



سازه‌های آبی تاریخی شوشتر در خوزستان مجموعه‌ای به هم پیوسته از بلها، بندها، آسیاب‌ها، آبشارها، کانال‌ها و تونل‌های عظیم هدایت آب هستند که در ارتباط با یکدیگر کار می‌کنند. تصویر بالا بخشی از این مجموعه است که در زمان سلطنت شاپور اول پادشاه ساسانی برای استفاده از نیروی آب به‌عنوان نیروی محرکه آسیاب‌های صنعتی ساخته شده است. این مجموعه در ۲۶ ژوئن ۲۰۰۹ / ۵ تیرماه ۱۳۸۸ در فهرست میراث جهانی سازمان آموزشی-فرهنگی ملل متحد (یونسکو) با شماره ۱۳۱۵ به ثبت رسید.

Global Rug Specialist
Handwash-Repair-Sell
(650)965-7847
(408)892-7847
825 W. El Camino Real, Mountain View

Selahi Insurance Agency
با همکاری معتبرترین شرکت‌های بیمه
Certified Covered California Agent
Uber drivers now have insurance options!
+سلامتی +مسکن +اتومبیل، قایق و موتورسیکلت
+محل کسب و از کار افتادگی +عمر و هزینه فوت
ما با زبان‌های فارسی و آشوری شما را می‌توانیم راهنمایی کنیم
(408) 931-6434
4030 Moorpark Ave., Ste. 250, San Jose, CA
سحر سلاحي
Lic:0G47139



دفتر حقوقی میهن

Iranian Legal Services

Mihan Law Group

با همکاری کارشناسان حقوقی و وکلای دادگستری در ایران

با مدیریت آقای کاشی



خانم باقری

وکیل پایه یک دادگستری
کارشناس ارشد حقوق جزاء



امیر کیا

وکیل پایه یک دادگستری
در ایران و امور بین المللی



علیرضا کاشی

کارشناس املاک در ایران



مایکل اپستین

وکیل مهاجرت



ندا نهاوندی

وکیل دادگستری در ایران
فوق لیسانس حقوق از آمریکا

- ♦ *Accepting Advocacy & Arbitration in Iran*
- ♦ *Immigration Services with Immigration attorney*
- ♦ *Inheritance & Probate of Will*
- ♦ *Real Estate counseling & property in Iran*
- ♦ *Marriage & Divorce*
- ♦ *Issuing or renewal passport & Birth certificate*
- ♦ *Consulting about retirement pension in Iran*
- ♦ *Drawing up power of Attorney & contract*
- ♦ *Translation*
- ♦ *Drawing up any forms of contract (Iran & US)*

- ♦ انجام کلیه امور حقوقی و اداری در ایران از هر نقطه آمریکا
- ♦ انجام کلیه امور مهاجرت به آمریکا با وکلای اداره مهاجرت این دفتر
- ♦ انجام انحصار وراثت، تقسیم و دریافت ارث و امور مربوط به آن
- ♦ استرداد املاک توقیف شده و یا تصرف شده توسط اشخاص
- ♦ انجام کلیه امور مربوط به طلاق، مهریه در ایران و آمریکا
- ♦ دریافت شناسنامه و کارت ملی فوری از ایران و دریافت پاسپورت
- ♦ برقراری حقوق بازنشستگی و حقوق معوقه
- ♦ تهیه و تنظیم کلیه وکالتنامه ها، متون حقوقی و وصیتنامه و قرارداده
- ♦ ترجمه و تأیید کلیه متون به هر زبانی
- ♦ تنظیم هر گونه قرارداد حقوقی طبق قوانین دو کشور (ایران و آمریکا)

پاسخگوی کلیه سؤالات حقوقی و قانونی شما در ایران و امور مهاجرت آمریکا می باشیم!

www.mihancompany.com

ما با دو دفتر در شمال و جنوب کالیفرنیا و با تجربه کافی، دقت و پشتکار، شما را یاری می دهیم

دفتر شمال کالیفرنیا

دفتر جنوب کالیفرنیا

(408) 249-9827 • (877) 644-2607 • (310) 967-7755

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

پیام شایانی وکیل تصادفات و صدمات شدید بدنی

(800) 261-1314

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

Payam Mark Shayani, ESQ
Accident Attorney

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

(916)442-9999

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

(408)777-8867

2880 Zanker Road, Suite 203
San Jose, CA 95134

(925)777-0432

425 Market Street, Suite 200
San Francisco, CA 94105

به مناسبت بیست و پنجمین سالگرد تاسیس پژواک

سردبیر بر آن بود تا به مناسبت بیست و پنجمین سال انتشار پژواک، در این صفحه با خوانندگان عزیز و وفادار حرف و حدیثی داشته باشد. می خواست بگوید که رشد و نمای چشمگیر این نشریه، به ویژه در چند سال اخیر، مرهون لطف و عنایت خوانندگان، همکاری نویسندگان و حمایت آگهی دهندگان بوده است. می خواست از همدلی، همفکری و همگامی یکایک صمیمانه تشکر کند و شاید اشارتی هم به برخی سختی ها و دشواری های دور از چشم نماید ... دریافت شعر زیر، که سالی از سرایش آن میگذرد، سبب گردید تا یکجا جایگزین یادداشت سردبیر شود. با سپاس از جناب زرین کلک برای شعر خوب و مهرآمیزشان. افلیا پرویزاد

برای سردبیر گرامی و نویسندگان ارجمند ماهنامه پژواک

ای بانوی بانوان نامی
ای راهنمای این زمانه
مهنامه نگار رایگانی
بنیاد گزار ماهنامه
پژواک تو بهترین اسامی ست
یک دم نبود که آن پریزاد
هر نامه به ماهنامه درج است
آغازگر نگارش او
یک سینه سخن که از سپند است
از شور نگارش الهی
خرسندی و طنز بی مثالش
پیرایه و بهرام گرامی
هر یک به مثال گیله مرد است
پژواک جریده ای قشنگ است
غمخواری هموطن چه شیوا
هر چند که اهل سوز و ساز است
جا دارد اگر برای پژواک
پیوسته عزیز و شاد باشید

ای یار هنرور گرامی
ای حامی حرمت زنانه
یاد آور نام و نقش مانی
پژواک نگار هر چه نامه
پیغام سخنوران نامی ست
از فکر جریده باشد آزاد
چون نرگس و سوسن و ترنج است
اندیشه تابناک بانو
سرشار ز حکمت است و پند است
شوریده ز ماه تا به ماهی
از رهبر دون گرفته حالش
مکوندی و شیدوش و نظامی
گوینده بی بدیل و فرد است
در معنی و لفظ رنگرنگ است
همواره بود در آن هویدا
افشاگر صد هزار راز است
هر ماه کنیم سینه را چاک
پیروز به هر مراد باشید

منوچهر زرین کلک
۱۳۹۳/۴/۹

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

شماره تلفن: ۸۶۲۴-۲۲۱(۴۰۸)

شماره فکس: ۳۷۱۷-۶۹۳(۴۰۸)

آدرس مکاتبه با نشریه پژواک:

PO BOX 9804,

SAN JOSE, CA 95157

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

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

صفحه ۱	تبلغ
صفحه ۲	یادداشت سردبیر- فهرست مطالب
صفحه ۳	اخبار
صفحه ۴	اخبار
صفحه ۵	آبراهه سونز (دکتر بهرام فره وشی)
صفحه ۶	نظری بر نظرها (ایرج پارسی نژاد)
صفحه ۷	اخبار
صفحه ۸	یک سینه سخن (مسعود سپند)
صفحه ۹	با (هادی خرسندی)
صفحه ۱۰	اخبار
صفحه ۱۱	تقسیم اموال بعد از طلاق (کاملیا محمودی)-اخبار
صفحه ۱۲	موش و گربه بازی (هما گرامی- فره وشی)
صفحه ۱۳	حکم بازدارنده موقت... (کاوه میر شفیعی)
صفحه ۱۴	ورزش از نگاه من (احمد طوسی)
صفحه ۱۵	خاطرات در گذر زمان (هوشمند عقیلی)
صفحه ۱۶	«دراکولا به سبک ایرانی» (سعید شفا)
صفحه ۱۷	نوشخنده، پوزخنده، لیخند و زهرخند (عزت گودرزی)
صفحه ۱۸	سیر و سفری در گلستان ادب پارسی (پرویز نظامی)
صفحه ۱۹	مشقی تازه در روزهای غربت (حسینعلی مکوندی)
صفحه ۲۰	یادداشتی بی تاریخ (صدرالدین الهی)-حکایت
صفحه ۲۱	تبلغ
صفحه ۲۲	از درگوشی ها (پیرایه)
صفحه ۲۳	کمپانی دریم وُر کس (فرسیا اعتمادزاده)
صفحه ۲۴	گیله مرد (حسن رجب نژاد)
صفحه ۲۵	اخبار
صفحه ۲۶	تازه های پزشکی (منوچهر سلجوقیان)
صفحه ۲۷	اصول تمرینات پرورش اندام (کامران علیشاهی)
صفحه ۲۸	انرژی مثبت... (پریناز کدخدایان)
صفحه ۲۹	هیچوقت دیر نیست (آتوسا یکان)
صفحه ۳۰	تیغ و ست (رایحه مظفریان)
صفحه ۳۱	مولوی و عشق (حسن مسیح پور)
صفحه ۳۲	قرآن و شراب (بهرام گرامی)
صفحه ۳۳	چگونه می توان با انتقال... (حسین الماسیان)-اخبار
صفحه ۳۴	تقویم برنامه های هنری - جدول
صفحه ۳۵	نیازمندیها - فال ستارگان
صفحه ۳۶	داستان (ناهید کشاورز)
صفحه ۳۷	برزوی دستفروش (عباس پناهی)
صفحه ۳۸	با قواین ایران... (ندا نهارندی)-تا نظر شما چه باشد
صفحه ۳۹	گل نم (شیدوش باستانی)
صفحه ۴۰	شعر
صفحه ۴۱	سیندرلا (محمود مستحیر)
صفحه ۴۲	دستور خامنه ای چه تاثیری در... (نعیمه دوستدار)
صفحه ۴۳	تبلغ
صفحه ۴۴	زندگی نامه نیک وی آچیچ
صفحه ۴۵	اخبار-دنباله مطلب
صفحه ۴۶	دنباله مطلب
صفحه ۴۷	تبلغ
صفحه ۴۸	دنباله مطلب
صفحه ۴۹	دنباله مطلب
صفحه ۵۰	دنباله مطلب
صفحه ۵۱	دنباله مطلب
صفحه ۵۲	دنباله مطلب
صفحه ۵۳	دنباله مطلب
صفحه ۵۴	دنباله مطلب
صفحه ۵۵	دنباله مطلب
صفحه ۵۶	دنباله مطلب
صفحه ۵۷	انگلیسی
صفحه ۵۸	انگلیسی
صفحه ۵۹	انگلیسی
صفحه ۶۰	انگلیسی

می کند و شاید مهم تر این باشد که کودکان طبقه محروم و نیمه برخوردار در صورت توسعه عادلانه امکانات و فرصتهای آموزشی، قابلیت های بالاتری کسب می کنند تا به شکل پایدارتری از شوره زار فقر خارج شوند. بهترین کمک به توسعه عدالت آموزشی و کاهش فقر، در کنار اعطای فرصت های برابر آموزشی به همه فرزندان ایران شاید این باشد که آموزش و پرورش باید کمک بیشتری به دانش آموزان برای کشف قابلیت های خودشان نماید

مدارس توانمندساز

تفاوت ظریف توسعه انسانی با الگوهای پیشین توسعه (اقتصادی، سیاسی، فرهنگی و...) را دکتر وحید محمودی (که یک توسعه پژوه است) در مقاله ای در دو واژه تعریف کرده است: «رسیدن» فرد به جای «رساندن» او. در «رسیدن»، قابلیت فرد، نقش اصلی را دارد و در «رساندن»، دخالت اراده های غیر بدیهی است که تمام لذت کوهنورد مسیریست که خود و با قابلیت های خود پیموده است. تا سال های مدید عادت این بود که تا سخن از فقر به میان می آمد، بی پولی و خانواده های آلودگ نشین به ذهن متبادر می شد اما امروز اگرچه آلودگ نشینی از مظاهر آشکار فقر است اما منبع و منشأ فقر را در کنار سایر علل و عوامل اجتماعی و سیاسی باید در نظام آموزشی جست و جو کرد که شهروندان فردا را متوجه ثروت بکر انسانی، توانمندی های شگفت انگیز و قابلیت های درونی خود نمی کند.

دیناله مطلب در صفحه ۴۹

فرصت های برابر و دسترس

پذیری عادلانه امکانات آموزشی

یکی از راه حل ها برای فائق آمدن بر فقر قابلیت، فراهم آوردن فرصت های برابر و دسترس پذیری عادلانه امکانات آموزشی برای همه دانش آموزان است. توجه به فرصت های عادلانه و برابر آموزشی نه یک شعار که یک راهبرد کارآمد است. گالبرایت (Galbraith) می گوید: «هیچ جامعه تحصیل کرده ای فقیر نیست و هیچ جامعه بی سواد ثروتمند نیست، شاید فقر و بی سوادی بالاترین روابط علی را داشته باشند.»

پژوهش های انجام شده بر روی داده های پیش از ۵۰ کشور که توسط سیلوس تر (Sylwester) در سال ۲۰۰۲ پیرامون تأثیر مخارج آموزشی بر نابرابری انجام شد، به این نتیجه رسید که آموزش عمومی به ازای هر محصل، به کاهش نابرابری و نرخ فقر کمک کرده است.

در پژوهش می دانی دیگری که در گستره چندین کشور انجام شده است، مشخص شده که هرچه فرصت ها و امکانات آموزشی نابرابر توزیع شوند و دسترسی کم درآمدها و پردرآمدها به آموزش، دچار شکاف بزرگتری شود، نابرابری درآمدها نیز افزایش خواهد یافت. به تعبیر ساده، آموزش و دسترس برابر همگان به فرصت های آموزشی توان افراد را برای مقابله با شرایط دشوار زندگی بالا می برد. اجرای عدالت آموزشی به ویژه در مناطق محروم، افراد را از وجود فرصت های شغلی و امکان کار و فعالیت در سایر نقاط آگاه

معنای جدید فقر چیست؟

مرتضی نظری

و همکارانش به شاخص کاملتری برای سنجش توسعه انسانی کشورها تبدیل شده است. فقیر به شکل ساده و در معنای جدید کسی است که: ♦ دچار بی سواد و تبعیض های جنسیتی است و به بهداشت و تغذیه سالم دسترسی ندارد. ♦ نمی تواند از لذت مطالعه بهره مند باشد و علاوه بر نگرانی از نداری، نگرانی های به مراتب بزرگتری همچون ترس از آینده با او همراه است. ♦ این فرد شاید پول و درآمد کافی هم داشته باشد اما از حضور در فعالیت های اجتماعی شرم دارد و یا عرصه مشارکت اجتماعی بر او تنگ است. اگرچه درآمد پایین، یکی از اضلاع فقر قابلیت محسوب می شود اما هرگز گویای همه ابعاد آن نیست. داشتن درآمد، رافع همه نیازها نیست. چیره شدن بر نارسایی های زندگی پیچیده امروز صرفاً با درآمد بیشتر ممکن نیست چه بسا با داشتن پول نتواند این نیازها را برطرف کند.

دولت ها و ساختارهای اقتصادی و سیاسی که برای نجات شهروندان خود از چنگال فقر، توجه و تمرکز خود را بر افزایش سطح درآمدی مردم معطوف کرده اند، کار اساسی به پیش نبرده اند چرا که زمینه تولید فقر را نشانه نرفته اند. چه بسا کشورهای نفتی که توانسته اند بر فقر درآمدی عموم اقشار غلبه کنند اما فقر قابلیت همچنان سایه سیاه خود را بر سپهر جامعه و زندگی مردم گسترانده است. جان کلام اینکه:

شهروندی که حق اظهار نظر ندارد، فقیر است. کسی که قادر به دفاع از حق خود نیست، فقیر است. شهروندی که از دسترسی آزاد به اطلاعات محروم باشد، فقیر است. شهروندی که به دلیل جنسیت خود از حقوق برابر اجتماعی محروم می ماند، فقیر است. و اما عریان ترین جلوه «فقر قابلیت» این است که فرزندان که در طبقه محروم جامعه متولد می شوند، از فرصت های اجتماعی همسالان خود در طبقات متوسط و مرفه محروم باشند.

تغییر مفهوم فقر؛ فقر قابلیت

در ادبیات جدید توسعه، فقیر به کسی گفته می شود که از قدرت انتخاب کمتر و محدودتری در زندگی برخوردار است.



تعریف رایجی که تاکنون از فقر ارائه شده، فقر اقتصادی بوده یعنی به کسی فقیر گفته می شد که از درآمد کمتری برخوردار باشد و البته این تعریفی محدود از فقر است. اما به همان نسبت که طی پنجاه سال گذشته در مفهوم توسعه تغییراتی ایجاد شده، معنای فقر نیز با دگرگونی و سیر تطوری همراه بوده است. توسعه از نگاه صرفاً اقتصادی و مبتنی بر تولید ناخالص داخلی (GDP)، به توسعه سیاسی و فرهنگی و تازه تر به توسعه انسانی متمایل شد تا جایی که برنامه های توسعه کشورها را زمانی موفق می دانند که به کاهش فقر بیانجامد. به همین نسبت ما امروز با تحول در مفهوم فقر مواجهیم.

امروز مفهوم فقر دیگر با فقر درآمدی و فقر معیشتی برابر نیست و از فقر فرهنگی، فقر انسانی و در دهه اخیر از «فقر قابلیت» سخن در میان است. تعبیر اخیر از فقر را «آمارتیاس» برنده جایزه نوبل اقتصاد مطرح کرده و نظر او

FINE HOMES REALTY



Mohamad Harandi

محمد هرندی

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



Realtor & Mortgage Specialist for San Jose & Bay Area

از موقعیت استثنایی پائین بودن نرخ بهره
و وام های بدون کارمزد استفاده نمایید

سال ها تجربه، قابل اعتماد و شناخته شده

(408) 605-1138

moeharandi@yahoo.com

DRE#01183647 ♦ NMLS#332989



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

AAA Multi-policy Discount

You could save when you bundle your Auto, Home or Life policies. Get a Quote today.



Foruz Yassini

AAA Montclair
2220 Mountain Blvd., Suite 120
Oakland, CA | 94611
License #: 0G19594

AAA can help make sure you have the right amount of coverage to protect you, your property and your love ones. Combine your policies and discover the value of personal service.

فروز یاسینی نماینده مشاور بیمه

Call or visit me today.

(510) 336-7120 Foruz.Yassini@goAAA.com

شرکت معتبر بیمه AAA می تواند شما و عزیزانتان را با بهترین بیمه، سرویس دوستانه و با ارزانترین قیمت حفاظت کند.

Insurance products offered through AAA Northern California Insurance Agency License #0175968 and CSA Life Insurance Agency License #0D12130. Insurance Provided by CSA Insurance Group & AAA Insurance Life Insurance underwritten by our affiliate, AAA Life Insurance Company Livonia, MI. Discount provided by AAA Life is licensed in all states except NY. CSA Life Insurance Agency License #0D12130 (ALCS-21618-913XX). Discounts vary by state. Not all discounts are available in every state and are subject to eligibility requirements. Ask your AAA Insurance Agent for details. © 2015 AAA Northern California, Nevada & Utah. All rights reserved.

روزانه مردها و تزیق و خرید و فروش مواد و گاه، مامنی برای زن‌های بی‌خانه در شب. اولین نکته ای که در بدو ورود به منطقه



قلعه مرغی جلب توجه می‌کند، شکل و شمایل ساختمان‌ها است که هیچ تناسبی با هم ندارد، ساختمانی کوتاه و آجری در کنار ساختمانی نوساز و نسبتاً مناسب.

قدیمی‌های محله، تاریخ دقیق تاسیس فرودگاه را به خاطر ندارند، اما من که پیش از ورودم به لطف ویکی‌پدیا تاریخچه دقیق منطقه را بررسی کرده‌ام اطلاعاتم را در اختیارشان گذاشته و همین مسئله سر صحبت را با آنها که نسبت به شمیران نو تمایل کمتری به حرف زدن دارند، باز می‌کند. بنگاه دار اصلی این منطقه مردی حدوداً ۵۰ ساله است که در طول مصاحبه کلمات را کامل و رسمی ادا می‌کند، گویی با یک دوربین فیلمبرداری روبرویش نشسته ام و قصد دارم همین امشب چهره اش را از تلویزیون پخش کنم.

«او» قیمت خانه‌های این منطقه را نسبتاً مناسب ارزیابی کرده و می‌گوید: «بستگی دارد که چه کسی برای اجاره خانه مراجعه کند.

قصاب محل چندان تمایلی به حرف زدن ندارد، فقط می‌گوید: «مردم اغلب کارگرند و به صورت روزانه خرید می‌کنند. گوشت مرغ کیلویی ۶ هزار تومان است و مصرف آن با گوشت قرمز قابل مقایسه نیست، چون گوشت قرمز گرونه، اگر هم گوشت قرمز بخوان گوشت گوساله خریداری می‌کنند، چون گوشت گوسفند با استخوان ۳۵ هزار تومان و گوشت گوساله بدون استخوان کیلویی ۲۷ هزار تومان است.»

مردی می‌آید و سفارش یک کیلو گردن مرغ می‌دهد، در اینجا به دنیا آمده بزرگ شده ازدواج کرده و حالا پسر ۱۰ ساله دارد. از وضعیت نامناسبی که در این منطقه وجود دارد ناراحت است و در پاسخ به سوالم که چرا به محله دیگری نقل مکان نمی‌کند، می‌گوید: «با این پول هر جا برم همین.» کیسه خرید را بر می‌دارد که برود بعد انگار پادشاه آمده باشد، می‌گوید: «از کجا معلوم امروز که خانه را فروختم فردا قیمتش بالا نرهد؟ این کارها ریسک داره، برای ما که از دار دنیا همین‌یه واجب جا را داریم این کارا خوب نیست.»

قلعه مرغی

در تیرماه ۱۳۰۱ انگلیسی‌ها درخواست اعزام دو فروند هواپیما به تهران نمودند و دولت وقت به فکر اختصاص زمین مناسب و مسطحی برای فرود آنها افتاد که همین امر زمین قلعه مرغی را به اولین فرودگاه تهران تبدیل کرد. فرودگاهی که الان جایش را به بوستان بزرگ ولایت داده. جایی برای خواب

در جیب مردم چه خبر است؟

یاسمن خالقیان

بهترین راهنما برای تهیه گزارشی با موضوع مردم، در جهت ارائه تصویری روشن از وضعیت معیشتی آنها خود مردم است. چهره‌های مختلفی از فقر و ثروت در شهر وجود دارد، کما اینکه بارها شده در نقطه‌ای ضعیف از شهر ایستاده باشی و در همان زمان ماشینی لوکس از کنار رد شود، تعداد نقاطی که زیر خط فقر است بی‌شمار و انتخاب بین مناطق محروم و محروم تر هم سخت است. نکته این است "فقر چهره‌های مختلفی دارد". به همین خاطر ده منطقه از تهران با جمع‌آوری اطلاعات و کمک و همراهی آنها انتخاب شده تا مورد بررسی قرار گیرد. برای نوشتن وضعیت معیشتی مردم شهر، بررسی و یا تحلیل آمار رسمی و غیر رسمی کافی نیست، برای نوشتن باید در نقاط مختلف شهر قدم زد، با مردم هم‌کلام شد، به درستی نگاه کرد تا تصویری روشن و اطلاعات کامل ارائه نمود. نقاطی مختلف با شکاف طبقاتی عمیق که یک شهر هم توان پرکردنش را ندارد، ویژگی‌ها و مردمی متفاوت که حیرت‌انگیز است. قلعه مرغی، آب منگل، دروازه غار، شمیران نو، یافت آباد، شوش، عباس آباد، فاطمی، سعادت آباد و سعد آباد.

شمیران نو

به همراه عکاس، با دو دوربین در دست‌هایمان، به آنها زل می‌زنیم، می‌بینند، اما برایشان مهم نیست. بوی فاضلاب با خانه‌های آجری که مترائش به ۵۰ متر هم نمی‌رسد، اما خانواده‌های پنج شش نفری را در خود جای داده، مهمترین ویژگی این نقطه از شهر است که بعد از ظهرها میدان اصلی اش مکانی است برای خرید و فروش مواد از نوع صنعتی.



موندم»، مردی حدوداً ۶۰ ساله است که میوه فروش قدیمی این منطقه هم به حساب می‌آید. بین صحبت‌هایمان وقفه‌هایی کوتاه می‌افتد، رهگذرها گاه سلام می‌کنند و گاه قیمت می‌پرسند. با حوصله جواب تک‌تک آنها را می‌دهد. با لبخند می‌گوید: «مردم این منطقه از نظر درآمدی خیلی ضعیف هستند. آدم‌های خوبی هم در این منطقه زندگی می‌کنند، اما واقعیت اینه که درصد بالایی از مردم اینجا با مواد فروشی هزینه زندگی را تأمین می‌کنند، منطقه شمیران نو مملو از مواد فروش هاست و مراقبت از بچه‌ها در همچین جایی سخته.»

زنی می‌آید و به زبانی که برایم ناآشناست، صحبت می‌کند. فقط اشاره دستش را می‌بینم که به سمت زردآلوهاست، از نوع درجه دو یا حتی درجه سه. علی‌رغم رعایت تمامی نکات مهم برای پنهان ماندن حرفه‌ام برای دریافت اطلاعات درست و جلوگیری از ایجاد حساسیت، متوجه شده و می‌گوید: «سری به انتهای خیابون بزنید، هم سوژه‌ها زیاد هم فقیر‌ها فراوان‌تر.» قیمت میوه‌های موجود در مغازه، موز ۵ هزار تومان، توت‌فرنگی ۱۰ هزار تومان هندوانه ۲ هزار تومان، زردآلو ۱۰ هزار تومان، کیوی ۴ هزار تومان، پیاز و سیب زمینی ۱۵۰۰ تومان و گوجه فرنگی ۲ هزار تومان است.

در منطقه شمیران نو هرچه از میدان اصلی آن دور شوی خانه‌ها کوچک‌تر می‌شود، خانه‌هایی آجری که به طور متوسط بهای اجاره آن ۱۰ میلیون تومان رهن با ماهی ۳۰۰،۴۰۰ هزار تومان اجاره است. خانه‌هایی که به گفته اهالی محل با یک تکان کوچک زلزله خراب می‌شود. خیابانی قدیمی به میدان سنجاخ شده که علی‌رغم تصورم پر از دکان‌های قدیمی با فروشندگانی مهربان و با حوصله است. «از سال ۵۸ در این محله زندگی می‌کنم و پاک

دکتر تینا نافی

کایروپراکتور

معالجه تصادفات رانندگی، کاری و ورزشی

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



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

www.drnafei.com

اکثر بیمه‌های درمانی پذیرفته می‌شود!

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



دفتر حسابداری و امور مالیاتی بهنام

Accounting & Tax Services

✓ Integrity ✓ Respect
✓ Commitment ✓ Expertise
Advisor You Can Count On!



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

Mitra Forozesh Behnam, MBA, RTRP, CRTP

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

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

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

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

دشت روانه کرد و نیز از ایرانیانی سخن می گوید که در زمان او در روی همین خم که بستر قدیمی را خشک و نیل را منحرف کرده است کار می کنند، زیرا اگر چنین نکند و سد بشکند ممفیس بزیر آب فرو می رود.

بنا بر این روایات، تصور می شود که بیرونی سخن از مصر سفلی می گوید که در زمان سلسله دوازدهم گاه تبدیل به دریا می شده است.

در قسمت دیگر این روایت بیرونی اطلاعات تازه ای می دهد و نخستین پادشاه مصر را که به اندیشه حفر کانال افتاد ساسطراطیس معرفی می کند در حالیکه هرودوت نخستین پادشاهی را که کانال را حفر کرد نختائو، فرعون مصر (۵۹۹-۶۰۹ پیش از میلاد)، می داند. بنا بر روایت هرودوت، اوست که کوشش کرد تا کانال را از میان دریاچه های تلخ به خلیج سوئز بکشاند. می دانیم که در این حفاری بناقول هرودوت، یکصدویست هزار نفر مصری تلف شدند و پس از اینکه غیبگویی به او گفت که این کار به نفع بیگانگان است، کار معوق ماند. باز از منابع دیگر می دانیم که حفر این کانال پیش از نختائو یعنی در دوران سستی اول (۱۲۹۸-۱۳۱۸ پیش از میلاد و رامسس دوم شروع شده است اما بیرونی تاریخ حفر کانال را در حدود ششصد سال بالاتر می برد و خبر از حفر کانال بفرمان ساسطراطیس می دهد. این ساسطراطیس کیست؟

ساسطراطیس شکل عربی شده شکل یونانی سوسوتریس *Sesoteris* است که خود آن از شکل مصری *Senousret* گرفته شده است.

در دوره پادشاهی میانه در سلسله دوازدهم سه فرعون بنام های سوسوتریس اول و دوم و سوم سلطنت کرده اند. این پادشاهان سلسله دوازدهم در آبیاری و کشیدن کانال شهرت دارند واز میان اینان سوسوتریس دوم (۱۸۸۸-۱۹۰۶ پیش از میلاد)، به سد سازی پرداخته است و یکی از کارهای او سدی است که دره بحر یوسف را از خطر طغیان نیل محفوظ می داشت و خود او در ساختمان سد نظارت می کرد و تصور می شود که مقصود ابوریحان همین سوسوتریس دوم است.

سوم به دست ارشمیدس چنان به پایان رسانید که زبانی از آن برنخیزد، ولی پس از آن یکی از پادشاهان روم برای جلوگیری از درآمدن ایرانیان به مصر آن راه آب را پر کرد.

نخستین خبری که در این روایت جلب توجه می کند اینست که بیرونی از زمانی سخن می گوید که مصر دریا بوده. تبیین این مطلب در نخستین نگاه دشوار است، زیرا بیرونی از دورانهای معرفه الارضی سخن نمی گوید، سخن او مربوط به دوران پادشاهی مصر است، ولی پس از مروری در روایات هرودوت درباره مصر و بررسی تحقیقات باستانشناسی، صحت سخن بیرونی تأیید می گردد. بدین شرح که: در دوران پادشاهی میانه مصر، آب دریاچه های بازمانده در مصر، هنوز وسعت زیادی داشت و هنوز آبراهه های آبیاری بدست پادشاهان مصر ساخته نشده بود و گاهی، بهنگام طغیان نیل، قسمت بزرگی از مصر سفلی بصورت دریائی در می آمد که شهرها بشکل جزیره هائی در آن پدیدار می شدند. مثلاً در زمان سلسله دوازدهم در همان دوران «سوسوتریس» که بیرونی از او بنام ساسطراطیس یاد می کند، «مدینه الفیوم» کنونی در کنار دریاچه بزرگ موریس (دریاچه قارون کنونی) واقع بود و امروز فیوم از این دریاچه حدود بیست کیلومتر فاصله دارد و نیز هرودوت در کتاب دوم بند ۹۷ آورده است که هنگامی که نیل سرزمین مصر را فرا می گیرد فقط شهرها در بالای آن پدیدار می شوند و مانند جزیره های دریای اژه می مانند و بقیه خاک مصر بدریا تبدیل می شود و دیگر کشتی ها فقط از شاخه های نیل عبور نمی کنند، بلکه بر روی دشت راه خود را در پیش می گیرند و برای رفتن از نائوکراتیس *Naucratis* به ممفیس از کنار اهرام می گذرند.

همچنین در بند ۹۹ همان کتاب از پادشاهی بنام *Min* سخن می گوید که سدی بالای ممفیس ساخت تا آن را از طغیان آب نیل برکنار دارد و باخمی که از خاک برداری ایجاد کرد، بستر قدیم را خشک کرده و آب را به میان



آبراهه سوئز

در روایت ابوریحان بیرونی

نقل از کتاب «ایرانویج»

اثر زنده یاد دکتر بهرام فره وشی

مطالب خود را از کتاب های سریانی گرفته است و دور نیست که مطلب مربوط به حفر کانال نیل را هم از کتاب های سریانی و یا از ترجمه های متون یونانی به سریانی گرفته باشد. خبری که ابوریحان درباره کانال سوئز آورده چنین است: «آنگاه که سرزمین مصر دریا بود، پادشاهان ایرانی هنگام چیره شدن بر مصر، اندیشه آن کردند که از دریای قلمز به آن گذرگاهی بکنند و زیانه میان دو دریا را از میان بردارند تا چنان شود که کشتی بتواند از دریای محیط در باختر به آن بیاید و از آنجا به خاور رود و این همه برای نیکخواهی و مصلحت عامه بود. نخستین کسی که به این کار برخاست ساسطراطیس پادشاه مصر بود و سپس داریوش. مسافت درازی زمین را کردند که هنوز کنده آن برجاست و آب قلمز به هنگام مد به آن در می آید و هنگام جزر از آن بیرون می رود ولی چون بلندی آب قلمز را اندازه گرفتند از بیم اینکه بلندی تراز آن نسبت به نیل سبب ویرانی رود مصر شود، از این کار دست کشیدند. سپس این کار را بطلمیوس

ابوریحان بیرونی در میان نویسندگان ایرانی و عرب تنها کسی است که از دوره هخامنشیان آگاهی های دقیق و ویژه ای دارد. نویسندگان دیگر، از سلسله هخامنشی گاه فقط ذکری از کورش و داریوش مادی می کنند و آنها را به سلسله های کیانی و یا بابلی می پیوندند، ولی بیرونی دانشمندی است که سلسله هخامنشی و اشکانی را می شناسد و حتی درباره اخبار راجع به سالهای سلطنت سلسله اشکانی تردید می کند و به تاریخ نیز ریاضی وار می نگرد.

روایتی که وی در کتاب تحدید نهایات الاماکن درباره حفر کانال سوئز آورده است، یکی از موضوعاتی است که هیچ یک از مورخان ایرانی و عرب ذکری از آن نکرده اند و در این مورد، در میان نویسندگان یونانی و رومی نیز فقط «هرودوت»، «ارسطو»، «استرابو»، «دیودورسیسیلی» و «پلینیوس» سخن از کانال نیل بیاوردند و ابوریحان برآنچه اینان نوشته اند مطالب جالبی هم افزوده است. بیرونی چنانکه خود ذکر می کند، قسمتی از



کامران پورشمسی

متخصص و مشاور در امور

خرید و فروش املاک مسکونی و تجاری

Kamran Pourshams
Experienced Professional Realtor
Residential, Commercial,
Property Management



Proven Insights.
Proven Results.

DRE# 01066478

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

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

Experienced Agent in Short Sale
& Bank Owned Properties

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

Res: (408)879-9343

Bus: (408)369-2000

Dir: (408)369-2020

Cell: (408)781-1200

419 E. Hamilton Ave., Campbell, CA 95008

Advantage in Learning LLC

تدریس خصوصی و گروهی
دروس ریاضی و فیزیک

تحت مدیریت ایمان لاله پرور - برای تمام سنین

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

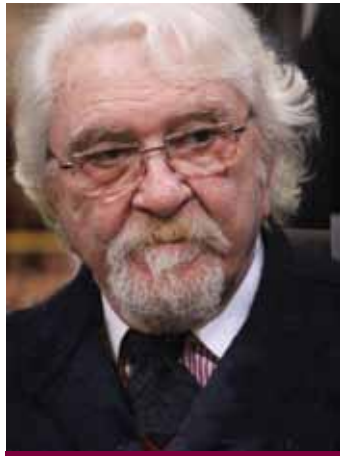


Iman Lalehparvar
MS Electrical Engineering
UCLA Graduate

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

Faculty member at West Valley College, Dep. of Engineering

(408)605-9493 www.advantageinlearning.com



داریوش شایگان

است به زبان آسان. شاید که شما کتاب «هنر چیست» تولستوی را خوانده باشید. او در این کتاب میگوید هنر در بیان مسائل مشکل است به زبان آسان، نه بالعکس. ما بعضی اشخاص را در اطراف خود می بینیم که تفلسف می کنند و هنر آنها این است که مطالب آسان را به زبان مشکل ادا کنند. مثل همان حرف نیچه که می گفت آب ناچیز آبگیر فکر خود را آشفته می کنند تا عمق اندک آن را پنهان کرده باشند. اما شایگان چنین آدمی نیست. او که بسیار خواننده و بسیار دیده و بسیار اندیشیده می تواند حاصل تأملات فکری خود را به زبانی ساده و آسان بیان کند. به گمان من جدا از مضمون و معنای، این هنر شایگان حاصل تربیت ذهنی و آموزشی او در اروپا و قابلیت و توانایی او به نوشتن به زبان های فرانسوی و انگلیسی است. من در مطالعه و دقت در نثر معاصر فارسی به این نتیجه رسیده ام کسانی که به نوشتن به یکی از زبان های زنده جهان تسلط داشته اند نوشته هایشان سنجیده و پر معناست، حال آن که اشخاصی که از این موهبت محروم اند آثارشان به فارسی غالباً پریشان و پراکنده و سرشار از تکرار و درازنویسی است.

دنباله مطلب در صفحه ۵۴

برلین معروف بود، راه یافتم. در آن جا بود که روزی دانشجوی انگلیسی که گویا مثل من عضو آن کالج بود به من برخورد و پس از آن که دانست من ایرانی ام گفت تو حتماً باید «داریوش» را بشناسی. گفتم البته. من «داریوش بزرگ» را می شناسم. خندید و گفت البته داریوش ما هم بزرگ است، اما در فکر و فلسفه. منظوروش داریوش شایگان بود. گفتم: بله. من در دانشگاه تهران سر درس «اساطیر هند» او بوده ام. گفت: اما تو باید بدانی که داریوش شایگان تنها یک اهل علم (scholar) نیست. او یک متفکر (thinker) است. شما ایرانی ها باید به او افتخار کنید.

این گذشت تا که من در دانشگاه آکسفورد سر و کارم با پروفیسور زئر (Zaehner)، استاد تاریخ ادیان افتاد. در مصاحبه مفصل دو ساعته ای که برای پذیرش دانشگاهی با من کرد از آشنایی ام با دو هموطن ایرانی جويا شد. یکی از این دو احمد تفضلی بود که گفتم دوست من و همکارم در بنیاد فرهنگ ایران بود. و دیگری داریوش شایگان که گفتم در ایران از درس «اساطیر هند» او برخوردار بوده ام. پنهان نمی کنم که یاد کردن از این دو دانشمند در پذیرش دانشگاهی من بی اثر نبود. ناگفته نماند در سال ۱۹۸۵ که به دعوت دانشگاه مطالعات خارجی توکیو برای تدریس به ژاپن رفتم در دیدار با پرفیسور توشیهیکو ایزوتسو (Toshihiko Izutsu)، اسلام شناس معروف ژاپنی، پس از این که دانست من ایرانی ام از آشنایی من با داریوش شایگان پرسید...

غرض این است که من در اقصای عالم با هر دانشمند نامدار آشنا با فرهنگ ایران که گفتگویی کرده ام از داریوش شایگان و حیثیت او در فکر و فرهنگ ایران با احترام یاد می کرد و من امروز خوشحالم که در این جا فرصتی به دست آورده ام که می توانم کتاب تازه اش را بررسی کنم و نکته های مهم از هر گفتار آن را شرح دهم.

و اما درباره این کتاب تازه داریوش شایگان، یعنی «در جست و جوی فضاهای گمشده» . پیش از این که در باره هر یک از مطالب این کتاب چند کلمه ای بگویم باید یادآور شوم که هنر این متفکر، با همه سرشاری از فکر و فرهنگ، در بیان مطالب مشکل



در جست و جوی فرهنگ از دست رفته

متن سخنرانی در شب رونمایی
کتاب «در جست و جوی فضاهای گمشده»

ساختار دستور زبان فارسی بسیار سودمند بود. چندی بعد در درس «اساطیر هند» جوانی بیامد گشاده زبان، یا گیسوان فرو هشته به صورت و صفت درویشان به نام داریوش شایگان. آنچه او در جلسه های درسی می گفت صورتی سنجیده داشت برخاسته از ذهنی عالمانه و منطقی، بی هیچ پراکنده گویی. پس از چند جمله به عنوان مقدمه به متن اصلی درس می پرداخت و در پی آن نتیجه گیری می کرد. درس که تمام می شد یادداشت هایش را بر میداشت و پی کار خود می رفت. من بعدها شنیدم که شایگان رساله دکتری اش را درباره «آیین هندو و عرفان اسلامی» گذرانده و مدتی در هند و اقصای عالم به سیر و سلوک پرداخته و اهل فکر و فلسفه است. ده سالی بعد در ۱۹۷۵ من در دانشگاه آکسفورد در «Wolfson College»، که رییس آن آریابا

پیش از ارائه گزارش خود درباره گفتارها یا درست تر جستارهای کتاب تازه داریوش شایگان شاید اشاره ای به نخستین دیدار و یادهایی از او بی مناسبت نباشد.

در سال ۱۳۴۲ که استاد محمد مقدم بخش زبان شناسی و زبان های باستانی را در دانشکده ادبیات دانشگاه تهران بنیان گذاشت من و فریدون بدره ای و اسماعیل سعادت که در آن زمان در مؤسسه انتشارات فرانکلین همکار بودیم به دانشگاه رفتیم و پس از شرکت در امتحان دوره فوق لیسانس همراه با چند دانشجوی دیگر پذیرفته شدیم. الحق بیشتر درس هایی که من و دوستانم در این دوره آموختیم، از جمله گفتارهای محمدرضا باطنی در شرح تئوری «مقوله و میزان» (Scale & Category) مایکل هالیدی (Micheal Halliday)، و انطباق آن با



♦ 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

Residential Property Inspection

Property Inspector in San Jose Area

Since 2008

خرید
خانه؟



فروش
خانه؟

دریافت اطلاعات جامع از وضعیت ساختمان در زمان خرید و فروش

(408)438-3934



لیبرال (پیشرو) و یک نفر هم میانه‌رو است. چهار قاضی محافظه‌کار به شدت مخالف تصویب این قانون بودند.

رییس دیوان عالی عدالت آمریکا گفت: «من که هستم که بخواهم بگویم این ازدواج درست است یا نه؟ این تصمیم باید در روندی دموکراتیک گرفته شود.» یکی

کندی» هم به آن اشاره کرد. او به ویژه در مورد نهادهای مذهبی مثل کلیساهایی که موافق عقد دو همجنس نیستند، گفت: «نمی‌توانیم آنها را مجبور کنیم و این جا بحث جدایی دین و دولت پیش می‌آید که خود بحث دیگری است.»

معمولاً ازدواج همجنس‌ها بیش از سایر موضوع‌های مرتبط به این حوزه رسانه‌ای می‌شود و سایر مبارزه‌ها را زیر سایه خود می‌برد. در مراسم چهل و ششمین سالگرد جنبش برابری خواهی جامعه LGBT در کاخ سفید، «جینست گوتیرز»، زن مکزیکی کنش‌گر حقوق ترنس‌چندرها و ترنس‌سکشوآل‌ها صحبت‌های او با ما را قطع کرد و به نابرابری‌ها و تبعیض‌های رایج علیه اعضای اقلیت جنسی و جنسیتی که در آمریکا به طور غیرقانونی حضور دارند، پرداخت. صرف‌نظر از درستی یا نادرستی این حرکت و لایه‌های قابل تحلیل آن، برای ما از سایر مبارزه‌های جامعه رنگین‌کمانی بگویید که موجب می‌شود فردی که مدعو کاخ ریاست جمهوری است، از سخنرانی اخراج شود. دنباله مطلب در صفحه ۵۱

دیگر از این قضات به شدت به هم‌پایانش حمله کرد و گفت: «این قانون، بازنویسی قانون طبیعت است و حقوقی را به قانون اساسی اضافه می‌کند که وجود ندارد.» پس از تصویب قانون گفت: «رای اکثریت قضات در دیوان عالی به تمسخر گرفتن دموکراسی و قانون اساسی است.»

بنابراین، دعوا هنوز تمام نشده و با این که حکم تصویب شده است، اجرای آن کار آسانی به نظر نمی‌رسد. به طور مثال دادستان ایالت لوئیزیانا دستور داد که هیچ‌کس حق ندارد این حکم را اجرا کند و ادامه داد: «حکم دیوان عالی ایالت ما را موظف به اجرای این حکم نکرده است.» دادستان تگزاس هم عکس‌العمل مشابهی داشت و البته این اولین باری نیست که ایالت‌ها و قضات محلی به مخالفت با رأی دادگاه عالی فدرال می‌پردازند. باید دید دولت فدرال آمریکا و رییس‌جمهور که مسئول اجرای قانون اساسی هستند، چه می‌کنند. مبارزه برای اجرایی کردن این رای هم‌چنان ادامه دارد و این چیزی است که «قاضی

عشق در آمریکا برنده می‌شود

سوده راد

گفت‌وگو با حسین علیزاده در مورد تصویب قانون ازدواج همجنس‌ها در دیوان عالی آمریکا

دیگر از حقوق فردی اشخاص به طور مستقل تصمیم‌گیری کنند. بنابراین، به رسمیت شناختن انواع ازدواج در هر ایالتی، حاصل تصمیم زمامداران و دادستان کل همان ایالت است. اما ماجرا از حکم دادگاهی در سال ۲۰۱۳ شروع شد. در آن زمان شکایتی به دادگاه عالی آمریکا رسید مبنی بر این که تکلیف ازدواج‌های بین دو همجنس در ایالت‌هایی که آن را به رسمیت می‌شناسند، در سایر ایالت‌های آمریکا چیست؟ اگر فردی نظامی باشد و به ایالت دیگری منتقل شود، آیا ازدواجش با فرد همجنس خود در ایالت مقصد هم به رسمیت شناخته خواهد شد؟ در واقع، ابهام‌ها در قوانین ناهمگون ایالتی نیاز به روشن شدن داشتند و حالا با این رأی دیوان عالی، این ابهام‌های قانونی برطرف می‌شوند. دادگاه عالی اعلام کرد که به رسمیت نشناختن ازدواج دو همجنس در سایر ایالت‌ها که در یک ایالت ثبت شده، تبعیض گذاشتن میان افراد است و با قانون اساسی دولت فدرال آمریکا مغایرت دارد.

حکم دیوان عالی و روند تصویب آن بسیار جالب بود؛ در دیوان عالی ۹ قاضی حضور دارند که چهار نفر محافظه‌کار، چهار نفر

کافی است به فیس بوک سری بزنید و عکس دوستان خود را پشت هاله‌ای از پرچم شش‌رنگ رنگین‌کمانی ببینید و نوشته‌هایی با هشتگ «عشق برنده می‌شود» را بخوانید.

تصویب «قانون ازدواج همجنس‌ها» در دیوان عالی قانون اساسی ایالات متحده آمریکا در حالی است که ماه ژوئن در بیش تر نقاط دنیا، ماه «افتخار» رنگین‌کمانی‌ها است و رژه‌هایی در خیابان‌های شهرهای بزرگ و کوچک در سراسر دنیا برگزار می‌شود.

آنچه در ادامه می‌خوانید، گفت‌وگو با «حسین علیزاده» در مورد رأی دیوان عالی است. حسین علیزاده، مسئول برنامه‌های منطقه خاورمیانه و شمال آفریقا در «کمیسون حقوق بشر زنان و مردان همجنس‌گرا (ایگل‌هرک)»، اولین سازمان آمریکایی دارای مقام مشورتی در سازمان ملل متحد در حوزه «رنگین‌کمانی‌ها» (LGBT) است.

این رأی دیوان عالی قانون اساسی ایالات متحده آمریکا برای قانونی بودن ازدواج همجنس‌ها چه گذشته‌ای دارد و چه تأثیری در قوانین این کشور می‌گذارد؟

قانون اساسی آمریکا این اجازه را به ایالت‌های خود می‌دهد که در مورد ازدواج و برخی

حمید رئیس‌یه

مشاور در امور خرید و فروش املاک و وام

Hamid Reisi

Real Estate Broker & Finance Advisor

سرویس دوستانه،
سریع، مطمئن و حرفه‌ای

Cell: (408)234-5793

Office: (408)298-2591



DRE#01326116, NMLS# 344666

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

Your Trusted Advisor in
Real Estate & Mortgage



hamidr63@yahoo.com ◆ www.hamidreisi.com



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

Ali Driving & Traffic School

کلاس‌های تعلیم رانندگی و ترافیک علی
برای بزرگسالان و نوجوانان

- ◆ ترجمه فارسی آئین نامه رانندگی و راهنمایی برای امتحان به زبان فارسی
- ◆ ما تضمین می‌کنیم که امتحان خود را قبول خواهید شد
- ◆ به طور قانونی و در کوتاهترین مدت گواهینامه ضبط شده شما را برایتان پس میگیریم
- ◆ شما می‌توانید برای تعلیم رانندگی از اتومبیل‌های مدرسه ما نیز استفاده کنید

افرادی که جریمه رانندگی دریافت کرده اند می‌توانند در
مدرسه ما شرکت کرده و امتحان خود را به راحتی قبول شوند.
این کلاس‌ها به زبان فارسی نیز عرضه می‌گردد.

