

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





دفتر حقوقی میهن

Iranian Legal Services

Mihan Law Group

با همکاری کارشناسان حقوقی و وکلای دادگستری در ایران

با مدیریت آقای کاشی



خانم باقری

وکیل پایه یک دادگستری
کارشناس ارشد حقوق جزاء
Ms. Bagheri
Attorney at Law



امیر کیا

وکیل پایه یک دادگستری
در ایران و امور بین المللی
Amir Kia
International Lawyer



مایکل اپستین

Michael S. Epstein
وکیل مهاجرت
Immigration Attorney



ندا نهاوندی

وکیل دادگستری در ایران
فوق لیسانس حقوق از آمریکا
Neda Nahavandi / Attorney at Law
LLM of US Legal Studies

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

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

www.mihancompany.com
info@mihancompany.com

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

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 #260. San Jose, CA 95129



Robert A. Abedi J.D., Esq.
U.S. Immigration Attorney
abedi@lawabedi.com



علیرضا عابدی



وکیل متخصص مهاجرت آمریکا

دفاتر وکالت مهاجرت علیرضا عابدی و همکاران

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

- ♦ خدمات مهاجرت به آمریکا ♦ گرین کارت از طریق سرمایه گذاری ♦ گرین کارت از طریق کار
- ♦ گرین کارت مخصوص پژوهشگران ♦ گرین کارت مخصوص هنرمندان و ورزشکاران
- ♦ دفاع در دادگاه های اخراج (Deportation Defense)

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

♦ برای افراد با سرمایه ۵۰۰,۰۰۰ دلار، دانش پژوهان، خانواده هایی که دارای حرفه، مشاغل و تجربیات هستند و قصد مهاجرت به ایالات متحده آمریکا را دارند.

♦ مزایای اخذ گرین کارت برای تحصیل فرزندان: پس از اخذ گرین کارت، فرزندان دانشجوی شما از تسهیلات بهتری برای ادامه تحصیلات در دانشگاه های معتبر آمریکا برخوردار خواهند شد.

wwwEB3greencard.com

www.lawabedi.com ♦ www.iran2usa.com

Our Green Card & Consular Success Rate is 100%

425 Market street, Suite 2200

San Francisco, CA 94105

(415) 398-4504

Open realizing Offices in Las Vegas, Nevada, March
Offices also in Palo Alto, Mountain View & Irvine



دکتر پژمان بهکار / وکیل امور مهاجرت
Immigration Lawyer
Doctorate in Law with
emphasis in International Law
Licensed in Ninth Circuit Court Of Appeals

دفتر حقوقی مهاجرتی

آسان ویزا

انجام کلیه امور مهاجرت

Immigration Law Office of

Asan Visa

(408) 249-9898



ندا ناهوندی / وکیل دادگستری ایران
فوق لیسانس در قوانین آمریکا
Neda Nahavandi / Attorney at Law
LLM of US Legal Studies

- ♦ Green Card through Investment (EB5)
- ♦ Green Card through Family & Employment
- ♦ Tourist, Fiance & Student's Visa
- ♦ Investor Visa (E-2)
- ♦ Asylum, Deportation & Removal Defense
- ♦ Schengen visa

- ♦ 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 و دفاع در دادگاه های مهاجرت
- ♦ اخذ ویزای شینگن برای افراد مقیم ایران

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

یادداشت سردبیر

دریغ...!



من هیچ وقت آیهٔ یأس نبوده ام و حالا هم نیستم. شور و شوق و امید از وجودم زبانه می‌کشد. با وجود همهٔ مشکلات ریز و درشتی که همهٔ ما هر روز با آن دست و پنجه نرم می‌کنیم، باز نمی‌گذارم آخم بر چهره ام بیاید یا خَم به ابرویم بیفتد. در یکی دو سال گذشته که پایم بدجوری شکسته بود و دو سه باری عمل شده بود و ماه‌ها نمی‌توانستم با کفش معمولی راه بروم، باز نمی‌گذاشتم تبسم همیشگی از لبم دور شود.

دوستان و اطرافیانم مرا تقریباً در همه حال خوشحال و نسبت به زندگی و آینده خوشبین می‌بینند.

اما واقعیت آن است که انسانیم و موجودی حساس و نمی‌توانیم نسبت به آنچه در محیط و اطرافمان می‌گذرد بی تفاوت باشیم. از آهن و سیمان که نیستیم، گوشت و پوست هستیم بر روی ستونی از استخوان با مُشتی رگ و پی، و طبعاً به دیده‌ها و شنیده‌ها واکنش نشان می‌دهیم، آنهم امروزه که هر روز و ساعتش خبری و خبرهایی هست.

خیال می‌کردیم وقتی به این طرف آبه‌ها می‌آییم، دیگر از جهل و خرافه و قیل و قال و گروه بندی‌های دینی و قومی خبری نیست، دیگر کسی کاری به این ندارد که فلانی به مسجد می‌رود یا کلیسا یا هیچکدام. خیال می‌کردیم به قول سعدی گبر و ترسا و مسلمان همه بر سر یک خوان می‌نشینند. خیال می‌کردیم به جای آمده‌ایم که دیگر از جور و ستم و تبعیض خبری نیست، اما می‌بینیم که چنین نیست.

اشاره‌ام به انتخابات اخیر و نتیجهٔ شکست انگیز و تأسف آور آن است. ظریفی می‌گفت می‌دانیم در حکومت ولایت مطلقه، که رأی مردم جایی ندارد، نهادی به نام شورای نگهبان داوطلبان خدمت را غربال می‌کند و دستچینی را به عنوان نامزد در پیش رو می‌گذارد که این همان آش خاله است که می‌خواهی بخور، می‌خواهی نخور. همان ظریف می‌گفت یکپاش در انتخابات اینجا هم شورای نگهبانی بود و نمی‌گذاشت انتخابات بدین گونه "مردمی" شود.

سالهاست که زبانمان نمی‌گردد تا بگوییم "صد سال به این سال‌ها" و گاه آن را به شوخی می‌کشیم که "صد سال به از این سال‌ها". از شما چه پنهان، بر سر زبانمان آمده بود که بگوییم "سال به سال دریغ از پارسال"، ولی فکر کردم که من همان پُر شور و شوق پیشین هستم که نمی‌گذارم شعلهٔ امیدم، خاموش که نه، حتی سر سوزنی رنگ بیازد.

نوروزتان مبارک!
افلیا پرویزاد

تحويل سال نو خورشیدی ۱۳۹۶

ساعت ۳ و ۲۸ دقیقه و ۴۰ ثانیه دوشنبه صبح، ۲۰ مارس به وقت کالیفرنیا



آغاز سال نو را به هم می‌مان
میز تبریک می‌گوییم



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

شماره تلفن: ۸۶۲۴-۲۲۱-۴۰۸

شماره فکس: ۳۷۱۷-۶۹۳-۴۰۸

آدرس مکاتبه با نشریه پژواک:

PO BOX 9804,

SAN JOSE, CA 95157

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

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

صفحه ۱	تبلیغ
صفحه ۲	یادداشت سردبیر-فهرست مطالب
صفحه ۳	تبلیغ
صفحه ۴	گاتها با گذشت زمان (علی اکبر جعفری)
صفحه ۵	تبلیغ
صفحه ۶	خوان نوروزی (بهرام فره وشي)
صفحه ۷	درآمدی بر تجدید ادبی در ایران (ایرج پارسی نژاد)
صفحه ۸	یک سینه سخن (مسعود سپند)
صفحه ۹	با (هادی خرسندی)-داستان
صفحه ۱۰	فلسفه رهایی بخش (احمد ایرانی)
صفحه ۱۱	تبلیغ
صفحه ۱۲	شیرین در خسرو شیرین نظامی (هما گرامی فره وشي)
صفحه ۱۳	آگهی
صفحه ۱۴	ورزش از نگاه من (احمد طوسی)
صفحه ۱۵	خاطرات در گذر زمان (هوشمند عقیلی)
صفحه ۱۶	فیلم های ایرانی در سلیکان ولی (سعید شفا)
صفحه ۱۷	نوشخند، پوزخند (عترت گودرزی)
صفحه ۱۸	سیر و سفری در گلستان ادب پارسی (پرویز نظامی)
صفحه ۱۹	مشتی تازه در روزهای غربت (حسینعلی مکوندی)
صفحه ۲۰	یادداشتهای بی تاریخ (صدرالدین الهی)
صفحه ۲۱	ترمیم، تصحیح (آرین اقبالی)-اخبار
صفحه ۲۲	از درگوشی ها (پیرایه)
صفحه ۲۳	اخبار
صفحه ۲۴	گیله مرد (حسن رجب نژاد)
صفحه ۲۵	تازه های پزشکی (منوچهر سلجوقیان)
صفحه ۲۶	میان آب های رود بانکوک (محمد سعید حبشی)
صفحه ۲۷	سؤالات و پاسخ ها ... (آرش زاد)-فرمان های اجرایی... (علیرضا عابدی)
صفحه ۲۸	انرژی مثبت... (پریناز کدخدایان)
صفحه ۲۹	هیچوقت دیر نیست (آتوسا یکان)
صفحه ۳۰	آگهی
صفحه ۳۱	آگهی
صفحه ۳۲	ناک و انگور (بهرام گرامی)
صفحه ۳۳	روان شناسی و روان کاوی در... (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	محدودیت های... (سحر سلاجی)-کولک چال (علی هاشمی)
صفحه ۳۹	تبلیغ
صفحه ۴۰	شعر
صفحه ۴۱	قالی بافی در مناطق مختلف ایران (محمد جواد نصیری)
صفحه ۴۲	زندگی در حاشیه ای دور از دسترس (نعیمه دوستدار)
صفحه ۴۳	آشنایی با کاربرد اکتیو (فاناه هوشداران)- تا نظر شما...
صفحه ۴۴	از اینجا، از آنجا (کلنار)
صفحه ۴۵	اخبار
صفحه ۴۶	اخبار
صفحه ۴۷	اخبار-دنباله مطلب
صفحه ۴۸	حاجی آقا (صادق هدایت)
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	تبلیغ

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

سخن زرتشت می باشد و این جنبش تازه ای را به راه انداخت و آن گاتها شناسی بود. در نتیجه می بینیم که با پژوهش های خورشید جی رستم جی کاما است که گاتها باز بر جای والای خود برگشته است. کاوس جی ایدل جی کانگا "گاتها با معانی" را در ۱۸۸۴ به زبان گجراتی برگرداند.

در جایی که مردم ساده خود را با خرده اوستا سرگرم کرده بودند و می دانیم که هنوز هم می کنند، شماری از دانشمندان زرتشتی جنبش "بازگشت به گاتها" را آغاز کردند و آن راه پی بردن به دین بهی ناب را گشود. این جنبش کشمکش را در میان بازسازان و واپسگرایان پدید آورد که هنوز دنبال می شود.

یکی از ایرانیانی که به جنبش بازسازی پیوست، شادروان کیخسرو شاهرخ و دو تن از ایرانیان هند بودند. آنان جنبش را به ایران آوردند و در اینجا آن به آرامی گسترده شد و امروز زرتشتیان ایران همه گاتها را تنها پیام زرتشت می دانند و دیگر نوشته های اوستا و پهلوی، هر کدام جایی برای خود دارد.

باری این سه تن انگیزه آن شدند که شادروان استاد ابراهیم پورداود به هند برود و از استادان تازگی های اوستا را دریابد. او نخستین کسی است که گاتها را در ۱۹۳۷ به فارسی برگرداند و به چاپ رساند و با پژوهش های بی مانند خود، دیگر نوشته های اوستا را نیز در دسترس ایرانیان نهاد. جنبش گاتها شناسی چنین بوده که تا کنون بیش از ده برگردان به فارسی به چاپ رسیده است که یکی از آنها از این نویسنده به نام "ستوت یسن، گاتها سرودهای پاک زرتشت اسپنتمان و هفت هات و دیگر گفته های یاران" چاپ ۱۹۸۰، تهران می باشد. دنباله مطلب در صفحه ۵۶

و پندارهای گوناگون آسمان را گرفته بود، هنوز گاهان راه زنده ماندن دین بهی و زرتشتیان از لابلای این ابر می تابید.

بازخیز

آن بهره دانشمندان اروپایی شد که نام و نشان گاتها را بر خیزانند. می دانیم که توماس هاید - Thomas Hyde (۱۷۰۰) ترسای، و آنکتیل دو پرون - Anquetil du Perron (۱۷۷۱)، نخستین کسانی هستند که دل به دین زرتشتی دادند. جان ویلسن - John Wilson که خود پیام رسان دین ترسای بود، دنبال این افتاد که زرتشتیان هند را ترسا گرداند. او در سال ۱۸۸۳ در نوشته های خود به باور پارسیان تاخت و او تاخت خود را بر نوشته های دو پرون گذاشت. همین تاخت پارسیان را برانگیخت و چند تن دین خود را از روی نوشته های اروپایی بهتر شناختند. زمانی تازه آغاز شد و این خود برخی از پژوهشگران زرتشتی را دنبال روی اروپاییان کرد که این کار هنوز دنباله دارد. ولی این زمان تازه، پژوهشگران زرتشتی و دیگر را چنین پخته کار گردانیده که خود آنان برای خود جایگاهی بلند و پیشرو دارند.

در این میان، چاپخانه به هند رسید و خود این راهی آسان برای آشنایی بیشتر و گسترده تر گشوده شد. کتابچه هایی از نیایش های روزانه در دسترس مردم ساده گذاشته شد و آسانترین آنها خرده اوستا بود که دارای نمازهای روزانه است. تهمورس دینشاه انکلساریا خرده اوستای خود را در ۱۸۸۱ به چاپ رساند. کار خرده اوستا بجایی رسیده که بسیاری از زرتشتیان ساده آن را تا امروز کتاب دینی خود و از زرتشت گمان می کنند.

آن مارتن هاگ - Martin Haug، یک زبان شناس آلمانی بود که گفت که گاتها تنها

گاتها با گذشت زمان

بخش آخر

دکتر علی اکبر جعفری



گاتها از یاد می رود

روایات داستانی تازه دارند. واژه "گاه" و "گاهان" پهلوی و فارسی دیگرگون شده و در جایی که زمانی پنج گاه تنها برای گاتها خوانی بود، اکنون به "چم" "زمان" فهمیده می شود. همچنین واژه "گاتو" اوستا و فارسی باستان که به "چم" "جای" و "تخت" و "نشیمن" بود، نیز "گاه" شده. پس گاهان که پهلوی گاتها بود، اکنون به "چم" "تابوت" گردیده است. در روایات و فارسی زرتشتی، "یشت گاهان" به "چم" "نیایش در گذشته" است. پارسیان هند به زبان گجراتی خود آن را "گاه سارنا" یا "گاه سارنا" می گویند و آن همان "گاتها سرایی" است که برای در گذشته خوانده می شود.

یشت گاهان یا گاه سارنا، که به گفته هادخت نسک بایستی اشتود گاتها باشد، اکنون به اهنود گردیده و این تنها جایی است که یک موبد گاتها را بی آنکه با دیگر بخش های اوستا بیامیزد، میخواند و آنهم

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

Kamran Pourshams
Experienced Professional Realtor
Residential, Commercial,
Property Management



Proven Insights.
Proven Results.

DRE# 01066478

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

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

Experienced Agent in Short Sale
& Bank Owned Properties

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

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

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

419 E. Hamilton Ave., Campbell, CA 95008

Advantage in Learning LLC

تدریس خصوصی و گروهی
دروس ریاضی و فیزیک

تحت مدیریت ایمان لاله پرور - برای تمام سنین

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



Iman Laleparvar
MS Electrical Engineering
UCLA Graduate

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

Faculty member at West Valley College, Dep. of Engineering

(408)605-9493 www.advantageinlearning.com

مشکل کردیت دارید؟

ما به شما کمک می‌کنیم

BAD CREDIT? WE CAN HELP YOU

(415) 814-5666

به همراه مشاوره و آنالیز رایگان



مانی حاتمی آرش زاد

حل مشکلات کردیتی از قبیل

Late Payment . Judgment . Charge off . Tax Lien
Collection . Bankruptcy . Inquiries . Foreclosure
Repossession . Chexsystem



سبز آنها رنگ ملی و مذهبی ایرانیان بود و خان نوروزی را زینت می بخشید. اینان نماد امرداد امشاسهند بودند که بایستی در خوان نوروزی جای داشته باشند. مردم بر آن بودند که فروران نیاکان موجب بالیدن و سرزدن سبزه ها و دانه ها به هنگام بهار می شوند، از اینرو تمثیلی از این باروری برخوان نوروزی می نهادند. **آتشدان:** آتشدان که از آتش خاندان مایه می گرفت در همه آیین های مذهبی به کار میرفت و با همه وسایل سنتی و دینی آن در میان خوان نهاده می شد و دانه های مقدس اسپند و چوب های خشک خوشبو در کنار آن جای داشت. امروز نیز ظرفی از آتش و دانه های اسپند بر خوان نوروزی جای دارند.

ماهروی و برسم: از چیزهای مهمی که در خوان نوروزی جای داشت، ماهروی بود که همان برسمدان است و به مناسبت آنکه تیغه نگهدارنده برسم ها به شکل هلال ماه است از اینروی آن را ماهروی می نامیدند. شاخه هایی کوتاه از انار یا بید یا انجیر یا زیتون را به درازای سه بند می بریدند و آنها را به تعداد سه، هفت، دوازده یا بیست و یک بر سر خوان در ماهروی جای می دادند. برسم معمولاً در سر خوان غذا هم نهاده می شد و نماد برکت گیاهی بود و دسته ای از آنها را پیش از خوردن غذا به دست می گرفتند و آفرین می خواندند. در دوره ساسانیان برای اینکه خوان شاهان شکوه بیشتری داشته باشد این ترکه ها را از زر می ساختند و بر سفره می نهادند و آنها را زرین تره می نامیدند.

پرویز بهر خوانی زرین تره گستردی

کردی ز بساط زر زرین تره را بستان
رفته رفته برسم های فلزی به آیین های دینی نیز راه یافت و در آن ها به جای ترکه درختان، برسم های فلزی به کار می رود. **دنباله مطلب در صفحه ۵۳**

و نوع مرغی آن هنوز در ایران بهای زیاد دارد، بهره می گرفتند و این طرف ها را پر از نقل و قند و شکر و شیرینی می کردند و آنها را به عدد هفت امشا سپند که عبارتند از اردی بهشت، خرداد، امرداد، شهریور، بهمن، اسپندارمذ و خود اهورامزدا، بر سر خوانهای نوروزی می گذاشتند و از این رو خوان نوروزی بنام هفت سینی و یا هفت قاب نام گرفت و بعدها با حذف یاء نسبت به صورت هفت سین درآمد و هنوز در برخی از روستاها به صورت هفت سینی تلفظ می شود.

معمولاً بنام هریک از امشا سپندان، یک قاب منقش بزرگ «سینی» نهاده می شد و در قاب های دیگر چیزهای دیگر می نهادند و آنها را در پیرامون خوان می گذاشتند و چیزهایی که بر خوان نهاده میشد چنین بود:

سبزه نودمیده: سبزه ها را گاه به شمار هفت و گاه به شمار دوازده که شمار مقدس برج هاست پیش از نوروز در قاب های گرانبها سبز می کردند. در کاخ پادشاهان بیست روز پیش از نوروز دوازده ستون از خشت خام بر می آوردند و برهیک یکی از غلات را می کاشتند و خوب روئیدن هریک از آنها را به فال نیک می گرفتند و بر آن بودند که آن دانه در آن سال پر بار خواهد بود. معمولاً بر روی این ستون ها گندم، جو، برنج، لوبیا، عدس، ارزن، باقلا، نخود و کنبج می کاشتند و در روز ششم نوروز آنها را برمی چیدند و به نشان برکت و باروری در تالارها پخش می کردند.

خانواده ها معمولاً سه قاب از سبزه ها به نماد هومت (اندیشه نیک)، هوخت (گفتار نیک)، و هوورشت (کردار نیک)، برخوان می نهادند و معمولاً در کنار آنها گندم و جو و ارزن که مایه بزرگ خوراک مردم بود سبز می کردند تا موجب برکت و فراوانی این دانه ها در سال نو گردد. رنگ

خوان نوروزی

نقل از کتاب «جهان فروری»

اثر زنده یاد دکتر بهرام فره وشی



در آیین های باستانی ایران برای هر جشن یا مراسم مذهبی خوانی گسترده میشد که در آن علاوه بر آلات و اسباب نیایشی مانند آتشدان و ماهروی و برسم، فرآورده های فصل و خوراکی های گوناگون نیز بر خوان نهاده میشد زیرا خوردن خوراک مذهبی خود یکی از رسم های دینی بود و «میزد» نام داشت. این خوان را بر صفا ای بلندتر از زمین می چیدند و کسی که برای پخش کردن خوراکی ها گماشته شده بود، «میزدپان» نام داشت یعنی پاینده خوان فدیة. امروز «میزد» به صورت میز و «میزدپان» به صورت میزبان در زبان فارسی بجای مانده است.

چیدن اشیاء روی خوان ترتیب ویژه ای داشت و نماد اندیشی اعداد مقدس در آن رعایت می شد و کوشش می شد که خوان نوروزی که مربوط به مقدس ترین روز سال است هرچه بیشتر رنگین باشد.

معمولاً در این خوان های نوروزی، بهترین بافته ها را برای پوشش زیر خوان و

بهترین و نفیس ترین قاب ها و شمعدان ها و آتشدان ها را بکار می بردند، چنانکه امروز نیز در مراسم عروسی و سوگواری که از مراسم دینی است چنین می کنند. **هفت سین:** در روزگار ساسانیان قاب های زیبایی منقوش و گرانبهای از جنس کائولین از چین به ایران آورده می شد و یکی از کالاهای ارزشمند بازرگانی چین و ایران همین طرف های بود که بعدها به نام کشوری که از آن آمده بود، نام گذاری شد و بنام «چینی» و به گویشی دیگر به صورت سینی و به صورت معرب «صینی» در ایران رواج یافت.

در ایران برای تمایز بین طرف های مختلفی که از چین آورده می شد، آن که از فلز ساخته می شد بنام سینی و آن که از کائولین ساخته می شد بنام چینی رواج یافت.

باری در آیین های نوروزی برای چیدن خوان نوروزی از همین طرف های منقش بسیار نفیس که از چین آورده شده بود

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 Pourhasemi, 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 408-656-6565 or email niosha@niosha.com

مینوی، ذبیح الله صفا، محمدمعین، پرویز نائل خانلری، غلامحسین مصاحب، عباس زریاب خوبی و عبدالحسین زرین کوب هر یک در حوزه کار و تخصص خود میراث تجدد ادبی ایران را پر بار کردند. نکته مهمی که در بررسی تاریخی در مبحث جدال سنت با تجدد ادبی در خور یادآوری است، این است که حاصل تجدد خواهی نویسندگان و شاعران ایرانی را برانگیخت تا از «ارض ملکوت» و «عالم لاهوت» ادبیات کهن فارسی بگسلند و به عالم واقعیات مادی دنیای ناسوت روی آورند. نکته دیگر اینکه مبنای نظری ادبیات قدیم ایران فلسفه قدیم بود که مفهوم «فرد» از آن غایب بود. «شخصیت» های شعر گذشته فارسی نسبتی با «فرد» که «ذهنیت» او موضوع ادبیات جدید است ندارد. ادبیات جدید امکان پدیدار شدن «فرد» در دنیاست و نه «شخص» ادبیات قدیم که در دنیاست اما از آن بیگانه است. (۱۴)

گذشته از انواع نثر جدید فارسی که در این گفتار به آنها اشاره شد انواع تازه ای از مقاله و طنز و تحقیق ادبی نیز در آستانه تجدد ادبی ایران ظاهر شدند که پرداختن به هر یک از آنها نیازمند فرصت دیگری است. **دنباله مطلب در صفحه ۴۴**

و اما تفکر انتقادی از عوامل اصلی تجدد، نقد ادبی را در ایران پدید آورد. میرزا فتحعلی آخوندزاده نخستین بار با نوشتن مقاله قریبا در ۱۸۶۶/۱۲۸۳ در انتقادی بر قصیده سروش اصفهانی بنیان نقد ادبی جدید را گذاشت و در مقاله ها و نامه ها و آثار پراکنده اش مبانی نظری خود را بیان کرد. (۱۳)

در پی او میرزا آقاخان کرمانی در «ریحان بوستان افروز»، میرزا ملکم خان در «فرقه کنج بینان» (سیاحی گوید)، زین العابدین مراغه ای در سیاحتنامه ابراهیم بیک و میرزا عبدالرحیم طالبوف در آثار پراکنده اش نظریات انتقادی خود را در نقد شعر و ادبیات و زبان فارسی زمانه خود باز گفتند. پیشرو تصحیح انتقادی متون ادبی براساس مقابله نسخه های قدیم و معتبر و پرهیز از تصحیحات قیاسی محمد قزوینی است. در پی او محمدتقی بهار، رشید یاسمی، سعید نفیسی، عباس اقبال، جلال الدین همایی، بدیع الزمان فروزانفر و محمدعلی فروغی هر یک آثاری از متن های قدیم ادبیات و تاریخ و فرهنگ ایرانی را تصحیح و منتشر کردند. همچنان که احمد کسروی، فاطمه سیاح، صادق هدایت، احسان طبری، مجتبی

در آمدی بر تجدد ادبی در ایران

دکتر ایرج پارسی نژاد



متن سخنرانی در دانشگاه استنفورد

(سه شنبه ۲۵ اکتبر ۲۰۱۶)

قدیم در ادبیات فارسی که تابعی از نظام کلی آفرینش و در بیرون جهان بود، در نمایشنامه آخوندزاده در درون جهان حاضر است و شخص فعال و اجتماعی است و به دلیل فردیت و هویت خاص خود با اشخاص حکایات کهن فارسی تفاوتی ماهوی دارد. (۱۲)

در پی آخوندزاده و میرزا آقا تبریزی نمایشنامه نویسان ایران آثار نمایشی بسیار آفریدند که از جمله ایشان می توان حسن مقدم را با کمدی «جعفرخان از فرنگ آمده» و ذبیح بهروز را با «جیجکعلیشاه» از پیشروان این هنر دانست. پس از ایشان، در نسل بعدی، غلامحسین ساعدی، بهرام بیضایی و اکبر رادی بر آثار ادبیات نمایشی ایران افزودند.

آخوندزاده در یادداشتی که بر تمثیلات نوشت بنیانگذاری تصنیف کمدی را در میان ملت اسلام از آن خود می داند: «این نوع تصنیف غریب، که ظاهرش بامزه و خوشایند است و باطنش کلا متضمن موعظه و نصیحت، در میان ملت اسلام نبود. من بانی این کار شدم» (۱۱)

ادعای آخوندزاده درست است. تا زمان او در میان ملل اسلامی نمایشنامه تراژدی به صورت ناقص «تعزیه» وجود داشت، اما نمایشنامه «کمدی» به سبک اروپایی ابداع شخص اوست.

به این ترتیب آخوندزاده با نمایشنامه های خود نوع تازه ای در بیان مفاهیم جدید پیشنهاد کرد که در آن فرد انسانی به صورت «شخصیت» نمایش ظاهر می شود. این فرد برخلاف فرد

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

سال ها تجربه، قابل اعتماد و شناخته شده

(408)605-1138

moeharandi@yahoo.com

DRE#01183647 ♦ NMLS#332989



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

دکتر فتانه هوشداران

کایروپراکتر



Fataneh Hooshdaran, D.C.

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

www.chiropracticusaca.com

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

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



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

Serving: San Jose & Santa Clara

اکثر بیمه های درمانی پذیرفته می شود

(408)712-3788

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

(408)244-7677

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

درد بزرگ که روز به روز شدیدتر می شود پیدا شده که همه از همدیگر بدگوئی می کنند. حالا این سن حوزه خودمان دارد کم کم به چنین حالی دچار می شود و بنده هم شده ام سنگ صبور غیبت کنندگان و هر چه می خواهم بگویم برادر به من نگو، خواهر از من نپرس، اما انگار بنده لال خواهم بود و چیزی نخواهم به دیگری گفت.

بگذریم، خدا بیاورد آن کسی که کتاب خلق و خوی ما ایرانیان را نوشته. این قصه قدیمی را هم بد نیست یکبار دیگر بنویسم: مردی آرزو داشت که بز همسایه بمیرد. آنقدر دعا کرد و کرد تا شبی خدا به خوابش آمد و گفت یک بز چاق و چله برایت فرستادم. آن مرد سر خدا داد زد که من بز نمی خواهم، بز همسایه مرا بمیران- تو خود حکایت مفصل بخوان از این مجمل؟

سالها پیش من به لس آنجلس رفته بودم و در دفتر مجله ای نشسته بودم و گروهی نویسنده و شاعر نیز در جمع بودند. فقط به یادم هست هر کدام از حاضران که برای کاری بیرون می رفت، بلافاصله دیگران از او بدگوئی می کردند و حتی یکی از آنها بلند شد و ادای راه رفتن آن بیرون رفته را درآورد که حضار کلی خندیدند.

و پس از بازگشت آن که رفته بود بیرون- دیگری که از اطاق خارج میشد، دیگران به همراه همان تازه از توالت بازگشته شروع می کردند به بدگوئی از شخص بیرون رفته و مطمئن بودم که اگر من نیز بیرون می رفتم باوجودی که جز یک تن که مرا به آنجا برده بود، کسی مرا نمی شناخت، اما مطمئناً بالاخره در آن جمع کسی پیدا میشد که چیزی علیه من بگوید. این روزها و هر روزها در شمال کالیفرنیا این



یک سینه سخن

مسعود سپند

مکن از امروز و دیروز است و فردا هم چنین خواهد بود چرا که بقول حافظ:

آدمی در عالم خاکی نمی آید به دست عالمی دیگر بیاید ساخت و ز نو آدمی
و این بیت حافظ نشان می داده که دوران او هم اگر از دوران ما بدتر نبوده بهتر هم نبوده.

عرض شود که دلم نمی خواهد بنویسم اما مردمان پیش بینی شده فردوسی بزرگ هستیم ولی چه کنم که او حقیقت را گفته و باور واقعیت آن را به چشم خود می بینم چرا که عقل ما مردم بجای اینکه در سرمان باشد در گوش و چشمان است. نه خیال کنید که بنده تافته جدا بافته ای هستم- نه خود بنده هم از این قماش مردمم، اما فرق من با آنها این است که من به این حقیقت تلخ اعتراف می کنم اما در دور و بر ما کسانی هستند که هرگز و هرگز گمان نمی کنند که نمی دانند که نمی دانند.

**ز دهقان و از ترک و از تازیان
نزادی پدید آید اندر جهان
نه دهقان نه ترک و نه تازی بود
سخن ها به کردار بازی بود**

عجب پیش گوئی درستی کرده فردوسی. هزارسال پیش پنداری با چشم خود ایران امروز و مردم ایران را دیده. او هزار سال پیش پرهیب هم میهنان خود را دیده و شنیده که سخن ها را به کردار بازی کرده اند و اینک که خوب به دور و بر خود نگاه می کنیم می بینیم که سخن دیگر آن سخن نیست که بقول آن تاجیک که گفته بود سر بشکنند اما سخن نشکنند. حالا سخن را حتی بروی کاغذ می نویسند و در حقیقت به قول بیهقی قلم را می گریانند بازهم مردم زیر حرف و سخن خود می زنند و حتی نوشته خود را که دستینه کرده اند قبول ندارند. رندی می گفت این رویه از ۱۴۰۰ سال پیش در سرزمین ما برقرار شده و گمان

بیمارستان روانی

به هنگام بازدید از یک بیمارستان روانی، از روان پزشک پرسیدم: «شما چطور متوجه می شوید که یک بیمار روانی به بستری شدن در بیمارستان نیاز دارد یا نه؟»
روان پزشک گفت: «ما وان حمام را پر از آب می کنیم و یک قاشق چایخوری، یک فنجان و یک سطل جلوی بیمار می گذاریم و از او می خواهیم که وان را خالی کند.»
گفتم: «بله، متوجه شدم. آدم عادی باید سطل را بردارد چون بزرگ تر است.»
روان پزشک گفت: «نه! آدم عادی درپوش زیر آب وان را بر می دارد.» سپس پرسید: «آیا شما می خواهید تخت تان کنار پنجره باشد؟!»

رستوران فیمس کباب



غذای هر ملتی بخشی از فرهنگ آن مردم است.

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



کیتیرینگ کامل میهمانی و جشن های شما در سراسر شمال کالیفرنیا

رستوران فیمس کباب با افتخار از شما پذیرایی می کند.

(916)483-1700

www.famouskabob.com



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

تسلیت

سرکار خانم هایده رزقی،
ما را در اندوه بزرگ درگذشت پدر گرامی تان، قوام الدین رزقی، شریک بدانید.

دکتر صدرالدین الهی، عترت الهی، باران الهی، رضا امامی، قاسم بابائی، حسین جعفری، هادی خرسندی، دکتر صادق خزائلی، دکتر علی خجسته، دکتر محمود خجسته، ناصر صبوری، فریدون فرح اندوز، دکتر اکبر صدیف، دکتر کیان کاویانی، حسن شرفه، آرمان و سیفی شرقی، رضا معینی، علی میرفطروس، مسعود و دکتر مه جبین سپند



تسلیت

سرکار خانم هایده رزقی و خانواده های وابسته،
از خبر فوت پدر گرمیتان، شادروان «قوام الدین رزقی»، بسیار متأثر شدیم. برای آن مرحوم مغفرت و برای بازماندگان صبر آرزومندیم.

افلیا پرویزاد-پژواک



عمو نوروز و ننه سرما



نماد یک تغییر فصل است، در ایران باستان وقتی آهنگ هستی ضربان زندگی میگیرد نشانه آمدن عمو نوروز بوده است. اغلب ما این شخصیت را به طور دقیق می شناسیم ولی منابع و مصادیق درباره آن خیلی کم است. اگر ما بخواهیم داستان هایی که درباره عمو نوروز وجود دارد را بررسی کنیم می بینیم که با منابع بسیار کمی مواجه می شویم. عمو نوروز یکی از نمادهای نوروز است. داستان عمو نوروز، داستانی عاشقانه است. عمو نوروز منتظر زنی است و آنها میخواهند با هم ازدواج کنند.

شخصیت های عمو نوروز و ننه سرما در روایت های کهن و ادبیات شفاهی، نمادی از تغییر و تحول در طبیعت و احوال آدمیان است که طی آن، ننه سرما به عنوان نماد سکون و انجماد می رود و عمو نوروز به عنوان نماد رویش و تازگی از راه می رسد. ادبیات کهن فارسی مملو از نشانه ها و نمادهای آشنا در زمینه تغییر و تحول فصل ها و احوال آدمیان است که در قالب مثل ها، مثل ها و روایت های کوتاه و بلند سینه میان نسل های مختلف گشته و سر انجام شکل امروزی تر آن به نسل های کنونی رسیده است. به اعتقاد بسیاری از کارشناسان ادبیات، عمو نوروز نماد شخصیت ایرانی و نشانه آمدن بهار است، در مقابل عمو نوروز در روایات کهن ایرانی «ننه سرما» است. زمانی که ننه سرما، سرما را با خود می برد، عمو نوروز خبر آمدن بهار را می دهد و سپس «میر نوروزی» می آید. عمو نوروز در حکایات و مستندات تاریخی

ایرانی و وارث شیرینی طنزم
قدّم، عسلّم، نیشکرم، توت هراتم
جانا! همه شب فکر وطن بودم و افسوس
وقت سحر از غصه ندادند نجاتم!

ایرانی و اهل دل و کاشف الکل
من شاعر ابیات میان قطراتم
ایرانی و عاشق زیبایی انسان
دل داده ی مرد و زن شیرین حرکاتم

با هادی خرسندی



www.asgharagha.com
hadikhorsandi@aol.com

ژن ایرانی

ایرانی و شاه و خمینی ثمراتم
من عامل تکثیر ژن این حضراتم
انگار که آن شب که سرشتند گلم را
مانده می آنها ته پیمانه ی ذاتم
من مبدأ تاریخم و توضیح مسائل
من مایه ی پیدایش فرهنگ لغاتم
با هوشترین ملت منظومه ی شمس
من هستم و انگشت نما بین کراتم
که زاده ی خردادم و که مرده ی مرداد
مبنای شب و روز بود مرگ و حیاتم
که دایره -دنبک زن ایام سرورم
که گریه کن تعزیه ی شام وفاتم
که فاتح و پیروز و پر و فول و برنده
گاهی کت و سگمارس و کتک خورده و ماتم
که سنتی ام، شیرهی سوهان قه ام من
که شیک و مدرنم، شکلاتم، شکلاتم
که تا به فلک فاصله دارم ز خرافات
گاهی ببرد جت به هوا با صلواتم
که کافر و بی دینم و لائیک و سکولار
که غسل کنان در طلب خمس و زکاتم
ایرانی و مظهر تقریطم و افراط
که قطره چکانم به مثل، گاه قناتم
بخشم به طرف گاه سمرقند و بخارا
که فکر پس انداز نخ لای نباتم
استاد فنونم همه، جز فن تعادل
کشتی بدم، بی خبر از آکروباتم

کارم ز تعارف بکشد سوی تملق
پیدا نبود سرّ ضمیر از وجناتم
هم صاحب سهم گوگل و سیسکو و ای بی
هم یار فلسطین ز زمان عرفاتم
که سوی فضا میروم و شیرزنم من
که زائر شامات و گدای عتباتم
که از دل آتش گذرم همچو سیاوش
که فکر گذشتن ز بل نحس صراطم
تاریخ نوشته است که من دشمن خویشم
تقصیر خودم بوده تمام تلفاتم
خواهند اگر حکم قتالم بنویسند
من خود قلم و خود ورق و نیز دواتم
باری مگر آینده بسازم ز گذشته
اکنون که شده تجزیه تحلیل صفاتم
بینایم و ناظر به عبودیت کورم
آقایم و مقهور اقلیت لاتم
بیدارم و در فکر گروه هپروتم
هشیارم و دلواپس جمع هپراتم
هر بار به یک واقعه ای سوخت فیوزم
زیرا که بهم ریخته بود آمپر و واتم
من وارث وارونه ی دارائی خویشم
نفتم است که انداخته در این ظلماتم
از خاک وطن لاله دمیده ست فراوان
وقت است که گندم دمد از خاک فلاتم
آماده نباشم به دموکراسی کامل
یکذره دمو هستم و یکخرده کراتم
ایرانی و هیچ حقوق بشرم نیست
هر چند خودم مبتکر این کلماتم

ایمان کمیلی

مشاور املاک



Emon Komeily

آیا در سال جدید در فکر فروش و یا خرید خانه هستید؟

آیا به دنبال یک مشاور املاک هستید که با توجه به شرایط مارکت و با داشتن اطلاعات کامل در مورد خرید و فروش خانه و املاک و با پیگیری، پشتکار و توانایی حرفه ای و با مذاکرات لازم بتواند خانه شما را با بالاترین ارزش به فروش برساند و یا خانه مورد علاقه تان را با بهترین قیمت خریداری کند؟ لطفاً با من تماس حاصل فرمایید. مطمئن باشید با آگاهی کامل، شما را برای رسیدن به هدفتان یاری خواهم داد.

اکازیون

خانه ای نو سازو ریمادل در شهر «Alamo» با زیر بنای بیش از 4000 sqf و زمینی وسیع، بدون سرازیری، با 6 اتاق خواب و 5 دستشویی (آشپزخانه، اتاق نشیمن، دو اتاق خواب و دو دستشویی نو ساز) به قیمت 1,870,000 دلار برای فروش.

برای اطلاع بیشتر با من تماس بگیرید

Select The Right Realtor

(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

فلسفه رهایی بخش

دکتر احمد ایرانی

ویژگی های جامعه انسانی

ارزشمندترین هدف اندیشمندان جنبش اصالت انسان بنیادگذاری جامعه ای است که شایسته نام «جامعه انسانی» باشد. بنیاد چنین جامعه ای بر ستون های فلسفه انسانی، حکومت انسانی، اقتصاد انسانی و فرهنگ انسانی استوار خواهد بود. جامعه ای که بر اصول آزادی انسان، مختار بودن و مسئولیت هر فرد تکیه داشته باشد، جامعه ای است چند مرامی، چند حزبی، چند مذهبی و اگر لازم باشد چند زبانی. در چنین جامعه ای پرارزش ترین یا ارجمندترین اصل ناظر بر جامعه، همزیستی سیاسی، مدارای مذهبی، شکیبایی دینی و تحمل اندیشه های دیگران خواهد بود.

در جامعه انسانی تمامی انسان ها در برابر قانون برابرند و از حقوق مساوی برخوردار خواهند بود. برتری های نژادی، قومی، خانوادگی، موروثی، مذهبی و جنسی بر چیده خواهند شد. تمامی افراد جامعه و همه گروه های گوناگون از آزادی های فردی- اجتماعی برخوردار خواهند بود.

آزادی قلم، بیان و گرد هم آیی از جمله حقوق فردی-اجتماعی شناخته خواهد شد. حق بنیاد گذاری حزب، انجمن و اتحادیه های گوناگون سیاسی، فرهنگی، اجتماعی و مذهبی از حقوق بی چون و چرای مردم خواهد بود. مردم جامعه انسانی از دست زدن به هر گونه خشونت خودداری خواهند کرد. پدیده جنگ به شدت مورد نکوهش واقع خواهند شد و آگاهان جامعه با تمامی توان خود از بروز آن جلوگیری خواهند کرد. مجازات اعدام به دلیل غیر انسانی بودن لغو خواهد شد. در جامعه انسانی به دلیل آزادی بیان، زندانی سیاسی نمی تواند وجود داشته باشد. هیچ فردی را به عنوان «مجرم سیاسی» نمی توان بازداشت یا محاکمه کرد. شکنجه بدنی یا روانی بازداشت شدگان و زندانیان خلافکار غیرقانونی اعلام خواهد شد. از آنجا که «حق کار» در جامعه انسانی از حقوق فردی شناخته می شود و دولت مسئول ایجاد کار برای داوطلبان آن است پدیده بیکاری نمی تواند وجود داشته باشد. ریشه کنی پدیده

غیر انسانی بی کاری یکی از ویژگی های جامعه انسانی خواهد بود.

پدیده «فحشاء» یا خود فروشی زنان توهین بزرگی به اصالت انسان شمرده می شود و به همین دلیل در جامعه انسانی، با توجه به دلایل پیدایش این بیماری اجتماعی، ریشه کن خواهد شد. پدیده «تعدد زوجات» یا چند همسری از دیدگاه اندیشمندان اصالت انسان با اصول انکار ناپذیر برابری انسان ها برخورد شدید دارد و به همین دلیل تحمل ناپذیر اعلام خواهد شد. این پدیده که یادآور دوران بردگی و زبونی زن است ریشه کن خواهد شد.

اندیشمندان اومانیست و هواداران این جنبش برگسترش فرهنگ و آموزش و پرورش تأکید بسیار دارند. بنیادگذاری جامعه ای که بتوان نام شایسته «جامعه انسانی» را بر آن گذاشت بدون برخورداری تمامی مردم از فرهنگ و آموزش و پرورش خواب و خیالی بیش نخواهد بود.

از آنجا که بزرگترین هدف در فلسفه اصالت انسان در شادکامی و نیک بختی انسان خلاصه می شود زمانی به این هدف بزرگ می توان دست یافت که انسان فردی آگاه، آزاد، مختار و کارآمد باشد. دستگاه حکومت و نهادهای فرهنگی-آموزشی در جامعه انسانی موظفند «محیط مناسب» را برای

رشد چنین انسانی آماده کنند. در جامعه انسانی آموزش و پرورش توده های مردم، دست کم تا پایان دوره اول دبیرستان، رایگان و همگانی خواهد بود. آموزش بزرگسالان بی سواد و کم سواد نیز از وظایف دستگاه رسمی آموزش و پرورش کشور خواهد بود. دستگاه فرهنگ و سازمان آموزش و پرورش کشور برای دستیابی به هدف بنیادگذاری جامعه ای چند مرامی، چند حزبی، چند مذهبی و چند زبانی به تمام مردم جامعه و به ویژه دانش آموزان و دانشجویان در زمینه فلسفه های گوناگون، مرام ها یا «ایدئولوژی» های مختلف سیاسی، باورها و اصول دین و مذهب ها آموزش خواهند داد. انسان آگاه یا «باخبر» کسی است که اندیشه ها و افکار گوناگون با خبر باشد و با بهره مندی از اصل آزادی «بهترین ها را برگزیند».

اندیشمندان فلسفه انسانی گسترش علم و دانش را بین مردم یکی از ارجمندترین هدف های هر جامعه می دانند. انسان آگاه و با فرهنگ انسانی است که به روش علمی، منطقی علمی، تفکر علمی و جهان بینی علمی دست یافته باشد. چنین انسانی چون و چرا می کند، دیر باور است، برای پذیرش هر نظر یا عقیده ای دلیل و مدرک می خواهد و به قانون «علت و معلول» پی برده است.

دنباله مطلب در صفحه ۶

دفتر حقوقی آزاده وحیدی

وکیل رسمی دادگاه های کالیفرنیا و فدرال آمریکا

در لحظه نگرانی و اضطراب فقط شناخت یک وکیل کار آزموده و با تجربه است که به شما آرامش می بخشد

Vahidi Law Group (925) 469-9700

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

- ♦ Divorce, custody, Support, Spousal Abuse
- ♦ Annulment
- ♦ Business Litigation (Contract Partnership Dispute)
- ♦ Real Estate Litigation
- ♦ Immigration (Investment Visa)
- ♦ Criminal (DUI, TRO, Theft)
- ♦ Accident & Personal Injury
- ♦ Wrongful Death

- ♦ امور خانوادگی، ضرب و شتم
- ♦ باطل کردن ازدواج
- ♦ امور تجاری
- ♦ امور ملکی، محاکمات حقوقی
- ♦ امور مهاجرت (ویزای سرمایه گذاری)
- ♦ امور جنایی (دزدی، رانندگی در حالت مستی، دریافت حکم برای جلوگیری از تماس و ملاقات)
- ♦ تصادفات و صدمات بدنی

Serving All Bay Area Counties

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

vahidilaw@yahoo.com

555 Peters Ave., Suite 105, Pleasanton, CA 94566

Fax: (888) 219-2925



با بیش از ۲۰ سال سابقه

سازه های چوبی چوبک

Great Design is a Way of Life

با استفاده از چوب طبیعی روسی و استقبال مشتریان عزیز، نمایشگاه
مبلمان چوبک بهترین و شیک ترین مبلمان مدرن و سنتی را به منزل شما می آورد

*Using the natural beauty of proper wooden textile for indoor decoration keeps
it atmosphere blended with the spirit of nature in which **Choobak** is an expert.*



♦ کتابخانه ♦ میز ♦ سرویس خواب ♦ مبلمان ♦ تزئینی ♦ کنسول ♦ جا کفشی ♦ ویتترین

♦ Library ♦ Tables ♦ Bed Set ♦ Furniture ♦ Ornamental ♦ Console ♦ Shoe Cabinet ♦ Showcase

ارتباط صمیمانه با مشتریان، سرویس دهی متعهدانه و کسب اعتماد مشتری، عامل اصلی موفقیت ما بوده است

(408) 624-7637

لطفا از نمایشگاه ما دیدن کنید!

