



نقاش: مرتضی کاووزیان



علی مقدمی

وکیل رسمی دادگاه‌های ایالتی و فدرال

+ جراحات و صدمات بدنی + دعاوی تجاری
+ امور کارمند و کارفرما + امور جنایی
در دادگاه‌های ایالتی و یا فدرال
+ حل اختلافات بیمه گر با شرکت‌های بیمه

(408) 643-1739

شان انصاری

مشاور سرمایه‌گذاری در املاک

نامی آشنا و مشاوره مطلع و مطمئن
در امور خرید و فروش املاک در پی‌یریا

با بیش از ۳۰ سال تجربه

(408) 529-4574

www.ShawnAnsari.com



DRE #01888988

SHAWN ANSARI PRESENTS

شان انصاری

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

Expertise You Need, Results You Can Count On!



SOLD - Represented Seller
Portola Valley



SOLD - Represented Seller
Saratoga



SOLD - Represented Seller
Santa Clara



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



SOLD - Represented Buyer
Brooke Acres, Los Gatos



SOLD - Represented Buyer
Burgoyne, Mountain View



SOLD - Represented Buyer
Oak Drive, Menlo Park

(408) 529-4574

www.shawnansari.com

Shawn.Ansari@Compass.com

DRE: 01088988

COMPASS

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

THE LAW OFFICES OF
CAROLINE J. NASSERI

(408)298-1500

وکیل تصادفات و صدمات بدنی
Accident & Personal Injury Attorney



Caroline Nasserri
Attorney at Law

کارولین ناصری

وکیل رسمی دادگاه های کالیفرنیا و فدرال

تنها وکیل ایرانی در شمال کالیفرنیا
با بیش از ۳۳ سال تجربه

✦ تصادفات اتومبیل، موتورسیکلت و عابر پیاده

✦ صدمات شدید بر اثر تصادفات

✦ مرگ بر اثر تصادفات

✦ صدمات ناشی از حمله حیوانات

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

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

Tel: (408)298-1500

e-mail: cnasseri62@yahoo.com

Fax: (408)278-0488

Website: carolinenasserilaw.com

675 North First Street, San Jose, CA 95112

آیا ترامپ باز هم بازنده خواهد شد!

یدالله کریمی پور

سانحه پنسیلوانیا و حرکات و عکس العمل های جالب ترامپ، نمی تواند بر جریان انتخابات ۵ نوامبر بی تاثیر باشد. با این همه ترامپ باز هم از کاندیدای دموکرات، شکست خواهد خورد. چرا که پیروزی او به معنای پیروزی فدراتیو روسیه و ولادیمیر در میدان اوکراین و نیز بقای نتانیاهو و استمرار لیکودی های تندرو است. در حال حاضر وضعیت اقتصادی آمریکا بسیار خوب است، اما در بین مردم چنین تصویری وجود ندارد و عدم تطابق واقعیت با احساس مردم به یک گسست عمیق منجر می شود. وضعیت اقتصادی تعیین کننده ترین عامل در پیروزی یا شکست انتخابات های آمریکاست. با پیروزی ترامپ، ناتو دچار شکاف درونی شده و به احتمال در برابر روسیه-چین



ناتوان خواهد شد. هم چنین شکاف میان آمریکا، مکزیک و ملت های آمریکای مرکزی و حوزه کارائیب ژرف تر شده و ملت های عرب را نسبت به سیاست های واشنگتن بدبین تر خواهد کرد. چرا که در چنین صورتی قدرت مانور اسرائیل فروتن تر شده و مساله رسمیت یافتن کشور مستقل فلسطینی دوباره به فراموشخانه خواهد رفت. البته با یک فرض، ترامپ شانس برای بازگشت دارد. زوال و تسلیم چهارگانه سرمایه های فکری (روشنفکران)، سرمایه های اقتصادی (مدیران صنعتی- مالی)، سرمایه های اجتماعی (کنشگران اجتماعی) و سرمایه های نمادین توانمند آمریکا در برابر راست افراطی است.

آیا جامعه مدنی آمریکا تا حد پذیرش ترامپ دچار انحطاط شده است؟! اما از سوی دیگر بیشتر دولت ها و بلکه ملت های جهان چشم به انتخابات روز سه شنبه ۵ نوامبر (۱۵ آبان) امسال ایالات متحده دوخته اند. کاملاً هریس یا دانالد ترامپ؟ یا شاید میشل اوباما یا ترامپ. ولی دولت های موثر در تصمیم سازی های جهانی، تنها

چشم انتظار نبوده و از ماه ها پیش، سوگیری ولادیمیر پوتین رئیس فدراتیو روسیه در پی بازگشت ترامپ است، بیشتر اعضای اتحادیه اروپایی، به جز یکی دو کشور، مانند مجارستان و کمی هلند، با شور و هیجان دموکرات ها را می خواهند. اسرائیل بی صبرانه و مشتاقانه در پی ظهور مجدد ترامپ است. جمهوری خلق چین و شی پنگ قاعدتا ریاست بایدن را به نفع منافع ملی خود می پندارند. همسایگان جنوبی ایالات متحده، یا بیشتر ملت های آمریکای لاتین، از ریاست دموکرات ها و بایدن خشنودترند. بیشتر کشورهای حوزه جنوبی خلیج فارس و در راس آنها بن سلمان، در جهت بازگشت ترامپ هزینه می کنند. دولت های اقیانوسیه و در صدرشان استرالیا و نیوزلند، تا حدود زیادی برنامه های دموکرات ها را کارآمد می دانند. حال با چنین وضعیت و چشم اندازی، جمهوری اسلامی ایران بهتر است به کدام سمت چشم بدوزد؟ مانند اسرائیل، فدراتیو روسیه و عربستان، از آمدن ترامپ خشنود شود؟ یا مانند اروپا دموکرات ها را ترجیح خواهد داد؟! به گمان یک پاسخ کمتر دقیق، ولی انقلابی هم می تواند مانند بیشتر اوقات این باشد: برای مردم ایران هیچ تفاوتی نمی کند. هر دو دشمن هستند.

در خواست اشتراک نشریه پژواک



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

PO BOX 9804, SAN JOSE, CA 95157

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

شماره تلفن: ۸۶۲۴-۲۲۱-۴۰۸

شماره فکس: ۳۷۱۷-۶۹۳-۴۰۸

آدرس مکاتبه با نشریه پژواک:

PO BOX 9804,
SAN JOSE, CA 95157

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

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

صفحه ۱	آگهی
صفحه ۲	اخبار - فهرست مطالب
صفحه ۳	آگهی
صفحه ۴	نامه های شگفت انگیز... (پهرام فره وش)
صفحه ۵	آگهی
صفحه ۶	طنز در رمان و داستان کوتاه (حسن جوادی)
صفحه ۷	جدالی بر جدل ها (ایرج پارسی نژاد)
صفحه ۸	آگهی
صفحه ۹	اخبار
صفحه ۱۰	درباره نلین (احمد ایرانی)
صفحه ۱۱	آگهی
صفحه ۱۲	زندگی و پیدایش کولیان (هما گرامی فره وش)
صفحه ۱۳	آگهی
صفحه ۱۴	آگهی
صفحه ۱۵	آگهی
صفحه ۱۶	نقد و بررسی فیلم
صفحه ۱۷	آگهی
صفحه ۱۸	آگهی
صفحه ۱۹	مشقی تازه در روزهای غربت (حسینعلی مکوندی)
صفحه ۲۰	آگهی
صفحه ۲۱	اخبار
صفحه ۲۲	اخبار
صفحه ۲۳	اخبار
صفحه ۲۴	گیله مرد (حسن رجب نژاد)
صفحه ۲۵	تازه های پزشکی (منوچهر سلجوقیان)
صفحه ۲۶	آگهی
صفحه ۲۷	صمد سندباد (سیروس مرادی)
صفحه ۲۸	آگهی
صفحه ۲۹	اخبار
صفحه ۳۰	آگهی
صفحه ۳۱	آگهی
صفحه ۳۲	مردهای «مریخی» و ساکنان «نوس» (جان گری)
صفحه ۳۳	اخبار
صفحه ۳۴	جدول
صفحه ۳۵	فال - نیازمندی ها
صفحه ۳۶	انگلیسی با لهجه فارسی (فیروزه جزایری دوما)
صفحه ۳۷	آمریکا (عباس پناهی)
صفحه ۳۸	داستان (ابوالقاسم حالت) - حکایت
صفحه ۳۹	خاطراتی از هنرمندان (پرویز خطیبی)
صفحه ۴۰	شعر
صفحه ۴۱	فردوسی و شاهنامه... (رسول سرخابی)
صفحه ۴۲	دلتوشته
صفحه ۴۳	ساخت و اجرای طراحی دکوراسیون (هستی موسوی)
صفحه ۴۴	اخبار
صفحه ۴۵	آگهی
صفحه ۴۶	اخبار
صفحه ۴۷	اخبار
صفحه ۴۸	اخبار
صفحه ۴۹	اخبار
صفحه ۵۰	اخبار
صفحه ۵۱	دنباله مطالب
صفحه ۵۲	دنباله مطالب
صفحه ۵۳	دنباله مطالب
صفحه ۵۴	دنباله مطالب
صفحه ۵۵	دنباله مطالب
صفحه ۵۶	دنباله مطالب
صفحه ۵۷	دنباله مطالب
صفحه ۵۸	دنباله مطالب
صفحه ۵۹	دنباله مطالب
صفحه ۶۰	انگلیسی



LOS GATOS MEMORIAL PARK & DARLING FISCHER FUNERAL HOMES

Celebrating Life, One Story at a Time

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

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



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

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

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

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

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

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

فارسی ۶۷۶۸-۳۹۶ (۴۰۸)

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

به مردم اعلام کنند. بدین جهت همه به کلیساهای خود دویدند و به تخته های خود کوبیدند. (برای این که به مفهوم این اصطلاح پی برده شود، باید دانست در جلفا فقط در صومعه ها زنگ وجود دارد و در قلمرو کشیشی به جای زنگ تخته هایی را به طور متقارن تنظیم کرده اند که با چکش های چوبی به طور هم آهنگ و موزون بر روی آنها می کوبند). با شنیدن این صدای غیرعادی هر کس از خانه خود بیرون آمد تا بداند چه خبری رسیده است، ولی هیچکس پاسخی نمی داد زیرا کسی چیزی نمی دانست. مردم تا به صومعه رفتند و درهای آن را بسته دیدند و فقط دانستند که چندان از ارمنیان متشخص و سرشناس وارد آن شده اند. شک ها و بدگمانی ها افزون شد و چیزی معلوم نشد و فقط فردای آن روز بود که مردم از واقعیت قضیه مطلع شدند.

هیجان ها فروکش کرد ولی باز هم ارمنیان به خانه های بستگان کاتولیک خود می رفتند تا آنها را وادارند که دین خود را رها کنند، ولی هیچ نتیجه ای از این کار به دست نیاوردند. در این موقع به یکی از بزرگان خانواده کاتولیک گفتند وقتی که دیگر هیچ پدر روحانی و هیچ میسیونری باقی نماند، او مجبور خواهد شد که به کلیسای ارمنی برود. وی این پاسخ خوب و مناسب را به ایشان داد و گفت: «من فقط یک کلیسای می شناسم و آن کلیسای رومی است که در آن متولد شده ام و آداب مقدس را در آن اجراء کرده ام و با آن متحد و یکی شده ام. اگر در جلفا دیگر میسیونرها و کشیشان کاتولیک باقی نمانند، آنوقت من تنها می مانم، در نتیجه آزاد خواهم بود و آنوقت می روم و خودم کشیش می شوم تا بتوانم ایمان مذهبی خود را ارضاء کنم و بچه هایم در خانه خود کسی را داشته باشند که بتوانند تکالیف مسیحی خود را انجام دهند و وسوسه رفتن به کلیساهای ارمنی آنها را فرا نگیرد».

خداوند از ثبات شرافتمندانه این مسیحی شجاع راضی گشت و اجازه نداد که انحراف از مذهب بر مذهب فائق گردد. معهذا وارتاپت ها از موفقیت خوبی که فکر می کردند به دست آورده اند، به خود می بالیدند و روز پیش از محاکمه یکی از روسای آنان اظهاراتی کرده بود که مردم خیال کنند که او خود به تنهایی به جلفا باز می گردد و میسیونرها سرانجام برای همیشه از جلفا اخراج خواهند شد.

روزی که برای رای و حکم نهایی معین شده بود فرا رسید. شاهزاده به اتهاماتی که کوشش می کردند با آنها روی پدران روحانی و آقایان «شریم» را سیاه کنند، توجهی نکرد. فقط به این اکتفا کرد که از آنها درباره دین آنها و اعتقاداتشان سوال کند و این سوال از هر دو طرف شد و هر طرف مجبور شد پاسخ و توضیح دهد.

در آنجا صحنه عجیبی برپا شده بود. دو برادر مترجم بودند، یکی مترجم عالیجناب اسقف و دیگری مترجم وارتاپت ها بود. هردوی آنها به یکسان صمیمانه سخن می گفتند. یکی برای آیین کاتولیک و دیگری برای فرقه دینی ارمنی. برادر کوچکتر طرفدار ارمنیان و مردی عصبی بود و به برادر خود خشن ترین دشنام ها را می داد و او را ملامت می کرد که از آئین پدران خود دست کشیده است. برادر بزرگتر که معتدل تر بود، سخنان او را بی جواب می گذاشت و پاسخی نمی داد ولی وقتی که برادرش تفسیرهای نادرستی را که وارتاپت ها از کتاب مقدس می کردند به زبان فارسی ترجمه می کرد، با قدرتی تمام از او پیشی می گرفت و این تقابل و اختلاف داوران را مشغول می کرد.

شاهزاده که بنظر می رسید چیزی جز تفریح خاطر خود نمی خواست، از آنها خواست که توضیح دقیق واضحی از مقولات مجموعه اصول مذهب به او داده شود و هر دو طرف به طریق ویژه خود پاسخ می داد و وقتی که به مقوله روح مقدس رسیدند، از ارمنیان پرسیدند که این مقوله چگونه است و آیا آنها آن را دیده اند. آنها پاسخ دادند که نه و چون او نیز، همچون دوتای دیگر، خداست، بنابراین نامرئی است. شاهزاده به سخن ادامه داد و گفت ولی، شاید اسقف اعظم شما که مردی چنین بزرگ است، آن را دیده است؟ این شوخی ها بر آنها گران آمد و تازه دانستند که این به اصطلاح داوری که آنها در انتظارش بودند، ممکن است به یک شوخی ساده تغییر ماهیت دهد، ولی دیگر موقع عقب نشینی نبود. سرانجام پس از نیم ساعتی که این شرفیابی طول کشید، شاهزاده که این مناظره و اعتراض ها برایش جالب توجه نبود و خسته اش می کرد، بی آن که کسی را محکوم کند، همه را مرخص کرد، ولی کاتولیک ها را آزاد گذاشت تا به آئین خود عمل کنند و این همان بود که آنها در طلبش بودند.

ماهنامه پژواک
(۴۰۸) ۲۲۱-۸۶۲۴



نامه های شگفت انگیز از کشیشان فرانسوی در دوران صلیب و انقشاریه

(بخش هفتاد و هشتم)

ترجمه زنده یاد دکتر بهرام فره وشی

در هنگامی که این وقایع در دربار می گذشت، ما در جلفا در انتظار این رویداد بزرگ که می بایستی سرنوشت دین ما را در کشور ایران معین کند، به سر می بردیم. دشمنان ما کوشش بسیار کردند که مردم عامی را بر ضد ما تحریک کنند و برانگیزند. ما نمی توانستیم در کوچه ها ظاهر گردیم بی آنکه سخنان کفرآمیز علیه آیین مقدس خود بشنویم. توطئه برضد ما تقریباً عمومی شده بود. کودکان به دشنام دادن به ما بسنده نمی کردند و سنگ به سوی ما پرتاب می کردند و بارها به ما توهین شد و دشنام شنیدیم. عاملان اسقف، خبرهای بسیار زبان بخشی منتشر می ساختند. گاهی می گفتند که عالی جناب اسقف و پدر روحانی «هان» و آقای «آروتیون» دست و کت بسته برده شده اند. گاهی می گفتند که رئیس مافوق ما را کشته اند و سر اسقف و گوش و بینی آروتیون را بریده اند و کاتولیکی را که مترجم عالیجناب اسقف بوده است، خفه کرده اند.

ما کاملاً مطمئن بودیم که همه این شایعات بی اساس است، ولی هیچگونه دلیلی هم که عکس آن باشد و با آن مقابله کند، در دست نداشتیم. یک رویداد عجیب که برحسب اتفاق واقع شد، وحشت ما را افزوده و مردم را در توهمی که به آنها داده شده بود پایدار کرد. اسقف بزرگ که هنوز در جلفا بود در روز «کازیمودو» به میهمانی شام بزرگی که از سوی یکی از ارمنیان داده شده بود، دعوت شد. ساعت هشت و نیم شب بود که او از میهمانی بازگشت و در موقع رسیدن او به صومعه، همه زنگ های کلیسا به افتخار او به صدا درآمد. ساکنان قلمرو کشیشی که در اطراف بودند وقتی این صدای زنگ کلیسا را در ساعتی غیرمعهود و غیرموقع شنیدند، خیال کردند که خبرهایی رسیده است و بوسیله این صدای زنگ ها می خواهند آن را



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

پیام شایانی

وکیل تصادفات و صدمات بدنی

800-261-1314

Payam Mark Shayani, ESQ

Accident Attorney

Auto, Motorcycle, Pedestrian
Slip & Fall, Work Injury

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

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



(916) 442-9999

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

(408) 777-8867

2880 Zanker Road, Suite 203
San Jose, CA 95134

(925) 777-0432

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

خوریم. جهانگیر درّی که آثار متعددی از طنزنویسان فارسی را به روسی ترجمه کرده است، در آخرین اثر خود به نام داستانهای فکاهی و طنزآمیز فارسی (انتشارات پراودا، ۱۳۶۷)، بیش از همه، یعنی ۳۹ داستان شاهانی را به روسی ترجمه کرده است. به گفته درّی علت انتخاب تعداد قابل ملاحظه ای از داستانهای شاهانی برای این مجموعه به خاطر تصویر همه جانبه اجتماع ایران در آثار اوست.

برای این که مثالی از داستانهای شاهانی داده شود، خلاصه دو داستان را در اینجا می آورم. در «کمدی افتتاح» اهالی قسمتی از یکی از محلات خارج از محدوده شهر تهران خودشان پول جمع می کنند و برای آب آشامیدنی چاه عمیقی می کنند، ولی شهرداری آن را مهر و موم می کند چون باید توسط شهردار افتتاح بشود. چند ماه می گذرد تا بالاخره شهردار می آید و طی مراسم باشکوهی آن چاه را به عنوان یکی از پروژه های موفقیت آمیز شهرداری افتتاح می کند! «هم قسم ها» اسم داستان کوتاه دیگری است در همین مجموعه که در آن نویسنده شرح سفر خود و یک دوست تریاک را در ایام عید به یکی از شهرستانها می دهد. در آن جا مبارزه شدیدی علیه مواد مخدر در جریان است. دوست نویسنده که بدون تریاک نمی تواند به سر برد او را وادار می کند که در این باره تدبیری بیندیشد، سرانجام پلیس دل رحمی آنها را به خانه یکی از مشاهیر شهر هدایت می کند که در آنجا نه تنها تریاک بلکه مشروب هم مهیاست. هنگام شب تمام محترمان و مأموران عالی رتبه شهر، و از آن جمله رئیس اداره مبارزه با مخدرات و قاضی شهر از راه می رسند. خلاصه تمام تعطیلات را نویسنده و دوستش در آنجا می مانند و هر شب بساط مشروب و تریاک برقرار است، عیش می کنند و غزلیات حافظ را می خوانند. هنگامی که نویسنده و دوستش می خواهند به تهران برگردند ماشین آنها را از خیابان می دزدند، ولی قاضی شهر می گوید که نمی توان جریانی دزدی را بر ملا ساخت چون قضیه عیش شبنه و به همراه آن پای تمام بزرگان شهر به میان خواهد آمد. آن دو موقع عزیمت از شهر می بینند که رئیس پلیس، بقالی را به جرم داشتن یک گرم تریاک بازداشت می کند! بوروکراسی و فساد تنها مسائل مورد انتقاد شاهانی نیستند، بلکه او به جنبه های دیگر اجتماع نیز به طور وسیع می پردازد، منتها این کار را طوری انجام می دهد که نوشته هایش اجازه چاپ بیابند.

طنز در رمان و داستان کوتاه

بخش نهم
دکتر حسن جوادی



خسرو شاهانی (۱۳۸۱-۱۳۰۸) نویسنده و روزنامه نگاری بود که از طنزنویسان مهم این دوره به شمار می رفت. او بار اول با نوشتن «در کارگاه نمدالی» که مدت چند سال در مجله خواندنی ها ادامه داشت، کسب شهرت کرد. اواسط دهه ۵۰ مصادف بود با اوج گیری شعر نو، و اشخاص زیادی که استعداد شاعری نداشتند، سروده های خود را به صورت های مختلف عرضه می کردند. شاهانی «در کارگاه نمدالی» با طنز گیرای خود این گونه شاعر مزاجان نوحسته را به باد انتقاد می گرفت. شاهانی مجموعه های متعددی چاپ کرد که تقریباً تمام آنها داستانهای کوتاه هستند. از آن جمله می توان پهلوان محله (۱۳۵۰)، کور لعنتی (۱۳۴۳)، وحشت آباد (۱۳۴۸)، کمدی افتتاح (۱۳۴۶)، آدم عوضی (۱۳۴۸)، فولکس دکتر بقرط (۱۳۶۳)، گره کور (۱۳۶۲)، آئین زناشویی (۱۳۷۰) بازنشسته (۱۳۶۸) و بالارودی ها و پایین رودی ها (۱۳۵۱) را نام برد. آخرین اثر او مملکت ناراضی ها نام دارد که در سال ۱۳۷۷ منتشر شده است. بعضی از داستانهای شاهانی شباهت زیادی به داستانهای کوتاه عزیز نسین، طنزنویس مشهور ترک که در ایران از محبوبیت خاصی برخوردار است دارد، و احتمال دارد شاهانی در بعضی از موارد تحت تأثیر او قرار گرفته باشد. شاهانی بر مسأله شخصیت آفرینی و وصف صحنه ها تأکید نمی کند، بلکه داستانهای خود را بر پایه طنز اجتماعی و ایجاد موقعیت هایی که خود به خود کاستی های مختلف اجتماع و یا طبع بشری را می نمایانند بنا می نهد. علی رغم یکی دو مورد خاص که داستانهای شاهانی جنبه تراژدیک دارند (۱)، اکثر نوشته های او طنز اجتماعی یا کمدی طنز آمیز هستند. هر چند که شاهانی در بعضی موارد تا حد یک کاریکاتوریست ممکن است مبالغه کند، ولی به طور کلی شخصیتهای آثار او کسانی هستند که در سرتاسر ایران به آنها بر می



شیوا موزون

وکیل رسمی دادگستری آمریکا

مدافع و مشاور شما در امور:



Shiva Moozoun
Attorney at Law

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

♦ اخذ تابعیت

Citizenship & Naturalization

♦ اخذ گرین کارت

Permanent Residency

♦ اخذ گرین کارت از طریق خانواده

Family Based Visa

♦ اخذ ویزا از طریق کار

Employment Based Visas

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

♦ تهیه و تنظیم وصیت نامه و تراست

Probate & Trust Administration

♦ اشتباهات پزشکی، تصادفات

Personal Insure, Medical Malpractice

♦ مشاوره، تشکیل ثبت و انحلال شرکت ها

LLCs, Partnership, C & S Corporation

Nonprofit Organization Formation

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

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



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

51 E. Campbell Ave., Campbell, CA 95008

های باستانی ایران و فرهنگ ایران باستان و از خاورشناسان متخصص در حوزه ای از ایران شناسی از قبیل براون، نیکلسون، نولدکه، بارتولد، گیرشمن، هرتسفلد، بازورث، اشپولر، مینورسکی، آربری، هنینگ، ییلی، گرشویچ، بنونیست، پوپ، پطروشفسکی، ریتز، بورینگ، مایر، شیمل، فرای، بویس، بورگل، بوزانی، نولی، تنصر، چتیک، هُنوی، لوئیس و دیویس کسانی هستند که از ایشان یاد شده، اما ذکر خیری از فضائل و کمالات فریدون آدمیت، مجتبی مینوی، غلامحسین مصاحب، محمود صناعی، ایرج افشار و محمدجعفر محجوب، چنان که درخور شأن و اعتبار ایشان باشد، به چشم نمی خورد. همچنین از نویسندگان معاصر ایران نام بعضی کسان در روایت دیگران برده شده، اما در کنار محمود دولت آبادی، که بارها از او و آثارش ستایش شده یا زمانی ناشناخته موسوم به «غواص و ماهی» از محمود کیانوش، کاش از نویسندگانی هنرمند مانند بهرام صادقی، هوشنگ گلشیری، عباس معروفی، پرویز دوابی، زویا پیرزاد و گلی ترقی که آثاری ماندگار از خود به جا گذاشته اند یاد می شد.

در حوزه شعر معاصر فارسی با شاعری میان مایه موسوم به مسعود احمدی آشنا می شویم با نقل آثاری آبکی با عنوان های «بارانی» و «خزانی»، بعضی موزون و بعضی دیگر بدون وزن. استاد به گمان این که در عالم شعر کشف تازه ای کرده شش صفحه در وصف او قلم فرسایی می کند، بی آنکه خواننده از لطف معنی و قوت بیان آن آثار چیزی دستگیرش شود.

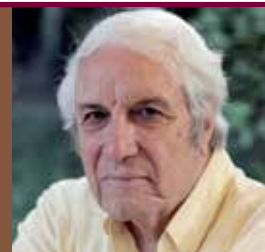
حرف از شعر شد، چه گونه می توانم ناگفته بگذارم که در کتاب «یادداشت ها» ی یارشاطر از شاعری موسوم به شفیعی کدکنی، در پی شصت سال شاعری و انتشار دفتر و دیوان های متعدد، که هر یک بارها باز نشر شده، و شعرهایی که مانند مَثَل سائر از او بر سر زبانهاست، به عنوان شاعر، حتی نامی برده نشده است. گذشته از او شاعرانی مانند قیصر امین پور، از نسل جدید، با دفترهایی از شعر ناب به شهرتی سزاوار دست یافته اند که ظاهراً استاد یارشاطر از همگی ایشان غافل بوده اند!

گذشته از داستان و شعر، در جایی که از غلامحسین ساعدی یاد می شود، می گوید: «بی شک ایران تاکنون نمایش نامه نویسی به توانایی او نداشته است.» (ص ۲) به راستی چنین حکمی، با چنین صراحت و قاطعیت، از جانب دانشنامه نویسی که قلم خود را در کاربرد هر کلمه، با تأمل و احتیاط به کار می برد شگفت انگیز است. **دنباله مطلب در صفحه ۳۶**

جدالی بر جدل ها

بخش آخر

دکتر ایرج یارسی نژاد



احسان یارشاطر، یادداشت ها، واشنگتن: بنیاد مطالعات ایران، ۲۰۲۱

در مرور یادداشت های یارشاطر آنچه چشم مرا روشن کرد یاد عزیز ایرانیان «محترم» بود که ما این بخت را داشتیم که در زمان خود از خدمات و آثار ایشان برخوردار باشیم، اما دریغا که قدرشان را آنگونه که باید، نشناختیم. یارشاطر راست می گوید ما کلمه «محترم» را آنقدر بجا و بیجا به کار برده ایم که معنی اصلی آن غبار گرفته (ص ۳۷۹)، اما به راستی در زمانه ما، از بازماندگان این محترمان کسانی که اعمال و رفتارشان احترام برمی انگیزد، سخت کمیاب شده است.

توکل طرقي در «حکمت تمدنی» از یارشاطر تنها دو یادداشت، به یاد نخستین استادانش، ابراهیم پورداوود و والتر هنینگ، آورده و از آنچه درباره سیدحسن تقی زاده و پرویز ناتل خانلری نوشته بوده، گویا به علت حجم زیاد آن کتاب، در گذشته است. حق این بود که آن یادداشت ها در این کتاب می آمد، خاصه آن که راه و رسم استاد خانلری نه تنها در خدمت به فرهنگ ایرانی که در نثر فارسی نیز سرمشق یارشاطر بوده است.

فواد روحانی کارشناس حقوقی نفت و نخستین دبیر سازمان کشورهای صادرکننده نفت (اوپک) و مترجم «جمهور» افلاطون و مصحح «الهی نامه عطار»، یحیی مهدوی استاد و مترجم آثاری در فلسفه به فارسی، عباس زریاب خویی استاد تاریخ و صاحب نظر در فلسفه و ادبیات فارسی و معارف اسلامی، عبدالحسین زرین کوب استاد ادبیات فارسی و تاریخ و تصوف، غلامحسین یوسفی، استاد ادبیات فارسی، احمد بیرشک استاد ریاضیات، احمد تفضلی، منصور شکی و شاپور شهبازی هر سه استاد در زبان

دکتر فتنه هوشداران

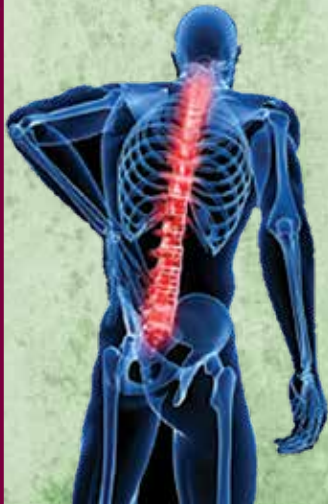
تشخیص، معالجه و جلوگیری از ناراحتی های مفاصل و استخوان، ورزشی، صدمات کاری و تصادفات رانندگی با پیشرفته ترین وسایل پزشکی

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

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



Fataneh Hooshdaran, D.C.



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

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

(408)244-7677

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



کیک و شیرینی بی بی

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



(408) 247-4888

441 Saratoga Ave., San Jose, CA 95129



حقوق بشر: این سند به دنبال لغو تأیید FDA برای داروی سقط جنین به نام میفپرستون است. همچنین به دنبال ممنوعیت توزیع این دارو است. این امر برای کسانی که با دیدگاه‌های ترامپ در مورد موضوع سقط جنین آشنا هستند، تعجب آور نیست. او به خود اعتبار داده است که دادگاه

پروژه ۲۰۲۵، تبدیل کردن ایالات متحده به بهشت فاشیستی

سولماز مولوی

نشریه «تازه‌جمهوری» نوشته است، پروژه ۲۰۲۵ «راهنمای بسیار دقیقی برای تبدیل کردن ایالات متحده به بهشت فاشیستی است»، اسناد اصلی پروژه ۲۰۲۵، مجله توضیح می‌دهد، جزئیات آنچه که در واقع یک «چشم انداز ملی‌گرای مسیحی ایالات متحده» است را شرح می‌دهد، یک ویژگی که در آن تنها ازدواج هتروسکسوالیته به عنوان تنها شکل معتبر بیان و هویت جنسیتی شناخته می‌شود. تمام بارداری‌ها باید تا آخرین مرحله ادامه یابد، حتی اگر این مرگ را مستلزم کند، و افراد ترنسجندر و جنسیت‌های غیر همخوانی وجود ندارند. ممنوعیت ملی بر آزادی تولید می‌گذارد. به پایان رساندن تأمین اجتماعی مانند سوشیال سکوریتی و مدیکر و مداخله پزشکی می‌پردازد. خانواده‌های کارکنان و متوسط را به نفع ثروتمندان و شرکت‌های متصل به خود، نابود خواهد کرد. این یک چشم انداز ترسناک از زندگی آمریکایی است. پروژه ۲۰۲۵ خطرناک و شیطانی است و نباید اجازه داد جمهوریخواهان افراطی این برنامه پرخطر را از مردم آمریکا پنهان کنند، نیاز داریم تا بتوانیم جلوی این کار را بگیریم. در میان پیشنهادات نگران‌کننده ذکر شده در راهنما، یک برنامه دقیق برای اخراج هزاران کارگر از نیروی کار فدرال به نفع استخدام افرادی که به اصول محافظه کارانه پروژه ۲۰۲۵ پایبند هستند، آمده است.

پروژه ۲۰۲۵ چیست؟: سند پروژه ۲۰۲۵ یک جنجال بزرگ ایجاد کرده است و بسیاری آن را به برنامه‌های دونالد ترامپ، رئیس‌جمهور پیشین ایالات متحده، در صورت پیروزی در انتخابات ریاست‌جمهوری آینده در نوامبر نسبت می‌دهند. این سند سیاستی که بیش از ۹۰۰ صفحه دارد توسط بنیاد «هریتیج» تهیه شده است. گزارش‌ها حاکی از آن است که این سند توسط سازمان‌های راست‌گرای مختلف تهیه شده است. این سند نه تنها به مسائل سقط جنین، حقوق LGBTQ و مهاجرت می‌پردازد بلکه به دنبال تغییر نیروی کار فدرال است. همچنین مسائل دیگری مانند تغییرات اقلیمی و مهاجران غیر قانونی نیز در این سند ذکر شده است.

علاوه بر این، ایالت‌هایی که گزارش‌دهی درباره تعداد موارد سقط جنین ندارند، از دریافت بودجه فدرال محروم خواهند شد. این سند همچنین به دنبال محدود کردن حقوق LGBTQ است. همچنین قصد دارد از ارتش ایالات متحده و گارد ملی برای جمع‌آوری میلیون‌ها مهاجر غیرقانونی و محروم کردن آنها از حمایت دولتی استفاده کند. در دوره اول ریاست‌جمهوری ترامپ، بسیاری از مهاجرانی که از مکزیک وارد ایالات متحده شده بودند از خانواده‌های خود جدا شدند و از مزایای دولتی محروم شدند که منجر به اعتراضات گسترده‌ای از سوی گروه‌های حقوق بشری شد.

تغییرات اقلیمی: ترامپ به طور مداوم اثرات تغییرات اقلیمی را انکار کرده است و این سند به دنبال لغو برخی از تصمیمات اخیر دولت است. بسیاری از منتقدان اشاره کرده‌اند که اکنون صنعت سوخت‌های فسیلی، سیاست‌های زیست‌محیطی مختلف دولت را تعیین خواهد کرد.

محیط کار فدرال: اولاً، این سند به دنبال جایگزینی هزاران کارمند فدرال با وفاداران به ترامپ و جمهوری خواهان است. این امر می‌تواند منجر به کاهش کارایی و بهره‌وری در سطح فدرال شود. جنبه دیگر، گسترش قابل توجه اختیارات ریاست‌جمهوری است. این چیزی است که ترامپ در دوره اول با چالش مواجه بود زیرا بسیاری از اعضای کنگره و فرمانداران ایالت‌ها با سیاست‌های او مخالفت می‌کردند.

این سند همچنین به دنبال حذف اعضای LGBTQ از نیروی کار فدرال است. در نهایت، سیاست‌های مهاجرتی سخت‌گیرانه‌تری به همراه ساخت دیوار در مرز مکزیک اعمال خواهد شد.

دکتر علی اسماعیلی

دندانپزشک و جراح ایمپلنت های دندانی

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

Clinical Assistant Professor at University of the Pacific, San Francisco



Dr. Ali Esmaili DDS

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

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



Thursday & Saturday 9:00AM – 6:00 PM

Tel: (408) 320-2849

Text: (408) 549-4840

info@nobleprodental.com

www.nobleprodental.com

2150 The Alameda San Jose, CA 95126

این کودک کوتاه و ریز اندام بسیار پرجست و خیز و ناآرام است و مطالب دشوار را با سرعتی خیره کننده یاد می گیرد. زمانی که خواندن را از مادر فرا می گیرد بی درنگ به خواندن کتابهای کتابخانه خانواده می پردازد و آنها را یکی پس از دیگری می خواند. در چشم های «ترکمن وار» و در چهره «مغول آسیای» او آثار کودکی تیز هوش و غیر از دیگران به چشم می خورد. در رگ های این کودک خون روسی، خون آلمانی و «خون آسیایی» با یکدیگر درآمیخته اند. برخی از سرگذشت نویسان لنین می گویند برخلاف آنچه که پژوهشگران شوروی ادعا می کنند، لنین یک روس خالص و تمام عیار نبوده است. مادر بزرگ وی آلمانی و زن پدر بزرگش آسیایی و شاخه ای از نژاد مغول بوده است (کالموک).

محیط خانوادگی و شخصیت و رفتار پدر و مادر بر شخصیت و اخلاق ولادیمیر نوجوان آثاری بسیار ژرف بر جا می گذارند. پدر و مادر زندگی آسوده و راحتی برای فرزندان ترتیب داده اند. هر دو در انضباط، پرکاری، نظم و ترتیب و گرمی شمردن انجام وظیفه سرمشقی برای فرزندانند. پدر خدمت به مردم و تلاش برای بهبود جامعه را یکی از هدفهای بزرگ زندگی خود خوانده است. وی مردی است آزادی خواه که می گوید در درون دستگاه تزار و از راه اصلاحات تدریجی می توان به مردم خدمت کرد و روسیه را از نادانی و عقب ماندگی بیرون کشید.

در چنین خانواده ای است که ولادیمیر جوان دوران دبستان و دبیرستان را پشت سر می گذارد. ارزش ها و رفتارهایی چون پرکاری، علاقه به نظم و ترتیب، توجه به انضباط در کار و زندگی در او پرورش می یابند. در دوران تحصیل دانش آموزی برجسته و نخبه است. تحصیلات دبیرستانی را با دریافت مدال طلا پشت سر می گذارد. در همین دوران دبیرستان است که روش علمی و درست مقاله نویسی و شیوه گردآوری اطلاعات و تجزیه و تحلیل آنها را می آموزد.

اعدام برادر: برادر بزرگتر ولادیمیر، «الکساندر» نام دارد این برادر که چهار سال بزرگتر از لنین است در محیط خانواده به نام «ساشا» صدا زده می شود. خواهر بزرگتر یا بزرگترین فرزند خانواده «آنا» نام دارد. از این دختر در بیست و چهار سالگی به نام زنی انقلابی یاد می شود. ولادیمیر در دوران کودکی و نوجوانی به شدت زیر تأثیر شخصیت برادر بزرگتر خود «ساشا» قرار دارد. **دنباله مطلب در صفحه ۵۷**

درباره لنین

بخش دوم

دکتر احمد ایرانی



نخستین آموزش ها: در دورانی که «ولادیمیر» چشم به جهان گشود روسیه کشوری بود بسیار عقب مانده و در سنجش با برخی از کشورهای اروپایی حتی «نیمه وحشی» به شمار می رفت. نه سال پیش از تولد این کودک در خانواده «اولیانوف»، تزار بزرگ روسیه «سرف» ها یادهفنان وابسته به زمین را از زنجیر بردگی رهانیده بود و به همین سبب «الکساندر دوم» امپراتور روسیه را «تزار رهایی بخش» لقب داده بودند. گرچه در سرزمین پهناور روسیه، که گاهی نیز بی پایان جلوه کند، اصلاحاتی آغاز شده بود، اما بخش بسیار بزرگی از این کشور غرق نادانی، بی سواد، خرافات و بیماری های واگیر بود. اکثریت بزرگی از مردم روسیه را دهقانان و روستائینان تهی دست و درمانده پدید می آوردند.

دوران کودکی و نوجوانی «ولادیمیر» به دوران اعتراض و تظاهرات علیه حکومت فاسد و استبداد تزار تبدیل می شود. شورش های بسیار روی می دهند و بسیاری از فرمانداران محلی و فرماندهان ارتش به دست شورشیان کشته می شوند. زمانی که «ولادیمیر» یا لنین آینده، یازده سال دارد، امپراتور بزرگ روسیه به دست مخالفان حکومت کشته می شود. دوران کودکی و نوجوانی «ولادیمیر» با آغاز ورود اندیشه های مارکس یا «مارکسیسم» به سرزمین روسیه و گسترش آن هم زمان است. در این دوران باسوادان، دانشجویان و روشنفکران مبارز روسیه تلاش خود را به منظور سرنگون ساختن دستگاه حکومت تزاران و دست یابی به آزادی هایی که در آن زمان برخی از ملت های اروپایی از آن برخوردارند گسترش داده اند. در شهرهای بزرگ و از جمله در پایتخت یا «سن پترزبورگ» این مبارزان دست به تلاش های انقلابی، اعتراض های خیابانی و شورش های گاه گاهی، زده اند. گفتار و رفتار «ولادیمیر» کوچولو از همان دوران کودکی جلب توجه بسیار می کنند.



SHOKOFEHAMIN

WWW.AMINIRANIANLAW.COM



AMINCONSULTANT

شکوفه امین

وکیل سابق دادگستری

♦ تهیه و کالتنامه و ارسال آن به ایران

♦ تنظیم وصیتنامه ایرانی و صلحنامه

♦ اخذ شناسنامه و گذرنامه ایرانی

♦ ثبت ازدواج، طلاق، و فوت

۷۲۸۲-۶۴۲ (۸۱۸)

۰۰۳۰-۶۴۲ (۷۱۴)

با ذکر نام ماهنامه پژواک ۱۰٪ تخفیف بگیرد

Gabeh Rug Gallery

با ۴۰ سال تجربه و با ارائه بهترین سرویس و خدمات

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

متخصص در شستشوی فرش های دست باف و ارزشمند



رفوگری،
لکه و رنگ برداری،
براق شور

خرید، فروش
و
معاوضه

برآورد و
قیمت گذاری
جهت بیمه

*Wash
&
Repair*

*Buy, Sale
&
Trade-ins*

*Expert
Appraisals
for Insurance*

(408) 876-9495

By Appointment Only

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



زندگی و پیدایش کولیان (بخش پنجم)

خصوصیات بهداشتی کولی ها: کولی ها در خصوصیات بهداشتی زیر مشترک اند: ۱- این که در دهات و شهرک هایی که چادر می زنند، حمام هایی ابتدایی موجود است، ولی آنها معمولاً به حمام رفتن بی علاقه اند و فاصله بین دو حمام رفتنشان، یک تا دو ماه، طول می کشد.

۲- آنها معمولاً سر و صورت و دهان خود را نمی شویند، مگر این که گرما، به ایشان فشار بیاورد مخصوصاً، زمانی که به آب دسترسی نداشته باشند و مجبور شوند مسافت زیادی را برای آوردن آب بپیمایند. آن وقت هفته ها می گذرد و آب به سر و صورت خود نمی زنند.

۳- آنها موی سر و صورت خود را ماه به ماه، اصلاح نمی کنند و اکثر بچه ها موهای سرشان بلند است. لباس های خود را خیلی دیر عوض می کنند و اکثراً لباس های آنها خیلی کثیف است.

۴- تنها موردی که بهداشت را کمی رعایت می کنند چارو زدن چادرها و اطراف آنهاست، که آن هم به طرز صحیحی انجام نمی شود.

۵- در مناطقی که چادر می زنند، مستراح وجود ندارد و مدفوعشان را در چاله هایی که در جای پرتی نزدیک چادرها کنده اند، می ریزند.

۶- آنها الاغ های شان را معمولاً نزدیک چادر می بندند و این حیوانات اطراف چادر را کثیف می کنند.

۷- کولی ها به شستن سبزیجات و تمیز کردن مواد اولیه غذایی اهمیت نمی دهند. ۸- آنها چون سعی می کنند، با حداقل وسایل مسافرت می کنند تا حمل و نقل شان آسان باشد، برای هرکسی ظرف و قاشق همراه نمی آورند و معمولاً چند نفر از یک ظرف استفاده می کنند و اکثراً با دست غذا می خورند.

۹- آنها خیلی دیر به دیر رختخواب های شان را می شویند و علاقه ای به تمیز کردن ندارند.

برای پیاده کردن یک بهداشت سالم در بین قبایل کولی و نجات آنها از بیماری و مرگ لازم است حتماً یک واحد سیار بهداشتی، جهت تعلیم صحیح و اصولی که مانع گسترش برخی بیماری ها گردد، به قبایل کولی داخل شوند و عملاً این مردم را یاری دهند. زنان کولی اکثراً به بیماری زنان گرفتار هستند. این بیشتر به خاطر رعایت نکردن بهداشت در دوران قاعدگی و بارداری است.

آمار و جمعیت کولی ها: در ایران، تا به حال سرشماری دقیقی از جمعیت کولی ها به عمل نیامده است و آمارهایی که تا به حال گرفته اند با واقعیت امر تطبیق نمی کند. به خصوص در مورد ایلات و قبایل، که به علت کوچ سالیانه، یا کوچ دائمی و پراکندگی آنها و مشکلات طبیعی که در مناطق آنها وجود دارد، باعث شده مأموران از رفتن به آن مناطق، خودداری کنند. این قبایل به خاطر این که فرزندان شان را برای انجام

خدمت نظام وظیفه نفرستند، اقدام به گرفتن شناسنامه نمی کنند، هیچ سرشماری انجام نگرفته تا بتوان به جمعیت آنها و نسبت زن و مرد و دیگر مسائل مربوط، به جمعیت پی برد. ولی می توان حدس زد که کولی ها بین ۵ تا ۷ درصد جمعیت کشور ما را تشکیل می دهند و این رقم قابل توجهی است. تعداد افراد هر قبیله، معمولاً بین ۱۰۰ تا ۲۰۰ نفر در نوسان است. آنها به امر باروری زنان بسیار اهمیت می دهند و معمولاً فرزندان زیادی دارند. هر خانواده کولی بین شش تا ده بچه دارد که تعدادی از آنها نیز مرده اند. به طور کلی می توان چند دلیل عمده برای امر باروری در قبایل کولی آورد. یکی این که این جوامع سنت ها و خصوصیات کهن جامعه پدر سالاری را حفظ کرده اند و تا آنجا که من فهمیدم، هیچ علاقه ای به زنان نازا ندارند. دیگر این که فرزندان زیاد در یک قبیله، باعث ازدیاد بازوی کارگر برای کولی ها خواهد شد. به دلایل فوق می توان اضافه کرد که مسایلی چون نداشتن نگرانی از آینده فرزندان و این که چون کولی ها، زندگی ساده ای دارند، این اولادان، خرج زیادی که معمولاً فرزندان یک خانواده در شهر به گردن پدر و مادر می گذارند، ندارند. در قبایل کولی تعداد زنان، بیشتر از مردان است، زیرا زنان هیچ وقت قبیله خود را ترک نمی کنند، ولی پیش آمده است مردانی که زن و بچه نداشته اند قبیله را ترک کنند و به دنبال کار بهتر و زندگی یک جا نشینی، به شهر بروند. به همین دلیل است که قبایل کولی، دختران و پسران خود را در سنین پایین به ازدواج یکدیگر در می آورند، تا آنها پایین ایل شوند. در بین کولی ها، خیلی کم پیش می آید که مردی همسرش را طلاق بدهد و تا آنجا که من اطلاع دارم آمار طلاق در مقابل ازدواج، تقریباً هیچ است. دو علت عمده پایین بودن سطح طلاق در بین کولی ها، یکی احتیاج مرد به زن برای فروش اجناس ساخته شده و در عین حال، نگهداری از خانواده اش می باشد، زیرا مرد از صبح تا شب باید کار کند و دیگر این که قبایل کولی، به مردی که زنش را طلاق داده باشد، دختر نمی دهند و او را مردی لالایی می دانند، مگر زن آن مرد فوت کرده یا حادثه ای برایش اتفاق افتاده باشد. مردم شهرها و دهات نیز، دختران خود را به مردان چادرنشین و غربتی، شوهر نمی دهند. میزان زاد و ولد کولی ها بالاست ولی خیلی از این کودکان به خاطر نبودن بهداشت و حفظ و حراست صحیح و دقیق و سالم نبودن شیرمادرشان در همان سال اول تولد می میرند و کمتر زنی است که تمام بچه هایی را که به دنیا آورده است، بزرگ کرده باشد. کودکانی که زنده می مانند، وقتی به سن شش یا هفت سالگی می رسند، کمتر دچار بیماری می شوند و کمتر دیده شده که کودکان کولی در سنین بالا از بیماری و نداشتن بهداشت، مرده باشند، زیرا بدن آنها به این نوع زندگی خو می گیرد و به زندگی مشکل و سخت عادت می کنند. تعداد بچه هایی که به دنیا می آیند، در مقابل پیرمردان و پیرزنانی که می میرند بسیار بیشتر است. کولی ها، به خاطر داشتن زندگی ساده و بدوی و کار مداوم و دور بودن از مشکلات و مسایل شهر یا ده، عمر طولانی دارند. بسیار بودند، پیرمردان و پیرزنان، در قبایل کولی، که عمرشان به ۱۰۰-۹۰ می رسید و هنوز کار می کردند و زحمت می کشیدند.

