



ز بوج جهان هیچ اگر دوست دارم  
تو را ای کهن بوم و بر دوست دارم  
تو را ای کهن پیر جاوید برنا  
تو را دوست دارم، اگر دوست دارم  
تو را ای گرنامه، دیرینه ایران  
تو را ای گرامی گهر دوست دارم  
مهدی اخوان ثالث

## Global Rug Specialist

شستشو، ترمیم، خرید، فروش و ارزیابی انواع فرش



825 W El Camino Real, Mountain View

(650) 965-7847 + (408) 892-7847

## Selahi Insurance Agency

مشاور شما در انتخاب بهترین بیمه،  
متناسب با نیازهای شخصی و تجاری،  
از معتبرترین شرکت ها

+سلامتی و دندانپزشکی +مسکن +اتومبیل، قایق و  
موتورسیکلت +محل کسب +عمر و هزینه فوت

(408) 931-6434

4030 Moorpark Ave., Ste. 250, San Jose, CA



سحر سلاحي

# فرهنگسرا و مدرسه فارسی رازی



توانا بود هر که دانا بود / ز دانش دل پیر برنا بود

فرهنگسرا و مدرسه فارسی رازی از شما عزیزان برای شرکت در **جشن مهرگان** که از سنت های نیک گذشتگانمان است دعوت بعمل می آورد!

تاریخ: **۴ اکتبر ساعت: ۱۲ ظهر الی ۵ بعد از ظهر** ورود برای عموم رایگان  
رقص، موسیقی ایرانی، تئاتر و سفره مهرگان برای فروش: غذای ایرانی، بستنی و فالوده  
از صاحبان مشاغل دعوت می شود تا با حضور در این جشن، فرهنگسرای رازی را در انجام این امر مهم یاری دهند!

**شب شعر با** با همکاری شاعر و نویسنده، مسعود سپند **زمان: ۵ سپتامبر**  
**موسیقی زنده** ساعت: ۶:۳۰ عصر **ورودی: ۴ دلار** **پا صرف چای، قهوه و شیرینی**

آموزش فارسی، تمامی سازهای موسیقی ایرانی، آواز خوانی، کلاس تئاتر برای بچه ها، آرف، ایران شناسی، رقص ایرانی، یوگا، زومبا، کامپیوتر، نقاشی، کاردستی، تئوری موسیقی، خیاطی، عکاسی و سلفژ تحت نظر مدرسین و نوازندگان با تجربه و چیره دست!

شما و فرزندانتان می توانید از کلاس های آموزشی، فرهنگی و هنری فرهنگسرای رازی با تخفیف های ویژه تابستانی بهره مند شوید!  
\* کلاس های موسیقی توسط متخصصین هر ساز موسیقی  
\* کلاس های فارسی شامل بازدیدهای آموزشی و کلاس های کامپیوتری  
\* دو ماه کلاس های فارسی به طور رایگان. برای اطلاعات بیشتر لطفا با دفتر مدرسه تماس حاصل فرمایید

ما مفتخر هستیم که بعضی از اساتید فرهنگسرای رازی برندگان جوایز بین المللی هستند!

Like us on Facebook:

Razi Farsi School & Art Academy

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

[info@raziacademy.com](mailto:info@raziacademy.com)

**(408)828-8494**



4125 Blackford Ave. #145. San Jose, CA 95117

# پیام شایانی وکیل تصادفات و صدمات شدید بدنی

(800) 261-1314

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

Payam Mark Shayani, ESQ  
Accident Attorney

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

**(916)442-9999**

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

**(408)777-8867**

2880 Zanker Road, Suite 203  
San Jose, CA 95134

**(925)777-0432**

425 Market Street, Suite 200  
San Francisco, CA 94105

## تاریخچه ی شیر و خورشید



نشان سیک ها

درفش شیر و خورشید نشان به عنوان نماد اتحاد ایرانیان قرنبا نمایانگر تاریخ و گذشته ی پر شکوه ملتی بود که میراثی شگرف در تمدن بشری از خود به یادگار گذاشت. پس از پیروزی انقلاب سال پنجاه و هفت ، تبلیغات گسترده ای از جانب انقلابیون و هواداران ایشان پیرامون طلوعی بودن نشان شیرو خورشید ارایه گردید تا جایی که حتی امروز هم گروههایی از عامه ی مردم شیر و خورشید را نماد سلطنت طلبان می پندارند. مطابق با اصل هجدهم قانون اساسی جمهوری اسلامی، مصوب سال ۱۳۵۸ (۱۹۷۹ میلادی) درباره درفش ایران گفته شده: «پرچم جمهوری اسلامی از سه رنگ سبز، سفید و سرخ تشکیل می شود و نشان جمهوری اسلامی (تشکیل شده با حرف الله) در وسط آن قرار دارد.» نشان مذکور که آن را شیوه ی خاصی از نمایش نام مقدس پروردگار می خوانند در جریان یک رقابت و از میان نمادهای ارایه شده برای جایگزینی با شیروخورشید! انتخاب گردید و طرح آن هم "حمید نعیمی" نامی مدرس دانشگاه شهید بهشتی است. برخی بر این باورند که این نشان برگرفته از نماد سیکها ی هند (کاندا) است و پشتیبانی آیت الله خمینی، که علاوه بر تبار هندی، گرایشات اسلامی داشته معرفی شد و وی خواسته بدین شیوه برآیندی از هر دو بدست دهد. اما آنچهان که بر همگان هویدا است، نشان ملی کشوری به عظمت و قدمت ایران لوگوی تجاری یک شرکت یا سازمان نیست که برای طراحی آن مسابقه برگزار کرده، عده ای به صلاحدید خود از آن میان لوگویی را انتخاب نمایند.

### تاریخچه ی شیر و خورشید

پیشینه ی نماد شیر و خورشید به دوران هخامنشیان و حتی پیش از آن می رسد و کهن ترین مستند موجود از آن کتیبه ای است مربوط به دوران خشایارشا که هم اینک در موزه ی «آرمیتاژ» لنینگراد (سن پترزبورگ) روسیه نگهداری می شود.

این نگاره شاه را در حالت احترام به شیری نشان می دهد که زنی بر روی آن جلوس کرده و بارقه هایی از نور (آنچنان که در روزگار ما هم قدسین را نمایش می دهند) وی را در بر دارد. آنچه در نخستین برداشت بر بیننده آشکار می شود اینکه اگر شیر و خورشید نماد سلطنتی بود شاه را در حالت نیایش یا احترام نشان نمی داد چون هیچ پادشاهی آنچه را خود ساخته یا نمایشگر سلطنت اوست نیایش نمی کند. برخی مورخین بر این باورند که در این تصویر شیر نماد میترا و خورشید (زنی که بر پشت شیر سوار است) نماد الهه «آناهیتا» می باشد. مستندات باقی مانده از پارتیان نشان می دهد که در دوره ی اشکانی، خورشید بر روی درفش ملی ایران وجود داشته اما در آثار به دست آمده از دوران ساسانی، نشان شیر و خورشید به فراوانی موجود است از آن جمله

است تعداد هجده مهر که در نزدیکی دریاچه ی آرال به دست آمده همچنین ظروفی از طلا و نقره مزین به نقش شیر و خورشید و یا شیرو» گردونه ی مهر «(صلیب شکسته و به مفهوم چرخش خورشید) بر بالای آن که قدمت این نشان را به خوبی آشکار می سازد. از گفته های مورخین چنان بر می آید که پس از اسلام اول بار در دوران سلطان مسعود غزنوی شیر بر روی پرچم ایران آمد که عده ای علت را علاقه ی شاه به شکار شیر دانسته اند و پس از او و در دوره های بعد این نشان به کرات بر روی پرچم تکرار شد.



احمد کسروی در کتابچه ای که پیرامون پیدایش شیر و خورشید نگاشته از قول «ابن عبری» و «مختصر التاریخ الدول» می نویسد: «غیاث الدین کیخسرو فرزند علاءالدین کیکاووس، از شاهان خاندان سلجوقیان روم، دل به شاهزاده ای گرجی می بازد. کیخسرو چنان شیفته می شود که به درخواست دختر گرجی برای ضرب سکه ای با چهره ای او بر آن موافقت می کند اما نزدیکان کیخسرو برای پاس داشت دین اسلام، روا نمی دانند تا چهره ی زنی نا مسلمان بر سکه ها نقش بندد. با یایفشاری کیخسرو، چاره ای اندیشیده می شود تا از این بن بست بیرون آیند. پیکره ی شیری بر سکه نگاشته می شود و بر فراز آن، خورشید که نشان از چهره ی زیباروی گرجی است جای می گیرد و بدین گونه خواسته ی دلبر بر آورده می گردد. سکه های بسیاری از آن سکه ها هم اکنون در دست است که استوارگر داستانی است که ابن عبری می گوید.»

اما آنچهان که از این گفته برمی آید، کسروی به منابع دوره ی هخامنشی و ساسانی دسترسی نداشته و پیداست آنچه از قول ابن مورخ ایرانی و بر مبنای آگاهیهای آن روز نقل کرده اند بدون در نظر گرفتن مدارک موجود از کشفیات باستانشناسی است که نمونه های آن بیشتر ذکر شد و بدیهی است چنانچه شاهزاده ی گرجی در قالب خورشید بر پشت شیر نقش شده صرفا در قالب نشانی بوده که از دوران باستان به روزگار سلجوقیان رسیده است.

دنباله مطلب در صفحه ۵۶

صفحه ۱	تبلیغ	فهرست مطالب
صفحه ۲	تاریخچه شیر و خورشید-فهرست مطالب	
صفحه ۳	اخبار	
صفحه ۴	اخبار	
صفحه ۵	اخبار	
صفحه ۶	اخبار	
صفحه ۷	اسماعیل یگانگی، روزنامه نگار... (سیاوش آذری)	
صفحه ۸	یک سینه سخن (مسعود سپند)	
صفحه ۹	با هادی خرسندی	
صفحه ۱۰	اخبار	
صفحه ۱۱	اخبار	
صفحه ۱۲	اخبار	
صفحه ۱۳	اخبار	
صفحه ۱۴	ورزش از نگاه من (احمد طوسی)	
صفحه ۱۵	فوتبال ایران و دروغ های... (شهاب احقری)-اخبار	
صفحه ۱۶	نقد فیلم (سعید شفا)	
صفحه ۱۷	آشنا داند زبان آشنا (منصور محمدزاده)	
صفحه ۱۸	سیر و سفری در گلستان ادب پارسی (پرویز نظامی)	
صفحه ۱۹	مشقی تازه در روزهای غربت (حسینعلی مکوندی)	
صفحه ۲۰	یادداشتی بی تاریخ (صدرالدین الهی)	
صفحه ۲۱	اخبار	
صفحه ۲۲	از در گوشی ها (پیرایه)	
صفحه ۲۳	اخبار	
صفحه ۲۴	گیله مرد (حسن رجب نژاد)	
صفحه ۲۵	کاربرد و کالتنامه... (کاملیا محمودی)	
صفحه ۲۶	تازه های پزشکی (منوچهر سلجوقیان)	
صفحه ۲۷	نکات مهم برای داشتن دندان سالم (میشل حق پناه)	
صفحه ۲۸	انرژی مثبت=زندگی سالم و شاه(پربناز کدخدایان)	
صفحه ۲۹	خودشناسی چیست؟(آتوسا یکان)	
صفحه ۳۰	روایت های ناگفته... (نعیمه دوستدار)	
صفحه ۳۱	افکار و اندیشه... (حسن مسیح پور)	
صفحه ۳۲	حوی (تلفظ یک واژه) (بهرام گرامی)	
صفحه ۳۳	تبلیغ	
صفحه ۳۴	تقریر برنامه های هنری - جدول-معرفی بچه ها	
صفحه ۳۵	نیازمندیها - فال ستارگان-جدول	
صفحه ۳۶	تبلیغ	
صفحه ۳۷	طفلکی گلی (عباس پناهی)	
صفحه ۳۸	تبلیغ	
صفحه ۳۹	گل نم (شیدوش باستانی)	
صفحه ۴۰	شعر	
صفحه ۴۱	تبلیغ	
صفحه ۴۲	اخبار	
صفحه ۴۳	تبلیغ	
صفحه ۴۴	اخبار	
صفحه ۴۵	تا نظر شما چه باشد-ادامه مطلب	
صفحه ۴۶	دنباله مطلب	
صفحه ۴۷	دنباله مطلب	
صفحه ۴۸	تبلیغ	
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	انگلیسی	
صفحه ۵۸	انگلیسی	
صفحه ۵۹	انگلیسی	
صفحه ۶۰	تبلیغ	

## ماهنامه پژواک از سری انتشارات شرکت پژواک صاحب امتیاز، مدیر مسئول و سردبیر: افلیا پرویزاد

شماره تلفن: ۰۸۶۲۴-۰۲۲۱(۴۰۸)

شماره فکس: ۰۳۷۱۷-۰۶۹۳(۴۰۸)

آدرس مکاتبه با نشریه پژواک:

PO BOX 9804,

SAN JOSE, CA 95157

مسئولیت صحت و سقم آگهی ها با صاحبان آگهی می باشد. شرکت پژواک هیچگونه مسئولیتی را در این مورد نمی پذیرد. استفاده از طراحی های این نشریه بدون اجازه کتبی از شرکت پژواک (حتی برای صاحبان آگهی) غیر قانونی می باشد. ماهنامه پژواک در انتخاب، حک و کوتاه کردن و اصلاح مطالب آزاد است. نظریه های مقالات لزوماً عقاید مسئولین پژواک نمی باشد. مسئولیت نظریه ها به عهده نویسندگان می باشد.

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

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

## دلایل جنگ اسرائیل علیه غزه

کامران متین/دانشیار روابط بین الملل در دانشگاه ساسکس

بمبارانهای بی وقفه ارتش اسرائیل از آغاز حملات به غزه تا به این تاریخ منجر به کشته شدن بیش از ۱۰۴۷ نفر فلسطینی و زخمی شدن ۶۰۰۰ نفر دیگر شده است. در مقایسه با کشته شدن ۵۰ نفر اسرائیلی. بنا به گزارش های سازمانهای کمک رسانی بین المللی ۷۵ درصد قربانیان حمله ارتش اسرائیل غیر نظامیان فلسطینی هستند که شمار زیادی زن و کودک نیز در میان آنان دیده می شوند.

دولتمردان اسرائیلی و نیز برخی از ناظران خارجی دلیل اصلی جنگ جاری اسرائیل علیه غزه را سیاستهای گروه فلسطینی حاکم در نوار غزه یعنی «حرکت مقاومت اسلامی» یا حماس می دانند. آنها ادعا می کنند عدم شناسایی اسرائیل از سوی حماس و موشک پرانی از نوار غزه به اسرائیل دلیل اصلی حمله اسرائیل به غزه است و به همین هم دلیل مسؤلیت کشته شدن غیر نظامیان فلسطینی نیز متوجه حماس است. در این تحلیل ها جنگ اسرائیل علیه غزه جنگی دفاعی برای بازگرداندن صلح، و تلفات غیر نظامیان فلسطینی نیز درخوش بینانه ترین حالت «آسیب جانی» تلقی میشوند. اما اندکی تامل در سیر رویدادهای منتهی به دور اخیر حمله نظامی اسرائیل به غزه بر صحت این ادعا سایه می افکند.

پس از آنکه جنبش اعتراضی «انتفاضه» فلسطینیان علیه اشغالگری اسرائیل هزینه های دیپلماتیک و سیاسی اداره مستقیم این منطقه را برای اسرائیل به طور فزاینده ای افزایش داد ارتش اسرائیل در سال ۲۰۰۵ از نوار غزه عقب نشینی کرد. متعاقب آن حماس در انتخابات سراسری فلسطین که در سال ۲۰۰۶ و تحت نظارت سازمان ملل به انجام رسید به پیروزی رسید. اسرائیل از پذیرش حاکمیت حماس سر باز زد و با اعمال محاصره شدید اقتصادی در صدد تضعیف حماس برآمد. این

پس از جنگ ۲۰۰۹ اسرائیل به تشدید محاصره غزه پرداخت که با حمله کماندوهای این کشور به کاروان کشتیهای امدادگران خارجی به غزه که منجر به کشته شدن چندین کمک رسان ترک و یک بحران دیپلماتیک بی سابقه بین اسرائیل و ترکیه گشت، به اوج خود رسید.

همزمان اسرائیل با محدود کردن شعاع دریایی مجاز برای ماهیگیران فلسطینی ساکن غزه امرار معاش را برای بخش بزرگی از ساکنین غزه عملاً غیر ممکن کرد. در همان حال اسرائیل به حملات به اصطلاح «هدف دار» خود علیه نفرت حماس و

سایر گروههای مسلح کوچکتر فلسطینی ادامه داد. در آخرین مورد ترور رهبر شاخه نظامی حماس در زمستان ۲۰۱۲ منجر به پرتاب راکت از سوی حماس و سایر گروههای مسلح فلسطینی از غزه به سوی اسرائیل شد که با واکنش اسرائیل به جنگی شدید بدل شد. اجرای آتش بس به وساطت مصر به این جنگ پایان داد. شرط اصلی این آتش بس تقلیل ابعاد و شدت محاصره اقتصادی غزه از سوی اسرائیل بود. در مقابل حماس تعهد کرد که از پرتاب راکت از خاک غزه به اسرائیل جلوگیری کند.

از آزمون علیرغم ادامه حملات محدود و مقطعی اسرائیل به اهداف و اعضای حماس، این گروه به منع راکت پرانی از



غزه به اسرائیل ادامه داد که در چند مورد به بازداشت اعضای گروههای کوچکتر فلسطینی نظیر «جهاد اسلامی» و حتی درگیری با آنها نیز انجامید.

با این اوصاف تنها دلیل علنی عنوان شده اسرائیل برای جنگ جاری اش علیه غزه ادعای تشبیه حماس به اتهام قتل سه جوان یهودی در کرانه غربی رود اردن است. قتل که در مناطق تحت کنترل الفتح رخ داده و تاکنون هیچ فرد یا گروهی مسؤلیت آنرا نپذیرفته است. دلیلی که با ابعاد یورش نظامی اسرائیل کاملاً نامتناسب است.

با این تفاسیل دلایل جنگ جاری را باید در جای دیگری جست. در اینجا به سه

دلیل بلافصل اشاره میشود.  
۱. دولت اسرائیل به شدت مخالف تشکیل دولت اتحاد ملی در فلسطین است. این دولت در اوایل ژوئن و با توافق حماس و الفتح برای تشکیل یک کابینه متشکل از تکنوکراتهای مستقل تشکیل شد. دلیل مخالفت اسرائیل این است که تشکیل دولت اتحاد ملی حماس و الفتح موضع طرف فلسطینی را در مذاکرات صلح (فعلاً متوقف شده) تقویت می کند و بر مشروعیت بین المللی تشکیلات فلسطینی می افزاید. اسرائیل امیدوار است این جنگ به رادیکالیزه کردن رویکرد حماس به مذاکرات و در نتیجه تشدید اختلاف بین حماس و الفتح منجر شده و نهایتاً به سقوط دولت اتحاد ملی حماس و الفتح منجر شود. نکته جالب در این رابطه این است که همانگونه که نورمن فینکلستین در مصاحبه اخیرش با بی بی سی فارسی به آن اشاره کرد تا قبل از توافق حماس و الفتح برای تشکیل یک دولت واحد، اسرائیل مدام وجود دو تشکیلات فلسطینی مجزا، یکی در غزه به رهبری حماس و دیگری در کرانه غربی رود اردن به رهبری الفتح، را یکی از موانع اصلی برای پیشرفت مذاکرات صلح عنوان می کرد با این ادعا که الفتح و تشکیلات خودگردان فلسطینی تحت رهبری اش که در مذاکرات صلح از سوی فلسطین شرکت می کردند تمامی فلسطینی ها را نمایندگی نمی کند. اما پس از توافق الفتح و حماس برای تشکیل دولت ائتلافی اسرائیل این بار اعلام کرد که به هیچ عنوان با دولتی که شامل «گروه تروریستی حماس» باشد مذاکره نخواهد کرد.  
۲. درگیری حزب الله لبنان در جنگ داخلی سوریه و در نتیجه اطمینان اسرائیل از عدم گشوده شدن جبهه شمال.

دنباله مطلب در صفحه ۶۱

### Threading & Hair Design by Haleh



سالن آرایش هاله  
(650)242-6477



\*کوتاه کردن مو \*رنگ \*های لایت \*بند ابرو \*آرایش صورت  
\*براق و شفاف کردن رنگ مو \*صاف کردن مو به روش کران  
\*Hair Cut \*Hair Color \*Highlights  
\*Threading \*Make Up \*High Gloss \*Keratin

**\$20 OFF**  
on Partial Highlights  
FREE Eyebrow Threading with Haircut

Exp. 8/2014

www.halekhairdesign.com

4060 S. El Camino Real, Suite A, Unit 26, San Mateo, CA

Let us build your custom dream home



Ali's  
Construction & Remodeling  
Fine Custom Homes, Design & Build • Kitchen & Bathroom Specialist

(408)-898-6474

با مدیریت علی زمانی

With more than 16 years of experience we guarantee to exceed your expectations.

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

♦ New Custom Home ♦ Room Additions ♦ Bathroom ♦ Kitchen Remodel

با تخفیف مخصوص برای هموطنان عزیز

www.alisconstruction.com

1011 S. De Anza Blvd., Cupertino, CA

## عدم دسترسی زندانیان سیاسی زندندان ارومیه به خدمات درمانی

دغدغه سلامت بسیاری از زندانیان سیاسی، به یک بحران جدی در میان فعالان مدنی تبدیل شده است. شماری از زندانیان سیاسی سال‌هاست محروم از درمان و امکانات مناسب پزشکی، با خطر مرگ روبه‌رو هستند. وضعیت جسمانی شش تن از زندانیان سیاسی کرد محبوس در زندان ارومیه نیز وخیم اعلام شده است.

امنیتی ایران زخمی شده و اکنون بر اثر شدت جراحت‌ها، دچار عفونت شده است و دو انگشت‌اش از کار افتاده‌اند. این زندانی در بین زندانیان عادی نگهداری می‌شود. علی‌افشاری زندانی سیاسی محکوم به اعدام نیز در زندان ارومیه دچار یک بیماری عفونی شده و از حق درمان محروم مانده است.

کیوان اسماعیلی مامدی به دلیل عفونت دهان و چشم از ماسک استفاده می‌کند.

### افزایش فشار به زندانیان سیاسی

محرومیت زندانیان سیاسی از خدمات درمانی، روشی است که حکومت اسلامی برای افزایش اعمال فشار به آنان استفاده می‌کند. تا به امروز نیز اعتراض و اعتصاب زندانیان سیاسی برای مقابله با این مشکل، جز به طور مقطعی نتیجه‌بخش نبوده است.

علی‌احمد سلیمان، مصطفی علی‌احمد، همن حسن‌زاده، علی‌افشاری، کیوان اسماعیلی مامدی و بهروز آبخانی شش زندانی کردی هستند که در شرایط وخیم جسمانی به سر می‌برند.

به گزارش هرنان، این زندانیان سیاسی با اینکه نیازمند مداوا و رسیدگی پزشکی در بیمارستان هستند از خدمات درمانی محروم اند و مسئولان زندان از اعزام آنان به بیمارستان جلوگیری می‌کنند.

بر اساس این گزارش، علی‌احمد سلیمان با دیسک کمر و نارسایی در حوزه بینایی دست و پنجه نرم می‌کند و از هرگونه درمان در زندان ارومیه محروم است. مصطفی علی‌احمد، از دیگر زندانیان سیاسی کرد نیز از بیماری «سنگ کلیه» و «عفونت کلیه» رنج می‌برد.

همن حسن‌زاده، دیگر زندانی سیاسی، در زمان دستگیری به ضرب گلوله نیروهای

## جمهوری اسلامی ایران بزرگترین زندان جهان برای زنان روزنامه‌نگار و وب‌نگار

گزارشگران بدون مرز در بیانیه‌ای نوشت: «با بازداشت سه روزنامه‌نگار آمریکایی و ایرانی در تاریخ ۳۰ تیرماه ۱۳۹۳ تعداد روزنامه‌نگاران و وب‌نگاران زندانی در ایران به ۶۵ تن افزایش یافته است. در میان آن‌ها ۱۰ تن زن هستند که سه نفر از آن‌ها نیز شهروندان خارجی هستند. امروز جمهوری اسلامی ایران بزرگترین زندان جهان برای روزنامه‌نگاران و وب‌نگاران زن است.»

میان فعالان رسانه‌های زن اعلام می‌کند. هم‌اکنون ۱۰ روزنامه‌نگار و وب‌نگار زن در ایران زندانی هستند که ۷ تن از آن‌ها به احکامی از ۶ ماه تا ۲۰ سال زندان محکوم شده‌اند. در تاریخ ۳۰ تیرماه ۱۳۹۳ سه روزنامه‌نگار آمریکایی و ایرانی در تهران بازداشت شدند.

جیسون رضاییان، روزنامه‌نگار سی

وهفت ساله، دارای ملیت ایرانی و آمریکایی که از سال ۲۰۱۲ (۱۳۹۱) در ایران با روزنامه‌ی واشنگتن پست به کار مشغول بوده است. همسرش یگانه صالحی، دارای تابعیت ایرانی و همکار نشریه انگلیسی زبان نشنال در امارات

متحد عربی و عکاس خبرنگار مستقل، دارای ملیت آمریکایی که با بسیاری از رسانه‌ها همکاری داشته. دنباله مطلب در صفحه ۵۴

رادیو فردا: با بازداشت سه روزنامه‌نگار آمریکایی و ایرانی در تاریخ ۳۰ تیرماه ۱۳۹۳ تعداد روزنامه‌نگاران و وب‌نگاران زندانی در ایران به ۶۵ تن افزایش یافته است. در میان آن‌ها ۱۰ تن زن هستند که سه نفر از آن‌ها نیز شهروندان خارجی هستند. امروز جمهوری اسلامی ایران بزرگترین زندان جهان برای روزنامه‌نگار و وب‌نگاران زن است.



گزارشگران بدون مرز نگرانی خود را از موج احضار و بازداشت روزنامه‌نگاران و شهروند وب‌نگاران در ایران و از این



### دفتر حسابداری و امور مالیاتی بهنام

#### Accounting & Tax Services

- ✓ Integrity
- ✓ Respect
- ✓ Commitment
- ✓ Expertise

*Advisor You Can Count On!*



با داشتن ۲۸ سال تجربه کلیه امور حسابداری و مالیاتی شما را به بهترین وجه انجام می‌دهیم

**Mitra Forozesh Behnam, MBA, RTRP, CRTP**

- ♦ Accounting & Auditing
- ♦ Tax Consulting
- ♦ Tax Preparation
- ♦ Auditing Process, IRS, FTB, BOE, EDD

- ♦ حسابداری و حسابرسی
- ♦ برنامه ریزی مالیاتی
- ♦ مالیات بر درآمد
- ♦ کلیه امور حسابرسی

Work: (209)835-9655 (408)440-9622  
Cell: (209)740-2764 Fax: (209)740-2764

www.behnamaccounting.com ♦ behnamaccounting@yahoo.com  
504 W 11th Street, Tracy, CA 95376

## تعمیر انواع موبایل و کامپیوتر

قیمت استثنائی برای هموطنان عزیز

BayCoTech Group  
Bay Commercial Technical Group







✳ Cracked Screen Repair :

Iphone 4/4s	\$45
Iphone 5	\$70
Iphone 5c/5s	\$85
Ipad 2	\$60
Ipad 3/4	\$70
Ipad Mini	\$85
Ipad Air	\$95

✳ Unlock Factory

✳ Pc Repair ..... \$50+Part

✳ Mac Repair ..... \$80+Part

**(408)459-0107**

393 E Hamilton Ave., Suite 200, Campbell, CA 95008  
www.baycotechgroup.com Info@baycotechgroup.com

## پزشکان جنین مادر کشته شده فلسطینی را زنده به دنیا آوردند

یک زن باردار فلسطینی در بمباران منازل مسکونی غزه، زیر آوار جان داد. پزشکان اما موفق شدند پس از درگذشت این زن، جنین او را با عمل سزارین به دنیا بیاورند.

ساعت دو بامداد مجتمع مسکونی که زن ۲۳ ساله فلسطینی در یکی از آپارتمان‌های آن سکونت داشت، هدف بمباران ارتش اسرائیل قرار گرفت و خانه روی سر این زن باردار و دیگر ساکنان آن آوار شد. فدی خورطی، پزشک فلسطینی به الجزیره گفته است: «زن باردار مرده بود و بعید به نظر می‌رسید بتوانیم جنین او را

سالم به دنیا بیاوریم. معمولاً جنین است که پنج دقیقه پس از مرگ مادر، جنین هم می‌میرد. اما نوزاد این زن زنده ماند و ما توانستیم او را به دنیا بیاوریم.» بستگان زن باردار فلسطینی، نوزاد را که دختر است به نام مادر

به گزارش الجزیره، دقیقی پس از آتش‌بس دوازده ساعته غزه، جنازه یک زن باردار فلسطینی زیر آوارهای منزل مسکونی‌اش یافت شد. پزشکان موفق شدند با عمل سزارین، جنین این زن را به دنیا بیاورند. احتمال موفقیت پزشکان در این عمل فقط ۵۰ درصد بود. با این حال فرزند این مادر فلسطینی متولد شد و اکنون از نظر سلامتی وضعیت پایداری دارد.



مرداش نامیده‌اند: شایما. از آغاز حمله اسرائیل به غزه بیش از هزار فلسطینی جانشان را از دست داده‌اند. ۴۷ سرباز اسرائیلی و سه شهروند اسرائیل نیز در این جنگ جان باخته‌اند.

فادی الخریطه، پزشکی که عمل سزارین روی مادر مرده فلسطینی را انجام داد، به شبکه جهانی بی‌بی سی گفته است: «من عصبانیم. غمگین و پریشانم. احساس می‌کنم که این نوزاد فرزند من است.»

دانشگاه‌ها را نمی‌بایند. گزارش‌هایی از تبعیض و سوء استفاده‌های اجتماعی به دلیل تعلقات مذهبی وجود داشته که می‌گوید پیروان مذاهب غیرشيعه از سوی جامعه مورد تبعیض قرار می‌گیرند و عواملی از جامعه فضای تهدیدآمیزی علیه آن‌ها ایجاد می‌کنند.

مذهبی بخصوص بهایان ادامه می‌دهند. طبق این گزارش، همه اقلیت‌های مذهبی به درجات مختلف از تبعیض‌هایی که به طور رسمی بخصوص در عرصه‌های اشتغال، آموزش و مسکن اعمال می‌شود، رنج می‌برند؛ بهایان همچنان یا از دانشگاه‌ها اخراج می‌شوند یا اصلاً اجازه تحصیل در

## آمریکا از آزار پیروان مذاهب غیرشيعه در ایران انتقاد کرد

آمریکا نسبت به آزار اقلیت‌های مذهبی در جهان هشدار داد. گزارش سالانه این کشور درباره آزادی‌های مذهبی حاکی از آزار پیروان مذاهب غیرشيعه در ایران و محدودیت‌هایی است که به آنان در مورد پرداختن به آداب دینی‌شان تحمیل می‌شود.

گزارش آمده است که مقامات جمهوری اسلامی در ایران محدودیت‌های سختی را برای پیروان مذاهب غیر از مذهب رسمی حکومت قائل می‌شوند؛ آنان پیروان تقریباً همه مذاهب غیرشيعه را تهدید و بازداشت کرده، آزار می‌دهند.

رادیو زمانه: گزارش سال ۲۰۱۳ وزارت امور خارجه آمریکا درباره آزادی‌های مذهبی روز ۲۸ ژوئیه انتشار یافت. این گزارش بیش از هر چیز نسبت به بیرون راندن فزاینده اقلیت‌های مذهبی از کشورهای مختلف جهان هشدار می‌دهد.

این گزارش می‌گوید که جمهوری اسلامی به افرادی که به جامعه مسیحیان و جامعه زرتشتیان پیوسته‌اند، یا افراد دستگیر شده‌ای که به این دو گروه اقلیت مذهبی تعلق دارند، در زمینه پرداختن به آداب و مناسک مذهبی‌شان



خانواده‌ای مسیحی از عراق که از شهر موصل گریخته و به روستای قرقوش در نینوا پناه آورده است

محدودیت‌هایی را تحمیل می‌کند. بر پایه این گزارش، سخنان و عملکردهای مقامات جمهوری اسلامی فضایی ترسناک برای پیروان تقریباً همه مذاهب غیر شيعه ایجاد کرده است، بخصوص برای بهایان، درویش، مسیحیان پروتستان، یهودیان و شیعیانی که مواضع رسمی حکومت را نمی‌پذیرند. مسیحیان و بهایان از بازداشت‌های خودسرانه، حبس‌های طولانی و مصادره اموال خود گزارش داده‌اند.

در این گزارش آمده است: «تقریباً در هر گوشه دنیا میلیون‌ها مسلمان، مسیحی، هندو و پیروان ادیان دیگر بخاطر ایمان و عقیده مذهبی خود مجبور به ترک وطن خود شده‌اند.»

طبق این گزارش، سال ۲۰۱۳ «بزرگترین موج بیرون راندن پیروان اقلیت‌های دینی در عصر جدید» اتفاق افتاده است.

«جو تهدیدآمیز علیه

اقلیت‌ها توسط حکومت ایران»

بخشی از گزارش وزارت امور خارجه آمریکا به بررسی وضعیت اقلیت‌های مذهبی در ایران اختصاص دارد. در این



Iman Lalehparvar  
MS Electrical Engineering  
UCLA Graduate

### Advantage in Learning LLC

تدریس خصوصی و گروهی  
دروس ریاضی و فیزیک

تحت مدیریت ایمان لاله پرور - برای تمام سنین

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

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

Johns Hopkins University MBA Candidate

Faculty member at West Valley College, Dep. of Engineering

(408)605-9493 www.advantageinlearning.com



### دکتر میشل حق پناه

متخصصی در دندانپزشکی اطفال - کودکان - نوجوانان



"Healthy smiles start here"



\*روش‌های پیشگیری \*رژیم غذایی \*درمان با استفاده از داروهای آرامش بخش  
و یا تحت بیهوشی کامل \*بیماری‌های لثه کودکان \*درمان‌های اورژانسی

\*Preventive Dentistry \*Sedation & General  
Anesthesia \*Special Care Patient Management

(408)866-3000

Dr. Michelle Haghpanah, D.D.S., M.P.H.

1480 Saratoga Ave., Saratoga, CA 95070

## غزه بزرگترین زندان جهان است

گفت‌وگو با فلیسیا لانگر / برگردان: ژیلای سیاسی

«من الان چنان درمانده و خشمگینم، که نمی‌توانم احساس خود را بیان کنم. هنگامی که در این تصویرها چشمم به کودکان، سالخوردهگان و مردگان می‌افتد، می‌گویم: شرم باد بر ما!»

فلیسیا - آلمانی لانگر در سال ۱۹۳۰ در خانواده‌ای یهودی در شهر تارنوو (لهستان) دیده به جهان گشود. بیشتر اعضای این خانواده در «شوآه» به قتل رسیدند. او در سال ۱۹۵۰ راهی اسرائیل شد و از سالهای ۷۰ تا کنون یکی از مشهورترین وکلای مدافع جهان بشمار می‌رود. خانم لانگر در سال ۱۹۶۷ علیرغم کارزاری وسیع و خصمانه وکالت فلسطینی‌ها را در دادگاههای نظامی به عهده گرفت. فلیسیا لانگر از سال ۱۹۷۰ تا کنون با پذیرش شهروندی آلمان در تورینگن زندگی می‌کند. «نوبل آترناتیو» یکی از جمله جایزه‌ها و نشان‌های گوناگون دریافتی او به شمار می‌رود. او در سال ۱۹۱۲ به دعوت مشترک گروهی از ایرانیان و اسرائیلیان، روزهایی در برلین اقامت داشت و در یک برنامه سخنرانی شرکت کرد. در این برنامه بیش از یک صد نفر از شهروندان آلمانی و ایرانی حضور داشتند. در زیر مصاحبه‌ی خانم مارلند گورینگ («نویس دوپچلند») با فلیسیا لانگر از نظر نام می‌گذرد.

خانم لانگر، الان به تصاویری از غزه و اسرائیل که نگاه می‌کنید، چه احساسی به شما دست می‌دهد؟ من الان چنان درمانده و خشمگینم، که نمی‌توانم احساس خود را بیان کنم. هنگامی که در این تصویرها چشمم به کودکان، سالخوردهگان و مردگان می‌افتد، می‌گویم: شرم باد بر ما! گفته می‌شود که تاکنون دست کم ۷۰۰ فلسطینی در غزه کشته شده‌اند. دو سوم کشته شدگان از افراد غیرنظامی بوده‌اند. کودکان بخش بزرگی از جمعیت غزه را تشکیل می‌دهند، به این خاطر شمار کودکان کشته شده زیاد است. فکر می‌کنم که سرانجام این سیاست دهشت انگیز اسرائیل جز پاشیدن تخم نفرت نخواهد بود. به نظر می‌رسد که ائتلاف فتح و حماس، اسرائیل را به این تجاوز برانگیخت. اسرائیل نمی‌خواست و نمی‌خواهد چنین وحدتی را ببیند. نظرتان درباره واکنش بین‌المللی چیست؟ آیا آن را متناسب (با ابعاد کنش اسرائیل) می‌بینید؟ این واکنش ضعیف است و کارا نیست. ارتش اسرائیل به جنگی جنایت‌کارانه

و حتی یک بار هم حاضر نشد که از کشتار کودکان در غزه ابراز تأسف کند. نمی‌دانم آیا خانم مرکل احساسی نیز دارد! نظرتان درباره حماس چیست که از مناطق مسکونی موشک پرتاب می‌کند؟ من نه تنها با موشک پرتابی، بلکه با هرگونه آزار و کشتار مردم بی‌گناه مخالفم. من هرگز از خود آمادگی نشان ندادم که وکالت کسانی را قبول کنم که به چنین اعمالی دست زده بودند. به یاد داشته باشید که اسرائیل ۴۷ سال است که فلسطین را اشغال کرده است، و سیاست سرکوبگرانه و آپارتایدگونه‌ی اسرائیل سبب‌ساز ناآرامی و خشونت در مناطق اشغالی شده است. پرتاب موشک به سوی اسرائیل نیز پیامد چنین سیاسی است. ولی با این وجود باید آن را محکوم کرد. با کمال تأسف باید گفت که جنگ اسرائیل، جنگی است ویرانگر و دردناک. ما در «کنست» نماینده‌ای داریم بنام «آیلت شاکل» از حزب «بیت یهودی» که در دولت نیز شرکت دارد. او در یک برگ اینترنتی نوشت: «همه‌ی فلسطینی‌ها دشمن ما هستند. حتی زنان فلسطینی را باید کشت، چون این‌ها ما را به دنیا می‌آورند.» گرچه ما در اسرائیل افراد صلح‌جو نیز داریم، اما نمی‌توان از جنبش صلح سخن گفت. بدبختانه هواداران صلح در اسرائیل در وضعیت بدی به سر می‌برند. هر حرفی



۶۰۰ هزار اسرائیلی در مناطق اشغالی سکنا گزیده‌اند، یعنی ۲۲ درصد فلسطین. در حالی که چنین اقدامی ناقض قوانین بین‌المللی است. این جنگ، جنگی است جنایت‌کارانه. باید پرسید که چرا اسرائیل چنین کاری را به خود اجازه می‌دهد؟ من و همسرم از بازماندگان «هولوکاست» هستیم و الان می‌بینیم که هم اکنون اسرائیل برای توجیه جنگ افروزی خود به سوء استفاده از «هولوکاست» دست می‌بازد و من بر این گفته خود پافشاری می‌کنم.

دنباله مطلب در صفحه ۵۵

### دکتر تینا نافی

کایروپراکتور

معالجه تصادفات رانندگی، کاری و ورزشی

*We take the time. We listen.  
We partner with our patient.*

معالجه دردهای عضلانی و ناراحتی‌های مفاصل و استخوان، تصادفات رانندگی و صدمات کاری با پیشرفته‌ترین وسایل پزشکی، دستگاه‌های ورزشی و فیزیوتراپی

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

اکثر بیمه‌های درمانی پذیرفته می‌شود!

Tel: (510) 791-6332 ♦ Fax: (510) 791-1923  
1860 Mowry Ave. Suite 201, Fremont, CA 94538

### FINE HOMES REALTY



Mohamad Harandi

### محمد هرندی

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

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



(408) 605-1138



moeharandi@yahoo.com ♦ DRE#01183647 ♦ NMLS#332989

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





پاک و منزه و عاری از آلودگی بودند دل مشغولی اش را تشکیل میداد. با اینهمه طبعی لطیف و حساس داشت و از سوء رفتارها یا بدببانی ها سخت میرنجید.

گرچه در روزنامه اطلاعات کار میکرد و

هستی به تو بگویم من ۲۲ هزار تومان پول در بانک دارم. در آمریکا هر وقت بی پول شدی زنگ بزن برایت بفرستم.... پس از تغییر رژیم و خانه نشینی قلمزنان مطبوعات، اسماعیل نیز مشمول این بی مهری ناسزاوارانه شد. اما برخلاف برخی از همکاران که "لو" دادن وسعایت دوستان را پایه حفظ ترقیات خود کردند، اسماعیل این حرکات را زشت و رذیلانه و "نان به نرخ روز خوردن" تفسیر کرد و از آنان کناره گرفت. گرچه در نظام ولایت فقیه از قلمزدن بازماند اما از تلاش و تکاپو دست برنداشت و انجمن بابلی ها را در تهران تشکیل داد و نشریه ای نیز بنام "بارفروش" که نام قبلی بابل بود، منتشر ساخت. این نشریه با نثر شیرین و جذاب یگانگی انتشاری یافت و هواداران بسیار پیدا کرد.

بالتبع رقیب شناخته میشد اما با این بنده که در کیهان کار میکردم براستی رفیقی شفیق و یگانه بود، به نحوی که دوستی و رفاقت ما در همه سالهای زندگی در ایران و اقامت در آمریکا نه تنها گسسته نشد بلکه کمترین آسیبی ندید. زیرا سلوک، مدارا و دوستی و رفاقت به معنای اخص، از ویژگی های اخلاقی اسماعیل بود.

از جمله رفیق دوستی یگانگی اینکه روز قبل از پرواز، از تهران به آمریکا، هنگام عصر به خانه خواهرم در میدان کندی بازگشتم تا روز بعد به فرودگاه مهرآباد نزدیک و پرواز را از دست ندهم، همین که وارد منزل شدم، اسماعیل را در خانه خواهرم دیدم که منتظر من است! تعجب کردم که او آدرس خواهرم را از کجا تهیه کرده است. با منتهای لطف پرسید: کجا؟... سپس گفت: حالا که عازم

## اسماعیل یگانگی، روزنامه نگار پاک قلم و پاکیزه سرشت درگذشت

سیاوش آذری

جامعه مطبوعات ایران یکی از برجسته ترین روزنامه نگاران عصر حاضر خود را در غرب آمریکا از دست داد. قلمزنی که در طول سالها نوشتن و پردازش موضوعات و مطالب مختلف، همه وقت شرافت قلم را پاس داشت و از اصول و مبانی درست و صحیح قلمزنی تخطی نکرد.

چندی بعد سرپرستی صفحات داخلی روزنامه اطلاعات که کاری حساس و پرمسئولیت بود به وی سپرده شد. به موازات کار در موسسه اطلاعات، به علت احاطه به کارمطبوعاتی روابط عمومی بانک رفاه کارگران به وی سپرده شد. در این سمت یگانگی تا توانست به کارگران مدد رساند و برای پرداخت وام های مورد نیاز کارگران بی اندازه تلاش کرد و بدین لحاظ مورد علاقه شدید کارگران قرار گرفت.

پس از آن در روابط عمومی هواپیمائی ملی ایران مشغول به کار شد. طبع پاک و عاری از آلودگی هایش اجازه نداد پاره ای سوء استفاده ها را ببیند و دم بر نیآورد. لذا خود را از ادامه کار در روابط عمومی هما معاف کرد. یگانگی در دوستی و رفاقت براستی یگانه بود. همدلی با همکارانی که چون خودش

اسماعیل یگانگی، زاده بابل از شهرهای عمده مازندران بود، اما در تهران میزیست و پس از پایان تحصیلات به کار قلمزنی در مطبوعات پرداخت. وی ابتدا در کیهان ورزشی مشغول به کار شد اما پس از چندی از کیهان رفت و به موسسه اطلاعات پیوست و با ادامه نویسنده گی در ورزش، مهارت و کارائی خود را در سایر زمینه های خبری نیز نشان داد تا آنجا که به نوشتن مطالب دیگر پرداخت و ورزشی نویسی اش در سایه قرار گرفت.

با گذشت زمان، آثار نوشتاری زیبا و جذاب یگانگی مورد توجه قرار گرفت و به سفرهای مختلف و فعالیت در دیگر بخش های خبری در روزنامه اطلاعات ادامه یافت. همزمان در هفته نامه تهران مصور نیز آثار قلمی اش خوانندگان خود را یافت.

## Ali Driving & Traffic School

### کلاس های تعلیم رانندگی و ترافیک علی برای بزرگسالان و نوجوانان

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

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

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



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

آموزش رانندگی توسط کادری مجرب و حرفه ای

(408)370-9696 ♦ (408)394-5249

## کامران پورشامی

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

**Kamran Pourshams**  
Experienced Professional Realtor  
Residential, Commercial,  
Property Management

Proven Insights.  
Proven Results.

DRE# 01066478



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

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

Experienced Agent in Short Sale  
& Bank Owned Properties

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

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

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

419 E. Hamilton Ave., Campbell, CA 95008

حکم قتلش را صادر کرده اند و این انسانی را که خونش را تباه می کنند این بیماری که در حال مرگ است و درمانش نمی کنند. این جوانی را که به سن قانونی نرسیده را اعدامش می کنند این دختری که او را می کشند و بعد به دانشگاهش می روند و کلیه مدارک دانشجویی او را از بین می برند و به پدر و مادرش می گویند اگر صدایتان در بیاید دختر دیگران نیز گم و گور خواهد شد آیا این دولت و طرفدارانش از چنگیز و آتیلا خونخوارتر نیستند. خوب به چهره این حق بجانان نگاه کنید انگار نه انگار جنایتکارند انگار نه انگار حس انسانی که نه حتی حس حیوانی هم در وجودشان نیست، چرا که حیوان ممنوع خودش نمی درد و نمی خورد اما این موجودات که چهره انسان دارند بر از دیو و شیطان پلیدترند حالا دارند بر سرزمین اهورائی ما حکومت می کنند و با اینهمه ضرر و زیان جانی و مالی از مردم طلبکار هم هستند انسان شرم دارد که بگوید این ها هم میهن من هستند.

مکن کاری که برپا سنگت آید

جهان با این فراخی تنگت آید

چو فردا نامه خوانان نامه خوانند

تو خود از نامه خواندن ننگت آید

اما جان انسان چی؟ جان کودکان و جوانان چی؟ آیا آنها از سگ و گربه کمترند؟ و این جاست که باید گفت رسد آدمی بجائی که از شیر و ببر و پلنگ خونخوارتر میشود و صد رحمت به کفتار و مار و عقرب، و هزار رحمت به قبیله های آدم خوار.

با دوستی از پله های هتلی در مسکو بالا می رفتیم من دو پله یکی خودم را بالا کشیدم و فریاد زدم زود بیا بالا. او که پله ها را به دقت یکی یکی بالا می آمد گفت دوست عزیز اگر اینجا زمین بخورم و مرا بعد از چند ساعت به بیمارستان ببرند و اگر پایم شکسته باشد ممکن است آنرا قطع کنند و لذا احتیاط در چنین شرایطی لازم است و من از آن بالا هاج و واج به صورت رفیقم نگاه می کردم و با خودم فکر می کردم مگر ممکن است این اتفاق در این شهر به این بزرگی بیفتد و وقتی از او پرسیدم گفت بزرگی و کوچکی شهر مهم نیست. مهم حکومت و مردم هستند که باید دید آیا از آدمیت بوئی برده اند یا نه.

حالا می رسیم به کشور عزیزمان ایران و دولتمردان آدمی خوار که با نهایت خشونت و بیرحمی جان آدمیان را می گیرند و انگار مرغی را سربریده باشند و هیچ حسی ندارند که این انسانی را که



## یک سینه سخن

مسعود سپند

آدم اعضای یک پیکرند نمی رسد. و اما آن روزها چون می خواستیم از هر کاری سر در بیاوریم با رفقا تصمیم گرفتیم سری به نازی آباد بزنیم. آن روزها نازی آباد در جنوبی ترین قسمت تهران بود و بعدش سبزی کاریهائی که از آب که نه، لجن آلوده به آب تهران مشروب می شد و اتفاقاً برای رشد تره و جعفری و گشنیز هم مفید است و نزدیک همین سبزی کاریهائی که از خاکروبه بنظر می رسید که ده ها که نه صدها سگ بدنبال تکه تانی و پاره استخوانی خاکروبه ها را زیر و رو می کردند و گاهی به رهگذران نیز حمله می بردند و بهمین دلیل سگ های نازی آباد شهرت ضرب المثلی پیدا کرده بودند. آنجا اگر سگی از گرسنگی و تشنگی میبرد کسی اهمیت نمیداد و اینجا عجیب است که برای نجات یک گربه گروهی تجهیز می شوند و شهری را خبر می کنند که بشنابید که جان گربه ای در خطر است و

آمبولانسی به سرعت در حرکت بود آژیرش گوش فلک را کر می کرد، اتومبیل ها کنار کشیدند و ایستادند تا راه آمبولانس باز شود. پشت سرش ماشین آتش نشانی زوزه کشان بدنبال آمبولانس بقول تاجیک این (کسل کش تیزرو) در حرکت بود و قشقرقی راه انداخته بودند که خیال می کردی آسمان به زمین آمده یا چند دستگاه اتوبوس و تریلی بهم خورده اند.

شب در تلویزیون دیدم گربه ای در ناودان گیر کرده بوده و این جماعت به نجات جناب گربه می شتافته اند. بقول دوران مدرسه از این انشاء نتیجه می گیریم که حیوانات را هنگام خطر باید دریابید.

