



## پیام شایانی

وکیل تصادفات

♦ رانندگی ♦ زمین خوردگی

♦ صدمات ناشی از کار

(408) 777-8867

(800) 261-1314

## سحر سلاحي

Selahi Insurance Agency

♦ سلامتی ♦ مسکن ♦ اتومبیل ♦ مشاور مالی

♦ برنامه ریزی بازنشستگی ♦ بودجه کالج ♦ عمر

و هزینه فوت ♦ محل کسب و از کار افتادگی

Certified Covered California Agent

(408) 931-6434





Iranian Legal Services

# دفتر میهن

## Mihan Company



### با همکاری کارشناسان حقوقی و وکلای دادگستری در ایران

### با مدیریت آقای کاشی

### برای انجام کلیه امور حقوقی و اداری در ایران،

### از هر نقطه آمریکا، با ما تماس حاصل فرمایید!



### پاسخگوی کلیه سئوالات حقوقی و قانونی شما توسط وکلای دادگستری در ایران

- ♦ *Accepting Advocacy & Arbitration in Iran*
- ♦ *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*

- ♦ انجام کلیه امور حقوقی و اداری در ایران از هر نقطه آمریکا
- ♦ 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
- ♦ 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 قرارداد
- ♦ ترجمه و تأیید کلیه متون به هر زبانی

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

♦ [info@mihancompany.com](mailto:info@mihancompany.com)

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

دفتر شمال کالیفرنیا

روزهای شنبه با تعیین وقت قبلی

دفتر جنوب کالیفرنیا

**(408) 444-7000 ♦ (877) 644-2607 ♦ (310) 967-7755**

**940 Saratoga Ave., Suite #107, San Jose, CA 95129**



Robert A. Abedi J.D., Esq.

## علیرضا عابدی

وکیل متخصص مهاجرت آمریکا

دفاتر وکالت مهاجرت علیرضا عابدی و همکاران

تجربه ما، آسایش فکری شما، اعتماد شما، موفقیت ۱۰۰ درصد در اخذ گرین کارت و امور کنسولی

**چرا ویزا؟ وقتی ما می توانیم برای شما گرین کارت بگیریم!**

♦ اخذ گرین کارت و دفاع از اشخاص اخراجی در دادگاه

♦ جلوگیری و اصلاح اشتباهات رایج متقاضیان در امور مهاجرت

♦ جلوگیری از اخراج کسانی که در معرض اخراج هستند

abedi@lawabedi.com

wwwEB3greencard.com

www.lawabedi.com F www.iran2usa.com

در صورت عدم موفقیت در اخذ کارت سبز، هزینه وکالت شما را بر می گردانیم

دکتر علیرضا عابدی، وکیل با تجربه مهاجرت در آمریکا با سال ها سابقه

درخشان و احاطه بر قوانین مهاجرت و آگاهی از تغییرات مهم اخیر

در مقررات اجرایی، در خدمت شماست. از تجربه و دانش ما استفاده کنید.

ایرانیان عزیز، در این مقطع خطیر و حساس

امر پیچیده مهاجرت، از مدعیان وکالت و شبه وکیل ها بپرهیزید!

425 Market street, Suite 2200, San Francisco, CA 94105

**(415) 398-4504**

Offices in Palo Alto, Mountain View & Irvine Las Vegas, Nevada



<p>AMERICAN IMMIGRATION LAWYERS ASSOCIATION</p>	<p>1331 G Street NW, Suite 300 Washington, DC 20005-3142 202.507.7600 • www.aila.org</p>
<p>Robert AliReza Abedi Member ID#: 14730</p>	
<p>Member Since: 06/06/2000 Member Type: Regular</p>	
<p>Expiration Date: 11/14/2017</p>	



## دفتر حقوقی مهاجرتی دکتر پژمان بهکار

Law Offices of **Pejman Behkar**

انجام کلیه امور مهاجرت

ما پرونده های مهاجرت شما را در مراحل پیچیده، با استفاده از

قوانین، تخصص و مهارت لازم و با بهترین نتیجه به اتمام می رسانیم!

**(408) 249-9898**



دکتر پژمان بهکار

وکیل امور مهاجرت

Doctorate in Law with  
emphasis in International Law  
Licensed in Ninth Circuit Court Of Appeals

- ♦ Green Card through Investment (EB5)
- ♦ Green Card through Family & Employment
- ♦ Tourist, Fiance & Student's Visa
- ♦ Investor Visa (E-2)
- ♦ Asylum & Refugees

- ♦ اخذ گرین کارت از طریق سرمایه گذاری (EB5)
- ♦ اخذ گرین کارت از طریق خانوادگی و کار
- ♦ دریافت انواع ویزاهای توریستی، نامزدی و دانشجویی
- ♦ دریافت ویزاهای کار و سرمایه گذاری (E-2)
- ♦ امور پناهندگی از داخل و خارج از آمریکا

940 Saratoga Ave., Suite #107, San Jose, CA



## پژواک ۲۷ ساله شد!

کارنامه درخشان پژواک، طی این سالیان، از ارائه هزاران مطلب علمی، فرهنگی، اجتماعی، هنری، ورزشی و نیز انعکاس اخبار ایران و جهان به هموطنان مقیم کالیفرنیا حکایت می‌کند. دیگر فارسی زبانان نیز در سراسر جهان همیشه می‌توانند با مراجعه به سایت پژواک از مطالب همه شماره های این نشریه بهره ور شوند.

سردبیر بر این گمان است که ایرانیان دور از وطن به نشریه ای مستقل نیاز دارند که در خدمت یا زیر نفوذ هیچ عقیده دینی، بینش سیاسی و گرایش قومی نباشد و این راهی است که پژواک اختیار کرده و ادامه خواهد داد.

صد البته که بدون همکاری بی دریغ و مستمر نویسندگان صاحب نظر که نوشته هایشان زینت بخش صفحات پژواک است و بدون حمایت و پشتیبانی صاحبان مشاغل که با دادن آگهی به پژواک بقا و دوام این نشریه را تضمین می‌کنند و بدون وجود خوانندگان وفادار پژواک که پیوسته این نشریه و سردبیر را مورد لطف و عنایت قرار داده اند این توفیق غیرممکن بوده است.

با سپاس و قدردانی،  
افلیا پرویزاد

## دیوارهای مهربانی

و گفتگو هم می‌کنند. سپس چند گیره و جا لباسی و جاکفشی آنجا می‌گذارند. دیوار را رنگ و رخی می‌دهند و شعارشان را نیز آنجا نمایان می‌کنند. البته تفاوتی نمی‌کند چه کسی اولین «دیوار مهربانی» را در کدام نقطه کشور ایجاد کرد، مهم اقدام خودجوش مردمی بود که با فرا رسیدن فصل سرد سال هموعان نیازمند خود را فراموش نکردند و در حد توان خود به آنها یاری رساندند و این اقدام نیک آنقدر مورد استقبال قرار گرفته که در مدتی بسیار کوتاه نه تنها تمام نقاط کشور را در نور دیده بلکه توجه بسیاری از رسانه های خبری بزرگ جهان را نیز به خود جلب کرده است.

بار در شهر مشهد و پس از آنکه فردی با آویزان کردن چند جا لباسی و آویز بر روی دیواری که بر روی آن نوشته شده بود «اگر نیاز نداری بگذار و اگر نیاز داری بردار» شروع شد و اهدای کت، شلوار و دیگر لباس های گرم نقطه شروع این حرکت بود. پس از راه اندازی این طرح در مشهد با انتشار گسترده تصاویر آن در شبکه های اجتماعی، «دیوارهای مهربانی» به سرعت در دیگر شهرها نیز شکل گرفته است. مردم دیواری را در یکی از خیابان های شهر خود انتخاب می‌کنند. گاهی حتی برای اینکه کدام خیابان و کدام محله انتخاب شود در شبکه های اجتماعی مثل توئیتر بحث

در این سال ها که اخبار جنگ، آشوب، آوارگی و اعمال خشونت و بی رحمی نسبت به مردم بی گناه را در عرصه رسانه های جهان در نور دیده، ایجاد دیوار مهربانی ایرانیان در سراسر کشور، جهانیان را تحت تاثیر خویش قرار داده است.

«اگر نیاز نداری بذار و اگر نیاز داری بردار»، جمله ساده ای که این روزها بر بسیاری از دیوارهای این مرز و بوم نقش بسته و دل هایمان را به اینکه هنوز هم کورسوی امیدی به زنده بودن انسانیت و توجه به نیازمندان به دور از هرگونه ربا، تبلیغات و فرمایشی بودن وجود دارد، روشن کرده است.

این ایده به نظر می‌رسد که برای نخستین

## در خواست اشتراک نشریه پژواک

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

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



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

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

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	تبلیغ
صفحه ۲	یادداشت سردبیر-اخبار-فهرست مطالب
صفحه ۳	تبلیغ
صفحه ۴	ایران گهواره فرهنگ فرهنگ ها (علی اکبر جعفری)
صفحه ۵	تبلیغ
صفحه ۶	نامه های شگفت انگیز (بهرام فره وشی)
صفحه ۷	درباره طفل صد ساله ای به نام شعر نوا(یرج پارسى نژاد)
صفحه ۸	یک سینه سخن (مسعود سپند)
صفحه ۹	با (هادی خرسندی)
صفحه ۱۰	ارزش زن در دین های آسمانی (احمد ایرانی)
صفحه ۱۱	اخبار
صفحه ۱۲	شیرین در خسرو و شیرین نظامی (هما گرامی فره وشی)
صفحه ۱۳	آگهی
صفحه ۱۴	ورزش از نگاه من (احمد طوسی)
صفحه ۱۵	خاطرات در گذر زمان (هوشمند عقیلی)
صفحه ۱۶	ناصر تقوایی به روایت خودش (سعید شفا)-اخبار
صفحه ۱۷	نوشخند، پوزخند (عترت گودرزی)
صفحه ۱۸	سیر و سفری در گلستان ادب پارسی (پرویز نظامی)
صفحه ۱۹	مشقی تازه در روزهای غربت (حسینعلی مکوندی)
صفحه ۲۰	یادداشتهای بی تاریخ (صدرالدین الهی)
صفحه ۲۱	کردیت ریپر(مانی حاتمی)-اخبار
صفحه ۲۲	از درگوشی ها (پیرایه)
صفحه ۲۳	به نام هستی (حسین الماسیان)
صفحه ۲۴	گیله مرد (حسن رجب نژاد)
صفحه ۲۵	تازه های پزشکی (منوچهر سلجوقیان)
صفحه ۲۶	بیست و هشتمین کنفرانس... (جمیله داوودی)
صفحه ۲۷	آخرین اخبار ویزای EB5 ... (علیرضا عابدی)-اخبار
صفحه ۲۸	انرژی مثبت... (پریناز کدخدایان)-اخبار
صفحه ۲۹	هیچوقت دیر نیست (آتوسا یکان)
صفحه ۳۰	آگهی
صفحه ۳۱	آگهی
صفحه ۳۲	ناک و انگور در دیوان حافظ (بهرام گرامی)
صفحه ۳۳	مشترکات مولوی با فلسفه غرب(حسن مسیح پور)
صفحه ۳۴	تقویم برنامه های هنری - جدول
صفحه ۳۵	نیازمندها - فال ستارگان
صفحه ۳۶	تبلیغ
صفحه ۳۷	عشق، هوس، نفرت (عباس پناهی)
صفحه ۳۸	مفرون به صرفه... (سحر سلاجی)-شرایط گرفتن... (دارپوش گیلانی)
صفحه ۳۹	اخبار
صفحه ۴۰	شعر
صفحه ۴۱	قالی بافی در مناطق مختلف ایران (محمد جواد نصیری)
صفحه ۴۲	زنان و سوادای قدرت سیاسی... (نعیمه دوستدار)
صفحه ۴۳	آشنایی با... (فاناه هوشداران)- می خواهم کسب و... (امیر روشنایی)
صفحه ۴۴	از اینجا، از آنجا (کلنار)
صفحه ۴۵	اخبار
صفحه ۴۶	حاجی آقا (صادق هدایت)
صفحه ۴۷	اخبار
صفحه ۴۸	دنباله مطلب
صفحه ۴۹	دنباله مطلب
صفحه ۵۰	دنباله مطلب
صفحه ۵۱	دنباله مطلب
صفحه ۵۲	دنباله مطلب
صفحه ۵۳	دنباله مطلب
صفحه ۵۴	دنباله مطلب
صفحه ۵۵	دنباله مطلب
صفحه ۵۶	دنباله مطلب
صفحه ۵۷	دنباله مطلب
صفحه ۵۸	انگلیسی
صفحه ۵۹	انگلیسی
صفحه ۶۰	انگلیسی

## 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

بدست آمدش چند گونه گهر  
چو یاقوت و بیجاده و سیم و زر  
ز خارها به افسون برون آورید  
شد آراسته بندها را کلید  
چو بان و چو کافور و چو مشک ناب  
چو عود و چو عنبر، چو روشن گلاب  
پزشکی و درمان هر دردمند  
در تندرستی و راه گزند  
همین رازها کرد نیز آشکار  
جهان را نیامد چنو خواستار  
گذر کرد از آن پس به کشتی بر آب  
ز کشور به کشور چو آمد شتاب  
چنین سال پنجه برنجید نیز  
ندید از هنر بر خرد بسته چیز  
(۳)

«ابلیس» خود را به «ضحاک» چون  
خوالیگر می شناساند:  
بدو گفت اگر شاه در خورم  
یکی نامور پاک خوالیگرم  
چو بشنید ضحاک بناوختش  
ز بهر خورش جایگاه ساختش  
کلید خورش خانه پادشا  
بدو داد دستور فرمانروا  
فراوان نبود آن زمان پرورش  
که کمتر بد از کشتیها خورش  
جز از رستنیها نخوردند چیز  
ز هر چیز زمین سر بر آورده نیز  
پس اهرمن بد کنش رای کرد  
بدل کشتن جانور جای کرد  
خورش زرده خایه دادش نخست  
بدان داشتش یک زمان تندرست  
زهر گوشت از مرغ و از چار پای  
خورشگر بیاورد یک یک بجای  
❖❖❖

می بینیم که مردمان ایران زمین داستان  
هایی را نیک، یا بهتر بگوییم بهتر از  
دیگران، نگاشته اند. یکی گفته های  
اوستای زرتشتیان است و دیگری چونگی  
بی همتا به نام «شاهنامه» گرد آورده و  
سروده دانای بزرگ ابوالقاسم فردوسی  
توسی است. دنباله مطلب در صفحه ۵۶ ❖❖❖

به چاره بیاوردشان از دشت و کوه  
به بند آمدند آنک دور از گروه  
ز مرغان همان را که بد نیک ساز  
چو باز و چو شاهین گردن فراز  
بیاورد و آموختن شان گرفت  
جهانی بدو ماند اندر شگفت  
چون این کرده شد ماکیان و خروس  
کجا بر خروشد که زخم کوس  
بیاورد و یکسر به مردم کشید  
نهفته همه سودمندی گزید  
بفرمود تا نشان نوازند گرم  
نخوانند شان جز به آوای نرم  
گرانمایه جمشید فرزند اوی  
کمر بست یکدل پر از پند اوی  
نخست آلت جنگ را دست برد  
در نام جستن به گردان سپرد  
به فر کیی نرم کرد آهنا  
چو خود و زره کرد و چو جوشنا  
چو خفتان و چون تیغ و بر گستان  
همه کرد پیدا به روشن روان  
بدین اندرون سال پنجاه رنج  
ببرد و از این چند بنهاد گنج  
دگر پنجه اندیشه جامه کرد  
که پوشند هنگام ننگ و نبرد  
ز کتان و ابریشم و موی قز  
قصب کرد ویر مایه دیبا و خز  
ببیا موختشان رشتن و تافتن  
به تار اندرون بود را بافتن  
چو شد بافته شستن و دوختن  
گرفتند ازو یکسر آموختن  
❖❖❖  
بفرمود پس دیبو ناپاک را  
به آب اندر آمیختن خاک را  
هر آنچه از گل آمد چو بشناختند  
سبک خشت را کالبد ساختند  
به سنگ و به گچ دیبو دیوار کرد  
به خشت از برش هندسی کار کرد  
چو گرمابه و کاخ های بلند  
چو ایوان که باشد پناه از گزند  
ز خارها گهر جست یک روزگار  
همی کرد از روشنی خواستار

## ایران گهواره فرهنگ فرهنگ ها

بخش آخر  
دکتر علی اکبر جعفری



نشد مار کشته و لیکن ز راز  
از ان طبع سنگ آتش آمد فراز  
هر آنکس که بر سنگ آهن زدی  
ازو روشنایی پدید آمدی  
به جوی و به کشت آب راه کرد  
به فر کیی رنج کوتاه کرد  
چراگاه مردم بدین بر فرود  
پراگندن تخم و کشت و درود  
بورزید پس هر کسی نان خوبش  
برنجید و بشناخت سامان خویش  
بدان ایزدی جاه و فر کیان  
ز نخچیر و گور و گورن ژیان  
جدا کرد گاو و خر و گوسفند  
به ورز آورد آنچه بد سودمند  
پسر بد مرو را یکی هوشمند  
گرانمایه طهورت دیبو بند  
❖❖❖  
پس از پشت میش و بره پشم و موی  
برید و به رشتن نهادند روی  
به کوشش ازو کرد پوشش بجای  
به گسترده بد هم او رهنمای  
ز پویندگان هر که بد نیک رو  
خورش کردشان سبزه و کاه و جو

اما داستان ایران زمین اندکی جدا است.  
آن ما را در جستجوی مان یاری می نماید.  
بیاییم به شاهنامه خودمان نگاه کنیم:

(۱)

چنین گفت کاین تخت و کلاه  
گیومرث آورد و او بود شاه  
که خود چون شد او بر جهان کدخدای  
نخستین به کوه اندرون ساخت جای  
سر تخت و بختش برآمد ز کوه  
پلنگینه پوشید خود با گروه  
(۲)

هوشنگ سنگی بر میدارد تا ماری را که  
دیده، بکشد  
نگه کرد هوشنگ با هوش و سنگ  
رفتش یکی سنگ و شد تیز چنگ  
به زور کیانی رهانید دست  
جهان سوز مار از جهانجوی رست  
بر آمد به سنگ گران سنگ خرد  
همان و همین سنگ بشکست خرد  
فروغی پدید آمد از هر دو سنگ  
دل سنگ گشت از فروغ آذرنگ

**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



Iman Laleparvar  
MS Electrical Engineering  
UCLA Graduate

Advantage in Learning LLC

تدریس خصوصی و گروهی  
دروس ریاضی و فیزیک

تحت مدیریت ایمان لاله پرور - برای تمام سنین

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

◆ Professional Tutor, one on one & group all ages  
(1st-12th grade & College) ◆ Specializing in SAT Math  
Prep, Study skills & all subjects of Math & Physics  
Faculty member at West Valley College, Dep. of Engineering  
**(408)605-9493** [www.advantageinlearning.com](http://www.advantageinlearning.com)



***Bahar Moghddam & Shazn Hatami***

**Buying & Selling Real Estate**

**Home Listing Specialists & Competitive Listing Rates**



**408-313-5900**



**www.Thehatamiteam.com**



**1601 S. De Anza Blvd Ste 260 Cupertino Ca 95014**

**License # 01994689 - 01169715**



ظواهر ویرانه های دو کلیسای بزرگ که با کاشی های معرق زینت شده اند و بقایای یک مقبره بزرگ دیگر، انسان به فکر می افتد که اینجا سابقا یک شهر بوده است نه یک روستا.

کشیش که تنها مرد روحانی آنجا بود می گفت که شاگرد «وارتاپت آودیک» بوده است و این «آودیک» بزرگترین آزار دهنده مذهبی بوده است که کاتولیک ها تا کنون در شرق دیده اند. شاگرد او بسیار مفتخر بود که چنین استادی داشته است. وی می خواست در حضور یک شماس و چند تن از مسیحیانی که در منزلی که اقامت کرده بودم، گرد آمده بودند، با من مباحثه مذهبی کند. شاهدان مباحثات ما متفق بودند که او نتوانست به اعتراض های من پاسخ بگوید و به من وعده دادند که به هنگام مراجعت به آنجا، از فرقه ای که این کشیش آنها را بدان وابسته می داشت، دست بکشند.

از «ورزوهران» به «پالاکو» رفتیم که تا آنجا سه ساعت راه بود و در آنجا اقامت کردیم. در روز بیست و یکم کشیش آنجا از من دعوت کرد که به خانه او بروم و در آنجا منزل کنم. وی می خواست از آئین ما اطلاعات بیشتری کسب کند. من به او دو کتاب به زبان ارمنی دادم تا تعلیماتی را که می خواست فرا گیرد، زیرا اوقات فراغت اندک من به من اجازه نمی داد که تعلیماتی به او بدهم. یکی از کتاب ها شامل توضیح درباره آئین ما بود و دیگری درباره تکالیف کشیش هائی بود که می خواهند ارواح مردم را هدایت و ارشاد کنند. هنگامی که خواستم از منزل او بروم، او چنان از من راضی و خشنود بود که از روی محبت و احترام به من گفت که من می بایستی وارتاپت آنها می بودم.

دنباله مطلب در صفحه ۵۰

یکی از آنها که شوق و شوری داشت و رنج چوب و فلک را برای دفاع از آئین خود کشیده بود، به هنگام شب پیش من آمد و به من اطمینان داد که تمام شاگردان و معتقدین به آئین ما، پیوسته در دین خود پای برجا و استوار هستند.

من مراسم نماز مقدس را بجای آوردم و از خداوند پایداری و استقامت آنها را خواستار شدم. فردای آن روز که هیجدهم ماه بود به دهکده دیگری رسیدیم به نام «شاکوف» که هیجگاه میسیونری به آنجا نرفته بود. مردم دهکده تعلیمات مذهبی را از تنها کشیشی که در آنجا بود، می گرفتند و وی در گفتگویی که باهم کردیم گفت که روح القدس تجسم یافته بوده است و عیسی مسیح فقط ظاهر انسانی داشته است و فقط هفتصد روح را از دوزخ نجات داده است و این ارواح در هوا پخش شده اند و در آنجا در انتظار روز آخرین داوری خود هستند. من کوشش بسیار کردم که این تصورات روایی را از ذهن او بیرون آورم، وی صادقانه به من اعتراف کرد که دانشی ندارد ولی با این حال در پایداری در عقاید عجیب و نامربوط خود سر سختی می کرد و من لازم دیدم که فقط از خداوند فرمانبرداری فرزندان نور را برای او مسئلت کنم.

در روز نوزدهم از «شیماقیل» گذشتیم و به «اویرگ» رسیدیم که دهکده دیگری است. قسمتی از این دهکده ارمنی نشین و قسمت دیگرش ترک نشین است. من در خانه یک ارمنی منزل کردم و وی تمام خانواده خود را گرد آورد تا تعلیمات من را بشنوند. برخی از آنان از این فرصت استفاده کردند و مراسم اعتراف عمومی را بجای آوردند. در روز بیستم بدون آنکه در دهکده «بایبورت» توقف کنیم به راه خود ادامه دادیم و شب در «ورزوهران» خوابیدیم. بنا بر



## نامه های شگفت انگیز از کشیشان فرانسوی در دوران صفویه و افشاریه ترجمه زنده یاد دکتر بهرام فره وشی

«کتاب نامه های شگفت انگیز» آخرین اثری است که از همسرم دکتر بهرام فره وشی باقی مانده است، ولی روزگار فرصت دیدن چاپ شده این کتاب را به او نداد. فقط او خود، نوشته ها را برای چاپ به ناشر سپرده بود. هما فره وشی

دکتر فره وشی در مقدمه ای که برای کتاب نگاشته بوده می گوید: «این کتاب نامه هایی است از کشیشان «ژزویت» که حدود سیصد و اندی سال پیش مأمور خدمت در ایران بوده اند و همگی در آنچه نوشته بودند شاهد عینی بوده اند و این برای کسی که در تاریخ ایران کار می کند بسی با ارزش است. کتاب پر است از نکات تاریخی و جغرافیایی و نام درست شهرها و آبادی ها و حکومت پادشاهان و داروغه ها در برخورد با مردم و زندگی آنها در سیصد سال پیش، اما قسمت بسیار سودمند آن شرحی درباره زندگی نادرشاه و لشکر کشی او به هندوستان و سرانجام کشته شدن اوست که این قسمت را کشیشی که پزشک خصوصی نادرشاه و شاهد عینی وقایع بوده نگاشته است. این نوشته ها به زبان فرانسه قدیم و کمی مشکل نوشته شده که در ترجمه آن رعایت امانت را کرده ام که سخنی به اشتباه نقل نشود. همچنین اگر کشیشان فرانسوی گاهی رعایت ادب را به خاطر کین تیزی که برخلاف مسلک روحانی ایشان است نکرده اند، من به ناچار برای رعایت امانت، جمله ها را همانطور که بوده اند به پارسی برگردانده ام.»

### خاطرات سفر «پرمونیه» از ارزروم به ترابوزان

در روز ۱۷ اکتبر ۱۷۱۱ از شهر ارزروم حرکت کردیم تا شب را در قارص بمانیم.

چون آزارهای مذهبی در این دهکده آغاز خودداری کردم تا مبادا در معرض شده بود، من از دیدار کاتولیک هایمان ناراحتی و رنج تازه ای قرار گیرند. ولی



## دکتر فرانک پورقاسمی متخصص و جراح پا

♦ درمان بیماری های پا ناشی از امراض قند و روماتیسم ♦ درمان عفونت های قارچ ناخن و پوست پا ♦ ترمیم پارگی ماهیچه، غضروف و شکستگی پا  
♦ درمان بیماری های پا در کودکان ♦ صافی کف پا و صدمات ورزشی  
♦Foot related diseases ♦Bunion, Callus, Corn ♦Hammer Toe, Ingrown Toe Nail ♦Sports Medicine & Injuries ♦Heel Pain & Diabetic Foot Care ♦Ankle Arthroscopy ♦Pediatric Foot Conditions ♦Flat Feet & Orthotics ♦Skin & Nail Conditions

### Dr. Faranak Pourghasemi, DPM

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

اکثر بیمه ها پذیرفته می شود

National Foot & Ankle Center

(408)884-5851

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

Wedding and Entertainment Coordinator  
www.niosha.com  
Niosha Dance Academy  
DISCOVER THE UNIQUENESS  
For the wedding of your dreams let Niosha blend music, dance and tradition into an unforgettable event.  
To schedule a free consult please call 408-656-0585 or email niosha@niosha.com



قبیل نادرست بودن «ای یگانه‌ترین یار» مانند ایراد او به نیما در مورد «تراویدن مهتاب» و ایراد به شفیعی کدکنی در مورد بی معنایی «شمیم و شرم شبگیران» قابل قبول نیست. جوهر شعر و حقیقت آن بر شکستن هنجار منطقی زبان استوار است و هنجارشکنی، یا آنچه خلاف عادات و مانوسات ذهنی اهل زبان است، در زبان شعر طبیعی است. کلمات در نظام شعر معنای قاموسی خود را فرو می‌گذارند و معنای دیگری به خود می‌گیرند که با منطق معناشناسی (semantic) سنجید نمی‌شود.

**درباره فریدون مشیری:** نادرپور از سجایای اخلاقی او به حق ستایش بسیار می‌کند و او را در شمار معدود کسانی می‌شناسد که نه تنها به لحاظ مناعت طبع و پاکیزگی روح با بزرگترانش، نیما و حمیدی و گلچین گیلانی، و نیز هم نسلانش سپهری و زهری برابری می‌کند، بلکه در ایثار و فروتنی از آنان بیش است. [۵۱]

نادرپور گمان دارد هیچ یک از آثار شاعران معاصر فارسی‌زبان در این سال‌ها، در خارج از مرزهای ایران، به اندازه اشعار مشیری انتشار نیافته و هواخواه نداشته است. [۵۲]

دنباله مطلب در صفحه ۵۵

فارسی‌زبانان آن‌ها را از بردارند، و نادرپور نیز یکی از آن‌ها را نقل کرده، شعرهای دیگرش از قبیل کوچ بنفشه‌ها، درخت روشنائی، سفر به خیر، سفرنامه باران، از بودن و سرودن و بسیاری دیگر بر ذهن و ضمیر فارسی‌زبانان ایران و جهان مانده و ابیات آن در حکم امثال سائره درآمده است.

نادرپور از م. آزاد (محمود مشرف آزاد) به عنوان یکی از «سو تفاهم‌ها» در شعر معاصر فارسی یاد می‌کند. می‌گوید:

«داوری من این است که شعر م. آزاد نه کهن است نه نو، بلکه مجموعه الفاظ نیم‌دار و بی‌روحی است که از دهان امامزاده‌ای دروغین درآمده است.» [۵۰]

ظاهراً این داوری نادرپور پاسخ به «متولیان پرهیاهویی» است که زمانی پیرامون این شاعر را گرفته بودند و می‌کوشیدند در شعر مقامی والاتر از آنچه داشته برایش دست و پا کنند. اما واقعیت این است که «م. آزاد» در هنر شاعری از حسی قوی و عاطفه‌ای نیرومند برخوردار بود. او بر زبان و موسیقی شعر، شعر تغزلی، تسلط داشت و شعرهای ماندگاری از خود به یادگار گذاشت که نمی‌توان نادیده گرفت.

ایرادهای دستوری نادرپور به آزاد، از

## درباره طفل صد ساله ای به نام شعر نو

بخش سوم

دکتر ایرج پارسی نژاد



### گفت و گوی صدرالدین الهی با نادر نادرپور

روزی به ارتفاع یکی از نقیضین منجر شود کار هنرمند تمام است... محور این تناقض وجودی هنرمندان می‌تواند از امور فردی و شخصی سرچشمه بگیرد و می‌تواند در حوزه امور تاریخی و اجتماعی و ملی خود را بنمایاند. حتی در ورای مسائل تاریخی و اجتماعی در حوزه الاهیات هم این تناقض خود را نشان می‌دهد. [۴۱]

شفیعی کدکنی نیز خود از این تناقض ناگزیر در همه امور، از جمله شعر و نقد شعر، برکنار نیست. اما نادرپور در ادامه گفته خود درباره شعر شفیی کدکنی به طعنه می‌گوید: «شخص او را یکی از صاحبان صنعت «مونتاز» در شعر امروز ایران می‌دانم» [۴۷] و در اثبات نظر خود شعر «مثل درخت در شب باران» از شفیی کدکنی را اقتباسی از شعری از خود و شعری از شاملو می‌داند و معتقد است شگرد این شاعر همین است که واژه‌های رنگین را از این سوی و آن سوی برمی‌گیرد و با دانش عروضی و ذوق ادیبانه‌ای که دارد یک‌یک آنها را مانند «کاشی‌های معرق فیروزه‌فام و چشم‌نواز» در کنار هم می‌چیند و سپس مجموع آن‌ها را در تاریکی غلیظ ابهام رها می‌کند و بدین گونه شعری می‌آفریند که با وجود ظاهری پرمعنی هیچ مفهوم روشنی را به خواننده یا شنونده خود القا نمی‌کند. [۴۸]

سر انجام نادر پور برای اثبات «داوری منصفانه» خود در حق شفیی کدکنی، به تعبیر خود «یکی از غزلیات زیبای او را» می‌آورد: (ای مهربان‌تر از برگ در بوسه‌های باران / بیداری ستاره در چشم جویباران...) [۴۹]

من در این‌جا داوری درباره گفته‌های نادرپور را در حق شفیی کدکنی بر عهده خوانندگان می‌گذارم. بزرگترین متخصصان و صاحب‌نظران ادبیات ایران و ایران‌شناسان جهان، از ایرانی و غیر ایرانی، در ستایش ارزش و اصالت آثار او، در شعر و تحقیق، مقالات بسیار نوشته‌اند که مرا از هرگونه توضیحی بی‌نیاز می‌کند، اما درباره شعر او باید گفت گذشته از غزل‌های دلنشین و سرمست‌کننده‌ای که بیشتر

**درباره سیمین بهبهانی:** «نادرپور، سیمین بهبهانی را یکی از غزل‌سرایان صاحب سبک معاصر در زبان فارسی می‌داند و گمان دارد «بدعت و شهامت» او در قالب غزل، نه تنها واژه‌ها و مضامین که اوزان و بحور غزل او را نیز در برمی‌گیرد. [۴۲] با این همه یادآور می‌شود کار سیمین در ابداع اوزان جدید به زیاده‌روی کشیده است، زیرا که او نه تنها اوزان عروض سنتی را حریصانه می‌بلعد اوزان تازه‌ای نیز می‌آفریند، اما در شور این نوآوری نکته‌ای را فرو می‌گذارد و آن این‌که «اگر یک عامل ایجاد وزن تکرار منظم جمله یا پاره‌ای از جمله باشد عامل دیگرش اعتیاد ذهن به آن تکرار منظم است. و از آن‌جا که هر اعتیاد به وقت کافی نیاز دارد، و هنوز چنین وقتی بر ذهن معاصران سیمین نگذشته است، بسیاری از اوزان ابداعی او در ذهن و گوش آنان ناهموار و نامطبوع می‌نماید. و چنین است که برخی از غزل‌های اخیر سیمین بر صاحبان سلیقه کلاسیک گران می‌آید و بر خوانندگان عادی شعر نو نیز دشوار جلوه می‌کند.» [۴۳]

**درباره شفیی کدکنی:** «نظر نادرپور درباره شفیی کدکنی از بغض و کینه‌ای برمی‌خیزد که حاصل آزدگی او از این شاعر و محقق بزرگ در سال‌های دور است. [۴۴] نادرپور پس از طرح حرف‌هایی ناروا و ناسزاوار درباره شخصیت شفیی کدکنی به شعر او می‌پردازد:

حقیقت آن است که عقاید ادبی شفیی کدکنی نیز مانند شعر و شخصیت او پر از تضاد و تناقض است و هیچ یک از سخنانش در زمینه نقد و نظر با آن دیگری هماهنگ و متجانس نیست... اما من در این گفت و گو با اندیشه‌ها و پژوهش‌های شفیی کدکنی کاری ندارم و تنها به بررسی شعرش می‌پردازم. [۴۵]

درباره وجود تناقض در شعر و شخصیت شفیی کدکنی باید گفت که این نظر درست است. او خود درباره برخورداری از این صفت در اخوان ثالث می‌گوید:

هر هنرمند بزرگی در مرکز وجودی خود یک تناقض ناگزیر دارد، تناقضی که اگر

## 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 وام‌های بدون کارمزد استفاده نمائید

سال‌ها 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

فرد معتاد را به همه کار از جمله گدائی و بعضی مواقع خودکشی می‌کشاند. بعضی از صاحب خانه های اطراف شهر نو که اکثرا مرد بودند ولی خودشان را نشان نمی‌دادند با عواملی که در اختیار داشتند به تاراج اموال و دارایی و پول زنان گرفتار می‌پرداختند. همچنین خانم رئیس‌ها تلاش می‌کردند که برای نگهداشتن زنان زیبا در خانه آن‌ها را معتاد کنند و در نتیجه وقتی زنی معتاد می‌شد دیگر بیرون رفتن از آن خانه محال بود و آنقدر می‌ماند تا از حیز انتفاع می‌افتاد و سپس در همان خانه به کلفتی یا دروا کنی مشغول می‌شد. یکی از دستورات خانم رئیس‌ها به فاحشه‌ها این بود که اگر می‌بینید کسی از مراجعین شما وضع مالی خوبی دارد او را معتاد کنید و بسیاری از معتادان اطراف شهرنو که در کنار دیوار افتاده بودند همان هائی بودند که به وسیله زنان شهرنوی معتاد شده بودند.

اعتیاد سنگین و غیرقابل ترک هروئین بود که بسیاری از جوان‌ها را بیچاره کرده بود. تریاک مسئله عادی بود و در اطراف شهرنو خانه‌هائی بود که به وسیله یکی دو نفر از گردن کلفت‌های بازنشسته اداره میشد و مراجعین می‌رفتند و به نوبت پولی می‌دادند و تریاک می‌کشیدند. **دنباله مطلب در صفحه ۵۴**

سینه‌ات می‌گذارم و آن بیچاره‌ای که تن خود را در اختیار دیگران می‌گذاشت بعد از چند سال تن فروشی هنوز بدهکار و گرفتار بود و اگر خیلی زرتنگ بود و برو روئی هم داشت یکی از مشتری‌هایش خاطرخواهش می‌شد و بدهی او را به خانم رئیس و شرخرهای محله می‌داد و برایش خانه‌ای بیرون از شهرنو اجاره می‌کرد و به اصطلاح او را (می‌نشاند) البته اگر طرف خیلی خاطرخواه می‌شد او را به شایده‌العیظم می‌برد و قسم اش می‌داد که دیگر از (این کارها) نکند و به اصطلاح (آب تویه) بر سرش می‌ریخت و تا مدتی خرجی او را می‌داد و بعد که از او سیر می‌شد رهایش می‌کرد و باز روز از نو و روزی از نو. راه دیگر فرار از محله بدنام این بود که اگر (خانم) برو روئی داشت می‌رفت و در یکی از کافه‌ها گارسون می‌شد و کمتر در دسرهای بودن در محله بدنام را داشت و بعضی از آنها که صدای خوشی داشتند علاوه بر گارسونی توی کافه‌ها می‌خواندند و یکی دو تای آنها بسیار معروف شدند و از کافه‌های اطراف شهرنو به لاله زار آمدند و یکی دو تای آنها نیز رستوران دار شدند و بسیار موفق هم شدند. و اما از همه دردناک و وحشتناک تر مسئله اعتیاد بود که عاقبت



## یک سینه سخن

مسعود سپند

### صد رحمت به شرف پری بلنده

خانم خواهرته- خانم مادرته و پی می‌بریم که واژه خانم در نزد عوام معنی فاحشه را هم میدهد. اگرچه به خانم‌های بسیار با شخصیت و مدرن و مهربان می‌گویند فلانی خیلی خانمه. و اما این خانم رئیس‌های شهرنو علاوه بر اینکه رئیس خانم‌ها بودند از جرأت و جسارت و شهامت نیز برخوردار بودند و گاهی یکی دو تن جاهل و گردن کلفت در اختیار داشتند که اگر مشکلی با لات و لوت دیگری پیش می‌آمد بوسیله آن جاهل‌ها و گردن کلفت‌ها حل و فصل می‌شد و اگر خیلی خوشگل و تو دل برو بودن با کلانتری محل هم سر می‌داشتند و تلاش می‌کردند خودشان را به یکی از افسران کلانتری نزدیک کنند و به پشتیبانی آنها از خانم‌های خودشان مراقبت کنند. از خبر سر شهرنو کاسبی‌های فراوانی در داخل و خارج این محله ایجاد شده بود از جمله کافه‌های ساز و ضربی- عرق فروشی‌های متعدد و چند طلا فروش که اکثرا مال دزدی خرید و فروش می‌کردند و چند مغازه سمساری که بازارشان خیلی داغ بود و البته خانه‌های اطراف شهرنو را نیز اجاره می‌دادند برای زندگی کردن (خانم‌ها) که به آن نجیب‌خانه می‌گفتند. خلاصه اینکه شهرنو اگرچه بدنام بود و گاهی روزنامه‌ها به آن می‌گفتند محله بدنام اما همین محله بدنام موجب رونق اقتصادی اطراف دروازه قزوین شده بود. از همه بدتر کسانی هم در اطراف این محله زندگی می‌کردند که پول به نزول می‌دادند و از نداری زن‌های بی‌پناه استفاده می‌کردند و پول به آنها قرض می‌دادند و سفته‌های دو سه برابر از آنها می‌گرفتند و آن بی‌چاره‌ها هر چه درآمد داشتند باید به نزولخورها که بیشتر شرخر بودند می‌دادند. از همه این‌ها بدتر و وحشتناک تر وجود باج خورها در این محله بود که به سراغ خانم‌ها یا خانم رئیس‌ها می‌رفتند و با نشان دادن چاقو یا فشردن گلولی زن بیچاره هنگام نزدیکی کردن دار و ندارشان را به نیغما می‌بردند و تهدیدشان می‌کردند که اگر مثلا به کلانتری خبر بدهی سرت را روی

پری بلنده در شهرنو خانم رئیس بود و خانم رئیس یعنی زنی که چند فاحشه زیر نظر او کار می‌کنند و قسمتی از درآمد خود را به او می‌دهند و خانم رئیس به آنها جا و پناه می‌دهد و در برابر مشکلات قانونی و غیرقانونی از آنها پشتیبانی می‌کند و معمولا خود خانم رئیس به کار فاحشگی نمی‌پردازد و گاهی رفیق شخصی دارد که در این طرف دنیا یعنی آمریکا به رفیق شخصی می‌گویند بوی فرند.

و اما شهرنو، نزدیک دروازه قزوین، مجموعه چند کوچه بسته و به هم پیوسته بود که فقط یک ورودی و خروجی داشت و معروف بود به دروازه یا قنات. روبروی آن کوچه شکرچی بود که معتادها، گردی‌ها و قرصی‌ها گوشه و کنار افتاده بودند و نشئه یا خمار ناله می‌کردند و در واقع در حال جان دادن بودند. شهرنو محل مراجعه جوان‌های عزب و مردان هوس ران و خوش گذران اما کم پول بود و معمولا در محل ورودی این مرکز تفریح دو مأمور پلیس می‌ایستادند که از ورود اطفال و افراد ناباب جلوگیری کنند. نصرت رحمانی این شاعر معیاد در لجن چه خوب شهرنو را شرح داده:

**دیوارهای خیس- سگ‌های هرزه گرد  
جوی بدو آب- نجوای چند مرد  
آواز گلبری- از توی کافه‌ها  
تک لکه‌های خون- روی ملافه‌ها  
چادر نماز چیت- روی طناب رخت  
صدها سفید تن- اما سیاه بخت  
آغوش‌های سرد- زن‌های لخت و عور  
در پیش این و آن- خوابیدن به زور  
شمشادهای خشک- رخساره‌های زرد  
بیماری و فساد- اندوه- فقر- درد  
دیوارهای خیس- سگ‌های هرزه گرد  
جوی بدون آب- نجوای چند مرد**

نادر نادرپور هم شعری به همین وزن دارد که درباره قم گفته که آن هم زیباست و پنداری وقتی شعر را میخوانی قم را هم با چشمان خود می‌بینی، امامه‌ها سفید، رخساره‌ها سیاه.

بگذریم، این واژه خانم رئیس یعنی رئیس خانم‌ها، یعنی رئیس فاحشه‌ها که البته فراموش نکنیم هنوز هم در دهات اطراف مشهد اگر به زنی بگویی خانم می‌گوید

## 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 میهمان‌های شماست**

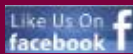


**کیتیرینگ کامل میهمانی و جشن‌های شما در سراسر شمال کالیفرنیا**

رستوران فیمس کباب با افتخار از شما پذیرایی می‌کند.

(916)483-1700

www.famouskabob.com



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

کره در حال تسلیت با کارد  
تسلیت گوی یک ترازو، آرد  
قابلمه گوشه ای غریبانه  
می کند اشک خویش پیمانه  
شده از غصه باقالی بیهوش  
پلو او را گرفته در آغوش  
گاه یک بسمه تعالی  
می تلاوت ز سمت حلواهی  
می کند گاه از رزا یادی  
تر و تازه، صدای سالادی  
سردهد یک صدای ساده، دمی  
که کجایی رزای منتظمی؟  
آبکش غمغزاست آخ آخش  
ناله خیزد ز هر چه سوراخش  
"تاوه" با روی گرد و دمب دراز  
سوزد و گریه می کند سرگاز  
ظرف ها رفته هر طرف بی حال  
تسلیت گوی قاشقی، چنگال  
میکشد کوفته ریزه دائم آه  
شده با کوفته قلقلی همراه  
بامیه با کدو سخن دارد  
سخن از آن بزرگ زن دارد  
زعفران و سماق و زیره و کشک  
هر یکی گوشه ای بریزد اشک  
آشپزخانه غصه دار شده  
ظرف و مظروف بیقرار شده  
رفت آن بانوی پر آوازه  
نمک و فلفلش به اندازه!  
رفت استاد آشپزخانه  
بانوی کاردان و فرزانه

آنکه با پخت و پز هنر می کرد  
زین هنر خلق را خبر می کرد  
ملتی از کتاب او حظ کرد  
دولت از او دریغ کاغذ کرد  
تیغ سانسور در کتاب آمد  
سرکه جای سس شراب آمد  
کاغذ آن کتاب پر تیراژ  
شد اسیر هزار و یک ویراژ  
لیک بهر کتاب غایط و بول  
داد دولت به هر فقیهی قول:  
گر دهی شرح مبطلات نماز  
کاغذ افزون بری ز حد نیاز  
گر دهی شرح مبطلات وضو  
کم کنی روی مردمان گوزو  
هرچه کاغذ به هر چه انبار است  
بر تو و گفته ی تو ایثار است  
بنویس از جماع با حیوان  
تا که کاغذ به تو دهند ارزان  
بگو از گوسفند و بزغاله  
وز مزایای عمه و خاله  
گر که سکسی نویسی اش کافی  
رایگان است چاپ و صحافی  
لیک در باب طبخ و آشپزی  
توان رفت راه را عوضی  
پخت و پز از طریق عکس و کتاب  
کار زشتی است مثل کشف حجاب  
زن که اهل کتاب خواهد شد  
ذره ذره خراب خواهد  
راه او بر کتاب باید بست  
تا بداند کنیز مطبخی است



## با هادی خرسندی

www.asgharagha.com  
hadikhorsandi@aol.com

### به یاد رزا منتظمی

نه خیر! در خانه هر ایرانی یک جلد دیوان حافظ نیست در حالی که به جرأت می گویم کتاب «هنر آشپزی» را بیش از هر کتاب فارسی دیگر در خانه صدها ایرانی در سه قاره اروپا، آمریکا، و اقیانوسیه، دیده ام. با کنجکاو و به منظور هم. رزا منتظمی یا (فاطمه بحرینی) یار نوعروسان و یاور مردان مجرد در سفر و حضر بود. در بیشتر از چهل سال، کتابش ۵۰ بار چاپ رسمی داشته. پیدا کنید تعداد چاپ های غیررسمی و بی اجازه و قاچاقی را. پیدا کردن پرتقال فروش راحت تر است البته. (تازه او هم ممکن است کتاب خانم منتظمی را چاپ کرده باشد و به شما بفروشد و بگوید «پرتقال نمی فروشم. ناشر شدم!»)

تیغ سانسور حکومت اسلامی کتاب آشپزی را هم در امان نگذاشت و خانم منتظمی را مجبور کردند «سس شراب» را در همه «رسه پی» ها به «سس سرکه» تبدیل کند. خوب است نگفتند اسمت را هم «رضا منتظمی» بنویس! و البته هرگز کاغذ کافی ندادند تا کتابش را خودش به اندازه چاپ کند. این منظومه را که نمی دانم شعر است یا شیرینکاری قافیه و آکروباسی کلمات، با غصه شروع کردم. از یکجائی هم از دستم در رفت و می رفت که ۱۷۰۰ جور خوردنی کتاب «هنر آشپزی» در بر بگیرد که نگهش داشتم و خلاصه اش را به یاد زن بزرگ و هنرمندی، که آشپزی را «هنر» گفت و از عهده اش بیرون آمد، اینجا می آورم.

مطبخی در عزای منتظمی  
در عزای غذای منتظمی  
نو عروسان، مجردان همگی  
پيروان رزای منتظمی  
توی مطبخ همه ز خرد و کلان  
به عزایش نشسته بی اعلان  
هر غذائی در آشپزخانه  
می کند گریه سوگوارانه  
گشته همدرد کوفته تبریزی  
نخودی غمزده ته دیزی  
آش رشته کنار ایشان است  
رشته هایش همه پریشان است  
شعله زردی فغان کنان این بین  
خانه را کرده اربعین حسین  
دلمه بر تن دریده پیراهن  
که جفا کرد زندگی با من  
رولت گوشت ناله سرداده  
مرغ پخته به گریه افتاده

اینطرف میرزا قاسمی غمگین  
سوپ مارچوبه را دهد تسکین  
نرگسی قهوه میکند تعارف  
به حضور بیف استروگانف  
های های سکنجبین با یخ  
می رسد از حوالی مطبخ  
نیست یک دم ز غصه آسوده  
شربت و بستنی و فالوده  
کنتلت دسته دار، دلخسته  
بر سر خویش می زند دسته  
می کند قیمه، عاصی و بی تاب  
لپه ها را به هر طرف پرتاب  
قرمه سبزی عبوس و تلخ و پکر  
لیموی غم گرفته اندر بر  
تلخ بنشسته باقلا قاتق  
برسر خویش میزند قاشق



Emon Komeily

## ایمان کمیلی

مشاور املاک



در فکر فروش و یا خرید خانه هستید؟

به دنبال یک مشاور املاک می گردید که با توجه به شرایط مارکت و با پیگیری، پشتکار و با مذاکرات حرفه ای و استراتژی لازم بتواند خانه شما را با بالاترین ارزش به فروش برساند و یا خانه مورد علاقه تان را با پایین ترین قیمت خریداری کند؟ لطفاً با من تماس حاصل فرمایید.

مطمئن باشید با آگاهی کامل، شما را برای رسیدن به هدفتان یاری خواهیم داد.

در فکر خرید خانه مورد علاقه تان در شهرهای

**Danville, San Ramon, Alamo, Walnut Creek  
Lafayette, Moraga, Orinda, Dublin & Pleasanton**

و حومه هستید، مشخصات خانه دلخواه خود را همراه با استخر، منظره، بهترین مدارس و یا هر مورد دیگر با من مطرح نمایید تا خانه دلخواهتان را پیدا کرده و با بهترین قیمت برایتان خریداری نمایم.  
برای اطلاعات بیشتر با من تماس بگیرید.

(925)-362-2273 COLDWELL BANKER (510)912-9292

ekomeily@gmail.com

CalBRE #01946899

**(408)-898-6474**  
www.alisconstruction.com

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

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

Let us Build your Coustom Dream Home

**1011 S. De Anza Blvd., Cupertino, CA**

ممنوع از فرمان بزرگ خدا سرپیچی می کند. علاوه بر این، حوا نخستین مرد یا آدم را نیز فریب می دهد و سبب می شود تا او نیز میوه ممنوع را بخورد. حوا نخستین گناهکار بزرگ تاریخ بشر است.

تصویری که کتابهای «مقدس» سامی از زن به ارمغان می آورند تصویری زیبا و احترام آمیز نیست. خانم «مارلین استون» نویسنده کتاب «نامه های بهشت» می گوید: «یکی از هدفهای بزرگ افسانه آدم و حوا سرکوبی اندیشه «زن خدایی»، زن سالاری، پرستش الهه یا ایزد بانوانی بود که بین ملت ها و قوم های باستانی رایج بود.» آموزش ها و احکام «تورات» برتری بی چون و چرای مرد را بر زن اعلام می کند. «مهندس جلال الدین آشتیانی» در کتاب «تحقیقی در دین یهود» می نویسد: «در کتاب مقدس [تورات] همیشه مخاطب مردانند و اصولاً فقط بنی اسرائیل یا پسران اسرائیل مطرح می شوند و از دختران اسرائیل هرگز سخن نیست.» وی می افزاید: «اصولاً سراسر کتاب مقدس [تورات] مردانه است و نقش زنان جز موارد معدودی دارای اهمیت نیست. در تورات فقط مردان دارای اهمیت بوده و نام آنان ذکر می شود. اثر پدشاهی در سراسر کتاب مقدس مشهود است.»

