



علی مقدمی

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

(408) 332-5885

شان انصاری

مشاور سرمایه گذاری در املاک

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

(408) 529-4574

www.ShawnAnsari.com



DRE #01088988

SHAWN ANSARI PRESENTS

شان انصاری

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

Expertise You Need, Results You Can Count On!



SOLD - Represented Seller
Portola Valley



SOLD - Represented Seller
Saratoga



SOLD - Represented Seller
Santa Clara



Shawn Ansari, Realtor

MS, e-PRO, Certified SRES, SFR, Probate



SOLD - Represented Buyer
Brooke Acres, Los Gatos



SOLD - Represented Buyer
Burgoyne, Mountain View



SOLD - Represented Buyer
Oak Drive, Menlo Park

(408) 529-4574

www.shawnansari.com

Shawn.Ansari@Compass.com

DRE: 01088988

COMPASS

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

THE LAW OFFICES OF
CAROLINE J. NASSERI

(408)298-1500

وکیل تصادفات و صدمات بدنی
Accident & Personal Injury Attorney



Caroline Nasserri
Attorney at Law

کارولین ناصری

وکیل رسمی دادگاه های کالیفرنیا و فدرال

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

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

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

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

Tel: (408)298-1500

e-mail: cnasserri62@yahoo.com

Fax: (408)278-0488

Website: carolinenasserilaw.com

675 North First Street, San Jose, CA 95112

۲۰۲۳: سال افزایش تنش با ایران

ترجمه از مرکز سوفان The Soufan Center

سال گذشته میلادی با خوش بینی کلی درباره روند رابطه ایران و آمریکا و همین طور گفتگوهای چند جانبه برای احیای کامل توافق هسته‌ای ۲۰۱۵ موسوم به برجام آغاز شد. دولت ترامپ سال ۲۰۱۸ این توافق را فسخ کرده بود. در سال ۲۰۲۲، در حداقل دو مورد، مقامات اروپایی گفتند توافق نزدیک است، و با اطمینان پیش بینی کردند که تنش‌های غرب با ایران کاهش خواهد یافت. اما تهران از سازش‌های نهایی برای معامله سر باز زد و آمریکا را متهم کرد که تقاضاهای غیرمعقول دارد. با توقف مذاکرات از سپتامبر، رژیم ایران غنی‌سازی اورانیوم را تا نقطه‌ای افزایش داد که بنا به ارزیابی کارشناسان اتمی، چند هفته تا ذخیره‌سازی مواد اتمی کافی برای تولید بمب اتم فاصله دارد.

پیشرفت‌های هسته‌ای ایران در سال ۲۰۲۲، همزمان شد با نگرانی فزاینده غربی‌ها از حمایت تهران از جنگ روسیه در اوکراین، و تامین هزاران پهپاد مسلح و موشک بالستیک کوتاه‌برد برای مسکو. همین‌طور، رونق روابط رهبر ایران با مسکو مصادف شده با سرکوب فزاینده معترضان ایرانی که با ظلم رژیم روحانیون مقابله می‌کنند و از اواخر تابستان خیزشی زن‌محور را بعد از جان باختن مهسا امینی در بازداشتگاه

گشت ارشاد شروع کردند. مجموعه اقدامات پرخاشگرانه از سوی تهران، شناس احیای برجام را به شدت ضعیف کرده است. در ۴ ژانویه ۲۰۲۳، ند پرایس سخنگوی وزیر خارجه آمریکا گفت «آمریکا هیچ تغییری را از سوی ایران برای تضمین از سرگیری مذاکرات برجام در وین شاهد نبوده است»، او همین‌طور با تایید این‌که سیاست آمریکا در قبال ایران سخت‌تر شده گفت: «به خصوص

تاسیسات هسته‌ای اراک

از سپتامبر، ما بر حمایت از آزادی‌های اساسی مردم ایران و مقابله با شراکت نظامی فزاینده ایران با روسیه و حمایتش از جنگ روسیه در اوکراین تمرکز کرده‌ایم». جوزف بایدن رئیس‌جمهور آمریکا و کنگره این کشور هم دیگر علاقه‌ای به رفع تحریم‌های برجامی علیه ایران ندارند. حمایت گسترده‌ای در دولت آمریکا برای اعمال تحریم‌های اضافی علیه ناقضان حقوق بشر در ایران و زیرساخت تولید پهپاد و موشک ایران وجود دارد. با توجه به این برداشت عمومی که برجام احیاء نخواهد شد، برخی اعضای تیم مذاکره‌کننده برجام در وزارت خارجه آمریکا از کار خود کنار کشیده‌اند. البته مقامات آمریکایی اعلام نکرده‌اند که مذاکرات تمام شده است، که ظاهراً یکی از دلایلش این است که فکر می‌کنند شاید رژیم ایران از شکست مذاکرات برای رسیدن به «آستانه تسلیح اتمی» استفاده کند؛ یعنی توانمندی مونتاز سریع بمب اتمی واقعی اگر دولت تصمیم به این کار بگیرد.

انتخاب‌های آمریکا و متحدانش برای تغییر رفتار ایران بسیار اندک است: چه برنامه

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 مطبوعات (حسن جوادی)
صفحه ۷	میرزا ملکم خان (ایرج پارس نژاد)
صفحه ۸	اخبار
صفحه ۹	اخبار
صفحه ۱۰	گاندی کیست (احمد ایرانی)
صفحه ۱۱	آگهی
صفحه ۱۲	جایگاه زنان ایران، از دیروز تا به امروز (هما گرامی فره وش)
صفحه ۱۳	آگهی
صفحه ۱۴	آگهی
صفحه ۱۵	آگهی
صفحه ۱۶	نقد و بررسی فیلم (میثم کریمی)
صفحه ۱۷	آگهی
صفحه ۱۸	آگهی
صفحه ۱۹	مشقی تازه در روزهای غربت (حسینعلی مکوندی)
صفحه ۲۰	آگهی
صفحه ۲۱	زندگی با طعم عشق و آرامش (مریم حجتیان)
صفحه ۲۲	اخبار
صفحه ۲۳	اخبار
صفحه ۲۴	گیله مرد (حسن رجب نژاد)
صفحه ۲۵	تازه های پزشکی (منوچهر سلجوقیان)
صفحه ۲۶	آگهی
صفحه ۲۷	روای دلجه (سیروس مرادی)
صفحه ۲۸	اخبار
صفحه ۲۹	اخبار
صفحه ۳۰	آگهی
صفحه ۳۱	آگهی
صفحه ۳۲	شناخت ذهن و کنترل آن (رامین کریمی)
صفحه ۳۳	چگونه می توانیم به خیزش مردم... (مریم سالاری)
صفحه ۳۴	جدول
صفحه ۳۵	نیازمندبها - فال ستارگان
صفحه ۳۶	انگلیسی با لهجه فارسی (فیروزه جزایری دوما)
صفحه ۳۷	ماموریت پاکستان (عباس پناهی)
صفحه ۳۸	اخبار
صفحه ۳۹	اخبار
صفحه ۴۰	شعر
صفحه ۴۱	اخبار
صفحه ۴۲	داستان
صفحه ۴۳	اخبار
صفحه ۴۴	بچه های طلاق (ادوارد تایبر)
صفحه ۴۵	اخبار
صفحه ۴۶	اخبار
صفحه ۴۷	اخبار
صفحه ۴۸	دنباله مطلب
صفحه ۴۹	دنباله مطلب
صفحه ۵۰	دنباله مطالب
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 مطلب
صفحه ۶۰	انگلیسی

هسته‌ای رژیم باشد یا هم‌سویی‌اش با روسیه، حمایتش از گروه‌های مسلح، یا سرکوب داخلی، از سال ۲۰۱۰، تحریم‌های ثانویه آمریکا، که شرکت‌های خارجی معامله‌کننده با نهادهای تحریم‌شده ایرانی را از سیستم مالی معاف کرد، به تدریج در حال گسترش بوده و حالا عملاً تمام بخش‌های اقتصاد ایران را هدف گرفته است. مقامات ارشد ایران، سرداران سپاه، و بخش‌های مختلف سپاه پاسداران، دستگاه‌های انتظامی دیگر، تاسیسات موشکی و پهپادی و نهادهای حامی آنها، شرکت‌های نفتی، بانک‌ها، شبکه‌های مالی غیرعادی، همگی از سوی آمریکا و همین‌طور در بسیاری موارد از سوی متحدان آمریکا تحریم شده‌اند. بانک‌های ایرانی عملاً از نظام مالی جهانی بیرون انداخته شده‌اند. اواخر دسامبر، مقامات آمریکایی تلویحا گفتند که مایلند تحریم‌های بیشتری وضع کنند تا ارسال پهپادهای ایران به روسیه را محدود کنند. آدرین واتسون سخنگوی شورای امنیت ملی آمریکا گفته: «ما دنبال راه‌هایی برای هدف گرفتن تولید پهپادهای ایران از طریق تحریم‌ها، کنترل‌های صادراتی، و گفتگو با شرکت‌های خصوصی هستیم که قطعات آنها در خط تولید پهپاد استفاده شده است. ما در حال بررسی گام‌های بیشتری برای کنترل صادرات به منظور کم کردن دسترسی ایران به تکنولوژی‌های مورد استفاده در پهپادها هستیم. **ناله مطلب در صفحه ۵۱**»

در خواست اشتراک نشریه پژواک



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

PO BOX 9804, SAN JOSE, CA 95157

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

شماره تلفن: ۸۶۲۴-۲۲۱(۴۰۸)

شماره فکس: ۳۷۱۷-۶۹۳(۴۰۸)

آدرس مکاتبه با نشریه پژواک:

PO BOX 9804,

SAN JOSE, CA 95157

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

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

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



LOS GATOS MEMORIAL PARK

&

DARLING FISCHER FUNERAL HOMES

Celebrating Life, One Story at a Time

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

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



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

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

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

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

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

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

فارسی ۶۷۶۸-۳۹۶ (۴۰۸)

انگلیسی (408) 791-1431

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

و وی را محاصره کردند و تقریباً همه مردان شجاعی که با او بودند، در این زد و خورد جان سپردند و او توانست بگریزد. لرها با آرامش تمام راه خود را ادامه دادند و فقط چند تن از سربازان پیاده نظام و چند سوار که عقب مانده بودند گرفتار آمدند. سهراب خان انتقام خود را از آنان گرفت و دستور داد تا سر آنها را ببرند و نیز سر همه بدبختانی را که در راه به آنها برخورد کرده بود بدانها افزود و دستور داد تا همه این سرها را به عنوان شاهد پیروزی به مشهد ببرند.

عادلشاه وعده داده بود که برای هر سر لر که بیاورد مبلغ ۲۴۰ لیور جایزه دریافت کند. وی در ظلم و تعدی دست بالا را گرفت و دستور داد تا سر همه لرهایی را که در شهر مانده بودند، بریدند و زنان و کودکان را هم معاف نداشتند. سرانجام عادلشاه جدا به اندیشه سفر خویش افتاد و گریز لرها او را در این اندیشه مصمم کرد. وی ترسید که مبادا این ملت آزار شده در اطراف اصفهان گروهی طرفدار تشکیل دهند. علاوه بر این وی هیچ خبری از برادرش ابراهیم خان که در این شهر بود، دریافت نکرده بود. این سکوت برای او ایجاد نگرانی کرده بود و از یک شورش می ترسید. زمستان نزدیک می گشت و اگر سفر بیشتر به تاخیر می افتاد، ناممکن می گشت. بنابراین در روز هفتم دسامبر ۱۷۴۷ حرکت کرد و با خود جز مقداری مسکوک و گرانباترین گوهرهایش، چیزی همراه نبرد.

هرقدر به اصفهان نزدیکتر می شدیم، بیشتر خبر شورش به گوش می رسید. این شورش از سوی دو رقیب نیرومند جای ترس داشت. یکی از سوی فتحعلی خان قاجار که صاحب اختیار ایالت مازندران گشته بود و دیگری از سوی برادر شاه، ابراهیم میرزا بود. عادلشاه تصمیم گرفت که نخست به اولی حمله کند زیرا وی کمتر خطرناک بود. وی برای خاموش ساختن این طغیان پنج ماه وقت تلف کرد و این مدت به ابراهیم خان فرصت داد تا به موفقیت خود اطمینان بخشد. عادلشاه برای کشیدن او به اردوی خود کوشش های بیهوده کرد. به وی مهربان ترین نامه ها را نوشت. نوشت که نمی تواند باور بردار که برادری که برایش این چنین عزیز بود، بتواند خود را دشمن وی اعلام دارد و جدایی آنها از همدیگر موجب انهدام هردوی آنها خواهد گشت و مصرا از وی درخواست می کرد که به سوی وی بازگردد و وی آرزوی دیدارش را دارد و با وی بیشتر همچون برادر رفتار خواهد کرد تا یک شاه.

دنباله مطلب در صفحه ۵۶



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

(بخش شصت و سوم)

ترجمه زنده یاد دکتر بهرام فره وشی

عادلشاه از همان روزهای نخستین پادشاهی، برادر خود ابراهیم میرزا را با یک گروه ۱۲۰۰۰ نفری برای اطمینان یافتن از شهر اصفهان و برای باز کردن راه ها و نگاهداری نظم و سامان مردم به آنجا فرستاده بود و خود وی خیال داشت بزودی به آنجا برود و خویشتن را در پایتخت به مردم بنمایاند. تمام دربار آماده متابعت وی بودند ولی او نمی توانست تصمیم بگیرد که از گنجینه خویش دل برکند و حمل آن هم مشکل بود. علاوه بر این ایالت خراسان پر از شورشیانی بود که منتظر بودند تا وی عزیمت کند تا آشکارا طغیان کنند.

لشکریان وی که در دوران تهماسب قلی خان به حرکت و راه پیمائی و جنگ خو گرفته بودند از اقامت در مشهد دلگیر شده بودند و از این عدم فعالیت، آشکارا اظهار نارضایی می کردند. گروه کثیری از آنان که لرها بودند، چندین بار اجازه خواستند که به سرزمین خود که در حوالی اصفهان است بازگردند و پس از اینکه چندین بار با رفتن آنها موافقت نشد، سرانجام در آغاز یکی از شب ها چنان پنهانی و پچاکی گریختند که پیش از آنکه کسی از عزیمت آنها باخبر شود، ده فرسنگ راه پیموده بودند. شاه که از این فرار خشمگین گشته بود، خواست بر اسب نشیند و خود او آنها را تعقیب کند، ولی سهراب خان به او یادآوری کرد که تعقیب آنها، شایسته مقام او نیست و از نزاکت به دور است که یک شاهزاده بزرگ خود به تعقیب یک مشت فراری بپردازد و از وی درخواست کرد که تعقیب آنها را به او واگذار کند و وی امیدوار است که در زمانی کوتاه و با پیروزی از آنها انتقام بگیرد و با شتاب در پی فراریان عزیمت کرد و در اواخر روز بعد به فراریان رسید. راه پیمائی او بدون نظم و ترتیب انجام یافته بود و تمام سپاهیان او هنوز نرسیده بودند، ولی سهراب خان پیش از آنکه محتاط باشد، دلیر بود و به ناگاهان عملیات را آغاز کرد. لرها بازگشتند



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



شیوا موزون

وکیل رسمی دادگستری



Shiva Moozoun
Attorney at Law

♦ تهیه و تنظیم وصیت نامه و تراست ♦ دفاع در برابر IRS, FTB, BOE ♦ تشکیل ثبت و انحلال شرکت ها ♦ برنامه ریزی و آماده کردن اظهارنامه های مالیاتی برای اشخاص و شرکت ها ♦ تصادفات ♦ تهیه و تنظیم انواع قرارداد و اسناد حقوقی ♦ آماده کردن فرم های مهاجرت ♦ اشتباهات پزشکی

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

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

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

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

تفلیس (۳۴۰ شماره) و ۸ شماره در تبریز در سال ۱۹۲۱ و از ۱۹۲۲ تا ۱۹۳۱ در باکو (۳۰۰ شماره) در هشت صفحه با کاریکاتورهای رنگی فوق العاده جالب منتشر شد، و چنان که گفته شد نه تنها در جنوب قفقاز بلکه در ایران، ترکیه و آسیای مرکزی تأثیر فوق العاده ای داشت. کاریکاتوربست های عمده آن اسکار شمربلینگ (۱۹۳۸-۱۸۶۳)، جوزف روتر آلمانی مقیم تفلیس و عظیم عظیمزاده آذربایجانی (۱۹۳۴-۱۸۸۰) و در تبریز رسام ارژنگی بودند. در زمان مشروطه اشعار صابر را در مدح ستارخان را در سنگرهای تبریز با شوق و ذوق زیاد می خواندند و چون آنها به ترکی آذربایجانی بود، حتی بیسوادان هم می توانستند آنها را به خاطر بسپارند. «ملانصرالدین» به خاطر طنز برای آن و به خاطر مبارزه پیگیرش با نابرابری اجتماعی، وضعیت طبقه کارگر، حقوق زنان، ظلم و بیداد، جهل و خرافات موجب دشمنی عده ای شد که منافع خود را در خطر می دیدند. طوری که به گفته آریانپور آن را جزو «اوراق مظله» و «بدتر از شمشیر شمر» شمردند (آریانپور، ج ۲، ص ۴۵) و حتی فتوایی هم برای قتل جلیل ممدقلیزاده صادر شد.

دنباله مطلب در صفحه ۵۷

بیگانگان، کشتن آزادیخواهان سرزنش می کند. پس از اینکه ورق برمی گردد و محمدعلی شاه فرار می کند، صابر با ریشخند از او طرفداری می کند و زبان حال او می شود که می گوید:

جدّ ایرانی بسوزد، چون ز من سوزد جگر!
باز هم آید خبر از مدلی، آن بی پدر:

تخت را بگذاشته، در رفته است این تاج سر!
رفته در قنسولگری خاقان ایرانیان (۴)

در حقیقت بوده بد بنیان این ایرانیان!
اهل ایران این قدرها بی شرف باشد چرا؟

دشمن رفتار و کردار سلف باشد چرا؟
مثل این عثمانی نو ناخلف باشد چرا؟

ای خدا، گردد خراب ایران این ایرانیان!
در حقیقت بوده بد بنیان این ایرانیان!

بهر چه ملت دخالت می کند در کار شاه؟
چارچشمی می کند بر شاه و بر کارش نگاه؟

باید آگه باشد از کار خود آیا شخص شاه
یا که خیل سلسله جنبان این ایرانیان؟

در حقیقت بوده بد بنیان این ایرانیان!
شاه خود داند چه برمی دارد و چه می نهد

جیب می بزد، بخواهد، پوست از سر می کند
خانه تالان می کند، دیده در آرد، سر برد

گو رود بر آسمان افغان این ایرانیان!
به جهنم، سوخت یکسر جان این ایرانیان!

بنده شاه است هر انسان این ایرانیان!
در حقیقت بوده بد بنیان این ایرانیان! (۵)

«ملانصرالدین» از ۱۹۰۶ تا ۱۹۱۷ در

طنز در مطبوعات

بخش پنجم

دکتر حسن جوادی



لاشه ز من و گوشت ز من جان بود از من!
شوکت زمن و فخر ز من شأن بود از من! (۱)
محمدعلی شاه که اسلاف خود را نمی پسندد، سلطانی است به مراتب پست تر، زبون تر و فاسدتر از آنها. در شعری به عنوان «می فروشم» (ساتیرام) او تمامی ایران را به حراج گذاشته است و در «ری» مغازه بزرگی باز کرده و هرچه به دستش رسیده از جام جم، رایت کی، تخت قباد به فروش گذاشته است. (۲)

پس از بمباران مجلس، صابر با لحنی تلخ شعر «حلالت باد» را می نویسد:
راستی هم، مدلی، غیرت به تو باشد حلال
باغشاه و آن همه عشرت به تو باشد حلال!
شاه دولت مندها، دولت به تو باشد حلال!
بخششت، مشروطه ملت به تو باشد حلال!
آنگاه با لحن نیشخند آمیزی که گزنده تر از هر فحشی است، می گوید:

آفرین ها بر تو و بر عهد و پیمان های تو!
آفرین بر هفتگی سوگند قرآن های تو! (۳)
و او را به خاطر سر سپردن به

محمدعلی شاه یکی از موضوعات عمده طنز سیاسی صابر است و در اشعار متعدد خویش قیافه واقعی این سلطان حیل گر و طماع را به خوبی ترسیم می کند. در اوایل سلطنت او با غرور خاصی می گوید:

من شاه قوی شوکتیم، ایران بود از من!
ایران ز من و ری، طبرستان بود از من!
آباد شود یا شده ویران، بود از من!
قانون اساسی چیه؟ فرمان بود از من!

شوکت ز من و فخر ز من، شأن بود از من!
داد ار بشما شابابا قانون اساسی،
ملای حلیمی بود، بیهو و حواسی
بالمه نبود آگاه از کار سیاسی،
همشهری، ببر کن، شپشو، کهنه لباسی!
خلعت ز من و تخت زر افشان بود از من!
شوکت ز من و فخر ز من، شأن بود از من!
اکنون همه دانند، بابا، مندلیم، هان!
من معدن جور و ستم، سخت و خروشان،
من انگل خونخوارم بر پیکر ایران،
زالویم و خونش بمکم، گیرم از او جان،

N-Brows Studio

What is microblading?

It is a process of semi tattooing into your eyebrows little hair strokes that will mimic your real hair.

This is the process:

1. Use a brows ruler called BB Compass and an app to make sure both eyebrows are the same on both sides to draw the eyebrows that customize to each client's shape and structure.
2. Numb the eyebrows with numbing cream for 15 minutes.
3. Mix color using a pigment calculator app in 1 minute to calculate perfect color customized to each client based on skin tone and hair color.
4. Start making thin strokes like real eyebrows hair.
5. 2 hour later, the process is complete and the customer will have a new set of eyebrows that matches with her face.



Phone: (408) 660-3339 ♦ Instagram: N_brows_studio ♦ Address: Sunnyvale

اعضای آن مجمع رجال سیاسی و روحانیان را هراسان کرد، تا آنجا که به تحریک ایشان شاه نیز نگران شد و دستور انحلال «فراموشخانه» را داد. در پی آن ملک و پدرش میرزا یعقوب را از ایران راندند و به بغداد تبعید کردند (۱۲۷۸/۱۸۶۱)، اما به علت شکایت دولت عثمانی آنان را از بغداد نیز بیرون راندند. سرانجام با شفاعت میرزا حسین خان مشیرالدوله، سفير ایران در عثمانی، ملک بخشوده و راهی استانبول شد (۱۲۷۹/۱۸۶۲) و بعد به سمت مستشار سفارت ایران برگزیده شد و تا ده سالی بعد (۱۲۸۸/۱۸۷۱) در این سمت بود. میرزا یعقوب نیز با پادرمیانی میرزا یوسف خان مستشارالدوله کاردار سفارت ایران در سن پترزبورگ، به آن شهر فراخوانده شد و به مشاورت سفارت ایران ده سالگی (۱۲۹۸/۱۸۸۰) در آن دیار ماند و از آنجا به استانبول رفت و در آن جا بود تا درگذشت.

اقامت ده ساله ملک در استانبول او را با اصلاحات عصر تنظیمات آن کشور و همچنین سیاستمداران روشن اندیشی چون مدحت پاشا، فواد پاشا، عالی پاشا و نویسنده ای روشنفکر چون نامق کمال آشنا کرد. رساله های «شیخ و وزیر» و «مبداء ترقی» و همچنین رساله ای در دفاع از تغییر الفبای فارسی حاصل اقامت این سال های ملک در استانبول است. در این زمان است که ملک با هانریت، دختر یک کشیش ارمنی، ازدواج می کند.

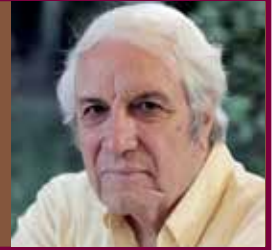
با صدارت مشیرالدوله دوران عزت و ترقی ملک نیز فرا می رسد. او را به تهران فرا می خوانند (۱۲۸۸/۱۸۷۱) و منصب مستشار صدارت می بخشند و «ناظم الملک» لقب می دهند. او چند ماهی بعد برای تدارک نخستین سفر ناصرالدین شاه به اروپا، به عنوان وزیر مختار ایران در لندن، راهی انگلیس می شود (۱۲۸۹/۱۸۷۲) و پس از ده سال به مقام سفير کبری می رسد و القاب «پرنس» و «ناظم الدوله» می گیرد. ماموریت شانزده ساله در لندن به ملک فرصت می دهد تا با افکار فیلسوفان انگلیسی، به ویژه فلسفه پوزیتیویسم (Positivism) آگوست کنت و با نویسندگان انگلیسی از جمله جان استوارت میل آشنا شود و بخش هایی از کتاب او در آزادی (Ou Liberty) را به فارسی ترجمه کند.

با پیش آمدن قضیه امتیازنامه لاتاری، ملک مغضوب شاه می شود و مقام و القاب خود را از دست می دهد و از تمام کارهای دولتی برکنار می شود (۱۳۰۶/۱۸۸۸). (۵)

میرزا ملکم خان

بخش اول

دکتر ایرج یارسی نژاد



میرزا ملکم خان ناظم الدوله (۱۲۴۹-۱۳۲۶ / ۱۸۳۲-۱۹۰۸) فرزند میرزا یعقوب، از ارمنیان آزاداندیش جلفای اصفهان، بود. (۱) میرزا یعقوب با زبان و فرهنگ فرانسه و دانش و مدنیت جدید آشنایی داشت. نوشته های بازمانده از او، از جمله رساله «افزایش ثروت»، نشان دهنده توجه او به مبانی اقتصاد جدید و تاثیر سرمایه های داخلی و خارجی در پیشرفت اقتصاد کشور است. (۲) همچنین رساله ای که به صورت «عریضه» به ناصرالدین شاه نوشته و او را به تاسیس «کنسلیطوسیون» یعنی استقرار دولت منتظم و حکومت بر پایه اصول قانون برانگیخته از هشیاری تاریخی او خبر می دهد. (۳)

میرزا یعقوب پسر خود ملکم را در ده سالگی برای تحصیل روانه پاریس کرد. ملکم در آنجا هوش و استعداد بسیار در آموختن زبان فرانسه و علوم طبیعی و ریاضی و مطالعه آثار فیلسوفان و متفکران انقلاب بزرگ فرانسه، ولتر، روسو و منتسکیو نشان داد، تا آنجا که ستایش وزیر امور خارجه فرانسه را برانگیخت. (۴) در بازگشت از این سفر بود که در وزارت خارجه به عنوان مترجم استخدام شد (۱۲۶۷/۱۸۵۰) و سال بعد، پس از تاسیس مدرسه دارالفنون، کار مترجمی معلمان اروپایی و همچنین تدریس ریاضی را در آنجا به عهده گرفت. در سفر فرخ خان امین الدوله به پاریس برای مذاکره درباره عهدنامه صلح ایران و انگلیس به میانگیری ناپلئون سوم، به عنوان مترجم و مشاور، او را همراهی کرد (۱۲۷۳/۱۸۵۶). در بازگشت از این سفر بود که به مقام «مترجم مخصوص» و «آجودان عالیحضرت» ترقی کرد (۱۲۷۵/۱۸۵۸).

ملکم از این زمان فعالیت سیاسی خود را آغاز کرد. نخستین طرح اصلاح حکومت را در رساله ای به نام «دقت تنظیمات»، به شاه داد و اولین مجمع سیاسی یعنی «فراموشخانه» را بنیاد کرد که ظاهراً هدفش ترویج اندیشه اصلاحات و تبلیغ اصول حقوق بشر و تعلیم همکاری جمعی و تلاش در استقرار حکومت قانون بود. اما فعالیت جمعی و مخفی

دکتر فتنه هوشداران کایروپراکتر

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:

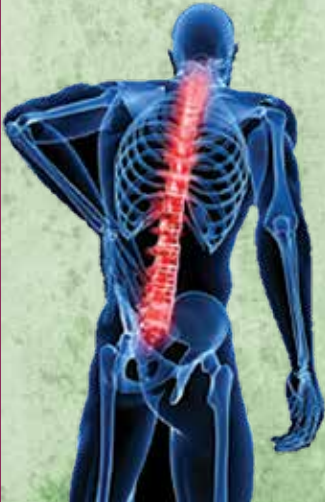


Fataneh Hooshdaran, D.C.

- ♦ 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



قیام سال: زن، زندگی، آزادی

مهسا ورکیانی



و خونریزی مغزی کرده است. وقتی خبر ماجرا به ایرانی‌ها رسید، کشور برای همیشه عوض شد. در چهار ماه گذشته هر روز شاهد اعتراض بوده‌ایم. در باب تفاوت‌های این خیزش با موارد قبلی مطالب زیادی نوشته شده است. سراسر کشور از کردستان تا بلوچستان شاهد اعتراض است. زنان و دختران حجاب برمی‌دارند و جسورانه در شهر قدم می‌زنند، گویی قانون

حجاب برداشته شده است. جوانان در خط مقدم هر اعتراض هستند. یک شعار کردی قدیمی علیه سرکوب حکومتی که به فارسی ترجمه شد، از همان ابتدا به بلندترین شعار خیزش تبدیل می‌شود، شعاری که زندگی پرمخاطره زنان و اقوام ایران را به ما یادآوری می‌کند: «زن، زندگی، آزادی». شعاری ساده اما براندازانه. پاسخ جمهوری اسلامی مثل رژیم می‌باشد که می‌داند در حال سقوط است، با خشونت و استیصال. وقتی زنی بدون حجاب در محل صبحانه می‌خورد، بازداشت می‌شود. وقتی گزارشگری از سقوط رژیم می‌گوید، بازداشت می‌شود. چهار معترض بعد از دادگاه‌های نمایشی به جرم «محاربه با خدا» اعدام می‌شوند. بازیگر زن فیلم برنده اسکار به خاطر انتقاد از اعدام، بازداشت می‌شود. صدها معترض کشته شده‌اند. زنان در زندان به‌طور گسترده مورد تجاوز جنسی قرار می‌گیرند. دکترهایی که به معترضان مجروح کمک می‌کنند، شکنجه و کشته می‌شوند و به ازای هر تصویر انقلابی از یک زن، دختر، یا کودکی که از رژیم سرپیچی می‌کند، خبری از کشته شدن یکی دیگر بیرون می‌آید. رژیم برای اثبات این که امینی را نکشته، بیش از ۵۰۰ نفر را کشته، که حدود ۷۰ نفرشان کودک بوده‌اند. بیش از ۱۸۰۰۰ نفر بازداشت شده‌اند. انتظار می‌رود ارقام واقعی بالاتر از این‌ها باشد. دو زنی که مرگ امینی را گزارش دادند، نیلوفر حامدی و الهه محمدی، بازداشت شدند، و بعد وکیل‌شان را هم گرفتند.

دنیاله مطلب در صفحه ۵۲

آدم باید خیلی بزدل باشد که بچه‌ای را بکشد و جسدش را بدزدد. یکی را اعدام کند، و تازه بعدش به خانواده‌اش خبر دهد. به مردمی که شعار «آزادی» می‌دهند شلیک کند، و اینترنت را قطع کند تا کسی خبردار نشود. در چهار ماهه گذشته، جمهوری اسلامی همه این کارها و بیشتر از این‌ها را انجام داده است.

سخت است به آدم‌هایی که تحت جمهوری اسلامی زندگی نکردند توضیح داد که چقدر چیزهای عادی غیرقانونی است. اگر دختر به دنیا بیاید، از نه سالگی هر جا می‌روی باید حجاب داشته باشی. لباس مردان هم کنترل می‌شود. پوشیدن شلوارک و رکابی و مدل موی غیراسلامی ممنوع است. نمی‌توانی در اماکن عمومی برقصی یا اگر زن باشی حتی بخوانی. نمی‌توانی با مرد «نامحرم» دیده شوی. ازدواج همجنس‌خواهان غیرقانونی است و مقامات رژیم تظاهر می‌کنند همجنس‌گرا در ایران وجود خارجی ندارد. اگر رژیم تصمیم بگیرد، موسیقی و هنر و سینما هم غیرقانونی می‌شود. نصف اینترنت فیلتر است و استفاده از وی.پی.ان.گرچه ممکن اما غیرقانونی است. و البته گشت ارشاد را هم فراموش کنیم. امسال تابستان ایرانی‌ها یک بار دیگر با واقعیت تلخ زندگی‌شان روبه‌رو شدند، وقتی مهسا امینی دختر ۲۲ ساله کرد در بازداشت گشت ارشاد جان باخت.

در رسانه‌های انگلیسی معمولاً نوشته می‌شود که او به خاطر شل‌حجابی بازداشت شد، ولی هر جور حساب کنید، لباس او کاملاً عادی بود. او با برادرش برای دیدن فامیلش به تهران رفته بود که بازداشت شد. برادرش بعدتر عکس او را در زمان بازداشت منتشر کرد. بدون رنگ‌های روشن، روسری کامل، فقط کمی از موهایش بیرون، و یک مانتوی گشاد و بلند که بدنش را می‌پوشاند. ایرانی‌ها خصوصاً در پایتخت با لباس‌های خیلی آزادتر هم تردد می‌کنند. اما منطقی در قوانین جمهوری اسلامی یا کسانی که گشت ارشاد آنها را هدف می‌گیرد نیست و در آن روز پلیس تصمیم گرفت مهسا را از خانواده‌اش بگیرد. او دو ساعت پس از بازداشت بیهوش می‌شود و به بیمارستان برده می‌شود و سه روز بعد در کما جان می‌دهد. دولت بیماری زمینه‌ای را مقصر اعلام می‌کند، و بعداً معلوم می‌شود که ضربات متعددی به سرش خورده و سرش را شکسته



مشکل گشای شهر شما

Immigration & Translation Services

شرکت ساعی

- 📌 امور مربوط به انحصار وراثت
- 📌 دریافت کارت سبز، ویزای نامزدی
- 📌 دریافت شهروندی آمریکا
- 📌 امور مربوط به طلاق ایرانی و آمریکایی



- 📌 امور مربوط به دفتر حفاظت ایران
- 📌 اخذ و تعویض شناسنامه و گذرنامه ایرانی
- 📌 استرداد املاک توقیف یا تصرف شده در ایران
- 📌 انجام امور انواع و کالتنامه برای ایران و آمریکا

برای مشاوره رایگان با ما تماس بگیرید

(408)554-1318

(408)554-1319

saeicompany@hotmail.com ♦ www.saeicompany.com

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



روسی‌هاست از کلیسای قسطنطنیه ربه‌ده شد و پاتریارکی مسکو هم به زور اسلحه شکل گرفت. اخیراً حتی گفته شده که پوتین از پاتریارک کیریل اسقف کلیسای ارتدکس روسیه خط می‌گیرد. این هم حقیقت ندارد. پوتین خیلی باشد سرهنگی بیش نیست. کلیسای ارتدکس روسیه در واقع نهادی حکومتی است که جدیدترین نسخه آن ساخته استالین در دهه ۱۹۴۰

بود. کلیسای روسیه مثل پیاده‌نظامی برای ارتش روسیه است و غرب اعتبار بیش از حدی به آن داده است. توسل به این‌گونه تحریفات برای مبارزه با روسیه خوب نیست. بهتر است انگیزه‌ها را به تحریف‌کنندگان نسبت ندهیم. بهتر است بگوئیم ساده‌انگاری است، مثل موقعی که کارهای پاپ فرانسیس را طوری توضیح می‌دهند که مبادا به او و کلیسای کاتولیک بر بخورد.

انتشار اخبار جعلی بخصوص از سوی منابع معتبر حتی بدون سوءنیت یا قصد گمراه‌سازی کاری بس خطرناک است چون افکار عمومی را منحرف می‌کند. مبارزه با امپریالیسم روسی باید تلاشی جهانی باشد. در حالی که باید انتظار واکنش‌ها و رفتار منحرف‌کننده را داشت، باید با اجماع منطقی و تلاش جهانی آنها را خنثی کرد. روسیه نقاط ضعفی در داخل دارد، اما مریضی پوتین جزوشان نیست، خصوصاً وقتی بدانیم که مسکو قرن‌ها در حال تولید پوتین‌هاست. بزرگ‌ترین نقاط ضعف در داخل روسیه عبارتند از زندانی بزرگ متشکل از ۱۰۰ ملت اسیر، اقتصاد نامولد، فقدان پشتوانه مالی، و ارتشی با اقتدار پوشالی. هر چه دارد را دزدیده است، از جمله تکنولوژی اتمی. برای پیروزی در جنگ با مسکو باید امپراتوری روسیه را متلاشی کرد، نه این‌که صرفاً مجرم اصلی‌اش را ضعیف جلوه داد یا به دروغ القاء کرد که شرّ اصلی‌اش رو به موت است. ولادیمیر پوتین مجرم اصلی است اما روس‌ها، فرهنگ و تاریخ روسیه هم‌دستان او هستند.

دیکتاتور دیوانه نیست، درنده است

گری کارترایت

او قاتل است. خود شرّ است. همین. نیازی به نظریات پیچیده و بی‌ربط برای توضیح رفتار او نیست. بسیاری در غرب برای تشریح رفتار پوتین خود را در این‌گونه توضیحات پیچانده‌اند، شاید برای این‌که به مردم امید دهند با مرگ پوتین جنگ خاتمه خواهد یافت.

سخنرانی سال نوی پوتین منشأ تحریفات تازه شده است. بعضی‌ها گفتند که او مریض است چون مدام سرفه می‌کرد. نیازی به دروغ‌پراکنی به سبک روس‌ها نیست. پوتین فقط چند بار گلپوش را صاف کرد. کل ویدیو که حدود ده دقیقه طول کشید نمونه بارزی بود از دروغ‌پراکنی و احساساتی‌گری عمدی. پوتین کاملاً به خود مسلط بود. معلوم بود که عمداً صحنه‌سازی می‌کند. تعدادی از بازیکنان اصلیش هم کنارش بودند. سخنرانی پوتین مونتاز دروغ بود، اما دروغ‌گویی او واضح و عمدی بود. او سعی کرد خود را روی پرده نه در قالب یک دیکتاتور بلکه یک میانجی هم برای «روس‌ها» و هم برای تمام شهروندان روسیه جلوه دهد. این یعنی او از ضعف سیاسی خودش خبر دارد، نه تنها میان «روس‌ها» بلکه در میان اقوام اسیر در داخل قلمروی روسیه. این اشاره مداوم به «مردم روسیه» به جای «روس‌ها»، بسیار چشمگیر و کاملاً عمدی بود. پوتین متوهم نیست. از آشوب داخل امپراتوری که به زور و سرکوب نگهش داشته خبر دارد.

روانی یا مریض نشان دادن پوتین منجر به مرگ او یا برقراری صلح نمی‌شود. روسیه و «روس‌ها» بر پایه دروغ ساخته شدند و با دروغ تغذیه شدند. شاید نمونه بارزش کلیسای ارتدکس روسیه باشد، یا همان پاتریارکی مسکو. برخی کارشناسان غربی این ایده را مطرح کرده‌اند که نگاه آخرالزمانی کلیسای ارتدکس روسیه یکی از انگیزه‌های رفتاری روس‌ها بوده است.

مذهب معمولاً نقش افیون را بازی می‌کند، هم به‌طور منفی و هم مثبت. اما ارتدکس روسی امروز نه کلیسا است و نه مذهب. تحلیل ارتدکس روسی طی قرون مختلف مستلزم مطلبی جداگانه است اما جای شک نیست که عقاب دو سر که جزو نمادهای

شرکت خدمات مالیاتی زئوس



با ۸ سال تجربه در ارائه بهترین خدمات تخصصی مالیاتی

برای هزاران ایرانی ساکن کالیفرنیا

فرصت محدود

\$50 Off

کلمه "Pezhvak" را به 666-9189 (424)

ارسال و از \$50 تخفیف برای پرونده مالیاتی

بهره‌مند شوید. 2022



Support@ZeusTaxServices.com



هندو، یک مسلمان و یک یهودی می نامد. به هواداران دین ها و مذهب ها می گوید در جهان فقط یک «حقیقت» وجود دارد. در سرزمین هند میلیون ها هندی را که «نجس» می نامند «فرزندان خدا» لقب می دهد. هدف این مرد تنها آزادی هند نیست. او می خواهد تا «راستی و درستی» بر سیاره زمین فرمان روایی کند. او می خواهد تا انسان هایی آزار و گیاه خوار، خویشتن دار، آزاده و هوادار حقیقت باشند. گفتار، رفتار و ویژگی های روانی و اخلاقی گاندی به گونه ای است که با گذشت زمان توده های مردم هند شیفته و شیدایش می شوند و پیام آورش می دانند.

گاندی با راه پیمایی ها و سفرهای بی پایان در هند، در این سرزمین ۷۰۰۰۰۰ دهکده در قلب دهقانان هند جا می گیرد. این مرد لاغر در تن پوش فقیرانه خود با گفتار و رفتار «مسیحایی» خویش به نمادیا «مظهر هند» تبدیل می شود. در سراسر جهان نام گاندی با نام هند درهم می آمیزد. جاذبه شخصیت و کشش روانی او به اندازه ای نیرومند است که حتی زمانی که به عنوان متهم در دادگاه حاضر می شود قاضی بی اختیار به او تعظیم می کند و پس از اعلام رای در برابر وجدانش شرمند می شود. گرچه نه سیاستمدار است و نه دانشمند اما در مبارزه سیاسی دست به ابتکاری می زند که در اثر آن ملتی بزرگ و سیصد میلیونی در مبارزه درگیر می شود. این همان روشی است که مبتکر آن نام «ساتیاگراها» را بر آن می گذارد. روشی که ملتی ناتوان و گرسنه در سایه آن پشت نیرومندترین امپراتوری جهان را به خاک می رساند. تاثیر پیروزی گاندی در هند آنچنان در جهان گسترده می شود که در طول مدت پانزده سال پس از استقلال هند در بیش از صد مستعمره انگلستان، فرانسه، هلند و بلژیک مردم این مستعمره ها دست به مبارزه و شورش می زنند و به استقلال دست می یابند. سیاهان ستم دیده آمریکا به روش گاندی دست به راه پیمایی در سرزمین جهان خواران می زنند.

دنباله مطلب در صفحه ۵۷

گاندی کیست!

بخش اول

دکتر احمد ایرانی



این گاندی کیست که نه فیلسوف است، نه دانشمند، نه نویسنده، نه سیاستمدار و حتی نه پیام آور اما بزرگترین مردان قرن ما به ستایش از او می پردازند؟ این گاندی کیست که فیلسوف و شاعر نامدار هند «تاکور» به او لقب «مهاتما» می دهد و وی را «روح بزرگ» می نامد؟ چرا «تولستوی» نویسنده بزرگ روس کوشش های او را برترین در جهان می خواند و نویسنده فرانسوی «رومن رولان» داستان زندگی را می نویسد؟ گاندی چه کرده است که بزرگترین دانشمند قرن ما «انشتین» او را روشن بین ترین سیاستمدار جهان می شناسد؟ گاندی چه کرده است که سیصد میلیون هندی او را «مرد مقدس» می دانند؟ این مرد چه ویژگی هایی دارد که به «وجدان یک ملت» تبدیل می شود؟ چرا «چارلی چاپلین» ها «برناردشا» ها و حتی «موسولین» ها به دیدارش می شتابند؟ چرا تشریفاتی ترین شاه جهان «جورج پنجم» و نیز ملکه انگلستان به ناچار در حالی با او گفتگو می کنند که تن پوشی لنگ مانند برتن دارد و با دم پایی به کاخ آمده است؟ این مرد بی آزار فروتن و استخوانی کیست که «پاپ» حتی از دیدنش بیم دارد و «چرچیل» از شنیدن نامش کف بر دهان می آورد. این هندی ناتوان و نیمه جان که گاهی چوبی دراز در دست دارد با چه سلاحی بر نیرومندترین امپراتوری جهان پیروز می شود؟ به راستی این مرد کیست؟

گاندی «انسانی جهانی» است. در برابر آن «حقیقت» که گاندی می شناسد مرزها ناپدید می شوند، نژادها رنگ می بازند، دین ها معنای خود را از دست می دهند و نوع انسان «خانواده» جلو می کند. از دید گاندی آنچه در جهان وجود دارد «مقدس» است.

«راستی و درستی» بزرگترین ارزش در جهان هستی است. در راه «حقیقت» اگر لازم باشد باید دین و مذهب، ملیت و حتی آزادی را فدا کرد. شخصیت گاندی ترکیبی از شخصیت های «بودا»، «سقراط»، «مسیح» و «ولتر» را به خاطر می آورد.

این مرد که از اوج آسمان ها به «دین های زمینی» می نگرد خود را یک مسیحی، یک

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

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



طاهره قره‌العین

در کرمانشاه همسر حاکم شهر پیرو او شد و او مدتی در آنجا با روحانیون مناظره داشت تا سرانجام پس از سه سال به قزوین بازگشت. در آنجا پدرش سعی فراوان داشت تا او را از راهی که می‌رود منصرف کند و به خانه همسرش بازگرداند، حتی خود ملامحمد همسر وی

واسطه‌های فراوان برای بازگشت وی به خانه فرستاد، ولی طاهره که به علل مختلف از او رنجیده خاطر بود نپذیرفت. در این هنگام در قزوین عده‌ای به مسلک باب‌گرایی پیدا کرده بودند، از جمله عموی کوچک طاهره و برادر و شوهر خواهرش و عده‌ای دیگر از منبرها علیه بابی‌ها شعار می‌دادند و بین این دو دسته درگیری‌هایی در بازار قزوین پیش آمد. در نتیجه این اختلافات عموی بزرگ طاهره که پدر همسرش هم بود توسط یک فرد شیخی از فرقه شیخی به قتل رسید و همسر طاهره او را مسبب مرگ پدرش دانست. پس طاهره را به فرمان حاکم قزوین زندانی کردند ولی با کمک زنان بابی دیگر از زندان گریخت و به تهران رفت و در آنجا به تبلیغ و تدریس کتاب قیوم الاسماء که ملا علی بسطامی به او داده بود پرداخت.

به گفته «ریچارد فولتز»، طاهره در تهران جلسه‌ای باحضور بابیان سرشناس ترتیب داد و این اجتماع در روستای «بدشت» از توابع شاهرود تشکیل شد. «افسانه نجم آبادی» در مورد این اجتماع می‌نویسد که به دنبال شدت گرفتن سرکوب بابیان رهبران بابی در بدشت جمع شدند که برای رهایی سیدعلی محمد باب نیز که در قلعه ماکو زندانی بود راهی بیابند. در آنجا بین ایشان اختلافی پیش آمد محمدعلی بارفروشی با عقاید تند قره‌العین به شدت مخالف بود. طاهره در این جمع بدون روئنده به دفاع از اعتقادات خویش پرداخت. «ادوارد برون» نوشته است که گروهی از بابیان کشف حجاب او را باور نداشتند و فکر می‌کردند این حجاب تنها کمی لغزیده است. در دانشنامه ویکی‌پدیا آمده است که گرچه کشف حجاب وی را در آن زمان امری غیرمتعارف تعبیر کردند ولی آن را دارای پیام مبارزه علیه تبعیض جنسی و سن و قیود آن زمان برضد زنان و تحقق برابری حقوق یکسان زنان و مردان می‌دانند. ماجرای بدشت باعث درگیری بابی‌ها با ماموران حکومتی شد و طاهره حدود یک سال روستا به روستا فرار می‌کرد تا بالاخره دستگیر شد و با اتهام این که عمویش را کشته دستگیر و به تهران اعزام شد. او مدت سه سال در بالاخانه محمدخان کلانتر رئیس پلیس تهران در حبس خانگی بود. «فرزانه میلانی» استاد ادبیات و مطالعات زنان در دانشگاه ویرجینا، نوشته است که طاهره در سال آخر عمر نظریات مغایر خویش را بر نمی‌تافت و تبادل نظر را از راه گفتگو غیر محقق می‌نمود. در طول این زمان باب اعدام شد و هوادارانش دستگیر و کشته شدند. ناصرالدین شاه از تروری نافرمان جان به در برد که می‌گفتند از طرف بابی‌ها بوده است. طاهره به اعدام محکوم شد و گفته شده که قبل از اعدام ناصرالدین شاه پیام خواستگاری برایش فرستاد که طاهره در پاسخ این شعر را فرستاد که:

تو و ملک و جاه سکندری

من و رسم و راه قلندری

اگر این سزاست مرا سزاست

وگر آن خوش است ترا خوش است

عاقبت طاهره به صورتی غم‌انگیز به پایان رسید. کلانتر زندانبان او از وی خواست که اظهار ندامت کند و از مرام و مسلک خویش بازگردد. طاهره نپذیرفت و سرانجام به فرمان ناصرالدین شاه، در زمان صدارت امیرکبیر در سن ۳۶ سالگی به قتل رسید: و به این صورت که با روسری او خفه‌اش کردند و در چاهی افکندند. از طاهره اشعاری زیبا و استادانه برجای مانده که ما در اینجا به ذکر چند بیت از یکی از غزل‌های معروف او می‌پردازیم:

گر به تو افتدم نظر، چهره به چهره روبه رو

شرح دهم غم دلم نکته به نکته مو به مو

می‌رود از فراق تو خون دل از دو دیده ام

دلخه به دلخه یم به یم، چشمه به چشمه، جو به جو

از پی دیدن رخت، همچو صبا فتاده ام

خانه به خانه، در به در، کوچه به کوچه، کو به کو



جایگاه زنان ایران از دیرباز تا به امروز

طاهره قره‌العین با نام اصلی زرین تاج برغانی قزوینی (متولد سال ۱۲۳۳ قمری و متوفی در سال ۱۲۶۸ قمری) از پدر و مادری مسلمان و مجتهد زاده شد. پدر و مادرش مقیم شهر قزوین بودند. نام ایشان ملامحمدصالح برغانی و آمنه قزوینی بود. عموی بزرگش ملامحمدتقی برغانی مجتهد و امام جمعه قزوین و از علمای بزرگ ایران بود. زرین تاج وقتی به سن ازدواج رسید او را به پسرعمویش ملامحمد که فرزند عموی بزرگش ملامحمدتقی بود به زنی دادند و آن دو پیوند زناشویی بستند. زرین تاج که به ام‌السلمه نیز شهرت داشت طبع شعر و نویسندگی داشت و آثار و مقالات متعددی به شعر و نثر از او باقیمانده است. ام‌السلمه در کودکی در مدرسه صالحیه که پدرش ملاصالح آن را بنا کرده بود به تحصیل دانش و علم پرداخت و این مسئله در روزگاری که حتی بسیاری از مردان از نعمت سوادآموزی محروم بودند باعث ویژگی و امتیازی خاص در او بود. او گذشته از دانش و معلومات و قدرت بیان دارای زیبایی خاصی بود که او را از دیگر دختران شهر متمایز می‌کرد و شهرتی داشت. زرین تاج از زندگی مشترک خود دارای سه فرزند شد، اما روح بلندپرواز وی در قفس چون و چراها نمی‌گنجید و گرچه به واسطه خانواده مذهبی خود با آموزش‌های مذهبی اسلام نزدیکی زیاد داشت ولی وقتی شیخ احمد احسایی حلقه درسی باز می‌کند و زرین تاج توسط عموی کوچک خود به این حلقه نزدیک می‌شود، مرید شیخ می‌گردد و پس از چندی که شیخ توسط عموی بزرگ او تکفیر می‌شود و به قتل می‌رسد، زرین تاج که سخت به عقاید خود پایبند بود با جانشین شیخ احمد، که سیدکاظم رشتی نام داشت نامه نگاری‌هایی می‌آغازد و به حلقه مریدان او می‌پیوندد و بعدها لقب قره‌العین را نیز از او می‌گیرد.

سیدکاظم رشتی در کربلا سکونت داشت و نقل است که چون قره‌العین باب‌نامه نگاری با او را باز کرد و از دانش او بهره‌مند شد، برای دیدار وی عزم سفر به کربلا می‌کند (آنچه که در تاریخ نوشته شده این است که وی شوهر و سه فرزندش را رها می‌کند تا به این سفر برود، به گفته دیگر پژوهشگران آمده است که به درستی نمی‌دانیم که آیا فرزندان او را از او گرفتند یا خود وی ایشان را ترک کرد) وی پس از رسیدن به کربلا با مرگ سیدکاظم رشتی مواجه می‌شود اما در خانه وی و در کنار حرم او مستقر می‌شود. بعد از چهل روز مرگ سیدکاظم برای کسب دانش به دنبال دانستنی‌های دیگر می‌گردد و در این مورد با اندیشه‌های میرزا علی محمدشیرازی (معروف به باب) آشنا می‌گردد و به او گرایش پیدا می‌کند و بدون هیچگونه ارتباط حضوری به پیروی از اندیشه‌ها و عقاید میرزاعلی محمد باب پرداخت و در ردیف نزدیک‌ترین یاران او درآمد. از قره‌العین با نام طاهره نیز یاد شده است که به گفته «سوزان استایلمنک»، سید علی محمد باب‌نامه‌ای به وی نوشته و او را با این لقب به معنی پاک مورد خطاب قرار داده و به روایتی این نام توسط حسین علی نوری، رهبر بهائیان به او اطلاق شده است.

