دیگر) و موضوعاتی که مربوط به بچه ها و بزرگترهاست (رفتن به پیک نیک، تعطیلات خانوادگی، داشتن سگ، ملاقات دوستان مدرسه ای، کارهای جزئی منزل) را مشخص کرد. مورد اول، مسائل و تصمیماتی است که به طور مستقیم با کودک ارتباط پیدا نمی کنند و به همین جهت بچه نقش نفوذی مهمی در آن ندارد. مورد دوم، مسائلی است که مربوط به کلیه افراد خانواده بوده، و صحبت ها و پیشنهادهایی است که توسط هر یک از افراد خانواده عنوان می گردد. طلاق، از جمله مسائل مربوط به بزرگترهاست و جزو تصمیماتی است که بچه ها نه کنترلی روی آن، و نه مسئولیتی در قبال آن دارند.

### چگونه پدر و مادرها قطعیت طلاق را به بچه ها توضیح دهند

همان طور که قبلا اشاره شد لازم است پدر و مادر به طور کامل و دقیق اجتناب نپذیر بودن مسئله طلاق را به فرزند خود گوشزد نمایند. در غیر این صورت، او پیوسته آرزوی به هم پیوستن پدر و مادر را در قلب و ذهن خود نگاه می دارد، و این سبب می شود نتواند توجه خود را متمرکز و توانش را صرف سازش با محیط خانوادگی جدید نماید.

در اینجا نکاتی را که والدین لازم است به آن توجه داشته باشند بررسی می کنیم. رعایت این نکات به کودکان کمک می کند تا قطعیت طلاق را مسلم بشمارند.

۱- به طور کاملا واضح به بچه بفهمانید که تصمیم به طلاق قطعی است و او کوچکترین تغییری در تصمیم شما نمی تواند بدهد.

۲- برای کودک توضیح دهید که امکان پیوستن و ازدواج مجدد در آینده به هیچ وجه وجود ندارد.

۳- یادآور شوید که تصمیم طلاق به وسیله والدین گرفته شده و بچه در این مورد

## بچه های طلاق

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

این مشکل، لازم است زن و شوهر باهم بنشینند و مسئله طلاق را برای کودک روشن نمایند. این یکی از راه هایی است که به وسیله آن می توانند به بچه خود بفهمانند که سر رشته زندگی خود را به دست دارند، اما همزمان کوششان بر این است که وسیله رفاه و خوشبختی فرزندان خود را فراهم آورند.

پدر و مادر باید به بچه بفهمانند که تصمیم آنها قطعی و غیرقابل تغییر است و هیچگونه کاری در این زمینه از کودک ساخته نیست. البته بیان چنین واقعیتی بسیار مشکل است و شاید به همین جهت است که والدین از عنوان کردن چنین مطلبی سر باز می زنند. باوجود این، تحقیقات پژوهشگران نشان می دهد، بچه هایی که جریان طلاق به طور کامل و روشن برایشان توضیح داده شده، پس از دو سال توانسته اند به راحتی و بهتر از بچه های دیگر خود را با محیط جدید سازش دهند.

**مشکل مضاعف برای کودکانی که پدر یا مادر، رویای آشتی آنها را تقویت می کنند**

همان طور که قبلا گفته شد، اکثر بچه های هفت ساله سعی دارند به هر نحو که شده از جدایی پدر و مادر جلوگیری کنند و ممکن است سالها بعد از طلاق رویای آشتی را در ذهن خود بیدار و زنده نگاه دارند. این رویای به هم پیوستن برای کودکانی که قبلا موفق بوده اند بین پدر و مادر فاصله ای بیندازند، همیشه قویتر از سایر بچه هاست. اما وضع دیگری وجود دارد که در آن رویای تجدید پیوند به صورت مسئله بزرگی در می آید، بدین سان که در بعضی از خانواده ها تخیل کودک با تلقینات مادر یا پدری که مایل به جدایی نیست، قوت می گیرد. بچه هایی که گرفتار چنین وضعی می شوند، دچار مسائل عاطفی شدید می گردند.

بچه ها به رویای آشتی می چسبند تا ناراحتی های ناشی از طلاق را فراموش کنند. چنانچه پدر یا مادر رویای نامطمئن بچه را تقویت یا از آن پشتیبانی کند، احتمال مبتلا شدن طفل به اختلالات عاطفی و شخصیتی به مراتب بیشتر خواهد شد. این گونه سوء استفاده از بچه برای آنکه کاری انجام دهد که پدر و مادر موفق به انجام آن نشده اند (آشتی)، منجر به بروز دشواری های بزرگتری می شود، که در آن پدر و مادر اغلب از بچه به عنوان وسیله ارتباط با هم استفاده می کنند.

بچه ها مسائلی را عمدا به وجود می آورند بلکه وسیله ای شوند تا پدر و مادر بار دیگر به یکدیگر ببینند. برخی از مسائلی که بچه ها پس از طلاق به وجود می آورند، کوشش هایی پنهانی و پوشیده است تا پدر و مادر را بار دیگر به هم نزدیک سازند. برای مثال، بچه ها گاهی پس از طلاق دست به دزدی یا جنگ و دعوا می زنند یا در امتحان رد می شوند یا بیمار و بستری می گردند. بچه هایی که در محیط خانوادگی غیرمنسجم و ناپایدار بزرگ شده اند به تجربه آموخته اند که پدر و مادر ممکن است حاضر باشند به اتفاق هدف مشترکی را که همان تهذیب اخلاق و رفتار فرزند است، دنبال کنند. با دردرس ایجاد کردن، بچه ها موفق می شوند حتی برای موقت هم شده پدر و مادر را با هم متحد سازند.

وقتی کودک به دردرس می افتد پیمان و اتحاد «بچه-والدین» به پیوند زن و شوهر تبدیل می شود و آن دو به صورت متحد «بچه-والدین» به پیوند، زن و شوهر تبدیل می شود و آن دو به صورت متحد، بار دیگر شروع به فعالیت می کنند. این جریانات در خانواده هایی رخ می دهد که فرزند همواره موفق بوده بین والدین اختلاف بیندازد و رابطه شان را به هم بزند. در این گونه موارد، پدر، مادر و فرزند، به صورت «مثلث» عمل می کنند.

### باید بچه ها را متقاعد کرد که طلاق قطعی است

تقویت رویای به هم پیوستن پدر و مادر برای بچه ها زیان بار بوده، و باید درهم شکسته شود. قبول این باور که والدین بار دیگر با هم ازدواج می کنند انکار واقعیت است و صرفا احساس غم و رنجی را که طلاق به طور اجتناب ناپذیر به هم دارد به طور موقت برطرف می سازد. بیشتر بچه های هفت ساله این رویا را در ذهن می پروراند و چنانچه این خیالبافی ادامه پیدا کند، دیگر نمی توانند واقعیت را بپذیرند که والدین از هم جدا شده اند و در نتیجه سازش پذیری آنها با محیط جدید دشوارتر می شود و با کندی صورت می گیرد.

کودکان با تمسک به رویای تجدید پیوند و تجسم های نادرست می کوشند به قیمت از دست دادن سلامت عاطفی خویش، در خیال روابط والدین خود را بهبود بخشند. به آنها نباید اختیار داده شود رابطه والدین را بازبچه دست خود قرار دهند و بین آنها قرار بگیرند. برای حل

## ماهنامه پژواک

نشریه برگزیده ایرانیان شمال کالیفرنیا

(408) 221-8624







## حقایق شگفت انگیز درباره کلاغ

سولماز مولوی

ظاهر ترسناک کلاغ‌ها همیشه سرآغاز شکل‌گیری افسانه‌های زیادی بوده است. بسیاری از مردم کلاغ‌ها را شوم و سمبل مرگ می‌دانند. شاید حتی شنیدن صدای آنها نیز تاثیر مطلوبی بر شنونده باقی نگذارد، اما ناگفته‌های زیادی درباره آنها وجود دارد. یکی از شاخص‌ترین ویژگی‌های کلاغ‌ها این است که در هر زیستگاهی از مناطق سرد و یخ‌زده گرفته تا کوهستان‌ها، دشت‌ها، مزارع، علفزارها و حتی شهرها می‌توانند زندگی کنند.

**کلاغ‌ها انواع گوناگونی دارند:** زاغ درختی، زاغ کوهی، زاغ خاوری، زاغ فندق شکن، جیجاق زمینی، زاغ حبشی، زاغ شمالی و ده نوع دیگر نشان‌دهنده بزرگی این گونه است. قدمت حضور کلاغ‌ها روی کره زمین به دوره سوم زمین شناسی یعنی حدوداً ۱۷ میلیون سال قبل برمی‌گردد. کلاغ‌ها از خانواده Corvidae یا کلاغ سانان هستند. این خانواده بیشتر از ۱۲۰ گونه دارد که در سراسر جهان به استثنای قطب جنوب پراکنده شده‌اند. با وجود این که ممکن است به نظر خیلی عجیب و غیرمنطقی بیاید، اما باید بدانید مرغ‌های بهشتی یکی از نزدیک‌ترین خویشاوندان کلاغ‌ها هستند.

کلاغ‌ها همه چیزخوار هستند، پیدا کردن غذا شاید یکی از کمترین دغدغه‌های آنها تلقی می‌شود. کلاغ‌ها از خوردن حیوانات مرده و زباله نیز ابایی ندارند. این توانایی را دارند که برای پیدا کردن غذا از ابزارهای به خصوصی استفاده کنند. به عنوان مثال تحقیقات نشان داده که کلاغ‌ها برای خوردن میوه‌هایی نظیر فندق یا گردو که هیچ نوع منفذی برای شکستن ندارند، در وسط خیابان قرار می‌دهند تا ماشین از روی آنها عبور کند و سپس برای خوردن محتویات داخل هسته‌ها مجدداً باز می‌گردند.

این حیوانات آنقدر باهوش هستند که براساس تجربه می‌دانند ماشین‌های سنگین دانه‌ها را له می‌کنند و به همین دلیل ماشین‌های سبک‌تر را انتخاب می‌کنند و دانه‌ها را به زیر چرخ‌های آنها هل می‌دهند، حتی آنها اغلب این کار را زمانی انجام می‌دهند که چراغ راهنمایی سبز رنگ است!

### باهوش‌تر از شامپانزه

بدون تردید کلاغ‌ها یکی از باهوش‌ترین

موجودات روی زمین هستند. واقعیت این است که آنها حتی از طوطی‌ها، جغدها و دیگر پرندگان شکاری هم باهوش‌تر هستند. دانشمندان پس از انجام آزمون‌های مختلف هوش روی سگ‌ها، گربه‌ها، خوک‌ها و کلاغ‌ها متوجه شدند کلاغ‌ها نسبت به سایرین موفق‌تر عمل می‌کنند. در سال ۲۰۰۴ تحقیقات نشان داد که کلاغ‌ها حتی از شامپانزه‌ها نیز باهوش‌تر هستند. مغز کلاغ‌ها نسبت به دیگر گونه‌های پرندگان نسبتاً بزرگ‌تر و تکامل یافته‌تر است.

جالب است بدانید آناتومی مغز کلاغ تا حدودی شبیه مغز انسان‌هاست. زبان کلاغ یک زبان واقعا پیچیده است و هر صدای قار قار معنی متفاوتی دارد. تحقیقات نشان می‌دهد برخی از اصوات آنها هشداردهنده، برخی تقلید صدا از سایر جانداران و برخی هم در ارتباط با وقوع یک اتفاق خاص است.

### خصوصیات شاخص

**قابلیت به خاطر سپردن چهره انسان‌ها:** بار دیگر که از کنار کلاغ‌ها رد شدید، سعی کنید صورت ظاهری آنها را به خاطر بسپارید. آیا واقعا می‌توانید چند دقیقه بعد یک کلاغ را از میان چند کلاغ دیگر تشخیص دهید؟ اما به خاطر داشته باشید که عکس این مورد صادق است. هر یک از کلاغ‌هایی که شما از کنار آنها رد شده اید، بی‌تردید چهره شما را به یاد دارد. محققان دانشگاه سیاتل در یک تحقیق، هفت کلاغ را گرفته و آنها را علامت گذاری کردند. آنها در حین علامت گذاری روی صورت خودشان ماسک‌های ترسناک و عجیب گذاشتند. کلاغ‌ها آزاد شدند، اما بعد از آن هر بار که یکی از اعضای گروه با یکی از ماسک‌های مربوط در صحن دانشگاه ظاهر می‌شد، نه تنها کلاغ‌های علامت‌گذاری شده بلکه سایر کلاغ‌ها با حرکات شیرجه مانند به طرف وی هجوم می‌آوردند. این آزمایش نه تنها نشان داد کلاغ‌ها صورت‌های مختلف را به خاطر می‌سپارند بلکه در عین حال نشان داد که آنها کینه‌ای نیز هستند.

**قابلیت توطئه‌چینی:** آزمایش فوق در عین حال نکته دیگری را هم نشان داد و آن ارتباطات ناشناخته‌ای است که در میان کلاغ‌ها وجود دارد. پرسش اینجاست که سایر کلاغ‌ها که علامت گذاری نشده‌اند، چگونه در حین مشاهده ماسک‌های مربوط از خود عکس‌العمل نشان می‌دهند؟ بدیهی است که سیستم‌های ارتباطی ناشناخته‌ای در میان کلاغ‌ها وجود دارد. یکی از روش‌های برقراری ارتباط، زبان پیچیده میان کلاغ‌هاست. **دنباله مطلب در صفحه ۵۱**

مغز کلاغ‌ها نسبت به دیگر گونه‌های پرندگان نسبتاً بزرگ‌تر و تکامل یافته‌تر است. جالب است بدانید آناتومی مغز کلاغ تا حدودی شبیه مغز انسان‌هاست. زبان کلاغ یک زبان واقعا پیچیده است و هر صدای قار قار معنی متفاوتی دارد. تحقیقات نشان می‌دهد برخی از اصوات آنها هشداردهنده، برخی تقلید صدا از سایر جانداران و برخی هم در ارتباط با وقوع یک اتفاق خاص است.

### کلاغ‌های خطرناک

مردارخواری آنها باعث می‌شود آنها ناقل بیماری هم باشند. به عنوان مثال کلاغ‌ها یکی از عوامل انتشار ویروس نیل غربی به آمریکا در سال ۱۹۹۹ میلادی هستند. این ویروس که پس از دو تا ۱۵ روز علائم اولیه‌اش بروز می‌کند، تقریباً در ۸۰ درصد مواقع عوارض بالینی قابل تشخیصی ندارد، اما می‌تواند باعث بروز یک بیماری کشنده عصبی در انسان‌ها شود. سال ۲۰۰۵ تحقیقاتی توسط دانشمندان آلمانی انجام شد که نشان داد با وجود همه این موارد میزان مواد سمی موجود در گوشت کلاغ باز هم نسبت به گوشت خوک کمتر است. کلاغ‌ها خیلی اجتماعی هستند. در اسکاتلند یک کلونی از جمعیت کلاغ‌ها به ثبت رسیده که در آن بالغ بر ۶۵ هزار کلاغ حضور داشته‌اند. کوچک‌ترین کلاهی که در دنیا وجود دارد، زاغ کبود کوتوله مکزیکی است. نام علمی این پرنده (Aphelocoma nana) است و تنها ۴۰ گرم وزن و ۲۱،۵ سانتی‌متر طول دارد. بزرگ‌ترین کلاغ‌ها در دنیا نیز غراب یا کلاغ سیاه معمولی (Corvuscorax) و کلاغ نوک کلفت (Crvuscassirostris)

### سلام خدمت هموطنان عزیزم،

من هما ایرج پناه نماینده سه پناهگاه سگ‌های بی پناه بومی در ایران در شهر مشهد، ساری و کرمان عزیزان هستم و در کنار کمک‌هایی که برای واکنس عقیم سازی غذا رسانی و درمان و محافظت از کشتار بی‌رحمانه به دست شهرداری‌های مناطق مختلف انجام میدیم، سگ‌های بومی سالم و یا معلولی که دست یا پای خود را از دست داده‌اند و یا سگ‌های کوچک که امداد شده ولی برای نگهداری در داخل یک مجموعه پناهگاه در ایران مناسب نیستند را با پیدا کردن خانواده‌های آمریکایی به کالیفرنیا آورده و از آنجا با همکاری دو دوست عزیزم در فرودگاه لوس آنجلس یا سان فرانسیسکو تحویل گرفته و توسط Pet Van به سیاتل برای من میفرستند.

در این امر مهم و خیر به کمک مسافرانی که از ایران عازم آمریکا، خصوصاً کالیفرنیا هستند به شدت نیازمندم. هیچگونه زحمت و هزینه‌ای برای مسافر محترم در بر نداشته و تمام کارها در ایران توسط تیم پناهگاه صورت گرفته و هزینه نیز در هنگام پرواز در فرودگاه توسط تیم خودمان پرداخت می‌شود. تنها کمکی که از مسافر محترم خواهش می‌کنیم، دادن کیبی بلیط خود که بتوانم رزرو آوردن سگ را روی بلیط شان انجام دهیم و یک هفته به پرواز کیبی پاسپورت ایرانی مسافر که بتوانیم از اداره دامپزشکی گواهی سلامت و خروج را برای سگ بگیریم که ربطی هم به بار مسافر و تعداد چمدان‌هایشان ندارد. نه هزینه، نه زحمت و نه مشکلی برای مسافر هست به جز یک امر حیوان‌دوستانه و خیر که یک یا دو سگ بینوا که در ایران هیچ شانس زندگی کردن ندارند، از یک زندگی که حق هر حیوانی هست بهره مند شوند. با سپاس و درود به همه حیوان‌دوستان، هما ایرج پناه

۰۸۴۰-۰۳۵۳(۲۵۳)

اگر مایل بودید می‌توانید در واتس آپ و یا تلگرام با من همراه باشید.

ناصرالدین شاه سالی یک بار آتش نذری می پخت و خودش در مراسم پختن آتش حضور می یافت تا ثواب ببرد. رجال مملکت هم برای تهیه آتش جمع می شدند و هر یک کاری انجام می دادند. خلاصه هر کس برای تملق و تقرب پیش ناصرالدین شاه مشغول کاری بود. خود شاه هم بالای ایوان می نشست و قلیان می کشید و از بالا نظاره گر کارها بود.

سر آشپزباشی ناصرالدین شاه در پایان کار دستور می داد به در خانه هر یک از رجال کاسه آشی فرستاده می شد و او می بایست کاسه آن را از اشرفی پر کند و به



دربار پس بفرستد. کسانی را که خیلی می خواستند تحویل بگیرند روی آتش آنها روغن بیشتری می ریختند.

پرواضح است آنکه کاسه کوچکی از دربار برایش فرستاده می شد کمتر ضرر می کرد و آن که مثلا یک قدح بزرگ آتش که یک وجب روغن رویش ریخته شده دریافت می کرد حسابی بدبخت می شد.

به همین دلیل در طول سال اگر آشپزباشی با یکی از اعیان یا وزرا دعوایش می شد به او می گفت: بسیار خب بهت حالی می کنم دنیا دست کیه! آشی برایت پیزم که یک وجب روغن رویش باشد.

**تا نظر شما چه باشد!**  
نامه ها و شعرهای رسیده به دفتر ماهنامه پژواک

## نوروز سورتال

از سر انگشتانم رنگ طلائی می چکد. جاری می شود و با سنگ های فیروزه مخلوط می شود و در انحنای کمر دختر قاجار می نشیند و از چین های دامانش سر می خورد به پایین.