و عجیب است که در جای جای جهان هرگوشه ای متفاوت است یک جا برای حفظ جان گربه ای که گرفتار شده و میومیو می کند ده ها تن می شتابند و در جای دیگر دنیا گربه که هیچ اگر انسانی فریاد و فغانش بفک ببرد به گوش (بنی

## رستوران فیمس کباب



غذای هر ملتی بخشی از فرهنگ آن مردم است

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



کترینگ 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

خانواده محترم یگانگی، در گذشت همسر و پدر گرامی تان شادروان «اسماعیل یگانگی» مایه تأثر فراوان شده است. بدین وسیله ضمن عرض تسلیت به شما و بازماندگان محترم و داغدار، از خداوند متعال برایتان صبر جمیل و برای آن عزیز از دست رفته غفران و رحمت واسعه آرزو مندیم. سیاهش سیروس

خانواده محترم یگانگی، در گذشت همسر و پدر گرانقدرتان شادروان «اسماعیل یگانگی» چنان سنگین و جانسوز است که به دشواری به باور می نشیند. این ماتم جانگداز را به شما و خانواده های وابسته صمیمانه تسلیت عرض نموده، برای شما صبر و اجر و برای آن عزیز سفر کرده علو درجات طلب می کنم. سیاهش آذری

خانواده محترم یگانگی، به سوگ نشستن در غم از دست دادن عزیزان صبری می خواهد عظیم. در گذشت شادروان «اسماعیل یگانگی» را به شما و کلیه بازماندگان تسلیت عرض می کنم و برایتان صبر و شکیبایی آرزو مندیم. مسعود سپند

خانواده محترم یگانگی، از شنیدن خبر فوت شادروان «اسماعیل یگانگی» بسیار متأثر شدیم. این واقعه دردناک را به شما و خانواده های وابسته تسلیت عرض می کنیم و از درگاه خداوند متعال برایتان صبر خواستاریم. ما را در غم عزیز از دست رفته تان شریک بدانید.

انتشارات پژواک، افلیا پرویزاد



## با هادی خرسندی

www.asgharagha.com  
hadikhorsandi@aol.com

### این بچه که بچه ی بهائی ست

در کوچه پس کوچه های شیراز و آباده و یزد و .... معلوم نیست چه اسراری از جمهوری اسلامی، کف زمین ریخته است، که رژیم حاکم، بهائیان رهگذر از این مسیرها را «جاسوس» می شناسد! آنهم جاسوس اسرائیل! اسرائیلی که ماهواره و مخابرات و عوامل خود در دولت اسلامی و روحانیت شیعه را رها میکند و از بهائیان دست و پا بسته و دور از ماجرا و زیر ذره بین، اطلاعات خیلی محرمانه ی جمهوری اسلامی را کسب میکند! (خدمتی که احمدی نژاد به اسرائیل کرد، «بهائی یعنی جامع جمیع کمالات انسانی». بچه بهائی در خانه و «درس اخلاق» چنین می آموزد و با این ذهنیت به مدرسه میرود. آنجا دیگر بسته به بخت اوست که گیر چگونه آموزگاری بیفتد. بچه های یهودی هم وضعی بهتری ندارند البته، اما آزار بهائی ها فعلا در دستور روز و شب جمهوری اسلامی است.

#### این بچه که بچه ی بهائی ست

این بچه که بچه ی بهائی ست در مدرسه چهار ابتدائی است امسال معلم کلاس اش یک مردک ریشو و عبائی ست گفته ست که: این حرام لقمه، در ظاهر اگرچه روستائی ست، اما به شهادت مدارک، جاسوس موسادی و سیائی ست، این بچه که بچه ی بهائی ست

گفته ست که: بچه ی بهائی خصم است به ملت مسلمان با خار جیان در ارتباط است مأمور فرانسه است و آلمان یورو ز هلند میدهندش پوندش برسد ز انگلستان دشمن به حکومت ولاتی است، این بچه که بچه ی بهائی ست

گفته ست معلمش که: بچه بوده ست رفیق شخص مائو

رفته ست سپس یوگوسلاوی، دزدیده طلا ملای تیتو از عهد فرانک سیناترا، نه، از دوره مارلون براندو، او جزو سران مافیائی است، این بچه که بچه ی بهائی ست

گفته ست که: دولت موزامبیک، کرده ست به او دلار تقدیم مجموع اصول ماسونی را، داده است به او سوئیس تعلیم از توطئه دست بردارد زیر سر اوست طرح تحریم او باعث فقر و بی غذایی ست، این بچه که بچه ی بهائی ست

گفته ست که: آیه های کفرست، دائم به زبان الکن او هر جا که بلای آسمانی ست، باشد گنه اش به گردن او

از اول سال بنده بودم، در فکر رفوزه کردن او

البته که واجب کفائی ست، این بچه که بچه ی بهائی ست

گفته ست معلمش که: «راحل»، آمد شب جمعه ای به خوابم فرمود که من ز روز اول، دشمن به نوادگان بامم

حالا ز خیال بچه کافر، در قعر بهشت! در عذابم

لاکن دل من پی رهائی ست، زین بچه که بچه ی بهائی ست گفتیم که: کیست این معلم؟ گفتند که: اهل منبر است او گفتیم به حق طفل معصوم، اینجور چرا ستمگر است او؟ در هضم عقیده ی مخالف، از چیست که اینهمه خر است او؟ گفتند طباطبائی ست! پس دشمن بچه ی بهائی ست

گفتند که: در پی ترقی ست، این حضرت بسمه تعالا خواهد که نشان دهد خشونت، تا کسب کند مقام بالا از بین تمام خلق، زورش، بر این پسرک رسیده حالا پس سوژه ی زور آزمائی ست، این بچه که بچه ی بهائی ست

این بچه به حیرت است از اینکه، باباش چرا شده ست بیکار؟ اعدام چرا شده عمویش؟ مادر ز چه دیده است آزار؟ آقا ز چه چک زده به گوشش ....؟ دارد ز جهان سؤال بسیار! در مدرسه چار ابتدائی ست، این بچه که بچه ی بهائی ست

### حمید رئیسیه

مشاور در امور خرید و فروش املاک و وام

**Hamid Reiesieh**  
Real Estate Broker & Finance Advisor

سرویس دوستانه،  
سریع، مطمئن و حرفه ای

Cell: (408)234-5793

Office: (408)298-2591



DRE#01326116 NMLS# 344666

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

Your Trusted Advisor in  
Real Estate & Mortgage



hamidr63@yahoo.com ◆ www.hamidreiesi.com



1925 S. Winchester Blvd., Suite 200, Campbell, CA 95008



### دکتر فرانک پورقاسمی متخصص و جراح پا

◆ درمان بیماری های پا ناشی از امراض قند و روماتیسم ◆ درمان عفونت های قارچ ناخن و پوست پا ◆ ترمیم پارگی ماهیچه، غضروف و شکستگی پا

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

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

#### Dr. Faranak Pourghasemi, DPM

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

اکثر بیمه ها پذیرفته می شود

National Foot & Ankle Center

(408)884-5851

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

## داستان حوریه، زن فقیری که قربانی هروئین همسایه شد

مسین (رئیس)، وکیل پایه یک دادگستری

حوریه، در زمان ریاست قوه قضائیه یک آیت الله دستگیر و در زمان آیت الله دیگری اعدام شد. اگر آیت الله نخست تصدی امور را بر عهده داشت، شاید اعدام نمی شد. نمی گویم بی گناه بود؛ اما با قاطعیت می گویم فقیر بود.

و کسی که آن را نگهداری و مخفی کرده) یکسان است.

بعد از جلسه دادگاه دختران خردسال حوریه را سراغش فرستادم و خودم نیز با او صحبت کردم. اما چیزی که در این آشفته بازار دادگاه انقلاب خریدار نداشت،

جزئیات و تحلیل های مختلف قضایی بود از جمله آن که مطابق قانون تنها کسی که مواد را "به قصد توزیع یا فروش" نگهداری نماید مستحق اعدام است. بعد از سخنان من، قاضی صراحتاً گفت حکم اعدام صادر می کنم، با توجه به رویه موجود مشمول عفو واقع می شود. به او گفتم اگر چنین نشد شما مسئول خون او خواهی بود.

حوریه، از سر نیاز به زن همسایه شان که وضع اقتصادی نسبتاً بهتری داشت پناه برده بود. از بس قرض گرفته بود ناچار به پذیرفتن پیشنهاد زن همسایه شده بود تا در ازای مبلغ اندکی، مقدار ۲۰۰ گرم هروئین را در منزلش نگهداری کرده و هر زمان که لازم شد به او باز گرداند. دیری نمی پاید که زن همسایه و حوریه دستگیر می شوند. حوریه در جلسات دادگاه حرف خاصی برای گفتن نداشت، به خطای کرده اش اعتراف و تقاضای عفو می کند. در دادگاه چندین بار تکرار می کند که مواد متعلق به او نبوده است و او تنها آن ها را مخفی و نگهداری کرده است، هر چند که نمی دانست این که مواد متعلق به وی نباشد، تفاوتی در مجازاتش نخواهد داشت و در قانون مجازات هر دو (صاحب هروئین

خواهی به معنای واقعی کلمه در این احکام صورت نمی گیرد. در فاصله صدور حکم تا ارسال پرونده به تهران برای تجدید نظر، رئیس قوه قضائیه تغییر کرد. آقای آزه ای نیز دادستان کل کشور شد. پرونده مدت زیادی در دادستانی کل کشور ماند. در طی این مدت چندین بار مراجعه کردم، اما پاسخ مناسبی دریافت نکردم. بالاخره رای اعدام تایید شد و پرونده به شهرستان بازگشت. در همین فاصله برای جلوگیری از اجرای ناگهانی حکم درخواست عفو را مطرح کردم. اما رویه عفو با آمدن رئیس جدید قوه قضائیه کلاً تغییر کرد و تمامی رویه های سابق نادیده گرفته شد. درخواست من را به شهرستان ارسال کردند. از آن به بعد، کمیسیون های عفو در هر شهرستان تشکیل و بر اساس نظر رئیس جدید قوه قضائیه از درخواست عفو به طور موکد خودداری می شد.

به دفتر زنان قوه قضائیه در تهران مراجعه کردم تا شاید آنها بتوانند مانع اعدام یک مادر با فرزندان خردسال شوند. برخورد ظاهری مسئول دفتر مناسب بود، اما از انجام کار خبری نبود. نهایتاً درخواست عفو مردود اعلام شد و پرونده برای اجرا به اداره اجرای احکام ارسال شد.

این سخن به مذاقش خوش نیامد و از من خواست تا جلسه دادگاه را ترک نمایم. بالاخره حکم اعدام حوریه صادر شد و از دفتر دادگاه با من تماس گرفتند تا برای دریافت رای مراجعه نمایم. نسبت به حکم صادره اعتراض کردم. در عین حال نامه ای به دبیر ستاد حقوق بشر قوه قضائیه نوشتم و از او خواستم تا مانع اعدام زنی شود که از یک طرف فقر او را به چنین شرایطی وادار ساخته بود و از طرفی دیگر به دلیل داشتن کودکان خردسال و دختری حدوداً ۱۴ ساله و بدون سرپرست، مستحق



اعدام نبود، اما هیچ پاسخی دریافت نکردم. چندین بار تماس گرفتم ولی باز تنها وعده رسیدگی داده می شد. مطابق قانون مبارزه با مواد مخدر، احکام اعدامی که به موجب این قانون صادر می شود، پس از تأیید رئیس دیوانعالی کشور و یا دادستان کل کشور قطعی و لازم الاجرا است و در نتیجه تجدید نظر

دنباله مطلب در صفحه ۵۲



## 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

## اولین قرارداد تجاری بوئینگ و ایران پس از انقلاب ۱۳۵۷

به گزارش خبرگزاری فرانسه، از زمان انقلاب ۱۳۵۷، این اولین باری است که هواپیماسازی بوئینگ با ایران قراردادی تجاری امضا می‌کند.

مدتی محدود، قطعات یدکی که برای ایمنی پرواز است، به ایران بدهد. بوئینگ همچنان اجازه ندارد به ایران هواپیمای جدیدی به فروشد.



این مجوز بخشی از توافق اولیه اتمی میان ایران و قدرت‌های جهانی است که سال گذشته حاصل شد. اواخر ماه فوریه (اسفند سال گذشته) شرکت آمریکایی جنرال الکتریک اعلام کرد برای فروش تجهیزات یدکی هواپیما به ایران مجوز خواسته است. ایران هنوز از هواپیماهای مسافربری بوئینگ استفاده می‌کند که در زمان حکومت محمدرضا شاه پهلوی خریداری شد.

ایران امروز: بر اساس اسنادی که منتشر شد، بوئینگ کالا و خدمات «مرتبط با امنیت پرواز» به ایران ایر عرضه می‌کند. بر اساس اسناد، این قرارداد سه ماه دوم سال جاری میلادی حاصل شد. این توافق شامل بندهایی از جمله صدور قطعات هواپیما، کتابچه‌های راهنما، نقشه‌های ناوبری، و اطلاعات به ایران ایر از نوعی که شرکت آمریکایی بوئینگ به مشتریان خود برای ایجاد تغییرات در هواپیما، تعویض قطعات و معاینه هواپیما توصیه می‌کند، می‌شود. بوئینگ اعلام کرد که با شرکت ایران ایر تور، زیر مجموعه ایران ایر نیز در مورد فروش احتمالی کالاها و خدمات مشابه مذاکره کرده است. بوئینگ گفته در رابطه با این اقدامات، در آمد ناخالص و یا سود خالصی در سه ماه دوم کسب نکرده است. در ماه آوریل دولت آمریکا مجوزی صادر کرد که به بوئینگ اجازه می‌دهد برای

## ژایلا، زنی که سگ کشی در تبریز را متوقف کرد

هنوز هم وقتی آن روز «وحشتناک» را به خاطر می‌آورد، بغض می‌کند و کلماتش بریده بریده می‌شوند. حالا سه سال از آن روز گذشته، همان روزی که سگ‌های بی پناه شهر تبریز را در معدوم گاه ملاقات کرد؛ سگ‌های گرسنه، رنجور و عاصی که در انتظار مرگ بودند.

عهد می‌بندند که هر کاری از دست‌شان برمی‌آید برای سگ‌های شهرشان انجام دهند؛ سگ‌هایی که به جرم بی پناهی، به ضرب گلوله کشته می‌شدند. حالا تلاش‌ها به ثمر نشست و آن‌ها مسوولان استان آذربایجان شرقی را راضی کرده‌اند که سگ کشی را متوقف کنند. چندی پیش مدیر کل امور شهری استان به خبرگزاری مهر از توقف سگ کشی خبر داد و گفت: «از این



به بعد سگ‌های ولگرد با سلاح بی‌هوش و به مراکز نگهداری مردم نهاد سپرده می‌شوند.» این خبر، حکایت سه سال تلاش و پی‌گیری بی وقفه ژایلا پورایرانی و همکارانش است: «شهرداری پروژه سگ کشی را به پیمان‌کاران سپرده بود. برای پیمان‌کاران صرف نمی‌کرد که داروی "کتامین" تهیه کنند و بعد از بی‌هوشی، حیوان را از بین ببرند. دنباله مطلب در صفحه ۵۲»

رادیو فردا: می‌گوید: «آنها را از سراسر شهر جمع کرده بودند. حدود ۲۰۰ یا ۳۰۰ سگ بودند. خبری از بی‌هوشی و مرگ بدون درد نبود، با گلوله کار را تمام

می‌کردند. بعضی از سگ‌ها را زنده زنده در آهک دفن می‌کردند.» به این‌جا که می‌رسد، نفس نفس می‌زند و می‌گوید: «دوست ندارم تصاویر آن روز را به خاطر بیاورم. مدت‌ها درگیر آن صحنه‌های وحشتناک بودم. چشم‌های معصوم حیوانات را به یاد می‌آوردم و دچار پریشانی می‌شدم.» «ژایلا پورایرانی» و دوستانش از همان روزی که پا در معدوم‌گاه می‌گذارند،



# بابک رحیم زاده

## Bobby Rahim

IRS Enrolled Agent



**Personal & Business  
Federal & State Tax Return Filing**

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

1900 Camden Ave, Suite 204  
San Jose, CA 95124

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

انجام کلیه امور حسابداری و حسابرسی

رسیدگی به امور حقوق و دستمزد

مشاوره و برنامه ریزی مالیاتی برای افراد و موسسات تجاری

**(408)247-5626**

**(408)899-8727**



## مصاحبه با یک قربانی تجاوز خانوادگی

ماهرغ غلاممسین پور



اصلا. اصل درد همین جاست. چرا جامعه من، باید قربانی را قضاوت کند؟ چرا به جای این که به فکر درد باشند و درمان را حلاجی کنند، با سکوت خود، پروسه قربانی شدن فرد مورد تجاوز قرار گرفته را بازتولید می کنند؟ نه. من حساب شده این کار را می کنم.

مورد آن حرف نمی زنند. برای خودم از روزی که این مساله تکامل داد تا روزی که به نتیجه قطعی رسیدم که باید در مورد آن با دیگران حرف بزنم، یک پروسه دو، سه ساله طی شد. راستش من عامدانه و از سر آگاهی می خواهم دست کم جزو اولین کسانی باشم که تابوی حرف زدن از این فجایع پنهان زیر پوست شهرمان و خانه هایمان را بشکنم. بگذارید قضاوت کنند. بگذارید بگویند می خواهد جلب ترحم کند. من برای دیده شدن، صحنه تاترم را دارم و همین کافی است. اتفاقا تحت تاثیر همین جریان، تاتری به نام «از میان سایه ها» ساخته ام که به زودی دوباره آن را اجرا می کنم. یک نوع تاتر-رقص همراه با مونولگ است. می شود گفت به نحوی روایت شخصی خود من است. گرچه همه داستان این نمایش به مساله تجاوز مربوط نمی شود بلکه نمایش پروسه خشونت باری است که یک دختر از بدو تولد تا زمان زنانگی در جامعه ایران طی می کند و در پایان تن به مهاجرت و تبعید می دهد. در آن جا نیز با مسایل و دردهای جدیدی رو به رو می شود. به همین دلیل هم نام تاترم را گذاشته ام «از میان سایه ها». یعنی سایه هایی که زنان جامعه ما باید از میان انبوه تجاوزها عبور کنند تا به بلوغ برسند.

اگر چه شکل پرداخت رسانه ها به این پدیده را نمی پسندم. پرداخت به این مسایل باید دغدغه واقعی باشد. دغدغه ای که از گروه های کوچک اجتماعی و سیاسی ریشه می گیرد و فقط در صورت واقعی و حقیقی بودن، ممکن است که تبدیل به دغدغه بخش بزرگ تری از جامعه شود. من به بخش فرهیخته جامعه ام در این زمینه نقدی جدی دارم. اما دلیلی که باز هم با وجود این نارضایتی مرا حاضر به مصاحبه در این مورد می کند، داستان تکان دهنده ای است که من از آن خیلی چیزها یاد گرفتم. چند سال پیش یک فرد آلمانی با هراس گفت که در یک کلیسای کاتولیک به او تجاوز شده است. اولین بار گفته هایش سرکوب و انکار شد. کل سیستم مذهبی این جا بسیج شدند که بگویند چنین اتفاقی رخ نداده است. اما شهادت همان یک نفر برای طرح این مساله سبب شد که موارد پنهان دیگری رو بشوند. به تدریج کار به طرح شکایت چند صد نفر از آن کلیسا رسید و این ماجرا سبب شد تابوی طرح تجاوز جنسی در جامعه آلمان به کلی شکسته شود. در آن شرایط بود که من فهمیدم عمومی کردن این مساله تنها یک موضوع شخصی نیست. حرف زدن از تجاوز خانگی در جامعه ما و حتی در میان قشر فرهیخته و روشن فکر هنوز هم یک تابو محسوب می شود. به راحتی در

وقتی به «مینا خان» بازبگر ۳۰ ساله تاتر ساکن آلمان پیشنهاد شد که در نمایش «ضیافت» به کارگردانی «رضا جعفری» بازی کند، انتظار نداشت زخم کهنه ای که سالها تلاش کرده بود از خاطر ببرد، دوباره سر باز کند. به او پیشنهاد شد نقش روح «لیندا» را در هشت پرده رقص و بدون دیالوگ بازی کند. نقش لیندا برگرفته از کاراکتر فیلمی به نام «جشن» اثر «توماس وینتربرگ»، کارگردان دانمارکی است. او دختری است که در کودکی همراه برادرش بارها از سوی پدر مورد تجاوز قرار گرفته است. لیندا در ۳۰ سالگی خودکشی کرده و برادرش در سن ۶۰ سالگی، در سالروز تولد پدر کهن سال و ثروتمند خود، این ماجرا را برملا می کند. برای مینا خان که از کودکی اسیر خاطرات تلخ تجاوز خانگی بوده، اجرای نقش لیندا آینه تمام نمای زندگی شخصی او است. او در نمایش «ضیافت» می بایست نقش خودش را بازی کند اما این موضوع سبب شده خاطرات پنهان مانده در پستوی ذهن، دوباره به سطح هوشیار آن بازگردند. مینا خان را اهالی فیس بوک می شناسند؛ شاید به دلیل هنرش. او تاتر بازی می کند و می رقصد. هشت سال است که از ایران مهاجرت کرده و این روزها حرفه ای می رقصد؛ نه فقط از سر سرخوشی، رقص های هنری با تم های اجتماعی، ترکیبی از رقص سماع، عربی و مدرن.

روندی کوتاه و چند ساله، دندان هایم آسیب جدی دیدند و حتی تعدادی از آن ها را از دست دادم. می دانی؟ نگذاشتند بچگی کنیم! نگذاشتند بچه لوس بابا باشیم؛ نگذاشتند جوانی کنیم. یک دفعه سرمان را بالا گرفتیم و دیدیم که زن شده ایم. بوی خونابه به ما می گفت که اتفاق عظیمی در ما در حال افتادن است. به همین سادگی زن شدیم. نمی ترسی که پس از این مصاحبه مدام نشانت بدهند، قضاوت کنند؟ متهمت کنند؟

چند سالت بود که آن اتفاق افتاد؟

بین ۹ تا ۱۳ سالگی این قصه برای من تداوم داشت. اما راستش همان ۱۳ سالگی هم هنوز «بچه معصومی» بودم. اگر موهایم را می تراشیدی، به پسر بچه لاغری شباهت داشتم که هیچ از زنانگی نداشت؛ نه سینه جوانه زده ای و نه برجستگی اغواگرانه ای. بعدها فهمیدم یکی از متداول ترین اثرات روحی تجاوز خانگی بر روی قربانی، سوء تغذیه است. به دلیل همین سوء تغذیه در



Ali Shirzadi, M.D

کلینیک مجهز به پیشرفته ترین تجهیزات برای تشخیص و جراحی بیماری های مغز و اعصاب

Our mission is to serve our patients to the best of our ability by providing them with the best neurosurgical care available.

- \* Brain & Spinal Tumors
- \* Neck & Back Pain
- \* Spinal Surgery
- \* Neurovascular Surgery
- \* تومور مغز و ستون فقرات
- \* گردن و کمر درد
- \* جراحی ستون فقرات
- \* جراحی عصب ها

www.southbaybrainandspine.com

Tel: (408)358-0133 Fax: (408)358-8134

2577 Samaritan Drive, Suite 710, San Jose, CA 95124



### بدری ولیان

مربی خصوصی ورزش و تربیت بدنی

با مدرک بین المللی ISSA و سابقه عضویت در تیم ملی کوهنوردی بانوان ایران

متمرکز بر ورزش بانوان

Certified Personal Trainer  
Specializing in Women's Fitness & Health

First Session at No Charge

(650)450-1866

badrivalian2013@gmail.com



سرویس در کلیه مناطق بی اریا، همراه شما و در محل مورد انتخاب شما

## کشور کوچک هلند در ماتم بزرگ

شهزاده سمرقندی

روز بیست و پنج ژوئیه، ادامه کاروان اجساد قربانیان فاجعه هواپیمای MH17 مالزی از اوکراین به هلند رسید. هلند باز برای چندمین بار در طول این هفته حالت ماتم به خود گرفته است.

گذشته این اولین بار است که در این کشور عزای عمومی اعلام می‌کنند. روز ۱۷ ژوئیه هواپیمای مسافربری مالزی MH17 در مرز پراشوب روسیه و اوکراین هدف حمله هوایی قرار گرفت و همه ۲۹۸



سرنشینان آن جان خود را از دست دادند. بخش اعظم مسافران شهروندان هلند بودند. هواپیمای MH17 هنگام پرواز هدف موشک زمین به هوا قرار می‌گیرد و در نزدیکی دانتسک در اوکراین سقوط می‌کند. هرچند درباره این فاجعه نظرهای متفاوتی وجود دارد اما نظر غالب تا به امروز این است که جدایی طلبان روس تبار اوکراین در این حادثه دست داشته‌اند. از روسیه

رادیو زمانه: روز بیست و سوم ژوئیه، اولین روز ماتم ملی برای هلند بود و مردم هلند در شهر آیندهون، سر راه کاروان انتقال‌دهنده اجساد قربانیان سکوت کردند و حمل و نقل کشور برای یک دقیقه به احترام جان‌باختگان متوقف شد. هر یک تابوت با مراسم ویژه رسمی از هواپیما به خودروها انتقال یافت؛ با عرض احترام و سوگاری عمیق.

نمایندگان خانواده سلطنتی در کنار مرک روت، نخست‌وزیر هلند، و دیگر مقامات بلندپایه این کشور در تمام مدت انتقال تابوت‌ها در حالت سکوت بر پا ایستادند. قرار است تمام تابوت‌های قربانیان با همین شیوه و مراسم از اوکراین به هلند انتقال داده شود تا روند شناسایی آن‌ها آغاز شود.

ماتم بزرگ کشور کوچک هلند یکی از کوچک‌ترین کشورهای اروپاست و مردمانش از جهانگردترین مردمان این قاره محسوب می‌شوند. این اولین بار است که این کشور یک هفته در ماتم ملی به سر می‌برد. در پنجاه سال

و شهروندان اوکراینی از توطئه و «هوش دوانی»‌های روس تباران و روسیه می‌نوشتند. رسانه‌های داخلی روسیه، در گزارش روزانه خود گزارش‌های خبری مربوط به هواپیمای مالزی را پوشش می‌دهند اما پیوسته یادآور می‌شوند که دولت آمریکا با اینکه هیچ شواهدی ندارد اصرار بر این دارد که این هواپیما از جانب جدایی طلبان روس تبار اوکراین هدف قرار گرفته است. ۱۹۳ تن از ۲۹۸ قربانیان شهروندان هلند بودند. از روز سقوط هواپیما مقابل خانه‌های قربانیان در هلند، فرودگاه آمستردام و فرودگاه آیندهون گل‌پوش شده است و نزدیکان و آشنایان از طریق رسانه‌های محلی و شبکه‌های اجتماعی از غم عمیق خود می‌گویند.

هلند کشور کوچکی است و تقریباً هر یک شهروند کسی را می‌شناسد که عزیزی را در این فاجعه از دست داده باشد. یکی از همکاران زمانه دختر جوانی را که هر روز در فروشگاه محله‌شان می‌دید اینک عکس او را با قاب مشکی می‌بیند. یکی از دوستان هر روز از کنار منزل خانواده‌ای رد می‌شود که تمام اعضای آن جان‌باخته‌اند و گریه‌ای تنها به گل‌های پشت پنجره‌ای نگاه می‌کند که همسایگان و رهگذران گذاشته‌اند.

خواسته شده که در پیدا کردن اجساد و اسناد و شواهد محل وقوع حادثه با بازرسی‌های بین‌المللی همکاری کند. با اینکه هنوز اجساد قربانیان به صورت یک‌به‌یک شناسایی نشده و اولین کاروان اجساد وارد خاک هلند شد، اما هویت افراد کشته‌شده از طریق شرکت‌های مسافرتی و فروش بلیط مشخص شده است. صد تن از کارشناسان و پژوهشگران ایدز که به‌قصد شرکت در کنفرانسی مربوط به همین بیماری عازم استرالیا بودند از جمله قربانیان‌اند. دیدن اسامی هشتاد کودک که همراه اعضای خانواده خود برای تعطیلات تابستانی به منطقه گرمسیر مالزی می‌رفتند، فاجعه را بیشتر دردناک می‌کند.

بعد از چند روز مذاکرات و پادرمیانی سران کشورهای آمریکا و روسیه شورشیان منطقه به بازرسان بین‌المللی اجازه دادند وارد منطقه شوند. در این مدت در شبکه‌های اینترنتی از جانب کاربران روس و اوکراینی فیلم‌ها و عکس‌های مختلفی منتشر شد که جامعه جهانی را بیشتر نگران و متأسف کرد. برخی از کاربران روس شهروندان اوکراینی و نظامیان این کشور را به دزدی اموال و مدارک قربانیان متهم می‌کردند

دنباله مطلب در صفحه ۵۱

### دفتر حقوقی رامین مظفر

وکیل رسمی دادگاههای کالیفرنیا و فدرال

**Ramin Mozaffar**  
Attorney at Law

Knowledgeable &  
Experienced



♦ Family Law

♦ Business Law

♦ Criminal Law

♦ Immigration Law

♦ امور خانواده

♦ امور تجاری

♦ امور جنائی

♦ امور مهاجرت

Law offices of Ramin Mozaffar

www.itlaws.com ♦ advocate@itlaws.com

San Jose

سن جوزه

(408)288-8488

San Francisco

سانفرانسیسکو

(415)218-8141

San Mateo

سن متئو

(650)347-5800

5201 Great American Parkway, Suite 320, Santa Clara, CA 95054

### دکتر فتانه هوشداران کایروپراکتر



Fataneh Hooshdaran, D.C.

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

www.chiropracticusaca.com

تشخیص، معالجه و جلوگیری از ناراحتی‌های مفاصل و استخوان، ورزشی، صدمات کاری و تصادفات رانندگی با پیشرفته‌ترین وسایل پزشکی

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



مطب مجهز به دستگاههای فیزیکیال تراپی و

ماساژ طبی، ورزشی، Aqua Med Massage

Serving: San Jose & Santa Clara اکثر بیمه‌های درمانی پذیرفته می‌شود

(408)712-3788

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

(408)244-7677

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

مربی سند افتخار و قباله حیثیت و آبروی اوست و برای آنهایی که در پایان هر بازی به تعداد بردهای خود می افزایند فقط یک کلید موفقیت وجود دارد و آن چیزی جز کار تیمی نیست. آنها قادرند که از هر بازیکن بهترین بازده را بگیرند و در حقیقت آموزش دهند که بازیکنان چگونه ضعف یکدیگر را بپوشانند و با فکر کردن درون زمین بازی یکدیگر کمک کنند، چیزی که بیک کار گروهی بسیار سخت و تمرین شده نیاز دارد. در فینال آلمان ها در وقت اضافی یک بر هیچ آرژانتین، مسی را مغلوب کردند. مسی گرچه بهترین بازیکن جام لقب گرفت، اما در مراسم پایانی هرگز اخم هایش را باز نکرد و آرژانتینی ها همراه کاپیتان خود تمامی پول هائی را که به آنها تعلق گرفت به یک موسسه خیریه بخشیدند. مسی که در ویتترین افتخاراتش همه چیز دارد تنها به جام جهانی نیاز داشت تا آن را تکمیل کند. در این جام هیچ ستاره ای متولد نشد حالا عصر متوسط هاست در یک کار گروهی و تمرین های بسیار تکرار شده. حالا عصر مربی های متفکر است. فابیو کاپلو ایتالیائی مربی روس ها در این جام گفته است که تاکتیک و استراتژی مورد نیاز نیستند وقتی شما بازیکنان فوق العاده ای دارید، اما بنظر می رسد حتی مسی نیز فوق العاده نبود.

بهرحال برزیل باخت تا آقای اسکولاری کوچ کند، چرا که بسیاری از مربیان همواره از شهری به شهر دیگر گریخته اند. این معنی سرکردگی و آوارگی را در زندگی یک مربی معنی می کند. گرچه این آقای مربی دوره های قبل تیم را قهرمان جهان کرده بود. فراموش نکنیم باختن بسیار دردناک است آنهم در کشور خویش اما فراموش کردن نیز کوشش دردناکی است. بازیکنان superfit جام را در آغوش گرفتند، در تیم آنها هیچ بازیکن احتمالی وجود نداشت، در این جام گل های بسیاری با سرزده شد و این نشان میداد که بازی با سر با همان اندازه اهمیت دارد که بازی با پا و هر حمله چه با پا و چه با سر باید به یک سوت ختم شود. در تیم قهرمان همه تاکیدها روی کار تیمی بود و همه چیز در یک دفاع منظم خلاصه می شد تا زمانی که صاحب توپ شد و به حمله پرداخت یواخیم لو، ماشین کوبنده اش را بنحوی روغن کاری کرده بود که او برگ های برنده بسیاری داشت و تیمش در برابر برزیل یک جنگ مردها در برابر بچه ها را آزموه. در تیم آقای لو انضباط حرف اول را می زند، شکی نیست که برد، تساوی و باخت و یا آمار و ارقام در کارنامه یک

## ورزش از نگاه من

دکتر احمد طوسی

Email: tousi1515@aol.com



این که در مغز یک مربی چه می گذرد دشوار است، اما بسادگی می توان مجسم کرد که در رویاهایش به چه می اندیشد. اسکولاری روز بعد از باخت به هلندی ها مجبور به استعفا شد. زیکو بازیکن بزرگ گذشته او را مسئول هر بدبختی برزیل دانست و رومایو گل زن قهار و همیشه مست سالهای ۹۰ گفت بخاطر بزرگترین شرمساری تاریخ فوتبال تمامی آدم های فدراسیون فوتبال برزیل را باید در زندان دید. شصت و چهار سال قبل آنها در قبال جام جهانی ۱۹۵۰ در همین ورزشگاه که در آن روزها گنجایشش ۲۰۰ هزار نفر بود و امروز به ۷۸ هزار نفر تقلیل یافته است به اروگونه باخته بود، احتیاجی نبود که کینه های کهنه را آبیاری کرد. هرکس چیزی گفت و اسکولاری تمامی تقصیرها را به گردن گرفت. فیل بزرگ حالا از خجالت آب رفته است. تیم ملی یک کشور ترکیبی از ستاره های یک مملکت است و به همه تعلق دارد. مهم این است که چگونه ایجاد تعادل روحی و روانی بین ستاره نمود. در لیست انتخابی اسکولاری تمامی بازیکنان به جزء یکی دونفر در اروپا بازی می کردند. آیا امروز عمر مربی های متفکر و بازیکنان متفکر در یک کار گروهی بسیار فشرده و تمرین شده است؟! آیا تیم برزیل قبل از بازی ها آماده بود تا بخواسته هزاران هزار مردم محروم برزیل پاسخ گو باشد؟! در تیم برزیل وقتی نیمار آسیب دید همه چیز از هم باشید. هدایت یک گروه هماهنگ برای رسیدن به نهایت پیروزی کار آسانی نیست، چرا که همه مربیان به پیروزی می اندیشند و این کار را سخت تر می کند وقتی که تنها یک تیم قهرمان می شود.

جام بیستم فقیرتر از آن بود که ستاره ای در آن متولد شود. آلمان ها جام را به خانه بردند. آیا آنها به راستی شایسته بودند؟ در یک تیم خوب مثل یک ارکستر خوب هر شخصی به نحو احسن وظیفه خودش را انجام می دهد، اما بدون تردید هرچقدر سطح یک رقابت بالاتر باشد حساسیت آن نیز بیشتر خواهد بود و هر بازیگر باید از آمادگی روانی بیشتری برخوردار بوده تا در یک بازی تیمی در نهایت تیم او از روان تیمی برخوردار باشد و چنین شد که آلمان ها هفت بر یک برزیل را درهم کوبیدند. یک مربی خوب در نهایت زیرکی قادر است که بازیکنانش را به فکر کردن درون زمین بازی وا دارد، چه بطور انفرادی و چه بطور دسته جمعی و این چیزی بود که هرگز از برزیلی ها دیده نشد. تردیدی نیست همواره غلبه بر ترس و گذشتن از مرز اضطراب تا اعتماد نفس رسیدن دستورکار هر مربی توانائی است تا بتواند به درستی رفتار بازیکنانش را تحت کنترل قرار دهد. همواره یک مربی خوب از خود می پرسد آیا بازیکنانش از نظر آمادگی جسمانی در بالاترین سطح خود هستند؟ آیا آنها از نظر تکنیکی آماده هستند؟ آیا آنها تمرین های تاکتیکی را به خوبی مرور کرده اند و هرکسی وظیفه اش را می داند؟ آیا آنها از نظر روانی برای این بازی ها پرداخته اند؟ چنین بود تفاوت میان ماشین آماده و پرداخته شده آلمان ها، هلندی ها و حتی آرژانتینی ها و نه برزیل صاحبخانه. آقای اسکولاری این روزها منفورترین مرد کشور خویش است. هرگز برزیل در دو بازی ده گل نخورده بود. همواره درک

## حمید ابطاحی

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



**Hamid Abtahi**  
Experienced & Professional  
Real Estate Consultant & Developer

منطقه  
منطقه  
منطقه

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

**Location! Location! Location!**

**Why Do You Pay Rent?!**

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

hamid@true-vision.com + DRE# 01071456



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

12376 Saratoga Sunnyvale Rd. Saratoga, CA.95070

## تسلیت

با اندوه فراوان باخبر شدیم همکار عزیزمان «اسماعیل یگانگی» دار فانی را وداع گفته است. این مصیبت دردناک را به خانواده آن عزیز از دست رفته و دیگر بستگان آن شادروان صمیمانه تسلیت گفته، مغفرت و آمرزش برای آن مرحوم و صبر جزیل برای بازماندگان از درگاه خداوند متعال مسئلت می نمایم. روحش شاد و یادش گرمی باد.

پری اباصلتی، صدرالدین الهی، عباس پهلوان، ایرج تبریزی (آلمان)، مهدی ذکایی، کیومرث فاتحی، همایون فروزان، پرویز قاضی سعید، نوشیروان کیهانی زاده، هوشنگ میرهاشم و همکاران مقیم ایران



## مربی سابق تیم ملی والیبال ایران در گذشت

مهدی رستم‌پور

حسین معدنی سرمربی سابق تیم ملی والیبال ایران و دستیار اسلوبودان کوچ که به دلیل گرفتگی مجرای صفرا چند روزی در بیمارستان بستری بود، در ۴۳ سالگی چشم از جهان فرو بست.



آقای معدنی سال ۲۰۰۷ در دوران سرمربیگری زوران گائیچ به عنوان دستیار در کنار او نشست. اما نتایج ضعیف گائیچ در جام ملت‌های ۲۰۰۷ آسیا در اندونزی و عنوان پنجمی ایران باعث شد خود معدنی هدایت تیم ملی را به مدت سه سال برعهده بگیرد.

برخی کارشناسان و پیشکسوتان والیبال معتقد بودند نتایج معدنی بسیار خوب بوده و دلیلی ندارد و لاسکو به ایران بیاید اما خود معدنی، پذیرفت سمت خود را بدون اعتراض به یکی از پر افتخارترین اساتید والیبال جهان بسپارد.

دنباله مطلب در صفحه ۴۵

است. چه جالب، آن‌ها ابتدا بازیکنان را می‌خرند و بعد جمع بندی می‌کنند و انشاء الله که مساله ای نیست و خریده‌ها از ۱۵ میلیارد تومان هم کمتر است. اگر هم نبود چاره اش یک خودکار است که قیمت خرید خلعتبری و لوسیانو پیرا را یکی دو میلیاردی کمتر کند.

قهرمانی در دو دوره جام کنفدراسیون آسیا برای نخستین بار در تاریخ والیبال ایران با او رقم خورد. نایب قهرمانی ۲۰۰۹ آسیا و مدال نقره بازی‌های آسیایی ۲۰۱۰ نیز حاصل دوران پر بار سرمربیگری معدنی بود که تیمی پر انگیزه را تحویل خولیو و لاسکو داد.

بیشتر خرج نکردیم. اما از آنجا که سپاهان طبق قانون سازمان لیگ فقط می‌توانست تا ۱۵ میلیارد تومان هزینه کند مدیر عامل متوجه اشتباه محاسباتی اش شد و در مصاحبه بعدی آن را تکذیب کرد. البته ایشان اعلام کردند که هنوز جمع بندی از خرید بازیکنان نداشته



## فوتبال ایران و دروغ‌های تکراری!

شهاب احمقی

استقلال در نقل و انتقالات هم مثل مدیر عامل پیشین باشگاه آبی پوش با ملی پوشان دارت بازی می‌کند و همه آنها را در قیمت یک میلیارد تومان بازنده می‌کند یا در روز قرارداد با قیافه ای حق به

جانب می‌نشیند و به آندرانیک تیموریان می‌گوید «یادت باشد ما بالای یک میلیارد نداریم به کسی بدهیم». فقط ایشان هنوز مثل هر دو مدیر عامل پیشین استقلال و پرسپولیس آنچنان پرحرف نیست که از توانایی‌های خود در

مذاکرات با بازیکنان داستان سرایی کند. از این نظر استقلالی‌ها فعلا یک قدم به جلو رفته‌اند.

رواج فرهنگ دروغ در ورزش ما آن قدر جا افتاده است که دیگر هر مصاحبه با مصاحبه دیگر حرف جدیدی به میان می‌آید. مدیر عامل سپاهان در مصاحبه ای اعلام می‌کند ما سقف قرارداد را رعایت کرده ایم و تا ۲۰ میلیارد تومان

اگر در بارسلونا اعلام مبلغ نیمار منجر به کنار رفتن مدیر این باشگاه شد، در ایران نحوه قرارداد بستن با آندرانیک تیموریان و خسرو حیدری جزو افتخارات بهرام افشار زاده و علی نظری جویباری محسوب



می‌شود. همه حالا آنها را مدیرانی توانمند می‌خوانند که قدرت آن را دارند که بازیکنان ملی پوش خودشان را به حضور در باشگاه قانع کنند. به راستی اگر نظری جویباری توانایی آن را دارد که همه ملی پوشان را در قیمت یک میلیارد تومان نگه دارد باید او را در دستگاه دیپلماسی جهت حل مذاکرات هسته ای استخدام کرد! شاید آقای نظری جویباری مدیر واقعی



Immigration & Translation Services

# شرکت ساعی

۱۳۱۸-۵۵۴ (۴۰۸)

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

(408)554-1318

برای اطلاعات بیشتر با آقای داریوش کیلانی تماس بگیرید

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

آنها می دانند چه سبکی را تعقیب کنند، چه تکنیکی را مورد استفاده قرار دهند و مهم تر از همه چه داستانی را برای فیلم هایشان انتخاب کنند. اینها فیلمسازانی هستند آگاه، با استعداد و سخت کوش. از

ثبت جریانات گوناگون است. در چنین سبکی حتی کارگردان هم نمی تواند وقتی کلید دوربین زده شد دخالتی داشته باشد. فقط باید امیدوار بود آن چه تمرین و صحنه سازی شده درست پیش برود!



چرا که اینجا فقط یک نما و یک سکانس طولانی است که قطع یا وقفه ندارد.

از آنجا که این فیلم در فضای آزاد فیلمبرداری شد، نور طبیعی را هم باید در

دنباله روی پرهیز دارند، چرا که راهی به جایی ندارد، و می دانند برای عرضه اندام باید دنبال سبک های تازه و فضای نوتری باشند. آنهایی که سبک کیارستمی ها، مخملباف ها، پناهی ها... را دنبال کردند، نه تنها نتوانستند آثاری جالب و تماشایی عرضه کنند، بلکه از یافتن سبک شخصی و راه درست هم دور افتادند.

سینمای امروز ایران به هوای تازه بی برای استنشاق نیاز دارد. این مهم را فیلمسازان با استعداد و جوانی مثل «شهرام مکرری» به مقصد خواهند رساند.

نظر می گرفتند زیرا در تیک های بعدی نمی توانستند همان نور را اتخاذ کنند.

در مورد فیلم Russian Ark موزه سن پترزبرگ فقط یک روز (روز اول سال نو که موزه تعطیل بود) به فیلمسازان اجازه داد تا با صدها بازیگر از موزه استفاده کنند. چالش عظیمی که فیلمسازان توانستند به انجام برسانند.

سینمای ایران با فیلم های اخیرش که توسط فیلمسازان جوان تر ساخته می شوند، از آن خمودگی دوران کیارستمی، مخملباف، پناهی... دارد در می آید چرا که

## «ماهی و گربه» سبکی نو در سینمای ایران

سعید شفا



هم محسوب می شود، ساخته بود که از تعداد صحنه ها، زمان های مختلف، سیاهی لشگرها... بی نظیر بود.

اینجا، در فیلم «ماهی و گربه» همین سبک و تکنیک استفاده شده و رویهمرفته یک کوریوگرافی جذاب را با فیلمبرداری روان و یک دست «محمود کلاری» فیلمبردار «جدایی نادر

از سیمین» در سینمای ایران به ثبت می رساند.

این سبک فیلم، چند نکته را بیشتر از هرچیز مطرح می کند. داستان معمولاً بهانه است چرا که تداومش به تکنیک ارتباط پیدا می کند. بازی ها هم چون کوریوگرافی شده، مُقطع و تاحدی قابل قبول است. می ماند فیلمبرداری و موسیقی فیلم که می توانند مکمل

فیلم «ماهی و گربه» ساخته «شهرام مکرری» داستان گروهی جوان است که در گیلان گردهم می آیند تا در مسابقه بادبادک هواکنی شرکت کنند. در جوار کمپ آنها رستورانی هست که سه نفر آشپز آن را اداره می کنند ولی گوشتی برای مصرف ندارند. از اینجاست که این جوان ها یکی یکی ناپدید می شوند.

## Fish & Cat



یکدیگر باشند. بدون موسیقی گویا که صحنه ها را تداعی می کند، فیلمبرداری به تنهایی نمی تواند چندان تاثیرگذار باشد. در واقع این دو بخش هستند که چنین فیلمی را جذاب و تماشایی می سازند.

همین شهامت برای ریسک و ساختن فیلمی با یک چنین تکنیک، هر فیلسمازی را راغب نمی کند تا با آن تجربه اندوزی کند. «کیارستمی» در فیلم «آفریقا ABC» که دوربین دیجیتال را کشف کرده بود که برخلاف دوربین فیلمبرداری، زمانش طولانی تر است، و می توان صحنه های طولانی تری را ضبط کرد، تن به تجربه اندوزی داد، حتی آن را در فیلم های «ده» و «پنج» نیز ادامه داد. اما تفاوت در این بود که او دوربین را در جایی می گذاشت و این جریانات مقابل دوربین بود که فیلم را شکل می دادند. در اینجا، برعکس دوربین متحرک است و از نقطه یی به مکانی دیگر و از فردی به فردی دیگر در حال حرکت می باشد و از ابتدا تا انتها آرام ندارد و دائماً در حال ضبط و

فیلم براساس داستانی واقعی ساخته شده و گرچه از نظر مدت زمان بسیار طولانی است، اما به خاطر زبان و تصویری که استفاده می کند تماشایی را تا انتها کنجکاو و تشنه نگه می دارد تا بداند داستان به کجا می رسد.

فیلم با یک TAKE یا به عبارت دیگر بدون قطع (کات) شروع و انتها می گیرد. داستان هم از زبان افراد مختلف دوباره و سه باره تکرار می شود که رویهمرفته سبکی نو را در سینمای ایران احیاء می کند. فیلم، بار نخست در جشنواره ونیز به نمایش درآمد و برنده جایزه هم شد. اما در عین آن که چنین سبک و تکنیکی در ایران تازه است و می تواند نقطه عطفی در سینمای ایران به حساب آید، بیشتر «کوروساوا»ی ژاپنی آن را در فیلم «راشمون» (۱۹۵۰) از نظر داستانی به کار برده بود، و نیز فیلمبرداری بدون کات هم در فیلم Russian Ark (۲۰۰۲) ساخته «الکساندر ساکوروف» که تاریخ سبید ساله معاصر روسیه را در یک نمای دنباله دار، که در موزه سن پترزبرگ صحنه سازی شده بود، و نخستین فیلم HD

**لیلی و شاهین**  
مشاوران املاک  
DOMINE GROUP  
Residential & Commercials

Shawn Jahanbani & Lilly Yaz  
Realtors

**REALTY WORLD**

*We charge only 4.5% total commission to sell your house including complimentary Staging & Videography*

دست خود را در دستان ما بگذارید و با اطمینان کامل قدم به عرصه خرید و فروش ملک بنمائید. ما معاملات «آس» مارکت را یافته و در اختیاران قرار می دهیم. ما شما را از آخرین وضعیت املاک در مارکت کنونی مطلع می نمائیم.

**تنها با یک تماس تلفنی می توانید از آنها آگاه شوید!**

Lilly: (408)761-7499 Shawn: (408)916-8665  
BRE#01506610 BRE# 01952057  
Email: [lillyyazrealty@gmail.com](mailto:lillyyazrealty@gmail.com)  
3194 De La Cruz Blvd., # 10, Santa Clara, CA, 95054

مشاغل آنان عبارت بوده است از: دانش آموز، کشاورز، راننده تاکسی، دلاک، درشکه چی، نانوا، خیاط، حمال، کفاش، گل فروش، بنا، رنگکار، کارگر، نجار و غیره. در انقلاب ۱۳۵۷ که خود شاهد آن بودم انقلابیون عموماً دبیرستانی، دیپلمه و دانشجو بودند و مشاغل کسانی که شاغل بودند تمامی شغل‌ها را در بر می‌گرفت چرا که تقریباً تمامی شهرها دستخوش انقلاب و تمام اقشار مردم در خیابان‌ها بودند. در جنبش سبز ۱۳۸۸ متظاهرين عموماً دانشجو یا لیسانسیه و یا دارای مدارک بالاتر دانشگاهی بودند. شعارهای ساخته شده در ۱۵ خرداد بسیار ناچیز و ساده بوده که من تنها موفق به یافتن دو شعار شدم:

۱- از جان خود گذشتیم، با خون خود نوشتیم، یا مرگ یا خمینی.  
۲- مرگ بر این دیکتاتور خون آشام  
شعارهای انقلاب ۱۳۵۷ به مراتب متنوع تر و بعضاً موزیکال و دارای ریتم بوده که من خود ۷۵ شعار بنابر حافظه ثبت کرده‌ام. شعارهای جنبش سبز به دلیل نقش اینترنت و تلفن همراه و بالاتر بودن سطح سواد هم از نظر کمیت و هم کیفیت بسیار بالاتر و گسترده تر بود که بررسی جداگانه نیاز دارد.

آن خسرو کند شیرین بود» حتی توپ و تشر او به خود مردم نیز به کام آنان شیرین و گوارا می‌آمد. در سخنرانی وی در بهشت زهرا، زمانی که مردم به شور و هیجان آمده بودند و دم و ساعت سخنان او را با دست زدن قطع می‌کردند پدر مهربان به ناگاه از کوره در رفت و به عاشقان خود تشر زد که: ساکت! وگرچه جملگی با همین تشر ماست‌ها را کیسه کردند و دست از هوجبی‌گری برداشتند اما تا روزها و ماه‌ها بعد از آن، جوانان بی‌کار و انقلابی به جای کار کردن و ساختن مملکت در سر هر کوی و برزن به تحسین و تمجید این تشر انقلابی پرداختند و با آب و تاب آن را ستایش می‌کردند.