همانگونه که ذکر شد، کولی ها، کمتر شرایط بهداشتی را رعایت می کنند. در خیلی از موارد، کمترین توجهی به بهداشت خود نمی کنند و اگر آب و هوای سالم، نور کافی، آفتاب و فعالیت های مربوط به کار آنها نباشد، بدون شک تعداد زیادی از آنها نمی توانند در مقابل بیماری تاب مقاومت بیاورند و تعداد مرگ و میر آنها، بسیار بیش از آنچه که هست می بود. حال اگر برای آنها شرایط بهداشتی صحیح آماده می شد، بدون تردید، مردمانی قوی تر و کاری تر بودند. بسیار اتفاق می افتد که کولی ها در رنج و عذاب شاهد مرگ عزیزان خود هستند و نمی توانند آنها را به علت در دسترس نبودن طبیب و دارو یا به علت وضع بد مالی به پیش طبیب ببرند و دارو به آنها برسانند و تا به حال هیچ سازمانی به فکر نجات آنها از این وضع نیفتاده است. بیشتر بیماری هایی که کولی ها می گیرند، ناشی از وضع بد بهداشتی و تغذیه و آب آشامیدنی آلوده به میکروب است. شرایط مشکل زندگی و وضع بد مالی و فرهنگ عقب مانده بهداشتی، باعث شده است تا کولی ها کمتر به بهداشت خود بپردازند. آنها موادغذایی را که مصرف می کنند تکافوی کار سختی که انجام می دهند را نمی دهد و آنها روز به روز رنجورتر می شوند و در مقابل بیماری، تاب مقاومت نمی آورند. آنها معمولاً وقتی که مریض می شوند، از داروهای گیاهی که پیرمردان و پیرزنان قبیله تجویز می کنند، بهره می برند.

فرامرز رفیع زاده

کارگزار مستقل و متخصص در امور بیمه مدیکر

با اخذ قرارداد از شرکت های خصوصی
ارایه دهنده بیمه مدیکر در ایالت کالیفرنیا

Medicare Advantage Plans
Medicare Supplement Plans
Medicare Prescription Drug Plans

مشاوره رایگان و فروش بیمه مدیکر
در سرتاسر ایالت کالیفرنیا

(408)-309-7006
Email: Faramarz@Medicareforcalifornians.com



Faramarz Rafizadeh
Independent Insurance Agent

CA License# OH15555



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



Islamic Services Offered by ICCNC (Via ZOOM)



Islamic Burial: ICCNC provide burial services in accordance to the Islamic laws.

Please contact the office for details **(510-832-7600)**



Marriage: Islamic marriage ceremony and recitation of "Khutbeh Aghd" at ICCNC or via ZOOM.

ICCNC issues marriage certificates that are accepted by the Interest Section of the Islamic Republic of Iran in Washington D.C.



Accepting Islam: ICCNC helps the individual interested in giving "Shahada" and become a Muslim.

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



برنامه های مرکز اسلامی و فرهنگی شمال کالیفرنیا در ماه های می و جون ۲۰۲۳

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

کلاس های دکتر عبدالکریم سروش

کلاس های علم و دین و یا گفتار دفتر ششم مثنوی: هر یکشنبه، ساعت ۱۱ صبح، از طریق زوم و یوتوب
کلاس های گزینش و شرح کیمیای سعادت غزالی: اولین شنبه هر ماه، ساعت ۵ بعد از ظهر، از طریق زوم و یوتوب

نماز جمعه در مرکز اسلامی و فرهنگی شمال کالیفرنیا از ساعت یک بعد از ظهر

درخواست مرکز اسلامی فرهنگی شمال کالیفرنیا برای اهدای انواع پوشاک،
کیسه خواب، پخش مواد غذایی و احتیاجات روزمره به بی خانمان ها.

suzaun.hirbod@iccnc.org

برای دریافت اطلاعات دیگر برنامه های این مرکز، لطفا به دفتر و یا وبسایت مرکز مراجعه شود!

وبسایت **www.iccnc.org** کانال تلگرام **@iccnc**

برای کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفن ۷۶۰۰-۸۳۲ (۵۱۰) تماس بگیرید و یا با ایمیل **info@iccnc.org** مکاتبه کنید



Harmony's Floral & Gifts

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

به گالری گل و هدایای هارمونی خوش آمدید،
محیطی که هر شکوفه ای داستانی که با روح و جان شما ارتباط دارد را روایت می کند.



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

عروسی، سفره عقد، مهمانی و جشن ها، بر میتصوا، بت میتصوا، مراسم سوگواری و کلیه مناسبت های دیگر

Specialist Arrangements for Any Occasion

Floral Arrangements for Weddings, Funerals, Corporate Parties & Events

با ذکر نام ماهنامه پژواک
Free Delivery
(تا شعاع ۱۰ مایلی)

سفارشات مطابق با
سلیقه و بودجه شما

Online Order
www.harmonysfloristandgifts.com

با ورود به کلاب هارمونی، تا ۶۰٪ از تخفیف های ویژه ما برخوردار گردید



info@harmonysflorist.com ❖ www.harmonysflorist.com

(408) 229-3113

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



ETMINAN MARKET



Hot Food Special



چلو خورش قورمه سبزی



باقالی پلو با ماهیچه



چلو خورش قیمه



زرشک پلو با مرغ



چلو خورش فنجان

روزهای جمعه، شنبه و یکشنبه

BBQ KABOB

کباب کوبیده



Ground Kobob

جوجه کباب زعفرانی



Zaafarani Chicken Kabob

کباب برگ



Fillet Minion Kabob

(408) 622-6778

We deliver with
DOORDASH

1373 Kooser Rd., San Jose, CA 95118

نقد و بررسی فیلم

«پادشاهی سیاره میمون‌ها»

(Kingdom of the Planet of the Apes)

منتقد: میثم کریمی

کارگردان: وس بال هنرپیشگان: اوون تیگ، فریا آلن، کوین دورند، پیترو میسون،

ویلیام اچ میسی
خلاصه داستان: داستان این فیلم ۳۰۰ سال بعد از رویدادهای فیلم جنگ برای سیاره میمون‌ها و فرمانروایی سزار، رخ می‌دهد و در آن یک شامپانزه، جوان به اسم نوا (Noa)

همراه با یک زن انسان به نام می (Mae) سفری پر ماجرا را آغاز میکنند تا با پی بردن به اتفاقات گذشته، تصمیماتی بگیرند که ممکن است آینده میمون‌ها و انسان‌ها را تغییر دهد.

نقد فیلم: فیلم «پادشاهی سیاره میمون‌ها»، چهارمین فیلم از

سری بازسازی «سیاره میمون‌ها» محسوب می‌شود. سه قسمت قبلی این فیلم با حضور شخصیت «سزار» تبدیل به یکی از محبوب‌ترین آثار تماشاگران در سال‌های گذشته شده بود و حالا چهارمین قسمت از این عنوان امیدوار است که بتواند مسیر جدیدی برای ساخت سری فیلم‌های «سیاره میمون‌ها» مهیا کند.

داستان فیلم چند نسل بعد از دوران زندگانی «سزار» روایت می‌شود. حالا دیگر میمون‌ها حاکم اصلی سیاره زمین و قادر به سخن گفتن هستند. انسان ناطق نیز سال‌هاست که در اقلیت به سر می‌برد و برخی از آنها از صحبت کردن صرف‌نظر کرده‌اند تا از لحاظ میمون‌ها، گونه‌ای سطحی و ناقص‌العقل شناخته شود. اما طمع قدرت سبب می‌شود که توازن در سیاره میمون‌ها از بین برود. فیلم «پادشاهی سیاره میمون‌ها» در مقایسه با سری گذشته این عنوان، رویکرد مذهبی تری را پیش گرفته است. به نظر می‌رسد که سازندگان «پادشاهی سیاره میمون‌ها» به خوبی از محبوبیت قصه‌های مذهبی نزد تماشاگران (مخصوصاً تماشاگران آمریکایی) آگاهی داشته‌اند و از این جهت، تصمیم گرفته‌اند که روایت داستان را به قصه‌های مذهبی نزدیک‌تر کنند تا نظر مساعد تماشاگران را جلب نمایند.

دنباله مطلب در صفحه ۵۲

تنزل پیدا نمی‌کند. فیلم یک سینمای رمان گونه و به تعبیر پازولینی، سینمای نثر نیست، چرا که در آن داستان بسیار کوچک شده و جزئیات و لحظه‌ها برجسته‌اند. این فیلم قصه‌گویی محض نمی‌کند، بلکه با درنگ در لحظه‌ها، به عمق چیزی که در جریان است اشاره کرده و مخاطب را به فکر فرو می‌برد. دوربین با پرسه‌های هوشمندانه در زندگی مهین و فرامرز (با بازی متفاوت اسماعیل محرابی)، بار اصلی ساخت میزانشن معنادار را به دوش می‌کشد. دوربین با دور و نزدیک شدن به کاراکترها، تنهایی و اضطراب آنها در مواجهه با دیگری را به شکلی درخشان بازتاب می‌دهد.

«کیک محبوب من»، از منظر جنبه اعتراضی، در دام شعار نیفتاده و با هوش، درایت و جسارت، مسائل اجتماعی ایران امروز را نقد می‌کند. شغل و پیشینه کاری فرامرز، اسکیزوفرنیک بودن ماهیت زنانگی شخصیت زن داستان، چندگانگی در خوانش قانون و... از مواردی است که جنبه‌های اعتراضی فیلم را تقویت می‌کند.

باغچه حیاط منزل مهین، یک نشانه تمثیلی است که یادآور شعر فروغ و تمام مصرع‌های اعتراضی‌اش است.

کسی به فکر گل‌ها نیست

کسی به فکر ماهی نیست

کسی نمی‌خواهد باور کند که باغچه دارد می‌میرد

که قلب باغچه در زیر آفتاب ورم کرده است

که ذهن باغچه دارد آرام آرام از خاطرات سبز تهی می‌شود و حس باغچه انگار چیزی مجرد است که در انزوای باغچه پوسیده است.

«کیک محبوب من»، باعث می‌شود دلمان برای باغچه بسوزد، هم برای تنهایی خود باغچه و هم برای تنهایی کسانی که مجبور شدند به جای گل، عشق‌هایشان را در خاک آن بکارند.

نقد و بررسی فیلم

«کیک محبوب من»

منتقد: حامد سلیمان زاده

کارگردان: مریم مقدم و بهتاش صناعی‌ها

هنرپیشگان: لیلی فرهادپور، اسماعیل محرابی

خلاصه داستان: این فیلم به زنی می‌پردازد که تصمیم می‌گیرد در کشوری که حقوق زنان در آن به شدت محدود شده است، خواسته‌های خود را برآورده کند. لیلی فرهادپور در این فیلم بدون حجاب اجباری در ایران به ایفای نقش پرداخت.

نقد فیلم: «کیک محبوب من» عنوان فیلمی است به کارگردانی بهتاش صناعی‌ها و مریم مقدم که در بخش مسابقه هفتاد و چهارمین جشنواره فیلم برلین (برلیناله) به نمایش درآمد و با تحسین گسترده مخاطبان و منتقدان روبرو شد. اگر چه این فیلم از کسب جایزه خرس طلایی ناکام ماند اما جایزه فیپرشی (منتقدان بین‌المللی فیلم جهان) را به خود اختصاص داد و جایگاهی محترم در میان رسانه‌های سینمایی جهان پیدا کرد.

کیک که نوعی خوراکی محبوب محسوب می‌شود، همواره دارای سه ویژگی اساسی است: شیرین بودن، سبکی و بافت اسفنجی آن. شیرینی روایت عاشقانه، تعامل و تعادل در سبک سبک شاعرانه و بافت اسفنجی انتقادی، فیلم را به اثری برجسته در

تاریخ سینمای اجتماعی ایران بدل می‌کند. کیک از منظر استعاری، همواره تداعی کننده حجمی گرد و فرمی دایره‌ای است. در ادبیات و سینما، فرم دایره‌ای به نوعی از روایت اطلاق می‌شود که در آن داستان در همان وضعیتی که آغاز شده به پایان می‌رسد و اغلب از این نوع فرم روایی برای ارائه، کشف و انعکاس تجربیات و دیدگاه‌های شخصیت‌های زن استفاده می‌شود. ماهیت چرخه‌ای تجارب زنانه، مضامینی راجع به هویت، روابط و پیچیدگی‌های زندگی زنان



را در یک بازه زمانی معین و در بستری مسئله‌گون بر ملا می‌سازد. کاراکتر زن فیلم «کیک محبوب من» به نام مهین و با بازی درخشان و روان لیلی فرهادپور، بازتابی از دانش و آگاهی نویسندگان فیلم‌نامه از زنانگی پنهان و پیدا را نمایان می‌سازد. زنانگی مهین در سه محور اصلی پردازش شده است. محور اول رابطه او با زنان دیگر است که این مهم را می‌توان در دو سکانس فیلم به شکل مستقیم مشاهده کرد. ابتدا صحنه‌ای است که مهین به همراه دوستانش دور میز ناهارخوری نشسته‌اند و با زبانی شیرین و طنزانه به روایت تجربیات خود در مواجهه با مردان می‌پردازند. دوم صحنه‌ای است که مهین در پارکی نشسته و با سر و صدای جاری در محیط، متوجه حضور گشت ارشاد و برخورد با دختری می‌شود که در نهایت با نقشی حمایتی، مانع از برخورد با او می‌شود. محور دوم، تلاش برای ساخت، حفظ و پویایی جهان خانواده است. مهین از طریق تماس صوتی و تصویری با دخترش که در خارج از ایران زندگی می‌کند، ارتباط برقرار کرده و علی‌رغم بی‌تفاوتی‌های گاه و بی‌گاه فرزندش، تلاش می‌کند تا ارزش‌های مادرانه‌اش را بازتاب دهد. محور سوم، انتظارات اجتماعی مهین است. او با مقایسه محدودیت‌های اجتماعی و سیاسی فعلی، روزهای خوش جوانی‌اش را مرور کرده و به سهم خود در تلاش است تا خواسته‌های نسل جدید دختران ایرانی را فهمیده و با آنها همراه شود. روایت منسجم و جسورانه «کیک محبوب من»، کلیشه روایت‌های خطی را مختل کرده و دیدگاه‌هایی جایگزین در مورد عاملیت، خودمختاری و توانمندسازی زنان ارائه می‌دهد.

این فیلم به دور از نظرات افراطی، توانسته به تعادلی مثال زدنی در ترکیب عناصر روایی و فرمی فیلم‌های عاشقانه، شاعرانه و اعتراضی برسد. فیلم «کیک محبوب من» از تکرار الگوهای داستان‌های عاشقانه جریان اصلی سرباز زده و با مرکزیت بخشی به رابطه زن و مردی سالخورده، شکل دیگر از اروتیسم را پدیدار می‌سازد. صحنه‌های اروتیک فیلم مانند دوش گرفتن، رقصیدن، نوشیدن و... همگی با ترکیبی از عناصر ترازوی و کمدی همراه شده و به هیچ وجه به کیفیت ملودرام‌های سطحی

FAMOUS
KABOB

رستوران فیمسی کباب

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

غذای هر ملتی بخشی از فرهنگ آن مردم است



کترینگ کامل میهمانی و جشن های شما در سراسر شمال کالیفرنیا

www.famouskabob.com

(916) 483-1700

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



یگانه

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

Indoor & Outdoor Sitting & Take Out

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

The sandwiches are deliciously authentic!

* Breakfast & Brunch

* Omelettes

* Sandwiches

* Salads

* Coffee & Tea

* Fresh Juices

* Dessert

* Milkshakes



نان سنگک تازه - کله پاچه - حلیم



(408) 666-1229

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

www.yeganehbakery.com

3275 Stevens Creek Blvd. San Jose, CA 95117

Order online with

DOORDASH

منطقه فضول آباد

سلامتی از یک خروار پول بهتر است!

- ♦ این روزا از هر جهت حال خوشی ندارم. دیروز پیش یکی از همشهری ها بودم. می گفت خیلی لاغر شده ام.
- ♦ از بوی بیشتر غذاها بدم می آید.
- ♦ حرف زدنم روان نیست.
- ♦ با این وضع نمی توانم سفر بروم.
- ♦ تنها موی سپید نیست که پرچم تسلیم برکشیدن است.
- ♦ هر جا بنشینم اگر زیرپایم نرم نباشد زجر می کشم.
- ♦ دست راستم راحت بالا نمی رود.
- ♦ اگر خوردم زمین نمی توانم بلند شوم، مگر کسی بیاید کمکم.
- ♦ دکمه های پیراهنم را نمی توانم ببندم.
- ♦ هر روز آرزو می کنم زود صبح شود.

نمی کنم که تا ظلمت شب آغاز می گشت، چون گرگ صحرا چشمانش برق می زد و بی اراده هفت تیرش را بیرون می آورد و فشنگ را به خزانه هفت تیر می انداخت و ضامن آن را می کشید. در این هنگام با پدر به بازار وکیل می رسیدم و چون راهی به خانه نبود، باید از بازار می گذشتیم. من از گندگی پدرم لذت می بردم. توانا مردی بود، اما دانش نداشت. دلیر بود، ولی ینش و خرد بسیار نداشت. با همه مخالفان کج تابی می کرد. از دولت هم نمی ترسید. سخنش را بی دلیل می زد و هراس از هیچ کس نداشت ولی با شرف و با حرمت بود. لق و سبک پشت هم انداز نبود. بیم برایش مرده بود، مرگ هم وی را نمی ترساند. فقر با وی پنجه در انداخت، هستی اش رفت، اما هرگز مسکین نشد. با همه راهنمایی و نصیحت ها که کردند تن به هیچ کم غیرتی نداد و منت هیچکس را نپذیرفت. به پای هیچکس نیفتاد، مفرور و بی چیز همه جا می گشت تا مرگ دریافتش. (نقل از کتاب قصه های رسول نوشته رسول پرویزی)

مشقی تازه
در روزهای غربت

حسینعلی مکوندی

فریمان - کالیفرنیا

e-mail: ha@makvandi.com



خیال نکن تنبل های کلاس ها هیچ کاره می شوند: تنبل ترین هم کلاسی ما فوتبالش خوب بود. شرکت نفت او را به عنوان کارمند خود به کار گرفت تا کاپیتان تیم فوتبال اهواز باشد. به زندگی پر رفاه رسید. رفته بودم وام بگیرم نمی دادند. می گفتند باید رئیس بانک موافقت کند. با شرمندگی از رئیس بانک وقت گرفتم. وارد اتاق رئیس که شدم دیدم او تنبل ترین شاگرد کلاس ما بود. یکی از تنبل های کلاس ما در لواسان کود می فروخت. طولی نکشید به ثروت رسید. با اتومبیل گران قیمت شش کلاس هم سواد نداشت. خانه کوچکی اجاره کرده بودیم. معلوم شد مالک این خانه قبلا عمه بوده است.

بزرگ علوی سبمل اخلاق بود: او را همیشه بیاد بیاورید چون قلم توانائی داشت. بیشتر در آلمان ساکن بود. آنجا استاد دانشگاه بود. در ایران چهارسال و نیم او را بخاطر عقاید چپی زندانی کردند. از دوستان صادق هدایت بود و هدایت را بهتر از هر کس می شناخت. بزرگ علوی غیبت نمی کرد و کم حرف بود. آثار او چنین است: ورق پاره های زندان، چشمهایش، فرهنگ لغت آلمانی فارسی و کتاب میرزا، کتاب پنجاه و سه نفر. بزرگ علوی مزارش در همان آلمان است.

از دولت هم نمی ترسید: پدرم تناور و دلیر بود. بلند بالا و ستبر سینه بود. سیبل سفیدش حرمتش را صد چندان می کرد. بینی عقابی شکلی داشت و چون عقاب تند خو و خشن بود. از هیچ چیز هراس نداشت. رعد و برق هم در گوشش اثر نمی کرد. جهان دیده عیاری بود که روزگار برایش نخواند و زمینش زد. کریم بود و هرگز سر مال روزگار دعوا نکرد. عصایش را چو گرز رستم در دست داشت. هفت تیرش در آن زمان ها که می شد هفت تیرداشت پر و آماده و در جیبش بود. هرگز فراموش

Cupertino Florist For Every Occasion

با ۶۰ سال سابقه درخشان و با سبکی کاملاً متفاوت در طراحی گل ها

چه سبکی دوست دارید؟ زیبا و طبیعی، شیک و مدرن، یا روستایی و ساده؛
طراحی های ما برای متناسب بودن با سبک شما تنظیم شده اند.

Wedding

Birthday

Anniversary

Funeral

Any Occasion

فروش و کاشت درخت
و گیاه در منازل شما20% off any order
for a limited timeWhether you love a look that's Elegant & Natural, Chic & Modern,
or Rustic & Organic, our Designs are tailored to fit your style

Tel: (408) 252-3560

Fax (408) 252-5788

Same Day
Delivery

info@cupertinoflorist.com * www.cupertinoflorist.com

7280 Coronado Drive, San Jose, CA 95129

Hours:
9am - 7pm
7 Days a week

انور بازار با مدیریت جدید ایرانی

Anwar Bazaar & Bakery

عرضه کننده انواع مواد غذایی،

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

تمامی مایحتاج شما زیر یک سقف



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



نان بربری داغ و تازه ۷ روز هفته

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

(408) 559-6175

از ۹ صبح تا ۸ شب

2626 Union Ave, San Jose, CA 95124

قطار مرگ

نثار تاج

مهاجران و پناهندگان فقط می‌توانند روی سقف این واگن‌ها سفر کنند، چون مخفی شدن در میان انواع بارها و محمولات و حجم جمعیتی که به رودخانه آدم‌ها معروف است باعث خفگی و کمبود اکسیژن می‌شود. این سفر پر از خطر است: خطر گرما و سرمای شدید کوهستان و صحرا، نشستن زیر آفتاب، تشنگی و گرسنگی، حوادث منتهی به قطع دست و پا، خطرات سوار و پیاده شدن، و همچنین سرعت قطار که قاتل مهاجران است. قانون اول این است: «نباید خوابید! اگر بخوابی، روی ریل قطار مثله خواهی شد. اگر نخوابی، به محض اینکه از فرط کم‌خوابی پلک‌هایت روی هم برود، پرت می‌شوی پایین ... تکه و پاره!»

لئوناردوی ۳۵ ساله به یاد می‌آورد که ساعت دو بعد از ظهر بود و تازه در ایستگاه بنجامین هیل در ایالت سونورا خود را به سقف قطار رسانده بود. یکی از دو نفر همراهش، خوزه، وقتی می‌خواست خود را از یک واگن به واگن دیگر برساند، از سقف آهنین قطار به پایین پرت شد. «ما فقط یک ایستگاه تا مرز فاصله داشتیم. صورتم داغ



شده بود، چشم‌هایم سیاهی رفت و با سرعت از پیکر تنهای خوزه و دیگر قربانیان دور شدم. او نمرده بود، اما مرده فرض شد! این قطارها گویی حکم زمان را دارد زیرا برای هیچ مرده و زنده‌ای توقف نمی‌کند. در حاشیه این ریل‌ها، رؤیای

مردگان مهاجر به گل‌سنگ یا خار بیابانی تبدیل می‌شود. کسی چه می‌داند! زنی از اهالی روستای لا پاترونا، واقع در ایالت وراکروز در شرق مکزیک، که به لاس پاترونا (آحامیان مهاجران) معروف‌اند می‌گوید: «مهاجرت تمام نمی‌شه. از سال ۱۹۹۵، هر روز زن‌هایی داوطلب می‌شدند تا برای سیصد نفر غذا درست کنند. در گذشته، این قطار به «قطار مگس‌ها» شهرت داشت چون که مهاجران مثل مگس به هم می‌چسبیدند.

دنباله مطلب در صفحه ۵۵

نام قطاری که مهاجران آمریکای مرکزی و لاتین را به مرزهای ایالات متحده آمریکا می‌رساند «لا بستیایا» یا «قطار مرگ» است. از پُر پیچ و خم کوه‌ها، مُرداب و صحرا، با سرعت زیاد در حرکت است. مرد جوانی پا به پای قطار می‌دود، می‌خواهد خودش را به رؤیاهایش و به آسایش نسبی برساند. پس باید قطار را بگیرد، باید سهم کوچک



خودش را از سقف واگن‌ها بگیرد. پنجه در هوا، هوا سرخ است و خورشید می‌خواهد به رسم همیشه غروب کند. پنجه در هیچ، ساق دست خسته‌اش میان میله‌های آهنی و زنگار بسته دو واگن قطار باربری بر جای می‌ماند. دست او از آرنج قطع می‌شود. شب بود. قطار با سرعت زیاد در «صحرای سونورا» در حرکت بود. مهاجران، بر سقف قطار باربری دراز به دراز افتاده بودند یا نشسته و در خود مچاله. سرمای کویر تا مغز استخوان نفوذ می‌کرد. زنی ۲۲ ساله روی واگن جلوتر تمام شب گریه می‌کرد و نوزادش را در آغوش کشیده بود. مادر جوان می‌گریست و می‌گفت: «برای نیاز، برای احتیاجات، تصمیم گرفتم که سوار این قطار شوم!» می‌گفتند مردی که مثل هزاران مهاجر دیگر بر سقف قطار باربری نشسته بود، در حالی که دستگیره درپچه تانکر یکی از واگن‌ها را گرفته بود تا در پیچ‌های پُرسرعت قطار نیفتد، در ابتدای ورود به یک تونل، سرش قطع شده بود و جمعیت اطراف او با مشاهده این صحنه دچار شوک عصبی شده بودند!

این قطار به «قطار انسان‌های فراموش‌شده، قطار مرگ و هیولا» معروف است. مسیر خود را از استان چیپاس شروع می‌کند، جایی در جنوب مکزیک، نزدیک به مرز گواتمالا، و از آنجا به سمت شمال و ایستگاهی به نام Lecherias در حومه مکزیکو سیتی، مسیر طولانی خود را ادامه می‌دهد، جایی که شبکه قطارهای باربری مکزیک، به نقاط مختلف مرزهای ایالات متحده آمریکا در رفت‌وآمد هستند. تخمین می‌زنند که هر سال بین ۴۰۰ تا ۵۰۰ هزار مهاجر، اکثراً از ال سالوادور، ونزوئلا و هندوراس، برای رسیدن به ایالات متحده بر فراز این واگن‌ها سوار می‌شوند. برای پناهجویان و مهاجرانی که نمی‌توانند به صورت قانونی و از راه‌های مطمئن‌تری از مرزها بگذرند، این قطارها (که محصولات و موادی از جمله ذرت، سیمان و مواد معدنی



را حمل می‌کنند) رایگان و دسترس‌پذیرتر به شمار می‌رود! این قطارها به مهاجران اجازه می‌دهد که از پست‌های بازرسی متعدد مهاجرتی مکزیک و ۴۸ مرکز بازرسی و بازداشت دوری گزینند. اگر بخت با مسافران این قطار یار باشد، ۱۰۶ ساعت زمان می‌برد تا حدود پنج هزار کیلومتر را طی کنند و به مرزهای ایالات متحده آمریکا برسند. مسیر «قطارهای مرگ» یا «غول‌پیکر» از جنوب مکزیک، یعنی از ایالت چیپاس، آغاز می‌شود و با عبور از پانزده شهر دیگر ادامه می‌یابد تا به «باخا کالیفرنیا»، نزدیک‌ترین مرز شمالی با ایالات متحده آمریکا، برسد. مرد جوان، از کلمبیا خود را به آخرین ایستگاه مسیر رسانده است، یعنی به رودخانه براوو، جایی که شاید رؤیای آمریکایی‌اش را تحقق بخشد. «توی کلمبیا مردم به آدم‌هایی که نیاز داشتند، نون هدیه می‌دادند، اما توی ونزوئلا، اگر نونی داشتی باید اون رو برای چند روز خودت تقسیم می‌کردی و دیگه سهم کردن دیگران معنایی نداشت. برای زندگی بهتر، با مرگ دست و پنجه نرم می‌کنیم، خب معلومه، ترجیح می‌دهم که چیزی داشته باشم برای تقسیم کردن. توی ونزوئلا هیچی نبود، هیچی. زندگی در این مسیر راحت‌تره تا اونجا». چشم‌هایش سو نداشت. وقتی می‌خندید دندان‌های زردش نشان از گرسنگی می‌داد. رنگش پریده بود و قصه‌اش مثل همیشه و همه، نان بود، دغدغه نان!

کار را به کاردان بسپارید!

دفتر «خدمات آسمان»

با مدیریت «لیدا کوچصفهانی»

Aseman Services

خدمات آسمان

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

Not a Law Office

(408) 269-7283

Lida.asemanservices@gmail.com

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



تعهد می‌گیریم. بعد نزدیک ون من را هل می‌دهند و می‌گویند اینجا که کامپیوتر نداریم می‌رویم ساختمان امنیت فلان. ون حرکت می‌کند. گرم است و توی ون بوی کباب و عرق قاطی شده. یک بطری خالی دوغ هم روی صندلی افتاده. دوباره ماشین متوقف

چند ساعت در بازداشت طرح نور

سمیرا ایمانی

یک شهروند خبرنگار تهرانی، تجربه خود از بازداشت توسط ماموران گشت نور را نوشته است. او اردیبهشت در شهر تهران به خاطر نداشتن روبروی بازداشت شده بود. روایت شخصی این شهروند خبرنگار از آنچه در چند ساعت بازداشت در ون گشت نور و بازداشتگاه گذشته را، در زیر می‌خواندید.

بی‌خیال در خیابان ولیعصر راه می‌روم. از شانس سرپایینی است، پاهایم خودشان می‌روند، کنترلی رویشان ندارم. آزمایش‌های مامان را گرفته‌ام و با نگاهی سرسری فهمیده‌ام همه چیزش پایین است. سرخوشم، اما چون مسافرم جوری برنامه‌ریزی کرده‌ام که تا قبل از سفر، کارهای نیمه‌تمام را تا جایی که می‌شود، تمام کنم. همه سفارش‌های دوست‌هایم هم گرفته‌ام، سیگار بهمن کوچک، کندر، قرص‌های جلوگیری از ریزش مو...

خانم بازیگر تئاتر و سینما قرار است بیاید استودیو و متنی را برای پادکستی بخواند. عجله‌ای ندارم و تا استودیو هم راهی نیست. اردیبهشت است و حتی تهران هم در اردیبهشت زیباست. زیبایی کوتاه است. دختری دبیرستانی با یونیفورم مدرسه نزدیک گوشم می‌گوید: «خانوم عکست رو گرفتن»، ناخودآگاه کلاه بارانی‌ام را سرم می‌گذارم. در چشم به هم زدن، دو زن چادری و سه مرد با باتوم و لباس فرم دورم حلقه می‌زنند. یاد «مهسا» می‌افتم. او هم حتماً مثل من ترسیده بود، مطمئنم بیشتر از من، چون مسافر بوده، در شهر غریب بوده و جز برادرش همراهی نداشته.

خوب که نگاه می‌کنم می‌بینم هر پنج نفرشان کم‌سن‌وسال هستند. یکی از دخترهای چادری بازویم را می‌گیرد و دنبال خودش می‌کشد. عصبانی می‌شوم و می‌گویم: «منو کجا می‌برین؟ داری بهم صدمه می‌زنی؟» یکی از پسرها که ریش حنایی دارد با فریاد می‌گوید: «روسریت کو؟ آدم از حموم میاد هم این‌طوری لباس نمی‌پوشه. شال یا روسری، اگه داری همین الان ولت می‌کنیم»، هیچ‌کدام را ندارم. بعداً فکر می‌کنم اگر ترسیده بودم از این طرح نور و روسری یا شالی همراهم بود، سه ساعت و نیم تحقیر نمی‌شدم. اول می‌گویند کاری باهاش نداریم و اگر بار اول باشد فقط

می‌شود. دختر دیگری را سوار می‌کنند. سر تا پا مشکی پوشیده و شال هم دارد. باز یاد «مهسا» می‌افتم. مثل ابر بهار گریه می‌کند. کنار من می‌نشیند. دستش را می‌گیرم و می‌گویم: «گریه نکن، این مبارزه است»، یاد «مهلقا ملاح» می‌افتم. از به یاد آوردن این جمله در این لحظه حس خوبی دارم. یاد می‌رود در چه موقعیتی هستم. شجاع می‌شوم. دختر اما وسط گریه می‌گوید: «برای مادرم گریه می‌کنم. سرطان دارد و در بیمارستان تنه‌است. شیفت برادرم تمام شده و منتظر من است»، مسئولیت‌پذیری‌اش را دوست دارم. به دو دختر چادری که مژه‌های قشنگی دارند و انگار خواهر هستند می‌گویم: «بذارید بره، شال هم که داره»، پسر جوانی که کنار راننده نشسته با تحکم می‌گوید: «خیلی حرف می‌زنی، داری می‌ری رو مخم. تو رو آخر از همه ول می‌کنیم»، موبایل زنگ می‌خورد. می‌خواهم جواب بدهم که گوشی را از دستم می‌گیرند. توضیح می‌دهم تماس مهمی است و به کارم مربوط است. می‌پرسند کارم چیست؟ خلاصه می‌گویم که یکی از بازیگرهای مملکت بعد از کلی هماهنگی قرار است بیاید و متنی را بخواند. متن هم نشانشان می‌دهم. می‌خندند و می‌گویند می‌خواهیم همین بازیگرها کار نکنند. دوباره می‌گویم: «بذارید این دختر بره. احساس مسئولیت می‌دونید چیه؟» پسر جوان عصبانی می‌گوید: «اگه بذارم این بره، خود تو اولین نفری هستی که میگی من هم برم. بعد هم این ماشین دوربین داره. هرکی سوار می‌شه باید تا آخر بیاد». دوباره ترس می‌آید. کمتر از ۲۴ ساعت دیگر مسافرم. ماه‌ها برای این سفر دوندگی کرده‌ام. در این شرایط سخت ویزای کوتاه‌مدت گرفته‌ام و کلی هزینه کرده‌ام. نکنند همین روسری نداشتن را بهانه کنند و ممنوع‌الخروج کنند.

دنباله مطلب در صفحه ۵۲

پیام شایانی وکیل تصادفات و صدمات بدنی

Payam Mark Shayani, ESO

Accident Attorney

800-261-1314

وکیل تصادفات Lyft & Uber

Lyft & Uber Accident Attorney

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



(916) 442-9999

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

(408) 777-8867

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

(925) 777-0432

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



”صالح مقبول“ و بی‌خطری بود که می‌توانست با جذب شماری از غیرخودی‌ها میزان مشارکت را افزایش دهد. حمایت سپاه از پیروزی پزشک‌ها نیز نشان می‌داد ریاست جمهوری وی با موافقت هسته مرکزی نظام صورت گرفته است: فرمانده نیروی هوافضای سپاه پاسداران گفته است ”شکی نیست که مسعود پزشک‌ها رئیس جمهور

چرا خامنه‌ای، پزشک‌ها را ترجیح داد؟

م. روغنی

نظام بنیادگرای جمهوری جهل و جنایت رژیم است بحران را که بر پایه ارزش‌های مدرنیته‌ستیز، تنش‌زا، تحول‌گریز و سرکوب‌گر به ویژه علیه زنان بنا شده است. از پیروزی انقلاب ۵۷ تا کنون بحران‌ها به گونه‌های گوناگون در این رژیم ادامه یافته است. از اشغال سفارت آمریکا تا حمله عراق به ایران که در پی تحریکات خمینی علیه صدام صورت گرفت، از سرکوب سازمان‌های سیاسی، زنان و اقلیت‌های قومی و دینی تا کشتار هزاران زندانی سیاسی در سال ۶۷، از جمله بحران‌هایی بود که در کارنامه سیاسی خمینی به ثبت رسید. با استقرار رهبر دوم با برخورداری از عنوان ”ولی مطلقه فقیه“ که دخالت در کوچکترین موضوع کشور را امکان‌پذیر می‌ساخت، خامنه‌ای توانست بر پایه گرایش‌های ایدئولوژیک و جاه‌طلبانه، بحران‌های اقتصادی، اجتماعی و سیاسی را در ابعاد گسترده‌تر و در اشکال تازه به کشور تحمیل کند.

برنامه هسته‌ای نظامی، تشکیل و تقویت گروه‌های تروریستی در منطقه، برنامه‌ریزی در جهت نابودی اسرائیل، غرب و آمریکاستیزی و غلطیدن در آغوش روسیه پوتینی و چین، و سرانجام توهم تشکیل ”تمدن اسلامی“، نه تنها به انزوای کشور انجامید بلکه تحریم‌های کمرشکنی را بر سفره ایرانیان تحمیل کرد. و این درحالی است که کارگزاران و سرسپردگان خامنه‌ای طلبکارانه وضعیت موجود را توجیه و حتی خواست ملت به شمار می‌آورند! از جمله محمدجواد ظریف گفته بود ”ما خودمان انتخاب کردیم جور دیگری زندگی کنیم“ و محمد مهدی میرباقری، عضو مجلس خبرگان در ”سلسله نشست‌های ملت ابراهیم“ گفته است: ”پایه‌ریزی فرهنگی جدید بر مبنای اسلام، سختی و گرسنگی را به دنبال دارد و مردم ما این راه را خود انتخاب کرده‌اند، برخی می‌خواهند ایران را مانند ژاپن و آلمان کنند.“

پس از خیزش‌های ادواری دهه هفتاد و هشتاد، فاصله جنبش‌های مدنی خیابانی و نیز به شکل اعتصابات کارگری و اعتراضات بازنشستگان، در نیمه دوم دهه ۹۰ کوتاه‌تر شد و رویدادهای ۹۶، ۹۸ و سرانجام جنبش زن زندگی آزادی نشان داد که مشروعیت نظام ولایی به شدت آسیب دیده اکثریت ملت خواستار برچیدن نظام دینی‌اند. در نظرسنجی موسسه گمان که در سال ۱۴۰۱ با شرکت بیش از ۲۰ هزار نفر (۱۶۸۵۰ نفر در داخل کشور) انجام شد، ۸۸ درصد پاسخ دهندگان خواستار یک ”نظام سیاسی مردم‌سالار و دموکراتیک“ شده‌اند. رکاهش مشارکت در شبه انتخابات‌ها، نشانه روشنی از خواست اکثریت مردم ایران مبنی بر تغییرات ریشه‌ای است که تحقق آن در نظام بنیادگرایی اسلامی شیعه محور امکان‌پذیر نیست.

در انتصاب رئیسی قاتل به ریاست جمهوری، اکثریت واجدین شرایط (۵۱.۲ درصد) از شرکت در شبه انتخابات پرهیز کردند. در این انتصابات میزان آرای باطله و سفید به ۱۳ درصد رسید که پس از ۳۰ درصد رای ریسی بالاترین میزان رای در آن انتصابات بود! در دور اول انتخابات مجلس دوازدهم کمترین میزان مشارکت (۴۱ درصد) پس از انقلاب به ثبت رسید و در دور دوم همین انتخابات تنها حدود ۷ درصد شرکت کردند که حتی واکنش شدید خودی‌های نظام ولایی را هم برانگیخت. روزنامه رسالت که بازتاب دهنده مواضع راست سنتی (حزب مؤتلفه اسلامی) است در واکنش به تحریم انتخابات مجلس و با اشاره به عدم شرکت حدود ۹۲ درصد از ساکنان این سرزمین در دور دوم انتخابات مجلس دوازدهم می‌نوشت: ”جمع کردن این افتضاحات، لجبازی‌ها و کینه‌ها، ”بزرگی“ می‌طلبد: کسی که بزرگی به او بیاید نه اینکه ادای بزرگان را در بیاورد... اگر فکر عاجلی نشود این جبهه ضعیف‌تر خواهد شد.“ نگرانی سپاه نیز از پایین بودن نرخ مشارکت در سه انتخابات گذشته در نوشته سردار یدالله جوانی با تأکید بر زینبده نبودن سه انتخابات قبلی برای کشور نمایان گردید. وی همچنین در همایش تبیینی میقات روحانیون، کاهش مشارکت را توطئه دشمنان می‌سنجید و هدف آن را ایجاد بحران مشروعیت در نظام اسلامی می‌نامید. چنین نامزدها از سوی شورای نگهبان در شبه‌انتخابات اخیر که شامل ۵ نفر اصولگرا و پزشک‌ها (نیمه اصولگرا نیمه اصلاح طلب) می‌شد راهبرد خامنه‌ای و سپاه را برای افزایش میزان مشارکت نمایان می‌ساخت که پس از ناکامی جلیلی انتقاد برخی از اصولگراها از شورای نگهبان در باره تأیید صلاحیت پزشک‌ها را در پی داشت.

پزشک‌ها نماینده پنج دوره مجلس، مسلط به زبان ترکی و کردی، جراح قلب، فردی مومن و بگفته خودش در میان دانشجویان دانشگاه تهران ”دوب شده در ولایت“ و کسی که برخلاف بسیاری از نامزدهای اصولگرا به فساد و دزدی متهم نشده بود

کل ملت و تک تک مردم ایران و مورد حمایت نیروهای انقلاب است، هر چند برخی از نیروهای منتسب به انقلاب در رقابت میان نامزدها از نامزد رقیبش حمایت کرده باشند. ”پزشک‌ها نیز در مورد پشتیبانی خامنه‌ای از ریاست جمهوری‌اش گفته است: ”اگر دخالت رهبری نبود امکان رد صلاحیت من وجود داشت.“

به نظر می‌رسد خامنه‌ای و سپاه با توجه به احتمال بازگشت ترامپ به کاخ سفید که با ترور نافرجام وی افزایش یافته است، ریاست جمهوری پزشک‌ها را برای کاهش تنش با اروپا و پیشگیری از همکاری این قاره با آمریکا در اعمال ”فشار حد اکثری“ احتمالی تازه، مناسب‌تر سنجیده‌اند. نقشی که ایفای آن از جانب فردی تندرو و ایدئولوژیک همچون جلیلی امکان‌پذیر نبود. با اینحال با مشارکت ۴۰ درصدی واجدین شرایط در دوره اول انتخابات، تمهیدات خامنه‌ای و سپاه با ناکامی روبرو گردید و جبهه تحریم پیام مشروعیت‌بخشی نظام ولایی را بلند و رسا به گوش رهبر خود شیفته، لجوج و غیرپاسخگو و دستگاه سرکوب رساند.

در دور دوم نیز حتی اگر به میزان مشارکت اعلان شده از سوی وزارت کشور اعتماد کنیم، حدود ۵۲ درصد رای دهندگان از شرکت در شبه انتخابات اخیر روی گردانند. در این شبه‌انتخابات، میزان محبوبیت خودی‌ها و بخش کوچکی از غیرخودی‌ها شامل اصلاح‌طلبان حکومتی آشکار گردید. **دنباله مطلب در صفحه ۵۷**



دفتر خدمات بین‌المللی



Office of International Services

انجام امور مربوط به دفتر حفاظت منافع:

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

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



۴۳۸۳-۸۷۷(۶۶۹)

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

کلاس نشسته بودند. ملی برگشت به فریدون گفت: «بابات چیکاره س؟» فریدون بادی به غیغب انداخت و گفت: «بابام سناتوره!» ملی گفت: «یعنی چی سناتوره؟ می پرسم چیکاره س؟ چیکار می کنه؟» فریدون گفت: «ماهی بیست هزار تومن حقوق می گیره قانون وضع می کنه. خب، بگو ببینم بابای خودت چیکاره س؟» ملی گفت: «بابام آژانه!» فریدون پرسید: «آژان؟ خب، چیکار می کنه؟» ملی گفت: «هیچی! پنج تومن می گیره می شاشه تو همون قانون بابات!»

حالا حکایت ماست. من هر وقت ناله ها و ندبه های این اصلاح طلب های وطنی و نوچه های خارجوی آنها را در بی بی سی و جاهای دیگر می شنوم، بیاد این جوک قدیمی می افتم و می گویم کاشکی باباتون آژان بود.

آخر یکی نیست به اینها بگویند ای پدر آمرزیده ها! وقتی بر اساس قانون اساسی خودتان، آن آقای بزرگ عمامه داران، شاه و صدر اعظم و وزیر عدلیه و وزیر مالیه و فرمانده کل قوا و مالک الرقاب جان و مال و هستی و دنیا و مافیها و آخرت و بهشت و دوزخ و برنخ تان است، شما چه چیزی را می خواهید اصلاح بفرمایید؟ چرا نمی روید کشک تان را بسایید ای بیکار الدوله های حاکم خندق!

آغلام: آغلام رفیق ما بود. یکی دو سه سالی از ما بزرگتر بود. در همان روزهای نوجوانی درس و مشقش را رها کرده بود و شده بود راننده وانت سرمه ای رنگ آقای پيله ور. آقای پيله ور تو محله مان کارخانه چای خشک کنی داشت. اسمش هم بود کارخانه چای سازی پيله ور. یک کارخانه آجری سه چهار طبقه که هر وقت از کنارش رد می شدیم عطر چای مست مان می کرد. گاه گذاری با رفیقانم می رفتیم دور و بر کارخانه آقای پيله ور، و آقای فهیم را می دیدیم که مدام با یکی دو تا آچار، با پیچ و مهره های ماشین های خشک کنی ور می رفت.

آغلام گهگاه با ما می آمد الواتی. با چند تا از رفیق ها هم می رفتیم از فروشگاه ممد آقا دو سه بطر آبجوی شمس می خریدیم و توی باغ کریم ارباب، زیر آلاچیق می نشستیم و آبجو می خوردیم و مست می شدیم و نعره می کشیدیم و رویا می بافتیم. آغلام از آقای جزایری پیشنهاد مسجد محله مان شنیده بود در دین اسلام از هر گناهی می شود توبه کرد مگر شرب خمر. با ما می آمد توی باغ و با من بمیرم تو بمیری یک لیوان آبجو می خورد و بعدش دهانش را آب می کشید و رو به آسمان می کرد و می گفت: «خدایا توبه! خدایا توبه!»



ملا نامه: حکایت اول - می گوید: در خیابان صفاییه قم دو تا ماشین عهد عتیق با هم تصادف کرده بودند. راننده اولی پیاده شد به راننده دومی توپید که: «مرتیکه! مگر کوری؟» راننده دومی چماق به دست از ماشینش پیاده شد و به راننده اولی نهیب زد که: «کور خودتی مادر فلان! به جای ماشین باید خر سوار می شدی!»

من که شاهد این ماجرا بودم به خودم گفتم حالاست جنگ مغلوبه بشود و خون و خونریزی راه بیفتد. احساس وظیفه کردم و گفتم چطور است مداخله کنم، هر چه باشد من یک روحانی هستم و آنها حرمت لباس و عمامه ام را نگاه می دارند. پریدم وسط معرکه و دستم را گذاشتم روی شانه یکی از آنها و گفتم: «برادر...» هنوز کلمه برادر از دهانم بیرون نیامده بود که آن آقای چماق به دست برگشت نگاهی به سر تا پایم انداخت و گفت: «تو دیگه خفه شو! برو گم شو مرتیکه الاغ!»

حکایت دوم - می گفت: تودانشگاه درس می دادم. با موتور سیکلت می رفتم سر کارم. وقتی کلاس ها تعطیل می شدند، یک ساعت تو محوطه دانشگاه قدم می زدم. نمی خواستم دانشجویانم بفهمند این حجت الاسلامی که استادشان است با عبا و عمامه سوار موتور می شود و می آید سر کار. معمولاً موتور را سه چهار تا بلاک دورتر پارک می کردم تا چشم دانشجویان به آن نیفتد. بعد از مدتی حقیقتاً از این وضعیت ذله شدم. یک روز دست به آسمان کردم گفتم: «خدایا! خداوند! تا کی باید این ذلت را تحمل کنم؟ نمی شود گشایشی در کارم فراهم کنی، ای حضرت باریتعالی؟ ای خدایی که از خزانه غیب، گبر و ترسا وظیفه خور داری!»

این بار خداوند تبارک و تعالی استغاثه ها و ناله هایم را شنید و بلافاصله به آن پاسخ داد: همان روز موتورم را دزد برد!

بابام آژانه: تو دوره آن خدایامرز علیحضرت رحمتی، دو تا دانش آموز کنار هم توی

S & S Tire And Auto Repair

Complete Automotive Repair Service



Family Owned & Operated

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

Oil Change Special
Get \$10 OFF
Synthetic Oil Change

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

Established in 1996

(408) 738-1960

597 S. Murphy Ave. Sunnyvale, CA 94086

We Are #1

قبل از اتمام ماساژ بدن: بیشتر مربی ها درخواست می کنند که قبل از ماساژ مقدار زیادی آب بنوشید. این باعث می شود بیشتر عضلات نرم تر شده و فوائد ماساژ به تمام بافت های بدن می رسد. بخصوص در اثر ماساژ عمیق (Deep Massage) مقدار زیادی از مواد زائد از بدن دفع می شود. نوشیدن آب این حالت را تشدید می کند. **قبل از پریود ماهانه در خانم ها:** با نوشیدن آب، خانم ها می توانند درد و عدم تحمل پریود ماهانه خود را کمتر کنند. چون در اثر Dehydration بدن دچار گرفتگی عضلانی شده (Cramp) و به این علت نوشیدن آب زمان پریود را کوتاه تر می کند. درد در ناحیه لگن نیز کمتر می شود.

سردرد: یکی از بهترین فاکتورهای که باعث سردرد میگرن می شود Dehydration است. نوشیدن آب قبل از شروع و در هنگام درد میگرن، درد آن را قابل تحمل تر و کمتر می کند. در این صورت نیازی به قرص ضد درد کمتر است.