دنباله مطلب در صفحه ۳۰۷

که این «خدای مرد ساخته» نخست جنس مرد یا مذکر را می آفریند، از نفس خود به او می دمدم و مرد را به شکل خودش می آفریند. براساس نوشته های تورات و انجیل در «سفر پیدایش»، آفرینش نخستین مرد یا «آدم» از دیدگاه خدا هدف است. اما این نخستین مرد یا «آدم» احساس تنهایی می کند و به همدم، یار یا جفت نیاز دارد. براساس این نیاز و برای آسایش نخستین مرد، حوا یا نخستین زن نیز آفریده می شود. به این ترتیب آفرینش حوا برخلاف آفرینش آدم که هدف بود فقط وسیله است؛ وسیله همدم، یار و جفت بودن برای نخستین مرد. افسانه آفرینش آدم و حوا از همان آغاز با نابرابری نمایان یا تبعیض بزرگ همراه است. افزون بر این، برای آفریدن یک زن کامل، یک دنده مرد کافی است و به این ترتیب خدای نویسندگان مرد با بیرون کشیدن یک دنده نخستین مرد از بدن او نخستین زن را خلق می کند. در بدن آدم روح خدا دمیده شده اما حوا فقط جسم یا تن است. جسم نیز زیر فرمان هوس و خواسته های حیوانی است. حوا موجودی ناقص است و زمانی کامل می شود که یار و جفت آدم شود و با او بیامیزد. حوا زنی است ساده دل و آماده فریب خوردن و به همین دلیل است که مار به سادگی او را می فریبد و نخستین زن با خوردن میوه



## ارزش زن در دین های «آسمانی»

دکتر احمد ایرانی / بخش دوم

اشاره ای به جایگاه زن در عربستان پیش از اسلام

روشنگر» از آنها نام برده است نشان می دهند که در عربستان، پیش از بنیادگذاری دین اسلام، زنان به شغل قضاوت می پرداخته اند، حق طلاق داشته اند، در انتخاب همسر اختیار داشتند، در جنگ شرکت می کردند، به داد و ستد و بازرگانی می پرداختند، از آزادی مذهبی برخوردار بودند و مجبور به پیروی از معتقدات فکری همسران خود نبوده اند. از شیوه زندگی و جایگاه اجتماعی «خدیجه» نخستین همسر محمد به عنوان یکی از نمونه های چگونگی مقام زن در جامعه عربستان پیش از ادعای پیام آوری محمد نام برده شده است.

### آغاز زبونی و بی ارزشی زن

پژوهش های علمی که به وسیله دین شناسان به انجام رسیده اند همگی نشان می دهند که کتاب های دینی یا مذهبی که به نام «کتاب مقدس» نامیده شده اند به وسیله مردان نوشته شده اند. این نویسندگان خدایشان نیز مرد یا مذکر بوده است. به همین دلیل است

«دکتر روشنگر» در کتاب «بازشناسی قرآن» از قول پروفیسور «ویلکن» (Wilken) می نویسد: «دختران در عربستان قبل از ظهور اسلام در قبول شوهر آینده خود اختیار کامل داشتند و برای مثال خدیجه را ذکر کرده است که شخصاً محمد را برای زناشویی انتخاب و به وی پیشنهاد ازدواج کرد. وی می افزاید: «اسلام شناسان معروف جهان و از جمله بعضی از نویسندگان عرب مسلمان، معتقدند که زن در فرهنگ عرب قبل از اسلام، مقامی به مراتب برتر از آنچه اسلام برای زنان به ارمغان آورد، داشته است. از جمله «مارتین هاتمن» از شرق شناسان بزرگ و «عبدالله عقیفی» در «مرآت العربیه» گفته اند که اسلام ارزش و حقوق انسانی زنان را مخدوش و آنان را به صورت آلات تملک مردان درآورد. پژوهش ها و کتاب هایی که «دکتر



Fataneh Hooshdaran, D.C.

## 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*

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

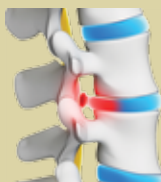
♦ سر درد ♦ رماتیسم ♦ دیسک ♦ شانه و زانو درد ♦ دردهای عصبی ♦ دردهای گردن دردهای کمر ♦ دردهای دست

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

Doc Decompression Table



Herniated Discs



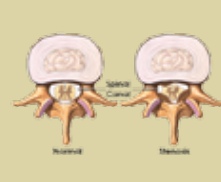
Sciatica



Degenerative Disc



Spinal Stenosis



Lower Back Pain



(408)712-3788

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

www.chiropracticusaca.

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

(408)244-7677

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



می‌شوند. اختلاط جنسیتی هم یک مشکل مهم دیگر است. یک دهیار روستایی در استان خوزستان به سایت «صدای بامداد» گفته است ۵۰ درصد پسرها و تقریباً همه دختران از کلاس پنجم ابتدایی به بعد در آن روستا ترک تحصیل می‌کنند زیرا مدرسه راهنمایی ندارد و مدارس روستاهای اطراف نیز مختلط هستند: «این جا روستا است؛ بد می‌دانند دختر کنار پسر درس بخواند.»

همان اتفاقی که برای کودکان سراوان در استان سیستان و بلوچستان افتاده است. به گفته «هدایت الله میر مرادزی»، نماینده مردم سراوان در مجلس شورای اسلامی، علت اصلی ترک تحصیل دختران در آن منطقه همین کمبود مدرسه است. **دنباله مطلب در صفحه ۴۹**

مهاجرت‌های فصلی و نداشتن شناسنامه و مشکلات فرهنگی عمده‌ترین دلایل ترک تحصیل یا بازماندن دختران از سوادآموزی است. تنها در سال ۱۳۹۴، ۳۷ هزار و ۱۱۷ دختر کمتر از ۱۵ سال با مردان در سنین مختلف ازدواج کرده‌اند و یک هزار و دویست و چهل و نه دختر در همین سن از شوهران خود جدا شده‌اند. ازدواج زود هنگام دختران از جمله معضلات جهانی است و طبق گزارش «بنیاد جانی نجات کودکان»، هر هفت ثانیه یک دختر زیر ۱۵ سال در دنیا ازدواج می‌کند؛ یعنی هر سال ۴.۵ میلیون کودک. البته بسیاری از ازدواج‌های کودکان نیز ثبت نمی‌شوند یا در فرآیندی غیرقانونی اتفاق می‌افتند؛ مثل دخترانی که وجه‌المعامله قرار می‌گیرند یا فروخته

## بی سوادی زنان: مشکل وسیع و نگران کننده جامعه ایران

سال ۱۳۹۵ از ۴۸۰ هزار نفری که در این سازمان ثبت‌نامه کرده‌اند، ۳۶۰ هزار نفر، یعنی تقریباً ۷۷ درصد آنها زن هستند. هم چنین طبق «اطلس وضع زنان کشور» که معاونت امور زنان و خانواده ریاست جمهوری ایران منتشر کرده، وضعیت بی‌سوادی میان زنان و دختران، به ویژه در ۴۰ شهر ایران نگران کننده است. شهرهای جنوبی ایران در صدر فهرست بی‌سوادی دختران هستند و سیستان و بلوچستان با ۱۱ شهر رتبه نخست را دارد. خوزستان، آذربایجان غربی و شرقی در رده‌های بعدی هستند. خوزستان از جمله پنج استانی است که با ۹۰ هزار کودک بازمانده از تحصیل که قبل از ۱۸ سالگی تحصیل را کنار گذاشته‌اند، بیشترین فراوانی بازماندگی از تحصیل را دارد به طوری که ترک تحصیل دختران در غرب این استان و شهرهای مرزی ایران و عراق هشدار دهنده عنوان شده است. فقر، ازدواج‌های زودهنگام، مسایل عقیدتی، نبود مدرسه، فاصله زیاد مدرسه تا خانه، مشارکت کودکان در اقتصاد خانواده،

«مریم» ۱۰ ساله است و هر روز دست فروشی می‌کند. از اطراف تهران به همراه برادران و مادرش به مسیرهای پر رفت و آمد می‌رود تا همان‌طور که خودش می‌گوید، از راه دست فروشی بتواند به تامین معیشت خانواده‌اش کمک کند؛ دختری که وقتی اسم مدرسه را می‌برد، صدایش ذوق‌زده می‌شود. اما انگار ادامه تحصیل و بازگشت به مدرسه برای او به یک آرزو تبدیل شده است: «دوست دارم به مدرسه برم. دو سال هم رفتم اما فکر نکنم دیگه بشه چون باید کار کنم تا بتونم خرج عروسی برادرم رو دربیارم. دلم می‌خواد وقتی بزرگ شدم، معلم بشم. اما شناسنامه ندارم و خانواده نتونستن من رو در مدرسه ثبت‌نام کنن. هر روز هم با داداش‌هام می‌ریم سر کار. فال و گل می‌فروشیم که داداش بزرگم زودتر بتونه عروسی کنه. تازه منم بخوام عروس بشم، بازم باید کار کنم. اصلاً وقت هم نمی‌شه بریم مدرسه.» به تازگی «علی باقرزاده»، رییس سازمان نهضت سوادآموزی اعلام کرده بی‌سوادی در زنان ایران شایع‌تر از مردان است و در

# Ballet Afsaneh

SAN FRANCISCO  
ETHNIC  
DANCE  
FESTIVAL

Ballet Afsaneh & San Francisco Ethnic Dance Festival Present

## The Persepolis Project:

A contemporary dance & live music performance exploring shared ancient beliefs & values of the Persian & Eurasian heritage.

Performance Premiere at the San Francisco Opera House

Followed by performances by eight other Bay Area dance companies

Saturday, July 15th at 8pm - Sunday, July 16th at 2pm

301 Van Ness Ave, San Francisco, CA 94109

TICKETS: \$25 - \$45

ONLINE: [www.cityboxoffice.com/edf](http://www.cityboxoffice.com/edf)

By Phone: City Box Office (415) 392-4400



Ballet Afsaneh - Afsan Hossainphoto by RJ Muna

بالد و رشد کند از این خوی و خصلت پشیمان شود.

پس از آن:

**چنان افتاد از آن پس رای خسرو که آتش خانه باشد جای خسرو**

**نسازد با همالان هم نشستنی**

**کند چون موبدان آتش پرستی**

چون خسرو به آتشکده نشست و در آنجا عبادت پیش گرفت، شیرویه چون شیری مست بر تخت سلطنت تکیه زد و بیداد و تباهی پیشه کرد و خسرو با شیرین روزگار در پی می گذاشت و خویشتن را دلداری می داد که جفای روزگار گذراست و بدی ها را نیکی در پی می باشد و شیرین نیز او را دلداری می داد که:

**در دولت چنین بسیار باشد**

**گهی شادی گهی تیمار باشد**

**اگر جای ترا بگرفت بدخواه**

**مقنع نیز داند ساختن ماه**

**چو بر برب هر که او شادی پذیرست**

**ز دود گوشمالش ناگزیرست**

و به این صورت خسرو را دلگرمی می داد که اعتکاف و گوشه نشینی تو در آتشکده طولانی نخواهد بود و شیرویه سرنگون خواهد شد. از آن طرف شیرویه برای شیرین پیام فرستاد که تو از اینکه خسرو را از دست دهی هراسی نداشته باش که پس از او تو ملکه حرم من خواهی شد و به همسری من درخواهی آمد و شیرین دل خون بود. پس شیرویه بنا را بر کشتن پدر نهاد، سلطنت را بر دست گرفت و آن بی آرم، بدون شرم بالاخره چون فرصتی یافت پدر را کشت و پهلوی او به خنجر درید. چون شیرین بر این امر واقف گشت در عزای خسرو خون گریست و پس از اندوه و زاری بسیار

**گلاب و مشک با عنبر در آمیخت**

**بر آن اندام خون آلود می ریخت**

از آن سوی شیرویه شیرین را پیام خواستگاری فرستاد و گفت پس از به خاک سپردن شاه به حرم شیرویه بر نشیند و پس از یک هفته عزاداری دوباره در باغ من چون گل شکفته شده و همه گنج و زر و زیور بر او سپارم. شیرین را دل از گفتار او سخت به درد آمد ولی سخنی نگفت تا خسرو را با بزرگی و شوکت به خاک سپارند، بزرگان سلطنت را دل از مرگ خسرو به درد بود و چون مهد شاه برای خاکسپاری می بردند، جهانی گریان بودند و شیرین نیز که در میدان عهد و وفاداری خسرو همیشه همراه او بود در اینجا نیز تا دخمه مرگ او را همراهی می کرد و شیرویه می اندیشید که پس از این سوگ و عزاداری پس از هفته ای چند شیرین را در آغوش دارد. **دنباله مطلب در صفحه ۵۶**

**فروخوان قصه دارا او جمشید**

**که با هریک چه بازی کرد خورشید**

این گونه سخنان و گفت و شنود با شیرین کم کم او را با افکاری جدا از می خوردن و کامرانی های دنیایی و خوشی های جهانی آشنا کرد و روزگاری «بزرگ امید» را فراخواند و از افکاری که او را در سر بود و شگفتی ها و چیستان های ذهنی خویش با او سخن گفت و سوالاتی که جدا از زندگی دنیای مادی ذهن او را انباشته بود از وی پرسیدن گرفت. ابتدا از اولین مخلوق و چگونگی پیدایش او پرسش کرد پس از چگونگی فلک و اجرام ستارگان و مبداء و معاد، گذشتن از جهان و بقای جان و آنچه پس از مرگ پیش آید و چگونگی رفتن جان از جسم بسیار از او پرسش کرد و او هریک را جوابی خردمندانه و پاسخی برجای می داد. پرسش و پاسخ خسرو و موید بزرگ سخنی درازست که از این مقوله بیرونست و در گفتاری دیگر می توان یک یک آنها را تحلیل کرد و در موردش سخن گفت، اما این گفتار خسرو را با جهان دیگر و فروگذاشتن و گذشتن از این جهان و مقوله ای چنین بیشتر نزدیک کرد و کم کم به فکر اعتکاف در آتشکده و دوری گزیدن از جهان دنیایی افکند و از آن سوی شیرویه فرزند ناخلف او با داعیه سلطنت بیرق مخالفت با پدر را برافراشت، خسرو همسری شیرین داشت که چون جان شیرینش دوست داشت و حال اندیشه جهانی دیگر و دنیایی فرادنیای زمینی او را مشغول داشته بود، به این مناسبت پس از چند زمانی عزلتی آرام برای خویش برگزید و سلطنت را به شیرویه فرزندش سپرد. شیرویه پسری بود که او از مریم همسر اول خویش داشت. او موجودی پرجوش و خروش و فرزندی ناخلف بود و خسرو در رای زدن با بزرگان می گفت که گرچه این فرزند کین مرا در دل دارد ولی من چگونه او را از سر راه بردارم که او فرزند من است و پاره جگر من است.

شیرویه در جشن عروسی خسرو با شیرین نه ساله بود ولی در آن زمان به دوستانش می گفت که کاش شیرین مرا جفت بود و کاش با من عقد همسری می بست. و خسرو بزرگ امید را می گفت که:

**از این نافرغ اختر می هراسم**

**فساد طالعش را می شناسم**

**زید فعلی که دارد در سر خویش**

**چو گرگ ایمن نشد بر مادر خویش**

بزرگ امید او را دلداری می داد که او فرزند توست و هنوز خام و ناپخته است که چنین سخن می گوید و چون



## پایان حکایت شیرین در خسرو و شیرین نظامی (بخش آخر)

روزگاران خوشی ها و دوست را در کنار داشتن و به اینسان روزگار می گذشت و پس از گذشتن روزگاری چند کم کم زمان میان سالی خسرو فرا رسید و

**چو در موی سیاه آمد سپیدی**

**پدید آمد نشان ناامیدی**

خسرو با گذشت زمان و دیدن موی سپید در میان گیسوانش دریافت که روزگار شور و جوانی رو به سراسیمه است و شیرین همسان او و هم پای او نوجوانی ها را پشت سر گذاشت و اینک به دانش و خرد میان سالی رسیده بود، پس با خسرو سخن از داد و دانش و گذران روزگار با عدل و انصاف و دوستی با رعیت و گفت و شنودی این چنین آغازیده بود که اینک که خردمندی و شاهی داری ببین که در آن زمان های دور پدران ما آیا: زمان و ملک و شاهی هیچ بردند؟

چون شیرین بالاخره بعد از مصایب بسیار به عقد خسرو درآمد از حکومت بر ارمنستان که از مهین بانو، عمه اش به او رسیده بود دست کشید و نزد خسرو در کاخ سلطنتی منزل گزید و خسرو شاپور را برای اداره ملک شیرین به ارمنستان فرستاد شاپور چون حکومت ارمنستان را در دست گرفت با عدل و داد در آنجا روزگار در پیش گرفت و بناهای بسیار در آنجا برپا داشت و به آبادانی آن سرزمین کوشید که هنوز هم باقی مانده هایی از آن روزگاران برجای مانده است.

از این سوی چون خسرو سرانجام به مراد دل رسید و شیرین را در کنار گرفت، روزگار به شادمانی آغازید. شیرین را در کنار داشت و روزگار بر کام و گویی آن روزگاران بدون شیرین را اینک جبران می کرد. جوانی بود و شکوه سلطنت و

**توانا بود هر که دانا بود**

## اردلان علیزاده

متخصص در خرید و فروش املاک و مستغلات مسکونی، تجاری و کشاورزی



*I will sell your property in 39 days or I will reduce commission by 1%*

**Ardalan Alizadeh**  
Real Estate Broker  
CABRE# 01704065

- ♦ آشنا با امور اقتصادی و مسائل مالی روز
- ♦ فارغ التحصیل علوم مالی و املاک تجاری از دانشگاه سانفرانسیسکو
- ♦ با بیش از ۱۵ سال سابقه کار در شمال کالیفرنیا
- ♦ با ۱/۵ درصد کمیسیون برای مشاوره در خرید املاک به صورت نقد از حراج

**(510) 205-8177**

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

941 San Pablo Ave., Albany, CA 94706

1024 Iron Point Rd suite#1009, Folsom, CA 95630





## برنامه‌های فرهنگی، هنری، مذهبی مرکز اسلامی شمال کالیفرنیا

1433 Madison Street, Oakland, CA 94612    www.iccnc.org    (510) 832-7600

info@iccnc.org or Pr@iccnc.org    facebook.com/ICCNCORG    Telegram: @iccnc



### الف - درس گفتارهای دکتر عبدالکریم سروش

- درس گفتار شرح تک غزل دیوان شمس مولانا جلال‌الدین: ۸ جولای و ۵ اگوست ساعت ۴:۳۰ عصر در مرکز اسلامی فرهنگی شمال کالیفرنیا
- درس گفتار شرح دفتر نخست مثنوی: یکشنبه ۱۶ و ۳۰ جولای ساعت ۶ عصر؛ مکان: منلو پارک
- درس گفتار سلوک دیندارانه در جهان مدرن: یکشنبه ۹ و ۲۳ جولای؛ مکان: منلو پارک
- درس گفتار شرح بوستان سعدی: جمعه ۲۱ جولای ساعت ۷:۳۰ عصر در بنیاد توحید سن حوزه
- جهت ثبت‌نام و حضور در این کلاس‌ها با Pr@iccnc.org و یا تلفن ۷۶۰۰-۸۳۲-۵۱۰ تماس بگیرید

### ب - سخنرانی مهندس عبدالعلی بازرگان

ساعت ۶ عصر روز ۱۲ اگوست با موضوع تفسیر و تحلیل آیاتی از قرآن کریم

ج - برنامه تابستانی مدرسه اندیشه فارسی از ۸ تا ۲۹ جولای به مدت ۴ هفته برای کودکان آموزش اخلاق، داستان‌خوانی، نگارش و آشپزی (شنبه‌ها)



### د) کلاس‌های باهم‌آموزی قرآن با همکاری دکتر سید وهاب معصومی

ساعت ۳:۳۰ عصر سومین شنبه هر ماه در مرکز اسلامی فرهنگی شمال کالیفرنیا



### ه) برنامه‌های موسیقی با همکاری انستیتو موسیقی کلاسیک ایران و خاورمیانه

- برنامه آموزشی - پژوهشی، تحلیلی سربانگ، در ریشه‌شناسی و شناخت موسیقی سپهر فرهنگی و موسیقی دستگامی ایران به همراه ارائه نمونه‌های صوتی و اجرای زنده، ساعت ۴ تا ۶ چهارمین شنبه هر ماه
- آموزش سازهای مختلف موسیقی به کودکان و نوجوانان و بزرگسالان به صورت هفتگی. با حضور مدرسان مجرب موسیقی
- برای اطلاع از برنامه‌های موسیقی با ایمیل Pr@iccnc.org و یا تلفن ۹۶۰۵-۷۱۵-۹۱۶ تماس بگیرید



## خدمات رسمی مرکز فرهنگی اسلامی شمال کالیفرنیا Official Services of ICCNC

شامل عقد و ازدواج، طلاق، اسلام آوردن، و تدفین مورد تایید دفتر حفاظت منافع

1433 Madison Street, Oakland, CA 94612    www.iccnc.org    (510) 832-7600

info@iccnc.org or Pr@iccnc.org    facebook.com/ICCNCORG    Telegram: @iccnc



**Marriage:** The Islamic marriage ceremony and recitation of "Khotbeh Aghd" may be held at the Center or at another location of your choice. The Center will issue a marriage certificate that is accepted by the Interest Section of the Islamic Republic of Iran.



**Divorce:** The Islamic divorce ceremonies and recitation of "Khutbeh Talagh" are held at the Center. ICCNC will issue a Divorce Certificate that is accepted by the Interest Section of Islamic Republic of Iran.



**Joining to Islam:** ICCNC helps individuals interested in converting to Islam to go through the simple process. Also for those who require a document to show that they have officially become a Muslim, ICCNC will issue a certificate to this effect.



**Islamic Burial:** The Center provides complete funeral services. ICCNC has purchased burial sites at Chapel of the Chimes in Hayward, California in the Muslim Section.

آقای رئیس جمهور در پایان قول همه گونه همکاری و مساعدت را به تیم ملی داد. گرچه بازیکنان از اینکه پاداشی نصیبشان نشده بود بسیار دمتی بودند. کی روش به روزنامه گفت: «هواداران ایرانی منحصر بفرزندند. آنها بیشتر و بهتر از اغلب تماشاگران دنیا می فهمند.»

آنها به خوبی می فهمند که کی روش با تیم ملی شان چه کرده است. حتی اگر هنوز در آسیا عنوانی را کسب نکرده است، مردم او را دوست دارند. هرکجا می رود مردم پول او را می پردازند و گرنه این مدت مدید در ایران امروز دوام آوردن کار هر کسی نیست. او تماشاگران جوان ایرانی را می ستاید. آنها در تیم های محلی شان پا به توپ شده اند، اما جوان بودند. آنها و عشق و علاقه شان به تیم کشورشان مثال زدنی است. اغلب تحصیل کرده و به دانشگاه رفته اند. با او انگلیسی حرف می زنند و باوجود آنکه تیم باشگاهی مورد علاقه شان متفاوت است، اما وقتی صحبت از تیم ملی می شود همه در کنار هم می ایستند. حال هیچکس منتقد تیم ملی نیست. حتی آقای مایلی کهن که در بندر انزلی مسجد می سازد، و در کنار تیم ملوان بسیار ناموفق عمل کرده است دهانش را بسته است.

دنباله مطلب در صفحه ۵۵

فوتبال و از آقای تاج، رئیس فدراسیون، دارد. در پایان مسعود شجاعی کاپیتان این روزهای تیم ملی از رئیس جمهور خواست که درب ورزشگاه ها را بروی زنان باز کند.

اما با آنکه بعد از بازی، مردم کوچه و بازار مثل همیشه به خیابان ها ریختند و به جشن و پایکوبی پرداختند، اما یک آخوند سرشناس مرتجع در منبر گفت: «حرکتی انجام شده و پیروزی مال اسلام و مال نظام بوده. از یک سو عده ای به خیابان ها می ریزند که پیروزی اسلام را به نام خودشان مصادره کنند و از سوی دیگر در یک جشن اسلامی که پیروزی جوان های اسلامی است، فحشا می خواهد با حرکات ناهنجار و لابلالی گری پیروزی اسلام را کم رنگ کند.» کسی از این آخوند دغل نمی پرسد در کدام سیاره زندگی می کند؟ برآستی آیا مترجم آقای کی روش اینها را نیز برای او ترجمه کرده است؟ بعید می دانم گرچه کی روش که به هنگام بازی کراوات زده بود، چشم و گوشش در طی این سالها زیاد دیده است و او پوست کلفتی است که پوستش در جمهوری اسلامی از پوست کرگدن هم کلفت تر است.



## ورزش از نگاه من

احمد طوسی

Email: tousi1515@aol.com

پیروزی را به ثمر رساند. این برای اولین بار است که تیم ایران برای دوبار پی در پی برای این مسابقه ها انتخاب می شود. آقای رئیس جمهور که از مردان قبیله دیروز است، در جمع آنها که وزیر ورزش و ریاست فدراسیون هم حضور داشت از تقابل فرهنگی سخن گفت. او گفت: «بهترین مذهب حقیقت است و حقیقت اینکه ما نماینده شایسته و برتر آسیا هستیم و هیچ کس به اندازه ما نیست و کسی که نخواهد شایستگی بچه های ما را ببیند نابینا است. آنها راه به جام جهانی یافته اند به دلیل آنکه شناخته شده اند و استدلال راهی در اندیشه رهبرانمان داشته است، اما این پایان راه نیست، ما در همه زمینه ها می توانیم بهتر شویم، چه بدنی، تکنیکی یا تاکتیکی.» آقای کی روش که برای اولین بار گوش خوبی برای شنیدن داشت و حرف های رئیس جمهور را در کنار مترجمش به خوبی شنید، در پایان گفت که رئیس جمهور درک بهتری از

تیم فوتبال ایران نیازی نیست که روزشماری کند. آنها جزو اولین تیم های منتخب جام جهانی آینده و برای سال ۲۰۱۸ در مسکو خواهند بود. جهانی شدن ورزش به صورتی جدی با افزایش بی پایان مسابقات انتخابی تیم های خود را برای رفتن به این جام شناسائی می کند. کارلوس کی روش تمامی استعداد خود را در خدمت انقلاب به کار می گیرد تا تیمش بدون شکست و بدون گل خورده راهی این بازی ها کند. این بار مردم صعود به دور بعد را خواهند دید. تیم او بعد از پایان بازی با ازبکستان که ایران دو بر صفر به پیروزی می رسد به دعوت رئیس جمهور بیدار رسمی از کاخ ریاست جمهوری و خود رئیس جمهور شدند.

بعد از پایان بازی بازیکنان، ایران به نشانه قدردانی از کی روش او را روی دست به هوا پرتاب کردند. دیدن رئیس جمهور از نزدیک یکی از آرزوهای سردار آزمون مهاجم تیم ایران بود که یکی از گل های

Rose XPRESS FLORIST

Flowers For All Occasions



Dozen Roses Special  
\$9.99 (pickup only)



Weddings



Anniversary



Birthdays

با سبک کاملاً متفاوت در طراحی گل ها

100% Satisfaction Guaranteed



Funerals

Whether you love a look that's elegant & natural, chic & modern,  
or rustic & organic, our Designs are tailored to fit your style.

(408) 771-6140 Same Day Delivery (408) 564-7175

rosexpressflorist@gmail.com www.rosexpressflorist.com

Hours  
9am-7pm

3575 Stevens Creek Blvd. Suite C, San Jose, CA 95117

7 days a week



گویا، علی الحساب ۱۰ هزار تا چشم از اهالی درآورده و مناره های کوچکی هم به عنوان یادبود از کله می سازند. بلافاصله اسامی همه خیابان ها، شهرها و پارک های عمومی و آبریزگاه ها را عوض کرده اند که بعدها به نام انقلابیون جدید نام گذاری کنند!

بقیه دموکرات ها هم از ترس جانشان، مالشان را برداشته به اطراف دنیا پراکنده و دربدر و غریب نشین می شوند. گویا اغلب به کمک سازمان ملل به طرف عراق و افغانستان روانه شده اند! آنهایی که جزو حزب جمهوری خواهان در نمی آیند، دستور داده شده پاسپورتشان را گرفته و هر گوری دلشان می خواهند برونند!

...همسرم صبح خیلی زود، قبل از اینکه به ترافیک و پارکینگ بزرگراه ۴۰۵ بخورد (۱) از منزل بیرون زده سر کارش رفته بود. در حالی که عرق سردی روی صورتم نشست بود، تلفنی، شرح واقعه را گفتم.

والده بچه ها که خصوصیات بیشتر شرقی و کمتر غربی بنده را هنوز نشناخته اند! و خاطرات باستانی و محفوظات ذهنی تاریخی بنده را به هیچ می خردند!

گفت: «چقدر بگم شبا دیروقت، قبل از خواب اینقد، غذای سنگین و پر حجم نخور؟! این صد دفعه...!»

را قلع و قمع کرده اند. هم اکنون انقلابیون جمهوری خواه در خیابان ها راه افتاده و با شعار؛ رهبر ما کارش صوابه

**قول دمکرات ها سرابه**  
و دسته ای دیگر جواب می دهند؛  
**کلینتون گرچه زد بر قلب بغداد**

**خودش داند که بغدادش خرابه**  
سرراهشان همه مجسمه های با اسب و بی اسب را پایین کشیده و به بانک ها و سوپرمارکت ها و حمام های عمومی حمله برده اند. پرچم های خرنشان را به آتش کشیده، و فیل های خودشان را روی تانک ها و زره پوش های آخرین مدل آمریکایی هوا کرده اند! عده ای به طرف سفارت سومالی ریخته، سفیر آنها را به طوری که خون از دماغش نیاید و نمایش خراب نشود چشم بسته به میدان آورده و با فریادهای؛ مرگ بر آفریقای آدم خوار... سفارت را به لرزه درآورده اند. در نیویورک بسیاری از دمکرات ها را به پشت بام آسمان خراش ها کشانده بدون اینکه فشنگی خرج کنند، آنها را چشم بسته به پایین هل داده اند.

در آرکانزا، مسقط الرأس کلینتون مخلوع، مردم شعار می دهند؛

**حالا که دنیا همه چیش زوریه**  
**مکتب ما مکتب جمهوری به!**



## خدمتتان عرض کنم!

فارسی سره بوده و از ما قرض گرفته اند. یعنی کسی که گندکارش در می آید او را سوال پیچ، فتنه پیچ و خلاصه یک چیزی پیچش می کنند! و تازه خود لغت استیضاح هم مشتق و منتج افتضاحی است که به بار می آید، بگذریم. اخبار تلویزیونی توأمان حمله به عراق و سوال پیچ «دون ژوان» قرن را می دیدم. این دو خبر چنان درهم پیچ خورده بود که گویی آن یکی، دلیل این یکی بوده است! بعد از شام مدت ها نظاره گر قاطی شدن اتفاقات شرق و غرب بودم که یک مرتبه اعلام شد: ... و بالاخره ریاست جمهوری، «کلینتون» با پشت کار انقلابیون جمهوری خواه وارونه (ببخشید سرنگون) و کاخ هم اکنون در دست مخالفان هست و مردم به کاخ جمهوری ریخته با چاقو و چماق به ساکنان آن حمله ور شدند و همه

کارهای آقای کلینتون، بزنی بکش های او در «کوسوو» و خط و نشان هایی که مدتی بود حزب مخالف او برایش کشیدند، داستان قبلی حمله به عراق هم زمان با آن سوال پیچ سکسی ایشان و نیز تمایلات برآورده نشده بنده (!) آش درهم جوشی در مخیله ام فراهم آورد که تقدیم می شود، ولی نمکش با خود خواننده گرامی...!

می گویند افکار مالیحولیایی، در رویا زندگی کردن، خواب دیدن و از این قبیل مسائل روانی به علت تمایلات و خواسته های برآورده نشده است. این آرزوهای لاک در مانده، شخص را درون گرا، تخیلی و دور از واقعیات زندگی به بار می آورد. به سبک استادان لغت ساز «لس آنجلس»، لغتی که این روزها برسر زبان ها افتاده «Impeach» (ایمپچ) است. خصوصا پیچش را که به علت حروف «پ» و «چ»



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

I am not an attorney

(408)554-1318

برای اطلاعات بیشتر با آقای داریوش گیلانی تماس بگیرید

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



بسیار معروف شد. با شرکت در شوهای تلویزیونی محبوبیت و معروفیت وی صد چندان شد و پس از خواننده شدن سینما را رها کرد و در فیلمی بازی نکرد. پس از انقلاب تا سال ۱۳۵۹ در زندان اوین در ایران ماند و در نهایت با گذشت چند سال از ایران خارج شد. وی اکنون عضو شورای ملی مقاومت ایران میباشد.

تصویری فراتر نمی رود. ولی در کل و به هر حال، همین ساخته هم می تواند کارنامه فیلمسازی را که نقش مهمی در سینمای ایران داشته و دارد، برای آیندگان ثبت کند و بتواند راهگشایی باشد برای ساختن فیلم هایی مشابه در ایران درباره سینماگران مطرح این کشور.

## مرجان

شهلا صافی ضمیر در سال ۱۳۲۷ در تهران متولد شد. او پس از اتمام تحصیلات متوسطه با مهدی علی محمدی (گوینده رادیو و دوبلور) ازدواج کرد. وی در سن ۲۱ سالگی برای نخستین بار در فیلم «دنیای پر امید» به کارگردانی احمد شیرازی بر پرده سینما ظاهر شد. او پس از جدایی از همسر خود با فریدون ژورک ازدواج کرد. در آن زمان چون شهلا ریاحی با نام شهلا معروف شده بود، نام هنری مرجان را برای خود برگزید. مرجان از هنرمندانی است که در آغاز بازیگر سینما بوده و در فیلم های بسیاری بازی کرده است. در آن زمان خواننده هایی چون عهدیه در فیلم ها با وی ترانه می خواندند. مرجان متوجه صدای خوب خود می شود و با خواندن ترانه «کویر دل» که پیش تر خواننده ترکیه ای آزدا پکان آنرا به زبان فرانسه و به نام Vien dans Ma Vie اجرا کرده بود،

می کند و یکی دوبار هم «محمدی» سوالی را مطرح می کند که «تقوایی» با پاسخ دادن به آن، گفتارش را ادامه می دهد.

فیلم «محمدی» میان یک ساخته مستند درباره یک فیلمساز، و یک مصاحبه تصویری گم می شود و گرچه تماشاگر را با تقوایی، آشنا می کند، اما از حد یک مصاحبه

## ناصر تقوایی به روایت خودش

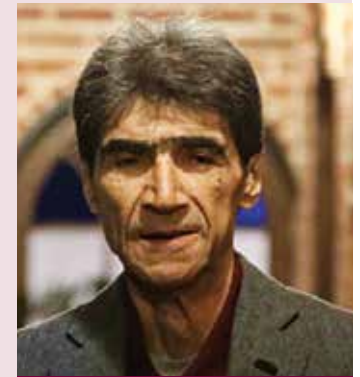
سعید شفا



اکثر کشورها، فیلم هایی درباره فیلمسازان ارزشمند آن کشورها ساخته شده و این کوشش درباره یک فیلمساز ایرانی می تواند سرآغاز این سبک فیلم باشد.

تفاوت «ناصر تقوایی به روایت خودش» با فیلم های مشابه در این است که «تقوایی» منحصر پای روایت «تقوایی» می نشیند و هرآنچه در فیلم می آید از اوست و درباره او. در حالیکه معمولاً در چنین فیلم هایی، سازنده با کسانی که با آن فیلمساز همکاری داشته اند به گفت و گو می نشیند و از دید دیگران هم او را مورد بحث قرار می دهد که بالطبع جامع تر و با دید بازتری به آن فیلمساز پرداخته می شود. اما اینجا «عارف محمدی» سازنده این فیلم، این بخش مهم را به فیلمش اضافه نمی کند و صرفاً با گذاشتن دوربین در پیش روی «تقوایی» و گریز به فیلم هایش بسنده می کند. این

«ناصر تقوایی» یکی از فیلمسازان مطرح سینمای ایران است. با وجود اینکه فیلمسازی را از دیرباز شروع کرد ولی نسبت به سالیانی که در این رشته فعالیت کرد، می توانست فیلم های بیشتری را بسازد. «تقوایی» جزو گروه نخست فیلمسازان



ناصر تقوایی

متفاوت یا موج نو سینمای ایران است که هم زمان با: کیمیایی، مهرجویی، بیضایی، حاتمی، نادری، شهید ثالث... کار حرفه ای اش را شروع کرد و فیلم های بیاد ماندنی: آرامش در حضور دیگران، ناخدا خورشید، نفرین، کاغذ بی خط، صادق کرده... را در کارنامه اش دارد و علاوه بر آن، سریال معروف «دائی جان ناپلئون» و فیلم های کوتاه: قالی مشهد، بادجن، رهایی، نخل... را هم کارگردانی کرده که او را فیلمسازی قابل تعمق معرفی می کند و به همین دلیل فیلمی



می تواند یک نوع تنبلی و یا کمبود امکانات از جانب «محمدی» باشد چون با افزودن دیدهای دیگران، خاطرات و تجربیات کسانی که با «تقوایی» کار و همکاری کرده اند می توانست فیلم کامل تری را از کارنامه «تقوایی» به دست دهد.

«محمدی» حتی زحمت درست قرار دادن دوربین را هم در مقابل «تقوایی» به خود هموار نمی کند و مسیر نگاه «تقوایی» را در بخش عمده فیلم به سوی می برد که تا حدی برای تماشاچی آزار دهنده است. در اینجا «تقوایی» به سبک مصاحبه های نوشتاری (احتمالاً به خواست فیلمساز) به معرفی خود می پردازد و از دوران کودکی داستان زندگی اش را آغاز و تا امروز مرحله به مرحله تعریف



صحنه ای از سریال «دایی جان ناپلئون»

درباره او می تواند کارنامه سینمایی او را به طور جامعی در بر بگیرد. فیلم ساختن درباره فیلمسازان دیگر از دیرباز معمول بوده، هرچند ممکن است در سینمای ایران به خاطر مستند بودن آن چندان خواستار نداشته باشد، اما در

## شیوا موزون

وکیل رسمی دادگستری



Shiva Moozoun

Attorney at Law

♦ دفاع در برابر IRS, FTB, BOE

♦ تشکیل ثبت و انحلال شرکت ها ♦ برنامه ریزی و آماده کردن اظهارنامه های مالیاتی برای اشخاص و شرکت ها ♦ تهیه و تنظیم وصیت نامه و تراست ♦ تهیه و تنظیم انواع قرارداد و اسناد حقوق ♦ آماده کردن فرم های مهاجرت

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

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

3550 Stevens Creek Blvd, Suite 340, San Jose, CA 95117

خوابیدی، انکار کنان می‌گوید: (من خواب نبودم. تمام مسائل دور و برم را هم متوجه بودم، داستان از اینجا شروع می‌شود که ایشان شب‌ها برای بهتر خوابیدن، قرص تمایزپام می‌خورد، آنهم با دوز بالا. طوری به این قرص عادت کرده بود که اگر یک شب نمی‌خورد تا صبح نمی‌خوابید و من که نگران شده بودم که مبادا به این قرص که ضررش از بیخوابی بیشتر است، اعتیاد پیدا کند، فکری به خاطر من رسید. هفته بعد خودم نسخه را به داروخانه بردم و کپسول‌ها را گرفتم. بعد از ظهری بود. شوهرم در خواب بود. با دلهره به آشپزخانه رفتم. یک کاپ آرد برداشتم و به دستشویی رفتم. در را بستم. کپسول‌ها را دانه دانه خالی کردم. به جای پودر خواب‌آور، داخل آنها را پر از آرد کردم و کپسول‌ها را به صورت اول درآوردم. آنها را در شیشه خودش جا دادم، درش را بستم و در پاکت مخصوص داروخانه گذاشتم. در همین موقع شوهرم بیدار شد. پاکت مخصوص داروخانه را روی کانتر آشپزخانه دید. آن را برداشت. دلم شور می‌زد بینم چه می‌شود. شب شد. بعد از شام، شوهرم در شیشه تامازپام را باز کرد و یک کپسول برداشت و با یک لیوان آب خورد. دنباله مطلب در صفحه ۵۷

نیست. آقایان اکثراً دروغگو هستند. حتی در مسائل کوچک، ولی در مورد خوابیدن یا نخوابیدن حسابی دروغ می‌گویند.»  
مینا وسط حرف پری دوید و گفت: «باورتان نمی‌شود، شوهر من چه کاراکتر جالبی است. شاهکار است. اگر ناهار چلوکباب خورده باشد و شما از او پرسید ناهار چه خوردی؟ بدون تأمل جواب می‌دهد: (قورمه سبزی داشتیم چقدر هم خوشمزه بود، و به نگاه‌های خشمناک من اصلاً توجهی نمی‌کند.»

سوسن با هیجان گفت: «اگر بگویم من چه کار با نمکی کرده‌ام به من مدال بخواهید داد.»

همه با کنجکاوی گفتند: «خوب بگو ببینیم چه شاهکاری کرده‌ای؟»

سوسن کمی صبر کرد و گفت: «ولی قول بدهید که این داستان را جایی تعریف نکنید.»

همه با بی‌صبری گفتند: «خیلی خوب، بگو.»

سوسن گفت: «شوهر من هم در مورد خواب حساسیت دارد و معتقد به آن است که اصلاً خواب ندارد. گاهی اوقات خر و پفش بلند است. من بچه‌ها را ساکت می‌کنم که بیدار نشود. وقتی بیدار می‌شود می‌گویم: (عزیزم، الحمدالله خوب



## نوشخند و پوزخند لبخند و زهر خند

عترت گودرزی (الهی)

etratelahi@aol.com

## شوهران

نفر اول پری بود که صحبت را شروع کرد و گفت: «صحبت من درباره شوهر خودم است که می‌دانم شامل بیشتر آقایان هم می‌شود. شوهر من کاراکتر با نمکی دارد. اولاً مثل تمام آقایان از این که کسی تلفن کند و شوهر محترم درحال چرت بعد از ناهار باشند و من در جواب دوست تلفن کننده بگویم ایشان خواب هستند ناراحت می‌شود و وقتی دوباره آن شخص تلفن کند، می‌گوید: (بابا من خواب نبودم رفته بودم ورزش؛ خانم با شما شوخی فرموده بودند). یا اگر خواب باشد تلفن زنگ بزند و از خواب بپرد و تلفن را بردارد و طرف احتمالاً بگوید ببخشید از خواب بیدارتان کردم، سینه‌ای صاف می‌کند و می‌گوید: (اختیار دارید، الان از در وارد شدم که حضرتعالی تلفن فرمودید). البته این دروغگویی مخصوص شوهر بنده

هفته پیش با چندتا از دوستانم دور هم جمع شده بودیم. معمولاً این دوره‌ها در شمال کالیفرنیا کمتر به دوره‌های جنوب کالیفرنیا می‌ماند. ما اینجا برای بحث و گفتگو جمع می‌شویم نه درباره سیاست بلکه اکثراً در مورد مسائل روز که خودمان هم در آن شریک هستیم صحبت می‌کنیم. هر یک ماه یا دو ماه یک بار هم برای تولد یکی از خانم‌ها دور هم جشن کوچکی داریم و هر بار در یک رستوران یا کافی‌شاپ جدید. یادم رفت بگویم که آقایان در این دوره خانمانه راهی ندارند. گاهی هم اگر یکی از خانم‌ها جوک یا مطلب با نمکی دارد برایشان تعریف می‌کند.

در گردهمائی هفته پیش که تولدم بود، قرار بر این بود که به‌جای کادوی تولد هرکس یک جوک جدید یا یک مطلب بامزه تعریف کند.



## 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

دارای هفت بطن یا هفت توست، یعنی در زیر پرده عباراتش معانی و اسرار تو در تو نهفته است و هر کس به قدر فهم و استعداد خود از آن سرچشمه فیض سیراب می گردد و این عدد هفت بطن جزو اعداد تامه است که در مقام تکثیر گفته می شود نه اینکه مراد عدد هفت باشد.

**پس ز نقش لفظ های مثنوی صورتش ضال است و هادی معنوی**

**در نبی فرمود کاین قرآن در دل هادی بعضی و بعضی را مُضِل می توان گفت که منظور مولوی از انشای مثنوی و به عبارت دیگر رسالت عرفانی و ادبی او در اصل، همین بود که جامعه منجمد و بی روح بشری را که از حال و هوای معرفت و نور و گرمی عشق و محبت به دور است و در گفتار و کردارشان نشانه ای از صفا و همدلی نیست و مولوی این احوال را به دیده بصیرت عرفانی و چشم حقیقت بین ملکوتی به وضوح مشاهده کرده و حالات انسان های فردای خود را در آینده زمان حال خود احساس کرده بود، منقلب سازد و آنها را حرارت و قوت و قدرت و وجد و حال تازه بدهد و در پیکر بی جان آنان روح و جان نیرومند پر نشاط بدمد.**

دنباله مطلب در صفحه ۵۶

**پس عدم گردهم چون ارنون گویدم کانالیه را جعون**  
مولوی در سیر و سلوک عرفانی به آخرین درجه این مقام که آن را در اصطلاح عرفا مقام فناء فی الله و بقا بالله می گویند و به معنای فنا و بقا در ذات حق است رسیده بود. قطره ای بود و به دریا برگشت.

مثنوی به طوری که گفته شد شاهکار آثار مولوی است که خلاصه و زبده عقاید و افکار و حاصل یک عمر تحقیقات علمی و سیر و سلوک روحانی وی در آن درج شده، اما مثنوی کتاب عادی نیست و در نوع خود منحصر به فرد می باشد، نه شبیه دیوان ها و منظومات شعرا از قبیل شاهنامه فردوسی و دیوان خاقانی و انوری است، نه از نوع کتب عرفانی مانند شرح فصوص، فتوحات محیی الدین، رساله قشریه، عوارف المعارف سهروردی و نظایر آن، چنانکه طریقه و مسلک مولوی نیز نه به طریقه عرفا و متصوفه معمولی شباهت دارد، نه با اصول متشرعه ظاهری و نه با مسلک سایر شعرا و عرفا و فلاسفه، که تاکنون شناخته و آثار آنها را خوانده ایم. خود مولوی این کتاب را به سرلوحه کتب آسمانی تشبیه می کند. از این جهت که

## سیر و سفری در گلستان ادب پارسی

گردآوری و نگارش: پرویز نظامی



## ظهور شمس تبریزی در زندگانی مولوی

معروفست که می گویند شمس تبریزی از اوحدالدین کرمانی که چنانکه مشهود است برادر طریقتی یکدیگر بودند، پرسید که در چه حال هستی، گفت ماه را در قذح آب می بینیم، یعنی جلوه جمال الهی را در مظاهر صورت های زیبا می بینیم، شمس بدو گفت اگر دمل در گردن نداری چرا سر را به طرف آسمان بلند نمی کنی تا خود ماه اصلی را ببینی، یعنی باید جهد کنی که از خلق به حق سفر کنی و جلوه حق را در شهود حق ببینی.

**آفتاب آمد دلیل آفتاب**

**گردابیت باید از وی رو متاب**

**از وی از سایه نشانی می دهد**

**شمس هر دم نور جانی می دهد**  
سایه مقام استدلال و مظهریت است و آفتاب مقام ظهور و کشف و شهود است. به اعتقاد مولوی غرور و تکبر و بدترین آفات سالک است و بزرگترین سد راه علم و ترقی طالب می باشد.

**علتی بدتر ز پندار کمال**

**نیست اندر جان تو ای زو دلال**

**نخوت و دعوی کبر و ترهات**

**دور کن از دل که تا یابی نجات**

**زلت آدم ز اشکم بود و باه**

**وان ابلیس از تکبر بود و جاه**

**لاجرم او زود استغفار کرد**

**وان لعین از توبه استکبار کرد**

مولوی سه شخصیت ممتاز بود، او سه مرحله بزرگ علمی و عرفانی را که خود او آنها را خامی، پختگی و سوختگی نامیده است طی کرد تا به آخرین مدارج ممکن کمال بشری واصل گردید. می گوید: خام بودم، پخته شدم، سوختم و در خصوص تبدیل احوال و نشو و ارتقاء که بعضی ها آن را تناسخ تکوینی و تناسخ ملکی گفته اند، چنین می سرایید:

**از جمادی مُردم و نامی شدم**

**وز نما مردم بچیوان سر زدم**

**مردم از حیوانی و آدم شدم**

**پس چه ترسم کی ز مردن کم شدم**

**حملة دیگر بمیرم از بشر**

**تا برآرم از ملایک بال و پر**

**بار دیگر از ملک پیران شوم**

**آنچه اندر وهم ناید آن شوم**

به اعتقاد و تعلیم مولوی گرمی و حرارت عشق که از کانون نور توفیق و عنایت الهی به شخص طالب کمال و اهل سیر و سلوک روحانی رسیده باشد، زودتر و بی خطرتر از ریاضت ها و عبادت های معمولی او را به سرمنزل مقصود می رساند و بدین سبب عرفان برگزیده و واصلان راه حق گفته اند که یک ساعت گرمی عشق و خلوص ضمیر از صد سال عبادت خشک سرد برتر و بالاتر است.

**زره ای سایه عنایت برتر است**

**از هزاران کوشش طاعت پرست**

حافظ غزل سرای بزرگ ایران نیز با مولانا در این عقیده همداستان است که میگوید:

**عشقت رسد به فریاد و خود بسان حافظ**

**قرآن ز بر بخوانی با چاره و روایت**

بعضی «گر خود بسان حافظ» را «ارخود» خوانده اند که درست برخلاف منظور حافظ است، چرا که علم تجوید و قرائت قرآن با چهارده روایت هفت قاری معروف که هر کدام دو راوی داشتند موجب عشق و عاشقی نمی شود. مقصود حافظ این است که هر قدر این علوم و فنون را بخوانی باز دست آخر باید عشق الهی در کار بیاید و به فریاد انسان برسد. هرگز نباید چنین توهمی دست دهد که مقصود عشق های مادی و صوری است. مولوی خود همه جا منظور خود را تفسیر می کند که غرض وی از عشق، عشق الهی است، عشق شهوت سوز است، عشق نخوت و هوس سوز است، عشق حقیقی است، نه عشق مجازی که دنبال آب و رنگ می رود.

**عشق هایی که پی رنگی بود**

**عشق نبود عاقبت ننگی بود**

مقصود او جمال پرستی و مستی از باده صورت نیست، او دنبال حقیقت و جان معنی است، صورت پرستی را بت پرستی می داند و می گوید:

**از قذح های صورکم باش مست**

**تا نگردي بت تراش و بت پرست**

و از این معنی در پاره ای از مواضع شاید تعرضی داشته باشد به جماعتی از صوفیان مانند شیخ اوحدالدین کرمانی که کمال روحانی سالک را در جمال پرستی و مشاهده زیبایی های صنع می دانستند.

## 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 F DRE# 01071456



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

12376 Saratoga Sunnyvale Rd. Saratoga, CA.95070

## منطقه فضول آباد

## درس این پیرمرد آلمانی درس خوبی بود

یکی از دوستان می گفت: وقتی که آدم آلمان به بهانه بازدید از یک کارخانه تصمیم گرفتم هرچور شده برای همیشه بمانم. ابتدا مجوز درستی برای اقامت طولانی در آلمان نداشتم. فقط به من مجوز سه ماه به سه ماه ماندن می دادند و یک بار که مجوز سه ماه اقامتم به پایان رسیده بود به روز معینی که قرار بود به دفتری مراجعه کنم و اقامت مجدد سه ماهه بگیرم. تا آدم از این طرف شهر به آن طرف شهر خودم را به آن اداره برسانم، کمی دیر شده بود. بهر حال نوبت من که شد وارد آن دفتر شدم. پیرمردی پشت میز کارش نشسته بود. می دانست برای چه کاری آمده ام. به من گفت: «حالا چه ساعتی است؟» به ساعت نگاه کردم ده و ده دقیقه صبح بود. گفتم: «ده و دقیقه.» گفت: «چه ساعتی وقت ملاقات داشتی؟!» گفتم: «ساعت ده.» بدون آنکه فرصت بدهد دلیل تأخیرم را بگویم گفت: «برو بیرون سه ماهه دیگر بیا.» این برخورد برای من بسیار پریشان کننده بود، چون از آن تاریخ به مدت سه ماهه دیگر من هیچ مجوزی برای اقامت در آلمان در دست نداشتم. اگر به هر دلیل پلیس آلمان از من مطالبه مجوز اقامت می کرد و چیزی در دست نداشتم همان روز مرا از آلمان اخراج می کردند و این برای من فاجعه بود. مدتی روز و شب سیاه شد. هرچور بود به خیر گذشت. دوباره رفتم مجوز سه ماه اقامت از او گرفتم تا نهایتاً به من اقامت دائم دادند. بگذریم، چند سال بعد همان پیرمرد را که لابد حالا بازنشسته شده بود در شهر توریستی مانهایم آلمان دیدم. داشت می رفت بطرف اتومبیلش. من فوراً پریدم به شیشه مشروب عالی خریم و خودم را به او رساندم. اول خودم را معرفی کردم، سپس هدیه ام را به او دادم و گفتم من از شما بسیار متشکرم که به من وقت شناسی یاد دادید. پیرمرد حیران و شگفت زده حرف های مرا شنید. لبخندی زد و دست مرا فشرد و فقط از من پرسید کجائی هستی؟

دنباله مطلب در صفحه ۵۶

کار می رفت. نشریه تربیت به طور جدی به نقل کتاب های کودک و نوجوان و اخبار کتابخانه های مدارس می پرداخت. ضمناً

دنباله مطلب در صفحه ۵۳

مشقی تازه  
در روزهای غربت

حسینعلی مکوندی

فریمان - کالیفرنیا

e-mail: ha@makvandi.com



با خرقه و تسبیح مرا دید چو یار  
گفتا ز چراغ زهد ناید انوار

کس شهد ندیده است در کان نمک

کس میوه نچیده است از شاخ چنار

باز این چهار کلمه را هم به او دادند

و گفتند رباعی بساز (خروس - انگور

درفش - سنگ) و او چنین سرود:

ای برده گل رازقی از روی تو رشک

در دیده مه زدود سیکار تو اشک

گفتم که چو لاله داغدار است دلم

گفتی که دهم کام دلت یعنی کشک

اولین روزنامه خصوصی در ایران

در دوره حکومت مظفرالدین شاه اولین

روزنامه خصوصی به نام تربیت به مدیریت

محمدحسین فروغی اصفهانی انتشار یافت.