دختر قاجار از قاب دست دراز می کند و سیب درون هفت سین را برمی دارد، به آن گاز می زند و لب هایش سرخ می شود. از قاب بیرون می آید و در باغ می دود. همه جا پر از شکوفه های گیلاس است. گویا زودتر به پیشواز بهار آمده است. قهقهه سر میدهد و چیزی زمزمه می کند. بوی دود می آید نه بوی عود، نه بوی اسفند است.

می خندد و چشم در چشم من می گوید: سال بلا رفت، سال سلامتیست، نوروز مبارک.

لعیا عرفانی  
۱ مارس بامداد

راز آن چشم سیه گوشه چشمی دگرم کن  
بی خودتر از اینم کن و از خود به درم کن  
یک جرعه چشاندی به من از عشقت و مستم  
یک جرعه ی دیگر بچشان، مست ترم کن  
شوق سفرم هست در اقصای وجودت  
لب تر کن و یک بوسه جواز سفرم کن  
افیون زده ی رنجم و تلخ است مذاقم  
با بوسه ای از آن لب شیرین شکرم کن  
پرهیز به دور افکن و سد بشکن و آن گاه  
تالذت آغوش بدانی، خبرم کن  
حسین منزوی

## 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

## خدمات مهاجرتی لونا

منا موسوی



**310.310.1291**

نیازهای مهاجرتی از فیل تکمیل، ارسال و پیگیری

درخواست گرین کارت برای افراد خانواده، ویزای نامزدی  
درخواست شهروندی آمریکا (سیتیزن شپ)  
تمدید گرین کارت

خدمات ثبت و احوال ایران و تنظیم وکالت نامه  
برای هموطنان مقیم آمریکا بدون حضور در واشنگتن



INSTAGRAM: LOONA\_IMMIGRATION\_SERVICES



## ادامه مطلب مهری، زنی با... از صفحه ۱۵

طور با وجودش در زندگی ام، چشم‌هایم را به روی خودم، احساسات و گرایشم باز کرد و مرا از ترسی که ممکن بود دچارش شوم، نجات داد.

بالاخره سه سال پیش بی مقدمه تصمیم گرفت باز از ایران برود. با شناختی که از او داشتم، می‌دانستم اگر هم برود، باز برمی‌گردد. آن روزها داشتم با دوست دخترم آشنا می‌شدم. صدایش را هنوز یادم است که از فرودگاه، قبل از سوار شدن به هواپیما گفت: «نهال! من رفتم!» رفت ولی ارتباط مان بیشتر شد. قلب مهربانش برایم خواهری می‌کرد. خواهری بزرگ تر، دلسوزتر، وظیفه‌شناس‌تر و از همه مهمتر، خواهری که هرگز نداشت. مهری جای دیگری را نشان کرده بود و می‌گفت: «آدم که می‌خواهد با زنش زندگی کند، باید برود یک گوشه زیبای دنیا.»

بالاخره مهری و نسیم جشن کوچکی گرفتند. نسیم هم رفت. زندگی داشت روزهای خوشش را نشان آنها می‌داد. یک روز گرم، سرکار بودم که دوست‌دخترم پیام داد قلب مهری احتیاج به عمل دارد. روزهای پراسترس ما با بدترین خبر ممکن تمام شد. پیغام نسیم کوتاه بود: «مهری مهربانم، قلب مهربانش اجازه نداد با ما بماند.»

پیام آخر را تا امروز بارها خوانده‌ام. من هیچ‌وقت آن طور که باید، دوست خوبی برایش نبودم اما او کسی بود که راه را نشانم داد.

این‌ها را تنها برای این که خاطر مهری را زنده کنم، نمی‌نویسم. مهری می‌تواند هر کدام از ما باشد که مهرش را در کلام و رفتارش بریزد تا در هراس از خودش گم نشود. مهری زنی با قلبی در دست، می‌تواند هر کدام از ما باشد.

من حسم را همان موقع کشف کردم هرچند غریزی و ندانسته. اما او دو سال بعد با کسی ازدواج کرد که اصلاً دوستش نداشت و فکر می‌کرد قانون زندگی این است.» هر بار به این جا می‌رسید، نفس عمیقی می‌کشید.

وقتی به خانهاش رفتیم و میزان مصرف مشروبات الکلی او را دیدم، فهمیدم که ما هیچ وقت وارد رابطه‌ای نخواهیم شد. می‌گفت خوش اخلاقش می‌کند و بعد هم از ته دل می‌خندید. این شاید ارمغان سال‌ها زندگی خارج از ایران و تنهایی این اواخرش بود. با نگاه کردن به آداب زندگی او و نشستن پای حرف‌ها، خاطرات و نظراتش، چیزهای مهمی دستم آمد، به ویژه چیزهایی را که با جست و جویهای اینترنتی امکان فهمیدنشان را نداشتیم. همان شب دست پُر به شهر دانشجویی خود برگشتم.

ساعت‌ها با هم صحبت می‌کردیم، در مورد همه چیز و همه کس. تنها بود و نیاز به صحبت کردن داشت تا آرام شود. ارتباط مان با گرفتاری‌های روزمره کم رنگ و پررنگ شد اما هرگز گسسته نشد. یک روز برایم نوشت: «نهال! پیداش کردم.»

سریع با او تماس گرفتم. خوشحالیم حد و حصر نداشت. کسی پیدا شده بود و مهری مهربان مرا در دلش پذیرا شده بود. بعد از آن همه گپ و گفت و بعد از این که وارد رابطه شد، با هم راحت‌تر شده بودیم. دوستی ما از آن صمیمیت‌هایی بود که خیلی سخت به دست می‌آید. گرفتاری‌هایش تمامی نداشتند. چندسالی همدیگر را ندیدیم اما پیام‌های پرمهرش همیشه در گوشه وفیس‌بوکم بود. از این که داشتمش خوشحال بودم اما هیچ وقت این فرصت را نیافتم که به او بگویم که چه

## ادامه مطلب هفت روش برای... از صفحه ۲۹

اگر شما فردی هستید که غرق در افکار مسموم و منفی هستید و مدام خود را سرزنش می‌کنید، به هر جایی که بروید افکار منفی را پخش می‌کنید. از طرفی اگر تصمیم بگیرید که احساس بهتری نسبت به خود داشته باشید، اینکه به طور منظم ورزش کنید یا بازی خود را ارتقا دهید، شما تغییری را در نحوه درک‌تان از جهان و رویکردتان نسبت به زندگی تجربه خواهید کرد. ورزش منظم، هورمون اندورفین را در بدن پخش می‌کند که باعث بالا بردن روحیه‌تان می‌شود.

**در موقعیت‌های مختلف به دنبال مثبت‌ها باشید:** در هر موقعیتی که قرار می‌گیرید هرچند همیشه آسان هم نیست، به دنبال عوامل امیدوارکننده باشید. زمانی که در هر شرایطی مصرانه در جستجوی خوبی‌ها هستید، موقعیت را بهتر مدیریت خواهید کرد.

به دنبال نتایج مثبت بودن در یک وضعیت منفی به عنوان مکانیسمی دفاعی عمل می‌کند تا شما لحظات سخت زندگی‌تان را کنترل کنید.

**اهداف‌تان را روی‌پداری کنید:** هیچ چیز به اندازه خیال‌پردازی در مورد اهداف‌تان انگیزه‌بخش نیست. مشخص بودن اهداف به شما انگیزه می‌دهد تا برایش تلاش کنید. وقتی که اهداف‌تان را تصویرسازی می‌کنید برای رسیدن به آن‌ها سخت‌کوش‌تر می‌شوید.

**سخن پایانی**

مثبت اندیشی، داشتن نگرش و روحیه مثبت سبب می‌شوند که انرژی‌های مثبت را به سمت خود جذب کنید. به این شیوه می‌توانید سبب اتفاقات خوب در اطراف خود و همچنین مانع اتفاقات منفی و بد گردید. سرنوشت خودتان را در دست بگیرید و زندگی‌تان را قدرتمندانه بسازید.

برای بسیاری از افراد این‌ها آهنگ‌هایی هستند که با آن‌ها بزرگ شده‌اند. نوستالژی، راهی برای ایجاد احساس شادی بیشتر است. بنابراین ایده خوبی است که لیست موسیقی‌های خود را از آهنگ‌های قدیمی و خاطره‌انگیز پر کنید.

**با دیگران به گونه‌ای رفتار کنید که دوست دارید با شما رفتار شود:** برای اینکه از بدرفتاری مردم با خودتان خودداری کنید، بهترین راه این است که شما با آن‌ها خوب رفتار کنید. بدخلق کردن ضرورتی ندارد. اگر شیوه مسالمت‌آمیزی برای حل و فصل تناقضات وجود دارد چرا این کار را انجام ندهید. ناراحت شدن بیش از اندازه برای مسائل کوچک، عصبانیت و غم را برای شما باقی می‌گذارد. اکثر این مبارزه کردن‌ها ارزشی ندارد. یک بحث و گفتگو زمانی ارزش دارد که به نتیجه مثبتی ختم شود. اگر با دوست یا همکاران وارد درگیری می‌شوید، اجازه ندهید این درگیری بر سایر بخش‌های زندگی شما تاثیر بگذارد.

**پذیرید که همه چیز قابل کنترل نیست:** اضطراب بیش از حد ناشی از شرایطی است که ما کنترل آن‌ها را نداریم. در زندگی، شما همیشه با موقعیت‌هایی مواجه خواهید شد که در آن احساس ناراحتی می‌کنید. اگر می‌دانید اکنون نمی‌توانید وضعیت را بهبود ببخشید، وقت آن است که آن را بپذیرید و برای پیشبرد کار تلاش کنید.

**به خودتان افتخار کنید:** وقتی احساس خوبی نسبت به خودتان داشته باشید، دیدگاه‌تان نسبت به جهان نیز تغییر خواهد کرد. صرفاً با داشتن احساس خوب نسبت به خود اتفاق خاصی رخ نمی‌دهد، شما باید آگاهانه شخصیت و توانایی‌هایتان را به خود یادآوری کنید.

**انجمن سخن شمال کالیفرنیا**

کلاس شرح غزل‌های حافظ در ZOOM

توسط مسعود سپند

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

کُد ورود به کلاس در ZOOM

۸۲۲۸۷۶۹۵۵۹۰

**گروه همایش دوستان**

هر چهارشنبه از ساعت ۷ عصر الی ۹:۳۰

در ZOOM با برنامه‌های متنوع

اطلاعات برای وارد شدن به ZOOM

Code: 549 728 773 \* Password: 405 756

(408) 221-8624

## ادامه مطلب از توافق ۲۵... از صفحه ۲

♦ محمود احمدی نژاد، رئیس جمهوری سابق ایران، ۷ تیر ۹۹ گفت: «در حال مذاکره هستند و می‌خواهند یک قرارداد جدید ۲۵ ساله با یک کشور خارجی منعقد کنند و هیچکس هم خبر ندارد. مگر شما مالک کشور هستید که بدون اطلاع ملت و از کیسه ملت به دیگران می‌بخشید؟»

♦ سه هفته پس از آن، یعنی ۲۷ تیر ۹۹، محمود احمدی بیغش، نماینده وقت مجلس، در مصاحبه‌ای گفت دادن اختیار تام جزایر ایرانی به چینی‌ها صحت دارد. بلافاصله پس از آن، وزارت خارجه جمهوری اسلامی سخنان این نماینده را تکذیب کرد. به دنبال آن، بیغش ناچار شد با انتشار ویدئویی حرف‌های قبلی خودش را «کذب محض» بخواند.

## گاه‌نگاری آنچه در این پنج سال گذشت

نخستین بار که موضوع «روابط استراتژیک ۲۵ ساله» بین ایران و چین به صورت عمومی مطرح شد حدود پنج سال پیش بود. شی جین‌پینگ، رئیس جمهوری چین، در سفر به تهران سوم بهمن ۱۳۹۴ با علی خامنه‌ای دیدار کرد و دو طرف به موضوع همکاری راهبردی ۲۵ ساله اشاره کردند.

پس از آن رویدادهای دیگری رخ داد که از بین آنها این موارد شایان ذکر است.

♦ علی لاریجانی، رئیس وقت مجلس شورای اسلامی، اول اسفند ۹۷ با سفر به پکن، با رئیس جمهوری چین دیدار کرد. ♦ لاریجانی مرداد ۹۸ در دیدار با یک مقام چینی در تهران گفت در سفرش به پکن، رئیس جمهور چین بر تدوین برنامه ۲۵ ساله تأکید کرد و ایران این برنامه را «از منظر خود تدوین کرده و برای تبدیل این برنامه به سند راهبردی مشترک باید با طرف چینی مذاکره کنیم».

♦ ظاهراً ایران پیش‌نویس مد نظر خود را یک ماه بعد، شهریور ۹۸، به پکن ارائه داد و پکن نیز آخرین نظرات خود را فروردین ۹۹ به ایران ابلاغ کرد. سرانجام هیات دولت ایران اول تیر ۹۹ این سند را تأیید کرد.

اکنون این سند در تهران به امضای وزیران خارجه دو طرف رسیده است. در تمامی این مراحل هیچ مقام جمهوری اسلامی حاضر نشد توضیحی درباره این توافق (بجز انکار و تکذیب یا کلی‌گویی) به ایرانیان بدهد. محمدجواد ظریف حتی حاضر شد برای چینی‌ها درباره این توافق بنویسد اما ایرانیان از توضیح مشابه محروم بوده‌اند. ظریف حدود یک سال و نیم پیش که رهسپار چین بود، قبل از ورود به پکن مقاله‌ای در نشریه چینی گلوبال تایمز نوشت.

پنهان کاری‌ها تا آنجا بود که خبرگزاری تسنیم چند ماه پیش در تحلیلی نوشت

دوره پنج‌ساله پیشا-توافق بین دو کشور عملاً آغاز شده و امضای قرارداد ده میلیارد دلاری بین بانک مرکزی ایران و موسسه عظیم «سیتیک تراست» چین در همین راستا صورت گرفت.

**فقط یک مهره در صفحه شطرنج چین؟**  
ناظران و تحلیلگران برای توضیح انگیزه‌های ایران و چین برای دستیابی به این توافق دو دیدگاه مختلف را مطرح کرده‌اند: عده‌ای به مواضع علی خامنه‌ای در «نگاه به شرق» و تلاش او برای نزدیکی بیشتر به سوی چین و روسیه اشاره کرده‌اند و برخی دیگر نیز با غیرمهم دانستن انگیزه ایران، به طرح جهانی چین برای نظم نوین مورد نظر خود در قالب برنامه «یک کمربند، یک راه» پرداخته‌اند.

طرفداران دیدگاه دوم در سال‌های اخیر بارها گفته‌اند در این توافق یا در موارد مشابه، موضوع چین است نه ایران.

چین از سال ۲۰۱۳ با تمام قوا به سوی اجرای طرح «یک کمربند، یک راه» می‌رود. این نام اشاره به کمربند «راه ابریشم جدید» و راه «مسیر دریایی راه ابریشم» دارد. بر اساس این طرح بلندپروازانه، چین در زیرساخت‌های اقتصادی بیش از ۶۰ کشور جهان سرمایه‌گذاری می‌کند و هژمونی اقتصادی - نظامی خود را قاطعانه بر این کشورها تثبیت می‌کند.

در سال‌های اخیر شمار بسیار زیادی از استراتژیست‌ها و تحلیلگران با اشاره به اینکه کشورهای طرف قرارداد چین توان اجرای تعهدات خود را نخواهند داشت و تمامی قراردادهای نیز غیرشفاف است، نسبت به تلاش چین برای برپایی استعمار جدید هشدار داده‌اند.

علی لاریجانی و محمدجواد ظریف در سخنان خود درباره توافق بین دو کشور بارها به صورت مبهم به طرح «یک کمربند، یک راه» اشاره کرده‌اند. گام‌های جدی مذاکرات بین دو کشور نیز پس از سال ۹۶ و حضور علی طیب‌نیا، وزیر اقتصاد وقت ایران، در همایش «راه ابریشم جدید» در چین شتاب گرفت.

در این میان محمدحسین ملانک، سفیر سابق ایران در چین، نیز گفته است پیشنهاد همکاری راهبردی ۲۵ ساله ابتدا در سفر شی جین‌پینگ به تهران مطرح شد «اما چون در آن زمان دولت وقت برجام را امضا کرده بود آلترا تاتیوهای دیگری مانند اروپا را داشت و این پیشنهاد انجام نشد». به گفته ملانک، ایران در دوره دونالد ترامپ بار دیگر به فکر این همکاری افتاد و محمدجواد ظریف در سفر به پکن موضوع را به چینی‌ها گفت.

## ادامه مطلب رشد در کودکان... از صفحه ۴۲

و تکیه روی رفتار مثبت آنها کمک کننده خواهند بود.

♦ کودکان آتستییک که تا حد زیادی به اختلالات کارکرد مغز مربوط می‌شود و زمینه‌های ارثی قوی هم دارند. آتستییک‌ها متنوع هستند وجه مشترک آنها در عدم توانایی ارتباطات اجتماعی و تکرار یک رفتار مشخص است. رفتار غیرعادی آنها توی چشم می‌زند. بعضی‌هایشان استعدادهای عجیبی در نقاشی و هنر و کامپیوتر دارند و در کارهای فردی بازدهی بیشتری دارند. نوع پیشرفته آنها کلاس‌های مخصوص و استثنایی طلب می‌کنند و احتیاج به دارو دارند تا کارکرد مغز را متعادل‌تر کند.

♦ کودکان آسیب‌دیده که معمولاً کتک‌خورده‌ها، تحقیر شده‌ها، طرد شده‌ها، آزاردیده‌های جسمی و جنسی و حتی کودکان ناخواسته را شامل می‌شوند. این کودکان به بازپروری درازمدت در مراکز درمانی و آموزشی همراه با دارودرمانی و روان‌درمانی احتیاج دارند و گرنه به سایکوپات و شکنجه‌گر تبدیل خواهند شد و به جامعه آسیب‌های فراوان خواهند زد.

♦ گروه کودکان بیش فعال و پر تحرک؛ این کودکان به سختی جایی بند می‌شوند و به سختی کاری را تمام می‌کنند. بسیار زودانگیخت و کم‌حوصله هستند. تمرکز حواس ندارند و نمی‌توانند در کلاس درس روی یک مطلب توجه کنند. احتیاج به دارو دارند تا کارکرد مغز آنها را متعادل کند. معلم‌ها امکان حرکت بیشتر برای این کودکان فراهم می‌کنند تا انرژی خود را تخلیه کنند. خیلی اشتباه می‌کنند و خیلی هم مورد سرزنش واقع می‌شوند. این کودکان اول عمل می‌کنند و بعد فکر می‌کنند و زود هم ناراحت می‌شوند و ممکن است به گریه روی آورند.

۴- بیشترین کمک به کودکان، گوش کردن به آنهاست و نه قضاوت کردن و برچسب زدن به آنها. هر معلم یا هر والد یا هر مددکار اجتماعی، می‌تواند نقش یک روان‌درمانگر را داشته باشد در جهت درک کودک و کاهش اضطراب و تقویت اعتماد بنفس کودک و این کار عملی نخواهد بود مگر این که نقاط مثبت کودک را بشناسند و آنها را عمده کنند و نقاط منفی را کمتر عمده کرده ولی با برنامه در جهت حل مشکل برنامه‌ریزی کنند و لازم است که خود کودک در این برنامه‌ریزی دخالت داشته باشد.