قبل از غذا خوردن: نوشیدن آب قبل از غذا خوردن باعث کاهش وزن شده چون تا حدودی گرسنگی را از بین می برد. چنین عادتی به مدت ۱۲ هفته و نوشیدن ۵۰۰ میلی لیتر آب در روز به سلامتی و تعادل واکنش های متابولیسم بدن کمک می کند. **چه مقدار آب در روز لازم است:** همانطور که اشاره شد نوشیدن آب برای همه افراد بسیار مفید است. ۸ لیوان آب، یا حدود ۲ لیتر در روز بسیار ایده ال است. این میزان آب فقط آب خالص نیست، آب موجود در غذاها، میوه جات و سبزیجات نیز به حساب می آید. بطور کلی میزان لازم آب برای هر فرد متفاوت می باشد و بستگی به سلامتی و فعالیت فیزیکی افراد دارد. بهترین مشاور برای این کار پزشک و مربی شما هستند. **چند نکته مهم:** در حالیکه ۷۰ درصد بدن را آب تشکیل می دهد، در طبیعت حدود ۷۰ درصد سطح زمین نیز از آب پوشیده شده است که به فرم اقیانوس ها، دریاها، دریاچه ها، رودخانه ها و سایر منابع آبی هستند. دانشمندان معتقد هستند که بین این دو رابطه ای وجود دارد و هر دو در تنظیم کردن اوضاع جوی زمین نقش ایفا می کنند و به وجود حیات روی زمین کمک می کنند.

نکته دیگر اینکه بیشتر آب نوشیدنی انسان ها در ظروف و بطری های پلاستیکی ارائه می شود. دانشمندان محیط زیست معتقد هستند که تمام این ظروف پلاستیکی بایستی جمع آوری و مجدداً مصرف شوند (Recycling) و در طبیعت رها نشوند. این مسئله باعث ذخیره منابع طبیعی و کمتر مصرف کردن انرژی در زمین و دریاها شده و ادامه حیات را روی زمین تداوم می بخشد.



آب یک ماده حیاتی: زمان مصرف

میزان آب در بدن باتوجه به سن، جنس و ترکیبات بدن بین ۷۰-۶۰ درصد می باشد. آب برای سلامتی کامل انسان بسیار حیاتی است و باعث تنظیم درجه حرارت بدن، کمک به هضم غذا، نرم کردن مفاصل، انتقال مواد غذایی به سلول ها و خارج کردن تفاله ها از بدن می باشد. اغلب افراد در روز احساس گرسنگی می کنند، اما متوجه نیستند که در واقع دچار تشنگی شده اند. مغز انسان هر دو حالت را شبیه هم تشخیص می دهد. بنابراین قبل از خوردن مواد غذایی هنگام گرسنگی آب بنوشید. پس از چند دقیقه احساس می کنید که حالت گرسنگی شما از بین می رود و یا کمتر می شود. اما بهترین زمان برای نوشیدن آب چه موقع است. بهترین زمان در حالات زیر می باشد: **هنگام بیدار شدن از خواب در صبح:** این یکی از مواقعی است که بایستی آب بنوشید. چون بدن به مدت ۸ تا ۱۰ ساعت هنگام خواب چیزی مصرف نکرده است (Long Fast) متوجه خواهید شد که در طول روز احساس خوب و انرژی بیشتری دارید.

هنگام عرق کردن: هر عاملی که باعث عرق کردن شود نظیر سونا (Souna)، دوش آب گرم یا در معرض نور خورشید قرار گرفتن و یا ورزش شدید عضلات، بدن را گرم کرده و بدن با عرق کردن آب از دست می دهد. در چنین مواقعی نوشیدن آب حرارت بدن پائین می آید و مانع Dehydration می شود.

قبل و بعد و هنگام ورزش: در این هنگام بایستی بین ۱۸۰ تا ۳۶۰ میلی لیتر آب مصرف کرد، تا جبران آب از دست رفته یا به فرم عرق و یا ادرار کردن را نمود. پس از پایان ورزش به همین میزان آب لازم است، آب بدن را متعادل کرده و عضلات و ارگان ها کار خود را به خوبی انجام دهند.

زمانی که بیمار می شوید: نوشیدن آب در هنگام بیماری سرماخوردگی و عفونت های میکروبی و ویروسی بهترین کار است. در هنگام اسهال، استفراغ و تب، مقدار زیادی آب از بدن دفع می شود. نوشیدن آب باعث دفع میکروب ها می شود، حتی اگر احساس تشنگی نمی کنید. از قهوه و مشروبات الکلی استفاده نکنید چون هر دو آب بدن را از دست می دهند.

زمان پرواز با هواپیما: اغلب افراد هنگام پرواز احساس تشنگی می کنند و این ناشی از ارتفاع پرواز (Altitude) می باشد. هرچه هواپیما بالاتر پرواز کند، داخل کابین هواپیما خشک تر می شود. نیمی از هوای داخل هواپیما در چنین حالتی از خارج هواپیما تامین می شود، بنابراین تا زمانی که امکان پذیر است آب بنوشید. پس از خروج از هواپیما احساس خستگی کمتر کنید.

معرفی کتاب

Nutrition Topics for Healthcare Professionals



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

ناشر: شرکت AuthorHouse

مؤلف: دکتر منوچهر سلجوقیان

Ali Driving & Traffic School

کلاس های تعلیم رانندگی و ترافیک علی

برای بزرگسالان و نوجوانان

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

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

Safe Driving
Saves Lives



Safety is our most
important concern

Licensed & Bonded

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

آموزش رانندگی توسط کادری مجرب و حرفه ای

(408) 394-5249 ♦ (408) 370-9696



سهیلا رضایی

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

(916) 616-7395 ♦ (408) 455-2330



Soheila Rezae
Lic.: 01834116



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



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



Soheila.Realtor@gmail.com

9217 Sierra College Blvd #120, Roseville, CA



صمد سندباد

سیروس مرادی

تمسخر از او اندازه تخی را که می گذاشت می پرسیدند. حاج صمد اصلا فکر این را نکرده بود و سرش را میخاراند و به بخش های دگر سفرش می پرداخت. ترجیع بند اغلب صحبتهاش این بود: «به دریائی گرفتارم که موجش عالمی دارد».

زن حاج صمد بیشتر از همه عاصی شده بود، چون صمدسندباد هر شب مشخصات جدیدی از معشوقه هایی که در بنادر مختلف شرق دور و هندوستان دارد صحبت می کرد و اطمینان می داد که آنها به فکرش هستند، و هذیان هایش با اشعاری که سروده بود به پایان می رسید: «همه می گویند: چه مهربان است این مرد! و کسی نمی داند... لبخند تو است روی لبهام... وقتی آن سوی دریاها... یادم می کنی».

حاج صمد سندباد دیگر نه تنها نفع اقتصادی برای خاندان نداشت، بلکه هر روز خرج تراشی هم می کرد. پیشنهادهایی که برای ایجاد و توسعه کاسبی می داد، همه رنگ و بوی سندیادی داشت. یک بار به برادران توصیه کرد که بهتر است بروند بندر بمبئی در هندوستان و از ناخدای کشتی، منقار طوطی اموالش را بگیرند و بیاورند. همان کالاهایی که در سفر دریایی از بندر بصره بار زده بود و سر اون داستان نهنگ سوزان دستش از همه آنها کوتاه شده بود. وقتی چهره متعجب آنها را می دید، سوگند می خورد که در فرهنگ سفرهای دریایی و اخلاق ناخداها، صداقت و امانت داری یک اصل است و غیر ممکن است که در حقش خیانت کرده باشد.

حاج صمد معمولا چند ماه ساکت می شد و در خود فرو می رفت، اما هر بار مثل یک آتشفشان با ترفند جدیدی دوباره بیماریش عود می کرد. این بار گیر داده بود که باید همسرش را ببرد خانه پدری اش در بندری دور دست و بسپارد به دست پدر زنش که «چون بیمارم نمی توانم از دخترت نگهداری کنم. این شما و این هم امانتی که به من سپردی». هر قدر برادرانش اصرار می کردند که «زن تو، دختر حاج مصطفی فروش فروش است که سالها قبل از دنیا رفته»، صمد سندباد باز داستانی از خودش اختراع می کرد که «در سفری به بنادر دور دست شرق آسیا داشتم. درست کاری و امانت داری من مورد توجه حاج اسماعیل که تاجر بزرگ آن شهر بود قرار گرفت و پیشنهاد داد با دخترش ازدواج کنم». بعد رو می کرد به ربابه خانم، همسرش، و از او می پرسید: «یادته هفت شبانه روز عروسی گرفتیم و خودت خواستی بیاییم و در شهر من زندگی کنیم؟! حالا بهتره بریم سری به بابات در دریای چین بزیم و اگر خواستی اونجا بمونی».

دنباله مطلب در صفحه ۵۵

همه اعضای خانواده حاج صمد دوران کنهسالی دردناکی داشتند. اغلب آنها دچار آلزایمر شده و راه خانه را گم می کردند. افراد فامیل و دوستان را نمی شناختند و سالها باعث دردسر بقیه می شدند تا بمیرند. حافظه کوتاه مدت و بلند مدت را یک باره از دست می دادند. مدتها سکوت کرده و به هیچ پرسشی نمی توانستند پاسخ دهند اما ناگهان بخش معینی از مغزشون فعال می شد و یک ریز حرف می زدند. همین باعث تمسخر اهل محل می شد.

حاج احد، برادر بزرگ در جشن عروسی خواهر زاده اش قول داده بود سکوت کامل را رعایت کرده و فقط میوه و شیرینی و غذا بخورد. رضا موتوری که تعمیرگاه دوچرخه داشت، شیطننت کرده و نوحه ای را دم گوشش زمزمه کرده بود. حاج احد هم نامردی نکرده، وسط عروسی بلند شده و از زبان اسرای کربلا خطاب به اشقیای یزید و ابن زیاد فحاشی ها کرده و باعث سرافکندگی کل فامیل شده بود: «سوی دیار عاشقان به کربلا می رویم... به کربلا میرویم...».

بیماری حاج صمد که سالهای سال خوابارفروشی خانوادگی را با درایت کامل چرخانده و با دریایی ها رقابت نزدیک داشت، خیلی حادثر شد. یک شب با نعره و فریاد از خواب بیدار شد. وقتی لیوانی آب خورد و اندکی آرام گرفت، اطرافیان ازش خواستند خوابی را که دیده دقیقا توضیح دهد. مشربه ای شربت گل گاو زبان خورد و تعریف کرد که خواب دیده سندباد بحری شده و به سفر دریایی دور و درازی رفته است. ناخدا در شب چهارشنبه سوری برای استراحت در جزیره ای لنگر انداخته و سرنشینان برای تمدد اعصاب، قضای حاجت، صرف غذا، شستن لباس ها و افروختن آتش و پریدن زردی تو از من، سرخی من از تو، در جزیره پیاده می شوند. ناخدا ناگهان فریاد بر می کشد که «زود بر کشتی نشینید که اینجایی که فرود آمدیم نه جزیره واقعی، بلکه پشت یک نهنگ تنبل است که مدتهاست ساکت در وسط دریا خوابیده. خوابی عمیق که بر پشتش درختها روئیده و پرندگان دریایی در ساحلش تخم گذاری و زاد و ولد کردند. افروختن آتش باعث شده پوستش بسوزد و از خواب غفلت بیدار شود». حاج صمد تعریف می کرد که وی آن قدر فرزند نبوده که به کشتی برگردد و با نهنگ به ته دریا رفته. از آن به بعد همه جا به صمد سندباد معروف شد. هر جا فرصت می کرد به عمه، مادر و خواهر ناخدا فحاشی می کرد که چرا وی را در وسط دریای طوفانی رها ساخته و رفته است.

بیماری صمد سندباد دوره های تکرار و افت و خیزهای فراوان داشت. به قول برخی ها عوارض پریودیک بود. حدود سه هفته در سکوت یک فیلسوف می گذشت که در عاقبت جهان غور می کرد، اما یک هفته عین آتشفشان می خروشید. انگار ماجراهای سندباد را از حفظ بود. همان ها را در خواب و رویا می دید و در بیداری با صدای بلند به همه تعریف می کرد. در نا آرامی های پارسال، روحانی و پیش نماز مسجد محل را که هیكلی تنومند و ربشی پر پشت داشت، با ناخدای نامرد رویاهایش اشتباه گرفته و وسط خیابان بر سرش فریاد می کشید که «چرا رهایم ساختی و رفتی. تو مگر متعهد نشده بودی که مراقب جان همه سرنشینان کشتی باشی». خلاصه به هر جان کنده بود پیشنهاد را از دستش رها نموده و داستان هر طوری بود ختم به خیر شده بود و گرنه به قول غلام نجار، صمدسندباد را جایی می بردند که عرب نی انداخت.

بعضی وقتها که صمد سندباد حالش خوش می شد، دلش می خواست دقیقا مثل سندباد واقعی دست به یک سفر دریایی جدیدی بزند. می خواست بروند بندر سیراف در کنگان بوشهر و از آنجا سفر دریایی اش را شروع کند. نوه اش که گوشتی آیفون و به اینترنت دسترسی داشت، بارها برایش توضیح می داد که سیراف دیگر آن رونق سابق را ندارد. صمد سندباد نیز تغییر عقیده داده و می خواست سفر جدیدش را از بندر بصره شروع کند. اطرافیان مشكلات پاسپورت، ویزا و کارت بازرگانی را بزرگ نمایی می کردند تا از شوق سفر وی بکاهند.

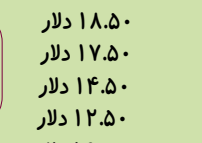
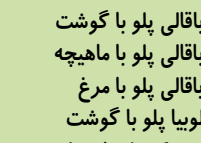
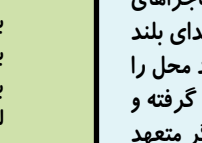
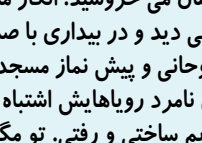
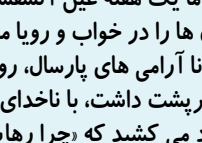
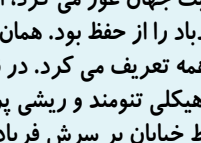
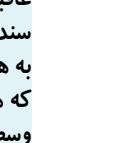
صمد سندباد بدون این که از داستان های سندباد اطلاع قبلی داشته باشد، درست مثل متون کتاب های گابریل گارسیا مارکز، جسته و گریخته همان ها را بین هوش و جنون تعریف می کرد. مثلا بارها داستان پرند بزرگی را می گفت که وقتی بال می گشاید، جلوی تابش خورشید را گرفته و آسمان تاریک می شود. رهگذران به

کیتترینگ بانو

دلتان برای طعم غذاهای اصیل ایرانی تنگ شده و یا حوصله و وقت آشپزی ندارید؟

بسپارید به کیتترینگ بانو

با بهترین عطر و طعم در خدمت شما عزیزان هستیم!

	باقالی پلو با گوشت	۱۸.۵۰ دلار
	باقالی پلو با ماهیچه	۱۷.۵۰ دلار
	باقالی پلو با مرغ	۱۴.۵۰ دلار
	لوبیا پلو با گوشت	۱۲.۵۰ دلار
	زرشک پلو با مرغ	۱۶.۵۰ دلار
	چلو خورش قمره سبزی	۱۴.۵۰ دلار
	چلو خورش قیمة سیب زمینی	۱۳.۵۰ دلار
	چلو خورش قیمة بادمجان	۱۴.۵۰ دلار

طعم واقعی انواع غذاها را با کیتترینگ بانو تجربه کنید!

Serving San Jose & Surrounding Cities

(408) 680-4032

شرکت مالیاتی و حسابداری توس



برنامه ریزی و اداره کارهای مالیاتی و حسابداری شما تخصص ماست

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

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

Tax Professional | Reza Farshchi

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

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

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

کلنل علینقی وزیر، سرهنگ موسیقی دان

پرویز نیکنام



کلنل علینقی وزیر

در اطاقش دیده می‌شد و همه این سازها را کم و بیش می‌نواخت اما به ویولن و مخصوصاً تار آشنایی بیشتری داشت، دکتر حسینعلی قزل ایاغ دایی وزیر می‌گوید وقتی که از آشنایی پسرخواهرش به این همه ساز آگاه شده، او را تشویق کرد که فقط تار بزند و «علینقی خان هم نصیحت مرا پذیرفت ولی ضمن اینکه خیلی روی تار کار کرد، از ویولن هم دست برداشت و عاقبت دو ساز را برای خود انتخاب کرد»، در این زمان او که نوزده ساله بود و در نواختن تار تسلط داشت، پدرش به ریاست قزاق شیراز منصوب شد و او همراه پدرش در مأموریتی

نظامی به شیراز رفت. او در دو سالی که در شیراز بود نیز از موسیقی دست نکشید و به تکمیل معلوماتش در زمینه موسیقی پرداخت. در هنگامی که قصد برگشت به تهران را داشت در مسیر شیراز به اصفهان، مجلس به وسیله محمدعلی شاه به توپ بسته شد. او در شیراز با آزادی‌خواهان رفت و آمد داشت اما چون نظامی بود، علائقش را علنی نمی‌کرد. وقتی به تهران رسید اوضاع به هم ریخته بود و وزیر نمی‌خواست به دستور قزاق‌ها با آزادی‌خواهان برخورد کند برای همین از رفتن به قزاق‌خانه خودداری کرد و مدت یک سال در اختفا به سر برد. در این مدت در باغی موسوم به «آب جو» در بهجت‌آباد زندگی می‌کرد و در آنجا اولین کتاب خود یعنی «شاخص موسیقی برای ایران» را پایه‌ریزی کرد و بعد از آن بود که ردیف‌های موسیقی ایرانی را به نت درآورد. نت میرزا عبدالله و ردیف‌های آقا حسینقلی شهنای از آن جمله است.

در این دوره پیش از سقوط حکومت در دوره استبداد صغیر با درجه نابیی مأمور شد که همراه گروهی از قزاق‌ها با یک فرمانده روس برای جلوگیری از حمله مجاهدین به تهران، به کرج برود. اما چون وزیر با مجاهدین در ارتباط بود و مخفیانه به آنها کمک می‌کرد، با فرمانده روس اختلاف پیدا کرد و با محافظت چند سرباز به تهران برگشت داده شد. اما در تهران از دست محافظانش فرار کرد و عضو یک کمیته نظامی مجاهدین شد و در فتح تهران با آنها مشارکت داشت. در این دوره بعد از فتح تهران، در قشون دولتی به او درجه سرهنگی (کلنل) داده شد و مدتی رئیس قشون گرگان، سپس رئیس امنیه استرآباد و مازندران و تنکابن شد. پس از التیام‌توم روس به ایران، وزیر از کار نظامی استعفا کرد و مدت سه سال به کار موسیقی و نوشتن کتاب پرداخت. بعد از آن بر اثر احتیاج مجبور شد خدمت نظام را مجدداً قبول کند و با درجه سرهنگی به ریاست سوار قانات و بیرجند برود. مدتی هم به سن پترزبورگ رفت و دو ماه در آنجا به فعالیت‌های هنری پرداخت و وقتی به تهران برگشت یک سال مجدداً به ریاست کل قشون شرق منصوب شد اما به این مأموریت نرفت زیرا قصد داشت به اروپا برود. با مسافرت اروپا بعد از نزدیک به هجده سال خدمت نظامی او پایان یافت و در بقیه عمرش تنها به کار موسیقی پرداخت اما همواره به نام کلنل وزیر شناخته می‌شد.

آموزش نت خوانی: وقتی علینقی جوان در سال ۱۲۸۷ از شیراز به تهران برگشت، متوجه شد که باید خط موسیقی را یاد بگیرد و اولین دروس نوت‌خوانی را از یاور آقاخان صاحب منصب موزیک آموخت. کمی بعدتر وقتی متوجه شد که معلمش چیز بیشتری برای آموزش ندارد با دوستش میرمحمد حجازی (مطیع‌الدوله) که شاگرد مدرسه فرانسوی سن‌لویی بود و ویولن می‌زد، نزد کشیشی به نام «پروفر» رفتند که معلم آن مدرسه بود. این کشیش وقتی علاقه این دو جوان را دید به آموزش آنها مشغول شد. کشیش پروفر کتابی به نام compendium را به علینقی داد تا آن را بخواند. با خواندن این کتاب علینقی دریافت که علم موسیقی فقط نوت‌خوانی نیست و بسیار مباحث دیگر هست که باید نزد استاد فراگرفت. برای همین هم از کشیش خواست که به او موسیقی نظری (تئوری) و مقدمات هماهنگی (هارمونی) را آموزش بدهد. وقتی کشیش از ایران رفت علینقی در به در دنبال دانستن بیشتر در باره موسیقی بود که شنید سلیمان‌خان ارمنی یکی از افسران موزیک آدم دانایی در زمینه موسیقی است و علینقی رفت سراغ این افسر و از او خواست تا به او آموزش بدهد ولی به گفته روح‌الله خالقی او بعد از مدتی رغبتی به یاد دادن نشان نداد و همان سیره نامطلوب را که از دیرزمان شیوه همه هنرمندان بود به کار بست، یعنی به اصطلاح معروف، سر شاگرد را به طاق کوبید.

این بنده علینقی وزیر افتتاح مدرسه عالی موسیقی را در خیابان نادری کوچه آقا قاسم شیروانی در تاریخ اول حوت (اسفند) اعلان می‌نماید. کلاس‌های این مدرسه، در هر هفته از شعبات موسیقی بیش از هفته‌ای دو بار نبوده و نیز مدت جلسات کلاس‌ها بیش از دو ساعت طول نخواهد کشید. کلاس‌هایی که عجلالتا افتتاح می‌شود از قرار ذیلند: کلاس تار (تتوی) Thearie و سرود و دیکته موزیکال - کلاس تار: سه قسم - مقدماتی - متوسطه - عالی - کلاس ویلن: دو قسم - مقدماتی - متوسط - کلاس آواز، کلاس کور (آواز جمعیتی)، کلاس آرمینی (هارمونی) در صورتی که لاقال پنج شاگرد تهیه شود. کلاس تعلیم سازهای ارکست Instrumentation، کلاس پیانو، کلاس ارکست.

در آگهی تأسیس مدرسه عالی موسیقی همچنین وعده داده شده که در آینده کلاس‌های آلات زهی، آلات چوبی، آلات برنجی، کلاس عالی ویلن، کلاس خطابت و کلاس ژیمناستیک موزیکال و اسکریم برای اشخاصی که در تئاتر کار می‌کنند، دایر خواهد شد. در این اطلاعیه تأکید شده «کلاس‌های زنانه این مدرسه منحصر به اروپایی‌ها و ارامنه و اسرائیلی‌ها (یهودیان) خواهد بود، اوقات جلسات او به کلی از کلاس‌های مردانه مختلف و مجزا خواهد بود». هزینه شرکت در کلاس‌ها ماهی پنج قران تا سه تومان در نظر گرفته شده و «در مواقع تنگدستی و ثبوت استعداد شاگرد، تخفیف داده یا مجانی نیز قبول خواهد شد». این آگهی در روز سه شنبه هشتم بهمن ۱۳۰۲ در روزنامه شفق سرخ منتشر شد. مدرسه عالی موسیقی اولین مدرسه خصوصی در نوع خود در ایران بود که حدود یکصد سال پیش در تهران شروع به کار کرد. مؤسس این مدرسه علینقی وزیر بعد از پنج سال تحصیل موسیقی در اروپا این مدرسه را در تهران تأسیس کرد. وزیر پیش از اینکه برای تحصیل موسیقی به اروپا برود، آموزش موسیقی دیده و با برخی استادان موسیقی عصر همنشین بود.

علینقی فرزند موسی خان میرپنج در یک خانواده نظامی در سال ۱۲۶۶ در تهران به دنیا آمد. پدرش افسر ارتش بود و بنابر رسم قدیم، فرزندان شغل پدر را ادامه می‌دادند. اما علینقی و برادرش حسنعلی به راه پدر نرفتند. علینقی به موسیقی علاقه‌مند شد و برادرش حسنعلی هم که آموزش سنتور را شروع کرده بود، ادامه نداد و عاشق نقاشی شد و با شاگردی کمال‌الملک، در نقاشی به سمت استادی رسید. به نوشته روح‌الله خالقی از استادان موسیقی، مادر علینقی زن آزادمنشی بود و از اولین زنانی است که مدرسه دخترانه دایر کرد. به موسیقی هم وارد بود. ضرب می‌گرفت و آواز می‌خواند. بنابر روایت‌های متعدد علینقی تا چهارده سالگی چیزی از موسیقی نمی‌دانست و بچه خوش‌بنیه سالم شیطانی بود که همه از دستش عاصی بودند و وقتی در چهارده سالگی رسید پدرش موسی خان به ریاست فوج قزاق قشون استرآباد منصوب شد، مادرش گفت: «اگر من بتوانم سایر کودکان را در غیاب شوهر نگاهداری کنم، از عهده این یکی درست بر نمی‌آیم. بهتر است او را هم با خود به سفر ببری». پدرش از علینقی پرسید که آیا علاقه‌مند است که با او به سفر بیاید، علینقی هم که عاشق ورزش، تیراندازی، شمشیربازی و اسب‌سواری بود، خوشحال شد و سوار بر اسب با پدرش به استرآباد رفت. او در آنجا با آن که هنوز به سن سربازی نرسیده بود، لباس نظام پوشید تا قزاق شود. پدرش او را با درجه «تایینی» وارد قزاق‌خانه کرد. همین سفر نبوغ هنری او را شکوفا کرد. اردویی که پدرش در آن مشغول بود، سه نفر شیپورچی داشت و فرمان‌های نظامی را با شیپور می‌زدند و علینقی به شیپورزدن علاقه‌مند شد و آن را به خوبی یاد گرفت. وقتی به تهران برگشت شیپورچی قابلی شده بود و می‌خواست وارد مدرسه قزاق‌خانه شود. پانزده ساله بود که شروع به یاد گرفتن تار کرد. معلمش در این دوره دایی‌اش دکتر حسینعلی‌خان قزل ایاغ بود که عضو دربار و پیشخدمت مخصوص مظفرالدین میرزا (ولیعهد) در تبریز بود.

در این زمان مدتی پیش عطاخان یاور سردهسته موزیک نظام به آموختن نوت مشغول شد در حالی که هنوز درجه تایینی خود را در خدمت قزاق حفظ کرده بود. در این زمان همچنان برخی وی را از کار موسیقی منع می‌کردند و برخی حتی او را ملامت می‌کردند زیرا موسیقی را با مهربی یکسان می‌دیدند. روح‌الله خالقی شاگرد علینقی وزیر از قول حسنعلی‌خان برادر کوچک‌تر علینقی می‌نویسد: «برادر هر کجا سازی می‌دید، نمونه‌ای به دست می‌آورد، چنان که به تدریج اطاقش موزه‌ای از سازها شد. تار، سه تار، کمانچه، سنتور، ویولن، فلوت، قرنی، ضرب، دایره، شیپور هم

idents®

RS FOR SERIOUS INJURIES

CAMERON YADIDI

ATTORNEY AT LAW



RANKED TOP 1% LAWYERS



No Fees Until We Win Your Case!

ettlements & Verdicts



Serious Injuries



Brain & Spinal Injuries

Powerfulinjurylawyers.com

urg & Brock, dose not warranty or guarantee the outcome of any legal matter.



ACC

POWERFUL LAWYER

دکتر کامران یدیدی
وکیل تصادفات و صدمات شدید بدنی
نامی معتبر و شناخته شده در شرکت های بیمه



Over \$200,000,000 Collected in Settlements



Vehicle Accidents



Motorcycle Accident



Slip & Fall



Dog Bites

(888) 979-7979

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

مردهای «مریخی» و ساکنان «ونوس»

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

از پیشنهاد دادن صرف نظر کنید: بدون درک این طبیعت مرد، تعجبی ندارد اگر زن نادانسته و غیر عمدی، مردی را که بسیار دوست دارد، بیازارد و برنجاند. برای مثال، «تام» و «مری» به مهمانی می رفتند. تام رانندگی می کرد. بعد از تقریباً بیست دقیقه که چندین بار دور یک بلوک چرخیدند، برای مری روشن بود که تام راه را گم کرده است. سرانجام پیشنهاد کرد که تام کمک بخواند. تام ساکت شد. بالاخره آنها به مهمانی رسیدند ولی تنش ناشی از آن لحظه در تمام شب ادامه داشت. مری کوچک ترین حدسی در مورد ناراحتی شوهرش نمی زد. او از دید خودش می گفت: «من دوست دارم و به تو اهمیت می دهم. پس برای همین است که به تو پیشنهاد این کمک را می دهم.» تام از دید خودش مورد اهانت واقع شده بود. آنچه او شنید این بود «مطمئن نیستم که بتوانی ما را به مقصد برسانی. تو صلاحیت نداری!». مری که از زندگی در مریخ آگاهی نداشت، نمی توانست درک کند که چقدر برای تام مهم است که هدفش را بدون کمک به انجام برساند. پیشنهاد کمک، نهایت توهین بود. کشفیات ما می گوید مریخی ها تا زمانی که از آنها خواسته نشود پیشنهادی نمی کنند، روش محترم داشتن یک مریخی دیگر این است که همیشه بپذیریم او مسئله اش را خودش می تواند حل کند مگر این که کمک بخواند. مری اصلاً به ذهنش خطور نکرده بود که وقتی تام راه را گم کرد و چندین بار دور همان بلوک چرخید، فرصتی بسیار مناسب برای ابراز عشق و حمایتش نسبت به تام در اختیار او گذاشت. در آن ساعت او بی اندازه شکننده شده بود و نیاز به محبت بیشتری داشت.

بعد از آگاهی در مورد و نوسی ها و مریخی ها، مری یاد گرفت که چگونه در مواقع سختی از تام حمایت کند. دفعه بعد که تام راه را گم کرد، مری از ارائه هر نوع پیشنهادی خودداری کرد. تام نیز شدیداً از اینکه به گرمی مورد اعتماد و قبول مری واقع شده بود قدردانی کرد. به طور کلی، زمانی که زنی پیشنهاد ناخواسته می کند و یا سعی در کمک کردن به مرد دارد، هیچ حدس نمی زند که تا چه اندازه می تواند یک جو انتقادی و بی مهری ایجاد کند. حتی زمانی که نیت زن محبت می باشد، باز پیشنهادهایش می تواند مرد را بیازارد و برنجاند. واکنش مرد می تواند شدید و تند باشد مخصوصاً اگر احساس کند که مثل کودکی مورد انتقاد قرار گرفته است. برای بیشتر مردها خیلی اهمیت دارد که ثابت کنند آنها می توانند به هدف هایشان برسند، حتی اگر چیز کوچکی باشد مثل رانندگی به رستوران یا مهمانی. مرد به طور حیرت آوری ممکن است حساسیت بیشتری روی مسائل کوچک داشته باشد تا امری بزرگ. احساس آنها نظیر این است: «اگر در مورد انجام دادن چیز کوچکی نظیر رسیدن مان به مهمانی، او به من اطمینان نداشته باشد، چگونه می تواند در کارهای بزرگتر به من اعتماد کند!». مردها مانند اجداد مریخی شان به مهارت خود بخصوص در تعمیر اسباب مکانیکی، رفتن به مقصدی و حل مسائل مباهات می کنند. در این وقتهاست که مرد بیشتر به پذیرش محبت آمیز زن نیازمند است تا «پیشنهاد» یا «انتقاد» او.

هنر گوش کردن: اگر مردی به تفاوت های یک زن آگاه نباشد، هنگام کمک رساندن، کارها را خراب تر می کند. مردها نیازمندند که به خاطر بسپارند زمانی که زن را در مورد مسائل شان حرف می زنند، هدفشان نزدیک شدن است نه این که الزام مسائل شان حل شود. بنابراین بیشتر مواقع، زن فقط می خواهد مرد را در عواطف روزانه اش شریک بکند و همسرش فکر می کند که با قطع کردن حرف او و پشت سر هم پیشنهاد راه حل دادن، به او کمک کند، و نمی داند که چرا همسرش از این کار او خشنود نمی شود. برای مثال، مری بعد از یک روز خسته کننده به منزل می آید. او نیاز دارد که در مورد آن روز با شوهرش صحبت کند. می گوید: «اینقدر کار هست که وقتی برای خودم ندارم.» تام می گوید: «باید استعفا بدهی. احتیاج نیست که اینقدر کار کنی. کاری را که دوست داری پیدا کن.» مری می گوید: «ولی من کارم را دوست دارم. آنها فقط انتظار دارند که در یک چشم به هم زدن من همه چیز را عوض کنم.» تام می گوید: «به آنها گوش نکن. آنچه را که می توانی انجام بده.» مری جواب می دهد: «من هم همین کار را می کنم. اصلاً باورم نمی شود که فراموش کردم امروز به خاله ام زنگ بزنم.» تام می گوید: «ناراحت نشو. او تو را درک می کند.» مری: «میدونی خاله ام چه دوران سختی را می گذراند؟ او به من احتیاج دارد.» تام: «می بینم که خیلی ناراحتی و به همین علت است که خیلی هم غمگین به نظر می رسی.» مری با عصبانیت جواب می دهد: «من غمگین نیستم. تو نمی توانی فقط به من گوش کنی؟» تام می گوید: «دارم گوش می دهم.» مری: «اصلاً بیخود من در این مورد با تو حرف زدم.» بعد از این گفتگو مری بیشتر از زمانی که به خانه برگشته بود، کلافه شده بود چرا

که او فقط دنبال صمیمیت و همراهی از طرف تام بود. تام هم مثل او خیلی کلافه بود و اصلاً متوجه نبود که چه اشتباهی رخ داده است. می خواست کمک کند ولی کاردانی و تدبیرش در حل مسئله تأثیری نداشت. بدون آگاهی از زندگی در سیاره ونوس، تام درک نمی کرد که «فقط گوش کردن» چقدر مهم است بی آنکه راه حلی را ارائه بدهد. پیشنهاد «راه حل» فقط کارها را خراب تر می کرد. می دانید که ونوسی ها زمانی که شخصی برایشان حرف می زند، هرگز پیشنهاد راه حل نمی دهند. احترام آنها به یک و نوسی دیگر این است که با صبوری و همدلی گوش کنند و صادقانه در جستجوی درک احساسات او باشند. تام نمی دانست که تنها با همراهی، دلسوزی و گوش کردن به احساسات مری، چقدر به او کمک می کرد. زمانی که تام در مورد ونوسی ها با خبر شد که تا چه اندازه زن ها نیاز به صحبت کردن دارند و به تدریج آموخت که چگونه گوش کند. حالا وقتی که مری خسته به منزل می آید و تحلیل رفته است، گفتگوی آنها کاملاً فرق می کند. گفتگویشان به این شکل است:

مری: «کار خیلی زیاد است وقتی برای خودم ندارم.» تام نفسی عمیق می کشد و به آرامی نفسش را بیرون می دهد و می گوید: «به نظر می رسد که روز سختی داشتی.» مری: «آنها توقع دارند که من در یک چشم به هم زدن تمام چیزها را عوض کنم. نمی دانم چکار کنم؟» تام مکث می کند و سپس می گوید: «هوم.» مری: «حتی یادم رفت به خاله ام زنگ بزنم.» تام با حالت ناراحتی می گوید: «اوه، نه.» مری: «او در حال حاضر خیلی به من احتیاج دارد. خیلی احساس بدی دارم.» تام: «تو قلب مهربانی داری. حالا بیا و خستگی در کن.» تام، مری را در آغوش می گیرد و مری در بازوان تام آرام می شود. سپس می گوید: «تام، چقدر دوست دارم که با تو صحبت کنم. واقعاً خوشحالم می کنی. مرسی که گوش کردی، چقدر سبک شدم.» نه تنها مری بلکه تام نیز احساس بهتری دارد. تام از این که زنش از گوش کردن او تا این اندازه خوشحال شده است، متعجب شد. تام با آگاهی جدید از تفاوت هایشان دانش گوش کردن را بدون پیشنهاد راه حل یاد گرفت. همان طوری که مری نیز دانش رهاسازی و این که اوضاع را بدون اظهار پیشنهاد و انتقاد ناخواسته قبول کند، یاد گرفت. خلاصه دو اشتباه بسیار متداولی که ما در روابط مان مرتکب می شویم: ۱- مرد سعی می کند زمانی که همسرش ناراحت است آقای مشکل گشا بشود و پیشنهاد راه حل بدهد و عواطف او را تغییر دهد، ولی با این کارش، احساسات همسرش را بی بها می کند. ۲- زن سعی می کند زمانی که همسرش مرتکب اشتباهی می شود، کمیسیون اصلاح خانواده ترتیب بدهد و با پیشنهاد و انتقاد ناخواسته رفتار مرد را عوض کند.

دفاع از آقای مشکل گشا و کمیسیون اصلاح خانواده: با اشاره به این دو اشتباه بزرگ، هدفم این نبود که بگویم همه کارهای آقای مشکل گشا و کمیسیون اصلاح خانواده اشتباه است. این دو صفت بسیار مثبتی برای ونوسی ها و مریخی ها می باشد. اشتباهات تنها در «زمان» و «برخورد» آنهاست. در مواقع ناراحتی زن، اگر همسرش اظهار وجود نکند، بسیار مورد تقدیر واقع می شود. به مردها باید خاطر نشان کرد زمانی که همسرشان ناراحت است و راجع به مشکلاتش صحبت می کند، وقتش نیست که پیشنهاد راه حل بدهند. همسرش احتیاج دارد که کسی به حرفهایش گوش کند تا به تدریج احساس خشنودی کند. در آن زمان، زن نیاز به «تعمیر» ندارد. مرد نیز زمانی که میل داشته باشد و خودش بخواهد، از کمیسیون اصلاح خانواده بسیار قدردانی می کند. به زنها خاطر نشان می شود، زمانی که همسرشان مرتکب خطا می شود، نصیحت و انتقاد ناخواسته، به آنها احساس بی مهری و تحت کنترل بودن می دهد. همسرشان بیشتر به پذیرفته شدن نیازمند است تا به نصیحت، چون او می خواهد از اشتباهات خود پند بگیرد. وقتی که مرد احساس کند که هدف همسرش اصلاح او نیست، خیلی زودتر از او کمک و نظر خواهی می خواهد. وقتی که همسرمان ما را از خود می راند، دلیلش عدم موقع شناسی و طرز برخورد غلط ماست. درک این تفاوت ها، احترام به احساسات همسرمان، حمایت از یکدیگر را آسان تر می کند. علاوه بر این متوجه می شویم زمانی که همسرمان ما را از خود می راند علتش این است که در موقع شناسی و طرز برخوردمان اشتباهی رخ داده است. بیایید این مسئله را مفصل تر موشکافی کنیم.

چه وقت زن در مقابل راه حل های مرد، مقاومت می کند؟ وقتی که زن در مقابل راه حل های مرد مقاومت می کند، او می پندارد که صلاحیتش زیر سؤال رفته است. در نتیجه، احساس عدم اعتماد و بی ارزش بودن می کند و دیگر اهمیتی نمی دهد. پر واضح است که از اشتیاقش برای گوش کردن نیز کاسته می شود. مردها در چنین مواقعی با یادآوری این که زنان از سیاره ونوس هستند، می توانند دلیل مقاومت آنان را درک نمایند. مرد می تواند به خاطر بیاورد چگونه زمانی که همسرش احتیاج به همفکری و رشد داشته است، او پیشنهاد مشکل گشایی به وی کرده است.

«بی بی منجمه نیشابوری» نخستین زن ستاره شناس ایرانی

آنیتا غلامپور

داشت. اما این تنها علمی نبود که آموخت، بی بی منجمه مانند سایر دانشمندان تاریخ میانه ایران، در علوم چون هندسه و ریاضی نیز سرآمد زمان خود بود و همین باعث شد تا راه او به عنوان دانشمند به دربار سلطان جلال الدین خوارزمشاه برسد. از آنجا که علم حرکت ستارگان و پیش بینی آینده یکی از علوم مهم در تاریخ میانه ایران بود، همیشه در کنار پادشاهان مشهور یک ستاره شناس قرار داشت و از آنجایی که علم خودش را ثابت کرده بود، ملازم همراه سلطان جلال الدین شد و در سفرها و جنگها او را همراهی می کرد.

«امیر ناصرالدین حسینی» پسر بی بی منجمه که به دلیل شهرت مادرش به ابن بی بی مشهور شد، معتقد بود مادرش «سهم الغیب» در طالع داشته و استعداد زیادش باعث شده است سلطان خوارزمشاهی بدون در نظر گرفتن جنسیتش، او را همراه خود ببرد. بی بی منجمه در بسیاری از جنگها، از جمله جنگ سلطان خوارزمشاه با «چنگیز خان»، همراه جلال الدین منکبری بود و به گفته برخی منابع، همراه او نیز جنگید. در این جنگها، همسرش، «مجدالدین محمد ترجمان»، از بزرگان دربار خوارزمشاهی نیز همراهش بود. مجدالدین محمد از سادات «گورسرخ» گرگان بود. این که یک زن با مذهب شافعی با سادات علوی ازدواج کند نیز در آن زمان موضوع قابل تاملی است. با مشخص شدن شکست سلطان جلال الدین در مقابل سپاه چنگیز خان، بی بی و همسرش از کنار او رفتند.

به نوشته برخی منابع، از جمله «ابن اثیر» در «الکامل»، بی بی منجمه هنگامی که جلال الدین خوارزمشاه در بالای رود «دجله» به محاصره در آمده بود، دعوت نامه ای از «علا الدین کی قباد» از شاهان «سلجوقی» روم دریافت کرد که به دربار آنها برود. بی بی که هم شکست جلال الدین را حتمی می دانست و هم از بدخواهی همراهان سلطان خسته شده بود، به سمت دمشق رفت. اما پیش از رفتن، پیش بینی کرد که جلال الدین با خیانت برادرش، «غیاث الدین»، کشته خواهد شد. ولی سلطان این پیش بینی را واقعی نهداد و در کردستان و با خیانت برادرش شکست خورد و کشته شد. بی بی به همراه همسر و پسرش به دمشق رفت و به دربار سلطان ایوبی، «مظفرالدین ابوالفتح موسی»، ملقب به «ملک الاشرف» وارد شد. سلطان ایوبی که آوازه بی بی را شنیده بود، از او استقبال کرد و با احترام به دربار خود برد.

دنباله مطلب در صفحه ۵۳

با این که تاریخ ایران را مردان نوشته اند اما حضور علمی او آن قدر وسیع بود که مانند «مهرستی گنجوی» و «رابعه»، نتوانستند نامش را به دست فراموشی تاریخ بسپارند و نام او در لابه لای کتابهای تاریخ ماند: «بی بی منجمه نیشابوری»، نخستین زن ستاره شناس ایرانی. این زن نیشابوری، فرزند «کمال الدین سمنانی»، رئیس «شافعیان» نیشابور و مادری از نوادگان «محمد بن یحیی»، فقیه معروف خراسان در سال ۵۸۲ خورشیدی، برابر با سال ۶۰۰ هجری قمری، در آستانه حمله مغول به شهرش به دنیا آمد. او اولین زنی به شمار می رود که به عنوان منجم، نامش در میان کتابهای تاریخی باقی مانده است. شاید بتوان گفت فرزندش «ابن بی بی» که یکی از مورخان قرن ششم و هفتم خورشیدی بود، توانست در بخشی از کتابش نام مادر را ثبت کند. ممکن است در لابه لای تاریخ ۱۰ هزار ساله ایران، زنان دیگری هم در کار کشف ستارگان بوده باشند اما نام آنها در میان تاریخ مردسالار ایران گم شده است. در مورد بی بی منجمه هم اطلاع زیادی در دست نیست و گاهی او را با زن دیگری به نام «بیجه منجمه کرمانی» اشتباه می گیرند. اما این دو زن با هم متفاوت هستند و یکی متولد سمنان و نیشابوری اصل و دیگری کرمانی و زاده قرن نهم است.

هنگامی که بی بی منجمه به دنیا آمد، خوارزمشاهیان در ایران فرمانروایی می کردند و به طور خاص او هم دوره «سلطان محمد خوارزمشاه» و «سلطان جلال الدین خوارزمشاه»، معروف به «جلال الدین منکبری» است که هر دو از پادشاهان علاقه مند به علم و دانش بودند و البته هر دو زمینه حمله مغول به ایران را فراهم کردند. بی بی منجمه که نام کوچکش مشخص نیست، در خانواده ای عالم به دنیا آمد. پدرش منجم باشی سلطان محمد خوارزمشاه بود. بی بی منجمه نجوم را پیش پدر آموخت و خیلی زود با دانشی که به دست آورد، توانست در رده دانشمندان زمانه خود قرار گیرد. او مهارت زیادی در علم شناسایی ستارگان و البته طالع بینی و احکام نجوم

Emmanizing



Emma Atta

Emma Atta

Professional Organizer
Design & FengShui Consultant

با ایجاد نظم و ترتیب،

زندگی خود را ساده تر کنید!

Simplify your life & reclaim your space with
my expert decluttering & dorganizing services.

من با شما همکاری خواهم کرد تا با نظمی که در زندگی شما بوجود
می آید، نیازها و اهداف شخصی و بیزینسی شما برآورده شود.

Personal & Business
Professional Organizer Services

Schedule your FREE consultation today!

 emmanizing@gmail.com

(650) 492-3331

Pouyan's music

Teaches piano
& keyboard

Children & adults

Dj Pouyan
Live music

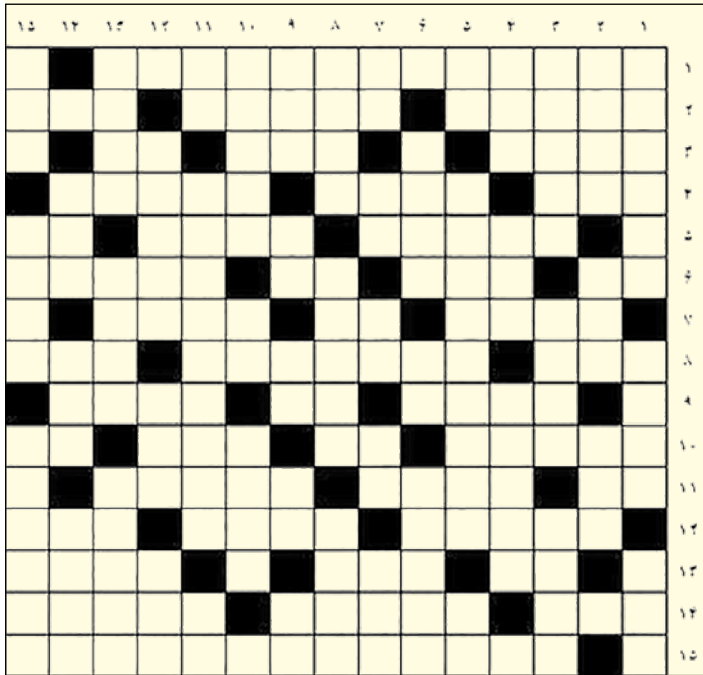
For all occasions

(925) 963-7982



حل جدول در صفحه ۴۲

جدول



۱۳- متمول - عقیده درونی - دارای جایگاه اول فن آوری نفت و گاز در منطقه
 ۱۴- نوعی ابریشم - سهولت - اثر مشهور «امیل زولا» نویسنده پرآوازه فرانسوی
 ۱۵- این کشور با ۱۰۱ میلیارد و ۷۴۰ میلیون دلار در صدر فهرست سرمایه‌گذاران خارجی ایران در سال‌های ۲۰۰۰ تا ۲۰۰۷ قرار گرفته است - از ۸ قدرت اول اقتصادی جهان - حساب‌های فعال بازار ارز این کشور حدود ۴۴ درصد کل حساب‌های جهان است.

عمودی

۱- سومین کشور صادرکننده محصولات غذایی و کشاورزی در جهان - بودجه اعتبار معاملاتی - ارز کشور برزیل
 ۲- بن و بیخ - خوردنی حرام - ارز این کشور آسیایی روپیه است
 ۳- بردش معروف است - این ارز در برابر نرخ یورو کاهش یافته است - نوعی سبزی کوهی
 ۴- پرنده آش سردکن - دستور - نوعی چسب
 ۵- هزار کیلوگرم - بزرگ‌ترین معدن مس جهان در شیلی - عدد خیطی
 ۶- مویز - صدمه و آسیب - در حالت کما
 ۷- اثر رطوبت - کالبد و جسم - زمینه و موضوع - ساز شاک - بوسه
 ۸- نام دیگر ارز کانادا - از نام‌های دخترانه - موثر
 ۹- درد و رنج - شهر جشنواره - صوت تحسین - عضو دهنده - از بازی‌ها
 ۱۰- از راسته میمون‌ها - علامت استمرار - پول نقره‌ای
 ۱۱- نام ترکی - نخست‌وزیر اسبق چین که در دیدار با نخست‌وزیر اسبق انگلیس تصریح کرد که پکن حدود ۶۰ تا ۷۰ میلیارد دلار بودجه برای سرمایه‌گذاری‌های خارجی اختصاص داده است - از فلزات
 ۱۲- از کوه‌های ایران - یار رامین - شیرینی تولد

افقی

۱- وزیر دارایی فرانسه
 ۲- عقیده باطنی - پدید آمده - نام دیگر دلار استرالیا
 ۳- خسته و کوفته - یوزپلنگ - کله و راس
 ۴- از فلزات پرمصرف در ساختمان‌سازی - سازش - امیدوار
 ۵- از گل‌های زیبا و خوشبو - سرهنگ فرانسوی - ماتیک
 ۶- واحد سطح - عمل مکیدن - سه کیلوگرم - نقطه به نقطه
 ۷- زشت - تپه بلند - مرغ سخنگو
 ۸- بی‌زبان - کشوری آفریقایی که صادرات عمده آن الماس، اورانیوم، مس، سرب و روی است - پایتخت اتریش
 ۹- کم و قلیل - کاشف میکروب سل - محل خرید و فروش اوراق بهادار
 ۱۰- سیر سلوک - رمق آخر - چینه دیوار - علامت مفعول بی‌واسطه
 ۱۱- موجود نادیدنی - منسوب به ادب - مانند پری
 ۱۲- مردد - سبزی سالادی - علاج و چاره
 ۱۳- حرف ندا - پرنده سعادت - نوعی شنا
 ۱۴- شتر تازی - راکب - وسطی
 ۱۵- این اقدام بانک فدرال آمریکا موجب شده که ترازنامه بانک، دامنه عمل فعالان بازار را محدود کند.