این روزنامه بیش از نه سال دوام آورد. از

زیباترین و متین ترین روزنامه های زمانه

خود بود. بیشتر مطالب این روزنامه درباره

مدارس و اخبار آن بود و عهده خواننده های

آن معلمان و دانش آموزان بودند. این روزنامه

حتی در بعضی مدارس بعنوان متن درسی به

## ملک الشعراى بهار و حسودان

استاد بهار هیجده سال بیشتر نداشت

که پدرش به سبب مرض وبا درگذشت و

بار مسئولیت سنگین سرپرستی و تامین

مخارج مادر و دو برادر و یک خواهر

تماماً به دوش او افتاد. بهار بعد از مرگ

پدر، به فرمان مظفرالدین شاه، لقب ملک

الشعراى آستان قدس رضوى به او رسید.

وى با همان سن و تجربه محدود در هنر

شاعرى بسیار توانا و چیره دست بود،

ولى حسودان و مخالفان او مى گفتند که

این اشعار او یا شعرهای پدرش می باشند

یا به بهار شروانی نسبت می دادند، به

همین دلیل حسودان در چند مورد او را

آزمایش کردند. واژگانی در هر مورد به

او دادند که بهم ربطی نداشتند. به قولی

جمع بین اضداد بود مثل این نمونه ها

به او گفتند یک رباعی با این چهار کلمه

بساز (تسبیح - چراغ - نمک - خیار) و او

چنین سرود:

## انجمن آذربایجانی های شمال کالیفرنیا



غیر انتفاعی، فرهنگی، هنری و بدون وابستگی سیاسی و مذهبی!

با هدف ترویج و گسترش فرهنگ و هنر آذربایجان

برنامه های انجمن: برپایی جشن های ملی، تفریحی، کمپینگ و پیک نیک، مسابقات تخته نرد، شب های

شعر و موسیقی، برنامه های هنری، کلاس های زبان ترکی و انگلیسی، کلاس های رقص و موسیقی

خدمات و مشاوره رایگان در امور: مهاجرت + کاریابی و مسکن + انجام خدمات اولیه برای افراد تازه وارد به آمریکا

+ سرمایه گذاری + خرید و فروش املاک + مشاوره در امور تحصیلی + مشاوره در امور خانوادگی

برای اطلاعات بیشتر لطفاً با ما تماس حاصل فرمایید!

e-mail: secretary@acsnc.org

(408)858-9862

website: www.acsnc.org

عضویت در این انجمن بدون شرط سنی، عقیدتی، سیاسی و ملیتی می باشد!

Azerbaijan Cultural Society of N. California

16400 Lark Ave., Ste. #260, Los Gatos, CA 95032

و ناگهان تمام جوهر جوانی در سرانگشتانم جاری می شود. او لرزش انگشتم را احساس می کند. نفسش به شماره می افتد و می گوید:  
-هاله مثل این که داری حرفی می زنی. می بوسمش و می گویم:

-تو که می دانی من حرفه‌هایم را در گوش تو زمزمه می کنم و وقتی از بر و کنارت بر می خیزم حرفی برای گفتن ندارم. این تو هستی که حرف مرا با دیگران در میان می گذاری. این تویی که منم.

به غمزه همیشه تسلیم فشار سرانگشتم می شود. می گوید:

-پس بگو... بگو... بگو از وحدت تن من و دست تو چه بر خواهد خاست؟

می گویمش:  
-ای مهربان بازیافته که من در همه عمر وقتی با تو بودم در لحظه کام یک

شعر را می خواندم.  
می خندد و می گوید:

-آری، بیا با هم باز هم آن را برای هزار هزارمین بار بخوانیم.

هر دو در لرزه کارم گم شده ایم و با هم می خوانیم:

**بشکنی ای قلم ای دست اگر**

**پیچی از خدمت محرومان سر**

دلایزت را به دستان من بسپار. یادت می آید آنهمه سالها نوازش را.

-چطور می توانم از یاد ببرم که آتش از سرانگشت های تو به جانم می ریخت و من سرمست تسلیم بدم و تو بی پروا

مرا با خود به هر سو می کشیدی و می بردی. هرچه می خواستی می گفتی.

-و تو با چه دلربایی آن حرفها را برایم تکرار کردی.

لحظه ای می لرزد. آن قامت دل افروز دلربا خود را کنار می کشد. می پرسد:

-چرا کنار کشیدی؟  
-برای خاطر تو. به من گفته اند که تو

آزار خواهی شد. از درد به خود خواهی پیچید و من نمی خواهم تو در کنار من

آزار ببینی. برخیز و برو. نمی توانم. حالا تمام قامت نرم و لغزنده اش در

میان سرانگشتان من است. گلویم خشک شده. نصیحت ها را فراموش کرده

ام. به من گفته اند باید او را رها کنم. باید به راهی دیگر بروم. باید فکرم را

به صدای بلند روی یک نوار قهوه ای بریزم. نه، نمی شود. من همه عمر با این

تن برهنه لغزنده حرف زده ام. مگر می شود رهایش کرد؟ محکم در دست ها

می فشارمش. می گوید:  
-نکن. می ترسم، می ترسم که برای

همیشه از هم جدا شویم.

## یادداشت‌های بی تاریخ

صدرالدین الهی



### هماغوشی

-تو هستی؟

-آری.

-در بستر من چه می کنی؟

-بی تابم.

-مگر ما را از هم جدا نکرده اند. مگر نگفته اند که کاری به هم نداشته باشیم!؟

-نمی توانم، نمی توانم.

-باید حرف گوش کنی. برخیز و برو و مرا در خمار خیال فشردن های

دلپذیرت تنها بگذار. دستی به پهلویش می کشم. مثل همیشه

نرم و پذیرنده است. می پرسد:  
-عادت کرده ای؟

-نه، دارم از دوری تو به جان می آیم. رو به من کن.

-به آنها چه خواهی گفت؟  
-خواهم گفت که اختیار از کفم بیرون

رفت. -تنبیه دردناکی در انتظار تست. باشد. به طرف من بچرخ. قامت نرم

دور از چشم همه در سایه روشن شب به سراغش می روم. دلم برایش تنگ شده است. در بستر سپیدش دراز کشیده است. برهنه مثل همیشه اما اندکی خواب آلود. کنارش می نشینم و نگاهش می کنم. چشم به روی من بسته است. آه، چه لطیف است این قامت کشیده و سوسه انگیز. یکمرتبه دست به سویش دراز می‌کنم. نمی دانم چقدر وقت است که او را به سینه نفش کرده ام. تمام جانم تمناست و با تمام دلم می خواهمش.

گفته اند که نباید او را در بر بگیرم و پست و بلند قامت طرب انگیزش را نوازش دهم. اما مگر می شود؟ جادوی اندام او مرا به سویش می کشد. در این سالهای سال هر وقت که خواسته است در کنارش بوده ام و هر وقت که خواسته ام تن به من سپرده. دستی به پهلویش می زنم، نیم غلتی می زند و می گوید:

# Zad Grocery

# سوپر مارکت زاد

**"We bring good things to the neighborhood"**

عرضه کننده بهترین مواد غذایی، تازه ترین میوه و سبزی با نازلترین قیمت و کیفیتی برتر

انواع گوشت با ذبح حلال، بدون هورمون (گوساله، گاو، بَز و مرغ)، دل، جگر، زبان و قلوه



کلیه مواد کله پاچه موجود است



Place your meat orders before 8:00pm



**Variety of Halal Meat & Chicken, Fresh Vegetables & Fruits**

انواع میوه جات، سبزیجات، چای، انواع نان ایرانی، برنج، خشکبار، ادویه جات، انواع شیرینی های خشک، انواع لبنیات، لوازم خانگی و کادویی

We accept  
Food Stamp  
All Major  
Credit Cards

**(408) 244-2699**

**Shop fresh. Shop local. Shop ZAD**

4481 Stevens Creek Blvd, Santa Clara, CA 95051

7 days a week  
9am to 10pm  
Meat Dept.  
9am to 9pm  
Meat cutting till 8:30pm

## دانستنیهای جالب و عجیب علمی!

- با چند نمونه از دانستنی های کوتاه و عجیب علمی آشنا شوید.
- ♦ جویدن آدامس هنگام خرد کردن پیاز مانع از اشک ریزی شما می شود.
- ♦ اثر لب و زبان هر کس همانند اثر انگشت آن منحصر به فرد است.
- ♦ ۸ دقیقه و ۱۷ ثانیه طول می کشد تا نور خورشید به زمین برسد.
- ♦ ظروف پلاستیکی تقریباً ۵۰۰۰۰ سال در برابر تجزیه مقاومتند.
- ♦ تنها قسمتی از بدن که خون ندارد قرنیه چشم است.
- ♦ شترمرغ در ۳ دقیقه ۹۵ لیتر آب می خورد.
- ♦ حس بویایی مورچه با حس بویایی سگ برابری می کند.
- ♦ کرم های ابریشم در ۵۶ روز ۸۶ برابر خود غذا می خورند.
- ♦ زمان بارداری فیل به دو سال می رسد.
- ♦ در یک سانتی متری پوست شما ۱۲ متر عصب و ۴ متر رگ و مویرگ است.
- ♦ شدیدترین نعره ها متعلق به وال ها است که برابر با صدای موتور جت است.
- ♦ دلفین ها همانند گرگ ها هنگام خواب چشم هایشان را باز می گذارند.
- ♦ با نگاه کردن به گوش حیوانات می توانیم به تخم گذار بودن یا بچه زا بودن آنها پی ببریم. بدین صورت که تخم گذاران گوششان ناپیدا و بچه زایان گوششان نمایان است، تنها یک استثنا وجود دارد آن هم نوعی افعی است که بچه زاست اما گوشش دقیق پیدا نیست.
- ♦ بیشتر سردردهای معمولی از کم نوشیدن آب است.
- ♦ موش دو پای آفریقای از میدان دید ۳۶۰ درجه برخوردار است.
- ♦ مغز انسان تنها ۲ درصد از وزن انسان را تشکیل می دهد ولی ۲۵ درصد اکسیژن دریافتی بدن را به تنهایی مصرف می کند.
- ♦ سرعت عطسه یک انسان برابر است با ۱۶۰ کیلومتر در ساعت
- ♦ چشم انسان معادل یک دوربین ۱۳۵ مگا پیکسل عمل می کند!
- ♦ ۹۰ درصد سم مار از پروتئین تشکیل شده است!
- ♦ مغز در هنگام خواب فعالتر از وقتی است که تلویزیون می بیند!
- ♦ رشد کودک در بهار بیشتر است.
- ♦ آب دریا بهترین ماسک صورت است!

## چگونه یک Repossession را از کردیت ریپورت خود حذف کنید!

مانی حاتمی  
کارشناس-دارای بورد تخصصی تعمیر اعتباری  
mani@zenithfg.com



هنگامی که پرداخت یک وام خودرو را متوقف می کنید، بانک ممکن است عمل Repossession خودرو را انجام دهد. این کار می تواند به دو روش انجام شود. شما می توانید به طور داوطلبانه خودرو را تسلیم کنید و یا بانک به سادگی می تواند آن را از شما بگیرد. در واقع، در بسیاری از موارد حتی لازم نیست به شما اعلام کنند که آنها در حال گرفتن خودرو هستند. هنگامی که ماشین شما به تصرف آنها دربیاید، روی امتیاز کردیت تان تاثیر منفی می گذارد. تاثیر این حساب منفی میتواند بسیار قابل توجه باشد و امتیاز کردیت تان به حد زیادی کاهش دهد! مهمتر از همه، اگر بانک از شما برای تفاوت بین ارزش خودرو و مبلغی که بدهکار هستید شکایت کند، این نیز می تواند به عنوان یک Judgment علیه شما بروی کردیت ریپورت شما قرار گیرد که باعث می شود امتیاز کردیت تان باز هم بیشتر صدمه ببیند.

### آیا Repossession می تواند از روی کردیت ریپورت حذف شود؟

شما زمانی که می خواهید Repossession را از گزارش کردیت خود از بین ببرید چند گزینه دارید. شما هم می توانید خودتان اقدام به حذف آن کنید و یا می توانید از یک تیم حرفه ای برای حذف Repossession که بروی کردیت ریپورت شما بوجود آمده است.

اگر شما خودتان می خواهید اقدام به حذف Repossession کنید، چند راه در این مورد وجود دارد.

### سعی کنید برای پرداخت های جدید مذاکره کنید

اولین گزینه این است که اقدام به مذاکره با کسی که به شما وام داده است کنید. معمولاً یک بانک و یا یکی از وام دهندگان بزرگ است که معمولاً به نمایندگی این کار را انجام می دهد. هدف مذاکره کردن این است که درباره یک طرح بازپرداخت صحبت

کنید که شما توانایی مالی آن را داشته باشید. در عوض درخواست می کنید که آنها Repossession را از روی کردیت ریپورت تان حذف کنند. در حقیقت، سخت ترین بخش از این تکنیک بکارگیری فرد مناسب است. او در واقع کسی است که توانایی مذاکره با شما و حذف حساب منفی از کردیت ریپورت تان را دارد. به عبارت دیگر، این گزینه ای است که به پشتکار مذاکره کننده بستگی دارد. هر چه بانک بزرگتر باشد، بکارگیری فرد مناسب در تماس تلفنی هم سخت تر خواهد شد.

در نهایت مطمئن شوید که شما همه چیز را قبل از زنجیره کردن شرایط مذاکره دوباره، نوشته اید.

یکی دیگر از گزینه های موجود برای برداشتن و حذف یک Repossession استفاده از یک روش پیشرفته برای بدست آوردن اختلاف Repossession با سه «کردیت بیرو» می باشد. کلید موفقیت پیدا کردن اطلاعات نادرست در گزارش این حساب منفی می باشد. در اینجا چند مورد که باید چک کنید آورده شده است:

- ♦ همه تاریخها
- ♦ بالانس ها
- ♦ شرایط پرداخت
- ♦ شماره حسابها
- ♦ هر چیز نادرست دیگر

## دفتر خدمات اجتماعی ایرانیان

با مدیریت آذر نصیری

با سال ها تجربه، سرعت عمل، و دقت، شما را یاری می دهیم!

Azar Nassiri

Non-Attorney



### خدمات سوشیال سکوریته

Iranian Services

- ♦ مدیر و مدیکل
- ♦ سوشیال سکوریته (SSI)
- ♦ دریافت حقوق و مزایای دولتی (CAPI)
- ♦ دریافت حقوق پرستار
- ♦ دریافت حقوق بازنشستگی
- ♦ مصاحبه های سالانه سوشیال سکوریته
- ♦ انجام درخواست تجدید نظر در امور سوشیال سکوریته (Appeal)

در سراسر بی اریا

(408) 348-2595 F (925) 998-5340 F (415) 446-8682

Fax: (408) 247-5006

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

ماندن و دعوت شدن و در لیست دوستان قرار داشتن مهمتر و ارزشمندتر از توجه به فرمایشات زنده و لوس میزبانان به نظر می رسد. اصل، میهمانی رفتن، بودن و سرگرم شدن است. نباید سخت گرفت حرف می زند. مهم نیست. به علاوه پول، آدم ها را عوض می کند. شأن و شوکت می دهد. بعضی ها هم کم ظرفیت می شوند و خودشان را دست بالاتر از قد و قواره می گیرند. کسی به دل نمی گیرد. این میهمانی ها و تجمع سردمداران دور و نزدیک غنیمتی است که فقط در منزل آنها رنگ و جلا دارد و دیده می شود. به علاوه بنده و شما هم با دربان و راننده و پیشخدمت و آشپز و چند مستخدم شبانه روزی حتما شناسنامه را گم می کنیم و تغییر شخصیت می دهیم. برای دیگران بالای منبر رفتن آسان است. می شود به حساب بغض و حسادت زنانه گذاشت. نمی دانم. چه بسا برداشتی مقرون به حقیقت داشته باشد. افکار فرق می کند و سلیقه ها یکسان نیست. خصوصا که محیط رشد برحسب آموزش و پرورش فرهنگی خانه و مدرسه و اجتماع متغیر و معمولاً در نوسان جو مستولی. بهر حال این صفت خودنمایی و خود آرائی زیر سایه همسر به ما ایرانی ها اختصاص ندارد. دنباله مطلب در صفحه ۳۰۳

بیکاره را به اوج شهرت رسانید. به صورتی که جمله ایرانی های ناحیه و اطراف به دنبال وسیله واسطه برای ورود به لیست مدعوین حضرتش، خصوصا در جشن های کریسمس، سال نوی مسیحی و مهمتر بزرگداشت استقلال آمریکا. سپس خطابه و گزارش از خدمات خانوادگی در طریق ارادت به سیاست آمریکا و دموکراسی سراسر دنیا و کشورهای نیازمند. به هر کیفیت منظور اصلی رفتار و گفتار حضرت علیه زن طرف است که واقعا تماشائی و بنظر صاحب نظران نکته سنج اسباب شرمساری عموم زنهای ایرانی. زنک نه سلام می کند نه تواضع. حتما بالای مجلس و سئوالات عجیب غریب از دیگران که شما را نمی شناسم، از کدام خانواده ای، چرا از ایران آمدید، اینجا چه می کنید و در همین ردیف سئوالات موهن و تلخ و بسیار بی ادبانه با لحن تحقیرآمیز. متأسفانه مردم نیز ادب می کنند و به سئوالات احمقانه اش جواب می دهند. کسی هم نمی پرسد، خودت کار کجائی، اینجا چه غلطی می کنی، چرا با دارائی شوهر، خودت را گم کرده ای، سر و ریختی هم که نداری، کسی هم نیستی، پس این غلط های زیادی برای چه! ولی افسوس که مرض در جمع

## از درگوشی ها

به قلم پیرویه

مستوجب تعظیم و تکریم. مایه تأسف که دیگران می پذیرند، همچنانکه در همین آبادی ناقابل بارها شاهد و ناظر باد آوردن بعضی و باد زدن برخی دیگر. مردی پنجاه سال قبل به ذلت خودش را رساند به خویشاوندی که اینجا دهکده ای را صاحب بود. طرف کسی را نداشت و دکان را مردک به ارث برد و تدریجا فروشگاه، خانه ای و بعد افتاد به دلایلی زمین که طی چند سال سر به فلک کشید و مردک یک لاقبا شخص معتبری شد. ثروتمند و سرشناس با سران محل رفت و آمدی و ریخت و پاشی و وارد معرکه بده بستان. رایج و طبعاً سرآمد ایرانیان فراری آخوند زده که البته شرکت با سرمایه داران ذی نفع، باج های انتخاباتی و ضیافت های کارساز معاملاتی. خدا بیمارزد آقا عمو و دهکده نانوائی سرگذر را. خلاصه حساب بانکی همراه سلسله مراتب بزرگ زادگی و تحصیلات عالی و جمیع صفات اعیانی اشرافی کاذب طرف مربوطه و عیال مستعد

کسب شخصیت و فخرفروشی به اتکاء مقام و موقعیت مالی یا اجتماعی شوهر حرکت زشت و زنده ای بود که به نظر اکثر مردم معرف حقارت ذاتی عیال طرف می شود. تصور می کردم خاص خانمهای سبک مغز ایران. دوره هویدائی بود که متأسفانه اینجا هم بسیار دیدم و حیرت کردم. آمریکایی و گنده نمائی و افاده بعید بنظم می آمد. لابد همه جای دنیا پیدا می شود و البته باعث شرمندگی. در عین حال صفت ناپسندی است که هنوز هم خاص بانوان نادان و از خود راضی ایران خودمان است. به محض آنکه مردی به جائی می رسید یا چیزی که به چنگ می آورد چهره ظاهری باطنی زن تغییر می کرد. از رنگ زلف گرفته تا لاک ناخن دست و پا. وای به حال و احوالات نشست و برخاست خانم که شوهرش تنبان دوتا کرده. پس بیائید به خدمت بنده صدرنشین مکتب تفریحی مسخره که یعنی بالا جسته ام «آقامون چنین و چنان شده و به همین دلیل من سرفراز و محترم

## ارایه خدمات مهاجرتی با کیفیت عالی و هزینه کم (به زبانهای فارسی و انگلیسی)



کسب تابعیت (سبئی زن شیب)  
کارت اقامت دائم (کارت سبز)  
درخواست مهاجرت خانوادگی

تجدید کارت سبز

مجوز اشتغال

معافیت از پرداخت هزینه

اطلاعات بیشتر و وقت در تماس با ما: لطفاً به وقت محلی در نظر بگیرید

408-261-6405

818-616-3091

Pars Equality Center  
1635 The Alameda  
San Jose, CA 95126

Pars Equality Center  
4954 Van Noy Blvd, Suite 201  
Sherman Oaks, CA 91403

www.parsqualitycenter.org

A DOJ Accredited Agency  
511 (c)(3) Nonprofit Organization

## Ali Driving & Traffic School

کلاس های تعلیم رانندگی و ترافیک علی

برای بزرگسالان و نوجوانان

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

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

Safe Driving  
Saves Lives



Safety is our most  
important concern

Licensed & Bonded

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

آموزش رانندگی توسط کادری مجرب و حرفه ای

(408)370-9696 ◆ (408)394-5249



ناپدید می شدند چنانکه گویی به بُعد دیگری مکیده می شدند. این وقایع در اثر ایجاد یک مدار انرژی به شعاع نود متر در اطراف این ناوچه جنگی به وجود آمد. در وقایعی که از طریق داستانها از مراضین هندوی تبتی نقل شده، حکایت از این دارد که مراض قادر است اشیاء کوچک مثل یک بشقاب را با تمرکز نگاه ناپدید کند و یا اینکه خود در میان جمع ناپدید شود. این به دو صورت ممکن است واقع شود. نخست انتقال از مکانی به مکان دیگر «طی الارض» به سرعتی که چشم سر قادر به ردیابی آن نشود. اما در مورد اشیاء استفاده از قدرت «Telekinesis» توانایی حرکت اشیاء از طریق قدرت فکر (این توانمندی به شخص اجازه می دهد که در اشیاء برای حرکت و جابجایی نفوذ کند).

مسئله دوم بودن فرد یا شیء در مکان معین و ناپدید شدن آن از دید افراد به نحوی که شخص یا شیء در همانجا باشد ولی تکاثف خود را از دست داده باشد و غیر قابل رویت گردد. مثال: شیشه یک جسم مادی شفاف است، شفافیت آن در حدی است که از ورای آن می توان به وضوح اشیاء و مناظر را رویت کرد. دنباله مطلب در صفحه ۵۲

کشتی های فیلادلفیا، یک ناوشکن برای چند لحظه ظاهر و دوباره ناپدید شد. همه این ماجرا در نوامبر ۱۹۴۳ در روز روشن اتفاق افتاد و مانند یکی از اسرار بزرگ و لاینحل جنگ جهانی دوم باقی ماند.

دانشمندان در تغییر دادن ساختمان ملکولی ماده که به موجب آن کشتی ای با همه خدمه و آنچه در عرشه داشت ناپدیده گردد، توفیق یافتند، به همان ترتیب ظهور مجدد و ناپدید شدن و تکرار آن چند بار بطوریکه هیچ کس نفهمید چه اتفاقی افتاده. بعد از آن تجربه امید می رفت زمانی که میدان انرژی تمام می شد، کشتی به وضع عادی خود برگردد، اما با کمال تعجب نتیجه غیر از آن بود و معلوم شد کشتی از جای خود به مکان دیگری به سرعت نور منتقل شده است.

آنطور که «آلنده» نوشته است، وحشتناک ترین سرنوشت برای خدمه کشتی واقع شد. مردان بر روی جاهای خالی قدم می نهادند و پس از چند قدم در انفجار زبانه های آتش ناپدید می شدند. «آلنده» چنین ادامه می دهد: مردان به درون مشعل های فروزان آتشین حرکت می کردند، شعور خود را از دست داده، چند گامی بر می داشتند و به درون خلاء



دختر پیشخدمت بار تازه سینی خود را از لیوان ها و بطری ها جهت مشتریهایی که پشت میز به انتظار نشسته بودند پر کرده بود. دختر از ترس لرزید و سینی از دستش رها شد. ملوان ها و اشخاصی که در اطراف بودند با سکوت گیج کننده ای به این صحنه مینگریستند. گروه سه نفری به همان سرعتی که در صحنه ظاهر شده بودند، ناپدید گردید. یکی از مشتری ها گفت: «من از ترس مورمورم میشه»، دیگری زمزمه کرد: «پشت من از سرما میلرزه» و سومی که به نظر میرسید دیگر از نوشیدن احساس خوشحالی نمی کند با ناباوری خیره مانده و خود را تکان می داد. در نورفولک ویرجینیا، ملوانان، شخصیت ها و کارمندان بندری که روی اسکله در جایگاه کشتی ها ایستاده بودند یک ناوچه کوچک را در جایگاه خالی مشاهده کردند. سپس مجدداً ناپدید گشت. تقریباً هزار کیلومتر دورتر از «نورفولک» در کنار اسکله در جایگاه

دکتر جساپ با اطلاعات فیزیکی خود کاملاً از منظور ملاقات آلبرت انیشتن با روزولت مطلع بود. انیشتن برای اختتام جنگ ساختن یک «فوق بمب» را پیشنهاد کرد. همراه این پیشنهاد جریانی دیگر مطرح گردید و آن بوجود آوردن میدان مغناطیسی و در نتیجه ایجاد نیرویی که بطور باورنکردنی میتواند انسان و اشیاء را ناپدید نماید. اثرات جنبی آن و همچنین قسمت دکتر جساپ در این آزمایش هرگز معلوم نگردید. اسامی دانشمندانی که در این برنامه سرّی شرکت داشتند گفته می شود که در بایگانی وزارت نیروی دریایی آمریکا نگهداری می شود.

#### آنچه اتفاق افتاد

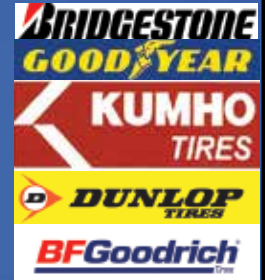
برحسب تصادف هیچکس در کنار بار میخانه ملوانان نزدیک بندر فیلادلفیا نایستاده بود. دفعتاً سه نفر ملوان با لباس اونیفورم کامل آنجا ظاهر شدند. چنانکه گویی با افسون از آسمان آمدند.

## S & S Tire And Auto Repair

### Complete Automotive Repair Service



Family Owned & Operated



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

Oil Change Special  
Get \$10 OFF  
Synthetic Oil Change

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

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

We Are #1  
Established in 1996

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

دویدیم واسکناس ده تومانی را به مادرمان نشان دادیم و گفتیم: «مادرا! از امروز ما با هم شریک!»  
مادر اسکناس ده تومانی را از ما گرفت و یک پنج تومانی تا خورده معطر به ما داد و دست محبتی هم به سرمان کشید یعنی مرحبا! آفرین! این را می گویند یک آقا پسر حسابی! لابد توی دلش هم میگفت: «گور بابای اتول خان رشتی!»

آقا! سرتان را درد نیاوریم. این ده تومان چنان زیر دندان مان مزه کرد که یواش یواش از انجیر فروشی ارتقاء مقام پیدا کردیم و شدیم سیب فروش و پرتقال فروش و انار فروش. حتی شیر و ماستی را که روی دست مان باد می کرد می بردیم لاهیجان به یک آقای نحیف شیره ای مفلوکی که در گرما و سرما و باد و باران و سیل و بوران کنار خیابان ماست می فروخت می دادیم تا برای مان بفروشد و نصف پولش را بابت حق العمل برای خودش بردارد و نصف دیگرش را بدهد به ما.

بعد ها که دیگر یواش یواش ریش و سیل مان داشت در میآمد پول ها را جمع می کردیم و به جای دیدن فیلم های بروس لی می رفتیم پشت سر هم کتاب می خریدیم و مدام کتاب می خواندیم و همین کتابخوانی چنان کاری دست مان داد که تا همین امروز به قدرتی خدا حتی یک روز آب خوش از گلی مان پایین نرفته است و هنوز هم نمیروود و تنها سرمایه مان هم در این سنگستان و سنگستان چندین هزار جلد کتاب است که نمی دانیم اگر فردا کپه مرگ مان را بگذاریم چه بلایی بر سرشان خواهد آمد.

والزاریاتی افتاده است که دارد انجیر فروشی می کند؟ آخر پدر بزرگ مان با آن عمامه سه منی اش برای خودش کیا بیا واهن و تلب و برو بیایی داشت. دل به دریا زدیم و گفتیم: «گور بابای حاج خلیل آقای عمامه سه منی. اصلا گور بابای اتول خان رشتی. راه بیفت پسر!»

انجیر ها را گذاشتیم توی یک سبد و ترسان و کمی هم شرمسار راهی آرامگاه شیخ زاهد گیلانی شدم. آنجا صدها زوار در سایه سار درختان نارنج نشسته بودند و هندوانه و خربزه و خیار می خوردند و سیگار می کشیدند و می گفتند و می خندیدند.

رفتیم گوشه ای زیر درختی به انتظار مشتری نشستیم. اولین مشتری مان آقای بود با یک بیژمه راه راه و یک زیر پیراهن رکابی سفید. آمد سراغ مان و نگاهی به انجیر ها انداخت و گفت: «چند؟»

گفتیم: «دانه ای پنج قران.»  
نگاه خریدارانه ای به انجیر ها انداخت و گفت: «همینطوری سبدش را چند میفروشی؟»

گفتیم: «نمیدانم.»  
گفت: «ده تومان!»  
آقا! آنوقت ها ده تومان خیلی پول بود. میتوانستیم پنج بار به سینما استخر لاهیجان برویم و فیلم های هرکول و بروس لی تماشا کنیم.

گفتیم: باشد.  
ده تومان بما داد و انجیر ها را ریخت توی یک سینی بزرگ و رفت  
آقا! این اولین بار توی زندگی مان بود که انگاری بلیط بخت آزمایی مان برنده شده بود. افتان و خیزان و شلنگ تخته زنان و شاد و شنگول به سوی خانه



### الکاسب حبیب الله

تابستان ها عده ای با دیگ و فرش و قابلمه و چراغ خوراک پزی و قبل منقل شان از راه می رسیدند و پای درختان نارنج سفره و فرش پهن می کردند و هوای تازه ای میخورند. آبشار خروشان هم از کنار بقعه جاری بود که خنک ترین و گوارا ترین آب عالم را داشت. آبی که از دل سنگ خزه بسته عظیمی می جوشید و می خروشید و به سمت مزارع برنج سرازیر می شد.

یک روز به مادرم گفتم: مادرا! حیف این انجیر ها نیست؟ نمی شود اینها را بچینیم و بفروشیم؟  
مادر گفت: چرا نمی شود؟ اما ما کسی را نداریم که بچیندشان و بفروشدشان. گفتم: چطور است خودم اینکار را بکنم؟  
مادر با تردید نگاه کرد و گفت: تو؟  
ببینیم و تعریف کنیم.

ما هم غیرتی شدیم و آستین هایمان را بالا زدیم و با تردید و هراس از نخستین درخت بالا بلند انجیر بالا رفتیم و اگر چه دست و بال مان زخم و زیلی شد و به خارش افتاد و کپهر زد اما توانستیم یک عالمه انجیر بچینیم و به سلامت از آن بالا بالا ها پایین بیاییم. آمدیم پایین. خب، حالا چه کنیم؟ اینها را چطوری آب کنیم؟ چطوری به پول تبدیل شان کنیم؟ آخر مردم چه می گویند؟ نمی گویند نوه آقای حاج خلیل خان شیخانی به چنان

آنجا، پشت خانه مان، بر بلندای تپه ای، چند درخت آلبالو و انجیر کاشته بودند. درختان آلبالو چنان در هم تنیده بودند که ریشه و تنه شان را نمیشد باز شناخت. اواخر بهار که میشد گویی چادری قرمز بر روی درختان آلبالو کشیده بودند. درختان سر تا به پا قرمز می شدند.

اینکه کسی بیاید و آلبالو ها را بچیند و به بازار برود و بفروشد در مرام ما نبود. اصلا خجالت ما میآمد که سیب و انار و انگور و انجیر و گلابی و آلبالوی مان را بفروشیم. کسر شان خودمان میدانستیم. چرایش را نمیدانم. فقط یادم میآید گهگاهی چند کارگر از راه می رسیدند و پرتقال ها و نارنج های مان را می چیدند و در جعبه های چوبی می ریختند و می بردند و میوه های دیگر آنقدر روی درخت ها می ماندند تا خشک بشوند و بریزند یا نصیب پرندگان بشوند.

اوایل تابستان درختان انجیر پر بار میشدند. چه انجیر های شیرین و درشت و آبداری. پدرم گهگاه صبح ها چند تایی انجیر از درخت می چید و به خورد ما می داد. چقدر خوشمزه بودند. آنجا، در محله ما، کنار آرامگاه شیخ زاهد گیلانی، نارنجستانی بود که بهارانش با عطر شکوفه های بهار نارنج مست و مدهوش می شدیم و

### به نام آنکه هستی بخشی است و جان آفرین



انجام مراسم عقد شرعی  
و سنتی ایرانی و آمریکایی

توسط دکتر مهری پیروز

در تمام موجودات نور خدا هست، چنانچه این نور بر افروخته شود، بر همه چیز غلبه خواهد شد و زندگی را با آرامش و شفای درونی به حال طبیعی بر می گرداند.

۹۲۶۱-۸۵۹-۴۱۵

### سارا مصطفوی - وکیل مهاجرت



- ♦ پناهندگی
- ♦ گرین کارت
- ♦ امور تبعیت آمریکا
- ♦ جلوگیری از اخراج
- ♦ امور حقوق بشر در رابطه با مسائل مهاجرت
- ♦ ویزاهای نامزدی، کار، سرمایه گذاری و دانشجویی
- ♦ سوء استفاده همسر در مورد اخذ اقامت از طریق ازدواج

(510) 852-9650

- ♦ Asylum
- ♦ Green Cards
- ♦ Citizenship
- ♦ Deportation Defense
- ♦ Human Rights Based Immigration Matters
- ♦ Visas: Fiancé, Work, Tourist, Investment and Student
- ♦ Abused Spouse Immigration Petitions

Sara M. Mostafavi - Attorney at Law F info@sara-law.com  
2000 Hearst Ave. Suite 401, Berkeley CA 94709

تداخل دارویی و اثرات جانبی را بالا می برد بلکه از نظر هزینه برای دولت و بیماران نیز مشکل بزرگی به حساب می آید. بنابراین بایستی تعداد این داروها را حتی الامکان کم کرد.

❖ بیشتر داروهایی که در بزرگسالان و سالمندان مصرف می شوند عبارتند از داروی ناراحتی های گوارشی، ضد انعقاد خون، ضد دردهای گوناگون، داروهای قلبی و ضد فشار خون، آنتی بیوتیک ها و ضد سرخ و تشنج ها، آرام بخش ها و پائین آورنده های قندخون.

در مورد تمام این گروه ها امروزه اطلاعات بسیار دقیق در مقالات علمی و اینترنت موجود است که می توان آنها را پیدا کرد و راه صحیح مصرف آنها را به پرستاران و بیماران آموخت.

❖ بسیاری از بیماران به علت طعم بد، اثرات جانبی و یا تداخل دارویی دچار مشکل شده و داروی خود را مصرف نمی کنند و این را هم با پزشک خود در میان نمی گذارند. این پدیده Non-Compliance باعث بدتر شدن بیماری شده و ممکن است فرد را تا حد مرگ پیش ببرد. بنابراین پرستاران باید توجه کامل داشته باشند که بیماران داروهای خود را مصرف می کنند. **دنباله مطلب در صفحه ۵۳**

در بیماران بزرگسال داشته و آنها را تحت نظر و کنترل خود داشته باشند تا اشتباهی در مصرف داروها پیش نیاید. امروزه باتوجه به پیشرفت تکنولوژی دارویی می توان مصرف داروها و اثرات آنها را در سالمندان پیش بینی کرد و از دادن داروهای غیرضروری خودداری کرد و اطلاعات کافی راجع به تداخل دارویی، اثرات جانبی آنها را در بیماران بزرگسال پیدا کرد. در این صورت می توان این بیماران که هرکدام از چند بیماری رنج می برند را به خوبی مورد درمان قرار داد.

به عنوان مثال بیماری که از بیماری قند، ناراحتی های قلبی و تنفسی رنج می برد ممکن است بین ۸ تا ۱۰ دارو مصرف کند. این داروها باید به وسیله داروسازان و پزشکان دقیقاً مطالعه شوند تا بتوانند بیماری ها را درمان کرده و در عین حال مشکلات اضافی و خطرناک بوجود نیاورند. اغلب بیماران سالمند که در خانه سالمندان همراه با پرستارها زندگی می کنند در معرض خطر پلی فارماسی هستند که باید مورد توجه کامل قرار گیرند.

#### چگونه می توان اثرات

منفی این پدیده را از بین برد

❖ مصرف چندین دارو نه تنها خطرات



## چند دارو درمانی Polypharmacy

### اثر داروها و بالارفتن سن

اغلب افراد مسن نسبت به اثرات داروها جوابهای متفاوتی در مقایسه با جوان ترها نشان می دهند. گرچه بالارفتن سن در جذب داروها از سیستم گوارش تاثیر چندانی ندارد ولی با بالا رفتن سن افراد، میزان چربی بدن بالا رفته و میزان آب بدن کاهش می یابد. این دو تغییر اثر عمده ای روی تاثیر داروها در بدن بیمار می گذارد. غلظت داروهای محلول در آب بالا رفته و ممکن است به مرحله دوز (Dose) سمی آنها برسد و داروی محلول در چربی بیشتر در بدن افراد بمانند و دفع نشوند.

همین طور با بالا رفتن سن فعالیت کبد که سموم را از بدن خارج می کند کم شده و ممکن است داروها در بدن باقی بمانند و اثرات سمی خود را ظاهر کنند. جریان خون به کلیه ها هم کمتر شده و داروها کمتر از کلیه دفع شدند و در بدن جمع شوند.

بسیاری داروها به پروتئین های خون متصل شده و فقط فرم آزاد آنها تاثیر دارویی دارد. با کم شدن میزان پروتئین بدن در بزرگسالان میزان داروهای آزاد در خون بالا رفته و ایجاد عوارض جانبی می کنند.

به همین دلایل مهم، بسیار حائز اهمیت است که پزشکان و پرستاران توجه کامل به تعداد، نوع داروها و مصرف آنها

همان طور که از اسم پلی فارماسی معلوم است این پدیده هنگامی رخ می دهد که بیمار چندین دارو را برای چندین بیماری استفاده کند. این حالت بیشتر در بزرگسالان و سالمندان بوقوع می پیوندد و خالی از اشکال نیست. در بسیاری موارد، این حالت و مصرف چندین دارو با هم می تواند مشکلات فراوانی بوجود بیاورد که برای بیمار خطرناک باشد. اغلب بیماران مسن از چندین بیماری همزمان رنج می برند که برای هرکدام باید بین یک تا سه دارو مصرف کنند که غیرمنطقی به نظر نمی رسد، ولی اغلب این داروها ممکن است باهم تداخل دارویی داشته باشند و ایجاد پیامدهای جانبی کنند که برای بیماران گاهی غیرقابل تحمل است. متأسفانه در حال حاضر برای پدیده پلی فارماسی محدودیت دارویی اعلام نشده و بیماران بین پنج تا ده دارو را همزمان مصرف می کنند که نه تنها ممکن است مسائل گوناگونی برای بیمار ایجاد کند بلکه هزینه درمان را برای سالمندان و بخصوص آنهایی که در خانه های سالمندان همراه با پرستاران می باشند (Nursing Homes) بسیار بالا و غیرقابل پرداخت می کند. بعضی از داروهایی که این بیماران مصرف می کنند شاید بی نتیجه بوده و از ابتدا نیاستی تجویز می شده اند.

خرمنی مهر و محبت دارم  
همه عشق است و صفادر کارم  
از خداوند همه مهر است و وفاست  
هر چه دارم من از او دارم

به خرابات شدم نعره زنان  
سجده بر خالق جان خواهیم زد  
تا که یک جرعه بنوشم می عشق  
پای بر فرق جهان خواهیم زد

اصغر مهاجرانی

**Sabika Full Service Salon**

با مدیریت شهین (Sherry)

**Free Hair Cut with any Chemical**

- ◆ Haircut
- ◆ Highlight
- ◆ Perm
- ◆ Color
- ◆ Special Occasion
- ◆ Shampoo, Blow Dry & Style
- ◆ Threading
- ◆ Straightening
- ◆ Hair Extentions

**\$10 Off Haircut**

BEFORE AFTER

**Brazilian Straightening**

**(408) 927-7232**

6049 Snell Ave., San Jose, CA 95123



از راست به چپ: افسانه موسوی-سپهلا ابطی-جمیله داوودی-گلناز امین (مستول) بنیاد پژوهش های زنان)-ویدا سلیمان نژاد

دانشگاه آریزونا سخنران دیگر روز شنبه بود که در مورد «گسترش مد اسلامی در جهان و ارتباط آن با مدل های پوشش های اسلامی زنان در ایران: اختیار یا اجبار؟» صحبت کرد. از قرار ۲۳۰ میلیون دلار در سال خرج پوشش های اسلامی می شود که انتظار می رود در سال ۲۰۱۹ به ۳۲۷ میلیون برسد. مد اسلامی انگار آلت رناتیوی برای دختران جوان شده که خود را با مدرنیته نزدیکتر ببینند و بین خودشان با مادرانشان که ساده و بدون رنگ حجاب بر سر می کردند تفکیک قائل شوند.

در میز گرد دوم کنفرانس قرار بود غزال مرادی از ایران شرکت کند که متأسفانه بخاطر نگرفتن ویزا از طریق اسکایپ صحبت خود را در مورد «تأثیر قدرت و سنت و مخالفت در برابر کلیشه های جنسیتی بر سانسور زن در آثار هنری» ارائه کرد. غزل مرادی فوق لیسانس ریاضیات و مدیریت اجرایی، از همکاران ماهنامه چوک و انتشار روزنامه ابتکار، سعی کرد فارغ از بررسی آثار نقاشی، وضعیت سانسور بدن زن به عنوان هویت یک زن و نه به عنوان یک آبرزه جنسی بررسی نماید. در نقاشی مردم، آنها زن بودن را نشانه نمی روند، بلکه صفات زنانه و معانی ضمنی و ذهنی زن بودن مانند زیبایی و لطافت را به تصویر می کشند. اما در نقاشی زنان، بازنمایی تصویر زن مبتنی بر تجربه زنانه است و بیان تنگنای جهان زیست آنها، اما مردان بدون در نظر گرفتن این شرایط، زنان را در فضایی خیالی تصویر می کنند.

سرور صاحبی کارشناس جامعه شناس و تئاتر از دانشگاه تهران و از همکاران نشریه گاهنامه از هانوفر آلمان سخنران دیگر میزگرد در مورد «جایگاه پیکر و تن در زیبا شناسی و هنر نقاشی فمینیستی» پرداخت. وی گفت که هنرمندان فمینیست امروزه اغلب از رسانه های بیانی و هنری جدید و کم تر متعارف استفاده می کنند و سنت های رایج نقاشی و مجسمه سازی را به چالش می کشند، ابزارهایی نظیر هنر چیدمان (Installation)، هنر اجرا (Performance) و بادی آرت (Body Art) دنباله مطلب در صفحه ۵۴

گلناز امین، مسئول بنیاد پژوهش های زنان ایران آغاز شد. گلناز امین در ارتباط با موضوع کنفرانس گفت: «اگر چه دوره رنسانس دوره شک کردن به تمام باورها و زمینی کردن قدرت

و ارزش دادن به انسانها بود ولی حق به تساوی بین زن و مرد تقسیم نشد. از شروع رنسانس زنان برای بدست آوردن حق آزادی مبارزه کرده اند. در ایران که شرایط زنان به دوران قرون وسطایی می ماند این حرکت دولت است که واپس گراست. به زنان حق رئیس جمهور شدن نمی دهند اگرچه ۱۲۷ زن داوطلب ریاست جمهوری بودند. حق قضاوت داده نمی شد اما زنان وکیل می شوند و جایزه نوبل می برند.»

میز گرد اول کنفرانس با نوشتن کارشناس ارشد مطالعات زنان دانشگاه علامه طباطبایی از فعالین کمپین یک میلیون امضاء و انجمن محققان مستقل مسائل زنان از ایران آغاز شد. موضوع صحبت نوشتن «بررسی نقش جامعه زنان در مبارزه با بنیادگرایی با تاکید بر تعامل با دفاتر امور زنان دولت

«ها» بود و مروری بر تأثیرات دوران مختلف جمهوری اسلامی بر دفاتر امور زنان و نقش کنش گرها. نوشتن به چهار دوره بعد از جنگ یعنی دوره رفسنجانی، خاتمی، احمدی نژاد و روحانی پرداخت. از تغییرات ارجحیت های دفاتر امور زنان دولت ها نام برد. مثلاً تقویت نگرش جنسیتی در دوره خاتمی وقتی زهرا شجاعی مسئول مرکز امور مشاورت زنان بود، یا در زمان احمدی نژاد وقتی بخش معاونت امور زنان به رهبری «زهرا طبیب زاده» بود و امور خانواده ارجحیت پیدا کرد. آزاده دواچی، پژوهشگر و کنش گر حقوق زنان از دانشگاه دیکن استرالیا در مورد لزوم گفتن سکولاریزم در جنبش زنان ایران صحبت کرد.

مهسا عبدل زاده کنش گر حقوق زنان و عضو حزب سبز اطیش سخنران دیگر کنفرانس بود که در مورد رشد بنیادگرایی، پوپولیسم و نئولیبرالیسم در سطح جهانی و مقایسه عملکردهای جنبش های زنان در مقابل با آن پرداخت. وی هر سه مقوله بالا را ابزارهای پیشبرد اهداف راستگرایی افراطی نامید. پروانه حسینی مدرس سابق دانشگاه تهران و مدرس کلاس های فرهنگ خاورمیانه در

## بیست و هشتمین کنفرانس بنیاد پژوهش های زنان ایران

جمیله داوودی



فعال تشکلات مختلف فمینیستی، پشتیبان محیط زیست، حقوق بشر و حقوق مدنی و عضو کمیسیون فرهنگی مجلس نمایندگان، در مورد سقف کریستالی در ایتالیا صحبت کرد و جدا نکه داشتن زنان در تصمیم گیری های دولتی-سیاسی و اینکه دو سوم زنان ایتالیا هنوز در کارهای خانوادگی و بچه داری مشغولند. سیلویا زانوتو، مهمان دیگر ایتالیایی بود، شاعر و بالرین که سال ها به مطالعه زبان های بدن



دکتر فرزانه میلانی و جمیله داوودی

یعنی تئاتر، رقص و یوگا پرداخته. برنامه وی شامل شعر و حرکات موزون بدن بود. هر سال نمایشگاهی از هنرهای تجسمی در کنفرانس برگزار می شود که هنرمندان شرکت کننده در صبح جمعه معرفی شدند. لیست هنرمندان شامل مریم امیر فرشی نژاد، راضیه فقیهی کاشانی، مینا بحیرایی، سونا برادران، هلیا حق، مهناز خانپور معتمدی، بهار زاد، الهام شوشتری، زهرا قدیمیان آذر، ملیحه کیانیان و شبنم میری از ایتالیا، شهره قنبری از کانادا و نرگس آقا حسینی از ایران که در چهار تابلوی بزرگ نقاشی، حجاب و برهنگی را به تصویر کشیده بود. برنامه هنری شب شامل کنسرت سونا مبوله که سه زن ایتالیایی خواننده، گیتاریست و ساکسوفونیست ترانه های مردمی نواحی مدیترانه و آمریکای جنوبی را اجرا کردند و در قسمت دوم گلناز شهریار از آرایش کنسرت اجرا کرد. گلناز شهریار از هنرمندان نسل جوان که در زمان جنگ ایران و عراق در تهران متولد شده و در نواختن گیتار و پیانو تبحر دارد و از پیشگامان در تلفیق موسیقی ایرانی با موسیقی جاز و موسیقی بداهه محسوب می شود.

روز دم کنفرانس طبق روال هر سال با پیام

امسال شهر زیبای فلورانس میزبان کنفرانس سالانه بنیاد پژوهش زنان ایران از ۹ تا ۱۱ ژوئن بود.

برنامه صبح جمعه با ترانه «جان لیلی» با صدای گرم گلرخ جهانگیری آغاز شد. خوش آمد گویی کمیته محلی را صبری نجفی به عهده داشت که از بنیاد پژوهش زنان ایران برای برگزاری بیست و هشتمین کنفرانس در فلورانس دعوت به عمل آورده بود. به قول صبری از آنجا که فلورانس یکی از مراکز ظهور رنسانس و دریافتی نوین از انسان و دنیا بود، تم کنفرانس را «قرن بیست و یکم، رنسانس زنانه یا واپس گرایی؟» انتخاب کردند. در قسمت معرفی کتاب زنان می توان به رمان «تنیده در هزار توی زمان» نوشته فیروزه فرجادنیا، «از سکوت تا غوغا» نوشته نجمه موسوی، «فروغ فرخزاد: زندگی نامه ادبی همراه با نامه های چاپ نشده» نوشته دکتر فرزانه میلانی و «از آینه بپرس» نوشته شهلا شفیق که زن برگزیده سال نیز بود، اشاره کرد. برنامه زن برگزیده سال شامل یک فیلم در مورد زندگی، تجربیات و دست آوردهای شهلا شفیق بود و معرفی ایشان توسط دکتر فرزانه میلانی، پژوهشگر و رئیس دانشکده مطالعات خاورمیانه و آسیای جنوبی و استاد ادبیات فارسی و مطالعات زنان در دانشگاه ویرجینیا انجام شد. شهلا شفیق، نویسنده، پژوهشگر و مدافع فعال حقوق انسانی و آزادی زنان، در سال ۱۹۸۲ به دلیل سرکوب سیاسی ناگزیر به ترک ایران شده و از آن پس در فرانسه زندگی می کند. وی تحصیلاتش را در جامعه شناسی به پایان رسانده و تز دکترایش جایزه معتبر لوموند در پژوهش های آکادمیک را دریافت کرده. مثل هر سال، مهمانانی از شهر میزبان در روز اول دعوت می شوند که امسال سارا فونارو، مسئول فرصت های برابر، به نمایندگی از شهردار فلورانس از برگزاری کنفرانس بنیاد پژوهش زنان ایران در فلورانس ابراز خوشحالی کرد و روی اهمیت تم کنفرانس تاکید کرد و آرزو کرد که صداهای آزادیخواهی در این سه روز کنفرانس از چهارچوب سالن بیرون رفته و در خیابان ها شنیده شود. مهمان ایتالیایی دیگر، ماریزا نیکی، عضو

## چه افراد ایرانی می توانند از این پس ویزای آمریکا بگیرند؟

اینکه فرد یا افراد متقاضی ویزا ارتباطی اصیل با یک فرد یا شرکت (نهاد) در آمریکا داشته باشد به این معنا که: برای دیدار یا زندگی با اعضای درجه یک خانواده، پذیرش تحصیلی از یک دانشگاه آمریکا و یا استخدام در یک شرکت آمریکایی و در نهایت به دعوت یک نهاد آمریکایی برای سخنرانی در یک کنفرانس درخواست دریافت ویزا داشته باشند.

این محدودیت ها که فی السابق شامل افرادی که دارای کارت سبز (گرین کارت) ورود به خاک آمریکا هستند، نخواهد شد. هنوز مشخص نیست که در طول دوره اعمال محدودیت، آیا ورزشکاران ایرانی نیز می توانند برای شرکت در مسابقات بین المللی و جهانی وارد خاک آمریکا شوند یا خیر؟ دونالد ترامپ از اقدام دیوان عالی آمریکا استقبال کرده و بازگشت بخشی از محدودیت های فرمان ضد مهاجرتی خود را یک «پیروزی آشکار» در تأمین امنیت ملی آمریکا دانسته است.