#### گوهر فروش یا پیله ور

در اینجا مقایسه ای می‌کنیم میان خصوصیات فردی مردم انقلابی به طور اعم و سطح سواد آنان به طور اخص در چند جنبش اجتماعی اخیر ایران و واگذار کردن برداشت‌هایی که می‌توان از این مقایسه کرد به خوانندگان. پایگاه اطلاع رسانی ۱۵ خرداد از ارگان‌های حکومتی در ایران مشخصات ۳۷ نفر از شهدای ۱۵ خرداد را منتشر کرده که از این تعداد ۲۵ درصد بی سواد بوده و ۶۰ درصد سواد مکتبی، قرآنی و ابتدایی داشته و تنها یک نفر دیپلمه است.



## پس کوچه های انقلاب (بفش آذر)

### هیچ کاره همه کاره

از گنجایش این دو کلمه نیز فراتر رفته و راه کلماتی چون خدایگان به قاموس چاپلوسان باز شده بود. خدایگان یعنی چه؟ یعنی خود خدا! معنی دیگری ندارد. بله این گونه است که ایرانیان از رهبران خود یک هیولای غیرقابل مهار می‌سازند که دیگر حاضر نیست به داخل چراغ برگردهد مگر با یک انقلاب سراسری.

### رهبران مُعَمَّم و شهادی مُکَلَّا

در ماه‌های پایانی انقلاب، تعداد زیادی از هدایتگران انقلاب معمم بودند اما تا به حال هیچ دقت کرده‌اید که حتی یکی از آنان تا پیروزی انقلاب شهید نشدند؟ کلیه شهدای روحانی انقلاب، حاصل جنگ‌های قدرت در سال‌های بعد از پیروزی انقلاب بودند. خوب لابد حواسشان بود که خودشان را با شاخ گاو در نیندازند و خود را به عنوان گنجینه انقلاب حفظ کنند. نمونه بارز آن، روز هشت بهمن ۱۳۵۷ بود که به یکشنبه خونین موسوم شده است. در این روز جوانانی که از بسته شدن فرودگاه تهران توسط دولت (جهت جلوگیری از ورود خمینی) به خشم آمده بودند در میدان ۲۴ اسفند با دست خالی به جنگ گلوله ارتش رفتند و تلفات دادند. اورژانس تهران با بالاترین حس نودوستی و وظیفه شناسی در میان خون و آتش، یکی از پرافتخارترین روزهای خود را در تاریخ مملکت ثبت کرد در حالی که در همان زمان روحانیون انقلابی که اعتراضی مشابه داشتند در همان بغل در مسجد دانشگاه تهران در کنار بخاری بست نشسته بودند و چای و شربت میل می‌کردند. خوب لابد حق داشتند. اعتراض اعتراض است. با لباده و نعلین که نمی‌شود جنگ چریکی کرد. هرکسی را بهر کاری ساخته‌اند. مملکت ما هم که همیشه گوشت دم توپ زیاد دارد. وودی آلن در یکی از فیلم‌هایش می‌گوید: آدم وقتی در وسط میدان جنگ ایستاده، وضعیتش با ژنرالی که بالای تپه ایستاده و جنگ را تماشا می‌کند فرق دارد!

### تَشَرُّ کارِ زِماتیک

جنبه‌های کارِ زِماتیک شخصیت آیت الله آن قدر برجسته بود که به مصداق «هرچه

اصطلاح همه کاره را من در دوران کودکی آموختم. در قاموس کودکانه من تعریفی برای شغل شاه وجود نداشت و چون از برادر بزرگ خود می‌پرسیدم که شاه چه کاره است، او با مزاح اما در عین حال هوشمندانه پاسخ می‌داد که: همه کاره! و من که نمی‌توانستم همه کاره را درک کنم به تصور این که برادرم مرا دست انداخته، گریه می‌کردم با این استدلال منطقی که چه گونه می‌شود انسان هم نجار باشد هم بقال، و هم آهنگر و مکانیک و آشپز و...! اما شاه که برخلاف قانون اساسی مشروطه خود را همه کاره مملکت کرده بود و در همه تصمیم‌گیری‌های خود و کلان دخالت می‌کرد قانوناً می‌بایست هیچ کاره باشد و فقط به گونه‌ای نمادین سلطنت کند و نه حکومت. در نهایت نیز این همه کاره بودن غیرقانونی سبب شد که گناه همه کاستی‌های مملکت (بعضی به حق و بعضی ناحق) را به پای او بنویسند و اسباب سرنگونی‌اش را فراهم کنند.

### (دماندگی کلمات در وصف قدرت)

با این که سرکوب مخالفان در حکومت شاهنشاهی به مراتب کمتر از بعد از انقلاب بود و مخالفان اغلب با ابراز پیشمانی بخشیده می‌شدند اما فضای خفقان بیشتر احساس می‌شد و هرگز کسی علناً امکان و شهامت بیان مخالفت خود را حتی در اماکن خصوصی نداشت. خلاصه هیچ کس نمی‌توانست به اسب شاه یابو بگوید. گویند که ده درویش در گلیمی بخشیدند و دو پادشاه در اقلیمی نگنجند اما به قدرت خدا، رهبران ما با تلنبه چاپلوسی مردم حتی در مرزهای ایران نیز نمی‌گنجند. شاهان قاجار نامه‌های خود را «شاه» امضا می‌کردند و این کلمه به خودی خود آن قدر بزرگ و مهم بود که نیاز به تذهیب نداشت چون هیچ کس از شاه بالاتر نبود اما در سالهای پایانی دوران پهلوی هیچ کس اجازه نداشت به شاه، شاه بگوید و چنانچه می‌گفت در بهترین حالت با تشر یا تذکر به او حالی می‌کردند که یا بگوید شاهنشاه و یا اعلیحضرت. تذکری که پدر من از ترس حتی در خانه نیز اعمال می‌کرد. در آن اواخر باد و بروت سلطنت حتی

**Silicon Valley TaxSavers, Inc.**

**دفتر خدمات اجتماعی**

**لیدا کوچصفهانی**

**کار را به کاردان بسپارید!**

Not a Law Office

- دریافت حقوق و مزایای دولتی
- دریافت حقوق پرستاری
- اخذ تابعیت آمریکا (بدون امتحان) برای واجدین شرایط
- دریافت گرین کارت از طریق خانواده و ازدواج
- تنظیم فرمهای اداره مهاجرت و پناهندگی
- اخذ ویزای نامزدی
- مدیکر و مدیکل، SSI
- گرفتن وقت از سفارت آمریکا جهت ویزای توریستی
- تنظیم اوراق مربوط به دفتر حفاظت منافع ایران در آمریکا

**(408)269-7283**

lida.taxsavers@gmail.com

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

سست است و داستان یوسف را با توجه به آنچه در تفاسیر قرآن آمده و مشهور است، بی تصرف بسیار، به شعر درآورده است.

در پایان قرن ششم به نظم درآوردن داستانها در زبان فارسی به وسیله یکی از ارکان شعر پارسی یعنی نظامی گنجوی به حد اعلای کمال رسید. نظامی چند داستان معروف زمان خود را به نظم درآورد و آنها عبارتند از داستان عشق بازی خسرو پادشاه ساسانی با شاهزاده یا به قول پاره ای کنیزک ارمنی شیرین نام که در منظومه نظامی شاهزاده ارمن است. داستان لیلی و مجنون که از اصل سامی است، داستان اسکندر که از اصل یونانی است، داستان بهرام یا هفت گنبد که سرگذشت بهرام گور پادشاه ساسانی است آمیخته با هفت حکایت پرحادثه و عجیب. در این فصل کتاب و جلد بعدی آن از این داستانها سخن خواهیم گفت ولی ذکر این نکته در اینجا لازم است که قدرت نظامی گنجوی در نقل داستانها و مهارت او در اوصاف و دقتی که در کلام خود به کار برده است، باعث شد که منظوم های وی همه مورد توجه و تقلید شاعران بعد از او قرار گیرد چنان که از قرن هفتم به بعد چندین منظومه به تقلید مثنوی های او ساخته شده و از این راه سبک و مکتب خاصی در ادبیات فارسی بوجود آمده است.

گنجینه داستانهای نظامی همانند شاهنامه فردوسی، اثری بی همتا و شاهکاری بی نظیر است که لبریز از لطایف و ظرافت و مشحون از تفاسیل زیبا و تابناک است و مانند آفتاب جهانتاب، فروغ و حرارتی جاودانی دارد.

نظامی دارای تعصب شدید وطنی، ایران پرستی و عشق به ایران بود که همواره از فحوی کلام و در تمام آثارش به روشنی قابل رؤیت است. او به خصوص در افسانه های خسرو و شیرین و هفت پیکر، بزرگی ایران و ایرانیان را، به عالم آشکار ساخته است. اشعار دردناک و ناله های جانسوز او در واقعه مرگ دارا، هر ایرانی وطن خواهی را به گریه می اندازد و دچار تائری عمیق می کند. موضوع دیگری که در اشعار این دوره مورد توجه بود داستانهای حماسی است. دوره واقعی حماسه سرائی در ایران قرن چهارم و نیمه اول قرن پنجم هجری قمری است که دوره حکومت های ایرانی بود. بعد از این دوره آثار ضعف در نظم حماسه های ملی آشکار شد و از این عهد به بعد است که تدریجا به نظم آوردن داستانهای ملی باستانی متروک ماند. علت واقعی این امر تسلط غلامان ترک نژاد و قبایل زردپوست بر ایران و نفوذ عوامل مذهبی و فراموش شدن افتخارات نژادی و ضعف مبانی ملیت در میان ایرانیان بود که با حفظ و توسعه و نظم حماسه های ملی مبانی بسیار داشت. با این حال کار حماسه سریان قرن چهارم و اوایل قرن پنجم تا اواخر این قرن ادامه یافت و تنها چند داستان ملی نظم نیافته برجای ماند که بعضی از آنها بعد از قرن ششم به نظم کشیده شد. دنباله مطلب در صفحه ۴۹

در آغاز قرن پنجم داستان سرائی در شعر پارسی رونق بیشتری گرفت و چندی از شاعران بزرگ به این کار پرداختند. از مشاهیر شاعرانی که به نظم داستانهای عاشقانه شروع کردند یکی عنصری است که چندین داستان را خواه مکتوب و خواه غیر مکتوب به نظم درآورد مانند واقف و عذرا که داستانی کهن بوده، و «خنک بت و سُرخ بت» که داستانی متداول دربارۀ دو بُت بامیان بلخ بود و ابوریحان بیرونی هم آن را به نام «حدیث صنمی البامیان» به عربی ترجمه کرد و «شادبهر و عین الحیوة» که آن را نیز بیرونی با عنوان «حدیث قسیم السورور و عین الحیوة» به عربی درآورده بود. ابوریحان بیرونی ضمن فهرستی که از آثار خود داده است داستان های دیگری را نیز مانند «حدیث اورمزدیار و مهریار» و «حدیث دافمه و گرامی دخت» نامبرده است. از همین دوران داستان دیگری در دست است به نام «وَرَقَه و گلشاه» از شاعری به نام عیوقی که یکی از شاعران معاصر سلطان محمود غزنوی به نظم کشید که در سالهای اخیر در تهران به چاپ رسید. این منظومه چنین شروع می شود:


شیدم کاندرا ایم پیمبر

یکی خیلی بدی با جاه و با فرّ  
در اطراف یمین بگرفته آرام

بُدی حسنی بنی شیبان و را نام  
و در بسیاری از موارد حاوی ابیات بسیار سست و بی مایه است. در پایان نیمه اول قرن پنجم یکی از داستانهای کهن ایرانی به نام داستان ویس و رامین به شعر فارسی درآمد. این داستان بی تردید از داستانهای اواخر دوره اشکانی است. کسی که داستان ویس و رامین را از متن پهلوی یا ترجمه فارسی آن به شعر پارسی درآورد فخرالدین اسعد گرگانی شاعر عصر ظفر بیک سلجوقی است و او چندان در کار خود ابراز مهارت و استادی کرد که خود منشاء ایجاد روش خاصی در داستان سرائی گردید و عمیق ترین نفوذ او را در آثار بعد از خود، می توان در منظومه خسرو و شیرین نظامی جست. در جلد پنجم این کتاب از این شاعر بزرگ سخن گفته شد. در اواخر قرن پنجم یکی از داستانهای دلپذیر و مشهور یعنی داستان یوسف و زلیخا ساخته شد و آن را بعضی به غلط به فردوسی نسبت داده اند. استاد ذبیح الله صفا در کتاب حماسه سرائی در ایران و استاد عبدالعظیم قریب در مجله تعلیم و تربیت و استاد مجتبی مینوی در مجله روزگار نو نسبت غلط این داستان را به فردوسی تصریح کرده اند. بر رویهم مسلم است که این داستان را شاعری از دستگاه شمس الدوله طغانشاه سلجوقی حاکم خراسان، به نظم درآورده. همین شاعر که نام او معلوم نیست، در مقدمه داستان تذکر داده، داستانهای دیگری را هم که بعضی حماسی و بعضی عشقی بوده به نظم درآورده است. منظومه یوسف و زلیخا به بحر متقارب و به نظمی ساده و روان و در پاره ای موارد

## سیر و سفری در گلستان ادب پارسی

گردآوری: مهندس پرویز نظامی



## داستان سرائی در ادب پارسی

پس از تسلط اعراب، اینگونه داستانها، اعم از آنها که روایات مکتوب داشتند یا شفاهی، مورد استفاده شاعران در به نظم کشیدن اشعار غنائی و رزمی یا حماسی قرار گرفت. در اشعار پراکنده رودکی و بعضی دیگر از شاعران قرن چهارم ابیاتی که از مثنویهای طولانی بوده است، مشاهده می کنیم لیکن از بین رفتن قسمت اعظم آثار شاعران آن عهد در خلال حوادث و یورش های اقوام تاراجگر دیگر در ادوار بعد باعث شده است که ما اکنون از موضوعات آنها خبری در دست نداشته باشیم. با این حال می دانیم که مثلا رودکی کلیله و دمنه را که مضمون چند داستان بزرگ است به شعر درآورد و ابوالمؤید بلخی و بعد از او شاعری دیگر به نام بختیاری در دستگاه حکومت آل بویه عراق به نظم داستان یوسف و زلیخا مبادرت کردند.

داستان سرائی و به شعر درآوردن افسانه های کهن به سبک غنائی و رزمی از موضوعاتی است که از آغاز شعر فارسی دری معمول و مورد توجه بوده است. این توجه در حقیقت دنباله کار ایرانیان باستان، قبل از یورش اعراب به این سرزمین، است که آنها به نوشتن و سرودن داستانهایی توجه فراوان داشتند. تصنیف ها و سروده هایی که نوازندگان و رامشگران بزرگی چون باربد و نکبسا و بسیاری دیگر در دربارهای پادشاهان ساسانی به همراه نواختن آلات و ادوات موسیقی باستان می خواندند و می نواختند از دیرباز در مملکت ما وجود داشته است، ولی به علت انهدام آثار فرهنگی و هنری ایرانیان باستان پس از تصرف ایران بدست تازیان، اطلاعات درست و تفصیلات جامعی از آنها در دست نیست.



## دکتر کاملیا محمودی

وکیل رسمی دادگاه های کالیفرنیا و فدرال

Law Office of  
**Camelia Mahmoudi**

طلاق، لیوینگ تراست، وصیت نامه، مالیات

**Family Law:**

- ♦ Divorce (Litigation & Mediation)
- ♦ Prenuptial Agreements

**Estate Planning:**

- ♦ Wills & Living Trust

**Taxation:**

- ♦ IRS & State Tax problems

**دعای خانوادگی:**

- ♦ طلاق: دعای و موافقتی
- ♦ قرارداد های قبل و بعد از ازدواج

**انحصار وراثت:**

- ♦ تنظیم وصیت نامه، تراست و وکالتنامه

**امور مالیاتی:**

- ♦ مشکلات مالیاتی و دفاع در مقابل IRS

**Experience and results matter.**

**Our law firm has both.**

**Camelia Mahmoudi**

**Attorney at Law/J.D., LL.M. Taxation**

## (408)658-8580

camelia@camelialaw.com + www.camelialaw.com

**2021 The Alameda, Suite 200. San Jose, CA 95126**

## منطقه فضول آباد

### بذار انتقادگر مرفشو بزنه، تامل کن

از قدیم تو خونواده های ما از همدیگه ایراد گرفتن معمول بود بخصوص بزرگتر از کوچکترا. کم کم کوچکترا هم جرات کردن از بزرگتر ایراد گرفتن. اتفاقی هم نیفتاد. ایرادها هم ایرادهای گنده ای نبود مثل اینا.

«بچه چقدر میخوری، پر خوری مرضی مباره. هوقتی میای تو چرا درو محکم بهم میزین. همرود چرا اینقدر دیر میای خونه. مگه کارت کی تموم میشه؟»

«مامان باز غذا رو شور کردی. همرودیم کی غذا رو میکشی هلاک شدیم. هبچه اینقدر نشین پای کامپیوتر، برو به درست برس. تو زندگی ایراد گیری ها اینجوری شروع میشد. با همین حرفا خیلی عیبا درست میشد و کارا بهتر. اما نمی دانم چرا وقتی آدما میان یکی میشه شاعر، نویسنده، نقاش، مهندس، دکتر، وکیل و یا یکی وزیر وضع عوض میشه. خیلی ها از انتقاد بدشون میاد، حتی اگر حرف حق باشه. خیلی ها خیال می کنند که اگر ایراد کارشونو بکنن یا معلوم بشه پیش مردم بی اعتبار و کوچیک میشن، در حالیکه اصلا اینطور نیست. ببینم اگر یه سخنرانی طوری حرف بزنه که کسی نشنوه، نباید بهش بگی جناب استاد بلندتر. اگر یه پدری سیگار میکشه، نباید بهش بگی دست کم تو اتاق نکش؟! یا اگه به خانمی ولخرج، شوهرش حق نداره بگه خانم یواش تر ما باید پامونو به اندازه گلیمون دراز کنیم؟! تو مطبوعات، تو کتابا، تو تلویزیونها، کلا همه جا برنامه انتقادی هست. خیلی هم این برنامه ها طرفدار داره. تازه طنز نویسان هم کارشون پیدا کردن معایب و خلاصه نادرستی و قضایای اینجوریه. در جوامع پیشرفته به منتقد احترام می گذارند، بهش بها و میدون میدن تا اشکالات را، در هر زمینه، بگه. آدمای هوشمند، خدمتگزار تعالی طلب، خادم و هنرمند به انتقاد درست گوش میدن و سود میبرند. هیچ آدم عاقل فرزانه ای هرگز نمیگه و نگفته کار من بی عیب، حتی حکومت های قوی می گویند به یک اپوزیسیون قوی نیاز دارند. این حرف کلن رئیس جمهور پیشین آلمان است. ضمنا بعضی ها اگه عیب کارشونو بگیری اصلا ناراحت نمیشن و تازه با لبخند گوش می کنند. دکتر باستانی پاریزی خودش در کتابی اشتباهات همه کتاب هایش را پیدا کرد و یکی یکی گفت و هیچ اشکالی هم پیش نیامد. تازه خیلی هم احترامش رفت بالاتر.

خلاصه عزیزان دریا دل باشید و از انتقاد جا نخورید. گوش کنید، هیچ اتفاق بدی هم نمی افتد. کارتون هم خدا و کیلی بهتر میشه.

ها را ممکن است تندباد زمان به آسانی بروید اما من می خواهم آن را از تندباد زمان در امان نگه دارم.

### همه رفتند

از ملک الشعراء بهار دعوی چه کنی؟ داعیه داران همه رفتند شو بار سفر بند که یاران همه رفتند آن گرد شتابنده که در دامن صحراست گوید: «چه نشینی؟ که سواران همه رفتند داغ است دل لاله و نیلی است بر سرو کز باغ جهان لاله عذاران همه رفتند گر نادره معدوم شود هیچ عجب نیست کز کاخ هنر نادره کاران همه رفتند افسوس که افسانه سرایان همه خفتند اندوه که اندوه گساران همه رفتند فریاد که گنجینه طرازان معانی گنجینه نهادند به ماران، همه رفتند یک مرغ گرفتار در این گلشن ویران تنها به قفس ماند و هزاران همه رفتند خون بار، بهارا! از مژه در فرقت احباب کز پیش تو چون ابو بهاران همه رفتند

### نیرنگستان

گاهی باید رفت سراغ خرافات، آنها را پیدا کرد و گفت تا همه بدانند روزگار ما روزگار این حرفها نیست. حتی اعتقاد به آنها شرم آور است و حقارت می آورد. «دم و ستم» کتاب نیرنگستان هدایت بود. قدری از این کتاب را برایتان می نویسم تا بدانید در این مقوله چه خبرها بوده است. هرخون قورباغه و مارمولک شوم است. هرخس هر زنبور سرخی را بکشد در آن دنیا یک خرما پاداش دارد. هزنبور سرخ کافر است. هعنکبوت جلو هرکس بیاید پولدار می شود. همار سفید صاحبخانه است نباید کشت. ههروقت زنبور را از اطاق بیرون کردند باید بگویند سیر و سرکه. هلاله چلچله را هرکس خراب کند سرسال می میرد. هصیح دیدن کلاغ و کبک بد است. هخروس سفید را نباید کشت فرشته است. هپوست تخم مرغ را اگر در رهگذر بریزید موجب جنگ و نزاع می شود. هخون زن شوم است. هسگ که شب زوزه بکشد بد شگون است. همرغ و گوسفند را نباید غروب کشت چون آهشان گیر است. هکبوتر ماه رمضان و محرم تخم نمی گذارد. هگرگ از آدم لخت می ترسد. هاگر آدم ناپاک به قنات آب نگاه کند آبش کم می شود. هحشب نباید اسم حلوا را آورد. هحشب اگر کسی سوت بزند جنی می شود. همرود نباید در اتاق سفید تنها بخوابد. هخوردن ماهی و ماست باهم بد است. هسگ هفت جان دارد. هنگهداشتن خرگوش بدیمن است. همرغ پر تکان بدهد باد می آید.

## مشقی تازه در روزهای غربت

حسینعلی مکنندی

فریمان - کالیفرنیا

e-mail: ha@makvandi.com



از حسین مهری آمده است می گوید: همه رمان های من محصول یک تدارک طولانی درونی بوده است. برای «صد سال تنهایی» هفده سال یادداشت بر می داشتم و فکر می کنم ساخت و پرداخت تصویر «پدر سالار» پانزده سال وقت گرفت. به زبان دیگر، وقتی رمانی را به پایان می رسانم. می دانستم کدام رمان به دنبال آن خواهد آمد، زیرا از دیر زمان در ذهنم چرخ می زد. فعلا رمانی در من نیست اما طرح هایی برای صد قصه و چندین جلد خاطره دارم. یک بررسی در باب انقلاب کوبا یا دقیق تر بگویم زندگی روزانه در کوبا در دوران انزوا می نویسم. زحمت افزودن ارقام و تحلیل ها را به تاریخ نویسان وامیگذارم اما می خواهم این بار بدون افسانه سازی که این نبرد ناپیدا و روزانه ملت کوبا نوآوری برای گشودن گره دشواری ایمانش برای چیره شدن بر محاصره اقتصادی و پایدار نگه داشتن سر خوشی طبیعی اش چگونه چیزی بود همه این

(وزی که در حافظه ها کتیبه شد) شیبی که فردایش تیم ملی فوتبال ما با آرژانتین در مقیاس جهانی مسابقه داشت من شب بیقراری داشتم و بی خوابی. صبح در فیس بوک این یادداشت را نوشتم «چرا نمی خوابی؟» فردا مسابقه داریم. چرا حالا که صبح شده چیزی نمی خوری؟ امروز مسابقه داریم. چرا صبح به این زودی لباس پوشیدی؟ امروز مسابقه داریم. چرا یه جا نمی نشینی؟ امروز مسابقه داریم. چرا ساکتی حرف نمی زنی؟ امروز مسابقه داریم. چرا موها تو درست شونه نکردی؟ امروز مسابقه داریم. چرا اصلا حواست نیست؟ امروز مسابقه داریم. چرا هی میخوای پیری هوا؟ امروز مسابقه داریم. چرا هی میخوای دست بزنی؟! امروز مسابقه داریم. بالاخره دیدید که جوانان ما کاری کردند کارستان. کاری که در حافظه ها ماند و می ماند درود به شرف و غیرتشان.

از گفتگو با گارسیا مارکز وی در این گفتگو که در کتاب صد مقاله

## آرایش دائمی صورت توسط مینو پارسا



Mino Parsa/Beautician

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

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

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



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

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

Clinics in South, East & North Bay

(415) 370-3974

دلم از وحشت زندان سکندر بگرفت  
رخت بر بندم و تا ملک سلیمان بروم  
زندان این اسکندر گجسته کجا بوده است؟  
در زندان قفل دارد. قفل سنگین. میل به  
فرار و دویدن در حیاط سنگفرش و به  
بنفشه های رنگین سلام کردن در جان  
پیر مرد هم بوده است. پیر مرد خوب می  
رقصد و خوب می خواند و خوب قفل  
زندان می شکند. از زندان وحشت دارد.  
می داند که در آن از آزادی خبری نیست  
پس به دف می گوید که:

باز آمدم چون عید نو، تا قفل زندان بشکنم  
وین چرخ مرده خوار را چنگال و دندان بشکنم  
و چون قفل زندان می شکند نعره می زند که:  
دگر بار دگر بار ز زنجیر بجستم

ازین بند و ازین دام زبون گیر بجستم  
و آن یارو در عهد فلان پادشاه صفوی که  
خود را مرشد کامل می خوانده چقدر از  
آزادی مشروع و مشروط در عذاب بوده  
که ناگهان فریاد زده است:

به شب نشینی زندانیان برم حسرت  
که نقل مجلسشان دانه های زنجیر است  
و زندانها و زندانها و زندانها: «آشویتس»،  
«تربلینکا»، «ابوغریب»، «اوین»، «قصر»،  
«گوهردشت»، «گوانتانامو».

به چه حقی آدمی را که می تواند دنبال  
رنگ بنفشه ها در حیاط بدود باید در  
زندان بیندازند. آنهم زندانهایی که گاه  
سیاهچال است و میرزا رضای کرمانی از  
وحشت آن شکم خود را با قلم تراش پاره  
می کند و شبهای دراز تک تیرهای خلاص  
خواب همبندهای جوان را در گوهر دشت  
آشفته می سازد.

و روی میز کتابهای من پراکنده اند. از  
زندان... یک آقای ناصر مهاجر هست که  
عمرش را گذاشته تا حکایات زندان را  
جمع و جور کند. یک مجله نقطه منتشر  
می کرد که از زندان در آن بسیار گفته بود.  
دو کتاب در آورده به اسم «کتاب زندان»  
این کتابها را بخوانید. زندان را در آنها می  
بینید. من خوانده ام و فقط ترسیده ام.

می گویند رودل می آورد و وحشت حاج  
منیزی ما را از این لذت آشکار محروم می  
دارد. ناگهان عمقزی برهان چشم باز می  
کند. دانه های درشت عرق روی پیشانی  
اش می درخشد، مثل قطره های باران بر  
سطح آب. پیشانیش را پاک می کند و  
یکی می گوید: «الهی شکر، عرق کرد» و  
دیگری می گوید: «از اول گفتم حدیث کسا  
مجرب است» و او با چشمهای خاکستریش  
اتاق را دور می زند، به ما بچه ها که می  
رسد نگاهش می ایستد. لیخندی پریده  
رنگ صورتش را روشن می کند. با اشاره  
سر و چشم ما را به نزدیک خود می خواند.  
خیلی دوستش داریم، خیلی زیاد. قصه های  
قشنگی بلد است. قصه «ماه پیشونی» را  
اولین بار او برایم گفته است. با صدای  
آهسته چیزی می گوید. یکی می دود جلو  
و می پرسد: «عمقزی، چی فرمودین؟» و  
او این بار با صدایی که ما هم می شنویم  
می گوید: «این ارسی ها را بالا بزنید. این  
اتاق مثل زندان هارون است. دل این بچه  
ها می پوسد».

زندان... زندان هارون... شب پدر می  
گوید که زندان هارون زندانی است که  
امام هفتم ما حضرت موسی بن جعفر در  
آن زندانی بوده.

«در کجا بوده است پدر؟»  
«در بغداد جایی که هارون الرشید  
خلافت می کرده»

زندان هارون در بغداد، طفلانه می اندیشم  
که آیا اسمش ابوغریب نبوده است؟  
صاحب حبیب السیر می گوید:

«هارون فضل بن یحیی برمکی را به  
محافظت آن مظهر فضل و کمال مامور  
ساخته فضل بن یحیی آن جناب را در خانه  
تنگ باز داشته. ج ۲، ص ۷۹»

و زندان است... و زندان که در سر من می  
چرخد. آنجایی که آدم نمی تواند در حیاط  
خانه بدود و گرگم به هوا بازی کند. جای  
بدی است اما زندان هارون تنها زندان  
نیست ناله ای از شیراز برمیخیزد:

## یادداشتهای با تاریخ

صدرالدین الهی



## زندان هارون

در حیاط آجر فرش خانه عمقزی برهان با  
سه کودک دیگر گرگم به هوا بازی می  
کنیم. همه از دست «گرگ» می گریزیم  
چون اگر دستش به ما بخورد ما «گرگ»  
می شویم. تنگ غروب بهار است.

در حاشیه باغچه ای که دور حیاط می  
گردد بنفشه فرنگی کاشته اند با رنگهای  
وغ زده و تند. سفید خالدار، بنفش با خط  
قرمز، آبی کم رنگ با لکه های سیاه. تازه



خانمها منتظرند. چادر بر شانه انداخته پیچ  
پیچ میکنند و بیمار چشم فرو بسته است.  
صدای در می آید. صدای یالله در پلکان  
می پیچد و دو تا از زنها به پیشباز می  
روند. یک صندلی از اتاق پهلویی می  
آورند و آقا که وارد اتاق می شود چادرها  
برسر می افتد، حتی تابان، همبازی شش  
ساله من هم چادر نماز سفید خال خال را  
به سر می کند و دسته چادر را زیر گلویش  
گرم می زند و می شود شکل خودچی که  
چشم و ابرو داشته باشد.

آقای سر به زیر و با چشم نیمه باز اول یک  
روضة پنج تن می خواند و بعد حدیث کسا.  
زنهای بی اختیار اشک می ریزند و ضجه می  
زنند. هوای اتاق دم کرده و سنگین است.  
دم در اتاق آقا نعلین به پا می کند. دست  
نیمه بازش اسکناسی را که در مشتش نهاده  
اند می فشرد و با صدای آهسته می گوید:  
-انشاءالله شفا پیدا می کند. اگر خانمها خوب  
متوسل شوند، جده ام فاطمه زهرا شفا می دهد.  
اسفندی هم دود کنید ضرر ندارد.

و صدای چک چک اسفند روی آتش است  
و ورد «اسفند و اسفند دونه، اسفند صد و  
سی دونه» که من خیلی دوست دارم و از  
آن چک چک مثل صدای شکستن تخمه  
لذت می برم. تخمه را یواشکی می شکنیم.

این بنفشه ها مد شده است. لابد از فرنگ  
آمده که به آن بنفشه فرنگی میگویند.  
شرمناک و سرریز افکنده چون بنفشه های  
خودمان که به آن بنفشه رسمی می گویند  
نیستند. نه عطری دارند و نه شرمی و نه  
می توان از کنار هم گذاشتن چند شاخه آن  
دسته گلی دماغ پرور ساخت که دخترهای  
بزرگتر از ما به سینه می زنند و روانه  
مدرسه می شوند. بنفشه های فرنگی فقط  
رنگینند و صدای جیغ ما بچه ها از رنگ  
آنها غلیظ تر و رنگینتر است.

بر بالای پلکان مهتابی دو تا از مادرها ظاهر  
میشوند، با ملامتی در چشم و تحکمی در  
نگاه که: «عمقزی برهان تب سنگین دارد و  
این سر و صداها او را دچار سرسام خواهد  
کرد». پیرزن با چارقد سفید ململم در  
رختخواب پاکیزه ای خفته و صورت رنگ  
پریده اش از شدت تب سرخ شده است. دو  
تا از ما کوچکترها را به اتاق ارسی فرا می  
خوانند. دیواری کوتاهتر از دیوار ما نیافته  
اند. در اتاق هوای بهار و رنگ بنفشه ها  
نیست. ارسی ها را پایین کشیده اند. یک  
چراغ برق از تیر سقف وسط اتاق روی  
رختخواب بیمار آویزان است. آنها متعین  
اند و برق دارند. برق شهر که تازه راه  
افتاده و دیگر مثل برق حاج امین الضرب

## لادن الهی

مشاور آگاه و با تجربه

در خرید و فروش املاک مسکونی و تجاری

*My mission is to provide an excellent  
service & to exceed all your expectations!*



فرید منزل می تواند بزرگترین سرمایه گذاری در طول  
زندگی شما باشد. با من در اجرای این امر مهم مشورت کنید!

Ladan Elahi, Broker Associate, CDPE, GRI BRE # 01866376

Cell: (925)336-0227 ♦ ladan@ladanhomes.us

760 Camino Ramon #200, Danville, Ca 94526

## شهادت «عکاس رسمی» ارتش سوریه علیه حکومت اسد

یک عضو پیشین ارتش سوریه که عکاس رسمی ارتش سوریه بوده، بیش از پنجاه هزار عکس از صحنه‌های اعدام شدگانی را که آثار شکنجه بردنشان بوده، با همکاری تیمی از خبرنگاران عکاس، از سوریه خارج کرده تا آنها را در اختیار سازمان ملل متحد، دولت‌ها و سازمان‌های مدافع حقوق بشر قرار دهد. عکس‌ها، مربوط به یازده هزار تن از مخالفان رژیم بشار اسد است که طی دو سال از ۲۰۱۱ تا ۲۰۱۳ میلادی به تدریج تهیه شده‌اند.

رادیو فردا: یک عضو پیشین ارتش سوریه که از کشور خود گریخته و به آمریکا پناهنده شده، در برابر اعضای کمیته امور خارجی مجلس نمایندگان این کشور حضور یافت و آنچه را که «مدارک و شواهد جنایت‌های رژیم بشار اسد» نامیده، به قانونگذاران آمریکایی ارائه کرده است. این شخص که عکاس رسمی ارتش سوریه بوده، بیش از پنجاه هزار عکس از صحنه‌های اعدام شدگانی را که آثار شکنجه بردنشان بوده، با همکاری تیمی از خبرنگاران عکاس، از سوریه خارج کرده تا آنها را در اختیار سازمان ملل متحد، دولت‌ها و سازمان‌های مدافع حقوق بشر قرار دهد. نام این عضو پیشین ارتش بشار اسد در سوریه اعلام نشده و در نشست کمیته امور خارجی مجلس نمایندگان، او با نام مستعار «سزار» معرفی شد. چهره او نیز به نحوی پوشیده شده بود که جز دو چشم، چیزی دیده نمی‌شد. کلاهی هم بر سر داشت که موهای او را هم پنهان کرده بود. صدای «سزار» نیز در جریان این نشست، شنیده نشد و سخنان و پاسخ‌های او به پرسش‌های نمایندگان توسط یک مترجم جوان بیان می‌شد. این همه برای آن بود که هویت این شخص فاش نشود، چرا که او در مورد سرنوشت اعضای خانواده خود در سوریه، بی‌مناک است. این عضو پیشین ارتش سوریه در آغاز توضیح داد که بسیاری از عکس‌ها، برای پزشکی قانونی و از جانب دولت تهیه و گردآوری شده و در تهیه آنها، خبرنگاران عکاس و عکاسان دیگر که در خدمت دولت هستند سهیم بوده‌اند. از جمله تصاویری که در تالار بزرگ



کمیته امور خارجی مجلس نمایندگان در معرض دید عمومی گذاشته شده بود، عکس‌هایی از قربانیان اعدام‌های دسته جمعی دیده می‌شد که بر روی بدن آنها شماره‌هایی نوشته شده بود. نشانه‌ای از نام اعدام شدگان دیده

نمی‌شد؛ ولی آثار شکنجه بر بدن آنان به خوبی مشخص بود. «سزار» گفته است: عکس‌ها، مربوط به یازده هزار تن از مخالفان رژیم بشار اسد است که طی دو سال از ۲۰۱۱ تا ۲۰۱۳ میلادی به تدریج تهیه شده‌اند. او اضافه کرد که اگرچه در دوران کاری‌اش از صحنه‌های فراوانی مانند قربانیان تصادفات و حوادث مرگبار، عکس گرفته، ولی این مجموعه، آنچنان صحنه‌های دلخراشی را ترسیم می‌کنند که او پیش از آن، هرگز در زندگی خود چنین صحنه‌هایی را شاهد نبوده است. به گفته «سزار» بیش از ده هزار اعدام مخالفان حکومت اسد در سوریه، ثبت و ضبط شده و البته اعدام‌های دیگری هم در گوشه و کنار کشور صورت گرفته که در این آمار گنجانده نشده‌اند.

دنباله مطلب در صفحه ۵۱



# میهن کو

## MIHAN CO. Iranian Legal Services

### دفتر حقوقی ایرانیان

## با همکاری کارشناسان حقوقی و وکلای دادگستری در ایران

### با مدیریت آقای کاشی

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

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

- ◆ انجام کلیه امور حقوقی و اداری در ایران از هر نقطه آمریکا
- ◆ با همکاری وکلای پایه یک دادگستری در ایران
- ◆ انجام کلیه امور مهاجرت به آمریکا با وکلای اداره مهاجرت این دفتر
- ◆ انجام انحصار وراثت، تقسیم و دریافت ارث و امور مربوط به آن
- ◆ استرداد املاک توقیف شده و یا تصرف شده توسط اشخاص
- ◆ انجام کلیه امور مربوط به طلاق، مهریه در ایران و آمریکا
- ◆ دریافت شناسنامه و کارت ملی فوری از ایران
- ◆ برقراری حقوق بازنشستگی و حقوق معوقه
- ◆ تهیه و تنظیم کلیه وکالتنامه‌ها، متون حقوقی و وصیتنامه و قراردادهای
- ◆ ترجمه و تأیید کلیه متون به هر زبانی
- ◆ دریافت پاسپورت

دفتر جنوب کالیفرنیا (310) 967-7755 ♦ (877) 644-2607 ♦ (408) 249-9827 دفتر شمال کالیفرنیا

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

## از درگوشی ما

## به قلم: پیرایه

شئونات زندگی موازی پیش نمی رود. زنان به جبهه هم می روند. اشکالی متصور نیست در عین حال سالمتر که در مشاغل حاشیه ای خدمت نمایند. دفترداری، انتظامات، تشکیلات و اطلاعات و پزشکی و غیره ولی به پیش تاختن و تیر خلاص به سینه فرزند جوان مادر دیگری هدف گرفتن کار زنی که مقام ارجمند مادر را بر خود نهاده افتخار ندارد. بگذارید خونریزی و خرابکاری و آشوب سهم مردانه و آیت مردانگی باقی بماند.

گمان ندارم تساوی همه جانبه ما زنان را بزرگتر و با اهمیت تر نماید. چه شایسته تر که آدمیزاد دنیای بلبشوی کنونی در عوض مقایسه و مسابقه و مرافعه، کمال انسانیت و مروت و معرفت را بیاموزد تا شاید ترفیعات و تشریفات وسیله بردگی را از قاموس زن متمدن بزدايد. بلکه روزنه ای از آشپزخانه تا اطاق خواب مرد برای زن مسلمان ایرانی پیدا شود و فتوای نابرابری و خانه نشینی و اسارت دائمی که عجالتاً دستمایه آخوندهای کرسی نشین ایران ما است تعادل یابد. در خاتمه بسیار خصوصی و درگوشی به عرض همقطاران نسل اول و دوم می رسانم که اگر هنوز سایه بلند پایه شوهر شیعه ایرانی برسر خانواده شما گسترده است بدانید و آگاه باشید از ظواهر مدعا گذشته باطناً عیال مربوطه وسیله آسایش مردش به حساب می آید ولو در ازای فرسایش جسم و جان.

بنابراین مشاغل بیرون از چهاردیواری کفران نعمت و طریقت و شریعت و خلقت است و این خصلت و باور در نهاد جنس نر ایرانی ریشه دیرینه دارد و غیرقابل حاشا مگر تعارف. رندی و البته «تقیه» که انگ دروغپردازی و بهانه سودجویی نر جماعت اسلامی است چنانکه «فقاها» خود تقیه ای است در نهایت تحمیق امت ساخته پرداخته بدعت گراز سلطنت ولایت.

خانواده. در غیر اینصورت نامسلمان است و ناشزه و به زعم آخوند مستوجب ملامت و پیروی اداهای ویرانگر غرب. هرچه باشد زن مسلمان باید جای خودش را در پناه مردش بداند، بپذیرد و بدان عمل نماید. بالاخره مردی گفته اند سایه سری گفته اند که در دین و ایمان ما مولای درزش نمی رود. با اینهمه معتقدم که علی رغم ادعای غرب زن و مرد در پاره ای موارد زندگی و اجتماعی و شغلی برابر نیستند. تفاوت جسمی، روحی و عاطفی متمایز و طبعاً بازده نابرابر ایرادی ندارد و بسیار طبیعی است و نباید اصرار به تساوی غیرقابل انکار داشت. که چه شود؟

اینست که هست و نشاید طبیعت را نادیده گرفت. به هر روی من شخصاً سالیانی است که از فضای اجتماعی و خانوادگی اروپایی خبر مانده ام. در عین حال می بینم که در اینجا، در آمریکا، هیچ راهکار شایسته ای به نظر نمی آید. اگر سی چهل سال پیش خانه و خانواده و ازدواج و مشاغل روزمره در اسلوبی صحیح و انسانی قابل رویت می بود دیگر از آن عوامل اثری باقی نمانده خصوصاً در همین چندساله اخیر که واقعا همه چیز زیر و رو شده و به صورتی ناهنجار تمام اصول سالم باورها و قوانین و برداشت ها تغییر کرده است.

در نظر من برابری و تساوی و یکسانی نر و ماده ارتباطی به تباهی خصوصیات اخلاقی و رفتاری ندارد. نمی دانم چه شده که آدمیزاد امروزی به هیچ عنوان انسان دیروز نیست. تعلیمات و تلقینات گمراه کننده روشنفکر نمایان کجرو مبانی پاکیزگی اخلاقی و شایستگی انسانی را خدشه دار نموده. عقل و منطق و علم و دانش نشان می دهد نر و ماده قادرند در تمام امور اجتماع همدان عمل نمایند ولی باید اذعان نمود که پاره ای مشاغل زنانه مردانه دارد. مطمئن باشید برابری در جمیع

در همین پژواک خودمان شماره ۲۶۸ مطلب آموزنده ای بود که باید خوانده باشید. خامنه ای در جمع گروهی از زنان ایران برابری زن و مرد را حرف غلط غربی ها دانست و اضافه کرد که سلامت و امنیت زن در «همسری و مادری» خلاصه می گردد که البته به اصطلاح «لفظ قلم» ادا شده و معنای واضح و مثلاً اسلامی آن کلفتی، پرستاری و رفع حاجت آقا بالاسر است و بس.

لفت و لعابش صرفاً عوامفریبی و تسخیر شعور ابجی زینب و خاله رقیه و عمه ربابه و کلثوم ننه هائی است که گفتار آقا را آیه قرآنی تلقی کرده و یک تار ریش «ولایت فقیه» را تبرک می شناسند و احياناً برای شفای عاجل در ایران شیر و یا شوربای مریض می اندازند. همان زنانی که عریضه شکوائیه به چاه جمکران انداخته و به نرده مقبره خمینی دخیل می بندند. منظور آقا از این سخنان وظیفه اخلاقی، مذهبی و اجتماعی

چه پاک که آن دختر تازه سال را کراحت بدن پیر شصت هفتاد ساله آزاد دهد. بالاخره همسر خوب یعنی همین بیست و چهار ساعته مسئول سیری و پُری و رضایت وجود مبارک سالار و سرور



## مشاور مالی و مالیاتی

Accounting, Auditing &amp; Tax Services

سرویس مطمئن، قیمت مناسب، توجه کامل به نیازهای شما



خدمات دفترداری

مشاوره و برنامه ریزی مالی و مالیاتی

رسیدگی و جوابگویی در حل اختلافات با مراجع مالیاتی

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

Tax Planning

Tax Return Preparation

Business Bookkeeping

Tax Problem Resolution



Responsive to Your Needs

Reliable Service Reasonable Rates

www.mytaxmd.com

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

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

ماهنامه پژواک نشریه خبری، فرهنگی، ادبی و اجتماعی

با درج آگهی در

ماهنامه پژواک،

بیزنس خود را به جامعه

ایرانی معرفی کنید!

۸۶۲۴-۲۲۱۱ (۴۰۸)







و شرایط جنگ سرد بین شرق و غرب و جنگ‌های خانمانسوز دیگر فراهم شده است.

«دیوید فرامکن» (David Fromkin) نویسنده‌ی کتاب «آخرین تابستان اروپا» می‌گوید: «برقراری صلح نیاز به دو

نظم جدید با صلح و در راه انساندوستی و یا در نهایت با جنگ و درگیری‌های بیشتری ساخته خواهد شد.

#### فطر «په‌تین»

منظره جسد‌هایی که از آسمان به پایین می‌آمد و در سراسر مزارع در دهکده‌ی «گرابوو» پخش می‌شد برای مردم این دهکده که شاهد آن بودند یک کابوس فراموش‌نشدنی است.

تصویر آن مرد مسلح که حلقه‌ی ازدواج را از انگشتان جسد یکی از قربانیان هواپیمای مالزیایی می‌زدید، در خاطره‌ها برای همیشه باقی می‌ماند.

هواپیمای مسافری بوئینگ با ۲۹۸ سرنشین توسط یک موشک روسی در دهکده‌ای در شرق «اوکراین» در محلی که تجزیه طلبان حمایت شده از جانب روسیه در حال جنگ هستند، سقوط می‌کند. دنیاه مطلب در صفحه ۴۶

نفر و یا بیشتر دارد ولی شروع جنگ می‌تواند با یک فرد آغاز شود. یک فرد متجاوز می‌تواند جنگ بزرگی را بوجود آورد حتا اگر دیگران خواستار صلح باشند. مگر اینکه ملت‌های دیگر قدرت کافی بکار برند که مانع از آن شوند.»

تاریخ نویسان بر این عقیده بودند که جنگی همانند آنچه در ۱۹۱۴ رخ داد به دلیل وسعت آن و درد و رنجی که برای مردم دنیا بوجود آورد قابل تکرار نیست. ولی متأسفانه جنگ دوم از ۱۹۳۸ تا ۱۹۴۵ دوباره اتفاق افتاد. جهان از این بلا‌ی خانمانسوز رهایی نیافته و تجربیاتی که به بهای جان و مال میلیون‌ها انسان بدست آمده درس عبرتی نبوده است. امروز با از بین رفتن نظم پیشین جهانی، خلایبی بوجود آمده که مشکل است بتوان پیش بینی کرد آیا

## تابستان ۲۰۱۴

شهلا مصصامی

در گیر کردند. معاهدات و پیمان‌ها از دلایل دیگر جنگ، رشد احساسات ناسیونالیستی در سراسر اروپا، حل نشدن منازعات ارضی، از هم پاشیدن تعادل قدرت در اروپا، مسابقات تسلیحاتی، رقابت‌های اقتصادی، نظامی و تجارتي بود.

تابستان ۲۰۱۴ بنحو ترس‌آوری یادآور یکی از تاریک‌ترین دوران تاریخ یعنی ۱۹۱۴ است. از سقوط هواپیمای مالزیای توسط تجزیه طلبان «اوکراین» که جانب مسکو حمایت می‌شوند، جنگ اسرائیل و فلسطینی‌ها در غزه، آشوب در عراق، افغانستان و سوریه و ادامه مشکل اتمی شدن ایران می‌بینیم که مشکلات زمان ما بطور مستقیم به دنیای ۱۹۱۴ - ۱۹۱۸ باز می‌گردد. دورانی که انگیزه‌های قومی و احساسات ناسیونالیستی منجر به بوجود آمدن ملت‌های جدید شد. بویژه آنچه امروز خاور میانه نامیده می‌شود. مشکلات اقتصادی، همراه با ترویج ایدئولوژی‌های افراطی و رشد احساسات ناسیونالیستی بار دیگر نظم جهان را به خطر انداخته

تابستان ۱۹۱۴ اهمیت ویژه‌ای در تاریخ بشر دارد. زیرا آن تابستان داغ و جهمی آغاز بزرگترین فاجعه انسانی بود. در جولای ۱۹۱۴ جنگ اول جهانی با حادثه‌ای بظاهر کم اهمیت شروع شد که در پایان آن ۱۶ میلیون نفر کشته و بیش از ۲۰ میلیون زخمی باقی ماند. بحران جهانی ۱۹۱۴ با قتل «فرانس فردیناند» و همسرش «سوفی» توسط یک مرد جوان اهل صربستان و متعلق به یک گروه ناسیونالیست بنام «دست سیاه» آغاز شد. ولی بخشی از دلایل جنگ به چند دهه‌ی پیش از تابستان ۱۹۱۴ باز می‌گردد. قدرت‌های بزرگ آن زمان یعنی ایتالیا، فرانسه، آلمان، انگلیس، اتریش مجارستان و روسیه برخوردهایی در مورد مسائل مربوط به مستعمرات داشتند. این تنش‌های سیاسی همچنین به مناطق «بالکان» ارتباط داشت.

اتریش و مجارستان با صربستان و روسیه برای نفوذ هر چه بیشتر در مناطق «بالکان» که «اوکراین» بخش مهمی از آن بود رقابت داشتند. همچنین از طریق «چیزی شبیه ناتو» سایر قدرت‌های بزرگ را نیز

## سالن آرایشگاه صورت خوب

Full Service Salon

30 years of Experience. Serving Bay Area

**KHOBSURAT**  
THREADING SALON

\$10 EYEBROW THREADING

بند ابرو ۱۰ دلار

♦ بند ابرو و صورت ♦ واکس ♦ آرایش عروس ♦ آرایش ♦ رنگ مو و های لایت ♦ حنا ♦ کوتاه کردن مو ♦ فیشال



♦ Threading ♦ Waxing ♦ Bridal ♦ Makeover ♦ Full Hair Service ♦ Facials ♦ Hair Color ♦ Henna...and much more!

All our facials are herbal & chemical FREE

www.khoobsuratsalon.com

(408)588-1215

Serving in Two Locations

(408)774-1214

3956 Rivermark Plaza  
Santa Clara, CA 95054

Now Hiring

1014 East El Camino Real  
Sunnyvale, CA 94087

Tues-Sat: 10am-8pm Sun. 10am-6pm  
Closed Mondays

Threaders, Cosmetologist,  
Estheticians, Full Time &  
Part Time Receptionist

Mon- Sun: 11:am to 8:pm  
Closed Mondays



میکردند و از فردا روز از نو روزی از نو... راستی، این آقای امام خمینی نبود که به ما وعده داده بود اسلام عزیز ما را آدم خواهد کرد؟ عجب آدم شدیم ما؟! \*

آن قدیم ندیم ما، در عهد پادشاه وزوزک، که ما در تبریز دانشجو بودی، یک فرشته خانمی داشتیم که میخواست هنرنمایش سینما بشود. بچه ها اسم این فرشته خانم را گذاشته بودند فرشته رحمت! چرا که تنها خواجه حافظ شیرازی بود که ابواب رحمت این فرشته خانم برایش باز نشده بود.