طاهره در ظهور مهدی موعود پیرو سیدعلی محمد باب بود و معتقد بود که با آمدن باب مهدی موعود ظهور کرده است و این برخلاف نظریه علمای زمان بود. پسر بزرگ طاهره (شیخ ابراهیم) معتقد بود که مادرش مسلمان بوده و قبل از مرگ، در زمانی که در زندان بوده، تمام عبادات و قوانین اسلامی را رعایت می‌کرده و تنها دخترش زینب که در تهران تا زمان اعدام مادرش با او در ارتباط بوده بر شیعه بودن او تاکید دارد، ولی مورخین دیگر از منابع دیگری که بابی بودن او را تصریح می‌کنند سخن گفته‌اند. وی کتاب «قیوم الاسماء» باب را ترجمه کرد و در مجالس درس خویش که در منزل سیدکاظم رشتی بعد از مرگ او و با کمک بیوه او برگزار می‌شد تدریس می‌کرد. طاهره زنی سنت‌شکن و تجددگرا بود. فعالیت‌ها و تدریس او باعث آزرده شدن خانواده‌اش از وی شده بود و زمانی که به عراق رفت و در آنجا به تدریس پرداخت پدر وی توسط یکی از خویشاوندان ترتیب بازگشت او را به ایران داد. در طول راه بازگشت با تدریس و سخنان او بسیاری به او گرویدند، از جمله



خدمات رسمی مرکز اسلامی و فرهنگی شمال کالیفرنیا شامل عقد و ازدواج، طلاق، تشرّف 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 Washigton 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 Pr@iccnc.org facebook.com/ICCNCORG Telegram: @iccnc



برنامه‌های مرکز اسلامی و فرهنگی شمال کالیفرنیا در ماه‌های ژانویه و فوریه ۲۰۲۳

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

مراسم سالانه با اجرای گروه موسیقی الفردوس

عصر روز یکشنبه ۱۹ فوریه ۲۰۲۳ در تالار اصلی ICCNC

1433 Madison St, Oakland CA, 94612

برای کسب اطلاعات بیشتر به سایت ما به نشانی www.iccnc.org سر بزنید.



نیاز به داوطلب برای آماده‌سازی و توزیع غذا میان نیازمندان و نیاز به البسه گرم برای فصل زمستان

مرکز در روزهای چهارشنبه ساعت ۱۰ تا ۲ عصر، و جمعه؛ ساعت ۹ تا ۲ عصر، به کمک‌های داوطلبانه نیازمند است تا به آماده‌سازی و توزیع غذا (چهارشنبه‌ها) و پختن و بسته‌بندی غذا (جمعه‌ها) بین نیازمندان بپردازد. همچنین اگر البسه گرم شامل دستکش، لباس‌های گرم زمستانی، کلاه، جوراب، پتو و ... را به مرکز اهداء کنید ما بین بی‌خانمان‌های منطقه توزیع خواهیم کرد.

علاقه‌مندان به مشارکت در این کار نودوستانه، با ایمیل خانم سوزان هیربود مکاتبه کنند.
suzaun.hirbod@iccnc.org

نماز جمعه؛ ساعت ۱ تا ۲ عصر (حضور)

توجه: مراسم نماز جمعه به صورت حضوری و با رعایت فاصله اجتماعی، ساعت ۱ عصر جمعه‌ها برگزار می‌شود.

درس گفتارهای دکتر عبدالکریم سروش

۱- «علم و دین» یکشنبه‌ها، ۸ و ۲۲ ژانویه و ۵ و ۱۹ فوریه ساعت ۱۱ صبح از طریق Zoom و YouTube

۲- درس گفتار «شرح دفتر ششم منتهی» یکشنبه‌ها ۱، ۱۵ و ۲۹ ژانویه و ۱۲ و ۲۶ فوریه ساعت ۱۱ صبح از طریق Zoom و YouTube.

۳- «سخنرانی در بنیاد توحید» جمعه ۲۰ ژانویه و ۱۷ فوریه ساعت ۷ عصر بنیاد توحید (حضور)

۴- «گزینش و شرح کیمیای سعادت فرزالی» شنبه هفتم ژانویه (حضور) و ۴ فوریه، ساعت ۶ عصر از طریق Zoom





کیک و شیرینی بی بی

مجله 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.

بهترین شیرینی های نروزی



(408) 247-4888

441 Saratoga Ave., San Jose, CA 95129



ROYA FOUNDATION

International Alliance to Assist Children



Proudly Presents Our Annual Nowruz Bazaar

Sunday, March 12, 2023
from 11:00 AM to 7:00 PM PDT

San Ramon Community Center
12501 Alcosta Blvd, San Ramon CA 94583

**Taste of
Nowruz food
and culture!**



**To reserve a vendor
table, please call or text
209-740-2764**



جشن نوروز هدیه ی نیاکان ماست
در حفظ و ترویج آن بکوشیم!
با شرکت در گردهمایی نوروزی
خاطرات زیبای ایران عزیزمان را
بار دیگر تجربه کنیم!



Free to the Public

www.RoyaFoundation.org

Roya Foundation, A nonprofit 501c (3) organization, provides humanitarian, educational assistance, health care and medical aid globally.

نقد و بررسی فیلم بنشی های اینیشترین (The Banshees of Inisherin)

منتقد: میثم کریمی

تاریک باشد، اما مک دونا با تسلط کامل، از افتادن در این مسیر خودداری کرده و به سبک و سیاق خود، روایت اثر را پیش برده است. لحظات کمیک فیلم هوشمندانه و با دیالوگ‌های سریع و برنده شکل می‌گیرد که با توجه به سابقه نویسندگی مک دونا در تئاتر، می‌تواند یک کلاس درس تمام عیار برای نویسندگان باشد. دیالوگ‌های ساده اما جذابی که به راحتی مفهوم را به مخاطب انتقال می‌دهد و لبخند را به لبان تماشاگر می‌آورد. در عین حال، مک دونا در بخش درام نیز عملکردی درخشان از خود به جای گذاشته و بی آن که تقلایی برای به تصویر کشیدن صمیمیت شخصیت‌های داستان با یکدیگر داشته باشد، احساساتشان را از طریق دیالوگ‌های ساده و البته حماقت‌هایشان به تصویر می‌کشد.

«The Banshees of Inisherin» در بخش طراحی صحنه، فیلم‌برداری و موسیقی نیز قطعاً یکی از بهترین‌های سال به شمار می‌رود و ادامه روند کارگردانی و سواستی مارتین مک دونا در سینما را ارائه می‌دهد. فیلم‌برداری عالی، استفاده دقیق و درست از طبیعت زیبای جزیره و در کنار آن، موسیقی جذاب فیلم نیز به ایجاد اتمسفر متناسب با روایت قصه کمک کرده تا یک اثر بی‌نقص را شاهد باشیم.

بازی بازیگران نیز یکی از درخشان‌ترین بخش‌های فیلم را تشکیل می‌دهد. کالین فارل ستاره بی‌چون و چرای فیلم است که می‌توان گفت یکی از بهترین بازی‌های تاریخ دوران بازیگری‌اش را در فیلم ارائه داده و شانس بسیار بالایی برای دریافت جایزه اسکار بهترین بازیگر نقش اصلی مرد خواهد داشت. برندن گلسون نیز بازی بی‌نقصی از خود در فیلم ارائه داده و او نیز شانس زیادی برای کسب اسکار بهترین بازیگر مکمل مرد خواهد داشت. به این بازی‌های عالی باید نقش آفرینی بازیگران مکمل را هم اضافه کرد که اگرچه سهم کمتری در قصه داشته‌اند، اما حضور درخشانی در فیلم دارند.

«The Banshees of Inisherin» در ستایش دوستی و عواطف انسانی ساخته شده است. فیلمی که به درستی نقطه‌ای از زندگی انسان امروز را مورد هدف قرار داده که سال‌هاست تبدیل به یک بحران اساسی در جهان شده است. ارتباط انسانی که رفته رفته در حال گسستن است و جایش را به زندگی‌های آرمان‌گرایانه و رقابت‌های عجیب برای ماندگاری در تاریخ داده است. شاید دیالوگ پادریک که می‌گوید: «مطمئنم دوباره جنگو راه می‌اندازن چون یه سری چیزها رو نمی‌شه فراموش کرد ... به نظرم خوبه که همیشه!» درخشان‌ترین وصف حال و روز بشر باشد.

کارگردان: مارتین مک دونا **نویسنده:** مارتین مک دونا
بازیگران: کالین فارل، برندن گلسون، کری کندون، بری کیگان
مارتین مک دونا یکی از مهم‌ترین نمایشنامه‌نویسان تاریخ معاصر ایرلند به شمار می‌رود که به وسواس و جزئیات زیادی که در نمایشنامه‌هایش به چشم می‌خورد، مشهور است. مک دونا افتخارات زیادی در عرصه تئاتر به ثبت رسانده و هنگام ورود به سینما نیز با همان وسواس همیشگی نسبت به ساخت آثار سینمایی مبادرت ورزیده که ماحصل آن چندین فیلم درخشان از جمله «سه بیلورد خارج از اینگ، میزوری» و «در بروژ» بوده است. جدیدترین فیلم این کارگردان به نام «The Banshees of Inis» نیز روند درخشان این کارگردان در عرصه سینما را تکرار کرده است. داستان فیلم درباره دو دوست صمیمی به نام‌های پادریک (کالین فارل) و کالم (برندن گلسون) است. دوستی که به یکباره از طرف کالم قطع می‌شود و همین مسئله موجب

می‌شود تا پادریک به هر شکل ممکن سعی در بازسازی رابطه دوستانه‌شان داشته باشد و...

«The Banshees of Inisherin» داستان ساده‌ای دارد که شاید در نگاه اول به نظر برسد یک اپیزود از یک سریال تلویزیونی است. اما فیلمنامه و کارگردانی بی‌نقص مارتین مک دونا توانسته از یک موضوع ساده، اثری انسانی بسازد که در



صحنه ای از فیلم «بنشی های اینیشترین»

تمامی بخش‌ها عملکردی درخشان از خود به جای می‌گذارد. قطعاً شخصیت‌پردازی و ارتباط شخصیت‌ها با یکدیگر، مهم‌ترین وجه فیلم «The Banshees of Inisherin» است که با ظرافتی تمام عیار به تصویر کشیده شده است. مک دونا به خوبی محیط روستایی را با آدم‌های ساده‌اش نشان می‌دهد. روستایی که در آن خبری از پیچیدگی‌های شهرهای بزرگ نیست و حتی واقعه بزرگی مثل جنگ‌های داخلی هم اهمیتی برای مردمش ندارد و آنها تقریباً هیچ چیز از جنگ و ماجراهای پیرامون آن نمی‌دانند. فیلم به خوبی در مقدمه، این مسئله را مطرح می‌کند که زندگی اهالی جزیره Inisherin چیزی جز مرادده‌های ساده روزانه بین اهالی نیست و اختلال در این رویکرد باعث ایجاد یک بحران بزرگ می‌گردد. پادریک به عنوان شخصیت اصلی داستان، شخصیتی تکامل یافته در فیلم است. مرد ساده‌ای که تمام ویژگی‌های یک فرد روستایی را دارد. او خوش قلب است و مهم‌ترین مسئله برای او محترم بودن و گفتگو است. پادریک از صحبت درباره پیش پا افتاده‌ترین مسائل انرژی می‌گیرد و زمانی که دوست صمیمی‌اش با او قطع ارتباط می‌کند، ساختار زندگی‌اش تخریب می‌شود. مک دونا به خوبی سیر تحول پادریک را در طول فیلم به تصویر می‌کشد. خوش قلبی بی‌حد و حصر این شخصیت در مواجهه به اهالی جزیره رفته رفته رنگ می‌بازد و تبدیل به فردی کینه‌جو می‌شود اما در حالت خشم نیز، نمی‌تواند منکر مودب بودن و مهربانی‌اش شود.

در نقطه مقابل پادریک، کالم قرار دارد که شاید شخصیتی نزدیک‌تر به شرایط کنونی جامعه مدرن باشد. شخصیتی که به نظر می‌رسد پیش از این زندگی شادی داشته، اما در ادامه افسردگی حادی به سراغش آمده و به این نتیجه رسیده که مسیر زندگی‌اش پوچ بوده و حالا می‌خواهد تمام تمرکز زندگی‌اش را بر روی ساخت موسیقی قرار دهد تا در تاریخ ماندگار شود. مک دونا در شخصیت‌پردازی کالم نیز ظرافت‌های قابل توجهی را مورد توجه قرار داده که تقریباً تمامی آنها در گفتگو با پادریک قابل تشخیص است. کالم به سختی در جدال با شخصیت واقعی‌اش است و علی‌رغم این که از گفتگو با پادریک لذت می‌برد، اما افسردگی شدید نمی‌تواند مانع از تصمیم‌گیری درست شود و اقدامات وحشتناک او در طول فیلم، هزینه‌ای است که برای افسردگی و صدمات ناشی از آن می‌پردازد.

به طور قطع «The Banshees of Inisherin» می‌توانست یک کمدی یا اثری

سپیده رقامی

مشاور انواع وام‌های تجاری و بازرگانی در سر تا سر کالیفرنیا



Sepideh Raghmi

صداقت و تجربه من ضامن آسایش مالی و سهولت انجام وام شما خواهد بود.

در تمام مراحل وام
در کنار شما هستیم.

LOANS

- ◆ ارائه انواع وام‌های بانکی و دولتی (SBA)
- ◆ Letter of Credit
- ◆ وام‌های صادرات و واردات
- ◆ بودجه‌های اعتباری
- ◆ وام جهت خرید متجمع‌های تجاری و دفاتر اداری
- ◆ وام جهت خرید کلینک پزشکی و دندانپزشکی و تجهیزات.
- ◆ وام سرمایه‌گذاری جهت خرید منازل مسکونی چند واحد

بیشتر از ۴ واحد تا سقف ۱۸ میلیون

تلفن تماس جهت مشاوره رایگان (415) 730-3357

FAMOUS
KABOB

رستوران فیمسی کباب

رستوران فیمسی 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

رودربایستی ایرانی غلط، مخرب و زیان آور است!

تا آنجایی طی سال ها اقامت میان مردم در کالیفرنیا فهمیدیم یکی این است که اینجا کسی اهل رودربایستی نیست. اصطلاح ایرانی «روم نمیشه» پیش آمریکایی معنا ندارد. یادمان می آید طی این سالها بارها چند جا به من گفتند: «بند کفشت بازه، بند. می خوری زمین، باز یادمانه که روز زن سالمندی که کارمند سینورسنتر بود وقتی مرا دید به من گفت: «زیب شلوارت بازه، بند». یک روز هم نمی دانم چرا حواسم پرت بود داشتم از چراغ قرمز رد می شدم، جوانی دستم را گرفت و اجازه نداد از چراغ قرمز رد شوم. کار خوبی کرد. عبور عابر پیاده جریمه سنگین دارد. یکبار این خطا را جایی دیگر کردم و حسابی جریمه شدم. البته پلیس نوشت اگر سیزده ساعت کار مجانی انجام بدهم، جریمه را کم می کند. من هم رفتم در سینورسنتر کار مجانی کردم. جریمه را فقط ۱۵۰ دلار کردند. اما در فرهنگ ما رودربایستی زیاد است و مشکل بشود به کسی تذکر داد. به این مثال ها توجه کنید:

- ♦ یکی میگه: «شش ماهه بیست میلیون به برادرم قرض دادم تا الان یک ریال هم پس نداده». میگن: «چرا بهش نمی گی؟! میگه: «روم نمیشه».
- ♦ ما به جایی رفتم. متوجه شدیم که غذای صاحبخانه دارد می سوزد. خواستم به خانم صاحبخانه بگم اما بقیه مهمان ها گفتند که نگو، بهش بر می خوره.
- ♦ یکی شلوارش از پشت جر خورده خواستم بهش بگم. دوستم گفت که نگو خجالت می کشه.
- ♦ بابام اشتباهی جوراب دورنگ پوشیده بود. بهش گفتم اما عصبانی شد و گفت که به تو چه!
- ♦ توی کتابش غلط املائی بود. فکر کردم آگه بهش بگم شاید به چیز بدی به من بگه.
- ♦ تازه آمده بودیم آمریکا. یکی یک شیشه ویسکی برایم آورد. رومان نشد به او بگوئیم ما مشروب نمی خوریم.
- ♦ یکی سی هزار دلار به کسی داد که برایش نگه داره. پرسیدم: «ازش رسید گرفتی!» گفت: «روم نشد و او هم نداد». گفتم: «خدا نکرده آگه او برایش اتفاقی افتاد چطور می خواهی ثابت کنی پیش او پول داشتی؟! موند توش».

مشقی تازه در روزهای غربت

حسینعلی مکوندی
فریمان- کالیفرنیا

e-mail: ha@makvandi.com



حرف های جمال زاده نویسنده نامدار در کهنسالی: «من به شما قول می دهم که در دنیا از خودم کولی تر و بی بند و بارتر سراغ ندارم. چیزی که هست این بی بند و باری من در کلیات زندگیست. به طوری که من ستم را دوست ندارم، اسم اقوام و نزدیکانم را نمی دانم، نمی دانم چه دارم چه ندارم، نمی دانم اگر بمیرم دار و ندارم را به کی بدهم. من خیلی کتاب دارم. هر وقت به هر کدام شان احتیاج فوری پیدا کنم، باید روزها در جستجویش باشم. آخرش هم پیدا نمی شود. مکرر اتفاق افتاده است که رفته ام رستوران، مهمان هم داشته ام، اما پول در جیب نداشتم».

جهت اطلاع خواننده این مختصر حرف های جمال زاده در اواخر عمر بود. تمام کتاب نسخ خطی خود را به سفارت ایران در سوئیس داد. جمال زاده فرزندی نداشت. می گویند وقتی جمال زاده کتاب خلیات ایرانیان را نوشت و حقایق را از زبان توریست ها، جهانگردان و مستشرقین درباره ایرانیان برملا کرد، شاه از این کتاب او خوشش نیامد. گویا از وابستگی فرهنگی سفارت ایران در سوئیس برکنار شد. معروف ترین کتاب این نویسنده بلند آوازه کتاب یکی بود یکی نبود است. جمال زاده نثر سنگین و ادیبانه فارسی را متحول و ساده کرد. زبان شفاهی مردم ساده را هم وارد این نثر کرد که کار ساده ای نبود. ادیبان غالباً به چنین تحولی و سخن نوئی تن در نمی دادند. از گاندی بیشتر بدانیم: گاندی دیرستان را با نمرات ضعیف به پایان رساند ولی لجوجانه وارد دانشکده شد. میلی مبهم به پزشکی شدن در خود احساس می کرد. میلی که هیچوقت تحقق نیافت. در دانشکده مدام مردود می شد و فهم و درک مطالب برایش غیرممکن بود. به هر طرف که رو می کرد ناهمخوانی شدیدی با محیط احساس می کرد. بعد از پنج ماه شکست پی در پی از ادامه درس در دانشکده منصرف شد. بدون برنامه ریزی برای آینده به خانه برگشت. دنباله مطلب در صفحه ۵۲

دفاتر و کالت علی مقدمی

با همکاری جفری زیندر

وکالی سابق شرکت های بیمه با بیش از ۶۰ سال تجربه

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



Ali Moghaddami

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



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

Tel: (818) 500-4111

Fax: (818) 500-4144

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

Free Consultation

Tel: (408) 332-5885

Cell: (408) 643-1739

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

شرکت مالیاتی و حسابداری توس

Tous Inc.



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



در این مقاله به چند مورد مهم آن می پردازم و می توانم یک یادآوری باشد برای ما ایرانیانی که در خارج از کشور زندگی می کنیم و اینک که در ماه های اولیه سال نو هستیم و برنامه های کاری ما بر اساس سال میلادی پیش می رود، به این قوانین دقت بیشتری کنیم و بخصوص نوروز نیز پیش روی ماست و چندی دیگر ما می خواهیم برای سال نو شمسی نیز آماده شویم. پس بنابراین زمان مناسبی است که از آن به نفع خود و اطرافیان بهره ببریم.

یکی از این قوانین قانون «خلاء» است. این قانون یکی از قدرتمندترین قوانین طبیعت و قوانین توانگری است. البته که عمل کردن به آن نیاز به ایمان بیشتر و قدرت و جسارت کافی دارد تا بتوان ثمرات آن را بر داشت کرد. انسانی که در راه کسب توانگری و رسیدن به خواسته ها تلاش می کند اما به نحو احسن به مطلوب خود نمی رسد باید متذکر شد که از این قانون عمل نکرده است.

قانون خلاء به ما می آموزد که اگر در زندگی می خواهید به موهبت بیشتر دستیابی پیدا کنید بکوشید تا این قانون را رعایت کنید تا موهبت و فراوانی بیشتر را دریافت کنید. پس به عبارت دیگر اگر چیزی را نمی خواهید، خود را از شر آن چیز خلاص کنید تا بتوانید برای آنچه در طلب آن هستید جا باز کنید. اگر محیط خود را تمیز و مرتب نکنیم، نمی توانیم جا برای چیزهای نو باز کنیم. اگر در کمد شما لباس یا کفشی وجود دارد که مدت طولانی است که از آن به هر دلیلی استفاده نکرده اید، اگر در محل کار یا آشپزخانه و یا حتی انباری های خود وسایلی دارید که سال های متمادی است از آنها استفاده نکرده اید و یا اگر در دفتر تلفن شما یا گوشی شما شماره های تلفن یا پیام هایی هست و یا حتی اپلیکشن هایی که زمان بسیار طولانی هست که به هیچ نحوی از آنها استفاده نکرده اید و همچنین اگر در بین دوستان و اطرافیان شما افرادی را که قبلا با آنان معاشرت داشتید و الان سال هاست که هیچ گونه ارتباط و معاشرتی ندارید و معاشرت با آنها را دیگر مناسب نمی دانید لازم است آنان را بررسی و نسبت به جمع و جور کردن و حذف کردن در زندگی خود اقدام کنید. ایمان داشته باشید که هر آنچه که شما برآستی در طلب آن هستید به دست خواهید آورد. این قانون صریحا به ما متذکر می شود: ما تا چیزهایی که نمی خواهیم از مرئی تا نامرئی فرقی نمی کند، از خود و محیط خود رها نکنیم، حتی نمی توانیم تصور کنیم که به دنبال چه چیزی هستیم. متخصصین و نویسندگان مشهور در علوم انرژی و موفقیتی معتقدند که بر اساس تجربیات به دست آمده بر روی زندگی افراد زیادی، کسانی که نتوانستند از چیزهای بدون استفاده و کهنه حتی باورها و افکار کهنه دست بکشند هرگز نتوانستند موهبت های فوق العاده را به زندگی خود دعوت کنند.

کاترین پاندر نویسنده مشهور آمریکایی در این زمینه می گوید: «هرگاه شهامت ایجاد خلاء را داشته باشید جوهر کائنات برای پر کردن جای خالی می شتابد. این قانون شامل عرصه های معنوی، ذهنی و جسمی زندگی می باشد.»

بگذارید مثالی از خودم برایتان بزنم. یادم می آید سال ها پیش، روزی مشغول مطالعه یکی از کتاب های بسیار ارزشمند به نام «شفای زندگی» اثر لوئیز هی بودم. ناگهان از فرط خستگی به خواب رفتم. پس از ساعتی سراسیمه از خواب بیدار شدم و درک کردم ضربان قلبم بسیار تند شده است و هجوم افکار زیادی در من قالب شده اند. بلافاصله از جا برخاستم و با خود اندیشیدم چه فکری است که دارد از این حالت من حمایت می کند. چرا با وجود اینکه هر روز تلاش می کنم آرامش را بیشتر به خود و ذهن خود دعوت کنم اما گاهی دچار این شرایط می شوم. چرا با وجود تلاش شبانه روزی و قبول مسئولیت های زیاد خواسته های من و نیازهایم به نحو احسن صورت نمی گیرد! چرا همواره احساس می کنم روحم از چیزی مکدر است! چرا با وجود اینکه به افراد زیادی محبت و عشق می دهم باز هم توقعات و تکدر خاطرهای زیادی نسبت به من از اطرافیان می شنوم! و این سوالات و هجوم افکار مرا کاملا در خود فرو برده بود و در آن لحظه از خرد الهی درخواست نمودم تا مرا راهنمایی کند. برخاستم و کمی به محیط اطرافم رسیدگی کردم و سکوت اختیار کردم. دنباله مطلب در صفحه ۵۴

زندگی با طعم عشق و آرامش

مریم حجتیان - مربی زندگی

عضو رسمی فدراسیون بین المللی کوچینگ
مدرس توسعه فردی دانشگاه بین المللی گرجستان

mhojatiyan@gmail.com



چگونه می توان از قانون خلاء و پاکسازی در ماه های اولیه سال در پیشبرد اهداف و آرامش خود استفاده کنیم!

ای که با نامت جهان آغاز شد / دفتر ماهم به نامت باز شد

دفتری کز نام تو زیور گرفت / کار او از عرش بالا تر گرفت

با درود و احترام به شما خواننده فرهیخته مجله وزین پژواک. از شما سپاسگزاریم که خواننده مطالب این مجله و همچنین صفحه عشق و آرامش هستید. باید به صراحت بگویم هر ماه برای موضوع قابل ارایه با خود می اندیشم و از خود می پرسم چه موضوعی را ارایه نمایم تا بتواند مطالب آن تاثیر به سزایی در ذهن و زندگی شما خواننده محترم بگذارد.

واقعیت این است که با توجه به شروع سال نو میلادی در نظر داشتم مقاله این ماه را به مهارت هدف گذاری و راه های رسیدن به خواسته ها اختصاص دهم.

اما با مشورتی که با سردبیر محترم مجله انجام شد تصمیم بر این گرفتیم که قبل از هدف گذاری و برنامه ریزی برای رسیدن به خواسته ها بهتر است کمی عوامل نرسیدن به اهداف و عوامل پیشبرنده را بررسی کنیم و در مورد آنها بحث کنیم تا پس از شناسایی آنها با روش هایی که در ذیل این مقاله پیشنهاد می شود پاکسازی کنیم و راه را برای اهداف و برنامه ریزی در سال جدید هموارتر کنیم.

پس اینک از شما خواننده عزیز می پرسم آیا آماده هستید که مسیر برنامه ریزی و رسیدن به اهداف را هموارتر و راه های رسیدن به آن را در شروع سال میلادی ۲۰۲۳ تسریع کنید؟ اگر پاسخ شما «بله» هست پس لطفا تا انتهای این مقاله همراه من باشید و نسبت به تمرین هایی که در ذیل اشاره می شود متعهد باشید.

یادم می آید در کودکی روزهای شنبه برایم شروع تازه یک اقدام جدید بود. اول مهر نیز زمانی بود که مرا بسیار سر شوق می آورد تا با دفتر و قلم های نو و کتاب هایی که بوی کاغذ و جوهر از ورق زدن آنها بر می خواست خوش خط تر و منظم تر سال جدید تحصیلی را آغاز کنم.

خاطره دیگر این بود که هفته های آخر سال مدرم تمام خانه را برق می انداخت و تا لحظه تحویل سال کاری می کرد که حتی یک قاشق نشسته در سینک آشپزخانه باقی نماند و تمام کمدها و گنجه ها و انباری ها و اتاق ها و خلاصه گوشه گوشه خانه باید کاملا تمیز و مرتب بود و قبل از تحویل سال پدرم عادت داشت تا تمام حساب و کتاب های سال قبل را ببندد و اگر بخصوص خرده حسابی به کسی داشت انجام می داد و با تمام وجود تلاش می کرد تا شروع سال را با باری سبک آغاز کند. آنان حتی طی دیدارها و تماس ها با آشنایان و افراد و حتی مشتریان برای سالی که گذشت از آنان تشکر می کردند و با ارسال هدایایی به عنوان عیدی مراتب قدردانی و عشق شان را نسبت به آنان ایفا می کردند و سعی می کردند فرایض معنوی را نیز قبل از شروع سال بجا آورند. این گونه روش برای ما بچه ها کمی قابل درک نبود و خسته می شدیم از بس که مدرم ما را به تمیز کردن و مرتب نگه داشتن اطراف مان تا موقع تحویل سال وادار می کرد و لحظه شماری می کردیم که ای کاش سال تحویل شود و مدرم دست از سر ما بردارد و از این دسته.

سالها گذشت و وقتی که بزرگتر شده و وارد خانه و زندگی خودم شدم، من هم به این عادت خانوادگی که از مادر بزرگم، مدرم و در واقع والدینم به ارث برده بودم دچار شدم. آن موقع برایم یک عادت و یک سنت بود اما زمانی که مطالعه ام بر روی خودشناسی و رشد فردی آغاز شد، تازه فهمیدم که این سنت ها و این عادات یک رسم تاثیر گذار و مهم دیرینه است و حکمت بزرگی در آن نهاده شده است. لازم به ذکر می باشد و پر واضح است که بخصوص برای ما ایرانیان این سنت های خانه تکانی و نظم به اموردادن برای شروع سال جدید کاملا آشناست و می توان گفت که اکثریت جامعه ایرانی حتی در سراسر جهان به این امر پایبند هستند. من به این درک رسیدم که قوانینی در این جهان هستی حکمفرماست که ما نیاز است آنها را رعایت کنیم تا با خاطری آرام تر و ذهنی بازتر به سمت نیازها و خواسته هایمان که معمولا در شروع سال نو برایش طرح ریزی کردیم برویم.



بازیگران موردحمایت یا هم سو با دولت روسیه تلاش کردند با تحریف ماجرا این جنگ را توجیه کنند، و بخصوص آمریکا و بطور کلی غرب و ناتو را مقصر جلوه دهند و حمایت جهانی از اوکراین را تضعیف کنند. از جمله این‌ها خبرسازی حکومتی روس‌ها بود که مستقیماً علت جنگ را هدف گرفت، مثل ادعاهای کذب درباره «نازی‌زدایی» در اوکراین از سوی روسیه که به عنوان انگیزه جنگ مطرح می‌شد.

همین‌طور خبرسازی موازی که آمریکا و ناتو و اتحادیه اروپا را هدف گرفت، مثل اکاژیبی در زمینه پیوستن سوئد و فنلاند به ناتو، نظریات توطئه بی‌اساس برای مقصر قلمدادن آمریکا برای حملات خرابکارانه به خط لوله گاز نورد استریم ۱ و ۲، و دروغ‌پراکنی درباره مقصران بحران انرژی در اروپا و بحران جهانی غذا. در حالی که شبکه‌های خبرسازی موردحمایت/هم سو روسیه از شبکه‌های اجتماعی سنتی مثل فیس‌بوک برای نشر این گونه اخبار استفاده کردند، تلگرام هم به عنوان یکی از ابزارهای اصلی انتشار دروغ در میان انبوه مخاطبان آنلاین ظاهر شده است.

سال ۲۰۲۲ همچنین نمایی از هم‌سوئی چین و روسیه و گسترش خبرسازی جعلی هماهنگ از سوی این دو بود. یک مورد قابل توجه، تمرکز خبرسازی حزب کمونیست چین در این سال روی موضوعات داخلی و منطقه‌ای از جمله وضعیت کرونا در چین، توجه جهانی به نقض حقوق بشر در شین‌جیانگ (خصوصاً در رابطه با المپیک زمستانی ۲۰۲۲ پکن)، و بحران تایوان بود.

اما بازیگران موردحمایت/هم‌سو با حزب کمونیست چین با خبرسازی کرملین هم‌سو بوده یا آن را تقویت کرده‌اند. گرچه این جریان از سال ۲۰۲۰ شروع شده بود، مثل نشر اکاذیب درباره منشأ کرونا، در سال ۲۰۲۲ بیشتر متشکل شد و بخصوص روی اتهام‌زنی به غرب متمرکز شد. حزب کمونیست چین کمپین‌های دروغ‌پراکنی موردحمایت کرملین درباره اوکراین را با هدف اتهام‌زنی به آمریکا و ناتو و غرب تقویت کرده است.

دنباله مطلب در صفحه ۵۳

تکنولوژی دروغ‌پراکنی در سال ۲۰۲۳ به تکامل ادامه خواهد داد

سوفان

اشاره: انتشار اخبار جعلی در سال آتی در سطح جهان ادامه خواهد یافت و بازیگران دولتی بیشتری در پی استفاده از تکنولوژی‌های پیشرفته دروغ‌پراکنی خواهند بود تا اطلاعات را تحریف کنند. بخصوص از سال گذشته تلگرام به عنوان یکی از پلتفرم‌های اصلی برای انتشار اخبار جعلی بین مخاطب انبوه استفاده شده است. در سال آتی هم‌سوئی چین و روسیه در زمینه تحریف اطلاعات پیامدهای ژئوپولیتیک خواهد داشت، به خصوص با توجه به سیاست همکاری «نامحدود» پکن و مسکو که در حاشیه برگزاری بازی‌های المپیک زمستانی ۲۰۲۲ اعلام شد.

در حالی که روسیه، چین و ایران کماکان بازیگران توانمند در عرصه اخبار جعلی محسوب می‌شوند، در سال‌های اخیر دولت‌های دیگر هم دنبال کسب تکنولوژی‌های پیشرفته بوده‌اند. در سال ۲۰۲۲، انتشار اطلاعات جعلی یا اخبار گمراه‌کننده تهدیدی امنیتی علیه دولت‌ها، بخش خصوصی، و سازمان‌های مردمی بوده است. بازیگران دولتی و غیردولتی فراوانی از دروغ‌پراکنی برای مقاصد متعدد بهره می‌برند، اما دولت‌های روسیه، چین و ایران، بیش از همه از آن در کمپین‌های خبری به عنوان یک ابزار سیاست خارجی سود برده‌اند.

در حالی که در سال ۲۰۲۰ کمپین‌های خبرسازی حکومتی بر موضوعات مربوط به همه‌گیری کرونا سایه انداخته بود، «سال دروغ‌پراکنی» ۲۰۲۲ عمدتاً تحت‌الشعاع جنگ غیرقانونی روسیه در اوکراین بود. لاجرم، دروغ‌پراکنی در سال ۲۰۲۳ و فراتر از آن به تکامل خود ادامه خواهد داد که برخی روندهای جهانی در آن برجسته‌تر است، از جمله هم‌سوئی چین-روسیه، و علاقمندی دولت‌های بیشتر به کسب توانمندی خبرسازی/دروغ‌پراکنی، و تسلط بر تکنولوژی‌های نوظهور برای تحریف اطلاعات.

سال ۲۰۲۲ ماجرای تجاوز روسیه به اوکراین بر فضای خبرسازی سایه انداخت.

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



بعدها او به عنوان یکی از منتقدان اصلی خانه موسیقی به نقد این نهاد پرداخت که بعدها به ماجرای جنجالی در سال ۱۳۹۴ و ۱۳۹۵ در فضای موسیقی ایران انجامید. به باور مخاباد هیئت مدیره خانه موسیقی و شورای عالی آن تخلفات اساسنامه‌ای و قانونی متعددی داشتند و ادامه فعالیت آنها بعد از سال ۱۳۹۱ غیرقانونی بود.

مخاباد فعالیت‌های صنفی روزنامه‌نگاری را از سال ۱۳۸۲ با بازرسی انجمن صنفی روزنامه‌نگاران ایران و تعاونی مسکن این نهاد آغاز کرد. بعد از دو دوره بازرسی در سال ۱۳۸۵ به عنوان عضو هیئت مدیره

انجمن صنفی انتخاب شد که در سال ۱۳۸۸ و به دلیل پلمب شدن دفتر انجمن، فعالیت‌های هیئت مدیره دچار تعلیق شد. او در این مدت سردبیری سایت انجمن صنفی روزنامه‌نگاران ایران را نیز عهده‌دار بود و هم‌زمان دبیری کمیته حل اختلاف را عهده‌دار شد. مخاباد در زمینه نشر هم یادداشت‌ها و نوشته‌های تأثیرگذاری نوشته است که ماحصل آنها در کتابی به نام «نشر و نوشتار» از سوی خانه کتاب ایران به بازار نشر عرضه شد.

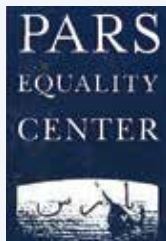
او موسیقی را با یادگیری آواز در سال‌های اولیه دهه هفتاد نزد کریم صالح عظیمی آغاز کرد و در ادامه مدتی نزد سید نورالدین رضوی سروستانی ردیف آموخت و نیز شیوه آوازی طاهرزاده به روایت نورعلی خان برومند را نیز نزد حمیدرضا نوربخش فرا گرفت. ضمن آنکه چند مدتی هم نزد کمال‌الدین عباسی ردیف آوازی را فرا گرفت. در این مدت آموزه‌های آوازی و صداسازی را با برادرش سید عبدالحسین مخاباد استمرار داد و سلفز و تئوری موسیقی را نزد محسن الهامیان و نواختن سه تار را هم برای مدتی کوتاه نزد حمید سکوتی، رضا موسوی‌زاده، پیمان سلطانی و بهداد بابایی آموخت. ابوالحسن مخاباد بیست و دوم ژانویه ۲۰۲۳ با اثر سکت قلبی در شمال کالیفرنیا درگذشت.

ابوالحسن مخاباد در گذشت

او نویسنده، منتقد، پژوهشگر موسیقی و روزنامه‌نگار ایرانی بود. دوران ابتدایی و راهنمایی را در روستا و دبیرستان را در دبیرستان ۱۵ خرداد ساری گذراند. ابتدا در رشته حسابداری در دانشگاه علامه طباطبایی مشغول تحصیل شد و سپس گرایش مدیریت را در همان دانشگاه انتخاب کرد و از این رشته با درجه کارشناسی فارغ‌التحصیل شد. در تابستان سال ۱۳۷۲ به کار در نشریه تازه تاسیس ری به مدیرمسئولی احمد پورنجاتی مشغول شد. بهمن همان سال با کار در بولتن جشنواره تئاتر فجر، کار حرفه‌ای خود را آغاز کرد و سپس در بهار سال ۱۳۷۳، به عنوان عضو تحریریه روزنامه همشهری وارد این روزنامه شد و در همشهری آنلاین کار می‌کرد. او مدتی با کتاب هفته، روزنامه کارگزاران، روزنامه صبح امروز، روزنامه آفتاب امروز (دبیر گروه اندیشه)، خبرنامه خانه موسیقی (سردبیر)، هفته‌نامه آتیه (زیر نظر سازمان تأمین اجتماعی به عنوان دبیر گروه ادب و هنر) و انجمن صنفی روزنامه‌نگاران ایران (سردبیر سایت) همکاری داشت.

او در بهمن ۱۳۹۱، از پایان‌نامه دوره کارشناسی ارشد خود در رشته علوم ارتباطات اجتماعی با موضوع «نقش اخلاق حرفه‌ای در توسعه روزنامه‌نگاری از دیدگاه سردبیران مطبوعات و استادان علوم ارتباطات»، دفاع کرد. مخاباد فعالیت صنفی در حوزه موسیقی را با انتخاب به عنوان بازرس کانون پژوهشگران خانه موسیقی در سال ۸۱ آغاز کرد و سپس در کنار سردبیری نشریه خبری این نهاد، در دوره‌های بعد به عنوان عضو (۱۳۸۳-۱۳۸۵)، نایب رئیس (۱۳۸۵-۱۳۸۷) و رئیس هیئت مدیره (۱۳۸۷-۱۳۸۹) این کانون انتخاب شد. در این دوره او دبیری سمینار بررسی سه دهه موسیقی ایران را در هفت میزگرد در جشنواره موسیقی فجر سال ۱۳۸۷ بر عهده داشت که به درخواست کامبیز روشن‌روان به عنوان دبیر جشنواره این میزگردها را برگزار کرد. او همچنین دو دوره متوالی از سوی مجمع عمومی خانه موسیقی به عنوان بازرس اصلی این نهاد صنفی انتخاب شد.

مخاباد در سال ۱۳۸۹ و به رغم آن که خود مسئولیت برگزاری ۱۶ مجمع عمومی خانه موسیقی را عهده‌دار بود، از شرکت و نامزدی در دوره بعدی خودداری کرد.



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

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

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

لطفا برای تعیین وقت با ما تماس حاصل فرمایید

(408) 261-6405

(818) 616-3091

1635 The Alameda
San Jose, CA 95126

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

www.parsequalitycenter.org

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

مریم حجتیان

راهنمای زندگی / Life Coach
Certified Professional Coach

عضو رسمی فدراسیون بین المللی کوچینگ ICF



Certificate No:2022-4007

انسان های موفق و خوشحال برای رسیدن به اهداف شان، همراهی یک 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 سردرگمی در کار و حرفه
- ♦ مدیریت و کنترل افکار منفی و خشم
- ♦ راهکارهای اساسی برای کسب آرامش درونی

(415) 378-2077

با تعیین وقت قبلی

Mhojatiyan@gmail.com

instagram: Maryam_Hojatiyan

دو سه تایی شان تیمسار و سرهنگ و نمیدانم دولت خوردگان و خواجهگان و بزرگان فرخ تبار فرخنده کیش فرخ سرشت بودند آمده بودند. ضمن ملج ملوچ کردن زولیا بامیه فرد اعلای وطنی، با یک حسرت و آه افسوسی از دوران طلایی اعلیحضرت کبیر تعریف و تمجید می کردند که دهن آدم آب می افتاد. ما بی احتیاطی کردیم و گفتیم که حیف قدر یاران و همراهانش را ندانست و سرشان را یکی یکی زیر آب کرد. آقا! ناگهان یکی از همان فرخ تباران چنان ابرو در هم کشید و گره در پیشانی آورد و چنان کج مزاجی و تروشروی پنهان و آشکار کرد که کم مانده بود دندان مصنوعی اش از دهانش بیرون بیفتد و موجبات انبساط خاطر سایر تیمساران و سرهنگان را فراهم کند. یکبار هم دو سه کلامی در باب دوران تمدن بزرگ آقای بزرگ ارتشتاران نوشته بودیم و گفته بودیم اگر آن «اعلیحضرت رحمتی» به توصیه های قوام السلطنه و مصدق و امینی و همین مرحوم مغفور اسدالله علم گوش کرده بود، ما هرگز به چنین والذاریاتی گرفتار نمی شدیم. آقا! چشم تان روز بد نبیند، فردایش دیدیم از چپ و راست رفیقان اسبق و مبارزان خستگی ناپذیر لاحق تیر زهر آگین ملامت شان را به سوی مان سرازیر کرده اند که چرا به آن ستماکاره نوکر امپریالیسم گفته ایم اعلیحضرت رحمتی!

پس فردایش پند حضرت سعدی را که میفرماید «تا دل دوستان بدست آری - بوستان پدر فروخته به، بکار بستیم و آمدیم در باب دوران تمدن بزرگ مهملاتی به هم بافتیم و گفتیم که نعوذ بالله! آن «اعلیحضرت رحمتی» اگر ما ملت را آدم حساب می کرد و مختصری پیه لای پلان مان می گذاشت ما اینچنین زیر آوار آیات عظام و علمای اعلام نفله نمی شدیم و همچون روزنامه ای کهنه در چارسوی جهان نمی پوسیدیم. آقا! جای تان خالی لشکریان و جان نثاران همایونی ناگهان از زمین و از بسار به ما تاختن آوردند و زنده و مرده مان را یکی کردند.

ما از ترس جان نثاران همایونی و غلامان خانه زاد چند ماهی هیچ جا آفتابی نشدیم که خدای ناکرده بیشتر از این گرفتار خدنگ بلا و مصیبت مضاعف نشویم که ما را طاقت گوشمال فرخنده کیشان و مفاخر الدوله ها نیست و قدما نیز گفته اند:

بدست آوردن دنیا هنر نیست / یکی را گر توانی دل به دست آر

حالا هم که داستان کفالت و وکالت و سفاهت و خیالات آنچنانی بازار داغی یافته است، مگر ما جرات داریم دو کلام در باب این ماجرا بر زبان بیاوریم؟ به قول دایی مم رضای مرحوم مگر از جان مان سیر شده ایم؟

دنباله مطلب در صفحه ۵۲



من و همسر من رفته بودیم کاخ سعد آباد. رفته بودیم کاخ شاه شاهانی را ببینیم که حالا آواره کشورها و قاره ها بود. خیال می کردیم کاخ شاه از آن کاخ هایی است که در افسانه ها خوانده بودیم. خیال می کردیم در و دیوارش را از طلا ساخته اند. رفتیم به صف ایستادیم. صدها نفر دیگر هم آمده بودند. آمده بودند تا کاخ افسانه ای شاه شاهان را ببینند. آقای اکبری هم آمده بود و سه چهار قدم جلوتر از ما توی صف ایستاده بود.

آقای اکبری مهندس کشاورزی بود. همشهری ما هم بود. پس از فارغ التحصیلی از دانشگاه به سربازی رفت و بعد از آن از ساواک شاهنشاهی سر در آورده بود. آمده بود تبریز شده بود باز جوی ساواک.

یکی دو باری که گیر ساواک افتاده بودم آقای اکبری باز جویم بود. یک بار چنان سیلی جانانه ای بگوشم نواخت که صدایش تا آسمان هفتم پیچید. من آقای اکبری را نمی شناختم و نمی دانستم همشهری من است. یکبار که مرا بازجویی می کرد رو به من کرد و به زبان گیلکی گفت: «تو مگر پسر حاجی فلانی نیستی؟» گفتم: «چرا هستم؟ شما از کجا پدرم را می شناسید؟» گفت: «من پسر فلانی هستم. همشهری هستیم.» پدرش را می شناختم. می دانستم با پدرم سلام علیکی دارد اما نمی دانستم پسری دارد که حالا ساواکی شده است. رفته بودیم کاخ سعد آباد را ببینیم. آقای اکبری هم آمده بود. حالا آنجا سه چهار قدمی ما توی صف ایستاده بود. تا چشمش به من افتاد از صف بیرون آمد و خودش را به من رساند. به همسرم گفتم: «ایشان آقای اکبری هستند. همشهری ما هستند.» اما نگفتم ساواکی بوده اند. آقای اکبری حال و احوالی کرد و پرسید: «چه می کنی؟» گفتم: «والله از چنگ رمال در آمده گرفتار جن گیر شده ایم!» پرسید: «هنوز در رادیو هستی؟» گفتم: «نه جانم! اخراج شده ایم. آنجا جای از ما بهتران است، جای ما نیست. تو چه می کنی؟» گفت: «بعد از انقلاب دستگیرم کردند و به زندانم انداختند، اما چون شاکی خصوصی نداشتم پس از شش هفت ماه رهایم کردند.» گفتم: «حالا چه می کنی؟ لابد از همکاران اداره جلیله ساواما هستی؟» خنده ای کرد و گفت: «آمدند سراغم که بیا با ما همکاری کن، اما من عطای شان را به لقای شان بخشیدم. حالا در خیابان اکباتان یک سوپر مارکت دارم. اگر فرصت کردی بیا سری به ما بزن!»

رفتیم کاخ شاه را دیدیم. این کاخ آن کاخی نبود که در ذهن و ضمیر خودمان ساخته بودیم. هیچ شباهتی به کاخ نداشت. بیشتر یک خانه درندشت معمولی بود تا کاخ. آمدیم توی خیابان. آقای اکبری هم همراه مان بود. از در و دیوار تهران بوی مرگ و وحشت می آمد. ابلیس جمارانی سور عزای یک ملت را به سفره نشسته بود. روزنامه ها از عکس اعدامی ها پر بود. بوی مرگ همه جا پیچیده بود. آقای اکبری وقتی می خواست خدا حافظی کند اشاره ای به روزنامه ها کرد و با لحن ملامت باری گفت: «همین بود انقلاب شما؟ همین را می خواستی؟» و در ازدحام خیابان گم شد.



نمی دانیم سعدی بود حافظ بود، مولانا بود، ناصر خسرو بود، کدام شیر پاک خورده ای بود که فرموده بود:

تا توانی دلی به دست آور / دل شکستن هنر نمی باشد

(حالا ما حوصله نداریم بگردیم توی کتاب ها ببینیم کدام شیر پاک خورده ای چنین فرمایشاتی فرموده است. فرض بفرمایید حضرت سعدی بود که با چنین فرمایشاتی تنها ما را به بند بلا گرفتار کرد بلکه خلقی عظیم بدین هوس اسیرند و پای در زنجیر)

ما خود افتادگان مسکینیم / حاجت تیغ بر کشیدن نیست

باری! از همان خیلی قدیم ندیم ها توی دل مان بود که این پند حکیمانه را بکار بندیدیم و چنان با نیک و بد خو کنیم که به قول عرفی شیرازی «مسلمانم به زمزم شوید و هندو بسوزاند»، اما از آنجا که حضرت باری تعالی یک ذره عقل توی کله مبارک مان نگذاشته است از همان قدیم ندیم ها کارمان این بود که مدام دل این و آن را بشکنیم و برای خودمان چپ و راست دشمن بتراشیم.

یک وقتی ما یک جایی مهمان بودیم، یک عده از این پیر و پاتال های عهد عتیق که

وحد 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

Maitake

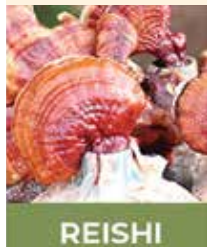
حاوی مواد معدنی پتاسیم، کلسیم و منیزیوم و انواع ویتامین های D₂ و B₇ و نیاسین می باشد. در سال ۱۹۸۰ اثرات مفید آن در تقویت سیستم ایمنی شناخته شد. عصاره آن در درمان سرطان مصرف شده است و بسیاری از سلول های سیستم ایمنی را تقویت می کند (T-cells) حاوی مقدار زیادی Polysaccharides می باشد.



MAITAKE

Reishi

در طب چین بهترین قارچ شناخته شده است. در چین در مقابل مقدار ثابت آن، طلا داده می شده است و چون فقط امپراطورهای چین ثروتمند بوده اند و قادر به تهیه آن بوده اند از مصرف آن احساس جوانی می کرده



REISHI

اند. این قارچ مهمترین گیاه دارویی در چین شناخته می شود. این قارچ حاوی ۲۰۰ ماده موثر بوده که بیشتر آنها اثرات بیولوژیکی دارا هستند. چون قارچ سخت و چوبی می باشد عصاره آن مصرف می شود و به آن معجون جوانی می گویند و حاوی ۷۵٪ آب می باشد. گزارش شده است که اثرات دارویی آن ناشی از ماده اصلی است و دارای اثر ضد Angiogenesis می باشد. پدیده ای که باعث رشد عروق و

تغذیه سلول های تومورها شده و باعث مرگ سلول های سرطانی می شود. مکانیسم های دیگری نیز وجود دارند که این قارچ در رویه آنها اثر خود را نشان می دهد. دانشمندان چینی عقیده دارند که این قارچ از کبد محافظت کرده و مانع بیماری های کبدی در انسان می شود.

اعتقاد بر این است که این قارچ ها در درمان سرطان اثرات سمی پرتودرمانی و شیمی درمانی را کاهش داده و این در صورتی است که قبل، هنگام و پس از این روش ها مصرف شود. جالب اینکه گزارش هایی از این که مانع ریزش مو می شود نیز آمده است و در درمان بی اشتهایی نیز مصرف شده اند.

مصرف این سه قارچ و حتی یکی از آنها دارای اثرات بسیار مهمی بوده و آنها را در فرآورده هایی به نام Host-Defense استفاده کرده اند که قدرت سیستم ایمنی را بالا برده و در بسیاری از بیماری ها اثرات مثبت نشان داده اند.

انجمن فردوسی

دومین و چهارمین جمعه هر ماه

از ساعت ۷ عصر الی ۹ در ZOOM

اطلاعات برای وارد شدن به ZOOM

Code: 97091203116

Password: 987654

توجه فوری

درخواست مرکز اسلامی فرهنگی شمال کالیفرنیا برای اهدای پوشاک گرم، کیسه خواب، پخش مواد غذایی و احتیاجات زمستانی به بی خانمانها.