گفتنی است فرمان ضد مهاجرتی ترامپ که یکی از نخستین اقدامات او پس از رسیدن به کاخ سفید بوده است با رای قضات در دادگاه های فدرال ایالت های مختلف آمریکا نقض شده بود و پس از این اقدام وکلای دولت آمریکا از رای این دادگاه ها به دیوان عالی شکایت برده بودند.

با رای اولیه دیوان عالی آمریکا در پذیرش دعوی حقوقی وکلای دولت آمریکا درباره فرمان مهاجرتی مناقشه آمیز دونالد ترامپ، بار دیگر محدودیت هایی علیه شهروندان و اتباع شش کشور اسلامی از جمله ایران برای سفر به آمریکا برقرار شده است.

به نقل از واشنگتن پست، دیوان عالی آمریکا با پذیرش رسیدگی به شکایت دولت آمریکا از آرای دادگاه های فدرال درباره پرونده مناقشه آمیز فرمان ضد مهاجرتی ترامپ، تا ۴ ماه دیگر حکم نهایی را درباره اجرای فرمان مهاجرتی ترامپ اعلام خواهد کرد اما تا آن زمان، بر اساس حکم دیوان، بخشی از محدودیت های اعمال شده در فرمان ضد مهاجرتی ترامپ علیه شهروندان شش کشور اسلامی برای ورود به آمریکا بار دیگر به مورد اجرا در خواهد آمد.

بر اساس حکم دیوان عالی آمریکا شهروندان شش کشور ایران، سوریه، یمن، لیبی، سودان و سومالی مجاز به ورود به خاک آمریکا نخواهند بود مگر اینکه افراد متقاضی ویزا «ارتباطی اصیل و واقعی» با یک شخص bona fide relationship یا شرکت (نهاد) آمریکایی داشته باشند.

این بدان معناست که از این پس ویزای توریستی معمولی برای ایرانیان متقاضی سفر به آمریکا صادر نخواهد شد مگر



### آخرین اخبار ویزای EB-5

علیرضا عابدی، وکیل مهاجرت  
abedi@lawabedi.com

مشکلی ندارد.

سابقاً اداره مهاجرت پرونده های EB-5 را که رابط ثالث برای انتقال پول داشتند بدون شرط ارائه مدارک تصویب می کرد، ولی از ماه مارچ سال جاری ارائه مدارک مربوط به منابع وجوه برای اینگونه پرونده ها الزامی شده است. به این دلیل است که ما هم اکنون به موکلین خود توصیه می کنیم در صورت امکان از طریق دوست و فامیل انتقال وجه دهند.

اکثر سرمایه گذاران که از رابط ثالث استفاده می کنند بایستی مدارک زیر را برای رابط ثالث ضمیمه پرونده کنند:

۱- گواهی اشتغال به کار در صورت وجود شخص بعنوان رابط ثالث.

۲- صورتحساب های مالی تأیید شده، به معنای صورتحساب های سود و زیان و ترازنامه مربوطه، در صورت وجود مؤسسه تجاری بعنوان رابط ثالث.

۳- مالیات نامه های آخر سال.

۴- صورتحساب های بانکی نشان دهنده انباشتگی وجوه از اشتغال یا تجارت.

۵- هر مدرک دیگری که نشان دهنده منبع ۵۰۰ هزار دلار (یا یک میلیون دلار) رابط ثالث است.

بطور خلاصه و در خاتمه باید بگویم که دلایل خوبی برای خوشبینی وجود دارند. کنگره بزودی لایحه رفرم EB-5 را پس از مدت ها بلاتکلیفی تصویب خواهد کرد و قانون جدید به احتمال زیاد شامل راه کردهای معقولی در مبارزه با کلاهبرداری های مربوط به این کار خواهد بود. همین طور قرار است مسائل مربوط به مدت انتظار هم چاره جویی شده و حد لازم سرمایه گذاری نیز با وجود لزوم افزایش به جایی نرسد که موجب دلسردی و عقب گرد سرمایه داران خارجی از این فرصت بیسابقه که EB-5 فراهم میکند باشد.

برنامه صدور ویزای EB-5 موقتاً تا آخر سپتامبر سال جاری تمدید شده است. این تمدید به عنوان ماده الحاقی در بودجه ۱٫۱ تریلیون دلاری دولت منظور شد و در روز چهارم می به امضای رئیس جمهور رسید. در چند سال اخیر چند بار برنامه EB-5 به طور موقت تمدید شده است. در هر مورد دولت وقت تصمیم گرفت تنها ضرب الاجل اختتام برنامه را تمدید کند و آینده و رفرم کل برنامه را موکول به بعد کردند.

خوشبختانه این طور به نظر می رسد که کنگره آمریکا ظرف چند ماه آینده لایحه رفرم EB-5 را تصویب خواهد کرد. در این صورت قطعاً شفافیت و آرامش خیال لازم برای متقاضیان EB-5 فراهم خواهد شد. پیشنهادات مختلفی از چندین سناتور تحت بررسی است. به طور کلی هدف همه این پیشنهادات حفاظت سرمایه گذار EB-5 از کلاهبرداری است، و در ضمن مقدار سرمایه لازمه را نیز می خواهند تغییر دهند. من از سه سال پیش هشدار می دادم که این مبلغ به ۸۰۰ هزار دلار افزایش پیدا میکند. حالا سایر متخصصین EB-5 نیز متفق القولند که مقدار سرمایه گذاری در مراکز منطقه ای بزودی ۸۰۰ هزار دلار (و نه ۵۰۰ هزار) خواهد بود.

هدف دیگری که در رفرم برنامه EB-5 مد نظر است چاره جویی برای مسئله مدت انتظار متقاضی است. در حال حاضر برای سرمایه گذاران چینی حدود سه سال و شاید هم بیشتر طول می کشد تا تقاضانامه اولیه مورد بررسی قرار گیرد. این انتظار طولانی معلول از ساختار برنامه EB-5 و ترکیب آن با شماره زیاد متقاضیان از چین است. مدت انتظار متقاضی هندی کمی کمتر است. خبر خوش اینجاست که متقاضی ایرانی چنین

## بهترین شهر آمریکا



می شد اگر در شهری زندگی می کردید که از نظر فرهنگی، مدارس، تفریحات سالم و فضای سبز بسیار غنی و از لحاظ فناوری پیشرفته باشد و در عین حال کمترین میزان جرم و جنایت در آنجا وجود داشته باشد؟ شاید بسیاری از آمریکایی ها اولین پاسخ شان نیویورک یا سانفرانسیسکو باشد، اما این شهرها با همه جذابیتی که دارند بهترین شهر آمریکا نیستند. دنباله مطلب در صفحه ۴۸

این عنوان بر اساس عواملی مانند عملکرد آموزشی مدارس و دانشگاه ها، فضای سبز و سازگاری فرهنگی اعطا شده است. اگر از افراد مختلف در آمریکا بپرسید که کدام شهر را برای زندگی ترجیح می دهند همه آنها شهری را انتخاب می کنند که در آن شغل مورد نظر خود را داشته باشند و با توجه به هزینه ها زندگی خوبی داشته باشند. اما اگر مشکلی برای پرداخت هزینه نداشته باشید چه محلی را انتخاب می کردید؟ چه

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

(408)221-8624

ماهنامه  
پژواک

## هفت گیاهی که باید در خانه تان باشد

نفس کشیدن این گیاهان باعث تمیز شدن هوای خانه می شود و به این ترتیب هوایی که نفس می کشید سرشار از سلامت است.



هفت گیاه زنبق، بامبو، آفتابگردان، بگونیا، آلوئه ورا، داوودی و آگلونما خاصیت درمانی دارند. این گل ها، گیاهان خانگی هستند. بنابراین به راحتی می توانید آنها را در منزل نگهداری کنید و پرورش دهید.

یکی از ویژگی های بامبو، ایجاد رطوبت در فضای خانه است. بنابراین یکی از بهترین مکان ها برای نگهداری آن، اتاق خواب کودکان است. از بین این گیاهان، بامبو به کمترین رسیدگی نیاز دارد، اما بیشترین تاثیر را در حفظ پاکیزگی هوای خانه دارد. زنبق و آفتابگردان هرچند به دو شکل شاخه ای و ریشه ای وجود دارند، اما نوع ریشه ای آن تاثیر بیشتری در تصفیه هوای خانه دارد.

گراد نگهداری شود. بنابراین آگلونما را می توانید در همه جای خانه به ویژه نقاط کم نور و سرد اتاق نگهداری کنید. این گیاه با تقسیم ریشه در بهار قابل تکثیر است.

**آلوئه ورا، گیاه چندمنظوره**  
بیشتر ما گیاه آلوئه ورا را به عنوان گیاهی برای درمان سوختگی ها و حفظ سلامت پوست می شناسیم. علاوه بر این که برای رفع مشکلات گوارشی به ویژه زخم معده، مصرف آن را توصیه می کنند، اما اینها بخشی از ویژگی های آلوئه وراست. **دنباله مطلب در صفحه ۴۹**

**آگلونما، فیلتر هوا**  
این گیاه که رنگ های مختلفی اعم از قرمز و طلایی دارد، یکی از بهترین گل ها برای تصفیه هواست. به دلیل تاثیر بسیار مثبت آگلونما در تصفیه هوای خانه، به آن فیلتر هوا می گویند. این گیاه باید در نور کم، رطوبت معمولی خانه و دمای ۱۰ تا ۱۵ درجه سانتی



## فنک شویی حمام و دستشویی

از آنجا که دستشویی و حمام مکانی است که عملاً آغاز و پایان هر روزی به صورت فعال از آن شروع می شود و در آن خاتمه می یابد، باید سعی کنید تا با استفاده از طراحی و باگوائی فنک شویی که دستشویی و حمام را فضایی مجزا به حساب می آورد، آنرا جذاب تر و مطلوب تر بسازید.

کمک می کند. همچنین شمع انرژی یانگ مورد نیاز این فضا را تامین می کند. داخل توالت را دکور بندی نکنید. هر چه توالت ساده تر باشد تمیز تر و بهتر است. مطمئن شوید که تمام شیرها درست عمل می کنند. شیری که چکه می کند و یا مخزنی که نشستی دارد می تواند پول شما را به همان سرعتی که آمده دور کند. به علاوه لوله کشی و تانک آبی پر سر و صدا به صورت ناهشیارانه موجب برهم زدن آرامش می شوند. پس به سرعت در رفع این موضوع تلاش کنید.

قرار گرفتن سیفون توالت در پشت دیواری که اتاق خواب قرار دارد مطلوب

نیست. اگر چنین موردی وجود دارد حداقل جای تخت رو عوض کنید. دستشویی نباید کنار درب ورودی قرار بگیرد. دستشویی نباید متصل به اتاق نشیمن باشد. یک چهارپایه چوبی و وسایل چوبی مختلف در حمام و دستشویی، فنک شویی ایده آل را مهیا می کند. استفاده از آینه در حمام و دستشویی توصیه می شود چرا که مانع به هدر رفتن انرژی مثبت (شنگ چی) شده و از پدید آمدن فضای مرده و انرژی منفی (شاچی) جلوگیری می کند. امروزه در بسیاری از طراحی های داخلی منازل متأسفانه از پنجره در حمام استفاده نمی شود. بنابراین توصیه می شود از چهار آینه رو به روی هم در حمام استفاده کنید یا حداقل آینه ای که در دسترس دارید را در این محیط قرار دهید. آینه ها انرژی مثبت چی را به جریان انداخته و حتی بوی نامطبوع را نیز از بین می برند. تعجب نکنید، فنک شویی این چنین عمل می کند.



بطور کلی بهترین مکان برای فنک شویی حمام و دستشویی قسمت پشتی یا عقبی خانه هست. باید از قرار دادن توالت در مجاورت اتاق غذاخوری و آشپزخانه اجتناب شود. دست شویی درست کنار در ورودی یا وسط خانه نیز اصلاً مناسب نیست. در توالت را همیشه بسته نگهدارید. در این حالت انرژی منفی توالت با انرژی مثبت خانه مخلوط نمی شود.

بطور روزانه یا حداقل هفتگی از ضد عفونی کننده برای تمیز کردن سرویس استفاده کنید. نمک انرژی منفی رو جذب می کند. کنار پنجره توالت یه کاسه نمک تصفیه نشده قرار بدهید. هر وقت کهنه شد عوضش کنید. در حمام هایی که پنجره دارند قرار دادن یک گیاه سبز شاداب ایده خوبی است. حتماً باید در حمام، پنجره وجود داشته باشد. اگر فرض محال چنین نبود باید از آینه قدی استفاده کنید. شاید باورتان نشود ولی آینه بوی نامطبوع و باقیمانده را از بین می برد. محوطه دستشویی و حمام را روشن، در معرض هوا و پر نور نگه دارید. رنگ های ایده آل فنک شویی برای دستشویی و حمام و مستراح عبارتند از خاکستری روشن، شیری رنگ و آبی های کم رنگ. از چند منبع نورانی مانند شمع استفاده کنید. شمع و عود به پاکسازی محیط

بطور کلی بهترین مکان برای فنک شویی حمام و دستشویی قسمت پشتی یا عقبی خانه هست. باید از قرار دادن توالت در مجاورت اتاق غذاخوری و آشپزخانه اجتناب شود. دست شویی درست کنار در ورودی یا وسط خانه نیز اصلاً مناسب نیست. در توالت را همیشه بسته نگهدارید. در این حالت انرژی منفی توالت با انرژی مثبت خانه مخلوط نمی شود.

بطور روزانه یا حداقل هفتگی از ضد عفونی کننده برای تمیز کردن سرویس استفاده کنید. نمک انرژی منفی رو جذب می کند. کنار پنجره توالت یه کاسه نمک تصفیه نشده قرار بدهید. هر وقت کهنه شد عوضش کنید. در حمام هایی که پنجره دارند قرار دادن یک گیاه سبز شاداب ایده خوبی است. حتماً باید در حمام، پنجره وجود داشته باشد. اگر فرض محال چنین نبود باید از آینه قدی استفاده کنید. شاید باورتان نشود ولی آینه بوی نامطبوع و باقیمانده را از بین می برد. محوطه دستشویی و حمام را روشن، در معرض هوا و پر نور نگه دارید. رنگ های ایده آل فنک شویی برای دستشویی و حمام و مستراح عبارتند از خاکستری روشن، شیری رنگ و آبی های کم رنگ. از چند منبع نورانی مانند شمع استفاده کنید. شمع و عود به پاکسازی محیط

بطور کلی بهترین مکان برای فنک شویی حمام و دستشویی قسمت پشتی یا عقبی خانه هست. باید از قرار دادن توالت در مجاورت اتاق غذاخوری و آشپزخانه اجتناب شود. دست شویی درست کنار در ورودی یا وسط خانه نیز اصلاً مناسب نیست. در توالت را همیشه بسته نگهدارید. در این حالت انرژی منفی توالت با انرژی مثبت خانه مخلوط نمی شود.

## پاریناز کدخدایان

مشاور با گواهینامه رسمی

راهنمایی برای بوجود آوردن آرامش بیشتر در زندگی شما و ارتباطتان با افراد دیگر در مسئله کاری و یا رابطه احساسی با استفاده از دانش کهن چینی فنک شویی و ستاره شناسی با من تماس بگیرید



Parinaz Kadkhodayan

*Transform your environment,  
Transform your life.*

I can help you better understand & realize  
your path in life by discovering it's meaning  
& direction through your birth chart

**(650) 704-5687**

pkk94022@yahoo.com

که دیدگاه و راه کارهای جدید، جایگزین احساسات درهم ریخته گذشته شود. عزیزان، همه چیز امکان دارد و انجام شدنی است چون هیچ وقت دیر نیست. هیچ وقت برای شادتر بودن احساس مثبت تر بودن، موفق تر شدن و زندگی را به مفهوم زندگی قدر نهادن دیر نیست. یادمان باشد که طولانی ترین راه ها با قدم اول طی شده اند. خوشحالی بدست آوردنی است و دادنی نمی باشد. به یاد شعری از زنده یاد سهراب سپهری افتادم:

**زندگی ترجمه روشن خاک است،  
در آئینه عشق**

**زندگی، فهم نفهمیدن هاست**

**زندگی، سهم تو از این دنیاست**

**زندگی، پنجره ای باز به دنیای وجود**

**تا که این پنجره باز است، جهان با ماست**

**آسمان، نور، خدا، عشق، سعادت با ماست**

**فرصت بازی این پنجره را دریابیم،**

**در نیندیم به نور**

**در نیندیم به آرامش پر مهر نسیم**

**برده از ساحت دل، برگیریم**

**رو به این پنجره با شوق سلامی بکنیم**

**زندگی، رسم پذیرایی از تقدیر است**

**سهم من، هر چه که هست**

**من به اندازه این سهم نمی اندیشم**

**وزن خوشبختی من، وزن رضایتمندی ست**

**شاید این راز،**

**همان رمز کنار آمدن و سازش با تقدیر است**

انرژی و خوشحالی شما می شوند به ترتیب اهمیت و شدت آنها بنویسید. بعد از آن چیزهای نیمه تمام زندگی که در ضمیر ناخود آگاه شما هستند و به طور پنهانی باعث ناراحتی و موانع رسیدن به هدف های شما می شوند، بررسی کنید. به تدریج افکار خود را روشن کنیم و به کمک مربی زندگی ریشه مشکلات اصلی را پیدا کرده و روی آن با دیدگاه درست کار کنیم.

عزیزانم، مشکلات را انباشته نگه ندارید set back ها (موانع و سدها) را باید شناسایی و ارزیابی کرد و بعد قدم به قدم با آنها روبرو شد. یک مربی زندگی می تواند که با تکنیک ها و روش های منحصر به فرد و درست برای شخص شما، این موانع را برداشته و به شما کمک کند تا بتوانید در حال زندگی کنید و از تجربیات و مشکلات، با تغییر شکل مثبت و برای رسیدن به هدف هایمان، از آنها مانند یک پل استفاده کنید.

یک مربی زندگی می تواند در کنار شما، افکار منفی و خاطرات و نتیجه های ناخوشایند را بدست فراموشی سپرده و درجایی قرار دهید که افکار مثبت جایگزین آنها شوند. مانند هوایی تازه که وارد اتاق در بسته و تاریک شده و نور خورشید را مزدگانی می دهد. بطوری

پیاده روی ساده تا قوی کردن تک تک اعضای بدن (Body stretching) که در باشگاه ها به کمک دستگاه ها در هر level و قدرتی می شود انجام داد اعتقاد باید داشته باشیم. همچنین تمرکز و meditation به همراه یک مربی با طرز صحیح می تواند بسیار کارساز باشد.

عزیزان، مواد شیمیایی و هر نوع غذایی که در آن الکل، شکر، رنگ، اسانس مواد مصنوعی نگه دارنده (Preservative) ... باشد، می تواند تمام سلول ها را مختل و باعث درهم ریختن اعصاب و اعضای بدن می شود. همانگونه که می دانیم Additive مانند رنگ ها، پلاستیک ها، شکرهای مصنوعی، گلوتن و ده ها ماده برای خوش طعم شدن و زیبا شدن در غذاها و سبزی های یخ زده و یا شیرینی ها و سس ها وجود دارند. بنابراین سعی کنیم تغذیه مان مستقیم از کره خاکی ما باشد، خام و غیر پروسه شده (non process). گوشت های طبیعی مصرف کنیم که در آن هورمون و آنتی بیوتیک حداقل باشد. به جای شیرینی ها، کدو خشک و یا خرما بخوریم. جای چای عادی چای سبز بنوشیم و پس از مشورت با پزشک از تنقلات طبیعی و خالص به جای تنقلات ساخته شده و پخته شده استفاده کنیم. مثلا بادام ها و گردوها به جای چیپس و یا میوه ها به جای نان و شیرینی. یادمان باشد که عقل سالم در بدن سالم است. بدن خود را با خوردن آب میوه های طبیعی به جای نوشابه سم زدایی کنیم. با اجازه پزشک اگر برایمان مقدور بود از زنجبیل، ادویه هایی مانند زردچوبه و مارچوبه دارچین و سیر و پیاز و سبزیجات تازه برای سلامتی خود استفاده کنیم. اگر دارو مصرف می کنیم و یا شرایط خاص داریم باید حتما با پزشک قبل از مصرف هر نوع herb تماس و مشورت داشته باشیم. از سر تا پای خود را باید بتوانیم با اعمال و افکار درست، غذای سالم و درست، ورزش و meditation به حالت تعادل و تواضع و هارمونی درآوریم.

در این صورت است که همه چیز با هم به ما برای یک زندگی سالم دست به دست خواهد داد. من می توانم به شما کمک کنم که روی کاغذ تمام مسائلی را که باعث Drain کردن شما یعنی پایین بردن

باسلامی گرم و صمیمی در این روزهای گرم تابستان برای شما خوانندگان عزیزم در مجله ماهنامه پژواک که با کلی مطلب و عشق به دست شما عزیزانم می رسد. من در مقاله های قبلی همیشه سعی کرده ام که با خلوص نیت و عشق به شما عزیزانم درچه هایی را به سوی دنیای شادتر، بهتر و زیباتر باز کنم. دنیای پر تلاطم و سختی شده و همه ما هر سال آرزوی سال بهتری باخبرهای شادتری هستیم ولی هنوز هم وقتی به عکس ها و خاطرات سال های قبل فکر می کنیم گاهی حسرت آنها را هم می خوریم. دنیا روز بروز به دلایل سیاسی، محیط زیست و ارزش های انسانی سخت تر می شود. این ما هستیم که باید با به کار بردن فلسفه و دیدگاه درست، زندگی خود را دریابیم و خود را در صدر مشکلات زندگی نگه داریم. مشکلات می آیند و می روند و ما باید با دیدگاه و برخورد درست، زندگی را بسازیم، با هر شرایط و گذشته و خاطرات. امروز می خواهیم از مراکز انرژی در بدن (Chakra) برایتان بنویسم. ما با غصه خوردن، افکار منفی و خیال های اضافی و غیر لازم به این مراکز مهم فشار زیادی وارد می نماییم و باعث از کار افتادن و یا کم کاری آنها می شویم. عصبانیت، ترس، احساس گناه، تأثر و تاسف، حسادت، کینه ها، بخل و ناراحتی باعث از تعادل خارج شدن هورمون ها و همچنین مختل شدن کار اعضای بدن می شوند. تمام اعضای بدن با هم همکاری و هارمونی دارند و مانند تیمی با یکدیگر کار کرده و سلامتی را سبب می شوند.

حتی بیماریهای ژنتیک هم ثابت شده که می توانند به خاطر stress و فشار اعصاب یا بیرون بزنند (trigger) و یا خاموش بمانند.

با دیدگاه صحیح و آسان گیری زندگی، شما می توانید با کمک مربی زندگی بسیاری از مشکلات تان را حل کنید و به کمک مراقبه و تمرکز (Meditation) و نفس کشیدن درست و ارتباط با تک تک اعضای بدن، آنها را تقویت کرده و سالم تر نگه دارید. همیشه من به ورزش از

# Accidents

## LAWYERS FOR SERIOUS INJURIES

### CAMERON YADIDI

ATTORNEY AT LAW



## No Fees Until We Win Your Case!

### Settlements & Verdicts



How do I file an injury lawsuit?

Law & Order: How do I file an injury lawsuit? The answers of our best lawyers





# ACC

POWERFUL LAWYER

## دکتر کامران یدیدی

### وکیل تصادفات و صدمات شدید بدنی

### نامی معتبر و شناخته شده در شرکت های بیمه



**Over \$200,000,000** Collected in Settlements



Vehicle Accidents



Motorcycle Accident



Slip & Fall



Dog Bites

# (888) 979-7979

در اشاره و ادامه بیت بالا (دوستان دختر رز توبه ز مستوری کرد ... ) است و کاری که شراب با محتسب کرده است. [نه با هفت بار شستن خرقة که با صد بار سوزاندن آن هم اثر شراب بر خرقة زاهد و بدن نامی شرابخواری او از بین نمی‌رود.]

نامه تعزیت دختر رز بنویسد

تا حریفان همه خون از مزه‌ها بکشایند

غزل در مورد بسته بودن میکده‌هاست که به مرگ دختر رز یا شراب تعبیر شده است. [تعزیت نامه یا مرثیه شراب را بنویسد و بخوانید تا باده خواران در عزای او خون بگریند.]

همت عالی طلب جام مرصع گو مباش

رند را آب عنب یاقوت رمانی بود

مرصع = جواهر نشان. آب عنب = کنایه از شراب. رمان = انار. یاقوت رمانی = یاقوت سرخ شفاف به رنگ دانه انار. شراب صافی سر خمره یا خم را یاقوت می‌گویند و از این رو مصراع دوم به کیفیت و ارزشمندی شراب هر دو اشاره دارد. [بلند همت باش، اگر جام باده گوهر نشان نبود، بگذار نباشد، در نظر آدم رند و آزاده شراب خود ارزش یاقوت رمانی را دارد.]

به نیمه شب اگر آفتاب می‌باید

ز روی دختر گلچهر رز نقاب‌انداز

تمامی غزل حاوی این بیت در مورد باده خواری است. [اگر نیاز داشتی در دل شب آفتاب بینی، سر خم شراب را بردار - اگر در عین افسردگی خواستی نور امید بینی، شراب بنوش.]

فریب دختر رز طرفه می‌زند ره عقل

مباد تا به قیامت خراب طارم تاک

طرفه (با ضم ط) = شگفت‌آور، بدیع. تاک به طاق یا خم در بنا ایهام دارد. [دختر رز یا شراب چه دل فریب عقل از سر می‌ریاید، مباد آنکه هرگز طاق بنای تاک فرود آید [برقرار و پابرجا باد تاک تا شراب دلفریب آن همچنان عاقلان را از راه بدر کند.]

مستی عشق نیست در سر تو

رو که تو مست آب انگوری

واژه انگور یک بار، تاک یک بار (به معنی درخت)، رز دو بار و عنب نیز یک بار در ملحقیات دیوان غزلیات حافظ آمده است:

ساقیا دیوانه‌ای چون من کی اندر برکشد

دختر رز را که نقد عقل کاوین کرده‌اند

کاوین = کابین، مَهریه. کسی که شراب می‌نوشد عقل و هوش خود از دست می‌دهد، گویی نقد عقل را در برابر گرفتن شراب می‌دهد، از این رو دیوانه که عقل در سر ندارد چگونه تواند این بها بپردازد. [ساقی، بی‌عقلی چو من چگونه می‌تواند به وصال دختر رز برسد، دختری که مهریه‌ای از عقل می‌خواهد.]

بنازیم دستی که انگور چید

مریزاد پایی که درهم فشرد دنباله مطلب در صفحه ۳۰۶



تاک و انگور  
در دیوان حافظ  
بهرام گرامی  
bgrami@yahoo.com

نه به هفت آب که رنگش به صد آتش نرود

آنچه با خرقة زاهد می‌انگوری کرد

«حافظ»

واژه انگوری دو بار، تاک یک بار، رز شش بار، رزان یک بار، عنب دو بار و ترکیب بنت‌العنب یک بار در دیوان غزلیات حافظ آمده است، ولی واژه‌های سرکه، غوره، کشمش و مویز در شعر حافظ نیامده است.

بنت‌العنب که زاهد ام‌الخبائش خواند

اشهی لنا و احلی من قبلة العذرا

مصراع اول این بیت تقریباً در تمامی منابع رایج به صورت «آن تلخ وش که صوفی ام‌الخبائش خواند» آمده، ولی به دلایل روشن ضبط خانلری قابل قبول است. (۱) بنت‌العنب = دختر انگور، کنایه از شراب. ام‌الخبائش (مأخوذ از یک حدیث نبوی) = مادر پلیدی‌ها. [شراب که زاهد آن را مادر پلیدی‌ها و تباهی‌ها نامیده، برای ما میل انگیزتر و شیرین تر است از بوسه دوشیزگان.]

برسان بندگی دختر رز گو بدر آی

که دم و همت ما کرد ز بند آزادت

مخاطب غزل ساقی است. بر اساس دو بیت قبل در غزل، ماه رمضان و دوران منع و سخت‌گیری شراب خواری سپری شده است. ای ساقی [آزاد و بندگی ما را به دختر رز یا شراب برسان و به او بگو که (از اختفا) بیرون بیا، زیرا که دعا و کوشش ما تو را از قید و بند آزاد کرده است - او را از بند آزاد کردیم و اکنون ما بنده او هستیم.]

چه شود گر من و تو چند قدح باده خوریم

باده از خون رزان است نه از خون شماس

خون رزان = خون درخت انگور، کنایه از شراب. [چه می‌شود اگر من و تو چند جام شراب بخوریم، شراب خون تاک است، خون شما نیست (که خونخواری کرده باشیم).]

جمال دختر رز نور چشم ماست مگر

که در نقاب زجاجی و پرده عنیبست

مگر = لابد. دختر رز = (با دو معنی توأم) شراب، انگور یا حبه انگور (که دیدگان به آن تشبیه شده). زجاجی = شیشه‌ای، شفاف. نقاب زجاجی = زجاجیه، پرده زجاجی، پرده‌ای از چشم که رطوبت یا مایع شفاف زجاجی را می‌پوشاند، (در اینجا) شیشه شراب. پرده عنیبی = عنیبیه، لایه‌ای از چشم که مردمک در آن قرار دارد (به تناسب شباهت دیدگان به انگور یا عنب). [لابد دختر رز همچون نور چشم ما عزیز و دردانه است که (مثل انگور)، در پس پرده عنیبی و (مثل شراب در شیشه)، در پشت پرده زجاجی قرار دارد.]

دوستان دختر رز توبه ز مستوری کرد

شد سوی محتسب و کار به دستوری کرد

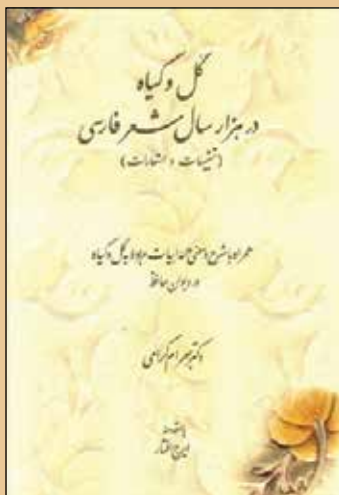
دستوری = اجازه، پروانه، (در اینجا) جواز به زنان بدکاره در بیت اللطف یا عشرتکده. کار به دستوری کردن = عملی را با اجازه انجام دادن. معمولاً از کار بد توبه می‌کنند ولی در اینجا دختر رز یا شراب از پوشیدگی توبه می‌کند و از محتسب اجازه می‌گیرد تا از حجاب در آید. بیت این کنایه رندانه را نیز دارد که دختر رز، قبل از آمدن به محفل میگساران، برای کسب اجازه نزد محتسب رفته و محتسب خود ابتدا شراب نوشیده است. (۲) شراب را از این جهت مستور یا پوشیده می‌دانند که وقتی در خم است دیده نمی‌شود. به علاوه، سر خم را گل می‌گرفته‌اند و با چیزی چون سربند می‌پوشانده‌اند. وقتی شراب از خم به شیشه و قدح ریخته می‌شود، آن وقت است که دختر رز نمایان می‌شود و رو نشان می‌دهد. تعبیر دیگر از مستوری شراب، پنهان داشتن آن در دوران منع و سختگیری و از پرده برون آمدن آن پس از رفع مانع است. [دوستان! شراب از پس پرده برون آمده و محتسب رخصت شرب داده است.]

نه به هفت آب که رنگش به صد آتش نرود

آنچه با خرقة زاهد می‌انگوری کرد

در فقه شافعی شیء نجس را یک بار خاک می‌مالند و هفت بار با آب می‌شویند. بیت

## گل و گیاه در هزار سال شعر فارسی



این کتاب که با مقدمه ایرج افشار چاپ دوم آن در بهار ۱۳۸۹ در ۵۴۰ صفحه در تهران منتشر شد، حاصل بیش از ده سال تحقیق مستمر مؤلف است. این کتاب در زمانی کوتاه با استقبال کم نظیری از سوی مراجع علمی و ادبی روبرو گردید. بیش از چهار هزار بیت شعر انتخابی از ۱۵۶ شاعر (از آغاز شعر فارسی تا نیم قرن قبل از مشروطیت) در مورد ۱۱۰ گونه گیاهی (گل‌ها، درختان، میوه‌ها) و تصاویر آنها با شرح و معنی ابیات دشوار و نیز شرح و معنی همه ابیات مربوط به گل و گیاه در دیوان حافظ آمده است.

لس آنجلس، شرکت کتاب

۱-۸۰۰-۳۶۷-۴۷۲۶

آلفونس لوئی دولامارتین، فرزند شوالیه پیر دولامارتین و الکسیس دوریس، در ۲۱ اکتبر ۱۷۹۰ در شهر ماکون فرانسه چشم به دنیا گشوده است و این شخصیت هم مانند جلال الدین از خاندان اصیل و کهن در فرانسه بوده و در روز ۲۸ فوریه ۱۸۶۹ از این جهان رخت بر بسته است. در سال ۱۸۱۲ شعله عشق در درون او فروزان شد که انوارش چراغی را فرا راه لامارتین قرار داد تا آثار فوق العاده انسانی و الهی را از خود به یادگار گذاشت و این حالت فوق العاده دو بار در زندگی او ظاهر گشت که بار دوم با عدم موفقیت او مواجه و روبرو شد و اثر ضربت بسیار سختی را به او وارد ساخت که تا آخر عمر او را بدرقه می نمود و غیر این ضربت، حوادث دیگری مانند مرگ فرزندش که در دسامبر سال ۱۸۲۲ پیش آمد او را فوق العاده حساس نمود.

لامارتین شاعری است که دیوانه وار سراغ درک رموز طبیعت و فهم اسرار خلقت رفته و در بیابان ها و کنار جویبارها، در ظلمت شب و روشنی روز و در صحنه آسمان و پهنای زمین در کنار آبشارها و زیر درخت ها، در زوایای روح بشری و در خلال عقاید پیشینیان همه جا در پی این حقیقت رموز می گردد. دنباله مطلب در صفحه ۵۲

تشریح آن عاجزم. فی المثل نمی دانم چرا به محض اینکه مرد کهن سال را دیدم، پیش خود احساس کردم، امشب حادثه غیرمترقبه ای برای من روی خواهد داد. علاوه بر این، بیمار بودم و هرکس می داند که احساسات و اندیشه های بیمار همواره فریبنده است. اکنون که ناتوان و بیمار بر بستر بیمارستان خوابیده ام و قدمی چند به گور بیش نمانده به خود می گویم: نوشتن این خاطرات چه ثمر دارد؟ مگر نه چند صباحی دیگر باید به سرای جاودان شتافت؟

سر موفقیت تو در این کتاب آن است که مطابق روحیه خواننده نگاشته ای، چنانکه گویی کلیه این حوادث برای خود من روی داده است. عقاید دشوار و نوشته های بغرنج به چه درد می خورد!

اما بدیهی است که ترقی و تعالی تو در دست خود تو است و تنها در پرتو کار تاملین می گردد و نه با حمایت این و آن.

**جلال الدین مولوی و آلفونس دولامارتین** ما قصد مقایسه جلال الدین شرقی و آلفونس دولامارتین غربی را نداریم فقط نظر ما بیان همکاری واقعی شخصیت های فکری این دو سرزمین درباره فرهنگ عالی انسانی و مشترکات روحی و فکری این دو پیشرو تمدن و جامعه انسانی است.



## مشترکات مولوی با فلاسفه غرب

دکتر حسن مسیح پور

مشترک بسیار دارد و در آثار دولامارتین مانند «نغمه های شاعرانه»، «سنگ تراش سن پوران»، «تفکرات نو»، «ژوسلیین»، «رازاها» و «گرازیلا» مشترکات بسیاری در اسرار آفرینش، جهان شناسی، و انسان شناسی بین او و جلال الدین به چشم می خورد. این نکته روشن است که سقراط، جلال الدین، شکسپیر، هوگو، تولستوی، داستایوفسکی، دولامارتین، پوشکین و سایر متفکرانی که جهان به نحوی از روشنی تفکر آنها بهره گرفته اند، هیچ گاه از زندگی انسان ها حذف نخواهند شد.

در آثار مولوی و ویکتور هوگو در ابعاد اجتماعی، اخلاقی و روانی مشترکات در خور توجهی وجود دارد که نمونه آن را می توان در داستانهای مولوی و بیونویان هوگو به طور بارز دید. ماکس پلانک، یکی دیگر از فلاسفه غربی در یکی از آثار خود به نام «علم به کجا می رود» در جستجوی یافتن جهانی پویا و متکی بر علم است که انسان ها در آن هم تعالی یابند و هم آرام و با تفاهم با یکدیگر زندگی کنند و برای نیل به این اهداف و یا برای یافتن شالوده استواری که بر روی آن بتوانیم دیدگاه خود را از طبیعت و از جهان به صورت کلی به شکلی علمی بنا کنیم، به کجا باید برویم. در همان لحظه که چنین سئوالی پیش می آید، ذهن بلافاصله متوجه صحیح ترین علم طبیعی، یعنی فیزیک می شود، ولی حتی علم فیزیک هم نتوانسته است از سرایت بیماری این لحظه بحرانی تاریخ بر کنار بماند. ادعای صحت و اعتباری که علم فیزیک دارد، نه تنها از خارج این علم مورد تردید قرار گرفته، بلکه حتی در داخل حوزه این علم هم روح پریشانی و تناقض آغاز به فعالیت کرده است. باید توجه داشت که ماکس پلانک کسی است که از راه دانش فیزیک به مسائل عالم هستی رهسپار شده و با اضافه بهره مندی از عالی ترین دانش ها قرن انسان نمونه به شمار می آید.

اینک منتخباتی از آزرندگان تالیف داستایوفسکی را برای نمونه در مسائل اجتماعی در اینجا می آوریم که این اشتراکات بهتر آشکار شود: من هرگز به موهومات و وجود اجنه و پیش آمدهای غیرمنطقی ایمان نداشته ام، لیکن حوادثی برابرم روی داده است که از تحلیل و

جلال الدین با بسیاری از فلاسفه شرق و غرب در مسائل علمی وجوه مشترک دارد، از جمله با «هگل» فیلسوف معروف آلمانی در «اصل تضاد و اصالت عقل»، با «فروید» و «آدلر» روان شناسان اطریشی در «مسئله روان شناسی، عقده های روانی، روان شناسی و روان کاوی»، و با «بالتون تولستو» در مضامین آثاری چون «کودکی، نوباوگی و نوجوانی»، «اعتراف» «فلسفه زندگی»، «رستخیز»، «هنر چیست»، همچنین با «داستایوفسکی» روسی (۱۸۲۱-۱۸۸۱) که در آثارش چون «آقای پروخارچین»، «دل نازک»، «تنچکانزوانوا»، «خواب عموجان»، «دهکده استپانچکوف»، «خیانت و تنبیه»، «در خانه اموات»، «ابله»، «برادران کارامازوف»، «آزادگان»، «تسخیرشدگان» و «نتوشکا» و «یادداشت های زیرزمین» و کتاب های دیگر مضامین مشترک بین دو فیلسوف دیده می شود و آن مشترکات روحی، روانی، اجتماعی، اخلاقی و انسانی است که این مسائل نه شرقی می باشند و نه غربی و این خود روشن ترین دلایل وجود فرهنگ مشترک است که از ودا و اوپانیشا و آثار کنفوتسه و اخلاق ارسطو و غیره گرفته تا فرهنگ دارای سیستم باز و همچنین آثار متفکران و انسان های قرن های اخیر مغرب زمین مانند هوگو و بالزاک و تولستوی.

جلال الدین نیز با ویلیام شکسپیر یکی از برجسته ترین انسان شناسان است که در نیمه دوم قرن شانزدهم میلادی چشم به جهان گشود (۱۵۶۴-۱۶۱۶م)، او را پدر نمایشنامه نویسی انگلستان به شمار می آورند. سبک نویسندگی او به مکتب کلاسیسم تعلق دارد. در نمایشنامه های او اعم از تراژدی، کمدی و تاریخی مانند «اتللو»، «هملت»، «مکبث»، «جالینوس قیصر»، «رومئو و ژولیت»، «تاجر ونیزی»، «رویای شب»، «نیمه تابستان»، «هانری هشتم» و غیره مطالب انتقادی، اخلاقی، اجتماعی و انسانی متنوعی وجود دارد که مسائل اخلاقی، و انسانی داستان های مولوی را تداعی می کند که وجه اشتراک بسیار دارند. همچنین، مولوی با آلفونس «لامارتین» (۱۷۹۰-۱۸۶۹) در مضامین اخلاقی، اجتماعی و انتقادی وجه

### مشاور مالی و مالیاتی Accounting, Auditing & Tax Services

سرویس مطمئن / قیمت مناسب / توجه کامل به نیازهای شما



خدمات دقتداری

مشاوره و برنامه ریزی مالی و مالیاتی

رسیدگی و جوابگویی در حل اختلافات با مراجع مالیاتی

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

Tax Planning

Tax Return Preparation

Business Bookkeeping

Tax Problem Resolution



Responsive to Your Needs

Reliable Service + Reasonable Rates

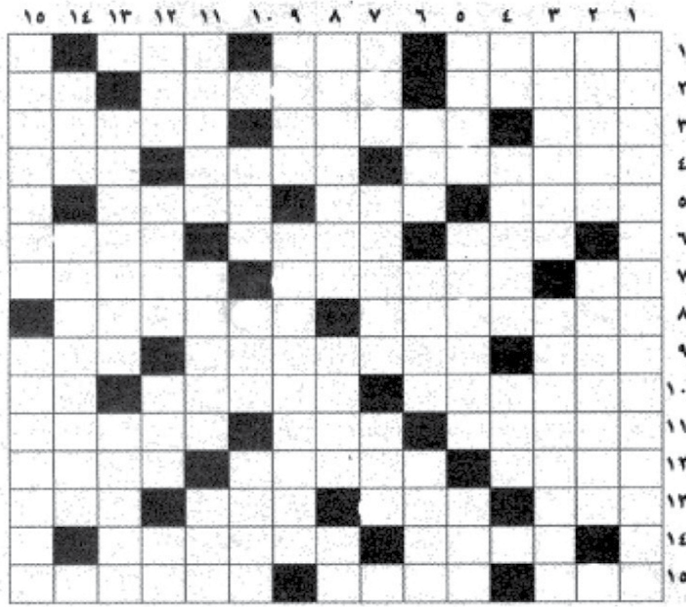
www.mytaxmd.com

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

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

حل جدول در صفحه ۴۲

## سرگرمی



## عمودی

- ۱- از رشته های نیمه سنگین دو و میدانی
- ۲- دور کرده شده از نزد کسی- تربیت و ادب و اخلاق نیکو
- ۳- یکی از فجایع چهارگانه زندگی افراد در جامعه- شرف و اعتبار داشتن
- ۴- خانم ها بیشتر از آن پیروی می کنند- ریزه های آهن- بعضی ها در خرید و فروش در می آورند
- ۵- در تکلم، جویدن غذا، تنفس و چشیدن نقش عمده ای دارد- بدمزه و ناخوشایند- معدن
- ۶- جسم انسان غیر از سر- رود مقدس آلمان- شیفته و اندوهناک
- ۷- ضمیر عربی- مانند گی- ناپخته و نارس
- ۸- مورد نیاز فراموشکار- دیو خشکسالی در ایران باستان - در کشتی می زند
- ۹- حفه و ارمغان- پیری و کهنگی و فرسودگی
- ۱۰- آلت دیدن در کناره کوره آهنگری- گیاهی که داروی همه کاره است- دریاچه ای طبیعی در ۴۸ کیلومتری جنوب شرقی اردبیل
- ۱۱- خربزه شیرین و خوشمزه معروف اصفهان- دروازه هایی در نزدیکی بوبال هند که از نخستین آثار هنری آریایی های این سرزمین است- از مارک های اتومبیل فرانسوی
- ۱۲- از بزرگان حیوانات- سرازیر و خمیده - سگ هم چنین می شود- عنصر شیمیایی.
- ۱۳- بندکردن و افراختن- از شهرهای مشهور سوئیس بر کرانه دریاچه ژنو
- ۱۴- از نزولات آسمانی- شعبه ای از دین بودایی که در کشورهای جنوب آسیا مانند تایلند، برمه و هند و چین رواج دارد
- ۱۵- کلید راهیابی به گذشته بسیار دور موجودات کره زمین- نوارچسب بهادر

## افقی

- ۱- مالیات آن را باید داد- نشانه- سوم شخص گفتن
- ۲- جنس نامرغوب و پس زده- فقر و فاقه - بیخ و بنیاد
- ۳- کشور مهاراجه- ده و قریه- ماهه زیبایی گل
- ۴- سازش پنهانی برای پیش بردن کاری یا به دست آوردن چیزی- هدیه فرستادن- وصله هنری.
- ۵- مایع لعابدار- نمودن و پرورش یافتن- پایه و بنیان
- ۶- روح حیوانی- بنده زر خرید- انواع سنگ های گرانبها و زینتی
- ۷- تعجب خانمانه- ثروت- کشوری عرب در خاورمیانه
- ۸- جای امن- چیزی را به دست کسی دادن و سپردن
- ۹- حیوان نجیب لقب گرفته- ترکیب آلی از ته که ماده حیات بخشی است- دندان نیش
- ۱۰- دانه انار- معمولا و بیشتر برای تهیه جامه به کار می رود- حرف ربط و عطف
- ۱۱- درختی از تیره نازویان یا مخروطیان و همیشه سبز- در رگ ها روان است- دروغ ترکی
- ۱۲- باران بیایی- جدانشدن- طریقه و روش
- ۱۳- اصل نوشته- سقف دهان- امر حاضر (دوم شخص) از گرفتن- رنجور و نحیف
- ۱۴- تسمه چرمی- یکی از سه جزیره بزرگ دانمارک در دریای بالتیک.
- ۱۵- نظر و عقیده- پنهان- مادر مصر

مدرسه فارسی البرز  
تجربه یادگیری زبان فارسی را  
برای فرزندان شما زیباتر می سازد

(408)829-8296  
1954 Camden Ave. #3, San Jose

## تقویم برنامه های فرهنگی و هنری در شمال کالیفرنیا

## مرکز اسلامی فرهنگی شمال کالیفرنیا

سلسله جلسات و کلاس های  
دکتر عبدالکریم سروش  
۸ جولای ساعت ۴:۳۰ بعد از ظهر  
۱۶ و ۳۰ جولای ساعت ۶ عصر  
۹ و ۲۳ جولای ساعت ۶ عصر  
جلسات سخنرانی مهندس عبدالعلی بازرگان  
۱۲ آگوست، ساعت ۶ عصر  
(510)832-7600

## جلسات انجمن فردوسی

هر دو هفته یکبار در دومین و  
چهارمین جمعه هر ماه  
[www.ferdosi.org](http://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 کیاب.  
تلفن اطلاعات:  
۹۱۶-۴۸۳-۱۷۰۰  
1290 Fulton Ave., #3  
Sacramento, CA

انجمن فرهنگی آذربایجان  
در شمال کالیفرنیا

سازمان غیر انتفاعی، بدون وابستگی  
سیاسی و جناحی، با ارائه کلاس های  
رایگان یادگیری ابزار موسیقی، رقص و  
زبان انگلیسی.  
با برگزاری رویدادهای فرهنگی و کنسرت  
۴۰۸-۸۵۸-۹۸۶۲  
[secretary@acsnc.org](mailto:secretary@acsnc.org)  
16400 Lark Ave. #260  
Los Gatos CA

## برنامه تلویزیونی رهنمودهای مسیح

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

## شب 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 لطفا با  
ما تماس حاصل فرمایید.  
۲۹۲۲-۷۲۵-۴۰۸

(۴۰۸)۲۲۱-۸۶۲۴

## نیاز مندیها

## استخدام

شرکت بیمه سلاحي تعدادی خانم و آقا با آشنایی کامل به زبان فارسی و انگلیسی، تمام و یا نیمه وقت، با مزایا استخدام می کند.

♦ Customer Service ♦ Contact Manager ♦ Sales Person

برای اطلاعات بیشتر با سحر سلاحي تماس بگیرید (408) 931-6434

## جویای کار

خانمی با تجربه و دارای گواهینامه معتبر، آماده نگهداری از سالمندان و یا فرزندان شما در مناطق سن حوزه، سن متنو، منلو پارک و سانفرانسیسکو می باشد. ۷۴۰۸-۲۶۳-۶۶۹

## برای فروش

یک آرایشگاه بسیار مدرن، با تجهیزات کامل در جنوب سن حوزه در حوالی خیابان بلاسام هیل آماده فروش می باشد. ۱۲۷۷-۲۲۷-۴۰۸

## برای اجاره

یک صندلی برای اجاره به یک آرایشگر موجود می باشد. لطفا با خانم «شری» تماس حاصل فرمایید. ۷۲۲۲-۹۲۷-۴۰۸

Find Iranian Businesses Faster



از وب سایت

irany.com

دیدن کنید و اطلاعات

کسب و کار، آگهی

نیازمندی و هر نوع

برنامه ای، مانند کنسرت،

سخنرانی، شب شعر و....

را در این وب سایت

برای اطلاع عموم به ثبت

برسانید.

irany.com

پل ارتباطی بین ایرانیان

در سراسر دنیا

## فال ستارگان

## دی

دوستان خوب همیشه در زندگی متولدین این ماه نقش سازنده و مناسبی داشته اند، پس از آنان غافل نشوید. خبری از سوی عزیزان راه دور در راه است که شاید تحول مثبتی را در زندگی تان سبب شود. بزودی با ورود آشنایان تازه ای در زمینه شغلی گشایش مناسبی پیش خواهد آمد.

## بهمن

برخی از متولدین این ماه در انجام کاری مناسب تردید دارند. بهتر است به بعضی از پیشنهادات تازه ای که به آنها شده است با دقت بیندیشند تا از انتخاب راه خطا مصون بمانند. به آن دسته از متولدین این ماه که ناگهان نسبت به زندگی زناشویی خود بدبین شده اند و یا آن را کسالت آور یافته اند توصیه می شود مراقب بعضی از اطرافیان خود باشند.

## اسفند

با مسائل بسیار مهمی در زندگی رو به رو خواهید شد. اکثر متولدین این ماه با صبر و حوصله به همه خواسته ها و هدف های خود خواهند رسید. برای بعضی نقل و انتقال در پیش است و اختلافات خانوادگی رفع خواهد شد. رنگ های قرمز، حنایی و سبز برای اغلب متولدین این ماه، با شانس و شادی توأم است.

## مهر

متولدین این ماه بسیار باهوش هستند پس باید گول حرف ها و کردار ریاکارانه دیگران را نخورند. بهتر است شدیداً مراقب وضع جسمی و روانی شان باشند و از ورزش و تغذیه مناسب غافل نشوند. توصیه می شود که از مجادله در خانه و محیط کار پرهیز کنید و گرنه همه از شما دوری خواهند گزید.

## آبان

نگذارید که کینه و دشمنی دیگران در قلبتان لانه کند و حتما آن را از خود دور کنید که مایه عذاب خواهد بود. خبرهای هیجان انگیزی در راه است که باعث شادی شما و کل خانواده تان خواهد شد. عده ای در روحیه شما بذر بدبینی می کارند که باید آنها را از زندگی خود کنار بگذارید. قدر همکاران و همراهان خود را بدانید.

## آذر

تنها شده اید و برای رسیدن به هدف های خود و انجام کار به کمک دوستان و آشنایان نیازمندید. اختلافات خود را در زندگی خانوادگی با آرامش و متانت رفع کنید تا دست های دوستی بیشتری به سوی شما دراز شود. کار زیاد سبب خستگی روحی و جسمی عده ای از شما شده است که با رفتن به سفری کوتاه، آنها را رفع می کنید

## تیر

اغلب متولدین این ماه از پذیرش اشتباهات خود سر باز می زنند و در عین حال به جای عذرخواهی دچار مهرطلبی و خودمداری می شوند که البته بر روی اطرافیان تاثیر منفی می گذارد. به زودی اخبار خوبی را دریافت خواهید کرد. افراد دو به همزن پرهیز کرده و آنها را طرد کنید. خبرهای خوشی برای متولدین این ماه در راه است.

## مرداد

متولدین این ماه آدم هایی پراحساس و در عین حال مقاوم هستند و بالاخره با صبر و شکیبایی به اهداف خود خواهند رسید. موضوعاتی وسوسه انگیز بر سر راه مجردین این ماه است که باید آن را از طریق منطق و تعقل بررسی کنند و نه از راه احساسات. اغلب متولدین این ماه ایده های سازنده ای برای موضوعات اقتصادی دارند و می دانند که چگونه در مسیری درست حرکت کنند.