E-mail: choobak924@gmail.com ♦ Website: www.choobak.net

870 Saratoga Ave., Suite F310, San Jose, CA 95129

زمین ادب بوسید و چون خسرو آن زیبایی و دلایلی دید از جای برخاست و به ستایش او سخن ها گفت و خرگاه آراسته را سیاس گفت ولی سبب در بستن کاخ شیرین و خرگاه برپاداشتن را در بیرون کاخ پرسید. شیرین لب به پاسخ گشاد، از عشق خویش و فراق او سخن ها گفت و از اینکه او را در کاخ بپذیرد و در مظان تهمت های مردمان نشیند سخن گفت و گله مندانه گفت: عروسی چون من لااقل به کاوینی می ارزد تو می خواهی:

به دست آری مرا چون غافلان مست
چو گل بویی کنی اندازی از دست
تو با شکر توانی کرد این زور
نه با شیرین که بر شکر زند زور
دو دلبر داشتن از یکدلی نیست
دو دل بودن طریق عاقلی نیست
کدامین ساعت از من یاد کردی؟
کدامین روزم از خود شاد کردی؟
کدامین پیک را دادی پیامی
کدامین شب فرستادی سلامی
تو ساغر می زدی با دوستان شاد
قلم شاپور می زد، تیشه فرهاد
تو در اندیشه من بودی و به خواستاری شکر تا اصفهان راه پیمودی. آیا این است حق عشق و دوستی! خسرو زبان به عذرخواهی گشاد که:
دنباله مطلب در صفحه ۵۲

روزگار را بر این دو دل داده به آتشی گداخته تبدیل کرده بود، پس با نیایش ایزد از او می خواست تا دل معشوق نرم دارد و خسرو را راه به حریم او بازگشاید و چون:

نیایش در دل خسرو اثر کرد
دلش را چون فلک زیر و زبر کرد
خسرو را قصد دیدار شیرین دوباره راهی دیار او کرد و صبحگاهی به بهانه شکار، قصد رفتن به دیار شیرین کرد و راهی آن دیار شد و گروه زیادی از بزرگان و سالاران در رکاب وی رو به سوی آن دیار نهادند. شرابی چند از دست ساقی تقاضای مرادش را افزون کرد و با چنین کیفیت بر شدیز بنشست و به قصد دیدار شیرین روی به جایگاه او نهاد، چون خبر از آمدن خسرو به شیرین رسید فرمان داد در قصر بر بندند و خود به بالای بام قصر به نظاره خسرو رفت و از طرفی فرمان داد تا خرگاهی شاهانه در بیرون قصر برای خسرو آراستند و چون خسرو به قصر رسید و در بسته دید پیام به شیرین فرستاد و سبب پرسید که چونست که خرگاهی خارج از قصر برایش آراسته اند. شیرین پاسخ داد که من خود به خدمت آیم و زمین بوسم و آنچه را باید گفت با تو بگویم. پس آنگاه گلناری پرندی بر تن پوشید و روی و موی بس دل انگیز و فریبا آراست و خرامان نزد شاه آمد و



شیرین در خسرو و شیرین نظامر (بخش ششم)

کند. پس شاپور را به خدمت خواند و از شیرین دور کرد و خاص درگاه کرد تا: **ز تنهایی مگر تنگ آید آن ماه**. این تنهایی و بی همراهی بر شیرین سخت گران آمد.
چو تنها ماند ماه سرو بالا
فشانند از نرگسان لولوی لالا
زبان بگشاد و می گفت ای زمانه
شب است این یا بلایی جاودانه
چه جای شب، سیه ماریست گویی
چو زنگی آدمی خوار است گویی
مرا بنگر چه غمگین داری ای شب
ندارم دین اگر دین داری ای شب
شبا امشب جوانمردی پیاموز
مرا یا زودکش یا زود شو روز
شیرین را سنگ غم بر آنگینه صبر فرود آمده بود و کاری جز نیایش با یزدان و طلب معشوق از وی نداشت. نخوت و غرور شهزادگی او و کبر و خودبینی خسرو

چون زمانی از وصلت شکر با خسرو گذشت، خسرو دوباره هوای شیرین در سر گرفت و اندیشه دیدار دوباره شیرین در دل و جانش بیدار شد و برای دیدن شیرین درصدد یافتن راه چاره ای برآمد:
دلش می گفت شیرین بایدم زود
که عیشم را نمی دارد شکر سود
و هر چند می خواست تا خود را با دوری شیرین آموخته دارد و به تسلی خویش می پرداخت اثری نداشت. گاه در خلوت دل با او می ستیزید و گله ها می کرد و گاه به زاری او را از خدا طلب می کرد و به ستایش وی می نشست. از طرفی چون می دانست که شاپور همچون ندیمی مهربان و غمگسار، شیرین را تیمار می دارد و غم پردازی می کند، او را طلب کرد تا از شیرین دور سازد و شیرین را غم تنهایی و بی همدردی و ادا به تسلیم در برابر وی

Ali Driving & Traffic School

کلاس های تعلیم رانندگی و ترافیک علی برای بزرگسالان و نوجوانان

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

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

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



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

آموزش رانندگی توسط کادری مجرب و حرفه ای

(408)370-9696 ♦ (408)394-5249

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

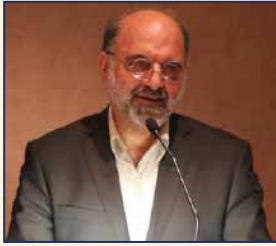
Alizadehworks@gmail.com

941 San Pablo Ave., Albany, CA 94706

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



مرکز اسلامی فرهنگی شمال کالیفرنیا شما را به برنامه های متنوع دعوت می نماید!



دکتر عبدالکریم سروش



مهندس عبدالعلی بازرگان

سلسله جلسات و کلاس های دکتر عبدالکریم سروش

♦ سلسله جلسات شرح غزلیات دیوان شمس تبریزی مولانا جلال الدین: ۴ مارس، ۱ آوریل، ۶ می ساعت ۴:۳۰ بعد از

ظهر در مرکز اسلامی فرهنگی شمال کالیفرنیا

♦ کلاس های شرح مثنوی دفتر نخست: ۱۲ مارس، ۹ و ۲۳ آوریل، ۱۴ و ۲۸ می ساعت ۶ عصر در منلو پارک

جهت ثبت نام حضور در این کلاس ها با azita@iccnc.org و یا ۷۶۰۰-۸۳۲-(۵۱۰) تماس حاصل فرمایید

♦ سلوک دیندارانه در جهان مدرن: ۵ و ۱۹ مارس، ۱۶ آوریل، ۷ و ۲۱ می ساعت ۶ عصر در منلو پارک

جهت ثبت نام حضور در این کلاس ها با azita@iccnc.org و یا ۷۶۰۰-۸۳۲-(۵۱۰) تماس حاصل فرمایید

جلسات سخنرانی مهندس عبدالعلی بازرگان پیرامون مباحث قرآنی

۱۵ آوریل، ساعت ۶ عصر در مرکز اسلامی فرهنگی شمال کالیفرنیا

کلاس های تفسیر قرآن با همکاری دکتر سید وهاب معصومی:

سومین شنبه هر ماه ساعت ۳:۳۰ بعد از ظهر در مرکز اسلامی فرهنگی شمال کالیفرنیا



1433 Madison Street, Oakland, CA 94612

(510)832-7600



facebook.com/ICCNCORG ♦ info@iccnc.org ♦ www.iccnc.org/fa ♦ تلگرام بیوندید

خدمات رسمی مرکز اسلامی فرهنگی شمال کالیفرنیا شامل:

عقد و ازدواج، طلاق، تشرف به دین اسلام، مراسم تدفین اسلامی، مورد تایید دفتر حفاظت منافع

Official Services of ICCNC



Islamic 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.



Islamic 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.



Convert 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 Chimes in Hayward, in the Muslim Section.

ICCNCORG



www.iccnc.org/fa (510) 832-7600 info@iccnc.org

1433 Madison Street, Oakland, CA 94612



زنان از ورود به ورزشگاه ها ممنوع می شوند و کسی از مریدان حتی نمی پرسد چرا! چرا که همه مریدان فقط قوانین را به نفع خودشان صادره می کنند. برانکو، علی دایی، منصوریان، عزیزی، جلالی، فرکی، قلعه نوعی، همه و همه از قصور داور شکایت می کنند. بعضی از آنها تیر دروازه را مقصر قلمداد می کنند چرا که بازیکن آنها توپ را به تیر و دروازه زده است. هیچ بازیکن عاقلی تیرک بی زبان دروازه را نشان نمی گیرد، توپ را باید به درون دروازه فرستاد نه به تیرک دروازه کوبید. بسیاری از آنها باید رشد کنند. چرا یکی از آنها برای ورود زنان به ورزشگاه ها روی پا خود نمی ایستد و تیمش را از زمین بیرون نمی کشد. این لیگ بی ثمر طرز فکر بسیاری از این مریدان را بدون هیچ نوآوری بیان می کند.

کمیته انضباطی در همه جای دنیا وجود دارد و در همه ورزش ها، با آگاهی ستیزه جوها محکوم می کند و در برابر خاطیان می ایستد و آنها را محروم می کند. این می تواند برای مدتی کنار گذاشته شود و با حتی جریمه نقدی همراه داشته باشد. اغلب خاطیان حرفی برای گفتن ندارند.

دنباله مطلب در صفحه ۵۰

در برابر تصمیم ترامپ می ایستد و واکنش نشان می دهد. او در حساب کاربری خود در شبکه «اینستاگرام» با انتشار پیامی نوشت که مجله ورزشی اسپورت ایلوستر و شبکه تلویزیونی فاکس اسپورت با او مصاحبه انجام داده اند و مصاحبه در هوای فوتبال و سپس سیاست ترامپ در مورد ممنوعیت مسلمانان از او سوال می شود، و بردلی می گوید این تصمیم ترامپ مرا کاملا غافلگیر کرد. او می گوید که نیاز کشورش را به امنیت هرگز نباید قربانی کرد. کاپیتان تیم ملی فوتبال آمریکا نوشته است، زمانی که ترامپ به عنوان رئیس جمهور جدید آمریکا برگزیده شد، تنها امیدوار بودم ترامپی متفاوت از ترامپ زمان کمپین انتخاباتی ببینیم. امیدوار بودم ترامپ به منظور رهبر کشورمان به جای استفاده از الفاظ ناهماهنگ، ضد زن و خود شیفگی، «فروتنی و رویکرد هایی سنجیده شده» را جایگزین آنها خواهد کرد، اما اشتباه می کردم. ممنوعیت ورود مسلمانان به آمریکا هم تازه ترین نمونه فردی است که نمی تواند با مردم ارتباط برقرار کند و از راه درست برای پیش بردن آمریکا فاصله دارد. مایکل بردلی نمی داند در کشور ما حتی



ورزش از نگاه من

احمد طوسی

Email: tousi1515@aol.com

معروف دانشگاه جان هاپ کینز آمریکا، شخصیت آقای رئیس جمهور را هشدار دهنده و هراس آور گوش زد می کند. او اعتقاد دارد سمفونی شلاق های پی در پی او همه چیز را بهم خواهد ریخت چرا که او روان پریش است. روانکاو شهیر آمریکایی می گوید ترامپ به خود شیفتگی بدخیم مبتلاست.

مایکل بردلی، هافبک و کاپیتان تیم ملی فوتبال آمریکا نسبت به دستور جدید رئیس جمهور در ممنوعیت ورود مسلمانان به ایالت متحده واکنش نشان داد و گفت: «ترامپ رئیس جمهور، روز جمعه با امضای دستوری که هدف آن حفاظت از آمریکا در مقابل حملات تروریستی اعلام شد، ورود پناهجویان به آمریکا را برای مدت چهار ماه به حالت تعلیق درآورد و بازدید شهروندان هفت کشور با اکثریت مسلمان از جمله اتباع ایرانی را به آمریکا ممنوع اعلام کرد.» مایکل بردلی، کاپیتان ۲۹ ساله آمریکایی،

اغلب آدم ها را برای صداقت و پشتیبانی از حقیقت ستایش می کنند. برای صادق و لایق بودن نیاز به فداکاری نیست. حالا آقای ترامپ در کاخ سفید است و اما آقای مارک کوبان Mark Cuban مالک تیم بستکبال دالاس مورج به هشدار می دهد و می گوید انتخابات گذشته، اما دردها یکی بعد از دیگری از راه خواهند رسید. اقتصاد در حال انفجار است و دانستن این که سیاست های آقای دونالد ترامپ به چه چیز شباهت خواهد داشت، دشوار است. مارک کوبان گرچه تیمش در ورزش رقابت می کند، اما او فکر می کند که آقای رئیس جمهور، دنیا را به مثابه جنگلی می داند که قانون حاکم بر آن یعنی رقابت. او می گوید آنچه وضعیت کنونی را نگران کننده تر می کند این است که ترامپ حالا در کاخ سفید و در محاصره دستیاران و استراتژیست هایی است که در آتش اختلالات او هیزم می ریزند. جان گارتنر، استاد

افتتاحیه سالن زیبایی ناز بار

We offer the highest full service experience in an inviting & creative atmosphere.

Because beauty is about you.

“SPECIAL”

بند ابرو ۸ دلار

(Reg. \$12)

FREE eyebrow
Massage with
Eyebrow
Service



Body Waxing & Facials by Appointment

(408) 226-2264

contact@naazbar.com

Oakridge Mall (Between Old Navy & Target)

925 Blossom Hill Rd., #1025, San Jose, CA 95123

“SPECIAL”

بند صورت و ابرو

۲۹ دلار

(Reg. \$33)

“\$1”

Per Minute
Head Massage

نامساعد روبرو شدم... هرچه به گاز فشار می دادم، انگار نه انگار...! فقط بوی دود می آمد و صدای موتور که به نظرم صدای استغاثه آخ و اوخ و اوخ دَدَم وای بود و سرپیچ ها هم وای وای می کردند!!!

خلاصه... از قدم های قاطر تندتر نبود! به طوری که ترافیک آن موقع روز را سنگین تر کرده و رانندگان عصبانی، دق و دل راه بندان را سر من خالی می کردند و با ناسزاهای همه جانبه خود، مرا مورد لطف قرار می دادند!

مثلا یکی از آنها با اعتراض می گفت: (خانم یا تندتر برو و یا بزَن کنار گاری رد بشه!) ولی به گفته معروف هر سر بالایی یک سرازیری هم دارد. دلم خوش بود در برگشت مشکلی نخواهم داشت و چند ساعت بعد در سرازیر جاده با سرعت و همراه سایر اتومبیل ها هُر دودکشان می آمدم که ناگهان ترافیک سنگین و متوقف شد. ضربه ای به پشت ماشینم خورد و پشت بند آن صدایی بلند شد. راننده اتومبیل بقلی با دست اشاره کرد. شیشه را پایین کشیدم و مودبانه پرسیدم: (فرمایشی داشتید؟) با لبخند معنی داری گفت: (خانم سپر عقبتان افتاد!)
دنباله مطلب در صفحه ۵۵

شده ای توسط عمه جانم نقل شده: «خانمی بودم جوان و تنها، وضع مالی خوبی هم نداشتم و درخانه پسریم به قول عوام، تحت سرپرستی او زندگی می کردم. چند ماه پس از گرفتن تصدیق رانندگی با دنگ و فنگ های فراوان از پسریم خواستم محض دست گرمی، ماشینش را در اختیارم بگذارد. با اکراه قبول کرد و یک روز تعطیل همراه من آمد تا قدری در شهر رانندگی کنم. نمی دانم چطور شد که در آن مدت کوتاه متقاعد شد که من عاشق سرعتم! و به همین دلیل او و اطرافیان تصمیم گرفتند فعلا ماشینی مدل پایین با قدرت کم برایم دست و پا کنند و بالاخره هم تحفه ای، باور کنید به قدرت دو اسب که تازه در کشور مونتاژ شده بود، پیدا کردند و من با یک سبد آرزو و عشق اتومبیل داشتن، در یک روز گرم تابستان، صاحب یک اسقاط بد رنگ و کم سرعت شدم.

روز بعد با دلخوری و برای اولین بار تنها! و در حقیقت در Twilight Zone یا گرگ و میش غرور و خجالت، پشت رل نشستم و تا حدی که مقدر بود، سرم را طوری پایین نگاه داشتم که کسی مرا نبیند!

دردسرتان ندهم، راه افتادم و در سر بالایی جاده پهلوی با اولین تجربه



تصادف

اکثر بانوان یعنی مالک الرقابان امروز که در آن روزگار «ضعیفه!» صدا زده می شدند، مغلوب بزرگان فامیل شده، عطا رانندگی را به لقاییش می بخشیدند!

به هر حال در بین این مشتاقان، مراحل خاص امتحانات زنان را که توسط افسران و خرده گیران بی دلیل، انجام می شد همچنین تمسخر و استهزاء مردانی که در سالن های امتحان شفاهی صف کشیده بودند، تحمل نموده و به خصوص در هنگام رانندگی عملی، متلک ها و نکته های گاه زننده و اغلب با نمک! را هم نوش جان کرده، حواله شان را به حضرت عباس می دادند!!!

اگر این مراحل مانند خوان های رستم طی می شد، خوان سوم خرید ماشین با جلب رضایت اطرافیان بود...

اتفاق زیر در چنین محیط آشنا و معرفی

آن روزها که زنان فقط در نقش های معین و صیقل شده کدبانویی، بچه داری و خانه داری و در ملحفه عرف و آداب و سنت و مذهب پیچیده، زندگانی می کردند، تعداد بسیار کمی هم، پا از دایره محدودات فراتر گذاشته و به دنبال کارهایی می رفتند که در آن ایام مربوط و مخصوص مردان یا جنس اول! محسوب می گشت.

یکی از این مربوط های مخصوص، رانندگی ماشین بود که برخی از مخدّرات با شوق فراوان به فراگیری آن می پرداختند. به امید روزی که بتوانند در پشت رل ماشین، فرماندهی این چهارچرخه را هم به عهده بگیرند!

البته مسئله یادگیری نیز بدون موافقت پدر یا همسر یا برادر و گاه افراد دور و نزدیک خانواده امکان پذیر نبود و اغلب در بگو مگوها و مباحثات در این زمینه،



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

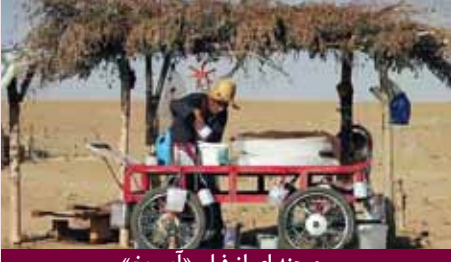
(408)554-1318

برای اطلاعات بیشتر با آقای داریوش کیلانی تماس بگیرید

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

وجود می آورد. علاوه بر این مرد، با افراد دیگری هم «گناهکاران» ساخته «فرامرز قریبیان» نخستین فیلم پلیسی سینمای ایران

«قریبیان» علاوه بر کارگردانی، نقش مهمی نیز در فیلم ایفا می کند از دیگر بازیگران فیلم می توان از: محمد متوسلانی، شقایق فراهانی، و همایون ارشادی نام برد.



صحنه ای از فیلم «آب یخ»

بعد از انقلاب است. «قریبیان» که خود بازیگر پیش کسوتی است این بار با استفاده از یک داستان پلیسی، در مقام کارگردان فیلمی را در سینمای ایران به وجود می آورد. داستان فیلم با قتل دختری شروع می شود که از آمریکا آمده



صحنه ای از فیلم «گناهکاران»

و در شرکتی که کارهای مالی اش را انجام می دهد، منشی رئیس شرکت است و می خواهد رئیس اش همسرش را طلاق داده و با او ازدواج کند. دختر

می شود. برای اطلاعات بیشتر می توانید به وبسایت جشنواره رجوع نمایید.

www.IranianFilmFestival.org

فیلم های ایرانی در سیلیکان ولی

سعید شفا



یکی از فیلم های موفق سینمای ایران محسوب می شود.

«آتلان» ساخته «معین کریم مدینی» مستندی است که برای نخستین بار به ورزش سوارکاری در ایران می پردازد و داستان یک سوارکار ترکمن است که برای عشق دختر مورد علاقه اش و اسبی که به آن سخت دل بسته است مجبور است یکی را بر دیگری ترجیح دهد. فیلم از صحنه های زیبای سوارکاری که کمتر در فیلم های ایرانی دیده شده بهره مند است.

«بافالو» با شرکت «پرویز پرستویی» داستان زن و شوهر جوانی است که می خواهند از مرز انزلی و روسیه از ایران به خارج



صحنه ای از فیلم «آذر شهدخت، پرویز و دیگران»

بگریزند. اتفاقاتی که سر راه آنان پدید می آید مسیر زندگی آنان را تغییر می دهد و فیلم با پایانی غیرمنتظره به انتها می رسد. فیلم را «کاوه حسینی» با استفاده از یک گراند بکر شمال ساخته که یکی از دیدنی ترین فیلم های سالهای اخیر سینمای ایران است. فیلم کوتاه «آب یخ» ساخته «جلال ساعد پناهی» که با «آتلان» نشان داده خواهد شد، یکی دیگر از فیلم های دیدنی جشنواره است که داستان مردی است که در کنار جاده ای به

فراموشی سپارد و فصل جدیدی را در زندگی اش پیگیر شود. اما شوهر او با آگاهی از گذشته او، به خاطر فشار محیط و جامعه نمی تواند از شک و تردید خود نسبت به زنش دست بردارد و همین باعث می شود تا دائما او را تحت نظر داشته باشد تا جایی که این شک سایه عمیقی روی زندگی آنان می اندازد و زن را ناچار می کند تا تصمیم نهایی اش را بالاخره جامعه عمل بپوشاند.

«آذر، شهدخت، پرویز و دیگران» ساخته «بهروز افخمی» و با شرکت: مهدی فخیم زاده، گوهر خیراندیش،

و با حضور خانم خیر اندیش، مانی حقیقی... داستان همسر بازیگریست که نقشی را در فیلم آخر شوهرش می پذیرد و توجهی که از همه طرف به او می شود حسادت



صحنه ای از فیلم «بافالو»

شوهرش را بر می انگیزد بطوری که روی زندگی شخصی آنها نیز اثر می گذارد. تم فیلم طنز آلود است و

فروش یخ مشغول است. زندگی آدم ها در مسیر این جاده و نظاره آنها توسط این مرد، فیلمی دیدنی را به

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 حقوقی ♦ آماده کردن فرم های مهاجرت

♦ IRS, BOE, FTB disputes ♦ 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

فلانی ببرید و از قول بنده سلام مفصل برسانید.
از مغازه بیرون آمدیم. دماغ خانم کاملاً آویزان شده بود و من به او گفتم:
- عزیزم، بعد از این یادت باشه که لباس برای انسان‌های فهمیده و با شعور مهم نیست. آنکه توی لباس است مهم است. این آقا نه کت مینک شما را دید نه شلوار جین مرا.

ما در مهمانی‌ها و گردهمایی‌های بزرگی که در سال چندین بار داریم، همان لباس را ممکن است پوشیم که هفته پیش پوشیدیم و اکثراً همان آدم‌ها را می‌بینیم که در مهمانی‌های قبل دیده‌ایم. از این که یک کفش را دو بار در یک مهمانی پوشیم بخدا خجالت نمی‌کشیم. یادم می‌آید دختر همان خانمی که گفتم منزلش شب مانده بودم، صبح باید به مدرسه می‌رفت و با اشک و ناله کفش‌هایی را که دیروز پوشیده بود نمی‌پوشید و می‌گفت:
- بچه‌ها مسخره‌ام می‌کنند.
باور کنید سرم داغ شد. باورم نمی‌شد که ما حتی بچه‌های خودمان را با همان روش غلط تربیت می‌کنیم و نمی‌دانیم که این دوستی خاله‌خرسه در آینده چه به روز آنها خواهد آورد.

گفتم: «من همینطور می‌آیم. اگر خجالت می‌کشی، نمی‌آیم.»
لبخند بیحالی زد و گفت: «باشد، برویم.»
سوار شدیم و به طرف سوپرمارکت حرکت کردیم. خانم ماشین را دم در سوپرمارکت پارک کرد و با اکراه به من گفت: «خیلی خوب، پیاده شو برویم.»
من پیاده شدم و پشت سر خانم راه افتادم.

صاحب مغازه سلام بالا بلند خانم را خوش آمد گفت و خانم با تردید به او گفت: «ایشون خواهر من هستند؛ خانم...»
اسم شوهرم را گفت. ناگهان صاحب مغازه با خنده بسیار شیرین و احترام فوق‌العاده گفت: «خانم فلانی، خوش آمدید. باید گاو می‌کشتم، گوسفند می‌کشتم که شما امروز به اینجا آمده‌اید. آقای فلانی (شوهر بنده) تاج سر ما و افتخار ما هستند.»
بعد از اینهمه تعارف، خانم خریدش را کرد و وقتی می‌خواستیم از مغازه بیرون بیاییم، آقای صاحب سوپرمارکت یک جعبه بزرگ از شیرینی‌هایی که شوهرم دوست داشت، به زور در ماشین گذاشت و گفت این را برای آقای



شلوار جین من

او با تعجب نگاهی به سر و ریختش کردم و گفتم: «کجا می‌خواهیم برویم؟»
با خنده تمسخرآمیزی گفت: «از خودت بپرس که با این شلوار جین و بلوز راحت کجا می‌شود رفت.»
گفتم: «از شما باید پرسید که با این آرایش غلیظ و کت مینک و کفش پاشنه‌بلند کجا باید رفت.»
خانم خنده‌ای کرد و گفت: «شوخی را کنار بگذار، لباست را عوض کن، باید به سوپرمارکت برویم و مقداری نان و پنیر و سایر لوازم دیگر را بخریم.»
گفتم: «من با همین شلوار جین می‌آیم، اگر ناراحتی نیایم.»
سکوتی کرد و گفت: «اینجا با برکلی و والنات کریک فرق می‌کند. مردم آدم را می‌شناسند. با این ریخت بقال و چقال هم به آدم اعتنا نمی‌کنند.»

عرض کنم خدمتان که چند وقت پیش برای دیدن دوستان عزیزی که در اورنج‌کانتی زندگی می‌کنند به آنجا رفته بودم. شب را به اصرار یکی از قوم و خویش‌های سابقم در خانه‌اش ماندم. صبح از خواب بیدار شدیم. بعد از خوردن صبحانه، این قوم و خویش سابق تصمیم گرفت که برای خرید به سوپرمارکت ایرانی برود و از من پرسید که آیا من هم دلم می‌خواهد با او به خرید بروم یا نه؛ که فکر کردم بهتر است دعوتش را قبول کنم، چون در خانه بدون او، حوصله‌ام سر می‌رفت. این خانم به من گفت: «من حاضر می‌شوم، شما هم لباسی عوض می‌کنی که برویم.»
اول نفهمیدم که منظورش چیست. به‌رحال صبر کردم تا بعد از تقریباً بیست دقیقه از پله‌ها پایین آمد. با دیدن



همسنگی ملت عشق



**کنسرتی فرهنگی و هنری برای حامیان هنر کلاسیک ایران و جهان
با شرکت و حضور اساتید شعر، موسیقی و رقص به رهبری استاد نژاد**



اگر آزاد و گر در بند باشیم
چو بگشودی نداری خویشتن جای



بیا، هم عهد و هم سوگند باشیم
در دل را بروی دیو مگشای

Nation of Love

Saturday April 22nd, 2017, 6pm Santa Clara Convention Center

For tickets & information (408) 559-7864

5001 Great America Pkwy, Santa Clara, CA

حیات روحانی در مکتب شمس با رغبت تمام و تسلیم و رضا اجازه داد تا دست توانای شمس وجودش را به آتش کشد. غرور و خودخواهی و خودبینی و خود پسندی و جاه منزلت فقیهانه را که مانعی بزرگ بر سر راه رهایی جستن از بند خودی خود بود نابود سازد. خواست که از قیل و قال مدرسه، تظاهرات عوام فریبانه و زاهدانه خانقاه نشینان به درآید و در حرارت و نور جاودانه جمال حق مستغرق و فانی گردد. درس و وعظ و کتاب را دور انداخت تا روح خود را از طریق تفکر اندیشه و موسیقی و سماع با وجود حق مربوط و متصل سازد. ذوق و شوق و حالی که از این عروج سرمست کننده روحانی به او دست داد او را از همه برید و جدا ساخت و عشق به شمس را که بانی و موجب این تغییر حال بود در درونش شعله ور نمود. عشقی که در طی دوران ضرب المثل شده و این دو را در ردیف عشاق نام آور جهان قرار داده است. معشوق این عشق روحانی در واقع وجود حق بود که شمس وسیله اتصال او بدان گشته بود و شمس که مظهر تبلور این عشق الهی در وجود یک انسان کامل بود اینک به معشوق او مبدل گشته بود. دنباله مطلب در صفحه ۵۴

قرار و ارضاء نشدنی اش روشن کرد. شمس سرانجام مردی را یافت که با بهره گیری از نبوغ سرشار و دانش وسیع و گسترده خود او و روح عصیان گرش را درک کرد و او را در دنیای خود و خانه و خلوت خود پذیرا گشت. شمس تمام عمر در جست و جوی کسی بود که بتواند در راه طلب حق وجود خود را نفی کند و چنین کاری را در توان کسی جز مولانا جلال الدین نیافته بود. شمس که قویا معتقد بود که تا وقتی انسان از خودی خود بیرون نیاید نخواهد توانست سالک راه حق گردد، پس از ملاقات مولوی و در طی روزها و شب ها خلوت روحانی توفیقی یافت که مولانای روم را از قید خودی و اسارت در بند تعلقات دنیوی برهاند و تار و پود غرور و کبر را که جاه و منزلت فقیهانه بر وجود او تنیده بود پاره کند. او سرانجام از پرده پندار خویش به درآورد و در دریای لایتناهی عشق مستغرق نماید. مولوی بعدها در توصیف این تغییر حال چنین سرود:

**زاهد کشوری بودم صاحب منبری بودم
کرد قضا دل مرا عاشق و کف زنان تو**
و این توفیقی بسیار بزرگ بود، چون از ملای روم مولای تمام دوران ساخت و زاهد کشور روم را به عارف عاشق عالم عروج داد. مولوی در طی این دوره تجدید

سیر و سفری در گلستان ادب پارسی

گردآوری و نگارش:
مهندس پرویز نظامی



ظهور شمس تبریزی در زندگانی مولوی

بود، زیرا آنچه را که او به دنبالش بود و در هیچ کجا و هیچ کس نیافته بود، او پدرش علی بن ملک داد تبریزی که شوق روحانی دوران کودکی و نوجوانی و استعداد خارق العاده اش را درک نکرد، گریزان شد. اولین شیخ و مرشدش ابوبکر سله باف نیز هرگز نتوانست جوهر استثنایی استعداد، تیزهوشی و تیزیابی او را درک کند و به ناچار از او نیز برید، تبریز را ترک کرد و رفت. در جست و جوی «الله» که شوق و ذوق یافتن او را هدف غایی و نهایی زندگی خود قرار داده بود و او را در ماورای خودی ها طلب می کرد از مدرسه ای به مدرسه دیگر و از خانقاهی به خانقاهی و از محضر شیخی به مکتب شیخی دیگر سرگردان و آواره شده بود و هیچ یک از مشایخ و مدعیان را اهل چنین سلوک نیافته بود.

در بغداد مدتی به صحبت شیخ الشیوخ زمان اوحدالدین کرمانی نشست و چون او را نظر باز و جمال پرست یافت، مجلسش را ترک گفت. در حلب در پای صحبت شیخ شهاب الدین سهروردی، شیخ اشراق نشست و از آن نشست نیز طرفی نیست. در دمشق بر سر راه شیخ محی الدین عربی قرار گرفت و سخنان او را نیز در خور انتقاد یافت. همه این شیوخ و علما و مدعیان را دکاندارانی دید که با طامات و شطحیات به خود مشغولند و از «الله» فارغ، سال ها عمر خود را در سفر و سیر و سیاحت از شهری به شهری دیگر سپری کرد. با بسیاری از مشایخ و حکما و فقها دیدار نمود و سرانجام فقط در قونیه بود که مراد خویش را پس از عمری یافت. مردی که حال او را به درستی و برای اولین بار پس از سال ها سرگردانی و پریشان حالی درک کرد و جوهر وجودش را به مدد نبوغ و فراست و تیزهوشی خود شناخت و به اصطلاح او را کشف کرد. نیل به این تفاهم متقابل و پذیرفته شدن او و مکتب عرفانش در نزد مولوی، شیخ الاسلام بزرگ زمان، به منزله جرقه ای بود که آتش عشق و احترام نسبت به مولوی را در درون شمس و روح سرکش و بی

سراغز دیوان مثنوی معنوی شاهکار جاودانی خداوندگار مولانا جلال الدین محمد بلخی شاعر و عارف بزرگ ایران زمین با این ابیات دل انگیز در شرح قصه جدایی و آرزوی وصال آغاز می شود.

بشنو از نی چون حکایت می کند

از جدایی ها شکایت می کند

از نیستان تا مرا بریده اند

از نفیرم مرد و زن نالیده اند

سینه خواهم شرحه شرحه از فراق

تا بگویم شرح درد اشتیاق

به درستی معلوم نیست که مولوی از رنج فراق و درد اشتیاق به دیدار چه کسی اینگونه ناله سر داده. شاید که این ناله سوزناک از غم دوری و رنج هجرانی باشد که به علت غیبت شمس پس از حدود دو سال و نیم مجالست و مؤانست بدو دست داد. به هر تقدیر این را می دانیم که در طی حدود هشتصد سال که از ماجرای مولوی و شمس تبریزی می گذرد، رابطه ای که این دو مرد استثنایی تاریخ را به هم پیوند زد، همواره مورد بحث و گفت و گو و حتی در پاره ای از مواقع موضوع جرّ و بحث و اختلاف بوده است. قبل از پرداختن به رابطه افسانه مانند و کاملا استثنایی مولوی و شمس لازم است به اختصار اشارتی داشته باشیم به داستان زندگی شمس که متأسفانه این کار آسانی نیست زیرا جزئیات زندگی او قبل از ملاقاتش با مولوی در قونیه و نیز پس از ناپدید شدنش از آن شهر در پرده اسرار باقی ماند. فقط این را می دانیم که شمس تقریباً در تمام طول زندگی دارای روحی بی قرار و نا آرام بود. در همه عمر چیزی و یا کسی موجب خرسندی و رضایت و تأیید روح عصیانگر او را فراهم نیاورده و هرگز قبل از ملاقات با مولوی تعلق خاطری به کسی پیدا نکرده بود. تمام شصت سال عمر خود را قبل از آمدن به قونیه در سرگشتگی و گمنامی و بی قراری گذرانده بود. درس مدرسه ها ذوق و شوقی در او به پا نکرده و دست در دامن هیچ مرادی از شیوخ و مرشدان نیافتاده

حمید ابطحی

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



Hamid Abtahi

منطقه
منطقه
منطقه

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

Location! Location! Location!

Why Do You Pay Rent?!

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

hamid@true-vision.com + DRE# 01071456



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

12376 Saratoga Sunnyvale Rd. Saratoga, CA.95070

منطقه فضول آباد

حسابگری خوبه، گدامنشی خیر

ببخشید که رو این قضیه بیشتر می خواهیم تامل کنیم. من در اینجا هم مخلص خاطراتم و جقدر در بزنگاه ها به من کمک می کنه.

یادمه سالی در ارومیه افسر وظیفه بودم. دو دوست هم دوره داشتم به نام های فلاحی و ناصری. به روز جمعه که مهمان آنها بودم رفتند از قصابی شانزده ریال گوشت خوب آبگوشتی خریدند و با چیزهای دیگه که لازم بود. آمدند به آبگوشت حسابی و به قولی مزه دار درست کردند و با هم ناهار و شام خوردیم. در حالیکه من که جنوبی بودم از این کارها بلد نبودم. اگر آنها مهمان من بودند اولاً غذا بلد نبودم درست کنم، ثانیاً خرجم خیلی بیشتر از آنها می شد چون حسابگری به ما یاد نداده بودند.

حالا به قضیه دیگه، به همکار فرهنگی داشتم. به روز دیدم رفته به کارتن خمیر دندان کوچک خریده. پرسیدم این همه خمیر دندان می خواهی چه کنی؟ گفت که این خمیر دندان در مغازه ها هر کدام شانزده ریال است. ولی وقتی کارتنی می خرم برایم در می آید هر قوطی هشت ریال.

باز یادمه در همان ارومیه من به محض آنکه اتاقی در خانه به آسوری اجاره کردم، فوری رفتم به فرش ماشینی سبز رنگ به مبلغ هشتاد تومان خریدم و کف اتاقم پهن کردم. به دوست داشتم به نام سامیه، مثل من عجله نکرد و گفت که من باید برم تهران بینیم بعد از پایان خدمت سربازی، فرشی که حالا می خواهیم برای اتاقم بخرم، بعداً باید کجای خانه مان فرش کنیم. اول اندازه بگیرم، بعد بخرم.

این گوشه هایی از آدم های حسابگر. حالا بریم سراغ ناخون خشکها. دوستی می گفت که به خانه یکی در سن حوزه برای خوردن ناهار دعوت شده بودیم. ظهر که شد ما را دور میزی جهت صرف غذا دعوت کردند. جمعا با صاحبخانه شش نفر بودیم. دیدم در سفره فقط یک مرغ پخته کوچک است و به بشقاب پلو سفید و قدری نان. این غذا برای دو نفر هم کافی نبود. ناچار هر کدام دو سه لقمه ای خوردیم و یا شدیم. در همین تهران هم همسایه ای داشتیم که مرد بی آزاری بود ولی در گدامنشی غوغا می کرد. زنش می گفت که بادمجان که می خره، اول می شماره و بعد تحویل من می ده.

دنباله مطلب در صفحه ۵۴

مشقی تازه در روزهای غربت

حسینعلی مکرندی

فریمانت-کالیفرنیا

e-mail: ha@makvandi.com



اولین وزیر مطبوعات

ناصرالدین شاه، در نیمه دوم سلطنت پنجاه ساله خود، امور مطبوعات کشور را به روزنامه نگار مخصوص خود میرزا محمدحسن خان سپرد. او پسر حاجب الدوله بود، همان کسی که به فرمان ناصرالدین شاه، امیرکبیر را به قتل رسانید. همان کسی که بازار حاجب الدوله را در بازار تهران ساخت.

محمدحسن، فرزندش از کودکی به مدرسه دارالفنون رفت و در پانزده سالگی آجودان مخصوص شاه شد و در نوزده سالگی معاون وزیر دادگستری گردید. سپس به فرانسه سفر کرد و پس از چهار سال به ایران برگشت. در ۲۵ سالگی، در سال ۱۲۸۴ قمری، روزنامه نگاری را شروع کرد. در ۱۲۸۸ قمری رئیس اداره روزنامه جات دولتی شد و سپس وزیر انطباعات (مطبوعات و کتاب) گردید و اعتماد السلطنه لقب گرفت.

دنباله مطلب در صفحه ۵۱

کتاب عنکبوت لعنت شده

مصطفی فرزانه که در پاریس با صادق هدایت ارتباط داشت می نویسد که یک روز هدایت در کافه ای در خیابان سن ژرمن کتابی به نام عنکبوت لعنت شده که نوشته بود برایم خواند. هدایت این اثر را بعد از کشته شدن شوهر خواهرش سپهبد رزم آرا نوشته بود. موضوع این کتاب داستان بچه عنکبوتی بود که مادرش نفرینش کرده بود و او بزاق دهان نداشت که تار بتند. عنکبوت های دیگر هم او را از خود می راندند و محلش نمی گذاشتند، به طوری که این عنکبوت مجبور میشد در هر جا به خصوص در کنج مستراح، با مگس های مکیده عنکبوت های دیگر تغذیه کند و توسری بخورد. ابوالقاسم پرتو اعظم و دوستان دیگر هدایت افسوس می خوردند که هدایت چنین شاهکاری را نگه نداشت و پاره کرد و ریخت دور. می گویند اگر این کتاب پاره نمیشد و از بین نمی رفت در ردیف بوف کور یک شاهکار ادبی و فلسفی بود.



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)661-3410

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

دموکرات»، «کبوتر صلح» و هفته نامه و ماهنامه های دیگر در این غروب داغ به سایه خزیده بودند. هر چه به چهارراه اسلامبول نزدیکتر می شدیم، هوای شب بیست و هشتم، گرم تر می شد. زیر خیمه شب که در حال گشوده شدن بود، چیزی حرکت می کرد. چیزی مثل مقدمات شب عاشورا که در آن آدم های خود را برای کتل کشی و سینه زنی فردا حاضر می کردند و یا در حسینیه سادات وقتی که خویشاوندان مادرم خانم های سادات، با اعتقاد، تر و فرزند و زبر و زرنگ، خود بساط خرج فردا را مهیا می ساختند، برنج در آب می ریختند و لپه ها را تند تند به سرانگشت می جوریدند که ریگ و گورز و دانه ناپز آن را جدا کنند. بحث های سر چهار راه از جمهوری، شورای سلطنت، جمهوری دموکراتیک و جمهوری خلق بود. دکه های کتابفروشی چمن آرا، توی نادری و شاه آباد کتابفروشی های کنار خیابان ناگهان کتابهای تمیز و لبریز از بوی مرکب تازه چاپخانه اداره نشریات به زبانهای خارجی چاپ مسکو را روی بساط گذاشته بودند. تاریخ حزب کمونیست از «ی. و. لنین»، آثار «رفیق ژدانف» و نیز کارهای دیگر چپ که هنوز صد پارچه

پراکنده و سرد. مثل ترفه های هفت تیر چوب پنبه ای. یک نفر هم از وسط جمعیت شیشکی بست. «جلنگر» تمام شده بود. می گفتند از کوچه پشت شهرداری تا وسط لاله زار صف بوده که چاپ بعدی برسد و مردم بقیاند. و افراشته با لهجه گیلکی اش گفته بود «خوب شد ما هم شدیم مثل صور اسرافیل، اما به نظرم بوق مان را زده باشند» که البته رفقای جدی این حرف شوخی وار افراشته جان را نپسندیده و قرار «انتقاد و انتقاد از خود» برایش گذاشته بودند. خیابان فردوسی کلا فرق توده ای ها بود، با پیراهن سفید و سیبل کلفت و سرهایی به سنگینی کدو تنبل که فقط تکان مختصری می خورد، بی آنکه بفهمی از سر تأیید است یا تکذیب. کمسومول ها از محل جمعیت هواداران صلح، محل پیشین کلوپ حزب توده، تا سر اسلامبول روزنامه می فروختند و بحث می کردند. روزنامه ها از زیرزمین درآمد بودند، «مردم» ارگان کمیته مرکزی حزب توده ایران، «رزم» ارگان سازمان جوانان پیدا بود که بقیه مثلاً «ظفر» ارگان شورای متحده، هنوز فرصت چاپ پیدا نکرده اند. طلوع «مردم» و «رزم» به سوی آینده، و «شهباز» را کمرنگ کرده بود. «مصلحت»، «جوانان

یادداشت های با تاریخ

صدرالدین الهی



از دفتر دوری ها و دلگیری ها

آن شب و ... روز بعد از آن شب

آن شب

می رفتند خریدیم، زیر آن کاریکاتور این تصنیف قدیمی را چاپ کرده بودند:

**بیا برویم از این ولایت من و تو
تو دست مرا بگیر و من دامن تو**
توی میدان توپخانه، چیزی از ارتفاع کم شده بود. مجسمه با ابهت سوار بر اسب رضا شاه را کنده بودند. دور تا دور میدان، مردمی هراسیده به جای خالی مجسمه روی ستون نگاه می کردند و دهان ها همه باز بود. مثل این که همه با ردیف نشسته و ایستاده، منتظر دکتر مسنن دندان ساز سر گذر پامنار بودند تا با کلبتین خود، دندان باور آنها را بکشد.

یک سرهنگ دوم بلند قد سیه چرده، از میدان می گذشت. نگاه عمیق دردآلودی به پای مجسمه انداخت و ناگهان محکم پا کوبید و بالا زد. چند نفر دست زدند.

شب هنوز نیفتاده بود که ما راه افتادیم. از سرچشمه به مقصد اسلامبول و بیسترو پنج زاری و آبجو بشکه. مادرها نگران که شهر ناامن است و شاه رفته... و پدر فحشی داد به حزب توده که پای جوانها را به جای مسجد به عرق فروشی باز کرده است. از سرچشمه توی چراغ برق که آمدیم، سردارهای «سیک» کرکره های فلزی را پایین می کشیدند. جلو مسجد سراج الملک یک بستنی یک قرانی نانی خریدیم و لیف کشیدیم، با چهار فال گردو جمعاً به دو قران که با نمک و آبجو بزیم و کمی پایین تر یک روزنامه «حاجی بابا» که آخرین نسخه آن در دست روزنامه فروش بود با کاریکاتور شاه که دست ثریا را گرفته بود و داشتند به طرف طیاره

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، بز 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

ایمیل و امنیت آن را جدی بگیریم

بسیاری از ایمیل‌ها هرزنامه هستند و هنگامی که فرد ایمیل خود را باز می‌کند با تعدادی هرزنامه مواجه می‌شود. بهترین روش برای مقابله با هرزنامه‌های اینترنتی باز نکردن ایمیل‌ها است.