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



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

آموزش رانندگی توسط کادری مجرب و حرفه‌ای

(408)370-9696 ◆ (408)394-5249

کلام آخر اینکه بنده شماره تلفن و ایمیل خودم را در پایان این نوشته می نویسم تا اگر کسی حرفی، سخنی، اعتراضی و احیاناً فحش، دشنامی دارد مستقیماً به خود بنده بدهد تا دلش خنک شود. به اقلیای گرفتار که با هزار مشکل روبروست چکار دارد!

نمی خواهم به قول ملک الشعرا بهار بنویسم که:
خامشی جویم که حاسد مرده پندارد مرا
وز سر رشگ و حسد کمتر بیازارد مرا

اینک شعر دکتر شایگان و علیرضا شجاع پور و بادکوبه ای را در اختیار خانم اقلیا می گذارم تا اگر جانی در پژواک هست چاپ کند تا خاطر خظیر تلفن کنندگان از کل داستان این شعر آگاه شود و کمتر به پژواک زنگ بزنند.
 اما تلفن بنده ۹۷۲-۴۲۱۰-۴۰۸) و ایمیل من: MASOUDSEPAHD@YAHOO.COM

ای کاش می شد

ای کاش می شد عشق را در سینه انباشت جایی برای کینه در آینه نگذاشت
 با اشک گردن بندی از الماس تر ساخت زبید درفش بر سر داری بر افراشت
 دفتر چه های خاطرات عاشقان را میخانه ی شمع و گل و پروانه پنداشت
 فکر بدی هم نیست هنگام تماشا گنجشک را در باغ صاحبخانه انگاشت
 در زادروز حضرت عیسی مصلوب از قطع پای کاج کوچک دست برداشت
 تا اندکی باران ببارد بر کوبری ای کاش می شد ابر را در آسمان کاشت
 از سرفرازان سر بزیری دلپذیر است ای کاش هر آزاده ای افتادگی داشت
 هر دخت ایرانی یکی گردافرید است گیرم نخیزد گر ابر مردی ز آلاشت
 درسی (سپند) آموخت از آتش پرستی دیوانه را در خدمت دیوانه نگماشت

مسعود سپند

رستوران فیمس کباب

غذای هر ملتی بخشی از فرهنگ آن مردم است

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



کیتیرینگ کامل میهمانی و جشن های شما در سراسر شمال کالیفرنیا

رستوران فیمس کباب با افتخار از شما پذیرایی می کند.

(916) 483-1700

www.famouskabob.com



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



یک سینه سفین

مسعود سپند

محبت ره بدل دادن صفای سینه می خواهد

غبار غم ز رخ شستن دل بی کینه می خواهد
 بکوی دوست ره بردن هزاران پیچ و خم دارد
 که درویشی نه تنها جامه پشمینه می خواهد
 م. سپند

که اندر خانه غیر از آن سخن نیست
 و دکتر شایگان در پاسخ فرزند می گوید و می گوید تا به آنجا می رسد که:
وطن من هستم و فرزانه مادر
وطن مهر برادر هست و خواهر
وطن این شهر و این باغ است و خانه
که گه گیری تو اندر آن بهانه
وطن حق دویدن هست و جستن
به شاخ بید بند تاب بستن
 و در پایان شعر می گوید:

چنین شد خون بهای آن دلبران

به یک جا جمع و نامش گشت ایران
 و نمی دانم شاید خواندن این شعر، شجاع پور را داشته که چکامه بسیار بلند و زیبایی «وطن یعنی چه!» را برسرآید و با در ذهن خودش خلق شده و صد البته وقتی این شعر با خط خود شاعر به دست من رسید چنان عاشقش شدم که چندین بار آن را خواندم و هنوز هم که می خوانم از خواندن این شعر ملی میهنی لذت می برم. اما همانطور که در آغاز این شعری را که من سروده ام گفته ام اگرچه شعر او عالی مقام است ولیکن هرچه باشد ناتمام است و خود شاعر نیز قبول دارد چرا که سال ها پیش در کشور تاجیکستان وقتی ایشان را دیدم و تا گفتم آن شعر «وطن یعنی چه» بلافاصله و قبل از اینکه من حرفم را تمام کنم گفت: بقیه اش را تو بگو. و اگرچه من در ذهن خودم از تاریخ از فرهنگ از تمدن ایرانی از بزرگانی که مورد پسند گروهی خاص نیستند چیزهایی گفته بودم وقتی شجاع پور اجازه داد، من نیز این شعر ملی و میهنی «وطن یعنی چه!» را سرودم. و عجیب است که خود شجاع پور حرفی ندارد اما آنها که ماجرا را نمی دانند دارند مزاحم پژواکی ها می شوند. پس از شجاع پور هم استاد بادکوبه ای بر همین وزن شعر «وطن یعنی چه!» را سروده که در حد خود بسیار زیبا و دل انگیز است و چون موضوع چکامه ها وطن هست و تاریخ و جغرافیای آن و هنر و هنرمندان ایرانی و برای هر شاعر ایرانی مشترک است، ناچار نام ها و موضوعات و حتی واژه ها به هم شباهت پیدا می کنند و به نوعی و به قول اهل ادب (توارد) ایجاد شده و گرنه هیچکدام نخواستیم ایم خدای نکرده شعر شاعری، آن هم علیرضا شجاع پور، که خودش استاد معروف و شعرش نیز معروف تر از خودش هست به سرقت ببریم.

به هرروی وقتی من شعر «وطن یعنی چه!» را تمام کردم که بیش از یکصد و بیست بیت بود،

در شماره گذشته پژواک شعری بنام «وطن یعنی چه!» را در پاسخ آن کسی که برایم نوشته بود اوضاع ایران و ایرانی ها آنقدر خراب است که اگر برای دیدن وطن حتی برای یک هفته به ایران بیائی از بس که دروغ، دورنگی، تقلب، ریب و ریا می بینی همان روز اول بار و بندیل را می بینی و به کشور شیطان بزرگ باز می گردی، چاپ کردم.

من شعر «وطن یعنی چه!» را دادم به خانم اقلیا چاپ کند و دلیل وطن دوستی من همان ها است که در شعر ذکر شده. اگرچه این چکامه چند خط مقدمه داشت و در آن مقدمه از شاعری که پیش از من این شعر را سروده یاد شده بود اما لزومی ندیدم که در پاسخ آن کسی که گفته به ایران نیاید این مقدمه را نیز که بصورت زیر است در آغاز چکامه بنویسم.

شنیدم شاعر گردن فرازی

ز تعریف و تملق بی نیازی
سخن ها از وطن بسیار گفته است
سخن را خوش تر از الماس سفته است
اگرچه شعر او عالی مقام است
ولیکن هرچه باشد ناتمام است
از این رو سینه ام را می درانم
دلیم را سوی میهن می کشانم

به شمشیر قلم گرمی برم دست

بدریا می زرم دل تا دلی هست
 و بعد به اصل شعر پرداخته ام که دوستان آن را در پژواک ماه قبل خوانده اند. از قرار معلوم در چند هفته گذشته حداقل چهار تا پنج نفر به پژواک زنگ زده و گفته اند که این شعر از علیرضا شجاع پور است و بنده، یعنی سپند، به نام خودم چاپ کرده ام و این خانم اقلیا نیز چون از اصل جریان خبر نداشته، بنابراین نمی دانسته که به این اشخاص چه بگوید تا اینکه بنده را از جریان این تلفن ها خبر دار کرد.

تا آنجا که من حدس می زرم این بنده های خدا خواسته اند مقام و شخصیت شجاع پور عزیز را با شعر بنده که به هیچ هم نمی ارزد پائین بیاورند و گرنه شعر من کجا و شعر شجاع پور کجا.

و اما اصل این شعر و پیش از بنده و شجاع پور توسط دکتر علی شایگان سروده شده که می گوید:
شبى ابرج بدامانم نشسته
دوچشم از فرط خوابش نیم بسته
مرا گفت آن نکو گفتار فرزند
پدرجان از تو دارم پریشی چند
بگو امشب برايم آن وطن چیست

در این جا سینما و باشگاه است
غذا، آجیل، میوه رو به راه است
کتک با چوب یا شلاق و باطوم
تماما شایعاتی هست موهوم
هر آن کس گوید این جا چوب دار است
بدان این هم دروغی شاخدار است
در این جا استرس جایی ندارد
درفش و داغ معنایی ندارد
کجا تفتیش های اعتقادی ست؟
کجا سلول های انفرادی ست؟
همه این جا رفیق و دوست هستیم
جو گردو داخل یک پوست هستیم
در این جا بازجو اصلاً نداریم
شکنجه یا کتک عمراً نداریم
به جای آن اتاق فکر داریم
روش های بدیع و بکر داریم
عزیزم، حال من خوب است این جا
گذشت عمر، مطلوب است این جا
کسی را هیچ کاری با کسی نیست
نشانی از غم و دلواپسی نیست
همه چیزش تاملان بیست این جا
فقط خودکار قرمز نیست این جا
محمد رضا عالی پیام «هالو»

شنیدم در زمان خسرو پرویز
گرفتند آدمی را توی تبریز
به جرم نقض قانون اساسی
و بعضی گفتن های سیاسی
ولی آن مرد دور اندیش، از پیش
قراری را نهاد با زن خویش
که از زندان اگر آمد زمانی
به نام من پیامی یا نشانی
اگر خودکار آبی بود منتش
بدان باشد درست و بی غل و غش
اگر با رنگ قرمز بود خودکار
بدان باشد تمام از روی اجبار
تمامش اعتراف زور زوری ست
سرایایش دروغ و یاوه گویی ست
گذشت و روزی آمد نامه از مرد
گرفت آن نامه را بانوی پر درد
گشود و دید با خودکار آبی
نوشته شوی با خط کتابی
عزیزم، عشق من، حالت چطور است؟
بگو بی بنده احوالت چطور است؟
اگر از ما پیرسی، خوب بشنو
ملالی نیست غیر از دوری تو
من این جا راحتیم، کیفور کیفور
بساط عیش و عشرت جور و جور

این پسر اصلاً چرا رفته به فستیوال کان؟
بعد ازین بایست فستیوال کان را درید
رهبری فرمود با سردار رادان روز پیش:
بچه را کهریزی کن، خدمتش باید رسید!
گفت ما هستیم از او پاچه ورمالیده تر
منتظر باشد بنا بر این به برخورد شدید
همچنانکه پیش ازین بر روی زن ها ریختیم
بعد ازین بر پای مردان نیز میپاشیم اسید

یا چرا شعری نگشته صادر از «عالی پیام»؟
یا چرا قاضی برای شعر او زندان برید؟
وضع زیدآبادی و آینده اش زیر سوال
اینکه تبعیدی چرا گشته قلمدار رشید؟
بیخبر باشد ازین هنگامه ها روح رژیتم
علت اینها همه شلوار کوتاه نوید!
تازه میگویند فامیلش «محمدزاده» است
حال حضرت منقلب شد تا که این مطلب شنید



لیلی و شاهین

مشاوران املاک

DOMINE GROUP
Residential & Commercials



Shawn Jahanbani & Lilly Yaz
Realtors

اگر مایل به افزایش سرمایه خود می باشید، با ما تماس بگیرید تا ما زمین های قابل تقسیم (Subdividable Lots) را به شما معرفی کنیم. ما می توانیم نمونه هایی از این نوع سرمایه گذاری موفق را به شما نشان دهیم!

We do Complementary Free Staging & Videography to sell your home

همچنین اگر قصد فروش منزل خود را دارید با ما مشورت کنید تا منزلتان را با دکوراسیون مدرن و با بالاترین قیمت روز به فروش برسانیم!

Lilly: (408)761-7499 Shawn: (408)916-8665

BRE#01506610

BRE# 01952057

Email: lillyyazrealty@gmail.com

3194 De La Cruz Blvd., # 10, Santa Clara, CA, 95054



با هادی خرسندی

www.asgharagha.com
hadikhorsandi@aol.com

شلوار کوتاه نوید مملکت را بهم ریخت!

نوید محمدزاده، «بازیگر موفقی که عکس شلوار کوتاهش در حاشیه فستیوال کان بازتاب وسیعی در رسانه های داخلی، مطبوعات و سایت های خبری داشته است، با انتقاد از این اتفاق گفت: شنیدم چهار بار این خبر از تلویزیون پخش شده و برایم جای سوال است که رسالت صدا و سیمای مملکت به این بزرگی این است که درباره پنج سانت کوتاهی یا بلندی شلوازی که آدم در خیابان پوشیده گزارش بدهد؟!»



آقا نوید خارج از مراسم فستیوال کان با شلوار کوتاه عکس گرفته که چیزی نمانده بود مملکت بهم بریزد و علمای عظام، امت را به خواندن نماز وحشت دعوت کنند. گفته میشود از آنجا که مچ پای مردان مو دارد، چه بسا که اشعه ی بنی صدری از آنجا هم ساطع شود و ایمان و امان به سرعت برق از پاچه شلوار آقایان خارج شود و از دست برود! هنرمند ایرانی پس از موفقیت در خارج کشور، به محض ورود به میهن عزیز با استقبال فحش و ناسزا روبرو شد و چند روزی دلهره داشت که بیایند و خانه اش را بگردند و گوشی تلفن و لپ تاپ و شلوارهایش را ببرند! محمدزاده گفت: در فضای مجازی هم افرادی به من و خانواده ام فحش دادند که هویت مشخصی ندارند. (نویدجان! اتفاقاً هویت اینها از بقیه مشخص تر است.)

پس از انتشار انتقادات بود که این بازیگر در صفحه شخصی خود نوشت: «این لباس توریستی من در کان است. جالب است شلوار من بحث روز مملکت شده است. یعنی اوضاع مان اینقدر خوب شده و سوژه ای مهمتر از شلوار من نمانده؟»

لطمه بر دین میزند شلوار کوتاه نوید
کافر حربی شده هر کس که شلوارش بدید
هست فستیوال کان مانند دشت کربلا
این پسر با پاچه کوتاه شمرست و یزید
این دو پاچه هست توهین مضاعف از دو سو
هم به توضیح المسائل هم به قران مجید
با چنین کار گناه آلود این آقا پسر
کی توان از خشم و آزار خداوندی رهید
غافلند این خلق که کوتاهی شلوار او
میکنند از آسمان نازل بلاهای جدید
باز میگویند آنجا زلزله آمد چرا؟
از چه دائم هی بلا روی بلا گشته مزید؟
یا چرا گشته در آذربایجان دریاچه خشک؟
زنده رود اصفهان از چه به بی آبی کشید؟
یا تریلی که بر از شمش طلا بود و دلار
از چه رودر جاده تهران و قم شد ناپدید؟
یا چرا میلیاردها شد اختلاس از بانک ها
یا چه کس داده به دزدان خزانه شاکلید؟
باز میبرند آن آخوند ملعون با چه پول
در سوئیس و ساحل اسپانیا ویلا خرید؟
یا که آقازاده ها پول از کجا آورده اند؟
زیر پاشان پورشه های آبی و زرد و سفید؟
یا چرا مستضعفان از پیش مستضعفترند؟
یا چه کس بلا کشیده پول بنیاد شهید؟
یا چرا هر کس که آمد انتقادی سر کند
بر زبانش کتک آمد رنگ از رویش برید؟

Memory Lane Antiques

محل خرید و فروش اجناس قدیمی و عتیقه

با مدیریت کیمیا کاوشی

ارزیابی و قیمت گذاری هر گونه جنس



Bus: (408)289-1022 Cell: (408)679-5556

"Buyer of single items to full estates"

MemoryLaneAntiquesSanJose@gmail.com

1867 W. San Carlos St. San Jose, CA 95128

هشدار ایرانی-آمریکایی‌های سرشناسی به «کلیشه‌سازی» از ایرانیان

گروهی از ایرانی آمریکایی‌های سرشناس، سیاستمداران، نویسندگان یا محققان ایرانی تبار، در نامه‌ای سرگشاده به نامزدهای انتخابات ریاست جمهوری ایالات متحده، از آنها خواسته‌اند از «تعمیم» گفته‌های خود به کل مردم ایران خودداری کرده و به «کلیشه‌سازی» دامن نزنند.



سناتور لیندسی گراهام

هستند و هرچه از ایرانی‌ها یاد گرفته‌ام، در اتاق بیلبارد بوده است». او افزوده است «وقتی بچه بودم به اتاق بیلبارد می‌رفتم و من دروغگویمان زیادی را دیده‌ام، و می‌دانم که ایرانی‌ها دروغ می‌گویند.» ایرانی-آمریکاییان امضاءکننده نامه سرگشاده می‌گویند ایران کشوری که مانند در منطقه خاورمیانه است با شمار قابل توجهی از افراد جوان، شهرنشین و تحصیل کرده که به آمریکا نگاه مساعدی دارند.

سی و هفت ایرانی آمریکایی که این نامه سرگشاده را امضا کرده‌اند از نامزدهای انتخابات سال ۲۰۱۶ خواسته‌اند وقتی در مورد مذاکرات اتمی میان تهران و قدرت‌های جهانی، برای نمونه در مخالفت با آن صحبت می‌کنند، گفته‌های خود را به کل مردم ایران تعمیم ندهند.

«اتحادیه روابط عمومی آمریکایی‌های ایرانی‌تبار» می‌گوید گفته‌های اخیر سناتور لیندسی گراهام، از نامزدهای احتمالی جمهوری خواهان در انتخابات پیش‌رو، که ایرانیان را دروغگو خطاب کرده بود، دلیلی بر نگاشته شدن این نامه سرگشاده است. به گفته این اتحادیه، گفته‌های سناتور گراهام از منظر برخی در رسانه‌ها و نیز در میان ایرانی-آمریکاییان «شدیدا رنجاننده» توصیف شده است.

او در خرداد ماه در سخنانی گفته بود «خانواده من صاحب یک رستوران، یک اتاق بیلبارد و یک مغازه مشروب فروشی

کارون: رودخانه‌ای از فاضلاب

فراز عزیز

لب کارون چه گل بارون یک خاطر دور و تمام شده است حالا اگر کسی بر لب این رودخانه بایستد و به آن نگاه کند جز بوی فاضلاب و رنگ کدر و آلوده آب آن چیزی نصیبش نمی‌شود.

آب از سرچشمه‌های این رودخانه بحث و گفتگوها، خبرها و اقدامات زیادی مطرح شد. با این حال کمتر در رابطه با تغییر

بسیار زیاد کیفیت آبی که این رودخانه دارد صحبت شده است.

بر اساس آمارهای اعلام شده در کنفرانس ملی رودخانه کارون که سال قبل در اهواز برگزار شد ۱۶ کانال بزرگ و ده ها کانال کوچک،

سالانه ۹۴ میلیون مترمکعب فاضلاب و زه‌آب‌های صنعتی، شهری و کشاورزی را وارد رودخانه

کارون می‌کنند. که در این بین فاضلاب مراکز بیمارستانی و درمانی و کشتارگاه‌ها بیشترین و خطرناکترین میزان آلودگی‌ها را به این رودخانه سرازیر می‌کنند.

در همین کنفرانس همچنین اعلام شد ظرفیت تصفیه فاضلاب تصفیه خانه اهواز تنها به اندازه تصفیه فاضلاب حدود ۲۰۰ هزار نفر از جمعیت این شهر را دارد این در حالی است که جمعیت اهواز بر اساس آخرین سرشماری رسمی کشور در سال ۹۰ برابر با یک میلیون و ۱۱۲ هزار نفر بوده است.

کارون زمانی بزرگترین و پرآب‌ترین رودخانه ایران به حساب می‌آمد. رودخانه‌ای که در کتاب‌های درسی از آن به عنوان تنها رودخانه قابل کشتیرانی



یاد می‌شد. اما حالا باید بگویم کارون بزرگترین رودخانه حاوی فاضلاب در ایران است.

فاضلاب‌هایی که شهرها و روستاهای طول مسیر، صنایع نفتی و پتروشیمی، بیمارستان‌ها و مراکز درمانی و همچنین زه‌آب‌های زمین‌های کشاورزی در حجمی بسیار زیاد در آن رها می‌کنند تا این رودخانه بزرگ به گندآبی جاری تبدیل شود.

در سالهای اخیر درباره کمیت آب رودخانه کارون و لزوم جلوگیری از پروژه‌های انتقال

هنرستان موسیقی نژاد

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

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



(408)559-7864

Cell:(408)771-3996

کلاس‌های خصوصی و گروهی

14505 Union Ave San Jose, CA 95124

www.nejadmusic.com

در خدمت و خیانت عادت

مریم واحدی دهکردی



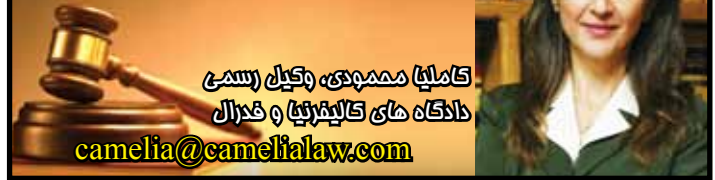
صبح های خلوت فیسبوک، زمان مناسبی است برای گپ زدن بیشتر با دوستان. لایه لای گفتگوها می پرسم: «حمیده! به سوژه ای بگو درباره اش بنویسم» و او انگار که از قبل به آن فکر کرده باشد بی اندکی تامل می گوید: «درباره ی این بنویس که آدم ها عادت می کنند. به هر فاجعه ای عادت می کنند» اینها لایه لای ادامه ی حرف هایمان گم می شود اما در ذهن من نه! وقتی حرف زدن ها و گپ زدنهایمان تمام می شود توی خلوت و تنهایی آن شبیه ی تعطیل اول از خودم پرسیدم فاجعه چیست؟ کی و کجا رخ می دهد؟ آیا فاجعه یعنی زمین بلرزد و بناهای خشتی و گلی را فرو ببرد و هزاران نفر را زیر آوار ببلعد؟ شاید هم یعنی سر بریدن ها و کشتارها و جنگ های این روزها در گوشه و کنار جهان؟

از مرور تاریخ و طبیعت و فجایعی که رخ داده حالم بد می شود. دست از فکر کردن می کشم اما اتفاق بدتری می افتد. در ذهنم چراغی روشن می شود که دهشتناک است. فاجعه گاهی در سکوت و مرموز می خزد توی زندگی روزمره ما آدم ها. فاجعه آنجایی رخ می دهد که در

مبلغ دریافتی متعلق به شخصی که تصادف یا شکایت را داشته می ماند و همسر سهمی از آن نخواهد برد. البته این مسائل دارای شرایط

مبلغ دریافتی متعلق به شخصی که تصادف یا شکایت را داشته می ماند و همسر سهمی از آن نخواهد برد. البته این مسائل دارای شرایط

تقسیم اموال بعد از طلاق



اگر در زمان ازدواج، زن و یا شوهر از پدر و مادرشان ارث ببرند، اموال به ارث رسیده، اموال شخصی وارث باقی می ماند و به همسر سهمی از آن تعلق نخواهد گرفت. اگر قبل از ازدواج زن و شوهر قراردادی امضاء کنند که براساس آن اموال زن یا شوهر، اموال جدا و شخصی هر کدام بماند، قوانین تقسیم اموال کالیفرنیا به آنها تعلق نخواهد گرفت.

حالا در نظر بگیرید اگر زن یا شوهر در نتیجه یک تصادف، صدمه دیده و توانسته است، خسارت مالی دریافت کند، آیا درآمد حاصله متعلق به هر دوی زن و شوهر محسوب می شود؟

برطبق قانون کالیفرنیا اگر اقامه دعوا برای دریافت خسارت در زمان ازدواج اتفاق افتاده باشد، درآمد حاصله متعلق به هر دو زن و شوهر محسوب می شود. اگر تصادف و جریان حقوقی قبل از ازدواج اتفاق افتاده باشد و فقط تصمیم گیری، نتیجه دعوی و پرداخت خسارت مالی بعد از ازدواج انجام بگیرد،

کدام اموال جداگانه می ماند و کدام مشترک زن و شوهر محسوب می شود.

یکی از مسائل مهم که در کالیفرنیا برای انجام طلاق مورد بررسی قرار می گیرد تقسیم اموال است. اگر اموال موجود در زمان ازدواج خریداری شده باشد، معمولاً متعلق به هر دو زن و شوهر می باشد. اموالی که قبل از ازدواج خریداری شده اند، متعلق به همان شخصی که صاحب اموال است باقی می ماند، مگر اینکه در زمان ازدواج به آن مبلغی اضافه شود. برای مثال اگر شخصی قبل از ازدواج خانه ای خریده باشد و و وامی روی آن خانه نداشته باشد و به عبارت دیگر کاملاً پرداخت شده باشد، این خانه متعلق به همان شخص میماند و به همسر در زمان ازدواج حقی تعلق نمی گیرد اما اگر این خانه دارای وام بانکی باشد و بعد از ازدواج صاحب خانه از حقوق ماهانه اش، اقساط ماهانه را بپردازد، به همسر مقداری از افزایش بهای خانه تعلق خواهد گرفت.



بابک رحیم زاده

Bobby Rahim

IRS Enrolled Agent



Personal & Business Federal & State Tax Return Filing

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

- ♦ انجام کلیه امور حسابداری و حسابرسی
- ♦ رسیدگی به امور حقوق و دستمزد
- ♦ مشاوره و برنامه ریزی مالیاتی برای افراد و موسسات تجاری

(408)247-5626

(408)899-8727

1900 Camden Ave, Suite 204
San Jose, CA 95124

www.BandRaccounting.com

زندگی طبیعی ترین واکنش هایی هستند که موجودی را در بر می گیرند، مسایلی که می توانند امروز برای من و فردا برای دیگری پیش آیند. چرا شرم داریم که بیمار شده ایم و چرا از لابدها و ناچارهای زندگی غولی می سازیم که بیش از همه گلوی خود ما را می فشارد و عذابمان می دهد.

آنچه را که در این نوشته آورده ام، نه تجسس و دخالت در کار و حال دیگران است فقط گوشه ایست از درد دل های دوستانم که به خاطر پنهان کاری های بی اساس، می بایستی گذران روزهای عادی زندگی را اعم از گذران یک بیماری و یا مساله دیگری از این قبیل، با رنجی مضاعف پشت سر گذارند.

دائم چرا ما از انجام آنچه که قدرت عملش در دست خود ماست همچون رنجاندن دیگران برای هیچ و پوچ و دشمنی کردن و پشت سر دیگران ناروا گفتن و بداندیشی هایی از این قبیل شرمی نداریم اما برفرض اگر تبخالی در گوشه لبمان ظاهر شود، شرم آگین و پر خجالت با هزار زبان برای بروز تبخال عذرخواهی می کنیم.

راه زندگی پر از پیچ و خم و زیر و بالاست و چه خوب بود که ما این فراز و نشیب را با کوله باری سبک تر می پیمودیم. مخفی کاری های طبیعیت زندگی بارهائست که ذهن را انباشته می کند و بار طی کردن راه را سنگین تر. بیماری و حوادث روزمره



موش و گربه بازی

کند، این تفکر بی پایه و اساس و اندیشه نازل مشکلی مزید بر علت را برایش ساخته بود. دوست دیگری داشتم که کبدش مشکلی داشت و معتقد بود که اگر کسی از بیماری او مطلع شود این آبروریزی برایش سخت است، در حالی که اکیدا نوشیدن مشروب برایش منع شده بود در برابر دیگران با بالابردن گیلای به سلامتی آنها روح خود را ارضا می کرد که آن آبرویی که از آن حرف می زد حفظ شده باشد و من فکر می کردم که بیمار شدن چه ربطی به آبرو رفتن دارد. باز به یاد آوردم دوستی دیگر را که «لوپوس» داشت و با شرمساری از آن سخن می گفت و نگران آگاهی دیگران از بیماری اش بود.

بعد به یاد دوستی افتادم که با ازدواجی عاشقانه با همسرش می زیست. فرزندان هم داشتند که به زندگی رونقی زیباتر می داند. دست بر قضا خانم با بیماری ام اس گرفتار شد، هنوز یک سال از ماجرا نگذشته بود که آقا همسر دیگری انتخاب کرد و او تنها شد. من نمی دانم چرا اینهمه مسایلی طبیعی روزانه در زندگی ما غیر عادی و غیر طبیعی است و زندگی ها را دگرگون می کند. مگر بیماری شرمساری دارد که باید پنهانی و در خفا بیمار شویم و یا یک بیماری باعث از هم پاشیدن یک زندگی چندین ساله شود!

دوست دیگری می گفت یکی از اقوامشان صرع دارد و اکنون که سن و سالی از او گذشته از بیم آگاهی دیگران از بیماری اش به موجودی منزوی و تنها تبدیل گشته است که مبادا به طور ناگهانی در هنگام تظاهرات بیماری، دیگران از این مساله آگاهی یابند و این هراس و انزوا، خواهی نخواهی در تشدید بیماری او نقش بزرگی دارد. ما حتی بر سر یک سرماخوردگی ساده ذهن دیگران را به بازی می گیریم، در مجلسی حضور می یابیم و می گوئیم این گرده گل ها به من آلرژی داده و من به یاد می آورم که یک بار این آلرژی دروغی کار یکی از دوستانم را که به خاطر بیماری، مشکل سیستم ایمنی داشت به بیمارستان کشاند و روزها با مرگ دست و پنجه نرم کرد فقط به خاطر یک دروغ.

این نمونه ها یکی دوتا نیستند، بسیارند و چه بسا که مسیرهای زندگی ها را تغییر می دهند و آنها را دگرگون می کنند، من نمی

من همیشه می اندیشم که چرا بعضی از ما با پنهان کاری از عادی ترین مسایلی که متضمن هیچ کمبود و نقصان شخصیتی برای ما نیست، تابوهایی برای خود می سازیم که هراس آگاهی دیگران از آن بیش از اصل قضیه ذهن ما را در اضطراب نگه می دارد. بالطبع در زندگی، مسایلی خصوصی ای وجود دارند که شاید دوست نداشته باشیم دیگران از آن آگاهی یابند و این حق طبیعی ماست. لزومی ندارد که هر داستان زندگی را با شیپور و در نقاره خانه جار بزنیم، ولی اگر آنچه را که از دیگران می پوشانیم، تبدیل به غولی می شود که هر لحظه گلوی خود ما را می فشارد، چه اشکالی دارد که راه فراری از آن بجوئیم و موش و گربه بازی هایی که روشنایی های درون ذهنمان را به تاریکی می کشد رها کنیم.

چه، زندگی با ذهنی آرام و بی دغدغه های بی معنی چقدر خوش تر از تاریکی پیچیدگی ها و عقده های خود ساخته درون ماست. مگر این که اصولا ما انسان های پیچیده ای باشیم که این موش و گربه بازی با دیگران برایمان سرگرمی خاطر و اسباب تفریح باشد. دوستی با من درد دل می کرد و از بیماری اش می گفت و پنهان کاری های خانواده برای حفظ شئونات خانوادگی نزد دیگران. او بیماری ام اس داشت و از نظر خانواده اش، آگاهی دیگران از بیماری او جایز نبود و می بایستی مشکلاتش را در هنگام تظاهرات بیماری پنهان می کرد تا دیگران ندانند که بیمار است.

بر فرض اگر کسی آگاهی یابد به دیگری می گوید و آن دیگری به دیگران و دیگرانی که گاهی اوقات از هیچ ها همه چیز می سازند و در محاکمه غیابی او، شئونات خانواده را تخطئه می کنند و آن وقت به خاطر بیماری او به خانواده اش ظلم می شود.

چه غم انگیزست که جامعه ما آسان دادگاهی برپا دارد، محاکمه کند، قضاوت کند و حکم اعدام یا برائت دهد. نمی دانستم با چه زبانی آرامش کنم. می دیدم که او خود با بیماری اش کنار می آید اما مشکل اساسی او بنا به سفارش خانواده موش و گربه بازی با دیگران بود و این مساله ای بود که از نظر روحی او را به فقیرا می برد.

زمانی که یک روح قدرتمند می توانست او را برپا دارد و غول بیماری را از او دور

از دیوانه ای پرسیدند: چه کسی را بیشتر دوست داری؟

دیوانه خندید و گفت: «عشقم»... گفتند: «عشقت کیست؟»

گفت: «عشقی ندارم!! خندیدند و گفتند: برای «عشقت» چه کارهایی حاضری بکنی...؟»

گفت: مانند عاقلان نمیشوم، نامردی نمیکنم، خیانت نمیکنم، دروغ نمی گویم،

تنهائیش نمی گذارم، خودم را فدایش

میکنم...

به او گفتند: اگر عشقت تنهائیش گذاشت،

بی وفایی کرد، خیانت کرد، چه؟!...



اشک در چشمان دیوانه حلقه بست و

گفت: اگر بامن اینکار را نمیکرد که...

دیوانه نمیشدم.

حمید ابطحی

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



Hamid Abtahi

منطقه
منطقه
منطقه

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

Location! Location! Location!

Why Do You Pay Rent?!

Whatever my client's goals, my goal is to make it happen.

I am an expert seeking to add value to your next transaction.

hamid@true-vision.com + DRE# 01071456



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

12376 Saratoga Sunnyvale Rd. Saratoga, CA. 95070

طلاق، هیچ دارایی، دارایی شخصی یک زوج به حساب نمی آید. در ایالت کالیفرنیا، فرض اولیه بر این است که همه دارایی های موجود در زندگی زوجین دارایی های مشترک است یا دارایی های جدایی است که زوج دیگر در آنها سهمی دارد.

تعیین نوع و مقدار حقوق زوجین در دارایی های موجود در زندگی آنها چیزی است که باید در جریان پرونده طلاق به واسطه توافق، میانجیگری، یا در نهایت حکم دادگاه مشخص شود. متأسفانه، به دلیل شرایط خاص روحی و عاطفی بسیاری از زوجین اهمیت حقوقی ازدواج را فراموش می کنند و باور اینکه حتی چیزی که برای به دست آوردن آن زحمت زیاد کشیده اند متعلق به زوج دیگر هم هست برای آنها دشوار است.

در مورد اعتراض دوم باید گفت که خوشبختانه در قوانین مربوط به حکم بازدارنده آبی استثنائی هم وجود دارد. طبق قوانین خانواده در ایالت کالیفرنیا، زوجین می توانند پس از شروع پرونده طلاق یا جدایی خانوادگی خود از اموال موجود در جهت رفع نیازهای اولیه زندگی (Necessities of life) خود استفاده کنند.

چنین استثنائی به زوجین اجازه می دهد که از دارایی های خود برای پرداخت هزینه های معمول و لازم زندگی مانند غذا، مسکن، هزینه های پزشکی، رفت و آمد، و هزینه هایی از این قبیل استفاده کنند. دنباله مطلب در صفحه ۲۳

مساله دیگری که حکم بازدارنده آبی زوجین را در مورد آن محدود می کند، این است که پس از شروع پرونده طلاق یا جدایی قانونی زوجین نباید دارایی های مشترک (Community Property) یا جدا (Seperate Property) خود را به گونه ای دستخوش تغییر کنند. به این ترتیب، زوجین نمی توانند پس از شروع پرونده خود دارایی های مشترک خود را بفروشند، به کسی منتقل کنند، پنهان کنند، به رهن یا به گرو بگذارند، یا به هر شکل دیگری آنها را دستخوش تغییر نمایند مگر اینکه با اجازه کتبی زوج دیگر باشد.

بنابراین، پس از شروع پرونده، هیچ یک از زوجین نمی توانند بدون اجازه کتبی دیگری روی خانه خود وام بگیرند، حساب بانکشستی خود را منحل کنند، از حساب بانکی خود پول برداشت کنند، وسایل منزل خانوادگی را از خانه خارج کنند، یا حتی بیمه های مختلف را تغییر دهد. دو اعتراض مهمی که زوجین به چنین حکمی می گیرند چنین است:

۱- من در مورد اموال و دارایی های شخصی خودم، که پیش از ازدواج به دست آوردم یا حاصل از دسترنج خودم بوده است کاری انجام داده ام.

۲- مگر می توانم بدون برداشت پول از حساب شخصی یا مشترک با زوج دیگر پس از جدایی هزینه های زندگی خود را بپردازم؟ پاسخ به اعتراض اول کوتاه است: هنگام جدایی، و پیش از به انتها رسیدن پرونده



کاوه میر شفیعی

وکیل رسمی
دادگاههای کالیفرنیا و فدرال

KM@headwaylegal.com



حکم بازدارنده موقت در پرونده های طلاق و جدایی قانونی

جدا از بُعد حقوقی، جدایی و طلاق زوجین صرفاً پایان و به انتها رسیدن یک رابطه یا زندگی نیست بلکه سرآغاز یک زندگی جدید. این عنصر به جلو نگر جدایی و طلاق، نباید افراد را از توجه به مسائل حقوقی، که وجود آنها لازم و انکارناپذیر است، غافل کند. به هر حال طلاق یعنی به پایان رساندن یک قرارداد با یک انسان دیگر، و هر جا که پای رابطه با انسانی دیگر در میان است، ناگزیر حقوقی هم هست. اولین مسأله حقوقی که زوجین بلافاصله پس از تحویل درخواستنامه طلاق به دادگاه با آن مواجه می شوند، مسأله حکم بازدارنده آبی موقت (Automatic Temporary Restraining Order) می باشد. چنین حکمی، همانطور که از لفظ آبی یا Automatic بر می آید براساس درخواست زوجین یا دستور دادگاه در مورد پرونده ای خاص به وجود نمی آید، بلکه صرفاً به طور اتوماتیک پس از تحویل درخواستنامه طلاق

جدا از بُعد حقوقی، جدایی و طلاق زوجین صرفاً پایان و به انتها رسیدن یک رابطه یا زندگی نیست بلکه سرآغاز یک زندگی جدید. این عنصر به جلو نگر جدایی و طلاق، نباید افراد را از توجه به مسائل حقوقی، که وجود آنها لازم و انکارناپذیر است، غافل کند. به هر حال طلاق یعنی به پایان رساندن یک قرارداد با یک انسان دیگر، و هر جا که پای رابطه با انسانی دیگر در میان است، ناگزیر حقوقی هم هست. اولین مسأله حقوقی که زوجین بلافاصله پس از تحویل درخواستنامه طلاق به دادگاه با آن مواجه می شوند، مسأله حکم بازدارنده آبی موقت (Automatic Temporary Restraining Order) می باشد. چنین حکمی، همانطور که از لفظ آبی یا Automatic بر می آید براساس درخواست زوجین یا دستور دادگاه در مورد پرونده ای خاص به وجود نمی آید، بلکه صرفاً به طور اتوماتیک پس از تحویل درخواستنامه طلاق



ایمان کُمیلی

**مشاوری کوشا، با تجربه و آگاه
در خرید و فروش
املاک مسکونی و تجاری
با بیش از بیست سال اقامت
در شهر دنویل در San Ramon Valley**

Emon Komeily / Realtor





اگر به فکر نقل مکان به شهرهای San Ramon Valley, Tri Valley و حومه و دسترسی به مدارس عالی برای فرزندان و بهره بردن از طبیعت زیبا و یا قصد فروش منزلتان را در نواحی اطراف دارید، با من تماس حاصل فرمایید!

Mobile: (510)912-9292

ekomeily@gmail.com
CalBRE #01946899

دکتر فتانه هوشداران

کایروپراکتر



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.

Fataneh Hooshdaran, D.C. www.chiropracticusaca.com

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

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



مطب مجهز به دستگاههای فیزیکیال تراپی و
ماساژ طبی، ورزشی، Aqua Med Massage

اکثر بیمه های درمانی پذیرفته می شود Serving: San Jose & Santa Clara

(408)712-3788

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

(408)244-7677

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

برابر مارادونا، سستی، بورچاگا سوت پایان جام جهانی آلمانی ها در خیابان می رقصند. جام در دست بکن ماور که حالا مربی تیم آلمان است. آه مردان فینال های ما حالا چه می کنند که فوتبال به این روز افتاده است! مهاجم سابق برزیل رونالدو در پی کشف قسمتی از فساد از رئیس فدراسیون کشورش خواست تا از سمت خود کناره گیری کند. این ستاره سابق باشگاه های رئال مادرید، از آقای مارکو پولو دلنرو خواست تا بیش از اینکه وضع بدتر شود استعفا دهد. او گفت هنگامی که خبر کناره گیری بلاتر را شنیدم بسیار خوشحال شدم زیرا می دانم که رئیس فدراسیون برزیل هم دست او بوده است. رونالدو که بسیار چاق شده است و در صورت گوشت آلود او به سختی می توان چشم هایش را دید هنوز در برابر دروازه حریفان زهرآلود است. با کیلوهای اضافه عاشق عشق های موقت و غذاهای چرب است. سرعتش را از دست داده است اما تجربه هنوز باقی است. زیدان پرتو بزرگ فرانسوی ها حالا کجاست، زیدان فروتن است، شرمند که یکی دیوار از کوره دررفته است، کمند لباس های بکهام ابعاد افسانه ای دارد. با همسری زیبا و معروف ساکن آمریکا است اما دلش در انگلیس است. ابراهیموویچ الگوی مهاجرانی که در سوئد زندگی می کند. لبخندش همه سوئدی ها را به وجد می آورد. تونی پسر محبوب ایتالیایی ها پر خاش جو، متقلب، خوش تیپ و موضوع کاریکاتور روزنامه هاست.

دنباله مطلب در صفحه ۵۲

آقای بلاتر متقلب، کدام تاریخ شما را در غرقه های خود خواهد دید؟ ای باج گیرها در کشور من بعد از انقلاب هیچ مسابقه ای شکل نگرفته است، هیچ تورنمنتی، رقابت آسیائی حتی یک مسابقه چهار جانبه. روزگار پر در دسر و اما افسرده و خسته ایست. حالا کجا هستند مردانی که به فوتبال شکوه بخشیدند، یوهان کرایف هلندی، بکن باوئر آلمانی، روزه میل، ماتیوس آلمانی و...

در ۲۱ ژوئن ۱۹۷۰ مکزیکو در ورزشگاه از تک برزیلی ها در برابر دفاع افسانه ای ایتالیا، پله، توستائو، جرزینهو، جرسون، کارلوس آلبرتو در برابر موتینی، ریورا، مازولا، فاکتی، نام هائی که به فوتبال شکوه می بخشیدند، برزیل چهار ایتالیا یک. هفتم جولای ۱۹۷۴ در مونبخ ورزشگاه المپیک، ماشین پر قدرت آلمان در برابر طراوت هجومی هلند، سب مایر، بکن باوئر، مولر، پل براینر، در برابر کراف، هان، رپ و در پایان جام در دست های بکن باوئر همه برای هلند اشک ریختند آلمان دو هلند یک. ۲۵ ژوئن ۱۹۷۸ بوینس آیرس ورزشگاه مونونمتال، تکنیک برتر آرژانتینی ها در برابر تیم جاودانی هلند، یاسارلا، کمپس، برتونی در برابر نیسکس، رپ، کرول بازی در وقت قانونی یک بر یک می شود و بلاخره گل کمپس آرژانتین را قهرمان جهان میکند. ۸ جولای ۱۹۹۰ در رم، آلمان غربی در برابر آرژانتین، کوهلر با برمه مانیوس، کلینمن، فولر در



ورزش از نگاه من

احمد طوسی

Email: tousi1515@aol.com

جهان یعنی فوتبال شود. اما بلافاصله استعفا داد، آقای کفایشان رئیس فدراسیون فوتبال ایران هم از حامیان آقای بلاتر بود.

حالا همه آب ها از آسیاب افتاده است، بلاتر استعفا داده است. از میان ۲۰۹ رئیس عضو فیفا تنها ۲ نفر خانم هستند. یکی از این خانم ها ایشا جوهانسن رئیس فدراسیون سیرالئون است. خانم جوهانسن از سال ۲۰۱۳ عضو فیفا بوده و بطور خستگی ناپذیری کار خود را دنبال کرده است. او همچنین کمک های زیادی به ملت خود برای مهار ویروس کشنده ابولا انجام داده است. خبرنگاری از او پرسیده است آیا او علاقه ای به نامزد شدن برای احراز پست فیفا دارد! و جوهانسن با علاقه و اشتیاق فراوان می گوید که اگر زمان مناسب باشد من این کار را انجام می دهم. من در سالهایی که رئیس فدراسیون بوده ام چیزهای زیادی آموخته ام و با افراد زیادی ملاقات کرده ام و همواره در حال کسب تجربه بوده ام اما ممکن است حالا تصمیم دیگری بگیرم.

از زمان استعفای بلاتر گمانه زنی ها در مورد جانشینی او زیاد بوده است. این فزاینده رسانه ها می تواند جوهانسن را وسوسه کند تا خود را در صندلی رویاهایش ببیند. فعالیت های او در مورد مهار ابولا و هم چنین تاسیس تیم فوتبال «اف سی جوهانسن» از اقدامات تحسین انگیز این خانم سیه چرده است. او می گوید باید رویاها را تعقیب کرد و به آنها رنگ واقعیت بخشید. من یک زن هستم و از هیچ کس نفرتی ندارم در سیرالئون فوتبال به عنوان دین دوم مردم پذیرفته شده است زمانی که به خاطر بیماری ابولا لیگ سراسری تعطیل شد، تمام تلاشم را کردم تا این بیماری از آفریقا دور شود.

جوهانسن در مورد بلاتر نظر جالبی دارد، و می گوید وقتی برای اولین بار به دیدن او در زوریخ رفته ام از دیدن من به عنوان یک زن که رئیس فدراسیون است بسیار خوشحال شد و از دیدارهایش از آفریقا گفت و من او را به عنوان کسی دیدم که قاره ما را در آغوش گرفته و به ما توجه می کند. ما استعدادهای فراوانی داشتیم اما منابع و ساختار نداشتیم. بلاتر کمک های زیادی به ما کرد. او گفت اکنون وضعیت بسیار آشفته ای که باید سامان داده شود، این زمانی بسیار جدی برای اعضای خانواده فوتبال است باید هوشیار باشیم و بدانیم چرا فوتبال به این روز افتاده است. برآستی باید مدال دل خوری را به آقای بلاتر داد که فوتبال را به این روز انداخته! آیا در همه چیز اخلال شده است و همه چیز و همه آرزوهای آقای بلاتر به خاک سپرده شده است! آیا جهان سومی ها که عقب ماندن آنها در میان اروپایی ها تحقیر می شد حالا دست به آزارسانی می زنند.

این بار همه راه ها به رُم ختم نمی شد بگیر و ببندها در رُنو بود آنجا که مقرر رسمی فیفا است (FIFA).

کارآگاه های پیگر ماجرای درز کردن اسرار بانکی سوئیس هم احتمالا گریزی از این سناریو ندارند. مدیر ارشد اجرائی سابق فیفا در سخنانی که در دادگاه نیویورک پس از دو سال آن را افشا کرده، اعتراف نموده که در رابطه با رقابت های مختلف برای میزبانی مسابقه ها و غیره رشوه های فراوانی زیر میزی می گرفته است. آیا هر جا پول هست آمریکائی ها هم هستند! فیفا یکی از بزرگترین پول های ذخیره شده جهان را در بانک دارد و حالا آمریکائی ها می خواهند از آن سهمی داشته باشند.

آقای چاک بلیزر معاون اجرائی سابق بلاتر که دو سال پیش و در سن ۶۸ سالگی بازنشسته شد از سه سال پیش با FBI همکاری کرده است. او در زمانی که در فیفا کار می کرد از کار گذاشتن دستگاه های شنود تا ضبط تصاویر و عکس های محرمانه به منظور کمک به وزارت دادگستری آمریکا در پرونده پیگیری فساد در فیفا همکاری کرده است.

بلیزر در دادگاهی در نیویورک در سال ۲۰۱۳ دست به افشاء گری زد. رشوه های فراوان برای او سرطان روده را به ارمغان آورده است. او اقرار کرد که خود و همکارانش از آفریقای جنوبی رشوه دریافت کرده اند و در عوض امتیاز میزبانی را در سال ۲۰۱۰ به آفریقای ها داده اند. او گفت رشوه گرفتن در فیفا کاری تکراری و با سابقه است، حتی در جام جهانی ۱۹۹۰ ایتالیا هم ایتالیائی ها با رشوه به آن رسیدند.

آقای بلیزر آمریکائی که از سال ۱۹۹۰ تا ۲۰۱۱ دومین مقام بلند پایه فیفا در بخش آمریکای شمالی و مرکزی و حوزه کارائیب بوده از سال ۱۹۹۷ تا سال ۲۰۱۳ نیز در کمیته اجرائی فیفا عضویت داشته است. او در دادگاه حوزه شرقی نیویورک گفت از سال ۲۰۰۴ تا ۲۰۱۱ با پذیرش رشوه و زیر میزی های کلان برای انتخاب آفریقای جنوبی به عنوان میزبان جام تلاش کرده است. او و دیگران با پذیرش رشوه های کلان زیر میزی برای اعطای میزبانی و حق پخش و سایر حقوق جام های جهانی ۱۹۹۴ آمریکا ۱۹۹۸ و ۲۰۰۲ فعالیت می کرده است. او وقتی بدام افتاد که از پرداخت مالیات فرار کرده بود و وقتی ماموران مالیاتی تحقیق می کردند، او را دستگیر کرده و او با قبول همکاری، دیگران را لو داد.