دفاتر و کالت علی مقدمی

با همکاری جفری زیندر

وکلا سابق شرکت های بیمه با بیش از ۶۰ سال تجربه

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



Ali Moghaddami

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



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

Tel: (818) 640-3131

Fax: (818) 500-4144

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

Free Consultation

Tel: (408) 643-1739

Cell: (408) 643-1739

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

نیازمندیها

استخدام

یک مجموعه تلویزیونی بین المللی جهت تکمیل کادر خود به یک خانم و یا آقای آشنا با شرایط بازاریابی نیازمند است. داوطلبان مشخصات خود را به آدرس ایمیل ارسال فرمایند.

info@newsoftheworld.us

مهد کودک

محیطی سالم، امن و دوستانه با کلاس ها و برنامه های آموزشی منحصر بفرد بر اساس نیاز هر کودک. تقاطع خیابان کمدن و بلاسام هیل در شهر سن حوزه. ۲۰ درصد تخفیف برای شهریه ماه اول ۲۰۷۷-۳۷۸ (۴۱۵)

این روزها خیلی سعی می کنم دور غلط های دیگران خط نکشم. این روزها خیلی سعی می کنم که وقتی به دیگران می اندیشم، خوبی هایشان را ورق ورق مرور کنم. کاش بچه های مان مثل ما قضاوت نشوند. کاش خوبی های خودمان و دیگران را ببینیم.

صفحه های مهربانی

گلنار

خیلی وقتها به امتحان دیکته فکر می کنم، اولین امتحانی که در کودکی با آن روبرو شدم. چه امتحان سخت و بی انصافانه ای بود. امتحانی که در آن، نادانسته های کودکی بی دفاع، مورد قضاوت بیرحمانه دانسته های معلم قرار می گرفت. امتحانی که در آن با غلط هایم قضاوت می شدم نه با درست هایم. اگر ده ها صفحه هم درست می نوشتم، معلم به سادگی از کنار آنها می گذشت، اما به محض دیدن اولین غلط، دور آن را با خودکار قرمز جوری خط می کشید که درست هایم رنگ می باخت. جوری که در برگه امتحانم آنچه خود نمایی می کرد غلط هایم بود. دیگر برای خودم هم عادی شده بود که آنچه مهم است داشته ها و توانایی هایم نیست، بلکه نداشته ها و ضعف هایم است.

بعدها وقتی به برادر کوچکترم دیکته می گفتم همان گونه قضاوت کردم که با من شد و حتی بدتر. آنقدر سخت دیکته می گفتم و آنقدر ادامه می دادم تا دور غلط های برادرم خط بکشم.

نمی دانم قضاوت های غلط با ما چه کرد که امروز از کنار صفحه های مهربانی دیگران می گذریم، اما با دیدن کوچکترین خطا چنان دورش خط می کشیم که ثابت کنیم تو همانی هستی که نمی دانی، که نمی توانی! کاش آن روزها معلمم، چیز مهمتری از نوشتن به من می آموخت.

فال سنارگان

دای	مهر	تیر	شروالدین
در حال حاضر، احساس می کنید که کنترل اوضاع از دستتان خارج شده است. این حس اضطراب و نگرانی را در شما به وجود آورده است. برای بازگرداندن حس کنترل به زندگی خود، لازم است با برنامه ریزی دقیق و سازماندهی امور، نظم و انضباط را به زندگی خود بازگردانید. در انجام کاری برای فردی دیگر، جانب احتیاط را رعایت کنید.	این ماه یک سفر درونی را امکان پذیر می کند که منجر به پیشرفت شخصی در مسائل عاطفی می شود. این زمان برای ارزیابی مجدد استانداردهای خود در روابط و رسیدن به سطح عمیق تری با عزیزانتان است. ارتباط شفاف و سازنده به غلبه بر هرگونه تصور غلط کمک می کند. سرمایه گذاری در زمین و املاک مطلوب خواهد بود.	به جای خرج کردن عجولانه، روی ایجاد یک عادت مالی بلندمدت سالم تمرکز کنید. به عقب برگردید تا در درون خود کاوش کنید و احساسات درونی خود را در روابط کشف کنید. از فرصت های عشقی که برایتان پیش می آید استفاده کنید. در محل کار، ایده ها و روش های جدید زیادی برای انجام وظایف خواهید داشت.	در این ماه، ممکن است افزایش سرمایه را تجربه کنید که منجر به ثبات مالی می شود. این زمانی است که باید ارتباطات خانوادگی خود را مرور کنید و مسیر آنها را دوباره ارزیابی کنید. ممکن است لحظاتی پیش بیاید که ارزش ثبات عاطفی در روابط عاشقانه خود را زیر سوال ببرید. در محل کار، تمرکز خود را حفظ کنید.
بهمن	آبان	مرداد	اردیبهشت
پیشنهادهای به شما ارائه خواهد شد که به شدت شما را هیجان زده خواهد کرد. اما قبل از اینکه پاسخی به این پیشنهاد بدهید، ضروری است که با عقلانیت و دوراندیشی به تمامی جوانب آن بنگرید. به هوش باشید که در اطرافیان شما فردی وجود دارد که به دروغگویی و فریبکاری عادت دارد. صبر و مدارای شما در قبال این شخص کافیست.	مشکلات عاطفی که ذهن شما را به خود مشغول کرده به طور خودکار حل نخواهد شد. برای رهایی از این آشفتگی ذهنی، لازم است با شفافیت و صداقت به گذشته بنگرید و با در نظر گرفتن انصاف و عدالت، تصمیمی قاطعانه بگیرید. به یاد داشته باشید که تعهد به این تصمیم و پایدار ماندن بر آن، رمز عبور شما از این چالش خواهد بود.	می توانید با سرمایه گذاری در دارایی ها، مشارکت ها یا درآمدهای غیرمنتظره درآمد خود را افزایش دهید. اگر مجرد هستید، تعاملات اجتماعی به شما کمک می کند با شریک آینده خود ارتباط برقرار کنید. در محل کار، احساس بهره وری و کارایی بالا و همچنین احساس مسئولیت پذیری قوی خواهید داشت.	در این ماه بیشتر به سیگنال های بدن خود توجه کنید و اطمینان حاصل کنید که به نگرانی های فعال سلامتی خود رسیدگی می کنید. در حین کار، یافتن تعادل بین کار و استراحت برای حفظ سلامت عمومی ضروری است. در برابر تغییراتی که می تواند باعث شود حرفه شما از طریق دگرگونی عمیق شخصی بگذرد، آماده باشید.
اسفند	آذر	شهریور	خرداد
این روزها شاهد انبوهی از مشغله ها و کارهای متعدد در زندگی خود خواهید بود. این حجم از فعالیت ها، می تواند تمرکز و نظم شما را مختل کند. برای جلوگیری از بروز مشکلات احتمالی، توصیه می شود که در اسرع وقت نسبت به ساماندهی و نظم دهی به امور خود اقدام کنید. به جشنی دعوت خواهید شد و بسیار خوش می گذرد.	در طی یک سفر کاری یا تفریحی، با فردی ملاقات خواهید کرد که نقشی تعیین کننده در روحیه و حال شما ایفا خواهد کرد. در برخورد با این شخص، جانب احتیاط را رعایت کنید و با دقت و وسواس به او نزدیک شوید. مسئله مهمی در زندگی شما وجود دارد که از آن بی خبر هستید. این مسئله در آینده ای نزدیک آشکار خواهد شد و می تواند تأثیرات قابل توجهی بر زندگی شما داشته باشد.	یاد بگیرید چگونه زندگی شخصی و حرفه ای خود را مدیریت کنید. با شریک زندگی خود در مورد اهداف شغلی خود شفاف باشید و برنامه های خود را برای آینده با آنها در میان بگذارید. ضروری است. مراقب نیازهای جسمی، ذهنی و عاطفی خود باشید و آگاهانه سعی کنید حالت متعادلی را در امور حفظ کنید.	ایده های نوآورانه می توانند به شما در بالا رفتن از نردبان شغلی کمک کنند. فرصت را برای به نمایش گذاشتن مهارت های خود از دست ندهید و به عنوان یک رهبر پیشرفت کنید. زمانی را صرف بررسی بودجه خود کنید، مشخص کنید که در چه مواردی اصلاحات لازم است، و یک برنامه مالی بلند مدت تهیه کنید.

انگلیسی با لهجه فارسی

خاطرات یک ایرانی بزرگ شده در آمریکا

نویسنده: فیروزه جزایری دوما ترجمه: غلامرضا امامی (بخش نوزدهم)

زمین زیر پاهایم حرکت می کند!

بعد از ازدواج من و فرانسوا اسباب کشی کردیم به سانفرانسیسکو و آپارتمانی در طبقه آخر یک ساختمان چهار طبقه اجاره کردیم. ساختمان آرامی بود. مستاجران اغلب سرشان به کار خودشان بود. طبقه دوم به طور کامل در اختیار پیرزنانی بود که تنها زندگی می کردند. صبحها یکی یکی ساختمان را برای گردش روزانه ترک می کردند و به کمک عصا یا دربان تاتی تاتی می کردند.

یک ماه بعد از اسباب کشی یک روز از سر کار زودتر به خانه برگشته بودم تا به چند تا خرده کاری برسم. داشتم می رفتم زیر دوش که تلفن زنگ زد. حوله ام را پوشیدم و تلفن را جواب دادم، از اداره پست بود. قبلا درباره یکی از کادوهای عروسی که شکسته رسیده بود با آنها تماس گرفته بودم. همین طور که داشتم توضیح می دادم که نه برای کادو برگ خرید ندارم که اتاق شروع کرد به لرزیدن و تکان خوردن. عکس هایی که فرانسوا تازه به دیوار زده بود پرت شدند روی زمین و همه جا پر از شیشه خورده شد. کابینت های آشپزخانه با شدت باز شد و لیوان ها و بشقاب ها ریختند بیرون و روی کاشی کف متلاشی شدند. شنیدن صدای شکستن تنها یک لیوان هراس آور است و آن موقع صدای خرد شدن ده ها شی شیشه ای را از تمام اتاقها می شنیدم. من که در کالیفرنیا بزرگ شده بودم، همیشه درباره واقعه بزرگ شنیده بودم که زلزله عظیم اجتناب ناپذیری که در انتظار همه ما بود که زندگی در نور آفتاب را بر عقلانیت ترجیح داده بودیم.

حدس زدم خودش است. نخستین فکر من این بود که الان ساختمان فرو می ریزد. خواستم به جای حوله ای که پوشیده بودم یک لباس به تن کنم اما بعد فکر کردم کی اهمیت می دهد؟ کف خانه پر بود از شیشه شکسته، بنابراین اولین کفشی که دم دستم بود را قاپیدم که دمپایی خرگوشی های فرانسوا بود. یک بالش هم برداشتم تا سرم را از ریزش آوار محافظت کنم. می خواستم بروم بیرون که یاد پدر و مادر افتادم، باید به آنها زنگ می زدم. گوشی را برداشتم، اما تلفن قطع بود، این مرا از خود زلزله بیشتر نگران کرد. پدر و مادر از پیشرفته ترین انواع آدمهای دلشوره ای هستند. مادر یک بار وسط روز تلفن زده بود تا بگوید وقتی اتاق زیرشیروانی را تمیز می کنم حتما کفش پیوشم، چون شنیده بود زنی پا برهنه اتاق زیرشیروانی اش را تمیز می کرده که نوع نادری از عنکبوت قهوه ای او را گزیده و زهرش باعث قطع جریان خون به دست و پای او شده. بعد هم دماغ زن افتاده بود. بی فایده بود به مادر یادآوری کنم که من اتاق زیرشیروانی ندارم.

پدر و مادر خود را به نگرانی درباره چیزهایی که واقعا اتفاق افتاده محدود نمی کنند، خواب ها هم جزو بازی هستند. خیلی وقت ها باید شرح مفصل یک خواب را تلفنی بشنوم، و در ادامه: «برای همین تلفن زدم ببینم حالت خوب است و من بی خودی خواب دیده ام توی یک قایق با یک لاک پشت بنفش گیر افتاده ای»، اگر دلشوره جزو مسابقات المپیک بود، تردید ندارم که مدال طلا به پدر و مادر می رسید.

تلفن را دوباره امتحان کردم اما هنوز قطع بود. آپارتمان را ترک کردم و همین طور که بالش را دو دستی روی سرم نگه داشته بودم از پله ها پایین رفتم. زلزله آثریر اعلام حریق را به کار انداخته بود و راهروها جیغ می کشیدند. به طبقه دوم که رسیدم یکی از پیرزنهارا دیدم که ایستاده بود دم در و به شدت می لرزید. رنگش مثل گچ شده بود. اولین فکر من این بود که الان سخته می کند. به او گفتم: «بیا برویم بیرون. ممکن است پس لرزه بیاید»، فقط زل زد به من. بازوانم را دور جسم مرتعش نحیفش قرار دادم و شروع کردم به نوازش سرش. مثل پرنده کوچکی می لرزید. با لهجه غلیظ اروپایی شرقی بریده بریده گفت که فقط می خواهد به آپارتمانش برگردد. در حالی که هنوز او را در آغوش گرفته و نوازش می کردم، رفتم توی آپارتمانش و روی کاناپه نشستیم. بهش گفتم همه چیز مرتب است و دلیلی برای نگرانی نیست. خودم به کلمه ای از حرف هایم باور نداشتم، اما ظاهرا او داشت. بعد از مدتی کم کم رنگ به چهره اش برگشت. دوباره پیشنهاد کردم از آپارتمان خارج شویم، اما قبول

نکرد. وقتی که خداحافظی می کردم دیگر عادی به نظر می رسید و داشت می گفت چقدر خوشحال است که آبژور مورد علاقه اش نشکسته. قبل از اینکه از آپارتمانش بیرون بروم از او خواهش کردم تلفنش را امتحان کنم. گوشی را برداشتم و صدای بوق به گوشم خورد. به خانه پدر و مادر زنگ زدم و پدر با صدای سرحال جواب داد. واضح بود چیزی از زلزله نشنیده.

گفتم: «بابا، یک زلزله شدید آمد خواستم بدانید حال من خوب است». با خوش رویی گفت: «اشکالی ندارد. دیگر چه خبر؟» پدر وخامت اوضاع را درک نکرده بود و من نمی دانستم چطور شدت زلزله را بدون دانستن عدد مقیاس ریشتر بیان کنم. گفتم: «زلزله بزرگی بود. همه چی شکست». پدرم گفت: «نگران نباش. دوباره می خرید». گفتم: «فقط بدانید حالم خوب است. باید بروم». وقتی قطع کردم فکر کردم باید به خانواده شوهرم هم زنگ بزنم که آن موقع در مارین کانتی زندگی می کردند که چهل و پنج دقیقه با سانفرانسیسکو فاصله داشت. از وقتی که با فرانسوا ازدواج کرده بودم این تصور رهایم نمی کرد که در یک لحظه خاص ذهن مادر شوهرم روشن می شود، پیش داوری هایش را کنار می گذارد و در شادی من و فرانسوا از پیوندمان شریک می شود. تصور می کردم که با هم در حال تدارک شام مفصل کریسمس هستیم و او برای بار صدم به من می گوید که قبل از اینکه بتواند مرا بشناسد چقدر کوتاه فکر بوده. من هم برای بار صدم جواب میدادم که او را بخشنده ام.

شماره خانه شان را گرفتم. مادر شوهرم گوشی را برداشت. مطمئن بودم که این لحظه ترمیم رابطه هاست. می دانستم مشابه این پیش می رود: «وای عزیزم فیروزه، این زلزله من را تکان داد و باعث شد بفهمم چقدر احمق بوده ام. چطور می توانستم درباره تو از روی ملیت ات قضاوت کنم؟ چه فکری با خودم کرده بودم؟ مسلمان یهودی، مسیحی، ما همه مثل هم هستیم. فکرش را بکن چقدر طول کشید تا من بیدار شوم و ببینم که ما شبیه هم می خندیم و شبیه هم گریه می کنیم. لطفا من را ببخش!» تقریبا درست حدس زده بودم مادر شوهرم پرسید: «چینی هایش شکسته یا نه».

پیش از عروسی ما، فرانسوا توی گاراژ خانه پدر و مادرش دو بسته بزرگ از چینی های لیموژ پیدا کرده بود که درشان باز نشده بود. فرانسوا قبلا این ظرفها را ندیده بود و حدس زد این هم یکی از ظرف هایی است که به پدر و مادرش ارث رسیده ولی هیچ وقت استفاده نکرده اند. از مادرش پرسید می تواند آنها را برای خودش بردارد. در لحظه نادری از سخاوتمندی، مادرش گفته بود بله.

در هفته های بعد از زلزله، بازرسان ساختمانی آسیب ها را اندازه می گرفتند و بناها را با برچسب های سبز زرد و قرمز علامت می گذاشتند. به ساختمان ما برچسب زرد دادند یعنی برخلاف برچسب قرمز، می توانستیم به خانه هایمان برگردیم، اگرچه تعمیرات زیادی باید انجام می شد. آسانسور باید برای ساکنان مسن تعمیر می شد. به جز آن توقع زیادی نداشتیم و پذیرفته بودیم که تعریف مالک از نگهداری ساختمان عبارت است از نقد کردن چک های اجاره.

چند هفته بعد از زلزله یک روز بعد از ظهر کسی در خانه مان را زد. در را باز کردم و بانوی مسنی که در زمان زلزله دیده بودم آنجا ایستاده بود. یک کیک شکلاتی در دست داشت. به محض دیدن من بغضش ترکید. کیک را به دست من داد و یک دستمال مچاله در آورد و با لهجه غلیظش گفت: «فقط می خواست بگویم...» ولی ادامه نداد. هق هق اش بلندتر شد. دوباره گفت: «فقط می خواستم بگویم که تو زندگی من را نجات دادی. اسم من گلدا روبنشتاین هست و تو زندگی من را نجات دادی.» و هق هق اش را ادامه داد. برای کیک تشکر کردم و گفتم خوشحالم حالش خوب است و دوباره تشکر کردم که اجازه داده بود از تلفنش استفاده کنم.

تا یک هفته بعد از زلزله تمام تلفن های ساختمان قطع بود. پدر و مادر بعدا گفتند که پس از تلفن من اخبار را تماشا کرده و خرابی ها را دیده بودند. همیشه می گفتند که «اگر تلفن زنده بودی از نگرانی می مردیم» در تمام ساختمان فقط تلفن گلدا کار می کرد. یک ماه بعد گلدا دوباره سرزده آمد. این بار فقط نصف کیک شکلاتی آورده بود. دوباره در را باز کردم و بغض او ترکید. کیک را به دست من داد و یک دستمال مچاله در آورد. بین هق هق هایش گفت: «به پسر من تلفن کردم و بهش گفتم که یک فرشته آمد به سراغ من. یک فرشته زندگی من را نجات داد.» و دوباره هق هق اش بلندتر شد. دوباره برای کیک تشکر کردم. هرماه، مثل ساعت، گلدا با نصفی از کیک شکلاتی و قلبی پر از سپاس و چشمانی پر از اشک به در آپارتمان ما می آمد. یک بار که من خانه نبودم با فرانسوا روبرو شده برد و از او پرسیده بود که آیا میداند با یک فرشته ازدواج کرده است؟ بعد هم گفته بود فرانسوا خیلی لاغر است و او می خواهد قدری چاقش کند.

آمریکا

بخش نهم

عباس پناهی



آن حس حسادت را از ما رفع کند. صبح که برخاستیم، هم من و هم مهدی احساس بدی داشتیم و هر دوی ما، خود را تقصیر کار و پیمان شکن حس می کردیم که سه روز نتوانستیم به قولی که به یک نفر دادیم که امانتش را نگهداریم، وفا کنیم. دیگر دل و دماغ ماندن نداشتیم. از مهدی پرسیدم: «آیا می خواهی باز هم بگردی؟» گفت: «نه داداش. این ناکس حالمو گرفت.» بدون آنکه با حسین مشورت کنیم در حضور او از ایرن پرسیدم: «باز هم اینجا میمانی؟» گفت: «بله، من می خوام یک هفته بمانم و همه جا را ببینم و بعد به آمستردام بر می گردم.» گفتیم: «ایرن عزیز، می دانی که ما باید فردا سر کلاس باشیم. بنابراین باید از تو خدا حافظی کنیم و بر گردیم.» حسین گفت: «امروز هم بمانیم.» گفتیم: «تو اگر احساس زرنگی بیشتری داری، می توانی بمانی. من و مهدی می خواهیم برگردیم.» گفت: «قرار نبود رفیق نیمه راه باشید.» گفتیم: «تو یکی از رفقت حرف زن که حوصله ات رو ندارم.» حرفی نزد و وسایلش را برداشت و سوار شد. دوباره ایرن آمد و با بوسه سعی کرد ما را بدرقه کند و آدرس خانه و شماره تلفنش را نوشت و به دستم داد و گفت: «دوره ات که تمام شد، سر راه به ایران، به آمستردام بیا و چند روز پیش من بمان.» گفتیم: «اگر شد حتما.»

راه که افتادیم، به مهدی که مادر خرج بود و همه مخارج را او بعهده داشت، گفتیم: «مخارج را جمع کن و به چهار تقسیم کن.» حسین گفت: «برای چه؟ قرار شد که مخارج دختره را بین خود سر شکن کنیم.» گفتیم: «آره آن شرط سوم بود. اما شرط اول و دوم مان رعایت نشد که شرط سوم هم رعایت شود.» گفت: «یعنی چی؟» گفتیم: «یعنی هر کس خربزه می خوره، پای لرزش هم می شینه.» گفت: «منظور؟» گفتیم: «دو سهم را جناب عالی می پردازی و دو سهم هم ما دونفر.» گفت: «برای چی؟» مهدی که همیشه رودربایستی داشت، این بار گفت: «یعنی نمی فهمی برای چی؟» حسین گفت: «من از این پول ها به کسی نمی دهم.» زدم کنار، به مهدی گفتیم: «حساب کن.» حساب کرد. گفتیم: «تقسیم بر چهار کن.» تقسیم کرد و گفتیم: «دو سهم مال حسین است. همین الان حساب می کنیم و بعد راه می افتیم.» حسین خیال می کرد که اگر مقاومت کند، مهدی کوتاه می آید و به خاطر همین قسمتی که با هم در یک واحد بودند، به نفع او رای خواهد داد، اما اینطور نشد و آخر سر، مجبور شد پول عزیزش را فدای دو روز خوشگذرانی اش کند و شاید بعد از آن، وقتی با کسانی پیمانی می بندد، بر سر پیمان بماند.

دیسنی وورلد، برای خود یک جاده اختصاصی کشیده بود و عوارض آن را هم خودش دریافت می کرد. منطقه ای را به آن سرزمین رویاها اختصاص داده بود که می شود گفت به وسعت کشور دوبی بود. وقتی به پارکینگ دنیای والت دیسنی رسیدیم، عده بسیار زیادی در آن پارکینگ ایستاده بودند که با دست، ماشین ها را به محلی از پارکینگ هدایت می کردند و آنقدر ماشین در آنجا زیاد بود که شبیه به ترافیک یکی از خیابانهای پهن و شلوغ تهران می ماند. به محض پارک کردن، با علایم و اشارات، هم شماره محل پارک را به راننده می دادند و هم تابلوها را که با رنگ و شماره برگه پارکینگ هم شکل بودند را به آگاهی می رساندند. پس از آن که پارک کردیم، مسافتی را پیاده رفتیم تا به دروازه ای که بر روی حصار تیر و توری دراز و طولانی نصب شده بود رسیدیم و وارد یک اسکله شدیم. سرزمین دیسنی در میان دریاچه ای بسیار بزرگ بنا شده بود که از دور، تنها می شد قصر رویایی دیسنی که در مرکز آن قرار داشت را ببینیم. سوار کشتی شدیم و به طرف شهر بازی ها و رویاهای حیرت انگیز به راه افتادیم. وقتی پا به خشکی گذاشتیم، واقعا باور نکردنی بود و اگر بخوایم از آنجا توصیفی بدهم، شاید صفحات بسیار زیادی را لازم داشته باشد.

در حالی که من و مهدی همچنان دل و زبان مان نسبت به ایرن یکی بود، حسین تک پا زدن را شروع کرد. هر بار که بر روی کالسکه ها و عرابه های دو نفره سوار می شدیم، می ایستاد تا من و مهدی سوار شویم و بعد به ایرن اجازه می داد بنشیند و خود پشت او می نشست و در نقاط پر هیجان چرخش ها و سرازیر شدن ها و سر بالاها، ایرن را محکم به بغلش می کشید و سو استفاده می کرد. دو سه بار به حالت شوخی اشاره کردیم که چشم خوار مادری یعنی دست هم خوار مادری، سینه و قسمت های دیگر بدن هم خوار مادری. اما او «جلب» بود و هر بار قلب می کرد. اوایل، ایرن هم نمی خواست که اینطور باشد و در هنگام رفتن به این طرف و آن طرف، از او پرهیز می کرد و به یکی از ما دو نفر نزدیک می شد و شانه به شانه می رفت. اما آنقدر حسین او را تحریک جنسی کرد تا اواخر، دیگر با او راحت بود و از او دوری نمی کرد. شب که به هتل برگشتیم، مانند شب پیش، همان دور هم بودن و چرت و پرت گفتن ادامه یافت، تا وقتی که گفتیم بخوابیم که دوباره باید زود برویم، چرا که آن شهر حیرت انگیز را با چند روز نمی شد دید و تمام کرد. اصولا حدود هشت روز لازم داشت تا همه جای دیسنی وورلد دیده شود و سوار همه آن مه نورد ها و مریخ پیما ها شد و سر زمین ارواح و گورستان های ترسناک کمدی و فالین هایی که فقط «کله» بودند و بدن نداشتند و سینمای سه بعدی و طوطیان قصه گو، و نمایشی که سیندرلا با شخصیت های فیلم های کارتون والت دیسنی اجرا می کرد و صدها بخش عجیب و غریب و تحسین انگیز و باور نکردنی را دید.

ایرن برخاست که به اتاقش برود، اما تردید داشت و می خواست چیزی بگوید. قدری من و من کرد و گفت: «دل من می خواهد امشب تنها بخوابم. کدامتان می خواهید پیش من بخوابید؟» من و مهدی سرمان را پایین انداختیم. اما حسین بلا فاصله گفت: «من الان میام.» وقتی ایرن به اتاقش رفت به حسین گفتیم: «مگر قرارمان درویشی نبود؟» گفت: «خودتان که دیدید، خودش می خواد.» گفتیم: «او از تو که نمی خواد. به هر سه ما گفت. از صبح خودت را به او میمالی، خیال می کنی ما نمی توانستیم اینکارها را بکنیم؟» گفت: «خوب می خواستید بکنید.» گفتیم: «باشد تا به پایگاه برگردیم.» محل نگذاشت و رفت. فردا که گشت زنی را دوباره آغاز کردیم، نه من و نه مهدی، با حسین حرف نزدیم. ایرن متوجه شد اما به غلط فکر کرد. او خیال کرد که ما دل مان می خواسته به جای حسین پیش او بخوابیم و از این رو، ناراحتیم. چند بار از من و مهدی عذر خواهی کرد که خودتان نخواستید. اما توضیح ما را درک نمی کرد که ما از چه مقوله ای حرف می زنیم و چشم خواهر مادری و امانت داری از یک زن، در برابر سفارش یک مرد، چیست. تا شب، سعی کردیم خیلی جالبی جاها را ببینیم و سوار شویم. شب که به هتل برگشتیم، ایرن به من گفت: «میایی پیش من؟» گفتیم: «نه، من خوابم می آید.» از مهدی پرسید و مهدی هم همان را گفت. حسین خواست بگوید من هستم، اما ایرن گفت: «نه، من از این ها خواستم و می خواهم تنها بخوابم.» برخاست و من و مهدی را بوسید و به اتاقش رفت. با این کار خیال می کرد که ما دچار حسادت شده ایم و می خواست



مریم حجتیان

راهنمای زندگی - Life Coach
Certified Professional Coach

Certificate No:2022-4007

عضو رسمی فدراسیون بین المللی کوچینگ ICF

انسان های موفق و خوشحال برای رسیدن به اهدافشان همراهی يك کوچ مورد تایید و متخصص را در مسیر زندگی خود انتخاب می کنند.



- کشف رسالت در زندگی
- مدیریت روابط شخصی و عاطفی
- رسیدن به اهداف خود در زندگی
- رسیدن به بخشش خود و دیگران
- رهایی از سر درگمی در کار و حرفه
- مدیریت و کنترل افکار منفی و خشم
- راهکارهای اساسی برای کسب آرامش درونی

حضور و آنلاین

با تعیین وقت قبلی:



(415) 378 2077

Mhojatiyan@gmail.com

پوست خربزه و پرقیچی ها

ابوالقاسم حالت

معروف است که علی بن ابی طالب علیه السلام، روزی اسب خود را به مردی سپرد و وارد مسجد شد که نماز بخواند. وقتی از مسجد بیرون آمد دید یارو دهنه اسب را باز کرده و برده، ناچار به بازار رفت که دهنه دیگری بخرد. تصادفاً همان دهنه را پیدا کرد که یارو به یک دینار فروخته بود. لذا یک دینار را داد و آن را پس گرفت. بعد فرمود: «من تصمیم داشتم که یک دینار به آن مرد انعام بدهم ولی بدبخت چون سعادتش را نداشت، روزی حلال خود را تبدیل به حرام کرد!» در مجلسی یکی از رفقا حکایت فوق را به مناسبتی نقل کرد و بعد، از آنجا که حرف حرف می آورد، موضوع کسانی پیش آمد که حرامخوری را حرفه خود کرده اند و نه از خدا شرم دارند و نه از بندگان خدا. یکی گفت: «من آقایی را می شناسم که به قول خودش عسل فروش است و مدعی است که زنبور عسل پرورش می دهد. این آقا هزار جور قسم می خورد و دوازده امام و چهارده معصوم را گواه می گیرد که عسل های تولیدی خودش کاملاً خالص و طبیعی و بی غل و غش است و عسل هایی که دیگران می سازند همه تقلبی است، اصلاً عسل نیست، آب قند است، شیر است، مقداری شکر است و مقداری هم شیشه پیله. اما آدم نمی داند که قسم یارو را باور کند یا دم خروس را، چون هر هفته با همان کامیون که قوطی های ظاهراً عسل را به تهران می آورد، پس از فروش آنها، کیسه های شکر را بار می کند و بر می گرداند، و لابد خیال می کند هیچکس نمی فهمد که آقا چه شکری می خورد.»

دیگری که این را شنید گفت: «من هم یک کامیون می شناسم که ماهی دو بار پر از قوطی های روغن نباتی می شود و به طرف کرمانشاه حرکت می کند. در آنجا پس از تخلیه بار خود چند روزی می ماند و بعد به سوی تهران سرازیر می شود. البته این مرتبه هم بارش قوطی های روغن است با این تفاوت که شکل و قیافه قوطی ها تغییر کرده و روی آنها (روغن کرمانشاهی اعلا) نوشته شده است.»

سومی گفت: «در تهران بازاری هست که بعضی از اشخاص ساده لوح خیال می کنند در آنجا اجناسی می توان خرید که در جاهای دیگر نیست. برادرزاده من چند روز پیش پیراهنی از آنجا خریده و به گمان این که پیراهن قاچاق است هفتاد و پنج تومان پولش را داده بود و تازه می گفت: هفتاد و پنج تومان مفت است. کجا پیراهن خارجی را به این قیمت می دهند! پیراهن را گرفتم و پارچه اش را به دقت برانداز کردم و دیدم پارچه نخی متوسطی است. منتهی روی مارک آن نام دوزنده پیراهن طوری به لاتین نوشته شده که قابل خواندن نیست ولی زیرش نوشته: (FOR PAR-IS) یعنی برای پاریس و برادر زاده من همین که چشمش به کلمه پاریس افتاده خیال کرده آن را در پاریس دوخته اند.»

چهارمی که این حرف ها را شنید گفت: «به! حقه زدن کاسب به مشتری مسئله تازه ای نیست. تا بوده چنین بوده و تا هست چنین است. جالب تر از اینها پوست خربزه ای است که گاهی کاسبی زیر پای کاسب دیگر می گذارد و حسابی سر کیسه اش می کند. در چنین مواردی دیگر نباید گفت که چاقو دسته خودش را نمی برد، بلکه باید گفت شغال بیشه مازندران را... نرد جز سگ مازندرانی. از مدیر یک فروشگاه پرسیدم: شما چرا کفش نمی آورید؟ گفت: یک مرتبه آوردم و ضرر کردم و پدرم در آمد. و به دنبال این حرف مقداری از آن تعارفات نگفتنی حواله یکی از کفش دوزان معروف کرد و گفت: این مرد بیست جفت کفش مردانه به من داد و گفت که اینها را ببرید و امتحان کنید. اگر خوب فروش رفت مجدداً بیایید و مقداری دیگر ببرید. حرفش منطقی بنظر می رسید. آن بیست جفت کفش دو روزه به فروش رفت. بعد سی جفت خریدم. آنها را هم دو روزه خریدند. بعد پنجاه جفت آوردم که باز آنها هم سه روزه کلکش کننده شد. من که دیدم کفشهای او را به این خوبی می خرن، برای صرفه جوئی در حمل و نقل و جلوگیری از اتلاف وقت، تصمیم گرفتم یک مرتبه پانصد جفت کفش از او بخرم. تشریفات خرید انجام شد و معامله سر گرفت. از روزی که این پانصد جفت کفش به فروشگاه ما منتقل شد، دیگر یک نفر هم به سراغ کفش ها نیامد. بعد معلوم شد آن بیست جفت کفش اولی و سی جفت دومی و پنجاه جفت سومی را کسانی تندتند خریدند که همه پرقیچی های خودش بودند و او به این حقه مرا از مرغوبیت کفش ها مطمئن ساخت تا بعد آن کلاه گشاد را به سرم بگذارد و پانصد جفت کفش به من قالب کند که همه هم یا از مد افتاده اند یا اندازه های نامرغوبی دارند که به پای هیچکس نمی خورند.»

پنجمی که این را شنید گفت: «نظیر این پوست خربزه را زیر پای اعیان زاده ای

مثبت اندیشی

گلنار

نویسنده ای مشهور، در اطاقش نشسته بود تک و تنها، دلش مالا مال از اندوه، قلم در دست گرفت و چنین نوشت: «سال گذشته، تحت عمل قرار گرفتم و کیسه صفرایم را در آوردم. مدتی دراز در اثر این عمل اسیر بستر بودم و فاقد حرکت. در همین سال به سن شصت رسیدم و شغل مورد علاقه ام از دستم رفت. سی سال از عمرم را در این مؤسسه انتشاراتی سپری کرده بودم. در همین سال درگذشت پدرم غم به جانم ریخت و دلم را از اندوه انباشت. در همین سال بود که پسرم تصادف کرد و در نتیجه از امتحان پزشکی اش محروم شد. مجبور شد چندین روز گچ گرفته در بیمارستان بستری شود. از دست رفتن اتومبیل هم ضرر دیگری بود که وارد شد و در پایان نوشت، «خدا!، چه سال بدی بود پارسال!»

در این هنگام همسر نویسنده، بدون آن که او متوجه شود، وارد اطاق شد و همسرش را غرق در افکار و چهره اش را اندوه زده یافت. از پشت سر به او نزدیک شد و آنچه را که بر صفحه کاغذ نقش بسته بود خواند. بی آن که واکنشی نشان دهد که همسرش از وجود او آگاه شود، اطاق را ترک کرد. اندکی گذشت که دیگر بار وارد شد و کاغذی را روی میز همسرش در کنار کاغذ او نهاد. نویسنده نگاهی به آن کاغذ انداخت و نام خودش را روی آن دید، روی کاغذ نوشته شده بود: «سال گذشته از شر کیسه صفرا، که سالها مرا قرین درد و رنج ساخته بود، رهایی یافتم. سال گذشته در سلامت کامل به سن شصت رسیدم و از شغلم بازنشسته شدم. حالا می توانم اوقاتم را بهتر از قبل با تمرکز بیشتر و آرامش افزونتر صرف نوشتن کنم. در همین سال بود که پدرم، در نود و پنج سالگی، بدون آن که زمین گیر شود یا متکی به کسی گردد، بی آن که در شرایط نامطلوبی قرار گیرد، به دیدار خالقش شتافت. در همین سال بود که خداوند به پسرم زندگی دوباره بخشید. اتومبیل از بین رفت اما پسرم بی آن که معلول شود زنده ماند، و در پایان نوشته بود: «سال گذشته از مواهب گسترده دنیا برخوردار بودیم و چقدر به خوبی و خوشی به پایان رسید.»

گذاشتند که پدرش از دنیا رفته و میراث نسبتاً قابل توجهی برایش نهاده بود. دوستی داشت فرش فروش که از بس زبان باز بود، اگر هزار دختر کور داشت یک روزه همه را شوهر می داد. وقتی فهمید رفیق اعیان زاده اش در حدود دو میلیون تومان پول نقد دارد، تصمیم گرفت با همان زبان چرب و نرم که مار را از سوراخ بیرون می کشد، پولها را هم از جیب او بیرون بکشد. بدین جهت زیر پایش نشست و گفت: حالا می خواهی چه بکنی؟ به عقیده من بهترین کارتجارت فرش است. به شرط این که فرش بخری و صادر کنی. به دنبال این حرف به او پیشنهاد کرد که محض امتحان یک قطعه فرش از او بخرد و همراه او به هامبورگ برود و آن را بفروشد. او هم این پیشنهاد را پذیرفت و یک جفت قالیچه از او به مبلغ شش هزار تومان خرید، بعد دو نفری سفری به اروپا کردند و قالیچه ها را هم به هامبورگ بردند. در آنجا آقای فرش فروش یک روز رفت و جوانی آلمانی را آورد که قالیچه ها را به او بفروشد. جوان قالیچه ها را دید و پسندید و آنها را به ده هزار و پانصد مارک (حدود سی هزار تومان) خرید. اعیان زاده ساده لوح وقتی دید یک جفت قالیچه را در تهران شش هزار تومان خریده و در هامبورگ معادل سی هزار تومان فروخته، همین که به تهران برگشت تمام دو میلیون تومان نقدینه خود را تقدیم رفیق فرش فروش هفت خط خود کرد و از او قالی و قالیچه خرید و چون در کار صدور فرش هیچ تجربه نداشت زحمات زیادی متحمل شد تا آنها را صادر کرد. در هامبورگ هم مدتی معطل شد و در دسر کشید تا توانست بالاخره فرشها را در یک مغازه فرش فروشی به امانت بگذارد که برایش بفروشد. به تهران برگشت و هرچه انتظار کشید از فروش فرشها خبری نشد. عاقبت پس از مکاتبه زیاد، یک روز از هامبورگ به او خبر رسید که این فرشها با قیمتهائی که روی آنها گذاشته شده در اروپا بازار ندارد. اعیان زاده ساده لوح تازه فهمید که آن جوان آلمانی که یک جفت قالیچه اولی را آنقدر خوب خرید، از پر قیچی های رفیق فرش فروشش بوده است. آخر قرار بر این شد که فرشها را برگردانند. فرشها را بسته بندی کردند و فرستادند. این فرشها مدتی در راه ماند و خلاصه روزی که به دست صاحبش رسید همه پوسیده بود، چون به طوری که اهل فن می گفتند هنگام بسته بندی دوائی به آنها زده بودند که به پشم آنها آسیب رسانده بود. حکایت که بدین جا رسید پرسیدم: «خوب بالاخره با آن فرشها چه کرد؟» گفت: «خدا بیامرزده! عمرش کفاف نداد که درباره آنها تصمیمی بگیرد، چون خودکشی کرد.»

خاطراتی از هنرمندان

پرویز خطیبی (بخش هجدهم)

ثمین باغچه بان نوشت: دلم قبرستانی است به وسعت بیروت!



ثمین باغچه بان

می شود فراموش نشدنی است. در تیرماه ۱۳۳۲ که من به دعوت کمیته اصلی فستیوال جوانان عازم بخارست پایتخت رومانی شدم، گرمسیری هم با ما بود. علت شرکت او در این فستیوال عشق و علاقه فراوان به دیدن و دانستن بیشتر بود که همیشه در وجودش نهفته بود. در بخارست به علت این که هتل من و محل اقامت گرمسیری و سایر شرکت کنندگان ایرانی در دو نقطه مختلف شهر قرار داشت، کمتر می توانستم او را بینم ولی در میهمانی های رسمی و بازدیدهای دسته جمعی اغلب من و او و ثمین باغچه بان و همسرش «اولین

باغچه بان» با هم بودیم. ثمین باغچه بان فرزند جبار باغچه بان مؤسس مدرسه کر و لال ها و یکی از خادمان به نام فرهنگ ایران است که سالیان دراز در کنسرواتورهایی آتکارا و استانبول و بلژیک درس خوانده و آهنگساز کمپوزیتور برجسته ای به شمار می آمد. نویسنده و مترجم زبردست و تیزهوشی هم بود. اکثر داستانهای عزیز نسین طنزنویس معروف ترک را او به زبان ساده و با حفظ اصالت موضوع و کلام به فارسی برگردانده است. وقتی اوضاع لبنان بحرانی شد و بیروت، شهر زیبایی که روزگاری ثمین در آن به تحصیل اشتغال داشت، در آتش ناامنی و برادر کشی می سوخت، او در یک مقاله مفصل شرح مؤثری از روزگاران خوش «پاریس دوم» نوشت که اشک خوانندگان را سرازیر کرد، عنوان مقاله این بود: دلم قبرستانی است به وسعت بیروت. بعد از فستیوال بخارست وقتی به شوروی رفتیم، من احترام و اهمیتی را که برای هنرمندان قائل بودند به چشم می دیدم. گرمسیری و باغچه بان نیز همچون همکاران روسی خود از این احترام و اهمیت برخوردار بودند. در خانه هنرمندان سالمند و در بالشوی تئاتر و در سیرک مسکو مقدم ما را گرمی می داشتند و من در این سفر توانستم ثمین را آن طور که باید و شاید بشناسم. او هنرمندی آزاده و نیک نفس و آرام بود که نگاهش از پشت عینک ذره بینی حکایت ها داشت. روزی که از ما خواستند در رادیو مسکو به زبان فارسی سخنرانی کنیم، ثمین باغچه بان کلمات زیبایی را بر زبان آورد و گفت که هنرمندان در هر منطقه جهان که باشند صدای قلب یکدیگر را می شنوند. کمی پیش از مراجعت از اتحاد جماهیر شوروی رادیو مسکو خبر داد که در ایران حوادث مهمی رخ داده و حکومت دکتر مصدق ساقط شده است و سرلشکر زاهدی که از طرف شاه مأمور تشکیل کابینه شده، بسیاری از چپی ها و طرفداران دکتر مصدق را دستگیر و به زندان انداخته است.

این مطلب به آن معنی بود که اگر پای من به ایران برسد توقیف خواهم شد، به خصوص که سه روز بعد تلگرافی از تهران برای من رسید به این مضمون که «به فلانی بگوئید تا اطلاع ثانوی از بازگشت به ایران خودداری کند». شب در هتل «مسکو آ»، بزرگترین و مجلل ترین هتل مسکو، من و گرمسیری و باغچه بان جلسه ای تشکیل دادیم. آنها معتقد بودند که ورود من به ایران خطرناک است و بهتر است برای مدتی که از چند ماه تجاوز نخواهد کرد، در مسکو بمانم. اول امتناع کردم و یادآور شدم که همسر و دختر یک ساله و نیمه ام در تهران هستند و من نمی توانم آنها را تنها بگذارم اما وقتی میهماندار من قضیه را با مسئولان در میان گذاشت گفت که موافقت شده است که همسر و فرزندان را از راه اروپای غربی به مسکو بیاورند که البته این کار را به عهده شاخه نظامی حزب توده می گذاشتند. آن شب گذشت و من پس از چند روز چک و چانه زدن با دوستان موافقت کردم که بمانم اما شبی که قرار بود کشتی ترکمنستان نود نفر از ایرانیان را از باکو به بندر پهلوی ببرد من ناگهان احساس تهائی کردم و پیش از آنکه لنگر کشتی را بکشد سوار شدم. کاپیتان کشتی گفت: «برای شما اطاکی نداریم»، ولی یکی از مسافری، دکتر قاسمی، قبول کرد که تخت خوابش را به من بدهد و خودش روی زمین بخوابد. و حالا دنباله مطلب را از کتاب خاطرات زندان که در سال ۱۳۳۳ منتشر کرده ام نقل می کنم.

کشتی ما که نام آن ترکمنستان بود روز سه شنبه هفدهم شهریور ۳۲ از باکو حرکت کرد و قرار بود پس از بیست ساعت راه پیمائی وارد بندر پهلوی شود، ولی به علت نامساعد بودن هوا دو روز در میان دریای خزر جانی که عرق آن از سایر نقاط دریا کمتر بود لنگر انداخت تا کم کم طوفان و کولاک آرام گرفت و روز سوم یعنی ساعت یازده صبح جمعه بیستم شهریور پشت دیوارهای ضخیم موج شکن بندر پهلوی توقف کرده و به وسیله بی سیم ورود خود را به مأموران ایرانی اطلاع داد. دنباله مطلب در صفحه ۳۹۶

پانزده ساله بودم که به تماشای نمایش «اشک شیطان» در سالن سیرک رفتم. این سالن را قبلاً به منظور افتتاح یک سیرک دائمی در پایتخت ساخته بودند ولی بعداً به دلیل کسر بودجه از این کار صرفنظر شد و به جای سیرک هر چند ماه یک بار گروه های مختلف، نمایشی را در آن محل به روی صحنه می بردند. نمایش اشک شیطان نوشته «علی اصغر گرمسیری» با شرکت خود او و «ملک آرا» و چند تن از هنرپیشگان معروف آن زمان اجرا می شد و جمع کثیری از طرفداران تئاتر با پاکت های تخمه و بسته های خوراکی در سالن نشسته و در سکوت محض به حساس ترین قسمت آن نگاه می کردند. هنرپیشه ای که نقش رمضان نوکر گرمسیری را بر عهده داشت به دنبال اجرای فرمان اربابش رفته بود و ارباب مرتباً او را صدا می زد در این وقت یکی از تماشاگران از آخر سالن کلمات ریکی ادا کرد و گرمسیری لحظه ای ساکت ماند بعد جلوی صحنه آمد، پایش را به زمین کوبید و فریاد زد: «زهر مار، بی تربیت!»

صدا از کسی در نیامد ولی همه برگشتند و به پشت سر نگاه کردند. پاسپانها آمدند و مرد را از سالن خارج کردند. نمایش ادامه یافت و آخر شب ما به خانه برگشتیم. آن شب و شبهای بعد من به فکر گرمسیری بودم. خوشم آمده بود که در مقابل یک تماشاگر بی نزاکت و غیر مسئول در نهایت قدرت ایستاده بود. آرزو داشتم که او را بینم ولی انجام این آرزو چندان هم ساده و عملی به نظر نمی رسید. مدتها گذشت، من و مجید محسنی و محسن ظهیرالدینی و چند نفر دیگر از بچه ها گاه و بیگاه در خانه یکدیگر نمایشی ترتیب می دادیم که شباهت کامل به نمایشهای روحی داشت. یک شب که نمایش در خانه ما اجرا می شد، مجید به من گفت که امشب گرمسیری برای تماشای تئاتر ما خواهد آمد. اول باور نکردم ولی یک ساعت بعد که گرمسیری با چهره خندان و ادب و نزاکت خاص خودش وارد شد و در گوشه حیاط نشست، سرا از پا نمی شناختم. آخر شب مدتی با هم گپ زدیم، معلوم شد خانه اش در خیابان شاه آباد یعنی چند قدمی خانه ما است. آن قدر قشنگ و شمرده و منطقی حرف می زد که شنونده را مجذوب می کرد. وقتی شنید که من به نمایشنامه نویسی علاقه زیادی دارم به عنوان راهنمایی گفت که باید نمایشنامه های خارجی را که به فارسی ترجمه شده اند بخوانم و چند تا از آنها را هم نام برد که «عاشق گیج» و «طیب اجباری» اثر مولیر نویسنده معروف فرانسوی جزو شان بود. از آن شب به بعد من همیشه به تماشای برنامه های نمایشی گرمسیری و دوستانش می رفتم. نمایشنامه «دلباختگان» او را بارها و بارها تماشا کردم و لذت بردم. گرمسیری در این نمایش نقش پسر جوانی را به عهده داشت که سه خواهر به او عشق می ورزیدند. گرمسیری علاوه بر بازی کردن، آهنگهای نمایش را هم خودش ساخته بود و با ویولن می نواخت و می خواند. صدایش گرم و مطبوع بود، با یک لرزش عجیب و ملایم به دل می نشست.

دو سال بعد که هنرستان هنرپیشگی از طرف سازمان پرورش افکار باز شد، گرمسیری را به سمت استادی در این هنرستان به کار گرفتند. ریاست هنرستان را «سید علی نصر» و نظامت آن را عنایت الله شیبانی پدر «جمشید شیبانی» به عهده داشتند و استادان علاوه بر گرمسیری عبارت بودند از فضل الله بایگان و معزالدیوان فکری و رفیع حالتی و نعمت مصری و چند تن دیگر.