فیشینگ یا هر ایمیل ناشناخته دیگری، فایل‌های ضمیمه را باز نکنید. به طور مرتب فعالیت‌هایی که در حساب کاربری شما انجام می‌شود را زیر نظر داشته باشید. حتماً به قسمت from دقت نمایید که مشخصات حساب کاربری ایمیل مطابقت با ارسال کننده ایمیل داشته باشد، حتی یک کلمه هم جایز نباشد. به طور مرتب مرورگر خود را بروز کرده و همه وصله‌های امنیتی آن را نصب و فعال نمایید. کامپیوتر خود را با نصب یک آنتی‌ویروس و آنتی‌اسپای ویر و یک فایروال مناسب محافظت کنید. قبل از واریز کردن وجه معامله از طریق ایمیل از طرف دیگر تأییدیه شماره حساب را دریافت کنید. توجه به جعلی بودن یا اسپم بودن ایمیل، اکثر ایمیل‌های ویروسی به پوشه اسپم فرستاده می‌شوند. از باز نمودن اسپم‌ها خودداری نمایید. **دنباله مطلب در صفحه ۴۹**

به گزارش خبرنگار اخبار داغ گروه فضای مجازی باشگاه خبرنگاران جوان، عده‌ای از افراد در فضای مجازی برای ترغیب کاربران به منظور بازدید از سایت خود شیوه‌های اغواکننده را به کار می‌گیرند. این افراد با ارسال جملاتی از جمله آموزش هک، فروش ارزان قیمت تلفن همراه یا اخبار دروغ و یا مشاهده فیلم و عکس‌های جذاب، اقدام به سرقت اطلاعات و نفوذ به سیستم‌های افراد می‌کنند.

فیک‌میل (ایمیل جعلی) روشی است که به منظور سوءاستفاده از افراد استفاده می‌شود به طوری که کلاهبردار ایمیلی به قربانی ارسال می‌کند به ظاهر دارای آدرس معتبر و مهم باشد.

توصیه‌ها، هشدارها و روش‌های پیشگیری
عدم توجه به پیشنهادهای اغواگرانه ایمیلی.
هیچگاه اطلاعات کاربری خود را از طریق یک درخواست یا فرمی که از طریق ایمیل دریافت کرده‌اید، وارد نکنید.
هیچگاه در یک ایمیل مشکوک به

ترمیم، تصحیح، بهبود و افزایش کردیت

آرین اقبالی

arian@enrichfin.com



مقایسه (Foreclosure) و (Shortsale)

املاکی که برچسب (Shortsale) خورده اند دقیقاً همانند املاک دیگر با ذکر کلیه نواقص آن در لیست فروش املاک قرار می‌گیرند. در املاکی که از آنها سلب حق مالکیت گشته، بانک یا کمپانی مالک هیچ شکایتی در مورد شرایط ملک را نمی‌پذیرند. به علاوه امکان این وجود دارد که املاکی که در لیست (Shortsale) قرار گرفته اند هنوز در اجاره یا تصرف بوده یا اینکه اخیراً تخلیه شده باشد. ذکر این موضوع در آگهی‌های فروش نشان دهنده این است که ملک تخریب نشده و قابل سکونت می‌باشد.

کردیت و اعتبار فروشنده ملکی که به مناقصه گذارده میشود ضربه خواهد دید اما نه به جدی بودن ضربه ای که از (Foreclosure) خواهد خورد. علاوه بر این، او ممکن است مجبور به پرداخت مالیات برای ما به التفاوت مبلغ بدهی وام مسکن و قیمت فروش خانه خود گردد. قانون بدهی وام مسکن سال ۲۰۰۷ باعث گردیده که بسیاری از فروشندگان از این بدهی مالیاتی رهایی یابند، اما عدم پرداخت این نوع از مالیات به عوامل گوناگونی بستگی دارد که بایستی حتماً با یک وکیل یا مشاور مالیاتی در مورد آن گفتگو نمود. خسارت این موضوعات برای قرض دهنده کاملاً واضح و مبرهن است. آنها هم مبلغ اصلی ملک را که پرداخت نشده باقی میماند از دست خواهند

خانمی با تجربه، آماده نگهداری از سالمندان شما در هر ناحیه از شمال کالیفرنیا تا شهر ساکرامنتو می‌باشد. آشنایی با زبان‌های ترکی استانبولی، ترکی آذربایجان و روسی.

(۴۰۸) ۶۶۱-۳۴۱۰

با درج آگهی در ماهنامه پژواک، کسب و کار

و خدمات خود را به ایرانیان شمال کالیفرنیا

معرفی نمایید!

(408) 221-8624

ماهنامه پژواک



دفتر خدمات اجتماعی ایرانیان

با مدیریت آذر نصیری

با سال‌ها تجربه، سرعت عمل، و دقت، شما را یاری می‌دهیم!

Azar Nassiri

Non-Attorney



خدمات سوشیال سکيوریتی

Iranian Services

- ♦ مدیکر و مدیکل
- ♦ سوشیال سکيوریتی (SSI)
- ♦ دریافت حقوق و مزایای دولتی (CAPI)
- ♦ دریافت حقوق پرستار
- ♦ دریافت حقوق بازنشستگی
- ♦ مصاحبه‌های سالانه سوشیال سکيوریتی
- ♦ انجام درخواست تجدید نظر در امور سوشیال سکيوریتی (Appeal)

در سراسر بی‌اریا

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

Fax: (408) 247-5006

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

گیلاس های ویسکی پر و خالی شد. این دار و دسته خود آرای از خودراضی که تحت لوای شوهران بساز و بفروش کوس بزرگی و بزرگزدگی می زند با ناهار، شراب و با شام، ویسکی سر می کشند داغ باخت مظهر پاک و پاکیزگی این قاره در الکل و ناله اشکریزان تا سپیده عزاداری کردند که البته پیرزنه نیز حتما در آغوش شوهر وفادار زوزه کشیده که اجر خدمات صادقانه اش بود و اما بانوان ایرانی که لابد پیغام تسلیت هم توسط «هما عابدین» ریاست دربار پیرزن بازنده ارسال داشته اند. همین خانم های آگاه سیاستمدار ایرانی حتما فراموش کرده اند که همین دموکرات های خیرخواه و بشردوست آمریکا چگونه ایران سربلند ما را در اسارت یک گله روضه خوان عرب گرا به روزگار سیاه امروز نشانند. برای نابودی ایران گریه کنید نه مردم غریبه. هم آنان که باعث و بانی فنای ما شدند و ما پناهندگان بی وطن در برد و باختشان ضجه می زنیم. کارتر اول به دستگیری اروپا ما را به زیر سلطه آخوند کشید. کارتر دوم نیز در استقبال از این فاجعه رابطه مستقیم و خصوصی کاخ سفید را با «حوزه علمیه» تثبیت و جنبش سبز را در کمال بی اعتنائی خنثی نمود. **دنباله مطلب در صفحه ۵۳**

و هر دو طرف از اسارت اقتدارگرایان عربی و آمریکایی رهایی یابند. دریغ و درد که از هر جهت تباهمان کردند. منظور تلقین و ترویج نژادپرستی نیست، مقایسه سطح طبقاتی فرهنگی است. البته با ریشه اسلام راستین محمدی نه اسلام خمینی و داعش و القاعده. صدها حیف که هر آنچه بودیم و داشتیم دیگر نه همانست که بود و سرآمد تاریخ می بود. قاعدتا ماندگاران تحت تاثیر تبلیغات و فشار و مغزشویی تغییر کرده اند و رفته گان همانند ما اسیر عادات و محیط اجتماعی غربت. بدین معنا که ایرانی درون و بیرون پوست عوض کرده باشد تا پیامد اجباری در هر دو طرف به بار نشیند که مطلقا دیگر ایرانی نیست. رگه عربی و نفوذ بلارادی آمریکایی. قصه از این قرار است که شب انتخابات ریاست جمهوری عده ای از بانوان مرفه ایرانی در همین آبادی دور هم جمع و در انتظار اعلام موفقیت سرکار علیه هیلاری مظهر پاک، درستی و از خودگذشتگی. امان از لحظه ای که یارو طرف عوضی برنده اعلام شد. جیغ و فریاد و فغان. دست به گردن و زارزار گریستن و زبان گرفتن که «وای. آخ دیدی چه خاکی بر سرمان شد. ای داد و بیداد، حالا چکار کنیم» که ذکر مصیبت و نوحه خوانی در

از درگوشی ها

به قلم پیرایه

لیبی و عراق. خودتان را گول نزنید که بارها و بارها از همین آمریکا گول خورده ایم و نمی دانیم از بخت پد و یا شاید از بی لیاقتی خودمان عجالتا هر دو شاخه مانده ها و رفته ها کنار کشیده اند. اسیر معشیت و از خاطر زدودن غیرت موروثی ایرانی مراسم گسترده در یورش به آزادی فردی از آنطرف و متولیان مثلا راه آزادی در تحریک و تشویق نژاد و رنگ و شغل از این طرف. امکانات را بلائثر و حرکت را ناممکن. نهادهای رسمی و نیمه رسمی هر دو طرف در ابعاد بی سابقه مبشر زوال تفکر و مروج راحت طلبی و بی تفاوتی مهم ترین وجه تفوق ما را بس که نه عربیم و نه عرب زبان. همین رمز برتری ما را از فرو غلطیدن در چاه پناهندگان فقیر و محتاج دور دنیا در امان داشته و یقینا نسل های بعدی نهضتی را که آرزومند هستیم آغاز نمایند و بالاخره روزی و روزگاری روابط ادراک فکری و فرهنگی جامعه ای کارتر، غیورتر و البته تواناتر به منصفه ظهور رسد

چه دنیای زشتی شده، چه روزگاری بدی و چه زمانه کثیفی. معقول سری داشتیم و سامانی. وطنی ایرانی. بلا نازل شد و سراسر کره ارض را در نور دید. متحیریم این نیت دوزخی و مصیبت دنیاگیر دست پرورده کجا بود. سرچشمه کدام دیار و طوفان سیل آسای کدام ناخدایی که خدا را بر ضد داشت. راه دوری نیست. مختصری کوشش، سنجش و سرنگونی ایران خودمان دریدری، آوارگی و بخشش تاج و تخت آغاز ویرانی را دریابید. نقشه دراز مدت پیاده شد. جا افتاد. دست نشانندگان مسلط شدند که بالاخره زلزله خاورمیانه و لیبی نابودی ملت ها را هدیه صاحب کمال نمود. بودیم و دیدیم و فهمیدیم درد اینجاست که نیازمندیهای غربت ما را از درک واقعیت های آگاه به ناخود آگاه منتقل و منتفی با لابلای گری مشغول نمود. چه بوده ایم، که بوده ایم و پناهنده غربتی کجا رسیده ایم. ما را چه به گرسنگان و فراریان سوریه و

PARS
EQUALITY
CENTER

Immigration
&
Citizenship Services

ارایه خدمات مهاجرتی با کیفیت عالی
(برای افراد و خانواده های کم درآمد)

- کسب تابعیت (سیتی زن شیب)
- کارت اقامت دائم (کارت سبز)
- درخواست مهاجرت خانوادگی
- تمدید کارت سبز
- مجوز اشتغال
- معافیت از پرداخت هزینه

ملاقات و مشاوره فقط با تعیین وقت قبلی

لطفا برای تعیین وقت در شمال و یا جنوب کالیفرنیا، با تلفن های ذیل تماس حاصل فرمایید

408-261-6405

818-616-3091

Pars Equality Center
1635 The Alameda
San Jose, CA 95126

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

www.parsequalitycenter.org

A BIA Accredited Agency

501 (c)(3) Nonprofit Organization

کاوه میرشفیعی

Attorney at Law

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



Kaveh Mirshafiei, Esq.

مشاوره اولیه رایگان

◆ کلیه امور خانوادگی ◆ کلیه امور تجاری، بازرگانی،

و ثبت شرکت ها ◆ دعاوی مدنی

◆ Business Law ◆ Family Law

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

To schedule your initial consultation, please call:

(408)663-6286

www.headwaylegal.com

710 Lakeway Drive, #138, Sunnyvale, CA 94085



زبان مادری محروم هستند. بر اساس تبیین یونسکو، بارزترین مولفه فرهنگی و هویت جمعی هر قوم و ملتی، زبان آن می باشد. اهمیت آموزش و تدریس به زبان مادری نه تنها به مثابه یک حق طبیعی و مسلم انسان، بلکه به عنوان اساسی ترین وسیله

ارتباط انسان و موثرترین واسطه کنش و واکنش او با محیط خویش می باشد. ترقی و پیشرفت انسان ها و جوامع آنها ارتباط کاملا مستقیم با توانایی آنها در تحصیل دانش و آموختن علم از گهواره تا گور دارد. متأسفانه فرزندان بلوچ، کرد، ترک و دیگر اقوام نه تنها با نابرابری زبانی (در مقایسه با فارسی زبانان) آموزش ابتدایی را آغاز می کنند و ناچارند زبان مادری جدیدی را یاد بگیرند؛ بلکه وحشتناک تر از آن با کم داشت و کاستی های فراوان در عدم وجود تسهیلات آموزشی، مدرسه مناسب، معلم و امکانات مالی و غیره روبرو هستند. این عدم توازن دوگانه و تبعیضات چندلایه باعث تولید رقابت نابرابر و ستم مضاعف و بروز نارضایتی و شکاف های عمیق در بدنه جامعه و «هویت ملی» می شود. اکثریت فرزندان هموطنان فارس زبان در تهران، مشهد، کرمان، شیراز، اصفهان و یزد و

صدها شهر دیگر با امکانات نسبی بسیار فراوان آموزش و پرورش را به زبان مادری خود آغاز می کنند. چالش بزرگ فرزندان این هموطنان، یاد گرفتن نوشتن الفباء و خواندن است و بس. اما در مناطق قومی یا ملیتی ایران علاوه بر فراگیری حروف الفبا و اعداد، یاد گرفتن زبان جدیدی به نام زبان فارسی نیز مطرح است. بسیاری از محققان و کارشناسان امور آموزش و پرورش بر این عقیده اند که آموزش اجباری به زبانی غیر از زبان مادری یکی از عوامل عمده افت آموزشی و بازماندگی از تحصیل در همان «آغاز» کار می باشد. حال بگذریم از این حقیقت تلخ که این فرزندان، بدون امکانات اولیه و علیرغم فقر و سوءتغذیه و کمبود معلم و تسهیلات آموزشی، باید با افتخار با هموطنان فارس زبان از شهرهای بزرگ و کوچک ایران در کنکور رقابت کنند. **دنباله مطلب در صفحه ۴۷**

روز جهانی زبان مادری در ایران

یونسکو با ارسال پیامی از دولت های جهان خواست آموزش چندزبانه را در مدارس رسمی کنند.

نفس و عزت نفس ضروری است که از قدرتمندترین موتورهای توسعه به شمار می آیند. این زبان ها ارزش ها و چشم اندازهای جهانی را با خود منتقل می کنند که باعث غنای بشریت می شوند. بها دادن به این زبان ها افق های ممکن را در آینده باز می کند و انرژی لازم برای دستیابی و رسیدن به آنها را تقویت می کند. وی درخواست می کند آموزش چند زبانی در همه جا از جمله در تحصیل و سیستم های مدیریتی، آثار فرهنگی، مدیا، فضای مجازی و تجارت به رسمیت شناخته شود.

بر طبق اصل پانزده قانون اساسی جمهوری اسلامی، زبان و خط رسمی و مشترک مردم ایران فارسی است. اسناد و مکاتبات و متون رسمی و «کتب درسی» باید با این زبان و خط باشد. ولی استفاده از زبان های قومی و محلی در مطبوعات و رسانه های گروهی و تدریس ادبیات آنها در مدارس در کنار زبان فارسی آزاد است. اما علیرغم این حق تصریح شده در قانون اساسی کشور، تقریباً نیمی از مردمان ایران از حق طبیعی خود برای آموزش به

یست و یکم فوریه مناسبتی است بین المللی برای جشن گرفتن روز جهانی زبان مادری که توسط سازمان ملل تصویب شده است. اما متأسفانه در ایران اهمیت چندانی به این مناسبت مهم داده نمی شود، زیرا بسیاری از هموطنان فارس زبان ضرورتی در مورد جشن گرفتن حق طبیعی و قانونی که هرگز از آن محروم نبوده اند، تا قدر آن را بدانند، نمی بینند. بقیه اقوام ایرانی نیز اجازه ندارند از سرنوشت تلخ و محتوم زبان مادری خویش در داخل کشور "تک زبانی" ایران گله و زاری یا ادعای مطالبه بکنند. دبیر کل یونسکو در پیام خود به مناسبت روز جهانی زبان مادری تاکید می کند که روز بین المللی زبان مادری امسال به تحصیل چندزبانگی اختصاص داده شده است که فرصتی برای اتحاد و بسیج شدن جهت رسیدن به اهداف توسعه پایدار و به ویژه اهداف چهارم توسعه پایدار در تضمین آموزش فراگیر و باکیفیت برای همه و ترویج یادگیری مادام العمر است. تحصیل و اطلاعات در زبان مادری کاملاً برای بهبود یادگیری و تقویت اعتماد به

S & S Tire And Auto Repair

Complete Automotive Repair Service



Family Owned & Operated

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

Oil Change Special
Get \$10 OFF
Synthetic Oil Change

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

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

We Are #1
Established in 1996

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

شهر مان را نداریم. حالا ما فقط خواستیم اینجا تشکرات قلبی خود را به عالیجناب ترامپ اعلام بفرماییم.

من امیر عباس هویدا هستم؛

بیایید مرا ببیند!

محسن رفیق دوست، در کتاب خاطراتش (برای تاریخ می گویم) ماجرای ۲۲ بهمن و دستگیری هویدا را این طور روایت می کند: «به اندازه کافی اسلحه داشتیم. بسیاری از سربازانی که از پادگان ها فرار می کردند اسلحه هایشان را می آوردند که خودش چندین هزار تفنگ می شد. حتی یک تیربار ژ-۳ آورده بودند که آن را در پشت بام مدرسه علوی مستقر کرده بودیم و بچه هایی که تیراندازی با آن را بلد بودند به نوبت پشت آن می نشستند. تعداد زیادی هم سه راهی درست کرده بودند که با اجازه صاحبخانه ها در پشت بام خانه های بلند خیابان ایران قرار داده بودیم تا اگر تانک ها حمله کردند سه راهی را بر سرشان بریزند. هر سربازی که فرار می کرد می آمد آنجا. به مردم اعلام کرده بودیم هر کس کت و شلوار اضافی دارد بیاورد مدرسه. کت و شلوار را تن سرباز فراری ها می کردیم و می رفتند. باز برای اینکه دژبان ها آنها را شناسایی نکنند اعلام شد همه جوان ها سرها را ماشین کنند.

گوینده رادیو اعلام کرد حکومت نظامی از امروز رأس ساعت ۴:۳۰ است. من حدس زدم که امام حکومت نظامی را قبول نمی کند. به بچه ها گفتم بروید به همه مینی بوس های مدرسه علوی و رفاه بلندگو ببندید. گفتند برای چه؟ گفتم: «مطمئن باشید امام حکومت نظامی را قبول نمی کنند. بروید آماده باشید که هر وقت گفتند معطل نشویم.» دنباله مطلب در صفحه ۵۶

بدم بیاید ها! نمی توانم تحمل شان کنم. جوش می آورم و می زنم کاسه کوزه شان را بهم می ریزم. آدم تکلیفش با روباه صفتان روشن نیست. نمی داند باید چه خاکی به سر خودش بکند. خیلی از ما ایرانی ها روباه صفت هستیم. نه دوستی مان معلوم است نه دشمنی مان. اما گرگ ها دسته کم حقه بازی بلد نیستند. به هزار رنگ در نمی آیند. وقتی گرسنه شان می شود به گله گوسفندان می زنند و چند تایی را لت و پار می کنند. آقای چوپان باید حواس اش جمع باشد تا گرگ ها به گله اش نزنند. اما در مقابل آدم های روباه صفت؛ آدم نمی داند چه موضعی بگیرد. چه خاکی به سرش بریزد.

داشتم از تشییع جنازه گرگ صحبت می کردم نمی دانم چرا به صحرای کربلا زده ام. غرض اینکه: دل مان پر بود، گفتیم اینها را بنویسیم تا خفه مان نکرده است. عزت شما زیاد.

مردی با موهای حنا بسته

پیش از آنکه باد بی نیازی خداوند در آمریکا بوزد و عالیجناب موطلابی شهرمان را ساکناندار کشتی در هم شکسته جهان بفرماید؛ ما هر وقت رانندگی می کردیم به برنامه های خبری رادیو NPR گوش می دادیم (یعنی تنها رادیویی که می شد بدون شنیدن آگهی های تهوع آور تجاری به آن گوش داد و از رویدادهای تلخ و شیرین جهان با خبر شد). اما از روزی که این آقای ترامپ، یا به قول عمه جان مان «این عالیجناب مرده شور برده با آن موهای حنا بسته اش» با توپ و توپخانه و لشکر بی شمار میلیون ها و میلیاردرهایش بر خر مراد سوار شده و از یمین و یسار میتازد و میتازاند؛ ما فقط به موسیقی کلاسیک گوش میکنیم و ابدًا تاب تحمل هل من مبارز طلبی های عالیجناب موطلابی



سیاه و افسانه ای ۱۳۶۰ و ۱۳۶۱ و ۲ را پناه می داد.

وقتی شانته چی، در دهه ۷۰ با وساطت آقای خاتمی به ایران آمد تمامی اموالش مصادره شده بود. او بعد از برگشت به ایران با پولی که از راه فروش لباس زیر در پاریس جمع کرد دو مدرسه در مشهد ساخت. در اواخر عمرش اقوام شانته چی او را در سرای سالمندان گذاشتند (تمامی فرزندان اش اعدام شده بودند) و باز عده- ای از دوستانش ایشان را از آنجا بیرون آورده و در خانه ای با مراقبت مستمر دوستانشان نگهداری کردند و آقای خاتمی ای خانه اش طبقه دوم نداشت که به آقای شانته چی عطا کند.

تشییع جنازه گرگ

به رادیو گوش میدهم. دارم از محل کارم به خانه ام بر میگردد. در مونتانا یک آقای شکارچی گرگی را کشته است. حالا گروهی از دوستداران گرگ ها در گوشه گورستانی جمع شده و به تشییع جنازه جناب گرگ پرداخته اند. شیپور و طبل و نقره هم میزنند. یکی شان چنان بغض کرده بود که انگاری بابایش را کشته اند. طفلکی وقتی داشت با خبرنگار رادیو حرف میزد چنان بغضی گلویش را گرفته بود که کم مانده بود اشک ما را هم در بیاورد.

من همه حیوانات را دوست دارم. گرگ را هم دوست دارم. اما از آدم های گرگ صفت بدم می آید. از آدم های روباه صفت هم خوشم نمی آید. نه اینکه از شان

خانه دو طبقه

حاج محمد شانته چی رئیس دفتر آیت الله طالقانی بود. همین آسید علی آقای خامنه ای که حالا مقام معظم رهبری و فرمانده کل نیروهای هوایی و دریایی و زمینی و زیر زمینی و فرا آسمانی و مالک مطلق ممالک محروسه ایران است؛ قبل از انقلاب به مدت ۱۵ سال هر سال سه ماه محرم و صفر و رمضان را در خانه او بیتوته میکرد و یک طبقه از منزل آقای شانته چی در اختیار آقای خامنه ای بود. خامنه ای در خاطراتش تعریف می کند که من هر ساعتی از شبانه روز برمی گشتم خانه، غذای من حاضر و آماده بود.

آقای شانته چی می گوید: یک سال آقای خامنه ای اول ماه محرم به من گفت: حاج آقا، دعا کن امسال خوب کار کنم و یک ماشین بتوانم بخرم. از قضا آن سال خوب کار کرد و توانست با پول روضه خوانی یک فولکس واگن خریداری کند.

بعد از انقلاب یک دختر و دو پسر آقای شانته چی را اعدام کردند و خودش هم که لقب معتمد التجار را داشت و قبل از انقلاب پشت سفته های لاجوردی را امضاء می کرد غیابا محکوم به اعدام شد. لاجوردی دستور داده بود او را زنده نیاورند، گویا شرم داشت چشمش به چشم شانته چی بیفتد! ولی شانته چی فرار کرد و ۱۷ سال در پاریس با فروش لباس زیر امرار معاش میکرد و جوانان ایرانی جان بدر برده از اعدام های سال های

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

- ♦ 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 ♦ info@sara-law.com
2000 Hearst Ave. Suite 401, Berkeley CA 94709

اضطراب شدید پس از بخاطر آوردن یک حادثه و واقعه وخیم در زندگی فرد (PTSD) نظیر حمله به جان فرد، تصادف در اتومبیل، حمله قلبی و مشابه آن. فرد از هرگونه ارتباط با این حالت و یا به خاطر آوردن آن وحشت می کند.

اضطراب در فرد می شود. در فارسی به اضطراب تروما را بیماری وسواس می گویند. اضطراب تروما با افسردگی همزمان و انواع دیگری که از حوصله این بحث خارج است

چگونه حملات اضطرابی را

از حملات قلبی جدا تشخیص داد

این دو حالت علائم مشابهی دارند. هرکس دچار درد در سینه شد باید به ER مراجعه کرده و علائم خود را اعلام کند. پزشکان با آزمایش خون برای وجود آنزیم های مخصوص که نتیجه آسیب رسیدن به عضله قلب می باشد می توانند اعلام کنند که حالت موجود حمله قلبی هست و یا نیست. اغلب متخصصین قلب با بررسی علائم موجود می توانند حمله قلبی را از حمله اضطرابی ناگهانی جدا تشخیص دهند و بیمار را برای درمان اضطراب به متخصصین دیگر معرفی کنند. **دنباله مطلب در صفحه ۴۹**

نمی دهند که باعث تاخیر در بهبودی فرد می شود.

اضطراب می تواند در موارد زیر اختلال ایجاد کند

عدم دنبال کردن ورزش و فعالیت های فیزیکی

مانع مصرف داروهای درمانی شده که به وسیله پزشکان برای بیماری های دیگر داده شده اند.

عدم رعایت رژیم غذایی مناسب

عدم خواب کافی و آرام

ایجاد اشکال در روابط بین دوستان و فامیل

عدم قبول کار و شغل جدید به علت ایجاد شک و تردید در اینکه فرد بتواند آن را انجام دهد

عدم قبول مسئولیت های خانوادگی و بالاخره ایجاد مشکلات خانوادگی

انواع مختلف اضطراب

حمله اضطرابی ناگهانی (panic disorder) ممکن است با بیماری های قلبی همراه بوده و یا اشتباها حمله قلبی تشخیص داده شود.

اضطراب شدید و لرزش دست اغلب همراه با سرگیجه و درد در سینه، ناراحتی معده، تنگی نفس و ضربان قلبی شدید باشد.



می شود و در نهایت افکار پریشان راجع به وقایع آینده بسیار منفی بوده و مانع هرگونه آینده نگری می شود. پاسخ بدن به اضطراب منجر به فشار اضافی روی قلب فرد می شود و اگر فرد از قبل بیماری قلبی داشته باشد این اثر بیشتر خواهد بود.

اضطراب باعث عوارض قلبی زیر می شود

- بالارفتن تپش قلب: گاهی ضربان قلب به حدی بالا می رود که منجر به ایست قلبی و یا Cardiac Arrest می شود.

- بالارفتن فشارخون: در صورتی که طولانی باشد روی عروق قلبی اثر گذاشته و عضله قلب را ضعیف می کند که منجر به نارسائی قلبی می شود.

- در صورتیکه فرد دچار حملات قلبی شده باشد، اضطراب ممکن است باعث مرگ فرد شود.

- افراد در اثر حملات قلبی گاهی دستورات داروئی پزشک خود را انجام

رابطه اضطراب و حمله قلبی

گرچه ارتباط بین افسردگی و حملات قلبی بسیار زیاد مورد مطالعه قرار گرفته است ولی در مورد ارتباط اضطراب و حمله قلبی مطالعات عمیق و زیادی انجام نگرفته است. محققین دانشگاه جانز هاپکینز (Johns Hopkins) به این عقیده هستند که ارتباط مستقیمی بین اضطراب و حملات قلبی وجود دارد. همین طور اضطراب مانع بهبودی حملات قلبی می شود. واکنش افراد به حملات قلبی شبیه یک اختلال پر از استرس پس از یک حادثه می باشد (PTSD) به طوری که فرد از اینکه تا نزدیک مرگ رفته و برگشته شوکه شده و بسیاری از کارهایی که قبلا می کرده را انجام نمی دهد. مرتباً این حادثه را به خاطر می آورد و از فعالیت ها و مکان هایی که این اتفاق در آن رخ داده است دوری می کند. فکری اضطراب آور مانع یک خواب آرام و خوب

به مناسبت عید نوروز ۱۳۹۶

انجمن آذربایجانی های شمال کالیفرنیا تقدیم می کند

کنسرت باشکوه با هنرمندان ممتاز موسیقی جمهوری آذربایجان



جاوید تبریزی
به همراهی کونول محمدلی



زمان: ۱۸ مارس ۲۰۱۷
ساعت: ۷ عصر

مکان: 75 S. 11th St., San Jose, CA 95112

تلفن اطلاعات: (۴۰۸) ۳۴۱۰-۶۶۱

secretary@acsnc.org

است. امیرشله به نامه ها نگاه کرد و متوجه شد تاریخ آنها با یکدیگر یک ماه و نه روز فاصله دارد. خواست همانجا نامه ها را بخواند که متوجه حضور یک جوان تایلندی شد که از اتافی دیگر بیرون آمد. امیر شله وقتی آن جوان را دید، همه چیز را حدس زد و از خانه بیرون رفت.

هو هنوز گرم بود و آفتاب داغ و رطوبت دریای تایلند همه را اذیت می کرد. اما امیر شله این بار حواسش جای دیگری بود، مثل این بود که دیگر گرما اذیتش نمی کند، فقط به نامه ها و غیبت طولانی مرتضی فکر می کرد. اول خواست برود خانه و نامه ها را در آنجا بخواند اما دلش طاقت نیاورد و زیر همان آفتاب داغ ایستاد و نامه ها را خواند. نامه ها از خانواده مرتضی از ورامین بود. در نامه اول مادرش نوشته بود: «از دوری تو دارم دق می کنم و پدرت هم سخت مریض است. احتیاج به دکتر و دوا دارد، روز و شب دعا می کنم کارت درست شود تا اقلا تو بتوانی کمکمان کنی...»

در نامه دوم برادر کوچک مرتضی نوشته بود: «داداش کجا هستی؟ مامان از غصه پدر که یک هفته پیش تمام کرد در حال مردن است. من نمی دانم چکار کنم...» با خواندن این نامه ها اشک از چشمان امیر شله جاری شد. اشک هائی که با دانه های عرق آمیخته می شد و روی صورتش می غلتید.

امیر شله حالا برای مرتضی بیش از پیش نگران شده بود. اما او را کجا پیدا کند؟ امیر آن شب قرار بود توی بغل آن زن بیوه بخوابد اما پیش او نرفت و حتی به او خبر هم نداد تا منتظرش نباشد. فقط به خانه رفت و یک پانصد باتی را از میان پول هایش که زیر کف پوش اتافی پنهان کرده بود برداشت و به دنبال مرتضی رفت.

دنباله مطلب در صفحه ۵۷

گرما مرتب با دستمال عرق سر و صورتش را پاک می کرد. هوا گرم بود و رطوبت خلیج بانکوک فضای شهر را اشغال کرده بود. امیر شله همان طور که از کوچه پس کوچه ها میگذشت چند پوست مار دید که از زیر بوته های کنار کوچه ها بیرون آمده بود. امیر شله به مارها فحش می داد و با لگد پوست ها را از سر راه کنار می زد. چند قدم آن طرف تر یک بچه تایلندی پنج شش ساله دید که یک تیله مار زنده را با خنده دور سرش می چرخاند و چند دختر و پسر قد و نیم قد هم با خنده نگاهش می کردند. امیر با تعجب از کنار بچه ها گذشت و خود را به خانه فکسنی دوست دختر مرتضی رساند که نزدیک مردابی با گل های وحشی رنگارنگ قرار داشت. در راه که زد پس از جن لحظه «سو» دوست دختر مرتضی بیرون آمد. آنها یکدیگر را می شناختند و امیر با دیدن «سو» که دور اندامش را با پارچه ای سفید با گل های درشت قرمز پوشانده بود و از بالا نصفه سینه اش و از پائین ران های گوشت آلودش بیرون زده بود سراغ مرتضی را گرفت.

«سو» که دختری مهربان بود و مثل تمام دخترهای تایلندی همیشه لبخندی بر لب داشت امیر را به داخل دعوت کرد تا به جای گرما در هوای خنک باشد. یک کولر آبی که گوشه اطاق قرار داشت و یک پنکه سقفی که می چرخید چنان به امیر حال داد که بی اختیار گفت: اوفی!

امیر شله بعد از این که حالش جا آمد دوباره سراغ مرتضی را گرفت و «سو» بدون آنکه چیزی بگوید آرام دو نامه را که برای مرتضی از ایران آمده بود از کشوی میز توالتش بیرون آورد و به امیر شله داد. بعد با انگلیسی دست و پا شکسته ای به امیر حالی کرد که با آمدن نامه دوم مرتضی رفته و دیگر برنگشته

میان آب های رود بانکوک

محمد سعید حبشی

mshabashi@yahoo.com



او را از «امیر شله» بگیریم، زیرا او کعب الاخبار است.

امیر بیست و هشت سال داشت و چون موقع راه رفتن می لنگید، به او لقب امیر شله داده بودند. امیر با ارائه مدارکی به دفتر سازمان ملل ثابت کرده بود که در زندان به پای او گلوله زده اند و به همین خاطر جوابش را زود گرفته بود. اما یکی از دوستانش به بقیه گفته بود او دروغ می گوید زیرا کار امیر در ورامین سیم کشی برق بوده و با افتادن از روی نردبان میله ای استخوان پایش را سوراخ می کند. به مسئول دفتر سازمان ملل هم که از او پرسیده بود چگونه پای خود را معالجه کرده جواب داده به دویی فرار کرده و در آنجا عمل کرده است.

به این ترتیب وضع امیر نسبت به بقیه توپ بود و کسی هم به فکر آشکار کردن دروغ او نبود. امیر از یک طرف از سازمان ملل پول می گرفت و از طرف دیگر با یک زن بیوه ایرانی بالای پنجاه گرم گرفته بود که آن زن مخارج امیر را پرداخت می کرد تا هفته ای دوسه شب بتواند با او بخوابد. یک شب که یکی از بچه ها جواب گرفته بود و در خانه اش سور و ساتی راه انداخته بود سر و کله امیر شله پیدا شد و بقیه از اوسراغ مرتضی را گرفتند. او گفت: نگران او نباشید خانه دوست دختر تایلندی اش تلب شده و جایش گرم و نرم است.

چند روز دیگر گذشت و باز از مرتضی خبری نشد. کم کم خبر غیبت طولانی مرتضی به دفتر سازمان ملل رسید و خانم «تامی» مسئول دفتر پناهندگی هم که میان ایرانی ها به «میس تامی» معروف شده بود به همه گفت که جواب مرتضی آمده و منتظرش هستند تا به او اطلاع دهند.

این خبر که به گوش امیر شله رسید فوراً دست به کار شد تا او را پیدا کند. اول به بقیه گفت برای سور و سات مرتضی آماده شوند تا کنار رودخانه بانکوک به سلامتی او چند شیشه مکونگ خالی کنند. بعد سوار یک توک توک شد و به سراغ خانه دوست دختر مرتضی رفت. راننده توک توک امیر شله را در حاشیه میدان بنگاپی پیاده کرد و وقتی پولش را که پانزده بات بود گرفت گاز داد و رفت. امیر شله لنگان لنگان وارد یکی از کوچه های پشت میدان بنگاپی شد و به خاطر

چند روزی بود که مرتضی در UN آفتابی نشده بود. معمولاً هر وقت که پناهنده ها برای روشن شدن وضعیتشان به UN می رفتند مرتضی هم آنجا بود و با چند جوک دست اول آنها را از فکر بلاتکلیفی بیرون می آورد. در شیشه ای و بزرگ ساختمان شعبه سازمان ملل در بانکوک هر روز از ساعت ۹ صبح تا ۴ بعد از ظهر به جز روزهای شنبه و یکشنبه به روی پناهنده ها باز بود. تعداد ایرانی هائی که برای درخواست پناهندگی خود را به تایلند رسانده بودند در آن سال یعنی سال هشتاد و چهار به دوپست نفر می رسید.

پناهندگی بعضی از ایرانی ها پذیرفته شده بود و تنها در انتظار خیر سازمان ملل بودند تا به آنها گفته شود به کدام کشور باید بروند. اما افرادی که جواب نگرفته بودند و پذیرفتنشان با دست اندازهای قوانین سازمان ملل رو به رو شده بود، شب و روز را با دلهره می گذراندند زیرا علاوه بر بلاتکلیفی نگران هزینه خورد و خوراک و اجاره جایی برای ماندن بودند و نمی دانستند با پولی که با خود آورده اند تا چه مدت دوام خواهند آورد. به خاطر همین برای دریافت جواب بی تابی می کردند. هر کس که قبول می شد سازمان ملل هزینه زندگی او را تا زمان اعزام به کشور دیگر یا کشور سوم پرداخت می کرد. هر کس هم برای قبولی داستانی سرهم کرده بود و به سازمان ملل تحویل داده بود تا براساس آن به عنوان پناهنده پذیرفته شده و از مزایای آن استفاده کند. اما مأموران سازمان ملل با تجربه بودند و به این سادگی ها به کسی جواب مثبت نمی دادند. به همین خاطر ایرانی ها هر روز زیر تابلو بافته شده بزرگی از دیوار چین که به دیوارسالن عریض و طویل سازمان ملل زده شده بود می نشستند تا به نوبت آنها را صدا کرده و از وضعیت شان با خبر شوند. نشستن پناهندگان زیر تابلوی دیوار چین هم برای بعضی از ایرانی ها داستان حیرت انگیزی بود و می گفتند اسارت و استعمار و استثمار همچنان ادامه دارد. اما مرتضی که حالا چند روزی از او خبری نبود همیشه سعی می کرد با تعریف های خوشمزه همه را از قید چنین بحث هایی دور سازد تا ذهن پریشانشان آرام گیرد. غیبت مرتضی که طولانی شد، بقیه گفتند: بهتر است سراغ

کتاب های فارسی و انگلیسی

محمد سعید حبشی

دریافت مستقیم

۴۷۹۳-۳۰۰ (۸۱۸)





فرمان های اجرایی در مورد مهاجرت

علیرضا عابدی، وکیل مهاجرت
abedi@lawabedi.com

در خبرنامه این ماه به فرمان های اجرائی اخیر رئیس جمهور آمریکا در مورد مهاجرت، پناهندگان و موضوعات مربوطه می پردازیم. یکی از پر سر و صدا ترین آنان فرمان منع ورود موقت اتباع هفت کشور اسلامی ایران، عراق، لیبی، سوریه، سومالی، سودان و یمن بود که فوراً به اجرا گذاشته شد. به موجب این فرمان، از ۲۷ ژانویه ۲۰۱۷، روز امضاء فرمان، مهاجرین از ممالک ذکر شده به مدت ۹۰ روز و کلیه پناهندگان به جز سوریه ای ها به مدت ۱۲۰ روز حق ورود به آمریکا را ندارند حتی اگر دارای ویزای معتبر باشند. پناهندگان سوریه ای دائماً و کلاً ممنوع الورد میباشند.

روز ۲۸ ژانویه دادگاه فدرال بروکلین اولین حکم قضایی در لغو قسمتی از فرمان به منظور آزاد کردن بعضی از مسافرین بازداشت شده در فرودگاه کندی را صادر کرد. در روزهای بعد چندی دیگر از دادگاه های فدرال در شهرها و ایالات مختلف به رسیدگی به شکایات مربوط به این فرمان پرداختند و احکام مختلفی در لغو بعضی موارد فرمان در نقاط مختلف آمریکا صادر شد. مهمترین و جامع ترین حکم قضایی در مخالفت با فرمان ریاست جمهوری روز ۳ فوریه در ایالت واشنگتن در دادگاه منطقه ای فدرال صادر شد که به موجب آن اجرای فرمان دولت در سراسر مملکت فعلاً ملغی و روند مسافرت و ورود اتباع خارجی به آمریکا به صورت قبلی و عادی بازگشت داده شد. دولت ترامپ روز ۴ فوریه از دادگاه تجدید نظر فدرال در سانفرانسیسکو تقاضای لغو حکم دادگاه ایالت واشنگتن را کرد. روز ۷ فوریه دادگاه تجدید نظر به استماع استدلال طرفین پرداخت و آن روز بحث های این دادگاه مهمترین خبر و به صورت زنده در رسانه های آمریکا و دنیا پخش گردید.

روز ۹ فوریه دادگاه تجدید نظر سانفرانسیسکو، موسوم به دادگاه فدرال ناحیه ۹ مرکب از سه قاضی فدرال، به اتفاق آرا تقاضای دولت مبنی بر لغو ممانعت از اجرای فرمان رئیس جمهور را مغایر با قانون اساسی خواند و

پرسش ها و پاسخ ها در مورد بهبود و افزایش کردیت

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



شما بدهی های مالی خود را بروی کردیت کارت تسویه کنید در شرایط بهتری قرار خواهید گرفت و کردیت اسکور شما افزایش خواهد یافت، معمولاً این افزایش کردیت یک ماه بعد از تسویه بدهی های کردیت کارت ها بروز خواهد شد.

اگر من کردیت ریپورت خود را چک کنم به کردیت اسکور من لطمه خواهد خورد؟

خیر، شما شخصاً قادر هستید به هر مقدار که می خواهید کردیت اسکور خود را از سایت های معتبر دریافت کنید. یکی از این سایت های معتبر www.creditreport.com می باشد. معمولاً این سایت ها به صورت ماهیانه کردیت اسکور جدید شما را در اختیاراتان قرار خواهند داد. البته در نظر داشته باشید که چک کردن کردیت اسکور شما از طریق Car Dealer ها زمانی که درخواست خرید ماشین دارید و یا چک کردن کردیت اسکور شما توسط شرکت های کردیت کارت زمانی که درخواست کردیت کارت دارید Hard Inquiry محسوب شده و به کردیت اسکور شما لطمه خواهد خورد.

چرا بروی کردیت ریپورت من ۳ کردیت اسکور وجود دارد و چرا هر ۳ عدد با هم متفاوت است؟

در آمریکا سه شرکت مختلف (Equifax, TransUnion, Experian) برای دریافت و بررسی سابقه کردیتی شما در نظر گرفته شده است، که اطلاعات دریافتی از بانک ها، موسسات اعتباری و دیگر شرکت های مالی را به صورت ماهیانه دریافت می کنند. شرکت های کردیت بیرو براساس اطلاعات دریافت شده، کردیت اسکور افراد را محاسبه می کنند. حال اگر اطلاعاتی از این موسسات مالی تنها به یک شرکت کردیت بیرو ارسال شود، بعلت متفاوت بدون اطلاعات دریافتی کردیت اسکور متفاوتی هم در نظر گرفته می شود.

برای خرید ماشین احتیاج دارم که کردیت اسکور خود را در کوتاه ترین زمان ممکن به ایده آل ترین حالت ممکن تغییر دهم، آیا این کار ممکن است؟

البته! ۳۰ تا ۳۵ درصد کردیت اسکور شما به مقدار بدهی های مالی شما بروی کردیت کارت ها مربوط می شود. پس اگر

ماهنامه پژواک

نشریه برگزیده
ایرانیان شمال کالیفرنیا

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



www.pezhvak.com

(408) 221-8624

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



Brazilian Straightening

(408) 927-7232

6049 Snell Ave., San Jose, CA 95123

از روانشناسان معتقدند که بهترین روش رهایی از دست احساسات ناخوشایند و مشکلاتی که از این رهگذر به وجود می آید، «خانه تکانی ذهنی» است.

به طبیعت بنگرید که چگونه در پاییز و زمستان برگ و بار کهنه خویش را به دور انداخته و پس از چندی دوباره نو می شود. به آب نگاه کنید! اگر آب، این مایه حیات مثل همه موجودات به همین شکل و بدون تغییر و تحول در کره زمین به حیات خود ادامه می داد، بدون شک پس از مدتی می گندید و همه اقیانوس ها و دریاها به مرداب بزرگی تبدیل می شدند!

هیچ فکر کرده اید که از بدو پیدایش زمین تاکنون، چند بار؟ چند هزار بار؟ چند میلیون و میلیارد بار، آبهای جهان تبدیل به بخار و ابر شده و سپس به صورت برف و باران به روی زمین بازگشته اند؟

آیا هرگز اندیشیده اید که پوست بدن و بسیاری از سلول های بدن انسان در طول زندگی خود چند بار «نو» شده اند؟

اگر این نوزایش ها نبود، انسان و بقیه موجودات نیز همانند اسباب و اثاثیه زندگی، کهنه و مستعمل شده و دیگر کارایی خود را از دست می دادند و بیمارگونه به حیات خود ادامه داده و از زندگی خویش لذت نمی بردند. **دنباله مطلب در صفحه ۴۴**

قرار می دهد و اینها در قالب احساسات و اندیشه های آنها، خود را نشان می دهد. مهرورزی، محبت، ستایش، خوبی ها، امید، بخشیدن خود و دیگران و... نشانه های سلامت روان و برخورد منطقی و زندگی در اینجا و اکنون است. اما ناامیدی، کینه و نفرت، بدبینی و... که ویروس های روان هستند و از قدرت تخریب بالایی برخوردارند، نشانه ذهن ملامتگر و بدبین است.

در خانه ذهن شما چه می گذرد؟ آیا ذهن شلوغی دارید؟ آیا ذهن شما انباشته از سؤال است؟ آیا ذهن شما انباشته از خاطرات تلخ است؟ آیا در ذهن خود نشانه هایی هم از خاطرات خوب دارید؟

چرا خود را از دست این خاطرات رها نمی کنید؟ آیا به این خاطرات خو گرفته اید؟ آیا هیچ فکر کرده اید که مرور این خاطرات چه فایده ای برای شما دارد؟ آیا به ضرر و آسیب های ذهنی، جسمی و روانی این خاطرات هم فکر کرده اید؟

منتظر چه هستید؟ چرا خود را از شر آنها رها نمی کنید؟ شاید می پرسید چگونه؟ با خانه تکانی ذهنی!

خانه تکانی ذهنی: نوزایش، رمز سلامت و آرامش روانی است! بسیاری



«فنگ شویی» و خانه تکانی ذهنی

سنت پسندیده به پیشباز رفتن سال نو با برنامه های گوناگون مانند خانه تکانی، سبز کردن سبزه، برنامه های شب عید و تحویل سال نو که همگی همراه با نظافت و بهداشت، ترمیم و تازگی است ریشه در اعتقادات نیاکان باستانی ما دارد و چون این سنت ها و آداب و رسوم در دیگر اقوام نیز به گونه ای وجود دارد، به نظر می رسد از طریق ضمیر ناخود آگاه جمعی به همه اقوام و ملل به ارث رسیده باشد.