از آنجا که در دنیا همیشه روی یک پاشنه نمی چرخد؛ انقلابی شد و آقایانی رفتند و یک مشت آتا و اوتا بلند و کوتاه آمدند و یقوت ما دیدیم سر و کله این فرشته خانم توی اداره مان پیدا شده و آنچنان خودشان را در چادر چارقد پیچیده اند و آنچنان امر و نهی و «این را بپوش آنرا نپوش» صادر میفرمایند که انگاری از روز ازل تاکنون هیچ بنی آدمی که نه؛ بلکه هیچ آفتاب مهتابی زیر و بالا و جاهای خوب خوب ایشان را ندیده است.

سالی گذشت و بمصدق «ده خوب است برای کدخدا و برادرش» ما بار و بندیل مان را بستیم و قبل از اینکه آواره کشورها و قاره ها بشویم؛ دو سه سالی از ترس آدمخواران اسلامی در غبار زمان و زمانه گم شدیم و مدتها از این فرشته رحمت خبری نداشتیم تا اینکه پریروزها دیدیم ایشان در یک فیلم آبدوغ خیاری نقش اول را بعهده دارند و

چندی پیش مردم هلند با آرامش و وقاری که شایسته مردمان متمدن است نسبت به کسانی که در سقوط هواپیمای مالزیایی جان باخته اند ادای احترام کردند.

نه کسی یقه درانید، نه کسی بر سر و روی خود کوبید، نه کسی غش کرد، نه کسی نوحه ای خواند، نه کسی عربده ای کشید و دشنامی داد و نه کسی کف بر دهان تیر ملامت را بسوی روس و پروس و آمریکا و اسرائیل و ساحل عاج و بورکینا فاسو پرتاب کرد. کلیساها ناقوس های خود را به صدا در آوردند و مردم در جاده ها و خیابان ها از اتومبیل های خود پیاده شدند و نسبت به همه کشته شدگان ادای احترام کردند و اندوه خود را به نمایش گذاشتند نه خشم شان را. من وقتی جریان ورود اجساد قربانیان این حادثه را در تلویزیون میدیدم با خود میگفتم اگر چنین حادثه ای در ایران، پاکستان و یا یک کشور مسلمان اتفاق افتاده بود چه میشد؟

لا بد عده ای بارش و پشم، نعلین و دمپایی پلاستیکی، قبا و ردا، تکبوت و کثافت در خیابانها راه می افتادند و شیشه های چند سفارتخانه را می شکستند و از دیوار چند سفارتخانه دیگر بالا میرفتند و پرچم آمریکا، اسرائیل، روس و پروس، ساحل عاج و بورکینا فاسو را آتش میزدند و با دهانی کف زده و مشت های گره کرده و گریبانی چاک چاک برای عالم و آدم خط و نشان میکشیدند و بعدش هم میرفتند چلوکباب و قیقه پلو و آش شله زردشان را نوش جان

الحمد لله به مشروطه شان رسیده اند. وقتی داشتیم اسامی بازیگران این فیلم آبدوغ خیاری را نگاه میکردیم دیدیم این فرشته رحمت اسم مبارک شان را به «هاجر» تغییر داده اند تا بقول معروف از مزایای آن بر خور دار بشوند.

با خودمان گفتیم: وقتی جناب آقای فریدون اسم شان را به اشیک حسن روحانی تغییر میدهند چه اشکالی دارد فرشته رحمت ما هم بشود هاجر؟ به گاو و گوسفند کسی که آسیبی نمیرسد. میرسد؟

فقط نمیدانیم که درهای رحمت بیکران ایشان همچنان بروی طالبان و طلابان باز است یا نه؟ یا بقول شیرازیها آدم آهک میشود!! \*

وقتی به این جهان سراسر از شقاوت و بیاد و آدمکشی نگاه میکنم بارها و بارها این شعر زیبای نیما یوشیج در ذهن و ضمیر من تکرار میشود که:

من دلم سخت گرفته است از این میهمانخانه مهمان کش روزش تاریخ که بجان هم نشناخته انداخته است چند تن خواب آلود چند تن نا هوار چند تن نا هشیار \*

رفیق مان میگوید: آقای گیله مرد! آیا تا بحال متوجه شده ای که ما ایرانیها فرهنگ لغات مان دو تا واژه کم دارد؟ میگویم: کدام واژه ها؟

میگوید: «نمیدانم» و «اشتباه کردم» می پرسم: چگونه است آن حکایت؟ میگوید: شما هیچ ایرانی در هیچ جای دنیا پیدا نمیکنید که بیاید بگوید فلان کاری که من فلان روزک کردم اشتباه بود! اصلا انگار توی خمیرمایه ذهنی و فرهنگی مان چیزی بنام «اشتباه کردم» وجود ندارد. ما همیشه بر حقیق و این دیگران اند که اشتباه میکنند. دیگر اینکه ما با واژه «نمیدانم» بیگانه ایم. شما سر فلان چهار راه ایستاده اید و میخواهید به فلان خیابان بروید، اگر از دو هزار نفر پرسید خیابان فلان کجاست حتی یکی شان نمیگوید نمیدانم، همه شان نشانی آن خیابان را با جزئیات بشما میدهند اما دست آخر متوجه میشوید که همه شان آدرس عوضی داده اند!

دیدم رفیقم راست میگوید، حالا باید چیکار کنیم تا در فرهنگ لغات مان مختصری دستکاری بفرماییم؟

آقا! خدا به سر شاهد است دوره آخرالزمان نزدیک است! همین روزهاست که سرو کله آقام امام زمان پیدا بشود و با آن شمشیر چهار متری خون چکانش دخل همه شما مرتدین و کافران را در بیاورد.

یکی از تازه ترین علایم ظهور آقام امام زمان این است که یک آقای بنام بلند آرینگ که گویا معاون نخست وزیر ترکیه هست فرموده اند که زنها نباید در انتظار بختند!

در ایران اسلامی هم طبق فتوای آقام آسید علی گدای روضه خوان قرار شده است خانم ها از پوشیدن شلوار جین خودداری بفرمایند لاید مبادا حضرت آقای عجل الله تعالی فرجه با دیدن زنان جین پوش و ساپورت پوش حالی بحالی بشوند و از اجرای وظیفه اسلامی شان که همانا کشتن و سر بریدن است دست باز دارند.

بنظر شما پیدایش آقای خلیفه الله در سوریه و عراق از نشانه های ظهور آقام امام زمان نیست؟ پس هر چه زودتر مسلمان شوید ای خاج پرستان و ملحدان جهان و گرنه آقام امام زمان با همراهی آقام آسید علی گدای روضه خوان روزگارتان را سیاه خواهند کرد و سر بر تن تان باقی نخواهند گذاشت ای ملعون ها!! \*

فرصتی دست داده بود و بیاد روزهای پر جوش و خروش دانشجویی و با یاد استادان ارجمندم استاد قاضی طباطبایی و دکتر عبد الامیر سلیم و دکتر محمد جعفر محبوب، داشتم کتاب «لطائف الطوائف» اثر مولانا فخر الدین علی صفی را باز خوانی میکردم. «لطائف الطوائف» مجموعه ای لطیفه هایی است که از روزگاران کهن بر جای مانده و در گذر زمان سینه به سینه نقل شده و به شکل های مختلف باقی مانده است. اینک داستان شیرینی از کتاب «لطائف الطوائف» را با هم می خوانیم: خواجه ای، غلام خود را به بازار فرستاد که انگور و انار و انجیر و خرما بیارد. غلام برفت و بعد از مدتی مدید که خواجه انتظار بسیار کشید، همین انگور تنها آورد.

خواجه، غلام را به شدت مجازات کرد و گفت: چون تو را به یک کار فرستم، باید که «چندین» کار بسازی و زود بیایی، و اکنون که به چندین کارت فرستاده ام، پس از مدتی باز آمده ای و همین یک کار را ساخته ای؟

TOUCHFREEWASH.COM 3% DONATED MONTHLY TO HUMANITARIAN PROJECTS OPEN 24 HOURS

**دفتر خدمات حقوقی ایران وکیل**  
با مدیریت رامین کرم ویسی  
وکیل پایه یک دادگستری ایران

♦ انجام کلیه خدمات کنسولی و امور حقوقی در دادگاههای ایران ♦ اخذ شناسنامه، کارت ملی، گذرنامه و ویزای آمریکا ♦ تنظیم انواع قرارداد و وکالتنامه ♦ حقوق بازنشستگی، امور خانوادگی، طلاق، مهریه ♦ انحصار وراثت و مطالبه سهم الارث ♦ رفع تصرف و تخلیه املاک و فروش ملک در ایران

جهت مشاوره و حل کلیه مسائل حقوقی خود در ایران با من تماس بگیرید!

دفتر تهران: ۰۲۱-۶۶۹۰-۷۰۷۸  
Office: (408)664-8375 \* Cell: (408)831-8057  
1604 Blossom Hill Rd., Suite D, San Jose CA 95124

اینکه ایشان از طریق یک وکالتنامه ی قانونی شخصی را برای انجام این امور تعیین کرده باشند. خوشبختانه در مورد این خانواده، چند سال پیش آقای ولی زمانی که هنوز از سلامت کامل برخوردار بود، یک وکالتنامه رسمی، به انضمام بقیه ی مدارک Trust و وصیت نامه تهیه کرده بودند. خانم ولی از طریق وکالتنامه ی فوق، درحال حاضر، دارای اختیار تام قانونی در مورد اداره ی امور مالی ایشان هستند و کارهایشان حداقل از نظر قانونی به راحتی پیش رفت.

وکالتنامه یک مدرک کتبی رسمی است که شخصی به شخص دیگر، حق و اختیاری می دهد که بجای او انجام امور شخصی و مالی اش را به عهده بگیرد. این حق و اختیار زمانی به پایان می رسد که شخص توانایی ذهنی خود را از دست بدهد و به اصطلاح «Incapacitated» شود. مگر اینکه این وکالتنامه از نوع قابل دوام باشد که آنرا «Durable Power of Attorney» می نامند. این به این معناست که اگر شما زمانی توانایی خود را برای انجام امورتان از دست بدهید، یک شخصی که اطمینان دارید، به عنوان نماینده، به جای شما انجام امور شخصی و مالی شما را از طریق قانونی به عهده بگیرد. دنباله مطلب در صفحه ۴۹

دکتر خانوادگیشان تشخیص داد که ایشان از فراموشی یا (Dementia) رنج می برد و این به تدریج در حال پیشرفت بود. هر چقدر زمان بیشتر گذشت، مشکلات آقای ولی بیشتر و بیشتر شد، به حدی که نه فقط او فراموش می کرد که کلیدهایش را کجا گذاشته، بلکه حتی مطمئن نبود که کلید به چه دردی می خورد و مورد استفاده ی آن چیست. خانم ولی تمام سعی خود را کرد که همسرش را در منزلشان نگهدارد. فرزندانش بالاخره مادرشان را متقاعد کردند که برای رفاه بیشتر برای هر دو پدر و مادرشان، پدرشان را برای نگهداری روزانه به محلی که «Adult Day Care» نامیده می شود، ببرند. این کار را کردند و پدر را ۵ روز در هفته به محل نگهداری روزانه بردند.

آقای ولی دارای چند حساب بانکی، یک خانه، خانه ای که اجاره داده بودند و یک ماشین بود. برای پرداخت هزینه ی روزانه ی آقای ولی، خانمشان مجبور به فروش تعدادی اموال شده بودند. تمام اموال آقای ولی فقط به اسم خودشان بود و از نظر قانونی، هرگونه خرید، فروش، اجاره، اخذ وام و کارهای دیگر که مربوط به اداره ی اموال آقای ولی، فقط باید توسط آقای ولی انجام می گرفت، مگر

**کاربرد وکالتنامه و تراست، اداره امور مالی در صورت ناتوانی ذهنی**

کاملیا ممدودی، وکیل رسمی دادگاه های کالیفرنیا و فدرال  
 camelia@cameliaw.com

از تصادفی در «کوما» به سر می برد و یا شخصی که دچار بیماری آلزایمر شده است. خانواده ای را می شناسیم که با این مشکل روبرو شد ولی خوشبختانه به دلیل اینکه از قبل مدارک لازم را تهیه کرده بودند از نظر قانون، کارهایشان آسانتر پیش رفت.

داستان آنها به این صورت بود: آقای ولی، ۷۹ ساله، مبتلا به بیماری آلزایمر است و همراه همسرش چندسالی است که در کنار یکدیگر با این بیماری جنگیده اند. در ابتدای این بیماری، از دست دادن حافظه، زیاد جدی تلقی نشده، برای اینکه مثلاً آقای ولی فراموش می کرد که کلیدهایش را کجا گذاشته است. بعدها این مشکلات ادامه پیدا کردند و مثلاً آقای ولی فراموش می کرد که دفتر بانکی شان را کجا گذاشته است؟ آیا چکی نوشته است؟ آیا از حسابش برداشت کرده است؟

در شماره های پیش، در مورد وصیت نامه و Living Trust و انتخاب یک شخصی امین که اداره ی اموال شما را بعد از فوت به عهده بگیرد، نکاتی یادآور شدم. در این فرصت، نکاتی درباره مواردی که نیاز به چنین شخصی، در زمان حیات وجود داشته باشد، یادآور می شوم. در زمان حاضر که از سلامتی و توانایی ذهنی برخوردار هستید، بهترین زمانی است که در مورد آینده، تصمیم گیری و برنامه ریزی کنید. برنامه ریزی شما می تواند نه تنها بعد از فوت، بلکه در زمان حیات برای زمانی که توانایی ذهنی خود را از دست دهید، کمک بزرگی برایتان باشد. با اینکه ما، در مورد فوت و یا مریضی خودمان فکر نمی کنیم، متأسفانه احتمال بروز حادثه برای همه ی ما امکان پذیر است. یکی از مثالهای شخصی که توانایی ذهنی اش را از دست داده، فردی است که بعد

در کنار یکدیگر یک روز به یاد ماندنی برای خود و فرزندتان بسازیم.

# Mehregan Festival

Sunday, October 5<sup>th</sup>, 2014  
 10:00 A.M. - 5:00 P.M.

An ancient Persian harvest festival  
 Food, Drink & Ice Cream  
 Available for purchase  
 Admission FREE

10186 N. Stelling Rd. Cupertino, CA 95014  
 For more information please call:  
 408-829-8296

روز مرد ماه مهر و جشن فرخ مهرگان  
 مهربانان ای نگار ماه چهر مهربان

موسیقی و رقص  
 کارگاه هنری  
 نمایش لباس استان های مختلف  
 سفره مهرگان

برای فروش: نجاتی و نهار  
 فالوده و بستنی سنتی گل نظر  
 از مساجد شامل خواهیم شد ما را در انجام این کار فرنگی یاری رسانند.

ورود برای بچه ها رایگان می باشد.



کرده و اغلب عامل آن یک ویروس می باشد (HPV). زگیل ها باعث درد شدید و ناراحتی کف پا شده و به سادگی از بین نمی روند.

### صافی کف پا Flat Feet

بسیاری از افراد تدریجاً خمیدگی کف پا را از دست می دهند که شکل پا و راه رفتن را مشکل می کند این حالت بیشتر در نوزادان و کودکان می باشد و این به دلیل آن است که لیگامنت ها را رباط هائی که مفاصل کف پا را بهم متصل می کنند شل شده و Arch یا خمیدگی کف پا را بهم می زنند و کف پا حالت صاف و بدون خمیدگی پیدا می کند گاهی یک پا و گاهی هر دو پا این طور می شوند. گاهی بعلت جوش خوردن استخوانها درمانی برای آن وجود ندارد و فرد غیر عادی حرکت می کند.

### ترک خوردن ناشی از فشار Stress Fractures

این حالت ناشی از حرکت مداوم روی پا و اضافه وزن می باشد که بیشتر در ورزشکاران دوند و ورزشهایی که نیاز به دویدن مدام دارد نظیر فوتبال، بسکتبال و حتی وزنه برداری دیده می شود. زمانیکه عضلات خسته می شوند فشار را به استخوان ها منتقل می کنند که باعث ترک خوردن یا مو برداشتن کوچک استخوانها می شوند این حالت بیشتر در استخوانهای کف پا اتفاق می افتد گاهی در پاشنه پا نیز دیده می شود. این حالت گاهی نیاز به جراحی و گذاشتن میله های کوچکی در پا دارد که استخوان را استحکام بخشد.

### کشیدگی قوزک پا Ankle Sprain

گاهی لیگامنت های اطراف و مفاصل پا دچار کشیدگی ناگهانی شده که در حرکت های غیرعادی و ناگهانی در پا اتفاق می افتد که تورم، درد و سخت شدن عضلات را به همراه دارد. در افرادی اتفاق می افتد که آمادگی برای ورزش های بخصوص را نداشته باشند پوشیدن کفش های بزرگتر و کوشین دار جلوی این کشیدگی ها را می گیرد.

### میخچه Corn

استفاده از کفش های تنگ و حرکت مداوم باعث برآمدگی در کف و اطراف انگشتان پا می شوند که باعث ضخیم شدن و سخت شدن نقطه کوچکی از پا شده که به آن (corn) می گویند استفاده از برچسب های پزشکی باعث از بین رفتن آنها می شود میخچه ها شکل ظاهری پا را زشت کرده و اغلب مردم آنها را پوشانده یا مخفی می کنند.

دنباله مطلب در صفحه ۵۶

و شکل استخوان، فرم پا را تغییر داده و انگشت بزرگ پا بطرف انگشتان دیگر حرکت کرده و خم می شود که مانع حرکت صحیح و کفش پوشیدن می شود. در بسیاری از موارد پیشرفته آن نیاز به جراحی می باشد که قسمت خارجی استخوان را تراشیده و بر می دارند. این عمل درد را کمتر کرده ولی بهرحال فرد کفش های مورد علاقه خود را نمی تواند بپوشد. این حالت برآمدگی مفصل متاتارسال نیز گفته می شود.

### Morton's Nuroma

اغلب استخوان های بزرگ پا بوسیله لیگامنت ها یا رباط هائی مورد حمایت و استحکام قرار می گیرند. گاهی عصب بین انگشتان سوم و چهارم پا ضخیم و دردناک شده که راه رفتن را بسیار مشکل می کند. کفش های تنگ و پاشنه بلند و اضافه وزن باعث این حالت دردناک و برآمدگی عصبی در ناحیه انگشتان پا می شود. درمان آن نیاز به جراحی دارد.

### دردناک شدن کف پا Facitis

در حالت طبیعی، رشته ها و یا بندهائی استخوان پاشنه پا را به انگشتان پا وصل می کنند که باعث خمیدگی نرمال کف پا می شوند. اغلب در افرادی که ساعت های طولانی روی پا خود می ایستند این رشته ها دردناک شده و متورم شده که حرکت و ایستادن را دردناک می کنند. جهت درمان آن بایستی کفش های کوشین دار پوشید و به پاها استراحت داد. گاهی این حالت بین ۹ ماه تا یکسال طول می کشد. جهت درمان آن افراد بایستی کفش های مخصوصی بپوشند.

### خمیدگی انگشتان پا Hammer toes

این یک حالتی است که اغلب در انگشتان دوم پا اتفاق می افتد که انگشت پا اطراف کف پا خمیدگی پیدا کرده و این حالت هم در افرادی که کفش های تنگ با پاشنه بلند می پوشند اتفاق می افتد. در اثر این خمیدگی لیگامنت ها و تاندون های پا کوتاه می شوند. خمیدگی انگشتان بیشتر در خانم ها اتفاق می افتد. در موارد شدید در تمام انگشتان پا دچار این خمیدگی می شوند و حرکت کردن را غیرممکن می کند و این بعلت جوش خوردن استخوانها یا به یکدیگر می باشد و حرکت کردن را غیرممکن می کند و این بعلت جوش خوردن استخوانها یا به یکدیگر می باشد.

### زگیل های کف پا Warts

این یک حالتی است که پوست پا رشد اضافی



**تازه های دنیای پزشکی**

دکتر منوچهر سلجوقیان

## دلایل درد پا و روشهای درمان

### درد پا ناشی از روماتیسم

تورم مفاصل پا ناشی از شکستن بافت های ارتباطی و غضروف هائی است که بافت و استخوانهای پا را استحکام بخشیده و حمایت می کنند. کار این بافت ها این است که مانع رسیدن فشارها و ضربات ناگهانی به مفاصل پا می شوند. بدون این بافت ها، استخوانها روی هم سائیدگی پیدا کرده و باعث درد و تورم می شوند. گاهی این دردها ناشی از سُستی و پوکی استخوان ها بوده و گاهی بیماری نقرس باعث درد شدید پا می شوند.

### پینه شست پا Bunions

برآمدگی بزرگ در قسمت خارجی شست پا را Bunion می گویند، که بدلیل تغییر فرم و محل استخوانهای کف پا می باشد. این حالت بیشتر در خانم ها ظاهر شده و اغلب در فامیل ها وجود دارد. تغییر فرم

پا یکی از اعضاء مهم و پیچیده بدن انسان می باشد که بدن را حرکت می دهد. پا شامل ۲۶ استخوان و دو خمیدگی (ARCH) مهم می باشد که فرم و شکل پا را تشکیل می دهند. درد در پا به دو طریق ظاهر می شود:

❖ نتیجه برخورد پا با عوامل خارجی  
❖ اشکال در ساختمان داخلی پا

هر دو این حالات باعث درد و تورم پا و زخم شدن پاها می شوند که همگی حرکت کردن را مختل و سخت می کنند. بیشتر بزرگسالان از درد پا شکایت دارند. درد پا معمولاً به علت مسن شدن، ایستادن روی پا به مدت طولانی، چاقی و اضافه وزن، تغییر فرم پا، زخم پا و کفش های نامناسب و تنگ می باشد. در این مقاله کوتاه، بطور فهرست وار عوامل ایجاد کننده درد پا را بررسی کرده و در پایان روشهای درمان آن را اعلام می کنیم.

## کاوه میر شفیعی

Attorney at Law

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



Kaveh Mirshafiei, Esq.

### مشاوره اولیه رایگان

❖ کلیه امور ورشکستگی ❖ کلیه امور خانوادگی  
❖ کلیه امور تجاری، بازرگانی، و ثبت شرکت ها

### Business Law

❖ Bankruptcy ❖ Family Law

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

To schedule your free consultation, please call:

**(408)663-6286**

www.headwaylegal.com

4701 Patrick Henry Dr., Bldg. 6, Santa Clara, CA 95054



**TOUCHFREEWASH.COM** 3% DONATED MONTHLY TO HUMANITARIAN PROJECTS

OPEN 24 HOURS

پند پیشنهاد برای تشویق کودکان که پستانک را (ها) کنند  
از دندان پزشک اطفالتان بخواهید  
با فرزندتان صحبت کند، و اهمیتش را  
توضیح دهد.

مثبت و حامی باشید، به جای تنبیه، وقتی  
که پستانک استفاده نمیکنند تشویق کنید.  
حرکات فرزندتان را زیر نظر بگیرید.  
اگر پستانک و مکیدن شست بخاطر  
اضطراب است، سعی کنید اضطراب  
کودکتان را پایین بیاورید. اگر بخاطر دلیل  
دیگریست، سعی کنید با کارهای تفریحی  
توجه کودکان را جلب کنید.

به کودکان توضیح دهید چرا مهم است  
که ترک عادت کند.  
دستکشی نرم به هنگام خواب دست  
فرزندتان کنید.

کمک پدر و مادر بسیار در ترک این  
عادت مهم است. البته دندان پزشک  
اطفالان هم میتواند اسبابی مخصوص  
برای ترک عادت تجویز کند. بیاد داشته  
باشید که ترک این عادت، زمان و  
حوصله می خواهد.

باریک شدن سقف دهان و مشکلات رشد  
دندانها میشود.

حرکت دندانها و همترازی فک: مکیدن  
شست یا پستانک ممکن است باعث کج  
شدن دندانهای در حال رشد شود یا در  
دراز مدت فک را از حالت تراز خارج کند.

پطور میتوانم به کودکان کمک  
کنم تا پستانک را فراموش کنند؟



در اغلب مواقع، کودکان خود به خود  
پستانک و مکیدن شست را رها می کنند.  
هرچه بزرگ تر میشوند، راه جدیدی برای  
آرام و سرگرم کردن خود یاد میگیرند، اما  
اگر تا پنج سالگی به پستانک و مکیدن  
شست ادامه دهند، در این صورت باید با  
ملایمت مداخله کرد.



**نکات مهم برای  
داشتن دندان سالم  
دکتر میشل حق پناه**

drmichellehdds@gmail.com



مشکلی ایجاد خواهد شد یا نه. اینها چند  
ریسک مشترک مکیدن شست و پستانک



در دراز مدت میباشد:

**پوسیدگی دندان:** گاهی پدر و مادر برای  
آرام کردن کودکشان، بر روی پستانک  
عسل یا ماده شیرین دیگری میزنند. شکر  
ماده اصلی تغذیه باکتریها در دهان است  
که به ایجاد اسید منجر میشود. این اسید  
رویه سطحی دندان را از بین میبرد و باعث  
پوسیدگی میشود.

**سقف باریک دهان:** دهان کودکان بسیار  
قابل انعطاف است و مکیدن دراز مدت  
شست یا پستانک، باعث تغییر قالب و

مکیدن انگشت یک رفلکس طبیعی و  
معمولی برای کودکان است. آنها حتی  
وقتی که گرسنه نیستند، برای تفریح،  
آرامش و احساس امنیت اقدام به  
مکیدن شست و انگشتهای خود میکنند.  
بعضی از کودکان، حتی از زمانی که  
جنین هستند آغاز به مکیدن انگشت و  
شست میکنند. در اغلب مواقع، عادت  
مکیدن شست در سن بین دو تا چهار  
سالگی از سر کودک میفتد. ولی اگر  
کودک تا سن چهار سالگی این عادت  
را از دست ندهد، پدر و مادر بهتر است  
از این کار جلوگیری کنند. عادت به  
پستانک را در سن پایین تر راحت تر  
میشود متوقف کرد. هرچه عادت مکیدن  
زودتر متوقف شود، احتمالاً مشکلات  
دندان نیز کمتر میشود.

**تاثیر مکیدن شست یا**

**پستانک بر دندانها چیست؟**

فشار، تناوب، و مدت زمانی که کودک  
میمکد تعیین کننده این خواهد بود که آیا

خردمندان و دانشمندان سرزمینم، آزادی زمین های کشور با  
سپاه و تربیت نسل های آینده با شما. اگر سخن شما مردم را  
آگاهی بخشد دیگر نیازی به شمشیر نادرها نخواهد بود.  
نادر شاه افشار

## 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)

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

**We Are #1**  
Established in 1996

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

## رنگ ها و مفهوم آنها در فنگ شویی

دنیای ما سرشار از رنگ های متعدد است که بدون آنکه بدانیم بر روی سلامت جسم و آرامش روان ما اثر می گذارند. البته اگر از رنگ های نامناسب در فضاهای خاصی استفاده کنیم تاثیرات نامطلوبی بر زندگی ما خواهند گذاشت. در این مطلب با رنگ های اصلی در فنگ شویی و اثرات آنها آشنا می شویم.



**قرمز:** در میان چینی ها این رنگ به رنگ اقبال و شانس معروف است و علاوه بر شانس های روزمره، ارتباط نزدیکی هم با مسایل مالی دارد. این رنگ می تواند انرژی مثبت زیادی را به محیط فرا بخواند. از این روست که لباس های رسمی چینی، لباس عروس ها و اولین لباس هر نوزاد پسر در چین باستان قرمز بوده است. همچنین چینی ها هدایای خود را در کاغذهای قرمز رنگ می پیچند، پول را داخل پاکت قرمز هدیه می دهند و بطور کلی فنگ شویی پر است از اشیا به رنگ قرمز است.

**زرد:** رنگ زرد رنگ سلطنتی چین باستان بوده است. قصر ها و لباس امپراتور به این رنگ تهیه می شده، این رنگ با یادآوری طلا به خلوص، اطمینان و میل به کسب امنیت اشاره دارد. در فرهنگهای باستانی دیگر و همچنین کشورهای غربی نیز رنگ زرد نور و گرما را القا می کند و از این روست که رنگی شادببخش و مثبت به شمار می آید.

**سبز:** نماد رشد طبیعی، رنگ درختان و طبیعت زنده است و به آرامش فرد و محیط کمک می کند.

**آبی:** رنگ موقر طبیعت، یادآور آسمان و آب رنگ مناسب از بین بردن استرس و تنش است. این رنگ با همراه داشتن نشانه هایی از پاکی و متانت به آرامش فضا کمک می کند.

**بنفش:** بنفش، رنگی بسیار اشرافی و در عین حال روحانی است. این رنگ در فرهنگ های مختلف برای شاهان یا بزرگان دینی مورد استفاده قرار می گرفته است.

**قرمز:** در میان چینی ها این رنگ به رنگ اقبال و شانس معروف است و علاوه بر شانس های روزمره، ارتباط نزدیکی هم با مسایل مالی دارد. این رنگ می تواند انرژی مثبت زیادی را به محیط فرا بخواند. از این روست که لباس های رسمی چینی، لباس عروس ها و اولین لباس هر نوزاد پسر در چین باستان قرمز بوده است. همچنین چینی ها هدایای خود را در کاغذهای قرمز رنگ می پیچند، پول را داخل پاکت قرمز هدیه می دهند و بطور کلی فنگ شویی پر است از اشیا به رنگ قرمز است.

**زرد:** رنگ زرد رنگ سلطنتی چین باستان بوده است. قصر ها و لباس امپراتور به این رنگ تهیه می شده، این رنگ با یادآوری طلا به خلوص، اطمینان و میل به کسب امنیت اشاره دارد. در فرهنگهای باستانی دیگر و همچنین کشورهای غربی نیز رنگ زرد نور و گرما را القا می کند و از این روست که رنگی شادببخش و مثبت به شمار می آید.

مظاهر زندگی اعم از: سلامتی، خانواده، سفر، ثروت، و... همه و همه در ارتباط تنگاتنگی با کلیه وسایلی هستند که در محیط پیرامون ما واقع شده اند. نکته جالب اینجاست که وقتی با فنگ شویی آشنا شدید به راحتی می توانید کلیه ناموزونی هایی را که برای سالیان دراز با آنها زندگی می کرده و از وجودشان بی اطلاع بوده اید را تشخیص داده و از میان بردارید.

**انرژی مثبت**  
**زندگی سالم و شاد**  
**پاریناز کدخدایان**  
مشاور با گواهینامه رسمی در فنگ شویی و ستاره شناسی  
Parinaz@FengShuiAndLiving.com  
Feng Shui & Astrology Certified Consultant

باشید که خرید یا اجاره محل جدیدی برای کار یا زندگی شما باعث شده تا تغییراتی خوب در زندگی شما به وجود آید و در مکالماتان این کیفیت را این طور بیان کنید که «این خونه برامون اومد داشته» یا «برامون خوش بيمنه و هر کسی در اون زندگی کنه شانس مياره».

گاهی اوقات هم وقتی محل زندگی قبلی و فعلی خودتان را مقایسه می کنید می بینید که در خانه قبلی وضع کار و حرفه

خوبی نداشتید ولی در این خانه وضع کارتان بهتر شده و درعوض مشکلات دیگری پیدا کرده اید، مثلا وقتی به مهمانی ای می روید که با افراد آن آشنا نیستید ممکن است



که احساس راحتی و صمیمیت کنید ولی درعوض در جای دیگر بدون هیچ علت مشخصی احساس ناراحتی کنید. واقعیت این است که بسیاری از این مشکلات و تغییرات زندگی با وضعیت محیط زندگی ما و چگونگی قرار گرفتن وسایل ما در این محیط ارتباط دارد و فنگ شویی به ما کمک می کند تا این ارتباط را بشناسیم و جنبه های مثبت را تقویت و نقاط ضعف را برطرف نماییم. فنگ شویی مثل هر علمی قوانین خودش را می طلبد و ریشه در باورهای ما دارد. پیروی صحیح از آن زندگی ما را متحول خواهد کرد.

فراموش نکنید که فنگ شویی علم ارتباطات و انتقال جریان انرژی میان جانداران و جامدات است. فرآیند انس گرفتن به فنون فنگ شویی را با روند آرامی آغاز کنید تا به خوبی متوجه این مطلب بشوید که هر تغییر کوچک چگونه بر روی "چی" فضا تاثیر می گذارد. پس از یک مطالعه دقیق و تفصیلی می توانید برای تغییر دکوراسیون داخلی منزل خود اقدام کنید.

فنگ شویی به ما آموزش می دهد که کلیه

فنگ شویی علمی است از چین باستان که برای افزایش نشاط و شادی انسان به وسیله ی انرژی نهفته در اجسام مختلف می باشد.

مهمترین بخش فنگ شویی، چی (Chi) می باشد که در واقع نیروی حیات موجود در داخل و خارج هر شی است که باعث ارتباط آن با سایر کائنات می شود. طراحی مناسب بر اساس اصول فنگ شویی، باعث به جریان افتادن 'چی'

در محیط اطراف می شود. این دانش به دلیل سادگی اجرا و کارکردهای شگفت انگیزش تاثیر زیادی بر مردم داشته است چون با دقت در انتخاب لوازم منزل و قرار دادن آنها در مکان مناسبشان در خانه می توانیم موجب تعادل در نیروهای ناپیدای آنها شده و در نتیجه فضایی سالم و سرشار از انرژی مثبت را به خانه مان هدیه بدهیم. در فنگ شویی ایجاد هماهنگی بین رنگ ها هم اهمیت به سزایی دارد. فنگ شویی هنر باستانی شرقی، برای قرار دادن هر وسیله در جای صحیح خود چه در منزل و چه در محیط کار است. هنگامی که انسان و محیط پیرامون او با هم هماهنگ باشند، نتیجه اش زندگی خوب و موفقیت برای ماست و هدف فنگ شویی هم رسیدن به همین موفقیت است. به عنوان مثال خانه تکانی که مردم ما همیشه قبل از بهار آن را انجام می دهند و آلودگی هایی که در طول سال ایجاد شده و بی نظمی هایی که به خاطر استفاده مداوم از وسایل در طول سال به وجود آمده را پاکسازی می کنند و با انرژی جدید و تازه به استقبال سال جدید می روند. شاید در زندگی خودتان با مواردی برخورد کرده

**ستاره شناسی بر اساس علم قدیم چینی**  
**پاریناز کدخدایان**  
مشاور با گواهینامه رسمی در فنگ شویی و ستاره شناسی  
در مورد سرمایه، شانس، اقبال، عشق، دوستی، سلامتی، حرفه، خانواده، مکان زندگی و ... آگاه شوید  
**Parinaz Kadkhodayan**  
Feng Shui & Astrology Certified Consultant  
www.FengShuiAndLiving.com ★ Parinaz@FengShuiAndLiving.com  
**(۶۵۰)۷۰۴-۵۶۸۷**

و سازنده دریافت کنند. بازتاب این صفات واقعی زندگی ما و اطرافیانمان را زیر و رو می کند. خلوص نیت و یگانگی با خود و هشیاری که همه لازمه یک زندگی موفق و شاد می باشد مهمترین بازده و نتیجه خودشناسی می باشد.

صفات بد انسان توسط مسائل ژناتیک و بعد تجربه ها و شرایط زندگی در او بوجود آمده و باعث اثر سو و مخرب در زندگی می شود. صفات مخرب از قبیل حسادت، دروغ گویی، مغلظه و پرده پوشی، خود کم بینی، عدم اتکا و اعتماد نفس، تنگ نظری، خودخواهی، غیبت و دوبهم زنی، احساس پوچی و بی انرژی بودن، گول زدن خود و عدم لذت بردن از زندگی.... همه صفات مخرب و ضد شادی و ضد پیشرفت ما در زندگی هستند که تنها از چشم ما پوشیده می باشند، ولی موج آنها به سادگی به اطرافیان می رسد و سرنوشت ما را به طور اشتباه رقم می زند که خود اول از همه قربانی روحی و یا مادی آن می شویم. نتیجه آنها اول ضرر جسمی و روحی به خود و بعد به دیگران است.

در تمرکزه‌های مخصوص (Meditation) و با متدهای درست، تمام می تواند اصلاح شوند و از انسان، انسانی آزادتر، خالص تر، و شادتر بسازند که در آرامش و سلامت زندگی کند. یادمان باشد که افکار ما کلماتمان را شکل می دهند، کلمات ما، اعمال ما را شکل می دهند، اعمال ما عادات ما را شکل می دهند، عادات ما کاراکتر و شخصیت ما را شکل می دهند. شخصیت ما را کاراکتر ما سرنوشت ما را می سازند. عزیزان، ما می توانیم در هر شرایطی، همیشه خوشحال تر و شادتر شویم و همیشه تعادل بیشتر و بهتری در زندگی خود ایجاد کنیم. من می توانم همراه و همگام شما برای هرگونه تغییر مثبت باشم.

بعضی از ما، به اصطلاح با خود هم رودروایستی داریم و از خود در ذهن خود شخصیت و صفاتی ساخته ایم که متأسفانه واقعی نیست و دردنیای خیالی خود که به نظر خودمان خیلی هم حقیقی است بسر می بریم و خود را طوری می بینیم که همه حق ها در اختلافات مطرح مال ماست و ما بی تقصیر و بی گناه هستیم و هیچ صفت بد و مخربی نداریم. بسیاری در گذشته های خود سیر می کنیم و علاقه ای به نگاه واقع بینانه در مورد اعمال و افکار خود نداریم و همین صفات باعث جلوگیری پیشرفت ما در تمام کارها و روابط می باشد. خود را همیشه بیگناه و حق به جانب می دانیم و عاری از ایراد، زیرا که در یک فاز فکری که برای خود بوجود آورده ایم و واقعاً باور به آن داریم، غرق هستیم.

توسط خودشناسی می توانیم بدون غرور کاذب و ابهام با خود ارتباط مستقیم و راستین برقرار کنیم و به اعماق وجود خود

پی برده و خود را به سمت بهتری تغییر بدهیم. واقعیت ها را بهتر می بینیم تا اینکه انتخاب های بهتری در هر زمینه زندگی داشته باشیم. لایه های اضافی که چون بار و چمدانی سنگین ما را خسته کرده و مانع تعادل و سرعت ما گشته، زمین گذاشته و شخصی آزاد و راحت شویم تا با انرژی و خوشحالی به آرامش دست یابیم. با خودشناسی و اصلاح عیوب خود توسط مربی زندگی، به انسانی خالص و شفاف، دانا و باهوش، قوی و محکم، باحضور و با ریشه و مهمتر از همه شاد و معتمد به نفس تبدیل شویم تا همه از ما انرژی مثبت



## خودشناسی چیست؟

آتوسا یکان  
مشاور و راهنمای زندگی  
Professional Certified Life Coach  
atoosa30@yahoo.com



سلامی گرم به گرمی آفتاب و صمیمیت آبی دریاها به خوانندگان این شماره مجله پژواک تقدیم می دارم. از تلفن ها و پیام های شما عزیزان احساس شادمانی و قدردانی می کنم. مقاله این ماه را به اهمیت خودشناسی و ارتباط به حقیقت وجودمان (خود واقعی) اختصاص می دهم.

و سدهای خود را از بین ببرد. خواندن کتاب و شرکت در گروه ها، هیچوقت کاری را که جلسه های شخصی و یک در یک انجام می

دهد، نمی توانند انجام دهد. پیدا کردن راه کارها و راه حل ها برای هر شخصی متفاوت است. اولین کار برای رسیدن به

حقیقت وجود و خودشناسی، پرده برداری صادقانه و بدون تعصب همراه با شهامت و شجاعت است که باعث شناسایی عیوب اخلاقی و شخصی فرد است می باشد. منظور از شناسایی صادقانه، کمک به حل مسائل، بدون تعصب شخصی است و بدون حالت دفاعی داشتن. قسمت هایی را که در شخصیت خود می خواهیم تغییر دهیم باید توسط تمرکز صحیح و با تکنیک و یکی شدن با حقیقت وجود شناسایی روی آن کار شود. اول تشخیص (Recognition) و قبول (Selfrealization) و تاکید آن (Acceptance) مهم می باشد. گاهی

خودشناسی از اصول اصلی و اولیه برای شادی، رضایت واقعی، حرمت و اتکا به نفس است. خالص بودن (Purity) و روراست بودن با خود و با دیگران شرط اول سلامتی روحی و جسمی است. برای بدست آوردن خوشحالی و آرامش و رسیدن به حقیقت وجود، این روزها خیلی از مردم هزینه های مالی و روحی زیادی را متقبل می شوند که بتوانند و یاد بگیرند تا در اثر تعالیم مکاتب مختلف با هر قیمتی به شادمانی، موفقیت و آرامش روحی برسند تا انسان بهتر و موفق تری شوند. ولی ثابت شده که تعالیم و صحبت های گروهی این مکاتب هرگز کاربرد و نتیجه کارکردن با یک مربی زندگی حرفه ای را که به طور یک با یک و خصوصی است، ندارد. باید با هرکسی، بنا به هدف ها و ساختارهای فکری و عقیدتی و مشکلات شخصی ویژه او کار کرد و با متدها و تکنیک های منحصر به فرد، موانع و مشکلات فرد را شناسایی کرده و با ریشه یابی در مسائل با کمک خود او در راه و جهت مثبت همگام شد. هرکسی قادر و تواناست که خودش در کنار یک مربی زندگی مثبت و پرنرژی، موانع



# آتوسا یکان

مربی و راهنمای زندگی  
Professional Certified Life Coach  
atoosa30@yahoo.com

- ♦ رسیدن به شادی و رضایت خاطر نسبی
- ♦ تصمیم گیری های درست و هدف یابی
- ♦ روابط، حل اختلافات و تضادهای فرهنگی
- ♦ خودشناسی، اعتماد و حرمت نفسی
- ♦ صحبت های مثبت با تین ایچرها
- ♦ به دست آوردن نشاط و شادی درونی



۹۷۰۰-۲۹۷ (۹۲۵)

...Because Image is Everything

✓Service ✓Quality ✓Affordability

طراحی و چاپ

♦ کارت ویزیت ♦ بروشور ♦ پوستر ♦ کارت پستال

♦ کاتالوگ ♦ فولدرهای تبلیغاتی ♦ پرچم تبلیغاتی

✓Brochures ✓Flyers ✓Posters

✓Banners ✓Business Cards

(408)221-8624

LessCostPrinting@yahoo.com

برمی‌گردد. این روند را می‌توان همچنان در مدارس ایران و حتی دیگر محیط‌های آموزشی که در آن تفکیک جنسیتی وجود دارد، پی گرفت.

با اینکه معاون آموزش و پرورش ایران در جدیدترین مصاحبه خود می‌گوید در مدارس مذهبی مانند علوی و رفاه چنین اتفاقی نیفتاده، چون خانواده‌های دانش‌آموزان این مدارس پایه به پایه آموزش دیده‌اند، مشاهدات و گفته‌های دانش‌آموزان و خانواده‌ها نشان می‌دهد که آمار این نوع اتفاق‌ها در مدارس مذهبی اگر از مدارس دیگر بیشتر نباشد، کمتر هم نیست. از سوی دیگر برخی از دانش‌آموزانی که برده از وقوع چنین اتفاق‌هایی در مدارس خود برداشته‌اند، گفته‌اند که این مسائل از سوی برخی معلمان پرورشی و دینی روی داده است. با این حال، تا زمانی که آمار مشخصی وجود نداشته باشد، وقوع تجاوز از سوی برخی معلمان را نمی‌توان منحصر به گروهی خاص کرد. تجربه‌های گوناگون افراد نشان می‌دهد که این رفتارها در بین گروه‌های متنوع سنی، تحصیلی و اعتقادی وجود داشته است.

علیرضا در مدرسه مفید درس خوانده است. به عقیده او این مسأله محدود به روابط بینابینی «دانش‌آموزان» نبوده و در بسیاری از موارد، برخی معلم‌ها هم وقتی می‌دیدند «دانش‌آموزان چقدر تشنه دانستن مسائل جنسی هستند، رحم نمی‌کردند و از این قضیه سوءاستفاده می‌کردند».

خسرو، جوان دیگری است که می‌گوید خیلی از هم دوره‌های او در سنین اولیه بلوغ توسط برخی معلم‌هایی که مذهبی هم بودند «دستمالی» می‌شدند.

او معتقد است خیلی از این بچه‌ها تنها چون شبیه دختری بودند توسط همسالانشان هم آزار می‌دیدند. مثل پسر جوانی که در گفت و گو با «رادپو زمانه» می‌گوید چون جثه‌اش ریزتر از بقیه بوده و دیرتر به بلوغ رسیده، پسرهای دیگر او را تهدید می‌کردند که به رابطه با آنها تن بدهد. اما او هم بدترین خاطره دوران تحصیل‌اش را تجاوز معلم هنرش می‌داند که از او برای انجام کارهای طراحی و نقاشی کمک می‌خواست و همزمان بدن او را لمس می‌کرد.

اینترنتی شانس بیان غیرعلنی مشکلات خود را دارند، یکی از بزرگ‌ترین گروه‌هایی هستند که تجربه این نوع رفتارها را تا حدی بیان کرده‌اند. با این حال محافظه‌کاری اجتماع و خانواده‌ها در کنار سیاست انکار نهادهای رسمی مانند آموزش و پرورش، بیش از هرچیز به گسترش تجاوزها در مدارس کمک کرده و آن را از چشم‌ها پنهان نگاه داشته است. بر همین اساس، قربانیان تجاوزهای جنسی، سال‌های طولانی حرفی از اتفاقی که برایشان افتاده بود، نمی‌زدند و هنوز هم بسیاری از آنها نمی‌زنند. حتی انگار تجاوز جنسی به پسر بچه‌ها در مقابل تجاوز به زنان و دختران حساسیت و توجه کمتری را برمی‌انگیزد و هنوز هم چنین است؛ هرچند این روزها به دلیل وجود فضاهای مجازی و امکان ناشناس ماندن، خیلی‌ها از این ماجرا پرده برمی‌دارند. این گزارش بر مبنای گفته‌های تعدادی از متولدان سال‌های ۶۰ تا ۶۵ پسر درباره دوره راهنمایی و دبیرستان تهیه شده و گفت‌وگوها بخشی از یک پروژه تحقیقی در داخل ایران است.

#### محیط ناامن مدرسه

در دهه هفتاد شمسی، مدارس به دو دسته تقسیم می‌شدند: مدارس دولتی و غیرانتفاعی. مدارس غیرانتفاعی نیز به دو دسته تقسیم می‌شدند: مدارس غیرانتفاعی مذهبی و غیرمذهبی.

در مدارس دولتی، به دلیل فشارهای زیاد بر دانش‌آموزان، آشنایی با مسائل جنسی معمولاً از طریق گروه همسالان و فیلم‌های پورنوگرافی صورت می‌گرفت که در بین دانش‌آموزان دست به دست می‌شد.

به دلیل بسته بودن فضای اجتماع و محدودیت ارتباط با جنس مقابل، کشف زندگی جنسی دانش‌آموزان محدود می‌شد به داستان‌سرایی‌های همسالان و ارتباط با هم‌جنسان. شلوغی مدرسه‌ها هم عامل دیگری بود که امکان نظارت و کنترل دقیق را از بین می‌برد.

با این حال مدرسه‌های غیرانتفاعی هم فارغ از مذهبی بودن یا نبودنشان از این ماجرا در امان نبودند و بخشی از روایت‌های مربوط به تجاوز جنسی در مدرسه‌ها به مدرسه‌های غیرانتفاعی مذهبی و غیرمذهبی



## روایت‌های ناگفته درباره تجاوز به کودکان در مدرسه

### نعیمه دوستدار

حوالی سال‌های ۱۳۸۰ تا ۱۳۸۳، آقای «میم» در شرق تهران، اسم و رسمی داشت. خانواده سرشناس در محل و شغل آبرومند معلمی. اما یک دفعه از مدرسه اخراج شد. نه فقط از مدرسه اخراجش کردند، که آموزش و پرورش حکم داد که دیگر هرگز نتواند در هیچ مدرسه‌ای کار کند. آقای میم همسر و دو فرزند داشت. گفتند به خاطر آزار جنسی بچه‌ها از کار بی‌کار شده، هرچند معلوم نشد خانواده‌ها از او شکایت کرده‌اند یا مدرسه بو برده است.

چند وقت بعد حرفش در محل پیچید که جلوی ورودش به مسجد محل را هم گرفته‌اند؛ مشهور بود که همیشه ترک موتورش یکی دو پسر بچه نشسته‌اند. خانواده آقای میم می‌گفتند که او وقتی کودک بوده، یک بار به مدت سه ساعت گم شده بوده و کسی نمی‌داند بر او چه گذشته است.

چند هفته‌ای است که اخبار مربوط به چند مورد تجاوز جنسی به پسر بچه‌ها در دو مدرسه تهران، رسانه‌ای شده و به دنبال گزارش خانواده‌ها و دستگیری فرد متهم به تجاوز که در یک مورد ناظم مدرسه بوده، توجه به این مسأله بیشتر شده است.

با این حال، حمیدرضا کفایش، معاون پرورشی و فرهنگی وزیر آموزش و

پرورش ایران، گستردگی و شیوع این موارد را رد می‌کند: «من این موضوع را به‌عنوان یک پدیده اجتماعی نمی‌بینم و آن را یک پدیده موردی می‌دانم. با این‌که مثلاً در کشورهای غربی اتفاقات این‌چنینی، خیلی بیشتر از ایران است، باز هم فضای روانی برای آن راه نمی‌اندازند و بیشتر مراقبت می‌کنند.»

با وجود انکار معاون پرورشی وزارت آموزش و پرورش ایران، داستان تجاوز به پسر بچه‌ها در مدرسه تازگی ندارد و در تمام دوره‌های تاریخی وجود داشته و در دهه‌های پس از انقلاب اسلامی در ایران نیز ادامه پیدا کرده است.

متولدان دهه ۶۰ که امروز در سنین جوانی هستند و به واسطه گسترش وبسایت‌های



## دکتر ورقا روحپور

جراح و متخصص بیماری‌های ارتوپد

### Varqa Rouhipour, M.D.

✓ Shoulder, Sports Medicine, Orthopedic  
✓ Trauma, and Fracture Management Specialist

✓ Fellowship training in Orthopedic Trauma at Carolinas Medical Center  
✓ Sports Medicine/Shoulder & Elbow Reconstruction fellowship at the University of Southern California.


- ◆ جراحی دست و پا
- ◆ جراحی تعویض مفاصل
- ◆ شکستگی‌ها و تصادفات
- ◆ معالجه صدمات ناشی از کار و از کار افتادگی
- ◆ جراحی‌های آرتروسکوپی مفاصل
- ◆ جراحی‌های ناشی از صدمات و شکستگی‌های ورزشی

"Seeing my patients smile after treating their injury or condition is what motivates me to become even more skilled and educated every day."