۵- کودکان از نظر رفتارهای ناپه‌نچار به چندین گروه تقسیم می‌شوند که هر کدام تشخیص افتراقی و درمان‌های خاص خودشان را دارند. در اینجا به چندین گروه از کودکان که رفتارهای ناپه‌نچار از خود نشان می‌دهند فقط اشاره می‌کنیم که به هر گروه جدا جدا لازم است پرداخته شوند.

♦ گروه کودکان ضد اجتماعی، که قوانین و نرم‌های خانواده و اجتماع را به هیچ می‌گیرند و در شکستن این قوانین خم به ابرو نمی‌آورند. این کودکان به دارودرمانی جواب نمی‌دهند. گروه درمانی و رفتاردرمانی گاهی مفید بوده‌اند. با این کودکان بایست با مدارا ولی قاطع برخورد کرد و همیشه به آنها امکان انتخاب داد. در حقیقت این انتخاب‌ها به وسیله والدین یا مددکار اجتماعی و یا روان‌درمانگر ارائه می‌شوند.

♦ گروه کودکانی که اختلالات خلقی دارند، زودانگیخت و پرخاشجو و نامتعادل هستند. گاهی برای هفته‌ها اختلال در خواب و غذا خوردن و مدرسه رفتن هم از خود نشان داده‌اند. روان‌درمانی و دارودرمانی مفید هستند. توجه به این کودکان، گوش کردن به آنها



(408) 909-9060

By Appointment Only



## ادامه مطالب مشکلات شکایت... از صفحه ۲۱

او ایراد مهم را در این می‌داند که: «بر اساس ماده ۲۲۱ قانون مجازات اسلامی وقتی یک آزار جنسی، «تجاوز» محسوب می‌شود که عمل دخول کامل اتفاق بیفتد. حتی اگر فرد متجاوز، دست خود یا ابزار دیگری را به زور وارد واژن زن کند، عمل او تجاوز محسوب نمی‌شود.» به گفته او سختی اثبات تجاوز در قانون مجازات اسلامی، گره دیگر کار است: «بر اساس یک اصل فقهی، قانون می‌گوید که در موارد منافی عفت تحقیقات و پیگیری انجام نشود و دلیلش هم حفظ آبروی مؤمن عنوان شده است. البته یک استثناء وجود دارد و به شرط اینکه شاکی خصوصی وجود داشته باشد، تحقیقات انجام می‌شود اما شاکی خصوصی باید بتواند وقوع تجاوز یعنی اجباری بودن این رابطه جنسی را اثبات کند که کار سختی است و اگر نتواند اثبات کند ممکن است خودش تحت پیگرد قانونی قرار بگیرد.» بر اساس قوانین ایران، روابط جنسی خارج از ازدواج ممنوع است و با صد ضربه شلاق مجازات می‌شود. یکی از نگرانی‌های زنان مورد تجاوز قرار گرفته نیز این است که نتوانند اجباری بودن رابطه جنسی را ثابت کنند و به داشتن رابطه نامشروع متهم شوند.

موسی برزین خلیفه‌لو، حقوق‌دان، می‌گوید که از نظر حقوقی، نفس شکایت فرد آزرده‌دیده از متهم می‌تواند قرینه‌ای برای ناخواسته بودن این رابطه جنسی باشد و از محکوم شدن شاکی به رابطه نامشروع جلوگیری کند. لاله احمدی می‌گوید تا به حال ندیده‌زنی را که نتوانسته باشد تجاوز را ثابت کند، و به زنا محکوم شده باشد، اما ممکن است که در چنین پرونده‌هایی شاکی به قذف (نسبت دادن زنا یا لواط به دیگری) یا افترا محکوم شود.

این مسئله، علاوه بر تهدیدهای برخی آزارگران به شکایت از آزرده‌دگان، سبب شده است که بسیاری از زنانی که در ماه‌های اخیر و هم‌زمان با جنبش من‌هم در شبکه‌های اجتماعی اینترنتی، آزارگران‌شان را افشا کرده‌اند، از پیگیری‌های حقوقی منصرف شوند.

بر اساس تجربه لاله احمدی، این نگرانی در پرونده‌هایی که سابقه آشنایی قبلی بین آزارگر و آزرده‌دیده وجود داشته، تشدید می‌شود: «بعضی از قضات نظرشان این است که صرف اینکه یک زن پذیرفته که با نامحرم وارد خلوت شود یعنی رضایت وجود دارد و تجاوزی در کار نبوده. من پرونده‌ای داشتم که زن و مردی یک هفته قبل از وقوع تجاوز با هم به کافه رفته بودند و عکس دو نفره گرفته بودند. مرد ادعا

برای شکایت نکردن از وی باشد.

## تجاوز، ابزاری برای شکنجه در زندان

در ماه‌های اخیر بسیاری از زنانی که مورد تجاوز و آزار جنسی قرار گرفته‌اند علاوه بر روایت این آزارها در رسانه‌ها، اقدام به پیگیری حقوقی کرده‌اند. اما هنوز تا مجازات عادلانه متجاوزان و فراهم کردن بستری امن برای پیگیری حقوقی تجاوز که نیازمند بازبینی اساسی و ریشه‌ای قوانین کیفری و دستگاه قضائی است، راهی طولانی در پیش داریم. این راه وقتی دشوارتر می‌شود که تجاوز، به مثابه مجازات و ابزار تحمیل قدرت، همچنان در زندان‌ها، از سوی مأموران حکومت اعمال می‌شود. روایت رؤیا، زندانی سیاسی که چند سال پیش در زندان مورد تجاوز بازجویان قرار گرفت، تصویری روشن از دشواری این راه است: «در یکی از بازجویی‌هایم که خیلی هم جلسه طولانی و سنگینی بود، دو نفری که من را بازجویی می‌کردند، از یک جایی شروع کردند به فحاشی‌های خیلی رکیک، فضا خیلی ترسناک بود. حس می‌کردم که قرار است اتفاق بدی بیفتد ولی اصلاً نمی‌دانستم که قرار است چه شود. در حین هتاک، یکی‌شان آمد سمتم و به بدنم دست زد. من داد زدم و خودم را جمع کردم و او شروع کرد به کتک زدن. آن بازجوی دیگر هم آمد و دوتایی من را می‌زدند. من از روی صندلی پرت شدم گوشه اتاق و آنها دوتایی من را می‌زدند و مدام بدنم را لاس می‌کردند. چند دقیقه بعد یکی دیگر هم به آنها اضافه شد. در نهایت با این جمله که امشب قرار است تو آدم شوی و بفهمی چه غلطی داری می‌کنی یکی‌شان دوتا دست و دیگری دوتا پایم را گرفت و به من تجاوز کردند. همین‌طور که داد می‌زدند و فحش می‌دادند، جایشان را با هم عوض می‌کردند و چندبار به من از پشت تجاوز کردند. وقتی من را ول کردند، زندان‌بان آمد بالای سرم و من را که لباس پاره شده بود برد توی سلولم. وقتی آزاد شدم، چند هفته از شی که به من تجاوز کردند، گذشته بود. حالم خیلی بد بود. یعنی اصلاً شبیه آدم نبودم. شب‌ها کابوس می‌دیدم، هم‌ش از خواب می‌پریدم و احساس می‌کردم که لختم. بیست بار به خودم دست می‌زدم تا مطمئن می‌شدم که لباس تنم است. مدام گریه می‌کردم و خیلی می‌ترسیدم. قبل از این‌که بیایم بیرون خیلی تهدید شدم که نباید به کسی چیزی بگویم. به من گفتند اگر حرف بزنم کسی حرفم را باور نمی‌کند، پس به نفع خودم است که چیزی نگویم و گرنه دوباره جابم همین‌جاست. بعد از آزادی، پیش سه تا دکتر زنان رفتم. هر سه تأیید کردند که هنوز بخشی از آسیب‌های داخلی که به بدن من خورده از بین نرفته است.

ازشان خواستم که همین را بنویسند. ولی وقتی می‌پرسیدند چطور این اتفاق افتاده و می‌فهمیدند که در زندان به من تجاوز شده، می‌گفتند نمی‌توانند گواهی کنند و هیچ‌کدام حاضر نشدند چیزی بنویسند و تأیید کنند. آن موقع من حال خوبی نداشتم و تا یک‌سال هفته‌ای سه بار پیش یک تیم روان‌درمانگر می‌رفتم. مراجعه به پزشک قانونی و هرگونه پیگیری حقوقی می‌توانست شرایط را برایم رنج‌آورتر کند. آن تهدید بازجوها که «اگر جایی حرف بزنم جایب دوبره همین‌جا است»، من را بسیار ترسانده بود. جدا از پیگیری حقوقی و تبعاتی که می‌توانست برایم داشته باشد، بیان کردن این موضوع و حرف زدن از آن برایم خیلی سخت بود. الان که سال‌ها از آن گذشته هنوز نمی‌توانم با آرامش راجع به آن حرف بزنم. آن اوایل اصلاً واژه تجاوز را نمی‌توانستم بیان کنم. یک بار مستندی دیدم در مورد زن‌هایی که این اتفاق در دهه شصت برای‌شان افتاده، من جواری حالم بد شد که بیمارستان رفتم و بستری شدم. ما دیده و شنیده بودیم که این اتفاقی‌ها می‌افتد ولی همه‌اش فکر می‌کردم که این‌ها در دهه شصت بوده و دیگر تکرار نمی‌شود. با همه این‌ها، وقتی که موقع دادگاه پرونده‌ام شد، بعد از مشورت و بحث‌های بسیار با وکیل، تصمیم گرفتم که این موضوع را در دادگاه مطرح کنم. وقتی در دادگاه، گفتم که در سلول بازجویی با من چه کرده‌اند، قاضی دادگاه واقعا اگر می‌توانست سقف دادگاه را روی سرم خراب کند، حتماً این کار را می‌کرد. قاضی حتی حاضر به شنیدن حرف‌های من، آن‌هم در یک دادگاه غیرعلنی، نبود و فقط فریاد می‌زد: «تو داری به نظام تهمت می‌زنی، تو داری دروغ می‌گویی، همین حرف‌ها یک اتهام جدید است که داری برای خودت می‌خوری.» در نهایت نتیجه آن دادگاه، شش سال حبس تعزیری بود و در واقع قاضی اشد مجازات را برایم تعیین کرد.»

این نواقص قانونی و سنگ‌اندازی‌های مجریان قانون اما دلیلی برای دست‌کشیدن از پیگیری‌های حقوقی نیست. بسیاری از فعالان حقوق زنان همچنان شکایت قانونی را یکی از راه‌های مؤثر در مبارزه با آزارهای جنسی می‌دانند. توصیه وکلای دادگستری به آزرده‌دگان این است که در اولین فرصت همه‌بشواهد ناشی از آزار و تجاوز را ثبت و جمع‌آوری کنند و با مراجعه به پزشک قانونی یا حتی پزشک خودشان، این شواهد را مستند کنند. حتی اگر فرد آزرده‌دیده بلافاصله پس از وقوع آزار آماده شکایت حقوقی نباشد، ثبت و جمع‌آوری مستندات آزار این فرصت را به او می‌دهد که بعدها بتواند ادعای خود را ثابت کند.

## ادامه مطلب چگونه با دوستی... از صفحه ۴۳

## ادامه مطلب نوشخند و پوزخند... از صفحه ۱۷

پرسید: «برای این مجله چقدر بودجه در نظر گرفته اید؟» دکتر جواب داد: «این کار دست من و کیهان نیست. سازمان انتشارات کیهان، که حسن قریبی درست کرده است، بودجه تان را تأمین می کند و خرج مجله را خواهد داد.»

آنوقت ها شایعات بدی در مورد حسن قریبی رواج داشت. دکتر الهی با قاطعیت گفت: «من دکتر مصباح زاده را می شناسم اما انتشارات کیهان را نمی شناسم و از هیچکس دیگری هم بودجه برای کار نمی پذیرم.»

از اطاق بیرون آمدیم و رفتیم دفترمان کاغذ و کتابهای مان را برداشتیم و دکتر اهلی به من گفت: «بردم کار ما اینجا تمام شد.»

آن مجله مد روز شماره اولش که به همت ما تمام شده بود با کوشش سیامک پورزند و سردبیری عباس پهلوان منتشر شد. شماره دومی را هم (پهلوان) با همان ذوق و سلیقه به همان صورت با قیمت پنج تومان چاپ کرد و دیگر ادامه نیافت تا سالها بعد مجید دوامی آمد و مجله زنانه کیهان را منتشر کرد و اسمش را گذاشت «زن روز» و دکتر هم چیزی نگفت:

دکتر الهی می گوید: «در خارج از کشور یک روز از دکتر مصباح زاده گله آن سال ها را کردم و ایرادش را به اسم (زن روز) به یادش آوردم و پرسیدم که: (چرا از مجید دوامی قبول کرد و از من نه)، او خندید و گفت: (دوامی فروشنده بهتری بود. آن اسم را در زر ورق پچید و به من فروخت ولی تو نتوانستی بفروشی.) دکتر مصباح زاده راست می گفت. این آرزو به دلم ماند که یک چیزی بخرم که بتوانم گرانتر بفروشم. همه عمر با ضرر فروخته ام و این هم یک نوع کاسی است.»

ببخشند، کاری که نمی توان آن را نوعی توانمندی یا سپاس گزاری تلقی کرد. وقتی در محیط زندگی خود به کمک دوستی می شتایید، به یاد داشته باشد که خودکشی می تواند، به ویژه در میان جوانان، مَسری باشد. سال گذشته، در شهرک مسکونی ما، در محدوده های با شعاع ده مایلی، طی شش ماه، سه جوان به روشی یکسان دست به خودکشی زدند. خطر وقوع خودکشی در خانواده های که سابقه ای آن وجود دارد، دو برابر بیشتر است. در واقع، بر اساس سابقه ای خودکشی در یک خانوادگی، می توان وقوع دوباره آن را، حتی در صورت فقدان ناخوشی های شدید روانی، پیش بینی کرد. **دنباله مطلب در صفحه ۵۴**

من هنگامی که در انگلیس به مدرسه روزنامه نگاری می رفتم در برایتون زندگی می کردم. در آنجا در کافه (انکس) در برایتون با دختر زیبا و بسیار بلند قد و خوش هیكلی آشنا شدم به نام ژاله اختیار که به مدرسه مانکنی می رفت و اولین کسی که برای همکاری در چنین مجله ای به فرمان رسید ژاله اختیار بود که برحسب تصادف فهمیدیم که او خواهرزاده منوچهر سخائی است که آقای سخائی هم در کیهان کار می کرد، بنابراین یافتن ژاله اختیار آسان شد.

بعد از ژاله باید طراح و خیاط قابلی را پیدا می کردیم که بتواند از عهده این کار برآید و او مهری نوذری، هنر دوست دیرینه دکتر الهی، سیامک کسرائی بود و بعد دو دختر هنرمند سرهنگ زندگی، فرشته و فریده زندگی بودند و بعد همکارانی که به تدریج زیر نظر دکتر الهی انتخاب شدند عبارت بودند از:

۱- منصوره ایزدی (پیرنیا) که در آن زمان دختر جوان و نازک اندامی بود که اداره کار اصلی یعنی رگ جان را که تأمین آگهی باشد در دست گرفته بود به اتفاق سیروس بهشتی خبرنگار جوانی که با حسن قریبی کار می کرد

۲- بیژن رفیعی

۳- سجاد کریمیان

۴- منوچهر سخائی

و عده دیگری که بیاد نمی آورم. کار با سرعت و شدت شروع شد برای اولین بار سجاد کریمیان عکسهای زیبایی از مانکن زنده با لباسهایی بی نظیر با طرح و خیاطی مهری نوذری و فرشته و فریده زندگی ارائه داد. در آستانه انتشار «مد روز» بودیم که به سراغ دکتر مصباح زاده رفتیم. دکتر الهی از دکتر مصباح زاده

اغلب احساس ناامیدی می کنند، مورد سوءتفاهم واقع می شوند و از بستگان و عزیزان خود دوری می گیرند. یکی از بیمارانی این حالات را چنین توضیح می داد: «خیلی طاقت فرسا است که همیشه مجبور باشیم تظاهر کنیم که احساس خوبی داریم. آدم راحت تر است که در خانه بماند.»

**بخشیدن مایملک ارزشمند:** اگر بدانید که در حال مردن هستید، آیا سعی نمی کنید که کارهای خود را سر و سامان دهید؟ برای بعضی از افراد بسیار دردناک است که تصمیم بگیرند بخشی از وجودشان، در واقع حافظه و خاطره خود، به کسانی که برایشان اهمیت دارند

کنار عزیزتان بمانید و در ضمن او را تشویق کنید که از کمک تخصصی هم بهره مند شود. اکثر بیماران متمایل به خودکشی نمی خواهند افکار و احساسات خود را مخفی نگاه دارند اما اغلب چنین می کنند. به همین دلیل، یکی از مهم ترین ابزارهایی که برای محافظت از عزیز خود در دست دارید، ردیابی نشانه های بارز و مهم اقدام به خودکشی است. برای مثال، می توان به این علائم اشاره کرد:

**سابقه ناراحتی های روانی:** تحقیق سال ۲۰۱۸ مرکز کنترل و پیشگیری بیماری ها در آمریکا نشان داد که ۳۱ درصد از زنان و ۶۹ درصد از مردانی که سابقه مشکلات روانی داشته اند دست به خودکشی زده اند. بنابراین، مشکلات روانی قبلی، یکی از عوامل متعددی است که خطر خودکشی را افزایش می دهد.

**سابقه دردهای مزمن:** یأس و نومیدی حاصل از درد و رنج ممتد و میل مفرط به رهایی از آن، می تواند ترس از مرگ را کاهش و خطر خودکشی را افزایش دهد.

**دفعات تکرار در گذشته:** در یک مطالعه اروپایی در سال ۲۰۰۷، مشخص شد که دو کشور با بالاترین آمار خودکشی (بلژیک و فرانسه)، همچنین از لحاظ فردی، بیشترین دفعات تکرار اقدام به خودکشی را دارا هستند، و بر عکس، دو کشور با پایین ترین آمار خودکشی (ایتالیا و اسپانیا)، از کمترین دفعات تکرار برخوردار بوده اند.

**حوادث دردناک در گذشته و حال:**

سابقه ضربه روحی ناشی از فقدان عزیزان، آسیب های روانی دوران کودکی یا ناشی از روابط جنسی، خطر خودکشی در مردان و زنان را به شدت افزایش می دهد. احتمال این که مردان بعد از طلاق دست به خودکشی بزنند ۴/۲ برابر زنان است. مطالعه ای نشان داد که بیکاری و مشکلات مالی ناشی از بحران اقتصادی سال ۲۰۰۸، در ۱۴ درصد از مرگ های ناشی از خودکشی نقش اساسی داشته است.

**گفتگو درباره احساس بی پناهی و ناامیدی:** در روان شناسی عبارتی داریم به نام «درماندگی خودآموخته» (learned helplessness) که به احساس بی حالی کامل و فقدان کنترل و ناتوانی از ایجاد تغییرات مثبت اشاره دارد، وضعیتی که معمولاً در اثر یک حادثه دردناک، شکست های مستمر و ناکامی در زندگی یا گاهی ابتلای طولانی به افسردگی به وجود می آید.