بی خانمانها در شهرهای مان احتیاج به توجه ما دارند. در این سرمای سرد، مرکز اسلامی شمال کالیفرنیا برای تهیه و جمع آوری پتو، پوشش های گرم، کیسه خواب و غیره به کمک شما نیازمند است.

برای دریافت اطلاعات بیشتر و مشارکت در این کار نوع دوستانه، لطفا با ما تماس حاصل فرمایید.

(۵۱۰)۸۳۲-۷۶۰۰

suzaun.hirbod@iccnc.org

تازه های دنیای پزشکی

دکتر منوچهر سلجوقیان

**قارچ های طبی****Medicinal Mushrooms**

بخشی از داروهای گیاهی با قارچ ها هستند که چند نوع آنها مصرف پزشکی داشته و قارچ های طبی نامیده می شوند و در سال های اخیر مورد توجه بسیاری از پزشکان قرار گرفته اند. در حال حاضر حدود ۱۴۰ هزار نوع قارچ در سرتاسر دنیا وجود دارند که حدود ۱۰٪ یا ۱۴۰۰۰ نوع آنها شناسائی شده اند. در بین آنها سه قارچ معروف Reishi Maitake، Shiitake دارای اثرات پزشکی بوده که در پزشکی دارویی مصرف می شوند. این قارچ ها حاوی دو ماده موثر، به نام های Polysaccharides و Triterpene و انواع دیگر مواد موثره می باشند. بسیاری از این مواد اثرات تقویت سیستم ایمنی انسان را از خود نشان داده اند و در بیماری های سرطان، افزایش قدرت جنسی در مردان و افزایش قدرت و توانایی در ورزش کاران مهم تشخیص داده شده اند.

بسیاری افراد از سال های قبل این نوع قارچ ها را مصرف کرده اند، چون علاوه بر مواد دارویی دارای پروتئین، فایبر و ویتامین های C و B و کلسیم و مواد معدنی می باشند. حتی در بسیاری موارد گزارش شده است که این سه نوع قارچ در تقویت قلب، جنگ با ویروس ها و باکتری ها، کاهش التهاب در بدن، جلوگیری از آلرژی و متعادل کردن قند خون و اثرات سم زدائی نقش ایفا کرده اند. قارچ ها کلا از سایر مواد گیاهی به سلول های بدن شباهت بیشتری دارند.

Shiitake

شیتاکی یک قارچ خوراکی است که بیشتر در شرق آسیا و بسیاری از کشورها

کاشته شده و بعنوان یک ماده غذایی استفاده می شود. این قارچ بخصوص در بیماری های تنفسی بالا، کاهش گردش خون، بیماریهای کبد، خستگی و تقویت انرژی نقش مهمی ایفا می کند. اثرات ضد تومور آنها در موش های آزمایشگاهی به خوبی نشان داده شده است. عصاره این قارچ در بسیاری از بیماریهای سیستم ایمنی بدن مصرف و نسخه مثبت آن گزارش شده است. این قارچ منبع ویتامین



SHIITAKE

D₂ می باشد و در حال حاضر در بسیاری از فروشگاه های مواد غذایی در آمریکا به فروش می رسد.

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



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



رویای دجله

سیروس مرادی

اسمی را که در بدو تولد داشتیم اصلا یاد نمی آید. در باره گذشته خود هیچ نمی دانم. من همان برده و یا غلام دروغگوی قصه شب نوزدهم داستان های هزار و یک شب هستم. شهرزاد قصه گو می گفت که برده ها نامی از خود ندارند و ارباب به هر اسمی خواندنش نباید اعتراض کند. داستانش را حتما می دانید.

در بغداد مرد بزازی برای همسر مریض و مهربان خود که هوس سبب کرده بود، از باغ های سلطنتی در بصره با زحمات زیاد هفت سبب می خورد و به خانه اش می برد. پسرش چند تا از سبب ها را در کوچه می خورد و یکی را به من، که عابر بودم داد و گفت: «بگیر بخور پدرم از بصره برای مادرم آورده. دعا کن حالش زود خوب بشود.» من سبب را در بازار بغداد گاز می زدم که بزازی متعجب که اتفاقا بعدا فهمیدم شوهر همان زن بود، پرسید: «در این فصل سال در بغداد سبب عمل نمیداد. اینو از کجا آوردی؟» بزرگترین دروغ زندگیم را گفته و ادعا کردم از زنی گرفته ام که شوهرش از بصره برایش آورده. مرد بزاز بدون هیچ پرس و جوئی به ظن خیانت، همسر وفادار و مهربانش را می کشد. بعد که پسر داستان واقعی را تعریف می کند دنبال من می گردد تا انتقام خون همسرش را از من که دیگر به غلام دروغگو معروف شده ام بگیرد. از آن به بعد من شدم اهریمن دو رگه ایی که باعث قتل زن بیگانه ای شده.

در بغداد و بصره امنیت نداشتم و با اولین کشتی تجاری از بصره فرار کردم. سال ها سرگردان بودم. مدتها در جزایر اقیانوس آرام می گشتم و هیچ کجا آرام نداشتم. از دروغی که گفتم و باعث مرگ بیگانه ای شدم از خودم متنفر بودم. سالی که آن اتفاق شوم افتاد ۸۰۹ میلادی بود، سالی که هارون الرشید درگذشت. با کشتی های تجاری تا شانگهای و حتی اوکیناوا رفتم. از جزیره فیجی خاطرات خوبی دارم. دیگر آنجا من را غلام و یا بنده و برده حساب نمی کردند. در سووا مرکز فیجی، عاشق دختری بومی شدم. اسمش را به یاد بغداد گذاشتم مدائن. زیبایی هزار شهر داشت. انگار آدم نفرین شده ای بودم. نامزدم که دختر سبزه رویی بود به مرض غیبی دچار شد که هیچکدام از جادوگران جزیره از آن سر در نیاوردند. جادوگر بزرگ که در جزایر سلیمان زندگی می کرد یواشکی در گوشم گفت: «نامزدت در حال هضم سبب سرخی خفه شده.» نکته جالب داستان این است که در همه جزایر اقیانوس آرام سبب درختی عمل نمی آید. این سبب حتما از کتاب داستانی بیرون افتاده، راه نجاتی نیست. سرانجام دو روز قبل از ازدواج مرد. دیگه باورم شده بود به خاطر ظلمی که در حق آن زن بیگانه بغدادی کرده ام باید تا آخر عمر مجازات بشوم. برده ای نفرین شده بودم.

روزی گرم و مرطوب در جزایر سولاوسی زن جادوگری تنها سکه طلایم را گرفت و گفت: «من راز تو را می دانم. راهی برای نجاتت از این برزخ پیش پایت خواهم گذاشت.» ساحره، چشمان سبزی داشت که حتی در بین النهرین هم نظیرش را نمی شد پیدا کرد. گفت: «تو در دنیای داستان ها و قصه ها به دنیا آمدی و برای اینکه آرامش قبلی را به دست آوری باید برگردی به همون جهان داستان ها.» پرسیدم: «چطوری این کار را بکنم؟» گفت: «باید تا اول ژانویه سال ۱۵۰۲ صبر کنی تا ریو دو ژانیرو در برزیل کشف شود. به آنجا مهاجرت کنی و تا قرن نوزدهم و تولد ماشادو دو آسیس Machado de Assis نویسنده دو رگه پرتغالی زبان برزیل صبر کنی. فقط او می تواند تو را وارد داستان هایش بکند. او نویسنده ای است که به مسائل حقوقی مهاجرت از دنیای واقعی به جهان قصه ها وارد. بقیه نمی دانند. نکته مثبت این راه حل درست در این نکته نهفته است که به راحتی می توانی در دنیای داستان ها به هر سو سفر کنی. اگر دلت خواست میتونی برگردی به کتاب داستان های هزار و یکشب. حتی همون غلام شب نوزدهم باشی. ماشادو می تواند تو را با بردن به جهان داستان و قصه درست مثل هزار و یک شب نجات دهد. متولد ۱۸۳۹ و درگذشته سال ۱۹۰۸ است. این کار در تخصص اوست.»

پیش خود حساب کردم که باید ۷۰۰ سال تا کشف ریو دو ژانیرو و بیشتر از ۳۰۰ سال برای تولد ماشادو صبر کنم. یعنی حدود ۱۰۰۰ سال. از زن جادوگر خواستم دنبال جهان برزخ بگردم تا اندکی راحت باشم.

پیشنهادات زن جادوگر ظاهرا عملی اما تحمل شان برای من خیلی سخت بودند.

اولی رفتن به جزایر ایستر و ایستادن در کنار سردیس های غول آسایی بودند که هزاران سال است به افق خیره شده اند. ظاهرا کار راحتی است اما من از بوی فضولات پرندهگان دریائی و جیغ و داد و جنگ تمام نشدنی شان بیزارم. پیشنهاد دوم رفتن به جزایر گالاپاگوس و خواندن داستان های هزار و یک شب (البته منهای شب نوزدهم) به لاکپشت های محبوب داروین بود. پیشنهاد ظاهرا خوبی بود اما من از اینگونه های جزایر خیلی می ترسم. از خیرش گذشتم.

زن جادوگر پیشنهاد بهتری داشت. من را تبدیل به یک گاو دریائی در دریای کارائیب نزدیک هاوانا کرد تا خوب فکرهایم را بکنم. این دگر دیسی برای من خیلی مخرب بود. اصلا با فصل مهاجرت گاوها آشنا نبودم. یک روز متوجه شدم که همگی به شمال اقیانوس اطلس نزدیک گروئینلند مهاجرت کرده اند و دیگر از غذاهای محبوب ما در کارائیب خبری نیست. اگر زن جادوگر به دادم نرسیده بود عنقریب از گرسنگی تلف می شدم. مدتی هم اسب رئیس قبیله سرخپوستی در ایالت نوادا شدم. زندگی پر ماجرابی بود. باید از زن ساحره ممنون می شدم که من را تبدیل به اسب نر کرده بود و گرنه اصلا بلد نبودم کره اسب به دنیا بیآورم و بزرگ کنم. رئیس قبیله وقتی کشف کرد که می تواند در تخم کشی ازم استفاده کند، رمقی برام باقی نماند. سرانجام تبدیل به یک دودکش جن در کلرادو شدم. بد نبود. آفتاب تند همیشه به مغزم می خورد، اما بهتر از گزینه های قبلی بود.

با همه این اتفاقات تا کشف قاره آمریکا مدت زمان زیادی باقی مانده بود. ساحره چشم سبز پیشنهاد داد دوباره برگردم بغداد و یا شهری در ایران. شاید بتواند نویسنده دیگری را متقاعد کند که من را وارد داستان هایش کند. نمی دونم چرا از رفتن به آسیای غربی کلا وحشت داشتم. یک روز زیر سایه درخت نارگیلی در گویای هند نشسته بودم که ساحره ظاهر شد و گفت که میتواند سعدی شیرازی را راضی کند که من را وارد یکی از باب های گلستان نماید. دلم هری فرو ریخت. ازش پرسیدم هر بابی غیر از باب پنجم که در باره عشق و جوانی است. می ترسم بزاز کینه توز من را در آن باب پیدا کند. خودم در باب ششم (در ضعف و پیری) احساس امنیت بیشتری می کردم. از نگاه ناراحت ساحره سبز چشم فهمیدم که تنها باب پنجم برای یک داستان اضافه جا دارد. سعدی اصلا حاضر نبود حتی یک کلمه به باب های دیگر اضافه کند. هنوز امیدم را از دست نداده بودم.

جادوگر سبز چشم در دوره ای حتی پیشنهاد داد که وارد دربار سلطان محمود غزنوی شده و نقش ایاز را بازی کنم. خیلی وحشت کرده ترسیدم. جادوگر اغواگر متقاعد می کرد که عشق سلطان به ایاز عرفانی و آسمانی است، همانگونه که نظامی عروسی نقل کرده اما همه دانسته های من خلاف این را می گفت. ترجیح می دادم در جهان بین قصه ها سرگردان باشم اما وارد دربار سلطان محمود نشوم. اگر جزئیات زندگیم را تا تولد ماشادو اینجا بنویسم مثنوی هفتاد من کاغذ می شود. از نبات و جماد تا چهار پا و ماهی و نهنگ و حتی کوه و تپه تغییر نقش دادم. در قرون هفده و هیجده وارد برخی از داستان های انگلیسی شدم. نمیدانم چرا اصلا خوشم نیامد. دلم برای قصه های هزار و یک شب تنگ شده بود. هوای بین النهرین زده بود به سرم. خیلی دوست داشتم دوباره در بازار بغداد پرسه بزنم و فال گوش ایستاده و شایعات را بشنوم.

سرانجام در یک بعد از ظهر داغ و شرعی بندر ریو دو ژانیرو به راهنمایی و توصیه های دلسوزانه جادوگر سبز چشم وارد دفتر ماشادو شدم. او تنها کسی بود که اصلا از دیدن ظاهر غریب و غیر عادی من تعجبی نکرد. من عربی صحبت می کردم و او برزیلی. خیلی عجیب بود حرف های هم را می فهمیدیم. ماشادو پیشنهاد داد وارد کتاب «خاطرات پس از مرگ براس کوپاس» بشوم که همون سال ۱۸۸۸ در دست تحریر داشت. ماشادو تنها کسی بود که مشکل من را کاملا درک کرد. طوری رفتار می کرد انگار هر روز ده ها نفر را روانه دنیای قصه های گوناگون می کند. هنوز نگران بودم و احتمالا این نگرانی در صدا و چهره ام خودش را نشان می داد. **داده نباله مطلب در صفحه ۵۶**



را در آغوش گرفته باشد و نسبت به شخصیت امروزتان چقدر رشد کرده باشید؟ در یکی از کارخانه های بزرگ آمریکا، که به لحاظ مالی روزانه میلیون ها دلار درآمد زایی داشت، اشکالی بوجود آمده که هیچ یک از مدیران و مهندسين اين کارخانه نتوانستند آن را حل کنند تا جایی که درصد قابل توجهی از میزان کار آیی کارخانه کاهش یافته و ضرر مالی سنگینی متحمل شده بود.

مدیر عامل، از این که نمی دانست گلوگاه مساله کجاست، مستاصل شده بود و از مهندس متخصصی که در یکی دیگر از ایالات آمریکا زندگی می کرد، درخواست کمک کرد. مهندس دانا و با لیاقت، با یک قلم و کاغذ، دو روز تمام، کل کارخانه را گشت و مرتب مطالعه کرد و یادداشت برداشت تا ابراد آن را بیابد. غروب روز دوم، در کنار یک سیستم، ضربدری گذاشت و اعلام کرد مشکل اینجاست، آن را عوض کنید تا کارخانه مانند روز اولش مجددا راه بیفتد.

مهندس، بازگشت و چند روز بعد برای مدیر عامل، صورت حسابی به مبلغ ده هزار دلار فرستاد. مدیر عامل بعد از دیدن مبلغ، متحیر پیش خود گفت: «چگونه قیمت دو روز گشتن و یک ضربدر زدن می تواند ده هزار دلار شود». مودبانه برای او فکسی ارسال کرد که لطفا آیتم به آیتم توضیح دهید که چگونه به این مبلغ رسیده اید؟ مهندس در پاسخ نوشت: «یک دلار بابت اینکه یک ضربدر زدم و ۹۹۹۹ دلار بابت اینکه دانستم کجا را ضربدر بزنم».

شما هم به کارخانه درون تان عاشقانه بنگرید و به عنوان یک متخصص ایرادهای شخصیتی خود را پیدا کنید و آنها را ضربدر بزنید تا بتوانید برای مجموع این ضربدرها فکری بکنید. شما در کارخانه زندگی تان باید عشق، آرامش، ثروت، فرزند صالح و ایمان تولید کنید و حاصل عملکردتان در سرای آخرت باید بهترین نقطه بهشت خدا باشد.

دسته دوم هدف ها، همان هدف های مالی و مادی و اقتصادی است. آن چیزهایی که باید در دنیای بیرون بدست آورید. این هدف ها، شما را یاری می کند تا آینده خود را پیش بینی و خلق کنید و سرنوشت تان را بسازید.

هدف های اصلی زندگی

دکتر علیرضا آزمندیان - نویسنده، و سخنران انگیزشی

دو دسته هدف در دنیای شما وجود دارد:

در دنیای درون چه کسی می خواهید بشوید؟

در دنیای بیرون چه چیزهایی می خواهید داشته باشید؟

دسته اول، هدف های بسیار مهمی هستند که در آنها ویژگی هایی که می خواهید داشته باشید، شخصیت شگفت انگیز و دانشمندی که باید از خود بسازید، میزان رشدتان و آنچه که باید در راستای ساخته شدن تان یاد بگیرید را مشخص می کنید. **اما این شخصیت زیبا چگونه در شما شکل خواهد گرفت؟** می دانید این انسان زیبا را خود شما باید بسازید. با آموزش ها، کلاس ها، کتاب ها و در محضر اساتید مختلف. بنابراین قبل از آنکه به دسته دوم هدفهای تان، یعنی خواسته های دنیای بیرون خود، بپردازید، باید لیاقت ها و میزان رشد خود را بالا ببرید تا مستحق رسیدن به آن هدف های بیرونی خویش باشید. این ها همان هدف های شخصی و شخصیتی شما هستند که برای هدف گذاری باید از آنها آغاز کنید. باید بدانید و در دفتر تان بنویسید چه کسی می خواهید بشوید و به کجا می خواهید بروید. بعدها که این دفتر را بخوانید، متوجه خواهید شد. در روزهای پایانی عمر، این دستاوردهای دنیای بیرون تان نیست که شما را خوشحال و سعادتمند می کند، بلکه شخصیتی که از نو ساخته اید، موجب سرفرازی شما خواهد شد. ماشین شما، قطعه آهنی بیش نیست، شخصیت شما، باورهای تان، اعتماد به نفس، علم و ایمان و تقوای تان، عمای معجزه گر شما خواهند بود. باید ابعاد شخصیت خود را طراحی کرده و آن را تطهیر و پاک سازی کنید رشد و ارتقا دهید.

در اصل باید برنامه ای شامل پیرایش و آرایش، برای ایجاد زیباترین شخصیت زیبا در خودتان طراحی کنید. در پیرایش شخصیت، باید اخلاق بد، عادت ها و رفتارهای ناپسند، کج فکری ها، کج ذهنی ها، حسادت ها، بخل ها و... را از دنیای درون خود بزداید و خویشتن خویش را طاهر و مبارک کنید. برای آرایش خویش، پیکره شخصیت تان را، با گوهر عادت های پسندیده و اخلاق نیکو تزئین نمایید. این گونه بیندیشید که بیست سال آینده دوست دارید، هنگامی که کسی شما را در آغوش گرفت، چگونه انسانی



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

دهخدا، روزنامه‌نگار لغت‌نامه‌نویس

پرویز نیکنام



علی اکبر دهخدا، هنگام سردبیری صوراسرافیل

حرف برخلاف آرای مسلمة خودشان، بدون آنکه در آن مطلب اجماع و شهرتی باشد، می‌شنیدند، دست به جانب برهان حسی دراز کرده و دهن به تکفیر و لعن باز می‌نمودند...

در همین مقاله دهخدا تأکید کرد که هدف چند کلمه حرف حق برای متنبه کردن غافلین بوده: «غافل از آنکه مدعیان در کمین‌اند و حسودان نکته چین، نصف کلمه توحید را از وسط بدون پس و پیش می‌گیرند و غفلتاً چماق تکفیر بلند و امر را که بر اغلب برادران دینی، که سهل است، بر ورثه انبیا و آیات الهیه حامیان بیضه اسلام هم مشتبه می‌کنند...»

دهخدا در مقاله‌اش تمهیدی هم به کار بسته بود و آن این بود که در پایان دفاعیه خود نوشته بود که مقاله را برای یکی از علمای بزرگ خواننده اما این عالم دین به او چنین گفته: «اینها کفر نیست، اینها مخالف با اسلام نیست، همه اینها صحیح است اما نباید این مطالب را برای عوام نبشت، اما اینها کافی نبود و صوراسرافیل شش هفته توقیف شد و برخی در مجلس درصدد برآمدند که بحران را با احضار دهخدا به مجلس و پاسخ به سؤالات و رفع شبهات برطرف کنند.

دکتر محمد دبیرسیاقی، از دوستان و همکاران دهخدا در لغت‌نامه، ماجرای رفتن دهخدا به مجلس را از زبان خودش نقل کرده و چنین نوشته است: «در مدخل تالار دارالشورا که به آنجا هدایت شدم، دو تن سید معتم را دیدم، هریک موزری، نوعی اسلحه، حمایل کرده و ایستاده بودند و بعدها فهمیدم حضور آنان برای آن بود که اگر من از مجلس موفق بیرون آیم، از بین ببرند.» **دنباله مطلب در صفحه ۵۸**

شدند و دیپلم گرفتند. دهخدا بعد از پایان مدرسه علوم سیاسی به خدمت وزارت خارجه درآمد و با معاون‌الدوله غفاری برای دو سال در سفارت بالکان کار کرد. او بیشتر این مدت را در وین، پایتخت اتریش، ماند و در این دوره زبان فرانسوی خود را تکمیل کرد و در سال ۱۲۸۴ به تهران برگشت.

بازگشت او هم‌زمان بود با آغاز جنبش مشروطیت که با فضای روحی او نیز هم‌خوانی داشت. در این زمان میرزا جهانگیرخان شیرازی و میرزا قاسم‌خان تبریزی می‌خواستند روزنامه صوراسرافیل را منتشر کنند و دنبال نویسندگانی بودند که به آنها کمک کند. او به عنوان سردبیر روزنامه هفتگی صوراسرافیل کارش را شروع کرد. هدف این روزنامه که در هشت صفحه در تهران منتشر شد، «تکمیل معنی مشروطیت و حمایت مجلس شورای ملی و معاونت روستائیان و فقرا و مظلومین بود».

دهخدا در هر شماره مطلبی درباره مسائل سیاسی و اقتصادی و اجتماعی می‌نوشت و یک مقاله طنزآمیز نیز با امضای «دخو»، «خرمگس»، «سگ حسن‌دله»، «غلام گدا»، «روزنامه‌چی» و... می‌نوشت. درحالی‌که صوراسرافیل با مقالات ساده و طنزش خریداران زیادی پیدا کرده بود، اولین مقاله جدی با عنوان «ظهور جدید» صدای گروهی از روحانیان و متعصبان را درآورد و دهخدا تهدید به مرگ شد. کار به جایی رسید که ناچار شد در چند شماره بعد، مقاله «دفاع» را بنویسد و در آن با مددگرفتن از قرآن و عبارات مشهور و متداول در میان علمای اسلامی توضیح دهد که هم زمان با افول ایران، «دین و مذهب هم دچار انکسار و ضعف شده و بپرسد: چه شد بعد از آنکه آفتاب در ممالک اسلامی غروب نمی‌کرد، ظل اسلام از ممالک دنیا رو به زوال گذاشت؟ چه شد که به این روز سیاه ماندیم و ۲۷۰ میلیون از ۳۰۰ میلیون نفوس اسلامی گرفتار تبعیت اجانب شدند؟ چه شد که دین حنیف ما پیش خارجیان مُنافی تمدن و ترقی محسوب و - العیاذ بالله - منفور شد؟ چرا که بعضی از علمای ما از حقایق اسلام غفلت کرده و ظواهر و قشریه آن را گرفته و تابع هوا و هوس خود کردند... رؤسای ما نخواستند معایب حادثه امور خودمان را نه از دوست و نه از دشمن بشنوند و ابداً گوش به هیچ‌گونه انتقادات و مباحثات ندادند و مفاد یَسْتَمْعُونَ الْقَوْلَ فَيَتَّبِعُونَ أَحْسَنَهُ را پیروی نمودند. تنقید و دل‌سوزی را با توهین به شرع و دین مشتبه و مُلتبس کردند. تا یک کلمه

اگر به یک نفر مسلمان ایرانی بگویند: مؤمن! آب دماغت را بگیر، مقدس! چرک گوشت را پاک کن، دشمن معاویه! ساق جورابت را بالا بکش، کار به اختصار برای این بیچاره مشقت و مصیبت بزرگی است. اما اگر بگویی: آقای سید! پیغمبر شو، جناب شیخ! ادعای امامت کن، حضرت حجت‌الاسلام! نایب امام باش، فوراً مخدومی چشم‌ها را با حالت بهت به دُوران می‌اندازد، چهره را حالت حزن می‌دهد، صدایش خفیف می‌شود و بالاخره سینه‌اش را سپر تیر شماتت محجوبین، مناققین و ناقضین عصر می‌سازد، یعنی تمام ذرات وجود آقا برای نزول وحی و الهام حاضر می‌گردد، منتها در روزهای اول صدایی مثل دیب نمل یا طنین نحل به گوش آقا رسیده، بعد از چند روز جبرئیل را در کمال ملکوتی‌اش به چشم سر می‌بیند...

... در مدت ۱۳۰۰ سال با آن همه آیات بینات، با آن همه اوامر صریحه و با آیه وافیه هدایه و الذین جاهدوا فینا... الخ، چنان ما را به تعبد و قبول کورکورانه اصول و فروغ مذهب خودمان مجبور کردند و چنان راه غور و تأمل و توسعه افکار را به روی ما سد نمودند که امروز در تمام وسعت عالم اسلامی ایران، یک طلبه، یک عالم و یک فقیه نیست که بتواند اقلاً یک ساعت بدون برداشتن چماق تکفیر، که آخرین وسیله غلبه بر خصم است، با یک کشیش عیسوی، با یک خاخام یهودی و با یک حشیشی مدعی قطیبت، اقلاً یک ساعت منظم و موافق منطق صحبت کند...

... بلی، این است حال یک ملت بدبخت که از حقیقت مذهب خود بی‌خبر و به اطاعت تعبدی و کورکورانه مجبور است و این است عاقبت امتی که علمای آن جز نفس پرستی و حُب ریاست مقصدی ندارند...

دهخدا، مرغ سحر در شب تار او را یکی از نمایندگان فرهنگ معاصر وطن می‌خواند و می‌نویسد: «او شاعری توانا، طنزنویسی انسان‌دوست، روزنامه‌نگاری متعهد و آگاه، پژوهنده‌های ژرف‌اندیش، محقق سخت‌کوش و فروتن و آزاده‌مردی صادق و صمیمی بود».

جوانی در عصر مشروطیت: دهخدا در حدود سال ۱۲۵۷ در کوچه قاسم‌علی‌خان محله سنگلج تهران متولد شد اما پدرش، خان‌باباخان، قزوینی بود و به گفته خودش، دو ده خود را فروخته و به تهران نقل مکان کرده بود. هنوز نه سال بیشتر نداشت که پدرش را از دست داد. عموی او که وصی پدرش بود، مدتی بعد درگذشت و هفت دختر و دامادهايش همه چیز را انکار کردند. «آن چیزی که برای ما ماند، تنها یک خانه چهارصد ذرعی در جوار خانه مرحوم حاج‌شیخ‌هادی، مجتهد نجم‌آبادی طاب ثراه و اثاث البیت بود. مادر من، رضوان‌الله علیها که مثل اعلاى مادری بود، ما را در کف تربیت خود گرفت»، او ده سال نزد غلام‌حسین بروجردی و شیخ‌هادی نجم‌آبادی صرف و نحو و اصول فقه و کلام و حکمت آموخت.

در سال ۱۲۷۸ وقتی مدرسه علوم سیاسی تهران زیر نظر وزارت خارجه تشکیل شد، او به آن مدرسه رفت. هم‌زمان زبان فرانسه یاد گرفت. در سال ۱۲۸۲ او جزو هفت نفری بود که برای اولین بار از مدرسه علوم سیاسی فارغ‌التحصیل

علی‌اکبر دهخدا با نوشتن مقاله «ظهور جدید» در شماره چهارم روزنامه صوراسرافیل بعد از جنبش مشروطه غوغایی به پا کرد و به‌نوشته یحیی آرین‌پور، دهخدا در این مقاله با «عالم‌نمایان مفسد و غافل از حقایق اسلام که می‌خواهند چند صباحی قاضی‌القضات طهران باشند» به پیکار برخاسته، تذکرات انتقادی درست و به جایی درباره انحطاط ملل اسلامی در نتیجه اعمال و افعال آنان می‌دهد که در مقام انصاف در آن وضع روزگار، بسیار تند و دور از احتیاط بوده است.

روزنامه صوراسرافیل ۹ اردیبهشت ۱۲۸۶، درست نه ماه بعد از صدور فرمان مشروطه، به صورت هفتگی در تهران منتشر شد. این روزنامه به همت میرزا جهانگیرخان شیرازی، از آزادی‌خواهان به نام آن دوره، و با همکاری علی‌اکبرخان دهخدا اداره می‌شد. دهخدا از ابتدا در آن روزنامه مقالاتی تحت عنوان «چرند و پرند» منتشر می‌کرد که خوانندگان بسیار پیدا کرده بود و انتشار این مقاله تند و صریح بازتاب گسترده‌ای پیدا کرد.

از قلم طنز دهخدا هیچکس در امان نبود و با آشنایی که از اوضاع مملکت داشت، ضمن مخالفت با تعصب، خرافات و ریاکاری مذهبی، به نزدیکان حکومت، فئودال‌ها و اربابان و حکام محلی می‌تاخت و همه چیز را به ریشخند می‌گرفت. ولی‌الله درودیان در کتاب

idents®

RS FOR SERIOUS INJURIES

CAMERON YADIDI

ATTORNEY AT LAW



No Fees

Until We Win Your Case!

ettlements & Verdicts



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

شناخت ذهن و کنترل آن

رامین کرمی - کارشناس ارشد مهندسی از دانشگاه پلیتکنیک تهران
بخش دوم

انسان و ذهن: در طول تاریخ حیات طبیعی زمین همه موجودات زنده از قبیل گیاهان و حیوانات تابع یک قانون کلی طبیعت به نام «قانون تکامل داروین» بودند. همیشه گونه های سازگارتر و برتر و قویتر گیاهان و حیوانات توانسته اند در زنجیره تولید مثل باقی مانده و بقای گونه خود را در طول زمان از گزند حوادث نابودگر طبیعت حفظ کنند. در مواردی گونه هایی از حیوان و گیاه این حجم از تندخویی مادر طبیعت را تحمل نکرده و از نقطه ای در تاریخ به بعد ناپدید و منقرض شده اند. انسان ها هم همپای این مسیر تکاملی به پیش رفتند، اما اختلافی که بین انسان و سایر موجودات وجود دارد این است که در سایر گونه ها صرفاً این بقا، بقایی برای حیات بود اما در گونه انسان نوعی از رشد و پیشرفت در کیفیت رفتار، گفتار، زندگی و تمدن نیز به وقوع پیوسته است.

برای مثال جامعه کلاغ ها از هزاران سال پیش به این سو به جز تغییرات بدنی جزئی برای مطابقت با محیط اطراف خود تغییر خاصی نداشته اند. گونه کلاغ هنوز به تمدن نرسیده است در حالی که با یک نگاه گذرا می توان به تغییرات شدید و پیشرفت انسان ها و جامعه آنها در همین مدت اذعان کرد، می توان این ریسک را هم کرد و پذیرفت که انسان هزار سال آینده نیز در سطحی به مراتب بالاتر از اکنون خواهد بود اما کلاغ ها اگر سعی کنند از بین نروند فکر نکنم بتوانند تغییر خاصی تا هزار سال آینده بکنند.

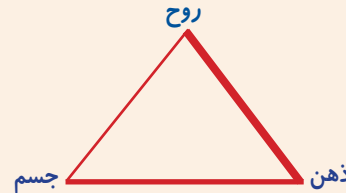
به شکل شماره ۱ توجه کنید. مطابق با این شکل، انسان بعنوان یک موجود زنده پیچیده، از سه بُعد وجودی تشکیل شده است، و دقیقاً یک انسان زنده سالم، مثلثی است از حضور و همنشینی این سه بُعد در کنار همدیگر. بُعد روح،

بُعد جسم و بُعد ذهن، سه بخش و رکن اساسی وجود انسان هستند. بُعد روح: متعالی ترین بخش این مثلث بُعد روح است که اتصال دهنده وجود انسان به یک ماورا و یک انرژی برتر می باشد. صحبت در این زمینه در تخصص ما و موضوع بحث ما نیست و معمولاً همیشه دین و عرفان جزو معدود مدعیان این حوزه هستند و ادعای تخصص در این زمینه را دارند.

بُعد جسم: کالبد فیزیکی این مثلث که دقیقاً ظرف وجود انسان می باشد بدن و جسم انسان است. در تقسیم بندی ابعاد وجودی انسان بدن اختیاری از خود ندارد و در سایه مستقیم ذهن و روح به سر می برد. در این بُعد انسان با سایر حیوانات مشابه می باشد. جسم ضعیف ترین بخش این سه گانه است. متخصصان و صاحب نظران این حوزه، پزشکان، جراحان، دندانپزشکان، متخصصین تغذیه، ورزش، زیبایی اندام، آرایشگران و... می باشند که تلاش های آنها حفظ سلامتی، ترمیم، زیبایی و تناسب اندام بدن انسان می باشد.

بُعد ذهن: بُعد سوم یا بُعد ذهن، تشکیل دهنده روان غیر فیزیکی موجودی به نام انسان است. ریشه و منبع علل رفتاری، گفتاری، عملی، منطقی خرد و هوش در انسان می باشد. نرم افزار سیستم پیشرفته و پیچیده وجود انسان که وظیفه هماهنگی بین سایر ابعاد وجودی انسان را نیز برعهده دارد. حیوانات از ذهنی که به این صورت انسان در اختیار دارد برخوردار نیستند بلکه ذهن در حیوانات یک پدیده غریزی است که منجر به یک سری رفتارها و تمایلات ذاتی مشترک در افراد آن گونه می شود و کمترین قابلیت آموزش و یادگیری را دارد. در حیوانات ذهن یک کد نویسی ثابت، ساده و کمتر قابل تغییر است که طبیعت متناسب با نوع آن گونه و مقتضیات حیات و زندگی درون آن قرار داده است و در گذر زمان تحت تاثیر قاعده تکامل این کد گذاری که ذهن غریزی آنها می باشد اندک تغییرات جزئی پیدا کرده است تا آن گونه بتواند بقا پیدا کند. بنابراین ذهن انسان با حیوانات اصلاً قابل مقایسه نیست، در نوع ساده تر موجودات زنده یعنی گیاهان این مقدار ذهن غریزی باز ساده تر و ابتدایی تر می شود.

هر سه این ابعاد (روح-جسم-ذهن) برای تغذیه خود به انرژی های مناسب خود احتیاج دارند. روح از انرژی متعالی تری بهره مند می شود که خب در بحث ما صحبت از آن جایگاهی ندارد. جسم از غذا و آب و خواب و سکس و تفریح برای رشد و بقا استفاده می کند. در مورد ذهن نیز به همین منوال، انرژی های هستند که



آن را تغذیه می کنند در این ارتباط بیشتر صحبت خواهیم کرد. ذهن انسان، همپای تکامل جسم انسان، با عبور از ده ها هزار سال، تکامل پیدا کرده است و به این حالت پیشرفته و هوشمند کنونی رسیده است.

متخصصان این حوزه، روانکاوان، روانشناسان، مشاورین علوم رفتاری و گفتاری و... می باشند که در این مورد صاحب نظر هستند و تمام تلاش های آنها در جهت کمک به کسانی می باشد که در این بعد خود دچار اختلال، به هم ریختگی و ناهماهنگی شده اند. متخصصان این حوزه به تاثیر بُعد ذهن بر جسم کاملاً واقف هستند اما متأسفانه متخصصان حوزه جسم، کمتر به دنبال ریشه یابی عوارض پدید آمده در جسم و بدن در ذهن هستند و بیشتر به دنبال ریشه یابی عوامل موثر در دنیای بیرون می باشند که خب بعد بررسی خواهیم کرد که با توجه به تاثیرپذیری شدید بدن از ذهن ریشه خیلی از مسایل بدنی در ذهن انسان نهفته است. علم پزشکی شاید به غلط محل استقرار ذهن در بدن را مغز انسان می داند. دانشمندان علوم جدید به این نتیجه رسیده اند که بیشتر اعمال ذهن در مغز تجزیه و تحلیل می گردد ولی همه بدن انسان جایگاه ذهن است و شاید بتوان گفت مغز واحد سخت-افزاری ذهن برای کنترل و هدایت سایر اندام می باشد و فرآیند پردازش اطلاعات ورودی از طریق حواس پنجگانه و انتقال آن به ذهن در مغز انجام می شود.

تا اینجا کار توضیحی از سه بُعد مثلث وجودی انسان دادیم برای بیشتر روشن شدن شدن مساله لطفاً به این مثال توجه کنید: یک کالسه را تصور کنید که به کمک اسب یا اسب هایی جابجا می شود. فردی به نام کالسه ران در قسمت جلو و بالای کالسه وظیفه هدایت این اسب ها و در نتیجه کالسه را به عهده دارد. مسافری که طبیعتاً از یک قدرت مالی یا موقعیتی خاصی برخوردار است و ارباب می باشد درون این کالسه سوار است. این مجموعه کاملاً مشابه وجود انسان مورد مطالعه ما می باشد. کالسه و اسب چهارچوب فیزیکی هستند که در حکم بدن و جسم هستند، کالسه ران مانند ذهن، مسافر یا ارباب سوار بر کالسه همان روح حاکم بر بدن و ذهن می باشد. مجدداً به شکل شماره (۱) مراجعه کنید اگر بیشتر دقت کنید متوجه اختلاف ضخامت ضلع های بین هر دو راس خواهید شد. خط یا ضلع ارتباطی روح با جسم نازکترین می باشد. ضلع ارتباطی بین ذهن و جسم مقداری ضخیم تر و نهایتاً ضلع ارتباطی بین روح و ذهن کلفت ترین و محکمترین ارتباط است. با توجه به این مساله به مثال خود برمی گردیم: مسافر سوار بر کالسه کمترین و ضعیف ترین ارتباط و کنترل را بر کالسه و اسب دارد و قادر به هدایت و کنترل کالسه نمی باشد. تنها اختیار و قدرت او نسبت به کالسه در حد سوار شدن و پیاده شدن از کالسه است. اما از طرف دیگر قوی ترین ارتباط را با کالسه ران داشته و بر او کنترل دارد چرا که ارباب کالسه ران می باشد و او را به خدمت گرفته است. (قاعدتاً باید اینگونه باشد مگر اینکه توسط کالسه ران در زده شده باشد که دقیقاً این مورد را بعداً توضیح خواهیم داد). آخرین ارتباط، بین کالسه ران با کالسه است که کاملاً یک سویه و مقتدرانه است و کالسه ران هدایت مجموعه کالسه و اسب ها را برعهده دارد و برای این کار آموزش دیده است تا بتواند ارباب یا مسافر را که در خدمت او است به مقاصدش برساند. در وجود انسان نیز یک چنین نظامی برقرار است. جسم و ذهن وظیفه دارند که در یک هماهنگی، با مدیریت ذهن در خدمت روح و اهداف او باشند تا بتوانند روح را در رسیدن به مقاصدی که برایش در بعد متعالی برنامه ریزی شده است یاری کنند. جسم کاملاً در قید و کنترل ذهن می باشد. از آن تاثیر می پذیرد و به همان سمتی می رود که ذهن برای آن مشخص می کند حتی اگر برای کل مجموعه خطرناک و مہلک باشد باز اختیاری از خود ندارد. اگر هدف و مأموریت مجموعه کالسه ران و کالسه را حمل و جابجایی ارباب (مسافر کالسه) به سمت مقصد مورد نظر بدانیم، هرگونه پیاده شدن و انصراف یا خروج ارباب از کالسه چه در مقصد و چه در طی مسیر و عدم بازگشت مجدد او به کالسه در حکم پایان مأموریت یا نیمه تمام ماندن مأموریت یا لغو مأموریت می باشد. دقیقاً در مورد انسان نیز پدیده مرگ و خروج روح از این مجموعه سه گانه (چه به وقتش یا چه بی وقت) به مرگ طبیعی، که بر اثر استهلاک جسم صورت می گیرد و یا بر اثر حادثه، تصادف، بیماری، خودکشی، قتل و جنایت، حمله حیوانات، ترس بیش از حد و یا هزاران عوامل دیگر صورت می گیرد.

به هنگام وقوع مرگ ضعیف ترین ارتباط که بین روح و جسم برقرار بود (نازکترین ضلع مثلث) قطع می شود و روح جسم را ترک می کند. به محض این اتفاق مثلث ما از شکل خود خارج و به یک پاره خط که از دو پاره خط در امتداد هم (ضلع ذهن با جسم و ضلع ذهن با روح) می باشد تبدیل می شود.

به شکل شماره (۲) نگاه کنید. در هنگام آغاز پدید آمدن مرگ، مثلث وجودی انسان به

روح **ذهن** **جسم**
شکل شماره ۲

صورت شکل شماره (۲) در می آید ذهن در یک ارتباط دو سویه قرار می گیرد که از دو طرف کشش و تمایل برای قطع و جدایی وجود دارد. دنباله مطلب در صفحه ۵۶

چگونه می توانیم به خیزش مردم کشورمان کمک کنیم!

مریم سالاری - مربی یوگا (بخش دوم)

در ماه گذشته در بخش اول این مطلب به این موضوع اشاره شد برای اینکه بدانیم چطور می توانیم به خیزش مردم کشورمان کمک کنیم، خوب است که اول جایگاه خودمان را نسبت به این خیزش انقلابی مردم و نسبت به حکومت فعلی ایران مشخص کنیم. ببینیم ما در کدام کف ترازو قرار داریم و جزو کدام گروه ذکر شده در آن مقاله هستیم، جزو مزدوران و جیرخوران جمهوری اسلامی، جز دست پروردهای این حکومت و آب به آسیاب بریزان آنان و یا جزو گروهی که در ترس های بی پایان مغزمان باقی مانده ایم و به شکلی یا در آن افکار فریز شده ایم و یا نسبت به این جریان بی تفاوت شده ایم. بهتر است بدانیم، الان و تا زمانی که دیر نشده، ما بجای کار هستیم و می خواهیم در پایان این جریان کجا باشیم؟ می خواهیم باز هم بشینیم و در مقابل جنایت های این قوم تازی سکوت کنیم و منتظر زمانی باشیم که این پلیدان درب منزل ما را بزنند و جوان ما را بالای دار بفرستند. همانطور که در بخش اول این مقاله متذکر شدم، تکلیف من با خودم و با این رژیم ستمگر مشخص است، خوشبختانه با انجام مدیتیشن که در ماهنامه اکتبر در مورد آن توضیح دادم، توانستم از مرحله تردیها، چراها، و سردرگمی های، ذهنم عبور کنم. توانستم خودم را در این جریان پیدا کنم و برایم مسلم است که با تمام وجود خواستار سرنگونی این ملعونان هستم و برای محقق شدن آن، تا پایان ایستاده ام. بعد از عبور از این مرحله، گام بعدی برای من این بود: چطور می توانم به این خیزش کمک کنم؟ چطور می توانم صدای مردم کشورم بشوم؟ چگونه می توانم باعث سرنگونی دیکتاتوری شوم که دیگر به طور علنی به کشت و کشتار و اعدام مردم کشورم می پردازد؟ چگونه می توانم این بار هم مانند همیشه در مقابل جنایت های این قوم تازی ساکت نباشم و دست از تماشای بودن بردارم؟ بله تماشای بودن امروز من، شما و ما، حکم دوام و پا برجا ماندن این حکومت دیکتاتوری است که نه تنها ایران را به نابودی کشیده است، بلکه تهدیدی برای دنیا و بخصوص خاورمیانه شده است. حالا دیگر همه آنهایی که می خواهند کمی چشمان شان را به واقعیت ها باز کنند، می دانند که نقش حکومت ایران در خاورمیانه چیست! چطور و چرا این حکومت آخوندی تمام هم و غم شان مشکلات فلسطین، لبنان و سوریه است! چطور این حکومت بجه کش، نقشی در کشتار مردم بی پناه اوکراین توسط حکومت دیکتاتوری پوتین دارد! و هزاران آشوبی که حتی خیلی از آنها، هنوز بر من و شما روشن نشده است. اگر تکلیف شما هم مثل من با این دولت مشخص است، امیدوارم دنباله این مطلب بتواند بیشتر ما ایرانیان خارج کشور را کنار هم قرار دهد و برای رسیدن به هدفمان تا آخر در کنار هموطنانمان باشیم و دست از تماشای بودن برداریم. اتحاد رمز پیروزیست.

با این که دوریم از وطن، پشت شما ایم هموطن: این شعار یکی از زیباترین عبارات هایی است که در این ایام در تظاهرات های سرتاسر خارج از ایران به گوش می رسد. شعاری که خیلی از ایرانیان خارج از کشور با اعمال شان نشان دادند که پوچ و توخالی نیست. ایرانی های خارجی نشینی که در طول زندگی شان و در سال های دوری از وطن نه فعالیت سیاسی داشته اند و نه جزو گروه سیاسی بودند. آنهایی که با تمام سختی های مهاجرت مبارزه کردند. آنهایی که زندگی به نسبت آرام و آزادی را برای خودشان ساخته اند، اما این آزادی و آرامش باعث نشده مردم کشورشان را از یاد ببرند. مردم کشوری که دیگر حتی حاضرند برای آزادی شان از جان شان بگذرند. این اولین بار است که بیش از چهار ماه مبارزه مردم داخل ایران با این حکومت زن ستیز و ضد انسانی به درازا کشیده است. بله، این شجاعت مردان و بخصوص زنان و حتی بچه های ایران، این همبستگی، همدلی و همصدایی ایرانی های داخل و خارج، باعث شده که بار دیگر این حکومت ستمگر نتواند مردم را سرکوب و خاموش کند. این روزها، با تمام محدودیت های اینترنتی، باز هم جوانان شجاع ایران از طریق دنیای مجازی صدای شان را به گوش تمام مردم دنیا رساندند و حکومت ها را مجبور کردند تا اقدامی انجام دهند. البته اشتباه نکنید، من هم می دانم که حکومت ایران دست نشانده چه کسانی است! امروزه کمتر کسی است که از کنفرانس گوادلوپ و تصمیماتی که توسط کشورهای مانند آمریکا، انگلیس، فرانسه و آلمان غربی در سال ۱۳۵۷ برای آینده ایران در آن جلسه گرفته شد، خبر نداشته باشد. این رژیم آخوندی دست نشانده همان دولت هایی است که تصمیم گرفتند از وجود



گروه های تشکیل شده در داخل ایران، اختلافات آنان، ناآگاهی مردم و بزرگترین ابزار یعنی دین استفاده کنند و حکومتی به اصطلاح جمهوری و اسلامی تحویل مردم ایران بدهند. شاید هم برای این دولت ها هنوز هم تعویض دولت جمهوری اسلامی ضروری نباشد و مطمئناً هنوز هم از وجود این حکومت در جنبه های مختلف

اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی به نفع خودشان استفاده می کنند. اما این همبستگی و کوتاه نیامدن مردم ایران، این کشورها را مجبور کرد که اقداماتی انجام دهند. قرار گرفتن سپاه پاسداران به عنوان یک گروه تروریستی از جانب اتحادیه اروپا، یکی از بزرگترین دست آورده های این حرکت بوده است. سپاه پاسداران فقط یک مجموعه نظامی که وظیفه اش فقط کارهای نظامی و دفاع از ایران و مرزهای آن در برابر دشمنان خارجی باشد، نیست. قرار گرفتن این گروه جزو لیست تروریستی باعث می شود دست های جمهوری اسلامی از جنبه های مختلف اقتصادی، نظامی و سیاسی در کشورهای اروپایی قطع شود. این یعنی فلج شدن جمهوری اسلامی در دنیا. این رویداد، حتی آینده کسانی که به عنوان طرفداران جمهوری اسلامی در کشورهای اروپایی سخنگوی آنان هستند و به نحوی از دولت ایران پول می گیرند تا کارهای جمهوری اسلامی را برای دنیای خارج از ایران عادی سازی کرده و صحیح جلوه بدهند، تمام خواهد کرد. این یعنی چندین قدم نزدیک شدن به مرگ این حکومت. پس زنده نگه داشتن این قیام در داخل ایران و اتحاد سراسری ملت ایران، همراه با حمایت ایرانیان خارج از کشور می تواند همه ما را به هدفمان یعنی پایان این حکومت برساند.

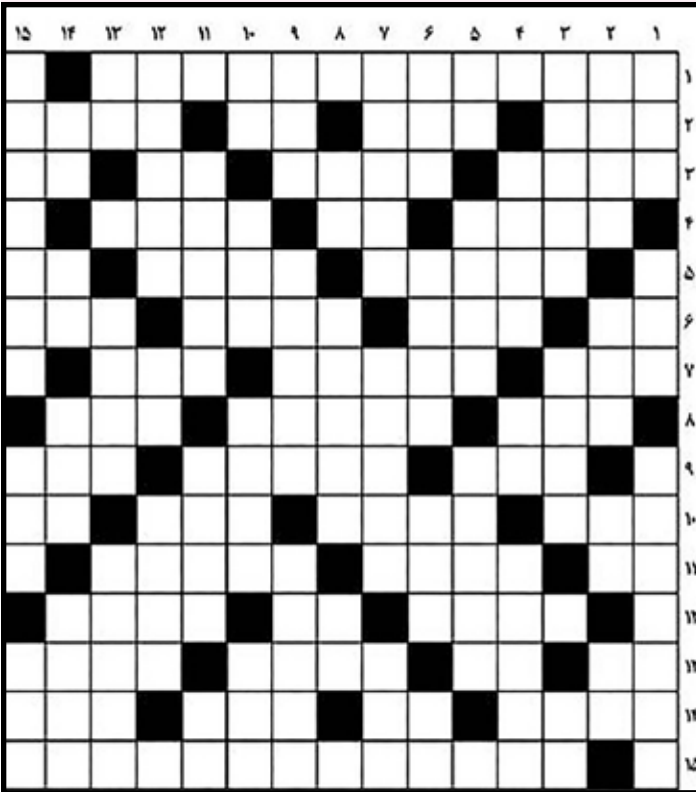
ما خارج نشینان به جز شرکت در تظاهرات های محلی، فراخوان های سراسری و پر کردن دادخواست ها، می توانیم از جنبه های دیگری هم به قیام مردم کشورمان کمک کنیم و همراه آنها باشیم. اینان در ۴۳ سال به بهانه های مختلف، از جنگ ایران و عراق گرفته تا زمان بازسازی، از تحریم ها تا تورم، همیشه خواستند ملت را گرسنه و فقیر نگه دارند. بیشتر مردم ایران قبل از این قیام و سرکوبی هم، به علت تورم وحشتناک، در زیر خط فقر زندگی می کردند. این حکومت آخوندی به درستی می دانست که چطور مردم را گرسنه نگه دارد تا کسی به فکر قیام و انقلاب نیفتد. ملت گرسنه یعنی ملتی که به دست دولتی اسیر باشد که با نادانی ها و بی لیاقتی سردارانش از زمین و آسمان برای شان بدبختی و فقر بیارد. چنین ملتی دیگر مهلتی برای فکر کردن ندارند. اگر هم زمانی صبرشان به سر آید و اقدامی کنند، مجدداً بر اثر فشار زندگی، حمایت نشدن و با سرکوب سخت این رژیم دیکتاتوری دوباره خاموش می شوند. پس بیایم با حمایت مان دوباره نگذاریم آن اتفاق تکرار شود و مردم به علت معاش روزانه تن به تسلیم این جباران بدهند.