(408) 412-8100

www.norcalorthopedics.com

3803 South Bascom Avenue, #102, Campbell, CA 95008



شرکت پژواک به یک تایپیست حرفه‌ای، مسلط به تایپ فارسی و لاتین و آشنایی به برنامه «این دیزاین»، برای مواقع ضروری نیازمند است. برای اطلاعات بیشتر لطفاً با تلفن ۲۲۱-۸۶۲۴ (۴۰۸) تماس حاصل فرمایید.



می گوید داستان هائی که در کتاب مثنوی آورده ام جنبه ظرف و پیمانه را دارد که محتوا و معانی آن در زیر الفاظ و کنه داستان ها مخفی است و وسیله کشف آن دسترسی به منطق تحولی و تکاملی است و از آن عقول استفاده می کنند که به درجه کمال رسیده باشند و در این گونه موارد است که گوید:

گر نبودی خلق محبوب و کثیف

گر نبودی خلق ها تنگ و ضعیف

در مدیحت داد معنی دادمی

غیر این منطق لبی بگشادمی

منظور این است که اگر ترس از نادانی خلق و نظامات روز نبود مولوی در همان زمان خود منطقی تحول و تکامل را می توانست صریحاً مطرح کند بجای اینکه هفتصدسال بعد از مولوی این نوع فلسفه پاگیرد و منطق مادی مطرح شود، چه افکار مولوی در این دوره معجزاتی از فلسفه الهی و مادی است.

اشعار زیر نیز نشان می دهد که مقاصد اصلی مولوی در دل اشعار و حکایاتش پنهان شده هر چند که او بیشتر و به ظاهر از منطق و فلسفه و فرهنگ متداول روز بهره گرفته است.

ای برادر قصه چون پیمانه است

معنی آندر آن بسان دانه است

دانه معنا بگیرد مرد عقل

ننگرد پیمانه را گر گشت نقل

خوشه گندم نماند دانه را

نطفه کی ماند تن مردانه را

نطفه از نان است کی ماند به نان

مردم از نطفه است، کی ماند چنان

آدم از خاک است، کی ماند به خاک؟

هیچ انگوری نمی ماند به تاک

مرغ کی ماند به بیضه، ای عنید

گرچه از بیضه همی آید پدید

آنچه اصل است و کِشنده هر شیئی است

گر نمی ماند به وی، هم از وی است

کاملاً روشن است که مولوی می گوید مفاهیم و مضامین موردنظر من در الفاظ و حکایات مخفی شده که بخاطر محظورات و ترس از نظامات روز آشکار نیامده و باید با عقل و ادراک آنها را دریافت و در جای دیگر هم می گوید:

در خور فهم عوام این گفته شد

از سخن باقی آن بنهفته شد

آنچه می گویم به قدر فهم تست

مردم اندر حسرت فهم درست

بقیه مقاله در شماره آینده

وی وقتی به این امر توفیق یافت که بهاء ولد در گذشته و مولوی یک سال بود که در سن ۲۴ سالگی جانشین او شده بود. به هر حال برهان الدین آتشی در دل او فروخت و به او گفت تو در علم قال سرآمد همه شده ای ولی از علم حال (تصوّف و عرفان) بهره ای نداری و باید مانند پدرت در این راه تلاش کنی. مولوی سخن او بنشیند و به مجاهدت و ریاضت پرداخت و نزد او ۳ چله بیایی گذراند و برای تحصیل سایر علوم به توصیه او هفت



سال به مرکز علوم آن زمان یعنی شام رفت و در شهرهای حلب و دمشق به کوشش و مجاهدت پرداخت. در این مسافرت نه تنها در تصوّف و عرفان بلکه در سایر علوم از جمله فلسفه یونان به ویژه آراء فلاسفه قبل از سقراط و افلاطون و ارسطو مانند فیثاغورث و امپدکلس و دموکریتس و طالس آشنا شد و پس از بازگشت به قونیه به تدریس و بحث با اشاره به شیوه های عرفان مشغول بود تا در سال ۶۳۸ ه.ق که برهان الدین در گذشت. به هر حال این دوره را می توان دوره تکامل علمی مولوی دانست.

۴- سالهای ۶۳۸ تا ۶۴۲ هجری قمری. این دوره با درگذشت برهان الدین آغاز می شود و مولوی که پس از مسافرت ها ۷ ساله و تکامل در علوم سرآمد اقران شده بود به فتوا و علوم شرعی پرداخته و عرفان و تصوّف را چاشنی کلام خود کرده بود. ولی به جهت خرافات و غوغای زمان قادر نبود که تمام دانستنی ها و مطالب معارض یکدیگر را بی پرده عنوان کند. به این جهت پاره ای از این مقاصد را در لابلای کلمات و جملات مخفی می کرد. مولوی



## افکار و اندیشه مولانا جلال الدین در طی مراحل زندگی

دکتر حسین مسیح پور

در خور فهم عوام این گفته شد

از سخن باقی آن بنهفته شد

آن چه می گویم به قدر فهم تو است

مردم اندر حسرت فهم درست

افکار و اندیشه مولانا جلال الدین را در ۶ دوره کاملاً مشخص به شرح زیر می توان مورد بحث و بررسی قرار داد:

۱- از سال ۶۰۴ تا ۶۲۸ هجری قمری در

این سالها مولوی تحت تعلیم و آموزش پدر بوده و در مجالس تدریس و مواعظ او حاضر می شده و از افکار و اندیشه های پدر بخصوص در آداب مذهبی و احکام و مسائل شرعی بهره می گرفته زیرا در آن زمان و زمان های بعد حتی ۵۰ سال پیش پدران می خواستند تمام دانستنی های خود از حرفه و دین و آئین خود را به فرزندان بیاموزند و سعی داشتند در کارها فرزندان را بجای خود بنشانند. مصداق این حدیث در اینجا تداعی می شود: «کل مولود یولد علی الفطر و ابواه یهودانه و ی نصرانه و یمجسانه» که هر مولودی بر فطره بیرنگی زائیده می شود و این پدران و مادران هستند که آنها را زبان و دین خود می آموزند و هرگونه رنگ دیگر که دارند به فرزندان خود نیز منتقل می کنند. مولوی می گوید چون که بیرنگی اسیر رنگ شد موسیقی با موسیقی در جنگ شد. بنابراین این دوره را می توان دوره یادگیری و شکل گرفتن فرهنگ و دانش و آداب و سنن او دانست و ما می دانیم که فکر و اندیشه بهاء ولد در حوزه علوم شرعی

۲- دوره دوم سالهای ۶۲۸-۶۲۹ هجری قمری در آغاز این دوره بهاء الدین فوت می کند و مولانا یا با توصیه پدر و یا شاگردان، جانشین پدر می شود و بر کرسی فتوا می گیرد و کار او فتوا و دانش او فقه و اصول و احکام شریعت و توجیه و تبیین آنها است. می بینیم که مولوی پس از برخورد با شمس و طیّ مراحل تکامل تعصب خود را در فراگیری و تدریس پاره ای از علوم و آموزش آنها را مورد تخطئه قرار می دهد و در داستانهای مثنوی این گونه علوم را به نقد می کشد. مانند

داستان نحوی و کشتیان و ده ها داستان دیگر که با نگاه کردن به گذشته کار خود را به تمسخر می کشد.

۳- دوره سوم سالهای ۶۲۹-۶۳۸ سالهای برخورد و بهره مندی مولوی از مصاحبت برهان الدین محقق ترمذی است و ما قبلاً یادآور شدیم که برهان الدین از شاگردان بهاء ولد بود که تعلیم و تربیت مولوی به او محوّل شده بود و در موقع مهاجرت بهاء ولد در بلخ نبود و پس از اطلاع سالهای زیاد کوشید خود را به بهاء ولد برساند.



هم میهن گرامی

زبان پارسی را در همه جا پاس بداریم!

با عزیزان از دست رفته به زبان مادری و پارسی سخن بگوییم

اجرای مراسم ترحیم با گفتار و اشعار عرفانی، معنوی و ادبی به زبان شیرین پارسی

فرید افشار ۷۹۷۲-۴۲۰ (۴۰۸)

کیترینگ افشار با کیفیت خوب، قیمت مناسب و سرویس عالی در خدمت شما می باشد!

**TOUCHFREEWASH.COM** 3% DONATED MONTHLY TO HUMANITARIAN PROJECTS

**OPEN 24 HOURS**



**خوی**  
**(تلفظ یک واژه)**  
**بهرام گرامسی**  
bgrami@yahoo.com

زلف آشفته و خوی کرده و خندان لب و مست  
پیرهن چاک و غزل خوان و صراحی در دست  
(حافظ)

بر خلاف آن چه تاکنون در لغت نامه دهخدا و فرهنگ معین و برخی کتاب‌های درسی آمده، واژه خوی به معنی عرق بدن و رخسار هیچگاه با تلفظ خوی (با ضم اول) در آثار شاعران به کار نرفته است. در این مقاله نشان می‌دهیم که این واژه را، به این معنی، باید به صورت خوی (با کسر اول) بخوانیم.

در مدرسه می خواندیم که خوی با ضم اول و واو معدوله (واوی که از آن عدول می کنند و خوانده نمی شود) به معنی عرق بدن و رخسار است و شاهد ادبی آن نیز تقریباً همیشه بیت بالا از خواجه شیراز بود. در لغت نامه دهخدا نیز چنین آمده که خوی با ضم اول به معنی عرق بدن و آبی است که از مسامات و منافذ ریز پوست در انسان و دیگر حیوانات خارج می شود. در همان جا، حدود ۳۵ بیت شاهد برای این واژه آورده شده و در شش بیت از آنها خوی در محل قافیه قرار گرفته و دوبار با «پی» (دنبال)، دوبار با «می» (باده)، یک بار با «نی» (ساز) و یک بار با «ری» (نام شهر) قافیه شده است ولی هیچگونه اشاره‌ای به تلفظ خوی در این شش بیت نشده است. مؤلف لغت نامه سه بیت شاهد از اسدی آورده که در آنها واژه خوی، با «دی» (نام ماه)، «می» (باده) و «کی» (پادشاه) قافیه شده‌اند و توضیح می‌دهد که در «برخی» شواهد شعری کلمه خوی که قافیه قرار می‌گیرد «خی» (با فتح اول) تلفظ می‌شود. فرهنگ معین نیز چندان بر اصل نمی‌افزاید و تلفظ صحیح آن را با ضمّه ذکر می‌نماید.

برای پی بردن به تلفظ واژه خوی که نه از تکوین و تطور آن اطلاع درستی در دست است و نه قاعده تصریف و اشتقاقی شامل آن می‌شود و نگارش ویژه آن نیز امکان خواندن این کلمه را به چند گونه فراهم می‌سازد، باید از تلفظ رایج آن طی قرون گذشته، آن هم از زبان بزرگان شعر و ادب فارسی، آگاه شویم. بنابراین فقط با مراجعه به مواردی که کلمه خوی با معنی عرق بدن و رخسار در شعر قدیم فارسی در جای قافیه نشسته و به استناد کلماتی که با آن قافیه شده‌اند می‌توان به چنین هدفی دست یافت. برای این منظور، واژه خوی با معنی مورد نظر در آثار منظوم بیش از هفتاد شاعر فارسی زبان طی هزار سال، از قرن چهارم تا سیزدهم قمری، آن هم منحصرأ در جای قافیه، با استفاده از تسهیلات کامپیوتری مورد جستجو قرار گرفت. تمام ابیاتی که در آنها واژه خوی در جای قافیه قرار داشت بازنویسی شد و واژه‌های قافیه شده با خوی استخراج و بر شماری گردید. نتایج این جستجو و بر شماری به قرار زیر است:

۱. در سیزده بیت از نظامی، هشت بار با «می»، چهار بار با «پی» و یک بار با «کی» (پادشاه).
۲. در شش بیت از فردوسی، چهار بار با «پی»، یک بار با «کی» (پادشاه) و یک بار با «ری».
۳. در یک بیت از بوستان سعدی، با «نی».
۴. در یک بیت از عثمان مختاری غزنوی، با «می».
۵. در چهار رباعی از سنائی غزنوی (که در هر چهار رباعی هر چهار مصراع با هم قافیه هستند)، چهار بار با «پی»، دو بار با «دی»، دو بار با «کی» (چه وقت)، دو بار با «می»، یک بار با «شیء» و یک بار با «هی هی».
۶. در یک رباعی از خاقانی، با «می» و «کی» (چه وقت).
۷. در چهار بیت از انوری، از یک قصیده و سه قطعه، بدون احتساب مصارع عربی

و قوافی آنها، «می» (۴ بار)، «دی» (۴)، «نی» (۴)، «پی» (۳)، «جُدی» (۳)، «شیء» (۳)، «طی» (۳)، «طی» (لقب حاتم - ۳)، «ری» (۳)، «وی» (۳)، «هی» (۳)، «خی» (۳)، «قی» (۳)، «کی» (چه وقت - ۲)، «کی» (پادشاه - ۲)، و «فی» (سایه)، «غی» (گمراهی) و «ای» (خطاب مستقیم) هر کدام یک بار.  
۸. در یک بیت از قطعه‌ای از سوزنی سمرقندی، با «دی»، «پی» (پایه و اساس)، «می» (۲ بار)، «وی»، «نی»، «حی»، «هی» (پی در پی) و «طی».

در ده بیت متعلق به ده غزل (از شماره ۹ تا ۱۸ زیر) خوی با کلمات دیگر قافیه شده است:

۹. از سنائی غزنوی با قافیه‌های «می» (۲ بار)، «پی»، «نی»، «کی» (چه وقت)، «دی»، «وی».
۱۰. از خواجوی کرمانی با قافیه‌های «می» (۲ بار)، «نی»، «کی» (چه وقت)، «پی»، «فی» (سایه)، «حی» (زنده) و «وی».
۱۱. از همام الدین تبریزی با قافیه‌های «پی»، «وی»، «نی»، «می» و «هی».
۱۲. از امیرشاهی سبزواری (متوفی ۸۵۷ قمری) با قافیه‌های «می»، «پی»، «وی»، «نی» و «دی».
۱۳. از امیرعلیشیر نوایی متخلص به فانی (متوفی ۹۰۶ قمری) با قافیه‌های «می»، «پی» (۲ بار)، «وی»، «شیء»، «نی» و «کی» (چه وقت).
۱۴. از سلمان ساوجی با قافیه‌های «وی»، «پی» (۲ بار)، «کی» (چه وقت)، «کی» (پادشاه)، «می»، «طی»، «دی» و «هی» (پی در پی).
۱۵. از محتشم کاشانی با قافیه‌های «وی»، «کی» (چه وقت - ۲ بار)، «هی»، «طی»، «می» و «پی».
۱۶. از اوحدی مراغه‌ای با قافیه‌های «کی» (چه وقت)، «پی»، «دی»، «هی هی»، «می»، «نی» و «وی».
۱۷. از حافظ با قافیه‌های «می»، «پی»، «وی» (۲ بار)، «کی» (چه وقت) و «نی».
۱۸. از حافظ با قافیه‌های «می» (۲ بار)، «کی» (چه وقت)، «کی» (پادشاه)، «هی»، «دی»، «وی»، «صَبِی» (کودک)، «پی» (بنیان و پایه)، «طی»، «نی» و «ری».

خلاصه نتایج این بررسی نشان می‌دهد که در ۲۴ بیت با قافیه مستقل (مانند مثنوی)، پنج رباعی، پنج بیت از یک قصیده و چهار قطعه، و در ده بیت از ده غزل، کلمه خوی به معنی عرق بدن و رخسار در محل قافیه قرار داشته است و روی هم ۱۶۸ بار با واژه‌های مختلف به شرح زیر (و با معانی و تعداد مذکور) قافیه شده است: «می» (باده - ۳۱ بار)، «پی» (دنبال - ۲۴)، «کی» (چه وقت - ۱۵)، «وی» (او - ۱۵)، «نی» (ساز - ۱۴)، «دی» (نام ماه - ۱۳)، «هی» (پی در پی - ۸)، «طی» (بیمودن - ۷)، «کی» (پادشاه - ۷)، «پی» (بنیان و پایه، ریشه و عصب - ۵)، «حی» (زنده - ۵)، «شیئی» (چیز - ۵)، «ری» (نام شهر - ۵)، «طی» (لقب حاتم - ۳)، «قی» (استفراغ - ۳)، «هی هی» (شگفتا - ۲)، «فی» (سایه - ۲)، «ای» (خطاب مستقیم - ۱)، «غی» (گمراهی - ۱)، «جُدی» (نام ستاره - ۱) و «صَبِی» (کودک - ۱).

به این ترتیب معلوم می‌شود که بر خلاف آن چه تاکنون در لغت نامه دهخدا و فرهنگ معین و برخی کتاب‌های درسی آمده، واژه خوی به معنی عرق بدن و رخسار هیچگاه با تلفظ خوی (با ضم اول) در آثار شاعران مورد مراجعه در این نوشتار به کار نرفته است. هیچ‌گاه نیز در این معنی به صورت خوی بر وزن گوی یا خی بر وزن سی تلفظ نشده است. در ۱۶۸ بیت یاد شده، از اشعار ۱۸ شاعر طی شش قرن از فردوسی تا محتشم کاشانی، واژه خوی به معنی مورد نظر ۱۶۶ بار با کلماتی قافیه شده است که با کسر اول یا فتح اول تلفظ می‌شده‌اند و به نظر می‌رسد که در گذشته بین این دو گونه تلفظ تفاوت بارز و محسوسی وجود نداشته است. امروزه تقریباً تمامی کلمات مزبور مانند «می»، «پی»، «دی»، «قی»، «طی»، «ری»، «نی» (به جز واژه عربی «حَی» به معنی زنده) هم در شعر و هم در محاوره، غالباً با کسر تلفظ می‌شوند، و از این رو واژه خوی به معنی عرق بدن و رخسار را از جهت یکنواختی و هم‌آوایی با واژگان مزبور هر جا که باشد، در شعر قدیم و غیر آن، باید به صورت خوی (با کسر اول) بخوانیم.

**سازمان زنان و گروه پیوند تقدیم می کند!**  
**جشن سنتی مهرگان در سانتانا رو**  
 با همکاری شهیار قنبری، فرزاد ارجمند و دی جی علیرضا  
 غذای ایرانی توسط رستوران رُزی مک کین

# MEHREGAN

2014 Celebration



## Celebrate Fall Together!

Santana Row is proud to host and celebrate the arrival of fall and the 2014 Mehregan, Persian Fall Festival.

In partnership with the Iranian Federated Women's Club (IFWC), enjoy free live music and featured performances in Santana Row's Park Valencia to welcome the autumn season.

The Persian Fall Festival is an ancient festival of Persian origin, which has been celebrated since 6th century BC at the time of the first day of the fall.

SANTANA ROW

September 23rd, 2014

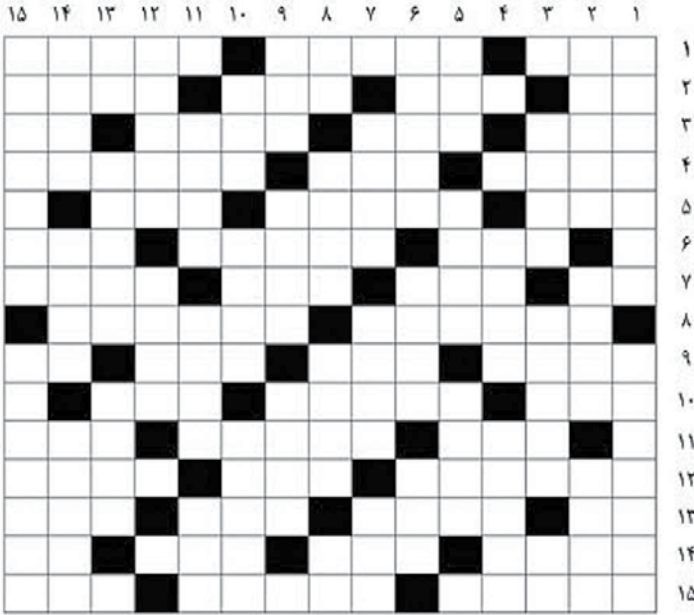
5:30pm to 9:00pm

Park Valencia



حل جدول در صفحه ۵۰

# سرگرمی



- شاهنامه - قصه و افسانه - حرف ندا  
 ۱۵- مساوی - موازات - گشادگی  
 میان کوه.  
**عمودی:**  
 ۱- پیامبر بت شکن - از مقاطع  
 تحصیلی  
 ۲- فار - بیننده - مرکز استان  
 مرکزی  
 ۳- دوا - پیش غذا - چاشنی سالاد  
 ۴- جیره - هنر هفتم  
 ۵- بزرگ عرب - نیزه کوتاه - محل  
 گردش  
 ۶- قنات - خاموش - کد  
 ۷- ناس - خرامان - سگ بیمار  
 ۸- هنوز فرهنگی - عقیده - هر  
 یک از هر دو همتا - میان  
 ۹- شکاف - نویسنده - خو گرفتن  
 ۱۰- ترس و واهمه - سواران -  
 مدیریت  
 ۱۱- ویرگول - آگاهی و علم - حالت  
 بیهوشی  
 ۱۲- همزمان - همسر حضرت  
 ابراهیم (ع)  
 ۱۳- حرف راندن حیوانات - لبریز -  
 رباینده  
 ۱۴- تکیه کلام درویش - راه - بدون  
 شغل و حرفه  
 ۱۵- تشخیص هویت - انرژی.

- افقی:**  
 ۱- کاهش - گله - باجناب  
 ۲- حرف همراهی - امر به آمدن -  
 سبزی غده‌ای - واحد پول ایران در  
 دوران قاجار  
 ۳- حبله گر - شاد و مسرور - برادر  
 شیرازی - علامت جمع فارسی  
 ۴- نغمه - چین و چروک پوست -  
 فوتبالیست مشهور برزیلی  
 ۵- آب منجمد - دور نیست - زدنی  
 خودستا  
 ۶- آن طرف - سازش و مراقت -  
 غمگین تر  
 ۷- گذشتن - از قبایل عرب زمان  
 جاهلیت - پرده دری - نوعی از  
 صفات خداوند  
 ۸- یار نعلبکی - از انواع چشم  
 ۹- بازگشت - شانه - دفعه و مرتبه -  
 اثر چربی  
 ۱۰- یار کلنگ - سنگینی و وقار -  
 آخرین سوره قرآن  
 ۱۱- شیر - نگاشتن - مادر باران  
 ۱۲- معاون دادستان - شیرین و  
 گوارا - صبور و شکیبا  
 ۱۳- واحد سطح - بخشی از گوش -  
 کیف مسافرتی - گریه  
 ۱۴- برگ تازه شکفته - سپیدموی



سلام، اسم من نیکی هاشمی است. دوازده ساله  
 هستم. روستا است که به مدرسه فارسی  
 می آیم. دوست دارم که نوشتن فارسی  
 را یاد بگیرم.  
 من به ورزش والیبال و نقاشی خیلی علاقه دارم.  
 پدر، مادر و دوستانم را خیلی دوست دارم و با آنها  
 به تن نوشتن می گذرم.

## تقویم برنامه های فرهنگی و هنری در شمال کالیفرنیا

### انجمن ادبی شمال کالیفرنیا

هر دو هفته یکبار روزهای یکشنبه از  
 ساعت ۱:۳۰ تا ۴:۳۰ پس از نيمروز  
 برگزار می شود. ورود برای عاشقان  
 شعر و ادب پارسی رایگان است. برای  
 آگاهی بیشتر با شماره  
 ۹۳۹-۰۹۹۸-۹۲۵ یا ایمیل  
 mayheravi@yahoo.com  
 تماس حاصل فرمایید.

### جلسات انجمن فردوسی

هر دو هفته یکبار در دومین و  
 چهارمین جمعه هر ماه  
[www.ferdosi.org](http://www.ferdosi.org)  
 ۱۲۴۰-۲۹۵-۴۰۸  
 ورود برای عموم آزاد است

### جلسات شعر فریمانت

اولین و سومین شنبه های هر  
 ماه میلادی در شهر فریمانت.  
 مکان:  
**Fremont, Main Library**  
 ۷۱۶-۲۲۶-۵۱۰  
 ۱۴۰-۷۴۵-۵۱۰  
 ورود برای عموم آزاد است

### شب شعر در ساکرامنتو

اولین چهارشنبه هر ماه در  
 رستوران فیمس کباب.  
 تلفن اطلاعات:  
 ۹۱۶-۴۸۳-۱۷۰۰  
**1290 Fulton Ave., #3  
 Sacramento, CA**

### برنامه تلویزیونی رهنمودهای مسیح

با کشیش فرید فروتن  
 یکشنبه ها ساعت ۲:۳۰ بعد از ظهر  
 از کانال ۲۹ سانفرانسیسکو  
 شنبه ها ساعت ۱۰ شب  
 از کانال ۱۵ سن حوزه

### شب شعر (سن حوزه)

برنامه ماهیانه شب شعر با مسعود سپند  
 اولین جمعه هر ماه  
 شروع برنامه با صرف چای، قهوه و  
 شیرینی از ساعت ۷ عصر  
 (۴۰۸)۸۲۸-۸۴۹۴  
 ورودیه: ۴ دلار  
**4125 Blackford Ave., San Jose**

### شب بانوان

دومین چهارشنبه هر ماه  
 شروع برنامه با شام و موزیک  
 از ساعت ۷ عصر تا ۱۱:۳۰  
 (۴۰۸)۳۶۹-۱۲۳۴  
 (۴۰۸)۳۷۱-۶۴۴۰  
 مکان: رستوران چاتانوگا  
**2725 El Camino Real, Santa Clara**  
 ورودیه با شام ۲۰ دلار

### کلاس خصوصی

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

## نیاز مندیها

### موقعیتی استثنایی

بعد از ۳۰ سال موفقیت و با وجهه بسیار عالی، به علت بازنشستگی، مغازه بوتیکی در بهترین منطقه شهر کاپیتولا، با منظره رو به دریا، برای فروش و یا اجاره. (831) 476 6856 (831) 325 3270

### استخدام

به خانمی با گواهینامه معتبر رانندگی و با داشتن اتومبیل، جهت نگهداری از فرزند ۱۰ ساله در سانتا کلارا به صورت Part Time احتیاج داریم.  
(۴۰۸)۴۴۱-۴۴۰۰ (۴۰۸)۶۵۸-۴۶۲۰



با درج آگهی در نشریه پژواک پیشه و خدمات خود را به ایرانیان شمال کالیفرنیا معرفی کنید.

(۴۰۸)۲۲۱-۸۶۲۴

## کلمات را در جدول پیدا کنید!

W	S	F	J	O	S	E	P	A	T	H	W	A	Y	Z	T	R	F	E	L
O	X	T	Y	K	O	O	P	S	M	X	D	A	R	E	T	A	W	U	Y
L	M	D	A	L	R	Y	D	Q	V	A	U	M	L	M	N	P	G	R	L
L	A	G	N	L	I	O	C	L	R	N	H	E	D	D	I	H	F	R	T
O	Q	Y	U	U	A	C	C	K	M	H	Q	L	V	N	E	K	O	E	O
H	S	F	U	H	O	C	A	K	Z	G	T	M	G	T	R	S	T	W	E
M	W	H	S	F	H	R	T	V	S	J	F	M	G	F	O	T	F	S	
V	V	N	L	S	H	O	G	I	E	S	I	H	D	N	N	N	O	T	P
E	H	L	J	C	R	W	Q	R	T	E	R	D	B	A	I	E	J	A	C
X	C	E	N	H	Z	I	M	Q	E	R	N	C	M	R	R	L	G	Y	X
P	R	N	N	A	C	N	J	J	U	D	L	X	O	P	A	T	N	Y	U
E	A	N	G	M	O	D	K	K	P	A	N	L	X	G	K	H	I	E	Q
D	E	U	Z	B	L	N	E	K	V	Q	P	U	M	E	B	N	O	E	
I	S	T	N	E	D	Z	E	N	J	X	S	I	C	T	J	E	E	P	G
T	N	K	X	R	S	B	O	X	E	P	T	H	N	V	X	O	P	W	A
I	D	G	U	P	L	K	I	G	S	E	O	Z	P	P	C	S	O	V	S
O	R	P	L	E	N	I	M	A	X	E	T	E	R	F	R	X	R	A	S
N	A	J	S	F	V	V	E	V	E	I	C	N	D	G	C	J	N	R	A
B	R	S	H	Y	K	O	I	W	Q	B	A	W	I	D	O	K	Y	I	P
C	A	V	E	Y	Z	E	S	T	A	B	O	I	N	S	E	C	T	S	D

BATS	COLD	ECHO	GROTTO	OPENING
SEARCH	TUNNEL	WIND	CHAMBER	DIRT
EXPLORE	INSECTS	ROCKS	STALAGMITE	WATER
CAVERN	DEN	EXPEDITION	HOLLOW	PATHWAY
STALACTITE	VALCANOS	CAVE	DARK	EXAMINE
HIDDEN	PASSAGE	SPOOKY	UNDERGRO	

# خارج ستارگان

### جدی

همه برنامه هایی که در سر دارید اجرا می شود و دیگران ایده هایتان را جدی می گیرند. اشکالی ندارد اگر همه چیز سر وقت تمام نشد. قرار نیست که همه ی معماهای زندگی را حل کنید. افکار شما متوجه مطالب متفاوت است و سخت است که بخواهید مدت زمانی طولانی روی یک مطلب تمرکز کنید. از جر و بحث کردن دوری کنید. به جز ضرر به اعصاب هیچ منفعت دیگری برایتان ندارد.

### مهر

کار سخت جزئی از برنامه شماست و شما آماده اید که هر کاری که سر راه تان قرار می گیرد را انجام دهید. شما به این که موثر و برنامه ریز هستید افتخار می کنید و در انجام کارها سعی می کنید نهایت توان خود را به کار گیرید. در حال حاضر بسیار تاثیر گذار شده اید و شخصی که دارای قدرت و مقامی است بزودی متوجه شما خواهد شد. این خبری عالیست خصوصاً اگر در این زمان منتظر بالا رفتن مقام و یا حقوق خود بوده اید.

### تیر

مسئولیت بیشتری را پذیرفته اید و جالب تر این که از آن لذت می برید. اما اگر شروع کنید به دستور دادن به دیگران نتایج بدی متوجه شما خواهد شد. برای خودتان متأسف نباشید، حتی اگر در ماجراهای عشقی تان شکست خورده اید. باید بدانید که خوشبختی و شادی در زندگی فقط با عشق و عاشقی به دست نمی آید. می توانید با بیان عشق تان احساس خوشبختی کنید، اما فقط در صورتی که در عوض آن انتظاری نداشته باشید.

### شروردین

اگرچه این روزها برای بسیاری تعطیلات تابستانی است، اما از شما انتظار می رود که سر کارتان حاضر باشید و به تعهدات تان برسید. مشورت های سازنده ی دیگران دقیقاً همان چیزی است که به آن نیاز دارید. به شما توصیه می شود که به دیگران فرصت دهید تا کمک تان کنند. بعد از مدتها یکی از دوستان قدیمی را می بینید و ساعت های خوبی را می گذرانید. از شایعه پراکنی دوری کنید. انرژی مثبت را در درون خود تقویت کنید.

### بهمن

کاملاً درگیر نگرانیهای خود هستید به طوری که از محیط اطراف بی خبر می مانید. مانعی ندارد اگر زمانی را برای صحبت کردن درباره مشکلات شخصی خود اختصاص دهید. تنها مشکل این است که اگر از احساسات بی خبر باشید دیگران را ناراحت می کنید چون هیچ گونه علاقه ای به آنها نشان نمی دهید. همچنین در نظر داشته باشید که این ماه تحت تاثیر افکار و عقاید درونی خود هستید. بنابراین ماه مناسبی برای تصمیم گیری های منطقی نیست.

### آبان

شما غرق در دنیای خودتان هستید، بنابراین اگر می خواهید تغییری در خودتان ایجاد کنید اکنون زمان خوبی برای این کار است. اگر احساس خستگی می کنید سعی کنید بیرون بروید و کاری انرژی زا انجام دهید. به جای این که دیگران را تشویق کنید تا شما را در مسیر دستیابی به اهداف تان همراهی کنند، باید اول از همه اهداف تان را ثابت کنید. برای این که به نتیجه برسید باید با خودتان صادق باشید.

### مرداد

سخاوت، جزئی از نام شماست و از خریدن هدایایی کوچک برای افراد زندگی تان لذت خواهید برد! کسی نمی تواند شما را با جواب های ساده دست به سر کند. حاضرید هر کاری بکنید تا در نهایت به عمق ماجرا پی ببرید. اما یادتان باشد که این کار شما می تواند راحتی تان را سلب کند. شاید اگر حقیقت را بفهمید ناراحت شوید، اما به هر حال بهتر از این است که دروغ بشنوید.

### اردیبهشت

بیشتر از همیشه دوست دارید اعتبارتان را بالا ببرید. بنابراین خیلی تلاش می کنید تا برای اطرافیان مفید و مسرم ثمر باشید. اگر به کسی خوبی می کنید اول شخص را بشناسید بعد این کار را انجام دهید. این ماه بهترین زمان برای ماجراجویی است و هر چه قدر بیشتر تفریح کنید بیشتر به شما خوش می گذرد. سعی کنید بیشتر با دوستانی که روحیه مثبت دارند معاشرت کنید. تقدیه بهتری را برای خودتان در نظر بگیرید.

### اسفند

شما ممکن است فراموش کرده باشید اما همیشه کسی هست که شما می توانید به کمک او تکیه کنید. اما خوش قلبی آنها را مسلم فرض نکنید. سعی کنید به راحتی از کوره در نروید. آرامش خود را حفظ کنید و توجه بیشتری به اطرافیان بخصوص افراد خانواده داشته باشید. توجه بیشتری به پول خود داشته باشید و سعی کنید هر ماهه پولی کنار گذاشته و پس انداز کنید. روزی ممکن است این پول بدرد شما بخورد.

### آذر

یک نفر قصد دارد به شما بی اعتنائی کند. این شخص ممکن است انتقادگر باشد و یا بخواهد شما را طرد کند و گرچه این کار او خصوصیات بد این شخص را نشان می دهد و نه شما را ولی می تواند مضراتی برای شما داشته باشد. خوشبختانه خیلی ها در زندگی شما هستند که به شما اعتقاد دارند پس شما اجازه ندهید فقط نظر یک نفر احساس منفی از خودتان را به شما بدهد. به مهمانی بزرگی دعوت می شوید و بسیار خوش خواهد گذشت.

### شهریور

بهتر است از رفتار خوب تان استفاده کنید تا از شرایط بد خلاص شوید. در مواردی سعی کنید دیگران را مجبور کنید طرف خنده دار مسائل را ببینند و با آنها شوخی کنید و نشان دهید که جدی نیستید. در حال حاضر خنده تنها چیزی است که مشکلات را حل می کند. به نظر می رسد که آینده مسیرهای مختلفی را پیش روی شما قرار داده است. اگر در مسیر حرکت با مانع برخورد کردید یا شکست خوردید تا امید نشوید.

### خرداد

از جهات مختلف این ماه، ماه شادی بخشی است و از آنجایی که هر از گاهی بدخلق و بی حوصله هستید اکنون زمان خوبی است برای داشتن روحیه بهتر. شاید نگران باشید که به روابط احساسی با همسر تان علاقه ای ندارید. اگر این طور است دلیلش را پیدا کنید. شاید فکرتان جای دیگری است و این می تواند دلیلی بر آن باشد. مسافرت کوتاهی در پیش دارید. بیشتر به فکر سلامتی خود باشید.



# Oakmont Produce Supermarkets!

A Family-Owned & Operated Food Retailer

یکی از بزرگترین و تمیزترین سوپر مارکت مواد غذایی در بی اریا

هدف ما جمع آوری کلیه مواد غذایی زیر یک سقف با سرویس عالی و قیمت های مناسب به منظور رفاه حال مشتریان عزیز می باشد



عرضه کننده گوشت و مرغ با ذبح حلال، ماهی تازه، خشکبار، برنج، حبوبات، لبنیات، چای، سبزیجات خشک، ادویه، سبزیجات و میوه جات تازه، انواع نان، آب میوه تازه...

سفارش کله پاچه  
با بهترین قیمت  
پذیرفته می شود!

Check out the  
*weekly Specials*  
Amazing Deals

فروشگاه مواد غذایی اُکمونت مارکت در محیطی سالم و بهداشتی در دو شعبه

Monday through Saturday 8:00am to 8:30pm, Sundays from 8:00am to 7:00pm

**(408) 873-7738**

19944 W. Homestead Road  
Cupertino, CA 95014

**(408) 866-6555**

810 W. Hamilton Ave.  
Campbell, CA 95008

مادر و پدرم بلا فاصله منظور کرمانشاهی را در یافتند اما ترسیدند با این شخصیتی هم که کرمانشاهی دارد که هر شب در میخانه است و پرحرف و دروغ پرداز، این کار خیر نباشد که شری دیگر گریبان گلی بیچاره را بگیرد. مادرم گفت آقای کرمانشاهی باید ما فکر کنیم. چون همبظور که میبینید، هم اکنون گلی یکی از فرزندان ما است و ما بر روی سرنوشت بچه مان قمار نمیکنیم.

روزها پدر و مادرم با هم و بطور مجزا با ریش سفیدان و گیس سفیدان مشورت میکردند. از طرفی کرمانشاهی تنها مردی بود که با دانستن همه ماجرا های تلخ گلی، کاملا آماده پذیرش و ازدواج بود و از طرفی دیگر میترسیدند که کرمانشاهی هم به این ترتیب میخواهد مدتی از گلی سوء استفاده کند. چندین بار مادرم محک زد. به کرمانشاهی گفت، آیا شما بخاطر گلی حاضرید مشروب را ترک کنید؟ کرمانشاهی گفت سعیم را میکنم. و از آنروز مشروب را کنار گذاشت و پدرم به بهانه های مختلف دهان کرمانشاهی را بدون آنکه خودش متوجه شود، میبویید. مادرم موضوع را با گلی در میان گذاشت. نهایت آرزوی گلی بود که فرصتی بدست آید که خود خانم خانه شود که هرگز گمانش نمیرفت، چنین اتفاقی بیافتد. گلی از بس بدبختی و در بدری و حقارت کشیده بود، چیزی که برایش مهم نبود، همانا سن سال شوهر بود. گلی بزبان نمی آورد اما از خوشحالی در ملکوت سیر میکرد. احساس زنده بودن داشت و بلیطش برنده شده بود. بالاخره تصمیم گرفته شد که ازدواج صورت بگیرد و تا زمانی که کرمانشاهی خانه مناسبی برای گلی مهیا نکرده در یکی از اطافهای خانه ما ساکن شوند و به زندگی مشترک خود وارد شوند. از آنروز گلی یک زن شوهر دار شد و دیگر همه با او با احترامی بیشتر از همبازی رفتار میکردیم. دنباله مطلب در صفحه ۵۰

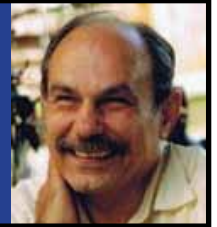
نزدیک سپیده بامداد که سینما، نمایش فیلم را متوقف میکرد، از سینما بیرون میامدیم و هر کدام به سمت خانه خود میرفتیم. من خود جرات نداشتم که از پدرم بپرسم چرا اینقدر با کرمانشاهی رفیق هستی در حالی که اجازه نمیدهد تو حتی یک کلمه حرف بزنی اما وقتی در خانه برای خواهر و براد و مادرم تعریف میکردم، مادرم سؤال میکرد و پدرم میگفت من به حرفهایش گوش نمیکم اما از کلام گرم و لحن شیرینی که صحبت میکند مانند یک موسیقی که مفهومش را نمیدانم خوشم میاید. اگر فقط یکساعت جلوی حرف زدن کرمانشاهی را بگیرند او حتما دق خواهد کرد.

در همان روزهایی که مادرم گلی را از چنگال ملوک خانم در آورده و با ما بچه های دیگرش در آمیخته بود و روزگار خوش بچگی را تازه تازه تجربه میکرد و از خوشحالی هایش معلوم بود که چه لذتی را در خود احساس میکند که شاید حتی آرزویش را هم نکرده بود، کرمانشاهی به خانه ما آمد. همه ما را میشناخت و تنها گلی برایش غریبه بود. از پدرم پرسید و پدرم شرح بسیار کوتاهی در باره اش داد و کنجکاری کرمانشاهی برانگیخته شدو پی در پی شروع به پرسش کرد و پس از هر پاسخ، سؤال دیگر میکرد تا بالاخره بسیار چیز ها از او دانست. پرسید حالا آیا نمیتوانید شوهرش بدهید؟ مادرم گفت متأسفانه آنقدر روزگار را بر این بچه تلخ گذرانده اند که فکر نمیکنم اگر کسی سوابق این بچه را بداند قدم پیش بگذارد و ما هم نمیتوانیم با دروغ او را بزک کنیم و شوهر بدهیم که خدای نکرده اگر راز هایش برملا شود از آنچه که هست سیه روز تر شود. کرمانشاهی پرسید اگر مردی پیدا شود که سن و سالش خیلی بیشتر از این بچه باشد اما همه سوابق و مشکلاتش را بداند و بپذیرد، آیا به او شوهرش میدهید؟

## طفاک گلی

بخش آخر

عباس پناهی



حرف بود و وقتی که مشروب میخورد با هیچ وسیله ای نمیشد ساکتش کرد. گاهی در تابستان که پدرم مرا با خود میرد، پس از سر آمدن روز و گسترده شدن شب، با کرمانشاهی قرار ملاقات داشت و اکثرا هم در کافه مصطفی پایان خواننده مشهور آذری در خیابان استانبول بود. کافه چی ها هم پدرم و هم کرمانشاهی را میشناختند و چون مشتری همیشگی آنان بودند، مورد احترام هم قرار میگرفتند. وقتی که شب میشد، آنقدر در خیابان استانبول چراغ روشن میشد که برآستی نمادی از شهر فرنگ بود. بوی ماهی همراه بوی لیمو همه فضای استانبول را اشباع میکرد و رادیو ها هم با صدای خیلی بلند، موسیقی محبوب روز را که از ایستگاه رادیو پخش میشد، بر محیط حاکم میکردند. در آنزمانها خواننده خوش صدایی بود به نام یاسمین که در آن روزها آهنگ بسیار شادی را خوانده بود با نام نازنین کیجا محبوب کیجا. صدایی که در استانبول غالب بود همین آهنگ با صدای رسای یاسمین بود. در داخل کافه مصطفی پاپان، بوی کالباس و زیتون و لوبیای پخته و الکل و دود سیگار به هم آمیخته بود و به محض ورود پیاله ای زیتون درشت سیاه با یک بشقاب پنیر و پیازچه و چند برش نان تافتون روی میز قرار میگرفت و یک پنج سیری هم باز میشد و وسط میز قرار میگرفت با دو استکان. اولین استکان که به گلی کرمانشاهی خالی میشد، فکش را آزاد میکرد و دیگر تا صبح بدون آنکه از گوشها استفاده کند، تخته گاز میرفت و با هر استکانی سرعت لبان و آرواره هایش بیشتر میگردد ولی کوچکترین لغزشی در کلامش پیدا نمیشد و ادای کلماتش درست مانند پیش از عرق خوردن بود. هرچه که بیشتر مینوشید، عملیات قهرمانانه اش بزرگتر و خطیر تر میگردد و اگر در آغاز عرق خوری با یک گروه صد نفری جنگیده بود و همه را نابود نموده بود، و آخر کار، با لشکرهای زرهی و توپخانه وارد نبرد میشد و همه را هم بلا استثناء با پیچ کوشی های در جیب بغلش از پای در میآورد. کافه که تعطیل میشد چون تازه گرم نقل عملیات محیر العقولش شده بود، در حال تعریف داستانش، مسیر را به سمت لاله زار نو سوق میداد و از گیشه سینما کریستال سه بلیط سالن تابستانی میگرفت و به پشت بام سینما میرفتیم و باقی داستانها را هم در روی صندلی سینما تعریف میکرد تا

چون تعمیر کار رادیو و گرامافون بود، همیشه دو سه پیچ کوشی در جیب بغلش داشت و او سعی میکرد که آن پیچ کوشی ها را در نظر ما "اسلحه" جلوه دهد. همیشه در داستانهایش مانند فیلمهای هندی، یک تنه با بیست سی نفر از ارازل و اوباش درگیر میشد و همه رانخست با یک مشت از کار می انداخت و سپس با یک پیچ کوشی که در قلبش فرو میکرد و بدرک واصل مینمود، آن جنازه را رها مینمود و به سرعت به سراغ اوباش دیگری میرفت و پس از ده دقیقه از بس که از ارازل و اوباش که هر یک، پیچ کوشی ای در قلبشان فرو رفته بود در جوی ها و پیاده رو ها و وسط خیابان ریخته شده بود که آب جوی بند میامد و همه خیابانها را آب میگرفت و به ناچار شهرداری مجبور میشد تا جنازه ها را جمع کند تا سیل محله را برطرف نماید. در داستانهایش مانند فیلمهای کارتونی، هرگز پیچ کوشی کم نمی آورد. اگر ضرورت داشت که با صد نفر درگیر شود و در قلب هر صد نفر یک پیچ کوشی جا بگذارد، حتما در جیبهایش آن تعداد پیچ کوشی موجود بود. هر داستانی را که شنیده بود به خود منتسب میکرد و میگفت من بوده ام که آن کار را کردم. میگفت، یکروز یک آمریکایی آمده بود و از یک میوه فروش آب میخواست و میگفت "پی لیز واتر" و میوه فروش هم عصبانی شده بود و میگفت "قاطر پدیده ... قاطر مادرته... قاطر هفت جد و آبادته" من که دیدم میوه فروش انگلیسی بلد نیست سرش داد زد که فحش نده تو که انگلیسی بلد نیستی اقلا بیا از من بپرس.. این آمریکایی آب میخواست و به زبان انگلیسه هم آب میشود واتر. میوه فروش به من گفت آخه آقای مهندس کرمانشاهی ما که مثل شما عقل و کمالات نداریم که بفهمیم این زبان نفهم ها چه میگویند. شاید شما بداد ما ملت برسید. آمریکایی آمد و دست دراز کرد و از من تشکر کرد که جان مرا نجات دادید و حالا من از شما خواهش میکنم بیایید در اداره ما رئیس بشوید و من به آن آمریکایی گفتم من صد تا مثل شرکت شما را در جیبم میگذارم. کرمانشاهی مجرد بود چون همسرش فوت شده بود و پس از او ازدواج نکرده بود و شپهای خود را در میکده ها گذرانده بود. درآمدش خوب بود اما پس اندازی نداشت و یا اگر داشت، کسی نمیدانست زیرا که تصور بر جمع کردن پولش نمیرفت. بسیار

### سیروسفری در گلستان ادب پارسی

#### گردآوری و نگارش مهندس پرویز نظامی

مجموعه کتاب در هفت جلد مشتمل بر شرح حال-تحلیل و معرفی آثار و گلچینی از زیباترین اشعار شاعران-عارفان و عالمان ایران در یک هزار و دو بیست سال اخیر



قیمت هر جلد بیست دلار  
تلفن سفارش و خرید

۷۷۸۷-۲۰۸-۵۱۶

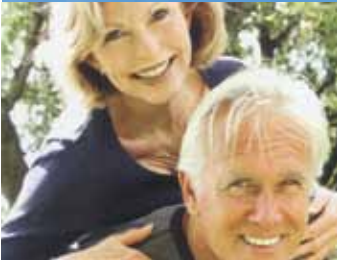
parviznezami@yahoo.com

Protecting our communities one home at a time.

1-888-298-9274



Health Response Systems



Living independently doesn't mean you're alone. Help is here with the ADT Companion Services Personal Emergency Response Systems.

Shop Now



From burglary & fire monitoring to complete home automation, we have an ADT Home Security package that is right for you.

ADT Pulse Remote Security



From almost anywhere, you can have the power to arm and disarm your home - it's home automation, climate and light control, and video.

piece of mind



ADT award winning home security offers your home 24-hour security monitoring for burglary, fire, carbon monoxide and more.

Video Surveillance



Keep an eye on what matters most, whether you're there or on-the-go. With home video surveillance, you can have peace of mind.

Help protect your home and family with a monitored alarm system. 24 hours a day, every day.

- ✓ Wireless Keypad
- ✓ Three Points of Protection
- ✓ Pet Sensitive Motion Detector
- ✓ Loud High Decibel Siren
- ✓ Yard Sign & Window Decal
- ✓ Lifetime Warranty



چیزهایی می گفت. از روی کنجکاوای برگشتم و پاسپورت را به دقت نگاه کردم. ویزیایی که به او داده بودند شش ماهه و به دفعات اجازه خروج و ورود داشت یعنی پس از شش ماه می بایست فقط یک روز از آمریکا خارج شود مثلا برود مکزیک و یا کانادا و برگردد و شش ماه دیگر در آمریکا باشد. در حقیقت یک نوع ویزای اقامت، منتهی مراتب اجازه کار نداشت که آنهم اگر در شرکتی کار پیدا می کرد و شرکت می خواست که او را نگاه دارد مشکلی برای او نبود. گل نم از این موضوع خبر نداشت و میشد با دو الی سه هزار دلار پول وکیل این مشکل را هم حل کند و احتیاجی به ازدواج اجباری نداشته باشد. صلاح ندانستم که بابک از این جریان اطلاع پیدا کند. پس پاسپورت را دوباره پهلوی خودم نگه داشتم و از اتاق آمدم بیرون دکمه آسانسور را زدم. درب آسانسور که باز شد، گل نم آمد بیرون وقتی مرا دید فوراً همان طرف صورتم را که سیلی زده بود بوسید و یک بوس دیگری هم مرا کرد و در حالی که بغض کرده بود گفت: من واقعا خیلی از تو معذرت می خواهم. امیدوارم که مرا ببخشی. بغض در گلویش شکست و اشکها سرازیر شد. هرچه برای خودم بافته بودم مثل یخ آب شد. برگشتم تو اتاق. گفت کجا می رفتی؟ من هم بغض کرده بودم و چشمهایم پر اشک شده بود. چیزی نگفتم. هولم داد روی تخت و خودش را انداخت روی من. سوالش را دوباره تکرار کرد. گفت: نمی دونم وقتی از خواب بیدار شدم و تو را ندیدم سرم گیج رفت و یک آن وحشت کردم. آن ناراحتی دیشب که اصلا انتظارش را از تو نداشتیم و بی خبر گذاشتن و رفتن بدون هیچ گونه یادداشتی. گفت: رفته بودم قدری پیاده روی کنم. هوای خوبی بود و در این نزدیکی پارک کوچکی است که با حوضچه های آب و آبشارهای مصنوعی و فواره های گلکاری شده منظره جالبی درست کرده اند. قدری آنجا نشستیم و به دیوانگی دیشب خودم فکر کردم. من تو را خیلی دوست دارم این بود که حرف بابک مرا دیوانه کرده بود هرچند که آنرا باور نداشتیم ولی خب مشروب زیادی خورده بودم و تحت تاثیر مشروب درباره تو اشتباه قضاوت کردم. پرسیدم: بابک چه گفت و قضاوت تو چه بود؟

تحویل گل نم داده که او را ناراحت کرده باشد؟ اینجا بود که دلم می خواست گل نم را بیدار کنم و بیرسم جریان چه بوده؟ رفتم کفشهایش را درآوردم، لحاف را کشیدم رویش و خودم هم پتویی برداشتم و رفتم روی مبل کنار پنجره، پا را انداختم روی میز و فنجان قهوه را گرفتم دستم، جرعه ای می خوردم و به این داستان فکر می کردم. با خودم فکر کردم که بهتر است همین فردا برگردیم لس آنجلس، پولش را از داخل صندوق امانتی بردارم و هرچه برده ایم مخارج سفر را بردارم و بقیه را دستخوش بدهم به خودش و سوار هواپیما کنم و بفرستم برود. خودش می داند و زندگی خودش. او خوب می داند که مشکلاتش را چطوری حل کند. در همین فکرها بودم که نفهمیدم کی خوابم برد.