این در روزهایی بود که آقای بلاتر رئیس فیفا دسته بندی هایش را آغاز کرده بود تا دوباره برای رهبری فیفا انتخاب شود. او دوباره انتخاب شد تا رئیس بزرگترین و پولدار ترین سازمان ورزشی

دکتر کاملیا محمودی

وکیل رسمی دادگاه های کالیفرنیا و فدرال

Law Office of
Camelia Mahmoudi

طلاق، لیوینگ تراست، وصیت نامه، مالیات

Family Law:

♦ Divorce (Litigation & Mediation)

♦ Prenuptial Agreements

Estate Planning:

♦ Wills & Living Trust

Taxation:

♦ IRS & State Tax problems

دعاوی خانوادگی:

♦ طلاق: دعاوی و موافقتی

♦ قراردادهای قبل و بعد از ازدواج

انحصار وراثت:

♦ تنظیم وصیت نامه، تراست و وکالتنامه

امور مالیاتی:

♦ مشکلات مالیاتی و دفاع در مقابل IRS

Experience and results matter.

Our law firm has both.

Camelia Mahmoudi

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

(408)658-8580

camelia@camelialaw.com + www.camelialaw.com

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

پایین می بردن...! چهره تیمسار و دوش دیدنی بود که چه عشقی می کردن که بعله خانوم سرمیز ما حسن...!

بالاخره بعد از چند دقیقه تحمل با تشکر و عذرخواهی مثل فنر از جا پریده و به اتفاق مهدی (تاکستانی) پریدیم بیرون. کلید ماشینو به طرفش پرت کردم و گفتم همشهری به گاز!

به طرف زرگنده راه افتادیم دیر شده بود، مهدی هم نامردی نکرده تمام چراغای سبز و زرد و قرمز کم رنگ و پررنگ رو دور از چشم پلیس همه رو به یک چشم نگاه کرده! و رد کرد که البته خیلی به خیر گذشت...

پس از طی چند خیابون و گم شدن تو دو سه کوچه پس کوچه در تاریکی چشممون به پلاک زرگنده روشن و به مجرد پیچیدن تو خیابون چشم و دلمون هم به دیدن دو چراغ زنبوری بزرگ و نورانی روشن تر شد! از سر کار آزدانی که دم در واساده بود سوال کردم:

عروسی همین جاس!؟

تعجب کرد که معلومه خانم بفرمایین...!

به محض ورود، صدای دلکش، دلکش از مدعوبین بلند شد، بالاخره رسیدیم. یه راس به طرف ایوون منزل که همون صحنه و جای ارکستر بود، رفتیم ولی از بچه ها خبری نبود. از ارکستر قبلی که می دونسم همه آهنگ های اون زمان ما خواننده ها رو فوت آب بودن، خواهش کردیم تا اومدن بقیه اعضا ارکستر با ما همکاری کنن. دنباله مطلب در صفحه ۵۶

طرف صورتم گرفته درحالی که انگشت سبابه اش رو، مٹ پاندول ساعت مادر بزرگ به چپ و راست می چرخوند، گفتم: آ... آ... جون خودد نمی شه! خانومای مشتاق و جمع عشاق سرمیز ما منتظرن! چند دقیقه لطف کن با ما بد بگذرون، و بعدش هر جا میری به سلامت...!

گفتم: تیمسار میدونی که چقدر به قول و قرار و سروقت حاضر بودن مقید و حساسم... ولی جواب بی منطق من در سر از باده گرم و حال لولش اثری نکرده، دیدم جای اصرار و انکار نیس. تنها فکری که به خاطر رسید این دو نفر از بچه های ارکستر رو زودتر به عنوان مبشر و قاصد به آدرس کزایی بفرسم که قدری خیال خودم و شاید صاحب عروسی راحت شه.

خلاصه، اسکورت وار سرمیز پت و پهن دوستان آمدیم و نشستیم، اما چه نشستن! عینهو مرتاضای هندی رو صندلی یای میخی... حس می کردم روهزار تا سوزن نشسه ام... و الله به خدا آگه مرتاضا هم همین حال منو پیدا می کنن، بهتره دس از این خل بازیا وردارن!

خلاصه، در میون مشتاقان! دلم شور کار و برنامه رو می زد. به قول معروف گفتنی: من در میان جمع و دلم جای دیگر بود...

در همه صدا ارکستر بعدی، همه در یک آن، سوال پیچم کرده خوش و بش و قربون صدقه می رفتن. میزای اطراف هم وقت گیر آورده بسلامتی من کلافه، لیواناشون رو بالا و



خاطرات در گذر زمان

هوشمند عقیلی

عروسی رفتن خانم دلکش

های مختلف به اندازه ای بود که از برادرم خواسته بودم به قول ما امروزیها، به عنوان مدیر برنامه، مسائل جنبی این جور فعالیتارو به عهده بگیرم. یک شب جمعه ای از شبای تابستان، برادرم آدرس جشن عروسی رویه من داد که طبق قرارداد، باید بعد از ساعت ۱۲ شب به عنوان آخرین خواننده و در اصل حسن ختام جشن در آن شرکت کنم و ما هم اون شب برنامه کاباره را میون تشویق و کف زدن های ممتد مشتریها و حضار تشنه، رها کرده، از سالون بیرون زدیم که راهی برنامه دوم بشیم. اما... در راهرو، چکاچک به تیمسار «ف» و آقای «ض» مقاطعه کار معروف برخوردیم. پرسیدن: (کجا، با این عجله!؟)

گفتم: تیمسار میدونی که آدما بدشانس دوجا دعوت می شن! منبر دوم یه عروسی تو زرگنده هس که آدرس دقیق و سر راسی هم نداریم، باید تا عروس عرقش نچائیده و دوما پشیمون نشده و مجلس هم از سکه نیفتاده خودمونو برسونیم، اما تیمسار دستشو به

حوالی خیابان میرداماد، پشت کاخ جوانان سابق، منزل زیبایی بود که به همت خواننده شهر و به قول آنروزیها، بانو «دلکش»، به اتفاق یکی از شرکا که از دوستان من بود، به صورت کلپ شبانه برپا شده بود، به نام «کانون هنرمندان» یا «فانوس» و من خوانندگی به صورت حرفه ای را از این کانون و با کمک این بانوی خوش آواز شروع کردم و همیشه هم مدیون او هستم...

خدمتتان عرض کنم شب های کانون و ایامی که در خدمت «دلکش» بودم، خاطراتی برایم به جا گذاشته که از تمام اتفاقات خوب و بدی که بعد از آن در زندگی هنری من افتاد به یاد ماندنی تر است. از جمله تعریف های خود خانم بود که شب ها و روزهای پیک نیک و یا در منزل دوستان، به مناسبتی، برایمان بازگو می کرد...

بانوی آواز می گفت: «زمانی که در گوشواره طلایی برنامه داشتیم، اغلب شب ها بخصوص جمعه ها، کنسرت و عروسی و شب نشینی



Immigration & Translation Services

۱۳۱۸-۵۵۴(۴۰۸)

شرکت ساعی

مشکل گشای شهر شما



کارت سبز، ویزای نامزدی

امور مربوط به دفتر حفاظت ایران

ترجمه کلیه مدارک، عکس گذرنامه

تشکیل شرکت ها

تعویض نام

تابعیت

www.saeicompany.com

(408)554-1318

برای اطلاعات بیشتر با آقای داریوش کیلانی تماس بگیرید

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



انتخاب رنگ سیاه و سفید برای فیلم هم گرچه معمول چنین فیلمهایی است، تاحدی ضعف های فیلم را می پوشاند و گرچه نمی توان آن را به سبک «فیلم نوآر» نسبت داد، اما در این حد موفق است. آنچه بیشتر از هر چیز در فیلم جلب نظر می کند، کادر بندی صحنه هاست. «امیرپور» توانسته از نظر تکنیکی در این بخش به خوبی بدرخشد و تاحدی کمی و کاستی های دیگر فیلم را جبران کند.

از ضعف های فیلم: آدمی که ماشین دارد، چرا دیروقت در خیابان ها پیاده پرسه می زند؟! زبان فیلم هم گرچه همه به فارسی تکلم می کنند اما در جاهایی اصطلاحات را

شاید زندگی آن جشنی نباشد که آرزوی او را داشتی، اما حال که به آن دعوت شده ای، تا می توانی زیبا برقص. چارلی چاپلین

کاوه میر شفیعی

Attorney at Law

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



Kaveh Mirshaftei, Esq.

مشاوره اولیه رایگان

♦ **کلیه امور ورشکستگی** ♦ **کلیه امور خانوادگی**
♦ **کلیه امور تجاری، بازرگانی، و ثبت شرکت ها**

♦ **Business Law**
♦ **Bankruptcy** ♦ **Family Law**

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

To schedule your free consultation, please call:

(408)663-6286

www.headwaylegal.com

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



«دراکولا» به سبک ایرانی!

سعید شفا

پنجشنبه نمی دانند «ساموئل خاچیکیان» نخستین فیلمسازی بود که در ایران در این سبک، فیلم ساخت و حتی او را «هیچکاک» سینمای ایران لقب داده بودند. فیلم را یک فارغ التحصیل UCLA در کالیفرنیا ساخته و از آنجا که از کودکی به این سبک فیلم علاقه داشته، داستانش را روی یک «دراکولا»، آنهم دراکولای مونث پیاده کرده که ضمن بدعت هایی، از کاستی های بسیار هم برخوردار است.

فیلم داستان این دراکولای مونث است که در شب به دنبال طعمه و آشامیدن خون آدم ها در خیابان ها پرسه می زند. از آنجا که این دراکولا برخلاف معمول زن انتخاب شده، و فیلم هم مثلا در ایران اتفاق می افتد، چادری هم به سر او کشیده اند تا زمان فعلی را در ایران تداعی کند. متأسفانه با توجه به این موضوع، در طول فیلم هیچ حس فضای ایران به تماشایی منتقل نمی شود و از آنجا که داستان در شب اتفاق می افتد، گرچه چیز زیادی را نمی توان دید، اما همان ساختمان ها، خیابان ها و حتی لباس های شخصیت های فیلم و دکورخانه آنها، هیچکدام گویای فضا و محیط و آدم های ایران نیست.

از نخستین فردی که در فیلم ظاهر می شود (آرش) با آن قیافه «جیمز دین» وار و تی شرت معروف «شورش بی دلیل» گرفته تا فروشنده مواد مخدر که روی صورتش به فارسی «جاکش» خالکوبی کرده، تا پدر معتاد آرش (مارشال منش) که دائما مواد مخدر می طلبد، تا آن فاحشه بیابانی که در خیابان های خلوت قدم می زند (کدام فاحشه بی در خیابانی که پرنده در آن پر نمی زند به دنبال مشتری می رود؟)... هیچکدام فضای ایران را به تماشایی منتقل نمی کند. در ایران امروز چگونه می توان آزادانه در جامعه رفت و آمد داشت و روی صورت شخص با حروف درشت نوشته شده باشد «جاکش»؟ اگر برای طنز استفاده شده، تماشاگر غیر ایرانی آنرا نمی فهمد، و تماشاگر ایرانی هم برایش پرسش انگیز است که هدف از این موضوع چیست؟ طنز دیگر فیلم، بینی عمل شده دراکولاست که دیگر در ایران سوژه بی ست که کهنه شده و تازگی ندارد.

فیلم از ساخته های بسیاری نیز تاثیر گرفته، از موسیقی اسپاگتی وسترن ایتالیا، تا استفاده از صدای دور که دراکولا در اینجا، نظیر فیلم «جن گیر» تا فیلمهای سبک مشابه.

من به علت عدم علاقه به فیلمهای ترسناک (Horror films) معمولا از دیدن چنین فیلمهایی پرهیز می کنم. این سبک فیلم معمولا فاقد ارزش سینمایی است و اغلب از خون، قتل و قطع اعضای بدن انسان ها تشکیل می شود که ارزش تلف کردن وقت را ندارد. البته این نوع فیلم، طرفدارانی دارد



آنا لیلی امیرپور

که دلیل ساختن آنها هم به این خاطر است. در طول تاریخ صد و چند ساله سینما، نمی توان فیلمهای بسیاری را یافت که دارای قابلیت و ارزش سینمایی در این ژانر باشند. نوسفراتو (۱۹۲۲)، ساخته فیلمساز آلمانی «اف دلبیو مورناو»، جن گیر (۱۹۷۳)، ساخته «ویلیام فریدکین» قتل عام اره برقی تگزاس (۱۹۷۴)، ساخته «توبی هوپر»، SHINING (۱۹۸۰)، ساخته «استنلی کوبریک» ... از معدود فیلم های قابل اهمیت این سبک سینما هستند.

وقتی فیلم «دختری تنها در شب به سمت خانه قدم می زند» ساخته نخست فیلمساز ایرانی «آنا لیلی امیرپور» در ساندنس به نمایش درآمد، و عنوان نخستین فیلم ترسناک ایرانی را به خود نسبت داد، قصد دیدن فیلم را فقط به خاطر حمایت از این فیلمساز ایرانی داشتم، اما به خاطر عدم ارزش چنین فیلمهایی، آن را به کنار گذاشتم ولی بالاخره حس حمایت بر عدم علاقه به این سبک فیلم غلبه کرد و نخستین فیلم ترسناک سینمای ایران را بررسی می کنیم.

ابتدا عنوان «نخستین فیلم ترسناک ایرانی» نادرست است چون اولاً فیلم در ایران ساخته نشده، هرچند اکثر دست اندرکاران فیلم ایرانی هستند. بعد گویا کسانی که این عنوان را می خواهند به فیلم

مرگ فرهیخته می شوند. استاد فرهیخته بودن به سواد و مدرک علمی اصلا مربوط نیست. اگر شما دوست سرشناس و معروفی در رسانه ها داشته باشید مثل موقعیت الان من که ممکنه هما چون به علت دوستی، به من هم لقب استاد فرهیخته بدهند. یا اگر احتمالا کمک مالی به موسسه ای کرده باشید و شرط و شروط بگذارید هفته بعدش یا حتی روز بعدش به شما درجه استادی آن هم استاد فرهیخته می دهند.

من وقتی اعلان های ختم اشخاص را می بینم و متوجه می شوم که از بی سوادترین آنها به عنوان استاد فرهیخته نام می برند حرص می خورم که چرا من که کوره سواد دارم استاد صدایم نمی کنند و لقب فرهیخته به من نمی دهند. شاید باید بمیرم تا استاد شوم. واقعا بدم نمی آید بمیرم تا روی سنگ قبرم استاد فرهیخته بنویسند.

در این روزگار همه استاد هستند. هر کسی به نوعی خودش را استاد می داند و به نسبت آن دیگری خود را فرهیخته می خواند.

پادم می آید چندین بار اشخاصی به شوهرم که در مورد کتابی یا نمایشنامه ای یا اتفاقی گزارشی نوشته بود تلفن کردند و گله کردند که چرا در گزارش خود ما را استاد یا استاد فرهیخته ذکر نکردی و از آن به بعد این آقایان در مجالس با سرسنگینی با ما روبرو می شوند و حالا که خودم دلم می خواهد استاد فرهیخته باشم و نیستم می فهمم کجایشان می سوزد.

استاد محمد بدم می آید. وقتی علتش را می پرسید جواب می دادم که می ترسم مال مرا هم ببرد و زهرا خانم با غش غش خنده می گفت: نه خانم، تو جایی نداری که او ببرد، بریدن مخصوص پسر بچه هاست.

اما باز نمی دانستم چرا بعضی وقت ها به کسی هم که کاری را خراب می کرد می گفتند: "استاد واقعا گند زدی" یا این که این آقا استاد خراب کاری است یا در دروغ گفتن استاد است. یا استاد خبرچینی است و یا هر وقت لوله فاضل آب می گرفت مادرم می گفت: برو به سراغ استاد ابراهیم که بیاید و لوله فاضلاب را باز کند، کارش از همه بهتر است.

در سنین کودکی هر وقت به رادیو گوش می کردم یا تلویزیون می دیدم بعضی اوقات از استادان صحبت می شد یا خود استاد در رادیو بحث می کرد. نمی دانستم فرق این استاد با استاد علی بنا یعنی میمون اسباب بازی خودم چیست؟ چون هر دو استاد بودند و هر دو به نوعی باعث سرگرمی آدم می شدند و هیچ فرقی با هم نداشتند. با این همه به استاد علاقمند شده بودم. دلم می خواست استاد باشم ولی استاد فرهیخته، البته زیاد لقب جالبی هم نیست چون امروز همه را استاد یا استاد فرهیخته خطاب می کنند.

در بچگی فکر می کردم فرهیخته از کلمه پر ریخته می آید. چون اکثر استادان مو سرشان ریخته است. البته استاد فرهیخته شدن به این آسانی نیست، معمولا بعد از



نوشخند و پوزخند لبخند و زهرخند

عترت گودرزی (الهی)

etratelahi@aol.com

استاد فرهیخته ای که خوب "ختنه" می کرد!

شیرینی و چایی می بردند دور از چشم مادرم گاهی به ما از شیرینی های خودش تعارف می کرد. اما استاد دیگری بود که ما دختر بچه ها از او خیلی نفرت داشتیم. می گفتند در قسمت پایین شهر که دکتر کمیاب است این استاد پسرهای هم سن و سال ما را ختنه می کند. ما در آن سن نمی دانستیم معنی ختنه چه هست. از مادر بزرگ چند باری در موردش سؤال کردیم. او سعی داشت با زبان بی زبانی معنی ختنه را به ما بفهماند. گاهی می گفت این استاد «سنت» کردن است. باز هم معنی «سنت» کردن را نمی فهمیدیم. بالاخره با کنجکاوی های بسیار فهمیدیم که این استاد در پایین شهر یک جای پسر بچه ها را می برد که خیلی دردناک است. این استاد، برادر زهرا خانم، مستخدم منزل خودمان بود. به همین دلیل از او می ترسیدم و خیلی هم از او بدم می آمد و هر وقت او را می دیدم به زهرا خانم که خواهرش بود می گفتم من از

از زمان جوانی و بچه سالی همیشه وقتی کلمه استاد را می شنیدم حالی به حالی می شدم چرا که از این کلمه خیلی خوشم می آمد. به خصوص که پدر بزرگم، وقتی بچه پنج شش ساله ای بودم، اسباب بازی جالبی برایم خریده بود به اسم "اوستا علی بنا". اسباب بازی یک میمونی بود که دست و پایش را به چهار تکه کش بسته بودند و کش ها به چوبی بسته شده بود و وقتی چوب را بالا و پایین می بردی میمون تاب می خورد و حرکات جالبی می کرد. من عاشق این استاد میمون بودم.

سلمانی پدرم هفته ای یکبار به خانه می آمد و موهای او را اصلاح می کرد. پدرم همیشه پیش از این که او به خانه بیاید سفارش می کرد که مواظب باشید برای استاد علی حتما بعد از این که کارش تمام شد شیرینی و چایی بیاورید. من این استاد علی را خیلی دوست داشتم. پیرمرد خوش اخلاق و بذله گویی بود و همیشه وقتی بعد از اتمام کارش برایش



Silicon Valley TaxSavers, Inc.

دفتر خدمات اجتماعی

لیدا کوچصفهانی

کار را به کاردان بسپارید!



Not a Law Office

- ✦ دریافت حقوق و مزایای دولتی
- ✦ دریافت حقوق پرستاری
- ✦ اخذ تابعیت آمریکا (بدون امتحان) برای واجدین شرایط
- ✦ دریافت گرین کارت از طریق خانواده و ازدواج
- ✦ تنظیم فرمهای اداره مهاجرت و پناهندگی
- ✦ اخذ ویزای نامزدی
- ✦ مدیکر و مدیکل، SSI
- ✦ گرفتن وقت از سفارت آمریکا جهت ویزای توریستی
- ✦ اخذ پاسپورت سفید

(408)269-7283

lida.taxesavers@gmail.com

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

آرایش دائمی صورت توسط مینو پارسا



Mino Parsa/Beautician

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

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

✦ Permanent Makeup Specialist
✦ Non-Surgical Facelift ✦ Phytic Skin Peeling



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

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

Clinics in South, East & North Bay

(415) 370-3974

چو یوسف را به آن گرگان سپردند
فلک گفتا که گرگان بره بردند
چو پا بر دامن صحرا نهادند
بر او دست جفا کاری گشادند
ز ناگه بر لب چاهی رسیدند
ز رفتن بر لب چاه آرمیدند
چهی چون گور ظالم تنگ و تیره
ز تاریکی چشم عقل خیره
فرو آویختند آنکه به چاهش
در آب انداختند از نیمه راهش
شد از نور رخس آن چاه روشن
چون شب روی زمین از ماه روشن
یوسف سه روز در چاه بود. کاروانیانی که از
مداین عازم مصر بودند به سوی چاه آمدند تا
آب بردارند. سقا دلو آبکشی به چاه انداخت.
یوسف بر آن نشست و از چاه بیرون آمد.
کاروانیان حیرت زده از دیدن جمال یوسف
او را لباس پوشاندند و با خود به مصر بردند.
سه روز آن ماه در چه بود تا شب
چو ماه نخشب اندر چاه نخشب
ز مدین کاروانی رخت بسته
به عزم مصر با بخت خجسته
به گرد چاه منزل گاه کردند
به قصد آب رو در چاه کردند
روان یوسف ز روی سنگ برجست
چو آب چشمه و در دلو بنشست
وزان پس کاروان محمل بستند
به قصد مصر در محفل نشستند
یوسف به مصر رسید و پادشاه از ورود او آگاه
گردید.

به صورت بود با مردم نشسته
به معنی از همه خاطر گسسته
خیال دوست را در خلوت راز
نشاندی تا سحر بر مسند ناز
حال بشنوید از زندگانی و روزگار یوسف.
یعقوب پدر یوسف پسران بسیار داشت.
خداوند یازده پسر به او اعطا کرده بود.
هنگامی که یوسف به دنیا آمد زیبایی و
درخشندگی حسادت برادران بزرگتر
را برانگیخت. او عزیز یعقوب بود و هر چه
بزرگ تر می شد عزت و احترامش پیش
پدر فزونی می یافت. شبی از شب ها،
سحر گاهان یوسف از خواب بیدار شد. به
نزد پدر رفت و گفت: پدر خواب دیدم که
ماه و خورشید با یازده ستاره به اطرافشان
به پای من افتادند و مرا ستایش کردند.
یعقوب در فکر فرو رفت و از او خواست که
این خواب برای برادران نگوید و از آن روز به
بعد توجه و علاقه یعقوب به یوسف فزونی
گرفت و همین موجب افزایش دوصد چندان
حسادت برادران یوسف گردید و سرانجام با
هم خلوت کردند تا چاره ای بیندیشند. نزد
پدر رفتند و از او اجازت خواستند تا یوسف
را با خود به صحرا برند. یعقوب نخست رضا
نداد اما سرانجام از افسون آنان زبان در کشید
و خاموش ماند. روز بعد برادران یوسف را به
صحرا بردند و پیراهنش را پاره پاره کردند و
او را در چاهی عمیق و تاریک و پرآب افکندند.



سیر و سفری در گلستان ادب پارسی

گردآوری و نگارش:
مهندس پرویز نظامی

یوسف و زلیخا

از صدای سخن عشق ندیدم خوشتر
یادگاری که در این گنبد دوار بماند
بر جمال تو چنان صورت چین حیران شد
که حدیث اش همه جا در و دیوار بماند
به تماشاگاه زلفش دل حافظ روزی
شد که باز آید و جاوید گرفتار بماند

بشنوید تا نام شش زوج دلدادگان نامدار دوران کهن را در یاد خود بسپارید. نام ذال و رودابه را که با کشش عشق روی بهم آوردند. نام یوسف و زلیخا را که ناشناسانه از دو دیار دور دست بهم پیوستند؛ نام فرهاد و شیرین را که یکی در آتش عشق می سوخت و دیگری سربوفائی داشت؛ نام مجنون و لیلی را که جز به خاطر هم نزیستند و چیزی به جز یکدیگر از جهان ندیدند؛ و نام وایق و عذرا که روزگاری دل به مهر هم دادند و عشق ورزیدند و جز به خاطر عشق نمی زیستند. اگر کتاب عشق را بخوانید آن را شگفت انگیزترین کتاب جهان خواهید یافت؛ در آن چند صفحه کوچک کوتاه وصف شادی و چندین دفتر بزرگ داستان غم خواهید دید؛ فصل هجرانش فصلی دراز و بحث و وصالش بحثی کوتاه است و آنجا که سخن از رنج عشق می رود گفتگو چندان است که شرح و حواشی خود از چندین مجلد فزون می گردد.

نقش بر زمین شد و به خواب رفت. سروشی از هاتف غیب به گوش جانش رسید و گفت: اگرچه عزیز مصر همان نیست که تو دل در گرو عشق او دادی، ولی دیدار عزیز مصر هم بی حاصل نخواهد بود. زلیخا به سروش هاتف غیب دل سپرد و:

درآمد مرغ بخشایش به پرواز

سروش غیب دادش ناگه آواز
عزیز مصر مقصود دلت نیست
ولی مقصود بی او حاصلت نیست
از او خواهی جمال دوست دیدن
وز و خواهی به مقصود رسیدن

زلیخا چون ز غیب این مژده بشنود
به شکرانه سرخود بر زمین سود
به ره می بود او چشم انتظارش

که کی این عقده بگشاید ز کارش
زلیخا پس از این ماجرا در مهد زرین به مصر رسید و با بسی فر و شکوه به ایوان عزیز مصر پانهاد. سرها به پایش نهادند و گوهرها نثار قدمش کردند. زلیخا در سرای عزیز مصر زندگانی جدیدی را آغاز کرد ولی از یاد معشوق دیرین لحظه ای غافل نبود. در مفارقت یوسف عمر می گذرانید و با درد هجران درگیر.

چو دل با دلبری آرام گیرد

ز وصل دیگری کی کام گیرد؟
کجا پروانه بزد سوی خورشید
چو باشد سوی شمعش روی امید؟
زلیخا را در آن فرخنده منزل
همه اسباب حشمت بود حاصل
لبش با خلق در گفتار می بود
ولی جان و دلش با یار می بود

دنباله از ماه گذشته... شهرت زیبایی و ثروت زلیخا همراه با قدرت سلطنت پدرش عالمگیر بود و همه روز رسولانی از جانب پادشاهان، شاهزادگان، بزرگان و ثروتمندان از شام تا روم و از شمال تا جنوب برای خواستگاری زلیخا می آمدند. زلیخا همه را جواب رد می داد و نگاهش به سوی سرزمین مصر بود. اما خبری از مصر و فرستاده ای از آن سو نیامد. دایه که راز زلیخا را می دانست، فهمید انتظار بیش از این ثمری ندارد. چاره ای اندیشید. شاه را راضی کرد که زلیخا به عنوان سفر سیاحتی به مصر رود.

زلیخا را در کجواه سلطنتی نشانند و سفر به سوی مصر را آغاز کردند. عزیز مصر که خبر آمدن شاهزاده خانم زیبا را شنید، به پیشواز زلیخا رفت. وقتی به کاروان زلیخا رسید، هدایای بسیار به زلیخا تقدیم کرد. زلیخا که صبر و توان برای دیدار عزیز مصر را از دست داده بود به دایه گفت: راهی بگشای تا هر چه زودتر عزیزم را ببینم. دایه شکافی در پرده تخت روان گشود. زلیخا از میان شکاف پرده به بیرون نگاه کرد. آه از نهادش برآمد و گفت:

اینکه شاهزاده رویهای من نیست!

نه آن است این که من در خواب دیدم
به جست و جوی این محنت کشیدم
نه آن است این که عقل و هوش من برد
عنان دل به بی هوشیم بسپرد
همی نالید از جان و دل چاک
همی مالید روی از درد در خاک
به نزدیک شدن سحرگاه از غصه و ریش
اشک و رنج و اندوه بی حد و حصر بیهوش



Sweet Rendezvous

(408) 225-5004

بستنی و فالوده ایرانی شیرینیجات اروپایی و انواع لوازم کادویی
با بیش از ۶۰ نوع بستنی های خوشمزه

*We have over 60 flavors
of rich and delicious ice creams!*

قهوه

باقلاوا



چای

شکلات

کافه
گلخانه

آبنبات

در محیطی گرم، دوستانه و خانوادگی
وعده ما در سوئیت راندوو

Hours: Sunday-Thursday 12pm-9pm
Friday & Saturday 12pm-9:30pm

668 Blossom Hill Road, San Jose, CA 95123

بستنی

کیکی

منطقه فضول آباد

آدمهای کم بها و بی کلاس

- ◆ انگار وقتی تربیت درس میدادن اونو
- ◆ همیشه معلوم نیس چشونه
- ◆ دائماً آشفته اند
- ◆ معلوم نیس با تو یا من خوبند یا بد
- ◆ از هر کی بحق تعریف کنی فقط اونو هستن
- ◆ نمی کنه
- ◆ آدمای گیجی هستند
- ◆ سر به کاری بند نمیشن
- ◆ دوستان کم بهایی هم دارند
- ◆ هر روز به چشمه جدید از اونو رو میشه
- ◆ کوچک تر میشن
- ◆ تو خانواده خودشون هم جایگاهی نداشتند
- ◆ یا ندارند
- ◆ هزار تا کار میکنن همه ناقص و ناتمام
- ◆ هر جا برن همه از اونو ناراضیند
- ◆ همیشه انگار با همه دعوا دارند یا داشتن
- ◆ تو کار همه دخالت میکنه یا بهتر بگم فضولی

I SHALL HAVE انگلیسی است که به بیان مسخره ما آن را هشلهف می گوئیم و در محلی به کار می بریم که بخوایم بگوئیم مطلبی یا چیزی بی معنی، درهم ریخته و بی ارزش است. واژه فکسنی روسی است و به معنی بامزه، اما ما آن را واژگونه کرده و به معنی به چیز درب و داغون و بی ارزش و از کارافتاده بکار می بریم.

◆ در آبادان یک محله مسکونی هست که به آن «بواره» می گویند. دنباله مطلب در صفحه ۵۰

خواندید بقلم سیمین بهبهانی بود)
نگاه به این کلمات

◆ کلمه زپرتهی یک واژه روسی است. هنگامیکه قزاق های روسی در ایران بودند هر وقت سربازی از آنها به زندان می افتاد می گفتند زپرتهی شده. بعداً این کلمه بین ما معنای دیگری پیدا کرد. وقتی کار کسی خراب میشد و اوضاعش بهم می ریخت می گفتیم فلانی زپرتهی شده.

◆ کلمه هشلهف درواقع همان عبارت

مشقی تازه در روزهای غربت

حسینعلی مکرندی

فریمان - کالیفرنیا

e-mail: ha@makvandi.com



من این فرهنگ را نمی شناسم

سهراب سپهری نقاش و شاعر سفری هم به آمریکا داشت. آنچه می خوانید حرف های او درباره همین سرزمین است.
... اینجا اندازه ها فرق می کند، آدم میان ابعاد دیگریست. من این فرهنگ را نمی شناسم. اینجا چیزیست که باید فهمید و گذشت. باید جوید و سهم عمده آن را تف کرد. به این فرهنگ لبخند نمی توان زد. آن رگ های ظریف که در هنر قسمتی از اروپا آدم را تا شوق و دردمندی میبرد اینجا نیست. اینجا کمال نیست. چون نیست چه خوب می توان آموخت خامی و زمختی درس هائی را که می دهد. کار ناپخته خودش را رایگان در اختیار می گذارد. اما هنر رسیده تجزیه و تحلیل می طلبد. من سمت این فرهنگ را نمی شناسم. این فرهنگ به یک جهت نمی رود یا من خیال می کنم، رودخانه ایست که به هرسو انشعابی دارد.

هوشنگ گلشیری

دیربست که دور از ماست، هوای دیدارش را دارم. باریک اندام است، سبزه تاب، فلفلی و

Ali's Construction & Remodeling

Celebrating 18 Years in Business

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

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

Let us Build your Custom Dream Home

With 18 years of experience we guarantee to exceed your expectations



(408)-898-6474

1011 S. De Anza Blvd., Cupertino, CA

www.alisconstruction.com



با مدیریت علی زمانی

روزی که امیر کبیر به شدت گریست

هنگام مراجعه مأموران در آب انبارها پنهان می‌شدند یا از شهر بیرون می‌رفتند. روز بیست و هشتم ماه ربیع الاول به امیر اطلاع دادند که در همه‌ی شهر تهران و روستاهای پیرامون آن فقط سی‌صد و سی نفر آبله کوبیده‌اند. در همان روز، پاره دوزی را که فرزندش از بیماری آبله مرده بود، به نزد او آوردند. امیر به جسد کودک نگرست و آنگاه گفت: ما که برای نجات بچه‌های تان آبله کوب فرستادیم. پیرمرد با اندوه فراوان گفت: حضرت امیر، به من گفته بودند که اگر بچه را آبله بکوبیم جن زده می‌شود. امیر فریاد کشید: وای از چهل و نادانی، حال، گذشته از اینکه فرزندت را از دست داده‌ای باید پنج تومان هم جریمه بدهی. پیرمرد با التماس گفت: باور کنید که هیچ ندارم. امیر کبیر دست در جیب خود کرد و پنج تومان به او داد و سپس گفت: حکم بر نمی‌گردد، این پنج تومان را به صندوق دولت بپرداز.

دنباله مطلب در صفحه ۵۱

- کجا؟ چرا؟
- نزدیکه، شاید سرچشمه س. مش رضون، اون دو تا تیر تو هشتی رو بگذار پشت در. پهلوی اول رفته بود و یا او را برده بودند و برای پهلوی دوم هنوز بوتینی های پهلوی اول چند شماره بزرگ بود.

سال ۱۲۶۴ قمری، نخستین برنامه‌ی دولت ایران برای واکسن زدن به فرمان امیر کبیر آغاز شد. در آن برنامه، کودکان و نوجوانانی ایرانی را آبله‌کوبی می‌کردند. اما چند روز پس از آغاز آبله‌کوبی به امیر کبیر خبر دادند که مردم از روی ناآگاهی نمی‌خواهند واکسن بزنند. به‌ویژه که چند تن از فالگیرها و دعانویس‌ها در شهر شایعه کرده بودند که واکسن زدن باعث راه یافتن جن به خون انسان می‌شود.

هنگامی که خبر رسید پنج نفر به علت ابتلا به بیماری آبله جان باخته‌اند، امیر بی‌درنگ فرمان داد هر کسی که حاضر نشود آبله بکوبد باید پنج تومان به صندوق دولت جریمه بپردازد. او تصور می‌کرد که با این فرمان همه مردم آبله می‌کوبند. اما نفوذ سخن دعانویس‌ها و نادانی مردم بیش از آن بود که فرمان امیر را بپذیرند. شماری که پول کافی داشتند، پنج تومان را پرداختند و از آبله‌کوبی سرباز زدند. شماری دیگر

پی در پی خشک شاخه‌های درختان، نه یکی، نه دو تا، صد و بلکه هزار، دیوارهای خانه می‌لرزید، مثل این بود که قرار است فرو بریزد. مادر وحشت زده پرسید: آقا چه؟ چه خبره؟ و پدر با صدایی که سعی می‌کرد آرام باشد، گفت: مثل اینکه تیراندازی.

یادداشت‌های بی تاریخ

صدرالدین الهی



تهران پس از رفتن پهلوی اول

هایتان و فردا هم مدرسه نیاید.» حالا از طرف مجلس صدای مرده باد، مرده باد، بلند بود و بچه‌ها در حیاط فریاد می‌زدند: عدسی فردا مرخصی، فتیله فردا تعطیل. ما باید معطل می‌شدیم که ببینند پی‌مان. از پشت مسجد تا سرچشمه راه درازی بود. در چه کم بودیم که دیدیم بچه‌هایی را که آدم پی‌شان می‌آمد، صدا زدند. ما را هم صدا زدند. مشهدی رمضان آمده بود. از او پرسیدیم چه خبر شده؟ جوابی نداشت. از کوچه سرداری، که دراز و باریک و خاک آلود بود، به طرف خانه رفتیم. وقتی اعتراض کردیم، مشهدی رمضان گفت: خانم گفته‌از توی خیابان نیائید. شلوغ است.

در خانه آش‌انگوره داشتیم و کوفته و یک خوشحالی بزرگ که فردا تعطیل است. برای چی؟ نه عیدی بود، نه عزایی. پدر خیلی زود برگشت و گفت که کلون در را بکشند و در جواب مادر که می‌پرسید چه خبر است، جواب داد: مردم ریخته‌اند توی مجلس. محصل‌ها به جلو و کاسب‌ها به عقب. از قحطی و گرانی و نبودن نان جان به لب‌شان رسیده است. خدا رحم کند. از اداره تا اینجا که می‌آدم، جمعیت بود که طرف مجلس سرازیر بود. آجان‌ها و سربازها هم جلو مجلس صف کشیده بودند.

دلواپس برادر بزرگ بودیم که در مدرسه آلمانی درس می‌خواند. مدرسه آلمانی آخر خیابان قوام السلطنه. حتما این قوام السلطنه آدم بزرگی بود که یک خیابان بزرگ بالای شهر را به اسم او کرده بودند. بعدها دانستیم که نه،

چون خانه او در آن خیابان بوده اسم خیابان شده است قوام السلطنه. برادر که آمد. ساعت ۳ بعد از ظهر بود و او بود که خبر آورد مردم ریخته‌اند توی مجلس و کلا را کتک زده‌اند. بعد از طرف شاه‌آباد راه افتاده‌اند به طرف میدان مخبرالدوله و هر چه مغازه سر راه بود غارت کرده‌اند و بعد غش‌غش خندید و گفت: قنادی نوشینم چپو کرده‌اند. هر چه شیرینی تازه و نان خامه‌ای بوده خورده‌اند.

چند باری که نان شیرینی‌های تازه نوشین را خواهر بزرگ و شوهرش خریده و به خانه آورده بودند، خورده بودیم. چه خوشمزه بود. کاشکی ما هم رفته بودیم چپو! هوا هنوز تاریک نشده بود که صدای وحشتناکی برخاست. چیزی شبیه شکستن

صبح که راه افتادیم برویم مدرسه، از سرچشمه به طرف مجلس شلوغ بود. آدم‌ها و بیشتر بچه‌ها در خیابان ولو بودند. جلو مدرسه علمیه، که دبیرستان معتبر محله ما بود، شاگردها چند تا چند تا و کله به کله گرد هم آمده بودند و حرف می‌زدند.

زنگ ساعت ده‌را که زدند، از پشت دیوار شرقی مدرسه صدای همه‌همه می‌آمد. به سر و صدای مجلس و عربده‌های زنده‌باد، مرده‌باد، که گاهی در میدان بهارستان سر می‌دادند، عادت داشتیم. اما این سرو صدای امروز، طور دیگری بود. مثل این بود که یک دسته زنبور خرمایی در جستجوی آخرین شهد خوشه‌های رو به خشکی درخت انگور بالای سر ما پرواز می‌کنند و در حیاط مدرسه پنداری که زنبورها روی باغ بزرگ بهارستان در پرواز بودند.



زنگ را زدند. ما صف بستیم و به کلاس رفتیم. هیاهو بالا گرفته بود و معلم‌ها توی دفتر نشسته بودند. مبصر سعی می‌کرد سر و صدای بچه‌ها را خاموش کند. پسر سه‌ساله‌ای که آمده بود، هم دو سال روزه شده و مادر رخشوتیش به التماس خواسته که پسرش امسال را هم امتحان بدهد و اگر رد شد بیرونش کنند که برود دم دست پدرش توی میدان هیزم فروش‌های سرچشمه‌حمالی.

یک مرتبه زنگ زدند. وقت زنگ نبود. اصلا کلاسی تشکیل نشده بود که زنگی بزنند. ریختیم توی حیاط مدرسه. دو تک زنگ زدند. دستور دادند که صف ببندیم و آقای میر سعیدی ناظم با صدای صاف گفت: «مدرسه تعطیل است با صف بروید توی کوچه و خیلی زود بروید خانه



مشاور مالی و مالیاتی

Accounting, Auditing & Tax Services

سرویس مطمئن - قیمت مناسب - توجه کامل به نیازهای شما



خدمات دفترداری

مشاوره و برنامه ریزی مالی و مالیاتی

رسیدگی و جوابگویی در حل اختلافات با مراجع مالیاتی

تهیه و تنظیم اظهار نامه های مالیاتی (شخصی و شرکت‌ها)

- Tax Planning
- Tax Return Preparation
- Business Bookkeeping
- Tax Problem Resolution



Responsive to Your Needs

Reliable Service Reasonable Rates

www.mytaxmd.com

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

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



سوپر مارکت اطمینان



عرضه محصولات گوشتی در سوپرمارکت اطمینان:
کله، پاچه، زبان، گوشت و مرغ با ذبح حلال، ماهی سفید و ماهی دودی



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

5754 Santa Teresa Blvd. San Jose, CA 95123
(408) 226-5992

از درگوشی‌ها

به قلم: پیرایه

هر مرحله از عمل انتظار و دیدگاه دیگری را می‌جوید و می‌پسندد. در عین حال دانایان اندیشمند چه تاجی برسروان زدند که خاک دار و دسته پول پرستان عیاش بر سر و رویان غبار غم نباشد. حکایت ما ایرانیان نگون بخت حکایتی است دردناک که از بدو حمله اعراب شروع و هنوز ادامه دارد. اینکه بیاموزیم و بدانیم و بفهمیم از حد ما سالخوردگان کم سواد از خود راضی بالاتر و والاتر است. کتمان نباید کرد که حتما برحسب جبر زمان و مکان کم و بیش ارادی و غیرارادی تکان هائی خورده ایم ولی فقط در ناحیه خوردن و پوشیدن و از مرز اصول و رسومات پاکیزه آبا و اجدادی به مرحله ایرانی آمریکائی پناهنده ارتقاء مقام یافتن و مفتخر شدن. خلاصه اگر احيانا جوانی این مطلب را بخواند بداند ما نسل میخکوب در قالب «فرسودگی» همانیم که پنجاه سال قبل بوده ایم. توقع فهم و کمال بیش از ظرفیت مادر و مادربزرگ ایرانی قدیمی نداشته باشد. زلف روشن تر و دامن کوتاه تر و سینه و بازوی برهنه تر، چرا اکتساب دانش و بینش و سنجیدن نیک از بد و طرد آزادی افراطی در زمینه زندگی و گذران شبانه روزی آمریکائی خیر... ثابت در چارچوب پرورش ایرانی و مستور و داوطلب پذیرش ظواهر نارسای دنیای پناهندگان آواره کره زمین. و صدا البته مفتخر از ادعای روشنفکری و آزادایخواهی غیر ایرانی و پوشالی.

خبری. متوجه شدم رکود ذهنی پیرزنهای گردشی و سورچران همچنان ریشه در متن تربیت تحصیل و کسب معارف محیط زیست اولیه دارد و پایدار می‌ماند. بعلاوه بستگی مستقیم با فهم و شعور و تشخیص فرد هم در هر سن و مقامی اثر گزار می‌گردد. آشنای دیگری که سالها در آلمان زندگی کرده بود کوچ کرد اینطرفها. جا که افتاد رفت ایران و پدر مادر سالمندش را هم منتقل کرد تا بتواند دو جانبه بهره مند گردد. مزایای دولتی و پزشکی بعلاوه کلفت نوکر «بی جیره موجب». ایرادی نیست. این اواخر رفته بود تا دعوی فروش خانه پدری را با برادر فیصله دهد. تصادفا زیارت ایشان نصیبم شد. با اصرار به قهوه دعوتم کرد. نشستیم و یکساعت تمام تعریف کرد که هرروز بعدازظهرها دوره «عوامی» داشتیم و شب‌ها دور هم میهمانی و بگو بخند و جوک و مشروب و دیگر هیچ از وضع موجود چیزی نمی‌دانست. نه می‌دانست و نه می‌خواست بداند. از نظر او مردم همه خوش بودند. بعدازظهرها ورق و شب‌ها عرق. کافی کفایت. باقی بقایت. دقیقا چهل پنجاه سال پیش هم همین بودند و همینقدر می‌دانستند. در عین حال «افاده ها طبق طبق» که انبان پر و پیمان است و همانا مدرک علم و عقل و البته عیش و نوش جماعتی بی‌خبر. خودستا و خوشگذران. فراوانند و می‌بینم و در عجبم. چرا که

آور در حوزه مسائل مستقل زن ایرانی باعث جلوگیری از تنوع و باروری فکری و اندیشمندی شد. محروم از هویت و موجود نیست. سایه وار تابع پدر، شوهر، پسر یا برادر، حرکت را برای زن کند و از پویائی باز می‌داشت. همچنانکه راکد بودیم و راکد هم ماندیم. گذشت و ما را طوفان ساخته پرداخته دستان به هم تنیده خارجی خواه و ناخواه به غربت پراکنده نمود. ماندگاران همانند که نیم قرن پیش روز و روزگار را آسان می‌گرفتند و اما از رفتگان چه خبر؟

تلفن زنگ زد، خانمی بود از منسوبین دور، گفت سی سالی می‌شود که مقیم فرانسه است و در سفری کوتاه به ایران شماره ما را به دست آورده و بعد حدود یکساعت اشخاصی را نام می‌برد و از هریک شمه ای بد می‌گفت. دزدی و ارتشاء و قمار و عیاشی و غیره. متحیر ماندم که چطور می‌شود چند دهه در یک کشور آزاد با آن فرهنگ غنی زندگی کرد و چیزی نیاموخت، حتی آداب ساده گفتگوی تلفنی دوستانه بعد از سی چهل سال دوری و بی

ما گروه سالمندان نسل اول و دوم خود تبعیدی در شهر و دیارمان آسوده و بی خیال با خودمان بودیم در محیط بسته و دنیای محدود سنتی. کلا خانه و خانواده زندگی را می‌ساخت و ما می‌گذرانیدیم بدون پذیرش افقی بازر. روشن تر و وسیع تر که می‌توانست منبع الهام درک و فهم بیشتری باشد. بسیاری از ما کار و کاسبی و پیشه ای هم داشتیم که شاغل مربوطه هم تقریبا در قالب موجودیت خود درجا می‌زد و ما را در موج روند تکراری باب سلیقه روز نگه می‌داشت. در حقیقت نظام اخلاقی مذهبی مردسالاری حاکم شرایط دوگانه ای تحمیل می‌نمود که از طریق خانه، مدرسه و جامعه در اذهان نفوذ می‌کرد. ناچار درونی می‌شد، می‌پذیرفتیم و ادامه می‌دادیم. فرهنگ «زن وسیله» هرچند حجتی لایزال می‌رفت تدریجا تعادل یا بد البته فقط در قشر شمال شهرنشینان. به دلیل تماس اروپائی که بدبختانه نقشه دراز مدت دموکرات های آمریکا فتنه «آخوندیسم» را در کمال افتخار پیاده کرد و اجبارا عقبگرد شرم

کلاسها و کارگاه‌های آموزشی هفتگی بنیاد برابری پارس



کلاسها و کارگاه‌های آموزشی هفتگی عبارتند از:

زبان انگلیسی (از مقدماتی تا عالی)، آمادگی برای شرکت در امتحان شهروندی امریکا (سیتیزن شپ)

آشنایی با فرآیند کاریابی در امریکا، آموزش‌های مقدماتی کامپیوتر، هنر درمانی و مشاوره حقوقی

در دو مرکز سن حوزه و لوس آنجلس

Weekly classes and workshops include English as a second language, citizenship courses, career development and job placement, basic computer training, art therapy and legal advice.

www.parsequalitycenter.org

Los Angeles location:

4954 Van Nuys Blvd, Suite 201, Sherman Oaks, CA 91403
(818) 616-3091

San Jose location:

1635 The Alameda, San Jose, CA 95126
(408) 261-6400



جین راسل



جین راسل در ۲۱ ژوئن سال ۱۹۲۱ در ایالت مونتانا بدنیا آمد. او در سال ۱۹۴۳ با بازی در فیلم وسترن "یاغی" به سوژه داغ رسانه‌های جمعی بدل شد. مقامات سانسور، فیلم را اثری «غیراخلاقی» تشخیص دادند و این به خاطر سینه‌های برجسته خانم راسل در فیلم بود. فیلم تنها چند سال بعد به طور رسمی به روی اکران عمومی رفت.

جین راسل چند سالی پیش از آن نه به خاطر کار در سینما، بلکه در دنیای مد و زیبایی به شهرت رسیده بود. او در مسابقه‌ای که هاوارد هیوز، تهیه کننده میلیاردر هالیوود، در جستجوی «بهترین سینه آمریکا» ترتیب داده بود، مقام اول را کسب کرد.