وقتی تئاتر دائمی در تهران در محل کوچکی واقع در باغ علاءالدوله شروع به کار کرد، حالتی و بایگان و گرمسیری و فکری از جانب نصر مأمور شدند که ماهی یک برنامه آماده کنند تا نمایشنامه ها هر هفته تغییر کند، زیرا در آغاز تئاتر مشتریان هر شبه نداشت و برای جلب تماشاگران لازم بود که هر هفته نمایشنامه تازه ای به روی صحنه برود. از گرمسیری در تئاتر تهران نمایشنامه های جالبی دیدم. نمایشنامه های «مهر گیاه» - دلباختگان و انتقام ارواح - اشک شیطان - محمد علی بیگ - همه برای پول و لج و لج بازی، جزو موفق ترین نمایش های دهه بیست بود و به خصوص بازی گرمسیری در نمایشنامه محمد علی بیگ خزانه دار شاه صفی که متهم به دزدی

باران که شدی می‌رس این خانه کیست
سقف حرم و مسجد و میخانه یکیست
باران که شدی، پیاله‌ها را نشمار
جام و قدح و کاسه و پیمانه یکیست
باران، تو که از پیش خدا می‌آیی
توضیح بده عاقل و دیوانه یکیست
بر درگاه او چون که بیافتند به خاک
شیر و شتر و رستم و موریانه یکیست
با سوره دل، اگر خدا را خواندی
حمد و فلق و نعره مستانه یکیست
این بی‌خردان، خویش، خدا می‌دانند
اینجا سند و قصه و افسانه یکیست
از قدرت حق، هرچه گرفتند به کار
در خلقت تو، و بال پروانه یکیست
گر درک کنی خودت خدا را بینی
درکش نکنی، کعبه و بتخانه یکیست
مهدی مختارزاده



مشو خودبین، که نیکی با فقیران
نخستین، فرض بوده است اغنیا را
ز محتاجان خبر گیر ای که داری
چراغ دولت و گنج غنا را
به وقت بخشش و انفاق، پروین
نباید داشت در دل جز خدا را
پروین اعتصامی



هر که ما را یاد کرد ایزد مر او را یار باد
هر که ما را خوار کرد از عمر برخوردار باد
هر که اندر راه ما خاری فکند از دشمنی
هر گلی از باغ وصلش بشکفتد بی خار باد
در دو عالم نیست ما را با کسی گرد و غبار
هر که ما را رنجه دارد، راحتش بسیار باد
میر سید علی همدانی

حرف‌های ما هنوز ناتمام...
تا نگاه می‌کنی، وقت رفتن است
باز هم همان حکایت همیشگی!
پیش از آن که با خبر شوی
لحظه عزیمت تو ناگزیر می‌شود
آی...
ای دریغ و حسرت همیشگی
ناگهان چقد رزود
دیرمی‌شود!

قیصر امین پور



زندگی با همه وسعت خویش،
محفل ساکت غم خوردن نیست
حاصلش تن به قضا دادن و افسردن نیست
اضطراب و هوس دیدن و نادیدن نیست
زندگی خوردن و خوابیدن نیست
زندگی جنبش جاری شدن است
زندگی کوشش و راهی شدن است
از تماشاگاه آغاز حیات، تا به جایی که خدا می‌داند
سهراب سپهری



این چه حرفیست که در عالم بالاست، بهشت
هر کجا وقت خوش افتاد همان جاست، بهشت
دوزخ از تیرگی بخت درون تو بود
گر درون تیره نباشد همه دنیااست، بهشت
صائب تبریزی

زندگی صحنه یکتای هنرمندی ماست
هر کسی نغمه خود خواند و از صحنه رود
صحنه پیوسته به جاست
خرم آن نغمه که مردم بسپارند به یاد.
ژاله اصفهانی



در دیاری که در او نیست کسی یار کسی
کاش یارب که نیفتد به کسی کار کسی
هر کس آزار من زار پسندید ولی
نپسندید دل زار من آزار کسی
شهریار

یک روز رسد غمی به اندازه کوه
یک روز رسد نشاط اندازه دشت
افسانه زندگی چنین است گلم
در سایه کوه باید از دشت گذشت
مجتبی کاشانی



همه روز روزه بودن، همه شب نماز کردن
همه ساله حج نمودن، سفر حجاز کردن
ز مدینه تا به کعبه، سر و پا برهنه رفتن
دو لب از برای لیبک، به وظیفه باز کردن
به مساجد و معابر، همه اعتکاف جستن
ز ملاهی و مناهی همه احتراز کردن
شب جمعه‌ها نخفتن، به خدای راز گفتن
ز وجود بی نیازش، طلب نیاز کردن
به خدا که هیچکس را، ثمر آنقدر نباشد
که به روی ناامیدی در بسته باز کردن
شیخ بهائی

دردی که انسان را به سکوت وا می‌دارد
بسیار سنگین تر از دردیست
که انسان را به فریاد وا می‌دارد
و انسانها فقط به فریاد هم می‌رسند
نه به سکوت هم

فروغ فرخزاد

کم گوی و به جز مصلحت خویش مگوی
چیزی که نپرسند تو از پیش مگوی
دادند دو گوش و یک زبانت ز آغاز
یعنی که دو بشنو و یکی بیش مگوی
طوسی

اگر دستم رسد بر چرخ گردون
از او پرسم که این چین است و آن چون
یکی را می‌دهی صد ناز و نعمت
یکی را نان جو آلوده در خون
بابا طاهر

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
ملک الشعراى بهار

در نماز ایستادی دل نگهدار،
در خانه ای داخل شدی چشم نگهدار،
در سفره ای وارد شدی شکم نگهدار
و به مجلسی وارد شدی زبان نگهدار.
لقمان حکیم

آشفته دلان را هوس خواب نباشد
شوری که به دریاست به مرداب نباشد
هرگز مژه برهم ننهد عاشق صادق
آن را که به دل عشق بود خواب نباشد
مهدی سپهلی

فردوسی و شاهنامه برای ایران امروز

دکتر رسول سرخابی (بخش اول)



و بلوچ گرفته تا کردی و گیلکی هم از بین می رفتند و تمام ایران عربی زبان می شد. فردوسی تنها شاعر بزرگ ایران نیست. پیش از او شاعرانی چون ابوشکور بلخی، کسایی، رودکی و دقیقی راه را بر او هموار کردند. اما کلام و شعر فردوسی به آن درجه اعلی رسید که کتابش ماندگار شد و تمام شاعران پس از او، از عمر خیام و نظامی و عطار گرفته تا مولوی و سعدی و حافظ و جامی، بر قله استوار و دوشان فردوسی ایستادند. زبان شاهنامه پارسی سره است و کمتر لغت عربی در آن یافت می شود. اما زبان شاهنامه زیبایی درونی خود را هم دارد

و به گفته محمد علی فروغی (در مقدمه ای که به سال ۱۳۲۱ به «منتخب شاهنامه» نگاشت): «کلامش مثل آهن محکم است و مانند آب روان است و همچون روی زیبا که به آب و رنگ و خال و خط حاجت ندارد در نهایت سادگی و بی پیرایگی است، افزون بر این، زبان فردوسی مؤدب و متین است، هرزه نمی گوید، دشنام نمی دهد، توهین نمی کند بلکه وقار، متانت، اعتماد به نفس، عدالت و راستی در کلام او آشکار می درخشد یا به قول فروغی «از خصایص فردوسی پاکی زبان و عفت لسان اوست»، حتی در قضایای جنسی و عشق بازی فردوسی پوشیده سخن می راند. رستم که بیش از سیمصد سال عمر افسانه ای داشت در شاهنامه فقط یک شب با زنی هم بستر شد و ذکر این واقعه هم برای به دنیا آمدن پسری بود که از قهرمانان شاهنامه گشت.

ایران دوستی: شاهنامه فردوسی آکنده از گنج معانی، گوهرهای کلام و اندیشه، درس های اخلاقی و آموزش های زندگانی و کشورداری است. در هر مقطع از زندگی و در هر برهه از تاریخ، خوانندگان شاهنامه می توانند پاسخی به مشکل و نقص و نیاز خود پیدا کنند. شاهنامه در داستان های تلخ و شیرین خود گاهی درس کارزار و جنگ و دفاع جانانه می دهد و گاهی درس استقامت و پایداری و خودسازی. گاهی ضرورت سوگواری و شکیبایی و گاهی اوقات سرور و شادمانی را یادآور می شود. ما را هم به دادگری و عدالت می خواند و هم به جوانمردی و همیاری و محبت و دوستی، حتی نسبت به بیگانگان. شاهنامه فردوسی سرشار از پند و اندرز است، به همه انسانها، پیر و جوان، مرد و زن، عالم و عامی، فرمانروا و فرمانبر. فردوسی در همه حال ایرانیان را به وطن دوستی و حفظ سرزمین و فرهنگ و میراث و تاریخ شان دعوت می کند:

چو ایران نباشد تن من مباد بدین بوم و بر زنده یک تن مباد

یا:

دریغ است ایران که ویران شود کنام پلنگان و شیران شود

در شاهنامه ۱۳۰۰ بار نام ایران و ۴۰۰ بار نام ایرانی آمده است. ما چنین اشاره هایی را در هیچ یک از کتاب های کلاسیک فارسی نمی یابیم. فردوسی هویت تاریخی و ملی ایران را تثبیت کرد و با سرودن شاهنامه در حد یک شاهکار ادبی به رشد و رونق زبان فارسی در دوره ای که فاتحان عرب رسماً به گسترش زبان عربی مشغول بودند قوت عظیمی بخشید.

فردوسی با این که ایران دوستی را به اوج می رساند هرگز به فاشیسم و ناسیونالیسم افراطی روی نمی آورد. او تمام انسان ها و انسانیت را دوست دارد، زندگی و آزادی انسانها را ارج می گذارد و خصلت ها و اخلاق پسندیده را حتی آنجا که در پهلوانان دشمن ایران می بیند می ستاید. فردوسی به نژادها و ادیان و زبان ها ملت های دیگر با نظر نفرت نگاه نمی کند و درشتی و خشم او هنگامی صورت می گیرد که کسی ناجوانمردانه به ایران حمله کرده باشد.

محمد امین ریاحی در کتاب «فردوسی» (انتشارات طرح نو، ۱۳۸۰) می نویسد: «جنگ های ایرانیان در شاهنامه، هیچ گاه به قصد کشور گشایی و تصرف سرزمین دیگران یا تحمیل کیش و آیین خویش یا به جنگ آوردن غنائم جنگی نیست. شاهنامه حماسه اسکندر و چنگیز و تیمور نیست که از شرق و غرب به ایران می تاختند. شاهنامه حماسه مردم ایران است در دفاع از هستی ملی و پایداری ابدی در برابر هرچه اهریمنی و انیرانی است.»

بناهای آباد گردد خراب
پی افکندم از نظم کاخی بلند
که از باد و باران نیابد گزند
همی خواند آن کس که دارد خرد
فردوسی، شاعر پر آوازه ایران در سال ۱۰۲۰ میلادی/۴۱۱ هجری قمری در گذشت. اما آیا فردوسی واقعا مُرد و زندگی تمام شد؟ سعدی، یک شاعر پر آوازه دیگر ایرانی که از فردوسی تاثیر زیادی یافته بود، گفته است:
سعدیا مرد نکونام نمیرد هرگز
مرده آنست که نامش به نکویی نبرند
خود فردوسی در آخر شاهنامه اظهار کرده است:

نمیرم ازین پس که من زنده ام که تخم سخن را پرانکنده ام
یان ریپکا (Rypka Jan)، ایرانشناس چک، در «تاریخ ادبیات ایران» (ترجمه عیسی شهابی) می نویسد: «فردوسی در سراسر عرصه ادبیات ایران چون تهمتن قد برافراشته است». آری، فردوسی با سرودن زندگی و ماجراها و آرمان های رستم خود به یک رستم در تاریخ ایران تبدیل شد. چرا؟ برای این که فردوسی و شاهنامه او سه چیز را برای ما زنده نگه داشت: یکی خاطره ملی ایرانیان، دیگری زبان پارسی و سومی حکمت و خرد زندگی نیاکان ما.

شاهکار ادبی: ارج و قدر کار فردوسی محدود به ایران نمی شود چرا که بنا بر نظر بسیاری از ادیبان و خاورشناسان شاهنامه یکی از بزرگترین آثار حماسی در جهان به شمار می رود. شاهنامه یک شاهکار در ادبیات جهان و اندیشه بشر است. فردوسی درجایی اشاره کرده است که شاهنامه او ۶۰ هزار بیت دارد اما متن شاهنامه ای که به دست ما رسیده است حدود ۵۰ هزار بیت دارد ولی در این حد هم شاهنامه بزرگترین کتاب شعر است که توسط یک شاعر در یک وزن و موضوع سروده شده است. در شاهنامه هم اساطیر و افسانه های ایران باستان آمده است، هم زندگی و مرگ و آرمان های پهلوانان و قهرمانان که برای دفاع از سرزمین و ملت ایران جنگیدند، و هم گوشه هایی از تاریخ ایران پیش از اسلام. شاهنامه حماسه زندگی و مرگ است. زندگی در منظر شاهنامه سرشار از کوشش و خدمت و سازندگی است، مرگ نه از روی خوف و ترس بلکه در ادامه زندگی مثبت و سازنده. البته شعر حماسی در میان برخی ملت های دیگر نیز یافت می شود، از جمله ایللیاد و اودیسه در یونان قدیم و مهابهارات و رامایانا در هند باستان. اما این حماسه ها بیشتر درباره یک جنگ یا یک قهرمان صحبت می کنند در حالی که گستره مطالب در شاهنامه هم از لحاظ تعداد و انواع شخصیت ها، هم از لحاظ جغرافیایی (که از چین تا یمن کشیده شده است) و هم از لحاظ زمانی (که از آفرینش نخستین انسان، کیومرث تا سقوط ساسانیان و مرگ یزدگرد ساسانی را در بر می گیرد) بسیار وسیع و بی نظیر است.

ام. فاستر (Forster M.E) نویسنده انگلیسی، در مقاله ای اظهار کرده است که از نظر او بزرگترین رمان نویس جهان تولستوی روسی و آفریننده «جنگ و صلح» است، زیرا تولستوی این مهارت بی نظیر را داشته است که در رمان هایش طیف وسیعی از شخصیت ها و حوادث را وصف کند. با این استدلال، فردوسی هم بزرگترین شاعر است چرا که همچون تولستوی در پرداختن به مطالب گوناگون، شخصیت های متعدد، فضا سازی، حالات و مسائل انسانی، و صحنه ها و وقایع تلخ و شیرین مهارت زیادی نشان داده است. فردوسی در شاهنامه گاهی از دل طبیعت، گاهی از دل انسان و گاهی از دل تاریخ سخن می گوید و در فضا سازی و بیان بسیار استادانه است. هنگام جنگ گفتار او نیرومند و خشن است، هنگام بزم و شادی لحن او نرم و ملایم است و هنگام سوگواری سخن او دل هر انسانی را می گریاند.

پارسی زنده و زیبا: از یک روزنامه نگار مصری پرسیدند (گویا محمد حسنین هیکل بود) که مصر پیش از حمله اعراب تمدن و زبان خود را داشت، چرا پس از حمله اعراب و آمدن اسلام، مصر به کلی عربی شد؟ او پاسخ داده بود برای این که مصر کسی مانند فردوسی را نداشت. دکتر جلال خالقی مطلق، استاد ایرانی در دانشگاه هامبورگ که نیم قرن از زندگی خود را وقف تصحیح شاهنامه کرده است، در یک سخنرانی اظهار کرد که خدمت فردوسی به ایران تنها به زبان فارسی محدود نمی شود زیرا اگر او فارسی دری را زنده نگه نمی داشت دیگر گویش های ایرانی از لر

حکایت

به ابوسعید ابوالخیر گفتند: «فلانی قادر است پرواز کند». گفت: «این که مهم نیست، مگس هم می‌پرد». گفتند: «فلانی را چه می‌گویی که روی آب راه می‌روی؟!» گفت: «اهمیتی ندارد، تکه ای چوب نیز همین کار را می‌کند». گفتند: «پس از نظر تو شاهکار چیست؟» گفت: «این که در میان مردم زندگی کنی ولی هیچگاه به کسی زخم زبان نزنی، دروغ نگوئی، کلک نزنی، دلی نشکنی، از اعتماد کسی سوء استفاده نکنی و کسی را از خود نرنجانی، این شاهکار است.»

از افلاطون پرسیدند: «شگفت‌انگیزترین رفتار انسان چیست؟» پاسخ داد: «از کودکی خسته می‌شود، برای بزرگ شدن عجله می‌کند و سپس دلتنگ دوران کودکی خود می‌شود. ابتدا برای کسب مال و ثروت از سلامتی خود مایه می‌گذارد و سپس برای باز پس گرفتن سلامتی از دست رفته، پول خود را خرج می‌کند. طوری زندگی می‌کند که انگار هرگز نخواهد مُرد، و بعد طوری می‌میرد که انگار هرگز زندگی نکرده است. آنقدر به آینده فکر می‌کند که متوجه از دست رفتن امروز خود نیست، در حالی که زندگی گذشته یا آینده نیست، زندگی همین حالاست.»

یک روز سوار تاکسی شدم که برم فرودگاه. در حین حرکت، ناگهان یک ماشین درست جلوی ما از پارک آمد بیرون. راننده تاکسی هم محکم زد روی ترمز و دقیقاً به فاصله چند سانتیمتری از آن ماشین ایستاد. راننده مقصر ناگهان سرش را برگرداند به طرف راننده تاکسی و شروع به داد و فریاد کرد. اما راننده تاکسی فقط لبخند زد و برای آن شخص دست تکان داد و به راهش ادامه داد.

در راه به راننده تاکسی گفتم: «شما که مقصر نبودید و امکان داشت ماشینتون هم آسیب شدید ببیند و ما هم راهی بیمارستان بشیم، چرا بهش هیچی نگفتید؟» اینجا بود که راننده تاکسی درسی به من آموخت که تا آخر عمر فراموش نمی‌کنم! گفت: «قانون کامیون حمل زباله». گفتم: «یعنی چی؟» توضیح داد: «این افراد مانند کامیون حمل زباله هستند. اونا از درون لبریز از آشغالهایی مثل ناکامی، خشم، عصبانیت، نفرت و... هستند. وقتی این آشغالها در اعماق وجودشان تلنبار میشه، به جایی برای تخلیه احتیاج دارن و گاهی اوقات روی شما خالی می‌کنند. شما به خودتان نگیرید و فقط لبخند بزنید، دست تکان دهید و برایشان آرزوی آرامش و سلامتی کنید.» و ادامه داد: «آدم‌های هوشیار اجازه نمی‌دهند که کامیونهای حمل زباله، روزشان را خراب کنند»

شخصیت آدمی را شکل می‌دهد و به امتحانش می‌ارزد. آدم‌های امروزی گاهی اینقدر بیرحم می‌شوند که می‌ترسی با آنها درد دل کنی و گاه آنقدر خودشان را بی تفاوت به تو نشان می‌دهند که هراس داری به آنها نزدیک شوی، چون همه می‌خواهند از دیگری دور زندگی کنند و برای همین در خانه‌های جدا زندگی می‌کنند. با تمام این حرف‌ها اندیشه‌های آزاد بر زبان قلمم جاریست.

۱۰	۱۲	۱۴	۱۶	۱۸	۲۰	۲۲	۲۴	۲۶	۲۸	۳۰	۳۲	۳۴	۳۶	۳۸	۴۰	۴۲	۴۴	۴۶	۴۸	۵۰	۵۲	۵۴	۵۶	۵۸	۶۰	۶۲	۶۴	۶۶	۶۸	۷۰	۷۲	۷۴	۷۶	۷۸	۸۰	۸۲	۸۴	۸۶	۸۸	۹۰	۹۲	۹۴	۹۶	۹۸	۱۰۰																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																															

سرامیک و سفال: ساخت ظروف سرامیکی و سفالی تاریخچه‌ای کهن در صنعت و هنر ایرانی دارند. در زمان های قدیم از این ظروف زیبا و سنتی برای خنک نگه داشتن آب در کوزه های بزرگ و کوچک استفاده می‌شده اما شما می توانید از



این ظروف سفالی با رنگ های بسیار زیبا و متنوع در طراحی دکوراسیون قسمتی از خانه استفاده کنید تا در فضای خانه حس و حالی قدیمی و سنتی ایجاد شود. از به کار بردن آثار هنری و عناصر سنتی برای چیدمان دکوراسیون سنتی غافل نشوید مانند، اضافه کردن یک یا دو گلیم و یا استفاده دکوراتیو از چراغ های سنتی، مانند لوستر، فانوس، و غیره. سعی کنید تا جایی که می‌توانید از رنگ های پر انرژی و زنده در انتخاب وسایل استفاده کنید. با

انجام این کار می‌توانید فضای دنج و منحصر، با سلیقه به سبک ایرانی در گوشه خانه خود ایجاد کنید.

سبک سنتی ایرانی، یادآور گذشته، سنت، عقاید، فرهنگ، آداب و رسوم و معماری ایرانی است که با سبک زندگی و اقلیم ایرانی گره خورده است. همچنین ایران نیز با داشتن فرهنگ و تمدنی غنی، قدمتی دیرینه در هنر و صنایع دستی دارد که همزمان با پیشرفت تکنولوژی در بسیاری از زمینه‌ها از جمله دکوراسیون داخلی تغییراتی ایجاد کرده است که امروزه دکوراسیون داخلی بسیاری از منازل ایرانی در حالی که زیبایی خاص خود را حفظ نموده، با طراحی‌های مدرن ادغام شده و زیبایی بیشتری پیدا کرده اند. در مقالات بعد بیشتر درباره تلفیق این دو سبک و تاثیر تکنولوژی در داخل فضا های خانه های ایرانی صحبت خواهیم کرد، با من همراه باشید.



وحید زمردی

مدرس و کارشناس موسیقی
با بیش از بیست سال تجربه



تدریس کلاس های آواز، تار، ستار، تنبور، پیانو،
ریتم خوانی، سلفژ و صداسازی و تئوری موسیقی



۹۲۴۴-۷۴۵ (۴۰۸)

www.vahidzomorodi.com

ساخت و اجرای طراحی دکوراسیون



هستی موسوی
طراح دکوراسیون داخلی

hastidesign99@gmail.com

طراحی داخلی سنتی ایرانی، یک نوستالژی جاودانه (بخش آخر)

دکور قسمتی از خانه به سبک سنتی: در دنیای مدرن امروزی و دور از وطن، اگر شما هنوز هم به فضاهای سنتی و قدیمی علاقمند هستید و هنوز هم احساس تعلق و حس نوستالژیک به سبک سنتی ایرانی دارید، می‌توانید از این سبک در معماری داخلی خود در قسمت کوچکی از خانه خود استفاده کنید تا با نگاه کردن به آن یاد گذشته



و خاطرات خوش آن بیفتید و از این ترکیب لذت ببرید. برای دکور سنتی قسمتی از خانه، ایده‌های مختلفی وجود دارد که در اینجا به شما چند پیشنهاد ارائه می‌دهم که بتوانید ظاهری دنج و سنتی در گوشه خانه خود ایجاد کنید.

استفاده از پشته و نمد: پشته و نمد، از دیگر عناصر سنتی ایرانی هستند که می‌توانید برای دکور قسمتی از خانه خود از آنها استفاده کنید.

استفاده از ظروف مسی: مس در ایران به وفور یافت می‌شود، استفاده از این ظروف به عنوان عناصر دکوری حس و حال قدیمی و دلنشینی به فضا می‌بخشد.



استفاده از پارچه های دست بافت: انواع مختلفی از پارچه‌های دستبافت در طرح ها و رنگ های خاص و متفاوت وجود دارند که می‌توانید در دکوراسیون داخلی از آنها استفاده نمایید. به عنوان مثال پته دوزی و پارچه های پشمی دستباف کرمانی، استفاده از پارچه های قلمکاری شده اصفهان و یا ترمه های بی نظیر یزد، که پارچه های ابریشمی گران قیمت با نخ های زیبا از طلا است، حال و هوایی سنتی و دلچسبی را به گوشه فضای خانه شما می‌دهد.

استفاده از ظروف و اشیاء سنتی: می‌توانید از ظروف و اشیاء سنتی، مانند سماور، قوری، تابلو فرش، گلیم، و... برای تزئین گوشه خانه خود استفاده کنید.

سبدها و ظروف دست بافت: استفاده دکوراتیو از سبدهای حصیری و دست بافت یکی دیگر از روش‌ها برای ایجاد حال و هوای قدیمی و سنتی را در فضای خانه است. این سبدها بیشتر متعلق به استان خوزستان در جنوب ایران است که از رشته‌های نازک برگ درخت نخل بافته می‌شوند.



و به تدریج عنوان و اعتباری که به دست می‌آورند جایگزین احساس‌های ناتوانی آنها شده و نوعی هویت برایشان ایجاد می‌کند. در نگاه اول شاید این نوع وابستگی سالم به نظر برسد یا خیلی به چشم نیاید، اما باید توجه داشت در این نوع وابستگی، چون شغل و محیط‌های اجتماعی نوع حس

مصونیت کاذب برای افراد ایجاد می‌کند و کاملاً به چیزی، غیر از خود شخص مربوط است به ناچار اضطراب زیادی برای فرد فراهم می‌کند. آنها دائماً نگران از دست دادن جایگاه و اعتبار خود هستند.

چه علائمی نشان‌دهنده وابستگی عاطفی است؟: افرادی که وابستگی عاطفی دارند دوست دارند طرف مقابلشان همواره در کنار آنها باشد. این حضور فیزیکی برای فرد وابسته بسیار مهم است و عدم حضور فرد مورد نظر منجر به تجربه احساس اضطراب، ناامنی و پریشانی می‌شود. افراد وابسته احساس می‌کنند بدون وجود افراد موردعلاقه خود زندگی کاملاً بی‌معنا است و حتی ویژگی‌هایی مثل اعتمادبه‌نفس، عزت‌نفس و امنیت فقط در حضور دیگری قابل‌دستیابی است. به عبارت دیگر هویت فرد وابسته کاملاً به حضور شخص دیگری گره‌خورده است. افراد وابسته در شروع پروژه‌ها و انجام کارها به‌تنهایی مشکل دارند و هنگامی که تنها هستند چنان احساس ناراحتی می‌کنند که دست به هرکاری می‌زنند تا با دیگران همراه شوند. افراد وابسته در روابط عاطفی خود همواره با احساساتی همچون اضطراب، تنش، کنترل، حسادت و مالکیت مواجه هستند. به‌عبارت‌دیگر فرد وابسته در روابط عاطفی خود هیچ‌گاه احساس آرامش ندارد و دائماً ترس از دست دادن محبوب خود را دارد. افراد وابسته معتقدند بدون حضور دیگران نمی‌توانند نیازهای خود را برطرف کنند و به توانمندی‌های خود اعتماد کمی دارند به همین دلیل همیشه ترس از دست دادن عزیزان خود را دارند.

آسیب‌های وابستگی عاطفی در افراد

اضطراب و افسردگی: مطالعات پژوهشی نشان داده است که وابستگی عاطفی با ابتلا به افسردگی و اضطراب رابطه مستقیمی دارد. این افراد همواره ترس از دست دادن افراد مهم زندگی خود را دارند و به همین دلیل همیشه نوعی استرس و تنش را تجربه می‌کنند. از طرف دیگر به دلیل وابستگی بیمارگونه و ناسالم در صورت مواجهه با تنهایی، خیانت، مرگ و ... سایر حوادث ناخوشایند نسبت به سایرین بیشتر در معرض ابتلا به افسردگی قرار می‌گیرند.

کاهش اعتمادبه‌نفس: احساس نیاز به دیگران در طی یک چرخه معیوب موجب می‌شود روز به روز اعتمادبه‌نفس فرد وابسته بیشتر و بیشتر کاهش یابد. هرچه فرد وابسته نیاز بیشتری به دیگران پیدا می‌کند، بیشتر اعتمادبه‌نفس خود را از دست می‌دهد و در نتیجه احساس بی‌کفایتی بیشتری می‌کند.

نقص در مهارت حل مسئله و تصمیم‌گیری: افراد وابسته دائماً به دنبال معیارهای بیرونی هستند و هیچ‌گاه به توانمندی‌های خود اعتماد نمی‌کنند به همین دلیل هیچ‌وقت قدرت حل مسئله و تصمیم‌گیری ندارند. این افراد چون نمی‌توانند منابع و توانمندی‌های درونی خود را باور کنند همواره در جست‌وجوی کسی هستند تا به‌جای آنها تصمیم بگیرد یا به آنها راه‌حل ارائه دهد.

چه راه‌هایی برای درمان وابستگی عاطفی وجود دارد؟: وابستگی عاطفی به تدریج و بر اثر یک سری الگوهای تربیتی نادرست ایجاد می‌شود اما خوشبختانه قابل بهبود و اصلاح است. اگرچه این تغییر زمان‌بر است و یک باره و ناگهانی اتفاق نمی‌افتد.

شناخت الگوی وابستگی: هر تغییر رفتاری در ابتدا نیازمند اصلاح نگرش است. اگر می‌خواهید الگوی وابستگی عاطفی خود را تغییر دهید، ابتدا باید نسبت به آن شناخت صحیح کسب کنید. بررسی کنید و ببینید وابستگی شما تا چه حد سالم و چه مقدار بیمارگونه است. این وابستگی چه مزیت‌هایی برای شما داشته است و معایب آن چه بوده است؟ هر چه قدر شناخت بیشتری به دست یابوید برای تغییر آمادگی بیشتری خواهید داشت.

کسب استقلال: برای این که به تدریج الگوی وابستگی خود را تغییر دهید سعی کنید به سمت کسب استقلال حرکت کنید. لیستی از موقعیت‌های مختلف که نشان دهنده وابستگی شما است و بدون نظر دیگران نمی‌توانید آنها را انجام دهید تهیه کنید. چند موقعیت را انتخاب کرده و توانایی خود را در استقلال عمل کردن به چالش بکشید.

علائم وابستگی عاطفی در افراد

زهره عبدالمهی - کارشناس ارشد روانشناسی بالینی

وابستگی و دلبستگی اصطلاحات رایجی در حوزه روابط عاطفی هستند که گاه ممکن است به اشتباه به‌جای هم به کار گرفته شوند. دلبستگی یکی از نیازهای بنیادینی است که همه انسان‌ها با آن متولد می‌شوند و برقراری روابط اجتماعی گوناگون به ارضا شدن این نیاز کمک بسیار زیادی می‌کند. اما گاهی این دلبستگی جای خود را به وابستگی می‌دهد. وابستگی حالت افراطی و بیمارگونه دلبستگی است. افرادی که دچار وابستگی عاطفی هستند در مورد توانایی‌های خود تردید زیادی دارند. آنها معتقد هستند نمی‌توانند بدون مراقبت دیگران زنده بمانند یا اگر همسر یا والدینشان آنها را ترک کند کاملاً دچار فروپاشی خواهند شد.

ویژگی برجسته شخصیت وابسته این است که نیاز شدید به مراقبت شدن دارد. این افراد اعتمادبه‌نفس بسیار پایینی دارند و سخت به دنبال کسب راهنمایی و اطمینان خاطر از سوی دیگران هستند. آنها همواره در تلاش هستند تا اطرافیان را از خود راضی نگه دارند. در حقیقت افراد وابسته را می‌توان به عنوان افرادی خوب، مهربان و با گذشت توصیف کرد. با وجود این، آنها آن‌قدر به طرف مقابل رابطه خود می‌چسبند که او را از خود می‌رنجانند.

هنگامی که از افراد وابسته خواسته می‌شود تعریفی از خود ارائه دهند، غالباً آنها برای پیدا کردن کلمه یا جمله‌ای در تعریف خود با مشکل مواجه می‌شوند. هنگامی که فردی تأیید و پذیرش خود را نه از دیدگاه خود بلکه صرفاً از دیدگاه دیگران می‌داند، نمی‌تواند فردی مستقل قلمداد گردد. به عبارت دیگر، یک فرد وابسته تعریف خود را از درون روابطش با دیگران به دست می‌آورد.

دلایل ایجاد وابستگی عاطفی کدام‌اند؟: برای درک بهتر وابستگی عاطفی بهتر است ابتدا نگاهی به محیط خانوادگی و شرایط رشدی این افراد داشته باشیم. به نظر می‌رسد اکثر این افراد در خانواده‌هایی رشد یافته‌اند که والدینی بسیار کنترل‌گر و سخت‌گیر و یا بسیار حامی داشته‌اند. کنترل‌گری، سخت‌گیری و حمایت افراطی والدین معمولاً مانع از شکل‌گیری استقلال، اعتمادبه‌نفس و هویت در کودک می‌شود. وقتی والدین به کودک خود اجازه استقلال عمل و آزادی نمی‌دهند و اصرار دارند تمام نیازهای کودک خود را بدون دخالت دادن خودش برآورده کنند به تدریج باور به ناتوانی و بی‌کفایتی در کودک شکل می‌گیرد. افراد مبتلا به وابستگی عاطفی خودشان را به‌صورت ذاتی بی‌کفایت و درمانده می‌دانند، بنابراین به تنهایی قادر به مقابله با سازگاری با دنیای خودشان نیستند. آنها دنیا را سرد، غریب و حتی مکانی خطرناک می‌دانند که امکان ندارد بتوانند آن را به تنهایی اداره کنند. به همین دلیل نتیجه می‌گیرند راه حل این وضعیت دشوار پیدا کردن شخصی است که قادر به اداره زندگی آنها باشد و از آنها حمایت و مراقبت کند. بنا بر تصمیم این افراد، نپذیرفتن مسئولیت ارزش آن را دارد که از نیازها و تمایلات خود برای این که کسی از آنها مراقبت و پرستاری کند، صرف‌نظر کنند.

انواع وابستگی عاطفی: همان‌طور که اشاره شد هسته کلیدی وابستگی عاطفی نداشتن اعتماد به نفس و طرح‌واره ناتوانی است. بنابراین فرد مبتلا به وابستگی عاطفی همواره در جست‌وجوی جانشینی برای ترمیم احساس بی‌کفایتی خود است. این وابستگی می‌تواند به‌صورت انواع مختلف خود را نشان دهد.

وابستگی عاطفی به افراد: در این نوع وابستگی فرد به دنبال برقراری روابط عاطفی عمیق با اعضای خانواده، دوستان یا شریک عاطفی خود است. در این نوع وابستگی صرف وجود یک فرد و لذت بردن از مصاحبت و هم‌نشینی برای فرد وابسته مطرح نیست. افراد مبتلا به وابستگی عاطفی افراد را به چشم ابزارهایی برای برطرف کردن نیازهای خود می‌بینند و به همین دلیل ترس بسیار زیادی در مورد از دست دادن افراد مهم زندگی خود دارند. در این نوع وابستگی افراد باور دارند که دیگران می‌توانند به آنها کمک کنند تا مشکلات خود را حل کنند و احساس بهتری داشته باشند. برای فرد وابسته تنهایی بسیار تلخ و خطرناک است. این نوع وابستگی عاطفی در زنان شایع‌تر است.

وابستگی عاطفی به شغل یا محیط‌های اجتماعی: در برخی موارد افراد برای جبران احساس ناتوانی و بی‌کفایتی خود نوعی دلبستگی به شغل یا محیط‌های اجتماعی پیدا می‌کنند. این نوع دلبستگی معمولاً در آقایان بیشتر دیده می‌شود. این افراد به جای سرمایه‌گذاری عاطفی با دیگران به شغل و یا محیط‌های اجتماعی وابسته می‌شوند

MINDFUL YOGA
Group

Maryam Salari

مریم سالاری

مربی «یوگا و مدیتیشن»

بدنتان را حرکت دهید و افکارتان را گسترش!

بگذارید با حرکات یوگا و نفس های عمیق انرژی شما بدرخشد و قدرت درونی خود را پیدا کنید.

مدیتیشن را بیاموزید و زندگی خود را متحول کرده و آرامش را تجربه کنید.

شروع کلاس: ۲۴ آوریل

با شرکت در کلاس های آنلاین «یوگا و مدیتیشن» از طریق زوم (ZOOM)،
با هر میزان تجربه و توانایی فیزیکی و با هزینه مناسب، موارد بالا را تجربه کنید.

برای اطلاعات بیشتر از نحوه مشارکت در این کلاس و سایر کلاس ها، با شماره تلفن و یا از طریق وب سایت تماس بگیرید!

(408) 802-8882

<http://www.mindfullyogagroup.com>



حسن لشگری

Pine Press

Printing and Copying

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

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



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

Tel: (408) 730-2552

Fax: (408) 773-1000

info@pinepress.com

www.pinepress.com

Serving our clients since 1985

با بیش از ۳۳ سال تجربه

1330 S. Mary Ave., Sunnyvale, CA 94087

فرار چند هزار دلاری

رضا جمالی



پیش خودشان داری، می‌روی و می‌گویی حالا مثلاً اینقدر پول می‌خواهم، می‌گویند برای چه؟ می‌گویی می‌خواهم بروم حمام کنم. ملافه بخرم. اگر هم بخواهند این کار را بکنند می‌گویند خیلی خب شما بنویس که مثلاً ۱۰۰ دلار به من می‌دهی. بابت آن ۱۰۰ دلاری که آنها از شما می‌گیرند، ممکن است یک ملافه بدهند، یک بالش که دو دلار هم نمی‌ارزد. ۱۰۰ دلار از شما می‌گیرند که دو دلار بدهند. اینجا اینجوری است. اینجا اگر کسی گیر بیافتد و این راه را بیاید، شرایطی را متحمل می‌شود که توی خواب هم نمی‌بیند،

سارا شرایط سخت اقامت در بازداشتگاه کوپانک را برای زن‌ها سخت‌تر و غیرقابل تحمل‌تر عنوان می‌کند. سارا: «فکر می‌کنم خانم‌ها از نظر نظافت شخصی‌شان بیشتر از آقایان احتیاج به مراقبت دارند. یعنی یک خانم نمی‌تواند حتی نظافت شخصی‌اش را رعایت کند. فوق‌العاده بهداشت بد بود. بچه‌ها مریض شدند. خانم‌ها مریض شدند. جای خواب و حمام و نظافت‌های اولیه پر از میکروب و آلودگی بود. از هشت صبح بیدارباش داشتند تا هشت شب که خاموشی مطلق بود و همه باید می‌رفتند می‌خوابیدند، در بازداشتگاه کوپانک کتک کاری زندانیان با هم شاید عمل عجیبی نباشد. اما به گفته کمال وقتی دردناک می‌شود که این نزاع بین ایرانی‌ها باشد.

کمال: «چهار-پنج نفر می‌شدند می‌ریختند سر یک نفر شروع می‌کردند به کتک زدن او. ایرانی‌ها درگیر شدند. با هم دعوایشان شد و پلیس‌های اندونزی اسلحه کشیدند شروع کردند تیراندازی هوایی، افتادند به جان ایرانی‌ها به ضرب و شتم. چوب برداشته بود. با چوب زد بالای چشمش و سمت ابرو و پیشانی‌اش را شکافت. ایرانی‌ها را کتک می‌زد برای اینکه سروصدا کردند و با خودشان دعوایشان شده بود و از این داستان‌ها،

ماندن در این بازداشتگاه برای کمال و سارا دیگر غیرقابل تحمل شده است. آنها در جایی گرفتار شده‌اند که در خوشبینانه‌ترین حالت شاید روزی به ایران بازگردانده شوند. ولی سارا و کمال نمی‌خواهند دوباره به ایران بازگردند. می‌گویند پول حلال مشکلات است. از قضا در همان بازداشتگاه با یک ایرانی آشنا می‌شوند که با ماموران بازداشتگاه ارتباط دارد تا شرایط را برای فرار آنها از آنجا هماهنگ کند. وقت معامله فرا می‌رسد. برای پرداخت پول به نفرات کلیدی بازداشتگاه، شخص ایرانی واسطه تا ۲ هزار دلار از کمال و سارا پول دریافت می‌کند. نفس در سینه کمال و سارا حبس شده است. آیا از این ناکجاآباد فرار خواهند کرد؟!

کمال: «ما را برداشت برد توی جاساز. پلیس‌های ایمن‌گیرشن (مهاجرت) متوجه شدند که جاسازمان کجاست. ریختند ما را گرفتند و پول‌هایمان را گرفتند. کتکمان زدند. دوباره زنگ زد به همان ایرانی که با آن اندونزیایی‌ها کار می‌کرد، با پلیس ام آر آنجا. گفتیم آقا اینجوری شده ما را گرفته‌اند. گفت من کاری ندارم گرفته‌اند. گفتم خب شما پول گرفتید و این داستان‌ها شده. گفت که شما را می‌برم ولی تحمل کنید. خلاصه دو-سه روز بعدش صبح آمدند دنبال ما و آمدیم فرودگاه و توی فرودگاه هم پول داده بود به آن آقای ماموری که کارهای تیکت و اینها را انجام می‌داد، آمدیم جاکارتا، باورش سخت بود. اما کمال و سارا از زندان کوپانک فرار کرده‌اند و حالا دوباره در جاکارتا هستند. آنطور که سارا و کمال می‌گویند هنوز ده‌ها و یا حتی صدها

پناهجوی ایرانی در بازداشتگاه‌های سراسر اندونزی در حبس هستند.

کمال: «گروه ما ۹۱ نفر بود و ما فقط دو نفر بودیم که از آنجا فرار کردیم. یعنی ۸۹ نفر هنوز آنجا هستند و آدم‌های دیگر هم آنجا هستند. یعنی حدوداً ۱۰۰ نفر دیگر آنجا بودند.»

پناهجویی و پناهندگی برای گروهی چنان دردناک است که برای آنها رنج و محنت را به همراه دارد و برای گروهی چنان خوشایند که دری است به دنیای جدید. داستان‌های تلخ و شیرین آنها تنها سایه‌ای است از مشکلاتی که درک و لمس‌اش گام در این جاده پرخطر را می‌طلبد. مهم نیست اجباری یا اختیاری ترک وطن کرده باشید، شوربختی آنجایی است که به مقصد نرسیدید و یا برای رسیدن به آنجا مجبور باشید مدت‌ها در کشوری سوم و در شرایطی سخت به شمارش لحظه‌ها برسید. و شاید هم ناگهان یک روز ناقوس اخراج، بازداشت یا بازگشت اجباری را بشنوید. یکی از راه‌هایی را که پناهجویان و مهاجران برای رسیدن به استرالیا مجبورند انتخاب کنند، عبور از اندونزی است اما اغلب در میانه راه از سوی پلیس این کشور دستگیر و روانه بازداشتگاه‌های بی‌نام و نشان می‌شوند.

حدود ۲۰ روز است که کمال به همراه همسرش سارا در اندونزی منتظرند تا قاچاق‌برها آنها را با قایق به سمت استرالیا حرکت دهند. در تهران که بودند نفری ۵۰ میلیون تومان به قاچاق‌برها پرداخت کردند. از آنها خواسته شده تا به اندونزی بیایند. قاچاق‌برها برای حرکت دادن آنها مدام امروز و فردا می‌کنند. سرانجام لحظه حرکت فرامی‌رسد. آنها باید از جزیره جاوا، جایی که در قلب مجمع‌الجزایر اندونزی قرار دارد حرکت کنند.

کمال: «اینجا ما را سوار ماشین کردند و بردندمان جنگل‌های جزیره جاوا. متأسفانه به لنج نرسیدیم و دوباره برگشتیم. پلیس یک بار دیگر ما را گرفت. بچه‌ها فرار کردند رفتند سمت رودخانه. آنجا افتادند توی یک باتلاق. از باتلاق درآمدند، رودخانه‌ای که آنجا پر از تمساح بود. برای این که دست آن تمساح‌ها و پلیس‌های اندونزی نیافتند، رفتند خودشان را رساندند به پشت خانه‌های چوبی اندونزیایی‌ها که از دست پلیس فرار کنند. دوباره برگشتیم و دوباره آمدیم توی شهر جاکارتا. توی این فرار و گریز و تعقیب‌ها هم هر چه چمدان و ساک داشتیم همه‌اش از بین رفت. دوباره متأسفانه بردندمان آن ور جزیره جاکارتا. دوباره آنجا پلیس ریخت و پناهجو‌ها را گرفت. کتکشان زدند. خیلی‌ها از دستشان فرار کردند. ما هم فرار کردیم و دوباره برگشتیم آمدیم جاکارتا.»

در کمتر از یک هفته، تلاش سه باره کمال و همسرش برای سوار شدن بر قایق ناکام می‌ماند. بعد از چند روز قاچاق‌برها به کمال و همسرش سارا می‌گویند که یک لنج چوبی در ۸۰۰ کیلومتری جاکارتا قرار است تعدادی از مهاجران و پناهجویان را به سمت آبهای استرالیا حرکت دهد.

کمال: «ما را سوارون کردند و بردندمان به سمت سورابایا. یک شب ما را یک جایی خیلی بد، خیلی بد که نمی‌شد حیوان را آنجا نگاه داشت، نگاه داشتند و از آنجا فرمایش ما را بردند لب رودخانه و سوار یک قایق‌های کوچک کردند و بردند سوار لنج کردند. متأسفانه لنجی که ما سوار شدیم لنج بزرگی هم بود. خراب شد. دوباره درست کردند و دوباره خراب شد. ما ده روز روی آب نه غذا داشتیم و نه آب. ده روز طول کشید تا آخر ناخدای آن لنج برای اینکه گرسنه نشویم توی دریا بادبان را باز کرد که باد ما را آورد سمت یک جزیره ای به نام جزیره سومبا،

بعد از ۱۰ روز گرسنگی و سرگردانی بر روی آب و قایق از کار افتاده، آنها به جزیره دورافتاده در آبهای اندونزی رسیدند. مسافران قایق نای فرار هم نداشتند. در واقع در آن جزیره کوچک و دورافتاده جایی برای فرار وجود نداشت. فرماندار جزیره به همراه پلیس محلی تمامی مسافران قایق را بازداشت کردند. کمال و سارا به همراه دیگر مسافران قایق با کامیون به سمت اسکله برده شدند تا آنها را به جزیره بزرگتر به نام کوپانک ببرند. دولت اندونزی در کوپانک محلی را برای بازداشت مسافران غیرقانونی آماده کرده بود. شرایط بازداشتگاه کوپانک خیلی بدتر از آنی بود که کمال و سارا تصورش را می‌کردند.

کمال: «توی آبی که به ما می‌دادند حمام کنیم یا دستشویی برویم کرم بود. یعنی یک حوضچه کوچک بود. مثلاً ده نفر آدم، یک حمام بود و یک توالت. به این شکل بود. یعنی در زندان هم اصلاً چنین چیزی نیست. می‌خواهی بروی حمام باید پول به آنها بدهی تا بروی حمام. بعد هم اجازه نمی‌دهند پول با خودت ببری. بعد با پولی که



تب تغییر رنگ چشم

شهره مهرنامی

عمل تغییر رنگ چشم انجام می‌دهند، یعنی فرد عمل چشم را به خاطر قرار گرفتن در آن قالب و چارچوب خاص انجام می‌دهد و می‌خواهد به فردی تبدیل شود که جایگاه ویژه‌ای دارد و خوش‌تیپ‌تر و زیباتر است، البته از آگهی‌ها و پیام‌های منتشر شده در فضای مجازی هم این‌طور بر می‌آید که متقاضیان فقط ایرانی و اروپایی نیستند، برخی از آگهی‌ها به زبان عربی هستند که نشان می‌دهد احتمالاً افرادی از طبقه مرفه کشورهای حاشیه خلیج فارس و عراق نیز متقاضی تغییر رنگ چشم هستند.