### سه شنبه ۲۰ آگوست

وقتی چشم باز کردم گل نم روی تخت خواب سرچایش ندیدم. رفتم ببینم زبردوش است، آنجا هم نبود. کمی نگران شدم. در کمد لباسها را باز کردم و دیدم لباسهایش آنجاست. خوب خیالم راحت شد. پس لابد رفته پائین و خودش برخواهد گشت. بلند شدم و لباس پوشیدم منتظر نشستیم تا ببینم کی بر می گردد. ساعتی گذشت و او برنگشت. دلم شور افتاد. یکدفعه به فکر این افتادم که نکند با بابک قرار صبحانه گذاشته باشد؟ قلم ریخت پائین، دیشب را بخاطر آوردم، فکر کرده بودم که قیافه بابک مثل بچه ای که قول اسباب بازی به او داده باشند شده بود. نکند همین قرار امروز صبح بوده که او را خوشحال کرده بود؟ فکر کردم اگر اینطور باشد بهانه خوبی است و من دیگر آزاد می شوم و همین امروز برمی گردم لس آنجلس و پولش را می دهم و خودم می روم سن حوزه. رویایی بود که بایستی فراموش می کردم. اصلا زنها را نمی شود شناخت. تو اتاق راه می رفتی و بلند بلند با خودم حرف می زدم و بعد تصمیم گرفتم مثل خودش رفتار کنم. ولی نه من درس بهتری به او می دهم تا دیگر برای من قیافه نگیرد. این بود که چمدانم را بستم و بدون یادداشت از اتاق آمدم بیرون. چند قدمی که رفتم یادم افتاد که پاسپورتش پیش من است. برگشتم پاسپورتش را انداختم روی تخت و رفتم که از اتاق خارج شوم بیاد حرف بابک افتادم که راجب ویزیای آمریکا

دنباله مطلب در صفحه ۵۲

**TOUCHFREEWASH.COM** 3% DONATED MONTHLY TO HUMANITARIAN PROJECTS

**OPEN 24 HOURS**

## گل نم شیدوش باستانی

داستان دنباله دار



**مقدمه:** همراه با تشکر و قدردانی تقدیم به دوست زیبا و نازنینم گل نم. ۱۶ سال طول کشید تا توانستم گل نم را پیدا کنم و از او اجازه بگیرم تا داستان زندگی را همانگونه که بود برشته تحریر در آورم. در این سرگذشت نویسنده از هر نوع تشابه اسمی و استراتژی رزمی و منطقه ای و یا اشتباهات تاریخی خود را معذور میدانم. سنتا باربارا- کالیفرنیا

...بابک مثل بچه ای که پدر و مادرش به او قول خرید اسباب بازی داده باشند خوشحال بنظر میرسید و گل نم وقتی سر میز نشست گیلاس شراب را تا آخرش رفت بالا. از این حرکت او فهمیدم که از یک چیزی دلخور است چون در این مدتی که با هم بودیم هرگاه که دلخور یا عصبی میشد اینگونه عکس العمل نشان میداد. آن شب گل نم دو سه نوبت با من و یکدفعه دیگر با بابک رقصید. در مجموع مثل اینکه به بابک بیشتر از همه خوش گذشت زیرا هم پول رستوران نداده بود و هم با دختری زیبا هم صحبت شده و هم رقصیده بود. منم که خب، خودم کردم که لعنت بر خودم باد. و اما گل نم معلوم بود باز از داخل خراب است و باید منتظر حرفی و یا چیزی می بودم و این حدس من موقعی به واقعیت پیوست که ما به هتل برگشتیم و رفتیم بالا تو اتاق. به مجرد وارد شدن به اتاق گل نم برگشت و یک سیلی گذاشت تو گوش من و رفت روی تخت افتاد و دوباره باران اشک. من که یک در میلیون هم فکر نمی کردم روزی او چنین کاری بکند اصلا شوکه شدم و همانجا نزدیک درب ایستادم و رفتم تو فکر که من چه کاری کردم که مستحق این سیلی بودم. آیا بابک حرفی نامربوط زده بود؟ خوب چرا من بایستی مجازات شوم؟ یا خودم کاری خلاف میل او انجام داده بودم؟ نمی

کردی شهر شب ندارد. جرعه ای از قهوه ام را خوردم و تمام رفتار و گفتار خودم را در آن روز یکبار دیگر مرور کردم تا ببینم کجای کار خراب کاری کرده ام؟ هرچه بود باید بابک سم پاشی کرده باشد چون گل نم پس از رقص اول با بابک، به نظر می رسید که در درونش آشوب بود. خوب حرفهایی که بین من و بابک هم پشت تلفن زده شد حرف بدی نبود. یک دفعه جمله به خاطر رسید که به بابک گفتم «امتحان کن؟». نکند بابک این حرف را به گونه ای

**Jasmine Carpet Care**

**شستشوی موکت، قالی و مبل مسکونی**

شستشوی مبلمان و قالی + بر طرف کردن بوی بد موکت

**Professional Truck Mount Steam Cleaning for Carpet & Upholstery**

<b>Steam Cleaning</b> <b>3 BR \$79.00</b> <b>Reg: \$159.95</b>	<b>Carpet Steam Cleaning</b> <b>for Whole House,</b> <b>Up to 1100sq. Excluding Stairs</b> <b>\$120.00</b> <b>Reg: \$239.95</b>	<b>Sofa &amp; Love Seat</b> <b>Steam Cleaning</b> <b>Most Fabrics</b> <b>\$100.00 each</b> <b>Reg: \$200.00</b>
--	---	---

**(408)266-1111** www.jasminecarpetcare.com

سرویس قابل اطمینان با قیمت های بسیار مناسب

## پرواز اندیشه

این دود سیاه فام که از بام وطن خاست  
از ماست که بر ماست  
وین شعله سوزان که بر آمد ز چپ و راست  
از ماست که بر ماست  
جان گر به لب ما رسد، از غیر ننالیم  
با کس ننگالیم  
از خویش بنالیم که جان سخن اینجاست  
از ماست که بر ماست  
یک تن چو موافق شد یک دشت سپاه است  
با تاج و کلاهست  
ملکی چو نفاق آورد او یکه و تنها  
از ماست که بر ماست  
ما که نه چنانیم که از باد ننالیم  
بر خاک بیالیم  
لیکن چه کنیم، آتش ما در شکم ماست  
از ماست که بر ماست  
اسلام گر امروز چنین زار و ضعیف است  
زین قوم شریفست  
نه جرم ز عیسی نه تعدی ز کلیساست  
از ماست که بر ماست  
ده سال به یک مدرسه گفتیم و شنفتیم  
تا روز نخفتیم  
و امروز بدیدیم که آن جمله معماست  
از ماست که بر ماست  
گوییم که بیدار شدیم! این چه خیالست؟  
بیداری ما چیست؟  
بیداری طفلی است که محتاج به لالاست  
از ماست که بر ماست  
از شیمی و جغرافی و تاریخ، نفوریم  
از فلسفه دوریم  
وز قال وان قلت، بهر مدرسه غوغاست  
از ماست که بر ماست  
گویند بهار از دل و جان عاشق غریبست  
یا کافر حربی است  
ما بحث نرانیم در آن نکته که پیداست  
از ماست که بر ماست

ملک الشعراء بهار

## غزال و غزل

امشب از دولت می دفع ملالی کردیم  
این هم از عمر شبی بود که حالی کردیم  
ما کجا و شب میخانه خدایا چه عجب  
کز گرفتاری ایام مجالی کردیم  
تیر از غمزه ساقی سپر از جام شراب  
با کماندار فلک جنگ وجدالی کردیم  
غم به روئین تنی جام می انداخت سپر  
غم مگو عریبه با رستم زالی کردیم  
باری از تلخی ایام به شور و مستی  
شکوه از شاهد شیرین خط و خالی کردیم  
روزه هجر شکستیم و هلال ابروئی  
منظر افروز شب عید وصالی کردیم  
بر گل عارض از آن زلف طلایی فامش  
یاد پروانه زرین پر و بالی کردیم  
مکتب عشق بماناد و سیاه حجره غم  
که در او بود اگر کسب کمالی کردیم  
چشم بودیم چو مه شب همه شب تا چون صبح  
سینه آئینه خورشید جمالی کردیم  
عشق اگر عمر نه پیوست به زلف ساقی  
غالب آنست که خوابی و خیالی کردیم  
شهریارا غزل خوانده غزالی وحشی  
بد نشد با غزلی صید غزالی کردیم  
شهریار

## آزادی

ز غیر تخانه ی دل ها توان می خواهد آزادی  
توان از همت ازادگان می خواهد آزادی  
ز برق کینه ها ظلمت بجای نور میبارد  
صفای سینه ی صاحبان می خواهد آزادی  
کنار رود مردم در تب و تاب خیابان ها  
نه سرو بسته پا سرو روان می خواهد آزادی  
نمی گنجد بلند عشق در کوتاه استبداد  
برای پر گشودن آسمان می خواهد آزادی  
سکوت تلخ شیرین می کند کام ستمکاران  
خروش مردم بی خانمان می خواهد آزادی  
به سرد و گرم این آیین فروشان دل نمی بندم  
سری پر شور و قلبی مهربان می خواهد آزادی  
به آتش می کشد بیداد را فواره ی فریاد  
به هم پیوستن بیر و جوان می خواهد آزادی  
که تا دنیای ظلمت پیشه گان را تیره تر سازد  
ز چشم گلرخان تیر و کمان می خواهد آزادی  
به امیدی که بابک ها سپنداران بر افروزند  
چراغش روشنی از عطر جان می خواهد آزادی  
م. سپند

## مرید حافظ

ز خارزار تعلق کشیده دامان باش  
به هر چه می کشدت دل، از آن گریزان باش  
قد نهال خم از بار منت ثمرست  
ثمر قبول مکن، سرو این گلستان باش  
درین دو هفته که چون گل درین گلستانی  
گشاده روی تر از راز می پرستان باش  
تمیز نیک و بد روزگار کار تو نیست  
چو چشم آینه در خوب و زشت حیران باش  
کدام جامه به از پرده پوشی خلق است؟  
بیوش چشم خود از عیب خلق و عریان باش  
درون خانه ی خود، هر گدا شهنشاهی است  
قدم برون منه از حد خویش، سلطان باش  
ز بلبلان خوش الحان این چمن صائب  
مرید زمزمه ی حافظ خوش الحان باش  
صائب تبریزی



# سوپر مارکت اطمینان

افتخار ما ارائه سرویس مناسب و قیمت منصفانه می باشد!

♦ انواع خواربار ♦ روغن و برنج ♦ خشکبار ♦ لبنیات ♦ ترشحات ♦ حبوبات  
♦ لوازم آشپزخانه و کادوئی ♦ انواع شیرینیجات و آجیل ♦ ادویه جات ♦ چای  
♦ انواع نان ♦ سماورهای اتوماتیک (ساخت آلمان)



محصولات گوشتی، کله، پاچه، زبان، گوشت و مرغ با ذبح حلال، ماهی سفید و دودی



مجموعه ای از لوازم خانگی، آشپزخانه، کادویی، قلیان و انواع تنباکو

**(408) 226-5992**

5754 Santa Teresa Blvd. San Jose, CA 95123



تنها در افزایش سایز دور کمر موثر است، بلکه باعث می شود چربی سایر نقاط بدن نیز به اطراف شکم انتقال پیدا کند. چربی های ترانس در خوراکی هایی مانند مارگارین، شیرینی جات، بیسکویت ها، کراکرها و غذاهای سرخ شده و آماده یافت می شود.

#### فوراکی های که با تجمع چربی دور شکم مبارزه می کنند

چای سبز: محققان دریافته اند که مصرف چای سبز همراه با ورزش در کاهش وزن موثر است. ترکیبات موجود در چای سبز متابولیسم بدن را بالا برده و باعث سوختن بیشتر کالری و کاهش چربی دور شکم می شوند.

بلوبری: مصرف بلوبری تاثیر به سزایی در کاهش چربی دور شکم دارد. تحقیقی که بر روی موش ها انجام شد، نشان داده است، موش هایی که از رژیم غذایی شامل مقادیر بالایی بلوبری پیروی کرده اند به مراتب چربی دور شکم کمتری نسبت به سایر موش هایی داشتند که از رژیم غذایی پر چرب یا کم چرب پیروی کرده بودند.

سویا: مطالعات متعدد نشان داده است که مصرف مرتب سویا باعث کاهش وزن و کم شدن چربی دور شکم می شود.

علت اصلی این امر دارا بودن ایزافلاون در سویا است. این ترکیب که مانند استروژن عمل می کند نه تنها با چربی دور شکم

## همه چیز درباره خلاص شدن از چربی دور شکم

آیا می دانستید خطر تجمع بیش از حد چربی اطراف شکم از سایر نقاط بدن بیشتر است. چربی دور شکم با بیماری های جدی مانند بیماری های قلبی، سکتو و دیابت نوع دو رابطه مستقیم دارد و تجمع چربی دور شکم ممکن است از طریق وراثت به شما منتقل شده باشد و در عین حال نحوه زندگی شما می تواند شرایط را وخیم تر کند. به گزارش نامه نیوز به نقل از ایرنا، مطالعات نشان داده است که چربی دور شکم رابطه مستقیمی با نارسایی قلبی، تصلب شرایین و سایر مشکلات قلبی عروقی دارد. همچنین با مشکلاتی از قبیل پوکی استخوان، آلزایمر، دیابت، سرطان روده بزرگ، سندرم متابولیک، فشار خون بالا و سایر مشکلات سلامتی مرتبط است.

#### عوامل به وجود آورنده چربی دور شکم

الکلی، نوشابه ها و وعده های بزرگ غذایی باعث بزرگ شدن شکم می شود ولی جالب است که بدنید الکل تقریباً به اندازه مساوی چربی، کالری دارد. مصرف نوشیدنی های الکلی با افزایش سایز دور کمر رابطه مستقیم دارد زیرا زمانی که الکل مصرف می کنید، کبد شما زمان زیادی برای سوزاندن آن نیاز دارد که حتی بیشتر از زمانی است که برای سوزاندن چربی مصرف می کند. از طرف دیگر تحقیقات نشان داده است، مصرف الکل روی هورمون های شما تاثیر گذاشته و باعث می شود که شما بیشتر احساس گرسنگی کنید و حتی دیرتر سیر شوید.

#### چربی های ترانس، بدترین نوع چربی

محققان دریافته اند، چربی های ترانس که توسط روغن هیدروژنه تولید می شود، نه

با وجود اینکه خوردن غذاهای چرب مانند کره، پنیر و گوشت های پر چربی در به وجود آمدن چربی دور شکم بی تاثیر نیست ولی تنها دلیل به وجود چربی دور شکم هم به شمار نمی آید. ژنتیک، رژیم غذایی، سن و نحوه زندگی هر فرد، می تواند در افزایش سایز دور کمرش موثر باشد. تغییر رژیم غذایی به شما کمک می کند که در برابر این عوامل بجنگید. پس سعی کنید برچسب روی مواد غذایی را بخوانید و از مصرف چربی های اشباع شده خود داری کنید، مقادیر بیشتری میوه و سبزیجات در رژیم غذایی روزانه خود بگنجانید و وعده های غذایی خود را کوچک تر کنید

#### تاثیر نوشیدنی های الکلی

کالری های اضافه توسط نوشیدنی های

مبارزه می کند بلکه بدن را در برابر سرطان سینه محافظت می کند

#### تاثیر فست فودها

بسیاری از غذاهایی که در رستوران های فست فود سرو می شود، دارای مقادیر بالای چربی و کالری است و معمولاً در وعده های بزرگ در دست مشتریان قرار می گیرد که اگر به طور مرتب مصرف شود، باعث اضافه وزن و افزایش سایز دور کمر می شود. اکثر رستوران های فست فود اطلاعات مورد نیاز در رابطه با میزان کالری و نوع روغن مصرفی را در اختیار مشتریان خود قرار نمی دهند، اما تحقیقات نشان داده که اگر این اطلاعات در اختیار مشتریان قرار داده شود، تعداد کمتری از آنها تمایل به مصرف غذای فست فود خواهند داشت.

دنیاه مطلب در صفحه ۴۹



## ارتش آمریکا استخدام می کند!

به قدرت صدای خود پی ببرید! "از طریق صدایم، مأموریت من تغییر دادن مسیر تاریخ است."

برای حل و فصل ناسازگاری ها، نجات دادن زندگی و بازسازی یک ملت، به عنوان مترجم با حقوق و مزایای بسیار عالی به ارتش آمریکا پیوندید!

تسلط شما در زبان فارسی نقشی حیاتی در تداوم تلاشهای نوسازی کشور ما ایفا خواهد کرد. شما می توانید در ارتباط با شغل مترجمی و یا موقعیت های دیگر در ارتش آمریکا، سئوالات خود را با ما مطرح کنید. مسئولین استخدامی ما آماده هستند تا سئوالات شما را در اسرع وقت پاسخ دهند.

Part Time or Full Time. Between the ages of 18 and 41 years old. Total compensation includes Housing, Medical, Dental, Food, Special Pay, Vacation Times and many more.

Earn your *Citizenship* within six to eight months



For more information on the US Army's Linguist Program in your area, please call:

Sergeant Lexie Mitchell (925)518-5846

# Burlington coat factory

## Great Deals for Women, Men, Kids & Baby

Vibrant dresses and handsome suits starting at just \$21.99



Mens Shirts



MENS PANTS



WOMENS DRESSES



Boys Dresswear



GIRLS DRESSES



Girls Shrugs



Mens Suits & Suit Separates



Jewelry & Accessories



For Home



Womens Suit Separates



Toys & Books



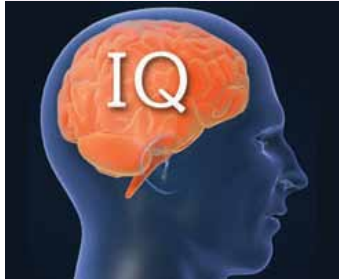
Baby Depot

CITRUS HEIGHTS, 6145 San Juan Avenue (916) 729-1002  
DALY CITY, 99 Southgate Avenue (650) 997-0733  
ELK GROVE, 9175 E. Stockton Blvd (916) 687-6192  
GILROY, 6900 Chestnut Street #a-1 (408) 847-0918  
MILPITAS, 1400 Great Mall Drive (408) 934-9630  
SACRAMENTO, 5601 Florin Road, Store 101 (916) 399-5726  
SAN JOSE, 1600 Saratoga Avenue (408) 378-2628

CONCORD, 1675 Willow Pass Road (925) 687-3355  
DUBLIN, 6900 Amador Plaza Road (925) 875-0712  
FRESNO, 5630 North Blackstone (509) 432-2628  
HAYWARD, 1000 La Playa Drive (510) 782-7073  
PITTSBURG, 4105 Century Boulevard (925) 754-5513  
SAN FRANCISCO, 899 Howard Street (415) 495-7234  
STOCKTON, 3702 East Hammer Lane (209) 477-6227

## آیا بهره هوشی یا آی کیو ژنتیکی است؟

در پژوهشهای پیشین گفته شده بود که بین ۴۰ تا ۵۰ درصد هوش کودکان وابسته به عوامل ژنتیکی مختلف است؛ اما این مطالعه جدید که حاصل کار پژوهشگران دانشگاه کویپنزلند است، این میزان را بین ۲۰ تا ۴۰ درصد نشان می‌دهد.



پرشین پرشیا؛ در این مطالعه تأثیرات محیطی رشد کاملاً جدا در نظر گرفته شده و تنها عوامل ژنتیکی ارزیابی شده‌اند. پژوهشگران با آنالیز DNA و تست بهره هوشی (IQ) هجده هزار کودک خردسال از چهار کشور جهان دریافته‌اند گروه خاصی از ژنهای والدین در میزان بهره هوشی آنان تأثیر مستقیم دارد. به گفته دکتر بنیامین، از محققان دانشگاه کویپنزلند، نتایج به دست آمده در این پژوهش کمتر از تحقیقات قبلی است؛ اما نشان می‌دهد هوش کودکان مقوله‌ای ژنتیکی است و ارتباط مستقیمی با DNA والدین دارد.

این مطالعه گسترده‌ترین پژوهش ژنتیکی محسوب می‌شود که با استفاده از داده‌های ژنتیکی و تستهای IQ در جهان انجام شده است که به پژوهشگران در درک بهتر ناتوانی ذهنی کودکان کمک خواهد کرد.

بیش از دو بار در هفته نسبت به تعداد کمتر عبارت بود از: باروری بهتر، استخوان بندی محکمتر، سلامت قلب و عروق، افسردگی کمتر، کاهش خطر ابتلا به ناراحتی‌های پستان و رحم، کاهش ناراحتی‌های بعد از یائسگی.

فعالیت جنسی بیشتری دارند کمتر دچار مشکل ناباروری خواهند شد. از طرف دیگر معمولاً هر چه عادت ماهانه نظم بیشتری داشته باشد، سلامت عمومی بدن زن نیز بهتر خواهد بود. در این مطالعه نتیجه داشتن رابطه جنسی

## تأثیر میزان آمیزش جنسی بر سلامت زنان

همه از تأثیرات کاهش فعالیت جنسی بر روی مردان تا اندازه‌ای باخبرند ولی کمتر کسی از تأثیر آن بر بدن زن آگاهی دارد. بیاد داشته باشید که علاوه بر تعداد معاشقه، تغییرات هورمونی و عادات ماهانه نیز در میل جنسی زنان نقش دارد. در این جا به بررسی تفاوت های تأثیر کاهش فعالیت جنسی بر زنان و مردان می‌پردازیم.

دفعات آمیزش روی تنظیم عادت ماهانه خانم‌ها نیز موثر است. در این مطالعه عادت ماهانه زنانی که بیشتر از دو بار در هفته آمیزش داشتند منظم تر از کسانی بود که فقط هفته‌ای یک بار نزدیکی می‌کردند و زنانی که بندرت معاشقه می‌کردند، عادت ماهانه خیلی نامنظمی داشتند.

علت این امر افزایش سطح هورمون استروژن در بدن زنان فعال از نظر جنسی می‌باشد. لازم به تذکر است

پرشین پرشیا: عکس العمل بدن مرد و زن نسبت به کاهش فعالیت جنسی کاملاً متفاوت است. زن هرچقدر تعداد معاشقه کمتری



که فقط معاشقه با جنس مخالف باعث این تغییرات هورمونی می‌شود و خودارضایی چنین تأثیری ندارد. حتماً شما می‌دانید که قابلیت باروری یک زن تا حد زیادی به منظم بودن عادت ماهانه او بستگی دارد؛ پس زنانی که

داشته باشد، میل و لذت جنسی او کمتر شده و مشکل تر ارضاء می‌شود برعکس هرچه زنان از لحاظ جنسی بیشتر فعال باشند، علاقه آنها به معاشقه بیشتر خواهد بود. در یک مقاله دیگر که در کتاب love cycle ذکر شده، گفته شده است تعداد

...Because *Image is Everything*

✓Service ✓Quality ✓Affordability

We offer a wide variety of Printing services. We also offer Layout Design.

✓Brochures ✓Flyers ✓Posters ✓Banners ✓Business Cards

طراحی و چاپ

کارت ویزیت • بروشور • پوستر • کارت پستال

کاتالوگ • فولدرهای تبلیغاتی • پرچم تبلیغاتی

If you would like a free quote please call or e-mail us

(408)221-8624

LessCostPrinting@yahoo.com

## ادامه مطلب مربی سابق تیم... از صفحه ۱۵

دستگاه قادر به تنفس بود. او در لیگ جهانی امسال روی نیمکت تیم ملی نشست و با این تیم در کسب نتایج تاریخی همراه بود اما بروز ناگهانی بیماری اش باعث شد نتواند در مرحله آخر مسابقات به میزبانی ایتالیا حضور یابد.

طی سال‌های ۱۹۹۵ و ۲۰۰۱ دو دوره حضور در رقابت‌های قهرمانی مردان آسیا حضور داشت و عضو تیم ملی در بازی‌های آسیایی ۱۹۹۴ هیروشیما بود. او همراه با تیمی که سرمربیگری اش را ماتسو موتو برعهده داشت، در رقابت‌های قهرمانی ۱۹۹۸ جهان هم حضور یافت. آنها پس از ۲۸ سال توانسته بودند طلسم راهیابی به مسابقات جهانی را بشکنند.

معدنی طی سال‌ها حضور در عرصه باشگاهی برای تیم‌های استقلال، بنیاد شهید، صدا و سیما، فتح، بانک کشاورزی، هما، دانشگاه آزاد، آیدانه و پیکان بازی کرد. پنج دوره حضور در جام باشگاه‌های آسیا با تیم پیکان در کارنامه او ثبت شده که حاصلش کسب موفقیت در هر پنج دوره بوده. یعنی یک مدال طلا، دو نقر و دو برنز. او در عرصه مربیگری سابقه هدایت تیم‌های استیل آذین، داماش گیلان، بارپج اسانس کاشان و شهرداری تبریز را هم دارد. غزاله عطاپور قبل از درگذشت همسرش درباره وضعیت او گفت: "برخلاف شایعات همسرم در کما نیست و فقط باید با این التهاب شدید بچنگد تا ریه دوباره به کار خود ادامه دهد. همه چیز بستگی به مقاومت بدنش دارد." خبر درگذشت این مربی جوان، با واکنش‌های احساسی بازیکنان تیم ملی والیبالی در رسانه‌ها و صفحات اجتماعی آنها مواجه شده. حسینعلی مهرانپور مربی معدنی در این باره به ایسنا گفته: او دوست و فامیل و همه چیز ما بود. مودب بود و همیشه مورد پسند مردم، زیرا رفتار مقبولی داشت. هوش سرشاری داشت و از بهترین مربیان نسل خودش شد."

مهرانپور که خودش از سال ۱۹۸۹ به مدت سه سال سرمربی تیم ملی بوده، در ادامه گفته: ورزش ایران یکی از بهترین‌های خود را از دست داد. همان زمان که بازیکن هم بود سعی می‌کرد از بهترین‌های جهان الگو بگیرد. دوست ندارم بگویم حسین شاگردم بود. چون خیلی چیزها به من آموخت. حتی همین اواخر کمک زیادی به من می‌کرد و دانش روز والیبالی را در اختیارم می‌گذاشت.

ولاسکو حتی در ابتدا حاضر نشد از معدنی به عنوان کمک مربی استفاده کند. معدنی در این باره به ایسنا گفت: "اجازه دهید خود و لاسکو در آرامش درباره دستیارانش تصمیم بگیرد و به تصمیماتش هم احترام بگذاریم. نباید و لاسکو احساس کند چیزی به او تحمیل شده."

مرحوم معدنی سرمربیگری تیم ب ایران در سال ۲۰۱۳ را برعهده گرفت و با این تیم در مسابقات کشورهای اسلامی به قهرمانی رسید. و لاسکو در واپسین سال حضورش در تیم ملی سرانجام به معدنی اعتماد کرد. معدنی دوم بهمن ۹۱ به ایرنا گفت: "حتی با یک ساعت صحبت کردن با و لاسکو هم خیلی چیزها از او یاد می‌گیرم اما نمی‌خواهم سربرای تیم ملی باشم."

ولاسکو او را دعوت به همکاری کرد. با اینحال، اجازه نشستن روی نیمکت را به معدنی نداد. حسین معدنی باز هم اعتراضی نداشت و اسفند ۹۱ در این باره گفت: "با موضوع نشستن روی نیمکت مشکلی ندارم. نه عشق نیمکت دارم، نه عشق مسافرت. برای یادگیری به اردو آمده‌ام." او همراه با تیم و لاسکو هم در لیگ جهانی پارسال خوش درخشید. امسال هم عنوان چهارمی لیگ جهانی ۲۰۱۴ آخرین افتخار مرحوم حسین معدنی است.

با رفتن و لاسکو از ایران تیم ملی چند ماه در بلاتکلیفی به سر می‌برد. قبل از به پایان رسیدن مذاکرات فدراسیون با گزینه‌های متعددی مانند لورنزو برناردی، مک کاشین، آناستازی و سرانجام اسلوبودان کوچ، این حسین معدنی بود که تیم ملی را تمرین می‌داد. فهرست بازیکنان برای حضور در لیگ جهانی به انتخاب او بود. تیمی که یک هفته قبل از شروع لیگ جهانی، توسط معدنی به کوچ تقدیم شد.

سوابق درخشان در دوران بازیگری حسین معدنی قره‌لر متولد ۱۳۵۰ و اهل اردبیل و دارای مدرک تحصیلی مهندسی شیمی، به عنوان کاپیتان تیم ملی، عنوان بهترین پاسور آسیا در سال ۲۰۰۲ را نصیب خود کرد.

آقای معدنی پیش از اعزام به فینال لیگ جهانی امسال به دلیل دل‌درد شدید به بیمارستان مراجعه کرد. پزشکان با قرار دادن لوله مجرا را باز کردند. از عوارض این عمل، التهاب پانکراس بود که به ریه هم سرایت کرد. طوری که او فقط با



## تا نظر شما چه باشد!

نامه ها و شعرهای رسیده به دفتر نشریه «پژواک»

## مناظره با جناب خر !!!

روزی به رهی مرا گذر بود... خوابیده به ره جناب خر بود از خر تو نگو که چون گهر بود... چون صاحب دانش و هنر بود گفتم که جناب در چه حالی... فرمود که وضع باشد عالی گفتم که بیا خری رها کن... آدم شو و بعد از این صفا کن گفتا که برو مرا رها کن... زخم تن خویش را دوا کن خر صاحب عقل و هوش باشد... دور از عمل وحوش باشد نه ظلم به دیگری نمودیم... نه اهل ریا و مکر بودیم راضی چو به رزق خویش بودیم... از سفره کس نان نه ربودیم دیدی تو خری کشد خری را؟... یا آنکه برد ز تن سری را؟ دیدی تو خری که کم فروشد؟... یا بهر فریب خلق کوشد؟ دیدی تو خری که رشوه خوار است؟... یا بر خر دیگری سوار است؟ دیدی تو خری شکسته پیمان؟... یا آنکه ز دیگری برد نان؟ دیدی تو خری حریف جوید؟... یا مرده و زنده باد گوید؟ دیدی تو خری که در زمانه... خرهای دیگر پیش روانه یا آنکه خری ز روی تزویر... خرهای دیگر کشد به زنجیر؟ هرگز تو شنیده ای که یک خر... با زور و فریب گشته سرور خر دور ز قیل و قال باشد... نارو زدنش محال باشد خر معدن معرفت کمال است... غیر از خربت ز خر محال است تزویر و ریا و مکر و حيله... منسوخ شدست در طویله دیدم سخنش همه متین است... فرمایش او همه یقین است گفتم که ز آدمی سری تو... هرچند به دید ما خری تو بنشستم و آرزو نمودم... بر خالق خویش رو نمودم ای کاش که قانون خربت... جاری بشود به آدمیت فیروز بشیری

22nd Annual Assyrian Food Festival  
 "The Celebration Continues"  
 Traditional Assyrian Food  
 Live Music, Dancing & Entertainment  
 Exotic Teas, Coffees and Pastries  
 Wine Bar, Exhibits and MORE...  
 Vendors from Around the World  
 Fun Filled Kid Zone  
**RAFFLE GRAND PRIZE**  
**2014 Ford Mustang**  
**AUGUST 23-24, 2014**  
**SATURDAY, SUNDAY**  
**11 A.M. - 9 P.M.**  
 Assyrian Church of the East - Mar Yosip Parish  
 680 Minnesota Avenue, San Jose, CA 95125  
 Near Hwy 87 and Alma Avenue  
 Free Admission, Shuttle and Parking  
 Visit [ASSYRIANFESTIVAL.COM](http://ASSYRIANFESTIVAL.COM) FOR MORE INFO!

بکوش که نسبت به مردم بدبین نشوی، زیرا صاحب سو ظن را جزء زحمت ابدی و کسالت روحی بهره ای نباشد. سقراط

## ادامه مطلب تابستان ۲۰۱۴... از صفحه ۳۳

اجساد کودکان و زنان و مردان مسافرانی که بی خبر از همه چیز به سوی استرالیا می‌رفتند روزها در گوشه و کنار مزارع در زیر آفتاب سوزان پخش بود و مردان مسلح، تجزیه طلبان، کسانی که مسئول سقوط این هواپیمای مسافری بودند به مأموران بین المللی اجازه نمی‌دادند که به صحنه دلخراش سقوط نزدیک شوند. خانواده‌های عزادار روزهای طولانی در انتظار دریافت اجساد عزیزان بودند. مردم دنیا از این حادثه و از رفتار وحشیانه مردان جنایکاری که نهایت بی احترامی را به قربانیان سقوط هواپیما کرده بودند خشمگین‌اند. هیچکس مسئولیت این حادثه‌ی غم‌انگیز را بعد از نگرفته است. مدارک و شواهد بسیاری از صحنه حادثه ناپدید شده ولی چشم‌ها بسوی کرملین است و برای بسیاری تردیدی نیست که تجزیه طلبان با استفاده از موشک‌های روسیه و با حمایت کرملین مسبب این فاجعه هستند. بیشتر سرنشینان هواپیما شهروند کشور هلند بودند. در حالی که خشم و نفرت مردم این کشور رو به افزایش است، سران اروپا به دنبال راه حلی برای تنبیه «مسکو» هستند. در حالیکه جنگ اوکراین شدت یافته و پوتین بدون توجه به افکار عمومی مردم دنیا مصمم است به بحران این منطقه افزوده و نه تنها مانع از پیوستن اوکراین به اتحادیه اروپا شود بلکه قصد دارد خاک این کشور را تجزیه کند. ظاهراً پوتین ترسی از اروپا ندارد. زیرا با ذخایر بی نهایت نفت و گاز اروپا از نظر انرژی و در نهایت از نظر اقتصادی وابسته به روسیه است. پوتین می‌تواند گستاخ تر هم باشد، روابط دوستانه چین و روسیه موقعیت او را قوی تر می‌کند. تحریم‌های اقتصادی و فشار آوردن به شرکت‌ها و افراد ثروتمند روسی از جمله اقدامات غرب است. تحریم‌ها در زمینه انرژی، فروش تسلیحات، امور مالی و بانکی است که نتیجه در آینده مشخص خواهد شد.

تصمیم فرانسه به تحویل هلیکوپترهای نظامی به روسیه و همچنین شرکت نکردن ایتالیا در تحریم‌های اقتصادی از قدرت آمریکا در استفاده از تحریم‌ها می‌کاهد. بگفته یکی از مفسرین، لندن تبدیل به لاس‌وگاس ثروتمندان روسی شده است. و ثروت‌های هنگفتی به بانک‌های لندن منتقل می‌شوند. در حال حاضر پوتین موقعیت خود را از نظر داخلی و خارجی محکم می‌بیند. بر اساس آمارهای جدیدی، بیش از ۸۰ درصد مردم روسیه طرفدار پوتین و اقدامات وی هستند و احساسات ناسیونالیستی در این کشور روز بروز قوی تر می‌شود. آرزوی بازگشت به روسیه بزرگ و قدرتمند و دفاع از هر بخشی که زبان روسی در آن صحبت می‌شود خواسته‌ی پوتین و مردم

روسیه است. برای جلب حمایت بیشتر داخلی پوتین از قدیمی ترین تاکتیک یعنی پروپاگاندا استفاده می‌کند. وی در این زمینه تجربه‌ی کافی دارد. پوتین سالها در سازمان جاسوسی روسیه «کی جی بی» کار کرده است. تبلیغات علیه غرب بویژه آمریکا در داخل روسیه کارایی بسیاری دارد. تمام شعارهای زمان «جنگ سرد» تکرار می‌شود که آمریکا مسئول همه اتفاقات ناگوار است. در روسیه در مورد سقوط هواپیمای مسافری گفته می‌شود که دولت اوکراین و یا متحد آن آمریکا مسئول هستند و هدف غرب بدنام کردن روسیه است.

از زمانیکه پوتین کریمه را ضمیمه کرد این احساس را برای مردم روسیه بوجود آورد که این آغاز «اروپای بزرگ» است که از پرتغال تا کرانه‌های روسیه ادامه یافته و مسکو یکی از مراکز مهم و با نفوذ آنست. از نظر پوتین اوکراین متعلق به روسیه است و در این راستا آمریکا با دادن اسلحه به این کشور یک رقیب محسوب می‌شود.

پوتین امروز از «استثنایی بودن» روس سخن می‌گوید. از ارزش‌های مسیحیت ارتدوکس حمایت کرده و می‌خواهد روسیه را به مقام والایی که در تاریخ داشته بازگرداند. دشمن و مانع را آمریکا قلمداد می‌کند. وعده‌های بازگشت به روسیه بزرگ را به مردم می‌دهد. باینگونه احساسات ناسیونالیستی رو به افزایش است. در جهان بی ثبات امروز پوتین برای مردم روسیه قهرمانی است که آنچه می‌گوید پذیرفته شده و اعمال حتماً غیر قانونی و غیر انسانی اش قابل توجیه است. این نمونه یک زمامدار خطرناک در شرایط نابسامان جهان امروز است.

از جانب دیگر غرب چاره‌ای ندارد بجز کوشش به حل مسائل از راه‌های مسالمت آمیز. اوکراین چرقه‌ای است که می‌تواند تبدیل به یک آتش بی مهار شود. پوتین آماده است که بر سر اوکران وارد جنگ به ویژه با آمریکا شود. اوکراین بار دیگر تابستان ۲۰۱۴ را در شرایط خطرناک تابستان ۱۹۱۴ قرار می‌دهد.

## بناگ سبزه در غزه

بار دیگر شاهد صحنه‌های دلخراش کشتار و خرابی در منطقه کوچک غزه که گفته می‌شود پر جمعیت ترین نقطه جهان است هستیم. این جنگ نیز مانند ۲۰۰۹ تحت عنوان از بین بردن مراکز که حماس از آنجا موشک به سوی اسرائیل می‌فرستد آغاز شده است. و همانند جنگ‌های قبلی خانه، مدرسه، مسجد بمباران می‌شود. هزاران کشته و دهها هزار زخمی این سناریویی است که هر بار تکرار می‌شود. همانند همیشه دولت اسرائیل ادعا می‌کند که در پاسخ حملات موشکی حماس مجبور به لکشر کشی و

بمباران این منطقه تحت اشغال شده است. این بار دولت اسرائیل گفته به هر قیمتی در صدد خلع سلاح کردن حماس است و در این راستا اکثریت مردم اسرائیل حامی اقدامات دولت خود هستند. واقعیت این است که جنگ با حماس و فلسطینی‌ها هرگز متوقف نشده است. سالهاست که این منطقه تحت محاصره نظامی و اقتصادی اسرائیل است. مردم نوار غزه هیچ راهی به خارج ندارند. از خانواده و خویشان خود جدا شده و در یک زندان بزرگ زندگی می‌کنند. آب، برق و تمام زندگی آنها در دست اسرائیلی‌هاست. خواسته مردم این منطقه پایان دادن به محاصره اقتصادی و نظامی است.

درگیریهای اخیر در حقیقت با ائتلاف حماس و فتح آغاز شد. دولت عباس و سران حماس موافقت کردند که یک حکومت ائتلافی بوجود آورند. اسرائیل بشدت مخالفت کرد. دولت نتانیاها اعلام کرد که هیچگونه مذاکراتی با چنین دولت ائتلافی نخواهد کرد. در پی قتل سه نوجوان اسرائیلی دولت اسرائیل حماس را مسئول اعلام کرد. این بار فشار بر مردم غزه بیشتر شد و درگیری شدیدتر.

«جاناتان فریدلند» (Jonathan Freedland) یک مفسر خاور میانه در نشریه گاردین طی مقاله‌ای جنگ اخیر اسرائیل و حماس را به چیزی مانند ماده مخدر «LSD» تشبیه می‌کند. وی می‌گوید این ماده مخدر موجب می‌شود که افکار و حس‌های انسان نسبت به هر کسی که با آن تماس پیدا می‌کند مخدوش شده و آنها را به مرز دیوانگی ببرد. در نتیجه رنگ‌ها همه سیاه و سفید است و هیچ رنگ دیگری وجود ندارد. وی می‌نویسد: بگذارید با اسرائیل شروع کنیم، نه با سیاستمداران و ژنرال‌ها بلکه مردم عادی. در حال حاضر آنها احساس می‌کنند که دنیا درد آنها را حس نمی‌کند و حتی از آنها متنفر است. مردم می‌دانند که اسرائیل روی صفحات تلویزیون و نشریات بعنوان یک هیولای بی رحم نشان داده می‌شود که مردم غزه را زیر بمباران گرفته. مدارس، بیمارستان‌ها و خانه‌های مردم را هدف قرار می‌دهد. آنها می‌دانند این تصویر چیست.

ولی مایوسانه می‌خواهند دنیا از چشم آنها نگاه کند. از چشم آنها اسرائیل کاری را انجام می‌دهد که هر کشوری یا شخصی که در موقعیت آنها بود همین کار را می‌کرد. آنها می‌پرسند انگلیس چگونه برخورد می‌کرد اگر موشک به شهرها و دهات آنها می‌آمد. آیا انگلیسی‌ها شان را بالا انداخته و آرام به زندگی ادامه می‌دادند و یا جواب حمله را با حمله می‌دادند.

ولی این موشک‌ها نیست که آنها را واقعا می‌ترساند. اسرائیلی‌ها از تونل‌های سری زیرزمینی که از مرز غزه شروع شده و به ملیشای حماس اجازه می‌دهد که از زیر

زمین به دهکده‌ها و کیبوس‌های آنها حمله کرده مردم را کشته و یا بزدند، می‌ترسند. تکنولوژی «گنبد آهنی» (Iron Dome) اسرائیل می‌تواند موشک‌ها را در آسمان بزند ولی آنها می‌گویند در مقابل مردی که در تاریکی شب برای کشتن شما از تونل می‌آید چه دفاعی دارید. شایعاتی مربوط به یافتن دستبند و داروهای خواب‌آور در این تونل‌ها که بتواند اسرائیلی‌ها را بی هوش کرده و ربوده شوند، وجود دارد که موجب وحشت اسرائیلی‌ها شده است. این دلیلی است که مردم می‌خواستند دولت آنها این بار با شدت بیشتری حمله کند. ادعا بر این است که کشف تونل‌های زیرزمین موجب حمله نظامی اسرائیل است. اسرائیلی‌ها تصاویر درد و رنج فلسطینی‌ها را می‌بینند. کودکان که دست و پای خود را از دست داده، کشته شده و یا بی پدر و مادر میمانند. ولی آنها می‌خواهند که دنیا از دید آنها بنگرد یعنی حماس مسئول این مرگ‌های وحشتناک است زیرا برای حفظ مردم خود کاری انجام نمی‌دهد. اسرائیلی‌های می‌گویند در سال‌هایی که منطقه ساکت بود حماس بتون‌هایی را که تقاضا کرده بود بدست آورد ولی بجای پناهگاه برای مردم، تونل‌ها و پایگاه‌های نظامی برای سران خود ساخت. این بحث و این نکات قابل جواب است ولی واقعیتی را نشان می‌دهد و آن این است که اکثریت اسرائیلی‌ها باور دارند که حماس دشمن است چه ضمنی چه آشکارا و تنها بدنبال از بین بردن اسرائیل است و هیچ توجهی به ایمنی مردم خود ندارد.

مردم اسرائیل از حماس از موشک‌ها و تونل‌های زیرزمینی آنها می‌ترسند و امنیت می‌خواهند. ولی در اینجاست که دیوانگی ظاهر می‌شود. اسرائیلی‌ها امنیت می‌خواهند ولی اعمال حکومت آنها ایمنی نمی‌دهد. به عکس این اعمال خود نابودی است. بیشترین تعداد اسرائیلی در جنگ با حماس کشته شده‌اند تا بدست حماس دست کم در این ۵ سال گذشته. به عبارت دیگر برای مقابله با این خطر فرضی که سربازان اسرائیلی ممکن است دزدیده شوند، تا کنون صدها سرباز واقعا کشته شده‌اند. پیش از این درگیریهای اخیر «کرانه‌ی غربی» برای سالها آرام بود. ولی پس از کشته شدن مردم غزه اعتراضات شروع شد و صحبت از بازگشت به مبارزات پیشین علیه اسرائیلی‌هاست. یک میلیون و هفتصد هزار فلسطینی در خاک اسرائیل زندگی می‌کنند که شهروند این کشور هستند و برای آنها نیز دیدن این صحنه‌ها دردناک است. آینده نیز در خطر است. کودکانی که در نوار غزه زندگیشان متلاشی شده و دچار رنج و درد شده‌اند بدون شک با نفرت بیشتری نسبت به اسرائیلی‌ها بزرگ خواهند شد که انتقام برای برخی تنها راه حل است.



## ادامه مطلب تابستان ۲۰۱۴... از صفحه ۴۶

حماس ممکن است با این درگیری جدید ابراز وجود کرده و تصویر خود را بعنوان قهرمان مبارزات فلسطین تازه کرده است. ولی این همراه با بهای سنگینی بوده است. پس از شدت یافتن درگیری که انتخاب هر دو حماس و اسرائیل بود اکنون بیش از ۱۰۰۰ نفر فلسطینی کشته بیش از ۶ هزار زخمی و دهها هزار بی خانمان شده‌اند. برای آن فلسطینی‌ها که در آرزوی کشور مستقل خود هستند که «کرانه غربی» را نیز بر می‌گیرد رسیدن باین هدف حتا دورتر بنظر می‌رسد. اسرائیلی‌ها می‌پرسند چه خواهد اگر «کرانه غربی» مانند «غزه» شود، جایی که حتا نزدیکتر به فرودگاه «بن‌گوریون» است. این چشم اندازی از یک آینده منحرف و لجوجانه است که اسرائیلی‌ها و فلسطینی‌ها در آن بسر می‌برند. آنها توسط مردانی رهبری می‌شوند که تنها ترس و نفرت خود را شنوا هستند و هر گامی که بر می‌دارند مردمان آنها را در یأس و ناامیدی عمیق تری فرو می‌برد. این آینده‌ای دردناک برای هر دو ملت و خطری جدی برای همه جهان است.

شرایط مختلف توانایی تشکیل دادن نوروهای جدید را دارد و مغز می‌تواند در دوران بزرگسالی نیز اتصالات جدید نورونی بسازد. همچنین تحقیقات بر روی مراقبه یا مدیتیشن نشان داده است تمرین دادن شدید مغز می‌تواند ساختار و عملکرد مغز را تغییر دهد.

**زنان از این پس دیگر ونوس نیستند**  
فرهنگ‌های عام می‌گویند مغز زن و مرد با یکدیگر تفاوت دارند. درست است که هورمونهای زنان و مردان بر روی گسترش مغز تأثیرات متفاوتی دارد و تا کنون تفاوتی در زمینه شیوه‌های احساس درد، تصمیم‌گیری‌های اجتماعی و کنار آمدن با فشارهای روحی میان زنان و مردان کشف شده است اما در واقع بیشترین بخش مغز و قدرت مغزی زنان و مردان با یکدیگر یکسان‌اند.

مطالعاتی که در زمینه تفاوت‌های جنسیتی انجام گرفته نشان می‌دهند ۷۸ درصد از تفاوت‌های جنسیتی گزارش شده نزدیک به صفر یا بسیار کوچک بوده‌اند. همچنین این مطالعات شایعات موجود در رابطه با توانایی‌های مختلف جنسیت‌های متفاوت را رد کرده است. مطالعه‌ای که در ژانویه سال جاری بر روی نیم میلیون دختر و پسر از ۶۹ کشور جهان انجام گرفت نشان داد هیچ اختلافی در توانایی محاسبه و ریاضیات میان این دو جنسیت وجود ندارد.

اسرائیل در کوشش برای از بین بردن دشمنان امروز، دشمنان آینده خود را پرورش می‌دهد. امنیت به دیوار و تانک ختم نمی‌شود. نیاز به اتحاد، حمایت و همدردی دارد. ولی هر روز اسرائیل مشغول کوبیدن غزه است و درجات احساس ترحم مردم دنیا نسبت به این کشور پایین تر می‌رود.

«فریدلند» می‌گوید: این خشونت در نظام اخلاقی مردم اسرائیل تأثیر گذاشته است. پس از ۴۷ سال اشغال و سالها درگیری و شیطانی جلوه دادن دشمن، حالا می‌بینیم که اسرائیلی‌ها روی صندلی‌ها در چمن با تنقلاط می‌نشینند و مانند فیلم‌های سینمایی بمباران غزه را تماشا می‌کنند. هیچ ملتی نمی‌تواند خود را امن بداند وقتی که تار و پودهای اخلاقی‌اش از هم می‌پاشد. تنها امنیت واقعی سیاسی است نه نظامی و این از راه مذاکرات و نه آتش توپخانه بوجود می‌آید. در سالهای آرامش این می‌بایست هدف اصلی اسرائیل می‌بود. در عوض هر روزنه‌ای بسته شد و هر فرصتی برای صلح طرد گردید. گرایش به خود آزاری تنها محدود به اسرائیل نیست.

بنیادین که صفحه عصبی نام دارد شکل گرفته و به لوله‌ای عصبی تبدیل می‌شود. این نسج در واقع سیستم مرکزی عصبی را به وجود می‌آورد. لوله عصبی از ابتدایی ترین مراحل رشد جنین شکل گرفته و از دیگر بخشها متمایز می‌شود و شکل‌گیری نوروها و دیگر سلولها نیز از سه ماهه دوم آغاز خواهد شد. چین خوردگی‌های مغز بسیار دیر آغاز می‌شود و در ۲۴ هفتگی تعداد بسیار کمی از این چین خوردگی‌ها بر روی سطح مغز مشاهده می‌شود.