**انزوای طلبی:** افراد متمایل به خودکشی

**در موقعیت اضطراری کمک بطلبید:** اگر یکی از بستگان یا دوستان تان اعتراف کند که قصد خودکشی دارد، باید او را تشویق کنید که کمک بطلبد، اما برای این که بدانید در آن لحظه، به چه نوع کمکی احتیاج دارد، باید بدانید که خطر چقدر قطعیت و فوریت دارد. آیا او قصد دارد که خیلی زود، مثلاً همین امروز یا امشب، به چنین کاری دست بزند؟ اگر تهدید فوری است، خدمات اضطراری بطلبید (۹۱۱ در آمریکا، ۹۹۹ در انگلستان و ۰۰۰). در این صورت، یک مأمور پلیس یا واحد امدادی دیگری به محل فعلی حضور این فرد اعزام خواهد شد. بسیار مهم است که قبل از تماس، نشانی دقیق محل را در اختیار داشته باشید. در آمریکا، اگر خیلی نگران وضعیت این فرد هستید، می توانید از واحد امداد اضطراری بخواهید از او «آزمایش ایمنی» بگیرند. اما اگر تهدید فوری نیست، عزیزتان را تشویق کنید که به جای رفتن به بیمارستان، هر چه زودتر از یک متخصص سلامت روان یا یک پزشک مراقبت های اولیه وقت بگیرد. در بیمارستان گاهی به جای پذیرش چنین شخصی در بخش فوریت های پزشکی یا در بخش روان پزشکی، او را نزد روان پزشکی می فرستند که به بیماران سرپایی رسیدگی می کند و بنابراین ممکن است که کمک های لازم به تأخیر بیفتد. اگر وقت کافی در اختیار دارید، همراه با بیان جزئیات ماجرا، از یک متخصص وقت بگیرید، کاری که ممکن است به خودی خود چندان آسان نباشد.

در عصر شبکه های اجتماعی، بسیاری از دوستان صمیمی ما، از لحاظ ظاهری نزدیک مان نیستند، یعنی ممکن است در آن سوی دنیا دوستانی داشته باشیم بی آنکه هرگز از نزدیک همدیگر را دیده باشیم. در این وضعیت خاص، اگر متوجه شدید که دوست تان به تنهایی از پس تحمل بار سنگین راز (میل به خودکشی) خود بر نمی آید، باید به افراد دیگری متوسل شوید تا به یاری او بشتابند. به طور کلی، همیشه عزیزان خود را تشویق کنید که راز خود را با والدین، هم اتاقی ها، بستگان یا حتی همسایگان در میان بگذارند، به ویژه اگر از آن ها دور هستید. شما فقط با این دو گزینه مواجه نیستید که «گوش کنید و بی تفاوت رد بشوید» یا «فورا آمبولانس خبر کنید و عزیزتان را به بیمارستان برسانید»، شما برادر، خواهر، پدر، مادر یا دوست هستید و در همین نقش هاست که همواره می توانید



## ادامه مطلب دمکراسی آمریکا... از صفحه ۴

او به سفید پوستان آمریکا القا کرده است که عامل اختلال در وضع شان دیگرانند: سیاهان، لاتینوها، مسلمانان یا دیگر کشورهای جهان، به عبارت دیگر دوشقه کردن جامعه روش کلاسیک افراطیون راست بوده و هست.

◆ نفوذ بی رقیب پول در شکل دادن نهادهای دمکراتیک مانند انتخابات، قانونگذاری، دولت و دیگر نهادها از یکسو و الیکارشیک شدن بخشی بیشترین از رسانه‌ها که در تصاحب ثروتمندان هستند و نتیجتاً مانع از آن می‌شوند که به سان نهادی کنترل کننده و ناوابسته در خارج از حاکمیت نسبت به بی‌عدالتی‌ها، انحراف‌ها و ناهنجاری‌ها بهنگام واکنش نشان دهند. از این روی رسانه‌ها در دهه‌های اخیر سهمی بزرگ در فرادست کردن اندیشه‌نئولیبرالی داشته‌اند.

◆ نتیجه اینکه فرصتی برای عوام فریبانی فراهم می‌شود که با آدرس غلط دادن، ریشه‌ناگاری‌های موجود را نه به وضعیت ناشی از هژمونی بلا منازع راه و روش نئولیبرالی بلکه به دیگران غیر خودی درونی و بیرونی نسبت می‌دهند.

◆ البته طنز تاریخ در این نهفته است که جریانات پوپولیست راست افراطی و زائیده در فضای هژمونی نئولیبرالی، فرزندان خلف این ایدئولوژی نیستند بلکه در برابر یکی از شاکله‌های بنیاداش یعنی گلوبالیزاسیون قد علم می‌کنند به شیوه‌ای که در قاموس آنان به جای دشمن تاریخی شان کمونیزم گلوبالیزم را جایگزین می‌کنند.

◆ مهارت میلیاردی چون ترامپ در این نهفته است که با فروکاستن همه تضادها و نابسامانی‌ها به امری هویتی (سفید پوستان در برابر دیگران یا آمریکا در برابر بقیه جهان)، مستمندان و اغنیاء را با هم بر ضد نظم ایالات متحده آمریکا با جوهر دموکراتیکش متحد کند و بشوراند.

◆ مخلفاتی که ترامپ در دوران حکمرانی‌اش به کار برده همان اجزائی هستند که از آنها می‌توان فاشیزم هم ساخت. خوشبختانه ساختار دموکراسی آمریکا به گونه‌ای است که تا حدود زیادی در برابر حملات فاشیستی مصون است. انتخاب بایدن با شمار رای‌هایی بی سابقه، و مصون نگه‌داشتن نتیجه انتخابات از سوی نهادهای گوناگون ایالتی حتی جمهوریخواه موجد امیدواری به مقاوم و پایدار بودن دموکراسی آمریکا است.

◆ اما فراموش نکنیم که ترامپ بیش از هر کاندیدای ریاست جمهوری پیش از این به جز بایدن رای گردآورده است. او هنوز درون حزب جمهوریخواه که بخشا به افراط‌گری درغلطیده است، پشتیبانان

پرشماری دارد که می‌تواند به طور بالقوه ترامپیسم را حتی بدون ترامپ برای آمریکا و جهان خطرناک کند.

◆ دموکراسی آمریکا ثابت کرد که مقاوم است. اما اگر پس از ترامپ جنبش ترامپیستی پابرجا بماند و اگر وضع به روال تاکنونی پیش برود، بدین معنی که دولت بایدن-هاریس راه چند دوره ریاست جمهوری دمکرات‌ها را ادامه بدهد، می‌توان بیم آن داشت که ترامپیست‌ها باز هم افراطی‌تر بازگردند. بدیهی است که فرهنگ و گرایش‌های همه افشار و لایه‌های یک کشور را نمی‌توان دگرگون کرد. مهم این است که خشم لایه‌های میانی که به لحاظ فرهنگی نژاد پرست، بیگانه ستیز و ضد دمکراتیک نیستند به امید تبدیل شود. در چنین حالتی ترامپ و ترامپیست‌ها بخت پیروزی در هیچ انتخاباتی را نخواهند داشت. در کنار اقدامات اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی و رفاه عمومی که قاعدتا می‌توان امید داشت که در دستور کار روز دولت بایدن-هریس قرار گیرد، موضوع مرمت قوانین انتخاباتی آمریکا نیز حائز اهمیتی ویژه‌اند.

◆ بقاء یک دموکراسی منوط به این است که تا چه اندازه توانمند و آماده برای دفاع از خود باشد و چگونه با دشمنانش که در عمل اقدام به شکستش کرده‌اند در چارچوب حکومت قانون رفتار کند. از این روی واکنش سیستم سیاسی آمریکا نسبت به ترامپ و فراهم آوردن گان این هجوم بارز به قانون اساسی و دموکراسی آمریکا می‌تواند این دفاع مجدانه را آزمون کند.

◆ **بازتاب بحران دموکراسی آمریکا در جهان**  
◆ با توجه به ساختار فدرال آمریکا و پراکندگی توزیع قدرت در آن احتمال درغلطیدنش به اقتدارگرایی بسیار ضعیف است. اما سرمشق ترامپ برای بسیاری از تازه دموکراسی‌های جهان که نه پیشینه دموکراسی آمریکا را دارند و نه ساختمان مستحکم نهادهای دمکراتیک، خطر نیروهای وابسته به ترامپ به مراتب بزرگتر است. کافی است نگاهی بیافکنیم که ستایشگران ترامپ در اروپا و پاره‌ای از دیگر کشورها چگونه دولت‌ها و چه جریانات سیاسی هستند: در اروپا پوتین، اوربان، کاپچینسکی و همه احزاب راست افراطی تا فاشیستی، در برزیل بولسنارو، در هندوستان مودی در فیلیپین دورته. یاران و دوستدارنش در میان سران رژیم‌های استبدادی به مانند سوسی مصر، محمد بن سلمان عربستان و دیگر شیوخ مستبد عرب خود دیگر حکایتی است. ◆ آنچه که غم انگیز و مایه شگفتی است ایرانیانی هستند که دل در گرو آزادی و دموکراسی نهاده بودند که دونالد ترامپ

## ادامه مطلب حقایق شگفت انگیز... از صفحه ۴۵

لوله بیرون کشیدند و خوردند. **برنامه‌ریزی:** کلاغ‌ها مازاد غذای خود را انبار می‌کنند. بسیار دیده شده که سایر کلاغ‌ها با تعقیب یک کلاغ دیگر ذخیره غذایی او را پیدا کرده‌اند. با توجه به این که کلاغ حیوان محتاطی است و در مخفی کاری استاد است لذا محققان باور دارند که کلاغ‌ها بدون برنامه‌ریزی نمی‌توانند به منبع غذایی یک کلاغ دیگر دستبرد بزنند.

## طول عمر

برخلاف باور عمومی که معتقدند عمر کلاغ‌ها چند صد سال می‌باشد، عمر بیش از یک چهارم آنها کمتر از ۱ سال می‌باشد. ◆ سن پیرترین کلاغ آمریکایی در طبیعت ۳۰ سال

◆ سن پیرترین کلاغ استرالیایی در طبیعت ۹۰ سال

◆ سن پیرترین کلاغ هلندی در طبیعت ۷۵ سال

◆ سن پیرترین کلاغ در اسارت ۵۹ سال  
◆ **آنها درباره شما با هم حرف می‌زنند:** اگر فکر می‌کنید دو کلاغ که شما را تماشا و قار قار می‌کنند درباره شما حرف می‌زنند، احتمالاً درست فکر می‌کنید. چون در تحقیق مارزلوف حتی کلاغ‌هایی که توسط دانشمندان گرفته نشده بودند هم به آن‌ها حمله می‌کردند. اما کلاغ‌ها چطور مهاجمان خود را برای سایر کلاغ‌ها توصیف می‌کنند؟ ارتباط کلاغ‌ها هنوز درک نشده است. شاید شدت، ریتم و طول قارقارها اساس زبانشان را شکل دهد.

نخست" و "بازگرداندن عظمت به آمریکا" وارد سپهر سیاسی شد. او اما به جز به پاره‌ای از وعده‌های عامه‌پسندش مانند ساختن دیوار مرزی در جهان فروریزش دیوارها یا خروج از سازمان‌های و تعهدات بین‌المللی کار مفیدی انجام نداد. دانش ستیزی‌اش به ویژه در برخوردش به بیماری کوید ۱۹ فاجعه آمیز و سوژه فکاهی شد. جنگ تجاری‌اش با پاره‌ای از کشورهای جهان هم به هدف‌هایش از جمله کاهش واردات نرسید. در تاریخ معاصر جهان هیچگاه حیثیت آمریکا به اندازه دوران ریاست ترامپ سقوط نکرده است. مشروعیت‌زدائی او و طرفدارانش از نهاد انتخابات در آمریکا این کشور را در حد یک جمهوری موز Banana Republic تنزل داد و خودکامگان جهان پوتین تا خامنه‌ای و روحانی را تشجیع کرد، آن را به تمسخر بکشند.

لیکن آزمون شکست ترامپ و پیروزی دموکراسی بار دیگر نشان داد که یک سامانه دمکراتیک بخت اصلاح از درون را در خود نهفته دارد. با این وجود یکبار دموکراسی به معنای دموکراسی جاودانه نیست. آنچه که جاودانه است پیکار برای تعالی و پاسداری از دموکراسی است.

تشریح دقیق وضع ظاهری ماسک‌ها برای کلاغ‌های دیگر شاید تا اندازه‌ای هم ترسناک باشد، پس بهتر است که بار دیگر که از کنار یک کلاغ رد می‌شوید اندکی بیشتر در مورد نحوه برخوردتان فکر کنید. **حافظه قوی:** در منطقه چاتام اونتاریو وقوع حادثه‌ای باعث شد که حافظه قوی کلاغ‌ها به اثبات برسد. این منطقه مسیر عبور هزاران پرنده مهاجر و کلاغ است. ساکنان این منطقه که از حضور کلاغ‌ها عاجز شده بودند، بر آن شدند تا از طریق تیراندازی کلاغ‌ها را از محل زندگی خود دور کنند. نتیجه این بود که از سال بعد کلاغ‌ها نه تنها به این منطقه نیامدند بلکه حتی در زمان پرواز بر فراز این شهر اوج می‌گرفتند و تلاش می‌کردند تا حد امکان خودشان را از دسترس دور نگه دارند.

◆ **توانایی حل مشکلات:** در یک تحقیق پژوهشگران یک تکه گوشت را کاملاً طناب‌پیچ کردند و به سر یک ریسمان بستند. سپس ریسمان را از یک میله چوبی آویزان کردند. مشاهدات نشان داد کلاغ‌ها در وهله اول روی آن چوب نشستند و ریسمان را خراشیدند سپس آن قدر تکه‌های طناب را با پا و نوک‌هایشان کشیدند تا این که کاملاً از دور گوشت برداشته شد. در یک آزمایش دیگر محققان غذا را داخل یک لوله گذاشتند و تنها یک سیم مفتولی را به شکل قلاب در کنار دو کلاغ قرار دادند. کلاغ‌ها پس از مدتی با استفاده از مفتول غذا را از داخل

برایشان به ارمغان آورد. غم انگیز است زیرا که رژیم جمهوری اسلامی آنچنان در ناکارآمدی، فساد و سرکوب سفاکانه فرو رفته است که امید بخشی در خور توجه از شهروندان ایران برای دگرگون کردن اوضاع ناآگوارشان از طریق نیروهای آزادخواه و دمکرات درون کشور به یاس مبدل شده است و دنبال هر منجی در آنسوی اقیانوس‌ها می‌گردند. و شگفت انگیز است که این رهیافت منحصر به توده‌های عاصی کم اطلاع از امر سیاست نیست بلکه دربرگیرنده بسیاری از سیاست مردان و زنان از درون و بیرون کشور است که نفرت از جمهوری اسلامی دیده‌گان شان را برای دیدن این واقعیت مه آلود کرده بود که دونالد ترامپ هر چه باشد ارمغان آور دموکراسی نیست. البته شایان توجه است که برخی از این هم میهنان نه تنها مدت‌هاست که برای ترامپ دایه‌مهربان‌تر از مادر شده‌اند بلکه آن چنان گرایش شان به دموکراسی پرتوان است که در حمله به قلب دموکراسی آمریکا نیز با پرچم شان مجاهدت ورزیدند. ◆ در پایان، دونالد ترامپ با شعار "آمریکا

## ادامه مطلب حکایت رضا... از صفحه ۳۷

میسی سی پی منتقل شد و تا زمان خاتمه پرونده اش یعنی حدود ۱۴ ماه در آنجا ماند.

## میسی سی پی

در اولین روزی که رضا در ایالت میسی سی پی وکیل جدیدش را ملاقات کرد، وکیل به او گفت «هیچوقت قدرت آمریکا را دست کم نگیر.» رضا احساس کرد که یک قاضی یا دادستان در حال صحبت با اوست. وکیل رضا یک دادستان بازنشسته بود که هنوز نشان می داد «مرد قانون» است، و از همان هفته های نخست به رضا گفت اگر برای دفاع از خود به دادگاه بروی، در جدال با دادستانی و هیئت منصفه مغلوب و حبس ابد در انتظار او خواهد بود.

بعدها رضا متوجه شد که در پرونده های مالی مجازات «حبس ابد» وجود ندارد. به هر حال آن وکیل تلاش خود را انجام داد تا به رضا کمک کند.

## ادامه مطلب ایران ۴۰۰... از صفحه ۴۱

و مرگ و میر را در سراسر جهان دارد، اما هنوز نتوانسته برای واکنش‌ناهیون بر «تئوری توطئه» غلبه کند. آنچه مشخص است فاصله واقعیت موجود با آنچه در سند چشم‌انداز ۲۰ ساله یا برنامه توسعه ششم برای سال‌های ۱۴۰۰ و ۱۴۰۴ ترسیم شده بسیار زیاد است، فاصله‌ای به اندازه دو دنیای مطلقاً متضاد که یکی روی زمین است و دیگری سیر در عوالم هپروت و خیال‌یافی روی هوا. واقعیت ایران ۱۴۰۰ فروپاشی دردناک اقتصادی و اجتماعی یک جامعه است که گرفتار سیاه‌چاله جمهوری اسلامی دنیای وهم‌آلوده رهبران آن است.

برگردیم به روز بازداشت رضا: چند ساعت قبل از ورود آنها به آمریکا، ویزای رضا و همسرش را کنسل کردند و بعد از دستبند زدن به دستانش، همسرش را به همراه ۴ چمدان بزرگ و ۲ کوله پشتی سنگین دیپورت کردند.

یک ساعت بعد او را منتقل کردند به دادگاه که به خاطر نبودن مترجم، دادگاه به فرادیش موکول شد. در روز دادگاه به او وکیل دادی داده شد. وکیل به رضا گفت از آنجائی که پرونده اش در ایالت میسی سی پی باز شد، یعنی طرح شکایت علیه او از منطقه جنوب میسی سی پی صورت گرفته، بهتر است از دو مورد از حقوقش صرف‌نظر کند تا او در نیویورک دادگاهی شود و به میسی سی پی منتقل شود. رضا هم کاری را که او گفت انجام داد. بعد از سه هفته اقامت در زندان بروکلین و سه هفته در اوکلاهوما، به بازداشتگاهی در جنوب

نهادهای قضایی و امنیتی با شدت و حدت در حال کارند و در تقابل با آزادی‌های مشروع شخصی و اجتماعی از هیچ تلاشی فروگذار نیستند، اما امنیت اجتماعی برقرار نیست. نرخ انواع آسیب‌های اجتماعی به شدت بالا است. آمارهای پزشکی قانونی نشان می‌دهد آمار رسمی نشان از افزایش خشونت در جامعه دارد. آمار قتل، خودکشی و مرگ مشکوک، دزدی و اعتیاد رو به افزایش است.

از نظر بهداشت و سلامت شرایط پایداری داشته باشد، در واقعیت اما ایران ۱۴۰۰ به شدت گرفتار بحران همه‌گیری کرونا است، کشوری که یکی از بالاترین آمار ابتلا

## حکایت

شیخ گفت: «خلیفه منع کرده است از سماع کردن». درویش را عقده ای شد در اندرون و رنجور افتاد. طیب حاذق را آوردند. نبض او گرفت، این علت ها و اسباب که خوانده بود ندید. درویش وفات یافت. طیب بشکافت گور او را و سینه او را و عقده را بیرون آورد. همچون عقیق می بود.

آن را به وقت حاجت بفروخت. دست به دست رفت، تا به خلیفه رسید. خلیفه آن را نگین انگشتری ساخت. می داشت در انگشت.