ری و جوزف فون اشتربنرگ نیز بازی کرده بود. او نقش‌های بسیار متفاوتی ایفا کرد، اما به ویژه در ایفای نقش زنانی با جذابیت جنسی مهارت داشت. از نظر فیگور و نوع نقش‌ها جین راسل با ستارگانی مانند باربارا استانویک و ریتا هیورث هم‌ردیف است. آخرین نقش مهم جین راسل در فیلم «فرشته جهنم» (۱۹۶۷) بود، هر چند که از نیمه دهه ۱۹۵۰ عملاً ستاره بخت او در سینما افول کرده بود. جین راسل از اوایل دهه ۱۹۶۰ به کار در صحنه تئاتر (برادوی) و شو (از جمله در لاس وگاس) پرداخت و تا سالهای پایان عمر، رقصید و آواز خواند و سرگرم کرد.

دنیابه مطلب در صفحه ۴۹



فرسیا اعتماد زاده

درادو (۲۰۰۰)، گلا دیاتور (۲۰۰۰)، Chicken run (۲۰۰۰)، American Beauty (۱۹۹۹)، حماسه ی سندباد (۲۰۰۳)، حلقه The ring (۲۰۰۲)، Transformers (۲۰۰۷)، جزیره (۲۰۰۵)، سربازان کوچک (۱۹۹۸)، The peacemaker (۱۹۹۷)، گزارش اقلیت Castaway (۲۰۰۶)، Dream Girls (۲۰۰۲)



(۲۰۰۰)، پرچم پدران ما (۲۰۰۶)، ملاقات با والدین (۲۰۰۲)، نامه هایی از ایوجیما (۲۰۰۶)، هوش مصنوعی (۲۰۰۱)، Road to Perdition (۲۰۰۲)، آخرین قصر (۲۰۰۱)، آگه میتونی منو بگیر (۲۰۰۲)، خانه ای از شن و مه (۲۰۰۳) و... بیشتر آثار این کمپانی با همکاری استودیو یونیورسال کلمبیا و پارامونت انجام می شود.

کمپانی ساخت و پخش فیلم Dream works در سال ۱۹۹۴ به همت کارگردان بزرگ سینما استیون اسپیلبرگ Steve Spielberg با یاری دیوید گفن David Geffen و جفری کتزنبک Jeffrey Katzenberg راه اندازی شد. به غیر از آثار شخص اسپیلبرگ



فیلم های بسیار معروف دیگری از تولیدات این کمپانی محسوب می شود مانند: (۲۰۰۱) Sherek، ماداگاسکار (۲۰۰۵)، (۲۰۱۱) The help، اسب جنگی (۲۰۱۱)، پل جاسوسان (۲۰۱۵)، نجات سرباز رایان (۱۹۹۸)، آمیستاد (۱۹۹۷)، شب وحشت (۲۰۱۱)، لینکلن (۲۰۱۲)، شاهزاده مصر (۱۹۹۸)، Bee movie (۲۰۰۷)، (۱۹۹۸) Antz، داستان کوسه (۲۰۰۴)، راهی به ال

از استودیوی مهدی طایری دیدن کنید

نقاشی های ایرانی نقش قاجار، صفوی، پهلوی، اروپایی، آمریکایی و هر نوع نقاشی که مورد علاقه شما است موجود می باشد



همه نوع سفارشات پذیرفته می شود

موبایل: ۵۹۵۱-۵۳۱ (۴۰۸)

آتلیه: ۳۵۸۳-۲۲۴ (۴۰۸)

درو از راه میرسد دوباره همان تراکتور های غول پیکرند که همزمان؛ هم درو میکنند؛ هم شلتوک ها را از ساقه جدا میکنند؛ هم ساقه ها را بسته بندی شده در حاشیه ی شیارها می چینند؛ هم برنج ها را گونی زده و آماده ی فروش به کامیون ها می رسانند و هم آبراهها و آبگیر ها و چشمه ها را می پوشانند.

من هر روز وقتی که از کنار این برنجزاران پر برکت میگذرم یاد برنجزاران میهنم و یاد برنجکاران همولایتی ام می افتم که بیچاره ها باید تا زانو در گل و لای نشا و وجین کنند و برای یک قطره آب فرق سر همسایه شان را با بیل بشکافند و خون خود را به زالوها هدیه دهند و شب ها از درد پا و زانو و کمر و روماتیسم نتوانند لحظه ای بیاسایند.

ایا نمی شود بجای ساختن توپ و تفنگ و موشک و خمپاره و آلات و ادوات آدمکشی و لشکر کشی به عراق و سوریه و یمن و سودان؛ کمی مغز مان را بکار بیندازیم و همین تکنولوژی آمریکا را در برنجزارهای ایران بکار بگیریم تا دیگر هر دانه برنج به بهای قطره خونی فراهم نشود؟

آرزوهای بر باد رفته...!!!

احمد آقا، رفیق ما، چند گاهی است که با من و دوست دیگرم مسعود سر لیج افتاده و سلام ما را هم جواب نمی دهد! نه اینکه خیال کنی احمد آقا بالذاته آدم بدی هست ها؟! نه! اتفاقا در قیاس با اینهمه آدم هایی که از دور شبیه آدم هستند احمد آقا دلی پاک و چشمی بینا دارد و از آن آدم هایی نیست که با گرگ دهنه بخورد و با چوپان هم ضجه بزند! مشکل احمد آقا این است که بهر کس که می رسد می خواهد با او بحث سیاسی بکند و صد البته هم دلش می خواهد با هر کس که وارد بحث میشود دیدگاههای خودش را به او زور چپان کند و بالای حرف حسین آقا هم هیچ حرف دیگری نباشد!

احمد آقا ما گویا در زمان آن اعلی حضرت رحمتی در وزارت کشور کار میکرد و اگر چه مثل خیلی ها برو و بیایی نداشته و یا بقول معروف هنوز بقال نشده بود که ترازو زنی را یاد بگیرد اما بالاخره توی در و همسایه مردم احترامش می گذاشتند و بقال و چقال محل هم کلی لی به لای لایش می گذاشتند و به اصطلاح پیژر توی پالانش می کردند!

بعد از آن انقلاب کوفتی آقایانی رفتند و آقایان دیگری آمدند و احمد آقا ما که تازه داشت با خرس تو جوال می رفت و با خیار جالیز مردم برای خودش دوست و آشنا بهم میزد بلکه بتواند راه و رسم دهنه خوردن با گرگ و گریه کردن با چوپان را یاد بگیرد افتاد توی یک مشت آدم بد دک و پوز بد پيله ریشوی بیرون روشن کن خانه تاریک کن!

احمد آقا که معمولاً باج به شغال نمی دهد چند وقتی نشست و چشم براه ماند بلکه خر چسونه های تازه به قدرت رسیده سر عقل بیایند و از تجربه های گرانقدرش برای پیشبرد امورشان استفاده بکنند اما هر چه نشست و منتظر ماند دید این امامزاده از آن امامزاده هایی نیست که بشود انتظار معجزه ای از او داشت! دنباله مطلب در صفحه ۵۲

خورد. ماکارونی نمی خورد. خیلی چیز های دیگر هم نمی خورد. می ترسد چهار گرم به وزن شان اضافه بشود. با پولی که خانم چوخ بختیار بابت صافکاری دماغ مبارک و بتونه کاری صورت شان میدهد میشود هزاران گالش برای آرش های پا برهنه سمنان و دامغان و چاه بهار و کردستان و مراغه و سیستان خرید و شکم صد ها اروجعلی و غلامعلی و حسینقلی را سیر کرد. نگاهی به دور و برتان بیندازید. خانم چوخ بختیار را نمی بینید؟

مراحت فاموش رنج

من از مزارع سبز شمال می آیم

من از تراکم برکت

من از نهایت نیرو

من از صراحت خاموش رنج می آیم

به دست هایم بنگر

به دست هایم

که جای پای مرا

خطوط اصلی این وسعت نجیبانه ست

به چشم هایم بنگر

-به چشم هایم - این ابرهای بی پایان

که آیه های تضرع

به سوره های بلیغ کتاب صحراهاست

من از مزارع سبز شمال می آیم

ز سر زمین برنج - این طلای تلخ و سپید -

که دانه دانه ی آن

قطره قطره خون من است

نزدیکی های خانه مان، حوالی دانشگاه دیوس، پهنشدت گسترده ی بیکرانی است که در زمستان و بهار به تالابی تبدیل میشود که میزبان هزاران هزار مرغ دریایی است که از افق های دور و از آنسوی اقیانوس ها به اینجا کوچیده اند. اما بهار که به پایان میرسد این تالاب به جلگه ای خشک بدل میشود که گویی برکت و زایشی را نمی توان از او چشم داشت. اما هنوز ته مانده های نسیم بهاری به هرم خورشید تابستان تسلیم نشده اند که سر و کله ی چند تراکتور و بولدوزر و آلات و ادوات عجایب و غرایب کشاورزی در آن پیدا میشود و دل این جلگه ی تفته را می شکافند تا برنج بکارند.

تراکتورها؛ چند روزی می خروشدند و میکاوند و شخم میکنند و شیار میزنند و آنگاه یکی دو روزی یک هواپیمای کوچک بر این دشت بیکران دانه می پاشد و چشمه های جوشان آب از درون زمین سر بر میآورند و این زمین تشنه را سیراب می کنند.

ماه جولای که از راه میرسد دانه ها سبز شده اند و چشم اندازت تا بیکران های دور سبزه در سبزه است. و غروبها هنگام چنان عطری در فضا می پیچد که من مست و مدهوش خود را در برنجزارهای لاهیجان و چمخاله و رودسر و خمام و لولمان و لشت نشا و لنگرود و کلاچای و سیاهکل حس می کنم.

در اوایل سپتامبر؛ دیگر خوشه ها سر بر آورده اند و با نوازش باد چنان امواج سبزی از بیکران تا بیکران جاری است که گویی اقیانوسی است از سبزه و سبزی و عطر و همه این بیکران تا بیکران را تنها چند تراکتور غول پیکر شخم و شیار و نشا و وجین کرده اند و وقتی که فصل



فانم هوغ بفتیار

کودکان گرسنه سوری و یمنی و عراقی و افغان و ایرانی را ببیند حالش بهم می خورد و اشتهاش کور میشود. شب های آخر هفته؛ خانم چوخ بختیار اگر به کنسرت اندی و کورس و هومن و نیدانم لی و جی جی نرود یک عالمه رنگ و روغن بخودش میمالد و به مهمانی می می جون و فی فی جون میرود. میگوید و می خندد و می رقصد و می نوشد. اگر دنیا را آب ببرد ایشان را خواب می برد.

خانم چوخ بختیار مسلمان است. نماز نمی خواند. روزه نمیگیرد. اما ماه محرم که میشود لباس سیاه می پوشد. روسری توری سیاه بسر میکند. یک عالمه چسان فسان میکند. به مسجد مسلمانها میرود. یکی دو ساعت برای غریبی امام رضا و اسیری زینب و آوارگی دو طفلان مسلم و بواسیر امام زین العابدین بیمار آبنوره میگردد. سه چهار ساعت توی صف میماند تا از شله زرد نذری محروم نماند و سر کیسه را شل میکند تا برای فلان حرامزاده والاتباب بقعه و بارگاه بسازند.

خانم چوخ بختیار نان نمی خورد. برنج نمی

شما خانم چوخ بختیار را می شناسید. حتما می شناسید. توی مهمانی ها و جشن ها زیارتش کرده اید. خانم چوخ بختیار حول و حوش هفتاد سالگی پرسه میزند. کفش پاشنه بلند قرمز گل منگولی می پوشد و موهایش را گاه طلایی و گاه خرمایی میکند. شوهرش چند سالی است به رحمت خدا رفته است. طفلکی سکنه قلبی کرده است.

خانم چوخ بختیار یک پایش اینجاست یک پایش تهران. تابستان ها به ایران میرود. استخوانی سبک میکند و با یک عالمه زلم زیمبوی سبک وزن سنگین بها به آمریکا بر میگردد. در ایران حقوق بازنشستگی شوهر خدا بیامرزش را میگردد و در آمریکا هم آقای عمو سام را می دوشد. هر وقت از ایران بر میگردد با چنان آب و تابی از آزادی و ارزانی و فراوانی مملکت گل و بلبل تعریف میکند که آدمیزاد دهانش آب می افتد.

خانم چوخ بختیار از جنگ و بمباران و آوارگی و گرسنگی چیزی نمیداند. اگر عکس

آیا عزیزان شما در ایران نیاز به سمعک دارند؟

www.audina.ir



www.audina.net

♦ 50 درصد ارزانتر

♦ 30 روز دوره آزمایشی

♦ تجویز توسط پزشکان گوش، حلق و بینی

در سرتاسر ایران

با مدیریت مهندس جعفری نژاد

متخصص سمعک با 25 سال سابقه فیتینگ در آمریکا

(نماینده انحصاری سمعک های آمریکایی آدینا در ایران)

(912)239-5602

(21)222-74615 ♦ (21)222-74680

دفتر مرکزی: تهران، شریعتی، ظفر، کوچه صبر، پلاک 1، واحد 3

وداع با سرزمین مادری، ایران به زودی می‌میرد

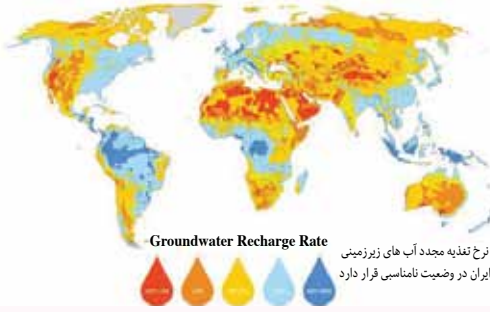
وزارت کشاورزی از افزایش دو و نیم درصدی تولید گندم در سال جاری می‌گوید در حالی که میزان بارندگی به شدت کاهش یافته است، یعنی هنوز کسانی در مقام‌های اجرایی مساله بی‌آبی را جدی نگرفته‌اند. کسانی که برای پیشنهاد کارشناسان خبره و طرح «کاشت فراسرزمینی» کوچکترین ارزشی قائل نیستند. وقتی فلامینگوها و پلیکان‌ها منطقه‌ای را ترک کنند، چندی بعد نوبت اهالی و مردمان آن عرصه است که تن به کوچ اجباری بدهند. سال‌ها پیش پرندشناس و بوم‌پژوه آمریکایی، راجر توری پترسان همین را گفته بود: «پرندگان شاخص‌های محیط‌زیست هستند. اگر آنها در محصه باشند، به زودی ما هم گرفتار خواهیم شد.»

وداع با آب‌های سطحی

موضوع بی‌آبی در ایران سابقه‌ای به قدمت تاریخ این سرزمین دارد. ساخت قنات، روشی بود برای مقابله هوشمندانه با دشواری‌هایی که طبیعت در طول قرن‌ها به این سرزمین تحمیل کرده است. اما به تدریج این روش به فراموشی سپرده شد. در دهه ۲۰ خورشیدی سدسازی و بهره‌برداری از منابع آب زیرزمینی با پمپ‌های پرقدرت به تدریج شروع شد و در سه دهه اخیر به اوج خود رسید. به

باید محل زندگی، خانه و ماوا و آشیانش را ترک کند. باید دست خانواده‌اش را بگیرد و برود جای دیگری. باید ریشه‌هایش را قطع کند و به سوی مقصدی نامعلوم و آینده‌ای مبهم‌تر قدم بردارد. بی‌آبی و خشکی مفرط او را وادار به رفتن می‌کند. کوچکترین بختی برای ماندن و زیستن در این عرصه خشک و تفته وجود ندارد. این مهاجرت اجباری، گریبان میلیون‌ها ایرانی را خواهد گرفت. بی‌آبی، «مرگ زمین» را رقم می‌زند و چاره‌ای نیست جز بن‌کن شدن و کوچ کردن به دیاری نامعلوم.

وقتی فلامینگوها به تالاب ارومیه نیامدند زنگ خطر نواخته شد. کسی آن را جدی نگرفت. از ارومیه پهنه‌ای نمک باقی ماند. پیش از آن نفس هامون بر اثر بی‌تدبیری به شماره افتاده و گاوخونی با کم‌آبی مفرط روبه‌رو شده بود. همین بلا بر سر دریاچه‌ها دیگر هم آمد. بختگان، پریشان و کل تالاب‌های فارس خشک شدند. امروز زریوار، میانکاله، انزلی، هورالعظیم، بندعلی خان و بسیاری دیگر از عرصه‌های آبی ایران حال خوشی ندارند. زاینده‌رود و کارون بارها در خلال این سال‌ها بی‌آب شدند. اما باز هم کسی موضوع را جدی نمی‌گیرد. سدسازی، توسعه کشاورزی و آبیاری سنتی هنوز هم ادامه دارد. وقتی مسئولی در



نرخ تجدید مجدد آب های زیرزمینی ایران در وضعیت نامناسبی قرار دارد

طوری که امروز منابع رسمی اعلام می‌کنند ۷۰ درصد تالاب‌های ایران خشک شده و بیش از ۷۰ درصد منابع آبی زیرزمینی مصرف شده است. فرونشست زمین که هر از گاهی فیلم و ویدئویی از آن منتشر می‌شود به دلیل نابودی منابع آب در

یعنی پایان زندگی و امید در کشور. هفته گذشته خبرگزاری مهر به نقل از مدیر کل دفتر حفاظت از منابع آب کشور نوشت: «آب‌های زیرزمینی شرایط خوبی ندارند. بسیاری از چاه‌ها دچار افت سطح آب شده و تبعات آن در سراسر کشور به صورت نشست زمین که به آن «مرگ زمین» می‌گوییم خود را نشان داده است، اتفاقی که قابل برگشت نیست.»

سید مسعود مصطفوی با بیان اینکه ۹۰ درصد از مرگ زمین و کاهش ذخایر آب های زیرزمینی مربوط به ۲۰ سال گذشته است، افزود: «فرصت‌های زیادی در طول این سال‌ها از دسترس مردم خارج کردیم و در این زمینه مردم و مسئولان هر دو سهیم هستند.» ماه گذشته خبرگزاری ایلنا گزارش داد عیسی کلانتری، دبیر ستاد ملی دریاچه ارومیه میزان برداشت از آب‌های زیرزمینی در کشور را ۹۰ درصد اعلام کرد و گفت: «مصرف آب از بحران نیز عبور کرده است.»

زیر زمین است. این پدیده را «مرگ زمین» نامیده‌اند. بعد از این مرحله اگر آب به سطح یا زیر زمین وارد شود، تقریباً غیرممکن است که آن اراضی دوباره احیا شوند. عیسی کلانتری وزیر کشاورزی دولت سازندگی امروز اعتراف می‌کند که مدیریت منابع آب در سه دهه اخیر اشتباه بوده و کشاورزی بخش قابل توجهی از آب سرزمین را بلعیده است. او می‌گوید: «تنها دو کشور در جهان وجود دارد که با بهره‌برداری بی‌رویه از منابع آب‌های سطحی در معرض بحران جدی قرار گرفته‌اند و آن دو کشور ایران و مصر است. این در شرایطی است که میزان بهره‌برداری از آب‌های سطحی در مصر به ۴۶ درصد و در ایران با اختلاف فاحش به ۹۷ درصد رسیده است.»

وداع با آب‌های زیرزمینی

مصرف بیش از حد آب‌های زیرزمینی به نقطه‌ای رسیده است که دشت‌های کشور یکی پس از دیگری می‌میرند. «مرگ زمین»

Gotta love a good combo

...especially when it saves you money

*We can help you save an average of \$ 600**

Talk to us about combining your renters and auto insurance today



Michelle Nguyen, Agent



ایل آترا قشه بوخته



ملیسا لازاری

ما با زبان های فارسی، آشوری، ارمنی، ترکی، ایتالیایی و ویتنامی می توانیم به شما کمک و راهنمایی کنیم!

Get to a better State®. Get State Farm.

Call us today (408) 931-6086 

Mon-Fri 9am - 5:30 pm ♦ Saturday 10am - 1pm ♦ After hours by appointment

3220 Stevens Creek Blvd, Suite B, San Jose, CA 95117

Michelle Lic# OE35357 Eilatra Lic# OK18622 Melissa Lic# OJ06934

*Average annual per household savings based on a xxxx national survey of new policyholders who reported savings by switching to State Farm. State Farm Mutual Automobile Insurance Company, State Farm Indemnity Company, Bloomington, IL State Farm Fire and Casualty Company, State Farm General Insurance Company, Bloomington, IL 1201143

را برداشته و بقیه را ترمیم می کنند. با داروهای بتابلوکر (B-Blockers) اثرات هورمون تیروئید روی بدن را متوقف می کنند ولی مقدار ترشح هورمون به حد خودش باقی می ماند.

در صورتیکه غده تیروئید بطور کامل برداشته شود فرد تا آخر عمر از هورمون های تیروئید بایستی استفاده کند این داروها قرص های تیروئید یا (Levothyroxine) هستند که نوع T4 می باشد و مشابه هورمون ها است که بدن آنها را می سازد. بدن انسان از نوع T4 استفاده کرده و هورمون T3 را می سازد. ولی قرص T3 نیز وجود دارد که به آن (Liothyronine) می گویند بیماران بایستی از هر دو هورمون تا آخر عمر استفاده کنند.

تا امروز هیچ روش طب سنتی یا Alternative medicine برای درمان کم کاری یا پرکاری تیروئید وجود ندارد. در بعضی بیماران که قرص های تیروئید را تا آخر عمر مصرف می کنند انجام ورزش و کارهای فیزیکی سخت تر است.

هرگونه حالت غیرعادی را که در تیروئید خود مشاهده کردید و یا چنانچه علائم کم کاری و پرکاری تیروئید را در خود دیدید فوراً به پزشک خود مراجعه و آن را دنبال کنید. همین طور جامعه تیروئید آمریکا از طریق اینترنت می تواند سئوالات شما پاسخ دهند.

باعث مشکل شدن تنفس و غذا خوردن می شود و به سرطان تبدیل نمی شود. با توجه به اینکه چه عاملی باعث گواتر می شود، غده تیروئید واکنش های مختلف از خود نشان می دهد.

تشخیص: بیماری های غده تیروئید بسیار به سختی تشخیص داده می شوند و گاهی مدت ها طول می کشد. در اولین مرحله با آزمایش خون میزان هورمون TSH را اندازه گیری می کنند و این نشان می دهد که آیا غده تیروئید کم کاری یا پرکاری دارد. پس از آن هورمون های تیروئید T3 و T4 را اندازه گیری می کنند و از روی میزان آن علت بیماری را ارزیابی می کنند. آزمایش با ید رادیواکتیو: معمولاً مایعی که حاوی ید رادیواکتیو می باشد را به بیمار داده و میزان جذب آن را بوسیله غده تیروئید اندازه گیری می کنند. اگر جذب ید بیش از حد معمول باشد دچار پرکاری بوده و هورمون های بیشتر ترشح می کند و بالعکس تصویر غده تیروئید (Scan)، باپوسی (Biopsy) و روش آلتراساوند (Ultrasound) غده تیروئید همگی به تشخیص بیماری کمک می کنند با روش آلتراساوند تشخیص سرطان غده تیروئید امکان پذیرتر است.

درمان: جهت درمان پرکاری غده تیروئید داروهایی که کار تیروئید را کم می کنند تجویز می شوند. مصرف ید رادیواکتیو با دوز بیش تر قسمتی از غده تیروئید را از بین می برند که هورمون کمتر ترشح کند و جراحی غده تیروئید قسمت اعظم غده



بیماریهای غده تیروئید (Thyroid)

تدریجاً ظاهر شده و گاهی چندین سال طول می کشد که ظاهر شوند و در ابتدا فرد احساس خستگی مفرط می کند و بعداً علائم دیگر ظاهر می شوند که ناشی از کمتر شدن متابولیسم بدن می باشد ۱- اضافه شدن وزن حتی اگر غذا به حد کافی خورده نشود ۲- حساس شدن به سرما ۳- بیوست ۴- ضعف عضلات ۵- درد مفاصل ۶- افسردگی ۷- زرد شدن رنگ پوست ۸- متورم شدن صورت ۹- صدای خشن ۱۰- خون ریزی بیش از حد هنگام عادت ماهانه در خانم ها.

برآمدگی های تیروئید (Thyroid Nodules): برآمدگی های تیروئید که گاهی بسیار سفت بوده و گاهی نرم بوده و داخل آنها پر از مایع و یا خون می باشد. بیشتر آنها علائمی ایجاد نمی کنند و خطرناک نیستند ولی بعضی از آنها باعث بالا رفتن ترشح هورمون های تیروئید می شوند و پرکاری تیروئید ایجاد می کنند. گاهی بزرگ شدن بیش از حد آنها مانع بلع غذا و ایجاد مشکل در تنفس می کنند و کمتر از ۱۰ درصد آنها سرطان زا می شوند. این برآمدگی ها بسیار شایع هستند و در سنین بالاتر از پنجاه بیشتر ظاهر می شوند. علت بروز آنها روی غده تیروئید معلوم نیست. افراد بایستی در مقابل آینه ایستاده، چانه خود را بالا برده و اگر احساس برآمدگی کردند و یا در نوشیدن مایعات و یا غذا برآمدگی ها حرکت کردند بایستی با پزشک خود تماس بگیرند.

سرطان غده تیروئید: برآمدگی بزرگ روی غده تیروئید اغلب علائمی ایجاد نمی کند ولی تدریجاً ایجاد درد و ناراحتی هنگام بلعیدن غذا شده و صدای فرد خشن می شود. این حالت در افرادی که علت تأثیر پرتودرمانی غده تیروئید قرار گرفته اند ایجاد شده و گاهی سابقه فامیلی هم دارد و در سنین بالاتر از چهل سالگی دیده می شود. تشخیص صحیح این بیماری بسیار حائز اهمیت است تا سریعاً تحت درمان قرار گیرد.

گواتر (Goiter)، بزرگ شدن بیش از حد خود غده تیروئید می باشد و علت آن ناشی از کمبود المنت ید به غده می باشد. ید یک ماده معدنی است که غده تیروئید از آن استفاده کرده و هورمون های خود را می سازد. کمبود ید در آب و غذا باعث آن می شود. البته در آمریکا بسیار نادر است چون طبق دستور FDA میزان کافی ید به غذاها و نمک های آشپزی زده می شود. ظاهر این بیماری بسیار غیرقابل قبول بوده و وجود آن

غده تیروئید، غده کوچکی است که در پائین گردن قرار گرفته است. این غده دو هورمون مهم در خون ترشح می کند که بنام های T3 و T4 نامیده می شوند. این هورمونها پس از وارد شدن به خون به تمام قسمت های بدن حرکت کرده و سرعت عمل بسیاری از واکنش های مهم بدن را کنترل می کنند.

غده تیروئید سالم متابولیسم یا سوخت و ساز بدن را کنترل کرده، و آن را در حد سرعت مناسب و نرمال نگهداری می کند. کم و یا زیاد شدن سرعت متابولیسم بدن هر دو باعث بروز بیماریهای گوناگون می شود. طبق آمار خانم ها بیشتر دچار ناراحتی های غده تیروئید می شوند تا مردان و علت آن مشخص نیست. بعضی از بیماریهای تیروئید باعث ترشح بیش از حد هورمون های آن می شوند که بنام پرکاری غده تیروئید نامیده می شود که به آن تیروئید بیش از حد فعال یا **Overactive Thyroid** گفته می شود. بیشترین عامل پرکاری غده تیروئید بنام **Graves Disease** نامیده می شود که یک بیماری سیستم ایمنی بدن می باشد و باعث ساخته شدن بیش از حد هورمون های تیروئید می شود. در ابتدا علائمی دیده نمی شود ولی تدریجاً با بالا رفتن متابولیسم بدن علائم بیماری ظاهر می شوند.

علائم پرکاری غده تیروئید عبارتند از: ۱- کاهش وزن ۲- بی نظمی ضربان قلب ۳- اضطراب ۴- بی خوابی ۵- لرزش دستان و انگشتان ۶- عرق کردن بیش از حد ۷- حساس شدن به درجه حرارت بالا ۸- کمتر شدن عادت ماهانه در خانم ها ولی با خون ریزی بیشتر هنگام عادت ماهانه ۹- پوکی استخوان و ضعیف شدن استخوانها بخصوص در خانم ها.

کم کاری غده تیروئید: زمانی است که غده تیروئید هورمون های کمتری در خون ترشح می کند که بان **(Under Active)** گفته می شود. بیشترین عامل این بیماری در آمریکا بیماری دیگری است بنام بیماری **Hashimoto** در این بیماری سیستم ایمنی بطور اشتباه به غده تیروئید حمله کرده و بافت های آن را از بین می برد که باعث کم شدن هورمون های تیروئید می شود.

دلالت آن عبارتند از:

۱- درمان بیش از حد پرکاری غده تیروئید ۲- پرتو درمانی بعضی از سرطان ها ۳- برداشتن غده تیروئید با جراحی به دلالت دیگر. علائم کم کاری غده تیروئید: این علائم

من ظاهر آنچه را که بینم دانم
از باطن و دانش جهان نادانم
هر کس که رفت زیش ما بازگشت
تا پرسم از او چه مشغی است در برگشت

مراد می طلبم من ز خالق کیتا
که غیر او مرا هیچ داد خواهی نیست
بر کج عزتم و همچنان خرسندم
ز خلق دورم و در خلوتم ضیایی نیست

اصغر مهاجرانی

اصول تمرینات پرورش اندام

کامران علیشاهی
داور و مربی بین المللی بدنسازی



را قطع می کند سازگاری های فیزیولوژیک و پیشرفت های حاصل از تمرین به زمان پیش از تمرین باز می گردد و یا لاقابل به آن زمان خیلی نزدیک می شود. البته می توان با فنون مختلف دوره بندی تمرین اثرات بی تمرینی را برای مدتی کم نمود.

بحث پیرامون سیستم های تمرینی بسیار پیچیده است اما آنچه که مهم است اینست که سیستمی انتخاب شود که ورزشکار را در هنگام تمرین به نقطه ام اف ضعف عضلانی برساند. واژه های مهمی که در برنامه های تمرینی به کار برده می شوند، عبارتند از:

۱. شدت
۲. تکرار
۳. ست
۴. حجم تمرین
۵. آرایش حرکات

شدت بر حسب درصدی که ورزشکار می تواند یک تکرار را با حداکثر وزنه در توانش انجام دهد و یا با حداکثر وزنه ای که بتواند تعداد معینی از یک حرکت را انجام دهد بیان می شود. شدت با تعداد تکرار رابطه معکوس دارد. یعنی تکرارهای بیشتری را می توان با وزنه های سبک تر انجام داد و بالعکس. ست، شامل تعداد معینی از تکرارهای متوالی می باشد. به عنوان مثال:

حرکت پرس سینه = 3×12

که در آن ۳ نشان دهنده ست ها و ۱۲ نشان دهنده تکرارهایی است که حرکت پرس سینه را باید انجام داد. حجم تمرین، مجموع

۲۰ درصد تا نقطه ام اف سود جست. اصل پیشرفت: در طول برنامه تمرین، حجم تمرین یا میزان کل کار را باید بصورت دوره ای افزایش داد تا اضافه بار به عضله وارد شده و پیشرفت ورزشکار از نظر قدرت و استقامت ادامه یابد. همچنین ضروری است که از سرعت پیشرفت کاست، چرا که اگر پیشرفت خیلی سریع باشد می تواند باعث بروز آسیب های عضلانی - استخوانی و دردهای عضلانی مفراط گردد.

اصل سطوح اولیه و تفاوت های فردی: در مقایسه با افرادی که در شروع دوره تمرین قدرت بیشتری دارند، ورزشکارانی که قدرت کم تری دارند، نسبتاً قدرت بیشتر و پیشرفت سریعتری را در پاسخ به تمرین کسب می نمایند. اصل کاهش بازده: میزان پیشرفت ورزشکار تا زمان نزدیک شدن یا رسیدن به سطح وراثتی وی ادامه می یابد. اما در این راه هر چه ورزشکار به سطح وراثتی خود نزدیکتر شود میزان پیشرفت آهسته تر و یا حتی متوقف می گردد.

اصل برگشت پذیری: هنگامی که ورزشکار حجم تمرین را خیلی کم و یا به کل تمرین

اصل ویژگی: افزایش آمادگی عضلانی با توجه به عضله یا گروه عضلانی فعال، نوع انقباض و شدت تمرین شامل اصل ویژگی می شود. به عنوان مثال برای افزایش قدرت گروه عضلات خم کننده پا باید حرکاتی انتخاب گردند که باعث انقباض های درونگرا و برون گرای همان گروه از عضلات گردند. به جهت افزایش قدرت، حرکات با شدت بالا و تکرارهای کم و برای افزایش استقامت حرکات با شدت پایین و تکرارهای زیاد، اجرا می شوند. اصل ویژگی شامل سرعت و دامنه حرکت مورد استفاده نیز می شود. مثلاً در تمرینات ایرومتریک قدرت فقط در زوایای تمرین شده افزایش چشمگیر پیدا می نماید و در تمرینات ایروکنتیک افزایش قدرت فقط محدود به سرعت های تمرین شده و پایینتر می باشد.

اصل اضافه بار: برای کسب قدرت و استقامت، باید به نحوی تمرین نمود که فشار ناشی از تمرین بر عضلات بیش از حد طبیعی باشد. برای توسعه قدرت، شدت تمرین بین ۶۰ تا ۱۰۰ درصد حداکثر توان توصیه می شود. برای افزایش استقامت می توان از شدتهای حدود



کل وزنه های جایجا شده در ست ها و تکرارها در یک جلسه تمرینی می باشد. روش تمرینی برای افزایش قدرت استفاده از مقاومت زیاد و تعداد تکرارهای کم است، و مقاومت کم و تکرارهای زیاد جهت افزایش استقامت عضلانی مطلوب می باشد.

همانگونه که در جدول فوق آمده است، با تغییر شدت، تکرار، ست و تعداد جلسات برنامه های تمرین را می توان به نحوی طراحی نمود که قدرت استقامت و یا اندازه عضلات در حد قابل قبولی افزایش یابند.

شدت: معمولاً برای کسب قدرت در حد مطلوب شدت را بین ۸۰ تا ۸۵ درصد یک تکرار حداکثر تنظیم می کنند (یعنی شدت متوسط به بالا و شدت زیاد). در صورت تمایل به افزایش استقامت عضلانی شدت را ۶۰ درصد تا ۱۵ تا ۲۰ تکرار حداکثر، برآورد می نمایند.

دنیاله مطلب در صفحه ۰۲

S & S Tire And Auto Repair

Complete Automotive Repair Service



Family Owned & Operated

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

Oil Change Special
Get \$10 OFF
Synthetic Oil Change

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

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

We Are #1
Established in 1996

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

وی مشخص شد که میز تحریر او در جهت شرق و صدنلی در جهت شمال شرقی قرار داشت. طبق اصول فنک شویی این جهت ها باعث فعالیت زیاد و جاه طلبی می شوند بنابراین بنا به پیشنهاد مشاور فنک شویی جهت میز کار به سمت شمال غربی و صدنلی به سمت شرق تغییر یافت در پس این قوانین به ظاهر ساده مجموعه ای از مطالعات وسیع وجود دارد که شامل جریان انرژی چی، برقراری توازن میان ویژگی های یین، مونث و یانگ، مذکر، و پنج عنصر چینی، زمین(خاک)، فلز، آب، جنگل(چوب) و آتش، هشت جهت اصلی زمین شمال، جنوب، شرق، غرب، شمال شرقی، شمال غربی، جنوب شرقی، جنوب غربی، علم نجوم ژاپنی و مربع جادویی است.

از ترکیب موارد مذکور و در نظر گرفتن همه آنها در داخل یک اداره می توان برای ارضاء مشتریان یک شرکت، همکاری دوستانه بین افراد یک اداره، ارتباط مؤثر با مراجعین و... استفاده کرد. با بهره گیری از این دانش کهن حتی می توان با ایجاد موقعیت هایی همچون تعیین محل قرار گرفتن افراد تاثیرات عمیق و کارا بر افراد گذاشت و آنها را با عقیده خود همراه کرد. بطور کلی جهت قرارگیری کل بنا و معماری ساختمان، محل قرار گرفتن ساختمان نسبت به وضعیت خیابان های اطراف و... طراحی رنگهای فضای داخلی و چیدمان وسائل کار مثل وضعیت میز کار نسبت به بازوهای اتاق ها و یا چگونگی قرار گرفتن دستگهای تاسیساتی یا تزئیناتی موجود در محل کار و یا حتی نظم و انضباط وسایل روی میز کار مواردی هستند که مشاوران فنک شویی به آنها دقت داشته و در هر موقعیتی مناسب ترین طراحی را انتخاب کرده و بدین ترتیب در بهبود کیفیت زندگی و کار هر شخص و همینطور کل گروه نقش مؤثری ایفا می کنند.

آیا به شغل خود علاقه مند هستید؟
لحظاتی که در محل کار هستید چگونه می گذرد؟

همه آنکی میان همکاران، معین بودن حدود فعالیتها، داشتن روح بی پروا و با همت، حسن ابداع و همچنین ارتباط خوب بین مخاطبان مختلف در محیط کار، همگی عناصری می باشند که موجب فعالیتی پهنه، مثبت و در حال رشد می شوند. این محاسن را می توان به کمک قوانین فنک شویی در محیط کار ایجاد کرد. به طور مثال با بررسی چگونگی قرار گرفتن شما در دفتر کار، همینطور وضعیت دیگر همکاران و حتی وسایلی که شما را احاطه کرده اند می توان موقعیت مؤثر و آرام نظم و هماهنگی بین شما و همکاران دیگر به وجود آورد. گاهی اوقات گردش ۴۵ درجه میز کار به سمت شرق یا آویختن عکس آشناری به روی دیوار شمالی دفتر کار، کمک بسیار مؤثری به هماهنگی و نظم محیط کار می کند و حتی شما را از آسیب انرژی های منفی که شاید از سوی همکار بد اخلاق و سختگیران متوجه شماست در امان نگه می دارد. شاید سوال کنید آیا با این کارها به نتایج مثبت شخصی دست خواهید یافت؟ به نظر عجیب می رسد، اما بر اساس اعتقاد قوانین فنک شویی، حتی یک تغییر کوچک در محلی که ما را احاطه کرده می تواند به روان شدن انرژی، چی، که همان انرژی حیاتی است، کمک کند از اینرو موقعیتی هماهنگ و متعادل با خود و در ارتباط با دیگران به همراه خواهد آورد. برای مثال رئیس یک شرکت بزرگ انگلیس که به خاطر کار طاقت فرسا نگران سلامتی خود بود به یک مشاور فنک شویی مراجعه نمود و با انجام پیشنهادات وی پس از مدتی توانست کار خود را بهتر انجام دهد و هم در امور شخصی و هم در محیط کار موفق تر شود. طبق بررسی وضعیت اتاق کار



یین(سرد) و یانگ (گرم) و اندیشه های جهان بینی مبتنی بر پنج عنصر چینی، زمین (خاک)، فلز، آب، جنگل (چوب) و آتش، مدون گردیده است. نظریه فنک شویی رابطه کیهان و انسانها را بررسی می کند و هدف آن ایجاد وحدت میان آسمان، زمین، انسان و ماده از طریق نیروی تاجی (نهایت مطلق) است.

چینی های باستان اعتقاد داشتند هنگامی که این وحدت به وجود آید، "چی" (نیرو های حیاتی) در موجودات جاندار و بی جان جاری شده و موجب بروز اتفاقات خوب و سازنده می شود. فقدان جریان "چی" نتیجه معکوس، یعنی بد بختی



و اختلال و نگرانی به بار می آورد. محور اصلی هنر فنک شویی وحدت میان آسمان، زمین و انسان است. چینی های باستان در جستجوی وسیله ای برای تو ضیح نیرو های مرئی و نامرئی روی زمین و تاثیر مبهم و مرموز این نیروها بر رفتار انسان بودند و به دنبال معنوتی بودند که در هنگام سختی ها و بلاها به آنها پناه بیاورند و به آرامش و آسایش برسند. هدف چینی های باستان وحدت انسان و طبیعت بود و قصد داشتند با وحدت بین انسان و کائنات به یگانگی برسند.

در واقع فنک شویی با جلوگیری از هدر رفتن منابع و سپس ایجاد انرژیهای خوب در اطراف انسان موجب می شود رابطه متعادل و موزونی بین انسان و محیط پیرامونش برقرار شود و انسان در می یابد که با محیط اطرافش یکی است و ارتباط درونی بین عوامل را درک می کند. نکته جالب اینکه فنک شویی در هر کجا قابل استفاده است و هر کس به فراخور نیاز خود می تواند از آن بهره مند شود.

فنک شویی در کار

یکی از مهمترین مباحثی که فنک شویی به آن می پردازد محیط کار است. اگر محیط کار و زندگی هر کسی از ارتعاشات سالم احاطه شده باشد خود او نیز سالم می ماند. آیا از محیط کار خود لذت می برید؟

اکثر انسانها نسبت به محیط زندگی خود بی توجه هستند و از تاثیراتی که این محیط بر وجودشان می گذارد غافل اند. حال آنکه گفته می شود محیطی که در آن زندگی می کنیم محیط کاملی است که بر مبنای فعل و انفعالات متقابل نظام خورشیدی(آسمان)، محیط اطراف(زمین) و تاریخ تولد(فردیت) بنا شده است.

بنابراین برای یک زندگی آرام و متعادل، همنوایی با نظام خورشیدی، زمین و حتی تاریخ تولد ضروری به نظر می رسد. این همنوایی و هماهنگی توسط روشهایی چون فنک شویی ایجاد می شود. فنک شویی دانش و هنر قدیمی است که مطلوب ترین روش های زندگی در محیطی مناسب و موزون را به انسان می آموزد.

فنک شویی مشخص می کند چگونه با استفاده از رنگهای مناسب، وسایل زندگی مناسب و طریقه صحیح چیدمان آنها محیطی نافع برای خود ایجاد کنید و محیط کار، تجارت یا خانه خود را به مراکز قدرت تبدیل کنید.

در مورد تاریخ دقیق فنک شویی یا ابداع کننده آن هیچ سند قابل اطمینانی در دست نیست. تنها در هشتاد سال گذشته موفق به کشف اسناد و مدارک اندکی متعلق به قرون سوم و چهارم قبل از میلاد شده اند که در آنها به صورت غیر مستقیم به فنک شویی اشاره شده است. فنک شویی در قلب و ذهن مردم معمولی و از طریق زبان رمزی بین استادان و شاگردان باقی ماند و به صورت سینه به سینه رموز این هنر حفظ شد. به همین دلیل تعداد کمی از متون مکتوب آن باقی مانده است.

بعضی از محققان معتقدند حکمت و کاربرد فنک شویی همزمان با مکتوب شدن نظریه

پاریناز کدخدایان
مشاور با گواهینامه رسمی

از سرنوشت خود با کمک ستاره شناسی و علم قدیم چینی مطلع شوید

۵۶۸۷-۷۰۴(۶۵۰)

فنک شویی در ایجاد جریان و حرکت مثبت انرژی در فضای منزل، کار و بیشتر شدن رابطه های خانوادگی و دوستی به شما کمک می کند

جدول زندگی شما با آگاهی به دانش کهن ستاره شناسی و رابطه های نجومی

Transform your environment & transform your life

Feng Shui & Astrology Certified Consultant

برای آسایش روان و آرامش در زندگی با من تماس بگیرید!

www.FengShuiAndLiving.com ★ Parinaz@FengShuiAndLiving.com



Parinaz Kadkhodayan

خودسازی، حتی تغییر مذهب و پناه بردن به مراجع مذهبی و یا روانشناس برای درمان گذاشتن غم و غصه ها و یا رازهای درونمان می باشند، زیرا مفهوم دوستی پاک و صمیمی روز بروز کم رنگ تر می شود.

البته خوشبختانه دوستی های واقعی و عمیق هنوز هم وجود دارد ولی بسیار نایاب شده است. دوستی ها بیشتر مصلحتی و غیرواقعی هستند. بنابراین باید به این مهم توجه کنیم که خدمت و کمک به دوست و یا کسی که احتیاج به ما دارد، باید کاری دواطلبانه باشد و ما در مقابل نباید هیچگونه انتظاری از طرف مقابل، برای کمکی که به او کرده ایم داشته باشیم و به خود یادآوری کنیم که در رابطه دوستی باید تا آنجایی که می توانیم اصل تعادل را در نظر گرفته و رعایت کنیم. هرگز کاسه داغ تر از آش نباشیم و حد دوستی را بشناسیم و فضای لازمه سالم در دوستی را رعایت کنیم. با کسانی رابطه دوستی برقرار کنیم که باهم همفکر و هم سطح باشیم. هر دو توقع هایمان را به طور روشن و صریح از ابتدای دوستی بیان کرده و متواضع، راستگو و قابل اعتماد نسبت به یکدیگر باشیم. هدف از یک رابطه سالم دوستی، لذت، گذراندن اوقات خوب، دادن و گرفتن انرژی مثبت و خیرخواهی دوطرفه می باشد.

از کسانی که ارزش دوستی را ندارند و اهمیتی برای عشق، محبت و یگانگی قائل نیستند سعی کنیم که فاصله بگیریم و فقط برخوردی مثبت با آنها داشته باشیم.

شادی افزا هستند (fun friends). از این اشخاص نمی توانید توقع دلسوزی و یا رابطه عمیق داشته باشید. بعضی ها فقط با کسانی معاشرت می کنند که از آنها نفع و فایده ای ببرند و داد و ستد و بده بستان در دوستی داشته باشند (business friends). دایره دوستان آنها فقط کسانی هستند که با آنها سر و کار شغلی دارند. انتظار آنها در دوستی برای در کنار بودن به آدم های اسم و رسم دار می باشد و بنا به موقعیت اجتماعی دوست عوض می کنند. این اشخاص کسانی هستند که فقط دوستی با شرایط خاصی را قبول می کنند. حوصله دوستی عمیق و یا صمیمیت ندارند و هر کسی را برجسی می زنند و دایره و یا جعبه کوچکی دارند که بتوانند کنترل روی دوستی های خود داشته باشند. بعضی دوستی ها در جوانان و مجردها نیز دوستی هایی هستند برای اوقات خوش و شادی که همراه با روابط جنسی می باشد (friends with benefits)، و البته هر کدام مشغول زندگی خود و مبنای این دوستی، رابطه ای تفهیم شده و توافق شده از هر دو طرفین می باشد. در نسل جوان این نوع دوستی خیلی مد شده و با اینکه کلمات «عشق» و «عزیزم» را بکار می برند ولی فقط در چهارچوب ساده و سطحی دنیای مجازی face book و امثال آن است.

متأسفانه دوستی ها حالت ظاهری، استفاده جویی، مصلحتی و در نهایت بی اهمیت شده اند. برای همین خیلی ها جویای کلاس های مختلف برای وابسته نبودن به دیگران،

هیچوقت دیر نیست!



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



دوستی و دوست سالم

گرفتن کمک و سرویس با او دوستی می کنند و وقتی دیگر احتیاجی ندارند او را در شادی ها و میهمانی هایشان سهیم نکرده و نادیده می گیرند! با راهنمایی هایی که به این خانم کردم، او متوجه شد که نوع دوستی و انرژی ای که همیشه به مردم داده و نقشی که بازی کرده، فقط به حالت یک غمخوار بوده و نه به حالت یک همدم و شادی آفرین و تصویری که اطرافیانش از او دارند فقط تصویر یک پرستار بوده و نه یک دوست. متأسفانه دیگران، خوبی ها و محبت های این خانم را مانند یک عادت و طلب نگاه کرده اند، بدون در نظر گرفتن اینکه این خانم نیز در مقابل، نیاز به دوستی و محبت از دیگران را دارد. باید مسئله تعادل و شفای دوستی را از یاد نبریم. متأسفانه این روزها، دوستی که به مفهوم واقعی باید بر مبنای علاقه، شناخت، اطمینان و صمیمیت و یکرنگی باشد فرق کرده است. دوستی واقعی یعنی هم رازی، همنشینی، همراهی، صمیمیت و عشق، اعتماد، اطمینان، صداقت و کمک. در این دوره و زمانه، دوستی ها بیشتر بر مبنای احتیاجات پایه گذاری می شوند. نوعی از اشخاص فقط دوستان دوران خوشی و خنده هستند. کاری به غم و مشکلات دیگران تا آنجایی که بتوانند ندارند و دلشان نمی خواهد وارد مسائل جدی و خصوصی اطرفیان شوند. آنها بیشتر به دنبال دوستان پرنرزی، شاد، مشهور، کارساز، و خلاصه دوستان

دل من دیر زمانی ست که می پندارد
«دوستی» نیز گلی ست
مثل نیلوفر و ناز
ساقه ترد و ظریفی دارد
بیگمان سنگدل است آنکه روا می دارد
جان این ساقه نازک را
دانسته، بیازارد

با سلامی گرم و صمیمی به گرمی آفتاب و صمیمت دریاها، همانند سواحل زیبای شمال کالیفرنیا که ما همگی سعادت زندگی و لذت در کنار آنها را داریم. میحث این ماه را به دوستی و دوست اختصاص می دهم. بسیاری از اشخاصی که به من رجوع می کنند، به خاطر ضربه هایی که در رابطه دوستی خورده اند و غم ها و اندوه های ناشی از آن، از من خواسته اند که در این مورد بخصوص برای شما عزیزان مقاله ای تقدیم کنم.