فایده دیگری ندارند. این لوازم اگر خیلی قیمتی باشند، پیوسته برای ما ایجاد نگرانی می کنند و برای اینکه از آنها خوب نگهداری کنیم باید مرتب به آنها برسیم و آنها را تمیز نگاه داریم و مواظب باشیم تا آسیبی به آنها نرسد. بیاید از خانه خویش به درآییم و به خانه ذهن وارد شویم!!

بدن ذهنی: بدن انسان دارای سه جنبه بعد یا بدن است؛ بدن جسمانی، بدن روانی-عاطفی و بدن ذهنی. بدن جسمانی جایگاه ارگان های مختلف مانند: قلب، مغز، کلیه، ریه و... است. جایگاه بدن روانی-عاطفی در واقع قلب انسان است که جایگاه عاطفی و عشق، مهر و کینه و نفرت است. بدن ذهنی که مکان آن در مغز است، جایگاه افکار، اندیشه ها، آمال و آرزوهاست. این سه جنبه از بدن در تعامل با یکدیگر هستند و اختلال و بیماری در هر یک، روی دیگری اثر می گذارد. بحث ما در باره بدن ذهنی است که افکار و اندیشه ها از آن بر می خیزد و خاطرات خوب و بد و همه آنچه را که از طریق حس و تجربه آموخته است، در خود بایگانی می کند و گاهی این انباشتگی خاطرات و آموخته ها اگر بد و دارای اثرات نامطلوب باشند، هر از گاهی سر برآورده و آرامش ما را بهم می زنند.

خاطرات تلخ گذشته!

ضمیر ناخودآگاه همه ما پر از خاطرات تلخ و شیرین گذشته است. ذهن ما همانند اتاقی خالی است که افکار و اندیشه ها در آن رفت و آمد می کنند. گاهی در آن می مانند و گاه آن را ترک می کنند. کسانی که وابسته به خاطرات گذشته هستند، افکار و اندیشه هایشان این خاطرات را مرور می کند، آنها را ارزیابی کرده و آنچه را که دلبستگی بیشتری به آن دارد، نگاه می دارد و هر از گاهی به آنها فکر می کند. کم کم به آنها خو می گیرد و آنها را ملاک و معیار انتخاب رفتار خویش

خانه تکانی: در آخرین ماه سال، همه ایرانی ها و اقوام و ملیت های دیگری که در همسایگی و یا منطقه ما هستند با نظافت خانه و دور ریختن لوازم اسقاطی و ترمیم و تعمیر خانه و لوازمی که می توان از آنها استفاده کرد، زندگی را نو می کنند تا سبکبال و آسوده خاطر به پیشباز عید نوروز بروند. اما عده ای خود را وابسته به اشیا و وسایلی کرده اند که سالهاست جای آنها را تنگ کرده، بدون آنکه مورد استفاده قرار گرفته باشد و شاید همین امر باعث فشار فکری و ذهنی آنها شده باشد. در بسیاری از مواقع، در خانه ای کوچک با فضای محدود، وسایلی را که نمی دانیم برای چه نگه داشته ایم و فقط به صرف اینکه شاید روزی به دردمان بخورد آنها را اینجا و آنجا بایگانی می کنیم.

اینجا تصاویری از انباشتگی، بلا تکلیفی و فشار در ذهن ما به وجود می آورند. «بوسکالیا» در این زمینه می گوید: «ما بخشی از اجتماعی هستیم که کهنه گی را دوست دارد. هیچ چیز را تا آخر مصرف نمی کنیم. فقط آنها را در جایی انبار می کنیم و می گوئیم هنوز خوب است. شاید روزی به درد بخورد و شاید روزی هم عتیقه بشود. مانند، چمدان های شکسته، فندک و پیپ های مستعمل، تکه قالیچه های کهن، میزهای اتوی خرد شده، قاب عکس های از مد افتاده، صفحات موسیقی چهل و پنج دور و هفتاد و هشت دور و...»

«بودا» گفته بود: «هرچه بیشتر داشته باشیم، نگرانی بیشتری خواهیم داشت و همچنان که زمان می گذرد ما بنده وسایل خود می شویم.»

فکرش را بکنید! اگر لازم باشد که فقط با خود چمدانی را بردارید و در آن لوازم مورد علاقه و ضروری را قرار دهید، چه خواهید کرد؟ این خود می تواند امتحانی برای آمادگی ما برای رهایی از دلبستگی و وابستگی به لوازمی باشد که جز زحمت،



Parinaz Kadkhodayan

پریناز کدخدایان

مشاور با گواهینامه رسمی

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

*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

البته باید در بعضی مواقع بتوانیم قوی باشیم که غم و غصه ها را رها کرده و به جلو حرکت کنیم و گذشته را پشت سر گذاشته تا در رابطه عاطفی، دوستی و یا کاری مخرب و ویرانگر نباشیم.

صلاح هر کسی با دیگری متفاوت است و تیپ شخصیتی و سلیقه خود را دارد. آنچه برای شما خوب است ممکن است که در چشم دیگری صحیح و خوب نباشد. این زندگی شماسست و نه دیگری. زندگی با ارزش تر از این است که برای دیگران زندگی کرده و یا زندگی دیگران را خراب کنیم. راه حل ها بسیار هستند که همه بتوانند در بازی زندگی خوشحال و برنده باشند.

دوست دارم را من دلاویزترین شعر جهان یافته ام.

این گل سرخ من است
دامنی بر کن از این گل که دهی هدیه به خلق
که بری خانه دشمن، که فشانی بر دوست
راز خوشبختی هر کس به پراکندن اوست
فریدون مشیری

آری آغاز دوست داشتن است
گرچه پایان راه ناپیداست
من به پایان دگر نیاندیشم
که همین دوست داشتن زیباست
فروغ فرخزاد

(duty or right) و غیره. با شناخت واقعی درونی از خود و راه کارهای رهایی از عادات و طرز فکر گذشته، راههای بهتر شدن و احساس بهتر کردن را آغاز می کنیم. به درجه ای از قضاوت و فکر صحیح (wisdom) که متوجه شویم چه تصمیمی باید بگیریم که به نفع خود و بقیه افراد زندگی مان باشد. از بندهایی که ما را اسیر کرده اند و اجازه راحتی فکری و تصمیم گیری درست به ما نمی دهند چگونه رها شویم (detangle). به اصطلاح قدیم ایرانی مثل کاموای سر در گم نباشیم، زیرا اگر ما فکری منظم نداشته باشیم، خوشحالی ما از بین می رود. اگر خوشحال نباشیم مادر، پدر، همسر، دوست و یار مفیدی برای دیگران هم نخواهیم بود. مهمتر اینکه ریشه های غم، غصه و ناراحتی عصبی روی سلامتی روحی-جسمی، حافظه، عقل و ذکاوت و تصمیم گیری ما اثر می گذارد. باید زمان رها شدن بتوانیم رها کنیم و وقت سازندگی، انعطاف پذیر، سازنده و دوباره شروع کنیم. قوی بودن به معنای سخت، یک دنده بودن و خراب کردن پل ها نیست بلکه به ملاحظه، انعطاف، گذشت، بخشش، عشق و مهربانی است.



مخصوص به خود هستیم و این گونه نگاه از ضعف درونی سرچشمه می گیرد. اگر در خود هارمونی و اعتماد به نفس داشته باشیم به کسی از پایین به بالا به خاطر عدم اعتماد به نفس و یا از بالا به پایین به خاطر داشتن اعتماد به نفس کاذب نگاه نمی کنیم. همه را باید با عشق و انصاف و احترام نگاه کرد. باید چشم در چشم و با آزادی و مساوات به هم نگاه کنیم. اگر گروه هایی هستند که با هم خیلی متفاوت می باشند، و کوچکترین وجه مشترک و یا علاقه ای در معاشرت با یکدیگر ندارند، می توانند با احترام از کنار هم گذشته، و دیگر لزومی برای معاشرت، مسابقه و یا مقایسه نمی باشد.

در چنین شرایطی دیگر نیازی به اثبات خود برای کسی نداریم، مگر در محیط کار که آنهم باید با رقابت سازنده باشد. اگر با کسی بدون دلیل و فقط از روی ظاهر، رفتار، پیشه و اعمال احساس سردی و فاصله حس می کنیم، باید به درون خود مراجعه کنیم تا بتوانیم دلیل چنین احساسی را متوجه شویم. در درون ما شاید احساسی نهفته است که ما خبر نداریم. شاید آن از عدم رضایت خاطر از خودکم بینی، عدم اعتماد به نفس، مسائل پیچیده درونی مانند ترس، حسادت، تجربه گذشته و... می باشد. این آگاهی ها (self realization) فقط از راه خودشناسی و خودسازی نمایان می شوند.

برای داشتن یک زندگی پرمحتوی و کامل (fulfilled life) باید بین بعضی از احساسات و معانی آنها بتوانیم تفاوت بگذاریم و آنها را از هم تشخیص بدهیم. تفاوت هایی مانند بین خوشحالی یا لذت (happiness or joy)، عقل و هوش و دیدگاه با اطلاعات (information or knowledge)، احساس پُری زندگی و با شلوغی و کارهای زائد (Fullness of life of incessant activity)، تفاوت بین سخاوت و بخشش با هزینه دادن (Generosity or giving to)، زیبایی درونی با زیبایی ظاهری (beauty or beautiful object)، تفاوت بین غیروابستگی با وابستگی نادرست (attachment or care) حقیقت با عقیده (perspective or truth)، وظیفه با حق

با سلامی به گرمی خورشید و صمیمیت آبی آسمان ها و دریاها به شما عزیزان و مهربانان خواننده مقاله های ماهانه من در مجله پربار و پر محتوی پژواک. مقاله این ماه را به راه های خودشناسی برای خوشحالی و اختصاص به نکته مهمی که هیچ وقت دیر نیست تا وقتی لحظه ها باشند، اختصاص می دهم. لحظه ها می آیند و دقیقه ها به ساعت ها و روزها و هفته ها و ماه ها و سالها و قرن ها تبدیل می شوند. آسمان هست و جویبارها، بادها، دریاها، خورشید، ماه، ستاره ها، باران، گل ها، درختان و کره خاکی و تمام مردمانش که همه در حال تکامل و شکوفایی و تولد یا فنا. ما هستیم و می آییم و می رویم.

متأسفانه برخی از ما انسانها چنان درگیر مسائل مادی و روحی بی ارزش دنیوی می شویم که از طبیعت خود و جهان هستی دور شده و یادمان می رود که در هر ثانیه دنیا، همه ما در حال تغییر، حرکت، رشد، تولد و فنا با چرخ هستی می باشیم. هیچ چیزی دائمی و همیشگی نیست و باید زندگی را آسان بگیریم. ما نباید به باورهای قدیمی، غصه ها و قصه های حالا و گذشته، و یا قضاوت ها و روند همیشگی فکری و یا عملی خود بچسبیم. با روش های مختلف و تغییر دیدگاه و مدیتیشن های موثر، زندگی بهتری را تجربه کنیم. بعضی از ما نمی خواهیم غصه ها و قصه ها را فراموش کنیم و آنها همزاد و همیار ما شده اند. رهایی (let go) را بلد نیستیم. بسیاری از ما، دست از اشتیاق به پیروزی و برنده شدن و یا ثابت کردن حرف های خود بر نمی داریم. بسیاری نمی خواهیم قبول کنیم که دیگران هم حق دارند و نباید تمام خوبی ها را فقط برای خود بخواهیم و مدام با آوردن بهانه، کار مثبت و یا گره گشایی برای دیگران انجام نمی دهیم.

متأسفانه کسانی هستند که به خاطر داشتن ثروت و یا تحصیلات عالی، از بالا به پایین به همه نظر می اندازند و نگاه درستی به بقیه ندارند. ما باید به این نکته توجه داشته باشیم که در هر موقعیت اجتماعی که باشیم، همه انسان های

آتوسا یکان

مربی و راهنمای زندگی

Professional Certified Life Coach
atoosa30@yahoo.com



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

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

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

No matter what you want to change in life,
the process is the same. I can help you navigate this process.

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

دفتر در سن حوزه و پلزنئون، سرویس سیار موجود می باشد.

۹۷۰۰-۲۹۷ (۹۲۵)

idents®

RS FOR SERIOUS INJURIES

CAMERON YADIDI

ATTORNEY AT LAW



No Fees

Until We Win Your Case!

Settlements & Verdicts



Powerfulinjurylawyers.com

burg & Brock does not warranty or guarantee the outcome of any legal matter.



ACC

POWERFUL LAWYER

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



Over \$200,000,000 Collected in Settlements



Vehicle Accidents



Motorcycle Accident



Slip & Fall



Dog Bites

(888) 979-7979

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



تاک و انگور

بهرام گرامی

bgrami@yahoo.com

انگور نشد غوره ما خام سرستان از تاک بریدیم و به مینا نرسیدیم
"خزین لاهیجی"

شعر قدیم فارسی سرشار از مضامین بدیع در مورد تاک و انگور و دختر رَز یا شراب است. رشد سریع و افقی ساقه ناموزون و خمیده تاک اتکای آن را به دار یا درخت دیگر ناگزیر می‌سازد. برگ پنجه‌ای تاک را به دست، خوشه انگور را به زلف معشوق و دیدگان را به حبه انگور یا عنب مانند کرده‌اند و پرده چشم را عنبیه نامیده‌اند. "تاک" و "رَز" هر دو به معنی درخت یا درختچه انگور هستند و "مو" به همان معنی بیشتر در تکلم عامه به کار می‌رود. تاک از جنس Vitis و گونه vineifera متعلق به خانواده Vitaceae است. در زبان انگلیسی انگور را grape و تاک را grapevine می‌نامند. تاک مانند بیشتر گیاهان این تیره دارای ساقه رونده (vine) است که با تکیه بر چوب یا درخت یا تکیه گاهی دیگر به رشد خود ادامه می‌دهد. ساقه چوبی و ناموزون تاک گره‌دار است و از محل گره‌ها، شاخه‌های فرعی، برگ‌ها، پیچک‌ها (tendrils) و میوه ظاهر می‌شود. انگور در بسیاری از نقاط ایران تولید می‌شود. بیت زیر از نظامی گنجوی حکایت از آن دارد که انگور ری - مانند سیب اصفهان - معروف بوده است:

میوه‌های لطیف طبع فریب از ری انگور و از سپاهان سیب

در شعر و ادب فارسی، هر دو واژه تاک و رَز را به معنی درخت انگور به کار برده‌اند. اگر دوران شعر قدیم فارسی را به دو دوره، یکی از رودکی تا حافظ و دیگری - با چند دهه فاصله - از جامی تا فروغی بسطامی، تقسیم کنیم و واژگان رَز و تاک را در این دو دوره شمارش نماییم، معلوم می‌شود که در دوره نخست، واژه رَز زبانزد شاعران بوده و واژه تاک چندان رایج نبوده است. در این دوره، منوچهری، خاقانی، مولوی و حافظ روی هم حدود ۱۰۰ بار رَز و ۱۵ بار تاک را به کار برده‌اند و در اشعار فردوسی، فرخ سیستانی، مسعود سعد و اوحدی مراغه‌ای روی هم حدود ۳۰ بار واژه رَز به کار رفته بی آنکه واژه تاک در شعر آنان دیده شود. در دوره بعد، این روند معکوس شده، به طوریکه وحشی بافقی و محتشم کاشانی در برابر ۱۰ بار نام تاک نامی از رَز نبرده‌اند و صائب در برابر ۶۰ بار واژه رَز، بیش از ۲۰۰ بار از تاک گفته است.

از زیباترین خمیه‌های فارسی قصیده‌ایست در ۳۱ بیت از بشار مرغزی (مروزی، مروی) که متعلق به بیش از هزار سال قبل است. این قصیده با سه بیت زیر آغاز می‌شود:

رَز را خدای از قیل شادی آفرید شادی و خرمی همه از رَز بود پدید
از جوهر لطافت محض آفرید رَز آن کاو جهان و خلق جهان را بیافرید
از رَز بود طعام و هم از رَز بود شراب از رَز بُودت نقل و هم از رَز بُود نبید

نبید = شراب.

رَز به معنی تاکستان یا باغ انگور یا هر باغ دیگر نیز آمده است، با دو بیت از منوچهری:

دهقان به سحر گاهان کز خانه بیاید نزدیک رَز آید در رَز را بگشاید
رَزبان تاختی کرد به شهر از رَز خویش در رَز بست به زنجیر و به قفل از پس و پیش

رَزبان = تاکدار، باغبان.

کلمه رَزان، جمع رَز، به جای رَز یا تاک هم به کار رفته، با دو بیت از منوچهری به ترتیب برگرفته از مسقط معروف او با مطلع "خزید و خزارید که هنگام خزان است" و از یک قصیده:

آن برگ رَزانست که بر شاخ رَزانست گویی به مثل پیرهن رنگرزانست
چون قوس قرچ برگ رَزان رنگ به رنگند در قوس قرچ خوشه انگور گمانست
در نسخه دیگر: کمانست.

ساقه تاک و رشد آن: رشد تاک سریع و همه جانبه و بیشتر افقی و خزنده است و از این رو هرس کلی آن هر ساله لازم است. هرس تاک سبب می‌شود تا درخت قوی تر، عملکرد آن بیشتر و حبه‌های انگور درشت‌تر گردد، با یک بیت از سعدی و دو بیت از صائب:

زکات مال بدر کن که فضله رَز را چو باغبان ببرد بیشتر دهد انگور
فضله = باقیمانده و زاید، (در اینجا) شاخه‌های اضافی.

تاک را چون مار هر جا سبز شد سر می‌زنند
تا شد از انگور کام شکرینش زهر بار
صائب چو تاک نیست غم سر بریدنش
هر کس به یادگار گذارد سلاله‌ای

سلاله = نسل، فرزندان.

ساقه تاک رشد ناموزون دارد و به اصطلاح "کج و کوله" است. واعظ قزوینی در دو بیت زیر به ترتیب به کج بودن و پیچ داشتن تاک و صائب در دو بیت بعد به همین دو صفت اشاره دارد:

از تاک زور باده کجی را برون نبرد
هموار بد گهر به نصیحت نمی‌شود

از آن زمان که گزندش رسید از انگور
نهال تاک از این غصه بیج و تاب گرفت

تا درین بستان به کف داری عنان اختیار

گریه‌ای صائب به عذر کجروی چون تاک کن

گریه تاک یا اشک تاک به خروج شیره گیاهی پس از هرس درخت در بهار اشاره دارد.

چه گوهری ز کفش رفته است می‌داند به چوب تاک مگوئید همچو مار میبچ
تاک خصلت رویشی رونده یا خزنده دارد و آن را به هر سو می‌توان جهت داد، با ابیتی از صائب:

در مشرب پیاله کشان نیست سرکشی بر هر طرف که می‌کشیش تاک می‌رود
سرکشی = عصیان و نافرمانی.

رشد تاک سریع است، با دو شاهد از صائب:

به اندک فرصتی تاک از درختان گشت رعنا تر

نگردد زیر دست آن کس که از اهل کرم باشد

کند چو تاک به نخل بلند دست‌انداز

دماغ هر که شد از نشئه شراب بلند

بیت بالا به برگ پنجه‌ای یا دست تاک اشاره دارد.

رشد سریع تاک توأم با خصلت رویشی آن و روندگی ساقه‌اش به هر سمت تاکدار را بر آن می‌دارد که در تربیت و مهار آن بکوشد. در کلیله و دمنه آمده: "چون شاخ رَز که بر درخت نیکوتر و بارورتر نرود و بدانچه نزدیکتر باشد درآویزد." در گذشته، غالباً تاک را در جوار درختان رفیع و پایدار می‌کاشتند تا به اتکای بر آن‌ها بالا رود، و برای این منظور، به شرط مناسب بودن شرایط اقلیمی، نخل را بر می‌گزیدند تا ساقه بلند و راست و استوار آن بار این میهمان ناخوانده، ولی دزدانه باغبان، را تحمل کند. صائب در پنج بیت زیر از این ویژگی تاک مضامین گوناگون و بدیعی پدید آورده است:

در آن گلشن که از هر خار صد گل می‌توان چیدن

چرا چون تاک کس هر لحظه بر شاخ دگر پیچد

منه دل بر وفای چرخ کجرو هوش اگر داری

که دستش هر زمان چون تاک بر دوش دگر باشد

چون تاک سر ز کوجه مستی برآورید

تا دست حلقه در کمر هر شجر کنید

زین گلستان عاقبت چون باد می‌باید گذشت

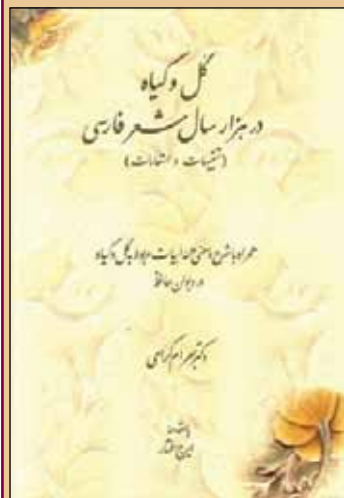
بر درختی هر زمان چون تاک پیچیدن چرا

یا مرید سرو و گل یا امت شمشاد باش

دست در هر شاخ همچون تاک بی‌پروا مزن

امروزه در تاکداری، ارتفاع و جهت رویش تاک را با داربست‌های کوتاه مهار و محدود می‌کنند، به طوری که خوشه‌ها عموماً در دسترس و برداشت آنها آسان است. دنباله مطلب در صفحه ۳۰۵

گل و گیاه در هزار سال شعر فارسی



این کتاب که با مقدمه ابرج 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.

لُس آنجلس، شرکت کتاب

۱-۸۰۰-۳۶۷-۴۷۲۶

جرم و چرک را نمی پذیرد، بلکه موجب پاکی و تخلیه دیگران می گردد. بشنوید: **کی شود دریا ز پوز سگ نجس کی شود خورشید از پف مُنطمس نور خورشید ار بیفتند برحدت او همان نور است نپذیرد خبث او می گوید: برای تصفیه و تزکیه شدن وجود یک پیر و مراد کاردان و یا مصاحب شایسته لازم است.**

کار مردان روشنی و گرمی است کار دونان حيله و بی شرمی است چون ز تنهایی تو نومید شوی زیر سایه یار خورشیدی شوی

رو بگو یار خدایی را تو زود چون چنین کردی خدا یار تو بود گاهی تجلی حق بر مجذوب مانند لذت می مست کننده است که مجذوب تحمل تجلی حق را ندارد چون واقعه موسی در کوه طور، چه موسی بارها از خداوند تقاضا کرده بود او را ببیند و جواب منفی شنیده بود و چون اصرار او مکرر شد، به او وحی شد به کوه طور برود. قرآن می فرماید:

«فَلَمَّا جَاءَ مُوسَى لِمِيقَاتِنَا قَال رَبِّ ارْنِي الْجِبَلِ الْيَمِينِ فَقَالَ لَنْ تَرَانِي وَلَكِنْ اَنْظُرْ اِلَى الْجِبَلِ فَانْ اَسْتَقِرْ مَكَانِي فَسَوْفَ تَرَانِي، فَلَمَّا تَجَلَّى رَبُّهُ لِلْجَبَلِ جَعَلَهُ دَكَّاءً وَخَرَّ مُوسَى صَعْقًا.» **دنباله مطلب در صفحه ۵۱**

صورت حال عارفان دلخ است این قدر بس چو روی در خلق است در عمل کوش و هر چه خواهی پوش تاج بر سر نه و علم بر دوش در بیت اول که متضمن ایجاز است سعدی اشاره دارد بر اینکه درست است صورت ظاهری عارف دلخ پشمینه است، ولی کافی است که او به جای خدا رو به مخلوق کند و از راه منحرف شود و در بیت دوم می گوید، هر لباسی که می خواهی بپوش ایرادی ندارد، عمل و کار را مورد توجه قرار ده که خلاف آن، تو را از راه باز خواهد داشت.

مولانا جلال الدین بر این باور است که خداوند نوافرین است و همه افعال و صفاتش بدیع و تازه است. چنانچه عارفان دیگر هم گفته اند، تجلیات خداوند تکرار نمی شود و در دو بار یکسان تجلی نمی کند «لاتکرار فی التجلی» و این بدیع نگری و شگرف بینی خداوند چشم ویژه و حقیقت بین می خواهد که آنها را دریابد و آنها که به قرب خداوند راه یافته اند، به وضوح نوآوری فضل الهی را می بینند ولی آنان که عاری از چشم تجلیات محرومند. مولانا معتقد است، اگر انسان تصفیه و تزکیه و پاک شود، مانند خورشیدی می شود که نه تنها

روان شناسی و روان کاوی در آثار مولوی

دکتر حسن مسیح پور



وادیهای سلوک و گریوه های صعب العبور آن را با روشی بسیار مطمئن و دقت و مراقبه خاص می شود پیمود و کمترین عدم توجه سالک را از راه منحرف می کند و به بیراهه می کشاند. به ابیات زیر توجه فرماید:

صد هزاران دام و دانه است ای خدا ما چون مرغان ضعیف بی نوا گر هزاران دام باشد هر قدم چون تو با مایی نباشد هیچ غم ما چون نائیم و نوا در ما ز توست ما چون کوهییم و صدا در ما ز توست ما همه شیران ولی شیر علم حمله مان از یاد باشد دم به دم حمله مان پیدا و ناپیداست باد جان فدای آن که ناپیداست باد گر پیرانیم تیز آن نی ز ماست ما کمان و تیراندازش خداست ور به علم آیم آن ایوان اوست ما که ایم اندر زمان پیچ پیچ چون الف کاو خود ندارد هیچ هیچ

مولوی در ابیات فوق اشاره به دام ها در گریوه های سلوک دارد و خود را در قبال عظمت و اراده حق کوچک می شمارد و عنایت و توجه او را برای نیل به هدف طلب می کند. او در جای دیگر نیز گوید:

ای خدا قادر بی چند و چون واقفی بر حال بیرون و درون ای خدا ای فضل تو حاجت روا بی تو یاد هیچ کس نبود سزا

قطره دانش که بخشیدی ز پیش متصل گردان به دانش های خویش به هر حال، مولوی در جایجای مثنوی از مخاطرات وادی های سلوک سخن می گوید که ذکر آنها در طی این مقاله نمی گنجد و مقاله و شاید کتابی را درخور است. سعدی نیز در این زمینه گوید:

همان طور که در مطالب گذشته به استحضار خوانندگان عزیز رسید، مولانا جلال الدین در تمام آثار خود به روح و مسائل روانی توجه خاص مبذول داشته، به طوری که عده ای مثنوی های او را کتاب روح نامیده اند و نیز به جهت توجه به آیات قرآن و احادیث و اخبار و روایات مذهبی، برخی مثنوی های او را قرآن ثانی لقب داده اند. و نیز به خاطر رای و نگاه و توجیه مسائل عاشقانه، آثارش را بهترین معرف مضامین عشقی دانسته اند، ولی با همه اینها، او عارفی است وارسته، آزاده، خوش ذوق و نوگرا که از واپس گریزی و خرافات و تقلید و تعصب سخت گریزان است. غم و اندوه در افکار و اندیشه او راه ندارد. همواره عاشق و مفتون بوده و تا پایان عمر شاد و خوشحال و راضی زیسته است. رضایت و قناعت از زندگی در نزد مولانا به آن معنی نیست که دست روی دست بگذاریم و برای زندگی بهتر و تعالی مادی و معنوی تلاشی نکنیم، بلکه او می گوید: «هرگز ناراضی نباشید، زیرا عدم رضایت در ما ایجاد خشم و عصبیت و تیرگی می کند که فکر و اندیشه سالم را از ما می گیرد و نمی گذارد که ما با روحی شاد و فکر و اندیشه ای شفاف و اعصابی راحت طرح و هدف و شیوه پیشرفت و تعالی را مشخص و پی ریزی کنیم.»

در آثار مولوی که متضمن اندیشه و افکار اوست، یک مثلث با سه ضلع عرفان، دین و عشق به چشم می خورد. او معتقد است که با تمسک شریعت و روش طریقت و با قوه محرکه عشق، می توان راه پر مخاطره سلوک را طی کرد که هر سه بُعد مورد توجه او، جنبه روانی دارد. او معتقد است که

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 لطفا با ما تماس حاصل فرمایید.

۳۴۱-۶۶۱ (۴۰۸)

مشاور مالی و مالیاتی

Accounting, Auditing & Tax Services

سرویس مطمئن، قیمت مناسب، توجه کامل به نیازهای شما



خدمات دفترداری

مشاوره و برنامه ریزی مالی و مالیاتی

رسیدگی و جوابگویی در حل اختلافات با مراجع مالیاتی

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

Tax Planning

Tax Return Preparation

Business Bookkeeping

Tax Problem Resolution



Responsive to Your Needs

Reliable Service Reasonable Rates

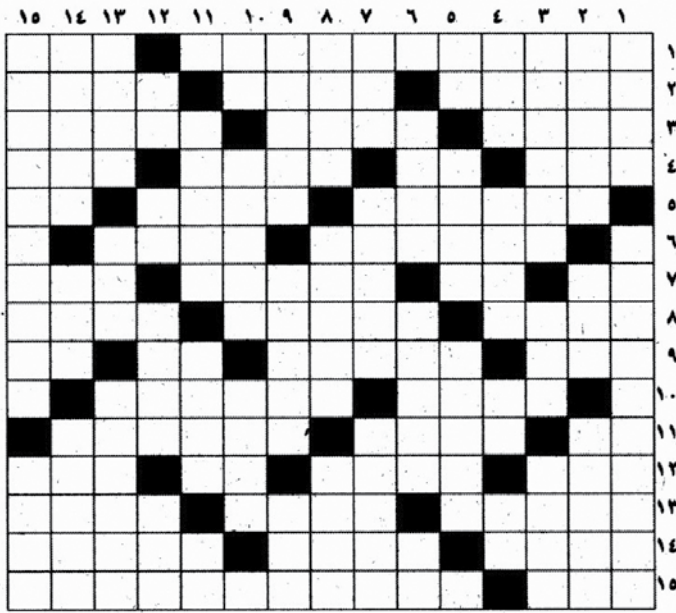
www.mytaxmd.com

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 صنایع بزرگ و دستی ایران- نوعی بیماری چون جوانی است و با عقب افتادگی و اختلالات ذهنی.
- ۲- دستگاه گیرنده از ماهواره- نوعی بازی یا قمار- نماینده یک دولت در شهری از کشور دیگر.
- ۳- تحفه وره آورد سفر- از القاب اروپایی- علامتی روی ارقام یا کلمات برای یادآوری.
- ۴- کشتی جنگی- خانه کرم ابریشم- صریح اللهجه- زیر پا مانده.
- ۵- صد متر مربع- یاری کردن- نوعی فلز.
- ۶- سودجویی- نوعی تن پوش چین دار زنانه- شکوه گوی جدایی ها.
- ۷- کوزه سفالی- کشوری که امروز به نام مجارستان می شناسیم- شهری در بوسنی هرزگوین و چیزی هم بیشتر.
- ۸- ترک آن موجب مرض است- مترسک. سرجالیز- رییس پلیس مخفی اتحاد جماهیر شوروی سابق در زمان استالین
- ۹- تاج افسر- ژنرال شمالی جنگ های انفضالی. آمریکا- خشن و زمخت.
- ۱۰- حرف آخر- محل اجتماع با تعیین وقت قبلی- کیسه دو طرف چهارپا برای حمل بار.
- ۱۱- یاپوش مردانه- بخت و اقبال- حرارت بالای ۳۷ درجه.
- ۱۲- از سوره های کتاب آسمانی مسلمانان- درویش را غنیمت است- کاشف اولیه قاره آمریکا- جانوری زیبا و درنده.
- ۱۳- ورزش تمدد اعصاب- می گذراند تا دربند کشند- از جزایر بزرگ ژاپن.
- ۱۴- خویش و همسایه- اشاره به نزدیک- خواهان جدایی دین از مذهب است.
- ۱۵- از تیم های فوتبال مشهور ترکیه- جامه و کلاه ترسایان و نصاری

افقی

- ۱- منظومه ای به فارسی از امیر خسرو دهلوی- رسم و آیین.
- ۲- رازهای پنهان و ناگفتنی- شایسته و ضروری- دو پیکر، برج سوم فلکی.
- ۳- از انواع مرکبات- دراز و کوتاه آن را پس از معده بیابید- آزرده خاطر و افسرده.
- ۴- گردن بند بندگی!- ویتامین جدولی- به فال نیک گرفتن- کلمه تعطیل و پرشش.
- ۵- از سبزی های خوردنی خوشبو به نام پونه- شهری در استان یزد ایران- نوعی تن پوش.
- ۶- لباس کوتاه مردانه که قسمت بالای بدن را بپوشاند- اندام و هیکل.
- ۷- نت بیمار- اثر چربی- مرکز استان گلستان- ابریشم نتابیده.
- ۸- پیمانانه- فتنه انگیزی- نوعی بیماری پوستی.
- ۹- درخت تسبیح- عبادتگاه ترسایان- وارفته- طاقت و توان.
- ۱۰- از شهرهای مشهور در انگلیس- غوغا و هیاهو و معرکه.
- ۱۱- غورباغه- نویسنده- درختی شبیه درخت انگور که در هند می رود.
- ۱۲- از مرتجعین- زنانه آتش- سست و بی حال- خالص و بی غش.
- ۱۳- پیامبری- بیهوده و یاهو- مزده دهند.
- ۱۴- فرزندزاده- جانشین- توضیح و تفسیر.
- ۱۵- رها- از کارگردانان بنام آمریکایی با آثاری چون «المرگنتری» و «پرنده شیرین جوانی»

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
۴ مارس ساعت ۴:۳۰ بعد از ظهر
۱۲ ساعت ۶ عصر
۵ و ۱۹ مارس، ساعت ۶ عصر
جلسات سخنرانی مهندس عبدالعلی بازرگان
۱۵ آوریل، ساعت ۶ عصر
(510)832-7600

جلسات انجمن فردوسی

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

جلسات شعر فریمانت

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

شب شعر در ساکرامنتو

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

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
۴۰۸-۶۶۱-۳۴۱۰
secretary@acsnc.org
16400 Lark Ave.
Suite #260 Los Gatos CA

انجمن فرهنگی آذربایجان
در شمال کالیفرنیا تقدیم می کند

کنسرت باشکوه با هنرمندان ممتاز
جاوید تبریزی و کونول محمدلی
تاریخ: ۱۸ مارس ساعت: ۷ عصر
75 S. 11th St. San Jose
۴۰۸-۶۶۱-۳۴۱۰
secretary@acsnc.org

شب بانوان

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

کلاس خصوصی

کلاس خصوصی عرفان و رفع
مشکلات آثار مولوی، سعدی و
حافظ توسط دکتر مسیح پور، استاد
دانشکده ادبیات دانشگاه تهران
برای کسب اطلاعات بیشتر لطفاً با
ما تماس حاصل فرمایید.
۲۹۲۲-۲۲۵-۴۰۸

(۴۰۸)۲۲۱-۸۶۲۴

نیاز مندیها

استخدام

شرکت بیمه سلاحی 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 سلاحی 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. (۴۰۸) ۲۶۲-۷۴۰۸ (۶۶۹)

برای فروش

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

برای اجاره

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



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

Download on the
 Google play

Download on the
 App Store

فصل ستارگان

دای

استراحت کافی کمی از خستگی دوران پر مشغله کاری تان می کاهد. مشغله شما بیش از گذشته خواهد شد. مراقب برخوردتان با اطرافیان باشید. این دوره بهترین فرصت است برای تصمیم گیری های جدید در مورد تحصیل و کار. ماه را با یاد گرفتن و تجربه آموختن به پایان خواهید رساند.

بهمن

مسئولیت های زیادی این روزها بر دوش تان سنگینی می کند. خرید و فروش و املاک در این دوره پرمفعت و عالی است. مجردین در سال جدید، بیشتر به زندگی اجتماعی خود سر و سامان خواهند بخشید. قراردادی را امضاء خواهید کرد. مطمئن شوید که با آگاهی کامل این کار را انجام دهید.

اسفند

دست به ماجرای زده اید که آخرش معلوم نیست. به هر حال کسی که خود را درگیر مسائل عاطفی می کند باید عواقب آن را هم بپذیرد. منتظر یک اتفاق یا خبر خوش باشید. فرصت های اقتصادی خوبی پیش می آید که باید از آنها استفاده کرد. در زمان نزدیک مهمان یا قدم نورسیده ای در راه دارید

مهر

بحث های احساسی همیشه جلوی تفکرات منطقی تان را می گیرد. عجلو هستید و عجولانه تصمیم می گیرید. بحث ها و نگرانی ها بیشتر بر سر مسائل مالی است. مرتب از این شاخه به آن شاخه می پرید. کمی ناامید هستید، اما مدت زمانی که بگذرد، اوضاع بر وفق مرادتان می شود. هم از نظر شغلی و هم از نظر خانوادگی و مالی.

آبان

سعی کنید عقل و فکرتان زودتر از زبانتان دست به کار شود. باید کمی خوددار باشید تا در زمان مناسبی کارها روبه راه شود. خبر و یا نامه ای خوشحالتان می کند. تغییر و تحولاتی در امور روزانه تان پیش خواهد آمد که ثمره اش شادی و نشاط شماست. برای کار تازه ای به شما پیشنهادهای جدیدی خواهد شد.

آذر

سرسختی شما در این دوره اوضاع را بدتر خواهد کرد. افکار منفی، اجازه تصمیم گیری درست به شما را نمی دهد. سعی کنید اوضاع و شرایط بد زندگی را تغییر دهید. از نظر مالی شرایط بهتری نسبت به دوره های قبل خواهید داشت. نباید نگران آینده باشید. شرایط اقتصادی بهتری در انتظار شما است.

تیر

یکی از علت های این سرگردانی خود شما هستید. بهتر است هدفان را مشخص کنید تا دیگران هم تکلیفشان را بدانند! هنوز همان عادت قدیمی پابرجاست. دیر به مقصد می رسید و مثل بچه مدرسه ای ها کارها را به شب امتحان موکول می کنید. باید این رویه را تغییر بدهید. از راه دور خبر بسیار خوبی را به شما خواهند گفت.

مرداد

گره کور زندگی تان بعد از مدتها باز می شود. احساس آزادی خواهید کرد. مسائل و مشکلات مالی را پشت سر گذاشته، به تعادلی در دخل و خرج خواهید رسید. وقت آن است به رویاهایتان جامه عمل بپوشانید. عده ای از متولدین این ماه به مسافرت های شغلی می روند. در هر صورت بخت و اقبال مالی این گروه بلند است.

شهریور

با شکست عاطفی که چندی قبل داشته اید، نسبت به همه بدبین هستید. گاهی به شدت دچار افسردگی می شوید و سعی می کنید آن را از خود دور کنید اما خاطرات گذشته مقابل ذهن تان رژه می روند. به آینده بهتر فکر کنید. تغذیه سالم و اصولی را جدی بگیرید. ضعف جسمی شما ریشه در بیماری روحی تان دارد.

شروالدین

به خود اعتماد داشته باشید و از آشکار کردن احساسات درونی تان نگران نباشید. یک پیشنهاد غیرمنتظره و تعجب آور می شنوید و بزودی فکرهای مغشوش و درهم تان نظم و ترتیب می گیرد و اوضاع و احوال بروفق مرادتان خواهد بود. فکرها و ایده های خوبی دارید. از آنها در کارتان استفاده کنید.

اردیبهشت

ذهن خود را به مسائل حاشیه ای معطوف نکنید. همیشه مسائل مهمتری وجود دارد که به آنها بپردازید. بیشتر وقت شما به حاشیه ها می گذرد و این میزان بازدهی شما را چه از نظر عاطفی در زندگی خانوادگی و چه از نظر مالی در محیط کار کم می کند. به فکر کینه و انتقام از کسی نباشید.

فرورداد

کمی بیشتر قدر خود را بدانید و خود را دست کم نگیرید. حتی از شما زایل شده است ولی با زبان نرمتری هم می توان مقصر را متوجه خبط و خطایش کرد. درخواستی از شما می شود بهتر است اول خوب در مورد آن فکر کنید. جوانب را بسنجید و سپس آن را قبول یا رد کنید. سفری کوتاه ولی مهمی در پیش دارید.

رستوران ساقی و بازار نوروز تقدیم میکنند جشن چهارشنبه سوری

سه شنبه ۱۴ مارچ

در محوطه بزرگ رستوران ساقی



SIAMAK JASTAN
LIVE ON STAGE



DJALIREZA



DJ SHAHIN



**BESHKAN DANCE
ACADEMY**

ADDRESS: 1392 SBASCOM AVE, SAN JOSE, CA 95128

PHONE: (408) 998-0122

عشق، هوس، نفرت

بخش اول

عباس پناهی



کردیم.» فریدون نان را به تئور زده بود. با یک نمایش نجابت و خجالتی بودن، گفت: «نه، نه، به هیچ وجه. من معذرت می خواهم که نمی توانم این خیابان ها را بشناسم و همیشه دچار سردرگمی می شوم و مجبورم از مردم سوال کنم و مزاحم بشوم.» ادب و نزاکتش مانند آب خنکی به داخل قلب دختر نفوذ کرد. با مهربانی گفت: «لطفا نشانی تان را بگویید که اگر بتوانیم، شما را تا مقصد همراهی کنیم.» فریدون گفت: «نه، نه، مزاحمتان نمیشوم- فقط همین اندازه که نشانی را بدهید ما خودمان را به آنجا می رسانیم.» سامان که تا آن دقیقه میخواست پا پس بگذارد و برود، اینبار از اصرار بی مورد فریدون به اینکه کمک دخترها را رد میکند، عصبانی شده بود و گفت: «چرا حالا خودت رو لوس میکنی؟ از دستمون در میرن ها!» فریدون جوابش را نداد و ورقه ای را از جیب در آورد و با یک خودکار به دست دختر داد و گفت: «ما میخواهیم به ویا ونتو برویم- لطفا روی این برگه به صورت خطوط، مسیرمان را نشان بدهید ما زحمت را کم میکنیم.» دو دختر به یکدیگر نگاه کردند و گفتند: ویا ونتو؟ چه خوب- ما هم به همان سمت میرویم پس دیگر تعارف نکنید و به اتفاق به آنجا برویم.

در نخستین برخورد دختران با فریدون و سامان، طرز لباس پوشیدن و اندام و نحوه ایستادنشان جلب توجه کرد. فریدون کت و شلوار آبی پر رنگ با رگه های سفید که به آن نوع پارچه ها دیپلمات میگویند با پلیوری سفید که یقه اش بلند و روی گردن تا خورده بود، با کفش قهوه ای نیم چکمه و سامان با چهره ای آفتاب سوخته تر از فریدون، با شلوار سفید و کاپشنی قهوه ای با پیراهنی کرم رنگ با کفش های مشکی از جنس ورنی به تن داشتند. هردو راست و مستقیم ایستاده بودند و حرکاتشان موقر بود و با لبخندی مؤدبانه به صورت دو دختر نگاه میکردند و به شکلی خود را آماده گرفتن نشانی و رفتن، جلوه میدادند.

دختر مو مشکی گفت: «من نادزارینا هستم و دوستم هم ماریا.» ماریا موهای بور داشت و کمی لاغر تر از نادزارینا بود. موهایش را از پشت سر جمع کرده بود. پالتویی آبی نفتی به تن داشت و چکمه ای مشکی به پا. نادزارینا پالتویی با خالهای سفید و سیاه و چکمه ای سیاه با موهایی مشکی و بلند و تاب دار که در اطراف صورتش به زیبایی با موجی آرام میجنیدند. عینکی نمره دار هم به چشم داشت که به زیباییش می افزود.

فنجان را هول هولکی و نیم خیز سرکشیدند و بقیه شیرینی را به داخل دهانشان چپاندند و از در رستوران به بیرون زدند. دخترها سریع میرفتند و خیلی زود از محل رستوران فاصله گرفته بودند و فریدون و سامان هنوز فرصت زیادی داشتند تا شیرینی ها را بچوند و فرو ببرند و لب و دهانشان را هم با دستمال تمیز کنند و مانند دو تا پسر خوب، خود را به آن دو برسانند و مؤدبانه یک آدرس بپرسند.

بالاخره پس از دویست سیصد متری دورتر به دختران رسیدند. فریدون از پشت سر، خیلی با ادب و با صدای بلند، طوری که دخترها بشنوند گفت: «اسکوزاته سینورینا» (بخشید دوشیزه خانم)... دخترها شنیدند اما پاسخی ندادند چون لهجه گوینده، لهجه ای بود غریبه و خیال کردند که گوینده، نقش خارجی ها را بازی میکند. فریدون دوباره صدا کرد: «اکس کیوز می ما ام» (بخشید خانم). دخترها دستشان را جلوی لبشان بردند و کمی سر را به جلو خم کردند و خندیدند. فریدون با کلام انگلیسی گفت: «ممکن است که از شما سوالی بکنم؟» دخترها جواب ندادند. فریدون از رو نمی رفت. باز به انگلیسی گفت: «ما اینجا غریب هستیم و دنبال آدرسی میگردیم اما نمیتوانیم پیدا کنیم.» این گفتن یکطرفه ادامه داشت اما عکس العمل مثبتی از طرف دخترها دیده نمیشد. سامان گفت: «برگردیم- از اینها آبی گرم نمیشه.» فریدون کوتاه نیامد و گفت: «کجا میخواهی بریم از این جا بهتر؟» و باز به گفتن ها و مصرا نه پرسیدن نشانی پافشاری کردن، تا آنکه حوصله دخترها سر رفت و با حرکت تندی ایستادند و برگشتند و با پر خاشی مؤدبانه گفتند: «خواهش میکنیم ادای خارجی بازی در نیارید و برید پی کارتان- ما وقت زیادی نداریم تلف کنیم.» همین اعتراض دختران، خود سر نخ برای تعقیب تا وصول به موفقیت بود. در حالی که سامان جا خورده بود و پایش سست گشته بود و قدمی به عقب گذاشت، فریدون بلافاصله از فرصت استفاده کرد و شروع به حرف زدن به زبان فارسی کرد که دو دختر به یکدیگر نگاه کردند و از اشتباهی که کرده بودند، خنده شان گرفت. خیال کرده بودند این پسر ها از بچه های هم شهری شان هستند که ادای خارجی در میاورند که دختران زیبا را تور کنند. دختری که موهای مشکی داشت یک لحظه به فریدون خیره شد و با یک حالتی از حیرت، شروع به پوزش خواهی کرد و به زبان انگلیسی گفت: «بخشید که ما درباره شما اشتباه

خود را اداره مینمودند. روز شنبه و پیش از ظهر با هم در خیابان های رم پرسه می زدند و تصمیم داشتند به مکان های توریستی بروند که در آن اماکن، مردم بیشتری جمع بودند و شور و نشاط بیشتری در آن گونه جاها موج میزد. در خیابان ویا ناسیوناله وارد امریکن بار شدند تا به عنوان صبحانه، یک کاپوچینو و یک شیرینی بخورند و پس از آن به فونتانا دی تره وی (چشمه عشاق) بروند. روی صندلی نشسته بودند که کنار درب ورودی و پنجره بزرگ قرار داشت. در حال گفتگو از این در و آن در، و سر به سر هم گذاشتن بودند که دو دختر در پیاده رو از جلوی رستوران رد شدند. هردو خوش قد و بالا و هر دو زیبا. فریدون به سامان سوقولمه زد که چه کنیم؟ آیا موافقی؟ سامان از خدا میخواست.