روزی، در سماع، فرو نگرست: جامه آلوده دید از خون. چون نظر کرد، هیچ جراحی ندید. دست برد به انگشتری: نگین را دید گداخته. خصمان را که فروخته بودند باز طلبد تا به طیب رسید. طیب احوال را باز گفت.

## ادامه مطلب بر گرفته از کتاب... از صفحه ۷

تحول باشد. در فارسی هم همین تحول مشاهده می شود. زبان فارسی امروز نمی تواند احتیاجات خود را با الفاظ گلستان و بوستان و یا تاریخ بیهقی و یا قابوسنامه رفع بکند. همان طور که زبان انگلیسی امروزی هم با زبان شکسپیر متفاوت است.<sup>(۸)</sup>

تقی زاده در جای دیگری از خطابه خود می گوید: این مالخولیای عجیب لغت سازی و گشتن پی لغات مهجور فارسی یا اصلاً اختراعی و اشتباهی عاقبت مؤلف این زبان مصنوعی بی مزه و مضحک ادارات ما شده که مانند زبان جنیان یا هذیان کم کم برای عامه فارسی زبانان غیرمفهوم شده است و در خواندن چند سطر از آن انسان به تلاوت اعوذ بالله من الشیطان مجبور می گردد. مانند آن که نوشته می شود: «پیرو این نامه پرونده نامبرده را که در آن رونوشت برگ ها که برابر ریشه است بایگانی شده به پیوست فرستادیم که از آنها لیست کالاهای فرستاده و رسیده را که در زیر به ترتیب واژه ها نوشته شده بازبین نمایید.»<sup>(۹)</sup>

اما حقیقت این است که واژه های اداری بر ساخته فرهنگستان اگر در آن زمان برای تقی زاده، با آن ذهن و زبان مأنوس با کلام و فرهنگ عربی، اسباب تفریح و تعجب بوده، امروزه برای هر فارسی زبانی آشنا و مفهوم است. شاید آن نامه اداری پیش از بنیاد فرهنگستان چنین نوشته می شد: «متعاقب این مرقومه دوسیه شخص فوق الذکر را که کپیہ اوراق مصدق با اصل در آن مضبوط است لفا ارسال می شود تا از آنها فهرست محمولات صادره و وارده را که علی المراتب تحریر شده ممیزی نمایید».

امروزه ما از خواندن متن اخیر شاید بیشتر مجبور «به تلاوت اعوذ بالله من الشیطان» شویم!

- (۱) تاریخ و فرهنگ ایران، محمدی ملایری، همان، ص ۷.
- (۲) همان جا، ص ۱۴۹-۱۵۰.
- (۳) همان جا، ص ۵۶.
- (۴) همان جا، ص ۱۶۳-۱۶۴.
- (۵) «لرزم حفظ فارسی فصیح»، مجله یادگار، همان، ص ۲۹.
- (۶) سخن، ش ۱۱-۱۲، ص ۱۱۳.
- (۷) «روزنامه» ترجمه newspaper انگلیسی است که پیش از آن نیز آن را «کاغذ اخبار» ترجمه کرده بودند.
- (۸) سخن، همان، ش ۱۱-۱۲، ص ۱۱۲-۱۱۳.
- (۹) «لرزم حفظ فارسی فصیح»، مجله یادگار، همان، ص ۲۰.

ماهنامه پژواک

www.pezhvak.com

(408) 221-8624



## ادامه مطلب چرا مدیتیشن... از صفحه ۳۳

امروزه مدیتیشن یا مراقبه به یکی از محبوب ترین راه های کاهش استرس در میان افشار مختلف مردم تبدیل شده است. قدیمی ترین مدرک مستند در مورد مراقبه، هنرهای دیواری در شبه قاره هند از حدود ۳۵۰۰ تا ۵۰۰۰ سال قبل از میلاد می باشد که افراد به حالت نشسته در حالت مدیتیشن با چشمان نیمه بسته نقاشی شده اند. این عمل دیرینه برحسب نیازهای مختلف افراد می تواند به شکل های مختلفی انجام شود. برداشت شخصی من به عنوان فردی که راههای مختلف مدیتیشن را امتحان کردم این است که هر کس می تواند از این ابزار قدرتمند به شکلی استفاده کند و ممکن است اگر راهی برای فردی بنا به احتیاجات شخصی و شخصیت فردی کار آمد داشته باشد، ممکن است برای دیگری مفید نباشد. مهم است که به دنبال ابزاری باشید که در حین اینکه به سلامتی شما کمک می کند، بتوانید با انجام آن فراز و نشیب ها و چالش های اجتناب ناپذیر زندگی را به روشی سالم پشت سر بگذارید.

باتوجه به مطالب گفته شده، دوری از موقعیت های استرس زا (استرس مزمن) و آرام کردن سیستم عصبی بدن، یکی از کلیدهای سلامتی جسمی و روانی ما می باشد. با یادگیری آرامش جسم و روان، استرس جسمی و روحی ما کاهش یافته و این امر شادابی زیادی را برای ما به ارمغان می آورد. این شادابی و آرامش خاطر به ما قدرت بیشتری می دهد تا با چالش های روزانه خود به شکلی صحیح و در حین آرامش برخورد کنیم.

برای روشن شدن مطلب، ذهن خود را همچون دریاچه ای تصور کنید، دریاچه ای آرام با آبی زلال و شفاف. در هنگام آرامش دریاچه، ما حتی قادر به دیدن سنگ ریزه های ته دریاچه می باشیم. درست مانند زمانی که ذهن ما آرام است و ما با تمام وجود به لحظه حال و اوضاع اطراف خود تسلط داریم و این حضور تمام و کمال سبب می شود که ما تصمیمات درستی را در راستای موقعیت های پیش آمده بگیریم. حال اگر داخل این دریاچه سنگ ریزه ای بیندازیم. چه اتفاقی می افتد؟ به محض برخورد اولین سنگ ریزه به سطح آب، موج هایی تولید می شود و حرکت این امواج در سطح دریاچه به شکل دایره وار، شفافیت و وضوح آب را به هم می زند و هرچه این کار ادامه پیدا کند وضوح دید ما کمتر

می شود. این دریاچه ناآرام درست مانند ذهنی است که درگیری های بسیاری داشته باشد و افکار بسیاری در آن وارد شود. بخصوص اگر این افکار با تنش و استرس زیاد همراه باشد. این ناآرامی ذهنی سبب می شود ما تسلط خود را بر موقعیت های مختلف از دست بدهیم و تصمیمات نادرستی در طول زندگی بگیریم و در انتها دچار بیماریهای زیادی بشویم. اگر هدف ما از انجام مدیتیشن کم کردن استرس و تنش های فکری، آرام کردن سیستم عصبی بدن، تنظیم کردن امواج مغزی و حضور به موقعیت های مختلف و در اصل تسلط بر خویشتن، خویش باشد، می توانید برحسب نیاز خود راههای مختلف که در ادامه به آن اشاره خواهد شد را تجربه کنید. شاید در موقعیت هایی، شما برای پائین آوردن استرس خود فقط لازم است محلی را ترک کنید. شاید زمانی لازم است همراه با نفس های عمیق به حرکات های موزون و یا رقص تند بپردازید و شاید لازم است بدوید و یا حتی آرام نشسته و با نفس های خود ارتباط برقرار کرده و دوباره بر خویشتن خویش تسلط یابید. بنابراین مهم است که انواع ابزارهای کاهش استرس را در اختیار داشته باشید تا نسبت به اوضاع و حال و هوای خود از این ابزارها برای کاهش استرس خود بهره مند شوید.

## انواع مدیتیشن

**تصاویر هدایت شونده:** زمانی که در موقعیت استرس زا قرار می گیرید. با چند دم و بازدم عمیق خود را در محیط و یا صحنه ای زیبا و آرامش زا تصور کنید. شاید بتوانید خود را در یک ساحل با ماسه های تمیز و روشن تصور کنید که با پای برهنه بر روی این ماسه ها راه می روید و رایحه دل نشینی بینی شما را نوازش می دهد و رطوبت امواج دریا را بر تن و صورت خود لمس کنید. به نفس کشیدن های عمیق ادامه دهید. هرچه جزئیات این صحنه ها بیشتر باشد و شما خود را در آن صحنه ها بیشتر تجسم کنید. آرامش بیشتری را حس خواهید کرد. این آرامش سطح تولید امواج آلفا را در مغز شما بالا برده و باعث کاهش هورمون استرس نیز می شود.

**تنفس های عمیق همراه با تکرار مانترا:** با تکرار کلمه های کلیدی و قدرتمند نه تنها ذهن خود را آرام کرده و تاثیر مثبت بر آرامش ذهنی و سیستم عصبی بدن گذاشته، بلکه این کلمات به شما

## ادامه مطلب سبز مثل طوطی... از صفحه ۲۳

می گوید: «خیالتان راحت باشد. من دیگر استاد شده ام. اگر هم یکیش را توصیه بکنند بالهاس را می بینم. یکی یکی، اگر یکیش، ته یک پرش حتی سبز سبز نبود می فهمم که کلاغ است. تازه نوکش چی؟ طوطی ها که، می دانید، نوکشان کج است، یک جور خوش ریختی کج است که آدم از دور هم که ببیند می فهمد طوطی است.»

می گویم: «حسن آقا تو را به خدا...» کلاهش را می گذارد سرش دستی تکان می دهد، یعنی که خونسرد باشید، یا که به من اعتماد داشته باشید. می گویم: «بس اقلا این دفعه گوشت را هم باز کن.» می ایستد، خیره نگاهمان می کند، همان طور که حسین آقا حتما نگاهش خواهد

زنبورها را مجبور کرده ایم از گلهای سمی غسل بیاورند... و گنجشکی که سالها بر سیم برق نشسته از شاخه های درخت می ترسد. ما بن بگو چگونه بخندم، هنگامی که دور لبهام را مین گذاری کرده اند. ما کاشفان کوچه های بن بستیم... حرفهای خسته ای داریم. این بار... پیامبری بفرست که گوش کند.

بر نفس خود و مشاهده کردن حس و حال و عضلات خود، بدن و ذهن خود را آرام کنید. در صورت انجام این تمرین روزانه و مرتب، کم کم ذهن شما عادت به آرام شدن در لحظه می کند. امواج مغزی شما تنظیم می شود و در اصل ما در لحظه حضور داشتن را تجربه خواهیم کرد. با مهارت پیدا کردن به این نوع مدیتیشن شما می توانید حتی در زمانهای پراسترس، تنش زا و عصبانیت با چند نفس عمیق بر شرایط تسلط پیدا کنید.

**آغوش گرفتن شریک زندگی و یا فردی که به شما آرامش می دهد:** یکی از راههای کاهش استرس، لمس شدن و درآغوش کسی آرامش گرفتن است. هورمون اکسی توسین که به عنوان هورمون عشق نیز شناخته می شود، تسکین دهنده سریع استرس می باشد. این لمس جسمی و ترشح هورمون اکسی توسین باعث ایجاد شادی و پائین آمدن سطح استرس می شود. چگونه می توانیم مدیتیشن، این ابزار قدرتمند برای کاهش استرس را وارد برنامه زندگی خود کنیم؟ این مطلبی است که در ماه آینده به آن اشاره خواهد شد.

به امید اینکه شما خوانندگان عزیز با خواندن مطالب ذکر شده مدیتیشن را جزء برنامه های زندگی خود قرار دهید و سال جدید را با افکار و برنامه های نو شروع کرده و خود خالق لحظات زندگی خویش باشید و از آن لذت ببرید.

تقدیم با عشق و احترام

## ادامه مطلب منطقه فضول آباد... از صفحه ۱۹

ماشین قبلی ما روشن نشده بود، آمدند با وسایلی که دارند باتری ماشین ما را روشن کردند. گاهی ما کلید صندوق پست مان جا می گذاریم، می آورند به ما می دهند. گاهی که می بینند ما داریم کیسه زباله مان را می بریم که در جعبه بزرگ آشغالی بیندازیم از دستمان می گیرند. یادمه آخرین بار دختری ویتنامی زنگ خانه ما را زد و گفت که کلید ماشین را توی در خانه تان جا گذاشتید. طی این دو دهه اقامت در این محل هم ما که ندیدم بین همسایه ها درگیری، اختلاف و بزن بزن و داد و فریاد راه بیفتد و اعصاب ما را کسی وجود. ما با این حساب مثل ناصر خسرو ناله نمی کنیم و نمی گوئیم آورده کرد کژدم غربت جگر مرا و به قول جنوبی ها دور همه همسایه ها می گردیم.

## ادامه مطلب چگونه با دوستی... از صفحه ۵۰

آن‌ها امید و انگیزه و قدرتی را ببخشم که برای زنده ماندن به آن نیاز دارند. به عنوان یک درمانگر از این فرصت برخوردارم که همواره از بیماران، دوستان و عزیزانم سؤال‌های سختی درباره افسردگی و خودکشی بپرسم. از آنها می‌پرسم که دقیقاً با یأس و نومیدی خود چه می‌کنند. با آنها پرسش‌هایی را در میان می‌گذارم که دیگران از طرح‌شان پرهیز می‌کنند و دقیقاً همین پرسش‌ها است که می‌تواند زندگی یک نفر را نجات دهد. پیشنهاد می‌کنم که شما هم همین کار را بکنید. کنجکاو باشید. سؤال کنید، حمایت کنید و به آنها بفهمانید که محبوب هستند.

دست مرد بروی کمر زن معلوم بود! چشمش به تصویر دست مرد افتاد. دلش دود کرد، یاد دوران نامزد بازی افتاد. از تنهایی خسته شده بود. دختر و پسر زیر دوش بلند بلند داشتند حرف می‌زدند. تلفن را برداشت. ایران را گرفت. زنی گوشه را برداشت. زن دچار حیرت شد، پرسید: «مگر آنجا را فروخته اند؟» گفت: «نه!» گفت: «پس شوهرم کجاست؟» گفت: «اولا شوهر شما نیست و شوهر منه، ثانيا خوابه و ثالثا نمی‌خواد با شما حرف بزنه!»

زن حیرت زده ناله ای کرد و مثل ساختمانی که خراب شده باشد جلو آینه روی زمین ولو شد. از صدای شکستن آینه دختر دوید توی اتاق مادر. زن از حال رفته بود. دختر تلفن را برداشت و شماره ۹۱۱ را گرفت.

بگذریم، بالاخره گرین کارت ما جور شد و از وطن زدیم بیرون و حالا دو دهه است در یک مجتمع مسکونی در فریمان زندگی می‌کنیم. در مجتمع ما، آمریکایی، هندی، مکزیکی، ویتنامی، چینی و افغانی و غیره زندگی می‌کنند، ایرانیان هم ما هم. گرچه ما با اغلب آنها آشنایی چندانی نداریم اما همه آنها با ما برخورد مثبت و مهرآوری دارند. حداقلش این است که برای ما دست تکان می‌دهند و یا اگر دیدند ما خرید سنگینی داریم و باید از اتومبیل تا خانه مان حمل کنیم، می‌آیند کمک یا دست کم می‌گویند کمک لازم ندارید؟ اگر مشکل کامپیوتری یا آی‌پدی داشته باشیم نیز به دختر و پسر جوان از دو خانواده افغان فوری می‌آیند و با مهارت مشکل ما را حل می‌کنند. تا حالا چندبار

و حالا به داستان خودم بازمی‌گردم، یعنی به او، به کسی که نمی‌توانم به نامش اشاره کنم، چون حتی اکنون، همچنان بخشی از وجودم در تقلا است که از زیر بار فشار انجمن سرّی خودکشی بیرون آید، چیزی که می‌توان آن را کانون دوستان و بستگان نامید. تقریباً یک سال است که از این انجمن فاصله گرفته‌ام اما هنوز به تماس‌های بستگانم پاسخ می‌دهم. هرچه باشد من هم نیاز دارم که از خودم مراقبت کنم. قلبی گرم و مهربان می‌خواهم که مراقب فرزندانم باشد و ناتوانی‌ام در کمک به او را ببخشد. و سرانجام، به سینه‌ای گشاده محتاجم تا به بیمارانم گوش بسپارم و به

آنها هنوز سرگرم خود بودند. پای خسته اش را که یک روز تمام ایستاده بود، از توی کفش هایش درآورد. طوری آن را پرت کرد که به در اتاق خواب دختر خورد. برای چند لحظه سکوتی برقرار شد. دختر به پسر گفت: «اهمیتی ندارد، مادرم است.» دوباره مشغول شدند.

زن عصبی، خسته، غمگین، توی اتاق خوابش خزید. باز هم صدا آمد. چند مشت گرمب گرمب به دیوار کوفت، باز سکوت برقرار شد. صدای شرشر آب حمام بگوش زن رسید. بلند شد به طرف آینه رفت به چین و چروک زودرس صورتش خیره شد. به عکسی که بالای گوشه سمت چپ آینه چسبانده بود نگاه کرد. این عکس را سال‌ها پیش در یک عروسی با شوهرش گرفته بود اما برای اینکه عکس شوهر را هر روز نبیند آن را با قیچی بریده بود. اما عکس

## ادامه مطلب یک سینه سخن... از صفحه ۸

دختر از اتاق خارج شد لباس جلفی پوشیده بود. پدر زیر چشمی نگاهی به دخترش انداخت. اینبار جرات نکرد چیزی بگوید. زن به سر کار خود و دختر به مدرسه رفت.

مرد مغرور سابق چنان ساکت شده بود که انگار نه انگار مردی در خانه هست. دیگر حوصله به دنبال کار گشتن را هم نداشت. علی آقا و سایر دوستان از ترس زن جرات نداشتند سراغ او بیایند. زن حساب مشترک بانکی را بسته بود و حساب جدیدی تنها به نام خودش باز کرده بود. مرد هرچه اصرار و التماس کرد که این پول را از ایران آورده ام، مال خودم است، زن گفت: «اولا مال خودت نیست مال هر دوی ماست، ثانيا اگر به نام تو باشه، میری همه اش را عرق می‌خوری!»

مرد نامه ای به برادرش نوشت و ضمن شرح ماجرا از او خواست که در تلاش فرار از آن جهنم نباشد زیرا اگر در وطن بیرون از خانه جهنم است، اینجا توی خانه هم جهنم است و بعد اندکی پول خواست.

وقتی کاغذ برادر به همراه حواله یکهزار دلاری از ایران رسید مرد را به بیمارستان روانی برده بودند. زن کاغذ را باز کرد، حواله را برداشت و کاغذ را پاره پاره کرد. شنیده بود که باید برای طلاق وکیل بگیرد. با وکیلی که مشتری آرایشگاه او بود، مشورت کرد. وکیل راه و چاه را به او نشان داد. نامه های دادگاه را هم که به عنوان شوهر می‌آمد امضاء می‌کرد اما نشان شوهر نمی‌داد. بار سوم که شوهر در دادگاه حاضر نشد حکم طلاق غیابی صادر شد و روزی که مرد از بیمارستان روانی مرخص شد، طلاقنامه را به دستش دادند.

مرد یک لحظه آرام و فرار نداشت. به برادرش تلفن کرد. برادر گفت: «پول و نامه برایت فرستاده ام.» به سراغ زنتش پرت زن حواله هزار دلاری را توی صورتش پرت کرد. مرد سراغ گذرنامه اش را گرفت، گم شده بود. هرچه خواهش و التماس کرد، زن گفت: «نمی‌دانم چه شده.»

دیگر طاقت مرد طاق شده بود. از برادرش خواست که به نشانی علی آقا برایش بلیت بازگشت به ایران را بفرستد. دو هفته بعد بلیت رسید. مرد به واشنگتن پرواز کرد. ماجرای خود را برای دفتر حفاظت شرح داد. کاغذی به او دادند و از همانجا به سوی ایران پرواز کرد.