وقتی ما کسی را دوست خود می دانیم، طبیعتاً به او علاقه داریم و تا آنجایی که می توانیم از محبت به این دوست دریغ نمی کنیم و او را مورد حمایت و کمک خود قرار می دهیم، در چنین شرایطی، در مقابل، چه توقعی از او داریم؟

اگر او متقابلاً با ما رفتار دیگری داشته باشد و اهمیت چندانی به دوستی با ما نشان ندهد، چه باید کنیم؟ توقعات ما تا چه حد بجا و تا چه حد نابجا می تواند باشد؟ خانمی می گفت که اطرفیان فقط برای



آتوسا یکان

مربی و راهنمای زندگی

Professional Certified Life Coach
atoosa30@yahoo.com

مربی زندگی یک روانشناس نیست. او کسی است که با حمایت و تشویق شما و با ارائه راه های جدید برای رسیدن به هدف ها، به شما کمک میکند تا زندگی شخصی و حرفه ای خود را توسعه دهید.

مربی زندگی یک سیستم پشتیبانی است که یک هدف در ذهن دارد:
بالا بردن کیفیت زندگی شما

- ♦ رسیدن به شادی و نشاط درونی
- ♦ Relationships
- ♦ اعتماد و حرمت نفس و تعادل
- ♦ Self-esteem
- ♦ خودشناسی، خودسازی، هدف یابی
- ♦ Behavior Problems
- ♦ تصمیم گیری های درست در زندگی شخصی و یا کاری
- ♦ Adults & Teens
- ♦ روابط و حل اختلافات زوجی و یا خانواده ها
- ♦ Life Choices
- ♦ صحبت های مثبت و سازنده برای نوجوانان و جوانان
- ♦ Happiness & Balance

No matter what you want to change in life, the process is the same. I can help you navigate this process. Together we identify what matters most to you, what has been limiting you, & we design a personalized action plan to help you move forward.

Atoosa Yekan "Not just another life coach..."

Serving the Bay Area

(۹۲۵) ۲۹۷-۹۷۰۰

Jasmine Carpet Care

شستشوی موکت، قالی و مبیل مسکونی

♦ شستشوی مبلمان و قالی ♦ بر طرف کردن بوی بد موکت

Professional Truck Mount Steam Cleaning for Carpet & Upholstery

<p>Carpet Steam Cleaning for Whole House, Up to 1100sq. Excluding Stairs</p> <p>Steam Cleaning 2 BR \$49.95 Reg: \$99.95</p>	<p>Sofa & Love Seat Steam Cleaning Most Fabrics</p> <p>\$119.95 Reg: \$239.95</p>	<p>Sofa & Love Seat Steam Cleaning Most Fabrics</p> <p>\$99.95 each Reg: \$199.95</p>
---	--	--

(408)266-1111 www.jasminecarpetcare.com

سرپرست قابل اطمینان با قیمت های بسیار مناسب

متعلق به جامعه مورد پژوهش نبوده‌اند و بعد از ازدواج به این مناطق نقل مکان کرده و وارد این فرهنگ شده‌اند."

شوکت خانم جراح ۶۵ ساله می‌گوید: در بین زنانی که ختنه کردم، دو زن فارس شیعه وجود داشتند. این دو زن که شوهرانشون کرد و سنی بودند، یکی بعد از عروسی و دیگری بعد از دارا شدن دو بچه ... ختنه شدند.

نوع عمل قطع آلت تناسلی: در ایران، در بیشتر موارد ختنه زنان از نوع اول انجام می‌گیرد و درصد کمی نوع دوم هم دیده می‌شود. در پژوهش خانم کریمی آمده است که با توجه به تعریف و تقسیم بندی صورت گرفته توسط سازمان بهداشت جهانی از انواع چهارگانه قطع آلت تناسلی زنان، طی اظهارات زنان در این پژوهش مشخص شد که عمل نوع اول یا دوم بر روی آنان اعمال شده است. در نوع اول، فقط سر کلیتوریس (خروسک) قطع شده است. در این نوع، مقدار قسمت بریده شده کم است و در نتیجه با درد، سوزش و خونریزی کمتری همراه است. پانزده نفر از تقریباً ۴۰۰ مصاحبه شونده تحت عمل نوع اول قرار گرفته‌اند.

در نوع دوم، در اکثر موارد، کلیتوریس به همراه یکی از لب‌های کوچک برای جلوگیری از تحریک دختران به صورت مورب قطع شده است. درد و سوزش این نوع عمل شدیدتر و دردناک تر از نوع اول است. دخترانی که به این صورت ختنه شده‌اند نسبت به گروه اول دیرتر بهبود پیدا می‌کنند. پانزده نفر نیز تحت عمل نوع دوم قرار گرفته‌اند.

علاوه بر قطع آلت تناسلی نوع اول و دوم که بر روی افراد مورد پژوهش صورت گرفته و به آن اشاره شد، با دختران و زنانی مواجه می‌شویم که به دلایلی تحت عمل قطع آلت تناسلی قرار نگرفته‌اند. به این سنت "پری ور" می‌گویند. تعدادی از دختران با اینکه خانواده و مخصوصاً مادرشان حامی سرسخت انجام این عمل بوده‌اند، تحت این عمل قرار نگرفته‌اند. در حین بررسی مشخص شد که تعدادی از دختران دارای آلت تناسلی کوچکی بوده‌اند و لذا مورد عمل واقع نشده‌اند. در بین عامه مردم این گونه شایع است که این دختران هنگام تولد توسط "پری" یا "فرشته" مورد عمل قرار گرفته‌اند.

دنباله مطلب در صفحه ۵۳

صحت نمی‌کنند. برای من هم خیلی سخت بود به خودم بقبولانم که از این موضوع با بعضی زن‌ها حرف بزنم."

خانم فاطمه کریمی نیز در کتاب خود زیر عنوان "تراژدی تن" به برخی اظهارات زنان کرد ختنه شده و موارد دیگر اشاره کرده است.

سن ختنه: با توجه به گفته‌های افراد مصاحبه شونده در کتاب تیغ و سنت، برای قطع آلت تناسلی زنان سن مشخصی در نظر گرفته نشده است. این عمل بر روی زنان مورد پژوهش از چند ماهگی تا ۱۵-۱۶ سالگی یا حتی بیشتر، ولی قبل از ازدواج، صورت می‌گیرد. هر چند علمای مذهبی توصیه کرده‌اند که این عمل بعد از سنین کودکی صورت گیرد، از جمله ملا محمد ربیعی یکی از علمای منطقه، در کتاب باقیات الصالحات، جلد سوم، توصیه می‌کند که "ختنه مؤنث معمولاً پس از دوران کودکی انجام شود، زیرا ابتدا گوشت‌های مزبور آن چنان نیستند که قابل بریدن باشند"، اما به نظر می‌رسد اغلب خانواده‌ها ترجیح می‌دهند این عمل را در سنین پایین و در فاصله بین ۴ تا ۱۰ سالگی بر روی دخترانشان اعمال کنند.

در پژوهشی که اینجانب در جزیره قشم انجام دادم و در کتاب تیغ و سنت به تفصیل آورده ام، سن ختنه زنان در میان ۴۰۰ نفر مورد مطالعه به این شرح بوده است: در کمتر از یک سالگی (۸ درصد)، ۲-۳ سالگی (۱۵ درصد)، ۴-۵ سالگی (۱۸ درصد)، ۶-۷ سالگی (۲۲ درصد)، ۸-۹ سالگی (۸ درصد)، ۱۰-۱۱ سالگی (فقط ۱ درصد) و حدود ۱۵ درصد هم پاسخ درستی نداده‌اند.

خانم کریمی در کتاب خود می‌نویسد: "علل قطع آلت تناسلی زنان در سنین پایین این است که چون این عمل بدون بیهوشی صورت می‌گیرد و بدن دختر در سنین پایین به خوبی رشد نکرده است، این عمل با درد و سوزش کمتری همراه خواهد بود. دختران کم سن و سال راحت تر درد، استرس، ترس و همچنین خاطرات تلخ ناشی از این عمل را فراموش می‌کنند. دلیل دیگر هم این است که با بالا رفتن سن دختران و افزایش شرم و حیا، آنان دیگر اجازه نمی‌دهند که کسی بدنشان را ببیند. موارد اندکی هم که انجام این عمل به بعد از ازدواج و بچه دار شدن موکول شده است، مربوط به زنانی بوده که

تیغ و سنت

رایحه مظفریان

r.mozafarian@gmail.com



رایحه مظفریان دانش آموخته کارشناسی ارشد از دانشگاه شیراز است. پایان نامه وی در مورد «بررسی عوامل اجتماعی و فرهنگی ختنه زنان: مطالعه موردی دختران و زنان ۱۵ تا ۴۹ سال در جزیره قشم» بوده است که در اردیبهشت ۱۳۹۰ با درجه عالی به تصویب کمیته داوران رسیده است. آخرین کتاب وی زیر عنوان «تیغ و سنت» در پاریس و تهران به چاپ رسیده است. وی در فوریه ۲۰۱۵، به مناسبت روز جهانی ناقص سازی جنسی زنان، در پارلمان کردستان عراق و در مارس ۲۰۱۵، به مناسبت روز جهانی کنفرانسی که از سوی کمیسیون مقام زن سازمان ملل متحد در نیویورک تشکیل شده بود سخنرانی نمود.

ریشه های تاریخی ختنه دختران

(ناقص سازی جنسی زنان)

نشده‌اند نمی‌توانند نماز بخوانند. چه دختر و چه پسر تا ختنه نشود مکتب خانه‌ها قبولش نمی‌کنند. دخترها زود خوب می‌شوند. اگر تمامی کلیتوریس را بر ندارند خیلی زخمی نمی‌شوند، سه چهار روز خوب می‌شوند.

ماماهای قدیمی به کارشان وارد بودند. من نشنیده ام که در قدیم دختری از عفونت ختنه مرده باشد. اما ماماروستاهای جدید مثل قدیمی‌ها خبره نیستند. یک روز دختری

نسبت به مقالات متعددی که پیرامون ختنه دختران نوشته شده است، واکنش‌هایی در سایت‌ها دیده می‌شود. برخی ختنه را میراث اعراب برای ایرانیان می‌دانند و بعضی اسلام را عامل دامن زدن به رواج این سنت می‌دانند.



را آوردند پیش من که موقع ختنه یکی از رگ‌هایش بریده شده بود. اگر این دختر را به بیمارستان نمی‌رساندیم می‌مرد."

خانم دریایی ادامه می‌دهد "ختنه دختران بر روی رابطه جنسی تأثیر منفی می‌گذارد. من متوجه شدم که بعضی زن‌ها از موضوع ارضای جنسی آگاهی ندارند ... زمانی که مامایی می‌کردم می‌دیدم بعضی زن‌ها کلیتوریس ندارند. وقتی با آن‌ها صحبت می‌کردم، می‌دیدم بعضی اصلاً احساس لذت جنسی ندارند، چه برسد به نقطه اوج. من چون خیلی به این موضوع فکر می‌کردم با چند نفر حرف زدم و متوجه شدم که فقط تعداد کمی از زن‌ها به مرحله ارضا رسیده بودند، بقیه اصلاً نمی‌دانستند چنین مرحله‌ای در زن هم هست. یکی دوتاشان که آگاه شدند بعداً به من گفتند که از وقتی متوجه این قضیه شدند دیدند که می‌شود. آن‌ها که کلیتوریس را از دست داده‌اند خیلی سخت به مرحله ارضا جنسی می‌رسند. آن‌ها که از نقطه اوج آگاه شده‌اند بالاخره به آن مرحله می‌رسند ... مردها که اصلاً به این مسایل توجه ندارند. فقط خودشان ارضا می‌شوند و می‌روند. از این رفتار حالت بدی به زن دست می‌دهد. بعضی از این زن‌ها بعد از اینکه مرد رفت با خودارضایی به آن مرحله می‌رسند ... اینجا هیچ زنی با مردش آن قدر راحت نیست که درباره این چیزها صحبت کند. زن‌ها در این مورد مطلقاً با مردشان و حتی با زن دیگر

من در مقاله‌ای با عنوان «ختنه، سنت و مذهب» و همچنین در فصل گسترده‌ای در کتاب «تیغ و سنت» سعی کرده‌ام به شرح این موضوع بپردازم که ختنه زنان و همچنین مردان به هیچ عنوان ریشه در مذهب به ویژه اسلام ندارد، اگرچه بعدها به نوعی در مذهب جا گرفته است. ختنه زنان در پاره‌ای از مناطق ایران رواج دارد. ریشه کنی ختنه زنان در ایران نیازمند تلاش و کوشش سازمان یافته و مردمی است. زمانی که بر روی این موضوع در جزیره قشم کار می‌کردم، در روستاهایی مانند سلخ که مردمی روشن فکر دارد، عواقب و عوارض ختنه زنان مورد توجه مسئولین خانه بهداشت آن روستا قرار گرفت. بعد از مدتی که با مسئول خانه بهداشت تماس گرفتم ایشان گفتند: «از وقتی که شما آمدید و با کارهایی که انجام دادید، ختنه در روستای ما بسیار کم شده است و البته ما به همراه ماما و پزشک نیز برای کم کردن این عمل تلاش و پیگیری کردیم.» بهروز [کارآموز بهداشت] سابق همین روستا، خانم زینت دریایی، در کتاب خاطرات خود، زیر عنوان «در گرگ و میش راه»، می‌نویسد: «در منطقه قشم مردم معتقدند که دختران در سنین پنج تا هفت سال، همانند پسران باید ختنه شوند و این عمل را ماماروستاها انجام می‌دهند و برای آنکه محل عمل عفونت نکند، بر روی آن داروی محلی می‌گذارند. مردم این منطقه بر این تصورند که دختر و پسر تا ختنه

ماهنامه پژواک

پا درج آگهی در نشریه پژواک کسب و خدمات
خواه رای به ایرانیان شمال کالیفرنیا معرفی نماید!

(408) 221-8624

تا بداند که شب ما به چه سان می گذرد
غم عشقش ده و عشقش ده و بسیارش ده
آب حیات عشق را در رگ ما روانه کن
آینه صبح را ترجمه شبانه کن
ای پدر نشاط نو بر رگ جان ما برو
جام فلک نمای شو وز دو جهان کرانه کن
ای خردم شکار تو تیر زدن شعار تو
شست دلم به دست کن جان مرا نشانه کن
گر عسس خرد تو را منع کند از این روش
حیله کن و از او بجه دفع دهش بهانه کن
چونک خیال خوب او خانه گرفت در دلت
چون تو خیال گشته‌ای در دل و عقل خانه کن
و نیز مولانا در غزل ۵۵۸ دفتر اول غزلیات
شمس در عظمت عشق گوید:

زهره عشق هر سحر بر در ما چه می کند؟
دشمن جان صد قمر بر در ما چه می کند؟
هر که بدید از او نظر باخبرست و بی خبر!
او ملکست یا بشر بر در ما چه می کند؟
زیر جهان زهر شده آب مرا ز سر شده
سنگ از او گهر شده بر در ما چه می کند؟
ای بت شنگ پرده‌ای گر تو نه فتنه کرده‌ای
هر نفسی چنین حشر بر در ما چه می کند
گر نه که روز روشنی پیشه گرفته رهزنی
روز به روز و ره گذر بر در ما چه می کند؟
ور نه که دوش مست او آمد و درشکست او
پس به نشانه این کمر بر در ما چه می کند
گر نه جمال حسن او گرد بر آرد از عدم
این همه گرد شور و شر بر در ما چه می کند
از تبریز شمس دین سوی که رای می کند؟
بحر چه موج زد گهر بر در ما چه می کند؟

دنیاله مطلب در صفحه ۵۶

آب زیند راه را هین که نگار می رسد
مژده دهید باغ را بوی بهار می رسد
راه دهید یار را آن مه ده چهار را
کز رخ نوربخش او نور نثار می رسد
چاک شدست آسمان غلغله ای ست در جهان
عنبر و مشک می دمد سنجق یار می رسد
رونق باغ می رسد، چشم و چراغ می رسد
غم به کناره می رود مه به کنار می رسد
تیر روانه می رود، سوی نشانه می رود
ما چه نشستیم پس شه ز شکار می رسد
باغ سلام می کند سرو قیام می کند
سبزه پیاده می رود غنچه سوار می رسد
خلوتیان آسمان تا چه شراب می خوردند
روح خراب و مست شد عقل خمار می رسد
چون برسی به کوی ما خامشی است خوی ما
زان که ز گفتم و گوی ما گرد و غبار می رسد
پنبه ز گوش دور کن بانگ نجات می رسد
آب سیاه در مرو کاب حیات می رسد
نوبت عشق مشتری بر سر چرخ می زند
بهر روان عاشقان صد صلوات می رسد
جمله ز جو شهد و شیر شو وز خود خود فقیر شو
زانک ز شه فقیر را عشر و زکات می رسد
رحمت اوست کاب و گل طالب دل همی شود
جذبه اوست کز بشر صوم و صلوات می رسد
در ظلمات ابتلا صبر کن و مکن ابا
کاب حیات خضر را در ظلمات می رسد
مولوی در جای دیگر در باب عشق و گرفتاری آن گوید:
ای خداوند یکی یار جفاکارش ده
دلبر عشو ده سرکش خونخوارش ده
چند روزی جهت تجربه بیمارش کن
با طبیبان دغلی پیشه سر و کارش ده



مولوی و عشق

دکتر حسین مسیح پور

کیمیا داری که تبدیلی کنی
گرچه جوی خون بود نیلش کنی
این چنین میناگری ها کار تست
این چنین اکسیرها ز اسرار تست
آب را و خاک را بر هم زدی
ز آب و گل نقش تن آدم زدی

کند که صورت و چهره زنان داشت و در حمام
زنانه ای کار می کرد و از دیدن اندام عریان
زنان لذت می برد. روزیکه به جهتی نزدیک بود
رازش فاش شود به خداوند پناه برد و توبه کرد و
خداوند از رسوائی او جلوگیری کرد. زبان حال آن
شخص را مولوی پس از توبه چنین تصویر می کند:
آن رسن بگرفتم و بیرون شدم
شاد و زفت و فربه و گلگون شدم
در بن چاهی همی بودم نگون
در دو عالم نمی گنجم کنون
جای تردید نیست که این عنایت و بخشایش تا
حدی که موجب آذرم خداوند عنوان شده به
خاطر عشق و شیفنگی حق به بندگان خویش است.
با شعار زیر از جلال الدین در شکوه وصول
معمشوق عنایت فرمائید غزل ۴۹-۵

و بی شک خداوند بنده ای را که با نیت خالص و
خیلی پاک به او پناه برد معذور خواهد داشت و
مورد عنایت قرار خواهد داد چنان که شیخ اجل
سعدی شیرازی گوید: «هرگاه یکی از بندگان گنه
کار پریشان روزگار دست انابت به امید اجابت به
درگاه حق جل و علا بردارد ایزد تعالی در وی نظر
نکند. بازش به تضرع و زاری بخواند، باز اعراض
کند. و دیگر بارش که بخواند حق فرماید: «یا
مَلَائِکَتِی قَدْ اسْتَجِیْبَتْ مِنْ عِبْدِی وَ لَیْسَ لَهُ غَیْرِی
فَقَدْ غَفَرْتُ لَهُ» (ای ملائکه من خجالت می کشم
از بنده ای که مرا می خواند و کسی را جز من
ندارد پس او را بخشیدم) و نخواهد گذاشت بنده
اش عاجز و شرمسار و ناامید شود.
کرم بین و لطف خداوندگار
گنه بنده کردست و او شرمسار
مولوی در دفتر پنجم داستان شخصی را بازگو می

مهرگان آمد گرفته فالش از نیکی مثال نیکروز و نیک جشن و نیک وقت و نیک فال

Iranian Cultural Events Presents 4th Annual Mehregan Festival

جشن مهرگان

♦ موسیقی و رقص ♦ کارگاه هنری

♦ آشنایی با مشاهیر ایران ♦ سفره مهرگان

یکشنبه، ۲۷ سپتامبر ۲۰۱۵ از ساعت ۱۱ صبح الی ۵ بعد از ظهر

برای فروش: صبحانه سنتی و ناهار، فالوده و بستنی گل نظر

Sunday September 27th 2015 11am to 5pm

Food, Drink & Ice Cream Available for purchase

در کنار یکدیگر یک روز به پناه ماندنی برای خود و فرزندانمان بسازیم

از صاحبان مشاغل خواهشمندیم ما را در انجام این کار فرهنگی یاری رسانند!

۸۲۹۶-۸۲۹۶ (۴۰۸)

10185 N. Stelling Rd., Cupertino CA 95014



قرآن و شراب

بهرام گرامسی

bgrami@yahoo.com

شراب از دیدگاه قرآن و بازتاب آن در ادب فارسی

در چهار سوره قرآن به مؤمنان وعده حَمَر یا شراب بهشتی داده شده و در دو سوره مسلمانان از خوردن شراب نهی شده اند. با این حال، در شعر قدیم فارسی، کمتر نشانی از پرهیز از باده به چشم می خورد.

قدیم ترین آثار شراب سازی در جهان از حفاری های تپه حاجی فیروز در دامنه کوه های زاگروس در غرب ایران به دست آمده که متعلق به ۵۴۰۰ تا ۵۰۰۰ سال قبل از میلاد یا بیش از ۷۰۰۰ سال قبل است. در این نقطه، ۶ کوزه سفالی ۹ لیتری با نشانه هایی از وجود قبلی انگور در آنها (رسوبات اسید تارتاریک و تارتارات کلسیم) از کف مطبخ یک بنای خشتی بیرون آورده شد. این کوزه ها درهای سفالی به اندازه دهانه کوزه داشتند که نشانه بستن سر آنها برای هوا نگرفتن بوده است. چند سال قبل از این اکتشاف در ناحیه حاجی فیروز، در ناحیه دیگری به نام گودین تپه در کوههای زاگرس، که در عرض جنوبی تر قرار دارد، کوزه های سفالی ۳۰ و ۶۰ لیتری با سر سفالی آنها متعلق به ۵۵۰۰ تا ۵۰۰۰ سال قبل پیدا شده بود و در آنها بقایای اسید تارتاریک در یک سمت کوزه از کف تا دهانه آن دیده شد که نشانه خواباندن کوزه به پهلو بوده است. در این محل، طغار بزرگ برای خرد کردن انگور و قیف برای جا به جا کردن شیره انگور نیز یافت شده است. اطلاعات بیشتر در این مورد در موزه باستان شناسی و مردم شناسی دانشگاه پنسیلوانیا موجود است.

در زبان فارسی، شراب به نوعی نوشیدنی الکلی گفته می شود که از تخمیر عصاره انگور به دست می آید و در شعر قدیم فارسی مراد از می و باده همان بوده است. ولی در زبان عربی، واژه شراب به معنی نوشیدنی و شربت است و هرگاه مقصود شراب مُسکر و مستی آور باشد آن را غالباً حَمَر می نامند. احتمالاً کلمات تخمیر، مخمر، خمیر، خمیره، مخمور و خمار از ریشه حَمَر هستند.

اصول و شیوه شراب سازی طی چند هزار سال چندان تغییر نیافته است. در شراب قرمز از تمامی میوه سیاه انگور و در شراب سفید فقط از شیره انگور (بدون پوست) استفاده می شود، زیرا تفاوت رنگ فقط در پوست انگور است و درون میوه ها یک رنگ است. تخمیر توسط مخمرهای طبیعی که بر روی پوست انگور رسیده وجود دارد صورت می گیرد، و به همین دلیل است که برای شرابسازی انگور را نمی شویند. بسته به مقدار مخمر موجود و درجه حرارت تخمیر، فرایند تخمیر ممکن است از چند روز تا چند هفته به طول انجامد. شراب در دو مزه کلی، دَبش (Dry) و شیرین، ساخته می شود. در شراب دَبش تمامی قند موجود در انگور تخمیر و به الکل تبدیل می شود، ولی در شراب شیرین قبل از تبدیل تمامی قند به الکل جریان تخمیر متوقف می شود. سه بیت زیر از صائب تبریزی اشاره به همین واقعیت دارند که انگور شیرین تر، بر اثر تخمیر کامل، الکل بیشتری به دست می دهد و در نتیجه شراب حاصله تلخ تر خواهد بود:

چون بود انگور شیرین باده گردد تلخ تر می شود دیوانگی کامل خرد چون کامل است شراب تلخ از انگور شیرین خوب می آید نباشد تا خرد کامل جنون کامل نمی گردد به خوش عیاری انگور بسته خوبی می چون خلق به قدر عقول می باشد

قراین نشان می دهد که در قدیم مشروب الکلی دیگری نیز وجود داشته که از تقطیر شراب به دست می آمده است. ابونواس شاعر معروف غزلسرای عرب (۷۵۷ تا ۸۱۴ میلادی) در این بیت (فی لون ماء الغیث إلا انهما - بین الضلوع کواقف الجمر) از ساقی باده ای می خواهد به رنگ آب باران که از فرط قوت و زور میان دنده ها آتش بر افروزد. ابوالقاسم البغدادی در حکایتی که در نیمه اول قرن پنجم قمری نوشته از عرق التبید (عرق شراب) نام برده و شخص دیگری به نام **Nuwayri** (متوفی ۷۳۲ قمری) به ۱۰ در صد مالیات بر عرق، متفاوت با شراب، اشاره دارد.

◆◆◆

شرابخواری تا نخستین سالهای ظهور اسلام، که پیامبر در مکه بود، هنوز ادامه داشت. در چهار سوره از قرآن به مؤمنان وعده حَمَر یا شراب در بهشت داده شده است، شرابی بهشتی که مستی نمی آورد، سردرد نمی دهد، لذت بخش است، و چون مُسکر یا مستی

آور نیست لذا با روح قوانین قرآن منافات ندارد. از چهار سوره ای که در آن ها وعده شراب بهشتی داده شده، سه سوره اول شامل آیات مکی، یعنی قبل از هجرت پیامبر به مدینه، و سوره چهارم شامل آیات مدنی است: ۱) سوره ۵۶ به نام واقعه، آیات ۱۸ و ۱۹ "با کوزه ها و ابریق ها و جام هایی از شراب روان که از آن سردرد نگیرند و مست نشوند ... ۲) سوره ۲۷ به نام صافات، آیات ۴۰ تا ۴۸ "برای بندگان خاص و مکرم نزد خداوند، با روزی معلوم از میوه های بهشتی در بهشت پر نعمت، نشسته بر تخت رو به روی هم، جامی از شراب روان، سفید و لذت بخش، دور بگردانند، شرابی که نه سردرد می آورد و نه مستی می دهد و ... ۳) سوره ۸۳ به نام مطففین، آیات ۲۳ تا ۲۶ "آنان که بر تخت نشسته و می نگرند و در چهره آنان خرمی ناز و نعمت را می توان دید، به آنها از شراب سر بسته ای که مُهر آن از مشک است می نوشاندند و ... ۴) سوره ۴۷ به نام محمد، آیه ۱۵ "در بهشت برای پرهیزگاران جوی هایی است که در آنها آبی که نمی گندد، شیری که طعمش تغییر نمی کند، شرابی که لذت بخش است، و عسل خالص روان و جاری است و ..."

صائب تبریزی در دو بیت مشابه زیر و خواجوی کرمانی در دو بیت بعد، با مضامین مشابه، به حلال بودن باده در بهشت بر اساس همین آیات اشاره دارند:

جهان بهشت شد از نوبهار باده بیار که در بهشت حلال است باده نوشیدن

بهشت نقد شده ست از شکوفه باده بیار که در بهشت حلال است جام احمر عیش

بهشت نقد شده ست از شکوفه = با این شکوفه ها بهشت همین جاست. جام احمر = جام سرخ، شراب.

به باغ باده گلگون چرا حرام بود اگر به گلشن رضوان حلال خواهد بود

نتوان گفت که می در نظرت هست حرام زان که در گلشن فردوس بود باده حلال

پیامبر بعد از هجرت به مدینه، مردم آنجا و دیگر مسلمانان را از شراب خوردن نهی و امر به اجتناب از آن کرد. با این حال، بسیاری از عارفان و شاعران فارسی زبان، هر یک به بیانی و زبانی، باده طلب می کنند و گویی تن به پرهیز از آن نمی دهند. در دو سوره از قرآن مؤمنان از خوردن شراب نهی شده اند. هر دو مورد شامل آیات مدنی بعد از هجرت پیامبر است: ۱) سوره ۲ به نام بقره، آیه ۲۱۹ "از تو درباره شراب می پرسند، بگو که در آنها گناهان بزرگ و منافی برای مردمان هست ولی گناهان آنها بسیار بزرگتر از منافع آنهاست و ... ۲) سوره ۵ به نام مائده، آیات ۹۰ و ۹۱ "ای مومنان شراب و قمار و انصاب و الزام از اعمال پلید شیطان است، از آنها پرهیز کنید تا رستگار شوید. با پرداختن به شراب و قمار شیطان بین شما دشمنی و کینه می اندازد و شما را از یاد خدا و نماز باز می دارد." (انصاب = سنگهای اطراف حرم که می پرستیدند، بتهای کوچک. الزام = تیرهایی که برای بازی به هدف می زدند.)

منوچهری دامغانی حرام بودن نبید یا شراب را که از سرکه حلال برآمده مورد سؤال قرار می دهد و غالب دهلوی شراب را چیزی بیش از آب انگور نمی شمرد:

چرا نبید حرام است و هست سرکه حلال؟ نه هم نبید بود ابتدا از آن سرکه؟

منع ما از باده عرض احتسابی بیش نیست محتسب! افشردۀ انگور آبی بیش نیست

سنایی غزنوی و امیر علیشیر نوایی ملامت میخوارگی را خود بر گردن نمی گیرند و فرخی سیستانی در بیت بعد به حکم عقل، با نبودن شاکی خصوصی، نظر شارع را هم نادیده می انگارد:

می سنایی را هم داد و همو زان پس به جرم سرتگون چون خوشه کرد و حد به جوب تاک زد

گر نه مقصودش می گلرنگ باشد دست صنع خوشه های لعل یاقوت از چه بندد تاک را

چون کسی کینه ز خونریز رزان باز نخواست خوششان گشت به نزدیک خردمند حلال

باده پرستان بی همهری تاک از این دنیای فانی در نمی گذرند و می خواهند تا قیامت در سایه تاک بیارامند، با چهار بیت از قصیده معروف منوچهری دامغانی در وصف شراب:

آزاده رفیقان منا من چو بمیرم از سرخترین باده بشوید تن من

از دانه انگور بسازید حنوطم وز برگ رز سبز ردا و کفن من

در سایه رز اندر گوری بکنیدم تا نیکترین جایی باشد وطن من

گر روز قیامت برد ایزد به بهشتم جوی می پر خواهم از ذوالمنن من

حنوط = کافور و غیر آن که در میت قرار می دهند تا دیرتر متلاشی شود. ذوالمنن = خداوند قادر مطلق.

دو بیت زیر از ملا محسن فیض کاشانی و حزین لاهیجی است:

تابوت من ز تاک و کفن هم ز برگ تاک در میکده به باده مرا شستشو کنید

به مستی مرده ام ساقی مهل مخمور در خاکم چو خم بسیار زیر طارم انگور در خاکم

صائب تبریزی در بیت زیر و حزین لاهیجی در دو بیت بعد سر مست از باده دنیا به محشر پای می گذارند، و در آن جا که کف هر دست نامه گویای اعمال است، برگ تاک را دست گویای خود و شجره تاک را شفیع خود قرار می دهند:

شهد می چو از خاک لحد سر مست برخیزد به جای نامه برگ تاک در محشر برون آرد

ز حشر مستی ما را چه باک خواهد بود چو نامه در کف ما برگ تاک خواهد بود

هشیار به هنگامه محشر نتوان رفت ای کاش که از سایه تاکم گذرانند

آیا به موضوعات خوب فکر می کنید یا موضوعات بد؟



همین موضوع در مورد موارد ناخوشایند نیز صدق می کند. بازیکن گلفی که مدام نگران پرتاب توپ به درون دریاچه است، همیشه آنرا به درون آب می اندازد. اگر نگرش شما مسیرتان را مشخص کند، پس خوب است که افکار خود را به مسیر مثبتی هدایت کنید.

سقراط پدر طب گفته است: وقتی مشغول تسکین دادن بیمارم بودم، برای تسکین درد خواص عجیبی در دستهایم بود که با قرار دادن و حرکت ملایم انگشتان در جهت محل درد، بیمار تسکین می یافت.

پدیده شفابخشی در طول صدها سال به ملکه انگلستان و فرانسه نسبت داده می شد و برای اجرای اینکار تشریفات خاصی ترتیب داده می شد.

گزارش شده است که دکتر جانسون در کودکی به لندن بردند به امید اینکه با لمس ملکه (آن) بیماری «خنازیر» او درمان شود. والتین گریت تیکز شفا دهنده به سبب درمان این نوع بیماری (خنازیر) شهرت رسید.

در قرن شانزدهم پاراسلسوس طبیب و فیلسوف مورد آزار کلیسا قرار گرفت زیرا اعلام کرده بود که قدرت فکر می تواند هم علت بروز بیماری و هم موجب شفای آن باشد. یوهان گاستر عقیده مشابه گریت والتین اظهار داشت و شفابخشی هایی با متد او انجام داد.

به نظر می رسد اولین دوره مطالعات عینی در این مورد در اواخر قرن شانزدهم با کار فیلسوف و شیمی دان معروف وان هلمونت شروع شد. او از تجارب خود نتیجه گیری کرد که یک سیاله مغناطیسی از انسان پرتوافکنی می کند که می تواند در تمام بدن و مغز نفوذ کند و این نفوذ بوسیله قدرت فکر و اراده اعمال می شود.

در سال ۱۷۳۴ در ایزنانک واقع در دریاچه کنتاس آلمان کودکی به دنیا آمد به نام فرانس آنتون مسمر. کسی که مقدر بود برای بیان این پدیده ها کوشش کند. مسمر در سال ۱۸۱۵ وفات یافت اما علم جدیدی را بنیان گذاشت که بوسیله پیروانش زنده ماند و درهای جدیدی در امر شفابخشی و هیپنوتیزم برای انسان گشود.

ادامه دارد...

مردم به طور طبیعی به نتایج منفی فکر می کنند، نه مثبت. اغلب نتایج منفی نصیب افراد بدبین می شود.

از طرف دیگر، برای مردم مثبت اندیش، اتفاقات خوب پی درپی رخ می دهد. این درست مانند زمانی است که یک اتومبیل قرمز می خرید و پس از آن همه اتومبیل های قرمز اطراف خود را می بینید. دیدن اتومبیل های قرمز برای شما معنی دار می شود. شما به اتومبیل زیبا و جدید خود افتخار می کنید و بسیار هیجان زده هستید، در نتیجه زیاد به آن فکر می کنید. وقتی اتومبیل قرمز نقطه اصلی تمرکز شما باشد، اتومبیل های قرمز همه جا در اطرافتان ظاهر می شوند.

پیام این است که «بر هر چیزی تمرکز کنید، مقدار بیشتری از آن را به دست می آورید.» اگر موضوعات خوشایند را تجسم کنید، اتفاق خواهند افتاد. البته

مخصوص کالبد فیزیکی است تا اشکال پیچیده و لطیف تر آن مانند هاله ذهنی و عاطفی را تشکیل می دهد.

پرانا هاله عملاً بیرنگ است و طرح کلی بدن را دارد. در صورت سلامتی، این امواج راست و عمودی و در صورت بیماری، کج و درهم و برهم هستند. علم، با بودن هاله انسانی موافق است اما در توجیه و تفسیر نوع ماده و انرژی آن موافقت کلی وجود ندارد.

براساس تحقیقات منتشر شده از کارهای دکتر کیلنر، هاله انسانی از سه باند قابل رویت تشکیل شده است. باند مجاور بدن یک نوار باریک بیرنگ یا تیره است که حدود شش میلیمتر پهنا دارد. قسمت دوم که روی آن قرار دارد به عرض تقریبی دو تا چهار اینچ که هاله میانی نام دارد و قسمت سوم هاله بیرونی است که طیف قابل رویت آن حدود شش اینچ پهنا دارد و باند رنگی نامیده می شود و شامل رنگ های کوبی است. به نظر می رسد که هاله انسانی انبساطی از مغناطیس دارد که آن نیرو یا جاذبه که بوسیله آن کارهای شگفت انجام می شود، از شفابخشی معجزه آسا تا تاثیر بر موجودات جاندار در سطوح دیگر حیات حیوانی، نباتی و جمادی می باشد.

وجود انرژی حیاتی در بدن انسان امری اثبات شده است و استفاده از این قدرت در طی هزاران سال به صورت های مختلف در فرهنگ و ادیان کاربرد داشته است.

نوشته های پاپیروس Papyrus مربوط به مصر در هزار و پانصد سال قبل از میلاد قرار دادن دستها را برای شفا بیماران نشان می دهد.

نوشته های مذهبی مسیحیت شامل مراجع زیادی است. در مورد پدیده های منسوب به هیپنوتیزم و شفا بخشی اسکولاپیوس Esquapius گزارش داده است که او می تواند با نوازش دست بیماران را به خوابی نیروبخش فرو برد و رنج و درد بیماران را تسکین دهد.

چگونه می توان با انتقال انرژی روحی بیماری را شفا داد!

حسین الماسیان
h.almasian@yahoo.com



آقای حسین الماسیان با داشتن پیشینه تحصیلی ادبیات و روانشناسی، اینک عضو سازمان National Guild of Hypnotists در آمریکا هستند و در زمینه هیپنوتیزم و هیپنوتراپی، از جمله زایمان بدون درد و سزارین بدون بیهوشی، فعالیت داشته اند. با تشکر از ایشان برای ارسال مقاله به پژواک.

مقدمه ای بر اصول انتقال انرژی و شفابخشی:

«انشتاین ثابت کرد که جهان انرژی است و ماده صورت مترام آن است»

دکتر المرگین رئیس آزمایشگاه سایکوفیزبولوژی معتقد بود که در سراسر عالم فقط یک نوع انرژی وجود دارد که همه اشیاء و پدیده های روانی صورتهای مختلف آن انرژی هستند. اجسام فیزیکی از تراکم این انرژی بوجود آمده اند و عواطف و تظاهرات روانی از تجلیات رقیق شده آن هستند. شری اوربندو هندی معتقد است «دنیا یکپارچه روح است و ماده بصورت مترام آن است» یا اینکه دنیا سراسر ماده است و روح چهره رقیق شده آن. مسمر کاشف هیپنوتیزم این انرژی را مغناطیس حیوانی نامید و به این باخ آنرا نیروی ملکوتی نامگذاری کرد.

هستی یکپارچه انرژی و موهج است

پدیده های مادی از مولکول تا کهکشان عظیم انباشته از انرژی هستند و موجودات زنده مانند نبات، حیوان و انسان از لحاظ پیکر در محدوده این انرژی تکائف یافته اند. تمام انرژی های شناخته شده و آنچه شناخته خواهد شد و یا شناخته خواهد ماند، صورت های تلطیف یافته این انرژی های حیاتی محسوب می شوند و هستی همانند اقبانوسی است عظیم و لایتناهی که در هر قسمت و هر میزان از عمق آن موجودات خاصی زندگی می کنند که اگر شعور و خودآگاهی داشته باشند، فقط در محدوده قابل زیست خود شناختی پیدا می کنند و گمان می برند که تنها موجودات اقبانوس آنها هستند. موج ها و پرتوهایی که از جسم و روح ساطع می شوند، در طیفی نامشخص در محیط اطراف اثر می کنند و حوزه ای مغناطیسی به وجود می آورند. این امواج صورت های متفاوتی از انرژی حیاتی را پدید می آورند که هرچند قابل رویت نیستند اما با استفاده از دوربین اختراعی مهندس کرولیان و تحقیقات مهندس کیلنر و با چشم حساس رابط های روحی پاره یی از آنها قابل مشاهده و عکسبرداری است.

این رده های مختلف انرژی حیاتی «Vital Force» که ثابت شده است از تمام موجودات زنده پرتوافکنی می کند و در دو فاز جسمی و روحی متناسب با حیات فیزیولوژیکی و روانی موجود زنده به بیرون از جسم ساطع و پخش می شود. این دو فاز یکی مربوط به جسم و سلول های متکائف و دیگری مربوط به انرژی های درونی آن است که سبب وحدت مولکول ها و تولید خواص ویژه در آن موجود می شوند. در انسان بیش از دو فاز انرژی ساطع می شود:

الف: انرژی الکتریکی اعصاب و مغز که با دستگاه های مختلف از جمله الکتروانسفالوگرافی قابل بررسی است و به

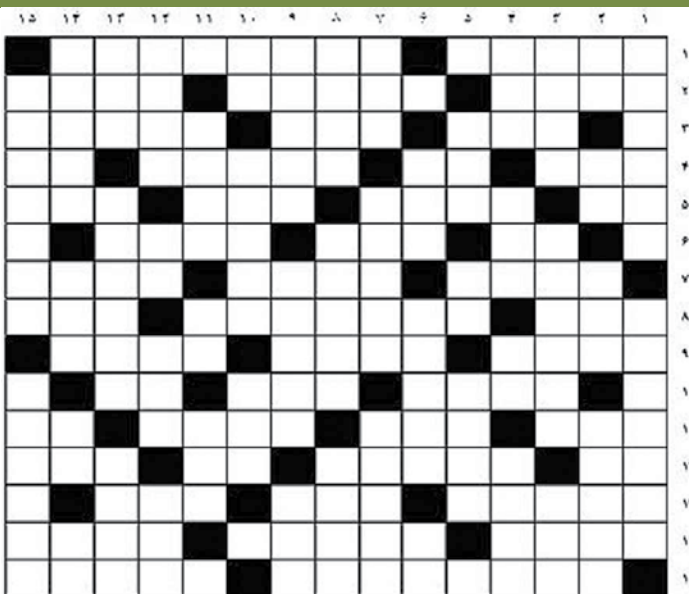
ب: امواج فکری که مفهوم اندیشه انسان را به صورت امواج ناشناخته «تله پاتیک» در کائنات پراکنده می سازد. این نوع امواج به حدی دارای قدرت و سرعت نفوذند که هیچ یک از امواج مادی شناخته شده هستی آن نیست. در لحظه ای به اعماق اقبانوس ها می رسند و پهنه کهکشان ها را در می نوردند و از جدار اطاق های سربی نفوذ ناپذیر می گذرند تا آنجا که بعضی بر این باورند که بشر باید به وسیله امواج فکری «تله پاتیک» با موجودات ذی شعور کهکشان های دیگر ارتباط برقرار کند و این روش را ساده تر از پیشرفت علمی بشر در زمینه مسافرت های فضایی در حد سفر به سیارات قابل سکونت در منظومه های دیگر پنداشته اند. منشاء صدور این امواج را روح می توان دانست.

ج: امواج هاله، اتمسفری است که اطراف بدن هر موجود زنده را احاطه کرده است به گونه ای است که از دید روشن بینان «Clairvoyants» و تصاویری که از طریق عکس برداری با لنائز بالا به دست آمده پیکر انسان را در پیله تخم مرغی شکل که شامل باندهای مختلف امواج هاله است نشان می دهد.

نخستین بار در سال (۱۸۶۷)، بارون ریخن باخ دانشمند اتریشی کشف کرد که می توان آن اتمسفر را مشاهده کرد. بعد از او دانشمند دیگری به نام کارل دویرلر دنباله تحقیقات او را گرفت. این دونفر توانستند آنچه را مذاهب قدیم به نام «آکاشا» و زرتشت به نام «آتش ذی روح» یا آتش جاویدان نامیده بود پیدا کنند و نام اود (بر وزن خود)، بر آن نهادند. اود امواجی است که پیوسته از بدن در حال تشعشع است و روشن بینان در حال خواب مغناطیسی قادر به دیدن آن هستند. امواج هاله که از وجود انسان ساطع می شود از «پرانا هاله» که ساده ترین شکل پرانا و

حل جدول در صفحه ۵۰

سرگرمی



عمودی:

- ۱- بانک ژاپنی- اولویت اول بانک مرکزی اروپا در تصمیم‌گیری‌ها
- ۲- امر به رفتن - مغز- مادر وطن- فرمان توقف
- ۳- اروس و مال‌التجاره- از انواع رشد اقتصادی که سرمایه‌گذاری در بخش‌های اقتصادی به نحوی انجام شود که همه بخش‌ها متناسب با یکدیگر از رشد بالایی برخوردار باشند- از شهرهای آلمان
- ۴- چین و چروک پوست- قطره شبنم- اثر رطوبت- شعله آتش
- ۵- همسر حضرت یعقوب(ع)- شهر توت- خردمندان
- ۶- از وسایل دفاعی- ورمی که ستور را می‌کشد- جهت و طرف
- ۷- از ادوات استثنا- درخت انار- کارخانه آلومینیومی دبی
- ۸- تازه از راه رسیده- سزاوار- مسافر
- ۹- قیچی- دارای آهنگ- بعید
- ۱۰- «هرگز نه» در لفظ تازی- ملتزم رکاب- سازوآوا
- ۱۱- پرچم- ویتامین خونی- آب چشم
- ۱۲- دست سودن- جشن عروسی- واحد پولی در ایران باستان- شهر آرزو
- ۱۳- بشر و انسان- سودا و دادوستد- درود
- ۱۴- بی‌مورد- نشان و علامت- رایحه- بوی ماندگی
- ۱۵- از اصلی‌ترین داده‌هایی که معامله‌گران و تحلیلگران تکنیکال از آن استفاده می‌کنند- از توابع استان کردستان

افقی:

- ۱- نرخ تورم این کشور طبق آخرین آمار ۹/۴ درصد بوده است- رشد اقتصادی این کشور در سه ماهه اول سال جاری برابر با ۰/۴۴ درصد بوده و به نسبت سال قبل ۲/۵ درصد افزایش داشته است.
- ۲- فرو ریختن سقف- رنگ‌ها - محل گردش
- ۳- گنگ- پول خارجی- خیزران
- ۴- بیپهوشی- تصدیق انگلیسی- اقتصاد این کشور ارتباط بسیار نزدیکی با کشور آلمان دارد- موجود نادیدنی
- ۵- حرف درد- سومین قدرت اقتصادی جهان در سال ۲۰۰۵ با ۵ تریلیون دلار تولید ناخالص ملی- پس غذا- اولین قوم
- ۶- ضمیر جمع- درخت جنگلی- دزد و راهزن
- ۷- سخن کنایه‌آمیز- موش خرما- یار همیشگی پیچ و مهره
- ۸- کشتی جنگی- دومین بازار مبادلات ارز با ۱۸ درصد در جهان- وتر
- ۹- داستان بلند- اشاره به جمع دور- غذای ساده با تخم‌مرغ
- ۱۰- افسار- قوت لایموت- «یک» عامیانه
- ۱۱- ضمیر مخاطب جمع- نام شهر لار در دوره باستان- قدرت و نیرو- بدی
- ۱۲- همان بس است- از انواع درخت- شوربا- زهر آگین
- ۱۳- جانوری از رده عنکبوتیان - حرکت هوا- میوه نارس
- ۱۴- معرفت به خدا- ریاکار- شبیه و نظیر
- ۱۵- رییس بانک مرکزی آمریکا در سال ۱۹۷۹- بزرگ‌ترین قدرت صنعتی جهان

مدرسه فارسی البرز
تجربه یادگیری زبان فارسی را
برای فرزندان شما زیباتر می‌سازد
(408)829-8296
1954 Camden Ave. #3, San Jose

تقویم برنامه های فرهنگی و هنری در شمال کالیفرنیا

انجمن ادبی شمال کالیفرنیا

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

جلسات انجمن فردوسی

هر دو هفته یکبار در دومین و چهارمین جمعه هر ماه
www.ferdosi.org
۴۰۸-۲۹۵-۱۲۴۰
ورود برای عموم آزاد است

جلسات شعر فریمانت

اولین و سومین شنبه های هر ماه میلادی در شهر فریمانت.
مکان:
Fremont, Main Library
۵۱۰-۲۲۶-۷۱۶۰
۵۱۰-۷۴۵-۱۴۰۰
ورود برای عموم آزاد است

شب شعر در ساکرامنتو

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

برنامه تلویزیونی رهنمودهای مسیح

با کشیش فرید فروتن یکشنبه‌ها ساعت ۲:۳۰ بعد از ظهر از کانال ۲۹ سانفرانسیسکو شنبه‌ها ساعت ۱۰ شب از کانال ۱۵ سن حوزه

آموزش شعر و ادب با نصرت الله نوح

در کلاس تدریس حافظ و حافظ خوانی، غزلیات حافظ از نقطه نظر اسطوره شناسی، تاریخ، آیات و احادیث مورد تحلیل و بررسی قرار می‌گیرد. هر هفته در روزهای سه شنبه از ساعت ۷ تا ۹ عصر برگزار می‌شود.
۹۶۸۵-۵۶۵(۶۵۰)
Ortega Park, 636 Harrow Way, Sunnyvale

شب بانوان

دومین چهارشنبه هر ماه شروع برنامه با شام و موزیک از ساعت ۷ عصر تا ۱۱:۳۰
۱۲۳۴-۳۶۹(۴۰۸)
۶۴۴۰-۳۷۱(۴۰۸)
مکان: رستوران ساقی
1392 S Bascom Ave, San Jose
ورودیه با شام ۲۵ دلار

کلاس خصوصی

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

۸۶۲۴-۲۲۱(۴۰۸)

استودیو برای اجاره

یک استودیوی مبلمان، مستقل با حمام کامل و مجزا، در شهر سن حوزه، منطقه المدن و کمند، آماده اجاره به یک خانم و یا آقای مجرد و شاغل می باشد
۵۱۱۰-۴۸۲(۴۰۸)

مهد کودک کاملیا

محیطی گرم و خانگی با امکانات آموزشی، صبحانه و ناهار برای کودکان یک ماهه تا چهار ساله و بعد از مدرسه. دارای ۱۲ سال تجربه و با داشتن گواهینامه مهد کودک، کمک های اولیه و CPR. در منطقه کمبل و West San Jose ۱۵۴۵-۴۰۶(۴۰۸)

جویای کار

خانمی با تجربه، دارای گواهینامه معتبر، مسئول، با حوصله و مهربان، آماده نگهداری از سالمند شما در سن حوزه و شهرهای حومه از ساعت ۸ صبح الی ۲ بعد از ظهر می باشد. ۷۳۸۳-۶۰۱(۴۰۸)

پژواک ناهستان
برای درج آگهی با شرکت پژواک تماس بگیرید!
۸۶۲۴-۲۲۱(۴۰۸)

نیاز مندیها

استخدام

به یک خانم ایرانی و یا افغان، مهربان و صبور، بطور شبانه روزی، جهت نگهداری از آقای نود ساله که به بیماری فراموشی مبتلا هستند، در منطقه سن متنو نیازمندیم.
۸۱۲۴-۵۷۱(۶۵۰)

به یک خانم و یا آقای ایرانی، مسلط به زبان انگلیسی، با داشتن اجازه کار و گواهینامه مجاز در ایالت کالیفرنیا برای کار بازار یابی نیازمندیم. ۸۶۲۴-۲۲۱(۴۰۸)

دفتر میهن به چند منشی، مسلط به زبان های فارسی و انگلیسی و با آشنایی به کامپیوتر، به طور تمام و نیمه وقت نیاز دارد. ۹۸۲۷-۲۴۹(۴۰۸)

مهد کودک

خانمی با بیش از ۳۵ سال تجربه در ایران و آمریکا و با دارای گواهینامه Child Care و کمک های اولیه CPR آماده پذیرایی از فرزندان شما از بدو تولد تا ۱۲ سالگی در محیطی گرم، صمیمی و با امکانات لازم، از ۷ صبح تا ۶ بعد از ظهر با صبحانه، ناهار و شام و رساندن فرزندان شما به مدرسه و یا به کلاس های خصوصی و بالعکس خانم راخی ۷۱۰۰-۳۹۴(۴۰۸) ♦ ۸۴۷۰-۳۷۳(۴۰۸)

خانل ستارگان

دای

فعالیت های فرهنگی می تواند اصل وجودی شما را به اطرافیان بشناساند، ضمن آنکه خودتان را نیز خوشحال می کند. اگر تصمیم گیری راجع به فعالیت های اقتصادی خود را کمی به تعویق بیندازید، به نفع شما خواهد بود. به طور کلی طالع شما در زمینه امور عاطفی و فرهنگی روشن است. یک نفر خیال دارد شما را متوجه خودش کند، با چشمانی باز اطراف خود را بنگردد. با یک مشکل قانونی مواجه می شوید. در کارتان هوشیار باشید.