بسیاری از مردم کشور ما به خصوص در مناطق جنوب، جنوب شرقی و غرب ایران که این روزها بیشتر زیر فشار، کشت و کشتار و کنترل جمهوری اسلامی به سر می برند، احتیاج به حمایت مالی دارند. ما نمی توانیم اینجا زندگی عادی خود را داشته باشیم و از مردم داخل کشور بخواهیم به سر کار نروند یا اعتصاب سراسری کنند. این خیزش نیاز به حمایت مالی دارد. ما خارج نشینان با راه های مختلفی می توانیم مردم کشورمان را از نظر مالی حمایت کنیم. هر کس اگر بخواهد می تواند افرادی مطمئن در ایران پیدا کند و از طریق آنها کمک های مالی را به دست مردم برساند. یکی از کارهایی که به پیشنهاد دوستان، من و چند خانواده دیگر برای جمع آوری پول انجام دادیم، برگزاری گاراژ سل است. بیشتر ما در منزل اقلامی داریم که مورد استفاده نیستند، اما از کیفیت بالایی برخوردار هستند. فروش این اجناس و فرستادن صد درصد این پول به ایران می تواند یکی از راه هایی باشد که بتواند هموطن های مان را در این اوضاع حمایت کند. همین جا از شما ایرانیان عزیز خواهشمندم هستم به هر صورتی که می دانید از این جنبش در کشورمان حمایت کنید تا این بار هم مانند قبل این قوم تازی نتوانند مردم را سرکوب و خاموش کنند. اتحاد رمز پیروزی است. با عشق و احترام

#ژن#زندگی#آزادی #مرد#میهن#آبادی

حل جدول در صفحه ۴۲

جدول



عمودی

- ۱- راه روشن - طبق تحقیقات به عمل آمده از طریق «لارنس سائز» محقق آفریقایی در لندن یکی از دلایل پیشرفت این کشور به کارگیری سیاست خارجی مستقل است - از هفت کشور شریک ایران در صادرات
- ۲- بسیار بخشنده - ضرر - واحد سطح - پروردگار
- ۳- ملاقات - بالا رفتن سطح عمومی قیمت‌ها - مادر تازی
- ۴- ترس - زاییدن - فریبنده
- ۵- دشمن سرسخت - معلم - ترازنامه
- ۶- حیوان عظیم‌الجثه - اشاره - تیم فوتبال یونانی - تردید
- ۷- گوهرها - مناجات - عقاب سیاه
- ۸- تکیه دادن - پایتخت فرانسه - چه وقت
- ۹- از حبوب - نوعی سهام - لاشه
- ۱۰- اولین عدد - اولین ماه تابستان - گهواره - شیرین و گوارا
- ۱۱- رهاورد روسیه - غافل - شرنگ
- ۱۲- از درختان - شوربا - نقاش
- ۱۳- دریای تازی - از طبقه‌بندی‌های اقتصادی - پهلوان افسانه‌ای روم باستان
- ۱۴- تصدیق آلمانی - خم کاغذ - نقطه سیاه روی پوست - وارد شدن
- ۱۵- رتبه سوم جهان به لحاظ نرخ تورم، نرخ تورم این کشور ۱۹/۶ درصد است - مهم‌ترین محصول صادراتی ایران - ناسیونال

افقی

- ۱- شهردار سابق نیویورک
- ۲- خالی - موجود خیالی ترسناک - جامه خشن - مورد اعتماد
- ۳- مقابل نر - گل شهادت - کله و راس - حرص و طمع
- ۴- ریز نمرات - اراده - فصل گرما
- ۵- ردیاب - گفتار - خط‌کش مهندسی
- ۶- همراه سوزن - محرمانه - تابع - میوه نارس
- ۷- عضو پرکار بدن - استانی در کشورمان که در سال ۱۳۷۹ رتبه ۴۶ را از ۱۰۰ از نظر توسعه یافتگی صنعتی به دست آورد - خس خس برونش‌ها
- ۸- روی روشن زمین - طبق آمارهای یونسکو این کشور از لحاظ تنوع اقلیمی به عنوان کشور هفت اقلیم در ردیف ۵ کشور نخست جهان قرار دارد - عضوی از حیوانات
- ۹- پدراندر - عقیده درونی - قوت لایموت
- ۱۰- اسب چاپار - عقیم و نازا - آتش - درهم پیچیدن
- ۱۱- مرطوب - پیکانه - از عوامل اقتصادی درون جامعه
- ۱۲- مرکز استان مرکزی - ناشنوا - فلانی
- ۱۳- از اقوام ایرانی - پول سامورایی‌ها - چشم - بزرگوار
- ۱۴- زمین ویران - مخفف شاه - الفت - حرکت کرم‌گونه
- ۱۵- مدیرعامل شرکت خودروسازی دوو موتورز کره جنوبی

Water Tower Kitchen

In the heart of Downtown Campbell

The patio at this fabulous hotspot in Downtown Campbell

is large with plenty of seating and the delicious, one-of-a-kind food served from our kitchen.



(408) 502-9550

www.watertowerkitchen.com

201 Orchard City Drive, Campbell

با مدیریت ایرانی آماده پذیرایی از شما عزیزان!

نیاز مندیها

نیاز به اجاره

خانمی ایرانی برای سکونت شخصی و نگهداری از چند کودک به صورت Home Day Care با مجوز، نیازمند به اجاره یک خانه ۳ خوابه با قیمت مناسب در منطقه جنوب سن حوزه می باشد. در صورت تمایل با شماره ۲۰۷۷-۳۷۸۰۴۱۵ تماس حاصل فرمایید.

جهت پیشگیری ویروس کرونا:

اداره بهداشت زدن واکسن کووید ۱۹ را توصیه می کند چون باعث محافظت از ابتلا به ویروس و بیماری کووید ۱۹ می شود. هر چه تعداد بیشتری از مردم واکسینه شوند، کنترل بهتری به روی این همه گیری خواهیم داشت.

نیش زنبور کشنده تر است یا نیش مار؟!

روزی زنبور و مار با هم بحث شان شد. مار می گفت: «آدمها از ترس ظاهر ترسناک من می میرند، نه بخاطر نیش زدنم!» اما زنبور قبول نمی کرد. مار برای اثبات حرفش، به چوپانی که زیر درختی خوابیده بود نزدیک شد و به زنبور گفت: «من چوپان را نیش می زرم و مخفی می شوم. تو بالای سرش سر و صدا و خودنمایی کن!» مار چوپان را نیش زد و زنبور شروع کرد به پرواز بالای سر چوپان. چوپان از خواب پرید و گفت: «ای زنبور لعنتی!» و شروع به مکیدن جای نیش و تخلیه زهر کرد. سریعا به خانه برگشت و مقداری نیز دارو بر روی زخمش گذاشت و بعد از چند روز خوب شد.

چوپان روزی دوباره زیر درخت مشغول استراحت شد که مار و زنبور نقشه دیگری کشیدند. این بار زنبور نیش زد و مار خودنمایی کرد! چوپان از خواب پرید و همین که مار را دید، از ترس پا به فرار گذاشت! او بخاطر وحشت از مار، دیگر زهر را تخلیه نکرد و ضمادی هم استفاده نکرد. چند روز بعد، چوپان به خاطر ترس و وحشت از مار و نیش زنبور مُرد!

نتیجه گیری: بسیاری از بیماریها و مشکلات این چنین هستند و آدمها فقط بخاطر ترس از آنها، نابود می شوند. پس همه چیز به برداشت ما از زندگی و شرایطی که در آن هستیم بر می گردد. برای همین بهتر است دیدگاه مان را به همه چیز خوب و مثبت کنیم. «مواظب تلقین های زندگی خود باشید!»

فال سنارگان

دی	مهر	تیر	شورubin
متاسفانه افراد حسود در اطراف شما زیاد هستند و نباید به حرف آنها گوش بسپارید. این روزها مشغله ذهنی شما زیاد شده است که البته بخشی از آنها بی دلیل و کم اهمیت است که باید دغدغه آنها را از ذهن تان دور بریزید. با محبت خاصی از یک دوست مواجه می شوید، اما شما نباید این محبت را بی پاسخ بگذارید.	یک آشنایی به زندگی تان طراوت تازه ای خواهد بخشید. به زودی یک تحول بزرگ در زندگی تان به وقوع می پیوندد. پیام یا نامه ای که در انتظار آن بودید سرانجام به دستتان می رسد. برخی از اقدامات گذشته سرانجام نتیجه مطلوب را عاید شما می کند. در اظهار نظرهای رک باید مراقب باشید که همه پل های پشت خود را خراب نکنید.	امکانات و شرایطی عالی برایتان فراهم می شود که باید به بهترین شکل از فرصت پیش آمده بهره برداری کنید. روزهای شلوغ و پرکاری پیش روی شماست که به خوبی و راحتی آنها را پشت سر خواهید گذاشت. بهتر است در این روزها توجه بیشتری به خود داشته باشید و شاد بودن و شاد زیستن را فراموش نکنید تا همچنان پرانرژی باقی بمانید.	فعالیت تازه ای را آغاز می کنید که در بدو آن با سختی هایی روبرو می شوید، اما نباید صحنه را خالی کنید. مطمئنا شما پتانسیل فایق آمدن بر این گرفتاری را دارید و در این راه نیز به موفقیت می رسید. مشکلی برای یکی از دوستان تان پیش آمده است که باید به کمک او بشتابید و این کار را دخالت در امور خصوصی او محسوب نکنید.
بهمن	آبان	مرداد	اردیبهشت
جابجایی و تغییر و تحولی برای شما پیش بینی می شود که لازم است انعطاف پذیری به خرج دهید. چون در کل به صلاح شما تمام خواهد شد. در مورد بیان مطلبی که درباره آن تردید دارید بهتر است فعلاً چیزی نگویید و هنگامی که با تحقیقات بیشتر به نتیجه رسیدید آن را بیان کنید. گره های موجود بر سر راه تان به زودی یک به یک باز می شوند.	در محیط کار یا تحصیل تان از شما انتقادی سازنده خواهد شد. بهتر است با رویی خوش پذیرای آن باشید چون به پیشرفت شما کمک خواهد کرد. بدهی فراموش شده ای دارید که هر چه زودتر آن را بپردازید. در مورد تقاضایی که مدتها در دل نگه داشته اید، اینک زمان مناسبی برای بیان آن فرا رسیده است، پس غفلت نکنید.	اگر خیال سرمایه گذاری دارید فعلاً دست نگه دارید تا اوضاع تثبیت شود. یک حادثه هیجان انگیز شما را بسیار شاد می کند و همچنین با سربلندی از یک آزمایش بیرون می آید. چند تن از دوستان تان از شما انتظار معقولی دارند که نباید آنها را نادیده بگیرید. در یک گفتگوی خانوادگی خط مشی شما در قبال یک امر مهم اتخاذ می شود.	یک بحث سازنده و مفید با فردی خواهید داشت و مسایل بسیاری که برایتان اهمیت دارند روشن خواهند شد. نقشه ای که برای رسیدن به هدف خود طراحی کرده اید کاملاً هوشمندانه است و جای نگرانی برای اجرای آن وجود ندارد. این ماه شنیدن خبری از ته دل خوشحال تان می کند. اتفاقاتی در زندگی شما رخ می دهد که همگی شان مثبت هستند.
اسفند	آذر	شهریور	خرداد
در مورد شروع کاری که می خواهید داشته باشید بهتر است از هم فکری اشخاص دلسوز و با داریت استفاده کنید، چون انجام این کار به تنهایی برای شما ممکن است دشوار باشد. نوید یک هدیه غیرمنتظره را داشته باشید که از طرف یک دوست به دست تان می رسد. برای هزینه های مالی در این ماه برنامه قبلی داشته باشید.	شرایط مطلوبی برای شرکت در یک پروژه اقتصادی را دارید که باید آن را به دقت لازم انجام دهید. کار نیمه تمامی دارید که می توانید در این روزها آن را تکمیل کرده به نتیجه دلخواه برسید. به دلیل سخت کوشی و عزم راسخ شما امکان ارتقا وجود دارد. سعی کنید از مصرف نوشیدنی های سرد خودداری کنید.	یک خبر بسیار خوب از جایی که فکرتان را نمی کنید، لیکن در بر لبان شما می نشاند. در فعالیت های دسته جمعی شرکت می کنید. چشم به راه پیغام کسی هستید که به وعده اش عمل نکرده است. به زودی خبر خوشی از وی دریافت خواهید کرد. مسئولیتی به شما واگذار می شود که بهتر است آن را بپذیرید و توانایی خودتان را به اثبات برسانید.	اگر قصد کمک به یک نفر را دارید که واقعا مستحق و نیازمند این کمک است، هر چه زودتر اقدام کنید. در یک مجلس میهمانی شرکت می کنید و با فردی روبرو می شوید که قبلاً بگو مگو هایی با او داشته اید. همین ملاقات غیرمنتظره بهترین فرصت برای فراموش کردن کینه ها و آشتی دوباره است.

انگلیسی با لهجه فارسی

خاطرات یک ایرانی بزرگ شده در آمریکا

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

میکی، نجاتم بده: سال ۱۹۷۲ که برای اولین بار به آمریکا آمده بودیم، می دانستیم فقط دو سال آنجا هستیم. یعنی تقریباً ۱۰۴ تعطیل آخر هفته برای دیدن تمام چیزهای دیدنی کالیفرنیا وقت داشتیم. از «ناتز بری فارم» تا «مارین ورلد»، از جشنواره خرما تا جشنواره سیر، همه را سیاحت کردیم. در طول مسیر بستنی سیر، کیک خرما، دسر گیلاس و خوراکی های دیگر را می چشیدیم که اسم شان را به یاد نداریم، اگرچه دل درد بعدش را هنوز فراموش نکرده ایم.

برای ما تازه واردها نه فقط جاذبه های مهم بلکه چیزهای جزئی هم دیدنی بود. فروشندگان خوش برخورد، توالت های تمیز، و علائم راهنمایی واضح. وقتی از تماشای جاکلیدی ها توی فروشگاه هدایا لذت می بردیم، معلوم بود از هر چیز دیگری هم خوش مان می آمد.

در این میان، یکی از جاذبه ها فراتر از بقیه بود، یکی که تی شرت هایش را با افتخار می پوشیدیم، یکی که در ما حس عمیقی از ستایش ایجاد می کرد: «دیزنی لند». پدر عقیده داشت والت دیزنی یک نابغه بزرگ بود، مردی که وسعت دید او به همه امکان می داد تا در هر سنی حس شگفت دوران کودکی را تجربه کنند. اگر از پدر بپرسید بزرگ ترین اختراع انسان در قرن بیستم چیست، نمی گوید کامپیوتر، هواپیمای کنکور، یا جراحی مفصل زانو. به نظر او، «دزدان دریای کارائیب» نقطه اوج خلاقیت بشر است. برای او فرق نمی کند چندبار به آنجا رفته باشد، همیشه به اندازه کسی که اولین دیدار از دیزنی لند را تجربه می کند تحت تاثیر قرار می گیرد: «اون پای دزد دریایی راکه بالای پل آویزان بود دیدین؟ باورتون می شه واقعی نیست؟ نبرد کشتی ها را بگو، وای، شما هم مثل من می خواستین جا خالی بدین و قایم بشین؟ واقعا کی می تونه همچین چیزی درست کنه؟ بی شک این ها کار یک نابغه است» تردید دارم که حتی مادر والت دیزنی هم به اندازه پدر من به پسرش افتخار می کرد.

از دید پدر، لذت هر تفریحی با همراهی دیگران چند برابر می شد. یک شام شلوغ توی منزل خواهرش که نصف مهمان ها بدون صندلی مانده باشند، به شام چهارنفره با جای کافی ترجیح داشت. طبع قبیله ای او لابد نتیجه بزرگ شدن با هشت خواهر و برادر بود. ریشه اش هر چه بود، پدر باور داشت وقتی دیزنی لند برای ما لذت بخش است، فکرش را بکن با بیست نفر همراه بقدر بیشتر خوش می گذرد. به این ترتیب یکی از تعطیلات آخر هفته، خود را دم ورودی اصلی دیزنی لند دیدیم، همراه با شش همکار ایرانی پدر و خانواده هایشان.

من تا آن موقع پانزده بار رفته بودم دیزنی لند و کم کم داشت حالم از آنجا به هم می خورد. تمام سوراخ سنبه ها و صف همه نمایش هایش را می شناختم. با این حال، در آن صبح شنبه، با گروه بزرگی از همراهان ایستاده بودم جلوی بازی «سواری وحشی آقای تد» و پدر، سفیر خود انتصابی امپراتوری عجایب، نکته های دست اول و شگفت انگیزش را خاطر نشان می کرد: «می بینید مردم چطور توی این صف های طولانی آرام منتظر می شوند؟ اگر کشور دیگری بود حتما دعوا می شد. اما اینجا نه، اینجا آمریکاست» توی دیزنی لند پلیس نبود. شبیه ترین کسی که پیدا کردم مرد جوانی بود که لباس سر هم آبی روشن پوشیده و کلاه شنبه یک قایق کاغذی بر عکس روی سرش بود. به او گفتم: «من گم شده ام، با صدایی مهربان گفت: «بسیار خوب، می توانی به من بگویی پدر و مادرت چه شکلی هستند؟» به او گفتم. بعد پرسید: «حالا می توانی به من بگویی آنها چه لباسی پوشیده اند؟» هیچ آدم هفت ساله ای، شاید به استثنای یک جورجیو ارمنی کوچک، نمی تواند بگوید که پدر و مادرش در یک روز خاص چه لباسی پوشیده اند.

بعد از عدم موفقیت در تشریح لباس، کارمند جوان مرا تا ساختمان کوچکی نزدیک ورودی اصلی همراهی کرد. آنجا محل گمشده ها بود و تعجبی نداشت که دفعات قبل متوجه آن نشده بودم. به محض ورود به آنجا زدم زیر گریه. چند زن دورم را گرفتند واسم را پرسیدند، و در بین هق هق مجبور شدم چند بار آن را تکرار کنم. یکی از آن ها پرسید: «این دیگر چه اسمی است؟» و من محکوم بودم برای باقی عمرم، بارها و بارها به این پرسش جواب بدهم. فین فین کنان گفتم: «من ایرانی هستم» او گفت: «چه خوب، از قیافه اش پیدا بود که هیچ تصویری ندارد که ایران کجاست. یکی دیگر از زبان انگلیسی ام تعریف کرد. به من گفتند نگران نباشم، می

توانستم آنجا بنشینم و کتاب نقاشی رنگ کنم تا پدر و مادرم ببینند و مرا ببرند. به گریه ادامه دادم. سه زن سعی کردند من را دلداری بدهند، اما تصمیم گرفته بودم تمام مدت گریه کنم. چند دقیقه بعد در باز شد و یک پسر بچه جیغ جیغو آمد تو که چند سال کوچکتر از من بود. گروه دلداری دویدند طرف او، ولی معلوم شد پسرک یک کلمه انگلیسی بلد نیست. هرچه زنها می پرسیدند، در جواب فقط جیغ می زد. اسمش را که پرسیدند، سرش را تکان داد و بلندتر گریه کرد. در میان استیصال، ناگهان یکی از زن ها برگشت و با یک لبخند من یک ایده عالی دارم، روی صورتش، آمد طرف من. فهمیدم چی در انتظارم است. پرسید: «این پسر مال کشور شماست؟» دوست داشتم بگویم آه بله، می دانید، امروز در کشور ما روز ملی گم کردن بچه ها در دیزنی لند است. گفتم: «نه مال کشور من نیست». نمی دانستم جیغ جیغو مال کجاست، اما می دانستم ایرانی نیست. یک سنجاب هیچ وقت یک راسو را با یک سنجاب اشتباه نمی گیرد، و من هیچ وقت یک غیر ایرانی را با یک ایرانی اشتباه نمی گیرم. برخلاف عقیده اکثر غربی ها که تمام خاورمیانه ای ها شبیه هم هستند، ما می توانیم یکدیگر را وسط جمعیت به همان آسانی پیدا کنیم که دوستان ژاپنی من هم ولایتی هاشان را میان جمعیتی از آسیای شرقی ها. انگار یک فرکانس رادیویی خاص داریم که فقط رادار ایرانی ها آن را می گیرد.

یکی دیگر از زن ها آمد طرف من و خواهش کرد به زبان خودم نام پسر را ازش بپرسم. به او گفتم که من فارسی حرف می زنم و مطمئنم که پسره آن را بلد نیست. زن خم شد و صورتش را آورد نزدیک من، انگار بخواهد آموخته هایش از «راهنمای مقدماتی اعمال زور» را به کار گیرد. در حالی که خیلی شمرده صحبت می کرد، گفت دوست دارد لطفی به او بکنم. مشخص بود که دارد سعی می کند اسمم را به یاد بیاورد. داشت به سختی فکر می کرد. آخر با صرف نظر کردن از اسم، مثل سربازی که میدان مین را دور بزند، گفت: «عزیزم» و ادامه داد: «ممکن است یک بار سعی کنی با او صحبت کنی؟ این کار را برای میکی انجام می دهی؟»

می خواستم بگویم که از قضا دلیل اصلی گم شدن همین میکی بود. اگر سعی نکرده بودم با آن تلفن های قلابی با او صحبت کنم الان اینجا نبودم. من چیزی به آن جوته بدهکار نبودم. دوباره بهش گفتم من فارسی حرف می زنم که می دانم آن پسر نمی فهمد. او خواهش کرد: «حالا می شود یک بار امتحان کنی؟» دنباله مطلب در صفحه ۵۹

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 LivesSafety is our most
important concern

Licensed & Bonded

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

آموزش رانندگی توسط کادری مجرب و حرفه ای

(408) 394-5249 ♦ (408) 370-9696

ماموریت پاکستان

بخش ششم
عباس پناهی

به خانه های روستایی که دو اتاق دراز داشت و یک چار دیواری به عنوان حیاط که عاری از هر چیز بود اسکان یافتیم. چون مدت طولانی در فرودگاه و پرواز و آن منطقه برای پارک کردن بالگردها و تامین نگهداری برای مدت شب، معطل شده بودیم، بعضی از بچه ها احتیاج به دستشویی پیدا کرده بودند و به دنبال توالت می گشتند، اما وجود نداشت. از سربازان و افسران پاکستانی پرسیدیم: «پس بچه ها که احتیاج دارند، چه کارکنند؟» رفتند و یک چار پایه ای که در وسطش یک لگن قرار گرفته بود آوردند و گفتند: «هرکس که احتیاج به دستشویی دارد، از سرباز بخواهد، و پس از انجام کار، سرباز آن را می برد و تمیز می کند، نگران نباشید». این وسیله، باز مانده دوران استعمار انگلیس بر هند بود که حتی با تخلیه روده های شان، آن مردم بیچاره را تحقیر کرده بودند. برای ما یک چنین چیزی حکم شکنجه داشت و همه حیران مانده بودند که چه کنند! نگاهی به دور و اطراف کردم و در قسمتی از حیاط، چند ورق فلزی موج دار مانند کرکره و مقداری تیر و تخته که روی هم انباشته شده بودند، دیدم. به افسر راهنما گفتم که به ما یک پیل و یک کلنگ و چند متر پارچه یا گونی بدهد و او فوراً کسی را مأمور آوردن آن وسایل کرد و تا آن وسایل برسد، چار پنج داوطلب پیدا کردم. برای ساختن یک توالت صحرائی، ورقها را آوردیم و عمود بر دیوار حیات مستقر کردیم و به محض رسیدن پیل و کلنگ، بدون کمک خواستن از کسی، خود مشغول کندن چاه شدم، که بر و بچه ها به زور کلنگ را از دستم در آوردند و شروع به کندن و تخلیه چاله از خاک کردند و در مدت کوتاهی چاله ای به عمق شصت هفتاد سانتیمتر کنده شد. از تخته ها استفاده کردیم و کفه توالت مان را پوشاندیم و یک مستراح ایرانی درست کردیم و اینبار به آن افسر گفتم چند بطری خالی برایمان بیاورد و یک بشکه هم بر روی یک چار پایه بگذارند که همیشه آب در آن پر باشد. از پارچه برای در ورودی استفاده کردیم و مشکل آن لگن را حل کردیم که هم خودمان خجالت نکشیم و هم عمل تحقیر آمیز انگلیسها را تکرار نکرده باشیم. عملیات با شدت و حدت ادامه داشت و هر کدام از ما روزانه بارها به مناطق مختلف می رفتیم و بر می گشتیم و حتی گاهی برای ناهار بیش از پنج دقیقه وقت نداشتیم. اما بلا استثنا یکی از رادیوهای مان روی تهران تنظیم شده بود و با رادیو ایران و با موسیقی های آن زمان که از رادیو پخش میشد، راه ها را می پیمودیم. در همان موقع کورس سرهنگ زاده، آهنگ جدیدی خواند به نام سبز سبز، و آنقدر این آهنگ زیبا و دلچسب بود که مدام مردم تقاضا می کردند و رادیو هم آن را پخش می کرد.

یکبار که برای سوخت گیری نشستیم، به چادر فرماندهی عملیات رفتیم تا یک شیر جای بنوشیم. چند روزنامه روی میز فرمانده بود که عکسی از شاه چاپ کرده بود. چشمم که به آن عکس افتاد پرسیدم: «چه مطلبی نوشته؟» یکی از افسران پاکستانی گفت: «بی جهت نیست که ما اینقدر شاه شما را دوست داریم»، من یک مقداری به خود اعتبار دادم و منتظر خبر ماندم. سرهنگ پاکستانی گفت: «به دستور شاه شما، در استان خراسان و سیستان و بلوچستان یک جاده بزرگ می خواهند احداث کنند که افغان ها را به دریای آزاد و به جهان وصل کنند» و رو کرد به افسر دیگر پاکستانی و گفت: «میدانی که افغانستان در خشکی محصور است و راهی به هیچ آبی ندارد و کشوری که راه دریایی نداشته باشد عملاً کشوری مرده است چون اگر با همسایه ها مراوده نداشته باشد با هیچ نقطه ای از جهان نمی تواند ارتباط داشته باشد، و با این جاده ترانزیتی که ایران، در اختیار افغان ها می گذارد، در واقع جان به کالبد کشور افغانستان می دمد و آن را با جهان آزاد آشنا می کند». افسر دیگر پاکستانی که در امور ایران کار شناس بود گفت: «می دانید که ارتش ایران تنها ارتش نظامی فرهنگی دنیاست؟ اینها قسمت بزرگی از سربازان شان را به صورت معلم به روستاها می فرستند تا به جای تفنگ به دست گرفتن، قلم به دست گرفتن را بیاموزند. بخشی از سربازان شان به صورت کمک پزشک و پزشک به روستاها می روند و بخش دیگری به صورت کارشناس و آموزگار کشاورزی به روستاییان آموزش روشهای نو کشاورزی می دهند»، افسر دیگری با شگفتی مدام می گفت: «اچچا؟ یعنی جدی می گویند؟ و این خبر تیرت اول روزنامه ها شده بود که نوشته بودند، سیاست همزیستی مسالمت آمیز شاه ایران به راستی تأثیر مفید بر منطقه داشت و به راستی او به جای آنکه نیروهای نظامی را به مرزهای افغانستان بفرستد و سربازان را از انجام کارهای مفید منفک کند، همسایه را از طریق محبت و دادن امتیاز انسان دوستانه، رقیق و هم پیمان ایران می کرد.

همان روز پروازها زودتر از روزهای گذشته به پایان رسید و حدود ساعت چهار بعد از ظهر بود که به آن آسایشگاه برگشتیم. از طرف ستاد عملیات منطقه، افسر پزشک جوانی مسئول میزبانی ما شده بود که بنده خدا با کمترین امکانات می خواست ما را خوشحال کند.

عملیات، در برخی از مناطق پایان یافته بود و عوامل فتنه روس ها دستگیر شده بودند و دوستان پاکستانی با انبساط چهره ای خوش تر به سراغ ما می آمدند و به مراسم و جشن هایی دعوت مان می کردند، و ما نیز فرصتی داشتیم تا دعوت شان را پذیرا شویم. روز عید قربان بود و برای پاکستانی ها مهم ترین عید به حساب می آمد و لذا از اول بامداد، لباس های نو خود را پوشیدند و برای تبریک به ما که میهمان شان بودیم سنگ تمام گذاشتند. ما ایرانی ها در یک صف و افسران پاکستانی نیز در یک صف، روبروی هم ایستادیم و شبیه رقص های باشکوهی که در سالن های بزرگ، در فیلم ها می بینم، نفر اول سمت راست پاکستانی ها آمد وسط و نفر سمت راست ما هم به او پیوست و یکدیگر را در آغوش گرفتند و به هم تبریک گفتند، ولی چون جمله به لهجه پاکستانی بود برای ما یک نوع قفلک داشت. ما هم جمله آنها را تکرار می کردیم. می گفتند [عید مبارک، خیر مبارک] و بچه های ما هم سینه های مان را یکبار از چپ و یکبار از راست به هم می زدیم، و نفرها همانند مراسم همان رقص ها، عوض می شدند و به این ترتیب، همه، به هم، عید مبارک، خیر مبارک گفته بودند. مراسم خیر مبارکی که تمام شد، کلنل آفتاب آمد و ما را به تماشای مراسمی که توسط دوستان و برادران ترک، که هم پیمان ما و پاکستان در پیمان سنتو بودند، ترتیب یافته بود، به استادیوم شهر کویت، که واقع در خیابان رضا شاه کبیر بود، دعوت کردند. یک گروه دوپست نفری از ترکها در راستای اهداف پیمان سنتو، و به منظور کمک به هم پیمان شان، پاکستان، وارد کویت شده بودند تا با نواختن شیپور و دهل و سنج و نیز عملیات نمایی چرخاندن سریع چوب دستی حول میچ دست شان، پدر هرچه دشمن هست در آورند. لباس های پشمی سرخ رنگ با شالی سیاه در دور کمر و کلاه بلند به شکل افندی های عثمانی، و کفشهایی شبیه چارق به پا که با بندی به صورت ضربدردی به دور ساق پا، پوشیده بودند، و در حال نواختن دهل و طبل و شیپور و بالابان، و بازی با چوبدستی هایشان ادای دین می کردند! افسران پاکستانی که در کنار ما نشسته بودند، با بقضی در گلو، می گفتند، اینها دوستان زمان خوشی ما هستند، اما وقتی که گرفتاریم، به جز شما دوستی در دنیا نداریم که به کمک مان بیاید.

در آن استادیوم، تازه متوجه شدیم که تعداد زیادی هم میهن از دختران زیبای خودمان در کنسولگری ایران هستند که انگار آنها هم از دیدن ما هم میهنانشان به شعف آمده بودند، و با ایجاد سر و صدا به سمت ما، جلب توجه می کردند، و خدا را شکر، همه بچه ها به آنها، به چشم خواهر مادری نگاه کردند که البته آن خواهر مادرهای جوان بسیار زیبا از این عمل بر و بچهها خوششان می آمد. اما لحظه ای از ابراز احساسات نسبت به ما و میهن با شعار زنده باد ایران و جاوید شاه کوتاهی نکردند.

روز بعد یک عملیات بزرگ شروع شد که تعداد بالگردهای زیادی به صورت دسته جمعی به منطقه ای به نام لاری راه افتادیم. به آنجا که رسیدیم، در یک خانه شبیه

آموزشگاه نقاشی سمیه

Somayeh Painting Classes



به صورت خصوصی و گروهی

آموزش گام به گام نقاشی و خلاقیت برای سنین ۲ سال به بالا

همچنین برگزار می نماید برنامه های سرگرم کننده برای تولد فرزندان تان

♦ Private or Group Classes ♦ Ages 2 years & up ♦ Paint Party

برای ثبت نام ۲۰ درصد تخفیف و جلسه اول رایگان

(831) 905-7631

Instagram: dayana612022



کرده بودند، پس از ۳۰ دقیقه افزایش عظیمی را در فرکانس گاما در نواحی مهمی از مغز (قسمت پشتی و سمت راست مغز) نشان دادند. افزایش امواج مغزی فرکانس گاما به مدت چندین ساعت باقی می ماند. تیم تحقیقات به بررسی داوطلبان آزمایش ادامه دادند و تا دو

ساعت پس از اجرای پروژه، همچنان شاهد فرکانس گاما تحریک شده هر چند به صورت کاهش یافته بودند. بنابراین مدت زیادی طول می کشد تا این امواج فروکش کنند. این پژوهش می تواند برای بهبود عملکرد های شناختی، به ویژه در جمعیت های سالخورده به کار رود. طبق نتایج به دست آمده یکی از مزایای اصلی شکلات تلخ، تنظیم دقیق فرآیندهای شناختی هنگام فرسایش آنها محسوب می شود. به عقیده برک اگر واقعا بتوانیم فرکانس گاما را افزایش دهیم، به راستی در زندگی و به خصوص در زمینه تقویت فرآیندهای شناختی مغز سود خواهیم برد.

دانشتهای شکلاتی: دانه های کاکائو داخل غلاف های کاکائو یافت می شوند. آنها میوه هایی هستند که روی درختان تحت آب و هوای گرم مانند آمریکای مرکزی، آمریکای جنوبی و آفریقا رشد می کنند. بله، شکلات از نظر فنی در واقع از یک میوه به دست می آید. بسیاری از میوه ها و سبزیجات دیگر نیز سرشار از آنتی اکسیدان هستند، مانند اسفناج، چغندر، تمشک، توت فرنگی و البته کلم پیچ. دانه های کاکائو از داخل میوه برداشته و سپس خشک و تخمیر می شود. این ماده در نهایت به کره کاکائو تبدیل خواهد شد. کاکائو خام را می توان به تنهایی یا در پخت و پز استفاده کرد. برای تبدیل کاکائو خام به شکلات و یا کره کاکائو، آن را با شکر و شیر ترکیب می کنند. همچنین به منظور تبدیل کاکائو خام (raw cacao) به "cocoa"، محصول باید برشته یا رست شود. برک توضیح می دهد که به زبان ساده، کاکائو (cacao) نسخه خام، کمتر فرآوری شده یا فرآوری نشده است، در حالی که cocoa فرآوری شده به شمار می رود. طعم شکلات تلخ، شکلات شیری و سایر انواع شکلات بسته به مقادیر به کار رفته از کره و شیر متفاوت است.

دنباله مطلب در صفحه ۵۵

معجزه شکلات تلخ در رابطه با حافظه!

گردآورنده: گلنار

به گفته محققان، مصرف شکلات تلخ می تواند فرکانس امواج مغزی را تغییر دهد و در بهبود حافظه و کاهش استرس مفید باشد. در واقع بهتر است افرادی که عاشق شیرینی جات هستند نیز برای حفظ سلامتی خود به سمت جایگزینی انواع و اقسام شیرینی های مضر با شکلات تلخ حرکت کنند. البته منظور از شکلات تلخ یک شکلات واقعی و باکیفیت است نه محصولی که از ترکیب مواد مختلف و با استفاده از تلخ کننده مصنوعی تولید شده است!

شکلات تلخ سرشار از فیبر و آنتی اکسیدان است که به جلوگیری از آسیب سلولی ناشی از رادیکال های آزاد کمک می کنند. همچنین ممکن است خطر بیماری های قلبی عروقی و فشار خون را کاهش دهد و در عین حال جریان خون را بهبود ببخشد. با استناد به مطالعه ای از دانشگاه لوما لیندا در کالیفرنیا که در نشست سالانه زیست شناسی تجربی ۲۰۱۸ نیز ارائه شد، فواید شکلات تلخ در رابطه با تاثیر آن بر امواج مغزی مرتبط با حافظه و توانایی یادآوری مسائل آشکار شده است. دکتر لی برک از دانشگاه لوما لیندا همراه با تیم تحقیقاتی خود، از تکه های ۴۸ گرمی شکلات تلخ استفاده کردند که متشکل از دانه های کاکائو ۷۰ درصد تانزانیایی بودند. برک توضیح می دهد: آنچه ما به آن اشاره کردیم این بود که آنتی اکسیدان ها قابلیت تغییر فرکانس های مغزی شما را در اختیار دارند، واضحا یک فرکانس مغزی مفید به نام گاما. فرکانس گاما به واسطه آنتی اکسیدان های شکلات تنظیم شده، افزایش یافته و در واقع روشن می شود. امواج مغزی در فرکانس های متفاوتی انتشار می یابند و از این نظر تا حدودی مشابه رادیو هستند. برک اضافه می کند که فرکانس گاما بالاترین فرکانس است و «با پیشرفته ترین سطح برای پردازش شناختی، حافظه و یادآوری در ارتباط است». امواج گاما به عملکرد های پیچیده ای مانند پردازش اطلاعات، بهبود حافظه و کاهش استرس نسبت داده می شوند. اثرات مثبت روی مغز یا همانطور که محققان می گویند افزایش «انعطاف پذیری عصبی» در نتیجه مصرف شکلات تلخ، ظرف ۳۰ دقیقه اتفاق می افتد.

برک می گوید: در این مطالعه داوطلبانی که یک تخته شکلات تلخ ۷۰ درصد مصرف



مریم سالاری

مربی یوگا



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

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

با انجام یوگا شما می توانید:

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

برای اطلاعات بیشتر به وب سایت مراجعه فرمایید.

www.msyogasociety.org

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

(408) 802-8882

چرا عدم رضایت برای رابطه جنسی مصداق تجاوز است؟

شایا گلدوست

خشونت‌بار در برابر صحت جنسی که شامل قطع آلت تناسلی و بررسی اجباری بکارت می‌شود. تن‌فروشی اجباری و قاچاق انسان به منظور استثمار جنسی. موضوع رضایت در روابط جنسی، مساله بسیار مهمی است که شاید کمتر به آن پرداخته شده است. موضوعی که افراد زیادی تصور می‌کنند که در روابط جنسی در ازدواج یا یک رابطه عاطفی و عاشقانه با شریک جنسی و عاطفی، معنا پیدا نمی‌کند. این در حالی است که بسیاری از روابط جنسی، تحمیلی یا ناخواسته از سوی شرکای جنسی و عاطفی افراد اتفاق می‌افتد، روابطی با عدم رضایت یکی از طرفین در شرایطی خاص، یا دلایلی که کمتر در مورد آن صحبت شده است. افراد نمی‌توانند بدون رضایت رابطه جنسی داشته باشند، زیرا رابطه جنسی بدون رضایت رابطه جنسی نیست، بلکه تجاوز جنسی محسوب می‌شود.

قربانیان این خشونت‌های جنسی اغلب احساس سردرگمی و شرمساری می‌کنند و حتی مطمئن نیستند که چگونه این اتفاق برایشان افتاده است. به همین دلیل، بسیاری از این موارد خشونت هرگز گزارش نشده و درباره آن صحبت نمی‌شود.

پنهان‌کاری در روابط جنسی چیست؟ پنهان‌کاری در روابط جنسی یا معادل انگلیسی آن **Stealthing**، مفهوم تازه‌ای در مبحث خشونت جنسی و رضایت جنسی است که شاید کمتر به آن پرداخته شده است. این نوع پنهان‌کاری در واقع به عمل برداشتن مخفیانه کاندوم در حین رابطه جنسی، زمانی که طرف مقابل تنها با داشتن رابطه جنسی با کاندوم راضی بوده و هنوز فکر می‌کند کاندوم در جای خود قرار دارد، گفته می‌شود. برداشتن کاندوم بدون توافق از سال ۲۰۱۴ در جامعه رنگین‌کمانی گزارش شده است. در سال ۲۰۱۹ یک مطالعه در ایالات متحده نشان داد که ۱۲ درصد از زنان جوان این تجربه را داشته‌اند. همچنین یک نفر از هر سه زن و یک پنجم مردان همجنس‌گرا که در یک مطالعه استرالیایی در سال ۲۰۱۹ شرکت کرده بودند نیز، این تجربه را گزارش کرده‌اند. پنهان‌کاری یک عمل خشونت‌بار جنسی است که حق رضایت شما در روابط جنسی را نقی می‌کند، اعتماد را از بین می‌برد و باعث می‌شود شما احساس تجاوز، عصبانیت، ترس و بی‌احترامی کنید. علاوه بر ناراحتی‌های عاطفی که تحت تاثیر پنهان‌کاری به وجود می‌آید، رابطه جنسی محافظت نشده می‌تواند منجر به مشکلات قابل توجهی برای فرد مبتلا شود، از جمله بارداری ناخواسته یا ابتلا به عفونت‌های مقاربتی.

دنباله مطلب در صفحه ۴۹

خشونت جنسی، مساله‌ای است که در تمامی کشورها و فرهنگ‌ها وجود دارد. در برخی از کشورها با حذف موانع فرهنگی، به این موضوع پرداخته شده و با قانون‌گذاری آموزش‌های عمومی در این باره داده می‌شود. اما بسیاری از کشورهایی با فرهنگ سنتی و مذهبی و تسلط همه جانبه مردسالاری، که همچنان موضوع پرداختن به سکس و صحبت از خشونت جنسی و رضایت در روابط جنسی، تابویی بزرگ محسوب می‌شود. در بیشتر کشورها تحقیقات کمی روی این مساله انجام شده‌است و به خاطر طبیعت خصوصی خشونت جنسی، تخمین میزان گستردگی مساله مشکل است.

تحقیقات نشان می‌دهد که در مناطقی مانند آفریقای جنوبی و تانزانیا، تقریباً یک



چهارم زنان خشونت جنسی را از طرف شریک جنسی نزدیک شان تجربه کرده‌اند، و یک سوم از دختران بزرگسال، اولین تجربه جنسی‌شان را تحت اجبار گزارش می‌کنند. خشونت در سکس و عدم رضایت در روابط جنسی، نه تنها آسیب‌های فیزیکی، بلکه آسیب‌های روحی و روانی جبران‌ناپذیری به دنبال دارد که زندگی فرد را از جنبه عاطفی و جنسی تحت تاثیرات منفی خود قرار می‌دهد.

تعریف خشونت جنسی چیست؟ هرگونه عمل جنسی، تلاش برای به دست آوردن عمل جنسی، نظرهای ناخواسته یا پیشروی جنسی، یا تجارت جنسی، یا کارهای صورت گرفته دیگری بر خلاف تمایلات جنسی فرد با استفاده از اجبار، توسط هر فرد بدون در نظر گرفتن رابطه خود با قربانی، در محیط‌هایی شامل خانه، محل کار و اماکن دیگر، خشونت جنسی محسوب می‌شود.

اجبار می‌تواند تمام طیف درجات زور را دربر گیرد. جدا از اجبار فیزیکی، ممکن است دربرگیرنده ارعاب روانی، باجگیری یا تهدیدهای دیگر باشد. برای مثال تهدید به صدمه جسمی، اخراج از شغل، ندادن شغل مورد درخواست و غیره. همچنین ممکن است زمانی رخ دهد که فرد مورد تعرض قادر نباشد رضایت خود را اعلام کند، برای مثال، هنگام مستی، اعتیاد، خواب، یا زمانی که از نظر مغزی قادر به فهمیدن شرایطش نیست. طیف گسترده‌ای از اعمال جنسی خشونت‌بار و بدون رضایت وجود دارد که می‌تواند در شرایط و موقعیت‌های مختلف رخ دهد:

تجاوز و اعمال رابطه جنسی همراه با خشونت توسط افراد ناشناس. تجاوز در ازدواج یا روابط دوستی روماتیک، «تجاوز جنگی» سیستماتیک در زمان نزاع‌های مسلحانه. توجهات جنسی ناخواسته و مزاحمت‌های جنسی که شامل درخواست سکس در برابر ارائه خدمات می‌شود. آزار جنسی افراد ناتوان و کم‌توان ذهنی یا جسمی. آزار جنسی کودکان. ازدواج یا همزیستی اجباری که شامل ازدواج کودکان می‌شود. انکار حق استفاده از وسایل جلوگیری از بارداری یا بهره‌گیری از سایر اقدامات حفاظتی در برابر بیماری‌هایی که از راه تماس جنسی منتقل می‌شوند. سقط جنین اجباری. اعمال

تسلیت

خبر درگذشت ناباورانه و ناگهانی دوست و همکار عزیزمان، زنده‌یاد «ابوالحسن مختاباد»، موجب تألم و تأثر فراوان گردید. بی‌شک نام و یاد او جاودان و زنده خواهد ماند. این مصیبت وارده را به خانواده محترم، دوستان و همکاران تسلیت عرض نموده و برای تمامی بازماندگان صبر مسألت می‌نماییم. اقلیا پرویزاد - پژواک

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



شوخی تلخ

این صورتک پیر همان صورت زیباست؟
این موی سپید آن شبق زلف چلیپاست؟
این آدمک خسته از خلق بریده
این چهره بی رنگ همان شوخ فریباست؟
این دل که صدا می زنمش، گوش نگیرد
این آن دل بی پا و سر واله شیدا است؟
این پشت دو تا گشته همان قامت و بالا است
این دیده خاموش، همان آفت دلهاست؟
تصویر عبوسی که در این آینه پیدا است
تنها شبیح درهمی از خاطره ماست.
آن عکس قدیمی که سر طاقچه ماست
آن تلخ ترین خاطره شوخی دنیا است
هما فره وشی

غزل هجده

بی حرمتی به ساحت خوبان قشنگ نیست
باور کنید پاسخ آینه سنگ نیست
سوگند می خورم به مرام پرندگان
در عرف ما سزای پریدن تفنگ نیست
با برگ گل نوشته به دیوار باغ ما
وقتی بیا که حوصله غنچه تنگ نیست
در کارگاه رنگرزان دیار ما
رنگی برای پوشش آثار ننگ نیست
از بردگی مقام بلالی گرفته اند
در مکتبی که عزت انسان به رنگ نیست
دارد بهار می گذرد با شتاب عمر
فکری کنید فرصت پلکی درنگ نیست
وقتی که عاشقانه بنوشی پیاله را
فرقی میان طعم شراب و شرننگ نیست
تنها یکی به قلّه تاریخ می رسد
هر مرد پا شکسته که تیمور لنگ نیست

محمد سلمانی

گر من زمی مغانه مستم، هستم
گر کافر و گبر و بت پرستم، هستم
هر طایفه ای بمن گمانی دارد
من زان خودم، چنانکه هستم، هستم!

خیام



زندگی کردم ولی از دور

زندگانی می کنم، اینجا، ولی از دور
مثل مشتکی کاغذ چرکِ مچاله
توی یک سطل زباله
زندگی را دور می ریزم

در لجن زاری که هر رجّاله و تعویذخوان آنجا
خویش را فرمانروای خون و خوان و خواهش انسان
می شناسد،
آه!
زندگانی می کنم،
آری،
ولی از دور
چون درختی زرد
در پایین پاییزان
روزهای عمر خود را می تکانم
در مسیر باد
روزها و روزهای روز
سال ها و سال های سال
زندگی کردم ولی از دور.

شفیعی کدکنی

مرگ رنگ

رنگی کنار شب
بی حرف مرده است.
مرغی سیاه آمده از راه های دور
می خواند از بلندی بام شب شکست.
سر مست فتح آمده از راه
این مرغ غم پرست
در این شکست رنگ
از هم گسسته رشته هر آهنگ.
تنها صدای مرغک بی باک
گوش سکوت ساده می آراید
با گوشوار پژواک.
مرغ سیاه آمده از راه های دور
بنشسته روی بام بلند شب شکست
چون سنگ، بی تکان
لغزنده چشم را
بر شکل های در هم پندارش.
خوابی شگفت می دهد آزارش:
گلهای رنگ سرزده از خاک های شب.
در جاده ای عطر
پای نسیم مانده ز رفتار.
هر دم پی فریبی، این مرغ غم پرست
نقشی کشد به یاری منقار.
بندی گسسته است.
خوابی شکسته است.
رویای سرزمین
افسانه شکفتن گل های رنگ را
از یاد برده است.

بی حرف باید از خم این ره عبور کرد:
رنگی کنار این شب بی مرز مرده است.

سهراب سپهری

بیداد خزان

آسمان تیره و تار است و افق سنگین است
چشم ها باز و دهان بسته و دل خونین است
از غم بازی اطفال دل کوچه پُر است
خانه ها بسته و پیشانی در پُر چین است
باغبان رفته و بیداد خزان پا برجاست
مرگ، بر بستر هر باغچه پاورچین است
جوی ها از لجن کینه وران قرمز رنگ
جای گل ریشه در اعماق زمین رنگین است
این همه درد و غم و ناله و آشوب و عزا
هدیه زاهد لامذهب زشت آئین است
وای از این قوم ستم پیشه که در مذهبشان
تیشه بر ریشه فرهاد زدن شیرین است
دست سُستم من از امید به این مدعیان
دل من هم دل مردان یقه چرکین است
سر فرو هشته به زانوی تفکر مادر
آه ایران منست اینکه چنین غمگین است
مسعود سپند

در نصیحت

ای گوهر ارزنده تو ای طلعت زیبا
ای دختر امروز و دگر مادر فردا
امروز تو زینت ده هر دانش و علمی
خود را بنما گر تو خردمندی و دانا
انگشت نما شد که به دنبال هوس رفت
دانی که به باطل نرود عاقل و بینا
بگریز تو از این بیهوده گویان هوایی
بگذر تو ز نادانی این فرقه ی خودخوا
جنتی بگریز تو ز مردان خدا ترس
با صدق و صفا معرفت خویش تو بنما
چون مادر دانا شوی و زوج خردمند
از تو شود آسایش این قوم مهیا
با زندگی تازه و این عشق و جوانی
با منطق و بی وسوسه بگذر ز خطرها
با دغدغه و حرص و طمع گو چه توان کرد
بگذر ز جدل راز خود افشا مکن این جا
گر آنچه نصیب است بخوری هم بخورانی
یزدان بگشاید به تو درهای کرم را
چون کذب و دروغ آفت هر صدق و صفا شد
باید تو بپرهیزی از این فتنه عظمای
جز دامن پاک و سخن حق تو چه خواهی
بشنو تو ز عطری نکند صحبت بیجا

مر تزی عطری کرمانشاهی



فاشیسم اسلامی با تجاوز به زنان به دنبال چیست؟

پرویز هدایی

«تعرض جنسی به زنان معترض ابزار سرکوب حکومت است.» (نرگس محمدی)

ماریا: «درد تجاوز فاشیست ها در روح و جانم مانده.»

رابرت: «عشق من آن را فراموش کن، آن به تو تحمیل شده بود.»

گفتگویی از رمان جاودانه «ارنست همینگوی، زنگ ها برای که به صدا در می آیند. گفتگوی دختر پارتیزان با «رابرت جردن» هم رزم و معشوق او، که هر دو در جنگ های داخلی اسپانیا بر علیه فاشیسم فرانکو در اواخر دهه ۳۰ قرن میلادی گذشته شرکت داشتند. دردی که ماریا که تعرض فاشیست ها بر تن خود حس می کند، تنها یکی از بی شمار زخمی هایی است که زنان در طول تاریخ در جنگ ها تجربه کرده اند. تاریخ نگاران رومی داستان زنان ژرمن را نقل می کنند که با حمله لژیون های رومی قبل از اسارت خنجری بر سینه خویش فرو می کردند.

نبرد گفتمان ها (روایت ها): بدون شک هر نبرد اجتماعی، از جمله نبرد کنونی مابین

مدرنیته و واپس گرایی در میهن ما، نبردی است چند وجهی که یکی از وجوه آن نبرد گفتمان هاست، در نبرد گفتمان ها برنده کسی است که بتواند اکثریت جامعه را متقاعد کند که در سمت درست تاریخ ایستاده است. جمهوری اسلامی سال هاست که نبرد گفتمان ها را باخته



است و از همین روست که دست به خشونت عریان در مقابل مخالفانش زده است. از اولین روزهای استقرار نظام نوین آشکار گشت که این ها برای کمتر مسئله ای جوابی متناسب با عصر مدرن دارند و بدینگونه می توان رشد طوفانی احزاب اپوزیسیون را در سال های آخر دهه ۵۰ و اوایل ۶۰ را توضیح داد. این نبرد گفتمانی کماکان تا آخرین روزهای حیات جمهوری اسلامی و شاید چند گاهی پس از آن نیز ادامه خواهد یافت، گفتمانی که زمانی اقناع افشار وسیع مردم را در سر داشت، اما اکنون فقط بخش کوچکی از افشار عقب افتاده و وابسته به اقتصاد رانتی حاکم را در نظر دارد.

باید به این افشار در کنار تصویر برنامه جنبش برای آینده، نشان داد که که آنچه تحت عنوان قوانین جاودانه شرع توسط حاکمیت با سرنیزه اعمال می شود چیزی جز مجموعه رسوبات فرهنگ عقب افتاده (مثلا قانون قصاص) یا توهمات بیمارگونه یک ملای سفاک (ولایت فقیه) یا رسم و رسومات قرون وسطائی پاره ای افشار اجتماعی در خاورمیانه (مثلا حجاب اسلامی) نبوده، که حکومت تمامیت خواه ایران با هدف استوار نگهداشتن استبداد قرون وسطائی خود از آنها استفاده می کند.

اما نحوه برخورد با زنان بیش از هر مسئله دیگری افلاس و ورشکستی این گفتمان را آشکار ساخت. خمینی و خامنه ای به عنوان به اصطلاح تئوریسین های اسلام سیاسی شیعه ظاهرا خود را مدافع زنان، به خصوص زنان مسلمان نشان می دهند. آنان به کرات، از جمله در سخنرانی اخیر خامنه ای، سرمایه داری را متهم به سواستفاده از زنان کرده اند و مدعی شده اند که امن ترین مکان برای زن «خانه» و «آشپزخانه» و وظیفه او را «نگهداری از فرزند» است. طبق این نظر سرمایه داری برای استثمار زنان می خواهد آنان را راهی کارخانه و ادارات کند، اما گویا بهتر آن است که زنان هم چون قرون وسطا در پستوی خانه بمانند (ظاهرا تئوریسین های ج.ا. فراموش کرده اند که اقتصاددانان، ایران و روسیه را بدترین نوع سرمایه داری جهان می دانند). شاید خامنه ای نمی داند که فاشیست های نازی و قبل از آنها تمام مرتجعین جهان و اروپا تا آغاز قرن گذشته همواره به زنان توصیه کرده اند: بچه، آشپزخانه و کلیسا. اما برگ جدیدی که اسلام سیاسی شیعه بر پرورده ننگین خود در رابطه با زنان افزود، پروژه تجاوز سیستماتیک به زنان و دختران در ایران و سوریه با فتوای اسلامی و برای دفاع از «کیان اسلام» است. در دنباله این نوشته ابتدا سعی می شود نگاهی کوتاه به سیر تعرض به زنان در زندان های ایران در چند دهه گذشته بیفکنیم.