پنج سال گذشت. زن خسته از سر کار به خانه رسید. از توی اتاق دختر صدای ماچ و بوسه می‌آمد. دخترک با بوی فرندش مشغول بود. مادر چند تا سرفه کرد، اما

زن، نگران حال شوهر به سراغ دختر رفت با کلامی ملامت بار پرسید: «دختر جان این چه کاری بود کردی؟ اگر کسی بایست تلفن می‌زد من بودم نه تو.» دختر فریاد زد: «مامی اگر بیشتر از این اذیت کنی، به ۹۱۱ زنگ می‌زنم بیایند تو را هم ببرند.» زن سکوت کرد. از اتاق خواب دختر بیرون رفت. علی آقا زنگ زد. دختر گوشه را برداشت و گفت: «هلو؟» بعد به مادر گفت: «مامی تلفن را بردار، علی...» زن با علی صحبت کرد. اول گله کرد که «علی آقا شما به شوهر من مشروب دادید، پلیس او را برد.» علی آقا گفت: «خانم، اولاً بنده مشروب به او ندادم خودش خورد، ثانيا او را به علت عرق خوری به زندان نبرده اند. این دسته گل را دخترتان به آب داده. حالا باید به فکر باشید که او را از زندان بیرون بیاورید. ۱۵۰۰ دلار می‌خواهند. منکه ندارم. مگر خودتان تهیه کنید.» زن قبول کرد علی آقا بیاید او را ببرد که مرد را آزاد کنند.

مرد را که از زندان بیرون آوردند، مات و مبهوت به در و دیوار نگاه می‌کرد. زن جلو نشست و علی آقا رانندگی می‌کرد. زن شروع به سخنرانی کرد: «دیدی باز هم خودم از زندان درت آوردم؟ هیچکدام از رفیقای عرق خورت یک قدم جلو نگذاشتند. تا تو باشی که دست روی زنت بلند کنی.»

مرد مثل ساختمانی که خراب شده باشد روی صندلی عقب ولو شده بود، اصلاً حرفهای زن را نمی‌شنید. چنان شکسته بود که هیچ مومیایی کارگر نبود. چشمهایش گود نشسته گوئی هیچ چیز را نمی‌دید و هیچ صدایی را نمی‌شنید. گاهی زیر لب تکرار می‌کرد: «دختر پتیاره، زینکه سلیطه.»

زن رو به علی آقا کرد و گفت: «بسم الله الرحمن الرحیم، یه دیوونه کم داشتیم که دیوونه هم شده داره با خودش حرف می‌زنه!» علی آقا لب زیزینش را به دندان گزید که یعنی ساکت باش حالش خوب نیست.

به خانه که رسیدند خشم غم انگیزی بر چهره مرد پیدا بود. علی آقا آمد جلو خداحافظی کرد اما مرد حتی جواب خداحافظی او را هم نداد فقط سرش را تکان داد. چنان درهم و شکسته بود که پنداشتی سالهاست گرفتار بیماری روحی شده است. علی آقا رفت و مرد روی میلی که دیشب خوابیده بود نشست. زن چای درست کرد. مرد چای را که زن جلویش روی میز گذاشته بود ندید. چای سرد شد، زن خاموش، مرد خاموش.



## ادامه مطلب شوهرم... از صفحه ۲۸

سر جیب شوهرم بودم، همان شوهر سابقم، و کندوکو می کردم و شوهرم از در رسید. درست همانطور خشکم زده بود. دوباره از عرق خیس شدم. سرم را پائین انداختم و وقتی به هزار زحمت سرم را بلند کردم، بچه‌ام دوباره راه افتاده بود و چیزی نمانده بود که به تخمه کدوئی برسد. کار من تمام شده بود. بچه‌ام سالم به آنطرف خیابان رسیده بود. از همانوقت بود که انگار اصلا بچه نداشتیم. آخرین باری که بچه‌ام را نگاه کردم، درست مثل این بود که بچه مردم را نگاه می کردم. درست مثل یک بچه تازه پا و شیرین مردم به او نگاه می کردم. درست همانطور که از نگاه کردن به بچه مردم می شود حظ کرد، از دیدن او حظ کردم. به عجله لای جمعیت پیاده‌رو پیچیدم. ولی یک دفعه به وحشت افتادم. نزدیک بود قدم خشک بشود و سر جابم میخکوب بشوم. وحشتم گرفته بود که مبادا کسی زاغ سیاه مرا چوب زده باشد. ازین خیال موهای تنم راست ایستاد و من تندتر کردم. دو تا کوچه پائین‌تر، خیال داشتم توی پس کوچه‌ها بیندازم و فرار کنم. به زحمت خودم را بدم کوچه رسانده بودم که یکهو، یک تاکسی پشت سرم توی خیابان ترمز کرد. مثل اینکه الان مچ مرا خواهند گرفت. تا استخوان هایم لرزید. خیال می کردم پاسبان سر چهار راه که مرا می‌پایند توی تاکسی پریده و حالا پشت سرم پیاده شده و الان است که مچ دستم را بگیرد. نمیدانم چطور برگشتم و عقب سرم را نگاه کردم و وارفتم. مسافره‌های تاکسی پول شان را هم داده بودند و داشتند می رفتند. من نفس راحتی کشیدم و فکر دیگری به سرم زد. بی‌اینکه بفهمم و یا چشمم جایی را ببیند پریدم توی تاکسی و در را با سر و صدا بستم. شوهرم فرقی کرد و راه افتاد. و چادر من لای درتاکسی مانده بود. وقتی تاکسی دور شد و من اطمینان پیدا کردم، در را آهسته باز کردم. چادرم را از لای آن بیرون کشیدم و از نو در را بستم. به پشتی صندلی تکیه دادم و نفس راحتی کشیدم. و....

خلوت بود. از وسط خیابان تا آن ته‌ها اتوبوسی و درشک‌های پیدا نبود که بچه‌ام را زیر بگیرد. بچه‌ام دو سه قدم که رفت برگشت و گفت: «مادل، تیسیمس هم داله؟» گفتم: «آره جونم. بگو ده شاهی کیشمیش بده.» و او رفت. بچه‌ام وسط خیابان رسیده بود که یکمرتبه یک ماشین بوق زد و من از ترس لرزیدم. و بی این که بفهمم چه می‌کنم، خودم را وسط خیابان پرتاب کردم و بچه‌ام را بغل زدم و توی پیاده‌رو دویدم و لای مردم قايم شدم. عرق از سر و رویم راه افتاده بود. و نفس نفس می‌زدم بچه‌م گفت: «مادل، چطول سدس؟» گفتم: «هیچی جونم. از وسط خیابون تند رد میشن. تو یواش می رفتی نزدیک بود بری زیر هوتول.» این را که می‌گفتم نزدیک بود گریه‌ام بیفتد. بچه‌ام همانطور که توی بلغم بود گفت: «خب مادل منو بزال زمین. ایندغه تند میلم.» شاید اگر بچه‌م این حرف را نمیزد من یادم رفته بود که برای چه کار آمده‌ام. ولی این حرفش مرا از نو به صرافت انداخت. هنوز اشک چشم‌هایم را پاک نکرده بودم که دوباره به یاد کاری که آمده بودم بکنم، افتادم. به یاد شوهرم که مرا غضب خواهد کرد، افتادم. بچه‌م را ماچ کردم. آخرین ماچی بود که از صورتش بر میداشتم. ماچش کردم و دوباره گذاشتمش زمین و باز هم در گوشش گفتم: «تند برو جونم، ماشین میادش.» باز خیابان خلوت بود و این بار بچه‌ام تندتر رفت. قدم‌های کوچکش را به عجله بر میداشت و من دو سه بار ترسیدم که مبادا پاهایش توی هم بپیچد و زمین بخورد. آن طرف خیابان که رسید برگشت و نگاهی به من انداخت. من دامن‌های چادرم را زیر بغلم جمع کرده بودم و داشتم راه می‌افتادم. همچو که بچه‌ام چرخید و بطرف من نگاه کرد، من سر جابم خشکم زد. درست است که نمی‌خواستم بفهمم من دارم در میروم ولی برای این نبود که سر جابم خشکم زد. مثل یک دزد که سر بزنگاه مچش را گرفته باشند شده بودم.

خشکم زده بود و دست‌هایم همانطور زیر بغل هایم ماند. درست مثل آن دفعه که

شکلک در می‌آورد و حرف می‌زد، گرم اختلاط و خنده شده بود. اما من نه به او محل می‌گذاشتم نه به بچه‌ام که هی رویش را به من می‌کرد. میدان شاه گفتم نگهداشت. وقتی پیاده می‌شدیم بچه‌ام هنوز می‌خندید. میدان شلوغ بود و اتوبوس‌ها خیلی بودند. و من هنوز وحشت داشتم که کارم را بکنم. مدتی قدم زدم، شاید نی مساعت شد. اتوبوس ها کمتر شدند. آمدم کنار میدان. ده شاهی از جیبم در آوردم و به بچه‌ام دادم. بچه‌ام هاج و واج مانده بود و مرا نگاه می کرد. هنوز پول گرفتن را بلد نشده بود. نمی دانستم چطور حالی‌ش کنم. آنطرف میدان یک تخم کدوئی داد میزد. با انگشتم نشانش دادم و گفتم «بگیر. برو قاقا بخر. ببینم بلدی خودت بری بخری.» بچه‌ام نگاهی به پول کرد و بعد رو به من گفت: «مادل تو هم بیا بلیم.» گفتم: «نه من اینجا وایسادم تورو می‌یام. برو ببینم خودت بلدی بخری.» بچه‌ام باز هم به پول نگاه کرد. مثل اینکه دودل بود. و نمی دانست چطور باید چیز خرید. تا به حال همچو کاری یادش نداده بودم. بربر نگاهم می کرد. عجب نگاهی بود! مثل اینکه فقط همان دقیقه دلم گرفت و حالم بد شد. حالم خیلی بد شد. نزدیک بود منصرف شوم. بعد که بچه‌ام رفت و من فرار کردم و تا حالا هم، حتی آن روز عصر که جلوی در و همسایه‌ها از زور غصه گریه کردم، هیچ اینطور دلم نگرفت و حالم بد نشد. نزدیک بود طاقتم تمام شود. عجب نگاهی بود! بچه‌ام سرگردان مانده بود و مثل اینکه هنوز می‌خواست چیزی از من بپرسد. نفهمیدم چطور خود را نگهداشتم. یکبار دیگر تخمه کدوئی را نشانش دادم و گفتم: «برو جونم. این پول را بهش بده، بگو تخمه بده، همین. برو باریکلا.» بچه‌م تخم کدوئی را نگاه کرد و بعد مثل وقتی که می‌خواست بهانه بگیرد و گریه کند گفت: «مادل، من تخمه نمی‌خام. تیسیمس میخام.» من داشتم بیچاره می‌شدم. اگر بچه‌ام یک خرده دیگر معطل کرده بود، اگر یک خرده گریه کرده بود، حتما منصرف شده بود. ولی بچه‌ام گریه نکرد. عصبانی شده بودم. حوصله‌ام سر رفته بود. سرش داد زد: «کیشمیش هم داره. برو هر چی می‌خوای بخر. برو دیگه.» و از روی جوی کنار پیاده‌رو بلندش کردم و روی اسفالت وسط خیابان گذاشتم. دستم رابه پشتش گذاشتم و یواش به جلو هولش دادم و گفتم: «ده برو دیگه دیر میشه.» خیابان

می‌خواستمش چه بکنم؟ چشم شوهرم کور، اگر باز هم بچه‌دار شدم برود و برایش لباس بخرد. لباسش را تنش کردم. سرش را شانه زدم. خیلی خوشگل شده بود. دستش را گرفته بودم و با دست دیگرم چادر نمازم را دور کمرم نگهداشتم بودم و آهسته آهسته قدم برمی داشتم. دیگر لازم نبود هی فحشش بدهم که تندتر بیاید. آخرین دفعه‌ای بود که دستش را گرفته بودم و با خودم بکوجه می‌بردم. دو سه جا خواست برایش قاقا بخرم. گفتم: «اول سوار ماشین بشیم بعد برات قاقا هم می‌خرم.» یادم است آن روز هم مثل روزهای دیگر هی از من سؤال می کرد. یک اسب پایش توی چاله جوی آب رفته بود و مردم دورش جمع شده بودند. خیلی اصرار کرد که بلندش کنم تا ببیند چه خبر است. بلندش کردم و اسب را که دستش خراش برداشته بود و خون آمده بود دید. وقتی زمینش گذاشتم گفت: «مادل - دسس اوخ سده بوس.» گفتم: «آره جونم حرف مادرشو نشینده، اوخ شده.» تا دم ایستگاه ماشین آهسته آهسته می‌رفتم. هنوز اول وقت بود و ماشین‌ها شلوغ بود. من شاید نیم ساعت توی ایستگاه ماندم تا ماشین گیرم آمد. بچه‌ام هی ناراحتی می‌کرد و من داشتم خسته می‌شدم. از بس سؤال می‌کرد حوصله‌ام را سر برده بود. دو سه بار گفتم: «پس مادل چطول سدس؟ ماسین که نیومدس. پس بلیم قاقا بخلیم.» و من باز هم برایش گفتم که الان خواهد آمد. و گفتم وقتی ماشین سوار شدیم قاقا هم برایش خواهیم خرید. بالاخره خط هفت را گرفتیم و تا میدان شاه که پیاده شدیم بچه‌ام باز هم حرف می‌زد و هی می‌پرسید.

یادم است یک بار پرسید: «مادل تجمایلم؟» من نمی‌دانم چرا یک مرتبه بی‌آنکه بفهمم، گفتم: «میریم پیش بابا.» بچه‌ام کمی به صورت من نگاه کرد. بعد پرسید «مادل، تدموم بابا؟». من دیگر حوصله نداشتم. گفتم: «جونم چقدر حرف می‌زنی! آگه حرف بزنی برات قاقا نمی‌خرم. ها!» حالا چقدر دلم می‌سوزد. این جور چیزها بیشتر دل آدم را می‌سوزاند. چرا دل بچه‌ام را در آن دم آخر اینطور شکستم؟ از خانه که بیرون آمدم با خود عهد کرده بودم که تا آخر کار عصبانی نشوم. بچه‌ام را زنم. فحشش ندهم و باهاش خوش رفتاری کنم. ولی چقدر حالا دلم می‌سوزد! چرا اینطور ساکتش کردم؟ بچه‌م دیگر ساکت شد و با شاگرد شوهر که برایش

## ادامه مطلب مشقی تازه در... از صفحه ۱۹

◆ فیلسوفی از گناهان خود توبه کرد. همان روز ریش خود را تراشید. گفتند: «چرا چنین کردی؟» گفت: «از برای آن که ریشم در معصیت بلند شده بود.»

◆ وقتی مرحوم میرزا علی اصغر خان اتابک در انجمن سادات اخوی قصیده‌ای می‌خواند که مطلعش این است:

من نگویم که من سخنرانم  
بلکه در قالب سخن جانم  
تا اینجا که گفتم:  
نیستم ریزه خوار خان کسی  
کائنات است جمله مهمانم  
ظریفی برخاست و گفت:  
یکی از جمله کائنات منم  
خانه میزبان نمی‌دانم  
اتابک را خوش آمد و پانصد ریال بدو عطا کرد.

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

سرور، میگریستند. مراسم عقدکنان انجام شد و فریدون دست خواهرش را به دست کسی گذاشت که از برادر برایش عزیز تر بود. در آن مراسم، همه با آنکه از زندانی شدن عمه زری ابراز ناراحتی می کردند اما ته دلشان هم از اینکه در این مراسم حضور ندارد خشنود بودند.

عروسی گلرخ و پرویز در خانه پرویز برپا شد. تا آنجا که ممکن بود غوغایی در محله بود. همه اهل محل شریک آن عروسی بودند. آنقدر رفت و آمد و میهمان زیاد بود که صدا به صدا نمی رسید. تا بامداد جشن ادامه داشت و همه محله بیدار و در عروسی حاضر بودند. همه اقوام دو طرف، در مهمانی بودند. پریش به اجبار به عروسی آمده بود و بامداد که عروس و داماد داشتند به حجله میرفتند با غمی بزرگ گریه ای از ته دلش ترکید و با صدایی بلند به گوش همه رسید. دانسته بود که آن دو اتاق طبقه بالا که اینک حجله گلرخ است، زمانی برای ورود و زندگی او آب و جارو شده بود. برای نخستین بار بود که در میان گریه ها و نفرین هایش فریاد زد: «خدا چیکارت کنه ماملان- این اتاق ها مال من بودند و تو از من گرفتی» و دیگر نتوانست در آن خانه بماند. بدون پرسش از کسی بدو از خانه بیرون آمد و با اتومبیل خود به خانه برگشت.

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

در رقابتی که شامل علی کریمی، مصطفی آجرلو، کیومرث هاشمی و شهاب الدین عزیزی خادم این سپاه پاسداران بود که نماینده خود یعنی آقای عزیزی خادم را به ریاست فدراسیون فوتبال نشانند، او از کجا آمده بود و از کجا حمایت می شد هنوز در هاله ای از ابهام است. در هر حال هیات رئیسه فدراسیون فوتبال هم با ترکیبی از اعضا جدید آغاز به کار کرد.

در اولین گام تیم ایران از میزبانی بازیهای آسیا حذف شد. فدراسیون بین المللی فوتبال ایران را فاقد امکانات و قواعد لازم برای میزبانی اعلام کرد. یکی از مشکلات بزرگ را ندادن بانوان به ورزشگاه ها ذکر شده است. تیم ایران برای انتخاب شدن به جام جهانی باید تمامی بازیهای خود را با پیروزی به پایان برد، در حالی که از حق میزبانی بازیها محروم است.

و خدمت یک تن لش را کردم که دیگر رئیس حسابداری نیست. دلم برای همه پاچه خواری های بی موردی که کرده بودم سوخت. نحسی سیزده به در من را گرفت، آن هم در بیرون از خانه.

چون شاکی خصوصی نبود، آقا جون تا می توانست تلاش کرد تا زری را از محکومیت تبرئه کند اما نتوانست کار زیادی برایش بکند که البته اگر فریدون و یا خود او یا شوهر سابق زری شکایت می کردند، محکومیتش بسیار بیشتر از این می شد.

اینبار پریشو جانشین زری شده بود و روز و شب، همه را نفرین می کرد. همه اهل خانه از دستش به تنگ آمده بودند. اما برو بیا و شور و غوغای عروسی گلرخ، بر کج خلقی ها و نفرین و ناله های پریشو سایه افکنده بود و افکار را از پریشانی درمیآورد.