مهر

برای در صدی بالا از متولدین این ماه، عشق دردسرا فرین بوده است البته شاید برای بعضی این دردسرها شیرین و پرهیجان باشد ولی برای برخی مشکل ساز و مانع زندگی راحت. دوست و یا یکی از اقوام خانواده گرفتاری قانونی پیدا نموده و ممکن است که شما را نیز آلوده سازد. مراقب باشید که خودتان را گرفتار ناسازید. گذشته ای را بعد از سالیان طولانی پیدا خواهید نمود. متاهلین بهتر است همفکری بیشتر با همسرشان داشته باشند.

تیر

بعد از چند سال تلاش مداوم، اکنون وقت استراحت و لذت بردن از برآوردها را خواهید داشت. وقت کافی برای مشغول شدن در انواع فعالیت هایی که از مدت ها قبل در فکرتان بوده است و خواهید توانست وقت بیشتری را با دوستان بگذرانید. متاهلین نیز سعی کنید در مقابل ناملایمات روابط زناشویی صبوری و تحمل بیشتری نشان دهید. در رابطه با پول تغییرات بسیار مثبتی و رضایت بخشی را تجربه خواهید نمود.

شور دین

بعد از مدت های طولانی متوجه خواهید شد که کسی که مورد اعتماد شما بوده است نسبت به شما احساسی عاشقانه دارد. عجلوانه قضاوت نکنید و برای قبول این احساس بزرگ سعی کنید تلاش مثبتی بکنید. موقعیت مالی ممکن است تغییر بخصوصی نداشته باشد ولی نگرانی نیز ایجاد نخواهد نمود. موقعیت سفری چند روزه و تفریحی را از دست ندهید. از طرف یکی از دوستانتان خبر خوشحال کننده ای خواهید شنید.

بهمن

وقتی نمی توانید راه حلهای دائمی برای مشکلات خود پیدا کنید از حل موقت آنها خودداری کنید. تعهد های خود را به صورت کتبی در آورید. برای انجام کارهایتان از سرعتی فوق العاده می توانید استفاده کنید که هم به نفع شماست و هم اشخاص مهمی را متوجه حضور شما خواهد کرد. در یک مهمانی ملاقات مهمی خواهید داشت که برای آینده شما موثر واقع خواهد شد. از پشت سر حرف زدن دیگران سودی عاید کسی نمی شود.

آبان

خوش قلبی و مهربانی و فداکاری اکثر متولدین این ماه سبب شده که خیلی راهها بروشان باز و بعضی ها نیز از آنها سوءاستفاده کنند که خوشبختانه گروه دوم خیلی زود شناخته میشوند. به آن دسته از این افراد که ندانسته به مسیر بدگویی و غیبت و دشمن تراشی کشیده میشوند توصیه میگردد زودتر مسیر خود را تغییر بدهند و گرنه به دردسرهایی دچار خواهند شد. آخر این ماه نامه ای خوشحال کننده بدستان خواهد رسید.

مرداد

موضوع مهم مالی که از مدت ها قبل فکرتان را نگران ساخته بود، در این دوره کاملا روشن و حل خواهد شد. به مهمانی ها و جشن های متعددی دعوت شده و دوستان جدیدی پیدا خواهید نمود. مجردین همچنان در جستجو خواهند بود ولی عجله نباید داشته باشند و عشاق به توافقهایی رضایت بخشی خواهند رسید و متاهلین در به انجام رساندن مسئولیت هایشان با همدیگر شراکت و همکاری آغاز خواهند نمود.

اردیبهشت

مجبور خواهید شد که با افراد مهمی به بحث بنشینید تا در رشته فعالیتتان موفقیتی را که شایسته تان است بدست بیاورید. ممکن است این موضوع آنچنان که باید ساده نباشد. بهر صورت اگر احتیاج به کمک دارید نگران شکستن غرورتان نباشید زیرا که هستند افرادی که علیرغم توقعات با جان و دل حاضر به کمک و همکاری با شما میباشند. در روابط عشقی و زناشویی بهبودی بیشتری احساس خواهید نمود.

اسفند

از افراد خودخواه فاصله بگیرید. برخی از صفات خوب شما در محیط کار باعث میشود وظایف مهمی به شما ارجاع شود. دو ملاقات مهم خواهید داشت که یکی در مورد مسائل تحصیلی و شغلی است و دیگری در مورد زندگی آینده تان. به یک سفر کوتاه ولی جالب خواهید رفت. یکی از دوستانتان که از شما دلخور بود، به اشتباه خود پی خواهد برد و از شما دلجویی خواهد کرد. وقت بیشتری با عزیزان صرف کنید.

آذر

زوجهای این ماه نباید اجازه بدهند بعضی از آدمهای ناصالح در زندگی شان دخالت کنند و یا بعنوان مشاور سبب بهم ریختن شیره زندگی شان شوند. اصولا دخالت در زندگی آدم ها اگر توسط نزدیکترین و دلسوزترین وابسته ها صورت گیرد شاید بتواند در حل مسائل یاری رساند ولی وقتی قضیه بدست آدمهای غیر مسئول می افتد همه چیز بهم میریزد. متاهلین با تمام تلاششان نخواهند توانست بر سوءتفاهمات غلبه نمایند.

شهریور

باید از سیاره زهره تشکر نمود که با بازی جدی خود در قسمت احساسی نقشه تولدتان، این دوره را برای روابط عشقی و زناشویی فوق العاده خواهد ساخت. اگر مجرد هستید، مطمئنا گرفتار روابط احساسی چندگانه گشته و ممکن است در ابتدا از این موضوع احساس غرور نیز بکنید ولی اگر نتوانید در انتخاب جدی یکی از آنها مصمم باشید، نه تنها برای خود بلکه برای دیگران نیز ناراحتی ایجاد خواهید نمود. متاهلین نگرانی نداشته و

خرداد

اکنون که احساس میکنید آرامش بیشتری در زندگی پیدا نموده و اغلب نگرانیهای مربوط به خانواده و سلامتی به پایان رسیده است، بهتر است همه انرژیهای خود را صرف بهبودی بیشتر موقعیت اجتماعی و رشته فعالیتتان صرف نمائید. عشق همچنان بهترین پشتیبان شما خواهد بود و در زندگی زناشویی آرامشی بی نظیر تجربه خواهید نمود. به جشنهای متعددی دعوت شده و دوستان دوران کودکی و یا تحصیلی را ملاقات خواهید نمود.

کارگر خانگی:

فرسودن جسم و جان در کاری بدون آینده

ناهد کاشورز

مشاغل همانند کارگری خانگی، پرستاری کودک یا فرد سالمند... خدماتی هستند که خریدارانش در سال های پیشین بیشتر طبقات بالا یا متوسط بالای جامعه بوده اند. در سال های اخیر، با تغییر شیوه زندگی، فعال تر شدن زنان در عرصه های اجتماعی و شغلی، بالا رفتن معیارهای پاکیزگی منزل، گسترش الگوهای که بر توجه بیشتر به رشد، نمو و تربیت کودکان تاکید می کنند و عدم رشد مناسب خدمات عمومی همانند مهدکودک ها و خانه های سالمندان با انتظارات رو به رشد جامعه از این خدمات، خانواده های طبقه متوسط هم به تدریج خریدار این خدمات شده اند. کارگران این مشاغل به علت ماهیت فردی شغل خود و ساختار نامناسب اقتصاد ایران، از هیچ گونه امنیت شغلی برخوردار نیستند، هیچ نوع بیمه ای به این مشاغل تعلق نمی گیرد و هیچ نوع قراردادی محدوده و وظایف این مشاغل را تعیین نمی کنند. به علت ماهیت خانگی این مشاغل، بیشتر خانواده ها ترجیح می دهند کارگر زن داشته باشند. از سوی دیگر بیشتر این زنان مهارتی برای مشاغل دیگر کسب نکرده اند، شغل های خانگی از این دست در بیشتر موارد تنها راهی است که این زنان برای ادامه حیات خود و خانواده شان می شناسند. اکثر آنها همه و یا بیشتر مخارج خانواده شان را خود به عهده دارند و بنا بر طبیعت روزمزدی این مشاغل (در بیشتر مواقع)، هر روزی که کار داشته باشند، پول هم دارند و هر روزی که به علت بیماری و یا دشواری های دیگر زندگی (که زندگی این زنان پر از دشواری است) نتوانند کار کنند، پولی هم برای خرج کردن ندارند. طبیعت ناامن این مشاغل عملاً خانواده هایی را هم که خریدار این خدمات هستند، با دشواری مواجه می کند، چون عملاً کارگری که هیچ تعهدی در کارفرمای خود برای ادامه شغلش نمی بیند، یاد می گیرد که او هم در مقابل، تعهدی به خریدار خدماتش نداشته باشد و ممکن است بدون هیچ توضیحی، ناگهان از ادامه کار، منصرف شود. در زیر به زندگی چهار تن از این زنان نگاهی می اندازیم تا با دشواری های کار و زندگی آنان بیشتر آشنا شویم.

عالم، کارگر زن سالمند تحت

فشار تبعیض های جنسیتی و سنی

عالم خانم، زنی ۵۰ ساله است. او با وجود باریک اندامش، بسیار بیشتر از سنش نشان می دهد، دندان های مصنوعیش از او مادربزرگی تمام عیار ساخته است. او مادر ۵ فرزند است، دو دختر و ۳ پسر. پسرانش یکی زندانی است، دیگری معتاد و تنها پسر سومش کار می کند. دو دخترش یکی به دلیل اعتیاد شوهرش از او طلاق گرفته و صاحب یک دختر ۶ ساله است که هر دو با عالم خانم زندگی می کنند. دختر دیگرش ازدواج کرده و این طور که از صحبت های عالم خانم می توان فهمید، دامادش مرد سربه راهی است. شوهر عالم خانم سال ها معتاد بوده است و چند سال پیش عالم و بچه هایش را ترک کرده، در روستای خودشان، با زن جوان تری ازدواج می کند و در حال حاضر از او صاحب چند فرزند است. تمام هزینه های زندگی به دوش عالم خانم است. او می گوید سال ها پیش پسرش که الان به جرم قتل زنی که به گفته عالم خانم می خواسته عروسش را به فساد بکشاند، زندانی است. پس عالم خانم در خانه ای کارگر بنایی بوده، یک روز زن صاحب خانه می خواسته پتوهایش را بشوید و پسر، مادرش را به او معرفی می کند و از آن به بعد عالم خانم می شود کارگر خانه. او خوشحال است که می تواند نان فرزندانش را بدهد گرچه مرتب از بدبختی هایش ناله می کند. از اعتیاد پسرش، بدبختی پسر دیگرش، و بداقبالی دخترش گلگه مند است. با وجودی که با زحمت بسیار، زندگی خود و فرزندانش را تامین می کند اما می گوید از دامادش، پنهان کرده است که خانه مردم کار می کند. او هم مثل بیشتر زنان و مردان کارگر خانگی،

او، قانون جدید زندگی او را سخت تر کرده است، پول قبض ها را او باید بدهد و از پول پارانه ها هم او و فرزندانش بهره ای نمی برند. گرانی هم که روز به روز زندگی را برای او و افراد شبیه او سخت تر می کند.

معصومه، زنی افغانی زیر بار تبعیض ملی،

جنسیتی و طبقاتی

معصومه دختری ۲۷ ساله و افغانی است. او در ۱۷ سالگی توسط خانواده اش به مردی افغانی، شوهر داده می شود. به گفته معصومه مرد مشکل مالی نداشت، اما به شدت خشن و بداخلاق بود. او پس از ۷ سال زندگی پر از خیانت و خشونت، بالاخره از شوهرش جدا می شود. اما نه ازدواجش در جایی ثبت شده است و نه طلاقش و با این که ۳ سال از جدایی آنها می گذرد، هر از چندگاهی، شوهر سابقش مزاحمش می شود، به باد کتک می گیرد و او هیچ فریاد رسی برای دادخواهی ندارد. به گفته معصومه هر بار که به کلانتری مراجعه کرده است، به جای این که به شکایتش رسیدگی شود، به او گفته می شود چرا در ایران است و چرا به کشورش بر نمی گردد. خانواده معصومه پس از طلاق، او را به میان خود راه نداده اند و او با وجود این که تنها با لباس تنش از خانه شوهرش بیرون آمده بود، مجبور می شود، خودش زندگیش را اداره کند. سال اول با دوستی، خانه مشترک می گیرد و در جایی مشغول به کار می شود. پس از مدتی از کار بیکار می شود. دنباله مطلب در صفحه ۵۰

اندام است و با سن کمش صاحب ۵ فرزند است که بزرگترین آنها ۲۲ ساله می باشد. پسر بزرگش دانشجویست، پسر دومش معتاد است و همین دومی به گفته خودش روزگار او و بقیه فرزندانش را سپاه کرده است. سه دخترش، یکی پیش دانشگاهی است، دیگری راهنمایی و سومی هم دبستانی است. به گفته نرگس، شوهرش هیچ مسئولیتی در تامین مخارج خانواده به عهده نمی گیرد و همه مخارج زندگی با اوست؛ خرج تحصیل بچه ها، خورد و خوراک روزانه و خرج دوا و دکتر که در زندگی او، هزینه قابل توجهی است. خودش بیماری ام اس دارد، پسر بزرگش ناراحتی قلبی دارد، دختر بزرگش بیماری افسردگی دارد و کوچکترین دخترش از سوء تغذیه شدید رنج می برد.

با وجود بیماری که روز به روز تاب و توان را از او می گیرد، او مجبور است هر روز کار کند. طبیعت کارش هم همین است، او می گوید اگر زیاد هم با مشتریانش بدقولی کند، به دنبال کارگر خوش قول تری می گردند و او مشتریانش را از دست می دهد.

به مخارج زیاد زندگی نرگس، هزینه های سرسام آور گاز و برق هم اضافه شده است. او می گوید برای خانه ۵۰ متری او در جاده ساوه، قبض گاز ۱۱۰ هزار تومان آمده است. این در حالی است که پارانه های او و ۵ فرزندش یک راست می رود به حساب شوهری که هیچ مسئولیتی در تامین هزینه های زندگی به عهده نمی گیرد. به گفته

کارفرمایانش را در میان روابط پیدا می کند. مثلاً خانه خانمی کار می کند، اگر او از کارش راضی باشد، او را به دوستان و فامیل خود که نیاز به کارگر دارند معرفی می کند و بدین ترتیب این شبکه گسترده می شود.

عالم خانم که به گفته خودش هیچ خبری از شوهرش به او و بچه هایش نمی رسید، اواخر به این نتیجه رسیده بود که بهتر است از او جدا شود تا شاید بتواند از کمک های اندکی که کمیته امداد به زنان سرپرست خانوار می کند، بهره مند شود. آن زمان تازه صحبت پارانه ها شده بود و عالم خانم شنیده بود که اگر بتواند از شوهرش جدا شود، آن گاه پارانه ها را به او می دهند. بنابراین عزمش را جزم کرده بود و بالاخره با کمک فرزندانش، شوهرش را متقاعد کرد که او را طلاق دهد. او سال ها پیش در منزل یکی از کارفرمایانش از چهارپایه به زمین افتاده و دستش شکست. به گفته خودش، کارفرمایش پول زیادی برای مداوای دست او خرج کرد اما دستش، دست نشد. به همین دلیل او توانایی برخی کارها را از دست داده است و کارهایی مثل پاک کردن شیشه برایش دشوار شده است، امری که موجب شده، برخی از مشتریانش ترجیح بدهند کارگر جوان تر و سالم تری را استخدام کنند. مسئولیت مالی زیادی بر دوش عالم خانم است، اجاره خانه، تهیه غذا، جهاز دخترش که به تازگی با مرد دیگری نامزد شده و تهیه دیه زنی که توسط پسرش به قتل رسیده است. هزینه هایی که برای پرداخت برخی از آن ها عالم خانم مجبور است هر روز تن و جانش را فرسوده تر سازد.

نرگس، مسئول تأمین هزینه های

زندگی، بی نصیب از پول پارانه ها

نرگس خانم زنی ۳۷ ساله است. او زنی کوچک



CONURE
MEDIA

WEB DESIGN

MARKETING

CALL FOR FREE CONSULTATION

www.conuremedia.com

408.913.6060 • info@conuremedia.com

پس از عقد، صفورا خانم به برزو پیشنهاد کرد تا او به خانه آنها نقل مکان کند تا در دو جا اجاره بهای خانه نپردازد و همه باهم زندگی کنند. برزو با خوشحالی قبول کرد و رفت و از اطاق پشتی قهوه خانه خرت و پرتهایش را جمع کرد و به خانه کربلایی رمضان منتقل کرد. وقتی به کربلایی رمضان این خبر را دادند، سوای آنکه دختر کوچکش را به این زودی شوهر داده اند غمگین شد، از بقیه جهات خوشحال گردید که دامادش از آن پس، مراقب خانواده اش خواهد بود.

برزو دیگر عیالوار شده بود و درآمدش را خرج خانواده میکرد و تا چشم به هم زدند، صفییه حامله شد و پسری زایید که نامش را اکبر گذاشتند. بچه ای که وارد خانه شده بود برای برزو حکم یک نعمت بزرگ الهی داشت و برای صفییه کوچولو که هنوز یازده ساله هم نشده بود حکم عروسکی را داشت که همه این سالها آرزوی داشتنش را در دل پرورانده بود و هرگز بدستش نرسیده بود و به این خاطر، محبت اکبر در دل هر دو آنها فراتر از یک محبت معمولی پدر و مادر به فرزند بود. خیلی زود بچه بعدی که دختر بود بدنیا آمد. پس از آمدن بچه دوم، کربلایی از زندان آزاد شد و جای زندگی برای آنهمه آدم و آن خرت و پرتها در یک اطاق، تنگ شد و برزو به ناچار خانه دیگری اجاره کرد و زن و دو فرزندش را به خانه جدید برد تا هر دو خانواده جایی برای نشستن داشته باشند.

کار خوبی که از دست برزو بر آمد آن بود که کربلایی را به قهوه چی معرفی کرد و دستش را در قهوه خانه بند نمود و او به تدریج روش خرید و فروش اجناسی را که کهنه فروش ها به قهوه خانه میآوردند را یاد گرفت و درآمدی نسبی برای تامین زندگی زن و بچه هایش پیدا کرد.

برزو در طول این سالها هرگز به فکر رشد شغلی خود نیافتاد و همواره در جستجوی یک شانس از درون جیبهای کت و شلوار و جلیقه هایی که میخرید بود.

دنباله مطلب در صفحه ۵۶

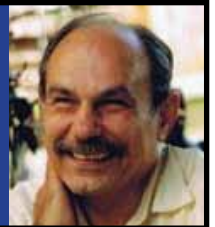
خانم نتوانست جلوی بغضش را بگیرد و به گریه افتاد. گفت: دیروز کربلایی رمضان را امنیه چی ها گرفتند. برزو پرسید: برای چه؟ گفت: بجرم قاچاق. برزو پرسید: مگه کربلایی قاچاقچی بود؟ صفورا خانم گفت: نه ولی پنج سر عایله داره و کار هم پیدا نمیشه. خواست برای درآوردن به لقمه کوفتی که باید از گلوی ما پایین بره، یکبار بره و از مرز افغانستان، تریاک بیاره و بفروشه تا خرج زن و بچه هاش رو در بیاره که اونهم، اون امنیه های لامروت، گرفتندش و معلوم نیست چه حکمی واسه اش بگردنند. حالا شما این قابلمه ما رو بخر و خیر امواتت به چیزی بده که بتونم برای ناهار امروز، شیکم این بچه ها رو سیر کنم.

همین تعریف داستان گرفتاری کربلایی رمضان باعث شد که بین برزو و خانواده او الفتی پیدا شود و آنها بتوانند گاه گاهی از برزو پولی قرض کنند. مدتی طول کشید و بدهی های صفورا خانوم بیشتر و بیشتر شد و توان پس دادن آنها هم نداشت. کربلایی هم حالا حالا ها از زندان آزاد نمیشد و به همین خاطر، فکر بکری به سر صفورا خانوم زد و آن این بود که برزو را برای خانواده خود محرم کند تا با این یک تیر دو نشان زده باشد. دختر بزرگترش صفییه، فقط ده سال سن داشت اما به هر حال یکی از نان خورها بود که باید شکمش را سیر میکرد. از برزو هم نمیشد تا ابد قرض گرفت و به زندگی ادامه داد. پس با خود اندیشید که صفییه را به عقد برزو دربیآورد تا هم یک نان خور کم شود و هم برزو بتواند وارد خانواده آنها شود و نقش مرد خانواده را به عهده بگیرد. برای برزو این ایده آل و از حد تصور خارج بود اما تفاوت سنی بین او و صفییه خیلی زیاد بود. برزو بیست و هشت سالش بود و صفییه هجده سال از او کوچکتر بود. صفییه بیچاره که در خانه پدری هیچوقت یک لقمه نان سیر نخورده بود، از اینکه بتواند بعد از آن، مرد نان آوری بالای سرش داشته باشد که شبها سر بی شام بر بالین نگذارد، خوشحال شده بود و با رغبت تمام این وصلت را پذیرفت.

برزوی دستفروشی

بخش اول

عباس پناهی



و مقداری هم پول نقد در اختیار برزو قرار داد تا بتواند در ازای کالاهای خریداری شده پولشان را پرداخت کند.

قهوه چی مرد نیک صفتی بود و سود چندانی از برزو مطالبه نکرد و محض خیرات امواتش خواست تا دست جوانی را بگیرد. از آنروز به بعد برزو خود، صاحب کار شد و شروع به خرید و فروش اجناس دست دوم، اعم از کت و شلوار و پالتو و لباس زنانه و وسایل خانه و هر چه که پیش می آمد کرد. با آنکه در اینکار درآمد چندانی نبود، اما از بامداد اول وقت شمد را بر دوشش می انداخت و در کوچه ها و محله های شهر میگشت و میخواند: کت، شلوار، پالتو، میخریم. لباس زنانه، وسایل خانه، رادیو، گراموفون، صفحه، قالیچه، زیلو، لحاف، پتو، ظرف آشپزخانه، میخیزم... و تا غروب کارش پر سه زدن در کوچه ها بود و چانه زدن با زنهای خانه دار که وسایل زیادی خانه شان را میخواستند بفروشند. به تدریج

یاد گرفته بود که بر روی هر جنسی چه قیمتی بگذارد و تا چه حد، جای چانه زنی باقی بگذارد. گاهی وقتها، زنهایی که باشوهرانشان اختلاف داشتند، برای عصبانی کردن شوهرانشان، بی خبر از آنها، کت و شلوار و پالتوی او را میفروختند و پولش را هم خرج خرید لباسهای زنانه از برزو مینمودند که البته روز



بعد برزو به دردرس میآفتاد و شوهر عصبانی آنقدر در خانه منتظر میماند تا سر و کله اش در محله پیدایش شود که یقه اش را بگیرد و کت و شلوار و پالتوایش را پس بگیرد ولی در اغلب مواقع، چون در غروب همانروز آنها در قهوه خانه فروخته شده بودند و برزو نمیتوانست به صاحب لباس پس بدهد، کار به کتک کاری میکشید و بیچاره برزو با لب و دهن خون آلود از آن محله به محله دیگر روانه میشد.

در میان مشتری های برزو، خانواده ای بود که تازه از همدان به تهران نقل مکان کرده بودند تا آنها هم اقبال خود را آزمایش کنند. اما از بخت بد و بخاطر وضع اقتصادی کشور پس از جنگ جهانی دوم، نه کاری پیدا میشد و نه نان مرتبی میتوانستند برای خود بطور روز مره پیدا کنند. گاهی برزو را صدا میکردند و لباسی یا وسیله ای را که همراه خود از همدان آورده بودند به او میفروختند و با پول ناچیزی که بدست میآوردند، نانی برای خوردن تهیه میکردند.

یکروز که صفورا خانم، زن کربلایی رمضان، برزو را برای فروش جنسی صدا کرد، برزو چشمان او را اشک آلود دید. با رودربایستی از او پرسید: ببخشید خانوم طوری شده؟ صفورا

سالهای سال پیش، برزو از روستای خود بیرون آمد و راهی تهران شد. در تهران کاری که بتواند با آن امرار معاش کند نمیدانست. چندی سراغ همولایتی های خود رفت تا توسط آنها برای خود، کاری دست و پا کند. اما هیچکدام نتوانستند به او کمکی کنند تا آنکه یکی از هم ولایتی هایش، او را برای خود به شاگردی پذیرفت تا همراهش به کوچه ها و خیابانهای شهر برود و وقتی او کهنه های مردم را از خانه ها خریداری میکند، برزو آنها را در پارچه بزرگی که همیشه بر روی دوشش میانداخت قرار دهد و به کولش بگیرد و تا شب از این محله به محله دیگر برود و در هنگام غروب، به اتفاق به قهوه خانه ای که پاتوق همیشهش بود بروند و در آنجا بساط خود را پهن کند تا سایر همکارانش کالاهای خریداری شده را ببینند و با چانه زنی های همیشگی، خرید و فروشی انجام دهند. بقیه کالاهایی را که میماند و در قهوه خانه

نمیتوانست بفروشد به خانه میبرد و در یک اطاق جمع میکرد و در فصلی از سال که مناسب بود، همه را به روستای زادگاهش میبرد و به روستاییان میفروخت.

به این ترتیب، برزو صاحب شغلی شد که تا آخر عمر از آن شغل دست نکشید و بعلت نداشتن هوش زیاد، نتوانست کاری بهتر و کم زحمت تر از آن برای خود جور کند. چند سال برای همولایتی خود کار کرد تا آنکه یک روز هم ولایتی در اثر یک تصادف مُرد و برزو تنها ماند و به ناچار کالاهایی را که روی دوشش بود به خانه هم ولایتی اش برد و تحویل زن و بچه اش داد و دست خالی برگشت و به قهوه خانه همیشگی رفت و مغموم و بی کس در گوشه ای کز کرد و بی حرکت و ساکت همانجا ماند. قهوه چی که حال و روز برزو را دید و از ماجرای تصادف همولایتی اش آگاه شد، برزو را دلداری داد و شمد بزرگی را که در پستوی قهوه خانه داشت، آورد و به برزو داد و گفت: از این به بعد تو باید خودت به همان محله هایی که با اوستای خود میرفتی بروی و کالاهارا برای خودت خریداری کنی و بیاوری و بفروشی و پیشنهاد داد که در اطاق پشت قهوه خانه به او جای خواب خواهد داد

خاطرات هیجان انگیز و پر ماجرای عباس پناهی در پنج جلد کتاب



تلفن سفارش و خرید:

۶۷۱۸-۶۹۱(۴۰۸)



**با قوانین ایران
بیشتر آشنا شویم**
ندا نهاوندی
وکیل دادگستری در ایران



تا نظر شما چه باشد!

نامه ها و شعرهای رسیده به دفتر پژواک

به یاد یکی از فرزندان وطن ما؛ مهندس نوراله وکیلی میرزمانی

خواندن مقاله "مسجد سلیمان شهری که میخواست لندن باشد" از خانم مریم واحدی دهکردی در پژواک شماره ۲۸۱ فرصتی بسیار زیبا و غم انگیز برای من بود، یاد آور دوران گذشته و خاطرات دوران جوانیم. وظیفه خود میدانم که از مردان و هموطنانی که در آن دوران بدون کوچکترین چشم داشت و انتظار در شرایط بسیار سخت و نامساعد آب و هوایی و گرمای طاقت فرسا صمیمانه انجام وظیفه نموده و تنها هدفشان پیشرفت و آباد ساختن ایران و نجات آن سرزمین از دست استعمارگران وانگلیس بود یاد می‌کنم. بجا و شایسته است که نام یکی از این پیش کسوتان فراموش شده برده شود. اولین فردی که کارخانه برق مسجد سلیمان و تنبی را بعد از درآمدن از چنگال گماشته های انگلیسی یک تنه و با همت و تلاش شبانه روزی براه انداخته و اداره کرد برادر فداکار من آقای مهندس نوراله وکیلی میرزمانی فارغ التحصیل مدرسه دارالفنون و مهندسی دانشکده فنی دانشگاه تهران بود. ایشان سالها در شهرهای مختلف مانند آقاجاری، اهواز، آبادان و خارک با زحمت و تلاش فراوان

در پست های مختلف و حساس خدمت و انجام وظیفه نمودند. از خدمات مهم ایشان تاسیس و راه اندازی پالایشگاه بندر جزیره خارک، پالایشگاه آبادان و در اواخر حکومت گذشته شرکت پتروشیمی ایران بود. او تمام سالهای عمرش را صرف خدمت به خلق و وطن عزیزش ایران کرد. در خاتمه باید متذکر بشوم که نتیجه این جانفشانی ها مرض خانمانسوز پارکینسون بود که در اثر تنفس در آن هوای آلوده به انواع گازهای مسموم دامن گیر ایشان و بسیار مهندسان دیگر آن دوران سخت شد. در اثر این بیماری ایشان با رنج بسیار چشم از این جهان بر بستند ولی همیشه شکر گذار بودند و کوچکترین اظهار عدم رضایت در تمام دوران عمرشان از تمام مشکلات و فراز و نشیبهای زندگی از ایشان ندیدم و نشنیدم. امید من از ذکر و یادآوری ایشان فقط این بود که جوانان و نسل گم شده این دوران ایران با یکی از انسانهای فداکار و با شرافت و درست کار ایرانی که باعث افتخار نسل گذشته ما و پایه گذاران ایران نوین هستند آشنا شده و دنباله روی آنها باشند. مینو فرور

از تنظیم وکالت نامه چه می دانید؟

تا کنون به کسی وکالت داده‌اید؟ آیا می‌دانید تنظیم غیر حرفه‌ای و بدون اطلاع از عواقب یک وکالتنامه می‌تواند شما را در دام مشکلات عدیده‌ای گرفتار کند؟

فقط در فروش این خانه که در اینصورت وکالت خاص است. اگر موکل به وکیل بگوید تو وکیل من هستی در همه موارد و همه چیز، در اینصورت در بیع، هبه، رهن، اجاره، نکاح و... وکیل شخص می‌شود. در وکالت شرط است که هر یک از وکیل و موکل بالغ و عاقل باشند و کاری که موکل به وکیل وکالت می‌دهد، قانوناً و شرعاً از انجام آن کار ممنوع التصرف نباشد. لذا بسیار مشاهده شده است که شخص بدون اطلاع از عواقب وکالت و متن آن، مبادرت به ارائه وکالت به شخص دیگری کرده و سپس با مشکلات عدیده‌ای مواجه می‌شود. از جمله مواردی که اتفاق می‌افتد، بلاعزل بودن وکالت است که موکل بعد از ارائه وکالت به وکیل، دیگر حق عزل وی را نخواهد داشت. پس بایستی قبل از تنظیم وکالت، تحقیقات لازم در خصوص عواقب آن و حدود اختیارات وکیل انجام گیرد.

وکالت در لغت به معنای واگذار کردن، اعتماد کردن به دیگری است و در اصطلاح فقهی، عقدی است که به موجب آن کسی را برای انجام کاری جانشین خود قرار می‌دهید. وکالت نوعی عقد است که بین موکل و وکیل بسته می‌شود. وکیل به جای موکل کار مورد وکالت را انجام می‌دهد. مثلاً موکل به وکیل وکالت می‌دهد تا زمینی برای او بخرد و یا ملکی را که دارد بفروشد. معمولاً موکل محدودهای را برای وکیل مشخص می‌کند و وکیل حق تجاوز و تعدی از آن را ندارد. مثلاً اگر موکل از وکیل بخواهد ملکش را به مبلغ ۲۰۰ تومان بفروشد، وکیل حق ندارد ملک را به نرخی کمتر از دویست تومان به فروش برساند. وکالت به دو نوع تقسیم می‌شود:

♦ وکالت خاص

♦ وکالت عام

اگر موکل به وکیل بگوید تو وکیل من هستی،

رفت از داخل خانه‌اش یک ظرف شکلات آورد و با سکوت و لبخند شروع کرد به تعارف کردن. کمی صبر کردیم. وقتی آب‌ها از آسیاب افتاد کلی تشکر کردیم و از خانه خارج شدیم. حال شش سالمی می‌شود که در خانه‌مان را به روی همیگر بسته‌ایم. یک‌وقت‌هایی که دعوای‌مان در همین فیسبوک چسبلی می‌بینم، وقتی از اعصاب خردی‌های‌مان از همیگر در سطح شهر می‌شنوم، وقتی که این میزان "نفرت پراکنی" را در بین خودمان می‌بینم، برایم سوال می‌شود که چه شدیم ما رفقا؟! چه شدیم؟! مگر ما همان مردم نبودیم؟! پس چه بلایی سرمان آمده‌است؟! چرا انقدر دور شدیم؟! مگر قرار نشد "از شعله‌های امید در سینه‌های‌مان محافظت کنیم"؟ مگر امید بذر هویت‌مان نبود؟ مگر همه با هم نبودیم؟ اگر سختی بود برای همه‌مان بود. اگر تلخی و غربت و بدبختی و دلتنگی و ناآرامی بود، برای همه‌مان بود. اگر سرما خوردیم همه‌مان از یک زمستان سرما خوردیم. اگر درد بود همه‌مان با هم کشیدیم. ما که آنقدر خوب بودیم. چرا این‌گونه شده‌ایم؟ گاهی اوقات خجالت آور می‌شویم رفقا... خجالت آور... بذر هویت در دلم می‌گوید که دوباره روزی شهر ما را بغل خواهد کرد، اما... ای کاش در آن روز همیگر را بیشتر دوست داشته باشیم... کاش... کیومرث مرزبان

تفنگ‌مان زمین بود، جوانه‌هایی بودیم که خس و خاشاک خوانده می‌شدیم. خاطرم هست در تظاهرات روز عاشورا مردم چند مامور را گرفتند. سپس چند نفر حمله کردند که کتک شان بزنند و همه جلوی‌شان را گرفتند. گفتند این رفتارها دور از جنبش ماست. تظاهرات جماران را هم فراموش نمی‌کنم. جمع شده بودیم برای سخنرانی خاتمی. کوجه تنگ بود، همه یک صدا بودیم. ناگهان چند نفر از میان جمعیت لباس شخصی از آب درآمدند و شروع کردند به باطوم برقی زدن. ملت با مصیبت فرار می‌کردند و فریاد می‌زدند: "ما همه با هم هستیم". بعد رسیدیم به نزدیکی نیاوران. ناگهان یک نفر فشفشه هوا کرد. همه متعجب شدیم که وسط این همه مصیبت این لوس‌بازی‌ها یعنی چه؟ که ناگهان فهمیدیم فشفشه‌ای در کار نیست. گاز اشک آور بود که در شب به شکل فشفشه درآمد. گاز به وسط جمعیت افتاد و همه پراکنده شدند. لباس شخصی‌ها هم از فرصت استفاده کردند و شروع کردند به کتک زدن و دست بند زدن به مردم. در حال پیدا کردن راه فرار بودیم که ناگهان دیدیم یک خانم یواشکی در حیاط خانه‌اش را برای‌مان باز کرده‌است. همه دویدیم داخل حیاط و سریع در را بست. نفس‌مان بند آمده بود و با تپش قلب همیگر را نگاه می‌کردیم. خانم

چه شدیم ما رفقا؟

"تفنگت را زمین بگذار". خانه‌مان دزاشیب بود. صبح زود به سمت تجریش می‌رفتم که قبل از اینکه راه‌ها را ببندند با اتوبوس خودم را به چهارراه ولی‌عصر برسانم. در راه همه با هم آشنا بودند، انگار که همه با هم رفیق بودیم، همه با لبخند به همیگر دست‌مریزاد می‌گفتم. همه مان ناراحت بودیم، نگران بودیم، حق‌مان را خورده بودند، تحمل یک‌روز دیگر با احمدی نژاد را نداشتیم، اما از دستی دل‌های‌مان پر از شور و امید بود، پر از عشق بود. حال‌مان خوب بود و مهم‌ترین دلیلش این بود که همیگر را داشتیم و همیگر را دوست داشتیم. ته دل همه‌مان ترس بود ولی وقتی که فریاد می‌زدیم: "نترسید، نترسید، ما همه با هم هستیم" ترس فروکش می‌کرد. واقعا هم همه با هم بودیم. مطمئن بودی اگر اتفاقی بیفتد بغل دستیت هوایت را دارد، از خود گذشتگی کوچک‌ترین هنرمان بود.

شب قبلش از شدت هیجان با مصیبت می‌خوابیدم، ولی صبحش بدون کوچک‌ترین سختی از خواب بیدار می‌شدم، انگار نه انگار که شب قبلش درست نخوابیده‌ام... با نهایت انرژی و انگیزه و شور و هیجان از خواب بیدار می‌شدم... می‌رفتم کوله خاکی رنگم را ور می‌داشتم و داخلش را پر از بطری‌های آب معدنی می‌کردم. آخر مغازه‌ها تعطیل می‌شدند... بعد هم گاز اشک آور می‌زدند و خیلی‌ها دچار خفگی می‌شدند... خصوصاً میان‌سال‌ها... از همین رو چند بطری آب معدنی کنار می‌گذاشتم... روز قبل هر تظاهرات به کیوسک روزنامه فروشی می‌رفتم و چند کارت تلفن عمومی می‌خریدم، چون آنتن موبایل‌ها را قطع می‌کردند و تنها راه ارتباط برای مردم تلفن عمومی بود. خلاصه چند کارت تلفن هم در جیب کیفم می‌گذاشتم و چند پوستر میر حسین موسوی هم لوله می‌کردم و داخل کیف می‌گذاشتم. جلوی کیف پارچه سبز کوچک می‌بستم و می‌بند سبز هم همیشه دستم بود. بعد سی‌دی‌من را ور می‌داشتم، هدفون را در گوش می‌گذاشتم، کوله را روی دوش می‌انداختم و حرکت می‌کردم به سمت تظاهرات. در راه شجریان مدام در گوشم آواز می‌خواند

وطن

علیرضا شجاع پور - سروده ۱۳۷۷/۱۹۹۸

وطن یعنی چه، یعنی دشت، صحرا؟
 وطن یعنی چه، یعنی باغ، بیشه؟
 وطن یعنی چه، یعنی شهر، خانه؟
 وطن یعنی چه، یعنی کار، پیشه؟

وطن یعنی همه آب و همه خاک
 به گاه شیرخواری گاهواره
 وطن یعنی پدر، مادر، نیاکان
 وطن یعنی هویت، اصل، ریشه
 وطن یعنی محبت، مهربانی
 وطن یعنی نگاه هموطن دوست
 وطن یعنی قرار ببقاری
 وطن یعنی هوای کوچه یار
 نگاهی زیرچشمی، عاشقانه
 وطن یعنی غم همسایه خوردن
 وطن یعنی زلال چشمه پاک
 ستیغ و صخره و دریا و هامون
 دنا، الوند، کرکس، تاق بستان
 وطن یعنی بلندای دماوند
 وطن یعنی شکوه اشترانکوه
 وطن یعنی سهند صخره پیکر
 وطن یعنی وطن، آستان به آستان
 کویر لوت، کرمان، یزد، ساری
 طبرس، بوشهر، کردستان، مریوان
 سنندج، فارس، خوزستان و تهران
 وطن یعنی سرای ترک با پارس
 بهشتی چشم را گسترده در پیش
 وطن یعنی همه سازندگی ها
 بردن دست غیر از گردن نفت
 وطن یعنی ز هر ایل و تباری
 وطن یعنی دلیر و گرد با هم
 وطن یعنی سواران و سواری
 همه یک جان و یک دل بودن ما
 وطن یعنی دلی از عشق لبریز

وطن یعنی هنر یعنی سپاهان
 وطن یعنی کنیبه در دل سنگ
 وطن یعنی همه نیک و بهنجار
 وطن یعنی شب رحمت، شب قدر
 وطن یعنی هم از دور و هم از دیر
 وطن یعنی جلال مانده جاوید
 هزاران نقش و خط مانده در یاد
 نکبسا، باربد، افسانه و چنگ
 سر و سرمایه های سرفرازی
 به اوج علم و دانش رهنوردی
 به بحر عشق و عرفان ناخدایی
 وطن یعنی به فرهنگ آشنایی
 وطن یعنی جهانی در دل جام
 وطن یعنی همه شیرین کلامی
 وطن یعنی نگاه مولوی سوز
 وطن یعنی پیام پند سعدی
 وطن یعنی هوا و حال حافظ
 وطن یعنی تیره، دمدمه، کوس
 وطن یعنی شب شهنامه خواندن
 وطن یعنی رهایی ز آتش و خون
 وطن یعنی زبان حال سیمرغ
 وطن یعنی امید ناامیدان
 وطن یعنی لگام و زین و مهمیز
 وطن یعنی گرامی مرز تا مرز
 وطن یعنی دل و دستی در آتش
 وطن یعنی شبح یعنی شبخون
 وطن یعنی به دشمن راه بستن
 وطن یعنی دو دست از جان کشیدن
 زمین شستن ز استبداد و از کین
 وطن یعنی اذان عشق گفتن
 نماز خون به خونین شهر خواندن
 سپاه جان به خوزستان کشیدن
 وطن یعنی هدف یعنی شهامت
 وطن یعنی شهید، آزاده، جانباز
 وطن یعنی شکوه سرفرازی
 وطن یعنی گذشته، حال، فردا
 وطن یعنی چه آباد و چه ویران

حریر دستباف و فرش کاشان
 تمدن، دین، هنر، تاریخ، فرهنگ
 چه پندار و چه گفتار و چه کردار
 شب جوشن، شب روشن، شب بدر
 سده، نوروز، یلدا، مهرگان، تیر
 ستون و سر ستون تخت جمشید
 صبا، کلهر، کمال الملک، بهزاد
 سرود تیشه فرهاد در سنگ
 ابوریحان و خوارزمی و رازی
 ابونصر، ابن سینا، سهروردی
 عراقی، رودکی، جامی، سنایی
 دُر لفظ دری در دهخدایی
 وطن یعنی رباعیات خیام
 عفاف عشق در شعر نظامی
 حضور نور در شمس شب و روز
 زبان پیوسته در پیوند سعدی
 شکوه باور اندر فال حافظ
 طلوع آفتاب شعر از طوس
 سخن چون رستم از سهراب راندن
 خروش کاوه و خشم فریدون
 حدیث بال زال و بال سیمرغ
 خروش و ویله کرد آفرینان
 سواران قران و رخس و شبذیز
 وطن یعنی حریم گیو و گودرز
 روان و تن، کمان و تیر آرش
 وطن یعنی جلال الدین و جیحون
 به اوج آریو برزن نشستن
 به تنگستان و دشتستان رسیدن
 به خون گرم در گرمابه فین
 وطن یعنی غبار از عشق رفتن
 مهاجم را ز خرمنشهر راندن
 شهادت را به جان ارزان خریدن
 وطن یعنی شرف یعنی شهادت
 شلمچه، پاره، سوسنگرد، اهواز
 وطن یعنی ز عالم بی نیازی
 تمام سهم یک ملت ز دنیا
 وطن یعنی همین جا، یعنی ایران

و شجاع پور در زمستان ۱۳۶۹/۱۹۹۱ در پاسخ گفت:

رسید نامه و بگشودم، پیام مهر ز ایران بود
 چه سبز خط و چه سرخ آذین، بهار بود و گلستان بود
 عزیز سوی وطن رفته، میان نامه غزل هایت
 نه شاخه ای که گلستانی ز یاس و لاله و ریحان بود
 عزیز سوی وطن رفته، شبی که بار سفر بستنی
 ز بی دریغی چشمانم دو زنده رود به دامان بود
 کنون به نامه چه بنویسم، به هر غزل که فرستادی
 ز بس که واژه روشن داشت، غزل نبود چراغان بود
 حضور حاضر غایب را، شنیده بودی و خود دیدی
 تنم اگر چه در این وادی، دلم همیشه به ایران بود
 نه من جدا ز وطن بودم، نه تو جدا ز وطن ماندی
 خوشم که در نگهم خواندی هر آن دریغ که پنهان بود
 چراغ مردم ما باری، چو دیدگان تو روشن باد
 که شکر گوئی و بنویسی: "چراغ خانه فروزان بود"
 شجاع پور در ۱۳۷۱/۱۹۹۲ به ایران بازگشت و دیگر به
 آمریکا نیامد.



علیرضا شجاع پور، در تابستان ۱۳۶۷/۱۹۸۸ که مقیم
 کالیفرنیا بود، قبل از نخستین دیدارش با سیمین بهبهانی،
 در غزلی او را "بانوی شعر پارسی" نامید و از آن پس این نام با
 سیمین جاودانه شد. سه بیت آغازی غزل چنین است:

شادزی، همواره زی بانوی شعر پارسی

می بپر از شهسواران گوی شعر پارسی
 کارم از این باوه پردازان به بیماری کشید
 خوش به کامم ریختی داروی شعر پارسی
 رو سپاهان را بشارت باد از این دفتر سپید

شد سپید از شعر سیمین روی شعر پارسی
 دو سال بعد، سیمین به کالیفرنیا آمد و در مجلسی که برای
 بزرگداشت او در ساکرامنتو برگزار شد، گفت: "آقای
 شجاع پور شعر گفتن را برای ما سخت کرده اند."