تجاوز جنسی همچون ابزار کثیفی در خدمت فاشیسم ملایان: «آیا می دانید که جنایاتی در زندان های جمهوری اسلامی به نام اسلام در حال وقوعند که شبیه آن

در رژیم شاه، هرگز دیده نشد؟! آیا می دانید که تعداد زیادی از زندانی ها تحت شکنجه توسط بازجویان شان کشته شده اند؟! آیا می دانید که در زندان [شهر] مشهد، حدود ۲۵ دختر به خاطر آنچه بر آنها رفته بود، مجبور به در آوردن تخمدان یا رحم شدند؟! آیا می دانید که در برخی زندان های جمهوری اسلامی، دختران جوان به زور، مورد تجاوز قرار می گیرند!» (نامه آیت الله منتظری به خمینی ۱۳۶۷)

دیکتاتوری آخوندی از آغاز بر دوش عقب مانده ترین اقشار اجتماعی بنا شد و این امر خود را شاید بیش از هر جا در زندان ها به نمایش گذاشت. کافی است نگاهی به زندگی نامه «حاج داوود»، «مجید قدوسی» و «ماشالله قصاب» بیندازیم، افرادی از پایین ترین طبقات اجتماعی با سواد اندک و فرهنگ لومپنی که تازه آب توبه بر سرشان ریخته شده بود. از آن مهم تر باید به افلاس تئوریک فاجعه ای به نام انقلاب ۵۷ اشاره کرد که نظریه ماکیاولیستی «حفظ نظام واجب واجبات است» تنها یکی از نمودهای آن است. اما این فاجعه در دوران خامنه ای از این هم فراتر رفت و اندیشه کسی چون «مصباح یزدی» راهنمای نظام گشت، کسی که خامنه ای او را «هگل» نظام نامید. فراموش نکنیم «هگل» اندیشمندی بزرگ و مبلغ انقلاب فرانسه بود، به راستی اگر فاجعه ۵۷ با انقلاب کبیر فرانسه قابل قیاس است، «مصباح یزدی» را هم می توان با «هگل» مقایسه کرد. اگر متوجه شویم که در ۳۰ سال گذشته «مصباح یزدی» به عنوان تئوریسین نظام بسیاری از فتاوی در رابطه با برخورد با زندانیان را داده است، آنگاه برای مان روشن تر می شود، چه اتفاقاتی در چند دهه اخیر در زندان ها افتاده است (چرا که در دهه ۶۰ هم در بر همین پاشنه می چرخیده).

تعرض جنسی در جریان جنبش ۸۸: در پائیز ۲۰۰۹ بینندگان کانال ۴ در انگلیس گزارشی از وضع زندان های ایران و تجاوز جنسی به زندانیان را مشاهده کردند. برنامه بر اساس نقل مستقیم یک پاسدار که ایران را ترک کرده اما برادرش هنوز در سپاه شاغل بود، تنظیم شده بود. برنامه منظم با گریه های او به علت شدت تالماتش قطع می شد. پس از آن گزارشات بسیاری را درباره حوادث ناهنجار از جمله تعرضات جنسی به زندانیان منتشر گردید. یکی از جامع ترین آنها متعلق به «مرکز اسناد حقوق بشر ایران» بود.

تعرض به دختران و زنان سوری: در فاصله ۲۰۱۵ تا ۲۰۲۰ کانال های خبرسانی اروپای غربی به دفعات مصاحبه ها و خبرهایی را مبنی بر تجاوز دسته جمعی به زنان سوری را منتشر کردند که با الگوی به کار رفته در جنبش ۲۰۰۹ (۱۳۸۸) ایران مطابقت داشت. تجاوز دسته جمعی به دختران و زنان و سپس رها کردن آنها با هدف همه گیر شدن خبر این تجاوزات و ایجاد پانیک در میان توده ها (فراموش نکنیم که مستشاران سپاه از ۲۰۱۱ در سوریه مستقر شدند و هدایت و خط دادن سرکوب توسط آنها صورت گرفت و در عرض سال های بعد واحدهای سپاه، «زینیون»، «فاطمیون» و... وارد سوریه شدند. همچنین فراموش نکنیم حسین همدانی فرمانده سابق سپاه تهران که با افتخار از جمع آوری ارازل و اوباش و سپردن پسران و دختران جوان ایرانی بدان ها یاد می کرد، از شناخته شده ترین اعضا ارشد قرارگاه سپاه در سوریه به شمار می رفت).

تعرض جنسی در جریان انقلاب «زن، زندگی و آزادی»: در تابستان ۱۴۰۱ با آغاز انقلاب نوین مردم ایران روشن بود که تفاله های دستگاه امنیتی جمهوری اسلامی بار دیگر سلاح کثیف همیشگی را از زرادخانه بیرون می آورند. دنباله مطلب در صفحه ۵۳

معرفی کتاب

در پی استقبال از «یادها و دیدارها»، خاطرات ایرج پارسى نژاد، نشر نو در تهران اخیرا چاپ دوم آن را منتشر کرده است. خوانندگان کتاب، «یادها و دیدارها» را از همان آغاز انتشار، جذاب و خواندنی یافتند زیرا نویسنده با ابداع سبکی نو در خاطره نویسی بجای طرح زندگینامه خود، بیشتر از خلیقات و منش و رفتار جماعتی از نامداران ادبیات و فرهنگ و هنر در پنجاه سال گذشته گفته است. نویسنده گذشته از استادان ادبیات نسل اول که از محضر درس شان برخوردار بوده، (بدیع الزمان فروزانفر، جلال الدین همایی، ابراهیم پور داوود، و دیگران) شاگردان ایشان (پرویز ناتل خانلری، محمد معین، حسین خطیبی، ذبیح الله صفا) را درک کرده و خاطراتی شیرین و بیاد ماندنی از ایشان آورده است. افزون بر این همه، خواننده کتاب از کسانی چون (عبدالحسین زرینکوب، عباس زریاب خوئی، محمد جعفر محجوب، ایرج افشار، سیروس پرهام، داریوش شایگان، شاهرخ مسکوب، نجف دریابندری، نادر نادرپور، محمد رضا شفیعی کدکنی، محمد رضا شجریان، بهرام بیضایی، عباس کیارستمی، و دیگران) نکته های خواننده و ناشنیده بسیار می یابد. اگر مسافری از تهران در راه دارید کتاب را سفارش دهید و یا از طریق وبسایت زیر تماس بگیرید.

www.nashrenow.com

زندگی اجاره‌ای

حمیدرضا رنجبرزاده

تا او برگردد. مادر که رسید، مراد بی‌آنکه «آن‌جا بودن من» برایش پیش‌بینی اهمیت داشته باشد، مادر را کتک زد و میان کتک‌هایش هوار می‌کشید که: «من بزرگواری کردم و گفتم برو، تو که می‌دونستی من با خانواده‌ها مشکل دارم! تو چرا رفتی؟ چرا خجالت نکشیدی و نگفتی نمیرم؟ چرا نگفتی مراد، تو آقایی کردی و گفتی برو، ولی من که حالم هست نباید برم! هان؟!»

ماه‌های آخر، مادرم بریده بود. دیگر کشش آن‌طور زندگی کردن را نداشت. می‌گفت که می‌خواهد من را با خودش به سفری بی‌بازگشت ببرد. دعوایش با مراد، بیشتر از قبل شده بود. قبل‌تر ماهی یک یا نهایتاً دو بار دعوا می‌کردند، ولی آن اواخر، دو سه شب یک بار بساط داشتیم. بیشتر اوقات هم قضیه، با کتک خوردن مادر تمام می‌شد. یاد نمی‌آید که در آن ماه‌های آخر، مادرم را بدون کبودی دیده باشم، حتی گاهی برای به‌یاد آوردنش بدون زخم و کبودی، دچار مشکل می‌شوم. مدت‌ها بود خنده‌های روی لب‌هایش ندیده بودم، تا اینکه غروب آن شب کذایی، به خانه رسید. خندان که نه، ولی به‌وضوح خوشحال بود. دو بلیت را نشانم داد و گفت: «یادته بهت گفته بودم که می‌خواهیم بریم سفر؟» من در آن لحظه ترس مراد را داشتم:

– ولی، ولی اگر بابا بفهمه؟
– اون هیچ‌وقت نمی‌فهمه. تو که دوست نداری پیش اون بمونی؟ دوست داری؟
– می‌خوام پیش تو باشم.

– پس پسر خوبی باش و کمک کن وسایلت رو جمع کنیم که قبل از این که پدرت برسه، رفته باشیم.

ولی مراد زودتر از آن چیزی که در مخیله من و مادرم بگنجد، خودش را به خانه رساند. مادر گمان می‌کرد که مراد، آن شب باید بیرون شهر و در حال انجام مأموریت باشد. بود، اما وسط مأموریت برگشته بود. شغل مراد حراست است یا چیزی شبیه به همین. هنوز که هنوز است نمی‌دانم دقیقاً شغلش چیست یا اصلاً کجا کار می‌کند، ولی این را خوب می‌دانم که همه چیز را می‌داند و می‌فهمد. برای همین هم حالا دارم یک نامه می‌نویسم. البته اینکه بعد از اتفاق هفته پیش، در اتاقم زندانی شده‌ام و دسترسی به موبایل و لپ‌تاپ یا اینترنت ندارم نیز بی‌تأثیر نیست. همه چیز این خانه، تحت اشراف مراد است، حتی وقتی این نامه تمام بشود و از لای میله‌های پنجره اتاقم، آن را به بیرون پرت کنم (تا شاید مثل تویی نامه را بردارد و بخواند)، اولین نفر در این عالم، خودش خبردار می‌شود. می‌دانم که همه‌جا، چه داخل و چه خارج خانه دوربین‌های مداربسته کار گذاشته است، اما این، اولین بار است که اصلاً دلم می‌خواهد شمتش خبردار شود و بیاید!

سیزده سال آزرگار است که به‌جای حرف‌زدن، دارم می‌نویسم. همین کمی خیالم را راحت می‌کند. الان حتماً دارد مرا نگاه می‌کند، ولی به چیزی شک نخواهد کرد. سیزده سال است که کارم همین بوده. وقتی آن شب، پایین رفتم و جنازه مادر را دیدم، زبانم برای همیشه بند آمد. نفسم را می‌بردم داخل و سعی می‌کردم چیزی بگویم، ولی حس می‌کردم آن نفس، یک جایی در بدنم گم‌گور می‌شود و نمی‌توانم چیزی بگویم. مراد مدت‌ها برای درمانم تلاش کرد و مرا پیش چندین و چند دکتر برد، اما نشد که نشد. وقتی از لال شدن تنها پسرش مطمئن شد، سعی کرد من زبان اشاره را یاد بگیرم. چیزی که من هیچگاه قبولش نکردم. نه اینکه نخواهم، نتوانستم. تلاش‌های مراد هرگز نتیجه نداد،

دنباله مطلب در صفحه ۳۷۸

نمی‌دانم چه کسی این نامه را می‌خواند. اصلاً نمی‌دانم کسی این برگه را پیدا خواهد کرد یا نه، اما مهم نیست. می‌نویسم. بیشتر عمر، کاری جز نوشتن نداشتم. فقط از کسی که این نامه را پیدا می‌کند، خواهش می‌کنم که همه را باخبر کند. بگذار همه بفهمند که امشب در خانه ما، قرار است اتفاقات عجیبی رخ دهد!

سیزده سال است که لال شده‌ام. ده‌ساله بودم که دو چیز را در یک شب از دست دادم، مادرم و امکان حرف‌زدنم را. آن شب، خواب بودم. با صدایی غیرمنتظره، رشته‌ی خوابم پاره شد. از اتاقم که بیرون آمدم، مادرم بی‌حرکت روی زمین افتاده بود. شکاف عمیق روی پیشانی‌اش را که دیدم، مات شدم. خشکم زد. خون هنوز داشت بیرون می‌ریخت. مراد، درحالی‌که از شدت گریه می‌لرزید، روی پاهای مادر افتاده بود و داشت آنها را می‌بوسید. نمی‌دانم در آن لحظات، بیشتر ترس برم داشته بود یا بیشتر سنگینی یک غم ناشناخته، داشت مرا له می‌کرد، اما از یک چیز مطمئنم، شدت گریه مراد، برایم خیلی عجیب و غریب بود.

تا جایی که به‌خاطر دارم، آدم سفت و سختی بوده و هست. نه تنها گریه که خنده‌اش را نیز خیلی کم دیده‌ام، اما این قضیه درباره خشم او کاملاً متفاوت است. زود از کوره در می‌رود و دیر هم آرام می‌شود. چیزی که بیش‌تر از همه عصبانی‌اش می‌کند، نافرمانی است. همیشه باید همه‌چیز، بی‌کم‌وکاست طبق میلش باشد، همه چیز! از همان ابتدا کافی بود چیزی خلاف میلش پیش برود تا بساط دعوا در خانه راه بیفتد. اوایل، مادرم سازگاری بیشتری از خودش نشان می‌داد، ولی به‌مرور، خسته و خسته‌تر شد. دیگر کشش نداشت فرامین ریز و درشت مراد را بشنود و اطاعت کند. یک‌بار وسط بگویمو با مراد، بغض کرد و گفت: «من واسه تو دقیقاً چیم؟ آدمم؟! آدمیزادم؟! یا به عروسک مسخره خیمه‌شب‌بازی که مدام بندهاش رو می‌کشی این‌ور و اون‌ور؟ خسته‌ام مراد! از تو و این زندگی خسته‌ام!» مراد اما پاسخ مادرم را جور دیگری داد و من برای اولین بار، کتک خوردن مادر را دیدم. البته این اولین و آخرین بار نبود. کمی که گذشت رفتارهای مراد عجیب‌تر هم شد. به مادرم می‌گفت فلان کار را انجام بده. بعد بازخواستش می‌کرد که به چه حقی فلان کار را انجام داده‌ای؟! در اوج کدورت‌هایش با پدربزرگم، به مادر اجازه نمی‌داد پدربزرگ و مادربزرگ را ببیند. آنها هم حق نداشتند پا توی خانه ما بگذارند. مادر به ناچار کنار آمده بود. می‌دانست نافرمانی، چه نتیجه‌ای در پی خواهد داشت. ملاحظه پسرک خود را هم می‌کرد. روزگار خوشی که نداشتیم. دست‌کم با کنار آمدن‌هایش، وضعیت را قابل‌تحمل‌تر می‌کرد.

در همان روزها، مراد بی‌مقدمه و ناگهانی گفت: «امروز به سر به مامان بابات بزن، محال است برقی که در چشمان مادر دیدم را فراموش کنم. بعد از دو سال دوری، دل‌تنگی‌اش از حد گذشته بود. آن‌قدر برای رفتن عجله کرد که جوراب‌های لنگه‌به‌لنگه پوشید. رفت، چند ساعتی ماند و برگشت. از همان لحظه که مادرم از خانه بیرون رفت، مراد با سگره‌هایی در هم و چهره‌ای برافروخته در پذیرایی قدم زد

JOIN US FOR FREEDOM CAR PROTEST IN SOLIDARITY WITH THE IRANIAN PEOPLE EVERY SUNDAY, BAY AREA, 11 AM

NorCal 4 IRAN



SCAN THIS CODE OR JOIN IN OUR CHANNELS FOR MORE INFORMATION

NORCAL4IRAN

ادرس تلگرام و اینستاگرام

#MAHSAAMINI

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



بوده است. یک ساعت بعد، پرسنل بیمارستان به او گفتند: «برو و نمان.» سهیل و دوستانش در حالی بیمارستان را به سوی بیمارستانی خصوصی ترک کردند که متوجه حضور شخصی دیگر شدند که هر دو چشمش تیر خورده بود.

دکتر «روزبه اسفندیاری» پزشک سابق اورژانس تهران و پژوهشگر پزشکی هسته‌ای، پس از بررسی مدارک پزشکی سهیل گفت که در نخستین معاینه، سهیل توانسته است از فاصله دو متری، تعداد انگشتان پزشک را تشخیص دهد. او دچار افتادگی پلک به عنوان واکنش غیرارادی بدن و خون‌ریزی شدید شده است. وضعیت مردمک هر دو چشم او و همچنین مسیر عصب نرمال بوده است. لنز چشمش سالم است. در سیتی‌اسکن مشخص شده که یک جسم فلزی ۴ میلی‌متری و در واقع ساچمه در میان لایه‌های داخلی و میانی دارد که به لایه‌های عصبی آسیب نزده است. سهیل می‌گوید: «پزشک بیمارستان خصوصی، گفت معجزه است. اگر یک صدم میلی‌میکرون پایین‌تر بود، کور شده بودی. اما نباید کارهای سنگین کنم که باعث جابه‌جایی ساچمه شود.» دکتر اسفندیاری توضیح می‌دهد: «آسیب‌دیده به هیچ‌وجه نباید حتی وارد اتاق ام.آر.آی شود. ام.آر.آی یک میدان مغناطیسی بسیار بزرگ است که می‌تواند هر جسم فلزی را به حرکت درآورد، مثل ساچمه. اگر این فرد وارد این اتاق شود، ساچمه تکان می‌خورد. این حرکت میلی‌متری نیست. بلکه می‌تواند سانتی‌متری باشد و کره چشم را پاره کند، از استخوان رد شود و وارد مغز شود.»

سهیل پس از آن شب، دیگر به خانه برنگشت. او در مکان‌های مختلف نزد دوستانش جابه‌جا شد. در آن مکان‌ها، آسیب‌دیده‌های دیگری را دید که از نواحی مختلف بدن‌شان مورد هدف نیروهای سرکوب قرار گرفته بودند.

پس از چند روز، وزارت اطلاعات سعی کرد او را از طریق خانواده‌اش پیدا کند. تماس‌های مکرر و مداوم نیروهای امنیتی وزارت اطلاعات و سوال و جواب‌ها از خانواده او همچنان ادامه دارد. با پدرم تماس گرفتند. او را احضار کردند. به او گفته‌اند که من بی‌گناه آسیب دیده‌ام و می‌خواهند مقام «جانبازی» و دیه به من بدهند. با وکیل مشورت کردم. به من گفت که آنها تو را شناسایی کرده‌اند، اما نتوانستند دستگیری کنند و برای همین از این طریق وارد شده‌اند. وکیل سهیل به او گفته است: «اگر بروی، دیگر معلوم نیست چه بر سرت می‌آید. هرچه بخواهند باید امضا کنی. آنها افرادی را که هیچ نکردند، بازداشت و به اتهام‌های سنگین محکوم کرده‌اند. تو را هم احتمالاً شناسایی کرده‌اند.»

ماموران شناسایی می‌کنند، معترضان سازماندهی: سهیل می‌گوید نیروهای سرکوب سوار بر موتور دوربین دارند، این دوربین یا دست یکی از سرکوبگران است یا جلوی موتور بسته شده است. در عین حال، آنچه تاکنون پس از چهار ماه مشخص شده است، نیروهای امنیتی، دوربین‌های محل درگیری را ضبط و طبق همان‌ها افراد فعال در اعتراضات را شناسایی کرده‌اند. اما روش‌های دیگر هم برای نیروهای سرکوب وجود دارد: «بارها در تجمعات دیدم که افرادی جوان با موهای بسته و هم‌تیپ خودمان در کوچه پس‌کوچه‌ها شروع به بحث می‌کنند. مثلاً می‌گویند اصلاً چرا به خیابان باید آمد؟ بعد از چند سوال می‌روند و بعد از چند دقیقه، نیروهای موتورسوار در تعداد بالا به سراغ‌مان می‌آیند، مورد قابل توجه دیگر، لباس شخصی‌هایی هستند که ایجاد رعب و وحشت می‌کنند: «بارها امتحان کردم. تجمع کرده‌ایم یا در حال جمع شدن هستیم. ناگهان تعداد زیادی از افراد با لباس‌هایی عادی از روبرو به سمت می‌دویدند، داد و فریاد می‌کردند که فرار کنید، دارند می‌زنند. تجمعات پراکنده و سرکوب آسان می‌شد. چندین بار من از پیاده‌رو مسیرم را ادامه دادم. هیچکس نبود. فقط می‌خواستند ما را بترسانند و پراکنده کنند.»

معترضان در مقابل اما سازماندهی خود را داشتند. آنها در مسیرهای اصلی اعتراضات در گروه‌های مختلف مسوولیت آمادگی داشتند و ورود نیروهای سرکوب را به همدیگر خبر می‌دادند.

دنیاله مطلب در صفحه ۵۱

اسلحه دست‌شان است، هر کاری بخواهند با تو می‌کنند!

آیدا قجر

آنچه می‌خوانید، حکایت زندگی «سهیل» است. پسری ۲۹ ساله، کافه‌رستوران‌دار که در شب ۲۵ آبان ۱۴۰۱ در «شیراز»، صورت و بدنش هدف گلوله‌های ساچمه‌ای قرار گرفت. او حالا، ساچمه‌ای از جنبش «زن، زندگی، آزادی» را با خود حمل می‌کند، هر روز و تا همیشه.

مامورها پشت دیوار بودند. فقط لوله‌های تفنگ را می‌دیدم که روی هم هستند و به ما شلیک می‌کنند. جلوی سنگری که بچه‌ها ساخته بودند، ایستاده بودم و شعار می‌دادم. یک لحظه حس کردم چشم و صورتم درد گرفت. سرم را پایین آوردم، هنوز می‌دیدم، خوشحال شدم که تیر نخوردم. چند دقیقه بعد حس کردم چشم سفید می‌بیند و شروع به اشک‌ریزی کرد. فکر کردم اشک‌آور است. تا آن‌که همه چیز سفید شد.»

۲۵ آبان ۱۴۰۱ است. معترضان در شهر «شیراز» استان «فارس» در پی فراخوان‌های عمومی برای سالگرد آن آبان خونین در سال ۱۳۹۸، مثل بسیاری دیگر از شهرهای ایران، به خیابان آمده‌اند. مردم معترض خیابان را بسته‌اند. سهیل که در تجمع‌های اعتراضی قبل، در پی قتل «مهسا [ژینا] امینی» به خیابان آمده بود، به صف جلوی معترضان رفت. در جنبش «زن، زندگی، آزادی» یکی از المان‌های قابل بررسی در تمامی رسانه‌های دنیا، حضور جوانان در خط مقدم این مبارزه است. همان‌هایی که جمهوری اسلامی احتمالاً از آنها به عنوان «لیدر» یاد کرده و به آنها اتهام‌های امنیتی وارد کرده است. افرادی که مقابل نیروهای سرکوب سر تا پا مسلح، سینه سپر کردند و دیگران را به ادامه حضور در خیابان و تجمع‌های اعتراضی، فرا می‌خواندند.

معالی‌آباد شیراز - تاریکی شب ۲۵ آبان: «آن روز نمی‌خواستیم به خیابان بروم. اما حدود ساعت ۷ عصر بود که دلم طاقت نیاورد. مردم خیابان را بسته بودند و شعار می‌دادند. رفته جلو. خط مقدم بودم، شعار می‌دادیم. به خودروهایی که بوق می‌زدند می‌گفتمیم با ماشین نیابند چون نیروهای سرکوب ماشین‌ها را می‌زدند و سرنشین‌ها را دستگیر می‌کردند. همه‌جا بسته بود. یا معترضان خیابان‌ها را بسته بودند، یا در مقابل، پلیس. لوله‌های روی دیوار را بچه‌ها کنده بودند و سنگر درست کرده بودند. یکی سنگ دستش بود و دیگری کوکتل مولوتوف، یکی چوب و یکی لوله.»

معترضان در گروه‌های چند نفری، اطراف خیابان‌ها و کوچه‌ها ایستاده بودند و به قول معروف «آمار می‌دادند»، یعنی به هم خبر می‌دادند که نیروهای سرکوب از کدام سمت می‌آیند: «ناگهان از یک سمت خیابان بچه‌ها خبر دادند که ماموران دارند می‌آیند. مامورها به سر خیابان رسیدند: «همه سنگ پرتاب می‌کردند. تنها چیزی که دیدم لوله‌های تفنگ بود که از پشت دیوار به سمت ما نشانه رفته بود. خود مامورها را نمی‌دیدیم. فقط تیر می‌زدند. تیرهای ساچمه‌ای. ناگهان روی بدنم احساس کردم تیر خوردم. سوزش هم نداشت، مثل این می‌ماند که یک چیزی به تنت می‌خورد. سنگ پرت می‌کردم. ماموران را از کوچه فراری دادیم. چند دقیقه بعد، با تعداد بیشتر از روبروی‌مان آمدند.»

همان لحظه از میان جمعیت معترضان، یکی فریاد کشید که «فرار کنید»، اما سهیل با داد و بیداد دیگران را فراخواند که بمانند تا جمعیت‌شان پراکنده نشود: «مردم به حرف نفرهای جلویی گوش می‌دادند. شروع کردم شعار دادن و داد کشیدن که «بمونید. نروید.» بچه‌ها از پشت سرم سنگ می‌زدند. فکر کردم ما هم باید برای نیروهای سرکوب احساس رعب و وحشت ایجاد کنیم. صدای شلیک تیر و اشک‌آور می‌آمد. بچه‌ها اشک‌آورها را با شال و دستمال برمی‌داشتند و به سمت ماموران پرتاب می‌کردند. همان لحظه‌ها بود که گلوله‌های ساچمه‌ای به بدن و چشم سهیل برخورد کرد. به غیر از دید چشم‌اش که ناگهان سفید شد، چند ساعت بعد، با ناخن ساچمه‌ها را که خیلی عمیق نشده بودند، با کمک دوستانش از تنش خارج کرد. آن شب، آخرین تجمعی بود که سهیل در آن شرکت کرد.

بیمارستان و پرونده پزشکی سهیل، آغاز زندگی مخفیانه: سهیل بعد از آن که چشمانش سفید شد، با دوستانش تماس گرفت. آنها به سراغش آمدند. او را به اورژانس بردند. آنها به بیمارستان گفتند که شاخه‌ای به چشم سهیل برخورد کرده است. اما پزشکان انگار که آماده بودند، او را بدون نوبت و بدون هزینه، معاینه کردند. همان زمان بود که در بیمارستان دولتی، فردی لباس شخصی به سراغش آمد و سوال و جوابش کرد. او مدام اصرار داشت که سهیل در تجمعات اعتراضی

بچه‌های طلاق

دکتر ادوارد تایبر، روانشناس - ترجمه توراندخت تمدن (بخش بیست و نهم)

تامین نیازهای عاطفی کودک: به علت بحرانهای ناشی از جدایی، بچه‌ها نیاز بیشتر و روز افزونی به عشق و محبت دارند. اولین واکنش آنها در مقابل طلاق، تشویش و اضطراب است. این احساس عدم امنیت شدید، طفل را به اعتماد به نفس و آرامش خاطر نیازمندتر می‌سازد. بچه‌ها سعی دارند از همه کسانی که به نحوی با آنها تماس دارند، محبتی دریافت کنند. دوست دارند روی زانوی بزرگترها بنشینند، کسی برایشان کتاب بخواند، یا موهایشان را شانه کند، خود را به پدر یا مادر بچسباند و پرسش‌های بسیاری مطرح کنند. اینها، واکنش‌های قابل پیش‌بینی بچه‌ها در برابر جدایی است. والدین لازم است نیازهای روز افزون کودک به توجه و محبت را درک نموده، در مقابل آن پاسخگو باشند. آنها اگر بتوانند به نیازهای اتکایی بچه‌ها پاسخ دهند، اطفال خیلی راحت‌تر طلاق را خواهند پذیرفت.

نیاز شدید به عطف و مهربانی پس از طلاق، در مورد پسر و دختر یکسان است. همان‌طور که در مطالب قبل اشاره شد، بسیاری از مادرها درک می‌کنند که دختر احتیاج به توجه و محبت دارد، اما نسبت به درک این واقعیت در مورد پسرها غافل هستند. فرهنگ ما این حقیقت را انکار می‌کند که پسرها هم مثل دخترها احساس غم و افسردگی می‌کنند و مانند آنها دوست دارند نوازش شوند. در واقع پسرها به میزان دخترها از نابسامانی و ترس‌های ناشی از تنهایی، رنج می‌برند و احتیاج دارند کسی به آنها آرامش و اطمینان خاطر دهد. نظر به اینکه این احساس اغلب «دخترانه» یا «نشانه ضعف» یا «وابستگی» تلقی می‌شود، بیشتر خانواده‌ها آن را نادیده می‌انگارند، و یکی از دلایل مهمی که پسرها، در مقایسه با دخترها، پس از طلاق با مسائل بیشتری روبرو هستند، همین است.

مادرها و پدرها باید کوشش کنند به ویژه در ماه‌های اول جدایی با بچه‌ها مهربان‌تر باشند و آنها را بیشتر تحت حمایت خود قرار دهند. در اینجا پرسش پیش می‌آید که تکلیف والدین در مقابل نیازهای روزافزون کودکان چیست؟ زیرا همان‌طور که قبلاً اشاره رفت پدر و مادر هم در این دوران دچار فشار روحی شدید هستند. هر یک از آنها به نوبه خود باید زندگی و مسکن جدیدی فراهم سازد، و با نگرانی‌ها و مشکلات مادی و ضررهایی که در این قضیه متحمل شده، بسازد. از این رو، برای زن یا شوهر مطلقه مشکل است در چنین موقعیتی وقت و توان کافی برای پاسخگویی به نیاز فرزندان خود پیدا نماید، به همین سبب، بچه‌ها در سال اول جدایی که بیش از هر زمان دیگر به توجه و محبت احتیاج دارند، کمتر از همیشه محبت می‌بینند. بسیاری از والدین می‌دانند بچه‌ها از آنها انتظارات بیشتری دارند و از اینکه نمی‌توانند پاسخگوی نیازهای آنها باشند احساس گناه می‌کنند. این احساس گناه، تاسف آنها را از اینکه تصمیم به طلاق گرفته‌اند، زیاده‌تر می‌کند و بر شدت افسردگی آنها و سرزنش از خود می‌افزاید.

چگونه می‌توان این مسئله را که دو سو دارد، یکی احتیاج روز افزون کودک به توجه، و دیگری در دسترس نبودن والدین را به نحوی حل کرد؟ یک راه حل پیشنهادی برای کودکان بین ۳ تا ۹ ساله، اختصاص دادن «وقتی ویژه» و منظم در طول هفته است. پدر یا مادر می‌تواند اوقات معین و مخصوصی را در هفته با بچه‌های خود تنها باشند. برای مثال، هر دوشنبه و پنجشنبه از ساعت ۷ تا ۷:۳۰ و شنبه از ۴ تا ۴:۳۰ دقیقه «جانی» برای نیم ساعت با پدر (مادر) خود تنهاست. البته در سایر اوقات هفته نیز آنها باهم هستند، لیکن «جانی» می‌داند که در این دو نیم ساعت، پدر (مادر) کاملاً به او تعلق دارند. بچه‌ها از اینکه در وقت از قبل پیش‌بینی شده‌ای با والدین خود باشند، احساس لذت می‌کنند، و این وقت مخصوص تأثیر مثبتی در ثبات شخصیت آنها دارد. وقتی بچه‌ها متوجه می‌شوند پدر (مادر) به برنامه‌ای که تعیین کرده‌اند، پایبند بوده و به طور منظم آن را ادامه می‌دهند، بهتر می‌توانند اوقاتی را که پدر (مادر) با آنها نیستند تحمل کنند. برای مثال، وقتی «جانی» ۶ ساله به هنگام رفتن مادر به اداره، بی‌قراری می‌کند، مادر می‌تواند بگوید «می‌دانم چقدر دوست داری اکنون پهلوی تو باشم، ولی من باید به سرکار بروم. می‌دانی که امروز دوشنبه است و ما امشب ساعت ۷ با هم خواهیم بود. امشب وقت مخصوص فقط برای من و تو خواهد بود». اوقات ویژه به میزان قابل ملاحظه‌ای از نیاز بچه‌ها به وقت و توجه بیشتر می‌کاهد.

والدین باید از این فرصت برای انجام بعضی کارها با فرزند خود استفاده کنند. من به کلیاتی در این زمینه اشاره می‌کنم.

۱- پدر یا مادر و بچه در این وقت ویژه باید دو به دو در یک اتاق در بسته بدون آنکه کسی مزاحم آنها شود، باهم تنها باشند. در این فاصله به تلفن جواب داده نمی‌شود.



شود و تلویزیون روشن نخواهد شد. در عوض پدر (مادر) و بچه به اتفاق داستانی می‌خوانند یا با بازی مورد علاقه کودک خود را سرگرم می‌کنند. هدف از این کار، این است که تمام توجه به کودک معطوف شود و خواسته‌ها و نکات مورد علاقه او دنبال گردد.

۲- در این مدت مادر (پدر) می‌تواند به بچه اظهار محبت کند و بگوید که از بودن با او لذت می‌برد. برای مثال: «واقعاً از اینکه اوقاتی را

با تو می‌گذرانم و می‌توانیم دو به دو تنها باشیم خوشحالم. نمی‌دانی چقدر دوست دارم در کنار تو باشم و باهم بازی کنیم.»

۳- پدر (مادر) می‌تواند درباره کار خوبی که بچه اخیراً انجام داده و موجب تحسین یا غرور وی شده، صحبت کند، برای مثال: «خیلی متشکرم از اینکه دیشب در کار مدرسه به خواهرت کمک کردی، من به راستی به تو افتخار می‌کنم.»

۴- مشکلات رفتاری کودک و مسائل مربوط به عدم رعایت مقررات باید به وقت دیگری موکول شود این وقت، فقط به ابراز محبت و تبادل نظر و تفریح اختصاص دارد. ۵- در طول این نیم ساعت برای یکبار هم که شده پدر یا مادر باید بچه را در آغوش بگیرد، نوازش کند یا دست به سر و روی او بکشد.

ممکن است برای بعضی از پدر (مادر)ها این کارها قدری «مبالغه آمیز» یا «پیش پا افتاده» به نظر برسد. ولی این نوع ارتباط پدر-مادر فرزندی تأثیر بسیاری در کاهش دادن مسائل کودک و کم کردن میزان برخورد والدین و کودک دارد و اثر آن به مراتب از کمک‌های والدین، معلمان و درمانگرها نسبت به کودک بیشتر است. والدینی که با اطمینان خاطر وقت ویژه‌ای را در اختیار بچه‌های خود قرار داده و به رهنمودهایی که داده‌ام عمل می‌کنند، با مسائل رفتاری کمی مواجه خواهند شد. برای یک ماه هفته‌ای دوشنبه امتحان کنید و نتایج آن را برای خودتان ارزشیابی کنید. گاهی نتایج، بسیار شگفت‌انگیز است. بعضی از والدین بیش از آن احساس ناراحتی و ناآرامی می‌کنند که بتوانند به بچه‌ها ابراز عشق کنند. آنها از نوازش و تماس با کودکان سر باز می‌زنند و برایشان مشکل است اعمال مثبت بچه‌ها را در نظر بگیرند. این مشکلات به تدریج روابط آنها با والدینشان برمی‌گردد. محدودیت‌هایی را که پدر یا مادر در کودکی تجربه کرده‌اند، اکنون در مورد بچه‌هایشان تکرار می‌کنند. به این زن و شوهرها پیشنهاد می‌کنم از مشاور کمک بگیرند و ببینند چگونه می‌توانند برخوردی محبت‌آمیز با فرزندان خود داشته باشند. در چنین صورتی زندگی، هم برای بچه و هم برای والدین غنی‌تر خواهد شد.

به زندگی بچه‌ها سازمان دادن و نظم بخشیدن: اگر والدین برنامه روزانه از قبل پیش‌بینی شده و منظمی برای بچه‌ها ترتیب دهند آنها خیلی بهتر با زندگی جدید انس می‌گیرند. ما بزرگسالان، از برنامه‌های یکنواخت روزانه خسته می‌شویم و چشم به تعطیلات آخر هفته یا سالانه داریم، اما بچه‌ها طبیعتاً مخالف با بزرگسالان دارند. آنها نیاز بیشتری به برنامه‌های منظم و فعالیت‌های از پیش تنظیم شده دارند و چنانچه تحت برنامه سازمان یافته و منظمی زندگی کنند احساس امنیت و اطمینان می‌نمایند. در حالی که آزادی زیاد ایشان را دچار تشویش می‌کند.

برای بچه‌های خردسال مشکل است از دنیای اطراف خود درک و شناخت صحیحی داشته باشند. آنها از آنچه در اطرافشان می‌گذرد غافل هستند و ضمناً توانایی روحی و ذهنی کافی برای کنترل محیط اطراف و نظم بخشیدن به دنیای خود را ندارند. برای درک تجارب و اداره زندگی متکی به بزرگترها هستند. اگر بزرگسالان سازمان و نظمی به زندگی بچه‌ها ندهند، آنها خیلی آسان تحت تأثیر تجربیات خود قرار خواهند گرفت. اگر والدین بتوانند محیطی توأم با تفاهم و آرامش فراهم سازند، بچه‌ها با اطمینان و آرامی به کسب تجربه و یادگیری خواهند پرداخت. این نگرشی شاعرانه و تخیلی است اگر گمان کنیم بچه‌ها موجودات خلاق و بی‌خیالی هستند که می‌توانند بدون سعی و کوشش در جریان فعالیت‌های روزانه خود را شناور سازند. برای خنثی شدن فشارهای روحی ناشی از طلاق، بچه‌ها از یک برنامه از قبل پیش‌بینی شده، منظم و بی‌دغدغه روزانه استقبال خواهند کرد. یکی از نتایج مهم به دست آمده از پژوهش‌های انجام شده روی بچه‌ها و طلاق این است که کودکانی که از زندگی منظم و سازمان یافته‌ای برخوردارند به مراتب بهتر از بچه‌هایی که وضع نابسامانی دارند، می‌توانند با محیط جدید خو بگیرند.

چهار درس رابرت الکس جانسون برای رهایی از اضطراب‌ها و تنش‌های زندگی

هدی قاسمی



و سرکوب می‌کرد و ترکیب این دو نفر، مسلماً چیز دندان‌گیری از آب در نمی‌آید. واقعیت این بود که هیچ‌کدام محبت واقعی به رابرت ابراز نمی‌کردند. آنها خیلی زود از هم جدا شدند. اما گاهی یک مادر بزرگ هم می‌تواند از پس مادری یک بچه بر بیاید و کمی به او در رهایی از اضطراب‌ها و تنش‌ها کمک کند، این‌طور نیست؟

مادر بزرگ رابرت، برخلاف مادرش، مهربان و حمایت‌کننده بود و او را با باغبانی و موسیقی آشنا کرد. و چه چیزی از این بهتر؟ بعدها موسیقی، یکی از ارکان مهم زندگی معنوی رابرت شد. جالب اینجاست که رابطه رابرت با ناپدری‌اش هم

خوب نبود و درست بعد از مرگ مادرش، بیخ‌های بین او و ناپدری‌اش فرو ریخت و توانستند دوستان خوبی برای هم بشوند. مادرش دقیقاً و با تمام قدرت، بین پسر و شوهرش ایستاده بود!

سال‌ها بعد، رابرت شغل‌های مختلفی را تجربه کرد. او مدتی به عنوان داوطلب صلیب سرخ در جنگ جهانی دوم مشغول به خدمت شد و سپس مسئولیت یک برج دیده‌بانی در جنگل را پذیرفت که اولین تجربه تنهایی کامل و خلوت درونی وی بود. خود او آن دوره را شادترین دوره زندگی‌اش می‌نامد. او پس از ملاقات با کریشنا مورتی در هندوستان به تفاوت عمیق روان ناخودآگاه غربی‌ها با شرقی‌ها پی برد. رابرت الکس جانسون پس از ترک کریشنا مورتی با روانکاوان یونگی زیادی ملاقات کرد و آخر سر، خودش هم در مسیر روانشناسی یونگ قدم نهاد.

از آن روزها زمان زیادی می‌گذرد. در تمام این سال‌ها کتاب‌های دکتر جانسون به زبان‌های مختلف دنیا ترجمه شدند و برخی حتی تیراژ ۲ میلیون نسخه را هم رد کردند. اما رابرت الکس جانسون برای حال و هوای این روزهای ما و باز شدن گره مشکلاتمان چه حرف تازه‌ای دارد؟ پاسخ این سوال را در ادامه که ۴ درس رابرت الکس جانسون برای رهایی از اضطراب‌ها و تنش‌های زندگی را بخوانید، خودتان متوجه خواهید شد.

اولین درس رهایی بخش رابرت الکس جانسون: درک خرد تنهایی: رابرت به گفته خودش، با اسطوره درمان‌گر زخمی و زاهد خلوت‌نشین، همدات‌پنداری داشته و این دو کهن‌الگو را زندگی کرده بود. حالا مقصود از این دو اصطلاح چیست؟

درمان‌گر زخمی یعنی فردی که اول خودش حسابی زخم و زبلی شده و شلاق‌هایش را در زندگی خورده و بعد راه شفا را پیدا کرده و حالا این توانایی و صلاحیت را دارد که دردهای من و شما را هم با وضوح بهتری ببیند و به درمان‌شان کمک کند. زاهد خلوت‌نشین هم به معنی خردمند درون‌گرایی است که از تنهایی و عزلت خودش خرسند است. او در سکوت، مسیر خرد شخصی خودش را طی می‌کند و هر وقت لازم شد از غار تنهایی‌اش بیرون می‌زند و به دیگران کمک می‌رساند.

رابرت خودش را فردی می‌دانست که همواره بین یک پسر بچه بازیگوش و یک پیر فرزانه در نوسان است و همین باعث شده که تعادل پیدا کند و نه از این طرف بام بیفتد و نه از آن طرف! او در کتاب «راهبری زندگی با شهود درونی» نوشته که بعد از تجربه تلخ تصادف در یازده سالگی، اصلاً دیگر نتوانسته همان آدم قبلی شود و شروع کرده به دیدن دنیا از دریچه‌ای تازه. از دیدگاه رابرت الکس جانسون، انسان خردمند کسی است که بتواند تنهایی را تاب بیاورد و زبان کهن‌الگویی را هم در همین حال و هوا، پیدا کند. زبان کهن‌الگویی یعنی زبانی که از هزاران سال قبل در وجود من و شما ریشه دوانده و مثلاً باعث می‌شود که اگر یک روز ناگهان دل‌مان خواست زیر باران بدویم و بی‌خیال قضاوت دیگران از باران لذت ببریم، بفهمیم که کهن‌الگوی لذت آنی (یا خدای سرخوشی که در اصطلاح دیونوسیوس نام دارد) الان فعال شده و باید با او همراه شویم تا بعدها برایمان تبدیل به عقده و خشم نشود. البته زبان‌های کهن‌الگویی، بسیار وسیع‌تر و متنوع‌تر از این مثال‌های ساده هستند. رابرت می‌گفت مردم باید توجه داشته باشند که در تنهایی احتمال زیادی هست که از شدت رویارویی با عظمتی که در درونشان ممکن است ببینند، ناگهان دچار به‌هم‌ریختگی روانی شده و مثلاً میل به خودکشی و اعتیاد و خودزنی پیدا کنند.

حالا چطور باید مراقب باشیم که به این دردسرها نیافتیم؟ با کمک یک مشاور دلسوز، آگاه و کاربلد! صادقانه بگویم او احتمالاً تنها کسی بود که می‌توانست شما را به سلامت از این مسیر پرفراز و نشیب عبور دهد. خب! این اولین درس رابرت الکس جانسون برای رهایی از اضطراب درونی بود. خود او برای درک عظمت تنهایی‌اش، از حضور ۶ روان‌تحلیلگر مثل دکتر یاکوبی، خانم یونگ و پروفیسور کارل گوستاو یونگ بهره برده است.

تا به حال شده به یک معجون جادویی برای رهایی از اضطراب‌ها و تنش‌های روزانه فکر کرده باشید؟ یا آرزو کرده باشید که به قول حضرت حافظ، بتوانید دمی بیاساید ز دنیا و شر و شورش؟ ممکن است جواب خیلی‌ها مثبت باشد و جواب خیلی‌ها هم منفی! حتی شاید بعضی‌ها معجون‌های ناسالم را هم امتحان کرده و به خودشان ضرر زده باشند، ولی مقصود ما در اینجا یک معجون سالم و شفا بخش است. اما اگر چنین معجونی بود، آیا کسی می‌توانست ادعا کند که حتی برای یک بار هم شده، دلش نمی‌خواهد آن را امتحان کند؟ این‌ها را گفتم که با یک راهنمای معجون‌سازی آشنای تان کنم، «رابرت الکس جانسون»!

از نظر من رابرت الکس جانسون یک جادوگر بود. کهن‌الگویی که از کودکی به‌طور ناخودآگاه موردعلاقه‌ام بود و اولین بار که عکس‌های رابرت را دیدم، ناگهان دوباره برایم تداعی شد. بعدها با خواندن کتاب‌ها و دیدن فیلم‌های مصاحبه‌اش، بیشتر و بیشتر مطمئن شدم که او نمونه واقعیت‌یافته همان جادوگر خردمند، تیزبین و درون‌گرایی است که در دل جنگل‌های مرموز و اسرارآمیز با دیگ‌کیمیگری و جادوی بلندپروازشان، آسمان‌های حقایق را درمی‌نوردند.

جادوگرها در فیلم‌ها و داستان‌ها، اغلب، موجوداتی شگفت‌انگیز با توانایی‌های خارق‌العاده و تحسین‌برانگیزند که البته اگر از آن دسته که از نیروهای درون‌شان برای دستیابی به وجوه منفی و تاریک دانش، بهره می‌جویند، فاکتور بگیریم، در واقع با نوعی خرد عمیق و برتر حکیمانه روبرو خواهیم شد. تجربه من در لحظه‌ای که نخستین کلمات رابرت الکس جانسون در مصاحبه‌هایش در نگاهم نشست، این بود: «چشم‌هایم درخشید!»؛ بله! دوباره با یک جادوگر روبرو شده بودم و این بار، جادوگری کاملاً واقعی، با چشم‌های آبی نافذ هشیار و لیخندی به غایت طنزآلود که به فرموده مولانا «بر بد و نیک جهان همچو شر می‌خندید».

رابرت به گفته خودش، با اسطوره درمان‌گر زخمی و زاهد خلوت‌نشین، همدات‌پنداری داشته و این دو کهن‌الگو را زیسته است. او خود را فردی می‌دانست که همواره بین یک پسر بچه بازیگوش و یک پیر فرزانه در نوسان است و برایش زندگی بدون یکی از این دو ممکن نبود. او در یازده سالگی و طی یک حادثه دردناک که منجر به آسیب شدید پایش شد، به جهان زیرین یا دنیای درونی راه یافت و پس از آن، حس بیگانگی و غربت با جهان بیرون و نزدیکی و پیوند با جهان درون (که «جهان طلایی» می‌نامدش) در وی شروع به شکل گرفتن کرد. جناب شمس تبریزی نیز کلامی مشابه دارد که می‌فرماید: «من آنم که با دنیا نسامم و دنیا با من». و گویی این مساله لاینحل تمام خردمندان خردساز، با جهانی است که ظرفی بسیار کوچکتر از عظمت ظرفیت انسان دارد.

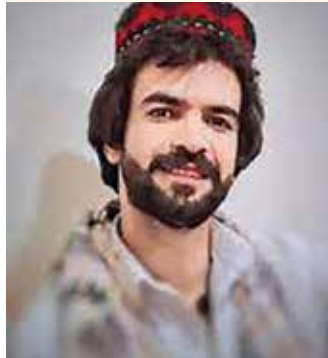
خب! اول کلام از یک معجون شفا بخش صحبت کردیم و حالا تصور کنید که این معجون، در ۴ درس رابرت الکس جانسون برای رهایی از اضطراب‌ها و تنش‌های زندگی خلاصه شده باشد! هیجان‌انگیز نیست؟

بله! رابرت الکس جانسون یکی از آن راهنمایان خردمندی بود که راه‌های شگرف و معجون‌های شگفت‌انگیزی برای رها شدن ما از سردرگمی ساخته است. او در سال ۱۹۲۱ در آمریکا متولد شد. آن روزها زندگی به اندازه الان پیچیده و آمیخته با تکنولوژی نبود. مثلاً این‌که بچه‌های تمام دنیا (و حتی بزرگ‌ترها) سرگرمی‌شان را در زندگی واقعی جستجو می‌کردند و رایج‌ترین سرگرمی‌ها هم برخلاف حالا، توپ و دوچرخه و عروسک و اسکیت و این‌جور چیزها بود. رابرت یازده سال بیشتر نداشت که اسکیت بلای جاننش شد و البته شاید هم فرشته سرنواشت سازش! یک روز زیبای تابستانی که غرق اسکیت‌سواری بود، در اثر سانحه‌ای پاهایش به شدت آسیب دید! سرنواشت رابرت در یازده سالگی، همزمان غم‌ناک و شغف‌ناک بود. آن سانحه باعث شد هر دو پایش را از دست بدهد اما در حین بیهوشی ناشی از خونریزی شدید و در عالم رویا به جهان فوق‌العاده‌ای سفر کرد، بهشتی سرشار از نور و سبکالی که بعدها نام آن را «جهان طلایی» نهاد. او درباره این تجربه عجیب در کتاب «راهبری زندگی با شهود درونی» می‌نویسد: «صبح آن روز سرنواشت‌ساز، من صرفاً یک کودک سر به هوا بودم و تا نیمه‌های شب به یک پیرمرد در بدن کودک تبدیل شده بودم». معجزه دردناک به وقوع پیوسته بود!

رابرت الکس جانسون چگونه تبدیل به یک درمان‌گر یونگی شد؟ رابرت شانزده سال داشت که دوباره همان جهان طلایی را با وضوح بیشتری دید و شیفته‌تر شد. می‌پرسید رابطه‌اش با پدر و مادرش چطور بود؟ خب، راستش واقعا تعریفی نداشت. پدرش آدم مستبد و ضعیفی بود و مادرش عواطف و احساساتش را پنهان

در پنجم آبان‌ماه در روستای چگنی برگزار شد، نسرین از «روایهای در خاک خفته»، فرزندش و از روای آزادگی گفت از این که «پرپر شدن» فرزندش موجب افشاندن شدن بذرفکر، آزادگی و شهامت» در بین دیگران شده ابراز شادمانی کرد.

سنوبر، مادر خدانور لجه‌ای، زنی با دردی که درمانی ندارد: از مادر خدانور لجه‌ای یک عکس، یک ویدیو کوتاه عزاداری در سکوت و صدایی هست که در آن می‌گوید خدانور چقدر با او همیشه مهربان بوده و این‌که درد او تا زمانی که کنار پسرش آرام نگیرد، درمانی ندارد. از مادر خدانور حتی نام کاملی نیز منتشر نشده، اما با



همین‌ها توانسته روایت یک دستگاه بزرگ تبلیغات را باطل کند. اگرچه خبرگزاری فارس، وابسته به سپاه پاسداران به نقل از «مهدی شمس‌آبادی»، دادستان عمومی انقلاب اسلامی زاهدان مدعی شده که خدانور سابقه «۱۶ فقره سرقت مسلحانه» داشته و روزی که گلوله خورده هم در حال «سرق» بوده، همان چند جمله مادر خدانور که به زبان بلوچی می‌گوید «دارم می‌سوزم»، کافی است تا جهانی فرزند او و مظلومیتش را بشناسند. همان جایی که می‌گوید: «پسرم یک چیز دیگر بود،

من می‌گویم که هیچکس چنین پسری نداشته، خدا مثلش را نیافریده بود، یا آنجا که از مهر و محبت او به خود می‌گوید و از این‌که درد او درمانی جز مرگ ندارد، ادعای سرکوب‌گران را از معنا تهی کرده و واقعیت زندگی یک مرد ۲۷ ساله بلوچ، یک کارگر گچ‌کار که با دستمزد کارگری خواهرانش را بزرگ و «عروس» کرده است، عنوان می‌کند.