با آنکه فریدون خانه پدری را برای خود تحریم کرده بود، ولی به خاطر عروسی گلرخ نمی توانست بر سر قصد خود پا بپند بماند. در عقدکنان خواهرش که در خانه پدر بود، با دسته گلی به بزرگی نیمی از اتاق و با سینه ریزی به اندازه یک مشت بسته وارد خانه پدر شد که پدر با دیدن او آنچنان تحت تاثیر قرار گرفت که بی صدا اشک هایش سرازیر شدند. فریدون را در آغوش گرفت به سینه فشرد و تا مدتی از سینه اش جدا نمی کرد. وجهیه خانم با آن قلب مهریانش با دیدن چشمان اشکبار آقا جون و به آغوش کشیدن فرزند، نتوانست جلوی احساسات خود را بگیرد و با صدای بلند شروع به گریه کرد. صحنه ای بوجود آمده بود پر از عاطفه. همه در عین خوشحالی و

سرانجام پس از کشمکش داخلی و فراموشی و بین المللی درباره اساسنامه فدراسیون فوتبال در جلسه مجمع عمومی در آذرماه ۱۳۹۹ اساسنامه جدید فدراسیون فوتبال که پیش از این مورد تایید فیفا و وزارت ورزش و جوانان قرار گرفته بود با رای قاطع به تصویب رسید تا فضا برای برگزاری ریاست فدراسیون آغاز شود. انتخابات با نام نویسی کاندیدها شکل گرفت، از فوتبالی ها علی کریمی و مهدی مهدوی کیا هم آمده بودند، اما در میان شگفتی کریمی با همه صداقت و محبوبیتش فقط نه رای آورد و آخر شد. جالب این بود که کاپیتان تیم ملی آقای صفی پور هم به او رای نداد. بهرحال کریمی از جلسه بیرون رفت و بعدها اثاث و اثاثیه خود را جمع کرد و از ایران مهاجرت کرد. کجا؟ هنوز کسی نمی داند!

اسفند مرخصی بودی و به اداره نیامدی. ضحاک عوض شده و دیگر رئیس حسابداری نیست.» زمین وزمان دور سرم چرخید. من گفته بودم که در خانه ماندن روز سیزده به در اصلا نحس نیست. یک روز تمام حمالی

## ادامه مطلب سیزده به در... از صفحه ۲۷

در دیوی کالاهای استراتیژیک منزل انواع تنباکوهای خوانسار، مغان، عرب و کاشان و همچنین طیف وسیعی از انواع میوه ای آن موجود و هر لحظه آماده سرو بوده است. با لطایف الحیل بالاخره فهمیدم که ظحاک جان من از تنباکوی خوانسار خوششان می آید و ... به یک چشم بر هم زدن قلیانی را برایش چاق کردم که بعد از تحریم کمپانی رژی توسط آیت الله شیرازی در زمان ناصرالدین شاه هیچکس موفق نشده رکورد بنده را شکسته و قلیانی چنین دیش فراهم آورد.

ضحاک بی مروت پک های چاوداری به قلیان میزد. هر لحظه احساس میکردم که حتی نقش ناصرالدین شاه که بر بنده بلوری قلیان جا خوش کرده از دست پک های ضحاک ناراحت است و همین الان است که باد فتن ناصرالدین شاه عود و در دیواره تنگ قلیان سکنه کند. به هر حال احساس کردم که پک های ضحاک جان به شماره افتاده اند و زمان برای طرح درخواستی که این همه برایش پاچه خواری کرده ام، مناسب است. گزارش مبسوطی از فهرست طلب های عقب افتاده ام رابه عرض مبارک رسانیدم. ضحاک خان در همه این مدت با گیره ظریفی که برایش آورده بودم ذغال های بالای تنباکو را جا به جا میکرد. به نظرم بدش نمی آمد که آتش را تازه کنم ولی به این نتیجه رسیدم که برای امروزش کافی است و گرنه آوردوز خواهد کرد. نکته عجیب آن بود که ضحاک اصلا هیچ اظهار نظری نمی کرد و من هم سکوت ایشان را حمل بر نجابت دانسته و امیدوار بودم در اوایل روز کاری بعد از سیزده به در، از حسابداری به من تلفن کرده و بگویند که همه طلب های معوقه به حسابم واریز شده اند.

دیگر احساس می کردم به قول نظامیان به همه اهداف از قبل تعیین شده دست یافته ام. در دل به خودم نفرین میکردم که چرا در طی این همه سال فکر میکردم در خانه ماندن روزی های سیزده به در بهتر از بیرون رفتن است. من امروز با آمدن به سیزده به در یکی از بزرگترین مشکلات زندگی را با توضیح حضوری خدمت جناب ضحاک حل کردم. پس در خانه ماندن من حتما نحس بوده و بیرون آمدن عین خوشبختی است.

نمیدانم غروبی کی وسایل مان را جمع و جور کرده و به خانه آمدم. بلافاصله به دوست نزدیکم بهروز زنگ زدم که اطلاع بدهم چگونه امروز سیزده به در موفق را داشته ام. بهروز آنقدر زبل بود که شادی صدام را تشخیص داد. شروع کردم تا ثانیه به ثانیه همه رویدادها را برایش تعریف کنم. بهروز حرفم را قطع کرد و گفت: «تو روزهای آخر

مثل فرماندهی که نقشه جنگی کشیده و اول مهماتش را چک می کند، از عیال در خصوص میزان آتش رشته و کوفته و کاهو و سبزی و میوه و ..... پرس و جو کردم که اطمینان کافی از ذخایر تسلیحات استراتیژیک دریافت و به قول ناصرالدین شاه خاطر ملوکانه مون شاد گشت.

فکر کردم برای ابراز وجود و معرفی خود در این موقعیت حساس، بردن یک کاسه آتش رشته مشکل گشا خواهد بود. عیال تمام هنر خود در رشته آتش آرای را به کار بست و چنان با نعنای داغ و کشک و سیر فراوان رویه آتش را آراست که آب از تمام لب و لوجه ام به راه افتاد و کم مانده بود که در وسط ماموریت حمل آتش به جناب ضحاک قید هر چه رئیس و مرئوس بود را بزنم و ته کاسه آتش را بالا بیاورم. سرانجام به مقصد رسیده و آستان خدمت بوسیدم. آقای ضحاک طبق معمول اداره اول کم محلی کرد ولی وقتی بوی خوش آتش رشته به دماغ مبارک رسید، گل از گلش شکفت و لبخند محوی تحویل داد. آن را اجازه جلوس تلقی و دو زانو در مقابلش نشستم. یادم می آمد که ضحاک همیشه در اداره صحبت را به تغذیه خوب و از آن مهمتر به اصطلاح اجابت مزاج کامل می کشانید. بر برند و اسامی همه قرص و کپسول های ضد یبوست تسلط وافر داشت. بچه ها برایش مضمون کوک کرده بودند که مقاله و یا به قول فرنگی ها paper مهمی در خصوص اثرات تدخین مداوم بر تعداد دستشویی رفتن مردان بالای ۵۰ ساله ایرانی برای چاپ به نشریه معتبر پزشکی Vanderbilt Medicine Magazine ارائه داده است.

نکته جالبی که بلافاصله دستگیرم شد، بی علاقه جناب ضحاک به صحبت بود. مثل مجسمه های نیمه تنه متفکران یونانی نشسته و به گمانم در خصوص مفهوم «جمهور» در فلسفه افلاطون و یا معنای «زمان واقعی» در فلسفه مارتین هایدگر فکر میکرد. من متروصد فرصتی بودم که از جناب ضحاک خواهش کنم وجوهی را که من از اداره بابت اضافه کاری های مختلفم طلب دارم دستور پرداخت صادر فرمایند. احساس کردم که زمان مناسبی برای طرح چنین درخواست مهمی نیست و باید بیشتر بر روی مدیر محترم حسابداری یعنی جناب ضحاک کار کنم. یادم افتاد که جنابشان قلیان را به صورت سرگرمی و هر از چند گاهی و به قول فرنگی های Occasional می کشند. بلافاصله به یاد قلیانی افتادم که همراه وسایل و سور و سات سیرده به در به پارک آورده بودیم. با اینکه من قلیان کش حرفه ای نبودم ولی همیشه



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

پیروزی! پیروزی! محمدشاه، نادرشاه را با یک ضربه کاتاری (قداره) (نوعی دشنه هندیان است) کشته است. به شنیدن این خبر که در تمام شهر شایع شد، مردم عادی شهر سلاح بر گرفتند و از هر طرف بر سر گروه های ایرانی ریختند و در این شورش که چهار ساعت طول کشید پنج یا شش هزار ایرانی کشته شد. اگر نادر شاه از قلعه ای که در آن بود، از ساعت هشت شب تا نیمه شب بر روی شهر آتش دائم توپ نگشوده بود، شورش بیشتر طول می کشید. اما پس از این شلیک های توپ شورش فرونشست. فردای آن روز نادرشاه که از کشته شدن سربازانش بیش از خبر دروغین مرگش متأثر شده بود دستور داد تا از بامداد طبل تجمع زدند و تمام لشکریانش فوراً سلاح بر گرفتند و در بازارهای بزرگ به جنگ پرداختند. نادرشاه خود در حالی که شمشیری برهنه در دست داشت تمام این بازارها را طی کرد. او برای سپاهیان مختلف، محله هائی از شهر را معین کرد تا آنها را تاراج کنند و به آنها گفت: «بروید رفیقان، بروید، غارت کنید، بکشید، تاراج کنید، همه چیز را بسوزانید و با مغولان خائن و بی غیرت همانگونه که شایسته آنهاست رفتار کنید.»

گلنگدن اتوماتیک و خزانه و فشارسنج و همه لوازم آن را در یک مدت زمان کوتاه چک کرده و پولشان را گرفته و رفته اند. برداشت بهروز آن است که دولت با بی توجهی در مورد کنترل بازار سلاح، دست خودش را باز می گذارد تا قتل های امنیتی را به خودکشی یا قتل از سر اختلافات خانوادگی و دعوای شخصی مرتبط کند.

«یک جوان ۲۲ ساله اهل سفر توسط افرادی ناشناس و با شلیک گلوله به قتل رسید.»، «بزشک ۶۵ ساله ای حوالی میدان ونک با شلیک گلوله جان خود را از دست داد.»، «استاد دانشگاه پیام نور در ورودی شهر فسا، به ضرب گلوله کشته شد.»، «جنازه گلوله خورده یک زن و مرد جوان در خودرو زانتیا سفید حوالی باغ پرندگان لویزان پیدا شده است.» یا «مرگ رییس شورای شهر خرم آباد مازندران با اسلحه شکاری» و بسیار بیش از اینها، قتل هایی همچون قتل حمید حاجیان هستند که با وجود دوربین های نظارتی گسترده، ممنوعیت های رسمی خرید و فروش سلاح و جو امنیتی حاکم بر ایران، هرگز حل و فصل نشده و به نتیجه نرسیده اند.

گوهرهایی که از آن برکنندند، بالغ بر صد و پنجاه کارول روپیه بود و به این مبلغ گوهرهایی اضافه می شود که متعلق بود به شهبانو و شاهزاده خانم ها و تمام بانوان سرای که از آنها خواش شد گوهرهای خود را به نادرشاه تسلیم کنند. این خواش در واقع فرمانی بود که یارای سرپیچی از آن را نداشتند. مروریدهای آنها به تنهایی بیست کارول روپیه برآورد شد و در اطاق های مسکونی آنها تا مقدار ده کارول طلا یا نقره مسکوت پیدا کردند.

نادرشاه با لذت و شادی می دید که گنجینه هایش پر می شوند. همه چیز به نظر آرام می رسید، تا وقتی که یک حادثه شوم شادمانی او را مختل کرد. همانطور که قبلاً گفتیم، وی تمام سرداران سپاه مغول را زندانی جنگی ساخته بود، چهار تن از آنان در خانه ای به وسیله بیست سوار ایرانی حفاظت می شدند. این چهار افسر روزی خوشگذرانی کردند و علی رغم فرمانی که نوشیدن شراب را منع می کرد، مست گردیدند و به یاری نوکرهایشان که تعداد زیادی از آنها را برایشان باقی گذاشته بودند محافظان خود را گرفتند و آنها را کشتند و فوراً در کوچه ها پراکنده شدند و از هر طرف فریاد می زدند:

یا چهره های سرشناس دارای قدرت، وارد این شبه گروها می شوند و طبعاً آنها از خریداران اسلحه هستند.»

به گفته امیر چنین افرادی با تصور آنکه باید یک سپر دفاعی و امنیتی داشته باشند، سلاح گرم می خردند و مسئله ای که در عدم برخورد قاطع با دارندگان و فروشندگان سلاح به چشم می آید، نقش پنهان همین گروه های ناپیدا است.

با موج افشای موارد فساد کلان در سال های اخیر شاهد آن هستیم که ترورهای با سلاح گرم در تهران رخ می دهد که دستگاه های نظارتی تلاش می کنند در سکوت خبری از آن بگذرند. از مهمترین نمونه های چنین رخدادی می توان به قتل «حمید حاجیان»، وکیل سابق «حسین هدایتی»، متهم پرونده فساد بانک سرمایه در اردیبهشت ۱۳۹۸ اشاره کرد. پرونده ای که با وجود ارتباط مستقیم با پرونده فساد اقتصادی متهمان بانک سرمایه تا امروز بی جواب مانده است. «بهرروزع» می گوید کلت کمری خود را به سادگی خریدن یک بطری آبجو و بی هیچ دردسر و واهمه ای خریده است. آنها کلت را درست در آستانه ورودی خانه اش به او تحویل داده اند. ماشه و

## ادامه مطلب نگاهی به فروش... از صفحه ۳۹

مدعی شد که برخی سلاح های موجود در بازار ایران از طریق یک بازار سیاه خرید و فروش تسلیحات نظامی در کوهستان های «اریل» و توسط برخی از پیشمرگه های «اقلیم کردستان عراق» وارد خاک ایران می شود. آنها سلاح های ارسالی از آلمان را در این بازار می فروشند تا هزینه سفر خود به اروپا را فراهم کنند.

اما الصاق این برچسب به کولبرها اهداف خیرخواهانه ای ندارد، چرا که این نقل و انتقالات، الزاماً به مرزهای ایران و کردستان عراق محدود نمی شود. از دیرباز، مرز بین ایران و «افغانستان» و محدوده خط مرزی ایران و «پاکستان» هم محل تبادل محموله های قاچاق اسلحه و موادمخدر بوده است. چه سلاح های ایرانی که از طریق مرز به دست شورشیان افغانستان می رسد و چه اسلحه هایی که از آن سوی مرزهای عراق، افغانستان و پاکستان راهی بازار ایران می شوند.

روز ۲ شهریور ۱۳۹۹ «خبرگزاری فارس» نوشت یک محموله بزرگ اسلحه قاچاق ساخت آمریکا توسط هنگ مرزبانی کرمانشاه کشف و ضبط شده است. این محموله شامل ۳۳ قبضه کلت کمری بوده و مرزداران هنگ مرزی «ثلاث باباجانی» آنها را کشف کردند. در مواردی نیز اسلحه های قاچاق از مسیر راه های صعب العبور و بخش های کوهستانی و توسط قاچاقچیان اسلحه یا حتی الاغ ها و قاطرهای آموزش دیده وارد کشور می شوند.

یک قاچاقچی سلاح به نام «جبار» در گفت و گو با روزنامه «قانون» با بیان اینکه «الاغ های راه بلد بخشی از سلاح ها را به ایران می آورند»، می گوید: «الاغ هایی هستند که مسیر را می شناسند و بدون همراهی صاحبان شان بار را به محل مورد نظر منتقل می کنند، در طول مسیر چند نفر از راه دور آنها را زیر نظر دارند تا کسی از بارشان سرقت نکند.»

## جولان پدر خوانده ها

نکته مهمی که در خصوص بازار اسلحه باید در نظر گرفت، گسترش محافل خاص و شبه مافیایی است. «امیرر» فروشنده سلاح مجاز در بازار فردوسی می گوید: «سرقله برخی از مافیاهای تهران به چهره های سرشناس اقتصادی و سیاسی متصل اند و در لایه های زیرین سیستم شان دارای نیروهایی هستند که بسیاری از امور جاری را انجام می دهند. این افراد جزء عموماً جوانان جوئی هیجان و ثروتی هستند که از طریق مهمانی ها، و یا حضور در برخی پاتوق های ویژه، با وعده اتصال به نهادهای امنیتی

به گفته یکی از قدیمی های بازار خیابان فردوسی به نام «حاج رحیم»، اکثر فروشندگان بعد از مدتی به آسانی شناسایی می شوند و تداوم فعالیت صفحات شان در حقیقت تله ای است تا خریداران، توسط دستگاه های امنیتی رصد شوند. او به سیستماتیک بودن بازار قاچاق اسلحه اشاره می کند و می گوید: «این صفحات توسط خرده پاهای بازار اداره می شوند و به همین خاطر به محض دستگیری یک نفر، فرد دیگری با نامی متفاوت فروش را ادامه می دهد.» به گفته او بازار اصلی اسلحه غیرمجاز، نه در فضای مجازی که در محله های اطراف تهران جریان دارد.

«دون کمیل» از چهره های شناخته شده بازار اسلحه غیرمجاز است که با وجود سابقه دستگیری، هنوز از جمله فروشندگان سلاح های روز به خریداران است که توانایی پرداخت مبالغ بالای آنها را دارند. او به افزایش خریداران خانمی اشاره می کند که متقاضی کلت کمری هستند: «جدای از ارضای حس لاکچری بودن، احساس عدم امنیت یکی از مواردی است که سبب می شود خانواده های مرفه برای حفظ امنیت فرزندان شان به آنها اجازه حمل اسلحه بدهند.»

نکته ای که «فرشته ویسی»، مددکار اجتماعی، پیش از این در گفتگو با روزنامه قانون به آن اشاره کرده بود: «با توجه به پرونده هایی که در رابطه با به کارگیری سلاح تشکیل می شوند، می توان استفاده کنندگان از سلاح را به دو دسته بزهدکاران و افراد عادی تقسیم کرد. بزهدکاران افرادی هستند که با قصد و نیت قبلی هم چون سرقت، جابه جایی مواد مخدر و جنایاتی از این دست، اقدام به خرید سلاح می کنند. دسته دوم برای پر کردن خلأ های شخصیتی و یا مبارزه با یک ترس درونی اقدام به خرید اسلحه می کنند و در مواقعی که از نظر روحی تحت فشار باشند از آن استفاده خواهند کرد. برخی از افرادی که اقدام به خرید سلاح گرم می کنند، مدعی هستند به هیچ عنوان از آن استفاده نخواهند کرد، اما تمامی آنان، زمانی که از نظر روحی تحت فشار باشند دست به سلاح می شوند که خسارت های جبران ناپذیری به همراه دارد.»

## مبدأ اسلحه قاچاق کجاست؟

سلاح های قاچاق عمدتاً از مسیر مرزهای مشترک کشورهای همسایه وارد خاک ایران می شود. سایت «جماران» از قول وبسایت «شبکه اول تلویزیون آلمان»

## ادامه مطلب گيله مرد... از صفحه ۲۴

الاشيا» را از بر می کردیم. باید روز تولد و مرگ کمبوجیه و هوخستره و بهرام چوبین و جنگ های بی پایان شان با روم و چین و ماجین و فتح قسطنطنیه را حفظ می کردیم! ده دوازده روز یکی توی سر خودمان می زدیم و یکی سر هوخستره، اما نمی توانستیم این قسطنطنیه لاگردار را درست تلفظ کنیم. باید با دوزنقه و لوزی و کثیر الاضلاع و متساوی الساقین پنجه در پنجه می افکندیم. اما چون از بازیگوشی های روزانه خسته و مانده شده بودیم همین که کتاب را باز می کردیم هنوز چهار خط ننوشته بودیم همانجا خواب مان می برد و مشق شب مان می ماند برای فردا. و این امروز و فرداها تا شب سیزده بدر تکرار می شد و مدام چنان دلشوره ای به جان مان میریخت که همه خوشی های ایام نوروز از حلق مان بیرون می آمد.