وقتی عمل زیبایی ۳۰۰ میلیون تومانی پرترف‌دار می‌شود: جراحی تغییر رنگ چشم در ایران به شیوه‌های مختلفی انجام می‌شود، از کاشت عنیه مصنوعی رنگی گرفته تا تزریق رنگ‌دانه با کمک دستگاه‌های لیزر به داخل لایه سطحی قرنیه. جالب این‌جا است که جراحی نوع آخر که به تازگی پرترف‌دار شده، گران‌ترین نوع این جراحی‌ها است. در این جراحی، متقاضی می‌تواند رنگ مورد نظر چشم خود را طیفی از ۱۷ رنگ مختلف انتخاب کند، از سبز، سبز زمردی، سبز پسته‌ای، آبی لاجوردی و آبی مدیترانه‌ای گرفته تا سدری، قهوه‌ای، خاکستری، عسلی و... گزینه دیگر هم این است که متقاضی نمونه رنگ مورد نظر خود را می‌دهد و دستگاه‌ها رنگ درخواستی را می‌سازند. همه این‌ها مرحله‌ای از یک جراحی چند صد میلیون تومانی هستند. اگر هزینه تغییر رنگ چشم با کاشت عنیه مصنوعی حداکثر ۲۵ میلیون تومان است، هزینه عمل با شیوه تزریق رنگ‌دانه ممکن است به هفت هزار دلار برسد. منشی پزشکی که این جراحی را انجام می‌دهد، گفت: «تغییر رنگ چشم در یک کلینیک در تهران اگر با رنگ‌های معمول انجام شود، ۲۷۵ میلیون تومان و اگر با رنگ‌های ترکیبی انجام شود، ۴۲۵ میلیون تومان هزینه خواهد داشت». این هزینه در عمان به ترتیب شش و هفت هزار دلار است. یک جامعه‌شناس از ایران به خبرنگار گفت: «از نظر جامعه‌شناسی، بسیار طبیعی به نظر می‌رسد که میل به جراحی در افرادی که مشکلات بنیادینی از جمله فقر دارند، بیشتر باشد. اتفاقاً این افراد فکر می‌کنند حالا که نمی‌توانند مشکلات بزرگ‌تر را حل کنند، می‌توانند ظاهر خود را به گونه‌ای کنند که جامعه پذیرتر است». او برای مثال از خانواده‌ای یاد کرد که نمی‌توانند جهیزیه خوب و بزرگی را برای دخترشان تهیه کنند و وسایل خرده ریزتری را برای جهیزیه می‌گذارند تا ظواهر زندگی را شلوغ‌تر نشان دهند. این جامعه‌شناس به متکدیان زنی اشاره کرد که ناخن کاشته شده یا موی رنگ کرده دارند و گفت این‌ها خدماتی هستند که شاید یک فرد با شرایط عادی کمتر از آنها استفاده کند و ترجیح دهد آن هزینه را صرف موضوع مهم‌تری کند. با این حال، تعداد افرادی که برای انجام این عمل به کلینیک‌های جراحی می‌روند، کم نیستند. یکی از این افراد، زنی نسبتاً جوان است که در ویدیویی که بعد از جراحی گذاشته بود، با هیجان تعریف می‌کرد مادرش پیش از مرگ به او گفته بود اگر دانش و فناوری چنین عملی آمد، حتماً رنگ چشمش را عوض کند و حالا او به خواسته مادرش عمل کرده است! آگهی‌ها و مطالبی که پزشکان در فضای مجازی منتشر می‌کنند هم نشان می‌دهند انجام این نوع عمل زیبایی پرترف‌دار، با روش‌های متفاوت آن منحصر به تهران نیست و در شهرهای مختلف، از جمله اهواز، اصفهان، مشهد و دیگر شهرها هم انجام می‌شود. جامعه‌شناس ساکن ایران در ادامه گفت: «در کل اگر به سراغ جامعه‌شناسی فقر برویم، بیشتر به این موارد بر می‌خوریم. بسیاری معتقدند که فقر بیشتر از این که یک موضوع اقتصادی باشد، یک موضوع فرهنگی است».

روی دیگر سکه: روی دیگر سکه اما این است که بعضی از پزشکان، متقاضیان را به خاطر عوارض این عمل از آن منع می‌کنند. یکی از پزشکان متخصص چشم به خبرنگار گفت وقتی کسی درباره عمل تغییر رنگ چشم از او مشورت می‌گیرد، توصیه می‌کند این عمل را انجام ندهد، چرا که حتی اگر با شیوه تازه و مدرن تزریق رنگ‌دانه روی لایه سطحی عنیه انجام شود، به هر حال رنگ‌دانه تزریق شده به چشم، یک جسم خارجی محسوب می‌شود که می‌تواند مشکل ایجاد کند، ضمن این که اگر این افراد دچار آب مروارید شوند، دید جراح برای انجام عمل بسیار محدود می‌شود یا اگر این افراد در آینده دچار پارگی شبکیه شوند، عمل جراحی آنها بسیار سخت می‌شود.

زن دستانش را جلوی چشمانش گرفته است تا پرستار آینه‌ای مقابلش بگیرد. دستانش را که از جلوی چشمانش برمی‌دارد، چند لحظه با بهت به آنها نگاه می‌کند و بعد بلند می‌خندد و می‌گوید همین را می‌خواست است، چشمانی که قهوه‌ای بودند، حالا آبی شده‌اند. این یکی از ده‌ها ویدیویی است که در تبلیغات جراحی تغییر رنگ چشم در صفحات فارسی اینستاگرام می‌چرخد. اگر تا چند سال پیش فقط می‌شد در کاتالوگ‌های رنگ فروشی برای اتاق یا وسایل خانه رنگ اختصاصی خود را پیدا کرد و سفارش داد، حالا می‌شود شبیه این کار را برای انتخاب رنگ چشم انجام داد. این عمل جراحی که پیش‌تر برای برخی بیماری‌ها مثل «آلکینیسم» جنبه درمانی داشت، حالا در بین شهروندان ایرانی با هدف زیبایی پرترف‌دار شده است. این جراحی که در کلینیک‌های لوکس انجام می‌شود، هزینه بالایی دارد و البته به گفته برخی متخصصان، بدون عوارض هم نیست.

عمان قطب جراحی تغییر رنگ چشم ایرانیان: در کنار دیگر جراحی‌های زیبایی، حالا در ایران جراحی تغییر رنگ چشم هم پرترف‌دار شده است. حجم بالای آگهی‌ها در صفحات مجازی، مطالب خبرگزاری‌ها و البته واکنش مقام‌های وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی نشان دهنده این هستند که کشوری که در تعداد جراحی زیبایی رتبه دوازدهم را در جهان دارد، حالا کم‌کم در حال تبدیل شدن به قطب جراحی تغییر رنگ چشم است.

یک زوج آلمانی ایرانی ویدیویی از خود بعد از عمل جراحی ضبط و منتشر کرده‌اند که در آن زن آلمانی از پزشک جراح تشکر می‌کند که چشمان همسر ایرانی خود را هم‌رنگ چشمان خودش کرده است، خاکستری روشن. هر دو چشمان خود را مقابل دوربین موبایل‌شان می‌گیرند و به آلمانی از مخاطبان ویدیو می‌خواهند به رنگ چشم مرد که از سیاه به آبی برگشته است، دقت کنند. زنی هم از کالیفرنای آمریکا به «بیمارستان نور» در عمان رفته تا چشم خود را به پزشک ایرانی بسپارد که برای انجام جراحی یک پایش در تهران است و پای دیگرش در عمان. این زن هم از روشن شدن رنگ چشمانش بسیار خوشحال است.

تب زیبایی و نزدیک شدن به خواسته جریان غالب جامعه: «صبا آلاله»، روان‌شناس و روان‌تحلیل‌گر سیاسی و اجتماعی در این باره گفت: «به طور کلی انسان همیشه می‌خواهد خودش را به چارچوب‌ها و معیارهای زیبایی که جامعه تعیین می‌کند، نزدیک کند. مثلاً در ایران گاهی موهای بلوند و روشن و اندامی مثل باربی پرترف‌دار شده بودند و از جذابیت‌های زنانه محسوب می‌شدند. افراد به این دلیل تن به جراحی‌های زیبایی غیرضروری می‌دهند که از طرف جامعه که معیارهایی را دارد، بیشتر پذیرفته شوند». بیمارستان نور عمان به گفته منشی یکی از پزشکان جراح تغییر رنگ چشم، یک گزینه در کنار گزینه جراحی در تهران است. منشی این جراح گفت: «برای کسانی که از کشورهای دیگر برای انجام این عمل سفر می‌کنند، عمان گزینه بهتری برای عمل است، چرا که دستگاه‌های پیشرفته‌تری دارد. از سوی دیگر، سفر به عمان با توجه به این که برای ایرانیان نیاز به ویزا ندارد، دردسر چندانی ندارد. البته ترجیح جراح هم جراحی در مرکز نور عمان است».

جست‌وجوی نشان می‌دهد بیمارستان پلی‌کلینیک نور ایرانیان در مسقط عمان شعبه‌ای از بیمارستان فوق تخصصی چشم پزشکی نور واقع در خیابان «ولی‌عصر» تهران است. اما آدرسی که منشی جراح تغییر رنگ چشم از بیمارستان نور در تهران برای خبرنگار ارسال کرد، جایی بود در مرکز تهران، نزدیک به «پارک‌شهر». این منشی در تماس تلفنی گفت مرکز خصوصی جراحی دیگری هم در تهران توسط همین جراح تأسیس شده که بسیار به نام است و بسیاری از بیماران به آنجا رجوع می‌کنند. او توضیح داد که دستگاه‌های مخصوص جراحی چشم در بیمارستان‌های ایران به دلیل تحریم‌ها تغییر نکرده‌اند و چند نسل از دستگاه‌های بیمارستان نور عمان قدیمی‌تر هستند: «اگر چه این عمل در کلینیک‌های ایران هم به خوبی انجام می‌شود اما دستگاه‌هایی که در عمان مستقر شده‌اند، عمل تغییر رنگ را در عرض ۱۰ دقیقه و با دقت بیشتری انجام می‌دهند». منشی پزشک وقتی خواست تأکید کند که عمل نیاز به استراحت و نقاهت ندارد، توضیح داد که این مشتری صبح به عمان می‌رود و بعد از عمل هم شش عصر به ایران برمی‌گردد.

صبا آلاله، روان‌شناس و روان‌تحلیل‌گر سیاسی و اجتماعی یادآوری کرد: «در گذشته، در ذهن ایرانی‌ها افرادی که چشمان روشن داشتند، زیباتر محسوب می‌شدند. حالا هم برخی به خاطر این که به معیارهای زیبایی و جذابیت با چشم‌های رنگی برسند،

سلامت دستگاه گوارش بر سلامت روان هم اثر می‌گذارد

سرویس جهانی بی‌بی‌سی



را فقط با گوشت درست کنید، جای آن را با عدس که فیبر زیادی دارد، عوض کنید، بر اساس توصیه سازمان سلامت ملی بریتانیا، رژیم غذایی که فیبر بالاتری داشته باشد، احساس سیری بیشتری در ما ایجاد می‌کند، به هضم غذا کمک می‌کند و مانع یبوست می‌شود. این سازمان توصیه می‌کند افراد بزرگسال روزانه ۳۰ گرم فیبر در رژیم روزانه خود دریافت کنند. انتخاب نان‌های سبوس‌دار و کمتر تصفیه شده به جای نان سفید، استفاده از برنج قهوه‌ای و پاستای سبوس‌دار هم می‌تواند میزان فیبر دریافتی بدن شما را بالا ببرد. منابع دیگر فیبر شامل سبب زمینی با پوست (مانند سبب زمینی پخته شده با پوست در فر) و همین‌طور حبوباتی مانند لوبیا، عدس و نخود است که می‌توان آنها را به خورش‌ها، خوراک‌ها و سالادها اضافه کرد. غذاهای پروبیوتیک (که دارای انواع خاصی از فیبر و کربوهیدرات هستند) نشان داده‌اند که می‌توانند به رشد باکتری‌های مفید سیستم گوارش کمک کنند. نمونه‌هایی از این مواد غذایی عبارتند از: موز، پیاز، پیازچه، سیر، کلم، تره‌فرنگی، جوی دو سر، مارچوبه، شلیل، بلوبری و گریپ فروت.

دکتر هینشا خماني، متخصص گوارش از پاکستان می‌گوید یک رژیم متعادل و پر از مواد مغذی در دوران ۲۰ سالگی برای سلامت طولانی مدت در ادامه زندگی بسیار اهمیت دارد. او می‌گوید: «تصمیم‌هایی که در مورد رژیم غذایی و انتخاب مواد خوراکی در سنین حساس زندگی گرفته می‌شود می‌تواند بر ابتلا به بیماری‌های مزمن، وضعیت سلامت روانی و قدرت یادگیری، وضعیت کلی سلامت فیزیکی بدن در دهه‌های آینده زندگی فرد تأثیر داشته باشد». تیم اسپکتور، استاد دانشگاه «کینگز کالج لندن» نویسنده کتابی است به نام «غذا در دهان گذاشتن: چرا هر چه درباره غذا به ما گفته بودند اشتباه است؟»، او در این کتاب می‌گوید روزه‌داری متناوب یا حداقل ۱۲ ساعت فاصله گذاشتن بین شام و صبحانه می‌تواند برای میکروب‌های دستگاه گوارش، مفید باشد.

چه غذاهایی برای سلامت سیستم گوارش مضر هستند؟ دکتر کریشنا توضیح می‌دهد که غذاهای فوق فرآوری شده، الکل و سیگار برای سیستم گوارش خوب نیستند. غذاهای بسیار فرآوری شده دارای موادی هستند که باکتری‌های خوب داخل سیستم گوارش را از بین می‌برند و باکتری‌های بد را افزایش می‌دهند. دکتر کریشنا اضافه می‌کند بسته به این که در کجای جهان زندگی می‌کنید، شاید لازم باشد از غذاهای غیربهداشتی فروشنده‌های خیابانی دوری کنید و میوه‌ها و سبزی‌ها را برای از بین بردن ویروس‌های خطرناک به خوبی بشوید. استرس هم می‌تواند بر سلامت سیستم گوارش ما تأثیر بگذارد و باعث رفleks اسید معده شود و احتمال زخم را بالا ببرد. دکتر جانسون می‌گوید افرادی که استرس بیشتری دارند، معمولاً تنوع کمتری در میکروبیوم دستگاه گوارش خود دارند.

آیا پروبیوتیک‌ها و تست‌های خانگی برای آزمایش سلامت سیستم گوارش واقعاً جواب می‌دهند؟ متخصصان می‌گویند پروبیوتیک‌ها وقتی برای دلایل بخصوص به کار می‌روند، می‌توانند مؤثر باشند. دکتر مگان راسی می‌گوید: «باید از گونه مناسب پروبیوتیک‌ها، برای مورد خاصی که دارید و برای مدت زمان مناسب استفاده کنید»، او توضیح می‌دهد: «شواهد علمی که ثابت کند محصول پروبیوتیکی که رو قفسه فروشگاه‌ها می‌بینید، حتماً می‌تواند سلامت دستگاه گوارش شما را بهتر کند وجود ندارد و برخلاف آنچه ما را ترغیب می‌کنند، لازم نیست هر روز از آنها استفاده کنیم»، در بعضی از کشورها، شرکت‌هایی هستند که آزمایش‌های خانگی سلامت دستگاه گوارش به خانه شما می‌فرستند و شما مقداری از مدفوع خود را برای انجام آزمایش به آزمایشگاه آنها می‌فرستید.

دکتر زند، پزشک بریتانیایی و مجری تلویزیون تصدیق می‌کند پیدا کردن آزمایشی که قیمت به صرفه‌ای داشته باشد در میان این تعداد محصول مشکل است. او می‌گوید: «آنها توصیه‌هایی به شما می‌کنند که متکی بر شواهد و مدارک نیست، توصیه من این است پولتان را خرج آنها نکنید و اگر مشکلات گوارشی دارید، با پزشک خود مشورت کنید».

تحقیقات نشان داده‌اند سلامت دستگاه گوارش می‌تواند با جنبه‌های مختلفی از سلامتی، از جمله سطح کلسترول تا سلامت روان افراد مرتبط باشد. همزمان با افزایش آگاهی درباره نقش دستگاه گوارش، تمایل برای بهتر کردن سلامتی آن هم بیشتر شده است. بر اساس داده‌های مرکز تحقیق بازار پولاریس، ارزش بازار محصولات پروبیوتیک در سال ۲۰۲۱ نزدیک به ۶۰ میلیارد دلار رسید و پیش‌بینی می‌شود تا سال ۲۰۳۰، سالانه ۷ درصد رشد داشته باشد. اما چرا سلامت دستگاه گوارش مهم است و چطور می‌تواند آن را بهتر کرد؟

دستگاه گوارش سالم چیست؟ از آنجایی که دستگاه گوارش ساختار پیچیده‌ای دارد، تشخیص دستگاه گوارش سالم به سادگی تشخیص سلامت اندام‌های دیگر بدن نیست و هیچ وسیله یا روش اندازه‌گیری واحدی برای اندازه‌گیری سلامت آن وجود ندارد. دستگاه گوارش ما پر از میکروب است. تعداد میکروب‌های داخل آن، آن‌قدر زیاد است که اگر همه‌شان را روی هم جمع کنیم، بیش از ۱.۸ کیلوگرم وزن خواهند داشت. در هر گرم از محتویات روده‌ای، ۱۰۰ میلیارد باکتری وجود دارد. دکتر کاترین جانسون که در مورد ارتباط سیستم گوارش و مغز در دانشگاه آکسفورد تحقیق می‌کند، می‌گوید یک دستگاه گوارش سالم، معمولاً گونه‌های متنوعی از میکروب‌ها را در خود دارد. با همه این‌ها، به گفته خانم جانسون دانش میکروبیوم هنوز حوزه نسبتاً جوانی در علم است و به همین دلیل است که ما با جزئیات نمی‌دانیم یک سیستم گوارش سالم چه شکلی دارد. او می‌گوید: «میکروبیوم دستگاه گوارش برای هر فرد متفاوت و بسیار متنوع هستند. هزاران گونه مختلف میکروب و هزاران زیرمجموعه مختلف در هر گونه وجود دارد و ما اطلاعاتی درباره کارکرد بسیاری از آنها نداریم».

چرا داشتن سیستم گوارش سالم، اهمیت دارد؟ دکتر جانسون می‌گوید: «سیستم گوارش می‌تواند تقریباً بر تمام اندام‌های بدن تأثیر بگذارد». مغز و سیستم گوارش ارتباطی بسیار قوی با یکدیگر دارند که به نام محور مغز-گوارش شناخته می‌شود. هر یک از دو طرف این محور، برای دیگری حیاتی و ضروری است. مطالعات نشان داده‌اند رشد و تکامل مغز در صورت نبودن میکروبیوم‌های دستگاه گوارش، غیرطبیعی خواهد بود. از سیستم گوارش گاهی به عنوان مغز دوم یاد می‌شود زیرا باکتری‌های موجود در آن می‌توانند رفتار ما را به واسطه ۱۰۰ میلیون نورونی که در آن وجود دارند، تحت تأثیر قرار دهند. نورون‌ها سلول‌هایی هستند که در مغز و در سیستم عصبی مرکزی بدن وجود دارند و به بدن ما می‌گویند چطور رفتار کند. دستگاه گوارش ما حتی می‌تواند خلق و خوی ما را تنظیم کند زیرا می‌تواند مواد شیمیایی انتقال‌دهنده پیام‌های عصبی (نورو ترانسمیتر)، شبیه آنچه در مغز وجود دارد، مانند سروتونین تولید کند. ما دستگاه گوارش را بیشتر برای نقشی که در جذب مواد مغذی غذا دارد می‌شناسیم. دکتر ونکاترامان کریشنا، متخصص گوارش از هند توضیح می‌دهد: «ما نمی‌توانیم آب و مواد معدنی را از طریق مدفوع از بدن خارج کنیم».

دکتر مگان راسی که به عنوان دکتر سلامت گوارش در بریتانیا شهرت دارد، می‌گوید عدم تعادل در میکروب‌های گوارشی تاکنون با ۷۰ نوع بیماری مزمن مرتبط دانسته شده است. این بیماری‌ها شامل بیماری‌های قلبی عروقی، بیماری‌های تنفسی تا بیماری خود ایمنی مانند آرتریت روماتوئید می‌شوند. دکتر راسی می‌گوید نزدیک به ۷۰ درصد سلول‌های ایمنی بدن در سیستم گوارش ما زندگی می‌کنند و در ارتباط دائم با سیستم ایمنی بدن ما هستند. او اضافه می‌کند: «به همین دلیل کسانی که سیستم گوارش سالم‌تری دارند، سیستم ایمنی مقاوم‌تری هم دارند».

چطور می‌توانید سلامت سیستم گوارش خود را بهبود بخشید؟ به دنبال پروژه مطالعه سیستم گوارش که در سال ۲۰۱۸ در ایالات متحده انجام شد، متخصصان توصیه‌های جدیدی را به مردم آغاز کردند، از جمله مصرف حداقل ۳۰ نوع گیاه در طول هفته. این کار به تنوع میکروبیوم سیستم گوارش کمک می‌کند. منظور از گیاه فقط میوه و سبزیجات نیست بلکه دانه‌ها، ادویه‌ها و آجیل‌ها در این گروه قرار می‌گیرند. خانم راسی پیشنهاد می‌کند در دستور پخت غذاها بعضی مواد اولیه را عوض کنیم و در سوپ‌مارکت‌ها دنبال میوه‌های مختلف باشیم تا بتوانیم به رژیم خود از جهت مصرف گیاهان تنوع بخشیم. او توصیه می‌کند: «مثلاً می‌توان به جای استفاده از جو برای فرنی صبحانه، به آن دانه‌های دیگری مانند کینوا هم اضافه کرد و رویش کمی بلو بری و تخم و دانه‌های مختلف ریخت. یا می‌توان به جای اینکه مایع ماکارونی



عشق استرنبرگ سه مؤلفه وجود داشته و برای ازدواج فرد تهدیدآمیزترین نوع خیانت است.

خیانت اینترنتی: اینترنت جایی است که مردم می‌توانند بدون موانعی که در ارتباطات واقعی وجود دارد یکدیگر را ملاقات کنند و درها همیشه باز و همه دعوت هستند. اینترنت به وسیله یک موتور

سه گانه کار می‌کند. ۱- قابلیت دسترسی، ۲- توانایی، ۳- ناشناختگی. این مؤلفه‌ها باعث می‌شوند با یکدیگر مثل یک موتور جت عمل کرده و سرعت و شدت رفتار خیانت‌آمیز را افزایش می‌دهد. این امکان منجر به برقراری ارتباطی سریع‌تر از دیدارهای دنیای واقعی می‌شود و علاوه بر این در خیانت اینترنتی تصور بر آن است که امکان خروج فوری و فرار سریع را فراهم می‌کند. در این نوع خیانت‌ها یک صمیمیت ساختگی بوجود می‌آید، چرا که صمیمیت واقعی تنها در ارتباطات واقعی شکل می‌گیرد. بنابراین احتمال این که بعد از دیدارهای حضوری در زمان کوتاهی به اتمام برسد، بیشتر است. عواملی که در بوجود آمدن خیانت موثر هستند:

♦ ناتوانی در ایجاد صمیمیت در رابطه زناشویی ♦ مسائل و مشکلات در تعهد ♦ نبود اشتیاق در رابطه زناشویی ♦ عدم کارایی در حل و فصل کردن تعارضات و خشم‌های مربوط به رابطه زناشویی ♦ اعتیاد جنسی ♦ تحولات چرخه زندگی ♦ بیماری‌های روانپزشکی ♦ ترس از صمیمیت، وابستگی و یا اعتیاد ♦ نظام ارزشی که به لذت و هیجان نسبت به وفاداری و اخلاقیات اولویت می‌بخشد ♦ علل خیانت زناشویی یا رابطه زناشویی ♦ نگرش‌های سهل‌گیرانه در مورد روابط زناشویی.

تحقیقات نشان داده است که نوع نگرش افراد، متغیر مهمی در حوزه خیانت است. افرادی که نگرش سهل‌گیرانه‌تری در مورد خیانت دارند به احتمال بیشتری خیانت خواهند کرد. برای زنان، نگرش‌های سهل‌گیرانه بهترین راه پیش‌بینی درگیری در خیانت است و یکی از عوامل زمینه‌ساز این نگرش دیدن خیانت پدر و مادر و شکسته شدن تابوی خیانت است. بدین ترتیب وقتی فرد موانعی را بر سر راه رابطه زناشویی‌اش می‌بیند راحت‌تر رابطه را دور زده و آسان‌تر به خیانت پناه می‌برد. در واقع درک خیانت پدر و مادر ممکن است خیانت را برای فرد به مقوله‌ای قابل قبول بدل کند.

انتقام: زمان‌هایی وجود دارد که یکی از زوجها در رابطه زناشویی‌اش بی‌تعهدی کرده و زوج قربانی برای برانگیختن حس حسادت و انتقام‌جویی از همسرش وارد رابطه زناشویی می‌شود. در بعضی موارد نیز آموزش‌ها و یادگیری‌های دوران کودکی و تاثیر اطرافیان ممکن است در واکنش فرد به شکل انتقام‌جویی تاثیر داشته باشد. بعضی افراد آموخته‌اند که در برابر خیانت و یا هر رفتار منفی دیگری مقابله به مثل کنند و واکنش منفی نشان دهند. این افراد رفتار خود را با نوعی مکانیزم دفاعی یعنی دلیل‌تراشی توجیه می‌کنند، در واقع در برابر شکست‌ها، ناکامی‌ها یا رفتارهای ناسازگارانه‌شان دلایلی به ظاهر موجه ارائه دهند.

تنوع‌طلبی: عده‌ای از افراد معتقدند که انسان در طولانی مدت نمی‌تواند روابط جنسی خود را به شکل تک همسری ادامه دهد و وفاداری به همسر یک عقیده غیرعادلانه و قدیمی است، بنابراین در بعضی موارد، چیزی که به یک رابطه زناشویی می‌انجامد، نیاز به تجربه شور و عشق زیاد و میل به تجربه کردن یک رابطه جنسی جدید و ممنوعه است.

مشکلات جنسی: در روابط جنسی مشکل‌دار، زن و شوهر هر دو از رابطه جنسی لذت نمی‌برند و شادابی رسیدن به ارگاسم، آرامش و آسودگی هنگام رابطه جنسی آنها سیر نزولی پیدا می‌کند و در بعضی جوامع سنتی به دلیل این که زن و شوهرها هنوز نیاموخته‌اند که مشکلات رابطه جنسی نیز راه درمان دارد و می‌توانند با مشاوره و درمان این مشکل را حل کنند، به اشتباه تحت تاثیر یادگیری‌های اجتماعی راه آسان‌تر یعنی رابطه زناشویی را در پیش می‌گیرند.

برطرف نشدن نیاز از سوی همسر: گاهی اوقات زن و شوهرها به اشتباه تصور می‌کنند که اگر همسر خوبی داشته باشند هرگز ناکامی را تجربه نمی‌کنند. این افراد تصور می‌کنند همسرشان می‌بایست همه نیازهایشان را تامین کند و زمانی که در زندگی مشترک با ناکامی‌هایی از جمله درک نشدن، تنها ماندن، حمایت نشدن و یا هر نیازی که شریک زندگی‌شان توانایی برآورده کردن آن را ندارند، مواجه می‌شوند، احساس خشم نسبت به او پیدا می‌کنند. همچنین او را مسئول این ناکامی‌ها می‌دانند و گاهی این توقع و تصور غیرمنطقی باعث می‌شود تا فرد به خود حق بدهد که نیازهای تامین نشده در رابطه زناشویی‌اش را به شکل مخفی و پنهانی برآورده کند.

روابط فرا زناشویی چیست؟

دکتر نرگس خدابنده - دکترای روانشناسی

یکی از چالش‌هایی که بسیاری از زوجها با آن روبرو هستند فریبکاری در رابطه است و بزرگترین عمل فریبکارانه بین زوج رویارویی با خیانت است. خیانت نقض اعتماد است، فقدان وفاداری و عدم تعهد اخلاقی نسبت به همسر است، به همین دلیل دردناک‌ترین تجربه انسانی است و آسیب ناشی از تاثیرات عمیقی بر روان افراد برجای می‌گذارد. فرزندان، اعضای خانواده، همسر و حتی خود شخص درگیر رابطه فرا زناشویی و محبوبش نیز در این میان آسیب می‌بینند. آیا با تجربه خدشه‌دار شدن اعتماد، افراد قادرند دوباره به همسرشان اعتماد کنند؟ آیا علت این خیانت ریشه در عوامل فردی دارد یا ارتباطی؟ آیا بین انواع خیانت تفاوتی در میزان آسیبی که به افراد می‌زند، وجود دارد؟ اگر شما نیز در مورد روابط فرا زناشویی، علت و انواع آن سؤالاتی از این دست دارید، خواندن این مقاله را از دست ندهید.

روابط فرا زناشویی چیست؟ منظور از روابط فرا زناشویی یا خیانت برقراری رابطه معنادار عاطفی، جنسی، حمایتی و ارتباطی با فردی غیر از همسر یا شریک زندگی است. ارتباط فرا زناشویی باعث نقض تعهد ضمنی یا کتبی است که افراد به هم داده‌اند و فرد عهدشکن با شکستن این تعهد باعث آسیب شدید روحی و جسمی به فرد مورد تعهد خود می‌شود.

روابط فرا زناشویی چیست؟ روابط فرا زناشویی به معنای وجود ارتباط عاطفی خارج از چهارچوب قواعد اخلاقی، شرعی، قانونی و فرهنگ حاکم بر جامعه است که منجر به زیر پا گذاشتن تعهد زوجین به یکدیگر می‌شود، به عنوان مثال روابط فرا زناشویی می‌تواند از رفتارهایی از جمله چت کردن، ایمیل زدن، فریب دادن، دیدن فیلم پورن تا صمیمیت‌های جسمی و جنسی باشد، بنابراین می‌توان هر رفتاری که از نگاه افراد به نقض پیمان ازدواج میان دو نفر منجر شود را تحت عنوان روابط فرا زناشویی قرار داد. باید به این نکته توجه کرد بعضی از متخصصین زوج، به خیانت جنسی در روابط فرا زناشویی در بافت ازدواج بیشتر از سایر انواع روابط که تعهد در آنها مطرح است مثل ازدواج سفید، توجه می‌کنند، این در حالی است که شواهد علمی نشان می‌دهد خیانت عاطفی حتی در روابطی که افراد به شکل قرارداد رسمی ازدواج هم در کنار هم نیستند، بسیار آسیب‌زننده است. متخصصین زوج‌درمانی علت‌های زیادی را برای رخ دادن پدیده روابط فرا زناشویی بیان می‌کنند که در این میان نارضایتی از روابط عاطفی و عدم صمیمیت میان زوجین از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. وقتی دو نفر پیمان می‌بندند که به هم متعهد بمانند ولی در میانه راه یکی این پیمان را به دلایلی می‌شکند و با پشت پا زدن به همه قول و قرارها راهش را از همسرش جدا می‌کند، روابط فرا زناشویی شروع می‌شود که ممکن است به از هم پاشیدن زندگی زناشویی ختم شود.

مرز میان رابطه زناشویی و روابط فرا زناشویی: روابط زناشویی شامل سه رکن تعهد، جاذبه و تفاهم است. تعهد مهمترین وجه تمایز بین روابط زناشویی و فرا زناشویی است. در واقع تعهد حدی است که در آن افراد دیدگاه بلند مدتی در مورد ازدواجشان دارند، برای رابطه‌شان فداکاری می‌کنند، در جهت حفظ، تقویت و همبستگی اتحادشان گام برمی‌دارند و حتی زمان‌هایی که رابطه‌شان پاداش‌دهنده نیست باز هم با همسرشان می‌مانند.

انواع روابط فرا زناشویی

رابطه عاطفی: رابطه عاطفی مانند صمیمیت و دلبستگی عاطفی با فردی دیگر به غیر از همسر را خیانت عاطفی می‌گویند و زمانی اتفاق می‌افتد که منابعی نظیر توجه، وقت و عشق رمانتیک به فرد دیگری غیر از همسر معطوف می‌شود. فهم، درک و همراهی از دیگر جلوه‌های خیانت عاطفی است و در رابطه‌های اینترنتی زیاد دیده می‌شود و تهدید جدی‌تری برای ازدواج هستند. در این نوع خیانت معمولاً طرفین احساس می‌کنند می‌بایست در مورد رابطه‌شان تصمیم بگیرند.

رابطه جنسی: تصور عامه مردم از خیانت، داشتن رابطه جنسی با شخص سوم است. خیانت جنسی عبارت است از ارتباط جنسی خارج از ازدواج با فرد دیگر. علاوه بر این برخی از متخصصین زوج علاوه بر رابطه جنسی، رفتارهایی نظیر لمس کردن، نوازش کردن را نیز جز خیانت جنسی توصیف می‌کنند. ویژگی بارز این رابطه، نبود ارتباط عاطفی با معشوق است. این خیانت‌ها می‌توانند در طول سال‌های ازدواج صورت گیرد. رابطه‌ها جدی نیستند و معشوق کم خطر است.

رابطه مرکب: پنج ویژگی توصیف‌کننده خیانت مرکب عبارتند از: گذاشتن زمان زیاد با نفر سوم، میزان درگیری عاطفی بالا با نفر سوم، وجود رابطه جنسی، مخفی بودن کیفیت رابطه با نفر سوم و دو طرفه بودن رابطه. در این نوع خیانت طبق الگوی مثلث

بهترین روش ها برای کنترل خشم در کودکان

دکتر هما رضایی - دکتری تخصصی مشاوره

کنترل خشم در کودکان یکی از موضوعات مهمی است که والدین باید به آن توجه زیادی کنند. خشم یکی از احساسات طبیعی است که در تمام انسان آنها بروز داده می شود اما آنچه که مهم است کنترل خشم، به خصوص در کودکان است. خشم در کودکان علاوه بر آسیب های روحی به کودک، آسیب های جسمی را هم به او وارد می کند پس بهتر است در همان کودکی کنترل خشم را به کودکان آموزش دهیم.

علت خشم در کودکان چیست؟ خشم و پرخاشگری یکی از رفتارها و احساسات تهاجمی طبیعی در کودکان است. به طور مثال زمانی که کودکان به خاطر اسباب بازی هایشان با هم درگیر می شوند و تا حد کبودی جیغ می زنند. یک کودک خردسال می تواند در زمان انجام کارها مانند کاردستی درست کردن، به همبازی خود حمله کند و خشم خود را بروز دهد. حتی زمانی که کودک به مهدکودک می رود، به دلیل دلخوری و ناراحتی که دارد و احساس بی توجهی از خانواده اش به دلیل دوری از خانه ممکن است با هل دادن بغل دستیش از او انتقام را بگیرد. عواملی همچون درس خواندن، گشنگی و تشنگی، خستگی، اختلاف بین والدین و یا طلاق پدر و مادر، حسادت کودکان و... از عواملی هستند که بر روی خشم کودک تاثیر می گذارند. بهتر است برای کنترل خشم کودک با او صحبت کنید تا مشکلاتش را حل کند.

در برابر خشم کودکان چه باید کرد؟ در برابر خشم کودکان می توانید اقدامات مختلفی را انجام دهید، که در ادامه این اقدامات را بررسی می کنیم.

الگوی خوبی باشید: هرچقدر هم عصبانی یا خشمگین باشید، سعی کنید خشم خود را در برابر کودک خود حفظ کنید و او را سرزنش نکنید. انجام این کارها نه تنها تاثیر مثبتی در رفتار کودک ندارد بلکه، باعث می شود یاد بگیرد در هنگام عصبانیت، آن را بروز داده و به درگیری فیزیکی و لفظی روی بیاورد. به جای این رفتار خشم خود را کنترل کرده و الگوی خوبی برای او باشید.

سریع تر پاسخ بدهید: سعی کنید زمانی که متوجه می شوید فرزندان در حال پرخاشگری است سریع به او پاسخ بدهید و جلوی کج خلقی او را بگیرید و نگذارید کار به جایی بکشد که برای بار سوم که شروع به زدن می کند به کودک خود بگویید بس است. بلافاصله به او بفهمانید که کار اشتباهی می کند.

او را از این موقعیت خارج کنید: سعی کنید او را برای یک وقفه کوتاه از موقعیت خارج کنید. اگر کودک پیش دبستانی است زمان برای وقفه بین ۳ تا ۴ دقیقه کافی است. اگر کودک بزرگ تر است، او را به دلیل کار بد خود توبیخ کنید، مثلا ساعت تماشای تلویزیون و پول توجیبی اش را کاهش دهید، تا با نتایج کار اشتباهش آشنا شود و دیگر آن کار را انجام ندهد.

به واکنش انتخابی خود پایبند باشید: در هنگام رفتار اشتباه کودک، واکنش یک سانی به این رفتار بدهید. یعنی هر دفعه یک نوع واکنش بدهید که کودک در ذهنش جابجایی کند که شما چه واکنشی می دهید و ملکه ذهنش باشد که دیگر این کار را نکند تا با رفتار پیش بینی شده شما همراه نشود.

دنباله مطلب در صفحه ۵۲

حتی اگر حامل ژن آلزایمر باشند، بسیار کمتر از دیگران به زوال عقل مبتلا می شوند. او همچنین در تحقیق دیگری دریافت که افرادی که باورهای سنی مثبتی دارند، به طور متوسط ۷ سال و نیم بیشتر عمر می کنند.

احساس بد داشتن به پیر شدن سبب کاهش اعتماد به نفس و کناره گیری افراد از اجتماع می شود. مطالعات اخیر نشان می دهد که کلیشه های سنی درونی شده باعث می شود افراد تمایل به بازنشستگی زودهنگام داشته باشند. همچنین، احساسات منفی داشتن در مورد افزایش سن و پیری سبب افزایش سطح استرس بیولوژیکی افراد می شود و آنها را در معرض خطر بیماری قلبی و سکته قرار می دهد.

کلید استراتژی سه بخشی لوی برای کاهش کلیشه های سنی درونی شده تغییر عادات است. لوی می گوید: «اگر ما از این پیامها آگاه نباشیم، اغلب نمی توانیم در برابر آنها مقاومت کنیم و آنها را زیر سوال ببریم یا قبول نکنیم».

۱. کلیشه های سنی یا سن گرایی را بشناسید.

۲. تقصیر را به جای افزایش سن بر گردن کلیشه های مربوط به پیری بیندازید.

۳. در برابر پیام های ضدپیری در تبلیغات، سیاست، مکالمات روزمره، و افکار خودتان مقاومت کنید.

چرا از پیر شدن می ترسیم و چگونه این نگرش را تغییر دهیم؟

واشنگتن پست

همه ما کم و بیش با افکار منفی مربوط به افزایش سن و پیری درگیر بوده ایم و چه بخواهیم یا نه بخواهیم، زمانی با این روند پیری روبرو می شویم. اما آیا افکارمان می تواند در روند پیری تغییری بدهد؟

تعصب داشتن روی سن زیاد فقط به کلیشه های آشکار سنی مانند «ما به نیروهای جوان تر نیازمندیم» یا «کارت تولد» محدود نمی شود، بلکه بسیاری از این تعصبات از طرف خود افراد سالمند شکل می گیرد و ابراز می شود. تعصب داشتن روی سن، همچون دیگر شکل های پیری مانند خودخوری، با آسیب دیدن سلامت عاطفی و جسمانی همراه است و می تواند سال ها از عمر فرد بکاهد. با این حال، افراد برای بهتر کردن حال جسمی و روحی خود می توانند این احساسات منفی را تغییر دهند.

بکا لوی، استاد اپیدمیولوژی و روان شناسی در دانشکده بهداشت عمومی ییل، گفت: «افراد مسن می توانند به نکته های مثبت زیادی در مورد پیری، مانند مزایای قوی تر شدن و داشتن اراده بیشتر برای زندگی، توجه کنند». لوی می گوید: «باورهای سنی ثابت نیستند. انعطاف پذیرند و می توانیم تغییرشان دهیم و همین نکته واقعا مهم و اساسی است». کلیشه های سنی درونی شده به نوعی صدای منفی در ذهن افراد است که



شاید آنها را وادار کند که برای جوان تر به نظر رسیدن، به کارهایی مانند بوتاکس و لیفتینگ صورت یا جراحی های زیبایی روی آورند، یا زمانی که نامی را فراموش می کنند به خودشان بگویند نکند «لحظه بزرگ پیری» از راه رسیده است. البته این نگرش ها تقریبا جهانی اند و بیش از ۸۰ درصد افراد بین ۵۰ تا ۸۰ ساله گرفتار کلیشه های رایج مربوط به سن هستند.

نکته جالب اینجاست که در واقعیت امر، اکثر قریب به اتفاق افراد سالمند احساس سلامتی می کنند و از زندگی شان راضی اند. اما تصویری که از افراد مسن در تبلیغات به چشم می خورد متفاوت است، آنها را اغلب فراموشکار و بدخلق و ضعیف نشان می دهند. احتمالا تعصب داشتن روی خود غیرمنطقی به نظر می رسد، اما این کلیشه های سنی درونی شده بسیار آهسته عمل می کنند. این کلیشه ها، که از دوران کودکی با افسانه هایی در مورد جادوگران شیطانی شروع شده است، به لطف زمان و پیام های منفی که رسانه ها و جامعه می فرستند، گسترده تر و جاگیر تر می شود. سپس، زمانی که متوجه سفید شدن موهایمان می شویم یا مثلا در اتوبوس جوان ترها جای شان را به ما می دهند، این کلیشه های سنی سمی ناگهان شخصی می شوند. ماروین فرموسا، دانشیار پیری شناسی در دانشگاه مالت، می گوید: «افراد مسنی که واقعا سن شان را کمتر از دیگران می دانند، خیره کننده اند. مردم سن خود را انکار می کنند».

بنابر پژوهش های آمریکایی ها در سال ۲۰۲۲، حدود ۵.۴ میلیارد دلار برای محصولات ضدپیری پوست هزینه شده است. محصولات ضدپیری فقط کرم های ضد چروک نیست. این محصولات در واقع روی نحوه تفکر و احساسات و عمل افراد اثر می گذارند. لوی در پژوهشی که کرد افراد مسن را، در حالی که در حال بازی کامپیوتری بودند، ناخودآگاه در معرض کلماتی قرار داد که بار منفی در مورد پیری داشتند، کلماتی مانند سالخورده و وابسته. این عده را همچنین در معرض کلمات مثبتی مانند عاقل و موفق نیز قرار دادند. قبل و بعد از بازی، پژوهشگران از شرکت کنندگان خواستند کارهایی مانند اینها بکنند: صحبت کردن در مورد یک واقعه استرس زا، پیاده روی در فاصله کوتاه، و حفظ تعادل.

هنگامی که این افراد ناخودآگاه کلمات نشاط آور در مورد پیری می شنیدند، در حافظه شان بهبود حاصل می شد. در حین تعریف واقعه استرس زا، فشار خون و ضربان قلبشان کاهش می یافت، و در راه رفتن سریع و حفظ تعادل عملکرد بهتری نشان می دادند. همین افراد در مواجهه با کلمات منفی، واکنش های ناخوشایند و سرشار از استرسی داشتند. لوی همچنین دریافت افرادی که باورهای سنی مثبت تری دارند،

ادامه مطلب روابط فرازنشویی... از صفحه ۴۹

اثبات مردی، توانایی جنسی یا جذابیت جنسی: در بعضی فرهنگ‌های سنتی که نقش‌های جنسیتی اهمیت بالایی دارند، مردان داشتن رابطه‌های مخفیانه یا موازی با زندگی مشترکشان را نشانه مرد بودن یا داشتن توانایی جنسی بالا می‌دانند، گاهی در محافل مردانه، مردی که رابطه فرازنشویی ندارد توسط دوستانش مورد تمسخر قرار می‌گیرد و تشویق می‌شود تا به همسرش خیانت کند، البته مردانی که در کودکی مورد تنبیه بدنی و تحقیر شدید از سمت بزرگترها قرار گرفته‌اند به احتمال بیشتری به دلیل کمبود اعتماد به نفس برای نشان دادن احساس مردانگی و سرکوب کردن احساس تحقیر درونی وارد رابطه فرازنشویی شوند.

علاقه مرد متاهل به زن شوهردار: در دیدگاه روانکاوی یکی از مراحل رشدی در پسرها عبور از مرحله ادیپ است، یعنی پسرها بعد از سه سالگی به جای رقابت با پدر برای تصاحب مادر با پدر همانندسازی کرده و سعی می‌کنند ویژگی‌های مردانه را در خود تقویت کرده تا توسط پدر و بعد همسالان خود در فضاهای مردانه پذیرفته شوند. از دیدگاه روانکاوی زمانی که پدر نقش ضعیفی داشته یا اصلاً حضور نداشته باشد، ممکن است پسر نتواند از این مرحله عبور کند و دچار عقده ادیپ شده و احتمالاً در بزرگسالی عاشق زنان شوهردار شده و بخواهند با همسر آن زن رقابت کرده و آن زن متاهل که یادآور مادر و کشمکش‌های با پدر هست، را بدست آورند.

اختلافات زنشویی: عدم مهارت در حل کردن تعارضات زنشویی یکی از عوامل مهم ناراضیاتی زنشویی است. از راه‌های تسکین موقتی این ناراضیاتی، داشتن رابطه‌های فرازنشویی است. گاهی زن و شوهرها به جای حل کردن مشکلات رابطه، تصور می‌کنند باید با فرد دیگری ازدواج می‌کردند که قدر او را بدانند و با او همراهی کنند و یا اگر به اختلاف نظر و سلیقه می‌رسند تصور کنند باید با فردی که از نظر فکری و احساسی به او شبیه‌تر می‌بود، ازدواج می‌کردند، در حالی که حتی در بین دوقلوهای یکسان نیز در بزرگسالی تفاوت‌ها و اختلاف نظرهایی وجود دارد و اختلاف و تعارض بخش طبیعی زندگی مشترک است. افرادی که تصور می‌کنند با فرد شبیه خود دیگر تعارضی نخواهند داشت صرفاً می‌توانند چنین فانتزی را در رابطه‌های پنهانی که تنها دربرگیرنده بخشی از زندگی واقعی است تجربه کنند.

ازدواج نادرست: بعضی ازدواج‌ها به دلایل اشتباهی اتفاق می‌افتد، برای مثال ازدواج‌هایی که برای رسیدن به استقلال، فرار از فشار خانواده، انتقام از فردی دیگر، رهایی از تنهایی انجام می‌شود، احتمال جدا شدن در آن بیشتر است. در ازدواج‌های نادرست گاهی فرد به دلیل نداشتن استقلال مالی، فشار خانواده‌ها و یا داشتن فرزند امکان جدا شدن برای خود نمی‌بیند، بنابراین برای تحمل زندگی مشترک به خود اجازه تجربه روابط فرازنشویی را می‌دهد.

تجارب جنسی یا عاطفی گذشته: داشتن روابط جنسی یا عاطفی متعدد قبل از ازدواج احتمال خیانت در رابطه زنشویی را بالا می‌برد، یکی از علت‌های اصلی آن شکل‌گیری انتظاراتی است که از رابطه‌های گذشته در فرد بوجود آمده است که آنها را به رابطه کنونی خود می‌آورند. در نتیجه به مقایسه شریک زندگی خود با افرادی که در گذشته در زندگی فرد بودند می‌پردازند و ممکن است باعث چالش منفی برای رابطه و میل به برگشت و تجربه دوباره آن افراد شود.

راهکارهای اساسی برای بازگشت به زندگی مشترک برای فرد خیانت دیده

♦ گذشت زمان: اجازه دهید زمان خاطراتی را که موجب تحریک احساس آزرده‌گی تان شده، کم رنگ کند.

♦ از زندگی کردن با اشتباهات گذشته پرهیز کنید، بر زمان حال و آینده تمرکز کنید، و به شدت از مرور آگاهانه خاطرات گذشته اجتناب کنید.

♦ از آزرده‌گی تان به عنوان وسیله‌ای برای گرفتن امتیاز از همسران و رسیدن به خواسته‌هایتان خودداری کنید.

راهکارهای موثر برای زوج‌های آسیب دیده از خیانت

حمایت کردن: عامل ناخشنودی همسران نباشید، خیانت باعث شده شما و همسران در رابطه‌تان رفتارهای نامحترمانه و خودخواهانه انجام دهید، بنابراین اگر جلوی این رفتارها که طوفان‌های عشق هستند را بگیرید، نه تنها از همسران محافظت کرده‌اید، بلکه باعث رشد مجدد علاقه و عشق بین تان هم می‌شوید.

توجه کنید: شما و همسران در ابتدا عاشق هم شدید، چون مهمترین نیازهای عاطفی یکدیگر را بر طرف می‌کردید. برای برطرف کردن نیازهای عاطفی همسران ابتدا باید بدانید نیازهای عاطفی همسران چیست. اغلب این نیازها از زمانی به زمان دیگر تغییر می‌کند، برای این موضوع نیاز است که به همسران توجه لازم را داشته باشید.

اختصاص وقت برای با هم بودن: هر هفته سعی کنید حداقل ۱۵ ساعت را به بودن با همسران اختصاص دهید. اگر هر هفته برنامه‌ای برای بودن با هم تعیین کنید و در آن ساعات، نیازهای یکدیگر را برآورده کنید، دیگر نیازی به ایجاد رابطه پنهانی با شخص دیگر نخواهد بود.

صداقت داشته باشید: تنها راه داشتن صداقت کامل، رعایت قانون صداقت است و صداقت یعنی با همسران درباره احساسات مثبت و منفی، برنامه‌های روزانه، افکار و برنامه‌های آینده‌تان صحبت کنید. صداقت نه تنها شما را از نظر عاطفی به یکدیگر نزدیک‌تر می‌کند، بلکه مانع شکل‌گیری عادات مخرب و مخفی نگه داشتن آنها از همسران می‌شود.

روش‌های پیشگیری از خیانت همسر

کمک به رشد فردی یکدیگر: تحقیقات نشان داده اگر رابطه‌ای زمینه توسعه و پیشرفت طرفین را فراهم نکند، میزان رضایت و خشنودی کاهش پیدا می‌کند، بنابراین اگر فردی برای پیدا کردن راه‌های جدید ارتقاء خود در رابطه کنونی‌اش ناتوان باشد، ممکن است جذب افرادی خارج از دایره ازدواجش شود و نیاز به توسعه خود را در آنها جستجو کند. در نتیجه این فرایند احتمال خیانت زنشویی بالا می‌رود. در واقع اگر افراد همسر خود را عاملی در رشد فردی خود بدانند تعهدشان در رابطه زیاد می‌شود و احتمال خیانت را در رابطه کاهش می‌دهد.