چون نرخ کاپوچینو و شیرینی را می دانستند، مقداری پول که انعام هم به آن اضافه شده بود روی میز گذاشتند و ته

فریدون و سامان دو دانشجوی یکی از دانشکده های شهر کاسینو، شهری تقریباً نزدیک به رم بودند که از قبل هم در ایران در دوران دبیرستان با هم در یک کلاس درس میخواندند. اینک بر حسب اتفاق هردو در یک شهر و یک دانشگاه با هم دوباره هم شاگردی شده و از اینکه باز هم در کنار هم هستند خوشحال بودند. هردو برای خواندن معماری و هنر به ایتالیا آمده و در سال سوم دانشکده مشغول به تحصیل بودند.

جمعه شبها خود را آماده می کردند که روز بعد که درس های کمتری داشتند، بدون معطلی خود را به ایستگاه راه آهن برسانند و پس از چهل پنجاه دقیقه، به رُم برسند. هردو از خانواده های متوسط بودند که می توانستند هزینه زندگی و درس خواندن فرزندان شان را تأمین کنند و ماهانه برایشان مبلغی بفرستند. فریدون و سامان هم با برنامه ریزی که برای مخارج خود کرده بودند، بخوبی زندگی

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 Rejuvvenation
- ♦ Laser Hair Removal
- ♦ Titan (Skin Tightening)

Neda Amiri R.N.

(408) 3703882

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

کولک چال

مرتفع ترین اردوگاه پیش آهنگی جهان
بزرگترین پایگاه کوهنوردی دنیا
از کتاب یاد و یادداشت به قلم: علی هاشمی

بسیاری از تهرانی ها بارها از خود پرسیده اند: آن نقطه روشن در شمال تهران که شب ها در سینه کوه می درخشد کجاست؟ آن برجی که از دور دیده می شود چیست؟ آن جاده پرپیچ و خم سبز با آن درختان انبوه به کجا راه می برد؟ جواب آن است که نام آنها «اردوگاه کولک چال» است که بنیاد آن از سال ۱۳۴۱ گذاشته شده است. سازمان ملی پیش آهنگی ایران در آن سال ها به این فکر افتاده بود که اردوگاه منظریه، با وسعت یک میلیون و چهارصد و پنجاه هزار متر مربع و بسیاری امکانات دیگر آن، کوچک و کهنه شده است و آن لطف و هیجان خود را از دست داده است. گذشته از این روح جوان همیشه تازگی و تحول را می طلبد، بنابراین با توجه به این نیاز منطقی، دکتر حسین بنایی رئیس سازمان پیش آهنگی، این ناحیه از کوه را که دارای سند قدیمی بود، به مبلغ ۸۶ هزار تومان خرید و بلافاصله شروع کرد به عمران و تسطیح و آماده سازی آن برای تشکیل اردوها و احداث تدریجی راه که باعث سؤال و حیرت هیأت مدیره امور مالی سازمان هم شد.



پیش بیش از ۲۵۰۰ نفر را در خود جای داد. در این اردوگاه، ایستگاه هواشناسی وجود دارد که مورد بهره برداری قرار می گرفت. زمین های بسکتبال، والیبال، فوتبال، استخر بزرگ فنی بین المللی، سالن های سلف سرویس فلزی در محوطه باز از جمله تأسیسات و امکاناتی است که قابل استفاده همگان است. پیش از انقلاب حتی مقدمات احداث یک سد آبی در بخش شرقی آن فراهم شده بود. همچنین غالباً در محوطه های تخت آن جوانان و ورزش دوستان به بازی پینگ پنگ می پردازند. در شمال غربی اردوگاه، ساختمانی با چند طبقه احداث شده که حدود دو هزار متر مربع زیر بنا دارد، شامل: خوابگاه، سالن اجتماعات، کتابخانه، گلخانه، سلف سرویس، آشپزخانه، سردخانه، تأسیسات، انبار، بالکن و تراس های بزرگ و در شمال شرقی آن یک باب مسجد بزرگ که به گواهی کتیبه سر در ورودی آن در سال ۱۳۵۰ ساخته شده با سالن ۲۰۰ نفری و آبریزگاه و وضوخانه، راهروها، کاشی کاری ها و مرمرهای زیبا، سال های پیش از انقلاب در سالن مسجد تابلو بزرگی وجود داشت که گویای نام اهداءکنندگان وسایل و مصالح ساختمانی این مسجد بود. معلوم نیست بعد از انقلاب چه شد؟ دنباله مطلب در صفحه ۵۲

برخی مشخصات فعلی کولک چال

کولک چال در ارتفاع ۲۷۵۰ متری از سطح دریا قرار دارد و از منظره تا آنجا حدود ۴۵۰۰ متر راه است، با شیب نسبتاً تند.

در قرن گذشته کوره راه باریک و مالروبی وجود داشت که گویا ناصرالدین شاه از آنجا با قاطر و اسب به چمن مخمل و توچال می رفته، تا سال ها پیش، این مسیر گاه گاه فقط توسط کوهنوردان حرفه ای، برای رفتن به توچال طی می شد ولی از زمانی که اردوگاه پیش آهنگی تأسیس شد، به تدریج به غیر از پیش آهنگان و کوهنوردان، سایر مردم تنوع طلب و با همت نیز به این پایگاه کوهستانی صعود می کنند.

سال ها پیش از خرید پیش آهنگی، آب این اردوگاه توسط یک چشمه تأمین می شد ولی بعدها توسعه پیدا کرد و پیش آهنگی دو منبع ذخیره آب ۷۰۰ مترمکعبی در نقاط شمال و غرب آن محوطه احداث کرد که برای آب استخر، خورد و خوراک، شستشو، آبیاری درخت ها، نانواخانه و سایر مسائل مورد استفاده قرار می گرفت. این اردوگاه حدود سه هزار نفر گنجایش دارد.

در آن سال ها با دینامیت سنگ ها را ترکانده و با بولدوزر ارتش چندین تراس بزرگ به وجود آوردند که کارگران، یا غالباً خود پیش آهنگان، ضمن اردوهای کار، به تدریج عملیات تسطیح و درختکاری آن را انجام داده اند. در این تراس ها و محوطه ها حدود ۵۰۰ دستگاه چادر می توان دایر کرد. (۴-۶) یا ۸ نفره، برای رعایت بهداشت و تأمین رفاه مردم در نقاط مختلف این اردوگاه وسیع، حدود یکصد حلقه توالست ساخته اند و در منطقه شرقی آن آمفی تئاتر بزرگی برای انجام حرکات میدانی، رژه، صف جمع، ورزش صبحگاهی، سرود و بازی ها احداث شده که با ده پله بزرگ نعلی شکل، سال ها

محدودیت های سنی راندگی سحر سلاهی

sselahi@farmersagent.com



مسئله سن، موضوع مهمی است که در بیشتر کشورها نسبت به آن سختگیری هایی انجام می شود و از یک سنی به بعد محدودیت هایی پیش روی افراد سالمند هنگام راندگی قرار می گیرد. بالا رفتن سن جزء جدایی ناپذیر طبیعت انسان است و همزمان، ایجاد برخی تغییرات در بدن باعث بروز بیماری ها و مشکلاتی می شود که نیاز به مراقبت و درمان دارد. این مسئله در مقوله راندگی که نیاز به دقت بالایی دارد، از اهمیت زیادی برخوردار است. به طور کلی، تصادفات جاده های نهمین علت مرگ و میر به شمار می رود و انتظار می رود تا سال ۲۰۳۰ به پنجمین عامل مرگ و میر در دنیا تبدیل شود. تصادفات سالانه مرگ و میر ۲/۲ درصد از کل آمار مرگ و میر جهان را به خود اختصاص می دهد. سالانه حدود ۳/۱ میلیون نفر در تصادفات جاده های جان خود را از دست می دهند که به طور متوسط آماری معادل روزانه ۳ هزار و ۲۸۷ نفر را شامل می شود. بیش از نیمی از جان باختگان تصادفات جاده های جوانان بین ۱۵ تا ۴۴ سال هستند.

حداقل های سنی در راندگی

برخی کشورها مانند ایران، مجوز راندگی را از ۱۸ سالگی برای افراد صادر می کند و آنها از این سن به بعد با دریافت گواهینامه می توانند اقدام به راندگی کنند. اما این سن در برخی دیگر از کشورها کمی متفاوت است. به عنوان مثال، کشورهایی چون استرالیا، کانادا، ال سالوادور، ایسلند، هند، استونی، مقدونیه، مالزی، نیوزلند، نروژ، فیلیپین، روسیه، عربستان سعودی، اسلونی، سوئد، انگلیس و آمریکا از جمله کشورهایی هستند که پایین ترین سن اعطای مجوز راندگی را دارند و افراد از سنین زیر ۱۷ سال می توانند به طور قانونی راندگی کنند. در این بین، در ایالت آلبرتا کانادا و چند ایالت آمریکا، افراد در ۱۴ سالگی مجوز راندگی می گیرند. این در حالی است که نیجریه با تعیین سن ۲۳ سالگی، بالاترین سن مجاز برای راندگی را در دنیا دارد.

سن بالای راننده، زنگ خطر برای مسافران

طبق مطالعاتی که در سال های اخیر در آمریکا انجام شده، محققان دانشگاه «ملون» دریافتند که شمار تصادفات و مرگ و میر رانندگانی که بالای ۸۵ سال سن دارند در مقایسه با افراد جوان حدوداً چهار برابر بیشتر است. این در حالی است که افراد سالمند در هنگام راندگی معمولاً از انجام حرکات خطرناک در بزرگراه ها و سرعت های بالا خودداری می کنند. اما مسئله ای که در این میان مطرح است، ارتباط مستقیمی با وضعیت سلامت آنها و کیفیت حواس شنیداری و بینایی آنها دارد که تحلیل رفتن آن در سنین میانسالی می تواند خطر آفرین باشد. در سال ۲۰۱۲ در آمریکا، حدود ۳۶

NOROOZ FESTIVAL & BAZAAR

نوروز فستیوال و بازار



SUNDAY MARCH 12, 2017

10:00 AM - 6:00 PM

Music and Dance Entertainment

Persian Traditional Lunch

Haft Seen Items

Persian Norooz Sweets and many more

یکشنبه ۱۲ مارچ ۲۰۱۷
۱۰ صبح الی ۶ بعد از ظهر

صرف ناهار به همراه رقص، موسیقی و حاجی فیروز

خرید انواع شیرینی های نوروزی وسایل هفت سین گل وسبزه

Cupertino Quinlan Community Center
10185 N Stelling Rd, Cupertino, CA 95014

رسید مژده که آمد بهار و سبزه دمید
وظیفه گر برسد مصرفش گل است و نبید

حافظ

بهار سوگوار

نه لب گشایدم از گل، نه دل کشد به نبید
چه بی نشاط بهاری که بی رخ تو رسید
نشان داغ دل ماست لاله ای که شکفت
به سوگواری زلف تو این بنفشه دمید

بیا که خاک رهت لاله زار خواهد شد
ز بس که خون دل از چشم انتظار چکید

به یاد زلف نگونسار شاهدان چمن
بین در آینه جویبار گریه بید

به دور ما که همه خون دل به ساغرهاست
ز چشم ساقی غمگین که بوسه خواهد چید؟

چه جای من؟ که درین روزگار بی فریاد
ز دست جور تو ناهید بر فلک نالید

ازین چراغ توام چشم روشنایی نیست
که کس ز آتش بیداد غیر دود ندید

گذشت عمر و به دل عشوه می خریم هنوز
که هست در پی شام سیاه صبح سپید

کراست "سایه" درین فتنه ها امید امان؟
شد آن زمان که دلی بود در امان امید

صفای آینه خواجه بین کزین دم سرد
نشد مکدر و بر آه عاشقان بخشید

هوشنگ ابتهاج (ه. ا. سایه)

گر نخسبی ز تواضع شبکی جان چه شود
ور نکویی به درشتی در هجران چه شود
ور به یاری و کریمی شبکی روز آری
از برای دل پر آتش یاران چه شود
ور دو دیده به تماشای تو روشن گردد
کوری دیده ناشسته شیطان چه شود
ور بگیرد ز بهاران و ز نوروز رخت
همه عالم گل و اشکوفه و ریحان چه شود
آب حیوان که نهفته ست و در آن تاریکیست
پر شود شهر و کهستان و بیابان چه شود
هین خمش باش و ببندیش از آن جان غیور
جمع شو گر نبود حرف پریشان چه شود

مولوی

بوی باران بوی سبزه بوی خاک
شاخه های شسته باران خورده پاک
آسمان آبی و ابر سپید
بر گهای سبز بید
عطر نرگس رقص باد
نغمه شوق پرستو های شاد
خلوت گرم کبوترهای مست
نرم نرمک می رسد اینک بهار
خوش به حال روزگار
خوش به حال چشمه ها و دشت ها
خوش به حال دانه ها و سبزه ها
خوش به حال غنچه های نیمه باز
خوش به حال دختر میخک که می خندد به ناز
خوش به حال جام لبریز از شراب
خوش به حال آفتاب
ای دل من گرچه در این روزگار
جامه رنگین نمی پوشی به کام
باده رنگین نمی نوشی ز جام
نقل و سبزه در میان سفره نیست
جامت از آن می که می باید تهی است
ای دریغ از تو اگر چون گل نرقصی با نسیم
ای دریغ از من اگر مستم نسازد آفتاب
ای دریغ از ما اگر کامی نگیریم از بهار
گر نکویی شیشه غم را به سنگ
هفت رنگش میشود هفتاد رنگ

فریدون مشیری

از همه سوی جهان جلوه او می بینم
جلوه اوست جهان کز همه سو می بینم
چون به نوروز کند پیرهن از سبزه و گل
آن نگارین همه رنگ و همه بو می بینم
شهریار

طوفان گل و جوش بهار است ببینید
اکنون که جهان بر سر کار است ببینید
این آینه هایی که نظر خیره نمایند
در دست کدام آینه دار است ببینید
صائب تبریزی

«عید آمد و ما خانه خود را نتکاندیم»*

گردی ز رخ آینه هاما نستاندیم
عید آمد و ما ماهی قرمز نخردیم
در باغچه ها نرگس و شب بو نشاندیم
نقلی نخردیم به شیرینی کامی
کامی نگرقتیم و گلایه نشاندیم
با کفش و کلاهی دل خوش را نخردیم
با قاصدکی نامه به یاری نرساندیم
آن خاطره هایی که تلمبار دلم بود
آن کوزه بد رنگ قدیمی نشکاندیم
از سبزه نگفتیم و ز سنبل نسرودیم
از چلچله ها یاد نکردیم و نخواندیم
با یاد کسی پنجره ای را نگشادیم
جامی نچشیدیم و شرابی نچشاندیم
در حادثه ای پای به گل ماند و از آن پس
دیگر پی سودای کسی سر ندواندیم
یک شهر در آشوب تپش های بهاری
ما گرد رخ آینه را هم نستاندیم

هما گرمی

* در استقبال از غزلی از مهدی اخوان ثالث (م. امید)

بر آمد باد صبح و بوی نوروز
به کام دوستان و بخت پیروز
مبارک بادت این سال و همه سال
همایون بادت این روز و همه روز
چو آتش در درخت افکند گلنار
دگر منقل منه آتش میفروز
چو نرگس چشم بخت از خواب برخاست
حسد گو دشمنان را دیده بردوز
بهاری خرمست ای گل کجایی
که بینی بلبلان را ناله و سوز
جهان بی ما بسی بودست و باشد
برادر جز نکونامی میندوز
نکویی کن که دولت بینی از بخت
میر فرمان بدگوی بدآموز
منه دل بر سرای عمر سعدی
که بر گنبد نخواهد ماند این گوز
دریغ عیش اگر مرگش نبود
دریغ آهو اگر بگذاشتی یوز

سعدی

قالی بافی در مناطق مختلف ایران

محمد جواد نصیری



قالیچه بافت نپاوند

ارزان تر از فرش های بیجار مورد معامله قرار می گیرند و بلاخره فرش هایی که با تقلید از نقشه های همدان بافته می شوند. فرش های قدیمی بافته شده در این گروه دارای رنگ های جالبی هستند که در میان آنها آبی روشن، نارنجی کم رنگ و همچنین رنگ سیاه که کاربرد آن کمتر در فرش

های ایرانی متداول است به چشم می خورد. غیر از این رنگ ها در مجموعه فرش های زنجان رنگ های کلاسیک قرمز و آبی و بژ و قهوه ای نیز وجود دارد. اندازه ی مطلوب بافنده های زنجانی به طور معمول دو زری و همچنین کناره است.

همدان

استان همدان یکی از مناطق با اهمیت قالی بافی ایران از لحاظ کمیت و تعداد است و در آن بیشتر از هر منطقه ی دیگر ایران فرش بافته می شود. بیشتر فرش های آن به صورت تجارتي و متوسط بافته می شوند، از جمله قالیچه های دو زری درشت بافت و ارزان قیمتی که در بازار اصطلاحاً به نام "موصل" شهرت یافته اند.

در میان انبوه تولیدات این استان گاهی نیز به فرش های مرغوبی که تحت نظارت واحد های شرکت سهامی فرش ایران بافته شده اند برمی خوریم. قالیباغان چیره دست همدان با استفاده از پشم های ظریف و براق گوسفندان محلی و رنگ هایی که بیشتر از منابع گیاهی تأمین می شوند فرش های با دوام و نسبتاً جالبی را در حداکثر تولید به بازارهای داخل و خارج می فرستند.

در گذشته هایی نه چندان دور کناره هایی با رنگ طبیعی و از پشم شتر در همدان بافته می شد که برای مفروش نمودن راهرو های تنگ و تاریک ساختمان های

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.

کرمانشاه

به کلی غیرمتعارف ترین شده است. پاره ای از فرش های این منطقه با داشتن ترنج ساعتی پیوستگی طرح های کلیایی را با طرح های فراهان، تفرش و خرّقان نشان می دهند. چنانکه برخی دیگر از فرش های ترنج دار این ناحیه طرح هایی از لادیک در ترکیه را تداعی می کنند. در کلیایی فرش هایی با طرح های بازوبند با حاشیه شیر و شگری نیز بافته می شوند.

زنجان

کوه پایه ها و دشت های زنجان از سده های پیش محل اطراق و ویلاق و قشلاق های کوتاه مدت و کم فاصله چادرنشینان کرد و شاهسون های امیرافشاری، شاهسون های اینانلو (مستقر در اطراف قزوین، و لرهایی از تیره های غیاثوند و کاکاوند بوده است. این عشایر علاوه بر گله داری که شغل اصلی آنان است به قالی بافی نیز با توجه به ارزش های اقتصادی آن اهمیت فراوانی می دهند. به جز این بافنده های ایلی در روستاها و شهرهای زنجان مانند خدابنده، ابهر، خرم دره و تاکستان نیز قالی بافی رواج قابل توجهی دارد. تنها در تک بافی ها و کارگاه های شهر زنجان و حومه آن برابر آماری نه چندان کهنه و قدیمی نزدیک به ۱۶۰۰۰ کارگر بافنده بر روی ۸۰۰۰ هزار قالی به کار گره زنی مشغول بوده اند.

روش های بافت در زنجان با توجه به یگانگی زبان و فرهنگ و ریشه های قومی ساکنین این مناطق شباهت های فراوان و بی تردیدی با بافت های آذربایجان دارد. با مختصری کنکاش و پیگیری، نشانه هایی از نقشه ها و الگوهای قفقاز را نیز در میان طرح های آن می یابیم، بیشتر در سبک های هندسی می بافند. به طور کلی در این منطقه فرش را در سه نوع مختلف بافته و به بازار عرضه میدارند.

نوع اول قالیچه ها و کناره هایی دو پوده و ضخیم بافت، نوع دیگر فرش های دو پوده با بافت ظریف که در ناحیه افشاریه آنها را با پیروی از طرح ها و رنگ های بیجار می بافند که در بازار به مراتب

صنعت قالی بافی در کرمانشاه بر خلاف شهرهای مجاور آن رونق و اهمیت چندانی ندارد و تولیدات اندک آن مانند بافته های عشایر سنجابی و کلهر بیشتر در اندازه های کلفتی و خورجین و مانند آن، به بازار عرضه می شوند. فرش های آن غالباً درشت بافت بوده و با گره ترکی بافته می شوند. طرح های هندسی و شاخه شکسته را بیشتر با رنگ هایی در فام های قرمز، قهوه ای روشن و شتری می بافند.

سنقر

عشایر نیمه چادرنشین کلیایی ساکن در سنقر و توابع آن با تولیداتی قابل توجه چه از لحاظ کمیت و چه کیفیت تا حدی کمبود های مراکز بافندگی کرمانشاه و عشایر ساکن در این استان را جبران می کنند. این عشایر در مرکز مثلی که رؤس آن همدان، کرمانشاه و سنندج است، زندگی می کنند و دست بافت های آنها بیشتر در شهر سنقر با قیمت مناسب به فروش می رسند. فرش های کلیایی به طور معمول در اندازه های ۱۳۰ در ۲۵۰ سانتی متر و یا ذرع و نیم بافته می شوند. هرچند اندازه های دیگر مانند کلفتی های کوتاه نیز به فراوانی در میان دست بافت های آن دیده می شوند.

فرش های پرتراکم کلیایی تار و پود پنبه ای و پرزهایی با ارتفاع متوسط دارند و الباف فرش های آنها به خوبی رشته شده و معمولاً با رنگ های طبیعی در فام های روشن، آبی و قرمز و سایر رنگ های کلاسیک رنگ آمیزی می شوند. کیفیت دو رنگی ناگهانی نیز گاهی در میان فرش های آنان دیده می شود. در مجموعه فرش های کلیایی به طرح های گوناگونی بر می خوریم. از جمله بافنده های این ناحیه فرش هایی با طرح های بیجار در نقش هراتی با سبک شاخه شکسته می بافند که در متن روشن ترنج های آن نقش های ساده پرندگانی به صورت مجرد دیده می شود. در متن اصلی فرش که درون آن ترنج شش گوشه ای جای دارد نقش های هراتی دیده می شوند و حاشیه فرش با نقوشی

اروپایی مناسبت فراوانی داشت. ولی امروزه به لحاظ عدم تولید پشم شتر، بافت این نوع فرش ها به بوته فراموشی سپرده شده است. فرش های همدان در سبک های منحنی و شاخه شکسته و گاهی هندسی و اغلب با طرح های ترنج دار، دسته گل، بُته ای، بندی دسته گل، هراتی، ایلیاتی و ظل السلطان بافته می شوند. طرح های آن از منطقه ای به منطقه دیگر تغییر می کند. به این ترتیب در شهرها و دهاتی که در مجاورت استان مرکزی هستند نقشه ها تحت تأثیر طرح های آن استان قرار می گیرد. در مراکز قالی بافی مجاور بیجار و زنجان بافت فرش با الهام از طرح های کردی مطابق نقشه های متداول در این مراکز تغییر حالت می دهند. این فرش ها گاهی نیز از نظر طرح با فرش ها گاهی نیز از نظر طرح با فرش های مشهد و کرمان اندکی شباهت پیدا می کنند که ملاک تشخیص آنها در این موارد گره های بکار رفته و رنگ های مصرفی و سایر ویژگی های بافت است.

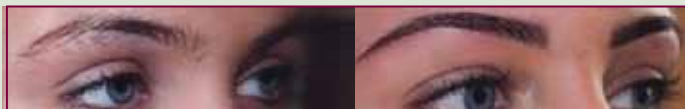
بافته های همدان بیشتر یک پوده و از نوع پرگوشت و ضخیم و با دوام بوده و گره های آن از نوع ترکی است. فرش های همدان با نقش های ساده و رنگ هایی که بیشتر منشأ گیاهی دارند در زمینه های قرمز، سرمه ای، بژ و سایر رنگ های کلاسیک بافته می شوند. **دنباله مطلب در صفحه ۵۵**

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

با تعیین وقت قبلی **شهنوش** 408-800-9149

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

کرده و پنج هزار نفر را به عنوان ساکنان مراکز بهاران اعلام کرده اما برخی اعضای شورای شهر از جمله ابوالفضل قناعتی، عضو کمیسیون عمران و حمل‌ونقل شورای شهر تهران به روزنامه «دنیای اقتصاد» گفته‌اند که تعدادی از معناتان از این مراکز رفته‌اند و چون دیگر قادر به بازگشت به محله هرنندی نبوده‌اند، دنبال محل‌های خلوت دیگر در شهر گشته‌اند و آنجا ساکن شده‌اند.

این حقیقت وقتی آشکارتر می‌شود که بدانیم ۱۵۰ هزار تا ۲۰۰ هزار نفر کارتن‌خواب در منطقه ۱۲ تهران زندگی می‌کردند. آماري که عبدالله فتح‌اللهی، رئیس سازمان نوسازی شهرداری تهران در گفت‌وگو با پایگاه خبری وزارت راه و شهرسازی در تاریخ ۱۱ آبان ۱۳۹۴ اعلام کرده است.

با وجود مداخله چند گروه و سازمان در مساله بیخانمانان، معلوم نیست که کدام، مسئولیت اصلی را در سامان دهی وضعیت آنها دارند. نیروی انتظامی، شهرداری یا بهزیستی؟ اینکه چه کسی باید برای آینده آنها برنامه‌ریزی کند و امکانات رفاهی، ایجاد اشتغال و بازپروری برای آنها چقدر است، پاسخ روشنی ندارد. اقبال شاکری، رئیس کمیته عمران شورای شهر تهران به «جهان اقتصاد» گفته که چون همه حلقه‌های سیستم مقابله با آسیب‌های اجتماعی با هم و به‌درستی کار نمی‌کنند، لطمه اقدامات جزیره‌ای شهر را مبتلا می‌کند.

به گفته شاکری، تاکنون ده‌ها جلسه مشترک میان مسئولان نیروی انتظامی، سازمان بهزیستی، مدیریت شهری و قوه قضاییه برگزار شده است و همه نهادها در جریان وضعیت هستند، اما از آنجا که این چرخه به درستی نمی‌چرخد، در نتیجه مداخلات صرفاً جنبه مقطعی پیدا می‌کند و آن‌گونه که باید راهگشا نیست. تا آن زمان که این چرخه درست بچرخد، بیخانمانان شهرهای بزرگ تهران جایی امن‌تر از حاشیه اتوبان‌ها نخواهند داشت.

تخریب بافت فرسوده و اجرای مقررات راهنمایی و رانندگی است؛ تجربه‌ای که محمدباقر قالیباف شهردار تهران، پیش‌تر در زمانی که رییس پلیس تهران بود، آن را به شکلی دیگر در محله «خاک سفید» تهران آزموده بود. قالیباف که معتقد بود «در قسمت‌هایی از منطقه ۱۲ مانند محله هرنندی جریان زندگی مختل شده است»، این بار تلاش کرد با رویکرد پلیسی آمیخته به فرهنگ، صورت مساله را در منطقه ۱۲ تهران کاملاً پاک کند. اما حتی عملکرد او درباره محله خاک سفید محل این انتقاد است که با حمله به یک محله، پلمب مراکز آسیب‌زا و دستگیری و اعدام یک عده، چه تعداد از ساکنان آن محله به جای بازپروری و دریافت کمک‌های اجتماعی، به زیر پل‌ها،



زوجی که نوزاد خود را در حاشیه بزرگراه به دنیا آوردند

داخل گورها و جوی‌ها نقل مکان کرده‌اند؟ با وجود این پرسش‌ها، به دنبال اجرای این طرح در منطقه ۱۲، محله هرنندی تهران، معناتان بیخانمان «جمع‌آوری» شدند؛ اما نه همه که برخی از آنها. معاون اجتماعی و فرهنگی شهردار تهران گفته بود «قرار نیست مواجهه با معناتان به شکلی صورت گیرد که آنها به مناطق همجوار نقل مکان کنند یا در شهر پراکنده شوند، بلکه برنامه‌ریزی لازم برای انتقال آنها به کمپ‌های ترک اعتیاد و پس از آن مهارت آموزی برای کسب درآمد با همکاری دستگاه‌های ذیربط صورت گرفته

است»، اما این ادعا با افزایش تعداد معناتان پراکنده در شهر تأیید نمی‌شود.

به دنبال اجرای این طرح بوده که اعضای شورایی مناطق ۱۰، ۱۱، ۱۳، ۱۴، ۱۵، ۱۶ و ۱۷ که در اطراف منطقه ۱۲ قرار دارند، در شورای شهر گزارش‌هایی از افزایش معناتان در این مناطق داده‌اند.

گرچه شهرداری تهران آمارهایی از اسکان دادن بیخانمانان در مراکز «بهاران» شهرداری تهران ارائه



زندگی در حاشیه‌های دور از دسترس

نعیمه دوستدار

آلودگی هوا، سومین معضل جدی ترافیکی تهران محسوب می‌شود.

با اینکه سال‌ها از زندگی بیخانمان‌های تهران در حاشیه اتوبان‌ها، داخل جوی‌های سرپوشیده، زیر پل‌ها و داخل پارک‌ها می‌گذرد، اما به نظر می‌رسد ناهماهنگی میان دستگاه‌های اجرایی مانند شهرداری و نیروی انتظامی و اجرای طرح‌های ضربتی، عجولانه و کارشناسی نشده به گسترش این

کارتن خواب، گور خواب و اتوبان خواب. این آخری اگر عمرش بیشتر از قبلی‌ها نباشد، کمتر نیست. سال‌هاست که نقاط کم رفت و آمد تهران به محل سکونت و شب‌خوابی بیخانمانان تبدیل شده‌است و چه جایی بهتر از حاشیه‌های اتوبان‌ها که از پیش با گاردریل‌ها بسته شده‌اند و ماموران جمع‌آوری بیخانمان‌ها و معناتان «متجاهر» جرات و حوصله هجوم به این محل‌ها را ندارند و دست کم تا مدتی پناهگاه‌شان امن می‌ماند.

اتوبان خواب‌ها تنها بخشی از تصویر تیره حاشیه نشینی در ایران هستند که به عنوان یک پدیده در حال گسترش با آمارهای تکان‌دهنده، مدت‌هاست که زنگ خطر را در زمینه آسیب‌های اجتماعی در ایران به صدا درآورده است. بهمن مشکینی مشاور وزیر کشور ایران پیش‌تر گفته که ۱۱ میلیون حاشیه‌نشین و بیش از هفت میلیون ساکن مناطق بافت فرسوده در کشور وجود دارند که جمعا ۱۸ میلیون حاشیه‌نشین را تشکیل می‌دهند.

بزرگراه‌ها: پناهگاه‌های استتار شده

ده بزرگراه مهم تهران شامل بزرگراه‌های بابایی، چمران، حکیم، همت، محلاتی، مدرس، شیخ فضل‌الله نوری، نیایش، امام علی و آیت‌الله کاشانی بهترین مکان‌ها برای اتوبان‌خوابی هستند. حاشیه‌هایی خلوت و بدون تردد و بی‌صاحب. کسی در حاشیه این اتوبان‌ها زندگی نمی‌کند که نگران زشتی محل سکونت یا انتقال آسیب‌های اجتماعی به اهالی محل باشد. حاشیه‌ها را بوته‌ها و درختان استتار کرده‌اند و رانندگانی که به سرعت از اتوبان‌ها می‌گذرند، متوجه زندگی پنهان در آنها نمی‌شوند.

هرازگاهی اما این نظم و آرامش به هم می‌ریزد. پناهگاه را باید برای جمع کردن زباله و خرید مواد ترک کرد. باید از روی گاردریل‌ها به دل اتوبان پرید و از خیابان گذشت. اگر راننده، بیخانمان زنده‌پوش را نبیند، سرنوشت او مرگ است.

رانندگانی که از این اتوبان‌ها می‌گذرند، تجربه مواجهه با ساکنان اتوبان را در ساعت‌های آغازین روز و پایانی شب دارند اما اداره تصادفات راهنمایی و رانندگی آماري از کشته‌شدگان و آسیب‌دیدگان تصادف رانندگان با این افراد منتشر نکرده است. با این حال بر اساس برخی گزارش‌ها، تصادف رانندگان با بیخانمان‌هایی که از بزرگراه می‌گذرند، پس از ترافیک و

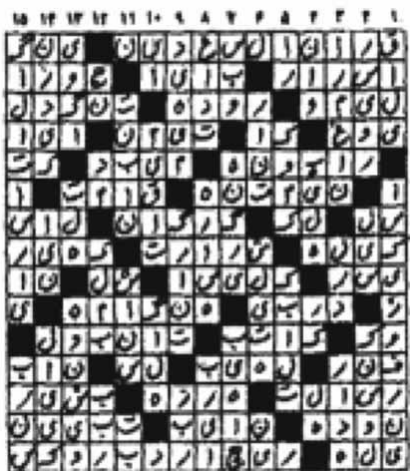
موضوع در نقاط مختلف شهر و افزوده شدن بر ابعاد آن کمک کرده است. نگاه حاکمیت ایران به مساله حاشیه نشینی و معناتان بیخانمان نگاهی همدلانه و مسئولانه نیست. نمونه‌اش نگاه ابوالفضل رضوی، معاون توسعه روستایی و مناطق محروم ریاست جمهوری که سال گذشته گفته بود: «زمانی که آفات حاشیه‌نشینی را بررسی می‌کنیم، متوجه می‌شویم که این مساله جز هزینه برای این نظام، هیچ چیز دیگری در پی نداشته است.»

با همین نگاه است که اجرایی طرح‌هایی برای از میان برداشتن کسانی که به قول این مقام مسئول «نظم‌پذیر نیستند»، بر ابعاد ماجرا اضافه می‌کند.

انضباط گاز انبری در شهر

از جمله طرح‌هایی که باعث پراکنده شدن بیخانمان‌ها و معناتان در نقاط مختلف شهر شده، اجرای طرحی است موسوم به «طرح انضباط شهری با مشارکت شهروندان» که اجرای آن از سال ۹۴ با بودجه ۲۵۰ میلیارد تومانی در منطقه ۱۲ تهران آغاز شده است.

این طرح در سه حوزه انضباط اجتماعی، انضباط کالبدی و انضباط ترافیکی به دنبال جمع‌آوری معناتان «متجاهر» و بیخانمانان، تغییر چهره شهر از طریق





جهانیان

می کوشم من با جهانیان هم جهان باشم همیشه
 خاک گردم زیری پای ء مردمان باشم همیشه
 می کوشم من از جهان باشم سپس از میهنم
 در میان این جهان من زاوران باشم همیشه
 می کوشم من پل بگردم پل میانی دیگران
 مرز بردارم میانی ء کشوران باشم همیشه
 می کوشم من همدلی آرم میانی هومنان
 هومنان این جهان را جانی جان باشم همیشه
 می کشم من پل بگردم پل برای دوستی
 در میان این جهان من رهروان باشم همیشه
 می کوشم من این جهان را رنگ بوی مهر دهم
 در همه پندار مردم هم دلان باشم همیشه
 می کوشم من تا که بردارم جهان از دوشمنی
 دوست گردن اشغ گردن شادمان باشم همیشه
 می کوشم من آرزویم را به گردون می رسم
 بهر گردون باختر من هم زبان باشم همیشه

باختر خور آسانی

سر دبیر محترم ماهنامه بسیار پر بار پژواک، خانم پرویزاد عزیز،
 بعد از سلام و حواله‌پرسی می خواستم به اطلاع شما برسانم که به مدت دو سال است
 که من و تعدادی دیگر از هواداران مجله پژواک، گرد هم آیی تشکیل داده ایم که ماهی
 یکبار جمع می شویم و هر کدام مقاله ای را انتخاب کرده و با صدای بلند برای یکدیگر
 می خوانیم و بعد از خواندن، در مورد آن مطلب صحبت کرده و نظر می دهیم. دو سال
 پیش در اولین جلسه پنج نفر حضور داشتند. امروز این تعداد به ۳۳ نفر رسیده است.
 غرض از نوشتن این نامه تشکر و سپاس از زحمات سرکار علییه می باشد که نه تنها با
 همت و پشتکار شما، ماهنامه ای به این وزینی، چاپ و توزیع می شود که باعث افتخار
 و سر بلندی برای جامعه ما است، بلکه برای این گروه، دور هم جمع شدن و خواندن و
 صحبت کردن در مورد مطالب این ماهنامه بهترین دوی روحی و معنوی می باشد و ما
 سپاسگزار شما هستیم. ارادتمند، ن. ارجمند، سن حوزه

دوستداران شعروادب پارسی، امیدوارم گنجینه های شعر و ادب پارسی را که یادگار بزرگان فرهنگ
 شکوهمند پارسی است و موضوع این مجموعه کتاب ها می باشد با سفارش و خرید آنها ارج گذاری.
 قیمت هر جلد ۲۰ دلار



Telephone number to order the books 516-208 7787. Email :parviznezami@yahoo.com



کایروپراکتیک قادر به درمان کدام مشکلات است؟

بسیاری از مردم فکر می کنند که متخصصان استخوان تنها برای درمان درد گردن و
 کمردرد خوب هستند. در حالیکه آنها علاوه بر این‌ها، بسیاری دیگر از بیماری‌ها را
 در این زمینه می‌توانند درمان کنند. متخصصان استخوان دوره‌ی تخصص خود را به
 طور عمده درباره‌ی آسیب‌های عضلانی استخوانی می‌گذرانند. اگر مشکلی خارج از
 این حوزه رخ دهد، بهتر است که افراد به پزشکان عمومی مراجعه کنند.

کمردرد

مسئله کمردرد اساس کار تمام
 متخصصان استخوان است. در واقع
 آنها می‌توانند بررسی‌های زیادی روی
 غضروف بین استخوان‌های تهیه‌گاهی و
 خاجی انجام دهند- بخشی که مثانه را
 با پائین‌ترین بخش ستون فقرات پیوند
 می‌زند تا بتواند درد را در این ناحیه
 تسکین دهد.
دردهای زایمان
 احساس درد در دوران بارداری یک مساله
 طبیعی بوده و اغلب هماهنگی نامناسب
 عضلات لگنی می‌تواند علت کمردرد

با همکاری یکدیگر می‌شود به سرطان گفتن را

**همه باهم
 امید بکاریم
 در دل این کودکان**

از طریق موسسه خیریه HOPE می‌توانید دست‌های سرد کودکان
 سرطانی را با دست‌های گرم‌تان بگیرید. برای این امر خیر لطفاً با شماره
 تلفن ۲۹۰۲-۹۳۱-۴۰۸ تماس گرفته و یا مستقیماً از طریق لینک
<http://www.acco.org/hope/> کمک‌های خود را اهدا نمایید.
 موسسه خیریه HOPE زیر مجموعه
American Childhood Cancer Organization
 (ACCO) است و کمک‌های مالی شما Tax Deductible می‌باشد.
با HOPE امید ادامه دارد!

دیگران برایت بسیار راحت خواهد بود». برداشت و رفت به داخل اتاقش و در را با صدای بلند کوبید به هم. سرم را برگرداندم و نگاهی به خانم و آقا انداختم. مادر با حالتی که یعنی چیز مهمی اتفاق نیافتاده و این یک رفتار بسیار معمولی بوده که از بچه هفت ساله اش سر زده، با لبخند گفت: «آخه میدونید چی شده؟! بیچاره بچه که تقصیری نداره! با همکلاسی هایش برنامه گذاشته که فردا شب بیان منزل ما و از شانس بد، فردا شب تولد بچه خواهر شوهرم هم هست و قول داده بودیم که بریم منزلشون. الان پیش پای شما، دحترم بهم گفت که برای فردا برنامه گذاشته و تا بهش گفتیم که تولد فلانی باید بریم، یکم ناراحت شد!». بعد سرش را به طرف شوهرش برگرداند و گفت: «خب، فکر کنم که ناچاریم رفتنمون را به تولد کنسل کنیم!!» و شوهرش نیز با او موافقت کرد و دختر خانم را صدا کردند تا خبر خوش را به او بدهند، که البته دختر خانم هم بعد از اینکه فهمید به خواسته اش رسیده، بدون هیچگونه عکس العملی و یا اقلا یک تشکر خشک و خالی، تلفن را برداشت تا به دوستانش زنگ بزنه و پارتی فردا شب را بهتر برنامه ریزی کنه.

در مدت چند ساعتی که آنجا بودیم، این بچه رفتارهایی از خودش نشان داد که خیلی دلم می خواست شانه های پدر و مادرش را می گرفتم و با شدت تکان می دادم تا شاید از خواب رویایی و یا بهتر بگم، از کابوس وحشتناک که در مورد این بچه داشتند بیدار شوند! اما ترجیح دادم که حرفی نزنم و یقوت خدای نکرده ناراحتشان نکنم، چون فکر کردم که هر چه این بچه بزرگتر شود، زجر می کشد که به این پدر و مادر بدهد برای هفت پشتشان بس است، و این اول راه می باشد. **دنباله مطلب در صفحه ۷۷**



یادم میاد زمانی که بچه بودم، وقتی خدا بیامرز مادرم می خواست من را به همراه خودش برای خرید بیرون ببرد، بهم سفارش و یادآوری می کرد و می گفت: «دخترم، یادت باشد که در حین خرید به هیچ عنوان حرف اینکه من اینو میخوام یا اونو میخوام را نرنی. اگر به چیز ضروری احتیاج داشته باشی خودم برات می خرم!». منم که در زمان کودکی، بچه حرف گوش کنی بودم، هر موقع که با مامان و یا هر کس دیگری برای هر نوع خریدی بیرون می رفتم، هیچوقت نق و نوق و شری به پا نمی کردم و بسیار مطیع بودم. به طور مثال اگر پشت ویتترین مغازه ای عروسک و یا اسباب بازی بود که چشمم را به خود جلب میکرد، فقط چند دقیقه ای بهش خیره می شدم تا اینکه صدای مامان من را از عالم رویایی خود بیرون می آورد. نه نق می زدم، نه گریه میکردم و نه ادا بازی های بی معنی و لوس در می آوردم. جالب اینجا بود که شاید سه یا چهار ماه بعد، به مناسبتی، مامان همان اسباب بازی را که چشمم را گرفته بود، بهم هدیه می داد که یادم میاد چقدر باعث ذوق و شوقم می شد و از همه مهمتر بسیار نیز قدرش را می دانستم و با دقت و توجه زیادی ازش مراقبت میکردم که یک وقت خدای نکرده خراب و یا کثیف نشود.

مادرم برایم دنیایی بود و با سن بچگی نمی توانستم بفهمم که او چطور می دانسته که من از چنین اسباب بازی خوشم آمده بود. البته بعدها که بزرگتر شدم، فهمیدم که در زمانی که پشت ویتترین مغازه ایستاده و به اسباب بازی و یا هر چیزی که چشمم را به خود جلب کرده بود، خیره می شدم، از قرار معلوم مامان متوجه می شد و بدون اینکه من بفهمم، اسباب بازی را می خرید، قایم می کرد و چند ماه بعد به مناسبتی بهم می داد. از این راه، هم مهر، محبت و عشق مادرانه خودش را به من نشان می داد و هم با چنین رفتاری باعث می شد که نه تنها لوس بار نیایم، بلکه در زندگی قدر و ارزش چیزهایی را که بهم داده می شد بدانم. با اینکه تنها فرزند خانواده بودم و به قول معروف یکی یکدونه، و با اینکه به اندازه کافی عشق و محبت را در خانواده می دیدم و حس می کردم و با اینکه از نظر وضع مالی نیز راحت بودیم، اما رفتار و تربیت صحیح مامان و بابا، با من طوری

نوشتن بر سنگ قبر به فارسی و انگلیسی

با خط نستعلیق

۸۶۲۴-۲۲۱(۴۰۸)



۸ مارس روز جهانی زن

هشتم مارس، روز جهانی زن در بسیاری از کشورهای جهان گرامی داشته می شود. ۸ مارس روزی است که زنان جهان بدون توجه به گرایش‌های مختلف فکری، عقیدتی، نژادی و... به یادآوری موفقیت‌ها و دستاوردهای شان می پردازند. در حقیقت، این روز مجالی است برای نگاه کردن به گذشته در مسیر تلاش‌ها، منازعه‌ها و فعالیت‌های پیشین، و بیشتر برای نگرستن در راستای حرکت‌های پیش رو برای باز کردن راه در جهت شکوفایی استعدادها و فرصت‌هایی که در انتظار نسل آینده زنان است.

علت انتخاب ۸ مارس به عنوان روز جهانی زن
سالانه میلیون‌ها تن زن و مرد در اقصی نقاط جهان در روز هشتم مارس با ترتیب اجتماعات و گردهمایی‌ها این روز را گرامی می‌دارند. انتخاب روز هشتم مارس به عنوان روز زن به خاطر مبارزه زنان کارگر فابریکه نساجی کتان در سال ۱۸۵۷ میلادی در شهر نیویورک توانستند از این حادثه نجات یابند و مابقی ۱۲۹ تن از زنان کارگر در این آتش سوختند.



تظاهرات زنان در روز ۸ مارس، ۱۹۱۱ در آمریکا

آمریکا بر می‌گردد. شرایط کاری سخت و غیر انسانی با دستمزد کم کارگران زن در اوایل قرن بیستم که همراه با مردان در کشور های صنعتی وارد فابریکات و بازار کاری شده بودند آنان را وادار به مبارزه علیه این بی‌عدالتی به شکل سازمان یافته و منظم نمود. در این روز کارگران نساجی زن در یک کارخانه بزرگ پوشاک برای اعتراض علیه شرایط بسیار سخت کاری و وضعیت اقتصادی شان دست به اعتصاب زدند. خاطره این اعتصاب برای کارگران فابریکه نساجی باقی ماند. نارضایتی عمومی از این شرایط برای زنان کارگر ادامه داشت.