## شهریور

عده ای از شما متولدین این ماه با بی توجهی و بی مهری برخی از عزیزان خود را آزرده اید که باعث ایجاد عکس العمل منفی در آنان شده و در نتیجه شما هم گوشه گیر شده اید. بسیاری از شما استعدادهای درخشانی دارید که باید حتما از آن استفاده کنید. رود عزیزی از راه دور و باعث شادی شما خواهد شد.

## شروالدین

عشق برای متولدین این ماه مفهومی جدی و زندگی ساز دارد. پیشنهاد کاری مناسب به شما می شود که قابل بررسی و تعمق است. با دریافت یک پیام و یا نامه به زودی وضعیت شغلی شما مشخص تر و بهتر می شود. در زمینه کاری متولدین این ماه به مسیری گام می گذارند که در پایان برایشان گشایش و شادمانی به همراه دارد.

## اردیبهشت

اگر متولدین این ماه هوش خود را به کار گیرند و به موقع و درست عمل کنند، مطمئناً کارهایشان قرین توفیق خواهد بود. بویژه متاهلین باید هوشیار باشند و اجازه ندهند که افراد غیر مسئول در زندگی خصوصی شان مداخله کنند. دسترسی به کاری مستقل و درآمدزا و دور از انتظار در فال متولدین این ماه پیش بینی می شود.

## خرداد

متولدین این ماه مهربان و در مواردی نیز فداکار هستند ولی در عین حال باید از بگومگوهای زیاد در خانواده پرهیز کنند. به زودی خبرهای خوشی به متولدین این ماه خواهد رسید که برخی از آنها نیز با پول و یا پاداش مالی همراه است. شانس خوبی برای شروع کاری تازه در زندگی شما پیش بینی می شود.

# کاباره رستوران ساقی

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.

هر روز نهار با انواع غذاهای متنوع در رستوران ساقی  
جوجه - کوبیده - خورشت قیمه - خورشت قرمه سبزی

**Daily Lunch Special**  
**Including Fresh Salad Bar**

**۱۱/۹۵ دلار**



دومین چهارشنبه هر ماه شب بانوان در کاباره رستوران ساقی

*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

و چشمانش را بسته بود و نیت عشقانه کرده بود و سکه اش را از بالای سر به درون حوض انداخته بود. این چشمه هم مانند سقاخانه های ایران، که مردم برای برآورده شدن نیازهایشان شمی را در سکویش روشن میکنند و منتظر جواب میشوند، عمل میکرد و عشاق پس از پرت کردن سکه توقع داشتند که آن چشمه، عشق آن دو دلداره را ابدی کند.

ساعت ها در کنار هم بر روی لبه حوض بزرگ چشمه عشاق نشستند و گرمای دستان خود را به دیگری دادند و به تماشا می مردمی که سرخوشانه میامدند و چشم ها را می بستند و پشت به حوض می ایستادند و سکه ای را از بالای سر بدرونش پرت میکردند نگاه مینمودند و با شادی های آنها شادی میکردند.

زمستان بود اما آفتاب گرمی که میتابید آنقدر گرم و دلچسب بود که خود را در بهار احساس می کردند. خوش بودند و همچون دو پرنده کوچکی که تازه بر روی بالشان جوانه زده، از ترس سقوط، از کنار هم دور نمیشدند. فریدون گفت آیا موافقی برای ناهار برویم؟ نازارینا گفت:

تو فقط خواسته ات را اجراء کن و هیچ چیز از من نپرس - آنچه را که تو دوست داری من هم در آن شریکم. برخاستند و به یکی از رستوران های کوچه های سنگی رفتند. بوی خوراک ها اشتها می آورد و حرکات را تحریک میکرد. فریدون گفت:

تو آنچه را که دوست داری سفارش بده. نازارینا چشم در چشم فریدون دوخت و لبخندی زد و به نشانه اطاعت گفت:

چشم سرورم... و هر دو خندیدند. نازارینا دیوانه وار عاشق فریدون شده بود و آنچه را که میگفت، عین حقیقت بود. فریدون احساس میکرد که نازارینا به تنهایی در یک کفه ترازو میتواند وزنه ای بیشتر از همه دختران و زنانی داشته باشد که تا به حال برخورد داشته. در عین آزادی، دلی دارد که رنگ عشق را به خود گرفته و دیگر رنگ ها نمیتوانند رویش اثر بگذارند. وقتی دست فریدون را با سرانگشتانش می ساید، همه مسیر زیر انگشتانش را به درون قلبش میمکید.

نشستند و ناهار را با شوقی کودکانه خوردند که بیشتر قاشق هایشان به سمت دهان دیگری میرفت تا دهان خود. در گوشه ای از رستوران پیرمردی نشسته بود که چشم از آنان بر نمی داشت. به رویاهای جوانی اش رفته بود و داشت جوانی خود را مرور میکرد. چقدر خود را در رویا، شبیه فریدون میدید و عشق دوران جوانی اش را شبیه نازارینا. دنباله مطلب در صفحه ۳۰۷

است؟ آیا به مسیر خانه ات نزدیک است یا جای بهتری را پیشنهاد میکنی؟» نازارینا گفت: «چون مسیر ترامواهایی که از جلوی خانه ما میگذرد، به همان میدان ریپابلیکا میایند، بهتر است در همان نبش ریپابلیکا و ویا ناسیوناله یکدیگر را ببینیم که تو هم مجبور نباشی مسافت زیادی را پیمایی تا به اینجا برسی. با چند دقیقه قدم زدن، از ایستگاه راه آهن به ریپابلیکا میرسی.» و سپس پرسید: «چه ساعتی دوست داری آنجا باشی؟» فریدون با خنده گفت: «من دلم میخواهد پیش از طلوع آفتاب تورا ببینم. تو چه ساعتی را پیشنهاد میکنی؟» نازارینا گفت: «پس من ساعت نه بامداد در نبش ریپابلیکا و ویا ناسیوناله منتظرت هستم.» خدا حافظی کردند و از هم جدا شدند.

هنوز ساعت به نه نرسیده بود که دست های نازارینا در دست فریدون بود و به اتفاق برای صرف صبحانه به یکی از کافه هایی که صدلی هایشان را در بیرون از ساختمان در پیاده رو گذاشته بودند رفتند و زیر آفتاب گرمی که تابیده بود، مشغول خوردن شدند. هیچکدام آنچه را که به دهان می بردند نمی دیدند و چشم هایشان نمی توانستند از روی چهره دیگری به جای دیگر حرکت کند. چندین بار فریدون دلش خواست که نازارینا را از صمیم قلب ببوسد، اما همان افکار ویژه ای که برایش جا افتاده بود و مروت نمیدید دختری به آن بی آلاشی را به احساس های شیطانی ملوث کند اجازه چنان کاری را نداد.

پس از صبحانه ای که در فضای باز در یک روز آفتابی و در زیر تابش و گرمای مستقیم آفتاب بامدادی در پیاده رو سنگی جلوی کافه زیبایی که از آن بوی نان های مکعبی و قهوه در فضا پراکنده شده بود صرف کردند، برخاستند و نازارینا دستش را به دور دست فریدون حلقه کرد و به سمت فونتانا دی تره وی (چشمه عشاق) برافزادند. نازارینا با شوق تمام، از همه چیز سخن می گفت. از مادرش، خواهرهایش، پدر، دوستان، و مدرسه و همه چیز برای فریدون تعریف میکرد. گاهی هم پرسش هایی مینمود و فریدون را وادار به حرف زدن میکرد. برایشان مهم نبود که از چه چیزی سخن میگویند. همین که به هم میگویند و با هم هستند کافی بود. به چشمه عشاق رسیدند، پر از جمعیت بود. آب زلالی که در حوض بود، همه سکه هایی را که عشاق ریخته بودند را به وضوح نمایان میکرد. کف حوض پر از انواع سکه ها بود که هر عاشقی پشتش را به چشمه کرده بود

## عشق، هوس، نفرت

بخش پنجم

عباس پناهی



خدا حافظی کرد و گفت: «نازارینا اگر بتوانی تا ده دقیقه دیگر خداحافظی کنی، ما هم برای خرید راه خواهیم افتاد.»

نازارینا دست فریدون را در دست هایش گرفت و با نرمی روی آن لغزاند. انگشتانش مانند پرنیان از روی پوست فریدون لغزیده می شد و حس غریبی در او غلیان میافت. به چشمان نازارینا نگاه کرد، پر از عشق بود و تمنا. شادی ای ناشمردنی از آن چشم ها فوران می کرد. دلش نمی خواست دست هایش را از میان انگشتان او بیرون بیاورد. مچ دستش را پیچ داد و دو ساعد بلورین او را در میان دستانش گرفت و گفت: «نازارینای عزیزم، برای آنکه خانواده ات را معطل نگذاری، زود برو اما من هفته آینده تعطیل هستم و میتوانم تمام هفته را اگر باشی، با تو باشم.» نازارینا با شادی گفت: «اتفاقاً منم تعطیل هستم و چه خوب که گفتی. پس می توانم فردا ببینمت. کجا قرار ملاقات داشته باشیم؟» فریدون گفت: «همینجا برایت چطور

مادر، با دو دست صورت نازارینا را گرفت و بوسید و دوباره با دو دست صورت فریدون را گرفت و به سمت خود کشید و بوسید. اما فریدون قد راست نکرد و خود را عقب نکشید زیرا که نمی توانست نسبت به الیزابتا که یاد آور مادرش بود، احساسی شیطانی پیدا کند. الیزابتا گفت: «حُب پس، پسر سوم من تویی.» فریدون از این حرف زیاد سر در نیاورد اما نازارینا بعدها برایش گفت که من برادر ندارم اما دو خواهر بزرگتر از خودم دارم که ازدواج کرده اند و او دو دامادمان را پسر خطاب می کند و میگوید که دو پسر دارد و سه دختر و منظورش این بود که تو هم مانند آن دو، پسرش هستی و هم چون مادر دوستت دارد.

الیزابتا به فریدون گفت: «مرا ببخشید که باید به داخل کلیسا بروم اما تو باید هر چه زودتر بیایی به خانه ما. من با تو خیلی کار دارم.» و روگرد به نازارینا و گفت: «این پسر را حتماً به خانه مان بیا.» و

## Laser Beauty Center

با مدیریت ندا امیری با بیش از ۱۶ سال سابقه

### Laser Hair Removal

از بین بردن موهای زائد بدن با لیزر  
برای هر گونه پوست روشن و تیره

مشاوره اولیه رایگان



♦ جوان سازی پوست با استفاده از لیزر

♦ از بین بردن موهای زائد بدن با استفاده از لیزر

♦ کشیدن پوست بدون جراحی با استفاده از لیزر

♦ Laser Skin Rejuvenation

♦ Laser Hair Removal

♦ Titan (Skin Tightening)

Neda Amiri R.N.

(408) 3703882

1848 Saratoga Ave., #6A, Saratoga, CA 95070

## مقرون به صرفه کردن بیمه درمان سحر سلاهی

sselahi@farmersagent.com



هزینه بیمه اشاره شده است. **♦ کمک هزینه بیمه، هزینه طرح بیمه درمانی یک فرد یا خانواده را کاهش می دهد.** **♦ کمک هزینه بیمه (یارانه فدرال) در همان زمانی که فرد یا خانواده در بیمه درمانی ثبت نام می کند به طور مستقیم اعمال خواهد شد. نیاز نیست که ثبت نام کنندگان تا پایان سال برای برگشت مالیات صبر کنند.**

**♦ دریافت کمک هزینه درمانی فقط از طریق Covered California ممکن می باشد. ساکنان کالیفرنیا اگر می خواهند از کمک هزینه بیمه استفاده کنند باید طرح بیمه درمانی خود را از طریق Covered California خریداری کنند.**

**♦ کمک هزینه بیمه به طرح های بیمه درمانی تعلق می گیرد. این کمک هزینه توسط دولت فدرال مستقیماً به طرح بیمه ای تعلق می گیرد که یک فرد یا خانواده از طریق Covered California انتخاب می کند.**

### تعیین کمک هزینه بیمه

مقدار کمک هزینه بیمه ای که پرداخت می شود به درآمد و تعداد اعضای خانواده بستگی دارد. در زیر چند مثال از هزینه های احتمالی خانواده های ساکن کالیفرنیا آورده شده است. اواخر امسال، مبلغ دقیق طرح های بیمه Covered California مشخص خواهد شد و بنابراین همه به طور دقیق متوجه خواهند شد که بابت بیمه چقدر باید هزینه بپردازند.

### یارانه تقسیم هزینه

در حالی که کمک هزینه بیمه موجب کاهش حق بیمه پرداختی می شود، یارانه های تقسیم هزینه از افراد کم درآمد حمایت می کند و هزینه ای که آنها باید در زمان دریافت خدمات بپردازند را کاهش می دهد. افرادی که در سال ۲۰۱۳ درآمد آنها کمتر از ۲۸,۷۲۵ دلار و خانواده های چهار نفره ای که درآمدشان کمتر از ۵۸,۸۷۵ دلار می باشد می توانند مشمول یارانه تقسیم هزینه بشوند، هزینه های درمانی کمتری خواهند پرداخت، از جمله هزینه هایی که در زمان دریافت خدمات درمانی پرداخت می کنند.

افراد می توانند به صورت حضوری یا از طریق تلفن یا آنلاین و یا با یک کارشناس بیمه در مورد اینکه واجد شرایط دریافت کمک هستند یا خیر تماس حاصل فرمایند.

Covered California دریافت بیمه درمانی را برای میلیون ها نفر در کالیفرنیا ساده و مقرون به صرفه تر می کند. ساکنان قانونی کالیفرنیا می توانند از طریق مارکت جدید Covered California پوشش بیمه درمانی خریداری کنند. در سال ۲۰۱۴ چندین برنامه دولتی جدید یا تمدید شده برای ارائه کمک مالی در جهت کاهش هزینه بیمه درمانی ارائه خواهد شد.

### کمک پرداخت حق بیمه

کمک دولتی برای کاهش هزینه ماهانه بیمه درمانی فرد یا خانواده.

### کمک تقسیم هزینه

مقدار هزینه های مراقبت بهداشتی یک فرد یا خانواده را در زمان دریافت مراقبت بهداشتی کاهش می دهد. Medical این برنامه در سال ۲۰۱۴ آغاز می شود و افراد زیر ۶۵ سال بیشتری از جمله افراد معلول و فردی که درآمدش کمتر ۱۵,۸۶۰ دلار در سال یا خانواده چهار نفره ای که درآمدشان کمتر از ۳۲,۵۰۰ دلار در سال باشد را تحت پوشش قرار می دهد. برنامه Medical برای افراد واجد شرایط رایگان است و جزئی از اصلاحات قانون حمایت بیماران و مراقبت های مقرون به صرفه می باشد.

**واجد شرایط بودن برای کمک هزینه بیمه** کمک هزینه بیمه شامل حال افراد و خانواده هایی می شود که کمتر از مقدار مشخصی در سال درآمد دارند و گزینه های دیگری برای قرار گرفتن تحت پوشش بیمه درمانی مقرون به صرفه از جمله بیمه شدن توسط کارفرما یا سایر بیمه های دولتی نیز برای آنها میسر نمی باشد.

مقدار کمک هزینه بیمه به درآمد، سن و محل زندگی فرد بستگی دارد. قانون مراقبت های مقرون به صرفه بر اساس جایگاه یک فرد نسبت به سطح خط فقر فدرال، حداکثر مبلغی که آن فرد باید ماهانه بابت بیمه درمانی بپردازد را مشخص می نماید. به طور کلی، هرچه درآمد یک فرد کمتر باشد، هزینه ای که باید بابت بیمه درمانی بپردازد کمتر می باشد و کمک دولت بیشتر خواهد بود. برای مثال، افرادی که درآمد آنها کمتر از ۴۵,۹۶۰ دلار می باشد مشمول کمک مالی می شوند.

در زیر به چند نکته کلیدی درباره کمک

## شرایط گرفتن تابعیت آمریکا

داریوش گیلانی



پرونده تان رسیدگی کنند. **شرط سوم،** گذراندن امتحان زبان انگلیسی و تاریخ آمریکا می باشد. کسانی که بیش از ۵۰ سال دارند و مدت زیادی دارای کارت سبز بوده اند می توانند از امتحان زبان معاف شده و به زبان مادری شان تاریخ را امتحان بدهند. افرادی که زبان انگلیسی بلد نیستند فقط می توانند با مدرک پزشکی از دادن امتحان ها به کلی معاف شوند. دارا بودن سن بالا لزوماً معافیت امتحان را تضمین نمی کند بلکه مدرک پزشکی لازم است. یادآور می شویم که اداره مهاجرت تصدیق هر پزشکی را قبول نمی کند. بنابراین شما نمی توانید همبیطوری از دکتر خانوادگی تان مدرک بگیرید مگر اینکه دکتر مربوطه اداره مهاجرت را قانع کند که متقاضی تابعیت، به دلایل موثق و پس از آزمایش های گرفته شده در رابطه با توان یادگیری متقاضی، قادر به یاد گرفتن زبان انگلیسی نمی باشد.

دلیل دیگری که می تواند از گرفتن تابعیت شما جلوگیری کند داشتن رکورد پلیسی در آمریکا میباشد. چنانچه در طول اقامت تان در آمریکا، به هر دلیلی، در اداره پلیس انگشت نگاری شده باشید باید حتماً این مورد را در درخواستنامه خود منعکس کنید. حتی اگر پرونده شما با پلیس اشتباه بوده و یا پرونده شما به نحوی پاک شده باشد شما میبایستی هنگام درخواست تابعیت این مسئله را مطرح کنید.

عده ای از متقاضیان تابعیت، از روی نادانی و ناچاری، با پرداخت مبالغی گزاف به دلالان خلافاً بدون دادن امتحان تبعه آمریکا می شوند. به این دسته از اشخاص یادآور می شویم که چنانچه در آینده (حتی ۱۰ سال بعد) اداره مهاجرت آمریکا متوجه این خلاف گردد نه تنها تابعیت این اشخاص مردود شناخته و تنبیه قانونی می شوند بلکه کلیه کسانی که از طریق تابعیت آنها کارت سبز گرفته باشند مورد پیگرد قانونی و ابطال اقامت قرار خواهند گرفت.

**در این ماه نکاتی را در رابطه با درخواست تابعیت آمریکا با شما در میان میگذاریم.**

**شرط اول،** داشتن کارت سبز برای ۵ سال میباشد. البته افرادی که همسرشان تبعه آمریکا بوده و مدت ۳ سال در ازدواج با این همسر بوده باشند میتوانند بعد از ۳ سال پس از اخذ کارت سبز درخواست تابعیت بکنند. کسانی که پرونده پلیسی داشته و دادگاه به آنها دوره التزامی یا پروبیشن داده است باید جهت درخواست تابعیت تا اتمام این دوره صبر کنند.

**شرط دوم،** از همه مهمتر است بدین معنی که درخواست کنندگان قبل از پرکردن فرم تابعیت نباید پیش از اندازه خارج از آمریکا بوده باشند. مهمترین دلیلی که می تواند از تابعیت شما جلو گیری کند همین مورد غیبت های طولانی از آمریکا میباشد. چنانچه بخواهیم، به اصطلاح سرانگشتی حساب بکنیم، پیش از درخواست تابعیت، شما باید هر سال حداقل ۶ ماه در آمریکا اقامت داشته باشید. یعنی اگر مدت غیبت شما در عرض ۵ سال بیشتر از ۹۱۳ روز باشد درخواست شما رد خواهد شد. البته اداره مهاجرت در بعضی از موارد استثنایی غیبت های طولانی شما را قبول خواهد کرد. برای مثال بیماری و موارد اورژانسی که برگشت سر موعد شما را به این کشور به تعویق انداخته باشد.

برخی از متقاضیان، دانسته یا ندانسته، تاریخ های خروج و ورودشان را به طور دقیق روی درخواستنامه شان نمی آورند. لازم به تذکر است که یادآوری کنیم که مدت بیش از ۱۰ سال است که اداره مهاجرت آمریکا حساب تمام خروج ها و ورود های شما را داشته و حتی میداند در چه ساعت و با کدام شرکت هوایی رفته و یا برگشته اید. بنابراین درست نوشتن این تاریخ ها منجر به رد شدن درخواست تابعیت شما شده و به اصطلاح یک پرچم قرمز روی پرونده شما قرار می گیرد که دفعه بعد که درخواست می کنید دقیق تر به



## جوک های قومیتی و تخریب اقوام ایرانی

تهیه و گردآوری: سمیه ماه کیانی

### پیشینه شوخ طبعی در ایران

ایرانیان شوخ طبع و اجتماعی از دیر باز برای شاد زیستن و مفرح نمودن اوقات زندگی خود و دیگران، اقدام به ساختن لطیفه ها و داستان های کوتاه شادی آفرین و پند آموز نموده اند. چنانچه آثار به جا مانده از نویسندگان بزرگی چون ابراهیم بیگ زین العابدینی مراغه ای، طالبوف، دهخدا و سید محمد علی جمالزاده گویای این مطلب است.

اما این خصیصه مثبت اجتماعی از حدود ۹۰ سال پیش در مسیر سیاسی قرار گرفت و بر ضد هدف اصلی که همانا شاد و مفرح کردن زندگی است به کار رفت. از آن دوره به بعد تا کنون می توان با نگرش عمیق از میان صدها و هزاران لطیفه، بخش عظیمی را در لیست منفی و سیاه قرار داد که به نوعی موضوع خشونت، بی عدالتی و بی احترامی به افراد، خانواده ها و قوم های مختلف را دامن می زنند و نابرابری های اجتماعی را تشدید می کنند.

قبل از اینکه بخواهم یک مقدار از این قضیه را ریشه یابی کنم خیلی ساده از شما می خواهم که تا به حال اگر جوک قومیتی می گفتید از این کار دست بردارید چرا که بسیار مضر و زیان بار است و هدف از این مقاله این است که شما را متقاعد کنم که در مقابل گفتن و شنیدن جوک های قومیتی موضع بگیری.

مدتها بود که جوک های قومیتی را می شنیدیم و مثل همه به آنها می خندیدیم. در زمان پیش از انقلاب اسلامی این جوک ها توسط مجریان (شومن ها) در کاباره ها و تلویزیون اجرا می شد و برای همه عادی بود. کسانی که در یک شهر فارس نشین بزرگ شده اند هیچ وقت از دید ترک ها و لرها به قضیه نگاه نمی کنند. تا جایی که در دانشگاه فردوسی در یک جشن عمومی یک نفر که به جوک گفتن شهره بود روی سن رفت و شروع کرد به گفتن جوک های ترکی، بلافاصله دانشجویهای آذری که عده زیادی بودند اعتراض کردند و جلسه رو به هم زدند به طوری که اون فرد را مجبور کردند روی سن رفته و عذر خواهی کند. بدون شک طنز، فاخرترین گونه شوخ طبعی است اما این فاخر تمسخر را در خود جای نمی دهد. راه افتادن موجی از پیام های توهین آمیز و شاید در ظاهر شوخی در فضای مجازی مدتی است که باب شده است و با همه گیر شدن استفاده از شبکه های اجتماعی به یک امر همیشگی تبدیل شده و هر بار واکنش هایی

را چه از طرف شخصی که مورد این اهانت ها قرار گرفته و چه طرفداران وی به همراه دارد، این موج که در ظاهر فقط شوخی و جوک است شخصیت افراد را نشانه گرفته و تبدیل به یک معضل اجتماعی شده است.

### تاراج فرهنگ و شخصیت

توهینی آشکار نسبت به قومیت ها در لفافه طنز می تواند باعث ایجاد تنش و کینه بین قومیت ها شود و فرهنگ آنان را به تاراج ببرد. اما متأسفانه پافشاری بعضی از روشنفکران برای پرهیز از این جوک ها آفاقه ای نکرد و کم کم این جوک های توهین آمیز در بین مردم جایگاه خود را به خوبی پیدا کرد و به یک باور تبدیل شد، با این توجیهات که قصد توهین کردن را نداریم و صرف خندیدن است، باوری که اعتقاد بسیاری از مردم جامعه را به بازی می گیرد و این جریان با شیبهی خاص سوژه های خود را تغییر داد و از قومیت ها عبور کرد و اشخاص را نشانه گرفت.

از اتاق فکر برای توهین تا تبعیت کورکورانه این رفتارها که موجب جریحه دار شدن مقدسات ارزشی ما و سرمایه های ملی ما می شوند، به نظر می رسد اهداف خاصی از جمله گشودن باب توهین به شخصیت ها و اختلاف افکنی را دنبال می کند نمی توان تصور کرد این اقدام که از طریق فضای مجازی به آسانی فراگیر شده است بدون سازماندهی باشد و به همین دلیل جامعه شناسان این جریان را کاملا حساب شده می بینند.

برخی کارشناسان معتقدند بسیار عجیب و مشکوک است که بدون هیچ بهانه ای چنین موجی شکل گرفته و به سرعت صدها نوشته با ادبیات و چارچوبی مشابه و در فضاهایی مشخص نسبت به سوژه هایی خاص منتشر شود. با این اوصاف بدون شک اقدام مدیریت شده ای یا اتاق فکری در لایه اول این توهین ها وجود داشته و به واسطه نوع شکل گیری و کیفیت گسترش از طریق فضای مجازی در دسترس در لایه های بعدی شاهد حرکات کور توسط کاربران فضای مجازی هستیم.

این توصیه به جایی است که هر چیز رایج را نباید کورکورانه پذیرفت و از آن پیروی کرد که اگر اینطور بود هیچگاه این قبیل جوک ها به تمام مخاطبین فرستاده و به اشتراک گذاشته نمی شد. اما متأسفانه این ضد فرهنگ تا اندازه ای در جامعه رواج پیدا کرده است که قانع کردن افراد بر نادرست بودن این رفتار بسیار دشوار است.

### تاثیرات آتشین جوک های تخریبی

این نشانه گیری شخصیتی و قومیتی علاوه بر شکستن قبح احترام نسبت به شخصیت ها، بدون دلیل قابل قبولی احساسی ناروا نسبت به افراد و قومیت ها ایجاد می کند که در عدم پذیرش نصیحت ها و صحبت های حکیمانه تاثیر گذار است. می دانیم که گروه هایی تندرو خواهان جدایی و تجزیه کشور هستند و این جوکها و لطیفه ها که برخی هم میهنان ناآگاه به آنها می خندند و آنها را تعریف می کنند وسیله ای است برای رسیدن به اهداف آن گروه ها. این لطیفه ها اغلب درباره اقوامی به کار می روند که در طول تاریخ کشورمان بیشترین تاثیر گذاری را داشته اند و رشادت ها، شجاعت ها و دلاوریهای مردمانشان زمینه ساز شکل گیری تغییرات بس مهم و در خور توجهی در تاریخ گشته که امروز سایر فرهنگ ها و قومیت های ایرانی در زیر یک چتر از موهبت آن بهره مند هستند.

اگر می خواهیم همه با هم بمانیم باید زبان فرهنگیمان را تمیز کنیم. باید صلح را به زبانمان، خانواده هایمان، اجتماعاتمان و در آخر به سبک زندگی ایرانیمان برگردانیم. دهه هاست که این جوک ها موجب دشمنی اجتماعی شده است که احترام، اعتماد، مهربانی و روابط را ویران کرده است. چنانچه امروز شاهد آن هستیم که فرهنگ گفتاری ما به عنوان بخشی از فرهنگ ایران از این خطر بزرگ یا نمود لطیفه ها و جوک های قومیتی که سالیان سال بر زندگی و مراودات اجتماعی مان چنگ انداخته در امان نمانده است.

یعقوب طالبی مردم شناس و کارشناس ارشد سازمان میراث فرهنگی آذربایجان شرقی معتقد است که سر آغاز شکل گیری لطیفه های قومیتی منتسب به دوره پهلوی است. وی در این باره می گوید: لایه های اولین لطیفه سازی در خصوص اقوام ایرانی را باید به سال ۱۳۰۰ و زمان تاج گذاری رضا شاه پهلوی نسبت داد. پس از آنکه رضا شاه سلسله ترک قاجاری را منقرض کرد و به حکومت رسید، برای تخریب سلسله قاجار، نوادگان شان را کشت، اجازه حضور در عرصه سیاسی را از آنان سلب کرد، اقتصادشان را فلج و برای تخریب آنان از نظر فرهنگی نیز از طریق سیاست تمسخر وارد عمل شد. روندی که در دوره محمد رضا شاه به اوج خود رسید.

از سویی ترس از تشکیل حکومت خود مختاری در خطه آذربایجان که هرگز تاب تبعیت از حکومت خودکامه شاهان را نداشته اند موجب شد که حکومت پهلوی برای ایجاد سرخوردگی اقوام ترک و نیز ایجاد فغان میان مردم آذربایجان و سایر اقوام همچون گیلک، لر، کرد، بلوچ و

ترکمن به سراغ ترفند گفتاری بروند و اتحاد مردمی را به وسیله آن تضعیف کرده و سلطه خود را بر سراسر ایران تحمیل کند. اقدامی غیر اخلاقی که در آن دوران رشد نمود و امروز در فرهنگ ما به اشتباه رسوخ کرده و متأسفانه مورد استفاده قرار می گیرد.

اسماعیل پور کارشناس مردم شناسی گیلان منشأ شکل گیری لطیفه های تخریبی قومیتی را منتسب به اواخر دوره قاجار و اوایل دوره رضا شاه پهلوی می داند و می گوید: ساخت جوک های قومیتی در درجه اول از سیاست انگلیسی (تفرقه بینداز و حکومت کن) سرچشمه می گیرد که در خصوص دو قومی که در زمان رضا شاه تابعیت حکومت مرکزی را نداشتند اجرا شد، گیلک ها و آذری ها.

حتی رژیم شاهنشاهی فردی معروف به سید کریم را استخدام کرد که کار او تنها ساخت جوک درباره گیلک ها و آذری ها بود و با این سیاست علاوه بر تحقیر اقوام مختلف ایرانی و تلقین برخی مفاهیم میان آنها تفرقه ایجاد می کرد. بد نیست در اینجا اشاره ای داشته باشم به برخی از رشادتهای دلیرمردان اقوام کرد، لر، ترک، گیلانی...

### کردستان دیار غیورمردان

مردمان غیور کرد چه در صحنه بین المللی و چه ملی همواره الگوی سلحشوری و غیرت ملی بوده اند. در واقع هر جایی که ظلم و ستمی بوده، کرد با شرفی نیز به پا خاسته تا حق بستانند. متأسفانه از آغاز سلسله پهلوی و با هدف منزوی کردن اقوام دلاور از اجتماع، کردها به همراه سایر اقوام همتراز خود (لرها و ترک ها و...) مورد هجوم ناهنجاری های فرهنگ گفتاری قرار گرفته اند، اقدامی برنامه ریزی شده که به تدریج در تارو پود فرهنگ ایرانی به نادرستی جای باز کرده است.

### ترک ها، حماسه سازان تاریخ ایران

اقوام آذری زبان کشورمان از دیگر اقوام دلاور و صحنه ساز در وقایع بزرگ تاریخ ایران هستند. این هموطنان شمال غرب کشورمان تنها اقوامی هستند که در برابر مغولان نه تنها کمر خم نکردند بلکه بهترین راه مقابله با دشمن را رسوخ در لایه های درونی حکومت مغولان برگزیده و این اقوام را وادار به انتخاب پایتخت و یکجا نشینی کردند و مدنیت را به آنان آموختند. بعدها بزرگترین امپراطوری دینی، مذهبی و ملی ایرانیان (حکومت صفویه) توسط اقوام ترک بنا نهاده شد و با تکیه بر نگرش های مذهبی مردم ایران برای اولین بار تشیع در ایران رسمی شد. قانون مشروطیت ایران زیر بار فشار مردم، روحانیون آذربایجان و رهبری ستار خان و باقر خان به امضای مظفر الدین شاه رسید. **دنباله مطلب در صفحه ۳۰۵**

**اجاق سرد**

مانده از شب‌های دورادور  
بر مسیر خامش جنگل  
سنگ‌چینی از اجاقی خرد  
اندرو خاکستر سردی.  
همچنان کاندز غبار اندوده اندیشه‌های من ملال‌انگیز  
طرح تصویری در آن هر چیز  
داستانی حاصلش دردی.  
روز شیرینم که با من آتشی داشت  
نقش ناهم‌رنگ گردیده  
سرد گشته، سنگ گردیده  
با دم پاییز عمر من کنایت از بهار روی زردی.  
همچنان‌که مانده از شب‌های دورادور  
بر مسیر خامش جنگل  
سنگ‌چینی از اجاقی خرد  
اندرو خاکستر سردی.  
نیما یوشیچ

**جادوی بی اثر**

پُر کن پیاله را  
کاین آب آتشین،  
دیری است ره به حال خرابم نمی برد!  
این جام‌ها که در پی هم می شود نهی  
دریای آتش است که ریزم به کام خویش،  
گرداب می رباید و، آیم نمی برد!  
من با سمند سرکش و جادویی شراب،  
تا بیکران عالم پندار رفته ام  
تا دشت پر ستاره اندیشه‌های گرم  
تا مرز ناشناخته مرگ و زندگی  
تا کوچه باغ خاطره‌های گریز پا،  
تا شهر یادها...  
دیگر شراب هم  
جز تا کنار بستر خوابم نمی برد!  
هان ای عقاب عشق!  
از اوج قلّه‌های مه آلود دور دست  
پرواز کن به دشت غم انگیز عمر من  
آنجا ببر مرا که شرابم نمی برد...!  
آن بی ستاره ام که عقابم نمی برد!  
در راه زندگی،  
با این همه تلاش و تمنا و تشنگی،  
با اینکه ناله می کشم از دل که: آب... آب...!  
دیگر فریب هم به سراهم نمی برد!  
پر کن پیاله را...  
فریدون مشیری

**گذشت**

مه و سال‌ها هرچه بر ما گذشت  
طرب گاه و اندوه افزا گذشت  
شب و روزها از پی یکدیگر  
امید افکن و عمر فرسا گذشت  
مه و سال با ای فسوسا رسید  
شب و روز با ای دریغا گذشت  
غم هستی من که جز غم نداشت  
شتابان رسید و شکبیا گذشت  
اگر بود شادی که هرگز نبود  
چو برق آمد و برق آسا گذشت  
رسید از غم و درد جانم به لب  
به من لحظه و ساعتی تا گذشت  
نداند کسی جز من و روز و شب  
که بر من چه روز و چه شب‌ها گذشت  
چه حاصل ز دیروز و امروز من  
که این هر دو در فکر فردا گذشت  
به شب‌های عمرم که از دیرباز  
به یاد تو ای ماه سیمیا گذشت  
ز خود پرسم آیا سپیده دمید  
شب هجر باقی بود یا گذشت؟  
به خود گویم از بهر تسکین درد  
اگرچند درد از مداوا گذشت،  
مخور غم که گویا سپیده دمید  
شب تیره هجر گویا گذشت  
مخور غم که این زندگی هرچه بود  
بد و خوب یا زشت و زیبا گذشت  
بلی عمر من روز و شب، سال و ماه  
بسی سخت بگذشت اما گذشت  
گذشتم ز هستی که در روزگار  
توان رستن از هر غمی با گذشت  
ز مهر تن توبه سوز تو نیز  
گذشتیم و شوق تمنا گذشت  
تواند کشد دست از ناکسی  
کسی کز سر جمله دنیا گذشت  
ستم هرچه کردی و خواهی بکن  
ز تو ما گذشتیم و از ما گذشت  
ولی از تو می پرسم ای سنگدل  
که از تو خدا خواهد آیا گذشت؟  
مظاهر مصفا

**گیاه وحشی کوهم**

گیاه وحشی کوهم نه لاله‌ی گلدان  
مرا به بزم خوشی‌های خودسرانه مبر  
به سردی خشن سنگ خو گرفته دلم  
مرا به خانه مبر، زادگاه من کوه است  
ز زیر سنگی یک روز سر زدم بیرون  
به زیر سنگی یک روز می‌شوم مدفون  
سرشت سنگی من آشیان اندوه است  
جدا ز یار و دیارم دلم نمی‌خندد  
زمن طراوت و شادی و رنگ و بوی نخواه  
به غیر حسرت پر خشم و آرزوی نخواه  
گیاه وحشی کوهم در انتظار بهار  
مرا نوازش و گرمی به گرمی می‌آرد  
مرا به گرمی میار...  
زاله اصفهانی

**دریچه‌ها**

ما چون دو دریچه روبروی هم،  
آگاه ز هر بگو مگوی هم.  
هر روز سلام و پرسش و خنده،  
هر روز قرار روز آینده،  
عمر آینه بهشت، اما... آه  
بیش از شب و روز تیر و دی کوتاه  
اکنون دل من شکسته و خسته ست،  
زیرا یکی از دریچه‌ها بسته ست.  
نه مهر فسون، نه ماه جادو کرد،  
نفرین به سفر، که هر چه کرد او کرد.  
مهدی اخوان ثالث

**شبچرائی**

شب بد شب دد، شب اهرمن  
وقاحت - به شادی - دریده دهن  
شب نورباران، شب شعبده  
شب خیمه شب بازی اهرمن  
شب گرگ در پوستین شبان  
شب کاروان داری راهزن  
شب سالروز جلوس دروغ  
شب یادبود بلوغ لجن  
شب کوی و برزن چراغان شده  
فضاحت ز شیپورها نعره زن  
شب شبچرائی به فرمان دیو  
شب سور اهریمن و سوک من.  
م. آرم

## قالی بافی در مناطق مختلف ایران

محمد جواد نصیری

ایران مهد قالی دنیا، از دیر زمان به نام سرزمین فرش های افسانه ای و زیبا شهرت جهانی داشته است و از قطب های قالی بافی آن از گذشته های دور تا کنون هزاران هزار تخته قالی و قالیچه نفیس و گران بها در دسترس مشتاقان آن قرار گرفته است. ولی این تعریف به آن معنی نیست که در تمامی این سرزمین پهناور، که مساحتی معادل یک میلیون و ششصد و پنجاه هزار کیلومتر مربع دارد، قالی بافی به صورت یکسان معمول باشد، چه در مساحت های بزرگی از این کشور به دلایل اقلیمی و دموگرافی و اقتصادی این هنر و یا به عبارت امروزی آن، این صنعت به هیچوجه رونق و رواجی ندارد. در این مقاله به شرح جزئیات آن در مراکز قالی بافی شهرستان های مختلف می پردازیم.

### چهارمحال و بختیاری

استان چهارمحال و بختیاری شامل دو منطقه مختلف و متصل به یکدیگر است. ناحیه ای از این استان که بین کوه های زاگرس تا خوزستان قرار گرفته بختیاری و قسمت شرقی آن را، که حد فاصل کوه های زاگرس به طرف اصفهان است، به نام منطقه چهارمحال می نامند. منطقه چهارمحال و بختیاری، مرکز اصلی و ناحیه ییلاقی ایل بزرگ بختیاری است که مسیر کوچ آن از حوالی شهر کرد تا حدود مسجد سلیمان و ایذه (در خوزستان) امتداد دارد.

قالی بافی در این منطقه سابقه ای بیشتر از ۲۰۰ سال ندارد. در این مدت با فنده های بختیاری، گرچه به اندازه سایر نقاط بافندگی ایران نیافتند و به شهرت آنان نیز دست نیافتند ولی همواره به دلیل بافت و طرح های جالب، دست بافت های خود، مورد استقبال و لطف خریداران متاع خود قرار گرفتند و در بین طبقه اشرافی و قدیمی به خصوص در اروپا فرش های آن طرفداران پر و پا قرصی برای خود دست و پا کردند.

کیفیت و روش های بافت فرش های بختیاری در نقاط مختلف این استان تا حدودی متغیر است. بافنده های بختیاری در بافت فرش بادوام خود گره ترکی را به کار می گیرند و در فاصله بین دو ردیف گره، با توجه به محل بافت، یک و یا دو نخ بود را می گذرانند. رنگرزان محلی بیشتر ترجیح می دهند رنگهای طبیعی را برای رنگرزی الیاف خود مصرف کنند. رنگ های مطلوب آنها بیشتر در زمینه های قرمز، آبی، سرمه ای، سبز، قهوه ای و زرد طلایی و بژ انتخاب می شوند.

بافنده های منطقه بیشتر در اندازه های تقریبی ۲/۸۰ متری و بزرگتر از آن تا حدود ۱۲ متر مربع می بافند. بافت قالیچه های کوچک در آنجا نیز معمول است. بافت کناره های پهن و طویل و کلکی نیز در بین آنها رواج فراوان دارد. فرش های بختیاری بیشتر در سبک های منحنی و شاخه شکسته بافته می شوند. بافت فرش هایی با طرح های خشتی یا



فرش دستباف چهار محال و بختیاری

در سبک گلدان گردان با رنگ های قرمز تیره و قهوه ای تریاکی و بژ در این شهر همانگونه رواج دارد که فرش های طرح خشتی در سبک شاخه شکسته با رنگ هایی تقریباً شادتر و زنده تر، چون سبز چمنی، فیروزه ای، زرد طلایی و سایر رنگ های کلاسیک.

### چالشر

در چالشر شهرکی تقریباً چسبیده به شهر کرد، بهترین فرش های منطقه با استفاده از پشم های بسیار مرغوب و درخشان با حداکثر ظرافت و تراکم نسبت به سایر بافته های منطقه (چهارصد هزار گره در متر مربع، در اندازه های کوچک و با طرح های خشتی، ترنج دار و بته ای بافته می شود.

### سامان

کمی دورتر از چالشر در ساحل رودخانه زاینده رود بخش سامان قرار گرفته که در آن قالی بافی در حد قابل توجهی برابر با نقشه های شهر کرد و چالشر رواج دارد. فرش های دو پوده سامان با گره هایی از نوع ترکی و با فشردگی حدود ۱۲۰۰ گره در دسی متر مربع بافته می شود.

### شلمزار

بخش شلمزار واقع در جنوب شهر کرد یکی دیگر از مراکز قالی بافی چهار محال است که قالی بافی آن نه از لحاظ کثرت و نه از بابت ظرافت به پای مراکز یاد شده فوق نمی رسد، ولی طرح های دکوراتیو آن که بیشتر در زمینه محرابی شکل بافته می شوند حالت زیبایی اصیلی به فرش های این منطقه می دهند.

### فَرادَنبِه

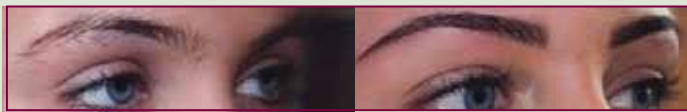
در دهستان فرادنبه در سر راه شهر کرد-بروجن فرش های نسبتاً درشت بافی در طرح های شاخه شکسته و نقشه هایی کاملاً مشخص از طرح های نقش قالی ایرانی و بیشتر متأثر از طرح های قره باغ قفقاز با رنگهای بسیار شاد، قرمزلاکی روشن، سبز زیتونی، زرد، سبز چمنی و آبی روشن بافته می شوند. دسته های گل سرخ و سایر موتیف های طرح در داخل ترنج هشت گوشه سفید رنگ و متن قرمز روشن و حاشیه ای که به خانه های جداگانه و با رنگ های مختلف تقسیم شده فرم تزئینی جالبی را به این گونه دست بافت ها می دهد. **دنباله مطلب در صفحه ۵۶**

## Eyebrows Threading by Shahnoush

### بند ابرو و صورت

مزایای بند ابرو: ماساژ و به جریان انداختن خون زیر پوست

صورت، روش کاملاً طبیعی، سریع و تمیز، درد کمتر نسبت به wax



◆ Eyebrows \$10 ◆ Upper lip \$5 ◆ Chin \$5

◆ Sideburns- cheeks \$8 ◆ Full face including eyebrows \$25

408-800-9149

شهنوش

با تعیین وقت قبلی

(Fantasy Salon) 1514 Pollard Rd, Los Gatos, CA 95030



## زنان و سودای قدرت سیاسی: سه‌م خواهی از کابینه و شهرداری

نعیمه دوستدار

شهر را زنان تشکیل می‌دهند. او گفته: «شهردار شدن هیچ ویژگی خاصی نمی‌خواهد، زن و مرد ندارد. کسی که شهردار می‌شود، قرار نیست آدم متفاوتی باشد، همین که مدیر توانمند، پاکدست و دلسوزی باشد، کافی است و البته این ویژگی‌ها طبیعتاً در بین زنان بیشتر است تا مردان. زنان در پاکدستی و نداشتن فساد در مجموعه کاری جزو سرآمدان هستند.»

با این حال این مطالبه منتقدان جدی دارد. مخالفان تبعیض مثبت باز به میان آمده‌اند و معتقدند به کار گرفتن زنان ضعیف بر آینده سیاسی زنان اثر منفی می‌گذارد. آنها با تاکید بر اینکه عدالت جنسیتی مهم تر از تبعیض مثبت است، بر شایستگی تاکید می‌کنند.

درباره مساله شهردار شدن زنان منتقدان همان رویکرد همیشگی را به کار گرفته‌اند. کار را باید به متخصص سپرد و زنان تجربه و توانایی لازم را ندارند. آنها موضوع شهر و شهرداری را خیلی «جدی» می‌دانند که با زندگی روزمره مردم سر و کار دارد و حساس است، بر همین اساس از انتخاب یک زن «ناکارآمد» نگرانند؛ بی‌آنکه مشخص کنند تضمین کارآمدی یک مرد در مقابل یک زن چیست.

منتقدان معتقدند که زنان باید از مدیریت میانی شروع کنند و پیش‌بینی می‌کنند که در ده سال آینده، امکان حضور زنان در سمت‌هایی مانند شهرداری فراهم شود. با توجه به غالب بودن تردیدها درباره انتخاب یک زن به عنوان شهردار و تاکید بر لزوم سیاسی بودن و نزدیک بودن شهردار به نهادهای قدرت در ایران و سابقه کار اجرایی در بالاترین سطوح سیاسی، به نظر نمی‌رسد که مطالبه شهردار شدن زنان برای این دوره به جایی برسد و احتمالاً راه برای انتخاب مردانی مانند غلامحسین کرباسچی و محسن هاشمی بازتر است.

میان حاکمان و سیاستگذاران تبدیل شده و زنان در سطوح مختلف اجتماع با این عدم پذیرش مواجه هستند. دسترسی نداشتن به فرصت‌های عادلانه، در کنار محدودیت‌های قانونی و اعمال سیاست‌های تبعیض‌آمیز، راه ورود زنان را به قدرت سیاسی می‌بندد و به نظر می‌رسد جمهوری اسلامی در دوران حیات خود همواره بر این سیاست تاکید داشته است. در عین حال باید در نظر داشت که کوتاه کردن دست زنان از قدرت سیاسی، ساختار تبعیض‌آمیز موجود در کل جامعه را تقویت می‌کند.

حالا باید منتظر ماند و دید در شرایطی که به قول شهیندخت مولوردی برای حضور وزرای زن در کابینه مساعدتر است، آیا حسن روحانی واقعا دو یا سه وزیر زن در کابینه آینده‌اش خواهد داشت؟

### آیا زنی به بهشت می‌رود؟

هم زمان با انتظار برای به وزارت رسیدن زنان، گمانه‌زنی‌ها درباره پنجاه و نهمین شهردار تهران با برگزاری انتخابات شورای شهر بالا گرفته و زمزمه‌هایی برای شهردار شدن زنان شنیده می‌شود. صدایی که البته چندان بلند نیست؛ با اعلام گزینه‌هایی که در میان مردان قدرتمند و وابسته به جناح‌های سیاسی، شانس زیادی برای موفقیت ندارند.

مطالبه برای انتخاب زنان به عنوان شهردار، پیش از برگزاری انتخابات و با افزایش تعداد زنان نامزد عضویت در شورای شهر تهران مطرح شد. برخی از کاربران شبکه‌های مجازی هم تلاش کردند هشتگ‌هایی برای پیشنهاد نخستین شهردار زن تهران بسازند و کسانی مثل زهرا صدراعظم نوری و معصومه ابتکار را برای این سمت پیشنهاد دهند. نام ابتکار حتی در دوره قبلی انتخابات شوراها هم به عنوان کاندیدای سمت شهرداری تهران مطرح شده بود.

فعالان سیاسی و مدنی هم در بین این پیشنهاد دهندگان بوده‌اند. آذر منصوری از میان اصلاح طلبان از خیلی پیش این موضوع را مطرح کرده و الهه کولایی هم شهردار شدن زن را یک موضع قابل انتظار خوانده. با توجه به سهم ۳۰ درصدی زنان در شورای پنجم، انتظار انتخاب یک زن به عنوان شهردار عجیب نیست. زهرا نژادبهرام که خود در انتخابات این دوره پیروز شده، گفته است: «حضور شهردار زن بین گزینه‌ها باید به صورت مطالبه عمومی مطرح شود، چون ۵۰ درصد جمعیت

معاون حقوقی دولت یازدهم نخست الهام امین زاده بود که پس از مدتی برکنار شد. علت دقیق برکناری او اعلام نشد اما بر مبنای برخی از گمانه‌زنی‌ها مواضع او در زمینه فیش‌های نجومی عامل برکناری‌اش بوده است. به جز او، معاون امور زنان و خانواده، شهیندخت مولوردی توانست چهار سال در این سمت باقی بماند. وزارت زنان هم هرگز تشکیل نشد. در وزارت خارجه ایران در دوران دولت یازدهم، همواره انتصاب یک زن به عنوان سفیر به عنوان یک دستاورد مطرح شده حال آن که ایران ۱۱۵ سفارت و ۳۴ کنسولگری در جهان دارد و سهم زنان در این عرصه بسیار ناچیز بود. طیبه سیاوشی، نماینده فعلی مجلس ایران، ساختار وزارت خارجه ایران را کاملا مردانه توصیف کرده که در دوران دولت یازدهم تکان نخورده است.

حالا با انتخاب دوباره حسن روحانی به عنوان رئیس جمهوری ایران، باز هم مطالبه وزارت زنان مطرح شده است؛ مطالبه‌ای که انگار کلید ارتقای زنان در پست‌های عالی دیگر هم هست. تجربه وزارت زنان در جمهوری اسلامی تنها به حضور مرضیه وحیدی دستجردی در دوران محمود احمدی نژاد محدود مانده؛ تجربه‌ای که با واکنش تند مراجع مذهبی روبرو شد و البته با برکناری نخستین وزیر زن در جمهوری اسلامی به پایان رسید.

حضور زنان در مشاغل و مناصب بالای سیاسی، منتقدان جدی دارد؛ منتقدانی که اغلب از بی‌تجربگی زنان در مناصب سیاسی سخن می‌گویند و با وجود آمار بالای تحصیل کردگان زن، به دلیل حضور محدود زنان در عرصه‌های اجرایی، آنها را شایسته ارتقای سیاسی نمی‌دانند.

در مقابل، فعالان حقوق زنان معتقدند که برای افزایش مشارکت سیاسی زنان می‌توان از تجربه‌های کشورهای همسایه در اعمال تبعیض مثبت و اختصاص دادن سهمیه به زنان در نهادهای مدیریتی بهره گرفت تا فرهنگ مبتنی بر شایسته سالاری جایگزین مرد سالاری شود اما این دیدگاه که از دوران دولت یازدهم بارها مورد بحث قرار گرفته، در میان منتقدان به «عدالت جنسیتی» - سیاست جایگزین حکومت ایران برای برابری جنسیتی - مورد انتقاد بوده و باور به اینکه زنان تخصص و توانایی لازم را برای بر عهده گرفتن مشاغل حساس سیاسی ندارند، به باوری نهادینه در

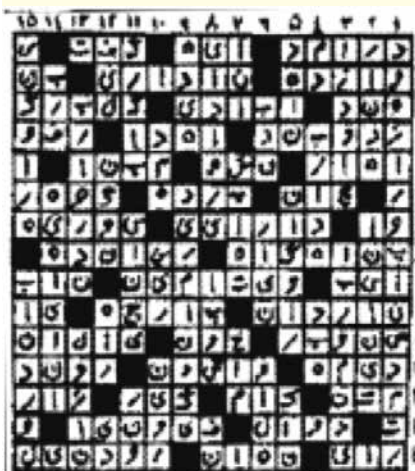
انتخابات به پایان رسیده و صدای سه‌م‌خواهی زنان از قدرت هرچند ضعیف شنیده می‌شود. آیا آنطور که شهیندخت مولوردی می‌گوید، چند وزیر زن در کابینه جدید خواهد بود و آیا زنان برای شهردار شهر تهران شدن شانس دارند؟ معاون امور زنان و خانواده رئیس‌جمهوری ایران گفته که پیش‌بینی می‌کند دو یا سه وزیر زن برای حضور در کابینه دولت دوازدهم معرفی شوند. شهیندخت مولوردی گفته با تجربه‌ای که از دولت یازدهم داریم و تفاوتی که شرایط شروع کار دولت دوازدهم با دولت یازدهم دارد، زمینه برای استفاده از زنان به عنوان وزیر در کابینه دوازدهم خیلی مساعدتر است. او تصمیم‌گیری درباره تعداد وزرای زن در دولت دوازدهم را مربوط به رئیس‌جمهوری دانسته؛ ضمن آنکه تصمیم نهایی نیز با مجلس است.