زینب مولایی‌راد، لباس سرخ بر تن و ایستاده بر مزار طفل ۱۰ ساله: گروهی از شیعیان بر این باورند که اگر «زینب» خواهر امام سوم نبود، از واقعه «کربلا» نامی بیشتر باقی نمی‌ماند، باوری که احتمالاً اگر «زینب مولایی‌راد» نبود، درباره به رگبار بستن خودرویی با دو سرنشین خردسال، کیان و بردار سه ساله‌اش هم صادق می‌شد.

در همان چند ساعت نخستی که از قتل کیان پیرفلک، کودک ۱۰ ساله اهل ایذه و زخمی‌شدن پدرش گذشت، مادر کیان سکان را به دست گرفت، چه از تصاویری که از پیکر طفل ۱۰ ساله پیچیده در یخ منتشر شد تا جسم او روبرو نشود و چه از لباس سرخی که به رسم دادخواهی مردم لر بر تن کرده بود، زینب در رو کردن دست سرکوب‌گران پیش‌قدم شد. مادر کیان، در مراسم خاکسپاری فرزندش، فرزند ۱۰ ساله‌اش، ترانه‌ای کودکانه خواند، ترانه‌ای در مزمت سپاهی و پلیدی «علی



خامنه‌ای»، «لات‌های نابه کار» او و «آتش به‌اختیارانش» خواند. وقتی ماموران به او حمله کردند تا میکروفون را از او بگیرند، فریاد زد، «بذار بخونم» و بعد در میان هیاهو، ادامه داد: «ما ملت کیبیریم، ایرانی پس می‌گیریم»، حکومت اما سعی کرد ضاربان کیان را «تروریست» بخواند. برای تکمیل این سناریو، روز ۲۹ آذر ۱۴۰۱، نیروهای حفاظت اطلاعات سپاه، به خانه‌ای در روستای «پرسورخ» در قلعه‌تل، منطقه‌ای تاریخی در ۲۲ کیلومتری شهر ایذه یورش برده و با سلاح جنگی و خودکار، به محل شلیک کردند.

بر اثر حمله به این خانه، دو شهروند به نام‌های «حسن سعیدی» و «محمود احمدی» کشته شده و فردی به نام «عباس کورکور»، مشهور به «مجاهد کورکور»، بازداشت شد. رسانه‌های رسمی در ایران، ویدیو این واقعه را با عنوان «عملیات دستگیری قاتلان کیان پیرفلک» منتشر کرده و مدعی شده‌اند این افراد کسانی هستند که به خودروی خانواده پیرفلک تیراندازی کرده، و در ایذه دست به عملیات تروریستی زده‌اند. اما پیش‌تر، مادر کیان روایت قتل فرزندش را علی‌رغم فشار و تهدیدهای دستگاه‌های امنیتی، بیان کرده بود. او در سخنرانی بر سر مزار طفل ده ساله‌اش گفته بود که ماموران خودروی آنها را به رگبار بسته‌اند. گفته بود «طفلی بچه‌ام گفت بابا این یک‌بار را به پلیس‌ها اعتماد کن و به حرفشان گوش بده که ماشین را به رگبار بستند». فشارها درباره زینب مولایی‌راد البته فقط منحصر به نیروهای امنیتی نماند و خبرگزاری فارس، وابسته به سپاه هم خود شخصاً وارد صحنه شده اسکرین شاتی از صفحات اینستاگرامی دنبال شده توسط او را منتشر کرد که در آن «ایران اینترنشنال»، «فرداد فرحزاد» و «مسیح علی‌نژاد» نیز به چشم می‌خوردند. **دنباله مطلب در صفحه ۵۳**

مادران داغ و دادخواهی

آنها که سیاهپوشند اما ساکت نیستند

رقیه رضایی

در تقویم ایران، ماه گذشته، جمعه ۲۳ دی، روز «مادر» بود. در این روز خیابان‌های اصلی شهرها پر شد از تبلیغات دستگاه پروپاگاندای نظام در ستایش مادران. با این وجود، بیش از چهار ماه است که مادرانی داغ‌دار اما دادخواه خون فرزندان‌شان، خواب را از چشم سرکوب‌گران روده‌اند. مادری برای جنازه فرزندش یخ می‌گیرد، مادر دیگری مقابل دوربین می‌گوید که فرزندش را کشته‌اند و او را وادار به اعترافات اجباری کرده‌اند، آن دیگری از مهربانی پسر رقصنده‌اش حرف می‌زند و دیگری می‌گوید فقط برای دادخواهی زنده‌ام. روز مادر مبارک باد! این گزارش درباره برخی از مادران شجاع و دادخواهی است که یک خیزش را به پیش می‌برند.

مژگان افتخاری، مادر ژینا ایران، مادر مهسای جهان: با گذشت بیش از ۱۲۰ روز از شروع اعتراضات سراسری در ایران، کمتر کسی در دنیا است که نام «ژینا (مهسا) امینی» را نشنیده باشد، زن ۲۲ ساله‌ای که در بازداشت گشت ارشاد کشته شد و روی سنگ مزارش نوشته شده بود: «ژینا جان نام تو رمز می‌شود» و نام او رمز شد.

پافشاری خانواده امینی از همان ابتدا بر کشته شدن فرزندشان و رد سناریوهای حکومتی مبنی بر بیمار بودن ژینا، بدون استقامت مادرش بدون شک ممکن نبود. از همان اولین تصویری که از مژگان افتخاری منتشر شد که داغ بر دل، درون گور فرزند جوانش رفته بود تا دادخواهی برای او به رغم تهدیدها و



فشارهای بسیار، مادرش بر روایت جعلی قتل او خط بطلان کشید. مژگان افتخاری مادر ژینا در دل‌نوشته‌ای که برای چهلم فرزندش در صفحه اینستاگرام خود منتشر کرده، نوشته بود: «وای ژینا! کاش می‌بودی و می‌دیدید جهانی به نامت، نامدار نام ژینا شده بود و ما، بعد از این چند روز، اگر امروز سرپاییم، اگر امروز رمق حرف زدن داریم، از لبریزی دنیایی به همدلی و همراهی با ما بود». او در انتهای نامه‌اش خطاب به تمام آنها که یاد دخترش را زنده نگه داشتند، «هواخواه زندگی» و «دوستداران ژینا» بودند، نیز نوشته بود: «دست تک تک شما عزیزان که معنای انسانیت را جاودانه ساختید، می‌بوسیم و به دلگرمی بودن تان می‌مانیم تا بهاران روشن فردا». مادر ژینا در حالی این نامه را در روز چهلم دخترش منتشر کرد که اعضای خانواده به شدت تحت فشارهای امنیتی بودند تا از دادخواهی دخترشان دست‌بردارند.

نسرین شاکرمی، خط بطلانی بر دروغ‌های دستگاه پروپاگاندای نیکا شاکرمی، دختر ۱۷ ساله‌ای که با چشم‌های سیاهش و لبخندی بر لب «سلطان قلب‌ها» می‌خواند را همه به‌خاطر داریم، دختری کشته شده در روزهای اول اعتراضات. مادرش،



«نسرین شاکرمی» وقتی دستگاه عریض و طویل تبلیغات نظام جمهوری اسلامی در پی سناریوسازی برای قتل او به دست نیروهای امنیتی بود و می‌خواست کشته شدن او را به سقوط از بلندی ربط دهد، دوربین موبایلش را مقابل خود گرفت و گفت: «دخترم را کشتند و مرا برای اعتراف اجباری تهدید می‌کنند!» در همان ویدیو گفت که دندان‌ها، جعبه و صورت دخترش را خرد کرده بودند. سناریو سقوط نیکا از بالای ساختمان نیمه‌کاره را که خبرگزاری‌های حکومتی منتشر کردند رد کرد

و گفت که فرزندش همان شب سی‌ام شهریورماه کشته شده و پیکرش نیز همان شب تحویل سردخانه کهریزک داده شده است. یک ماه بعد، نسرین شاکرمی با غمی که در صدایش موج می‌زد، در چهلم فرزندش که ماموران پیکر او را روبرو و در جایی دور افتاده به خاک سپرده بودند، میکروفون را گرفت و در سخنانی پرشور، یاد فرزند کشته شده خود را گرمی‌داشت. در مراسم چهلم نیکا که با حضور جمعیتی گسترده

منوی ایده‌آل برای قلب سالم در سه وعده روزانه

بر خلاف تصور رایج، تغذیه سالم بسیار آسان است، فقط باید به دو قانون اصلی پایبند باشید: غذا را خودتان بپزید و از غذاهای فرآوری نشده استفاده کنید. به گزارش Focus Online، دکتر استفان والر، فوق تخصص قلب و عروق در برلین، نکات وترفندهای ارزشمندی را برای سلامت قلب به ما یادآوری کرده است، آنهم از طریق وعده‌های غذایی اصلی در طی روز.

صبحانه: بلغور جو دوسر سبوس‌دار و میوه: برای صبحانه بلغور جو دوسر سبوس‌دار همراه با فرنی میوه و البته بدون شکر، چند عدد آجیل، دانه کتان و مقداری شکلات تلخ ۸۰ درصد، گزینه ایده‌آلی است. بلغور جو دوسر حاوی بتاگلوکان است، فیبرهای خاصی که سطح کلسترول و قند خون ما را کاهش می‌دهد. علاوه بر این، با این صبحانه، آنتی‌اکسیدان‌ها، یعنی "جذب‌کننده‌های رادیکال‌های آزاد" را نیز برای بدن تامین می‌کنید، که خطر ابتلا به تصلب شرایین را کاهش می‌دهند. انواع آجیل نیز حاوی فیبر و همچنین چربی‌های سالم و مواد شیمیایی گیاهی هستند که همگی به سلامت قلب کمک می‌کنند.

ناهار: سالاد با میوه و توفو: شما می‌توانید تقریباً همیشه با یک سالاد پیش‌غذای خود را شروع کنید. سالاد فوق‌العاده سیرکننده است و شما می‌توانید با وعده غذایی اصلی



بسیار کوچک‌تر و کم‌حجم‌تری کنار بیاید. البته سالاد را نیز می‌توان به‌عنوان وعده غذایی اصلی انتخاب کرد. انواع کاهو، خیار، گوجه‌فرنگی تازه، یک پیاز کوچک و معمولاً یک تکه میوه مانند گلابی یا سیب، همراه با پروتئین‌های گیاهی سالم مانند انواع لوبیا و همچنین یک تکه فیله قزل‌آلا، مقداری توفو یا دانه کدو تنبل تفت داده‌شده، ایده خوبی برای یک سالاد مفصل به‌عنوان وعده اصلی برای ناهار است.

شام: فلفل قرمز، حبوبات، برنج وحشی و شکلات تلخ: در این وعده غذایی نیز از حبوبات به ویژه لوبیا چشم بلبلی و سیاه و همچنین دیگر پروتئین‌های گیاهی به‌عنوان منبع فیبر و پروتئین می‌توان استفاده کرد. برنج وحشی را فراموش نکنید. گفته می‌شود برنج وحشی برخلاف برنج پوست‌کنده، اثرات مثبت متعددی بر قلب ما دارد. برنج سفید، قند خون را حتی سریع‌تر از محلول شکر خالص افزایش می‌دهد! بنابراین، همیشه از برنج وحشی یا برنج سبوس‌دار استفاده کنید. سطح بالای فیبر موجود در برنج وحشی قادر است به شما در کاهش کلسترول کمک کند. کلسترول یکی از مهم‌ترین تهدیدهای سلامت قلب به‌شمار می‌رود چرا که هر چه بالاتر باشد، احتمال ابتلا به مشکلاتی مانند تصلب شرایین و سکتة مغزی افزایش پیدا می‌کند. علاوه بر این، سیر و فلفل قرمز دارای اثر ضد التهابی هستند و بنابراین از ما در برابر تصلب شرایین محافظت می‌کنند. مصرف یک تکه شکلات تلخ در وعده شام بسیار

توصیه می‌شود. این شکلات حاوی بسیاری از پلی‌فنول‌های محافظ سلامت قلب است. نوشیدن چای سیاه و کاهش خطر مرگ زودرس: بر اساس تجزیه و تحلیل عادات درباره نوشیدن چای در تقریباً نیم میلیون نفر از مردم بریتانیا، محققان گزارش دادند که نوشیدن روزانه چای سیاه حتی با شیر و کمی شکر ممکن است منجر به طول عمر طولانی‌تر شود. به گزارش Medical News Today و طبق گزارش سازمان ملل، چای بعد از آب پرمصرف‌ترین نوشیدنی جهان است. از بین انواع مختلف، نوشیدن چای سیاه بیشتر در بریتانیا و ایالات متحده رایج است. مطالعه جدید محققان موسسه ملی سرطان در آمریکا نشان داده است که نوشیدن دو یا چند فنجان چای سیاه در روز، با یا بدون شیر و شکر، ممکن است مرگ و میر ناشی از همه علل را تا ۱۲ درصد کاهش دهد. به طوری که کسانی که روزانه بیش از دو فنجان چای می‌نوشیدند، خطر مرگ و میر ناشی از بیماری‌های قلبی‌عروقی، بیماری ایسکمیک قلبی و سکتة مغزی کمتری داشتند.

این مطالعه در مجله Annals of Internal Medicine منتشر شده است. چای سرشار از پلی‌فنول‌ها است، آنتی‌اکسیدان‌هایی که در بسیاری از محصولات گیاهی یافت می‌شوند. چای سبز حاوی پلی‌فنول‌های بیشتری نسبت به چای سیاه است. نوع خاصی از پلی‌فنول‌ها به نام کاتچین دارای اثر آنتی‌اکسیدانی در داخل بدن هستند و استرس روی سلول‌ها را کاهش می‌دهند و به کاهش خطر بیماری کمک می‌کنند. تحقیقات نشان می‌دهد که رژیم غذایی سرشار از پلی‌فنل ممکن است از بدن در برابر بسیاری از بیماری‌ها از جمله فشار خون بالا، برخی سرطان‌ها، بیماری‌های قلبی‌عروقی و دیابت نوع ۲ محافظت کند.

چای سیاه حاوی پلی‌فنول‌هایی به نام تافلاوین و تیاریوینگین است. مطالعات نشان داده‌اند که تافلاوین‌ها آنتی‌اکسیدان‌های قوی هستند و همچنین ممکن است دارای خواص ضد التهابی، ضد سرطانی و ضد میکروبی باشند و به کنترل چربی خون کمک کنند. البته بنا به هشدار محققان، چای حاوی کافئین است که در صورت مصرف بالا می‌تواند اثرات نامطلوبی داشته باشد.

همچنین، نشان داده شده است که مقادیر کمی کافئین، عملکرد شناختی و هوشیاری را افزایش می‌دهد و به کاهش وزن نیز کمک می‌کند. مقادیر بیشتر، بیش از ۴۰۰ میلی‌گرم در روز، می‌تواند باعث مشکلاتی مانند لرزش، اختلال در خواب، سوزش سر دل و حتی فشار خون بالا در برخی افراد شود.

با این حال، به‌طور متوسط، سه فنجان چای حاوی حدود ۱۸۰ میلی‌گرم کافئین است، بنابراین برای افرادی که به کافئین حساس نیستند، نباید مشکلی ایجاد کند.

خوردن بادام زمینی، خوشمزه‌ترین راه برای کاهش وزن: یک مشت بادام زمینی ممکن است یک میان‌وعده مورد علاقه برای خیلی از ما باشد، اما طبق تحقیقات جدید دانشگاه استرالیای جنوبی، این روش همچنین راهی برای کاهش وزن ناخواسته و حفظ سلامت قلب و عروق است.

به گزارش مدیکال اکسپرس، این مطالعه که با همکاری دانشگاه فناوری تگزاس انجام شد، نشان داد که خوردن ۳۵ گرم بادام زمینی برشته شده با نمک کم، ۳۰ دقیقه قبل از دو وعده غذایی اصلی در هر روز می‌تواند به کاهش وزن، کاهش فشار خون و بهبود سطح گلوکز ناشتا کمک کند. این مطالعه در نشریه Nutrients منتشر شده است. محققان از ارزیابی دو گروه از بزرگسالان استرالیایی در معرض خطر متوسط یا زیاد دیابت نوع ۲، تأثیر مصرف بادام‌زمینی را در کنار رژیم‌های کاهش وزن آزمایش کردند. کسانی که بادام‌زمینی مصرف کردند، بهبود بیشتری در فشار خون خود داشتند، به طوری که این گروه فشار خون پایین‌تری (به میزان ۵ میلی‌متر جیوه) را ثبت کردند که با کاهش ۱۰ درصدی خطر بیماری‌های قلبی‌عروقی همراه است.

گروه همایش دوستان

هر چهارشنبه از ساعت ۷ عصر الی ۹:۳۰

در ZOOM با برنامه های متنوع

اطلاعات برای وارد شدن به ZOOM

Code: 448 947 9662 Password: 426754

(408) 221-8624

ماهنامه پژواک

نشریه برگزیده
ایرانیان شمال کالیفرنیا

(408) 221-8624



پنجره بیرون را نگاه کردم. حتماً زیر چرخ‌های یک ماشین رفته بود که آن‌طور کف خیابان، آش‌ولاش شده بود. از همان روز، هم معلم را عوض کرد، هم تمام خانه را برد زیر نظارت دوربین‌های مدار بسته‌اش.

بی‌آنکه میلی داشته باشم، زندگی اجاره‌ایم ادامه پیدا کرد. هنگام انتخاب رشته دبیرستان بود که برای اولین بار جرأت کردم با او مخالفت کنم. دلش می‌خواست ریاضی فیزیک بخوانم. من دلم هنرستان می‌خواست. دوست داشتم بروم دنبال یاد گرفتن موسیقی. حتی در خیال خودم، اولین سازی که می‌خواستم سراغش بروم را هم انتخاب کرده بودم. روی برگه نوشته «می‌خوام برم هنرستان، می‌خوام موسیقی یاد بگیرم.» و گرفتم سمتش. برگه را که دید، سرش را انداخت پایین و چند ثانیه سکوت کرد. بعد ناگهان سرش را بلند کرد و برای اولین بار، چنان کشیده‌ای زد که نیم دور چرخیدم و نقش زمین شدم. بی‌صدا به گریه افتادم. مراد هم شروع کرد و پشت سر هم، دری‌وری بارم کرد و بعد، از خانه زد بیرون. یک ساعت بعد، برگشت خانه و معذرت‌خواهی کرد. معذرت‌خواهی مراد، آخرین چیزی بود که آن موقع انتظار داشتم در این دنیا ببینم. گفت: «حاضر شو شام بریم بیرون، تا به خیال خودش، از دلم در بیاورد! تا برسیم رستوران، کمی مهربان‌تر از حد معمول شده بود، اما غذا هنوز تمام نشده، شد همان مراد همیشه‌گی. داشتم با دقت و وسواس، جوجه را زد. شروع کرد به تهدید که: «سهراب! یا همون کاری رو که گفتم می‌کنی، یا پرت می‌کنم تو اتاق و برای همیشه درش رو قفل می‌کنم تا همون جا بیوسی! خوب می‌دونی که تهدیدم تو خالی نیست!»

بعد از کنکور، رتبه‌ام بدک نشد. بین مهندسی‌ها، مهندسی شیمی را بیشتر دوست داشتم. در تهران، شیمی قبول نمی‌شدم. دوست داشتم بروم شهرستان ولی باز مرغش یک پا بیشتر نداشت که: «باید تهران بمونی. توی زبون بسته تو شهرستان می‌خوای چه غلطی بکنی؟! از پس خودت برمی‌آی آخه؟!» شیمی را دوست داشتم. برای همین روی برگه نوشتم: «پس شیمی کاربردی می‌خونم تو تهران.» باز سگرمه‌هایش رفت توی هم: «من می‌خوام مهندس شی.» این را بارها و بارها گفته بود: «دوست دارم سهراب من مهندس شه.» سهراب من! پس من کی قرار بود سهراب خودم باشم؟! مجبورم کرد در انتخاب‌هایم، فقط مهندسی‌های مختلف را در دانشگاه‌های تهران بزنم. یکی از آرزوهایش، مهندس شدن من بود. در ضعیف‌ترین دانشگاه تهران، یک رشته‌ی مهندسی قبول شدم. آن روز، کیفش اساسی کوک بود. شب آن روز که رفته بودیم به منزل عمه‌ام، و طبق معمول هم نظر من را نپرسیده بود که اصلاً دوست داری برویم یا نه، به همه پز قبولی من را می‌داد. نه فقط آن شب، بلکه تا مدت‌ها بین فامیل پز می‌داد؛ ولی در منزل عمه‌ام، بیش از همه‌جا. بعدها فهمیدم که گویا یک بار بحثی بین‌شان بالا گرفته بود و شوهر عمه‌ام، گفته بوده که: «عمر سهراب بتونه مثل پسر من، مهندسی قبول شه! هر چقدر زور زدم، نتوانستم کوچک‌ترین ارتباطی با رشته برقرار کنم. درس خواندن، آن هم در رشته‌ای که هیچ علاقه‌ای به آن نداشتم، به اندازه کافی زجر آور بود، این وسط وضعیت تکلم هم قوز بالا قوز شده بود. به‌سختی یاد می‌گرفتم و سعی می‌کردم سوآلی نپرسم. مثل تکه گوشت بی‌مصرفی شده بودم که گوشه‌ای از کلاس، ساکت می‌نشست و فقط گوش می‌داد. تازه این وضعیت ترم‌های اول و دوم بود. ترم سوم که از راه رسید، می‌نشستم توی کلاس و رمان می‌خواندم تا وقت کلاس بگذرد و تمام شود. وضعیت نمره‌هایم اصلاً تعریفی نداشت.

با اینکه دانشگاه برایم نجسب و عذاب‌آور بود، اما یک اتفاق تصادفی در آن، لذت‌بخش‌ترین روزهای عمرم را رقم زد. یک روز تراکتی را کف سلف دانشگاه دیدم. آن قدر رویش قدم گذاشته بودند که به‌سختی توانستم از لابه‌لای رد کفش هم‌دانشگاهی‌هایم، متوجه شوم که تبلیغ یک آموزشگاه موسیقی است که از قضا کنار دانشگاه قرار دارد. مراد دیگر در دانشگاه دوربین مدار بسته نداشت. برای همین کلاس‌های آن روز که تمام شد، با ذوق و شوق تمام، به آموزشگاه رفتم. در آنجا که باز کردم، صدای یک کمانچه مستم کرد. محو صدایش شده بودم که ناگهان، منشی آموزشگاه پرسید که «جناب، چطوری می‌تونم کمک‌تون بکنم؟» برگشتم و روی برگه نوشتم که «سه‌تار هم آموزش می‌دید؟» تا بخواهد از این کار من تعجب کند، سریع برگه بعدی را نوشتم: «من نمی‌تونم حرف بزنم، برای همین رو برگه می‌نویسم.» بدون ذره‌ای تردید ثبت‌نام کردم. هفته‌ای سه روز بود، دقیقاً در زمان‌های خالی بین کلاس‌هایم. استادم پذیرفته بود که علی‌الحساب، تا یک ماه با سه‌تاری که مال خود آموزشگاه بود، تمرین کنم. گرچه قول گرفت که بعد از این مدت، باید سه‌تار خودم را تهیه کنم. چطور می‌توانستم بگویم که مراد، صد سال سیاه سه‌تار نخواهد خرید که هیچ، اگر از این قضیه بویی ببرد، دمار از روزگارم در خواهد آورد!

ولی من راه خودم را پیدا کردم. از همان موقع، همیشه یک دفترچه کوچک سیمی و یک خودکار را با خودم حمل می‌کنم. اگر حرفی داشته باشم، روی دفترچه می‌نویسم، کاغذش را می‌کنم و می‌دهم به مخاطب حرفم. زمان‌بر است، خصوصاً آن اوایل که سرعت نوشتنم کند بود، ولی این روش را دوست داشتم و هنوز هم دارم. این شاید تنها چیزی است که توانسته‌ام در این سال‌ها، از سد کنترل‌گری‌های مراد به در ببرم و انتخاب خودم را به کرسی بنشانم. بقیه چیزها همیشه مطابق نظر مراد بوده است. لباس‌هایم، سفر رفتن‌مان، غذایی که می‌خوریم، مهمانی رفتن یا نرفتن‌مان، همه چیز بر مدار خواست او گشته است. هیچ‌وقت، حتی برای ظاهر سازی هم که شده، نظرم را نمی‌پرسد. به‌مرور فهمیدم که مادرم در آن سال‌ها، چه‌ها که از دست مراد نکشیده بود. آن شب، هیچ‌گاه نفهمیدم چگونه، ولی به هر روشی، بو برده بود و قبل از رفتن من و مادر، خودش را رسانده بود به خانه. وقتی رسید، اول به دنبال بلیت‌ها، خانه را زیر و رو کرد. بعد گاز را روشن کرد و با شعله‌اش، بلیت‌ها را میان التماس‌های مادرم سوزاند. بعد هم او را گرفت زیر بار کتک. وسط مشت و لگدهایی که فرود می‌آورد، ناگهان برگشت سمت من: «گمشو تو اتاق!» حتی صبر نکرد تا من بروم و دوباره شروع کرد به کتک‌زدن. دست‌ها و پاهایم یخ کردند. رفتم توی اتاق و در را پشت سرم بستم. هنوز صدای فریادهای مراد و جیغ‌های مادر را به‌وضوح می‌شنیدم. کمی که گذشت، سروصداها خوابید. همه‌جا غرق در سکوت شد. جرأت نکردم از اتاقم بیرون بیایم. دراز کشیدم روی تخت و پتو را کشیدم روی سرم. بدمن همچنان سرد سرد بود. زیر پتو، اشک می‌ریختم و تقلا می‌کردم تا خودم را گرم کنم. بعضی اوقات از خودم می‌پرسم که وقتی یادآوری آن شب، این قدر عذاب‌آور است، چگونه آن شب برایم به صبح رسید؟

کمی که گذشت، از اینکه دیگر سروصدایی به گوش نمی‌رسید، کمی خوشحال شدم، از اینکه حداقل دعوا تمام شده بود. چند لحظه بعد، صدای پایب آمد، بعد هم صدای بسته شدن در اتاق. خیال کردم مادر است که رفته توی اتاقش. کم‌کم چشمانم خیس و خسته‌ام را بستم و خوابم برد. چشمانم تازه داشتند گرم خواب می‌شدند که با صدای شکسته شدن چیزی، از جا پریدم. در کسری از ثانیه، پوستم یخ زد. با قدم‌هایی کج و نامتعادل، دویدم بیرون. اولش با اینکه می‌دیدم، ولی نمی‌فهمیدم. کمی که گذشت، آرام آرام متوجه شدم که چه خاکی به سرم شده بود. مراد افتاده بود روی پای مادر و داشت‌های‌های گریه می‌کرد. بی‌اختیار روی زمین افتادم. شروع کردم به جیغ کشیدن. مراد تازه متوجه من شد. سمت آمد و بغلم کرد. دستانش خیس و گرم بودند. با گریه به من گفت که «مامانت اومده آب بخوره. پاش لیز خورده و سرش خورده به گوشه‌اش. برو تو اتاق بابا، برو» کف آشپزخانه پر از خون بود و در دست مادرم، لیوانی شکسته قرار داشت. از گوشه‌اش این آشپزخانه، قطره قطره خون بود که پایین می‌ریخت. هق‌هق من، آن شب تا صبح بند نیامد و از فردایش، دیگر نتوانستم لام تا کام، حرفی بزنم.

می‌ترسیدم. به‌شدت از مراد می‌ترسیدم و تا همین اواخر، همین آش و همین کاسه بود. برای همین، همیشه فرمان‌های با ربط و بی‌ربطش را اطاعت کرده‌ام. دیگر مدرسه نرفتم، یعنی مراد اجازه نداد. معلم خصوصی برایم گرفت و از آن به بعد، در خانه درس می‌خواندم. از اینکه نمی‌توانستم حرف بزنم، ناراحت بودم، ولی از اینکه لاقل گوش‌هایم کار می‌کرد، خوشحال بودم. موسیقی برایم شگفت‌انگیز و دوست‌داشتنی بود، همچون آینه‌ای جادویی که می‌توانستم احساس‌های گوناگونم را در آن ببینم و در تنهایی‌های پرتکرارم، با خودم همراه شوم. کمی که گذشت، معلم متوجه این علاقه شد. روز تولدم که رسید، یک ام‌پی‌تری پلیمر برایم هدیه گرفت. آلبوم بی‌کلامی از تکنوازی سه‌تار رویش بود. عاشقش شده بودم. حزن خاصی در صدای سه‌تار بود که با احوال آن روزهای من، کاملاً تناسب داشت. یک هفته تمام، هر زمان تنهایی تصمیم می‌شد، در اتاقم را می‌بستم، گوش‌های هدفون ام‌پی‌تری پلیمر را می‌چاندنم توی گوشم و غرق می‌شدم در صدای سه‌تار. ۷ قطعه بیشتر روی حافظه‌اش نبود، هر کدام را هم اقلابست سی بار گوش کرده بودم، ولی برایم جالب بود که نه تنها خسته نمی‌شدم، بلکه لحظه‌شماری می‌کردم تا دوباره تنها بشوم و باز همین هفت قطعه را گوش کنم. حیف که این سرخوشی یک هفته بیشتر دوام نیاورد. طبق معمول، روی تخت دراز کشیده بودم و داشتم به ضرب‌های تند سه‌تار گوش می‌دادم که احساس کردم چیزی نزدیکم شده. چشم‌هایم را که باز کردم، دیدم مراد بالای سرم ایستاده. دستش از شدت عصبانیت می‌لرزید. حس کردم می‌خواهد کشیده‌ای بزند، ولی نزد. در عوض ام‌پی‌تری پلیمر را گرفت و پرت کرد توی کوچه. تا از اتاقم خارج بشود، پشت سر هم لیچار بارم کرد. از اتاق که بیرون رفت، از

ادامه مطلب چرا عدم رضایت... از صفحه ۳۹

ادامه مطلب زندگی اجاره ای،... از صفحه ۴۸

این عمل توسط بسیاری به عنوان نوعی تجاوز جنسی در نظر گرفته می‌شود. به این دلیل که فرد به رابطه جنسی با کاندوم رضایت داده است و برداشتن کاندوم به این معنی است که فرد توانایی محافظت از خود در برابر بارداری ناخواسته یا بیماری‌های مقاربتی را از دست داده است.

بنابراین، چیزی برخلاف میل برایش اتفاق می‌افتد. این عمل می‌تواند از سوی هر فردی اعمال شود، از سوی همسر، شریک عاطفی و جنسی در یک رابطه طولانی مدت، یا شخصی که فرد رضایت به رابطه جنسی محافظت شده با او داده است. بنابراین ممکن است فرد با اتهامات کیفری روبرو شود، زیرا شرایط رضایت در رابطه جنسی را تغییر داده است.

پنهان کاری در بسیاری از کشورها از جمله بریتانیا، آلمان، سوئیس، نیوزیلند و کانادا غیرقانونی است. ایالت کالیفرنیا در آمریکا نیز اخیراً قانونی را تصویب کرد که پنهان کاری در رابطه جنسی را جرم می‌داند. با این حال، در کشورهای دیگر، قانون کمی مبهم است. اگرچه بحث‌های مربوط به رضایت و تجاوز جنسی آن را محکوم می‌کند، اما اکثر کشورها قوانینی علیه برداشتن کاندوم بدون توافق ندارند.

مسئله‌ای که بسیار اهمیت دارد، صحبت کردن و پرداختن به این موضوع است، موقعیتی که بسیاری از افراد بدون آگاهی مورد خشونت جنسی قرار می‌گیرند. این واقعیت که پنهان کاری در حال افزایش است به این معنی است که ما باید آشکارتر در مورد رابطه جنسی و رضایت صحبت کنیم.

آموزش‌های لازم را به جامعه داده و قوانین بازدارنده‌ای را علیه ارتکاب این جرم وضع کنیم و شرایطی را فراهم کنیم تا افرادی که متأسفانه آن را تجربه کرده‌اند، بدون ترس و شرم، آنچه را که از سر گذرانده‌اند به اشتراک بگذارند و به دیگران در آگاهی‌رسانی کمک کنند.

گریه کردن. دقیقاً شبیه همان روز که روی پای مادر افتاده بود و داشت پاهایش را بوسه‌باران می‌کرد. اتفاق آن شب هم، کار خود بی‌همه چیزش بود.

الان که در حال سیاه کردن این سطرها هستم، تنها یک حسرت دارم، اینکه ای کاش زودتر طغیان کرده بودم. کاش زودتر ماجرای آن شب را فهمیده بودم. کاش این همه سال زیر دستش سختی نکشیده بودم، ولی گفته‌اند ماهی را هر زمان از آب بگیري، تازه است. آن شب زخم‌هایم را شست و شو داد و وخیم‌ترهایم را پانسمان کرد. بعد رفت و من تلاش کردم بخوابم، تلاشی که دو ساعت زمان برد. فردا صبح که از شدت سوزش یکی از زخم‌ها، از خواب پریدم، فهمیدم در اتاقم قفل شده است. برگه‌ای دم در بود، نامه‌ای دوخطی: «امروز عصر به دکتر میارم زخمت رو بررسی کنه. فعلاً تو اتاق می‌مونی تا هم تکلیفت رو روشن کنم، هم وضعیتت بهتر بشه. دست از پا خطا کنی من می‌دونم و تو سهراب! می‌دونی که تهدیدم توخالی نیست!»

از آن موقع تا همین حالا، توی اتاق زندانی شده‌ام. فقط روزی دو بار برایم آب و غذا می‌گذارد دم در. روزی یک‌بار هم اجازه دارم بروم دستشویی. اگر تا الان صبر کرده‌ام، فقط به خاطر این بوده است که کمی وضعیت بدنم بهتر شود تا بتوانم بهتر با او درگیر شوم. امروز که این نامه را از لابه‌لای پنجره اتاقم بیندازم توی کوچه، از طریق دوربین‌ها خواهد فهمید و حتماً به سراغم خواهد آمد. با او درگیر می‌شوم. یا می‌کشمش یا آن قدر ادامه می‌دهم تا من را راحت کند. هزار جور نقشه کشیده‌ام، از شکستن شیشه اتاق و فرو کردن یکی از تکه‌های شیشه در بدنش تا درست کردن یک‌جور تله با کمد اتاق و... نتیجه برایم مهم نیست. چه شر مراد را کم کنم، چه من را خلاص کند، در هر صورت از این زندگی اجاره‌ای خلاص می‌شوم. تاریخ انقضای این زندگی، مدت‌هاست که گذشته است!

نمی‌دانم چه کسی این نامه را خواهد خواند. شاید خود مراد، زودتر از بقیه آن را از روی زمین بردارد، اما اگر مراد نیستی و داری این نامه را می‌خوانی، می‌خواهم کل شهر ماجرای سهراب و مادرش را بدانند. از تو خواهش می‌کنم پلیس را با خبر کن تا یا جنازه من یا نعش مراد را در این خانه پیدا کنند. مهم‌ترین دارایی مراد در این دنیا، آبروست. حتماً بعد از مرگ مادر، آن قدر صحنه‌سازی کرده که هیچکس ذره‌ای شک نکند که کار، کار خودش بوده. من که تنها شاهد ماجرا بودم با شک پذیرفته بودم، باقی که دیگر جای خود. آن قدر هم نفوذ داشته و دارد که به راحتی آب خوردن، قضیه را فیصله داده باشد، ولی نمی‌گذارم مرگ من یا خودش هم به راحتی فیصله پیدا کند. این بار می‌خواهم بزنم به آبرویش! خواهش می‌کنم، هر که هستی، فقط همه را باخبر کن!

خودم هم آهی در بساط نداشتم که بتوانم سه‌تاری دست‌وپا کنم، ولی تصمیم گرفتم لاقال خودم را از لذت آن یک ماه محروم نکنم. تازه انگشت اشاره‌ام به مضراب‌زنی عادت کرده بود. نمی‌خواستم به بعدش فکر کنم. می‌خواستم حداقل از آن یک ماه، حظ ببرم. یک ماهی که دو هفته بیشتر دوام نیاورد.

نفهمیدم چطور فهمید. غروب که به خانه رسیدم، برگه «سلام» را مقابلش گرفتم. همیشه تعدادی برگه روتین با خودم حمل می‌کردم که یک سری کلمات پرکاربرد را روی‌شان نوشته و داده بودم پرس‌شان کنند، مثل «سلام»، «خداحافظ»، «منون» و این‌طور چیزها که هر دفعه به‌جای نوشتن، برگه را نشان بدهم. برگه «سلام» را از من گرفت و به گوشه‌ای پرتش کرد. «کی بهت اجازه داده بری آموزشگاه موسیقی؟!»

را گفت و صبر نکرد تا چیزی در جوابش بنویسم. اولی را زد توی گوشم و داد زد: «عوض چسبیدن به درس و مشق، میری دنبال یللی تلی؟!» بعدی را محکم‌تر زد. مدام جلوتر می‌آمد و مدام عقب‌تر می‌رفتم. «وقتی دنبال همه چیز هستی جز درس، بایدم وضعیت نمره‌ها را به هم‌چین گهی باشه! سومی را چنان خواباند توی گوشم که داد و فریادهای بعدی‌اش را نشنیدم. گوش‌هایم داشتند سوت می‌کشیدند. داد و بیدادش که تمام شد، رفت سمت اتاقش و در را با شدت هرچه تمام‌تر بست. چند دقیقه بعد، آمد بالای سرم. از چهره‌اش مشخص بود وضعیت من، متعجبش کرده.

سیلی دوم، گوشه لبم را پاره کرده بود و سیلی آخرش، بادمجانی پای چشمم کاشته بود. منقلب شد، چیزی که اصلاً به مراد نمی‌آمد. بغلم کرد و من، حالم از این محبت بی‌جا داشت بهم می‌خورد. معذرت‌خواهی کرد. من را که از خودش جدا کرد، دیدم در چشم‌هایم اشک جمع شده. همین حالم را بیشتر بهم زد.

آن شب، آغازی بود بر دعوا و مرافعه‌های پیاپی من و مراد. اندک‌اندک ترس من از مراد، جای خودش را به نفرت و خشم داد. از مراد می‌ترسیدم که بخواهد دست بلند کند. با اینکه میان‌سال‌ی را رد کرده بود، دستش سنگین و زوروش زیاد بود. وقتی هر روز به یک بهانه‌ای بساط دعوا به راه بود و فاصله میان دست بلند کردن‌هایم مدام کمتر می‌شد، دیگر از چه چیز باید می‌ترسیدم؟ مراد که داشت می‌زد. دیگر ترسی باقی نمی‌ماند. این شد که ترس، اندک‌اندک جای خودش را به خشم داد.

این وسط اما چیزی مثل خوره به جانم افتاده بود، مقایسه اوضاع خودم با مادر، خصوصاً در آن شبی که من را به خاطر کلاس سه‌تار کتک زد و بعد، اشک در چشمانش جمع شد. یاد آن شب کذایی افتادم. همیشه به روایتش از آن شب، شک داشتم. برای تبدیل شک به یقین، یک راه بیشتر نداشتم. تصمیم را گرفتم و چه خوب که این تصمیم، زمانی قطعی شد که دیگر ترسی از مراد نداشتم. کارهای

اداری‌اش پنج روزی طول کشید. وقتی تمام شد، با خوشحالی برگه «انصراف از تحصیل» را گرفتم و به خانه برگشتم. برگه را گذاشتم روی میز وسط حال و بعد رفتم توی اتاقم. اندکی ترس که قطعاً داشتم، ولی حسی که در من غالب بود، هیجان بود. از اینکه قرار بود حسابی کف‌ری بشود، خوشحال هم بودم. دراز کشیدم تا برسد.

طوری عصبانی شد که مدت‌ها بود این‌طور ندیده بودمش. شروع کرد به داد و فریاد. صدای فریادش لحظه به لحظه نزدیک‌تر می‌شد. در را با لگد باز کرد. چشمانش داشت از حدقه بیرون می‌زد. صورتش سرخ سرخ بود. کمر بندش را در آورد. حسابی با قسمت چرمی کمر بندش زد. از دیوار صدا درآمد و از من نه!

از اینکه حتی یک جیف کوچک هم نکشیده بودم، کف‌ری‌تر شد. کمر بند را توی دستش چرخاند و این دفعه، قسمت سنگ‌دار کمر بند را سمت من گرفت. با اولین ضربه‌اش دادم رفت هوا. سگکش فلزی بود و سنگین. معطل نکرد. پشت‌سره‌م کمر بند را پایین می‌آورد و داد و فریادهای من از شدت درد، بالا و بالاتر می‌رفت.

از زدن که سیراب شد، خوب براندازم کرد. جای‌جای بدنم کیود شده بود. یکی از ضربه‌هایم به صورتم خورده بود. کافی بود کمی پایین‌تر بخورد تا چشمم تخلیه شود. گرفته بود به گوشه ابروی چپم و آنجا را شکافته بود. داشتم از درد به خود می‌پیچیدم. وجب به وجب درد می‌کرد. حس می‌کردم از شدت درد، تمام اجزای صورتم کج و معوج شده بودند. دست‌هایم بیش از همه‌جا کوفته شده بودند، چرا که از این بخت‌برگشته‌ها مدام برای دفاع از بدنم استفاده می‌کردم. چشم چپم باد کرده بود و نمی‌توانستم بازش کنم، ولی با چشم راست، تمام حواسم جلب مراد بود.

آن همه درد و سختی را به خاطر همان لحظه تحمل کرده بودم. زانوهایم سست شد و افتاد روی زمین. همین‌طور که به من زل زده بود، زد زیر گریه. باورش برایم سخت بود که آن مراد وحشی چند لحظه پیش، تبدیل شده بود به این مراد. و آخر ماجرا، آخر ماجرا کاری کرد که نباید. افتاد روی پاهایم. شروع کرد به بوسیدن و

ادامه مطلب چهار درس رابرت... از صفحه ۴۵

ازدواج پناه می‌برند و کار را از قبل هم پیچیده‌تر می‌کنند. نتیجه‌اش هم چه می‌شود؟ درماندگی و احساس شکست! چرا؟ چون فکر کرده‌ایم که ازدواج یعنی رومان‌تیک بودن و خوشحال بودن دائمی! اما این چیزی است که فقط در ارتباط با معنویت ممکن است و نه در ارتباط با یک انسان خیلی معمولی مثل خودمان.

رابرت الکس جانسون می‌گوید: «در عشق یک دیوانگی الهی وجود دارد. آن قدر حجم معنویت در عشق بالاست که ایگو نمی‌تواند آن را تحمل کند و نیاز به یک طرف دارد اما ازدواج ظرف مناسبی برای عشق نیست.» حالا این سوال پیش می‌آید که پس ظرف مناسب عشق چیست؟ ظرف مناسب عشق، معنویت مذهب است که باعث آرامش و رهایی ما از دوگانگی عشق و ازدواج می‌شود. در مجموع، یادتان باشد که کشش عشق را نباید با میل به ازدواج قاطی کنیم.

چهارمین درس رهایی بخش رابرت الکس جانسون: تخیل فعال: دکتر جانسون شباهت عجیبی به یونگ داشت. او هم مثل یونگ درون‌گرا و کنجکاو بود و سرشار از انرژی برای کشف رازهای درون انسان‌ها! رابرت، تخیل فعال را حلال خیلی از مشکلات می‌دانست. تخیل فعال یعنی وارد دنیای خیال بشوید و همزمان بتوانید در آن دنیای خیالی با تمام عناصر خیالتان شروع به گفتگو کنید. جالب نیست؟

این کار باعث می‌شود خودتان هم در خیالاتان نقش فعال داشته باشید و صرفاً یک تماشاچی منفعل باقی نمانید. بروید آن وسط و حرف‌هایتان را بزنید، از هر چیزی که ناراحت‌تان کرده، صحبت کنید و حتی سر موجودات خیالی‌تان فریاد بزنید و از آنها هم بخواهید که حرف‌هایشان را با شما بزنند. اگر یک‌بار این کار را انجام دهید و نتیجه‌اش را ببینید، آن وقت دیگر لازم نیست سر هر حرف و حدیث و فکر و تصویری مدام حرص بخورید و از خواب بی‌خواب شوید. خیلی ساده وارد تخیل‌تان می‌شوید و مساله را حل و فصلش می‌کنید. جواب‌تان را می‌گیرید و می‌آید بیرون. البته اوایل مسیر، احتمالاً حضور یک روان‌تحلیل‌گر هم لازم است. این کار هم مثل سه درس قبلی باعث رهایی از اضطراب‌ها و تنش‌ها می‌شود.

گفتگو با شخصیت‌های رویاها: رابرت الکس جانسون در کتاب «تخیل فعال» می‌نویسد: یکی از ابتدایی‌ترین کاربردهایی که یونگ برای تخیل فعال پیدا کرده بود، استفاده از آن به‌عنوان ادامه‌دهنده رویا بود، «خب این یعنی چه؟ یعنی اگر مدام خواب‌های آشفته تکراری می‌بینید یا با موضوعاتی مثل دزدی، فرار، قتل، سیل و زلزله و این جور موارد در خواب‌هایتان روبرو هستید، با کمک تخیل فعال به طرز فوق‌العاده‌ای می‌توانید تمام این مسائل را رفع و رجوع کنید. او اشاره می‌کند: «تخیل فعال، واقعی‌تر از واقعیت است. واقعی نه فقط به آن معنا که دارای جنبه عملی و ملموسی است بلکه به این معنا که می‌تواند ما را به دنیای نیروهای فرافردی و ماورایی متصل کند.» بنابراین، از این بابت هم خیال‌تان راحت باشد که تخیل فعال یک بازی مسخره و کودکانه نیست و اتفاقاً کاملاً بالغانه و جدی، آمده تا به شما برای حل مسائل درونی‌تان کمک کند. پس در چهارمین درس رابرت الکس جانسون برای رهایی از اضطراب می‌فهمیم که تخیل فعال، به ما امکان مشارکت آگاهانه در سرنوشت خودمان را می‌دهد.

جان کلام: رابرت الکس جانسون، روانکاو شهر پیرو مکتب یونگ، یازده سال بیشتر نداشت که طی سانحه‌ای هردو پایش را از دست داد. این اتفاق غم‌انگیز که برای هرکسی می‌تواند غیرقابل تحمل و طاقت‌فرسا باشد، اتفاقاً برای رابرت کوچولو به‌شدت حیاتی و سرنوشت‌ساز شد. چون در زمان بیهوشی، قدم به جهان طلایی گذاشت که جهانی رویایی و سرشار از نور و زیبایی و سبکبالی بود. بعدها رابرت درگیر زندگی اجتماعی شد و شغل‌های زیادی عوض کرد. مدتی هم به ملاقات کریشنامورتی در هند رفته بود و بعد از آن با روانکاو یونگی شروع به معاشرت نمود تا این‌که خودش هم تصمیم گرفت مسیر روانشناسی یونگ را دنبال کند و تبدیل شد به یک روان‌تحلیل‌گر یونگی به تمام معنا خردمند و آگاه که کتاب‌هایش به‌سرعت از استقبال جهانی برخوردار شدند. اما رابرت در این نوشتار برای ما چه هدایایی داشت؟ ۴ درس رابرت الکس جانسون برای رهایی از اضطراب‌ها و تنش‌های زندگی، این موارد هستند:

اول این‌که هرچه هستید و هرکه هستید، تمام هم و غم‌تان را به کار بگیرید و بطور منظم با خودتان خلوت کنید و تنها بمانید، تا ببینید که اولاً تنها ماندن ترس ندارد و دوماً فقط در تنهایی با عظمت خودتان می‌توانید مواجه شوید و زبان کهن‌الگویی خودتان را پیدا نموده و خردمند شوید.

دوم این‌که از دیدن سایه‌ها یا همان بخش‌های ناخوش‌خیمی‌تان نترسید و انکارشان نکنید تا از طلسم آنها رهایی پیدا کنید و حاکم سرزمین خودتان شوید. سوم این‌که اگر عاشق شدید، هیچ‌وقت طرف مقابل را خدا نبینید و بار او را هم سنگین‌تر نکنید. اگر عشق خداگونه می‌خواهید بروید سراغ خود خدا و در معنویت این عشق را پیدا کنید و عشق زمینی را بگذارید همان‌طور معمولی و بدون زرق و برق بماند. یعنی شیفته خوبی‌ها و زیبایی‌های کسی نشوید تا بتوانید احساس رهایی داشته باشید و او را هم به بند نکشید.

چهارم هم این‌که برای رها شدن از کابوس‌ها و خواب‌های تکراری و مسائل آزاردهنده به سراغ تخیل فعال‌تان بروید و از آن کمک بگیرید.

دومین درس رهایی بخش رابرت الکس جانسون: پذیرش ورود به جهان تاریک: یک روز پروفیسور یونگ از رابرت خواست تا تمام تمرکزش را روی دنیای درونی بگذارد و حتی از ازدواج هم در این مسیر چشم ببوشد. یونگ تاکید کرد که رابرت لازم نیست از چیزی بترسد چون دنیای درون از او محافظت خواهد نمود. رابرت هم به تدریج به این باور رسید که حتی اگر هیچ دستاوردی در بیرون نداشته باشد، باز هم دین خود را به دنیا ادا کرده است. پس خیالش از جانب خودش راحت شد و پا در مسیری گذاشت که عارفان به آن سیر عشق می‌گویند.

او در کتاب «مرد» می‌نویسد: «نقی تاریکی، مساوی است با از دست دادن شانس تغییری که با خود می‌آورد.» حالا این جمله‌ها یعنی چه؟ یعنی اگر بخواهید صفات زشت یا ناپسندتان را انکار کنید، شانس شرکت در یک بازی خوب و باشکوه را از دست خواهید داد، آن هم بازی که خودتان قرار است در آن نقش ایفا کنید! پس یکی از اصول بازی زندگی برای آرامش و رهایی، پذیرفتن سایه‌های شخصیتی یا نقاط دیده نشده و تاریک شخصیت‌تان است که سعی دارید پنهان یا انکارشان کنید. شاید پرسید چطور می‌شود آدم بفهمد مثلاً حسود و دیکتاتور و کودن است اما همچنان خوشحال و راضی و آرام بماند؟ خب در پاسخ باید عرض کنیم که راستش وقتی این‌ها را بفهمید و حتی تا وقتی که بخواهید بفهمید، احتمالاً خیلی خواهید شد. معلوم هم نیست چقدر این اذیت شدن طول بکشد و چطور روال خودش را طی کند. حتی ممکن است طرد شوید یا تایید نشوید، اما اگر این مراحل را تاب بیاورید و به مرحله پذیرش آن صفات ناپسند برسید، ناگهان متوجه تغییرات فوق‌العاده‌ای در شخصیت‌تان می‌شوید. مثلاً ممکن است ببینید دیگر از آن تنش‌ها و ترس‌ها و اضطراب‌های قبل خبری نیست، یا متوجه می‌شوید که حالا چقدر بهتر و قوی‌تر و مقتدرانه‌تر تصمیم می‌گیرید، بر دیگران تاثیر می‌گذارید و از قهر و خشم دیگران به‌خاطر تصمیمات‌تان نمی‌هراسید. و چه چیزی بهتر از رهایی از اضطراب‌ها و تنش‌ها و رسیدن به آرامش و ایمان درونی؟ خودتان قضاوت کنید، آیا یک پادشاه یا ملکه مقتدر و منسجم که خودش سکان سرنوشت خودش را در دست گرفته و آرام‌تر و مطمئن‌تر از قبل قدم برمی‌دارد، جذاب و خواستنی نیست؟

سومین درس رهایی بخش رابرت الکس جانسون: مقوله عشق و رضایت درونی: عشق زمینی هم از آن موضوعات همیشه جذابی است که اغلب افراد، دوست دارند حداقل یک بار مزه‌اش را بچشند و هزار بار دیگر هم از دیگران بشنوند. به قول حضرت حافظ: **یک نکته بیش نیست غم عشق و وین عجب / کز هر زبان که می‌شوم نامکرر است** البته بعضی‌ها هم بارها و بارها مزه‌های مختلفی را از عشق می‌چشند و کلاً امتحان کردن طعم‌ها را دوست دارند! با آنها فعلاً کاری نداریم. اما نظر رابرت الکس جانسون این است که عشق زمینی یک نوع فراقنی بیشتر نیست!! این یعنی چه؟ یعنی وقتی مرد یا زنی عاشق و واله و شیدای یک نفر دیگر می‌شود، در واقع به این خاطر عاشق شده که آن ویژگی‌های خوب و قشنگ طرف مقابل را زیادی بزرگ‌نمایی کرده و ویژگی‌های نامطلوبش را هم احتمالاً ندیده است! و تازه از این هم بدتر: اصلاً متوجه نیست که آن ویژگی‌ها دقیقاً در خودش هم وجود دارند و فقط نمی‌تواند ببیندشان. همین است که می‌گویند عاشق، کور است! خب این کوری هم مسلماً کار دستش می‌دهد و بعد که تب عشق خوابید، تازه جار و جنجال‌هایش شروع می‌شوند. چرا؟ چون هیچ مرد یا زنی نمی‌تواند از طرف مقابلش انتظار داشته باشد که برایش نقش خدای بی‌نقص رویاهاش را تا ابد بازی کند. پس چه کنیم؟ این جاست که باید برویم و خودمان تبدیل به همان چیزی بشویم که برایشان جان می‌دادیم. یعنی خودمان بتوانیم آن ویژگی‌های درخشان را در درون خودمان پیدا و تقویت کنیم و این بار به آرامش برسیم و از آن حالت خام کودکی عبور کنیم و بالغ شویم. این یعنی درس زندگی با عشق!