سیمین به ایران بازگشت و در نامه ای به شجاع پور نوشت:
 بیار نامه که بنویسم: چراغ خانه فروزان بود
 دوباره سینه پر از آتش، دوباره سفره پر از نان بود

تحصیل فرزندان شان از هیچ کاری دریغ نمی کردند. حتی خود دانش آموز نیمی از روز را در مدرسه بود و نیمی از روز را سر کار طاقت فرسا. همچنین بسیاری از دوستان با استعدادم به خاطر شرایط سخت تحصیلی، ترک تحصیل کردند و بعضی از آنها به کار سخت برای تامین مخارج خانواده شان پرداختند و بعضی از آنها به دلیل سرخوردگی و شکستی که ناشی از سخت گیری برای مهاجران افغانستان در نظر گرفته شد، معتمد شدند و سیه روز شدند.

سال ۱۳۵۹، به پیشنهاد وزارت کشور، مصوبه ای صادر شد که بر اساس آن وزارت آموزش و پرورش مجاز بود فرزندان پناهندگان را که دارای دفترچه پناهندگی باشند و همچنین فرزندان افغان هایی را که دارای پروانه اقامت معتبر باشند در حدود قوانین و مقررات مربوطه در مدارس کشور ثبت نام کند.

هر تبعه افغان که دارای دفترچه پناهندگی یا پروانه اقامت معتبر بود می توانست، بدون پرداخت هیچ وجهی، در مدارس کشور ثبت نام و تحصیلات را تا پایان دوره دبیرستان، بدون هیچ مانعی طی کند.

شورای هماهنگی اجرایی اتباع بیگانه، در ۱۱ آبان ماه سال ۱۳۸۳، آیین نامه نحوه آموزش اتباع خارجی در کشور را به تصویب رساند. بر مبنای این آیین نامه به تحصیل رایگان اتباع افغان در کشور خاتمه داده شد و این افراد موظف به بازپرداخت یارانه های دولت شدند. ثبت نام آنها در مدارس کشور تنها با دارا بودن مدارک معتبر امکان داشت و این افراد حق تحصیل در مراکز پیش دانشگاهی، مدارس کاردانش، هنرستان های فنی و حرفه ای و مدارس شبانه روزی را نداشتند؛ اما دانش آموزان بی بضاعت افغان می توانستند از امکانات آموزشی رایگان بهره مند شوند.

مرداد ماه گذشته، خبرهای به عنوان «هدیه آموزشی دولت تدبیر و امید به اتباع افغانستان» منتشر شد.

افغانستان آمدم. برخی ضوابط فقط مربوط به دانش آموزان افغانستانی بود و شامل مهاجران عراقی نمی شد. دو هم کلاسی عراقی داشتم. یکی از بغداد بود و «سنی» مذهب و یکی دیگر اهل کاظمین و شیعه. آنها نه تنها شرایط برای ثبت نامشان سخت تر نشد، بلکه کمک های ماهانه از سوی اداره آموزش و پرورش به آنها داده می شد.

اما تبعیض نه فقط بین دانش آموزان افغانستانی و ایرانی که حتی بین خود دانش آموزان افغانستانی هم وجود داشته است: «در بین افغانستانی ها، سه قشر خاص از دادن شهریه معاف بودند و یا اینکه تخفیفی برای آنها در نظر گرفته می شد. اول خانواده های روحانی و آخوند که من جزو این دسته از خانواده ها بودم. پدرم یک روحانی بود و مجبور بود برای اخذ نامه از حوزه علمیه شان، ساعت ها زیر آفتاب داغ در صف بایستد و نامه معافیت شهریه من را بگیرد. دوم: خانواده جانبازانی که در هشت سال جنگ ایران و عراق، عضوی از بدن خود را از دست داده بودند. سال های اول معافیت این خانواده ها از شهریه، خوب بود اما بعدها بنیاد شهید و ایثارگران از دادن معافیت های شهریه خودداری می کردند. یک دوستی داشتم که دو کلاس از من بالاتر بود و یک سال نتوانست درس بخواند. می گفت پدرش با پای غلیش به بنیاد شهید و ایثارگران رفته است و وقتی نامه را تحویلش ندادند به پدرش گفته اند: ما که نگفتم به خاطر ایران بجنگید. مگر ما گفتیم بروید بجنگید و جانباز بشوید و سربار ما بشوید. طبقه سوم، فرهنگی ها و فعالان رسانه ای بودند. این گروه با استفاده از لابی و زد و بند خاصی که با شورای شهر و نهادهای حکومتی داشتند، با فشار بر نهادهای دولتی، آنها را وادار می کردند که با معافیت شهریه فرزندان شان موافقت کنند.»

پیامدهای تبعیض وقتی به خانواده های کم درآمد و فقیر می رسد، شدیدتر و گزنده تر می شود: «در کنار این سه گروه، طبقات کارگر و فرودستی بودند که به خاطر



دستور خامنه ای چه تاثیرک در سرنوشت دانش آموزان افغانستانی دارد؟ نعیمه دوستدار

از طرف دیگر، آموزش و پرورش ایران می گوید اعتقادی به جداسازی دانش آموزان ایرانی از افغانستانی ندارد و در بخشنامه های آموزش و پرورش به طور کامل تصریح شده هیچ نوع تبعیض و تفاوتی نباید میان دانش آموزان قابل شد. چندی پیش خبرگزاری تسنیم خبر دستور رهبر ایران مبنی بر حق تحصیل تمام دانش آموزان افغانستانی اعم از مجاز و غیرمجاز در ایران را بازنشر داد، خبری که با استقبال مواجه شد و دولت ایران هم اعلام کرد خود را مکلف به اجرایی کردن این دستور می داند.

در همین حال، گزارش های دیگری هم در رسانه های داخل ایران نشان می دهد که روایت می کنند از وضع مناسب دانش آموزان افغانستانی در ایران، اینکه گزارش تخلفی دریافت نمی شود و حتی ثبت نام ها، افزایش ۱۰ درصدی داشته است.

احسان درباره واقیعت جاری روایت دیگری دارد: «متأسفانه به دلیل ممنوعیت تردد افغانستانی ها در برخی مناطق خاص، که مصوب وزارت کشور ایران بود، نتوانستیم درس بخوانم و برای ادامه تحصیل به

احسان فرهادی، ۲۴ ساله است و از کلاس اول ابتدایی تا اتمام پیش دانشگاهی در ایران درس خوانده و حتی امتحان کنکور داده: «سال های اول، هیچ تبعیضی وجود نبود، شاید هم من، دانش آموز دبستان متوجه نمی شدم. در کلاس دوم راهنمایی شرایط برای ثبت نام سخت شد. وزارت آموزش و پرورش طی لایحه ای و اداره آموزش و پرورش منطقه محل زندگی ام طی بخشنامه ای، شرایط تحصیل برای دانش آموزان «افغانستانی» منوط به پرداخت شهریه و برخی ضوابط دیگر کرد، مثلاً باید نامه تأییدیه از شورای شهر می گرفتیم، کار سخت شد.»

تا سال ۹۳، ۳۳۰ هزار دانش آموز افغانستانی در تحصیل کرده اند. هزینه تحصیل هر دانش آموز افغان در مدرسه، نزدیک به یک میلیون و هشتصد هزار تومان است و در کل حدود ۵۰۰ میلیارد تومان برآورد می شود. کمیساریای عالی پناهندگان، ۱۰ میلیارد تومان از این مبلغ را به کشور ایران پرداخت کرده و ایران این رقم را ناکافی می داند. گواه ناراضی تاش از این کمک، دریافت شهریه از دانش آموزان افغانستانی است.

New York Life Insurance Company

Olive Zaiton Behashti / Agent

Focused on your goals, Well-Trained & Up to Date



- ❖ Life Insurance
- ❖ Annuities
- ❖ Long Term Care Insurance
- ❖ Retirement Income
- ❖ Investments



The Company You Keep

Office: (408)452-6119

Cell: (510)395-0753

Lic.#OH69657

zbehashti@ft.newyorklife.com

1731 Technology Drive, Suite 400, San Jose, CA 95110

3% DONATED MONTHLY TO HUMANITARIAN PROJECTS
FUEL FOR CHANGE.ORG
FREE CAR WASH COUPON
@
TOUCHFREEWASH.COM
OPEN 24 HOURS



(408) 345-3848

355 Santana Row #1010, San Jose, CA 95128

Blowfish Sushi Presents

**Happy Hour
4-7pm
Everyday**

**Under New
Operations**

**Middle
Eastern
Night**

Every Thursday
11:00pm - 1:30 am
DJ ANO
Top 40 - Hip Hop - Middle Eastern
Epic Music Ent.

**Monday-Friday
Lunch:
11:30am-2:30pm
Dinner:
5:00pm-11:00pm**

**Saturday & Sunday
Lunch:
11:30am-5:00pm
Dinner:
5:00pm-11:00pm**

Blowfishsushi.com - 355 Santana Row, STE 1010 San Jose, Ca 95128 - 408 345 3848

زندگی نامه نیک وی آچیچ

برای یک لحظه چشمانتان را ببندید و فکر کنید هیچ دستی ندارید. نمی‌توانید چیزی را با انگشتانتان لمس کنید یا با دوستانتان دست دوستی بدهید و یا حتی مادرتان را در آغوش بگیرید. حال تصور کنید هیچ پای برای راه رفتن ندارید. نمی‌توانید با دوستانتان پیاده‌روی کنید. دوچرخه‌سواری کنید یا پا به پای فرزندان بدوید. هر کدام از این شرایط بسیار دشوارند؛ اما همیشه شرایط بدتری هم وجود دارد، فقط کافی است یک لحظه به این فکر کنید که نه دست دارید و نه پا! حتی فکر کردن به این موضوع تن آدم را به لرزه می‌اندازد.

نیک وی آچیچ (Nick Vujicic)، از معدود افرادی است که به دلیل سندروم تترآ آملیا، بدون دست و پا به دنیا آمد و در زندگی محدودیت‌های زیادی داشته است، اما توانسته با این محدودیت‌ها کنار بیاید و حتی از بسیاری افراد سالم نیز موفق‌تر باشد. نیک در سال ۱۹۸۲ در استرالیا به دنیا آمد. در آن زمان به دلیل نبود امکانات تصویربرداری از جنین هیچ کس از وضعیت نیک خبر نداشت. می‌توانید شوک بزرگی که پدر و مادر نیک در هنگام تولد او را داشته‌اند را

تصور کنید؛ اما کسی حتی نمی‌توانست تصور کند که این کودک زیبای معلول با این همه ناتوانی روزی به یکی از موفق‌ترین افراد جهان تبدیل شود و بتواند به جایی برسد که به افراد سالم درس امید و روش زندگی

آموزش دهد. او از اولین افرادی بود که پس از حذف قانون ممنوعیت ورود افراد معلول حرکتی به مدارس معمولی، مانند دیگر کودکان سالم به ادامه تحصیل پرداخت. اما در سن ۸ سالگی به دلیل تمسخرهای شدید همکلاسی‌هایش دچار افسردگی شد و اقدام به خودکشی کرد. این هیجان احساسی باعث شد تا تصمیم بگیرد خود را در آب غرق کند اما خودش می‌گوید به دلیل علاقه به پدر و مادرش از این کار منصرف شده است.

او با تلاش بسیار زیاد و به کمک مادرش یاد گرفت با دو انگشتی که در انتهای اندامی مانند پا در سمت چپ پائین تنه‌اش وجود دارد، بنویسد. همچنین کارهای روزانه دیگری مانند نوشیدن آب با لیوان، تایپ، پرتاب توپ بیس‌بال و... را آموخت. در دبیرستان به عنوان رهبر گروه برای موسسه خیریه اعانه جمع می‌کرد و در سن ۱۷ سالگی موسسه خود با عنوان «زندگی بدون دست و پا» را به منظور امید دادن به افراد افسرده و ناتوان تأسیس کرد. نیک وی آچیچ جوان در سن ۲۱ سالگی از دانشگاه گریفیت با دو مدرک لیسانس در رشته‌های حسابداری و برنامه‌ریزی مالی فارغ‌التحصیل گردید.

او با ادامه فعالیت‌های خود در نهایت تبدیل به شخصی شد که سخنرانی‌هایش برای میلیون‌ها شنونده در سراسر جهان امید به زندگی و انگیزه به ارمان می‌آورد. نیک وی آچیچ سخنران انگیزشی و مدیر سازمان غیرانتفاعی زندگی بی‌حدومرز است. او اکنون در جنوب کالیفرنیا زندگی می‌کند از دیگر مهارت‌های او شنا، موج‌سواری و بازی گلف است.

او کتاب «زندگی بی‌حد و مرز» را در شرح زندگی خود به نگارش در آورده است. این کتاب در ۱۲ فصل نوشته شده و گوشه گوشه آن نشان‌دهنده روحیه و انگیزه یکی

خودم و دیگران نمی‌شدم اما از وقتی به مدرسه رفتم، واقعیت تلخ معلولیت را بیشتر از هر زمانی احساس کردم. کسی جرئت نمی‌کرد به پسر نزدیک شود که روی ویلچر نشسته بود، دست و پا نداشت و فقط با دو انگشت کوچک که به جای پای چپ روییده بود، مداد را به دست می‌گرفت. کسی با من حرف نمی‌زد.

زنگ ناهار تک و تنها بودم. بچه‌ها مسخره‌ام می‌کردند. به من می‌گفتند «موجود فضایی» یا صفت‌های دیگری به من می‌دادند که مرا در هم می‌شکست. کم‌کم فهمیدم که خودم باید با آن‌ها سر صحبت را باز کنم. گاهی در راهروهای مدرسه با بچه‌ها حرف می‌زدم. تمام تلاشم این بود که به ایشان نشان بدهم که در درون، یکی هستم عین آن‌ها، یک آدمی‌زاد، با همان احساس‌ها و نیازها و فقط بیرون متفاوت است و من تقصیری ندارم.

سال‌های کودکی‌ام در رنج می‌گذشت. شب‌های زیادی به درگاه خدا التماس



این شرایط مواجه می‌شوند پرستاران تصمیم گرفتند مرا به مادرم نشان دهند. مادرم وقتی مرادید، حیرت‌زده شد، جیغ کشید و گفت: این را از جلوی چشمانم دور کنید. وقتی به دنیا آمدم هیچ کس مرا بغل نکرد. مدت زمانی طول کشید تا پدرم بر احساس شوک اولیه‌اش غلبه کند و مرا مهربان‌تر نگاه کند. مادرم افسرده شده بود اما بالاخره حس مادری بر احساسات اولیه او هم غلبه کرد و مرا پذیرفت. از وقتی پا به این جهان گذاشته بودم، یک دنیا غم، مشکل، سؤال، اضطراب و اندوه را برای والدینم آوردم: عاقبت این بچه چه می‌شود؟ از کجا زندگی‌اش را تأمین کند؟ شغل؟ تحصیلات؟ آینده؟ همه چیز در مورد من در حاله ابهام قرار داشت و البته شاید به نوعی واضح بود: هیچ آینده‌ای در انتظارم نبود.

پدر و مادرم در سال‌های اولیه زندگی‌ام تصمیم داشتند مرا به خانواده‌های دیگر بسپارند. پدر بزرگ و مادر بزرگم در فهرست اولین افراد برای بزرگ کردن من قرار داشتند اما نهایتاً والدینم از این تصمیم منصرف شدند. مسلمانان هر چه بزرگ‌تر می‌شدم، جای بیشتری در دل آنها باز می‌کردم. دیگر به سادگی نمی‌توانستند مهر مرا از دلشان بیرون کنند.

من کم‌کم بزرگ می‌شدم و نگرانی مادر و پدرم در مورد سرنوشتم، با من بزرگ‌تر می‌شد. تا وقتی خردسال بودم، هنوز متوجه تفاوت میان

می‌کردم، گریه می‌کردم که معجزه کند و یک دست، فقط یک دست به من بدهد. هر صبح وقتی بیدار می‌شدم، به شانه‌ام نگاه می‌کردم ببینم آیا بازویی جوانه زده است؟ اما هیچ خبری نبود! هر صبح افسرده‌تر، ناراحت‌تر و ناامیدتر روز را آغاز می‌کردم و شب‌ها دوباره دعا و مناجات را از سر می‌گرفتم به امید یک معجزه. کم‌کم این اندیشه در ذهنم جان گرفت که شاید خداوند از خلقت من هدفی داشته است. والدینم نیز که افرادی مذهبی هستند، به مرور زمان به این باور رسیده بودند و می‌گفتند حتماً هدفی در آفرینش تو هست. از وقتی این فکر در من جوانه زد، دیگر منتظر جوانه زدن دست و پایم نشدم. تلاش کردم هدف از آفرینش‌م را پیدا کنم و سرانجام آن را پیدا کردم. من معجزه‌ای را که از خداوند طلب می‌کردم، خودم در زندگی‌ام رقم زدم.»

نیک در سال ۲۰۰۸، کانایی می‌هاهارا (Kanae Miyahara) را ملاقات نمود. کانایی می‌گوید «وقتی برای اولیک بار نیک را دیدم همه آنچه‌ها را که در یک نفر دیگر به دنبالش بودم در او یافتم. او مرد و همسر مورد نظر من برای ازدواج بود.»

بسیاری از مردم ممکن است از خود این سؤال را بپرسند که نیک چگونه می‌تواند حلقه ازدواج را دست همسرش کند؟ دنباله مطلب در صفحه ۴۸

کشف شیشه در سطح مریخ توسط ناسا

سازمان هوانوردی و فضایی آمریکا، ناسا، می‌گوید که در سطح کره مریخ ذخایری از جنس شیشه پیدا کرده‌است.



کشف این ذخایر شیشه در مریخ کار دشواری بوده و روشی که محققان ناسا برای این کار استفاده کرده‌اند اندازه‌گیری دقیق طیف‌های نوری منعکس‌شده از سطح مریخ بوده‌است. یکی از محل‌هایی در مریخ که در آن شیشه یافت شده در نزدیکی محل احتمالی فرود مریخ‌نوردی است که ناسا قصد دارد در سال ۲۰۲۰ به این سیاره اعزام کند؛ این مریخ‌نورد نمونه‌هایی از سنگ و خاک این سیاره را با خود به زمین خواهد آورد.

در ستاره‌شناسی، به حفره یا گودالی که در خاک اجرام آسمانی که در اثر برخورد شهاب‌سنگ پدید آمده، دهانه برخوردی گفته می‌شود.

این سازمان در گزارشی در وب‌سایت خود نوشته‌است که وجود این ذخایر ممکن است نشانه‌هایی از حیات احتمالی گذشته در مریخ را در خود نگه داشته باشد.

به نوشته ناسا، در خلال چند سال گذشته، دانشمندان موفق شده‌اند شواهدی از محفوظ ماندن مواد زیستی در بلورهای شیشه‌ای مربوط به بقایای برخورد شهاب‌ها به کره زمین کشف کنند. به گفته این دانشمندان، اگر در زمان برخورد شهاب‌ها به کره مریخ، در این سیاره حیاتی وجود داشته، فرایند مشابهی ممکن است نشانه‌های این حیات را در بلورهای شیشه‌ای تازه‌یافته‌شده حفظ و نگهداری کرده باشد.

فیس‌بوک شناسایی می‌کند

تشخیص دهند (یا حداقل با تقریب خوبی درست حدس بزنند)، اما حالا فیس‌بوک نرم‌افزار تازه‌ای را امتحان می‌کند که در آن حتی لازم نیست صورت شما در عکس مشخص باشد تا بشود حدس زد شما چه کسی هستید!

دنیاله مطلب در صفحه ۴۹

پیشچیدگی و ابهام. برای رویارویی با آن‌ها، تصویر واضحی از خواسته‌های خود در ذهن حفظ کنید. با یادآورهای تصویری یعنی نشانه‌هایی که سفر ذهنی جدید شما را به یادتان می‌آورند به خود کمک کنید. می‌توانید به سادگی از روش «اتومبیل‌های قرمز» استفاده کنید. بعضی افراد لباس قرمز می‌پوشند تا تفکر مثبت را به خود یادآوری کنند. افراد دیگر اشیای قرمزی را به‌عنوان یادآوری‌کننده در محل کار خود قرار می‌دهند.

فناوری تشخیص افراد از روی چهره آنها تازه نیست. چند سالی است که فیس‌بوک، گوگل‌پلاس و دیگر شبکه‌های اجتماعی از روی داده‌های قبلی (به عنوان مثال عکس‌های دیگری که فرد در آنها شناسایی شده است) می‌توانند هویت شخص را

می‌کردند. پس از آن، هر دو گروه نت‌ها را روی پيانو اجرا کردند و هر دو تقریباً به یک اندازه نواختن صحیح پيانو را آموخته بودند. تجسم کار پیشچیده‌ای نیست. خود را در حال انجام کاری تصور کنید که آرزوی شما را دارید، مثلاً ارائه یک سخنرانی فوق‌العاده. آن‌را شفاف و با جزئیات مجسم کنید.

از افراد منفی دوری کنید. به‌دنبال دوستان خوش‌بین باشید و با آن‌ها ارتباط برقرار کنید. چهار حالت باعث ناآرامی ذهنی می‌شود. «فزار بودن، عدم قطعیت،

ادامه مطلب آیا به موضوعات... از صفحه ۱۳۳

این سه گام را انجام دهید: به آن فکر کنید: به خودتان قول دهید که فعالانه به مطالب مثبت و فقط به نتایج مثبت فکر کنید. در اجرای این برنامه کاملاً جدی باشید و آن را مانند قراردادی با خودتان در نظر بگیرید. هدف شما: کنترل فعالانه فرایند تفکر تان است.

آن را ببینید: خروجی‌های مطلوب خود را مجسم کنید. آن‌ها را به‌طور شفاف و با جزئیات کامل ببینید.

آن را انجام دهید: برای دستیابی به خروجی‌های مطلوب، اقدامات مثبت انجام دهید. پافشاری کنید. برای اثرگذاری بر مواردی که در توان شماست، به‌سختی کار کنید. وقتی کارها به‌خوبی پیش می‌روند جشن بگیرید. اقدامات خود را به‌صورت روزانه، هفتگی و ماهانه برنامه‌ریزی کنید.

از دست عادات ذهنی خلاص شوید دائماً از فرایند فکری و عادات ذهنی خود آگاه باشید. به عادت مضر تفکر منفی باز نگردید. مردم در روز به ۱۲۰۰۰ تا ۵۰۰۰۰ مورد مجزا فکر می‌کنند. ۷۰ درصد این تفکرات، نگرانی از نتایج نامطلوب در آینده است. دلیل آن چیست؟ دکتر «ال ویر» توضیح می‌دهد که «شرایط اجتماعی و تجربیات زندگی» باعث تفکر منفی می‌شود. تذکرات رایج در والدین مانند «مواظب باش صدمه نبینی!» کودکان را برای اندیشیدن به نتایج منفی و نه مثبت شکل می‌دهد. به‌علاوه، اغلب مردم فکر می‌کنند که شایسته موفقیت نیستند یا توانایی دسترسی به آن‌ها ندارند. برای شروع تفکر مثبت، باید بر این مانع غلبه کنید.

بادامه مغز مسئول عکس‌العمل نشان دادن به «ترس و نگرانی» است که با حضور خطرات فیزیکی یا اضطراب احساسی به وضعیت ترس وارد می‌شود. حالت ترس باعث ترشح ماده‌ای شیمیایی به‌نام کورتیزول می‌شود که عوارض فیزیولوژیکی مضر به‌دنبال دارد. انسان‌ها می‌توانند از تفکر مثبت برای رد کردن این

با نهایت مسرت به استحضار دوستان و علاقمندان میرساند:

هفتمین و آخرین کتاب از مجموعه کتابهای: «سیروسفری در گلستان شعروادب پارسی» گردآوری و نگارش مهندس پرویز نظامی انتشار یافت. این مجموعه نفیس که در نوع خود بینظیر می‌باشد مشتمل است بر شرح احوال - تحلیل آثار - افکار و اندیشه‌ها و منتخبی از زیباترین اشعار بیش از یکصد و پنجاه شاعر و عارف

و دانشمند ایرانی در یک‌هزار و دو بیست سال گذشته - از تاریخ شروع نهضت تجدید حیات فرهنگی ایران پس از یورش تازیان تا زمان حاضر.

قیمت هر جلد بیست دلار
تلفن سفارش و خرید
۷۷۸۷-۲۰۸ (۵۱۶)
parvizezami@yahoo.com



ادامه مطلب در جیب مردم ... از صفحه ۴

زده ایم و دستپاچه، نمی توانیم با آنها صحبت کنیم. مرد همراهان ما را از هرگونه صحبت با مردم این منطقه منع کرده. اصرارم برای صحبت با فروشندگان مرغ و گوشت و میوه در دروازه غار جواب می دهد، اما برای صحبت با قصاب و میوه فروش باید اول مغازه ها را پیدا کرد. تعداد مراکز عرضه محصولات و مواد غذایی از انگشتان یک دست هم تجاوز نمی کند.

از خیابانی می گذریم که عصرها فروشندگان در آن به ترتیب می نشینند و مواد می فروشند. مرد همراهان می گوید: «بوس مواد اینجاست. کسی که بچه سالم داشته باشه نمی آید اینجا خونه بگیره». به یک مغازه قصابی می رسیم. مغازه ای که حجم قابل توجهی از یخچالاش خالی و گوشه ای از آن پر از چربی و دنبه است، صاحب مغازه یک مرد ۶۵ ساله است. با خیالی آسوده جلوی مغازه نشسته و با حوصله به سوال هایم جواب می دهد. از کسادی بازار ناراحت است و می گوید: «مردم دروازه غار گوشت را کیلویی نمی خرند. مثلا یک ران مرغ می خرند برای غذای کل خانواده.» همین جواب کافی است تا در مورد میزان خرید گوشت فرمز چیزی نپرسم. یخ مرد قصاب که آب می شود از زمانی می گوید که خیابان های دروازه غار خاکی بود و گوشت ها را با درشکه به مغازه ها می آوردند. می گوید: «قیمت مرغ درسته را کیلویی ۵۷۰۰ و متوسط بهای اجاره خانه در این منطقه هم ۳ میلیون رهن با ماهی ۲۰۰ تا ۳۰۰ هزار تومان اجاره است.»

در این نقطه از شهر میوه فروشی مجزایی وجود ندارد فقط یک سوپرمارکت تاریک و کوچک که مقداری میوه هم برای عرضه دارد. فروشنده اغلب خرید مردم را تن ماهی و تخم مرغ و میزان خرید در سال ۹۴ را نصف سال ۹۳ عنوان می کند. هندوانه کیلویی ۱۸۰۰، موز ۵۰۰۰، سیب ۴۵۰۰، سیب زمینی و پیاز هم ۱۰۰۰ تومان است که هرچند وقت یکبار در صورت نیاز و امکان پرداخت مبلغ آن خریداری می شود.

مرد همراهان پیشنهاد می دهد که سری به تنها پارک دروازه غار بزنیم تا متوجه شرایط عمومی زندگی مردم شویم. فضای پارک شلوغ است و زنان و مردان و کودکان در محوطه پارک به صورت گروهی و یا جمع های دو سه نفره نشسته اند. سرتگ ها دست به دست می شود. نگاه ها مات است، سبز درخت ها سبز نیست، صحنه های پیش رو دردناک است. دروازه غار را با اندوه ترک می کنیم. فقر و نابرابری در این منطقه به شکل عجیبی خود را نشان داده است. به هر طرف که نگاه کنی کسی در حال استعمال مواد مخدر از نوع صنعتی است. در هر خانه ای که باز می شود با این صحنه مواجه می شوی، عده ای در حال مصرف مواد. در تمام ساعت های حضور در این منطقه نه پلیسی دیده شد و نه برخوردی. شاید برای همین است که اسم این منطقه را جزیره فراموش شده شهر می گذارم.

حوالی میدان شوش

برای اطلاع از وضعیت زندگی در منطقه شوش بیشتر با کارگرانی که در این مناطق مشغول به کارند صحبت می کنم، چون اغلب آنها در همین منطقه زندگی می کنند. از شهرهایی دیگر به تهران مهاجرت کرده اند



برای زندگی بهتر، شاید حمل بارهای سنگین تر. مردم میدانی که پر از همه‌همه رفت و آمد است با صحنه هایی که تکلیفش را برای عکس العمل روشن نمی کند، بخندی یا گریه کنی! باربرهایی که خانواده آنها در تهران نیستند، اغلب به صورت گروهی و با هم زندگی می کنند. «اجاره ها تقسیم می شود و هزینه زندگی پایین می آید» این جمله مشترک اغلب باربرهای ساکن در حوالی میدان شوش است که بیشترشان اتاقی را به صورت پرداخت ۳،۲ میلیون تومان رهن کرده اند. مصرف میوه و گوشت مشخصی ندارند و می گویند: «هر چه باشد می خوریم تا بتوانیم کار کنیم، مثل سیب زمینی و تخم مرغ و تن ماهی. کارشان زیاد است و فرصت برای صحبت اندک، اما ما را از مراجعه به کوچه پس کوچه ها منع می کنند و می گویند: امنیت کوچه ها با وجود مواد فروش ها و مالخرها پایین، آشنا ندارید نرید.»

دروازه غار

یکی از قدیمی ترین دروازه های شهر تهران است و برای نوشتن از دیده ها و شنیده های این منطقه نیازی به روده درازی نیست. مردم در این منطقه با وضعیت اسفباری



زندگی خود را می گذرانند. می توانم به جرات بگویم زندگی در این نقطه از شهر مرده است یا اگر هم وجود دارد سیاه است. دروازه غار را می توان نقطه ای فراموش شده از شهر نامید با آدم های خمیده، کودکانی که اغلب اعتیاد را از پدر و مادر به ارث برده اند و به راحتی بین مواد فروش ها و مهم تر از آن معاندان تزریقی که مشخص نیست آلوده به چه بیماری هایی هستند بازی می کنند. به دلیل شرایط نامناسب این منطقه با یکی از محلی های قدیمی که به گفته خودش مردم دروازه غار از او حساب می برند، وارد مرکز اصلی منطقه می شویم. دور تا دورمان یا تزریقی می کنند و یا مواد می فروشند. مشکلی هم با حضور ما و دوربین هایمان ندارند. بهت

مناسب و طعم بهتر آن نسبت به تخم مرغ. یافت آباد

به تنوع مبل و ساختمان های تجاری اش شهره است، اما نکته این است که همیشه در حاشیه مراکز خرید و فروش لوکس، محله هایی با ویژگی های بارز فقیر نشینی وجود دارد. بوی فاضلاب، گوشت فروشی های اندک، میوه فروشی هایی مملو از میوه درجه دو و ساختمان هایی کوچک و چسبیده به هم، غول های عظیم و لوکس کارشان همین است، ساخته می شوند تا زشتی را پنهان کنند.



سر ظاهر است و نانوائی خلوت. مرد نانو هم راحت حرف می زند: «متوسط خرید نان یک خانواده ۵ نفره ۱۵ عدد است. برنج هم که در این منطقه مصرف ندارد، از وقتی قیمت نان سنگگ آزاد شد هم که کلا مردم یا لواش می خرند یا بربری». همین طور که حرف می زند پیش خودم حساب می کنم، یک خانواده ۵ نفره با ۱۵ عدد نان لواش برای سه وعده! عکس العمل مرد سوپرمارکتی بعد از اینکه می فهمد خبرنگارم در خاطر می ماند. سریع دفتر نشیه را باز می کند و برگه های سیاه شده از بدهی محلی ها را نشان می دهد. جوان است شاید ۳۰ ساله و می گوید: «اغلب نشیه خرید می کنند. نمی شه بهشون جنس نداد، بالاخره مشتری های دائمی. هرزمانی پول بیاد دستشون بدهی را پرداخت می کنند. اما از بعد از عید تا حالا درخواست مشتری برای خرید نشیه خیلی بیشتر شده.» قیمت میوه، گوشت و مرغ و حتی اجاره بها با شمیران نو تفاوت چندانی ندارد و ظاهر منطقه به شمیران نو نزدیک تر است.

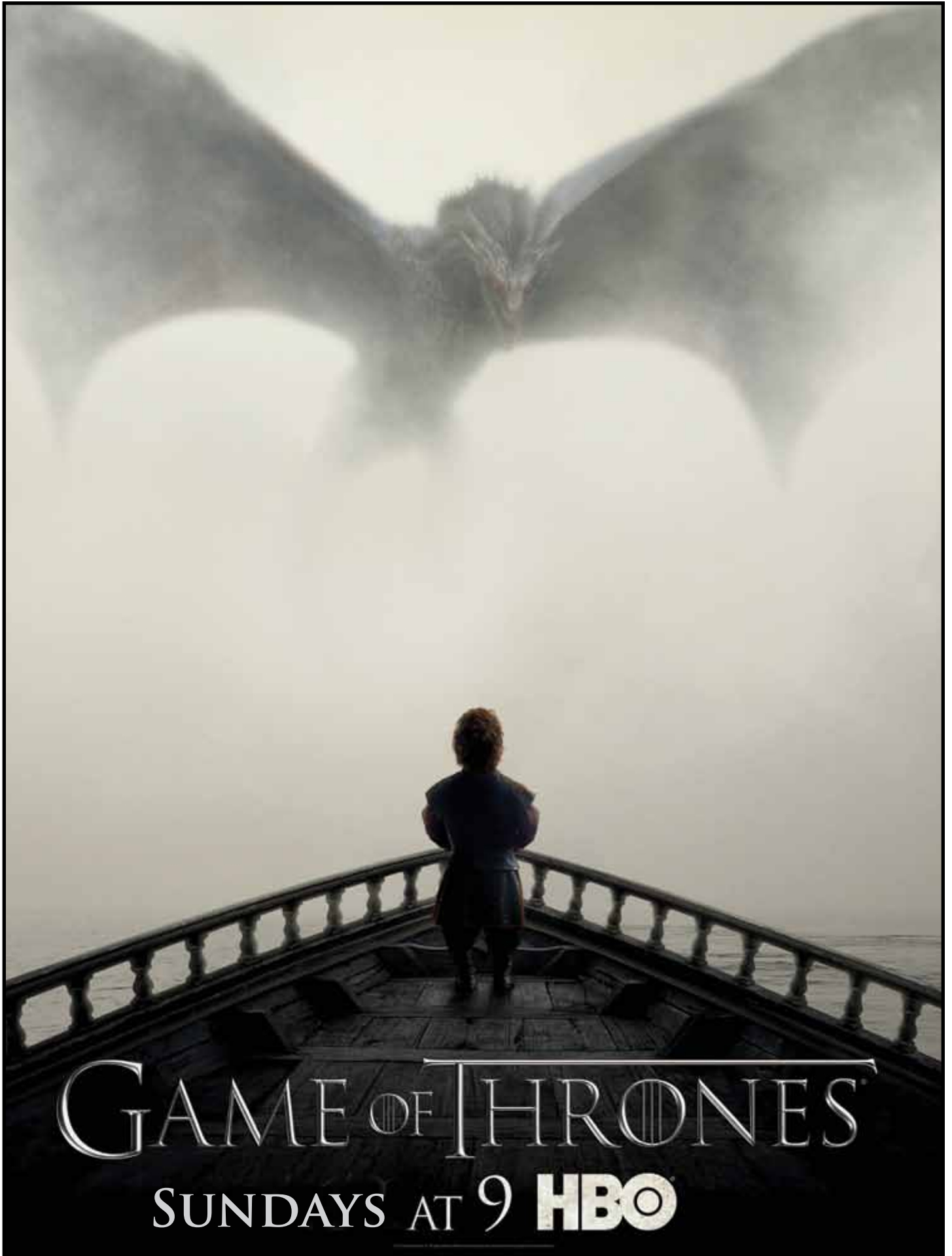
کارگران افغان که در این منطقه زندگی کنند اغلب خانه های قدیمی با اتاق های بیشتر را به صورت گروهی اجاره می کنند چون برایشان به صرفه تر است. قیمت خانه های قدیمی با اتاق های تعداد بالا معمولا ۲۰ میلیون رهن است که اغلب تمایل به رهن کامل دارند، اما متوسط قیمت اجاره برای خانه های نوساز با متراژ ۷۵ تا ۱۰۰ متری معمولا ۲۰ میلیون تومان رهن با ۵۰۰ تومان اجاره است، خریداران برای خرید خانه های نوساز هم باید متری ۲ میلیون تومان پرداخت کنند.»

در این منطقه هم مثل دروازه شمیران استقبال از خرید کردن مرغ قابل توجه است، کیلویی ۱۵۰۰ تومان.

«قیمت هر کیلو مرغ کامل ۵۸۰۰ تومان و هر کیلو ران هم ۴۷۰۰ است» فروشنده مغازه قیمت را می گوید و افرادی که در این منطقه زندگی می کنند را متفاوت از هم توصیف می کند، درستی حرف فروشنده از شکل خانه ها و ماشین های در حال عبور مشهود است. برخی کارگر، برخی کارمندان مستاجر و برخی تولیدکننده مواد صنعتی هستند. همان هایی که نگاه متعجبم را به دنباله ماشین های چند صد میلیونی خود به دنبال می کشند.

نکته جالب میوه فروشی های این منطقه این است که قیمت درج شده بر روی میوه ها بر حسب کیلو نیست، مثلا بر روی یک تکه مقوا قیمت هر نیم کیلو زرد آلو درج شده ۴ هزار تومان. میوه فروش خیابان قلعه مرغی، با حوصله میوه های موجود در مغازه را نشان می دهد و می گوید: «میوه درجه یک مشتری زیادی ندارد و اغلب میوه ها درجه دو هستند. خرید مردم هم نسبت به سال گذشته کمتر شده، الان حتی سیب زمینی و پیاز را هم به اندازه مصرف روزانه خریداری می کنند.

«میزان مصرف لبنیات پایین اومده، مثلا به مشتری که تا قبل عید روزانه شیر می خرید الان هفته ای ۲ بار شیر می خوره» صاحب سوپرمارکت یکی از کوچه های قلعه مرغی است و بیشتر خرید مردم را تن ماهی عنوان می کند، به دلیل قیمت



ادامه مطلب **وداع با سرزمین ... از صفحه ۲۵**

بار در این مقاله مطرح شد. نهشت آب زیرزمینی مناطقی را شامل می‌شود که نیازمند مصرف پایدار منابع آب‌های زیرزمینی است و بهره‌دهی زیست‌بوم* در این مناطق به آب‌های زیرزمینی وابسته است. در این مطالعه سطح نهشت‌های آب زیرزمینی را در حدود ۱۳۲ میلیارد متر مترمربع برآورد شده است، رقمی که تقریباً سه برابر و نیم بیش از سطح سفره‌ها و آبخوان‌های فعال کره زمین است. به عبارت دیگر، مصرف این آب‌ها بیشتر از تغذیه سفره‌های زیرزمینی است. در این رابطه هفت کشور نقش برجسته‌تری دارند که در کنار آمریکا، مکزیک، چین، عربستان، هند و پاکستان، نام ایران هم دیده می‌شود.

از دست رفتن منابع آب سطحی و زیرزمینی، فرونشست و مرگ زمین عواقبی تلخ‌تر از تصور دارد. زوال تالاب‌ها، نابودی کشاورزی و مرگ حیات وحش شروع این ماجراست. اگر تغییری بنیادین در نحوه مدیریت و مصرف آب صورت نگیرد، گرد مرگ بر بخش وسیعی از ایران خواهد نشست. سرانجام، ۵۰ میلیون ایرانی ناگزیر باید به سرزمین مادری خدانگهدار بگویند و به سوی مقصدی نامعلوم مهاجرت کنند، این یعنی رنج مضاعف و چشیدن طعم تلخ خانه‌بدوشی برای مدتی نامعلوم.

* نهشت: (بن ماضی نهشتن) به معنی نهادن و گذاشتن. (در زمین‌شناسی) موادی که وسیله آب یا باد از محلی به محل دیگر حمل و انباشته می‌شود، فرهنگ لغت عمید

* این عبارت معادل Ecosystem Services انتخاب شده است.

ادامه مطلب **زندگی نامه نیک ... از صفحه ۱۴۴**

فقط می‌گیرست... این زوج خوشبخت از صمیمت خود می‌گویند و اینکه کاملاً از زندگی زناشویی خود راضی هستند و هر آنچه نیک نیاز دارد در اختیارش است. پس از ازدواج آنها در کالیفرنای جنوبی زندگی خود را آغاز کردند. نیک مشغول نویسندگی و تنظیم سخنرانی‌های خود است و همسرش خانه‌داری و نگهداری از او را به عهده دارد. خدانود یک نعمت بزرگ دیگر به نیک داد. کارایی پس از ازدواج باردار شد و یک فرزند پسر کاملاً سالم و زیبا به دنیا آورد.

تا زمانی که به قدرت نرسیده ای فرمانبردار باش و چون به آن رسیدی، فروتن. آنتوان فرانسن

در سال‌های اخیر ندارد. کشور با بحران رشد اقتصادی منفی دست و پنجه نرم می‌کند و آثار آن را به راحتی می‌توان در شهر مشاهده کرد. مردم تا کمر خم شده در سطل‌های زباله شهر، کودکان کار، افزایش چشمگیر دستفروشی و فالفروشی در خیابان‌ها خود گواه این است که «علیرغم ادعای آنها که از مردم بی‌خبرند، وضعیت جیب مردم خوب نیست و صدای ناقوس فقر مدت‌هاست در شهر به صدا در آمده است.»

ادامه مطلب **در جیب مردم ... از صفحه ۱۴۶**

اجاره بها و قیمت خرید و فروش هم در اغلب مناطق ذکر شده نزدیک به هم و در برخی نقاط کمی بالاتر است، مثلاً برای اجاره یک خانه ۷۵



متری در فاطمی باید ۳۰ میلیون تومان رهن با اجاره ماهیانه ۱۲۰۰ پرداخت شود که این مبلغ با یک خانه ۶۰ متری در سعادت آباد و یک خانه ۸۰ متری در عباس آباد و یک سوئیت ۵۰ متری در شهرک غرب برابری می‌کند. میانگین قیمت برای گوشت گوساله ۳۵۰۰۰ تومان، گوشت گوسفندی بدون استخوان ۳۷۰۰۰ تومان و مرغ ۶۰۰۰ تومان است.

گفتگوهای من با مردم و فروشندگان این مناطق برای دانستن وضعیت معیشتی مردم در سال ۹۴ به طور میانگین کاهش تقاضا را برای خرید و فروش خانه‌ها، ماشین و حتی اقلام مصرفی نشان می‌دهد.

سعادت آباد

مردم در خیابان هستند و به هیچ عنوان تمایلی به صحبت با یک خبرنگار ندارند، اما به جاذبه‌های گردشگری این خیابان قدیمی و پر درخت باید خانه‌های لوکس با سردهای عجیب انگیزش را هم اضافه کرد. باید در یک روز، هم یافت آباد را دیده باشی و هم سعادت آباد را تا نتوانی به سادگی از تفاوت فاحش طبقاتی بگذری.

منطقه آرامی است، شبیه به دروازه غار و پیچ شمیران نیست. خانه‌هایش از هم دورند و به راحتی نفس می‌کشند. افراد اندکی در این خیابان و خیابان‌های منتهی به آن زندگی می‌کنند. اما با یک حساب سرانگشتی از ظاهر خانه‌ها می‌توان متوجه انباشت سرمایه بسیار زیادی در این مناطق شد.



زمین تنیس و استخر در اغلب خانه‌ها وجود دارد. بنگاه‌دار این منطقه بدون وقت قبلی پذیرای ما نیست، اما یک کارشناس خرید و فروش خانه و زمین خبر از قیمت‌های نجومی می‌دهد و اجاره‌هایی به ارزش دلار و یورو. در خیابان‌های منتهی به سعادت آباد خانه‌هایی برای اجاره هست که متوسط قیمت آن مثلاً برای یک خانه با متراژ ۳۰۰ تا ۴۰۰ متر ماهی ۹ تا ۹ هزار دلار است. تاکید کارشناس خرید و فروش خانه این است که «قیمت خانه و زمین و اجاره بها در این

جزیره ای که فقیر است، فقری که موجب شده زن و شوهرها با موتور و با پای پیاده با چشم‌های خود دنبال مشتری باشند برای گرسنه نماندن.

آب منگل

واقع در شمال میدان قیام که نام جدید آن خیابان شهید رضوی است. شهرت آن به خاطر فیلم قیصر و برداران آب منگل است. محله ای نسبتاً مرفه با خانه‌های قدیمی که برخی از بازاری‌ها، نمایندگان مجلس و ورزشکاران را در خود جای داده است. بنگاهی در خیابان اصلی با خوشرویی در مورد



اجاره بها می‌گوید: «اغلب در این منطقه مالک خانه هستند و قیمت خرید و فروش خانه در این منطقه به نوساز و یا کلنگی بودن خانه بستگی دارد. خرید و فروش خانه‌های نوساز در این منطقه در حدود متری ۳ میلیون و اجاره بها نیز از ۲۰ میلیون رهن با ماهی ۸۵۰ هزار تومان اجاره شروع می‌شود. فروشندگانی سوپرمارکت هم از کاهش خرید مواد غذایی می‌گویند و علت آن را «فعالیت‌های مارکت‌هایی می‌داند که کالاها را با قیمتی مناسب‌تر از سوپرمارکت‌ها عرضه می‌کنند. مارکت‌هایی که خود به خود موجب کاهش فعالیت و حتی از بین رفتن مغازه‌های خرد و کوچک می‌شوند.»

فاطمی/عباس آباد/سعادت آباد

میدان فاطمی یکی از قدیمی‌ترین میدان‌های شهر است. عباس آباد و یوسف آباد هم مانند میدان فاطمی جزو محله‌های قدیمی تهران با حفظ نسبی ظاهر قدیمی خود به حساب می‌آیند. اجاره بها، قیمت میوه، سبزیجات و گوشت و مرغ هم در این مناطق یکسان است که این نکته را می‌توان به مناطق واقع شده در غرب تهران مثل منطقه سعادت آباد و حتی شهرک غرب، منتهای چند خیابان این مناطق که خانه‌های لوکس و ویلایی در آن واقع شده، تعمیم داد.

طبقه متوسط در این مناطق زندگی می‌کنند. در مناطق فوق، انواع و اقسام محصولات با بسته‌بندی‌های مختلف عرضه می‌شود. از مراکز خرید متنوع تا کافه و کتاب‌فروشی و سینما که در مناطقی که در ابتدای گزارش آورده شد وجود خارجی ندارد تا مردمی با ماشین‌های ۱۰ میلیونی تا چند صد میلیونی که در این مناطق زندگی می‌کنند و به جرات می‌توان گفت سطح زندگی آنها تفاوت بسیار زیادی با مناطق فقیرنشین دارد. متوسط قیمت در این مناطق برای میوه‌های درجه یک از قبیل خیار ۳۰۰۰، موز ۵۰۰۰، پیاز ۱۵۰۰، گوجه فرنگی ۲۰۰۰، توت فرنگی ۱۰ هزار تومان است.

ادامه مطلب کارون: رودخانه ای... از صفحه ۱.

های شهری به رودخانه کارون شد. احمدرضا لاهیجان زاده در جلسه مقابله با ریزگردها اعلام کرد: اگر امکان دارد مثل طرح مقابله با ریزگردها مصوبه ای را در دولت به منظور کاهش آلودگی های کارون با تعیین اعتبارات و ردیف بودجه خاص داشته باشیم. با این مصوبه می توانیم ظرف پنج سال به اهداف تعیین شده برسیم.

وی ادامه داد: پالایشگاه و پتروشیمی و مایقی صنایع قدم های بلندی برای رفع آلودگی های ایجاد شده برداشته و مشکلات خود را در این زمینه حل کرده اند. هیچ بیمارستان بدون تصفیه خانه نداریم. در بحث زه آب های کشاورزی اصلی ترین زه آبی که به کارون منتقل می شد را به سمت مناطق دیگر منحرف کردیم. اما متأسفانه در حوزه فاضلاب شهری واقعا نتوانستیم کاری انجام دهیم. حدود ۲۳ سال است که فاضلاب های شهری به کارون می ریزد و باید تدبیری برای آن دیده شود.

اگر این مقام مسوول از حل مشکل تخلیه فاضلاب صنایع پتروشیمی و بیمارستانها به کارون خبر می دهد اما تا سال گذشته پتروشیمی بندر ماهشهر، پتروشیمی فارابی و پتروشیمی رازی از جمله پتروشیمی ها بودند که فاضلاب خود را به صورت مستقیم به این رودخانه می ریختند که دستگاهی های مسوول برای جلوگیری از ادامه روند سرریز فاضلاب پتروشیمی ها به رودخانه های استان از طریق مراجع قضایی اقدام به شکایت آنها کردند. همچنین اداره کل محیط زیست استان خوزستان نیز پرونده بیمارستان های فاطمه الزهرا در اهواز و ۵۸۰ ارتش در دزفول را به دلیل تخلیه فاضلاب آلوده به رودخانه کارون و عدم نصب تصفیه خانه به مراجع قضایی کشاند.

ادامه مطلب روزی که امیر... از صفحه ۲.