مولوردی گفته: «ما پیش‌بینی‌مان معرفی دو سه زن است و برای آن تلاش می‌کنیم» با این پیش‌بینی امیدوارانه، زنان که مطالباتشان در کارزار انتخاباتی دوازدهمین دوره ریاست جمهوری در ایران چندان شنیده نشد، بار دیگر در انتظار تحقق وعده‌هایی هستند که تنها در دوران تبلیغات انتخاباتی مطرح می‌شود.

### نه به کابینه مردانه

حسن روحانی در کارزار انتخاباتی خود در سال ۹۲ از ایجاد فرصت‌های برابر برای زنان سخن گفت: «تبعیض برای زنان ما قابل قبول نیست. جنسیت نمی‌تواند معیار درستی برای تصدی مسئولیت‌ها در جامعه باشد. در دولت تدبیر و امید فرصت برابری برای زنان و مردان ایجاد خواهیم کرد.» اما وعده‌های او پس از برگزاری انتخابات، تحقق پیدا نکرد. حسن روحانی در نخستین کنفرانس خبری خود به عنوان رئیس جمهوری در پاسخ به سئوالی درباره نبود زنان در ترکیب کابینه‌اش، وعده داد که از آنها در سمت‌های معاونت استفاده خواهد کرد و در اولین جلسات کابینه به همکاران خود تاکید خواهد کرد که در همه سطوح مدیریتی از زنان استفاده کنند تا آنها بتوانند در مدیریت کشور سهم بیشتری بگیرند.

نتیجه این تاکیدها در چهار سال حضور دو زن در کابینه به عنوان رئیس سازمان محیط زیست و رئیس سازمان میراث فرهنگی بود که دومی تنها چند ماه است در کابینه حضور دارد.





**راهنمایی در امور کسب و کار**

مهندس امیر روشنائی  
(استراتژیست و مشاور بازاریابی و فروش)  
amir.roshanaei@gmail.com



**آشنایی با کایروپراکتیک**

دکتر فتنه هوشداران  
drhoosh@yahoo.com

## می خواهیم کسب و کار خودم را راه بیندازم و یا کسب و کار امروزم را گسترش دهم!

و تقسیم بندی مشتریان ندارند و تمرکز این مدل ها بر روی مشتریانی با نیازهای مشابه است. مانند تولید کننده گان آب های بسته بندی، که محصول ایشان جهت رفع تشنگی برای هر موجود زنده ای در هر جای دنیا و در هر زمان و مکان است.

### بازار گوشه ای (Niche Market)

در این مدل ها، نیاز بخش خاصی از مشتریان برآورده خواهد شد و سایر عناصر طرح کسب و کار بر اساس نیازهای این قسمت از بازار هماهنگ می شود. به عنوان مثال تولید کننده خودرو «فراری» (Ferrari)، که محصول این شرکت فقط برای گروه خاصی از مشتریان طراحی و ساخته می شود.

**بازار بخش بندی شده (Segment Market)**  
در مدل های مبتنی بر بخش بندی بازار، کسب و کار شما برای گروه های متفاوت مشتری، ارزش های پیشنهادی متفاوت همان گروه را ارائه می کند. به عنوان مثال شما محصولی دارید که در سه صنعت متفاوت کاربرد دارد که آن سه صنعت ممکن است هیچ ربطی به هم نداشته باشند لذا ارزش پیشنهادی ارائه شده برای هر سه صنعت متفاوت از دیگری خواهد بود. به عنوان نمونه شما تولید کننده ماده شیمیایی هستید که محصول شما برای صنعت خودرو، صنعت غذا و دارو و صنعت IT قابل استفاده است.

### بازار متنوع (Diversified Market)

در این نوع از مدل ها، به مشتریانی که هیچ ارتباطی با همدیگر ندارند و هر کدام نیازهای متفاوتی دارند خدمات خاص همان مشتری ارائه می شود. با یک مثال ساده این بخش مملوس تر خواهد شد، فرض کنید شما برای کسب کارتان فضای قابل توجهی برای انبار کردن محصولات خود در اختیار دارید، اگر قسمتی از این فضا را برای اجاره در اختیار کسب و کار دیگری که ممکن است هیچ شباهتی به کسب و کار شما نداشته باشد قرار دهید؛ شما از این رویکرد در انتخاب گروهی از مشتریان خود استفاده کرده اید. **دنباله مطلب در صفحه ۳۰۵**

در شماره گذشته ماهنامه پژواک بحثی را در خصوص برنامه ریزی برای راه اندازی یک کسب و کار جدید و یا اینکه چگونه کسب و کار امروزمان را گسترش دهیم آغاز کردیم و تا اینجا پیش رفتیم که راه اندازی هر کسب و کاری در هر حد و اندازه و در هر نقطه دنیا، مهمتر از داشتن ایده و سرمایه، نیازمند طراحی و تدوین یک طرح تجاری قابل دفاع و پهنگام خواهد بود.

همچنین به معرفی ۹ عنصر اصلی، که لازمه تدوین طرح تجاری می باشد پرداختیم. در این شماره و شماره های آتی به تفصیل عناصر ۹ گانه تدوین طرح تجاری را مورد بررسی قرار خواهیم داد.

**عنصر اول مشتری:** مشتریان، قلب کسب و کار شما را تشکیل می دهند. بدون مشتریان سود آور، هیچ شرکتی نمی تواند در بلند مدت دوام آورد. مدل کسب و کار شما باید هوشیارانه تصمیم بگیرد که خواهان ارابه محصول یا خدمت به چه بخش هایی و یا چشم پوشی از چه گروهی از مشتریان است.

لذا اولین کاری که دارنده یا ایجاد کننده هر کسب و کاری باید انجام دهد تقسیم بندی مشتریان بر اساس معیارهای تعریف شده و متناسب با کسب کارش است. به بیانی، شما در تدوین طرح کسب و کارتان باید پاسخی قابل دفاع به این سوال کلیدی داشته باشید که:

**قرار است من در کسب و کارم برای چه کسانی ارزش خلق کنم؟!؛**

**مهمترین مشتریان من چه کسانی هستند؟!؛**  
در نگاه علم بازاریابی و مدیریت استراتژیک، بازار را به اشکال و روشهای مختلفی تقسیم می کنند، که در ادامه به تقسیم بندی بازار از جنبه مشتری می پردازیم که شما نیز می بایست در اولین گام، بازار محصول یا خدمت خود را در یکی از تقسیم بندیهای ذیل قرار دهید:

### بازار انبوه (Mass Market)

مدلهای کسب و کاری که بر روی بازار انبوه تمرکز دارند تمایزی در انتخاب

## درمان بدون جراحی دردهای استخوانی-عضلانی

دردهای عضلانی استخوانها، عضلات، لیگامنت ها، تاندون ها و اعصاب را تحت تاثیر قرار می دهد و می تواند حاد (با آغازی سریع و با علامات شدید وجدی) یا مزمن و دراز مدت باشد. درد عضلانی می تواند در یک منطقه یا گسترده و دامنه دار باشد. درد خفیف پشت عمومی ترین شکل درد عضلانی است. دیگر دردهای عمومی شامل تاندونیت درد عضلانی و فشار شکستگی می باشد.

### علل و عوامل درد های عضلانی

هر کسی می تواند درد عضلانی را تجربه کند و این درد اغلب می تواند در نتیجه صدمه به استخوانها، مفاصل، عضلات، تاندونها، لیگامنت ها یا اعصاب باشد. این درد می تواند به علت حرکات تند و ناگهانی و یا حوادث جاده ای، سقوط ها، شکستگی ها، رگ به رگ شدن، از جا در رفتگی و ضربات مستقیم به عضلات و ماهیچه ها باشد. درد های عضلانی همچنین می توانند به علت استفاده بیش از حد باشد.

درد ناشی از استفاده بیش از حد، سی و سه درصد بزرگسالان را تحت تاثیر قرار می دهد. درد خفیف پشت در نتیجه استفاده بیش از حد، معمولی ترین و عمومی ترین تشخیص ها در رابطه با کار در جوامع غربی است. بد قرار گرفتن بدن یا بی حرکتی طولانی مدت نیز می تواند باعث درد های عضلانی باشد.

### علامت های دردهای عضلانی

این دردها به عواملی مثل علت درد بر اثر صدمه یا استفاده بیش از حد و یا مزمن بودن و یا حاد بودن بستگی دارد و علامت ها نیز از فردی به فرد دیگر متفاوت می باشند.

علامت های عمومی و مشترک عبارتند از:  
♦ درد منطقه ای یا گسترده می تواند با حرکات بدنی بدتر شود.  
♦ دردناک یا سخت بودن کل بدن  
♦ احساس کشیدگی و یا کار کردگی بیش

از حد عضله  
♦ احساس خستگی بیش از حد  
♦ اختلال در خواب  
♦ لقهو عضلات  
♦ احساس گر گرفتگی و داغ شدگی عضلات

اگر شما یکی از علامت های بالا را دارید پزشک باید شما را برای یک معاینه کامل ببیند.

### درمان دردهای عضلانی اسکلتی

بهترین درمان دردهای عضلانی اسکلتی، درمان علت بوجود آورنده آن است. درمان ها شامل درمان شغلی یا فیزیکی، به کار بردن اسپلینت برای بی حرکت کردن مفصل درگیر جهت بهبودی بیماری، به کار بردن گرما و سرما، کاهش بار کاری و افزایش استراحت، کاهش استرس از طریق ریلکسیشن و تکنیک های بیوفیدبک، طب سوزنی و طب فشاری، تزریق با بی حس کننده ها یا ضد التهاب ها در داخل یا اطراف مناطق درد، تمرینات سلامتی و قوی تر شدن، کایروپراکتیک و حرکات کششی و مراقبت های دستکاری ستون مهره ای و پیام های درمانی برای بیماران با فیبرو میالژی درمان برای افزایش سطح سروتونین بدن و نروپاتی نفرین (نرو ترانس میتری که خواب و درد و عملکرد سیستم ایمنی را تنظیم می کند)، اغلب با دوز های کم تجویز می شود.

## از وب سایت irany.com دیدن کنید

و اطلاعات کسب و کار، آگهی نیازمندی و هر نوع

برنامه ای، مانند کنسرت، سخنرانی، شب شعر و....

را در این وب سایت برای اطلاع عموم به ثبت برسانید.



irany.com

پل ارتباطی بین ایرانیان در سراسر دنیا



## از اینجا، از آنجا

گلنار

و می گفتند که چطور چنین چیزی ممکن است!

چرا که مردم معمولاً سالی چند بار در مجالس ختم و سوگواری شرکت می کنند و تو چطور می کنی که در تمام عمرت فقط به چند تا مجلس ختم رفتی؟! و اما به طور غیر منتظره ای، در دو ماه گذشته، متأسفانه در سه مراسم ترحیم و خاکسپاری شرکت کردم. سه مرگ ناگهانی و بسیار ناراحت کننده. هیچوقت فکر نمی کردم که زمانی برسد که من شاهد مرگ سه نفر از اطرافیان، آن هم در یک مدت کوتاه باشم. اول پسر بیست و شش ساله یکی از آشنایان، دوم خانمی چهل و دو ساله از آشنایان نزدیک و سوم دختری شانزده ساله، یکی از هم کلاسی های پسرم که کودکستان را با هم شروع کردند تا به امسال که رسیدند به کلاس یازدهم دبیرستان. مرگ هر سه بدون انتظار، بسیار تأثرآور و دردناک بود. نه تنها برای عزیزان آنها بلکه برای اطرافیان، آشنایان، دوستان و حتی غریبه هایی که هیچوقت آنها را از نزدیک ندیده بودند، اما در موردشان شنیده بودند. برای من شنیدن خبر فوت ناگهانی این سه نفر و شرکت در مجالس ترحیم و خاکسپاری، آن هم در ظرف چند ماه بسیار ناراحت کننده بود. بخصوص با طرز فکری که بزرگ شده بودم. دیدن صورت های ماتم زده، گریان و بسیار دردناک مادر و پدر و نزدیکان آنها واقعا جگرم را آتش زد. از دست دادن فرزند، در هر سنی غیرقابل تحمل است. زندگی روال عادی خودش را تا سال ها و حتی برای بسیاری تا آخر عمر از دست میدهد و در مواقعی نیز زندگی ها ممکن است که از هم پاشیده شود. خداوند به همه صبر و تحمل بدهد.

و اما چرا تصمیم گرفتم در مورد چنین موضوع و تجربه ای بنویسم. خبر مرگ این سه نفر، آن هم در سنین پایین و بخصوص ناگهانی و غیرمنتظره نه تنها برایم دردناک و آزار دهنده بود و هست، بلکه هشداری بود که از خواب غفلت بیدار شده و متوجه شوم که مرگ همیشه و در همه جا به دنبال کمین کرده و بالاخره دیر یا زود و در

یادم میاد زمان کودکی مادرم همیشه لباس هایی برایم می خرید که رنگ های بسیار شاد و روشنی داشتند. مادر می گفت: «پوشیدن لباس رنگ تیره و سیاه احساس غم در انسان بوجود میاره».

در آن زمان به خاطر سن پایین متوجه حرف و منظورم نمی شدم و البته برایم نیز تعجب داشت زمانی که هر چند وقت یکبار می دیدم که مادر سر تا پای سیاه می پوشید، من را نزد مادر بزرگ می گذاشت، و با پدرم از منزل برای چند ساعتی بیرون می رفتند. هر بار نیز وقتی از او می پرسیدم که کجا میروند و چرا من را با خودشان نمی برند، جواب میداد: «جایی میرویم که برای بچه ها مناسب نیست که بروند»، که البته بعدها متوجه شدم موقعی که مادرم سر تا پا سیاه می پوشید و از منزل بیرون میرفت، زمانی بود که شخصی از آشنایان و یا قوم و خویشان فوت کرده و مادر و پدرم به مجلس ختم و یا خاکسپاری میرفتند. مادرم به این معتقد بود که جای بچه در مجالس ختم و سوگواری نیست و به همین دلیل هم هیچوقت من را با خودش به چنین جاهایی نمی برد و میگفت که جای تو در چنین مجالسی نیست، چرا که به غیر از گریه و زاری کار دیگری انجام نمی شود و احتیاجی نیست که بچه از سن پایین سیاه پوشیده و شاهد غم و ناراحتی باشد، و همیشه از من میخواست که حتی بعد از مرگش نیز در مراسم ترحیم و خاکسپاری او شرکت نکنم، چرا که نمی خواست آخرین خاطره ام با او از مجلس ترحیم و دفن کردنش باشد.

درست یا غلط، این طرز فکر مادرم بود و بخاطر همین برایم بسیار مشکل بود و هنوز هم هست تا بخواهم در مجلس ترحیم کسی شرکت کنم و برایم بسیار ناراحت کننده است که بخواهم با بازماندگان روبرو شوم چرا که زبانم بند می آید و احساس ناتوانی بهم دست میدهد. در تمام طول عمرم و تا همین چند ماه پیش فقط در چند مجلس ختم شرکت کرده ام هر وقتی صحبت می شد و این موضوع را به دوستان و آشنایان می گفتم، باور نمی کردند

برای از دست دادن مادر و پدرشان غصه بخورند و هم ترتیب برنامه های کفن و دفن ما را بدهند؟! مخارج کارها را چطوری تأمین کنند؟! آیا ما وصیت نامه و یا بقول خارجی ها **Living Trust** داریم که مشخص کند چه اتفاقاتی قرار است برسر دارایی و همچنین بدهی هایمان بیاید؟! آیا میدانستید که اگر در این کشور **Living Trust** نداشته باشیم ممکن است که بعد از مرگمان بازماندگانمان به مشکلات قانونی برخورد کنند؟! آیا زمینی تهیه کرده ایم که بعد از مرگمان ما را در آن ب خاک بسپارند؟! آیا آمادگی برای مرگ داریم؟! جواب خود من به تمام این سوال ها منفی است و متأسفانه نه من و نه شوهرم هیچگونه آمادگی برای مرگ نداریم. اما مرگ ناگهانی این سه نفر هشدار بود برای من تا خودم را آماده کنم، چون مطمئناً نمی خواهم که بعد از رفتنم غذایی بشوم برای بازماندگانم. همانقدر که برای مرگم متأثر شوند کافی است، دیگر نمی خواهم که زجر و ناراحتی ترتیب دادن کفن و دفن هم بر روی شانه هایشان باشد، آن هم با مخارج بالایی که دارد. به شما نیز توصیه میکنم که مرگ را قبول و باور کنید. برایش آماده شوید. به ندرت پیش بیاید که ما تا صد سال دیگر زنده باشیم!! ما از فردای خود بی خبریم. با هم مهربان باشیم. صداقت و محبت را فراموش نکنیم چرا که زندگی قابل پیش بینی نیست، پس آماده باشیم برای مرگ و در عین حال نیز از زندگی و لحظاتمان نهایت لذت و استفاده صحیح را بکنیم.

هر شرایط و موقعیتی به سراغم خواهد آمد. من از مرگ واهمه ای ندارم، اما الان است که متوجه شده ام با اینکه از مرگ نمی ترسم، ولیکن هیچگونه آمادگی نیز برایش ندارم. متأسفانه ما در فرهنگی بزرگ شدیم که اکثراً نباید و نمی توانیم در مورد مرگ به راحتی حرف بزنیم و قرار است که تا صد سال عمر کنیم! برای بسیاری از ما مرگ وجود و حقیقت ندارد.

مانند اینکه مرگ را قبول نداریم و فکر میکنیم که اگر عزیزی را از دست دادیم اون «غم آخرمون» خواهد بود. در صورتیکه باید این حقیقت، هر چقدر تلخ را قبول و باور کنیم که مرگ واقعی است و ما را همیشه دنبال میکند و در کمین نشسته تا در موقعیت مناسب به سراغمان بیاید. مهم نیست که در چه سنی هستیم، مهم نیست که مریضیم و یا کاملاً سالم، مهم نیست که پولداریم و یا فقیر، هیچ چیز مهم نیست زمانی که مرگ به سراغمان میآید. اما مهم این است که از خودمان بپرسیم: «آیا من و شما برای مرگ آماده هستیم؟!»

من از نزدیک شاهد بودم که چطوری بازماندگان یکی از این عزیزان از دست رفته، شبانه روز نه تنها باید غم از دست دادن عزیزشان را میخوردند، بلکه از طرف دیگر ترتیب دادن برنامه های کفن و دفن و مجلس ترحیم و سوگواری نیز به دنبال واقعا چقدر مشکل بود و حالا دوباره می پرسم: «آیا من و شما برای مرگ آماده هستیم?!»

با خودم فکر میکنم که اگر فردا من و شوهرم در یک تصادف رانندگی هر دو با هم بمیریم، بچه هایمان چطوری میخواهند و یا میتوانند در یک زمان هم

## نوشتن بر سنگ قبر به فارسی و انگلیسی

با خط نستعلیق

۸۶۲۴-۲۲۱(۴۰۸)



## من هم جنس گرا هستم نه بچه باز

در این میان، اینترنت و آموخته‌هایم از زبان انگلیسی به کمک آمدند و خودم دست به تحقیق شدم. فهمیدم که هویت جنسی من «هم‌جنس‌گرایی» نام دارد و نه «بچه‌بازی» و من هم کاملاً طبیعی هستم. این تمام آن چیزی بود که در طول این سال‌ها تلاش کردم بیان کنم ولی نتوانستم.

در تمام دوران نوجوانی می‌دیدم همه اطرافیان، حتی روان‌شناس‌ها و روان‌پزشک‌ها به خاطر یک تابوشکنی ساده به من انگ داشتن مشکل شخصیتی می‌زنند، چه برسد به این که بگویم یک مرد می‌تواند عاشق مرد دیگری شود. هر بار سعی کردم از مشاور یا دکترها پرسیم نظراتان درباره علاقه به هم‌جنس چیست؟ پاسخ این بود که این یک بیماری است و باید درمان شود. بعد هم باید به این سوال جواب می‌دادم که «نکنند تو دچار این حالات می‌شوی؟» من هم مجبور بودم به دروغ بگویم نه!

زندگی، جوانی و بهترین سال‌های عمرم سوخت و نابود شدند؛ موهای سفید شدند و آن چهره پرتراوت و زیبایی که مورد ستایش همه بود، تبدیل به گل پژمرده ای شد. آن همه دارو و درمان بی‌دلیل کار خودش را کرده و حالا کسی حتی نمی‌تواند به من نگاه کند. حتی نیروهای متخصص حوزه علوم انسانی این کشور به هم‌جنس‌گرایی اعتقاد نداشتند و ندارند و آن را بیماری می‌دانستند و می‌دانند. من جایی برای درد و دل نداشتم و نمی‌توانستم بفهمم این چه حسی است.

حالا فقط و فقط یک آرزو دارم و آن هم این است که هرچه زودتر از این جهنم خارج شوم و جایی بروم که حداقل متخصصان علوم انسانی آن ذره ای سواد داشته باشند و فرهنگ مردسالاری وجود نداشته باشد که هم‌جنس‌گرا بودن هزاران برچسب توهین‌آمیز بخورد؛ جایی که مسایل جنسی آن قدر تابو نباشد که کسی نتواند از احساسی که دارد، صحبت کند؛ سیستمی پلیسی وجود نداشته باشد که حتی سکس و نوع رابطه جنسی را در کنترل خود در آورد و برایش حکم مرگ صادر کند و شما هرروزه با استرس دستگیر شدن و اعدام شدن توسط حکومت و رفتن آبروی خانوادگی به خاطر هم‌جنس‌گرا بودن، زندگی نکنید؛ جایی که کسی مثل مربی پرورشی مدرسه، کودکان و نوجوانان را تهدید نکند که اگر خودارضایی کنید، والدین‌تان را به مدرسه می‌کشانم و آبروی‌تان را جلوی همه می‌برم. می‌خواهم جایی باشم که زندگی انسان‌ها به خاطر چیزی که هستند، تباہ نشود. علی

دارویی اسکیزوفرنی پیچید. برای یک ماه تمام تا حد مرگ دچار شوک‌های عصبی و مغزی شدم. عوارض این داروها که مسیر زندگی من را به کل عوض کردند، باعث شدند هنوز هم برای برطرف کردن عوارض آن‌ها، داروهای دیگری مصرف کنم. تا ۱۰ سال پس از مصرف آن داروها، هم‌چنان دچار شوک‌ها و سرگیجه‌های عجیبی می‌شدم؛ تنها به این خاطر که می‌ترسیدم بگویم به پسرها تمایل دارم و نمی‌خواهم «بچه باز» خطاب شوم.

بالاخره خودم دست به کار شدم و تصمیم گرفتم به همه نشان دهم و ثابت کنم که زن و مرد برابرنند و لزوماً هر کسی که عاشق مرد می‌شود، نباید زن باشد. یک بار دیگر برچسب خوردم که مشکل شخصیتی دارم که نمی‌توانم جنسیت خودم را تشخیص بدهم! مثلاً می‌گفتند من حق ندارم گل‌دوزی یا شیرینی‌پزی کنم، حتی اگر برای این باشد که نشان دهم اگر پسری گل‌دوزی کند، آسمان به زمین نمی‌آید. هرچه می‌گفتم من دارم به عمد تابوشکنی می‌کنم تا بگویم تمام کلیشه‌های جنسیتی پوچ و غیرعقلانی هستند و فرهنگ جاری جامعه مشکل دارد نه من، کسی متوجه منظورم نمی‌شد. حتی دکتری که از آمریکا آمده بود، به من گفت این کارها مال دخترها است، تو هنوز درست یاد نگرفته‌ای مرد باشی و باید پذیردی که مشکل داری وگرنه مشکلات حل نمی‌شوند!

در طول سال‌های دبیرستان، مرتب به من گفته می‌شد که بهره هوشی پایینی دارم و حتماً اشتباهی در تست هوشی که داده بودم، رخ داده است وگرنه اگر هوش بالایی داشتم، می‌توانستم آن قدر تمرکز داشته باشم که درس بخوانم. آن‌ها این نداشتن تمرکز را به دلیل کم‌هوشی من می‌دانستند و نه به دلیل استرس‌ها و رازم.

روز به روز و سال به سال درگیری‌ها بین من و انبوهی از روان‌شناس‌ها، روان‌پزشک‌ها و خانواده‌ام شدت گرفت تا بالاخره با وجود افسردگی حاصل از این همه جار و جنجال بی‌دلیل، تنها به خاطر این که فقط عاشق هم‌جنس خودم شده بودم و تمایل به هم‌جنس خودم داشتم، در کنکور ثبت نام کردم و قبول شدم.

هیچ کس نه می‌پرسید که نگاه‌های جنسی من چه گونه است و نه خودم جرأت می‌کردم صحبتی کنم. چون دیگر پس از سال‌ها، آن قدر فضای گفت‌وگو متشنج شده بود که اگر هم می‌خواستم عنوان کنم، می‌ترسیدم دوباره مشکل جدیدی به وجود بیاید.

که حتی نباید هم سوال کنم. همه سوال‌های بی‌پاسخ و غصه‌هایش را توی خودم ریختم. در آزمون ورودی یک دبیرستان نمونه مردمی شرکت کردم و پذیرفته شدم. برای تعیین رشته ریاضی، تجربی یا ادبی، در یک تست هوش شرکت کردم و آن‌جا بود که در بین ۳۰۰ دانش‌آموز پذیرفته شده از نظر ضریب هوشی، اول شدم. اما آن قدر مضطرب بودم که مشاور تحصیلی دبیرستان چپ و راست پدر و مادرم را می‌خواست که باید جویا شوید که چرا فرزند شما با این سطح بالای هوشی، این‌همه اضطراب دارد و این اضطراب نمی‌گذارد فرزند شما درست درس بخواند.

به یک مدرسه بهتر غیرانتفاعی رفتم ولی هم چنان فکر عشقی که هر روز هم او را جلوی چشمم می‌دیدم، آتش به وجودم انداخته بود. سکوت بود و سکوت که مبادا کسی به من بگوید «بچه باز». استرس و دلهره‌های تمام‌نشدنی بود که منجر به رفتارهای خشن و عصبی شد و پای من را به مطب روان‌شناس‌هایی باز کرد که هیچ کدام از مسایل جنسی، دوران بلوغ، عشق و آن‌چه که من نیاز داشتم، با من صحبت نمی‌کردند. آن‌ها فقط می‌خواستند به من بقبولانند که دچار مشکل روانی هستم و این ترس‌ها و به‌هم‌ریختگی‌ها ناشی از مشکلات خانوادگی است.

تا مدت‌ها مثل موش آزمایشگاهی باید مورد روان‌کاوی قرار می‌گرفتم که مشکلات خانوادگی خود را که اصلاً وجود نداشتند، برطرف کنم. این همه روان‌شناس ناوارد حتی به پدر و مادرم هم تلقین کردند که شما مشکلات درون خانوادگی دارید به طوری که واقعاً کم‌کم مشکلات خانوادگی به وجود آمد. به تصویر کشیدن میدان خیالی جنگ خانوادگی، اثربخش شد و جنگ‌ها آغاز شدند و در آخر هم گفتند من مشکل اسکیزوفرنی دارم.

پزشکی بدون حضور من، برایم نسخه

تازه به سن بلوغ رسیده بودم و من که تازه با بدن جدید خود آشنا می‌شدم، عاشق پسرهمسایه شده بودم. وقتی به هم‌کلاسی‌هایم می‌گفتم که عاشق یک پسر شده‌ام، می‌گفتند به این حالت می‌گویند «بچه بازی» و این یک جور بیماری است و باید خودت آن را برطرف کنی.

ما هیچ‌اشنایی با مسایل جنسی نداشتمیم و همه مجبور بودیم با پرسش از بچه‌های بزرگ‌تر، با این مسایل آشنا شویم. هیچ روان‌شناس و مشاور در کار نبود و مربی پرورشی هم تهدید کرده بود اگر بفهمد کسی خودارضایی کرده است، پدر و مادرش را به مدرسه می‌کشاند و آبرویش را می‌برد.

از طرفی، خجالت می‌کشیدیم با بزرگ‌ترها درباره مسایل این بدن جدید صحبت کنیم و مثل امروز، اینترنت و این همه مطالب درباره مسایل جنسی در دسترس ما نبود. سعی می‌کردم احساس علاقه‌مندی به پسران را در خودم از بین ببرم ولی تلاش‌هایم همه بیهوده بودند. اصلاً شدنی نبود. این تلاش‌های نافرجام تا آن‌جا پیش رفت که من از ترس این که روزی به یک خلاف کار تبدیل شوم، دست به خودکشی زدم. این خودکشی هم البته نافرجام بود و پدر و مادرم نگران و مستأصل، من را پیش مشاور روان‌شناس بردند.

روان‌شناس گفت که من مبتلا به افسردگی دوران بلوغ شده‌ام و باید به پزشک مراجعه کنم و با خوردن دارو، درمان شوم. دارو خوردن و درمان‌های دارویی هم در کاهش این احساس گناه و اضطراب موثر نبود و به پیشنهاد دکتر، داروها را کم‌کم قطع کردیم.

اما نه روان‌پزشک، نه مشاور، نه خانواده و نه هیچ کس دیگری از من نپرسید با مشکلات جدید دوران بلوغ چه می‌کنی؟ این خود عاملی شده بود که فکر کنم بلوغ و تغییرات من موضوع خجالت‌آوری است

## آگهی استخدام

شرکت برقکشی ساختمان

(Residential, Commercial, Industrial)

به چند تکنسین برقکار ماهر و نیمه ماهر و نیز کارگر ساده، به طور تمام و یا نیمه وقت نیازمند است.

برای اطلاعات بیشتر لطفاً با ما تماس حاصل فرمایید.

۹۸۶۲-۸۵۸ (۴۰۸)

## حاجی آقا

صادق هدایت (بخش یازدهم)

میخچیان (به حال تائر): شنیدم که روس ها جلو آلمان ها را گرفتند. حاجی (خواست بخندد، نتوانست): من توی فیلم دیدم. فشنون آلمان مثل آهن و فولاد رویین تنه، مگر کسی میتونه جلوش را بگیره؟ با خدادادگان ستیزه مکن، که خدا داده را خدا داده! برعکس، آلمان ها آنقدر از روس ها کشتند که خودشان رحمشان گرفته. همه اش تقصیر استالینه، مسلسل ورداشته، همه اهالی مملکتش را مثل گله گوسبند جلو کرده، میفرسته جلو توپ! دیگر توی روسیه آدمی نمونده، همه کشته شدند. خب، آلمان ها مسلمانند، دل رحیمند، با خودشان میگند: چرا آنقدر این بیچاره ها را بکشیم؟ خدا را خوش نیما! (آب دهنش را فرو داد، دیروز یک مسافر از سلماس آمده بود، نقل می کرد که دو هفته پیش هواپیماهای آلمانی آمده بودند روی شهر. بعد مردم دیدند که از توی هواپیما قوطی های بالدار میاد به طرف خانه شان. اول ترسیدند که مبادا بمب باشه، همین که درش را واز کردند - فکرش را بکنید - مثلا چی آن تو بوده؟ قوطی های سیرابی و جگرک بسیار ممتاز که توی دهن آب میشده. نه از این سیرابی های اینجا، اما همه شسته و تمیز. روی قوطی نوشته بود: "پاینده ایران، چو ایران نباشد، تن من مبادا!" امضاء هیتلر. من قوطی اش را دیدم. خب، هیتلر از آن علاقه ای که به ایران داره، میخواد دشمن های ما را بیرون بکنه، روس ها جلو هدیه آلمان ها را گرفتند، اما به شما قول میدم که تا یکی دو هفته دیگر یک نفر روسی برای نمونه زنده نیست. این هم نتیجه رژیم بلشویک! اوخ، اوخ! غصه نخورید، من از منابع موثقه خبر دارم، همین روزها آلمان های خودمان وارد تهران میشند. من یک گاو دادم پروار بکنند که جلو پای هیتلر قربانی بکنم. خب، عجالتا باید کجدار و مریز کرد، اوخ، اوخ، مراد! مراد (سراسیمه از دلان آمد): بله، قربان! - امروز ناهار چی داریم؟ - قربان آش اماج.

تو اندرون بگو که ناهارشان را بخورند، منتظر من نباشند! خودت هم میری دم سقا خونه پیش کلب زلف علی، بهش میگی سه تا، نه، پنج تا سیخ جگرک ممتاز خوب واسه من کنار بگذاره، آن وقت سر ظهر خبرت میکنم. میری آنها را با نعنای ترخون میگیری و میاری! فهمیدی؟ - بله قربان! مراد رفت. حاجی سینه اش را صاف کرد.

بد آمد. اینه که چندین ماهه، اما حالا دیگر تصمیم گرفتم، هر چه بادا بادا! - بنده با آقای جالینوس الحکماء دوست قدیمی هستم. مخصوصا سفارش خواهم کرد. از آقای رئیس الوزاره هم توصیه ای میگیرم، اگر مزاحم شدم، مرخص بشوم؟! حاجی (دستمال را برداشت و فین محکمی کرد): به سر خودتان قسم، خیر، خیر، برعکس با جنابعالی که گفتگو میکنم، اگر تمام غم های دنیا را هم داشته باشم، فراموش میکنم. - لطف و مرحمت دارید. (دوام الوزاره نگاه کنجکاوانه ای به منادی الحق کرد و گفت): این که بنده مزاحم شدم، مقصودم اول احوالپرسی و بعد هم تشکر از اقدامات اخیر جنابعالی راجع به سرهنگ بلند پرواز بود. اجمالا خدمتتان عرض میکنم این که بعد از قضایای شهریور آقای سرهنگ بلند خونسردی و متانت، سربازان وظیفه را در لرستان خلع سلاح کرده و تسلیم قوای متفقین کردند و به این وسیله از خونریزی بیپوده جلوگیری شد. البته در چنین مواقعی به طوری شیرازه امور از هم گیسخته است که فرصت تحویل منظم اسلحه به مرکز میسر نمیشود و گویا مهمات به دست اکراد و الوار افتاده. اگر چه در مقابل صندوق ها اسلحه و مهمات که شبانه مرتب میان صحرا میگذارند، تا به دست بویراحمدی و قشقای بیفتند. البته این چند قبضه تفنگ در تضمین استقلال آینده ما تأثیری نخواهد داشت. دلیل واضح این که یک ماه بعد، سرهنگ بلند پرواز به مقام سرتیپی ارتقاء یافت و به اخذ مدال درجه اول نظام مفتخر شد. هم چنین تقدیر نامه هایی برایش صادر شد. رفتار ایشان به قدری مورد پسند مقامات عالیه ایران و متفقین واقع شد که میجر والاسنگه با انتقال ایشان به مرکز مخالفت ورزید و آن موضوع تهمت اختلاس و قلع و قمع اشرار که البته خاطر مبارکتان مسبوق است، به کلی منتفی شد. آقا دمواکراسی خوب چیزی است! حیف که ما قدرش را نمیدانستیم. در آن دوره قدر و منزلت خادم و خائن به میهن را تمیز نمیدادند. حاجی (با سر تصدیق کرد): همیشه همین را گفته ام. - باری در ازای لطف بی پایانی که در باره سرتیپ مبذول فرموده بودید، حالا بنده از طرف مشارالیه مامورم هدیه ناقابلی را که برایتان فرستاده اند، فردا به توسط گماشته تقدیم بدارم. حاجی نگاه تندی به منادی الحق انداخت و گفت: بنده را غرق دریای خجالت

فرمودید. هر چند تاکنون زیر بار چنین تکلیف شاقی نرفته ام و چیزی از کسی نپذیرفته ام، ولی از آن جایی که عدم قبول بنده، ممکنه باعث رنجش بشه و گمان کنند، اوف، اوف، ولیکن بنده فردا در مریضخونه خواهم بود. - به طوری که توضیح فرمودید، عمل مختصری است که قابل بحث نمیشناسد! بنده همانجا شرفیاب خواهم شد و در خدمتتان به منزل برمیگردم. مراد از در وارد شد و در دلان رفت. حاجی آقا قیافه اش شگفت: خدا از دهنتان بشنوه! من هر وقت به فکرش میافتم، چندشم میشه. فکرش را بکنید که با این سن و سال نمیدانم امشب خوابم میبره، یا نه! اما امروز میخوام تا ممکنه خودم را مشغول بکنم که یادم بره؛ شاید هم که در اثر ناخوشیه. آیا هر کس ناخوش میشه، این طور فکر میکنه، امروز به همه کس حسرت میبرم؛ حتی یک مگس را هم که میبینم، وقتی که فکر هول و هراس را میکنم، آرزو میکنم کاشکی جای اون بودم. زندگی چیز عجیبیه! مثل یک ملعه به ما چسبیده، ول کن هم نیست. چرا، نمیدانم، این جانورها روز به روز زندگی می کنند، و به فکر فردا هم نیستند و هر چیزی را احتکار نمیکنند و توقعی هم ندارند. اما زندگی به آنها هم چسبیده. یادمه بچه که بودم، جلو خونه مان یک بچه گربه رفت زیر گاری و کمرش شکست. ازش خون میچکید و ونگ میزد. با پنجه هایش توی گل کوچه خودش را میکشاند. معلوم نبود به کی التماس میکرد، اما حسابی درد می کشید. پیدا بود که میخواست از خودش، از جسمش که به او چسبیده بود، بگریزه و سرنوشتش را عوض بکنه، اما میخواست زنده هم بمانه. نمیدانست زندگی چیه، اما تنش او را ول نمیکرد. دردش به دنبالش میامد و نمیخواست بمیره، اوخ، اوخ! - بله، صحیح است، اما بشر آنقدر که از نیستی میترسد، از مرگ نمیترسد و برای بقای وجود خودش است که متوجه عوامل معنوی و شئون اجتماعی شده است. کسانی هستند که به امید زندگی ابدی، با رضا و رغبت مرگ را استقبال میکنند. حاجی (دماغش را گرفت و دستش را که آلوده شده بود، با دامن عبایش پاک کرد): من هیچ وقت به این فکرها نیفتادم. ناخوشی افکار آدم را عوض میکنه، مثل شراب مستی مخصوصی داره و همین بده! چیزهای معمولی که هر روز میدیدم، حالا جور دیگری به نظر میاد. امروز آقای میخچیان که پهلویم نشسته بود، از نگاه هاش چیزها دستگیرم میشد.



## حقایق شگفت‌انگیز درباره کلاغ

ظاهر ترسناک کلاغ‌ها همیشه سر آغاز شکل‌گیری افسانه‌های زیادی بوده است. بسیاری از مردم کلاغ‌ها را شوم و سمبل مرگ می‌دانند. شاید حتی شنیدن صدای آنها نیز تاثیر مطلوبی بر شنونده باقی نگذارد، اما ناگفته‌های زیادی درباره آنها وجود دارد.



یکی از شاخص‌ترین ویژگی‌های کلاغ‌ها این است که در هر زیستگاهی از مناطق سرد و یخ‌زده گرفته تا کوهستان‌ها، دشت‌ها، مزارع، غلزارها و حتی شهرها می‌توانند زندگی کنند. کلاغ‌ها انواع گوناگونی دارند: زاغ درختی، زاغ کوهی، زاغ خاوری، زاغ فندق شکن، جیجاق زمینی، زاغ حبشی، زاغ شمالی و ده نوع دیگر نشان‌دهنده بزرگی این گونه است. قدمت حضور کلاغ‌ها روی کره زمین به دوره سوم زمین شناسی یعنی حدوداً ۱۷ میلیون سال قبل برمی‌گردد. کلاغ‌ها از خانواده Corvidae یا کلاغ سانان هستند. این خانواده بیشتر از ۱۲۰ گونه دارد که در سراسر جهان به استثنای قطب جنوب پراکنده شده‌اند. با وجود این که ممکن است به نظر خیلی عجیب و غیرمنطقی بیاید، اما باید بدانید مرغ‌های بهشتی یکی از نزدیک‌ترین خویشاوندان کلاغ‌ها هستند. کلاغ‌ها همه چیز خوار هستند، پیدا کردن غذا شاید یکی از کمترین دغدغه‌های آنها تلقی می‌شود. کلاغ‌ها از خوردن حیوانات مرده و زباله نیز ابایی ندارند. آنها این توانایی را دارند که بر ای پیدا کردن غذا از ابزارهای به خصوصی استفاده کنند. به عنوان مثال تحقیقات نشان داده که کلاغ‌ها برای خوردن میوه‌هایی نظیر فندق یا گردو که هیچ نوع منفذی برای شکستن ندارند، در وسط خیابان قرار می‌دهند تا ماشین از روی آنها عبور کند و سپس برای خوردن محتویات داخل هسته‌ها مجدد بازمی‌گردند. این حیوانات آنقدر باهوش هستند که بر اساس تجربه می‌دانند ماشین‌های سنگین دانه‌ها را له می‌کنند و به همین دلیل ماشین‌های سبک‌تر را انتخاب می‌کنند و دانه‌ها را به زیر چرخ‌های آنها هل می‌دهند. حتی آنها اغلب این کار را زمانی انجام می‌دهند که چراغ راهنمایی سبز رنگ است!

### باهوش‌تر از شامپانزه

بدون تردید کلاغ‌ها یکی از باهوش‌ترین موجودات روی زمین هستند. واقعیت این است که آنها حتی از طوطی‌ها، جغدها و دیگر پرندگان شکاری هم باهوش‌تر هستند. دانشمندان پس از انجام آزمون‌های مختلف هوش روی سگ‌ها، گربه‌ها، خوک‌ها و کلاغ‌ها متوجه شدند کلاغ‌ها نسبت به سایرین موفق‌تر عمل می‌کنند. در سال ۲۰۰۴ تحقیقات نشان داد که کلاغ‌ها حتی

## خواص زعفران



### ارزش غذایی زعفران

زعفران چاشنی و رنگ دهنده غذا می‌باشد زعفران موجب کاهش چربی و کلسترول خون می‌گردد. زعفران آرام بخش، اشتها آور، ضد اسپاسم، پیشگیری کننده از بیماری‌های قلبی و سرطان، تقویت کننده حافظه و کاهش دهنده فشار خون است. از گیاه زعفران در درمان بیماری آسم، بیماری‌های پوستی، بیماری‌های چشم، عفونت ادراری، یرقان، پیش انداختن قاعدگی، رفع نفخ شکم، درمان معده درد

که حضور آنها باعث حذف بسیاری از مواد مضر از چرخه حیات می‌شود. اصطلاحی است که می‌گوید اگر کلاغ‌ها محیطی را ترک کنند، آن محل دیگر جای زندگی نیست.

### خصوصیات شاخص کلاغ‌ها

قابلیت به خاطر سپردن چهره انسان‌ها: بار دیگر که از کنار کلاغ‌ها رد شدید، سعی کنید صورت ظاهری آنها را به خاطر بسپارید. آیا واقعا می‌توانید چند دقیقه بعد یک کلاغ را از میان چند کلاغ دیگر تشخیص دهید؟ اما به خاطر داشته باشید که عکس این مورد صادق است. هر یک از کلاغ‌هایی که شما از کنار آنها رد شده اید، بی‌تردید چهره شما را به یاد دارد.

محققان دانشگاه سیاتل در یک تحقیق هفت کلاغ را گرفته و آنها را علامت گذاری کردند. آنها در حین علامت گذاری روی صورت خودشان ماسک‌های ترسناک و عجیب گذاشتند. کلاغ‌ها آزاد شدند، اما بعد از آن هر بار که یکی از اعضای گروه با یکی از ماسک‌های مربوط در صحن دانشگاه ظاهر می‌شد، نه تنها کلاغ‌های علامت‌گذاری شده بلکه سایر کلاغ‌ها با حرکات شیرجه مانند به طرف وی هجوم می‌آوردند. این آزمایش نه تنها نشان داد کلاغ‌ها صورت‌های مختلف را به خاطر می‌سپارند بلکه در عین حال نشان داد که آنها کینه‌ای نیز هستند.

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

## ادامه مطلب حاجی آقا... از صفحه ۱۴۹

ام را در آورده اند. میدانم فکرش آدم را اذیت میکند، آن هم دفعه اول، ولی عمل شما از ختنه هم آسانتر است، آن هم شخصی مثل آقای جالینوس الحکماء که در واقع اعجاز میکند و این عمل برایش مثل آب خوردن است.

- بله، صحبتش را نکنیم! خب، از دنیا چه خبر دارید؟ **ارامه داور**

## ادامه مطلب خواص زعفران... از صفحه ۱۴۷

در ماه

مصرف سه گرم زعفران برای هر نفر در ماه بسیار سالم و سودمند می باشد و مصرف بیش از ۵ گرم آن برای هر نفر در ماه مضر می باشد. اما مصرف ۵ گرم زعفران در یک وعده غذایی می تواند منجر به مرگ انسان گردد.

## نگهداری از زعفران

زعفران را باید دور از نور و رطوبت نگهداری کرد زعفران را در ظروف شیشه ای یا فلزی در بسته نگهداری نمایید. توجه داشته باشید اسانس زعفران قابل تبخیر شدن است، بنابراین درب ظرف زعفران را ببندید در صورت باز ماندن درب ظرف زعفران اثرات دارویی و کیفیت آن کاهش می یابد.

## مصارف زعفران

زعفران به مواد غذایی عطر و رنگ مخصوص می دهد و به همین جهت از زعفران در صنایع غذایی مانند سوسیس سازی، در شیرینی سازی مانند تهیه پودرهای کیک، در داروسازی مانند داروهای ضد افسردگی، در نساجی مانند رنگ کردن پارچه های ابریشمی، در تولید مشروبات الکلی و غیر الکلی بعنوان طعم دهنده طبیعی و در صنایع لبنی و غیره استفاده می شود.

اگر می خواهی دوستی ات با برجا بماند هیچ گاه با دوستت شریک مشو.

و تکنولوژی های پاک و هوشمند همچون ستون های اقتصاد این منطقه را به گردش در آورده اند. در دوران بحران اقتصادی در ایالات متحده بیکاری در رالی به ۷٫۶ درصد افزایش یافت اما این نرخ بیکاری از نرخ متوسط بیکاری در آمریکا یعنی ۹٫۱ درصد کمتر بود. حتی در اقتصاد بحرانی کنونی شرکت هایی در رالی در حال توسعه هستند. هزینه های زندگی در این شهر نسبتا پایین است. هزینه سکونت در این شهر نسبت به شهر های مشابه بسیار پایین است و شرایط برای کسب و کار در این ایالت بسیار عالی است.

فرق آدم با حیوان اینه که آدم قبل از این که کمرش زیر گاری بشکنه، التماس میکنه و از زندگی گدایی میکنه، قبل از این که زخم ورداره، زخم را حس میکنه و مثل گربه ناله میکشه. صحبتش را نکنیم!

- آقا چیزی که نیست، من تا به حال سه بار عمل جراحی کرده ام و یک کلیه

از زعفران در غذا و نوشیدن حداقل یک فنجان چای زعفران برای تمدد اعصاب توصیه می شود. زعفران افزایش دهنده تمرکز حواس است و در پیشگیری از آلزایمر و پارکینسون موثر می باشد زعفران در درمان دردهای عصبی و کم خوابی موثر می باشد.

## زعفران عامل پیشگیری از کاهش دید

بر اساس تحقیقات مرکز دانشگاهی ایتالیا زعفران در تنظیم کارکرد سلولهای بینایی موثر است و سلولهای بینایی را در مقابل آسیبها محافظت می کند و از پیشرفت بیماریهای چشم جلوگیری می کند و موجب احیای سلول های آسیب دیده چشم می شود. زعفران در درمان اختلالات لکه زرد شبکیه که در سنین سالخوردگی ایجاد می شود موثر است. مصرف زعفران در رژیم غذایی از پیشرفت بیماری های ژنتیک چشم جلوگیری می کند و به همین علت مصرف متعادل آن به سالخوردگان و افراد مبتلا به بیماری های چشم توصیه می شود.

## خواص ضد سرطانی زعفران

زعفران خواص ضد سرطانی دارا می باشد و به عنوان یک داروی ضد تومور و جمع کننده رادیکال های آزاد عمل

## رشد اقتصادی

بیشتر مردم شهر در سیستم آموزشی دولتی و غیر دولتی کار می کنند. تکنولوژی به روز، تکنولوژی دفاعی، بیوتکنولوژی، و شاخه های علوم زیستی

## ادامه مطلب بهترین شهر... از صفحه ۱۷۷

## بهتر به معنای بزرگتر نیست

به کمک بلومبرگ وب سایت بیزنس ویک ۱۶ عامل را برای رده بندی استفاده کرد: تعداد رستوران ها و بارها، تعداد موزه نسبت به نفر، تعداد دانشگاه ها، کتابخانه ها و تیم های ورزشی، همینطور میزان درآمد، میزان فقر، بیکاری، عملکرد مدارس دولتی، درصد جمعیت دارای مدرک تحصیلی لیسانس و بالاتر، مساحت فضای سبز و پارک های موجود به ازای هر هزار نفر ساکن شهر و کیفیت هوا. عوامل مثبت بیشتر در این رده بندی تاثیر گذار بوده اند. به عنوان مثال هزینه مسکن در یک شهر بزرگ می تواند بسیار بالا باشد ولی در این رده بندی به آن توجه نشده است.

در رده بندی جهانی هم بعد از رالی شهر های بعدی آرلینگتون و هونولولو در اسکاتلند هستند و شهر بزرگ و معروفی مانند نیویورک در رده چهاردهم ایستاده است. لس آنجلس در رده سی و پنجم و شیکاگو در رده هفتاد و پنجم است. از شهر های بزرگی که رتبه بهتری بدست آورده اند سن دیه گواست که در جایگاه هفتم قرار گرفته و واشنگتن دی سی که کمتر از ششصد هزار نفر جمعیت دارد در جایگاه ششم قرار دارد و البته با توجه به اینکه بعضی از فاکتور های سنجش به صورت سرانه جمعیتی تعیین شده است نمی توان آنها را از نظر تعدادی هم برتر دانست.

## پارکی که در آن شهری واقع شده است

بسیاری از ساکنین یک شهر به شلوغی خیابان ها و پر جنب و جوش بودن شهر خود افتخار می کنند، اما رالی با اینکه شهری پر جنب و جوش است ولی آرامشی خاص در آن حاکم است که بخاطر فضای سبز وسیع و فوق العاده آن است و آن را با عنوان «پارکی که شهری در میان آن قرار گرفته» توصیف می کنند. در خیابان ها و بازار، زمانی که پیاده روی می کنید نمای زیبایی از درختان آب نماها و جویبار ها خواهید دید که بسیار دلنشین است. بر اساس آمار سال ۲۰۱۰ یک پنجم افراد در این شهر بین ۲۰ تا ۳۰ سال هستند.

در این شهر جو فرهنگی دانشگاه های بزرگ حاکم است و آموزش بخش جدایی ناپذیر از فرهنگ این جامعه است. موزه های محلی نقشی اساسی در فرایند آموزش دارند.

بیشتر افراد در این شهر برای رفت و آمد رانندگی می کنند اما سرویس

وب سایت اینترنتی «بیزینس ویک» ماه ها وقت صرف کرد و اطلاعاتی را جمع کرد که به کمک آن می توان بهترین شهر آمریکا را برای زندگی تعیین کرد. آنجا در این تحقیقات به یک سری معیار های مثبت که در کیفیت زندگی تاثیر گذار هستند از قبیل تعداد رستوران ها، رانکینگ مدارس و دانشگاه ها و همچنین تعداد تیم های ورزشی دانشگاهی و حرفه ای و همچنین مقدار زیادی اطلاعات دیگر مورد توجه بوده اند تا نتیجه نهایی بدست آید.