خوبی دیگرش هم این است که اگر چنین اتفاقی بیافتد، احتمالاً می‌توانیم شخص شایسته‌ای را که مطابق با نیازهای امروزمان است پیدا کنیم و قربانی نشویم. به این می‌گویند کار مسؤلانه و درست!

در سومین درس رابرت الکس جانسون برای رهایی از اضطراب، وی معتقد بود ظرفیت تحمل اساطیر یا همان خدایان رویایی فقط در بهشت وجود دارد و روی زمین جواب نمی‌دهد. او در کتاب «زن» می‌نویسد: «تمامی بهشت‌ها محکوم به شکست هستند. در هریک، ماری است که آرامش موجود در باغ عدن را مختل می‌کند.» مار در این‌جا همان وسوسه‌های درونی، پرسش‌های نامعمول و پیچیده‌های آزارنده‌ای است که از بیرون یا از درون ما به فرایند تخریب ناخودآگاه کمک می‌کنند. وقتی هم ناخودآگاه تخریب شود، یعنی گاوامان زاییده و باید برویم دنبال پیدا کردن راه چاره که زیر بار این خرابه‌ها، مدفون و مجنون نشویم. حالا چه می‌شود؟ بعد از شکست عشقی معمولاً سقوط و درد زیادی را تجربه می‌کنیم. این درد و سقوط می‌خواهد ما را با جنبه الهی‌مان مواجه کند و به ما بفهماند که از ارتباطات انسانی نباید انتظارات بیشتر از حد انسان داشته باشیم. اما انسان‌ها معمولاً اشتباه دوم را هم مرتکب می‌شوند و برای روشن نگه داشتن آتش عشق شان به سراغ ازدواج می‌روند. این یعنی برای حل مساله عشق به

پهپادهای مسلح ایران به کشورهای دنیا از جمله روسیه گفتگو کرده‌اند. **برخورد ارتش آمریکا با رژیم ایران مسبقاً به سابقه است:** طی هشت سال گذشته نیروهای آمریکایی مشغول جلوگیری از ارسال تسلیحات ایرانی به حوثی‌های یمن بوده‌اند. طی یک دهه گذشته، ارتش آمریکا مرتب در حال تلافی حملات شبه‌نظامیان مورد حمایت ایران در عراق و سوریه بوده است. طی دو دهه گذشته، عناصر نیروی دریایی آمریکا بارها برای یگان‌های نیروی دریایی سپاه که در خلیج فارس دست به حرکات تهدیدآمیز زدند، تیر هشار شلیک کردند. با این حال، تا امروز، حتی در زمان بروز تنش‌های شدید، آمریکا به تاسیسات موشکی، پهپادی، اتمی، یا نظامی در داخل ایران حمله نکرده است. ولی مقامات آمریکایی همیشه گفته‌اند که برای پاسخ به تحولات اتمی ایران یا دیگر تهدیدات احتمالی از سوی ایران، تمام گزینه‌ها روی میز است. برخی کارشناسان و مقامات آمریکایی می‌گویند که فقط تغییر رژیم در ایران است که تهدیدات فراوان این رژیم را رفع خواهد کرد. مقامات آمریکایی علناً از اعتراضات ایران در خیزش جاری حمایت کردند، ولی اذعان کردند که آمریکا اهرم فشاری برای خلع دولت فعلی از قدرت ندارد. در سال ۲۰۲۳، آمریکا و متحدانش گویا به تغییر رژیم امید دارند، اما منتظر آن نیستند، و برای مجموعه‌ای از گام‌های اقتصادی و نظامی تنش‌آفرین برای کاهش تهدیدات مختلف ایران برنامه‌ریزی می‌کنند.

تحریم‌های آمریکا و متحدانش اقتصاد ایران را داغان کرده است اما نتوانسته رهبران ایران را وادار به پذیرش معامله لازم برای احیای برجام کند، یا باعث کاهش یا خاتمه فروش تجهیزات نظامی به روسیه شود، یا مانع سرکوب و دستگیری و اعدام معترضان در داخل کشور شود. آمریکا و متحدانش باز هم اشخاص و نهادهای ایرانی ثالث را در سال ۲۰۲۳ تحریم خواهند کرد، اما تحریم‌ها احتمالاً به تنهایی اهداف آمریکا را در قبال ایران محقق نخواهد کرد و این موضوع مقامات آمریکایی و کارشناسان بیرونی را می‌وس خواهد کرد. یک سوال کلیدی این است که آیا آمریکا و متحدانش به این نتیجه می‌رسند که گزینه‌های نظامی برای مقابله با انواع تهدیدات ایران ضروری است یا خیر. با پیشرفت برنامه اتمی ایران، احتمال این که دولت تندروی بنیامین نتانیاهو در اسرائیل به حملات هوایی استراتژیک علیه زیرساخت اتمی ایران دست بزند افزایش خواهد یافت. اگر ایران اورانیوم را تا سطح کافی برای تولید بمب (خلوص ۹۰ درصد) غنی کند، اقدام آشکار ارتش اسرائیل علیه تاسیسات اتمی ایران در سال ۲۰۲۳ غیرممکن نیست، با یا بدون تایید آمریکا. در بستر جاری، احتمال اقدام نظامی جدیدی از سوی آمریکا علیه نیروها و تجهیزات و تاسیسات ایرانی هم در حال افزایش است. در ۴ ژانویه، ند پرایس سخنگوی وزارت خارجه اذعان کرد که آمریکا و اسرائیل درباره تلاش‌های احتمالی برای ممانعت از اشاعه تکنولوژی

یا در نمونه‌ای دیگر، در محل‌هایی که بلوک‌های ساختمانی کنار هم قرار دارد، برای معترضان امن‌تر است. ماموران نیروهای سرکوب، کمتر وارد آن می‌شوند. خصوصاً که به روایت سهیل، مردم در ساختمان‌ها و خانه‌هایشان را برای حمله ناگهانی ماموران و پناه‌گیری معترضان باز می‌گذاشتند. همچنین، مردم محلی در مکان‌های مختلف، آب‌های معدنی، ساندویچ، لوازم پزشکی قرار داده شده بود که به بی‌پناهی معترضان، پناهی باشد.

ملغمه‌ای از خشم و مظلومیت تمام: آن دختر ۱۲ ساله که روی پل عابر پیاده مدام گریه می‌کرد و آن زنی که در کانال افتاد و پلیس شوهرش را وحشیانه کتک می‌زدند، تا آخر زندگی‌شان کابوس خواهند داشت.

تجمعات اعتراضی در شیراز ابتدا در چند محله «بلوار زند» و «ارم» برگزار می‌شد. بعدتر بیشتر تمرکز در «معالی‌آباد» بود. سهیل از نخستین فراخوان‌ها برای تجمعات اعتراضی در مهر، حضور مداوم داشت و جدای از فعالیت‌های خودش، شاهدی است از آنچه بر دیگران گذشت. او از میان آنچه به چشم دیده است، به چند مورد که در او تاثیر گذاشته، اشاره می‌کند: «در معالی‌آباد، یک کلانتری هست که فرماندهان همان‌جا بودند. وسط بلوار هم مردم ایستاده بودند. عجیب‌ترین چیزی که دیدم لباس شخصی‌هایی بودند که چماق‌هایی داشتند با سری آهنی و پوست گاو! کار آنها شکستن ماشین‌ها بود. ترافیک می‌شد و آنها شروع به شکستن شیشه‌های ماشین‌ها می‌کردند. هوا نبود، فقط اشک‌آور بود.»

سهیل همراه برخی معترضان روی پل عابر پیاده رفت. پدری با دو فرزندش آنجا بودند. یکی از آنها پسری حدوداً هفت ساله و دیگری دختری ۱۲ ساله: «هیچ‌وقت چنین ترسی را در چشم بچه‌ها ندیده بودم. چشمان دختر می‌سوخت، نمی‌توانست نفس بکشد. پدر هم وحشت‌زده بود و گریه می‌کرد. سیگار دود می‌کردیم در چشم‌هایشان. دختر حاضر نبود پل را ترک کند. پدر آنقدر ترسیده بود که یادش نمی‌آمد ماشینش را کجا پارک کرده است.»

سهیل مدام میان صحبت‌هایش تکرار می‌کرد: «در همه این شب‌ها، به چشم دیدم که مامورها به هیچکس رحم نمی‌کردند. بچه، بزرگ، پیر و جوان، زن و مرد. ماموران به راحتی مردم را با شوکر می‌زدند.» در میان دود و صدای تیر، معترضان شروع به پراکنده شدن کردند: «دویدیم به سمت ساختمان‌ها. یک کانال آنجا هست. خانمی کنار من می‌دوید، آن زن در کانال افتاد. دستش را گرفتم و بلندش کردم و داد زدم «بدو» و همه می‌دویدیم. مامورها رسیدند. شوهرش را گرفتند و شروع کردند به زدن. بد می‌زدند. دست آن زن را گرفتم و کشیدم و پریدیم به داخل ساختمان. نمی‌دانم چه بر سر شوهرش آمد.»

روایت او با یک جمله قطع می‌شود: «آنجا خیلی احساس مظلومیت می‌کنی. به بدترین شکل ممکن به تو بد و بیراه می‌گویند. اسلحه دست‌شان است. هر کاری بخواهند با تو می‌کنند.» و به خاطراتش برمی‌گردد که وقتی ۱۳ - ۱۴ ساله بود، پلیس او را به همراه دختر عمویش سوار ماشین کرد و هر چه می‌توانست به او و آن دختر، توهین کرد. سهیل همچنان از راه رفتن با یک زن در خیابان‌های ایران، وحشت دارد.

فرمانده باتوم‌زن محبوب شبکه‌های اجتماعی: سهیل از آنچه به چشم خود دیده روایت می‌کند، به برخی نیروهای سرکوب هم اشاره دارد که جز کتک زدن و فحاشی، کار دیگری هم می‌کردند. همان‌ها که به او گفته بودند «برو در صورت آن خانم سیگار دود کن، چشمانش می‌سوزد»، اما در میان روایت‌هایش به ویدیویی اشاره می‌کند که در شبکه‌های اجتماعی و رسانه‌ها هم منتشر شد و انگار که یک پلیس خوب را به تصویر می‌کشید. زنی بر سر جمع پلیس‌ها فریاد می‌کشید که «خجالت بکشید. بزن، بزن» و پلیسی که دیگر نیروها را از آن زن دور می‌کند. اما سهیل می‌گوید که این مامور را به خوبی به یاد دارد. او کسی است که در چند تجمع اعتراضی شیراز، حضور داشت و سهیل را با باتوم زده بود: «ما چشم در چشم شدیم. وقتی حرف می‌زد، مشخص بود که شیرازی نیست.»

وقتی از سهیل درباره حسش نسبت به ضارب چشمانش پرسیدم گفت: «فضا به شدت دو قطبی شده است. من سال‌ها پیش دوستی داشتم که یگان‌ویژه نیروی سرکوب شد، آنها ما را انسان نمی‌بینند، دشمن می‌بینند. مهم نیست برادرشان جلوی روی‌شان ایستاده یا مادرشان، ما برای آنها دشمن هستیم. پول است یا شست‌وشوی مغزی، فرقی نمی‌کند. برای آنها مثل بازی‌های کامپیوتری است. در تظاهرات گاهی مسخره می‌کردند، می‌خندیدند، به زن‌ها متلک می‌انداختند. اصلاً شاید همان رفیقم به من شلیک کرده باشد.»

چشم‌های سهیل هنوز گاهی تار می‌شود. هر از گاهی هم نور سفیدی انگار از درون

ما جزو کدام هستیم؟

چهار نفر بودند با اسم‌های: «همه کسی»، «یک کسی»، «هر کسی»، «هیچ کسی». کار مهمی در پیش داشتند و همه مطمئن بودند که «یک کسی» این کار را به انجام می‌رساند. «هر کسی» می‌توانست این کار را بکند ولی «هیچ کسی» این کار را نکرد. «یک کسی» عصبانی شد چرا که این کار «همه کسی» بود اما «هیچ کسی» متوجه نبود که «همه کسی» این کار را نخواهد کرد. سرانجام داستان این طوری شد «هر کسی»، «یک کسی» را سرزنش کرد که چرا «هیچ کسی» کاری را نکرد که «همه کسی» می‌توانست انجام بدهد؟! حالا ما جزو کدام «کسی» هستیم؟

چشم‌هایش رد می‌شود. اما می‌گوید پشیمان نیست. حتی ساچمه‌ای را که هنوز و هر روز و تا همیشه باید با خود داشته باشد، دوست می‌دارد. خودش می‌گوید که برای او نشانی است همیشگی از ایستادگی مقابل ظلم به امید آزادی: «ما سمت درست تاریخ ایستادیم و کاری را که باید، کردیم». بنا به مشورت با حقوقدان‌ها، آن‌چه نیروهای سرکوب با چشمان معترضان کردند، به خاطر گستردگی، نظام‌مند و عامدانه بودن و همچنین آگاهی حکومت از این الگوی رفتاری «جنایت علیه بشریت» شناخته می‌شود. سهیل تنها یکی از قربانیان این جنایت است که سند آن را همواره در چشم خود خواهد داشت.

هیچ نمی دانست چه باید بکند. عاقبت یکی از عموهایش به فریادش رسید. پیشنهاد عمویش این بود که گاندی برای تحصیل در رشته حقوق به لندن برود. دوره وکالت سه سال بود. دریافت این مدرک در هند تحت استعمار بریتانیا موفقیت بزرگی حساب می شد. هزینه سفرش بیش از حدی بود که حدس زده بودند. کاستوربا همسر گاندی ناچار شد جواهرات خود را بفروشد تا هزینه بلیط پرواز بگیرند. برادر بزرگ گاندی هم بقیه پول را پرداخت کرد. ماه های اول اقامت در لندن برایش کابوس وحشتناکی بود. دنیای اطرافش با آنچه او خو گرفته بود بسیار متفاوت بود و رفتار و گفتارش با شرایط متناسب نبود. می گفت: «این مدت مدام به خانه و کشورم می اندیشیدم و قلبم همواره سرشار از مهر مادر بود. نمی دانستم اندوه خود را چگونه ابراز کنم». عاقبت یکی از آشنایان هندی با لحنی سرزنش باز به او گفت: «اینجا نیامده ای که حقوق بخوانی. انگار آمده ای طرز زندگی انگلیسی ها را یاد بگیری. خودت را در این هتل پنهان کردی که چه؟، گاندی منظور او را فهمید و زود اقدام به یافتن یک آپارتمان مستقل کرد. سپس از همه درس ها و آداب معاشرت فرنگی دست کشید و آن گاه همه حواسش را روی درس های دانشکده متمرکز کرد و از طرز زندگی دانشجویان مستقل دیگر پخت و پز و امور دیگر را یافت. به هرکجا می خواست برود پیاده می رفت. این تغییرات سبب شد که خود را قوی احساس کند. گاندی دگر آن جوان روزهای اول نبود. درس حقوق خود را خواند و به هند برگشت. با مدرک لیسانس حقوق دست به اقداماتی زد که دنیا را تکان داد و نامش در تاریخ هند با حروف زرین نوشته و مبارزاتش به ثمر نشست.

باورهای عامیانه نادرست ما: در فرهنگ عامه ما هر پرنده، حشره یا حیوانی صفتی خاص و غالباً منفی دارد. بطور مثال گربه را بی چشم و رو می دانیم جغد یا بوم را می گوئیم شوم و بد یمن است. خر را سبیل بی شعوری معرفی می کنیم. در حالی که ملل دیگر به این نوع پرنده ها یا حیوانات مثل ما نگاه نمی کنند و چنین صفات منفی به آنان نسبت نمی دهند.

بگذار جور دیگر به این قضیه بپردازم. چند روز پیش رفته بودم فروشگاهی بنام دیسکاور. در میان البسه، لوازم خانگی و انواع و اقسام اشیاء دیگر یک عکس قاب شده ای از سه خر را دیدم که آن را هم به مبلغ بیست دلار به معرض فروش گذاشته بودند. معلوم بود این حیوان صبور بارکش از نگاه مردم آمریکا حیوانی دوست داشتنی و قابل توجهی است، و گرنه به چه دلیل از آنها عکس می گیرند یا نقاشی می کشند و قاب می کنند و به دیوار خانه شان می زنند. تازه شنیده ام آمریکایی ها یک چشم بسیار زیبا را شبیه چشم خر می دانند، در حالی که ما چندین صفت منفی برای این موجود مفید و زحمتکش داریم. یادمه برخی از بچه ها در مدارس ما به شاگردان درسخوان و پرتلاش می گفتند خر خوان یا در ادارات هم گاهی به کارکنان پرکار و زحمتکش با دید منفی می گفتند خر کار.

ادامه مطلب قیام سال: زن... از صفحه ۸

اما حقیقت ساده است: همه را نمی توان بازداشت کرد. زندان ها جای کافی ندارند. و مردم صریحا می گویند که «هر یه نفر کشته، هزار نفر پشتشه». هر عزاداری خودش به اعتراضی تبدیل می شود، هر کشته ای به انگیزه ای برای مقاومت در برابر رژیم تبدیل می شود و این چرخه ادامه پیدا می کند تا وقتی خواست های مردم برآورده شود. از آغاز جمهوری اسلامی برای ۴۳ سال ایرانی ها در وحشت زندگی کرده اند. وحشتی نه از جنس ترس شبانه در خیابان قدم زدن یا ترس از آمدن دزد به خانه های شان. دزدها هم اکنون در خانه هستند. همه چیزتان را می گیرند و شما فقط دنبال گوشه ای امن می گردید. این ترسی است که در تمام تصمیمات عادی ات نفوذ می کند، و هر جا می روی دلشوره داری. شادی هایت را مخفی می کنی، غم هایت را، و خشمت را. چون اگر صدایت بلند باشد، می آیند دنبالت.

اما این بار نوبت مردم نیست که بترسند. ماه گذشته ایران از کمیسیون مقام زن ملل متحد بیرون انداخته شد، که نتیجه محکومیت شدید جنایات رژیم از سوی جامعه بین المللی بود. در داخل کشور هم اعتصابات رو به افزایش است. تا حالا سه اعتصاب سراسری سه روزه رخ داده که همه چیز را متوقف کرد. یکی از زندانیان سیاسی معروف هم طی نامه ای به مردم می گوید: «انقلاب قطعی است». مرگ امینی خشمی را ۴۳ که سال در تمام ایرانیان انباشته شده برانگیخته است، چون می دانستیم که هر کدام از ما ممکن بود جای او باشیم. او همه ما بود. او نیکاست، ساریناست، حدیث است، و مونا، کیان خدانور، محسن، و مجیدرضا. او هر کدام از زندانی های سیاسی است، هر ایرانی که صدایش را خفه کرده اند یا تبعیدش کرده اند، هر کسی که رویای آینده ای بهتر را دارد. «به نام خدای رنگین کمان»، امیدواریم که این آخر کار باشد.

بی تردید می توان گفت که غم و اندوه بیش از خنده و شادی در نوشته های لورکا سهم دارد. مرگ و غم همیشه بر اشعار او سایه می اندازد. شعر لورکا دوشادوش هنر نمایشنامه نویسی او ادامه یافت. اولین دیوان وی به نام «کتاب شعرها» کار تحسین برانگیز دوران جوانی اوست. کتاب دومش به نام سرودها تکنیک قویتری دارد. لورکا شعر را وارد تئاتر کرد. منتقدان به او ایراد گرفتند که تئاتر محل بروز تخیلات شاعرانه نیست، ولی بیان شیرین و آهنگدار لورکا توانست به یاری اندیشه و تخیل ساده تماشاچی بشتابد. می گویند احمد شاملو خیلی تحت تاثیر فدريكو گارسيا لورکا بود. عاقبت لورکا را کشتند. حتی محل مزار او هم هنوز معلوم نیست.

خوب شد یادم آمد در کتب ویژه کودکان افغان حکایتی خواندم که خلاصه اش چنین بود: «روزی خری در بیابان از حیوانات دیگر دور افتاده بود و سرگردان در بیابان می گشت. ناگهان گرگی از گوشه ای به سراغ او آمد و قصد حمله به او را داشت. خر چون می دانست حریف او نمی شود و عمرش در خطر است هوشیارانه حيله ای اندیشید. به گرگ گفت تو می توانی مرا بخوری، عیبی ندارد، اما من هنری دارم و دوست دارم از این هنر من استفاده کنی. بیا بر پشت من سوار شو تا من تو را قدری سواری بدهم. گرگ هم حرف او را باور کرد. بر پشت او پرید. خر وقتی چنین دید به سرعت به طرف ده خودشان دوید. مردم ده چون آن گرگ را دیدند و خطر را احساس کردند با چوب دستی به آن گرگ حمله کردند و او را کشتند». پیداست در این قصه می خواهند به کودکان افغان بیاموزند که خر حیوان باهوشی است و مثل ما خر را نفهم و ابله نمی دانند.

حیف است از لورکا نگویم: برادر گارسيا لورکا می نویسد: «لورکا در زندگی و هم در نوشته هایش فقط هنگامی زنده بود که می خندید و یا می گریست. به عبارتی او در لحظات بسیار خوش و یا بسیار غمگین، زندگی واقعی خود را بروز می داد، ولی

ادامه مطلب فاشیسم اسلامی... از صفحه ۴۱

به زودی اخبار تهران و شهرستانها (بخصوص ارومیه) نشان داد که رژیم سیستماتیک‌تر از هرگاه بدین ابزار کثیف آن هم بر علیه ملت به پا خواسته‌ای، که خود مدعی نمایندگی آنهاست، دست می‌یازد (به خاطر داشته باشیم این حربه عمدتا در جنگ‌ها و بر علیه دشمن و از سوی عقب افتاده‌ترین سربازان به کار گرفته می‌شد، مثلا در جنگ اوکراین سربازان روس از نواحی دور و پرت بدین امر دست زده‌اند).

گزارش‌های شبکه «سی‌ان‌ان» اطلاعات جامعی را در زمینه این فاجعه در اختیار افکار عمومی جهان قرار دادند. هدف رژیم مثل همیشه روشن است: ایجاد رعب و وحشت در میان توده‌های مبارز و ارضا تمایلات بیمارگونه کسانی که اکنون تحت نام کادر بازرجویی و امنیتی در زندان‌ها کار می‌کنند.

و اکنون؟ نیکلاس کریستف، ستون‌نویس مشهور روزنامه «نیویورک تایمز» که تاکنون دو بار برنده جایزه معتبر پولیتزر شده است، می‌نویسد: «یکی از ریاکاری‌های جمهوری اسلامی این است که بر اساس گزارش‌های موثق، دختران معترض به حجاب اجباری را به اتهام «بی‌عفتی» بازداشت و سپس به آنها تجاوز جنسی می‌کند».

در انقلاب «زن، زندگی، آزادی» از آنجا که جامعه جهانی هوشیارانه بر سیر حوادث در ایران نظارت دارد، از این سطح از توحش و عقب ماندگی فرهنگی به شگفت آمد. موجوداتی چون خامنه‌ای که فرمان این ماشین اهریمنی را در دست دارند از سر بی‌دانشی مفرط شاید نمی‌دانند که حتی ارتش اشغال گر هیتلر در فرانسه علیرغم کشتارهایی که گهگاه بدان دست زد، از انجام چنین جناباتی در این سطح در رابطه با جوانان و زنان فرانسوی ابا داشت.

ظاهرا ضحاک نمی‌داند ایران سرزمینی است که ۲۵۰۰ سال قبل بر آن پادشاهی چون کوروش حکم می‌راند، در درک و جوانمردی او همین بس که چون «پاتنه آ» زیبای زیبارویان آن روز جهان به اسارت سربازانش درآمد، دستور اکید داد از او همچو شاهزاده خانمی محافظت شود تا آنگاه که همسرش، دشمن کورش، از سفر باز آید. چنین کنند بزرگان و چنان کنند دون مایگانی همچون خامنه‌ای.

اکنون رژیم فاشیستی جمهوری اسلامی آنگونه که کاریکاتور «چارلی ابدو» به تصویر کشیده برهنه و بدون آرایش دروغی ۴۰ سال پیش و با عورت کربه‌اش در برابر ما ایستاده، پیرمرد خنزر پنزری که آیات قرآن از میان دندان‌های چرکینش بیرون می‌ریزد و در سودای به مسلخ فرستادن «دختر ائیری» ماست، سودایی که بی‌تردید با خود به گورستان تاریخ خواهد برد. و این یعنی شکست نهایی این گفتمان ماقبل قرون وسطایی که جز نسخه شیعه داعش نیست، گفتمانی در زمستان ۵۷ با چنان دلبری به صحنه آمد که دل از «فوکو»، فیلسوف فرانسوی هم برد و در «نوفل‌لوشاتو» هم تابلویی به یادبود اقامت راوی اولیه این گفتمان برپا کردند، اما متأسفانه چند گاهی زمان طلبد تا نقاب از چهره کثیفش که بیش از هر جا خود را در دخمه‌های زندان‌ها نشان داده، بر داشته شود. از آنجا که که کلیسای اسپانیا در دوران جنگ داخلی در کنار فاشیست‌ها ایستاد، نفرتی بزرگ را در اسپانیای دهه ۳۰ درو کرد.

نقل است حتی زنان سالخورده در بستر مرگ حاضر به پذیرش کشیشان نبودند. در ایران ما اینکه نسل کنونی و نسل‌های آینده درباره فقه و فقها چه قضواتی خواهند کرد، تاریخ دآوری نهایی را خواهد کرد. شاید آنچه در خیابان‌ها می‌بینیم، به اندازه کافی گویا باشد.

اما آنچه وظیفه کنونی ماست جمع‌آوری تمام مدارک این توحش قرون وسطایی و عرضه آن به سازمان‌های بین‌المللی و قبل از همه «کمیته حقیقت‌یاب» سازمان ملل است. این فرآیند نه تنها می‌تواند ضربه‌ای کاری بر این جسد متعفن باشد، چراغی است فراراه آیندگان‌مان. باشد که در آینده هیچگاه گفتمان «اسلام شیعه سیاسی» محلی از اعراب نداشته باشد.

شما حرومزاده‌ها؟ میگم دیگه خفه‌خون گرفتیم، این چهل روز بچه منو کشتین، به نامردی هم کشتین، زینب زمان منم، منم، منم، منم، کاملیا که خود زنی محجبه است در اینستاگرام و تویتتر بارها راوی خشم خود از نظامی بوده که جان فرزندش را گرفته است. او هر روز به یاد قاتلان فرزندش و آمران قتل او نام تمام ۵۲۰ نفری که از شروع اعتراضات جان باخته‌اند می‌آورد و می‌گوید که برای دادخواهی زنده است و از خون پسرش نخواهد گذشت.

ادامه مطلب تکنولوژی دروغ... از صفحه ۲۲

مثلا مقامات حزب کمونیست چین و شبکه‌های آنلاین موردحمایت/هم‌سو با آنها ادعاهای دروغین درباره آزمایشگاه‌های بیولوژیک در اوکراین را بازتولید کرده و آمریکا را مقصر بحران جهانی غذا جلوه داده و آمریکا را عامل خرابکاری در نورداستریم او ۲ جا زده‌اند. اما علاوه بر سه کشور روسیه و چین و ایران، دولت‌های دیگر هم در پی دستیابی به تکنولوژی‌هایی خبرسازی هستند.

در جولای ۲۰۲۲، رئیس سابق امنیت تویتر با طرح شکایتی افشاگرانه به کمیسیون بورس و اوراق بهادار و کمیسیون تجارت فدرال اظهار کرد که به غیر از روسیه، دولت‌های هند و نیجریه هم سعی در نفوذ در این پلتفرم داشته‌اند و کارکنان تمام وقتی برای جاسوسی از کاربران دارند. پیشتر هم یک پرونده پر سر و صدا درباره عده‌ای از کارکنان سابق تویتر شکل گرفت اتهام‌شان کار به نفع دولت عربستان و نفوذ به این پلتفرم برای دستیابی به اطلاعات مخالفان بود، و دو تن از آنها در ۲۰۲۲ محکوم شدند.

در سال ۲۰۱۹ شرکت متا یک شبکه مرتبط با فیس‌بوک و اینستاگرام را که در تخلفاتی مرتبط با امارات و مصر دخیل بود منحل کرد. بنا به گزارش شرکت متا، فعالیت این شبکه در فیس‌بوک و اینستاگرام، کاربرانی را در کشورهای دیگر خاورمیانه و همین‌طور در شمال و شرق آفریقا هدف می‌گرفت.

در واقع از آنجا که کمپین‌های خبرسازی ابزاری نسبتا ارزان و احتمالا موثر برای تاثیرگذاری بر دولت‌ها یا مخالفان سیاسی یا ایجاد هرج و مرج و سردرگمی برای مقاصد سیاسی است، انتظار می‌رود بازیگران دولتی بیشتری دنبال افزایش توانمندی و اثربخشی خود در این حوزه باشند.

همه بازیگران دولتی سعی در هدف گرفتن دولت‌ها یا مردم خارج از مرزهای خود را ندارند، اما با توجه به این که شبکه‌های اجتماعی به شیوه اصلی ارتباطات و اطلاع‌رسانی تبدیل شده است، شاهد این هستیم که دیگر بازیگران دولتی هم تلاش می‌کنند از خبرسازی برای مقاصد سیاسی و ژئوپولیتیک سود ببرند.

بازیگران موردحمایت/هم‌سو با دولت‌ها به نوآوری ادامه می‌دهند و سعی می‌کنند سیاست‌های ضد-دروغ‌پراکنی در فضای آنلاین را دور بزنند. برای همین در سال ۲۰۲۲، اتحادیه اروپا رسانه‌های روسی مثل راشا تودی و اسپوتنیک را تحریم کرد. در سپتامبر ۲۰۲۲ هم شرکت متا اعلام کرد یک شبکه بزرگ موردحمایت دولت روسیه را در فیس‌بوک منحل کرده است، چون در ژست رسانه‌های اروپایی دروغ‌های کرملین درباره جنگ اوکراین را منتشر می‌کرد.

گرچه این‌گونه موارد به تکنولوژی پیشرفته نیاز ندارد، نوآوری در حوزه تکنولوژی‌های نوظهور می‌تواند به راه‌اندازی کمپین‌های سریع‌تر و پیچیده‌تر کمک کند. مثلا مدل‌های زبانی پیچیده با کمک هوش مصنوعی، مثل چت‌جی‌بی‌تی از شرکت اپن‌ای‌آی، را می‌توان برای تولید مقالات و پست‌ها و دیگر اطلاعات متنی جعلی با سرعت بسیار بیشتر و با احتمال خطای کمتری در مقایسه با انسان‌ها به خدمت گرفت.

ادامه مطلب مادران داغ... از صفحه ۴۶

با این وجود، زینب و خانواده‌اش، روز ششم دی‌ماه در بیانیه‌ای روایت حکومت را دوباره رد کرده و نوشتند که «اگر اراده‌ای برای معرفی قاتلان واقعی کیان در مسئولان مربوطه باشد»، استقبال خواهند کرد. در غیر این صورت، «پیشاپیش رضایت خود را نسبت به تمامی کسانی که از میان مردم ایذه با جعل روایت حادثه به عنوان قاتل کیان پیرفلک معرفی شوند»، اعلام می‌کنند.

کاملیا سجادیان، زینب زمان منم: «محمدحسن ترکمان، جوان ۲۶ ساله اهل اصفهان بود که روز ۳۰ شهریور در اعتراضات شهر بابل هدف گلوله سرکوب‌گران قرار گرفت و کشته شد. ویدیویی از مادرش «کاملیا سجادیان»، منتشر شده که در مراسم چهلم او، با زبانی سرخ می‌گوید: «خون بچه من را آوردن، در آن نان زدن و گفتن بخور. اومدن گفتند تو هم این را بگو، بگو تصادف بوده، من دروغ نمی‌گویم، بچه من را کشتید، من به فنا، مردم به فنا، از پدرش خجالت نکشیدین ۸ سال سینه سپر کرد برای



ادامه مطلب میرزا ملکم خان... از صفحه ۷

در پی این ماجرا است که ملکم علیه دربار و دولت ایران عصیان می کند و با نشر روزنامه قانون به تبلیغ حکومت قانون و انتقاد از فساد دربار و وزیران ایران می پردازد و برای نخستین بار گروهی از نخبگان ایران را با مفهوم قانون و حکومت قانون آشنا می کند. این گفته او که «ایام بیکاری بنده گاهی بهترین وسیله خدمت بوده» (۶) گواه آگاهی او به تاثیر قلمش است.

پس از کشته شدن ناصرالدین شاه و در دوران پادشاهی مظفرالدین شاه و صدارت امین الدوله است که ملکم خان بار دیگر به خدمت دولت دعوت می شود و به سفارت ایران در ایتالیا می رود (۱۳۱۷/۱۸۹۸) و همچنان در این مقام می ماند تا سرانجام در هفتاد و دو سالگی در سویس در می گذرد (۱۳۲۶/۱۹۰۸).

آرا و افکار ملکم: درباره آرا و افکار و شخصیت ملکم داورای های متفاوت و متضاد بسیار شده و تاکنون هر که درباره او پژوهش کرده از این داورای ها نیز سخن رانده است. در این جا حوزه محدود تحقیق ما، که منحصر به نظریات انتقادی ملکم در قلمرو ادبیات است، مجال بررسی این آرا و عقاید متفاوت را نمی دهد. ناگزیر تنها اشاره ای به آنها می کنیم.

اگر از نظر عوامانه اشخاصی از نوع ظلّ السلطان، شاهزاده مستبد قاجار، بگذریم که ملکم را با افلاطون و ارسطاطالیس مقایسه می کند (۷)، نظر دیگر از مخبر السلطنه هدایت، وزیر علوم وقت، نیز عالمانه تر از او نیست که می گوید: «آنچه ملکم می نوشت به عبارت دیگر در گلستان و بوستان هست» (۸) حتی محمدقزوینی از او به عنوان «نمونه عامیت و جهل مطلق ... این ارمنی بامبول زن طرار» یاد می کند (۹). و همانا ناطق، که از دوگانگی ملکم در گفتار و کردار خشمگین است، در جایی او را در خدمت استعمار می داند (۱۰) و در جای دیگر او را نظریه پرداز و بنیانگذار واقعی حکومت اسلامی در ایران می شناسد (۱۱).

اما قولی که جملگی برآند رذایل اخلاقی ملکم و حرص او به مال و مقام است، تا آن جا که پرده برفضایل علمی اش می کشد و حتی حیات سیاسی اش را به خطر می اندازد و موجب طردش از دستگاه حکومت می شود. با این همه واقعیتی که نمی توان در آن شک کرد همان علم ملکم است، هرچند که به قولی «عالم بی عمل است»، اما واقعیت علم ملکم را گذشته از این که متفکران هم زمانش از میرزا فتح علی آخوندزاده و میرزا آقاخان کرمانی گرفته تا میرزا عبدالرحیم طالبوف و زین العابدین مراغه ای و دیگران ستوده اند، (۱۲) حتی محمدحسن خان اعتمادالسلطنه نیز با آن که او را «حقه باز و شارلاتان» می خواند (۱۳) نمی تواند انکار کند که «اگرچه ملکم عالم بی عمل است و زنبور بی عسل، در صورتی که متصف به صفات رذیله است، پلتیک دانی او را نمی توان انکار کرد. در وقتی که غرض و مرضی نداشته باشد ناصح خوبی است و راهنمای ماهری» (۱۴).

دنباله مطلب در صفحه ۵۵

۴- فروختنی و قابل فروش از طریق سوشال مدیا، گاراژ سل یا به هر نوعی. از این روش پیشنهادی استفاده کنید و دسته بندی مسیر خلا و پاکسازی محیط خود را انجام دهید.

در پایان برای رها سازی و پاک سازی ذهنی و بخشش یادآور می شوم تمام تلاش تان را بکنید تا مسیر عفو و بخشایش را آغاز کنید. همچنین سعی کنید کنجینه افکار و باورهایتان را نیز سری بزیند و بنیید چه افکاری هست که باید رها کنید و چه باورهایی هست که ترمزهای زندگی شما در مسیر موفقیت تان شده است.

تجربه ثابت کرده است هر چقدر برای شروع سال نو برنامه ریزی و هدف گذاری کنیم، اما اندیشه ها و عقاید کهنه یا رنجش ها و یا انباشتگی ها و احساس های ناخوشایند را چه از خودمان و چه نسبت به دیگران را رها نکنیم، نمی توانیم خلا ایجاد کنیم و نمی توانیم با سرعت مناسب به کامیابی برسیم. بخشش خودتان را هم آغاز کنید، زیرا شما نزدیک ترین فرد به خودتان هستید و خودتان را بخاطر نرسیدن ها و یا هر گونه قصور و اشتباه تان عفو کنید. با خودتان تکرار کنید من ... رها و آزاد می کنم ... و از خرد هستی همواره طلب که هر آنچه در ذهن و زندگیم ماموریتی ندارد را از من دور کند و موهبتهای مورد نیاز را به زندگیم ارزانی نماید. لوییژ هی ثابت کرده است که عفو و بخشش خود و دیگران از رنجش ها می تواند اثر فوق الهاده شگفت انگیزی در به دست آوردن سلامتی نیز بشود و در این زمینه پیشنهاد می کنم که کتاب شفای درون، از این نویسنده را مطالعه کنید.

این مقاله را با عشق تقدیم وجودتان می کنم و چنانچه تمایل به آگاهی بیشتر بود می توانید از طریق ایمیل ارتباط بگیرید. من در این مسیر همراه شما هستم و آرزومند موفقیت، کامیابی و دسترسی به عشق و آرامش بیشتر برای تک تک شما عزیزان می باشم. با عشق و احترام

ادامه مطلب زندگی با طعم... از صفحه ۲۱

در این لحظه فردی را که قبلا از نزدیکان من بود و به شکلی خاطر من بسیار از او رنجیده بود و قلم بسیار از ایشون مکدر بود را جلوی چشمانم دیدم. خاطرات ناخوشایند برایم یادآوری شد و روزهایی که با درد و غم گذشت مثل یک نوار از جلوی چشمانم گذشتند. بلافاصله با خود اندیشیدم که من از خرد الهی در خواست راهنمایی نمودم، حال چرا باید این شخص و این خاطرات برایم مرور شود، که در نهایت دریافتم پیام هستی به من این است که باید از کوله بار این رنجش و این گذشته خودم را رها کنم. تصمیم گرفتم راه های بخشش را بیاموزم و کتاب شفای زندگی را بیشتر و عمیقا مطالعه کردم و پس از آن به کارگاه هایی نیز در این زمینه هدایت شدم. از آن پس نه تنها از آن فرد و آن ایام غمی به دل نداشتم بلکه از ایشان در نامه ای قدردانی کردم و از اینکه حضورشان باعث شد که من به رشد برسم تشکر کردم و بابت تمام کینه ها و خشم ها و حتی بدگویی هایی که نسبت به رفتار ایشون داشتم طلب بخشش کردم. از آن زمان بود که عفو و بخشایش راه آرامش را باز کرد و خلاء ایجاد شد و روابطم هر روز بهبود پیدا کرد و حتی تجربیات از این دسته به من کمک کرد تا یکی از درس هایی که با مراجعانم این روزها می گذرانم مسیر بخشش و عفو باشد.

قانون خلاء و پاکسازی در مورد امور نامرئی و ذهنی: با شروع سال لیستی از فرد یا افرادی که فکر می کنید از ایشان رنجیده خاطر هستید یا رنجش دارید را بنویسید. این لیست می تواند شامل پدر، مادر، همسر، فرزند، شریک عاطفی، شریک کاری، مشتری، همسایه و حتی خودتان هم باشد. سپس به این بیانید که چگونه می توانید با بخشش ایشان را مورد عفو خود قرار دهید. همچنین نامه ای خطاب به او بنویسید و در مورد اتفاقات پیش آمده در گذشته صحبت کنید. نکته مهم این است که قبول مسئولیت کنید و ببینید مسئولیت شما در قبال این اتفاقات چه بوده و کجا نقش قربانی داشتید و یا کجا انگشت اتهام را فقط به سمت فرد روبرو قرار دادید و در نهایت بنویسید که تمایل دارید این کوله بار را زمین بگذارید و ایشان از امروز از ذهن شما رها هستند و با تمام وجود او را بخشیدید. ضمنا سعی کنید مواردی را هم بیابید و از ایشان قدردانی کنید. شما نیاز نیست که نامه را به دست ایشان برسانید، حتی اگر آن فرد در قید حیات نباشد کافی است بنویسید و سپس آن نامه را بسوزانید یا پاره کنید و خدای خود را شکر کنید که به شما کمک کرد تا این اقدام سخاوتمندانه را انجام دهید.

نکته مهم: چنانچه با پزشک و یا روانشناس خود در ارتباط هستید می توانید از او کمک بخواهید تا شما را در مسیر بخشش همراهی کند چون برای افرادی که دچار مواردی شامل اضطراب یا استرس و یا تحت درمان های روانشناسی یا روانپزشکی هستند، بسیار مهم هست که حتما با همراهی پزشک خود این مسیر را طی کنند. نکته دوم پاکسازی است، آن هم برای همیشه از جسم و جان و روحتان. یکی از روش های پاکسازی چهار جمله شگفت انگیز هواپونوپونو است که می توانید در قبال هر رنجش و خشم آن را به کار ببرید. «متاسفم، لطفا مرا بخش، متشکرم، دوستت دارم» توضیح اینکه شما می توانید در مورد هواپونوپونو بیشتر تحقیق کنید یا اینکه در مقالات بعدی بیشتر به آن خواهیم پرداخت.

قانون خلاء و پاکسازی در مورد وسایل و امور مرئی زندگی و محیط کار: به این بیانید که کمد خود را تا بالا از وسایل و خرده ریز پر کرده اید و هر گاه چیزی لازم دارید آنقدر شلوغی و عدم یکپارچگی در آن است که نمی توانید وسیله مورد نظر را پیدا کنید و حتی گاهی مجبور می شوید مجدد هزینه کرده و تهیه کنید و این اثر خوبی در شما نمی گذارد و شما را به سرزنش خود وا می دارد. امیدوارم که توانسته اید برای شروع سال این پاکسازی ها را انجام دهید ولی چنانچه که تا کنون موفق نشدید، با خواندن این مقاله به خودتان قول دهید که در اولین فرصت و شاید ممکن است در همین آخر هفته وقت بگذارید و محیط خود را از انباشتگی ها تمیز کنید و نظم و خلا را ایجاد کنید.

من ۴ روش دسته بندی را به شما تقدیم می کنم. چنانچه که انباری، کشویی، کابینت، گاراژ و یا کمدی و هر قسمتی که می پندارید، دچار شلوغی و بی نظمی و انباشتگی هست را با استفاده از این ۴ روش پاکسازی کنید و با ایجاد خلاء جا را برای ورود موهبت های جدید و برآوردن خواسته های خود باز کنید.

درب کمد یا محل مورد نظر را باز کنید. چهار جای خالی و یا کانتینر را آماده کنید و بر چسب هایی با نام های زیر را در بالای آن ها قرار دهید.

۱- نگاهداشتنی و قابل مصرف ۱۰۰ درصد.

۲- دور ریختنی و انتقال دادنی به سطل زباله.

۳- بخشیدنی و قابل بخشش به دیگران.

ادامه مطلب میرزا ملکم خان... از صفحه ۵۴

و اما علم ملکم چیست؟ فریدون آدمیت به روشنی آن را توضیح می دهد: «در زمان خود و تا مدت ها بعد میرزترین کسی بود که در ایران اصول عقاید سیاسی جدید و فلسفه حکومت را آموخته بود. نوشته هایش از تعمق و معرفت او به اصول علمی سیاست مُدُن و فن قانونگذاری حکایت می کند. او را برجسته ترین جامعه شناس و نقاد اجتماعی ایران در قرن نوزدهم می دانیم» (۱۵) تا آن جا که در جامعه های شرقی قرن نوزدهم «در دانش سیاسی و فلسفه حکومت غربی شاید کمتر کسی را می توان در مقام میرزا ملکم خان یافت» (۱۶)

(۱) ملکم خود می گوید: «ارمنی مسیحی زاده شدم، اما میان مسلمانان پرورش یافتم و شیوه افکارم اسلامی است.» نگاه کنید به

Wilfrid S, Blunt Secret History of the English Occupation of Egypt, 83.P, 1907, London

(۲) میرزا یعقوب خان، افزایش ثروت، خطی، مجموعه اسناد مستشارالدوله، در تصرف دکتر فریدون آدمیت.

(۳) در همین «عریضه» است که به دوستی و نزدیکی خودش به میرزا تقی خان امیرکبیر اشاره می کند: «میرزا تقی خان را همه وقت محرم و هواخواهش بودم در روزهای پریشانی و اضطرابش.» همچنین در همین جاست که آن گفته معروف دردمندانه امیرکبیر را به یاد می آورد: «گفت مجالم ندادند، والا خیال کنسلیطوسیون داشتم. مانع بزرگم روس های تو بودند... منتظر موقع بودم.» (عریضه میرزا یعقوب خان به ناصرالدین شاه، مجموعه اسناد ملکم، کتابخانه ملی پاریس، شماره ۱۹۹۶، نسخه عکسی کتابخانه مرکزی دانشگاه تهران). زین العابدین مراغه ای در سیاحتنامه ابراهیم بیگ این نکته را «به روایت یکی از موثقین، نقل کرده است (سیاحتنامه ابراهیم بیگ، ج ۲، کلکته، ۱۹۰۷/۱۳۲۵ ص ۲۹۵).

(۴) «روزنامه سفارت مامور ایران به فرانسه» به نقل از فریدون آدمیت، فکر آزادی و مقدمه نهضت مشروطیت ۱۹۶۲/۱۳۴۰، ص ۴۲.

(۵) در این ماجرا ملکم امتیاز نامه ای برای حق بازی لاتاری و بازی های جزو آن به نام شخص ثالث از شاه گرفت که بفروشد و سودی ببرد، اما چون شاه و صدراعظم او میرزا علی اصغر خان امین السلطان ازین معامله چیزی نصیب شان نشد تقاضای لغو امتیاز را کردند. ملکم پیشدستی کرد و امتیاز نامه را فروخت و موجب خشم شاه و وزیرش و از دست دادن مقام و منصبش شد.

(۶) «ملکم به میرزا نصرالله خان مشیرالدوله، رمضان ۱۳۱۸/ دسامبر ۱۹۰۰، مجموعه اسناد، ضبط راکد وزارت امور خارجه ایران.

(۷) مسعود میرزا ظل السلطان، تاریخ سرگذشت مسعودی، ص ۱۹۷ به نقل از ناظم الاسلام کرمانی، تاریخ پیداری ایرانیان، تهران، ۱۳۳۲، ص ۱۱۷.

(۸) مهدی قلی هدایت، تحفه مخبری یا کار بیکاری، ج ۳، گزارش قسمت سوم از صفویه تا مشروطه، تهران، ۱۳۳۰/۱۹۱۶، ص ۱۵۵.

(۹) یادداشت های قزوینی، به همت ایرج افشار، جلد ۱۳۳۷/۱۹۵۳، صص ۱۳۲-۱۳۶.

(۱۰) از ماست که برماست، ۱۳۵۴/۱۹۷۴، صص ۱۶۵-۱۹۹.

(۱۱) دبیره، شماره ۴، پاریس ۱۳۶۷/۱۹۸۸، صص ۷۲-۱۰۲ حقیقت آن است که توسل ملکم به علما و استنادش به آراء اسلامی گذشته از خنثی کردن احکام تکفیر مخالفانش در اسناد سوابق اعتقادات خانوادگی نصرانی اش، حاکی از واقع بینی و شناخت درستش از ماهیت اعتقادی مردم ایران و نفوذ روحانیت اسلامی برای پیش بردن اندیشه ترقی و حکومت قانون بوده است.

(۱۲) آخوندزاده به ملکم لقب «روح القدس» داده بود: «این لقب را من به او داده ام از فرط وجد و شغف که از خواندن رساله های او به من رو داده است، الفبای جدید و مکتوبات، باکو، ۱۹۶۳، ص ۱۷۶. میرزا آقاخان کرمانی با وجود ناهماهنگی سیاسی با ملکم با روزنامه قانون او همکاری داشته و به او می نویسد: «در خدمت و فدکاری مقاصد شما به هر رقم حاضریم، نگاه کنید به نامه به امضای عبدالحسین کرمانی، کتابخانه ملی پاریس، ۱۹۸۷-۱۹۹۹ و میرزا آقاخان کرمانی، نامه های تبعید به کوشش هما ناطق و محمد فیروز، کُن، ۱۳۶۸/۱۹۸۹، ص ۵۴.

عبدالرحیم طالبوف در تایید طرح اصلاح الفبای فارسی «فاضل محقق میرزا ملکم خان» در رساله شیخ و وزیر می نویسد: «این خیال عالی اگر اول از من سر می زد بنده آن وقت از اشخاص تاریخی می شدم.» نگاه کنید به: «مسالك المحسنين»، قاهره ۱۹۰۵/۱۳۲۳، ص ۴۹.

زین العابدین مراغه ای در کتاب خود از ملکم با عنوان «یگانه گوهر دانش، پرنس ملکم خان» یاد می کند (سیاحتنامه ابراهیم بیگ، ج دوم، کلکته، ۱۹۰۵/۱۳۲۳ ص ۲۹۶) و از رساله های فرقه کچ بینان، پولیتیک ایران، دستگاه دیوان و مقدمه ای در انتقاد دستگاه عدلیه او نقل قول هایی می آورد و بخشی از رساله یوم و یقظه ملکم را با عنوان «خوابنامه» ضمیمه کتاب خود می کند. نگاه کنید به: سیاحتنامه ابراهیم بیگ، ج سوم، قسطنطنیه ۱۹۰۹/۱۳۲۷.

(۱۳) خلسه، تصحیح محمود کتیرایی، تهران، ۱۳۵۷، ص ۱۰۳.

(۱۴) همان جا، ص ۱۴۷.

(۱۵) فکر آزادی و مقدمه نهضت مشروطیت، تهران، ۱۳۴۰، ص ۹۹-۱۰۰.

(۱۶) اندیشه های میرزا آقاخان کرمانی، تهران، ۱۳۵۷، ص ۳.

ادامه مطلب بچه های طلاق... از صفحه ۴۴

موضوعی که پیشتر به آن اشاره کردم، دوباره تکرار می کنم: بعضی از مادران مطلقه، آنچنان تحت فشار روحی و ناراحتی های ناشی از طلاق، و مسئولیت های جدید (در نقش پدر و مادر بودن) هستند که توانایی خود را برای فراهم ساختن یک محیط خانوادگی از قبل تنظیم یافته از دست می دهند. وقتی دستخوش هیجانات روحی هستید، برایتان مشکل است یک رشته فعالیت های خانوادگی برای فرزند خود ترتیب داده و اجرای آن را دنبال کنید. برای برخی از والدین مطلقه حدود یک سال یا بیشتر طول می کشد تا کنترل مجدد زندگی را به دست آورند و یک برنامه مفید و منظم روزانه ترتیب دهند. هرچه سازگاری والدین دیرتر صورت بگیرد، بچه ها مشکلمتر می توانند با محیط جدید خانوادگی خود سازش دهند.