خشم به او نگریست، آنچنان که میرزا آقاخان از ترس بر خود لرزید. امیر اشک هایش را پاک کرد و گفت: خاموش باش. تا زمانی که ما سرپرستی این ملت را بر عهده داریم، مسئول مرگشان ما هستیم. میرزا آقاخان آهسته گفت: ولی اینان خود در اثر چهل آبله نکوبیده اند.

امیر با صدای رسا گفت: و مسئول جهلشان نیز ما هستیم. اگر ما در هر روستا و کوجه و خیابانی مدرسه بسازیم و کتابخانه ایجاد کنیم، دکانویسها بساطشان را جمع می کنند. تمام ایرانی ها اولاد حقیقی من هستند و من از این می گریم که چرا این مردم باید این قدر جاهل باشند که در اثر نکوبیدن آبله بمیرند.

آزادی هدف زندگی است. بدون آزادی، زندگی ابدی معنایی ندارد. منظور از آزادی، آزادی سیاسی، اجتماعی یا اقتصادی نیست. آزادی یعنی آزادی از زمان، آزادی از ذهن و آزادی از زور.

ادامه مطلب عشق در آمریکا... از صفحه ۷

افراد و سازمانها دقیقاً همان تفکری را دارند که جمهوری اسلامی آن را نشر می دهد؛ یعنی معرفی همجنس گرایی به عنوان یک انحراف اخلاقی، دشمن طبیعت و نهاد خانواده و مواردی این چنین. در برنامه های تولید شده و مطالبی که جمهوری اسلامی برای اثبات حرف خود استفاده می کند، رد پای همین گروهها به روشنی دیده می شود. درست است که شبکه های اجتماعی فرصت گفت و گو و سازمان دهی را برای کنشگران فراهم می کند اما گروه های محلی هم هستند که تصویب چنین قانونی را حمله به هویت خود می دانند و در عمل به هر کاری دست می زنند تا این هویت را حفظ کنند. استفاده از رسانه های مجازی در میان قشر جوان بسیار موثر بوده و آنها را برای پذیرش اصول برابری خواهانه آماده تر از نسل های پیشین کرده است. وقتی به کمپین های انتخاباتی ریاست جمهوری آمریکا توجه می کنیم، می بینیم چه طور موضع مخالفت با ازدواج همجنس گرایان در ۱۰ سال پیش به موضع بی طرفی در این مورد تغییر کرده است. بی تردید این بازخوردی است که از شبکه های مجازی گرفته می شود و سیاستمداران می دانند که گفتمان رایج بین نسل جوان، خواستار برابری است. شبکه های مجازی حتما کمک می کنند ولی در این مبارزه ها نباید گروه های محلی و شبکه های عمومی و تبلیغات منفی آنها را فراموش کنیم که بتوانیم به برابری واقعی برسیم.

این پیروزی و قانونی شدن ازدواج همجنسها یک قدم مثبت است اما دعوا هم چنان ادامه دارد. هر کدام از ۵۰ ایالت آمریکا می توانند به صورت دموکراتیک، قوانین داخلی خود را تنظیم کنند. امروز ایالت هایی داریم مثل تگزاس که در آن اجزای یک فرد به دلیل ترانس بودنش، کاملاً قانونی است و این یک مشکل مهم در آمریکا است. مساله حمایت برابر قانون از شهروندان، از مساله ازدواج مهم تر است و افراد نباید به خاطر گرایش جنسی یا هویت جنسیتی خود مورد تبعیض قرار گیرند. این باید گام بعدی مبارزه در راستای برابری باشد و تا وقتی امکان اجزای افراد از محل کارشان به دلیل گرایش جنسی مثل همجنس گرایی وجود دارد، نمی توان گفت برابری تضمین شده است. همه قوانین و مناسبات اجتماعی باید طوری تنظیم شوند که هیچ کس به دلیل هویت جنسیتی و گرایش جنسی مورد تبعیض قرار نگیرد و تا آن جا راه زیادی است. فراموش نکنیم یک قرن طول کشید که سیاه پوستان به آزادی هایی که در قانون اساسی روی کاغذ به رسمیت شناخته شده بودند، برسند. برابری با قانون تضمین نمی شود بلکه این مردم و نهادهای مردمی هستند که با تلاش های خود، تغییرات اساسی را به وجود می آورند.

از نظر شما، نقش شبکه های اجتماعی در این اتفاق چه بوده است و آیا جنبش های LGBT از رسانه های مجازی بهره برده اند؟ باید بدانیم که در داخل آمریکا هم برخی

ادامه مطلب هشدار ایرانی-آمریکایی های... از صفحه ۱.

مانند: جیمی دلشاد، شهردار پیشین بورلی هیلز، دکتر فیروز نادری، از محققان و مدیران ارشد سازمان هوا و فضای آمریکا، «ناسا»، مهناز افخمی، بنیان گذار سازمان «همکاری برای آموزش زنان»، آذر نفیسی، نویسنده سرشناس یا ماز جبرانی، کمترین ایرانی-آمریکایی.

آنها افزوده اند، سخنان حساس و تنش زا، قابلیت آن را دارد که بر منافع بلندمدت ایالات متحده تأثیری منفی بگذارد و بر کلیشه سازی یا ایجاد نفرت علیه گروه مشخصی از شهروندان آمریکایی بیافزاید. در میان نویسندگان نامه می توان نام هایی را دید

3% DONATED MONTHLY TO HUMANITARIAN PROJECTS
FREE CAR WASH COUPON
TOUCHFREEWASH.COM
OPEN 24 HOURS

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

مدل مجله های مد لباس ایتالیایی ها، اما از میان این ها همه لوئیس فیگو پرتغالی است که برای آقای بلاتر یا به سن گذاشته دردسری شده است. او یک مدیر جوان تحصیل کرده که در بالاترین سطح فوتبال حرفه ای تجربه جمع کرده است. برای عکس گرفتن با او یک رویا است. او خود را آماده می کند تا با بلاتر بجنگد اما در آخرین ثانیه ها کنار می کشد، پلاتینی او را حمایت می کند و حالا شاید دوباره برگردد. آیا او آخرین ضربه را به مرد سوئیسی خواهد زد! گرچه او پس از انتخاب شدن مجدد، مجبور به استعفا شد.

بهرحال کسی نمی داند چه اتفاقی می افتد، گرچه می گویند هنری کسینجر فوتبال را به آمریکا آورده است، اما حالا آمریکائی ها فوتبال را می خواهند. آمریکا جامعه پیچیده ایست که در آن همه گونه جریان موضع گیری، فشار تاریخی که در درون جامعه با یکدیگر تعارض دارند مشاهده می شود. فیفا پول دارد، بسیار هم دارد و آمریکا هر کجا که پول هست، تله اش را بکار می گیرد.

ادامه مطلب اصول تمرینات... از صفحه ۲۷

به همین ترتیب برای بدست آوردن حجم بیشتر شدت را متوسط، یعنی ۷۰ تا ۸۰ درصد یک تکرار حداکثر تنظیم می کنند، در این مورد ست ها را افزایش داده (۵ تا ۶ ست و حتی ۸)، و برای هر گروه عضلانی چندین حرکت طراحی می گردد و نیز تعداد جلسات نیز افزایش می یابد. البته یکی دیگر از راههای فهمیدن میزان شدت وارده بر فرد می توان از آزمون درک فشار RPE نام برد در این روش در حین تمرین از فرد می خواهیم به شدت فعالیت خود نمره ای از ۱ تا ۲۰ بدهد و سپس این نمره را با درصدهای علمی مقایسه می کنیم مثلا ۱۰ می شود ۵۰ درصد.

ست: باید دانست که حتی انجام یک ست از یک حرکت هم در افزایش آمادگی عضلانی بی تاثیر نیست اما تحقیقات انجام گرفته اجرای بیش از ۳ ست از هر حرکت را دارای تاثیر مطلوب ارزیابی نموده است. انجام بیش از ۵ ست در برنامه های حجیم سازی و کسب قدرت پیشنهاد گردیده است

ادامه مطلب در خدمت و... از صفحه ۱۱

عادت گاهی خدمت است. یعنی در خدمت ماست برای یاد بردن یک فاجعه. مثل مرگ، مثل دوری، مثل جدایی. خاک سردمان می کند یعنی عادت کرده ایم عزیزی که تا دیروز بود از حالا دیگر نباشد. فاصله را تاب می آوریم و عادت می کنیم به بوسه های از پشت مانتیتور و صداهای با تاخیر زمانی که پس و پیش می رسند و با خودمان شکر می کنیم که چه خوب که اینترنت هست. عادت می کنیم به بودن ها، به نبودن ها، به رفتن ها، به ماندن ها.

گاهی اما عادت، خیانت است. وقتی به تحقیر کردن و تحقیر شدن عادت می کنیم. آن لحظه ای که عادت می کنیم شانه بالا بیندازیم و بگوییم: «به من چه ربطی داره که سگ ها رو با اسید می کشن اینهمه بدبختی داریم تو این کشور!». عادت خیانت است وقتی دست فرزندان را می گیریم و به تماشای به دار آویختن انسانی می ایستیم. آن لحظه ای که کسی را در خیابان آزار می دهند و ما می ایستیم به تصویر گرفتن. عادت خیانت است وقتی کسی را بدلیلی

ادامه مطلب گیله مرد... از صفحه ۲۴

تازه داشت اوضاع را سبک سنگین می کرد و جهت وزش باد را می سنجید که بخت النصر های مسند نشین نماز خوان آدمخوار، که برای شیطان رجیم هم پاپوش درست می کنند، حکمی دست آقا دادند و دمش را گرفتند و به اتهام همکاری با طاغوت و ماغوت از وزارت جلیله انداختندش بیرون.

احمد آقا چند ماهی سفیل و سر گردان ماند و هی از باران به ناودان گریخت و هی فحش پاستوریزه نثار هر چه امام و امامزاده و وزیر و وکیل و دالاندار باشی و قاپوچی باشی کرد و آخرش دید که بقول قدیمی ها از دیگ خالی کاسه پر نمی شود و از ترمه ی کهنه نمیشود پاتاوه درست کرد و این لاکردار اسب حضرت ابوالفضل بالاخره جو می خواهد. این بود که با یک بنده خدای دیگری شریک شد و بقول فرنگی ها یک «بیزنس» راه انداخت. اما از آنجا که ما ایرانی ها معتقدیم اگر شریک خوب بود خدا هم برای خودش شریک می تراشید! شراکت حضرت آقا و رفیقش چند ماهی بیشتر نباید و احمد آقا تمه ی دارو نداشت را بخت و المفلس فی امان الله دمش را گذاشت روی کولش و آمد آمریکا.

اینکه توی آمریکا چه مکافاتی کشید تا توانست آن گرین کارت لعنتی را بگیرد و چه زجر ها کشید تا توانست بالاخره کاری و نانی فراهم

ادامه مطلب سیر و سفری... از صفحه ۱۸

صحرا نشین شده بود. چندی بر این منوال گذشت. از مجلس آرای کینیزان و رامشگران نیز خسته شد. عزم بازگشت به سرش زد و راه شهر پیش گرفت. در کجاوه نشسته بود که نزدیک شهر صدای شور و غوغای مردمان را شنید. از دایه پرسید: چه خبر شده است؟ دایه خبر آورد و گفت که مردم دیوانه شده اند، برای دیدار یک غلام گرد آمده اند. زلیخا کنجکاو شد ببیند آن غلام کیست. دایه چادر کجاوه را به کنار زد. زلیخا همین که چشمش به یوسف افتاد فریاد برآورد:

دیوانه دلباخته من هستم! این همان مرد رویاهای من است.

ز عالم قبله گاه جان من اوست
فدایش جان من، جانان من اوست
در آن مجمع غلامی را که دیدی
ز اهل مصر وصف او شنیدی
به تن در تب به دل در تاب اویم
ز دیده غرق خونابه از اویم
در این کشور ز سودایش فتادم
بدین شهر از تمنایش فتادم

سردمداران برای آنکه به توفان مردم گرفتار نشوند باید با امواج دریای آدمیان هماهنگ گردند. مهار دریا غیر ممکن است کسانی که فکر می کنند مردم را با امکانات خود مهار کرده اند دیر یا زود گم می شوند. ارد بزرگ

واهی از کار برکنار می کنند و ما سکوت می کنیم و گویی از اول او نبوده و حالا نباید آب از آب تکان بخورد. عادت لحظه ای خیانت است که اگر کسی نخواست عادت کند،

کنشگر بود و ننشست، او را مرعکه گیر و شومن بخوانیم. حواسمان به عادت هایمان باشد. دل بدهیم به فاجعه های پیرامون و برای برخی از آنها چاره کنیم.

ادامه مطلب تیغ و سنت... از صفحه ۳۱

ادامه مطلب دستور خامنه ای... از صفحه ۴۲

هیئت دولت افغانستان به رهبری استاد محمد محقق معاون دوم دکتر عبدالله که برای بررسی و بهبود وضعیت مهاجرین به ایران آمده بودند. در طی دیدارهای متعدد، آقای روحانی رئیس جمهور ایران تعهد سپرد که دیگر هیچ شهریه‌ای از مهاجرین افغانستان گرفته نمی‌شود. ولی چند روز بعد شهریه‌ها افزایش یافت.»

اما درس خواندن کودکان افغانستانی دشواری‌های بدتری هم دارد. سال گذشته گزارش شد که معلم یک مدرسه در پاکدشت، نزدیک تهران، برای تنبیه چند دانش آموز افغان، آنها را وادار کرده تا دست‌شان را داخل کاسه توالت بکنند.

احسان می‌گوید: «سال دوم دبیرستان دو همکلاسی هموطن اهل تسنن داشتم. یکی از آنها معتدل و نرم و یکی دیگرش به باورهای مذهبی محافظه کار و رادیکال بود. سر درس دین و زندگی سر مسئله کوچکی بگو مگوی کوچکی در گرفت و «عیسا» دلپیش را برای برهانش ابراز کرد و معلم دین و زندگی‌ام فقط به خاطر عقیده و حرفی که زده بود به شدت او را لت و کوب کرد. ما بچه‌های دیگر افغانستانی جرات نمی‌کردیم چیزی بگوییم یا عکس‌العملی نشان دهیم. آنجا بود که طعم تلخ حقارت و مهاجرت را چشیدیم که هموطن ما جلوی چشم مان لت و کوب می‌شود و ما دست‌مان بسته باشد و هیچ کاری نتوانیم بکنیم.»

روایت احسان درباره پیامد مثبت بخشنامه‌ها و یا دستور تغییر وضعیت دانش‌آموزان افغانستانی امیدوارانه نیست، شاهدش سرنوشت گرفتن شهریه از دانش‌آموزان افغانستانی است: «مدیران آموزش و پرورش بسیاری اوقات بی توجه به امر و فرمان نهادهای مسئول، شهریه‌ها را اخذ می‌کنند و بخش‌نامه‌ها و فرمان‌های صادر شده مبنی بر عدم اخذ شهریه از دانش‌آموزان افغانستانی را مشتقی کاغذ پاره می‌خوانند. خانواده‌های افغانستانی هم از ترس اینکه فرزندان از مدرسه اخراج نشود، مجبور به پرداخت شهریه می‌شوند.»

ادامه مطلب حکم بازدارنده... از صفحه ۳۱

قوانین خانواده، یک زوج موظف است حداقل پنج روز پیش از برداشت پول یا تغییر دادن دارایی‌های زندگی مشترک، دیگری را از تصمیم خود برای انجام چنین کاری آگاه کند. در پایان تأکید می‌کنم که حکم بازدارنده آتی موقت در پرونده‌های طلاق یا جدایی قانونی مساله‌ای بسیار مهم است که غفلت از آن می‌تواند یک زوج را با مشکلات جدی روبرو کند. چنین قانونی مسائل بسیار مهمی چون حضانت فرزندان، اموال زندگی مشترک، بیمه‌های زوجین، وصیت‌نامه و غیره را تحت تأثیر قرار می‌دهد. بنابراین، به دلیل اهمیت این مساله، توصیه می‌شود که پیش از تصمیم در مورد مسائل گوناگون مربوط به پرونده خود، از وکیل خانواده آشنا در این موارد مشاوره بگیرید.

در این اخبار با اشاره به بخشنامه آموزش و پرورش ایران، اعلام شد با توجه به نامه دفتر ریاست جمهوری در مورد شهریه دانش‌آموزان اتباع خارجی و ضرورت بررسی بیشتر آن، «فعلاً» از دریافت هرگونه وجهی از دانش‌آموزان اتباع خارجی بابت ثبت‌نام در مدارس خودداری می‌شود و به نقل از خلیل‌الله بابالو، قائم مقام وزیر آموزش و پرورش در امور بین الملل تصریح شد: «تا تعیین تکلیف نهایی فقط به اخذ تعهد پرداخت از کسانی که واجد شرایط معافیت نیستند، اکتفا شود.»

اما با وجود صدور ابلاغیه، بخشنامه و رسانه‌ای شدن این موضوع باز هم اتباع افغانستان هنگام مراجعه به مدارس با جواب‌هایی نظیر «هنوز برای ثبت نام اتباع بخشنامه‌ای نیامده»، «شهریه ثبت نام را پرداخت نمایید سپس مراجعه کنید»، مواجه شدند. حتی گزارش شده بود برخی از مسئولان مدارس شهر مشهد، با تماس تلفنی با برخی از خانواده‌ها خواستار مراجعه والدین و دریافت پرونده فرزندان‌شان شده و گفته‌اند که فرزند خود را باید در مدارس غیردولتی (خصوصی) ثبت نام کنند و این مدرسه از پذیرش دانش‌آموز مهاجر معذور است!

این در حالی است که همزمان در برخی شهرها مثل ورامین ثبت نام بدون شهریه انجام شد و در تهران شهریه با رقم قبلی انجام شد. در نهایت سال گذشته، وزارت آموزش و پرورش ایران بخشنامه جدیدی صادر کرد که در آن شهریه دانش‌آموزان پناهنده به میزان سه برابر سال قبل افزایش داده شد. بر اساس این بخشنامه جدید، شهریه مدارس ابتدایی برای کودکان پناهنده ۳۰۰ هزار تومان، مدارس راهنمایی ۳۳۰ هزار تومان و دبیرستان ۳۶۰ هزار تومان بود.

احسان می‌گوید: «چند وقت پیش بعد از شش سال، به ایران سفر کردم. در دید و بازدیدها با اقوام و آشنایان فقط شکوه و شکایت از افزایش شهریه را می‌شنیدم. سفر من مقارن بود با سفر شایان ذکر است که هزینه‌های مربوط به پرونده جدایی قانونی یا طلاق، مانند حق وکالت، نیز جزء هزینه‌های معمول و ضروری به حساب می‌آید. البته وظیفه زوجین این است که در مورد تمامی این هزینه‌ها به یکدیگر حساب پس دهند تا همه چیز آشکار و مشخص باشد.

البته استثنای ذکر شده در پاره‌ای از موارد می‌تواند ناواضح باشد. مثلاً پرسیده می‌شود که آیا یک زوج می‌تواند از حساب بازنشستگی خود برای پرداخت هزینه وکیل خود برداشت کند در حالیکه در حساب بانکی خود یا جای دیگر پول مورد نیاز خود را ندارد؟ پاسخ به این سوالها به صورت کلی غیرممکن است و باید به صورت پرونده به پرونده (case by case) آنها را مورد بررسی و تحلیل قرار داد. اما به طور کلی، طبق

را متعلق به دوران کودکی دانست! علی اصغر مصطفوی در کتاب «اسطوره قربانی» معتقد است که رسم ختنه در آغاز در هیچ یک از کشورها، به استثنای مصر، معمول نبوده است. این رسم در نقاط سومر و اکد، بابل و آشور، ایران و هند و چین، یونان و روم و در میان اقوام هند و ژرمن و مغول نژاد سابقه نداشته است. مسلمانان هند در حال حاضر ختنه را به عنوان یک سنت ابراهیمی - محمدی اجرا می‌کنند، نه یک عادت ملی و باستانی. بنابراین فقط کشور باستانی مصر است که از روزگاران بس قدیم با این عمل آشنا بوده و از آنجا به سایر سرزمین‌های آسیایی و آفریقایی و بعدها حتی به اروپا نیز رسیده است. ابراهیم خلیل از اهالی بابل با این رسم آشنایی یافت و در بازگشت به کنعان آن را با خود به آن مرز و بوم سوغات آورد. دلایل دیگری که مصطفوی به آن اشاره می‌کند که رسم ختنه زنان و مردان از سرزمین مصر نشأت گرفته است، عبارتند از:

- ۱) نمایش عمل ختنه در نقوشی که در مصر باقی است.
- ۲) نقوش روی گچ و نقش‌های برجسته‌ای که پیکره‌های ساده ختنه شده را نشان می‌دهد.
- ۳) تندیس‌ها و مجسمه‌های ختنه شده‌ای که در ضمن کاوش‌های باستان‌شناسی در مصر به دست آمده است.
- ۴) متون قدیمی «هیر و گلیف» مصری موجود.
- ۵) پاپیروس‌هایی که از عهد روم باقی است.
- ۶) مومیایی‌هایی از پادشاهان باستانی و پیشوایان بزرگ دینی و گروهی از سران و بزرگان مصر قدیم که عمل ختنه بر روی آنان انجام گرفته است. شواهد یاد شده همه گویای آثار ختنه در روزگاران کهن در مصر است و نشان می‌دهد که از عهد سلسله چهارم فراعنه یعنی از حدود ۲۸۰۰ سال پیش از میلاد رسم ختنه در سرزمین مصر جاری بوده است. در تأیید این نظر، اجساد مومیایی شده از نزدیک به پنج هزار سال پیش اعتبار ویژه‌ای دارند.

مصطفوی ادامه می‌دهد: «با اینکه عمل ختنه در عهد باستان فقط در مصر رواج داشته، امروزه حدود یک سوم از مردان جهان ختنه می‌شوند و اگر شمار زنانی را نیز که ختنه می‌شوند بر این تعداد بیفزاییم، ممکن است به نیمی از جمعیت گیتی بالغ گردد.» در هر حال تاریخ شروع ختنه زنان در دنیا و منشاء آن کاملاً روشن نیست، اما مهم آن است که ختنه زنان از مصر و آفریقا به دیگر نقاط رفته است.

درخت مشکلات

نچار، یک روز کاری دیگر را هم به پایان برد. آخر هفته بود و تصمیم گرفت دوستی را برای صرف نوشیدنی به خانه اش دعوت کند. موقعی که نچار و دوستش به خانه رسیدند، قبل از ورود، نچار چند دقیقه در سکوت جلو درختی در باغچه ایستاد. بعد با دو دستش، شاخه‌های درخت را گرفت. چهره اش بی درنگ تغییر کرد. خندان وارد خانه شد، همسر و فرزندان‌ش به استقبالش آمدند، برای فرزندان‌ش قصه گفت و بعد با دوستش به ایوان رفتند تا نوشیدنی بنوشند. از آن جا می‌توانستند درخت را ببینند. دوستش دیگر نتوانست جلو کنجکاویش را بگیرد و دلیل این رفتار نچار را پرسید. نچار گفت: «آه، این درخت مشکلات من است. موقع کار، مشکلات فراوانی پیش می‌آید، اما این مشکلات، مال من است و ربطی هم به همسر و فرزندانم ندارد. وقتی به خانه می‌روم، مشکلاتم را به شاخه‌های آن درخت می‌آویزم. روز بعد، وقتی می‌خواهم سر کار بروم، دوباره آن‌ها را از روی شاخه برمی‌دارم. جالب این است که وقتی صبح به سراغ درخت می‌روم تا مشکلاتم را بربردارم، خیلی از مشکلات، دیگر آن جا نیستند و بقیه هم خیلی سبک شده‌اند.»

ادامه مطلب نظری بر نظرها... از صفحه ۵۴

سه دسته در این کار موفق بودند: روسپی ها، بارمن ها و واکسی ها. امریکایی ها حس لذت بردن از کالای مصرفی را به ما دادند: کلاه های نظامی، عینک های آفتابی سبک مک آرتور، گترهای گران قیمت. انگار دروازه غار علی بابا باز شده بود. هر چیزی که در کارخانه و با ماشین آلات صنعتی تولید می شد مجذوبمان می کرد. گویی با مصرف آنها انتقام صنعت را از تولید دستی می گرفتیم...

شایگان از تهران دهه ۱۳۳۰ خیلی یاد نکرده. چون در آن زمان در اروپا بوده. اما یاد آور می شود که زیربنای تهران مدرن از سال های ۱۳۴۰ و ۱۳۵۰ بود که شکل گرفت. در این سال ها بود که تهران با ساخت دانشگاه ها، مدرسه ها، هنر سراها، بیمارستان ها و بناهای اداری و تجاری شکل گرفت.

و اما شایگان به زندگی مردم در این سالهای بعد از انقلاب هم اشاره می کند. به گمان او محدودیت زندگی بیرون، آدم ها را به زندگی درون خانه ها عادت داده. نسل جوان هم زندگی درونی خودش را پیدا کرده و فضاهای متناسب با سلیقه خودش را ساخته است. زندگی پنهان درونی جذاب و پرشور و حال است. تعارض و عدم تقارن از گذشته ای که «به روز» نشده و آینده ای که «مسدود شده» است. با این همه نظام غالب شبکه ارتباطات الکترونیکی تمام فرهنگ ها را به هم وصل کرده است. نسل جوان ما به این دلخوش است که در خلوت خود آرام بگیرد و به عرفانی که به هر حال در ذهن و ضمیر هر ایرانی است دل بسپارد. این که مولانا و حافظ این روزها چنین پرطرفدار شده اند و یا اشتیاقی که به تفکر مدرن غربی و فیلسوفانی مثل نیچه و هایدگر و یا فوکو و دریدا نشان می دهند دلیل همین است. شایگان استقبال جوانان را از کتاب «افسون زدگی جدید» خود نشان دهنده این حقیقت می داند که او واقعیت چل تکه ذهن و ضمیرشان را بر ملا کرده و چندگانگی فرهنگی و هویت های متکثر آنها را نشان داده است.

حرف آخر شایگان در این گفتار خود این است که جوان ها، و به طور عام مردم معاصر ایران، با همه بی اعتنائی ظاهری به رویدادهای سیاسی و اجتماعی در هر فرصتی که به دست آورده اند خواست ها و دردهای پنهان خود را آشکار کرده اند. از این رو ایران امروز در قیاس با کشورهای اسلامی دیگر چندین گام پیش تر و تهران زنده تر و بیدار تر است.

«آینه روح یک ملت» یادداشتی است بر نمایشگاهی از عکاسان معاصر ایران در پاریس. خلاصه حرف شایگان در این یادداشت این است که اگر سینمای ایران نوعی نگاه خاص را به غرب معرفی کرد که با زبانی ساده تلاطم جهان را نشان می داد، این عکس های تأثیر گذار هم وحشت جنگ و جسارت و استیصال و مقاومت انسان ایرانی را باز می نماید، زیرا که ایران، به تعبیر شایگان، پیش از این که یک مجموعه متجانس باشد، عالم صغیر بی همتمی است که در آن همه لایه های آگاهی بشری روی هم انباشته شده اند. در این عکس ها از دوره های گوناگون تاریخی

دست رفته» است می خواهد که در فرایند خاطره غیر ارادی با جوشش از اعماق ذهن و ضمیر خود جهان کهن را از نو زنده و بیدار کند. «درهای خانه های متروک» این یادداشت شایگان بر بخشی از عکس های عباس کیارستمی است. نگاهی شاعرانه است از سر حسرت به «درهایی خسته و خراب، فرسوده زمان و سوده سالیان، رنگ باخته و طبله و تاول زده. درهایی بر زخمی از میخ های زمخت و ضخیم. برخی چنان زنجیر بسته که گویی هر ورودی را تا ابد ممنوع کرده اند. و دری دیگر با حلقه های چدنی آویخته از گوش های سردیس راهب وار، گویی چشم انتظار به در کوفتن زائری آواره دوخته است. همه بی ادعا و بی ادا، بی زرق و برق و بی زیور، با سادگی باور نکردنی. تجسد تواضعی ناب که تا مقام رفیع آزادگی سر بر می کشد. نه از آن درهای پُرگو که اندرون پر تجمل کاخ های اربابی را جار می زنند، بلکه خاموش همچون کتیبه ای نامکشوف و لوح نگاره ای مدفون بار گرفته از غبار گذار پر شکیب زمان... شاید پشت این درها کسانی شکفتن فضاهای جادویی را دیده باشند. آن فضاها که به باغ های افسانه ای گشوده اند و به دیده تأمل می توان در آن ها به تماشای مناظری به قدمت حافظه جهان نشست.»

می بینید که تماشایی با چشم جان، هر چند که به دری کهنه، مرد صاحب فکر را می تواند تا کجا ببرد. تا آن جا که حاصل تماشای او تا اوج یک شعر ناب بر کشد. نمی دانم چرا این یادداشت با همه سادگی اش مرا به یاد لحظه هایی از شعر دردمندان «قصه شهر سنگستان» مهدی اخوان ثالث انداخت.

«لحظه ای در واحه» یادداشتی است بر شعر سهراب سپهری. شاید هم سویی شایگان و سپهری در فکر و فرهنگ و برخورداری مشترک از منابع هند و شرق دور نویسنده صاحب فکر را چنان به شاعر نزدیک کرده که توانسته فضاهای فراسوی او را دریابد و تأملات او را درک کند، تا جایی که به گمان من این یادداشت او بیش از نوشته های دیگران می تواند ما را به فکر و حس و حال شاعر آشنا کند و راز و رمزهای شعر عرفانی و اساطیری او را باز گشاید.

از نظر شایگان نگاه سپهری به طبیعت در شعر فارسی تازه است. در شعر قدیم فارسی تلفی شاعران بیشتر معطوف به برد عاطفی و معنوی حالات درونی آنها بود، در حالی که سپهری از منظر بچه ای از کویر ایران با چشم هایی شسته در نسیم و فضای باز در حصار تنگ زادگاهش نمی ماند و به جست و جوی اجداد اساطیرش مثل گیاهی در هند یا زنی در بخارا می رود و در فراسوی زمان، در فضای فراسو، در لحظه ترصد وقت در سرزمین هیچستان به جست و جوی دوست غایب می رود و سراغ خانه او را می گیرد. سپهری اهل کاشان است، و به تعبیر شایگان کاشان منظومه ای است از واحدهای هوش ربا، واحدهایی با آبهای صاف و زلال، با سایه های بلند چنارها و بیدها و پرند های بازیگوش آوازخوان. واحه هایی مثل یک لحظه مکث در تاریخ.

سپهری بهتر از هر کس این لحظه های سراب گونه کاشان را می شناسد. این گنبد های مثالی فیروزه ای معلق در آسمان و جغرافیای سرزمینی

مثالی که او آن را در شور عارفانه یک شعر یا در ترکیبات کیمیاگرانه یک پرده نقاشی بازسازی می کند. با این همه سپهری، به گمان شایگان، شاعری عارف، در معنای سنتی آن، نیست. اما او با همه چیز همدل است. پیش او هر چه هست جان دارد. او از شعر عرفانی ایران تنها یک خاطره غنی در ذهن دارد. به جای آن در این عصر او از «معراج پولاد» و جایی که «خاک سیاهشان چراگاه جرتقیل است» می گوید و ترس شفاف خودش را که در پای فواره اساطیر زمین پنهان است آشکار می کند.

توجه شایگان در علت ابهام آخرین دفتر شعر سهراب سپهری، «ما هیچ، ما نگاه» این است که سپهری کوشیده در این آثار با شعر فکر کند. بی توجه به این واقعیت که زبان فارسی برای بیان مفاهیم غامض عرفانی در زیر بار این گونه روایت به ناله می افتد و از بیان الهامات شاعر باز می ماند.

دو یادداشت پایانی شایگان درباره ابوالقاسم سعیدی نقاش است. هنرمندی که نقش های او از عالمی نامریی نشان دارد. به گمان شایگان سعیدی؛ در آثارش با فاصله گرفتن از واقعیت و رسیدن به نوعی تجرد به تعلیقی رسیده، که خواه نقش درختی باشد یا شاخه ای و یا گلی، از چیزی خبر می دهد بیش از آنچه در برابر چشم ماست.

هر چند که سعیدی در گفتگوی خود با شایگان خود را نقاش فیگوراتیو می داند که با نمادهایی مشخص سر و کار دارد از اجزای طبیعت. با این همه گرچه او با طبیعت همدل است، اما در نقش برداشتن از طبیعت نگاه نقاشان امپرسیونیست را ندارد، بلکه طبیعت برای او واسطه ای است برای رسیدن به تجربه نوعی حس حظ و لذت. این است که در نقش هایش از طبیعت حرف پیکاسو را در نظر دارد که «اول باید زبان نقاشی را یاد گرفت و بعد نقاشی کرد». اما او در پی ثبت وفادارانه از طبیعت نیست. می گوید آنچه در نقاشی های او مطرح است معنوی تر شدن اشیاء است. نهاد نور و روشنایی است. «من می گویم جرم را به نور بدل کنم که در فرهنگ ایرانی ما پیشینه دارد و همیشه بر من غلبه داشته است.»

«آیدین آغداشلو» آخرین یادداشت شایگان است درباره شخصیت و آثار نقاش هنرمند. گویا نسبت خانوادگی شایگان این فرصت را به او داده که از روزگار نوجوانی با آیدین آشنا باشد و تجربه نخستین دیدارهای خود را از موزه های هنری اروپا و سبک ها و مکتب های نقاشی و معماری غرب برای هنرجوی کنجکاو بازگو کند. شایگان از حرص و ولع دیرین آیدین در آموختن یاد می کند. حاصل کار و کنجکاو به جایی می رسد که سال ها بعد آیدین آغداشلو نقاش، خوش نویس و کارشناس یکه و یگانه ای در هنر ایرانی می شود. شایگان در تحلیل باریک بینانه خود از آثار نقاشی آیدین، با نگاهی به ماهیت چهره های «خاطرات انهدام» او، تأملات خیام وار نقاش اندیشمند را از زوال شرح می دهد. «در جست و جوی فضاهای گمشده» را بخوانیم تا شاید بخشی از گمشده های فکری و فرهنگی خود را بشناسیم.



Caroline Nasser
Accident Lawyer

Some companies allow employees to work an abbreviated day on Fridays during the summer months, often referred to as "Summer Fridays." Certain business models may be more conducive to Summer Fridays, so this isn't necessarily the right approach for every company. Here are some considerations for implementing Summer Fridays:

Pros: Summer Fridays are a valuable benefit for many employees, increasing commitment, morale, and productivity, especially among employees who value increased flexibility. The goal of the Summer Friday is to maximize productivity when employees are at work. Most employers find that even though employees work fewer hours on that day, they generally work harder before they leave and once they're back in the office.

Cons: Conversely, some employees may turn the partial day off into a full day off by not treating the Summer Friday as a legitimate work day. In addition, some employees may feel increased work stress if they have to complete more work in less time or make up the hours the rest of the week.

Additional Considerations: Before instituting Summer Fridays, consider the following guidelines:

Evaluate your options. Summer Fridays may mean a shortened workday and, overall, a shorter workweek. Other employers accommodate Summer Fridays by compressing the workweek (that is, allowing employees to work longer days Monday through Thursday so they can leave early on Friday). Evaluate whether

Summer Fridays: Are They Right for You?

business demands can be met with a compressed workweek. If not, consider other options that may help boost morale and productivity, such as flexible hours, rotating Summer Fridays among employees, or permitting Summer Fridays every other week.

Rules for compressed workweeks. Employers in Alaska, California, and Nevada have additional considerations for adopting an alternative/compressed workweek. In these states, specific criteria must be met in order to avoid daily overtime when implementing a bona fide compressed workweek schedule. Check your state law for more information. Note: If a non-exempt employee works more than 40 hours in any workweek, they are entitled to overtime regardless of whether the workweek is compressed.

Dress code issues. Dress code violations tend to increase in the summer. The introduction of Summer Fridays may prompt further violations, especially if employees are planning to head to the beach straight from work. However strict or relaxed your dress standards are, remind employees of your expectations as summer approaches. Consider re-distributing your written dress code or personal appearance policy, and provide clear examples of what constitutes appropriate and inappropriate dress.

Maintain flexibility. Take steps to ensure that you have the flexibility to meet business needs. Clearly communicate to employees that you retain the right to limit, adjust, or suspend Summer Fridays at any time and that supervisors may ask employees to adjust their schedules to meet business needs.

Put the policy in writing. Put your policy in writing, obtain employee acknowledgments, and remind employees of the policy before the start of each summer season. In addition to addressing the issues discussed

above, the policy should indicate when Summer Fridays are in effect, who is eligible, and company expectations concern-

ing productivity. Summer Fridays are an attractive benefit for employees. If you are thinking about implementing this type of perk, take the time to decide whether Summer Fridays are right for your business.

10 most expensive cities in America

The Council for Community and Economic Research looked at the cost of living in 308 urban areas in the U.S. -- crunching the numbers on everything from the average price of a supermarket can of coffee, to apartment rents, to T-bone steaks -- and put out a list of the 10 most expensive places to live.

New York (Manhattan)



Average rent: \$3,783
Price of a home: \$1.36 million

New York (Brooklyn)



Average rent: \$2,493
Price of a home: \$990,500

Honolulu

Average rent: \$2,733
Price of a home: \$742,600

San Francisco

Average rent: \$2,925
Price of a home: \$820,000

New York (Queens)

Average rent: \$2,390
Price of a home: \$636,000

San Jose, Calif.

Average rent: \$1,738
Price of a home: \$805,000

Hilo, Hawaii

Average rent: \$928



Price of a home: \$488,500

Stamford, Conn.

Average rent: \$2,109
Price of a home: \$598,000

Orange County, Calif.

Average rent: \$1,778
Price of a home: \$721,000

Washington, DC



Average rent: \$1,960
Price of a home: \$767,000

3% DONATED MONTHLY TO HUMANITARIAN PROJECTS
FREE CAR WASH COUPON
@
TOUCHFREEWASH.COM
OPEN 24 HOURS

21 medical benefits of marijuana

Despite the fact that the Drug Enforcement Agency categorizes marijuana as a schedule I drug, one that has no accepted medical use, a majority of Americans have thought medical pot should be legal since the late 1990s — and a majority now support recreational legalization as well.

Washington D.C. and 23 states have legalized medical marijuana (that number is 35 states if we count laws with very limited access).

Even the NIH's National Institute on Drug Abuse lists medical uses for cannabis. But even though researchers have identified some fascinating potential benefits of medical marijuana so far, it's something that's still hard to study, making conclusive results tough to come by. The schedule I classification means it's hard for researchers to get their hands on pot grown to the exacting standards that are necessary for medical research, even in states where it's legal. Plus, no researcher can even try to make an FDA-approved cannabis product while it has that DEA classification, which removes some motivation to study the plant.

More research would identify health benefits more clearly and would also help clarify potential dangers, like with any psychoactive substance, there are risks associated with abuse, including dependency and emotional issues. And many doctors want to understand marijuana's effects better before deciding whether to recommend it or not. With that caveat about research in mind, here are 21 of the medical benefits or potential benefits of marijuana.

♦Weed can be used to treat Glaucoma.
♦It may help reverse the carcinogenic effects of tobacco and improve lung health.

- ♦It can help control epileptic seizures.
- ♦It also decreases the symptoms of a severe seizure disorder known as Dravet's Syndrome.
- ♦A chemical found in marijuana stops cancer cells from spreading in the lab.
- ♦It may decrease anxiety.
- ♦THC may slow the progression of Alzheimer's disease.
- ♦The drug eases the pain of multiple sclerosis.
- ♦Other types of muscle spasms could be helped too.
- ♦It lessens side effects from treating hepatitis C and increases treatment effectiveness.
- ♦Marijuana treats inflammatory bowel diseases, including Crohn's disease.
- ♦It relieves arthritis discomfort.
- ♦It keeps you skinny and helps your metabolism.
- ♦While not really a health benefit, marijuana spurs creativity in the brain.
- ♦Pot soothes tremors for people with Parkinson's disease.
- ♦Marijuana helps veterans suffering from PTSD.
- ♦Marijuana protects the brain after a stroke.
- ♦It might protect the brain from concussions and trauma.
- ♦It can help eliminate nightmares.
- ♦Weed reduces some of the awful pain and nausea from chemo, and stimulates appetite.
- ♦Marijuana can help people trying to cut back on drinking.

DISCLAIMER: The content of this article is offered on an informational basis only, and is not intended to be a substitute for professional medical advice, diagnosis, or treatment. All recommendations are "generally informational" and not specifically applicable to any individual's medical problems, concerns and/or needs.

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

Pezhvak of Persia

(408) 221-8624



Continued from Page 59

The benefits....

While there are more than one hundred different types, or schools, of yoga, most sessions are typically comprised of breathing exercises, meditation, and assuming postures (sometimes called asana or poses) that stretch and flex various muscle groups.

Benefits of Yoga

"The relaxation techniques incorporated in yoga can lessen chronic pain, such as lower back pain, arthritis, headaches and carpal tunnel syndrome," explains Dr. Nevins. "Yoga can also lower blood pressure and reduce insomnia."

According to Dr. Nevins, other physical benefits include:

- ♦Increased flexibility
- ♦Increased muscle strength and tone
- ♦Improved respiration, energy and vitality
- ♦The maintenance of a balanced metabolism
- ♦Weight reduction
- ♦Cardio and circulatory health
- ♦Improved athletic performance
- ♦Protection from injury

Aside from the array of physical benefits, one of the best benefits of yoga is how it helps a person manage stress, which has been known to have devastating effects on the body and mind. "Stress can reveal itself in many ways, including back or neck pain, sleeping problems, headaches, drug abuse, and an inability to concentrate," says Dr. Nevins. "Yoga can be very effective in developing coping skills and reaching

a more positive outlook on life."

Unlike more traditional forms of exercise, yoga's incorporation of meditation and breathing help a person improve his/her mental well-being. "Regular yoga practice creates mental clarity and calmness; increases body awareness; relieves chronic stress patterns; relaxes the mind; centers attention; and sharpens concentration," says Dr. Nevins. Body and self-awareness, in particular, are very beneficial, adds Dr. Nevins, "because it can help with early detection of physical problems or ailments and allow for early preventive action." Because there are so many different kinds of yoga practices, it is possible for anyone to start. "Whether you're a couch potato or a professional athlete, size and fitness levels do not matter because there are modifications for every yoga pose and beginner classes in every style," says Dr. Nevins. "The idea is to explore your limits, not strive for some pretzel-like perfection."

Yoga can be practiced to enhance overall health, to improve balance, to heal and prevent injuries, to strengthen muscles and to open the body for meditation. "It is a great way to get in tune with your body and your inner self," says Dr. Nevins. Yoga's increasing popularity is proof that many people value an exercise system that engages the mind, body and spirit in equal measure. If you've never done yoga before, give it a try and see what it can do for you.

3% DONATED MONTHLY TO HUMANITARIAN PROJECTS

FREE CAR WASH COUPON

@

TOUCHFREEWASH.COM

OPEN 24 HOURS

What is Low-Dose Naltrexone?

by Dr. Julian Whitaker

Low-dose naltrexone (LDN) is a safe, inexpensive, yet underused drug that is extremely beneficial for people with conditions marked by immune system dysfunction.

Naltrexone has been used in 50 mg doses for decades to help patients recover from addiction to alcohol, heroin and other opiate drugs. However, more than 20 years ago it was discovered that very small doses of this drug—3 to 4.5 mg—have profound effects on the immune system.

How Does

Low-Dose Naltrexone Work?

LDN works by boosting levels of endorphins (peptides produced in the brain and adrenal glands) that are best known for relieving pain and enhancing your sense of well-being. Endorphins are responsible for the “runner's high” brought on by strenuous exercise. These natural peptides are also powerful modulators of the immune system.

When you take LDN at bedtime, it attaches to opioid receptors in the brain and in all types of immune cells, which temporarily

blocks endorphins from attaching to them. This signals your body to increase endorphin production. The increased endorphin production helps orchestrate the activity of stem cells, macrophages, natural killer cells, T and B cells and other immune cells.

It also prevents immune system overactivity, which is the crux of autoimmune disorders, and blunts the release of inflammatory and neurotoxic chemicals in the brain.

What Does Treatment With LDN Involve?

LDN requires a prescription and is available only from compounding pharmacies. (Regular pharmacies typically carry only 50 mg capsules.) The suggested dose is 3–4.5 mg per day, taken orally at bedtime. The only contraindication is narcotic drugs. Low-dose naltrexone blocks the effects of narcotics and

could cause withdrawal symptoms, so it should be started only after those drugs are completely out of your system.

LDN is safe and well tolerated. You may have vivid dreams at first, but sleep disturbances are rare. To avoid this, start with a dose of 1.5 mg and build up slowly over two months.

What Conditions Is LDN Good For?

- ♦ ALS (Lou Gehrig's disease)
- ♦ Alzheimer's disease
- ♦ Ankylosing spondylitis
- ♦ Anti-aging
- ♦ Autism
- ♦ Celiac disease

- ♦ Chronic fatigue syndrome
- ♦ Crohn's disease
- ♦ Endometriosis
- ♦ Fibromyalgia
- ♦ Inflammatory bowel disease
- ♦ Lupus
- ♦ Multiple sclerosis (MS)
- ♦ Parkinson's disease
- ♦ Psoriasis
- ♦ Rheumatoid arthritis
- ♦ Sarcoidosis
- ♦ Scleroderma
- ♦ Ulcerative colitis

DISCLAIMER: The content of DrWhitaker.com is offered on an informational basis only, and is not intended to be a substitute for professional medical advice, diagnosis, or treatment. Always seek the guidance of a qualified health provider before making any adjustment to a medication or treatment you are currently using, and/or starting any new medication or treatment. All recommendations are "generally informational" and not specifically applicable to any individual's medical problems, concerns and/or needs.

The Benefits of Yoga

Developed in India thousands of years ago, yoga has become an increasingly popular form of exercise in the United States. Whether yoga's recent rise in popularity stems from an increase in stress levels or the following of a Hollywood trend, yoga delivers many benefits to those who incorporate it into their everyday lives.

“Yoga is a healing system of theory and practice. The purpose of yoga is to create strength, awareness and harmony in both the mind and body,” explains Natalie Nevins, DO, a board-certified osteopathic family physician and certified Kundalini Yoga instructor in Hollywood, California. “As an osteopathic physician, I focus

a lot of my efforts on preventive medicine and practices, and in the



body's ability to heal itself. Yoga is a great tool for staying healthy because it is based on similar principles.”

Continued on Page 58

Not everyone is meant to be in your future. Some people are just passing through to teach you lessons in life.



ارتش آمریکا استخدام می کند!

به عنوان مترجم با حقوق و مزایای بسیار عالی به ارتش آمریکا بپیوندید!



Earn your *Citizenship* within six to eight months

Sergeant Marvin Dayrit

650-248-4760

3% DONATED MONTHLY TO HUMANITARIAN PROJECTS

Fuel for change.org

FREE CAR WASH COUPON

@

TOUCHFREEWASH.COM

OPEN 24 HOURS



SAVE THE DATE SAN FRANCISCO
GOLDEN GATE PARK | ALL DAY | SEPTEMBER 26 2015

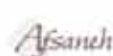
SPONSORS



SUPPORTERS



AFFILIATES



COLLABORATORS



fb.com/neekon

contact@neekon.org

@weNeekOn

neekon.org

@NeekOnSF

415.985.neek

NeekOn is administered by IranCan, an a-religious, apolitical 501(c)3 non-profit registered in California.

رستوران سنتی ساقی

با بیش از ۱۵ سال سابقه، با افتخار از شما پذیرایی می کند!

عروسی ها، جشن ها و میهمانی های خصوصی خود را در سالن مجلل رستوران ساقی همراه با پذیرایی کامل با انواع غذاها و دسرهای لذیذ ایرانی برگزار کنید.

SUNDAY BRUNCH

روزهای یکشنبه با بوفه کامل
رستوران سنتی ساقی مهمان ما باشید

بوفه کامل ۱۴,۹۹ دلار

نان تازه تافتون با کباب داغ

شش روز هفته ناهار را با انواع غذاهای
خوشمزه در رستوران ساقی میل کنید

بوفه کامل ۱۰,۹۹ دلار



رستوران ساقی مجهز به
کادر ورزیده **کیتترینگ**،

به جشنها و میهمانی های شما
جلوه بیشتری می دهد!

Catering Saaghi

Let us prepare our delicious food at your location so you can focus on your guests.

(408) 998-0122

1392 S. Bascom Ave. San Jose, CA 95128 ♦ www.saaghi.com



Caroline Nasser
Attorney at Law

کارولین ناصری

وکیل رسمی دادگاه های کالیفرنیا و فدرال

با بیش از ۲۵ سال تجربه

❖ تصادفات اتومبیل، موتورسیکلت و عابر پیاده

❖ صدمات شدید بر اثر تصادفات

❖ مرگ بر اثر تصادفات

❖ صدمات ناشی از حمله حیوانات

1(800)525-6060

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

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

Tel: (408)298-1500

e-mail: cnasser62@yahoo.com

Fax: (408)278-0488

Website: carolinenasserilaw.com

675 North First Street, San Jose, CA 95112