اما برنده کدام شهر است؟ این شهر «رالی» مرکز ایالت کارولینای شمالی است. برای بسیاری از ساکنین این شهر خیلی شگفت انگیز نیست که رالی به عنوان بهترین شهر در سرتاسر ایالات متحده انتخاب شود. رالی از نظر فرهنگی جذابیت های زیادی دارد. در این شهر دانشگاه هایی واقع هستند که به مثلث تحقیقات معروفند و عبارتند از: دانشگاه ایالتی کارولینای شمالی، دانشگاه دوک و دانشگاه کارولینای شمالی در چپل هیل و در کنار امتیازات بسیاری که در این شهر یافت می شود می توان به ۸۶۷ رستوران، ۱۱۰ بار و ۵۱ موزه اشاره کرد. و همینطور رالی شهری است که در آن پیشرفته بودن را می توان احساس کرد، مدارس خوب و بیش از ۵۰،۵۰۰ متر مربع فضای سبز که چند برابر فضای سبز سرانه شهر های مانند نیویورک و لس آنجلس است. همینطور رالی شهری است که شب های خاطر انگیزی را می توان در آن گذراند. آخر هفته ها از کنسرت و اپرا گرفته تا مسابقات ورزشی حرفه ای و غیر حرفه ای و بیش از ۲٫۷۰۰ متر مربع بازار روز که کشاورزان در آن محصولات خود را ارئه می دهند.

رالی جمعیتی فقط در حدود چهارصد هزار نفر و وسعتی در حدود ۳۷۰ کیلومتر مربع دارد. البته رالی مانند سانفرانسیسکو مرکز تکنولوژی دنیا یا مانند بوستون بزرگ ترین مرکز برای تحصیلات عالی و فوق عالی یا مانند نیویورک، شهری که ۲۴ ساعت شبانه روز در حرکت و جنب و جوش باشد نیست، اما همه این شهر ها آمار جرم و جنایت بالایی دارند. پارک های آنها در حال از بین رفتن هستند، میانگین سطح سواد در این شهرها پایین است و دیگر امتیازات منفی که به راحتی مزایای آنها را می پوشاند را در رالی نمی بینید.

## ادامه مطلب هفت گیاهی که... از صفحه ۲۸

جلوگیری از آسیب نامناسب گردوغبار در اتاق خواب است. به همین دلیل با این که توصیه می کنند اتاق خواب وسایلی کمتری داشته باشد تا گرد و خاک در آن ایجاد نشود، اما قرار دادن چند گلدان آفتابگردان، ضمن زیبایی فضای اتاق، باعث تولید اکسیژن بیشتر در فضای خانه می شود.

البته نوع خاصی از آن به نام Gerbera daisy بیش از همه این ویژگی را دارد. فضای اتاق خواب را با چند گلدان آفتابگردان، سالم و زیبا کنید. نگهداری از آن کار سختی نیست و فقط باید گلدان را در معرض نور آفتاب قرار داده و یک روز در میان به آن آب بدهید.

## بگونیا، ریه ای با پنج رنگ

بگونیا، بیشتر گیاه فصل تابستان است، اما در فصل بهار هم وجود دارد و می توان از آن برای تصفیه هوای خانه کمک گرفت. بگونیا پنج رنگ صورتی، سفید، گل بهی، زرد و قرمز دارد. این گیاه باید زیر نور مستقیم آفتاب نگهداری شود. بنابراین بهترین مکان برای نگهداری آن پشت پنجره نورگیر خانه است.

بگونیا، بنزن موجود در هوا را جذب می کند. این ترکیب سمی علاوه بر هوا، در چسب های مایع و واکس ها هم وجود دارد. این گیاه را باید هر روز آب بدهید و در معرض نور مستقیم خورشید که از پنجره به داخل می تابد، قرار دهید.

## داوودی، گل روزهای سخت

این گیاه در طب سنتی چین به عنوان دارو مورد استفاده قرار می گرفت. به همین دلیل در چین باستان سطح گسترده ای از زمین های زراعی این کشور زیر کشت گل داوودی بود. مردم چین ساقه سبز این گیاه را کوبیده و از آن گیاه دارویی یا غذاهای خاصی درست می کردند. این گیاه علاوه بر ویژگی هایی که به آن اشاره شد، می تواند در فضای کاملاً بسته و کوچک نیز رشد کرده و آلودگی هوا را جذب کند. یکی از مهم ترین اثرات این گیاه، جمع آوری آلودگی بنزن است. علاوه بر این که این گیاه می تواند بوی نامطلوب ناشی از رنگ، مواد شوینده و... را نیز از بین ببرد. بنابراین اگر خانه را تازه رنگ کرده اید، حتماً چند گلدان داوودی اطراف خانه بگذارید تا بوی نامطلوب رنگ هر چه زودتر از بین برود و خانه با عطر خوب پذیرای مهمانان باشد.

طبق اعلام نظر سازمان ناسا، آلوده ورا یکی از بهترین گیاهان برای تصفیه هوای منزل است. ویژگی این گیاه جذب گازهای سمی موجود در هوای خانه به دلیل برگ های گوشتی آن است. هر چه برگ های این گیاه گوشتی و پر آب تر باشد، تاثیرش در تصفیه هوای منزل بیشتر است. بنابراین بهتر است از انواع بزرگ و پربرگ این گیاه استفاده کنید.

## زنابق، جارو برقی هوا

این گیاه یکی از گل های ویژه فصل بهار است. بنابراین می توان این گل را کاشت و به صورت گلدان در خانه نگهداری کرد. به این گیاه جاروبرقی هوا می گویند. به این دلیل که ترکیب های خطرناکی مانند تری کلرواتیلن، فرمالدئید و بنزن را جذب می کند. این گیاه در آپارتمان براحتی قابل نگهداری است. چون به نور زیادی نیاز ندارد، اما رطوبت آن باید همیشه تامین باشد. برای داشتن این گیاه کافی است پیاز آن را از گلفروشی ها بخرید و آن را داخل گلدان با خاک مرغوب بکارید. نور غیر مستقیم آفتاب فراموش نشود.

## بامبو، با قد یک و نیم متری

از سال ها پیش، خرید بامبو که زادگاهش کشور چین است، به شدت رایج شد. این گیاه غیر از جنبه تزئینی، خواص درمانی هم دارد؛ ساقه آن می تواند بنزن، مونواکسیدکربن و کلروفرم را از هوای اطراف دریافت کرده و به این ترتیب هوای خانه را پاک کند. بامبو در فضای آپارتمان تا یک و نیم متر هم قد می کشد.

این گیاه هیدروفونیک است، یعنی به خاک نیاز ندارد. یکی دیگر از ویژگی های بامبو، ایجاد رطوبت در فضای خانه است. بنابراین یکی از بهترین مکان ها برای نگهداری آن، اتاق خواب کودکان است. این ویژگی معجزه این گیاه برای لطافت هوای خانه در فصل های گرم و خشک سال است. برای قلمه زدن بامبو کافی است آن را از ناحیه گره ساقه اش ببرید و داخل ظرف شیشه ای بگذارید تا ریشه بدهد.

## آفتابگردان، ویژه اتاق خواب

گل آفتابگردان همان طور که از اسمش پیداست، باید در معرض نور آفتاب رشد کند، اما این گیاه را به عنوان گلدان ویژه اتاق خواب معرفی می کنند. دلیل آن تاثیر مثبت این گیاه در

## ادامه مطلب آمار بیسوادی... از صفحه ۱۱

هستند. مهم ترین گروه از این مهاجران را افغان ها تشکیل می دهند که به دلیل مشکلات مدارک، کودکان شان نسل در نسل از تحصیل در ایران باز می مانند.

بالا بودن آمار بی سوادی، به ویژه برای دختران تنها به استان های جنوبی یا مرزی اختصاص ندارد. در تهران، دختران بسیاری از تحصیل باز می مانند. برخی پژوهش ها نشان می دهند دختران محله «هرندی» تهران به دلیل فقر و آسیب های اجتماعی از حق تحصیل محروم می شوند. خانواده ها می گویند ممکن است دختران شان از سوی کارتن خواب ها و افراد معتاد آزار ببینند و برای همین از فرستادن آنها به مدرسه خودداری می کنند.

یکی از دختران این محله چندی پیش به خبرگزاری «آنا» گفته بود: «یکی از این معتمدان چند روز پیش دنبال یکی از دوستانم راه افتاده بود. بیچاره دوستم وقتی رسید مدرسه، تا چند ساعت حالش بد بود و از استرسی که به او وارد شده بود، گریه می کرد.»

زنی هم که در آن محله زندگی می کرد، در تایید صحبت های آن دختر گفته بود: «در این محل ما جرات نداریم که صبح زود یا با تاریک شدن هوا از خانه خارج شویم. به همین خاطر صبح های زود شوهرم دخترانم را به مدرسه می رساند. صبح که از خانه خارج می شویم، معتمدان را می بینیم که با وضعیت نامناسب جلوی منزل مان خوابیده اند. خانم جان! شما باشی، نمی ترسی؟ موقعی که مدرسه تعطیل می شود، خودم به دنبال شان می آیم. جرات ندارم که به آنها اجازه دهم تنهایی به منزل برگردند.»

روزنامه «گاردین» در سال ۲۰۱۵ گزارش داده بود نزدیک به دو سوم بی سوادان بزرگسال جهان را زنان تشکیل می دهند. الگوی ایران هم این طوری است. بر اساس این گزارش، از ۷۸۱ میلیون نفر بی سواد بزرگسال بالای ۱۵ سال، ۴۹۶ میلیون نفر زن هستند. اگرچه نرخ سواد در جهان بهبود یافته اما طبق تحقیقات، افراد مسن که تحصیل را از دست داده اند، در دوران جوانی از حمایت های لازم برای داشتن آینده ای بهتر برخوردار نبوده اند. قصه زندگی مریم هم از همین جا شروع شده است.

در نمونه های دیگر، شهر هویزه در استان خوزستان اصلاً دبیرستان ندارد و در ۴۰ روستای این منطقه نیز مدرسه دخترانه ای نیست.

نکته قابل توجه این که بخش عمده کودکان بازمانده از تحصیل در مناطق روستایی، مرزی و دو زبانه زندگی می کنند. مساله دو زبانه بودن کودک از جمله مهم ترین عوامل ترک تحصیل بسیاری از آنها است. نبود امکان تحصیل به زبان مادری، به ویژه در مناطق محروم تر باعث می شود آنها هنگام ورود به مدرسه با دنیایی مواجه شوند که هیچ آشنایی با آن ندارند؛ اعتماد به نفس شان را از دست می دهند، از دیگر شاگردان که حداقلی از زبان فارسی را می دانند، عقب می افتند و در نهایت تحصیل را کنار می گذارند.

«شاهد علوی»، روزنامه نگار و پژوهش گر این حوزه در این باره به «ایران وایر» توضیح می دهد: «ارزبایی دلایل و زمینه های نرخ بالای ترک تحصیل دانش آموزان به ویژه پس از پایان دوره ابتدایی یا در میانه دوره متوسطه اول در شمال غرب، جنوب غرب و جنوب شرق کشور بدون توجه به مساله زبان نظام آموزشی و تفاوت آن با زبان مادری کودکان در این مناطق ممکن نخواهد بود. کودک عرب، ترک، کرد و بلوچ با ورود به مدرسه، به اجبار و بدون هیچ پیش زمینه آموزشی باید به زبانی که متفاوت از زبان مادریش است، سواد بیاموزد. این کودکان ناچار هستند با کتاب ها و محتوای آموزشی که برای سوادآموزی طراحی شده اند، زبان آموزی کنند که قاعدتاً تجربه ای دردناک و دشوار است.»

این روزنامه نگار که زمانی در مدارس ایران تدریس می کرده، توضیح می دهد که ضربه عاطفی ناشی از رویارویی اولیه با زبان متفاوت از زبان مادری برای آموزش حروف و علامت های ناآشنا و با محتوای آموزشی نامتناسب با نیاز کودک، یعنی سوادآموزی به جای زبان آموزی اثرات نامطلوبی بر توان یادگیری و انگیزه کودک برای یادگیری می گذارد.

مهاجران هم یک گروه مهم دیگر در میان بی سوادان هستند. رییس نهضت سوادآموزی در آذر ماه ۱۳۹۵ خبر داده بود ۶۰ درصد اتباع خارجی ایران بی سواد

## ادامه مطلب تاک و انگور... از صفحه ۳۲

تاک = (در اینجا) درخت. نخست آنکه در مصراع اول، ضبط «سرو روان» که در نسخ دیگر هم آمده از هر دو جهت لفظ و معنی بیش از سرو سہی با کاروان تناسب دارد. دوم آنکه در دو نسخه از نسخ اساس حافظ خانلری «تاک سرو» و در یک نسخه «شاخ سرو» ضبط شده است. «تاک سرو» سابقه ندارد، در حالیکه «شاخ سرو» متداول بوده است. تاک (مَعْرَب آن طاق) به معنی خم است که با ساقه پُر پیچ و خم درخت انگور بیشتر تناسب دارد تا با قامت راست سرو. به نظر می‌رسد ضبط مقبول چنین باشد:

## چو آن سرو روان شد کاروانی

## ز شاخ سرو می‌کن دیده بانی

۱. تأملی بیشتر درباره یک بیت از دیوان حافظ، «بنت‌العنب که زاهد ام‌الخبائش خواند / اشہی لنا و احلی من قبلة العذارا»، بهرام گرامی، فصلنامهٔ رهاورد، لس آنجلس - آمریکا، ۱۳۸۵، شماره ۷۷، صفحه ۲۴۷ تا ۲۵۴.
۲. حافظ جاوید، هاشم جاوید، نشر فرزانه، تهران، ۱۳۷۵، صفحه ۲۵۲ تا ۲۵۷.

بنازیم = آفرین، مریزاد. [مریزاد دستی که انگور را چید و مریزاد پایی که آن را (در طغار یا چرخشت) له کرد.]

**دختر رز چند روزی هست کز ما گم شد ست رفت تا گیرد سر خود هان و هان حاضر شوید** دختر رز = شراب. بر اساس دیگر ابیات این قطعه، حافظ مدتی از باده بی‌نصیب بوده و می‌خواهد کسی به او باده رساند. [دختر رز چند روزی هست که از پیش ما رفته و پی کار خود گرفته، حاضر شوید تا او را هر جا هست پیدا کنید.]

**مستی به آب یک دو عنب وضع بنده نیست**

**من سالخورده پیر خرابات پرورم** آب عنب = شراب. پیر (در اصطلاح صوفیه) = مقام بالای طریقت، راهبر. پرور = (در اینجا) پروریده (مانند ناز پرور). (پیر) خرابات پرور = بزرگ شده در (دامان پیر) خرابات. [یکی دو جرعه شراب کار مرا که عمری در خرابات بوده‌ام راه نمی‌اندازد.]

## چو آن سرو سہی شد کاروانی

## ز تاک سرو می‌کن دیده بانی

## ادامه مطلب جوک های قومیتی... از صفحه ۳۹

به ادامه راه آنان می‌زنند و در زمین آنان بازی می‌کنند. آیا این درست و منطقی است که افراد صرفاً برای خندیدن به گفتن زشت‌ترین تهمت‌ها نسبت به قوم خاصی دست بزنند؟! جالب اینجاست که همین استعمارگران نه تنها برای رسیدن به اهداف خود دست به تخریب اقوام مختلف می‌زنند بلکه هر طیفی از جامعه نیز وقتی می‌بینند که برای استقلال کشور زحمت می‌کشند و هزینه می‌پردازند را نیز مورد هجمه تبلیغاتی به همان شیوه‌ای که ذکر شد می‌پردازند. آری ما می‌بینیم که تمام کارهای مخربی که در کشور به وجود می‌آید در ابتدا ردپای مستقیم استعمار دیده می‌شود و در ادامه نیز افراد نادان و ناآگاه به ادامه راه آنان می‌پردازند.

یکی از آشنایان تعریف می‌کرد: «به تازگی در سفری که از فرودگاه تهران به سمت اصفهان داشتیم در مسیر قم ماشین دچار خرابی شد و مجبور شدیم به تعمیرگاهی در قم مراجعه کنیم. در آنجا از من پرسیدند: کجایی هستی؟ گفتم: لر هستم و دیدم بعد از این جواب یکدفعه، با انفجاری از خنده روبرو شدم که مورد تعجب دوستانم نیز شد. اینجا بود که یاد پیامک‌های رو به گسترش هجو علیه لرها افتادم که متأسفانه کار به جایی رسیده که با دیدن ما نیز شروع به خندیدن می‌کنند.»

دنباله مطلب در صفحه ۴۱

## ادامه مطلب نامه های شگفت انگیز... از صفحه ۷

خلع او را از باب عالی درخواست کرد و به واسطه اعتبار و احترامی که برای او قائل بودند، نه تنها تقاضای او مورد قبول واقع شد، بلکه فرمان یافت که دیگری را به جای او برگزیند و او برای اجرای فرمان به ترابوزان آمد و به طوری که من آگاه شدم، در این شهر اسقفی را یافت که کاتولیک خوبی بود و او را برگزید و فرمان سرور بزرگ را به دست او داد. این اسقف از آن طبایع پرشور و تند بود که البته با حسن نیت همیشه قوانین احتیاط و خودداری و رزانت را رعایت نمی‌کرد، زیرا وقتی که عصای اسقفی را در دست خود دید، خواست بدون هیچگونه رعایتی احساسات خود را در روح و قلب کسانی که آن احساسات را نداشتند، داخل کند. حامی او بیهوده می‌کوشید تا او را از این کار باز دارد و نتوانست به نتیجه‌ای برسد. سرانجام اسقف شور و تعصب آشکار و نامتعادل خود را بجایی رسانید که فرقه گرایان، دیگر به شکوه‌های آهسته قناعت نکردند و رفتند به پاشا گفتند که اسقف و باغداسار می‌خواهند آنها را به زور وادار به گرویدن به آئین فرانک‌ها کنند. یعنی وادارشان کنند که به آئین پاپ بگروند و برای اینکه اتهام خود را شدیدتر کنند، اضافه کردند که اسقف و باغداسار هر دو دشمن او هستند. پاشا فرمان داد تا آنها را به زنجیر افکنند و بدون هیچگونه محاکمه‌ای آنها را محکوم به چوبه دار کرد. در اینجا به من گفتند که پاشا برای اینکه باغداسار را از مرگ نجات دهد به او پیشنهاد کرد که محمدی بشود ولی این خدمتگزار با شهادت خدا پاسخ داد که خود را بسیار خوشبخت می‌داند که بتواند زندگی خود را در راه عیسی مسیح بدهد و هیچ چیزی در دنیا مانع آن نخواهد شد که با دادن خون خود لایق داشتن جانی در حیطة خدائی باشد و سرانجام شهید راه عیسی مسیح گشت. خواستم تا مرا به آرامگاه او ببرند. آرامگاه او در گورستانی نزدیک کلیساست. کاتولیک‌های ما اغلب برای دعا کردن به آنجا می‌روند. اعتراف می‌کنم که احساس کردم بیش از همیشه در آنجا ملهم شدم که به میانجی این مبلغ مسیح، از خدا گروش همه امتش را خواستار شوم.

آرزومندم که وی از خواندن دو کتابی که به او دادم استفاده برد.

در روز بیست و دوم در «تکه» بودیم که دهکده‌ای است که ترکان در آن سکنی دارند. ویرانه‌های یک کاخ بر روی صخره‌ای، تنها چیز زیبایی بود که در آنجا دیدیم.

از «تکه» به «گومیک کنه» رفتیم و در روز بیست و سوم به آنجا رسیدیم و در خارج از شهر در خانه یک آقا منزل کردیم که دوست مصطفی بود.

در روز بیست و چهارم از کوه‌های سخت گذشتیم و تقریباً همیشه در کناره پرتگاهی راه می‌پیمودیم. نزدیک دهکده «ژوتووری» اردو زدیم. ساکنان این دهکده یونانی هستند و خانه‌های بدی دارند که اینجا و آنجا بر دامنه دو کوه متفرق هستند.

فردا، در روز بیست و پنجم به ترابوزان رسیدیم که در «کاپادوکیه» علیا واقع شده است. این شهر در کنار دریای سیاه است و به سبب اینکه مقر «کومین‌ها» بوده، مشهور است. «الکسیس» در سال ۱۲۰۴ آن را بنا نهاده است و در سال ۱۶۶۰ سلطان محمد دوم آن را ویران کرد. بنابراین، این شهر دیگر آن شهری که در قدیم بوده است، نیست. در آنجا تقریباً یکصد و پنجاه ارمنی وجود دارد که تحت هدایت چهار نفر کشیش آداب مذهبی خود را بجای می‌آورند. در مدت یازده روز که در آنجا مقیم بودیم، از کاتولیک‌ها دیدار کردم و به آنها تعلیمات چندی دادم و آنها را آماده کردم که با آئین مذهبی تقدیس آشنا گردند و انجمن اخوت «رز» را در آنجا برقرار کردم و از دیدن اینکه شور و حرارت دینی در میان روحانیون کاتولیک تجدید گشته و شور مردم نیز منوط به آن است، رضایت خاطر می‌یافتم. پیش از ترک ترابوزان، مایل بودم از مرگ باشکوه مرد مقدس ارمنی که او را در استانبول شناخته بودم، آگاه گردم. او «گوجاباغداسار» نامیده می‌شد. لیاقت شخصی او چنان بود که از میان همه ارمنیان گرامی‌تر و ارجمندتر بود و ایمان او چنان قوی و تمایل او به انتقال این ایمان به تمام ملت‌ها چنان شدید و منزه بود که چون آگاه شد که اسقف محل تولد وی آئینی را تبلیغ می‌کند که مخالف اعتقادات کاتولیکی است و آن را به مردم تعلیم می‌دهد،

ادامه مطلب **جوک های قومیتی... از صفحه ۵۰**

زمان ارتباطات و اطلاعات صحبت از دهکده جهانی است و فرهنگ ها در هم عجین شده اند و پر واضح است که نمی توان افراد را به واسطه این که اهل کدام شهر یا کشور هستند پیش داوری کرد.

علت و راه درمان این تب مزمن باید از طرف جامعه شناسان مورد پژوهش واقع شود و پیش از آن که تخریب شخصیت، خرد و عزت افراد به بهانه خندیدن، هزینه فرهنگی جبران ناپذیری بر جای بگذارد، باید از فرهنگ گفتاری و نوشتاری جامعه حذف شود.

اگر هر فردی به پشت پرده ساختن این جوک ها توجه کند اجازه خندیدن به خود و همچنین بخش و ترویج این جوک ها را نخواهد داد و با چنین پیام هایی که به دستش می رسد مقابله و برخورد می کند تا به شرایط اجتماعی برسیم که این ضد فرهنگ را از تعریف کنندگان نپذیریم و امر مذمومی در جامعه تلقی شود.

ما ایرانی ها یک مورد مهم را فراموش کردیم که جزوی از یک کل و یک بدنه واحد هستیم. وقتی بچه ایم در مجلس میهمانی اولین بار با این جمله آشنا می شویم: بزرگتری می گوید: جوک جدید رو شنیدید؟ بعد بلافاصله میگه به بار به ترکه که... یا به بار به لره... و یک لطفیه که ممکنه راجع به هر ساده لوحی اتفاق بیوفتد را تعریف می کند و همه جمع می خندند و ما هم که اولین باره راجع به ترکه ها و لرها می شنویم با معصومیت کودکانه مان از خودمان می پرسیم خوب حالا چرا ترکه این کار رو می کنند؟ اما بعد با جمع همراه می شویم و می خندیم. بعد از اینکه چند بار این جوکها تکرار شد کم کم می پذیریم که ترکه ها و لرها و رشتی ها یک عیبی دارند و گرنه همه نمی گفتند.

آذری هایی که آن همه برای این کشور و سربلندی آن جانفشانی کردند. رشتی هایی که متمدن ترین هموطنان ما هستند. لرهایی که کوروش کبیر از آنهاست. شاید ایراد از آموزش و پرورش ماست که خوب به ما نیاموخته اند که جزوی از یک کل باشیم. به ما نیاموخته اند که وطن بی هموطن معنا ندارد. رنجاندن هموطن همان رنجاندن وطنه که مادر همه ماست.

بیا باید از خودمان شروع کنیم و با شنیدن هر جوک قومیتی سریعاً به گوینده متذکر شوید که با گفتن این لطفیه ولو یک میلیمتر، ما را به تجزیه کشور عزیزمان نزدیک می کند. به روز همه ما با هم بودیم. ترک و لر و رشتی و... تا اینکه به عده رمز دوستی ما رو کشف کردند و قفل دوستی ما رو شکستن. حالا دیگه ما برای هم جوک می سازیم. به همدیگه میخندیم و اینجوری شادیم. به امید روزی که یاد بگیریم که به همدیگه در هر پوشش و قومیتی احترام بگذاریم.

را به ارزانترین قیمت برای خود می خریم و اول به خود ظم میکنیم و دوم به آن قوم و سوم به کشور عزیزمان ایران. این ضد فرهنگ تا اندازه ای در جامعه رواج پیدا کرده است که قانع کردن افراد بر نادرست بودن این رفتار بسیار دشوار است. ولی اگر از کسانی که به عنوان مصرف کننده فرهنگی این جوکها هستند پرسید که آیا مصداقی از این جوکها را در شخصیت آن شهر یا قوم دیده است یا نه، هیچ توضیحی ندارد. به عبارتی گروهی متمم به عادات و فرهنگ نادرست می شوند که در واقع از آن عاری هستند. نمی توان انکار کرد که سونامی جوکهای قومیتی که سبب رنجش تعداد قابل توجهی از هموطنان می شود اکنون بخشی از فرهنگ جامعه ایران است. به گونه ای که الزاما در ساخت و انتقال جوک های قومیتی قصد دشمنی و تحقیر وجود ندارد بلکه آنقدر رواج پیدا کرده است که امری عادی و روز مره تلقی می شود. می توان غل و ریشه این پدیده ناهنجار فرهنگی را با بررسی جامعه شناسانه و تاریخی مورد پژوهش قرار داد.

بی تردید هر شخصی که سوژه یکی از جوک های قومیتی قرار می گیرد، در درون خود احساس رنج و نفرت خواهد کرد. ولی چرا رنجش افراد، دلیل کافی برای توقف این موج ضد ارزش نیست؟ ورود تکنولوژی در زمینه ارتباطات در جامعه ایران در کنار تمامی آثار مفید و تأثیر گذاری که در زندگی روزمره دارد، آثار مخربی را نیز به همراه داشت. این از معایب پدیده نوظهور تکنولوژی است که کنترل و حفظ سلامت آن بسیار دشوار و گاهی ناممکن است. در این زمینه فرستادن پیامک های جوک به صورت گسترده در تلفن های همراه و فضای مجازی، امری رایج است. رواجی که به سختی می توان ترمزی برایش قرار داد.

**تکرار این عادت غلط فرهنگی تا****چه زمان باید ادامه پیدا کند؟**

بی تردید این معضل اکنون آتشی است زیر خاکستر. آتشی که شخصیت، فرهنگ، حرمت، و عزت نفس افراد را از درون می سوزاند و زمانی رنجش ها عیان خواهد شد که نه در قالب جوک و طنز و کنایه، بلکه شاهد برخورد و پرخاش های مستقیم در جامعه باشیم.

هر چیز رایج را نباید کورکورانه پذیرفت و از آن پیروی کرد. هر فرد قدرت تأمل و تفکر دارد و حداقل می تواند هم ذات پنداری کند. در دوره ای زندگی می کنیم که حتی تأثیر خانواده در شکل گیری شخصیت افراد به حداقل رسیده است و عمدتاً رسانه ها تأثیر غیر قابل انکاری دارند. از طرفی در

متأسفانه عده ای نا آگاه نیز در داخل کشور نادانسته راه آنان را ادامه میدهند و در زمین این شیاطین بازی می کنند. ما می بینیم هر زمان هر قومی برای استقلال کشور مجاهدت و تلاش بیشتری می کند مورد هجمه بیشتر نیز قرار می گیرد. روزی که ایران مورد هجوم دشمن در شمال غرب قرار گرفت و برادران آذری ما با سلحشوری در مقابل هجوم خارجی ایستادند و از استقلال کشور دفاع کردند، دیدیم چگونه انگلیس و امپراتوری روس همزمان دست به دست هم دادند و به وسیله تبلیغات توانستند با کمک دوستان و خائنین داخلی کشور این قوم سلحشور را مورد شدید ترین تهاجمات تخریبی خود قرار دهند تا آنان را در چشم مردم بد نام کنند و تا حدودی نیز موفق شدند. تا جایی که امروز نیز هر وقت می خواهند به کسی توهین کنند و با نام زشت صدایش کنند آنان را به قومیتشان تمسخر می کنند. ولی این قوم بسیار سلحشور با شهامت در مقابل توطئه ها ایستادند و همواره از اصالت خود دفاع کردند.

بعد از آن ما می بینیم که هجوم خارجی از شمال به وسیله روس ها شروع شد که مردم غیور گیلان و مازندران با رشادت های مثال زدنی جلوی آنها را گرفتند و در مبارزه با استبداد داخلی نیز مبارزات جانانه ای داشته اند که در تاریخ آمده است و متأسفانه می بینیم دومین قومی که مورد هجمه دشمنان قرار گرفت همین مردم غیرت مند و سلحشور هستند که به بدترین و کثیف ترین خصلت ها متهم شده اند و مورد نگاه درآمده اند و سعی در تحقیر آنان داشتند. در این کار نیز رد پای استعمار انگلیس و روس و دوستان داخلی شان به وضوح دیده می شود. اینان سعی کردند با تحقیر آنان ملت را نسبت به این قوم بزرگ بد نام کنند. جایی که همواره پناه گاه ستم دیدگان تاریخ بوده است و اینان همواره حامی مظلومان بودند.

واقعیت این است که انگلیسی ها از هر کسی که ضربه خوردند سعی در تخریبشان کردند. در تاریخ معاصر سه قوم آذری، شمالی و مردم دلیر و بی آرایش لرستان بالاترین ضربه را به نوکران انگلیسی زده اند.

حال به جوک هایی که برای قوم های مختلف منتشر می شود نگاهی کنید. به جرأت می گویم که حتی یک صد هزارم آن چیزی که به یک قوم نسبت می دهند در آن قوم وجود ندارد و همه این جوک ها در واقع تهمت هایی است که ما نا خواسته به اقوام مختلف وارد می کنیم و آتش دوزخ

اینجاست که متوجه عمق فاجعه فرهنگی که در کشور ما جریان دارد می شویم. ما برای یک لحظه خندیدن، عده زیادی از هموطنانمان را می رنجانیم.

قوم هایی که در مورد آنان جوک ساخته می شود به عنوان یکی از ایرانی ترین اقوام در ایران دشمنان زیادی دارند و این اقوام به عنوان قسمتی از پیکر ایران دین خود را به کشور ادا نموده اند و هیچ مورخ و محقق منکر این نیست. ولی اگر ساخت این جوک ها را بدون برنامه ریزی و کاملاً بی هدف فرض کنیم بسیار ساده خواهیم بود چرا که این همه توهین در سطوح مختلف نمی تواند بی هدف و بی قصد و غرض باشد و دست کم جریانی پر نفوذ و با غرض سیاسی-امنیتی پشت این قضیه است.

**مبارزه با جوکهای قومیتی**

جوک ها در درجه اول از طریق ادبیات میان مردم رشد پیدا می کنند. دفاع شهريار از قوم ترک در یکی از اشعارش که در برابر مضامین برخی از نوشته ها در جراید و کتب مختلف و مقابله با نسبت های نادرست به ترکها صورت گرفت حاکی از این حقیقت تلخ است.

بسیاری از کارشناسان معتقدند که حضور دولت و اجرای سیاست های دولتی برای جلوگیری از چنین معضلی کارساز نیست. بلکه به نظر می رسد ارتباطات نزدیک میان قومیت ها و تغییر نگرش مردمی این معضل را به خودی خود کمرنگ می کند. نگاه تمسخر آمیز به لهجه ها در رسانه های دیداری، شنیداری و مکتوب جایز نیست. بنابراین بیاییم پس از این، خود با پالایش گفتار خود، ساختن و گفتن جوکهای قومیتی را متوقف کرده و به گویندگان آنها صمیمانه احساس ناراحتی خود را ابراز کنیم.

چند سال است که ترک ها، لرها و رشتی ها شدیداً مورد حمله این جوک ها واقع شده اند و در این مورد یک تحلیل است که همزمانی این توهین ها با تقویت حکومت مرکزی ایران حرف بی راهی نیست.

انتشار این همه توهین و هجو علیه یک قوم نمی تواند بی غرض و بی هدف باشد و دست کم باید باند و جریانی با هدف سیاسی و یا امنیتی مسئول آن باشند و اینکه اعضای این باند چه کسانی هستند و هدفشان چیست وظیفه دستگاه های امنیتی کشور باشند و برای این جریان باید چاره اندیشی کرد.

یک ضرب المثل قدیمی است که میگوید « تفرقه بینداز و حکومت کن». دشمنان ایران همواره سعی نموده اند که بین اقوام مختلف در ایران تفرقه ایجاد کنند تا نگذارند که ملت متحد شده و

## ادامه مطلب مشترکات مولوی... از صفحه ۳۳

تالیف ویکتور هوگو مشهور است. این نکته را باید ذکر نمود که لامارتین با آنکه به نمایندگی مجلس فرانسه رسید و کاندیدای رئیس جمهوری فرانسه شد و در مقابل ناپلئون شکست خورد، پایان زندگی را با تهیدستی و کناره گیری گذراند.

فلاسفه بزرگ انسان دوست که راه و روش زندگی بهتر را یادآور می شوند، بی بهره از کلام مولوی نبوده اند.

کلام مولانا جلال الدین در عین توجه به خدا، عشق و به حقیقت، کلامی انسان ساز، مشوق مهربانی، مبارز با جهل و خرافات و خودخواهی است. **زینب راور**

## مناجاتی از مولانا

**ای در میان جانم و جان از تو بی خبر  
از تو جهان پر است و جهان از تو بی خبر  
چون بی برد به تو دل و جانم که جمله تو  
در جان و در دلی و دل و جان از تو بی خبر  
نقش تو در خیال و خیال از تو بی نصیب  
نام تو در زبان و زبان از تو بی خبر  
از تو خبر به نام و نشان است خلق را  
و آنکه همه به نام و نشان از تو بی خبر**

## غزلی از مولوی

**حیلت رها کن عاشقا دیوانه شو دیوانه شو  
و اندر دل آتش در آ پروانه شو پروانه شو  
هم خویش را بیگانه کن، هم خانه را ویران کن  
آنکه بیا با عاشقان همخانه شو همخانه شو  
رو سینه را چون سیم ها، شو از غبار کینه ها  
آنکه شراب عشق را پیمانه شو پیمانه شو  
باید که جمله جان شو تا لایق جانان شوی  
گر تو سوی مستان شوی مستانه شو مستانه شو  
گر چهره بنماید صنم پر شو از او چون آینه  
وز زلف بگشاید ز هم، رو شانه شو رو شانه شو**

**باید آزادی را همراه عدالت انتخاب کرد. یکی بدون دیگری بی معناست. اگر کسی نان شما را بگیرد آزادی شما را هم گرفته است و اگر کسی آزادی شما را برپایه مطمئن بنشیند که که نان شما نیز در معرض تهدید است آبرو کامو**

مکان می کند. در آخرین شهر دیدم که همشهریان در میدان در مقابل هم می جنگیدند. همانطور که من نگاهم را ادامه دادم یک فرشته درخشان را دیدم که بر بالای ابرویش تاجی از نور بود که در آن لغت اتحاد حک شده بود و پرچم آمریکا را بین ملت تقسیم شده جایگزین کرد و گفت: "به خاطر بسپار ما برادر هستیم". بلافاصله اهالی شهر اسلحه شان راه انداختند و بار دیگر با هم دوست شدند و در اطراف استانداری ملی متحد شدند. **لورام راور**

(۱) Vision بصیرت - بینایی باطنی  
(۲) Anthony Sherman  
(۳) Wesley Bradshaw

## ادامه مطلب به نام هستی... از صفحه ۳۳

تکرار کردم، اما هیچ جوابی از ملاقات کننده اسرار آمیز دریافت نکردم، به جز درخشش تدریجی چشمانش. در این وقت احساس عجیبی در مورد پخش شدن حواس در خود کردم. من باید بلند می شدم ولی نگاه خیره او تصمیم گیری را مشکل می ساخت. یک بار دیگر تلاش کردم که مشخصات او را ببرسم ولی زبانم بی مصرف شده بود، گویی فلج بود. یک تأثیر قوی، جدید و اسرارآمیز و غیرقابل مقاومت بر من چیره شده بود. تمام آنچه می توانستم انجام دهم این بود که استوار و خیره به ملاقات کننده ناشناس چشم بدوزم. به نظر می رسید که فضای اطراف به تدریج روشن و با حواس پرمی شود و ملاقات کننده اسرارآمیز بیشتر خودنمایی می کرد. من احساس کسی را داشتم که در حال مرگ است یا زوال احساس را تجربه می کند. نمی توانستم برای این حالت دلیل بیاورم، حرکت نمی کردم، همه اینها غیر ممکن بود، من فقط از نگاه خیره و ثابت میهمان ناخوانده رنج می بردم. در همان حال صدایی شنیدم که می گفت: "فرزند جمهوری بنگر و بیاموز" وقتی ملاقات کننده من، آرنجش را به طرف راست حرکت داد، بخاری سنگین سفید را در فاصله ای می دیدم که یکی پس از دیگری بر می خاست. می دیدم که به تدریج پراکنده شدند. منظره ای عجیب بود. در مقابل من در یک دشت وسیع تمام کشورهای دنیا، اروپا، آسیا، آمریکا و آفریقا گسترده شدند. من امواج آتلانتیک را در حال چرخش و بالا آمدن بین اروپا و آمریکا دیدم و بین آسیا و آمریکا پاسفیک قرار داشت. صدای اسرارآمیز قبلی گفت: "فرزند جمهوری بنگر و بیاموز". در آن لحظه من یک جسم سایه مانند و تاریک مثل یک فرشته دیدم که ایستاده بود و یا بیشتر در فضای بین اروپا و آمریکا شناور بود. مقداری آب اقیانوس را در فضای خالی دستانش برداشت. مقداری روی آمریکا با دست راستش ریخت و در همان زمان مقداری هم با دست چپ روی اروپا پاشید. بلافاصله ابری از این کشورها برخاست و به اقیانوس میانه متصل شد. برای لحظه ای متوقف شد و بعد به آرامی به طرف غرب حرکت کرد تا وقتی که آمریکا در چین های تاریک خودش گرفت. از درخشش روشنایی در تاریکی شب، من غرش و فریادهای خفه شده مردم آمریکا را شنیدم. بار دوم فرشته آب را از اقیانوس برداشت و آن را مانند قبل بیرون

چشم انسان وجود شیشه بسیار شفاف را در مقابل خود احساس نمی کند، یعنی اگر جسم مادی با تغییرات در وضعیت مولکولی شفاف شود از دید ما غایب است و ما قادر به رویت آن نیستیم، حال اگر یک فرد قدرتمند با تسلط بر اجزاء وجودی خود نوسانات و ارتعاشات وجودی خود را تغییر دهد، تغییر در ارتعاشات سبب تغییر در ساختار مولکولی بدن او می شود و از دید ما ناپدید می گردد. اضافه بر این مطلب دیگری تحت

عنوان «Teleportation» یا دور جابجایی وجود دارد که انتقال اشیاء از مکانی به مکان دیگر را میسر می سازد که بعداً در مورد آنها به تفصیل سخن خواهیم گفت. اگر امکان وقوع چنین مسائلی وجود داشته باشد، مسلماً از طریق دانش پیشرفته بشر نیز امکان وقوع پیدا می کند هر چند که دانشمندان در جنگ جهانی دوم نتوانستند ناوچه جنگی و خدمه آن را که به انرژی تبدیل کرده بودند به وضع عادی برگردانند، اما با پیشرفت علم این امکان همچنان وجود دارد.

## یک واقعه تاریخی

در طول روزه های تاریک انقلاب آمریکا، جرج واشنگتن توسط یک مشاهده کننده آینده یک ملت بزرگ، ترغیب شد. این داستان توسط آنتونی شرممان<sup>(۱)</sup> زمانیکه توسط ژنرال واشنگتن به وی گفته شد، گزارش شده است. این داستان به صورت منشاء دار سالها بعد توسط وسلی براد شاول<sup>(۲)</sup> منتشر شد و هر زمان بازنویسی شده است.

شرمان گزارش می کند: یک روز زمستانی سرد بود، با آسمان بدون ابر و آفتاب درخشان در سال ۱۷۷۷. ژنرال واشنگتن تمام بعد از ظهر را تنها در منزلش در سربازخانه مانده بود. وقتی که از منزل خارج شد، رنگ پریده و لرزان به نظر می رسید. پس از صحبت های مقدماتی به نظر می رسید برای گفتن چیزی که در ذهنش بود، احساس اجبار می کند.

«من نمی دانم آیا این مربوط به اغتشاش مغز من است یا چیزی دیگر. ولی بعد از ظهر وقتی که من کنار میز در حال آماده کردن مخابره یک پیام نشسته بودم، چیزی مرا ناراحت کرد. وقتی نگاه کردم زن زیبایی را که روبروی من ایستاده بود دیدم. بسیار تعجب کردم به طوری که به خود دستور می دادم که پریشان و ناراحت نباشم و این حالت قبل از آن بود تا جویای دلیل وجود کردم. برای بار دوم سوم و حتی پنجم سوالم را

## ادامه مطلب از درگوشی ها... از صفحه ۲۲

نیز شامل حال می گردد ولی جاه و مقام شوهر اثری در احوالات همسر نخواهد داشت. پولش چرا. بسیار وسیله ظاهر سازی و خود آرائی در عین حال وزارت و ریاست و جلوس در صدر برای عیال بلاثر. چرا که کوچکترین نشانه نشو و نمای فرهنگی و تربیتی و اخلاقی همسر طرف نخواهد داشت. رعایت موقعیت واجب و البته وظیفه ای خانوادگی ولی تفاخر و تفرعن در راستای جلوه بلند پروازی مرد دخالتی در خلقیات زن ندارد و نباید داشته باشد. همچنانکه معتقد نام فامیلی زن نباید تابع اسم و رسم شوهر گردد. هرچه باشد آدمیزاد زنده با نام مشخصی شناخته زندگی می کند و چه سالمتر که با همان نام و نشان از دنیا برود، خصوصا که امکان دارد نام آقا بالاسر دو سه بار تغییر نماید.

بیماران سالمند را حتی الامکان کاهش دهند. خوشبختانه با روش های جدید تکنولوژی می توان اثرات جانبی بسیاری داروها را پیش بینی کرد و با روش های الکترونیک گزارش پزشکی، بیماران را منظم کرد تا ساده تر بتوان آنها را بررسی کرده و نتیجه مطلوب تر گرفت. پدیده Polypharmacy چندین سال است که مورد توجه مسئولین پزشکی و دارویی قرار داشته و به علت کهولت سن بیماران، مشکلات فراوانی ایجاد کرده است، ولی امروزه نسبت به ۴۰ یا ۵۰ سال پیش بسیاری از مشکلات آن حل شده و بیشتر مورد اعتماد بیماران و پزشکان می باشد. در مورد بیماران مسن و سالمند که توانائی مالی و هزینه پرداخت در خانه سالمندان همراه با پرستاران را ندارند و باید در منزل خود سکونت کنند، روش های سیار کمک دارویی و پزشکی به صورت سرپائی وجود دارد که به محل های گوناگون رفته و با گرفتن فشار خون، آزمایش خون و بررسی بیماران با هزینه کم کمک شایانی به آنها می کنند و یا اینکه کلینیک هایی در داروخانه ها برپا شده است که بیماران را مورد بررسی قرار داده و کمک های لازم را با هزینه های کمتر انجام می دهند. همین طور در محله های گوناگون Pri-mary Care Clinic برپا شده است که بیماران سرپائی را مورد آزمایش قرار می دهند که بتوانند سلامتی خود را حفظ کنند.

در سالیان گذشته شاهد و ناظر بوده ایم و عجالتا دوره هفتمین را تماشاگریم، البته بدون تردید واقعیت های نمایشی در موقعیت های دنیای مسخره امروز. ما تغییر را تحمل و پرداختن به ظواهر عامه فریب اجتناب ناپذیر.

بوده ایم و دیده ایم. چند سال اخیر چنان اوج گرفت، حیرت آور، ضمنا توأم با کبر و غرور در بازده تلافی کینه قرون، دیگران تجاوز چشمگیری ارائه ندادند ولی آخرین بار طرف انگار نویرش را آورده بود. گرچه پذیرفتند و چه بسیار مفتون محاسن ظاهری و باطنی و کمالات فوق دیپلم خانم خانمهای کاخ ابیض در نقش طاووس عیلمین!! گرچه شخصا بر این باورم که شان و شوکت پدر مطلقا برای فرزند و چه امتیازی قابل قبول به حساب می آید. جنبه منفی این خصیصه

در این مورد باید به آنها توجه کافی کرد. بطور کلی در مورد این مسئله مهم باید به سه نکته توجه شود تا بتوان به بیماران مسن کمک بیشتری کرد بلکه آنها بیماریهای خود را کنترل کرده و در حالت سلامتی زندگی کنند و در ضمن هزینه های پزشکی و دارویی را نیز کاهش داد.

❖ دادن اطلاعات صحیح و کامل به بیماران در مورد داروهای آنها و اثرات جانبی و تداخل دارویی و اهمیت مصرف به موقع آنها.

❖ دستورالعمل صحیح برای مصرف به موقع داروها و گزارش هر اثر غیرعادی در نتیجه استفاده از دارو به پرستار و پزشک خود تا آن را مورد بررسی قرار داده تا دارو را حذف کرده و یا با داروی دیگری جانشین کنند.

❖ نظم و ترتیب در نگهداری داروها، در محل مناسب، تا اشتباه داروی دیگری را بجای داروی اصلی استفاده نکنند. بسیاری از داروهای OTC نظیر ویتامین ها، داروهای گیاهی و مواد معدنی نظیر کلسیم و منیزیم می توانند با بسیاری از داروها تداخل کرده و اثرات آنها را کم و یا زیاد کنند. مثلا عصاره میوه گریپ فروت Grape-fruit می تواند غلظت بعضی داروهای ضدکلیستروول و ضدفشار خون را بالا و پائین برده که می تواند خطرناک باشد. امروزه به وسیله بسیاری از مراکز پزشکی و قانونی به پزشکان توصیه شده است که میزان داروها در

## ادامه مطلب مشقی تازه... از صفحه ۱۹

شدند، انسان چگونه بوجود آمد، قبیله ای چگونه نجات یافت، خدایان چه کردند و قهرمانان چگونه جنگیدند، این افسانه ها هرچند امروز ابتدایی به نظر می رسند، اما هدف هایی بسیار جدی داشته اند. آنها بخشی از کلام مقدس قبیله بوده اند. اکنون از آنجا که ما دیگر جهان را همانند قصه گویان نخستین نمی بینیم بسیاری از افسانه ها، اسطوره ها و بطور کلی فولکور آنان برای ما ساده لوحانه، و غریب می نماید. اما به تدریج که نوگرایی سراسر زندگی ما را در بر می گیرد دانش گذشته را با حسرت می نگریم و احساس از دست دادن اشیای مالوف ما را دچار اندوه می کند. اکنون که داستان آن کاربردهای روزگاران دیرین را ندارد، این پرسش پیش می آید که خواندن داستان چه حاصلی دارد. داستان گویی به عنوان قالبی هندی پدیده ای نسبتا جدید است و حتی داستان جدیدی که براساس اسطوره های کهن نوشته شده ارزشی به کلی متفاوت دارد. حال آنکه انگیزه هایی که نویسنده جدید را به نوشتن می خواند از انگیزه های گذشته ای که قصه گویان نخستین را به قصه گویی وامیداشت متفاوت نیستند.

## زهره پلنگی باشد

بازرگانی زنی زیبا روی بنام زهره داشت. روزی بازرگان عزم سفر کرد بر تن زن لباسی سفید پوشاند و کاسه ای پر از رنگ نیل به غلام خود داد و گفت: «هر وقت زن مرتکب کاری ناشایست یا خیانتی شد بدون آنکه بفهمد یک انگشت را با نیل رنگی کن و بر لباس او بزن تا وقتی آمدم بدانم چقدر کار ناشایست انجام داده است!» و بعد به سفر رفت. پس از مدتی بازرگان به غلام نامه نوشت که:

## کاری نکنند زهره که ننگی باشد

بر جامه او ز نیل رنگی باشد و غلام هم در جواب نوشت:

## گر ز آمدن خواجه درنگی باشد

چون باز آید زهره پلنگی باشد

در همان سال ها روزنامه روزانه دیگری هم متولد گردید که نام آن خلاصه الحوادث بود و بیشتر به اخبار خارجی می پرداخت. این روزنامه بعدها یک صفحه خود را به زبان فرانسوی اختصاص داد.

## حمید مصدق

او در سال ۱۳۱۸ در شهرضا از شهرهای پیرامون اصفهان به دنیا آمد. آموزش های دبستانی و دبیرستانی خود را در شهرضا و اصفهان به پایان رساند. در سال ۱۳۲۸ به تهران آمد و رشته بازرگانی موسسه علوم اداری و بازرگانی را به پایان برد. سپس در دانشگاه به کار پرداخت و ضمن کار به تحصیل خود ادامه داد و از دانشکده حقوق دانشگاه تهران موفق به دریافت درجه لیسانس شد. وی تا سال ۱۳۴۸ در موسسه تحقیقات اقتصادی به عنوان محقق کار می کرد. سپس به عنوان استادیار در مدرسه عالی کرمان و اصفهان و دانشگاه آزاد تهران به کار مشغول شد. حمید مصدق در سال ۱۳۵۰ به عضویت هیات علمی دانشگاه درآمد و در سال ۱۳۵۷ به کار وکالت روی آورد. در سال ۱۳۵۴ سفری به انگلستان داشت. وی در سال ۱۳۵۱ ازدواج کرد و ثمره آن دو فرزند به نام های ترانه و غزل می باشد. حمید مصدق در هشتم آذرماه ۱۳۷۷ بر اثر بیماری قلبی در تهران در گذشت.

## قصه بگو

عبارت قصه بگو به قدمت زبان در جهان است. نیاکان نخستین ما در تلاش برای زنده ماندن، ترس ها و عقاید خود را به قالب قصه می ریختند و بدین ترتیب سدی جادویی در برابر سختی ها می ساختند. این قصه ها از آتش این قبیله به آتش قبیله دیگر سفر می کرد، از دریاها می گذشت و به نسل های بعد سپرده می شد و خروج آرام انسان ها را از حالات حیوانی نخستین ثبت می کرد. فرهنگ های نخستین همه افسانه ها و اسطوره ها خود را دارند. اینکه اشیاء چگونه آغاز

## ادامه مطلب تازه های پزشکی... از صفحه ۲۵

متعدد هستند و بایستی بیماران را متوجه کرد که هنگام خارج شدن از تخت خود به زمین نخورند که دچار شکستگی استخوان شوند. بخصوص داروهایی که روی سیستم اعصاب اثر می گذارند.

❖ بعضی داروها اشتها را در این بیماران از بین می برند و به همین دلیل افراد مسن تغذیه کافی نخواهند داشت که انرژی و توان خود را از دست می دهند و

❖ با بالا رفتن سن، افراد دچار کم هوشی و فراموشی شده و اغلب مصرف داروهای خود را فراموش می کنند. امروزه روش های گوناگونی ارائه شده است که به افراد بیمار کمک کنند. مصرف (Pill Box) ها که می توانند از نظر زمانی برنامه ریزی شوند به بیماران کمک بسیار کرده اند تا داروی خود را به موقع و صحیح مصرف کنند. ❖ اغلب داروها دارای اثرات جانبی

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

## ادامه مطلب بیست و هشتمین کنفرانس... از صفحه ۳۴

زنان در میدان های جنگ را با دیدگاه های برابری طلبی و رهایی انسان ها و در نتیجه رهایی زنان در مغایرت می بینند. افسانه بهشتی زاده کارشناس روزنامه نگاری و از تلاشگران کمپین های اعتراضی در حوزه زنان کرد دیگر سخنران این میزگرد از ایران بود که در مورد نقش و موقعیت زنان در دوران نظامی گری و جنگ با تأمل بر جنبش زنان در روزاوا پرداخت. به نظر وی زنان روزاوا تا قبل از دهه ۸۰ حس میهن پرستی برایشان قویتر از آزادی و برابری زنانه بود اما بعد از دهه ۸۰ در صدد بوجود آوردن جریان مستقل خود شده اند. افسانه بهشتی زاده اگرچه به نکات مثبت مبارزه زنان در روزاوا پرداخت اما نبود دیدی فوا جنسیتی و محدود ماندن در تقسیم های زنانه - مردانه و به رسمیت نشناختن تراجنسی ها را کاستی آن دانست و از آن زاویه آنرا مترقی نخواند. برنامه با شعر خوانی شیدا محمدی شاعر، نویسنده و محقق که از سال ۲۰۱۵ شاعر میهمان جردن سنتر - دپارتمان فارسی دانشگاه یوسی ارواین کالیفرنیا است، ادامه و با ارزیابی کنفرانس به پایان رسید.