تقویت رابطه زنشویی: تحقیقات نشان داده استفاده از سکس چت‌ها در برخی موارد می‌تواند علامت مشکل ارتباطی قوی باشد که اغلب با صمیمیت، وابستگی و احساس رهاشدگی مربوط است. در واقع متخصصان زوج‌درمانی به این موضوع تأکید کرده‌اند علت خیانت با شکست در ارتباط برقرار کردن، شکست در مرزها و شکست در تعهد، رابطه قوی دارد. «یانگ»، زوج درمانگر، در مورد راهبردهای جلوگیری از خیانت معتقد است زوج‌ها باید به شکل مداوم در جست‌وجوی راهکارهایی جهت ارتقا و بهبود رابطه‌شان باشند. یانگ معتقد است بهبود ارتباط شامل استفاده از زبان «من» و گوش دادن همدلانه و نیز توجه به موضوعات زیربنایی است.

افزایش سرمایه‌گذاری در رابطه: زوج درمانگران معتقدند، وقتی زوج روی رابطه زنشویی خود سرمایه‌گذاری احساسی، زمانی، انرژی و... دارد، میزان تعهد در رابطه بیشتر می‌شود. در واقع بخشی از تعهد در رابطه به این بستگی دارد که یک فرد تا چه حد به شریک زندگی خود احساس دلبسته بودن دارد و به حفظ رابطه خود با او و باقی ماندن در آن رابطه علاقمند است. در نتیجه بخشی از تعهد به میزان پیامدهای مثبت در رابطه که شامل شادی، حمایت اجتماعی و رابطه دوستانه است و کاهش پیامدهای منفی از جمله اندوه، آسیب و انزوای بستگی دارد.

توجه به ۷ نیاز اساسی: هفت دسته از نیازها که افراد با استفاده از روابط به دنبال آن هستند، شامل نیاز جنسی، نیاز به صمیمیت، نیاز به مصاحبت و همراهی، نیاز به درگیری عقلانی و فکری، نیاز به درگیری عاطفی، نیاز به امنیت و نیاز به ارزشمندی است. بنابراین در صورتی که افراد در برآورده کردن این نیازها در خود و همسرشان تلاش کنند، تحکیم روابط بیشتر شده و به میزان زیادی از خیانت در رابطه پیشگیری می‌شود. **اوقات فراغت بیشتر با هم:** وقتی رابطه باعث می‌شود که فرد رشد کمتری داشته باشد و طرفین رابطه نیز به یکدیگر نزدیک نیستند، آمادگی طرفین برای خیانت به مراتب بیشتر می‌شود. اشتراک و همراهی با همسر در کسب تجارب و فعالیت‌ها باعث ارتباط قوی بین زوج می‌شود. زمانی که تازگی یک رابطه کاهش می‌یابد، یکی از راه‌های محافظت از رابطه، شرکت در فعالیت‌های جدید و پرداختن به کارهای خلاقانه با هم است. عکاسی، بازی شطرنج، فیلم دیدن و تمرین موسیقی از جمله فعالیت‌هایی است که باعث می‌شود زوج‌ها اوقات خوشی را با هم بگذرانند.

نشانه‌های بارز نشان‌دهنده رابطه فرازنشویی

♦ سرد شدن رابطه زنشویی و بی‌توجهی دو نفر به رابطه و برآورده نکردن نیازهای یکدیگر در آن زیاد می‌شود.

♦ فردی که وارد رابطه فرازنشویی می‌شود اغلب صحبتی از میزان ناراضیاتی که در رابطه دارد نمی‌کند و یا فقط گاهی با شکایت‌های کلی ناراضیاتی خود را اعلام می‌کند. ♦ وجود افرادی که میل به ورود به رابطه‌های دو نفری داشته و احساس عشق را در رابطه‌های پنهانی و خارج از رابطه‌های عرف جستجو می‌کنند.

هشدارهای ورود به روابط فرازنشویی

عدم برآورده شدن نیازهای عاطفی: مهمترین نیازهای عاطفی ما آنهایی هستند که در صورت ارضا شدن موجب شادترین و رضایت‌بخش‌ترین احساس در ما می‌شوند، بنابراین اگر احساس می‌کنید شادی و رضایتی در زندگی مشترک تان ندارید، این هشدار برای آسیب‌پذیر شدن رابطه زنشویی تان است. **دنباله مطلب در صفحه ۵۳**

ادامه مطلب چند ساعت در... از صفحه ۲۲

دختر همچنان برای مادرش گریه می‌کند. دوباره می‌گویم «اجازه بدین بره»، ون متوقف می‌شود. دو دختر دیگر را سوار می‌کنند. یکی‌شان کلاه دارد و دومی روسری. شروع می‌کنند به داش‌مشتی حرف زدن. راننده با ته‌لهجه کردی می‌گوید: «لودگی نکنین، ساکت باشین»، دختری که روسری دارد با اعتراض می‌گوید که روسری سرش بوده و مجبورش کرده‌اند روسری‌اش را بردارد و ازش عکس گرفته‌اند. می‌گوید: «خیلی نامردیه، باهاتون میام، اما به رییس‌تون می‌گم که الکی منو گرفتین»، بعد هم به کردی چیزهایی می‌گوید که نمی‌فهمم. بعد بلافاصله اضافه می‌کند که خجالت می‌کشد همشهری‌اش همچین شغلی دارد. مقام بالاتر، از پنجره داخل ون را می‌بیند و دختر گریان را صدا می‌کند. داستانش را شنیده و از دختر چادری می‌خواهد تعهدی ازش بگیرد و آزادش کند. دختر از پشت شیشه با چشم‌های اشکی برایم بوس می‌فرستد.

خیلی دیرم شده و کلافه‌ام. موبایلم پشت هم زنگ می‌خورد، به دختر چادری می‌گویم «اجازه بدین جواب بدم و به همکارم بگم برام شال بیاره»، موبایل را بهم می‌دهد. به همکارم آدرس جایی را می‌دهم که معلوم نیست چند ساعت دیگر به آنجا می‌رسیم. مثل شکارچی‌ها لای دار و درخت‌ها دنبال دخترانی هستند که حجاب ندارند، یا شال‌شان از سرشان افتاده. حدود سه ساعتی در سطح شهر می‌چرخیم. ساعت نزدیک پنج عصر شده و به سمت قرارگاه‌شان حرکت می‌کنند. همکارم توی خیابان منتظر است. ون را که می‌بیند از پنجره شال را به من می‌دهد. قرارگاه خانه‌ای است که هیچ تابلو یا اعلانی ندارد. دری باز می‌شود و همان ابتدا کد ملی و آدرس هرکدامان را ثبت می‌کنند. نام و نام‌خانوادگی‌مان را روی موبایل‌ها می‌چسبانند و هدایتمان می‌کنند طبقه بالا. دو دختر چادری می‌گویند برای تقویت مژه‌هایشان از چه محلولی استفاده می‌کنند. به من می‌گویند: «خانم محترم».

یکی یکی اسم‌هایمان را صدا می‌زنند. مثل مطب دکتر روی صندلی می‌نشینیم. مردی با موهای کم‌پشت از زیر عینکش نگاه‌مان می‌کند. نوبت من که می‌شود می‌پرسد: «ایرانی هستی؟» بعد به پسر جوانی که در ون بود می‌گوید این چه عکسی‌ست گرفته‌ای؟ عکس باید از روبرو باشه و چهره کاملاً مشخص باشه». از عکسی که گرفته‌اند سه نسخه بی کیفیت پرینت می‌گیرند و از من می‌خواهند زیر هر سه بنویسم این عکس متعلق به من است و امضا و اثر انگشت بزنم. تند تند کارهایی که می‌خواهند را انجام می‌دهم. برگه‌ای هم هست که در مورد سابقه بیماری یا جراحی سوال‌هایی دارد. این را خودشان پر می‌کنند و آخرش امضا می‌کنم و دوباره اثر انگشت. موبایلم را می‌گیرم و پله‌ها را پایین می‌آیم و بیشتر از قبل به مهاجرت فکر می‌کنم.

ادامه مطلب نقد و بررسی... از صفحه ۱۷

در این روایت ما می‌توانیم ترکیبی از قصه‌های مذهبی مرتبط با حضرت نوح و حضرت موسی را مشاهده کنیم که در فیلم پیاده‌سازی شده‌اند. این اشارات البته آسیب‌چندانی به قصه اصلی فیلم وارد نکرده و رویکرد کماکان، پیداری علیه ظلم و استبداد و رسیدن به آزادی است. درون‌مایه‌آشنایی که تقریباً در چند قسمت گذشته سری فیلم‌های «سیاره میمون‌ها» (فارغ از نسخه کلاسیک) به آن پرداخته شده بود و بر اساس آن، سزار در پی دست یافتن به یک آزادی و در عین حال، حمایت از هموعانش در برابر انسان‌های تمامیت‌خواه بود.

ازاین‌جهت، روایت فیلم «پادشاهی سیاره میمون‌ها» غافلگیری قابل توجهی ندارد و وقایع به صورت کلیشه‌ای پیش می‌روند. شخصیت‌های داستان قابل‌پیش‌بینی و نقطه‌گذاری‌های فیلم‌نامه نیز بر پایه اصول بلاک باسترسازی در هالیوود بنا شده است. روایتی که تبدیل به یک اصل در فیلم‌های پرهزینه و اکشن در هالیوود شده و به نظر می‌رسد که سازندگان با توجه به اقبال عمومی نسبت به آن، خیلی علاقه‌ای به ایجاد خلاقیت یا پیچش‌های داستانی در آن نداشته باشند.

با این حال، «پادشاهی سیاره میمون‌ها» واجد ویژگی‌های مثبت فراوانی هم هست که ارزش اثر را بالا برده است. مهم‌ترین ویژگی، جلوه‌های ویژه فوق‌العاده فیلم است که فرایند موشن کیچر در آن به بهترین شکل ممکن انجام شده است. در واقع می‌توان با صراحت گفت که «پادشاهی سیاره میمون‌ها» از حیث جلوه‌های ویژه توان برابری با بهترین آثار هالیوود از جمله «آواتار» را دارد. در بخش‌هایی از فیلم که در داخل آب رخ می‌دهد شما می‌توانید جزئیات مربوط به پوست میمون‌ها و برخورد

ادامه مطلب بهترین روش‌ها... از صفحه ۵۰

با فرزندان صحبت کنید: بگذارید فرزندان آرام شود و سپس در مورد آنچه اتفاق افتاده با او صحبت کنید. بهترین زمان بین ۳۰ دقیقه تا ۱ ساعت بعد از این اتفاق است. بعد از او سوال‌های مرتبط با آن موضوع را پرسید. به طور مثال، (چه رفتاری از دست باعث عصبانی شدن شد؟)

راه‌های مناسب برای کنترل خشم ارائه دهید: به او توضیح دهید که عصبانی شدن طبیعی است و هر کسی می‌تواند عصبانی باشد. به کودک بگویید که ضربه زدن و لگد زدن کار درستی نیست و ایراد دارد. سپس راه‌های بهتری به او پیشنهاد دهید و به او بگویید به جای شوت کردن توپ، پرت کردن اجسام و درگیری‌های فیزیکی و لفظی به طرفی که از او عصبانی شده است، حرف بزند و مشکلش را با حرف زدن بروز دهد.

وقفه تربیتی او را بررسی کنید: در هنگام بروز خشم و پرخاشگری کودک به او یاد دهید که بعد از آن کنار شما نشسته و سکوت کند. در این زمان بگذارید کاملاً آرام شود و اگر احساس کردید کمی آرام تر شده است او را در آغوش بگیرید و به او یاد دهید که بتواند تمامی احساساتش را به بهترین شکل ممکن بروز بدهد.

رفتار خوب او را تشویق کنید و به او افتخار کنید: به غیر از زمانی که به رفتار بد او واکنش نشان می‌دهید، برای رفتارهای خوبش هم این کار را بکنید و از کارهای خوب کودک تعریف و تمجید کنید. همچنین زمانی که موفق به خودکنترلی و کنترل خشم شد، به او جایزه ای بدهد و نشان دهید که به او افتخار می‌کنید.

راهکارهای کنترل خشم کودکان:

- ♦ کودک را از محل درگیری دور کنید.
- ♦ در هنگام خشم کودکان، حواس آنها را پرت کنید و تا درگیری ادامه پیدا نکند.
- ♦ اندکی تسلیم شوید. زیرا فشار زیاد به او و خودتان موجب بروز مشکلات جسمی می‌شود. آیا ترجیح می‌دهید کودک ۱۵ دقیقه بیشتر تلویزیون تماشا کند یا ۳۰ دقیقه سر او داد بزنید؟
- ♦ گاهی اوقات از شوخ طبعی استفاده کنید و برای سرگرم کردن کودک برای او شکلک‌های بامزه در بیاورید.
- ♦ به جای جیغ و داد از کلمات به آرومی استفاده کنید.
- ♦ گزینه‌های وسوسه آمیز را از او دور کنید. به طور مثال در هنگام صرف شام در کنار سفره شکلات نباشد.

آن با آب را مشاهده کنید که به بهترین شکل ممکن شبیه‌سازی شده و از لحاظ بصری، فیلم را چشم‌نواز کرده است. برخلاف انتظار، «پادشاهی سیاره میمون‌ها» از بابت شخصیت منفی داستان نیز وضعیت مناسبی دارد. شخصیت خبیث داستان در این جا، شخصیت جذاب و کاریزماتیکی است که چه در رفتار و چه در کلام، عملکرد تأثیرگذاری دارد. اگرچه این شخصیت دقایق زیادی در داستان حضور ندارد، اما در مجموع می‌توان گفت که حضورش در فیلم ارزشمند بوده و اندیشه‌هایش در فیلم قابل‌نقد است (با ارجاع به همان رویکردهای مذهبی که فیلم قویاً به آن تکیه کرده است). شخصیت اصلی داستان یعنی نوا، علی‌رغم این که ابداً نتوانسته جایگزین سزار در سری فیلم‌های «سیاره میمون‌ها» شود، اما مخاطب را هم آزار نمی‌دهد. این میمون جوان و کنجکاو، نماد نسل جدید جستجوگر است که قصد رسیدن به حقیقت و یافتن آرمان‌های حقیقی را دارد و در نهایت قرار است رستگاری را تجربه کند. نوا دوست‌داشتنی است، اما به‌هرحال ابداً کاریزمای سزار را ندارد و در ذهن مخاطب به‌عنوان یک شخصیت قدرتمند، جایی نخواهد داشت.

در مجموع، «پادشاهی سیاره میمون‌ها» بلاک باستری تماشایی با درون‌مایه مذهبی است که احتمالاً طیف وسیعی از مخاطبین سینما را راضی خواهد کرد. برخلاف انتظار، این فیلم در گیشه عملکرد چندان مناسبی نداشت که عدم حضور شخصیت سزار در داستان می‌تواند عمده دلیل آن باشد. با این حال، تماشای «پادشاهی سیاره میمون‌ها» کماکان تجربه جذابی است. شاید یکی از جالب‌ترین سکانس‌های فیلم، سکانس پایانی آن و خیره شدن انسان و میمون به آسمان پرستاره باشد. جایی که انسان در پی ارتباط با همنوع خود از طریق ماهواره و میمون‌ها در حال کشف ستارگان هستند، لحظه‌ای که به تماشاکر این نوید را می‌دهد که باید منتظر سلطه میمون‌ها بر سیاره دیگر باشیم!

ادامه مطلب تب تغییر... از صفحه ۴۷

منشی پزشکی که این جراحی‌ها را انجام می‌دهد اما با تاکید گفت جراحی تغییر رنگ چشم به شیوه تزریق رنگ‌دانه هیچ عوارضی ندارد و اگر کمترین عوارضی داشت، دکتر هیچ وقت این عمل را انجام نمی‌داد، حرفی که با نظر «هاشم دریاباری»، رییس مرکز نظارت و اعتباربخشی امور درمان وزارت بهداشت که خودش فوق تخصص پیوند قرینه است، متفاوت است. او خرداد ماه در مصاحبه‌ای، تبلیغات فضای مجازی برای ترغیب به عمل جراحی تغییر رنگ چشم را نادرست خواند و گفت وزارت بهداشت انجام این عمل را به کسانی که چشم سالم دارند، توصیه نمی‌کند. با این حال، منشی جراح بارها تاکید کرد این جراحی در ایران ممنوع نیست. او حتی گفت این جراح یک مرکز جراحی را به این منظور در تهران دایر کرده است که بسیار شناخته شده هم هست.

آگهی‌های تبلیغاتی و نظرات متفاوت این شبهه را به وجود آوردند که وزارت بهداشت این عمل را برای هدف زیبایی ممنوع کرده یا آن را غیرمجاز دانسته است. حتی در وبسایت دانشگاه علوم پزشکی کردستان با استناد به همین مصاحبه، عمل تغییر رنگ چشم، «غیرمجاز» عنوان شده است. برخی از پزشکان هم در صفحات اینستاگرامی خود اگر چه عمل زیبایی تغییر رنگ چشم به شیوه «کراتوپیگمناسیون» را تبلیغ می‌کنند اما انجام این عمل را در ایران غیرمجاز عنوان و اعلام کرده‌اند که عمل را در عمان انجام می‌دهند. همین موضع‌گیری مبهم وزارت بهداشت موجب شده است که اظهارنظرها و مطالبی که در رسانه‌ها یا وبسایت‌های پزشکی منتشر می‌شوند، بسیار محتاطانه، دو پهلو و گاه با برداشت‌های اشتباه باشد.

«فرهاد نجات»، پزشک متخصص چشم گفته است وزارت بهداشت این عمل را فقط برای موارد درمانی مجاز می‌داند و در غیر این صورت، آن را غیرمجاز و غیرقانونی اعلام کرده است. این در حالی است که معاون وزیر بهداشت فقط از مردم خواسته به منظور زیبایی این عمل تغییر رنگ چشم را انجام ندهند و گفته است وزارت بهداشت آن را توصیه نمی‌کند. با این حال، خبرنگار در جست‌وجوی خود به هیچ‌بخش‌نامه یا توصیه‌نامه‌ای مبنی بر ممنوع بودن این جراحی در ایران دست پیدا نکرد.

زنان بیشترین طرفداران جراحی‌های زیبایی: وزارت بهداشت موافق باشد یا مخالف، طرفداران تغییر رنگ چشم در ایران این روزها شیوه‌ها و گزینه‌های مختلفی پیش رو دارند که بر اساس بودجه خود می‌توانند دست به کار شوند. توان جریان غالب در جامعه برای سوق دادن افراد به تغییر رنگ چشم هم ظاهراً بیشتر از توصیه‌های علمی است. زنان بر اساس آمارها، ۸۰ درصد متقاضیان جراحی‌های زیبایی در ایران را تشکیل می‌دهند. یکی از دلایل و انگیزه‌های انجام این جراحی‌ها، افزایش تعداد دنبال‌کنندگان در شبکه‌های اجتماعی عنوان شده است. آمار «انجمن جراحان پلاستیک و زیبایی ایران» نشان می‌دهد صدها هزار ایرانی صفحات مجازی بلاگرهای زیبایی را دنبال می‌کنند و حدود شش‌هزار حساب در اینستاگرام و دیگر شبکه‌های اجتماعی به تبلیغ خدمات جراحی پلاستیک مشغول هستند. به نظر می‌رسد اگر در گذشته فقط تصاویر روی جلد مجلات و فیلم‌های سینما و تلویزیون روی نظر جامعه درباره زیبایی تاثیر داشتند، حالا دیدن هر روزه صفحات اینستاگرامی و البته خواندن نظرات دیگر درباره خود هم به تب زیبایی‌جویی دامن زده‌اند.

ادامه مطلب بی بی منجمه... از صفحه ۳۳

یکی دیگر از پیش‌بینی‌های بی‌بی، جنگ بین شامی‌ها و سلاجقه روم بود که او با کمک علم نجوم متوجه شد علاءالدین کی‌قباد، حاکم سلجوقی پیروز خواهد شد و این را به او اطلاع داد. سلطان کی‌قباد نیز بعد از پیروزی، خلعتی برای بی‌بی فرستاد و آنها را به دربار خود دعوت کرد. بی‌بی از سلطان کی‌قباد خواست تا همسرش را به ریاست «دارالانشاء» در آورد و به این ترتیب او با لقب «ترجمان» ریاست دارالانشاء را عهده‌دار شد. این زن و شوهر به همراه پسرشان، «امیر ناصرالدین»، عمر خود را در دربار سلجوقیان گذراندند و سال‌های باقی‌مانده را به تکمیل دانش خود پرداختند.

براساس نوشته برخی منابع، «مجدالدین» در سال ۶۷۰ و بی‌بی در سال ۶۷۹ قمری درگذشتند. پسر این دو در دربار آخرین سلاجقه بود و ریاست دستگاه دیوان طغرا را داشت. او کتابی با عنوان «الاوامر العلانیة فی‌امور العانیة» درباره تاریخ سلجوقیان، به ویژه سلاجقه روم نوشت که برخی پژوهش‌گران، مانند «عباس اقبال آشتیانی»، آن را در ردیف «جهانگشای جونی» و «تاریخ و صاف» می‌دانند.

ادامه مطلب روابط فرازنشویی... از صفحه ۵۱

احساس افسردگی و تهی بودن در زندگی مشترک: وقتی مهمترین رابطه زندگی‌تان خوب پیش نمی‌رود ممکن است شما به نوعی احساس افسردگی و تهی بودن کنید. در این صورت بهتر است با یک متخصص زوج گفتگو کنید.

گذشتن از سرمایه‌های زندگی: وقتی زندگی زنشویی خوب پیش نمی‌رود، افراد قید همسر، فرزندان، شغل و باورهایشان درباره وفاداری و تعهد را می‌زنند، بنابراین اگر تصور می‌کنید به راحتی می‌توانید از سرمایه‌های زندگی‌تان بگذرید حتماً به یک روانشناس یا زوج درمانگر مراجعه کنید.

اولویت دادن به دیگران برای گذراندن وقت: گرایش به گذراندن وقت با هر شخصی به غیر از همسر راهی است که ممکن است افراد برای مواجه نشدن با مشکلات رابطه انتخاب کنند. زمانی که عواطف از طریق سپری کردن اوقات با اشخاصی غیر از همسر که در فرد احساسی خوب ایجاد می‌کنند، تشویق شود، این هشدار است که زندگی مشترک در خطر افتاده است.

نشانه‌های فرد پشیمان از روابط فرازنشویی

♦ میزان بالایی از تعهد در رابطه: تعهد شامل دل‌بستگی عاطفی، الفت دراز مدت، قصد استمرار و ادامه رابطه و وابستگی متقابل برآمده از شناخت است و از آنجایی که برگشت رابطه و ترمیم آن به میزان بالایی متأثر از تعهد است، بنابراین همسر بی‌وفا می‌بایست در رفتارهایش میزان بالایی از تعهد را نشان دهد.

♦ یک عذرخواهی راستین: هدف از عذرخواهی ارتقا سطح بهبود رابطه زنشویی آسیب دیده است. برای عذرخواهی راستین همسر بی‌وفا باید در این مورد شفاف عمل کند، که اقرار صادقانه به تخلف صورت گرفته است. پشیمانی واقعی، تعهد به تغییر و یک عذرخواهی حقیقی برای برگشت به رابطه زنشویی نیاز است.

♦ همسر متخلف باید اندوه واقعی تاسف و پشیمانی خود به همراه نیت جبران رنج و آسیب وارده را ابراز کند. چنانچه عذرخواهی در موقع مناسب ابراز شود، مسلماً موجب افزایش همدلی از سوی همسر خیانت دیده خواهد شد.

♦ همدلی با همسر: همدلی ناشی از یک عذرخواهی صادقانه به طور مطلوبی بر روی همسر خیانت دیده اثر گذاشته و موجب تخفیف خشم، کاهش انگیزه برای مقابله به مثل، کاهش انگیزه برای حفظ فاصله با همسر بی‌وفا و افزایش انگیزه برای رفتارهای آشتی‌جویانه شود.

طلاق به خاطر روابط فرازنشویی همسر: زوج درمانگران معتقدند راهی که زندگی زوج‌های درگیر خیانت را به بهبودی منجر می‌کند، بسیار باریک است و تا وقتی زوج‌ها چنین راهی را پیدا نکنند، فاجعه خیانت ممکن است اثر تخریبی روه افزایشی داشته و در نهایت به فاجعه‌ای عمیق‌تر، یعنی طلاق منجر شود. در واقع رابطه فرازنشویی اشکالات ازدواج را آشکار می‌کند و نشانه این است که زوج گرفتار مشکلات ارتباطی شده است. تحقیقات نشان داده فرازند درمان تغییرات اساسی برای بسیاری از زوج‌های گرفتار خیانت ایجاد می‌کند و آنچه باعث می‌شود زندگی مشترک یک زوج آسیب دیده از خیانت به طلاق برسد تحت تاثیر فاکتورهای زیر است:

انگیزه‌های زیربنایی در رابطه نامشروع: درمانگران زوج معتقدند چندین انگیزه زیربنایی از جمله اجتناب از تعارض، اجتناب از صمیمیت و اعتیاد جنسی برای خیانت وجود دارد که بهترین پیش‌آگهی برای تغییر مثبت، در رابطه اجتناب از تعارض و بعد اجتناب از صمیمیت است.

رابطه عاطفی: زوج‌هایی که ارتباط عاطفی خوبی با یکدیگر داشته‌اند، خصوصاً افرادی که تا حدی به هم علاقمندند، تمایل بیشتری برای کار بر روی ارتباطشان وجود دارد. **سطح پختگی همسران:** معمولاً زمانی که در همسران پختگی وجود دارد امکان کار بر روی ارتباط بیشتر است، به جز در زمانی که در یکی از همسران رشد صورت گرفته، ولیکن در همسر دیگر این رشد وجود نداشته باشد.

تمایل به بررسی خویش و ایجاد تغییر در رفتار: معمولاً در ابتدا همسر خیانت کرده تمایل بیشتری نسبت به همسر خیانت دیده برای بررسی عواطف و رفتارهای خود دارد و اگر همسر خیانت دیده دست از کنکاش‌های وسواس‌گونه در مورد خیانت انجام شده بردارد احتمال اینکه رابطه بازسازی شود وجود دارد.

تمایل به نگذاشتن ازدواج: بعضی از زوج‌ها نمی‌دانند می‌خواهند ادامه دهند یا نه، اما بعد از مدتی که هیچ‌انات فروکش کرد، اگر هر دو بخواهند ازدواج خود را نگهدارند این کار شدنی خواهد بود.

درجه انعطاف‌پذیری: انعطاف‌پذیری ویژگی است که هم به ژنتیک فرد و هم به تربیت او بستگی دارد. در واقع بعضی افراد بعد از چالش‌های حتی ویران‌کننده بهترین نتایج را از شرایط می‌گیرند.

ادامه مطلب گيله مرد... از صفحه ۲۴

یک شب رفته بودیم مسجد. شب احیا بود. شبی بود که چراغ های مسجد را خاموش می کردند و خلائق قرآن به سرشان می گرفتند ر العفو العفو می خواندند. آقای جزایری روی منبر داشت گلویش را پاره می کرد. داشت در باره عذاب دوزخ و روز صد هزار سال و آتش جهنم و مار هفت سر و پل صراط و درخت زقوم فرمایشات می فرمود. رسید آنجا که «ای خلائق! دست به دعا بردارید، العفو العفو بخوانید. هر گناهی که کرده اید امشب بخشوده خواهد شد مگر شرب خمر!» آغلام کنار دستم نشسته بود. یکباره پا شد و در آن شور و سوز و تاریکی و ندبه و دعا، کوبید روی کله رفیق مان یحیی و فریاد کشید: «مادر فلان! تو مرا جهنمی کرده ای!»

ادامه مطلب علائم وابستگی... از صفحه ۴۴

کار کردن روی ارزش ها: لیستی از ارزش ها و اهداف مهم در زندگی تهیه کنید. بررسی کنید ببینید چند درصد از این ارزش ها درونی بوده و عمیقاً از بابت داشتن چنین اهداف و ارزشی احساس شادی و رضایت خاطر دارید و چه میزان ناشی از کسب رضایت دیگران است و صرفاً به خاطر جو جامعه به سمت چنین ارزشی رفته اید. هر چقدر ارزش های شما درونی تر باشد وابستگی عاطفی شما کمتر خواهد بود و کم کم می آموزید به منابع درونی خود اعتماد کنید.

روان درمانی: یکی از راهکارهای بسیار مؤثر برای رها شدن از وابستگی عاطفی کمک گرفتن از مشاور و روان درمانی است. اگر فکر می کنید وابستگی عاطفی در شما بسیار شدید بوده و تمام ابعاد زندگی شما را تحت تأثیر قرار داده است، می توانید به متخصص سلامت روان مراجعه کنید. امروزه رویکردهای مختلف روانشناسی از جمله روان درمانی تحلیلی هیجان مدار و طرحواره درمانی روش های درمانی بسیار مؤثری برای غلبه بر وابستگی عاطفی به مراجعین ارائه می دهند.

ادامه مطلب فرار چند هزار دلاری... از صفحه ۴۶

سارا: «اینقدر شرایط را بهشان سخت کردند که کسانی که از آنجا در حال حاضر با ما تماس می گیرند می گویند ماها فرم پر کردیم که برگردیم ایران. یعنی درخواست دادند به سفارت که برشان گردانند به ایران. و سفارت ایران متأسفانه در این قضیه پیگیری سریع ندارد. یعنی الان از طرف سفارت ایران رفتند و شرایط را هم دیده اند و باز هم با این وجود بهشان گفته اند شما باید حداقل دو تا سه ماه این وضعیت را تحمل کنید تا ما بتوانیم برگردانیم تان.» برای سارا و کمال همه چیز دوباره از نقطه صفر آغاز شد. نگاه کمال و سارا به زندگی در جاکارتا به نیمه خالی لیوان رسیده. کمال: «ما توی اندونزی راه را اشتباه آمديم. ۱۰۰ میلیون یک جا دادیم. نزدیک هفت هزار دلار سر این رشوه هایی که دادیم به پلیس های اندونزی که ولمان کنند و بتوانیم فرار کنیم. کسانی که اینجا هستند فقط انسان ها را به شکل دلار می بینند. یعنی انسان دوستی، مرام، معرفت، وجود خارجی ندارد در اندونزی. در این پنج ماهی که اینجا بودم به اندازه پنجاه سال پیر شدم.»

قصه زندگی پناهجویی سارا و کمال به پایان نرسیده. آنها بعد از این همه ناکامی به دفتر کمیساریای عالی پناهندگان سازمان ملل در جاکارتا می روند و درخواست پناهندگی خود را از طریق این سازمان شروع می کنند. برای آنها شروعی است دوباره از نقطه صفر.



کوه، با نخستین سنگ ها آغاز می شود...
انسان، با نخستین درد...
من، با نخستین نگاه تو آغاز شدم...
احمد شاملو

ادامه مطلب فردوسی و شاهنامه... از صفحه ۴۱

آرمان های انسانی: اگر بخواهیم که پیام و تعالیم فردوسی و شاهنامه را در چند سطر خلاصه کنیم چه می توانیم بگوییم؟
نخست ایمان به خدای یکتاست و این سر آغاز شاهنامه است:

به نام خداوند جان و خرد
کزین برتر اندیشه بر نگذرد

ایمان به خدایی که به انسان ها جان و زندگی بخشیده است و هم عقل و هوش و اراده. ایمان به خدایی که از هر اسم و اندیشه بشری برتر است و از این رو جاهلانه است که به خاطر باور ما به یک اسم و رسم خاصی دست به خون ریزی زد و زندگی انسان های دیگر را تباه کرد.

دوم آن که خرد و دانش و دانایی مهمترین ابزار انسان برای خوب زیستن و در برابر مصائب زندگی است.

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

خرد رهنمای و خرد دلگشای
خرد دست گیرد به هر دو سرای

سوم دلیری و شجاعت و شیردلی است. اما این توانایی و قدرت به معنای زور و بیرحمی و ظلم به دیگران نیست بلکه توانایی همراه با دانایی است و از روی جوانمردی و «پندار نیک، گفتار نیک و کردار نیک».

چهارم راستی و نیکویی است. اصولاً تمام حماسه شاهنامه کارزاری است بین خوب و بد، بین خیر و شر، بین ایزد و اهریمن، بین فریدون زمان و ضحاک زمان. فردوسی انسان ها را به راست گویی و نیکوکاری فرا می خواند و می گوید گر چه همه چیز با زمان می گذرد و زندگی پایدار نیست ولی انسانها می توانند به صف نور و نیکی پیوندند تا نور و نیکی پیروزی یابد.

پنجم دادگری و عدالت است. اصولاً فلسفه تاریخی فردوسی این است که هرگاه حکومتی بر پایه های ظلم و ستم کار می کند محکوم به فنا است چه دیر یا زود، و هرگاه حکومتی بر دادگری و عدالت و راستی و درستی استوار است فره ایزدی هم با اوست و کشور پیشرفت می کند و مردم روی رفاه و شادی می بینند.

ششم آزادی و آزادگی است. خداوند انسان ها را آزاد آفریده است و هیچ انسانی نباید برده و اسیر دیگران باشد. اصولاً جنگ در شاهنامه وسیله ای است برای رهایی از بند و سلطه. اما آزادی به معنای آزادگی هم هست، یعنی آزاد از شهوات و خود پرستی و زندگی مادی.

این آرمانها و اصول اخلاقی را در سیمای پهلوانان و قهرمانان بزرگ شاهنامه همچون رستم می بینیم. این پهلوانان بزرگ منش مهره های بی اختیار در دست شاهان نبودند بلکه قهرمانی شان را نه فقط با خدمت کردن به پادشاهان ایران بلکه با زیستن از روی جوانمردی، دادگستری، دانش و خرد، انسان دوستی و مهر و محبت کسب کرده بودند. در جاهایی در شاهنامه می بینیم که مثلاً رستم خطای کیکاووس را گوشزد می کند. این اصول اندیشه و تعالیم زندگی و همچنین ارکان و عصاره فلسفه عرفانی و تصوف ایرانی را می سازد که شرح و تفصیل آن را در آثار شاعران و عارفان ایرانی چون سنایی و عطار و مولوی و سعدی و حافظ و جامی می یابیم.

بیت های این غزل حافظ را در نظر بگیرید: گویی این فردوسی است که پس از تنظیم مثنوی شاهنامه به غزل سرای شیرازی تبدیل شده است و به پارسی سره از دیار گذشته و از دوستی و مهر و نیکویی سخن می گوید:

یاری اندر کس نمی بینم یاران را چه شد

دوستی کی آخر آمد دوستداران را چه شد

علی از کان مروت بر نیامد سالها

تابش خورشید و سعی باد و باران را چه شد

شهریاران بود و خاک مهربانان این دیار

مهربانی کی سر آمد شهریاران را چه شد

صد هزاران گل شکفت و بانگ مرغی برنخاست

عندلیبان را چه پیش آمد هزاران را چه شد

چشمی که دائم عیب های دیگران را ببیند، آن عیب را به ذهن منتقل می کند و ذهنی که دائماً با عیب های دیگران درگیر است، آرامش ندارد، درونش متلاطم و آشفته است. در عوض چشمی که یاد گرفته است همیشه زیبایی ها را ببیند، اول از همه خودش آرامش پیدا می کند، چون چشم زیبایی عیب های دیگران را نمی بیند و دنیای درونش دنیای قشنگی هاست...

ادامه مطلب **قطار مرگ... از صفحه ۲۱**

گاری گاری آب معدنی و آب نبات برای بچه‌های مهاجر می‌بردیم. کنار مسیر ریل می‌ایستادیم و پلاستیک‌های برنج و لوبیا را به سمت دست‌های دراز شده پرتاب می‌کردیم. هیچ دولتی به ما کمک نمی‌کرد، تمام مواد غذایی را با هزینه شخصی یا کمک کلیساهای محلی می‌خریدیم. نه، مهاجرت تمام نمی‌شد! هر مهاجری را که می‌دید، چند کیلومتر جلوتر ممکن بود دست و پا قطع بشه یا کشته بشه. شب‌ها وقتی قطار می‌رسید و سرعتش را برای رساندن مواد غذایی به مهاجرها کم‌تر می‌کرد، ما در تاریکی فقط دست‌های دراز شده را می‌دیدیم. گویی چهره مهاجران محو شده بود.

ماریانو که خود را به زحمت از آل سالوادور به مرز مکزیک با آمریکا رسانده بود، می‌گفت: «وقتی قطار در دشت‌ها توقف می‌کرد، ما مسافران قطار مرگ، خیلی سریع پیاده می‌شدیم تا شاید میوه و سبزی بچینیم. هیچ نوع ماده غذایی نداشتیم، آب نبود، به جز آب باران. نمی‌دانم! پیاده می‌شدیم تا حداقل فرصت کنیم که بشاشیم. زمان بارندگی هم سعی می‌کردیم که با آب باران روی سقف واگن‌ها گرما و عرق صحرها را بشویم. چهارده روز روی سقف قطار نشسته بودم، تنها چیزی که از کشورم حمل کرده بودم، تنم و خاطره‌های فقر بود. دوستم که در نیویورک کارگر ساختمانی شده بود به من گفت: با یکی دو سال کار، می‌توانی زخم‌های فقرت را برطرف کنی. من هم حرکت کردم و زنده ماندم!»

بنا به آمار و ارقام ثبت شده در روزنامه «ال سول تیخوانا»، که در شهری هم مرز با سن دیگو در ایالات متحده آمریکا منتشر می‌شود، از هر سه زن مهاجری که سوار «قطار مرگ» یا «لا بستیآ» می‌شوند، یک نفر مورد تجاوز جنسی قرار می‌گیرد. بنابراین، سازمان‌های امداد رسان به زنانی که از آمریکای مرکزی و از جنگل‌های مرطوب چوکو دارین (Chocó-Darién) در فاصله میان کلمبیا و نیکاراگوئه می‌گذرند، توصیه می‌کنند که قبل از رسیدن به مکزیک آمپول سه‌ماهه ضد بارداری را تزریق کنند تا به ویروس «اچ‌آی‌وی» مبتلا نشوند. خطر کارتل‌های مواد مخدر، خشونت، تجاوز و قتل حتی از خطرات قطار مرگ هم بیشتر است.

ترزا می‌گوید: «من پرستار بودم، حقوقم ده دلار در ماه بود! با این پول نمی‌توانستم زندگی کنم، حتی یک زندگی معمولی، به علت وضعیت بد اقتصادی مهاجرت کردم، برای بهتر شدن وضعیتم. در کشوری (ونزوئلا) زندگی می‌کردیم که دولت به ما اجازه انتخاب نمی‌داد، شغل نبود یا اگر بود، سخت بود و حقوق‌ها کم...»

AMIREDIS یا انجمن «مهاجران بازگشته با معلولیت» نام گروهی از مردان مهاجر هندوراسی است. آنها نان‌آور خانواده‌اند و در مسیر مهاجرت از هندوراس به ایالات متحده آمریکا دست یا پایشان در «قطار مرگ» قطع شده است. نامشان «قربانیان لا بستیآ» است. دولت هندوراس قول داده است که در درمان و عمل‌های جراحی به آنها کمک کند تا دوباره بتوانند راه بروند. یکی از آنان می‌گوید: «این وضعیت، شکست کامل است. نمی‌دانم چه اسمی روی این وضعیت بگذارم. ما با امید جلو رفتیم و با درد برگشتیم و حتی توانایی‌هایی را هم که پیش از این داشتیم از دست دادیم. من دیگر دست ندارم، همان‌طور که قبلاً نان و آزادی هم نداشتم. حالا هیچ کدامش را ندارم. برای هیچکس و هیچ دولتی مهم نیست که ما زنده‌ایم یا مُرده! گویی انسان مهاجر همیشه در حال از دست دادن است.»

انگار منتظرشان بود. آنها اصلاً منزل را نگشتند، همه اسنادی که می‌خواستند در گرفتار و کلام صمدسندباد یافت می‌شد. صمد سندباد در همه بازجویی‌هایی که هدفش اثبات ارتباطش با کشورهای بیگانه و تلاش‌های ضد انقلابی بود بخش‌هایی از ماجراهای سندباد را که خیال می‌کرد همه را شاهد بوده تکرار می‌کرد. روزهای آخر که اجازه داده بودند تلفنی با خانواده اش صحبت کند، از آنها گوسفندی پروار و پشمالو می‌خواست تا از بالای کوه یاقوت رهایش سازد و در پائین کوه، ده‌ها قطعه درشت الماس و زمرد به او چسبیده باشند. صمد سندباد بین زندانیان خیلی مشهور شده بود.

شی که اخبار تلویزیون صفحه بزرگ زندان در وقوع سیل‌های مهیب را گزارش داد، صمد سندباد رو به هم بندهایش گفت که این سیلاب‌ها نشانه مرگ اوست. اسکله‌های بنادر دور دست ویران خواهند شد و امیدی به دستیابی اموال از دست رفته اش نیست، اما تا آخرین لحظه ناخدا را نبخشید که چرا بدون ملاحظه و بررسی دستور پیاده شدن در جزیره نهنگ را داده بود.

جسدش در سکوت کامل در گورستان مسگرآباد زیر یک درخت چنار خشک دفن شد. صمدسندباد سالها قبل از مرگ وصیت کرده بود این شعر بر روی قبرش حک شود، بدون هیچ توضیح اضافه: **بارانی مورب... در نیمروزی آفتابی... هیچ اتفاقی نیافتاده است... تنها تو رفته ای... اما من... قسم می‌خورم که این باران... بارانی معمولی نیست... حتماً جایی دور... دریایی را به باد داده اند.**

ادامه مطلب **انگلیسی با لهجه... از صفحه ۳۶**

نمی‌دانم بگویم متأسفانه یا خوشبختانه چینی‌های مادر شوهرم نشکسته بود، فقط زلزله باعث شده بود او در دست و دل بازی ناگهانی اش تجدید نظر کند. برای ما تعجبی نداشت، من به این زودی‌ها با این زن سرود دوستی و محبت نمی‌خواندم. به رغم زیبایی حالا فقط دو کلمه برای توصیف این ظرفها مناسب بود: «بدشگون». فرانسوا می‌خواست آنها را پس بدهد و قضیه را کلاً فراموش کند. من می‌خواستم از دستشان خلاص شوم اما نمی‌خواستم آنها را به مادرش پس بدهم. همچنین نمی‌خواستم آنها را بفروشم. عقیده داشتم بدشگونی آنها به هر پولی که از آنها به دست بیاید منتقل می‌شود. یک سازمان حمایت از کودکان تحت درمانهای طولانی توی بیمارستانی نزدیک ما حراج خیریه داشت. با آن سازمان تماس گرفتم: «آیا یک دست چینی هفتاد پارچه لیموژ آنتیک به کارشان می‌خورد؟» بله می‌خورد.

بعد از حراج نامه‌ای دریافت کردیم که برای اهدایمان از ما تشکر کرده بود و قیمت فروش را اطلاع می‌داد. خوشحال شدیم که یک نفر حالا صاحب یک سرویس چینی زیبا است که هیچ منتهی به همراه ندارد. مهم‌تر از آن خوشحال بودیم که به خانواده‌ای کمک کرده ایم که از یک کودک بسیار بیمار سرپرستی می‌کند و اگر داشتن احساس خوب به عنوان پاداش کفایت نمی‌کرد حالا جزو «اهداکندگان» عمده به سازمان محسوب می‌شدیم. تا چند سال بعد مهمان افتخاری مراسم شام اهداکندگان عمده بودیم که تمام آنها توی خانه‌های پرزرق و برقی برگزار می‌شد که نقاشی‌های روی دیوارشان بدل نبود. مهمانی‌هایی که غذا را از موسسات تهیه غذا می‌آوردند و ماشین‌ها توسط مستخدم پارک می‌شد. آن موقع یک هوندا داشتیم که گلگیرش هم قر شده بود. همیشه به فرانسوا پیشنهاد می‌کردم ماشین را چند کوچه دورتر پارک کنیم و پیاده برویم، قبول نمی‌کرد. اصرار داشت که اگر روزی بیدار شود و یک دفعه ببیند که میلیونر شده، دوست دارد از آن نوع آدم‌هایی بشود که برده نمادهای ثروت نیستند. از آن نوع آدمهایی که هنوز اشخاص خرده پا و ماشین‌هایی که اشخاص خرده پا می‌رانند را به یاد دارند و اضافه می‌کرد از آن گذشته، ممکن است مستخدم‌ها اشتباهی یک «بی‌ام‌و» به ما بدهند.

توی این مهمانی‌های شام با آدم‌هایی ملاقات می‌کردیم که اسم‌شان زینت بخش موزه‌ها و موسسات بزرگ است. کسانی که در سه نسل گذشته شان هیچ گاه نگرانی مالی نداشته‌اند. در بیست و شش سالگی، من و فرانسوا به مراتب از باقی مهمانان جوان‌تر بودیم. ما که می‌دانستیم روزهای انگشت‌شماری به این محافل اعیانی راه داریم. سعی می‌کردیم استفاده کامل را به عمل بیاوریم و دسرها را تک تک امتحان کنیم. هیچ وقت درباره چینی‌ها به مادر شوهرم چیزی نگفتم. او هم هیچ وقت ازدواج ما را نپذیرفت. حتی به دنیا آمدن بچه‌های مان دلش را نرم نکرد. سرانجام تماس با او را قطع کردیم. چینی‌های لیموژ در نبودشان لذت بیشتری به ارمغان آورده بودند تا وقتی که توی گنجه بودند. البته دیگر یک سرویس چینی نداریم تا برای بچه‌های مان به ارث بگذاریم، اما اشکال ندارد. من و فرانسوا تصمیم داریم به فرزندان مان چیز با ارزش‌تری بدهیم. این حقیقت ساده که بهترین راه برای گذر از مسیر زندگی این است که انسان اهداکنده عمده مهربانی باشد. به آنها خواهیم گفت که ممکن است کسی با داشتن کلی اشیاء زیبا و قیمتی هنوز بی‌نوا باشد و گاهی داشتن دستور پخت کیک شکلاتی کافی است تا انسان بسیار خوشحال‌تر شود.

ادامه مطلب **صمد سندباد... از صفحه ۲۷**

صمد سندباد اغلب گریه می‌کرد و غزلیاتی مربوط به دریا می‌خواند. دلش برای سفرهای دریائی تنگ شده بود.

دیده دریا گُتم و صبر به صحرا فِکتم وَاَندر این کارِ دل خویش به دریا فِکتم
از دلِ تنگ گنهار بر آرم آهی کَاشِ اندر گنّه آدم و حوا فکتم

از پائیز پارسال که نا آرامی‌ها و تظاهرات سیاسی همه کشور را فرا گرفت، صمد سندباد گیر داد به فرانسویس دریک، دریانورد و بزرگترین دزد دریایی انگلیسی که به همه کشتی‌های تجاری فرانسوی، اسپانیایی، هلندی و پرتغالی حمله کرده و ثروت عظیمی اندوخت. صمد سندباد ادعا می‌کرد که همه ثروتی را که از راه تجارت دریایی به دست آورده، فرانسویس دریک از دستش در آورده. حملاتش به دریاسالار نلسون و حتی ادموند هیلاری فاتح، قله اورست، رنگ و بویی سیاسی یافت و باعث دردسر اطرافیانش شد. سرانجام یک شب ماشین سواری سیاه رنگی درست مثل ماشین‌های کی جی بی، در سالهای ترور و ترس و محاکمات مسکوی دهه ۱۹۳۰ مقابل در خانه صمدسندباد توقف کرد. صمد چنان رام و آرام از دستورات ماموران تبعیت کرد که

ادامه مطلب جدالی بر جدل ها... از صفحه ۷

در تصحیح این عبارت استاد باید گفت: بی شک، ایران نمایش‌نامه‌نویسی با توانایی بیش از غلامحسین ساعدی به نام بهرام بیضایی داشته، اما دریفا که مرگ زود هنگام مجال کار را بیشتر به ساعدی و نمایش‌نامه‌نویس هنرمند دیگر اکبر، رادی، نداد. اما زمانی که از نمایش‌نامه‌نویسی در ایران سخن به میان می‌آید، چگونه می‌شود از هنرمندان این رشته یاد نکرد: کسانی چون بیژن مفید، علی نصیریان، کورس سلحشور، بهمن فرسی، خجسته کیا، پرویز صباد، پرویز کاردان، سیروس ابراهیم‌زاده، خلیل موحد دیلمقانی، محسن یلفانی، اسماعیل خلج، عباس نعلبندیان، مسعود اسدالهی و هوشنگ توزیع. و از نسل پس از ایشان: حمید امجد، محمد چرمشیر، محمد یعقوبی و نیلوفر بیضایی، که صرف‌نظر از ارزش متفاوت کارشان، هریک به سهم خود آثاری در دفتر هنر نمایش‌نامه‌نویسی ایران به جا گذاشته‌اند. حال که از کوتاهی و غفلت یارشاطر در یاد کردن نام‌هایی در داستان و نمایش گفتم، بگذارید از نظر استاد دربارهٔ محمدرضا شجریان نیز یاد کنم. می‌فرمایند: «شجریان با آن که آوازی گرم و رسا و دلکش دارد شعرش متأسفانه مفهوم نیست و کلمات در دهانش جویده و تکه‌پاره می‌شود. دو دانش هم بلیغ نیست و حق این است که دامن آن را رها کند.» (ص ۳۹)

حق این است که استاد یارشاطر هم در حوزه تخصص خود (مباحث زبان‌شناسی و لهجه‌شناسی ایرانی) اظهار نظر می‌کرد. یادش به‌خیر استاد مجتبی مینوی، که با همهٔ پیاددانی در جواب بسیاری از سؤال‌ها می‌گفت «نمی‌دانم». این بود که او را «مرد نمی‌دانم» لقب داده بودند!