**مغز تکامل نیافته است**  
نقطه اوج رشد ماده خاکستری مغز به دوران بلوغ انسان تعلق دارد و در دوران نوجوانی و با گسترش بخشهای قدامی مغز که با قضاوت و تصمیم‌گیری در ارتباطند تکامل بیشتری پیدا می‌کند. مطالعات نشان داده‌اند بخشهایی که با عملکرد چندگانه انسان در ارتباط است تا ۱۶ یا ۱۷ سالگی به طور کامل تکمیل نمی‌شوند و بسیاری از دیگر توانایی‌های مغز تا ۲۰ سالگی به تکامل می‌رسند.

**مغز هرگز از تغییر دست بر نمی‌دارد**  
زمانی دانشمندان بر این باور بودند که با پشت سر گذاشتن جوانی، توانایی شکل‌گیری اتصالات نورونی جدید نیز در انسان متوقف می‌شود. دیدگاهی که در سال ۲۰۰۷ مردود اعلام شد و دانشمندان دریافتند مغز در

## ۱۰ حقیقت جالب درباره مغز انسان

طی تاریخ مغز انسان در ناپدید گرفته شدن فود نقش بسیار فوبی را ایفا کرده است. تمامی انسانها از مصریان باستان گرفته تا ارسطو اهمیت پندانی به نقش ماده مرموزی که میان دو گوش انسان قرار گرفته است نداده‌اند. آناتومی شناس مصروف "کالن" به مغز به عنوان فرمانده مرکبات و صمیمت کردن بدن انسان اعتبار داد اما متی او نیز توبه پندانی به ماده سفید و خاکستری مغز نداشت. بر اساس گزارش لایه ساینس امروزه تحقیقات و پیشرفتهای تکنولوژیکی امکان مشاهده نزدیک مغز انسان را به موبود آورده است و یافته‌هایی که به واسطه این تکنولوژی‌ها به دست آمده‌اند می‌توانند افرادی مانند گالن را نیز شگفت زده کنند.

## مغز انسان بسیار بزرگ است

میانگین وزن مغز یک فرد بالغ ۱٫۳ تا ۱٫۴ کیلوگرم است. برخی از جراحان مغز و اعصاب بافت مغز زنده را مانند خمیردندان و مواد نیمه جامد دیگر توصیف می‌کنند. در حدود ۸۰ درصد از محتوی جرمه انسان را مغز فرا گرفته است و مابقی آن از میزان یکسانی خون و مایع نخاعی انباشته شده است به بیانی دیگر حجم مواد انباشته شده در جرمه انسان با گنجایش بطری دو لیتری آب معدنی برابری می‌کند.

## اما در مال کوچک شدن است

انسانهای ماقبل تاریخ از مغزهای بسیار بزرگتری برخوردار بوده‌اند و مطالعات نشان می‌دهند مغز انسان از پنج هزار سال پیش تا کنون در حدود ۱۵۰ سانتیمتر مکعب کوچکتر شده است که این میزان با ۱۰ درصد از کل حجم مغز برابری می‌کند. تا کنون دلیل این کاهش حجم مغز مشخص نشده اما برخی بر این باورند این کاهش حجم با افزایش کارایی مغز همراه شده است. برخی دیگر بر این باورند که به دلیل عدم نیاز به فکهای مقاوم برای جویدن مواد غذایی سخت، جرمه انسان رو به کوچک تر شدن گذاشته است. با این همه تا کنون شاهدی بر این موضوع که کوچک شدن مغز از میزان هوشمندی انسانها کاسته است یا نه به دست نیامده است.

## مغز باشگاهی فصوصی است

ساختاری از سلولها در سیستم خونی مغز که دیواره خونی-مغزی نام دارد مانند نگهبانان در باشگاه‌های خصوصی تنها به چند مولکول اجازه ورود به بخش اصلی سیستم عصبی یعنی مغز را می‌دهد. مویرگهایی که تغذیه مغز را به عهده دارند در کنار سلولهایی که به یکدیگر چسبیده‌اند از ورود مولکولهای بزرگ جلوگیری می‌کنند، تنها پروتئینهای ویژه‌ای اجازه دارند مواد غذایی و مواد دیگر مورد نیاز مغز را به داخل ببرند.

## مغز انسان انرژی فوار است

این عضو حیاتی که تنها دو درصد از وزن بدن را تشکیل می‌دهد در حدود ۲۰ درصد از اکسیژن و ۲۵ درصد از گلوکز خون را مصرف می‌کند. این میزان مصرف انرژی مباحثاتی را در میان دانشمندان به راه انداخته است تا دریابند چه ماده غذایی منجر به تکامل یافتن مغز بزرگ در انسان شده است. در ابتدا گوشت به عنوان عامل آغاز این تکامل انتخاب شد اما به دلیل غیر قابل اتکا بودن این منبع غذایی دانشمندان گیاهان غنی از انرژی را به عنوان ماده غذایی انتخاب کردند که باعث تکامل یافتن مغز انسان و بزرگ شدن آن شده است. از دیگر نظریه‌هایی که برای توضیح بزرگ شدن مغز ارائه شده‌اند می‌توان به تغییرات آب و هوایی، نیاز محیطی و رقابتهای اجتماعی اشاره کرد.

**چین خوردگی‌های مغز انسان را هوشمند می‌کنند**  
سطح مغز انسان از شیارهای عمیقی در هم پیچیده شده و از فرورفتگی‌ها (Sulci) و برآمدگی‌ها (Gyri) تشکیل شده است. این



*Discover a Whole New Dining  
Experience in a Chic & Gracious Atmosphere at*



**Los Gatos**

**"Peruvian and Japanese Cuisine"**

**Full Menu Available at [Katsulosgatos.com](http://Katsulosgatos.com)**

**Dinner Service:**

**Sunday: 11:00am-8:00pm (Brunch from 11:00am-3:00pm)**

**Monday-Thursday: 5:00pm-10:00pm**

**Friday-Saturday: 5:00pm-11:00pm**

**Happy Hour:**

**Monday-Friday: 5:00pm-7:00pm**

**Sunday: 12:00pm-4:00pm**

**Restaurant is available for Private Events**

**(408) 354-0712**

**160 W Main St, Los Gatos, CA 95030**

## ادامه مطلب کاربرد و کالتنامه... از صفحه ۲۵

با فوت شما به پایان می رسد. باید خیلی احتیاط کنید و قبل از امضای و کالتنامه، محتویات آنرا دقیقاً متوجه شوید، چه بسا موارد زیادی هستند که اشخاص مسن تمام پس انداز زندگیشان را از طریق نماینده شان (که در بعضی موارد افراد فامیلشان هستند) از دست داده اند. تا زمانی که از توانایی کامل ذهنی برخوردارید، شما می توانید و کالتنامه تان را تغییر دهید و یا آنرا کنسل کنید. نوع دیگر و کالتنامه در مورد تصمیم گیری درباره معالجه و درمان است که در فرصتهای بعدی به آن اشاره خواهم کرد.

## ادامه مطلب همه چیز درباره... از صفحه ۴۲

فرآوری شده و تصفیه شده تاثیر مستقیمی بر افزایش وزن و اختلال در روند کاهش وزن دارند. بر اساس پژوهشی، رژیم غذایی کنترل وزن که شامل غلات سبوس دار است تأثیری چند برابر در روند کاهش سبوس دور کمر دارد.

## راه حل نهایی فواصل شدن از چربی دور شکم کدام است؟

شواهد علمی نشان می دهد که یک رژیم غذایی کنترل شده از لحاظ کالری که سرشار از میوه، سبزیجات، غلات کامل، لبنیات کم چرب، لوبیا، آجیل، دانه ها، گوشت بدون چربی، ماهی، تخم مرغ، مرغ و بوقلمون است، پایه و اساس یک رژیم غذایی کامل را تشکیل می دهد که تمام نیازهای بدن شما را برآورده می کند و در عین حال چربی های اضافه بدن شما را مانند ساطوری از بین می برد. همچنین متخصصان لاغری توصیه می کنند که برای گرفتن نتیجه بهتر است حداقل چهار تا پنج روز در هفته، نیم تا یک ساعت ورزش کنید.

به طبع رسیده است.

۱۲- داستان شبرنگ که منظومه ای است در جنگ رستم با شبرنگ پسر دیو سپید و همه دیوان مازندران و برافگندن آنان. دو داستان خسرو، شیرین و فرهاد و لیلی و مجنون باتوجه به اهمیت و معروفیت و محبوبیت فوق العاده آنان در نزد پارسی زبانان و نیز درخشش جهانی آنها که از اشعار دیوان پنج گنج نظامی گنجوی اقتباس شده به نظر خوانندگان می رسد.

شما می توانید و کالتنامه خود را طوری تنظیم کنید که خودتان مسئول همه کارهایتان باشید و فقط و فقط در زمانی که دچار توانایی ذهنی شوید، نماینده ی شما دارای اختیار شود. شما همچنین می توانید قدرت محدودی به نماینده تان بدهید که مثلاً فقط بتواند حسابهایتان را پرداخت کند. این معمولاً بهتر از این است که اسم شخص را به حسابتان اضافه کنید. نماینده ی شما نمی تواند بدون اجازه کتبی شما از اموال شما چیزی ببعنوان هدیه برای خود برداشت کند. این قدرت حق و اختیار و کالتنامه،

## تأثیر نوشابه های (ژیمی)

بنابر گزارش انجمن قلب آمریکا، نوشابه و دیگر نوشیدنی های شیرین شده با شکر، منبع شماره یک قند اضافه در رژیم غذایی آمریکاییان به شمار می آید. قند اضافه به معنی کالری اضافه است که باعث اختلال در رژیم غذایی و کاهش وزن و چربی دور شکم است. تأثیر نوشابه های رژیمی بر کاهش وزن چیست؟ با وجود اینکه برخی تحقیقات، مصرف نوشابه های رژیمی را برای آن دسته از افراد که به نوشیدن نوشابه های پر از شکر عادت دارند توصیه می کنند، اما تحقیقاتی نیز وجود دارد که نشان داده نوشیدن نوشابه های رژیمی باعث اضافه وزن می شود. پس بهتر است به طور کلی برای کاهش وزن از مصرف نوشابه خودداری کنید.

## تأثیر مصرف فیبر بر کاهش سبوس دور کمر

برای کاهش سبوس دور کمر خود غلات سبوس دار را به رژیم غذایی خود اضافه کنید. به عنوان مثال از نان و برنج قهوه ای به جای سفید استفاده کنید. غذاهای

۱۰- سوسن نامه یا داستان سوسن رامشگر که قسمتی است از برزنامه خواجه عطایی و در ملحقات شاهنامه چندبار طبع شده است.

۱۱- داستان کک کوهزاد، داستانی منظوم است در شرح پهلوانی رستم هنگام کودکی. این داستان از شاعرسیست که نام و نشان او معلوم نیست و ظاهراً در قرن ششم هجری نوشته شده است. داستان کک نیز در جزء ملحقات شاهنامه چندبار

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

بانو گشتسپ دختر رستم که در پهلوانی و چالاکی میان مردان نیز همانند او کم بود و خواستاران بزرگ مانند فغفور و قیصر و خاقان چین و بزرگان و خویشان کاوس شاه و بسی از دلیران و نام آوران ایرانی به خواستاری وی نزد رستم رفتند و کسی فرستادند اما رستم از میان همه آنان کیوسر گودرز کشوادکان را برگزید و دختر خود را بدو داد. از این زن شجاع داستان مستقلی مانده که به بانو گشتسپ نامه موسوم و علی الظاهر از اواخر قرن پنجم است.

۶- برزنامه منظومه بزرگی است در ذکر احوال برزو پسر سهراب از هنگام ولادت که آن را به عطاء بن یعقوب معروف به عطایی رازی نسبت داده اند.

۷- شهریار نامه منظومه حماسی دیگری از اواخر قرن پنجم است در آن اعمال پهلوانی خاندان رستم تا سه نسل بعد از او کشیده می شود و شهریار که در این منظومه از او یاد شده آخرین فرد مشهور از خاندان کرشاسپ در حماسه ملی ایران است. شهریار، پسر برزو، پسر سهراب، پسر رستم است که مانند پدر و جد خود بی آن که از نسب خویش اطلاع داشته باشد با خویشاوندان خود به نزاع برخاست و میان او و عشم فرامرز جنگی سخت درگرفت و سرانجام پس از شناسائی به صلح و داد منجر گشت. شاعری که این داستان را به نظم کشید سراج الدین عثمان بن محمد مختاری غزنوی (متولد سال ۵۴۴) از شعرای بزرگ ایران است.

۸- آذربزین نامه داستان پسر فرامرز است که از دختر صور پادشاه کشمیر بود و هنگام جنگ پدر با بهمن در هندوستان می زیست و چون از کار پدر آگهی یافت به یاری او شتافت و نزدیک لشکرگاه بهمن از دریا برآمد و لشگر بهمن را از آن پدر خود پنداشت و دوست وار به جانب آن رفت و گرفتار شد. بهمن او را با خود از سیستان به سوی بلخ برد لیکن در میان راه رستم تورگیلی، یکی از پهلوانان آن روزگار، به یاری او آمد و وی را از بند رهایی داد. آذربزین پس از رهایی از بند بهمن با او به جنگ برخاست و میان او و بهمن کارزارها رفت تا سرانجام پادشاه کیان به حصار پناه برد و آخر کار به صلح با آذربزین تن در داد و آذربزین جهان پهلوان بهمن گشت.

۹- بیژن نامه داستان منظوم دیگرسیست در باب بیژن پهلوان معروف ایرانی پسر گیو که از ۱۴۰۰ تا ۱۹۰۰ بیت دارد و از صاحب برزنامه یعنی عطاء بن یعقوب است.

در قبال انحطاط حماسه های ملی دو نوع تازه از حماسه در ایران قرن ششم معمول شد که با وضع اجتماعی ایرانیان آن عهد سازگار بود و از آن دو یکی حماسه های تاریخی یعنی منظوم های حماسی است که در باب رجال تاریخی ترتیب یافت از قبیل اسکندرنامه نظامی و شاهنامه نامه پاییزی از مجدالدین محمد پاییزی نسوی شاعر آخر قرن ششم و آغاز قرن هفتم؛ و دوم حماسه های دینی یعنی منظومهایی که در شرح قهرمانی های رجال و پهلوانان دین اسلام ساخته شده و بیشتر اختصاص به شیعیان داشته است.

از نیمه دوم قرن پنجم و آغاز قرن ششم بر اثر نفوذ شدید فردوسی در ادب فارسی بعضی از شاعران به نظم در آوردن بازمانده داستانهای ملی سرگرم بودند که از جمله آنهاست.

۱- گرشاسپ نامه اسدی طوسی شاعر بزرگ ایران در قرن پنجم هجری. این منظومه از روی داستان منثور گرشاسپ از آثار ابوالمؤید بلخی که فردوسی از آن در نظم شاهنامه خود استفاده نکرده بود، ترتیب یافت و در بخش زندگینامه اسدی طوسی در این کتاب از آن سخن خواهیم گفت.

۲- بهمن نامه که از آثار قدیم شعر فارسی و متعلق به اواخر قرن پنجم یا اوایل قرن ششم است. از این منظومه در مجمل التواریخ و القصص که به سال ۵۲۰ تألیف شد، سخن رفته است و شاعر آن «ایرانشاه بن ابی الخیر» است. این بهمن نامه غیر از بهمن نامه حکیم آذری از شاعران قرن نهم است که در شرح احوال سلاطین بهمنی هندوستان ساخت. بهمن نامه را حکیم ایرانشاه به نام محمود و محمد پسران ملکشاه ساخته است و موضوع آن سلطنت بهمن و سرگذشت او با کتابون (کسایون) دختر پادشاه کشمیر و همای دختر خدیو مصر و داستان مرگ رستم و هنرنمایی های آذربزین پسر فرامرز است.

۳- دیگر از منظوم های حماسی این عهد فرامرزنامه است که از آن نیز در کتاب مجمل التواریخ و القصص سخن رفته و بنابراین در اواخر قرن پنجم یا اوایل قرن ششم به نظم درآمده است. موضوع این منظومه داستان فرامرز و هنرنمایی های او خاصه در کشور هند است.

۴- کوش نامه که آن نیز در مجمل التواریخ آمده و موضوع آن جنگهای کوش پیل دندان برادر زاده ضحاک است و گویا آن نیز از آثار حکیم ایرانشاه است. ۵- بانو گشتسپ نامه در سرگذشت



ادامه مطلب **طفلک گلی** ... از صفحه ۱۳۷

و دو بچه در کنارش و منتظر پخته شدن جگرهاست تا بگیرد و برود. هر سه از دیدن هم خوشحال شدیم و ایستادیم به گپ زدن و جویای احوال شدن که ناگهان بی مقدمه بدون آنکه جگر هایش را از فروشندگی بگیرد و بدون خدا حافظی بچه ها را با فشار براه انداخت و به طرزی وحشت زده پا به فرار گذاشت. ما با دهانی باز از حیرت، برجای ماندیم که چرا گلی با ما چنین کرد که سروش حرامزاده را در برابر خود دیدیم. گویا رد گلی را گرفته بود و به پر و پایش پیچیده بود و باج خواهی میکرد. خواهرم از سروش پرسید تو اینجا چه میکنی و او بجای پاسخ، سؤال کرد که: آن زن که پیش شما بود، آیا گلی نبود؟... پس از آن شب تا به امروز هنوز از گلی خبر ندارم او برای حفظ خوشبختی اش از سروش میگریخت تا زندگیش دو باره به نکبت کشیده نشود... **پایان**

نامتعارف جنسی شناخته نشده است. بسیاری از خانواده‌ها تلاش می‌کنند در مورد مسائل جنسی حرف نزنند یا آن را به تعویق بیندازند. به اعتقاد بسیاری از پدر و مادرهای ایرانی، حرف زدن درباره این موضوعات تابو به حساب می‌آید و گفتن آن به بچه‌ها نادرست است.

نسرین مادر یک پسر بچه هشت ساله است که می‌گوید پسرش را به خاطر نامناسب بودن محیط، به مدرسه فوتبال نمی‌گذارد و در عین حال معتقد است همان‌طور که نمی‌شود به نوزاد پلو و خورش داد، نمی‌شود با کودکان هم درباره مسائل جنسی حرف زد و این تنها چشم و گوش‌شان را باز می‌کند.

در شرایطی که مسئولان رسمی معتقدند باید از رسانه‌ای شدن این موضوع به دلایل اخلاقی خودداری کرد و موضوع را کوچک‌تر از آنکه هست نشان داد و در حالی که خانواده‌ها به دلیل تسلط فرهنگ محافظه‌کار و باورهای سنتی کودکان را در مقابل آسیب‌های روحی و جسمی تجاوز بی‌پشتوانه رها می‌کنند، عواقب دردناکی در انتظار کودکان قربانی است: احساس ناامنی روانی و تحقیر، افت تحصیلی، بی‌اعتمادی و ناتوانی در برقراری رابطه جنسی و خطر ابتلا به بیماری‌های جنسی.

روح گلی هنوز همان روح کودکانه بود و هنگامی که ما بچه‌ها در حیاط و راهرو و پله کاناها به سر و کول هم می‌بیریدیم و به سر و کله هم می‌زدیم، در اطاق گلی باز میشد و شادمانه به میان ما می‌بیرید و خودش را وارد زد و خوردها و جفتک اندازی‌هایمان میکرد. خانه‌شان آماده شد و رفتند و پس از مدتی آقای مهندس کرمانشاهی که مشروب را کنار گذاشته بود با گلی خانم در حالی که کودکی در آغوش داشت و نامش را به یاد پدر آقای کرمانشاهی حبیب گذاشته بودند وارد خانه مان شدند. آنقدر از سر و سامان گرفتن گلی شاد بودیم که تصور میکردیم خودمان به گنجی دست یافته ایم....

من از گلی دیگر هیچ خبری نداشتم، شب هنگامی بود که باخواهرم به سوی خانه میرفتیم که در مقابل یک جگرکی گلی را دیدیم که ایستاده و یک بچه در بغل

در گوش من هست. بله به من تجاوز شده. هنوز وقتی پارتترم از پشت سر بغلم می‌کند، ناخودآگاه می‌زنمش کنار. کسی نمی‌تواند من را از پشت سر ببوسد. اینها تاثیر روانی آن دوران بر من است.»

نیما فکر می‌کند که ناآگاهی عمیقی در خانواده‌های ایرانی نسبت به موضوع تجاوز به پسر بچه‌ها وجود دارد: «در واقع این تصور که هیچ وقت ممکن نیست به پسرها تجاوز شود در خانواده‌ها نهادینه است. یادم هست که یک روز، مادرم گفت فلان معلم خیلی آقای محترمی است، همه بچه‌هایی را که از تنهایی توالیت رفتن می‌ترسند، او می‌برد دستشویی. هفته بعد، نوه یکی از اقواممان را که اول دبستان بود دیدم. فهمیدم همان معلم اذیتش کرده. با یک بچه اول دبستان سکس انجام داده بود. به او گفته بود همین کاری را که من برایت می‌کنم، تو برای من انجام بده، عصر باهم می‌رویم شهربازی. بچه از ترس حتی نتوانسته بود حرف بزند.»

به همان نسبت که معاون پرورشی وزارت آموزش و پرورش ایران معتقد است که جای آموزش جنسی در مدرسه‌ها و به شکل رسمی نیست و این وظیفه را به گردن خانواده‌ها می‌گذارد، برای بسیاری از خانواده‌های ایرانی لزوم آموزش به کودکان درباره بدن و شناخت رفتارهای

ادامه مطلب **روایت های ناگفته** ... از صفحه ۱۳

که برخی به این دلیل که می‌خواستند از تجربه جنسی برخوردار شوند، سکس با هم‌جنسان خود را تجربه می‌کردند و برخی هم به زور تن به رابطه‌ای می‌دادند و در واقع به آنها تجاوز می‌شده است.

مانی اما بر نکته دیگری دست می‌گذارد. او تاکید می‌کند که بخش مهمی از تجاوزهای دوران مدرسه، به خاطر به رسمیت شناخته نشدن هم‌جنسگرایی اتفاق می‌افتد و گاه ترنس‌چندرها یا هم‌جنسگراها قربانی این رفتارها می‌شوند: «من با چنین چیزی از سمت معلم‌ها مواجه نشدم. معلم‌ها با ما خوب رفتار می‌کردند، حتی برای سنین اول ابتدایی از معلم‌های زن استفاده می‌شد. در سنین بالاتر، آشنایی من با روابط جنسی از طریق آموزش نامحسوس معلم‌ها اتفاق افتاد. ولی بارها و بارها پیش آمد که در مدرسه بشنوم که فلانی را می‌توانی با فلان قدر تومان ببری توی دستشویی و خدماتی هم که بهت می‌دهد شامل این‌هاست. سال‌ها بعد یکی از آنها را دیدم. گوی بود. با خودم فکر کردم این آدم تمام مدت به خاطر اینکه نمی‌توانست رابطه مجاز داشته باشد، تن می‌داد به سوءاستفاده بچه‌های دیگر. معمولاً این افراد با برخوردهای زشت و زنده‌های مواجه می‌شدند. یعنی حتی اگر واقعا گوی بودند، همیشه در مدرسه تحقیر می‌شدند.»

ناشنایی با انواع هویت‌های جنسی، گروه‌هایی از پسران را در حالت سردرگمی قرار داده به نحوی که نمی‌توانند بین هویت‌های مختلف جنسی یا مبتلا بودن فرد به پدوفیلی تفکیک قائل شوند. به این ترتیب که رابطه یک معلم جوان را که خارج از گروه سنی نوجوانان است، به عنوان هم‌جنسگرایی می‌شناسند: دانش‌آموز سابق یک مدرسه راهنمایی مشهور در تهران می‌گوید: «من فکر می‌کنم شاید بعضی از این معلم‌هایی که کم سن و سال بودند و به محض ورود به دانشگاه به مدرسه می‌آمدند، هم‌جنسگرا بودند. شاید هم چون راه دیگری برای ارضای خودشان نداشتند، به بچه‌ها روی می‌آوردند. این وسط حتما تعدادی هم پدوفیل بودند.»

**انکار و لاپروستایی**

نیما جوانی است که در پاسخ به این سؤال که آیا در دوران مدرسه به او تجاوز شده یا نه پاسخ روشنی دارد: «تا تجاوز را چه معنی کنید؟ در دوره دبستان که بودم، معلم علوم‌مان رسماً بچه‌ها را دستمالی می‌کرد؛ به این عنوان که عزیزم تو درس را متوجه نمی‌شوی، بیا من برایت توضیح بدهم. بچه‌ها را روی پیش می‌نشاند و دستمالی می‌کرد. هنوز صدای نفس نفس زدن‌هایش

جوان دیگری به نام روزبه می‌گوید: «من در یک منطقه محروم درس می‌خواندم، جایی سمت اتوبان آهنگ. در توالیت پسرانه که راه می‌رفتی، همین‌طور پیمادهای لیدوکالین و انواع روان‌کننده‌ها ریخته بود کف راهروی دستشویی. طبق قاعده همه مسئولان مدرسه هم این چیزها را می‌دیدند، ولی هیچ کاری نمی‌کردند. حتی خیلی از معلم‌ها، از این ماجرا سوءاستفاده می‌کردند و اگر می‌فهمیدند که بچه‌ها چه کسی را اذیت می‌کنند، حتماً به آن شخص نزدیک می‌شدند. در اردوهای که از سمت مدرسه می‌رفتیم، برخی از معلم‌ها سراغ این بچه‌ها می‌رفتند. حتی یادم هست که یکی از این بچه‌ها در اردوی رامسر هربش در چادر معلم می‌خوابید.»

**کجا فطر بیشتر است؟**

اینجا گفته‌های کسانی بود که در مدارس پرجمعیت درس خوانده‌اند، اما این ماجرا خاص مدرسه‌های شلوغ نیست. بسیاری از کسانی که خاطرات خود را از آزارهای جنسی دوران مدرسه نقل می‌کنند، تاکید شده تحصیل کرده‌اند. با این حال این احتمال وجود دارد که در مدارس که تعداد دانش‌آموزان کمتر و نظارت بیشتر است، آموزش‌های جنسی هم بیشتر ارائه شود. سعید، دانش‌آموزی که در مدرسه ۱۲۰ نفری حسام، وابسته به کانون زبان درس خوانده احساس امنیت بیشتری داشته است. او می‌گوید هنگام ثبت نام او در مدرسه، سؤال‌هایی درباره آخرین فیلمی که دیده، موسیقی مورد علاقه‌اش از او شده و حتی معلمان به صورت نامحسوس به آنها اطلاعاتی در مورد مسائل جنسی داده‌اند. سعید برای اولین بار در مدرسه نام کاندوم را شنیده و با کاربرد آن آشنا شده است. او فکر می‌کند وقتی الان به آن مسأله فکر می‌کند، هیچ حس بدی ندارد. او هیچ‌گاه تصور این را نداشته که آنها در قبال اطلاعاتی که می‌دهند بهره جنسی می‌برند. بخشی از آنچه به عنوان رابطه جنسی در مدرسه‌ها اتفاق افتاده، خودخواسته و بخشی تجاوزگونه بوده است؛ به این معنی

۱	۱۱	۲۱	۳۱	۴۱	۵۱	۶۱	۷۱	۸۱	۹۱	۱۰۱	۱۱۱	۱۲۱	۱۳۱	۱۴۱	۱۵۱
۱	۱۱	۲۱	۳۱	۴۱	۵۱	۶۱	۷۱	۸۱	۹۱	۱۰۱	۱۱۱	۱۲۱	۱۳۱	۱۴۱	۱۵۱
۲	۱۲	۲۲	۳۲	۴۲	۵۲	۶۲	۷۲	۸۲	۹۲	۱۰۲	۱۱۲	۱۲۲	۱۳۲	۱۴۲	۱۵۲
۳	۱۳	۲۳	۳۳	۴۳	۵۳	۶۳	۷۳	۸۳	۹۳	۱۰۳	۱۱۳	۱۲۳	۱۳۳	۱۴۳	۱۵۳
۴	۱۴	۲۴	۳۴	۴۴	۵۴	۶۴	۷۴	۸۴	۹۴	۱۰۴	۱۱۴	۱۲۴	۱۳۴	۱۴۴	۱۵۴
۵	۱۵	۲۵	۳۵	۴۵	۵۵	۶۵	۷۵	۸۵	۹۵	۱۰۵	۱۱۵	۱۲۵	۱۳۵	۱۴۵	۱۵۵
۶	۱۶	۲۶	۳۶	۴۶	۵۶	۶۶	۷۶	۸۶	۹۶	۱۰۶	۱۱۶	۱۲۶	۱۳۶	۱۴۶	۱۵۶
۷	۱۷	۲۷	۳۷	۴۷	۵۷	۶۷	۷۷	۸۷	۹۷	۱۰۷	۱۱۷	۱۲۷	۱۳۷	۱۴۷	۱۵۷
۸	۱۸	۲۸	۳۸	۴۸	۵۸	۶۸	۷۸	۸۸	۹۸	۱۰۸	۱۱۸	۱۲۸	۱۳۸	۱۴۸	۱۵۸
۹	۱۹	۲۹	۳۹	۴۹	۵۹	۶۹	۷۹	۸۹	۹۹	۱۰۹	۱۱۹	۱۲۹	۱۳۹	۱۴۹	۱۵۹
۱۰	۲۰	۳۰	۴۰	۵۰	۶۰	۷۰	۸۰	۹۰	۱۰۰	۱۱۰	۱۲۰	۱۳۰	۱۴۰	۱۵۰	۱۶۰
۱۱	۲۱	۳۱	۴۱	۵۱	۶۱	۷۱	۸۱	۹۱	۱۰۱	۱۱۱	۱۲۱	۱۳۱	۱۴۱	۱۵۱	۱۶۱
۱۲	۲۲	۳۲	۴۲	۵۲	۶۲	۷۲	۸۲	۹۲	۱۰۲	۱۱۲	۱۲۲	۱۳۲	۱۴۲	۱۵۲	۱۶۲
۱۳	۲۳	۳۳	۴۳	۵۳	۶۳	۷۳	۸۳	۹۳	۱۰۳	۱۱۳	۱۲۳	۱۳۳	۱۴۳	۱۵۳	۱۶۳
۱۴	۲۴	۳۴	۴۴	۵۴	۶۴	۷۴	۸۴	۹۴	۱۰۴	۱۱۴	۱۲۴	۱۳۴	۱۴۴	۱۵۴	۱۶۴
۱۵	۲۵	۳۵	۴۵	۵۵	۶۵	۷۵	۸۵	۹۵	۱۰۵	۱۱۵	۱۲۵	۱۳۵	۱۴۵	۱۵۵	۱۶۵



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

نشان داد که آنها نمادی از گوناگونی زن و مرد امروزی و برابری آنهاست، مسلمان، کاتولیک، یهودی و یا هر دینی و اندیشه ای در صندلی های کنار یکدیگر نشسته بودند. بسیاری از بازیکنان بعد از باخت خیلی آسان اشک می ریختند. آیا هنوز جهان جای امنی برای زندگی است؟ آیا حق داریم نگران آینده باشیم؟ آیا بازیکنانی که اشک می ریختند به تماشاگرانی می نگریند که شرمساری آنها را باور کرده بودند. آیا طرفداران برزیلی حق دارند که بیخندند و خوشحال در ورزشگاهی که سرد و غمگین و یا گرم و تکان دهنده بود از شادی میرقصیدند، این در سرزمین سامبا بود که از سامبا خبری نبود.

بهرحال تیم ایران با مردی که به عنوان مربی از همه بیشتر می داند و نصیحت پذیر نیست به پایان این راه رسید در دور دست نگاه های من. او قهرمان جنگ های روانی است، در روز اول در برابر نیجریه او یک شال گردن پشمی مشکی بر دوش انداخته بود و در حالیکه عرق از سر و رویش می ریخت تنها فراموش کرده بود که تسبیح را نیز بدست بگیرد، آیا او بازار گرمی می کند، او نیازی به هدایت شدن ندارد، او همواره پول بیشتری خواسته است. و آقای امید نمازی دستیارش در یک برنامه تلویزیونی می گوید که او هرگز به فکر دستیارانش نبوده است.

فوتبال ما در آرزوی بزرگ نمائی بوده است. اما باخته است و آب هم از آب تکان نخورده است و کارلوس پول بیشتری می خواهد. تمامی تیم های آسیائی بسیار ضعیف بودند و نشان دادند چقدر از فوتبال جهانی عقب هستند. شاید به قول آقای اوایاما آنها باید

دست در دست هم در پی نظم نوین جهانی دیگری باشند در میان بازیکنان ایرانی در این مارکت (بازار) بزرگ جهانی تنها شاید دو یا سه نفر شانس پیوستن به تیم های اروپائی را داشته باشند. بهرحال برای اینکه بدانیم فوتبال رو به نزول است لازم نیست غرایض یکتة تازی گروهی را در مورد ماهی و میمون کشف کنیم. برای اینکه قبول کنیم در فوتبال ما چیزی چنگی بدل نمی زند چه با آقای کی روش و چه بدون او نیازمند هستیم به آزمایش های آزمایشگاهی دست بزنیم. همه اینها قابل مشاهده است. ما در یک گروه چهار تیمی مثل همیشه چهارم شدیم. سالها چه زود گذشته اند.

باید کمی عقربه های زمان را میزان کرد و از وجود بی حسی های عمومی پرهیز نمود، بدون تردید پیشرفتی در کار نبوده است و بسیاری از رویاها به تحقق پیوسته است. آیا آنچه در غرب دیده می شود در شرق رویا بنظر می رسد، آلودگی تنها به محیط زیست مربوط نمی شود بلکه آلودگی فکری و اجتماعی نیز وجود دارد.

این یک شوخی یا جدی از جانب ژان کوکتو است که می گوید همیشه در دنیا عنکبوت بزرگتری هست که عنکبوت های کوچک را می خورد.

در پایان دیدار وقتی دو تیم برای گرفتن جایز خود به جایگاه رفتند آقای سب بلاتر رئیس فیفا در حضور رئیس جمهور آلمان جام رابه خانم روسو رئیس جمهور برزیل داد تا در حضور آقای پوتین به کاپیتان آلمان ها دهد. این یک زیرکی فوق العاده بود. جامی که خانم روسو در دست داشت به کاسان برزیلی ها داده شود. خانم مرکل تمامی بازیکنان آلمان را در آغوش گرفت و با آنها خوش و بش کرد. آلمان ها در میان استقبال پرشکوه هم وطنشان در یک ماشین بزرگ روباز که با چهار ستاره تزئین شده بود به خانه برگشتند و رقص و آواز را به همراه جام جهانی به هموطنانشان دادند. تفاوت آلمان ها با برزیلی ها در این بود که برای انجام هرکاری دو نیروی مختلف در داخل و نهان ما وجود دارد که آنرا به دو سوی مختلف می کشند، یکی جاه طلبی یا آرزوهای برنیامده که آن را به یک انرژی مثبت و ایجاد انگیزه کننده توجیه می کند که برای آلمان

مسابقه بعد از مسابقه به شکل خود دیگری اضطراب تشویش و نگرانی از انجام کار که بنوعی دلواپسی است که آنرا نیروی منفی به عنوان ترس از شکست برآورد می کند. چنین شد که برزیلی مسابقه رده بندی را نیز به هلندی ها سه بر صفر باختند. در پایان هر دوره از مسابقات با داشتن نتایج بد مربیان سعی در فراموش کردن می کنند و می دانیم فراموش کردن کوشش دردناکی است.

در این جام بسیاری از رکوردها شکست، فروش بلیط، تعداد تماشاگر، تعداد گل ها در بازی، گل های با ضربه سر که شاید زیباترین آنها گل دیدنی ون پرسی کاپیتان هلندی ها به اسپانیائی بود.

فراموش نکنیم آقای گل جام بیستم یک مهاجم جوان کلمبیائی بود که با زدن شش گل بهترین گلزن جام شناخته شد و بعد از پایان بازی ها به تیم رئال مادرید پیوست.

این جام، جام درخشش دروازه بان ها بود، و بازار بسیار خوب برای آنها چنانچه دروازه بان کستاریکا با یک قرارداد ۱۰ ساله به رئال مادرید پیوست. آیا رئالی ها از نمایش دروازه بان ملی پوش خود مایوس شده بودند؟ انسان از تجربه بسیار می آموزد. اینترنت فرهنگ های جهان را بهم نزدیک و در یکدیگر ادغام میکند، جهانی شدن فرهنگ با جهانی شدن سیستم سیاسی و اقتصادی این تفاوت را دارد که فرهنگ جهانی هم از مذاهب خود چیزی در خود دارد همان گونه که موسیقی، رقص، ورزش و درهم فرو رفتگی آنها، ورزشگاه ها فوتبال

## ادامه مطلب گیله مرد... از صفحه ۱۴

مطربی آورده ام که اگر صحت یابی برای تو ترانه سازد و نغمه پردازد! و غسالی آورده ام که اگر بمیری تو را بشوید! و نوحه گری آورده ام که در تعزیت تو نوحه کند! و مودنی آورده ام که نماز جنازه کند! و حفاری آورده ام که گور تو بکند! و حافظ قرآنی آورده ام که بر سر گورت ختمی کند! و اینهمه کار به یکباراز برای تو ساخته ام!!!!

## ادامه مطلب کشور کوچک... از صفحه ۱۳

روسیه باشد آن وقت هلند به سخت تر شدن تحریم های سیاسی و اقتصادی گرایش پیدا خواهد کرد. ولی بدون شواهد قاطع هلند همچنان موضع معتدل در برابر تحریم ها را حفظ می کند.

در سطح افکار عمومی نیز برخی روزنامه ها رفتارهای تندتری را تبلیغ می کنند. روزنامه تلگراف هلند مقاله ای منتشر کرده که در آن تصویر محل زندگی مارینا پوتین، دختر ولادیمیر پوتین، رئیس جمهور روسیه افشاشده و از آن خبر می دهد که گویا عده ای از شهروندان هلند برنامه دارند در برابر خانه او تظاهرات کنند و خواستار اخراج او از خاک هلند شوند.

مارینا پوتین، دختر ۲۹ ساله ولادیمیر پوتین همراه دوست پسر هلندی خود در شهر هیلورسوم هلند زندگی می کند هلند کشوری آرام و با مردمان نسبتاً محافظه کاری است که دنبال جنگ و جدال نیست. مردم هلند به منافع کل کشور و کل مردم می اندیشد و توانایی و خلاقیت خود را در خشک کردن آب اقیانوس و پل سازی و محکم کردن رفاه روزمره مردم خود نشان می دهد.

هلند یکی از اولین کشورهای اروپایی است که نیروهای نظامی خود را از خاک افغانستان بیرون آورد و تمام نیروی خود را روی آن گذاشت که از بحران اقتصادی عالم گیر خود را با کمترین صدمه دور نگه دارد و به نظر نمی رسد که بخواهد این آرامش و آسودگی شهروندان خود را در خطر قرار دهد.

## ادامه مطلب شهادت «عکاس رسمی»... از صفحه ۱۱

مستقل به کار گیرد تا از این طریق به آنها رسیدگی شود. در لایحه پیشنهادی که به طور مشترک از سوی نمایندگان جمهوریخواه و دمکرات تهیه شده، در عین حال از دولت اواما خواسته شده تا تمامی طرف های درگیر در جنگ داخلی سوریه را به پذیرش یک آتش بس فوری و آغاز گفت و گو برای پایان دادن به کشتارها و خونریزی ها فراخواند.

بعد از آن، به چند روز، خواجه بیمار شد. غلام را گفت: برو طیبی بر سر من آر. غلام رفت و زود باز آمد، و چندین کس همراه آورد!

خواجه گفت: این جمع کثیر چه کسانند؟ گفت: ای خواجه! در آن روز که مرا مجازات کردی، فرمودی که چون ترا یک کار فرمایم باید که چندین کار بسازی و زود باز آیی! اکنون رفته ام و طیبی آورده ام که ترا علاج کند و

رادبو و تلویزیون کشور تمام وقت از تحولات این فاجعه گزارش و بحث و گفت و گو بخش می کند. مردم هلند همگی به نوعی درگیر و شریک این ماتم هستند.

با وجود این، مارک روته، نخست وزیر هلند بارها تأکید کرد که در پی اقدام نظامی یا تسویه حساب نیستند و تنها تلاش دولت هلند این است که اجساد قربانیان را هر چه زودتر به خاک هلند انتقال دهد. اما از شبکه های اجتماعی و گفتگوهای رسانه های محلی با مردم عادی می شود به این نتیجه رسید که مردم هلند به اقدامات اقتصادی علیه روسیه گرایش نشان می دهند.

در عین حال، گرچه گروهی خواستار تقویت تحریم ها بر ضد روسیه هستند گروهی دیگر با این رویه مخالفت می کنند. ولی همه از آن صحبت می کنند که چه کسی باید پاسخگوی این همه قربانی باشد؟ این روزها، آندوه، خشم و همبستگی ملی هلندی ها احساس می شود. فضای کشور به عقیده برخی از کاربران اینترنتی شبیه سال های جنگ سرد شده است.

اتحادیه اروپا اکنون طرح جدید و جدی تری را علیه روسیه در دست دارد که این بار سازمان ها و شرکت های متعلق به دولت روسیه را هدف قرار داده است. در این میان هلند خواهان فرستاده شدن پلیس بین الملل به منطقه سقوط هواپیما و بررسی کامل دلایل این فاجعه است. اگر پلیس بین الملل شواهدی پیدا کند که موشک ساقط کننده هواپیمای مالزی متعلق به

این لایحه، که به تصویب تمامی اعضای کمیته امور خارجی مجلس نمایندگان آمریکا رسیده، با تأکید بر ضرورت تحقیق در مورد «جنایت هایی» که در سوریه که از سوی مقام های دولتی و یا گروه های دیگر مرتکب شده، از رئیس جمهوری آمریکا می خواهد تا بی درنگ، از طریق سازمان ملل، تمام تلاش های خود را برای برپایی یک دادگاه

## ادامه مطلب گل نم ... از صفحه ۱۳۹

اند؟ و من نه از انجام آن خبر دارم و نه سرانجامش. با خودم گفتم که تو یک شطرنج باز هستی حالا موقعی است که فکر حریف را از این حرکت بخوانی و متقابلاً حرکت درستی بکنی.

راجع به بابک: خنده او ممکن است یک علت داشته باشد. اینکه حرف گل نم سبب شد امیدوارتر شود که فرصت بیشتری دارد تا بتواند طرح یک دوستی عمیق را با او بریزد و با گرفتن پاسپورت و درست کردن اقامت او و قول اینکه می تواند زندگی ایده آلی برای او فراهم آورد احياناً او را در اختيار داشته باشد.

راجع به گل نم: راستش درباره گل نم هنوز نمی توانستم قضایای داشته باشم زیرا از گذشته او هیچ نمی دانستم و حتی به آنچه که او برای من و بابک تعریف کرده بود نمی شد اطمینان کرد که درست می گوید. سکوت گاه به گاه او و یا خیره ماندن به نقطه ای، اشک ریختن و حساس بودن او و همه و همه حکایت از راز درون داشت که او را اذیت می کرد و حاضر به افشای آن نبود و یا گونه ای از بیماری افسردگی و یا حرکتی که می کرد مثل لخت شدن و اهمیت ندادن به موازین و اصول اخلاقی که در فرهنگ هر ایرانی است. این بود که من گیج شده بودم.

و اما راجع به خودم: من نمی دانم در درونم چه می گذرد؟ عاشقم؟ نمی دانم. حساس شده ام؟ نمی دانم. در برابر بابک کم آورده ام؟ نمی دانم. نسبت به گل نم بدبین هستم؟ نمی دانم. توقعاتم بالاست؟ نمی دانم. حسودی می کنم؟ نمی دانم. چرا فکر می کنم که این دو نفر در برابر من برنامه ریزی کرده اند؟ نمی دانم. گل نم واقعا مرا دوست دارد؟ نمی دانم.

منکه هیچ چیز نمی دانم پس هر نوع قضایای هم نمی تواند درست باشد، باید صبر کنم تا ببینم چه پیش می آید تا بتوانم این مسئله چند مجهولی را حل کنم.

## ادامه مطلب رنگ ها و مفهوم ... از صفحه ۱۴۱

مترادف پول است در فرهنگ غربی این رنگ با سیاست، تشریفات و امور جدی همراه است. سیاه ترکیب همه رنگ هاست و از تمامی آنها خصوصیتی دارد. در فنگ شویی هر کجا نیاز به تمرکز، قوای فکری و روابط اجتماعی داشته باشید به این رنگ احتیاج دارید.

**قهوه ای:** این رنگ، رنگ طبیعت مادر، زمین و کوه است. ثبات، قدمت و پایداری با این رنگ نشان داده می شود.

حیوانی را با گلوله سوراخ سوراخ نکنند. زیلا نمی خواهد هرگز چنین روزهایی را ببینید، نمی خواهد به آن روز لعنتی برگردد.

گل نم جواب داد: مهم نیست بابک چه گفت، من نباید فکر احمقانه ای می کردم، اینکه تو دیگر از من خسته شدی و حالا سعی می کنی مرا به این و آن پاس دهی. و این فکر مرا عصبانی کرده بود و من که خوب به حرف بابک فکر کردم دیدم که برعکس این اعتماد و اطمینان تو را نسبت به من می رساند که به او گفته بودی امتحان کن.

به هر حال این اولین زنی در عمرم بود که ملاقات کرده بودم که سعی کرده بود واقعیت را جایگزین احساسات و قضاوت آنی خود کند. او را چون جان شیرین در آغوش خود فشردم و بوسیدم. ساعتی بعد برای صبحانه خوردن پائین آمدم و به بوفه رستوران هتل رفتم. هنوز ننشسته بودیم که بابک را دیدم که به طرف ما میاید. سلامی کرد و پرسید که می تواند با ما باشد؟ گفتم: که اشکالی ندارد. او رفت تا برای خودش صبحانه بیاورد، من و گل نم نیز نشستیم سر میز.

بابک هم به ما ملحق شد. ضمن تشکر از اوقات خوشی که شب قبل در رستوران داشت گفت که امروز تمام وقت در اختیار ما خواهد بود و حاضر است تا حرفهای ما را بشنود. با این حرف گل نم خواست تا یک سکه ۲۵ سنتی به او بدهیم. گفتم من پول خرد ندارم. بابک با عجله گفت شاید من داشته باشم. پس دست کرد و یک سکه ۲۵ سنتی درآورد و داد به گل نم. او تشکر کرد و نگاهی به سکه انداخت و بعد آنرا به بابک برگرداند و گفت: خب من در اختیار شما باید چکار کنم؟

به یاد اولین روز دیدار گل نم افتادم که از من یک ۲۵ سنتی خواست ولی او سکه مرا نگه داشت در صورتیکه سکه بابک را پس داد. برایم معیایی شده بود. بهرحال بابک از این حرف گل نم لیخندی موزیانه ای زد و من دوباره درونم انقلابی برپا شد. این چه بازیست که این دونفر شروع کرده

## ادامه مطلب رنگ ها و مفهوم ... از صفحه ۱۴۱

برخی چینی ها این رنگ را حتی از قرمز هم خوش یمن تر می دانند. از آنجا که این رنگ هم بار معنوی و هم بار قدرتهای دنیوی را دارد در فنگ شویی رنگی جدی به شمار می رود.

**صورتی:** این رنگ که بطور سنتی به علاقه نسبت داده می شود، در فنگ شویی نمادی از احساس هماهنگی و سازگاری است.

**سبز:** همانقدر که در چین رنگ سیاه

آرزوهای دیگری هم دارم، کاش دیگر هیچوقت دُم هیچ گربه‌ای را نسوزانند، روی هیچ سگی آبجوش نریزند و هیچ

## ادامه مطلب ژیلا زنی که ... از صفحه ۱۱

و بعد از عمل تبلیغات جراحی زیبایی می ماند! می خندد و می گوید: «همه حیوانات به محض ورود به پناهگاه، حمام داده می شوند. انگل زدایی می شوند و واکسن هاشان را دریافت می کنند. اگر هم دچار بیماری باشند، درمان آنها آغاز می شود.»

ژیلا فوق لیسانس پرستاری دارد و بعد از چند سال کار در بیمارستانها، حالا تمام وقت خود را در پناهگاه می گذراند. کارهای ساده مثل سرم درمانی و یا پانسمان های کوچک را خودش انجام می دهد اما درمان بیماری ها به عهده دام پزشکی است که حیوانات پناهگاه را بدون دریافت دستمزد، معاینه می کنند.

پناهگاه پردیس شامل بخش های قرظینه، مادران و توله ها، درمانگاه، شست و شو و چند آسایشگاه برای نگهداری حیوانات است که حالا تعدادشان به حدود ۴۰۰ قلاده رسیده است. روزها برای آنها در دو دیگ بزرگ غذا پخته می شود: «از کشتارگاه، پای مرغ، گردن و اسکلت می گیریم همراه برنج و ماکارونی برایشان پخته می شود.» با ذوق می گوید: «عاشق ماکارونی هستم.»

روزهای جمعه، وقت ملاقات است و ورود برای حیوان دوستان به پناهگاه آزاد. بعضی برای سگ ها نان می آورند، برخی وسایل درمانی می گیرند و عده ای با توپ های کوچک بازی وارد می شوند: «دیدن سگ ها و گربه ها برای مردم تاثیر مثبت روانی دارد و یک نوع فرهنگ سازی است. مردم مدام می ترسند توسط حیوانات بیمار شوند اما خیلی ها وقتی من را می بینند که دائم با حیوانات هستم و مشکلی ندارم، نظرشان تغییر می کند.»

پناهگاه برای سپردن سرپرستی سگ ها و گربه ها به علاقه مندان، شرایط خاصی دارد: «اول علاقه مندان فرم پر می کنند. بعد ما باید شرایط آنها را بسنجیم، محل نگهداری را ببینیم و مطمئن شویم که حیوان دوست هستند. بعد از پذیرش هم حق واگذاری به شخص دیگر را ندارند و در صورتی که شرایط نگهداری حیوان را نداشته باشند، می توانند آن را دوباره به پناهگاه برگردانند.» در روزهای اخیر که مسوولان استان همکاری با آنها را پذیرفته اند، سرشان شلوغ تر شده است: «الان وقتی کسی با سامانه ۱۳۷ شهرداری تماس می گیرد و خبر از سگ ها و گربه های بی صاحب می دهد، تلفن به پناهگاه وصل می شود و ما دنبال آنها می رویم.»

اینها را با ذوق و شوق تعریف می کند و می افزاید: «واقعا به آرزویم رسیدم اما

این بود که سراغ هر روشی می رفتند که حیوان را بکشند.» آنها پس از دیدن معدوم گاه، کفش آهنی به پا می کنند و راه می افتند: رییس سازمان محیط زیست و شهردار تبریز را می بینند و ماجرا را شرح می دهند. همان وقت پیشنهاد ایجاد یک مرکز برای نگهداری و عقیم سازی سگ ها و گربه ها را مطرح می کنند اما هیچ نهادی حرف آنها را جدی نمی گیرد. خودشان دست به کار می شوند: «از قبل هم سگ ها و گربه های زخمی و در سرما مانده را که پیدا می کردم با خود به خانه می بردم و بعد از درمان و رسیدگی، واگذارشان می کردم. اما بعد از این ماجرا، تصمیم گرفتیم خودمان مرکزی راه اندازی کنیم.»