هائی که دارای آب و رنگ بودند از شهر نو بیرون زدند و با چهره ای که اصلا معلوم نبود فاحشه هستند در کافه رستوران های پایتخت به شکار مشتری می پرداختند و قرارهای ملاقات در قصر یخ، بولینگ عبود، رستوران های مشهور و کافه های زیرزمینی می گذاشتند. شهر نو از زمان قاجاریه بنام دروازه قزوین یا (دروازه)، مشهور بود ولی دیوارکشی نشده بود اما در زمان نخست وزیری زنده یاد سپهبد زاهدی به علت شکایت مردم محل دو سه تا خیابان را بستند و فقط یک ورودی و خروجی برایش گذاشتند و حرف آخر درباره شهر نو اینکه شایع بود که یکی از دختران احمد شاه پس از عزل احمد شاه در تهران ماند و بالاخره سر از شهر نو در آورد. و اما فاحشه هایی که تلفنی کار نمی کردند و در خیابان می ایستادند معمولا طرز لباس پوشیدن و آرایش آنها با زن های دیگر فرق می کرد. بعضی ها با آرایش بسیار غلیظ، برخی با پوشیدن مینی ژوپ و یا هر دو در کنار خیابان برای جلب مشتری می ایستادند. پانوق اینگونه زن ها بیشتر در خیابان آریامهر، تخت طاوس و میدان ونک و تپه سیخی بود. و مشکل بزرگ این بود که اگر زنی خانواده دار و غیر معروفه در اینگونه گذرگاه ها می ایستاد، مشکلات بزرگی آفریده می شد و کار به زد و خورد و چاقوکشی و دخالت مأموران ژاندارمری و شهربانی می کشید. **ادامه در ماه آگوسته**

برنامه هنری شب شامل دو کنسرت استثنایی از کیمیا قربانی و گروه مانوشان بود. کیمیا که هم اکنون در رشته موسیقی در شهر بولونیا مشغول به تحصیل است از نسل جوان بعد از انقلاب است و اولین خواننده خیابانی در ایران. گروه مانوشان را آیدا نصرت خواننده و نوازنده ویلون و بابک امیر مبشر گیتاریست تشکیل می دهند که هر دو آهنگساز و تنظیم کننده هستند و در پاریس زندگی می کنند. هر دو برنامه با استقبال بی نظیری روبرو شد. برنامه روز یکشنبه با میزگرد در مورد زنان و نظامی گری شروع شد. عصمت صوفیه فعال حقوق زنان و مدرس در دانشگاه کالج نروژ سیری بر نظامی گری زنان و موقعیت آنها در جنبش های اخیر خاورمیانه، تفاوت ها و اشتراکات آنها پرداخت. وی گفت که شواهد تاریخی نشان می دهد که برخلاف آنچه تصور می شود طبیعت زنانه نرم و مغایر با خشونت نیست و اینها مفروضات و نظریه های مبتنی بر ذات گرایی جنسیتی است. وی اشاره کرد که گروهی از فمینیست ها از آنجا که اساس جنگ را زیر سؤال می برند هر نوع حضور

بود و در شهر خانه هائی وجود داشت که اصلا به فاحشه خانه نمی مانست، اما بود و در واقع فاحشه خانه های مدرن بودند. بیشتر این فاحشه خانه ها در شمال شهر در کلاس های بالا وجود داشتند و البته پس از مدتی کلانتری محل می فهمید که یا با آنها کنار می آمد یا فاحشه خانه را می بست. این خانه ها در خیابان فرح شمالی در امیرآباد و در خیابان جمشید آباد و در جاده کرج مشغول کار بودند. گاهی کلانتری ها پس از بستن فاحشه خانه پرونده را برای تحقیقات بیشتر به اداره آگاهی می فرستادند. گاهی هم مأموران اداره آگاهی به وجود فاحشه خانه ها پی می بردند که به کلانتری اطلاع می دادند و اقدامات قانونی به عمل می آمد. همچنین پس از پولدار شدن ایرانی ها گروهی از مافیاهای تایلندی به تهران آمدند و در کنار فاحشه خانه قمارخانه نیز به راه انداختند و پولدارهای شهر به خصوص بازاری ها را که یک شبه میلیونر شده بودند شکار می کردند. گروهی از هموطنان ما نیز برای اینکه از قافله عقب نمانند دست به این کار زدند و شهر تبدیل شده بود به همه کارهای غیرقانونی و در واقع مملکت از کنترل خارج شده بود و هر کس به فکر این بود که از این نمد برای خود کلاهی بسازد و جیبش را پر کند. یکی دیگر از نتایج پولدار شدن مردم ایران این بود که کم کم فاحشه

شیره کش خانه یک منزل معمولی بود که چند اطاق داشت و یکی دو اطاق را برای تریاک کشی یا شیره کشی اختصاص می دادند. معمولا پشت در شیرکش خانه یک «بپا» در را باز و بسته می کرد. گاهی هم سر کوچه نیز یک بپا می ایستاد تا اگر چهره غریبه ای وارد کوچه می شد به نوعی علامت می داد و بلافاصله وسائل شیره کشی یا تریاک کشی را جمع می کردند و وقتی مأموران وارد می شدند وسائل شیره کشی وجود نداشت، جز بوی تریاک و شیره و اطاق گرم! اما گاهی اتفاق می افتاد که کسانی که آنقدر پول نداشتند که به گرداننده شیره کش خانه بپردازند با مبلغ کمی که به صاحبخانه می پرداختند روی پشت بام شیره کش خانه می رفتند و بخصوص در زمستان پتوئی به روی سر می انداختند و از سوراخی که هوای شیره کشخانه را به بیرون می فرستاد نفس می کشیدند. و این داستان را من نمی دانستم تا اینکه یکی از افسران آگاهی که برای دستگیری سارقی می خواست از روی پشت بام شیره کشخانه ای به خانه دیگری برود می بیند چند نفر پتوئی را به سر کشیده و پاهایشان بیرون است. او خیال می کند که این ها مثل کبک که سر را توی برف فرو می برد و خیال می کند کسی او را نمی بیند خود را در زیر پتو مخفی کرده اند اما وقتی پتورا از سر آن چند نفر می کشد می بیند مثنی مفلوک و خمار سر را نزدیک سوراخ برده و از هوای شیره کشخانه استفاده می کنند و این کار از نظر معتمدان نام خاصی هم دارد که من فراموش کرده ام و خلاصه اینکه اگر قیمت هر (بست) تریاک یا شیره پنج تومان بوده برای پشت بامی ها تمام شب ۲ تومان بوده است. و اما از سال پنجاه و سه که کشور پولدار شد و حتی در لیفه تنبان ولگردها اسکناس های هزار تومانی کشف می شد و در مدرسه ها بچه ها با قوطی های شیر فوتبال بازی می کردند، دولت از بنگلادش دکتر وارد می کرد که بسیاری از آنها دکترهای دروغین بودند و این را من از یک پزشک ایرانی شنیدم که در یکی از شهرستان ها (شاید آمل) یک نفر در تظاهرات تیر به شکمش خورده بود و دست روی دلش گذاشته و ناله می کرد، دکتر بنگلادشی به او مسهل خوراند و باعث مرگش شده بود. همچنین کلفت از فیلیپین و رفاصه از کشورهای عربی (بخصوص مصر) و فاحشه از تایلند وارد کرده بودند و شهر نو رقیب پیدا کرده

در بعضی از این خانه ها چراغ شیره هم برقرار بود. شیره را از سوخته هائی که از توی وافور که بر اثر کشیدن تریاک پر شده بود در می آوردند و می پختند یعنی با قدری آب میگذاشتند روی چراغ پریموس یا والر و بعد که شیره می جوشید آنرا در ظرف دیگری می ریختند بطوریکه ته سوخته توی ظرف اول می ماند و بدرد نمی خورد اما شیره را در ظرف دوم آنقدر می جوشاندند که آیش بخار می شد و گاهی هم از صافی های پارچه ای بسیار نازک رد می کردند و بعد آنرا با (نگاری) می کشیدند. شیره مثل تریاک نیست که روی وافور با گرم کردن و بعد ذغال خوب جیز و جیز بکند و کشیده شود. شیره را باید به روی نگاری که شبیه وافور اما قدری بزرگتر و بلندتر از آن است دم سوراخ نگاری می چسبانند و بعد یک وسیله فلزی به نام سیخ را گرم می کردند و نگاری را نزدیک (چراغ شیره) که معمولا از یک فیتله پنبه ای که با روغن مخصوصی می سوخت می چسبانند و شخص دیگری که ساقی نام داشت کنار او دراز می کشید و آتش فیتله را به شیره نزدیک می کرد و با سیخ بهم میزد تا شیره می سوخت و دود از داخل سوراخ نگاری و از راه لوله وارد گلوی شخص شیره ای شده و طرف کیفور و نشئه می شد. در اطراف سبزووار و تربت حیدریه و در دهات، شیره کش خانه هائی بود و من یکی دو تا از آنها را دیده بودم، اگرچه نو جوانی هفده هجده ساله بودم اما بعضی از این ها همسایه های ما بودند. به هر حال در شهرنو و اطرافش که اعتیاد بیداد میکرد. مرفین بود ولی چون با آمپول سروکار داشت کمتر در آن طرف ها پیدا می شد. اما هروئین را روی کاغذ زر ورق میریختند و آتش فندک را زیر آن می گرفتند و با یک نی از راه بینی دودش را بالا می کشیدند. کوکائین چون از خارج می آمد بیشتر در بزم بزرگان و پولداران مصرف میشد و بعضی از هنرپیشه های سینما گردی شده بودند که بیشتر این گرفتاری ها از بزم های شبانه و عیاشی های هنرمندانه بوجود میآمد. قرص هائی هم بود که وقتی یک هروئینی پولش تمام میشد به آن قرص ها که روانگردان نام داشت پناه می برد و بعد هم در گوشه ای تلپ می شد (می افتاد) و سیگاری را روشن می کرد و آنقدر بی حال بود که بجای اینکه سیگار را به لبش برساند سعی می کرد لبش را به سیگار برساند و بالاخره توی یکی از کوچه پس کوچه های شهر می افتاد و می مرد.



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

## ادامه مطلب راهنمایی در امور کسب... از صفحه ۱۴

علی دائی از کی روش و تیم ملی تمجید می کند و آقای قلعه نوعی که از تبریز دل کند و به اصفهان رفت تا تیم ذوب آهن را هدایت کند، دو دستیار پرتهالی، هم کشوری آقای کی روش را به خدمت گرفته است و در اولین روز تمرین ذوب آهن در کنار آنها برای تیم ذوب آهن دعای فرج خواند.

نقل و انتقالات در لیگ ایران بیداد می کند. سال آینده سال جام جهانی است و اغلب آنها که سرشان به نشان می آرد راهی اروپا شده اند تا در لیست جام جهانی جایی داشته باشند. چرا که آقای کی روش معتقد است، در ایران کسی تمرین دادن نمی داند و او بازیکنان را تشویق می کند که در ازای گرفتن پول کمتر به اروپا بروند. کسی اعتراض نمی کند. من مطمئن هستم برای هیچ کس تردیدی نیست که ورزش یک باور علمی است، متأسفانه ورزش ما با همه تحصیل کرده های ریز و درشت علمی اش که علم شان کاذب و مدارکشان هم زینتی است و اغلب برتری های کاذب شان به آن جا کشیده شد که باشگاه های ورزشی ما به باشگاه های بی ریشه و بی سازمان تبدیل شده اند، بی تردید مشکل کنونی باشگاه های ما دولتی بودن آنهاست. آنها به پشتوانه تزریق پول های کلان دولتی رنگ و بوئی گرفته بودند. سرازیر شدن بازیکنان درجه دو و سه خارجی در آن فوتبال، امروز درد سر ساز شده است. آنها در فدراسیون جهانی فوتبال به دنبال حق و حقوق نگرفته خود هستند و این بحران مالی گریبان گیر اغلب باشگاه هاست، این مشکل هر روز و روز به روز بیشتر دارد خودش را نشان می دهد.

اغلب باشگاه ها در ایران وابسته به سازمان های دولتی و کارخانه ها هستند و حتی پرسپولیس و استقلال، دو تیم پرتماشاگر، در سطح آسیا در دل سازمان تربیت بدنی برای گروگان گیری وزارت ورزش جا سازی شده اند، و اغلب به علت نالایق بودن مدیران دولتی که همه شان می دانند چند صباحی در رأس این باشگاه ها خواهند بود، هرگز دارای سازمان و تشکیلاتی نیستند و ورشکستگی مالی و ارقام نجومی بدهی گریبان گیر آنهاست و اغلب آنها در انتظار واریز شدن پول به هر طریقی از طرف دولت و یا کارخانه متبوعه هستند.

گردباد مالی و اقتصادی زمان تغییرات را نزدیک تر می کند. آقای دائی مربی تیم نفت تهران می گوید که او از جیبش هزینه می کند و شاید بزودی شاهد باشیم که بازیکنان طلبکار در مقابل ساختمان مرکزی وزارت نفت به تحسن دست

زندان. بازیکنان محکوم به پرداخت مالیات برای پول های نگرفته هستند. فراموش نکنیم که در رأس بیشتر این باشگاه ها سردارهای به جنگ نرفته ای هستند که هنوز مشخص نشده است چگونه در قلمرو ورزش راه یافته اند؟

این شکم کننده های پرمدها در هیچ سازمان دیگری مثل ورزش عکس شان در روزنامه چاپ نمی شد و حرفی برای گفتن نداشتند. به طور مثال به باشگاهی چون استیل آدین نگاه کنید. آقای هدایتی مالک باشگاه تروتمند است. آیا آقای هدایتی پولش را آورده است تا به قدرت برسد؟ درد آقای هدایتی این است که با پرداختن پول بسیار و کمک های مالی مثلا به تیم محبوبش، پرسپولیس، مردم او را نمی پذیرند. چرا باید نگران بدهی باشگاه باشیم؟ حداقل به دو دلیل در جامعه ای که ورزشکاران با این درآمد زندگی می کنند و پول و کمبود آن به شکلی غیرقابل تصور پراهمیت می شود. اگر ثروت تنها این برتری را داشت که خرید خانه و ماشین های لوکس را امکان پذیر می کرد، نابرابری های اجتماعی قابل تحمل تر از شرایط کنونی است. از آنجا که پول داشتن دسترسی به آموزش، بهداشت، نفوذ سیاسی و محیطی امن را شامل می شود، زندگی برای کسانی که پولی در اختیار ندارند سخت تر و حتی غیرقابل تحمل می شود. به تیم های انتهایی جدولی یا سقوط کرده ها به لیگ پائین تر نگاه کنید. زندگی زهر نابرابری را برای آنها مسموم کننده تر می کند. بطور مثال آیا ما در تبریز به سه تیم نیاز داریم؟! بهتر نیست همه قوایمان را برای بهتر کردن یک تیم بکار گیریم یا در مشهد ما با همین ناسامانی روبرو هستیم. در حالیکه در لیگ کنونی ما قادر نیستیم همه ایران را پوشش دهیم. شمالی ها، مازندرانی ها، شیرازی ها، کرمانی ها، کرمانشاه، همدان، سیستان و بلوچستان و بوشهر سهمی ندارند. آنگاه ما در اهواز سه تیم درجه دوم و سوم داریم. چه کسی به تیم های، صبا باتری، پیکان، نفت تهران و گسترش فولاد تبریز، ... توجه می کند! در صورتی که یک تیم پر قدرت از شیراز، رشت و یا ساری و بندر انزلی جمعیت را به ورزشگاه ها روانه خواهد کرد و مؤلّد ثروت برای باشگاه هائی خواهد شد که حتی نمی تواند حق پخش تلویزیونی خود را از تلویزیون بگیرند. در هیچ کدام از این باشگاه ها یک اقتصاددان وجود ندارد. مگر این باشگاه ها چه چیزی

## Multi-side Platforms Market

توجه داشته باشیم که زمانی که مدل شما بر اساس این رویکرد تدوین می شود؛ مشتریان اجاره کننده فضای شما، به همان اندازه مشتریان خریدار محصولات شما قابل تامل خواهند بود.

**بازار چند وجهی**

در این مدل، کسب و کار شما به چند بخش از مشتریان خدماتی متفاوت ارائه می کند که هر بخش از مشتری حمایت کننده بخش دیگر است. به عنوان مثال مجله ای که به صورت رایگان در اختیار خواننده قرار می گیرد نیازمند جذب آگهی دهنده گانی است که هزینه های چاپ و تولید مجله را پوشش دهند. همانگونه که در ابتدا گفته شد، شما هر کسب و کاری داشته باشید باید در یکی از تقسیم بندی های فوق به جستجوی مشتریان خود بپردازید و خدمات و محصولاتی را ارائه کنید که بهتر از دیگران برطرف کننده نیاز مشتریانی باشد که در آن تقسیم بندی قرار گرفته اند. توجه داشته باشید که تجربیات بر این

## ادامه مطلب درباره طفل... از صفحه ۷

با این همه نادرپور بر سلیقه خود در ساخت و صورت و زبان شعر مشیری پرده نمی کشد و آن: «اولوبیتی است که او برای سادگی و روانی و من برای استواری و زیبایی در سخن قائم، زیرا اگر مشیری سادگی و روانی را از اشعار ایرج و گلچین گیلانی آموخته باشد من استواری و زیبایی را از کلام خانلری و تولی میراث بردم...» [۵۲] با «وجود این هنگامی که فریدون مشیری سلاست طبعش را با استواری و زیبایی کلام در می آمیزد و به یمن دانش عروضی و مهارت فنی خویش شعرش را با قطع و وصل های مناسب اوزان و پایان بندی های استادانه مصارع می آراید مرا بر آن می دارد که شعرش را چون شخصیتش بستايم و او را با همه فروتنی یکی از نمایندگان ممتاز شعر امروز فارسی بشناسم.» [۵۳]

[۴۳] - پیشین، ص ۱۲۷  
[۴۴] - شفیع کدکنی خود در این باره توضیح می دهد: «طعن و طنزهای بی جایی که حدود نیم قرن پیش از این به نادر نادرپور و شعرهای او داشته ام یادگار همان جوانی ها و خامی هاست. امروزه او را یکی از ده شاعر نوبرداز از سراسر

فرق بیستم می شمارم. شاعری «بسیار فصیح» اما «نه چندان بلیغ» نادرپور از طعن و طنزهای من هم سخت آزاده بود و حدود یک ربع قرن بعد از نشر این یادداشت ها مطالبی درباره من نوشت که از شان او و هر هنرمندی به دور است.» حالات و مقامات م. امید، ۱۳۹۱، ص ۱۷  
[۴۵] - طفل صدساله، ص ۲۸۳  
[۴۶] - حالات و مقامات م. امید، ۱۳۹۰، اخوان، اراده معطوف به آزادی، ص ۲۱۴-۲۱۴  
[۴۷] - طفل صدساله، ص ۲۸۳  
[۴۸] - پیشین، ص ۲۸۵  
[۴۹] - پیشین، ص ۲۸۶-۲۸۷  
[۵۰] - پیشین، ص ۱۸۸  
[۵۱] - پیشین، ص ۲۷۱  
[۵۲] - پیشین، ص ۲۷۲  
[۵۳] - پیشین، ص ۲۷۴-۲۷۴  
[۵۴] - پیشین، ص ۲۷۴، ناگفته نماند که این نظر نادرپور درباره استاد پرویز ناتل خانلری نشان دهنده واقع بینی و انصاف اوست: «روزی که غبار اغراض سیاسی از گردآگرد نام خانلری فرونشیند او را به پاس مجموعه آثار و به حکم قابلیت هایی که در نوسازی تمام شئون فرهنگی و ادبی ایران معاصر نشان داده است در کنار ایرج و دهخدا و هدایت و نیا خواهیم دید» طفل صدساله، ص ۴۸

گوبید که شورای شهر اهواز سه میلیارد تومان به تیم فولاد و استقلال خوزستان کمک کرده است، چرا شورای شهر تبریز به ما کمک نکند، خدا آخر و عاقبت این فوتبال ورشکسته را هرچه زودتر مشخص کند.

**ادامه مطلب قالی بافی در... از صفحه ۱۴**

هندسی و مغایر طرح های بختیاری بافته و به بازارهای شهر کرد، اصفهان و حتی شیراز عرضه می کنند. تار و پود فرش ها از پشم و اندازه های آن از پستی تا فرش های ۸ متری متغییر است. بافت کناره هایی با ابعاد متوسط نیز در بین آنها رواج قابل توجهی دارد. رنگ های به کار رفته در فرش های این طایفه به طور معمول آبی روشن، آبی سرمه ای، قهوه ای، خاکستری، قرمز عنابی و سفید نخودی است. گاهی قالیچه های خود رنگ نیز توسط بافنده های یلمه بافته می شود. در بین طایفه دیگری از لرها به نام اولاد، که سرزمین های مجاور ایل یلمه محل زیست آنها است، قالی بافی در کیفیتی پایین تر از دست بافت های یلمه تا حدودی رواج دارد.

**ادامه مطلب پایان حکایت شیرین... از صفحه ۱۲**

**که جان با جان و تن با تن پیوست  
تن از دوری و جان از داوری رست  
زهی شیرین و شیرین مردن او  
زهی جان دادن و جان بردن او**  
پس بزرگان قوم چون بر این مطلب آگاهی یافتند:  
**دو صاحب تاج را هم تخت کردند  
در گنبد بر ایشان سخت کردند**  
و بدینسان داستان این دو دلداده به انجام رسید.

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

نمیداد وارد دفتر مهندس جعفرودی شود و این به دستور خود آقای جعفرودی بود. همه ما از این نظر حواسمان جمع بود. بهرحال دیر آمدن یا رفتن به محلی در خیلی موارد به موقعیت و شان همه می تواند صدمات ویرانگر بزند بطوری که چنین آدمی ناچار است از هر کس یا هر سو تیر ملامت را تحمل کند. چه این ملامت ها بر زبان آید چه در سکوت و اخم ها کار خودش را بکند.

**شکست بیش از موفقیت آموزنده است، زیرا شخص شکست خورده برخاستن را نیز آموخته است. راکفلر**

با کوچ های آرام و سود بخش پی در پی یا با تاخت های تند و زیان آور هر گاه و بیگاه آمده و با گذشت زمان در بوم و بر «رام و فرهیخته» شده اند. برای ما همه این فرهیختگان زاده و پرورده در ایران زمین، چه بومی، چه آریایی، چه یونانی، چه تازی، چه ترک، چه مغول و چه دیگر کسان «ایرانی زاده» هستند.

یکی از اختصاصات این طرح این است که حاشیه فرش فاقد نوار محافظ درونی است. اندازه ی دلخواه بافندگان این محل بیشتر در اطراف ذرع و نیم-سجاده و پرده دور می زند.

**قهفرخ**

روستای قهفرخ در نزدیکی شهر کرد وجه تسمیه خود را از کوهی که در دامنه آن واقع شده، (کوه رخ) گرفته است. در این روستا سالیان درازی است که فرش هایی اغلب در طرح خشتی و یا موزائیکی با حفظ تمام مشخصات قالی بافی چهارمحال بافته می شود.

**دست بافت های ایل یلمه و طایفه اولاد**

جنوب منطقه بختیاری محل اطراق و زیست طایفه ای از لرها به نام یلمه است که بافنده های آن فرش هایی در سبک

چون پیکر شاه را به خاک سپردند، شیرین اجازت خواست که دمی تنها با همسر بماند پس در گنبد به روی خلق بر بست و سوی مهد ملک شد دشنه در دست و پرده از روی او برگرفت و با همان آیین که دشنه بر جگرگاه ملک زده بودند او نیز دشنه را بر خویشتن زد و با خون گرم خویش آن خوابگاه را شست و

**پس آورد آنگهی شه را در آغوش  
لبش بر لب نهاد و دوش بر دوش**

در همین روند این مطلب را هم بخوانید. قبل از انقلاب مهندس جعفرودی استاد معروف دانشکده فنی دانشگاه تهران مدیر سندیکای شرکتهای ساختمانی بود. چون بعد از انقلاب مدتی با این سندیکا همکاری داشتم روزی مهندسی به من گفت که مهندس جعفرودی وقتی مدیر اینجا بود اگر در ساعت معینی با مهندسی یا هر شخص دیگری وعده دیدار داشت پنج دقیقه هم که دیر می آمد مستخدم سندیکا اجازه

گاهی اگر نکته ای تازه به دیده برسد، آن را اندکی به درازا گزارش خواهیم نمود. از این پس، هر گاه نام ایرانی را بیاوریم، خواستمان مردمان ایران زمین است که از آغاز رسیدن انسان به این مرز و بوم تا کنون «زاده و پرورده» این خاک پاک بوده اند و ما را کاری به آن نیست که از باز ماندگان نخستین بومیان هستند یا

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

رابطه در اوایل دفتر ششم چنین می گوید:  
**بو نگهدار و بپرهیز از زکام  
تن پیوش از باد و بود سرد عام  
تا نینداید مشامت از اثر  
ای هواشان از زمستان سردتر  
چون جمادند و فسرده تن شگرف  
می جهد انفاسشان از تل برف  
چون زمین زین برف در پوشد کفن  
تیغ خورشید حسام الدین بن  
هین بر آرز از شرق سیف الله را  
گرم کن، آن شرق این درگاه را  
ادامه دارد**

**ادامه مطلب ایران گهواره... از صفحه ۱۴**

شمارشان و شمار جانورانشان به اندازه ای افزود که زمین تنگ شد و چراگاه ها تهی. باز «به راهنمایی خداوند پروردگار» روی به جنوب نمودند و به سوی زمین های گرمتر و سبز تر سرازیر شدند، زمین هایی که امروز آسیای میانه شان می خوانیم. این بود دو نکته ای که یادداشت نمودیم؛ یکی زندگی از غار نشینی تا شهر نشینی، و دیگری داستان خواستگاه مردم آریایی در شمال قطبی، دامداری و سگ پروری، پناهگاه غاری در میان یخبندان و کوچ همگانی به سوی جنوب به پشته ایران زمین که هر دو را ایرانیان نیک به یاد داشته اند. سوم اینکه بر آب شدن گودی کلان میان ایران و عربستان و زیر آب رفتن آبادی های آنجا، داستان «توفان گیلگمش بابلی» و «کشتی نوح» را پدید آورده است. ناگفته نماند که بومیان چینی، ژاپنی و آمریکایی و دیگر مردمان دو سوی و در میان اقیانوس آرام و مردم هند نیز از این سیلاب تبهکار یاد بوهایی دارند. آنچه تا کنون گفتیم سر آغاز گفتارمان بود ولی خواست ما هرگز این نیست که تاریخ ایران را برای خوانندگان آگاه به درازا بازگو اندر باز گو کنیم بلکه یاد آوری هایی است از نقش ایران در پرورش فرهنگ و بس در این کار، جز نام و نشان برخی از نوشته های کهن و کتابهای نو، نه گواه پشت گواه از بهمان نوشته یا بیستار گفته می آوریم و نه سخن را به درازای خسته کننده می کشیم. همانا که این یادآوری ها نشانی ها است برای دانایان و هنر مندان. اگر هم چنین خواستی داشتیم، به آسانی نمی توانستیم آن را انجام دهیم زیرا بسی دور از میهن و زادگاه، نه دسترسی به گنجینه های نوشته و نگاشته داریم و نه یارای آن را داریم که به در این دانشگاه و در آن موزه را برزیم تا برای نوشتاری این چنین مایه و سرمایه فراهم سازیم. اما

انصافاً می توان گفت که مولانا به مقصود خود رسید و مقتضی رسالت عرفانی خود را به خوبی انجام داد، چرا که به وسیله مثنوی معنوی یادگاری جاودانی از خود باقی گذاشت که همچون آفتاب مشرق می تابد و نور و گرمی در سراسر آفاق می افشاند و هر کجا انسان های افسرده یخ زده، دل مرده و ره به عالم معنی نبرده ای یافت، آنها را به عالم روحانی می کشاند و از این باده می چشاند تا گرمی و حیات تازه به آنها بخشد یا به قول عطار، آتش در سوختگان عالم می زند. خودش در این

در این دو، در جایی که نشانی از پدر و مادری چون آدم و حوا و یا دو دیگری نداریم، سخن از نخستین سردار دسته غار نشینان پوستین پوش و گیاه خوار است که نخست از آشیانه پرندگان تخم بر می داشتند و سپس گوشت می چشیدند و به شکار جانوران می پرداختند. از سنگ هایی ابزار کار می ساختند یا شکار می کردند، از بر زدن سنگ آتش افروزی را آموختند. با آتش، فلز را از سنگ جدا می کردند و ابزارهایی بهتر و کار برتر می ساختند. از میان جانوران پیرامون، برخی را می پرورند و خانگی می کردند. دانه های خوردنی را می کاشتند. پوشاک سازی و پارچه بافی را آموختند. خانه ساختند و آبادی پدید آوردند. چه نشانی بهتر از پیشرفت انسان به زبان داستان کهن.

در اینجا، آنچنان که از اوستا بر می آید و بر آگاهی آنچه گفتیم، می افزاید، این است که بیرون از ایران زمین، در شمال مردمی بودند که خود را «آریا» به معنی نزاده و پاکزاد می خواندند. در آن سرزمین، ده ماه زمستان بود و تنها دو ماه تابستان، بیشتر پژوهشگران آن را جایی در سیبری کنونی می دانند. این مردم، گله دار بودند و ستوران و گوسفندان را، با یاری سگان پرورده، از چراگاه به چراگاه می بردند. ناگهان زمین به سردی گرایید و یخبندان آغازید. سرداری داشتند به نام و آوازه «جمشید خوب رمه» او به «راهنمایی خداوند پروردگار» همه مردمان و سگان، چارپایان و «آتش فروزان» را به غار کلانی که دارای روشنی و هوا و آب بود برد. آنان سال های سال در آن پناهگاه ماندند تا آنکه یخبندان رخت بر بست و رفت. در غار، آنان پابند یک گونه دستور بودند که هر جفتی می توانست در زمان چهل سال تنها یک فرزند بیاورد تا شمارشان نیفزاید و جای تنگ نگردد. اما همینکه بیرون آمدند

## ادامه مطلب ارزش زن در... از صفحه ۱۰۰

یکی از حواریون بسیار تند روی مسیح به نام «پال قدیس» درباره برتری کامل و بی چون و چرای مرد بر زن می گوید: «سر هر مردی مسیح است، سر زن مرد است، سر مسیح خداست.» این «قدیس» مشهور که از بزرگترین خشکه مقدسان مسیحیت است در مورد دلیل برتری کامل مرد بر زن چنین استدلال می کند که زن از مرد به وجود آمد نه مرد از زن، زن برای آسایش و به خاطر مرد آفریده شد نه مرد برای آسایش و به خاطر زن.

## پدیده «زن بیزاری» در مسیحیت

آموزش نفرت شدید از جنس زن و خودداری کامل از آمیزش با او پدیده ای است ویژه دین مسیح که می توان آن را «زن بیزاری» یا زن گریزی نامید. این پدیده زن ستیزانه از همان آغاز مسیحیت آغاز شد؛ با اوج گسترش و قدرت این دین به اوج شدت رسید و حالتی «بیمارگونه» به خود گرفت. آثار زشت و ناخوشایند آن هنوز هم در دنیای مسیحیت و به ویژه در کشورهای کاتولیک مذهب در آستانه قرن بیست و یکم وجود دارد.

برخی از نویسندگان کتاب های مسیحیت یا «انجیل های چهارگانه» به تولد مسیح حالتی غیرانسانی و آن جهانی دادند؛ مادر مسیح یا «مریم» را دختری باکره نامیدند و برخی از «پدران کلیسا» در مسیحیت تا آنجا پیش رفتند که گفتند مریم حتی پس از زاییدن مسیح هم چنان باکره باقی ماند. گرچه در ظاهر مریم را «مقدس» نامیدند اما در عمل او را حتی از مقام مادری خلع کردند. پسرش را «فرزند خدا» نامیدند؛ از پسران و دختران دیگر و یا از برادران و خواهران مسیح هرگز نامی به میان نیاوردند. او را به وسیله یا ابزاری که مسیح در تن او از سوی خدا پدید آمده تبدیل کردند. زایمان طبیعی- انسانی سایر زنان را کثیف، آلوده به چرک و خون و حیوانی به شمار آوردند و فقط مریم را از این «کثافتکاری ها» دور دانستند. در کتاب «سیمای زن» چنین نوشته شده است: «...گرچه پرستش مریم در اصل، انقلابی در محیط پدر سالارانه و نیز کوششی بوده است برای اعاده نقش حقیقی مادر به وی، اما کلیسای رسمی، زود دست به کار شد تا این امتیاز را از مریم پرستی سلب کند و عملاً به مرور کیش پرستش مریم را پوک و توخالی کرد،

شیطان را پرسیدند که کدام طایفه را دوست داری؟ گفت: دلان را.

گفتند: چرا؟ گفت: از بهر آنکه من به «سخن دروغ» از ایشان خرسند بودم، آنها «سوگند دروغ» نیز بدان افزودند!

## ادامه مطلب عشق، هوس... از صفحه ۳۷

عاقبت طاقت نیاورد. پیشخدمت رستوران را صدا زد. یک اسکناس پنجهاز لیری به پیشخدمت داد و گفت: این مال تو و یک اسکناس بیست هزار لیری هم داد و گفت خواهش میکنم با سرعت برو و یک دسته گل از گل فروشی روبرو بخر و به همراه یک بتری شامپاین، بیر و روی میز این دو جوان بگذار و بگو هدیه ایست از طرف یک پیرمرد عاشق، به تلافی احساس جوانی پرنشاطی که به او دادید.

وقتی گارسون، گل ها را در گلدان روی میز فریدون و نادزارینا گذاشت و در بتری شامپاین را با صدای شلیک اش باز کرد، توجه همه به سمت میز آن دو جلب شد و گارسون با صدای بلند، آنچه که پیرمرد گفته بود را اعلان کرد. با خطابه ای که گارسون بیان کرد، همه مشتریان رستوران، ولوله کنان قاشق و چنگال هایشان را بر روی میز گذاشتند و به پا خاستند و شروع به کف زدن کردند. این همه شور و هیجانی که در ظرف یکی دو دقیقه برپا شد، نادزارینا را عاشق تر کرد. برخاستند و در برابر همه، به نشانه سپاسگزاری خم و راست شدند. با چشم های مشتاق به دنبال آن عاشق پیر گشتند تا ببینندش. او را که در چشمانش اشک هیجان حلقه بسته بود در کنار میزی که به دیوار چسبیده بود شناختند. لبخندی مهربانانه و عاشقانه بر لب داشت. دست تکان داد و از جایش نیم خیز شد و در مقابل عشق تعظیم نمود. دو جوان عاشق، لبریز از عاطفه مهربانی ها به سمت میز پیرمرد رفتند تا از او سپاسگزاری ویژه کنند. پیرمرد به پهنای صورتش اشک میریخت و خود را غرق رویای شیرین دوران جوانیش میدید. برخاست و از شدت شادی از

دلم شور می زد. شب چند بار بیدار شدم، به صورت شوهرم نگاه کردم و دیدم در خواب است و خیالم راحت شد. همه با هم پرسیدیم: «بعد چی شد؟» سوسن گفت: «هیچی؛ سه ماه از آن تاریخ می گذرد و من هنوز هر ماه مشغول تعویض پودر خواب آور داخل کپسول تامازپام با آرد هستم و شوهرم با این کپسول آردی چه خواب راحتی می کنه. باورتان نمیشه که حتی سر مردان باهوش

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

هم می شود کلاه گذاشت.» همه ما نفس راحتی کشیدیم و به هوش سوسن آفرین گفتیم بخصوص که می دانستیم شوهر سوسن مرد بسیار باهوش و دانشمند و آگاهی است. برایش دست زدیم و هورا کشیدیم و برای هر دو آنها آرزوی سلامت کردیم. پس قبول بفرمایید که خانم ها هم همیشه یک پله جلوتر از آقایان هستند و کمی باهوش تر.

*Continued from Page 59*

**CBO: 22 million....**

Under the Senate's rules, the plan only needs to meet the House bill's savings, which were \$119 billion.

**Average premiums will eventually decline, but out-of-pocket costs would go up for many people**

The Senate's bill allows insurers to charge older people five times as much as younger people, gives states more flexibility to waive Obamacare's insurance regulations, and scales back the financial assistance people receive to buy private insurance. Lowering premiums is a priority for many Republicans, and the bill's supporters argue that these policies would help achieve that.

Average premiums would be about 20 percent lower under the GOP plan, compared to Obamacare, in 2026, CBO found. But that would be in part because the GOP's financial assistance is pegged to plans with higher out-of-pocket costs. Most Americans who buy insurance on the individual market would actually end up paying more for health care, even if their premiums went down.

*Continued from Page 60*

**A Minimalist's....**

It also helps you stay focused on pieces you want in your closet vs. getting distracted & wasting money on trendy items that don't work with your wardrobe.

My inspirations include Rebecca Minkoff (designer), Emmanuelle Alt (Editor-in-Chief for French Vogue) and Melanie Huynh (fashion stylist; a former French Vogue editor). They all look effortlessly chic and comfortable, wearing a neutral palette with streamlined cuts and some edgy rocker details.

**SHOPPING**

Once you are ready to add new pieces to your wardrobe, consider the following before purchasing. Does the cut/ color/ fabric work well with your existing clothes and with your lifestyle? Try to buy items that are multifunctional. Can you wear it for work, weekend and/

The loosening of state waivers created by Obamacare would also increase health care costs for many Americans, CBO found. The Senate bill allows states to roll back more of Obamacare's insurance regulations and makes it easier for states to get the waivers.

**15 million fewer people**

**would be enrolled in Medicaid**

The Senate bill eventually ends Obamacare's generous federal funding for Medicaid expansion, which covered millions of poor Americans, in 2024. It also overhauls the entire program's financing, placing a federal spending cap on the program for the first time. CBO estimates that, under the Republican plan, Medicaid spending would be cut by \$772 billion by 2026, versus current law.

As a result, about 15 million fewer people would be enrolled in Medicaid in 2026 — including about 10 million people currently eligible for the program. The other 5 million are people who would have enrolled had Obamacare remained the law of their land and if their state eventually expanded Medicaid or maybe a date?

**MAINTAINING A CAPSULE WARDROBE**

In order to maintain a minimalist wardrobe, I regularly review my closet to see if items are faded, need to be repaired, don't fit, or look tired. If it's something that I find I am just not reaching for, I will consider selling or donating that piece. Making sure that items are put back in it's proper place (i.e. hung or neatly folded) after the laundry is clean is a good way to review your inventory. By reviewing your wardrobe regularly, you'll notice some of the pieces may be pushed to the back of the closet. You can pull those items out, look at them, and you are then more likely to wear them. This maximizes your dollar per wear on those forgotten pieces. You should love every item in your capsule wardrobe. Each piece should make you look and feel your best.

**Self Images**

If we observe the way we live from day to day, we find that much of our time is spent reinforcing fantasies of who we are and how we want others to see us. We are quiet involved with our self images. Watching these images, we can discern our characteristic ways of acting: the way we sit, the way we look, or the way we habitually talk. Our self images exerts a strong influence on our lives, for they provide definitions, however inaccurate, for who we are. If we were somehow to divest ourselves of them, we might feel uncertain of our identity. Consequently we allow these images to perpetuate themselves until our capacity for spontaneous action is greatly reduced. Even when a situation invites a new response, we may hesitate to make it, because the momentum of thoughts and emotion tends to draw us into one pattern of behavior. Thus, our sense of freedom is diminished. Hard and narrow, self images restrict our growth and deny us fulfillment and satisfaction. We attempt to feed our self images without ever being fully satisfied. As energy is directed to fulfilling expectations, they are left unsupported, out of touch with our inner nature. Eventually, this approach to experience leaves us with a little

more to show for our efforts than memories of the past and dreams of the future.

But are self images the only source of our dissatisfaction? Aren't there some real problems that are at least partially responsible for our discontent? Say, for example, we don't have a nice house, or a job, or enough money. Perhaps we are not liked by others, or not beautiful. It is appealing to attribute our difficulties to outside causes; nevertheless, if we look deeply, we can see that we are unhappy because we are allowing our self images to run our lives. Once we understand this, we can truly do something about our problems.

When you look at this image directly, it disperses, for it is empty, insubstantial. True, the feeling is there, but as soon you have lost interest in sustaining the image of yourself, in feeding it energy, its holding power dissolves.

Complete satisfaction in life is possible for all of us. But to realize this satisfaction we must choose a balanced approach to our experience. In every situation we have the choice of which way we would like to go. By choosing the side of LIGHT and FREEDOM we are assured of ever increasing fulfillment and purpose in life.



**Caroline Nasserri**  
Accident Lawyer

Pedestrians face a variety of dangers when navigating walkways and roadways. Given the fact that they have virtually no protection and because they are vulnerable, pedestrians often ex-

## CBO: 22 million fewer Americans would have insurance under Senate health care bill

Under the Senate Republican health care bill, **22 fewer million** Americans would have health insurance in 2026, compared with Obamacare, according to new estimates from the Congressional Budget Office.

As soon as next year, 15 million more Americans would be uninsured, the office found in its analysis of the latest Senate GOP plan. Senate leaders are hoping to press forward with a vote on the bill as soon as possible.

By eventually ending the generous federal funding for Obamacare's Medicaid expansion and overhauling the entire program's financing, the Senate bill would cut the program's spending by \$772 billion over 10 years, versus what would be expected under current law.

CBO's projections would represent an abrupt turn from the trends under Obamacare; the US uninsured rate had dropped below 11 percent in late 2016. The office has estimated that there are currently 26 million uninsured Americans; that would increase to 49 million by 2026 under the Senate Republican plan, according to CBO.

The Senate revamped the House GOP, incorporating more of

## Pedestrian Accident

### Protecting the Rights of Injured Pedestrians

perience devastating damages. Examples of the types of pedestrian accidents that commonly occur include:

- ◆ Accidents at crosswalks and intersections
- ◆ Accidents in parking lots
- ◆ Roadway departures (vehicles driving onto walkways)
- ◆ Construction accidents that injure nearby pedestrians
- ◆ Defective walkway conditions that cause slip and fall accidents

Whatever the accident may involve, San Jose personal injury lawyer Caroline Nasserri works

toward proving that the incident was preventable and caused by another's negligence. Drivers, for example, have a duty to ensure that they keep others on roadways free from preventable harm. When they drive in a distracted manner or run red lights and strike a pedestrian, they fail to uphold this duty and can therefore be held responsible for causing damages.

### Compensation for Injured Pedestrians

As statistics reveal, traffic accidents involving pedestrians

report may not reflect the actual bill that senators will eventually vote on. The bill would reduce

have the highest rates of injuries, catastrophic injuries, and wrongful death. Victims and families who are forced to endure such difficulties often shoulder tremendous burdens. By focusing on proving the fault and liability of another driver or some entity or company, Attorney Nasserri can work toward securing full and fair compensation that covers:

- ◆ The costs of medical treatment and future medical expenses
- ◆ Lost wages and future income
- ◆ Pain, suffering, and mental anguish
- ◆ Emotional injuries

the federal deficit by \$321 billion over 10 years, according to CBO. **Continued on Page 58**

Obamacare's infrastructure while cutting Medicaid more deeply in later years. The House bill had been estimated to lead to 23 million fewer Americans having health insurance.

### Why the CBO's projection is so important

CBO represents the official analysis of the Senate's bill, though some Republicans have sought to cast doubt on its accuracy. Several swing votes in the Senate, such as Sen. Susan Collins (R-ME), have said they could not vote for a bill that would lead to tens of millions fewer Americans having health insurance. The new numbers from CBO could make them more skittish about supporting the Senate plan.

Its projections will also help determine what provisions can and cannot be included under the procedural rules Senate Republicans are using to pass a bill with only 50 votes. The bill is supposed to be limited to policies that directly affect federal spending or revenue; CBO's score helps make those determinations.

More changes could be made to the legislation, as Senate leadership presses ahead for a vote as soon as possible. So CBO



## کانون مهر

همه پرسى و نظر خواهى  
(بدون ذکر نام)

قابل توجه هموطنان عزیز ساکن مناطق پلزننت هیل / والنات کریک / پینتربورگ / مارتینز / کنگرد / سن رامن / دنویل / پلزننتن / ادالین / مِراگا / اربندا / الامو / و سایر مناطق در شعاع بیست تا سی مایلی

با سلامی سرشار از محبت از طرف کانون مهر، کانون مهر در سه سال اخیر در شمال کالیفرنیا در منطقه پلزننت هیل / والنات کریک، میعادگاهی برای ارشدان جامعه بوده است.

کانون مهر مؤسسه ای است غیر انتفاعی، غیر سیاسی، غیر مذهبی و بدون وابستگی به هیچ گروه و مرامی. هدف اصلی کانون مهر ایجاد مکانی صمیمی و شاد برای گردهمایی روزانه ارشدان عزیز میباشد. آن هدفی که کانون مهر در نظر دارد پاسخی به ایثار و زحماتی است که ارشدان عزیز متحمل شده‌اند.

اکنون پس از گذشت سه سال و اندی، برای گسترش، اجرا و رسیدن به اهداف اصلی، کانون مهر نیاز به کمک، مشارکت و نظرات شما عزیزان در این همه پرسى دارد.

لطفاً برای اطلاعات بیشتر با پیامگیر کانون مهر ۵۴۴۱-۳۳۸-۹۲۵ تماس بگیرید و شماره تماس خود را بگذارید. ما در اسرع وقت با شما تماس خواهیم گرفت.

چنانچه به کامپیوتر دسترسی دارید همین امروز به [www.kaanunmehr.org](http://www.kaanunmehr.org) مراجعه بفرمایید و پرسشنامه را روی سایت کامل کرده و دکمه «SUBMIT» را فشار دهید. اگر مایل به تماس از طریق ایمیل هم باشید، به آدرس [kaanunmehr@gmail.com](mailto:kaanunmehr@gmail.com) تماس بگیرید و ما فرم پرسشنامه را برایتان میفرستیم.

با عشق و به امید روزی که همه ایرانیان در سرنوشت یکدیگر نقش موثر داشته باشند.

منا زرین کلک مدیر مسئول و هیأت مدیره کانون مهر



*This is a featured post from the blog "M Is For Minimalist," a stylish guide to living a happy and simple life. For more articles like this one, visit [www.misforminimalist.com](http://www.misforminimalist.com) and subscribe to get the latest blog posts.*

## HOW TO BUILD A CAPSULE (OR MINIMALIST) WARDROBE

*Have you ever stood in front of your closet and felt like you have nothing to wear, even though your closet is filled with clothes? Me too.*

*A few years ago, I became really overwhelmed by the sheer amount of laundry, dry cleaning, clothes that didn't make me feel good about myself, and pieces that were hard to match. I sold, donated, or tossed over 150 items from my closet, and I have completely no regrets. Having a limited but mindful capsule wardrobe has saved me time, efficiency and money.*

*A capsule (or minimalist) wardrobe is based upon key investment pieces that work well with a limited amount of items in your wardrobe. The outfit combinations can take you from work to weekend events, based on your current lifestyle and body shape. It's about getting as much dollar per wear out of your clothing, restyling them in new ways and shopping more intently. In the end, you'll find that you're not buying necessary items and will end up saving money. With a minimalist wardrobe, I am able to mix and match color-coordinated clothing quickly without giving too much thought. No matter how tired I am when I get up, I know I can easily get dressed and feel confident that I look presentable. By keeping things streamlined, I am more motivated to maximize wearing each item. Because I love everything that I own, I feel like I have more incentive to keep it neatly organized.*



*This is my entire wardrobe for all four seasons. There aren't any other pieces of clothing in other bins, drawers or closets. This is it. I realize that if I see everything that I own, I will wear it more likely and won't waste money buying a similar piece*

*several months down the road.*

*The San Francisco Bay Area is a relatively mild climate, where the summers are rarely higher than 90 degrees and the winters don't drop below the mid 30s. However if I'm in a location where the weather is more extreme, I end up layering items that I already own.*

*Here are the steps I took on how to build my year-round minimalist wardrobe. This project may take a few hours to complete, so I would not suggest starting late at night. Otherwise, you might end up sleeping on top of your clothes before you have a chance to sort everything out.*

### KEEP OR LET GO

Start with a clean slate by emptying out your entire closet(s) and putting everything on the bed. Once you can visually see everything that you have, you can start sorting it into 3 groups.

### PILE #1 - LOVE

Put back all the items that you absolutely love into the closet. These

are the pieces that fit you well and give you a confidence boost. You know that you're going to be wearing this over and over again. I like to group things by category and by color. For instance, my closet order from left to right are: tank tops, short sleeves, long sleeves, skirts, pants, dresses, blazers, jackets and then coats. Each category (i.e. tank tops) are organized from light to dark. Finding things and getting dressed is now much easier.

### PILE #2 - TOSS / RECYCLE

Items that are worn out, torn, need mending, ill-fitting, and faded are put aside.

### PILE #3 - REMAINING ITEMS

Sell or donate items in good condition that no longer fit or are no longer appropriate for your lifestyle. But before doing so, go through each piece and analyze why you don't like it. This is a good way to learn from your mistakes so you don't waste your time and money the next time you see a similar item at the store.

### ANALYZE EACH PILE & CREATE A SHOPPING RULES LIST

After observing all of my piles, I was able to determine common brands, cuts, or fabrics that work best for me. I also reflected on my current lifestyle.

I'm 5'2" & slightly curvy. I do well with clothes that hug closer to my body in order to show off my figure. Loose fitting tops make me look top heavy and pregnant. In the past, I've actually been asked in more than one occasion if I was pregnant when I was wearing a flowy top. I was definitely NOT pregnant. Lesson learned - never again will I wear something of that could be mistaken for maternity-wear.

I've developed some "shopping rules" to stick to whenever I go shopping. I keep these notes in a Google Doc so I can access it anywhere I go. That way, I don't get distracted by all the pretty clothes at the store and avoid buying something that doesn't suit my needs.

### Example - My Shopping Rules List:

**Cut:** Lower neckline, sharply tailored jackets, narrow fit bottoms

**Fabric:** ♦Natural, breathable fabrics that are easy to launder and don't require ironing. ♦Knitwear tends to shrink over time, so I will no longer be purchasing when they become worn out.

**Color/ Patterns:** I like neutrals colors (i.e. black, white, navy, blush pink, olive, etc.) Patterns are kept to a minimum. I like small defined stripes.

### Brands that Make the Best Cuts for My Body Type:

**Tops:** I'm not as picky about specific brands for tops. High or low end is less of a concern. I don't find a specific brand of tops that fit me the best. But I do feel that Zara and Banana Republic make great basic tops with some special details.

**Bottom:** Zara, JBrand, Hudson, Joe's Jeans, Diane Von Furstenburg

**Dresses:** Diane Von Furstenburg, Rebecca Taylor

**Jackets/ Blazers:** Theory, Rebecca Minkoff, Zara

**Wish List:** (Items I'm looking to add/ replace in my wardrobe): Black blazer; workout tops

### FIND INSPIRATION

Look for a style icons that inspire you. Is there a celebrity, model, or friend who embodies the style you're trying to achieve? Collect images of them on Pinterest & Instagram, or YouTube video, and analyze what it is about them that makes you most attracted to their look. It may be the way they drape their coat over their shoulders, the way their t-shirt is tucked, or the length of their pant hits the top of their ankle. This will help you narrow down a pattern on what look you're trying to accomplish.

*Continued on Page 58*



آرش زاد - مانی حاتمی

مشکل کردیت دارید؟

(415) 814-5666

ZENITH FINANCIAL GROUP



به همراه مشاوره و آنالیز رایگان  
حذف اکانت های منفی و نادرست از قبیل:

Late Payment . Judgment . Charge off . Tax Lien  
Collection . Bankruptcy . Inquiries . Foreclosure



تخصصی ترین مرکز  
CREDIT REPAIR



**Caroline Nasserri**  
Attorney at Law

# کارولین ناصری

وکیل رسمی دادگاه های کالیفرنیا و فدرال

با بیش از ۲۸ سال تجربه

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

**1(800)525-6060**

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

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

**Tel: (408)298-1500**

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

**Fax: (408)278-0488**

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

**675 North First Street, San Jose, CA 95112**