با همه اینها، نوروز آن سال ها سرشار از شادی و دلخوشی بود. به قول اسماعیل بیدر کجایی:

**غم بود، اما کم بود  
زور خدا هم بیشتر بود**

## ادامه مطلب بر خورد علم و... از صفحه ۱۰

ندارند جلوگیری کنند. دلیل پایداری و سخت جانی اعتقادهای بی اساس دینی در کشورهای پیشرفته صنعتی جهان را باید در نفوذ طبقه روحانی و حامیان سیاسی-صنعتی-اقتصادی آنان در دستگاه های آموزش و پرورش رسمی و اجتماعی و جلوگیری از گسترش تفکر علمی، بینش علمی و جهان بینی علمی جستجو کرد.

بوده و در فرانسه در سال ۱۳۱۴ میلادی مردی که موقع زدن همسر را او کشته بود تبرئه می شود، چون وظیفه شهوری را انجام می داده است. نگاه کنید به: La Femme, op. cit, pp. 219 - 222

۱۲- برای اشعار مربوط به این حدیث نگاه کنید به امثال و حکم دهخدا زیر شاورهن.

۱۳- احمد محمدی، «سیمای زن در ادب حماسی و اساطیری ایران»، فرهنگ و زندگی، شماره ۲۰-۱۹، ص ۹۲.

۱۴- حلیه المتقین چاپ سنگی، تهران ۱۳۱۲، ص ۵۵.

۱۵- قابوس نامه، به اهتمام نفیسی، ص ۹۸.

۱۶- اخلاق ناصری، به اهتمام وحید دامغانی، ص ۲۵۷.

۱۷- اخلاق دوانی، چاپ لاهور، ص ۱۷-۲۱۶.

۱۸- به نقل از مقاله تکمیل همایون، جام جم - دیوان اوحدی، به کوشش نفیسی، تهران ۱۳۴۰، ص ۵۴۸.

۲۰- الجنت تحت اقدام الامهات.

۲۱- تاریخ ادبیات ادوارد براون - متن انگلیسی، ج ۳، ص ۱۰۹.

۲۲- شعر العجم، شبلی نعمانی، ج ۲، ص ۹۱.

آقا رضا دیگر قبله آمال ما شده بود. بنظرمان قدرت و هیبت آقا رضای خیاط از شاه و صدر اعظم و کدخدا رستم هم بیشتر بود. چه عزت و احترامی به نافش می بستیم خدا می داند.

بعضی ها که دست شان به دهن شان نمی رسید لباس های برادر بزرگتر را می دادند آقا رضا تا این رو و آن رویش بکند و برای برادر کوچکتر یک کت تازه در بیاورد اما اشکال کار اینجا بود که جیب روی سینه به جای اینکه سمت چپ باشد سمت راست می افتاد و موجبات خنده و مزاح همکلاسی ها و شرمندگی طفلک بینو را فراهم می کرد.

دیگر از مصائب نوروز باید از مصائب درد انگیزی به نام مشق شب یاد کنم که تعطیلات سیزده روزه نوروزی مان را به کام مان زهر می کرد. باید دویست سیصد صفحه مشق شب می نوشتیم.

بعد از تحویل سال و دید و بازدید های عمه جان و خاله جان و دایی جان و عمو جان، تصمیم می گرفتیم شب ها بنشینیم و مشق های مان را بنویسیم. باید «علم

طبقه روحانی، حامیان و تمامی کسانی که گرایش های دینی دارند تا آنجا که در توان دارند می کوشند تا از انتشار نظریه های علمی که نشان می دهند تمامی وعده ها، امیدواری ها، اجراها و پاداش های دین و مذهب جز «سراب» چیز دیگری نیستند و وعده هایی چون «زندگی جاودان»، «لطف آسمانی» و «حامی آن جهانی» ارزش و اعتبار علمی

۷- ارداویرافنامه، ترجمه دکتر عقیقی فرگرد، ص ۲۱. در مورد حقوق زنان در عهد ساسانی نگاه کنید به ویلیام فلور، «تاریخ اجتماعی روابط سکسی در ایران» (استکهلم، فردوسی، ۲۰۱۰، ۲۱۶-۲۱۵، و متن انگلیسی Willem Floor, A Social History of Sexual Relations in Iran, Washington, DC: Mage, 2008, pp. 215-216.

۸- قرآن کریم، سوره ۴۹، آیه ۱۳.

۹- قرآن کریم، سوره ۴، آیه ۳۴.

۱۰- قرآن کریم، سوره ۲، آیه ۲۲۳ - «زنان شما به منزله کشتزار شما هستند. بدان ها درآید از هر سو که خواستید.» در مورد این آیه تفسیرات گوناگونی وجود دارد.

۱۱- الرجال قوامون علی النساء و بما فضل الله بعضهم علی بعض و بما انفقوا من اموالهم فالصالحات قانتات حافظات للغیب بما حفظ الله واللاتی تخافون نشوزهن یعطوهن واهجرهن فی المضاجع و اضربوهن فان اطعنکم فلا تبنوا علیهن سیبلا ان الله کان علیما کبیرا. قرآن، ۴، آیه ۳۴. زن زنان در تمام دوران قرون وسطی و حتی در قرون اخیر در اروپا مرسوم بوده است. در انگلستان تا سال ۱۶۶۰ زن زن توسط همسر، قانونی

## ادامه مطلب تاریخ طنز در... از صفحه ۴

**زان که شوهر شود سیه جامه  
تا که خاتون شود سیه نامه**<sup>۱۹</sup>  
در یک مرحله بالاتر از «زن خوب فرمانبر پارسا»، مادر و زنان قدیسه و صوفی قرار دارند. مادر در روایات اسلامی در طبقه بالاتری از زنان معمولی قرار دارد و احترام زیادی نسبت به او ابراز می شود، چنانکه پیغمبر (ص) می گوید: «بهشت زیر پای مادران است.»<sup>۲۰</sup> امیر خسرو دهلوی که مانند بسیاری از شعرای فارسی زبان اشعار زیادی در ستایش مادر دارد، در شعر مؤثر و سوزناکی که در سال ۵۹۸ هجری سروده است، از مرگ مادر به عنوان فاجعه بسیار بزرگی در زندگی یاد می کند:

**چون مادر من به زیر خاکست  
گر خاک به سر کنم چه باکست  
ای مادر من کجایی آخر  
روی از چه نمی نمایی آخر؟  
خندان ز دل زمین برون آی  
بر گریه زار من ببخشای  
هر جا که ز پای تو غباریست  
ما را ز بهشت یادگاریست  
ذات تو که حفظ جان من بود**

**پشت من و پشتبان من بود**<sup>۲۱</sup>  
جالب اینکه همین شاعر از تعصب خشک و بیجای مردم زمان خود به دور نبود و مانند مردان دوره جاهلیت داشتن دختر را ننگ و عار می شمرد، اما به ناچار تسلیم قانون طبیعت می شود و حقیقت داشتن دختر را قبول می کند:

**ای ز عفت فکنده برقع نور  
هم عقیقه به نام و هم مستور  
کاش، ماه تو هم به چه بودی  
در رحم طفل هشت ماه بودی  
لیک چون داده خدای راست  
با خدادادگان ستیزه خطاست  
من پذیرفتم آنچه یزدان داد  
کان چه او داد باز نتوان داد  
پدرم هم ز مادرست آخر  
مادرم نیز دخترست آخر**<sup>۲۲</sup>

۱- سعید نفیسی، تاریخ اجتماعی ایران، چاپ دانشگاه تهران، ج ۱، ص ۲۹.

۲- شاهنامه - به کوشش محمد دبیر سیاقی، چاپ تهران ۱۳۳۵، ج ۲، ص ۴۸۷. ۳- شاهنامه، چاپ دبیر سیاقی، ج ۲، ص ۱۲۸۴، هم چنین نگاه کنید به کتاب زن در شاهنامه تألیف محمد علی اسلامی ندوشن.

۴- گرشاسب نامه، اسدی توسی، به تصحیح حبیب یغمایی، چاپ دوم، ص ۳۹.

۵- «سخنی درباره زن از ادبیات پهلوی»، صادق کیا، مجله دانشکده ادبیات تهران، شماره ۲، سال ۵، ص ۸۲. همچنین: پندنامه انوشیروان به تحقیق مرحوم سعید نفیسی، مجله مهر، ۱۳۱۳، شماره ۲، ص ۲۵۲.

6. Larcher, Louis Julien, La femme jugée par l'homme, (Paris: Garnier, 1858), pp. 152 - 3.

داستانهای زیادی درباره مکر زنان رواج یافت و اقوال و امثال معروفی به وجود آمد که نشان دهنده اینگونه طرز فکر است: مثلا شاوروهن فخالوهن. ۱۲ فردوسی نیز از عقاید و آراء اهل زمان خود در مورد برحذر بودن از مشاورت با زنان تأثیر پذیرفته است و رستم درباره سودابه به کاووس می گوید:

**کسی کو بود مهتر انجمن  
کفن بهتر او را ز فرمان زن  
سیاوش ز گفتار زن شد به باد  
خجسته زنی کاو ز مادر نژاد**<sup>۱۳</sup>

این گونه تعصبات کم کم به جایی رسید که حتی بعضی از موزان اسلامی را نیز تحتالشعاع قرار داد. مثلا پیغمبر (ص) گفته بود: «که علم آموزی فریضه ای است بر هر مرد و زن مسلمان.» چنانکه گذشت، ملا محمدباقر مجلسی تدریس سوره یوسف را به زنان صلاح نمی داند، و ملا احمد نراقی رفتن زنان را به مسجد عاری از اشکال نمی یابد و می گوید: «آنچه شنیده ای که در عهد پیغمبر (ص) زنان به مساجد حاضر می شدند و حضرت ایشان را اذن می دادند، مخصوص زنان آن عصر بود که آن حضرت علم به احوال ایشان داشت و می دانست که فساد بر آن مترتب نمی گردد، و در این زمان منع زنان از حضور در مساجد و رفتن به مشاهد لازم و واجب است، چه جای کوچه و بازار و حمام ها و مجامع لهو و لعب! مگر زنان عجزوه که از حد فساد گذشته اند.»<sup>۱۴</sup> سواد آموزی دختران به گفته کیکاووس بن اسکندر در قابوس نامه اصولا نمی بایست از حد قرآن خواندن و آگاهی از شرایع تجاوز کند، و همین نویسنده تأکید می کند زن را «دبیری میاموز»<sup>۱۵</sup> به عقیده خواجه نصیرالدین طوسی «بهتر است دختر را از خواندن و نوشتن منع نمود.»<sup>۱۶</sup> معلم اخلاق دیگری که مدتی بعد از خواجه نصیر می زیسته است، یعنی جلال الدین دوانی، معتقد است که دختران را باید «هنرهای لایق آموخت» و زودتر شوهر داد، ولی از خواندن و نوشتن به کلی منع باید کرد.<sup>۱۷</sup>

بازتابی از این نظریات را می توان در شعر فارسی نیز یافت، نظامی گوید:

**دختر چو گرفت خانه  
ارسال کند جواب نامه  
آن نامه نشان روسپاهیست  
نامش چو نوشته شد گواهیست**<sup>۱۸</sup>  
اوحدی مراغه ای می نویسد:  
**زن بد را قلم به دست مده  
دست خود را قلم کنی زن آن به**



**Continued from Page 60 The 64th San Francisco.....**

When a bureaucratic situation presents the opportunity for her to run for local office, she signs on!

*Skies of Lebanon*, France (2020)

Chloe Mazlo, a French-Lebanese writer, director, artist, and animator based in Paris tells a story between a Swiss woman and a Lebanese astro-physicist. Sparks fly when the European visitor meets the genial scientist in a Beirut café in the 1950s, the city becoming their home after they wed. But can that love survive when civil war breaks out 20 years later?



*Skies of Lebanon*

There is a US film *Supercool* (2020), by Finish director, Teppo Airaksinen, and Iranian writer, Ali Moussavi. This



*Supercool*

is a teens-gone-wild comedy focusing on a lovelorn Neil and his best friend Gilbert. After Neil misses his chance with the girl he likes, he makes a magical wish which comes true!

The festival will wrap up on April 18 with both an online and drive-in screening of the Closing Night Film, *Street Gang: How We Got to Sesame Street*. This fascinating documentary delves into the origins of the beloved children's show, Sesame Street. With humor, never-before-seen footage, and special guests, Street Gang explores the on-going emotional resonance of this ubiquitous series.

**For complete film listing and to purchase tickets, please visit the festival web site: <https://sfilm.org>**

**Connect With Consumers & support The Oldest Persian Publication in Northern California**

**Pezhvak of Persia**

**(408) 221-8624**



## Effects of New Year on Covid-19 Rates Begin to Show

In the coming days another 20 Iranian cities will be placed on high alert for coronavirus transmission, after a surge in New Year travel over the past few weeks.

Alireza Raeesi, a spokesman for the National Coronavirus Taskforce, said that the Taskforce is expecting to see a rise in infections across the western and central parts of the country. He warned again about the outset of a "fourth wave"



of coronavirus in Iran, citing the worst-affected cities as Shabestar and Miyaneh in East Azerbaijan, Najafabad in Isfahan, Savojbolagh, Fardis and Nazarabad in Alborz province, Dashtestan in Bushehr, Shahriyar in Tehran province, Borujen in Chaharmahal and Bakhtiari, Kermanshah City, Delfan and Selseleh in Lorestan, and Saveh and Arak in Markazi. All of these locations are set to be shortly placed on "orange" alert while Abadan in Ilam and Azna in Lorestan are likely to be classed as "red".

Elsewhere in the cities of Isfahan, Shiraz, Zanjan and Rafsanjan, the number of new Covid-19 hospitalizations has increased rapidly over the holidays and these cities are also likely to see their alert level upgraded to orange.

The Health Ministry's latest figures rate 23 and 44 cities red and orange respectively, and travel to and from these locations is banned.

Ministry spokeswoman Dr Sima Sadat Lari also said another 81 Iranians were recorded as having died from Covid-19, bringing the officially-reported number of deaths from Covid-19 in Iran to 62,478.

Another 9,310 new cases of coronavirus infection were identified in the same period, and a total of 1,157 new Covid-19 were admitted to hospital. There are now a total of 3,940 people with coronavirus being treated in hospitals in Iran.

*Love is the Water of Life*

*Everything other than love for the most beautiful God though it be sugar-eating.*

*What is agony of the spirit?*

*To advance toward death without seizing hold of the Water of Life.*

*Rumi*



## The 64th San Francisco International Film Festival

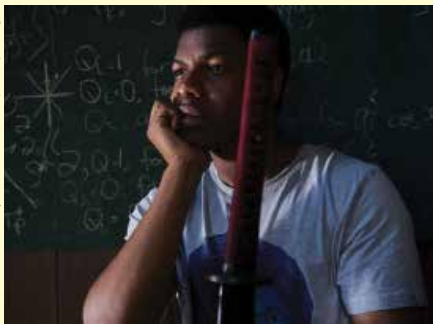
April 9 - 18

Jamileh Davoudi

After last year's cancellation due to the COVID-19 pandemic, the 64th San Francisco International Film Festival will start on April 9 and will run through April 18.

Featuring 103 films, the festival includes both online and in-person events, with digital screenings being hosted through the SFFILM website and live screenings and performances at the Fort Mason Flix drive-in theater. The lineup includes films from 41 countries including 13 world premieres with an additional 15 making their North American premiere. Among the full festival lineup, 57% of the films were helmed by female, and 57% by BIPOC (Black, Indigenous and People of Color), filmmakers.

The festival this year opens with the World Premiere screening of *Naked Singularity* from director Chase Palmer. The film, which will be shown online and at the drive-in, stars John Boyega, Olivia Cooke, Bill Skarsgård, and Ed Skrein, and focuses on an impassioned public defender (Boyega) who stumbles into a drug heist while his reality collapses all around him.



*Naked Singularity*

This year, there is one Iranian film:

*Radiograph of a Family*, Iran (2020)

Iranian filmmaker Firouzeh Khosrovani investigates her parents' unusual marriage in this documentary steeped in bittersweet history. Hossein, a radiologist, is secular and sophisticated, while his young bride, Tayi, is a devout Muslim shocked by her new husband's Western tastes.



*Radiograph of a Family*

Three other notable international documentaries are:

*Writing with Fire*, Rintu Thomas and Sushmit Ghosh, India (2021)

Winner of the Sundance Audience Award for world cinema documentary, *Writing with Fire* follows the rise of Khabar

Lahariya, India's only newspaper run by Dalit (low-caste) women. Armed only with their smart phones, these women investigate the incompetence of the local police force and deliver news coverage of gender violence, rape culture, and long-lasting harmful practices that lead to injustice and intimidation.

*Seyran Ates: Sex, Revolution and Islam*, Norway (2021)

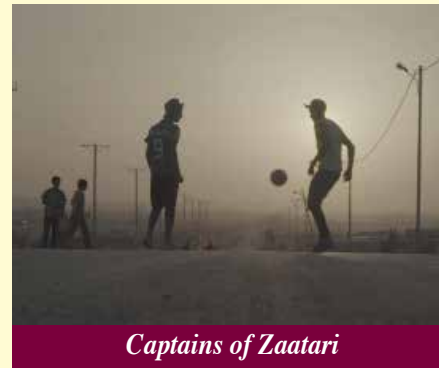
Oslo-based Turkish-Norwegian director, writer, and producer. Nefise Özkal Lorentzen, has focused much of her career on documentaries related to Islam. She has used her platform as a means of human rights activism and to bring attention to the lives of LGBTQ people. This documentary is about Seyran Ates, Turkish-German feminist, lawyer and imam who opened the first mosque with no gender segregation and is educating and empowering LGBTQ Muslim youth to embrace their sexuality.



*Seyran Ates: Sex, Revolution and Islam*

*Captains of Zaatari*, Egypt (2021)

Cairo-based director and producer Ali El Arabi focuses on the deep and enduring friendship between Syrian teens, Fawzi and Mahmoud, whose passion and talent for soccer provides a crucial escape from life in a Jordanian refugee camp.



*Captains of Zaatari*

There is also a US documentary related to the pandemic:

*In the same Breath*, USA (2021)

Nanfu Wang, an Emmy-nominated filmmaker documents the origin and spread of COVID-19 throughout 2020. Using footages and first-person interviews, it shows the mismanagement and failed leadership in the US and China.

Other notable screenings are:



*In the same Breath*

*The Perfect Candidate*, Saudi Arabia (2019)

The latest drama from Saudi Arabia's first female filmmaker, Haifaa al-Mansour, portrays a capable physician, Dr. Maryam, who is frustrated by lack of resources and attitudes that she faces daily in her clinic.

*Continued on Page 59*



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

*Beautiful Outdoor Patio, Take-Out & Doordash pickup*



با مدیریت ایرانی آماده پذیرایی از شما عزیزان!

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

**(408) 502-9550**

*201 Orchard City Drive, Campbell*



**Caroline Nasserri**  
Attorney at Law

# کارولین ناصری

وکیل رسمی دادگاه های کالیفرنیا و فدرال

با بیش از ۳۲ سال تجربه

✦ تصادفات اتومبیل، موتورسیکلت و عابر پیاده

✦ صدمات شدید بر اثر تصادفات

✦ مرگ بر اثر تصادفات

✦ صدمات ناشی از حمله حیوانات

**1(800)525-6060**

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

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

**Tel:(408)298-1500**

e-mail: [cnasserri62@yahoo.com](mailto:cnasserri62@yahoo.com)

**Fax:(408)278-0488**

Website: [carolinenasserilaw.com](http://carolinenasserilaw.com)

**675 North First Street, San Jose, CA 95112**