اول از همه طلاها فروخته می شوند، سپس سراغ وام می روند و بعد هم با چند خیر صحبت می کنند؛ خیرهایی که تا به حال مخارج پناهگاه را تامین کرده اند: «یکی از خیرها زمین بزرگی در اختیارمان گذاشت که خودمان با کف سازی و دیوارکشی، آن را برای پناهگاه آماده کردیم و "پناهگاه حیوانات پردیس" راه اندازی شد.»

وقتی پناهگاه آماده می شود، ژیلا برای اطلاع رسانی به سراغ فیس بوک می رود و صفحه ای به نام "پناهگاه حیوانات پردیس" افتتاح می کند. شماره تلفن خودش را روی صفحه می گذارد و از مردم تبریز می خواهد در صورت مشاهده حیوانات بی پناه، با او تماس بگیرند: «گاهی که دنبال حیوانات می رفتم، آن ها را نوازش می کردم و برای انتقال به پناهگاه، سوار ماشین می کردم، بسیاری از مردم ما را مسخره می کردند. با گوش های خودم می شنیدم که می گفتند اینها عقل شان را از دست داده اند، بی کارند و افتاده اند دنبال جمع کردن حیوانات. یک بار شیشه ماشینم را شکستند چون دوست نداشتند من به سگ ها و گربه ها غذا بدهم.»

با این حال، او و دوستانش دست از تلاش برنداشتند: «باید ثابت می کردیم که به شکل عملی، پروسه نگهداری و عقیم سازی می تواند جایگزین کشتن حیوانات شود. بنابراین، از انجام هیچ کاری دریغ نکردیم.» ژیلا به طور مرتب عکس حیواناتی را که به پناهگاه منتقل می شوند را در صفحه فیس بوک قرار می دهد و شرح کوچکی برای عکس ها می نویسد. بیش تر حیوانات در روز اول انتقال، ضعیف و بیمار به نظر می رسند و چند روز بعد که عکس تازه ای از آنها منتشر می شود، سرحال نشان می دهند و مشغول شیطنت می پرسم عکس هایی که از آنها منتشر می کنید، مثل عکس های قبل

## ادامه مطلب آمریکا از... از صفحه ۵

شده ابراز نگرانی عمیق کرده است. در گزارش این وزارتخانه اشاره شده که در نیجریه گروه اسلام‌گرای بوکو حرام دست به آزار و ترور مسیحیان و مسلمانان میانه‌رو می‌زند. این گزارش همچنین به خشونت مداوم علیه اقلیت مسلمان در میانمار (برمه) می‌پردازد که موجب شده از سال ۲۰۱۲ تا کنون ۱۴۰ هزار نفر روستاهای خود را ترک کنند. اگرچه دولت میانمار در این میان بیش از پیش به حقوق بشر توجه می‌کند، اما هنوز هم «سخنرانی‌های مملو از نفرت» و «تبعیض» در این کشور وجود دارند که در خدمت بهره‌برداری سیاسی از اختلافات میان بودایی‌ها و مسلمانان هستند. گزارش وزارت امور خارجه آمریکا در کنار ایران از یک سری از کشورها به طور ویژه انتقاد کرده است. بخصوص از کره شمالی به دلیل «ممنوعیت مطلق سازمان‌های مذهبی و مجازات‌های سنگین برای فعالیت‌های مذهبی ممنوع» انتقاد شده است. در یک جای گزارش نام ایران، چین، کوبا، عربستان سعودی و سودان به عنوان کشورهایی آمده که مردم آن از آزادی مذهبی برخوردار نیستند. جان کری، وزیر امور خارجه آمریکا، هنگام معرفی این گزارش گفت: «وقتی ۷۵ درصد مردم دنیا در کشورهایی زندگی می‌کنند که در آن‌ها به آزادی مذهب احترام گذاشته نمی‌شود، پس ما هنوز راهی طولانی در پیش داریم.»

آمریکا همچنین از رشد یهودی‌ستیزی و اسلام‌ستیزی در اروپا انتقاد کرده است. در گزارش وزارت امور خارجه آمریکا آمده است: «این نشان می‌دهد که نبود رواداری تنها محدود به کشورهایی نمی‌شود که در آن‌ها جنگ و کشمکش‌های شدید وجود دارد.»

این گزارش پیش از تظاهرات در اروپا علیه حملات نظامی اسرائیل به نوار غزه نوشته شده است. شرکت‌کنندگان در تظاهرات علیه جنگ غزه در پاریس به کنیسه‌ها حمله برده و در برلین شعارهای ضدیهودی سر دادند.

از روزنامه‌نگاران و وب‌نگاران زندانی که پس از انتخابات پرمناقشه ۱۲ خرداد ۱۳۸۸ و در پی اعتراض‌های مردمی بازداشت شده بودند، همچنان در زندان به سر می‌برند.

بسیاری از این زندانیان در حالی که به شدت بیمار و در وضعیت خطرناکی بسر می‌برند، از حق درمان محروم هستند.

وقتی زندگی صد دلیل برای گریه کردن به شما نشان میدهد، شما هزار دلیل برای خندیدن به آن نشان دهید. چارلی چاپلین

## ادامه مطلب داستان حوریه... از صفحه ۱.

اعدام و بقیه به زندان‌های طولیل المدت محکوم می‌شدند. در همان سال‌ها برای عفو محکومان زن معمول شده بود و آن رویه این بود که همه زنانی که کودکان خرد سال فاقد سرپرست داشتند، با هم‌میزان محکومیت مشمول عفو تمام مجازات می‌شدند، مگر این که دارای سابقه محکومیت قبلی بوده و یا قبلاً مورد عفو واقع شده بودند و دوباره دستگیر می‌شدند. همه این موارد در بخشنامه‌های عفو آن سال‌ها دیده می‌شد.

در ادامه از دادستان پرسیدم: «شما در کمیسیون عفو استان حضور داشتید، چرا کسی با اعدام حوریه مخالفت نکرد؟» پاسخ داد: «چندین اعدامی دیگر نیز داریم. اگر مخالفت می‌کردیم، خانواده‌ها اعتراض می‌کردند! باید همه آنها با هم اعدام شوند.»

با آمدن آقای لاریجانی سرعت اجرای احکام اعدام شدت گرفته بود و بالاخره نامه‌ای از اجرای احکام دریافت کردم که زمان اجرای حکم را تعیین کرده بود. حوریه از زندان با صدایی نگران اما بدون لرزش با من تماس گرفت و گفت: «بیش از این حق زندگی نداشتیم و تنها نگران کودکانم هستم. فردا حکم اجرا می‌شود، خواستم حلالم کنی و مدیون تو نباشم.» هیچ پاسخی نداشتیم، مانند ماراتن سنگینی که در پایان آن جان‌های انسان‌های بازنده، مزد برنده است، به خط پایان نزدیک می‌شدیم. آن شب نخوابیده بود و فقط دعا و نماز خوانده بود و در گرگ و میش هوای پاییزی با حضور دادستان در لباس روحانی و با آرزوی اینکه خدا از سر تقصیراتش بگذرد، جان باخت! حکم اجرا شد و او حتی کسی را نداشت تا هزینه کفن و دفنش را پرداخت کند. بعد از چهل‌مش، سر خاکش رفتیم و یادی از چهره زرد و رنگ پریده اش نکردم، چهره‌ای که هیچ وقت از خاطر من محو نمی‌شود.

## ادامه مطلب عدم دسترسی... از صفحه ۴

قوه قضائیه با شرح وضعیت زندانیان بیمار محبوس در این بند، به رفتارهای غیرقانونی و خودسرانه مسئولان زندان و ابوالقاسم صلواتی، قاضی و رئیس شعبه ۱۵ دادگاه انقلاب اسلامی، در جلوگیری از پیگیری روند درمانی این زندانیان اعتراض کردند.

آنان در نامه خود هشدار داده بودند که با «اقدامات عجیب و غریب در درمان زندانیان کارشکنی نکنند» و «آنها را به بیماری‌های صعب‌العلاج مبتلا نکنند.» این زندانیان معترض با اشاره به وضعیت

برای پیگیری به دفتر اجرای احکام مراجعه کردم. مردی با پیراهن کرم رنگ یقه آخوندی و ریش بلند و پرپشت، از پشت میزش برخورد و از کمد پشت سرش پرونده‌ای را بیرون آورد و با خنده گفت: «به زودی آنها را اعدام می‌کنیم، باید به سزای اعمالشان برسند!» در قلبم احساس سوزش شدیدی کردم. برای او آسان بود، سال‌ها بود که زنان و مردان بسیاری را اعدام کرده بود، از وظیفه اش که پاک کردن جامعه از لوٹ وجود امثال آن‌ها بود، حرف می‌زد! حرفش را قطع کردم و به سراغ قاضی اجرای احکام رفتم، از او خواستم تا او درخواست عفو نماید. با اندکی توضیحی متوجه مخالفتش با درخواستم شدم، مثل اینکه از درون احساس خوبی نداشت و با این عبارت که من به جوانب مختلف «جرم شناختی» موضوعات توجه می‌کنم و حتی در دانشگاه به دانشجویان منتقل می‌کنم، سعی کرد به من حالی کند با سواد است. سرانجام گفت که متأسف است از این موارد، اما کاری نمی‌تواند انجام دهد! پیشنهاد کرد که با دادستان صحبت نمایم. دادستان روحانی بود که هرچه صحبت کردم گوش نکرد و گفت که سیاست قوه قضائیه آن است که همه احکام را اجرا کند. مثال زمان شاهرودی را برایش مطرح کردم، گفت: «بله، ولی الان رویه تغییر کرده است.»

زمان آیت الله شاهرودی همه کسانی که به اتهام حمل و نگهداری مقدار اندکی مواد مخدر دستگیر می‌شدند، چنان چه از قاچاقچیان عمده نبودند، با یک یا دو درجه تخفیف از مجازات اعدام عفو و به مجازات دیگری محکوم می‌شدند. این تخفیف مجازات در سال‌های پایانی تصدی وی در قوه قضائیه، به رویه‌ای معمول تبدیل شده بود. معمولاً مواد فروشان عمده و دارای باسابقه و کسانی که اقدام به حمل و قاچاق مسلحانه مواد مخدر می‌کردند،

از نمونه اعتراض‌های جاری زندانیان سیاسی نسبت به عدم برخورداری از «حق درمان زندانی»، می‌توان به اعتصاب شش تن از درویشان زندانی در واکنش به عدم برخورداری هم مسلمانان زندانی خود (حمیدرضا مرادی، مصطفی دانشجو و افشین کرم‌پور) از «خدمات درمانی» و «دسترسی به پزشک و دارو» اشاره کرد.


همزمان با اعتصاب شش زندانی یادشده، ۲۰ زندانی سیاسی محبوس در بند ۳۵۰ زندان اوین در نامه‌ای به رئیس

## ادامه مطلب مصاحبه با یک ... از صفحه ۱۲

هر بار به طور موردی گذرمان به شمال می‌افتاد، از سوی دای‌ام که متاهل بود و سه فرزند هم سن و سال خودم داشت، مورد هتک حرمت قرار می‌گرفتم.

معمولا کودکان برای پیدا کردن راهی برای رهایی از بن بست، ذهن باهوشی دارند. چرا به فکر راه ملی برای فرار از آن موقعیت نبود؟ اتفاقا بعدها آموختم که باید از موقعیت‌هایی که مرا با او تنها می‌گذارد، بپرهیزم. به شکل آگاهانه‌ای با اعتراض در مورد تصمیم مادرم برای رفتن به خانه دای‌ام مقاومت می‌کردم و او نمی‌دانست علت مخالفتم چیست؟ به تدریج به سنی رسیدم که توانستم شرایطی را فراهم کنم که هرگز دیگر در آن موقعیت قرار نگیرم. ولی ترس آن با من همراه همیشگی شد. از همان زمان دچار سوء تغذیه شدید شدم. سوء تغذیه‌ام به شکلی بود که کارم به درمان و بیمارستان کشید.

چه چیزی مانع از این شد که در آن شرایط موضوع را با مادرت در میان بگذاری؟

درست نمی‌دانم. احساس گناه همراه با ترس از هم پاشیدن روابط خانوادگی مانع می‌شد. دقت کن که بحث بازرگی و معصومیت در میان بود. کودکی که این معصومیت را ندارد با کودکان دیگر تفاوت عمیقی دارد. بقیه هنوز کودک و پاکند و تو یکی آلوده شده‌ای. من با این که از خانواده مذهبی نمی‌آیم اما این مساله در ذهنم حک شده بود. در ایران وقتی قربانی تجاوز شده‌ای، کسی حمایت نمی‌کند و غم انگیزترین بخش ماجرا این است که آن قدر ریشه این تحقیر فرهنگی و نبود حمایت از فرد مورد تجاوز در رگ و پوست عرف ما شاخه دوانده، که حتی خودت هم از به یادآوری آن فرار می‌کنی. من فقط راه فرار از این فکر را آموختم. هیچ کس هیچ نفهمید، من هم بروز ندادم. به خودم وانمود می‌کردم که هیچ اتفاقی رخ نداده است. گر چه اثرات و پیامدهای این ماجرا همیشه با من بود اما سال‌ها در ناخودآگاه ذهنم محصور مانده بود و به خودم وانمود می‌کردم که آن اتفاق هرگز برای من رخ نداده است.  دنباله مطلب در صفحه ۵۵

او در عمل تسهیل کننده‌ی سرکوب آزادی اطلاع رسانی است. حسن روحانی مسئول تضمین اجرای قانون اساسی و حقوق و جان همه شهروندان ایران است.»

ایران یکی از سرکوبگرترین کشورهای جهان در عرصه آزادی اطلاع رسانی است. در رده بندی جهانی آزادی مطبوعات در سال ۲۰۱۴ این کشور، از میان ۱۸۰ کشور در رده ۱۷۳ قرار دارد.

منظورت از انواع تهاوها چه اشکالی از تجاوز است؟ می‌توانی دقیق تر توضیح بدهی؟

می‌دانی، تجاوز نام مهیبی دارد. همه به محض شنیدن نام تجاوز به یاد آلت جنسی می‌افتند. اما آزار جنسی اشکال مختلفی دارد. تعریف آزار جنسی از جمله مسایلی است که جامعه ما در آن به شدت عقب مانده است. تمام فحش‌های رکیک جنسی که بر مبنای تجاوز جنسی بر زنان، مادران و خواهران مردان بنا شده‌اند؛ «مادرت را؛ خواهرت را...» به نوعی تجاوز کلامی محسوب می‌شوند. جامعه‌ای که زناش در دعوای مردان، مورد تجاوز کلامی قرار می‌گیرند؛ در خیابان‌ها، اتوبوس‌ها و به تازگی هم در فضای مجازی از متلک‌های جنسی و آزار جنسی رها نیستند، می‌خواهد چه کاری برای امثال من بکند غیر از این که در جایگاه قربانی بازتولیدشان کند. از همین قربانیان امثال من برای این که در جایگاه قربانی نمانند، جانبانی بالقوه و بالفعل می‌سازد و این چرخه‌ی تولید و باز تولید و بازتولید می‌شود.

اگر (نیموت نمی‌کنند، می‌شود بیشتر از آن روزها بگوئیم؟) (روزهای کودکی؟ آن روزهای که این اتفاق در زندگی‌ات شروع شد؟

من هنوز خیلی کودک بودم. ۹ سالم بود. محیط خانواده ما یک محیط کاملا قابل اعتمادی بود. خانواده مادری من فضای باز و راحتی داشتند. حتی گمان این هم نمی‌رفت که من در معرض این اتفاق قرار بگیرم. برای همین هم کسی از من مراقبت خاص نمی‌کرد. حالا تصورش را بکنید در خانواده‌هایی که فقر، اعتیاد و زمینه بروز آسیب‌هایی از این دست وجود دارد، چه بیدادی می‌شود هر روز! ما مرتباً به شمال سفر می‌کردیم. برای اولین بار من به عنوان یک کودک در یک موقعیت بسیار عجیبی قرار گرفتم. واقعا از توصیف آن حس عاجزم. ما خانه دای‌ام میهمان بودیم. دای‌ام مرا می‌برد پشت پستو. بعدها از همه پستوها بی‌زار شدم. تنها چیزی که به خاطر مانده، حس ترس، احساس گناه و چندان است و این که چقدر خجالت می‌کشیدم و چقدر ترسان بودم که مبدا کسی متوجه ماجرا شود. اما این وضعیت تا ۱۳ سالگی‌ام ادامه داشت.

زندان بزرگ جهان برای فعالان رسانه‌ای است و بزرگترین زندان جهان برای روزنامه نگاران و وب نگاران زن، دستگاه قضایی در همدستی با سپاه پاسداران و ماموران وزارت اطلاعات، حقوق روزنامه نگاران و وب نگاران را پایمال می‌کند. وعده‌های رئیس جمهور حسن روحانی برای گشایش در عرصه آزادی بیان و رسانه‌ها و آزادی زندانیان سیاسی سر و صدای بسیاری به راه انداخت. اما سکوت

## ادامه مطلب جمهوری اسلامی ... از صفحه ۱۴

روز است که این روزنامه‌نگار جوان را با نقض همه‌ی قانون‌های ملی و بین‌المللی ناظر بر حقوق بشر، در بازداشت‌گاهی مخفی که محل آن رسماً معرفی نشده است و در انزوای کامل نگهداری می‌کنند. در فرصت دیدار کوتاهی که به خانواده در روز محاکمه داده شد، وضعیت روحی و جسمی این روزنامه‌نگار تکان‌دهنده اعلام شده است.

## شهروندان فارابی زندانی

سه تن از ده روزنامه‌نگار و وب‌نگار زن زندانی، دارای تابعیت کشورهای غربی و اینگونه شهروند خارجی هستند. خبرنگار - عکاسی که به همراه یگانه صالحی و جیسون رضاییان در تاریخ ۳۰ تیرماه بازداشت شده است دارای تابعیت آمریکایی نیز هست. رویا صابری‌نژاد نیکبخت، دارای ملیت بریتانیایی است و فریده شاهگلی، دارا ملیت آلمانی، این دو برای فعالیت در شبکه‌های اجتماعی و نوشتن بر روی صفحه فیس بوک بازداشت و به زندان محکوم شده‌اند. تا امروز مقامات مسئول دولت‌های بریتانیا و آلمان در باره این شهروندان خود به شکل رسمی ابراز نظر نکرده‌اند.

رویای صابری‌نژاد نوبخت که برای دیدار با خانواده‌اش به ایران سفر کرده بود، از مهرماه ۱۳۹۲ در زندان بسر می‌برد. در تاریخ ۶ خرداد ۱۳۹۳، از سوی شعبه ۲۸ دادگاه انقلاب تهران به بیست سال زندان محکوم شد. اتهام این زن چهل و هفت ساله تنها به خاطر نوشتن یک جمله در فیس بوک «همه چیز اینجا مذهبی است.»، اقدام علیه امنیت ملی و توهین به مقدسات اسلامی» اعلام شده است. در همان روز، از سوی شعبه ۲۸ دادگاه انقلاب تهران هفت وب‌نگار دیگر نیز به حبس‌های سنگین زندان محکوم شدند، از این میان نغمه شاهی‌سوندی شیرازی که به ۷ سال و ۹۱ روز زندان قطعی محکوم شده است.

فریده شاهگلی در تاریخ ۳۱ اردیبهشت ماه ۱۳۹۳ برای سپری کردن سه سال حبس روانه زندان اوین شد. وی با اتهاماتی چون «تبلیغ علیه نظام و توهین به رهبر نظام» برای انتشار برخی محتواها بر روی صفحه فیس بوک‌اش از سوی شعبه شعبه ۲۸ دادگاه انقلاب تهران، به شکل غیر قانونی و ناعادلانه مجرم شناخته شد. فریده شاهگلی پس از بیست و پنج سال اقامت در آلمان، در سال ۱۳۹۱ برای دیدار با خانواده‌اش به کشور رفت که در همان زمان بازداشت و ممنوع خروج شد.

رضا معینی مسوول بخش افغانستان و ایران و تاجیکستان گزارش‌گران بدون مرز، در این باره اعلام کرد: «با ۶۵ روزنامه‌نگار و شهروند وب‌نگار زندانی، ایران یکی از پنج

خانواده‌ی وی خواهان انتشار نامش نیست. علل بازداشت، نهاد یازداشت کننده و همچنین محل بازداشت آن‌ها با نقض صریح قانون‌های ملی و بین‌المللی از سوی مقامات مسئول ایرانی رسماً اعلام نشده است.

ساجده عرب سرخی روزنامه‌نگار و وب‌نگار در پی احضار از سوی دادسرای مستقر در زندان اوین، ۲۷ تیرماه برای سپری کردن مدت محکومیت یک ساله خود روانه زندان اوین شد. وی پس از بازگشت به کشور در شهریورماه ۱۳۹۲ بارها از سوی اطلاعات سپاه پاسداران احضار و بازجویی شده بود. به گفته‌ی مادرش، این روزنامه‌نگار به هنگام اقامتش در فرانسه به شکل غیابی محاکمه و به اتهام «تبلیغ علیه نظام» به یک سال زندان محکوم شده بود. ساجده فرزند فضل‌الله عرب سرخی یکی از رهبران اصلاح طلب است که در پس از انتخابات بازداشت و زندانی شده بود.

پیش از ساجده عرب سرخی، مرضیه رسولی در تاریخ ۱۷ تیر ماه برای تحمل دو سال زندان و ۵۰ ضربه شلاق به زندان اوین فراخوانده شده بود، در تاریخ ۲۹ خرداد، ریحانه طباطبایی، روزنامه‌نگار سابق شرق، برای سپری کردن شش ماه حبس خود و در تاریخ ۱۷ خرداد، مهناز محمدی خبرنگار و مستندساز برای سپری کردن پنج سال محکومیت قطعی روانه زندان اوین شدند. گزارش‌گران بدون مرز، به ویژه نگران وضعیت صبا آذریبیک است که از تاریخ ۷ خرداد ۱۳۹۳ در بازداشت بسر می‌برد و تا امروز محل بازداشت و نهاد بازداشت کننده‌ی وی نیز رسماً اعلام نشده است. روزنامه‌نگار ماهنامه تجارت فردا و روزنامه اعتماد، در روزهای ۲۹ و ۳۰ تیرماه در شعبه ۲۸ دادگاه انقلاب تهران بدون حضور وکیل مدافع محاکمه شد. محمود علیزاده طباطبایی به رسانه‌ها اعلام کرده است که «هیچ اطلاعی از برگزاری دادگاه نداشته، اما این محاکمه در مورد پرونده بازداشت روزنامه‌نگار در سال گذشته است.» صبا آذریبیک از قربانیان بازداشت‌های «یکشنبه‌سیاه» بود که پس از یک ماه بازداشت در انفرادی با سپردن وثیقه آزاد شده بود.

بنا بر اطلاعات گردآوری شده از سوی گزارش‌گران بدون مرز، صبا آذریبیک در ارتباط با تهیه گزارش تحقیقی در باره رسانه‌های امنیتی هدایت و حمایت شده از سوی سپاه پاسداران و ماموران وزارت اطلاعات بازداشت شده است و به شدت تحت فشار قرار دارد. این دو نهاد امنیتی با همدستی دستگاه قضایی بیش از پنجاه



## ادامه مطلب غزه بزرگترین... از صفحه ۶

نخستین گام اسرائیلی چه باید باشد؟ نخست اسرائیل باید به مسئله سکونت اتباع خود در مناطق اشغالی به نحوی فیصله دهد. چگونه؟ من نمی‌دانم، ولی اسرائیلی‌ها این را می‌دانند. اسرائیل باید به اشغال فلسطین پایان بخشد، به حقوق فلسطینی‌ها احترام بگذارد و به آن‌ها حق بازگشت به زادگاهشان را واگذار کند. فراموش می‌شود که همه این خواست‌ها را می‌توان در قطعنامه‌های سازمان ملل نیز خواند. این فراموشکاران در «حزب چپ» نیز هستند. پدیده‌ای که برای من اسرائیلی و یهودی شرم‌آور است.

## ادامه مطلب اسماعیل یگانگی... از صفحه ۷

همسر و فرزندانش که در سن حوزه بسر می‌بردند پیوست و طی اقامت در ایران و آمریکا کتاب هشتصد صفحه‌ای «مهاجرت بزرگ ایرانیان» را نوشت و تصمیم داشت جلد دوم آنرا نیز منتشر کند، اما بعلت بیماری همسرش، ایران خانم، ده سال تمام به مراقبت و پرستاری او پرداخت، اما متأسفانه خود در برابر سرطان غدد لنفاوی از پای درآمد و خانواده، همکاران و یارانش را درسوگ خود فروبرد.

از یگانگی، همسر، چهار دختر و یک پسر بر جای مانده است. روانش تا ابد شاد و یادش همواره گرامی باد.

شاید نتوان جلوی برخی آسیب‌ها را گرفت اما می‌توان با آگاهی بخشی به کودکان، این آسیب‌ها را به حداقل رساند. به تازگی در اروپا روشی متداول شده که البته به خود این روش هم نقدهای زیادی وارد است اما زیبایی کار در این جاست که نشان می‌دهد هیچ مسأله‌ای تنها به خاطر موضوعیتش، تابو نیست. صحبت کردن و طرح شکایت در هیچ موردی ممنوعیت ندارد. به کودکان از سنین کودکی آموزش می‌دهند که محدوده خصوصی اندامشان کجاست و کسی حق ندارد به اجزای خصوصی بدن آن‌ها دست بزند؛ هر کسی که می‌خواهد باشد. از بچه‌ها خواسته می‌شود که به محض چنین اتفاقی، باید دیگران را در جریان بگذارند. مسأله این است که تا زمانی که این موضوع جزو موضوعات ممنوعه باشد، جای قربانیان و جانیان این پدیده هم دایم در حال عوض شدن در این چرخه قربانی و جانی می‌شود؛ به شکلی که جانی که خود به شکلی قربانی بوده، جنایت می‌کند و قربانی امروز به جانی فردا تبدیل می‌شود. متأسفانه هیچ شکلی از پرداخت جمعی به این موضوع وجود ندارد که بخواهد اساساً به راه حلی در این مورد برای کاهش آسیب‌ها یا کاهش آمار آن منتهی شود.

## ادامه مطلب مصاحبه با یک... از صفحه ۵۴

پس چه چیزی سبب زنده شدن دوباره آن فاطرات شد؟ می‌شود گفت هنر در من این حس اعتراض را بیدار کرد. آقای رضا جعفری به من پیشنهاد کرد که در تاتر ضیافت بازی کنم؛ تاتری که سال ۲۰۱۱ در شهر «آخن» به مدت یک ماه روی صحنه بود و موفق هم شد. موضوع تاتر به اتفاق دردناکی که در کودکی برای من افتاده بود شباهت زیادی داشت. به نظر می‌رسید من باید نقش واقعی خود را بازی کنم؛ نقش یک قربانی تجاوز را. به هر حال، در زمینه حرفه تاتر پیچیدگی‌ها و متدهایی وجود دارد. این که تو چقدر می‌توانی با نقشت خو بگیری و من می‌خواستم کارم را به بهترین نحو انجام دهم. مسأله پیچیده‌ای بود و من نمی‌خواستم مستقیماً با خود کارگردان مشورت کنم. به همین دلیل برای یکی از دوستان هنرمندم - آقای نیما - ایمیل زدم و برای اولین بار این ماجرای سر به مهر را برای او اعتراف کردم. متوجه شدم که نیما پیش‌تر از آن که نگران نمایش‌نامه باشد، نگران شرایط روانی من است. به من گفت اگر من کارگردان تو بودم، این نقش را به تو نمی‌دادم. ممکن است تأثیرات روانی این نقش تو را در هم بشکند. به من توصیه کرد اگر هم نقش را بپذیرفتم حتماً یک قدم با کارکترم فاصله بگیرم. از خودم می‌پرسیدم در شرایطی که من نگران نقشم هستم چرا او این همه نگران من است؟ بعدها دیدم واقعا همین شد. وقتی متوجه حجم فاجعه شدم که با نقش خیلی درگیر شدم. من با چیزهای ترسناکی در درون خودم روبه رو شدم. گرچه در نهایت کار خوبی از آب درآمد و نقدهای مثبتی از آن کار گرفته‌ام اما پس از آن، برای اولین بار بود که کارم به روان‌کاوی کشید. دچار حمله‌های شدید تنفسی و صرع عصبی می‌شدم. دو سال پیش این مسأله را به طور سر بسته در فضای مجازی فیس‌بوک منتشر کردم. در فضایی که به هر حال ما با قشر متوسط اجتماعی روبه‌رو هستیم. واکنش‌ها حتی می‌توانم بگویم از خود فاجعه برایم دردناک‌تر بود به حدی که من مطمئنم از روی فیس‌بوک حذف کردم. سطح واکنش عده‌ای که مثلاً می‌خواستند برخورد مثبتی داشته باشند از یک ابراز دلسوزی و همدردی فراتر نمی‌رفت. هر چقدر هم مثل من پر رو باشی و بخواهی جلوی بازتولید خشونت را از راه دلسوزی بگیری، باز هم نمی‌توانی به طور کامل نسبت به آن مقاومت نشان دهی. عده دیگری هم از این زاویه وارد شده بودند که چرا نقش قربانی بازی می‌کنی و شلوغش می‌کنی؟ من بر این باورم که پرداخت جامعه به مسأله تجاوز خانگی نباید تا این حد مبتذل و حتی ستم‌کارانه باشد.

شوهرم در ۵ اردوگاه نازی‌ها بسر برد و در سال ۱۹۴۸ در «ترزین اشتات» آزاد شد. هر چند هر دوی ما همه‌ی بستگان خود را از دست داده‌ایم، اما انساندوستی خود را حفظ کرده‌ایم.

آیا راه حلی سراغ دارید؟ آری. حتماً راه حلی هست. اما بدون اعمال فشار بر اسرائیل نمی‌توان سیاست اسرائیل را تغییر داد. در افریقای جنوبی بساط «آپارتاید» برچیده شد، چون مردم این کشور از همبستگی جهانیان و سازمان ملل برخوردار بودند. اما فلسطینی‌ها را به‌حال خود تنها گذاشته‌ایم.

با انتشار نشریه که اختصاص به اعضای انجمن داشت نویسندگان بابلی به انجمن پیوستند. حتی بعدها همسران اعضای مطبوعات که اهل بابل بودند نیز به انجمن ملحق شدند. گفته میشد که از پس نشریه که تماماً بقلم یگانگی بود جذاب و خواندنی بود، اعضای انجمن پس از مراجعت از جلسات انجمن به خانه‌های خود، باتقاضای همسرشان مبنی بردیافت نشریه روبرو می‌شدند. به این ترتیب ابتدا نشریه رادریافت و مطالعه می‌کردند، بعد می‌پرسیدند در انجمن چه خبر بود!

اسماعیل یگانگی چندسال قبل در آمریکا به را از آن خود می‌کنند همراه با نشانه‌های «اسمایل» مهوع خنده دار کنارش!... من به جدیت می‌گویم این حد از کثافت، رقت و میان‌مایگی در میان جامعه بسیار فریخته‌ها ما خنده ندارد. با نمک نیست؛ تهوع آور و منزجر کننده است.

با توبه به این که منابع غیر ایرانی را در این مورد مطالعه کرده‌ای، به نظرت برای کاهش این فاجعه چه راه‌کارهایی می‌توان پیشنهاد کرد؟ شما اگر یک جست‌وجوی ساده در مورد تجاوز محارم یا تجاوز خانگی بکنید، می‌بینی که ما چقدر با فقر اطلاعات روبه رو هستیم. شکل پرداخت جامعه به این مسأله بسیار مبتذل و ریاکارانه است. ترجیح می‌دهند صورت مسأله را پاک کنند و تمام. یعنی ما اصلاً چنین چیزی نداریم. من می‌خواهم بلند داد بزنم و بگویم ما این مشکلات را در حد فرساینده و جنون آور آن داریم اما جامعه فریخته دغدغه‌مند آن را کم داریم؛ گوش شونده و دست نویسنده‌اش را نداریم؛ چشم بیننده‌اش را نداریم؛ ما انکار می‌شویم. متأسفانه در ایران رایج نیست که به بچه‌ها آموزش‌های لازم داده شود. هیچ ساز و کاری وجود ندارد که بتواند کودکان را از هرگونه دست درازی و تجاوزی مصون نگاه دارد.

## ادامه مطلب تاریخچه شیر و ... از صفحه ۲

در دوران صفوی و افشاریه هم پیوسته این نماد بر روی درفش ملی ایران به چشم می خورد و از دوران شاه عباس به صورت نشان اصلی درفش ایران در آمد. با پیروزی قاجاریه و سلطنت «آغا محمد خان» وی که ذاتا شخصی کینه توز بود به سبب دشمنی با نادر شاه و از آنجا که شیر و خورشید را نشان سلطنت نادر می دانست فرمان دگرگونی آن را صادر کرد. اطرافیان وی گفتند که شیر نماد «سداالله علی» و خورشید هم نور حق است. از اینرو آغا به جهت مذهبی بودن دستور داد که اگر شیر علی است ذوالفقاری هم به دستش دهید و اینگونه شمشیری خمیده (شمشیر ایرانی صاف است) به این نشان علاوه گردید. (نک: ناصر انقطاع، شیر و خورشید نشان سه هزار ساله) از آنجا که با گذشت زمان و تغییرات در باورها و آرای مردمان، اسطوره ها و

## ادامه مطلب دلایل جنگ ... از صفحه ۱۳

به عبارت دیگر، دوره کنونی بهترین فرصت برای استراتژی نظامی اسرائیل ناظر به نابودی و یا تضعیف شدید و یک به یک حماس و حزب الله است. ۲. در یکی دو سال اخیر و در دوم ریاست جمهوری باراک اوباما، آمریکا فشار نسبتا بیشتری بر اسرائیل برای پیشرفت مذاکرات صلح وارد کرده است. یکی از ابتکارهای دولت دوم اوباما ترغیب فلسطینیان برای تشکیل دولتی واحد در جهت تسریع مذاکرات صلح بود. الفتح و حماس علیرغم سابقه اختلافات و حتی درگیریهای نظامی خود به این درخواست آمریکا عمل کردند و دولت اتحاد ملی تشکیل دادند. به این ترتیب یورش جاری اسرائیل به غزه و توقف احتمالا دراز مدت مذاکرات صلح را می توان به مثابه ابزار اسرائیل برای نشان دادن و تاکید عملی بر استقلال عمل سیاسی اش در رابطه با مساله فلسطین فارغ از تمایلات کاخ سفید تلقی کرد. با این همه شاید این استدلال مطرح شود که حماس به سادگی و با به رسمیت شناختن اسرائیل می تواند مسئله را حل کرده و به بهانه اصلی اسرائیل برای حملات مکرر به غزه خاتمه دهد. اما چند مشکل اصلی در رابطه با این استدلال وجود دارد. اول اینکه تنها دولت های مستقل می توانند همدیگر را به رسمیت بشناسند و از نتایج مترتب به آن متاثر شوند. حماس یک دولت مستقل دارای حاکمیت ملی نیست. به لحاظ اصولی و منطقی نیز هم منازعه و

## ادامه مطلب تازه های دنیای ... از صفحه ۲۶

## عفونت قارچی پا

گاهی بعضی از قارچها روی پوست و ناخن های پا رشد کرده که باعث زرد رنگ شدن و افتادن ناخن ها می شوند این حالت یک عفونت قارچی است که به سادگی هم از بین نمی رود و درمان آن بسیار طولانی است و نیاز به داروی ضدقارچ موضعی دارد. این حالت در صورتیکه درمان نشود به تمام انگشتان پا سرایت کرده و باعث مشکل بزرگی می شوند. رطوبت در داخل کفش ها و پوشیدن آنها به مدت طولانی باعث رشد این قارچها می شوند. در حالات پیشرفته درد شدیدی در انگشتان ظاهر می شود و باعث بوی بد در پاها می شوند که دائما بایستی پاها را تمیز و شستشو کرد. اشاره شد که پا دارای ۲۶ قطعه استخوان می باشد که استخوانهای ظریفی هستند که می توانند دچار شکستگی شوند و گاهی باعث سوراخ شدن پوست پا می شوند، مفاصل جابجا شده و ایجاد تورم، خون مُردگی، خون ریزی و درد شدید پا می

از بین برده است. نهایتا، به لحاظ منطقی شرط شناسایی اسرائیل از سوی حماس به مثابه پیش فرض صلح و مذاکره با حماس را می توان از منظر فلسطینیان، و به طریق اولی حماس، نیز مطرح کرد. به این معنا که حماس و یا گروههای فلسطینی نیز می توانند ادعا کنند که مادامیکه اسرائیل از قبول رسمی دو شرط لازم برای تشکیل دولت مستقل فلسطینی، که شناسایی آنها معادل درخواست شناسایی اسرائیل از سوی حماس است، یعنی قبول رسمی مرزهای ماقبل ۱۹۶۷ و حق بازگشت آوارگان فلسطینی به خانه و کاشانه اصلیشان، سر باز میزنند آنان نیز از شناسایی اسرائیل خودداری میکنند. اما کنه استدلالهای مذکور این است مادامیکه حماس در عمل آماده شرکت در مذاکرات صلح است عدم شناسایی گفتاری اسرائیل از سوی حماس نمی تواند الزاما مانع انجام و موفقیت مذاکرات صلح بین دو طرف باشد. حماس با شرکت در دولت اتحاد ملی به همراه الفتح عملا و رسما وارد مذاکرات صلح شده بود و در این مقام به طور غیر مستقیم اسرائیل را نیز به رسمیت شناخته است چرا که مذاکره الزام آور حقوقی

درست همان گونه که اگر آهن را بکار نگیریم، زنگ می زند، همان گونه که آب را کد می کنند و یا به هنگام سرما یخ می بندد، اگر از آگاهی و مغز خود بهره نگیریم، آن را از دست می دهیم. لئوناردو داوینچی

## Construction Accident

By: Caroline Nasseri/Accident Lawyer



an employer, our firm can help you pursue just compensation for your injuries.

### Common Causes of Construction Accidents

Although there are many ways that a construction accident can occur, some of the most common incidents involve:

- ◆ Failure to safely prepare the ground for safe erection of scaffolding
- ◆ Defective manufacturing or incorrect installation of equipment
- ◆ Negligent supervisor or subcontractor on the construction site
- ◆ Improper training of construction workers
- ◆ Failure to follow correct safety precautions and procedures
- ◆ Construction vehicle equipment maintenance

No matter what the cause of the construction accident, it is im-

portant to obtain hard-hitting legal assistance from our firm. Our firm can help you prepare for the claims process and can protect your rights through each step.

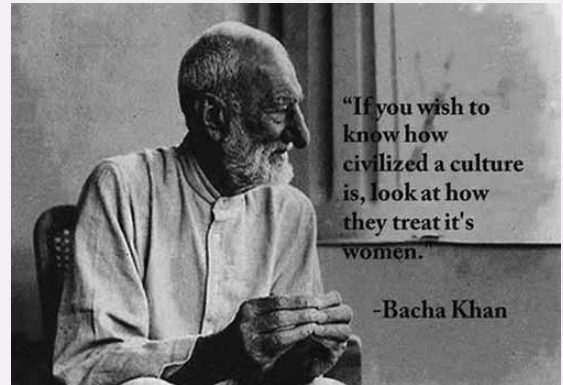
Our founding attorney has more than 25 years of experience assisting clients like you. We

can help you file a personal injury claim if you are suffering physical harm or a wrongful

death claim if your loved one was killed on the construction site. If the incident was caused by the negligence of another individual, we can help you

obtain just compensation, contact us today! We offer a free case evaluation to help you

gain a better understanding of your case and the available options.



"If you wish to know how civilized a culture is, look at how they treat it's women."

-Bacha Khan



**اکادمی موسیقی توان**

زیر نظر استاد پیانو و نوازنده چیره دست امیر رضا خستوان

فراگیری پیانو، گیتار، ویلن  
فلوت، تنبک، دف، جاز

آموزش آواز و شناخت ردیف موسیقی سنتی  
بابانوی آواز غزال فیلی

**اولین جلسه رایگان**

**TAVAN**  
MUSIC ACADEMY  
LEARN TO PLAY - LOVE TO PLAY

1454 POLLARD ROAD LOS GATOS, CA 95032  
408-692-4222 | WWW.TAVANMUSIC.COM

## Is There Scientific Proof We Can Heal Ourselves?

*Whether you're battling a life-threatening illness, saddled with a "chronic" health condition that Western medicine hasn't been able to cure, or battling nuisance symptoms that decrease your quality of life, or just hoping to optimize your energy, vitality, looks, and longevity, there is scientific proof that you can heal yourself.*



As a skeptic herself, Dr. Lissa Rankin makes an irrefutable case, documenting with cold, hard science that the medical establishment has been proving that the mind can heal the body for over 50 years.

Loads of data proves that the mind can believe itself well. In clinical trials, we call it "the placebo effect." Patients treated

with placebos don't just feel better. It's not just "in their heads." They've actually had warts disappear, bronchi dilate, colons become less inflamed, hair growth on the heads of bald men, ulcers heal, and other measurable physiological phenomena. We also know that the opposite is true, and the mind can think itself sick, which researchers call "the nocebo effect." When patients are given injections with saline and told it is chemotherapy, they vomit and lose their hair.

How do such things happen physiologically? In her book *Mind Over Medicine: Scientific*

Proof You Can Heal Yourself, Lissa Rankin, MD, explains the science behind how a positive or negative thought or emotion in the mind translates into spontaneous repair in the body. As it turns out, the body has built in self-repair mechanisms that fix damaged proteins, repair DNA, correct hormonal imbalances, and gobble up cancer cells, infectious agents, and foreign bodies that our bodies are exposed to everyday. These mechanisms explain the spontaneous remissions that are reported in the medical literature from seemingly "incurable" diseases like Stage 4 cancer, HIV, hypothyroidism, diabetes, and even an untreated gunshot wound to the head. Yet patients often feel powerless to harness these natural self-repair mechanisms.

Not anymore. In this book, Dr. Rankin teaches a scientifically-founded six step process you can follow to optimize the body's capacity to flip on its natural self-repair mechanisms when the body becomes ill. She also teaches the tools to implement the power of the mind as preventative medicine, to increase the chance that you will one day die of "old age," rather than dying too young as the result of disabling of the body's ability to repair itself.

What disables the body's natural self-repair mechanisms? We all know that stress is bad for the body. But do you understand how this works? Loads of data proves that stress comes in different forms — the stress of feeling lonely, work stress, financial stress, marital stress, family stress, the stress of feeling creatively blocked or spiritually disconnected. Regardless of what triggers it, stress flips on a series of physiological cascades associated with the hypothalamic-pituitary-adrenal axis and the "fight or flight" response of the sympathetic nervous system. In other words, whether you're stressed about money, your marriage, or your job, your body can't tell the difference between a perceived threat, such as impending bankruptcy, and a real threat, such as getting chased by a lion.

But here's the kicker. The body can only repair itself when the body is in a state of physiological rest. Whenever the body thinks it's time to run away from the lion (or whatever chronic, repetitive perceived threat it believes itself to be under), it shuts down self-repair. After all, who cares about long term maintenance like killing unwanted cancer cells if you're about to be eaten by a lion?

**DJ Alireza**  
**Music at Its Best**  
**(408)772-6463**

[www.djalireza.com](http://www.djalireza.com)  
 Quality Mobile DJ Service  
 State of The Art Lighting Services  
 Complete Audio Visual Equipments  
 Ambiance Lighting for Wedding Receptions

Like Me on facebook

### Connect With Consumers

By placing your ad in Pezhvak of Persia, you're putting yourself in the right place, in front of the right people. Even better, you can be sure your ad will last the whole month because local people trust, use and rely upon

**Pezhvak of Persia**

**(408) 221-8624**



**TOUCHFREEWASH.COM** 3% DONATED MONTHLY TO HUMANITARIAN PROJECTS

**OPEN 24 HOURS**

## The US Government is Funding both Sides of the Israeli-Hamas Conflict

themindunleashed.org/Nick Bernabe

Regardless of your stance on the Israeli-Hamas conflict, it's undeniable that this is a tragedy for all parties involved. The largest losses have come from the Palestinian side, most of



which have been civilian casualties. It's estimated that 80% or more of the deaths in Gaza have been innocent civilians. Israel has been under constant threat from rocket attacks coming from Hamas in Gaza and although casualties have been very low, the reign of terror has a major psychological effect on the innocent people living there. It's estimated that roughly half of Israeli children living near Gaza have PTSD symptoms from the constant rocket threat. Meanwhile, Palestinian children faced with constant hardships and conflict have shown extremely high rates of PTSD symptoms.

Some studies suggest that nearly 90% of Palestinian children have these symptoms.

This is the heartbreak of war. While IDF soldiers and the military wing of Hamas may be hardened fighters who are ready and willing to sacrifice everything over lines drawn on the ground, the innocence of the children is being lost in these conflicts that are started by grown men. These PTSD symptoms will lead to further mental issues down the road, not to mention the radicalization of people on both sides of the conflict.

While this war seems so far away from the average westerner, the fact is that America's

government is actively enabling both sides of this conflict through foreign aid. Israel is the largest benefactor of US foreign aid, much of which is military equipment, totaling over \$3 billion or more per year.

Hamas is also an indirect benefactor of US aid. In 2013 the US sent \$500 million to the Palestinian Authority government, which Hamas is a member of. While most foreign aid is claimed to go toward humanitarian purposes, the reality is that it tends to go to war lords and oppressive governments like Hamas and Israel's hawkish Zionist government.

The only parties set to benefit from this aid are government oligarchs, the military-industrial-complex, and the big banks. These banks finance the US aid. Most of this money is created (out of thin air) by the Federal Reserve, given to the big banks at near-zero interest, then loaned to the government — collateralized on backs of future generations. America has spent billions so far this year in Ukraine, the Levant (including Israel), Iraq, Syria, and countless other countries around the world, all the while Detroit is literally falling apart — with hundreds of thousands of people facing water shutoffs and bankruptcy. 1 in 6 Americans currently go hungry every night.

It's hard to say whether US foreign policy "experts" are so dumb that they keep repeating these same mistakes (see Iraq, Libya, Iran, Israel, Saudi Arabia, Columbia, El Salvador, Cuba, etc), or are these people so sick that they pursue these policies knowing they will backfire and cause more harm than good?

One thing is clear: it's time for

## Unethical Experiment

The results of a secret psychological experiment conducted on nearly 700 thousand Facebook users without their consent recently came to light. The fact that the experiment was aimed at studying the emotions of the members of the social network without them knowing it has caused online outrage.

In January 2012, the number of positive and negative posts displayed in the news feeds of 690,000 Facebook users was secretly manipulated. The next step was to collect and analyze comments and statuses written by the unsuspecting participants of the experiment. The study concluded that those who had less positive content in their news feeds eventually expressed negative mood themselves. In contrast, those who saw less negative content tend to use fewer words with negatively charged emotions in their own posts. The experiment was conducted with a random sample of Facebook users and the results were published in the PNAS journal on June 17, 2014.

In other words, Facebook intentionally made well over half a million of its users sad.

The study's authors came to the conclusion that the emotions experienced by users online are influenced by the posts they read, which can also affect their behavior in real life. As they said, "Emotions expressed by friends, via online social networks, influence our own moods, constituting, to our knowledge, the first experimental evidence for massive-scale emotional contagion via social networks, and providing support for previously contested claims that emotions spread via contagion through a network."

westerners to stop sticking their noses into the internal affairs of other countries, especially in the Middle East. If you think that the US should stop funding warlords and

The load of negative comments that flooded Twitter and Facebook after the results of the experiment were published prompted one of the study's authors to offer an explanation. Facebook data scientist Adam Kramer wrote in his profile:

"The reason we did this research is because we care about the emotional impact of Facebook and the people that use our product. We felt that it was important to investigate the common worry that seeing friends post positive content leads to people feeling negative or left out. At the same time, we were concerned that exposure to friends' negativity might lead people to avoid visiting Facebook. We didn't clearly state our motivations in the paper."

If you wonder if this unethical experiment was legal, it 'seems' that it was.. Sort of.. As the study paper states, the research "was consistent with Facebook's Data Use Policy, to which all users agree prior to creating an account on Facebook, constituting informed consent for this research."

Here is the relevant section of Facebook's data use policy: "For example, in addition to helping people see and find things that you do and share, we may use the information we receive about you ... for internal operations, including troubleshooting, data analysis, testing, research and service improvement."

The methodology of Facebook raises serious ethical questions.. As Slate.com states: "The team may have bent research standards too far, possibly overstepping criteria enshrined in federal law and human rights declarations. "If you are exposing people to something that causes changes in psychological status, that's experimentation," says James Grim-

oppressive regimes around the world, please share this article with as many people as possible. Surprisingly, most people do not know about these facts.

22nd Annual

22<sup>nd</sup> سنسکا ہفتک ہنسکسک کاسکسک

ہنسکسک ہنسکسک ہنسکسک

ہنسکسک ہنسکسک

2014 - 23 - 24



# Assyrian Food Festival

*"The Celebration Continues"*

- Traditional Assyrian Food
- Live Music, Dancing & Entertainment
- Exotic Teas, Coffees and Pastries
- Wine Bar, Exhibits and MORE...
- Vendors from Around the World
- Fun Filled Kid Zone

**RAFFLE GRAND PRIZE**  
**2014 Ford Mustang**

**AUGUST 23-24, 2014**  
**SATURDAY, SUNDAY**  
**11 A.M. - 9 P.M.**

Assyrian Church of the East - Mar Yosip Parish  
680 Minnesota Avenue, San Jose, CA 95125  
Near Hwy 87 and Alma Avenue  
Free Admission, Shuttle and Parking

Visit [ASSYRIANFESTIVAL.COM](http://ASSYRIANFESTIVAL.COM) FOR MORE INFO!

# کاباره رستوران ساقی

با بیش از ۱۵ سال سابقه، با افتخار از شما پذیرایی می کند!

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

**رستوران ساقی مجهز به کادر ورزیده کیترینگ،**

**به جشنها و میهمانی های شما جلوه بیشتری می دهد!**

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

**کیترینگ برای هفتاد نفر به بالا،**

**یک بره کامل، بطور رایگان، مهمان ما باشید!**

هفت روز هفته ناهار را با انواع غذاهای خوشمزه در رستوران ساقی میل کنید



**بوفه کامل ۸,۹۹ دلار**

**(408) 998-0122**

1392 S. Bascom Ave. San Jose, CA 95128 ♦ [www.saaghi.com](http://www.saaghi.com)



**Caroline Nasserri**  
Attorney at Law

# کارولین ناصری

وکیل رسمی دادگاه های کالیفرنیا و فدرال

با بیش از ۲۵ 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**