در این نقد و بررسی از «یادداشت‌های یارشاطر» اشاره به کمی و کاستی‌ها و بحث و جدل در باب بعضی آرا به معنی انکار ارزش و اعتبار آن کتاب ارجمند نیست. به یاد یاوریم موضوع کتاب، همان گونه که از نامش پیداست، جستار و گفتار و مقاله نیست که در موضوعی مشخص برای رسیدن به نتیجه‌ای معین نوشته شده باشد. بسیاری از آنها غالباً عباراتی بوده در اشاره به مطالب کتابی که نویسنده نظر شخصی خود را در حاشیهٔ کتابی ثبت کرده بوده یا تأمل و تردید در معنای رأی و تصویری تثبیت شده در ذهن‌ها که نیاز به بازنگری داشته است. بهرحال هرچه هست هر یادداشت حاوی نکته‌ای است سودمند و آموختنی که به قول استاد سخن «متکلمان را به کار آید و مترسلان را بلاغت افزایش دهد».

معرفی کردند. دست‌ها را به کمر زد و گفت: «کعبه آمال را دیدی؟» و چون مرا در مقابل خود خونسرد دید به طرف اطاقی که سایرین در انتظار نشسته بودند رفت. به دکترها، مهندسین قضات دادگستری که جزو هیئت اعزامی به فستیوال بخارست بودند می‌گفت: «پدر سوخته‌ها رفتید مسکو که مملکت را به روس‌ها بفروشید؟» وقتی به گرمسیری رسید از او پرسید: «چه کاره‌ای؟» و هنگامی که گرمسیری در جواب او گفت آرتیست سری تکان داد و گفت: «مطربی؟ خوب جای دوست کجاست؟» مراسم تخلیه چمدان‌ها یا به قول برویچه‌ها رفع سوءظن تا سپیده صبح طول کشید. در این مدت مردها را به راهروی عمارت هدایت کرده و سر و سبیل آنها را ماشین می‌کردند و برای شوخی و مسخرگی سر عده‌ای را به قول خودشان چمنی می‌زدند. دو تا ماشین از چپ و دو تا ماشین از راست.

فردا صبح ما را سوار کامیون کرده و به اتفاق سربازان مسلح به تهران فرستادند. در زندان موقت شهربانی تعداد زیادی پاسبان به من و ثمین باغچه بان و دکتر آیدین جراح پلاستیک حمله کردند و آنقدر ما را کتک زدند که پیراهن من غرق خون شده بود. صبح یک سرپاسبان به دستور افسر زندان، ستوان فرهادپور، صورتهای ما را با دوده و نفت سیاه کرد و عکاس پیر زندان آمد از ما و پلیس‌هایی که پشت سرمان ایستاده بودند عکس گرفت.

چند ماه بعد ثمین باغچه بان آزاد شد و من دیگر او را ندیدم اما گرمسیری را که مدیر روابط عمومی روغن نباتی قو شده بود اغلب ملاقات می‌کردم. او هم از جمله دوستانی است که در لوحه یادبود اسفند ۱۳۶۸ برای من نوشته است: «پرویز عزیزم دلم برات یک ذره شده بسیار مشتاق روزی هستم که موانع مفقود و وسیله‌ای موجود شود که دوباره از محضر و از اشعار نابت مستفیض گردم. گرمسیری.» الان که این سطور را می‌نویسم روزهای خوش گذشته را به یاد می‌آورم و می‌بینم که بسیاری از دوستان هنرمند دیگر در قید حیات نیستند با این حال آرزو می‌کنم آن گروه که باقی مانده‌اند همیشه سالم و تندرست باشند و روزگاری دیدار مجدد میسر شود.

ادامه مطلب طنز در رمان... از صفحه ۶

شاهانی را شاید بتوان به عنوان نمونه‌ای گرفت از نویسندگان معاصر که آثارشان جنبه طنز روزنامه‌ای دارند. از جمله این آثار می‌توان شلوارهای وصله دار، (۱۳۳۶) رسول پرویزی، (۱۳۵۶-۱۲۹۸)، نادریش (۱۳۴۶) شکار عنکبوت، (۱۳۳۴) و تشریفات، (۱۳۵۲) عباس پهلوان (۱۳۱۶)، و نوشته‌های متعددی از عباس توفیق در مجله توفیق را از شمار این گونه طنزها دانست.

از جمله نویسندگانی که به طنز نویسی شهرت دارند می‌توان از ابوالقاسم پاینده (۱۳۶۳-۱۲۸۷) نویسنده در سینمای زندگی (۱۳۳۷) و در دفاع از ملا نصرالدین (۱۳۴۷) و همچنین ابوالقاسم حالت (۱۲۹۸-۱۳۷۱) شاعر و نویسنده شوخ طبع را نام برد که سال‌ها با توفیق و مجلات دیگر همکاری می‌کرد. حالت مجموعه نوشته‌های منتشر شده خود را در نشریه کیهان و چند مجله هفتگی دیگر در چهار مجلد چاپ کرده است. این آثار از عصر شتر تا عصر موتور (۱۳۵۷)، از بیمارستان تا تیمارستان (۱۳۵۷)، زباله‌ها و نخاله‌ها (۱۳۵۷) و پایبوسی و چاپلوسی (۱۳۵۸) نام دارند. حالت در مقدمه از عصر شتر تا عصر موتور در جواب دوستی که می‌گوید «تو خوب انگشت روی زخم‌ها می‌گذاری» می‌نویسد: «این هنر من نیست، بلکه زخم‌ها به قدری واضح هستند که انگشت روی آنها قرار می‌گیرد.» (۲)

تعداد مسائل اجتماعی و داستان نویسانی که از راه طنز به آن پرداخته‌اند به حدی زیاد است که نمی‌توان همه آنها را در این جا آورد. بگذارید این فصل را با بحث درباره چند رمان و داستان طنزآمیز از دو دسته متفاوت از نویسندگان دهه‌های اخیر به پایان ببرم. یک عده از این نویسندگان چون سعید نفیسی، رضا برهانی، مهشید امیرشاهی، ابراهیم گلستان و سعیدی سیرجانی طنزپرداز نیستند ولی بعضی از آثارشان طنزآمیز هستند. عده‌ای دیگر چون ایرج پزشک‌زاد و منوچهر صفا (غ. داود) صرفاً طنزپرداز هستند و تمام آثارشان چنین است.

۱. مثلاً در «کمدی افتتاح» ربابه دختر جوانی است که اجباراً زن پیرمردی چند زنه می‌شود و عاقبت هم خودکشی می‌کند. در داستان دیگری ملا شمشون پیرمردی است یهودی که داروهای غیر مجاز می‌سازد و عاقبت هم فرزندان خودش قربانی آنها می‌شوند.

۲. از عصر شتر تا عصر موتور، ص ۱۰.

ادامه مطلب خاطراتی از هنرمندان... از صفحه ۳۹

یک ساعت بعد یک کشتی موتوری کوچک در حالی که سرگرد نادر بهزادی رئیس شهربانی بندر پهلوی و عده‌ای از مأموران گمرک سوار آن بودند به طرف کشتی ترکمنستان آمد و سرنشینان آن به وسیله کارکنان کشتی شوروی به اطاق پذیرائی کشتی‌ها هدایت شدند. تصادفاً در میان اولین دسته‌ای که باید سوار کشتی ایران شود نام من هم خوانده شد و مأموران با ادب و احترام ما را به داخل قایق موتوری هدایت کردند. هنوز سوار قایق نشده بودیم که یکی از کارکنان قایق با اشاره چشم و ابرو به ما حالی کرد که از کشتی شوروی پیاده نشویم زیرا توقیف خواهیم شد، با این وجود ما مصمم بودیم که پیاده شویم و همین کار را هم کردیم.

در موقع سوار شدن یک مأمور اسامی را می‌خواند، عکسهای گذرنامه‌ها را با خود اشخاص تطبیق می‌کرد و بعد پاسپورت را به دست صاحبش می‌داد و می‌گفت: «بفرمایید.» در حالی که چمدانها را به زحمت پیاده می‌کردیم از کشتی موتوری پیاده شده و قدم در سالن گمرک گذاشتیم - وضع غیر عادی و سکوت نگاههای عجیب و غریب مأموران گمرک و وجود مأموران مسلح آن هم بیش از حد لزوم در اولین لحظه توجه ما را جلب کرده بود و می‌دانستم که بر خلاف بعضی پیش‌بینی‌ها همه مسافران اعم از زن یا مرد توقیف خواهند شد.

کم‌کم سایر همراهان از جمله باغچه بان و گرمسیری دسته‌دسته وارد سالن گمرک شدند. انجام تشریفات گمرکی دو یا سه ساعت طول کشید. پس از آن ما را سوار اتوبوسهایی که جلوی گمرک حاضر بودند کردند و تحت الحفظ به یک باغ وسیع که عمارت بزرگی وسط آن قرار داشت بردند. اینجا ژاندارمری بندر پهلوی بود. اول در چمدان را باز کردیم. مقدار زیادی اشیاء لوکس و سوغات و هدیه که از اروپا آورده بودیم چشم حاضران را خیره کرد. مأمور سوئیلی که حاضر بود، اشیاء مورد سوءظن یعنی در واقع تمام موجودی چمدانها را خالی کرد و در کنار اطاق ریخت. به طوری که چند ساعت بعد آن گوشه از اطاق به صورت انبار اشیاء لوکس در آمده بود. در این اثنا سرهنگ نصیر زند فرمانده نیروی دریائی وارد شد، مرا به او

ادامه مطلب درباره لنین... از صفحه ۱۰

در گفتار، رفتار و بازی های خود می کوشد تا از او تقلید کند و از او به عنوان سرمشق خود پیروی می کند. «ساشا» جوانی است رازدار، ساکت، پرکار، لاغر و استخوانی. وی رابطه چندان نزدیک و خودمانی با برادر کوچکترش برقرار نمی کند. در دوران تحصیل در دانشگاه از دانشجویان برجسته است. در ظاهر کاری به کار سیاست ندارد و سخت غرق در کوشش های مربوط به تحصیل در رشته زیست شناسی و کارهای آزمایشگاهی است. حتی زمانی که پدر می میرد، مادر از او می خواهد تا هم چنان در دانشگاه در پایتخت بماند، زیرا کوشش های تحصیلی برتر از شرکت در خاکسپاری پدر است، او نیز چنان می کند. «ساشا» در زمانی که در سال چهارم دانشکده درس می خواند و بیست و یک سال داشت، متهم به شرکت در توطئه کشتن امپراتور می شود. زمانی که خبر بازداشت و زندانی شدن برادر بزرگتر به ولادیمیر می رسد از شدت شگفت زدگی مبهوت می شود. نخستین «تکان سیاسی» ولادیمیر جوان را دچار آشوب روانی می کند. ولادیمیر پی می برد که برادر به ظاهر آرام و بی تفاوتش در پس پرده انقلابی پرشر و شوری بوده و در راه آرمان خود جانفش را از دست خواهد داد، زیرا شرکت در کوشش هایی که هدفشان مرگ امپراتور باشند، پایانی جز اعدام ندارد. «ساشا» متهم است که در طرح بمب اندازی به سوی الکساندر سوم، فرزند امپراتور رهایی بخش دست داشته است. گرچه این نقشه بی نتیجه ماند اما چنین اتهام سنگین اگر ثابت شود بی درنگ واژه اعدام را به یاد می آورد. مادر به سوی پایتخت می شتابد تا شاید فرزندش را از مرگ برهاند. «ساشا» در دادگاه اتهام کوشش برای کشتن امپراتور را می پذیرد. با بی باکی از خود دفاع می کند، گناه دیگران را به گردن می گیرد و می گوید از مرگ کمترین هراسی ندارد. وی می افزاید گرچه با شدت عمل مخالف است اما در شرایط کنونی چاره ای جز کشتن امپراتور باقی نمانده است. «ساشا» درخواست بخشش از تزار را نمی پذیرد و می گوید ریشه تمام بدبختی های ملت روس را در حکومت خودکامه او باید جستجو کرد. «ساشا» و چهار تن از همدستان او پس از محاکمه به دار آویخته می شوند. دو جوان اعدامی در لحظه پیش از بدار آویخته شدن فریاد می زنند زنده باد «اراده مردم».

اراده مردم جنبشی بود که با هدف سرنگونی امپراتوران نزار در روسیه پدید بود. برخی از نویسندگان زندگی نامه لنین، براین باورند که اعدام برادر آثاری بسیار ژرف و تکان دهنده در مغز ولادیمیر هفده ساله برجای نهاد که تا پایان عمر در افکار و رفتار او نمایان شد. برخی از این نویسندگان می گویند ولادیمیر در جایی گفته بود که «راهی که برادرم رفت درست نیست، من راهی دیگر در پیش خواهم گرفت». لنین پس از اعدام برادر تا مدتها خود را به شدت سرزنش می کرد که در دوران زندگی او چنان که باید برادر انقلابی فداکار و بی باکش را نشناخته بود. وی پس از مرگ برادر به پژوهش و پرسش درباره اندیشه ها، خواست ها و شخصیت «ساشا» از دیگران می پردازد. گروهی از نویسندگان داستان زندگی لنین بر این باورند که لنین از سرنوشت برادر جوان و ناکامش درس های بزرگی گرفت: هرگز احساساتی نشود، کوشش های فردی راه چاره نیست، در کارهای سیاسی باید تا آنجا که شدنی است منطقی و حسابگر بود.

ادامه مطلب چرا خامنه ای... از صفحه ۲۳

در دوره دوم با وجودی که رای خودی ها از جمله قالیباف و زاکانی به حساب جلیلی نامزد جبهه پایداری ریخته شد اما او توانست تنها حدود ۴۴ درصد آرا را بدست آورد. پزشکیان که علت نامزدی اش در انتخابات را بالا بردن میزان مشارکت اعلان کرده بود، در بازسازی مشروعیت باختگی ولی مطلقه فقیه ناکام ماند. با توجه به ادامه راه رئیسی در سیاست خارجی و پشتیبانی از گروه های تروریستی در منطقه کامیابی اش در راهبرد کاهش تنش با اروپا نیز با تردید روبروست. در داخل نیز نمی توان انتظار داشت نامزد «صالح مقبول» و پیروز در انتخابات بتواند از جمله مافیای اقتصادی سپاه را به عقب رانده، کوچکتر شده سفره تهیدستان را کاهش و به سرکوب زنان مخالف حجاب اجباری پایان دهد. نجات ایران از بحران های پایان ناپذیر با گذر از نظام بنیادگرای شیعه محور و استقرار نظامی سکولار دمکرات و بر پایه منشور جهانی حقوق بشر از راه نافرمانی مدنی و تداوم جنبش زن زندگی آزادی امکان پذیر است. تلاش مجدد اصلاح طلبان حکومتی در نجات خامنه ای و نظام مشروعیت باخته اش بی تردید با ناکامی روبرو خواهد شد.

ادامه مطلب مردهای مریخی... از صفحه ۳۲

در اینجا چند نمونه مثال های کوتاهی می زنیم که چگونه مردی اشتباهاً احساسات و عواطف همسرش را جریحه دار می کند و یا پیشنهاد ناخواسته ارائه می دهد. آیا می توانید تشخیص بدهید که چرا یک زن مقاومت می کند؟

- ۱- «نباید آنقدر نگران باشی»، ۲- «ولی این چیزی نیست که من گفتم»، ۳- «چیز مهمی نیست»، ۴- «ولی نباید چنین احساسی داشته باشی»، ۵- «چطور میتونی چنین چیزی را بگویی. هفته پیش تمام روز را با هم گذراندم. خیلی هم خوش گذشت»، ۶- «خب دیگه فراموش کن»، ۷- «بسیار خوب، من حیاط خلوت را تمیز می کنم. این کار خوشحالت می کند؟»، ۸- «اگر میخواهی غر بزنی و انجامش بدی، اصلاً انجامش نده»، ۹- «چرا میزاری آدم چنان رفتاری باهاش بکنی؟ فراموش شان کن»، ۱۰- «اگر راضی نیستی، میتونیم طلاق بگیریم»، ۱۱- «خیلی خب، از حالا به بعد خودت میتونی انجام بدهی».

هر کدام از این اظهارات هدفشان بی ارزش کردن و یا توضیح احساسات آشفته یک زن و یا ارائه یک سری پیشنهاد مشکل گشایی است که احساسات منفی او را به احساسات مثبت تبدیل کند. اولین قدمی که مرد می تواند برای تغییر این روش بردارد این است که از چنین اظهاراتی اجتناب کند. مرد با توجه و درک این که زمان و نحوه بیان اوست که از سوی همسرش پس زده می شود نه راه حل پیشنهادی او، بهتر می تواند بر مقاومت همسرش غلبه کند. او این مسئله را خیلی شخصی برداشت نمی کند. با هنر گوش کردن، او به تدریج تجربه خواهد یافت که زن برعکس وهله اول که از او دلخور بود، خیلی از او قدردانی خواهد کرد.

چه زمانی مرد در مقابل کمیسیون اصلاح خانوادگی مقاومت می کند؟ زمانی که مرد در برابر پیشنهاد های همسرش مقاومت می کند، زن احساس می کند که شوهرش اهمیتی برایش قائل نیست و به احتیاجاتش احترام نمی گذارد. در نتیجه و به وضوح، او احساس عدم حمایت می کند و دیگر اعتمادی به همسرش ندارد. در چنین مواقعی اگر زن به یاد بیاورد که مردها از سیاره مریخ هستند، می تواند راحت تر درک کند که چرا او را واپس می زند. او می تواند به خاطر بیاورد که در چه موقعیتی به شوهرش پیشنهاد و نظرهای ناخواسته داده است. در حالی که به آسانی می توانست در نیازهایش با او شریک شود.

در اینجا نمونه های کوتاهی از روش هایی نقل شده است که زن ها با دادن نظریه های ناخواسته و یا معصومانه و یا انتقادهای بی ضرر، همسرشان را می آزارند. همین طوری که این فهرست را پیگیری می کنید، به خاطر داشته باشید که این جزئیات روی هم انباشته شده می توانند دیوارهای بلندی از مقاومت و خشم و ناراحتی بسازند. در چند مورد از این اظهارات، نصیحت و انتقاد نهفته است. آیا می توانید تشخیص بدهید که چرا یک مرد احساس می کند که کنترلش می کنید؟

- ۱- «چطور میتونی تصور خریدش را بکنی؟ تو عینش رو داری»، ۲- «اون ظرفها هنوز خیس هستند، وقتی خشک شدند لکه لکه خواهند شد»، ۳- «دور بز، یه جایی برای پارک کردن اونجاست»، ۴- «می خواهی وقتت را با دوستان بگذرانی، پس من چی؟»، ۵- «نباید این همه کار بکنی، یک روز مرخصی بگیر»، ۶- «اونجا نذار، گم میشه»، ۷- «باید یک لوله کش خبر کنی، اون میفهمه چیکار باید بکنه»، ۸- «چرا باید منتظر بمانیم؟ مگر تو میز رزرو نکردی؟»، ۹- «دفتر کارت خیلی شلوغه، اونجا چطور میتونی کار و فکر کنی؟ کی میخوای اونجارو تمیز کنی؟»، ۱۰- «خیلی تند میرونی، یواش تر برو، جریمه میشی».

وقتی که زنی نمی داند چطور به طور مستقیم از همسرش بخواهد که در یک اختلاف سلیقه حامی و سهیم او باشد، ممکن است در به دست آوردن آنچه نیازمندش است بدون ارائه نصیحت و انتقاد، احساس بی قدرتی بکند. بزرگترین قدمی که بر میداریم این است که بدون پند و انتقاد، همسرمان را بپذیریم. زمانی که مرد احساس میکند مشکل گشای یک مسئله است پیشرفت در حل مسئله برایش اهمیت بیشتری دارد تا خود مسئله. اگر شما زن هستید، به شما پیشنهاد می کنم که به مدت یک هفته تمرین کنید که اصلاً اظهار نظر و انتقاد نکنید. مرد زندگی تان نه تنها خیلی قدرشناسی خواهد کرد، بلکه نسبت به شما بسیار حساس و دقیق و خدمتگزار خواهد شد. اگر شما مرد هستید، به شما توصیه می کنم که به مدت یک هفته تمرین کنید زمانی که همسرتان حرف می زند، گوش کنید و نیت تان این باشد که می خواهید او را درک کنید و متوجه باشید که او چه دورانی را می گذراند. تمرین کنید هر موقع که به شما احساسی دست می دهد که می خواهید پیشنهاد راه حلی بدهید و یا اینکه سعی در تغییر احساساتش دارید، زبانتان را گاز بگیرید. وقتی که تجربه کنید همسرتان چقدر از شما قدردانی خواهد کرد متعجب خواهید شد.

ادامه مطلب کلنل علینقی... از صفحه ۲۹

۱۳۰۲ مدرسه عالی موسیقی را راه اندازی کرد. این مدرسه در ابتدا یکصد نفر محصل داشت و شاگردان برجسته‌ای تربیت کرد که از جمله می‌توان به روح‌الله خالقی، ابوالحسن صبا، حشمت سنجر، موسی معروفی، عبدالعلی وزیری، حسین گل گلاب، اسماعیل زرین‌فر، جواد معروفی، مهدی برکشلی، علی‌محمد خادم میثاق و ... نام برد. دو سال بعد از شروع به کار مدرسه عالی موسیقی، ارکستر بزرگ مدرسه عالی فعال شد و چند کنسرت برگزار کرد. مدرسه عالی موسیقی برای بهترین شاگردان مدارس تهران کنسرت رایگان برگزار می‌کرد و بقیه دانش‌آموزان باید بلیط می‌خریدند و قیمت هر بلیط دو تومان، یک تومان و پنج قران بود. همزمان کلاس‌های رایگان برای دانش‌آموزان «ساعتی بی‌بضاعت» برگزار می‌کرد. در مدرسه آمریکایی‌ها (البرز) کنسرت اختصاصی برای مدارس دخترانه و پسرانه برگزار می‌کرد. در همین زمان مدرسه عالی موسیقی کنسرتی برای کمک به ساخت مقبره فردوسی تدارک دید. علینقی وزیری با نشر اعلانی از فردوسی به عنوان «اسرافیل زبان فارس و پدر شعر» یاد می‌کند و می‌نویسد: «مدرسه عالی موسیقی مصمم شده است عن‌قرب بزم‌نواپی (کنسرت) به یاد آن استاد دژم‌سرا برپا نماید و آنچه را که از این مجلس روح‌پرور عاید صندوق مدرسه گردد تسلیم و هدیه انجمن آثار ملی برای آن مقصود قدسی بنماید، این کنسرت که بخش عمده قطعاتش از اشعار فردوسی بود، ۱۷۰۰ تومان درآمد داشت که همه آن به ساخت بنای مقبره اختصاص داده شد.

کلوپ موزیکال: وزیری در سال ۱۳۰۴ کلوپ موزیکال را که ترکیبی از موسیقی و نمایش (تئاتر موزیک) بود، راه انداخت که هفته‌ای یک بار با شاگردانش کنسرت می‌داد. به نوشته روزنامه شفق سرخ، «در کلوپ موزیکال، انسان چیزهای دیگر می‌شوند: آنجا همه‌ام ارواح و صدای قرون سالفه را انسان می‌شوند. در کلوپ موزیکال، نعره آبشار، ضجه امواج دریا به گوش شما می‌رسد.» وزیری با اجرای نمایش‌هایی به عنوان لال‌بازی یا همان پانتومیم همراه با موسیقی تحولی در تئاتر پدید آورد. این تئاتر فقط مخصوص بزرگسالان نبود بلکه او بخشی از این کار را برای کودکان می‌کرد. در یک آگهی که در سال ۱۳۰۶ در مجله آینده از تئاترنویس‌ها خواسته که تئاتر مخصوص کودکان بنویسند. این تئاترها باید قطعاتی باشد که در آن انتقاد زندگی داخلی خانواده‌ها و به خصوص بچه‌ها منظور شده باشد. تأکید مدرسه عالی موسیقی این بود که نویسندگان قطعات را به زبان ساده معمولی بنویسند و حتی الامکان توأم باشد با قضایای مضحک یا تعجب‌آور مخوفی که در نتیجه بشاشیت‌آور باشد، تا بدین وسیله شاید بتوان اوهام و خرافات و عقاید کلثوم‌نهارها را بر هم زده، در عوض عزم و استقامت و شجاعت اخلاقی و علو همت و وظیفه‌شناسی را از همان کودکی به آنها تلقین کرد.

کلوپ موزیکال سرانجام بعد از چهار سال در اردیبهشت سال ۱۳۰۷ منحل شد. بعد از انحلال کلوپ موزیکال، نصرالله فلسفی در مقاله‌ای در ستاره سرخ نوشت: «انحلال کلوپ موسیقی ثابت کرد که هنوز هم این قوم نمی‌خواهد از دایره تنگ افکار و تصورات سالخورده خویش گامی فراتر گذارد. هنوز به اعمال و آثار پدران خود می‌بالد و بر کردار و عقیده دیگران به دیده تحقیر می‌نگرد. عقاید بی‌قدر و ناچیز و ناپسند خویش را پیروی می‌کند و آن را ذوق ملی نام می‌نهد. با ساز کلنل هم تا آنجا که تقلید پدران مرحوم است موافقت و جز مغرضین خصوصی تمام شنوندگان اعتراف می‌کنند که در ایران کنونی چون او استادی نیست، اما همین که نغمه‌ای غیر از نغمات معمولی می‌شنوند، مخالفند که این آوازها به گوش ما بیگانه است و چون پدران ما این آوازها را نشنیده‌اند، مخالف «ذوق ملی» ماست. مثل این است که بگویند چون پدران ما سوار الاغ و شتر می‌شدند و با کجاوه سفر می‌کردند ما هم سوار اتومبیل و طیاره نمی‌شویم و روش اجدادی خود را ترک نمی‌کنیم.»

وزیری در مدرسه عالی موسیقی علاوه بر کلاس ویژه دختران در مدرسه موسیقی، کلوپ زنان را نیز ایجاد کرد زیرا در آن زمان بانوان حق حضور در مجامع عمومی را نداشتند. برای همین در کنار مدرسه، یک سینما در خیابان لاله‌زار درست کرد و کلاس‌های مخصوص برای بانوان تشکیل داد. در پائیز ۱۳۰۷ این سینما آتش گرفت و مدرسه و سینما از بین رفت. بعد از آن وزیری برای جبران خسارت‌ها چندبار نمایش و کنسرت موسیقی در سالن‌های دیگر نظیر سالن زرتشتیان برگزار کرد.

مخالفان و موافقان وزیری: مدتی بعد از بازگشت وزیری از اروپا و شروع به کار مدرسه عالی موسیقی، انتقادهای علیه او زیاد شد. ابوالقاسم عارف قزوینی شاعر و تصنیف‌سرا مقاله تنیدی علیه علینقی وزیری با عنوان «فتوای من» نوشت و در آن گفت که «موسیقی مشخص و معرف قومیت، مربی و مهیج روح ملیت است و هر ملتی که دارای این روح روان‌بخش نباشد حق حیات ندارد.»

اما علینقی شبانه‌روز مشغول نواختن بود و برادرش حسنعلی‌خان از قول اولین زن برادرش می‌گوید: «صبح که از خواب بیدار می‌شود به عادت زندگی نظامی ورزش می‌کند. بعد می‌رود توی صندوق‌خانه و به کار شروع می‌کند. موقع ناهار صدایش می‌کنم ولی جواب نمی‌دهد. ما ناهار می‌خوریم و غذای او را کنار می‌گذاریم ولی او با ساز خود سرگرم است و تعجب درین است که احساس گرسنگی هم نمی‌کند. مکرر اتفاق افتاد که عصر به صندوق‌خانه رفته و سینی نهارش را دست نخورده در کنارش دیدم! به او می‌گفتم: شب شد تو هنوز ناهار نخورده‌ای! متوجه من می‌شد و می‌گفت مگر چه ساعتی است؟ می‌گفتم غروب است. با خوشحالی می‌گفت پس کار کرده‌ام! از صندوق‌خانه بیرون می‌آمد و چند نفس آزاد می‌کشید و چیزی می‌خورد و دوباره ساز را در دست می‌گرفت و می‌نواخت. برایش چراغ می‌بردم. می‌گفت نمی‌خواهم. ما شام می‌خوریم و می‌خوابیم ولی آهنگ تارش به گوش می‌رسید. گاهی صبح که بیدار می‌شدم و به سراغش می‌رفتم می‌دیدم از فرط خستگی سر را روی کاسه تار گذارده و خوابش برده است.» روح‌الله خالقی با اشاره به تلاش خستگی‌ناپذیر استادش در نواختن تار می‌گوید: «جوانان تازه‌کار و هنرجویان موسیقی اگر می‌خواهند در نواختن ساز قدرت پیدا کنند، بدانند که جز با تکرار و تمرین و ممارست و حوصله و پشتکار و دقت، نمی‌توان به جایی رسید.»

دیدار با استاد میرزا عبدالله و نت‌نویسی: در چنین حال و هوایی، وقتی علینقی در سال ۱۲۹۰ برای مدتی از کار نظامی فارغ شد، برای اولین بار با استاد موسیقی ایرانی میرزا عبدالله دیدار کرد و از ساز و صحبتش لذت بسیار برد. او پس از ممارست زیاد، نوازنده چیره‌دستی در تار شده بود و در حوالی سال ۱۲۹۰ خورشیدی از میرزا عبدالله خواست که ردیف‌های او را بنویسد. او به همراه ابراهیم آرنک که رئیس یکی از دسته‌های موزیک بود و ویولن خوب می‌زد، همراه شد تا دو نفری ردیف‌های استاد را با هم بنویسند. وزیری می‌گوید: «به اتفاق ابراهیم‌خان به منزل میرزا عبدالله رفتم و خدمت استاد رسیده و نشستیم. من منظور خود بیان کردم و یکی از دوستان استاد که پیرمردی بود، بسیار تعجب کرد که مگر چنین چیزی ممکن است! استاد میرزا عبدالله تار به دستش گرفت و شروع به نواختن کرد و به گفته علینقی وزیری: «تار را برداشت و شور بالادسته را آغاز کرد. جمله به جمله می‌نواخت و من می‌نوشتم تا در حدود یک صفحه نوشته شد. من از میرزا خواهش کردم که اگر اجازه بفرمائید این کار را مرتباً هفته‌ای دو روز ادامه دهیم. گفت بسیار خوبست، اما حالا معلوم نیست این که شما نوشته‌اید همان باشد که من زده‌ام. من تار برداشتم و نوشته‌های خود را عیناً نواختم و چون به تار خوب آشنا بودم و مضراب‌ها را هم یادداشت کرده بودم، حتی چپ و راست‌ها را هم همانطور که استاد زده بود، نواختم.»

نتیجه کار با تشویق میرزا عبدالله همراه بود و قرار شد که کار نوشتن نت ادامه پیدا کند اما میرزا عبدالله همچنان دو دل بود و از علینقی وزیری پرسید که: «منظور شما از نوشتن ردیف چیست؟»، «گفتم مقصود این است که آثار شما باقی بماند و اگر موجب‌اتش فراهم شد به نام خود شما به چاپ برسد و همه استفاده کنند.» این کار حدود یک سال و نیم طول کشید و وزیری می‌گوید: «من تمام ردیف هفت دستگاه میرزاعبدالله را با این ترتیب نوشتم.» بعد از این کار، وزیری به سراغ برادر میرزاعبدالله یعنی آقاحسینقلی رفت و گفت که ردیف‌های برادران را نوشته‌ام و می‌خواهم ردیف‌های شما را هم بنویسم. آقاحسینقلی شاگرد زیاد داشت و علینقی باید منتظر می‌ماند تا درسش تمام شود به گفته وزیری «من آن قدر باید انتظار بکشم تا تمام شاگردانش بروند. آن وقت هم میرزا خیلی کم حوصله بود. کمی که می‌زد و من چند خط می‌نوشتم، می‌گفت امروز بس است.»

چند ماهی به همین شکل کار نوشتن نت آقاحسینقلی ادامه داشت و کار آن‌طور که علینقی می‌خواست پیش نمی‌رفت. در همین زمان علینقی دریافت که آقاحسینقلی شاگردان خوبی دارد و از یکی از آنها خواست که «بقیه ردیف‌ها را او بزند و من بنویسم و این کار را هم به پایان رسانیدم.» وزیری چند سال بعد گفت که «آنچه از موسیقی ایران در سینه و حافظه استادان بود روی کاغذ آورده و محفوظ نموده است.» در این زمان با کمک و تشویق مصطفی‌قلی‌خان بیات (مصمص‌الملک) در سال ۱۲۹۷ خورشیدی در ۳۱ سالگی به اروپا رفت تا موسیقی بیاموزد. او در مدرسه عالی موسیقی پاریس مشغول تحصیل شد و سه سال بعد با گرفتن دیپلم، حدود دو سال هم در «هوخ شوله» مدرسه عالی موسیقی برلن به تحقیق و آموزش در زمینه موسیقی پرداخت.

مدرسه عالی موسیقی: وقتی علینقی در سال ۱۳۰۱ به ایران بازگشت، در اسفند سال

ادامه مطلب کلنل علینقی... از صفحه ۵۸

مدافعان و مخالفان وزیری همچنان کم و بیش ادامه دارد و از مهم ترین مخالفان وی محمدرضا لطفی از موسیقی دانان برجسته بود که در سال ۱۳۹۳ درگذشت.

مدرسه موسیقی دولتی: همزمان با جدال موافقان و مخالفان در خرداد ۱۳۰۷ کلنل علینقی وزیری از طرف وزارت معارف به ریاست مدرسه موسیقی دولتی تعیین شد. این مدرسه پیش از آن، مدرسه موزیک نام داشت و بخشی از مدرسه دارالفنون بود و بعد از انحلال تبدیل به مدرسه موسیقی دولتی شد. این مدرسه با ۳۰ نفر محصل کارش را شروع کرد. در حالی که مدرسه عالی موسیقی علینقی وزیری یکصد نفر محصل داشت. وزیری تا سال ۱۳۱۳ ریاست مدرسه موسیقی دولتی را بر عهده داشت و یک گروه از محصلین نیز از مدرسه فارغ التحصیل شدند. او بعد از شش سال در سال ۱۳۱۳ از کار دولتی کناره گرفت و در همین دوره شروع به نگارش کتاب و آثار علمی کرد تا آن که به ریاست اداره موسیقی کشور و آموزشگاه های وابسته به آن منصوب شد. بعد از آن او با استفاده از قانون دانشگاه تهران با رتبه ده به استادی این دانشگاه درآمد و به تدریس تاریخ موسیقی و زیباشناسی در دانشکده ادبیات پرداخت. در سال ۱۳۲۰ او با آن که استاد دانشگاه تهران بود به ریاست هنرستان عالی موسیقی انتخاب شد و پنج سال در این سمت بود تا آن که در سال ۱۳۲۵ از ریاست هنرستان کنار گذاشته شد، و از شهرنشینان گریخت و به نقطه دوردستی در شمیران پناه برد و در به روی اغیار بست.

خدمات وزیری: او به غیر از برگزاری کنسرت و ساخت تعداد زیادی آهنگ، کتاب های زیادی هم نوشت. کتاب تعلیمات موسیقی در دو جلد، دستور ویلون در دو جلد، دستور تار در دو جلد، موسیقی نظری، سرودهای مدارس از اشعار فردوسی، پنندهای سعدی و آهنگ هایی برای مدارس در دو جلد، خواندنی های کودکان، تاریخ موسیقی، ارکسترشناسی، ساز شناسی، نوا سازی مختصر، آئین نمایش و عرض نو برای موسیقی از جمله کارهای علمی وی است. او نزدیک به ۵۰ سرود از اشعار فردوسی و سعدی ساخت و علاوه بر این، مارش های نظامی مانند ایران، حرکت، ورزشکاران، کوس فتح، مهر ایران، مارش ظفر، مارش اصفهان، مارش آدمیت را ساخت. او همچنین نمایشنامه های «خانم خوابند»، «تشک پر قو»، و «تئاتر موزیکال های نیمه شب»، «رؤیای مجنون»، و «دو اپرای «شوهر بدگمان» و «گلرخ» را نوشت و اجرا کرد و همچنین نمایش های «دزدی بوسه»، «دل تنگ»، «گریلی»، «خردیار تو»، «شکایت نی» را نوشت و دو سمفونی به نام «سمفونی شوم» و «شبان و موسی» از دیگر آثار اوست. داریوش پیرنیاکان از موسیقی دانان معاصر، وزیری را در تارنوازی صاحب سبک می داند و آن را «مکتب استاد علینقی وزیری» می نامد و معتقد است وزیری غیر از مکتب تارنوازی در ارائه ی موسیقی ایران هم به مکتبی نو پای بند است که برگرفته از دو فرهنگ ایرانی و غربی است. وزیری بسیار دلسوزانه و متعصبانه معتقد بود که موسیقی ایران با ابزار فرهنگ موسیقی غربی می بایست متحول گردد و در این راه هم زحمت زیادی کشیده و آهنگ های زیادی هم ساخته است.

وزیری در هفتادسالگی همچنان در دانشگاه تهران درس می داد اما در شمیران زندگی می کرد و فقط برای تدریس به تهران می آمد. حسین بنی احمد در مقاله مفصلی در اطلاعات ماهانه در تیرماه ۱۳۳۴ از قول وزیری در باره این که آیا از وضع خود راضی است، می نویسد: «مردم ایران به خصوص هنرمندان و صنعتگران زندگانی شاد ندارند. آنچه مرا امیدوار می سازد و به من قدرت می دهد، این فکر است که ما فدایی جامعه هستیم و بایستی در این راه از خود بگذریم و الا از این همه رنج و ناملایمی به کلی مأیوس می شدم».

وزیری موسیقی را مثل مینیاتور می دانست و می گفت که «یک تکیه صوتی، یا یک ناله به موقع و به جا در یک واحد موسیقی، چنان تارهای دل آدمی را به ارتعاش می آورد که کمتر عاملی قادر به ایجاد چنین تأثیری است. موسیقی برای هر ملتی، حکم زبان احساسات آن ملت را دارد. در محاوره، حروف عامل اصلی هستند و در موسیقی، صداها الفبای زبان دل محسوب می گردند.» مهدی نورمحمدی در کتاب اخبار و اسناد کلنل علینقی وزیری در مطبوعات عصر قاجار و پهلوی می نویسد: «تبحر در نوازندگی تار و ویلن، تألیف کتب آموزشی، آهنگسازی، رهبری ارکستر، تأسیس مدرسه موسیقی و پرورش شاگردان متعدد، تأسیس کلوپ موزیکال و اجرای کنسرت های گوناگون، داشتن سمت های اداری در تشکیلات موسیقی و استادی دانشگاه همه نشانگر توانایی های این شخصیت بزرگ فرهنگی است».

علینقی وزیری در ۹۲ سالگی در هجدهم شهریور سال ۱۳۵۸ در سکوت درگذشت و در اطلاعاتی که در روزنامه ی اطلاعات بیست و یکم شهریور ۱۳۵۸ منتشر شد خانواده اش نوشته بود: «با اندوه فراوان درگذشت کلنل علینقی وزیری استاد ممتاز دانشگاه تهران را به آگاهی می رساند. هزینه ختم به نیازمندان داده خواهد شد.

عارف در مقاله اش که در روزنامه ستاره سرخ در بیست و هفتم تیر ۱۳۰۴ منتشر شده نوشت: «آقای پرفسور، این موسیقی که سرکار می خواهید برای یک مسافرت تفریحی به اروپا از بین ببرید، شاید هزار سال است چندین هزار نفر سر و دست و دک و دنده و پهلوی خود را سر کاسه تار گذاشته و شانه از زیر بار گران خالی نکرده... با هزار توهین و بدبختی های دیگر، او را سینه به سینه چون جان شیرین، از پشت به پشت نگاه داشته، نگذاشته اند از بین برود.» این شاعر معروف، وزیری را متهم به بی انصافی کرد و گفت که وی موسیقی ایرانی را «به صرف تقلید و به جرم توهم اینکه حزن آور است، او را قربان آهنگ های گوش آزار روح خراش» کرده است. منتقدان وزیری را متهم می کردند که سعی دارد موسیقی ایرانی را با موسیقی غربی ادغام کند و عارف می گوید «همان طوری که ممکن نیست زبان یک ملتی تغییر به زبان اجنبی شود، موسیقی یک ملتی نیز تغییرپذیر و مخلوط شدنی نیست ... موسیقی ایران حزن آور هم که باشد، همین است که هست. نه می شود او را تغییر داد و نه ممکن است مخلوط با موسیقی بیگانه کرد.» عارف قزوینی، موسیقی علینقی وزیری را «من در آوردی» و کارش را «خیانت» علیه موسیقی ایرانی دانست و گفت که «شنیدن آن را به فتوای خود حرام می دانم».

هر چه انتقادها بیشتر می شد، دوستدارانش نیز بیکار نمی نشستند و مقالاتی در باره سبک کار وزیری در مطبوعات می نوشتند. علی دشتی نویسنده و سیاستمدار در مقاله ای در مجله آینده در دفاع از او نوشت: «وزیری از لحاظ موسیقی در ایران منحصر به فرد و کلمه «استاد» و «عالم» به معنی حقیقی خود بر او اطلاق و به طور حتم در فن خود در ایران نظیر ندارد ... علینقی خان وقتی تحقیقات می کند، شخص بصیر عمق اطلاعات وی را دانسته و ملتفت تفاوت فاحشی می شود که مابین او و اغلب موسیقی دان هایی که خوب ساز می زنند ولی فقط خوب ساز می زنند اما معلومات آنها سطحی و اطلاعات فنی و نظری را فاقدند موجود است.» دشتی در مقاله اش تأکید می کند که علینقی خان می خواهد انقلاب بزرگی در موسیقی ایران وارد سازد نه اینکه موسیقی اروپایی را (چنان که مشهور است و بعضی هم می گویند) در ایران معمول کند. به عقیده دشتی: «وقتی علینقی خان می خواهد ساز بزند به جای اینکه درنگ درنگ نامطبوع کوک تار گوش شما را خسته کند، یک صدای با ایهت و عظمت، مثل طنین ناقوس در میان فضای خلوت کلیسا، یا صدای زنگ ساعت های بزرگ در میان ظلمت و سکوت شب، افتتاح آواز را اعلام می کند. در این اولین مضرابی که به روی همه سیم ها آشنا می کند، به درجه ای شکوه و عظمت و ایهت خوابیده که به منزله دیباچه کتاب، از نغمه های آینده صحبت می کند».

نصرت الله فلسفی نویسنده و تاریخ نگار در دفاع از وزیری مقاله ای با عنوان «زنده کننده موسیقی» در روزنامه شفق سرخ نوشت و گفت: «تا دو سال قبل موسیقی ایران به واسطه محدود و منحصر بودن به چند دستگاه معین، پیشرفتی نداشت و راه ابتذال می سپرد. استادان فن نیز به حکم تصوف و قناعت که سرشت ایرانی است، اصولاً تصور نمی کردند که ممکن است دایره موسیقی را وسعت داد و قدمی از محیط تنگ آن فراتر گذاشت و به حکم این که نباید پا از گلیم خود خارج کنیم، هیچ پیشرفت و تجدیدی را در این فن شریف قائل نبودند. خوشبختانه آقای علینقی خان وزیری از اروپا به ایران آمدن و با عزم آهنین خود به یاری موسیقی وطن پرداختند و ثابت کردند که برای موسیقی نمی توان حدودی قائل شد و توسعه ی دایره ی محدود این فن گناه نیست».

دکتر محمود افشار، سیاستمدار و نویسنده نیز در بهمن سال ۱۳۰۵ در مجله آینده در باره حضورش در کنسرت وزیری در گراند هتل نوشت: «وقتی که موسیقی دلنواز وزیری با اشعار دلکش سعدی و حافظ توأم می شد گویی تأثیر ساز زیادتیر می گردید و گمان می کردم که شعر از موسیقی مؤثرتر است، ولی چون به خاطر می گذشت که همان اشعار را بارها خوانده و چنان اثری در آن نیافته بودم، عقیده سست می شد و شعر را جسدی می پنداشتم که از موسیقی در آن ها روح دمیده اند.»

سال ها بعد در آذر سال ۱۳۲۰ وزیری در یک سخنرانی که از رادیو پخش شد گفت که آرزو داشته که موسیقی ملی ایران را به جهانیان معرفی کند و «موسیقی ایران باید زنده شود و بر اساس علمی متکی باشد. موسیقی مانند کلاه و لباس قابل تقلید و تغییر نیست. موسیقی نماینده احساسات و عواطف ماست. موسیقی ما باید نماینده اخلاق و ذوقیات ما باشد. آشنایی به موسیقی اروپایی نباید موجب شود که ما از صنعت ملی خود بی نصیب مانیم و به نظر بی اعتنایی و حقارت به موسیقی خود نگاه کنیم. ما باید «موسیقی خود را بر اساس و قواعد و اصول موسیقی اروپایی متکی کنیم و آن را به صورت علمی در آوریم که در هر مدرسه ای قابل تدریس باشد»، دعوای



Film Reviews: “Daddio”, “Thelma”, “Ghostlight”, “Nowhere Special”

Jamileh Davoudi

Summer is usually time for blockbuster movies, but this year there are some good thought-provoking films you can watch at the theater. Here are few recommendations:

They don't make movies like **Daddio** any more, a deep conversational film without fast and flashy actions. Directed and written by Christy Hall and starring Sean Penn and Dakota Johnson, **Daddio** takes place in a taxi ride from JFK airport to a residential neighborhood where the taxi driver opens up a conversation with the beautiful, confident young woman passenger (Girlie) who is in text conversation with a lover. The script is very well written, capturing how some of the deepest personal secrets could easily be shared with a stranger. This is very different than a therapy session as both the taxi driver (Clark) and Girlie talk about their desires, secrets and experiences. As Girlie reveals having an affair



Daddio



Ghostlight

with an older married man, Clark points out why this is not about love but sex, and the text conversation Girlie is having at the same time with her lover confirms that, or does it? In her feature directorial debut, Christy Hall makes a complex movie with powerful cinematography that makes this film anything but static.

Thelma, also a debut feature by director Josh Margolin, is just a delightful comedy to watch and will change how we view older people as dis-abled. First premiered at the 2024 Sundance film festival, **Thelma** is about a 93 year old grandmother who loses \$10,000 to phone scammers pretending to be her grandson. When she learns that she has been tricked, she embarks on a journey across Los Angeles to reclaim what was taken from her. When in Sundance, Josh Margolin was asked “What was

the biggest inspiration behind this film?”. His answer was: “My grandma, Thelma, and I have always been incredibly close. She’s sharp, tough, and very much the matriarch of the family. So it was a rude awakening when a few years back she got duped by some phone scammers pretending to be me, and nearly sent them thousands of dollars for my “bail.” It shook me up to see her taken advantage of that way. So I started imagining what it would be like if she took things into her own hands and decided to get it back. I wanted to treat her like the star of her own action movie.” If you have watched “**San Frances**” a movie by Alex Thompson and Kelly O’sullivan, then you know you are in a treat for their new film **Ghostlight**. This movie is about loss, anger, pain, the importance of community, and the power of art for healing. What starts as a troubled teenage daughter that her parents have to deal with, unfolds into a story of a family dealing with a huge loss that has deeply affected not only the daughter but also the parents. As the mother tries to keep the family together, the father unexpectedly joins a local theater’s production of Romeo and Juliet, a very modern version!

Nowhere Special is directed by Uberto Pasolini known for his



Thelma



Nowhere Special

1997 film “The Full Monty”. Released during the pandemic in 2020, **Nowhere Special** didn’t get much promotion and is now released in US for streaming. This very beautiful and deep emotional film based on true events set in Northern Ireland. It starts with astonishing cinematography of windows of cafes, shops, offices and houses capturing the mood of what is happening on the other side of the glass. Behind one window, Michael, a four-year-old is waiting for John, his single father to come home. For the first half of the movie you find John trying so hard to find a suitable family to take care of his son as he only has few months to live. The relationship between this father and son is just so touching. As sad as the circumstances are, there is no melodrama and the ending is just perfect!

Ryan 藍可嘉 KHOJASTEH for District Attorney



Ryan Khojasteh is running to protect all San Francisco communities with a better way on public safety. Ryan is proud of his Persian heritage and when elected, will serve as one of only three Persian District Attorneys in the country. He is endorsed by ten District Attorneys across the country, including the only two Persian DA's in America. We invite you to join Team Khojasteh and help us build a safer San Francisco for all.

JOIN OUR TEAM AT
WWW.RYANFORSFDA.COM

If you'd like to make a contribution to our grassroots campaign, please visit
WWW.RYANFORSFDA.COM/DONATE

PAID FOR BY RYAN KHOJASTEH FOR SF DISTRICT ATTORNEY 2024. FPPC# 1466416.
FINANCIAL DISCLOSURES ARE AVAILABLE AT SFETHICS.ORG



Caroline Nasser
Attorney at Law

کارولین ناصری

وکیل رسمی دادگاه های کالیفرنیا و فدرال

تنها وکیل ایرانی در شمال کالیفرنیا
با بیش از ۳۳ سال تجربه

✦ تصادفات اتومبیل، موتورسیکلت و عابر پیاده

✦ صدمات شدید بر اثر تصادفات

✦ مرگ بر اثر تصادفات

✦ صدمات ناشی از حمله حیوانات

(408)298-1500

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

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

Tel: (408)298-1500

e-mail: cnasseri62@yahoo.com

Fax: (408)278-0488

Website: carolinenasserilaw.com

675 North First Street, San Jose, CA 95112