هشتم مارس سال ۱۹۰۸ میلادی: بعد از گذشت بیش از پنجاه سال، کارگران زن کارخانه نساجی کتان در شهر نیویورک به منظور احیا خاطره اعتصاب در این روز را که تبعیض، محرومیت و فشار کار و حقوق بسیار کم زنان را بیاد می‌آورد دست به اعتصاب زدند، صاحب این کارخانه به همراه نگهبانان به خاطر جلوگیری از همبستگی کارگران بخش‌های دیگر با اعتصاب‌گران و عدم سرایت آن به بخش‌های دیگر، این زنان را در محل کارشان محبوس ساخت و بعدا به دلایل نامعلوم کارخانه آتش گرفت و فقط تعداد کمی از زنان

حزب سوسیالیست آمریکا این روز را به افتخار و تجلیل از اعتصاب کارگران نساجی نیویورک، که در آن زنان علیه شرایط کاری خود اعتراض کرده بودند، برگزید.

در سال ۱۹۱۰ کنگره جهانی سوسیالیست‌ها، طی جلسه‌ای در کپنهاگ، «روز زن» را روز بین‌المللی زنان اعلام و آن را به عنوان حرکتی در جهت کسب حقوق زنان و گسترش حمایت به منظور دستیابی زنان به حق رای در سراسر جهان، تثبیت کرد. طرح پیشنهادی با موافقت بیش از یکصد تن از زنان از ۱۷ کشور جهان در این کنگره به تصویب رسید، و نخستین پیامد آن، انتخاب سه زن در پارلمان فنلاند بود. در این کنگره تاریخ ثابتی برای برگزاری مراسم انتخاب نشد.

در سال ۱۹۱۱ بازتاب کنگره کپنهاگ سبب شد که روز جهانی زن برای نخستین بار (۱۹ مارس) در اتریش، دانمارک، آلمان و سوئیس برگزار شود، یعنی در کشورهایی که بیش از یک میلیون زن و مرد در تظاهرات بزرگی شرکت و حق رای برای زنان، امکان دستیابی به مشاغل دولتی، حقوق زنان برای کار، آموزش حرفه‌ای و پایان تبعیض شغلی را مطالبه کردند.

در سال‌های ۱۹۱۳-۱۹۱۴ با شروع جنگ جهانی، روز جهانی زن، دستمایه‌ای برای جنبش‌های زنان در سراسر



کلارا زتکین، از رهبران جنبش بین‌المللی زنان

اعتراض و اعتصاب خود و با درخواست «نان و صلح» انتخاب کردند (که بر اساس تقویم گرگوری روز ۸ مارس قطعیت پیدا کرد). چهار روز بعد، تزار روسیه استعفا داد و دولت موقت حق رای برای زنان را به رسمیت شناخت.

سازمان ملل متحد و برابری جنسی
قطعنامه سازمان ملل متحد که در سال ۱۹۴۵ امضا شد، نخستین توافقنامه‌ای بود که اصل برابری زن و مرد را تصریح کرد. از آن زمان تاکنون، این قطعنامه بین‌المللی که منجر به ارائه استراتژی‌ها، استانداردها، برنامه‌ها و اهداف مختلف از سوی سازمان ملل شده، در پیشرفت موقعیت و وضعیت زنان در سرتاسر جهان موثر بوده است. پس از



تظاهرات زنان در روز ۸ مارس، ۲۰۱۶ در آمریکا

سال‌ها، سازمان ملل متحد و آژانس‌های تخصصی‌اش مشارکت زنان را به عنوان شرکا برابر با مردان در دستیابی به پرورش، صلح، امنیت، و احترام کامل برای حقوق بشر مداوم، ترفیع داده‌اند. قدرت و اختیار زنان، نشان از چهره آشکار تلاش‌های سازمان ملل متحد با نظارت و تصحیح چالش‌های اجتماعی، اقتصادی و سیاسی در سراسر جهان دارد.

جهان شد تا آن‌را به روزی برای اعتراض به جنگ جهانی تبدیل کنند. زنان روسی، به عنوان بخشی از جنبش صلح‌خواهی، نخستین مراسم روز جهانی زن را در آخرین یکشنبه ماه فوریه برگزار کردند. زنان در دیگر نقاط اروپا نیز حول و حوش ۸ مارس در اعتراض به جنگ و با ابراز همبستگی با دیگر فعالان، تظاهرات باشکوهی برپا ساختند.

در سال ۱۹۱۷ زنان روسی، علیه عاقبت شوم جنگ، آخرین یکشنبه فوریه را برای



داشته باشند، دلیلی قانع کننده برای آن‌ها ایجاد خواهد شد که به منظور ذخیره دارایی‌های خود از دلار استفاده نمایند.

به عنوان مثال در صورتی که ایتالیا بخواهد از کویت نفت خریداری نماید، ابتدا باید در بازار جهانی دلار تهیه نماید تا بتواند پول خرید نفت را بپردازد. این مسئله یک بازار تقاضای مصنوعی برای دلار ایجاد میکند. در این شرایط حتی برای کشورهایی که هیچ تبادل کالایی یا خدمتی با آمریکا ندارند، دلار نقش واسطی را برای خرید و فروش نفت ایفا میکند.

این ترتیبات به شدت قدرت خرید دلار را افزایش داد. همچنین این نظام پترودلار یک بازار گسترده و انعطاف پذیر برای دلار و اوراق قرضه آمریکا ایجاد کرده است. علاوه بر این به دلیل این تقاضای گسترده دلار در دنیا، آمریکا جایگاه ویژه در واردات کالا، خصوصا نفت از دیگر کشورها پیدا کرده که در قبال آن تنها دلار می‌پردازد، که به سادگی قابل چاپ است.

بسیار دشوار است که بتوانیم تمامی مزایایی که نظام پترودلار برای آمریکا ایجاد کرده است را تعیین کنیم اما به طور خلاصه میتوان گفت نظام پترودلار سطح زندگی مردم آمریکا را به سطحی بسیار بالاتر از سطحی که دهه‌ها در آن قرار داشتند رساند.

به همین دلیل است که رسانه‌ها و مقامات سیاسی اصلی در آمریکا رفتار متفاوتی با سعودی‌ها دارند. همین دلیل است که موجب شده است سعودی‌ها در لیست تحریم مهاجرت به آمریکا قرار نگیرند. غیبت عربستان در این لیست - به عنوان کشوری که ۱۵ نفر از ۱۹ هواپیما ربای حمله تروریستی ۱۱ سپتامبر از این کشور بودند - یک حذف آشکار و غیرمنتظره بوده است. به طور خلاصه، نظام پترودلار به مانند چسبی است که آمریکا و سعودی را به یکدیگر نزدیک کرده است.

نظام برتون وودز ۲۷ سال به طور انجمنی تا به حال بیش از ۴۰ سال از شروع به کار نظام پترودلار می‌گذرد. اما به نظر میرسد کم کم میزان جذابیت این نظام نیز در حال افول است.

پترودلار برای رئیس جمهور نیکسون و وزیر خارجه او هنری کسینجر، یک شاهکار ژئوپلیتیک و مالی به حساب می‌آید.

از برتون وودز تا پترودلار

آمریکا در طی سال‌های ۱۹۷۲ تا ۱۹۷۴ توافق نامه‌هایی را با عربستان منعقد کرد تا بتواند نظام پترودلار را پایه‌ریزی نماید. آمریکا به این دلیل عربستان را برای این هدف انتخاب کرده بود که ذخایر نفت فراوانی داشت و در اوپک نیز یکی از تأثیرگذارترین کشورها بود - علاوه بر این خاندان سعودی به سادگی فساد پذیر بود و هست.

علاوه بر این آمریکا برای این انتخاب دلایل ژئوپلیتیک نیز داشت. در زمان جنگ سال ۱۹۷۳ بین اعراب و اسرائیل، کشورهای عربی فروش نفت به آمریکا را به دلیل حمایت از اسرائیل تحریم کردند. در پی این تحریم قیمت نفت ۴ برابر شد، نرخ تورم بالا رفت و بازار بورس آمریکا نیز با وضعیت بحرانی مواجه شد.

در واقع در آن زمان آمریکا جایگاهی آسیب پذیر در مقابل کشورهای فروشنده نفت داشت و قصد داشت کشورهای عربی را از سلاح بالقوه‌شان که همان نفت بود، خلع سلاح نماید. برای این کار آمریکا تصمیم گرفت عربستان سعودی را که تا آن زمان دشمن آمریکا بود، به متحد خود تبدیل نماید. علاوه بر این اتحاد میتوانست تأثیرات شوری را در منطقه محدود نماید.

نظام پترودلار توافقی بود که طبق آن آمریکا متعهد شد بقای خاندان سعودی را تضمین نماید و در مقابل عربستان سعودی نیز موارد زیر را تعهد کرد:

استفاده از نفت به عنوان یک اسلحه را کنار بگذارد؛ از جایگاه ویژه خود در اوپک استفاده کند تا تمامی تراکنش‌های مالی خرید و فروش نفت با استفاده از دلار انجام بگیرد.

میلیاردها دلار از درآمد نفتی خود را در خزانه آمریکا سرمایه‌گذاری نماید. این مسئله به آمریکا اجازه میداد بدهی بیشتری ایجاد نماید و بتواند کسری بودجه غیرمدیریت شده خود را تأمین مالی نماید.

نفت بیشتری حجم مبادله را در بین کالاهای جهان دارد و یکی از راهبردی‌ترین کالاهای جهان است. در صورتی که دیگر کشورها برای تجارت نفت به دلار نیاز

چرا ترامپ حساب عربستان را جدا کرده است؟

آمریکا بعد از کنار گذاشتن نظام برتون وودز، به دنبال انگیزه‌ای برای رواج دلار در دنیا بود. ایجاد نظام پترودلار با کمک عربستان توانست این هدف را برای آمریکا محقق نماید. علت روابط خاص و نزدیک آمریکا و عربستان در سال‌های گذشته نیز بهره‌برداری آمریکا از نظام پترودلار بوده است. اکنون که بیش از ۴۰ سال از شروع به کار نظام پترودلار گذشته، نظام پترودلار نیز در آستانه فروپاشی قرار گرفته است.

رئیس جمهور نیکسون نیز برای جلوگیری از کاهش بیشتر ذخایر طلای آمریکا، در اواخر سال ۱۹۷۱، به روند فروش طلا در ازای دلار پایان داد. این اقدام عملا به نظام پولی برتون وودز پایان داد و از آن پس نرخ برابری دلار به طلا دیگر ثابت نبود. از آن زمان به بعد دلار ارزی کاملا بدون پشتوانه بوده و بانک مرکزی آمریکا این اختیار را داشته است که هرچقدر بخواهد دلار جدید منتشر نماید.

البته رئیس جمهوری نیکسون در آن زمان اعلام کرده بود این تعلیق فروش طلا در ازای دلار، اقدامی موقت است. میتوان گفت این گفته دروغ شماره ۱ او در این زمینه بوده است؛ چراکه با گذشت بیش از ۴۰ سال همچنان همین شرایط پابرجاست.

همچنین او ادعا کرده بود این اقدام برای محافظت آمریکا در مقابل دلالتان جهانی ضروری بوده است. این گفته نیز دروغ شماره ۲ نیکسون بوده است؛ در واقع دلیل اصلی این اقدام عدم امکان چاپ پول برای تأمین مالی هزینه‌های خارج از کنترل دولت آمریکا در آن زمان بوده است.

علاوه بر این نیکسون گفته بود این اقدام به ثبات ارزش دلار در بازارهای جهانی کمک خواهد کرد. این گفته نیز دروغ شماره ۳ او بوده است. حتی با استناد به آمار دولت آمریکا (که برخی آن را غیر واقعی میدانند)، ارزش دلار از سال ۱۹۷۱ تا کنون بیش از ۸۰ درصد کاهش یافته است.

مرگ نظام پولی برتون وودز، که آمریکا برخلاف وعده اولیه خود آن را کنار گذاشت، عواقب ژئوپلیتیک عمیقی در پی داشت. مهمتر از همه اینکه این اقدام انگیزه اصلی کشورها برای ذخیره دلار و استفاده از دلار در مبادلات بین‌المللی را از بین برد. به همین دلیل از آن زمان تقاضا برای دلار رو به کاهش گذاشت و همچنین قدرت خرید دلار نیز سقوط کرد. به همین دلیل دولت آمریکا ترتیبات جدیدی را طراحی کرد که به دیگر کشورها دلیل متقاعد کننده‌ای برای استفاده از دلار ارائه نماید.

این ترتیبات جدید که نظام «پترودلار/دلار نفتی» نام داشت، جایگاه ویژه دلار را به عنوان ارز اول جهان به منظور ذخیره و استفاده در تجارت حفظ کرد. نظام

در ماه اگوست سال ۱۹۷۱ میلادی، نیکسون رئیس جمهور وقت آمریکا تعهد این کشور به ثابت نگه‌داشتن نرخ برابری دلار با طلا را به طور رسمی پایان داد. این اتفاق یکی از حوادث مهم تاریخ آمریکا بوده است و تأثیر آن از حوادثی همچون سقوط گسترده شاخص بورس در سال ۱۹۲۹، ترور جان اف کندی رئیس جمهوری وقت و یا حمله تروریستی یازده سپتامبر نیز بسیار بیشتر بوده است. با اینحال اغلب مردم آمریکا اطلاع چندانی از آن ندارند.

بعد از جنگ جهانی دوم آمریکا با اختلافی زیاد از دیگر کشورهای جهان، دارنده‌ی بزرگترین ذخایر طلای جهان بود. این مسئله در کنار پیروزی در جنگ موجب شد آمریکا بتواند دلار را به عنوان ارز رایج جهانی در نظام پولی جهان به دیگر کشورها تحمیل نماید. در این نظام پولی جدید که در سال ۱۹۴۴ و در کنفرانس برتون وودز پایه‌گذاری شد، نرخ برابری تمامی ارزهای جهان به دلار نرخ ثابت در نظر گرفته شد و نرخ برابری دلار به طلا نیز به ازای هر انس ۳۵ دلار ثابت شد.

نظام پولی برتون وودز، دلار را به واحد پولی برتر دنیا برای ذخیره دارایی کشورهای جهان نیز تبدیل کرد. در واقع از آنجا که تجارت جهانی با دلار انجام میشد، دیگر کشورها مجبور بودند برای تسهیل در تجارت خارجی خود دلار ذخیره نمایند. همچنین از آنجا که نرخ دلار با مقدار معنی از طلا ثابت شده بود، ذخیره دلار برای کشورها در عمل به مانند ذخیره طلا بود.

تا اواخر دهه ۱۹۶۰ میلادی، میزان دلاری که در دست دیگر کشورهای دنیا قرار گرفته بود، به شدت افزایش یافت، ولی در عین حال تا اندازه آن با میزان ذخایر طلای پشتوانه‌ی آن محدود شده بود. اما چاپ بیش از حد دلار از سوی آمریکا به مرور موجب شد کشورها طلای بیشتری را در ازای تحویل دلار به آمریکا طلب نمایند. این مسئله ذخیره طلای آمریکا را به شدت کاهش داد: بعد از جنگ جهانی دوم میزان ذخایر طلای آمریکا در حدود ۵۷۴ میلیون اونس بود ولی در سال ۱۹۷۱ این ذخایر به ۲۶۱ میلیون اونس کاهش یافته بود.

ادامه مطلب چرا ترامپ حساب... از صفحه ۱۴۶

علائم یائسگی مردانه را بشناسید

در حال حاضر شرایط برخلاف منافع رژیم سعودی در حال تغییر است. اکنون آن‌ها آسیب پذیرتر از هر زمان دیگری از زمان آغاز حکومت خود در سال ۱۹۳۲ تاکنون هستند. بنابراین مرگ نظام پترودلار میتواند اولین اتفاق مهم سال ۲۰۱۷ میلادی باشد.

بعد از آنکه نیکسون در سال ۱۹۷۱ تضمین برابری هر انس طلا با ۳۵ دلار را کنار گذاشت، تا سال ۱۹۸۰ هر انس طلا با ۲۳۰۰ درصد افزایش به ۸۵۰ دلار رسید. انتظار می‌رود کنار گذاشتن نظام پترودلار نیز چنین تغییر بنیادینی ایجاد نماید. اما این مسئله بحران دیگری را در پی خواهد داشت چرا که انتظار می‌رود قیمت دلاری کالاها افزایش یابد و یک تورم شدید را شاهد باشیم.

دولت و مردم آمریکا با استفاده از نظام پترودلار سطح رفاه بالایی برای خود ایجاد کرده‌اند و از این منظر آمریکا جایگاهی ویژه دارد. اما زمانی که دلار موقعیت برتر خود را از دست بدهد، این سطح رفاه نیز به یکباره ناپدید خواهد شد. آن زمان یک نقطه بحرانی برای آمریکا خواهد بود. دولت آمریکا قدرت کنترل سرمایه‌ها و مردم، ملی کردن صندوق‌های سپرده و دیگر اقدامات محدود کننده دارایی‌ها را نخواهد داشت.

ممکن است این اتفاق در آینده نزدیک رخ ندهد ولی چنانچه روند فعلی ادامه یابد، چنین اتفاقاتی اجتناب ناپذیر خواهد بود. کاملاً محتمل است که مردم آمریکا در حالی از خواب بیدار شوند که حقیقت جدیدی زندگی آن‌ها را تحت تأثیر قرار داده است؛ دقیقاً مانند آن زمان که نیکسون به یکباره ارتباط دلار با طلا را کنار گذاشت.

بلافاصله بعد از اینکه نظام پترودلار بی اثر گردد و دلار جایگاه خود را به عنوان واحد پولی برتر دنیا از دست بدهد مردم کشورهای دنیا دیگر قدرت انتخابی برای حفاظت از دارایی‌های دلاری خود نخواهند داشت. اغلب مردم دنیا حتی تصوری از آنچه بر سرشان خواهد آمد ندارند، چه برسد به آنکه بخواهند برای آن آماده گردند.

منبع: شبکه تحلیلگران اقتصاد مقاومتی

۱۰ سال حبس تعزیری و ۲ سال تبعید به شهرستان مسجد سلیمان از توابع استان خوزستان و حمید منافی به تحمل ۱۰ سال حبس تعزیری و ۲ سال تبعید به شهرستان ازنا از توابع استان لرستان محکوم گردیده است. در آستانه روز جهانی زبان مادری، جمعی از فعالان سیاسی و مدنی و روزنامه‌نگاران کرد هم با انتشار نامه‌ای از دولت و مجلس خواستند اصل ۱۵ قانون اساسی ایران دقیق و کامل اجرا شود.

به نظر می‌رسد دنیا در آستانه تغییر بنیادین دیگری در نظام مالی جهانی قرار گرفته است. تغییری که دست کم به اندازه خاتمه نظام برتون وودز با اهمیت خواهد بود.

در حال حاضر رابطه آمریکا و عربستان سعودی در پایین‌ترین سطح خود قرار دارد و انتظار می‌رود در آینده بدتر نیز بشود. دولت آمریکا یک سند ۲۸ صفحه‌ای را منتشر کرده است که در گذشته به عنوان سری طبقه‌بندی شده بوده است. در این گزارش صراحتاً بیان شده که دولت سعودی در حملات یازده سپتامبر مشارکت داشته است. کنگره آمریکا نیز قانونی تصویب کرده است که به قربانیان این حادثه تروریستی اجازه می‌دهد که علیه دولت‌مردان سعودی اقامه دعوی نمایند. اتفاقات اخیر صدمات بی سابقه و جبران ناپذیری به ترتیبات پترودلار وارد کرده است.

حتی بدون این تغییرات بنیادین نیز نظام پترودلار با خطرات دیگری مواجه است. سعودی‌ها ممکن است تصمیم بگیرند نفت خود را به واحد‌های پولی مانند یوان چین و یورو، طلا و یا ارزهای دیگری غیر از دلار به فروش برسانند. این اقدام آن‌ها می‌تواند دیگر کشورهای اوپک را نیز به چنین کاری ترقیب نماید.

حتی ممکن است خاندان سعودی از هم بپاشد. به نظر می‌رسد به دلیل اشتباهات متعدد و بزرگ اقتصادی و نظامی آن‌ها در سال‌های اخیر، در بلندمدت فروپاشی آن‌ها اجتناب ناپذیر است. ژئوپلتیک منطقه خاور میانه به سرعت در حال تغییر است. عربستان سعودی در حال ضعیف شدن در منطقه است. در مقابل ایران که جزئی از نظام پترودلار نیست در حال قدرت گرفتن است. مداخلات نظامی آمریکا در دیگر نقاط جهان با شکست مواجه شده و کشورهای عضو بریکس در حال ایجاد نهادهای جایگزین برای کنار زدن سلطه اقتصادی-امنیتی آمریکا هستند. تمامی این موارد پایداری نظام پترودلار را تحت تأثیر قرار می‌دهد.

به گزارش سایت آرازیوز در حکمی که سوم اسفند ۹۵ مصادف با روز جهانی زبان مادری به این فعالین مدنی و ملی ارسال گردیده آقای اکبر آزاد روزنامه‌نگار و پژوهشگر به تحمل ۱۰ سال حبس تعزیری و ۲ سال تبعید به شهرستان دره شهر از توابع استان ایلام، آقای علیرضا فرشی به تحمل ۱۵ سال حبس تعزیری و ۲ سال تبعید به شهرستان باغملک از توابع استان خوزستان، آقای بهنام شیخی به تحمل

دکتر وحیدی یادآور شد که کاهش میزان تستوسترون خون در مردان از حدود ۳۰ سالگی شروع و پس از آن تقریباً هر سال یک درصد از میزان تستوسترون خون کاسته می‌شود. در ۷ درصد مردان ۴۰ تا ۶۰ ساله و ۷۰ درصد مردان ۷۰ تا ۷۹ ساله، میزان تستوسترون خون کمتر از حداقل آن در افراد جوان است.

کاهش میل جنسی به علت کمبود

تستوسترون ایجاد می‌شود

وی با اشاره به اینکه کاهش میل جنسی از علائم اصلی کاهش تستوسترون در مردان میانسال است، گفت: تحلیل رفتن توده عضلانی بدن به همراه کاهش قدرت عضلانی، کاهش توان و عملکرد فیزیکی و گاهی ذهنی، افسردگی، تغییر در رفتار، حسرتگی، تحریک پذیری و در برخی موارد گرگرفتگی از علائم کاهش هورمون مردانه است.

دکتر وحیدی تصریح کرد: برخلاف خانم‌ها، شروع یائسگی در مردان غیر قابل پیش بینی و تدریجی است و سبب می‌شود که در تشخیص و درمان این مردان تعلل پیش آید. **دنباله مطلب در صفحه ۴۹**

ادامه مطلب روز جهانی زبان... از صفحه ۳۳

وسیع‌تری در مشگین شهر برگزار شده است. آقای شاهد در ادامه، گسترده بودن مراسم زبان مادری را به انتخابات پیش روی ریاست جمهوری هم مرتبط می‌داند و خاطر نشان می‌کند: «عدم صداقت آقای روحانی در عمل به وعده‌های خویش در رابطه با تدریس زبان مادری در مدارس، سرکوب شدیدتر فعالین مدنی ترک از سوی قوه قضائیه و بی‌اعتنایی رسانه‌های مختلف فارسی‌زبان به پوشش دادن اخبار حقوق بشری مرتبط با ترکان و خواست‌های ترکان آذربایجانی از جمله دلایل گسترش این فعالیت‌های مدنی و انعکاس آن در شبکه‌های اجتماعی بوده است.»

حکم زندان و تبعید در روز زبان مادری

در روز جهانی زبان مادری حادثه تلخی هم برای فعالین فرهنگی و مدنی آذربایجان افتاد. چهار نفر از فعالین زبان ترکی در ایران با احکام سنگین زندان از سوی قوه قضائیه جمهوری اسلامی ایران مواجه گشتند. قاضی دادگاه رای به محکومیت فعالان در حوزه زبان ترکی در ایران داد. استناد دادگاه انقلاب شعبه بهارستان در حکم صادره به دلیل بزرگداشت روز جهانی زبان مادری از سوی افراد مذکور بوده است.

دکتر سیمین وحیدی، جراح کلیه و مجاری ادراری، با بیان اینکه افزایش سن همراه با کاهش پیشرونده سطح هورمون مردانه یا همان تستوسترون است، گفت: وقتی غلظت تستوسترون خون در افراد مسن، کمتر از میزان حداقل در افراد جوان باشد، آن را یائسگی مردانه (آندروپوز) می‌گویند.

وی با تأکید بر اینکه امروزه با افزایش طول متوسط عمر در جوامع مختلف، کیفیت زندگی در مردان مسن بیشتر مورد توجه قرار گرفته است، گفت: تغییرات هورمونی سبب ایجاد مجموعه‌ای از علائم جسمی و روانی می‌شود. یائسگی مردانه مشکلی ساده و طبیعی در تمامی مردان میانسال است.

این جراح کلیه و مجاری ادراری گفت: با بالا رفتن سن علاوه بر این که میزان تستوسترون خون کاهش می‌یابد، از حساسیت بافت‌ها به تستوسترون نیز کاسته می‌شود. کاهش طولانی مدت میزان تستوسترون خون، دارای اثرات سوء بر روی استخوان، عضله، مغز و چربی‌های خون است.

هر نوع اعتراض در مورد این تبعیضات علنی و عامدانه و ظالمانه و آشکار، با انگ تجزیه طلبی بیرحمانه سرکوب می‌شود. جمهوری اسلامی ایران مصوبات یونسکو را به رسمیت می‌شناسد. اگر چه قانون اساسی ایران زبان‌های مادری اقلیت‌ها را به رسمیت نمی‌شناسد و اصل ۱۵ قانون اساسی مربوط به تدریس زبان مادری در مدارس را هم بیش از ۳ دهه است اجرا نکرده، اما تدریس زبان مادری اقلیت‌های قومی در مدارس هم ممنوع اعلام نشده است. ولی شمار افرادی که به دلیل خواست‌های فرهنگی و زبانی به زندان افتاده‌اند در ایران کم نیستند. یکی از این افراد، حبیب ساسانیان زندانی سیاسی آذربایجانی است. او موفق شد به مناسبت روز جهانی زبان مادری از زندان مرکزی تبریز به مردم پیام ویدیویی بفرستد. حبیب ساسانیان شاعر و نویسنده اردبیلی است که در ۲۶ اردیبهشت ۹۵ به همراه پنج فعال ترک دیگر در شهر اردبیل بازداشت شد.

بابک شاهد، سردبیر سایت «آراز نیو» می‌گوید: «امسال بزرگداشت روز زبان مادر در قیاس با سال‌های قبل فرق داشته و مراسم جهانی زبان مادری به صورت

حاجی آقا

صادق هدایت (بخش هفتم)

حاجی به شراب هم خیلی علاقمند بود و در مجالس مهمانی بی ریا می نوشید. هر وقت هم برایش سوغات میفرستادند، آن را به عنوان "دوا" توی قوری می ریخت و می خورد؛ اما حاضر نبود که پول به پایش بدهد. قمار هم می کرد، یعنی پاسور و تخته نرد، آن هم وقتی که مطمئن بود که از حریف خواهد برد. ماه رمضان به بهانه کسالت روزه را میخورد، اما جلو مردم تسبیح می انداخت و استغفار می فرستاد و در مناقب روزه سخنرانی می کرد. هر وقت که خواب بود و یا با زن هایش کشمکش داشت و احیاناً کسی به دیدنش می آمد، مراد عادت کرده بود که بگوید: "آقا سر نمازه!" یا "آقا به مسجد رفته!" از جاه طلبی ای که حاجی داشت، برای خودنمایی در سیاست و کارهای لوچ دخالت میکرد. از جاسوسی هم روبرگردان بود و به آن وسیله محرم بسیاری از اسرار مگو شده بود. برای این که در همه جا نفوذ داشته باشد و بتواند منافع خود را بهتر نگهدارد، باید اقرار کرد که از این راه منافع هنگفتی عایدش میشد. حاجی سیاست را یک جور معامله تلقی می کرد و خودش را بزرگترین سیاستمدار دوران میدانست. از بس که در همه جا جایش بود، و همیشه جلو می افتاد و حالت بزرگ منشی به خود می گرفت و توی حرف دیگران می دودید، یک نوع جسارت جلی پیدا کرده بود. حرفش که تمام می شد، توی چشم طرف تاثیر حرف خود را جستجو می کرد. برای این کار استعدادی خدادادی هم داشت؛ زیرا حراف، سرزبان دار، پرو و نخود هر آش بود و به زبان هر کس میتوانست صحبت بکند. به حرف دیگران به دقت گوش میداد و صورت حق به جانب به خود می گرفت، اظهار همدردی می کرد و وعده کمک و توصیه می داد؛ اما عملاً کاری انجام نمی داد؛ مگر اینکه سودی در آن باشد و یا به این ترتیب برای روز مبادا دلی را به دست بیاورد.

همه جا با سلام و صلوات وارد می شد؛ در مطب دکتر، در اتاق وزیر، سر حمام و حتی در شهرنو و در همه جاهایی که بسیاری از مردم در انتظار بودند، حاجی با عزت و احترام و بدون کمترین مانعی وارد می شد و کارش را انجام میداد. حتی گاهی در صحبت با اشخاص مهم، کلفت هم بارشان می کرد و حرفهای

گنده گنده برخلاف مصالح عالیله کشور از دهنش می پرید؛ ولیکن از احترامی که برایش قائل بودند و اطمینانی که به او داشتند، حرفش را نشنیده می گرفتند و بالاخره همه از او حساب می بردند. اغلب حاجی آقا خنده گستاخانه ای از ته دل می کرد که در این اواخر باد در بیضه اش می انداخت و دردش می گرفت. هر چند حاجی آقا ورد زبانش بود که: "من از کسی خورده/برده ندارم"؛ اما شهرت داشت که جاسوس شهربانی است و تاکنون چندین نفر بیگناه را به جرم جعل اکاذیب به زندان انداخته بود. حتی رئیس شهربانی از او حساب می برد، چون بو برده بود که با "مقامات مهم خارجی" دست به یکی است. چیزی که غریب بود، حاجی همیشه اعضای کابینه جدید را قبلاً می دانست و در بازار، پیشگویی و حتی شرط بندی هم می کرد و همیشه به طور معجزه آسایی حدس او درست درمی آمد. حاجی آقا همان قدر از بلشویم بی اطلاع بود که از فاشیسم؛ اما گمان می کرد که اگر روزی پای روس ها به تهران برسد، بیدرنگ املاک و دارایی او را غصب می کنند و زن و بچه اش را به چهار میخ می کشند و کله او و امثالش گل دار خواهد رفت، و پیش خودش حدس میزد که شاید جنگ بین المللی برای این بر پا شده که روس ها طمع به دارایی او کرده بودند؛ در صورتی که آلمانی ها به کمک او برخاسته بودند و برای پیشرفت افکار و مقاصد و نقشه های او می جنگیدند.

هر شب برنامه فارسی رادیو برلن را به دقت گوش می داد و با خیر پیشرفت های آلمان، قند توی دلش آب می شد و کلمات گوینده را وحی منزل میدانست. بعد هم موسیقی عربی را می گرفت و به نعره هایی که مثل صدای شتر فعل از توی رادیو درمی آمد، با لذت گوش می داد و در عالم خلسه می افتاد. اما ظاهراً به همه رنگ درمی آمد و حرفهای ضد و نقیض می زد. برای این که به قول خودش: "از نان خوردن نیفتد." چون حاجی معتقد بود که زندگی یعنی تقلب، دروغ، تزویر، پشت هم اندازی و کلاهبرداری؛ زیرا جامعه او روی این اصول درست شده بود و هر کس بهتر میتوانست کلاه بگذارد و سمبل کاری کند، بهتر گلیم خود را از آب بیرون می کشید.

حاجی وجود خودش را مثل وجود دیگران

گناهکار تصور می کرد و برای تبرئه خودش از هیچ دسیسه و سالوس و حقه بازی ای روگردان نبود. می اندیشید که زبان یک تکه گوشت است که می شود آن را به هر سو گرداند و از این رو کارچاق کنی، پشت هم اندازی، جاسوسی، چاپلوسی و عوام فریبی جزو غریزه او شده بود. زمانه این را می پسندید و او هم از مردمان برجسته زمان خود بود و نمیخواست در این بازار کلاه برداری دنیا، کلاه سرش رفته باشد! از وقتی که از پسر اولش سر خورد، پند و اندرزهایی را که در دوره زندگی اش به محک آزمایش زده بود و شاید عصارهای از کتاب موهوم اخلاقی ای بود که وعده تالیفش را میداد و تمام فلسفه حاجی در آن خلاصه شده بود، به خورد کیومرث می داد و می گفت: "توی دنیا دو طبقه مردم هستند؛ بچاپ و چاپیده؛ اگر نمیخواهی جزو چاپیده ها باشی، سعی که دیگران را بچاپی! سواد زیادی لازم نیست، آدم را دیوانه میکنه و از زندگی عقب می اندازه! فقط سر درس حساب و سیاق دقت بکن! چهار عمل اصلی را که یاد گرفتی، کافی است، تا بتوانی حساب و پول را نگهداری و کلاه سرت نره، فهمیدی؟ حساب مهمه! باید کاسبی یاد بگیری، با مردم طرف بشی، از من میشنوی برو بند کفش تو سینی بگذار و بفروش، خیلی بهتره تا بری کتاب جامع عباسی را یاد بگیری! سعی کن پررو باشی، نگذار فراموش بشی، تا میتوانی عرض اندام بکن، حق خودت را بگیر! از فحش و تحقیر ورده نترس! حرف توی هوا پخش میشه، هر وقت از این در بیرون انداختند، از در دیگر با لبخند وارد بشو، فهمیدی؟ پررو، وقیح و بیسواد؛ چون گاهی هم باید تظاهر به حماقت کرد، تا کار بهتر درست بشه! مملکت ما امروز محتاج این جور آدمهاست. باید مرد روز شد. اعتقاد و مذهب و اخلاق و این حرفها دکان داری است؛ اما باید تقیه کرد، چون در نظر عوام مهمه، برای مردم اعتقاد لازمه، باید به آنها پوزه بند زد؛ وگرنه اجتماع یک لانه افعی است. هر کجا دست بگذاری، میگزند. باید مردم، مطیع و معتقد به قضا و قدر باشند، تا با اطمینان بشه از کرده آنها کار کشید! چیزی که مهمه، طرز غذاخوردن، سلام و تعارف، معاشرت، لاس زدن بازن مردم، رقصیدن، خنده های تو دل برو و مخصوصاً پرویی را یاد بگیر! دوره ما این جور چیزها باب نبود. نان را به نرخ روز باید خورد! سعی کن با مقامات عالیله مربوط بشی، با هر کس و هر عقیده ای موافق باشی، تا بهتر بتوانی قاپشان را بدزدی! من میخوام که تو مرد زندگی بار بیایی و محتاج خلق

نشی. کتاب و درس و اینها دو پول نمی ارزه! خیال کن تو سر گردنه داری زندگی میکنی! اگر غفلت کردی، تو را میچاپند. فقط چند تا اصطلاح خارجی، چند کلمه قلنبه یاد بگیر، همین بس! آسوده باش! من همه این ورززه و وکلاء را درس میدم. چیزی که مهمه اینه که باید نشان داد که دزد زبردستی هستی که به آسانی مچت واز نمیشه و جزو جرگه آنهاهی و سازش میکنی! باید اطمینان آنها را جلب کنی، تا تو را از خودشان بدانند. ما توی سر گردنه داریم زندگی میکنیم. اما عمده مطلب پول. اگر توی دنیا پول داشته باشی، افتخار، اعتبار، شرف، ناموس و همه چیز داری. عزیز بی جهت میشی، میهن پرست و باهوش هستی، تملقت را میگذد و همه کار هم برایت می کنند. پول ستار العیوبه! اگر پول دزدی بود، میتوانی حلالش بکنی و از شیر مادر حلالتر میشه. برای آن دنیا هم نماز و روزه و حج را میشه خرید. این دنیا و آن دنیا را هم داری. حتی پولت که زیاد شد، آن وقت اجازه داری بری خانه خدا را هم زیارت بکنی! همه جا جاته و همه ازت حساب می برند و سر سبیل شاه هم نفازه میزنی. کسی که پول داشت، همه اینها را داره و کسی که پول نداشت، هیچکدام را نداره! گوشت را واز کن! پول پیدا کردن آسانه، اما پول نگهداشتن سخت! باید راه پول جمع کردن را یاد بگیری! من موهام را توی آسیاب سفید نکرده ام. پیدا کردن پول به هر وسیله که باشه، جایزه، حسن آدم حساب میشه، این را از من داشته باش! آن وقت مهندس تحصیل کرده افتخار میکنه که ماشین کارخانه تو را به کار بندازه، معمار مجیزت را میگه که خونه ات را بسازه، شاعر میاد موس موس میکنه و مدحت را میگه، نقاشی که همه عمرش کشنگی خورده، تصویرت را میکشه، روزنامه نویس، وکیل و وزیر همه نوکر تو هستند. مورخ شرح حال تو را مینویسه و اخلاق نویس از مکارم اخلاقی تو مثل میاره! همه این گردن شکسته ها نوکر پول هستند. میدانی علم و سواد چرا به درد زندگی نمیخوره، برای این که باز نوکر پولدارها میشی، آنوقت زندگی ات هم نطفه شده. تو هنوز نمیدانی زندگی یعنی چی؟! تو گمان میکنی من از صبح تا شام بیخود وراجی میکنم و چانه ام را خسته میکنم و با مردم به جوال میرم؟ برای اینکه پولم را بهتر نگهدارم، پول، پول میاره، از در و دیوار میبارم. مثلاً صبح ده عدل پنبه میخرم که ندیده ام و نمیدانم کجاست! شب که میفروشمش، پولش دو برابر توی دستم میادا!

ادامه مطلب ایمیل و امنیت ... از صفحه ۱۱

صورت کلیک بر روی لینک‌های ناشناس و نامطمئن امکان نصب نرم افزارهای مخرب بر روی سیستم شما وجود خواهد داشت. رمز عبور خود را افشا نکنید. در صورتی که رمز عبور ایمیلتان از شما خواسته شد، تامل کنید و در صورت دریافت ایمیلی مبنی بر درخواست اطلاعاتی مانند کلمه عبور حساب کاربری ایمیل، هرگز کلمه عبور را ارائه ندهید. زیرا در صورت لو رفتن رمز عبور از آن سوءاستفاده می‌کنند. در صورتی که حساب کاربری شما مورد نفوذ قرار گرفت سریعاً به دوستان و اقوام خود هک شدن ایمیلتان را اطلاع داده تا در صورت فرستاده شدن ایمیلی جعلی از طرف شما برای آنها، مراقب باشند.

ادامه مطلب ۸ مارس روز ... از صفحه ۱۴۵

دستیابی زنان به حقوق شان و مشارکت آنان در عرصه های سیاسی و اقتصادی یاری بسیار رسانده است. علاوه بر این، زنان جهان در روز جهانی زن تلاش کرده اند تا این روز را به فرصتی برای انعکاس پیشرفت ها و دستاوردهای به دست آمده، و کنش های شجاعانه و نیز عزم راسخ زنان عادی (که نقش شگفت آوری را در تاریخ کشورها و جوامع شان ایفا کرده اند، تبدیل کرده و این دستاوردها را گرامی بدارند.

ادامه مطلب علانم یانگی ... از صفحه ۱۴۷

باید بیش از پیش بر انجام ورزش روزانه و رعایت رژیم غذایی مناسب توجه کنند. وی خاطر نشان کرد که سوء مصرف الکل، چاقی، بیماری قند و مصرف بعضی از داروها تشخیص یائسگی در مردان را مشکل می‌کند، چون تمامی علائم به یک باره ظاهر نمی‌شوند و بروز علائم تدریجی بوده و در ضمن شدت علائم متغیر است. این جراح کلیه و مجاری ادراری با اشاره به تحقیقات انجام شده گفت: بررسی ها نشان داده اند که تجویز هورمون‌های مردانه در این افراد، سبب افزایش میل جنسی، کاهش چربی مضر (LDL)، افزایش کلسترول مفید خون (HDL) می‌شود که باید بر اساس صلاحدید پزشک معالج انجام شود.

زمان فرسود. این رخداد نشانه آن است که سال کهن و روزگار سرما به پایان می‌رسد تا سالی نو و روزگار گرما و رستاخیز گیتی، باری دیگر آغاز بشود. تا به حال روایت‌های گوناگونی از عمو نوروز و ننه سرما در بین قصه‌های عامیانه سینه به سینه چرخیده است.

ادامه مطلب تازه های پزشکی ... از صفحه ۲۵

تشخیص و درمان

حملات اضطرابی، فرد را از یک انسان فعال به یک فرد غیرفعال تبدیل کرده بطوریکه نمی‌تواند مسائل روزمره زندگی خود را دنبال کند و فرد موثری باشد. فرد کارهای مورد علاقه خود را انجام نمی‌دهد و به همین دلیل باید تحت درمان قرار گیرد.

بستگی به نوع اضطراب، درمان و داروها متفاوت می‌باشند. روش معمول در درمان همه انواع اضطراب یک روش کلی بنام CBT است. این حالت را یک روش روان و رفتار درمانی می‌گویند که شامل سه مرحله می‌باشد.

کنترل اضطراب: سعی در توقف کردن افکار فرد جهت نگرانی‌های آینده و برگرداندن افکار به حال حاضر می‌باشد که اغلب با آرامش دادن، متمرکز کردن افکار فرد به حواس پنجگانه و حرکت‌های یوگا می‌باشد.

تغییر در طرز فکر فرد Cognitive restructuring: اغلب این بیماران حوادث زندگی را بسیار بزرگ کرده و آنها را به حالت وحشت آور و غیرقابل حل تصور می‌کنند که در این حالت با روش‌های منطقی این تصورات را از ذهن فرد خارج می‌کنند.

روش برخورد با مشکل Exposure Therapy: در این حالت فرد را تدریجاً با حالتی که از آن وحشت کرده و یا محیطی که از آن می‌ترسد مقابل کرده

و تدریجاً سعی در برخورد بیمار یا پدیده ای که از آن می‌ترسد می‌کنند. زمانی که فرد با این حالت مقابله کرد و از آن وحشت نکرد اضطراب از بین می‌رود. مثال‌هایی نظیر ترس از عبور از روی یک پل، ترس در سوار هواپیما شدن، ترس از گذران زمان در محلی که حادثه‌ای رخ داده است، ترس از شنا کردن و مشابه آنها، همگی تدریجاً با این روش بهبودی پیدا کرده و اضطراب را از این می‌برند.

اضطراب در خانمها

خانم‌ها دو برابر آقایان دچار حملات اضطرابی می‌شوند. اضطراب عمومی، ترس از وارد شدن به یک محیط ناآشنا و برخورد با حملات و یا حرکات افراد ناآشنا در خانم‌ها بیشتر از آقایان می‌باشد. یکی از عوامل حملات اضطرابی در خانم‌ها ترس از تجاوز جنسی (rape) و حملات بدنی می‌باشد که منجر به PTSD می‌شود که فشار روی قلب وارد می‌کند.

نقش زن‌ها در حملات اضطرابی

بعضی از دانشمندان می‌گویند حالت سوختگی (Burn) همان میزان وحشت ایجاد می‌کند که یک حمله قلبی باعث می‌شود. ۳۳ درصد بیماران که دچار سوختگی می‌شوند دچار PTSD نیز می‌شوند و ۶۶ درصد دیگر این اتفاق نمی‌افتد. دانشمندان معتقدند که زن‌ها در ایجاد اضطراب در افراد دخالت دارند.

ادامه مطلب عمو نوروز ... از صفحه ۹

با لبی خندان، دلی شاد و با عصای تو دستانش که تکیه‌گاه پیر مرد خسته لب خندان است، یواش یواش پایین می‌آید. در افسانه‌ها عمو نوروز نماد طبیعت یا شاه یا فرد دیگری که برکت به زندگی مردم می‌آورد بوده است و ننه سرما که همسر عمو نوروز است و همیشه منتظر آمدن وی است.

در فرهنگ و ادب مردمی ایران شاید بتوان گفت پرآوازه‌ترین افسانه در پیوند با نوروز همان است که آن را با نام افسانه «عمو نوروز» یا «بابا نوروز» می‌شناسیم. از این افسانه در سروده‌ها و نوشته‌های پارسی سخنی نرفته است، پس آن را می‌باید افسانه‌ای مردمی دانست. افسانه‌ای که همه ایرانیان به گونه‌ای با آن آشنايند، چون در سالیان کودکی آن را از مادران یا دایگان یا دیگر افسانه‌گویان شنیده‌اند. اگر عمیق‌تر بنگریم، بر پایه افسانه شناسی سنجشی میتوان عمو نوروز را با «بابا نوئل» در فرهنگ غرب سنجد. آن افسانه چنین است که در روزهای پایانی

بر اساس یک باور قدیمی، نامزد عمو نوروز از یک ماه به نوروز مانده، به دارکوب‌ها و چرخ ریسک‌ها می‌گوید که از برگ نارس درختان و گل‌های نوشکفته، قبای زیبایی برای عمو نوروز که در سفر دوازده ماهه است بیاورد. در بعضی از افسانه‌ها ننه سرما و عمو نوروز هیچگاه همدیگر را مشاهده نمی‌کنند و زن هیچ وقت در زمان آمدن عمو نوروز بیدار نیست. آن قدر خانه را رفته و روئیده و کار کرده که خوابش برده و زن صاحب خانه است و مرد مسافر، و این سفر همیشه ادامه دارد.

در مورد دیگر تمام موارد مشابه است. با این تفاوت که عمو نوروز و ننه سرما همدیگر را فقط در آخرین لحظات تغییر سال می‌بینند و شانس با هم بودن را فقط در آن زمان دارند.

عمو نوروز هر سال آخرین روز زمستان اولین روز بهار با کلاه نم‌دیش، زلف‌های قرمز حنا بسته مثل ریشش، با کمرچین آبی و شال خالخال و شلواره گشاد و گیوه تخت از بالای کوه روبروی شهر

ادامه مطلب ورزش از نگاه ... از صفحه ۱۴

ادامه مطلب یادداشت‌های بی تاریخ ... از صفحه ۱۲

دانشجویان ناز نازی و ضد پرولتاریا را ادب می کردند. تنها وقتی چند نفر خونین و مالین شدند، به دستور افسر حکومت نظامی، سربازان مجروحین را توقیف کردند و توی کامیون ریختند و رفقای چیت سازی سربلند و گردنفرافز به طرف فردوسی سرازیر شدند.