زن یا شوهر مطلقه باید بکوشد اوقات روزانه بچه ها را به نحو صحیح و از قبل تنظیم شده ای تقسیم کند. بچه ها باید از قبل بدانند به کجا می روند، چه کارهایی انجام می دهند، و روز بعد با چه افرادی خواهند بود. پدر (مادر) باید سعی کند تا آنجا که مقدور است وقفه ای در این برنامه ها حاصل نشود و چنانچه تغییری پدید آمد بچه را از پیش باخبر سازد. تا جایی که ممکن باشد، بچه ها باید یک برنامه خواب و خوراک منظم داشته و بدانند پدر (مادر) چه موقع از منزل خارج و چه وقتی به خانه باز می گردد. ترجیح دارد کودکان از وقت رفتن به حمام، دیدن تلویزیون و کارهای مدرسه آگاه باشند. به بچه ها در سنین مختلف باید وظایف و مسئولیت هایی سپرد و از آنها خواست به طور منظم آن را انجام دهند، نظیر چیدن میز، بردن بشقابها به آشپزخانه، خالی کردن ظرف آشغال، نظافت زمین و مانند اینها.

می توان از تمام فعالیت های بالا برنامه روزانه از قبل پیش بینی شده ای ترتیب داد، که به کمک آن بچه بدانند چه کاری از او انتظار می رود و چه رویدادهایی پیش خواهد آمد. از دیدگاه بعضی از والدین این برنامه ممکن است قدری خشک به نظر بیاید، اما کودکان فقط در چارچوب یک برنامه منظم و مرتب دایمی و روزانه احساس «آزادی» می کنند. آنها در خانه ای که کارها از روی سازمان دهی انجام می شود احساس اعتماد به نفس بیشتری می کنند. و بهتر اختیار امور را در دست دارند، اگر بدانند چه انتظاراتی می توانند داشته باشند. اینها، همراه با مقرراتی موثر و توجه و عطفوت کافی سبب می شود کودک به نحوی سالم خود را با محیط جدید زندگی وفق بدهد.

قلبی به وسعت دریا

قهرمان گلفی، در یک مسابقه برنده شد و مبلغ زیادی پول برد. در پایان مراسم و پس از گرفتن جایزه، زنی به سوی او دوید و با تضرع و زاری از او خواست تا پولی به او بدهد تا بتواند کودک بیمارش را از مرگ نجات دهد.

زن گفت که هیچ پولی برای پرداخت هزینه درمان ندارد و اگر او کمک نکند کودکش از دست خواهد رفت. قهرمان گلف درنگ نکرد و تمام پول را به زن داد. هفته بعد یکی از مقامات انجمن گلف به برنده مسابقه گفت: «متأسفم، خبر بدی برایت دارم. آن زن اصلاً بچه مریضی نداشت که هیچ، حتی ازدواج هم نکرده است. او به تو کلک زد دوست من.» قهرمان گلف با خوشحالی جواب داد: «چه خبر خوبی، پس هیچ کودکی در حال مرگ نبوده، این که خیلی عالیست!»

ادامه مطلب معجزه شکلات... از صفحه ۳۸

به طور معمول، هر محصولی که بیش از ۷۰ درصد کاکائو داشته باشد، «شکلات تلخ» در نظر گرفته می شود و این همان ترکیبی است که در مطالعه برک استفاده شد. شکلات تلخ در محدوده ۷۰ درصد کاکائو یا بالاتر، به شدت غنی از ترکیبات آنتی اکسیدانی است. از این رو برای سلامت بدن بسیار مفید به شمار می رود. برک خاطر نشان کرد که این میوه از نظر آنتی اکسیدان ها حتی از گیلان و یک سری از سبزیجات نیز پیشی گرفته است. اگر بتوانید طعم تلخ تری را تحمل کنید، مصرف درصدهای بالاتر از کاکائو توصیه می شود.

جسیکا کوردینگ متخصص تغذیه ثبت شده در نیویورک، توضیح می دهد: کاکائو ۸۵ درصد همان چیزی است که بسیاری از پزشکان و متخصصین مراقبت های بهداشتی به مردم پیشنهاد می دهند. به عبارت ساده، درصد بیشتر کاکائو به معنای مصرف شکر کمتر است. به این ترتیب حتی شکلات تلخ نیز حاوی شکر اما به مقدار بسیار محدود است. برای افرادی که به دنبال استفاده حداکثری از مزایای آنتی اکسیدانی شکلات هستند، مدل های تلخ تر توصیه می شود.

ادامه مطلب شناخت ذهن... از صفحه ۳۲

بعد از اینکه ارتباط روح با جسم به هر علتی قطع شد هر کدام به سمت عالم خود که با آن هم فرکانس هستند متمایل می شوند و حرکت می کنند. روح که از جنس انرژی متعالی است به بالا کشیده می شود و جسم به سمت زمین و خاک که با آن هم فرکانس می باشد حرکت می کند (بالنی را تصور کنید که اتصال سید با بالن قطع شود، سید به زمین سقوط می کند و بالن بالا می رود) اگر ذهن این وسط نتواند مجدداً این مجموعه را راضی به تعادل و درکنار هم قرار گرفتن و تشکیل مثلث کند تا مجدداً ارتباط بین روح و ذهن برقرار شود، ناچار ارتباط ذهن با جسم نیز که ضعیف تر می باشد گسیخته شده و فرآیند مرگ کامل می شود و آثار حیات از جسم کاملاً محو شده و فرآیند نابودی و تجزیه جسم جهت بازگشت به منبع اولیه که همان زمین و خاک می باشد آغاز می شود. ذهن می ماند و روح که دو اتفاق ممکن است بیفتد. با اینکه اصلاً از این به بعد داستان، موضوع بحث ما نیست سعی میکنم فقط به آن اشاره ای بکنم تا حدودی مساله برای خواننده روشن شود. اگر ارتباط بین ذهن و روح نیز از بین برود که طبیعتاً روح بعنوان یک انرژی عالی و برتر، با کوله باری از تجربه هایی که در این مدت، از همراهی با جسم و ذهن اندوخته است، که شامل خاطرات و تجربیات زمینی می باشد، به سمت منبع خود کشیده خواهد شد و ذهن باقیمانده تنها به صورت انبوهی از اطلاعات و کوانتوم های سرگردان و بیهویت و بی اراده در طبیعت بیکران رها خواهد گردید. اگر هم ارتباط بین روح و ذهن از بین نرود و چسبندگی بین روح و ذهن وجود داشته باشد ذهن امکان عروج را از روح خواهد گرفت و این دو مجموعه بی هدف و سرگردان در بعد غیر فیزیکی با هم، سیر خواهند کرد تا اینکه ذهن که دیگر قادر به تغذیه خود از طریق جسم نیست انرژی خود را از دست داده و روح را رها کند تا مانند بادکنک هلیومی که بند آن پاره شده است به سمت منبع خود گسیل شود. (از اینکه ناچار به توضیح این قسمت که خارج از بحث ما بود شدم از خوانندگان عزیز و متخصصان این حوزه پوزش می - طلبم).

در مواردی که مثلث به واسطه قطع ارتباط روح و جسم از هم - گسیخته شده ولی مرگ کامل نشده است، فرد دچار حالت کما می شود، اگر بعد از مدتی ذهن قادر شود روح را به جسمی که کماکان توانسته در مدت زمان کما هنوز آن را مدیریت کرده و زنده نگاه دارد برگرداند، فرد به زندگی باز می گردد. مواردی هم بوده که فرد بعد از مدتها کما، به مرگ دچار شده است یا اطرافیان به دلیل ناامیدی از بازگشت عمداً و با اختیار به پایان زندگی جسم رضایت داده و باعث پایان پروسه مرگ او شده اند. برای درک بیشتر مبحث مرگ مجدداً به مثال ارباب و کالسکه و کالسکه ران بر می گردیم. به هر علت که ارباب از کالسکه خارج شود، در میانه راه یا در مقصد، کالسکه ران که در خدمت ارباب می باشد و نوکر اوست کالسکه را نگه داشته و به دنبال ارباب می رود که آن را به کالسکه باز گرداند. اگر به هر علتی ارباب مجدداً به کالسکه باز نگردد، کالسکه ران چون ارادت و وابستگی بیشتری به ارباب دارد کالسکه را رها می کند و احتمالاً اسب های کالسکه رم کرده و بی هدف از آن دو جدا شده و راهی می شوند. ارباب می ماند و کالسکه ران. کالسکه ران نهایتاً انرژی و انگیزه خود را از دست داده و از یک جایی به بعد ارباب را نیز تنها می گذارد.

ادامه مطلب رویای دجله... از صفحه ۲۷

ماشادو برایم قهوه درست کرد، به همان سبکی که در بغداد مرسوم بود. بعد زیر لب گفت: «نگران نباش. تو را به جنگ سلامیسی نخواهم فرستاد. تو با خشیارشاه روبرو نخواهی شد.» آرام گرفتم.

به ماشادو گفتم که مطمئن باشد برای اینکه به جهان دلخواهم در شب نوزدهم هزار و یکشب برسم هر نقشی را در کتابش می پذیرم. شدم همسفر آن اسب آبی که همیشه وقتی ازش می پرسیدم به کجا می رویم، پاسخ می داد: «برمی گردیم به شروع زمان. سال صفر. اونجا که برسیم قرن ها فرصت خواهیم داشت تا تجربه کنیم و کارهای اشتباه انجام دهیم.» ازش پرسیدم: «آیا اسب های معمولی فامیلتون هستند؟» پاسخی نداد. فکر کنم خودش را به ناشنوائی زده بود و شاید هم دندان های نیشش درد می کرد. خیلی ترسیده بودم. ماشادو از دور به عنوان نویسنده دلداریم می داد که وقتی کتاب به پایان برسد همه چیز حل است و می توانم برگردم دوباره به هزار و یکشب.

هنوز دو ماه از اقامت در کتاب ماشادو نگذشته بود که رسیدم به باغ های عدن. دوباره علاقه سابقم به خوردن سیب گل کرد. تنوع سیب ها در باغ عدن خیلی جالب بود. آن قدر گشتم تا سببی شبیه همان سیب باغ های بصره که سالها قبل در بازار

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

علاوه بر این سهراب خان را به اصفهان فرستاد تا احساسات این شاهزاده جوان را چنان برانگیزد که مجبورش کند تا به میل و انتظار او رفتار کند، ولی اگر از این راه ملایمت و آشتی نتواند موفق گردد، مامور است که بدون سر و صدا او را با صلاح خان که وی را عامل همه این توطئه ها می پنداشت، توقیف کند. او در فرستادن سهراب خان برای این میانجیگری، انتخاب خوبی نکرده بود. سهراب خان در یک مجلس شرابخواری راز خویش را بروز داد و این عدم رازداری به ارزش جان وی تمام شد. ابراهیم خان افسران محرم خود را مامور کرد تا وی را در خود کاخ هنگام خارج شدن از حمام بکشند و فرمان او اجرا شد. ابراهیم خان اندیشید که این مرگ بزودی تمام قوای برادرش را به

ادامه مطلب ماموریت پاکستان... از صفحه ۳۷

به آسایشگاه ما که همان حیاط کذاپی و آن دو اتاق بود آمد و با خجالت و کمرویی تمام، از ما می پرسید: «چه کاری دوست دارید که من برای شما انجام دهم؟» و از چهره اش شرمساری فوران می کرد. گفتیم: «ما توقعی نداریم، اینجا منطقه جنگیست و ما هم برای میهمانی نیامده ایم و خود به این گونه زندگی کردن، عادت داریم.» پرسید: «آیا به من اجازه می دهید که شما را به سینما دعوت کنم؟» بچه ها با تعجب پرسیدند: «سینما؟» گفت: «بله، در بیست کیلومتری اینجا شهری هست که دارای سینما و رستوران است. اگر به من اجازه بدهید امشب آن سینما را برای شما قرق می کنم و اختصاصاً، منحصر به شما می کنم.» گفتیم: «نه، قرق نکنید، اجازه بدهید با سایر مردم فیلم را ببینیم.» آقای دکتر بسیار خوشحال شد و گفت: «ساعت شش و نیم من اینجا هستم که به اتفاق توسط یک اتوبوس به سینما برویم و پس از آن هم رستوران را برایتان رزرو می کنم.» سر ساعت شش و نیم با یک اتوبوس آمد و همگی سوار شدیم و به سینما رفتیم. بالکن را برای ما نگهداشته بودند. بچه ها از فرصت استفاده کردند و به دکتر گفتند: «حالا که شهر سینما دارد، پس لابد حمام هم دارد، و اگر ممکن است فردا برای ما حمام هم رزرو کنید.» دکتر هم با کمال خوشحالی پذیرفت.

بغداد خورده بودم پیدا کردم. گذاشتم در جیم. سرانجام اوایل قرن بیستم و بعد از فوت ماشادو رسیدم بغداد. توانستم حکم انتقالی و همه مدارک مهاجرت به داستان شب نوزدهم قصه های هزار و یک شب را بگیرم. از خوشحالی در آستانه معراج بودم. در اولین فرصت رفتم بازار بغداد، سیب باغ عدن در دستم بود. غلامی از قصه ای دیگر داشت رد می شد. گفت: «هوس سیب کردم. در این فصل بغداد سیب ندارد. میدی به من؟» با کمال میل تقدیمش کردم. در همین لحظه دیدم بزاز از دکانش بیرون آمد و از غلام عابر پرسید: «این سیب رو از کجا آورده ای؟» تا به خود بجنبم غلام غریبه گفت: «این سیب مال زنی است که شوهرش از بصره آورده.» زبانم بند آمده بود. نای حرف زدن نداشتم. فقط من می فهمیدم چه سال های سختی آن برده بخت برگشته در پیش خواهد داشت. او همان لحظه از دنیای قصه ها اخراج شد. به خاطر دروغی که گفته بود. سیب نیمه خورده باغ عدن را زیر پا انداخت و از دست بزاز فرار کرد. تا حالا باید رسیده باشد جزیره فیجی و در سوا دنبال ساحره چشم سبز میگردد. لابد.

من بین همه داستان های هزار و یکشب سرگردان ابدی ام. قبلاً غلام دیگری جای من را در قصه شب نوزدهم گرفت. دلم فقط به این خوش است که هنوز داخل کتاب داستان های هزار و یکشب هستم و اخراج نشده ام. هر شب به قصه های شهرزاد برای خلیفه گوش می دهم، اما حق اظهار نظر ندارم. برای من امتیاز بزرگی است.

ادامه مطلب طنز در مطبوعات... از صفحه ۷

ادامه مطلب گاندی کیست؟.. از صفحه ۱۰

کارنامه گاندی در پایان زندگی گواهی می دهد که این مرد به راستی شایستگی لقب هایی چون «مرد مقدس»، «روح بزرگ»، «رهایی بخش هند» و «پرچم استقلال» را داشته است. پس از آنکه سه گلوله آتشین به زندگیش پایان می دهند «دارایی» که از او به جا می ماند از «ثروت» یک دهقان فقیر هندی بیشتر نیست. گرچه گاندی به مانند بسیاری از انسان ها کمبودها و ضعف هایی داشت و ناتوان از درک بسیاری از پدیده های اخلاق بود اما در مجموع یکی از بهترین انسان هایی است که بر روی سیاره زمین راه رفته است.

ایرانیان مبارز از روش های گاندی در راه آزادی و رهایی ملت ستمدیده ایران درس های بسیار می توانند بیاموزند. بسیاری از روش های مبارزه این مرد بزرگ از بوته آزمایش و عمل سربلند بیرون آمده اند. بسیاری از این روش ها با فرهنگ کشور ما و با شرایط روانی - فکری هم میهنان ما هم آهنگی دارند. در شرایط کنونی ایران ابتدا باید «ترس مردم بریزد» سپس مبارزه توده های مردم همگانی شود. با بهره برداری از بسیاری از روش های گاندی در ایران با خونریزی کمتر نیز می توان به پیروزی رسید. شاید این نوشتار کوتاه کمکی در این راه باشد.

ادامه مطلب ماموریت پاکستان... از صفحه ۵۶

«از تماشاگران عزیز به علت قطع فیلم پوزش میطلبیم. چون امشب، میهمانان عزیز در این سینما تشریف دارند، بقیه فیلم نشان داده نخواهد شد و به جای آن، تکه هایی از فیلم های هندی از راج کاپور و نرگس و ویجنتی مالا و غیره پخش خواهد شد» و بلافاصله چراغها خاموش شدند و راجکاپور و ویجنتی مالا شروع به خواندن و نهمی نهمی کردند نمودند. برای ما، هم باور نکردنی بود و هم خنده دار.

پس از نیم ساعت که از نمایش تکه فیلمها گذشت از دکتر خواستیم که برویم. برخاستیم و وقتی از پله ها پایین می آمدیم دیدیم که مردم، با حیرت به ما نگاه می کنند. به دکتر گفتیم که تکلیف بقیه فیلم این مردم چه می شود؟ و او نمی دانست. گفتیم که در ایران رسم است که اگر بر حسب اتفاقی سینما نتواند همه فیلم را نشان دهد، مدیر سینما، روی تکه بلیت های تماشاگران مهر میزند تا یکبار دیگر مجانا به تماشا بیایند. و دکتر فوراً به مدیر سینما مطلب را گفت و او هم با اشاره و تعظیم کردن پذیرفت که همان کار را بکند. در سالن سینما دو تبلیغ برای «برنامه آینده» و «بزودی» روی دیوار نصب شده بود که خواندن شان بسیار شیرین بود. فیلم «برنامه آینده» (دراکولا) بود که عکس دراکولا را گذاشته بود و نوشته بود (دراکولی، خونی عیاش. ایک فل ام، سراسر ترس و دلهره و خباثت هی)... و برنامه «بزودی» فیلم (گوژ پشت نتردام) بود، که در آن فیلم، آنتونی کوئین بازی می کرد. نوشته بود (قوزی خادم، آنتهونی کهنونی زیندگی. قوزی بینوا عاشق، جینا لولو، بی وفا دیلبر، جفاکار دیلبر). ایک فل ام کی همه درد و بدبختی و غم هی

همه در بالکن نشستیم و دکتر، کارگر سینما را اجیر کرده بود که فصل به فصل برای مان شیرینی و میوه و نوشابه های گازدار می آورد و هنوز یکی تمام نشده دیگری را بدست مان می دادند. داستان فیلم دقیقاً از روی فیلم های شادروان فردین درست شده بود، قهرمان داستان، یک راننده رخشا داشت. (رخشا به معنی تاکسی است و آن عبارت است از یک موتور سه چرخه و سپا، که در جلو، یک صندلی برای راننده و در پشت سر او یک صندلی دو نفره، برای دو مسافر دارد و دور آن را با پارچه های مشامی(مشمع)، مانند همان هایی که روی ژبان های مهاری کشیده می شد پوشانده و به صورت اتاق در آورده بودند). و آن راننده که لوطی مسلک هم بود، بر حسب اتفاق، با دختر یک پولدار آشنا می شود و عاشق هم می شوند و پدر دختر مخالفت می کند و دختر و راننده تمام مدت به دور درخت می چرخیدند و آه های سوزناک می کشیدند. ولی تفاوتش با فیلم های خودمان و فیلم های هندی، این بود که گاه و بی گاه دوربین معلق می شد و دختره یا آرتیسته ناگهان سرازیری آواز می خواندند و پاهایشان گاه به دیوارها تکیه داشتند و گاه به سقف. تا اینجا که خوراکی فصل به فصل می رسید، کسی توجه به فیلم و قهرمانان فیلم نشان نمی داد، کار خودشان را می کردند، اما به تدریج حوصله بچه ها سر رفت و چون از گفتگوها هم سر در نمی آوردند، به دکتر گفتند کاش به جای این فیلم، آهنگ های فیلم های هندی مثل سنگام و آواره و آقای چارصد و بیست و از اینها نمایش می دادند. دکتر برخاست و رفت و ناگهان چراغها روشن شد و بلندگوی سینما گفت:

ها بین کارمندان تقسیم می شود. قلیزاده می پرسد: «در کوچه که اشخاص بیکار زیاد بودند، سبب چیست که این پول ها برای بیکاران کارگزارخانه حلال و برای گدایان کوچه حرام شده است؟» یکی از آقایان قلیان کش می گوید: «ملاعمو، درست است که ما فعلاً بیکار نشسته ایم ولی در گذشته خدمات زیادی به وطن کرده ایم. اما تو ملاعمو، اگر می خواهی بی غرضانه صحبت کنی، باید این را هم بگویی که در سایر نقاط آذربایجان چهارده اداره از این کارگزارخانه های بیکار هست، پس چرا چشمان تو فقط ما را می بیند؟» (۶)

قلیزاده به شیوه های مختلف نه تنها حاکمان زورگو و بی اعتنا به مسائل مردم را به سخره می گیرد، بلکه از تمام مسائل مورد ایراد انتقاد می کند، و شیوه های طنز او هم، چنان که خواهد آمد، خیلی شبیه طنز دهخداست. طرفداری مردم تبریز از «ملانصرالدین» جالب بود که در یک مورد دکانهای بازار را به خاطر بسته شدن آن می بندند. به هرحال مجله دوباره انتشار می یابد و پس از هشت شماره قلیزاده به دعوت دولت شوروی به باکو می رود و در آنجا هم، مخصوصاً در سالهای آخر، دچار نوع دیگری از سانسور می شود. دولت شوروی او را تشویق می کرد که از دین و مذهب هرچور که می خواهد انتقاد نماید و حتی می خواست اسم مجله را به «دین سبز» تغییر دهد که قلیزاده رضایت نمی دهد. در ضمن دولت شوروی اجازه نمی داد که او از حکومت استبدادی رضاشاه انتقاد نماید.

۱. «ایران اوزومندر «هوپ هوپ نامه» ص ۱۴۱-۱۴۰، ترجمه فارسی هوپ هوپ نامه از احمد شفایی، باکو ۱۹۶۵، ۱۸۶.
۲. «ساتیرام»، ایضاً، هوپ هوپ نامه، ص ۱۹۱-۱۹۰، مقایسه این شعر را با شعر «حراج» از سید اشرف گیلانی، نگاه کنید به از صبا تا نیما، ج ۲، صص ۶۵-۶۷.
۳. ایضاً، ص ۱۹۴-۱۹۳ (هوپ هوپ نامه)، ترجمه فارسی ص ۲۴۴.
۴. به پناهنده شدن محمدعلی شاه در سفارت روس به تاریخ ۲۷ جمادی الثانی ۱۳۲۷، اشاره می کند.
۵. هوپ هوپ نامه، ص ۱۹۷-۱۹۵ - ترجمه فارسی ص ۸-۲۴۶.
۶. نقل به اختصار از «ملانصرالدین» به کوشش محسن قشمی، تهران، نشر ثالث، ۱۳۷۶، صص ۱۰۳-۱۰۲.

ورود «ملانصرالدین» به ایران مدتی ممنوع بود و آن را در عدل های پارچه به صورت پنهانی می آوردند. تنها در ایران نبود که «ملانصرالدین» دشمنانی داشت. با اینکه جلیل ممدقلیزاده با شیخ الاسلام روشن فکر تفلیس روابط خوبی داشت، عده ای از خوانین قره باغ می خواستند او را بکشند. زن شیردل قلیزاده، حمیده خانم جوانشیر، تفنگچی اجیر می کند تا مواظب او باشند. البته داستان انتشار «ملانصرالدین» فوق العاده جالب و درعین حال مفصل است. در اینجا بی مناسبت نیست به شرح کوتاهی از هشت شماره ای که در تبریز انتشار یافت بپردازیم.

در سال ۱۹۲۰، هنگامی که بعد از انقلاب روسیه و تحولات زیاد، قره باغ، قفقاز در نهایت بی امنی بود، قلیزاده و همسر تصمیم می گیرند که به تبریز بروند و مجله را در آنجا منتشر کنند. برادر قلیزاده میرزا علی اکبر از یاران ستارخان بوده و در تبریز آشنایان زیادی داشت و به علاوه وجود شیخ محمد خیابانی و نهضت دموکراتیک آزادیستان او مایه دلگرمی و امیدواری آنها شده بود. متأسفانه اندکی پس از ورود آنان به تبریز شیخ محمد خیابانی کشته می شود و مخیرالسلطنه حاکم آذربایجان اشکالات زیادی برای آنها ایجاد می کند و میرزا علی اکبر نیز دستگیر شده برای مدتی به مراغه تبعید می شود. با این همه اولین شماره از هشت شماره منتشره در تبریز در سیام بهمن ۱۲۹۹ (۱۹ فوریه ۱۹۲۱) در یک هزار نسخه چاپ می شود، و در همان روز اول ششصد نسخه آن به فروش می رسد. روز بعد دو نفر پلیس به منزل قلیزاده آمده و می گویند که مجله توقیف است و باید شماره های آن را ببرند. حمیده خانم موفق می شود با دادن چند شماره بقیه روزنامه ها را از در دیگر بیرون بفرستد. در این شماره دو مقاله طنزآمیز از قلیزاده بود: «محل بیکاران» و «فاحشه خانه»، که اولی موجب توقیف مجله شده بود. قلیزاده می بیند که در بازار تبریز در طرفین راست و چپ کارگزارخانه عده زیادی آدم بیکار و زن و بچه گرسنه نشسته اند و گدایی می کنند. داخل اداره می رود می بیند که آنجا نیز کارمندان بیکار نشسته قلیان می کشند. در این میان خری با دو گونی پر از اسکناس معادل چهار هزار تومان می آید و پول

ادامه مطلب دهخدا، روزنامه نگار... از صفحه ۲۹

آزادی خواهان و سران مشروطیت، به تهران بازگشت و به مجلس شورای ملی رفت. در این دوره علاوه بر کار مجلس، در روزنامه‌های آفتاب، شوری، پیکار و ایران کنونی به نوشتن ادامه داد اما با شروع جنگ جهانی اول در سال ۱۲۹۳ و با وجود اعلام بی‌طرفی ایران در جنگ، شمال و جنوب ایران به وسیله روسیه و انگلیس اشغال شد و دهخدا به ایل بختباری پناه برد و تا پایان جنگ و به مدت ۲۸ ماه در آنجا ماند. در همین دوره با فرهنگ لاروس کوچکی که به دستش رسیده بود، به فکر تألیف لغت‌نامه فرانسوی به فارسی و طرح ایجاد لغت‌نامه و امثال‌وحکم شکل افتاد. وقتی جنگ تمام شد، او از کارهای سیاسی فاصله گرفت و به کارهای علمی و ادبی پرداخت. مدتی ریاست دفتر کابینه وزارت معارف و ریاست تفتیش وزارت عدلیه را بر عهده داشت. در سال ۱۳۰۶، در آستانه پنجاه‌سالگی، رئیس مدرسه علوم سیاسی و بعد از تأسیس دانشگاه تهران در سال ۱۳۱۳، رئیس دانشکده حقوق و علوم سیاسی شد. در سال ۱۳۲۰ بازنشسته شد. او در تمام این مدت، بعد از پایان جنگ جهانی اول، با وجود کارهای اداری، مشغول تألیف لغت‌نامه بود و بعد از بازنشستگی نیز تمام وقتش را صرف نوشتن آن کرد. دکتر غلام‌علی رعدی آذرخی که مدتی در تدوین لغت‌نامه به دهخدا کمک می‌کرد، می‌گوید یک بار در حدود سال ۱۳۰۷ از او پرسید: «شما که با نوشتن نثر اجتماعی و انتقادی «چرند و پرند» و سرودن اشعار طنزآمیز عامیانه و جدی پایه‌گذار نوینی در شاخه‌های مختلف ادبیات ایران شدید، چرا و چگونه امروز سکوت اختیار کرده‌اید و وقت خود را صرف امثال و حکم و لغت‌نامه می‌کنید؟ در جواب گفت: «من شما را تا این حد ساده‌دل نمی‌پنداشتم. آن آزادی دوره مشروطیت را که به برکت آن صوراسرافیل نوشته می‌شد و آن شور و شوق مردم را به من باز دهید، تا من دوباره به همان سبک و سیاق چیز بنویسم و شعر بگویم.»

لغت‌نامه: سعید نفیسی، از ادیبان مشهور، از جمعی یاد می‌کند که هر پنجشنبه در خانه دهخدا جمع می‌شدند: عباس اقبال آشتیانی، رشید یاسمی، عبدالحسین هژیر، نصرالله فلسفی، مجتبی مینوی و سعید نفیسی که به «ادبای سبعه» معروف بودند، و در کنار آنها مسعود فرزند، بزرگ علوی، دکتر پرویز ناتل خانلری و صادق هدایت نیز با هم جمع می‌شدند و به شوخی نام خودشان را گذاشته بودند: «ادبای ربعه».

شعر. دکتر عبدالحسین زرین‌کوب، ادیب و تاریخ‌نگار، با اشاره به احاطه دهخدا به شعر و نثر فارسی، این نظر وی را با دلیل و برهان به فروتنی‌اش نسبت می‌دهد و با تأسف می‌گوید: «اوضاع و احوال زمانه او را از اشتغال به شعر و شاعری بازداشت و با وجود قریحه هنری جوشان و آفرینشگری که او داشت، بدون شک حیف شد.»

دهخدا علاقه‌ای به شعر گفتن نداشت و دکتر غلام‌علی رعدی آذرخی که با دهخدا در تنظیم کتاب امثال و حکم و لغت‌نامه همکاری داشت، از قول وی می‌نویسد: «هروقت مرحوم میرزا جهانگیرخان و مرحوم میرزا قاسم‌خان با اصرار از من می‌خواستند که برای صوراسرافیل مقاله «چرند و پرند» بنویسم و مخصوصاً شعر بگویم و من ظفره می‌رفتم، در آخرین ساعات پیش از چاپ روزنامه مرا در اتاقی محبوس می‌کردند و مقدار زیادی سیگار در دسترس می‌گذاشتند و من ناچار، به نوشتن و سرودن می‌پرداختم.»

«چرند و پرند»: صوراسرافیل و مقالات طنزآمیز دهخدا با عنوان «چرند و پرند» که به زبان ساده و همه‌کس‌فهم نوشته می‌شد، به عقیده دکتر محمد دبیرسیاقی، «دری در روزنامه‌نگاری مکتب ساده‌نویسی و نوشتن به زبان توده مردم را گشود». دهخدا در صوراسرافیل چنان ساده و به زبان مردم و کوچه بازار می‌نوشت که تا پیش از او، چندان معمول نبود و به همین خاطر، بسیاری او را پیشرو قصه‌نویسی در ایران می‌دانند. دکتر رضا براهنی، شاعر و نویسنده، معتقد است که گرچه دهخدا خودش هرگز قصه ننوشت، با نثرش بزرگ‌ترین کمک را به پیدایش قصه در زبان فارسی کرده: «او با نثر ساده و عامیانه و حتی تیپ‌های مختلف آدم‌های اجتماعی؛ آهنگ و ریتمی داد که نثر فارسی قبلاً فاقد آن بود. دهخدا حلقه‌ای است بین نثر صریح و رُک ولی غیرداستانی دوران بلافاصله پیش از مشروطیت و نثر قصه جمال‌زاده و هدایت.»

شکستن زبان به صورت عامیانه، تا پیش از دهخدا وجود نداشت. به گفته دکتر براهنی: «نثر دهخدا، پلی است بین قصه‌نویسی و روزنامه‌نویسی، نثری است روزنامه‌ای که به جای آنکه یک روزنامه‌نگار بنویسد، یک ادب‌دان می‌نویسد، نثری است که عامیانه است، بدون آنکه مبتذل باشد و طنز است، بدون آنکه به هجو بینجامد.»

با فتح تهران به دست مجاهدین و خلع محمدعلی‌شاه، دهخدا به نمایندگی مجلس برگزیده شد و با درخواست

آویخته شدند. دهخدا به پاریس رفت و مدتی هم در ایوردن سوئیس سه شماره از صوراسرافیل را منتشر کرد. در یکی از این شماره‌ها، شعر «یاد آر، ز شمع مرده یاد آر» را منتشر کرد که یادنامه دوست جوان ۳۳ساله‌اش، میرزا جهانگیرخان، بود که به دست محمدعلی‌شاه کشته شد. دهخدا درباره این شعر می‌گوید: «شبی مرحوم میرزا جهانگیرخان را به خواب دیدم در جامه سپید، که عادتاً در تهران در بر داشت، به من گفت: «چرا نگفتی او جوان افتاد؟» من از این عبارت چنین فهمیدم که می‌گوید «چرا مرگ مرا در جایی نگفته یا نوشته‌ای»، بلافاصله در خواب این جمله به خاطر من آمد: «یاد آر، ز شمع مرده یاد آر»، در این حال، از خواب بیدار شدم و چراغ را روشن کردم و تا نزدیک صبح، سه قطعه از مسط ذیل را ساختم:

**یاد آر، ز شمع مرده یاد آر
ای مرغ سحر، چون این شب تار
بگذاشت ز سر سیاه‌کاری
وز نفخه روح‌بخش اسحار
رفت از سر خفتگان خماری
بگشود گره ز زلف زرتار
محبوبه‌ی نیلگون عمار
یزدان به کمال شد پدیدار
و اهریمن زشت‌خو حصار
یاد آر، ز شمع مرده یاد آر...**

اما پیش‌ازاین، دهخدا در صوراسرافیل، چه در نثر و چه در شعر و در پرده و پوشیده و در قالب تمثیل، از اوضاع زمانه در قالب طنز انتقاد می‌کرد. در قطعه «رؤسا و ملت» با انتقاد از وضعیت استبداد، «رؤسا» را در نقش مادر نادان و «ملت» را در قالب بچه‌ای تصویر می‌کند که در میان بازوان مادر از گرسنگی در حال جان‌دادن است:

**«خاک به سرم، بچه به هوش آمده
بخواب ننه، یکسر دو گوش آمده
گریه نکن لولو می‌آد، می‌خوره
گریه میاد بزبزی رو می‌بره
- ایه ایه - ننه چته؟ - گشنمه
- بترکی، بترکی این همه خوردی، کمه؟! -
- از گشنگی، ننه دارم جون می‌دم
- گریه نکن، فردا بهت نون می‌دم...»**

در این دوران، دهخدا جوانی پرشور و آزادی‌خواه و روزنامه‌نگاری انقلابی بود که به دنبال ایرانی آزاد بود و حتی بعد از تبعید نیز امیدوار بود که «شب تار» سیاه‌کاری از سر بگذرد و... یزدان به کمال خود پدیدار شود.

البته دهخدا خودش را شاعر نمی‌دانست و می‌گفت که اگر شعری گفته، از روی تقنن بوده است و بیشتر نظم بوده تا

در تالار مجلس، فرش بزرگی پهن بود و نمایندگان دور تا دور آن نشسته بودند و آیت‌الله محمد طباطبایی و آیت‌الله عبدالله بهبهانی، از مجتهدان آن زمان و از رهبران مشروطه، نیز در جلسه حاضر بودند. دهخدا به سؤالات و اعتراض‌های حاضران با دلیل پاسخ داد و به گفته خودش، «همه مجاب شدند و به برائت من و حقانیت سخنانم رأی دادند». نایب‌رئیس مجلس هم که از قصد دو روحانی جلوی در آگاه شده بود، از در دیگری دهخدا را خارج کرد تا گزندی به او نرسد. او که با مقالاتش پیوند رجال مستبد و روحانی‌نماهای وقت را آشکار ساخته بود، دوباره فرصت پیدا کرد تا به کارش در صوراسرافیل ادامه دهد اما آنها که از مشروطه دل خوشی نداشتند، به همراه برخی متعصبان همچنان در پی تعطیلی و از بین بردن مدیران روزنامه بودند. صوراسرافیل تا سه چهار روز پیش از به‌توپ بستن مجلس و اعدام میرزا جهانگیرخان، فعال بود.

تبعید بعد از به‌توپ بستن مجلس: مشکل بزرگی که بعد از صدور فرمان مشروطیت از سوی مظفرالدین‌شاه پیش آمد، این بود که شاه مُرد و پسرش، محمدعلی‌میرزای قاجار، به تخت نشست که از مخالفان مشروطیت بود. برای همین، دهخدا به همراه دیگر آزادی‌خواهان برای مقابله با تهدیدات شاه و نزدیکانش یک کمیته سرّی به نام «کمیته انقلاب» تشکیل دادند و هر شب جلسه برگزار می‌کردند تا ضمن تقویت بنیان‌های مشروطیت، مانع اجرای نقشه‌های شاه شوند. در این زمان، بعد از ترور ناموفق محمدعلی‌شاه و بر هم خوردن اوضاع، محمدعلی‌شاه به دنبال تسلیم کسانی بود که آنها را مقصر سیاسی اوضاع می‌دانست. در نتیجه، حسن تقی‌زاده، از سیاست‌مداران مشروطه‌خواه، تعریف می‌کند که «دهخدا، شب را در منزل من، پشت مسجد سپهسالار، با چند نفر از دوستان و کسان من به سر برد. روز تخریب مجلس، ما از منزل خود از در عقبی به خانه میرزا علی روحانی پناه برده و تا شب آنجا ماندیم و اوایل شب به زحماتی به سفارتخانه انگلیس (که خالی از اعضای سفارت بود زیرا که در قلهک بودند) رفتیم. ۲۵ روز در آنجا بودیم و بعداً ما را از ایران تبعید کردند.»

البته همه نتوانستند جان سالم به در ببرند و جهانگیرخان شیرازی، مدیر صوراسرافیل، و ملک‌المکلمین، از روحانیان مشروطه‌خواه، در باغ‌شاه به دار

ادامه مطلب دهخدا، روزنامه نگار... از صفحه ۵۸

ادامه مطلب انگلیسی با لهجه... از صفحه ۳۶

فقط برای اینکه از دستش خلاص شوم، رفته طرف پسرک، و از او که بی مهابا گریه می کرد به فارسی پرسیدم: «تو ایرانی هستی؟» پسر یک لحظه گریه اش بند آمد، و بعد بلندترین جیغی که از عهد تورات شنیده شده بود از حنجره اش خارج شد. نه تنها از عزیزانش جدا شده بود، بلکه توی یک برج بابل گیر افتاده بود.

برای پسرک دلم می سوخت، اما خوشحال بودم که حرفم ثابت شده. برگشتم طرف کتاب نقاشی، و دیگر اشتیاقی برای گریه نداشتم. چند صفحه رنگ کردم، بعد، بین کی اومه، پدر هراسان و از نفس افتاده وارد شد. دوید و مرا بغل کرد و پرسید آیا گریه کرده ام؟ جواب دادم: «معلومه که نه» گفت من درست وقتی گم شده بودم که گروه دو قسمت شده بود، بنابراین یک ساعتی گذشته بود تا متوجه غیبت من بشوند. او، همچنان نفس بریده، گفت فکر کرده من را درزیده اند. رمز موفقیت در استفاده از فرصت ها است، و فهمیدم که الان وقتش است. پرسیدم: «می شود برویم اسباب بازی فروشی؟» جواب داد: «تو جون بخواه، آن روز دیزنی لند را زودتر ترک کردیم چون پدر زانوهایش لرزان تر از آن شده بود که بتواند ادامه دهد. حتی فکر کردن به دزدان دریای کارائیب هم حالش را بهتر نمی کرد.

طبق معمول نیم ساعت توی پارکینگ دنبال ماشین مان گشتیم. خریدهای عمده ام را محکم در آغوش گرفته بودم: دوتا بادکنک هلیومی چیزی که پدر همیشه هدر دادن پول می دانست و هیچ وقت برابرم نخریده بود، یک مداد نیم متری با تصاویر دیزنی لند، مجموعه هفت کوتوله پلاستیکی کوچک با کیف مخصوص، و یک جامدادی وینی خرسه. به علاوه ازش خواسته بودم هفته بعد مرا به موزه مجسمه های مومی «مووی لند» ببرد. گفته بود: «حتما. هرچی دخترم بخواهد».

پدر در راه برگشت به خانه صحنه گم شدن را بازسازی کرد. پرسید: «خب چطور شد که فهمیدی گم شدی؟» جواب دادم: «چون شماها رانمی دیدم» ادامه داد: «از کجا فهمیدی باید پیش کی بروی؟» گفتم: «دنبال کسی گشتم که کارمند آنجا باشد». گفت: «خب از کجا فهمیدی که کارمند آنجا است و دزد بچه های گم شده نیست؟» جواب دادم: «لباسش مثل شش نفر دیگر دور و برش بود و اسمش هم روی کارت سینه اش نوشته بود». گفت: «هوم، کارت سینه. عجب بچه باهوشی». می دانستم دارد به چه فکر می کند. به لطف میکی، من از بچه ای که نمی تواند شنا یاد بگیرد به یک بچه نابغه ارتقا یافته بودم.

تعطیلات آخر هفته بعد، توی اسباب بازی فروشی موزه مووی لند بودم، و تصمیم سختی داشتم برای انتخاب بین نقاب آفتابگیر، استخر بادی کوچک با علامت موزه، و کارت های بازی با عکس ستاره های سینما. بعد جمله ای جادویی از پدر شنیدم: «چرا همه شان را نگیریم؟» گفتم: «این هم فکر بدی نیست» و توی دل آرزو کردم سخاوتمند در خرید چیزهای بی فایده، زودگذر نباشد.

از اسباب بازی فروشی که بیرون می آمدم پدر دستم را محکم گرفته بود، مثل تمام آن روز. من که خریدهایم را با دست دیگر بغل کرده بودم، از نقش جدیدم به عنوان بچه عزیز دردانه کیف می کردم. شاید واقعا چیزی به آن جونده بدهکار بودم.

افشار آمده که او یک بار به وسیله حسین آزموده، دادستان وقت ارتش، در منزلش بازجویی شد و بار دیگر در ۲۵ مهر همان سال، او را به دادستانی خواستند و پس از ساعت ها درنگ و پاسخ گویی بر سوالات مکرر، نیمه شب، مانده و رنجور به منزل برگرداندند و در هشتی و دالان منزل رها کردند. پیر فرسوده از حال رفته، بی آگاهی اهل خانه ساعت ها نقش بر زمین بماند تا خادمی که برای ادای فریضه صبح برخاسته بود، کالبد فسرده اش را به درون نقل کرده و اهل خانه را آگاه ساخته بود تا تیمارداری وی کنند. بعد از آن، دچار تنگی نفس شدیدی شد و دیگر حالش خوب نشد تا آنکه در ۷ اسفند ۱۳۴۴ در خانه اش در خیابان ایرانشهر

دهخدا و لغت نامه گرفته اما می گوید که هیچکس جای او را نخواهد گرفت و علت خردگی اش هم «راهنمایی کسانی است که در آینده می خواهند در این زمینه کارهای سودمند بکنند».

امثال و حکم که در سال های ۱۳۰۸-۱۳۱۱ منتشر شد، به عقیده ولی الله درودیان، به تنهایی «نمونه بارزی از ذوق و ظرافت ادبی و معنوی دهخداست».

دهخدا در حین کار روی لغت نامه و امثال و حکم، دیوان شاعران را زیرورو می کرد و لغت های مورد نظرش را بیرون می کشید. به همین خاطر هم، دیوان برخی شاعران نظیر ناصر خسرو، حافظ، سید حسن غزنوی، ابن یمین، منوچهری دامغانی، فرخی سیستانی، مسعود سعد سلمان و سوزنی سمرقندی را تصحیح کرده که برخی از آنها منتشر شده اند.

در سال های بعد، دهخدا تنها به لغت نامه می اندیشید و کار دیگری نداشت تا اینکه در اوایل اسفند سال ۱۳۲۹ جمعیت مبارزه با بی سوادی را تأسیس کرد. در اعلامیه ای که در اردیبهشت سال ۱۳۳۰ برای این جمعیت منتشر کرد، چنین نوشت: «این جمعیت هیچ مقصود و منظور سیاسی ندارد و دست استعانت و توسل به سوی هر ایرانی شهری، ده نشین و احشام پرور که خواندن و نوشتن می داند، دراز و از او تمنا می کند که در هر مسلک و دین و مذهب که هست، هفته ای یک یا چند ساعت وقت خود را صرف تعلیم بی سوادان کند».

بازگشت به کار سیاسی در دولت مصدق: با روی کار آمدن دکتر محمد مصدق در اردیبهشت سال ۱۳۳۰، او دوباره به عرصه سیاست بازگشت و در دفاع از مصدق مقاله نوشت و از او به عنوان «نابغه شرق» یاد کرد. پس از کودتای ۲۸ مرداد ۱۳۳۲ و بعد از سقوط دولت مصدق، در جست و جوی حسین فاطمی به خانه اش ریختند و حقوقش را قطع کردند. خودش در فیش های لغت نامه با عنوان «بخور و نمیر» نوشته:

«نان بخور و نمیری مجلس های قبل برای تا آخر عمر من و بازماندگان من معین کرده بودند. حالا به گناه آنکه من گفتم آن که در دو جمعیت بین المللی حقانیت ما را در امر نفت به اثبات رسانید، یعنی دکتر محمد مصدق، درخور حبس و تبعید نیست، بریدند. عیب ندارد، از گرسنگی مردن من تاج افتخار دیگری است که به من داده می شود».

بعد از آن نیز او را متهم به مخالفت با سلطنت کردند. در مقدمه کتاب نامه های سیاسی دهخدا به کوشش ایرج

در این جلسات بحث بر سر مسائل ادبی بود. سعید نفیسی چنین تعریف می کند: «مرحوم دهخدا پی در پی سیگار می کشید، خاکستر سیگار و چوب سوخته کبریت را هر جا که می رسید، می انداخت».

از عجایب این بود که قلم و دوات مرتبی نداشت و بارها شد که با سر سوخته کبریت چیزی نوشت و یادداشت کرد...

مکرر روی پاکت شیرینی یا میوه و روی کاغذ پاره ای که سیگار در آن پیچیده بودند، در حضور من چیزی می نوشت».


به همین خاطر، در پیدا کردن چیزهایی که نوشته بود، همیشه مشکل داشت تا اینکه اصول فیش نویسی را فراگرفت و در هر ورق، لغتی را با شاهد مثال از نظم و نثر می نوشت.

قسمتی از لغت نامه دهخدا در زمان حیات وی در فاصله سال های ۱۳۲۴ و ۱۳۳۲ منتشر شد و بقیه آن، بر طبق وصیتی که کرده بود، ابتدا زیر نظر دکتر محمد معین و سپس با سرپرستی دکتر سید جعفر شهیدی و دستیاری دکتر محمد دبیرسیاقی تألیف و منتشر شد.

دکتر محمدرضا شفیعی کدکنی، از استادان ادبیات، معتقد است: «اگر از فردوسی بگذریم، معلوم نیست کدام یک از بزرگان ادب ایران زمین به اندازه دهخدا به فرهنگ ملی ما ایرانیان خدمت کرده است. کار عظیم و مردانه استاد علی اکبر دهخدا درباره واژگان زبان فارسی از کارهای کارستانی است که توفیق انجام آن را باید موهبتی الهی برای زبان فارسی و برای بنیان گذار آن به شمار آورد». به عقیده دکتر شفیعی کدکنی، «تنها امثال و حکم او کافی است که مؤلفی را در زبان پارسی جاودانگی بخشد، تا چه رسد به لغت نامه ی بزرگ او».

ابوالقاسم انجوی شیرازی، از جمله یاران و همکاران دهخدا در لغت نامه، می گوید که بعد از فردوسی که سی سال در زنده ماندن زبان فارسی کوشید، «دهخدا را می بینیم که بی هیچ چشم داشتی و همچون فردوسی، تنها و تنها به دلیل عشق خالصانه اش به ایران و فرهنگ ایران، در خانه نشسته و به تدوین لغت نامه، این گنجینه بی مانند زبان و ادب و فرهنگ ایران، همت گماشته است».

امثال و حکم: دهخدا هم زمان با تهیه و تدوین لغت نامه، امثال و حکم را جمع آوری کرد که در چهار جلد منتشر شد. سعید نفیسی امثال و حکم دهخدا را «مجموعه فکر ایرانی» می داند، از روزی که زبان فارسی پیدا شده تا امروز. بعد از آن، فکر و ذکر دهخدا لغت نامه بود. سعید نفیسی ایرادهایی به روش



Oscars 2023
March 12, 2023
Jamileh Davoudi

The 95th Academy awards nominations were announced on January 24, 2023. For the shorts category, *The Red Suitcase*, by Luxembourg-based Iranian director Cyrus Neshvad, is nominated for best live action short. Inspired by the struggle of women in Iran against mandatory hijab, it shows a veiled 16-year-old Iranian girl arriving at Luxembourg airport with a red suitcase. She is reluctant to go through customs with the red suitcase as this is the only symbol to identify her as a young bride for an unwanted wedding!



The Red Suitcase

One of the nominees for international feature film is *Argentina 1985*. This is a powerful film based on a fascinating true story of public prosecution of heads of Argentina's bloody military dictatorship with crimes against humanity.



Argentina 1985

Director Santiago Miter brings on screen one of the most significant legal trials in Argentina's history after democracy was re-established following a decade of military rule. Blending archival footage with impressive

acting, *Argentina 1985* reminds us of valuable lessons of historical accountability and gives us hope for justice. Watching the film, I kept dreaming about the days when people in Iran will put on trial all who are involved in arresting, torturing and execution of protesters in "Woman, Life, Freedom" uprising.

The other nominees in the International Feature Film category are *EO* (Poland), *All Quiet on the Western Front* (Germany), *Close* (Belgium), and *The Quiet Girl* (Ireland). But I would like to mention a few notable films that didn't make the list of Oscar's nominations, including *Holy Spider* (Denmark) and *Blue Caftan* (Morocco). I wrote about them in the October and November issues as they were part of my coverage for the Mill Valley Film Festival.

Narcosis (Netherlands) The opening shot, an upside-down scene of a woman in wilderness where the camera slowly moves to bring her back on her feet, sets the tone for this beautifully cinematographed film. Director Martijn de Jong tells a sensitive story full of life about love and loss. A close-knit family is disrupted when the father fails to resurface during a professional dive.



Narcosis

Without evidence of his death and no funeral the family lives in limbo, still hoping for the father to return.

Memory Box (Lebanon) On Christmas Eve, a single mother who lives with her teenage daughter, receives an unexpected delivery. She refuses to open the box, but her daughter secretly begins diving into it



Memory Box

entering the world of her mother's confused, passionate adolescence during the Lebanese civil war. Set between present-day Montreal and 1980 Beirut, directors Joana Hadjithomas and Khalil Joreige portray a generational trauma in the form of a mysterious box of letters, scrapbooks, and tapes.

Eternal Spring (Canada) This entry from Canada is based on the true story from China. In 2002 many Chinese were practicing spiritual Falun Gong from the Buddhist tradition. The Chinese government, afraid of its popularity, banned the practice. In opposition, a group of Falun Gong members hijacked the state TV station to counter the government narrative about their practice. Police raids swept through Changchun city and comic book illustrator Daxiong, a Falun Gong practitioner is forced to flee. Combining present-day footage with 3D animation inspired by Daxiong's art, director Jason Loftus brings to life an unprecedented story of determination to speak up for political freedom, no matter the cost.



Eternal Spring

Return to Seoul (Cambodia) Stories of adopted children looking for their biological parents after growing up is not original. But director Davy Chou makes the story of a twenty-five-year-old French woman returning to Korea, the country she was born



Return to Seoul

before being adopted by a French couple, a journey. This is not about going back to your place of birth and in few weeks connecting and finding your home. This is about a multi-year struggle to come with peace with who you are and building a new life and identity.

Corsage (Austria) Based on the life of Empress Elisabeth of Austria, starring Vicky Krieps, it is hard to believe this is set in 1850s. Director Marie Kreutzer, while depicting the social realities of the period and the expectations of attending strict ceremonies and royal duties, shows Elisabeth's rebelliousness against her public image through her intelligence and her interest in science. She smokes, rides horses, is active in fencing, swimming, and travels throughout Europe without her husband, the Emperor Frans Joseph.

**The 95th Academy Awards
Oscars is scheduled for March 12, 2023.**

MARYAM

مریم

(917) 428-4600



آیا به دنبال یک مشاور املاک با تجربه هستید؟

Looking for a Luxury Real Estate Professional?

مریم، با فروش بیش از ۷۰۰،۰۰۰،۰۰۰ دلار و ۳۰ سال تجربه، می تواند شما را در این امر مهم یاری دهد!

MARYAM, with over \$700,000,000 in sales, and 30 years of experience can help!

متخصص در:

- منازل مسکونی
- املاک بیش از یک واحد
- تعویق مالیات متعلق به فروش دارایی های تجاری به آینده

MARYAM

FOUNDER & CEO

917-428-4600

MaryamDickey@me.com

www.MMLuxuryRealty.com

Specialized In:

The Bay Area/Silicon Valley Real Estate

- Single-Family Homes
- Multi-Units
- Probate
- 1031-Tax Deferred Exchange



Los Altos Hills \$6,998,000

Great opportunity with the potential to expand or rebuild and have a fabulous, contemporary mansion in Los Altos Hills!

MM Luxury Realty



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

(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: cnasserri62@yahoo.com

Fax:(408)278-0488

Website: carolinenasserilaw.com

675 North First Street, San Jose, CA 95112