در بیسترو پنج زاری مثل همیشه آجیو سبیل بود. به قیمت یک لیوان بزرگ بی کف پنج ریال و یک ساندویچ کالباس با خیارشور و گوجه فرنگی و سبزی، آن هم پنج ریال و فقط بانگ نوشانش بود و کسی را با کسی کاری نه. همه مثل اسب به آخور بسته پای پیشخوان ها کوچک و انفرادی چوبی، ساندویچ گاز می زدند و آجیو هورت می کشیدند و همدیگر را ماچ می کردند و گاهی هم می گریستند و خیلی ها هم از سیاه مستی آجیو، زبان شان می گرفت... و خیلی از دیگران هم چون طاق معطل شدن و توی صف ایستادن را نداشتند در کوچه های پهلوئی به قول واژگان رزمی آن روزی، شط عظیمی از شانش زلال روانه می ساختند.

وقتی به خانه برگشتیم شب کیپ و گرفته بود و سخت سنگین و حکومت نظامی باید شروع می شد و من که از سرچشمه سرازیر شدم دیدم یک دسته از بچه جاهل های محل، که ما به آنها لاتی لوتی، می گفتیم از عرق فروشی نیم باب عزیز که در یک لتی اش همیشه پیش بود، بیرون آمدند، با دهانی پر از مستی و دشنام به دکتر مصدق و حزب توده و همه «مادر قحبه های» که از رفتن شاه خوشحالند. شناختم شان، از پر فیچی های حاج حسن طبق کش و طیب بودند. توی میدان امین سلطان سر قپان می گرفتند. به بارانگ می زدند و دم دست بزرگترها بودند. به ملاحظه بچه محلی، زیر لب گفتند «سام» و تلو تلو خوران از کنار ما رد شدند. یکی شان آروغی زد صدا دار، خنده شل و ول مستانه ای سردادند و یکی شان گفت «زنده باد آزادی». **روزم راور**

که بازیکنان ملی تیم پرسپولیس وقتی از اردوهای تیم ملی باز می گردند چاق شده اند. بیچاره بازیکن ها. مایلی کهن هم بی سر و صدا نیست. او می گوید کیروش یک ماه در ایران است و دوازده ماه حقوق می گیرد در حالیکه آقای داریوش مصطفوی، رئیس سابق فدراسیون فوتبال، کیروش را چاله میدانی خطاب می کند. بهتر نیست این فوتبال را تعطیل کنیم و همه را به خانه هاشان بفرستیم؟

کتابهای «زیر چوبه دار»، «برگردیم گل نسرین بچینیم»، «چگونه فولاد آبدیده شد»، به نظر کهنه می رسید و خبرهای فستیوال جوانان بخارست، داغ داغ بود، داغ تر از دیدار سرد دو روز پیش «لویی هندرسن» سفیر آمریکا و دکتر مصدق.

در فضای این تکه از شهر، یک نوع پرچم ایران به طور نامرئی با آرمی مرکب از داس و چکش و چند شاخه گندم و یک چرخ ماشین که به هم بافته شده بودند، تکان می خورد. در مغازه های تعمیر رادیو، قهوه خانه های ته پاساژ نادری، رادیو با صدای مخبر فرهمند و ناصر خدایار، تلگراف های حمایت و طومارهای پشتیبانی از دولت ملی جناب آقای دکتر مصدق را قرائت می کردند و به دل های مضطرب آرامش می دادند زیرا که همه امضا کنندگان از جان خود گذشته و با خون خود نوشته بودند: یا مرگ یا مصدق. فقط سر چهارراه اسلامبول دو سه بار زد و خورد کوتاهی میان فروشندهگان روزنامه و دسته هایی از جوانان آستین کوتاه در گرفت. آنها نیروی سومی بودند. اعتراض می کردند که این تندروی ها را نکنید. دولت را به خطر نیندازید. و جواب می شنیدند که شما دار و دسته خلیل ملکی خائن هستید، جاسوس آمریکا و انگلیس، خود فروش و از راه خلق برگشته، فردا باید برای این خیانت در دادگاه های خلق جوابگو باشید.

هنوز کنگره بیستم تشکیل نشده بود و گزارش خروشچف در نیامده بود. یکی دوبار هم در چهارراه یوسف آباد، زد و خورد شدید شد. این مرتبه روزنامه فروش ها با آستین کوتاه ها طرف نبودند. کسان دیگر با جوانان روزنامه فروش دست به یقه شدند. آنها که مال بالای شهر و چهارراه اسلامبول و نادری نبودند، سربازهای حکومت نظامی، مبهوت توی کامیون ها نگاه می کردند و افسران شان بی تفاوت به بدنه جیب ها تکیه داده بودند. رفقای چیت سازی، قهرمانانه،

پولم را می خواهم. دیگر کسی به من کاری نداده است، بدون پول چگونه زندگی کنم! او می گوید مدیران تراکتور سازی حتی با من تماس هم نگرفته اند و من مجبور بودم شکایت کنم.

در مجلس هم فوتبال حرف اول است. نماینده صومعه سرا از کارلوس کیروش انتقاد می کند و می گوید مربیان ایرانی بهتر از او هستند. این در حالی است که کیروش می گوید پرسپولیس ها اضافه وزن دارند و به برانکو می گوید

اما او لجباز است که رامین رضائیان را نمی بیند که چگونه افت می کند و همین طور مهدی طارمی و خیلی های دیگر. را او می گوید ایرانی ها می خواهند بعد از رفتن کیروش مربی تیم ملی باشم. باور کنید تیم پرسپولیس هم تیم ملی است و هر روز ضعیف تر می شود. آقای پرفسور نگاه شما به عنوان مربی باید یک نگاه انسانی باشد نه لجبازی. شما در کشورتان با پول های ایرانی ورزشگاه شخصی دارید که آنرا اجاره داده اید و اجاره اش را در حساب بانکی تان واریز می کنید. باور کنید این فوتبال هیچ حسی را در تماشاگر بر نمی انگیزد. ورزشگاه های خالی، در تبریز فقط ۱۰۰۰ نفر به تماشا رفتند. جمع تماشاگران نفت سایپا، پیکان به ۲۰۰ نفر هم نمی رسد.

در اصفهان ویسی، مربی سپاهان می گوید که اگر می خواهید من بروم، می روم. به همین زودی آقای ویسی؟ حالا که عقیلی، نوید کیاد خلعت بری هم نیستند، باید مدال دل خوری را به او داد که پس از قهرمان شدن با اهوازی ها به اصفهان رفت. گرفتاری های شغلی در یک باخت اخلاقی می تواند تجزیه و تحلیل شود. یا در آبادان آقای فیروز کریمی که دیگر کمتر در کنار زمین دلقک بازی در می آورد، فیلسوفانه بعد از شکست در مصاحبه تلویزیونی می گوید که ما با سیستم ۳-۵-۲ شروع کردیم بعد سیستم مان را به ۴-۲-۴ کردیم و وقتی گل خوردیم سیستم مان را ۳-۲-۴ کردیم. او هم مثل دیگر آدم های بیمار خود بزرگ بین، و اغلب مفسران ریز و درشت تلویزیونی که فرق سیستم و تاکتیک و استراتژی را نمی دانند، خود را موجه جلوه می دهد. او هم نمی داند سیستم خبری جزء چیدن بازیکنان درون زمین بازی نیست. استراتژی یعنی یک سیستم در حال حرکت. اگر بازیکنان شما قادر به حرکات آموخته شده به هنگام تمرین نیستند، نه سیستمی وجود دارد و نه استراتژی که کارساز باشد. ساده ترین نوع حرکات بدون توپ در یک سیستم کارساز شاید داشتن بازیکنان خلاق باشد که فکر خود را در حالت های بازی به کار گیرند و شما نمی توانید از بازیکنان چیزی را بخواهید که درون زمین تمرین به آنها آموزش نداده اید.

راستی ف.ک ها همه به فوتبال بازگشته اند. آنها از کجا حمایت می شوند که می بازند و بازم هستند. در تبریز، البورا می گوید من تبریز را دوست دارم، اما

کمیته انضباطی این گونه گل می زند، مثل آقای آرسن ونگر در انگلیس که ۲۵ هزار یورو جریمه نقدی می شود و از چهار بازی روی نیمکت تیم آرسنال نشستن محروم. ما باید این شرمندگی ها را پشت سر بگذاریم نه آنکه ردیبلانه ترین ترندها را بکار برد که یک امتیاز گرفت. آیا این خلاء بوجود آمده به این زودی ها پرشدنی است؟

پرسپولیس بازی پرهباهیوی برای هیچ را باخت. پرسپولیس باید فقط یک پرسپولیس باشد نه پرسپولیس آقای پروین، برانکو، عابدینی یا هدایتی. نباید فراموش کرد که پرسپولیس دارد از نو ساخته می شود و پرفسور کم حافظه نباید فراموش کند که او مالک پرسپولیس نیست. هم چنان که رقابت را در تیم ملی کشت. همه فراموش نکرده اند او در سالهایی که مربی ملی بود فقط میرزائی در درون دروازه، کعبی در بک راست، و علی دائی در نوک حمله او در آن سالها رقابت را از میان برد. مرغ او فقط یک پا داشت، لوجو، خودخواه. با تیم ملی به جام جهانی رفت و بعد از جام به کشورش بازگشت. رستوران های زنجیره ای او در کشورش با پول ایرانی ها ساخته شده. او حتی پول مالیاتش را نپرداخت و وقتی بازگشت تا مربی پرسپولیس شود، آنرا هم بر گردن پرسپولیس گذاشت. او خرگوشی بود که هرچه آقای علی آبادی که آن روزها رئیس سازمان تربیت بدنی بود می گفت، اطاعت می کرد. اما حالا مانند شیر تظاهر می کند و خود را تحصیل کرده ترین مربی دنیا می داند. آقای پرفسور کم حافظه نمی داند دکتر بیلاردو آرژانتینی که با تیم آرژانتین قهرمان جهان شد و مارادونا را جهانی کرد کیست و صدها آدم های دیگر. او حتی در همین لیگ یخ زده آقای مهندس علی دائی را نمی شناسد که از دانشگاه بسیار معتبری فوق لیسانس گرفته و مدرکش از دکترای تربیت بدنی او بسیار بسیار باارزش تر است، یا در همین اهواز خودمان آقای مهندس سعادوی مربی فولاد خوزستان را که مهندس نفت است.

پرسپولیس باز هم خواهد باخت. فراموش نکنیم او از کابوس منصوریان رهائی نیافته است. سال گذشته منصوریان مربی نفت بود و پرسپولیس با یک تساوی می توانست یک امتیاز بگیرد و قهرمان شود، اما آنقدر کورکورانه حمله کرد و در هفت دقیقه آخر بازی باخت و استقلال اهواز جام را به خانه برد. احساس تلخی است،

ادامه مطلب **مشقی تازه** ... از صفحه ۱۹

او سردبیر چندین روزنامه و نویسنده ده ها کتاب بود. اعتماد السلطنه روزنامه ایران را تاسیس کرد که یک روز در میان منتشر می شد. این روزنامه برای اولین بار در تاریخ مطبوعات از تصویر دو کودک در لوگوی روزنامه استفاده کرد.

مجله دانش آموزان ارمنی

گفتیم که در زمان مظفرالدین شاه تنوع مطبوعات ایران بیشتر شد. این فراوانی فقط شامل روزنامه های فارسی نبود بلکه روزنامه های غیرفارسی هم بیشتر شدند. شش نشریه ارمنی در تبریز و اصفهان و تهران منتشر می شد. سه نشریه آسوری هم در ارومیه بود. بچه های مدرسه هایکازیان-تاماریان در تبریز، در سال ۱۸۹۸ میلادی برای خودشان مجله ای درست کرده بودند به نام پایلای کاتیزا یا همان رعد و برق. این ماهنامه ادبی دانش آموزان تا سال ۱۹۰۳ میلادی با مطالبی از پسران و دختران ارمنی منتشر شد. سردبیر این نشریه نوجوان پانزده ساله ای بود بنام: گاسپار هاکیوپیان. او همان کسی است که در بزرگسالی اولین کتاب های درسی ارامنه ایران را نوشت. وی در چهل و هشت سالگی هنگام درس دادن سرکلاس درگذشت. در نشریه رعد و برق از شعر، داستان، مقاله، نمایشنامه و مطالب مذهبی استفاده می شد.

آثار عطار

به موجب نوشته ای از خود عطار آثار وی از این قرار است: منطق الطیر، الهی نامه یا (خسرونامه) اسرارنامه، مصیبت نامه، دیوان اشعار (غزل ها و قصیده ها)، مختارنامه (مجموعه رباعی ها) و تذکره الاولیاء. کتاب تذکره الاولیاء تنها اثر منثور عطار است که در آن از شرح حال هفتاد و دو تن از عارفان بزرگ سخن گفته و داستان ها و گفته های آنان را گرد آورده است. هر بخش از این کتاب، مخصوص یکی از مردان حق است. پس از عطار، نویسنده ای ناشناس بخش های دیگری بر این کتاب افزوده است.

حکایت

مردکی را چشم درد خاست. پیش بیطار^(۱) رفت تا دوا کند. بیطار از آنچه در چشم چهارپایان می کند در چشم او کشید و کور شد. حکومت به داور بردند، گفت: بر او هیچ تاوان نیست، اگر این خر نبودی پیش بیطار نرفتی. مقصود از این سخن آن است تا بدانی که هر آن که نآموخته را کار بزرگ فرماید، با آن که ندامت برد به نزدیک خردمندان به خفت رای منسوب گردد.

ندهد هوشمند روشن رای

**به فرومایه کارهای خطیر
بوریا باف اگرچه بافنده است
نبردندش به کارگاه حریر**
(۱) بیطار: دامپزشک

ادامه مطلب **روانشناسی و ...** از صفحه ۳۳

ترجمه: زمانی که آمد موسی به وعده گاه ما (کوه طور) گفت خدایا خود را به من بنما. به او وحی شد که هرگز مرا نخواهی دید ولیکن به کوه بنگر، اگر در جای خود ثابت ماند مرا به زودی خواهی دید، زمانی که پروردگارش به کوه تجلی کرد، کوه خرد شد و موسی به حالت بیهوشی درافتاد، وقتی به هوش آمد به او وحی شد به تو نگفتم که نمی توانی ما را ببینی تو تاب تحمل تجلی ما را نداشتی، چگونه می خواستی ما را ببینی. حافظ در این باره می گوید:

**دوش وقت سحر از غصه نجاتم دادند
واندر آن ظلمت شب آب حیاتم دادند
ببخود از شمشعه پرتو ذاتم کردند
باده از جام تجلی صفاتم دادند**
گاه بهترین تجلی حق تعالی که عشق است بر دل بنده پاک طینت صافی ضمیر تجلی می کند، در این صورت، آن شخص آینه تمام نمای حق خواهد شد. به هر حال، هر کسی به میزان استحقاق از تجلی و نجات حق که همواره در ورزش است بهره مند خواهد شد. پیامبر اکرم فرمود: «ان فی ایام دهر کم نجات الافتعروض» همانا در

روزهای زندگی شما نجات حق در وزیدن است، سعی کنید از آنها برخوردار شوید.
**گفت پیغمبر که نجات های حق
می رسد هر روز و می گیرد سبق
گوش و هش دارید این اوقات را
تا که دریابید آن نجات را**

**بفحه ای آمد شما را دید و رفت
آنکه را می خواست جان بخشید و رفت
نفعه دیگر رسید آگاه باش
تا از آن هم وانمایی خواجه ناش**
مولوی از بهترین تجلی حق یعنی عشق توصیف می کند:

**باغ سبز عشق کو بی منتهاست
جز غم و شادی در او بس میوه هاست
از غم و شادی نباشد جوش ما
با خیال و وهم نبود هوش ما
حالتی دیگر بود کان نادرست
تو مشو منکر که حق بس قادر است**
آنچه در نزد جلال الدین از عشق دیده می شود، بهجت، سرور، شادابی و وصال است نه غم و اندوه هجر و فراق به ابیات زیر از دیوان شمس در شکوه عشق توجه فرمایید.
ای عاشقان، ای عاشقان، امروز ما میم و شما

ادامه مطلب **فرمان های اجرایی** ... از صفحه ۱۷

که فعلاً تحت مراقبت اداره اسکان پناهندگان در وزارت بهداشت هستند، و ۳- کسانی که از طریق «رودریگز باند» از زندان مهاجرت آزاد شده اند. توضیحاً خاطر نشان می شود سابقاً دولت موظف بود به دستور همان دادگاه فدرال ناحیه ۹- افراد بازداشتی در رابطه با امور مهاجرت را ظرف شش ماه رسیدگی پرونده کرده یا با سپردن وثیقه (باند) آزاد نماید.

در ضمن روز ۳ فوریه اعلام شد ۱۲ قاضی جدید به گروه قضات مهاجرت اضافه شده اند و به این ترتیب با جمعاً ۳۰۰ قاضی در سراسر آمریکا امید به تسریع هر چه بیشتر پرونده ها می رود.

در شرایط فعلی اگر در حال سفر هستید و در فرودگاه مورد سؤال قرار گرفتید توصیه می کنیم مدارک زیر را همراه داشته و ارائه دهید: ۱) تمام شواهد مربوط به وضعیت حضور قانونی خود در آمریکا، منجمله ویزای فعلی و رسید دادخواست های قریب الوقوع، ۲) شواهد مربوطه دال بر وابستگی ها و ارتباط با آمریکا، منجمله مدارک بانکی و مالیاتی، ۳) اجاره نامه یا قبض برق و آب و غیره به اسم خود، ۴) مدرک اشتغال به کار از کارفرما یا ته چک حقوق، ۵) مدارکی که ارتباط خانوادگی شما را با شهروندانی در آمریکا ثابت می کند. در صورت برخورد با مشکل توصیه می کنیم در خواست تماس با وکیل خود کنید (گو اینکه در مرز چنین حقی ندارید) و متوجه باشید که فرم I-۴۰۷ را امضاء نکنید، و همینطور موافقت با هر چیز دیگر که مبنی بر تسلیم گرین کارت و یا اخراج مشروط و غیره است نکنید.

ادامه مطلب **آشنایی با کایروپراکتیک** ... از صفحه ۴۳

فرستاده که به بروز مشکلات هاضمه مانند ترش کردن، نفخ گاز معده می انجامد.

سردرد

در مواقعی که گردن و بخش بالای کمر به خاطر سردرد، درد می گیرد، متخصص استخوان می تواند به شما کمک کند. آنها قادرند با ماساژ، مایهچه ها را شل کرده و در نتیجه درد از بین برود.

این باد اندر هر سوی سودای دیگر می پزد
سودای آن ساقی مرا، باقی همه آن شما
دیروز زمستان را به ره، بر بود آن ساقه کله
امروز می در می دهد تا بر کند از ما قبا
ادامه در ماه آگینده

نهایتاً چه خواهد شد؟ اگر این مراجعه دولت ترامپ و دادگاه فدرال ناحیه ۹ به دیوان عالی کشور برسد تاریخ نشان داده است که ۸۲ درصد اوقات دیوان عالی رأی دادگاه ناحیه ۹ را باطل میکند و باید در نظر گرفت که در صورت تأیید سنا برای نیل گرساچ به عنوان قاضی جدید دیوان عالی دست ترامپ در این مورد قوی تر هم خواهد شد چون گرساچ جمهوریخواه محافظه کار و نامزد شده از طرف خود اوست.

هم اکنون باید گفت که جریان بسیار متغیر است. در تاریخ این نوشتار، روز ۱۳ فوریه، وکلای دولت از دادگاه فدرال سیاتل که قرار لغو اولیه را صادر کرده بود تقاضای تعویق اجرای حکم تا تشکیل دادگاه تجدید نظر دیگری کردند. این تقاضا رد شد، و فعلاً حدس مطلعین بر این است که دولت ترامپ بزودی فرمان اجرائی جدید و محکم تری اعلام خواهد کرد. سعی وکلای دولت بر آن است که در فرمان جدید اشکالات قانونی یا جای اشکال تراشی وجود نداشته باشد، و شاید در عین حال پرونده فعلی را هم تا دیوان عالی پیگیری کنند.

در رابطه با مطالب ذکر شده یکی دو موضوع دیگر نیز قابل توجه است. در سه فرمان اجرائی دیگر که اخیراً ترامپ امضاء کرده در قالب مبارزه با خلاف کاری و جرائم مقررات جدیدی در مورد مهاجرین قابل اجرا شده است. بر این مبنا روز ۳۱ ژانویه دولت به قسمت بازرسی اداره مهاجرت در وزارت دادگستری دستور میدهد اشخاص خارجی زیر را با اولویت فوری مورد مراحل اخراج قرار دهد: ۱- کسانی که تحت بازداشت بسر میبرند، ۲- خردسالان بی سرپرستی

مشکلات هاضمه

عصب های موجود در ناحیه قفسه سینه با سیستم هاضمه ارتباط دارند. فتق دیسک ها تنها به خاطر مشکل کمر نیست که منجر به بروز مشکلات معده می شود. اگر تنظیمات و هماهنگی مهره های ستون فقرات در پشت قفسه سینه به هم بخورد، این عصب ها پالس های نامنظمی به معده و روده

افتاده در غرقابه ای تا خود که داند آشنا
گر سیل عالم پر شود، هر موج چون اشتر شود
مرغان آبی را چه غم، تا غم خورد مرغ هوا
ما زخ ز شکر افروخته، با موج و بحر آموخته
زان سان که ماهی را بود دریا و طوفان جانفزا

ادامه مطلب **کولک چال** ... از صفحه ۳۸

در سال ۱۳۵۰ برق سراسری کشور به این اردوگاه کشیده شد که حمل تیرهای چوبی برق از منظریه تا کولک چال خود داستان عجیبی دارد و از سال ۱۳۵۱ دو رشته تلفن، ارتباط کوهنوردان و مدیران مستقر در پایگاه را با نقاط مختلف کشور برقرار ساخت. پیش از آن از موتورهای مولد برق برای روشنایی محوطه به مدت محدودی به هنگام شب استفاده می شد. یک دستگاه تلفن مغاطیسی، اردوگاه های منظریه و کولک چال را به هم مربوط می ساخت. در تمام طول مسیر چهار و نیم کیلومتری درختکاری شده و آب باریکی همواره جاری است که با نغمه های یکنواخت و دلپذیر خود همراه با سایه مطبوع درخت ها، خستگی راه را از تن کوهنوردان و عشاق طبیعت دور می سازد.

در برخی از پیچ و خم های این مسیر آثار جعبه کمک های نخستین وجود دارد که همواره مقداری بانه، الکل، مرکوگرم، پنجه و غیره در آن وجود داشت که حالا از آن محتویات خبری نیست و آن جعبه های فلزی هم یا کج و کوله شده یا نابود شده است. چشم انداز تهران از نقاط مختلف مسیر و یا گوشه های مختلف اردوگاه بسیار جالب و زیبا است به ویژه شب ها که تمام تهران را به صورت پانورامایی عظیم می شود تماشا کرد.

از ظهر چهارشنبه، کوهنوردان، پیش آهنگان و خانواده ها به این پایگاه کوهستانی صعود می کنند و آشپزخانه زمستانی و تابستانی آن برای شش وعده غذا حدود دو سه هزار نفر را تا غروب جمعه پذیرایی می کند. بیشتر کوهنوردان از مسیر منظریه، حصارک، منصوریه و سینه سرخی صعود می کنند و عده ای هم توچال و پیاز چال و شیرپلا برای رفع خستگی و کوتاه کردن راه به کولک چال فرود می آیند.

واژه کولک چال

در فرهنگ ها درباره واژه "کولک چال" توضیح زیادی به چشم نمی خورد، اما برخی می گویند «کولک چال» که مرکب از واژه کولاک و پسوند چال است یعنی منطقه ای که کولاک زیاد دارد و برخی می گویند کلک نوعی گلپر است که در این نواحی از کوه البرز زیاد می روید.

بد نیست بدانیم که در ارتفاعات البرز ده ها محل وجود دارد که با پسوند واژه چال نامگذاری شده اند. مانند ازغال چال (بالای هفت حوض درکه)، پیاز چال، توچال، زرشک چال، سرخه چال، سیب چال، مراد چال، نرگس چال، هلو چال، هزار چال، دیو چال، مسجد چال، بند

یخچال، یخچال، انار چال، جوز چال، آهک چال و کپورچال (که اردوگاه پیش آهنگی بندرانزلی است) واژه چال به صورت پسوند مکان، باز هم نمونه های دیگر دارد که فراوان است. در لغت نامه دهخدا چال به معانی گودال، مغاک، حفره و گودی آمده است که اگر کوچک باشد باهای تصغیر به صورت چاله نوشته می شود. چال معنی سیلو هم می دهد که محل انبار کردن جو، گندم، غلات، یخ و غیره است.

برج کولک چال

یکی از جالب ترین ساختمان های این اردوگاه برجی است به ارتفاع ۲۲ متر و قطر قاعده ۱۶ متر، دارای نه طبقه و جای آسانسور داخلی و حدود ۲۰۰ پله از خارج که احتیاج به تکمیل دارد. پوشش و نمای خارجی این برج ترکیبی است از حدود سیزده هزار قطعه سنگ رنگارنگ، با جنس های مختلف، با نام اهداءکنندگان و برخی رسدهای پیش آهنگی از سراسر کشور و شخصیت های ایران، قطعه سنگ ها همگی با ابعاد معین واحد به طول ۳۰ سانتیمتر و عرض ۲۰ و ضخامت با قطر ۱۵ سانتیمتر. به طور کلی ساختمان این برج از پایه تا قله آن ترکیبی است از سنگ، سیمان، آهک، گچ و آهن. سنگ ها بهترین نمونه انواع سنگ، از نقاط مختلف کشور و بهترین نمودار و نشانه تعاون مردمی و پیش آهنگی است.

در بالاترین نقطه برج قرار بوده است که تلسکوپ نصب شود برای ستاره شناسی و هیئت و تماشای آسمان و صور فلکی در شب مورد بهره برداری جوانان، پیش آهنگان، مردم و کوهنوردان باشد اما آن طرح هنوز به مرحله اجرا درنیامده و شاید هم فراموش شده باشد.

در طبقات نه گانه این برج ۳۲ متری برای سرویس بهداشتی، آشپزخانه، رستوران، موزه گیاهان منطقه، موزه حیوانات منطقه، کتابخانه و قرائتخانه پیش بینی شده است که سفت کاری های آن کارها تمام شده بود و نیاز به نازک کاری داشت. پنجره های هر طبقه این برج طوری احداث شده که از هر طرف می شود نقاط مختلف شهر یا ارتفاعات اطراف را در حالت نشسته یا ایستاده به راحتی تماشا کرد.

برای حمل این همه مصالح و مایحتاج ساختمان ها و اردوگاه هزاران بار از سیستم حمل و نقل چارپایان استفاده شده بود، اما برخی از وسایل و ملزومات و مصالح ساختمانی یا قطعات فنی یخچال و سردخانه بزرگ را با کارگر یا هلکوپتر حمل کرده بودند. خرپای سقف ساختمان اصلی یا تالار اجتماعات بزرگ و اتاق های خواب

ادامه مطلب **شیرین در خسرو** ... از صفحه ۱۲

و بدینگونه خسرو از آستان عشق شیرین رانده شد و غمگین و ناآرام قصد بازگشت کرد و شاپور در گلایه های او از شیرین دلداری اش می داد و از ستمی که بر شیرین رفته بود و رنجی که از دوری خسرو بر وی گذشته بود بسیار سخن گفت که:

گر از هر باد چون کاهی بلریزی

اگر کوهی شوی کاهی نیرزی
و او را وعده داد که صبر و شکیبایی کلید کار بسته تست، پس همان به که سر خویش گیری و شیرین را به حال خویش گذاری و به سرپرده پادشاهی خویش بازگردی و کار را به زمان واگذاری که:

امیدم هست کاین سخنی سرآید

مراد شه بدین زودی برآید
و بدینسان خسرو بدون شیرین به سرزمین خویش بازگشت.

ادامه دربار

قابل توسعه و احداث اردوگاه مشابه که به مبالغ ۷۰ هزار تومن و ۱۲۰ هزار تومان توسط سازمان پیش آهنگی خریداری شده و اسناد آنها موجود است.

تله کابین سینه سرخی

سال ها پیش یک دستگاه کامل تله کابین از چکسلواکی خریداری شده بود تا برای صعود مردم به ارتفاعات قبل از کولک چال و بالاتر از امامزاده قاسم مورد استفاده قرار گیرد. تقریباً میان راه کولک چال منطقه وسیعی است که به «سینه سرخی» معروف است. قرار بوده که از شمال منظریه با احداث چند پایگاه و دکل این سیستم تله کابین دایر شود و مردم عادی شهرنشین به آن منطقه که چشم انداز وسیع و زیبایی دارد صعود کنند و از هوای خوب و مناظر دلپذیر و رستوران آن برخوردار شوند. تمام این سیستم حمل و نقل از سال ها قبل خریداری شده و در منطقه وودج در شمال غربی اردوگاه منظریه نگهداری می شد که احتمالاً امروز برخی کابل ها و قطعات آن دچار زنگ زدگی یا شکستگی شده است.

اگر این سیستم نقاله را از انبار بیرون بیاورند و آن را رو به راه کنند یکی از خدمات شهرداری تهران یا وزارت آموزش و پرورش خواهد شد. به ویژه که شهرداری تهران با تأسیس و زیبا سازی پارک جمشیدیه و توسعه آن تا حدود ۲۵ هکتار می تواند این خدمت بزرگ را هم به عهده بگیرد.

امیدوارم روز به روز علاقه روز افزون کوهنوردان و جوانان و علاقه مندان و پیش آهنگان مایه و عامل توجه شهرداری و آموزش و پرورش به توسعه و تکمیل این مسیر تله کابین و ردوگاه جهانی بشود.

به تن با دیگری خرسند بودم
ز دل تا جان ترا در بند بودم
اگر گامی زدم در کامرانی

جوان بودم چنین باشد جوانی
و بدینسان روزی چند مناظره ای بین آن دو دلدا در گرفت و گله ها و سرزنش های شیرین و پوزش خواهی خسرو هیچ یک به نتیجه ای نرسید. شیرین گرچه خسرو را چون جان شیرین می داشت اما هرگز نتوانست پیوند او را با شکر نادیده بگیرد و از گذشته شکوه ها کرد و خسرو از آینده سخن ها گفت ولی شیرین که در دوری محبوب قصب پوش و نیالوده مانده بود و از خبر خواستاری خسرو شکر را و به حرم بردن او سخت آزرده خاطر بود خسرو را گفت که:

شد آن افسانه ها کز من شنیدی
گذشت آن مهربانی ها که دیدی

حدود ۶ متر ارتفاع دارد، زیرا برف های زمستانی گاهی تا ۱۰ متر در شمال سالن انباشته می شود. یک باند هلکوپتر در شمال ساختمان ساخته شده است که در مواقع مختلف و ضرورت ها و حمل های فوری بارها بهره برداری می شده است.

غالب تختهخواب ها دو طبقه آهنی بسیار محکم دارای تشک های دنلپ ۱۵ سانتی با روکش های خوب و تمیز و پتو و ملافه بوده و کوهنوردان برای استفاده از آنها مبلغ ناچیزی می پردازند و یا در صورت تمایل در چادرهایی که در محوطه برپا می شد شب را به صبح می آورند. به طور کلی می شد گفت احداث چنین اردوگاهی که در دنیا نمونه است، در این زمان شاید با صرف میلیاردها تومان هم میسر نباشد. دروازه آهنی این اردوگاه را اعضای انجمن طرفداران تربیت پیش آهنگی هدیه کرده اند.

مدیریت

هیأت مدیره ای تمام امور این اردوگاه را سرپرستی و اداره می کرد که اکثرشان از میان مردم، کوهنوردان با سابقه و افراد محلی مطلع و مشتاق که برای خدمات افتخاری و اجتماعی ذوق و شوق داشتند، توسط مجمع عمومی برای دو سال انتخاب می شد. در این هیأت مدیره یک تن از طرف سازمان پیش آهنگی به عنوان عضو روابط و نماینده سازمان شرکت می جست. این سازمان کوهستانی حدود دویست نفر عضو داشت.

اعضای این باشگاه کوهپار نامیده می شدند و به هنگام خطاب به یکدیگر کوهپار می گفتند و از ذکر القاب و عناوین دیگر خودداری می کردند. قدری پایین تر از کولک چال منطقه دیگری است به نام آلوچران و یک باغ

ادامه مطلب **خوان نوروزی** ... از صفحه ۶

کتاب مقدس: یکی از لوازم خوان نوروزی کتاب مقدس بود و چون این جشن ملی است هر خانواده می توانست کتاب مذهبی ویژه خود را بر خوان نوروزی بگذارد. در دوران ساسانیان کتاب اوستا را بر خوان می گذاشتند و پیش از فرارسیدن سال بخشی از آن را که معمولاً فروردین یشت است می خواندند و از فرورهای شاهان، پاکان، پارسایان، دلاوران و شهبسوارانی که در فروردین یشت نام آنها آمده است یاد می کردند.

امروز در خوان نوروزی مسلمانان قرآن گذاشته می شود و سوره ای از آن خوانده می شود و کلیمیان بر خوان نوروزی تورات می نهند.

کوزه آب: کوزه آب که توسط دختران نورسیده از زیر آسیاب ها پر می شد با زینتی از گردنبندها بر سر خوان نهاده می شد. امروز جای این کوزه را تنگ های کوچکی گرفته است که بر آن عدس یا گندم و جو سبز می کنند و آنها را با روبان ها می آرایند.

نان: نان نمادی از برکت است و در دوران ساسانی کرده نانی به اندازه یک کف دست یا اندکی کوچکتر می پختند و آنها را که «درون» Dron نامیده می شدند بر سر خوان نوروزی می گذاشتند و گاهی بر آنها آفرین می خواندند و آنها را برکت می بخشیدند. امروز ظرفی از نان یا نان سنگک بزرگی بر خوان می نهند و این آیین در خوان عروسی نیز رواج دارد و بر روی این نان گاهی با دانه های کنجد «مبارک باد» می نویسند. در دوران ساسانی بر گوشه های خوان نوروزی می نوشتند «افزون باد» یا «افزایاد» که موجب برکت خوان در همه سال می شد. این واژه را در روی سکه های دوران ساسانی نیز ضرب می کردند تا پول را برکت افزایش دهد.

شمعدان: در دوسوی آتشدان شمعدان های گرانها یا چراغ می نهادند و آنها را می افروختند. و این نشانی از دنیای فروغ بی پایان بود که جایگاه فروران است.

نور و روشنایی در مراسم مذهبی ایرانیان از اصل های مهم بود زیرا دنیای روشنایی قلمرو اورمزد است و هر جا که نور و آتش باشد اهریمن را بدانجا راه نیست.

شیر: شیر تازه دوشیده در خوان نوروزی نمادی است از غذای نوزادان گیلهانی زیرا بنابر اسطوره آفرینش انسان در گهنبار همسپتمدم یعنی در سیصد و شصت و پنجمین روز سال آفریده شد. بنابراین در جشن زایش آدمیان همانطور که کودک

نوزاد به شیر نیاز دارد، نوزادان گیلهانی نیز به شیر که در دین ایران کهن بسیار مقدس است نیاز دارند. شیر در رسم های مذهبی تقدیس می شد و گاه آن را با فشرده گیاه هوم می آمیختند و به کار می بردند. پنیر تازه نیز که از فرآورده های شیر است در خوان نوروزی نهاده می شد زیرا در پنیر نیز اندیشه ای از شیر و مایه و باروری و استحاله نهفته است. پادشاهان ساسانی در بامداد نوروز از خرمایی که درون کاسه شیر ریخته شده بود و پنیر تازه می خوردند و این برکت می افزود.

تخم مرغ: تخم مرغ بن مایه خوان نوروزی است و انواع سفید و رنگین آن می بایستی خوان هفت سین را زینت بخشند، زیرا تخم و تخمه نمادی است از نطفه و نژاد و در روز جشن تولد آدمیان که تخمه و نطفه پدیدار می گردد، تخم مرغ تمثیلی است از نطفه باروری که بزودی باید جان گیرد و زندگی یابد و زایش گیلهانی انجام پذیرد. پوست تخم مرغ خود نمادی است از آسمان و طاق گیلهان. پروردگار میترا نیز بنا بر اسطوره ای از تخم گیلهانی پدید آمد.

در روستاها رسم است که یکی از تخم مرغ ها را به روی آیینی می گذارند و برآند که به هنگام تحویل سال وقتی که گاوآسمانی کره زمین را از شاخی به شاخ دیگر خود می افکنند، تخم مرغ در روی آیینی خواهد جنبید. این اسطوره در اصل از مایه باورهای کهن بارور است زیرا آیینی همان نیروی ادونک advenak است که بایستی به فروران فرود آمده از مینو شکل بخشد و این جنبش تخم مرغ در روی آیینی نماد تولد و حرکت است در سال نو که در دل روستائیان هنوز پایدار مانده است.

آیینی: آیینی از نظر واژه شناسی از ادونک advenak آمده است به معنی شکل و دیدار و ادونک یکی از نیروهای تشکیل دهنده انسان است. این واژه از پیشوند ad و ریشه ven به معنی دیدن ساخته شده است و آیینی چیزی است که بدان شکل را می بینند.

در نخستین روز نوروز که انسان گیلهانی بر اثر آمیختن فرورمینوی با نیروهای دیگر، شکل می گیرد، بایستی نمادی از آن در خوان نوروزی باشد تا شکل پذیری آسان گردد، از این رو آیینی ای در بالای خوان نوروزی نهاده می شود و آیینی دیگری در زیر تخم مرغ گذاشته می شود و نهادن آیینی در خوان عروسی نیز به همین مناسبت است زیرا

ادامه مطلب **از در گوشی ها** ... از صفحه ۳۳

دست هر دو آمریکایی دموکرات درد نکند و اما در حال حاضر ماتم عمومی برای رفع مزاحمت دموکرات مکار دروغگو چه بسیار مایه تعجب می شود. منظور آنکه ضرر ندارد مسائل جاری را از دیدگاه یک ایرانی هم نظارت و استدلال کرد که نیرنگ ها و بازیهای روی صحنه در سرنوشت دنیا و سایر کشورها تاثیرپذیر خواهد شد بالاخص در نواحی حاصل خیزی که چراگاه آب

عروسی مقدمه زایش است و برای زایش انجام می گیرد و فرورها در تشکیل نطفه و زایش زنان یاری می کنند.

سمنو: سمنو از جوانه های تازه رسیده گندم ساخته می شود. پیشتر گفته شد که سبب روئیدن گیاه ها و جوانه زدن آنها فرورها هستند. فرورها جوانه ها را بارور می کنند و خوردن این جوانه های بارور سبب نیرومندی و باروری در همه سال می گردد و سمنو که از شیر ههین جوانه ها ساخته می شود نماد خوبی برای زایش گیاهی و بارور شدن گیاهان توسط فرورهاست.

سنجد: سنجد یکی از میوه هایی است که در خوان نوروزی گذاشته می شود زیرا بوی برگ و شکوفه درخت آن محرک عشق و دلباختگی است که از مقدمات اصلی تولد و زاینده گی است و وجود سنجد در خوان نوروزی انگیزه زایش گیلهانی است.

ماهی: اسفند ماه در برج حوت است و حوت به معنی ماهی است. به هنگام نوروز برج حوت به برج حمل تحویل می گردد و از اینرو نمادی از آخرین ماه سال در خوان نوروزی می گذارند. علاوه بر آن ماهی یکی از نمادهای آناهیتا فرشته آب و باروری است که وظیفه اصلی نوروز را که باروری است بر عهده دارد و وجود آن در خوان نوروزی سبب برکت و باروری در سال نو می شود. خوردن غذای ماهی نیز در شب عید از اینروست.

سیب: سیب یکی از میوه هایی است که بر خوان نوروزی نهاده می شد و روستائیان آن را در خم های ویژه نگاه می داشتند و پیش از نوروز برسم هدیه به دوستان و آشنایان می دادند که در خوان نوروزی به کار رود. در داستانهای ایرانی سیب با زایش مناسبت بسیار دارد و اغلب درویشی آن را به دو نیم می کند که نیمی از آن را زن و نیم دیگر را شوی می خورد و بدین ترتیب مرد از عقیم بودن و زن از نازایی رها می شود. از این رو می توان پنداشت که سیب در خوان نوروزی نماد دیگری است از

و علف این قاره استثمارگر را تامین و نتیجتاً در معرض اعمال پنهانی درست که عجالتا ما و فرزندانمان ناچار اینجا زندگی می کنیم و باید رویدادها و جریانات روز سیاست ظاهر را بررسی و شناسایی نماییم.

در عین حال به صلاح و مصلحت موجودیت ایرانی ما نیست که بطور کلی جلد عوض کنیم و از خیر موطن و دودمان تاریخی خود بگذریم.

باروری و زایش.

انار: انار از مقدس ترین درختان است و تقدس خود را تا به امروز در میان ایرانیان نگاه داشته است و تک درخت انار نزدیک امامزاده ها و بر بالای تپه ها و کوه ها همواره مقدس است و بدان دخیل می بندند و ترکه های انار به عنوان برسم مقدس در آیین ها بدست گرفته می شود. انار برای رنگ سبز تند برکهایش و نیز برای رنگ و شکل غنچه و گل آن که همانند آتشدان است همیشه تقدیس می شده است. پردانگی انار نماینده برکت و باروری است و نمادی است از باروری ناهید و به ویژه شکل آن از روزگاران کهن نزد شاعران به سینه تشبیه می شود و نمادی است از سینه زنان به هنگام جشن زایش.

پول زرد و سفید: پول زرد و سفید در خوان نوروزی نمادی است از شهریور امشاسپند که موکل است بر فلزات و بودن آن بر سرخوان موجب برکت و سرشاری کیسه است.

گل بیدمشک: گل بیدمشک نمادی است از سپندارمذ امشاسپند و گل ویژه اسفند ماه است.

نارنج: نارنج نمادی است از گوی زمین و هنگامی که در ظرف آبی نهاده شده باشد نمادی است از گوی زمین در گیلهان، و گردش آن بر روی آب نمودار گذشتن برج های دوازده گانه و تحویل سال است.

دانه های اسپند: دانه اسفند همچنانکه از نامش پیداست از واژه کهن spanta اوستائی به معنی مقدس گرفته شده است و از زمانهای کهن مقدس بوده و در رسم های نیایشی به کار می رفته است. هم امروز نیز در خانواده ها آن را برای دفع چشم زخم بر روی آتش می پاشند و دانه های اسپند به رشته کشیده زینت بخش خانه های روستائی است.

بر سر خوان نوروزی چیزهای دیگری هم نهاده می شود مانند شیرینی و نقل که نماد شیرین کامی هستند و آرد که نمادی است از برکت. و این همه موجب برکت و خوشبختی و تندرستی در سال نو خواهد بود.

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

می آفرید نفس شمس بود. در و دیوار خانه شمس بود. شمس برای او همه چیز و همه کس بود. عشق بود، نیاز بود، حیات بود، ماورای کائنات شمس بود.

بنمای رخ که باغ و گلستانم آرزوست
بگشای لب که قند فراوانم آرزوست
بشنیدم از هوای تو آواز طبل باز
باز آمدم که ساعد سلطانم آرزوست
گفتی ز ناز بیش مرغان مرا برو

آن گفتنت که بیش مرغانم آرزوست
وان لب گزیدنت که برو، شه به خانه نیست
وان ناز و خشم و تندى دربانم آرزوست
عشقی که ذکر «الله» در قلب او القا می کرد شمس بود که به یک عروج روحانی که شمس در هر لحظه و بارها او را پله پله تا افق های بی پایان آن می کشید تبدیل می شد. در همه این احوال مولانا شمس را مرشد خویش، مراد خویش، معشوق خویش و خدای خویش می یافت. خدا را در وجود شمس می دید و شمس را متجلی از نور وجود خدا. می گفت: راست بگویم این سخن شمس من و خدای من. پس از چند ماهی که از آشنایی و مجالست گذشت و شاید هم که پس از خلوت طولانی با شمس، دیگر مولانا همان مردی نبود که روزی نه چندان دور قبل از این شمس با لباس تاجران دوره گرد به هنگام اذان ظهر در بازار پنبه فروشان بر سر راه فقیه عالی قدر قونیه ظاهر شده بود. این ولادت تازه در طی این خلوت طولانی از یک انسان عادی که بسته خواب و خور بود، یک انسان الهی که به عالمی ماورای عالم انسان عادی پای نهاده بود، ساخت حول روح و تجلی جلوه خدا بود در شکل و هیأت انسان، طلوع خورشید بود در ظلمات، نزول ملکوت آسمان بود در خاکدان زمین، تبدیل آدمی بود به پری، تولد یک عشق و پیوند ناگسستنی بود که در جاودانیت تاریخ رقم زده شد. **ارامه راور**

ادامه مطلب **درآمدی بر**... از صفحه ۷

(۱۱) فریدون آدمیت، اندیشه های میرزافتحلی آخوندزاده، تهران، ۱۳۴۹، ص ۳۲
(۱۲) جواد طباطبایی، مکتب تبریز و مبانی تجدد خواهی، ج ۲، تهران، ۱۳۸۵، ص ۳۶۵
(۱۳) ایرج پارسی نژاد، روشنگران ایرانی و نقد ادبی، تهران ۱۳۸۰، ص ۳۳-۱۱۷
(۱۴) جواد طباطبایی، مکتب تبریز و مبانی تجدد خواهی، ج ۲، تهران، ۱۳۸۵، ص ۳۶۴-۳۶۵
سایر منابع:
- فریدون آدمیت فکر آزادی و مقدمه نهضت مشروطیت، تهران، ۱۳۴۰
- فریدون آدمیت، فکر دموکراسی

ادامه مطلب **انرژی مثبت**... از صفحه ۲۸

را با خود همراه دارند که باید دور ریخته شود.

اگر خانه شما هم مانند سمساری است و همه نوع وسایل نو و کهنه را گرد هم آورده اید، چه خوب است که به توصیه این دانش باستانی عمل و خود را از شر آنها رها کنید! مانند:

♦ لباس های زیادی که از مد افتاده و امیدوار هستید روزی دوباره مد شود و یا لباس هایی را که به شما کادو داده اند ولی آنها را دوست ندارید و حاضر نیستید از آنها استفاده کنید!
♦ بریده روزنامه ها، انواع مجلات و کتاب هایی که شاید سال هاست فکر کرده اید روزی به دردتان بخورد ولی هیچ وقت به طرف آنها نرفته اید.

♦ ظروف لب پریده
♦ انواع کاست های صوتی و تصویری قدیمی
♦ انواع ساعت های مچی و دیواری خراب
♦ انواع رسیدها و اسناد حسابداری که به بیش از ۱۵ سال قبل مربوط می شوند.
♦ اشغال هایی که خاطرات و گذشته های بد و ناخوشایندی را با خود به همراه دارند!

اگر می خواهید در زندگی خود پیشرفت و ترقی کنید، تمام این اشغال ها را دور بریزید. هر یک از این اشغال ها همانند مگا بایت یک رایانه، جایی را در ذهن شما اشغال کرده اند و مانند یک بند نامرئی دست و پای شما را بسته اند. فضای ذهن و محیط اطراف ما محدود است و نباید آن را با زباله پر کنیم! پس از دور ریختن این ها ببینید چقدر احساس سبکی و خوشحالی می کنید.

فنگ شویی می گوید: بعد از اینکه اشغال ها را از محیط زندگی دور ریختید، برای چند روز در آن محیط، عود بسوزانید و یا زنگ به صدا درآورید! تا فضا از انرژی های منفی پاک شود. (زنگ یکی از وسایلی است که در فنگ شویی برای ایجاد صداهای خوب و پاک کردن فضا از آن استفاده می شود). و چقدر خوب است که این روش را در مورد موضوعات و خاطرات بدی هم که ذهن ما را اشغال کرده و آرامش ما را به صورت وسواس های فکری به هم می ریزند، به کار گیریم و بهترین زمان آن همین حالاست.

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

مسلم بود چون می گفتند که هر وقت مهمان داره زنش چند لیوان برنج از همسایه ها قرض می کنه که غذا کم نیاورده. آدم دیدم که سالی یک دست لباس می پوشه. مطلقاً نیازمند هم نیست و می تونه بهترین پوشاک را بپوشه اما ذات حقیری دارد. لابد دست خودش نیست. گدامنشی را دوست داره.

حال که چنین ویژگی و توانایی برای نوزایش در وجود آدمی نهفته است، پس چرا عده ای خود را از این موهبت محروم می کنند و به احساسات ناخوشایند اندیشه های کهنه و خاطرات تلخ می چسبند و آن را رها نمی کنند؟

راستی اشکال کار در کجا است؟

باز هم ممکن است که بپرسید چگونه و چطور خود را از دست این خاطرات بد رها کنید؟ خیلی راحت است! با بخشیدن خود و دیگران و فراموش کردن آنچه که اتفاق افتاده و به فراموشی سپردن خاطرات بد و جایگزین کردن خاطرات خوش و نگاه منصفانه و واقع بینانه به همه ابعاد زندگی!

همه شما مثال معروف لیوان پر و خالی را می دانید. حتی اگر قطره ای آب در لیوان باشد، چه بهتر است که آنرا این گونه توصیف کنید: من در لیوان خود مقداری آب دارم (کمیت آن اهمیت چندانی ندارد. بلکه وجود آب در لیوان مهم است). و این شامل سلامتی، شادی، ثروت، موفقیت و همه چیزهایی می شود که می توان به داشتن آنها افتخار کرد!

فنگ شویی چیست؟

«فنگ شویی دانش کهن چینی است که علوم بسیاری را در دل خود جای داده و امروزه با استفاده های کاربردی، ارزش و اعتبار شایان توجهی یافته و با اقبال عمومی روبرو شده است.»

فنگ شویی دانشی است برای قرار دادن هر چیزی در جای صحیح خود، چه در منزل و چه در محیط کار و چه در مسائل شخصی مانند لباس و غذا و...

بر اساس به کارگیری قوانین فنگ شویی، می توان با تغییراتی جریان انرژی را در قسمت های مورد نیاز تقویت کرد. همچنین این دانش می گوید در هر خانه ای نقاط خاصی برای سلامتی، خط مشی زندگی، فرزندان، دانایی و... وجود دارد که باید با توجه به عناصر مربوط به هر یک از این ها، لوازم و وسایل خاصی را در آنها قرار بدهیم و یا قرار ندهیم. فنگ شویی تأکید زیادی به دور ریختن لوازم به درد نخور و اضافی دارد و معتقد است که بسیاری از لوازم و وسایل زندگی، خاطرات و گذشته های بد و ناخوشایندی

وقتی هم که غذا را آماده کردم در دیگر را بر می داره و بادمجان ها را می شماره که کم نباشند. در مورد همین زن و شوهر موضوعی را هم شنیدم که مطمئن نیستم اگر درست بوده باشه یا نه، اما می گفتند که آقای فلانی و همسرش با هم می روند زیر دوش که یک بار آب مصرف شود. خسیسی آن مرد برای ما

ادامه مطلب تاک و انگور... از صفحه ۳۳

ندارم فرصت خریدن سر من ز مستی‌ها
مگر دستی به عذر غفلت من تاک بردارد
تاک اگر دست ارادت برنیارد زاستین
کیست کز دست فلک گیرد گریبان مرا
(اچه کسی مرا از چنگ روزگار رها خواهد
ساخت؟)

ما داده‌ایم دست ارادت به دست تاک
زان روی می‌خوریم چو آب روان شراب
مدار از من دریغی ابر رحمت گوهر خود را
که من چون تاک صد دست دعا در آستین دارم
بیت بالا بر اساس این باور شاعرانه در
ادب فارسی است که قطره بارانی لایق و
قابل درون صدف قرار می‌گیرد و به گوهر
یا دانه مروارید تبدیل می‌شود.

در خرابات چه حاجت به مناجات من است
دست برداشته دایم به دعا تاک آنجا
بس که تشریف بهاران نارسا افتاده است
تاک از یک آستین صد دست بیرون کرده است
تشریف = لباس، خلعت، لباس اعطایی.

در چمن چون از خمار باده گردم بی‌قرار
تاک از دست نوازش می‌دهد تسکین مرا
آنکه گاهی دست بر دل‌های غمگین می‌نهد
در ریاض آفرینش غیر برگ تاک نیست
سبکدستی که شوید گرد غم از دل نمی‌یابم
مگر تاک آورد از آستین دست کرم بیرون

روایه رابر

۱. رجوع شود به نوشتار جامع "می در ادب
فارسی"، حسین بززرگ کشتلی، فرهنگنامه
ادبی فارسی، دانشنامه ادب فارسی ۲ (گزیده
اصطلاحات، مضامین و موضوعات ادب فارسی)،
به سرپرستی حسن انوشه، سازمان چاپ و
انتشارات، تهران، ۱۳۷۶، صفحه ۱۲۹۹ تا ۱۳۲۷.
۲. دار به معنی درخت است و داربست چیزبست
که درخت را بر آن بندند. داززدن و چوبه دار
احتمالا از آنجا آمده که در گذشته مجرمین را به
درخت حلق آویز می‌کردند. ضمناً تاک همان طاق
عربی به معنی خم در ساختمان و بناست.

و از دو قدمی به داخل ماشین پرت کردم
و اما جونم برات بگه، یک تقه به ماشین
فکسنی به طرف، عوارض جانبی بین
دوستان، به طرف. هفته بعد آشنایان می
شنیدند که: «شنیدی «اختر» خانم با یک
تریلی تصادف کرده! ماشین خرد و خمیر
شده اما کار خدا، خودش هیچیش نشده!»
(او! خاک عالم. شنیدم رفتی زیر
کامیون، به خدا ماشینم اومد و نیومد
داره... خودت سالمی هزار کرور شکر!
ترا خدا دختر جون یک صدقه بده!
همچون تصادف هولناکی، بدون مرگ و
میر و الله معجزس!). (خدا مرگم بده به
عابر پیاده زدی؟!))

همیشه کلام و اعمال باید با هدف سازگار باشد. وقتی هدف پاک و شفاف باشد،
اعمال نیز خوب می‌شود. هیچ چیز بهتر از یک ذهن باز نیست. کل دنیا نتیجه یک
شعور پاک و مقتدر می‌باشد و در جایی که ذهن مقتدر، پاک و خالص است افکار
پاک و خالص را نیز می‌طلبد. گاندی

ولی در گذشته داربست‌ها بلند و به واقع
شبیبه دار بوده‌اند، و از این رو واعظ
قزوینی در دو بیت زیر تاک را که از ثمرش
شراب به دست می‌آید به کسی که در
خانه‌اش شراب پنهان یابد و به دارش کشند
مانند کرده، و اوحدی مراغه‌ای در بیت بعد
مضمون دیگری با داززدن آورده است:

خم‌های می‌بر آمده گویی ز خانه‌اش
زان می‌کشند خوشه انگور را بدار
کرده دزدیده ساز برگ نشاط

تاک را می‌کشند از آن بر دار
شد زنده جان من به می‌زان یاد بسیارش کنم
انگور اگر منت دهد من زنده بر دارش کنم
در حالیکه "سلسله تاک" یا "زنجیر تاک" در آثار
دیگر شاعران دیده نشده، صائب ابیات بسیار
در این مورد دارد، با سه بیت انتخابی از او:

باده در سلسله تاک ندارد آرام
لب میگون تو تا بر لب جام آمده است
تال لب ساغر رسید بر لب و دندان او
سر به ثریا رسید سلسله تاک را
جای حیرت نیست گر در خم نمی‌گیرد قرار

پاره شد زنجیر تاک از باده پر زور من
برگ تاک: برگ تاک پنجه‌ای شکل است و
با آن غذای دلمه برگ مو درست می‌کنند.
این برگ با پهنک و بریدگی‌های آن براستی
شبیبه دست انسان است و همین شباهت
در اشعار بسیاری از شاعران مضمون قرار
گرفته است. یک قلم، صائب بیش از ۷۰
بیت در مورد دست تاک دارد. در ابیات
برگزیده زیر از او، مضامین بدیعی از
دست مراقبت و نگهداری، دست ارادت،
دست دعا، دست ساغرگیر و ساغرده،
دست نوازش و غمگساری، و دست کرم
تاک دیده می‌شود:

خطر از لغزش پا نیست مرا در مستی
طارم تاک به صد دست نگهدار من است

بود بردارم، حواسم هم جمع بود که دامن
بالا تر نرود، غافل از اینکه از قسمت بالا
غافل ماندم و بغتاً کلاه گیس طلایی
قشنگم از سرم افتاد و مانند یک کاسه
پشمین روی زمین بی حرکت نشست!
یک بار دیگر همه دست از کار کشیدند،
تا این پارت نوظهور را تماشا کنند! جای
درنگ نبود و در یک چشم به هم زدن،
عین فوتبالبست‌های فرنگی خودم را
روی آن انداختم و با تردستی کلاه گیس
را توی کیسه برنج شوت کردم. بلند
شدم و به انبوه شکفت زندگان گفتم:
(پارته دیکه!) و با یک احساس مردانگی،
کیسه پارت‌ها را با یک ضربه بلند کرده

های نسبتاً تند قرمز و آبی بافته می‌شود.
فرش‌های لچک و ترنج‌نپاوند علامت
مشخصه ویژه ای دارند که به سهولت
از طرح‌های مشابه در نواحی مجاور
تشخیص داده می‌شوند. به این کیفیت
که موتیف‌ها و دسته گل‌های حاشیه در
فواصل معین با شکافتن نوارهای محافظ
حاشیه در زمینه فرش تداخل می‌کنند
این کیفیتی است که در طرح‌های مناطق
مجاور کمتر دیده می‌شود.

مهربان

در هفتاد کیلومتری شمال همدان منطقه
مهربان قرار گرفته که در آن دو نوع فرش
بافته می‌شود. یکی گونه قدیمی که بیشتر
در سبک هندسی و با اندازه‌های دو ذرعی
و کناره‌های عریض بوده و نوع دیگر که
بیشتر صورت کناره‌های طویل و باریک و یا
قالیچه‌هایی در سبک فرش‌های ساروق
آنها نسبتاً خوب است. کیفیت الیاف و رنگ‌های
فرش‌های آنان قرمز تیره و آبی است. اما
کاربرد سایر رنگ‌ها مانند زرد طلایی، بژ
و آبی روشن نیز در میان رنگ‌رزان این ناحیه
کم و بیش از معمول است.

ادامه مطلب خاطرات در گذر... از صفحه ۱۵

لحظه‌ای بعد چند نفر با گونی خالی برنج
و کیسه و چادر شب آمدند و مشغول
شدند! ولی انگار این تصادف کوچک
مثل بیماری، عوارض جانبی داشت که
یکی یکی ظاهر می‌شد. چرا که یک مرتبه
صدایی از سمت راست بلند شد. همه
دست از جمع کردن پارت‌های ماشین
کشیدند و با تعجب قالیپاق ماشین را
دیدند که در سرازیری جاده با سرعت از
لابلای اتومبیل‌ها غل خورده و سبقت می
گرفت! به نظر آمد قالیپاقی که سال‌ها با
حسرت شاهد سرعت و سبقت اتومبیل
هایی در چپ و راست خودش بوده، این
بار بدون این که از ماشین قراضه پار مننی
بکشد خود را رها شده می‌دید و در میان
ترافیک دلی از عزا در می‌آورد!

این سر و صدا، توجه عده بیشتری را
جلب کرد، حلقه تماشاچیان هر لحظه
تنگ تر می‌شد. هاج و واج مانده
بودم، فکرم کار نمی‌کرد. عده ای می
خندیدند و بعضی هم اظهار نظر می
کردند. عاقبت به خود آمدم و سعی
کردم به گروه جمع‌کنندگان پارت‌ها
کمک کنم، اما دامن چسب و تنگی که
پوشیده بودم، مانع می‌شد!

به هر طریق، خم شدم تا قطعه کوچکی که
نمی‌دانستم چیست و زیر ماشین مانده

در همدان مقیاس چارک را که معادل
۲۶ سانتی متر است برای اندازه‌گیری
های مورد نظر در دست بافت‌های خود
به کار می‌برند. سایر شهرها و روستاهای
این استان که اهالی آنها به پیشه قالی بافی
اشتغال دارند عبارتند از:

درگزین

درگزین با ۱۷۷ روستای تابعه آن، که یکی
از مراکز مهم قالی بافی این استان است تا
۳۰ سال قبل متجاوز از ۱۴۰۰۰ قالی باف
بر روی دارهای موجود با استفاده از
پشم‌های گوسفندان ایل شاهسون فرش
های یک پوده با بافت متوسط با پرز بلند
و نیمه متراکم می‌بافتند. بافنده‌های
درگزین از بهترین قالیباغان همدان بوده و
فرش‌های آنها به نسبت سایر دست بافت
های این استان به قیمت‌های بسیار خوب
مورد معامله قرار می‌گیرند. طرح‌های
آن شباهت فراوانی با برخی از طرح‌های
ترنج دار ساروق دارد.

نپاوند

در شهرستان نپاوند فرش‌هایی در اندازه
های بزرگ و دو ذرعی‌های باریک و کناره
های پهن و به ندرت ذرع و نیم با رنگ

پیاده شده، به عقب ماشین رفتم. سپر
طاق باز روی آسفالت دراز کشیده بود!
جلوی اتومبیل پشت سری را وارسی
کردم، خم به ابرو نیاورده بود. راننده
آن هم با نبشخندی جواب سوال نکرده
و تعجب مرا دید، که بله، کرم از خود
درخت است! یکهو صدای دیگری
شنیدم، یک نفر با صدای بلند گفت:
(خانم سپر جلتون هم افتاد!)

به جلوی این تحفه آبروریز رفتم. بله،
سپر، آن هم بدون هیچ دلیل و منطقی با
حالتی زار میان مقداری پیچ و مهره و فنر
و دو شیئی دیگر که نمی‌شناختم ولو بود!
چراغ دست چپ هم از حدقه درآمده
و با سیمی میان زمین و هوا، معلق شده
بود. هم عصبانی شده و هم دور از جان
شما، مثل کسی که بچه اولش را از دست
داده باشد غصه دار. هر چه بود، اولین
ماشینم بود. در این گیر و دار آقای به
طرف من آمد و با لحن آمرانه ای گفت:
(شما راه را بند آوردید خانم.) و خطاب
به رانندگانی که طبق معمول و سنتی تا
کمر خودشان را از پنجره اتومبیل بیرون
کشیده، با کنجکاو مشغول دید زدن
بودند، اظهار داشت: (کسی کیسه میسه
ای نداره، تا آت و آشغال‌های خانم را
توش بریزیم؟!)

ادامه مطلب **گاتها با گذشت** ... از صفحه ۱۴

هم یکی از بندهای "ستوت یسن" روی چندین دسته تارنما دیده می شود. ناگفته نماند که برگردانهای گاتهای من به اسپانیایی، انگلیسی، پرتغالی و فارسی تا زمانی خواهد بود که آرزوی ۴۲ ساله من برآورده شود و آن این است که انجمنی از زبان شناسان، مردم شناسان، فارسی دانان و دیگر دانشمندان گرد هم نشینند و برگردان سزنده ای را در دسترس جهانیان بگذارند و برگردانهای گوناگون را که تا اندازه ای انگیزه سرگنجی برخی از خوانندگان شده، بیوسند و کنار بپهنند.

همین کوششهای گاتها شناسی در آمریکای شمالی بود که شماری از ما را بر این واداشت که در ۱۹۸۹ در پتسبرگ انجمن کنیم و سازمانی برای آموزش و گسترش پیام پاک زرتشت در جهان بنیاد بگذاریم. سرانجام این گفتگو پایه گذار "انجمن دوستاران زرتشت" شد و امروز همه گواه آنیم که به کوشش و تلاش این انجمن و سازمان های دیگر و کسانی، آوای والای زرتشت در سرتاسر جهان شنیده می شود و کمتر دانشمندی است که نام زرتشت را نشنیده و اندکی از پیامش آگاه نباشد.

سرانجام

ما از زمانی به زمانی گذشته، بدین جای رسیده ایم. زمانی آوای شیرین خدایی زرتشت بلند و رسا گردید و مغز را به جنبش آورد، زبان را گویایی بخشید و تن را به کار و کوشش واداشت تا از راه دانش بینش نیک و درست، جهان را نخستین همبستگی، پیوستگی، آزادی، بردباری، یاری و دوستی ببخشد. آن را در پیکر شاهنشاهی یا همبستگی شاهان و مردمان گوناگون جهان آباد می بینیم. از آن پس، زمان هایی پدیدار شدند که این پیام اندکی آلوده باورهای دیگر گردید و گاتها از درخشانی اش کاست. زمانی خاموش گردید. زمانی زبانه زد و روشن گردید. امروز ما در زمانیم که آن آوا باز شیرین تر و رساتر شنیده می شود و رسایی آن گسترده تر و گسترده تر می گردد. پیدا است که بزودی این "مانتر" اندیشه جهانیان را برخواهد انگیکخت تا جهانی "فرشومت" - Ferashotemem تازه ترین بسازیم و زندگانی ما جز شادی و آبادی بهتر و برتر که به سوی رسایی (هترووات - Haurvatat) و جاویدانی (Ameretat)، چیزی دیگر نباشد و همین خواست اهورا مزدا، خداوند جان و خرد است.

از شادروان کانگا در هند تا استاد حسین وحیدی در ایران و دکتر پرویز خزایی در بلژیک، در این یک صد و بیست سال، بیش از ۳۰ برگردان گاتها به آلمانی، انگلیسی، ایتالیایی، پرتغالی، ترکی، اسپانیایی، سنسکرت، فارسی، فرانسه، کردی، گجراتی، هندی و چند زبان دیگر به چاپ رسیده است. این خود، در برابر چهار یا پنج برگردان دیگر بخشهای اوستا، نشانه پیشرفت این جنبش است. در ۱۹۵۲ دو کس، شادروان دستور فرامرز بود و بانو پیلو نانواتی همدست شدند و گاتها را به انگلیسی برگرداندند و پس از آن دو، دیگران نیز به چنین همکاری پرداخته اند.

گاتها و زرتشتیان آمریکای شمالی

بانو دینا مکنتائر - Dina McIntyre آموزش گاتها را به نام "آشنایی با گاتها زرتشت" از پیتزبرگ، پنسیلوانیا در ۱۹۸۹ آغاز کرد که در ده تن از گاتها شناسان همیاری داشتند. آن تا ۱۹۹۰، دوازده شماره نامه ویژه ۲۵ تا ۲۶ رویه را چاپ و پخش کرد و در آن با جستارها و پرسش ها و پاسخ ها، گوشه هایی دلچسب از سرودها روشن گردید. این یک جنبشی را آغاز نمود که مردم، چه زرتشتی و چه نازرتشتی، گرایشی بیشتر به گاتها پیدا کنند. جنبش دیگری از لندن، انگلستان آغاز شد و آن با گردهمایی ۱۹۹۳ بود. در آن ۱۱ دانشمند سخنرانی کردند.

از آموزگاه تا انجمن

آن سرودهای زرتشت بود مرا به سوی دین بهی کشاند و آن در ۱۹۳۸ بود و من ۱۷ ساله بودم و از شاگردان شادروانان دستور بزرگ، دکتر مانک جی دالا و دکتر مانک پیتاوالا، سالار دبیرستان پسرانه پارسیان، کراچی، آن زمان هند و در این زمان پاکستان، بودم. به زودی من پیوند "آموزگاه گاتها" شدم. این آموزگاه به دست ده دوازده تن از کلانان پارسی کراچی، پایگذاری شده بود. همه ۵۰ ساله به بالا بودند و گاتها و برگردان آن را می خواندند و با هم گفت و شنود داشتند. من چون شنونده خاموشی پذیرفته شده بودم. دیری نگذشت که من به فرمان استادام پیتاوالا، آموزگاهی را برای جوانان همسال خود در آن دبیرستان پایه گذاشتم و از آن روز تا امروز، من این بایسته آموزشی را در کراچی، تهران، لوس آنجلس و شهرهای انگلستان، برزیل، فرانسه و ونزوئلا داشته ام و همچنان آن را روی دو دیدگاه تارنمای انگلیسی و فارسی داریم و هر روز

ادامه مطلب **فلسفه رهایی بخشی**... از صفحه ۱.

را از حقایق علمی آگاه کند. مردمی که از اساسی ترین حق انسانی خود یا دستیابی به حق و حقیقت و بهره مندی از علم و دانش محروم شده باشند هرگز نمی توانند انسان هایی کامل و آگاه باشند. اندیشمندان هوادار نظریه «اصالت انسان» می گویند دین ها و مذهب های کنونی را باید به «اخلاق» تبدیل کرد و آنها را دوباره به آغوش فلسفه بازگردانید. این اندیشمندان بسیاری از گفته ها، پندها، اندرزها و آموزش های دینی را انسانی و اخلاقی به شمار می آورند و به این جنبه از دین و مذهب با احترام و ستایش بسیار می نگرند. اومانیست ها می گویند پس از پاک سازی دین از خرافات و پالایش آن از اندیشه های غیر علمی و ماوراءالطبیعی از دین «اخلاق انسانی» پدید می آید و بخشی از فلسفه خواهد شد. یکی از ارجمندترین و با ارزش ترین هدف های اومانیست های جهان پرورش انسان های اخلاقی است، انسان هایی که ستایشگر راستی، درستی، شجاعت، مهربانی، مدارا و شیفته حقیقت و زیبایی باشند.

اومانیست ها می گویند تمامی دشواری های سیاسی، اقتصادی و اجتماعی که نوع بشر در طول تاریخ و در دوران کنونی با آنها روبروست مشکلاتی هستند که به وسیله خود بشر پدید آمده اند. نوع انسان خود باید برای مبارزه با این دشواری ها و نابسامانی هم وارد میدان شود. هیچ نیرویی از «عالم غیب» یا از آسمان برای نجات بشر ظهور نخواهد کرد. انسان آگاه توانا باید متکی به نیروها و توانایی های خود باشد. در انتظار ظهور «منجی» بودن و خود دست به عمل و اقدام نزدن نشانه زبونی، سستی و ناآگاهی است. نوع انسان خود سازنده تاریخ تمدن و فرهنگ خویش است. هر فرد نیز خود سازنده و پدید آورنده سرنوشت و زندگی خویش است. **لازمه راور**

کسی که حفظ جان را مقدم بر آزادی بداند، لیاقت آزادی را ندارد.
بنجامین فرانکلین

ادامه مطلب **گیله مرد**... از صفحه ۱۴

ها مرا صدازد و گفت: «کسی زنگ زده از باغ شیان و می خواهد راجع به هویدا صحبت کند.» گوشه را گرفتم. آقایی به نام عباس رضاییان کارمند سازمان آب بود و خانه اش در همسایگی باغ شیان، گفت: «من از باغ شیان زنگ می زنم. آقای هویدا می خواهد صحبت کند.» بعد هویدا گوشه را گرفت و گفت: «من امیرعباس هویدا هستم. بیایید مرا ببرید.»

انسانی که به زیور «تفکر علمی» آراسته است زمانی نظر یا عقیده ای را به عنوان «حقیقت» می پذیرد که از «دانشگاه های» آزمایش و تجربه، تجزیه و تحلیل، بررسی موشکافانه آن نظر یا عقیده یا ترازوی عقل و منطق کارنامه قبولی گرفته باشد. دستگاه فرهنگ و سازمان آموزش و پرورش با پدید آوردن چنین انسانی سبب ناپدید شدن تمامی اندیشه های بی اساس و باورهای بی ارزشی که به نام «خرافات» نامیده شده اند، خواهند شد. یکی از بزرگترین جلوه های جامعه انسانی ریشه کنی خرافات به هر شکل و شیوه آن از ذهن و فکر توده های مردم است. هواداران نظریه اصالت انسان می گویند کسانی که «خرافات» را به مردم جامعه آموزش می دهند و سبب گسترش نظرها و اندیشه های پوچ می شوند بزرگترین توهین را به شخصیت، هوش و عقل نوع انسان روا داشته اند. تمامی افراد و گروه هایی که به حساب «دنیای آخرت» مردم را بکشتن می دهند، با گسترش اندیشه «مجازات در آن جهان» و با بهره برداری از هراس مردم از آنان بهره کشی می کنند. بنیاد کار خود را بر خرافات گذاشته اند. مردم ساده لوح و زود باور که از دستیابی به علم و دانش به شدت محروم شده اند طعمه آسان و قربانی شیدان جامعه خود خواهند شد. چنین مردم ساده دل و ناآگاهی به سادگی کودکان خوش باور گول می خورند: به «معجزه» اعتقاد پیدا می کنند، از گور مردگان انتظار درمان بیماری و توقع حل دشواری های زندگی دارند، زندگی دلخراش خود را «خواست خدا» می دانند، «تسلیم و رضا» را به خاطر «بهشت موعود» می پذیرند. اومانیست ها می گویند دستگاه فرهنگ و به ویژه سازمان آموزش و پرورش کشور در جامعه انسانی باید با تمامی نیرو و توان خود مردم

ادامه مطلب از اینجا... از صفحه ۴۴

پدر و مادر چه تأثیرات منفی و بدی بر روی آنها و زندگی‌شان گذاشته است و چه غذایی نه تنها برای خود بلکه برای دیگران نیز هستند. چرا که فکر می‌کنند دنیا را خریدند و تمامی اطرافیان فقط به دنیا آمدند که به آنها سرویس بدهند و برایشان خدمت کرده و هر چه را که می‌خواهند برای آنها فراهم کنند. طوری با اشخاص رفتار می‌کنند و حرف می‌زنند که انگاری طرف سالها در منزل این خانم و یا آقای لوس و نر، خدمت کرده است. البته با من نه! من ممکن است که تا حدودی مراعات حال چنین پدر و مادرها و فرزندان‌شان را بکنم، اما اجازه نمی‌دهم که با من و یا به هر چیزی که مربوط به من باشد از حد و حدود خودشان تجاوز کنند. به نظر من، پدر و مادرهایی که با بچه‌هایشان چنین رفتاری دارند، نه تنها به آنها محبتی نمی‌کنند، بلکه به آینده فرزندان‌شان خیانت و ظلم می‌کنند.

ادامه مطلب میان آب های ... از صفحه ۴۶

به سراغ خانم تامی رفت. نامه‌ها را به او داد و همه چیز را با زبان بی‌زبانی تعریف کرد. در تمام مدت خانم تامی ساکت بود و غمگینانه به او نگاه می‌کرد. وقتی صحبت‌های امیر شله تمام شد خانم تامی کاغذی چروکیده از کثوی میز بیرون آورد و به او داد. امیر شله با دستهای لرزان کاغذ را گرفت. از نگاه‌های تامی می‌توانست حدس بزند چه شده است اما با شک و تردید کاغذ را باز کرد و خط مرتضی را شناخت. او نوشته بود: «برادرم از من سوال کرده بود که من کجا هستم. به او بگوئید میان آبهای رود بانکوک...»

طبیعت حتی به حیوانات زبان بسته هم آزادی بخشیده است. تاس توس

کرد که درباره مطلبی که خارج از جمع است، گفتگو کرده‌اند. ناهار که تمام شد، هنگام بیرون آمدن از رستوران، سامان از جمع خدا حافظی کرد و به فریدون گفت: «من ساعت شش بعد از ظهر در پانسیون مُدستی منتظر هستم» و رفت. ماریا هم اصلاً خم به ابرو نیاورد و هیچ تغییری در رفتارش دیده نشد. یکی دو ساعت هم در فروشگاه‌ها پرسه زدند و با هم خداحافظی کردند. اما پیش از رفتن، نادزارینا شماره تلفنش را به فریدون داد و نیز برای دیدن دوباره قرارشان را ساعت پنج بعد از ظهر شنبه آینده در مقابل سینمایی که در میدان ریپابلیکا بود گذاشتند. **ادامه در بر**

ادامه مطلب عشق. هوس... از صفحه ۳۷

از این سری بچه‌ها زیاد در دور و بر می‌بینم. بچه‌های لوس که نه تربیت درست و حسابی دارند و نه بلدند چطور با دیگران رفتار بکنند و تا آنجایی هم که ممکن است با داد و بیداد و گریه به تمام خواسته‌های بی‌جایشان می‌رسند. وقتی هم که به منزل ما می‌آیند و یا در منزل دیگران این بچه‌ها را می‌بینم، بدون هیچگونه احترامی و بخصوص بدون اجازه به هر چیزی که می‌خواهند دست می‌زنند و در بسیاری از موارد نیز خراب کاری هم می‌کنند. پدر و مادر هم که مثل دو طفلان معصوم یا به رویشان نمی‌آورند، چون کاری از دستشان بر نمی‌آید، یا فقط نگاه می‌کنند چون برایشان مهم نیست و حتی شده که دقیقه به دقیقه نیز قریبون صدقه بچه لوس و از خود راضی خود می‌روند.

من حتی بزرگی این بچه‌های لوس از خود بیخود را هم دیدم که تربیت ناصحیح

سوار تاکسی، اتوبوس و توک توک می‌شد و به هر کجا که فکر میکرد سر می‌زد تا مرتضی را پیدا کند. دم دم‌های صبح بود که بی‌نتیجه به خانه برگشت و زیر پنکه سقفی روی تخت افتاد. شب را با کابوس‌های وحشتناکی که در خواب می‌دید گذراند تا آنکه ناگهان با زدن فریادی از خواب پرید. سرش را تکان داد و گفت: لعنت بر شیطان!

بعد به ساعتش نگاه کرد، یازده و نیم صبح بود. مثل فنر از جا پرید، لباسش را پوشید و راهی UN شد. پیش خود گفت: دفتر سازمان ملل می‌تواند از پلیس کمک بگیرد. وقتی وارد UN شد

هنگام خوردن ناهار همچنان فریدون و نادزارینا گفتگو میکردند و ماریا و سامان هم به آنها گوش میدادند و هرگاه که گوینده سخن، سرش را به سمت یکی از آن دو می‌چرخاند و به او نگاه میکرد، از طرفشان لبخندی پدیدار میگردد. فریدون سعی کرد که ماریا را به حرف بیاورد اما ماریا با لبخند همچنان سکوت را حفظ میکرد. سامان قیافه‌ای معمووم داشت و راضی به نظر نمیرسید. فریدون از دو دختر پوزش خواست و به فارسی از سامان پرسید: «موضوع چیست؟» و سامان گفت: «نمیشه. دختره زیاد علاقه نداره.» فریدون برای آنکه دخترها متوجه نشوند، خود را به لودگی زد و با خنده‌هایی تصنعی وانمود

شده بودند و برای عبور از لابلای آنها میبایستی قدری خود را جمع و جور کنی و سر را گاهی به چپ و گاهی به راست خم کنی تا به پارچه‌ها و گردن‌آویزها و زنجیرهای طلای بدلی و خرمهره‌ها و کمربندها و چیزهای دیگر که همه‌فضا را اشغال کرده بودند نخورد. از ریزترین اشیاء مانند انگشترهای بدلی و گل‌سینه‌ها گرفته تا جام‌های فانتزی و لباسهای رنگ‌رنگی و وسایل تزئینی و دیگر چیزها در این فروشگاه‌ها موجود بودند و برای دیدن آنها ساعت‌ها باید وقت صرف میشد. در تمام این مسیرهای تنگ و باریک و رنگارنگ، فریدون و نادزارینا تقریباً چسبیده به هم حرکت میکردند که گاه در اثر ایستادن یکی، با پشت سری تصادم دوستانه میکرد. ماریا همچنان سرد بود و سامان هم تمایلی به حرکت در لابلای آنهمه اشیاء از خود نشان نمیداد. گاهیگاهی ماریا از نادزارینا در باره شینی سوال میکرد و پسندش را میپرسید و به تماشا و جستجوی خود میپرداخت.

روز از نیمه گذشته بود و وقت ناهار رسیده بود. فریدون به نادزارینا و ماریا گفت: «اجازه بدهید به یک رستوران برویم و ناهاری بخوریم و باز به همین فروشگاه‌ها برگردیم.» این پیشنهاد برای هردو دختر غیر مترقبه بود. نادزارینا با کمی مکث پیشنهاد را به شرط آنکه هرکس میهمان جیب خود باشد پذیرفت اما ماریا بهانه آورد که مادرش منتظر او است. شاید منتظر بود که سامان پیشنهاد بدهد و اصرار کند. فریدون به ماریا اصرار کرد و به سامان هم اشاره کرد که دنباله تعارفش را بگیرد. سامان با اکراه پذیرفت و به ماریا گفت: «اگر امروز درکنار شما ناهار بخوریم، خیلی روز خوبی خواهد بود.» ماریا پذیرفت اما او هم شرط را بر پرداخت‌های فردی گذاشت.

وقتی وارد رستوران شدند، فریدون بدون آنکه دخترها متوجه شوند، یک اسکناس بیست هزار لیری به مدیر رستوران داد و گفت من اینرا پیش پرداخت میکنم که پس از صرف ناهار، فقط باقیمانده آنرا برایم برگردانید و صورت حسابی داده نشود که دیگران ببینند. مدیر هم اطمینان داد و به اتفاق بر سر میز نشستند. فریدون از دختران پرسید چه میل دارند و آنها خوراک مورد علاقه خود را انتخاب کردند و فریدون هم که ذائقه سامان را میدانست سفارش دو بشقاب اسپاگتی و دو پرس استیک برای خود و سامان داد. خوراک دختران، خیلی ایتالیایی تر بود.

فریدون به سامان گفت: «با ماریا گرم بگیر» و معرفی کرد: «من فریدون هستم و دوستم، سامان- از آشنایی با شما خیلی خوشوقتم.»

براه افتادند. دو دختر در وسط میز رفتند و دو پسر در طرفین. فریدون و نادزارینا خیلی زود با هم جوش خوردند و حرفهایشان گل انداخت. سامان، همیشه از صحبت کردن با دختران معذب می‌شد و برای پنهان کردن این مشکل، مدام در برابر دختران جبهه‌تجاهمی می‌گرفت و حرفهای درشت به زبان می‌آورد که پس از یکی دو ساعت، دختر مصاحبتش رهایش می‌کرد و می‌رفت و هیچوقت موفق نمیشد برای خود دوست دختری دست و پا کند.

همچنانکه گرم گفتگو بودند، به خیابان ویا ونتو رسیدند اما نه نادزارینا و نه فریدون و نه آن دو نفر، هیچکدام به روی خود نیاموردند که هم اکنون در آن خیابانند. نادزارینا گفت: «چون نزدیک کریسمس است، من و ماریا آمده ایم تا برای دوستانمان چیزهایی بخریم و کنار بگذاریم تا شب عید بهشان هدیه بدهیم» و پرسید: «آیا در رفتن به مقصدتان عجله ای دارید؟» فریدون که از اول هم با خیابان ویا ونتو کاری نداشت و این نام را فقط استفاده میکرد که بتواند سر صحبت را باز کند، گفت: «نه، مهم نیست، همین اندازه که مسیر را بشناسم کافیست و میتوانم فردا به آنجا بروم.» نادزارینا اظهار خوشحالی کرد اما در چهره ماریا اثری از خوشحالی نبود. آن دو هنوز نتوانسته بودند سرخن را پیدا کنند و صحبتشان را گرم کنند و هنوز مانند دو غریبه با فاصله ای از یکدیگر در حرکت بودند و بیشتر زمانها در سکوت راه میپیمودند.

نادزارینا گفت: «ما هم اکنون در ویا ونتو هستیم اما در همین نزدیکی فروشگاه‌هایی هستند که کالاهای بسیار زیبا و جذابی دارند و همه‌گونه وسایل برای فروش هست که برای هدیه دادن مناسبند. آیا موافق هستید که به اتفاق برای سرک کشیدن به فروشگاه‌ها برویم؟ یا اگر عجله دارید که میتوانیم خدا حافظی کنیم.» فریدون گفت: «نه، ما هیچ عجله ای نداریم» و برای آنکه به حرفش سندیت بدهد از سامان پرسید: «نظرت چیست؟ آیا موافقی که فردا به دنبال آدرس برویم و امروز به این فروشگاه‌ها سر بزنیم؟» و سامان هم حرف او را تایید کرد و مسیر را به سمت فروشگاه‌ها گرداندند. در داخل فروشگاه‌ها، لابلای کالاهای رنگ‌رنگ که تنگ هم چیده و آویخته



Feeling lost?

A common problem amongst people. The reason is that we have been out of touch with our internal guidance system for so long. Most of us have been taught to ignore our internal guiding system which is our feelings and our emotions. Our feelings and emotions are like a compass system. They are guiding us through life. They tell what is wrong or right for you, what you like and what you don't like; your true desires.... the truth of you. By ignoring this you would be walking into an uncharted territory without a compass. You feel like a stranger to you.

Your mind can never know what is true for you, only your feelings can do that. If you are disconnected from your own feelings and emotions, you are disconnected from the truth of you. Accurate measures of who you are is what you enjoy and don't enjoy, what resonates with you, what you are thinking, your beliefs, wants, needs and desires. We distract ourselves from ourselves constantly so we don't feel lost. We use distractions so we don't have to be present with ourselves. Busy-ness is the number one mode of distraction for people who feel lost. To not be busy is to have to be with yourself. Being with yourself and being alone are two radically different things.

Most of us were raised in a punishment reward parenting setting. A lot of us learned as young kids that the only way we could get love was if we were good. We want to be good people so badly that we forsake our own truth, our desires and our

true personality to make other people happy. We think that this makes us good but in reality it just makes us lost. If you are lost, you have surrounded yourself by people who do not resonate with the truth of you. You have been listening to someone other than your own internal navigation system. If you allow yourself to tune back into your internal guiding system and prioritize yourself above everything else, you will attract people into your life that do resonate with you and approve the truth of who you are.

You can tune back into your emotions any time. It just takes practice and effort depending on how far off track you are with your feelings and emotions.

Your purpose will only be known to you once you can access the emotional feel of your particular passion. People who are lost are disconnected from passion, disconnected from purpose, so therefore disconnected from a deep level of meaning in their lives.

Make it a mission to find yourself. Do not deny or be ashamed of being lost. It is a common belief in the spiritual field that you won't find your path unless you are lost first. So admit to where you are. Invite meaning to your life and question the meaning. Attach to a belief system so you can create or dig for your personal truth and desires. Tune into and express your emotions. Gain self awareness and gravitate towards people who feed and energize your vital interpersonal connections. Quit living consciously. Do not sacrifice your current happiness for the promise of future happiness. We can only know what makes us happy this mo-

Continued from Page 57

Donald Trump...

All you need is ignorance and confidence, and success is guaranteed, Twain says.

We see this beautifully illustrated in Being There, where the simple gardener Chance, in the filmed version brilliantly played by Peter Sellers, becomes a presidential candidate. He knows the world only from the television, but his simple words about the weather and the

Thomson was arrested. Madoff got 150 years in prison — with good behavior he will be released in the year 2139. Gatsby ends up dead, floating in his



Continued on Page 57



Continued on Page 57

garden are ascribed deep philosophical insights.

Then there is Jay Gatsby, Fitzgerald's timeless con man, who reveals nothing of his

own swimming pool. And the Wizard of Oz? He turns out to be an old man with flaxen hair and a large megaphone that makes use of tricks and illusions. He is unmasked by Toto the dog who pulls away the curtain behind which he hides, while the Great and Terrible Oz exclaims, "Pay no attention to that man behind the curtain." Toto, where are you when we need you?

I once had a thousand desires. But in my one desire to know you, all else melted away.
Rumi

ment. Nothing in the future is guaranteed. So start dealing with each day as it comes. No ones direction in life is absolutely clear because it can be constantly manipulated by our thoughts. So take charge of your thoughts and listen to your feelings and emotions but

let them get filtered through your heart first. Speak with your heart and that itself will lead to great actions for your life and for the society at large. This is not to impress people but to express yourself and to illuminate your highest good leading to a happier life.



The Most Distinguished Publication in N. California

Pezhvak of Persia

(408) 221-8624



Caroline Nasser

Accident Lawyer

Poor time management skills can result in missed deadlines, dissatisfied clients, and increased overtime costs. These concerns may be compounded in light of the new overtime rules (effective December 1, 2016), especially for employees who are reclassified as non-exempt. To help avoid unnecessary overtime costs and improve performance, here are 10 time management techniques to share with your employees:

Plan and set goals: Supervisors should work with their employees to set daily, weekly, and monthly goals. For each goal, set a timeline for completion and break the goal down into small, manageable assignments. Consider providing employees with task management tools, such as online calendars, project management programs, or a simple to-do list.

Prioritize: Help employees evaluate their responsibilities based on importance and urgency and encourage them to complete tasks with the highest priority first. This process requires effective communication between the employee and his or her supervisor to ensure that priorities are properly aligned with department and company goals.

Organize: Every minute lost because of a misplaced file, tool, or document is a minute that could have been spent completing a task. Emphasize the importance of an organized workspace to help maximize efficiency.

Streamline: Evaluate processes and procedures regularly to

10 Time Management Skills Every Employee Needs

ensure efficiency. Managers should have regular discussions with their employees to get their insight on more efficient methods for completing their job responsibilities.

Delegate: Proper delegation can ensure the right tasks are assigned to the right people. But, there is more to delegating than simply assigning a task. Managers must explain job duties thoroughly, work with their employees to develop a plan for completing the task, monitor progress, and provide the resources and support necessary to reach assigned goals.

Dedicate time for less pleasant work: It's human nature to sometimes procrastinate, especially when a difficult or undesirable assignment presents itself. To help employees stay focused, break large projects into smaller parts and schedule specific time (such as the beginning of the workday) for the larger or more unpleasant projects.

Manage communications: For employees on a tight deadline, answering phone calls and emails can be distracting. Consider establishing guidelines for responding to these types of communications. For example, when employees are on a tight deadline, ask them to check voicemail and email at set intervals and respond to urgent communications first. All other communications can be put on hold until after important projects have been completed.

Avoid interruptions: Whenever possible, schedule important job duties for a part of the day when there are fewer disruptions. For example, if an employee is the first one in the office in the morning, this may be a good time to work on assignments that require more concentration. Also, remind employees that interruptions are inevitable, and for planning purposes, they

should allow a little extra time for unexpected interruptions.

Schedule tasks for peak performance: If possible, physically or mentally demanding work should be scheduled for when workers are at peak performance. This may vary depending on the employee. Encourage employees to consider when they have the most energy and ask them to focus on bigger or more important projects during that time.

Ensure proper balance: No matter how well employees manage their time at work, they are unlikely to perform at their best if they return to work each day stressed or lacking energy. Encourage employees to take regular rest breaks throughout the day and consider a wellness program that encourages healthy habits.

Conclusion: Effective time management is important for any business. Provide your employees with the training and tools they need to optimize their performance.

DONALD TRUMP America Loves a Con Man

By: Landon Jones and Pia de Jong
"Do you have enough confidence in me to trust me with your watch until tomorrow morning?" In 1849, William Thompson asked that simple question to dozens of people to whom he posed as an old acquaintance. They never saw

those unafraid to flout the rules. Behind every great fortune lies a great con man.

Fresh in memory is Bernie Madoff, who inspired enough confidence to steal \$65 billion. There have been earlier swindlers who sold the Eiffel Tower twice, and the Brooklyn Bridge also twice, even an entire fictional country, Poyais, in South America. The confidence man is also a recurring figure in American literature. Ten years after the arrest of William Thomson, Herman Melville published his dark social satire, *The Confidence-Man: His Masquerade*. A man with flaxen hair and a cream-colored suit boards a riverboat in St. Louis and proceeds to win the trust and of an entire cross-section of people in American life — and then expose their hypocrisies. There is the man with the golden cuff links selling shares in a bankrupt company, the lady doing charity for personal gain and the quack who claims herbs can cure everything from flu to cancer.

In *Huckleberry Finn*, Mark Twain writes about two bogus Shakespearean actors who call themselves the Duke and Dauphin and claim to be European royals.



William Thompson

their watches again. After his apprehension, a writer for the *New York Herald* called it the "Arrest of the Confidence Man" — and thus an enduring American character was born.

America has always been fascinated by the con man, the impostor who wins the confidence of others before liberating their money from them. He has supplied us with a rich supply of descriptions — con, hustle, swindle, bamboozle, finagle, diddle, shaft, hose, fleece, humbug, etc. It is said that this country owes its existence to

Continued on Page 58



**WHY DO YOU
NEED A WEBSITE?**

**WHY NOT?
YOUR COMPETITION
HAS ONE!**



We build beautiful websites!

Business Websites, Landing Pages and eCommerce

408-913-6060 | www.conuremedia.com



Eli.G foto

Weddings | Maternity and Newborn

eligfoto.com | 408-913-6070

WE SOLVE YOUR CREDIT PUZZLE

The Credit Repair Specialist

www.enrichfn.com



گردیت خوب سرمایه شماست



با مدیریت
آرین اقبالی

California's #1
Credit Repair Company

معتبرترین و بزرگترین نام در عرصه ترمیم، تصحیح و بهبود گردیت آرین اقبالی



800 790 4240



Caroline Nasser
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: cnasser62@yahoo.com

Fax: (408) 278-0488

Website: carolinenasserilaw.com

675 North First Street, San Jose, CA 95112